



وقتی در آسمان دروغ وزیدن می گیرد
دیگر چگونه می شود به سوره های رسولان سرشکسته پناه آورد؟
فروغ فرخزاد
(ایمان بیاوریم به آغاز فصل سرد)

تابلو رَمال اثر محمد غفاری «کمال الملک» در سال ۱۲۷۰ خورشیدی/۱۸۹۱ میلادی.
مشخصات: رنگ روغن بر روی کرباس، ۵۷x۷۷ سانتیمتر. محل نگهداری: نگارخانه کاخ سعدآباد، تهران.



پیام شایانی

وکیل تصادفات

♦ رانندگی ♦ زمین خوردگی

♦ صدمات ناشی از کار

(408)777-8867

(800)261-1314

Selahi Insurance Agency

با همکاری معتبرترین شرکت های بیمه

Certified Covered California Agent

Uber drivers now have insurance options!

♦ سلامتی ♦ مسکن ♦ اتومبیل، قایق و موتورسیکلت

♦ محل کسب و از کار افتادگی ♦ عمر و هزینه فوت

ما با زبان های فارسی و آشوری شما را می توانیم راهنمایی کنیم

(408) 931-6434

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



سحر سلاحي

Lic:0G47139



دفتر حقوقی میهن

Iranian Legal Services

Mihan Law Group

با همکاری کارشناسان حقوقی و وکلای دادگستری در ایران

با مدیریت آقای کاشی



خانم باقری

وکیل پایه یک دادگستری
کارشناس ارشد حقوق جزاء



امیر کیا

وکیل پایه یک دادگستری
در ایران و امور بین المللی



علیرضا کاشی

کارشناس املاک در ایران



Michael S. Epstein

وکیل مهاجرت



ندا نهاوندی

وکیل دادگستری در ایران
فوق لیسانس حقوق از آمریکا

- ♦ *Accepting Advocacy & Arbitration in Iran* انجام کلیه امور حقوقی و اداری در ایران از هر نقطه آمریکا
- ♦ *Immigration Services with Immigration Attorney* انجام کلیه امور مهاجرت به آمریکا با وکلای اداره مهاجرت این دفتر
- ♦ *Inheritance & Probate of Will* انجام انحصار وراثت، تقسیم و دریافت ارث و امور مربوط به آن
- ♦ *Real Estate counseling & property in Iran* استرداد املاک توقیف شده و یا تصرف شده توسط اشخاص
- ♦ *Marriage & Divorce* انجام کلیه امور مربوط به طلاق، مهریه در ایران و آمریکا
- ♦ *Issuing or renewal passport & Birth certificate* دریافت شناسنامه و کارت ملی فوری از ایران و دریافت پاسپورت
- ♦ *Consulting about retirement pension in Iran* برقراری حقوق بازنشستگی و حقوق معوقه
- ♦ *Drawing up power of Attorney & contract* تهیه و تنظیم کلیه وکالتنامه ها، متون حقوقی و وصیتنامه و قرارداد
- ♦ *Translation* ترجمه و تأیید کلیه متون به هر زبانی
- ♦ *Drawing up any forms of contract (Iran & US)* تنظیم هر گونه قرارداد حقوقی طبق قوانین دو کشور (ایران و آمریکا)

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

www.mihancompany.com

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

دفتر شمال کالیفرنیا

دفتر جنوب کالیفرنیا

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

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

Minimally Invasive Surgical Solutions

یکی از پیشرفته ترین مراکز پزشکی در بی اریبا، با داشتن پزشکان متبحر با سال ها تجربه

دکتر رضا ملک دکتر آرش پدیدار Dr. Paul Cipriano

- ◇ درمان و ترمیم دیسک و دردهای شدید ناشی از گردن، کمر و ستون فقرات بدون جراحی
- ◇ درمان و ترمیم واریس و عوارض دیگر رگ های بدن بدون جراحی
- ◇ از بین بردن فیبرم و غدد رحم بدون جراحی
- ◇ درمان در مدت یکساعت، بدون بخیه و بیهوشی

Pain Mgmt: ◇ Epidural Steroid Injection ◇ Facet Injection ◇ Lumbar Discogram ◇ Nerve Block

Varicose Veins: ◇ Sclerotherapy ◇ Endovenous Laser Therapy ◇ Radio Frequency Ablation ◇ Surface Laser

Peripheral Arterial Disease: ◇ Atherectomy ◇ Angioplasty/Stent ◇ Deep Vein Thrombosis

