



لای لایی های شب های دراز
پای این گهواره با راز و نیاز
دیدن او را تا ندیدن های خویش
از همه کس دل بریدن های خویش
این سمندر گشتن و خود سوختن
عشق را تا پای جان آموختن
تاج بر فرق ثریا سودن است
لذت شیرین مادر بودن است
«هما گرمی»

نقاش: شهراد ملک فاضلی



علی مقدمی

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

(408) 332-5885

شان انصاری

مشاور سرمایه گذاری در املاک

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

(408) 529-4574

www.ShawnAnsari.com



DRE #01088988

SHAWN ANSARI PRESENTS

شان انصاری

نامی آشنا و مشاوره‌ی مطلع و مطمئن در امور خرید و فروش املاک در بی‌اریا
با بیش از ۳۰ سال تجربه

Expertise You Need, Results You Can Count On!



SOLD - Represented Seller
Portola Valley



SOLD - Represented Seller
Saratoga



SOLD - Represented Seller
Santa Clara



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



SOLD - Represented Buyer
Brooke Acres, Los Gatos



SOLD - Represented Buyer
Burgoyne, Mountain View



SOLD - Represented Buyer
Oak Drive, Menlo Park

(408) 529-4574

www.shawnansari.com

Shawn.Ansari@Compass.com

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

DRE: 01088988

COMPASS

THE LAW OFFICES OF
CAROLINE J. NASSERI

(408)298-1500

وکیل تصادفات و صدمات بدنی
Accident & Personal Injury Attorney



Caroline Nasserri
Attorney at Law

کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

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

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

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

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

Tel: (408)298-1500

e-mail: cnasserri62@yahoo.com

Fax: (408)278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

675 North First Street, San Jose, CA 95112

کمبود شدید کاغذ در آمریکا مشکل ساز شده است!

خبرگزاری کتاب ایران

به نقل از ملویل هاوس و بلومبرگ - آخرین اخبار، همان طور که در بسیاری از منابع گزارش شده، مربوط به کمبود کاغذ در ایالات متحده است. کتاب‌ها و نشریات چاپی به طور سنتی از کاغذ و محصولات کاغذی تولید می‌شوند و کمبود آن، کتاب

ها و نشریاتی را که قرار است منتشر شوند، تهدید می‌کند. در شرایطی که بسیاری از کارخانه‌های تولید کاغذ به تولید کارتن برای بسته‌بندی محصولات به خاطر افزایش خریدهای اینترنتی در بحبوحه کرونا روی آورده و بسیاری دیگر تعطیل شده‌اند، بیش از ۲.۵ میلیون تن از ظرفیت تولید

کاغذ چاپ و نوشتن در آمریکا که معادل یک پنجم تولید در ۲۰۲۱ می‌شود، از آغاز سال ۲۰۲۰ میلادی متوقف شده است. افزایش تقاضا برای جعبه و ملزومات بسته‌بندی طی همه گیری کرونا تولید کاغذ در سراسر آمریکای شمالی را تحت تاثیر قرار داده و این اتفاق در بدترین زمان برای شرکت‌های خرده فروشی افتاده است. طبق گفته رئیس شرکت بازاریابی مستقیم بلاردی وانگ در سانفرانسیسکو، حدود ۱۰۰ میلیون کاتالوگ در بزرگترین فصل هزینه کرد مصرف کنندگان در آمریکا به دست آنها نخواهد رسید. واردات کاغذ و مقوای آمریکا حدود ۴۰ درصد در سال گذشته میلادی کاهش یافته است و در حال حاضر بسیاری نمی‌توانند کاغذ مورد نظر خود را پیدا کنند.

کمبود کاغذ در آمریکای شمالی بیشتر نتیجه کاهش ظرفیت کارخانه‌های تولید کننده و کمبود نیروی کار است تا بالا رفتن هزینه مواد اولیه. متوسط قیمت کاغذ در آمریکا ۵۰ درصد افزایش یافته است و این روند افزایشی احتمالا تا ۲۰۲۳ ادامه می‌یابد. ناشران و چاپگرها در آمریکا چشم به واردات کاغذ دارند ولی بالا رفتن هزینه‌های



صفحه ۱	آگهی
صفحه ۲	اخبار - فهرست مطالب
صفحه ۳	آگهی
صفحه ۴	اخبار
صفحه ۵	نامه های شگفت انگیز... (پهرام فره وشي)
صفحه ۶	طنز و مذهب (حسن جوادی)
صفحه ۷	احمد کسروی (ابرج یارسی نژاد)
صفحه ۸	یک سینه سخن (مسعود سپند)
صفحه ۹	آگهی
صفحه ۱۰	ولتر (احمد ایرانی)
صفحه ۱۱	آگهی
صفحه ۱۲	چگونگی جدا شدن هرات از ایران (هما گرامی فره وشي)
صفحه ۱۳	آگهی
صفحه ۱۴	اخبار
صفحه ۱۵	فواید تکنیک کایروپراکتیک (فتانه هوشداران)
صفحه ۱۶	نقد و بررسی فیلم (میثم کریمی)
صفحه ۱۷	آگهی
صفحه ۱۸	آگهی
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)
صفحه ۲۰	یادداشت‌های بی تاریخ (صدرالدین الهی)
صفحه ۲۱	آگهی
صفحه ۲۲	اخبار
صفحه ۲۳	اخبار
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب نژاد)
صفحه ۲۵	تازه های پزشکی (منوچهر سلجوقیان)
صفحه ۲۶	آگهی
صفحه ۲۷	به من بگید: ابراهیم (سیروس مرادی) - داستان
صفحه ۲۸	اخبار
صفحه ۲۹	اخبار
صفحه ۳۰	آگهی
صفحه ۳۱	آگهی
صفحه ۳۲	نگاهی به تاریخچه همجنس گرایی (منیژه مغیثی)
صفحه ۳۳	تغذیه سالم، همراه با یوگا و مدیتیشن (مریم سالاری)
صفحه ۳۴	جدول
صفحه ۳۵	نیازمندیها - فال ستارگان
صفحه ۳۶	حکایت رضا (میلاد رضایی کلانتری)
صفحه ۳۷	دوران جوانی (عباس پناهی)
صفحه ۳۸	اخبار
صفحه ۳۹	سود سرشار معادن دامنه کرکس (ماهرخ غلامحسین پور)
صفحه ۴۰	شعر
صفحه ۴۱	اخبار
صفحه ۴۲	ختنه سوران میرزا (رسول پرویزی)
صفحه ۴۳	نوشته های پراکنده (عبدالله خسروی)
صفحه ۴۴	بچه های طلاق (ادوارد تاییر)
صفحه ۴۵	اخبار
صفحه ۴۶	اخبار
صفحه ۴۷	اخبار
صفحه ۴۸	دنباله مطالب
صفحه ۴۹	دنباله مطالب
صفحه ۵۰	دنباله مطالب
صفحه ۵۱	دنباله مطالب
صفحه ۵۲	دنباله مطالب
صفحه ۵۳	دنباله مطالب
صفحه ۵۴	دنباله مطالب
صفحه ۵۵	دنباله مطالب
صفحه ۵۶	دنباله مطالب
صفحه ۵۷	دنباله مطالب
صفحه ۵۸	دنباله مطالب
صفحه ۵۹	دنباله مطلب
صفحه ۶۰	انگلیسی

لجستیکی و افزایش تقاضا در سایر بازارها، این گزینه را محدود کرده است. یک منبع داخلی صنعت نشر اشاره کرد که واکنش‌های شدید نسبت به بسته‌بندی‌های پلاستیکی منجر به تولید بسته‌بندی‌های مقوایی و کاغذی شد و این نمونه بارزی از قاعده پیامدهای ناخواسته است. از آنجایی که کارخانه‌ها بیشتر سعی در تولید بسته‌بندی مقوایی دارند، ظرفیت کمتری برای مواردی نظیر کتاب و نشریات خواهند داشت. یکی دیگر از پیامدهای پیش‌بینی نشده این است که کاهش عرضه به این معناست که ناشران بیشتری به دنبال جایگاه در صف تولید چاپگرها خواهند بود که آن هم اثرات خود را در پی دارد. طبق گزارش پابلیشرز ویکلی، ظرفیت نشر پیش از همه‌گیری هم خوب نبود و مشکلات ساختاری نظیر کمبود ۶۰ هزار راننده کامیون به تاخیرهای گسترده کنونی کمک کرده است. سوزی اسکالی، کارشناس تدارکات گفت: «ناشران باید با این واقعیت روبرو شوند که هزینه چاپ، حمل و نقل کتاب بسیار بالاست و آنها باید آماده پرداخت باشند.»



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

شماره تلفن: ۲۲۱-۸۶۲۴ (۴۰۸)

شماره فکس: ۳۷۱۷-۶۹۳ (۴۰۸)

آدرس مکاتبه با نشریه پژواک:

PO BOX 9804,
SAN JOSE, CA 95157

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

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

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



LOS GATOS MEMORIAL PARK

&

DARLING FISCHER FUNERAL HOMES

Celebrating Life, One Story at a Time

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

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



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

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

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

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

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

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

فارسی ۶۷۶۸-۳۹۶ (۴۰۸)

انگلیسی (408) 791-1431

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

چرا اوکراین باید برنده شود؟

اکونومیست - ترجمه: فاطمه لطفی



برای از بین بردن امکان ایجاد یک امنیت روسی در مناطق اشغالی است. زلنسکی به ما گفت که غرب باید تحریم‌های سفت و سخت‌تری بر روسیه اعمال کند و سلاح‌های بیشتری از جمله هواپیما و تانک برای ما بفرستد. تحریم‌ها توان روسیه را برای مقاومت در طول جنگ از بین خواهد برد. نیروهای نظامی به اوکراین کمک خواهد کرد تا مناطق اشغالی را بازپس گیرند. اما کشورهای ناتو از اجرای درخواست‌های او سرباز زدند. برای غرب و نیز اوکراین، این امر از چشم‌انداز استراتژیک شکستی سزاوار سرزنش به همراه خواهد داشت.

اگر اوکراین قاطعانه در این جنگ پیروز شود، از تهاجم دیگر روسیه به این کشور جلوگیری خواهد شد. هرچه قدر که اوکراینی‌ها به صورت متقاعد کننده‌تری بتوانند نیروهای روسی را عقب برانند، بیشتر قادر خواهند بود در برابر مصالحه‌هایی که صلح را به خطر می‌اندازد مقاومت کنند. همچنین پیروزی در جنگ می‌تواند برای دوران پساجنگ یک کشور دموکرات‌تری ایجاد کند که فساد اولیگارش‌ها و نفوذی‌های روسیه در آن کمتر نفوذ کرده باشد. اما ارزش این پیروزی برای غرب بیشتر از این هم خواهد بود. اوکراین با این پیروزی نه تنها خواهد توانست قوت قلبی باشد برای ایجاد یک دموکراسی، بلکه می‌تواند امنیت اروپا را نیز بهبود بخشد. روسیه در طول ۳۰۰ سال استعمار مدام با اروپا در جنگ بوده است. گاه مثل دورانی که به لهستان و فنلاند حمله کرد، روسیه مهاجم بوده است. بعضا وقتی نازی‌های آلمان قدرت گرفتند، یا در زمان ناپلئون در فرانسه، به روسیه به چشم یک تهدید مخرب نگاه شده و خود قربانی تهاجم شده است.

یک اوکراین قوی دموکراتیک قادر خواهد بود برنامه‌های توسعه‌طلبی روسیه را عقیم بگذارد چون مرزهایش امنیت خواهند داشت. در کوتاه مدت یک دیکتاتور عصبانی شکست خورده کرملین را ترک خواهد کرد اما در نهایت روسیه با سرمشقی چون اوکراین می‌تواند مشکلاتش را با اصلاحات در خانه حل کند نه با تهاجم به کشورهای دیگر. همانطور که قبلا هم اتفاق افتاده است ناتو هم متقابلا نیازی به تقویت بودجه و دیپلماسی خود نخواهد داشت. ایالات متحده هم آزادتر خواهد بود تا تمرکز خود را بر رقابت با چین بگذارد.

همچنین به نظر می‌رسد بیشتر غربی‌ها نسبت به فرصت تاریخی که دارند ناآگاهند. هر چند آمریکا از ارسال هواپیما به اوکراین سرباز زده است اما هنوز هم نقش رهبری در این بحران را بر عهده دارد. اما آلمان نگاهی کوتاه مدت بر تحریم‌ها، فشار متعادل از سوی هم‌پیمانان و دیدگاه عموم مردم در مقابل حفاظت از روابط تجاری خود با روسیه، به عنوان تأمین کننده نفت و گاز طبیعی خود دارد. امانوئل مکران، رئیس جمهور فرانسه، وقتی استدلال می‌آورد که ارسال سلاح‌های سنگین به اوکراین می‌تواند آنها را به «همکار نیروهای متخاصم» تبدیل کند، مدعی هم‌فکری با متحدین غربی است. زلنسکی این کشورها را متهم می‌کند که کوتاه‌بین و ترسو هستند. او درست می‌گوید.

شاید آلمانی‌ها در این که اوکراین بتواند گذشته پیشاشوروی خود را کنار بگذارد در شک هستند. این درست است که بعد از اینکه در سال ۲۰۱۴ معترضین «میدان» توانستند دموکراسی را در این کشور برپا دارند، اوکراین قادر نبود از باتلاق فساد و سکون سیاسی بیرون بیاید. و حالا که توپخانه روسیه این کشور را زیر آتش گرفته است، اقتصاد اوکراین هم از بین رفته است. البته اتحادیه اروپا با آغاز کار بر روی عضویت اوکراین در این اتحادیه، می‌تواند به اوکراین اطمینان دهد که زمانه عوض شده است. هیچ چیز دیگری نمی‌تواند مأموریت بنیادی اتحادیه اروپا برای ایجاد صلح در این قاره مورد تاخت و تاز قرار گرفته با جنگ را تصدیق کند.

بازگرداندن حکمرانی اوکراین بر مدار کار خود آن هم با خواست اروپا الزاما طولانی مدت خواهد بود و پر از کاغذ بازی. این خطر وجود دارد که درحالی که اروپا بر عضویت اوکراین تمکین می‌کند، بروکسل این کشور را فریب دهد. **دنباله مطلب در صفحه ۵۴**

یک پیروزی قطعی می‌تواند امنیت اروپا را تغییر دهد

وقتی ولادیمیر پوتین به نیروهای روسی دستور داد وارد خاک اوکراین شوند، تنها کسی نبود که تصور می‌کرد پیروزی در این جنگ خیلی سریع رخ خواهد داد. بسیاری از تحلیلگران غربی هم انتظار داشتند کی‌یف، پایتخت اوکراین، در کمتر از ۷۲ ساعت سقوط کند. این شجاعت و تلاش اوکراینی‌ها بود که این فرضیات را از بین برد. حالا که جنگ وارد ماه دوم خود شده است، طرفی که تصور می‌رود برنده جنگ خواهد بود نه روسیه، که اوکراین است، و این همان پیروزی خواهد بود که نقشه امنیت اروپا را تغییر خواهد داد. ولودیمیر زلنسکی، رئیس جمهور اوکراین، در ۲۵ ماه مارس با اکونومیست صحبت کرده و می‌گوید که چطور شد که قدرت مردم توانست رمز و راز مقاومت اوکراین باشد و چرا جنگ همراهی و همکاری مردم کشور را با هم تغییر شکل داد. او می‌گوید «ما به پیروزی باور داریم. اینجا خانه ماست، سرزمین ماست، استقلال ماست. این تنها مسئله زمان است.»

حالا آنچه که در میدان نبرد رخ می‌دهد همان چیزی را تعریف می‌کند که رئیس جمهور اوکراین می‌گوید. بعد از گذشت چندین هفته از حمله روسیه به اوکراین، نیروهای اوکراینی شروع به حمله متقابل کرده‌اند. در ۲۹ ماه مارس روسیه گفت که نبردها در شمال [اوکراین] را متوقف خواهد کرد. شاید این عقب‌نشینی یک عقب‌نشینی تاکتیکی باشد اما روسیه به این نتیجه رسیده است که در حال حاضر نمی‌تواند کی‌یف را تصرف کند. هر چند بسیاری از مناطق اوکراین از جمله نواری از سرزمین‌های این کشور در سواحل جنوبی در دست روس‌ها باقی مانده که خود روس‌ها مدعی هستند که تمرکزشان را بر این نقاط گذاشته‌اند. بخش بزرگی از ارتش اوکراین، در منطقه دونباس، در محاصره است. هیچکس نباید قدرت آتش روسیه را دست کم بگیرد. حتی اگر نیروهای روسی شکست می‌خورند و روحیه خود را می‌بازند، باز هم می‌توانند ادامه دهند. پیروزی برای اوکراین به معنی حفظ تشکیلات دونباس و استفاده از آنها



شیوا موزون

وکیل رسمی دادگستری



Shiva Moozoun

Attorney at Law

♦ دفاع در برابر IRS, FTB, BOE

♦ تشکیل ثبت و انحلال شرکت‌ها ♦ برنامه ریزی و آماده کردن اظهارنامه های مالیاتی

برای اشخاص و شرکت‌ها ♦ تهیه و تنظیم وصیت نامه و تراست

♦ تهیه و تنظیم انواع قرارداد و اسناد حقوق ♦ 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

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

ثروت های بزرگی که تهماسب قلی خان از امپراتور مغول ربوده بود، نخست در مشهد و قزوین به امانت گذاشته شد. دو سال بعد وی مصمم شد آنها را در قلعه مستحکم و تسخیر ناپذیری جای دهد. برای این مقصود کلات را برگزید. کلات عبارت است از دو رشته جبال سر اشیب که طول آنها پانزده یا شانزده فرسنگ است. این دو رشته جبال در مرکز از یکدیگر دور می شوند و در دو راس به یکدیگر می پیوندند و به این ترتیب یک نوع فضای بیضی شکلی را تشکیل می دهند. در میان این دو رشته جبال دشتی واقع شده است که بقدر کافی حاصلخیز است ولی هوایش ناسالم است و برای داخل شدن به این تنگه دو راه صعب العبور وجود دارد که آنها را دو دروازه کلات می نامند. وی گنجینه ها را به آنجا انتقال داد. از همان موقع، این جایگاه که جز دهشت و انزجار احساسی بر نمی انگیزد، جای سعادت و لذت و زیباترین جای کشور به نظر آمد. من هیچوقت نتوانستم بدانم که مقدار این گنجینه چقدر است. ولی می دانم که به هنگام مرگ او تمام طلاها و نقره های مسکوک به مشهد آورده شد و هر دو صندوق را بار شتری یا قاطری قوی کرده بودند. من هنگامی که آنها را در میدان عمومی بر روی هم انباشته بودند، دیدم. این صندوق ها کوهی تشکیل داده بودند که بلندی آن به اندازه کاخ شاهی مشهد بود.

در هنگامی که ما در «گوگ چای» اردو زده بودیم، با خبر شدیم که حاکم فارس تقی خان در شیراز پرچم طغیان برافراشته است. علت این امر عدم اعتماد شاه بود که یکی از کسان بسیار شجاع و وفادار خویش را علیه او برگماشت. تقی خان سروری بزرگ بود که خانواده او یکی از کهن ترین خانواده های کشور بود و در آنجا مقامی بسیار متشخص داشت. تهماسب قلی خان که وی را حاکم تمام سرزمین هایی کرده بود که تا خلیج فارس گسترده بودند، از اینکه وی را بیش از اندازه قدرتمند گردانده بود، ترسید. بنابراین به یکی از افسران فرمان داد که وی را بدون سر و صدا توقیف کند و برای آنکه وی را بهتر اغفال کند، به خود او فرمانی محرمانه فرستاد، مبنی بر اینکه این افسر را توقیف کند. این دو نفر در جستجوی یکدیگر بودند و در لحظه اجرای احکام، حکم ماموریت متقابلی را که هر دو نسبت به هم داشتند به همدیگر نشان دادند. تقی خان خلق و خوی شاه را خوب می شناخت و خود را معدوم شده دانست و از این رو با احساس نومیدی خود، شور کرد و از آن اندرز گرفت و سپاهی قابل ملاحظه گرد آورد و تصمیم گرفت که لاقل آزادی و زندگی خود را به بهای ارزان نفروشد.



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

(بخش پنجاه و چهارم)

ترجمه زنده یاد دکتر بهرام فره وشی

پسر بزرگ او رضاقلی میرزا در عروسی برادرزاده و برادرانش شرکت نکرد. پدرش نسبت به او سوء ظن پیدا کرده بود و می پنداشت که قاتلی را برای کشتن وی گمارده است. شاهزاده آمده بود و با اعتماد و امنیت که بی گناهی به انسان می بخشد، خود را به وی تسلیم کرده بود ولی در دادگاه یک غاصب، یک سوء ظن معادل است با شاهد و دلیل. پسر بیپوده دائما جرم پدر کشی را که به وی نسبت داده می شد، انکار کرد. عدم اعتماد پدر حکم را صادر کرده بود و خشم او حکم را اجرا کرد. وی فرمان داد تا چشم های این شاهزاده نگون بخت را بدر آورند. بسیاری از بزرگان کشور که شاهد اجرای حکم بودند، در سکوتی از شگفتی و وحشت که این اعمال وحشیانه و غیرقابل انتظار ایجاد می کند، بجای ماندند. در مورد آنان نیز جنایتی انجام داد که چرا بجای پسر او، خود را به شکنجه نسپردند و در همان روز فرمان داد تا در حضورش پنجاه تن از آنان را خفه کنند. این صحنه هولناک در ایران غرب روی داد.

با وجود تمام این ظلم ها، ایران نسبتا آرام بود. جاده های بزرگ باز بود و بازرگانی با امنیت بین شهرها برقرار بود و با بازرگانان خارجی بیش از دیگران مدارا می شد. وی در برخی از جاها پست های شاهی برقرار کرده بود ولی این پست ها فقط برای خود او به کار می رفتند و مردم از آنها آزار می دیدند. بندرت می توان در ایران در امن و امان با اسب سفر کرد. اگر اتفاقا انسان در بین راه به یک چاپار سلطنتی یا چاپار یکی از سران بزرگ برخورد کند که اسبش فرسوده یا خسته باشد، این چاپاران اگر قدرتی در دست داشته باشند، سواری را که با او برخورد کرده اند با خشونت از اسب به زیر می کشند، اسب خود را به او می دهند و اسب وی را می گیرند. برای برحذر بودن از این حادثه است که تقریبا تمام بازرگانان ثروتمند در کاروان ها برای سواری فقط یک خر دارند.

دکتر فتنه هوشداران کایروپراکتر

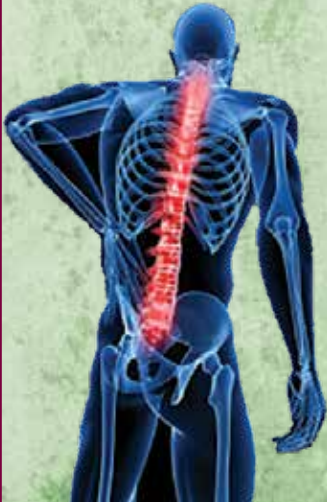
تشخیص، معالجه و جلوگیری از ناراحتی های مفاصل و استخوان، ورزشی،
صدمات کاری و تصادفات رانندگی با پیشرفته ترین وسایل پزشکی

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

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



Fataneh Hooshdaran, D.C.



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

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

(408)244-7677

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

«راحه الصدور» می‌نویسد که در حمله وحشتناک غزان به نیشاپور در سال ۵۴۹ هر شب یک فرقه مذهبی به محله فرقه دیگر حمله می‌کرد و عده ای از آنها را می‌کشت. (۲) مسلم است که این اختلاف مذهبی باعث نوشته شدن کتب بسیاری در این زمینه ها شده است. مثلا در زمان سلاجقه، شهاب الدین توارخی اول مذهب شیعه داشت، بعدا شافعی شد و در ۵۵۵ کتابی نوشت به نام بعض فضائح الرواض، که در آن شصت وهفت رقم از «فضائح» شیعیان را می‌شمارد و می‌گوید که آنها ملهم از گبران هستند و «رافضی دهلیز ملحدی ست». عبدالجلیل قزوینی یکی از وعاظ بزرگ شیعه در جواب کتابی می‌نگارد به نام بعض مثالب النواصب فی نقض «بعض فضائح الرواض»، که به نام کتاب النقص معروف است و در آن به سنیان، و مخصوصا به کسانی که طرفدار مشبهه بودند می‌تازد و آنها را متهم به پیروی کورکورانه از احادیث و اعتقاد به جبر می‌کند، و ادعا می‌کند که آنها دشمن خاندان نبوت هستند. (۳)

البته در اینجا نمی‌توان از همه این اختلافات مثالی آورد. بدین جهت به نقل سه شعر طنزآمیز از ناصر خسرو و جامی و سنایی اکتفا می‌کنم که گوشه ای از مجادلات مذهبی بین فرقه مختلف را نشان می‌دهد. ناصر خسرو از دیدگاه یک اسماعیلی از احکام بانیان چهار فرقه تسنن چنین عیب جویی می‌کند:

شافعی گفت که شطرنج مباح ست مدام / کج مبارید که جز راست نفرموده امام
بوحنیفه به ازو گوید در باب شراب / که ز جوشیده بخور تا نبود بر تو حرام
حنبلی گفت که گر آن که به غم درمانی / پسته بنگ تناول کن و سرخوش بخرام
گر کنی پیروی مفتی چهارم مالک / او هم از بهر تو تجویز کند وطی غلام
بنگ و می خور و... می‌کن و می‌باز قمار / که مسلمانی ازین چار امامست تمام (۴)
سنایی تصویر جالبی از تعصب عوام زمان خود می‌کشد:

رافضی را عوام در تف کین / می‌زدند از پی حمیت دین
یکی از رهگذر در آمد زود / بیش از آن زد که گروه زده بود
گفتم ار می‌زدند ایشانش / بهر اشکال کفر و ایمانش
تو چرا باری ای بدل سندان / بی‌خبر کوفتی دو صد چندان
جرم او چیست؟ گفت بشنو نیک / من ز جرمش خبر ندارم لیک
سنیان می‌زدند و من به دمش / رفتم و بهر مزده (۵) می‌زدمش دنباله مطلب در صفحه ۵۸

طنز و مذهب

بخش پنجم
دکتر حسن جوادی



بشار در شعری می‌گوید:

آیا کسی نیست که گفته‌های مرا به تمام اعراب برساند،
به کسانی که زنده اند و به کسانی که زیر خاک آرمیده اند؟
و بگوید که من از نژادی والا، نیایم خسرو (انوشیروان)
پدرم ساسان، و دایم قیصر روم است.
من چه پدران تاجداری داشتم!
دلاور سربندی که در مجلس او مردم زانوی ادب بر زمین می‌زدند.
او با گوهرهای درخشان به جایگاه خود می‌رفت،
و لباسی از پوست قاقم به تن کرده در پشت پرده می‌نشست.
ندیمان با جام های زر به نزد می‌شتافتند
و او هرگز از نوشیدنی که از شیر گوسفند و شتر درست شده
و بدویان از مشگ های کوچک می‌نوشند، نمی‌نوشید.
هرگز پدرم به دنبال شتر گر آواز خوانان راه نیموده
و از فرط گرسنگی میوه درخت حنظل را نخورده است،
هرگز زنبورش روی گیاه بد ننشسته است.
او هرگز سوسماری را از دمش نگرفته و سرخ نکرده،
یا آن را بر روی زمین های سوخته از آفتاب گرفته و نبلعیده است.
هرگز پدر من با دیدن آتش از دور به سوبش نشناخته است.
او نه پیغمبری را تایید کرده و نه بتان را سجده نموده است.
پدر من هرگز به پالان شتر سوار نمی‌شد.
ما در روزگاران گذشته همیشه پادشاه بوده ایم. (۱)

بشار در این قصیده طولانی مفاخر نژاد ایرانی را برمی‌شمارد و شرح می‌دهد که چگونه ایرانیان از خراسان لشکر کشیدند و پس از برانداختن بنی‌امیه حکومت را به «خانواده پیغمبر (ص) بازگردانیده اند». یکی از مثال های چشمگیری که در آن روح شعوبی تجلی می‌کند، شاهنامه است که هدف اصلی شاعر در آن بزرگداشت ایران و ایرانی است. گاهی فردوسی عنان اختیار را به دست احساسات می‌دهد و تحسر خود را از زوال خاندان ساسانی بی‌محبا به صورت طنزی آشکار می‌سازد:

ز شیر شتر خوردن و سوسمار / عرب را به جایی رسیده است کار
که تخت کیانی کند آرزو / تفو بر تو ای چرخ گردون تفو

بعد از نهضت شعوبیه می‌رسیم به اختلافات بین فرقه مختلف اسلامی که تنوع بی حد و حصری دارد. تاریخ اختلافات و زدوخوردها بین فرقه مختلف در ایران و یا به طور کلی در ممالک اسلامی شبیه اینگونه اختلافات در سایر جاهاست. تعداد فرقه مختلف که در تاریخ دینی و فکری ایران از شروع اسلام تا حمله مغول هر یک سهمی داشتند به حدی زیاد است که هر قدر بشماریم باز مقدار زیادی جا می‌ماند: دسته های مختلف خوارج، شیعه، معتزله، حلولیه، سپیدجامگان، سرخجامگان، حلمانیه، کیسانیه، اسماعیلیه، قرامطه، باطنیه، اشاعره و فرقه مختلف تسنن و غیره و غیره. از دوره ایلخانیان به بعد، کشاکشی که بین اهل تشیع و تسنن از ساب وجود داشته شدت می‌یابد تا می‌رسیم به دوره صفویه. در ضمن صوفیه با فرقه متنوع خویش نقش مهمی در تاریخ فکری این مملکت بازی می‌کنند. البته بدعت طلبانی چون حروفیان و در قرن نوزدهم از لیان، بابیان و بهائیان با مخالفت شدید دیگران مواجه می‌شوند و کشتارهای موحشی اتفاق می‌افتد. واقعا به قول حافظ «جنگ هفتاد و دو ملت» بود که چون حقیقت را ندیده «ره افسانه زده» و به جان یکدیگر افتاده بودند. تنها شمردن اسامی این فرقه نشان می‌دهد که تعداد آنها چقدر زیاد بود و مردم چقدر وقت و انرژی خود را صرف تبلیغ و دفاع از عقاید خود و تحریم و تقبیح اعتقادات دیگران کرده بودند، و چه خون هایی بر سر اینگونه اختلافات و تعصبات مذهبی ریخته شده است. صائب شعر جالبی دارد که می‌گوید:

گفتگوی کفر و دین آخر به یک جا می‌کشد / خواب یک خواب است و اما مختلف تعبیرها
ولی کجاست گوش شنوا به این عقاید عارفانه. حتی هنگامی که طرفین از طرف دشمن
مشترکی تهدید می‌شدند، دست از مخاصمات مذهبی نمی‌کشیدند. مثلا راوندی در

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

+Hammer Toe, Bunion, Callus, Corn +Foot related diseases
+Heel Pain & Ingrown Toe Nail +Sports Medicine & Injuries
+Diabetic Foot Care +Ankle Arthroscopy +Pediatric Foot Conditions
+Flat Feet & Orthotics +Skin & Nail Conditions

Dr. Faranak Pourghasemi, DPM

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

اکثر بیمه ها پذیرفته می شود

National Foot & Ankle Center

(408)884-5851

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

از برخی نام های آبادی های ایران یاد می کند که عرب ها «تاء» را به حال خود گذاشته و در برخی دیگر آن را به «طاء» تبدیل کرده اند. (۳) در صورتی که به عقیده قزوینی تاء دو نقطه در زبان عربی هست و نیازی به تبدیل آن به طاء عربی نبوده است و اگر بنا به تعریب نام های پارسی بوده برای چه تفلیس و تبریز و مانند آنها را معرب نکرده اند.

به استنباط قزوینی در این مقاله ایرانیان در زمان های قدیم دو گونه «تاء» داشته اند: یکی تایی که تا به امروز بازمانده و معروف است، دیگر تایی که صدای غلیظ تر داشته و شبیه طاء عربی بوده است که «طهران» و «طوس» و «اصطخر» و مانند اینها را با همین تاء غلیظ می خوانده اند و از این جاست که عرب ها هم میان این نام ها با «تبریز» و مانند آنها فرق گذاشته اند و گر نه چه جیتی داشت که تاء را در آن کلمه تبدیل به طاء کنند و در این نام ها به حال خود گذارند. سرانجام قزوینی نتیجه می گیرد که بهتر آن است که ما «طهران» و «طوس» و «اصطخر» و «طرم» (طارم) و مانند اینها را با همان طاء عربی نگاه داریم و از تبدیل این حرف به تاء پارسی که مبنای درستی ندارد خودداری کنیم.

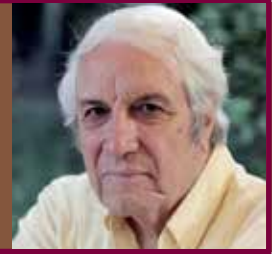
کسروی در رد نظر قزوینی هفت دلیل می آورد، از جمله این که نباید تلفظ گذشتگان را در زبان امروز فارسی ملاک دانست، زیرا که به حکم تحول زبان «در چگونگی تلفظ بسیار از حروف فارسی از زمان های باستان تا به امروز تفاوت و تغییر روی داده. به عبارت دیگر می توان باور کرد که صدای بسیاری از حروف فارسی در زبان های پیش از اسلام جز صدایی بوده که ما امروز به آن حرف می زنیم.» (۴) او آنگاه می افزاید: «بر فرض آنکه نکته سنجی آقای قزوینی و احتمالی که درباره دوگونگی صدای «ت» داده اند درست باشد، این امر موجب آن نخواهد بود که ما نام «تهران» را «طهران» بنگاریم، زیرا که در نوشته های امروزی تلفظ امروزی مناط اعتبار است، و گر نه بایستی قاعده دال و ذال را با کمال دقت در نوشتن منظور نمود. مثلاً در «علی آباد» و «ترمد» و «میمد» و صدها مانند اینها به جای دال ذال نقطه دار بنویسیم.» (۵)

هشباری و روشن بینی کسروی و توجه او را به قانون تحول زبان در همین نوشته کوتاه می توان دید. ناگفته نماند که تاریخ نشر این گفتار تیرماه ۱۳۱۰ است. زمانی که چنین نگرش علمی به زبان در پژوهش های زبان شناسی سخت تازگی داشت. دنباله مطلب در صفحه ۵۴

احمد کسروی

بخش هشتم

دکتر ایرج پارسی نژاد



پژوهش های ادبی

از مطالعه مجموعه نوشته های به جا مانده از کسروی در زمینه پژوهش های ادبی و بحث های لغوی در می یابیم که رای و نظر او در این باره با صاحب نظران دانشمند معاصرش تفاوت دارد و او در این قلمرو نیز با دید تازه و روش جدید علمی به بررسی نکته هایی در زبان و ادبیات فارسی پرداخته است. حال آن که، فضایی دیگر همزمان او، مانند محمد قزوینی، محمد تقی بهار و عباس اقبال آشتیانی، بنیاد استدلال خود را بر سنت گذشتگان گذاشته اند و تخطی از آن را جایز نشموده اند. از این روست که میان کسروی و جماعت فضلا همواره برخورد رای و عقیده وجود داشته است که نمونه آن را می توان در بحث از املا «تهران یا طهران» دید.

پیش از طرح بحث باید یادآوری کنیم که این گونه بحث های لغوی، با همه ظاهر بی اهمیت خود، از آن جا در خور توجه است که از دو دیدگاه نواندیش و سنت گرا در این گونه پژوهش ها پرده بر می دارد.

قزوینی به استناد کتاب های گذشتگان، چون الانساب سمعانی و راحة الصدور راوندی و جامع التواریخ رشید الدین فضل الله معتقد است که باید «طهران» نوشت. (۱) اما کسروی در رد نظر قزوینی می نویسد: «طهران کلمه پارسی است و در پارسی طاء الف دار نیست، مگر درباره کلمه هایی که تازیان آن را معرب نموده اند و از گفتن بی نیاز است که این کلمه های معرب را باید در نوشته های عربی به کار برد و در نوشته های پارسی جز شکل پارسی نخستین آن درست نمی باشد.» (۲)

در این نوشته کسروی اشاره به مقاله دیگری از قزوینی می کند که در آن نویسنده

همه چیز با مراقبت بهداشتی و درمانی + غذای سالم شروع میشود



همین امروز برای ثبت نام Medi-Cal و CalFresh درخواست دهید:
HealthyAC.org



SCAN ME

وقتی بودجه محدود است، ممکن است احساس کنید که باید بین خرید غذای سالم و رفتن به دکتر یکی را انتخاب کنید. با Medi-Cal و CalFresh لازم نیست یکی را انتخاب کنید. می توانید هر ماه برای خرید خواربار مزایایی دریافت کنید و مراقبت درمانی با کیفیت نیز با هزینه پایین یا رایگان دریافت کنید.

احتمالاً اگر برای یکی از برنامه ها واجد شرایط باشید، برای دیگری نیز واجد شرایط هستید. سازمانهای اجتماعی در همسایگی شما منتظرند تا در روند درخواست به شما کمک کنند، پس همین امروز با آنها تماس بگیرید.



راسته زندگی کنی، باید بگویی که جناب سرهنگ توی خیابان مرا دید و به داخل ساختمان کشید و او بود که با من مشغول بود و سرپاسبان موسی خانی ما را دید و به کلانتری جلب کرد.» کلانتری در میدان بهارستان بود و وقتی به کلانتری می رسید سرپاسبان موسی خانی گزارش می کند که «ساعت دو نصف شب در حین انجام وظیفه در خیابان فردوسی، هنگام عبور از جلوی درب یکی از ساختمان ها متوجه سر و صدایی شدم. در را که باز کردم و دیدم جناب سرهنگ مشغول معاشقه با یک خانم است. چون این عمل در ملاء عام غیرقانونی است، هر دو نفر را به کلانتری هدایت کردم» و مراتب گزارش می شود. در این فاصله به ماموران دژبان خبر می دهند که جناب سرهنگ را هنگام معاشقه با یک زن در خیابان فردوسی دیده اند و بلافاصله درجه دار دژبان می رسد که هنگام بازجویی از جناب سرهنگ در کنار او باشد.

جناب سرهنگ عین جریان را برای مامور دژبان و افسر نگهبان تعریف می کند، اما افسر نگهبان و مامور دژبان می گویند «گزارش سرپاسبان خلاف این امر است و این خانم هم می گوید شما او را به پاگرد پله های خانه ات کشیده ای» آه از نهاد جناب سرهنگ در می آید و شروع می کند به افسر نگهبان توهین کردن و فریاد زدن که استوار دژبان به تیمسار صادقی که رئیس دژبان مرکز بوده زنگ می زند که «بیائید که این جناب سرهنگ کلانتری را به هم ریخته.»

در این فاصله سرپاسبان موسی خانی با دوچرخه به در خانه جناب سرهنگ می رود و در میزند و زن جناب سرهنگ را از خواب بیدار می کند و می گوید جناب سرهنگ را با یک زن فاحشه در پاگرد پله های خانه شما گرفته اند و خودش به کلانتری باز می گردد. چند دقیقه بعد خانم سرهنگ در حالیکه پیراهن خواب در تن دارد با تاكسی خودش را به کلانتری می رساند و اول کاری که می کند محکم می زند توی گوش شوهرش که «پدر سوخته خجالت نمی کشی». جناب سرهنگ هاج و واج که چرا چنین شده و هر چه می گوید: «عزیزم همه اش دروغ است» اما زن باور نمی کند و می گوید: «من از تو طلاق می گیرم.» در این فاصله رئیس دژبان مرکز که تیمسار بسیار خشنی بود از راه می رسد و وقتی جناب سرهنگ را با کت سرهنگی و پای جامه و کفش دهپائی می بیند داد و فریادش بلند می شود که «تو آبروی ارتش را می بری» و دستور توقیف او را می دهد و ماموران وی را سوار جیب ارتش می کنند و به زندان جمشید آباد تحویلش می دهند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۶



یک سینما سخن

زنده یاد مسعود سپند

یادتان باشد هیچوقت با پلیس درگیر نشوید!

خیابان فردوسی تهران از چهارراه اسلامبول به طرف میدان فردوسی، سمت راست روبروی دیوار سفارت انگلیس، چند ساختمان قدیمی دو طبقه آجری با درهای بزرگ و قدیمی با سقف های بلند ساخته بودند که طبقه هم کف آنها چند فرش فروشی و صرافی و جواهر فروشی و یکی دو تا عتیقه فروشی بودند که کار و بارشان سکه بود. در طبقه زیرین اگر انبار نبود چند رستوران کهنه تر از ساختمان نیز حضور داشتند که مشتریان آنها بیشتر از جوانهای قدیم بودند که به یاد دوران جنگ و اشغال ایران می آمدند و با خواننده های قدیمی حال می کردند و گاهی نیز خواننده ای فقط دف می زد و می خواند! گارسون ها نیز چه زن و چه مرد اکثرا سالمند بودند که دیگر در رستوران های شیک و کاباره های تهران جایی نداشتند و در این مکان ها کار می کردند و اما زن هایی که در این رستورانها کار می کردند از جمله کسانی بودند که دیگر بر و روئی نداشتند و به قول معروف از حیز انتفاع خارج شده بودند و تلاش می کردند که با آرایش غلیظ خود را خوش بر و رو نشان دهند و چون بیشتر آنها از اداره اماکن اجازه کار نداشتند، تلاش می کردند با مأمورین شهربانی به نوعی کنار بیایند. طبقه بالای فروشگاه ها نیز به صورت آپارتمان به اجاره داده شده بود.

یکی از مأمورانی که شب ها از ساعت ۱۲ تا ۴ صبح در این خیابان گشت زنی می کرد سرپاسبانی بود به نام موسی خانی. این سرپاسبان قبلا در بازار تهران و سیزه میدان مأموریت داشت، اما به علت اینکه یکی از بازاری ها را به سبب اینکه طرف ذرت بیابانی را روی جعبه شکلات گذاشته و به مقام شامخ شکلات توهین شده به کلانتری جلب کرده و وسط راه او را تکه و محل مأموریت او را به خیابان فردوسی تبدیل کرده بودند. معمولا شب عید که می شد، در بازار و اطراف آن، جایی ها به پاسبان ها عیدی می دادند، اما این حاجی بازاری چیزی به سرپاسبان موسی خانی نمی داد و او هر چه می گفت: «حاجی شب عید پول سیگاری به ما ندادی!» حاجی جواب می داد: «آقا جان تو وظیفه ات را انجام میدی و من هم هیچ خطائی نمی کنم. ببین تازه عکس شاه را هم توی مغازه آویزان کرده ام. سد معبر هم نکرده ام. چیز غیرقانونی هم که نمی فروشم.» تا اینکه سرپاسبان موسی خانی او را به علت اینکه ذرت بیابانی را روی شکلات گذاشته و به مقام شامخ شکلات توهین کرده به کلانتری جلب می کند و توی راه حاجی که می بیند نزدیک است او را به بازداشتگاه ببرند پولی می دهد و خود را می رهاوند و بعد که حاجی شکایت به رئیس کلانتری می برد، جای سرپاسبان را عوض می کنند و در خیابان فردوسی مأمور می شود. و اما یکی از شهپایی که جناب موسی خانی مشغول انجام وظیفه بوده، می بیند یکی از خانم هایی که بر و روی دارد و کارش به پایان رسیده، از رستوران زیرزمین خیابان فردوسی خارج شده و منتظر تاکسی است و می خواهد به خانه برود. موسی خانی صدایش می کند و پس از احوال پرس و پرسش از اوضاع و احوال از او می خواهد که دستی هم به سر و گوشش بکشد. هیچ جایی پیدا نمی کند مگر پاگرد پله های یکی از همان ساختمان های قدیمی. زنک را می کشد به داخل و هنوز کار بیخ پیدا نکرده که بر اثر سر و صدا، جناب سرهنگی که در طبقه بالا زندگی می کرد از خواب بیدار می شود و در را باز می کند و توی تاریکی می بیند که بله سرپاسبان مشغول معاشقه با خانم در پاگرد پله هاست. جناب سرهنگ فوراً می رود کت سرهنگی اش را به تن می کند و با پای جامه و دمپایی از پله ها سرازیر می شود و می بیند موسی خانی با لباس یونیفرم در حالی که باتونش به او آویزان است مشغول معاشقه با خانم است.

به طوریکه اهل خانه از خواب بیدار نشوند یقه موسی خانی را می گیرد که «پدر سوخته خجالت نمی کشی در پاگرد پله خانه من این کارها را می کنی! مگر اینجا فاحشه خانه است؟» موسی خانی به او می گوید: «حالا جناب سرهنگ شما کوتاه بیا» و جناب سرهنگ نیز با عصبانی می گوید: «کوتاه بیا یعنی چه! پدرت را در می آورم. برویم کلانتری، باید رئیس کلانتری بداند که چه کسانی برایش کار می کنند. پدر رئیس کلانتری را هم در می آورم.» هر چه موسی خانی با خونسردی می گوید: «جناب سرهنگ شما ببخشید.» اما سرهنگ قبول نمی کند. خلاصه اینکه آن زن و سرپاسبان و سرهنگ پای پیاده راهی کلانتری می شوند. پاسبان موسی خانی توی راه به زن می گوید: «اگر می خواهی توی این

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 محیطی متفاوت
آماده پذیرایی از شما و میهمان های شماست



کیتترینگ 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

Like Us On
facebook

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

دفاتر و کالت علی مقدمی

با همکاری جفری زیندر



Jeffrey Zinder

وکالی سابق شرکت های بیمه
با بیش از ۶۰ سال تجربه



Ali Moghaddami

Maintaining the highest level of Professionalism & Integrity.

- ♦ Personal Injury
- ♦ Business Litigation
- ♦ Employment Law
- ♦ Criminal Defense
- ♦ Insurance Dispute
- ♦ کلیه جراحات و صدمات بدنی
- ♦ کلیه دعاوی تجاری
- ♦ کلیه امور کارمند و کارفرما
- ♦ کلیه امور جنایی در دادگاه های ایالتی و یا فدرال
- ♦ حل اختلافات بیمه گر با شرکت های بیمه

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

Free Consultation

Tel: (818) 500-4111

Fax: (818) 500-4144

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

Tel: (408) 332-5885

Cell: (408) 643-1739

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

در جامعه فرانسه برخلاف انگلستان از آزادی های فردی، مدارای مذهبی و حکومت پارلمانی کمترین اثر یا نشانی نیست. رهبران روحانی به مانند رهبران سیاسی جامعه- اما به روشی دیگر بر جان و مال و مردم فرمان می رانند. خشک اندیشی دینی و تعصب مذهبی بیداد می کند. رهبران روحانی مخالفان اندیشه های خود را به عنوان کافر، بی دین و ضد خدا می سوزانند، قطعه قطعه می کنند و کسی را تاب و توان ایستادگی در برابر آنان نیست.

در جامعه فرانسه زشتی ها و زیبایی ها در کنار هم خودنمایی می کنند. فرانسه و به ویژه پاریس پایتخت فلسفه، هنر، فرهنگ و تمدن جهان به شمار می رود. اما فرهنگ و تمدنی درخشان غرق در تباهی، ستمگری و خرافات است. علم جدید و فلسفه نو با دین و مذهب کهنه در نبرد است. در کنار زندگی پرشکوه و سراسر تجمل اعیان و اشراف، توده های مردم در نهایت تنگدستی زندگی می کنند. دوران در واقع دوران تضادها، تناقض ها و برخورد های غول آساست. در چنین دورانی است که نابغه ای به دنیا می آید، بزرگ می شود و دست به قلم می برد.

ویژگی های شخصیت ولتر

نویسندگان تاریخ تمدن از ولتر با عنوان یکی از پرکارترین، پرنویس ترین و بی باکترین نویسندگان جهان نام برده اند. ولتر در دلیری، خطر جویی، گستاخی و مبارزه جویی کم نظیر بود. حافظه ای بسیار نیرومند داشت و مغز نابغه آسایش با سرعتی خیره کننده، علم، دانش، آگاهی، فلسفه و تمامی آموختنی ها را به خود جذب می کرد. در بیان یا نوشتن آنچه به نظرش حقیقت می رسید هرگز درنگ نمی کرد. مغزی پرکار، شفاف و توانا داشت. یکی از سرگذشت نویسان او چنین نوشته است: «در درون ججمه اش آتشی روشن بود که تا واپسین دم زندگی زبانه می کشید».

ولتر مردی بود مهربان، با گذشت، دست و دل باز اما به شدت دشمن تراش. با آن که با تمامی توانش با نظام های استبدادی و با روحانیان شیاد به مبارزه ای پایان ناپذیر دست زده بود اما گرایش های اشرافی و تمایل به زندگی پر زرق و برق در او نیرومند بود. هوادار آتشین نظام سلطنتی بود به شرط این که شاه، فیلسوف و خردمند هم باشد. ولتر در واقع آینه تمام نمای دوران پر از تضاد و تناقض قرن هجدهم در فرانسه بود. مهمان امپراتوران و همدم شاهان می شد و از آنان ستایش می کرد. به رباخواری و گردآوری آزمندانه پول می پرداخت.

دنباله مطلب در صفحه ۵۸

ولتر

بخش چهارم
دکتر احمد ایرانی



ویژگی های دوران زندگی

نزدیک به ۸۰ سال از دوران زندگانی ولتر در قرن هجدهم بوده است. قرن هجدهم قرن انقلاب کبیر فرانسه یا قرن «مادر انقلاب های جهان» به شمار می رود. در این قرن امپراتوران و پادشاهان کشورهای اروپایی با مشت آهنین و با استبداد کامل جامعه خود را اداره می کنند. در فرانسه شاهان بر جان و مال مردم فرمان روایی بی چون و چرا دارند و امپراتوران خود را «قانون»، «حکومت»، و «فرانسه» می دانند. ثروتمندان بزرگ، مالکان عمده و سرداران سپاه که برگرد دستگاه سلطنت حلقه زده اند حکومت اعیان و اشراف را پدید آورده اند. گروهی اندک بخش بسیار بزرگی از ثروت جامعه را از آن خود کرده است و با تمامی توان و نیرویش از منافع خود دفاع می کند. قدرت تمامی جامعه در اختیار این گروه اندک است. دستگاه دین که به نوبه خود قدرت عظیمی است به بازوی قدرت اعیان و اشراف تبدیل شده و در واقع خود، اعیان و اشرافی هستند که لباسی ویژه بر تن دارند. ثروتمندان و روحانیان بزرگ «حکومت برگزیدگان» یا «جامعه اریستوکراسی» را پدید آورده اند. چنین جامعه ای براساس استبداد زمینی- آسمانی اداره می شود. توده های مردم بردگانی پیش نیستند و بزرگترین برتری آنان باید این باشد که از فرمان های پادشاهی- خدایی پیروی کنند. نادانی، فقر، خرافات و بی عدالتی بیداد می کنند. دستگاه حکومت که بزرگترین عنصرهای آن خاندان سلطنت، ثروتمندان، مالکان بزرگ و رهبران روحانی است، غرق در خوشگذرانی، عیش و نوش، تجمل پرستی، تن پروری، ظلم و ستم و شیبادی و ریاکاری است. پادشاهان لقب و عنوان می فروشند و رهبران روحانی کاخ های بهشت را. دربارین و حاکمان به عیش و نوش روزگار می گذرانند. روحانیان جز گردآوری ثروت و ریاکاری هنر دیگری نمی شناسند. ملت غرق در تهی دستی، درماندگی، فقر و بیماری است.



CREDIT REPAIR
CLINIC

کردیت بهتر
آینده روشن و موفقیت بیشتر



برای ترمیم، بهبود و یا ارتقاء **کردیت**، با ما تماس بگیرید

(مشاوره و آنالیز رایگان) 1-800-311-1050 - (415)-799-1315

www.creditrepair.clinic info@creditrepair.clinic

Gabeh Rug Gallery

با ۴۰ سال تجربه و با ارائه بهترین سرویس و خدمات

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

Handmade Rugs, Variety of Designs (Tabriz, Naeen, Kashan & Qom)

متخصص در شستشوی فرش های دست باف و ارزشمند

از شما دعوت می کنیم که از نفیس ترین مجموعه فرش های ایرانی نو و آنتیک دیدن فرمایید!



رفوگری،
لکه و رنگ برداری،
براق شور

خرید، فروش
و
معاوضه

برآورد و
قیمت گذاری
جهت بیمه

*Wash
&
Repair*

*Buy, Sale
&
Trade-ins*

*Expert
Appraisals
for Insurance*

(408) 876-9495

By Appointment Only

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

و مقرری ماهانه انگلیس را که بیست و پنج هزار لیره بود پذیرفت و به تبلیغ برای دوستی با شاه ایران و دشمنی با انگلیسی ها برخاست و تمام امراء و سرداران افغان را برضد انگلیس برانگیخت و آنها را به دوستی و موافقت با دولت ایران تشویق می کرد و حتی دوست محمدخان که چنانکه گذشت با کمک انگلیس از هند به افغانستان آمد ولی پس از مدت زمانی تحت تاثیر احساسات ملی و میهن پرستانه نتوانست به اتحاد خود با انگلیس ادامه دهد و برضد آنها برپاخاست. به این صورت دولت انگلیس نتوانست در برابر افغان ها بایستد بخصوص که مردم هرات با داشتن علایق مشترک با ایران متمایل به ایرانیان و برضد حکومت انگلیس بودند.

