

Selahi Insurance Agency

مشاور شما در انتخاب بهترین بیمه، متناسب با نیازهای شخصی و تجاری، با نازلترین قیمت و از معتبرترین شرکت های بیمه

♦ سلامتی و دندانپزشکی ♦ مسکن
♦ اتومبیل، قایق و موتورسیکلت ♦ زمین
لرزه و سیل ♦ محل کسب ♦ عمر و هزینه فوت

(408)931-6434

4030 Moorpark Ave., Ste. 250, San Jose, CA



سحر سلامتی

*Discover a Whole New Dining
Experience in a Chic & Gracious Atmosphere at*



Los Gatos

"Peruvian and Japanese Cuisine"

Full Menu Available at Katsulosgatos.com

Dinner Service:

Sunday: 11:00am-8:00pm (Brunch from 11:00am-3:00pm)

Monday-Thursday: 5:00pm-10:00pm

Friday-Saturday: 5:00pm-11:00pm

Happy Hour:

Monday-Friday: 5:00pm-7:00pm

Sunday: 12:00pm-4:00pm

Restaurant is available for Private Events

(408) 354-0712

160 W Main St, Los Gatos, CA 95030

THE LAW OFFICES OF
CAROLINE J. NASSERI

(800)525-6060

وکیل تصادفات و صدمات بدنی
Accident & Personal Injury Attorney



Caroline Nasserri
Attorney at Law

کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

با بیش از ۲۵ سال تجربه

❖ تصادفات اتومبیل، موتورسیکلت و عابر پیاده

❖ صدمات شدید بر اثر تصادفات

❖ مرگ بر اثر تصادفات

❖ صدمات ناشی از حمله حیوانات

1(800)525-6060

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

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

Tel:(408)298-1500

e-mail: cnasseri62@yahoo.com

Fax:(408)278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

675 North First Street, San Jose, CA 95112

به ازای هر تذکر کتبی ده درصد از یارانه روزنامه‌های ایرانی کم می‌شود

معاونت مطبوعاتی و اطلاع‌رسانی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی در ایران اعلام کرد که با همکاری اعضای کارگروه اقتصاد مطبوعات، دستورالعمل تازه یارانه مطبوعات را به تصویب رسانده است.

بی بی سی: در بخشی از این آئین نامه آمده است که مطبوعات به ازای هر تذکر کتبی که از هیئت نظارت بر مطبوعات بگیرند، ۱۰ درصد از یارانه خود را از دست می‌دهند. بر اساس آئین نامه جدید، یارانه روزنامه های دولتی نصف می‌شود و مجله های دولتی هم دیگر یارانه نمی‌گیرند.

یارانه به مطبوعات را اقدامی مثبت ارزیابی کرد، اما گفت که بزرگترین مشکل آئین نامه جدید را کسر یارانه به ازای هر تذکر کتبی به روزنامه می‌داند که به گفته او بر محدودیت بیشتر آزادی بیان می‌افزاید. به گفته او این جریمه نقدی «تحمیل محدودیت بر مطبوعات» و سوق دادن



روزی مزورعی، روزنامه‌نگار و آخرین رئیس انجمن صنفی روزنامه نگاران ایران در گفت و گو با بی بی سی، حرکت به سوی شفاف سازی نحوه پرداخت

روزی مزورعی، روزنامه‌نگار و آخرین رئیس انجمن صنفی روزنامه نگاران ایران در گفت و گو با بی بی سی، حرکت به سوی شفاف سازی نحوه پرداخت

روزی مزورعی، روزنامه‌نگار و آخرین رئیس انجمن صنفی روزنامه نگاران ایران در گفت و گو با بی بی سی، حرکت به سوی شفاف سازی نحوه پرداخت

اعدام ۱۱ نفر در زندان مرکزی ارومیه

منابع محلی در ایران از اعدام ۱۱ نفر، از جمله ۲ زن، در زندان مرکزی ارومیه خبر می‌دهند.

به گزارش آژانس خبری موکریان، این افراد روز ۲۹ اکتبر به دار آویخته شدند. موکریان، اسامی ۷ نفر از اعدام شدگان را «کامل سعیدی، کامل حبیبی، زکی خانی، محمد گرجی، مصیب ساداتی، ولی محمد زاده و یدالله محمودی» ذکر کرده و افزوده که ۶ نفر اول کرد بوده و به اتهام قاچاق مواد مخدر اعدام شده اند. دلیل اتهام هفتمین نفر، قتل عمد اعلام شده است.

اسامی چهار نفر دیگر و دلیل اعدام آنها، تاکنون مشخص نشده است. در همین زمان یک زندانی دیگر کرد به نام حبیب الله گلپری پور در زندان ارومیه اعدام شد. آقای گلپری پور پیش تر به اتهام «محاربه» و ارتباط با احزاب مسلح کرد بازداشت و محاکمه شده بود.

همچنین محمد مرزیه، دادستان عمومی و انقلاب زاهدان، از اعدام ۱۶ نفر در پاسخ

است که بر اساس آن «مبنای حمایت، تیراژ، تعداد صفحات و تعداد شماره منتشره در هر دوره شش ماهه» است و پرداخت یارانه شش ماهه نخست سال ۹۲ پس از کسر مقادیر علی الحساب پرداختی (تیرماه) به حساب مطبوعات واریز خواهد شد.

همچنین در بخش دیگری از این آئین نامه آمده که با توجه به اینکه «ویژگی‌های حداقلی برای اطلاق تعریف روزنامه» وجود دارد، از زمستان امسال برخی از روزنامه ها که این ویژگی ها را ندارند از فهرست حمایتی حذف خواهند شد.

روزنامه های دارای تیراژ کمتر از پنج هزار نسخه و تعداد صفحات کمتر از ۱۲ صفحه (برای روزنامه های سراسری) و کمتر از ۸ صفحه (برای روزنامه های محلی و منطقه ای) از نظر این آئین نامه فاقد «ویژگی‌های حداقلی» هستند. مشکلات مالی مطبوعات که بخش عمده آن ناشی از گران شدن کاغذ و کاهش آگهی‌های بازرگانی بوده، باعث شده که تعدادی از نشریات ایرانی در سال های اخیر انتشار خود را متوقف کنند.

به درگیری های مسلحانه در منطقه مرزی شهرستان سراوان در جنوب شرقی استان سیستان و بلوچستان خیر داد.

در جریان این درگیری ها، ۱۴ مرزبان نیروی انتظامی کشته و ۷ نفر دیگر مجروح شدند. به گفته دادستان عمومی و انقلاب زاهدان، مهاجمان وابسته به «گروهک جیش العدل، انصار و سایر گروه‌های شرارت» بوده اند که علیه حکومت ایران دست به عملیات مسلحانه می‌زنند.

فهرست مطالب

صفحه ۱	تبلیغ
صفحه ۲	اخبار-فهرست مطالب
صفحه ۳	اخبار
صفحه ۴	اخبار
صفحه ۵	اخبار
صفحه ۶	اخبار
صفحه ۷	اخبار
صفحه ۸	یک سینه سخن (مسعود سپند)
صفحه ۹	با هادی خرسندی
صفحه ۱۰	اخبار
صفحه ۱۱	اخبار
صفحه ۱۲	اخبار
صفحه ۱۳	اخبار
صفحه ۱۴	ورزش از نگاه من (احمد طوسی)
صفحه ۱۵	نگاهی به ضرب المثل های فارسی-داستان
صفحه ۱۶	نقد فیلم (سعید شفا)-فیلم و سینما
صفحه ۱۷	گیاهخواری: نگرشی به جهان(منصور محمدزاده)
صفحه ۱۸	سیر و سفری... (پرویز نظامی)
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)
صفحه ۲۰	یادداشت‌های بی تاریخ (صدرالدین الهی)
صفحه ۲۱	اخبار
صفحه ۲۲	از در گوشی ها (پیرایه)
صفحه ۲۳	مارلون براندو... (فرسیا اعتمادزاده)-اخبار
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب نژاد)
صفحه ۲۵	شبهه های قانونی پایان... (کاوه میرشفیعی)
صفحه ۲۶	اخبار
صفحه ۲۷	اخبار
صفحه ۲۸	صحبتی با نوش آفرین (دی جی علیرضا)
صفحه ۲۹	کارنامه نه چندان درخشان... (حسین باقرزاده)
صفحه ۳۰	از دواج سرپرست... (نعیمه دوستدار)
صفحه ۳۱	تولدی دیگر (حسن مسیح پور)
صفحه ۳۲	«چپ دستی» و «چپ دست ها» (بهرام گرامی)
صفحه ۳۳	اخبار
صفحه ۳۴	تقویم برنامه های هنری - جدول
صفحه ۳۵	تازه چه خبر-تیزمندیها - فال ستارگان
صفحه ۳۶	تبلیغ
صفحه ۳۷	اخبار-دنباله مطلب
صفحه ۳۸	اخبار
صفحه ۳۹	گل نم (شیدوش باستانی)
صفحه ۴۰	شعر
صفحه ۴۱	تبلیغ
صفحه ۴۲	اخبار
صفحه ۴۳	تبلیغ
صفحه ۴۴	اخبار
صفحه ۴۵	اخبار
صفحه ۴۶	تبلیغ
صفحه ۴۷	اخبار
صفحه ۴۸	دنباله مطلب
صفحه ۴۹	دنباله مطلب
صفحه ۵۰	دنباله مطلب
صفحه ۵۱	دنباله مطلب
صفحه ۵۲	دنباله مطلب
صفحه ۵۳	دنباله مطلب
صفحه ۵۴	دنباله مطلب
صفحه ۵۵	دنباله مطلب
صفحه ۵۶	انگلیسی
صفحه ۵۷	انگلیسی
صفحه ۵۸	انگلیسی
صفحه ۵۹	انگلیسی
صفحه ۶۰	انگلیسی

ماهنامه پژواک از سری انتشارات شرکت پژواک صاحب امتیاز و مدیر مسئول: افلیا پرویزاد

شماره تلفن: ۰۲۲۱-۸۶۲۴ (۴۰۸)

شماره فکس: ۰۲۲۱-۶۹۳۳ (۴۰۸)

آدرس مکاتبه با نشریه پژواک:

PO BOX 9804,

SAN JOSE, CA 95157

مسئولیت صحت و سقم آگهی ها با صاحبان آگهی می باشد. شرکت پژواک هیچگونه مسئولیتی را در این مورد نمی پذیرد. استفاده از طراحی های این نشریه بدون اجازه کتبی از شرکت پژواک (حتی برای صاحبان آگهی) غیر قانونی می باشد. ماهنامه پژواک در انتخاب، حک و کوتاه کردن و اصلاح مطالب آزاد است. نظریه های مقالات لزوماً عقاید مسئولین پژواک نمی باشد. مسئولیت نظریه ها به عهده نویسندگان می باشد.

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

Pezhvak was compiled as carefully as possible. Pezhvak of Persia can not guarantee the correctness of all information contained herein and does not accept responsibility for any errors or omissions.

انتقاد معاون امور زنان رئیس‌جمهور ایران از امکان قانونی ازدواج با فرزندخوانده

شهیندخت مولاوردی، معاون رئیس‌جمهور ایران در امور زنان و خانواده، می‌گوید امکان قانونی ازدواج فرزندخوانده با سرپرستش روابط خانوادگی را خدشه‌دار می‌کند و به موجب آن زمینه "سو، استفاده برخی افراد" فراهم می‌شود.

بی بی سی: خانم مولاوردی پیش‌بینی کرده این قانون موجب کاهش تمایل خانواده‌ها به پذیرش سرپرستی کودکان دختر بی سرپرست بشود. او در انتقاد از امکان ازدواج فرزندخوانده

و سرپرستش گفته: "مگر چند درصد از خانواده‌ها با چنین مشکلی مواجه بوده‌اند که قانون‌گذار در پاسخ به نیاز آنان، موضوع ازدواج سرپرست با فرزند خوانده را برجسته کرده و



قالب قانونی به آن داده است؟" ماه گذشته شورای نگهبان قانون "حمایت از کودکان بی سرپرست و بدسرپرست" را که پیشتر به تصویب مجلس ایران رسیده بود به تأیید نهایی رساند. تبصره ماده ۲۷ این قانون به سرپرستان کودک این اجازه را می‌دهد که با اجازه دادگاه با کودکی که به

بتواند خانواده ای سالم را شکل بدهد. این تبصره منزه بودن قانون را زیر سوال می برد در حالی که قانون قرار است فرهنگ سازی را تسهیل کند.

بحث مادر بودن و پدر بودن و تغییر آن به زن و شوهر مسئله‌ای است که نگرانی بسیاری از کارشناسان را به همراه داشته است و به اعتقاد فعالان حقوق کودک، باید به جای قانونی کردن این مسئله، باید این پدیده را غیرقانونی اعلام کرد. براساس نظر این افراد این مسئله با اینکه در قدیم در برخی جوامع وجود داشته اما در دنیای مدرن جایگاهی ندارد و باید از راههای مختلف با چنین مسئله ای برخورد کرد.

دیناله مطلب در صفحه ۸۰

قانون ازدواج فرزند خوانده با سرپرست در ایران بحث آفرین شد

قانون ازدواج فرزندخوانده با سرپرست بنا به رای دادگاه، در مجلس ایران به تصویب رسید. یک عضو کمیسیون اجتماعی مجلس ایران گفته است این تصمیم امکان سو استفاده از کودکان را از بین می‌برد. البته، شورای نگهبان هنوز در خصوص این قانون نظر نداده است.

شورای نگهبان است. فرزندخواندگی یک رابطه حقوقی است که بر اثر پذیرفته شدن کودکی به عنوان فرزند، از جانب زن و مردی شکل می‌گیرد؛ بدون آنکه پذیرندگان کودک، پدر و مادر واقعی او باشند. مطابق قانون حمایت از کودکان بدون



رادیو فردا: امیر حسین قاضی زاده، عضو کمیسیون اجتماعی مجلس با اشاره به اینکه در گذشته فرزندخوانده بدون هیچ شرط و محدودیتی می‌توانست با سرپرست خود ازدواج کند، به خبرگزاری مهر گفت: "براساس ماده ۲۷ لایحه جدید حمایت از کودکان و نوجوانان

بی سرپرست و بدسرپرست؛ ازدواج فرزند خوانده با سرپرست، در صورت صلاحدید دادگاه امکانپذیر است و با این محدودیت امکان سوء استفاده از کودکان وجود ندارد."

این عضو کمیسیون

اجتماعی مجلس نیز با تأکید بر حمایت از حقوق فرزندخواندگان گفت: "ما به لحاظ شرعی نمی‌توانیم این شکل ازدواج را ممنوع کنیم اما می‌توانیم مصلحت فرزند خوانده را در نظر بگیریم"

آقای قاضی زاده همچنین گفت هر حکمی که به نظر بد می‌رسد را نمی‌توان ممنوع کرد اما می‌توان محدودیت گذاشت تا با توجه به اینکه فرزند خوانده قیم و سرپرست ندارد حاکم شرع قیم او می‌شود و اگر مصلحت نباشد ازدواجی انجام نخواهد شد.

به موجب مصوبه مجلس، ازدواج در زمان حضانت و بعد از آن بین سرپرست و فرزند خوانده ممنوع است مگر اینکه دادگاه صالح پس از اخذ نظر مشورتی سازمان بهزیستی، این امر را به مصلحت فرزند خوانده تشخیص دهد. هر چند

این قانون پیش از این در سال ۱۳۹۱ بدون تبصره نظر دادگاه با این مضمون "ازدواج در زمان حضانت و بعد از آن بین سرپرست و فرزند خوانده ممنوع است" به شورای نگهبان ارسال شد، اما شورای نگهبان به این قانون ایراد گرفت و مجلس با اضافه کردن این بخش آن را مجدد تصویب کرده و در انتظار رای

روی دیگر این سکه این است که مادری که به پسرخوانده خود به عنوان همسری نگاه کند بسیار دور از انتظار است که



Mahin Beauty Lounge

اولین و تنها مرکز تخصصی ابرو در بی اریا

دستکاری غلط و نابجایی ابروها حتی صورت جذاب شما را نابینا می‌کند، اما دست هنرمندانه یک متخصص می‌تواند تغییرات حیرت انگیزی در چهره شما ایجاد کند.

لطفاً Mahin Beauty Lounge را در Facebook و Yelp ببینید

(408)606-8989

Neighborhood:
Willow Glen



1465 Bird Ave, San Jose, CA 95125

کودکان قربانی انفجار مین در مریوان

ماه گذشته در روستای نشکاش از توابع شهرستان مریوان یک مین کاشته شده در پادگان متروکه سپاه موجب زخمی شدن هفت کودک ۸ تا ۱۰ ساله شد.



همچنان وجود دارند و این در حالی است که مسئولان هیچ هشداردی به عموم مردم در مورد این مین‌ها نداده‌اند.

بی بی سی: در این انفجار یکی از کودکان به نام گشین کریمی یک پای خود را از دست داد. این گروه از کودکان برای بازی به نزدیکی پادگان متروکه ای رفته بودند که در دوران جنگ ایران-عراق توسط سپاه مین‌گذاری شده بود، اما پس از جنگ فکری به حال مین‌های کشته‌شده، نشده بود. مین‌های کشته‌شده در اطراف این پادگان

شمار معتادان در ایران به سه و نیم میلیون نفر افزایش یافته است

رسول خضری، عضو هیئت رئیسه کمیسیون بهداشت و درمان مجلس ایران گفت آمار معتادان در این کشور به سه و نیم میلیون نفر افزایش یافته که "نشان دهنده نبود موفقیت در حوزه بهداشت و روان است."

خضری به خبرگزاری خانه ملت گفت: "اعتیاد بیش از ۲۰ هزار میلیارد تومان به جامعه تحمیل می‌کند که این رقم تقریباً



معادل کل اعتبارات وزارت بهداشت است."

به گفته وی از میان سه و نیم میلیون معتاد در ایران، "تنها ۲۰ درصد معتادان که حدود ۷۰۰ هزار نفر هستند به مراکز درمانی مراجعه می‌کنند که با این احتساب حدود ۸۰ درصد

از معتادان هیچ‌گاه به مراکز درمانی مراجعه نمی‌کنند."

این نماینده مجلس ایران افزود: "حدود

دستگاه‌ها به حدی است که طی دو روز گذشته اکثریت زندانیان به دلیل سردرد و تهوع شدید، حال جسمانی بدی دارند. این گزارش افزوده است که خانواده‌های این

دستگاه‌ها به حدی است که طی دو روز گذشته اکثریت زندانیان به دلیل سردرد و تهوع شدید، حال جسمانی بدی دارند. این گزارش افزوده است که خانواده‌های این

این وضعیت از راه‌های دیگر اقدام می‌کنند. به نظر می‌رسد نصب دستگاه‌های پارازیت موبایل در زندان رجایی شهر برای مقابله با در قرار گرفتن احتمالی موبایل در دست زندانیان باشد. مسئولان



زندان قصد دارند مانع از ارتباط احتمالی زندانیان سیاسی با فضای خارج شوند.

زندانان ضمن ابراز نگرانی از آسیب‌ها و تاثیر این پارازیت‌ها و احتمال ابتلا به

اعدامی زنده‌مانده باید دوباره اعدام شود

صادق لاریجانی، رئیس قوه قضائیه از پیشنهاد عفو مرد اعدامی که به تازگی در بجنورد پس از اجرای حکم اعدام، زنده ماند، خبر داد اما گفت به لحاظ حقوقی و فقهی وی باید دوباره اعدام شود.

سلب الحیات است موجب سلب نشده باشد که در این صورت فرد باید اعدام شود مگر این‌که بتوان فرض کرد شخص واقعاً سلب حیات شده باشد و در اثر پدیده‌ای نادر و خاص به حیات برگشته باشد، که این فرض به لحاظ فقهی و حقوقی محتاج

به گزارش خبرگزاری کار ایران (ایلنا) لاریجانی بحث‌های مطرح شده در این باره را "غیر فنی و غیر مرتبط و ناآگاهانه" دانست و گفت: "اما به لحاظ عاطفی یکی از راه‌های برخورد با فرد اعدامی که مرگ را به چشم دیده و



تأمل خاص است."

صادق لاریجانی در بخش دیگری از سخنان خود به انتقادهای از قوه قضائیه ایران مبنی بر افزایش اعدام‌ها و اعدام برای جرایم کوچک، پاسخ داد و گفت: "قوه قضائیه حداقل اعدام‌هایی را که در قانون لحاظ شده به اجرا می‌گذارد و حتی در بسیاری موارد اجرای این حکم را به تعویق می‌اندازد."

وی افزود: "در کشورهای جنوب شرقی آسیا حتی برای پنج گرم هروئین افراد را به اعدام محکوم می‌کنند اما با وجود تمام مشکلات مربوط به عواقب سوداگری مرگ، در ایران این قبیل احکام در حداقل قرار دارد." ایران پس از چین بالاترین تعداد اعدام‌ها در جهان را دارد.

شادندی را تحمل کرده است عفو است و چنین فردی که دارای وضعیتی خاص است می‌تواند مورد لطف و عفو نظام اسلامی قرار گیرد و اینجانب به لحاظ عاطفی قطعاً این کار را خواهم کرد."

صادق لاریجانی در همین حال افزود: "متأسفانه در کنار این بحث عاطفی، بحث‌هایی حتی از جانب برخی حقوقدانان مطرح شده است که چندان درست نیست چرا که اعدام در واقع به معنی سلب الحیات است و اگر به مقتضای دقیق تعابیر قانونی بخواهیم عمل کنیم باید از کسی که حیاتش باقی مانده است سلب حیات شود."

رئیس قوه قضائیه ایران همچنین گفت: "گاهی ممکن است به هر دلیل، دار کشیدن که ابزار و مقدمه مجازات اعدام یا همان

وخامت وضعیت جسمی زندانیان سیاسی رجایی شهر در پی نصب دستگاه‌های پارازیت

نصب دستگاه‌های پارازیت امواج موبایل و خط شکن در زندان رجایی شهر امنیت سلامت زندانیان سیاسی این زندان را به خطر انداخته است. خانواده‌ها اعتراض خود را به مراجع قضایی خواهند رساند

این گزارش، خانواده‌های زندانیان سیاسی رجایی شهر گفته‌اند که شدت امواج این

به گزارش سایت "کلمه" از چند هفته پیش ریاست زندان رجایی شهر اقدام به نصب

آمریکاییان، خواهان قانونی شدن ماری جوانا

انتشار نتایج یک نظرسنجی تازه از شهروندان آمریکایی نشان می‌دهد که برای نخستین بار طی سال‌ها، بیش از نیمی از آمریکاییان با قانونی شدن ماری جوانا موافقت می‌کنند.

این نظرسنجی که توسط موسسه معتبر گالوپ انجام و منتشر شده، حاکی از آن است که ۵۸ درصد آمریکاییان طرفدار قانونی شدن ماری جوانا هستند که ۸ درصد از شمار موافقان دو سال پیش بیشتر است. این در حالی است که نخستین نظرسنجی رسمی گالوپ در سال ۱۹۶۹ نشان داد که تنها ۱۲ درصد از شهروندان آمریکا با قانونی شدن ماری جوانا موافق بودند. دو ایالت کلرادو و واشنگتن استفاده تفریحی از ماری جوانا را در نوامبر ۲۰۱۲ قانونی کردند. در این حال، در پایتخت آمریکا و حدود ۲۰ ایالت این کشور مصارف درمانی ماری جوانا و استفاده از آن را به عنوان دارو آزاد است. به گفته گالوپ، نتایج این پژوهش ممکن است به سبب تغییر استانداردهای اجتماعی و عادی تر به نظر رسیدن مصرف ماری

ماری جوانا باشد. در حالی که برای قانونی شدن استفاده از ماری جوانا پافشاری می‌کنند، معتقدند که مجاز کردن و مالیات بستن به ماری جوانا به سود اقتصاد آمریکاست. موسسه گالوپ این نظرسنجی را از سوم تا ششم اکتبر (ماه جاری میلادی) انجام داده است. بر ما ببخشید. مقامات جمهوری اسلامی دلیل حمایت از افزایش جمعیت را لزوم نیروی کار فعال برای تامین نیازهای کشور و حمایت از نسل پیرتری دانسته‌اند که خود قادر به ادامه فعالیت و تامین زندگی نیست. این در حالیست که برخی کارشناسان به نبود منابع و زیرساختهای کافی در کشور برای افزایش بی رویه جمعیت اشاره می‌کنند و پیامدهای این سیاست را بحران‌های اجتماعی و افت چشمگیر رفاه و آموزش همگانی می‌بینند.

آموزش و ارائه وسایل پیشگیری از بارداری در ایران متوقف شده است

علی سنگی، مدیرکل سلامت خانواده و جمعیت ایران می‌گوید که وزارت بهداشت دیگر به زوج‌های جوان آموزش پیشگیری از بارداری نمی‌دهد و وسایل پیشگیری عرضه نمی‌کند. به گفته او در قانون جدید که در مجلس در دست بازنگری است برای هر خانواده ایرانی سه فرزند در نظر گرفته شده است.

دکتر سنگی گفت که حسن قاضی زاده، وزیر بهداشت ضرب‌الاجل ۱۰۰ روزه‌ای را برای اجرای سیاست‌های جدید جمعیتی تعیین کرده و در قانون جدید که در مجلس در حال بازنگری است، نرخ کلی باروری در کشور به طور متوسط ۲.۵ دیده شده است، یعنی هر خانواده ایرانی سه فرزند داشته باشد. مدیرکل سلامت خانواده و جمعیت ایران

همچنین گفت که توجه وزارت بهداشت از تنظیم خانواده به "باروری و فرزندآوری" تغییر کرده و اولویت این وزارتخانه "فاصله گذاری مناسب برای داشتن فرزند قبل از سنین ۳۰ سالگی" است. دکتر سنگی تایید کرد که از سال پیش وسایل پیشگیری در خانه‌های بهداشت ارائه نمی‌شود



و حتی عرضه وسایل پیشگیری به مادران شیرده در خانه‌های بهداشت متوقف شده است: "رویکرد ما ترویج شیردهی بین مادران به ویژه در ۶ ماهه اول نوزاد است." او افزود ارائه خدمات پیشگیری از بارداری برای افراد پرخطر ادامه پیدا می‌کند و اگر مادر شیرده "الزام" به پیشگیری داشته باشد، خدمات به او ارائه خواهد شد. سیاست جدید در حالی اعمال می‌شود که سیاستهای کنترل جمعیت ایران در دو دهه

بهداشت جایزه گرفت.

در سالهای اخیر محمود احمدی نژاد رئیس جمهور سابق از نیاز به افزایش زاد و ولد و رساندن جمعیت به ۱۰۰ تا ۱۲۰ میلیون نفر سخن گفت. احمدی نژاد در سالهای آخر ریاست جمهوری خود مکرر این نظر را تکرار کرد که ایران قابلیت داشتن ۱۵۰ میلیون جمعیت را دارد و شعار دو بچه کافی است، "سیاستی غربی و غلط است."

Advantage in Learning LLC

تدریس خصوصی و گروهی
دروس ریاضی و فیزیک

تحت مدیریت ایمان لاله پرور - برای تمام سنین



Iman Laleparvar
MS Electrical Engineering
UCLA Graduate

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

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

Johns Hopkins University MBA Candidate

Faculty member at West Valley College, Dep. of Engineering

(408)605-9493 www.advantageinlearning.com

دکتر میشل حق پناه

متخصصی در دندانپزشکی اطفال - کودکان - نوجوانان



"Healthy smiles start here"



*روش‌های پیشگیری * رژیم غذایی * درمان با استفاده از داروهای آرامش بخش
و یا تحت بیهوشی کامل * بیماری‌های لثه کودکان * درمان‌های اورژانسی

*Preventive Dentistry *Sedation & General
Anesthesia *Special Care Patient Management

(408)866-3000

Dr. Michelle Haghpanah, D.D.S., M.P.H.

1480 Saratoga Ave., Saratoga, CA 95070

«افزایش قیمت» مواد خوراکی و غیر خوراکی در ایران

گزارش برخی از خبرگزاری‌ها و روزنامه‌ها در ایران حاکی از افزایش قیمت مواد خوراکی و غیر خوراکی است.

خبرگزاری مهر به نقل از گزارش بانک مرکزی نوشت که در دوره منتهی به ۱۹ مهر سال جاری، قیمت ماست، کره و شیر پاستوریزه، تخم مرغ، برنج، برخی انواع میوه، سبزیجات، گوشت مرغ و چای افزایش یافته است.



به تازگی خبرگزاری ایسنا در گزارشی به نقل از مشاور مدیر عامل صنایع شیر ایران آماده کردن حداقل امکانات گرمایشی در بسیاری از مدرسه‌ها را ندارد. فریبرز اسمعیل‌زاده، مدیرکل نوسازی مدارس آذربایجان غربی به خبرگزاری فارس گفت: «در حال حاضر با کمبود ۵ هزار کلاس درس جدید در استان مواجه هستیم.»

به گزارش روابط عمومی وزارت آموزش و پرورش مرتضی رئیسی، ۱۵ مهرماه سال جاری گفت: «سال گذشته نیز برای حذف کلاس‌های کپری در استان سیستان و بلوچستان تلاش‌های زیادی صورت گرفت و ۱۰۰۰ کلاس درس پیش‌ساخته و ثابت به این منطقه ارسال شد اما به دلیل جابه‌جایی جمعیت به طور مجدد کلاس‌های درس کپری در این منطقه ایجاد شد.»

به رغم این وضعیت، فرد پیشنهادی دولت «تدبیر و امید» برای تصدی وزارت آموزش و پرورش در دیدار دوم آنان خود با مدیران این وزارتخانه از آنها می‌خواهد در مدرسه‌های درحال ساخت حتماً «محلی برای نمازخانه» اختصاص دهند و تاکید می‌کند «مکان این نمازخانه‌ها باید طوری باشد که تبدیل به کلاس درس نشود.»



دکتر تینا نفاعی

کایروپراکتور

معالجه تصادفات رانندگی، کاری و ورزشی

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

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

www.drnafaei.com

اکثر بیمه‌های درمانی پذیرفته می‌شود!

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

سرپرست وزارت آموزش و پرورش خواستار "محرم‌سازی" مدارس دخترانه شد

علی اصغر فانی به مدیران سازمان نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس کشور توصیه کرد مدرسه‌های دخترانه را "محرم‌سازی" کنند. در این طرح دیوار مدرسه باید آنگقدر بلند باشد که از ساختمان‌های اطراف نشود حیاط مدرسه را دید.

علی اصغر فانی، سرپرست وزارت آموزش و پرورش و گزینه پیشنهادی حسن روحانی برای این وزارتخانه، در گردهمایی مدیران کل ستادی و اجرایی سازمان نوسازی، توسعه و تجهیز مدارس کشور، با اشاره به "اشراف ساختمان‌های پیرامونی" بر ضرورت "محرم‌سازی" مدرسه‌های دخترانه تاکید کرد.

به گزارش خبرگزاری فارس فانی توصیه می‌کند این کار "با رعایت حفظ آرامش زنگ ورزش را مختل نکند." **طرح‌هایی برای اجرا نشدن** با توجه به کمبود شدید بودجه آموزش و پرورش که سابقه‌اش از طرح‌های شاداب و محرم‌سازی طولانی‌تر است، نه تنها مدرسه‌های مورد نظر علی‌احمدی ساخته نشد که استتار ۹۰ درصد مدرسه‌های موجود نیز همچنان بلا تکلیف مانده است. حمیدرضا حاجی بابایی، جانشین علی‌احمدی یک سال پس از ارائه پیشنهاد



و آزادی دانش‌آموزان در محیط مدرسه انجام شود. مسئولان جمهوری اسلامی ادعا می‌کنند اجرای این طرح باعث ایجاد نشاط در مدرسه‌های دخترانه می‌شود.

مدرسه‌های اندرونی و بیرونی

طرح یاد شده حدود ۱۴ سال پیش زیر عنوان "طرح شاداب‌سازی مدارس دخترانه" مطرح شد و دوران وزارت علی‌رضا علی‌احمدی تغییر نام داد. علی‌احمدی، باجناب محمود احمدی‌نژاد و از همکاران او در شهرداری تهران است که در دولت نهم وزیر آموزش و پرورش شد.

طرح شاداب‌سازی در ابتدا به صورت افزایش ارتفاع دیوار تعدادی از مدرسه‌های دخترانه آغاز شد و در دولت نهم به ایده‌ی تغییر در معماری مدرسه‌های نوساز برای دختران "تحول" پیدا کرد. با گذشت این سال‌ها هیچ یک از این طرح‌ها به طور کامل به اجرا درنیامده است. علی‌احمدی اسفند ماه سال ۸۷ گفته بود: «معلمان و دانش‌آموزان باید در این مدارس از آزادی عمل برخوردار باشند و مدارس ما باید ساختار اندرونی و بیرونی داشته باشد و ورود افراد متفرقه به مدارس نباید فعالیت‌های آن همچون

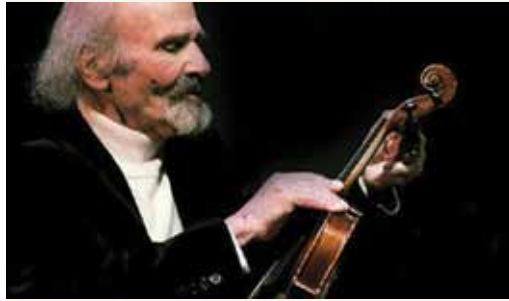
او برای ساخت مدرسه‌های دارای اندرونی و بیرونی به خبرگزاری ایلنا گفت: «برای انجام طرح محرم‌سازی در مدارس دخترانه احتیاج به هزینه‌های زیادی داریم و تامین این هزینه‌ها کار مشکلی است.» مهربی سویزی مدیر کل امور زنان وزارت آموزش و پرورش پس از ارائه طرح علی‌احمدی به خبرگزاری ایلنا گفته بود: «رعایت اندرونی و بیرونی فضای آموزشی که متأسفانه بازتاب منفی در برخی رسانه‌ها داشته، یک طرح پویا، بالنده و متریقی است.»

هزار میلیارد تومان هزینه استتار در سال ۸۸ هزینه استتار هر مدرسه بین ۱۰ تا ۲۰ میلیون تومان برآورد می‌شد. مرتضی رئیسی، رییس سازمان نوسازی و معاون عمرانی وزارت آموزش و پرورش ۲۴ شهریور ۹۰ درباره هزینه محرم‌سازی کل مدرسه‌های دخترانه به روزنامه شرق گفت: «برآورد اولیه ما رقمی حدود ۸۰۰ میلیارد تومان تا یک هزار میلیارد تومان است.»

محمود ذوالفقون، نوازنده و مدرس ویولن، در آمریکا درگذشت

رادیو تا سال ۱۳۵۴ ادامه داشت. او در سال ۱۳۵۵ به آمریکا مهاجرت کرد. به نوشته خودش، «برای آن که در زمینه موسیقی کار مداومی داشته باشم، به فراگیری زبان انگلیسی پرداختم و در ارکستر وابسته به همانجا به نوازندگی مشغول شدم و بعدا در

پدر او، حبیب ذوالفقون سازنده و نوازنده تار بود و برادرش کلیک جلال از نوازندگان بنام سه تار و از شاگردانش بود. محمود ذوالفقون متولد آباده بود و پس از دریافت گواهی شش ساله ابتدایی به اتفاق پدرش راهی شیراز شد و از کلاس



های دو تن از معلمان موسیقی مدارس آنجا بهره مند شد. او در سال ۱۳۲۳ راهی تهران شد و در هنرستان موسیقی و رادیو ایران در دوره های آموزش تکنوازی ویولن، سلفژ و تئوری

سن دیه گو به تدریس خصوصی پرداختم. در سال های بعد که تعداد مهاجران ایرانی در آمریکا رو به افزایش گذاشت، تعداد شاگردان او نیز بیشتر شد.

از شاگردان محمود ذوالفقون می توان به فرید فرجاد (نوازنده ویولن)، مرضیه و حافظ مدیر (استاد موسیقی در دانشگاه سانفرانسیسکو) اشاره کرد. فرزندان او نیز که هر یک سازی می زنند، در اجرای کنسرت های او در آمریکا همراهی اش می کردند. از او آلبومی به نام «نقد صوفی» در آمریکا منتشر شده است.

محمود ذوالفقون که به نت کردن آهنگ های محلی ایران علاقمند بود، مجموعه ای از این نت ها فراهم کرده بود و می گفت «منتظر گشایش مالی یا وسیله دیگری هستم که به چاپ آنها اقدام شود.»

موسیقی شرکت کرد. آقای ذوالفقون سپس به عضویت ارکستر انجمن موسیقی ملی (به رهبری روح الله خالقی) در آمد و به نوشته خودش، گاهی برای فراگیری گوشه های موسیقی از کلاس ابوالحسن صبا هم استفاده می کرد.

محمود ذوالفقون در شرح زندگی خودش در توضیح دلیل علاقمندی اش به موسیقی کلیک نوشته: «نخستین پایه علاقه من به موسیقی شنیدن ساز پدرم (تار) هنگام تدریس به شاگردانش بود. بعدها من هم در سلک همان شاگردان درآمدم و به خوبی به خاطر دارم که نخستین درس با تار در دستگاه شور و با وزن کرشمه بود. همه دروس به شیوه معمول آن دوره، سینه به سینه بود.»

فعالیت رادیویی او تقریباً از اوایل تاسیس

استیون هاوکینگ: زندگی ابدی ممکن است

استیون هاوکینگ، کیهان شناس برجسته و دانشمند سرشناس بریتانیایی، در تازه ترین سخنانش خود در حاشیه اکران فیلم مستندی درباره زندگی خود گفت که حیات پس از مرگ «افسانه» است، وی در عین حال زندگی ابدی بشر را از طریق «کپی کردن مغز بر روی رایانه» ممکن دانست.

تهدید مرگ زودرس زندگی کرده است. حدود ۶۲ سال پیش، پزشکان معالجه هاوکینگ اعلام کرده بودند که وی تنها «دو الی سه سال» دیگر زنده خواهد ماند.

نویسنده کتاب «تاریخچه مختصر زمان» در ادامه با طرح موضوع امکان زندگی ابدی بشر به کمک علم افزود: «فکر می کنم مغز مانند یک برنامه در ذهن است که آن نیز شبیه به



به گزارش خبرگزاری رویترز، هاوکینگ ۷۱ ساله اوایل هفته جاری در اظهار نظری دیگر گفته بود که به باور او بیماران دچار امراض غیرقابل درمان این حق را

رایانه عمل می کند. از این رو، از دیدگاه نظری این امکان وجود دارد که مغز را روی رایانه کپی کرد و نوعی از زندگی پس از مرگ را به وجود آورد. «هاوکینگ در عین حال اذعان کرد که چنین چیزی هم اینک «ورای توانایی ها و وسعت [کنونی] دانش بشری است.»

دنباله مطلب در صفحه ۵۲

دارند که به خواست خود به زندگی شان پایان دهند، مشروط بر این که اقدام های لازم برای اطمینان از خواست واقعی این بیماران انجام شود. این نابغه سرشناس که در نتیجه ابتلا به عارضه اسکروز جانبی آمیوتروفیک از ۲۱ سالگی دچار فلج کلی شده است، می گوید سراسر عمر خود را با

تسلیت

مرگ استاد ذوالفقون گروهی عظیم از عاشقان موسیقی اصیل ایرانی را سوگوار کرد. نامش بلند باد و یادش گرمی. دکتر مه جبین و مسعود سپند

تسلیت

سرکار خانم ذوالفقون و خانواده محترم، خبر شنیدن درگذشت استاد محمود ذوالفقون بسیار ما را متاثر کرد. این فاجعه را به سرکار عالی، جامعه هنری و تمامی هم داغداران آن عزیز تسلیت عرض می کنیم.

افلیا و اردشیر پرویزاد-شرکت پژواک

کامران پورشامی

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

Kamran Pourshams

Experienced Professional Realtor

Residential, Commercial, Property Management

Proven Insights. Proven Results.

DRE# 01066478

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

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

Experienced Agent in Short Sale & Bank Owned Properties

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

Res: (408)879-9343 Bus: (408)369-2000
 Dir: (408)369-2020 Cell: (408)781-1200

419 E. Hamilton Ave., Campbell, CA 95008

برای این دوست بگیرد و باز هم تلفن باران شدم که استاد بزرگ ادب پارسی، شاعر زمین و زمان، کجا هستید! بیائید سخنرانی کنید. من آنقدر گرفتار شش و بش زندگی خودم بودم که نمی توانستم بروم و به دوستی گفتم ترا بخدا برو بگو گرفتار است و نمی تواند بیاید و در این مراسم شرکت کند. دوستم که انسان خیری است با نهایت مهربانی به او می گوید آقای سپند گرفتار است و بهتر است که بجای ایشان حضرت آقای (فلانی) را که بسیار سخنورتر از سپند است بگویند بیاید و صحبت کند. آن خانم هم با نهایت خشم فریاد می زند که آخه آقای (فلانی) پول می گیرد و ببینید چه حالی بمن دست داد وقتی این نامهربانی را از آن خانم شنیدم.

این بالا را که به سر خودم آمده تعریف کنم و از خیر این مقاله بگذرم. دوستی داشتم بسیار مهربان، اهل دل، اهل وطن، اهل مبارزه، تا اینکه سنش از هشتاد گذشت و در جنوب کالیفرنیا به ابدیت پیوست. دخترش زنگ زد که آقای سپند پدرم عاشق شما بود و خیلی اشعار شما را دوست داشت و زیر لب زمزمه می کرد. خلاصه آنقدر پیروز لای پالان بنده گذاشت که راه افتادم به جنوب و در دفن یار عزیز و مهربان شرکت کردم. اگر چه این خانم حتی این تعریف های نادرست را از من نمی کرد باز هم می رفتم و باتمام وجود در خدمتش بودم، اما خب تعریف این خانم چرب ترش کرد. به خیر و خوشی دوست عزیزم دفن شد و بازگشتم، تا اینکه دختر خانم ایشان برگشت و تصمیم گرفت مجلس دیگری

من از تبار

خراب و خسته ز کردار نابکارانم
اسیر زخمی ی میدان کار زارانم
قرار رفته ز کف های بی قرارانم
بلور شبنم رنگین آبشارانم
وحشت شب های تیربارانم
غبار گم شده در یاد روزگارانم
به پیش خویش زانبوه شرمسارانم
شراب ریخته برخاک شاد خوارانم

من از تبار بلا دیده یادگارانم
درفش خونی تاریخ می کشم بر دوش
به خسته خانه ی دریا دلان گذر دارم
به سنگ کوفته ام سر ز دوری خورشید
جگر خراشترین مویه پیش رو دارم سکوت
سراب نیز در اندیشه ام نمی گنجد
زسر بلندی خود لاف می زنم اما
به سینه سوخته گان مرهم است شعر(سپند)

یک سینه سخن

مسعود سپند



تاجم نمی فرستی تیغم به سر من

مرهم نمی گذاری زخم دگر من
(استاد همائی)

جان کی به من پول می دهد؟!.. کی به من کمک کاری می کند؟!.. کی هست این گروه و دسته که من آنها را نمی شناسم... و قلبش بدر میاید و می گوید هیچکس و یا هیچ سازمانی تا به امروز و تا زمانی که پژواک در کار است به این مجله هیچگونه کمکی، چه از نظر مالی و یا چه از نظر کاری نکرده به غیر از نویسندگان که لطف می کنند و مطلب می نویسند و آگهی دهندگان که آنها هستند تا با حمایت مالی باعث چاپ هر ماهه این مجله می باشند.

و بهمین علت نشریه پژواک بخاطر نداشتن بودجه برای مدتی تعطیل شد تا اینکه یکی دوتن گفتند: اقلیا این نشریه را راه بینداز و ما هم کمک مالی می کنیم. اما اقلیا گفت کمک مالی نمی خواهم. فقط به من آگهی بدهید تا چرخ این ماهنامه که متعلق به مردم هست بچرخد. چرا که اگر در گذشته همه آگهی دهندگان بدهی های خود را داده بودند من (یعنی اقلیا) مجبور نبودم که ماشین خودم و پسرم را بفروشم تا بدهی های عقب افتاده پژواک را پرداخت کنم و آخرش هم ناچار شوم تا در پژواک را تخته کرده و با همه عشقی که به این نشریه داشتم و دارم آن را تعطیل کنم.

و اینجاست که من بیاد شعر زیبای استاد همائی می افتم که فرمود:
تاجم نمی فرستی، تیغم به سر من
مرهم نمی گذاری زخم دگر من
مرهم نمی نهی، به جراحت، نمک مپاش
نوشم نمی دهی به دلم بیشتر من
بر فرق اوفتاده، به نخوت لگد مکوب

سنگ ستم به طایر بی بال و پر من
گیرم تو خود ز مردم صاحب نظر نه ای
از طعنه تیر بر دل صاحب نظر من
این افراط و تفریطی که در وجود ما از صدها سال پیش رخنه کرده که یا زنگی زنگ یا رومی روم و یا سیاه یا سفید هیچوقت فکر نکرده ایم که بین سیاه و سفید رنگهای دیگری نیز هستند و بهتر است که گوشه چشمی هم به آن رنگ ها داشته باشیم. اگر چه بقول آن شاعر بهترین رنگ بیرنگی است ولی بهرحال شما را به اعتقادید که داری قسم می دهم زود قضاوت نکنید، سریع تصمیم نگیرید، دل مردمان را با کلامی سرد کننده بدرد نیاورید، ناخودآگاه به مردم توهین نکنید.

گفت: برنامه ات را دیدم خیلی خوب بود!
گفتم: خیلی ممنون لطف داری.
گفت: ببینم ماهی چند می گیری، هر برنامه چقدر پول بهت میدن؟!
گفتم: هیچی.
گفت: هیچی؟!
گفتم: ها بله

قدری فکر کرد و گفت: خب پس برای هر برنامه چقدر پول میدی؟!
گفتم: باز هم هیچی.

با کمال بی تربیتی گفت: اینکه نمیشه، باید به چیزی بگیری یا به چیزی بدی. نفس عمیقی کشیدم و گفتم: برادر برو خدا روزی ات را جای دیگری حواله کند. این طرز فکر تو هست، وگرنه بسیاریند کسانی که از جیب و از کار و از عرق جبین خود مایه می گذارند و آدمهایی مثل تو به قلبشان بیشتر می زنند و این بیشتر آنقدر دردناک و عمیق است که گاهی مایه ترکیدن دل می شود و نام آن سخته است؟! حالا شده حکایت این اقلیا خانم که او به کسی کاری ندارد اما برخی با نیش زبان، زهر بر جانش می ریزند و با نهایت نامردی نمک بر زخمش می پاشند.

برای دوستانی که اقلیا را نمی شناسند و برای نخستین بار این ماهنامه را ورق می زنند باید بگویم اقلیا هم مدیر و هم سردبیر و هم اداره کننده و هم صاحب امتیاز و هم پیشخدمت این نشریه است. چرا که در این غربت سرای بی کسی، کسی نیست که دست او را بگیرد و اگر یکی دوتن انسان پیدا می شوند، بعضی ها تلاش دارند آنها را از کرده خود پشیمان کنند.

ماجرا از این قرار است که در جائی که گویا (شاید جشن مهرگان) یا هر چیز دیگر برپا شده بود و این بانوی دلیر ایرانی میزی داشته و چند شماره پژواک را برای دیدن مردم گذاشته بوده، خانمی برای چند دقیقه نشریه را ورق می زند و طبق معمول ایرانی ها که اول تعریف می کنند و بعد نیش میزنند، اول گفته به به چه کاغذی، چه روی جلد قشنگی، چه رنگ های خوبی و چه محتویات پُر و آخرش می گوید: بله، باید از انجمن زنان تشکر کرد که نه تنها هزینه این نشریه را به شما می دهند بلکه در انجام کار نیز کمکتان هستند تا بتوانید این نشریه را به چاپ برسانید. اقلیا با تعجب دهانش باز می ماند که خانم

رستوران فیمس کباب



غذای هر ملتی بخشی از فرهنگ آن مردم است

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



کیتیرنگ کامل میهمانی و جشن های شما در سراسر شمال کالیفرنیا

رستوران فیمس کباب با افتخار از شما پذیرایی می کند.

(916)483-1700

www.famouskabob.com



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

با هادی خرسندی

www.asgharagha.com
hadikhorsandi@aol.com



دویستی های سیامک پورزند در اوین

«تهران. خبرگزاری کار ایران. سیامک پورزند، روزنامه نگار و فعال سیاسی گفت: با اطلاع مقامات بهداری اوین در حال انجام معالجات و درمان خود هستم. وی افزود: گزارش معالجات و گواهی پزشکان خود را به صورت دائم جهت استحضار مقامات زندان اوین به بهداری این زندان ارسال می‌کنم.»

سه سال پیش سیامک پورزند، روزنامه نگار و فعال سیاسی، خود را کشت. او در سال ۱۳۷۹، با پایمردی سردار قالیباف و موافقت رییس جمهور وقت، بازداشت و به ۱۱ سال زندان محکوم شد. در اعترافات تلویزیونی که از او گرفتند، نزدیکانش به سختی چهره او را بجا می‌آوردند! لکنت زبانی که از کودکیش داشت نیز بیشتر شده بود. شدت شکنجه های جسمی در زندان به حدی بود که پیش از پایان دوره محکومیت، او را از زندان به خانه اش فرستادند و در آنجا تحت نظر بود، تا اینکه طاقت زجر و بدبختی را نیاورد و در هشتاد سالگی خود را از پنجره به بیرون انداخت.

گزارش معالجات سیامک پورزند

به استحضار عالی میرساند ادامه دارد اینجا آزمایش نمیدانم چه بر من رفته کلا که هستم حامله مشغول زایش

مرا درد آمده مجرای ادرار نمیدانم چرا راهش گرفته اذیت کرده بودم بازجو را گمان دارم مرا آهش گرفته

به استحضار عالی میرساند وجود من مقاوم نیست ذاتا هر آنچه داشتم تعریف کردم اضافه نیز گفتم احتیاطا

ازین لکنت نشد راحت زبانه اگرچه کوشش بسیار کردم از آن شلاقزن شرمنده هستم که قدری دیرتر اقرار کردم

میبوده و چه مسئولیتی میداشته. در هر حال

یقین این مال قایم موشکی بود که بازی کرده ام در خردسالی به روی کله ام در عهد خردی هونگ افتاد از بالای گنجه الا ای بازرس های بشردوست دیس ایز نات مطلقا جای شکنجه

به استحضار عالی میرساند سرم بر روی گردن میخورد لقی گمانم سایدافتک مشت و مالی است که داده سابقا دلاک اسبق

گمانم رفته باشم زیر ماشین که له گشته تمامی وجودم بطوریکه به هنگام دوگانه شود قاطی رکوعم با سجودم

نمیدانم چرا چندی است اینجا مرتب میروم چشمم سیاهی گمانم جای «عینکذره بینی» زدم دودی به چشمم اشتباهی

اگر بهداری زندان کند لطف من آنجا چند مدت کار دارم اخیرا ریخته موی سر من به بهداری بیایم مو بکارم

هر آن لحظه ز رهبر یاد کردم وجودم سر به سر شوق و شمع شد به نام او مزاجم میکند کار به لطف او بیوست برطرف شد

به استحضار عالی میرساند ندارم هیچ از شخصی شکایت ز مجری های این برنامه دارم سپاس و قدردانی بی نهایت

به استحضار عالی میرساند که گوشم کر شده هردو چپ و راست گمان دارم که مال ثقل سرد است پربش با زیادی خورده ام ماست

نمیدانم خدایا چشم هایم چرا باید به این حد خسته باشد اگرچه بازجویان لطف کردند که در سلول، چشمم بسته باشد

امان از من بریده درد پایم نه رفعمش با مسکن شد نه آمپول فقط بی احتیاطی خودم بود زیادی راه رفتم توی سلول

به استحضار عالی میرساند دوتا از دنده هایم تو نشسته یقین اسکی که میکردهم به زندان زمین خوردم؛ ترک خورده، شکسته گهی در خواب می بینم که چیزی فرورفته به من تا بند آخر گمانم یادگار روزگار است که ما را تنقیه میکرد مادر

شبانه توی بستر میکشم جیغ ز حمله کردن شخصی خیالی

ژیلا بهناد

متخصص در ریشه یابی و حل

بحران های فردی، زناشویی و خانوادگی

Jila Behnad Marriage and Family Therapist

www.JilaBehnad.com



♦ خسته اید؟

♦ نگران و مضطرب هستید؟

♦ احساس افسردگی می کنید؟

♦ قدرت تصمیم گیری ندارید؟

♦ در ارتباط با همسرتان مشکل دارید؟

♦ احساس می کنید کنترل زندگی از دستتان خارج شده؟

شما لایق یک زندگی پر از عشق و شادی هستید

می توانید با من تماس بگیرید تا با کمک هم بهترین راه حل را برای مشکلاتان پیدا کنیم!