GYN: ◇ Uterine Fibroid Embolization ◇ Varicose Embolization/Pelvic Congestion

اکثر بیمه ها پذیرفته می شود

www.endovascularsurgery.com

(408) 918-0405

105 Bascom Ave., Ste. 104, San Jose, CA



Bay Area Colon & Rectal Surgeons

Dr. Negar M. Salehomoum

✓Dr. Samuel C. Oommen ✓Dr. Ran S. Kim ✓Dr. Brian J. McGuinness

- ◇ پروکتیت
- ◇ بی اختیاری مدفوع
- ◇ سرطان متعدد و روده بزرگ
- ◇ خونریزی از متعدد
- ◇ پایین افتادگی متعدد
- ◇ کولونوسکوپی
- ◇ بیماری های التهابی روده
- ◇ باد فتق
- ◇ سنگ کیسه صفرا



We aim to provide the best care in the diagnosis & treatment of all colon & rectal conditions.

- ◇ Rectal Bleeding
- ◇ Colon/Rectal Cancer
- ◇ Rectal Prolapse
- ◇ Diverticulitis
- ◇ Hemorrhoids
- ◇ Anal Abscess/Fistula
- ◇ Anal Fissure
- ◇ Anal Itch
- ◇ Fecal Incontinence
- ◇ Colonoscopy
- ◇ Gallstones
- ◇ Hernias
- ◇ Inflammatory Bowel Disease
- ◇ Minimally Invasive Laparoscopic Surgery

(925) 274-9000

www.bacrs.com

365 Lennon Lane, Suite 290, Walnut Creek, CA 94598

یادداشت سردبیر

دروغ مصلحت آمیز

مراد مصلحت غیر است، نه صلاح خویشتن

♦ دروغ یا سخن ناراست همیشه از روی عمد و با قصد و منظور گفته می شود، همیشه.
♦ سخن ناراست و نادرست، اگر غیر عمد و بی قصد و منظور باشد، خطا یا اشتباه نامیده می شود.
♦ بنابراین کسی که دروغ می گوید، خواست او چنین بوده و صلاح و مصلحت خود را چنین دیده است.
شاگرد مدرسه ای که دندان درد را عذر نوشتن مشق قرار می دهد، کسی که ترافیک را بهانه دیر رسیدن به جایی می کند و او که قیمت خرید لباسش را بیش از آنچه هست می گوید، همه مصلحت خود را در دروغ گفتن می بینند و دروغ خود را مصلحت آمیز می دانند. با این حساب، دروغ بی مصلحت وجود ندارد.

♦♦♦♦

واقعیت آن است که عبارت "دروغ مصلحت آمیز" را نخستین بار سعدی در حکایتی در باب اول گلستان (در سیرت پادشاهان) آورده و دیگران بی اطلاع از این حکایت یا بی توجه به نکته بینی سعدی، شاعری جامعه شناس که تقریباً چیزی را در گلستان و بوستانش ناگفته نگذاشته، "دروغ مصلحت آمیز" را دستاویز دروغگویی قرار داده اند. اصل حکایت چنین است: پادشاهی را شنیدم که به کشتن اسیری اشارت کرد. بیچاره درحالت نومیدی ملک را [به عربی] دشنام دادن گرفت و سقط گفتن، که گفته اند: هر که دست از جان بشوید هر چه دردل دارد بگوید.

وقت ضرورت چو نمائد گریز

دست بگیرد سر شمشیر تیز

ملک پرسید که چه می گوید. یکی از وزرای نیک محضر گفت: ای خداوند، می گوید: وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ عَنِ النَّاسِ [آنان که خشم خود را فرو می برند و از مردم در می گذرند]. ملک را رحمت آمد و از سر خون او درگذشت. وزیر دیگر که ضد او بود گفت: اینای جنس ما را نشاید در حضرت پادشاهان جز به راستی سخن گفتن. این ملک را دشنام داد و ناسزا گفت. ملک روی از این سخن درهم کشید و گفت: مرا آن دروغ پسندیده تر آمد از این راست که تو گفتی، که آن را روی در مصلحتی بود و بنای این بر خبیثی، و خردمندان گفته اند: دروغ مصلحت آمیز به از راست فتنه انگیز.

می بینیم که شیخ اجل «مصلحت غیر» را در نظر داشته و نه صلاح خویش را؛ زیرا همانطور که گذشت هر دروغگوئی را در هر حال صلاح و مصلحتی در کار خویش است.