در این زمان نفوذ سیاسی انگلیس در آسیای مرکزی به شدت متزلزل شده بود. حکام کابل و قندهار و هرات خود را مطیع و دست نشانده ایران می دانستند و به شدت از انگلیس روگردانده بودند. دولت ایران با همه آنها روابط سیاسی و عاطفی بسیار خوب داشت. دوست محمدخان هر سال تحفه ها و هدایای فراوان برای پادشاه ایران می فرستاد و عموم سکنه افغانستان شاه ایران را شاهنشاه اسلام پناه می نامیدند. ایران در زمان صدارت امیر کبیر قدرت و نفوذی به هم زده بود و شهرت آن به ممالک دور دست نیز رفته بود و همه اینها باعث رنجش خاطر انگلیس شده بود. به همین جهت برای جلوگیری از نفوذ ایران در این ممالک تنها راه را جنگ و مبارزه با ایران می دانستند و به همین جهت «سرچارلز موری» وزیر مختار جدید را به ایران فرستادند که به قول خودشان مامور مطیع کردن پادشاه ایران بود. سخن در این مورد زیاد است و اهانت های «چارلز موری» به شاه ایران آنچنان از حد و اندازه بیرون شد که ناصرالدین شاه در تاریخ اول دسامبر ۱۸۵۵ (۱۲۷۲ هجری) نامه ای به صدراعظم می نویسد و به این اهانت های او اشاره می کند و به شدت به او پرخاش می کند، به صورتی که وزیر مختار پنج روز بعد تهران را ترک می کند. ناصرالدین شاه در نامه می نویسد که با خواندن نامه وزیر مختار از بی ادبی و بی باکی او بسیار متعجب شدم و پس از عنوان مطالبی بسیار در انتهای نامه می گوید از دیشب تا به حال اوقات ما به تلخی گذشته است و اینک به شما امر می کنم که بدانید. وزیر مختار را هم اطلاع دهید که تا خود ملکه انگلستان عذرخواهی کاملی از بی ادبی و جسارت نماینده خود نکند، ما هرگز راضی نخواهیم شد نماینده احمق ملکه را در دربار بپذیریم. این یک آدم سفیه و نادان است و هرگاه این عذرخواهی صورت نگیرد هیچ وزیری را از دربار انگلستان نخواهیم پذیرفت.

در این زمان دولت انگلیس که به دنبال بهانه ای برای قطع رابطه با ایران بود و از مالکیت و محبوبیت ایران در هرات ناخشنود بود، وقت را مغتنم شمرد و با احضار وزیر مختار خود به انگلیس با دولت ایران قطع رابطه سیاسی کرد. در حالی که از جانب بزرگترین رقیب آسیای خویس یعنی دولت روسیه آسوده خاطر بود چون که روسیه بعد از جنگ کریمه گرفتار مسایل داخلی خود بود و اینک فقط نگرانی انگلیس از نفوذ و اقتدار دولت ایران که در آسیای مرکزی قدرتی بزرگ داشت بود و در صد کوبیدن ایران بود و ایجاد دشمنی بین هرات که در واقع فرمانبر و مطیع ایران بود. به همین جهت با همه نفرتی که افغان ها از ایشان داشتند، باز بعد از مرگ امیر کبیر در صد ایجاد دشمنی و راندن ایران از هرات برآمدند. به زودی خواهیم دید که چگونه با حيله و نیرنگ باعث ضربه زدن به ایران و باز پس گرفتن حق حاکمیت ایران از هرات گشتند.

معرفی کتاب

«یادها و دیدارها»، نه صرفاً دفتر خاطرات ایرج پارسى نژاد، بلکه سندی است موقوت که گوشه‌هایی از خلیقات و منش و رفتار جماعتی از کوشندگان عرصه ادبیات و فرهنگ و هنر ایران را در پنجاه سال اخیر آشکار می‌کند. خواننده کتاب با برخی از خصلت‌ها و افکار و عقاید نام‌آوران زمانه چون بدیع‌الزمان فروزانفر، پرویز ناتل خانلری، عبدالحسین زرین‌کوب، عباس زریاب خویی، محمدجعفر محبوب، ایرج افشار، سیروس پرهام، داریوش شایگان، شاهرخ مسکوب، نجف دریابندری، نادر نادرپور، محمدرضا شفیعی کدکنی، محمدرضا شجریان، بهرام بیضایی، عباس کیارستمی و... آشنا می‌شود و نکته‌های نخونده و نشنیده بسیاری می‌یابد.

برای تهیه کتاب «یادها و دیدارها»، لطفاً با شرکت کتاب در لس آنجلس تماس حاصل فرمایید.

(۳۱۰) ۴۷۷-۷۴۷۷



چگونگی جدا شدن هرات از ایران

در شماره گذشته آوردیم که چون میرزا آقاخان نوری عامل دسیسه های انگلیس با کمک مهدعلیا مادرشاه به صدارت رسید، عباسقلی خان پسیان نماینده دایمی دولت ایران را در هرات، به ایران احضار کرد و از آن پس طبق قراردادی نه ایران و نه افغانستان حق داشتن نماینده دایمی در کشورهای دیگر را نداشتند. در حالی که مردم هرات خود را ایرانی می دانستند و حکام آنجا به نام پادشاه ایران سکه می زدند و خود را تابع حکومت ایران می دانستند. میرزا آقاخان در نامه ای که به صید محمد خان حاکم هرات فرستاد این گونه نوشت که: فرزند من: وزراء دولت ایران هرگز نمی خواهند که در امور هرات دخالت کنند و نمی خواهند که خطبه به نام شهریار ایران خوانده شود. در مورد سکه زدن به نام پادشاه ایران در صورتی که خود شما مایل باشید مبلغی پیشکش کنید و به نام شاه سکه بزنید، ما آن را قبول خواهیم کرد. ایران هرگز قصد ندارد که از هرات و سکنه آن مالیاتی دریافت کند و این کیفیت به نماینده هرات که به دربار شاهنشاه ایران آمده بود توضیح و خاطر نشان گردید. از طرف دیگر ناصرالدین شاه را برانگیختند که فرمانی برای صیدمحمدخان حاکم هرات بنویسد. این فرمان در تاریخ ۱۹ ربیع الثانی ۱۲۶۹ (مطابق ژانویه ۱۸۵۳)، نوشته شد. «به عالیجاه رفیع جایگاه صیدمحمدخان ظهیرالدوله، مراحم و الطاف ما را اطلاع دهید و او را از آنچه جناب صدر اعظم نوشته آگاه گردانید و او را به الطاف ما امیدوار کنید و عرایض او را به نظر ما برسانید»

میرزا آقاخان که بدون صلاحیت دولت انگلیس حرکتی انجام نمی داد نامه خود و فرمان شاه را برای کلنل شیل که سمت نمایندگی سیاسی انگلیسی را در تهران داشت فرستاد که آن را برای صیدمحمدخان در هرات بفرستد و کلنل شیل نیز نامه ای به آن اضافه کرد و به هرات فرستاد به این مضمون که چون اعلیحضرت ملکه بریتانیای کبیر همیشه بیش از اندازه برای استقلال هرات اضطراب دارند، ما خود را مکلف دانستیم که از وزراء دولت ایران راجع به شرکت آنها در بعضی از مسایل مربوط به هرات توضیحاتی بخواهیم و از آنها تعهدات اطمینان بخشی برای حفظ استقلال هرات در آینده تحصیل کنیم که این تعهدات را برای شما می فرستیم که آنچه را که صدر اعظم ایران و سواد نامه صدر اعظم و فرمان شاه است مبنی بر عدم دخالت ایشان در کار هرات، همه را یکجا برای شما می فرستیم. این اسناد نیات حسنه انگلستان را نسبت به هرات نشان می دهد و این که هرات باید در دست افغان ها باشد و آنها در اداره آنجا مستقل باشند و من صمیمانه می گویم که شما از مساعدت دولت ایران بی نیاز هستید و خودتان به تنهایی قادر به حفظ استقلال خویس می باشید. مامور مخصوص من در هرات این ها را به نظر جنابعالی می رساند و منتظر پاسخ شما می ماند. امضاء: کلنل جستن شیل.

کلنل شیل فراموش کرده بود که افغان ها به علت عدم اعتماد به قشون انگلیس در افغانستان و تجاوزات گوناگون به حقوق مردم آنجا، چگونه قیام کردند و همه آنها را به قتل رساندند و سرزمین خود را از ایشان خالی کردند. حال دوباره علم دوستی برافراشته اند و دم از یاری و مساعدت می زنند.

یار محمدخان که با سیاست آنها آشنا بود از انگلیسی ها بریده بود و به پادشاه ایران متوسل شده بود. «ماژور داری تو» نماینده سیاسی انگلیس را از هرات بیرون کرد

مراکز پخش ماهنامه پژواک در وست وود

فتو نگاه - کلبه کتاب
کتاب سرا - گالری عشق
کتاب فروشی پارس





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



Islamic Services Offered by ICCNC (Via ZOOM)



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

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



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

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



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

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



برنامه‌های مرکز اسلامی و فرهنگی شمال کالیفرنیا در ماه‌های می و ژوئن ۲۰۲۲

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

Volunteers Needed to Cook, Pack, and Distribute Food and Clothes to the Unsheltered

Volunteers are needed during weekdays to cook, pack, and distribute food and clothes to the unsheltered in Oakland.



Volunteers Needed!

Those who are interested to volunteer for this cause, please contact Mrs. Suzan Hirbod at suzan.hirbod@iccnc.org



Friday Prayer In-Person at ICCNC with Vaccination

Friday Prayer with Br. Ahmad Rashid Salim
For More Info please go to www.iccnc.org
Fridays, 2021
1:00 PM-2:00 PM



نیاز به داوطلب برای آماده‌سازی و توزیع غذا میان نیازمندان

مرکز در روزهای چهارشنبه ساعت ۱۰ تا ۲ عصر، و جمعه؛ ساعت ۹ تا ۲ عصر، به کمک‌های داوطلبانه نیازمند است تا به آماده‌سازی و توزیع غذا (چهارشنبه‌ها) و پختن و بسته‌بندی غذا (جمعه‌ها) بین نیازمندان بپردازد.
علاقه‌مندان به مشارکت در این کار نودوستانه، با ایمیل خانم سوزان هیربود مکاتبه کنند.

suzan.hirbod@iccnc.org

نماز جمعه

خطیب جمعه: برادر احمد راشد سلیم

ساعت ۱:۰۰ تا ۲ عصر هر جمعه
(نماز جمعه با شرایط ویژه و حضوری برگزار و از طریق زوم و کانال یوتیوب همزمان پخش می‌شود)

درس‌گفتارهای دکتر عبدالکریم سروش

- ۱- گزینش و شرح «کیمیای سعادت غزالی» شنبه ۷ می، شنبه ۴ ژوئن (۶ عصر).
- ۲- «غوری در غزل‌های اقبال لاهوری» جمعه ۲۰ می، جمعه ۱۷ ژوئن ساعت ۷:۰۰ عصر از سوی بنیاد توحید.
- ۳- «خلاف و وفاق علم و دین» یکشنبه‌ها، ۱۵ و ۲۹ می و ۱۲ و ۲۶ ژوئن، ساعت ۱۱ صبح.
- ۴- شرح «دفتر ششم مثنوی» یکشنبه‌ها، ۸ و ۲۲ می و ۱۹ و ۵ می ساعت ۱۱ صبح

تمامی درس‌گفتارها از طریق زوم ارائه می‌شود.



که قرار بود او را به یک کوروش و اسکندر و ناپلئون برای ملتش تبدیل کند نگذشته بود که تمام دنیا پر شد از عکس‌های زشت او با سیبل‌های هیتلری و دهانی که از آن خون می‌چکد. حتی در کشور خودش هم کسی برای او کف نزد. درحالی که قرار بود با غارت همسایه برای مردمش ثروت و اقتدار بیابد، ارزش روبل به سرعت برق و باد سقوط کرد. همه اینها درحالی بود که جهان مدرن برای نجات اوکراین حتی یک تیر هم شلیک نکرد.

جنگیدن را فراموش خواهند کرد؟ لابد استیون پینگر امروز خوشحال‌ترین نظریه‌پرداز آمریکا است. او سال‌ها است با آمار و سند فریاد می‌زند که خشونت در دنیا برخلاف آنچه رسانه‌ها هر روز در چشم و گوش ما فرو می‌کنند در حال کم شدن است. آمار قتل و تجاوز و ضرب و شتم در دوپست سال اخیر در بعضی جاهای دنیا یک صدم شده است.

دنیای جدید دنیایی است که آدم‌ها حتی وقتی باشگاه می‌روند تا عضلاتشان را قوی و گردنشان را کلفت کنند هدفشان به دست آوردن دل دلبران شان است نه کتک زدن دشمنان شان. آمار عمل‌های زیبایی در مردان روز به روز در حال افزایش است چون دخترهای جدید، آن چهره‌های مردانه قدیمی را کمتر می‌پسندند.

دنیاه مطلب در صفحه ۱۰

درحالی که ما در این یکنه دنیا به سران آمریکا و اروپا فحش می‌دادیم که چرا وارد جنگ نمی‌شوند، آنها با حمایت افکار عمومی و با همان اینستاگرام و توئیتر و فیفا و یوفا و بانک‌ها و تحریم‌شان کسی را بدون شلیک یک تیر شکست دادند که فقط با نصف بمب‌هایی که دارد می‌تواند نسل بشر را منقرض کند.

سران کشورهای غربی بدون اینکه خونی از دماغ کسی بریزد جنگ را در برابر روسیه هسته‌ای برنده شدند چون پوتین حتی اگر در نبرد پیروز شود بازنده است. آیا این یعنی برای جنگیدن و فتح کردن و برنده شدن در دنیا دیگر به تانک و موشک و بمب نیازی نیست؟ آیا دیگر آدم‌ها برای اسکندرها و نادرها و ناپلئون‌های جدید تره هم خرد نمی‌کنند؟ آیا آدم‌ها کم کم

چرا کسی برای این امپراتور کف نزد؟

دکتر رضا ابوتراب «نورولوژیست»

نادرشاه در هند بلای آسمانی ولی در ایران قهرمانی ملی بود. کوروش کبیر و اسکندر مقدونی و ناپلئون حتی در بین کشورهای مغلوب سر بلند بودند.

در ایران میلیون‌ها بیت در ستایش اسکندری سروده شده که ایران را شکست داد و اشغال کرد و آتش زد. حتی «چنگیز» که باعث شد جمعیت بسیاری از نواحی ایران منقرض شود، اسمی است که تا صد سال قبل بسیاری از ایرانیان روی بچه‌هایشان می‌گذاشتند.

حالا به امپراتور روس نگاه کنید! امپراتوری مقتدر، خاکی که چند سال پیش کشورش از دست داده را به وطن باز می‌گرداند. تقریباً همه اوکراینی‌های بزرگسال روزی هموطن پوتین محسوب می‌شدند. تصور کنید اگر حاکمان صد سال پیش ما آنقدر عرضه داشتند که می‌توانستند تاجیکستان و آذربایجان را از روس‌ها پس بگیرند چقدر به آنها افتخار می‌کردیم. پوتین هم لابد مطمئن بود تصرف اوکراین او را قهرمان روسیه خواهد کرد؟ ولی فقط چند ساعت بیشتر از کشورگشایی

امپراتوری مقتدر با لشکرش، جایی که تا چند سال پیش خاک کشورش بوده را با یک حمله برق‌آسا به وطن باز می‌گرداند. او مطمئن است در تاریخ از او به بزرگی یاد خواهد شد و مردمانش او را تا حد پرستش ستایش خواهند کرد و در کتاب‌ها از او به عنوان قهرمانی ملی یاد خواهد شد.

نادر شاه افشار هند را فتح کرد و قهرمان ایران شد، اسکندر مقدونی ایران را فتح کرد و قهرمان یونان، و چنگیزخان مغول با وجود این همه جنایت قهرمان مغولستان! اینها نه تنها در کشور خودشان قهرمان محسوب می‌شدند بلکه حتی در کشورهای مغلوب هم از آنها به بزرگی و شجاعت یاد می‌شد. مردم عاشق امپراتورانی بودند که خاک و زمین و ثروت همسایه‌هایشان را برایشان به غنیمت بگیرند. معنی کشورگشایی، افزایش ثروت و افتخار برای میهن بود! اصلاً مهم نبود که چه بلایی بر سر ملت‌های مغلوب می‌آید چون فقط برنده‌ها تاریخ را می‌نوشتند. بازنده‌ها فقط بازنده بودند.

مشاور آگاه و با تجربه در خرید و فروش املاک مسکونی و تجاری

تخصص ما، تجربه ۴۰ ساله ماست!

TuuKasa Real Estate

(408) 369-2020

قصد خرید یا فروش خانه دارید؟

شما می‌توانید با پرداخت فقط **۱ درصد کمسیون**، خانه خود را با ما لیست کنید

همچنین با خرید خانه رویایی تان، **۱ درصد کردیت** مبلغ خرید خانه به شما تقدیم خواهد شد!

You can list your property with us at only **1% commission** & save thousands of dollars.

You can also buy your dream home with us & get **1% credit** towards your purchase price.

برای خرید و یا فروش خانه تان این موقعیت استثنایی را از دست ندهید!

Kamran Pourshams

Email: info@tuukasa.com

339 Saratoga Ave., Ste. 300, San Jose, CA 95129



فقرات و سایر قسمت‌های بدن به یک متخصص کایروپراکتیک مراجعه می‌کنند. هدف از کایروپراکتیک رفع مشکلات هم تراز، تسکین درد و حمایت از بدن در روند بهبود طبیعی است. متخصص کایروپراکتیک یک برنامه درمانی را بر اساس علت اصلی آسیب دیدگی شانه شما تشکیل می‌دهد.

به عنوان مثال، فردی که با در رفتگی کتف و شانه درگیر است ممکن است درمان متفاوتی از فردی که دارای مشکلات روتاتور کاف است داشته باشد. بیشتر متخصصان کایروپراکتیک ترکیبی از روش‌های درمانی زیر را استفاده می‌کنند:

ماساژ: متخصصان کایروپراکتیک برای تسکین درد شانه هم ماساژ دست و هم هیدروماساژ (به کمک فشار آب) ارائه می‌دهند. ماساژ به رفع سفتی و گرفتگی کتف و شانه و بازگرداندن دامنه حرکت کمک می‌کند.

جا انداختن مفاصل: پنج روش اصلی در کایروپراکتیک وجود دارد که متخصصان از آنها استفاده می‌کنند: این تکنیک‌ها شامل گانستد Gonstead، تکنیک فعال ساز، تکنیک تنوع یافته، فلکشن دیستر کشن و تکنیک تامپسون می‌باشند.

اصلاح وضعیت بدن: وضعیت بد بدنی در افرادی که تمام روز را پشت میز نشسته‌اند بیشتر است. وضعیت نادرست بدن منجر به فشار بیش از حد به عضلات و مفاصل می‌شود. متخصص کایروپراکتیک می‌تواند وضعیت صحیح بدن را به شما آموزش دهد تا از حرکت دادن شانه‌هایتان به سمت جلو که باعث سفتی و التهاب شانه می‌شود، پیشگیری کنید.

فواید تکنیک کایروپراکتیک

دکتر فتنه هوشداران



درد کتف و شانه

درد زیر کتف راست: درد زیر کتف و شانه راست می‌تواند دلایل جزئی یا شدیدی داشته باشد. دلایلی که به طور معمول منجر به درد در زیر شانه راست می‌شوند شامل استفاده از موس کامپیوتر، بغل کردن کودک در سمت راست، وضعیت نادرست، وضعیت بد خواب، حمله قلبی، حمله کیسه صفرا، بیماری کبد، سرطان سینه و آرتروز است.

درد زیر کتف شانه: دلایل شایع درد زیر کتف چپ شانه شامل آسیب دیدگی، پیری، وضعیت خواب اشتباه، سرماخوردگی یا آنفولانزا، در رفتگی، یخزدگی شانه، شکستگی، بورسیت، پارگی روتاتور کاف، عصب فشرده، نقاط تحریک، التهاب، حمله قلبی، حملات کیسه صفرا و ذات الریه باشد.

درد بین دو کتف: دلایل عمده درد بین دو کتف شامل وضعیت بد بدن، فتق دیسک، بیماری کیسه صفرا، حمله قلبی، التهاب زیر دیافراگم، تنگی نخاع، اسپوندیلوز گردنی، آرتروز و سندرم مفصل فاست است.

علائم درد کتف و شانه: علائمی که تجربه می‌کنید به علت درد کتف و شانه شما بستگی دارد. درد می‌تواند ناگهانی، مزمن، موقتی، سوزاننده، تابش از ناحیه‌ای به ناحیه دیگر و در قسمت‌های مختلف شانه ظاهر شود. درد کتف و شانه می‌تواند باعث بی حسی یا گزگز شود و درد هنگام خوابیدن روی شانه یا تنفس تشدید شود. یکی دیگر از علائم درد کتف و شانه، کرپیتوس است که هنگام حرکت شانه یا فشار دادن آن صدای تق تق شنیده می‌شود.

هنگام تجربه درد کتف و شانه، بسیاری از افراد برای تسکین، بهبودی و تنظیم ستون



Immigration & Translation Services

۱۳۱۸-۵۵۴-۵۵۴ (۴۰۸)

شرکت ساعی

مشکل گشای شهر شما



👉 کارت سبز، ویزای نامزدی

👉 امور مربوط به دفتر حفاظت ایران

👉 ترجمه کلیه مدارک، عکس گذرنامه

👉 تشکیل شرکت‌ها

👉 تعویض نام

تابعیت

www.saeicompany.com

I am not an attorney

(408)554-1318

برای اطلاعات بیشتر با آقای داریوش گیلانی تماس بگیرید

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

نقد و بررسی فیلم «عنکبوت»

منتقد: میثم کریمی

کارگردان: ابراهیم ایرج زاد: متولد سال ۱۳۶۰ در مشهد است و کار خود را از انجمن سینمای جوان مشهد آغاز کرد. نخستین ساخته این کارگردان «تابستان داغ» بود که در سال ۱۳۹۵ منتشر شد و توانست در ۱۳ رشته نامزد دریافت سیمرغ شود.

بازیگران: محسن تانبنده، ساره بیات، شیرین یزدان بخش، ماهر الوند
خلاصه داستان: سعید (رضا تانبنده) مرد متاهلی است که پس از شنیدن خبر مزاحمت یک مسافرکش برای همسرش، تصمیم می گیرد به روش خود عدالت را اجرا کند اما...

نقد فیلم «عنکبوت»: «عنکبوت» بر اساس یک رویداد واقعی ساخته شده است. داستان قاتل زنجیره‌ای مشهوری که در شهر مشهد زندگی می کرد و فارغ از قتل‌های ترسناکی که رقم زد، به دلیل روحیات عجیبش پس از ارتکاب قتل‌ها، شناخته می‌شد. سوژه فیلم «عنکبوت» در سینمای ایران سوژه بکری است. از آن دست سوژه‌هایی که به دلایل متعدد



صحنه ای از فیلم «عنکبوت»

کمتر فیلمسازی به سراغ آن می‌رود. اما متأسفانه ایرادات فیلم به حدی زیاد و بنیادین است که نمی‌توان از آنها چشم‌پوشی کرد. پیش از این، مستند تکان‌دهنده‌ای درباره این قاتل ساخته شده بود. مستندی که در آن مصاحبه‌هایی با خود قاتل و خانواده و اطرافیان او انجام شده است. این مستند می‌توانست نقطه‌گذاری صحیحی

برای روایت داستان زندگی سعید حنایی انجام دهد اما فیلم تنها یک رونوشت از خلاصه آن شرح وقایع را در فیلم به تصویر می‌کشد و خبری از درام و سینما نیست. بی‌سلیفگی سازندگان به حدی است که حتی شخصیت اصلی داستان را به حال خود رها کرده‌اند و در طول فیلم شخصیت او را گسترش نمی‌دهند. درحالی که تقریباً نیمی از مدت زمان فیلم گذشته، نخستین قتل فیلم رقم می‌خورد. به نظر می‌رسد که این زمان طولانی می‌بایست صرف شخصیت پردازی سعید حنایی شود اما در عمل، فیلم به چند سکانس بی‌ربط به محل کار او و چند دیالوگ بین او و مادرش بسنده می‌کند تا به این ترتیب، قاتل مخوف داستان از دل هیچ، خلق شود!

ایراد دیگر فیلم پس از وقوع قتل‌ها رخ می‌دهد جایی که جز به تصویر کشیدن قتل‌های مختلف، پیشرفتی در فیلمنامه حاصل نمی‌شود. قربانیان در نیمه باقی مانده فیلم در معرض قتل قرار می‌گیرند و سپس سعید حنایی آنها را به روشی مشابه به قتل می‌رساند. در این بین نه از شخصیت اصلی داستان چیز بیشتری متوجه می‌شویم و نه حتی قربانیان تبدیل به شخصیتی می‌شوند که بخواهیم با آنها ابراز همدردی کنیم. چنین کج سلیفگی که در آن قاتل اهمیت داشته باشد و نه مقتول، اتفاق عجیبی است که در تمام دقایق فیلم «عنکبوت» رخ داده است. شاید بهتر می‌بود با توجه به سوژه جالب و حساس فیلم، جامعه‌شناسی و روان‌شناسی در دل داستان ایجاد می‌شد تا مخاطب پس از تماشای فیلم تبدیل به تماشاگری آگاه‌تر شده باشد.

دنباله مطلب در صفحه ۵۶

از سقوط شخصیت دکتر جلوگیری نماید.

«درخت گردو» علی‌رغم تمام ضعف‌هایی که دارد، هنوز سوژه مهمی دارد. رویداد تاریخی پر درد و رنجی که تا به حال به اندازه‌ای که شایسته بوده به آن پرداخته نشده و هرگز هم رنج مردمان سردشت در هیچ نقطه‌ای از جهان به رسمیت شناخته نشد. شاید بهتر می‌بود که «درخت گردو» حتی مستند می‌بود و به طور کامل قصه را فراموش می‌کرد تا اثری استاندارد و یکدست ساخته شود. این روایت شبه مستند و قصه‌ای که حتی به یک خط هم نمی‌رسد و هرگز گسترش نمی‌یابد، نمی‌تواند از «درخت گردو» اثری ماندگار بسازد. وضعیت فیلم زمانی بدتر می‌شود که بدانیم مهدویان سعی کرده بخشی از مشکلات اساسی فیلمنامه و در واقع کمبود قصه را از طریق راوی برطرف کند، ترفندی که مدت‌هاست از سینمای حرفه‌ای حذف شده اما کماکان سینمای ایران با اشتیاق به سراغ آن می‌رود!

نقد و بررسی فیلم «درخت گردو»

منتقد: میثم کریمی

کارگردان: محمدحسین مهدویان: کارگردان پرکار سال‌های اخیر سینما که آثاری مانند «ایستاده در غبار»، «ماجرای نیمروز» و «سریال زخم کاری» را در کارنامه اش ثبت کرده است.

بازیگران: پیمان معادی، مهران مدیری، مینا ساداتی، مینو شریفی
خلاصه داستان: این فیلم درباره بمباران شیمیایی سردشت توسط صدام حسین است. فاجعه تاریخی که سرنوشت بسیاری از انسان‌ها را برای همیشه تغییر داد.

نقد فیلم «بندر بند»: محمدحسین مهدویان در «درخت گردو» دوباره به سبک و سیاق فیلمسازی موردعلاقه خود بازگشته و روایت «شبه مستند» از تاریخ را پیش گرفته است. فیلم جدید او ادامه‌ای است بر آثار شبه مستند قبلی‌اش از جمله «ایستاده در غبار» و «ماجرای نیمروز». این بار داستان درباره بمباران شیمیایی سردشت است. واقعه‌ای که از آن به عنوان نخستین مورد استفاده از سلاح‌های شیمیایی در جنگ یاد می‌شود. در این واقعه، بیش از صد نفر کشته و حدود هشت هزار نفر نیز مجروح شدند که تا به امروز نیز عوارض استنشام گازهای شیمیایی در ریه آنها زندگی عادی‌شان را مختل کرده است. پرداختن به این سوژه ایده بسیار بکری بود که محمدحسین مهدویان می‌توانست بر اساس آن فیلمی تأثیرگذار بسازد. اما نتیجه کار چنان ناامیدکننده است که حتی مخاطب می‌تواند در میانه فیلم از دیدن آن پشیمان شود.

بزرگ‌ترین مشکل فیلم «درخت گردو» قطعاً فیلمنامه است. فیلمنامه‌ای که در آن شخصیت‌ها ساخته نمی‌شوند و تأکید فیلم بر نمایش زجر و درد قربانیان سلاح شیمیایی است. به همین دلیل است که فیلم جدید مهدویان تبدیل به شکنجه مخاطب می‌شود بدون آن که قصه در آن گسترش پیدا



صحنه ای از فیلم «درخت گردو»

کند. «درخت گردو» قرار است حول محور شخصیت قادر باشد. پدری که تمام اعضای خانواده‌اش را در بمباران شیمیایی از دست داده و به نوعی، زندگی برای او به پایان رسیده است. فیلم اما از این موقعیت استفاده نمی‌کند تا درامی خلق کند و مخاطب را مجاب کند تا با او همدات‌پنداری کند. مهدویان به جای پرورش شخصیت‌های داستان، آنها را به حال خود رها کرده و در عوض با استفاده از موسیقی و تصاویر اسلوموشن، قصد داشته پیامش را به مخاطب انتقال دهد که نتیجه ناامیدکننده است.

در فیلم، قادر از بیمارستانی به بیمارستان دیگر می‌رود و زجر و ناله‌های بسیار می‌شنود. این بخشی از واقعیت دردناک سردشت است که قطعاً می‌بایست در فیلمی که درباره این واقعه ساخته می‌شود به تصویر کشیده می‌شد. اما زمانی که فیلمی سینمایی درباره یک واقعه تاریخی ساخته می‌شود، قصه‌پردازی نیز تبدیل به یک اصل می‌شود. مخاطب قطعاً پیش از تماشای فیلم از آنچه که در سردشت گذشته اطلاع دارد و می‌داند که ابتدا و انتهای داستان به چه شکل می‌گذرد. از این جهت، لزوم وجود قصه‌ای که بتواند در دل این فاجعه تاریخی روایت شود حس می‌شود. شاید در این خصوص اشاره به سریال «چرنوبیل» بتواند مقایسه مناسبی باشد. در این سریال، فاجعه اتمی چرنوبیل در اکران، پس زمینه اصلی داستان بود اما قصه اصلی حول محور شخصیتی بود که می‌خواست در این خصوص افشاگری نماید. اتفاقی که در فیلم مهدویان رخ نداده و قادر صرفاً ناظر بر رنج خانواده و مردمش هست و هیچ پیشرفت دیگری در فیلمنامه حاصل نمی‌شود.

با این حال، بازی پیمان معادی در نقش اصلی یکی از نقاط قوت فیلم محسوب می‌شود. بازیگری که در یکی از چالش‌برانگیزترین نقش‌آفرینی‌های دوران بازیگری‌اش موفق عمل کرده و صحنه را از آن خود می‌کند. حضور مهران مدیری نیز یکی از علامت سؤال‌های بزرگ فیلم است که احتمالاً به دلیل بازاریابی و تبلیغات از وجود او در فیلم بهره‌مند شده‌اند. مهران مدیری بازی خوبی از خود ارائه داده اما با این حال، نتوانسته ارتباط عمیقی با شخصیت برقرار کند و صرفاً تجربه قبلی بازیگری و اجرای او بوده که نتوانسته

شرکت مالیاتی و حسابداری توس

Tous Inc.



برنامه ریزی و اداره کارهای مالیاتی و حسابداری شما تخصص ماست

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

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

Tax Professional | Reza Farshchi

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

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

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



یگانه

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

Indoor & Outdoor Sitting & Take Out

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

The sandwiches are deliciously authentic!

- * Breakfast & Brunch
- * Omelettes
- * Sandwiches
- * Salads
- * Coffee & Tea
- * Fresh Juices
- * Dessert
- * Milkshakes



نان سنگک تازه - کله پاچه - حلیم



(408) 666-1229

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

www.yeganehbakery.com

3275 Stevens Creek Blvd. San Jose, CA 95117

Order online with **DOORDASH**

منطقه فضول آباد

خطا از بزرگان گرفتن خطا نیست!

سعدی شاعر و ادیب مشهور ما در جایی می فرماید: خطا از بزرگان گرفتن خطاست. من وقتی قضیه را سبک و سنگین می کنم می بینم این حرف را قبول ندارم چون اولاً استاد ادب ما معلوم نکرده این بزرگان چه کسانی هستند. ثانیاً منظور وی از خطا کدامین جرم و خطاست. ثالثاً در دنیا قانون وجود دارد. هیچکس از نگاه قانون هنگام وقوع خطا و جرم قانون نمی گوید این از بزرگان است بگذار بره و آزادش کن. حتی این خطاکار می خواهد رئیس جمهور باشد یا آقا زاده ای. اگر از خطا و جرم آدم بلند مرتبه ای بگذریم، خدا می داند چه ها خواهد شد، چه فجایع و بی عدالتی هایی در سطح جامعه به وقوع خواهد پیوست. در این باره حافظ می فرماید:

در عهد پادشاه خدابخش جرم پوش / حافظ قرابه کش شد و مفتی پیهاله نوش
یا در بیتهی دیگر آمده است:

اگر ز باغ رعیت ملک خورد سیبی / بر آورند غلامان او درخت از بیخ
این را هم بگویم حافظ هم مانند سعدی خوشش نمی آمد کسی از او خطا بگیرد و می فرماید.

کسی گیرد خطا بر نظم حافظ / که هیچش لطف در گوهر نباشد

اگر منظور سعدی این است که از اهل ادب ایراد نگیرید، در زمانه ما اهل ادب این جور فکر نمی کنند و تا آنجائی که برایشان مقدور است سعی می کنند اثرشان بی عیب و ایراد به چاپ برسد. دوستی می گفت در لندن نویسندگان در سالتی تمام صفحات کتابشان را به دیوار نصب می کنند. البته پیش از انتشار از خوانندگان می خواهند معایب کتاب را برای آنان بنویسند، حتی اگر یک کاما هم اشتباه باشد. چنین است که در مغرب زمین منتقدان جایگاه بلندی دارند و حرمت فراوان و اهل ادب می دانند منتقدان چه خدمتی به آنها می کنند.

گره خجالتی خانه های ما

من سالها نمی دانستم در محل مسکونی ما که نامش پارک ونیز نا است گره ای هم البته به سبک خودش زندگی می کند. یه روز او را دیدم.

دنباله مطلب در صفحه ۵۷

مشقی تازه در روزهای غربت

حسینعلی مکوندی

فریمان - کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



کتابخانه های سیار در ایران

نخستین کتابخانه سیار شهری پیش از ۱۳۴۴ به همت انجمن کتاب و کمک شرکت ملی نفت در تهران آغاز به کار کرد. هفته ای یک بار کتاب برای استفاده مردم حومه تهران می بردند. کتابخانه سیار شهری دیگری در ۱۵ مهر ۱۳۴۵ برای ۳۹ دبستان مناطق جنوب تهران آغاز به کار کرد. همچنین به منظور کتاب رسانی به روستاهای کشور، از سال ۱۳۴۹ به بعد انجمن ها، سازمان ها و ارگان های دولتی فعالیت داشتند. تا سال ۱۳۵۴، در مجموع ۲۲ انجمن و سازمان ملی و بین المللی و افراد مستقل گهگاه عهده دار کتاب رسانی به روستاها و ایجاد کتابخانه های روستایی بودند که فعالیت آنها کوتاه مدت و ناپایدار بوده است. در سال ۱۳۴۶ کانون پرورش فکری نخستین کتابخانه سیار روستایی را در منطقه دره شوری عشایر قشقای بنا کرد. تا سال ۱۳۵۴ تعداد ۱۸ واحد کتابخانه سیار روستایی و عشایری در سراسر کشور فعالیت داشتند (نقل از کتاب کتابخانه در ایران)

خالی بندی

این صفت منفی را آبادانی ها بیشتر لاف می گویند و به آدم خالی بند هم می گویند لافو. این عادت زشت با دروغ و رجز خوانی فرق می کند. چنین آدمی حرف هایش خطر چندانی ندارد و بیشتر یک نو خودنمایی است. بهرحال درباره خالی بندی کسی می گفت تا حالا شانزده نفر پیدا شدند که گفته اند: «پدر من وزیر امور خارجه در ایران بوده». مورد دیگری هم گفته اند که کسی آمد به دهاتی و ادعا کرد او خداست. مردم یقه اش را گرفتند و گفتند: «پارسال کسی آمد ادعا کرد پیغمبر است و ما حسابی لت و پارش کردیم و رفت.» مردی که ادعا می کرد خداست گفت: «خوب کاری کردین، چون من او را نفرستاده بودم.»

دفاتر و کالت علی مقدمی

با همکاری جفری زیندر

وکالی سابق شرکت های بیمه با بیش از ۶۰ سال تجربه

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



Ali Moghaddami

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



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

Tel: (818) 500-4111

Fax: (818) 500-4144

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

Free Consultation

Tel: (408) 332-5885

Cell: (408) 643-1739

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

یادداشت‌های بی تاریخ

زنده یاد دکتر صدرالدین الهی



صدرالدین الهی روزنامه‌نگاری بود که از کلاس درس او نکته‌ها می‌شد آموخت. دکتر الهی آخر هر ترم در دانشگاه نامه‌ای به فارغ‌التحصیلانی می‌نوشت که می‌خواستند در روزنامه‌ها کارآموزی کنند. توصیه‌هایی که نه تنها به کار خبرنگاران می‌آید، ابزاری هم می‌تواند باشد در دست و چشم مخاطبان خبر که سره از ناسره برگزینند. آنچه می‌خوانید دو بخش از این نامه‌هاست.

لطفا همیشه همه‌جا تشریف نداشته باشید - خردادماه ۱۳۵۳

بچه‌های عزیزم! فردا پس فردا یا کمی دورتر و دیرتر به سر کاری می‌روید که درس آن را خوانده‌اید. در این روز خداحافظی، من می‌خواهم حرف‌هایی درباره روزهایی که در راه است بزنم. زمین این روزها خیلی لغزنده است و فقط پای قرص و قدم مطمئن می‌تواند در این راه پیش برود. اولین چیزی که شما را تهدید می‌کند تعارف‌های تکه‌پاره‌ای است که تجربه‌دارها و مردمان زیرک هر گروه، از تاجر تا سیاستمدار و از نظامی خیردار و مدیر کل طرار در طبق خدمتتان می‌دهند و شما با خوشحالی این لقمه چرکین را به دهان می‌گذارید. همه آنها به شما می‌گویند: «تشریف بیاورید و سرفراز فرمایید». این به ظاهر یک دعوت مؤدبانه است برای اینکه شما را با پای خودتان به سوی تله‌ای ببرند که «تشریف داشتن» نام دارد. در این تله است که آنها از حضور شما به‌عنوان شاهد صادق استفاده می‌کنند. به مسؤلان بالاتر می‌گویند که «آقای فلان، خبرنگار فلان روزنامه در مراسم حاضر بودند و تشریف داشتند.» و یا «خانم بهمان گزارشگر بهمان شبکه شاهد برگذاری مراسم بودند و در آنجا تشریف داشتند.» در این حال است که شما با یک نوع حضور تشریفاتی در لحظه‌هایی که باید حقیقت را تماشا کنید روبه‌رو می‌شوید و بدتر از همه ناگهان در «حوض حضور» واقعه می‌افتید و در گزارش خود آن را آنچنان که آنها می‌خواهند منعکس می‌کنید. بدتر از همه اینکه به تشریف داشتن معتاد می‌شوید. کم‌کم کار به جایی می‌رسد که اگر از شما دعوت نکنند که تشریف بیاورید اوقات تلخ می‌شود و ابرو در هم می‌کشید و چهره دژم می‌کنید. با خود می‌گویید چرا ما تشریف نداشتیم؟

روزها به سرعت می‌گذرد و شما که معتاد تشریف داشتن هستید اگر در مراسمی تشریف نداشته باشید خود به خود خویشتن را در آن حاضر می‌بینید و اگر مصاحبه‌ای بی‌حضور شما برگزار شود بدون آنکه بخواهید، برای آنکه «حس تشریف داشتن» خود را ارضا کنید، مصاحبه‌ای می‌سازید و چاپ می‌کنید و حرف‌هایی را در دهان مصاحبه شونده می‌گذارید که اگر او خود آنها را بخواند فقط زیر لب می‌گوید: «پسره دروغگو» یا «دختره جاهل».

حرفه‌ای که به آن می‌روید حرفه خطرناکی است. شما را به تشریف داشتن تشویق می‌کند. اما به یاد داشته باشید که من بارها در کلاس مصاحبه یا درس گزارش یادآور شده‌ام که افزودن یا کاستن برای خوشایند دیگران از یک مصاحبه یا یک گزارش فقط یک معنی دارد و آن چیزی نیست جز قلب واقعیت. بدترین صورت این کار وقتی است که شما با سال‌ها جلو بیابید و خاطرهای آن تشریف داشتن‌ها و فرمودن‌ها و عرض کردن‌های خیالی به صورت یک حقیقت برایتان در بیاید و به اصطلاح امر بر خودتان مشتبه می‌شود.

در تعریف حالات و روحیات آدم‌هایی که در آن سال‌ها خود، کسی بوده‌اند چنان رفتار می‌کنید که پنداری رفیق گرمابه و گلستان او بوده‌اید و بی هیچ وحشی از اینکه او را «تو» خطاب می‌کرده‌اید و یا به قول فرانسوی‌ها با او «توتوایه» (tutoyer) داشته‌اید حرف می‌زنید. گاهی خود را جزء اصلی تصمیم‌گیری‌های مهم جلوه می‌دهید. کم‌کم جلوتر که می‌آید، می‌شوید مشاور اتفاقات و حوادثی که قرار است رخ بدهد و شما در آن تشریف داشته باشید.

چند سال پیش یکی از همکاران جوان من که به بیماری «تشریف داشتن» مبتلا بود در مجلسی که صحبت از بزرگان علم و ادب آن روز بود مدعی شد که آخرین مصاحبه با علامه دهخدا را او کرده است و نظرات دهخدا را درباره انقلاب مشروطه در مصاحبه‌اش آورده. آن شب مردان سالخورده مجلس فقط به او نگاه کردند زیرا آقای همکار جوان، در روز مرگ دهخدا، هنوز به دبستان نرفته بود. این خطر «خود تشریف داشتن» شما را به مرحله‌ای می‌رساند که حقیقت تاریخ را فراموش کنید و خود را در همه جا حاضر و ناظر بدانید.

عزیزان من، گفتن یک «نمی‌دانم» یا «خبر ندارم» بر بهای شما و کار حرفه‌ای شما می‌افزاید. شما فقط وقتی می‌توانید از تشریف داشتن‌های خود سخن برانید که عکسی، دستخطی، صدایی برای اثبات حضورتان در آن واقعه داشته باشید و به هنگام نقل یا چاپ آن از مدارکی که دارید استفاده کنید.

بیماری «تشریف داشتن» خطرناک‌ترین بیماری برای یک روزنامه‌نگار است. یک سیاست‌پیشه، یک ملای مدعی حضور روحانی در همه جا، یک نظامی که در جبهه‌های تنگن به دست حضور داشته اگر از «تشریف داشتن» خود حرفی بزند و این حرف با واقعیت‌ها برابر نباشد یا با پوزخند جامعه روبه‌رو خواهد شد و یا درباره گوینده گفت که: دروغ‌گوست. اما در مورد ما صورت قضیه شکل دیگری پیدا می‌کند. اگر شما همه جا تشریف داشته باشید و مدرکی از این تشریف داشتن ارائه ندهید به شما خواهند گفت که: «ولش کن، روزنامه‌نویس است و هزار کاره و هیچ کاره، به حرفش اعتنایی نکنید و به نوشته‌اش اعتباری ندهید.»

بچه‌های عزیز من، در راهی که قدم می‌گذارید خود را کوچک‌تر و کمتر از واقعیت ببینید. بگذارید مردم فقط به شما بگویند: «دست مریزاد، چه خوب حضور داشتی و چه خوب ما را با خود به محل حادثه یا مصاحبه بردی، دستت درد نکند.»

مواظب یابو باشید - زمستان ۱۳۵۳

بچه‌های عزیز من، امروز من گروهی از شما را به کیهان و چند نشریه دیگر می‌فرستم تا کارآموزی عملی را آغاز کنید. معمولاً ما این کار را در پایان سال سوم می‌کنیم که آمادگی‌ها بیشتر است، اما امسال من فکر کردم که بعضی از شما لازم است قبل از اخذ درجه لیسانس و پز روزنامه‌نگار لیسانسیه را دادن، توی آب بیفتید و ببینید که معلمات که سال‌هاست در این بیکرانه بی‌رحم دست و پا می‌زنند چه حالی دارد، شاید دلتان به حالش بسوزد و آنقدر غرغر نکنید که تکلیف‌ها سخت است، زیاد است، وقت نداریم، اصلاً به چه درد می‌خورد گزارش از شخص، گزارش از واقعه، گزارش از محل نوشتن؟

اما پیش از آنکه در آب بیفتید می‌خواهم شما را از جانوری که لب این آب ایستاده است بترسانم. این جانور کنار دریای خبر کمین کرده، در انتظار ساده دلانی است که فکر می‌کنند با سوار شدن بر او از شب تاریک و بیم موج‌رها خواهند شد و به آن طرف دریا که قله شهرت و افتخار به خیال آنان در انتظارشان است، خواهند رسید. جانور عجیبی است. اسمش را زیاد شنیده‌اید. اما خوب نمی‌شناسیدش. نام نامی این جانور «یابو» است. یابو اسب درشت‌هیکلی است مثل اسب‌های مجار که توپ صحرایی را با همه سنگینی در پیچ و خم راه‌های کوهستانی حمل می‌کند و در تحمل بار سنگین صبور است و دم نمی‌زند. اما یابو را با اسب مجار اشتباه نکنید. یابو حیوانی است بی‌محبت، نمک‌نشناس و عاشق بر زمین زدن سوار. آیا هرگز اصطلاح «یابو برداشتن» را شنیده‌اید؟ این اصطلاحی است که عوام برای کسانی که ناشناخته به جای اسب، سوار یابو می‌شوند به کار می‌برند زیرا یابو بر خلاف اسب که حیوان نجیبی است، موجود نانجیب، سوارکش و گمراه‌کننده است. شغلی که من شما را امروز به سوی می‌فرستم به همراهش یابویی در حرکت است، مواظبش باشید.

در روزهایی که خواهد آمد، در حالی که خیال می‌کنید بر توسن قلم سوارید و کلمات جاده‌های مهربان زیر پای شما هستند، ممکن است سوار یابو شده باشید و این یابو ناگهان آنطور که او دلش می‌خواهد و نه آنطور که شما می‌خواهید، شما را به راهی ببرد که در صورتان نمی‌گنجد.

دیر یا زود شما صاحب حوزه‌ای خواهید شد که به آن حوزه خبر می‌گویند. در این محوطه اگر با پای پیاده بروید و با احتیاط به هر طرف نگاه کنید، اطلاع درست را به دست خواهید آورد. اما در حوزه خبر، آدم‌های زیرکی هستند که تا به شما می‌رسند با چرب زبانی از پیاده بودن شما اظهار تأسف می‌کنند و یک حیوان به ظاهر مؤدب و مهربان را که در گوشه‌ای ایستاده است پیش می‌آورند و اصرار می‌کنند که بر آن سوار شوید. این جانور محترم همان یابوست که ذکرش رفت. تعارف‌کنندگان از تسلط شما بر خبر، از نگاه وسیع و عمیق شما بر اتفاقات، از نثر شیرین و دلپذیر شما در گزارش‌ها تعریف می‌کنند. طبعاً تعریف این مقامات مهم که در سطح مملکت صاحب درجات عالی هستند شما را خوشحال و پرلیند می‌کند. آنها با زیرکی به دنبال شما که سوار یابو شده‌اید حرکت می‌کنند و یواش یواش و با حرامزادگی خبری را که گرفته‌اید و به صحت آن اطمینان دارید، آنطور که دلشان می‌خواهد صاف و صوف می‌کنند و در برابر اعتراض شما که حقیقت‌ها با آنچه آنها می‌گویند هماهنگی ندارد، با لبخند شیرین و گمراه‌کننده‌ای توضیح می‌دهند که روش کار این اداره از این قرار است و قبلاً آدمی که پیش از شما اینجا می‌آمد به توصیه مقامات بالاتر که از کارش راضی بودند از روزنامه‌نگاری به مدیر کلی رفت و فلانی که می‌شناسیدش، سلسله‌مراتب را به سرعت طی کرد و وزیر شد.

دنباله مطلب در صفحه ۵۶

CITIZENSHIP DAY 2022

SAN JOSE



هم اکنون ثبت نام کنید! پایان ثبت نام در تاریخ

دوشنبه ۱۶ ماه می

رایگان مشاوره ی حقوقی - جزوه های آموزشی
کمک جهت تکمیل فرم سیتیزن شیپی

ثبت نام کنید
واجد شرایط باشید
کمک بگیرید

مرحله ی آسان

۳



408 728 9942
e-immigrate.info

ثبت نام

به فارسی و انگلیسی

بدلیل ظرفیت محدود نمیتوانیم تضمین کنیم که فرصت کمک کردن به شما را داشته باشیم. از تعامل، صبر و درک شما سپاسگزاریم

PROJECT NEW CITIZEN



Project New Citizen is organized by the Santa Clara County Citizenship Collaborative, est. 1997





می‌شود. اینکه آگاهانه رنجی عظیم را بپذیری و دل به دریا بزنی و بخواهی در دنیای جدید متولد شوی، دلایل زیادی دارد و فقط به جاذبه‌های ترسیم‌شده در رسانه‌های مختلف محدود نمی‌شود. واقعیت این است که تحمل دنیای فعلی، با قواعد قدیمی به شدت دشوار شده. این را فقط نسل پرشور و پرتوان و جوان نیست که می‌داند و می‌گوید.

کم نیستند کسانی که به درخواست و حتی اصرار والدینشان قصد مهاجرت دارند. کسی از آینده خبر ندارد اما شاید روزی تصویر پدر و مادری که تلاش می‌کنند فرزندانشان را از خود دور کنند، نماد دوره‌ای متفاوت شود و نویسنده‌ای بیاید و یک اسم خاص برای شناسایی‌اش بسازد و تحویل تاریخ و ادبیات و سینما و موسیقی بدهد. مثلاً دوران استیلای تراژدی!

فرزند داشتن تا چه حد تو را ملزم به مهاجرت می‌کند؟ در نظامی که بهبود کیفیت شیوه‌های آموزشی جایی در اولویت‌هایش ندارد، کودکیت چه چیزی به دست خواهد آورد؟ ناتوانی در مهاجرت تا چه حد تو را از فرزندآوری منع می‌کند؟ پرسش‌های مربوط به کودکان را به هیچوجه نمی‌توان بی‌پاسخ رها کرد. غزل روان‌شناس است. ده سال است که ازدواج کرده و قصد ندارد که فرزند داشته باشد. برنامه‌ریزی برای تولد یک نوزاد را با واژه متفاوتی توضیح می‌دهد: «دعوت». اعتقاد دارد که دعوت کردن یک انسان به دنیایی که خشونت، فقر و ناامنی، از ویژگی‌های بارزش است نه اخلاقی است و نه عقلانی. به مهاجرت فکر می‌کند اما به دلایل خانوادگی هنوز برنامه‌هایش را عملی نکرده است. دنبال تضمینی است که اگر کوله‌بارش را بردارد و برود در یک سرزمین دیگر زندگی تازه‌ای را شروع کند، در خاک جدید خوشحال‌تر و آرام‌تر باشد. خوشحال‌تر از اینجا. آرام‌تر از اینجا. برای برخی دیگر، رفتن، مطمئن‌ترین و بهترین انتخاب موجود است. محبوبه دهقانی در لیگ فوتبال ترکیه دروازه‌بان است.