شما می توانید از جلسه های فردی، زوج و خانواده بهره ببرید!

(925)577-0671

اگر صحبت حضوری برایتان ممکن نیست،

می توانید از جلسه های تلفنی و یا اینترنتی استفاده کنید!

FINE HOMES REALTY



Mohamad Harandi

محمد هرندی

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

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



(408)605-1138

moeharandi@yahoo.com ♦ DRE#01183647 ♦ NMLS#332989

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



آغاز ساخت کامپیوتری مشابه با مغز انسان

دانشمندان در اروپا پروژه‌ای را آغاز کرده‌اند که قرار است طی آن کامپیوتری از روی مدل مغز انسان ساخته شود که نسبت به کامپیوترهای امروزی هزار برابر سریع‌تر باشد.

است در حدود ۸۰ مؤسسه علمی و دست کم ۲۰ نهاد دولتی در اروپا با این پروژه عظیم همکاری کنند. به نوشته «جان برندون»، از شبکه خبری «فاکس نیوز»، این پروژه که ۱.۶ میلیارد دلار آمریکا هزینه دربر خواهد داشت از تأمین مالی و سرمایه‌گذاری خوبی برخوردار است. دنباله مطلب در صفحه ۵۲

تاکید دارند که نمی‌توان همین فرضیه و نتیجه‌گیری را در مورد میزان تنوع گونه‌های ماقبل انسانی در نقاط دیگر، از جمله آفریقا، مسلم تلقی کرد.

مدافعان نظریه کم شاخ و برگ بودن شجره‌نامه ماقبل انسانی می‌گویند کشف مجموعه‌های با اندازه‌های مختلف در یک نقطه که نشان می‌دهد همه این جانداران از یک گونه واحد بوده‌اند ثابت می‌کند که در سایر بخش‌های جهان هم که مجموعه‌هایی با اندازه‌های مختلف کشف شده است همگی به یک گونه تعلق دارند.

راديو فردا: این پروژه که «پروژه مغز انسان» نام گرفته در ماه گذشته در سوئیس آغاز به کار کرد و بنا بر اطلاعاتی که بر روی وبسایت این پروژه ذکر شده قرار است از طریق مهندسی معکوس سلول‌های مغز الگویی برای کامپیوتر یادشده طرح‌ریزی کند. طی ۱۰ سال آینده قرار

مجموعه‌ای از استخوان‌ها که در سال‌های اخیر در گرجستان کشف شده نشان می‌دهد که مهاجرت از آفریقا بسیار زودتر از یک میلیون سال پیش شروع شده و انواع قدیمی و بدوی‌تری از گونه‌های ماقبل انسانی این مهاجرت را آغاز کرده‌اند.

اکنون حتی آن گروه از دانشمندان که معتقدند مسیر تکامل تا رسیدن به انسان امروزی شاخه‌های بسیار زیادی داشته با توجه به کشف‌های اخیر در گرجستان می‌پذیرند که حدود دو میلیون سال پیش تنها یک نوع از این گونه‌ها در این منطقه می‌زیسته است. ولی آنها در عین حال

کشف یک جمجمه یک میلیون و هشتصد هزار ساله

بنا بر گزارش‌ها، کشف یک جمجمه یک میلیون و هشتصد هزار ساله در گرجستان، ابعاد تازه‌ای از نحوه تکامل انسان را برای محققان روشن خواهد کرد.

می‌دهد که گروه‌های ماقبل انسانی با اندازه‌های گوناگون همزمان در یک نقطه می‌زیسته‌اند. پژوهشگران تاکنون به یک چنین موضوعی در مورد گونه‌های بسیار قدیمی برخورد نکرده بودند.

در عین حال این کشفیات یکی از دو نظریه متفاوت در مورد مسیر و چگونگی تکامل گونه‌های ماقبل انسانی را تقویت می‌کند که معتقد است شجره‌نامه این جانداران تا زمانی که به انسان تکامل



یافته‌اند بیشتر شبیه درختی کم‌شاخه است و نه یک پته پر شاخ و برگ.

خبرگزاری آسوشیتدپرس می‌افزاید که قبل از این کشفیات جدید اکثر پژوهشگران معتقد بودند که خروج گونه‌های ماقبل انسانی از قاره آفریقا و رسیدن آنها به نقاط دیگر جهان حدود یک میلیون سال پیش روی داده است. اما بررسی روی

به گزارش خبرگزاری آسوشیتدپرس این فسیل کاملترین نمونه از جمجمه گونه‌های ماقبل انسانی است که تاکنون کشف شده است. این جمجمه همراه با قطعات دیگر استخوان‌هایی که سابقاً در این مرکز

کشف شده‌اند قدیمی‌ترین شواهد از گونه‌های ماقبل انسانی را که از آفریقا خارج شده و با حرکت به سمت شمال در بخش‌های دیگر جهان پخش شدند در اختیار پژوهشگران قرار می‌دهد.

براساس گزارشی که از نتایج این کشف جدید در مجله علمی «ساینس» منتشر شده است کشف این استخوان‌ها نشان

هنرستان موسیقی نژاد



کلاس‌های خصوصی و گروهی

آموزش تمامی سازهای موسیقی (ایرانی و غربی)

برای رده سنی ۴ سال تا ۸۴ سال

شما نیز می‌توانید به گروه‌های موسیقی نوجوانان، جوانان و بزرگسالان در هنرستان موسیقی نژاد بپیوندید.

msnejad@aol.com

۷۸۶۴-۵۵۹-۸۰۸ (۴۰۸)

Ali Driving & Traffic School

کلاس‌های تعلیم رانندگی و ترافیک علی
برای بزرگسالان و نوجوانان

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

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

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

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

آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه‌ای

(408)370-9696 ♦ (408)394-5249

چشمان خود را ندارد. رفاه، آرمان او ست، زیرا که تنها در یک جامعه مرفه می تواند منزلت واقعی خود را بیابد. اما رفاه خواهی او، رفاه خواهی بساز و بیاندازها نیست. زیرا می داند اگر چنین شود، جانی اگر نه خود و یار و وطن، که دروغ می فروشد. چرا؟ که رفاه بساز و بیاندازها، همواره به بهای فقر اکثریت فراهم می شود.

یک روزنامه نگار خوب، هواخواه آن رفاهی است که جامعه ای کارآمد و رو به پیش می سازد. جامعه کارآمد، پل ها را چنان می سازد که وزن سنگین کامیون ها و قطارهای حامل مصالح ساختن پل های بعدی را صدها سال تاب بیاورند.

در مسیرهای روزانه خود، به یقین با موسسه هائی برخورد داشته اید که پس از یک یا دو سده نبیره ها و ندیده های موسساتشان آن

ها را اداره می کنند. چه چیزی جز تضمین کیفیت این موسسات را حفظ کرده است؟ یک روزنامه نگار خوب، زندگی اش را، مثل موسسات همین موسسه های چند نسل ماندگار پی می ریزد. او در پی کمیت نیست، بلکه کیفیت می آفریند تا ماندگار بماند. یک روزنامه نگار خوب، بر هنر صرفه جوئی در مصرف کلمات مسلط است. پس از روده درازی و انشاپردازی فاصله می گیرد تا به عصاره متن برسد. دنیاه مطلب در صفحه ۵۲

از آنچه امروز واقعیت روشن است، فردا می تواند به ضد واقعیتی تیره تبدیل شود. زندگی را لحظه به لحظه می پیماید، اما می داند که در گذاره لحظه به ثانیه، ثانیه به دقیقه، دقیقه به ساعت، ساعت به روز و روز به هفته و ماه و سال است که می توان به چیزی باور کرد یا شک داشت.

یک روزنامه نگار خوب می داند که اعتبار ساختنی است، نه خریدنی. که اعتبار خریدنی رفتنی است و اعتبار ساختنی



ذوب می کند، تا به جوهر برسد. و چون به جوهر رسید، دست کم بعضی از چیزهائی که می نویسد، به اعماق می رود. یک روزنامه نگار، نه جهانگرد که جهان بین

پایدار. او می داند که اعتبار خریدنی را در پستی قدرت می توان خرید و در مزار قدرت باید به خاک سپرد. اما اعتبار ساختنی را، نه می خردند که بفروشدند و نه در حیاط خلوت قدرت به دنیا می آورند تا مرگ و حیاتش بسته به قدرت باشد. او بی گمان فقر را دوست ندارد، اما بر فرش ابریشمین قدرت نمی نشیند تا بیمناک آن لحظه ای باشد که تاج خار بر سر، در برابر آیینه می ایستد و توان نگرستن در

او در هیچ نگرش و آئین و جذائیتی ذوب نمی شود، بلکه همه نگرش ها و آئین ها و جذائیت ها را، در اندیشه و زبان خود

ذوب می کند، تا به جوهر برسد. و چون به جوهر رسید، دست کم بعضی از چیزهائی که می نویسد، به اعماق می رود. یک روزنامه نگار، نه جهانگرد که جهان بین

است. به هر مدت و به هر جا که می رود، خانه ای می سازد که پنجره های آن به روی محیط باز است و همان هوا و دمائی را به خود راه می دهد، که انسان های محیط تنفس می کنند و سرد و گرمش را می چشند. او چنین است که می تواند محاط محیط خود شود و انسان هائی را که درباره آن ها می نویسد، درک کند. یک روزنامه نگار خوب، دگم نمی شناسد. او در مسیر تجربه می آموزد که بسیاری

هر چه کمیابتر، گران بهاتر

جواد طالعی-ویژه خبرنگار گویا

چراغ بردارید و در این روزگار دنبال روزنامه نگار خوب بگردید. اگر کم یافتید، سعی کنید یکی از آنها شوید. کمیابها همواره پربهارترند. هم در بازار فلزات، هم در میان انسانها.

یک همکار جوان من، که حرفه خود را به عنوان روزنامه نگار جدی می گیرد، در یک محفل خصوصی از من خواست به او بگویم از نظر من "یک روزنامه نگار خوب" چه ویژگی هائی باید داشته باشد. چند کلمه ای گفتم. اما هنگام خداحافظی از آنچه میان ما رد و بدل شد، راضی نبودم. آنچه می خوانید، پس آیند آن گفت و گوی کوتاه است. تقدیم ش می کنم به همه همکاران جوانی که دوست دارند اگر به حرفه روزنامه نگاری ادامه می دهند، نامی نیک و معتبر از خود برجای بگذارند، نه مثل بسیاری از کاسبکاران قلم به دست شهرتی کاذب و بی اعتبار. لابد همه می دانند تفاوت اعتبار و شهرت چیست.



یک روزنامه نگار خوب، قلمش به مغز و زبانش به قلبش نزدیک است. با تارهای قلبش در آرزوی حقیقت است و با چشم مغزش، واقعیت را می بیند. پس قلمش از ناهنجار و زبانش از وهن پاک است

CROWN FURNITURE

Your Comfort is Our Business

گالری مبل کران فرنیچر جدیدترین و بهترین مدلهای روز را با بهترین کیفیت و قیمت در اختیار مشتریان عزیز قرار می دهد.

Living Room ♦ Dining Room ♦ Bedroom ♦ Mattresses ♦ Kids Room ♦ Office ♦ Home Entertainment ♦ Accessories ♦ French Provincials ♦ Designer Furnishings



Table & 4 Chairs
\$299.99



Queen Bed, Nightstands,
Dresser & Mirror \$799.99



Queen Bed Set W/Nightstand,
Dresser and Mirror \$599.99



2 Piece Ashley Sectional
W/Chaise \$699.99

We offer a large variety of styles and types of furniture for every room. We also offer options to order from a catalog if you can't find what you are looking for.

www.crownfurnitureoutletsj.com

(408) 224-2486

2921 Monterey Hwy. San Jose CA 95111

- ◆ Layaway
- ◆ Fast Delivery All Over Bay Area
- ◆ Order Through Catalog
- ◆ No Credit Check Financing
- ◆ Custom Made Furniture

Summer Special
Up to 70% Off
on selected items

نفرت آمیز و با مضامین تبعیض آمیز“ ابراز می کنند و این اظهارات در رسانه های حکومتی نیز بازتاب یافته است.

تبعیض میان شهروندان

در حکومت اسلامی کودک ارزش کمتری از فرد بالغ دارد. شخص “دیوانه” و یا عقب مانده ذهنی ارزشی ندارد و روزانه مورد تبعیض قرار میگیرند و تحقیر میشوند. زن ارزش پایینی دارد و بدلیل جنسیتش در تمام طول حکومت اسلامی مورد آزار، تحقیر و بی حرمتی قرار گرفته است. “سید”، مقام بالاتری از غیر سید دارد. تبعیض حقوقی میان هواداران حکومت و دیگر شهروندان فراوان است. اگر شهروندان ایران پردگی ولایت فقیه را نپذیرند و معتقد به “میانی جمهوری اسلامی” نباشند و این بی اعتقادی را علنی کنند، مرگ در انتظارشان است. قتل عام هزاران زندانی سیاسی در تابستان سال ۱۳۶۷ و ادامه آن تا به الان گواه همین سیاست است.

تبعیض میان آزاد و اسیر

تبعیض بین آزاد و برده و اسیر هم شرعی است و هم قانونی. به سر برده و اسیر میتوان هر بلائی آورد. شرعا میشود به زن اسیر تجاوز کرد و این امر در زندانهای حکومت اسلامی بیش از ۳ دهه جریان داشته است.

دنباله مطلب در صفحه ۵۳

اصفهان که کرایه ماشین یک تومان بود یک بهائی التماس می کرد پنجاه تومان بدهد و او را نمیبزدند... تعدادی از علمای اصفهان هم با ما همراهی کردند... منتظری در توضیح المسائل گفته که “اگر کسی خدا، توحید و نبوت را انکار کند، کافر است و بنا بر مشهور و احتیاط واجب، نجس. و همینطور کسی که خاتم الانبیا محمد را انکار کند.”

از سخنان و حکمهای خمینی و دیگر دار و دسته حکومت میگذرم، برای همه آشناست.

تبعیض علیه قومیت ها

حکومت اسلامی بارها از طرف کمیته رفع



هستند و تعداد زیادی از آنها بقتل رسیده و اعدام شده اند. علی خامنه ای در فتوایی اعلام کرد که از نظر فقهی بهائیان “نجس و دشمن دین و ایمان” هستند و پرهیز از معاشرت با آنها ضروری است.

تبعیض سازمان ملل به دلیل تبعیض علیه ملیتهای کرد، عرب، آذربایجانی و بلوچ مورد نکوهش قرار گرفته است. اینکه زنان وابسته به این اقلیتها مورد تبعیض دو چندان هستند. این کمیته می گوید مقامات جمهوری اسلامی بشیوه روزمره “سخنان

حسینعلی منتظری همه “طبقات و اصناف” نجف آباد را دعوت کرد و از آنها خواست تا اعلامیه ای بدهند... “مثلا ناتواها نوشتند ما به بهائیان نان نمیفروшим، راننده ها امضا کردند که ما دیگر سوارشان نمیکنم... خلاصه کاری کردیم که نجف آباد تا

من هم یک افغانم!

افسانه وحدت

ما به هیچ عنوان راضی به ثبت نام اتباع خارجه (افغان) در این آموزشگاه نیستیم.

تبعیض علیه ادیان

در این حکومت فقط یک مذهب برسمیت شناخته میشود. پیروان ادیان دیگر مورد تبعیض قرار میگیرند، تحقیر میشوند و بقتل میرسند. حتی مثلاً سنیها اجازه داشتن مسجد در تهران را ندارند.

بهائیان را راحت میکشند. صدها پیرو دین بهائی در زندانهای جمهوری اسلامی

این جمله نژاد پرستانه را کجا میشود پیدا کرد؟ درست حدس زدید. بر سردر مدرسه ای در حکومت اسلامی ایران. حکومتی که متعلق به قرنهای پیش است. جایش در میان مردم قرن ۲۱ نیست. این شکل بشیرمانه تحقیر انسانها براساس ملیت و دین فقط از طالبان و حکومت اسلامی ایران برمی آید. حکومتی که حرمت و منزلت انسان را بیش از ۳ دهه است که به چالش کشیده و در پی نابودی همه ارزشهای خوب و انسانی بوده است. تبعیض جزو فرهنگ حکومت اسلامی است. اساس این حکومت بر تبعیض استوار است. تبعیض در قوانین، برنامه و سیاست حکومت اسلامی نهادینه است، شرعی و قانونی است و کودک، زن، فارس، کرد، ترک، افغان، عرب، مسیحی، یهودی، سنی، بی مذهب... همه را سرکوب میکند. چون از جنس خودش نیست. مفاهیمی مانند آزادی، برابری، حقوق انسانی و حق شهروندی نه در دین این موجودات نه در فکرشان و نه در قوانینشان وجود ندارد.

حمید رئیسیه

مشاور در امور خرید و فروش املاک و وام

Hamid Reiesieh

Real Estate Broker & Finance Advisor

Your Trusted Advisor in
Real Estate & Mortgage

Cell: (408)234-5793

Office: (408)298-2591



DRE#01326116 • NMLS# 344666

A Brand New Luxury Custom Home in Willow Glen!
Offered at \$1,929,000



5 bedrooms & 4 1/2 baths. Over 3,262 sf. of elegant designs on 9,230 sf. of lot with large back yard & pool. Lots of extras.



hamidr63@yahoo.com ♦ www.hamidreisi.com



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

دکتر فرانک پورقاسمی

متخصص و جراح پا

♦ درمان بیماری های پا ناشی از امراض قند و روماتیسم ♦ درمان عفونت های قارچ ناخن و پوست پا ♦ ترمیم پارگی ماهیچه، غضروف و شکستگی پا ♦ درمان بیماری های پا در کودکان ♦ صافی کف پا و صدمات ورزشی

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

Dr. Faranak Pourghasemi, DPM

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

اکثر بیمه ها پذیرفته می شود

National Foot & Ankle Center

(408)884-5851

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

اعدام یک زن و یک مرد در زندان رجایی شهر کرج

یک زن که متهم به قتل یک پلیس با انگیزه ناموسی بود به همراه یک متهم به قتل دیگر در زندان رجایی شهر کرج اعدام شدند.

بنا به اطلاع گزارشگران هرانا، ماه گذشته ۴ زندانی متهم به قتل جهت اجرای حکم اعدام از زندان رجایی شهر کرج منتقل شدند. متهم اول میترا شهنازی از بند زنان زندان قرچک ورامین جهت اجرای حکم به سلول انفرادی منتقل شد. وی که ۱۱ سال پیش به اتهام قتل یک پلیس با انگیزه ناموسی بازداشت شده بود، سحرگاه امروز در زندان رجایی شهر کرج بدار آویخته شد. متهم دیگر یک زندانی به نام "زهیر" بود که در بند ۴ زندان رجایی شهر کرج بسر می‌برد و از ۸ سال پیش به اتهام قتل عمد در زندان بسر می‌برد. وی بعد از ظهر روز گذشته جهت اجرای حکم اعدام به سلول انفرادی منتقل و سحرگاه امروز حکم

میتواند باشد. جمهوری اسلامی جوابگوی نیازهای مردم ایران نیست و کلیدار جمهوری اسلامی هم در واقع کلید هر چه پدیدی بیشتر را برای جامعه به ارمغان آورده و دولت تدبیر با ۲۳۳ اعدام در چند ماه پیش تا الان شروع به کار کرده است و با چکمه های خونین و با نیزه بر قرآن بر فرق مردم می تازد و جان میگیرد تا بتواند سقوط

پایه های لث و گنبدیده اسلامی را برای مدتی به تعویق بیندازد. مردم به جزء مبارزه با این وضعیت و سرنگونی جمهوری اسلامی راه دیگری ندارند و در واقع دو گزینه بیشتر وجود ندارد "یا سقوط جمهوری اسلامی و خلاصی از این وضعیت و یا پذیرش فقر و فشار و بی حقوقی و خفقان بیشتر".

دفتر حقوقی رامین مظفر
وکیل رسمی دادگاههای کالیفرنیا و فدرال

Ramin Mozaffar
Attorney at Law

Knowledgeable & Experienced

- Family Law
- Business Law
- Criminal Law
- Immigration Law

امور خانواده
امور تجاری
امور جنائی
امور مهاجرت

Law offices of Ramin Mozaffar
www.itlaws.com ♦ advocate@itlaws.com

San Jose سن جوزه (408)288-8488	San Francisco سانفرانسیسکو (415)218-8141	San Mateo سن متئو (650)347-5800
---	---	--

5201 Great American Parkway, Suite 320, Santa Clara, CA 95054

"سرنگونی جمهوری اسلامی" تنها راه موجود

احمد رحمانی

طبق خبرهای منتشر شده در رسانه ها در ماه گذشته جوائی ۳۷ ساله بنام "علیرضا م" دارای دو فرزند که در شهرستان بجنورد به دار آویخته شده بود و بعد از ۲۴ ساعت بعد از اجرای حکم اعدام در سردخانه این شهر دوباره زنده شد و به زندگی برگشت. اما در این مورد "محمد عرفانی" قاضی دیوان عدالت اداری اعلام کرده است که این حکم صادره "حکم مرگ" بوده و به همین دلیل پس از سلامتی کامل این فرد باید مجدداً به دار آویخته شود.

در سال ۲۰۱۱ آمار اعدامیان ۶۷۶ نفر بوده است، در سال ۲۰۱۲ تعداد اعدام شدگان در ایران ۵۸۰ بوده است که تعداد ۲۰۰ نفر از این اعدامیان بصورت مخفی در دخمه های مرگ جمهوری اسلامی کشته شده اند و در سال ۲۰۱۳ بالای ۴۰۰ نفر اعدام شده است که تعداد ۲۳۳ نفر آنها از زمان ریاست روحانی یعنی از مرداد ماه تا آخر شهریور ۱۳۹۲ اعدام شده اند. این آمارهای جنایی سران حکومت اسلامی قلب هر انسانی را به درد می آورد، این جنایت ها را باید در



کنار صدها پرونده سنگین دیگر از ترورها و انسان کشی های سال ۶۰ و ۶۷ و کوی دانشگاه و مفقود شدن و کشته شدن هزاران نفر در انقلاب ۸۸ تا بازداشت فعالین کارگری و صدها زندانی سیاسی که الان خیلی از آنها به دلیل کمبود دارو در خطر مرگ هستند قرار داد.

براستی اینها چه کسانی هستند؟
تمام این سران جنایتکار جمهوری اسلامی را باید با تمام پادوهای ریز و درشتش به دادگاههای مردمی سپرد. مردم باید آگاه باشند که نه سردار سازندگی، نه گفتگوی تمدن ها و شیخ بذرله گو، نه تیر خلاص زنهای اسلامی، نه موسوی های سبز پوش و نه دولت تدبیر و امید هیچکدام نمیتوانند ناجی این وضعیت و درآوردن جمهوری از این لجن زار باشند.
جمهوری اسلامی نه اصلاح شدنی است و نه

دکتر فتانه هوشداران
کایروپراکتر

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

www.chiropracticusaca.com

فتانه هوشداران، D.C.

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

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

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

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

(408) 712-3788
1610 Blossom Hill Rd., Suite #1
San Jose, CA 95124

(408) 244-7677
2797 Park Ave., Suite #103
Santa Clara, CA 95050

شده جهانی باید گذشته بیشتری را تجربه کند؟ چرا که همواره اصول سرمایه داری و برخورد آن با چهره های انسانی تضادهایی را دربر خواهد داشت.

امروزه وحشت فراگیری در ورزش حرفه ای آمریکا این فکر آلوده را سرعت می بخشد که آیا جامعه ورزش حرفه ای آمریکا بدلیل ثروتمند بودن، جامعه اهریمنی و گناه آلود است؟ مواد مخدر، تجاوزهای جنسی، همراه داشتن اسلحه غیرمجاز، مهمانی های بزرگ و تجمع ورزشکاران و هنرپیشگان هالیوودی، بذهکاری را توسعه می دهد. واقعیت این است که جامعه آزادی و ثروت را تواما همراه دارد و محدودیتی هم نیست. در گذشته نه چندان دور پیش از آغاز انقلاب صنعتی درآمد سرانه، به طور نسبی در جهان براساس نرخ دلار دویست دلار بوده و امروزه ده ها برابر آن است. هرمن کان یک آینده نگر (کارشناس دنیای آینده) پیش بینی کرده است که این رقم روبره صعود خواهد بود. کان اضافه می کند ما در نقطه ای میان انقلابی اقتصادی هستیم که اهمیت آن با انقلابی برابری می کند که حدود هزاران سال پیش انسان شکارچی را به انسان بزرگتر بدل کرد. او می گوید دویست سال پیش مردم تقریباً در همه جا فقیر و ذلیل نیروهای طبیعت بودند.

میشود و جابه جایی و بازنشستگی بازیکنان پا به سن نهاده در راس ارزش های متغیر یک باشگاه همواره مورد بحث و گفتگو است. آیا شکل جهانی شدن ورزش برای اقلیت انگشت شمار، سودآور و به قیمت تهی دست کردن دیگران به ویژه باشگاههای کوچک می گردد؟ ورزش به عنوان بخشی از تلاش های انسانی امروزه در تمامی جهان خریدارانی دارد و با توجه به نابسامان بودن وضع اقتصاد کنونی هنوز هم مردم در سرتاسر جهان راهی ورزشگاه های کوچک و بزرگ می شوند و از دیدن رقابت ها به هیجان می آیند و هنوز هم با تمامی گفتگوهای که بر علیه مضرات ورزش حرفه ای مورد سؤال و گفتگو قرار می گیرد، لذت می برند. این آرزوی هر پسر بچه و هر دختر خانم است که روزی در ورزش حرفه ای شناخته شود. فراموش نکنیم نظام زندگی کنونی جهان چه از نظر سیاسی، اقتصادی و یا اجتماعی به سوی پیشرفت و ترقی گام برمیدارد تا به این ترتیب همه شهروندان و حتی تهی دست ترین آنها بتوانند از سطح زندگی متوسط بهره مند شوند. بایستی به این سؤال پاسخ داد که آینده ورزش چه خواهد شد؟ آیا آماتورها در المپیک ها راه خود را ادامه خواهند داد و یا وفور پول بسیار در ورزش، بحران به ارمان خواهد آورد. آیا پرسپونالیزم شناخته

ورزش از نگاه من

دکتر احمد طوسی

Email: tousi1515@aol.com



می شود. بسیاری از ورزشکاران مطرح، از داشتن AGENT خوب به خود می بالند، گرچه مجبورند مبلغی از قرارداد خود یا درصدی از سهم قراردادهاشان را با آنها تقسیم کنند.

امروزه افزایش قیمت بازیکنان و یا مربیان به دلیل رشد اقتصادی و پولی است نصیب باشگاه ها یا دانشگاه های آمریکائی می شوند و در واقع حتی مسئولان مالی باشگاه های بزرگ عمل کرد زنجیره ای خود را چنان تدوین می کنند تا از طریق ریسک زیان و آسیبی نبینند. با از راه رسیدن جام جهانی فوتبال در برزیل و در تابستان آینده، باشگاه های اروپائی جنگی را با فدراسیون بین المللی فوتبال آغاز کرده و خواستار گرفتن مبلغی از فدراسیون هستند چرا که بازیکن آنها در تیم ملی کشورشان است، آنها اعتقاد دارند که هنگامی که یک بازیکن در خدمت تیم ملی کشورش قرار می گیرد، بدلیل انجام کار اضافی فرسوده شده و از ارزش او همراه با ریسک آسیب دیدگی کاسته می شود، آنها نه تنها خواستار پول هستند بلکه می خواهند به جای جام جهانی فوتبال، جام جهانی فوتبال باشگاه های جهان برگزار شود. آقای بکن باوئر آلمانی و میشل پلاتینی فرانسوی از طرفداران این سلیقه هستند، اما فدراسیون بین المللی فوتبال هم چنان در برابر آنها ایستاده است.

ارزش یک بازیکن و سودی که او برای باشگاه دارد، تفاوت سود و ارزش بازیکن، سرمایه ثابت، سرمایه متغیر، ارزش اضافی و مالی آنها مطرح می کند، تاسیسات باشگاه، ورزشگاه ها، زمین های تمرین، سالن های آمادگی بدنی، آزمایشگاه های ورزشی، دفاتر و تاسیسات اطاق های کنفرانس ارزش های ثابت یک باشگاه هستند، در حالی که بازیکنان ارزش های معتبر باشگاه ها می باشند که بدلیل بالارفتن سن بازیکن ها اغلب از مقدار آن کارسته می شود، و چنین است که بیمه های بازیکنان از هزینه های سرسام آور یک باشگاه است و باشگاه ها اغلب سعی بر آن دارند ارزش های ثابت خود را بالا برند مانند بالابردن ظرفیت ورزشگاه و یا تسهیلاتی برای رفاه تماشاگران. آنها ناگزیرند ارزش های متغیر خود را برای داشتن یک تیم بهتر بالا ببرند و یا از تسهیلات جوانان و نوجوانان، چشم پراه آمدن جوانی باشند که سهمی از خرج آنان را ببوشاند، چنین است که ارزیابی استعدادها و باورکردن آنها مطرح

شکل جهانی شدن ورزش برای اکثریت عظیمی از مردم وسیله ای برای پرکردن اوقات فراغت یا طرفداری از تیم مورد علاقه شان آبی، سرخ یا سرخابی ها می باشند. آنها ورزشگاه ها را پر می کنند یا با خرید بازی ها از طریق کانال های اختصاصی ورزش به مشاهده آن می نشینند. امروزه روزنامه ها و مجلات ورزشی در سراسر جهان خوانندگان اختصاصی خود را دارند، بوسک، زیبایی اندام، دوچرخه سواری، بستکبال، فوتبال و تنیس با مجلات اختصاصی در سطح جهانی و به زبان مختلف منتشر می شوند. کانال های تلویزیونی ورزشی در هر کشور بینندگان خود را محصور می کنند و رادیو نیز شنوندگان خود را دست و پا می کند. بطور مثال ESPN در آمریکا دارای مجله، رادیو و ایستگاه های متعدد تلویزیونی است و بهترین مفسران ورزشی را در رشته های گوناگون به خدمت می گیرد تا دوستداران ورزش را از نظرات آنها آگاه کند، اما بهرحال مشکل کنونی آنها ورزش نیست. فوتبال افیون توده هاست و پر بیننده ورزش در سراسر جهان است. اقتصاد ورزش امروزه یک بحث بسیار گسترده است، اما هرگز سیستم مالی جهان تا این حد در ورزش، به خصوص فوتبال در اروپا و ورزش های دیگری چون فوتبال آمریکائی، بیس بال، بستکبال و تنیس در آمریکا وابسته نبوده است. ورزش در کالج های آمریکا تماشاگران بسیار و مخصوص خود را داراست.

بسیاری از کارشناسان اقتصاد ورزش با فروتنی بسیار اعتقاد دارند ورزش باید کار زیادی برای آماده کردن خویش در برابر آن چیزی که می تواند بحران آینده باشد، داشته باشد و این دلال های ورزشی را به فکر وامیدارد. AGENT ها در سراسر جهان دفاتری دارند و در آمریکا این دفاتر از دفتر رئیس جمهور آمریکا وسیع تر و با مبلمان های گران قیمت و منشی های متعدد و پرونده های کامپیوتری، چشم های همه را خیره می کند. روابط آنها با ورزشی نویس ها، گزارش گران تلویزیونی و نویسندگان ورزشی بسیار دوستانه است. این شرکت ها در برابر پول بدون دردسری که از جابجا کردن ورزشکاران از دانشگاه ها به تیم های ورزشی و یا بطور کلی جا به جایی ورزشکاران یا تمدید قرارداد بازیکنان در حساب های بانکی شان اندوخته اند به بازی مشغولند و اغلب بر سرمایه های آنها افزوده

حمید ابطحی

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



Hamid Abtahi
Experienced & Professional
Real Estate Consultant & Developer

منطقه
منطقه
منطقه

خرید منزل می تواند بزرگترین سرمایه گذاری در طول زندگی شما باشد. با من در اجرای این امر مهم مشورت کنید!

Location! Location! Location!

Why Do You Pay Rent?!

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

hamid@true-vision.com + DRE# 01071456



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

12376 Saratoga Sunnyvale Rd. Saratoga, CA. 95070

آش شله قلمکار

ناصر الدین شاه قاجار بنابر نذری که داشت سالی یک روز، آن هم در فصل بهار، به شهرستانک از بیلاقات شمال غرب تهران و بعدها به علت دوری راه به قریه سرخه حصار، واقع در شرق تهران می رفت. به فرمان او دوازده دیگ آشی بر بار می گذاشتند که از قطعات گوشت چهارده رأس گوسفند و غالب نباتات ماکول و انواع خوردنیها ترکیب می شد. کلیه اعیان و اشراف و رجال و شاهزادگان و زوجات شاه و وزرا در این آشپزخانه افتخار حضور داشتند و مجتمعاً به کار طبخ و آشپزی می پرداختند. عده ای از معارف و موجهین کشور به کار پاک کردن نخود و سبزی و لوبیا و ماش و عدس و برنج مشغول بودند. جمعی فلفل و زرد چوبه و نمک تهیه می کردند. نسوان و خواتین محترمه که در مواقع عادی و در خانه مسکونی خود دست به سیاه و سفید نمی زدند، در این محل دامن چادر به کمر زده در پای دیگ آشپزخانه برای روشن کردن آتش و طبخ آش کدایی از بر و دوش و سر و کول یکدیگر بالا می رفتند تا هر چه بیشتر مورد لطف و عنایت قرار گیرند. خلاصه هر کس به فراخورشان و مقام خویش کاری انجام می داد تا آش مورد بحث حاضر و مهیا شود. چون این آش ترکیب نامناسبی از غالب ماکولات و خوردنیها بود، لذا هر کاری که ترکیب ناموزون داشته باشد و یا به قول علامه دهخدا: "چو زنبیل در یوزه هفتاد رنگ" باشد؛ آن را به آش شله قلمکار تشبیه می کنند.

نانش بده، نامش میرسی

بعضیها هنگام احسان و نیکوکاری هم دست از تعصب و تقید برنمی دارند و از کیش و آیین و سایر معتقدات مذهبی سائل مستمند پرسش می کنند به قسمی که آن بیچاره به جان می آید تا پیشیزی در کف دستش گذارند در حالی که نوعپوری و بشر دوستی از آن نوع احساسات و عواطف عالیه است که ایمان و بی ایمانی را در حریم حرمتش راهی نیست به راه خود ادامه می دهد و هر افتاده ای را که بر سر راه ببند دستگیری می کند. احسان و نیکوکاری با دین و مسلک تلازمی ندارد و بیچاره در هر لباس بیچاره است و گرسنه به هر شکلی قابل ترحم می باشد. وقتی که آدمی را قادر حکیم علی الاطلاق به جان مضایقت نفرمود افراد متمکن و مستطیع مجاز نیستند به نان دریغ ورزند. اگر چنین موردی احیاناً پیش آید جواب این زمره از مردم را با استفاده از عبارت مثلی بالا می دهند و می گویند: نانش بده، ایمانش میرسی.

نگاهی به ضرب المثل های فارسی

پول و سور چرانی، دوستی می ورزند.
قصاص در این دنیا است: یعنی هر کس نتیجه اعمال خود را در زندگی خود می بیند.
قبای بعد از عید برای گل منار فوبه: منظور چیزی است که بموقع حاضر نباشد و نتواند فایده ای برساند دیگر لازم نیست.
گوری دفترش هیچ، داماد فوشگل هم می فواد! مواقعی گفته می شود که کسی بدون داشتن توجه به وضع خود توقع بیش از اندازه از دیگران دارد.
کدام گور او را تن می گیرد: بالاترین درجه گناهکاری.
طشت طلا رو سرت بگیر و برو! یعنی راه بسیار امنی است.
طلا که پاکه، چه منتش به خاکه: یعنی چیز خوب اصلاً به تعریف کردن احتیاج ندارد.
طاقت دیدن مهمان نداشت، خونه رو ول کرد! منظور آنست که به کاری دست زد که از کار اول بدتر بود.
طاس اگر نیک نشیند، همه کس نراد است! در مورد گفته می شود که اگر کسی اقبال خوبی داشته باشد در هر کاری موفق است.
انگشت کوپک فلانی هم نمی شوده: در مقایسه خیلی اختلاف است.
اگر فواهی اندوهگین نباشی، مسود مباحش: حسادت باعث غم و غصه می شود.
بچه سر راهی برداشتم پسره شوه آقا بالا سره شوه: کاری کردم که به نفعم شود به ضررم شد.
برای من آب ندارد برای تو هم نان ندارد: یعنی نفعی برای هیچکدام نیست.
غاز می پروونه: خیلی خیلی بیکار است.
غوره نشده مویر شده است: به کودکانی گفته می شود که دوست دارند با بزرگتر از خودشان معاشرت کنند.
مگر شما را فانم زائیده ما را کنیز: چرا خود را بالاتر می دانی. چرا سهم بیشتر برای خود می خواهی.
مار گرفتار و روزگار دراز: از بابت دشمن خطرناک برای مدت طولانی خیال ما راحت است.
مگر شما را خانم زائیده ما را کنیز: چرا خود را بالاتر می دانی. چرا سهم بیشتر برای خود می خواهی.
قربون بند کیفیتم تا پول داری رفیقتم! به افرادی گفته می شود که فقط بخاطر



Immigration & Translation Services

۱۳۱۸-۵۵۴ (۴۰۸)

شرکت ساعی

مشکل گشای شهر شما



کارت سبز، تابعیت، ویزای نامزدی

امور مربوط به دفتر حفاظت ایران

ترجمه کلیه مدارک، عکس گذرنامه

تشکیل شرکت ها

تعویض نام

اخذ پروانه انتقال پول
از ایران به آمریکا

www.saeicompany.com

(408)554-1318

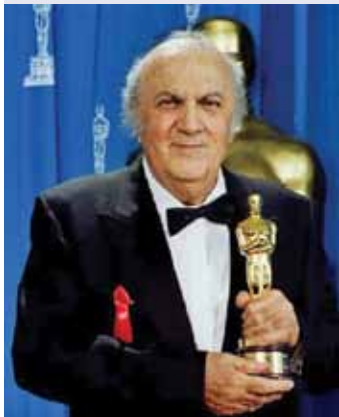
برای اطلاعات بیشتر با آقای داریوش کیلانی تماس بگیرید

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

فدریکو فلینی: کارگردانی تأثیر گذار

فلینی در سال ۱۹۲۰ در شهر کوپچی به نام ریمینی در ایتالیا به دنیا آمد و اکنون بیست سال است که فدریکو فلینی «زندگی شیرین» را ترک گفته و از «جاده» فارغ شده اما سینما هرگز او را یاد نخواهد برد.

تلاشی است برای تحلیل شرایط انسانی و از این رهیافت بوده که او تمایل به تلفیق امر واقعی و امر رویاگون پیدا می کند. او صحنه‌ای خلق کرده که تخیلی و



مبهم است و در عین حال واقعی و بسیار آشنا به نظر می آید و شبیه عملکرد خود ذهن است. دگرذیسی فیلم به رؤیا در حالتی هشیارانه رخ می دهد و این ها حدود دسترسی های فلینی برای رسیدن به فهم وجود انسان است.

سینمای او طیف وسیعی از مضامین را در برمی گیرد زیستن در سایه دولت فاشیستی ایتالیا، به فیلم های او معنای گوناگونی می بخشد که هم از لحاظ فردی و هم از نظر جامعه شناختی قابل تأویل اند.

«زندگی شیرین» در جشنواره کن موفق به دریافت جایزه نخل طلا شد. فلینی در سال ۱۹۹۳ جایزه افتخاری اسکار را به پاس یک عمر دستاورد سینمایی کسب کرد. این فیلمساز ایتالیایی در ۳۱ اکتبر ۱۹۹۳ درگذشت.

بژو» برای نقش زن فیلم در جشنواره کن امسال، ضعیف است و دلچسب نیست شاید به خاطر راه نیافتن به عمق شخصیت هاست که «فرهادی» متاسفانه نتوانسته اوج کار فیلم «جدایی» اش را هم به این فیلم منتقل کند.

«گذشته» فیلمی است که می توان به سهولت از کنارش گذشت و حتی اگر کسی هم آن را نبیند چیزی را از دست نداده است.

سینماپرس - ماه گذشته مصادف با تولد فدریکو فلینی، فیلمساز ایتالیایی است که تأثیری بی بدیل بر سینما و سینماگران بعد از خودش گذاشت و تجربیات او در سینما اکنون به گونه های بسیار عجیب در فیلم های لینچ و دیگر هنرمندان سینما توگراف رسوخ کرده است.

شیخ سفید، ولگرد ها، جاده، شبهای کبری، آمارکورد، زندگی شیرین، جولیتای ارواح، ساتریکون، دلکها، شهرزنان، و کشتی به راهش ادامه می دهد، جینجر و فرد، مصاحبه آوای ماه و هشت و نیم، فیلم های فلینی هستند که واقعیت تصویر سینمایی را به پرسش می کشد.

فیلم های فلینی نمایانگر عمیق ترین و تلخ ترین سیاهی ها و جلوه پوچی شبه روشنفکری اروپای پس از جنگ است. فلینی با استفاده از تصاویر رویاگون، به بسط شرایط انسانی و بنیان وجوه وجودی می پردازد همان مساله وجودی که دغدغه های دیگری است و پس از جنگ جهانی به خصوص در آثار آگزیستانسیالیستی سارتر مطرح و از مهمترین مسائل روشنفکری دهه ۵۰ محسوب می شود.

مساله دیگر فلینی در سینما، بحث ارتباط انسانی است. ارتباط میان انسان ها که با پیشرفت تمدن در تبدیل جماعت به جامعه و متعاقب آن رشد صنعتی و تکنولوژیک و نیازمندی بیشتر انسان ها به ارتباط است. فلینی از مفاهیم به کار رفته در نظریه روانکاو به طور گسترده در ساختار روایی و مفهومی آثار سینمایی اش استفاده کرده و فیلم هایش

مشکل فیلم نقص شکافتن ریشه و علت جدایی این زن و مرد است. ما با «گذشته» آنان آشنا نمی شویم. اینکه چه عامل و یا عواملی منجر به جدایی آنان شد و چرا قبل از ترک مرد ایرانی و بازگشت به ایران، طلاق صورت نگرفت یا چرا بعد از چهار سال؟ ما پاسخی برای هیچ یک از این پرسش ها نمی گیریم. بازی ها نسبت به فیلم «جدایی نادر از سیمین» با توجه به برنده شدن «برنیس

«زندگی مدرن» اصغر فرهادی!

سعید شفا



اتفاق می افتد، فضای داستان فیلم هایش را در آپارتمان ها خلاصه می کند و گرچه در فیلم «جدایی نادر از سیمین» به خاطر اتفاقات عدیده، فضای بسته آپارتمان فیلم تماشاگر را خسته نمی کرد، اما اینجا چنین نیست و به خاطر تکرار آن در فیلم های او حتی کسالت بار هم شده است.

«گذشته» در واقع در «حال» اتفاق می افتد، هرچند ریشه در گذشته دارد. با این وجود تماشاگر به کنه جدایی این زن و مرد که از دو فرهنگ متفاوت می آیند اشاره بی نمی کند و اینکه چرا جدایی آنان چند سال طول می کشد؟ جایی دختر زن می گوید مردی که مادرش با او زندگی می کند شبیه همین شوهر ایرانی است که مفهومش اینست که هنوز به او دلبنده است ولی در هیچ موردی آن را بروز نمی دهد.

نکته دیگری که «فرهادی» اینجا تاحدی رویش تأکید می کند و تا جدی با علم به فرهنگ ماناموس است، بیش از



حد مدرن بودن مرد ایرانی و خشن بودن زن فرانسوی است. در یک جامعه مدرن مثل فرانسه که رابطه انسان ها باهم و با فرزندانشان برسر مسالمت و صلح است، و مسئله طلاق اغلب حل شده و دوستانه انجام می شود، ما مرد ایرانی را مدرن ترمی بینیم تا آن زن غربی را. گرچه می توان استثناء ها را هم در نظر گرفت، اما برای تماشاگری که با هر دو فرهنگ آشناس است این ثقیل به نظر می رسد.

«گذشته» آخرین فیلم «اصغر فرهادی»، کارگردان برنده اسکار فیلم «جدایی نادر از سیمین» باز هم در حول و حوش مسایل خانوادگی دور می زند. درام دیگری که بیشتر از فیلم های گذشته او با پیچ و خم های داستانی همراه است، اما نه بهترین



فیلم او. داستان فیلم به خاطر رابطه یک زن با بیش از یک مرد یا همسر نمی توانست در ایران ساخته شود لذا، «فرهادی» آن را در خارج ساخت تا بتواند از این محذور در امان باشد.

یک مرد ایرانی (علی مصفا) که همسری فرانسوی دارد، به فرانسه می رود تا به تقاضای همسرش او را طلاق بدهد. همسر او در غیاب وی با مرد دیگری زندگی مشترکی را آغاز کرده که پسری از همسرش دارد که به علت آگاهی از رابطه آنها، دست به خودکشی زده و در بیمارستان در حال کما به سر می برد. زن نیز از دو شوهر قبلی اش دو دختر دارد که با او زندگی می کنند و این جمع اعداد که در زیر یک سقف با مشکلات شخصی و خانوادگی - باهم - درگیر هستند، یک درام نه چندان تازه را تشکیل می دهند چرا که در جوامع غربی چنین سوژه بی فراوان است و اصولاً چنین روابطی چندان تازه نیست.

«فرهادی» نیز نظیر «کیارستمی» که داستان فیلم هایش بیشتر در ماشین



گیاهخواری: راه و روشی دیگر

عبرت نامه اهری

روزی روزگاری در ایران پزشکی زندگی می کرد به نام دکتر اهری. فکر کنم محمود اهری. او در بیمارستان تجریش طبابت می کرد و مثل سایر پزشکان از زندگی خرسند بود و ایامش به کام. تقریباً چهل سال پیش از این کشفی علمی کرد که چنان چه ملیت اروپایی داشت جایزه نوبل را به او می دادند و حتماً میدانی را نیز به نام وی می کردند. آن زمان نه تنها در ایران بلکه در تمام جهان تصور بر این بود که زخم معده ناشی از ترشح بیش از اندازه اسید معده است. دکتر اهری اولین کسی بود که پی برد زخم معده عاملی ویروسی (یا باکتریایی) دارد و با نابودسازی ویروس می توان به درمان زخم معده پرداخت. یک کشف فوق العاده آن هم از آن جهت که پزشکان غربی تازه بیست سال بعد از آن بود که درست به همین نتیجه رسیدند و البته افتخار این کشف را نیز به نام خود ثبت کردند.

اما بیچاره دکتر اهری این بخت را نداشت چون در جای نادرستی به دنیا آمده بود. فکر می کنید با او چه کردند؟ او را از بیمارستان اخراج کردند و سازمان نظام پزشکی ایران پروانه طبابت او را باطل نمود. ابطال پروانه طبابت یک پزشک چیزی است در ردیف حکم اعدام برای یک مجرم چون در واقع پزشک را مجبور می کنند برود بقالی باز کند. اما دکتر اهری بقالی باز نکرد بلکه اعتراض کرد و شروع به تبلیغ داروی زخم معده که خود اختراع کرده بود نمود. نتیجه این که سازمان نظام پزشکی از او شکایت کرد و او را دستگیر و محاکمه کردند. آخرین بار اهری را بیست سال پیش دیدم که بینوا زور خوابیده می زد. او را به چنان روزی انداخته بودند که رفته بود یک زیر راه پله در شهر ری اجاره کرده بود و کشف بزرگ علمی اش را به زوار شاه عبدالعظیم ارائه می کرد و فروش همان قرص ها همراه با داستان ظلمی که به او شده در اوراق فتوکیبی. حدس بزنید چه شد. چند روز بعد در روزنامه خواندم که سازمان نظام پزشکی باردیگر از او شکایت کرده و به زندانش انداخته اند.

نمی دانم دکتر اهری هم اکنون زنده است یا خیر اما سازمان نظام پزشکی هرگز از او عذرخواهی و اعاده حیثیت نکرد.

عبرت نامه آوانسیان

بازهم روزی روزگاری در ایران مرد بزرگی زندگی می کرد به نام ارشاور در آوانسیان. روزگار او را نیز همانند دکتر اهری به گمنامی محکوم کرد هرچند بنیانگذار روشی در ایران شد که در زمان خود نه تنها در ایران بی سابقه بود بلکه در

دنیای غرب نیز پدیده ای بسیار جدید و ناشناخته به حساب می آمد. او بنیانگذار خام گیاهخواری در ایران بود و همانند تمام افراد بنیانگذار جوش



تمام بیماری ها را گوشت خواری و پخته خواری اعلام کرده بود و چنین اندیشه ای بدجوری ناندانی پزشکان را تهدید می کرد. آوانسیان در طول حیات خود بارها با نظام پزشکی درگیری قضایی و غذایی (!) پیدا کرد. البته نظام پزشکی بعدها فهمید که نگرانی بی مورد است چرا که برای اکثر مردم دود کباب کوبیده به مراتب جذاب تر از بوی شلغم خام و ترب سیاه بود و گروندگان به اندیشه آوانسیان همچنان نه تنها در ایران بلکه در جهان انگشت شمارند. در آن روزگار اندیشه های سیاسی خریدار داشت نه اندیشه های بهداشتی و اخلاقی. زمانی که آدم ها خرخره همدیگر را می جویدند جویدن خرخره گوسفند که کاری سهل بود. امروز در سال ۲۰۱۳ در کشور آمریکا هنوز اکثریت قریب به اتفاق رستوران ها حتی یک غذای گیاهی نیز ندارند و به غیر از دو سه فروشگاه خیلی بزرگ و آن هم به صورت فرمالیته، بقیه محصولات گیاهخواری نمی فروشند، ایران که جای خود دارد. آوانسیان حتی پول نداشت که رستورانی باز کند. ستون

های سالن خانه اش را برداشته و آن را رستوران خام گیاهخواری کرده بود که نه تنها مشتری نداشت بلکه خانه اش ترک برداشته و در حال تخریب بود. امروزه آوانسیان بدرود حیات گفته و بدنش به طبیعت بازگشته اما سازمان نظام پزشکی هرگز از او عذرخواهی نکرد.

عبرت نامه هدایت

صادق هدایت اولین کسی بود که در ایران به طور رسمی گیاهخواری را با نوشتن و چاپ کتابی به نام فواید گیاهخواری تبلیغ کرد آن هم چهل سال قبل از آوانسیان و در دورانی که زن های ایران با تنبان و روبند و چاقچور بیرون می رفتند و مردم اصولاً عاشورا به عاشورا با پدیده ای به نام گوشت آشنایی نداشتند. فکر کنید کسی که ۳۶۰ روز سال اشکنه و آبدوغ و کله جوش می خورد اصولاً می توانست به فکر حق زندگی گوسفند عید قربان یا شتر محرم باشد؟ فکر می کنید در چنین فضایی هدایت که به شوخی چلوکباب را چلوکباب می نامید چه قدر مشتری برای افکارش داشت؟ خوشبختانه در آن زمان سازمان نظام پزشکی وجود نداشت و گرنه معلوم نبود

آیا هدایت را نیز به زندان می افکندند یا خیر.

گیاهخواری: چیزی بیش از یک روش غذایی
گیاهخواری، بیش از آن که روشی برای تغذیه سالم در جهت تأمین سلامتی بدن باشد نوعی طرز فکر و جهان بینی و روشی برای زندگی به شمار می رود. مردم عموماً از گیاهخواران سوال می کنند که آیا هوس خوردن گوشت نمی کنند؟ پاسخ این است که کسی که گیاهخواری پیشه می کند در ابتدا نگرش خود به جهان را تغییر داده و سپس فلسفه و روش جدیدی را در زندگی بر می گزیند که گیاهخواری بخشی از آن است و در چنین حالتی پاسخ او به پرسش های رایج این است: خیر؛ گوشت بدن موجودات زنده را نمی خورم و هوس آن را نیز نمی کنم.

واکنش گوشت فواران به گیاه فواران

اگر گیاهخواری یا خام گیاهخواری را به عنوان راهی در زندگی برگزیده اید حتماً با واکنش های جالب گوشت خواران آشنایی دارید. یکی از آشنایان سالها پیش گیاهخوار شد.