در زبان انگلیسی هم اصطلاح White Lie همان دروغ مصلحت آمیز در زبان فارسی است. برای این اصطلاح، در فرهنگ لغات انگلیسی سه تعریف آمده است:

(۱) دروغی کوچک یا کم اهمیت، خاصه اگر مطلقاً از روی نزاکت یا ادب باشد. [برای رعایت حال دیگران.]

(۲) دروغی کم اهمیت و دیپلماتیک یا با نیت خوب. [با تدبیر و حسن نیت، برای خاطر دیگران.]

(۳) دروغی که از روی ادب یا برای جلوگیری از ناراحتی کسی که تاب شنیدن حقیقت را ندارد گفته می شود. [برای رعایت حال دیگری.] و باز می بینیم که هر سه تعریف به نوعی با مفهوم دروغ مصلحت آمیز و حکایت سعدی که مراد از آن خوشنودی پادشاه و نجات جان کسی بوده است انطباق دارد.

خلاصه آنکه: در دروغ مصلحت آمیز، مراد مصلحت غیر است، نه صلاح خویشتن.

افلیا پرویزاد

1. A minor or unimportant lie, especially one uttered in the interests of tact or politeness.
2. An often trivial, diplomatic or well-intentioned untruth.
3. A lie that is told in order to be polite or stop someone from being upset by the truth.

درخواست اشتراک نشریه پژواک

شرایط آبونمان برای دریافت نشریه پژواک از طریق پست

در آمریکا: یکساله ۷۵ دلار

برای اشتراک: نام، تلفن و آدرس کامل خود را به همراه چک به آدرس پستی پژواک ارسال فرمایید.

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



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

شماره تلفن: ۸۶۲۴-۲۲۱۰۸ (۴۰۸)

شماره فکس: ۳۷۱۷-۶۹۳۰ (۴۰۸)

آدرس مکاتبه با نشریه پژواک:

PO BOX 9804,

SAN JOSE, CA 95157

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

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

صفحه ۱	تبلیغ
صفحه ۲	یادداشت سردبیر-فهرست مطالب
صفحه ۳	اخبار
صفحه ۴	اخبار
صفحه ۵	آذر گشسب (بهرام فره وشي)
صفحه ۶	از این پرده برتر سخن گاه نیست (ایرج پارسی نژاد)
صفحه ۷	تبلیغ
صفحه ۸	یک سینه سخن (مسعود سپند)
صفحه ۹	با (هادی خرسندی)-داستان
صفحه ۱۰	اخبار
صفحه ۱۱	آیا برای رسیدگی به پرونده... (کاوه میرشفیعی)
صفحه ۱۲	زندگی و پیدایش کولیان (هما گرامی فره وشي)
صفحه ۱۳	اخبار
صفحه ۱۴	ورزش از نگاه من (احمد طوسی)
صفحه ۱۵	خاطرات در گذر زمان (هوشمند عقیلی)
صفحه ۱۶	هشتمین جشنواره فیلم های ایرانی (سعید شفا)
صفحه ۱۷	نوشخند، پوزخند، لیخند و زهرخند (عترت گودرزی)
صفحه ۱۸	سیر و سفری در گلستان ادب پارسی (پرویز نظامی)
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)
صفحه ۲۰	یادداشتی بی تاریخ (صدرالدین الهی)
صفحه ۲۱	تبلیغ
صفحه ۲۲	از درگوشی ها (پیرایه)
صفحه ۲۳	استودیو مالپاسو (فرسیا اعتمادزاده)-اخبار
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب نژاد)
صفحه ۲۵	تازه های پزشکی (منوچهر سلجوقیان)
صفحه ۲۶	تغذیه سالم (محمد ابوالفضلی)
صفحه ۲۷	اخبار
صفحه ۲۸	انرژی مثبت... (پرنیاز کدخدایان)
صفحه ۲۹	اخبار
صفحه ۳۰	اخبار
صفحه ۳۱	مولوی و مرگ (حسن مسیح پور)
صفحه ۳۲	لن ترانی - با سعدی در حمام (بهرام گرامی)
صفحه ۳۳	به نام هستی (حسین الماسیان)-اخبار
صفحه ۳۴	تقویم برنامه های هنری - جدول
صفحه ۳۵	نیازمندها - فال ستارگان
صفحه ۳۶	تبلیغ
صفحه ۳۷	مردمان مهربان ایران زمین (عباس پناهی)
صفحه ۳۸	اخبار
صفحه ۳۹	گل نم (شیدوش باستانی)
صفحه ۴۰	شعر
صفحه ۴۱	بیمه بهداشتی (سحر سلاجی) - املاک و ... (سمیرا طلعود)
صفحه ۴۲	آیین چادرگذاری و نقض... (نعیمه دوستدار)
صفحه ۴۳	تبلیغ
صفحه ۴۴	از هر باغی گلی (گلنار) - یاد گذشته ها (دی جی عابرضا)
صفحه ۴۵	روغن معدنی چیست؟ (پرنیس بنی فاطمی)
صفحه ۴۶	اخبار
صفحه ۴۷	تبلیغ
صفحه ۴۸	اخبار- دنباله مطلب
صفحه ۴۹	دنباله مطلب
صفحه ۵۰	دنباله مطلب
صفحه ۵۱	دنباله مطلب
صفحه ۵۲	دنباله مطلب
صفحه ۵۳	دنباله مطلب
صفحه ۵۴	دنباله مطلب
صفحه ۵۵	دنباله مطلب
صفحه ۵۶	دنباله مطلب
صفحه ۵۷	انگلیسی
صفحه ۵۸	انگلیسی
صفحه ۵۹	انگلیسی
صفحه ۶۰	انگلیسی