دنباله مطلب در صفحه ۴۹

دل ماندن، پای رفتن (به خاطر آینده)

سما روح‌بخشان

دلالت چیست اگر قرار باشد از اینجا بروی؟ دلالت چه خواهد بود اگر قرار باشد لباس‌ها و مدارک و آلبوم و خاطرات را برداری و توی چمدان بچینی و تماس بگیری و با همی آنهایی که عزیزند و دوری‌شان رنجت می‌دهد خداحافظی کنی و اشک بریزی و بروی و دور شوی؟ دلالت برای ماندن، برای مهاجرت چیست؟

برای خیلی‌ها دور شدن از خاکی بلاخیز و پردردورنج و ساختار ناکارآمد اداری و سیاسی و اقتصادی که مانع پشت مانع بر مسیر کار و زندگی و شادی‌شان می‌سازد، بزرگ‌ترین دلیل برای مهاجرت است. شاید دلیل برخی، دستیابی به موقعیت تحصیلی خاصی در یک دانشگاه معتبر و یک شهر مناسب باشد. شاید هم برای عده‌ای نفس کشیدن در هوایی که نسیم آزادی، گونه‌ها را نوازش کند دلیل مهمی باشد. با این حال، دلیل هر چه باشد، برای خیلی‌ها، ایران، سرزمینی خوش‌آب و هوا با کوهستان‌ها و کویرهای زیبا و سواحل متنوع، که مهد موسیقی و هنر و ادبیات نیز هست، و چند هزار سال سابقه تمدن، و معادن و منابع متعدد دارد، دیگر جای مناسبی برای ماندن نیست. جایی برای از صفر شروع کردن، برای ذره ذره پس‌انداز کردن و به فردا امیدوار بودن نیست. برای بعضی‌ها اینکه چیزی را اینجا شروع کرده باشند اهمیت ندارد، فقط می‌خواهند که ادامه‌اش را ببرند در خاکی دیگر، زیر آسمانی دیگر و در همسایگی آدم‌هایی که نمی‌شناسند. برای اینها، آنچه مهم است و تفاوت‌ها را رقم می‌زند این است که کدام سمت مرز ایستاده باشند و به کدام زبان سخن بگویند.

چند بار شنیده‌ای که «آنجا» طوری دیگر است؟ از قوانینش چه چیزهایی مطلوبیت خواهد بود؟ همه آن مواردی که منجر به رنج و آس و خشم می‌شود، آن سمت مرزها و پشت دریاهای دیگر خواهد بود؟ اگر به حکم جنسیتت زیر فشار هستی، به چیزی مجبور شده‌ای و بارها نادیده گرفته شده‌ای، آیا در کشوری دیگر قرار است که ملکه دنیای جدید شوی و از خاکستر بربادرفته وجودت یک پرنده اساطیری برخیزد و پرواز کند؟ نه؟ مسئله فقط این نیست؟

برای خیلی‌ها که دیده‌ایم و داستان‌شان را شنیده‌ایم، ماجرا در تاب نیارودن خلاصه

S & S Tire And Auto Repair

Complete Automotive Repair Service



Family Owned & Operated

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

Oil Change Special
Get \$10 OFF
Synthetic Oil Change

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

Established in 1996

(408) 738-1960

597 S. Murphy Ave. Sunnyvale, CA 94086

We Are #1

و بدن را برای جذب پروتئین‌ها و مواد مغذی از بین می‌برد. تغذیه نامناسب منجر به سوءتغذیه و اختلالات مغزی مانند ضعف حافظه، اختلالات یادگیری، بیش‌فعالی و افسردگی می‌شود. بنابراین، دفعه بعد که یک کوکای بزرگ به غذای خود اضافه کردید، دوباره فکر کنید زیرا تقریباً ۲۰ قاشق شکر پر شده است!

سیگار کشیدن: سیگار کشیدن یکی از بدترین عادات‌هایی است که به آن مبتلا می‌شویم. سیگار کشیدن نه تنها باعث ابتلا به بیماری‌های ریوی یا بیماری‌های قلبی می‌شود، بلکه منجر به کوچک شدن سلول‌های متعدد در مغز نیز می‌شود و می‌تواند منجر به بروز مشکلاتی مانند زوال عقل، آلزایمر و حتی مرگ شود.

پوشاندن سر در هنگام خواب: خوابیدن با سر پوشیده منجر به افزایش غلظت دی‌اکسید کربن و کاهش بیشتر غلظت اکسیژن در خون می‌شود. اگر اکسیژن رسانی ضعیف باشد، ظرفیت عملکرد مغز کاهش می‌یابد. ممکن است احساس خفگی و کمبود خواب داشته باشید که منجر به خستگی و خواب آلودگی می‌شود.

کار کردن در هنگام بیماری: ما اغلب زمانی که بیش از حد کار می‌کنیم بیمار می‌شویم. اگر در حین بیماری نیز به کار خود ادامه دهیم، قطعاً به کارایی مغز ضربه چشمگیری خواهد خورد. کار کردن در هنگام بیماری تنها به استرس اضافه می‌کند. هنگامی که بیمار هستیم، مغز و بدن سخت کار می‌کنند تا با عفونت مقابله کنند. کار کردن در روزی که مریض هستید تنها بار سنگینی بر دوش شما اضافه می‌کند. پس استراحت کنید تا بهبود پیدا کنید.

عدم معاشرت: معاشرت و صحبت کردن موجب ترغیب رشد و تکامل مغز می‌شود. مکالمات متفکرانه مغز را تقویت می‌کند و ظرفیت آن را برای کار بهبود می‌بخشد. می‌توانید خلاقیت خود را با ملاقات با افراد جدید و پیدا کردن دوستان جدید افزایش دهید. معاشرت یا تعامل همچنین روشی عالی برای ابراز خود است. اگر معاشرت وجود نداشته باشد یا ارتباطات کم باشد، ممکن است احساس ضعف و افسردگی کنید.

ورزش نکردن: ورزش کردن انسان را انعطاف پذیرتر می‌کند و تحرک را افزایش می‌دهد. بدون ورزش کافی، تحرک و قدرت حرکت مغز کاهش می‌یابد و ثبات و مهارت‌های حرکتی افت می‌کنند. مطالعات نشان داده‌اند که ورزش با تشریح هورمون‌های شادی موسوم به «اندورفین» به جوان نگه داشتن انسان کمک می‌کند. ورزش کردن نه تنها مغز، بلکه قلب و ریه‌های انسان را نیز تقویت می‌کند.

چند عادت روزانه که به مغز آسیب می‌زند

گردآورنده: سولماز مولوی

مغز انسان مهمترین عضو بدن ما است و همه متوجه این مهم نیستیم که مغز نیز برای عملکرد خوب به ورزش یا تمرین و تغذیه نیاز دارد. بنابراین، ایجاد عادات خوب و دوری از عادات بدی که در این گزارش به آنها اشاره می‌شود می‌تواند از آسیب مغزی جلوگیری کرده و آن را سالم نگه می‌دارد.

نخوردن صبحانه: مغز ما به مواد مغذی مناسب در زمان مناسب نیاز دارد تا بهترین عملکرد خود را داشته باشد. به دلیل سبک زندگی سریع، بسیاری از ما از خوردن صبحانه خودداری می‌کنیم و یا در نهایت صبحانه خود را حذف کنیم تا در ساعات اولیه روز کمی صرفه جویی کنیم. نخوردن صبحانه باعث می‌شود قند و مواد مغذی کافی به مغز نرسد. مغز برای عملکرد به گلوکز خالص نیاز دارد. تغذیه نامناسب می‌تواند اثرات مضر طولانی مدتی مانند تخریب سلول‌های مغزی بر روی مغز داشته باشد.

پر خوری: پر خوری منجر به رسوب پلاک‌های کلسترول و ضخیم شدن رگ‌های خونی مغز می‌شود که خون رسانی به سلول‌های مغزی را کاهش می‌دهد. این موضوع می‌تواند آسیب جدی به عملکرد طبیعی مغز وارد کند. مشخص شده است که پر خوری منجر به ابتلا به بیماری آلزایمر می‌شود. پر خوری منجر به چاقی می‌شود که به نوبه خود به تصویر و اعتماد به نفس ما آسیب می‌رساند و می‌تواند منجر به افسردگی و سایر مشکلات روانی نیز بشود. **کمبود خواب:** کم خوابی توانایی مغز را برای عملکرد عادی مختل می‌کند. اگر تا به حال راه خانه را گم کرده اید یا کلیدهای خود را در جایی گذاشته اید که بیاد نمی‌آورید، احتمالاً کمبود خواب عامل از دست دادن موقت حافظه شما بوده است. کم خوابی منجر به بروز مشکلات شناختی می‌شود. بدون خواب کافی، برخی از سلول‌های مغز می‌میرند و پس از آن به خاطر سپردن مسائل سخت تر می‌شود. مشکلات روانی نیز می‌تواند به دلیل خواب بد یا اختلالات خواب ظاهر شوند. بنابراین مطمئن شوید که از هفت ساعت خواب مناسب شبانه برخوردار هستید.

مصرف خوراکی‌های شیرین: همه ما آگاهانه یا گاهی ناآگاهانه در بیشتر غذاها و نوشیدنی‌های خود شکر مصرف می‌کنیم. مصرف زیاد قندهای تصفیه شده توانایی مغز

Belly Dance Classes With Afshaneh

به صورت گروهی، خصوصی و آنلاین

تدریس کلاس‌های رقص عربی

Entertainment for all your Occasions

- ◆ Weddings
- ◆ Birthdays
- ◆ Graduations
- ◆ Anniversaries
- ◆ Bridal Showers
- ◆ Retirements

- ◆ Online
- ◆ In Person
- ◆ Group Dance

- ◆ Mondays 7pm
- ◆ Fridays 7pm
- ◆ All Level Welcome

For more information

(510) 384-6863

email: a2255@protonmail.com

از پشت پنجره خانه ام جنگل را تماشا می کنم. همه جا را مه گرفته است. پربروز کولر روشن کرده بودیم امروز بخاری. زمستان باز گشته است. چه هول و هیبتی آورده است به کوچه ها دم پاییزی دلم بهار و بهارستان،

غم غم پاییزی
رادیو می گوید: «قیمت تخم مرغ سه برابر شده است.» می گویم: «سو وات؟ تخم مرغ نخواهیم خورد.» رادیو می گوید: «قیمت گوشت دو برابر شده است.» می گویم: «سو وات؟ گوشت نمی خوریم.» رادیو می گوید: «قیمت بنزین سه برابر شده است.» می خواهم بگویم: «سو وات؟» اما تاملی می کنم و می گویم: «یعنی پای گریزمان را هم از ما گرفته اند؟» حضرت سعدی می فرماید:

به جان دوست که در اعتقاد سعدی نیست
که در جهان بجز از کوی دوست جایی هست
ما هم با جناب سعدی موافقیم، اما با بنزین گالی هفت دلار چگونه می توان به کوی دوست پر کشید؟
گر مخیر بکنندم به قیامت که چه خواهی؟
دوست ما را و همه نعمت فردوس شما را بقول عطار نیشابوری: نه سامان نالیدن است نه قوت صبر کردن.
و باران همچنان می بارد.

یافت و لقب ملک الشعرائی گرفت. خاقانی دختر ابوالعلا را به زنی گرفته بود اما میان او و استادش کدورتی پیش آمد و خاقانی استاد خود را هجو کرد. اما پاسخی که ابوالعلا به خاقانی داد چنین است:

خاقانیا! اگر چه سخن نیک دنیا
یک نکته گویمت بشنو رایگانیا
هجو کسی مکن که ترا مه بود به سن
شاید تو را پدر بود و تو ندانیا!

اندر مصائب سر به هوایی
رفته بودیم فروشگاه کاسکو. آمدیم بیرون دیدیم یکی مالیده به ماشین مان. یک عالمه هم خسارت زده و در رفته. دل مان هری ریخت پایین!

گفتیم: «بی جهت نیست که می گویند محنت زده را ز هر طرف سنگ آید.» تلفن کردیم پلیس. تا پلیس بیاید یک آقای آمد در ماشین را باز کرد و سوار شد و رفت. خواستیم یقه اش را بگیریم که: «آقا! چرا ماشین ما را سوار شده ای؟» چشم مان افتاد به ماشین خودمان که چهار قدم آن طرف تر پارک شده بود. عینهو شاخ شمشادا! این هم اندر مصائب سر به هوایی و البته پیری. به قول بیژن خان ما: «ببخشید زحمت دادیم.»

باران می بارد
باران می بارد. چه بارانی هم. نشسته ام



گفته بود به امیرت بگوی: «من آنچه کنم به فرمان خداوند خود می کنم، اگر وقتی تخت ملک به تو رسد حسنگ را بر دار باید کرد.» حسنگ وزیر را می مانست و همچون حسنگ وزیر فرجام او رقم خورد. اما در آن بیدادگاه، خواجه بونصر و خواجه بوالقاسمی نبود که بپرسد: «خواجه چون می باشد و روزگار چگونه می گذارد؟» و به دلداری اش بر آید که «دل شکسته نباید داشت که چنین حالها مردان را پیش آید، فرمانبرداری باید نمود به هر چه خداوند فرماید که تا جان در تن است امید صد هزار راحت است و فرح است.»

«و حسنگ قریب هفت سال بر دار بماند چنانکه پاهایش همه فرو تراشیده و خشک شد. چنانکه اثری نماند، تا به دستوری فرود گرفتند و دفن کردند چنانکه کس ندانست که سرش کجاست و تن کجاست.» و مادر حسنگ زنی بود سخت جگر آور. و مادر هویدا؟ کس ندانست بر او چها رفت.

آن بانوی سپید موی

هفتاد و چند سالی دارد. با چشمانی به رنگ دریا و موهایی سراسر سپید. سپید یکدست. وقتی دهان به سخن باز می کند مهربانی از کلامش می بارد. از یکایک واژه هایش. نوعی مهربانی مادرانه. خالص و ناب. از آن نوع مهربانی ها که دیر زمانی است گویی در درون آدمیان مرده است. خاک شده است. می گوئیم و می خندیم. از ته دل می خندیم. از آن خنده ها که جان و جهان آدمی را از اندوه می رهااند. به خودم می گویم: «چه جهانی می داشتیم اگر همه آدمیان همچون این بانوی سپید موی چشم آبی، چشمه جوشانی از عطوفت و مهربانی بودند.»

شاعری گفته است:

تو چرا می گویی انسان خوب است
و عطوفت با اوست؟
به سر حوض نگر
که کبوترهای چاهی

با تردید و هراس
قطره آب تلخی به گلو می ریزند
به خودم می گویم: «لابد این آقای شاعر، بانوی سپید موی چشم آبی ما را ندیده بود.»

دعوی شاعرانه

ابوالعلا گنجی ای شاعر قرن ششم، استاد و پدر زن خاقانی شروانی بود و با کمک او بود که خاقانی به دربار شروانشاه راه

و سرانجام آدمی مرگ است
آمده بود تبریز. نمیدانم به چه کاری. یادم نمانده است. بگمانم آمده بود دیدن پالایشگاه تبریز. دو سه سالی به انقلاب مانده بود. شب که شد در سالن شهرداری تبریز ضیافتی برایش راه انداختند. ضیافت شام. شرابی و کبابی و باده ای و سیورساتی. سیورساتی در خور صدر اعظم ممالک محروسه. هنرمندان آذربایجانی هم سنگ تمام گذاشتند. با گروه خبرنگاران گوشه ای ایستاده بودیم. می نوشیدیم و می گفتیم و می خندیدیم. سرها گرم، مست از باده ناب. هویدا به سوی مان آمد. با یکایک مان دست داد و از حال و روزگارمان پرسید. چقدر خاکی بود این مرد. چقدر ساده و صمیمی بود این مرد. چقدر خودمانی بود این مرد. وعده داد که برای خبرنگاران تبریزی خانه خواهد ساخت. خانه سازمانی. پیش از این برای کارکنان تلویزیون ساخته بود. حالا می خواست روزنامه نگاران را خانه دار کند. مرگ اما امانش نداد.

دو حجت الاسلام -خلخال و غفاری- جانش را گرفتند. آنها آمده بودند برای مان نان و مسکن و آزادی بیاورند. درد و خون و در به دری آوردند.

حالا چهل و سه سال از مرگ هویدا می گذرد. بهتر است بگویم چهل و سه سال از قتل هویدا می گذرد. مردی که بسیار می دانست. مردی که مثل خود ما بود. مردی که یک تار مویش به صد تا حجت الاسلام و ثقه الاسلام و آیت الله العظمی می ارزید. من بارها با او به سفر رفته بودم. چقدر خوب بود این مرد. چقدر صمیمی بود این مرد. چقدر ساده و خودمانی بود این مرد. سعدی است که می گوید: «عمل دیوان همچون سفر دریاست. بیم جان دارد و امید نان.»

او ساده زیست. مال و منالی نیندوخت. خونی بر خاک نریخت. بر فقهای مستمندان به ظلم نکوبید. همان بود که بود. ساده و صمیمی و خاکی و بی ادعا. به قول بوالفضل بیهقی «شرارت و زعارتی در طبع وی نبود. مردی محتشم و فاضل و ادیب بود.»

برای نگاهداشت دل و فرمان آن تاجدار نامدار گریز پا، به حقارت و ذلت تن در داد و سرانجام جان خویش به باد. حسنگ وزیر را می مانست که به عبدوس

وحد زمردی

مدرس و کارشناس موسیقی
با بیش از بیست سال تجربه



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

۹۲۴۴-۷۴۵ (۴۰۸)

www.vahidzomorodi.com

در روز چقدر نمک بخوریم؟

گردآورنده: گلنار



مرز "سالم" عبور می‌کنیم؟ این مرز را سازمان جهانی بهداشت، چنین تعریف می‌کند: حداکثر ۵ گرم در روز که تقریباً معادل یک قاشق چایخوری است.

ریدل، کارشناس آلمانی می‌گوید، با خوردن یک پیترای منجمد، از این مرز عبور می‌کنیم. او می‌گوید که بسیاری از مردم مکرراً از مرز ۵ گرم در روز عبور می‌کنند. **مردمان نمک‌دوست:** مصرف روزانه نمک به ویژه نزد مردم برخی کشورهای شرق آسیا یا آسیای میانه بالاست. در چین سرانه مصرف روزانه نمک نزدیک ۱۱ گرم در روز است. یعنی بیش از دو برابر مقداری که سازمان جهانی بهداشت توصیه می‌کند. در بسیاری کشورهای اروپایی مثل آلمان، پرتغال، ایتالیا یا در آن سو، ایالات متحده و کانادا و استرالیا و نیوزلند هم مصرف روزانه نمک بالاتر از نرم تعریف شده این سازمان جهانی است. در بسیاری از کشورهای آمریکای لاتین هم وضع بهتر نیست. تنها در برخی کشورهای آفریقایی مصرف روزانه نمک در حد سالم است.

دنباله مطلب در صفحه ۵۳

زندگی و خورد و خوراک باید تا چه اندازه "بانمک" باشد؟ می‌توان بی نمک زندگی کرد؟ بیشتر مردم در مصرف نمک زیاده‌روی می‌کنند، چیزی که برای سلامتی مضر است. آیا می‌توان اندازه مناسبی برای مصرف نمک تعریف کرد؟

بیشتر مردم نمی‌توانند یک زندگی بدون نمک را تصور کنند. اما این همان کاری است که وزیر بهداشت و درمان آلمان، کارل لوترباخ انجام می‌دهد. ۳۰ سال است که از خوردن نمک صرف‌نظر کرده است. چرا؟ می‌گوید می‌خواهد مراقب سلامتی‌اش باشد.

آیا همه باید برای سالم ماندن همان کاری را کنند که وزیر آلمانی کرده است؟ خبر خوب برای آنها که خوراکی را خوش‌نمک دوست دارند، این است که نه، مجبور نیستید از نمک چشم‌پوشی کنید. ماتیاس ریدل، پزشک متخصص در زمینه تغذیه از مرکز تخصصی "مدیکوم" در هامبورگ به استفاده درست از نمک اعتقاد دارد.

بدن ما به نمک نیاز دارد: نمک حیاتی است. برای فهم این مسئله باید نگاهی به فرمول شیمیایی آن انداخت. نمک همان سدیم کلرید است. سدیم، این ماده معدنی در بسیاری از عملکردهای مهم روزانه در بدن ما نقش اساسی بازی می‌کند: در تنظیم سطح طبیعی مایعات در بدن، فعالیت کلیه‌ها و عملکرد اعصاب و ماهیچه‌ها. برای انجام این فعالیت‌ها بدن ما به تقریباً یک گرم نمک نیاز دارد. **مرز سالم:** پس نمک اگر به اندازه مصرف شود، خوب است. اما چه وقت از این



فواید چای سبز (Green Tea)

امروزه مصرف چای سبز در هر مکان توصیه می‌شود. در سال‌های اخیر بیشتر کارخانجات سازنده نوشابه‌های غیرالکلی زیر سوال رفته‌اند که به مقدار بیش از حد مواد قندی و شکر به نوشابه‌ها اضافه می‌کنند که این باعث اضافه وزن، بخصوص در جوانان می‌شود. اخیراً مدارس، فروش نوشابه‌ها را ممنوع و یا محدود کرده‌اند و کلاً از این که شکر به نام‌های مختلف و نامشخص ارائه می‌شود باعث گمراهی مردم شده است. این کارخانجات اخیراً شکر را با شیرین‌کننده‌های مصنوعی جانشین کرده‌اند ولی مردم و خریداران هنوز اعتقاد دارند که گرچه

این مواد کالری اضافه نمی‌کنند ولی از نظر ایمنی و سلامتی دقیقاً مورد مطالعه قرار نگرفته‌اند و می‌توانند زیان بار باشند. در سال‌های اخیر پدیده جدیدی رخ داده است به



نام کالری منفی (Negative Calories). یعنی اینکه مواد مصرفی نه تنها کالری به بدن اضافه نمی‌کنند بلکه کالری اضافی را هم می‌سوزانند.

لازم به یادآوری است که کالری واحد انرژی و حرارت می‌باشد و اشتباه غلط سوزاندن کالری مفهوم علمی ندارد. ولی مردم این واژه را استفاده می‌کنند. کارخانه کواکولا اخیراً فرآورده‌ای به بازار ارائه داده است که در آن چای سبز استفاده شده است.

تعریف کالری: وقتی می‌گوییم مصرف یک ماده یک کالری انرژی تولید می‌کند، یعنی اینکه این ماده مقدار حرارتی در اثر سوختن ایجاد می‌کند که درجه حرارت یک لیتر آب را یک درجه بالا می‌برد. به عنوان مثال مصرف یک موز گفته می‌شود که ایجاد ۱۰۰ کالری می‌کند که این میزان انرژی به وسیله بدن انسان جذب می‌شود و انسان فعالیت‌های روزانه خود را انجام می‌دهد ولی در صورتی که فعالیت فیزیکی انجام نشود و یا نیازی به این ۱۰۰ کالری نباشد در بدن به فرم چربی ذخیره شده و باعث بالا رفتن وزن می‌شود و اگر این کالری سوخته شود باعث کاهش وزن خواهد شد. نوشابه جدید کواکولا ادعا می‌کند که ۳۳۰ میلی‌لیتر مصرف آن فقط ۱۵ کالری اضافه می‌کند و در عوض مقدار ۶۰ تا ۱۰۰ کالری ذخیره شده را می‌سوزاند. این ادعا فروش این نوشابه را که حاوی چای

سبز می‌باشد بسیار بالا برده است چون ماده موثر آن گیاهی می‌باشد و ایمنی آن تأیید شده است. مطالعات پزشکی نشان داده است که ماده موثر چای سبز به نام Catechins سوخت چربی‌ها و در واقع متابولیسم بدن را بالا می‌برد. سوخته شدن چربی در بدن به نام Thermogenesis نامیده می‌شود که حرارت را بالا برده و در نهایت باعث کاهش وزن می‌شود. در آسیا مردم به مقدار زیادی چای سبز استفاده می‌کنند و شاید به این دلیل دارای اضافه وزن نبوده و عملاً چاق نیستند. مردم ژاپن به جای نوشابه‌های دیگر چای سبز مصرف می‌کنند و ماده موثر آن را به نوشابه‌های دیگر اضافه کرده و هنگام تشنگی استفاده می‌کنند. بطور کلی باید توجه کرد که برای کاهش وزن نیاز است که کالری مصرف کرد و بیشتر کالری سوزاند. طبق مطالعات، مصرف روزانه ۹۰ میلی‌گرم Catechin می‌تواند موثر باشد. به غیر از چای سبز بسیاری از سبزیجات دیگر ایجاد کالری منفی می‌کنند، نظیر کرفس، اسفناج، براکلی، لوبیای سیاه و لوبیای سبز.

لازم به یادآوری است که دو گیاه Avacado و Olive دارای کالری منفی نیستند و کالری اضافه می‌کنند. اغلب این گیاهان سبز دارای ۷۵٪ آب و ۲۵٪ فیبر (Fiber) هستند که معده را پر کرده و جلوی پرخوری را می‌گیرند. این گیاهان دارای ویتامین‌های A و K و C می‌باشند که برای بدن ضروری هستند و اغلب اثر آنتی‌اکسیدان دارند. توجه داشته باشید که در صورت مصرف بیش از ۳۰-۹۰ میلی‌گرم چای سبز همراه با داروهای دیگر حتماً با پزشک خود مشاوری کرده که اثرات متقابل نداشته باشند.

معرفی کتاب

Nutrition Topics for Healthcare Professionals



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

ناشر: شرکت AuthorHouse

مؤلف: دکتر منوچهر سلجوقیان



سهیلا رضایی

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

(916) 616-7395 ✦ (408) 455-2330

Nick Sadek
Sotheby's
INTERNATIONAL REALTY



Soheila Rezae
Lic.: 01834116



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



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



Soheila.Realtor@gmail.com

9217 Sierra College Blvd #120, Roseville, CA

شب تولد

سعید گلی زاده



پسرک دستان کوچکش را به هم مالید و کوشید بیشتر و بیشتر خود را به دیوار بچسباند و تا اندکی هم شده خود را از سوز و سرما در امان نگه دارد. هر چند ثانیه یکبار، نفس گرمش را به میان انگشتانش می‌دمید، تا احساس لذت بخش گرما را بچشد. آتش کوچکی که در چند متریش روشن بود، در چشمانش شعله می‌کشید. اما تاریکی هوا چنان بود که جز سایه و روشنی از چهره مرد میانسال کناریش نمی‌دید. پسرک تن لاغر و استخوانیش

به هفت، هشت ساله‌ها می‌خورد و با نگاهی گذرا به قد و قواره او می‌شد فهمید که بیشتر از این هم نمی‌تواند باشد. پسر که فهمیده بود، ها و فوت کردن اثری در گرم شدن دستانش ندارد، آنها را به جیب‌های سوراخ پالتوی پاره‌اش فرو کرد. سرش را اندکی به اطراف چرخاند. از جایی که او نشسته بود، چهره هیچکس جز همان مرد میانسالی که شعله‌های آتش تصویری نیمه روشن از صورت چروکیده و پژمرده‌اش نشان میداد، معلوم نبود. پسر خود را اندکی تکان داد و سعی کرد تا جایی که امکان دارد خودش را مجاله کند. و بعد از آن رو به مرد کرد و با صدای نازکش پرسید: «شما بچه دارید؟» وقتی بعد از چند ثانیه جوابی نشنید، با بی‌تابی ادامه داد: «شاید شما بچه نداشته باشید، ولی من یه بابا دارم. پدرم منو خیلی دوست داره. البته خودش هیچوقت اینو بهم نگفته، ولی من میفهمم. مخصوصا وقتی دستشو بلند میکنه تا منو بزنه. میتونم از توی چشماش دوست داشتن رو ببینم. می‌دونم که خودش راضی نیست منو بزنه، ولی من مجبورم میکنم. من خیلی تلاش می‌کنم بچه خوبی باشم. ولی هر کاری می‌کنم نمیشه. یبار ازش پرسیدم چیکار کنم که بچه خوبی باشم؟ بهم گفت که به حرف پدرت گوش کن. و من از اون روز تصمیم گرفتم همیشه به حرفاش گوش کنم. حتی یبار که توی حیاط افتاده بود دنبال منو به ترکه ببندد، داد زد که وایستا و منم به حرفش گوش دادم و وایستادم. ولی باز نمیدونم چرا منو زد. من که به حرفش گوش داده بودم. البته اون روزم تو چشماش دیدم ته دلش منو دوست داره. ولی حیف که این دوست داشتن، از درد کتک خوردن چیزی کم نمی‌کنه.»

پسر چند لحظه ساکت ماند تا شاید صدایی از مرد بلند شود. ولی وقتی چیزی نگفت، پسرک خودش را بیشتر به سمت مرد میانسال خم کرد و با صدای بلند تری ادامه داد: «البته من فکر می‌کنم همش بخاطر اون کباب لعنتیه. میدونی کدوم رو میگم؟ همون کباب مخصوص بزرگترا. یبار که تو خونمون داشتم بازی میکردم، بابامو دیدم که تو دستش منقل و سیخ داره. با خوشحالی گفتم: امروز کباب داریم؟ اونم اولش گنج شد. ولی بعد شروع کرد به خندیدن. خیلی خندید. آخرشم گفت: آره پسر، اونم چه کبابی! بعد رفت توی انباری و خودش تنهایی نشست کبابارو خورد. منم هرچی التماسش کردم، به من نداد. بهم گفت: مخصوص بزرگتراست. خیلی دلم می‌خواست بدونم بزرگترا چرا از اون کباب می‌خورن. یبارم از بابام پرسیدم، اونم جواب داد: واسه اینکه بتونن بیشتر کار کنن. من وقتی این حرفش رو شنیدم، گفتم: تو که بیکاری. ولی نمی‌دونم چرا از چیزی که گفتم زیاد خوشش نیومد و باز با اینکه ته دلش منو دوست داشت، شروع کرد منو زدن. منم فهمیدم که بچه‌های خوب هم باید به حرف باباهاشون گوش کنن و هم پیششون چیزی نگوین. از اون روز دیگه چیزی از بابام نمی‌پرسیدم. آخه می‌دونم چیزی رو ندونستن دردش از کتک کمتره.»

پسرک با شوق ادامه داد: «البته بابام همیشه هم اینطوری نبود، مثلا یبار مارو برد پارک. ولی نمی‌دونم چرا وقتی داشت با دوستش توی پارک حرف می‌زد، چند تا مامور گرفتنش. و چند روز خونه نیومد، منم وقتی از مادرم می‌پرسیدم بابارو کجلا بردن؟ می‌گفت: بردن آدمش کنن. من که نمی‌دونم یه نفر رو چطور میتونن آدم کنن. شاید واسش زن می‌گیرن. آخه یبار تو مدرسه دوستام تعریف می‌کردن که بابا و مامان هاشون چطور با هم ازدواج کردن. منم چون نمی‌دونستم پدر و مادر من چطور ازدواج کردن از مامانم پرسیدم. اونم گفت که واسه پدرت زن گرفتن تا آدم بشه. منم فکر می‌کنم اونجا واسه مردا زن می‌گیرن، تا آدم بشن. البته فکر کنم به پدر من زن نرسیده بود، چون وقتی بعد چند روز برگشت خونه، رفتاراش مثل قبل بود. راستی من یه مامان هم دارم. ولی قیافش زیاد یادم نیست، آخه همیشه صورتش به سمت دار قالی بود.»



به من بگید: ابراهیم

سیروس مرادی

سالهاست پشت وانت نیسان آبی رنگ اسقاط نبش ایستگاه مترو زندگی می‌کنم. صاحب رستوران بربری با رضا و مدیر رستوران، بیژن صدام می‌کنند. آرایشگر پشت گاراژ به من میگه: «موهات بلند شده علی آقا. چرا دیر به دیر میائی اصلاح؟» ماشین‌های عبوری هر طوری دلشون خواست روم اسم می‌زنند یکی میگه: «بهرام بیا. یک ده تومن.» ماشین دیگه نیش ترمز می‌کنه و کودکی که تازه زبان باز کرده منو داوود صدا می‌زنه و پنج تومن میده.

ساعت ۳ و ۱۷ دقیقه دیوانه شدم. قبل از اون چیزی خاطر من نیست. حتی نمیدانم چه روزی؟ چه سالی؟ به قول فرهاد مهاد: «موش خورده شناسنامه من.» حتی یادم نیست خانواده‌ای دارم یا نه. اون روز رعشه‌ای بر تنم افتاد. چرخیدم و محکم خوردم زمین. سابقه غش و صرع داشتم اما تشنجام هیچگاه به این شدت نبود. شیشه ساعت شکست و عقربه‌ها روی ۳ و ۱۷ دقیقه از حرکت ایستادند. یک متنی که رد میشد با نوک کلنگ اش دورم دایره‌ای کشید و گفت: «غش کرده. بزایرد دهنش خوب کف کنه. بعد بلندش کنید.» چشم باز کردم پشت وانت نیسان بودم. اولین کلماتی که شنیدم اینها بودند: «ببچاره غش کرده! تازه داره چشماشو باز میکنه.» خورده‌های شیشه ساعت تو آستینم ریخته‌اند و اذیتم می‌کنند. اول متوجه از کار افتادن ساعت نشدم. از یائین که نگاه می‌کردم ده‌ها جفت چشم می‌دیدم که به من زل زده‌اند و می‌پرسند: «اسم ات چیه؟» میگم: «هرچی شما بگید. یادم نیست.»

چند ماه قبل پشت وانت دراز کشیده بودم که دختر جوانی آمد و این ساک مشگی را داد و گفت: «ابراهیم اینها را بپوش!» احساس کردم قرنهای ابراهیم هستم. تمام تنم کرخت شد. «ابراهیم اینها را بپوش!» هزاران بار در گوشم پژواک کرد. فراداش شلوار و پالتو و کفش‌ها را پوشیدم. کلاه کپی کودکانه را با هیجان سر گذاشتم. شال گردن هم بستم. همه چی اندازه‌ام بودند و مشگی، ته کیف هم وسایل واکس بود. کفش هامو خوب واکس زدم و برق انداختم. صاحب بربری تا منو دید گفت: «نو نوارشدی رضا!» بهش میگم: «ابراهیم هستم.» ناباورانه نگاه میکنه.

مدتهاست هر روز لباس‌های مشگی را که سارا داده می‌پوشم، کلاه‌مو سر می‌زارم، کفش هامو واکس می‌زنم و روی پله‌های مترو می‌نشینم. مطمئنم که اون دختره مسیرش همینه. صداش تو گوشمه. از روی لباس‌ها منو خواهد شناخت. خواهد پرسید: «ساعت چنده ابراهیم؟» و من خواهم گفت: «۳ و ۱۷ دقیقه.» نگاهش نخواهم کرد. به دلم برات شده که اسمش باید سارا باشد. نمی‌دونم چرا. اما خودشه. آگه دیرتر و یا زودتر از ۳ و ۱۷ دقیقه بیاد خواهم گفت: «ساعتم خوابیده، اما باید همین حدودها باشه، ۳ و ۱۷.» عقربه‌های ساعت شمار و دقیقه شمار بین ساعت ۳:۱۶ و ۳:۱۷ برهم منطبق می‌شوند، اما من همان ۳ و ۱۷ دقیقه را خواهم گفت. صدای دور شدن قدم‌هایش را خواهم شنید اما چشم از زمین نخواهم کند. حالا دیگه اسم دارم. به همه خواهم گفت: «من ابراهیم هستم.» دل تو دلم نیست که بار دیگر آگه بینمش سئوالش چی خواهد بود. کاش غیر از ساعت چیز دیگری بپرسد که بلد باشم. کسی متوجه نیست که شیشه ساعت شکسته.

دیشب خواب دیدم که سارا یک ساعت مچی آورده و میگه: «اینو ببند ابراهیم. اون ساعت شکسته را از مچ ات باز کن.» وحشت زده از خواب پریدم. من همون ساعت شیشه شکستم را دوست دارم. خیلی با خودم کلنجار رفتم. ساعت ۲ و ۱۷ دقیقه برام خاطره انگیزه. اگر سارا اصرار کرد چی؟ می‌ترسم عقربه‌های ساعتم بچرخند باز سرم گجج بره بخورم زمین. از پشت شیشه شکسته ساعتم مواظب عقربه‌ها. همان طور مثل روز حادثه رو هم افتاده‌اند.

از وقتی سارا به من گفته ابراهیم، اعتماد به نفس زیادی پیدا کردم. به همه میگم من بیژن، بهرام، داوود و علی آقا نیستم. من ابراهیم هستم. اسم «ابراهیم» بزرگترین دارائی زندگیمه. خیلی وقتها با خودم فکر میکنم سارا حتما منو دوست داشته که روم اسم گذاشته و نپرسیده: «اسمت چیه؟» درست مثل من. از همون اول مطمئن شدم که اسمش باید سارا باشد. بعضی وقتها در انتظار سارا این آهنگ قدیمی را تو ذهنم مرور میکنم:

یک جایی تو قبلت هست که روزی خونه من بود

به این زودی نگو دیره، به این زودی نگو بدرود

برنج قهوه‌ای یا برنج سفید؟

گردآورنده: گلنار

اکثر مصرف کنندگان برنج، نوع سفید آن را به دلیل تفاوت‌های ظاهری، به نوع قهوه‌ای برنج ترجیح می‌دهند و این در حالی است که ثابت شده مزایای سلامتی برنج قهوه‌ای چندین برابر برنج سفید است.

به گزارش (vegkitchen)، مطالعاتی که نتایج آنها در مجله تغذیه بالینی آمریکایی به چاپ رسیده، نشان می‌دهد برنج قهوه‌ای غنی از سبوس، پروتئین، تیامین، کلسیم، منیزیم، فیبر و پتاسیم است و برای کسانی که می‌خواهند وزن از دست بدهند یا مبتلایان به دیابت، یک گزینه غذایی عالی به شمار می‌رود. این در حالی است که آهن، ویتامین‌ها، روی، منیزیم و سایر مواد مغذی برنج سفید در طول فرایندهای تصفیه، کاهش می‌یابد. در اینجا ۹ مزیت افزودن برنج قهوه‌ای به رژیم غذایی معرفی شده است:

غنی از سلنیوم: مصرف برنج قهوه‌ای به دلیل وجود سلنیوم در آن، خطر ابتلا به بیماری‌های شایع مانند سرطان، بیماری‌های قلبی و آرتروز را کاهش می‌دهد.

سرشار از منگنز: یک فنجان از برنج قهوه‌ای ۸۰ درصد از میزان نیاز روزانه به منگنز را فراهم می‌کند. منگنز به سنتز چربی در بدن کمک می‌کند و به نفع سیستم عصبی و باروری است.

کمک به کاهش وزن: فیبر موجود در برنج قهوه‌ای منجر به بهبود عملکرد روده‌ها و بهبود فرایند هضم می‌شود. مصرف فیبر زیاد خود عاملی برای احساس سیری طولانی مدت است و به کاهش وزن موثر کمک می‌کند.

کند شدن پیشرفت دیابت: به گفته محققان دانشگاه هاروارد مصرف هفتگی دو بار برنج قهوه‌ای خطر پیشرفت و ابتلا به دیابت را کند می‌کند. در واقع مصرف ۵۰ گرم از این برنج در روز خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را ۱۶ درصد کاهش می‌دهد. البته مصرف دیگر غلات کامل مانند جو و گندم کامل، خطر ابتلا به این بیماری را تا ۳۶ درصد کاهش خواهد داد.

منبع غنی از فیبر: این نوع برنج می‌تواند ۱۴ درصد از میزان نیاز روزانه بدن به فیبر را تامین کند و بنابراین نقش مهمی در پیشگیری از ابتلا به سرطان روده و سینه



داشته باشد. مصرف فیبر خواص مفید بسیاری برای بدن دارد که سلامت دستگاه قلبی عروقی جزئی از آنها است.

کاهش میزان کلسترول بد: روغن برنج قهوه‌ای سطح کلسترول بد را تا ۷۰ درصد کاهش می‌دهد ضمن این که باعث افزایش کلسترول خوب می‌شود.

منبع خوب فیتونوترینت‌ها: فیتونوترینت‌ها ترکیباتی هستند که به طور طبیعی در گیاهانی یافت می‌شوند که دارای خواص ضد التهابی بوده و تمایل دارند به عنوان یک آنتی اکسیدان عمل کنند. برنج قهوه‌ای منبع خوبی از این ترکیبات گیاهی محسوب می‌شود.

کاهش خطر آسم کودکی: کودکانی که مقدار زیادی غلات کامل را همراه با ماهی می‌خورند احتمال ابتلا به این بیماری را تا ۵۰ درصد در خود کاهش می‌دهند.

برنج قهوه‌ای و افزایش سلامت استخوان‌ها: برنج قهوه‌ای منبع خوبی از منیزیم است، ماده معدنی که در سلامت استخوان‌ها نقشی اساسی دارد. تنها مصرف یک پیمانه برنج قهوه‌ای، ۲۱ درصد از مقدار نیاز توصیه شده روزانه بدن به منیزیم را برطرف می‌کند.

غنی از آنتی اکسیدان‌ها: ما معمولاً میوه‌هایی مانند زغال اخته، توت‌ها و ... برخی سبزیجات را منابع غنی از آنتی اکسیدان‌ها می‌دانیم در حالی برنج قهوه‌ای نیز یک منبع غنی از آنتی اکسیدان‌ها به شمار می‌رود.



مریم سالاری

مربی یوگا



کلاس رایگان یوگا برای عزیزان مبتلا به بیماری ام. اس.
در حال حاضر از طریق وب سایت «زوم» Zoom برگزار می‌شود.

با انجام یوگا شما می‌توانید:

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

برای اطلاعات بیشتر به وب سایت مراجعه فرمایید.

www.msyogasociety.org

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

(408) 802-8882



چطور این تصاویر از راه دور روی صفحه تلویزیون و این جعبه جادویی پخش می‌شود. برنامه‌های تلویزیون ایران، با برنامه کودک شروع می‌شد و با برنامه‌های ورزشی، فیلم سینمایی، آموزش زبان و اخبار ادامه پیدا می‌کرد. درآمد تلویزیون از محل آگهی‌ها تأمین می‌شد و عمده آگهی‌ها در شروع کار معرفی انواع تلویزیون بود. نخستین مجریان این تلویزیون، منوچهر نوذری، روح‌الله مبشر، علی تابش و عزت‌الله متوجه بودند که در صفحه تلویزیون ظاهر می‌شدند و تلویزیون را به مردم معرفی می‌کردند. تلویزیون ایران، یک سال بعد توانست یک ساعت به برنامه‌هایش اضافه کند و مدت زمان برنامه‌هایش را به پنج ساعت در روز برساند. در سال ۱۳۴۰ نیز وقتی امواج تلویزیون عراق در مناطق مرزی دردسرهایی ایجاد کرد و باعث بروز اختلافاتی بین دو کشور شد، تلویزیون ایران، یک فرستنده در آبادان و یک فرستنده تقویتی در اهواز نصب کرد و کارش را توسعه داد. تا سال‌ها تلویزیون ایران یکه‌تاز بود و با وجود غیرسیاسی بودن، انتقادهایی از سوی برخی روحانیان علیه آن صورت می‌گرفت تا آنکه دولت طرح تأسیس تلویزیون ملی را در دستور کار خود قرار داد و با تأسیس تلویزیون ملی ایران در سال ۱۳۴۶، تمامی تشکیلات تلویزیون خصوصی ایران در اختیار تلویزیون ملی ایران قرار گرفت.

علی‌نقی عالیخانی، وزیر اقتصاد در دهه ۱۳۴۰، در تاریخ شفاهی هاروارد می‌گوید: «شاه و هویدا به پیشنهاد رضا قطبی تصمیم گرفتند که تلویزیون خصوصی متعلق به ثابت را جزو تلویزیون ملی ایران کنند. تا اینجا در کار ایرادی نبود. ولی این کار را به نحو بسیار زشتی انجام دادند، به این معنی که بدون داشتن هیچگونه مجوز قانونی، یک روز به تلویزیون متعلق به ثابت ریختند و آنجا را تصرف کردند و پس از آن، قرار شد که وزیر اطلاعات، جواد منصور، لایحه مربوط به الحاق این تلویزیون را به تلویزیون ملی ایران به مجلس ببرد. من هنگامی که از این جریان آگاه شدم، از هویدا وقت گرفتم و به نزد او رفتم و گفتم چنین حرکاتی باعث سلب اطمینان مردم از ما می‌شود. پس از مدتی متوجه شدم که داستان به گوش حبیب ثابت رسیده است. حبیب نزد من آمد و به مجرد اینکه نشست، یک‌باره زد به گریه و گفت: از منبع موثقی شنیده‌ام در حالی که تو از من و شرکای من گله داشته‌ای، در مورد تلویزیون سخت از من دفاع کرده‌ای و به همین دلیل هم از تو سپاسگزارم.»

حبیب ثابت؛ فقیری که ثروتمند شد

حبیب ثابت در سال ۱۲۸۲ در تهران در خانواده‌ای بهائی متولد شد. پدرش، عبدالله ثابت، پارچه‌فروشی داشت و مادرش، کشور ارجمند بود که برادرانش، رحیم، مسیح و ابراهیم، از سرمایه‌داران بهائی بودند. رحیم ارجمند، دایی بزرگ حبیب ثابت، معاون وزیر پست، تلگراف و تلفن و پدر خلیل، اسکندر و سیاوش ارجمند بود که بعدها کارخانه‌های ارج و شعله‌خاور را بنیان گذاشتند. حبیب کودکی را در امیریه تهران گذراند و در مدرسه تربیت در چهارراه حسن‌آباد درس خواند. پس از پایان دوره شش‌ساله، در مدرسه سن‌لویی از مؤسسات فرانسوی ثبت نام کرد که در خیابان لاله‌زار قرار داشت. اکثر دانش‌آموزان این مدرسه از فرزندان مقامات کشور بودند ولی وضع مالی خانواده حبیب چندان مناسب نبود.

به‌گفته حبیب ثابت: «اغلب دانش‌آموزان متمول و به اصطلاح اشراف و اعیان، با قابلمه‌های مفصل غذا می‌آمدند و یا برای آنها می‌آوردند و در ناهارخانه مدرسه صرف غذا می‌نمودند. اما حبیب را که در واقع چیزی به معنی غذا نداشت به ناهارخانه راه نمی‌دادند و رفتن من به آنجا هم موردی نداشت. اگر چه اغلب قابلمه‌های آن آقایان به ملاحظات مختلف محتوای غذای چند نفر بود ولی آنان هرگز عادت به دعوت از دیگران و یک تعارف ساده و مختصر را نداشتند. من غذای خود را که قدری از نان شب مانده و پنیر و یا مختصری از غذای شب گذشته بود، در مغازه سیگارفروشی نزدیک مدرسه می‌خوردم. مدیران مدرسه از وضعیت مالی ما آگاه بودند و دنبال این بودند که راه‌حلی برای پیدا کنند.»

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

حبیب ثابت،

مردی که تلویزیون را به ایران آورد

پرویز نیکنام

«تأسیس دستگاه تلویزیون موجب خرسندی است زیرا به بسط معلومات و اطلاعات عمومی و تربیت کودکان کمک شایانی خواهد نمود. باید در تنظیم برنامه‌ها کمال دقت به عمل آید تا از هر حیث، کافی و شایسته باشد و هم باید هرچه زودتر این دستگاه در نقاط دیگر دایر شود تا اهالی کشور همه از آن بهره‌مند گردند. از شرکت تلویزیون ایران که این خدمت پرزحمت را بر عهده گرفته و در مدت کوتاهی انجام داده، قدردانی می‌نمایم.»

ساعت پنج بعدازظهر جمعه ۱۱ مهر ۱۳۳۷ «تلویزیون ایران» با این پیام محمدرضا شاه در خیابان وزرا در تهران به عنوان اولین تلویزیون کارش را در ایران شروع کرد، تلویزیونی که با سرمایه حبیب ثابت راه افتاد و روزی چهار ساعت، از ساعت شش بعدازظهر تا ساعت ده شب، برنامه داشت. در مراسم افتتاح تلویزیون ایران، منوچهر اقبال، نخست وزیر وقت، هم در پیامی گفت: «در حال حاضر و در محیط کنونی مملکت که صاحبان سرمایه با اطمینان و اعتماد مطلق سرمایه‌های خود را در راه‌های مختلف به کار می‌اندازند، فرصت مناسبی برای سرمایه‌داران منورالفکر و فرهنگ‌دوست فراهم شده است که رشته‌هایی نظیر تلویزیون را در نقاط مختلف مملکت و شهرستان‌هایی که زمینه پیشرفت این رشته وجود دارد، ایجاد کنند. جای کمال خوشوقتی است که آقای حبیب ثابت، دارنده تلویزیون ایران، در این راه پیش‌قدم شده‌اند و سرمایه و نیروی خود را در راهی به کار انداخته‌اند که هدفش توسعه هنر و فرهنگ و بالا بردن سطح اطلاعات عمومی و ایجاد وسیله سالمی برای تفریح است. امید است این دستگاه در مراکز عمومی و سازمان‌های آموزشی نیز مورد استفاده قرار گیرد تا کسانی هم که قدرت خرید دستگاه گیرنده را ندارند، بتوانند به‌طور منظم از برنامه‌های آموزنده تلویزیون استفاده کنند.»

بنابر گزارش روزنامه اطلاعات، حبیب ثابت پس از تشکر از شاهنشاه، نخست‌وزیر و وزیر پست و تلگراف و تلفن، گفت: «به روان روشن دانشمندان و نوابی که در نتیجه افکار بلند و همت والا ما را امروز از این اختراع شکفت‌آور بهره‌مند ساخته‌اند، درود می‌فرستم. جای بسی خوشوقتی است که تأسیس این دستگاه به سعی و عمل کارکنان ایرانی صورت گرفته و ما تنها به سه نفر متخصص از خارج احتیاج داشتیم. اشکالات فراوانی که برای تنظیم برنامه‌ها در پیش داریم، بر همه‌کس مشهود و چنان واضح است که محتاج به شرح و توضیح نیست. این است که از طرفی، دست نیاز به دامان صاحبان ذوق و هنر دراز می‌کنم و از طرف دیگر، هرچه بتوانیم در شناختن هنر و تشویق هنرمندان خواهیم کوشید. و اما شما بینندگان و شنوندگان عزیز، اگر وقتی قسمتی از برنامه را مطابق سلیقه خود نیافتید، با درنظر گرفتن اشکالات و این نکته مهم که ذوق و سلیقه‌ها مختلف است، بر ما ببخشید.» بعد از پخش این پیام‌ها، فیلمی از سفر ژاپن محمدرضا پهلوی پخش شد و به این ترتیب، اولین تلویزیون بخش خصوصی ایران، به‌نام «تلویزیون ایران»، کارش شروع شد. ایرج ثابت، فرزند حبیب ثابت که در دانشگاه هاروارد آمریکا درس خوانده بود، مدیریت تلویزیون ایران را بر عهده داشت.

ماجرای تلویزیون هم به‌گفته ثابت از آنجا شروع شد که پسرش، ایرج، دستگاهی به نام تلویزیون مداربسته که شامل فرستنده و گیرنده بود، از آمریکا خریداری کرده و به ایران آورده بود. این دستگاه در منزل ملکه مادر (مادر محمدرضا شاه) که با حبیب دوست بود، نصب شد و شاه با دیدن این دستگاه از ثابت پاسال خواست که برای تأسیس تلویزیون اقدام کند. پیش از شروع کار تلویزیون، مقدمات ایجاد آن از سوی مجلس فراهم شده بود. مجلس شورای ملی ۲۹ تیرماه، یعنی حدود دو ماه قبل از شروع کار تلویزیون ایران، مصوبه‌ای تصویب کرده بود که بر اساس آن، دولت مجاز شده بود «یک دستگاه فرستنده (تلویزیون) و کلیه لوازم آن را (به‌تشیخ وزارت پست و تلگراف و تلفن) که در تهران نصب و به کار می‌افتد، از پرداخت حقوق و عوارض گمرکی معاف و از تاریخ شروع به کار تا پنج سال، از مالیات معاف نمایند». بنابر مصوبه مجلس، این تلویزیون «از نظر رعایت اصول فنی، تابع دستور وزارت پست و تلگراف و تلفن» و از «لحاظ تنظیم و اجرای برنامه‌ها، مطیع مقررات و دستور اداره کل انتشارات و رادیو» بود. بعد از تصویب این قانون، حبیب ثابت که بازرگانی شناخته شده بود، دست به کار شد و به سرعت مقدمات تأسیس تلویزیون را فراهم کرد. این تلویزیون در وضعیتی کارش را شروع کرد که مردم با تعجب به تصاویر تلویزیون نگاه می‌کردند و همواره این پرسش برایشان مطرح بود که

idents®

RS FOR SERIOUS INJURIES

CAMERON YADIDI

ATTORNEY AT LAW



RANKED TOP 1% LAWYERS



No Fees

Until We Win Your Case!

ettlements & Verdicts



Serious Injuries



Brain & Spinal Injuries

Powerfulinjurylawyers.com

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



ACC

POWERFUL LAWYER

دکتر کامران یدیدی

وکیل تصادفات و صدمات شدید بدنی

نامی معتبر و شناخته شده در شرکت های بیمه



Over \$200,000,000 Collected in Settlements



Vehicle Accidents



Motorcycle Accident



Slip & Fall



Dog Bites

(888) 979-7979

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



۴۲۰ قبل از میلاد، آتن، یونان، موزه بریتانیا

علامت ازدواج بوده است. در زیر این کنده کاری اسم این دو زن نوشته شده که به معنی آزاد بودن آنان (نه برده) است. (۱۲) همچنین دیوار نقاشی شده در حمام عمومی پمپی که سال‌ها زیر خرواری از خاکستر آتشفشان وزوز دفن شده بود، دو زن را در حال عشقبازی نشان می‌دهد. (۱۳) این شواهد گواه بر این است که یونانیان و بویژه رومیان از رابطه عشقی بین دو زن آگاهی داشته‌اند. اما در عین حال این رابطه «غیر طبیعی» به شمار می‌آمده است.