این مسئله به حدی برای اطرافیان غیرقابل هضم بود که مدام به خانواده او هشدار می دادند که وی به زودی خواهد مُرد و البته پیگیر خبر مرگ او نیز بودند! و به خانواده اش توصیه می کردند که وی را نزد روان پزشک ببرند. او البته چهل سال گیاهخواری کرد و به مرگ طبیعی درگذشت. هنوز که هنوز است وقتی مردم انسان گیاهخواری را می بینند انگار یک موجود فضایی یا گاو دوسر دیده باشند. هنوز تصور عام بر این است که هرکس گوشت نخورد می میرد.

عده ای که اهل مد روزند و ظاهر شیک و امروزی دارند به شما می گویند خوب کاری می کنید. اما نگاه عاقل اندر سفیه آنها نشان می دهد که دلشان برای شما می سوزد. پاره ای به جد فکر می کنند که شما دیوانه شده اید و عده ای حتی سعی می کنند شما را متوجه اشتباهی که مرتکب شده اید بکنند و جان شما را نجات دهند!

گروهی نیز به شما حسادت خواهند کرد! بله حسادت. چرا؟ لابد احساس گناه می کنند زیرا خوردن کباب برای آنها مثل خوردن چاقو خواهد بود وقتی کنار آنها کسی نشسته باشد که به خاطر ترحم به حیوانات از بریدن سر آنها خودداری می کند.

شاید هم فکر می کنند این کار از نشانه های امروزی بودن است و آنها عقب افتاده اند. اما دنبال این مُد رفتن کار آسانی نیست. پس بهتر می بینند که یا دشمنی و مسخره کنند و یا به شما ثابت کنند که اشتباه می کنید. **دنباله مطلب در صفحه ۵۵**

سیر و سفری در گلستان ادب پارسی

از رودکی تا فروغ
گردآوری و نگارش: مهندس پرویز نظامی



محمدبن زکریای رازی

ستارگان فروزنده آسمان علم و حکمت (رازی و فارابی)

طولانی نکرد و قسمت بزرگی از زندگی خود را در ری گذراند و در همین شهر هم روز پنجم شعبان سال ۳۱۳ هجری به سن شصت و دو سالگی وفات یافت. رازی در اواخر عمر بر اثر کثرت مطالعه و تحریر و تجارب کیمیایی به آب ریزی چشم و سپس به کوری دچار شد. ابوریحان بیرونی فهرست کاملی از آثار فلسفی رازی ترتیب داده است که متأسفانه

ابوبکر محمدبن زکریای رازی، کاشف الکل یکی از بزرگترین دانشمندان زمان خود و از مشاهیر علمای جهان و یکی از نوابع روزگار قدیم است. زکریا رازی در سال ۲۵۱ هجری قمری در شهر ری دیده به جهان گشود. رازی در ری که از مراکز مهم فرهنگی ایران در آن زمان بود به تحصیل در ادبیات و علوم مختلف چون ریاضیات و نجوم و فلسفه و حکمت پرداخت. چندسالی از جوانی خود را مصروف به علم کیمیایی کرد و سپس به فراگیری و تحقیق در علم طب پرداخت. به هنگام اشتغال به کار کیمیایی عوارضی در چشم او پدید آمد و آن را رها کرد و به طب و فلسفه و حکمت و ریاضیات و نجوم مشغول شد. استاد او را در علم طب علی بن ابن الطبری دانسته اند. این استاد تا سال ۲۲۴ هجری دبیر مازیاربن قارن بود و پس از اسارت او به بغداد رفت و لذا به نظر می آید که او نمی توانسته استاد رازی بوده باشد. معلم رازی نیز در فلسفه معلوم نیست چه کسی بوده است. ابن ندیم گفته است که مردی معروف به «البلیخی» که در شهرهای مختلف سفر می کرده است استاد رازی در فلسفه بوده و مدعی است که کتبی را در علوم مختلف به خط او دیده و در آن زمان آثار بلخی در خراسان شهرت داشته است. به نظر می آید که این «البلیخی» همان ابویزید احمدبن سهل البلیخی فیلسوف بزرگ خراسان بوده است. ناصر خسرو قبادیانی سمت استادی رازی را در فلسفه به مردی مشهور به نام «ایران شهری» داده و گفته است که رازی سخنان او را که اولین استاد وی بوده با الفاظ زشت ملحدانه بازگفته است. بهرحال رازی پس از شهرت در طب به خدمت ابوصالح منصور بن اسحاق سامانی حاکم ری درآمد و به زودی ریاست بیمارستانی را که در آن شهر تأسیس شده بود بر عهده گرفت و بعدها چندی در بغداد به همین شغل اشتغال داشت لیکن مدت توقف او در آن شهر به درستی معلوم نیست زیرا چون بزرگترین طبیب عهد شناخته شده بود غالباً مورد دعوت امرای عصر خویش بود ولی مسلماً در هیچ یک از دربارها اقامت

و ویژگی رازی در این بود که بنای فلسفه اش را نه بر مبنای دوفرهنگ مسلط یونانی و اسلامی، بلکه بر مبنای فلسفه ایرانی و بابلی و هندی پایه گذاری کرده بود. رازی در مابعد الطبیعه معتقد به پنج قدیم بود یعنی: خالق - نفس کلی، هیولی اولی، مکان مطلق یا خلاء، زمان مطلق یا دهر، و ظاهراً رازی این عقیده را از ایرانیان گرفته بود زیرا حکمای ایران هم به پنج قدیم معتقد بودند که عبارتست از: اورمزد و اهرمن (خالق)، گاه (زمان)، جای (مکان)، توم (جوهر یا هیولی سرشت و خمیره)، خلاء.

از این پنج قدیم به عقیده رازی دو قدیم حی و فاعلند و آن دو خالق و نفس کلی و یکی فاقد حیات و منفعل و آن هیولی اولی است و دو قدیم دیگر یعنی خلاء و دهر نه حی و نه فاعل اند و نه منفعل.

خالق تام الاحکمه و عقل تام و محض است و سهو و غفلت بر او راه نمی یابد و حیات از او چون نور از قرص خورشید فیضان می کند. از نفس کلی نیز حیات مانند نور پراکنده می شود و او بنا به خواست صانع بهیولی تعلق جست و بر اثر این تعلق به صورت های گوناگون با او ترکیب شد و از این انواع ترکیب سموات و عناصر و اجسام و حیوانات بوجه اکل پدید آمدند. سپس خالق بر نفس افاضه عقل کرد و عقل را از جوهر الهیت خود سوی مردم عالم فرستاد تا نفس را در هیکل آدمی از خواب گران برانگیزد و بدو بنماید که این عالم جای وی نیست و تا در عالم هیولانی است، رهایی از آلام متصور نمی باشد و چون نفس از این حقیقت آگاهی یافت و دانست که در

عالم خاص خویش یعنی عالم علوی به راحت باز رسد بدان مشتاق و از این جهان برحذر خواهد شد و بعد از مفارقت سوی آن جهان عروج خواهد کرد و ابدال آباد در آن باقی خواهد ماند. اما نفس بدین مقام نرسد مگر از طریق فلسفه و هرکس فلسفه بیاموزد و عالم خویش را بشناسد و کم آزاد باشد و دانش آموزد از این شدت رهایی یابد و دیگر نفوس درین عالم چندان باقی مانند، تا هر نفس در هیکل مردی فلسفی سمت تهذیب یابد و قصد عالم خویش کند و چون تمام نفوس بشری بدین مرحله رسیدند و همه به نفس کلی باز شدند عالم امکان راه نیستی گیرد و هیولی از بند صورت گشاده شود و بدان حال بازگردد که در روز ازل بوده است. به عقیده رازی عالم محدث است و هیولی مطلق از اجزاء لایتجزی پدید آمده است که قابل تقسیم و مرکب نیستند. هیولی بسیط و ماده جسم است و ترکیب اجسام از اجزاء لایتجزا و جوهر خلاء است و اختلاف اجسام در چگونگی ها (کیفیات) به سبب اندکی یا فزونی خلاء در ترکیب با اجزاء است. دنباله مطلب در شماره آینده

شدن از غالب آراء معلم خود افلاطون و دیگر فلاسفه مقدم بر او عیب می کرد و می پنداشت که او فلسفه را تباه کرده و بسیاری از اصول آن را تغییر داده است. ابوریحان بیرونی در فهرست کتب محمدبن زکریا می گوید: «من کتاب محمدبن زکریاء الرازی را در علم الهی خوانده ام و او در آن تحت تأثیر کتاب های مانی و خاصه کتاب او موسوم به سفر الاسرار است.»

رازی از تفکرات فلسفی رایج در عصر خود که فلسفه ارسطویی بود پیروی نمی کرد و عقاید خاص خود را داشت که در نتیجه مورد بدگویی اهل فلسفه هم در زمان خود و هم پس از خود قرار گرفت. رازی را می توان برجسته ترین چهره خردگرایی و تجربه گرایی در فرهنگ ایرانی و اسلامی دانست. او در فلسفه به سقراط و افلاطون متمایل بود و تأثیراتی از افکار هندی و مانوی در فلسفه او به چشم می خورد. با این وجود هرگز تسلیم افکار مشاهیر نمی شد بلکه اطلاعاتی را که از پیشینیان به

دست آورده بود مورد مشاهده و تجربه قرار می داد و سپس نظر و قضاوت خود را بیان می دارد و این را حق خود



کمی از این کتاب ها در دست است و مابقی در حوادث دوران از بین رفته اند. کتاب های باقی مانده از رازی عبارتند از القوانين

می داند که نظرات دیگران را تغییر دهد و یا تکمیل کند.

از آراء رازی اطلاع دقیقی در دست نیست جز در مواردی که در نوشته های مخالفان آمده است. در نظر رازی جهان جایگاه شر و رنج است. اما تنها راه نجات، عقل و فلسفه است و روان ها از تیرگی این عالم پاک نمی شود و نفس ها از این رنج ها رها نمی شوند مگر از طریق فلسفه... در فلسفه اخلاق رازی مساله لذت و رنج اهمیت زیادی دارد. از دید او لذت امری وجودی نیست. یعنی راحتی از رنج است و رنج یعنی خروج از حالت طبیعی به وسیله امری اثر گذار و اگر امری ضد آن تأثیر کند وسبب خلاص شدن از رنج و بازگشت به حالت طبیعی شود، ایجاد لذت می کند. رازی فلسفه را چنین تعریف می کند که چون «فلسفه تشبه به خداوند عزوجل است به قدر طاقت انسانی» و چون آفریدگار بزرگ در نهایت علم و عدل و رحمت است پس نزدیک ترین کسان به خالق داناترین و عادل ترین و رحیم ترین ایشان است.

الطبیعیه الحکمت الفللسفیه - الطب الروحانی - السیره الفللسفیه - مقاله فی مابعدالطبیعیه - قطعاتی از کتاب اللذ- العلم الالهی - العقول فی القدماء الخمسه - القول فی الزمان و المكان - القول فی النفس و العالم. محقق و پژوهنده معروف پول کراوس (Paul Kraus) از آثار محمدبن زکریا مجموعه ای به نام «رسائل فلسفیه لابی بکر محمدبن زکریاء الرازی ترتیب داده است.

اهمیت رازی در فلسفه بیشتر از آن جهت است که برخلاف بسیاری از معاصران خود در فلسفه عقاید خاصی که غالباً مخالف با آراء ارسطو بود، داشته است. قاضی صاعد اندلسی می گوید «جماعتی از متأخران کتاب هائی بر مذهب فیثاغورس و پیروان او نگاشته و در آن ها فلسفه طبیعی قدیم را تایید کرده اند و از کسانی که در این باب تأییدی دارد ابوبکر محمدبن زکریاء رازی است که از رأی ارسطاطالیس (ارسطو) شدیداً منحرف بود و او را به سبب جدا

منطقه فصول آباد

من از خونه مون خوشم نیامد

* مامانم گوشت که پاک میکنه آشغالاشو و غذاهای مونده رو می ریزه تو ظرف آشغال چند روز یادش میره اونا را بره خالی کنه اینجوریه که خونه ما همیشه بو میده و من دوست ندارم پیام خونه خودمون.

* توی خونه ما میذارن وقتی هزار و پانصد تا ظرف نشسته تو آشپزخانه تلمبار شد، تازه میخوان اونارو بشورن. من از منظره آشپزخانه مان بدم میاد و متفرم.

* چقدر به بابام بگم تو خونه ما اینقدر سیگار نکش. هر جا میرم بمن میگن یو سیگار میدی، مگه سیگار میکشی؟

* به مامانم میگم این جارو کردنت هیچ فایده ای نداره. چرا اون زیرها را جارو نمی کنی، زیر میبل، زیر میز، زیر یخچال و هزار تا زیر دیگه، زیر تخت، زیر میز ناهار خوری زیر صندلی ها...

* خونه ما داره تاریک میشه از بس شیشه ها و پرده ها را نشستن.

* اتاق خواب من تاریک شده چرا نمیدن درخت ها رو هرس کنند.

* من خوشم نیامد هر کی بیاد تو اتاق من به همه چی دست بزنه و بریزه بهم.

* چرا تو خونه ما به چوب رختی برای لباس مهمان نیست؟

* چرا ما به جا کفشی نداریم. پشت در تو خانه ما همیشه پنجاه تا کفش هست. چرا؟ یوی کفشا بیاد میکنه سردرد گرفتم.

* چرا تو خانه ما همه جا کلینکس نیست.

* چرا تو خانه ما میوه میذارن جلو مهمون ولی از پیش دستی و کاردی چنگالی خبری نیست. نکنه میوه ها دکورن!

* چرا گاراژ خانه ما مثل حلبی آواده

* چرا بابا بزرگموهای دماغشو قیچی نمی کنه!

* چرا پدر بزرگم با زیر شلوار میاد جلو مهمون!

* چرا حمام کردن مامانم چل ساعت طول میکشه!

آمد. او فرزند مردی بود که برده به دنیا آمده بود، چنانچه پدر به دنیا آمده بود و چنانچه پدر بزرگش. دست به تلاش نمی زد و آزادی خود را در برابر ۳۵۰۰ روبل نمی خرید. چخوف خود نیز برده به دنیا آمده بود. بگذریم، آنتوان چخوف فقط چهل و چهار سال زندگی کرد. هنگامیکه او چشم از جهان فروبست چهره داستان نویسی جهان را تغییر داده بود و در نمایشنامه نویسی هم تأثیر عمیقی برجای نهاده بود.

شناسی در ایران است. می گفتند پر می داند و کم می نویسد چون کمال طلب است. می گفتند فضل و خرد را، حتی نزد آنان که در صف مخالفان سیاسی اش بودند قدر و ارج می شناسد و نزدش آفتی نبود بتراز ناشناخت. می گفتند کار استادی خویش را سخت به جد می گیرد. آنچنانکه در روزهای وزارتش در کابینه دکتر مصدق حتی یک بار هم از جلسه درس غایب نشد. می گفتند با دوستان فروتن و با قدرتمندان بی پروا و در همه حال مبادی آداب است. می گفتند ارسطو را صدر نشین مصطبه تفکر می داند و نه تنها جریان های نظری غرب را خوب می شناسد بلکه تاریخ و ادب ایران و اسلام را هم نیک می داند.

(نقل از کتاب تجدد و تجدد ستیزی در ایران اثر دکتر عباس میلانی)

همه سر چوب (فتی کلاه میذارند)

* الف در زمان سالخوردگی تبدیل به دال می شود.

* به عبادت درختی میروم که در بهار سبز نشد.

* خودم را در آینه ملاقات می کنم.

* هوا بقدری سرد بود که خورشید بخاری روشن کرد.

* دلم بحال مسافری می سوزد که پایش بعلت خستگی اعصاب کرد.

* تا پای راستم با مرخصی پای چپم موافقت نکند لی لی نمی کنم.

* آرزوهای برباد رفته مشترکی داریم..

* بچه بلبل تا یکسالگی از روی کتابچه نت آواز می خواند.

* در کشورهای صنعتی فواره ها با آسانسور بالا و پائین می روند.

* فروتنی آبشار نیاگارا را ستایش می کنم.

* بعضی از محصلین با آسانسور به کلاس بالا می روند.

* شب ها با ستارگان بیلیارد بازی می کنم.

* همه مردم سرچوب رختی کلاه میگذارند.

* آب تنی ماهی یک عمر طول می کشد.

چخوف

چخوف در داستان نویسی باور نکردنی بود. در سی سالگی همه اروپا و هنگ کنگ، سنگاپور و میلان را دیده بود. جانی از زبان یکی از آدم های داستان هایش می گوید: دوست دارم در زندگی کوتاهم همه چیزهایی که در دسترس انسان است در بر بگیرم. دوست دارم حرف بزنم و مطالعه کنم. در کارخانه بزرگی چکش به دست بگیرم و کار کنم. نگهبانی بدهم، شخم بزنم، منظره تماشا کنم، به دیدن مزارع بروم، به تماشای اقیانوس و یا هر جا که تخلیم میدان پیدا کند...

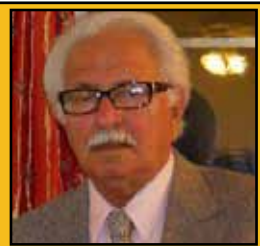
چخوف در شانزدهم ژانویه ۱۸۶۰، یک سال پیش از اعلام آزادی سرف ها، دهقان های وابسته به زمین در روسیه، به دنیا

مشقی تازه در روزهای غربت

حسینعلی مکرندی

نوامبر ۲۰۱۳ + فریمانت - کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



نیمکت های پارک فریمانت

هر کجا که باشم چه اینجا که فریمانت بی تکبر و نازنین است و یا چه در خاک آشنای اجدادی، نیمکت های پارکها را دوست دارم و به آنها فکر می کنم و از آنها عکس هم



می گیرم. نیمکت ها در پائیز قشنگترند. وقتی که حجمی از برگ های زرد، طلایی و قهوه ای روی آنها ریخته و یا نیمکت ها زیر برف اند. حیف که فریمانت برف ندارد و از این نظر خوشحال نیستم.

نیمکت ها به اندازه چند کتاب نانوشته خاطره دارند. هر جور خاطره ای که بخواهی. نیمکت ها را به این دلیل دوست دارم که اگر قیمه قیمه هم شوند هیچوقت رازهایی را که از این و آن شنیده اند به کسی نمی گویند. چه حرف عاشقانه ای باشد یا حرفی از سردرد.

من وقتی میامیم دور دریاچه الیزابت در اینجا، دو مسئله مرا روی نیمکتی می نشاند. یکی وقتی که بند کفش هایم باز است و هر عابری این را به من یادآوری می کند و یا وقتی که یک دور کامل دور دریاچه راه پیموده ام و دیگر هیچکدام از پاهایم فرمان مرا گوش نمی کنند. در آن زمان که نشستم تا خستگی ها را از خودم دور کنم فرصت پرباری صید می کنم که عکس بگیرم. عکس از فرود پرغوغای مرغابی ها، بر آب، از زلف بلند بیدها و سایه هایشان در آب، از پلیکان های دور در میانه ی دریاچه. از وقتی که آفتاب حاتم وار انگار مشتی پولک نقره ای روی آب پاشیده. از ابرها در آب دریاچه، از سنجاب های طلبکار و پررو و یا از پرند هایی با پاهای مرغابی، نوک سفید و دم کوتاه بنام کوت و از هر آنچه که لیاقت دارد عکسی باشد یا بشود.

باید ساعت هایمان را دستکاری کنیم

بنیامین فرانکلین دانشمند آمریکایی در ۱۷۸۴ میلادی، ۲۲۹ سال پیش گفت بهتر است ساعت هایمان را دستکاری کنیم تا در

مصرف شمع برای روشنایی صرفه جویی شود، حتی با هیجان در این باره مقاله ای نوشت و به مطبوعات آن زمان داد. ولی کسی به پیشنهاد این مرد عالم توجهی نکرد. اما صدوسی سال بعد به توصیه او عمل شد و اول بهار ساعت ها را دستکاری کردند و روز ۲۶ مارس یا مارچ برابر (ششم فروردین ما) یک ساعت، ساعتها را جلو کشیدند و بعد اول اکتبر دوباره ساعت ها را سرجای قبلی خود برگرداندند.

شیرین عبادی

شهلا به من گفت: ما جمعی داریم از زنان فرهیخته و کتاب خوان و اهل شعر و تفکر. هر سه شنبه دور هم جمع می شویم و هر بار در خانه فردی از جمع، اگر به این جمع پیبوندی مایه شادی ماست. گفتن مایه ی شادی من هم هست و نخستین بار با چند نسخه از کتاب دشت ارژن (۱۳۶۲) به خانه ی شیرین عبادی رفتم در خیابان یوسف آباد نزدیک به خانه کنونی او.

بانوان این جمع یا حقوقدان بودند یا استاد دانشگاه یا آراسته به یکی از هنرها... سخنانشان اگر چه شیرین و گاه آمیخته به شوخی بود و پیرامون اوضاع ایران و جهان و کتاب های ادبی و اجتماعی و روشنفکری دور می زد. به آسانی شیفته ی این دایره ی شور و هیجان شدم. سروده هایم را برای آنان خواندم و با مهرانگیز کار نیز در همین جمع آشنا شدم. راستی حق با شهلا بود که در خانه سیمیا به من گفت زنانی هستند که در دایره ی فضیلت از بد حادثه پناه جسته اند.

دیری نکشید که متوجه شیرین عبادی شدم، با سخن گفتن صریح و محکم و سنجیده اش. او با اطلاعات وسیع حقوقی دارای ظرفیتی است که می تواند در طیف گسترده تری لیاقت خود را ظاهر کند و در عین جوانی، شایستگی و پختگی خود را در راه گسستن قیود از دست و پای زنان بکار بندد.

پُر می داند و کم می نویسد

دکتر غلامحسین صدیقی از نوادر روزگار بود. در میان نسلی از دانشگاهیان ایران شهری اسطوره وار داشت. استاد ممتاز دانشگاه تهران بود و آوازه فضلش و حکایات مربوط به دقت و وسواس علمی اش همه گیر. می گفتند بنیانگذار جامعه

رادبویی و اگر کمک های نادیده و امدادهای غیبی مفصل تر باشد، تلویزیونی. در طول این سالها و در جهنم تبعید کار اساسی هرکدام از اینها افشای آن دیگری بوده است. حالا خوشحالم که قرار شده با هم کنار بیایند و راه مبارزه مشترک را بیابند. در طول مدت یک ساعت پرواز از سانفرانسیسکو به لس آنجلس فقط به این فکر کرده ام که آیا این جلسه آشتی کتان واقعا مدعیان مبارزه را به هم خواهد پیوست یا نه؟

در اتاق کوچک کنفرانس یک هتل که در بیرون در، از تو با بیسکویت و شیرینی آمریکایی و چندجور «کولا» پذیرایی می شود. نمایندگان این گروه ها، گروه گروه و جدا جدا هم نشسته اند. هیچ رنگ و بوی آشتی ندارند. از زیر چشم به هم نگاه می کنند و اگر نوعی آشنایی قدیمی در کار باشد، فقط سری از دور تکان می دهند. سخنگویان که شبانان نی نواز رمه های مبارزه هستند شروع می کنند. از ضرورت اتحاد می گویند. از لزوم کنار گذاشتن اختلافات جزئی که کل مبارزه را به خطوطی اندازه اینک سلطنت و جمهوری تفاوت چندانی ندارند.

به هر حال یکی باید که مملکت را براند. چه فرقی می کند شاه باشد بی مسئولیت یا رئیس جمهوری با مسئولیت؟ وقت، وقت این حرف ها نیست. اگر در گذشته ساواک شکنجه می کرده و محاکم نظامی به جرم های سیاسی می رسیده اند، حالا دیگر ساواکی در کار نیست. کمیته مشترکی متجاسران را بازپرسی نمی کند. مملکت جوری است که تو را زنده زنده از وسط خیابان می ربایند و بعد نعشت را همراه با اقرارنامه ای تحویل کس و کارت می دهند و اگر اعدام کرده باشند، برای هر گلوله فلان مقدار حق تیر می گیرند.

سخنگویان محترم از منبر آزادی و تفاهم پله پله بالا می روند. آن یکی که می شناسمش که چه دلال قهاری بود در معاملات زمان شاه، با چهار ورق روزنامه تهدید کننده و در عین حال بی ارزش، بالای منبر آزادی از ضرورت تساهل حرف می زند و کلمه «تولرانس» را که نمی دانم از کجا یاد گرفته مرتب به کار می بندد و کف می گیرد: «تولرانس اقتصادی»، «تولرانس سیاسی»، «تولرانس فرهنگی» و... من از «تولرانس» دوارسر می گیرم و او را به یاد می آورم که درصد ناچیزی از دلالی هایش را به عنوان سهم امام به نجف می فرستاد و در مجالس به ظاهر بی خطر، از ستم شاه و ساواک می گفت و روز بعد شنوندگان به ساواک احضار می شدند که در جلسه دیشب چه خبر بود؟ و آقای دلال باشی هرگز گرفتاری نداشت.

های نازک نادیدنی در شکسته های چینی شد. شب پیش من چینی های شکسته را از نزدیک لمس کرده بودم. صورت شکسته یکی از دخترها را به بوسه ای مرهم نهاده و تلکنگری هم به ریش سیاه و موزیانه مردی که همیشه با شقاوت با چشمان نیمه باز و مخمور از تریاکش به من می نگریست، زده بودم و نیز گرد برگ درختی را با سرانگشت پاک کرده و کوشیده بودم تا از یک گل عجیب ارغوانی بویی بشنوم.

مرد چینی بندزن مثل کمانچه کش های عروسی، با حوصله ای شگفت تکه ها را به هم می پیوست. گرد خشکی را که می گفت سفیده تخم مرغ است، در آب ریخته و با آن کف اندکی درست کرده بود. چینی ها را با این مایع خیس می کرد و به هم می چسباند و بعد با بست نازکی که از سیم مویی هم نازک میان تر بود، سوراخ های نادیدنی را به هم می پیوست. با چکشکی بست ها را در داخل چینی می نشانند و با ضربه ای محکم می کرد. چهار ساعت بعد قدح سرچایش بود. سر طاقچه. هیچ چشمی شکستگی بیرون آن را نمی توانست دید. اما در داخل قدح خطوط نازکی مثل مو به چشم می آمد. اگر افشرد در آن می ریختی، می پنداشتی که چند تار مو در ته قدح افتاده و چندتایی هم به دیوارهایش چسبیده است. پدر که از سفر باز آمد تا دو سه ماهی حکایت را از او پنهان نگه داشتند. بالاخره در فرصتی و به مناسبتی ماجرا را با او در میان گذاشتند. برخلاف تصور ما سروصدایی به پا نکرد. خشم و خروشی نشان نداد. با شانه افتاده رفت و قدح را از سر طاقچه برداشت. در دست گرفت. تلکنگری به آن زد. گوش را جلو برد و بعد آن را کف اتاق گذاشت. لحظه ای به بیرون و درون آن خیره شد.

بعد سری تکان داد و گفت: «چینی بندزن زبردستی بوده است. ولی افسوس که قدح دیگر سالم نیست. چینی بند خورده است. هرچند برونش نشان نمی دهد اما از تو شکسته است. صدایش خفه و خش دار است مثل صدای آدمی که سرمه به خوردش داده باشند. به ظاهر سالم است ولی چه فایده که از تو شکسته است.»

در مجلس آشتی کتان

یک مجلس آشتی کتان است. مرا هم وعده گرفته اند که در آن حاضر باشم. چرا؟ نمی دانم. قرار است تنی چند از مردان سیاست دور هم جمع شوند و درباره «وحدت ملی از طریق مبارزه مشترک» تصمیماتی بگیرند. حالا سال دوازدهمی است که ما با رژیم تهران مبارزه می کنیم و با خودمان بیشتر از رژیم تهران.

هرکدام از جریان ها روزنامه ای دارد و

یادداشتهای با تاریخ

صدرالدین الهی

E-mail: elahi1@aol.com



چینی بند زده

موی چینی سرمه ی آواز چینی می شود
صوبوحی خوانساری

ناله شد در دل گره، شب از خیال زلف او

قدح مرغی فانه پدر

شان بیرون نمی رود. قدح را وقتی مهمان داشتیم پایین می آوردند و در این جال اگر پدر سرحال بود، آن را در دست راست می گرفت و به دقت و مراقبت تمام، با دست چپ تلنگری به لبه آن می زد و گوش را به قدح نزدیک می ساخت و می گفت: «چینی اصل یعنی این، با یک تلنگر مثل آب برکه می لرزد و مثل سیم سه تار صدایش دلنشین و گوش نواز است. چینی اصل یعنی این.» آن وقت قدح را به دست خدمتکار می داد با سفارش موکد در مواظبت از آن، هنگام ریختن افشرد در آن. قدح که به قدح «افشرد خوری» معروف بود. ووقتی قاشق چوبی با دسته منبت کاری شده کار کردستان روی افشرد می ایستاد، آدمی پای زشت مرغیایان را، روی برکه های رنگین از نیلوفر آبی به یاد می آورد.

یک روز بعد از مهمانی، قدح از دست خدمتکار افتاد و چند پاره شد. پدر به سفری کوتاه رفته بود و مادر از وحشت خشم و خروش او در روز بازگشت، نزدیک به جان دادن بود.

خاله ها گشتند و زیر بازارچه نایب السلطنه، چنین بند زنی را یافتند که متخصص بند زدن چینی مرغی بود. آمد و در دالان بساطش را پهن کرد. با کمانی که زه نازکی داشت و نوک پیکانش ریزتر از سوزن می نمود، دست به کار کاویدن و یافتن نقطه

در اتاق مهمانخانه خانه پدری ما یک قدح مرغی بزرگ بود. میراث نیاکان برسر طاقچه ای که در دو طرفش دو لامپای نفتی روسی با حباب با رفتن قرار داشت. این لامپاها گویا جزء جهیز مادرم بود. چون همین که برق به خانه ما آمد، مادر آن را با یک سرویس آجیل خوری «شکن» که تازه مد روز شده بود، تاخت زد و کت و شلواری دوره گرد از این معامله، خرسندتر از مادر، در خم کوچه پیچید و تا دوهفته ای هم - شاید از ترس دبه پدر- آن طرف ها پیدایش نشد.

ترکیب قدح مرغی و لامپای روسی در چشم ما ترکیب زشتی بود یا لاقل، در قیاس با سربخاری های کریستال و گنجه پر از چینی «سور» خانه حاج صنیع الممالک همسایه معروف جواهرساز و جواهر فروش ما، زشت می نمود.

با این همه نقش های ریز و رنگ های زنده قدح در شب هایی که لامپا را روشن می کردند جان می گرفت و آدم های عروسکیش با آن چشم های تنگ و مورب به ما خیره می شدند و به نظر می رسید که دخترکان سیاه گیسویش لبخندی هم به ما می زدند. درخت های قدح، برگ های سبز داشت و با همه کج و کوله بودن، چنان بودند که پنداشتی بهار هرگز از تن

ByTheBook Keepers

ByTheBook Keepers

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

خدمات دفتر داری

سرویس مطمئن

قیمت مناسب

توجه کامل به نیازهای شما

Real-time Bookkeeping

Reliable Service

Reasonable Rates

Responsive to Your Needs

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

تختی و فردین



زمانی بود که محمد علی فردین و غلامرضا تختی با هم کشتی می گرفتند، تا آنکه فردین به سینما رفت و بعدها جهان پهلوان به سفر آخرت. تصویر بالا فردین را در حال شمردن حرکت دراز و نشست های جهان پهلوان نشان می دهد.

(خبر آنلاین، به گزارش ایسنا)

در مسابقه نشوند، فیفا سیستمی راه اندازی کرده است که بلیط آنها مجدداً به متقاضیان دیگر فروخته شود. دست کم ۴۰۰ هزار بلیط به شهروندان برزیلی اختصاص می یابد که از این تعداد، ۵۰ هزار بلیط برای کارگرانی که در ساخت و ترمیم ساختمان ورزشگاه ها دست داشته اند، رزرو شده است.

تیری ویل، رئیس بخش بازاریابی فیفا می گوید که از این طریق تماشاگران دقیقاً می دانند که با خرید بلیط مورد نظرشان کجا می نشینند.

متقاضیان می توانند برای حداکثر هفت بازی، حداکثر چهار بلیط درخواست کنند. در صورتی که دارندگان بلیط قادر به حضور

قیمت بلیط های جام جهانی برزیل ۲۰۱۴ اعلام شد

قیمت بلیط تماشای مسابقات جام جهانی فوتبال برزیل برای مرحله مقدماتی بازی های گروهی از ۹۰ دلار (۵۹ پوند) شروع می شود.

فدراسیون بین المللی فوتبال، فیفا اعلام کرده است که ارزانترین قیمت برای تماشاگرانی که از سایر کشورها برای دیدن مسابقه نهایی روز ۱۳ ژوئیه به برزیل می آیند، ۴۴۰ دلار (۲۸۸ پوند) و گرانترین ۹۹۰ دلار (۶۵۰ پوند) خواهد بود. مسابقات جام جهانی از ۱۲ ژوئن ۲۰۱۴

دلار است که تنها دانشجویان، افراد بالای ۶۰ سال و کسانی که تحت برنامه هایی رفاهی دولت پول دریافت می کنند، می توانند با این قیمت بلیط تهیه کنند. ارزانترین بلیط در جام جهانی ۲۰۱۰ آفریقای جنوبی ۲۰ دلار بود.



فیفا بیشتر اعلام کرده بود که بلیط های جام جهانی برزیل "از همیشه ارزانتر" خواهد بود. وبسایت فیفا شامل نقشه ای از استادیوم هایی است که قرار است بازی ها در آن برگزار شود. در این استادیوم ها قیمت بلیط با جایگاه تماشاگران منطبق شده است.

آغاز می شود. اولین بازی قرار است در سائو پائولو برگزار شود.

فروش بلیط های جام جهانی ۲۰۱۴ برزیل از ۲۰ اگوست ۲۰۱۳ شروع می شود. قرار است ۳ میلیون و ۳۰۰ هزار بلیط از طریق سایت رسمی کلیک فیفا به فروش برسد.



میهن کو

MIHAN CO. Iranian Legal Services

دفتر حقوقی ایرانیان

با همکاری ندا نهاوندی کارشناس حقوقی، وکیل دادگستری در ایران

با مدیریت آقای کاشی

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

www.mihancompany.com

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

دفتر جنوب کالیفرنیا (310) 967-7755 ♦ (877) 644-2607 ♦ (408) 249-9827 دفتر شمال کالیفرنیا

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

از درگوشی‌ها به قلم: پیرایه

زحمت، کم خرج و بسیار راحت تر و آسان تر مهیا می‌گردد. در عین حال شاید چندان سالم تر نباشد خصوصاً اگر اهل ناخنک زدن و دله گی باشیم. و یا در رده سالمندان که احتیاج بیشتری به سوخت و ساز مواد سازنده دارند. ظاهراً حجم کمتر نوبت بیشتر. و اصولاً ایرانی عادت به صبحانه مفصل و سنگین ندارد. یکی دو لقمه نان و پنیر با یک استکان چای. نمی‌دانم اینها صبح چه میل می‌کنند که تا ساعت شش و هفت بعدازظهر تاب می‌آورند. لابد حلیم می‌خورند شاید هم خاکینه و شیربرنج و عسل و مخلفات آمریکایی. گمان ندارم خانمها در زمهره «پرخور» ها و شکموها شناخته شوند چرا که زنها ایرانی از اضافه وزن هراس دارند و نمی‌خواهند دست انداز پیدا کنند ولی مردانمان چنان شکمبار و خوش خوراکنند که طبل متورم و سر و ریخت پف کرده و نفس زدن و هن هن کردن سنگین وزنی را نادیده می‌انگارند. البته در سن و سالی که از «چشم چرانی» و ادا اطوار دلبری افتاده باشند. گرچه بعضی از حضرات با هر قواره و قیافه و در هر رده سنی ول کن معامله نبوده و چشم و دلتشان می‌دود اگر در میهمانی و محافل دوستانه دقت کنید این آقایانند که بشقاب را پر و خالی می‌فرمایند.

در شرایط مسلط قومی برقرارند و اصول معهود همواره پا برجا باقی مانده است. چند نفری شدید و ظهری رفتیم به یک اغذیه فروشی. یکی گفت من فقط یک قهوه می‌خورم، یکی دیگر رو کرد به پهلو دستی و گفت من و تو هم یک سالاد ساده شریک شویم و آخرین نفر هم اظهار داشت که معمولاً بیرون غذا نمی‌خورد و فقط دوستان را تماشا می‌کند.

این منظره اشتها آور ناهار بارها تکرار شد تا متوجه شدیم ایرانی‌های غربت نشین در این ناحیه «دو وعده ای» شده اند یعنی صبحانه و شام منهای ناهار. نمی‌دانم از بابت صرفه جویی در مخارج تدارک غذاست و یا حذف کار خرید و آشپزی و صرف وقت چیدن و برچیدن و نظافت و سایر امور مربوط. راستش باب طبعم نبود چرا که اگر آمریکایی جماعت غروب شام می‌خورد و زود هم می‌خوابد، زودتر هم بیدار می‌شود و حتماً می‌رود دنبال کار و کاسبی و ارتباطی به ما بازنشستگان کنج غربت ندارد که تا دیروقت شب زنده داری می‌کنیم و شبانه روز جلوی تلویزیون ایرانیان چرت می‌زنیم و یا تلفنی وقت می‌گذرانیم و غیبت خلق الله می‌کنیم. چه می‌شود گفت. آدمها اختیار ترتیب وضع گذران زندگی خود را دارند. البته دو وعده که

و بایس مانده ای سدّ جوع می‌کند. سرمایه داری، توحیدی، کارگری و غیر هم در این زمینه نقش اساسی ندارند. زیرا در همه جای این کره عریض و طویل آدمیزاد است که بیش از تمام موجودات عالم اعم از اهلی و وحشی، تن پرور، حریص و خودخواه دائم در فکر آسایش و حوائج وجود مبارک است و بس. دیگران را خدا دریابد، به من چه!

خلاصه مصیبت به بار آمد و ناچار رسیدیم شرق ینگه دنیا و دیدیم این مردمان نیز تقریباً در بستر عادات و نیازمندی‌های بشری به موازات ما روانند و اتفاقاً خیلی هم به خور و خواب و خوشی خود می‌رسند و معتقدند. نیمه‌های روز اغذیه فروشی‌ها، خوراک خانه‌ها و رستوران‌ها برحسب جیب صاحب شکم مرتب پر و خالی می‌شد و فرقی با برنامه ما نداشت. گذر روزگار گشت و گشت و ما را انداخت اینطرف که صدها رحمت به آنطرف، از هر جهت ممکن، بگذریم. گفتیم ایرانیان مقیم غرب همانند هموطنان ساکن شرق هنوز ناگزیر

زمانی که در سرزمین مادری روزگاری چه بسیار خوش تر و بهتر از امروز می‌گذرانیدیم عادات، سنن، حال و هوایمان تقریباً یکسان بود. بدین منوال که صبح همه مردم ناشتائی می‌خوردند و ظهر ناهار و شب شام. کاری ندارم که یکی کره مربا و شیر کاکائو نوش جان می‌فرمود و یکی نان خالی سق می‌زد و یا یکی چلو کباب میل می‌کرد و یکی دیزی.

بهر کیفیت وضع خوراک سه وعده بود، بد و خوبش، کم و زیادش، مفصل و مختصرش بستگی به محتویات جیب صاحب کمال داشت و بس. در عین حال همه جا و در همه حال عمومیت می‌داشت و رد خور هم نداشت. اگر هم احياناً سفری به آسیا، اروپا، آفریقا و اقیانوسیه دست می‌داد باز مشاهده می‌کردیم که روال پرداختن به شکم بی هنر پیچ پیچ عیناً دیار خودمان سه وعده ای پیاده می‌شود. و همه جای دنیا هم باز دقیقاً همچون خاک پاک وطن کم و بیش دارد، یکی پر می‌خورد و یکی گرسنه می‌ماند





HEATING & AIRCONDITIONING
"Experience the Comfort"



EXPERIENCE
The Comfort

Lic #913606

\$55
(reg. \$115)

FURNACE TUNE-UP

*Tune-up does not include any repair

TUNE-UP INCLUDES*	BENEFITS
Lubricate all moving parts & motors	Improved efficiency
Check connections & controls	Improved capacity
Validate heat exchanger	Improved life expectancy
Clean burners & flame sensor	Have a piece of mind
Set and calibrate gas pressure	Lower utility bill

**تعمیر، نصب و سرویس کولر و بخاری جهت
ساختمانهای اداری، کارخانجات و منازل مسکونی**

سرویس فوری و نرغ مناسب

408.384.1025

www.sanjoseheatandair.com

روزنامه بهار ضمن غدر خواهی انتشار خود را متوقف کرد

مسئولان روزنامه‌ی «بهار» اعلام کردند که این روزنامه موقتا منتشر نمی‌شود.

روزنامه‌ی «بهار» روز اول آبان‌ماه مقاله‌ای را با عنوان «امام؛ پیشوای سیاسی و یا الگوی ایمانی؟» منتشر کرد و به دلیل برخی مطالب آن، مجبور به غدرخواهی شد. اکنون نیز مسئولان این روزنامه، با انتشار یک نامه از توقف انتشار «بهار» تا مدتی خبر داده‌اند. متن نامه‌ی منتشرشده از سوی روزنامه‌ی «بهار» به این شرح است:



«روزنامه بهار به مناسبت روز عید غدیر خم یادداشت وارده‌ای را با عنوان «امام؛ پیشوای سیاسی یا الگوی ایمانی» به دلیل خطای فنی به چاپ رساند که متأسفانه موجب جریحه‌دار شدن روحیه مومنان حضرت علی (ع) شد. پس از آن مدیریت روزنامه اقدام به غدرخواهی در چند رسانه اقدام به انتشار چند یادداشت در نقد مطلب مورد نظر نمود که نشان دهد تا نظرات مندرج در یادداشت آقای علی‌اصغر غروی به

(که این نافی مسوولیت نمی‌باشد) اما متأسفانه برخی از جریان‌های سیاسی که فرصت را غنیمت می‌شمارند، از فرصت به‌دست آمده استفاده‌های دیگری می‌کردند که تداوم آن دل مومنین راستین را بیشتر به درد می‌آورد. از این رو، روزنامه بهار در راستای تلطیف فضای جامعه و به‌دست آوردن دل مومنین راستین و واقعی اقدام به عدم انتشار موقت و چند روزه کرده و از همه‌ی خوانندگانش مجددا پوزش می‌خواهد.»



«وقت صرف خانواده ات می‌کنی؟ چون مردی که وقت صرف خانواده نکنند، مرد واقعی نیست!»
جمله معروف دن کورلئونه خطاب به پسر ارشدش سانی، در فیلم پدر خوانده، با ایفای، این نقش، مارلون براندو در تاریخ ماندگار شد.

در ۱۲ فیلم بازی کرد و گفتنی است که فیلم سربازان یک چشم ۱۹۶۱، را خود او کارگردانی کرد. در اصل او جانشین استلی کوبریک شد. در دهه ۱۹۷۰، او در ۷ فیلم بازی کرد و ۱۹۷۲ با بازی در فیلم پدر خوانده ساخته فرانسیس فورد کاپولا، دومین اسکار خود را برنده شد. او از سال ۱۹۸۰ تا زمان مرگش اول جولای ۲۰۰۴، در ۹ فیلم

او متولد سوم آوریل ۱۹۲۴ در نبراسکا (اماها) بود. با ایفای نقش های فراوان و مختلف از پدر خوانده مافیا، کلانتر، راهزن، معلول جنگی، نماینده استعمار انگلستان، شوهر و باغبان گرفته تا ناپلئون بناپارت و یا مارک آنتونی، شاید بتوان گفت که او یکنواست. از جالب ترین گفته ها در مورد او، گفته همفری بوگارت است: زمانیکه من (بوگارت) در دهه ۱۹۳۰ به هالیوود آمدم با کت و شلوار فراک و کفش دورنگ سیاه و سفید (Spectator Shoes)، همه گفتند که یک علاف دیگر آمده، ولی زمانیکه او (براندو) ۲۵ سال بعد با شلوار جین و عرق گیر پاره آمد، همه گفتند که بله، یک استعداد جدید به دنیای هنر هفتم وارد شد!



دو دیگر بازی کرد و در ۱۹۸۹ برای بازی در فیلم فصل خشک سفید کاندید دریافت جایزه اسکار نقش ۲ شد. او ۳ بار ازدواج کرد و صاحب ۵ فرزند شد. در دهه ۱۹۶۰ یک جزیره کوچک در دریای کارائیب خریداری کرد و ساکن آنجا شد. تهیه کننده فیلم سوپرمن ۱۹۷۸ آلکساندر سالکیند گفت براندو کمتر از ۱۰ دقیقه در این فیلم بازی کرد اما من با کمال میل، دستمزد ۸ میلیون دلاری به او می پردازم. چون بودن نام مارلون براندو در تیتراژ فیلم، تضمین کننده فروش فیلم است.

پس از ایفای نقش در چند تئاتر، در سال ۱۹۴۸ پس از راه اندازی اکتورز استودیو، توسط الیاکازان که براندو را در ۳ فیلم، دربار انداز، اتوبوسی به نام هوس و زنده باد زاپاتا کارگردانی کرد، به مدیریت لی استراسبرگ، براندو اولین فیلم سینمایش را برای فردزینته مان (مردان ۱۹۵۰) باز کرد در ازای دریافت ۴۰۰۰۰ دلار. او در دهه ۱۹۵۰، در یازده فیلم بازی کرد که به غیر از اسکاری که برای فیلم دربار انداز ۱۹۵۴ گرفت، در چند فیلم دیگر نیز، نامزد دریافت این جایزه شد. در دهه ۱۹۶۰، براندو

موسیقی در فیلم

ارتباط سینما و موسیقی یک ارتباط تنگاتنگ بوده و همیشه این ارتباط وجود داشته است، چه از زمان شروع سینما در سال ۱۸۸۵ و فیلم صامت (اولین نمایش فیلم توسط برادران لومیر در پاریس) و یا حتی تا سال ۱۹۲۷ که اولین فیلم ناطق بوجود آمد (خواننده جاز ساخته آلن کراسلند و جالب است بدانیم که فیلمی موزیکال است). کمتر بیننده ای است که با شنیدن این آهنگها، پلکش مرطوب نشود: (دکتر ژبوآگو، السید، پدر خوانده، سینما پارادیزو، رومئو و ژولیت، پاپیون، آخرین موهیکانها، پیانو، قصه عشق، فهرست شیندلر). برخی از آثار موسیقی کلاسیک جهان نیز در برخی فیلم ها مورد استفاده قرار گرفته اند مثل: چنین گفت زرتشت در فیلم (۲۰۰۱)، یک ادیسه فضایی، دریاچه قو در فیلم (بیلی لیوت) و یا (قوی سیاه)، سمفونی ۵ پتهون در فیلم (طولانی ترین روز).



دکتر ستاره مظفری

استادیار دانشگاه UOP و استادیار سابق دانشگاه UCONN
دارای درجه دیپلمات در بُرد تخصصی ارتودنسی از آمریکا
Diplomate, American Board of Orthodontics



signature orthodontics
We take pride in providing comprehensive patient care in all phases of child, adolescent and adult orthodontics.
برای مریض های بدون داشتن بیمه تسهیلاتی در نظر گرفته شده است!

- ♦ ارتودنسی ♦ مشکلات فکی ♦ ردیف کردن دندانهای نامرتب
- ♦ درمان کودکان، نوجوانان و بزرگسالان ♦ انواع براکت ها
- ♦ Early-Age, Adolescent & Adult Orthodontic Treatment
- ♦ Surgical Orthodontics ♦ Invisalign ♦ Retainers

مطب دارای پیشرفته ترین و مدرنترین تجهیزات و تکنیکهای جدید در معالجات ارتودنسی برای انجام آخرین درمان های پیشرفته

(408)610-9886

www.DrMOrthodontics.com

10055 Miller Ave., Suite #103 Cupertino, CA 95014

ای را که نگاه میکرد پریوی در حال ناز و غمزه و دلربایی بود!
این آقای محترم وقتیکه این بساط عیش و نوش را فراهم دید؛ شروع کرد به بد و بیراه گفتن به عیال مربوطه.
یکی پرسید: برای چه به زنت ناسزا میگوئی؟ مگر آن بیچاره چیکار کرده؟
یارو جواب داد: اگر این فلان شده نبود من سی سال پیش آمده بودم اینجا!
حالا حکایت ماست.

آنوقت ها که جوان بودیم !!!
حسین آقا؛ روی تختخوابش دراز کشیده بود و داشت نرمک نرمک برای خودش چرت می زد.
عیال مربوطه اش آمد کنارش دراز کشید و گفت: داری میخوابی؟؟
حسین آقا گفت: آره عزیزم. شب بخیر!
عیال گفت: یادت میاد اونوقت ها که جون بودیم موقعی که میخواستی بخوابی اول منو میبوسیدی!!!
حسین آقا؛ تند و تیز؛ یک ماچ روی لب های عیال مربوطه نشانده و گفت: شب بخیر!
عیالش گفت: یادت میاد وقتی که جون بودیم هر وقت که میخواستی بخوابی دستهام رو توی دستات میگرفتی و بخواب میرفتی؟؟
حسین آقا؛ یکی دو دقیقه ای دست عیالش را توی دستش گرفت و دو باره رفت توی چرت.
عیالش گفت: یادت میاد اونوقت ها که جون بودیم هر وقت که میخواستی بخوابی گردنم رو گاز میگرفتی؟؟
حسین آقا از تخت آمد پایین و راه افتاد.
عیالش گفت: کجا میری؟؟
گفت: هیچ جا بابا! دارم میرم دندونام رو بیارم!!!

گوشه دنجی و چند تا پک به سیگار میزنم و بعدش دست و دهانم را میشورم و کلی عطر و پودر بخودم میمالم و میایم کنارش روی میز شام؛ فرمان ملوکانه صادر میشود که: نمک نخوری ها!!
میگویم: چشم! (اما همینکه می بینم حواسش جای دیگر است نمکدان را خالی میکنم روی غذایم!)
میگوید: اگر با رفیقات رفتی رستورانی؛ جایی؛ عرق نخوری ها! آنهم با این معده مافنگی ات!
میگویم: عرق؟ من که نمی توانم عرق بخورم! (البته دروغ میگویم! وقتی با رفیقانم هستم عرق هم می خورم!)
میگوید: سعی کن گوشت قرمز نخوری ها!! کلهسترو ل خونت خیلی بالاست!
میگویم: آبی چشم! (اما تا پایم به رستوران میرسد یک استیک فرد اعلا سفارش میدهم و میگویم گور بابای کلهسترو ل!)
حالا که فهمیده اید این آقای گیله مرد توی چه انشر و منشری گیر کرده است اجازه بفرمایید داستانی برایتان تعریف کنم:
یک بنده خدایی بود که از ترس زنش نه میتوانست ترشی بخورد. نه می توانست سیگار بکشد. نه می توانست شیرینی بخورد. نه می توانست دمی به خمره بزند. نه اجازه داشت گوشت بخورد. نه مجاز بود شوری بخورد.
بالاخره روزی از روزهای خدا؛ این آقای محترم عمرش را داد بشما و غزل خدا حافظی را خواند و به آن دنیا پرکشید (یا بقول اخوند ها ارتحال فرمود)
در آن دنیا روانه اش کردند به بهشت برین. وقتیکه وارد بهشت شد دید به بهشت چه نعماتی! چه میوه هایی! چه شراب های نابی! چه غذاهایی! چه فرشتگان خوش بر و رویی! در جوی های بهشت بجای آب؛ شیر و عسل و شراب روان است! هر گوشه



شکار فاخته...

به روح پدر و مادرم... و هر آنچه که بر زبان شان بیاید سوگند می خورند تا دروغ خود را به کرسی بنشانند. و وقتی دروغ شان افشا میشود؛ میگویند: بی خیالش داداش!!! حرفی بود زدم دیگر!!! زیاد به دل نگیر!!
فردوسی بیچاره؛ هزار سال پیش انگار وضع کنونی ما را پیش بینی کرده بود که می سزاید:

ز پیمان بگردند و از راستی

همه کارشان کزی و کاستی خداوند ما را از دروغ و سوگند دروغ نجات دهد!!

بی خیالش داداش....!!!