محل تولد: زندان اوین

محبوبه مجتهد

محبوبه مجتهد سال ۱۳۶۴ در حالی که باردار بود به همراه همسرش دستگیر شد. یاشار پسرش را یکسال و هشت ماه در زندان بزرگ کرد. پس از اعدام‌های سال ۶۷ از زندان آزاد شد. همسرش منصور نجاتی اما اعدام شد. سه سال بعد از ایران به مالزی رفت. پس از هشت ماه در حالی که با پاسپورت جعلی قصد داشت از مالزی به تایلند برود، مجدداً به همراه پسرش دستگیر شد. این زندانی سیاسی سابق پس از دو ماه به دنبال اعتصاب غذای ۱۰ روزه و با پیگیری‌های عفو بین‌الملل آزاد شد و توانست از مالزی به تایلند و از آنجا به کانادا برود.

روزهای زایمان

که مشت‌هایشان را بر در بسته می‌کوبیدند و با فریاد پاسدارها را صدا می‌زدند. اما فریادری نبود.

آنقدر این مشت‌ها و فریادها اوج گرفت که عاقبت یکی از آنها در را باز کرد و همه را به ناسزا گرفت. پرستار گفت هر چقدر می‌خواهی فحش بده این زن و بچه‌اش در حال مرگ هستند، اگر به بیمارستان نبردی می‌میرند. این آخرین حرفی بود که شنیدم و پس از آن بیهوش شدم.

حضور پاسدار در اتاق عمل

چشمم را که باز کردم در اتاقی بودم که چند زن دیگر هم بودند و ناله می‌کردند. دو تا سرم به دستهایم زده



بودند، یکی سفید بود و دیگری قرمز. زنی با چادر سیاه بالای سرم بود. با ناله پرسیدم کجا هستیم؟ زن گفت بیمارستان. بعد سرش را پایین آورد و گفت: «خفه میشی و به کسی چیزی نمی‌گی وگرنه حسابت با کرام الکتابین است و در اوین به حسابت می‌رسیم». زن پاسدار ادامه داد که من به زن‌هایی که در این اتاق هستند گفتم همسایه‌ات هستم و شوهرت سفر است و هیچ کس رو نداری، برای همین من به بیمارستان آوردمت. درد داشتم و منصور (همسرم) را صدا می‌زدم. می‌گفت بدبخت کافر ائمه اطهار را صدا کن تا به دادت برسند. لحظه‌ای بیرون رفت که یکباره پرستار با ترس در کنارم آمد و به بهانه

هم برای وضو گرفتن نمازخوان‌ها. من که روزهای آخر بارداریم را سپری می‌کردم هر چند ساعت یکبار باید به دستشویی می‌رفتم. پاسدار سطلی داده بود که برایم به جای دستشویی عمل کند؛ عجب لطف بزرگی که آن هم با اعتراضاتم بدست آورد! شرم می‌شد که در برابر ۴۰ نفر از آن استفاده کنم اما مگر چاره دیگری هم داشتم.