برنات بروتن (Bernadette Broo-ten) پژوهشگر دانشگاه شیکاگو در کتاب «عشق بین زنان» با پژوهش در نوشته‌های بجای مانده از دوران باستان به این نتیجه می‌رسد که زنان از جادو و جنبل و ستاره شناسی بهره می‌گرفتند تا عشق زنان دیگر را به خود متمایل کنند. می‌دانیم که ستاره شناسی بخشی از فرهنگ تمدن‌های کهن بوده است. سرچشمه آن بابل بود و سایر تمدن‌های کهن هر کدام آن را غنی بخشیدند. با گذشت زمان، ستاره شناسی به فلسفه و پزشکی نیز راه پیدا کرد.

1-Homosexuality, Stanford Encyclopaedia of Philosophy, p.4

2-Dover, K.J. GREEK HOMOSEXUALITY, Harvard university Press., 1974, p. 3

3-Homosexuality, Stanford Encyclopaedia of Philosophy

4-The ODYSSEY. HOMER, Dover publication, New York, 1999

5-Crompton, p. 12

6-Habib, p. 27

7-Parkinson, p. 14

8-Brooten, B.J. Love Between Women: Early Christian Responses to Female Homoeroticism, The University of Chicago Press, Chicago, US, 1996, p. 1

9-Crompton, p. 18

10-Ibid, p. 17

11-Brooten, p. 57

12- Ibid. 59

13- Brooten, p. 78

تا حدودی برده‌ها قرار داشتند. «در طول تاریخ به خواست زنان بی توجهی می‌شده است. حتی زمانی باور بر این بود که زنان خواست جنسی ندارند.»^(۷)

پس از تشکیل دولت-شهرها به زنان از دوران کودکی آموزش داده می‌شد که وظیفه‌شان در زندگی خدمت و عشق ورزی به همسر آینده‌شان است. در این نظام دیگر جایی برای عشق ورزیدن به هم‌جنس وجود نداشت. در تاریخ یونان و روم باستان درباره زنان و خواسته‌هایشان اسناد زیادی در دست نیست. زندگی زنان در این دوره و کم و بیش در دوره‌های دیگر به حاشیه رانده شده و خواسته‌هایشان نیز سرکوب شده است. اما دانش بشری در این باره، با مطالعه و بررسی نوشته‌های اختر شناسی، تعبیر خواب و نوشته‌های پزشکی بجای مانده، افزایش یافت.^(۸)

زنان در یونان باستان، در گردهم آیی‌های مردان شرکت نمی‌کردند. شواهد تاریخی نشان می‌دهد که زنان بطور متوسط در سن ۱۵ یا ۱۶ سالگی به همسری مردانی در می‌آمدند که معمولاً سن آنها دو برابر سن زنان بود. زنان در خانه محبوس بودند و تنها برای مراسم مذهبی و جشن‌ها از خانه بیرون می‌آمدند. زنان همچنین از آموزش و یادگیری محروم بودند. جنسیت سالاری (Sexism) مردان یونانی عامل فرودستی و بندگی زنان بوده است.

بخشی از نوشته شاعره ای به نام سوفیو (Sopphio) در دست است که اشعار عاشقانه وی درباره زنان دیگر است. گفته می‌شود سوفیو بین سال‌های ۶۱۲ و ۶۲۰ پیش از مسیح در جزیره لزبوس (Lesbos) می‌زیسته و واژه لزبین از همین محل گرفته شده است. راجع به سوفیو دانستنی زیادی در دست نیست. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که او حدود ۶۱۲ پیش از میلاد در یک خانواده اشرافی به دنیا آمده، ازدواج کرده و یک دختر داشته است. شعرهای او درباره زیبایی، گل، خورشید و عشق به زنان و دختران بوده است.^(۹) برخی توانایی‌های سوفیو را با هومر مقایسه کرده‌اند. مدارک بدست آمده از آن دوران نشان می‌دهد که در برخی از شهرها، حدود سده ششم، عشق بین دو زن معمول بوده است.^(۱۰)

یک بشقاب کشف شده در جزیره ترا (Thera) در یونان که به ۶۲۰ پیش از میلاد تعلق داشته، رابطه اروتیک دو زن را نشان می‌دهد. (۱۱) هم چنین نقاشی برجسته بر روی آرامگاهی در زمان امپراطور آگوستوس (۶۳ پیش از میلاد تا ۱۴ میلادی) دو زن را نشان می‌دهد که دست راست‌شان را بهم داده‌اند و این



نگاهی به تاریخ همجنس‌گرایی

بخش چهارم

منیژه معینی

معشوقه مذکر داشته‌اند. لازم است اشاره شود که خدایان یاد شده و قهرمانان هم جنس خواهی همچون الکساندر بزرگ و آشیل، سردار بزرگ یونانی در شاهکار ادبی «ایلیاد»، به بخش باستانی یونان شامل آتن و اسپارطا تعلق داشته‌اند. در بخش‌های دیگر یونان فرهنگ دیگری رواج داشته و حتی رابطه جنسی دو مرد را ممنوع می‌دانسته‌اند.^(۱۲) در این دوره ارتباط با نوجوان زیرپنجاه و پنج سال از نظر جامعه نادرست و نابخشودنی بوده است. سکس با زور نیز غیر قانونی به شمار می‌آمد. منظومه «ایلیاد» اثر هومر (حدود ۸۰۰ سال قبل از میلاد مسیح) اولین نوشته موجود از دوران یونان باستان است که در آن عشق بین دو مرد بیان شده است.^(۱۳) هر چند بین پژوهشگران درباره اینکه این رابطه دوستی بسیار ژرف و یا رابطه عاطفی بوده است، اختلاف نظر وجود دارد.

مجسمه‌ها، نقاشی‌های روی دیوار، کوزه‌ها و گلدان‌های باقیمانده از دوران یونان باستان که اکنون در موزه‌های جهان، به ویژه مجموعه بزرگ آن در موزه لندن، پاریس، و پمپی در جنوب ایتالیا موجود است، شاهد گرایی داشتن زیبایی و جوانی در هنر یونان باستان می‌باشد. بر روی برخی از این گلدان‌ها رابطه جنسی بین مرد نوجوان و فرد مسن‌تر از او نقاشی شده است. جالب است بدانیم که نام هیچ زنی بر روی این گلدان‌ها نوشته نشده است.^(۱۴) برای خواننده این پرسش مطرح خواهد شد که چرا تنها از رابطه مردان سخن رفته است و پس نقش زنان چگونه بوده است؟ واقعیت این است که تاریخ در رابطه با خواست جنسی زنان سکوت کرده است، زیرا تاریخ بوسیله مردان و برای مردان نوشته شده است. اما «از شروع قرن بیستم پژوهش درباره خواست جنسی زنان آغاز شد. این پژوهش‌ها در ابتدا در رابطه با زنان اروپایی در عصر مدرن بود و به سده میانه و سایر فرهنگ‌ها توجه نمی‌شد.»^(۱۵) در یونان باستان هر چند رابطه جنسی بین دو مرد تا زمانی که هنجارها رعایت می‌شد و مرد به تشکیل خانواده تن می‌داد، مانعی نداشت اما زنان از این قاعده مستثنی بودند. در اسطوره‌ها، ادبیات و هنر یونانی زنان نقش برجسته‌ای داشتند اما در زندگی واقعی در درجه پایین‌تر و هم‌ردیف نابالغان و

یونانیان لذت جنسی را با وظیفه جنسی یک سان نمی‌سنجیدند گرچه در این فرهنگ، مردان تشکیل خانواده می‌دادند، اما مردان جوان را برای لذت جنسی ترجیح می‌داده‌اند. در واقع بر پایه بینش یونانیان، سکس با تولید مثل پیوندی نداشت. ازدواج برای بقای نسل و سکس خارج از ازدواج برای مردان لازم به شمار می‌آمد. گرایش جنسی بین دو مرد یا دو زن تا زمانی که هنجار جامعه مبنی بر تشکیل خانواده رعایت می‌شد، پذیرفته بود.

همانگونه که اشاره شد، هم جنس خواهی و یا در حقیقت دوجنس‌گرایی یونانیان باستان پدیده پیچیده‌ای بود که نمی‌توان آن را با رابطه آزاد و برابر دو فرد بالغ هم جنس خواه در تاریخ مدرن مقایسه کرد. سنت رابطه جنسی با نوجوانان به گذشته یونان باز می‌گردد. زمانی که یونان از محله‌های خود مختار تشکیل شده بود و هنوز دولت-شهرها وجود نداشتند. در آن دوران هنگامی که نوجوان به مرد شدن نزدیک می‌شد، فرد مسن‌تری به اتفاق نوجوان از جامعه جدا می‌شد و نوجوان را برای مرد شدن و پذیرش مسئولیت‌هایش در قبایل جامعه آموزش می‌داد. پس از تشکیل دولت-شهرها دیگر احتیاجی به جدا شدن از جامعه نبود و مرد جوان با فرد سالمندتر می‌توانستند از همین رابطه بهره‌مند شوند.

«مرسوم‌ترین گونه رابطه هم جنس‌گرایی در یونان باستان، رابطه بین یک نوجوان که به آن «عشق نوجوان» می‌گفتند و فرد مسن‌تر بوده است. مرد مسن‌تر از نوجوان حمایت می‌کرد و وظیفه آموزش وی را به عهده داشت. وی در واقع الگوی نوجوان به شمار می‌آمد.»^(۱۶) در عین حال باید در نظر داشت که نمی‌توان آنچه را که در باره یونان باستان گفته شد به کل جامعه یونان عمومیت بخشید. یونان باستان شامل چندین دولت-شهر مستقل و خود مختار بود. قانون، رسم و عرف از شهری به شهر دیگر تفاوت داشت.

«دولت-شهر آتن بیشتر ادبیات بجا مانده از یونان کلاسیک را به خود اختصاص داده است که نسبت به سایر شهرها بسیار افزون‌تر است.»^(۱۷) شواهد موجود نشان می‌دهد که بین خدایان نیز رابطه هم جنس خواهی رایج بوده است. مانند هراکلس (قهرمان)، آپولو (خدای روشنایی) و زئوس (خدای خدایان) که چندین

تغذیه سالم همراه با یوگا و مدیتیشن

مریم سالاری - مربی یوگا (بخش دوم)

پروفسور دانشگاه فعال بوده است. در سال ۲۰۰۰ دکتر والس به بیماری ام. اس مبتلا می شود. بیماری ام. اس یک بیماری خود ایمنی غیر قابل پیش بینی سیستم عصبی مرکزی است. علت بروز آن هنوز مشخص نمی باشد. در این بیماری سیستم ایمنی بدن به بافت های عصبی خود حمله می کند. در این حمله غلاف چربی میلین که کارش حفاظت از فیبرهای عصبی مغز و نخاع است از بین می رود. بستگی به محل و میزان صدمه رسیدن به این غلاف، شخص مبتلا به این بیماری دچار مشکلاتی از جمله راه رفتن، داشتن تعادل، افتادگی مچ پا، گز گز دست و پا، مشکلات بینایی و... می شود. پیشرفت سریع این بیماری در دکتر والس توان راه رفتن را از او سلب می کند به طوری که او مجبور به استفاده از ویلچر می شود. دکتر والس بعد از قبول شرایط و کنار آمدن با قضیه بیماریش و امتحان کردن راه های مختلف پزشکی و دارویی و جواب نگرفتن، رو به تحقیق و تفحص در پیدا کردن روش هایی می کند تا شاید بتواند از پیشرفت بیماریش جلوگیری کند. او در کتاب اولش اشاره می کند: «مانند بسیاری از دکترها و همکارانم، من هم همیشه، تمرکز بر تشخیص بیماری و سپس دارو دادن و در نهایت انجام عمل جراحی را برای معالجه بیماران پیش می گرفتم. این روش ادامه داشت تا زمانی که من خودم مریض شدم. این اتفاق باعث عوض شدن دید من نسبت به روش و برخورد و معالجه بیمارهایم شد.»

برای من که می خواستم دانش خودم را در زمینه تغذیه مناسب بالا ببرم و همچنین با داشتن بیماری ام. اس، خواندن کتاب دکتر والس برایم بسیار آموزنده و هیجان برانگیز بود. همان طور که در بخش اول این مقاله اشاره کردم، سالیان پیش به طور اتفاقی با زندگی «تری والس» آشنایی پیدا کرده بودم. اما با خواندن کتاب هایش نه تنها به دانش من برای انتخاب مواد غذایی و تغذیه بهتر افزوده شد، بلکه بیشتر به این باور رسیدم که چطور یک انسان می تواند با قبول کردن موقعیت زندگی، گرفتن مسئولیت نسبت به وضع موجودش و با قدرت برخورد کردن با شرایط موجود، مسیر و راه زندگی را، حتی زمانی که بسیار سخت و ناهموار به نظر می رسد، به مسیر درست برگرداند. در ادامه شما با عوامل و کارهایی که باعث شد تا دکتر والس بتواند از روند پیشرفت بیماریش جلوگیری کند و حتی بعد از شش ماه از شروع رژیم غذایی اش ویلچر را ترک کند، آشنا خواهید شد.

خلاصه بخش اول: همان طور که در مقاله قبل اشاره کردم با قرار دان سلامتی ام به عنوان اولین الویت زندگی ام تصمیم به بازنگری رژیم غذایی خودم گرفتم. با این تصمیم متوجه شدم با آمدن کرونا تغذیه سالم من دستخوش تغییراتی شده بود که حاصل آن عادت به پرخوری و پیدا کردن ۱۵ پوند اضافه وزن بود. با دقیق شدن و مدیتیشن کردن به حال و حس خودم، درک کردم به جزء شکل ظاهری و نداشتن تناسب اندام به صورت قبل، ولع به خوردن غذا، پر و سنگینی معده ام و در عین حال مدام گرسنه بودن از مواردی بود که نه تنها با آنها خوشحال نبودم، بلکه می دانستم در بلند مدت این روش زندگی، بر سلامتی جسمی و روحی من تاثیر منفی خواهد گذاشت. پس به جای شکایت کردن، عذر و بهانه آوردن و غرق شدن در حال ناخوش و افکار منفی، تصمیم گرفتم برخورد منطقی با شرایط موجود را انجام بدهم. لازم دیدم اطلاعات خودم را در مورد مواد غذایی بالا ببرم تا نسبت به نیاز بدنم رژیم مناسبی را برای خودم انتخاب کنم. در مطلب ماه قبل توضیحاتی در مورد چگونگی پیدا کردن منابع مناسب و بالا بردن سطح آگاهی ام در مورد رژیم غذایی از کتاب های دکتر «تری والس» آشنا شده اید. در این مقاله قبل از پرداختن به نحوه اجرای این رژیم غذایی، می خواهم بیشتر شما را با زندگی و برخورد دکتر «والس»، زمانی که به بیماری ام. اس (در مورد بیماری ام. اس توضیحاتی داده خواهد شد) مبتلا می شود را جلب کنم. چرا که در طول زندگی همه ما اتفاق ها و یا جریان های قابل کنترل و غیر قابل کنترلی موجود می باشد. اتفاقاتی که اگر ما به دید یک امکان به آن نگاه کنیم و برخورد درستی با آنها داشته باشیم می تواند سکوی پرشی باشد که هم زندگی خودمان را متحول کند و هم می تواند چراغ راه دیگران باشد تا آنها نیز در زندگی قدرتمند زندگی کنند.

تری والس (Terry Wahls) که بود؟

خانم تری والس یک پزشک متخصص بالینی در دانشگاه پزشکی «آیوواکارو» در شهر «لووا» است. او زنی فعال در رشته های ورزشی و در شغل خود به عنوان دکتر و

دنباله مطلب در صفحه ۵۸

مریم سالاری

مربی یوگا

یوگا رقص بین رهایی و تسلیم است.

یوگا سفری است توسط خویشتن، از خویشتن، به سوی خویشتن.

(408) 802-8882

برای اطلاع از زمان و ساعت کلاس ها با ما تماس بگیرید

MINDFUL YOGA
Group



با انجام یوگا شما می توانید:

- ♦ شناخت و ارتباط بهتر با بدن ♦ قبول وضعیت جسمی و روحی ♦ بالا بردن نیروی تفکر ♦ شناخت انرژی های درونی
- ♦ تعادل بین چاکراها ♦ هماهنگی بدن، فکر و روح ♦ سلامتی و شادابی برای تمام عمر

♦ Therapeutic Yoga ♦ Chair Yoga

<http://mindfullyogagroup.com>

جهت پیشگیری ویروس کرونا:

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



نیاز مندیها

جویای کار

آماده نگهداری از فرزند و یا خانمی سالمند در منطقه فریمان هستم.
(۵۱۰)۴۵۸-۸۱۲۳

جویای کار

خانمی با سال ها تجربه در کار آشپزی، آماده پختن انواع و اقسام غذاهای ایرانی، در مناطق سن حوزه، کوپرتینو و سانی ول می باشد. برای اطلاعات بیشتر لطفا تماس بگیرید.
(۴۰۸)۶۰۷-۰۲۵۰

فروش ملک

ملک در نوشهر، مازندران. یک واحد آپارتمان لوکس، ۲ اتاق خواب و ۲ توالی.
email: dsaghafian@yahoo.com
شماره تلفن واتساپ در آمریکا ۹۵۶۸-۲۰۶-(۴۰۸) در ایران ۹۸-۹۰۵-۲۰۲-۴۴۱۱

فال سنارگان

دی	مهر	تیر	شروالدین
باید استعدادها و خلاقیت های متولدین این ماه را دو بار بررسی نمود چرا که اغلب آنها به دلیل فروتنی سعی دارند قدرت خود را به رخ نکنند و به همین جهت از خیلی موقعیت های ممتاز به دور می افتند. اغلب دختر خانم های متولد این ماه از لحاظ استعداد در تحصیل و کار در مرحله ای خاص قرار دارند و از میان آنها عده ای به درجه و مقام های بالائی دست می یابند.	مدتی سخت کار کرده اید، زیادی بخشیده اید و اکنون زمان استراحت شماست. از زندگیتان لذت ببرید و از تجربه هایتان برای ارج نهادن به روی آن بهره بگیرید. مراقب سلامتی خود باشید. به جای گرفتن رژیم های سخت و طاقت فرسا، برنامه غذایی خود را تنظیم کنید تا روح و جسم سالمی داشته باشید. یک اتفاق پرخیر و برکت در راه است.	مطمئن باشید که تلاش های شما به نتیجه خواهد رسید. این اعتماد به نفس شماست که راه را هموار می کند. با قدرت اراده و یک روحیه خوب می توان بسیاری از گره های سخت را باز کرد. منتظر اتفاقات خوب باشید. کمی استراحت و تفریح برایتان ضروری است. با دوستانی که به شما انرژی می دهند بیشتر ملاقات کنید و آرامش داشته باشید.	خیلی روی رفتار و اخلاق متولدین این ماه حساب می کنند. اگر به دلیل خستگی و مشغله، این رفتار تغییر کند مسلما این روابط بهم می ریزد. روحیه کمک در متولدین این ماه بسیار بالاست. همیشه برای یاری دادن به اطرافیان آماده هستند، در این میان عده ای تصمیم گرفته اند دیگر دست یاری به سوی کسی دراز نکنند که مسلما صحیح نیست.
بهمن	آبان	مرداد	اردیبهشت
بعضی از متولدین این ماه در زمینه کسب و کار بسیار پول ساز و موفق هستند، برخی به دلیل رکود اقتصادی، در گذشته، ناگهان دچار ترس و دلهره شده و به همین سبب حتی ابتکارات و خلاقیت های خود را از دست داده اند. به این گروه توصیه می شود با امید به کار بپردازید و روحیه خود را نیازید که هنوز شانس های خوبی در راه است. مسافرت کوتاهی در پیش دارید.	بعضی از متولدین این ماه بخاطر نیش زبان و متلک های بعضی ها به تنگ آمده و آماده عکس العمل تند هستند که توصیه می شود با آرامش و صبورانه عمل کنند و تا حد ممکن آن را به یک گفتگوی آرام مبدل سازند. البته حق با آنهاست ولی به جنجال و درگیری های بزرگتر نمی ارزند، خصوصا آنها که زندگی زناشویی دارند.	این ماه، ماه مهمی است برای انجام یک مصاحبه کاری، ملاقات با دوستی عزیز، امتحان دادن و یا کارهای خاصی از این قبیل که برای این برنامه ها از پیش زیاد به آن فکر کرده اید. در این روزها نزدیکترین ارتباط شما با دیگران بر روی پایه هایی محکم بنا می شود. از کسانی که ظاهری زیبا و باطنی پر از کینه و غرض دارند باید دوری کرد.	شاید اکنون احساس می کنید که دارید به بن بست می رسید و نمی توانید روی هیچکس حساب کنید. بنابراین بهترین دوره را دارید که تمام قید و بندهای بیهوده را از خود جدا کرده و با تمرکز روی آنچه که واقعا می تواند خوشحال تان سازد، روش جدیدی در زندگی پیش بگیرید. در زندگی زناشویی منطقی تصمیم بگیرید. یادتان باشد که شما فقط به چند دوست خوب نیاز دارید.
اسفند	آذر	شهریور	خرداد
اگر جواب خیلی از فداکاری ها و محبت ها به متولدین این ماه برنگشته است ولی فضائی از خوش نامی و محبوبیت و یادآوری های دلنشین می تواند آینده ای زیبا برای این گروه ترسیم کند. خود را از دام تخیلات رها کنید و واقع بین باشید. کسی را که دوست دارید، دچار توهم نکنید. با او شفاف و روراست باشید. سعی کنید مسائل زندگی را برای خودتان پیچیده نکنید.	از افراد خودخواه فاصله بگیرید. شخصیت شما دیگران را مجذوب می کند. برخی از صفات خوب شما در محیط کار باعث می شود وظایف مهمی به شما ارجاع شود. دو ملاقات مهم خواهید داشت که یکی در مورد مسائل تحصیلی و شغلی است و دیگری در مورد زندگی آینده تان. به یک سفر کوتاه ولی جالب خواهید رفت.	اجازه ندهید برخی مسایل شما را آزار دهد. بعضی از کارهای شما متوقف شده است ولی در این ماه بنبه و توان بیشتری برای انجام آنها خواهید داشت. این ماه، می تواند ماه پیشرفت و ترقی برای شما باشد، اما این موضوع یک شرط دارد و آن تمرکز شما بر چیزهای مهم است. که در این صورت بهترین نتیجه را برای شما در پی خواهد داشت.	در تصمیم گیری هایان از قلب و منطق خود، یکسان استفاده کنید. همین باعث می شود که بتوانید روزهای شادی را داشته و در عشق و یا زندگی زناشویی هماهنگی درستی با دوست نزدیک و یا همسر را تجربه کنید. بسیاری از شما به فعالیت هایی که رابطه مستقیم با بچه ها دارند، علاقه مندید. شاید کار کردن با بچه ها شما را بیشتر خوشحال کند.

گفت: «ما پول نمی فروشیم». این سیاست برای صاحبان کارت توفیقی اجباری بود تا مشمول مالباختگی کمتری شوند.

تعداد اعضای وبسایت آنها از ۱۵۰ هزار تجاوز کرده بود که حدود ده درصد از آنها مشتری واقعی بودند و بطور مستمر خرید می کردند. تعداد مشتریها، رضا را به این فکر انداخت تا از پتانسیل فراوانی مشتریها بهر بهره رابرد و اجناس متنوع تری را در وبسایتش به فروش برساند. هدفش را معطوف به این کرد که هر چه در اینترنت بطور مجازی خرید و فروش می شود را در وبسایتش قرار دهد. او از تخصص «اسمیت» نیز استفاده کرد و شروع به فروش VPN نمود که فروش خیلی خوبی داشت. برای مدت کوتاهی سایت دیگری ساختند به زبان فارسی مخصوص ایرانی ها که در آن Apple ID هایی را که با اطلاعات کارتها می ساختند را به فروش می رساندند. ولی به هیچوجه کارتها را به ایرانی ها نمی فروختند. اینکه چه جنسی به چه کسانی و کجا به فروش برسد، از هنرهای تیم رضا بود.

در سال ۲۰۱۴ رضا توانست نمایندگی فروش حسابهای یک سایت خدمات ارسال انبوه SMS را بگیرد. به عبارت ساده تر، حساب هایی در آن وبسایت می ساخت (با تخفیف مخصوص نمایندگی فروش) و آنها را در وبسایت خود می فروخت. ساخت یک ارز الکترونیکی مستقل هم از برنامه های رضا بود که تحقق نیافت. رضا برنامه ها و ایده هایی داشت که با پشتوانه ده ها هزار نفر مشتریان خود می توانست به سرعت به هدفش برسد، ولی دوستانش در انجام و پیاده کردن ایده هایش امروز و فردا می کردند. از اواسط سال ۲۰۱۴ رضا به این فکر افتاد که به تدریج کارتها را از وبسایت حذف و وبسایتش را تبدیل به یک فروشگاه قانونی کند. می دانست بدون فروش کارت هم قادر به پیش بردن بیزننش بود ولی وجود کارت باعث زیرزمینی ماندن آن می شد و جلوی پیشرفت و رقابت در دنیای واقعی را می گرفت. علی رغم رضایت آرماندو و اسمیت، دستهای راست و چپ رضا، ایده های او برای اجرایی شدن خاک می خورد. بعضی وقت ها به این فکر می افتاد که این وبسایت را واگذار کند به شرط ۳۰ درصد از درآمد ماهانه اش. ولی دلش نمی آمد آنچه را که با تلاش و پشتکار شبانه روزی طی چندین سال مطابق با اصولش ساخته بود را به دست دیگری بسپارد.



حکایت رضا

بخش بیستم

Noumena: True Story of Reza

میلاد رضایی کلانتری به جرم سایبری فروش اطلاعات حدود ۲/۵ میلیون کارت اعتباری، که منجر به ۱/۲ میلیارد دلار خسارت به بانک های آمریکایی شد، در حال سپری کردن دوران محکومیت ده ساله اش در زندان فدرال آمریکا می باشد. بخاطر تنهایی و فرسنگ ها دوری از وطنش، به فکر نوشتن داستان زندگی به زبان انگلیسی افتاد. آنچه می خوانید برگرفته از ترجمه فارسی کتاب او است.

۲۰۱۴، بیتکوین

سال ۲۰۱۴ با جوی ملایم تر و بهاری تر با رضا و بیزننش رفتار کرد. در این سال بود که دو اتفاق نیکو برایشان افتاد. اول اینکه بیتکوین (BTC) را به عنوان گزینه پرداخت به وبسایت شان اضافه کردند و دومین اتفاق مثبت نسخه جدید وبسایت بود که بطور پیشفرض خیلی خوب بود و به کمک تیم برنامه نویس رضا تبدیل شد به قوی ترین پلتفرم یا پینل فروش آنلاین اقدام اینترنتی و مجازی.

با اضافه شدن بیتکوین به گزینه های پرداخت در وبسایت، همچنان مشتریها تمایل به استفاده از PM داشتند. لذا رضا را بر آن داشت تا از اکسچنجرهای آنلاین PM (BTC) استفاده کنند. بدین ترتیب که مشتری به اکسچنجر PM بفرود شد و اکسچنجر در لحظه ای بعد به رضا (BTC) بفرستد. رضا حتی با چندین اکسچنجر توافقاتی انجام داد تا کارمزد کمتری از مشتریهایش اخذ کنند.

در آن زمان، وبسایت رضا تنها وبسایتی بود که توانسته بود از (BTC) بعنوان یک عامل پرداخت «آنی» استفاده کند، یعنی مشتری لحظه ای بعد می توانست مبلغ پرداختی به مبادله گر ارز یا اکسچنجر را در حسابش در وبسایت رضا مشاهده کند. نهایتاً مشتریها چهار گزینه برای افزودن وجه به حسابشان در وبسایت رضا در اختیار داشتند: آگویی، وبمانی، بیتکوین و PM از طریق اکسچنجرهای آنلاین (PM) به (BTC) همچنین وبسایت او تنها وبسایتی بود که در نوع خودش (در مقایسه با بقیه وبسایت های فروش کارت) کارتها را قبل از فروش چک می کردند تا از صحت آن مطمئن شوند. کاری که هیچ فروشنده کارت انجام نمی داد، چون باعث مسدود شدن کارتها می شد. بعضی از فروشندهگان کارتها برای رضا شرط می گذاشتند که فقط به شرط چک نشدن کارتها به رضا کارت خواهند فروخت. ولی این خلاف سیاست رضا بود. او معتقد بود هر که می خواهد با او کار کند باید سیاست او را نیز بپذیرد. به فروشنده می گفت: «ما کارتها را به شرط چک شدن می خریم» و به خریدار می

Ali Driving & Traffic School

کلاس های تعلیم رانندگی و ترافیک علی

برای بزرگسالان و نوجوانان

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

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

Safe Driving
Saves Lives



Safety is our most
important concern

Licensed & Bonded

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

آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه ای

(408) 394-5249 ◆ (408) 370-9696

ماهنامه پژواک

نشریه برگزیده
ایرانیان شمال کالیفرنیا

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

(408) 221-8624



دوران جوانی

بخش دوم

عباس پناهی



کردن پدرم را ندیده بودم، اما داشت آرام و بی صدا می گریست. بچه را بغل کردم تا دست مادرم آزاد شود اما فقط چند دقیقه طول کشید و ناگهان از دهانش کف سفید زیادی بیرون آمد و انگار دردی در بدنش پیچید. خود را راست کرد و خشک شد و با عضلاتی منقبض و مانند چوب، بی حرکت شد. صدای شیون مادر و خواهر دیگرم، زندهای محله را به خانه مان کشاند. وقتی مادر بچه در حالی که کیسه دارو در دست وارد اتاق شد، زن ها برای آنکه نگذارند بچه را ببینند، همه به ناگهان بر سرش ریختند و به زمینش انداختند. او از لابلای در زیر دست و پای آن همه زن، نگاهش را به من دوخت و التماس کنان گفت: «به من راست بگو، آیا افسانه مرد؟»

روزها و هفته ها در گیر این مصیبت بودیم و خواهرم نمی توانست با آن کنار بیاید. در آن زمان هنوز بهشت زهرا درست نشده بود و گورستان های تهران، عبارت بودند از مسگرآباد و نیز گورستان ابن بابویه و گورستان شاه عبدالعظیم و اطراف بعضی اماکن زاده ها. گورستان های کنار اماکن زاده ها گرانقیمت بودند و اکثرا توسط آخوندها و قجرزاده گان و پولدارها پیش خرید شده بودند و تنها گورستان مردمی که همه می توانستند مردگان خود را دفن کنند، همان مسگرآباد بود. بچه خواهرم را در مسگرآباد دفن کردند. هر از گاهی متوجه می شدیم خواهرم نیست و پس از غروب می فهمیدیم که از طلوع بامداد به گورستان رفته بوده و تمام روز را کنار گور فرزندش با گفتگوی خیالی با او و زار زدن گذرانده. یک روز فکر کردم او را به سینما و به فیلم کمدی رمانتیک که آن روزها در حال نمایش بود ببرم، شاید دقایقی افکار آشفته اش را به سمت موضوع فیلم منحرف کنم. نام فیلم «پوسی کت» بود و پیتر اوتوول بازی می کرد. همه تماشاچی ها می خندیدند اما خواهرم مات و بی حرکت بود و انگار با چشم باز، در خواب است. ناگهان از جایش برخاست و در حالی که مرا هل می داد، گفت: «بریم بریم دیگه بسه. الان افسانه بیدار میشه، آگه ببینه من نیستم می ترسه.» دستش را گرفتم و سعی کردم بنشانمش و تا دهانم را خواستم باز کنم که چیزی بگویم، انگار یادش افتاد که افسانه دیگر در رختخواب نیست و بغضش ترکید و در میان خنده های دسته جمعی تماشاگران فیلم، شروع به ضجه زدن کرد و من مجبور شدم برخیزم و دستش را بگیرم و از سینما بیرون برویم. فقط چهل روز از مردن افسانه گذشته بود که واکنس ضد سرخک به بازار آمد دنباله مطلب در صفحه ۵۷

غروب که شد، نه برای تمرین آواز رفتن و نه به آموزشگاه شبانه. به خانه که رسیدم، با لشکر غمزده ای روبرو شدم که هیچ کدام دل و دماغ حرف زدن نداشتند. بالاخره مادرم توضیح داد که پمپ سوختی ترکیده و پدرم آتش گرفته و تا بیمارستان برسانند، همه بدنش سوخته و اکنون در اتاق مراقبت های ویژه تحت نظر است و احتمال زنده ماندنش خیلی کم است، مگر سیستم دفاعی بدنش قوی باشد. پس از یک هفته در بیمارستان ماندن، به درخواست مادر و خواهرم، از بیمارستان پدرم را تحویل مان دادند و خواهرم که دوره هایی را در انستیتو پاستور گذرانده بود، مسئولیت مراقبتش را به عهده گرفت. در آن زمان ها موسسات پزشکی مانند انستیتو پاستور، به کسانی که علاقه به کارهای پزشکی داشتند، به طور رایگان آموزش می دادند و به کسانی که دوره های آموزشی را با موفقیت می گذراندند، مدرکی می دادند که دارنده آن گواهی نامه، به راحتی می توانست در سازمان های پزشکی استخدام شود و در رشته ای که مدرک دارد مشغول کار شود. این دوره ها، نام محدود بودند و هر علاقمندی می توانست همه دوره های گوناگون را بدون پرداخت هزینه ای بگذراند. چندین ماه تلاش بی وقفه، بالاخره پدرم را زنده کرد اما با بدنی که سراسر اثر سوختگی را در خود داشت. این اولین طلایه از همان نحسی بود که مادرم بیمناکش بود.

همان خواهرم که با تلاش شبانه روزی اش از پدرم نگهداری کرد و هر روز، در دو نوبت سر تا پای پدرم را پانسمان می کرد و لخته لخته گوشت و پوستهای پخته ای که از بدنش به صورت تاول های بزرگ را با حوصله تمام جدا می نمود و با مرهم می پوشانید، کودکی داشت بی نهایت شیرین و با هوش که تمام محله دوستش داشتند و دائما همسایه ها می آمدند و با خود می بردند و با اینکه بیش از دو بهار از زندگی اش نگذشته بود، به خوبی حرف می زد و با شیرین زبانی، دلربایی می کرد. در آن زمان ترانه ها و آهنگ ها، بر روی صفحه های ۳۳ دور و ۴۵ دور و ۷۸ دور ضبط می شدند و تقریبا همه در خانه هایشان یک دستگاه گرامافون که با دست کوک می شد و از طریق شیپوری بزرگ صدای آن پخش می شد و بعدها که به همه خانه ها برق کشیده شد، گرامافون های برقی یا با باتری که به گرام معروف شده بودند داشتند. ما نیز از آن گرام ها و حدودا صد عدد صفحه در خانه داشتیم که این بچه، همه آنها را می شناخت و هر آهنگی را که از او می خواستیم، همه صفحه ها را بهم می ریخت و آن آهنگ را از میان صد صفحه بر می داشت و به دستمان می داد. باید بگویم که تفاوت صفحه ها غیر از نام آهنگ و نام خواننده و اینگونه نوشته ها، فقط در بعضی رنگها بود که تنوع زیادی هم در رنگها وجود نداشت.

در حین درگیری خانواده با وضعیتی که برای پدرم پیش آمده بود، این بچه سرخک گرفت و در آن موقع هنوز واکنس سرخک کشف نشده بود و به راحتی در میان بچه ها قربانی می گرفت. چند روزی طول نکشید که این بچه دچار وخامت حال شد. خواهرم او را به بیمارستان برد و در بیمارستان یک نرس بی سواد، به خیال آنکه ویتامین «کا» جوش های حاصل از سرخک را معالجه می کند، یک آمپول ویتامین «کا» تزریق کرد و باعث شد تا از بیمارستان به خانه برسند، بینایی بچه از دست برود. ساعت ده و نیم صبح بود که پس از امتحان فیزیک داشتم به سمت خانه می رفتم که خواهرم را دیدم در حالی که با خود حرف می زد و سراسیمه و بی توجه به اطرافش، آمد و از جلوی من رد شد و با آنکه به من نگاه کرد، اما من را ندید. صدایش کردم اما نشنید. برگشتم و به دنبالش رفتم، دستش را گرفتم و تکانش دادم. به حالتی که از خواب پریده باشد، بی مقدمه گفت: «داره می میره، عباس، داره می میره.» خواستم دلداریش بدهم اما گفت: «باید زود دوایش را بگیرم که نمیره.» و بی هیچ حرفی راه افتاد. دانستم اوضاع وخیم است. او با سرعت رفت و من خود را دوان دوان به خانه رساندم.

بچه در آغوش مادرم بود و مطابق توصیه پزشک، یک قاشق چای خوری آب قند و یک قاشق دیگر آب نمک به دهانش می ریخت. بچه بینایی و شنوایی اش را از دست داده بود، اما یکی یکی ما را صدا می زد. هرچه صدایش کردم نشنید. هیچ وقت گریه

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.

hamidabtahi21@yahoo.com + DRE# 01071456



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

ارزشمندتر از پیروزی

سما روحبخشان



برای رسیدن به سکوی قهرمانی دقیقاً چند بار باید مسابقه داد؟ چقدر باید تمرین کرد؟ بهتر است که در کدام زمین و زیر نظر کدام مربی تمرین کنیم؟ برای برنده شدن، برای کسب سهمیه یا دریافت مدال از چه سنی باید وارد میدان شد؟ به غیر از زمین و زمان، مربی و ابزار مناسب، چه چیز دیگری لازم است؟

شاید برای بعضی بسیار ظالمانه باشد، شاید هم عده‌ای آن را مصداق تام و تمام عدالت بدانند که بیشتر و بیشتر از همه آن مسیری که یک ورزشکار یا یک تیم ورزشی باید برای رسیدن به موفقیت طی کند، دولتی که بر جغرافیای محل زندگی ورزشکاران حکمرانی می‌کند دارای اهمیت است. این که آن واحد سیاسی، آغازگر جنگ نباشد، با موشک‌ها و هواپیماها و سلاح‌هایش به خاک یک کشور دیگر حمله نکند، خیابان‌ها را به خاک و خون نکشد و مسپ آوارگی چند میلیون انسان نباشد، قطعاً در آینده یک ورزشکار مؤثر خواهد بود.

تقریباً یک سال پیش بود که تیم ملی فوتبال روسیه با قرار گرفتن در گروه H مسابقات مقدماتی جام جهانی قطر و در قاره اروپا، اولین مسابقه خود را در مقابل تیم ملی مالت برگزار کرد و برنده از زمین خارج شد. اولین گام برای رسیدن به معتبرترین رقابت ورزشی جهان محکم برداشته شده بود. پس از آن ملی‌پوشان روسیه ۹ بار دیگر به میدان رفتند، دویدند، مبارزه کردند و تنها با یک امتیاز کمتر از کرواسی، نایب قهرمان جهان، به‌عنوان تیم دوم گروه پا به مرحله بعدی گذاشتند و خود را آماده رقابت‌های حذفی کردند تا در برابر تیم‌های دوم دیگر گروه‌ها قرار بگیرند. تا به رؤیای خود دست یابند. تا مثل چهار سال قبل که در خاک شان اسپانیا را حذف کردند و به جمع هشت تیم برتر رسیدند، شگفتی‌ساز باشند. تا دنیس چریشف دوباره جشن گل برپا کند. تاریخ دقیق بازی‌های تیم فوتبال روسیه از همان یک سال پیش مشخص است. اولین گل در اولین بازی: آرتم زیوبا دقیقه ۲۳. آخرین گل هم به نام اروخین ثبت شد. روسیه دوم شد و همه به خط شدند تا گلزن مسابقه حذفی را حدس بزنند. همه چیز به ساعت و دقیقه مشخص بود. قرعه‌کشی و تیم‌های شرکت کننده و محل انجام مسابقات هم همین‌طور. در این

میان اما تنها تاریخ یک چیز مشخص نبود: تاریخ دقیقی که افسر سابق کا.گ.ب ولادیمیر پوتین، پروراندن نقشه حمله نظامی به اوکراین را در سر آغاز کرد.

با شروع حمله ارتش روسیه به خاک اوکراین گمانه‌زنی‌ها آغاز شد. کسی می‌زبان دور قبلی جام را دوست نداشت. موضع‌گیری‌ها به مرور مشخص‌تر می‌شد و آرزوهای ملی‌پوشان روسیه برای حضور در مسابقات کم‌رنگ‌تر. در روزهایی که گلوله‌ها و موشک‌ها شلیک شده بودند و تصاویر ساختمان‌های مسکونی ویران به سرعت در حال مخابره شدن به سراسر جهان بود و هر روز بر تعداد مردمی که خانه‌هایشان را ترک می‌کردند افزوده می‌شد، تیم فوتبال روسیه باید به مصاف لهستان می‌رفت. روسیه حالا دیگر یک تیم صرفاً ورزشی نبود. نماینده‌ای بود که باید آبروی ساختار سیاسی و اقتصادی یک کشور را حفظ می‌کرد. درست مثل چهار سال قبل که در بازی افتتاحیه مقابل عربستان، پوتین برای هر کدام از پنج گل تیمش لبخندی غرورآفرین نثار دوربین‌ها می‌کرد، امروز هم تیم روسیه فقط یک تیم ورزشی نبود. نماینده‌ای بود که نمی‌شد حضورش را تحمل کرد. در این شرایط، شاید برای هر تیمی سخت باشد که در برابر روسیه قرار بگیرد. برای لهستان اما سخت نیست، برای آنها محال است! لهستان در زمین سبز بازی مقابل روسیه به میدان نمی‌رود. این، مدنی‌ترین شکل مبارزه با روسیه خواهد بود. هر چند زمان زیادی از سپتامبر ۱۹۳۹ گذشته اما به نظر می‌رسد که لهستان هنوز آن خاطره را فراموش نکرده است! **دنباله مطلب در صفحه ۴۹**



Mahin Motlagh

BRE# 01320595



(650) 309-2700

CALL ME FOR

FREE no obligation home evaluation

FREE list of active properties for sale

FREE Real Estate consultation & more

Specializes in helping home buyers, home sellers & investors throughout the Bay Area & surrounding since 2001

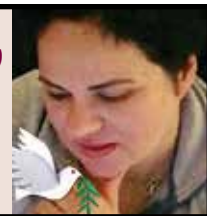
mahinrealty@gmail.com

http://mahin.agent.intero.com

برای مشاوره رایگان در امور خرید، فروش و سرمایه‌گذاری املاک مسکونی و تجاری، دریافت لیست کامل اماکن مسکونی و گرفتن تخفیف ویژه، لطفاً با من تماس بگیرید!

سود سرشار معادن دامنه کرکس، به نام توسعه، به کام معدن دار

ماهرخ غلامحسین پور



حال دلشان خوش نیست. فاصله این سه روستا بسیار اندک است. فاصله برز تا کمجان دو کیلومتر و تا طره، فقط سه کیلومتر است. آنها در دامنه کوهستان کرکس، در جنوب غرب نظنر و شمال اصفهان زندگی می کنند. رشته کوه کرکس، تا پیش از آن که تاج قلعه هایش طعمه تخریب شود، با ارتفاع نزدیک به چهار هزار متر، روستاهای دامنه را از مناطق خشک همجواریش جدا می کرده. روستاهایی که از قدیم ایلام دارای چشمه های غنی آب معدنی و قنات های پرآب بوده و مسافران را برای رفع خستگی و پیوند با طبیعت در آنجا می کشانده. اما اهالی می گویند فعالیت معدن داران، حتی چشمه هایشان را خشکانده.

«فرزاد رحمت آباد» در حوزه محیط زیست محلی فعالیت می کند و از اهالی کمجان است. او می گوید تا پیش از این، باغ هایشان پر از میوه بوده: «الآن هر جا نگاه می کنید، باغ ها خشکیده. در آن ارتفاعات معلوم نیست چه بر سر سرچشمه ها آورده اند که کلا آب قنات ها و چشمه ها هم خشک شده اند. قبلا چهار چشمه جوشان داشتیم. حالا هیچ کدامشان یک قطره آب هم ندارند.»

به گفته فرزند «معدن دار کمجان» به دهیار روستای آنجا پول می دهد که من برای شما یک پارکینگ می سازم، شما روستایی ها را راضی به فروش حقایقه شان کنید. دهیار هم سعی خودش را می کند. در وضعیتی که ما خودمان اینجا با کم آبی شدید مواجه ایم و غالب قنات هایمان یا خشک شده یا میزان آب دهی به یک پنجم رسیده. اهالی روستا می گویند فعالیت معدن، باعث دگرگونی اقلیمی شده و آسمان پاک آنها را غبارآلوده کرده و باغ هایشان را خشکانده.

درد دیگر مردم، آلودگی صوتی: «نسرین پاشیری» که مادر سه کودک هم هست از آلودگی صوتی وحشتناکی می گوید که سال های سال است با آن درگیرند: «صدایی که از دل کوه می آید، در تمام طول شبانه روز ادامه دارد و یک لحظه هم متوقف نمی شود. همزمان، تریلی های سنگین، با سرعت زیاد در حال رفت و آمد و انتقال سنگ ها هستند. از دور می بینید که دود تمام کوه را پر کرده. موضوع اینجاست که مسئولان محلی می گویند معدن دارها هیچ مجوز محیط زیستی ندارند که به مردم نشان بدهند. به نظر می رسد اصلا مجوزی در کار نیست. اما هر چه که باشد یک قدرت بزرگ دارد از آنها، در مقابل اهالی روستا حمایت می کند و زور مردم هم به آن قدرت نمی رسد.»

به گفته نسرین، آلودگی صوتی آسایش روانی مردم و گرد و غبار هم نفس شان را گرفته. او می گوید چیزی نزدیک به شصت معدن، در این منطقه حفاظت شده در حال فعالیت است. البته آمار رسمی در این مورد وجود ندارد و اثبات ادعای نسرین ممکن نیست.

آلایندگی هوا و بیماری های ریوی: اما مصیبت مردم آن منطقه به آلودگی صوتی محدود نمی شود، آلایندگی ناشی از گرد و غبار هم، احوال آنها را سیاه کرده. روزگاری آسمان روشن روستا که به کوه کرکس منتهی می شد، به پاهی و زلالی شهره بود.

«شهاب میلاجردی» در روستای برز به دنیا آمده ولی بعد از دیپلم، به شهر اصفهان مهاجرت کرده. او می گوید برای سلامت والدینش که ساکن روستا هستند نگران است. «به زخم گفتم عید است بیا برویم روستا و به والدینمان سر بزیم. او اما زیر بار نمی رفت و می گفت هوای آنجا سالم نیست. من حاضر نیستم سلامت بچه هایم را به خطر بیندازم. تصورم را بکنید جایی که قبلا از سوی پزشکان سراسر ایران، به مردمی که مشکلات ریوی داشتند به عنوان مکانی برای درمان سفارش می شد، حالا تبدیل به یکی از آلوده ترین مناطق کشور شده و همه این ها برای مردم روستا درد دارد.»

روستاییان می گویند به دلیل ذرات گرد و غبار معلق در هوا، اغلب شان به بیماری های تنفسی مبتلا شده اند. میزان آلودگی به حدی است که رنگ آب مصرفی تیره شده و روی شاخ و برگ درختان، یک لایه ضخیم خاک نشسته. شهاب می گوید مادرش سالهاست مبتلا به بیماری ریوی و تنگی نفس شده: «اوایل هر بار که مادرم را می بردیم نظنر یا اصفهان، دکتر، از ما می پرسیدند مگر مادر شما کارگر معدن است؟ یا اینکه در یک منطقه معدنی زندگی می کند؟»

مردم سه روستای برز، طره و کمجان در اعتراض به فعالیت غیرقانونی معدن داران دامنه کوه کرکس روز دهم فروردین، اقدام به راهپیمایی گسترده کرده بودند. اما به رغم این اعتراض و در حالی که معدن، به مدت سه هفته در ایام تعطیلات عید تعطیل شدند، از روز بیست و دوم فروردین ماه، باز هم فعالیت هایشان را در ارتفاعات کرکس آغاز کردند. تجمع گسترده و خودجوش اهالی روستای برز، طره و کمجان، گرچه، در شبکه های اجتماعی انعکاس گسترده ای داشت، با این حال نتیجه ای عاید روستاییان نکرد و آنها نتوانستند حرفشان را به کرکس بنشانند و فعالیت معدن را متوقف کنند و مجدداً، فعالیت ماشین های سنگین و دستگاه های بزرگ برشکاری در این منطقه شروع شد.

کسی آمار واقعی معدن آن حوالی را نمی داند. روستاییان فقط می دانند که آنها یکی دو تا نیستند و با فاصله های نه چندان دور، در حال تخریب تاج کوه های بهم پیوسته کرکس هستند. سرعت تخریب منطقه در محدوده قلعه و شاق، طر قرو، تخته سرکل، دامنه برز، طره و روستای کمجان بسیار سریع است. اما سوال اینجاست که آیا این معدن، به اندازه ای که تخریب می کنند، سودآوری دارند؟

«ناصر کریمی»، اقلیم شناس و کارشناس محیط زیست می گوید در ایران و هنگام محاسبه سود و زیان معدن، به موضوع سود و زیانی که این معدن، نصیب اکوسیستم و محیط زیست می کنند، توجه نمی شود. «در همه جای دنیا، سیاست های بهره برداری از منابع طبیعی وجود دارد. وقتی شما می خواهید از یک جایی، بهره برداری معدنی بکنید، ارزش اکولوژیک چشم انداز را تعیین می کنید، تأثیر و ضربه ای که معدن به این ارزش اکولوژیک وارد می کند را هم مشخص می کنید. بعد یک مقایسه انجام می شود و می گویند حفر کوه به این دلیل می صرفد، چون مثلا این معدن، به قیمت چشم انداز، اکوسیستم و منابع طبیعی که لطمه می بیند، باز هم سودآور است. سود معدن را از میزان لطمات کم می کنند و در نهایت تصمیم می گیرند که حفر معدن، به صرفه است یا خیر؟ اما در ایران متأسفانه ارزش اکولوژیک و تأثیر پذیری محیط زیست اصلا محاسبه نمی شود.»

به گفته این اقلیم شناس، در ایران، محاسبه سود و زیان معدن، به شیوه دیگری است: «وقت محاسبه سود و زیان معدن، از خودشان می پرسند مثلا ارزشش را دارد که این ماشین آلات را بخیریم یا ندارد؟ این جاده را بکشیم یا پول این تعداد کارگر را بدهیم می صرفد؟ ارزش چشم انداز در نظر گرفته نمی شود. از سوی دیگر، مجوز که صادر می شود، معدن دار هر ستمی که از دستش برآید، در حق محیط زیست انجام می دهد. جاده بی رویه می زند، رهاسازی نخاله می کند و بسیار بیش از آنچه که لازم است، به طبیعت لطمه می زند و با ایجاد دسترسی به مناطق دور از دسترس، جنبه بکر بودن زیستگاه های دور دست را از بین می برد.»

به گفته کریمی، معمولاً احداث معدن برای افراد بومی و محلی در سراسر دنیا، سودمند است چون بخشی از مشکلات آنها، از جمله اشتغال را پوشش می دهد. اما این امر در دامنه کرکس صادق نیست: «ما دیدیم که صدای مردم محلی هم درآمده. یعنی مردم آن حوالی که می توانند منتفع باشند، وقتی شاهدند که به چه شکل بی رویه ای چشم انداز محیط زیست شان تخریب می شود و درصد خرابی و تغییر چهره محیط، بالاست، اعتراض می کنند.»

تزیق حقایقه اندک روستاییان به معدن: معدن حوالی برز، طره و کمجان، معدن گرانتیت و تراورتن است. استخراج سنگ گرانتیت و تراورتن محتاج آب فراوان است و مردم منطقه، از سر فقر و اضطراب و به رغم کم آبی، به قیمت نازل، حقایقه زمین هایشان را به معدن داران ثروتمند می فروشند.