آقا رضا با من قرار میگذازد که صبح زود، ساعت شش، با هم به دیدن مزرعه ای برویم که دو ساعتی با شهر مان فاصله دارد.

آقا رضا دوست دارد این مزرعه را بخرد و به پرورش اسب بپردازد. مرا واسطه کرده است که با صاحب مزرعه - بخاطر رفاقتم با او - بر سر قیمتش چک و چانه بزنم. راستش من اهل هیچگونه چک و چانه ای نیستم اما آقا رضا از میان همه پیغمبران « جرجیس » را برگزیده است.

فردا صبح؛ ساعت پنج از خواب بیدار میشوم؛ سر و صورتی صفا میدهم؛ فرصت صبحانه خوردن پیدا نمی کنم. اما شال و کلاه میکنم و راه می افتم. ساعت هنوز شش صبح نشده است که خودم را به مغازه آقا رضا میرسانم. مغازه بسته است. جلوی مغازه؛ توی ماشینم می نشینم و به انتظار میمانم. ساعت شش و نیم میشود و از آقا رضا خبری نیست. ساعت هفت می شود آقا رضا پیدایش نیست. ساعت هفت و نیم می شود و آقا رضا تشریف فرما نمی شود.

به خانه اش زنگ می زنم؛ آقا رضا از خواب بیدار می شود و گوشی را بر میدارد و با صدایی خواب آلود میگوید: الو... الو...؟؟ می گویم: آقا رضا! شما ساعت تان گویا با ساعت گرینویچ میزان است. دفعه دیگر وقتی با من قرار گذاشتید لطفا ساعت تان را به وقت کالیفرنیا میزان کنید!
آقا رضا معذرتی میخواهد و میگوید: بی خیالش داداش!! یک روز دیگر میرویم!!

سیگار کشیدی؟

زنم می پرسد: سیگار کشیدی؟
میگویم: سیگار؟ نه والله! (البته دروغ میگویم. تا چشمش را دور می بینم؛ میروم

این رفیق نا دیده ام محسن؛ گاهگداری نامه ای برای من می نویسد و چنان دلم را به درد می آورد که مجبور می شوم با همه ی علاقه و مهری که به او دارم باران ناسزا و نفرین را بر سرش ببارانم. این آخرین نامه اش را بخوانید تا بفهمید چرا دلم به درد می آید:

" سلام آقای گیله مرد "

اینقدر دلم برایت تنگ شده بود که دیگر دست و دلم به شکار فاخته نمی رود. میدانی که الان فصل شکار شان است. فردا میروم گیلان و به یادت جنگل های لاهیجان را زیر پا میگذازم.
اما جواب گیله مردانه ی ما به آقا محسن شکارچی فاخته کش:

محسن جان: سلام

می خواهم نفرینت کنم! الهی باروت تفنگت نم بکشد تا دیگر نتوانی آن فاخته های نازنین جنگل های لاهیجان را شکار کنی! الهی ماشینت پنجر بشود. الهی گیر پاسدار با بیفتی و ترا به جرم نوشیدن ام الخبائث شلاق بزنند!! الهیدیگر چه بگویم جوان؟؟ من که فحش بلد نیستم.

راستی؛ مگر هنوز هم توی ایران فاخته پیدا می شود؟؟ من خیال میکردم فاخته ها هم از ترس آدمخواران اسلامی به دور دست ها کوچیده اند. ولی ترا به این سبیل گیله مردی مان قسم بیا و مردانگی کن و دست از شکار فاخته ها بردار. آخر ای حرام زاده!! تو به فاخته های نازنین من چیکار داری؟؟

خب دوستان: اگر شما بودید به این محسن شکارچی فاخته کش چی میگفتید؟؟ آخر گوشت فاخته هم خوردن دارد؟؟ الهی کارد به آن شکمت بخورد محسن جان!

دروغ..... ناخوشی ملی....!!!

جیمز موریه؛ در باره ما ایرانیان می نویسد: «دروغ؛ نا خوشی ملی ایشان است و سوگند خوردن پایه های اصلی این دروغ» وی می افزاید: «سوگند های ایشان را ببینید. آخر سخن راست که نیازی به اینهمه سوگند ندارد. به جان تو... به جان خودم... به روح پدرم... به ارواح مادرم... به نان و نمکی که با هم خوردیم... به موی سبیلت... به امام رضا... به موسی بن جعفر... به دوازده امام... به سلام و علیکی که با هم داریم... به مرگ فرزندانم... بچه ام را همین حالا کفن کنم... به قبله مرتضی علی...»

Jasmine Carpet Care

بجاری شستشوی موکت، قالی و مبلی

♦ خسارت های ناشی از آب دیدگی ♦ شستشوی مبلمان و قالی ♦ بر طرف کردن بوی بد موکت
Professional Truck Mount Steam Cleaning for Carpet & Upholstery

Seasonal Cleaning Special
3 Bedroom House
Plus Hall
\$89.95

Carpet Steam Cleaning
for Whole House,
Up to 3 Bedroom Excluding Stairs
\$124.95

Sofa & Love Seat
Steam Cleaning
Most Fabrics
\$129.95

سرویس های قابل اطمینان با قیمت های بسیار مناسب

(408)266-1111

www.jasminecarpetcare.com

940 Saratoga Ave., San Jose, CA 95129



شیوه های قانونی پایان دادن به ازدواج در ایالت کالیفرنیا

تمامی ایالات آمریکا سیستم رویارویی (Adversarial) می باشد. این طرفین پرونده یا وکلای آنها می باشند که باید به صورت فعال هر آنچه می خواهند را همراه با بیان وقایع و استدلالات حقوقی از قاضی طلب کنند. پس باید مطمئن

بدون شک پایان ازدواج یکی از دشوارترین تجربیاتی است که در زندگی هر فردی می تواند اتفاق بیافتد. اگر دچار اختلافات خانوادگی و مشکلات روحی ناشی از آن هستید، شاید فکر کردن در مورد مسائل حقوقی مربوط به شرایطتان کار آسانی نباشد. با این همه، آگاهی از چنین مسائل حقوقی برای عبور از این مرحله سخت و برطرف کردن مشکلاتتان بسیار ضروری می باشد. هدف از این ستون فراهم کردن



باشید که هر چیزی را که می خواهید دادگاه در موردش حکم دهد همراه با مدارک و استدلالات مربوط در درخواستنامه های خود بگنجانید، زیرا که حتی در مورد مسائل مهمی چون مسائل خانوادگی، دادگاه به طور فعال وارد پرونده شما نمی شود و از طرف شما چیزی که حق گرفتن آن را دارید طلب نمی کند و صرفاً یک مرجع بیطرف تصمیم گیری می باشد.

نکته مهمی که درباره قوانین طلاق در ایالت کالیفرنیا وجود دارد این است که از زمانی که درخواست طلاق خود را تحویل دادگاه دادید و همسر خود را از وجود چنین درخواستی آگاه کردید، حداقل شش ماه طول می کشد تا دادگاه حکم طلاق شما را صادر نماید. این حداقل زمان شامل همه پرونده های طلاق، حتی ساده ترین آنها، می شود و با این هدف در قانون گنجانده شده است تا به درخواست کننده طلاق فرصت دهد تا تصمیم خود برای پایان دادن به ازدواج را پس بگیرد.

صدور حکم طلاق در پرونده های پیچیده تر ممکن است بسیار بیشتر از شش ماه به طول بیانجامد. خوشبختانه، هریک از زوجین، از همان ابتدای شروع پرونده می توانند از دادگاه درخواست صدور حکم موقت در مورد مسائل مهمی چون حق سرپرستی فرزندان، نفقه، یا کمک هزینه نگهداری از فرزندان تا زمان صدور حکم نهایی در این موارد نمایند. چنین درخواستی را می توان با تکمیل فرمی به نام Request for order و تحویل آن به دادگاه انجام داد. معمولاً، کمتر از یک ماه پس از تحویل درخواست حکم موقت، زوجین به دادگاه

اطلاعات کلی در مورد قوانین مربوط به پایان دادن ازدواج در ایالت کالیفرنیا می باشد.

طبق قوانین ایالت کالیفرنیا، ازدواج صرفاً قراردادی میان زوجین است که می تواند به خواست و اراده هریک از آنها به پایان برسد. بنابراین، در ایالت کالیفرنیا و بیشتر ایالات دیگر، نیاز به ارائه دلیل و توجیه خاصی به دادگاه برای پایان بخشیدن به ازدواج نیست. در کالیفرنیا، ازدواج را می توان به سه شکل مختلف به پایان رسانید: ۱- طلاق (Divorce or Dissolution of marriage)، ۲- جدایی قانونی (Legal Separation)، ۳- ابطال ازدواج (Annulment).

رایج ترین شیوه پایان دادن به ازدواج، درخواست طلاق (Petition for Divorce) می باشد. درخواست طلاق را باید به دادگاه خانواده کاونتی (County) که در آن زندگی می کنید ارائه دهید. شرط مهم اینکه دادگاه درخواست طلاق شما را بررسی کند این است که شما حداقل سه ماه ساکن کاونتی که دادگاه در آن قرار دارد و شش ماه ساکن ایالت کالیفرنیا بوده باشید. در غیر اینصورت، شما صلاحیت درخواست طلاق را ندارید. شما در درخواستنامه طلاق خود می توانید از دادگاه بخواهید که در مورد مسائل مختلف زندگی مشترکتان مانند سهم سرپرستی فرزندان (Child Custody)، کمک هزینه نگهداری از فرزندان (Child Support)، نفقه (Alimony or spousal Support)، و تقسیم دارائیها و بدهیها تصمیم بگیرد. لازم به ذکر است که چون سیستم قضایی

نمایند و به زندگی مشترک بازگردند. جدایی قانونی، همچون طلاق، به زوجین این توانایی را می دهد تا از دادگاه، علاوه بر تقسیم دارائیهای خود، در مورد مسائلی چون حق سرپرستی فرزندان و غیره حکم بگیرند. همچنین از آنجایی که درخواست جدایی قانونی نیازمند مقیم بودن ایالت و یا کانتی نیست، افرادی که هنوز شرط اقامت برای درخواست طلاق را ندارند می توانند ابتدا درخواست جدایی قانونی کنند و پس از مقیم شدن پرونده خود را به طلاق تبدیل (Amend) کنند و به این ترتیب کار به پایان دادن ازدواج خود را زودتر شروع نمایند. علاوه بر موارد ذکر شده، جدایی قانونی فواید دیگری نیز نسبت به طلاق دارد. به عنوان مثال، برخلاف طلاق، جدایی قانونی این امکان را فراهم می کند که یک زوج تحت پوشش بیمه پزشکی زوج دیگر باقی بماند. همچنین، افرادی که کمتر از ۱۰ سال ازدواج کرده اند، از مزایای کمتری نسبت به افرادی که بیشتر از ۱۰ سال ازدواج کرده اند در بعضی از موارد برخوردارند. مثلاً، فردی که بیشتر از ۱۰ سال ازدواج کرده است می تواند در زمان بازنشستگی براساس سابقه کاری همسر سابق خود از مزایای بیمه اجتماعی (Social Security) برخوردار شود.

فراخوانده می شوند تا در حضور قاضی خواسته های خود را بیان کنند و در همان روز از قاضی در مورد موضوع درخواست حکم موقت دریافت کنند. لازم به ذکر است که قوانین کالیفرنیا، برای افرادی که کمتر از پنج سال ازدواج کرده اند و به سبب نداشتن فرزند دارائیها و بدهیهای قابل توجه پرونده ساده ای دارند، این امکان را به وجود آورده است تا با پروسه ای ساده تر و صرفاً با تکمیل چند فرم خاص و بدون نیاز به استخدام وکیل یا حاضر شدن برابر قاضی طلاق بگیرند. به چنین پروسه ای Summary Dissolution گفته می شود.

اما شیوه دیگر پایان بخشیدن به ازدواج، جدایی قانونی (Legal Separation) می باشد. برخلاف طلاق، جدایی قانونی ازدواج را به طور کامل به پایان نمی رساند، بلکه به زوجین این امکان را می دهد تا بدون اینکه مجبور به طلاق و جدایی کامل باشند، امور مشترک خود را با کمک دادگاه از هم جدا کنند. به طور کلی هدف از جدایی قانونی فراهم آوردن فرصتی برای زوجین دارای اختلاف است که شاید در طول آن بتوانند در حین اینکه مسائل مختلفی چون امور مالی خود را از هم جدا می کنند، اختلافات خود را برطرف

Silicon Valley TaxSavers, Inc.

دفتر خدمات اجتماعی
لیدا کوچصفهانی

کار را به کاردان بسپارید!



Not a Law Office

- ♦ دریافت حقوق و مزایای دولتی
- ♦ دریافت حقوق پرستاری
- ♦ اخذ تابعیت آمریکا (بدون امتحان) برای واجدین شرایط
- ♦ دریافت گرین کارت از طریق خانواده و ازدواج
- ♦ تنظیم فرمهای اداره مهاجرت و پناهندگی
- ♦ اخذ ویزای نامزدی
- ♦ مدیکر و مدیکل، SSI
- ♦ گرفتن وقت از سفارت آمریکا جهت ویزای توریستی
- ♦ تنظیم اوراق مربوط به دفتر حفاظت منافع ایران در آمریکا

(408)269-7283

lida.taxsavers@gmail.com

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

با "استرس مثبت" طولانی‌تر و سالم‌تر زندگی کنیم

پژوهش‌های یک گروه پزشکی آلمانی نشان می‌دهد که برنامه‌های فشرده‌ی دیدار دوستان، ورزش و تفریح، "تندگی مثبت" ایجاد می‌کند و در نتیجه سیستم دفاعی بدن را برای مقابله با بیماری‌های گوناگون مجهزتر می‌سازد.

مبارزه با پیری و داشتن عمر طولانی، رؤیایی است که امروزه به ویژه تحت تأثیر مد و تبلیغات دست یافتنی به نظر می‌رسد. در بسیاری از فرهنگ‌ها، جوانی ابدی ستایش می‌شود و هر نسل، زودتر از نسل پیش می‌کوشد از سرعت روند طبیعی پیر شدن بکاهد. بر اساس نتایج پژوهشگران، ولی فرآیند "زوال بدن انسان"، جدا از تغییرات بیرونی و درونی‌ای که بشر در آن ایجاد می‌کند، از ۳۰ سالگی آغاز می‌شود. به نظر کریستف انگلرت، پژوهشگر آلمانی "بررسی روند پیری"، بدن انسان بین ۴۰ تا ۵۰ سالگی، فرآیند بازتولید و ترمیم سلول‌های دفاعی را به تدریج به پایان می‌برد و در نتیجه، احتمال ابتلا به بیماری‌های گوناگون از جمله سرطان (۵ درصد) افزایش می‌یابد. نتایج تازه‌ترین پژوهش‌ها نشان می‌دهند، یک سوم افرادی

ظرفیت ژن‌هایش ۱۲۰ سال زندگی کند. این که آیا او واقعا ۱۲۰ سال عمر کند، از جمله بستگی به شیوه‌ی زندگی و تغذیه‌ی او دارد. معلوم است که اگر این فرد، یک سیگاری قهار باشد، احتمالا این اندازه عمر نخواهد کرد. یا کسانی هستند که از نظر ژنتیک در ۴۵ سالگی سرطان روده می‌گیرند. این افراد اگر همه‌جور رژیم را رعایت کنند که سرطان نگیرند، باز هم



که به سن ۹۵ سالگی رسیده‌اند، از بیماری آلزایمر که نوعی اختلال در عمل‌کرد مغزی است، رنج می‌برند. بیمار آلزایمری به تدریج توانایی‌های ذهنی خود را از دست می‌دهد و به اختلال حافظه دچار می‌شود.

ژن، عامل اصلی

کریستف انگلرت معتقد است که ژن‌ها، به ویژه در تسریع یا کند شدن روند طبیعی "زوال بدن انسان"، و حفظ سلامتی نقشی تعیین‌کننده بازی می‌کنند. او می‌گوید: «به نظر من ژن‌های انسان بر روند پیر شدن، تأثیر ۱۰۰ درصد دارند. یعنی این ژن‌ها هستند که تعیین می‌کنند، فرد می‌تواند تا چند سال عمر کند. مثلا شخصی می‌تواند بر حسب

دسترسی به مواد غذایی مختلف در این جوامع است. به گفته‌ی کریستف انگلرت، این روند ولی در سال‌های اخیر در آمریکا، سیری منفی را آغاز کرده است. او دلیل این امر را "افزافه‌وزن و چاقی بیش از حد" مردم این کشور می‌داند.

نتایج پژوهش‌های کریستف انگلرت و گروه تحقیقاتی او نشان می‌دهند که طول عمر یک فرد معمولی در حال حاضر می‌تواند تا ۱۲۰ سال هم برسد. انگلرت می‌گوید: «البته به نظر نمی‌رسد که بشر تا ۱۰۰ سال آینده بتواند تا ۱۵۰ سال عمر کند.»

در این میان زنان به‌طور متوسط، ۶ سال بیشتر از مردان زندگی می‌کنند. به گفته‌ی کریستف انگلرت، باز هم ژن‌ها و تولید هرمون‌ها، دلیل اصلی افزایش طول عمر زنان هستند.

تندگی، عامل منفی و مثبت

یکی از عواملی که بر کاهش طول عمر افراد در جوامع غربی تأثیر می‌گذارد، استرس و فشار عصبی زیاد است. پیامدهای منفی بر جسم و روان انسان در اثر تندگی یا استرس، با آزمایش‌های بسیاری ثابت شده است. کریستف انگلرت، با این حال معتقد است که تندگی مثبت، بر عکس به افزایش طول عمر کمک می‌کند. دنباله مطلب در صفحه ۵۱

ممکن نخواهد بود. با وجود این، می‌توانم بگویم که وضعیت ژنتیک و شیوه‌ی زندگی فرد، از عوامل مهم زندگی سالم است.»

تغذیه، عاملی دیگر

بر اساس نتایج پژوهش‌هایی که از ۱۵۰ سال پیش آغاز شده، هر سال، سه ماه به طول عمر کسانی که در کشورهای صنعتی زندگی می‌کنند، افزوده می‌شود. دلیل این امر، امکان تغذیه‌ی مناسب و

دکتر علی شیرزادی

متخصص و جراح بیماری‌های مغز و اعصاب

Fellowship Trained in Spinal Disorder



Ali Shirzadi, M.D

کلینیک مجهز به پیشرفته‌ترین تجهیزات برای تشخیص و جراحی بیماری‌های مغز و اعصاب

Our mission is to serve our patients to the best of our ability by providing them with the best neurosurgical care available.

- * Brain & Spinal Tumors
- * Neck & Back Pain
- * Spinal Surgery
- * Neurovascular Surgery

- * تومور مغز و ستون فقرات
- * گردن و کمر درد
- * جراحی ستون فقرات
- * جراحی عصب‌ها

www.southbaybrainandspine.com

Tel: (408)358-0133 Fax: (408)358-8134

2577 Samaritan Drive, Suite 710, San Jose, CA 95124

کاوه میرشفیعی

Attorney at Law

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



Kaveh Mirshafiei, Esq.

مشاوره اولیه رایگان

- ◆ کلیه امور ورشکستگی ◆ کلیه امور خانوادگی
- ◆ کلیه امور تجاری، بازرگانی، و ثبت شرکت‌ها

◆ Business Law

◆ Bankruptcy ◆ Family Law

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

To schedule your free consultation, please call:

(408)418-4675

www.headwaylegal.com

111 N. Market Street, Suite 300 San Jose, CA 95113

مصرف کوکائین پیر شدن مغز را سرعت می بخشد

پژوهشگران شواهدی دال بر پیر شدن زودرس مغز معتادان به کوکائین پیدا کرده‌اند. آنان می‌گویند که ماده خاکستری مغز این افراد دو برابر سریعتر از ماده خاکستری مغز افراد سالم تحلیل می‌رود.

در مجله تخصصی "روانپزشکی ملکولی" چنین یادآور شده‌اند: «به نظر می‌رسد بخش استریاتوم مغز معتادان به کوکائین در مقایسه با افراد سالم در برابر پیر شدن مقاوم شده است.» حجم این بخش از مغز افراد معتاد با افزایش سن، کاهش به مراتب کمتری را نشان می‌دهد.

این پژوهشگران می‌گویند که نتیجه مطالعاتی مشابه که پیشتر در این زمینه صورت گرفته نیز حاکی از بزرگ شدن مقطعی بخش استریاتوم در مغز افراد معتاد است. این تغییر احتمالاً به دلیل تغییر فعالیت انتقال‌دهنده‌های عصبی در این بخش از مغز رخ می‌دهد.

مطالعه پژوهشگران بریتانیایی نشان می‌دهد ضرب خط از کار افتادن بخشی از مغز در این افراد به مراتب بالاتر از افراد سالم است. شمار مصرف‌کنندگان کوکائین در سراسر جهان حدود ۲۱ میلیون نفر تخمین زده می‌شود. پژوهشگران تأکید می‌کنند که مصرف‌کنندگان کوکائین، به ویژه جوانان، باید هرچه سریعتر از خطرات طولانی‌مدت مصرف این ماده مخدر، از جمله پیر شدن زودرس، آگاه شوند. نتیجه تحقیق این پژوهشگران بر روش‌های پیشگیری از اعتیاد و درمان معتادان به کوکائین تاثیر خواهد گذاشت.

این کاهش اما در مغز افرادی که کوکائین مصرف می‌کردند با ۰.۸/۳ میلی‌متر در سال تقریباً دو برابر کاهش حجم مغز افراد سالم بود. افراد سالم به طور متوسط سالانه ۰.۶۹/۱ میلیمتر از حجم لایه خاکستری مغز خود را از دست داده بودند، که به گفته پژوهشگران این پدیده در روند پیری افراد سالم طبیعی به شمار می‌آید.

پیری غیرطبیعی ارگان تفکر در میان معتادان

نکته جالب توجه دیگری که نشان دهنده پیر شدن غیرطبیعی مغز افراد معتاد به کوکائین



است، ثابت ماندن حجم ناحیه‌ای به نام استریاتوم است. وظیفه این بخش که در ناحیه میانی مغز قرار دارد، دریافت علائم ناشی از هیجان است. استریاتوم از جمله، در برابر دوپامین واکنش نشان می‌دهد و در مصرف مواد مخدر نیز نقش بازی می‌کند. پژوهشگران دانشگاه کمبریج در مقاله خود

وظیفه تشخیص و طبقه‌بندی اتفاقات واقعی و تصورات فرد را به عهده دارند و نقش تصمیم‌گیرنده‌ای را در تمرکز، کنترل بدن و حافظه بازی می‌کنند.

پژوهشگران دانشگاه کمبریج برای مطالعه خود ساختار مغزی ۱۲۰ فرد داوطلب در محدوده سنی ۱۸ تا ۵۰ سال را با تکنیک تصویربرداری با رزونانس مغناطیسی (MRI) بررسی کرده‌اند. از این روش

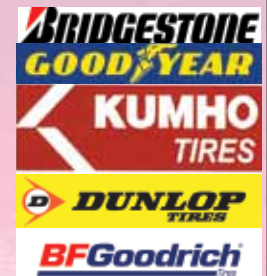
برای آگاهی از حجم مغز و کشف بخش‌های مربوط به حافظه استفاده می‌شود. نیمی از این داوطلبان معتاد به کوکائین بودند. در مقابل نیمه دیگر هرگز مواد مخدر مصرف نکرده بود. اندازه‌گیری مغز این افراد نشان داد که از حجم ماده خاکستری مغز در هر دو گروه، با افزایش سن کاسته می‌شود.

بسیاری از معتادان به کوکائین در میان‌سالی گرفتار مشکلات شناختی می‌شوند. توانایی شناختی مغز با افزایش سن تحلیل می‌رود. مطالعه جدید پژوهشگران دانشگاه کمبریج بریتانیا نشان می‌دهد که مصرف مکرر مواد مخدر، پیر شدن ارگان تفکر را سرعت می‌بخشد. تحقیق این پژوهشگران نشان می‌دهد که ماده خاکستری مغز افرادی که به طور منظم کوکائین مصرف می‌کنند سریعتر از ماده خاکستری مغز افراد هم‌سن، هم‌جنس و با سطح تحصیلات مشابه آنها تحلیل می‌رود که چنین اعتیادی را ندارند. نتیجه این مطالعه در مجله تخصصی "روانپزشکی ملکولی" منتشر شده است.

مطالعه پژوهشگران دانشگاه کمبریج نشان می‌دهد توده مغز معتادان به کوکائین هر سال تقریباً دو برابر توده مغز افراد سالم تحلیل می‌رود. آسیب‌پذیرترین نواحی، لایه خارجی مغز در پیشانی و شقیقه‌ها است. این دو ناحیه

S & S Tire And Auto Repair

Complete Automotive Repair Service



Family Owned & Operated

Get up to \$160

Goodyear® Visa® Prepaid Card by Mail-In Rebate with the purchase of a set of four select Goodyear on the Goodyear Credit Card.

Offers valid between 10/01/13 – 12/31/13

Get \$70 OFF

On any four MICHELIN Tire

Offers valid between 10/01/13 – 10/25/13

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

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

We Are #1
Established in 1996

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



صحبتی با نوش آفرین

خواندند که ادعا می کنند که این ترانه در واقع متعلق به آنهاست.

نوش آفرین: در حقیقت این یک آهنگ ارمنی هست که من بسیار دوست داشتم. تنظیم کردیم، شعر روش گذاشیم و من اجرا کردم. علیرضا: در مورد تحصیلات در رشته موسیقی توضیحی بدهید.

نوش آفرین: من در رشته موسیقی متأسفانه تحصیلاتی ندارم. در آن زمان با سن کم، بیشتر عجله داشتیم که هر چه زودتر معروف بشیم و شهرت پیدا کنیم، ولی خوب من واقعا به هنر موسیقی علاقه دارم و در اینجا نزد یکی از دوستانم که پیانو درس میدهد، مدتی کار کردم.

علیرضا: در مورد مهاجرت به هند تعریف کنید.

نوش آفرین: در آن موقعیت مشکل بود اگر کسی می خواست به راحتی به اروپا یا آمریکا سفر کند و بماند. دلیلی که به هند رفتم به خاطر این بود که هم از فرهنگ و موسیقی آنجا خوشم میامد و هم خیلی دلم میخواست که با سینمای آنجا آشنا بشم و شاید که بتوانم با آنها همکاری و فیلم بازی کنم.

به هر حال بعد از اینکه به آنجا رفتم، متوجه شدم که بر عکس ما که هر کسی به راحتی می توانست در ایران خواننده و یا هنرپیشه بشه، در هند آنها بیشتر ترجیح میدادند که فقط با خود هندیها کار کنند تا خارجی که البته من به این موضوع بسیار غیبه خوردم که کاشکی ما هم همینطوری بودیم. متأسفانه

در زمان شاه به اون اندازه ای که مردم به هنرپیشه ها و خوانندگان ممالک دیگر اهمیت میدادند، برای هنرمندان مملکت خودشان به آن اندازه ارزشی قائل نمی شدند. به هر حال من چهار پنج سالی آنجا زندگی کردم، با فرهنگشان بهتر و بیشتر آشنا شدم، زبانشان را یاد گرفتم که برابم تجربه بسیار خوبی بود چون باعث شد که کلی چیزها در زندگی یاد بگیرم تا بتوانم پیام اینجا و به راحتی زندگی را ادامه بدم.

علیرضا: آیا بعد از هند به آمریکا مهاجرت کردید؟

نوش آفرین: نخیر، بعد از هند به اتفاق شوهرم و بچههاشون رفتم به کانادا و چند سالی در آنجا زندگی کردم که بعد از آن آمدم به آمریکا و موقعیتی شد که کار خوانندگی را دوباره شروع کنم.

علیرضا: از زندگی در ایران و بعد از انقلاب توضیحی بدهید. چون شما خواننده موفق بودید

و برو و بیایی داشتید، با چه مشکلاتی بر خورد کردید؟ آیا اذیت شدید؟

نوش آفرین: به هر حال انقلاب شد و همه ما که در ایران زندگی میکردیم باید خودمان را به هر نحوی که شده با اون سیستم مطابقت میدادیم و پذیرا میشدیم. بله اذیت شدید فقط از این لحاظ که کار هنری را نمی توانستیم ادامه بدیم. اما از نظر این که گرفته باشند و شلاق بزنند، من شخصا هیچ مشکلی نداشتم. اون زمان من مزدوج بودم و دیگه مسئله کار هنرپیشگی و خوانندگی در کار نبود. من شدم یک زن خانه دار. برای همین هم زمانی که از ایران خارج شدم به هیچ مشکلی برخورد نکردم و ما قانونا از ایران خارج شدیم.

علیرضا: پس این همه که حرف هست که هنرمندان را میگرفتند، اذیت میکردند و یا حتی بعضی ها را شکنجه میدادند جریانش چی بود؟

نوش آفرین: والله من که نشنیدم که خواننده ای را گرفته، زندانی و یا شکنجه داده باشند، مگر این که سیاسی بوده. خوب اگر من نوعی میرفتم و بر علیه جمهوری اسلامی حرف میزدم و یا عملی انجام میدادم حتما من را میگرفتند و زندانی هم میشدم و شاید شکنجه هم میدادند. روزهای اول انقلاب هر هفته هفت هشت نفر از



هنرمندان را صدا میزدند که بریم به زندان اوین و تنها چیزی که از ما میخواستند این بود که به کار هنری ادامه ندهیم، در مهمانیهای خصوصی نخونیم و کلا کارهایی که به دید آنها ضد اسلامی هست انجام ندهیم.

علیرضا: خوب بعد از ایران رفتید به هند و بعد به کانادا و حالا هم در لس آنجلس.

نوش آفرین: بله، اول رفتم به هند و چند سال بعد به کانادا نقل مکان کردم. وقتی رسیدم به کانادا خیلی از دوست و آشناها که در لس آنجلس زندگی میکردند مدام تلفن می کردند که بیا و کار هنریت را دوباره شروع کن. بخاطر علاقه شدید به کار خوانندگی و عشق

به مردم، تصمیم گرفتم که به لس آنجلس آمده و کارم را دوباره شروع کنم. هر چه بود خواننده با سابقه ای بودم با کلی آهنگ که خاطرات خوبی در بین مردم جا گذاشته بودم.

علیرضا: وقتی که کار خوانندگی را در اینجا دوباره شروع کردید، برخورد مردم چطور بود، آیا استقبال کردند؟ چون معمولا همیشه اولش

خوب پیش میره ولی بعد به مشکلات بر می خوره. تجربه شما چی بوده؟

نوش آفرین: اتفاقا خیلی حرف جالبی گفتید به خاطر این که زمانی که من اینجا آمدم یادمه که قرار بود با کمپانی کلتکس کار کنم. آقای پاکروان به من گفتند که نوش آفرین اول یک البوم به بازار بده و بعد شروع کن به کنسرت گذاشتن. متأسفانه یک سری از آقا یونی که من از ایران میشناختم که نمی خواهم اسم ببرم خیلی اصرار داشتند که من اول کنسرت بذارم که ای کاش من به حرف آقای پاکروان گوش کرده بودم و این کار را نمی کردم. البته کنسرت موفقی بود ولی نه برای من. آنقدر توش زد و بند بود و کارهایی که متأسفانه بعضی ها انجام می دادند برای بدنام شدن اسم من. بطور مثال برای آن شب ما ارکستر نداشتیم و این باعث شد که من با Digital Audio Tape بخونم و به همین خاطر نتوانستیم که آهنگهای قدیمی را اجرا کنیم و مطمئنا مردمی که آمده بودند تا بعد از هفده سال من را ببینند انتظار شنیدن آهنگهای قدیمی که کلی خاطره برایشان داشت را داشتند. خوب این برای من یک شکست بود تا اینکه بالاخره آروم آروم البوم دختر شاه پریان را با همکاری آقای مهرداد زندی کریمی به بازار عرضه کردم.

علیرضا: درباره سیاست بازیهای پشت صحنه، اتفاقاتی که می افتد، کنسرت گذارها و مشکلاتی که بیشتر باعث پس رفت خواننده میشه تا پیشرفت یک مقداری توضیح بدید.

نوش آفرین: ما همه از مملکت خودمون بیرونیم و چون فارسی زبان هستیم و داریم به زبان فارسی میخونیم در حقیقت باید در مملکت خودمون باشیم و کار کنیم. به نظر من ما خواننده بیشتر داریم تا تماشاچی و به خاطر جلب کردن توجه مردم همه هنرمندان به نحوی در حال دوندگی و تلاش هستند و همه میخوانند یک جوری خودشون را برسوند به آن بالا بالاها. به همین دلیل در یک محیط به این کوچکی و بخاطر شرایط سخت بعضی اوقات یک برخوردهای بدی هم پیش میاد که در این بین نا انصافانه حق ما خورده میشه. به نظر من در اینجا همه چیز بستگی به رابطه ها دارد. چند تا خواننده هستند که بدون این که کاری انجام دهند و یا تلاشی بکنند بخاطر رابطه ها، کنسرت گذاران میروند دنبال آنها، ولی بقیه فقط دارند می دوند و دست و پا می زنند که بخوانند یک تونی در بیاورند و همین باعث می شود که پاهاشون را بگذارند رو سر بقیه. حالا یک سری دوست دارند و می توند که برند و بچنگند، و یک سری هم مثل من نمیخوانند که با این محیط بچنگند و گوشه گیری میکنند. البته من همیشه فکر می کردم و هنوز هم فکر می کنم که تصمیم گیرنده مردم هستند، البته متأسفانه مردم هم در اینجا به بیراهه رفتند چون همیشه به کارهای خوب گوش نمیکند و بعضی وقتها به یک کارهایی گوش میدهند که اصلا قابل قبول نیست.

کارنامه نه چندان در خشان آقای روحانی

دکتر حسین باقرزاده

hbzadeh@btinternet.com



وضعیت اسفبار حقوق بشر در ایران که از هنگام روی کار آمدن آقای روحانی بسیاری انتظار بهبود آن را داشتند هم چنان ادامه دارد و در مواردی وخیم تر نیز شده است.

می کند نمی توان انتظار داشت که ساختار حقوقی نظام را نادیده بگیرد و فراقانونی عمل کند. ولی در برابر ساختار حقیقی نظام، آن جا که انواع تخلفات قانونی از سوی ولی فقیه و عناصر و نهادهایی که از حمایت او برخوردارند اعمال می شود و شیوع دارد، رییس جمهور باید بتواند در دفاع از حقوق مردمی که به او رأی داده اند موضع بگیرد و اگر در این مورد کوتاهی کند به وضوح مقصر شناخته می شود.

علاوه بر این، بسیاری استدلال می کنند که ساختار حقوقی جمهوری اسلامی (به تعریف قانون اساسی آن) بر اساس تفکیک قوا بنا شده و سه رکن دخیل در حکومت یعنی قوای مقننه، قضاییه و مجریه مستقل از یک دیگرند و هیچ یک از کارکنان این سه قوه حق دخالت در قوه دیگری را ندارند. البته این ادعا قابل بحث است: در نظامی که ولی فقیه از بالاترین قدرت اداری/حکومتی برخوردار است و با حق عزل و نصبهایی که قانون اساسی در اختیار او گذاشته است می تواند دست کم یکی از قوای سه گانه یعنی قوه قضاییه را مستقیماً در اختیار خود بگیرد و آن را جهت دهد سخن گفتن از استقلال این قوه بی معنی است.

علاوه بر این، سخن فوق وقتی منطقی است که استقلال قوا در ساختار حقیقی نظام نیز برقرار و حفظ شده باشد. ولی در ساختار حقیقی جمهوری اسلامی، حتی همان استقلال صوری یا نسبی نیز وجود ندارد. مثلاً امروز باید برای همه روشن شده باشد که قوه قضاییه که وظیفه بیشتری برای حفظ و رعایت قانون دارد بیش از هر یک از دو قوه دیگر قانون را زیر پا می گذارد، و از جمله کمتر دستگیری و بازداشت و محاکمه و محکومیت و اجرای حکم به وسیله کارکنان این قوه و ضابطان قضایی (پلیس) صورت می گیرد که در آن موازین قانونی رعایت شده باشد.

در واقع، قوه قضاییه به مثابه بازوی اجرایی ولی فقیه عمل می کند، و بیش از تعقیب مجرمان و مجازات آنان، وظیفه اصلی خود را سرکوب مخالفان نظام و یا مخالفان و معترضان به ولی فقیه می شناسد و بر

وضوح اقدام دادستان انتقامی بوده و در حکم گروگان کشی است. این که آقای دادستان گفته این افراد به مرگ محکوم شده بودند در ماهیت امر تغییری نمی دهد، چون بلافاصله اضافه کرده که حکم به دلایلی اجرا نشده بود و «به آن‌ها» (گروه‌های مسلح) اخطار شده بود که اگر اقدامی بکنند «پاسخ» خواهند گرفت. یعنی به این افراد به صورت گروگان نگاه می شده، و صدور حکم اعدام برای آنان (در محاکمات سریع و ناعادلانه) به این منظور بوده که گروه‌های مسلح مهاجم بدانند تهدید به کشتن آنان جدی است. بعد هم آقای دادستان بدون هیچ پرده‌پوشی اعلام می کند که گروگان‌ها به دلیل حمله شب پیش اعدام شدند - و گر نه هنوز زنده می ماندند.

این اقدام به وضوح یک قتل عام و گروگان کشی بود، و در هر جامعه‌ای که از یک دادگستری مستقل و کارآ بر خوردار باشد مرتکبان آن بدون تردید تحت تعقیب قرار می گیرند. در عین حال، رییس جمهور کشور نیز نمی تواند در برابر این عمل ساکت بنشیند و اقدامی انجام ندهد. جنایتی رخ داده است و باید مطابق قانون مورد رسیدگی قرار گیرد. اگر قوه قضاییه خود به این کار دست زد بسیار خوب. در غیر این صورت، بر رییس جمهور است که به مقتضای سؤگندی که هم به عنوان پاسدار قانون اساسی و هم برای حمایت از حقوق ملت خورده برای احقاق حقوق قربانیان این جنایت و خانواده‌های آنان اقدام کند. از این رو، نهادهای حقوق بشری به حق ضمن اعتراض به این عمل جنایتکارانه از آقای روحانی خواستند که در برابر این عمل واکنش نشان دهد و مانع از این شود که جنایت‌هایی از این قبیل تکرار گردد.

در هر صورت، در موارد نقض اصول قانون اساسی، به خصوص مواردی که به حقوق مردم مربوط می شود، رییس جمهور اسلامی نمی تواند با استناد به اصل تفکیک قوا از خود سلب مسئولیت کند، و بلکه به تصریح قانون اساسی موظف است که با استفاده از اختیارات خود از قانون شکنی مانع شود. مواردی که در بالا به آن‌ها اشاره شد (از حبس و بازداشت و حصر به دلایل سیاسی و عقیدتی تا اعدام‌های بی‌رویه) از نمونه‌های بارز تجاوز به حقوق مردم بر اساس قانون اساسی نظام است که رییس جمهور نمی تواند در برابر آن‌ها ساکت بماند و یا در مقابله با آن‌ها تعلل بورزد. (در این جا بحث مربوط به اعلامیه جهانی حقوق بشر و ملحقات آن را که ایران به عنوان یک کشور به آن‌ها پیوسته، و به موجب ماده ۹ قانون مدنی ایران مفاد آن‌ها در این کشور خود حکم قانون را دارند و لازم الاجرا هستند، به کنار می گذاریم. [دنباله مطلب در صفحه ۵۰](#))

اساس آن نیز فرای قانون عمل می کند. به این ترتیب، وقتی سخن از این می رود که چرا آقای روحانی در مورد آزادی زندانیان سیاسی یا رفع حصر از آقایان کروبی و موسوی و خانم رهنورد اقدام نمی کند، منظور این نیست که او به عنوان «رییس» قوه مجریه در کار قوه قضاییه دخالت کند و بلکه بیان این اعتراض است که او چرا در برابر نقض قانون اساسی نمی ایستد. زندانیان سیاسی و عقیدتی بر اساس اتهامات پوچ یا اقداماتی که هیچ عمل مجرمانه نبوده است در دادگاه‌های نمایشی بدون رعایت اساسی‌ترین ضوابط یک محاکمه عادلانه محکوم و به زندان افتاده‌اند، و در مورد حصر رهبران اصلاحات حتی فرمالیته قانون (ابلاغ اتهام و محاکمه و محکومیت) نیز رعایت نشده است. از این نظر بسیاری از کسانی که به او رأی داده‌اند با این امید و انتظار بوده که بر اساس قول‌هایی که او در تبلیغات انتخاباتی خود داده و سؤگندی که بعداً در مراسم تحلیف خود به جا آورده است برای اجرای قانون اساسی و دفاع از حقوق مردم تلاش کند. این انتظار در محدوده اختیارات او است و وقتی او از تلاش برای این کار سر باز می زند و در اجرای وعده‌های خود و اجرای قانون اساسی تعلل می کند به حق باید مورد اعتراض قرار گیرد.

همین اعتراض در مورد موج اعدام‌ها و افزایش آن‌ها نیز وارد است. بر هیچ کس پوشیده نیست که محاکمات منجر به صدور حکم اعدام در ایران، به خصوص در مورد اتهامات غیر قتل، از کمترین موازین محاکمات عادلانه برخوردار نیستند و احکام اعدام در غالب موارد بر اساس اعترافات که در زیر فشار و تهدید یا شکنجه اخذ شده است (و بدون این که اعتبار این اعترافات در دادگاه با موازین حقوقی محک زده شود) صادر می گردد. در بسیاری از موارد، صدور و اجرای این احکام در حکم قتل بشمار می رود و قاضی و مجری حکم باید به اتهام قتل تحت تعقیب قرار گیرند.

یک نمونه مشخص آن، اعدام چند روز پیش ۱۶ زندانی در زاهدان بود که به تصریح محمد مرزیه، دادستان عمومی و انقلاب زاهدان در «پاسخ» به حمله مسلحانه‌ای که شب پیش از آن به مرزبانان ایرانی صورت گرفته و به کشته شدن ۱۴ تن از آنان منجر شده بود صورت گرفته است. کشته شدن این مرزبانان البته فاجعه بزرگی بود و باید با خانواده‌های آنان ابراز همدردی کرد (و سؤالاتی را پیش کشید از قبیل این که آیا آنان از آموزش و تجهیزات و پشتیبانی کافی برای ایفای وظایف خطرناک خود برخوردار بوده‌اند و اگر چنین بوده چرا این قدر تلفات داده‌اند و اگر نبوده مسئولیت کشته شدن آنان متوجه کیست؟)، ولی به

از کاستی‌های حقوقی ما، چندهمسری است و بر این اساس، زن همیشه در این هراس خواهد بود که در آینده دختر به سرپرستی گرفته شده همسر بعدی شوهرش باشد. در سیستم حقوقی کاملاً برابر، می‌شود درباره حق ازدواج راحت‌تر حرف زد؛ اما به دلیل ترس و ناامنی‌ای که این قانون در زنان ایجاد می‌کند، می‌توان فهمید که چرا فعالان اجتماعی از اثرات منفی این قانون بر خانواده صحبت می‌کنند.»

به اعتقاد منتقدان، با تصویب و اجرای چنین قانونی حس انسانی پذیرش فرزند را در خانواده‌ها از بین خواهد برد چرا که از یکسو به عنوان مثال، مادر خانواده از پذیرش فرزندخوانده‌ای که احتمالاً رقیب او خواهد شد سر باز خواهد زد و از سوی دیگر به جای برقراری رابطه پدری و مهر پدرانه، مادری و مهر مادرانه، رابطه‌ای توأم با احساس جنسی را در بین فرزندخوانده و سرپرستان او ایجاد خواهد کرد که سلامت روانی کودکان به ویژه دختران را به خطر می‌اندازد و انگیزه‌های جنسی در آنها را تقویت خواهد کرد.

هرچند این ماده اکنون به شورای نگهبان رفته و در راه قانونی شدن است، اما همچنان این احتمال وجود دارد که دولت و مجلس آن را پس بگیرند. توران ولی‌مراد دبیر ائتلاف اسلامی زنان نامه‌ای به الهام امین‌زاده، معاون حقوقی رئیس‌جمهور نوشته و در آن به این مصوبه اعتراض کرده است: «این ماده اگر به قانون تبدیل شود علاوه بر قانونی کردن خشونت جنسی علیه دخترپچه‌های بی‌سرپرست، باعث عدم تمایل زنان متأهل به گرفتن فرزندخوانده دختر، بر هم زدن امنیت روحی زنان در این خانواده‌ها، فرهنگ‌سازی در جامعه در این راستا و شکستن قبح اجتماعی آن است.»

دقت‌بیه‌ها و مقننه‌ای که مداهن می‌فورد
حجاب اجباری زنان ایران، از دوران کودکی تا هنگام تحصیل و اشتغال و حتی برای حضور در رقابت‌های ورزشی مسئله‌ساز است و این موضوع در اخبار زنان ایران هر هفته به شکل‌های گوناگون مطرح می‌شود. این هفته شروع سال تحصیلی و ماجرای پوشش اجباری و تحمیلی دخترپچه‌ها، همچنین حذف تیم ملی کاراته زنان ایران از رقابت‌های جهانی به دلیل پوشش، باز هم اهمیت پرداختن بیشتر فعالان زنان به مسئله پوشش زنان را یادآوری می‌کند.

مثل توران ولی‌مراد که می‌گوید: «مطرح کردن این مسائل، قبح آن را از بین برده و باعث رواج آن می‌شود چه برسد به قانونی کردن آن. من متأسفم که این ماده در مجلس تصویب شده و نماینده‌ها با آن موافق بوده‌اند. با چه عقل و منطق و استدلالی می‌توان پذیرفت که مردی که قرار است برای کودک بی‌پناهی پدری کند، اجازه داشته باشد با او ازدواج کند و با وی رابطه جنسی داشته باشد؟»

افروز مغزی، حقوقدان و پژوهشگر موسسه مکز پلانک، در این زمینه معتقد است: «در نظام‌های حقوقی مدرن ممنوعیت‌های قانونی باید در حداقل ممکن باشد و تلاش می‌شود این ممنوعیت‌ها فقط در موارد مشخص و خاصی باشند و تا جای ممکن آزادی‌های افراد محدود نشود. یکی از این محدودیت‌ها، حمایت از گروه‌های آسیب‌پذیر جامعه مثل زنان و کودکان است. در واقع، منع ازدواج در بسیاری نظام‌های حقوقی وجود ندارد و دلیل آن شرایط متفاوتی است که این کشورها دارند. شرایط نابرابر زن و مرد و مشکلات نظام حقوقی ایران مخالفت به حق فعالان اجتماعی و زنان را برانگیخته و عدم حمایت قانونگذار از کودکان این نگرانی‌ها را تشدید کرده است.»

ازدواج دخترها در قانون ایران در ۱۳ سالگی و قبل از آن هم با اذن دادگاه و ولی کودک امکان‌پذیر است، در حالی که در این سن دختر به استقلال فکری نرسیده است که بتواند تصمیم بگیرد. از این لحاظ درباره وضعیت کودکی که به فرزند پذیرفته می‌شود و همواره در خطرات بیشتر هم هست، این نگرانی‌ها بیشتر است. اما اگر بخواهیم به حق ازدواج افراد هم احترام بگذاریم، باز هم باید برای حمایت از کودکان قوانینی وضع شود و ابزارهایی برای جلوگیری از اقدامات افراد هوسباز در نظر گرفته شود؛ مثل در نظر گرفتن حداقل بالاتری برای سن ازدواج. ۱۳ سالگی برای دختران و ۱۵ سال برای پسرها سن مناسبی نیست برای اینکه فرزند به سرپرستی گرفته شده بتواند عاقلانه و به دور از فشار تصمیم بگیرد. تیم‌های روان‌شناسی متخصص باید وجود داشته باشد و فقط نظر دادگاه و بهزیستی نمی‌تواند کافی باشد و از حقوق دختران حمایت کند.»

این حقوقدان به یکی دیگر از نگرانی‌ها در این زمینه هم اشاره می‌کند: «یکی دیگر



ازدواج سرپرست با فرزند خوانده، تهدیدی برای کودکان دختر

نعیمه دوستدار

نمایندگان مجلس با اصلاح ماده مربوط به موضوع فرزندخواندگی (ماده ۲۷)، ازدواج سرپرست و فرزندخوانده را "مشروط" به حکم دادگاه صالح کرده‌اند.

این خبر کمترین واکنش را در زمان انتشار اولیه داشته باشد.

تصویب این ماده، فعالان زنان و کودکان در ایران را نگران کرده است، اما نمایندگان مجلس ایران معتقدند که این حکم اسلامی است. به عنوان مثال، سالار مرادی، عضو کمیسیون اجتماعی مجلس در گفت‌وگو با سایت "روز آنلاین" از اصلاح این ماده دفاع کرده است: «فرزند خوانده حکم فرزند را ندارد. فقه و شرع این اجازه را می‌دهد که سرپرست با فرزندخوانده ازدواج بکند.» به گفته این نماینده مجلس ایران، «دختری که وارد یک خانواده می‌شود در زمانی که به سن بلوغ برسد، به مردهای آن خانواده نامحرم است. مگر اینکه صیغه محرمیت یا عقدی جاری شود.»

فعالان زنان معتقدند که حتی سخن گفتن از این مسائل در جوامع خطرناک است.

پیش از این در لایحه حمایت از کودکان، ازدواج "سرپرست" با "فرزندخوانده" ممنوع بود، اما ماه گذشته لایحه‌ای با تصویب مجلس برای تأیید به شورای نگهبان رفته است که این اجازه را به سرپرست می‌دهد. ماده ۲۷ لایحه حمایت از کودکان می‌گوید: «ازدواج چه در زمان حضانت و چه بعد از آن بین سرپرست و فرزندخوانده ممنوع است، مگر اینکه دادگاه صالح پس از اخذ نظر مشورتی سازمان، این امر را به مصلحت فرزندخوانده تشخیص دهد.»

این مصوبه در اصل در اسفندماه ۹۱ در مجلس به تصویب رسیده است، اما در آن زمان به دلیل بی‌توجهی رسانه‌ها به موضوع و گم شدن اخبار آن در میان اخبار سیاسی و انتخاباتی توجه لازم به آن نشد. ضعف سازماندهی فعالان مدنی زنان و کودکان و ارتباط ضعیف رسانه‌های آنها باعث شد که



دکتر ورقا روحپور
جراح و متخصص بیماری‌های ارتوپد

Varqa Rouhipour, M.D.
✓ Shoulder, Sports Medicine, Orthopedic
✓ Trauma, and Fracture Management Specialist

✓ Fellowship training in Orthopedic Trauma at Carolinas Medical Center
✓ Sports Medicine/Shoulder & Elbow Reconstruction fellowship at the University of Southern California.

♦ جراحی دست و پا
♦ جراحی تعویض مفاصل
♦ شکستگی‌ها و تصادفات
♦ معالجه صدمات ناشی از کار و از کار افتادگی
♦ جراحی‌های آرتروسکوپی مفاصل
♦ جراحی‌های ناشی از صدمات و شکستگی‌های ورزشی

"Seeing my patients smile after treating their injury or condition is what motivates me to become even more skilled and educated every day."

(408) 412-8100
www.norcalorthopedics.com
3803 South Bascom Avenue, #102, Campbell, CA 95008

TOUCHFREEWASH.COM
OPEN 24 HOURS

ترک تاز و تن گدازد بی حیا
در بلا چون سنگ زیر آسیا
آری، عشق پروای چیزی ندارد و حساب
سود و زیان نمی کند و در باغ سبز به
کسی نشان نمی دهد و عاشق را چنان
می سوزاند که از تعلقات و تعصبات در
او نماند و در مقابل فقط بهره عاشق تهور
و جسارتی است که در راه عشق و معشوق
پیدا می کند. شمس از مولوی می خواست
بدون انتظار پاداش و مزدی پای در طریق
عشق گذارد که پذیرفتن چنین امری برای
هرکسی مقدور نیست.