۱۵ دی ماه سال ۶۴ را هرگز فراموش نمی‌کنم از درد به خود می‌پیچیدم. ساعت پنج بعد از ظهر بود. یکباره غرق خون شدم. پرستاری که در جمع زندانیان بود وحشت‌زده گفت که جفت پاره شده و برای خودم و بچه خطرناک است. در آن جمع بودند کسانی

عکس‌العملی نبودم. یکباره از روی تخت به زمین افتادم و توان بلند شدن نداشتم. از فریادهایم پاسداری به اتاق آمد. غرق خون بودم و می‌خواستم کمک کند. گفت: «بگو خلق کمکت کنه». با ناسزا بلندم کرد. فریادهای نوزادم بند نمی‌آمد. گفت خفش کن وگرنه بچه را ازت می‌گیریم و تحویل پرورشگاه می‌دهیم. با شنیدن این جمله هر چه قدرت داشتم جمع کردم و فریاد زدم: «می‌کشمت کثیف». آنوقت بود که از مشت و لگدش بی‌بهره نماندم. گفت آنقدر اینجا نگهت می‌داریم که به درد واصل شوید و بعد رفت. چند ساعتی گذشت و پاسدار دیگری آمد. گفتم ما را به بند منتقل کنید، اینجا هر دو می‌میریم. انگار که از صدای گریه یاشار و فریادهای من به تنگ آمده باشد گفت: «باشه اما آنجا با اون جمعیت هر دو عفونت می‌گیرید و زودتر به درد واصل میشین».

غروب آن روز ما را به بند بردند. انگار به میان خانواده‌ام رفته بودم. یکی بچه را گرفت و یکی دیگر زیر بغلم را. مادر مرضیه پیر به کنارم آمد برایم پتو آوردند و مادر مرضیه یادم داد که شیر بدهم. این بار از فرط عشق آنها از حال رفتم. هر کس چیزی می‌آورد و به خوردم می‌داد، یاشار را تر و خشک کردند و زندگی‌مان در بند رنگ و بویی تازه یافت. مرگ دیگر از همسایگی‌مان رخت بر بست و هر دو با وجود آن همه عشق زندگی دوباره یافتیم.

دنباله مطلب در صفحه ۴۹

FINE HOMES REALTY



Mohamad Harandi

محمد هرندی

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



Realtor & Mortgage Specialist
for San Jose & Bay Area

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

سال‌ها تجربه، قابل اعتماد و شناخته شده

(408) 605-1138

moeharandi@yahoo.com

DRE#01183647 ♦ NMLS#332989



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

دکتر تینا نافی

کایروپراکتور

معالجه تصادفات رانندگی، کاری و ورزشی

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



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

www.drnafei.com

اکثر بیمه‌های درمانی پذیرفته می‌شود!

Tel: (510) 791-6332 ♦ Fax: (510) 791-1923

1860 Mowry Ave. Suite 201, Fremont, CA 94538

هفت خوان ثبت حق مسافرت و طلاق

شیما شهرابی

«بنویسم که چه... که پس فردا موقع دعوا و طلاق، حش و ناله و نفرینش مال من باشد.» این جملات را با حرص خاصی ادا می‌کند. این سومین دفتر رسمی ازدواج و طلاق در تهران است که با آن تماس می‌گیرم و از نوشتن شروط ضمن عقد سوال می‌کنم. دو تای قبلی هم قبول نکردند شروط ضمن عقد را ثبت کنند. اولی گفت: «ما هیچ وقت این شروط را در عقدنامه نیابورده‌ایم و از این به بعد هم نمی‌آوریم.» وقتی دلیلش را پرسیدم فقط گفت: «کار ما نیست خواهر، جاهای دیگر می‌نویسند، بروید جایی که این کار را انجام بدهند.» دومی هم گفت: «هر آنچه در شرع دین و قانون است ما ثبت می‌کنیم و کاری به چیزهایی که مد می‌شود، نداریم. شما هم بدانید این مدها آخر و عاقبت ندارد و یک وقتی...» بعد یک استغفرالله بلند گفت و خداحافظی کرد.