مودب، از اهالی روستای برز می گوید معدنکاران نزدیک به برز و کمجان بین خودشان و روستای بالا دست لوله کشی کرده اند. «آنها ادعا می کنند آبی که برای دستگاه های برش استفاده می کنند، پسماند سیلاب های بیابان است، این در حالی است که اینها یا حقایقه آب روستاها را می خردند، یا استخرهای غول پیکر راه انداخته اند و آب را برای مصارف خودشان ذخیره می کنند.» به گفته مودب، که خودش از نزدیک فعالیت این معدن را دیده، کار برش سنگ، نیازمند آب فراوان است. «معدن داران حقایقه روستای بالادستی را با قیمت کلان خریده اند. این در حالی است که خود اهالی روستا به دلیل خشکسالی چندساله، با مشکل کمبود آب مواجه اند. اما روستاییان به دلیل فقری که درگیر آند به فروش این حقایقه تن داده اند.»

اهالی سه روستای برز، کمجان و طره از توابع بخش مرکزی شهرستان نظنر این روزها



بیمارم، مادر جان!
می دانم، می بینی
می بینم، میدانی
می ترسی، می لرزی
از کارم، رفتارم، مادر جان!
می دانم، می بینی
گه گریم، گه خندم
گه گیجم، گه مستم
و هر شب تا روزش
بیدارم، بیدارم، مادر جان!
می دانم، می دانی
کز دنیا، وز هستی
هشیاری، یا مستی
از مادر، از خواهر
از دختر، از همسر
از این یک، و آن دیگر
بیزارم، بیزارم، مادر جان!
من دردم بی ساحل
تو رنجت بی حاصل
ساحر شو، جادو کن
درمان کن، دارو کن
بیمارم، بیمارم، بیمارم، مادر جان!

مهدی اخوان ثالث

اشکم ولی به پای عزیزان چکیده ام
خارم ولی به سایه گل آرمیده ام
با یاد رنگ و بوی تو ای نو بهار عشق
همچون بنفشه سر به گریبان کشیده ام
چون خاک در هوای تو از پا افتاده ام
چون اشک در قفای تو با سر دویده ام
من جلوه شباب ندیدم به عمر خویش
از دیگران حدیث جوانی شنیده ام
از جام عاقبت می نابی نخورده ام
وز شاخ آرزو گل عیشی نچیده ام
موی سپید را فلکم رایگان نداد
این رشته را به نقد جوانی خریده ام
ای سرو پای بسته به آزادگی مناز
آزاده من که از همه عالم بریده ام
گر می گریزم از نظر مردمان رهی
عیبم مکن که آهوی مردم ندیده ام

رهی معیری

گویند که بار را وفا نیست، دروغ
گویند پس از هجر لقا نیست، دروغ
گویند شراب جانفزا نیست، دروغ
گویند که این به پای ما نیست، دروغ

مولوی

یاد آن شب که صبا در ره ما گل می ریخت
بر سر ما ز در و بام و هوا گل می ریخت
سر به دامان منت بود و ز شاخ بادام
بر رخ چون گلت آرام صبا گل می ریخت
خاطرت هست که آنشب همه شب تا دم صبح
گل جدا، شاخه جدا، باد جدا، گل می ریخت
نسترن خم شده لعل لب تو نوازش می داد
خضر گویی به لب آب بقا گل می ریخت
زلف تو غرقه به گل بود و هر آنگاه که من
می زدم دست بدان زلف دو تا گل می ریخت
تو به مه خیره چو خوبان بهشتی و صبا
چون عروس چمنت بر سر و پا گل می ریخت
گیتی آنشب اگر از شادی ما شاد نبود
راستی تا سحر از شاخه چرا گل می ریخت؟
شادی عشرت ما باغ گل افشان شده بود
که به پای من و تو از همه جا گل می ریخت

باستانی پاریزی

اگر افلاطن و سقراط بوده اند بزرگ
بزرگ بوده پرستار خردی ایشان.
به گاهواره مادر بسی خفت
سپس به مکتب حکمت حکیم شد لقمان
در آن سرایی که زن نیست، انس و شفقت نیست
در آن وجود که دل مرد، مرده است روان
به هیچ مبحث و دیباچه ای قضا نوشت
برای مرد کمال و برای زن نقصان
زن از نخست بوده رکن خانه هستی
که ساخت خانه بی پای بست و بی بنیان

پروین اعتماسی

به سراغ من اگر می آید
پشت هیچستانم
پشت هیچستان رگ های هوا پر قاصد هایی است
که خبر می آرند از گل وا شده دورترین نقطه خاک
پشت هیچستان چتر خواهش باز است
تا نسیم عطشی در بن برگی بدود
زنگ باران به صدا می آید
آدم اینجا تنهاست
و در این تنهایی سایه نارونی تا ابدیت جاریست
به سراغ من اگر می آید
نرم و آهسته بیا بید
که مبادا ترک بردارد چینی نازک تنهایی

سهراب سپهری

تاج از فرق فلک برداشتن
جاودان آن تاج بر سر داشتن
در بهشت آرزو ره یافتن
هر نفس شهدی به ساغر داشتن
روز در انواع نعمت ها و ناز
شب بتی چون ماه در بر داشتن
صبح، از بام جهان چون آفتاب
روی گیتی را منور داشتن
شامگه، چون ماه رویا آفرین
ناز بر افلاک و اختر داشتن
چون صبا در مزرع سبز فلک
بال در بال کبوتر داشتن
حشمت و جاه سلیمان یافتن
شوکت و فر سکندر داشتن
تا ابد در اوج قدرت زیستن
ملک هستی را مسخر داشتن
بر تو ارزانی که ما را خوشتر است:
لذت یک لحظه مادر داشتن

فریدون مشیری

شهر خاموش من! آن روح بهارانت کو؟
شور و شیدایی انبوه هزارانت کو؟
می خزد در رگ هر برگ تو خوناب خزان،
نکبت صبحدم و بوی بهارانت کو؟
کوی و بازار تو میدان سپاه دشمن،
شیهه اسب و هیاهوی سوارانت کو؟
زیر سرنیزه تاتار چه حالی داری؟
دل پولادوش شیر شکارانت کو؟
سوت و کور است شب و میکده ها خاموش اند،
نعره و عریده باده گسارانت کو؟
چهره ها درهم و دل ها همه بیگانه ز هم،
روز پیوند و صفای دل یارانت کو؟
آسمانت، همه جا، سقف یکی زندان است،
روشنای سحر این شب تارانت کو؟

شفیعی کدکنی

روی بنمایی و دل از من شوریده ربایی
تو چه شوخی که دل از مردم بیدیده ربایی
تو که خود فاش توانی دل یک شهر ربودن
دل شوریده روا نیست که دزدیده ربایی

شوریده شیرازی



اولین مواجهه با حجاب: از بهت و پذیرش تا درد و عادت

مریم فومنی



حجاب در چهار دهه گذشته یکی از چالش‌های اصلی زنان در زندگی روزمره خود در ایران بوده است، چالشی که گاه برایش با حکومت طرف بوده‌اند، گاه با خانواده و گاه حتی با هر زن و مرد آشنا و غریبه‌ای که پوشش آنها را نمی‌پسندیده است. این کشمکش روزانه اما اغلب در سکوت به پیش برده می‌شود، سکوت از طرف خود زنان، از طرف جامعه اطراف آنها و از طرف حکومت. آنچه به گوش می‌رسد، یا بلندگوهای تبلیغاتی هستند که زنان را به پوشاندن خود دعوت و تشویق می‌کنند، یا فریادهایی که زنان ناقض ابلاغیه‌های حجاب را توییح و تهدید و مجازات می‌کنند، یا صدای زنانی که گاه لرزان و گاه استوار به این تبلیغ‌ها و تهدیدها «نه» می‌گویند. آنچه کمتر شنیده می‌شود، داستان‌های زنانی است که به اجبار یا «انتخاب» حجاب بر سر دارند، زنانی که این حجاب و بی‌حجابی به هویت آنها گره خورده، زنانی که حجاب را نخواستند و برای نخواستنش جنگیده‌اند، زنانی که حجاب را خواسته‌اند و برای تغییرش به الگویی سازگار با زندگی روزمره خود در تکاپو هستند، زنانی که حجابشان به هویت مردان و حتی جامعه پیرامونشان گره خورده، زنانی که به خاطر پافشاری بر حق انتخاب پوشش طرد شده‌اند، تنبیه شده‌اند و برچسب خورده‌اند. زنانی که حجاب برایشان داشتن یا نداشتن «یک تکه پارچه» بر سر نیست و هزاران روایت ناگفته از زندگی هر روز خود و زنان اطرافشان با همین «یک تکه پارچه» دارند. این گزارش حاصل مصاحبه با چهارده نفر از این زنان است و دربرچسب‌های کوچک به سوی موقعیت غیر عادی که گویی برای همگان «عادی» شده است.

از چهارده زن ۲۶ تا ۷۸ ساله‌ای که با آنها مصاحبه کردم، دو نفرشان چادری هستند، یک نفر دیگر قبلاً چادر به سر می‌کرده است و حالا با حفظ اعتقاد به حجاب، فقط روسری به سر می‌کند، شش نفر از آنها قبلاً چادری بوده‌اند اما اکنون حجاب ندارند، یک نفر از این پنج نفر هنوز در برخی جمع‌های خانوادگی روسری به سر می‌کند، پنج نفر دیگر نیز که از خانواده‌های سکولار آمده‌اند، چالش‌هایشان با حجاب از زمان ورود به جامعه شروع شده است. یکی از این پنج نفر در دوره کوتاهی حجاب بر سر می‌کرد. یکی از مصاحبه‌شوندگان نیز فرد ترنس‌جنسیتی است که با بدن منتسب به زنان متولد شده و سپس عمل جراحی تأیید جنسیت انجام داده است. مصاحبه ما در مورد دوره قبل از این عمل جراحی است که در ایران مجبور بود به‌خاطر انتساب به بدن زنانه، حجاب داشته باشد.

از این جمع چهارده نفره، شش نفر در ایران زندگی می‌کنند و هشت نفر دیگر طی دهه‌های ۱۳۸۰ تا ۱۳۹۰ خورشیدی، ایران را ترک کرده‌اند. همه مصاحبه‌شوندگان دست‌کم فارغ‌التحصیل دوره کارشناسی هستند و سه نفر از آنها، مهرانگیز کار، زینب پیغمبرزاده و محیا استوار، پژوهش‌هایی در رابطه با حجاب انجام داده‌اند. ده نفر از مصاحبه‌شوندگان ترجیح داده‌اند که به‌خاطر محفوظ ماندن هویتشان با نام مستعار از آنها یاد شود. هر چند گفت‌وگو با این چهارده نفر نمی‌تواند تصویر کاملی از تجربه زنان ایرانی در رابطه با حجاب ارائه کند، اما تلاش کرده‌ام تا با شنیدن سخنان زنان بلوچ، ترک، هم‌جنس‌گرا، دوجنس‌گرا و ترنس‌جنس که تجربه زندگی در شهرهای مختلف ایران، از قم و اصفهان و تهران تا اهواز و زنجان و زاهدان را داشته‌اند، بخش کوچکی از این تجربه‌های کمتر شنیده‌شده را گردآوری کنم.

اولین مواجهه با حجاب: برای من نخستین مواجهه با حجاب، هفت‌سالگی نبود که همه ما مقنعه سر کردیم. شاید چون اسم حجاب را «یونینفرم مدرسه» گذاشته بودند یا شاید چون دیگر بچه‌ها نیز همین‌طوری مدرسه می‌رفتند. اولین مواجهه برای من در نه‌سالگی بود، همان روزی که پدرم به من گفت از امروز باید جلوی همه مردهای «نامحرم» روسری سرم کنم و هیچ‌کدامشان را بغل نکنم و نبوسم. این «هیچ‌کدام» حتی شامل عمو اکبر، شوهرخاله‌ام که من مدام از سروکولش بالا می‌رفتم، هم می‌شد. هیچ‌چیزی در نه‌سالگی برایم عجیب‌تر از این نبود که چرا باید با عمو محبوبم مثل غریبه‌ها رفتار کنم. خوش‌شانسی آن روزهایم این بود که آرش، صمیمی‌ترین دوست و هم‌بازی‌ام، هنوز «نامحرم» نشده بود و تا وقتی هر دو پانزده‌ساله نشده‌ایم لازم نبود که از او هم فاصله بگیرم، برای اینکه پسرها در پانزده‌سالگی به سن «بلوغ شرعی» می‌رسند و «نامحرم» به حساب می‌آیند. با این حال، آن روسری و لباس‌های پوشیده‌ای که باید در کوچه و پارک و گاه حتی خانه بر تن می‌کردم، از همان نه‌سالگی بین ما، یا درست‌تر بگویم بین من، و همه دنیای اطرافم دیوار کشید.

برای محبوبه، زن ۴۴ ساله تبریزی که لیسانس الهیات دارد و دبیر دینی است، حجاب نه در هفت‌سالگی که باید به مدرسه می‌رفت علامت سؤال بود و نه حتی در نه سالگی که از خواستند مثل همه زن‌های اطرافش حجاب داشته باشد. اولین مواجهه برای او کمی بعدتر بود، وقتی که اولین دیوارها جلوی قد کشیدند: «یادم است که حدوداً ده یازده‌ساله بودم، وقتی که برای بازی به کوچه می‌رفتم، بلوز و شلوار با آستین کوتاه می‌پوشیدم و وقتی پدرم می‌خواست بیاید بدو می‌رفتم خانه و لباسم را عوض می‌کردم چون بابا روی حجابم حساس بود و می‌گفت چرا با آستین کوتاه آمده‌ای کوچه». برای دختر بچه‌هایی مثل من و محبوبه، آموزه‌های مذهبی خانواده و تبلیغات رسمی حکومت، حجاب را به امری «عادی» تبدیل کرده بود که به موقع باید آن را می‌پذیرفتیم. آنچه این عادت را زیر سؤال می‌برد، تغییری بود که به‌خاطر رعایت حجاب بر زندگی روزمره و روابط ما تحمیل می‌شد، تغییری که گرچه در آن سن به آن تن دادیم اما تلخی و سردرگمی‌اش همچنان باقی مانده است. برای دیگرانی هم که دست کم در فضاهای شخصی به‌دور از این آموزه‌ها بزرگ می‌شدند، گریزی از مواجهه با تلخی این اجبار نبود.

روشنا، ۳۷ ساله، نقاشی که در اسپانیا زندگی می‌کند، از اولین مواجهه با حجاب با عنوان «دردی جاودانه» یاد می‌کند، دردی که هیچوقت از یادش نمی‌رود. او که در خانواده‌های سکولار بزرگ شده، اولین مواجهه‌اش با حجاب به مقنعه‌ای که روی سرش بند نمی‌شد، گره خورده است: «من موهای خیلی لختی داشتم که اصلاً گره نمی‌خوردند ولی چون بلد نبودم که مقنعه را مرتب کنم، مدام آن را جلو می‌کشیدم که موهایم معلوم نباشد و در این جلو و عقب رفتن‌های مقنعه موهایم مدام به هم گره می‌خوردند. ظهرها که می‌رفتم خانه، یک گلوله مو مثل پشم به هم تنیده و نم‌د، بالای سرم بود. خوب یادم است که خودم نمی‌توانستم این موهای گره خورده را شانه کنم و گریه می‌کردم و باید مادر یا پدرم می‌نشستند با ملایمت این نم‌د را بالای کله من صاف می‌کردند. این اولین مواجهه من با حجاب بود. اما مواجهه‌ام با حجاب لحظه‌ای نبود و در یک پروسه متوجه شدم که باید این حجاب را بپوشم. بخشی از این پروسه که خیلی در خاطر مانده، کمی بعدتر است. هشت یا نه ساله بودم. با مادرم رفته بودیم بیرون. مادرم آن موقع یک روسری مدل سرش بود، از آن روسری‌های گل و گشاد و بزرگی که اوایل دهه ۱۳۷۰ می‌پوشیدند. یادم است که مأمورما را در خیابان نگه داشتند، اول به حجاب مادرم گیر دادند که چرا گردنت از لای روسری بیرون است و بعد گیر دادند که چرا سر دختری حجاب نکرده‌ای. هنوز ضربان قلبم را یادم است. ترسیده بودم و نمی‌فهمیدم که مگر چه کار بدی کرده‌ایم که به دردرس افتاده‌ایم. خوب یادم است که مادرم می‌گفت این بچه است، چرا روسری سرش کنم.»

او می‌گوید که به‌خاطر همین تجربه‌ها بزرگ شدن برای او دردناک بوده است: «من در بچگی خیلی شیطان بودم و همیشه در حال دویدن و دوچرخه‌سواری در کوچه بودم اما از یک جایی دیگر نمی‌شد با شلوارک و پیراهن و هر چیزی که تنم بود، در خیابان و کوچه‌ها با پسرها بدو بدو کنم. اینجا می‌بینی که خیلی دخترها تین‌بچر شدن را دوست دارند و آن را جشن می‌گیرند. اما پروسه بزرگ شدن و بدن یک زن را پیدا کردن خیلی برای من غمگین‌کننده بود و چیزی نبود که بخوام آن را جشن بگیرم. خریدن اولین پستان‌بند یا اولین باری که پیروم می‌شوی، در واقع بخشی از بزرگ شدن است و لزوماً قرار نیست دردناک باشد. اما برای من همه اینها ناراحت‌کننده بود. هنوز وقتی به آنها فکر می‌کنم، غمی که داشتم به یادم می‌آید. دلیلش هم این بود که با این بزرگ شدن باید خودم را بیشتر می‌پوشاندم و محدودیت‌هایم بیشتر می‌شد.

ختنه سوران میرزا

رسول پرویزی

روی حوض حیاط تخت های بزرگ زده بودند. قالی های زیبای قشقایی با رنگ های زنده و شاداب روی تخت ها فرش شده بود. دو ردیف درخت نارنج کهن در باغچه های موازی حیاط گردن کشیده بود. اردیبهشت ماه بود و عطر بهار نارنج در هوا موج می زد. دوستکامی های^(۱) شربت با بوی عرق نسترن^(۲) که در آنها ریخته بودند، دهن جمعیت را آب می انداخت. چای و شربت و شیرینی سبیل بود. هر کس از در وارد می شد گوشه ای می نشست و هنوز ننشسته بود که چای و قلیانش آماده بود و هنوز پکی به قلیان زده بود که ساقی جمع شربت نسترن را به کامش می بست و دستمال بسته نقل



را که نقل های شیرینی که خمیر آن را در عطر گل یاس خوابانده بودند و دست پخت «شمبو»^(۳) شیرینی پز نیرومند شیراز بود و در دستمال های زوروقی به تک تک واردان داده می شد، پیش رویش می نهاد. رحیم قانونی^(۴)، با ابهت خاص در کنار مجلس روی تخت نشسته بود. انگشتان هنرمندش با آن انگشدهانه مخصوص قانون روی سیم ها بازی می کرد. «اپلی»^(۵)، ضربش را می کوفت و شادی سراپای مجلس را می گرفت. زن ها با چادرهای گلخاری رنگارنگ از پس ارسی های قشنگ در جوش و خروش بودند. همه شادی می کردند، زیرا امروز روز ختنه سوران «میرزا» بود. کنار حیاط حجله بسته بودند، حجله زیبای قشنگی که از زری سبز بنارس و چادر دارایی یزدی پوشش داشت. پشتی قشنگ با صندلی مزین وسط حجله بود. حجله آماده شده بود که بلافاصله پس از ختنه کردن، میرزا را در حجله بنشانند و دورش رقص کنند و آواز بخوانند و مشغولش دارند تا زخم کاری را فراموش کند.

میرزا بی خیال با همبازی ها بازی می کرد. اما آن روز کمی بهتش زده بود، زیرا سینه ریز چهل بسم الله طلا به گردنش آویخته بودند و قاب قرآن نقره به بازویش بسته بودند و کلاه زری دوزی سرش گذاشته بودند، دنبال طبع بچگانه اش چنان به بازی مشغول بود که کمتر به کلاه زری و چل بسم الله توجه داشت. آن روزها جراحان ماهر پدیدار نبودند که این کار شرعی را در روز اول و دوم حیات پسران انجام دهند. معمول آن بود دلاکی که غالباً از کلیمیان بود، وظیفه جراحان را به دوش می گرفت و کار را سامان می داد. کمتر هم حادثه ای پیش می آمد و عجیب بود که دلاک موصوف، به بچه امان نمی داد. به مجرد آنکه «میرزا» را ننه اش در بغل گرفت، دلاک با مهارت بسیار «میرزا» را فریب داد و گفت: «نگاه کن آن بالا کفتر شش رنگ را ببین»، و تا «میرزا» رفت کفتر شش رنگ را نگاه کند، کار تمام بود و از چشم اشک و خون از جوارح «میرزا» فوران می کرد. روز به خوشی می گذشت، نوازندگان می نواختند، رقص و آواز قطع نمی شد و همین که عمل پایان یافت، طبق رسم محل عنتری ها به در خانه آمدند. عنتری ها را دسته لوطیان می گفتند. لوطی ها با عنتری هایشان ده دوازده دسته بودند که محلی خاص داشتند و تا بوی عیش و نوشی به مشام شان می رسید، یکدیگر را خبر می کردند. هیچ دامادی از چنگ لوطیان خلاص نبود. تا هفت روز می آمدند و می کوبیدند و می رقصیدند. هر خانه ای که ختنه سوران در آن برپا بود، باید باج لوطیان و عنترشان را بپردازد. پنج قرانی نقره صاحب قرانی و یک کله قند حداقل تقدیمی صاحب خانه بود. اگر لوطی و عنترش

تنها بود، حداقل سهمیه را می گرفت، و اگر لوطی باشی که دسته ای بزرگ و پهلوان کچلک (خمیه شب بازی) همراه داشت، کار به پنج تومان و پنج کله قند می کشید. فردای روز ختنه سوران میرزا، گروه گروه لوطیان با عنترها به خانه آمدند و هر یک بازی در آوردند و سهمی گرفتند و رفتند و اگر این حادثه اتفاق نمی افتاد، سور و سات ختان میرزا با خوشی و سلامتی پایان می یافت. یکی از لوطیان ضربی زیر بغل داشت و زنجیر عنتر بزرگش را پر شالش زده بود. لوطی کلاه نمدی خود را به سر عنتر گذاشته بود. عنتر روی دو پا بلند شده بود، عصایی در دست عنتر بود و ادای (یک میرزا حبیب الله نوعی) را در می آورد. ظاهراً (میرزا حبیب الله نوعی) یک چشم بود. زیرا عنتر یک چشمش را لوچ کرده بود و عصا را در دست داشت و مطابق رنگ لوطی خمیده خمیده عصا می زد و ادای (آقا میرزا حبیب الله) را در می آورد. لوطی می خواند:

آقا میرزا حبیب الله / کور و عاجزم بالله

ناگهان توفان درگرفت. در آن هنگام که عنتر پا برمی داشت و خم و راست می شد و بدین رنگ چرخ می زد و ادا در می آورد، یکی از نوکران خانه با خشم تمام از پشت سر عصای محکمی به لوطی زد. لوطی به کلی انتظار نداشت، دستپاچه شد و تا آمد بگوید چرا می زنی؟ یک کشیده آبدار خورد. لوطی خواست از جلو نوکر فرار کند، زنجیر عنتر باز شد و از پر شال لوطی بیرون آمد. عنتر که آمده بود همچنان بازی را ادامه دهد و عصا بزند و طبق تعلیماتی که داشت با رنگ: آقا میرزا حبیب الله / کور و عاجزم بالله برقصد، پریشان شد. «برنامه اش» به هم خورده بود، می دید که صاحبش کتک می خورد. لوطی دست به بیضه نوکر شد. جنگ مغلوبه گشت و در این میان عنتر وحشت زده پرید وسط جمعیت. بچه ها از دیدن عنتر سخت ترسیدند. جیغ و داد بلند شد، هر کس در راهی گریخت. «میرزا» که هنوز جراحتش التیام نیافته بود، با لنگ قرمزی که به جای تنبان به پایش کرده بودند، فرار کرد. مجلس گسیخت و به هم خورد. لوطی داد و بیداد می کرد. نوکر فحش می داد. لوطی می گفت: «ای نامرد ظالم! به چه حقی مرا می زنی؟» و نوکر می گفت: «پدر سوخته! به ارباب من توهین می کنی؟» بعدها معلوم شد که نام صاحب خانه «میرزا حبیب الله خان» بوده و عنتری بخت برگشته نمی دانست و تصنیفی را که همه جا می خواند و باعث شادی می شد، سخت بر صاحب خانه گران آمده، به حدی که یکی از نوکرانش را برای تنبیه عنتری به میدان فرستاده بود.

این اشتباه موجب شد که یک روز خوش بهاری ما که با ختنه سوران «میرزا» شروع شد، با تلخی پایان یابد.

- ۱- دوستکامی ظرف های بزرگی بود که در اعیاد و در ایام سوگواری محرم در آن شربت و برف می ریختند.
- ۲- عرق نسترن: در شیراز نسترن و شاتره و بیدمشک و ... عرقی می گیرند که معطر است و به عنوان تبرید می آشامند.
- ۳- شمبو، یکی از رجال شیرینی پز شیراز بود.
- ۴- رحیم قانونی، موسیقی دان هنرمند شیراز که در زدن قانون توانا و ک بود. افسوس که امروز حیات ندارد.
- ۵- اپلی، رندی بود که همراه مرحوم قانونی ضرب می گرفت و ادا و اطوار می آمد.

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱
ر	د	م	ن	ا	ی	ن	ا	ل	ا	م	ی	ن	ر	۱
ن	ی	ک	س	ر	د	ی	ر	ب	د	و	و	و	و	۲
چ	ن	ح	ا	م	ی	ر	ز	ا	ق	ا	س	ا	س	۳
ب	ل	ج	ن	ر	ا	س	ن	ل	ی	ت	ت	ت	ت	۴
ر	ه	ب	ر	ب	ی	ر	و	ت	ب	ا	ن	د	د	۵
ل	ا	ب	و	ت	ی	م	ا	ر	ن	ر	ا	ر	ا	۶
ا	ب	ی	ه	ق	ا	ک	و	ز	ه	گ	ر	ر	۷	
ر	ی	س	ا	ل	ن	م	س	ب	ب	س	ا	س	ا	۸
ا	س	ی	ک	ر	ی	م	ه	ن	ا	ل	ی	ن	ن	۹
ی	ا	ر	م	و	ج	و	د	ا	ت	ا	ش	ی	۱۰	
ش	ر	ا	ب	ن	س	ی	ا	ن	د	ر	ن	ا	۱۱	
ن	ر	ا	م	ر	ج	ل	م	ک	ه	و	و	و	۱۲	
ر	ا	ر	ز	ه	ا	ب	ا	ب	د	ه	گ	ر	۱۳	
خ	ی	ز	ی	ل	ظ	ه	و	ر	ز	ا	د	د	۱۴	
ن	ا	ن	و	ا	ک	ن	و	ا	ن	س	ی	و	ن	۱۵

روزهای سیاه و سفید روزگار من!

عبدالله خسروی

بچه که بودم همیشه با اسم نویسندگان، شاعران و خواندن رمان‌ها و کتاب‌های شعر، احساس خوبی پیدا می‌کردم و همیشه خودم را جای شخصیت‌های داستان‌ها، قصه‌ها و عشاق کتاب اشعار می‌گذاشتم. عصرها سوار بر بال خیال، در رؤیاهایم از خود قهرمان می‌ساختم و در این اندیشه بودم که در بزرگسالی، خالق قصه و داستان شوم و به همه چیز در زندگی برسم. به خیال خام نوجوانی، نهالی را در سرزمین آرزوهایم بزرگ می‌کردم که در بزرگسالی زیر سایه پرمیوه‌اش بنشینم و در سرزمینی مملو از کتاب و موسیقی، ایام عمر را با خوشی و بدون رنج بگذرانم.

افسوس سال‌ها بعد که بزرگ شدم و قلم دست گرفتم، خیلی تلخ آموختم که نوشتن از آجر ارزان‌تر است و نمی‌شود با آن زندگی کرد. اولین بار که شروع به نوشتن اولین رمانم کردم، دقیقاً اردیبهشت ماه بود و بهار بر شهر، کوه و دشت‌های اطراف، رخت خوش‌رنگ سبز پوشانیده بود. من در منطقه‌ای کوهستانی داخل اتاقی دلنشین در ارتفاعات با دوستان نشسته بودم، سرشار از شور جوانی، هیجان و امید به آینده و با کلی خیال و رویای زیبا. بعد از صحبت و مشورت با دوستانم درباره رمانی که می‌خواهم بنویسم، همان‌جا به تشویق آنها قلم دست گرفتم و اولین صفحاتم را در آن ظهر بسیار پُرطراوت نوشتم و دیگر این رویه ادامه پیدا کرد.

رویای آن روزهای من، نویسنده و شاعر شدن بود و در خیال تنهایی و قدم زدن‌های شبانه‌ام، با آرزوی گرفتن جایزه نوبل ادبیات و افتخارآفرینی برای میهن و مردم، لحظات خوشی را سپری می‌کردم. یادم می‌آید ظهرهای تابستان تا حوالی شب و بی‌آنکه از خانه بیرون بروم، مدام می‌نوشتم و هر بار ماجرای تازه‌ای در ذهن کنجکاو و جستجوگرم شکل می‌گرفت. در باور ساده و خیال خام ایام جوانی، فکر می‌کردم با ادبیات به تمام آرزوهایم و به شهرت، پول و شاید هم قدرت می‌رسم و آنوقت برای خودم در جنگلی سرسبز، کلبه‌ای شبیه رمان و قصه‌های قدیمی می‌سازم.

درحالی که اطرافم مملو از کتاب است، کنار بخاری هیزمی می‌نشینم و دود از بالای کلبه در هوا پخش می‌شود و با یک لیوان چای آتشی مشغول نوشتن از قصه‌های عشق و زندگی هستم. هر بار هم که خسته می‌شوم، به دل جنگل سرسبز و زیبا می‌زنم و با صدای پرندگان، آواز طبیعت، رقص گل‌ها و حرکت شاخه‌های درختان با بادی ملایم، عشق‌بازی می‌کنم. عصرها هم کنار آتشی بزرگ، برای خود آوازه‌هایی از عشق و آزادی را با صدای بلند می‌خوانم و شب‌ها فارغ از اندوه شهرنشینی و استرس صبح فردا، با آرامش و بدون ترس به خواب می‌روم. اما چند سالی که گذشت و بیشتر در جامعه رفت و آمد کردم و درد و رنج را در چهره غم‌گرفته شهر و مردمان رنج‌کشیده روزگارم دیدم. فهمیدم دنیای حقیقی تلخ‌تر و بی‌رحم‌تر از قصه‌ها است و نمی‌شود با نوشتن روزگار را گذرانند و اگر بخواهم قلمم را روی سیاهی‌ها ببندم، از دروغ‌های سپید بنویسم و برای فرار از وجدان و سود دیگران و خودم، افسانه و جعلیات شیرین بنویسم، ابتدا به بودنم و بعد به شرف قلم و تاریخ روزگارم

خیانت کرده‌ام. کم‌کم در ذهن خودم بی‌خیال گرفتن جایزه، شهرت و پول شدم و تا آنجا که توانستم، با چشم کور از خیابان‌ها و کوچه‌های پرحرف شهر و روزگارم نگزاشتم و ساده، صادقانه و عریان قصه‌های تلخ و روزگار سیاه و سفید دورانی را که در آن زندگی می‌کنم، به رشته تحریر درآوردم تا بعضی‌ها در خواب زمستانی شان نمانند، تلنگر بخورند و بی‌تفاوت و خاموش از کنار درد دیگران و حتی جامعه امروزشان نگذرند. اما اشتباه را وقتی مرتکب شدم که از خودم، جوانی و زندگی غافل ماندم و آنقدر دنبال دیدن درد دیگران و احساس رنج مردمان روزگارم شدم، که از زندگی عقب افتادم و فصل‌ها است که وسط زمستانی پر از برف، با پاهایی که چکمه‌های سوراخ به پا دارند، مسیری نامعلوم را طی می‌کنم و در جستجوی بهار از زیبایی‌های فصل خزان و حتی لذت خوردن یک استکان چای داغ وسط یک روز برفی هم غافل ماندم و هنوز روی خاکستر اشتباهات و باخت‌های دیروز، خود را گرم می‌کنم. اما خوشحالم که نترسیدم و اندیشه‌های آزادم را روی اوراق دفتر خاطرات روزگار روانه کردم و آنها را با دیگران شریک شدم.

با این وجود در این ایام، به‌خاطر زیبایی‌های زندگی و مردمی که دل‌شان ادبیات عشق و نشاط می‌خواست، با روشن‌بینی و امید به فردایی سبز، قلمم را بارها در دل عاشقانه‌ها و دل‌نوشته‌های سپید چرخاندم و برای شادی دل‌های دیگران از عشق، امید و زندگی‌های سبز نوشتم. اگر بخواهم با خود روراست باشم، اکنون که در گردنه‌های پر پیچ و خم زندگی مجبورم دنبال نان باشم نه نام، در امروز مانده‌ام و از نوشتن کمی دل‌زده شدم، اما هنوز کورسوی امیدی به فردای نیامده دارم.

به گمانم امید تنها سرمایه‌ای است که آدم‌ها در تاریک‌ترین و سردترین ایام زندگی، با واژه‌اش شب را به صبح و امروز را به فردا گره می‌زنند، چون برای داشتن آن نیازی به هزینه ندارند و گاه تنها چراغی است که انسان‌ها را به پنجره‌های روشن زندگی و عشق امیدوار می‌کند. آمده‌ایم تا در صحرای روزگار به تکامل برسیم، نه اینکه به بهانه‌های واهی به اکاذیب برسیم.

دور گردون گر دو روزی بر مراد ما نرفت

دائماً یکسان نباشد حال دوران غم مخور (حافظ)



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

معرفی کتاب

مجموعه شعر «روزهای زندگی» روایتی ساده و عامیانه با چاشنی آهنگ و نظم و فریادی نامنظم از صدای سکوت من و شما و پیچ فصل‌های باران و برف و جدال بین زمستان

و بهار و پیر شدن پاییز در میانسالی است. با حمایت از این مجموعه شعر که به تازگی منتشر شده من را حمایت کنید. شاید بعضی از ما اهل کتاب خواندن نباشیم اما می‌توانیم حمایت کنیم تا یکنفر قلمش را زمین نگذارد و افکارش به دست قارون شهر به یغما نرود! عبدالله خسروی

مجموعه شعر: «روزهای زندگی»

مبلغ: صد هزار تومان (حدود ۳ دلار)

اطلاعات و سفارش کتاب: ۹۸۹۱۸۸۴۶۴۱۷۶ WhatsApp

«کاسه یخ ننه نخودی»

گلنار

بچه که بودم آرزو داشتم خیلی پولدار شوم و اولین چیزی هم که دلم می خواست بخرم یک یخچال برای «ننه نخودی» بود. ننه نخودی پیرزن تنهای محل ما بود که هیچوقت بچه دار نشده بود. می گفتند در جوانی شاداب و سر حال بود و برای بقیه نخود می ریخت و فال می گرفت. پیر که شد، دیگر نخود برای کسی نریخت، اما «نخودی» مانده بود ته اسمش. زمستان و تابستان آب یخ می خورد، ولی یخچال نداشت.

ننه، شبها می آمد در خانه ما و یک قالب بزرگ یخ می گرفت. توی جایخی یخچال مان، یک کاسه داشتیم که اسمش «کاسه ننه نخودی» بود. ننه با خانه ما نداشت. در خانه اگر باز بود بدون در زدن می آمد تو، و اگر سر شام بودیم یک بشقاب هم می آوردیم برای او. با بابا رفیق بود! برایش شال گردن و جوراب پشمی می بافت و در حین صحبت با پدر توی هر جمله اش یک «پسر» می گفت. یک شب تابستان که مهمان داشتیم و توی حیاط جمع بودیم، ننه پرده را کنار زد و وارد حیاط شد. بچه فامیل که از دیدن یک پیرزن کوچولوی موحنا تی ترسیده بود، جیغ زد و گریه کرد. ننه بهش آبنبات داد ولی نگرفت و بیشتر جیغ زد. بچه را آرام کردیم و کاسه ننه نخودی را از جایخی برایش آوردیم. بابا وقتی قالب یخ را توی زنبیل ننه انداخت، آرام بهش گفت: «ننه! از این به بعد در بز!» ننه مکث کرد و به بابا نگاه کرد، به ما نگاه کرد و بعد بی حرف رفت. بعد از آن، دیگر پی یخ نیامد. کاسه ننه نخودی مدتها توی جایخی یخچال مان ماند و روی یخ اش، یک لایه برفک نشسته بود. یک شب، کاسه را برداشتم و با بابا رقتیم در خانه ننه. در را باز کرد. به بابا نگاه کرد. گفت: «دیگه آب یخ نمی خورم، پسر!» قهر نکرده بود ولی نگاهش به بابا غریبه شده بود. او توی خانه ما کاسه داشت، بشقاب داشت و یک «پسر». یک در، یک در آهنی ناقابل، یک در نزدن و حرف پدر، ننه را برد به دنیای تنهایی خودش و این واقعیت تلخ را یادش آورده بود که «پسرش» پسرش نبوده!

ننه نخودی یک روز داغ تابستان از دنیا رفت. توی تشییع جنازه اش کاسه یخ ننه را انداختیم توی کلمن و بابا قد یک پسر مادر مرده اشک ریخت و مدام آب یخ خورد. یک حرف، یک نگاه، یک عکس العمل، چقدر آثار تلخی بهمراه دارد. کاسه یخ، انگار بهانه عشق و مهربانی بود.

خدا میدونه کاسه یخ هر کدوم از ما کی، کجا و در یخچال دل چه کسانی هزار بار برفک گرفت و شکست و خورد شد و دیده نشد. حواسمان به یکدیگر باشد. در پیچ و خم این روزگار، هوای دل همدیگر را داشته باشیم و محبت و مهربانی را به بوته فراموشی نسپاریم. نگذاریم گل محبت، پشت درب نامهربانی پژمرده شود. یکدیگر را صمیمانه دوست بداریم. چون عمر و زندگی اون چیزی که فکر می کنیم نیست، خیلی کوتاه است.

اعمالی که به رابطه او و بچه ها صدمه می زند خودداری کند. زن یا شوهر سپس می تواند از بچه ها بخواهد از شرکت در توطئه پنهانی علیه او خودداری کنند، حتی اگر همسر سابق به تحریک کردن آنها ادامه دهد. عنوان کردن قضیه اغلب به پایان بخشیدن این عمل مخرب که با همکاری و تحریک یکی از زوج ها و بچه ها صورت می گرفت، کمک می کند. زن یا شوهر مجدداً باید به همسر سابق خود و بچه ها خاطر نشان کند که تصمیم به عمل مقابله به مثل و برخوردی که موجب برهم زدن رابطه همسر سابق و بچه ها شود ندارد و انتظار دارد با او نیز همین طور رفتار شود. مادر توانست به این نقشه خرابکارانه پایان دهد. او آن قدر شهامت داشت که همسر سابق و بچه ها را با مسئله روبرو سازد. ضمناً در مقابل رفتار زننده بچه ها سدی به وجود آورد. بدین معنی که به آنها پیشنهاد کرد اگر ترجیح می دهند، می توانند از آن پس با پدر خود زندگی کنند. با این برخورد، وی موفق شد به این وضع پایان داده و اختیار زندگیش را در دست گیرد و اجازه ندهد همسر سابقش او را قربانی هوی و هوس خود نماید. همسر و بچه ها فقط زمانی برای او احترام بیشتری قایل شدند که وی در این ارتباط حق مساوی برای خود طلب کرد. این مادر بود که باید طلب حقوقی مساوی برای خود می کرد و هیچکس دیگری نمی توانست در این راه به او کمک کند.

زن یا شوهر لازم است از ارتباط همسر سابق خود با بچه ها حمایت کند. اکثر والدین به این مهم پی می برند که این عمل از هر جهت به نفع بچه آنهاست و لذا از انجام هر کاری که نقش دیگری را به عنوان مربی بی ارزش و اعتبار سازد، خودداری می کنند.

باوجود این، برخی از زن ها یا مردها خصومت شدیدی با همسر سابق دارند و برایشان مشکل است از رابطه او و بچه ها پشتیبانی نمایند. یک مشاور خانوادگی گاهی کمک می کند تا این زن و شوهر عصبانی را از نظر عاطفی از هم جدا سازد و به خاطر تأمین منافع فرزند آنها را به همکاری دعوت نماید.

بچه های طلاق

دکتر اداورد تایبر، روانشناس - ترجمه توراندخت تمدن (بخش بیستم)

اگر یکی از طرفین حاضر به همکاری با دیگری نباشد

این مورد بسیار مشکل، ولی متداولی در خانواده هاست. جواب آسانی برای آن نمی توان پیدا کرد لیکن ممکن است چند راهنمایی در این مورد موثر بیفتند. مجسم کنید که مادر و پدری را. پدر مرتب بچه ها را تشویق می کند از مادر نافرمانی کنند و به او بی احترامی نمایند. در این معامله هم «مادر» و هم بچه ها از رفتار خصمانه و مخرب «پدر» صدمه می بینند. مادر در مقابل این رفتار خود را درمانده می بیند و به دوستش اقرار می کند: «نمی توانم پدر بچه ها را از چنین رفتار زشتی بازدارم. او اهمیت نمی دهد من چه احساسی دارم و اگر بخواهم او را از این کار منع کنم اصلاً برایش مهم نیست و به من خواهد خندید. او قبل از طلاق هم هیچوقت به حرفهایم گوش نمی کرد و به خواسته هایم ترتیب اثر نمی داد.»



«مادر» و بسیاری از زنان نظیر او، احساس درماندگی می کنند و این احساس بیهودگی را زنان در تمام دوران زناشویی حس می کنند. آنها بر این باورند که هیچوقت مورد احترام یا حمایت همسرشان نبوده و کسی را در زندگی ندارند که به حرفشان گوش دهد. این واقعیت دردناکی است اگر شما به خاطر وجود این نوع برخورد های تحقیر آمیز از همسرتان جدا شوید، و بعد متوجه گردید که در اجتماع هم اسیر همان مسائل قبل از طلاق هستید و ناگزیرید با آن زندگی کنید. اگر چه در بسیاری از موارد این نوع اسارت را نمی پذیرید و در مقابل آن مقاومت می کنید. مادر می تواند از این تجربه تلخ به عنوان فرصتی برای بیرون آمدن از نقش زنی سلطه پذیر که در دوران زناشویی گرفتار آن بود، استفاده کند و یاد بگیرد در چنین موقعیتی با جرات و استواری بیشتری واکنش نشان دهد.

او چگونه می تواند این کار را انجام دهد؟ ابتدا همسری که تحقیر می شود باید مستقیماً با همسر سابق خود درباره این مسئله صحبت کند چون تنها از طریق گفتگوی دو جانبه و روبرو است که امکان تغییر وجود دارد. اگر چه درمانگرها ممکن است نگران این موضوع باشند، اما نمی توانند در مسائل زن و شوهر دخالت نمایند. کسی که در این قضیه از لحاظ روحی صدمه دیده، باید شخصاً این کار را انجام دهد. ابتدا مادر از دوست صمیمی خود خواست با «پدر» صحبت کند ولی این کار بی فایده بود. بهترین راه حل این است طرفی که مقام و موقعیت او پایمال شده، با همسر سابق خود تماس بگیرد و درباره مشکلات والدین با فرزند با او صحبت کند. در این ملاقات، زن یا شوهر شکایات و انتظاراتی را که دارد، باید مطرح کند و احساس خود را در مقابل صدمه هایی که دیده و تأثیری که این اعمال روی بچه ها گذاشته ابراز کند و از همسر سابقش بخواهد به پرسش های او پاسخ دهد. با این حال، والدین نباید وارد بحث و مجادله شوند که حق با کی است! فقط یکی از آنها به طور ساده باید بگوید چه رفتاری را از همسر سابق خود انتظار دارد.

ثانیاً، زن یا شوهری که مورد توهین قرار گرفته باید همسر سابق را مطمئن سازد که رابطه او و بچه هایش را تضعیف نخواهد کرد. برای مثال، او می تواند به همسری که مورد انتقاد قرار گرفته بگوید: «من درصدد تلافی برنخواهم آمد و سعی نمی کنم رابطه تو را با بچه ها به هم بزوم و از مقام تو به عنوان پدر (مادر) جانبداری می نمایم. در مقابل انتظار دارم تو نیز همین برخورد را با من داشته باشی.»

اکثر همسران بعد از اینکه اطمینان حاصل می کنند عمل مقابله به مثل برای بی اعتبار کردن آنها از طرف زن یا شوهر سابق صورت نمی گیرد، گفتارهای انتقاد آمیز و زننده خود را کنار می گذارند. چنانچه ملاقات اولیه در حل مسئله موثر نیفتد زوج ها لازم است جلسه ای در حضور بچه ها داشته باشند. در برابر همه کسانی که به نحوی در موضوع دخالت دارند، زن یا شوهر درخواست خود را تکرار می کند و از طرف مقابل می خواهد از انجام

گورستان بی‌نام و نشان‌ها

نثار تاج

شهر وان در ترکیه، نزدیک مرز ایران، یکی از گذرگاه‌های اصلی پناهجویانی است که می‌کوشند خود را از ایران و افغانستان، و از خاورمیانه و آسیا، به اروپا برسانند. این پناهجویان ناگزیر از مسیرهای سخت و خطرناکی عبور می‌کنند. بسیاری از آنها در دریا غرق می‌شوند، برخی در کوه‌ها از برف و سرما جان می‌بازند، و برخی دیگر به تیر مرزبانان کشته می‌شوند. اغلب این جان‌باختگان را مردم محل در گورستان بی‌کسان، و بی‌نام و نشان‌های شهر وان دفن می‌کنند. این یادداشت بر اساس دیدار محل و گفتگو با پناهجویان تهیه شده است.



Paki-1606-58-Ölüm نام یک گور، یا چیزی شبیه به یک گور، سنگ نبشته‌ای بر یک قبر است. هر عددی یک انسان است و هر بته خاری رویداده، دسته‌گلی که می‌توانست بر قبری گذاشته باشند. جز سکوت و سلطنت مرگ، در آن خاکستری گسترده چیزی یا کسی دیده نمی‌شود. مردم محلی می‌گویند: «گویی مرز دوزخ است» کسی در آب، بر آب و برای آب مُرده است. بعضی از آنان در جنگل مُرده‌اند و درخت‌ها گواه می‌دهند راه تاریکشان را. و بعضی از آنان میان مرور رؤیاهای شان شکار شده‌اند به تحقیری یا گلوله سُرپی مرزبانی. اینجا مرز رؤیا و واقعیت است. چیزی که دنیای ما و بیرون را از هم جدا می‌کند. هر انسانی که در راه مهاجرت اجباری می‌میرد، مردم محل او را با هر چه داشته، و بیشتر، با نداشته‌هایش، به خاک می‌سپارند. روی سنگ‌های قبر، شماره‌ای می‌نویسند یا شکل و شیوه مُردن مسافر را، مسافری که هیچ‌وقت به مقصد نمی‌رسد، حتی اگر زنده بماند. در جهان دیوارها و مرزها، مهاجرها، مسافران همیشه هستند، حتی در خانه‌های اجاره‌ای و کارگری‌شان، پشت خط تولید کالاهایی که توانایی خریدش را ندارند. تقریباً هیچ یک از صدها سنگ قبر اینجا نامی ندارند. به جای نام و نشانی آنها، تنها عددی نوشته شده. گویی شماره سلول ابدی آنها باشد، ابدیت در رؤیاهای و گورستان رؤیاهای... ۹۹۲، ۱۰۰۷، ۱۸۳۷، ۱۹۲۵، ۲۲۴۸....

«علی کارال» که نزدیک قبرستان زندگی می‌کند، می‌گوید: «سال ۲۰۱۱ وقتی به اینجا آمدم، تنها دو قبر وجود داشت، اما حالا دیگر جا برای مُرده‌ها نیست!» وقتی در کشورهای این حوالی جنگی شروع می‌شود، تلفات به گورستان بی‌کسان شهر وان می‌رسد. جنگ حتی از خارج از مرزها، جسدها را شکار می‌کند. دیگر ساکن این منطقه می‌گویند: «وقتی بهار می‌رسد و برف‌ها آب می‌شود، جسدهای مدفون زیر برف و یخ زمستانی پیدا می‌شوند. همچون گلی تازه شکفته. هر گوشه‌ای کسی با رؤیای زندگی بهتر مُرده یا کشته شده است.» این گورستان، مسافرانی از افغانستان، ایران، پاکستان و شمار کمتری بنگلادشی را در خود جای داده است. هیچکدام هیچگاه مقصدی نداشته‌اند. تنها می‌خواستند وجود داشته باشند و دیده شوند. اما حالا بر سینه قبرستانی که کیلومترها از زادگاهشان فاصله دارد، خوابیده‌اند. رفتن از سرزمینی سوخته به سرزمینی سبزتر که نامش را مهاجرت می‌گذارند.

«اونا می‌گن ما مهاجریم، ولی من می‌گم ما زندانی یا برده هستیم، بعضی برده‌ها می‌میرن، بعضی‌ها زیر فشار «همیشه هیچی» نبودن، له می‌شن، ما جنگ رو نخوایستیم که گریزش رو هم بخوایم. کسی نظر ما رو نپرسید، تا خواستیم بی‌اجازه نظر بدیم، گلوله در سینه‌مون نشست. بچه خواهر من در زمستان شهر وان از سرمازدگی و گرسنگی مُرد. فروردین‌ماه جسد تیکه‌تیکه‌ش رو پیدا کردن با کلی قرض و بدهی، به کابل فرستادن. اونجا خاک بشه، جایی که آرزوهاش دفن شده...»

«ما ده نفر بودیم، دوماه در راه و راه‌پیمایی. از افغانستان تا ایران و بعد وان. من از شهر وان به «چاناکاله» رفتم و بقیه در کشور ترکیه پراکنده شدند. پنج نفر سوار یک قایق بادی کوچک شدند که در دریا غرق شد و بعد از هفته‌ها اجساد بی‌نام‌شان را در گورستان خاک

کردند. از آن ده نفری که با هم آمدم، فقط پنج نفر زنده ماندند. قبل از این باورم نمی‌شد، باورم نمی‌شد که مرگ به اون راحتی باشه، همسفرهای من مُرده بودن.»

در محاصره تاریکی، زیر نور چراغ قوه و اسلحه مرزبانانی که به سمتش نشانه رفته بودند، دو دست لرزانش را از روی تسلیم بالا گرفته بود و گریه می‌کرد و ملتسانه می‌گفت: «ما رو ندیده بگیرید، بذارید ما بریم، من نمی‌خوام تو فقر و گرسنگی کابل بمیرم، بذارید من و دخترم رد بشیم.» پلیس مرزبانی می‌خندید و به زبان ترکی می‌گفت: «من نمی‌دونم چی می‌گی و مهم نیست!»

«از ما چهار نفر، آن زن و دختری، آن زن و دختر نه ساله را به آن طرف مرزهای ایران فرستادند، پاسدارها هم آنها را به افغانستان. شاید تا حالا کشته یا فروخته شده باشند. ما دو نفر بعد از چند بار تلاش برای رد شدن از مرز وان، بالاخره خود را به یونان رساندیم، اما خیلی‌های دیگر نه پیش رفتند و نه بازگشتند، تنها کشته شدند. در دریا و تنهایی، در مرزها و شلیک مستقیم مرزبان‌ها...»

«با ماها مٹ حیوون هم برخورد نمی‌کنن، اون‌ها توی کوچه‌ها و خیابون‌ها واسه گربه‌ها و سگ‌ها غذا و آب می‌گذارن، پناهگاه درست می‌کنن، نوازش شون می‌کنن، ما از حیوون کمتریم، ما کله‌سپاه‌ها که زیر خمپاره و جنگ‌ها و زندان‌ها در حال محو شدن هستیم، آدم نیستیم چون «بور» نیستیم. پلیس وقتی ما رو ببینه، بدون شنیدن یک کلمه فقط دستبند می‌زنه، به قایق بادی وسط دریا شلیک می‌کنن و وقتی این کارو می‌کنن، لیخند هم می‌زنن. ما از تبعیض خسته شدیم. اون‌هایی هم که الان توی قبرستون بی‌نام‌ونشون‌ها هستن هم خسته بودن، و این خستگی برای همیشه باهاشون می‌مونه. این خاکستری تلخ بی‌عدالتی همیشه بر اون قبرستون می‌باره. اون مُرده‌ها آدم بودن...»

وقتی این جملات را می‌گوید: از گوشه چشمانش اشک گرمی می‌سُرد و دست‌هایش را پی‌درپی بر سینه‌اش قفل می‌کند، رها می‌کند، قفل می‌کند و ادامه می‌دهد: «جنگ می‌دونی چیه؟ ما با هر بار سوار قایق شدن یا رفتن به دل جنگل‌ها و کوه‌ها برای رفتن به شهرهای مرزی یونان، آماده جنگ می‌شیم. زندگی ما پُر از دالان‌های بی‌انتهای جنگیه. با هر بار رفتن و دل رو به دریا زدن، یک بخشی از وجود ما می‌ره. ما مُدام در حال از دست دادن خودمون هستیم و این وسط با تن‌های لرزان و تکه و پاره، همسفرهامون رو از دست می‌دیم. جنگ اینه. ما از زمانی که به دنیا می‌آیم، چهره جنگ و مرگ در جسم‌های متفاوت خودش رو بهمون نشون می‌ده. ما کلکسیون مرگ رو داریم. ما ایرانی‌ها و افغان‌ها.»