کاری که حافظ و بسیار کسان حاضر به
قبول آن نبودند. چه حافظ در تجربه عشقی
آینده درخشانی را پیش چشم دارد و امیدوار
است که از آن کامیاب شود و بدین جهت
همه مصائب آن را تحمل می کند که گوهر
مقصود را در آغوش کشد و بی مهابا پای
در این دریای خروشان می نهد و یکباره با
امواج کوبنده آن روبرو می شود که هستی
او را تهدید میکند که دیگر دیر شده و باید
مصائب آن را به ناچار تحمل نماید و صبر
در مقابل این مصائب است که کلام او را به
صدر نشانند و او را بزرگترین غزل سرای
ایران و جهان ساخت که با شیرینی گفتار
و غزل های دست اولش یگانه دهر غزل
گردید:

دنباله مطلب در صفحه ۵۲

از این برخورد اتفاقی و استمرار آن برقی
درخشید و جهشی وصف ناپذیر آتش درونی
و ذوق و شوق و شور درونی مولانا را که با
تعلیم پدر و استادان شکل گرفته بود، از قوه
به فعل و به منصفه ظهور و بروز کشاند و
همه چیز مولوی را به یغما برد و او را یگانه
جهان کرد که شهرتی چون هومر در یونان و
شکسپیر در انگلیس و گوته در آلمان و دانته
در ایتالیا یافت و گوهر تابناک و نفیسی که
شمس به مولوی اهدا کرد و ذرات وجود او
را تابناک ساخت «عشق» بود و چیزی که
مولوی در برابر آن پرداخت، دور ریختن و
گذشتن از عنوان استادی و کرسی و فتوی
و معاشرت شاگردان و دوستان و مجالس
درس و گسستن از تمام تعلقات و ترک پاره
ای از قیود خرافی و بدعتهای دینی بود و
بدین سان بود که این عقاب تیزپرواز ادب
و عرفان ایران به آسمان و ملکوت اعلا به
پرواز درآمد. شمس از مولوی خواست که
تمام بندها را پاره کند و پای در قماری
گذارد که توفیق بُرد اصولاً در آن نمود و
بهره او از این کار جرأت و جسارتی بود که
مولوی از عهده آن به خوبی برآمد و یاری و
عنایت خدا و بخت او را به عالی ترین مقام
عرفان و شناخت حقیقت ارتقاء داد.

لابالی عشق باشد نی خرد
عقل آن جوید کز آن سودی برد



تولد دیگر

دکتر حسین مسیح پور

بود و عامل این انفجاری یعنی شمس، با او
مواجه شد. آری، شمس مردی که همواره در
سیر و سلوک و سیاحت و تجربه آموری بود
و در جایی قرار نداشت، همه جا می رفت
و به خدمت بزرگان علم و ادب و عرفان
می رسید گاه مکتب دار و گاه در تفکر و
اندیشه جهان خلقت بود. معمولاً نمذ سیاه
می پوشید و از تعلقات دنیا آنچه او را از
معرفت حقیقی بخش الهی باز دارد، دوری
می جست و سالکان راه او را «کامل تبریز»

می خواندند. او از قیل و
قال مدرسه گذشته بود
و می گفت انسان باید
قطره دانش خویش را به
اقیانوس عظیم و بیکران
علم، فضیلت و عشق
الهی پیوسته گرداند و از
من و ما درگذرد. شمس
در ۲۶ جمادی الاخر سنه
۶۲۴ هجری قمری به
قونیه درآمد و در خان
شکرفروشان در حجره
ای اقامت گزید که جز



مولوی معتقد است که انسان پس از استیلا
بر نفس و کشتن تمایلات نفسانی و مادی،
تولد دیگری می یابد و نور الهی و عشق
حقیقی در او متجلی می شود.

چون دوم بار آدمی زاده بزاد
پای خود بر فرق علتها نهاد

علت اولی نباشد دین او

علت آخری ندارد کین او

که مقصود از علت اولی، عقل کل و نفس
یکل است که علت عالیه اشیاء اند و علت
آخری، علل و اسباب و

مبادی قرین و مباشر
امور است که تبدیل
مزاج و ولادت دوم را
صوفیه قیامت صغری
و حشر قبل از نشر می
دانند. مولوی انسانی
وارسته و متعالی بود
که از کوچکی قدم در
وادیهای سلوک نهاد
و زیر نظر شیوخی
کامل آن راه دشوار را
درنوردید و به آن درجه

از تعالی و پختگی رسید که گوید:

حاصل عومر سه سخن بیش نیست

خام بدم، پخته شدم، سوختم
آری، او با پلیدی و نخوت و غرور و تمایلات
نفسانی ستیز کرده و با شناختن جامعه زمان
خود و هدایت آنها دست روی رگ هویت
ملیت خود نهاد و شهرت و عظمتی مانند
هومر و شکسپیر در جهان به دست آورد.
چنانکه قبلاً بیان شد، عشق در آثار مولوی به
نحو مطلوبی مورد توجه و عنایت قرار گرفته
است. او عشق را یک پدیده روانی می داند
که عامل همه حرکت ها و جنبش و پویایی
های زندگی بشر است و اصولاً اساس خلقت
و ایجاد کائنات از آن سرچشمه گرفته است.

گویی مولوی هیچ گاه بدون عشق زندگی
نکرده و در همه حال از موهبت آن برخوردار
بوده است. برطبق تواریخ و تذکره های
صوفیه این عشق آتشین پس از ملاقات با
شمس تبریزی در وجود او شعله ور شده
است، ولی نباید تصور کرد که مولوی قیل
از مصاحبت با شمس عاری از هرگونه ذوق
و عشق و هنر و پویایی بوده است، بلکه او
عقاب تیزبری بود که بالهایش بسته بود و
یا آتشی در زیر خاکستر و یا آتشفشانی
خاموش که منتظر یک جرقه برای انفجار

حصیری و کوزه ای مستعمل چیزی نداشت.
به روایت افلاکی، روزی مولانا با لباس و
کلاهی فاخر سوار بر مرکبی راهوار می
گذشت و طلاب علوم، دانشمندان و مریدان
در رکابش بودند که با شمس روبرو شد.
داستان این مواجهه و پی آمدها و مذاکرات
این دونفر و آتشی که از آن برخاست و همه
چیز جلال الدین را بسوخت و از میانه دود
آن عظمت وجود مولوی شکل گرفت، بسیار
حیرت انگیز است که سراسر آن حائز کمال
اهمیت و متضمن مسائل مختلف آموزشی و
روان شناسی و روان کاوی است.



شمس کوبه و حشمت مولوی را دید.
پیش رفت و از او پرسید: «بایزید بسطامی
بزرگتر است یا محمد(ص)؟» مولانا
تعجب کرد و گفت چه جای پرسش است؟
محمد(ص) پیامبر است و آخرین آنها و
دین او برتر از ادیان دیگر. بایزید را با
او نمی توان مقایسه کرد. شمس پرسید،
پس چرا محمد می گوید: «ما عرفناک حق
معرفة» و بایزید می گوید «سبحانی ما
اعظم شأنی؟» مولانا از این پرسش حیرت
انگیز متعجب شد و از عاجز ماندن در
جواب بیفتاد و مدهوش شد. و چنین بود که

Pain Management & Family Medicine Clinic



Dr. Sarkis Banipalsin

دکتر سرکیس بانپال سین

پزشک خانواده با ۲۰ سال سابقه با بُرد تخصصی

- ♦ متخصص پزشکی خانواده از دانشگاه Rosalind Franklin
- ♦ فوق تخصص کنترل و التیام درد از دانشگاه UCSD
- ♦ مدرس دانشکده پزشکی استنفورد
- ♦ رئیس بخش مراقبتهای اورژانسی
- ♦ پزشک منتخب بیماران برای ۵ سال

- ♦ Family Medicine Specialty ♦ Palliative Medicine & Pain Consultant
- ♦ Teaching Faculty at Stanford University ♦ Medical Director of Hospital
- ♦ Urgent Care ♦ Patient's Choice Physician Award Winner for 5 years

♦ مشاور تخصصی درد در امراض مختلف استخوانی، عضلانی، عصبی و سرطانی

♦ کنترل بیماریهای داخلی، قند، فشار خون، آسم، و کلسترول

Quality Healthcare,
Public Trust, Setting the standards
in Family Medicine

ویزیت فقط با وقت قبلی (408)448-2264

www.BanipalsinMD.com Mon-Fri: 9am-12pm ♦ 3pm-6pm
1610 Westwood Drive, Suite 5, San Jose, CA 95125



«چپ دستی» و «چپ دست ها»

بهرام گرامی

bgrami@yahoo.com

مروری بر خصوصیت چپ دستی و برخی مشکلات چپ دستان در جوامع مختلف

بدن انسان آقدرها که فکر می کنیم متقارن نیست. عدم تقارن داخلی که واضح است، قلب در سمت چپ و کبد در سمت راست قرار دارد و تقریباً در هر ده هزار نفر این وضعیت برعکس است. در ظاهر و از خارج نیز عدم تقارن وجود دارد که چندان محسوس نیست. به چهره دوستانتان خیره شوید، شکل این نیمه صورت با آن نیمه کمی فرق دارد. اگر تصویر یک نیم رخ را با کمک آئینه کامل کنیم و تصویر نیم رخ دیگر را نیز چنین کنیم، دو تصویر کامل با هم مشابه نخواهند بود. غالباً هر کس با یک طرف صورت بیشتر می خندد و به هنگام تبسم لب به یک سمت بیشتر حرکت می کند.

معمولاً یک چشم ما بر چشم دیگرمان غالب است و این همان چشمی است که با آن در دوربین یا میکروسکوپ نگاه می کنیم. برای آزمایش، یک دستتان را به جلو دراز کنید. هر دو چشم را باز نگاه دارید و نوک انگشتان را با نقطه ای در چند متری خودتان میزان کنید. حال یک چشم را ببندید و به آن نقطه نگاه کنید، بعد با چشم دیگر نگاه کنید. چشم غالب آن است که آن نقطه و سر انگشت را (مثل دو چشم) در یک امتداد ببیند. بعضی ها "چپ پا" هستند و با پای چپشان بهتر کار می کنند، با آن پا راه می افتند و بهتر لگد می زنند. در بازی فوتبال، فوتبال واقعی و ایرانی، مقابله با بازیکن چپ با تفاوت می کند. در رقص های دسته جمعی هم گاهی پاها با هم نمی خوانند و رقص به هم می ریزد.

در زبان انگلیسی، چپ دست را *left-hander* و به عنوان صفت برای شخص *left-handed person* می گویند و آن کسی است که یا از روی عادت یا برای آسانی از دست چپ بیشتر استفاده می کند. اصطلاح متداول دیگر برای چپ دست *southpaw* می باشد که از بازی *baseball* آمده است. از جمله نشانه های چپ دستی یا راست دستی می توان بلند کردن دست در کلاس، پرتاب کردن توپ، مسواک زدن، شانه کردن، چکش زدن، آب دادن پای گیاه و دوختن را نام برد. دست دادن با دست راست برای همه یکسان است و دلیل اولیه اش را چنین گفته اند که در هنگام ملاقات و رویارویی هیچیک از دو نفر کارد یا دشنه ای در دست (راست) نداشته باشد تا ضربه ای بزند. فقط چپ دست ها می توانستند با دست راست دست بدهند و با دست چپ ضربه مؤثر را وارد کنند و از این رو چپ دست را مترادف با شرور و ناجور می گفتند.

در قدیم چپ دستی را عیب و علت می دانستند. زمانی یک مرد ژاپنی حق داشت زن چپ دستش را طلاق بدهد. اسکیموها فکر می کردند که چپ دست ها جادوگرند. در زبان لاتینی چپ را *sinister* می گویند که به معنی شوم و نحس و بد یمن است. در همین فارسی خودمان هنوز بسیاری از مردم راست را درست می پندارند و چپ را بد و نادرست می دانند و اصطلاحاتی مانند چشم چپ بودن، خواب زن چپ بودن، با کسی چپ افتادن و ... نمونه هایی از این طرز تلقی است.

این که آیا چپ دستی یا راست دستی (*handedness*) یک صفت یا خصیصه ژنتیکی (ارثی) است یا نه موضوع تحقیقات بسیار بوده است. چپ دستی زمینه ارثی دارد و تا حد زیادی ناشی از فعالیت بیشتر سمت راست مغز است. در یک بررسی، مشاهده گردید که حدود ۵ تا ۸ درصد از جنین ها در رحم مادر، طرف چپشان را بیشتر حرکت می دادند. در خانواده هایی که حتی یک والد (بخصوص مادر) چپ دست است، احتمال بروز چپ دستی بیشتر است. این که در قرون وسطی طایفه *Kerr* در اسکاتلند سیر را در دست راست می گرفتند و با دست چپ شمشیر می زدند (و البته احتمال زخم خوردن به قلبشان بیشتر بود)، می تواند تأییدی بر روند به اصطلاح "خونی بودن" خصیصه چپ دستی باشد. این طایفه راه پله های قلعه هاشان را هم بر خلاف جهت عقربه های ساعت ساخته بودند تا شمشیر زنی با دست چپ و سرنگونی دشمن برایشان سهل تر باشد.

با این حال، چپ دستی به طور کامل ارثی یا ژنتیکی نیست، بلکه عوامل محیطی رشد و نمو و حتی شرایط اجتماعی و فرهنگی نیز در آن دخالت دارد. کسانی که با دست راست کار می کنند معلوم نیست که از بدو تولد راست دست بوده اند یا بعداً و به اقتضای شرایط و عوامل محیطی راست دست شده اند. تشخیص چپ دستی و راست دستی در افراد و این که کسی واقعاً چپ دست یا راست دست است چندان آسان نیست و نمی توان این دو گروه را با اطمینان از هم جدا نمود و به همین دلیل برآورد نسبت این دو گروه در جامعه مشکل است. گفته می شود حدود ۱۰ تا ۱۵ درصد از مردم چپ دست هستند. درصد بسیار کوچکی هم

هستند که چپ و راست برایشان فرقی نمی کند. امروزه در جوامع متمدن پذیرفته اند که چپ دستی مطلقاً عیب نیست و نباید بچه را مجبور کرد تا با دست راست بنویسد. ضمناً این هم هنوز به تحقیق معلوم نیست که آیا حیوانات و دیگر پستانداران نیز ترجیح و گرایش نسبت به یک سمت از بدن خود دارند یا نه؟

گاهی چپ دست ها جنبه یک اقلیت را پیدا می کنند، یعنی در عمل با آن ها اینگونه برخورد می شود و نوعی تبعیض پیش می آید. وسایل مختلف را علی القاعده برای راست دست ها می سازند، از وسایل آشپزخانه و قیچی و قلم خودنویس گرفته تا *mug* قهوه خوری که بر رویش عکس یا نوشته داشته باشد. صفحه اعداد روی *keyboard* هم در سمت راست است.

دست دادن و سلام نظامی و دست سوگند بر انجیل نهادن و صلیب کشیدن بر روی سینه همه باید با دست راست باشد، و چه ناخوشایند است برای ارباب کلیسا که بچه ای با دست چپ روی سینه صلیب بکشد. در هر حال، چپ دست ها خیلی خوب خودشان را با دنیایی که برای راست دست ها ساخته و پرداخته شده تطبیق داده اند. معلوم نیست که راست دست ها می توانستند به این خوبی خودشان را با دنیایی متفاوت تطبیق دهند.

نخستین بار در سال ۱۹۷۶ سازمان جهانی چپ دستان روز ۱۳ آگوست برابر با ۲۲ مرداد را روز جهانی چپ دست ها اعلام نمود و طی سی سال گذشته از این روز برای بالا بردن سطح آگاهی عموم نسبت به موضوع چپ دستی در جهان استفاده شده است، جهانی که راست دست ها در آن اکثریت چشمگیری دارند. چپ دست ها باشگاه ها و فروشگاه ها و حتی سایت های خاص خودشان را در اینترنت دارند.

در یک بررسی که باشگاه چپ دستان انگلیس بر روی ۴۵۰۰۰ عضو چپ دست خود انجام داد، نکات جالبی مشاهده گردید. معلوم شد که در روبوسی کردن انتخاب گونه اول برای بوسیدن بین چپ دست ها و راست دست ها فرق دارد و همین امر سبب تصادم بینی ها می شود! در مهمانی ها هم برخی چپ دست ها کارد و چنگال را به ترتیب دیگری در دست می گیرند و یا اشتباهاً از لیوان پهلوی دستیشان می خورند. در برخی جوامع، غذا خوردن با دست چپ ناپسند و مذموم است شاید از این نظر که از دست چپ برای تظهير و شستشو استفاده می شود. چپ دست ها در سینما و تئاتر هم بیشتر دوست دارند در سمت چپ بنشینند. لباس هایشان را هم از طرف دیگر بر سر جالبی می زنند و رو به سمت دیگر اویزان می کنند. گاهی گذاشتن پرونده در کابینت و کتاب در قفسه هم جهت دیگری دارد. بستن بند کفش و گره کراوات و بسیاری چیزهای دیگر هم فرق می کند. راست دست ها در بازی پوکر ورق را به راحتی از سمت چپ یعنی در جهت عقربه های ساعت می دهند ولی برای ورق دهنده چپ دست این کار چندان آسان نیست. به علاوه، بسیاری از بازیکنان، ورق دهنده ی چپ دست را بد شانس و بد دست می دانند و از این رو بعضی کازینو ها ورق دهنده چپ دست استخدام نمی کنند. جهت باز کردن و خواندن ورق ها یا در اصطلاح حرفه ای ها "ساییدن" ورق ها هم برای چپ دست ها فرق می کند و از این رو ورق هایی ساخته اند که به جای دو گوش هر چهار گوش آن نشانه دارد.

در مورد همبستگی بین چپ دستی و خصوصیات دیگر مطالعات زیادی شده و بسیار گفته و نوشته اند، ولی در یک مورد نتیجه آن روشن است و آن این که در میان کودکان ۵ تا ۱۵ ساله بین چپ دستی و "شب ادراری" طبیعی (*Primary Nocturnal Enuresis* = PNE) همبستگی آماری مثبت وجود دارد و صد البته که هیچگاه یک همبستگی بطور کامل و در تمام موارد صادق نیست. عارضه PNE را از آن جهت طبیعی می نامند که نقص فیزیولوژیکی مانند کوچکی مثانه یا عدم تعادل هورمونی و بیماری های عفونی یا روانی عامل آن نیست. چپ دستی و "شب ادراری" هر دو روند ارثی دارند و در پسر بچه ها بیش از دختر بچه ها است. وجود هورمون مردانه تستسترون در مقادیر زیاد فعالیت بخش راست مغز و لذا فعالیت سمت چپ بدن را بیشتر می کند و این یکی از دلایل بیشتر بودن چپ دستی در جنس مذکر است.

تنی چند از هنرمندان طراز اول جهان که دستی معجزه گر داشته اند، از جمله میکل آنژ، لئونارد داوینچی، رامبران و پیکاسو چپ دست بوده اند. باخ، بتهون، انیشتن، چارلی چاپلین و فرد آستر و بسیاری دیگر نیز چنین بوده اند. از شش پرزیدنت اخیر آمریکا چهارتاشان: فورد، ریگان، بوش (پدر) و کلینتون چپ دست بوده اند و هستند. می گویند چپ دست ها با هوش ترند ولی هنوز شواهد علمی کافی برای آن وجود ندارد. نشریه فاینانشیال تایمز گزارشی داده که تعداد مدیران چپ دست در شرکت های اینترنتی تقریباً دو برابر شرکت های غیر اینترنتی یا سنتی است. *Bill Gates* - راستی - آقای کامپیوتر هم همینطور ...

دوست چپ دستم می گفت در مدرسه ما تمام صندلی ها را برای نوشتن با دست راست ساخته بودند و وقتی موقع امتحان می شد من مجبور بودم روی همان صندلی ها ولی با ۹۰ درجه تغییر جهت به سمت راست بنشینم تا صفحه زیردستم در سمت چپ قرار بگیرد. البته در این وضعیت می توانستم دید بهتری نسبت به ورقه های اطرافیانم داشته باشم!

همین دوست می گفت وقتی شانزده ساله بودم برای اولین بار با ترس و لرز دست دختر همسایه را گرفتم، با نومییدی گفت: "اِه! تو چپ دستی؟"

خطر ختنه آشنا کنند. علیرغم همه اینها این جنایت کماکان ادامه دارد. در طول ۲۸ سال اخیر که ختنه کردن در انگلستان غیر قانونی شده است حتی یک مورد از مرتکبین ختنه در دادگاه محکوم نشده اند، این در حالی است که در فرانسه تا حال دست کم صد مورد از مرتکبین محکوم شده اند.

طبعاً آمار و ارقام اعلام شده به هیچ عنوان نماینده واقعیت موجود نیست چرا که بسیاری از ختنه ها در اشکال مختلف و در خفا صورت میگیرد. بحث در رابطه با ختنه و تاثیرات انسانی، جسمی و روحی، فلسفه وجودیش و عواملی که باعث بازتولید این جنایت میگردد بسیار وسیع است و در این نوشته کوتاه نمیکنیم، به همین دلیل مایلیم تنها به چند نکته که از نظر من باید در بحث ختنه مورد توجه قرار بگیرد به طور خلاصه اشاره کنم. در بحث ختنه باید در مورد عمق و ابعاد این جنایت و از مذهب به عنوان ریشه این جنایت صحبت کرد. نمیتوان علیه ختنه صحبت کرد اما از مذهبی که در آن زن انسان به حساب نیاید و حق ندارد هیچگونه لذت جنسی و اختیاری از خود داشته باشد صحبت نکرد. دبانه مطلب در صفحه ۴۹

کشورهایی که ختنه کردن دختر رایج است، بیش از ۱۲۵ میلیون دختر و زن ختنه شده اند و سی میلیون دختر دیگر در دهه آتی در معرض خطر ختنه شدن قرار دارند. طبق آمار تا سال ۲۰۰۷ در انگلستان بیش از ۶۶ هزار زن قربانی اشکال مختلف ختنه شده اند و در حال حاضر نیز بیش از شش هزار دختر در لندن، که اکثراً پدر و مادرشان سومالیایی هستند در معرض خطر ختنه شدن قرار دارند. ختنه کردن از سال ۱۹۸۵ در بریتانیا



غیر قانونی اعلام شده است و برخی سازمانهای غیر دولتی در تلاش هستند تا در این مورد آگاهی کنند. برخی سازمانهای مدافع کودکان و زنان خط تلفن مجانی برای گزارش احتمال ختنه احداث کرده اند و معلمان نیز در این زمینه آموزش دیده اند تا دانش آموزان را با

”من را ختنه کردند و به این طریق تمام تمایلات جنسیم را مختل کرده اند“

شیوا محبوبی

موردش صحبت نکردیم. در آلمان در مورد ختنه اطلاعات زیادی نداشتم اما جمله همکلاسیم در ذهنم ثبت شد. بعد از آن چندین داستان در مورد دختران در سومالی خواندم که در سنین کودکی مورد عمل وحشیانه ختنه قرار گرفته بودند تا ”زنان خوب و منزهی به بار بیایند و شوهرانشان را خوشبخت کنند“. برخی از این ”زنان آینده“ دخترانی بودند که به خاطر عفونت پس از ختنه جانشان را از دست داده بودند، دخترانی بودند که پس از ختنه حتی عمل ساده دفع ادرار درد و شکنجه هرروزه زندگیشان بود، سکس کردن بدترین شکنجه زندگی و زایمان طبیعی دردی غیر قابل تصور برایشان بود.

دختران را ختنه میکنند تا دیگر نتوانند از سکس لذت ببرند، میزان میل جنسیشان کاهش یابد و رابطه جنسی خارج از ازدواج و یا قبل از ازدواج نداشته باشند. بر اساس تحقیقات یونیسف، در

چند سال پیش بود که در یک کارگاه آموزشی شرکت کردم. یکی از تمرینها ی این کارگاه ”تمرین اعتماد کردن“ نام داشت. آموزش دهنده از ما خواست که هر کدام یک موضوع محرمانه در زندگیمان را که برایمان مهم است به فرد کنار دستیمان بگوییم و عکس العمل خود را تجزیه و تحلیل کنیم. حدود ۱۰ نفر بودیم و دختری که در کنارم نشسته بود خودش را به من معرفی کرد و ”رازش“ را در گوشم اینچنین گفت: ”من را ختنه کردند و به این طریق تمام تمایلات جنسیم را مختل کرده اند“ صدا و نگاهش حزن خاصی داشت. نمیدانستم چه بگویم، انتظار نداشتم که او این را بگوید و سکوت کردم. به نظر میامد که برای او صحبت کردن بیشتر از فاجعه ای که بر سرش آمده بود و همچنین برای من گوش کردن به آن بسیار سنگین بود. تنها چیزی که به او گفتم این بود که واقعا متاسفم چنین مسئله ای برایش پیش آمده است و دیگر در

Shab-e Yalda

Saturday Dec. 21st

نهار
عشقت
در شب

Shab-e Yalda!
The Winter Solstice, The Longest Night!
An Evening of Dance, Music, and Poetry
Infused with Magical Ambiance of
Celebrating Shabe-Yalda Traditions

Saturday Dec. 21st
Doors open at 5:30 PM
Santa Clara Convention Center
5001 Great America Parkway
Santa Clara, CA

Tickets available: 408-559-7864 Email: nejadmusic@yahoo.com

نیاز مندیها

HIRING ASSISTANT HOUSE MANAGER

Part-time evenings/weekends - \$15/hr.

Assist with all front of house operations:

Usher supervision, customer service, first aid, volunteer training. No experience necessary – will train. Must be reliable, personable and motivated. Send letter of introduction with 2 references to:

Flint Center, P.O. Box 1897, Cupertino, CA 95015

تازه چه خبر!

- ◆ کنسرت شاهین نجفی، روز ۳ نوامبر در سانفرانسیسکو
 - ◆ کنسرت کیهان کلهر و علی بهرامی فرد، روز ۱۴ نوامبر در سانفرانسیسکو
 - ◆ کنسرت پریسا و همنازان، روز ۱۵ نوامبر در سن متو
 - ◆ کنسرت سیما و سمندر دهقانی، روز ۱۷ نوامبر در یونیون سیتی
 - ◆ سخنرانی محسن میلانی، روز ۲۱ نوامبر در ساکرامنتو
 - ◆ کنسرت داریوش، روز ۲۳ نوامبر در کوپرتینو
- برای افزودن برنامه خود به این فهرست، به طور رایگان، با دفتر پژواک تماس بگیرید.

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

قابل توجه صاحبان کسب: از آغاز سال جدید میلادی قیمت های آگهی در مجله پژواک تغییر خواهد کرد. شما می توانید که با درج آگهی تا پایان سال ۲۰۱۳، از قیمت های فعلی استفاده کنید. برای اطلاعات بیشتر با دفتر پژواک تماس حاصل فرمایید.



پژواک ماهنامه

۸۶۲۴-۲۲۱(۴۰۸)

پل لورینا شمال کالیفرنیا

پژواک ماهنامه

خارج ستارگان

دی	مهر	تیر	شرواردین
تغییرات زیادی در زندگی تان رخ می دهد که شما را عصبی می کند. شما فکر می کنید باید زندگی خود را تثبیت کنید و با توجه به مشکلات فراوانی که تحت کنترل تان نیستند، اینک کار غیر ممکن است. به جای اینکه سعی کنید کاری غیر ممکن انجام دهید، به واکنش خود نسبت به این اتفاقات دقت کنید.	شما انگار روی یک الاکلنگ هستید! و تنش هایی که در زندگی تان وجود دارد خسته تان کرده است. کاری کنید رویاهایتان زنده بمانند، ولی برای اینکه تعادل خود را حفظ کنید آرام تر حرکت کنید. در محل کار از شما راضی هستند و در آینده نزدیک یا مقام بالاتری به شما پیشنهاد خواهد شد و یا اضافه حقوق خواهید گرفت.	فعالیت های منظم روزانه تان تحت تاثیر چیزی واقع شده که کاملاً از کنترل شما خارج است. خوشبختانه نگرش مثبت تان بهتان کمک می کند، اما باید نسبت به قبل کمتر راحت طلب باشید. فراموش نکنید هر اتفاقی که می افتد می تواند حرکتی بزرگ به سوی پیشرفت و موفقیت تان باشد. در آینده نزدیک با چند تن از دوستان به مسافرت خواهید رفت.	سعی کنید که بیشتر تمرکز به زندگی خودتان داشته باشید تا زندگی دیگران. اجازه ندهید که دیگران وقت شما را با حرف های متفرقه بگیرند. یک تلفن با خبر بسیار خوب از راه دور خواهید داشت. در مورد مسئله مهمی بر سر دو راهی هستید. بهترین شخص برای همفکری خود شما هستید. به اطرافیانتان توجه بیشتری نشان بدهید.
بهمن	آبان	مرداد	اردیبهشت
زیاد به خودتان سخت نگیرید. انعطاف پذیری تان را بیشتر کنید. از افکار منفی و انتقادهای بیجا نسبت به اطرافیان پرهیز کنید. این افکار و اعمال باعث می شود که همه از شما دوری کنند و تنها بمانید. از زندگی خود راضی باشید. تلفن مهمی خواهید داشت که باید به فال نیک بگیرید. وقت خانه تکانی است. اسبابهای اضافه را دور بریزید.	شما ایده های مالی فوق العاده ای دارید، اما هنوز هم موانعی وجود دارد که باید ازشان گذر کنید. تا موقعی که به جای نشان دادن عکس العمل تند و سریع نسبت به شرایط بر روی اهداف بلند مدتان تمرکز کنید، رسیدن به چیزهایی که می خواهید غیر ممکن نیست. تا آنجایی که ممکن هست از شریک شدن در هر کاری با خودی اجتناب کنید.	به خاطر مشکلات خارجی ذهن خود را آشفته نکنید؛ بلکه فقط در جستجوی لذت بردن از شرایط جدید خود باشید. شخصی که خود را دوست می خواند به شما حسادت می ورزد، اما ناراحتی ایجاد نمی کند. به یک سفر کوتاه دریایی خواهید رفت که بسیار خوش خواهد گذشت. با هر کسی از گرفتاری های خود حرف نزنید.	شما در جستجوی برقراری ارتباط با کسی هستید که بتواند حال و هوایتان را تغییر دهد. اما نمی توانید به راحتی نگرانی های خود رها کرده و همین نگرانی ها مانع بزرگی بین شما و دوست خاصتان ایجاد می کند. به جای اینکه به ترس هایتان اجازه ظهور بدهید، کاری خاص انجام داده و درباره احساسات تان صحبت کنید.
اسفند	آذر	شهریور	خرداد
شما اشتیاق دارید که بهترین قدم را در طول زندگی تان بردارید، اما مشکلاتی که افراد دیگر به وجود می آورند سد راهتان می شود. اما وقتی که شما قصد دارید به عقب برگردید، آنها چون نگران موفقیت تان هستند، دوباره به این آتش شور و اشتیاق که در شما فروکش کرده دامن می زنند. نگران نباشید.	باید چشمتان به روی حقایق باز باشد و مسائل زندگی تان را جدی تر بگیرید. شانس بزرگی در سر راه شما قرار گرفته است. مراقب باشید که این شانس را از دست ندهید. در عین حال که به قدم بعدی خود فکر می کنید به مسائل جزئی و پیش پا افتاده هم دقت کنید. توجه بیشتری به سالمندان عزیز خود داشته باشید.	باید تقسیم کار کرد. تمام مسئولیت های زندگی را به گردن اطرافیان نیندازید. با نشستن کار پیش نمی رود. دقت بیشتری به تغذیه خود داشته باشید. چند مهمان از راه دور برایتان می رسد. قانع باشید و از انتظارات بی مورد پرهیز کنید. مسافرت کوتاهی در پیش خواهید داشت که برای اعصابتان مفید خواهد بود.	هم اکنون نزدیک شدن به یک دوست چالش برانگیز شده است، برای اینکه مشکلاتی که به وجود می آید مانع از این می شود که بتوانید تمام افکار تان را مطرح کنید. شما باید به حرف هایی که می زنید دقت کنید، وگرنه حرفی خواهید زد که به ضرر هردویشان تمام می شود. به یک مهمانی رسمی دعوت خواهید شد.

احمد شهید نقض حقوق بشر و فشار تحریم بر مردم ایران را نگران کننده خواند

احمد شهید، گزارشگر ویژه سازمان ملل، در گزارش جدید خود وضعیت حقوق بشر در ایران و همچنین آثار تحریم‌های خارجی بر مردم این کشور را باعث نگرانی دانسته است. جمهوری اسلامی همچون گذشته گزارش احمد شهید را رد کرده و از وضعیت حقوق بشر در ایران دفاع کرده است. احمد شهید گزارش جدید خود را در جلسه کمیته سوم مجمع عمومی سازمان ملل ارائه خواهد داد.

ماه گذشته احمد شهید، گزارشگر ویژه شورای حقوق بشر سازمان ملل متحد در امور ایران، با حضور در جلسه کمیته سوم مجمع عمومی سازمان ملل متحد، دومین گزارش سال جاری خود در مورد وضعیت حقوق بشر در جمهوری اسلامی را ارائه داد.

دبیرکل سازمان ملل در مقدمه خود نوشته است که این گزارش، تمامی موارد نقض حقوق بشر در ایران را شامل نمی‌شود بلکه حاوی "نگاهی کلی" به وضعیت حقوق بشر در این کشور بوده و عواملی را مطرح می‌کند که به منزله آن است که دولت ایران به تعهدات جهانی خود در زمینه رعایت موازین حقوق بشر عمل نکرده است. این دومین گزارش احمد شهید در مورد وضعیت حقوق بشر در ایران طی سال جاری میلادی است و نخستین گزارش او از زمان انتخاب حسن روحانی به سمت ریاست جمهوری است. وی در ابتدای این گزارش تاکید کرده است که "وضعیت حقوق بشر در جمهوری اسلامی ایران همچنان باعث نگرانی شدید است و نشانه‌ای از پیشرفت در رفع نواقص دیده نمی‌شود که بیشتر توسط مجمع عمومی سازمان ملل و سایر سازوکارهای نظارت بر حقوق بشر مطرح شده است."

احمد شهید تبعیض جنسیتی، نقض مستمر حقوق مدنی، سیاسی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی مردم ایران را "مشخصه وضعیت حقوق بشر" در ایران توصیف می‌کند و یادآور می‌شود که دولت جمهوری اسلامی در طول سال گذشته و نیمه اول سال جاری میلادی، به مکاتبات گزارشگر ویژه، شامل مسایل مربوط به نقض حقوق بشر و پرسشنامه‌هایی در مورد آثار منفی و آسیب‌های ناشی از تحریم‌های خارجی بر شرایط زندگی مردم ایران بوده است. گزارشگر ویژه می‌افزاید که با انجام یکصد و سی و هفت مصاحبه، به ارزیابی محتوای گزارش سازمان‌ها و فعالان مدافع حقوق بشر در مورد شرایط ایران مبادرت ورزیده و نتیجه بررسی خود را در یک گزارش تفصیلی ۵۲ صفحه‌ای تدوین کرده است که مبنای گزارش به کمیته سوم را تشکیل می‌دهد.

احمد شهید با تاکید بر اینکه مقامات جمهوری اسلامی همچنان به او اجازه سفر به ایران را نمی‌دهند، از اینکه توانسته است در

آنلاین در زندان هستند. براساس نمودار مربوط به حبس روزنامه نگاران در ایران از سال ۲۰۰۴ تا کنون، کمابیش در هر سال بر تعداد روزنامه نگاران بازداشتی افزوده شده و در حالیکه شمار آنها در سال گذشته میلادی به ۴۵ نفر می‌رسید، این رقم در شش ماهه اول سال جاری، ۴۰ نفر بوده است.

نواقص حقوقی و قضایی

در گزارش دوره‌ای احمد شهید به کمیته سوم مجمع عمومی، بخشی نیز به مسایل حقوقی و قضایی در جمهوری اسلامی و تعارض آنها با موازین جهانی رعایت حقوق بشر اختصاص یافته است.

وی در این بخش، از تصمیم دولت ایران برای تعلیق رسیدگی به لایحه جامع وکالت که قبلاً لزوم توقف آن را به دولت ایران متذکر شده بود استقبال کرده و خواسته است این لایحه کنار گذاشته شود. در ادامه این بخش، تاکید شده است که با وجود



"به گونه‌ای فاحش نقض می‌کند."

تلاش‌هایی که برای اصلاح قانون مجازات اسلامی صورت گرفته، نواقص این قانون که بیشتر از سوی نهادهای بین‌المللی مطرح شده بود همچنان باقی است که از آن جمله می‌توان به تعریفی از "جرایم کیفی" اشاره کرد که جمهوری اسلامی مرتکبان آنها را مستوجب حکم اعدام می‌داند هر چند این تعریف با تعاریف بین‌المللی در مورد "جرایم جدی" انطباق ندارد.

گزارشگر ویژه حقوق بشر همچنین شرایط زندان‌ها و زندانیان در جمهوری اسلامی را نیز متذکر شده و نسبت به گزارش‌های حاکی از محرومیت تعدادی از زندانیان از دسترسی به امکانات ضروری پزشکی ابراز نگرانی عمیق کرده است.

آمار بالای اعدام‌ها در ایران نیز مورد توجه احمد شهید قرار گرفته که گفته است بین ژانویه سال ۲۰۱۲ تا ژوئن سال جاری، ۷۲۴ مورد حکم اعدام در ایران به اجرا گذاشته شد و تنها در نیمه اول سال جاری، ۲۰۲ نفر اعدام شدند که از این تعداد، ۱۳۵ مورد از سوی منابع حکومتی رسماً اعلام

شده است. گزارشگر ویژه از دولت ایران خواسته است تا موضوع لغو صدور و اجرای احکام اعدام را مورد بازنگری قرار دهد و به نهادهای بین‌المللی از جمله نهادهای سازمان ملل متحد توصیه کرده است تا برای این منظور، کمک‌های فکری و فنی لازم را در اختیار جمهوری اسلامی قرار دهند. از جمله موارد دیگری که در گزارش احمد شهید بررسی شده، موضوع "سایر انواع مجازات‌های غیرانسانی و خشونت آمیز" در جمهوری اسلامی از جمله شلاق، قطع اندام‌ها، سنگسار و "مصادیق شکنجه" است که براساس مصوبه سال ۱۹۹۷ کمیته حقوق بشر سازمان ملل، ناقض موازین حقوق بشر دانسته شده است. گزارشگر ویژه حقوق بشر سازمان ملل بار دیگر بی‌توجهی دولت ایران به نگرانی مجمع عمومی سازمان ملل از وضعیت بازداشتیان تظاهرات پس از انتخابات دوره دهم ریاست جمهوری را یادآور شده است. وی همچنین با اشاره به گروه مادران پارک لاله و مادران خاوران، گفته است که هنوز هم کسانی در مورد سرنویشت افرادی که بین سال‌های ۱۹۸۰ و ۱۹۹۰ (دهه ۱۳۶۰) در ایران ناپدید، شکنجه و اعدام شدند به او مراجعه می‌کنند.

زنان و اقلیت‌ها

در بخش‌های دیگری از این گزارش، مساله حقوق زنان و اقلیت‌ها در ایران مطرح شده و آمده است که دولت جمهوری اسلامی از سیزده پیشنهاد مربوط به بهبود حقوق زنان که در جریان "بازبینی دوره‌ای عمومی" این کشور در سال ۲۰۱۰ مطرح شده بود، هشت مورد را قبول کرد. این گزارش به تحولات دیگری در زمینه مقابله با تبعیض علیه زنان در ایران اشاره کرده و در عین حال، پیشنهادهایی را از جمله در زمینه دسترسی زنان به تمامی دوره‌های دانشگاهی ارائه داده است.

"بازبینی دوره‌ای عمومی" یکی از مکانیزم‌های سازمان ملل برای بررسی وضعیت حقوق بشر در کشورهای عضو است که بر اساس گزارش دولت‌ها در مورد شرایط داخلی کشورهاشان صورت می‌گیرد. مقامات ایرانی با رد همکاری با گزارشگر ویژه حقوق بشر سازمان ملل، در مواردی، آمادگی خود را برای همکاری در چارچوب بازبینی دوره‌ای عمومی اعلام داشته‌اند. در مورد آزادی مذهبی، گزارشگر ویژه گفته است که در جریان بازبینی دوره‌ای عمومی، دولت ایران ده پیشنهاد مربوط به رعایت آزادی دینی در این کشور را قبول کرد اما در همانحال، موارد مربوط به محدودیت و آزار پیروان ادیان و مذاهب دیگر از جمله بهائیان، مسیحیان و درویش همچنان گزارش شده است. دنباله مطلب در صفحه ۲۰

تاریخچه و فلسفه شب یلدا

دیر زمانی است که مردمان ایرانی و بسیاری از جوامع دیگر، در آغاز فصل زمستان مراسمی را جشن می گیرند که در میان اقوام گوناگون، نام‌ها و انگیزه‌های متفاوتی دارد. در ایران و سرزمین‌های هم‌فرهنگ مجاور، از شب آغاز زمستان با نام «شب چله» یا «شب یلدا» نام می‌برند که هم‌زمان با شب انقلاب زمستانی است. به علت دقت گاه شماری ایرانی و انطباق کامل آن با تقویم طبیعی، همواره و در همه سال‌ها، انقلاب زمستانی برابر با شامگاه سی‌ام آذر و بامداد یکم دی است.

انار و هندوانه و سنجد، به رنگ سرخ خورشید باشند.

بسیاری از ادیان نیز به شب چله مفهومی دینی دادند. در آیین میترا (و بعدها با نام کیش مهر)، نخستین روز زمستان به نام «خوره روز» (خورشید روز)، روز تولد مهر و نخستین روز سال نو بشمار می‌آمده است و امروزه کارکرد خود را در تقویم میلادی که ادامه گاهشماری میتراپی است و حدود چهارصد سال پس از مبدأ میلادی به وجود

هر چند امروزه برخی به اشتباه بر این گمانند که مراسم شب چله برای رفع نحوست بلندترین شب سال برگزار می‌شود؛ اما می‌دانیم که در باورهای کهن ایرانی هیچ روز و شبی، نحس و بدیوم شناخته نمی‌شده است. جشن شب چله، همچون بسیاری از آیین‌های ایرانی، ریشه در رویدادی کیهانی دارد. خورشید در حرکت سالانه خود، در آخر پاییز به پایین‌ترین نقطه افق جنوب شرقی می‌رسد که موجب کوتاه شدن

طول روز و افزایش زمان تاریکی شب می‌شود. اما از آغاز زمستان یا انقلاب زمستانی، خورشید دگربار بسوی شمال شرقی باز می‌گردد که نتیجه آن افزایش روشنایی روز و کاهش شب است. به عبارت دیگر، در شش‌ماهه آغاز



تابستان تا آغاز زمستان، در هر شبانه‌روز خورشید اندکی پایین‌تر از محل پیشین خود در افق طلوع می‌کند تا در نهایت در آغاز زمستان به پایین‌ترین حد جنوبی خود با فاصله ۲۳/۵ درجه از شرق یا نقطه اعتدالین برسد.

از این روز به بعد، مسیر جابجایی‌های طلوع خورشید معکوس شده و دوباره بسوی بالا و نقطه انقلاب تابستانی باز می‌گردد. آغاز بازگشتن خورشید بسوی شمال شرقی و افزایش طول روز، در اندیشه و باورهای مردم باستان به عنوان زمان زایش یا تولد دیگر باره خورشید دانسته می‌شد به طوری که آن را گرمی و فرخنده می‌دانستند.

به روایت بیرونی، مبدأ سالشماری تقویم کهن سیستانی از آغاز زمستان بوده و جالب اینکه نام نخستین ماه سال آنان نیز «کریست» بوده است. منسوب داشتن میلاد به میلاد مسیح، به قرون متأخرتر باز می‌گردد و پیش از آن، آنگونه که اوریحان بیرونی در آثار الباقیه نقل کرده است، منظور از میلاد، میلاد مهر یا خورشید است. نامگذاری نخستین ماه زمستان و سال نو با نام «دی» به معنای دادار - خداوند از همان باورهای میتراپی سرچشمه می‌گیرد. نخستین روز زمستان در نزد خرم‌دینانی که پیرو مزدک، قهرمان بزرگ ملی ایران بوده‌اند، سخت گرمی و بزرگ دانسته می‌شد و از آن با نام «خرم روز» یاد می‌کرده و آیین‌هایی ویژه داشته‌اند.

در گذشته، آیین‌هایی در این هنگام برگزار می‌شده است که یکی از آنها جشنی شبانه و بیداری تا بامداد و تماشای طلوع خورشید تازه متولد شده، بوده است. جشنی که از لازمه‌های آن، حضور کهنسالان و بزرگان خانواده، به نماد کهنسالی خورشید در پایان پاییز بوده است، و همچنین خوراکی‌های فراوان برای بیداری درازمدت که همچون

کثیری از مخالفان جنگ عراق در شبکاگو سخنرانی کرد.

در ۱۶ مارس ۲۰۰۳، هنگامی که جرج بوش اولتیماتوم ۴۸ ساعته‌ای به صدام حسین برای خروج از عراق یا مواجهه با جنگ داده بود، اواما در بزرگترین اجتماع ضد جنگ در شبکاگو سخنرانی کرد و

زندگی نامه باراک حسین اوباما

مشاوران سیاست خارجی خودش برگزید. اواما پنجمین آفریقایی آمریکایی است که به سن راه پیدا کرده و همچنین سومین آفریقایی آمریکایی است که با رأی بالا به عنوان سناتور برگزیده شده است. اواما در فوریه سال ۲۰۰۷ در ایالات ایلینوی در یک سخنرانی اعلام کرد نامزد انتخابات ریاست جمهوری سال ۲۰۰۸ خواهد بود.

ستاد انتخاباتی وی موفق به جلب ۵۴ میلیون دلار از حامیان در نیمه نخست سال ۲۰۰۷ شد که رکوردی در جلب سرمایه نسبت به انتخابات سالهای پیش

باراک حسین اوباما ۴ اوت ۱۹۶۱ در ایالت هاوایی از پدری کنیایی و سیاهپوست و مادری سفیدپوست اهل ویجیتا ایالت کانزاس متولد شد، اما زمانی گذشته و بالاخره این ازدواج منجر به جدایی شد. زمانی که او شش ساله بود، مادرش با مردی اندونزیایی ازدواج کرد و خانواده دسته جمعی راهی جاکارتا شدند.

بعدها باراک اوباما برای تحصیل بیشتر و زندگی با پدر بزرگ و مادر بزرگش به هاوایی بازگشت. وی در ۱۹۸۳ لیسانس علوم سیاسی با گرایش روابط بین‌الملل را از دانشگاه کلمبیا نیویورک به دست آورد



از آن بود. نظرسنجی‌ها نشان داد که او با سناتور هیلاری کلینتون دیگر نامزد انتخابات ریاست جمهوری حزب دموکرات رقابتی تنگاتنگ دارد همچنین او در انتخابات مقدماتی مجمع حزب دموکرات در ایالت آیووا نفر اول شد و در ایالت نیوهمپشایر با اختلاف ۳ درصد بعد از سناتور کلینتون در جایگاه دوم قرار گرفت که سرانجام این روند منجر به پیروزی او به عنوان نامزد دموکرات شد.

پس از پایان انتخابات اولیه در حزب دموکرات، رقابت او با مک کین برای رسیدن به کرسی ریاست جمهوری آغاز شد. جان مک کین اواما را به بی‌تجربگی در سیاست خارجی متهم کرد و در مقابل اواما نیز در اظهارنظری مک کین را جیره خوار شرکت‌های نفتی دانست. اما این اتهامات از سوی جمهوریخواهان با توجه به افزایش بحران مالی و دیدگاه منفی آمریکا به بوش و جمهوریخواهان راه به جایی نبرد و اواما به پیروز انتخابات بدل شد.

موضع‌گیری‌های سیاسی اواما از اولین مخالفان سیاست‌های دولت بوش در عراق بوده است. در دوم اکتبر ۲۰۰۲ روزی که کنگره مصوبه جنگ عراق را تصویب کرد و به دولت بوش مجوز جنگ را داد، اواما در جمع

پس از آن به شبکاگو نقل مکان کرد. در سال ۱۹۸۸ پس از چند سال کار در شبکاگو با گرفتن وام تحصیلی وارد دانشکده حقوق دانشگاه هاروارد شد. سرعت پیشرفت وی در آنجا چنان شتاب پیدا کرد که در سال دوم تحصیل خود به ریاست نشریه مشهور قانون هاروارد انتخاب گردید و نخستین رئیس سیاهپوست این نشریه حقوقی شد. اواما خیلی زود دکترای حقوق خود را از دانشگاه هاروارد با کسب درجه ممتاز دریافت نمود.

زندگی سیاسی

اواما در ۴ ژانویه ۲۰۰۵ وارد سنا شد. با وجود تازه وارد بودن در واشنگتن او گروهی از مشاوران خیره را که معمولاً سناتورهای تازه کار به آن توجهی نمی‌کنند به کار گرفت. وی «پیت رز» ، سیاستمدار کهنه کار ملی را به عنوان رئیس ستاد خود انتخاب و همچنین «کارن کورن بلو» اقتصاددان را به عنوان معاون سیاسی خود منصوب کرد. وی همچنین مسئولان اجرایی پیشین کلینتون، «آنتون لیک» و «سوزان رایس» را به عنوان

مثل وقت‌هایی که در محیط‌های عمومی هستیم، محلول‌ها و ژل‌های ضد عفونی کننده‌ای در دسترس هستند که به راحتی و در اندازه‌های کوچک قابل حمل و استفاده هستند و می‌توانند جایگزین مناسبی برای آب و صابون باشند. فراموش نکنید هرچه بیشتر دست‌ها را تمیز نگهدارید، فرصت بیشتری به سیستم ایمنی خود داده‌اید تا استراحت کند و خود را برای مقابله با خطرات جدی‌تر آماده نگهدارد.

نوشیدن آب سالم

توصیه بعدی درباره مسئله‌ای است که این روزها زیاد در مورد آن صحبت می‌شود. حتماً خبرهای مختلف در مورد شیوع بیماری وبا در بعضی از نقاط ایران را شنیده‌اید. یکی از مهم‌ترین راه‌های انتقال باکتری وبا از طریق نوشیدن آب‌های آلوده است. در حقیقت نکته بعدی که رعایت آن می‌تواند منجر به کمک به سیستم ایمنی بدن در مقابل ارگانیسم‌های بیماری‌زا شود توجه به سلامت آب آشامیدنی است. مصرف آب معدنی اگرچه راه مناسبی برای اجتناب از عفونت است، اما ممکن است تهیه آن برای همگان مقدور نباشد. جوشاندن، ضد عفونی کردن آب و یا استفاده از فیلترهای تصفیه آب، روش‌هایی هستند که در عین ارزان بودن از قابلیت بالایی برای مقابله با میکروب‌ها برخوردارند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۳**

چقدر پیش می‌آید که چیزی را لمس کنید که لحظات یا دقیقیتی قبل از شما شخصی دیگری آن را لمس کرده باشد؟ از شیر آب دستشویی و دستگیره در گرفته تا میز و صندلی و کلید برق و شاید هم دکمه‌های دستگاه خودپرداز بانک و البته خود اسکناس‌هایی که از آن بیرون می‌آیند. اجازه بدهید برگردیم به توصیه پدرها و مادرها که احتمالاً خود شما هم اگر دارای فرزند باشید مدام آن را به آن‌ها توصیه می‌کنید: "بهترین راه برای جلوگیری از انتشار میکروب‌ها، شست‌وشوی مرتب دست‌ها است."

کاری که نه فقط قبل از خوردن غذا و بعد



از استفاده از دستشویی، بلکه به هر تعداد باری که برایتان امکان‌پذیر باشد باید انجام شود.

خوشبختانه در حال حاضر برای مواقعی که دسترسی به آب و صابون نداریم،

توصیه‌هایی برای کمک به سیستم ایمنی بدن

مازیار مهدوی فر

شکی در این نیست که بدن انسان برای مقابله با موجودات بیگانه مثل باکتری‌ها و ویروس‌ها از دستگاهی ویژه با نام سیستم ایمنی بهره می‌گیرد که فعالیت دفاعی خود را از خارجی‌ترین بخش بدن یعنی پوست تا درون عمیق‌ترین سلول‌های بافت‌ها گسترش داده است. این اما به معنی عدم تأثیر رفتارهای روزمره ما در کمک به فعالیت سیستم ایمنی نیست. روش‌هایی بسیار ساده اما موثر برای کمک به سیستم ایمنی بدن و تقویت آن وجود دارد که در این مطلب به سه نمونه مهم آن‌ها می‌پردازیم.