دنباله مطلب در صفحه ۵۳

زبان ما هویت ماست

مدرسه فارسی البرز

مدرسه فارسی البرز با کادری با تجربه در خدمت

علاقتمندان به یادگیری زبان فارسی می باشد

- ♦ کلاس های پیش دبستان (برای نوآموزان ۴ ساله)
- ♦ کلاس های اول دبستان تا هشتم (برای دانش آموزان ۵ سال به بالا)
- ♦ جهت یادگیری خواندن، نوشتن و مکالمه
- ♦ کلاس های خصوصی برای بزرگسالان و غیر فارسی زبانان

دانش آموزان دبیرستانی می توانند با حضور

در کلاس های البرز، واحد دبیرستانی دریافت کنند

برای کسب اطلاعات بیشتر با ما تماس حاصل فرمایید

(408) 829-8296

1954 Camden Ave. #3, San Jose

با عنوان کردن این آگهی، یک جلسه رایگان میهمان مدرسه البرز باشید!

زنان ایران در سال‌های سختی

فرناز سیفی

زنان ایران در چند سال گذشته، درگیر بحرانی چندوجهی و دردناک بوده‌اند: تحدید و سرکوب سیاسی و تبعیض اجتماعی که هر روز عیان‌تر و شدیدتر می‌شود، ناکارآمدی و بی‌کفایتی و فساد اداری، تحریم‌های اقتصادی سهمگین، و صد البته همه‌گیری کووید-۱۹ که بختک دیگری بر زندگی شد. گرچه اوضاع نابسامان زندگی همه افراد جامعه را دستخوش تلاطم می‌کند اما همیشه زنان را بیشتر از مردان تحت تأثیرات منفی خود قرار می‌دهد. زنان اولین گروهی‌اند که از بازار کار حذف می‌شوند، آرزوهای و رؤیاهای آنها اولین چیزی است که بر باد می‌رود، خشونت فیزیکی و روانی و کلامی بیشتری بر زندگی آنها آوار می‌شود، اغلب مسئولیت‌های روزمره آنها سنگین‌تر هم می‌شود و منابع و امکانات‌شان هر روز بیشتر تقلیل می‌رود.

اما صدای زنان ایران، از هر گروه و باور و منش سیاسی و طبقه اجتماعی و سیاسی، در روایت این رنج غایب یا ضعیف است. در اخبار و گزارش‌ها کمتر می‌شنویم یا می‌خوانیم که شرایط دشوار این چند سال اخیر با زندگی شخصی زن ایرانی در چار دیواری خانه‌اش، نسبتش با اطرافیان، رؤیاهای و آرزوهای و برنامه‌هایش، سید خرید روزانه او، احساس امنیت روانی و جسمی‌اش، بار مسئولیت روی شانه‌های او، حق تحصیل و کار، موقعیت او در محله و جامعه، حق او بر بدن خود و... چه کرده و چه رنج مضاعفی را بر زندگی او آوار کرده است.

سیاست و روابط بین‌الملل کماکان درگیر این کلیشه است که «رویه جنسیتی» ندارد، بنابراین وقتی پای تحریم گسترده اقتصادی وسط باشد، کمتر چیزی از تأثیر هولناک و پیچیده‌تر تحریم اقتصادی بر زندگی روزمره، سلامت جسمی و روانی می‌خوانیم. در تحلیل تأثیر تورم و فساد اقتصادی نیز، مغفول‌مانده‌ها اغلب زنان هستند که شمار بیشتری از آنها در مشاغل بازار سیاه با دستمزد ناچیز و بدون حقوق کارگر، اشتغال دارند یا اولین گروهی هستند که در نتیجه اوضاع نابسامان اقتصادی، از بازار کار حذف می‌شوند. نابسامانی و فشار اقتصادی، روابط افراد را دستخوش تغییر می‌کند و اغلب به سرعت سلسله مراتب تازه و توأم با تبعیض بیشتری را ایجاد می‌کند. تغییراتی که حتی چهار دیواری خانه را بی‌نصیب نمی‌گذارد، اولویت‌بندی‌ها در خانه تغییر می‌کند و زنان در موقعیت فرودست تازه‌ای قرار می‌گیرند.

از زنان ایرانی ساکن کشور درخواست کردم تا روایت خود را از تأثیر هولناک اوضاع چند سال اخیر برای من ارسال کنند. بیش از صد روایت از گوشه و کنار کشور و از زنانی از قشرهای مختلف اجتماعی به دستم رسید. روایت‌هایی تلخ که پرده از تأثیرات پنهان ریز و درشتی برمی‌داشت که برخی برای من که سال‌هاست درباره وضعیت زنان جهان می‌خوانم و می‌نویسم، تازه بود و به مراتب دردناک. فشارهایی که روی هم تلنبار شده و یکدیگر را تشدید می‌کنند هیچ گوشه و کناری از زندگی زن ایرانی را در امان باقی نگذاشته‌اند. این جمع‌بندی مختصری است از برخی ابعاد رنجی که زنان ایرانی در خاموشی تحمل می‌کنند.

آرزوهای بر بادرفته: دریا، ۲۷ ساله، از روستای کوچک آذری با صد خانوار در شهرستان میان‌دوآب، نوشت: «بعد از هفت سال که پشت کنکور بودم، دانشگاه قبول شدم. اما کرونا آمد و نتوانستم به دانشگاه بروم. دانشگاه رفتن برای من مثل دری برای خروج



از وضعیت زندگی، محیط ایزوله و آزاردهنده و محدودیت‌هایش بود. در این وضعیت نابسامان اقتصادی، نتوانستم حتی شغلی پیدا کنم تا دست‌کم با کار کردن، آینده‌ای برای خودم داشته باشم. وقتی مدام باید به ارزش پول‌مان، به دیدن‌های بی‌هدف، ابهام و ترس از آینده فکر کنم، وحشت‌زده می‌شوم.»

آنچه دریا روایت می‌کند، وضعیت دلخراشی است که وجه مشترک بسیاری از روایت‌هایی بود که به دستم رسید: اکثراً زنان جوانی که سعی می‌کردند تا زمینه را برای خروج از محیط بسته شهرهای کوچک یا خانواده‌های سخت‌گیر خود فراهم کنند و با تلاش برای ادامه تحصیل یا یافتن شغل، روزگار بهتری را بگذرانند، اما آرزوی بسیاری از آنها ناگهان دود شد و دور. وقتی فشار اقتصادی کمرشکن می‌شود، اغلب این بودجه و سهم زندگی زنان است که تقلیل می‌یابد.

زنی ۲۱ ساله، ساکن مشهد، نوشت: «یک سال تمام، هر روز و هر شب، پشت صندلی‌ها و کف زمین کتاب‌خانه، تمام وقت و انرژی‌ام را گذاشتم تا در کنکور قبول شوم و این قبولی راه نجاتی بشود از تبعیض و تحقیر و رنج خانه. نتیجه هم گرفتم، هزار کیلومتر آن‌طرف‌تر از خانه‌ای که فقط اسباب رنجم بود، دانشگاه قبول شدم. اندکی استقلال داشتم، کمی پول، تفریح و دوری از آدم‌هایی که هر لحظه در کار له کردن من نبودند. با شروع همه‌گیری کرونا، ناچار برگشتم خانه. حالا دوباره در این خانه افسرده‌ام و قرص می‌خورم، برای هر تصمیم و انتخاب و آرزو و هدفی هر روز تحقیر می‌شوم. بارها تلاشم برای پیدا کردن شغل، بی‌نتیجه مانده است. بار آخر که برای منشی‌گری درخواست دادم، مردک صاحب دفتر مثلاً «سهوا» دستش به بدنم خورد. دیگر آمیدی به یافتن شغل هم ندارم و ماه‌هاست به بی‌پولی خو گرفته‌ام. آینده از همیشه نامعلوم‌تر است، هر روز افسرده‌تر از دیروز فکر می‌کنم که همه تلاش و درس خواندن، دو سال در شهر غریب در فلاکت و تنهایی تاب آوردن و زحمت کشیدن، دود شد و رفت هوا و دیگر هیچ‌وقت روی استقلال و آزادی را نخواهم دید. دوباره برگشتم سر خط.»

به خطر افتادن سلامت جسمی، بهداشتی، و روانی زنان: فشار اقتصادی، سبب خانوار را کوچک‌تر می‌کند. اما اغلب آنچه به چشم می‌آید هزینه‌های کلان‌تر است یا هزینه‌هایی که با بچه‌ها و خرج‌های اصلی خانه گره خورده است. در این میان، هزینه‌های دیگری هم هست که با زنان گره خورده است. این هزینه‌ها اغلب زودتر از هر چیز دیگر از سبب خانوار بی‌سروصدا حذف می‌شوند و دیگر اعضای خانه گاه اصلاً متوجه حذف این هزینه‌ها هم نمی‌شوند.

سما، ۳۷ ساله، از تهران دست روی یکی از این هزینه‌ها گذاشت: «سال‌هاست که با حساسیت پوستی مواجه‌ام. جز اندک محصولات آرایشی و بهداشتی که ویژه این وضعیت پوستی آسیب‌پذیر است، نمی‌توانم از چیز دیگری استفاده کنم. تمام این محصولات از مارک‌های خارجی‌اند که یا دیگر اصلاً وارد نمی‌شوند یا اگر پیدا شوند، چنان قیمت سرسام‌آوری پیدا کرده‌اند که به شوخی و تلخی می‌گویم باید یک کلیه‌ام را بفروشم تا بتوانم از پس خرید یک کرم پوست بریبایم. چند محصول ساخت ایران را امتحان کردم اما فقط وضعیت پوستم را بدتر کردند. دیگر تن دادم که با پوست ملتهب و پوسته شده زندگی کنم. دیگر رغبت ندارم به صورت خودم در آینه نگاه کنم. من شاغل هستم، هرگز فکر نمی‌کردم که درآمد آن‌چنان در برابر این تورم و فشار اقتصادی ناچیز شود که از پس هزینه خرید یک کرم پوست هم برنایم.»

روایات‌های زنان سرشار بود از قصه‌های پرغصه داروهای بی‌کیفیت جلوگیری از بارداری که همان هم گاه به سختی پیدا می‌شود. بسیاری از افزایش مشکلات روانی، از جمله افسردگی و اضطراب، مستأصل شدند. دسترسی‌شان به داروهای روان‌درمانی به دلیل افزایش قیمت کمتر شده و از این گلایه می‌کنند که گاه انواع ایرانی این داروها کارآمدی سابق را ندارد و همان هم به دشواری پیدا می‌شود.

گروه همایش دوستان

هر چهارشنبه از ساعت ۷ عصر الی ۹:۳۰

در ZOOM با برنامه های متنوع

اطلاعات برای وارد شدن به ZOOM

Code: 549 728 773 * Password: 405 756

(408) 221-8624

نهادهای دروغ‌سازی چگونه کار می‌کنند؟

دیمیتری ولچک - برگردان از : ترک اوغلی



کارخانه ترول در سنت پترزبورگ، روسیه

رسانه‌ای به نام خبرگزاری فدرال (Fan) کار می‌کرد، نام این شرکت Mixinfo بود. Fan که چندین رابطه با پریگوژین و «آژانس تحقیقات اینترنتی» دارد این نظر را که خود بخشی از یک «کارخانه ترول» است رد کرده است. سرگئی ک، در مصاحبه‌ای طولانی از طریق ایلکیشن پیام‌رسان تلگرام، به سرویس روسی رادیو آزادی گفت که در سال ۲۰۱۸ پس از پیشنهاد یکی از دوستانش این کار را آغاز کرد. او گفت که پول آسانی بود و خواست که نام کاملش برای جلوگیری از عواقب اقدامات قانونی کارفرمای سابقش پوشیده بماند. وی گفت: «من در آنجا با افرادی ملاقات کردم که متقاعد شده بودند که مشکل این نیست که همه چیز در (روسیه) وحشتناک است، بلکه چنین دنیای با نگاهی به هرم توطئه، در ایالات متحده قرار دارد.» اشاره وی به نمادی در یک طرف اسکانس دلار است که اغلب نظریه پردازان توطئه آن را سمبل دسیسه‌گری آمریکایی معرفی می‌کنند. او گفت که برای استخدام، نیاز به صلاحیت خاصی جز داشتن یک دیپلم دبیرستان نبود. اما عده‌ای هم بودند که مدارک عالی از جمله دکترا داشتند. او گفت که همه باید تحت بررسی پیشینه و سابقه قرار می‌گرفتند.

سرگئی مجبور به امضای قرارداد عدم افشای اطلاعات شد. او گفت که اکثر مردم حدود ۴۰ هزار روبل در ماه (۵۲۴ دلار) حقوق می‌گرفتند. من ۴۵ هزار دلار در آوردم. دیگری که بیشتر و سخت‌تر کار می‌کردند، دستمزد بیشتری دریافت می‌کردند. او گفت انتظار این بود که در طول شیفت کاری خود حدود ۱۲۰ نظر ارسال کند. کارخانه، دارای بخش‌های مختلفی بود که هر یک شامل حدود ۱۵ نفر بودند و هر کدام با یک شرکت اینترنتی یا رسانه‌های اجتماعی خارجی متفاوت از دیگری سر و کار داشتند. یکی با یوتیوب، دیگری با فیس‌بوک و آن دیگری با شبکه اجتماعی روسی VK (شبیه به فیس‌بوک) که به طور گسترده در آنجا استفاده می‌شد. تمرکز تیم وی بر روی پست‌های رسانه‌ها از جمله رادیو آزادی بود. یکی از بخش‌ها، مسئول جمع‌آوری اطلاعات از پایگاه‌های رسانه‌ای درباره زندگی‌نامه افرادی بود که به نظر می‌رسید دشمنان سیاسی باشند و سپس فهرستی از اهداف را تهیه می‌کرد که رادیو آزادی و نوایا گازتا در صدرلیست قرار داشتند.

دپارتمان دیگری، تم‌هایی خاص از جمله پست‌های مستهجن را تولید می‌کرد. این تولیدات از طریق پیام‌رسان‌ها ارسال می‌شد و سپس ترول‌ها آنها را در سایت‌های مختلف منتشر می‌کردند. او گفت در ابتدا وقتی به آنجا وارد شد، اصلاً آنچه را که می‌دید باور نمی‌کرد که واقعی باشد و دچار نوعی شوک فرهنگی شد که «اورول» نحوه عملکرد آن را شرح داده است. فکر می‌کرد که این یک دیستوپیا است، اما در واقع این روش کار می‌کرد.

سرگئی به رادیو آزادی گفت که در بخش او، آنها کارهای خود را از طریق تلگرام هماهنگ می‌کردند و تصمیم می‌گرفتند که تلاش‌های خود را به کدام سمت هدایت کنند «شما آنجا نمی‌نشینید که فقط گرد و غبار بر سر و رویتان بنشیند، بلکه کلیدها را می‌کوبید، همان مزخرفات ۱۱ ساعته و با همکاران خود حساب‌های جعلی را راه‌اندازی می‌کنید، به عنوان مثال در VK از مجموعه عظیمی از سیم‌کارت‌های تلفن همراه برای احراز هویت در اولین راه‌اندازی حساب شما استفاده می‌کنند، اسامی جعلی ایجاد می‌کنند و از دیگر حساب‌های رسانه‌های اجتماعی در شبکه‌های اجتماعی مانند Odnoklassniki، یکی از سایت‌های محبوب روسی، عکس می‌دزدند.

گاهی اوقات عکس‌ها از افرادی گرفته می‌شد که فوت کرده بودند. سپس آنها عکس‌ها را کمی ویرایش می‌کردند- آنها را سیاه و سفید می‌کردند یا آنها را ۱۸۰ درجه برعکس می‌کردند- تا رد آنها را در موتورهای جستجو پاک کنند. او گفت که احتمالاً بیش از ۱۰۰ حساب جعلی کار کرده است. و حساب‌های جعلی به صورت استراتژیک مورد استفاده قرار می‌گرفتند.

* Troll معنی ترول در این نوشته در ساده‌ترین بیان کسی است که از سوی ارگانهای و نهادهای خاص، برای تولید، پخش و اشاعه دروغ و ایجاد شکاف و اختلاف بر سر موضوعات مهم مورد علاقه در شبکه‌های اجتماعی استخدام می‌شود، می‌توان او را اصطلاحاً «سایبری» هم تعریف کرد. در عین حال ترول ممکن است کسی باشد که بدون ارتباط با جایی، برای ایجاد مزاحمت و قلدری و گسترش خودسانسوری در فضای مجازی وارد میدان شود.

اکنون مدتهاست که حقایق دستکاری شده و دروغ، به عنوان حقیقت، ورد زبان دولت‌های آزادی‌کش و پوپولیست‌های افراطی راست و چپ در غرب و شرق است. تولیدگران متنوع این «حقیقت» برای باوراندن ساخته‌های خود به افکار عمومی دارای شعارها و منافع مشترک‌اند. آنها به ما اطمینان می‌دهند: «رسانه‌های غالب در جهان غرب، با حقیقت بیگانه‌اند، آزادی رسانه‌ها و بی‌طرفی در کشف حقایق پشت وقایع در غرب دروغی بیش نیست، آنها فقط چیزی را اشاعه می‌دهند که خواست صاحبان معدود امپریالیسم رسانه‌ای و گردانندگان دولت‌ها برای ادامه سیادت آنهاست. ما حقایقی را به شما می‌گوییم که از رسانه‌های اصلی غایب‌اند...». چنین خطابه‌ای وقتی از زبان بعضی محافل چپ ایرانی، خصوصاً طرفداران روسیه بیان می‌شود، چنین فرموله می‌شود: «ناتو مسئول جنگ در اوکراین است همانطوری که در یوگسلاوی سابق و بسیاری جاهای دیگر بود. پاکسازی قومی در یوگسلاوی سابق حقیقت نداشت، ... در حملات تروریستی ۱۱ سپتامبر ۲۰۱۱ خود دولت آمریکا دخالت داشت، کاربرد سلاح‌های شیمیایی توسط دولت بشار اسد، دروغ بود، نتونازی‌ها در اوکراین حاکم بوده و در کار پاکسازی نژادی‌اند، جنایات جنگی در بوچا و دیگر مناطق اوکراین به دست ارتش روسیه صحنه‌سازی کثیف غرب و ناتوست و ...»

دولت روسیه به رهبری پوتین یکی از اصلی‌ترین سازندگان تبلیغات دروغین برای هدایت و کنترل افکار عمومی به نفع اهداف خود است. آنچه که در زیر می‌آید یک مثال واقعی از این ادعاست که خواننده را با پروسه و چگونگی پخت و پز و آماده‌سازی «حقایق جایگزین» (Alternative Facts)، آشنا می‌کند.

اعترافات یک کارمند سابق «کارخانه ترول-سایبری» روسی (Troll Factory)

«درآمدش بد نبود، اما کار سخت بود. ارسال حداکثر ۱۲۰ نظر در روز، در طول یک شیفت ۱۱ ساعته در اتاق‌های گفتگو، در وب سایت‌ها، و در نمایه‌های رسانه‌های اجتماعی که متعلق به خبرگزاری‌های روسی زبان خاص، مانند روزنامه مستقل نوایا گازتا و سرویس روسی رادیو آزادی بودند.»

سرگئی ک، کارمند سابق یک شرکت روسی که به نام معروف شد، در مصاحبه‌ای با رادیو آزادی گفت: «افرادی بودند که واقعا با اشتیاق به کار می‌پرداختند و سپس برخی از آنها تازه متوجه می‌شدند که تمام کارهایشان در کارخانه ترول روسی مزخرف است.» چنین بود زندگی در آژانس تحقیقاتی شرکت سن پترزبورگ که شهرت خود را با انتشار تئوری‌های توطئه، حقایق تصفیه‌نیمه، ترول کردن پست‌های رسانه‌های اجتماعی و سایر اطلاعات نادرست کسب کرده بود. طبق یک گزارش اطلاعاتی، این عملیات که متعلق به یک تاجری از سن پترزبورگ به نام یوگنی پریگوژین است، که مشخصاً در سال ۲۰۱۷ در ایالات متحده شناسایی شد و بدنامی بین‌المللی برای وی به همراه آورد.

این گزارش اطلاعاتی درباره تلاش‌های روسیه برای مداخله در انتخابات ریاست جمهوری ۲۰۱۶ آمریکا در ادامه می‌نویسد: این عوامل با استتار چهره خود به عنوان آمریکایی، از تبلیغات هدفمند، مقالات خبری جعلی عمدی، محتوای خودساخته و ابزارهای پلتفرم رسانه‌های اجتماعی برای فریب ده‌ها میلیون کاربر رسانه‌های اجتماعی در ایالات متحده استفاده می‌کردند. طبق گزارش کمیته اطلاعاتی سنای آمریکا، فرماندهی سایبری ایالات متحده، که یکی از موسسات اصلی سایبری ایالات متحده آمریکا است اعلام کرد که «کارخانه ترول‌ها» را در طول سال ۲۰۱۸ در جریان انتخابات کنگره آمریکا از کار انداخته است. هنوز هم شرکت نامبرده در حال فعالیت است. گزارش رسانه‌ها و سایر تحقیقات نشان داده‌اند که چگونه پریگوژین تلاش‌های خود را برای تأمین مالی شرکت‌های مزدور نظامی خصوصی، راه‌اندازی عملیات در آفریقا و جاهای دیگر تنوع بخشیده است. با این حال، با کاهش حضور و نفوذ فعالیت ترولی در رسانه‌های اجتماعی چون فیس‌بوک و توییتر به دلیل مسدود شدن و حذف حساب‌های ناشناس، عملیات آنها پیچیده‌تر شده است. حتی قبل از یافته‌های جامعه اطلاعاتی ایالات متحده، زمانی که کارمندان سابق شرکت درباره شرکت و کارهایی که در آنجا انجام می‌دادند صحبت می‌کردند، نفوذ آن کم شده بود.

در سال ۲۰۱۵، فردی به نام مارات بورکهارد به سرویس روسی رادیو آزادی گفت که این کارخانه چگونه تاسیس شده بود. یکی از روزنامه‌نگاران روس برای یافتن شغل به یک عملیات مخفیانه در این کارخانه اعزام شد که بعداً اخراج شد. وی با طرح دعوای حقوقی مدعی شد که شرایط کار و قراردادهای ناقص قانون کار بوده است. او در نهایت برنده پرونده خود شد و در یک پیروزی نمادین یک روبل به او اهداء شد.

دنیای وحشت و اضطراب: پریگوژین ظاهراً به دنبال پنهان کردن مالکیت قانونی شرکت بوده و هر چند سال یکبار نام و شماره ثبت آن را تغییر می‌داد. در زمانی که سرگئی ک، برای

«نمی دانم» را یاد بگیریم!

روزی امتحان جامعه شناسی ملل داشتیم. استاد سر کلاس آمد و می‌دانستیم که ده سؤال از تاریخ کشورها خواهد داد. دکتر بنی احمد فقط یک سؤال داد و رفت: «مادر یعقوب لیث صفار از چه نظر در تاریخ معروف است؟» از هر که پرسیدم نمی دانست. تقرباً آزاد بود چون ممتحنی نبود اما برآستی کسی نمی دانست.

همه دو ساعت نوشتیم از صفات برجسته این مادر، از شمشیر زینش، از آشپزی برای سربازان، از برپا کردن خیمه‌ها در جنگ، از عبادت‌هایش و... استاد بعد از دو ساعت آمد و ورقه‌ها را جمع کرد و رفت.

۱۴ تیر ۱۳۵۴ برای جواب آزمون امتحان تاریخ ملل رفتیم. در تابلو مقابل اسامی همه با خط درشت نوشته شده بود مردود! برای اعتراض به سالن دانشسرا رفتیم. استاد آمد و گفت: «کسی اعتراض دارد؟» همه گفتیم: «آری!»

گفت: «خوب پاسخ صحیح را چرا ننوشتید؟! پرسیدیم: «پاسخ صحیح چه بود استاد؟» گفت: «در هیچ کتاب تاریخی نامی از مادر یعقوب لیث صفار برده نشده، پاسخ صحیح (نمی دانم) بود. همه پنج صفحه نوشته بودید اما کسی شهامت نداشت بنویسد (نمی دانم)! ملتی که همه چیز میدانند ناآگاه است. بروید با کلمه زیبای نمیدانم آشنا شوید، زیرا فردا روز گرفتار نادانی خود خواهید شد. ما گرفتار نادانی خود شده‌ایم.»

تحمیلی و مراقبت از دیگر اعضای خانواده می‌کنند. بسیار محتمل است که وضعیت و حجم کار خانگی زنان ایران نیز در همه گیری کووید-۱۹ به میزان چشمگیری افزایش یافته باشد.

زنانی که در بخش بهداشت و درمان اشتغال دارند، با دغدغه‌ها و نگرانی‌ها و فرسودگی‌های دیگری نیز مواجه‌اند. سازمان بهداشت جهانی می‌گوید که ۲۴ میلیون نفر از ۵/۲۸ میلیون پرستار و ماما در سراسر جهان را زنان تشکیل می‌دهند. تحقیق دیگری درباره ۱۰۷ کشور جهان نشان داد که ۷۰ درصد از نیروی شاغل در بخش بهداشت و درمان را زنان تشکیل می‌دهند. زن پزشک جوانی که مایل به ذکر نامش نبود، نوشت: «من زنی پزشک هستم که در حال گذراندن دوران طرح هستم. معمولاً ما را برای طرح به مناطقی از کشور می‌فرستند که گاه سطح فرهنگ عمومی در مواجهه با زنان پایین‌تر است. دنباله مطلب در صفحه ۵۹»

ساعت روز هم بساط خیاطی را دستم بگیرم و بدوزم و سوزن بزنم. شب که بچه‌ها و شوهرم می‌خوانند، تازه اصل کار خیاطی‌ام شروع می‌شود. چند ساعت پشت سر هم می‌برم و می‌دوزم. گاهی از خستگی کنار همان چرخ خیاطی بی‌هوش می‌شوم. مدام خسته‌ام و کم‌خواب دیگر جانم این وضعیت را نمی‌کشد. هرچه می‌دوم، باز آب و نان کم است، هشت‌مان گرو نه و خرج بچه‌ها بیشتر.»

فشار کاری که در همه‌گیری کووید-۱۹ بر زنان تحمیل شد، واقعیتی جهانی است. گرچه جمهوری اسلامی ایران در برنامه سنجش میزان کار بی‌جیره و موجب خانگی زنان زیر نظر سازمان ملل متحد شرکت نکرد، اما آمار جهانی نشان می‌دهد که تقریباً در همه کشورها حجم کار خانگی زنان در همه‌گیری کرونا، چند برابر شده و این زنان هستند که روزانه ساعات بیشتری را صرف رسیدگی به درس و مشق بچه‌ها و حجم انبوه کار خانگی و بشور و بساب

نماید، ۴۰ ساله از اراک، نوشت: «ناگهان دیدم که در کنار همه امور خانه که همیشه بر دوش من بود، باید دو بچه ۱۲ و ۸ ساله را در خانه درس بدهم، سرگرم کنم، مراقب‌شان باشم که مریض نشوند. با این هزینه‌های کمر شکن، شغل دولتی خودم و همسرم دیگر کفاف این همه مخارج را نمی‌داد. در کنارش کارهای کوچک دیگری را پذیرفتم و بعد از ساعت کاری انجام دادم تا درآمد بیشتری داشته باشم. من خسته‌ام، ماه‌هاست که یک دل سیر نخواهیدم، دوباره سراغ عادت سیگار کشیدن رفتم که با سختی ترک کرده بودم، احساس خجالت می‌کنم که باز سیگار می‌کشم و از سر گرفتن این عادت را از همسر و بچه‌هایم قایم کرده‌ام. مدام حس می‌کنم که بی‌حالم و بابت کوچک‌ترین چیزی می‌توانم از کوره در بروم. گاهی اوقات وقتی یکی از پسرهایم صدایم می‌زند و «مامان گویان» به سراغم می‌آید، دلم می‌خواهد که در خانه را باز کنم و فقط بیرون بزنم و بروم. کجایش مهم نیست. هم‌زمان عذاب وجدان می‌گیرم که گاهی حوصله بچه‌هایم را ندارم. نمی‌دانم تا کی می‌شود چنین وضعی را تحمل کرد و تا کی جانم می‌کشد. هر روز تحلیل می‌روم و آینده از همیشه سیاه‌تر به نظر می‌رسد.»

زن دیگری، از عرب‌های خوزستان، نوشت: «کارگاهی که شوهرم در آن کار می‌کرد، ورشکسته شد. قبلاً تفتنی و برای کمک به هزینه‌خانه گاهی سفارش خیاطی قبول می‌کردم. بعد از بیکاری شوهرم، ناچار شدم که خیاطی را به شغل دائم تبدیل کنم. شوهرم عصبی و بی‌حوصله یا یک گوشه می‌نشاند و کمکی نمی‌کند، یا بیرون از خانه معلوم نیست کجاست. من باید از پنج صبح بیدار شوم، بشورم و بپزم و جمع کنم و به بچه‌ها برسم. هر زن مثل سابق فرصت و امکان مراجعه به پزشک و انجام آزمایش‌های ضروری از جمله معاینه توسط پزشک زنان، رسیدگی به مشکلات پوستی و هورمونی را ندارند و توان مالی‌شان برای تهیه محصولات مرغوب‌تر کاهش یافته است. یکی از دیگر چیزهایی که در سکوت «حذف» شده و اغلب دیگر اعضای خانواده اصلاً متوجه آن نشده‌اند، محصولات مرتبط با بهداشت قاعدگی زنان است. در پیام‌هایی که دریافت کردم، دست‌کم شش زن از شهرهای مختلف ایران به این معضل پرداختند. نرگس، ۲۹ ساله از زنجان، نوشت: «قیمت نوار بهداشتی خارجی که سال‌ها استفاده می‌کردم ناگهان چنان سر به فلک زد که معلوم بود باید از هزینه‌ها حذف شود. سراغ محصولات ایرانی رفتم. همان ماه اول، پوست اطراف واژن پر از جوش‌های ریز شد و خارش. وقتی ماه دوم هم این وضعیت رخ داد، دکتر رفتم و معلوم شد به جنس نامرغوب نوار بهداشتی ساخت ایران حساسیت دارم. هر ماه به جز دردهای جسمی و روانی عادت ماهیانه، با این گرفتاری بد هم مواجه‌ام. جوری شده که با وحشت منتظر عادت ماهیانه بعدی هستم. حتی کسی اهمیت این مسئله را هم متوجه نمی‌شود. دو بار به همسرم گفتم و با کلافگی پاسخش این بود که وسط این همه مشکل و قسط‌خانه و هزینه‌های بچه که از پس آنها بر نمی‌آییم، این هم شد مشکل؟»

فرسودگی و خستگی مفرط از کار بسیار:

زنان بسیاری نوشتند که برای کسب درآمد بیشتر نه تنها باید بیش از گذشته کار کنند و شغل دوم نیمه‌وقت دیگری برای خود دست و پا کنند بلکه مسئولیت‌های آنها در خانه نیز به علت همه‌گیری ویروس کرونا و کوچک‌تر شدن سبد خانوار، سنگین‌تر از همیشه شده است.

انجمن فردوسی

دومین و چهارمین جمعه هر ماه
از ساعت ۷ عصر الی ۹ در ZOOM
اطلاعات برای وارد شدن به ZOOM

Code: 97091203116

Password: 987654

انجمن سخن شمال کالیفرنیا

کلاس شرح غزل‌های حافظ در ZOOM

هر سه شنبه، از ساعت ۷ الی ۹ شب،

شرح یک غزل حافظ

کُد ورود به کلاس در ZOOM

۸۲۲۸۷۶۹۵۵۹۰

بارها تلاش کرده با نظام‌های سیاسی کنار بیاید تا خللی در روند مسابقات ایجاد نشود. این بار اما ماجرا خیلی متفاوت بود. به نظر می‌رسد که دیگر فدراسیون جهانی فوتبال تنها مرجع برای تصمیم‌گیری نبود. احتمالاً به واسطه همان یک جمله: «فارغ از اینکه فیفا چه کاری انجام می‌دهد». ظاهراً مشروعیت همین یک جمله کل ساز و کار ثروتمندترین سازمان ورزشی دنیا را به حاشیه راند و هم صدایی در برابر جنگ و آوارگی را در متن ماجرا قرار داد. احتمال این که همه تیم‌های ملی از مسابقه مقابل روسیه امتناع کنند فاجعه‌بار بود. فیفا نمی‌توانست این احتمال را در نظر نگیرد. فدراسیون جهانی محاسباتش را انجام داد. برای شعار جدایی سیاست از ورزش دیر شده بود. اوکراین حالا برای همه بزرگه بود. اینکه فیفا دست به انتخابی اخلاقی زده یا با تصمیمی عاقلانه مقابل روسیه ایستاده شاید چندان اهمیتی نداشته باشد. انصراف از شرکت در مسابقه مقابل تیم ملی روسیه برای همه فوتبال‌دوستانی که جهان را بدون جنگ، و فوتبال را تنها در صلح می‌خواهند یک معنا می‌دهد: در زمان درست، در سمت درست. جوامع ورزشی به این ترتیب می‌کوشند تا هزینه‌های جنگ را برای آغازکننده آن بالا ببرند. دود تصمیم دولت روسیه برای حمله به اوکراین تنها به چشم ملی‌پوشان فوتبال این کشور نرفت. ورزشکاران روسیه و بلاروس هم بر اساس تصمیم کمیته بین‌المللی پارالمپیک، از شرکت در مسابقات پارالمپیک زمستانی پکن محروم شدند. اندرو پارسونز، رئیس کمیته بین‌المللی پارالمپیک که عمیقاً خواهان جدایی ورزش از سیاست است، اعتراف می‌کند که «برخی از کمیته‌های ملی پارالمپیک و ورزشکاران دیگر کشورها تهدید کرده‌اند که در صورت حضور روسیه و بلاروس در پارالمپیک پکن، این رقابت‌ها را تحریم خواهند کرد.»

ماجرا به هیچ‌وجه به همین جا ختم نمی‌شود. میزبانی فینال لیگ قهرمانان فوتبال اروپا هم از سن پترزبورگ پس گرفته شد و مسابقات اتومبیل‌رانی فرمول ۱ نیز در این کشور لغو شد. از سوی دیگر، بسیاری از تیم‌های ورزشی از قطع همکاری خود با حامیان مالی روسی خبر دادند. سریع، صریح و قاطع. مسابقات زیادی به هم خورد. تا حدودی مثل لغو مسابقات جام جهانی در سال‌های ۱۹۴۲ و ۱۹۴۶ به دلیل وقوع جنگ. اما این بار نه جنگ، بلکه واکنش کشورها به جنگ به اخذ چنین تصمیماتی انجامید.

تقریباً ۸۳ سال پیش بود که نیروهای نظامی لهستان با آغاز جنگ جهانی دوم از نیروهای ارتش مجهز آلمان شکست خوردند. سنگرها یکی‌یکی از دست رفته بود و برای تشکیل مجدد خطوط دفاعی مقابل سربازان رایش سوم مجبور به عقب‌نشینی شده بودند. اوضاع تلخ و دردناک بود اما تاریخ ثابت کرده که همیشه برای تلخ‌تر و دردناک‌تر کردن شرایط توانایی عجیبی دارد! کمی بیشتر از دو هفته بعد بود که ارتش سرخ شوروی از سمت شرق به خاک لهستان حمله کرد. لهستان تنها ماند. لهستان شکست خورد. لهستان اشغال شد. لهستان اما مأیوس نشد و هیچ‌گاه به طور رسمی تسلیم نشد. سال ۲۰۲۲. فقط دو مسابقه تا رسیدن به قطر باقی مانده است. لهستان اما قطعاً در این مسابقه شرکت نخواهد کرد. آنها دیگر عقب‌نشینی نخواهند کرد. سزار کولزا، رئیس اتحادیه فدراسیون فوتبال لهستان، تنها با یک توثیق به جنگ دولت روسیه رفت و با همین توثیق هم پیروز شد: «دیگر حرفی نیست! با توجه به تشدید تجاوزات روسیه به اوکراین، تیم ملی لهستان قصد ندارد که در مسابقه حذفی مقابل روسیه بازی کند.»

رابرت لواندوفسکی، کاپیتان و ستاره سرشناس تیم ملی لهستان، هم واکنش نشان داد: «تصمیم درستی است! نمی‌توانم تصور کنم در حالی که تجاوزات مسلحانه در اوکراین ادامه دارد، مقابل تیم ملی روسیه بازی کنم. فوتبال‌لیست‌ها و هواداران روسیه در این مورد مقصر نیستند. اما ما نمی‌توانیم وانمود کنیم که هیچ اتفاقی رخ نداده است.»

پس از تصمیم فدراسیون فوتبال لهستان، هیئت رئیسه اتحادیه فوتبال سوئد (رقیب احتمالی بعدی تیم فوتبال روسیه) هم اعلام کرد که «فارغ از اینکه فیفا چه کار خواهد کرد، ما در ماه مارس مقابل روسیه بازی نخواهیم کرد.»

اوکراین تنها نماند. هر چند احتمالاً برای سال‌های طولانی خسارت‌های جنگ، زندگی مردم این کشور را تحت تأثیر قرار خواهد داد اما اقدام لهستان و سوئد یک تسلی ساده یا یک واکنش دراماتیک نبود. این امتناع، تمام آن چیزی بود که فوتبال لهستان و سوئد در توان داشتند. فدراسیون جهانی فوتبال، فیفا، در اوایل ماه مارس تیم ملی فوتبال روسیه را از ادامه مسابقات محروم کرد. شکایت فدراسیون فوتبال روسیه به جایی نرسید و دادگاه بین‌المللی حکمیت ورزش (CAS)، هم حکم فیفا را تأیید کرد. فیفا بارها و

دلیل محبوبه دهقانی: به‌خاطر آینده! سالونیک شهری در یونان است. چندی پیش پلیس این شهر جسد زن و شوهری جوان را در رودخانه نزدیک شهر پیدا کرد. این دو نفر جلیل روان‌گرد و سمیه جام‌خانه، دو پناهجوی کرد ایرانی بودند که می‌خواستند خود را به اروپا برسانند اما در رودخانه غرق شدند. در اکتبر ۲۰۲۰ بر اثر واژگون شدن قایق پناهجویان، اعضای یک خانواده اهل سردشت جان باختند: آیتا ۹ ساله، آرمن ۶ ساله و آرتین ۱۵ ماهه و والدینشان شیوا محمد پناهی و رسول ایران‌نژاد. جسد آرتین بعد از دو ماه شناور ماندن روی آب توسط یک ماهیگیر محلی در شهر کارمو در نروژ پیدا شد.

شاید رنج پناهجویان با دردسرهایی که مهاجران تحمل می‌کنند قابل مقایسه نباشد. اما شرایط کشوری که با بیکاری، تورم و فقر فزاینده دست و پنجه نرم می‌کند و مطالبه بسیاری از آزادی‌ها نیز هزینه‌های زیادی دارد، یکی از عمده‌ترین دلایل برای تحمل نکردن و نماندن است.

مهاجرت قانونی یا پناهجویی فرقی نمی‌کند. قایق‌ها و خودروهای بسیاری واژگون می‌شوند. هوایمی مسافربری هدف موشک قرار می‌گیرد و خانواده‌های زیادی داغدار می‌شوند. با این حال، دلیل اصلی برای رفتن به قوت خود باقی می‌ماند و مستحکم‌تر می‌شود: به‌خاطر آینده!

از دانشگاه فارغ‌التحصیل شده‌ای و با مدرک و سواد و تخصص گوشه‌خانه خیالی‌بافی می‌کنی؟ ازدواج کرده‌ای و اولین قبض مثل سیلی توی صورتت می‌خورد؟ برای پرورش یک بذر برنامه متفاوتی داری اما زمین کشاورزی پدری تاب و توانش را ندارد؟ در هنگام پرش سه‌گام و در آستانه کسب دو امتیاز ناقابل، نگهداری از روسری و حجاب و مقنعه سخت است و وزارت می‌دهد؟ به خاطر یک فریاد، یک اعتراض، سابقه‌دار شده‌ای و همان کورسوی امید را هم برای شاغل شدن از دست داده‌ای؟ آرزوهایت از درآمدت دور و دورتر می‌شود؟ خسته‌ای؟ غمگین شده‌ای؟ واقعیت این است که تنها نیستی. همراه و هم‌درد و هم‌دلیل با خیلی‌های دیگر هستی که برای نماندن، برای تحمل نکردن و دور شدن، از خودشان می‌پرسند: خب، چطور؟ از کجا شروع کنم؟

او البته مهاجرت نکرد. به استخدام یک تیم در سوپرلیگ این کشور درآمده و حالا از معدود لیژورهای زن ایرانی محسوب می‌شود اما دلیل رفتنش خلاصه و عصاره تمام دلایل همه مشتاقان مهاجرت است: به‌خاطر آینده! خیلی‌ها را می‌شناسیم که در سودای رفتن هستند. کلاس‌های زبان را دوره کرده‌اند. نمره مورد نظر آزمون‌ها را چک می‌کنند. هزینه‌های زندگی باید در وطن بعدی بررسی شود و ارزش تمام دارایی‌ها و پس‌انداز جمع و بر قیمت دلار تقسیم شود تا ببینند دقیقاً کجای ماجرا قرار دارند. «فروش به دلیل مهاجرت»، «فروش فوری». چاره‌ای نیست. برای اکثر کسانی که می‌خواهند بروند اوضاع تحت هیچ شرایطی عادی و ساده نیست. برای همین هم چند سال طول می‌کشد تا همه چیز آماده شود. البته اگر آماده شود. اگر برنامه‌ها درست و دقیق پیش برود تنها یک مورد باقی می‌ماند. خداحافظ! به آغوش کشیدن! شاید برای آخرین بار. شاید این سخت‌ترین قسمت ماجرا نباشد اما بدون شک تلخ‌ترین خواهد بود. راه برگشتی نیست. این مختصات دقیق نقطه‌ای است که برای ایستادن روی آن، زمان، پول، فکر و انرژی بسیاری صرف شده است. پس نمی‌توان منصرف شد. یک دل سیر که اشک ریختی و چند عکس یادگاری گرفتی، چمدان را برمی‌داری، و همه آنها که دوستشان داری و دوست دارند، ناگهان باورشان می‌شود که همه چیز واقعیت داشته است. گلایه‌ها، برنامه‌ها و خواسته‌ها و تلاش‌هایت. بلیط پروازت. همه فیلم و سریال‌هایی که به زبان اصلی دیده بودی، فروش اتومبیلی که برای خریدنش کلی زجر کشیدی و بدھکار شده بودی، فرزندی که اعتقاد داشتی باید در کشوری آزاد و آباد و امن رشد کند و در هر مجلسی در دفاع از این باور سخنرانی‌های حماسی ایراد کرده بودی، هر کدام تکه‌ای از پازل بوده تا عزیزانت دوره‌اش کنند و باورش‌شان شود که هیچ‌کدام شوخی نبوده و واقعاً قرار است که مثل خیلی‌های دیگر بروی. برای همیشه هم بروی. برای ادامه تحصیل، برای آزادی، برای کار. همه برای رفتن، همه برای نماندن. با ویزا و به شکلی کاملاً قانونی. یا با قمار روی زندگی و غیرقانونی. همه اما به همان

ادامه مطلب ارزشمندتر از پیروزی.. از صفحه ۱۴۹

ادامه مطلب چرا کسی برای.. از صفحه ۱۴

به وجود آمده بود. ظاهراً در دنیایی که تصاویر کودکان گریان و وحشت زده اوکراینی با سرعتی خیره کننده در حال انتشار است، تبعات بی‌اعتنایی بسیار سنگین‌تر است.

در نوامبر سال جاری، مسابقات جام جهانی در قطر بدون تیم فوتبال روسیه و با حضور لهستان آغاز خواهد شد. تحریم تیم ملی روسیه توسط دیگر کشورها و ورزشکاران اقدامی بر ضد فوتبال و ورزش این کشور نبود بلکه ارسال علامتی مبنی بر تنها نبودن اوکراین بود. اوکراین دیده می‌شود. اوکراین درک می‌شود. اوکراین احساس می‌شود. «فارغ از اینکه فیفا چه کاری انجام خواهد داد.»

فکر، کردن کار سختی است. به همین خاطر، اکثر مردم «قضاوت» می‌کنند.

قانون چشم در برابر چشم حمورابی شروع شد و در این راه حتی جلادهای حکومتی که آدمکشها و متجاوزین را گردن می‌زدند هم به اندازه عارفان و شاعران و معلمان اخلاق که از صلح و محبت می‌گفتند نقش داشته‌اند.

امروزه تک تک ما با هر توییت و حرف و غری که بر علیه جنگ و اشغال‌گری می‌گذاریم و می‌زنیم، بشر را یک قدم دیگر به دنیایی صلح آمیزتر نزدیک می‌کنیم. هر چراغ کوچکی را که هر یک از ما برای صلح و مبارزه با جنگ و خشونت روشن می‌کنیم کم کم به خورشیدی تبدیل خواهد شد که هیچ بمب و موشکی نمی‌تواند آن را خاموش کند چون آن خورشید در وجود ما روشن می‌شود.

ما آدم‌ها هر چقدر بیشتر در صلح زندگی کنیم به ژن‌های خشن کمتری احساس نیاز خواهیم کرد و چراغ ژن‌های خشنی که به آنها نیاز نداریم خود به خود و آهسته و آهسته و نسل به نسل خاموش خواهند شد، درست مثل گنجشک‌های سویسی!

متأسفانه در این راه نباید به سیاستمداران مان امید داشته باشیم، همان‌هایی که به تجاوز می‌گویند عملیات ویژه و ولی تاریخ ایران پُر است از بزرگانگی که از صلح گفته‌اند و خیابان‌های ما پر از گنجشک‌هایی است که منتظرند روزی روی شانه‌های ما بنشینند و از دست‌های ما دانه بخورند. مولانای نازنین ما چه زیبا می‌گوید:

**تو مگو همه به جنگند و ز صلح من چه آید
تو یکی نه ای هزاری تو چراغ خود برافروز**

مسئله صرفاً تحریم تیم‌های ورزشی روسیه توسط فدراسیون‌های مختلف نبود. در گذشته، بعضی از تیم‌ها از مسابقات محروم یا حتی در میانه یک تورنمنت جهانی از محل بازی‌ها اخراج شده‌اند. فدراسیون فوتبال اروپا، یوفا، یوگوسلاوی را به علت جنگ در بوسنی از مسابقات جام ملت‌های اروپا در سال ۱۹۹۲ محروم کرد. در سوابق فیفا، تعلیق فدراسیون‌های یونان، کنیا و عراق به چشم می‌خورد. اما تحریم ورزش روسیه یک تفاوت اساسی دارد. نگرانی جوامع ورزشی در کشورهای مختلف به جایی رسید که پیش از اتخاذ تصمیم نهایی توسط نهادهای حقوقی، خواستی جهانی در سطحی وسیع برای این تحریم

از فردا تبدیل به آدم‌کشان و داغ‌های ننگی بر پیشانی ملت‌هایشان خواهند شد؟ آیا ما صد سال بعد باید از فتوحات نادرشاه در هندوستان از هندی‌ها عذرخواهی کنیم؟ یا یونانی‌ها بخاطر اسکندر از ما؟ دنیا سال‌ها است تغییر کرده و ما را هم تغییر داده و می‌دهد. تکامل هنوز تمام نشده و ادامه دارد حتی با سرعتی بیشتر.

پوتین در اوکراین شکست نمی‌خورد، پوتین از همان روز اول شکست خورد. حتی اگر تمام اوکراین را تصرف کند، به قول هراری، پوتین حتی اگر نبرد را ببرد جنگ را باخته است، چون خشونت تا اطلاع ثانوی بازنده است.

سی سال از آخرین جنگی که در ایران رخ داده گذشته است، جنگی که در آن مردن صدها نفر در یک روز اتفاقی عادی بود. جنگی که کشتن یک پدر و یتیم شدن فرزندان فقط چون او یک عراقی بود قهرمانانه محسوب می‌شد. شاید برای اینکه ما ایرانی‌ها به جایی برسیم که دیگر به ژن‌های خشونت احتیاج نداشته باشیم، باید سی‌چهل سال دیگر در صلح زندگی کنیم، آنوقت شاید مثل سویسی‌ها در جایی زندگی کنیم که گنجشک‌ها بدون ترس روی شانه ما بنشینند و از دستمان دانه بخورند.

دنیا یک‌شبه به اینجا نرسیده است، جایی که بتوان بدون شلیک یک گلوله کسی را که برای انقراض کل بشر بمب دارد شکست داد. این اتفاق حاصل قرن‌ها مبارزه با خشونت است مبارزه‌ای که با

افکار عمومی اروپا اعتراضی نمی‌کند، دقیقاً بر عکس ما مردم خاورمیانه که نه سر پیاز اوکراین هستیم و نه ته آن. فحش‌هایی که مبارزان توییتی ایرانی به بایدن برای وارد نشدن به جنگ اوکراین می‌دهند احتمالاً چند برابر افراطی‌ترین دشمنان بایدن در آمریکا است چون در جایی که ما بزرگ شده‌ایم ژن‌های خشونت و انتقام هنوز روشنند. در ایران فقط سی سال از جنگی که در آن روزی صدها نفر کشته می‌شدند گذشته است، پس برخلاف اروپایی‌ها برای ما، کشته شدن صدها نفر در یک هفته، درد بزرگی نیست و شاید به همین دلیل به سران اروپا و آمریکا برای دست نبردن به اسلحه و جنگیدن ناسزا می‌گوییم.

در دنیای ما هنوز مرد بودن، قوی بودن و تلافی کردن و قانون چشم در برابر چشم به کار می‌آید. در ایران باید حق تان را خودتان بگیرید. در ایران اگر مشت خوردید نمی‌توانید منتظر پلیس و قاضی باشید چون اگر بخاطر مشت خوردن شکایت کنید پلیس فکر می‌کند دیوانه‌اید و قاضی به شما خواهد خندید. درحالی که آن طرف آب اگر در ته یک کوچه یک سیلی به کسی بزنید دوربین‌ها شما را پیدا می‌کنند و فردایش پلیس به سراغ تان خواهد آمد.

زندگی مدرن نیاز به خشونت حتی برای دفاع به حق از خود را بلا موضوع کرده است و در این محیط و بوم نقش جدید آدم‌ها دیگر نیازی به خشونت ندارند. در این دنیای جدید، ژن‌ها از کشورگشایی بدشان می‌آید، از جنگ متنفرند و یک کم‌دین می‌تواند محبوب‌تر و قوی‌تر و قهرمان‌تر از یک امپراتور مستبد باشد، حتی اگر آن امپراتور آنقدر بمب اتم داشته باشد که بتواند نسل کل بشر را منقرض کند.

ولی این تغییرات اپی‌ژنتیک ما را به چه موجودی تبدیل خواهد کرد؟ چه چیزهایی در دنیا، دیگر به کار نمی‌آیند؟ آیا ممکن است در دنیایی که بدن عضلانی فقط به درد داشتن دوست دختر زیباتری می‌خورد ژن‌هایی که باعث زور بازو می‌شود کم خاموش شوند!

چند سال پیش، بعد از داستانی که برای جرج فلویید اتفاق افتاد، آمریکایی‌ها مجسمه یکی از بنیانگذاران شان را که قهرمان ملی آمریکا محسوب می‌شد به جرم اینکه مدتی برده‌دار بوده شکستند ولی هیچ وطن‌پرستی رگ گردنش بیرون نزد. آیا قهرمانان و کشورگشایان دیروز،

در دنیای جدید اگر با کسی دعوا دارید لازم نیست دست به یقه شوید، بلکه فقط کافی است از او به قاضی شکایت کنید تا خسارت بگیرید. اخیراً در بعضی سیستم‌های قضایی حتی می‌توانید از ریسی که دل تان را شکسته شکایت کنید و پول بگیرید.

آنوقت در چنین دنیایی، بعضی‌ها تازه به فکر کشورگشایی افتاده‌اند و فکر می‌کنند با بمب اتم می‌توانند ژن‌هایی که تغییر کرده‌اند را به صدسال پیش برگردانند. بله ژن‌ها! ما آدم‌ها همراه ژن‌های مان تغییر کرده‌ایم و خواهیم کرد، سال‌ها به آهستگی و حالا خیلی سریع. ژن‌های ما در هر محیطی بسته به شرایط و نیاز ما، خاموش و روشن می‌شوند و این تغییر در ظهور و بروز ژن‌ها به بچه‌های ما هم به ارث می‌رسد و این تغییرات اپی‌ژنتیکی خیلی سریع‌تر از چیزی که از جهش‌های ژنی انتظار داریم ما و نسل ما را تغییر می‌دهد و این قصه قصه امروز و دیروز نیست بلکه هزاران سال است که ما آدم‌ها در حال خاموش کردن ژن‌های خشونت در وجودمان هستیم.