توصیه‌های بزرگ‌ترها

پدرها و مادرها یا معلم‌های مدرسه، معمولاً توصیه‌های زیادی برای بچه‌ها دارند که البته بعضی از این دستورات توسط خود آن‌ها هم پیگیری نمی‌شود، اما در مورد اجرای بعضی دیگر از این توصیه‌ها اصلاً کوتاه نمی‌آیند. مثلاً یکی از این دستورات و سفارش‌های اکید، شستن دست‌ها قبل از خوردن غذا یا بعد از بازگشت از دستشویی است. به خصوص این دومی که اصلاً شوخی‌بردار نیست. اجازه بدهید همین‌جا اعلام کنم که شست‌وشوی دست‌ها که بسیاری از ما در دوران کودکی خود، فقط از ترس پدر و مادر و خیلی وقت‌ها نصفه و نیمه مجبور به انجامش بودیم شاید مهم‌ترین و ساده‌ترین روش کمک به سیستم ایمنی بدن برای مقابله با باکتری‌ها،

عفونت این است که شما شخص یا شیئی آلوده به میکروب را لمس کنید و بعد دست‌تان را به دهانتان ببرید یا به چشم و بینی خود بمالید. به این فکر کنید که در طول شبانه‌روز

وایروس‌ها و سایر عفونت‌ها باشد. شست‌وشوی دست‌ها واقعیت این است که پیام دوستی و عرض ارادت تنها چیزهایی نیستند که از طریق تماس دست‌ها بین ما انسان‌ها منتقل می‌شوند، بلکه میکروب‌ها هم از این طریق از دستی به دستی و از انسانی به انسان دیگر به صورت مستقیم یا با لمس اشیایی که فرد دیگری لمس کرده است منتقل می‌شوند. رایج‌ترین راه انتقال یک

کیترینگ رز مارکت

خدمات ما شامل طیف گسترده‌ای در مکان شما با کادری وریزیده و با تجربه جهت پذیرایی می باشد

ROSE MARKET CATERING

Offers preparing kabob at your location & serve your guests with our experienced Personnel

گوشت حلال

Halal Meat & Poultry

برای اطلاعات بیشتر لطفاً به سایت اینترنتی کیترینگ رز مارکت رجوع کنید

www.rosemarketcatering.com

rose_catering@yahoo.com

Cell: (650)222-9253 فانم گیتی هارپر Tel: (408)867-1666

14445 Big Basin Way, Saratoga, CA 95070

گل نم شیدوش باستانی



مقدمه: همراه با تشکر و قدردانی تقدیم به دوست زیبا و نازنینم گل نم. ۱۶ سال طول کشید تا توانستم گل نم را پیدا کنم و از او اجازه بگیرم تا داستان زندگی را همانگونه که بود برشته تحریر در آورم. در این سرگذشت نویسنده از هر نوع تشابه اسمی و استراژی رزمی و منطقه ای و یا اشتباهات تاریخی خود را معذور میدانم. سنتا باربارا - کالیفرنیا

پهارا شنبه چهاردهم آگوست ۹۵

تلفن زنگ زد.

الو! دوباره همان صدای عشایری با لهجه دل نشین اش، سلام!!

- گل نم تویی؟ چندبار به هتل زنگ زدم ولی جوابی نشنیدم.

- زنگ زدی؟ چرا؟

- برای لس آنجلس و لاس وگاس.

- پس موافق هستی؟

- تو اول بگو کجا بودی تا جوابت را بدهم.

حرف مرا نشنیده گرفت.

- حالا بگوئید چه وقت آمادگی دارید؟

- هر موقع که تو بخوای.

- روز جمعه چطوره؟

- عالی.

پهپهچوه نمیشد حدس زد که چه پیش خواهد آمد. یک نوع شادی که آخرش به یک نوع نگرانی متصل می شد در درونم انباشته شده بود پنج روز و چهار شب چگونه خواهد گذشت؟ از یک روز قبلی به مدت ۲۴ ساعت تا زمانی که او را دیدم آنچنان آشوبی در دلم پدید آمده بود که حال خود نمی دانستم.

جمعه ۱۴ آگوست ۹۵

چمدان کوچکی را که محتوی حوله، لباس زیر، یک دو عدد پیراهن ژاکت با یک شلوار جین و لوازم صورت تراشی، یک دوربین عکاسی است و در سفرها همراه دارم برداشته و راه افتادم. نمی دونم چرا بین راه سن حوزه و هتل شاهد جدال درون خود بودم!!! یک ماجرای غیرمنتظره؟ یک اتفاق قشنگ؟ یک دگرگونی پس از سالها عمر و ۲۰ سال زندگی زناشویی؟ چطور باید باور می کردم؟ بالاخره ساعت ۸ صبح بود که در لابی هتل گل نم را دیدم.

از همه روز خوشگل تر و شاداب تر با یک آرایش بسیار ساده و لباسی شامل یک بلوز سیلک لیمویی، یقه باز بدون دکمه، که دو جیب در دو طرف داشت، با شلوار جین و همان کفشهای اسپورت. ضریان قلبم شروع به بالاتر رفتن کرد، انطور که صدای قلبم را می شنیدم یک آن با خودم گفتم خدا به خیر بگذراند. به مجردی که مرا دید به طرفم آمد چرخ زد و گفت: چطوره؟

گفتم: عالی، البته که لباس دیگری هم برداشته ای؟ سری تکان داد و گفت: بله یک چند دستی توی چمدان دارم.

گیلاس شراب را برداشت و نگاهش را به بیرون انداخت، لبی تر کرد و گفت: خیلی دلم می خواست مجرد بودی. شما انگشتر در دستان ندارید؟

راستش منم که حال بهتری از او نداشتم گفتم: ممکن است واضح تر صحبت کنی برای تو چه فرقی می کند که من انگشتر دستم باشد یا نه، انگشتر دستم را اذیت می کند آنرا در آوردم و فکر نمی کردم ماجرا آفرین باشد تازه هیچ میدانی من چند سالمه؟ - من اهمیتی نمی دهم.

این حرف چندین بار در مغز تکرار شد، من اهمیتی نمی دهم... من اهمیتی نمی دهم...

گل نم پرسید: همسرتون هم این عکسها را می بیند؟

گفتم: البته که می بیند. ما چیزی از هم پنهان نمی کنیم و یا هیچ وقت مجبور نیستیم تا به یکدیگر دروغ بگوئیم.

با زیرکی پرسید: مثلاً جزئیات این سفر را تماما به او خواهی گفت؟

- البته، اگر او سؤال کند و بخواید بدانم.

- هیچوقت شده که بپرسد؟

- فقط اینکه چه کسانی بودند و یا کجاها رفتید. ولی معمولاً کنجکاوی بیشتری نمی کند.

گل نم قدری شراب خورد و گیلاس را روی میز گذاشت و پرسید: شما چی هیچوقت وارد جزئیات کارهای همسرتون شده اید؟ و یا سؤال های کنجکاوانه داشته اید؟

با خودم فکر کردم که منظور او از مطرح کردن این سؤال ها چیست؟ آیا فقط برای اینکه حرفی زده شود و یا نقشه ای در سر دارد؟

در جوابش گفتم: رابطه من با همسرم برپایه یک اعتماد، اطمینان و علاقه دوطرفه است. هیچکدام از ما برای اینکه با دیگری باشد و یا نخواهد باشد مانعی سر راه ندارد. ازدواج فقط رعایت موازین مدنی و اجتماعی است و نمی تواند نه عشق و دوستی بین دو نفر بیافریند و نه کسی را مجبور کند که به خاطر یک سند و یا آیه که معلوم نیست از کجا آمده یک عمر خود را پایبند آن شرایط کند.

بزرگترین قانون و عهد و میثاق برای اینکه مرد و زنی با هم باشند و فرزندنی بیاورند و در تعلیم و تربیت فرزندان خویش همکاری و همدردی کنند نیروی جلب و جذب و اشتیاق یکی شدن بین آن دونفر است و اینکه این نیرو که بعدها تبدیل به انس و الفت بین زن و مرد و علاقمندی به فرزند می شود تا چه مدتی می تواند پایدار بماند معلوم نیست.

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

مهماندار خواهش کردم ما را جایی بنشانند که بتوانیم اقیانوس و کرانه های آنرا بخوبی ببینیم. گل نم که تا این ساعت از گردش در شهر و آمدن به رستوران به وجد آمده بود روی صندلی رستوران نشست و در حالیکه دوربینش را برای عکس گرفتن آماده می کرد زیر لب گفت: یک روز فراموش نشدنی دیگر.

من عمداً او را به این رستوران آوردم تا بتوانیم براحتی باهم صحبت کنیم فکر کردم وقع مناسبی است تا جواب همه آن سؤال ها و چراها را درباره او بدانم، لیکن با این حرف گل نم حیفم آمد که بخوایم روز او را خراب کنم چون می دانستم دوست ندارد از گذشته و یا از خودش صحبتی بکند، هرچند خود منم در بد موقعیتی گیر کرده بودم. همه فکرم این بود که این چند روز را چگونه بایستی سپری کنم و هنوز نمی دانستم که گل نم چه انتظاری از من خواهد داشت؟

گارسن لیست غذاها را جلوی ما گذاشت و پرسید نوشیدنی چی میل دارید؟

نگاهی به گل نم کردم. او شراب سفید خواست. گارسن از گل نم خواهش کرد تا کارت شناسایی نشان دهد. او هم پاسپورتش را ارائه داد. منم بطری شراب سفید مورد دلخواه را سفارش دادم. من از فرصت استفاده کرده از گل نم پرسیدم: چند سالته؟ جواب داد که ۲۳ آگوست میروم تو ۲۶ سال.

گل نم در سایه روشن فضای رستوران بسیار جذاب و خواستنی شده بود. دوربین را برداشتم و از یکی از کارکنان رستوران خواهش کردم چند عکس از من و او بگیرد.

گل نم پرسید: این عکسها را چکار می کنی؟ نگه می داری؟

جواب دادم: معمولاً در مواقعی که مسافر دارم هرچه عکس از آنها می گیرم بعداً روی سی دی می گذارم و میدهم به خودشان. پرسید: شما ازدواج کردید؟

- بله

- چند تا بچه دارید؟

- یک دختر

- چند سال دارد؟

- ۱۸ سال

و بعد سکوت کرد!! هنوز سرش را بلند نکرده بود لیکن می توانستم بخوبی دگرگونی حالش را در چهره اش بخوانم. دستم را به زیر چانه اش بردم و سرش را بالا گرفتم و در چشمانش نگاه کردم، قطره های اشک که از گوشه چشمانش بر گونه ها جاری بودند.

- می توانم بپرسم چرا ناراحتی؟



دلَم خون است (سیمین جان)

مسعود سپند

دلَم خون است از بسیاری بیداد سیمین جان
 در آن مرز دلاور خیز و درد آباد سیمین جان
 در آن هنگامه ها کز جان و از جانانه می گویی
 چه زیبا می شود سرو و گل و شمشاد سیمین جان
 به نام عشق و آزادی رساتر باد فریادت
 برای حرمت جان می زنی فریاد سیمین جان
 تو وقتی از گلوی سرخ و شعر سبز می خوانی
 به خود می لرزد از بن بیخ استبداد سیمین جان
 چه خوش می گویی از سقف بلند استاده ی میهن
 که عشق آموختی در مکتب استاد سیمین جان
 به بزم دوستان چون برگ سبزی تحفه ی درویش
 به چشم دشمنان چون دشنه ی پولاد سیمین جان
 قفس های اوین لبریز از بغض کبوتر هاست
 که دیگر بغوغو را برده اند از یاد سیمین جان
 به کوه اخم های تلخ سنگ انداز و سنگ اندیش
 چه شیرین است زخم تیشه ی فرهاد سیمین جان
 (سپندم) از تبار و تیره ی آتش پرستانم
 چه آتش ها که در دل می کنی ایجاد سیمین جان

انگاسی

سوی شهر آمد آن زن انگاسی
 سیر کردن گرفت از چپ و راست
 دید ایینه ای فتاده به خاک
 گفت: حقا که گوهری یکتاست
 به تماشا شو برگرفت و بدید
 عکس خود را، فکند و پوزش خواست
 که: ببخشید خواهرم! به خدا
 من ندانستم این گوهر ز شماست
 ما همان روستازنیم درست
 ساده بین، ساده فهم بی کم و کاست
 که در ایینه ی جهان بر ما
 از همه ناشناس تر، خود ماست
 نیما یوشیج

عابر تابلوی برفی

چه سکوتی
 و چه تاریکی دهشتناکی
 عمق کوچه باغ برفیست
 رد پای بر تن برف سفید
 رفته تا ته تاریکی کوچه
 رد پای عابری خسته و تنها
 عابری بی خبر از سردی این شب
 بی خبر از سردی این برف
 عابری که به ما پشت کرده
 می رود تا گم شود
 تا به رنگ تاریکی ته آن کوچه شود
 بی توجه به نگاه من و تو
 به آن تابلوی برفی
 سالهاست که می رود
 و نمی رسد به مقصدی
 او اسیر است
 اسیر تابلویی برفی...
 سحر شاه محمدی

درد وطن

دل گرفتار غم هموطن خویشتن است
 کاین چه دردی است نصیب وطن و هموطن است
 پیش از این بود اسیر بت سردار بزرگ
 سالها نیز گرفتار بت بت شکن است
 بلبلان چمن و اهل سخن خاموشند
 وقت آواز و شکوفائی زاغ و زغن است
 بی هنر کارشناس است و یل و مصدر
 کار آنکه آواره و بیکاره بود اهل فن است
 دولت بی خرد بی ثمر مردم سوز
 در پی پوشش زلف است و حجاب بدن است
 آنچه در بند بر آوردن آن هرگز نیست
 رفع حاجات و نیاز بدن و جسم و تن است
 از پریشانی و دلمردگی مردم خود بیخبر است
 فکر آسودگی مردم چین و پکن است
 در توانائی و بیداد اسد می کوشد
 یار و همدست فلسطین و جهاد یمن است
 دین چو ویروس بدیوار وطن چسبیده است
 دفع آن خواستن و چاره آن ریشه کن است
 این مرضی است که البته شفا خواهد یافت
 بسته بر جهد و فداکاری هر مرد و زن است
 منوچهر زرین کلک

نسیمی از دیار آشتی

باری اگر روزی کسی از من بپرسد
 «چندی که در روی زمین بودی چه کردی؟»
 من، می گشایم پیش رویش دفترم را
 گریبان و خندان، بر می افرازم سرم را
 آنگاه می گویم که: بذری نو فشانده است
 تا بشکفتد، تا بر دهد، بسیار مانده است
 در زیر این نیلی سپهر بی کرانه
 چندان که بار داشتیم در هر ترانه
 نام بلند عشق را تکرار کردم
 با این صدای خسته شاید خفته ای را
 در چار سوی این جهان بیدار کردم
 من مهربانی را ستودم
 من با بدی پیکار کردم
 «پژمردن یک شاخه گل» را رنج بردم
 «مرگ قناری در قفس» را غصه خوردم
 وز غصه مردم، شبی صد بار مردم
 شرمنده از خود نیستم گر چو مسیحا
 آنجا که فریاد از جگر باید کشیدن
 من، با صبوری، بر جگر دندان فشردم
 اما اگر پیکار با نابخردان را
 شمشیر باید می گرفتم
 بر من نگیری، من به راه مهر رفتم
 در چشم من، شمشیر در مشت
 یعنی کسی را می توان کشت!
 در راه باریکی که از آن می گذشتم
 تاریکی بی دانشی بیداد می کرد
 ایمان به انسان، شب چراغ راه من بود
 شمشیر دست اهرم بود
 تنها سلاح من درین میدان سخن بود
 شب های بی پایان نخفتم
 پیغام انسان را به انسان بازگفتم
 حرفم نسیمی از دیار آشتی بود
 فریدون مشیری



Let Us Take You on a Journey

Blowfish Sushi offers more than just a meal – we provide a true dining experience. Executive Chef Ritsuo Tsuchida has dreamed up an eclectic menu of sushi and Asian Fusion dishes that are as much a treat for the eyes as they are for the palate. Attention to detail makes every dish an exciting journey into the mind of a chef whose background is steeped in Japanese tradition but whose methods are unequivocally modern. Come in and experience for yourself what happens when past meets presents and the freshest ingredients are transformed into works of edible art.



Simply The Best

Monday – 11:30 am – 2:30 pm (lunch) 5:00pm – 10:00pm (dinner)*
 Tuesday – 11:30am – 2:30 pm (lunch) 5:30pm – 10:00pm (dinner)*
 Wednesday-Thursday – 11:30am – 2:30 pm (lunch) 5:30pm – 10:30pm (dinner)*
 Friday – 11:30am – 2:30pm (lunch) 5:30pm – 11pm (dinner)*
 Saturday - 5:30pm – 11pm (dinner)
 Sunday - 5:30pm – 10pm (dinner)
 *Happy Hour Cocktail service begins at 5pm

Monday-Tuesday-Wednesday-Thursday
 11:30 am – 2:30 pm (lunch) 5pm – 10:30pm (dinner)*
 Friday – 11:30am – 2:30pm (lunch) 5pm – 11pm (dinner)*
 Saturday – 11:30am – 5pm (lunch) 5pm – 11pm (dinner)*
 Sunday – 11:30 am – 5pm (lunch) 5pm – 10:30pm (dinner)
 *Fugu Sake Lounge Open Until 1:30am

San Jose
355 Santana Row #1010
San Jose, CA 95128
(408) 345-3848

San Francisco
2170 Bryant Street
San Francisco, CA 95128
(415) 285-3848

خوردن یک تکه کیک خوشمزه می تواند از شدت این احساس ناخوشایند بکاهد. به پیاده روی طولانی بروید. زمانی که به پیاده روی می روید و در حالی که دست هایتان خالی است، دو نیمکره مغز با یکدیگر هماهنگ شده و این وضعیت موجب می شود که پس از چند دقیقه پیاده روی، احساس آرامش داشته باشید. در برخی موارد نیز یک چرت کوتاه می تواند مشکل را تا حدودی برطرف کند. همه مردم عادت ندارند در بین روز بخوابند اما اگر از این توانایی برخوردار هستید، ۲۰ دقیقه خواب نیمروز می تواند بدن را سر حال بیاورد و از نو تنظیم کند.

این کار به محلی ساکت بروید و با کشیدن نفس عمیق خود را آرام سازید. تصور کوچک شدن مشکلات را در ذهن خود تداعی کنید. این روش بخشی از تکنیک مراقبه کردن به حساب می آید. همانطور که به آرامی نفس می کشید تصویری ذهنی از آنچه شما را عصبانی کرده ایجاد کنید و با هر نفس کشیدن در ذهن خود، اندازه آن تصویر را کوچک تر کنید تا مشکلاتتان نیز کوچک و کوچک تر شود. یک راه حل سریع و در دسترس پیدا کنید. گاهی اوقات زندگی بر وفق مراد نیست و کسل کننده می شود. در این مواقع نوشیدن یک فنجان قهوه یا

چگونه روز خوبی داشته باشیم؟

تقریباً همه مردم روزهای بد را مانند زمانی که سرما می خوریم، تجربه می کنند اما بعضی اشخاص تصور می کنند فقط خودشان با چنین مشکلاتی مواجه می شوند و فقط آنها در زندگی سختی می کشند.

مورد علاقه تان تصور کنید و به این ترتیب به آنها بخندید و خلق خود را شاد سازید. با یک دوست قابل اطمینان صحبت کنید تا آرام شوید. برخی افراد از بازگو کردن مشکلاتشان و شکایت کردن احساس

به نقل از ایسنا؛ در حقیقت یکی از مشکلات عمده با داشتن یک روز بد این احساس است که چرا برای شما این اتفاق می افتد و چرا اتفاقات بد از آسمان تنها بر سر شما نازل می شوند؟



اغلب اوقات اتفاقاتی همچون ریختن فنجان چای روی لباس، پیدا کردن حشره داخل غذا یا رسیدن به تمامی چراغ قرمزها در طول مسیر رسیدن تا محل کار موجب می شود تا فرد این تصور را داشته باشد که بدترین روز را آغاز کرده اما اگر این گونه تصور می کنید خوب است بدانید که با چند راهکار ساده

خوبی ندارند اما اگر از جمله افرادی هستید که با صحبت کردن در مورد مشکلاتشان آرام می شوید، این کار را امتحان کنید.

می توان روزهای بد را به روزهای خوب تبدیل کرد و برخی از کاربردی ترین آنها به شرح زیر است:

از تکنیک مراقبه (مدیتیشن) استفاده کنید. در برخی افراد مراقبه کردن باعث می شود که فرد احساس آرامش کند. برای

خنده واقعا بهترین دارو است. زمانی که احساس می کنید روز بدی را شروع کرده اید می توانید اتفاقات پیش آمده برای خودتان را دوباره برای یکی از کم دین های

انجمن شعر و ادب نظامی تقدیم می کند

عشق و عرفان از مولوی تا مشیری

با حضور افتخاری شاعران و سخنوران

برگزار کننده و مجری برنامه: مهندس پرویز نظامی

موسیقی ایرانی: هنرمندان موسیقی سنتی به سرپرستی استاد محمد نژاد

زمان: یکشنبه ۱۷ نوامبر ساعت ۵ بعد از ظهر

مکان: سالن رستوران میراژ شام کامل ۲۵ دلار

Pine Apple Grill 4926 El Camino Real, Los Gatos

(650)222-9253 (516)770-8437

ارتش آمریکا استخدام می کند!

به قدرت صدای خود پی ببرید! "از طریق صدایم، مأموریت من تغییر دادن مسیر تاریخ است."

برای حل و فصل ناسازگاری ها، نجات دادن زندگی و بازسازی یک ملت، به عنوان مترجم با حقوق و مزایای بسیار عالی به ارتش آمریکا بپیوندید!

تسلط شما در زبان فارسی نقشی حیاتی در تداوم تلاشهای نوسازی کشور ما ایفا خواهد کرد. شما می توانید در ارتباط با شغل زبان مترجمی و یا موقعیت های دیگر در ارتش آمریکا، سؤالات خود را با ما مطرح کنید. مسئولین استخدامی ما آماده هستند تا سؤالات شما را در اسرع وقت پاسخ دهند.

Part Time or Full Time. Between the ages of 18 and 41 years old. Total compensation includes Housing, Medical, Dental, Food, Special Pay, Vacation Times and many more.

Earn your **Citizenship** within six to eight months



For more information on the US Army's Linguist Program in your area, please call:

Sergeant Lexie Mitchell (925)518-5846



Home Alarm & Monitored Security Systems

Help protect your home and family with a monitored alarm system. 24 hours a day, every day.



- ✓ Wireless Keypad
- ✓ Three Points of Protection
- ✓ Pet Sensitive Motion Detector
- ✓ Loud High Decibel Siren
- ✓ Yard Sign & Window Decal
- ✓ Lifetime Warranty

Health Response Systems



Living independently doesn't mean you're alone. Help is here with the ADT Companion Services Personal Emergency Response Systems.

Shop Now



From burglary & fire monitoring to complete home automation, we have an ADT Home Security package that is right for you.

ADT Pulse Remote Security



From almost anywhere, you can have the power to arm and disarm your home - it's home automation, climate and light control, and video.



ADT award winning home security offers your home 24-hour security monitoring for burglary, fire, carbon monoxide and more.

Video Surveillance



Keep an eye on what matters most, whether you're there or on-the-go. With home video surveillance, you can have peace of mind.

CALL NOW 1-888-298-9274



برخی از شیرزنان جنگاور ایران باستان

از آنجا که بزرگترین کتابخانه های ملی و تاریخی و علمی ایران (گندی شاپور - کسروی) توسط تازیان (اعراب) به آتش کشیده شد و هزاران کتاب ایرانی به گفته مورخ و جامع شناس بزرگ عرب (ابن فلدون) نابود و به دریا ریخته شدند و بسیاری از بزرگان این سرزمین گمنام ماندند و اثری از آنان یافت نشد ولی با همه فراز و نشیب های یورش اسکندر گمستک و یورش تازی بدوی هنوز نام شیرزنان بزرگی از سرزمین مقدس ایران برای ما به جای مانده است که گوشه ای از نام و منگاوریهایشان را در اینجا از نظر فواید گذراند.

گردآفرید

گردآفرید یا گردآفرین یکی از پهلوانان سرزمین ایران که تاریخ از او به عنوان دختر کزدهم یاد میکند. در داستان رستم و سهراب گردآفرید با لباسی مردانه با سهراب رزم کرد و به دست او گرفتار شد ولی توانست خود را با تدبیر از دست سهراب برهاند. فردوسی بزرگ از او به عنوان زنی جنگو و دلاور سرزمین پاکان یاد میکند. در شاهنامه فردوسی نیز چنین آمده است:

زنی بود بر سان گرد سوار
همیشه به جنگ اندرون نامدار

سیندخت

همسر خردمند مهرآب کابلی و مادر رودابه و مادر بزرگ رستم که در همسری زال و رودابه و جلب موافقت مهرآب پدر رودابه به این وصلت نقش مهمی داشت و نیز در موقع تولد رستم از مادر، سیندخت یار و مددکار دخترش رودابه بود. کوتاه سخن اینکه سیندخت یکی از خردمندترین چهره های شاهنامه است.

رودابه

دختر مهرآب کابلی و همسر زال و مادر رستم که به روایت شاهنامه دلباختگی زال به او یکی از زیباترین صحنه های شاهنامه است. رودابه در موقع تولد رستم اولین سزارین را انجام داد. بنابراین، چنین زایمان ها را باید "رستمی" گفت نه سزارین. زیرا سزار قرن ها پس از تولد رستم به دنیا آمده است.

تهمینه

دختر زبیاروی پادشاه سمنگان که شبی همسر رستم بود. ثمره آن تولد سهراب است که داستان زندگی و مرگ دردناکش به دست پدر در شاهنامه فردوسی به تفصیل آمده است. تهمینه برای آنکه تمام وقت خود را صرف پرورش سهراب کند، با وجود جوانی و زیبایی ازدواج نکرد.

بانو گشنسب و زربانوی دلیر

بانو گشنسب (مخفف گشنسب) به معنی "بانوی دارنده اسب نر" است که در جنگاوری هیچ کس یارای مقاومت با او

را نداشت. بانو گشنسب دختر رستم و همسر "گیو" که نام وی در برزو نامه و بهمن نامه بسیار آمده است. یکی از مشهورترین حکایت های او نبرد سگانه فرامرز، رستم و بانو گشنسب است که در هنگام کشتی پهلوانان را به خاک می افکند، دلیری این بانوی ایرانی مشهور است. او منظومه ای نیز بنام خود دارد که هم اکنون نسخه ای از آن در کتابخانه ملی پارسی و در کتابخانه ملی بریتانیا موجود است. شهین سراج، پژوهشگر ادب و تاریخ: اگر بخواهیم ارزش پهلوانی دختر رستم را باز بکنیم ارزش حماسی و نقش حماسی این دختر از جایی شروع می شود که بهمن اسفندیار به کینه تیزی خون اسفندیار به سیستان حمله می کند و زال را در قفس می اندازد و با فرامرز، پسر رستم جنگ می کند و عاقبت او را بر دار می زند. تنها کسی که در خاندان رستم در برابر بهمن حقیقتاً یک مقام نظامی نشان می دهد و از آن باورهای رستم دفاع می کند به نظر من بانو گشنسب است. او است که این نبرد را ادامه می دهد و مانند پدرش که همیشه حامی پادشاهان ایران بوده ولی هیچ وقت سر فرود نیاورد. زربانو سردار جنگجوی ایرانی و دختر رستم و خواهر بانو گشنسب. او در سوارکاری زنده بوده است و در نبردها دلاوریهای بسیار از خود نشان داده است. تاریخ نام او را جنگجویی که آزاد کننده زال، آذربزین و تخوار از زندان بوده است ثبت کرد.

آذرناهیید

ملکه ملکه های امپراتوری ایران در زمان شاهنشاهی شاپور یکم بنیانگذار ساسله ساسانی. نام این ملکه بزرگ و اقتدارات دولتی او در قلمرو ایران در کتیبه های کعبه زرتشت در استان فارس بارها آمده است و او را ستایش کرده است.

هلاله - همای چهر آزاد

پادشاه زن ایرانی که به گفته کتاب دینی و تاریخی (۳۹۱ یشتا ۱+۲۷۴ یشتا ۲)

در زمان کیانیان بر اریکه شاهنشاهی ایران نشست. از او به عنوان هفتمین پادشاه کیانی یاد شده است که نامش را "همای چهر آزاد" و "همای وهومن" نیز گفته اند. او مادر داراب بود و پس از "وهومن سینداتان" بر تخت شاهنشاهی ایران نشست. وی با زیبایی تمام سی سال پادشاه ایران بود. نوشتارها زیادی درباره رفتار و کردار او یاد شده که او در مدت سی سال پادشاهی هرگز خطائی نکرده و مردمان در زمان او همواره در آسایش و سلامت زندگی میکرده اند.

آریاتس

یکی از سرداران مبارز و دلیر هخامنشیان در سالهای پیش از میلاد. مورخین یونانی در چندین جا نامی از وی به میان آورده اند.

پریسن - بانوی دانشمند ایرانی

او دختر کی قباد بود که در سال ۹۲۴ قبل از میلاد هزاران برگ از نسخه های اوستا را به زبان پهلوی برای آیندگان از گوشه و کنار ممالک آریایی گردآوری نمود و یکبار کامل آن را نوشت و نامش در تاریخ ایران زمین برای همیشه ثبت گردیده است.

آرتادخت

وزیر خزانه داری و امور مالی دولت ایران در زمان شاهنشاهی اردوان چهارم اشکانی. به گفته کتاب اشکانیان اثر دیاکونوف روسی خاور شناس بزرگ او مالیات ها را سامان بخشید و در اداره امور مالی کوچکترین خطایی مرتکب نشد و اقتصاد امپراتوری پارتیان را رونق بخشید. چنانچه برآمده است از کارهای بزرگ او در گردآوری دارایی کشور یکی جلوگیری از هزینه های بیهوده به ویژه در براریان و دیگری گرفتن باج و خراج از درآمد توانگران بوده است.

فرخ رو

نام او به عنوان نخستین بانوی وزیر در تاریخ ایران ثبت شده است. وی از طبقه عام کشوری به مقام وزیری

امپراتوری ایران رسید.

فرانک

همسر آبتین و مادر فریدون که در رهاندن و زنده ماندن فریدون از دست دژخیمان ضحاک رنجها برد و در به قدرت رسیدنش نقش اساسی داشت.

پوراندهخت و آزرمدخت

پوراندهخت شاهنشاه ایران در زمان ساسانی بود و زنی بود که بر بیش از ۱۰ کشور آسیایی پادشاهی میکرد. او پس از اردشیر شیرویه به عنوان بیست و پنجمین پادشاه ساسانی بر اریکه شاهنشاهی ایران نشست و فرمانروایی نمود. پوران خسرو منظور پوراندهخت دختر خسرو پرویز است که زنی با کفایت و خردمند بود ولی متأسفانه به علت وضع آشفته و ناپسامان آن دوران و جنگهای طولانی ایران و روم در زمان خسرو پرویز و نفوذ دین مزدک و نارضایی مردم از وضع موجود و در یکی از دشوارترین شرایط تاریخی ایران حکومت کشور را چند ماهی در اختیار داشت و پس از مرگ او حکومت به آزرمدخت رسید. ملکه آزرمدخت، آزرمدخت، آزرمدخت، آزرمدخت (به معنی دختر پیر نشدنی) شاهنشاه زن ایرانی و سی و دومین شاهنشاه ساسانی، دختر خسرو پرویز پسر هرمز پسر انوشیروان ملقب به عادل که پس از خواهر خویش پوراندهخت لشکریان او را در تیسفون پادشاهی برداشتند. فرمانروای خراسان، سپهبد فرخ هرمز که یکی از مدعیان جدی سلطنت بود، ملکه را به همسری خواست. در حالی که آزرمدخت علناً وعده ازدواج به او داد، در نمان تدارک قتلش را دید (بنا به فرهنگ معین چون "آزرمدخت نمی توانست علناً مخالفت کند"). رستم، پسر فرخ هرمز، به خونخواهی پدرش لشکر به پایتخت کشید و پس از سرنگونی آزرمدخت، ملکه ساسانی را نابینا کرد. آزرمدخت چهار ماه پادشاهی کرد. از کیفیت وفات این ملکه اطلاعی در دست نیست.

گامی بزرگ در کشف داروی آلزایمر

پژوهشگران بریتانیایی می‌گویند که با تولید یک ماده شیمیایی در مسیر درمان بیماری آلزایمر گام بزرگی برداشته شده است. آزمایش این ترکیب شیمیایی بر روی موش‌های آزمایشگاهی نشان داده که این ترکیب جدید مرگ سلول‌های مغز را متوقف می‌کند.

دهند که آسیب آن برای سایر اعضای بدن به حداقل کاهش یابد. جامعه علمی و پزشکی از کشف این ماده شیمیایی استقبال کرده و می‌گوید که این پژوهش می‌تواند پایه و اساس تحقیقات جدیدی برای کشف راه‌های موثر برای درمان بیماری آلزایمر باشد هر چند هنوز هیچ تضمینی وجود ندارد که بتوان یک چنین داروی موثری را در آینده نزدیک کشف کرد. اخیراً رویترز، گزارشی در مورد کاهش احتمال ابتلا به آلزایمر با بزانشستگی دیر هنگام منتشر کرد. بر اساس نتایج تحقیقات و نظرسنجی



یک چنین پیام‌های غلطی توسعه می‌یابد که در نتیجه آن تولید پروتئین لازم برای بازتولید این سلول‌ها متوقف می‌شود این ماده شیمیایی روی موشهای آزمایشگاهی مبتلا به بیماری مغزی «پروین»

بیماری که بیشترین شباهت را با آلزایمر دارد، آزمایش شده است. پژوهشگران بریتانیایی معتقدند که این ماده شیمیایی می‌تواند روی مغز انسانهایی که به آلزایمر و یا پارکینسون مبتلا هستند تأثیر مشابهی داشته باشد. این پژوهش توسط بخش سم‌شناسی دانشگاه لستر در انگلستان انجام شده و نتایج آن در روزهای اخیر در نشریه «کاربردی سازی علم در پزشکی» (Science Translational Medicine) منتشر شده است. این ماده شیمیایی با جلوگیری از توقف روند تولید پروتئین لازم برای تولید سلول‌های مغز می‌تواند از مرگ تدریجی بخش‌های مغز که به آلزایمر منجر می‌شود جلوگیری کند البته در آزمایش‌های انجام‌شده روی موش‌ها مشخص شده است که تجویز این دارو می‌تواند عوارض جانبی مثل کاهش وزن و یا بیماری قند را به همراه داشته باشد که نتیجه آسبایی است که این ماده شیمیایی به لوزالمعده وارد می‌کند.

با این همه مسئولان این پژوهش معتقدند که در ادامه تحقیقات خود می‌توانند ترکیب ماده شیمیایی مورد نظر را به شکلی تغییر

دهند که آسیب آن برای سایر اعضای بدن به حداقل کاهش یابد. جامعه علمی و پزشکی از کشف این ماده شیمیایی استقبال کرده و می‌گوید که این پژوهش می‌تواند پایه و اساس تحقیقات جدیدی برای کشف راه‌های موثر برای درمان بیماری آلزایمر باشد هر چند هنوز هیچ تضمینی وجود ندارد که بتوان یک چنین داروی موثری را در آینده نزدیک کشف کرد. اخیراً رویترز، گزارشی در مورد کاهش احتمال ابتلا به آلزایمر با بزانشستگی دیر هنگام منتشر کرد. بر اساس نتایج تحقیقات و نظرسنجی

به نوشته روزنامه بریتانیایی «ایندپندنت» هر چند تا کشف و تولید یک دارو و یا قرص ساده برای درمان بیماری آلزایمر راه درازی در پیش است ولی این پژوهش مهم و بی‌سابقه راه را برای درمان موثرتر این بیماری خواهد گشود.

این ماده شیمیایی از طریق جلوگیری از ارسال پیام‌های غلط در مغز افرادی که به این بیماری مبتلا هستند باعث می‌شود که میزان تخریب و میرایی در یاخته‌های مغز کاهش یابد. بیماری آلزایمر در مغز انسان در حقیقت تحت تأثیر مرگ تدریجی بخشی از سلول‌های مغز و تداوم ارسال

یک چنین پیام‌های غلطی توسعه می‌یابد که در نتیجه آن تولید پروتئین لازم برای بازتولید این سلول‌ها متوقف می‌شود این ماده شیمیایی روی موشهای آزمایشگاهی مبتلا به بیماری مغزی «پروین»

بیماری که بیشترین شباهت را با آلزایمر دارد، آزمایش شده است. پژوهشگران بریتانیایی معتقدند که این ماده شیمیایی می‌تواند روی مغز انسانهایی که به آلزایمر و یا پارکینسون مبتلا هستند تأثیر مشابهی داشته باشد. این پژوهش توسط بخش سم‌شناسی دانشگاه لستر در انگلستان انجام شده و نتایج آن در روزهای اخیر در نشریه «کاربردی سازی علم در پزشکی» (Science Translational Medicine) منتشر شده است. این ماده شیمیایی با جلوگیری از توقف روند تولید پروتئین لازم برای تولید سلول‌های مغز می‌تواند از مرگ تدریجی بخش‌های مغز که به آلزایمر منجر می‌شود جلوگیری کند البته در آزمایش‌های انجام‌شده روی موش‌ها مشخص شده است که تجویز این دارو می‌تواند عوارض جانبی مثل کاهش وزن و یا بیماری قند را به همراه داشته باشد که نتیجه آسبایی است که این ماده شیمیایی به لوزالمعده وارد می‌کند.

با این همه مسئولان این پژوهش معتقدند که در ادامه تحقیقات خود می‌توانند ترکیب ماده شیمیایی مورد نظر را به شکلی تغییر

مرز بین عشق و نفرت کجاست ؟

یک مدار مغزی یکسان در هر دوی این احساسات درگیر است -- اما نفرت برای عقلانیت حفظ ظاهر می‌کند. براساس تحقیقی که در آن اساس بیولوژیکی عشق و نفرت کشف شد، مشخص شد که این دو در مغز انسان رابطه‌ای تنگاتنگ با هم دارند.

آنها متوجه شدند که مدار نفرت شامل بخش‌هایی از مغز است که پوتامن و اینسولا نامیده می‌شود و در قشر زیرین آن قرار گرفته است. پوتامن مداری است که در درک اهانت و انزجار دخیل است و همچنین می‌تواند بخشی از سیستم حرکتی درگیر در فعالیت‌های جسمی باشد.



یک مدار مغزی یکسان در هر دوی این احساسات درگیر است -- اما نفرت برای عقلانیت حفظ ظاهر می‌کند. براساس تحقیقی که در آن اساس بیولوژیکی عشق و نفرت کشف شد، مشخص شد که این دو در مغز انسان رابطه‌ای تنگاتنگ با هم دارند. به نقل از سایت مردمان ؛ دانشمندی

که ذات فیزیکی نفرت را بررسی می‌کنند، دریافته‌اند که بعضی از مدارهای عصبی که در مغز مسئول آن هستند، همان‌هایی هستند که در زمان احساسات عاشقانه استفاده می‌شوند. این در حالی است که عشق و نفرت دقیقاً دو قطب

پوتامن و اینسولا به طور قابل توجهی هر دو در عشق هم فعال هستند که البته جای تعجب نیست. پوتامن همچنین می‌تواند در آماده‌سازی اعمال خشونت‌آمیز در زمینه عشقی نیز درگیر باشد.

تحقیقات قبلی نشان داده است که اینسولا هم می‌تواند در واکنش‌های به محرک‌های مضطرب‌کننده دخیل باشد و هم نگاه کردن صورت هم فرد مورد علاقه و هم فرد مورد نفرت می‌تواند شامل چنین سیگنال اضطراب‌آوری باشد. یک تفاوت عمده بین عشق و نفرت در این واقعیت است که بخش وسیعی از قشر مخ که مربوط به قضاوت و استدلال‌آوری است در عشق غیرفعال می‌شود، در صورتیکه فقط بخش کوچکی از آن در نفرت غیرفعال است.

از آنجاکه نفرت احساسی همه‌گیر مثل عشق است، ممکن است تعجب‌آور باشد. در عشق، عاشق معمولاً کمتر انتقادی و قضاوتی در مورد فرد مورد علاقه خود برخورد می‌کند، و این در حالی است که زمینه نفرت، فرد برای آسیب زدن و انتقام گرفتن، شدیداً قضاوتی عمل می‌کند.

جالب است که فعالیت بعضی از این ساختارها در واکنش به صورت مورد نفرت از نظر شدت کاملاً متناسب با نفرت عنوان شده است و در نتیجه باعث می‌شود وضعیت ذهنی نفرت، کاملاً عینی قابل اندازه‌گیری باشد. یافته‌های این تحقیق می‌تواند در پرونده‌های جنایی نیز مفاهیمی به دنبال داشته باشد.

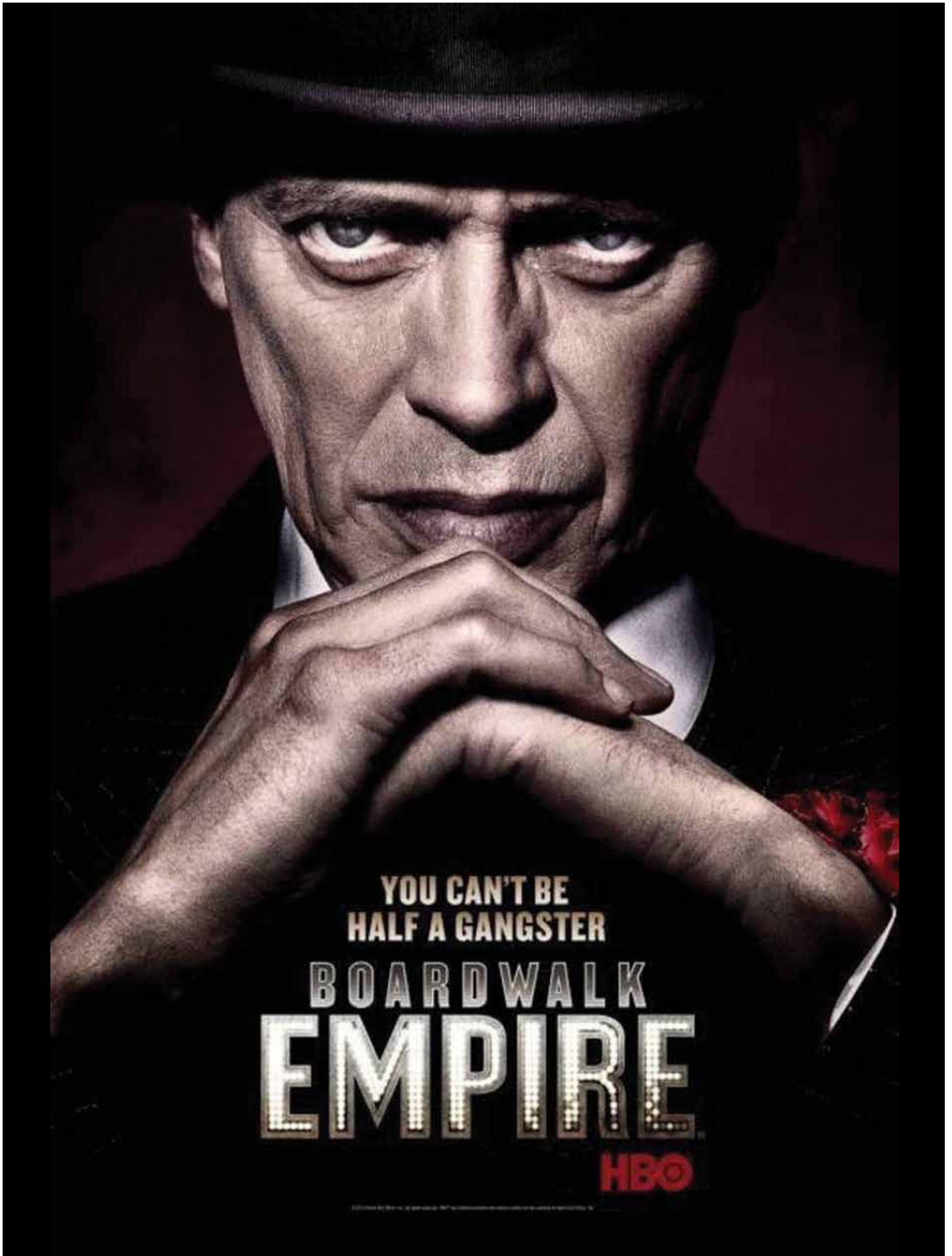
مخالف هم هستند. در این تحقیق از یک اسکندر مغز برای کشف مدارهای عصبی که افراد در زمان نگاه کردن به عکس کسی که می‌گویند از او متنفر هستند فعال می‌شود، استفاده شد. این تحقیق مشخص کرد که «مدار تنفر» زمینه‌های اشتراکی با «مدار عشق» دارد.

یافته‌های این تحقیق می‌تواند توضیح دهد که چرا هم عشق و هم نفرت می‌تواند منجر به رفتارهای افراطی شود، هم قهرمانانه و هم خصمانه. نفرت معمولاً شور خصمانه در نظر گرفته می‌شود که در دنیایی بهتر می‌بایست کنترل شده و از بین برود. اما برای بیولوژیست، نفرت احساسی است که به اندازه عشق اهمیت دارد.

نفرت هم مثل عشق گاهی غیرمنطقی است و می‌تواند منجر به رفتارهای قهرمانانه یا خصمانه شود. اما چطور دو احساس کاملاً متضاد می‌توانند یک رفتار یکسان ایجاد کنند؟

این تحقیق بر روی ۱۷ نفر که اظهار نفرت شدید نسبت به یک فرد خاص را ابراز کرده بودند انجام گرفت. فرد مورد نفرت برای اکثر آن یک معشوق قدیمی یا یکی از رقبای کاری بود اما نفرت یکی از خانم‌های داوطلب نسبت به یک شخص سیاسی معروف بود.

محققان فعالیت مدارهای عصبی مغز را که در زمان نگاه کردن فرد به عکس‌های آن افراد مورد تنفر، فعال می‌شد را بررسی کردند.



YOU CAN'T BE
HALF A GANGSTER

BOARDWALK
EMPIRE

HBO

چرا برخی بیماران حین عمل جراحی بیدار می‌شوند

پس از یک عمل جراحی بیمار معمولاً آرام آرام به مرحله‌ی هوشیاری کامل می‌رسد. دانشمندان به تازگی دلیل این پدیده و اینکه چرا در برخی مواقع بیماران حین انجام عمل جراحی بیدار می‌شوند را کشف کرده‌اند.

بیهوشی، بیدار شدن بیماران حین عمل جراحی را متوجه نمی‌شوند. دستگاه‌های این پزشکان تنها فعالیت قسمتی از مغز را زیر نظر دارند که مربوط به هوشیاری کامل انسان است. به همین دلیل این پزشکان متوجه بیدار شدن نابه هنگام بیماران حین عمل جراحی نمی‌شوند؛ بیداری‌ای که به هوشیاری کامل ربطی ندارد، بلکه بیمار

پس از انجام یک عمل جراحی با بیهوشی کامل، بیماری که جراحی شده معمولاً آشفته است و دیرتر به مرحله هوشیاری کامل می‌رسد. دانشمندان فنلاندی کشف کرده‌اند که پس از یک بیهوشی کامل، ابتدایی‌ترین قسمت مغز انسان از همه زودتر به خود می‌آید. پس از آن قسمتی از مغز که مسئول هوشیاری کامل است فعال می‌شود.



دانشمندان فنلاندی می‌گویند که در جریان تحقیق انتظار داشتند که قسمتی از مغز که مسئول هوشیاری کامل است، از تمام قسمت‌های دیگر زودتر فعال شود. اما برخلاف این انتظار، آنها در اسکن مغزها

حین آن در اصل در مرحله‌ی نیمه‌هوشیاری به سر می‌برد.

این تحقیق نشان می‌دهد که برای تشکیل هوشیاری کامل، قشرهای مختلفی از مغز باید فعال شوند و این جریان مرحله به مرحله انجام می‌گیرد. به عقیده‌ی پژوهشگران، نتایج این تحقیق راهنمایی‌های بالارزشی برای مطالعه و بررسی هوشیاری به همراه دارند.

این نتایج نشأت گرفته از اسکن مغز شرکت‌کنندگانی است که دانشمندان مرحله‌ی بیداری آنها را مورد بررسی قرار داده بودند. نتایج پژوهش یادشده در نشریه‌ی علمی "The Journal of Neuroscience" منتشر شده است.

واسطه کافئین بلکه به واسطه آنتی اکسیدان‌هایی است که نقش مهمی را در قهوه بازی می‌کنند. این آنتی‌اکسیدان‌ها مهارکننده رادیکال‌های آزادی به شمار می‌روند که ناشی از تابش اشعه ماوراء بنفش، گازها یا سموم زیست‌محیطی هستند و می‌توانند به سلول‌ها آسیب برسانند. به اعتقاد آقای گوتلر طبیعی است که بدن ما سیستم آنتی‌اکسیدان مخصوص به خود را دارد، اما قهوه می‌تواند این مکانیسم سیستم حفاظتی را بالا ببرد.

قهوه بنوشیم یا ننوشیم؟

تاکنون جواب روشنی برای این پرسش یافت نشده است. شماری از تحقیقات علمی از تأثیر مثبت کافئین بر بدن می‌گویند و شماری دیگر از مضرات آن. به گفته یک کارشناس آلمانی قهوه می‌تواند موجب کاهش نوعی از سردردهای میگرنی شود.

موجب ایجاد سردرد شود. زمانی که کافئین به طور ناگهانی دیگر در دسترس نباشد، عروق دوباره گشاد می‌شوند و این حالت می‌تواند عوارض ترک دارو همانند سردرد را به همراه آورد.

کافئین، مشرک‌کش گیاه قهوه

معمولاً گیاه قهوه برای حفاظت از جوانه خود در برابر آسیب‌های حشرات کافئین تولید می‌کند. این بدان معناست که کافئین در اصل به عنوان ماده‌ای برای کشتن حشرات عمل می‌کند. بسیاری از پزشکان و محققان با توجه به همین نکته بر این باورند که قهوه اساساً نوشیدنی ناسالمی است. از آنجایی که کافئین منجر به تحریک تولید آدرنالین در غده فوق کلیوی می‌شود، در صورت مصرف منظم قهوه بدن عملاً تحت فشار قرار می‌گیرد.

همانند قرار گرفتن در شرایط خطر، سطح قند خون بالا

می‌رود و ماهیچه‌ها منقبض می‌شوند تا از این راه انرژی بیشتری آزاد شود. در این میان ضربان قلب نیز شدت می‌گیرد و میزان تنفس افزایش می‌یابد. این تغییرات و نیز تولید بیش از اندازه هورمون‌های استرس، می‌تواند باعث اختلال در سیستم قلبی عروقی شود.

کونو گوتلر البته تأکید می‌کند که قهوه بیش از همه بر کسانی که از لحاظ ژنتیکی مشکل دارند، تأثیر منفی می‌گذارد: «کافئین توسط آنزیم CYP1A2 در بدن متابولیزه می‌شود. افرادی هستند که فعالیت این آنزیم در بدنشان اندک است، به طوری که متابولیزه شدن کافئین زمان بیشتری می‌برد و به این ترتیب اثرگذاری کافئین بر بدنشان بیشتر است.

در میان این گروه از قهوه‌خورها، کافئین می‌تواند منجر به ایجاد آریتمی قلب (غیرطبیعی بودن ریتم قلب) شود.» به گفته این داروساز تأثیرات منفی که شرح‌شان رفت، البته بستگی به میزان مصرف روزانه قهوه دارند.

بوی قهوه تازه اول صبح برای خیلی‌ها رایحه سرمست‌کننده‌ای است که آن‌ها را به نوشیدن یک لیوان از آن و شروع پرنرژی یک روز کاری دعوت می‌کند. کونو گوتلر، داروساز و متخصص سم‌شناسی از دانشگاه کلن می‌گوید: «کافئین موجود در قهوه موجب تحریک سیستم عصبی و فعال کردن قلب می‌شود. این وضعیت گردش خون در مغز را تقویت می‌کند و همین امر اکسیژن بیشتری را به بدن می‌رساند. در این حالت شما احساس



بهتری می‌کنید و می‌توانید بهتر هم فکر کنید.»

این کارشناس آلمانی خبر خوشی را برای طرفداران قهوه دارد. به گفته او قهوه سردردهای میگرنی را که ناشی از اختلالات گردش خون در مغز هستند، کاهش می‌دهد.

در این نوع از میگرن رگ‌های خونی باز می‌شوند، فشار خون پایین می‌آید و هر ضربان قلب باعث افزایش فشار بر دیواره رگ‌ها می‌شود که این حالت دردی ضربان‌دار را برای فرد به همراه می‌آورد.

آقای گوتلر می‌گوید: «کافئین موجب می‌شود رگ‌های خونی در مغز دوباره تنگ شده و جریان خون سریع‌تر شود.» او البته تأکید می‌کند که یک فنجان قهوه تنها می‌تواند در سردردهای خفیف میگرنی باعث کاهش درد شود.

نوشیدن قهوه در این شرایط البته اثر منفی هم دارد. روی منفی قضیه در این است که تنگ شدن دائمی عروق در صورت توقف مصرف قهوه می‌تواند

مطالعات گسترده روی تأثیرات قهوه

به ندرت نوشیدنی دیگری به جز قهوه تا این اندازه مورد پژوهش قرار گرفته و بر روی تأثیرات آن بر ارگان‌های انسان مطالعه شده است. در این میان شماری از پژوهش‌های انجام شده حاکی از تأثیرات مثبت این نوشیدنی هستند. طبق یکی از تحقیقات انجام شده، قهوه باعث کاهش خطر ابتلا به دیابت نوع دوم، پیش‌گیری از ابتلا به بیماری پارکینسون و نیز آلزایمر می‌شود.

این تأثیرات مثبت البته نه تنها به

ادامه مطلب صحبتی با نوش آفرین... از صفحه ۲۸

چهار سال خواننده بودیم که بعد انقلاب شد و مسیر زندگی نه تنها ما هنرمندان بلکه بسیاری دیگر از مردم عوض شد.

علیرضا: از کارهای جدیدتان و برنامه های آینده بگویید.

نوش آفرین: الان سه چهار ساله که من کار جدید بیرون ندم. همانطور که گفتم خیلی سخت شده بخصوص کار خوب گرفتن و برای من که در کارم خیلی حساس هستم و وسواس دارم. فعلا با چند نفر در ایران دارم کار می‌کنم که چندتا آهنگ برایم فرستادند تا بتوانم که یک چیز خوبی را انتخاب کنم که جلوی طرفدارانم رو سیاه نسوم.

علیرضا: هدف شما در آینده چیست؟

نوش آفرین: من همیشه آرزوم بود که بتوانم یک روزی کارگردان بشم حتی برای یک فیلم کوتاه هم که شده. استعدادش را در خودم می بینم اما البته کار خوانندگی را بسیار دوست دارم و می‌خواهم که ادامه بدهم.

علیرضا: آیا در خارج از کشور در فیلمی بازی کردید؟

نوش آفرین: دو سال پیش در یک فیلم کوتاه با آقای نوید نگهبان کار و بازی کردم که البته تهیه کننده یک خانم ایرانی بود که خودش آن را از همه نظری حمایت کرد. تجربه بسیار خوب برای من بود. فیلم در مورد یک خانواده ایرانی بود که بعد از انقلاب به آمریکا مهاجرت کرده بودند و به دلیل شرایط بد دخترشان به بیراهه کشیده شده بود.

علیرضا: یکی از موضوعاتی که در موردش حرفی زده نشد در مورد زندگی شخصی بود.

نوش آفرین: من اوائل انقلاب بود که با سعید راد که چهره آشنایی در جامعه هنری ما هست ازدواج کردم که بعد از هفده سال جدا شدیم و تا به حال هم ازدواج نکردم و بچه هم ندارم.

علیرضا: ازدواج با یک هنرمند سینما آیا اثری در کار شما داشته؟

نوش آفرین: نه چون من زمانی ازدواج کردم که همه من را می شناختند و بعد از انقلاب هم که من کاری از نظر خوانندگی و هنرپیشگی نمی‌کردم. تنها چیزی که من از سعید خیلی خوب یاد گرفتم دوندگی بود که هنوز هم ادامه میدم.

علیرضا: چه حرفی برای جوانهای امروز دارید؟

نوش آفرین: والله من خیلی حرف زدم و همه هم حرفهای تلخ بود ولی حقیقت چون کمتر در مورد این موضوعات صحبت میشه. من تنها نصیحتم و خواسته ام از جوانها این هست که بیشتر به کارهای هنری توجه کنند، بیشتر اهمیت بدهند، هنرمندان قدیمی را از یاد نبرند.

موزیک را فقط برای تفریح گوش ندهند چرا که بابتش بسیار زحمت کشیده شده و فقط به همت جوانها هست که این آهنگها میتواند باقی بماند. اگر قرار باشد که فقط به ریتم توجه کنند یواش یواش همه این آهنگها از بین میرود و به فراموشی سپرده می‌شود.

علیرضا: با تشکر و سپاس از شما برای این مصاحبه در مجله پژواک.

نوش آفرین: من هم ممنون هستم از مجله پژواک و از اینکه این همه راه آمدید که با من حضوری حرف بزنید.

رعایت بشود اما بین ایرانیها این موضوع به آن صورتی که باید رعایت نمی‌شود. مثلا شخصی میاید و یک وسایت باز می‌کند و به طور رایگان مردم می‌توانند که تمام ترانه‌ها را در آنجا گوش بدهند و به همان راحتی هم در موردش نظر بنویسند که آیا آهنگی را دوست دارند یا نه.

نوش آفرین: اصلا وقتی که دقیقا نظریات اکثر مردم را در مورد آهنگی در چنین وب سایت هایی بخوانید، متوجه می‌شوید که همین جوری آمدند و یک چیزی نوشتند. امروز من یک آهنگ از آقای رضا صادقی گوش کردم و با اینکه صدای او را دوست دارم ولی آهنگ اصلا خوب نبود، اما نگاه کردم و میبینم که بیشتر از هزار نفر علاقه خوشان را با فشار یک دکمه نشان دادند. من دوست دارم که از این عده بیروم که آیا شما فقط به خاطر اینکه صدای این آقای را دوست دارید از این ترانه خوششان آمده یا اینکه به آهنگ گوش نداده و همینطوری نظر داده اید یا حتی ممکن است که خود وسایت هست که میاد و احضار علاقه

میکند که نشان بده وب سایتشان ترافیک زیاد داره. اینقدر سیستم قاطی و پاتی هست که مشکل میشه فهمید اینها کار واقعا کی هست ولی به نظر من باید مردم بیشتر توجه داشته باشند و بدانند که وقتی یک آهنگ میاد بیرون چند نفر زحمت میکشند تا این آهنگ آماده بشه و چقدر خرج داره که به قول شما به طور رایگان میان و به آهنگ گوش میدهند به جای این که بخردند و خواننده را حمایت کنند.

بسیاری از آهنگسازان، شاعران و تنظیم کنندگان از نون خوردن افتادند و مردم باید این را بدانند. **علیرضا:** در مورد رابطه تان با دیگر هنرمندان بگوید. **نوش آفرین:** ما در اینجا خیلی کم همدیگر را میبینیم. همه راه‌ها دور و همه مشغول. در بین خوانندگان فکر کنم که چند تا خواننده مرد باشند که همدیگر را بیشتر ببینند، اما خواننده‌های زن اصلا کاری به یکدیگر ندارند و حتی اگر زنگ هم بزنی جواب تلفن را نیز نمیدهند.

علیرضا: دلپیش فکر می‌کنید که چی باشه؟

نوش آفرین: نمیدونم که دلپیش چی هست. ولی اگر به من زنگ بزنند من حتما جواب میدم چون احترام به همکارانم می‌ذارم، حالا می‌خواهد که از من کوچکتر یا بزرگتر باشد. **علیرضا:** لطفا کمی در مورد دوران قبل از انقلاب در ایران توضیحی بدهید. از رفت و آمدها، و کلا یک زندگی هنرمند چطوری می‌گذشت.

نوش آفرین: شما وقتی در مملکت خودت خواننده و معروف بشی یک حال و هوای دیگری دارد. در آن زمان وقتی که آهنگی را یک بار پخش میکردند که مورد پسند عموم بود از فرداش همه دیگه می شناختند و با دست به همدیگه نشونت میدادند. ما در آن زمان کاباره‌های بسیار خوبی داشتیم که در حد کابارهای فرانسوی بودند و خوانندگانی که معروف می شدند و در چنین کاباره‌هایی برنامه اجرا می کردند خوب پول در می‌آوردند. وقتی که عکسرت روی جلد مجله ای چاپ میشد و تیراژ فروش مجله میرفت بالا آنجا بود که میفهمیدی که چقدر طرفدار داری و همین می‌تونست که سرنوشت ساز باشه برای یک هنرمند. همه چیز خوب بود. البته برای من این شهرت در مدت کمی بود چون من و همدوره‌هایم فقط سه یا

یا در خانه اش استودیو داره، یا در گاراژ منزلش و یا حتی داخل کمپش و همگی هم میخوانند یا خواننده بشوند و یا آهنگساز. من خودم شخصا دو تا خواننده در ایران هستم که خیلی دوست دارم. یکی رضا صادقی و دیگری احسان خواجه‌امیری.

علیرضا: شما کار هنریتان را از سینما شروع کردید، نظر شما در مورد مشکلات سینمای قبل از انقلاب در ایران و ویدئوهای لس آنجلسی امروز چی هست؟ خیلی‌ها می‌گفتند که در آن زمان هیچ مشکلی نبود و خودمان را مقایسه میکردیم با کشورهایی مانند آمریکا.

نوش آفرین: بله، خودمان را با آمریکا مقایسه میکردیم چون از خودمون چیزی نداشتیم. تلویزیون و سینما آزاد بودند اما ما فقط مصرف کننده فیلمهای آمریکایی بودیم. الان من یک سری از سریالهای ترکی را تماشا می‌کنم که مال کشور همسایه خودمان هست. در آن زمانی که ما اینقدر مملکتون پیشرفته بود آنها اصلا در حد ما نبودند. الان می‌بینید که یک کشور آزادی هست و محصولات خودش را به مردم عرضه می‌کند. امیدوارم در آینده و در هر شرایطی به هنرمندان ما برسند تا بتوانیم بهتر شویم و کارهای عالی و مورد پسند به بازار ارائه دهیم.

علیرضا: در آن زمان که آزادی داشتیم و یک مملکت پشت سینما بود شما می‌گوئید که ما فقط مصرف کننده بودیم. در مورد الان در لس آنجلس چطور؟ **نوش آفرین:** الان دیگه بدتر شده.

علیرضا: با وضع فعلی، شما نوعی به عنوان یک خواننده حرفه‌ای که در اینجا زندگی می‌کنید و می‌خواهید که یک ویدئو چند دقیقه‌ای درست شود به چه مشکلاتی بر می‌خورید؟

نوش آفرین: ما در اینجا نه بودجه داریم و نه پشتوانه. خرج درست کردن یک ویدئو ساده حدود شش هفت هزار دلار خرج بر می‌داره که البته ویدئو موزیک شش هفت هزار دلاری هم آن چنان ویدئو خوبی نیز از آب در نیامد. الان ببینید، برای خانوم بریتنی اسپیرس یک ویدئو موزیک چند دقیقه‌ای ساختند که سه میلیون و نیم خرجش شده. پس یکی از مشکلات عمده ما نداشتن بودجه هست. ماها اینجا خوانندگان آواره هستیم.

علیرضا: این شش هفت هزار دلاری که میگیرند به چه خرجی‌هایی میرود؟

نوش آفرین: برای خود من هم زیاد مشخص نیست. حالا اسم کارگردان را نمیدم، اما دوربین را به خودش اویزان میکند که پول کارگر ندهد، تازه وقتی هم که جای عمومی باید رفت برای گرفتن ویدئو مجوز هم نمی‌گیرند که پول جا ندهند که پول بیشتری به جیب بزنن و البته بعضی وقتها این عمل نا درست مشکل ساز هم می‌شود. متأسفانه الان اوضاع طوری شده است که ویدئو درست کردن خیلی فقیرانه انجام میشود. فقط این مسائل را مردم باید بدانند و متوجه باشند که شرایط ما چی هست و از ما اشکال نگیرند و گرنه ما هنرمندان میتوانیم که کار خوب انجام بدهیم اما سر راه به اشخاص ناجور بر می‌خوریم.

علیرضا: قبل از شروع مصاحبه داشتیم درباره بودجه و مسائل حق الزحمه حرف می‌زدیم. در آمریکا با اینکه برای هر کاری مسئله حق الزحمه قانونا باید

اگر هم که طرف تلویزیون داره که فقط می‌خواد آگهی بگیره و پولش را در بیاره و خواننده و کلا هنرمند برایش اهمیتی نداره، اگر هم که کنسرت گذاره که اکثرا این کاره نبوده و همین جوری آمده در این کار که پولی در بیاره که البته خیلی‌ها هم ضرر کردند و از این کار کنسیدن بیرون. این شده مثل یک جنگ که هرکی می‌خواد یک طور ی زندگی از این راه بگذرونه.

علیرضا: در گذشته یکی یا دو تا کانال فارسی زبان و شاید چند نشریه داشتیم که بیشتر به چشم مردم می‌آمدند. الان پنجتا تا کانال تلویزیونی داریم به اضافه هزاران سایت اینترنتی و کلی نشریه. در مورد مشکلاتی که در نشریات، رادیو، تلویزیون و مخصوصا اینترنت هست و چه اثری در کار هنرمندان، مثل شما گذشته توضیحی بدهید.

نوش آفرین: این درست شده مثل تعداد خواننده‌ها. شما میبینید که ما چقدر خواننده داریم. اکثرا هم مرد هستند. متأسفانه به نظر می‌رسد که مردم از داشتن این همه کانال‌های تلویزیونی خسته شدند و دیگه حوصله ندارند که نگاه کنند. مانند همین که خواننده زیادی داریم که دیگه مردم حوصله گوش کردن به آنها را هم ندارند. این هست که خوب و بد قاطی شده توی همدیگه. اینترنت هم که بیشتر برای جوانها خوبه. **علیرضا:** در مورد تاثیر موزیک هند و افغان در روی موزیک شما بگوید.

نوش آفرین: من به موزیک هندی علاقه دارم و موزیک افغان هم البته یک مقدار زیادی به موزیک ما نزدیکتر هست و میشه که گفت یک چیزی بین موزیک ایرانی و هندی هست که به گوش ما ایرانیها شیرین میاد. من دو تا ترانه خواندم، نازنین عاشق و سبزه به ناز، که مردم بسیار خوششان آمد و خوشحالم که انتخابم درست بوده. سبزه به ناز آهنگ قدیمی بود و نازنین عاشق در حقیقت یک آهنگ تاجیکی هست اما طوری تنظیم شد که وقتی کسی به آن گوش می‌دهد فکر میکند که آهنگ افغان هست. **علیرضا:** خواننده زن در حال حاضر بسیار کم شده پس چرا شما فعالیت تان را کم کردید؟

نوش آفرین: دلپیش این هست که کمپانیهای اینجا به دلایلی یا بسته شدند و یا کارشان کم و کساد شده است. کمپانی باید جون داشته باشه، سر پا باشه که بتونه به من خواننده پول بده که برم آلبوم درست کنم، اما این مسئله متأسفانه دیگه در اینجا تموم شده که بسیار هم زجر آور هست. الان خوانندگان مجبور هستند که یک آهنگ بگیرند که خودشان باید خرجش را کامل بدهند، به بازار برسانند تا شاید بتوانند بروند و برنامه ای اجرا کنند ولی متأسفانه به خاطر درهم بودن این کار که روزی ده تا خواننده، شعر و آهنگ میاد به بازار، کار خوب پیدا کردن خیلی سخت شده.

علیرضا: در مورد هنرمندانی که در ایران هستند نظرتون چی هست؟

نوش آفرین: همانطور که گفتم همیشه هرجایی که زیادی از حد همه چی باشد مثل خواننده، دیگه خوب و بد با هم قاطی میشوند. این روزها هر کسی

ادامه مطلب من را ختنه... از صفحه ۱۳۳

در بسیاری از ادبیات موجود از ختنه بعنوان "قطع عضو جنسی زن" (Female Genital Mutilation) اسم برده میشود در حالی که این به نظر من هنوز عمق فاجعه را نشان نمیدهد و ختنه را فقط به عنوان یک عمل قطع عضو تنزل میدهد که در خود بشدت فجع است. تعدادی از مدافعین حقوق زنان وقتی در مورد ختنه صحبت میکنند از ترم "قطع امیال جنسی زن" یا به انگلیسی (Female Sexual Mutilation) اسم میبرند که به نظر من ترم درستی است چرا که میگوید با ختنه کردن تنها یک عضو بدن قطع نمیشود بلکه کل تمایلات جنسی یک زن و تمام زندگی مختل میشود.

دولتها مسئول حفظ سلامت جسمی و روحی دخترانی هستند که در خطر ختنه شدن قرار دارند. میلیونها دختر و زن در دنیا تا حال ختنه شده اند و جنایتی با این ابعاد هر روزه در دنیا اتفاق میافتد اما به طور واقعی میزان انعکاس این جنایت در رسانه ها و در گزارشات حقوق بشر به چه میزان است؟ قانون در کشورهای مختلف چقدر قاطعانه با مرتکبین این جنایت برخورد کرده است؟ دولتها و حتی متأسفانه برخی از سازمانهای غیر دولتی نیز به ختنه بعنوان مسئله ای فرهنگی نگاه کرده و آگاهگری را به عنوان راه چاره نشان میدهند و طبق معمول از تقدس نسبت فرهنگ صحت میکنند و عملاً بخشی از زنان را از حقوق مساوی محروم میکنند. سالها پیش زمانی که "قتل های ناموسی" در کشورهای اروپایی اتفاق میافتاد، مجرم در دادگاه محکوم نمیشد چرا که دادگاه میگفت این فرهنگ فرد مهاجر است. سالها طول کشید تا فعالین مدافع حقوق زنان در اغلب کشورهای اروپایی این واقعیت را به دولتها و سیستم قضایشان تحمیل کردند که "قتل ناموسی" تنها خسوت خانوادگی نیست بلکه جنایت است و باید به عنوان یک جنایت با آن برخورد شود. حال دیگر تعداد زیادی از کشورهای اروپایی مرتکبین به قتلهای ناموسی را مورد پیگرد قرار داده و به عنوان یک جرم جنایی شخص را محاکمه میکنند. در مورد ختنه نیز باید چنین اتفاقی بیافتد.

ختنه یک جنایت است اما به نظر میاید دنیا و بالاخص دولتها هنوز به چشم جنایت به آن نگاه نکرده و یا نمیخواهند نگاه کنند. دولتها حاضر نیستند هزینه زیادی به پیشگیری و تحت تعقیب قرار دادن مجرمین این جنایت اختصاص بدهند. به

نظر میاید از نظر دولتها جان این دختران ارزشی ندارد چرا که اتفاقی خود و یا پدر و مادرشان در کشور و فرهنگی بدینا آمده اند که ختنه فرهنگ رایج در آن کشور میباشد. طبق آخرین اخبار، گفته شده است که پس از ۲۸ سال، امسال قرار است برای اولین بار یک مورد از مرتکبین ختنه کردن دختران در دادگاهی در انگلستان محکوم شود! سؤال اینست چرا در حالی که جنایت ختنه زندگی هزاران دختر و زن مهاجر را در همین انگلستان از بین برده است هیچ کسی تا حال محکوم نشده است؟ دولتهای حاکم در کشورهای اروپایی چشمان خود را بسته و کار موثری از پیش نمیرند و در عوض مسئولیت را به دوش فرد قربانی و یا سازمانهای خیریه میاندازند. میگویند خط تلفن کمک رسانی گذاشته اند تا قربانیان ختنه به سازمانهایی که در این زمینه فعالیت میکنند خبر بدهند. طبعاً این بسیار مفید است اما کافی نبوده و در بسیاری مواقع موثر هم نمیباشد. دختر خردسالی را مجسم کنید که در لندن به مدرسه میرود و تا قبل از تعطیلی تابستان مثل سایر دختران دنیای شاد کودکان اش را داشته است. در طول تابستان پدر و مادرش وی را به کشور دیگری برده و یا در خفا در منزل ختنه میکنند. امروز این دختر در حالی روز اول مدرسه اش را شروع میکند که در شوک کامل بسر میبرد، نمیداند چرا ختنه اش کرده اند؟ چرا نمیتواند مثل قبل راحت به دستشویی برود و هر بار درد دارد؟ چرا احساس میکند متفاوت از سایر دختران است؟ چرا پدر و مادرش تهدیدش کرده اند به کسی نگوید؟ و هزاران چرای دیگر. دولت انتظار دارد این دختر خردسال با وضعیت روحی روانی که در آن قرار دارد به معلمش بگوید که ختنه شده است؟ واقعیت اینست که دولت مسئولیت را از دوش خود بر میدارد و به دوش این دختر خردسال میگذارد.

آگاهگری در رابطه با جنایت ختنه بسیار مهم است اما کافی نیست. سازمانهای مدافع حقوق کودکان و زنان باید با کارزارهای وسیع جهانی دولتها را مجبور کنند که ختنه را به عنوان یک عمل جنایتکارانه به رسمیت بشناسند، مرتکبین جنایت ختنه را تحت پیگرد قرار داده و در دادگاه محاکمه کنند. قوانین پیشرفته در اکثر مواقع قادرند جلوی اجرای فرهنگ و سنن عقب افتاده را بگیرند به این شرط که این قوانین تنها بر روی کاغذ نماند و ضمانت اجرایی داشته باشد.

این مراسم و نیز سالشماری آغاز زمستانی هنوز در میان برخی اقوام دیده می شود که نمونه آن تقویم محلی پامیر و بدخشان (در شمال افغانستان و جنوب تاجیکستان) است. همچنین در تقویم کهن ارمنیان نیز از نخستین ماه سال نو با نام «ناواسارد» یاد شده است که با واژه اوستایی «نوسرده» به معنای «سال نو» در پیوند است.

هر چند برگزاری مراسم شب چله و میلاد خورشید در سنت دینی زرتشتیان پذیرفته نشده است؛ اما خوشبختانه اخیراً آنان نیز می کوشند تا این مراسم را همچون دیگر ایرانیان برگزار کنند. البته در شبه تقویم نوظهوری که برخی زرتشتیان از آن استفاده می کنند و دارای سابقه تاریخی در ایران نیست، زمان شب چله با ۲۴ آذرماه مصادف می شود که نه با تقویم طبیعی انطباق دارد و نه با گاهشماری دقیق ایرانی و نه با گفتار ابوریحان بیرونی که از شب چله با نام «عید نود روز» یاد می کند. از آنرو که فاصله شب چله با نوروز، نود روز است.

امروزه می توان تولد خورشید را آنگونه که پیشینیان ما به نظاره می نشستند، تماشا کرد. در دوران باستان بناهایی برای سنجش رسیدن خورشید به مواضع سالانه و استخراج تقویم ساخته می شده که یکی از مهمترین آنها چارتاقی نیاسر کاشان است.

پژوهش ها نشان می دهد که این بنا بگونه ای طراحی و ساخته شده است که می توان زمان رسیدن خورشید به برخی از مواضع سالانه و نیز نقطه انقلاب زمستانی و آغاز سال نو مئتریایی را با دقت تماشا و تشخیص داد. چارتاقی نیاسر بنایی است که تولد خورشید بگونه ای ملموس و قابل تماشا در آن دیده می شود. این ویژگی را چارتاقی «بازه هور» در راه نیشابور به تربت حیدریه و در نزدیکی روستای رباط سفید، نیز داراست که البته فعلاً دیواری نوساخته و الحاقی مانع از دیدار پرتوهای خورشید می شود. هر ساله مراسم دیدار طلوع و تولد خورشید در چارتاقی نیاسر با حضور دوستداران باستان سواره شناسی ایرانی و دیگر علاقه مندان، در شهر نیاسر کاشان برگزار می شود.

حافظ در شب یلدا

معمولاً در شب یلدا رسم بر این است که صاحب خانه، دیوان حافظ را به بزرگتر فامیل می دهد. سپس هر یک از میهمانان نیت کرده و بزرگ مجلس، این جمله را می گوید و تفعلی به گنجینه حافظ می زند: «ای حافظ شیرازی / تو محرم هر رازی / بر ما نظر اندازی / قسم به قرآن مجیدی که در سینه داری...» یا هر چیزی شبیه به این.

این رسم یکی از رسوم پیرطرفدار شب یلداست که امروزه با فناوری روز نیز

ادامه مطلب تاریخچه و فلسفه... از صفحه ۱۳۷

به روز شده. به طوری که در بعضی خانواده ها به جای کتاب حافظ، از فال نامه، نرم افزار تفعل مجازی در رایانه، پایگاه های اینترنتی ویژه فال، نرم افزارهای ویژه تلفن همراه، سامانه پیام کوتاه یا پیامک و... برای انجام این رسم استفاده می کنند که سرگرمی خوبی برای خانواده ها در این شب بلند سال است.

پیشینه جشن یلدا

یلدا و جشن هایی که در این شب برگزار می شود، یک سنت باستانی است و پیروان میترایسم آن را از هزاران سال پیش در ایران برگزار می کرده اند.

در این باور یلدا روز تولد خورشید و بعدها تولد میترا یا مهر است. این جشن در ماه پارسی «دی» قرار دارد که نام آفریننده در زمان پیش از زرتشتیان بوده است که بعدها او به نام آفریننده نور معروف شد. نور، روز و روشنایی خورشید، نشانه هایی از آفریدگار بود، در حالی که شب، تاریکی و سرما نشانه هایی از اهریمن. مشاهده تغییرات مداوم شب و روز مردم را به این باور رسانده بود که شب و روز یا روشنایی و تاریکی در یک جنگ همیشگی به سر می برند. روزهای بلندتر روزهای پیروزی روشنایی بود، در حالی که روزهای کوتاه تر نشانه ای از غلبه تاریکی.

یلدا برگرفته از واژه های سریانی است و مفهوم آن «میلاد» است (زیرا برخی معتقدند که مسیح در این شب به دنیا آمد). ایرانیان باستان این شب را شب تولد الهه مهر «میترا» می پنداشتند و به همین علت این شب را جشن می گرفتند و گرد آتش جمع می شدند و شادمانه پایکوبی می کردند. آن گاه خوانی الوان می گسترند و «میزد» نثار می کردند. «میزد» نذری یا لیمه ای بود غیر نوشیدنی، مانند گوشت و نان و شیرینی و حلوا، و در آیین های ایران باستان برای هر مراسم جشن و سرور آیینی، خوانی می گسترند که بر آن افزون بر آلات و ادوات نیایش، مانند آتشدان، عطردان، بخوردان، برسم و غیره، برآوردها و فرآورده های خوردنی فصل و خوراک های گوناگون، همچون خوراک مقدس و آیینی ویژه ای که آن را «میزد» می نامیدند، بر سفره جشن می نهادند.

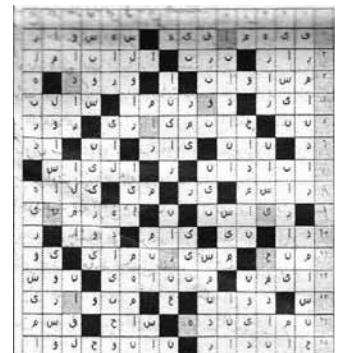
باوری بر این مبنا نیز بین مردم رایج بود که در شب یلدا، قارون (ثروت مند افسانه ای)، در جامه کهنه همیزم شکنان به در خانه ها می آید و به مردم همیزم می دهد، و این همیزم ها در صبح روز بعد از شب یلدا، به شمش زر تبدیل می شود، بنابراین، باورمندان به این باور، شب یلدا را تا صبح به انتظار از راه رسیدن همیزم شکن زرخش و هدیه همیزمین خود بیدار می ماندند و مراسم جشن و سرور و شادمانی بر پا می کردند.

ادامه مطلب کارنامه نه چندان... از صفحه ۲۹

بسیاری از مفاد این میثاق‌ها با قانون اساسی جمهوری اسلامی در تعارض است و رژیم حاکم نه تنها کمترین تلاشی برای رفع این تعارض‌ها بر نداشته و بلکه قوانین خشن و تبعیض‌آمیز بسیاری را بر خلاف مفاد این میثاق‌ها تنظیم و تصویب کرده و به مرحله اجرا گذارده است.

از وظایف حقوقی رییس جمهور اسلامی که بگذریم، به لحاظ سیاسی نیز می‌توان به برخی از تعهدات آقای روحانی در برابر مردم اشاره کرد. آقای روحانی در تبلیغات انتخاباتی خود وعده‌های متعددی را در زمینه آزادی زندانیان سیاسی، ایجاد فضای باز سیاسی و اجتماعی، رعایت حقوق مردم، رفع تبعیض و البته گشایش اقتصادی و تنش‌زدایی و رفع تحریم‌های بین‌المللی مطرح کرد و این شعارها و وعده‌ها نقش بزرگی در جلب آرای وسیع مردم داشت. در واقع می‌توان گفت که آقای روحانی با مردم وارد یک پیمان دوجانبه شده است. او به مردم وعده داد که در برابر رأی آنان در زمینه مواردی که نام برده شد تلاش خواهد کرد. از این رو، او (و هوادارانش) نمی‌توانند امروز به پنهان تفکیک قوا بگویند که در مورد مثلا آزادی زندانیان سیاسی کاری از او بر نمی‌آید. از سوی دیگر، آقای روحانی تدوین «مشور حقوق شهروندی» را وعده کرد و برخی «حقوق شهروندی» را با حقوق بشر اشتباه گرفتند. حقوق بشر نیاز به مشور ندارد (اعلامیه جهانی حقوق بشر نوشته شده است) و وعده اجرای حقوق بشر در عین وفاداری به قانون جمهوری اسلامی، فریب بزرگی بیش نمی‌تواند باشد.

اکنون و به اجمال کارنامه سه ماهه آقای روحانی را مرور می‌کنیم. در مورد وعده‌های اقتصادی و تنش‌زدایی بین‌المللی تردید نمی‌توان کرد که اقدامات چشمگیری صورت گرفته است. البته هنوز تا نتیجه گیری از این اقدامات و گشایش تنگناهای اقتصادی راه درازی در پیش است، ولی کسی نمی‌تواند دولت روحانی را به کم‌کاری یا تخلف وعده متهم کند. در مورد وعده‌های سیاسی و حقوق فردی و اجتماعی مردم، اما، این کارنامه چندان درخشان نیست.



نمونه‌های کوچکی از فضای باز سیاسی و فرهنگی و دانشگاهی به چشم می‌خورد، ولی سایه سنگین سانسور بر کتاب و مطبوعات همچنان سنگینی می‌کند. آزادی زندانیان سیاسی هم به چند ده نفر محدود شده و در مقابل، دادگاه‌ها به صدور احکام سنگین برای منتقدان فرهنگی و مدنی و اعدام‌های سیاسی بخصوص در مورد اقلیت‌های قومی ادامه می‌دهند. به سایر موارد حقوق بشر که می‌رسیم، مسئله کاملا فرق می‌کند. این‌جا نه تنها اثری از پیشرفت نیست و بلکه اقداماتی را ما شاهدیم که فعالان حقوق بشر را به ناامیدی کشانده است.

اولین اقدام «حقوق بشری» آقای روحانی که دلسردی شدید فعالان حقوق بشر را باعث شد برگزیدن کسی مانند مصطفی پورمحمدی با سابقه‌های وحشتناک در قتل عام سال ۶۷ به عنوان اولین وزیر دادگستری دولتش بود. بسیاری از حامیان روحانی سعی کردند عمل او را به عنوان یک تاکتیک سیاسی برای قبولاندن وزیران اصلاح‌طلب خود به مجلس تحت کنترل اصولگراها توجیه کنند. ولی این استدلال برگزیدن پورمحمدی را توجیه نمی‌کند. عناصر زیادی در ردیف پورمحمدی (برای احراز مقام وزارت دادگستری رژیم) در حکومت هستند که مورد تأیید اصولگرایانند بدون این که از چنین سابقه شرم‌آوری برخوردار باشند و آقای روحانی می‌توانست بدون برانگیختن چنین حساسیتی از آنان استفاده کند. آقای روحانی نیازی به انتخاب شخص پورمحمدی نداشت، و دیدیم که عملا هم در گرفتن رأی اعتماد برای وزیران اصلاح‌طلب خود دچار اشکال شد. در واقع در این کار او نوعی تعمد به چشم می‌خورد. او گویی می‌خواست به این وسیله پیام دهد که در برابر ارزش‌های حقوق بشری تعهدی برای خود نمی‌شناسد و تنها ملاک‌های عملگرایانه (از نوع ماکیاولی/رفسنجانی) مورد توجه او است، و او در راه رسیدن به هدف هر وسیله‌ای را مباح می‌داند.

این خصوصیت با سابقه امنیتی آقای روحانی و مواضعی که او در وقایع مختلف و از جمله در پس‌آمد حوادث کوی دانشگاه در سال ۷۸ گرفت کاملاً می‌خواند. او هیچگاه مدافع حقوق بشر نبوده و ظاهراً به گشایش فضای سیاسی و مطبوعاتی و فرهنگی و دانشگاهی نیز به عنوان یک مقوله سیاسی نگاه می‌کند تا حقوق بشری. به عبارت دیگر، او این شعارها را برای پیروزی در انتخابات (به درستی) مفید می‌دانست، و اکنون نیز تحقق آن‌ها را برای تقویت موقعیت خود مفید می‌داند. ولی در این امر ظاهراً او با مشکلاتی روبرو شده است. خامنه‌ای و اطرافیانش با وعده‌های او در زمینه سازش

ادامه مطلب احمد شهید... از صفحه ۳۶

هم مطرح می‌کند. در مورد مهاجران افغان، این گزارش می‌نویسد که حدود ۸۸۰ هزار تن از این مهاجران ثبت نام شده‌اند در حالیکه گفته می‌شود تا یک و نیم میلیون مهاجر غیرقانونی افغان نیز در ایران سکونت دارند. این گزارش به برخی پیشرفت‌ها در مورد دسترسی مهاجران به امکانات آموزشی و پزشکی اشاره می‌کند و در عین حال خواستار روشن شدن وضعیت تابعیت همسران خارجی شهروندان ایرانی و فرزندان آنان شده است.

وضعیت اقلیت عرب در خوزستان، کردها به خصوص «کشتن خودسرانه کولبران» در نواحی مرزی در مفاغرت با قوانین داخلی و بین‌المللی، گزارش اعدام شش مرد و پنج زن در زاهدان در ماه ژوئیه سال جاری از نمونه‌های ارائه شده در گزارش احمد شهید است.

آثار حقوق بشری تحریم

در این گزارش، بخشی نیز به تحریم‌های خارجی علیه ایران اختصاص یافته و در آن آمده است که به دلیل فقدان آمار دولتی، نمی‌توان عوامل تشدیدکننده شرایط دشوار ایرانیان در نتیجه این تحریم‌ها را به خوبی ارزیابی کرد اما گفته می‌شود که اقتصاد جمهوری اسلامی در اثر اعمال «تحریم‌های بی‌سابقه» به شدت آسیب دیده و کمبودهایی در زمینه مواد غذایی، دارو، مواد اولیه تولید دارو و تجهیزات پزشکی گزارش شده است. **دنباله مطلب در صفحه ۴۱**

به مراتب کمتر از انتظارات هواداران اصلاح‌طلب او بوده است. بسیاری بر این عقیده‌اند که او در این زمینه بر خلاف وعده‌های انتخاباتی‌اش به اندازه کافی تلاش نکرده و در برابر خامنه‌ای و اطرافیانش کوتاه آمده است.

در زمینه موارد دیگر حقوق بشر، اما، کارنامه او سیاه می‌زند و نقطه سفید چندان در آن نمی‌توان یافت. او تا کنون سیاست احمدی‌نژاد را کم و بیش دنبال کرده است: افزایش تعداد اعدام‌ها، بی‌توجهی به فراخوان‌های نهادهای حقوق بشری، تخطئه احمد شهید به عنوان گزارشگر ویژه سازمان ملل در مورد ایران و ممانعت از سفر او به ایران. و از همه نمادین‌تر: برگزیدن مصطفی پورمحمدی به عنوان وزیر دادگستری به معنای یک تودهنی محکم به استغاثه و دادخواهی هزاران خانواده دردمند و داغ‌دیده که عزیزانشان به دست او و همکارانش مظلومانه سر به نیست شدند و پس از ۲۵ سال هنوز کسی به داد آنان نرسیده است.



ادامه مطلب احمد شهید... از صفحه ۵.

است که با استناد به اینکه مفاهیم حقوق بشر باید نسبت به شرایط بومی کشورهای در نظر گرفته شود، تعارض قوانین و اقدامات خود با موازین بین‌المللی حقوق بشر را براساس اعتقادات دینی خود موجه می‌دانند.

گزارشگر ویژه خواستار "پیشرفت‌های بنیادی" در قوانین و اقدامات حکومت ایران برای انطباق با هنجارها و موازین بین‌المللی و همچنین، همکاری مقامات ایرانی با سازمان‌های رسمی مدافع حقوق بشر در جهان، توقف مجازات‌های "غیرانسانی و خشونت آمیز"، آزادی زندانیان سیاسی و عقیدتی از جمله زندانیان جنبش سبز شده است.

سال گذشته، کمیته سوم مجمع عمومی سازمان ملل به طرح پیشنهادی کانادا و چهل و دو کشور دیگر در انتقاد از شرایط حقوق بشر در ایران رای مثبت داد و در دسامبر همان سال هم، مجمع عمومی قطعنامه‌ای را محکومیت وضعیت حقوق بشر در ایران تصویب کرد.

ادامه مطلب با «اترس مثبت»... از صفحه ۲۶

بهرتر و سریع‌تر مقابله کند.» این پژوهشگر کارآمد، هم‌چنین معتقد است که پیر شدن و پیر بودن، برای لذت بردن از زندگی و طی عمر با رضایت و سلامت، نقش چندان مهمی بازی نمی‌کند: «این که می‌گویند انسان در سنین بالا، از نظر جسمی و روحی توانایی انجام فعالیت‌های ورزشی و هنری را ندارد، دروغ محض است. انسان تنها باید اهداف تازه‌ای برای خود تعیین کند و بکوشد به آن‌ها برسد.»

ادامه مطلب شیوه‌های قانونی... از صفحه ۲۵

موافق چنین امری باشند به دلیل طولانی شدن این گفتار، بحث در مورد شیوه سوم پایان ازدواج، یعنی ابطال ازدواج (Annulment) را تنها به این گفته بسنده می‌کنم که چنین شیوه‌ای تنها زمانی قابل استفاده است که ازدواج از لحاظ قانونی اشکالاتی چون نداشتن سن قانونی هنگام ازدواج یا مورد فریب قرار گرفتن توسط همسر داشته است.

«مطالب این ستون مشاوره حقوقی نمی‌باشد و صرفاً برای راهنمایی خوانندگان محترم بیان شده است.»

گزارشگر ویژه سازمان ملل به تحریم بانکی جمهوری اسلامی به عنوان عامل اصلی ایجاد مشکلات عمده برای مردم ایران اشاره کرده و گفته است که این روش باعث شده است تا پیش‌بینی کشورهای تحریم‌کننده در مورد جلوگیری از تأثیرگذاری محدودیت‌های تجاری بر نیازهای حیاتی مردم به طور کامل تحقق نیابد.

احمد شهید در پایان این گزارش می‌نویسد که "در مرکز بحران حقوق بشری در جمهوری اسلامی ایران باید بی‌توجهی به اولویت حقوق و معیارهای مندرج در تعهدات بین‌المللی را یادآور شد که دولت ایران امضاکننده آنهاست."

وی تأکید می‌کند که "رویکرد نسبی‌گرایانه حکومت ایران نسبت به موضوع حقوق بشر به معنی محدودیت‌های گسترده در زمینه حقوق اساسی مردم ایران در جنبه‌های مربوط به جنسیت، قومیت، اعتقادات، دیدگاه سیاسی، دینی و فرهنگی بوده است." اشاره احمد شهید به اظهارات مقامات جمهوری اسلامی

ادامه مطلب با «اترس مثبت»... از صفحه ۲۶

به نظر او کارهای خوش‌آیندی که فرد در عرض روز انجام می‌دهد، مثل دیدار دوستان و ورزش و تفریح، استرس مثبت ایجاد می‌کند. او می‌گوید: «اگر شما مگس یا موش را زیر فشار قرار دهید، می‌بینید که بیشتر عمر می‌کند. حتی اگر هر روز مقدار کمی سم به بدن آن‌ها وارد کنید، نتیجه همان است. یعنی سیستم دفاعی بدن آن‌ها به‌کار می‌افتد و در اثر تداوم این فعالیت، عادت می‌کند با "عوامل خارجی"

چنین امکانی برای افرادی مفید است که سابقه کاری و درآمد کمتری نسبت به همسر سابق خود داشته‌اند. افرادی که کمتر از ۱۰ سال ازدواج کرده‌اند ولی می‌خواهند که از همسر خود جدا شوند و در عین حال از این مزایا برخوردار شوند می‌توانند به جای درخواست طلاق درخواست جدایی قانونی دهند و پس از گذشت ۱۰ سال تقاضای طلاق کنند. البته باید در نظر داشت که درخواست جدایی قانونی برخلاف طلاق امری دو طرفه می‌باشد، به این معنا که هر دو طرف باید

کلاس برداریم، اما برداشتن ساده بود و دوباره گذاشتن، طاقت‌فرسا. اغلب یکی باید می‌آمد و چانه مقنعه را از روی پیشانی یا روی گونه ما جمع می‌کرد. به همین دلیل هم بچه‌ها معمولاً از برداشتن مقنعه استقبال نمی‌کردند. در ظاهر شاید ساده به نظر برسد، اما واقعاً سخت است؛ به ویژه برای دوره دبستان. نقاب مقنعه مانع از خوب دیدن می‌شود و چیزی می‌خواهی بخوری، چانه مقنعه جلوتر از هر لقمه‌ای توی دهان توست. واقعاً چرا باید کودک در طول روز و در جایی که جنس مخالف هم وجود ندارد این وضعیت را تحمل کند؟ آیا این مصداق بارز کودک‌آزاری نیست؟»

او مشکلات حجاب اجباری برای دختر بچه‌ها را اینطور طبقه‌بندی می‌کند: «از دو زاویه می‌توان این موضوع را آسیب‌شناسی کرد؛ یکی از زاویه مشکلات جسمی و بهداشتی که دختر بچه‌ها دچار احساس خستگی، دید نامناسب و سردرد می‌شوند. بعد از سال‌ها یک دختر بچه مجبور است ساعت‌ها مقنعه را تحمل کند و در موهایش احساس درد می‌کند، اما چیزی که مهم‌تر است، مشکلات شخصیتی است. دوگانگی بین آموزه‌های دینی از همین زمان آغاز می‌شود. مثلاً به او گفته می‌شود تا ۹ سالگی آزادی، ولی در مدرسه مجبور است از هفت تا ۹ سالگی حجاب داشته باشد و درباره چرایی آن هم جوابی هم به او داده نمی‌شود که قانع‌کننده باشد. از طرف دیگر، از ۹ سالگی هم باز باید بین همجنس‌های خود حجاب داشته باشد؛ چیزی که پاسخی برای آن ندارد. نکته دیگر تضاد بین خانه و خارج خانه است. در خانه و محیط‌های خانگی می‌بیند که مادر و خواهر و فامیل حجاب ندارند، اما او مجبور است حجاب داشته باشد و با همین دوگانگی‌ها، دختر بچه ثبات شخصیت خود را از دست می‌دهد.»

لیلا ملک‌محمدی، تجربه‌ای از کشور نروژ رابه عنوان مثال مطرح می‌کند: «در کشوری مثل نروژ گفته می‌شود که بچه می‌تواند رنگ لباسش را انتخاب کند و یونیفورمی هم نداشته باشد. معتقدند خلاقیت بچه با داشتن این انتخاب بیشتر می‌شود و احساس مسئولیت پیدا می‌کند و اعتماد به نفسش بالا می‌رود، اما در کشور ما بچه مجبور است یونیفورمی را بپذیرد و خلاقیتش به این ترتیب کشته می‌شود.

نکته بسیار مهم دیگر، ایجاد نگاه بسیار نامن نسبت به جنس مخالف است. با این ایده که به دختر بچه گفته می‌شود حجاب به تو در برابر جنس مخالف مصونیت می‌دهد و به این ترتیب، احساس نامن نسبت به جنس مخالف پیدا می‌کند؛ احساسی که تا آخر عمر با او می‌ماند.»

ادامه مطلب ازدواج سرپرست... از صفحه ۱۳.

همچنین، موضوع مناقشه برانگیز اجازه قانونی ازدواج با فرزندخوانده در ایران، خبر دیگری بود که رسانه‌ها در هفته گذشته کم و بیش به آن پرداختند.

سال تحصیلی جدید در ایران آغاز شده است و در آغاز این سال تحصیلی دختران ایرانی که با هفت سال سن سال اول مدرسه را آغاز می‌کنند، باید با حجاب و یونیفورم رسمی به مدرسه بروند. هرچند به نسبت سال‌های گذشته اکنون سخت‌گیری نسبت به رنگ و کل پوشش دختران دبستانی کمتر می‌شود و آنها مجازند از رنگ‌های روشن در پوشش خود استفاده کنند، اما همچنان دست و پاگیری این پوشش و تحمیلی بودن آن برای کودکانی که هنوز حتی به سن شرعی رعایت حجاب نرسیده‌اند، می‌تواند توجه فعالان زنان و کودکان را به این موضوع جلب کند.

پیش از این دختران ایرانی مجبور بودند از رنگ‌های تیره به عنوان پوشش استفاده کنند و هرنوع استفاده از تزئینات، جوراب رنگی، کیف و کفش رنگی و... برای آنها ممنوع بود. برخوردهای خشن و سرکوبگرانه مسئولان مدرسه در ایران، فصل مشترک خاطرات بسیاری از زنان و دخترانی است که در سال‌های دهه ۶۰ و ۷۰ در ایران تحصیل کرده‌اند. اکنون نیز تحمیل حجاب به دختر بچه‌ها تنها با تغییر اندکی در شرایط، آنها را مجبور می‌کند که ساعت‌های طولانی در محیط مدرسه با مقنعه حضور داشته باشند و در تحرک، نشاط و حتی یادگیری آنها اختلال ایجاد شود. هر از چندگاهی از سوی برخی از فعالان زنان که نسبت به موضوع حجاب اجباری موضع‌گیری دارند به این مسئله هم اشاره می‌شود، اما توجه به آن چندان علمی و عمیق نیست و در حد اظهار نظرهای مقطعی باقی می‌ماند. در چند روز گذشته هم تعدادی از این فعالان در فضاهای مجازی درباره این موضوع اظهار نظر کردند و تحمیل فشار حجاب اجباری به دختر بچه‌ها را از مظاهر فشار و آزار کودکان دانستند.

لیلا ملک محمدی، روزنامه‌نگار درباره تجربه خود در دوران کودکی به زمانه می‌گوید: «اگر با این ریاضی ضعیف، درست حساب کرده باشم در طول ۱۲ سال تحصیلی، من و هم‌کلاسی‌هایم حدود ۱۲ هزار ساعت حجاب داشته‌ایم و دریغ از یک نامحرم. برخی سال‌ها البته یک بابای مدرسه داشتیم؛ آن هم فقط در زنگ‌های تفریح. از اول تا سوم دبستان، چیزی حدود دو هزار و ۵۰۰ ساعت هم که اصلاً طبق شریعت اسلامی حجاب واجب نبوده است، باز هم در نبود نامحرم، حجاب داشته‌ایم. در دوره دبستان معلم‌های دلسوزی بودند که اجازه می‌دادند مقنعه‌های خود را در



ادامه مطلب آغاز ساخت ... از صفحه ۱.

نشان خواهد داد که مغز انسان چگونه یاد می‌گیرد، ما چگونه می‌بینیم و می‌شنویم، و این که چرا مغز گاه در پردازش داده‌ها اشتباه می‌کند.»

به گفته کارشناسان این پروژه، ساخت این کامپیوتر تأثیرات «غیر قابل تصویری» بر پیشرفت پزشکی خواهد داشت و به انسان برای استفاده بهینه از ظرفیت‌های بیکارمانده مغز کمک می‌کند.

«امینه آن قطب»، از دانشمندان این پروژه به فاکس نیوز می‌گوید: «ماه هنوز در اول راهیم و هنوز نمی‌دانیم که از چه حجمی از چالش‌ها بی‌خبریم.»

وی با اشاره به برنامه مهندسی معکوس سلول‌های مغز خاطر نشان می‌کند که باید توجه داشت که «تعداد تمامی سلول‌های مغز انسان بیشتر از تعداد ستاره‌ها در کهکشان راه شیری است.»

ادامه مطلب هر چه ... از صفحه ۱۱

اگر به شناخت حرفه خود رسیده باشد، از بیان صفات سوزنده خود می‌پرهیزد. در منظر او، عملکرد آدم‌ها است که خوب یا بد و یا خوب و بد با هم است و باید به محک نقد نشانده شود، نه خصلت‌های شخصی و مسائل خصوصی آن‌ها.

یک روزنامه نگار خوب، امین مردم است. آنچه را در گوش او می‌خوانند، تا خواسته باشند فاش نمی‌کند، به ویژه اگر در فضای خصوصی و تنها برای آگاهی شخص او زمزمه شده باشند.

یک روزنامه نگار خوب، سر می‌دهد، اما از آنچه باور ندارد و درست نمی‌داند نمی‌نویسد. او، اندکی جامعه شناس، اندکی روانشناس، اندکی مردم شناس، اما بسیار مردم دوست است و هیچ امتیازی را از اعتماد جمع برتر نمی‌داند.

با این اوصاف، چراغ بردارید و در این روزگار دنبال روزنامه نگار خوب بگردید. اگر کم یافتید، سعی کنید یکی از آن‌ها شوید. کمیاب‌ها همواره پربها ترند. هم در بازار فلزات، هم در میان انسان‌ها.

ادامه مطلب تولدی دیگر ... از صفحه ۱۳

هر که صبر آورد گردون بر رود

هر که حلوا خورد و ایس تر رود
مولوی تمام مصائب و گرفتاری‌های راه عشق را می‌دانست و از مخاطرات آن آگاه بود که با توصیه شمس بدون انتظار پای در آن نهاد و منتظر تمام خطرات آن بود. اینک نظر خوانندگان را به غزلی که حاوی توصیه‌های شمس و جواب‌های مولوی است و در دیوان کبیر شماره ۱۳۹۳ آمده است، جلب می‌کنم.

بقیه مقاله در شماره آینده

ادامه مطلب افزایش قیمت... از صفحه ۶

کار، حدود ۵۰۰ هزار تومان تعیین شده است. اما افزایش قیمت‌ها تنها محدود به مواد خوراکی نشده است. به نوشته شرق، هزینه‌های غیرخوراکی خانوارها نیز با رشدی قابل توجه در یک سال گذشته مواجه بوده است.

به نوشته این روزنامه، قیمت لوازم خانگی نسبت به تابستان سال گذشته ۶۶ درصد افزایش یافته است. ضمن اینکه باید رشد محسوس قیمت‌ها در بازار پوشاک، بهداشت و آموزش را هم اضافه کرد.

ادامه مطلب استیون ... از صفحه ۷

این فیلم که نویسندگی متن و روایتگری آن را شخص استیون هاوکینگ بر عهده داشته، بازگوکننده روایت مردی است که بیماری او وی را به ابداع راه‌هایی سوق داد که از آن طریق، به جای مقهور شدن در برابر ناتوانی جسم، جایگاه خود را به عنوان یکی از بزرگ‌ترین دانشمندان جهان معاصر تثبیت کرد. تورن نیز با اشاره به همین ویژگی دوست دیرین خود تصریح کرد: «هاوکینگ لوجج‌ترین انسانی است که در زندگی ما دیده‌ام.»

در بخشی از مستند یاد شده ماری، خواهر استیون، می‌گوید که برادرش در کودکی بسیار باهوش و کنجکاو بود و تعریف می‌کند که چطور وقتی بچه بودند یک خانه عروسکی هدیه گرفت و «استیون فوری آن خانه عروسکی را لوله‌کشی کرد و برایش سیم‌کشی برق نصب کرد.»

ماری در گفت‌وگو با رویترز همچنین گفت که زندگی با برادرش سرگرم‌کننده، هیجان‌انگیز و گاه نیز ملال‌آور بود، چرا که «وقت تلف کردن بود اگر با استیون بحث می‌کردی، او همیشه بلد بود چطور بحث را هدایت کند.»