ما آدم‌ها نه تنها در حال اهلی کردن حیوانات، بلکه در حال اهلی کردن خودمان هستیم و این کار را از همان روزگار زندگی در جنگل با حذف و تنبیه آدم‌هایی که خشونت آنها برای بقای قبیله خطرناک بود، شروع کرده‌ایم. شامپانزه‌های بونوبو هم همین کار را می‌کنند، ماده‌ها گاهی، نرهای خشن را در خواب می‌کشند.

هزاران سال است که ژن‌های قاتلین و متجاوزین با قصاص و اخراج از قبیله حذف شده‌اند و امروز هم، ژن‌های خشن یا گوشه زندان می‌پوسند یا در انزوا فراموش و خاموش می‌شوند.

آدم‌ها، حیوانات را با انتخاب آنهایی که کمتر خشن بودند اهلی کردند. گاوی که کمتر شاخ می‌زد، گرگی که کمتر گاز می‌گرفت، در طی نسل‌ها انتخاب شدند و تبدیل به گاوهای اهلی و سگ‌های دست‌آموز امروزی شدند و این همان کاری است که با خودمان هم انجام داده‌ایم.

هشتاد سال از آخرین جنگ جهانی در اروپا می‌گذرد، پس سال‌هاست ژن‌های جنگجویی و خشونت در مردمان اروپایی برای هیچ جنگی روشن نشده است. به همین خاطر است که وقتی رهبران اروپا که منتخبان واقعی مردمان شان هستند، می‌گویند ما وارد هیچ جنگی نمی‌شویم،

قهر کنن و برن. اولش زیر چشمی به پدرم نگاه کردم. اونم به من نگاه کرد. خیلی دوست داشتم سرم داد بکشم. می خواستم اصلا پاشه و منو بزنه تا من این کارو نکنم. ولی فقط سرشو تکون داد و نگاهش رو از من برگردوند. با خودم گفتم که شاید وقت بزرگ شدنم رسیده. اولش دستمو بردم تا چندتاایی از اون کبابا رو بندازم دهنم. ولی اونی که پیشم بود دستمو گرفت. اولش حسابی خندید. بعدش بهم یاد داد که کباب بزرگترارو بطور میزن به بدن. چند روز بعد، وقتی کسی خونه نبود نشستم پای منقل آقام. آخه امتحان داشتم و با خودم گفتم شاید آگه از اون کبابا بخورم بتونم نمره بهتری بگیرم. بعد چند دقیقه مامانم سر رسید و وقتی منو دید شروع کرد به داد کشیدن. فقط خودشو میزد و جیغ می کشید. منم خیلی ترسیدم. مثل همون موقع که من ادا درآوردم و خواهرم ترسید. اولش با گریه التماس می کردم که بس کنه. ولی بس نکرد. منم از ترس فرار کردم. اونقدر دوییدم تا به جایی رسیدم که نمی شناختم.

پسر سرش را روی پاهای مرد گذاشت. با نگاهی که به آتش درون حلبی خیره شده بود گفت: «اون شب رو توی پارک خوابیدم. فرداش وقتی برگشتم خونه دیدم جلوی در خونمون پارچه سیاه زدن. شاگرد تنبلی بودم ولی می تونستم اسم مامانم رو که روی اعلامیه نوشته بودن، بخونم. دوباره فرار کردم. مثل قاتل ها. درسته قاتل نبودم ولی فرار کردم. با خودم می گفتم که چند روز بعد برمیکردم، بعد شد یه هفته، یه ماه، یه سال و الان حتی نمی دونم چقدر گذشته. راستی فکر می کنم امروز تولدمه. آخه مامانم می گفت وقتی تو به دنیا اومدی داشت برف می بارید. الانم که داره برف میاد.»

پسر آرام آرام چشمانش را بست و خوابید. مرد دیگری با کیسه چرکینی که بر پشت داشت وقتی از جلوی پسرک می گذشت گفت: «هوی، سرتو گذاشتی رو پای یه جنازه.»

کودکی که حاضر شده گردنبدن طلایش را با یک بسته پفک معاوضه کند. آیا معامله خاک گرانهای کوهی که از میلیون ها سال پیش، آنجا پا بر جا بوده و می توانسته تا هزاران سال دیگر هم همانجا باقی بماند، تنفس گاه مردم منطقه باشد، جلوی هجوم بادهای گرم و تغییرات اقلیمی را بگیرد و سرچشمه نهرهای زلال و درخشان باشد، به بهای ناچیز ساختن یک پارکینگ، درمانگاه روستایی یا بهبود آسفالتهای یک جاده، ارزش معاوضه دارد؟

یه خواهر کوچیکتر از خودم هم دارم. دقیقا نمی دونم چند سالشه. آخه واسش تا حالا تولد نگرفتن. واسه منم نگرفتن. ولی من سنم رو از همکلاسی هام می فهمیدم. ولی خواهرم مدرسه نمیره. فکر نکنم اصلا تو مدرسه راهش بدن، آخه همیشه گریه می کنه. تو مدرسه سر معلم ها میره. البته بیچاره حقم داره، چیز خنده داری نیست که بهش بخنده. بیار جلوش ادا درآوردم تا شاید بخنده، ولی ترسید.»

پسر ناگهان ساکت شد. غم اندوهی بر صورتش نشست. سرش را به شانه مرد میانسال تکیه داد و گفت: «چیزای بد هیچ وقت خوب نمیشه، فقط باید دعا کنی که بدتر نشه. آخه یه روز بابام با چند تا مرد اومد خونمون. با هم دیگه رفتن به اتاق اون ور حیاط. وقتی از بابام پرسیدم اون کی هستن، بهم گفت: همکارام. من خیلی خوشحال شدم. سریع دوییدم کوجه و در خونه تک تک دوستامو زدم و بهشون گفتم که بابای من همکار داره. آخه توی تلویزیون دیده بودم هر آدم درست و حسابی واسه خودش همکار داره. این همکارا هم هرروز میومدن توی خونمون و با پدرم می رفتن توی اون اتاق و از ظهر تا شب کار می کردن. اونقدر سرشون شلوغ بود که به من اجازه نمی دادن برم پیششون تا بیهو از کارشون عقب نیفتن. بیار که تو خونه تنها بودم، براشون چند تا چایی ریختم تا ببرم. وقتی در رو باز کردم، دیدم همشون نشستن سر منقل کباب مخصوص بزرگتر. همین هم نشون میداد که کارشون اونقدر سخته که مجبور میشن از اون کباب بخورن. وقتی منو و چایی هامو دیدن حسابی تحویلیم گرفتن. اونقدری که یکیشون دستمو گرفت و منو نشوند پیش خودش. دستشو به سمت منقل گرفت و گفت: بزین روشن شی. من هیچ وقت دلم نمی خواست از اون کبابها بخورم. ولی اون روز ترسیدم.»

پسر قطره اشکی را که از چشمش سرازیر می شد با گوشه آستین پالتوایش پاک کرد و ادامه داد: «ترسیدم که بیهو همکارای بابام

می خواهند و چیزهایی از این دست، تا به دست معدن دارها برسد و آنها را وادار کنند به وضعیت رفاهی روستا رسیدگی کنند.»

سوال اینجاست که چرا کمبود مسئولیت پذیری مسئولان رفاهی در بهبود شرایط مردم را باید به پای محیط زیست و خرج کردن اکوسیستم نوشت؟ محمد درویش در صفحه توییتش نوشته بود «کوهستان راهبردی کرکس قربانی کوهخواری به نام معدن، اشتغال و صادرات غیر نفتی شده. درست مثل

منطقه را تغییر داده است. «گرما به دلیل کاستن تاج کوه، سرریز شده، به حدی که روستاییان در طول چند سال اخیر به دلیل تغییرات اقلیمی، رو به خریدن کولرهای آبی آورده اند. باغ های حوالی معدن که خودشان به طور طبیعی از خشکسالی ناشی از بی آبی سال های اخیر آسیب دیده بودند، حالا با یک لایه ضخیم گرد و خاک، رنگ و رویشان به زردی و خشکی گراییده.» به گفته نسرين، تا سال های متمادی فعالیت معدن داران چون پشت کوه انجام می شد، در معرض روستاییان نبود. اما به تدریج که به تاج کوه رسیدند مردم هم حجم فعالیت را دیدند و اعتراضات بالا گرفت. قانون گفته بهره برداری از تاج کوه ممنوع است. دیگر چه برسد به اینکه بعد از تصرف تاج کوه، نخاله هایشان را به سمت روستا سرازیر می کنند. او می گوید اغلب معدن داران منطقه از سرمایه داران اهل شیرازند که با دولت یا مسئولان، ارتباط تنگاتنگی دارند و مجوزی که وزارت صمت برای فعالیت آنها صادر کرده، چیزی نزدیک به چهل درصد، بیش از ظرفیتی است که اداره منابع طبیعی، تأیید کرده است. تعطیلات عید نوروز که شد آنها برای آنکه از دید مردم پنهان باشند، چیزی نزدیک به ۲۵ روز فعالیت شان را تعطیل کردند.

نایمنی جاده ها و تجاوز به حریم دره ها: نسرين به نایمن بودن جاده های روستایی هم اشاره می کند: «اگر با ماشین در مسیر جاده باشید، دایما با این ترس مواجه اید که سنگ های بزرگ بار تریلرها، وسط جاده سقوط نکنند. جاده ها باریک است. پیش آمده که گاهی این سنگ ها از بالای ماشین افتاده اند و جاده را مسدود کرده یا منجر به تصادف شده اند. حتی دره ها هم در امان نماندند. دره هایی که زمانی پوشش گیاهی دلپذیری داشتند، الان پر از نخاله های معدن شده. حتی به خاطرات کودکی ما که وسط این دره ها بازی می کردیم هم تجاوز شده.»

اما آیا مسئولان صدای اهالی را نشنیده اند؟ احسان، اهل روستای کمجان می گوید «مدتی پیش رییس اداره صنعت و معدن با همراهی دادستان شهرستان نظنز به روستای ما آمدند تا با مردم در این مورد همدلی کنند. همه اهالی در مسجد محله جمع شده بودند، من خودم آنجا بودم. دادستان گفت چون من شخصا مجوز نداده ام پس قادر به متوقف کردن پروژه ها هم نیستم. پیشنهادی که دادستان در این جلسه داد این بود که اهالی، خواسته های رفاهی خودشان را بنویسند، مثلا پارکینگ یا درمانگاه محلی

آن روزها آنها پشت تاج کوه بودند و ما نمی دیدیم شان و با اینکه دنبال منشا گرد و خاک بودیم اما هنوز به ماجرا آگاه نبودیم. من از خودم می پرسیدم چرا دکترها، مدام دارند این سوال را می پرسند؟ بعدها که دایره فعالیت معدن دارها به این سمت تاج کوه رسید، متوجه شدم مشکل کجاست.»

اکوسیستم در خطر: به گفته یک فعال محیط زیست محلی، فعالیت معدن علاوه بر مشکلات جامعه انسانی، زندگی جانوران منطقه را هم به مخاطره انداخته است. فرزاد رحمت آباد می گوید پرندگان که در دامنه کوه ها لانه ساخته بودند، با این حجم آلودگی صوتی و رفت و آمد ماشین های سنگین، ناچار به ترک زیستگاه خودشان شده اند. «معدن داری در این منطقه، تأثیر بزرگی بر زندگی زیست مندان کوهستان داشته. اگر بهره برداری بی رویه صنعتی و اقتصادی از سنگ کوه ها و تاراج کوه را نادیده بگیریم که خودش به تنهایی می تواند منجر به خشک شدن چشمه ها و تغییر چهره محیط زیست شود کوه خواری، اکوسیستم و زیستگاه جانوران را هم از بین می برد. حیوانات بسیاری کوچ می کنند و پوشش گیاهی منطقه آسیب می بیند.» با اینکه ماشین های مدرن و سنگین معدن داران در ارتفاعات دو هزار و سیصد متری از سطح زمین کار می کنند اما آلودگی، این فاصله را طی می کنند.

«احسان» ساکن «محله پایین» روستای کمجان است. او یک روز تصمیم گرفته لب جاده بنشیند و تعداد کامیون های حامل سنگ ها را بشمارد: «من نزدیک به پنجاه کامیون را شمردم. با این حساب دیگر چیزی از کوه کرکس باقی نخواهد ماند.» محمد درویش در صفحه توییتش اما نوشته که میزان برداشت از این کوه، بیش از چهارصد تریلر در یک روز است. «روزانه بیش از چهارصد تریلر هیجده چرخ در حال جابجایی کوه در منطقه حفاظت شده کرکس هستند. کاری که نامش مانع زدایی صادرات غیر نفتی نیست، بلکه در عمل، مانع زدایی از ثروتمندتر شدن چند نفر به پهای تاراج ایران و ایرانی است.»

«نسرين» که از جمله هماهنگ کنندگان تجمع اعتراضی روز دهم فروردین ماه بوده، می گوید از سال های ابتدایی دهه شصت فعالیت معدن داران منطقه شروع شد. مجوز اکتشاف و حفاری را معاونت امور معادن و صنایع وزارت صنعت و معدن صادر کرد، اما به نظر نمی رسد این مجوزها، از سوی دستگاه های محیط زیستی تأیید شده باشند. او می گوید معادن، چهره

ادامه مطلب اولین مواجهه... از صفحه ۴۱

روز اول مدرسه، اولین باری که فهمیدم حجاب یعنی چه: تناقض بین فضاهای شخصی یا پیشینه خانوادگی با فضای ایدئولوژیکی که از هفت سالگی دختر بچه‌ها را مجبور به رعایت حجاب می‌کند، یکی از اولین مواجهه‌ها برای بسیاری از زنان است.

هر چند بر اساس قوانین اسلامی، دختر بچه‌ها در نه سالگی به بلوغ شرعی می‌رسند و باید حجاب اسلامی را رعایت کنند، در ایران این اجبار از هفت سالگی شروع می‌شود، از روز اول مدرسه. برای زینب پیغمبرزاده، ۳۶ ساله، دانشجوی دوره دکترای جامعه‌شناسی در دانشگاه هادرسفیلد در انگلستان که سال‌ها در حوزه حقوق زنان فعالیت کرده است، اولین مواجهه همین‌گونه بود. او تعریف می‌کند که در همان روزهایی که باید به مدرسه می‌رفت و مقنعه سر می‌کرد، عکس‌های دوران مدرسه مادرش را در آلبوم خانوادگی دید عکس‌هایی مثل همه دختر بچه‌های قبل از سال ۱۳۵۷، بدون روسری و مقنعه: «بعد از دیدن عکس‌های بدون حجاب مادرم، می‌گفتم من هم می‌خواهم این جور به مدرسه بروم و نمی‌خواهم مقنعه سرم کنم. فکر می‌کنم آن موقع بود که برای اولین بار فهمیدم که حجاب چیست.»

آنطور که لیلا، زن بلوچ چهل‌ساله‌ای که کودکی‌اش را در ایرانشهر گذرانده، تعریف می‌کند، گاهی این اجبار زود هنگام به دنیای خارج از مدرسه هم کشیده می‌شود: «در شهر ما هم خیلی حجاب مهم بود. با اینکه اسلام می‌گوید دخترها از نه سالگی باید حجاب داشته باشند، ولی خانواده‌ها جوری رفتار می‌کردند که از همان هفت سالگی که در مدرسه مقنعه سر می‌کردیم، باید نماز و چادر و حجاب را هم رعایت می‌کردیم.» لیلا می‌گوید که او هم مثل بقیه اعضای خانواده و محله و شهرش از همان هفت سالگی حجاب داشت: «حجاب را از خانواده و جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کردم، یاد گرفته بودم و به خاطر اینکه مرا تأیید کنند، آن را رعایت می‌کردم. حتی به این فکر هم نکرده بودم که اگر یک روز حجابم را در بیاورم چه اتفاقی می‌افتد.»

برای زانی مثل لیلا، گاه حجاب آنقدر بدیهی بوده که شاید اصلاً اولین مواجهه‌ای وجود نداشته است. سحر، ۳۵ ساله، حسابداری که در یک شرکت خصوصی کار می‌کند، یکی از همین زنان است: «خانواده من مذهبی بودند و از بچگی در مغز ما فرو می‌کردند که دختر حتماً باید حجاب داشته باشد، حتی پیش پدر و برادرش هم باید با شلوار و دامن بگردد، آستینش کوتاه و یقه‌اش باز نباشد. من یادم است که از بچگی باید مانتو می‌پوشیدم. اگر هم مانتو نمی‌پوشیدم، باید لباس‌های گشاد و بلند می‌پوشیدم. از هشت نه سالگی هم باید هر جا که مرد نامحرم بود روسری سرم می‌کردم.»

مدرسه‌های مذهبی، میان‌بری برای چادری شدن: برای بسیاری از دختر بچه‌هایی که در خانواده و محیط مذهبی بزرگ می‌شوند، حجاب بخشی از زندگی روزمره است که همچون راه افتادن و زبان باز کردن اتفاق می‌افتد. یا دست کم پدر و مادر و دیگر اطرافیان انتظار دارند که اتفاق بیفتد و هر دختری به محض کمی بزرگ شدن، خودش را بپوشاند. این اتفاق گاه همان‌طور که لیلا و سحر تعریف کردند، با «باید» و اجبار همراه است و گاه آنطور که نرگس می‌گوید، با ملایمت و قدم به قدم. نرگس، ۳۱ ساله، جامعه‌شناسی است که در یک نهاد دولتی کار می‌کند و به فعالیت‌های مدنی و سیاسی هم مشغول است: «حجاب اولین بار خیلی جدی در جشن تکلیفی که در نه سالگی در مدرسه و خانه گرفتند، برایم مطرح شد. خانواده‌ام خیلی مذهبی بود. پدرم سخت‌گیر نبود و اگر مویی از ما پیدا می‌شد، می‌گفت اینها هنوز بالغ نیستند. ولی مادرم متعصب‌تر و متشرع‌تر است و مثل همه زنان در فامیلمان چادری خیلی سفت و سختی است. من هم از دوازده سیزده سالگی حجاب را کاملاً رعایت می‌کردم و با لباس آستین‌بلند و روسری بودم ولی چادر سر نمی‌کردم. در دوره راهنمایی و دبیرستان به مدرسه مذهبی می‌رفتم که چادر اجباری بود و دیگر چادر سر کردم.»

در تجربه این زنان که بیشتر به خانواده‌های مذهبی طبقه متوسط و تحصیل کرده تعلق دارند، پدر و مادر به جای اجبار و امر و نهی مستقیم، از ابزاری که حکومت ایدئولوژیکی به دستشان داده کمک می‌گیرند و با ثبت نام دخترانشان در مدارسی که چادر در آنها اجباری است، بار تحمیل حجاب را از دوش خود برمی‌دارند و البته ترمذ از آن را نیز سخت‌تر می‌کنند. در چنین فضاهایی دختر بچه‌ها بیشتر از آنکه با حجاب به صورت نوعی تغییر در زندگی روزمره خود مواجه شوند، در مسیری قرار می‌گیرند که حجاب را قدم به قدم به بخشی از زندگی روزمره تبدیل کنند.

هانیه، روزنامه‌نگار سی‌ساله، این نوع مواجهه با حجاب را حتی کمی زودتر و در دبستانی مذهبی تجربه کرده است: «من در خانواده‌ای بزرگ شده‌ام که بعد از انقلاب ۱۳۵۷ مذهبی شده‌اند و روی مذهبشان هم تعصب داشتند. مامانم چادر سرش می‌کند و

تا چهار سال پیش رویش را هم می‌گرفت ولی الان دیگر چادر آستین‌دار و راحت‌تر می‌پوشد. در دوره دبستان من را در یک مدرسه مذهبی ثبت نام کرده بودند که چادر در آن اجباری بود.» با این حال، برای او شاید به دلیل وجود چند زن بی‌حجاب در خانواده‌اش، این روند یک امر عادی و بدیهی نبود: «ولی من به غیر از مسیر رفت و آمد به مدرسه، در جاهای دیگر چادر سرم نمی‌کردم. احساس می‌کردم که من خیلی فرق می‌کنم با این چیزی که اینها از من می‌خواهند و می‌ترسیدم که ببینند که من بیرون چادر سرم نمی‌کنم و اخراج شوم. پدرم هم یکی از اهرم‌های فشارش برای اینکه من چادر سرم کنم همین بود.»

برای محدثه این خرق عادت در دوره راهنمایی اتفاق افتاد، در دوره‌ای که چند قدم از آن حسابی که همیشه در آن زندگی کرده بود، فاصله گرفت. محدثه، ۴۲ ساله، پزشکی که در یک خانواده مذهبی ثروتمند و نزدیک به حکومت بزرگ شده، می‌گوید: «از همان اول دبستان به یک مدرسه مذهبی رفتم که چادر در آن اجباری بود. در داخل مدرسه هم هرچند هیچ مردی وجود نداشت، باید حجاب می‌داشتیم و اگر کسی بیرون از مدرسه چادر نداشت، بقیه بچه‌ها جاسوسی می‌کردند و به مسئولان مدرسه خبر می‌دادند. من از نه سالگی همه جا چادر سرم می‌کردم. حتی در خانواده خیلی تشویق می‌شدیم که در مهمانی‌ها با مانتو و روسری باشیم و اگر مردی وارد اتاق می‌شود، چادر رنگی سر کنیم. در خانواده ما، هم به خاطر مذهب، هم به خاطر فرهنگ و هم به خاطر روابط سیاسی و شغلی، مهم بود که زن‌ها حجاب را خیلی جدی نگه دارند. من آن موقع کوچک بودم و قضیه جوری به من ارائه شده بود که انگار همه آدم‌ها مثل ما هستند. چون خانواده ما که خیلی هم بزرگ است و هر کسی که اطرافم می‌دیدم، همه به همین شکل و با حجاب بودند. اگر گاهی در خیابان یا ماشین خانمی را می‌دیدم که روسری‌اش عقب بود، به من می‌گفتند که این زن، آدم خیلی بدی است، گناهکار است، به جهنم می‌رود و شوهرش هم آدم خیلی بدی است که اجازه داده او اینطور به خیابان بیاید. طوری هم جلوه می‌دادند که این جور آدم‌ها در اقلیت قرار دارند و بقیه مردم مثل ما هستند. در دوره راهنمایی به یک مدرسه نمونه دولتی رفتم که از همه قشری در آن بودند. روز اول مدرسه وقتی صف بچه‌ها را نگاه می‌کردم، دیدم که تقریباً چادری وجود ندارد. ما در کلاس‌مان ۳۶ نفر بودیم که فقط سه نفرمان چادر داشتند و در اقلیت بودیم. آنجا بود که سؤال خیلی بزرگی درباره حجاب برایم مطرح شد.»

فرودگاه، سیم‌خاردراری که نمی‌توان از زیرش رد شد: برای دخترانی که در خانواده‌های سکولار یا آزادتر زندگی می‌کنند، اجبار حجاب در مدرسه گرچه آزاردهنده است اما دامنه‌اش از چهاردیواری مدرسه فراتر نمی‌رود. آنایهتا، ۲۵ ساله، مهندس کامپیوتر است و سه سال است که به آمریکا مهاجرت کرده. او هم مثل همه دختر بچه‌هایی که در چهل سال گذشته در ایران به دنیا آمده‌اند، اولین بار برای مدرسه رفتن مجبور به پوشاندن سر و بدنش شده: «اولین باری که مقنعه می‌پوشیدم، پیش‌دبستانی بودم و بلد نبودم چطور سرم کنم. نمی‌فهمیدم که این چیست و چرا مردها چیزی سرشان نیست و فقط زن‌ها باید چیزی سر کنند. ولی باز هم برایم خیلی مهم نبود و متوجهش نبودم، شاید چون بیرون مدرسه با آن روبرو نبودم. در جشن تکلیفی که مدرسه در نه سالگی برای ما گرفت، فقط در همین حد فهمیدم که گویا موقع نماز باید چیزی سرت کنی. ولی تعریفی برای حجاب نداشتیم و برای خودم در دنیای خودم خوشحال بودم.» اما دخترانی مثل آنایهتا هم دیر یا زود معنای این اجبار را می‌فهمند. برای آنایهتا این اتفاق در یازده سالگی رخ داد: «یک بار می‌خواستیم به کلاس تقویتی ریاضی در مؤسسه مبتکران بروم و مثل همیشه شلوارک و تی‌شرت آستین‌کوتاه پوشیدم و با پدر و مادرم به مؤسسه رفتم. آنجا گفتند با کی کار داری؟ تو چرا این جور آمدی؟ حتی کسانی که با مانتو و روسری آمده بودند را هم راه نمی‌دادند و می‌گفتند باید مقنعه سرتان باشد. من هم مجبور شدم که برگردم خانه و مانتو و مقنعه بپوشم و برگردم سر کلاس. آنجا بود که دقیقاً با حجاب روبرو شدم و فهمیدم که از این به بعد باید چیزی سرم باشد.»

محیا استوار، ۳۴ ساله، استاد مدیریت سیستم‌های اطلاعاتی در مدرسه بازرگانی پاریس، نیز تجربه مشابهی داشته است: «مادرم همیشه سعی می‌کرد تا جایی که می‌شد و سنم اجازه می‌داد، حجاب نداشته باشم. مثلاً در فرودگاه که سن دختر بچه‌ها را برای حجاب چک می‌کنند، مادرم می‌گفت اگر پرسیدند، بگو هشت ساعت است که گیر ندهند. یک بار یادم نیست که چه شد و راستش را گفتم. مادرم را مجبور کردند که چمدان را باز کند و برای من جوراب شلواری در بیاورد که بیوشم و کلاه گذاشتم سرم که مثلاً حجابم درست شود و بعد من را به فرودگاه راه بدهند.»

ادامه مطلب اولین مواجهه... از صفحه ۵۲

نسل مادرائی که دخترانشان را از اجبار به حجاب محافظت می کردند، قدیمی تر از مادر محیا در دهه ۱۳۶۰ هستند. مهرانگیز کار، ۷۸ ساله، وکیل دادگستری که تجربه پنج دهه فعالیت و پژوهش در زمینه حقوق زنان را در کارنامه اش دارد، یکی از همین زنانی است که مادر محجبه اش، او را از فرو افتادن در چاله اجبار محافظت کرده است: «مادر من مثل خیلی از زن های ایرانی در آن زمان حجابش چادر بود. البته نه مثل الان که زیر چادر مقنعه یا شلوار بپوشند. چادر را که به آن سرانداز هم می گفتند، می انداختند روی سرشان و می رفتند بیرون. من اما از اول، حجاب نداشتم. یعنی در خانواده ما، از من به بعد حجاب موضوعی متروکه شد و مادرم که ریاست خانواده را به عهده داشت، به هیچکس، حتی به مادر بزرگ معتقد و باحجابم، اجازه نمی داد که من را امر به معروف کند که مثلاً چادر سر کنم و حجاب داشته باشم.»

یا خودت را بیوشان یا مدرسه نرو: در دوران قبل از انقلاب گرچه قانون، حجاب را به زنان اجبار نمی کرد اما بسیاری از زنان متأثر از فضای مذهبی خانواده و جامعه اطراف، حجاب داشتند یا دست کم باید مراقب پوشش خود می بودند. فخری، ۶۵ ساله، مدیر یک مهد کودک در تهران، می گوید: «کلاس اول دبستان که بودم، یونیفورم ما روپوش کوتاه با کمر بند سفید و جوراب سفید بود. مادرم یک شلوار هم برای من گرفته بود و گفت باید این را هم زیر روپوش بپوشی. روز اول که به مدرسه رفتم، دیدم هیچکس به غیر از من شلوار نپوشیده بود. من را هم ناظم مان دعوا کرد و گفت این چیست پوشیدی، فردا این جوروی بیایی راهت نمی دهم. به مادرم که گفتم، گفت ناظم تان غلط کرده و باید شلوار بپوشی. از فردا وقتی صبح از خانه بیرون می رفتم، شلوارم را درمی آوردم و پشت در خانه مخفی می کردم و ظهر که از مدرسه می آمدم جلوی در خانه شلوارم را می پوشیدم که مادرم نفهمد. مادرم بعد از چند هفته فهمید و کتک مفصلی خوردم. گفتم که ناظم مان گفته نمی شود با شلوار بیایی. مادرم آمد مدرسه و گفت اگر قرار باشد دخترم بدون شلوار بیایی، اصلاً اجازه نمی دهم که مدرسه بیاید. مدیرمان هم موافقت کرد که من با شلوار بروم.»

با حجاب روبرو هستی، حتی اگر زن نباشی: مواجهه با حجاب فقط مخصوص دختر بچه هایی نیست که از کودکی، زن شمرده می شوند. اقلیت های جنسی که به علت دارا بودن اندام های زنانه، زن به شمار می روند و هویت متفاوتشان به رسمیت شناخته نمی شود نیز گریزی از این مواجهه ندارند. فریمان ۲۸ سال دارد، در رشته مهندسی عمران تحصیل کرده و از سال ۲۰۱۶ در ترکیه پناهنده شده است. او می گوید که وقتی در ایران بود، خودش را به عنوان یک مرد ترنس هویت یابی می کرد اما نتوانسته بود مجوز تأیید جنسیت بگیرد. دو بار برای تأیید جنسیت اقدام کرده بود، بار اول زیر ۱۸ سال داشت و بار دوم رضایت ولی را می خواستند و مادرش رضایت نداده بود. فریمان تا ۲۲ سالگی در ایران بود و به طور رسمی زن شناخته می شد. او می گوید: «همیشه از بچگی پوشش مردانه داشتم و تا می توانستم از حجاب ظفره می رفتم. در ایران بچه سفید بی موی لاغری بودم که وقتی بدون حجاب و با تیپ پسرانه بودم، می ترسیدم چون به من می گفتند بچه خوشگل سفید کوچولو. از طرف دیگر، وقتی حجاب داشتم، به موجود درشتی تبدیل می شدم و می گفتند «غوله دوباره آمد». تا دوره راهنمایی وقتی از مدرسه بیرون می آمدم، مقنعه را درمی آوردم و بیرون کلا بدون حجاب بودم. در دوره دبیرستان و دانشگاه مادرم نگران بود که دروهم سایه ها و آشناها ما را می شناسند و می گفت که حتماً باید حجاب داشته باشم. برای من اصلاً مهم نبود که دیگران چه فکر می کنند. از خانه که بیرون می آمدم، حجاب را سرم می کردم و دو تا کوچوبه پایین تر درمی آوردم و مقنعه یا شالی را که داشتم به سرعت توی کیفم می کردم. همیشه هم موهایم خیلی کوتاه بود و مانتویی می پوشیدم که حالت کت مردانه بلند داشت.»

در شرایطی که قانون و شرع، باید و نبایدهای محکمی را درباره حجاب کودکان وضع کرده، اولین مواجهه دختر بچه ها با حجاب، بسیار فراتر از «آشنایی» با این پدیده است. دختر بچه هایی که باید از هفت سالگی مقنعه سر کنند، از همان زمان بطور جدی درگیر حجاب و تبعات و امتیازات ناشی از آن می شوند. شاید بتوان رد پای این مواجهه اولیه با حجاب را در سراسر دوران بزرگسالی آنها هم دنبال کرد. در گزارش هایی که در این پرونده می خوانید، این رد پا را بر اساس تجارب چهارده زنی که با آنها مصاحبه کرده ام دنبال خواهیم کرد.

ادامه مطلب در روز چقدر... از صفحه ۲۵

در خون بالا می رود. پژوهشگران احتمال می دهند که این تعامل باعث افزایش التهاب و بیماری های خودایمنی می شود. همچنین پژوهشگران احتمال می دهند که مصرف زیاد از حد نمک، خطر ابتلا به سرطان معده و پوکی استخوان را در فرد افزایش دهد. افزون بر این موارد، نمک اشتها را افزایش داده و باعث می شود که فرد فراتر از حس گرسنگی خود غذا بخورد. افزایش مصرف نمک می تواند به همین دلیل افزایش وزن را در پی داشته باشد.

چطور می توان مصرف نمک را کم کرد؟: کارشناسان می گویند ۷۵ درصد از نمک مصرفی در خوراکی های آماده نهفته است. برای مثال در پیتزای آماده منجمد، سوسیس ها و کالباس ها، سس گوجه فرنگی و انواع و اقسام سس ها و سوپ های آماده و چیپس و غذاهای کنسروی. اگر واقعا قصد کاهش مصرف نمک را دارید باید از خوردن این محصولات پرهیز کنید. برای کسانی که فشارخونشان بالا است، نمک رژیمی که شبیه نمک طعام است اما حاوی مقدار کمتری سدیم و به جای آن مقدار بیشتری پتاسیم، می تواند یک راه حل باشد. معمولاً در مورد فواید نمک دریایی یا هیمالیا نسبت به نمک طعام معمولی اغراق می شود. در صورتی که این نمک ها هم ترکیبات مشابه نمک معمولی را دارند با همان تأثیرات مخرب بر روی سلامتی.

مقدار نمک عادت است: باید گفت که مقدار نمک مصرفی یک عادت است. اگر عادت کرده باشیم که نمک زیادی مصرف کنیم، چشایی و زبان ما به مزه آن خو گرفته و طالب خوراکی های خوش نمک است. اما اگر در مصرف نمک دقت کنیم، خوراکی های کم نمک یا بی نمک هم به مذاقمان خوش می آیند تا در مصرف نمک به تعادل برسیم.

ادامه مطلب گورستان بی نام... از صفحه ۴۵

دوستان ایرانی و افغان آمدند، توضیح دادند که فرزندش در دریا غرق شده و ماهی گیرها جسدش را بر تخت سنگی پیدا کرده بودند زیرا توفان او را تا نزدیک ساحل رسانده بود. به پیرزن نگفتند که انگار سرانگشتان پسرش را جانوری جویده بود و پسرش را نیمه عریان به خاک سپرده بودند. پیرزن را به شماره هزار و چند... از مجموعه قبرها بردند. او تمام روز بر قبر پسر از دست رفته اش دراز به دراز افتاده بود. هیچ نگفت، هیچ نخورد. او همچون پسرش، پسر شرقی درجه چندمش، در جنگ با زندگی باخت.

نمک و فشار خون: یکی از بزرگترین عوارض مصرف بیش از اندازه نمک (۵ گرم در روز)، بالا رفتن فشار خون است که در دراز مدت خطر سکتة مغزی و قلبی را افزایش می دهد. اما ریدل معتقد است که در کنار مصرف نمک عوامل دیگری مانند تحرک، استرس، سابقه بیماری های دیگر و دیگر عادات های تغذیه ای فرد در تنظیم یا به عبارتی بالا رفتن فشار خون نقش بازی می کنند. این کارشناس تغذیه می گوید، آسیاب های لاغر اندامی که رژیم غذایی سالم و سنتی دارند با وجود مصرف بیشتر نمک نسبت به مردم کشورهای غربی که از دیابت یا چاقی رنج می برند، مشکلات کمتری دارند.

حساس به نمک و مقاوم به نمک: حدود یک سوم از مردم به نمک حساسند. یعنی چه؟ یعنی تنها در مورد حدود یک سوم از افراد کاهش مصرف نمک تأثیر مثبتی بر فشار خون آنها دارد. دو سوم دیگر به نمک مقاوم هستند، یعنی در بدن آنها مصرف نمک و فشار خون احتمالاً ارتباط مستقیمی با هم ندارند. به گفته ریدل با انجام یک آزمایش خون ساده می توانید به این نکته پی ببرید که جزو کدام دسته هستید. اما حتی افرادی هم که مصرف نمک تأثیر منفی بر فشارخونشان نمی گذارد، باید در مصرف حداکثر ۵ گرم در روز احتیاط کنند چرا که مشکلات دیگری می تواند در انتظار آنها باشد.

فشار به کلیه و میکروبیوم روده: مصرف بیش از اندازه نمک باعث فشار زیاد به کلیه ها می شود که می خواهند نمک اضافی را از بدن دفع کنند. ریدل می گوید، این مسئله و فشار به کلیه می تواند در دراز مدت به نارسایی این ارگان منجر شود. مصرف بالای نمک بر میکروبیوم روده هم تأثیر منفی می گذارد. شمار باکتری های اسید لاکتیک کم می شود، در حالی که شمار سلول های ۱۷ تی کمکی

علی کارال می گوید: «یک روز پیرزنی به این گورستان آمد، پاییز بود، رگبار باران همه را به خانه هایشان روانه کرده بود و من زیر ناودانی خانه کوچکم سیگاری آتش می زدم. پیرزن حتی توان راه رفتن نداشت. موهای تمام سپیدش بر زمینه لباس سر تا پا سیاهش از دور می درخشید. نزدیک من آمد، به زبانی حرف می زد که من نمی شناختم، بعدها فهمیدم از گردهای ایران است. دنبال پسرش می گشت. گریه می کرد و می گفت: (پسر رو آوردن اینجا، پسر رو کی خاک کرده).»

درباره زبان فارسی

نمی توان از کسروی و اندیشه های او درباره ادبیات فارسی سخن گفت، اما از نظرها و پیشنهادهای او درباره زبان فارسی یاد نکرد. چه بسیارند کسانی که نام کسروی در خاطرشان یادآور فارسی سره نویسان پیش از اوست.^{۷۶} اما فرق کسروی با سره نویسان در آن بود که «پیراستن و آراستن زبان فارسی» یکی از عناصر مجموعه عقیدتی او بود. او «به کوشش هایی درباره نیکی جهان برخاسته بود و این زبان را افزار خود یافته، درست گردانیدن آن را بایا (وظیفه)ی خود می شمرد.»^{۷۷} او تنها جایگزینی واژه های بیگانه را به فارسی کافی نمی دانست، بلکه برای رسا و توانا کردن زبان فارسی نیز نظریاتی داشت.^{۷۸} این نظریات در پژوهش های زبان شناسی تاریخی و زبان شناسی توصیفی و معنی شناسی او آمده است.

درباره تعبیر کسروی از «زبان پاک» باید گفت که او در نخستین گفتارهای خود بر این باور بود که «یک رشته کلمه هایی که از قرن ها به فارسی درآمد و زبان ها و گوش ها به آن آشنا گردیده و کلمه های فارسی که به جای آنها بوده از میان رفته، بودن چنین کلمه های با استقلال فارسی منافات ندارد.»^{۷۹} همچنین می گفت: «من از نگارش هایی که کسانی به عنوان «پارسی سره» در برخی روزنامه ها می نگارند سخت بیزارم و این نگارش ها را جز ننگی برای زبان فارسی نمی شمارم، چرا که بنیاد آنها هوس و نادانی است.»^{۸۰} و تاکید می کرد که: «نباید از خود کلمه ساخت، مگر در اصطلاح های علمی. کلمه هایی که از میان رفته و معنی آنها فراموش گردیده را نباید به کار برد.»^{۸۱} اما به گفته یکی از دانشمندان صاحب نظر، در واپسین سال های زندگی کسروی «چنان شد که برای فهم نوشته های او در روزنامه پرچم می بایست واژه نامه ای مخصوص در دست داشت و پی در پی به آن نگاه کرد. و این شگفت است که دانشمند خردگرایی چون کسروی در شور فارسی پرستی و تازی زدایی از این نکته اساسی غافل ماند که زبان ابزار تفاهم است نه میدان نوسازی.»^{۸۲}

«به گمان ما افراط کسروی را در کار پاک سازی زبان فارسی جلوه ای باید دانست از احساسات ایران دوستانه مردی که روزگاری با خرد روشن بین خود به جنگ «پندارها» رفته بود، اما سرانجام خود کارش به مذهب تراشی «پاک دینی» کشید و کتاب ورجاوند بنیاد [اصول

مقدس] خود را به پارسی سره نوشت و در آن زبان «وخشورانه» [آسمانی و پیامبرانه] خود را به کار برد.

ناگفته نماند که در مقابل کسروی دانشمندان محافظه کاری بودند چون قزوینی و فروغی و تقی زاده و بهار و حکمت و اقبال آشتیانی که از همان آغاز نشر نوشته های پراکنده کسروی (۱۳۰۴ خورشیدی) و گفتارهای او در مهنامه پیمان (۱۳۱۲ خورشیدی) با ریشخند و بدگویی به مقابله با او برخاستند.^{۸۳}

ستیز اینان کسروی را در باورهای خود پایدارتر کرد و او را به تندروری کشاند. این گروه، برخلاف کسروی، در نوشته های خود نه تنها کلمه ها، بلکه جمله ها و عبارت های نالازم و نامانوس عربی را نیز به کار می بردند، یعنی همان چیزی که کسروی آن را زبانی برای استقلال زبان فارسی می دانست. کسروی در سلسله مقاله هایی با عنوان «استقلال زبان» فرصت می باید که به خرده گیری این گروه از منتقدان خود پاسخ دهد: «ورود لغات دخیل از زبان های بیگانه به زبان فارسی امری طبیعی است و هیچ زبان «خالص» وجود ندارد، همچنان که زبان انگلیسی که از آمیزش و اتحاد زبان های دو نژاد انگل و ساکسون به وجود آمده به

مرور زمان کلمه های بسیاری از زبان های دیگر به ویژه از لاتین و یونانی و فرانسه داخل آن شده، تا حدی که امروز کلمه های اصلی انگل و ساکسون بیش از یک ربع لغات انگلیسی شمرده نمی شود، ولی این کلمات بیگانه در انگلیسی هر قدر هم فراوان و بسیار است، بالاخره محدود و معین است و در «دیکشنری» های بزرگ ضبط کرده اند. گذشته از این ها، هر کدام از این کلمات بیگانه از هر زبانی که گرفته شده تابع «گرامر» زبان انگلیسی است و امروز یک نفر نویسنده عادی انگلیسی دیگر کلمات تازه از لاتین یا یونانی یا زبان های دیگر (غیر از آن که در «دیکشنری» ها ضبط شده) داخل نوشته خود نمی کند و عبارات لاتینی یا یونانی یا فرانسه به کار نمی برد (مگر عبارات معین و مخصوصی که آنها نیز ضبط شده است) و چنانچه نویسنده احتیاج به داخل کردن کلمه بیگانه تازه پیدا کرد، ناچار آن را با علامت مخصوص (حروف ایالتیک) می نگارد. و از این جاست که انگلیسی زبان مستقلی است و چنانچه کسی آموختن آن زبان را خواست، تنها «گرامر» خود آن زبان را یاد می گیرد و با آن که قسمت مهم کلمات زبان مذکور از لاتین

درعوض اتحادیه اروپا همانطور که در دهه ۱۹۹۰ میلادی با فروپاشی اتحاد جماهیر شوروی عضویت کشورهای شرق اروپا در این اتحادیه را با روی خوش پذیرا شد، درباره اوکراین هم باید همین کار را بکند. این امر به کمک به بازسازی مجدد اقتصاد اوکراین و نیز حمایت های سیاسی از این کشور منجر خواهد شد.

مکرون نگرانی دیگری هم دارد: ناتو به خشم روسیه دامن خواهد زد. از شروع این جنگ تاکنون که پوتین از «عواقبی که شما هیچگاه در تاریخ خود ندیده اید» صحبت می کرد به این نکته اشاره داشت که مشارکت غرب [در جنگ با کمک به اوکراین] می تواند به جنگ هسته ای منجر شود. غرب به صورتی عاقلانه مشخص کرد که ناتو هرگز بر ضد نیروهای روسیه اقدامی نخواهد کرد چون در این صورت جنگ از کنترل خارج خواهد شد و نتایج فاجعه باری در پی خواهد داشت.

با این حال عقب نشینی پوتین از چنین تهدیدی مستلزم خطراتی است. محدود کردن کمک به اوکراین می تواند به روسیه این جرات را بدهد که طرح صلحی ناپایدار و نیز موقت بر زلنسکی

و یونانی و فرانسه گرفته شده به «گرامر» این زبان ها محتاج نمی شود و هر کلمه ای را که در کتاب یا روزنامه انگلیسی دید، معنی آن را در «دیکشنری» های خود آن زبان می تواند پیدا نماید.

- (۱) محمد قزوینی، بیست مقاله، به کوشش ایرج افشار، تهران، ۱۳۲۲، ج ۱، ص ۴۶.
- (۲) کاروند کسروی، به کوشش یحیی ذکا، تهران، ۱۳۵۶، ص ۳۸۳.
- (۳) همان، ص ۳۸۴.
- (۴) همان جا.
- (۵) همان، ص ۳۸۶.
- (۶) برای آگاهی از سابقه فارسی سره نویسی نگاه کنید به: طالبوف تبریزی، فارسی سره، در این کتاب. کسروی نمونه ای از نثر «سر» تا پا چرند و سرسام» یکی از جوانان هواخواه فارسی سره همزمان خود را می آورد و سخت از آن انتقاد می کند: نگاه کنید به: پیمان، تهران، ۱۳۱۳، شماره ۱۵، صص ۵۹-۵۱ و احمد کسروی، نوشته های کسروی در زمینه زبان فارسی، گردآورنده، حسین یزدانیان، تهران ۱۳۵۱، صص ۶۶-۶۷.
- (۷) احمد کسروی، زبان فارسی، تهران، ۱۳۲۴، ص ۴.
- (۸) محمدعلی جزایری، از یاران وفادار کسروی در گفتاری به توضیح این نظرها و پیشنهادها پرداخته است. نگاه کنید به:

تحویل کند. می تواند پاداشی باشد بر تهدیدات پوتین، و او را به فکر آماده سازی برای حمله بعدی اتمی بیندازد. در مقابل، سلاح های قوی تر و تحریم ها می تواند بخشی از کمک ها به اوکراین باشد. در این مدت روس ها با موفقیت های اوکراینی ها مواجه بودند، جنگ در بخش شمالی اوکراین را متوقف کردند، و این زمین گیر شدن روسیه بهترین فرصت برای ناتو است تا با نقاب تهدیدهای پوتین مواجه شود و مشخص کند که استفاده از سلاح شیمیایی یا هسته ای باعث خواهد شد روسیه بیش از گذشته منزوی شود.

تنش ها غیر قابل پیش بینی هستند. تاریخ بر کجاوه جنگ هایی نشسته است که کوتاه مدت فرض می شد اما سال ها به طول انجامید. اوکراین توانست با مقاومت کردن، اولین فاز را پیروز شود. حالا باید در همین راه پیشرفت کند و بنابراین زلنسکی باید دو چندان کمک از غرب دریافت کند. اگر آنچه که بین یک صلح بد و یک صلح خوب ایستاده باشد شکست ابتکارها در پایتخت های اروپایی باشد، نتیجه وحشتناکی رقم خواهد خورد.

- نوشته های کسروی در زمینه زبان فارسی، همان، صص ۱۲-۴۱.
- (۹) همان، ص ۶۴.
- (۱۰) همان، ص ۵۲.
- (۱۱) همان، ص ۶۵.
- (۱۲) احسان یارشاطر، مهرگان، واشنگتن، ۱۳۷۱، سال ۱ شماره ۳، ص ۶۴.
- (۱۳) محمد قزوینی در مقاله ای ضمن ستایش بسیار، پژوهش آذری یا زبان باستان آذربایگان را «رساله ضغیره الحجم عظیمه الفایده» می خواند، و درباره آن می نویسد: «... این رساله مختصر پنجاه و شش صفحه ای، از وجنات آن معلوم است که نتیجه ماه ها، بلکه سالها، زحمت و تتبع است و تقریباً هر سطر از سطور کوچک آن حاکی از مطالعه یک کتاب بزرگ است. زیرا که در این گونه مواضع بکر تازه که تاکنون کسی در آن خصوص قلمی به روی کاغذ نیابوده است کتاب را تمام که شخص از سر تا به آخر آن می خواند بسا می شود که فقط یک سطر یا دو سطر راجع به مطلب خود پیدا می کند و اغلب این است که راه را آقای سید احمد کسروی به ایشان نشان داده است» اما از شیوه نویسندگی کسروی سخت انتقاد می کند: نگاه کنید به: بیست مقاله قزوینی، ص ۱۷۸. محمد قزوینی در جای دیگر نیز از نثر فارسی کسروی به عنوان «انشاء من درآوردی سیخف مهوع» یاد می کند: محمد قزوینی: یادداشت های قزوینی، تهران، ۱۳۳۶، ص ۲۲۶.

ادامه مطلب حبيب ثابت... از صفحه ۱۹۹

ثابت پاسال نيستم كه اين حرف را مي‌زنم. من سهام‌دار آنجا نيستم اما من مي‌بينم يك عمل غلط دارند مي‌كنند. حالا بعد شنيدم همين كار را هم كردند.»

البته فعاليت‌هايش در ايران با مخالفت‌هايي از سوي برخي روحانيان نيز مواجه شد و يك بار هم بخشي از كارخانه‌اش را آتش زدند اما اوضاع خيلي زود به حالت عادي برگشت.

منوچهر انور، يكي از مديران فرانكلين، در كتاب از فرانكلين تا لاله‌زار تعريف مي‌كند كه هم‌اين صنعتي‌زاده، بنیان‌گذار فرانكلين، با موسی صدر دوست بود و در دو سه مهمانی صنعتی‌زاده با لباس روحانی حاضر شده بود. به گفته انور، این روحانی شیعه، در یکی از آن مهمانی‌ها شروع کرد به بدگفتن از قم. می‌گفت كه من خسته شده‌ام و می‌خواهم بروم بیروت. می‌گفت كه از دروغ‌گویی و كذبیت اینها خسته شده‌ام. پیسی‌كولا تازه آمده بود. می‌گفت همه پیسی‌كولا می‌خورند ولی می‌گویند نباید بخورید چون مال ثابت‌پاسال است. قصد داشت برود لبنان، می‌گفت آنجا راحت‌ترم. می‌گفت اینها قرار است نخورند چون مال ثابت‌پاسال است و من از این موضوع بیزارم و می‌خواهم بگذارم بروم. موسی صدر معروف به امام موسی صدر، از روحانیان شیعه، پیش از انقلاب ایران در شهریور سال ۱۳۵۷ در سفری رسمی به لیبی ناپدید شد.

توسعه تجارت و تولید

حبیب ثابت بعد از تأسیس كارخانه پیسی، تلويزيون ايران را راه انداخت و در کنار آن، به فعاليت‌هاي ديگر اقتصادي‌اش ادامه داد. ابتدا از طريق شركت ثابت‌پاسال، لاستيك ماشين وارد مي‌كرد و پس از آن، تصميم گرفت تا كارخانه توليد لاستيك را در ايران راه‌اندازی كند. در سال ۱۳۴۳ با مجوز وزارت اقتصاد، كارخانه جنرال‌تایر را با ظرفیت تولید ۲۰ هزار تن لاستیک در زمینی به مساحت سی هزار مترمربع تأسیس کرد. هم زمان نمایندگی اتومبیل آمریکایی استودبیکر را گرفت و اتومبیل‌های سواری و باری این شرکت را وارد بازار ایران کرد و پس از تعطیلی این شرکت، نمایندگی شرکت فولکس‌واگن آلمان را گرفت و به واردات این اتومبیل پرداخت. با افزایش تعداد اتومبیل‌ها در ایران، ثابت‌پاسال به این نتیجه رسید كه این حجم اتومبیل كه هر روز بر تعداد آن افزوده می‌شود، نیاز به لوازم یدکی نظیر شمع، باتری و روغن دارد. در نتیجه، با گرفتن نمایندگی روغن‌موتور اسو، كارخانه تولید و تصفیه روغن‌موتور اسو را در جنوب تهران ساخت.

اختلاف بین محمدرضا پهلوی و محمد مصدق، نخست‌وزیر، گروهی از خانواده محمدرضا پهلوی به‌همراه مادرش (ملکه مادر)، به نیویورک آمدند و گفته می‌شود وی از آنها در آنجا استقبال و پذیرایی کرد. وقتی به ایران برگشت، فعالیت‌های اقتصادی‌اش را پی گرفت. خودش می‌گوید: «پس از جنگ به ایران بازگشتم و توانستم تشکیلاتی به وجود آورم و کارخانجات مختلف نظیر لاستیک‌سازی، پیسی‌كولا و بسیاری از كارخانه‌های تولید مواد اولیه را به وجود بیاورم.»

شركت سهامی زمزم را تأسیس و با همکاری عبدالمیثاق میثاقیه، ساخت كارخانه پیسی‌كولا را شروع کرد و كارخانه‌اش را كه بزرگ‌ترین فعالیت اقتصادی‌اش بود، در زمینی هشت هزارمتری ساخت. اولین محصول كارخانه‌اش سال ۱۳۳۴ وارد بازار شد. کمی بعدتر، شعبه‌های كارخانه را در اهواز، خرمشهر، مشهد، رشت، اصفهان، کرمانشاه، شیراز، کرمان و بندرعباس تأسیس کرد. در سال‌های اول، مردم نوشابه پیسی را نمی‌شناختند. ثابت‌پاسال برای آشنایی مردم با این نوشیدنی، كارخانه پیسی را در تهران طوری ساخته بود كه مردم در خیابان آیزنهاور (آزادی) می‌توانستند از پشت شیشه مراحل تولید را تماشا كنند.