فیلم در بخشی دیگر به زندگی خانوادگی هاوکینگ در سال‌های بیماری می‌پردازد و داستان زندگی این دانشمند با جین، همسر اول، و سه فرزندش و همچنین شکست آن زندگی زناشویی و سپس ازدواج دوم وی با یکی از پرستارانش را به تصویر می‌کشد. این نخستین بار نیست که هاوکینگ در دنیای رسانه‌ها حضور پیدا می‌کند. پیشتر کتاب او به نام «تاریخچه مختصر زمان» جزء پرفروش‌ترین‌ها شده است و شخص هاوکینگ نیز در سریال‌های تلویزیونی «پیشازان فضا»، «خانواده سیمپسون» و سریال کمدی «بیگ‌بنگ تئوری» در نقش خود ایفای نقش کرده است.

خبرگزاری نوشته است افزایش ۲۰۰ درصدی قیمت شیر طی دو سال اخیر، سرانه مصرف را ۲۲ درصد کاهش داده است. در این باره، روزنامه شرق نوشت: هزینه‌های معیشتی در ماه‌های گذشته بین ۵۰ تا ۶۰ درصد افزایش داشته و برخی اقلام حتی تا ۲۰۰ درصد رشد قیمت را تجربه کرده‌اند، حال آنکه دستمزد کارگران سالی یک بار و تنها بر اساس تورم و چیزی کمتر از آن تعیین می‌شود. حداقل دستمزد ماهانه کارگران مشمول قانون کار از سوی شورای عالی

وی همچنین تصریح کرد که «در تمام طول عمرم با تهدید مرگ زودرس زندگی کرده‌ام، برای همین از اتلاف وقت بیزارم.» در فیلم مستند «هاوکینگ» که روایتگر داستان زندگی این کیهان‌شناس و فیزیکدان نظری است، وی می‌گوید که از مرگ نمی‌هراسد. هاوکینگ پس از اولین نمایش فیلم در سخنان خود با اشاره به موضوع مرگ و تلقی خود از نیستی و عدم گفت که حیات پس از مرگ افسانه‌ای برای مردمانی است که «از تاریکی می‌ترسند.» در این فیلم زندگی یک دانش‌آموز دبستانی باهوش به تصویر کشیده شده که دست‌خطی خرچنگ‌قورباغه‌ای دارد و در سال‌های بعد، تا پیش از بروز بیماری، از زندگی دانشجویی در دانشگاه آکسفورد لذت می‌برد.

فیلم «هاوکینگ» نشان می‌دهد که چطور هاوکینگ جوان پس از ابتلا به بیماری و زمین‌گیر شدن به کشف‌های شگفت‌انگیزی درباره منشأ جهان هستی دست می‌یابد و جهانیان را در حیرت فرو می‌برد.

پیش از آغاز نمایش فیلم «هاوکینگ»، کیپ تورن، فیزیکدان نظری آمریکایی، در سخنانی گفت که استفاده هاوکینگ جوان از فنون ریاضی در نظریه‌های مربوط به منشأ کیهان چیزهایی را نشان داد که به ذهن هیچ کس تا به آن زمان خطور نکرده بود. تورن که از سال‌های دهه ۱۹۶۰ میلادی با هاوکینگ رابطه دوستی داشته، همچنین افزود: «کاری که هاوکینگ کرد، آن چنان ورای دستاوردهای دیگر دانشمندان زمان بود که آشکارا از همان موقع معلوم بود که این مرد انسانی شگفت‌انگیز است.»

فیلم «هاوکینگ» در عمل در همان سالی اکران می‌شود که کتاب خود زندگی‌نامه [اتوبیوگرافی] استیون هاوکینگ به نام «تاریخچه مختصر خودم» نیز منتشر شده

این همه شهد و شکر کز سخم می‌ریزد

اجر صبری است کز آن شاخ نباتم دادند

حافظ عارف و عاشق کامل نشد، ولی مولوی با اینکه عارفی واصل و کامل است، همین نظر را درباره کلام و سخن شیرین و دلپذیر دارد که می‌فرماید:

گر سخن خواهی که گویی چون شکر

صبر کن از حرص و این حلوا نخور

صبر باشد مشتتهای زیرکان

هست حلوا آرزوی کودکان

ادامه مطلب من هم یک افغانم ... از صفحه ۱۱

مردم "شهید پرور" فیروز آباد را با جنایاتش شریک کند. مردم فیروز آباد نه شهید پرورند نه با این وحشیگری ها و سیاست های ضد رژیم شریک هستند. موارد متعدد تبعیض و نقض حقوق انسانی در حکومت اسلامی ایران لیست بسیار بلند بالایی دارد.

در واقع هیچ کجای جامعه ایران نیست که زخمی از تبعیض و بی حرمتی این حکومت را بر تن نداشته باشد. بطور کلی زن ستیزی، کودک آزاری، نژاد پرستی، زورگویی، دروغگویی، رشوه خواری و اختلاس سلامتی و بهداشت عمومی و روانی جامعه را در معرض خطرات جدی قرار داده است و همه شهروندان اعم از فارس، کرد، ترک، افغان و غیره را مورد هجوم قرار میدهد. همه حکومت های خود کامه و ضد مردمی با اشکال مشابهی سعی دارند بار کمبودها گرانی بیکاری عدم امنیت که خود عامل اصلی آن هستند را به جایی به کسی به دشمن فرضی به مخالفین و غیره نسبت دهند.

در این میان افرادی هم گول میخورند و به دام این فریبکاری دغلبازانه می افتند. معمولاً افراد نا آگاهی که عرق ناسیونالیستی دارند، زودتر آلت دست می شوند. اما در پشت همه این تحریکها حکومت سازمان یافته و سیستماتیک مشغول تحریک احساسات مردم است.

حمله به افغانها در یزد کاملاً توسط نیرو های امنیتی شکل گرفت و هدایت شد.

در اینجا هم دست داشتن دم و دستگاه حکومتی در این اقدام کثیف و نژادپرستانه کاملاً آشکار است. باندورل نویسی و نصب کردن چنین توهینی بدون هیچگونه ممانعت نشان میدهد که توطئه از کجا شکل میگردد. در حالیکه اقتصاد کشور در حال فروپاشی است و رکود تومی خرد کننده کل جامعه را دارد به نابودی میکشاند اینها دارند خود را بعنوان مسببین اصلی از نظرها پنهان می کنند.

همه مردم از هر ملیتی با هر مذهب و رنگ پوستی باید علیه بیعدالتی و بی حقوقی اعتراض کنند. ساکت نشستن در مقابل این همه هجوم علیه انسانیت، حرمت و منزلت انسانی را نباید پذیرفت. آنچه که بازدارنده و ترمز برای مبارزه مردم است نمیتواند تا ابد دوام بیاورد. این را تاریخ بشر ثابت کرده است.

ادامه مطلب از در گوشه ها... از صفحه ۱۱

همگی هم دسته جمعی شکم های پا به ماه، شانه های خمیده رنگ و روی زردنوب و لب و لوجه خشکیده و پوسیده پیری، ولی خوب می خورند. خیلی هم اظهار فضل می کنند هیچکس را هم قبول ندارند. در سیاست جهانی هم هرکدام یک راس چرچیل و در فهم و کمال هریک سقراطی، بقراطی و کسی بنام یک طرف مجلس هم جمع بانوان خوش سر و پزی است که کم می خورند و زیاد «پز» می دهند. این جماعت جملگی از اعیان اشراف مملکت بوده اند و همه دانشگاهی و محترم و پولدار. فقط از آخرین پدیده های مد لباس، کیف، کفش و زیور آلات دم می زنند و اینکه عازم فرانسه، ایتالیا و اینجا و آنجا و خیال خرید فلان ویلا و ماشین چنین و چنان و تغییر مبلمان منزل و بسی نقشه های بسیار شگوهمند دیگر که خشایار شاه هم گرد پایش نمی رسد.

باید تماشا کرد، گوش داد و از شدت تحیر و تاثیر شاخ درآورد که این است پیامد دوری و مهجوری از زادگاه مادری و افتادن به چاه ویل غربت در یک جنگل وانفسا. آخر زندگی در سنین پیری و سالهای بیکاری در خانه و خانمان مانوس خودمان رنگ جلوی دیگری داشت. حال و

ادامه مطلب توصیه هایی برای ... از صفحه ۱۱

متأسفانه بسیاری از افراد به خصوص در مناطق روستایی به علت مصرف آب های آلوده به صورت همیشگی دچار سطح ثابتی از عفونت در بدن خود هستند. این عفونت آندر شدید نیست که منجر به بروز علائم شدید مثل تب یا اسهال شود، اما چنین افرادی به صورت دائمی یا متناوب از علائمی مثل درد شکم، خارش و حساسیت چشم ها، مشکلات گوارشی و خستگی مزمن رنج می برند. پس اگر دچار چنین علائمی هستید و در عین حال در منطقه ای زندگی می کنید که از آب آشامیدنی مناسبی برخوردار نیست حتماً تجدید نظری در انتخاب منبع آب آشامیدنی و انتخاب روشی مناسب برای سالم سازی آن به عمل آورید.

کامل کردن دوره درمان با آنتی بیوتیک ها

برای بیان آخرین توصیه اجازه بدهید در ابتدا یک سناریوی تکراری که برای بسیاری از ما در هنگام ابتلا به انواع بیماری های عفونی رخ می دهد مرور کنیم: شما مریض می شوید و به پزشک مراجعه می کنید. او برای شما نوعی از داروها از جمله آنتی بیوتیک تجویز می کند. شما به منزل می روید و مصرف داروها را آغاز می کنید. بعد از دو تا سه روز علائم بیماری بهبود می یابد و اینجاست که شما توصیه های احتمالی پزشک

پس دفعه بعدی که با کمک آنتی بیوتیک ها به جنگ عفونت می روید فراموش نکنید اگر میکروب را ضربه فنی یا به اصطلاح بوکسورها ناکاوت نکنید ممکن است روزی، دوباره بلند شود و ضربه ای ناغافل به سلامت شما وارد کند.

دنیا آنقدر وسیع است که برای همه مخلوقات جا هست. به جای آن که جای کسی را بگیرد، تلاش کنید جای واقعی خودتان را بیابید. چارلی چاپلین

ادامه مطلب ورزش از نگاه... از صفحه ۱۴

می فرود می گوید. این دلالت های ورزشی ناقلا، آب زیرکاه، شیطان، زرنگ، تودار و دروغ گو هستند. آنها می دانند که چگونه همه چیز را بهم وصل کنند. چنین است که آقای کی روش به ایران می رود، علی دایی در اوج فوتبالش به آلمان می رود، یا دروغبا سر از چین در می آورد، و آقای گوس هدینگ به شوروی می رود. آنها حتی برایش درست می کنند که مالیات ندهد و از شوروی خارج شود، چرا که سهم خود را بگیرند. آنها اغلب از خود مشت زن که برای پول گرفتن ضربه های وحشتناکی را در برابر حریف متحمل می شوند بیشتر پول می سازند. باید لغتی را در واژه نامه ها یافت که در برابر نام آنها نوشت، زیرا باید علاوه بر صفاتی را که برای آنها برشمریم، این صفت ها را نیز افزود، زیرک، زرنگ، بدله گو، شیک پوش، دستمال بدست، عوام فریب فرصت طلب، آدم هائی که شام و ناهار را در بهترین رستوران ها و هتل ها دور از چشم دیگران صرف می کنند. آیا بدین ترتیب جوابی برای آینده دارید؟ قضایا به هیچ روی و کاملاً روشن نیست. کسی چه می داند چه مسیرهای دیگری به اقیانوس ورزش ختم خواهند شد. آیا آنتن های ماهواره ای ورزش مثل قارچ روی همه پشت بام خواهند روئید؟ آیا تجارت های بزرگ برای فروش کالای خود به ورزشکاران و تیم های حرفه ای پول بیشتری خواهند پرداخت؟ امروزه کارخانه های لوازم ورزشی چون آدیداس و نایکی هر حرکت ورزشی را چهار چشمی تعقیب می کنند. مهم نیست در رینگ بوکس، در پیست دو و میدانی، در زمین فوتبال، در سالن بسکتبال و والیبال و یا حتی تنیس که در گذشته همه چیز سفید بود، باین خاطر است که کفش های ورزشی را به پاهای همه می بیند. سرعت و نماد تبلیغات تلویزیونی امروزی در لابلای پخش زنده مسابقات در دل دریائی از خیال شادی و آرامش را برای آینده به ارمان می آورد. دنیای تلویزیون اساساً جهانی خیالی و رویایی است، چنین است که حس واقع گرایی را از همه ما گرفته است و ما را گیج و منگ در چهارچوب خبرهای تصویری و نوشتاری ورزش مات و مبهوت ساخته است.

ولی چه فایده از تو شکسته است. و صورت تتراشیده اش را بوسیدم و گفتم: خدا زمین را از حجت جوانی تهی نگذارد.

در هوایم میان زمین و آسمان لس آنجلس - سانفرانسیسکو ژوئن ۱۹۹۱، خرداد ۱۳۷۰

انسان های گذشته، به طبیعت نزدیک تر از امروز بوده اند. آنچه دویست سال اخیر را از هزاران سال پیش متمایز می کند سرمایه داری صنعتی است. در زمانی نه چندان دور چهار پنجم خانواده های فرانسوی ۹۵ درصد درآمد خود را بابت نان می پرداختند تا صرفاً زنده بمانند. با گذشت زمان روستائیان، دسته دسته در پی زندگی بهتر به شهرها روی آوردند، میلیون ها نفر سختی های زندگی اولیه شهری را به جان خریدند تا زندگی کنونی شکل گیرد و ورزش نیز بخشی از زندگی شهر نشینی شد که روز به روز رشد کرد تا امروز که وحشتی همه گیر برای آینده مبهم آن شکل می گیرد. فراموش نکنیم آینده همانند سال های پیش برای ما نیز بی اندازه ناشناخته خواهد بود. انسان همواره با آمیزه ای از بیم و امید به آینده چشم دوخته و به آن نزدیک شده است و اکنون آتش این بیم و ترس را رسولان جنگ و وحشت دامن می زنند. آیا جهان اسیر جنگ افزارهای اتمی، آینده ای خواهد داشت؟ بهرحال باید منتظر بود. فراموش نکنیم نیاز به کسب درآمد بیشتر همیشه می تواند مشوق طرز فکرنو باشد. آیا ارزش ها و آرزوهای دور و دراز مالکان باشگاه ها در بیست سال آینده بگونه چشم گیری متفاوت خواهد بود؟ آیا ارزش آکادمیک یک رئیس دانشگاه آمریکائی به اوپول بیشتری خواهد داد یا کارخانه هائی چون نایکی و آیبوهای گوناگون به یک مربی فوتبال آمریکائی یا بستکبال دانشگاهی پول بیشتری خواهند داد؟ آیا ورزش به گونه دیگری خواهد شد؟ از ورزش آماتوری که شصت سال گذشته سازمان داده شده بود تا امروز که پول و تکنولوژی آن را در بر گرفته است، جای سؤال های بسیاری را برای آینده ورزش به میان خواهد کشید. آیا دلالت های ورزشی برای رسیدن به پول بیشتر، با حيله گری بیشتر، درنده خوئی بیشتر و بیرحمی بیشتر کامیاب می شوند و یا تماشاگر باید در برابر گیشه ها پول بیشتری بپردازد و یا در خانه کانال های اختصاصی را خریداری کند تا تیم یا ورزشکار مورد علاقه اش را در تلویزیون می بیند.

جورج فورمن مشت زنی که حریف محمدعلی بود، اما هرگز محبوبیتی در سطح او کسب نکرد و امروزه در تلویزیون ها وسایل آشپزی

سیاسی بلد نیستیم و او شاید به دلیل آنکه نمی خواست پاره ای از کاسه چینی پندزده باشد. بیرون در به حیرت نگاهم کرد و بی مقدمه پرسید: فکر می کنید

اینها به هم جوش می خورند؟ یاد آن جمله پدرم افتادم که در حق قدح مرغی گفته بود و گفتم: به ظاهر شاید،

ادامه مطلب یادداشتهای... از صفحه ۲۰

دو دست. این فقط من هستم که چون نمی دانم چرا دعوت شده ام؟، دستم را بالا نمی برم. اما نه، ناگهان یک نفر با صدایی بلند می گوید: - بنده مخالفم.

همه ساکت می شوند. به طرف او بر می گردند. جوانی بیست و سه چهارساله است. خود را معرفی می کند. نماینده یک سازمان عجیب و غریب است. چیزی شبیه «برق انقلاب» یا «پیکار خونین» به اینجا دعوت شده که به جمع وحدت ملی بپیوندد. و او می گوید:

- آقایان، سازمان من که خیلی هم کوچک است به من ماموریت داده که باید با هرگونه سازشی که از آن بوی تقلب و ریا بیاید، مخالفت کنم و هیچ سندی را در این باب امضا نکنم. این قطعنامه تماشش تقلب است. فرصت طلبی است. جستجوی شغل و مقام آینده است. چیزی که در آن نیست حقیقت و عشق به آزادی است. مهمتر از همه سازمان ما اصلاً معتقد به مبارزه مسالمت آمیز از طریق چلوخورشت خوردن نیست. ما معتقدیم که حکومت زور باید با زور سرنگون شود. ولی برخلاف شما معتقد نیستیم که در فدای پیروزی از هر درخت یک آخوند آویزان شود. ما معتقد به رسیدگی دقیق و تعیین مجازات درست هستیم. تازه در نهایت با مجازات اعدام مخالفیم. چون معتقدیم برای این ها اعدام، رهایی و رستگاری است. اینها را باید زنده نگه داشت و روزی صدبار جنایات شان را به رخ شان کشید. صدای جوان در میان هیاهو گم می شود. جمعیت به طرف سائلی که بوفه غذا در آن دایر است هجوم می آورد. این جملات را می توان شنید:

- پسره از دارالمجانین آمده بود؟
- ما که رای دادیم ولی خودمانیم، قطعنامه خیلی ابکی بود.

- وقتی صحبت ایران است لاف باید کیتیرنگ ایرانی می کردند: دوجور پلو، سه جور خورشت، کباب؛ این که پذیرایی آمریکایی است.

- بالاخره معلوم شد که باید پادشاهی مشروطه باشد یا جمهوری دموکراتیک؟

- وقتی رفتم اون تو، اون وقت حسابامونو صاف می کنیم.

- تیمسار، اصلاً خودتون چرا کودتا نمی کنید؟ ملت دموکراسی مموکراسی لازم نداره، الحمدلله بالاخره توافق شد.

- بله، واقعا این شکستگی بالاخره باید بند می خورد تا آخر دنیا که نمی شود از هم جدا بود.

آن جوان و من تنها کسانی بودیم که به تالار پذیرایی نرفتم. من به اعتبار آنکه سورجرانی

آن یکی را می بینم بر منبر آزادی که بعد از سالهای دربدری در مسکو و برلن شرقی و بخارست و پراگ، از انسجام خلق ها برای رهایی وطن از چنگ دیکتاتوری فاشیستی آخوندی صحبت می کند و راه چاره را فراموش کردن اختلافات جزئی سیاسی می داند. حیوانکی در آغاز انقلاب هم با همین رویا دنبال خمینی رفت که: «آخون شیشوی نجفی را در قم می نشانیم و بعد از قلع و قمع بورژوازی کمپرادور و خرده بورژوازی به اردوگاه کبیر سوسیالیسم می پیوندیم.»

بی انصاف در این باب آنقدر مقاله نوشت که یک روز مجبور شد از مرز ترکیه فاشیست با پای پیاده خود را به پاریس برساند، و بعد از بوسیدن عتبه خان بختیاری مدعی شود که اصلاً از اول «ملی» بوده و خودش خبر نداشته و این اوست که وسط را می گیرد و معتقد است که باید قرار وحدت به تصویت برسد. قطعنامه را در میان کف زدن های حاضران یک آقای گنده ای می خواند که قبل از بیست و هشت مرداد با میراشرفی معدوم، چاقوکش ها را جلو مجلس و خانه مصدق می برد. بعد از آن چند تکه راه به مقاطعه گرفت و چون به اعتبار آن سودای وزارت راه یا به قول خودش طرق و شوارع را در سر می پخت و به آن نرسید، یک جوری خود را به جبهه ملی اول و دوم و سوم چسباند و حال با هر مصدقی که می گوید صد مصدق از دهانش می ریزد و استخوان آن بیچاره در احمد آباد می لرزد.

قطعنامه تمام شده است. همه آنها که باهم قهر بودند، صورت یکدیگر را می بوسند. به چه فضای گرم محبت آمیزی. فقط باقی مانده که همه به یاد شهید بهشتی، مامور سانسور وزارت فرهنگ، امام جماعت مسجد هامبورگ، رئیس واقعی مجلس خبرگان و اسقف ماکاریوس ناکام ایران، بخوانند: «صل علی محمد، بوی بهشتی آمد.»

بوی غذاهای گرم بوفه پذیرایی، هواداران وحدت ملی را بی حال کرده است. آخر پنج ساعت مبارزه فشرده و بی امان سائلی آدم را گرسنه می کند. همه می خواهند به اتاق پذیرایی سرازیر شوند که سخنگوی اصلی که هیچگاه عطش رهبری در او فروکش نمی کند، برای رعایت کامل جوانب دموکراسی بالای منبر آزادی می رود و مکرر روی پیشخوان کرسی خطابه می زند تا بالاخره گرسنگان سرپا ایستاده ساکت می شوند و او می گوید:

«آقایان برای تصویب قطعنامه باید رای گرفت. موافقین دست هایشان را بالا کنند.» همه دست ها به آسمان می رود و گاهی هم

ادامه مطلب مشقی تازه ... از صفحه ۱۹

کردم هم خانه داری. صدتا کار را در یک چشم بهم زدن می کردم اما تو انگار مرده ای و همیشه خسته ای.

(آنچه خواندید نوشته فریبا وفی بود)

دوستی فاله فرسه

یه مرد شکارچی در جنگل دید گرگی پسرآغ بچه های خرسی دارد می رود. آن گرگ را با تیر زد و خرس این صحنه را دید. خواست یه جوری محبت این شکارچی دلسوز را جبران کند. شکارچی که خسته شده بود رفت کنار چشمه ای تا استراحت کند و لابد چرتی هم بزند. خرس آمد کنارش که مواظبش باشد یه وقت دید مگسی آمده روی صورت شکارچی نشست. برای اینکه مگس را دور کند سنگ بزرگی برداشت کوبید رو صورت شکارچی هم مگس مرد و هم شکارچی. این مثل را جایی بکار می برند که یک آدم نادان وقتی بخواید خدمتی بکند که بقول خود ما کند میزنه و فاجعه ممکنه بیافرینه، مثل خرس نادان در این حکایت.

ادامه مطلب قانون ازدواج ... از صفحه ۱۳

نگاه گفت: ”عجیب است که لایحه ای تصویب شود که در آن ازدواج کسی که به عنوان کودک به سرپرست پناه آورده، مطرح می شود. این تبصره در واقع اعتماد را قربانی می کند. این تبصره مرد بودن را قربانی می کند و لذت جویی را تحریک.“

این لایحه در حال حاضر در انتظار تأیید یا رد شورای نگهبان است و برخی از کارشناسان نگران از تصویب آن هستند و معتقدند با چنین رویه ای خانواده که اساسی ترین رکن تعلیم و تربیت است، از بین می رود و این مسئله به طور بالقوه پایه ناهنجاری های مختلف خواهد شد.

هرکدام از آنها باید نیمی از حق خود را به نفر سوم که فرزند آنهاست منتقل کنند. حالا بچه دارای ۵۰ درصد و پدر و مادر هرکدام ۲۵ درصد از آنچه که می خواهند تصمیم بگیرند حق دارند. و آنهم تا زمانی است که بچه به سن قانونی یعنی ۱۸ سال برسد...
دنباله مطلب در ماه آینده

اگر میدانستید که یک محکوم به مرگ هنگام مجازات تا چه حد آرزوی بازگشت به زندگی را دارد، آنگاه قدر روزهایی را که با غم سپری میکنید، می دانستید. ابن سینا

ادامه مطلب گیاهخواری ... از صفحه ۱۷

بی عقل و باعقل، گوشت و بادمجان

ششیده اید که می گویند: عاقل گوشت می خورد بی عقل بادمجان؟ این مثل بسیار قدیمی است اما چنین طرز فکری همچنان به شدت در بین بیشتر مردم رایج است. زمانی که دانشجو بودم پنج نفر از هم اتاقی هایم در خوابگاه دانشگاه سعی داشتند به من ثابت کنند که ارزش غذایی بادمجان صفر و در حد زباله است و خوردن آن تنها پُر کردن شکم با چیزی بی ارزش است.

خوب انتظار دارید سازمان نظام پزشکی با چنین دانشجویانی که بعدها وارد آن می شوند عملکردی بهتر از مورد اهری و اوانسیان داشته باشد؟

پند سوال:

۱- آیا میدانید اکثر مرغ هایی که می خرید هرگز آفتاب را نمی بینند و آن قدر جا ندارند که بال خود را حتی یک بار در طول زندگی باز کنند؟

۲- آیا می دانید جوجه های نر را به دلیل غیر اقتصادی بودن پرورش نمی دهند و زنده زنده چرخ می کنند؟

۳- آیا می دانید برای پالتو های شما حیوانات را زنده پوست می کنند؟

۴- آیا می دانید برای سالم ماندن پوست با چوب توی سر حیوانات میزنند یا سر آنها را به دیوار میکوبند؟

۵- خانم های حامله، آیا می دانید شکم گوسفند حامله را پاره می کنند و جنین داخل آن را به اسم بره تودلی سر می برند تا شما بخورید؟

۶- آیا می دانید ماهیگیری یعنی خفه کردن ماهی درست مثل وقتی که سر شما را زیر آب کنند؟

عده ای استدلال می کنند که حیوانات را باید خورد چون خوردنی هستند. عده ای دیگر می گویند که اگر ما آنها را نخوریم پلنگ در جنگل آنها را خواهد خورد. پاره ای آدم ها به قصد توهین شما را گاو خطاب می کنند به تصور اینکه انسان از گاو بهتر است! جمعی می گویند اگر میمون ها که هم خانواده گیاهخوار انسان هستند همبرگر گیرشان می آمد حتما می خوردند.

تجربه ثابت کرده است که نیروی شکم به نیروی ایمان می چربد و گوشت از مذهب جذابیت بیشتری دارد. نمونه آن مردم هند که گرچه در دین آنان خوردن گوشت جایز نیست در سالهای اخیر که هندیان پولدارتر شده اند چشمک مک دونالد را به آغوش گرم دستورات دین هندو ترجیح می دهند. گیاهخواران خود نیز هرکدام به دلیلی به این راه کشیده شده اند. روزی در تهران یه رستوران خام گیاهخواری در فلکه آریاشهر رفته بودم. اکثر مشتری ها افراد پیری بودند که برای درمان بیماری های خود خام گیاهخوار شده بودند یعنی به اجبار! گروهی نیز به خاطر هندی گرایی مد روز در ایران پا به این راه می گذارند. همه می دانیم که مردم ایران اهل پز و خودنمایی هستند.

پس اگر مد روز اقتضا کند برای چشم و هم چشمی هم که شده و برای تظاهر به روشنفکری می توان گاهی به رستوران های آنها نیز سرک کشید. اما عقیده نگارنده بر این است که گیاهخواری به هر دلیلی که باشد اقدامی نیکو است و باید آن را تشویق نمود.

ادامه مطلب گل نم ... از صفحه ۱۳۹

همه ناملایمات باز هم به پای هم می نشینند. ولی این از خود گذشتگی تنها از ناچاری و یا ملاحظاتی است که ریشه فرهنگی یا خانوادگی و یا عقیدتی داشته باشد. مثل من که هر روز باید صورتم را اصلاح کنم، لباس مرتب بپوشم و در جامعه برای همه احترام قائل شوم و قوانین مدنی و اجتماعی را مراعات کنم. چون شخص با فرهنگی هستم. و یا اینکه همسر و فرزندم را کمک و همراهی کنم، آنها را دوست داشته باشم و در راه رفاه و آسایش آنها تلاش نمایم. چون پایبند خانه و خانواده میباشم. شاید باطنا انجام آن کارها را دوست ندارم، ولی از طرفی اگر آدمی هم پایبند هیچ اصول اخلاقی و روابط انسانی نباشد و بخواید براساس احساس و خواسته های درونش عمل نماید صحیح نیست. وقتی زن و مردی تصمیم

گل نم که سراپا به حرفهای من گوش می داد گفت: خوب بنا بر گفته شما اگر یکی از طرفین به هر دلیلی نخواست که به آن زندگی مشترک ادامه دهد، احساسات و دلبستگی های طرف دیگر چه می شود و تکلیف او با فرزندی که دارد چیست؟ کسی که تمام خواسته و آرزوهایش را برای یک زندگی مشترک پایه ریزی کرده است. حال با جدا شدن یک طرف مرد و یا زن، آن بنا در هم خواهد شکست و فرو می پاشد.

گفتم: تو درست می گوئی. ولی متأسفانه این چنین است. فقط در موارد استثنائی و بطور انگشت شمار می توانی زن و مردی را اسم ببری که عمری را با هم بوده اند و از زندگی خود به واقعیت راضی و خوشحالند. من نمی گویم نیستند، هستند کسانی که با

Texting While Driving & San Jose Car Accidents

By: **Caroline Nasser**



Distracted driving has become one of the most dangerous epidemics on American roads and highways. Each year, distracted driving causes thousands of accidents, injuries, and fatalities – all of which are **preventable**. Although all forms of distracted driving are unsafe and negligent, few are as alarming as texting while driv-

ing. In fact, text messaging behind the wheel creates a crash risk 23 times greater than not driving distracted, according to the National Highway Safety Traffic Safety Administration (NHTSA).

Any reasonable person should know that texting is dangerous and places others on public roadways at risk. Because motorists have a legal duty to drive safely and to obey the law, drivers who text behind the wheel can be held accountable for their negligence and liable for the damages they cause. In California, there are strict laws against using a cell phone or text messaging behind the wheel:

♦ Using a handheld device or cell phone is prohibited for all drivers.

♦ Text messaging is prohibited

for all drivers.

♦ Cell phone use – including handheld and hands-free – is prohibited for bus drivers.

♦ Cell phone use – including handheld and hands-free – is prohibited for drivers under the age of 18.



At the Law Offices of Caroline J. Nasser, our legal team is prepared to represent victims who were injured in car accidents, truck accidents, and other types of traffic accidents caused by drivers who were texting. By securing the necessary evidence and fighting aggressively on behalf of our clients, we can work toward recovering full and fair compensation.

We also make it a priority to work closely with clients and to provide personal attention throughout each stage of the personal injury claim process. If you or your loved one has recently been injured in an auto accident caused by a driver who

you believe was texting or distracted at the time, do not delay in reaching out for the support and legal assistance you need.

For a free, confidential consultation about your case, your rights, and how San Jose car accident attorney Caroline Nasser can help, call (877) 396-8460.



اکادمی موسیقی توان
زیر نظر استاد پیانو و نوازنده چیره دست امیر رضا خستوان
فراگیری پیانو، گیتار، ویلن
فلوت، تنبک، دف، جاز
آموزش آواز و شناخت ردیف موسیقی سنتی
بابانوی آواز غزال فیلی
اولین جلسه رایگان

TAVAN
MUSIC ACADEMY
LEARN TO PLAY - LOVE TO PLAY
1454 POLLARD ROAD LOS GATOS, CA 95032
408-692-4222 | WWW.TAVANMUSIC.COM

HOW TO ATTACK VIRUSES WITH HERBS, SPICES AND FOOD

This time of year traditionally offers many things for me to look forward to—voting booths, Superbowl parties, Fall foliage, a break from hot temperatures, a colorful and delicious pallet of root vegetables, warm casseroles and stews, spooky costumes, and plenty of holiday cheer and gratitude. But among all things I love so much during Fall and Winter months, there is also the presence of something I do not covet as dearly—the perpetual sneezing, runny nose fluid, swollen throat, and painful cough often associated with the common cold. But did you know that the common cold or the flu cannot be cured or prevented by antibiotics, because it's a virus? In fact, using antibiotics pre-emptively or inappropriately can damage our immune system and make us more susceptible to other kinds of sick! And on the topic of generous antibiotic intake, I'm sure you've heard the numerous reports on the alarming amounts of antibiotics and prescription drugs polluting drinking water across the country. According to an AP investigation, these drugs

enter our water system simply and innocently from you and me taking them. Since a percentage of pills we swallow are not absorbed by our bodies, these meds end up existing our body with the rest of our fluids, flushed down the toilet. Toilet water is then treated and recycled, placed back in to the sources from where our drinking water originates.

So, as we all enter a new sniffle season, let's take it easy on our immune systems and our drinking water! Skip the antibiotics once we know symptoms are simply that of a viral common cold or Flu. And before running (or staggering) to the drug store to spend money on non-prescription medicine, here are a few natural solutions suggested by various health professionals that help prevent the common foe from thriving or invading our bodies in the first place:

◆Eat garlic, garlic, and more garlic! With its antibacterial, antifungal and antiviral properties, it is evident that this immune-boosting herb is nothing to turn your nose up to. And it's suspected that the chemist's important to ask yourself these important questions about your lifestyle and also to consider certain key factors. Some important things to know ahead of time are: **It won't get rid of your bad habits:** If you're someone who stress eats or drinks too much on the weekends, remember: a juice cleanse will not make these habits go away. Cleansing may help you feel better for a short period of time, and it could help you

cal compound allicin in garlic is the real champion inhibiting growth and even killing the germs. To really gain the benefits of this natural remedy, professionals say to eat 1 bulb of raw garlic per day. But if we're really committed to engaging its full cold-zapping potential Wu suggests we dice the raw bulb in to a few pieces, cover it with sweet honey, and swallow each piece with water as if we're swallowing a pill. Besides protecting our taste buds as we down raw garlic, honey also works as an immune booster and antiseptic to sooth our sore throat!

◆Sip soothing teas made with ginger, elderberry fruit, lemon, honey, and cayenne pepper to reduce cold chills, sore throat, and to tame cold and flu bugs in action, as well as prevent them. Ginger and cayenne pepper are both said to help induce healthy sweating while also clearing sinus congestion. Switch off mixing these medicinal wonders in to your tea from the onset of feeling sick. Add the juice from 1 whole lemon and a few spoonfuls of honey to add even more power to its punch. Lemon works as an antiseptics on the throat and provides an abundance of resistance-building vitamin C.

take weight off, but if you don't develop strong life skills to combat negative habits, you may find yourself repeating past mistakes.

You may gain the weight back: Specifically in regards to number 1, cleanses can lead to yo-yo dieting. If you're looking to jump-start a diet or have been feeling bloated lately, then talk to your doctor and maybe go for the cleanse approach. But if you're looking to lose 20 pounds the healthy way, a lifestyle change may be more in order.

A lot of the weight that you're losing is actually water weight: It's easy to get excited when you're on any type of diet and you begin to notice that the number on the scale is going down. However, when you're cleansing, you're

The anti-viral properties of the historic elderberry offers a gentle yet very potent solution to flu's side effects, helping loosen mucus in the lungs and boost our body's defense. Researchers explain that Bioflavonoids and other proteins in the fruit actually disarm flu and cold viruses already in the body as they hunt for healthy cells. Wu advises us, "Use elderberry syrup at first signs of flu symptoms to dramatically shorten the duration and intensity of the flu virus. And use only the syrup from Sambucus Nigra or black elderberry."

◆Create a homemade gargle solution with organic apple cider vinegar and water. Apple cider vinegar is thought to help reduce swollen tissue and fight fungal, bacterial and viral infections. Simply mix 1-2 tablespoons with 6-8 oz. of warm, filtered water and add 1 tablespoon of honey to enhance its flavor. Now take a mouthful of the solution, gargle and spit it out. Take another mouthful and this time, swallow it! If you're unable to stomach the acidic zest, then skip swallowing the solution, but mix together a 50:50 solution of the vinegar with water only and do your thing.

engaging your body in a form of fasting. This can often dehydrate the body and cause muscle loss, but in less serious cases, it may cause you to feel like you've lost more weight than you actually have.

There are dangers associated with cleansing:

Many people don't take into consideration the health consequences of fasting. For example, if you're somebody who loves to work out, it may be a challenge for you to do so while cleansing. It is also extremely important to be aware of your body and whether or not cleansing is right for you. If you're feeling groggy and weak, it's important to listen to your body and speak with a doctor about whether or not cleansing is right for you.

DETOX DIETS

Continued from Page 58

What are the best types of foods for juicing?

Foods such as celery, carrots, kale, cabbage, spinach, beets, green apples and pineapples are great for cleansing the lymph nodes and digestive system because of their high vitamin content.

Things to Know Before Starting a Juice Cleanse

If you are considering trying a cleanse,

"Doing business without advertising is like winking at a person in the dark. You know what you are doing, but nobody else does."

Connect With Consumers

By placing your ad in Pezhvak of Persia, you're putting yourself in the right place, in front of the right people. Even better, you can be sure your ad will last the whole month because local people trust, use and rely upon

Pezhvak of Persia.

(408) 221-8624



Iranians preparing for Yalda Night ceremonies

Iranians are preparing for celebration of Yalda Night on December 21, the longest night in the Iranian solar year.

Yalda Night as called in the Persian solar calendar is a night with especial ceremonies. Families get together on Yalda Night at the home of the elders until after midnight. They are served with dried fruits, nuts, and winter fruits like pomegranates and watermelons, which are said to symbolize the red color of dawn in the sky. They also recite poems of highly respected mystic Iranian poet, Hafez.



The Night of Yalda (meaning birth) is a good chance for Iranians to spend the longest night of the year with family members and friends. Also known as Shab-e Chelleh, Yalda is rooted in Iran's history and demonstrates Iranians' eagerness in strengthening family ties. The tradition was one of the most important celebrations in ancient Persia since some thousands years ago and continues to be celebrated until these days. Yalda Night is the Persian Winter Solstice Celebration which has been popular since ancient times. Yalda is celebrated on the Northern Hemisphere's longest night of the year, that is, on the eve of the Winter Solstice. Depending on the shift of the

calendar, Yalda is celebrated on or around December 20 or 21 each year. Yalda Night festival was officially included in Iran's List of National Treasures in 2008 in a special ceremony. According to Iranian mythology, from Yalda night forward, light triumphs over darkness as days grow longer. This celebration, based on the Iranian calendar, comes in the Persian month of Day, the pre-Zoroastrian creator god. Later he became known as the god of creation and light. Yalda Night, the longest and darkest night of the year, symbolizes many things in Persian poetry, such as the separation between loved ones, loneliness and waiting. Many believe waiting would be over after this night as the light would shine and goodness would prevail. Some sources believe that after Romans accepted Christianity, 300 years after birth of Jesus Christ, churches determined Mehr (Sun) Birth Celebration as birthday of Jesus Christ since the exact date of his birth was unclear. Actually, Yalda Night is an Aryan celebration and followers of Mithraism have held its traditions from many years ago. When Mithraism was transferred from ancient Persia civilization to other parts of the world, many European countries celebrated December 21 as Jesus Christ Birthday, but from 4th Century onward due to some mistakes in calculation, Christmas day was determined December 25. That's why Santa Claus wears clothing and hat of Zoroastrian priests. Also cypress and its star used for Christmas are remaining of Mithraism.

DETOX DIETS: SHOULD YOU TRY A JUICE CLEANSE?

You'd be hard-pressed (or in this case, cold-pressed), to find someone who hasn't toyed with the idea of a juice cleanse. Maybe you IMED your buddy at work about going out to grab a salad and he politely declined to drink his smoothie of kale, carrot and apple juice? Or maybe your bride-to-be friend is on a liquid diet and is trying to convince you to join her? Juice diets and juicing are becoming more popular than ever. But what do these diets entail? And are they actually good for your health?

What is a Juice Cleanse?

There are many different types of cleanses, but the two main cleanses that we hear about today include the Master Cleanse and the standard juice cleanse. The Master Cleanse is a bit more specific and recommended for only short-term use. Some may say that this cleanse is a trend that may fall off in coming months.



Juice cleanses, however, have been around for a long time for reasons including health and also religious and cultural purposes. Juice cleansing is the literal process of juicing vegetables and fruits in order to gain their essential vitamins and water content in one smooth drink. It is also considered a form of fasting, since your body is missing certain key ingredients such as fiber and protein and the person is often under-satiated by the experience. Because these cleanses are calorie-restrictive, with each juice containing between 150-300 calories, you may only consume around 1,000 calories a day. The pros of juicing include gaining essential vitamins and jump-starting weight loss in the body. The cons can include muscle loss, a slowing of the metabolism, and an onset of unhealthy eating habits (weight gain is often experienced post-cleanse). Many of the individuals that use cleansing as a form of detoxifying or 'cleaning' the body, do so in cycles. For example, one might do a four day cleanse once a month or every

two months because they feel that their body is in need of a health jolt. However, there is no scientific evidence that this process is more effective than the body's natural filtering system, the kidneys and liver.

When is it a good idea to cleanse?

Typically we try out these super specific and restrictive diets when we have a big event coming up (say, a best friend's wedding or even your own) or maybe a different kind of event has struck fear into you: bikini season. Some people also use them as a way to jump-start a healthy eating plan. Most people don't know that there are other, medical reasons for cleansing your body. If you are someone who suffers from any of these issues, a cleanse may be right for you:

- ✦ Digestive issues
- ✦ Elevated blood pressure
- ✦ Sinusitis
- ✦ Psoriasis

Cleanses may remove certain toxic additives from our bodies such as excess sodium, fat, sugar, and preservatives which can sometimes help the body to reduce inflammation, bloating, gas and other GI issues. If you suffer from any of these ailments, try speaking with your doctor about whether or not a cleanse is right for you.

Continued on Page 57

Ken Clarke says Islamic veil should be banned in courts

Muslim women should be banned from wearing a veil when giving evidence in British courts, a cabinet minister in Prime Minister David Cameron's government said on Sunday, arguing it was hard to judge someone's testimony otherwise.

By Andrew Osborn. **Reuters:** In comments likely to stir up an already emotive debate, Ken Clarke, a minister without portfolio who used to work as a criminal barrister, likened traditional female Islamic

full-face veil sparked debate about whether Britain should follow other European countries and ban veils in schools and public places. Judge Peter Murphy said at the time he hoped parliament or a higher court



would provide a definitive verdict "sooner rather than later". Britain has so far steered clear of following the examples of France and Belgium, where it is illegal for women to wear full-face veils in public.

Clarke, who said he had no objection to anyone wearing what they liked outside the courtroom provided it was "decent", said it was vital for jurors to be able to observe a person's body language and facial expression to make a decision on whether they were telling the truth. Face-coverings were therefore an obstacle to justice, he said. "I actually think it undermines a trial and that's not based on any trace of islamophobia." Cameron's government is considering how to better integrate Britain's 2.7 million Muslims without restricting their right to freedom of religious expression.

Clarke, who said he had no objection to anyone wearing what they liked outside the courtroom provided it was "decent", said it was vital for jurors to be able to observe a person's body language and facial expression to make a decision on whether they were telling the truth. Face-coverings were therefore an obstacle to justice, he said. "I actually think it undermines a trial and that's not based on any trace of islamophobia." Cameron's government is considering how to better integrate Britain's 2.7 million Muslims without restricting their right to freedom of religious expression.

World must help Lebanon handle Syrian refugee flood - UNICEF

International donors must do more to help Lebanon absorb a flood of refugees straining its schools and public services, the head of the United Nations children's fund UNICEF said.

By Dominic Evans. **Reuters:** Lebanon, the smallest of Syria's neighbours, is giving sanctuary to the largest number of refugees from the civil war across its border and Syrians now number around a quarter of its own population of just over 4 million. With a weak government and threadbare national services even before the Syrian crisis erupted two and a half years ago, Lebanon is struggling to support those refugees, scattered in informal camps across the country's most deprived areas. "Lebanon has opened its borders, opened its arms, and

the international community owes it to Lebanon to do everything it can to help Lebanese society adapt to this," UNICEF chief Anthony Lake told Reuters on a visit to a camp in the eastern Bekaa Valley, about two miles (3 km) from the Syrian frontier. The United Nations says 800,000 Syrians have either registered or are awaiting registration as refugees in Lebanon. But many more are estimated to be in the country unregistered and some Lebanese officials say there could be more than 1 million refugees in the country. The World Bank has

A Moment Of Happiness

A moment of happiness,
you and I sitting on the verandah,
apparently two, but one in soul, you and I.
We feel the flowing water of life here,
you and I, with the garden's beauty
and the birds singing.
The stars will be watching us,
and we will show them
what it is to be a thin crescent moon.
You and I unselfed, will be together,
indifferent to idle speculation, you and I.
The parrots of heaven will be cracking sugar
as we laugh together, you and I.
In one form upon this earth,
and in another form in a timeless sweet land.

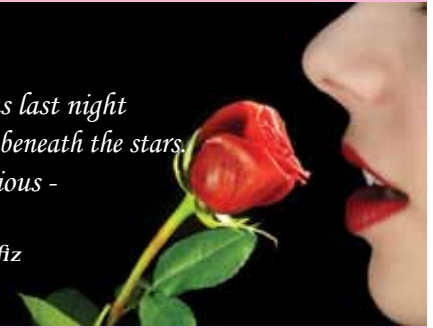
Mawlana Jalaluddin Rumi



The Happy Virus

*I caught the happy virus last night
When I was out singing beneath the stars.
It is remarkably contagious -
So kiss me.*

Hafiz



estimated the cost to Lebanon at around \$2.6 billion over three years. Government-funded schools, which cater for the poorest third of the population, face being inundated with Syrians even if only a fraction of them enrol. Lake visited a Bekaa Valley school where 200 of the 355 children are Syrian and the kindergarten section has swollen to around 40 per class. "Physically we are able to absorb them but at some stage we

are waiting for places in additional afternoon shifts. But most are being taught, if at all, in the camps. "(The scale) is huge and there are 400,000 children from Syria now in Lebanon - next year it could grow to double that," Lake said after watching volunteers teaching children at Kfar Zabad camp, which houses 2,000 people in plastic and canvas tents beside the mountain range dividing Lebanon



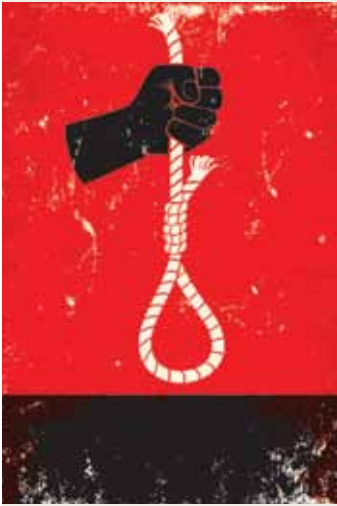
will need more teachers and equipment," head teacher Jhonny Abu Toumah said. "What else can I do with the children - put them out on the street?" Lebanese Education Ministry figures show 26,000 Lebanese children were enrolled in government schools in the Bekaa Valley last year, along with 7,000 Syrians. Another 14,000 Syrians

from Syria. "This is going to be a huge burden on the Lebanese school system ... There are as many Syrians of school age as there are children now in the Lebanese public schools." Lake, who also visited Syria and Jordan, which houses the largest Syrian refugee camp at Zaatari, said pictures he had seen drawn by children there showed images of hopelessness, violence and revenge. "The danger long term is this will be recycled in the next generation," he said. "If we can't change what's in their hearts ... this is going to be perpetuated in the next generation, with dire consequences not just for Syria but the whole region."

Iran hangs 16 prisoners after guards killed near Pakistan border

Fourteen Iranian guards killed near border with Pakistan during overnight clashes, and Tehran retaliates by hanging 16 "rebels"

Telegraph: Iran's regime carried out a series of revenge executions on Saturday, hanging 16 prisoners in retaliation for a rebel attack which killed 14



border guards. The bloodshed in Sistan-Baluchestan province

showed how south-eastern Iran is still affected by a long-running insurgency. Sunnis from the Baluch ethnic minority inhabit this remote desert region, near the border with Pakistan. They are viewed with deep suspicion by Iran's Shia Persian rulers. A Baluch armed group styling itself "Jundallah" has fought the government for decades. Gunmen killed 14 Iranian border guards and wounded another five during what IRNA, the official news agency, called "armed clashes in the region of Saravan". The authorities took revenge on Saturday by executing 16 inmates of Zahedan prison, all of whom were described as "rebels". There was no suggestion that any of the hanged were responsible for the deaths of the border guards in the latest incident.

Khamenei tells Iran's hardliners not to undermine nuclear talks

Iran's supreme leader gave strong backing on Sunday to his president's push for nuclear negotiations, warning hardliners not to accuse Hassan Rouhani of compromising with the old enemy America.

Reuters: Ayatollah Ali Khamenei's comments will help shield Rouhani, who has sought to thaw relations with the West since his surprise election in June, from accusations of being soft on the United States, often characterised in the Islamic Republic as the "Great Satan". Iran will resume negotiations with six world powers, including the United States, in Geneva on Thursday, talks aimed at ending a standoff over its nuclear work that Tehran denies is weapons-related. Rouhani hopes a deal there will mean an end to sanctions that have cut the OPEC country's oil exports and hurt the wider economy, but any concession that looks like Iran is compromising on what it sees as its sovereign right to peaceful nuclear technology will be strongly resisted by conservatives. "No one should consider our negotiators as compromisers," Khamenei said in a speech, a day before the November 4 anniversary of the 1979 seizure of the U.S. Embassy in Tehran, a pivotal event in U.S.-Iranian relations, the ISNA news agency reported. "They have a difficult mission and no one must weaken an official who is busy with work," said Khamenei, who wields ultimate power in Iran's dual clerical-republic system, including over the nuclear programme.

Rouhani's negotiating team for not releasing details of the proposal they made to world powers at a previous round of talks in Geneva last month. They have also resisted calls from moderate Iranian newspapers and prominent figures including former President Akbar Hashemi Rafsanjani to drop the "Death to America" chant, often heard at Friday prayers throughout Iran. Khamenei reiterated previous statements that he is not optimistic about the outcome of nuclear talks but said he saw no downside to holding the negotiations. "With God's permission, we will not be harmed by these negotiations ... if the negotiations reach a conclusion then all the better, but if they don't it will mean that the country must stand on its own feet," Khamenei said. He also criticised the United States for continuing to impose sanctions and threatening possible military action. Both Washington and its ally Israel say the military option to prevent Iran getting nuclear weapons is something they do not rule out. "We should not trust an enemy who smiles," Khamenei said. "From one side the Americans smile and express a desire to negotiate, and from another side they immediately say all options are on the table." In September, U.S. President Barack Obama insisted that the United States would "take no options off the table, including military options, in terms of making sure that we do not have nuclear weapons in Iran."

ENEMY WHO SMILES

Hardline factions, who oppose any thaw in relations with the United States, have criticised

بہزاد
با صدای کرم و دلنشین
همراه با
هنرمند ارزنده
امیر بدخش

در سالن
خانوادگی
ساقی

موزیک
با شام کامل

Saturday
December
14th 2013

SAAGHI RESTURANT
1392 S. BASCOMBE AVE, SANJOSE
TEL (408) 998-0122

TOUCHFREEWASH.COM

OPEN 24 HOURS

کاباره رستوران ساقی

با بیش از ۱۵ سال سابقه، با افتخار از شما پذیرایی می کند!

عروسی ها، جشن ها و میهمانی های خصوصی خود را در سالن مجلل کاباره رستوران ساقی همراه با پذیرایی کامل با انواع غذاها و دسرهای لذیذ ایرانی برگزار کنید.

رستوران ساقی مجهز به کادر ورزیده کیترینگ،

به جشنها و میهمانی های شما جلوه بیشتری می دهد!

Let us prepare our delicious food at your location so you can focus on your guests.

کیترینگ برای هفتاد نفر به بالا،

یک بره کامل، بطور رایگان، مهمان ما باشید!

هفت روز هفته ناهار را با انواع غذاهای خوشمزه در رستوران ساقی میل کنید



بوفه کامل ۸,۹۹ دلار

(408) 998-0122

1392 S. Bascom Ave. San Jose, CA 95128 ♦ www.saaghi.com



Caroline Nasserri
Attorney at Law

کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

با بیش از ۲۵ سال تجربه

❖ تصادفات اتومبیل، موتورسیکلت و عابر پیاده

❖ صدمات شدید بر اثر تصادفات

❖ مرگ بر اثر تصادفات

❖ صدمات ناشی از حمله حیوانات

1(800)525-6060

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

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

Tel: (408) 298-1500

e-mail: cnasserri62@yahoo.com

Fax: (408) 278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

675 North First Street, San Jose, CA 95112