درباره درآمدهای ناشی از فروش پیسی‌كولا بحث‌های زیادی جریان داشت. ابوالحسن ابتهاج، مدیرعامل سازمان برنامه و بودجه، در تاریخ شفاهی ایران در دانشگاه هاروارد از جلسه‌ای می‌گوید كه «علی‌اكبر ضرغام، وزیر دارایی، گزارشی خواند كه این شركت پیسی‌كولا روزی فلان‌قدر بطری پیسی‌كولا می‌فروشد و این‌قدر این را تولید می‌كند و این قیمت می‌فروشد و روزی این‌قدر منفعت دارد، سالی می‌شود این‌قدر. بنابراین پیشنهاد می‌كنم كه روی هر بطری ده شاهی عوارض بگیریم. همه موافق بودند. گفتم مگر این همان هیئت دولتی نیست كه به مردم اعلام کرده بیایید سرمایه‌گذاری بكنید؟ مگر همان دولتی نیست كه گفته است با تمام وسایل، من تشویق می‌كنم سرمایه‌گذاری را؟ آقایان سرمایه‌گذاری را مردم برای چی می‌كنند؟ برای اینکه بیایند ضرر بكنند؟ برای اینکه نفع ببرند. شما چه حق دارید بگوئید من نوبی تمام این اشخاص يك نفر را انتخاب می‌كنم روی محصول او يك عوارض می‌گذارم؟ مالیات بر درآمد را ببرید بالا. شما نمی‌توانید يك چنین کاری بكنید. خب با كمال شرمساری همه همدیگر را نگاه كردند. من وكيل

تا آن زمان، نامه‌ها را با اسب و قاطر جا به جا می‌كردند. حبیب ثابت می‌گوید: «دایی من از شاه اجازه گرفت كه با اتومبیل مرسولات پستی شمال را حمل كنم. شاه هم پذیرفت.» با گرفتن امتیاز نقل و انتقال محموله‌های پستی، كسب‌وكارش رونق بیشتری گرفت.

دو سال بعد، در سال ۱۳۰۶، با شروع عملیات ساخت راه‌آهن ایران به‌وسیله شركت دانمارکی كمپساکس، شركت مسئولیت انتقال مصالح ساختمانی از خرمشهر و بندر شاهپور را بر عهده گرفت و بعد از بروز اختلاف بین روسیه و شركت دانمارکی مسئول ساخت راه‌آهن، انتقال ریل راه‌آهن مسیر دورود به اراك را نیز قبول کرد.

هنوز سی سال نداشت كه اولین كارخانه نجاری ماشینی را در ایران راه‌اندازی كرد و با خرید ماشین‌آلات مدرن، يك كارگاه بزرگ نجاری صنعتی ایجاد كرد. در این كارگاه مبل و صندلی و لوازم خانگی و اداری می‌ساخت. خودش می‌گوید كه رضاشاه و ملکه مادر به بازدید كارخانه آمدند و كارهای نجاری بلدیه، كاخ و املاك شاهی و ساختمان‌های كلاردشت به او واگذار شد و آنقدر «چوب در اختیارمان قرار گرفت كه جای نگهداری آن را نداشتیم.»

جنگ جهانی دوم كه شروع شد، روس‌ها و انگلیسی‌ها ایران را اشغال كردند و اوضاع داخلی بی‌سر و سامان شد. او كارخانه نجاری و امور تجاری‌اش را به پدرش سپرد و با خانواده به آمریکا رفت.

تاجر صنعتگر

حبیب ثابت، تاجر و صنعتگری خوش‌فكر و آینده‌نگر بود و از هیچ فرصتی برای پیشرفت چشم‌پوشی نمی‌كرد. با همین نگاه، در طول سه سالی كه در آمریکا بود، بیکار ننشست. او دوباره فعالیت اقتصادی‌اش را در آنجا از سر گرفت. ابتدا سعی كرد از ایران كتیرا بیاورد و در بازار آمریکا بفروشد اما كارش پیش نرفت. بعد، شركت فیروز را برای صادرات لوازم آرایشی و بهداشتی آمریکایی به ایران تأسیس كرد. مدتی بعد از شروع كار صادرات كالاهاى آمریکایی به ایران، به‌همراه علی‌اصغر پناهی، امیل عبود، الكساندر سافیان و محسن لك، شركتی به‌نام ثابت‌پاسال (پاسال ترکیب حروف اول قامیلی چهار مؤسس شركت به‌جز ثابت است)، تأسیس كرد. به‌واسطه همین شركت بود كه حبیب ثابت بعدها به ثابت‌پاسال مشهور شد.

در دوره‌ای كه آمریکا بود، پس از بروز

یکی از هم‌كلاسی‌های من، غلامحسین مصدق، فرزند مصدق‌السلطنه مشهور بود و به این منظور با مصدق‌السلطنه تماس گرفتند. ایشان هم قبول كردند كه پس از اتمام ساعات درس مدرسه به منزل ایشان بروم و به‌اتفاق غلامحسین، درس‌هایمان را مرور كنیم و در مقابل، ماهی شصت ریال به من پاداش بدهند و این كمك بزرگی به مخارج تحصیلی من بود.»

دیپلمش را از مدرسه سن‌لویی گرفت و در همین ایام، در مغازه دوچرخه‌سازی محمدتقی تام در خیابان چراغ‌گاز مشغول كار شد و با تجربه‌ای كه از این راه به دست آورد، در سال ۱۳۹۸ يك مغازه دوچرخه‌سازی در خیابان شمیران تأسیس كرد و كسب و كارش گرفت. رانندگی را نیز نزد محمدتقی یاد گرفت و پس از مدتی با حقوق ماهانه پنجاه تومان راننده آصف‌السلطنه، از رجال قاجار، شد. خودش می‌گوید: «مادر امیرهوشنگ دولو، دختر ناصرالدین‌شاه (زن آصف‌السلطنه) بود. او به اتومبیل خیلی علاقه داشت. روزی آقای احمد راسخ قزوینی كه در آن وقت مشاور سرپرست كلیه امور و املاك آصف‌السلطنه بود، با من تماس گرفت و اظهار داشت كه حضرات در خیال خریداری اتومبیل هستند و احتیاج به راننده دارند. آیا مایلی و می‌توانی این كار را قبول كنی؟ گفتم حاضرم از ظهر پنج‌شنبه تا صبح شنبه وقتی را كه دارم در اختیار ایشان بگذارم. پنجاه تومان حقوق ماهانه برایم مقرر داشت. يك اتومبیل به مبلغ ۷۴۰ تومان خریداری كردند. علاوه بر حقوق ماهیانه (پنجاه تومانی كه توسط میرزا احمد راسخ پرداخت می‌شد)، خانم هردفعه چند سكه طلا انعام می‌دادند.» کمی بعدتر، يك اتومبیل سواری فورد خرید و به مسافركشی در تهران پرداخت. بعد از آن، مسافران تهران در مسیر قزوین و انزلی را جا به جا می‌كرد. در سال ۱۳۰۴ سفری به بغداد و بیروت كرد و شروع كرد به واردات خودرو و فروش آن در تهران. کمی بعدتر به فرانسه و ایتالیا سفر كرد و دو دستگاه كامیون و يك دستگاه فیات خرید و محلی در دروازه باغشاه اجاره كرد و مؤسسه حمل و نقل ثابت را تأسیس كرد. این مؤسسه به‌گفته خودش اولین مؤسسه حمل‌ونقل موتوری ایران بود و در شهرهای مختلف بار جا به جا می‌كرد. كسب و كارش رونق گرفته بود كه به دایی‌اش، رحیم ارجمند كه معاون وزیر پست، تلگراف و تلفن بود، پیشنهاد داد تا امتیاز حمل و نقل محموله‌های پستی را به او واگذار كنند.

ادامه مطلب نقد و بررسی فیلم... از صفحه ۱۷

برخی از دیالوگ‌های مهم و حساس خانواده حنایی مخصوصاً جمله پسرش که از اقدامات پدرش با عنوان «افتخار» یاد می‌کرد، می‌توانست در فیلم به نمایش درآید و موشکافانه به آن پرداخته شود اما در یک سانسور عجیب، حتی همین جمله معروف عنکبوت هم حذف شده و واژه بی‌ربط «دوست داشتن» به فیلم اضافه شده است! تمام مشکلات بیان شده باعث شده تا «عنکبوت» به جز طرح اولیه داستان، چیزی برای ارائه به مخاطب نداشته باشد.

متأسفانه بازیگران فیلم نیز در ادای لهجه کم‌کاری‌های فراوانی از خود نشان داده‌اند. محل رخداد جنایت‌های سعید حنایی در مشهد بوده اما شخصیت‌های فیلم به درستی لهجه مشهدی را بیان نمی‌کنند و برخی دیگر از شخصیت‌ها نیز به زبان فارسی روان صحبت می‌کنند!

ادامه مطلب یادداشتهای بی تاریخ... از صفحه ۲۰

شما حرکت می‌کنید و آنها راهنمایی می‌کنند. شش ماه، یک سال، دو سال بعد شما مرد اول حوزه خبری خود هستید و یواش یواش هر جا که می‌روید از کارتان تعریف می‌کنند. گاهی که شب بی‌خوابی داشته‌اید و صبح اوقاتتان تلخ است، همین‌که وارد حوزه خبر می‌شوید، جلو می‌دوند و جای داغ و شیرینی تازه جلوتان می‌گذارند و می‌گویند حق با شماست، در همه موارد حق با شماست.

یابویی که شما بر آن سوارید به سرعت به طرف شهر نامردی و دروغ می‌تازد و شما سرخوش از این هستتید که خبرنگاران در فلان رادیو خارجی گفته‌اند و گاهی تلویزیون‌ها هم به‌عنوان محقق و کارشناس با شما مصاحبه می‌کنند. آه که دیگر خدا را بنده نیستید. در همه موارد می‌خواهید نفر اولی باشید که حرف آخر را می‌زند.

القابی چون «روزنامه‌نگار برجسته»، «مفسر آگاه»، «کارشناس جهانی مسائل تخم‌ریزی لاک‌پشت‌های دریایی»، «مشاور سیاسی مقام معظم اداره توزیع قند و شکر»، «استاد تشخیص خبرهای دست اول بازار اقتصاد البسه دست دوم» و... نصیب و نثار شما می‌شود. یابو به‌تندی در حرکت است. شما را برداشته است و فصل لاف زدن‌ها فرامی‌رسد: «دیروز به این امیرعباس گفتم کابینه کهنه شده ترمیمش کن.» گفت: «نمی‌شود، نمی‌توانم.» گفتم: «اگر نمی‌توانی در شب مهمانی رئیس‌جمهور گامبیا خودم به عرض برسانم.» امیرعباس دستپاچه گفت: «قربونت برم. یه دو هفته مهلت بده. فرضاً اگر خواستم او را عوض کنم، کسی را

ادامه مطلب نامه های شگفت انگیز... از صفحه ۵

طغیان او دیری نپائید. شهر شیراز محاصره شد و در مدت زمانی اندک شهر و مرد عصیان‌گر را گرفتند. وی را با تمام خانواده اش به اصفهان بردند و او را خواجه ساختند و یک چشمش را هم در آوردند و چشم دیگر را هم به این جهت باقی گذاشتند تا ناظر رنج و هتک حرمت به زنان و سربریدن فرزندانش باشد. سپس وی را پیش شاه بردند. شاه از او پرسید به چه علت طغیان کرده است و چه کسی برای او پول تهیه کرده است تا بتواند آن همه سپاه گرد آورد و نگاه بدارد. مرد بدبخت که امیدی جز مرگ نداشت گفت: «شاه، علت طغیان من در فرمانی بود که برای توقیف من صادر شده بود و برای نگاهداری سپاه، با جبر و زور پولی را که لازم داشتم از بازرگانان ثروتمند گرفتم و در این کار سرمشق از شما گرفتم.» این پاسخ، شاه را کاری افتاد ولی وانمود کرد که از این پاسخ رنجیده نشده است و برای آنکه او را به نوعی از سختی‌هایی که بر او رفته است دلجوئی کند، وی را به عنوان نایب السلطنه در قسمتی از هند که امپراتور مغول به او تسلیم کرده بود، فرستاد.

بزودی طغیانی دیگر در پی این عصیان

ادامه مطلب یک سینه سخن... از صفحه ۸

دهد. رئیس شهربانی به او می‌گوید: «من که رئیس شهربانی هستم، با مامورین شهربانی بسیار با احتیاط رفتار می‌کنم و تو هم یادت باشه که هرگز با ماموری درگیر نشوی.» البته بعدها شنیدم که سرپاسبان موسی خانی را از شهربانی اخراج کردند.

راستش را بخواهید من یعنی مسعود سپند با وجودی که خردم پلیس بوده‌ام، توی آمریکا وقتی به علت خلاف رانندگی مرا متوقف می‌کنند دل تو دلم نیست که مبادا برایم گرفتاری درست شود.

فردایش پرونده مسیر قانونی خودش را طی می‌کند و با وساطت چند سرهنگ از سرپاسبان موسی خانی خواهش می‌کنند که گزارش خود را پس بگیرد اما او این کار را نمی‌کند. از نظر قانونی گزارش مامور درست است مگر اینکه خلافش ثابت شود و به هیچوجه نمی‌توان در گزارش مامور دست برد مگر خودش آن را پس بگیرد یا عوض کند. جناب سرهنگ یک هفته در زندان جمشیدیه می‌ماند و پس از خلاصی به سراغ رئیس شهربانی می‌رود و ماجرا را برایش شرح می‌دهد.

برایتان می‌آورند باشید. اینها همه مأموران دستگاه خوارسازی انسانند. ظاهر آراسته آنها که گاه دکتر هستند، گاه استاد، گاه سیاستمدار برجسته، خامتان نکنند. سوار یابویی تعریف و تمجید نشوید. در روز رسیدن به مقصد اگر یابو برتان داشته باشد، در بازگشت به صحرای حقیقت بزگر پس‌افتاده‌ای خواهید بود که خبر دروغ می‌نوشته، پول می‌گرفته، برای پست و مقام سرخ می‌کرده.

دیگر چه بگویم: دارم می‌فرستم‌تان به سوی موج حادثه. فقط یک قایقران کوچک و صمیمی باشید که پیچ و تاب دریا را می‌شناسد و می‌داند که چگونه پارو بزند.

ادامه مطلب مشقی تازه... از صفحه ۱۹

گفته به گریه غذا ندهید. همسایه جوان ما می گوید: «هر وقت کباب در بالکنی می پزم، یا بوی غذا از آپارتمان خارج می شود، گریه سر و کله اش پیدا می شود. حتی چنگ بدر می زند که خبرمان کند که آمده است.»

خاطره تلخی دارم. یه روز که از گلستان پنجم وارد خیابان پاسداران می شدم منظره دردناکی دیدم. مقابل خانه ای حصار فلزی کشیده شد بود و گریه ای که به نظر می خواست از شبکه های فلزی این دیوارک بگذرد، نتوانسته بود تا کامل بگذره، گیر کرده بود و نجانگری هم نبود. همانجا فریاد و ناله کرده بود تا نهایتا می میرد. حتما این اتفاق شب افتاده، وگرنه مردم ما بیرحم نیست و حتما می آمدند تا به گریه کمک کنند. پهر حال یک نویسنده مکرکی در کتابش گفته: «گریه شخصیت محکمی دارد. هر جا بی مهری و یا ناملیماتی ببیند، میره و دیگه پشت سرش را نگاه نمی کنه،» اگر این حرف کاملا درست باشد، گریه موجودی تحسین آمیز است. آفرین ها باید به او گفت.

دو طبقه اصلی و یک طبقه زیرزمین. این ساختمان سالها در اختیار نهادهای امنیتی و وزارت اطلاعات بود و چند بار بین نهادهای مختلف دست به دست شد. برخی همانند مهدی چمران، رئیس شورای شهر تهران، به دنبال ساخت مسجد در آنجا هستند و برخی دیگر می خواهند در آن محل، مجتمع تجاری بسازند. دعویایی بین سازمان میراث فرهنگی و بانک آینده به عنوان مالک در جریان است. سازمان میراث فرهنگی این خانه را در فهرست آثار ملی ثبت کرده اما ظاهرا بانک آینده پیگیر تغییر کاربری و ساخت مجتمع تجاری و اداری به جای این خانه تاریخی است.

اکنون بیشتر از شصت سال از زمانی گذشته که ثابت پاسال تلویزیون را وارد خانه ایرانیها کرد. رهگذران هنوز هم برای تفریح در خیابان آزادی (آیزنهاور) از پشت شیشه شرکت زمزم، دنیای نوشابهها را تماشا می کنند.

دست و پای کوتاهی دارد. اندامش مثل ماشین های تشریفاتی کشیده است و رنگش خاکستریست. آرام آرام راه می رود. اولین بار که او را دیدم، تا او هم مرا دید زود رفت زیر یه ماشین قائم شد. بیرون نیامد تا من رفتم. این عادت همیشگی اوست، یا میره زیر ماشین یا لابلای شمشادها. حالا دیگر یقین دارم که گریه ای است خجالتی و یا به قول بوشهری ها «شرموک». در ضمن من در ایران مثل او گریه خاکستری ندیدم. در ایران هروقت گریه ای در کوچه ای یا گذرگاهی دیده بودم همواره نگاه مضطربی داشت و وحشت از چشمانش می بارید. فکر می کرد هر لحظه ممکن است از جانب یک عده مدرم بیشعور سنگ باران شود، البته بیشتر کودکان و نوجوانان بیرحم و بیشعور. بعد از دیدن این گریه در مجتمع ما، دو مسئله آزارم میداد، یکی این که آب و غذا از کجا می خورد! یک بار دیدم می آید از آب استخر می نوشد. خب، از این نظر خیالم راحت شد. بعدا شنیدم بعضی ها برایش غذا می گذارند. البته شنیده ام مدیر مجتمع ما

کاخ ثابت پاسال در تهران

حبیب ثابت در اسفند سال ۱۳۶۸ در حالی درگذشت که اموالش بعد از انقلاب به همراه ۵۱ نفر دیگر از صاحبان صنایع در ۱۰ تیر ۱۳۵۸ به اتهام «روابط غیرقانونی با حکومت شاه و استفاده نامشروع از امکانات و تضییع حقوق عمومی» مصادره شده بود.

کارخانهها و شرکتها بین نهادها و بنیادها تقسیم شد ولی خانه رؤیاییاش بعد از چهار دهه همچنان موضوع بحث داغ رسانههاست. این خانه در سال ۱۳۴۰ در زمینی به وسعت بیش از ۱۱ هزار و ۵۰۰ متر ساخته شد و از آن به نام «قصر سنگی» یا «کاخ ورسای» یاد می شود که از روی الگوی معماری قصر پتی تریانو ساخته شده است. این عمارت که ارزشش در زمان انقلاب ۱۵ میلیون دلار برآورد شده بود، در خیابان آفریقا، محله امانیه، در شمال تهران قرار دارد. زیربنای این خانه نزدیک ۲ هزار مترمربع است، با

ادامه مطلب دوران جوانی... از صفحه ۳۷

دریایی می دیدیم. خواهرم با آنکه زیر ضربه آن شوک از دست دادن فرزندش، تقریبا حالت عادی خود را از دست داده بود، وقتی بهش خبر دادم که کنکور نیروی دریایی را خوب گذرانده ام، حالی نو یافت و وجدی در روحیه اش مشاهده گردید. از آن روز به بعد، من با خیال بافی هایم می توانستم سرگرمش کنم و نیمی از آن تلخی ها را با شیرینی تصویر های خیالی ام مخلوط کنم. باز هم دست تقدیر بازی تلخ دیگری برای مان فراهم کرد و آن کمر خانواده را شکست. چند ماهی از مرگ افسانه، دختر خواهرم گذشته بود و زنهای مسن تر دوست و آشنا دریافته بودند که این مصیبت از وجود خواهرم بیرون نخواهد رفت مگر دوباره بچه دیگری بیاورد و آنقدر از همه طرف اصرار نمودند تا آنکه آن اتفاق افتاد و براستی توصیه موثری بود و فکر خواهرم را به خود مشغول نمود. اما بدبختی در آنجا بود که ناگهان به حرکات و سکنات شوهرش مشکوک شد و پس از پی گیری زیاد، متوجه شد که او بدام اعتیاد گرفتار شده.

ادامه مطلب حبیب ثابت... از صفحه ۴۹

چطور شد اشاره ای به آنها شده بود یا نه یا خودشان پشیمان شدند، نمی دانم.» بنابر گزارشها، او پیش از انقلاب بیشتر از چهل کارخانه بزرگ صنعتی و دهها شرکت تجاری داشت و بیش از ده هزار نفر در شرکتها و کارخانههایش کار می کردند. در میانه دهه ۱۳۵۰، بعد از افزایش قیمت نفت، دولت بودجه عمرانی را دو برابر کرد. اقتصاد ایران قدرت جذب این حجم از بودجه را نداشت که این وضعیت، نهایتا به افزایش قیمت و تورم منجر شد. دولت برای کنترل قیمتها بر تولیدکنندگان فشار می آورد که باید قیمتها را کم کنند. اما قیمتها گوش به فرمان نبودند و برای همین، تولیدکنندگان را تهدید کرد که اگر قیمتها را کاهش ندهند، دستگیر و زندانی خواهند شد. چندین نفر از تولیدکنندگان، نظیر حبیب القایان، چند ماه به خاطر گران فروشی به زندان افتادند و حبیب ثابت نیز از جمله این افراد بود. به همین خاطر، بعد از چهار دهه فعالیت اقتصادی، در سال ۱۳۵۵ به آمریکا رفت. او در آنجا نیز بیکار نشست و فعالیت اقتصادی اش را از سر گرفت و شرکت «مؤسسه خلیج فارس» را تأسیس کرد که در زمینه مخابرات و فیبر نوری فعالیت داشت.

در همین روزها بودیم که ناظم مدرسه مان به کلاس وارد شد و بخشنامه ای را خواند که از همه دانش آموزانی که در سال ششم دبیرستان بودند بخصوص دانش آموزان رشته ریاضی و رشته طبیعی دعوت کرد تا چنانچه به دریا نوردی و پیوستن به نیروی دریایی ارتش شاهنشاهی علاقمندند در دبیرستان ها نام نویسی کنند و در روز مقرر به ستاد نیروی دریایی واقع در چهار راه قصر مراجعه و در کنکور دانشکده افسری نیروی دریایی شرکت کنند تا در صورت قبولی، پس از پایان امتحان نهایی دبیرستان های کل کشور، بلافاصله وارد دانشکده افسری شده و پس از مدت کوتاهی که در ایران دوره آموزش های نظامی را طی کردند به یکی از دانشکده های دریایی اروپایی یا آمریکایی اعزام گردند. من و تقریبا همه همکلاسی ها نام نویسی کردیم و در روز موعود رفتیم و کنکور دادیم و بر گشتیم و هر کدام مان شروع به ساختن رویاهای دور و درازی کردیم. می شد گفت که همگی در تجسم مان، خود را در آن لباس های زیبای نیروی

در همین دوره، کارخانه سیم و کابل تأسیس کرد و نامش را «سیکاب» نهاد. علاوه بر این، او نمایندگی انواع ماشین های کشاورزی و ساختمانی، ریش تراش فیلیپس، اجاق گاز و یخچال های جنرال الکتریک و وستینگ هاوس را داشت و محصولات دارویی را نیز از انگلیس، آمریکا و آلمان وارد می کرد. در تولید و انتقال گاز سهم داشت و شرکت «ایران گاز» و «ایران سیلندر» را برای انتقال گاز مایع تأسیس کرده بود که یکی از سه شرکت بزرگ توزیع انتقال گاز در ایران بود.

در کنار فعالیت های تجاری گسترده، در برخی از بانکها نظیر «بانک توسعه صنعتی»، «بانک ایران و خاورمیانه»، «بانک ایران و انگلیس» و «بانک ایرانیان» نیز سهام دار بود. همچنین عضو هیئت مدیره برخی از آنها نظیر بانک توسعه صنعتی بود. ابوالحسن ابتهاج درباره تأسیس بانک توسعه صنعتی می گوید که «گروهی را دعوت کرده بود و هر کدام از آنها متعهد شدند که با پرداخت مبلغی، مقداری سهم بخرند. اما، روزهای آخر که بانک بنا بود تأسیس شود، همه شان، به استثنای ثابت، جا زدند. به چه دلیل، نمی دانم. و اگر ثابت سهم آنها را قبول نکرده بود، بانک تأسیس نمی شد. او گفت من مال آنها را برمی دارم. حالا

به گذشته برنگردیم و بخاطر اتفاقات ناگواری که در زندگی مان افتاده، ناراحت نشویم و افسوس نخوریم چون نتیجه مثبتی به دست نخواهیم آورد به غیر از این که به روح و جسم مان صدمه وارد کنیم. آن اتفاقات را نه می توان تغییر داد، نه از بین برد و نه محو کرد.

از گذشته باید درس و تجربه کسب کنیم، قدم به جلو بگذاریم و از تجربیات گذشته، برای بهتر شدن مسیر زندگی مان استفاده کنیم و بهره ببریم.

ادامه مطلب ولتر... از صفحه ۱۰

بافی، خرید و فروش املاک و تابلوهای گرانبها سرمایه گذاری می کرد و در پایان هر تلاش اقتصادی بر میزان ثروتش بیش از پیش افزوده می شد. برخی از مشتری های او امپراتوران، شاهان و زمامداران اروپا بودند. ولتر حتی از پرورش اسب، پرورش کرم ابریشم و تولید عسل غافل نبود. با یک دست می نوشت و با دست دیگر پول می شمرد. وی حتی به دوستان خود با بهره سنگین وام می داد و سود و بهره را تا دینار آخر پس می گرفت. کسی نیز جرات بدحسابی نداشت زیرا می دانست با مردی که محبوب شاهان و زورمندان است تاب و توان در افتادن نخواهد داشت.

ادامه مطلب طنز و مذهب... از صفحه ۴

آیه «نساکم حرث لکم فاتوا حرثکم انی شتمتم»^(۶) چنین حکمی داده بود، خرده می گیرد. کنیزک بیچاره از فرط استیصال می گوید که «خدایت در زد و گیر مالک اندازد»^(۷) که مراد مالک دوزخ است.

۱. ترجمه به اختصار از دیوان بشارین برد، قاهره ۱۹۵۰، جلد اول، ص ۹-۳۷۷.
۲. به نقل از مقاله آلساندرو باوزانی در تاریخ ایران، چاپ کمبریج، متن انگلیسی، ج ۵، درباره «مذهب در دوره سلجوقیان»، ۲۸۵.
۳. کتاب النقض تألیف عبدالجلیل قزوینی (۵۶۰ هجری)، چاپ جلال الدین حسینی ارموی، تهران ۱۳۳۱.
۴. دیوان ناصر خسرو، ص ۵۰۵.
۵. مزد در این جا به معنی پاداش اخروی است، امثال و حکم، دهخدا، ص ۳۲۸.
۶. آیه ۲، سوره ۲۲۳.
۷. بهارستان جامی چاپ کتابخانه مرکزی، ۱۳۱۱، ص ۱۸۴.

چیزی از ناچیز را عمر و زمان کردند نام

زندگی چیزی ز ناچیز است و آن هم هیچ نیست

و مشکلات بیماری های خودایمنی ذکر شده را تجدید کند. برای همین افرادی که مشکل نشتی روده و یا حساسیت به گلوتن و یا گازئین دارند خوردن فرآورده های لبنی و نان و انواع آردهای فرآورده شده برایشان ضرر دارد.

علت استفاده از فرآورده های گوشتی

مغز ۶۸ تا ۷۰ درصد چربی دارد. ما برای ساخت غایق میلین برای سیم کشی در مغز به چربی های سالم نیاز داریم. امیدوارم مطالب ذکر شده برای شما نیز آموزنده و قابل استفاده باشد، تا بتوانید رژیم مناسبی را بر حسب شرایط بدنی خود انتخاب کنید. با عشق و احترام

با هوشمندی نابغه آسای به کارهای بازرگانی و داد و ستدهای سرشار از سود دست می زد. با بهره برداری از نیروی قدرتمندان جامعه کارهایش را به شیوه دلخواه خود پایان می داد. بنا بر رسم دوران معشوقه داشت و در جای خود نیز از کسانی که مورد غضب دستگاه استبداد حکومت و دین قرار گرفته بودند سرسختانه به دفاع می پرداخت. مردی که تواناترین نمایشنامه نویس، داستان نویس، شاعر و تاریخ نویس اروپا شناخته شده بود یکی از بزرگترین ثروتمندان این قاره نیز به شمار می رفت. نبوغ ولتر معجون عجیبی بود از نبوغ ادبی-اقتصادی. وی در کشتی سازی، پارچه

دهخدا این قطعه را در رابطه با مثل مشهور «این معلون چه کرده بود؟» نقل می کند و اضافه می کند: «میان طلاب دینیه رسمی کهن است که چون یکی از آنان با غیرطالب علمی به جنگ و ستیز برخیزد، دیگران پیش از آن که ظالم و مظلوم را بشناسند (از راه) تعصب به حمایت از همکار برخیزند. بدان حد که در زمان سلطنت ناصرالدین شاه در تبریز بی گناهی را بدین ترتیب کشتند.» (امثال و حکم دهخدا زیر «این معلون چه کرده بود؟»)

جامی که مذهب شافعی داشته و پیروی از عقاید متکلمین اشاعره را می کرده است، در شعری داستان کنیزکی را می آورد که مالکش از راه دگر با او همبستر می شود و در مقابل اعتراض زن می گوید که مالکی چنین حکمی داده است. جامی به مالک بن انس که گویا در تفسیر

حساس بوده و مشکل در هضم آن دارد)، بیماری التهاب روده، بیماری ام. اس ... مبتلا می باشند، مشکل نشت روده دارند. یعنی سوراخ های در روده وجود دارد که پروتئین گندم (گلوتن) و شیر (گازئین) ناقص هضم می شود. این ذرات هضم نشده بزرگتر از آن هستند که وارد جریان خون شوند. اما اگر از نظر ژنتیکی حساس به گلوتن و گازئین باشیم، این پروتئین های هضم نشده می توانند ایجاد یک ایمنی نامناسب کنند. یعنی سیستم ایمنی بدن مان سعی به حمله به پروتئین آزاد شده می کند تا از بدن دفاع کند. این حمله می تواند به قشای میلین باشد

ادامه مطلب تغذیه سالم همراه... از صفحه ۳۳

تحقیقات دکتر والس

در این نوع رژیم غذایی موادی همچون لبنیات، غلات، حبوبات، محدود و یا حذف می باشند.

رژیم دکتر والس و علت خوردن

و یا حذف بعضی از مواد غذایی

به طور خلاصه این رژیم غذایی در سه مرحله طراحی شده است که به ترتیب مراحل، رژیم غذایی سخت تر می شود. این مراحل شامل:

◆ رژیم والس (The Wahls Diet)

◆ والس پالتو (Wahls Paleo)

◆ والس پالتو پلاس (Wahls Paleo Plus)

در هر سه نوع رژیم، خوردن انواع سبزیجات و میوه ها (توت ها) با رنگهای مختلف توصیه می شود. ۹۱ فنجان در روز برای رژیم نوع اول و دوم، ۶ فنجان در روز در نوع رژیم سوم. خوردن انواع اسموتی برای صبحانه در رژیم اول و دوم و حذف آن در رژیم سوم. حذف گلوتن از رژیم غذایی. خوردن فرآورده های گوشتی (organic and grass feed) که مقدار آن

در رژیم دوم و سوم بیشتر می شود. توصیه دکتر والس به اضافه کردن انواع اندام و احشام مانند سیرابی، زبان، مغز، قلب گاو و گوسفند به رژیم غذایی در مرحله دوم و سوم رژیم می باشد. حذف کامل شیر و لبنیات از جمله توصیه هایی است که با شروع رژیم نوع اول پیشنهاد می شود و جایگزین آن، انواع شیربادام، نارگیل و... می باشد. در رژیم نوع اول و دوم خوردن حبوبات و غلات به شکلی که حتما آنها را برای ۲۴ ساعت خیس کرده و بعد استفاده شود توصیه می شود. در مرحله سوم رژیم، حذف کامل حبوبات، غلات و سیب زمینی می باشد و اضافه کردن روغن نارگیل به وعده های غذایی پیشنهاد شده است.

چرا سبزیجات و میوه ها

۱- به منظور گرفتن تمام مواد مغذی، ویتامین ها و مواد معدنی باید در روز حجم زیادی از سبزیجات با تنوع بالا خورده شود تا بدن و اندام های ما کاملاً تغذیه شده و از سیستم ایمنی بالا برخوردار باشیم.

۲- خوردن حجم زیاد سبزیجات و میوه ها (بیشتر سبزیجات و میوه های کم شکر) باعث می شود اشتها به خوردن غلات، شکر و لبنیات کمتر شود.

علت حذف گلوتن و لبنیات

گلوتن پروتئینی است که در گندم و بعضی از غلات یافت می شود. بیشتر افرادی که به بیماری های خود ایمنی مانند روماتیسم مفصلی، لوپوس، سلیاک (بیماری که روده کوچک به گلوتن

E-smit: دکتر والس با تحقیقاتش با روش درمانی E-smit برای بهبود عضله ها، آشنا می شود. در این روش از پالس های الکتریکی استفاده می شود. فرستادن سیگنالهای الکتریکی خفیف باعث تحریک عضلات و عصب ها شده و ایجاد انقباض مکرر عضلات و چرخش جریان خون باعث ترمیم عضلات آسیب دیده می شود. این روش به دکتر والس کمک می کند که عضلات بی تحرک خودش را تحریک کرده و در اصل به تقویت آنها پردازد. والس می گوید: «با این روش عضلاتی که برای مدت ها از حرکت و فعالیت بازمانده بودند دوباره تحریک شدند و با وجود احساس ناخوشایندی که مخصوصاً در شروع جلسات به من داده می شد، به این کار ادامه دادم.» او این کار را جز برنامه زندگی خود می گذارد و هفته ای سه بار به این کار می پردازد.

آشنایی با منابع جدید برای رژیم غذایی: از طرفی دیگر دکتر مغز و اعصاب دکتر والس در سال ۲۰۰۲ در حالی که بیماری والس در حال پیشرفت بوده است به او پیشنهاد می کند که: وب سایت دکتر اشتون امبری (Ashton Embry) را چک کند. دکتر امبری، دکتر زمین شناسی است که پسرش دچار بیماری ام. اس می شود. او شروع به تحقیقاتی در زمینه ارتباط رژیم غذایی و بیماری ام. اس انجام می دهد و اطلاعاتش را در وب سایتش به اشتراک می گذارد. دکتر والس در کتابش ذکر می کند: «با مراجعه به این وب سایت چیزهای زیادی یاد گرفتم و در ضمن خواندن مطالب جالب، برای اولین بار با نام رژیم پالتو (Paleo diet) آشنا شدم.» این آشنایی سبب می شود والس بتواند تغییراتی در رژیم غذایی و بهبود روند بیماریش ایجاد کند، به شکلی که بعد از شش ماه از انجام این رژیم شروع به راه رفتن می کند. همچنین کتاب رژیم غذایی خود را می نویسد که در این مقاله به آن اشاره خواهم کرد.

رژیم پالتو (Paleo diet) چیست؟

بنیان گزار این رژیم دکتر «لورن کوردین» می باشد. رژیم پالتو شامل مصرف گوشت بدون چربی، ماهی، میوه ها، سبزیجات، آجیل و دانه هاست. در اصل بنیاد این رژیم غذایی بر پایه منابع غذایی است که در گذشته اجدادهای ما با شکار کردن و جمع آوری از طبیعت استفاده می کردند.

ادامه مطلب زنان ایران در... از مشبه ۱۴۸

صدای آنها در روایت‌های رایج از فشاری که ایرانیان تحمل می‌کنند، غایب یا ضعیف است. همیشه یک روایت هست که رهايت نمی‌کند، پشت سر ذهنت رژه می‌رود و همچون خنجری در سینه فرو می‌رود. این نوشته را با روایتی به پایان می‌برم که مادری مصیبت‌دیده فرستاده است: «از زیرزمینی ۴۰ متری در تهران که ۵ میلیون تومان پول پیش داده بودیم و ماهیانه ۴۰۰ هزار تومان اجاره می‌دادیم، ناچار شدیم بلند شویم. در تهران دیگر جایی پیدا نشد، رفتیم ملارد در کرج جایی را گرفتیم. دو پسر عباس و ابوالفضل برگشتند تهران، شب‌ها در همان مغازه‌ای که کار می‌کردند، می‌مانند. بعد از دو ماه ابوالفضل بازداشت شد و ترس تمام وجودم را گرفت. به عباس گفتم برگرد کرج و دیگر به تهران نرو. مدتی بیکار بود، خودم جایی کاری به عنوان نظافت‌چی پیدا کردم و رفتم. آن خانم گفت که پسرش برای کارگاه کارتن‌سازی‌اش دنبال کارگر می‌گردد. پسر عباس را فرستادم و آن‌جا کاری گرفت. دو نفری جان می‌کنند و خرج خانه را یک‌جوری درمی‌آوردیم و خرجی ابوالفضل را هم در زندان می‌فرستادیم. پدرشان هم اصلا معلوم نبود کجاست. یک روز در میان یا در راه زندان بودم یک روز در راه دادگاه، زندگی هر روز سخت‌تر می‌شد. یک روز نزدیک غروب عباس زنگ زد و پرسید که مامان کجایی؟ گفتم کارم تمام شده و دارم می‌آیم. نزدیک خانه بودم که همسایه‌مون زنگ زد که کجایی؟ هر چه زودتر خودت را برسان. بیست دقیقه بعد که رسیدم، دیدم کوچه و دم خانه پر از آدم است و صدای ضجه دخترم می‌آید. رسیدم و دیدم عباس، پاره تنم، خونین و مالین در حیاط افتاده. هیچ‌وقت نفهمیدیم که چه شد و چرا کشته شد. کرایه همان خانه هم بعد از مرگ عباس دیگر در توان‌مان نبود. بلند شدیم و حالا در یک خانه ۲۰ متری زندگی می‌کنیم. ابوالفضل باز در تهران کاری دست و پا کرده و شب‌ها هم همان‌جا می‌ماند و خرج ما را می‌دهد. پادرد خودم دیگر جوری شده که نمی‌توانم بروم خانه مردم را نظافت کنم. بابای این بچه‌ها معلوم نیست کدام گوری رفته است. همیشه می‌گفتند آخر سختی، بالاخره خوشی است. ما هیچ خوشی ندیدیم، کاش برای هیچکس دیگری چنین بلاهایی رخ ندهد، سوز جگر، انسان را از پا می‌اندازد.»

پرخاشگری پدر و برادرانش افزایش می‌یابد، بی‌خود و بی‌جهت به زنان خانه گیر می‌دهند، داد و هوار راه می‌اندازند و زنان خانه نیز متعاقب آن بنا به جایگاه و موقعیت‌شان در خانه با زنان کم‌سن‌تر خانواده بد اخلاقی و سخت‌گیری می‌کنند: «پدرم خسته و مستأصل از این‌که عمری جان کنده و حالا تمام دارایی و پس‌اندازش دود شده است، به مادرم پرخاش می‌کند. برادر بزرگم که کارش را از دست داده، به هر کدام از ما خواهرها که از جلوی او رد می‌شویم بی‌خود و بی‌جهت پرخاش می‌کند. پدرم سر برادرم داد می‌زند، برادرم سر مادرم داد می‌زند. مادرم که زورش به آنها نمی‌رسد، سر من و خواهرم فریاد می‌زند و از کوچک‌ترین کار ما ایراد می‌گیرد. این خانه این‌طور نبود. وضعیت همیشه گل و بلبل نبود اما هیچ‌وقت هم این‌طور نبود که روزی بدون جنجال و پرخاشگری دو نفر از اعضای خانه شب نشود. انگار ما زنان خانه ناگهان بی‌قدرت شدیم، به حاشیه رانده شدیم و چون زورمان به مردان نمی‌رسد، به هم می‌پریم. انگار همه خسته و ناامید و عصبانی از وضعیتی که دست خودشان نیست، خشم را سر نفر بعدی که از آنها ضعیف‌تر است خالی می‌کنند. تا کی می‌شود چنین وضعی را تحمل کرد؟»

بحران‌های چند وجهی روابط فامیلی را نیز دستخوش تغییر کرده است. زنانی از نقاط مختلف کشور گفتند که حتی پیش از همه‌گیری کرونا (و حالا بعد از تریق واکسن) امکان رفت و آمد به خانه اقوام و آشنایان نزدیک خود را ندارند، چون هر «دیدنی، بازدیدی هم دارد» و دیگر در توان مالی‌شان نیست که مهمان دعوت کنند و به رسم رایج چند غذای مرغ و گوشت‌دار سر سفره بگذارند.

فشارهای اقتصادی، سیاسی و اجتماعی، بیماری همه‌گیر و آینده‌ای نامعلوم‌تر از همیشه، زندگی زنان ایرانی را به تقلایی مداوم در وضعیتی بغرنج تبدیل کرده است. شبکه‌ی حمایتی آنها را از همیشه کوچک‌تر کرده، تحصیلات عالی را که یکی از معدود دستاوردهای زنان ایران در دهه‌های اخیر بوده متزلزل کرده و زنان را زودتر از هر گروه دیگری از بازار کار بیرون رانده و به خانه‌ها بازگردانده است. چرخه تبعیض و خشونت علیه زنان را پررنگ‌تر و بیرون زدن از آن را سخت‌تر کرده است. در چار دیواری خانه نیز زنان به عقب رانده شده‌اند، احساس امنیت شخصی و جمعی‌شان کاهش یافته و بیش از گذشته آسیب‌پذیر شده است.

قفل می‌کنند. اما چار دیواری خانه هم امن نیست. تحقیقات نشان می‌دهد که اکثر زنانی که در خانه با خشونت از سوی شریک زندگی خود مواجه می‌شوند، شغل پاره‌وقت دارند یا شاغل نیستند و به طور کلی ۶۰ درصد کمتر از دیگر زنان شاغل، درآمد دارند. از سوی دیگر، وقتی فقر، فقدان امکانات شغلی، از دست دادن کار و درآمد مردان را تحت تأثیر جدی قرار می‌دهد، چرخه‌ای از خشونت علیه زنان شکل می‌گیرد. عده‌ای از مردان مستأصلی که دستشان به عامل اصلی بیچارگی و فشار اقتصادی نمی‌رسد، خشم خود را در خانه بر سر زنان خالی می‌کنند. مهنوش، زنی ۴۵ ساله از شیراز، می‌گوید در سه سال گذشته، شوهری که تا قبل از آن به خشونت کلامی متوسل می‌شد، حالا بی‌محابا او را مورد خشونت جسمی هم قرار می‌دهد: «شوهرم کارش را از دست داد. همان روز دوم خانه‌نشینی، سر صبحانه چیزی را بی‌خود بهانه کرد و در چینی ظرف کره‌خوری را به سمت من پرت کرد. کبودی بزرگی روی گونه راستم نشست و استخوان گونه تا مدت‌ها درد می‌کرد. یک هفته بعد از او پرسیدم که نمی‌خواهی دنبال کار تازه بروی؟ داد و فریاد راه انداخت، گلدان شیشه‌ای را از روی میز به زمین انداخت و شکاند. زندگی ما به سرعت از وضعیتی که به‌رغم فراز و نشیب، بد نبود، به جهنم تبدیل شد. هر قسط عقب‌افتاده، هر کرایه خانه‌ای که با بدبختی جور می‌شود، هر بار خرید چهارتکه مایحتاج خانه که گران‌تر از دفعه قبل است، اسباب‌تن‌لرزه من شده. چون یا مشت و ظرف و لگدی حواله من خواهد شد، یا چیزی از وسایل خانه به در و دیوار پرتاب خواهد شد یا داد و بیداد سر هیچ و پوچ. نمی‌توانم این وضعیت را ترک کنم چون بچه دارم و خانواده‌ای حامی هم ندارم که بتوانم دست بچه‌ها را بگیرم و بیرون بزنم. وقتی ازدواج کردیم، من دانشجوی بودم. بچه‌دار که شدیم همسرم خواست از دانشگاه انصراف بدهم. حالا فکر می‌کنم که اگر مدرک دانشگاهم را گرفته بودم، حداقل دست خودم پر بود که شاید بتوانم کاری پیدا کنم. همان هم نشد. همه این وضعیت جهنمی با بیکار شدن او، پیدا نکردن کار تازه و مشکلات مالی این‌طور شد.»

ترانه، زن جوان ۲۳ ساله‌ای از یزد، نوشت هر چه فشارهای اقتصادی و ناامیدی و نگرانی از آینده نامعلوم بیشتر می‌شود،

بارها و به کرات از سوی مردان مسئول یا گاهی بیماران در حین کار با انواع آزارهای کلامی، روانی، جسمی و متأسفانه جنسی روبرو شده‌ام. دست ما به هیچ‌جا بند نیست. حتی اگر اعتراض کنیم، کسی از ما حمایت نمی‌کند. چون این‌جا همه یکدیگر را می‌شناسند و پشت هم درمی‌آیند. با شروع کرونا، حجم کار ما چند برابر شد و کمبود پزشک بود. مشکل این‌جاست که شبکه بهداشت و درمان می‌خواهد با کمترین هزینه و نیرو، بحران عظیمی مثل کرونا را مدیریت کند و برایش مهم نیست که به ما پزشکان و پرستاران چه فشار وحشتناکی وارد شده. شیفت‌های تمحیلی اضافه که اگر قبول نمی‌کردیم، برای ما تبعات قانونی سنگینی داشت. من واقعا دیگر نمی‌توانم از پس این حجم کار بر بیایم. وزن زیادی از دست دادم، دچار ریزش موی شدید و کم‌خونی شدم. سلامت ما در کادر درمان برای هیچکس اهمیتی ندارد. شاید بعضی‌ها بگویند خب پولش را گرفتی و کارت را انجام بده. حقوقی که برای هفته‌ای ۹۶ ساعت کار به من می‌دهند، ۱۰ میلیون تومان است که به خط فقر هم نمی‌رسد. اکثر کادر درمان را ما زنان تشکیل دادیم. این فشارهای جسمی و روانی که دارد به ما وارد می‌شود، در شرایطی که بسیاری از ما دور از شهر و خانواده نیز هستیم، خردکننده است. تازه ما به اصطلاح وضع‌مان بد نیست، حجم کاری پرستاران از ما پزشکان هم وحشتناک‌تر است. خواستم صدای زنان کادر درمان را برسانم، ما که داریم له می‌شویم و وضعیت‌مان برای کسی مهم نیست.»

زنانی که در چار دیواری خانه آرامش و امنیت ندارند: با کاهش منابع و امکانات اقتصادی، امنیت زنان نیز به شدت آسیب می‌بیند، انواع خشونت علیه زنان افزایش پیدا می‌کند و زنان را در وضعیت بی‌قدرتی قرار می‌دهد که هرگونه امکان و توان کمک خواستن را برای آنان پیچیده‌تر و دور از دسترس می‌کند. اکثر زنان از کاهش امنیت در محله و محیط اجتماعی زندگی خود نگران بودند. افزایش جرایم، به ویژه سرعت، احساس امنیت زنان را بیش از پیش مختل کرده است. در میان پیام‌های رسیده چند زن از شهرهای کوچک نوشتند که تا همین یکی دو سال پیش همیشه به عادت رایج شهرهای کوچک‌شان، وقتی خانه بودند، درهای خانه باز بود. حالا اما همیشه درها را



**The 65th
San Francisco Film Festival**
APRIL 21 - MAY 1
Jamileh Davoudi

The 65th San Francisco Film Festival returned to theaters from April 21 to May 1 featuring 130 films from 56 countries including 16 world premieres. Among the full festival lineup, 56% of the films were helmed by female, and 52% by BIPOC (Black, Indigenous and People of Color), filmmakers.

There was one Iranian film by Panah Panahi, the son of Jafar Panahi called *Hit the Road*. This emotional tragicomedy captures the love and the relationship between parents, two sons and their sick dog on a road trip. But this is not a family summer vacation, and the young son doesn't know they are dropping his older brother at the boarder to flee the country. The beautiful cinematography along with playing the memorable old pop songs as part of the context of the film and good acting makes this first feature film an excellent one!



Hit the Road

Elene Naveriani, a native Georgian director residing in Switzerland,



Wet Sand

portrays a long-suppressed love story in her film *Wet Sand*. Beautifully filmed in a Georgian seaside village during the pandemic, the movie starts with a suicide of a lonely grandfather. As funeral arrangements are taken, rumors start flying.

What follows is the sad story of hostility that most people in the village show toward same-sex love.

The Time of the Fireflies is a mid-length film by Mexican director Matteo Robert Morales and Danish director Mattis Appelqvist Dalton which tells a migrant's story. This film is visually so powerful and calming even though it is showing a difficult life of a family. Matteo Morales correctly says: "Stories like this are only too often stigmatized, dramatized or politicized, reducing our potential to empathize or identify with migrant's stories".



The Time of the Fireflies

Mama Has A Mustache is a short, fully animated doc about gender and family, as seen through children's eyes. Driven completely by audio interviews of kids ages 5-10, the film uses these sound bytes combined with clip-art and mixed media to explore how children are able to experience a world



Mama Has Mustache

outside of the traditional gender binary.

I got an opportunity to interview the director, Sally Rubin who is also a documentary professor at Chapman University:

What inspired you to make this documentary?

I was inspired to make this documentary through a few things. As a college professor, I had noted over the past few years more and more of my students identifying as outside of the traditional gender binary, and I began to wonder just how young kids were when this was beginning to happen. Was it before college? Before high school? That was part of it. Another part was really being inspired by my 7-year-old daughter, hearing all that she had to say and think about around gender identity, and noticing how much she and her friends lived an existence very much outside of the traditional gender binary-- freed up from it, I would say. That's what I wanted to explore in this movie, that sense of freedom and wonder, joy and play around gender.



Sally Rubin

Why animation?

I chose animation in part because of Covid-- I made the film largely during the pandemic so it was useful not to have to be in production dealing with Covid safety protocols, etc. But the bigger reason is that I wanted a medium that would allow me to get inside a child's head, to explore their world of imagination, dreams, to think outside the box and to try to portray that on screen in an impressionistic way.

Youth and gender identity is a very important topic. How did you choose your sample size and the candidates for your interviews?

Many of the kids in the film are friends and family, some I've known since they were babies. Others were folks who I met online through social media groups. I very much wanted the sample of kids in the film to be diverse regarding gender identity themselves, gender identity of their parents, and also racial and ethnic identity. Furthermore, I wanted kids from various regions of the United States- we have kids from the east coast, west coast, and midwest in here- and I wanted kids from both rural and urban backgrounds.

Your documentaries cover a broad range of topics, from body images in "Cut" and "Body politics" to immigration in "Life on the line" and identity in "Hillbilly" and "Mama has a mustache". How do you decide to go from one topic to another and what other topics are you interested in?

I've always been interested in culture and identity, and all of my films center around these themes. I've also always been interested in what it means to be American, and how as Americans we find our way in 2022, in this complicated and messy time. So most of my films are around these themes, exploring heritage, ethnicity, and identity, in particular looking at class and regionalism as they intersect with our day to day experiences as Americans. And of course, as a feminist I like my films to be centered around women and our experiences, so gender is another central theme in all of my work. There are so many great stories out there to tell- too many stories, not enough time!

The SFFILM continues to show public film programs year-round by presenting Doc Stories documentary series, star-studded special events and family programming.

For more information about
FILM, TICKETS & MEMBERSHIP please visit:

<https://sffilm.org/>



OVER \$650,000,000 SOLD



SISTER-BROTHER TEAM
MMLuxuryRealty.com

MARYAM

Luxury Real Estate Team Leader
917.428.4600 (text friendly)
eXp Realty California, Inc.
Lic. #01143600

MICHAEL
Partner

408.515.2026 (text friendly)
Michael.salemi@yahoo.com
eXp Realty California, Inc.
Lic. #01914537

With over 29 years of experience in many phases of real estate in multiple states, including commercial multi-units over 900 properties and residential real estate in Silicon Valley, Manhattan, NY and Greenwich, CT plus 1031 Capital Gain Tax differed real estate exchanges Maryam and Michael a brother and sister team, with a great team of competent assistants you can trust to achieve the best results. Innately understanding the finer points of caring for clients with high-net-worth, and even higher expectations. Maryam & Michael's luxury advertising promotes your property with global exposure through major media.
Please contact us to strategize maximizing your real estate holdings.

Powered by **exp** Realty of California, Inc.

\$18,000,000

COMING SOON



MMLuxuryRealty.com



Caroline Nasserri
Attorney at Law

کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

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

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

(408)298-1500

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

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

Tel: (408)298-1500

e-mail: cnasserri62@yahoo.com

Fax: (408)278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

675 North First Street, San Jose, CA 95112