سومین دفتر را دوستم معرفی کرده که خودش شروط ضمن عقدش را در آنجا ثبت کرده، اما این بار هم وقتی منشی تلفن را به سر دفتر وصل می‌کند او از ناله و نفرین‌هایی می‌گوید که پس از ثبت شروط ضمن عقد نصیبش شده است: «اول دامادها داغ هستند، شروط عروس خانم را قبول می‌کنند. زیر بار مهریه سنگین می‌روند، حق طلاق می‌دهند، حق خروج از

اسناد رسمی تماس گرفته‌ام و هیچ کدما قبول نکرده‌اند این وکالت‌نامه را صادر کنند. یکی از آنها می‌گوید: «ما برگه‌های مربوط به این وکالت‌نامه را نداریم. برای هر کدما از این وکالت‌ها باید فرم‌های خاصی پر شود که ما آنها را نداریم. مثلاً فرم حق طلاق، فرم ادامه تحصیل،

فرم حق خروج از کشور و...» دومین نفری که جوابم را می‌دهد، خانم است: «این وکالت‌نامه نوع خاصی از وکالت است که سر دفتر ما انجام آن را قبول نمی‌کند. کلاً مسائل مربوط به ازدواج را قبول نمی‌کنند. مراجع کننده زیادی هم ندارد.» وقتی می‌پرسم دلیلش چیست؟: «والا تا حالا نپرسیدم. توی این دو سه هفته چند نفر تماس گرفتن سوال کردن، سر دفتر ما هم گفته قبول نمی‌کنه.» منشی سومین دفتر خانه هم تلفن را نگه می‌دارد تا با سر دفتر مشورت کند. او بعد از چند دقیقه می‌گوید: «ما فقط فرم مربوط به حق طلاق را داریم. اما اگر همه شروط را می‌خواهید باید به جای دیگری مراجعه کنید. آنها برای صدور وکالت حق طلاق مبلغ دویست هزار تومان دریافت می‌کنند.»

این بار یکی از دوستانم دفترخانه‌ای را معرفی می‌کند که خودش وکالت‌نامه‌اش را از آنجا گرفته است. کسی که گوشی تلفن را برداشته می‌گوید: «شناسنامه، کارت ملی زوج و زوجه و



عقدنامه را فراموش نکنید.» این دفترخانه اسناد رسمی برای صدور وکالت‌نامه شروط ضمن عقد مبلغ هشتصد هزار تومان دریافت می‌کند. مهر و یکی از کسانی است که برای دریافت این وکالت همه این راه‌ها را رفته و به قول خودش از هفت خوان رستم رد شده است: «سر دفتر رسماً به همسرم می‌گفت عجله نکن، بگذار جوهر عقدنامه‌ات خشک شود بعد تصمیم بگیر که می‌خواهی این حقوق را به زنت بدهی یا نه؟» مهر و تجربیاتش در این باره را در فیس بوکش نوشته اما پیام‌های خصوصی که از دوستان فیس بوکش دریافت کرده، او را شوکه کرده است: «وقتی از این سختی‌ها نوشتم، خیلی‌ها برایم کامنت‌هایی از قبیل اینکه چه حوصله‌ای داری و... مگه چقدر اهمیت داشته که این قدر دودی گذاشتند اما یک نفر در مسیج خصوصی برایم نوشت: شوهرت باید می‌فهمید تو که این قدر رو حق طلاق سمج بودی، زن زندگی نیستی و همون اول نباید می‌گرفت.» دنباله مطلب در صفحه ۵۱

Ali Driving & Traffic School

کلاس‌های تعلیم رانندگی و ترافیک علی
برای بزرگسالان و نوجوانان

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

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

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

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

آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه‌ای

(408)370-9696 ♦ (408)394-5249



Shawn Jahanbani & Lilly Yaz
Realtors

لیلی و شاهین

مشاوران املاک

DOMINE GROUP

Residential & Commercials



اگر مایل به افزایش سرمایه خود می‌باشید، با ما تماس بگیرید تا ما زمین‌های قابل تقسیم (Subdividable Lots) را به شما معرفی کنیم. ما می‌توانیم نمونه‌هایی از این نوع سرمایه‌گذاری موفق را به شما نشان دهیم!

We do Complementary Free Staging & Videography to sell your home

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

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

BRE#01506610

BRE# 01952057

Email: lillyyazrealty@gmail.com

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

را در بچیره انداختند کی در شیز است و دگر کس آن را ندید.
آنچه ابودلف نقل کرده است با محل تخت سلیمان کنونی تطبیق می کند. اما مشکل اینجا است که تخت سلیمان از دریاچه بسیار دور است و کتاب های پهلوی و برخی از کتاب های فارسی محل آنرا نزدیک دریاچه ذکر می کنند.

موضوع این گفتار، بررسی در همین اختلاف است. جای آتشکده آذرگشنسپ در کجاست؟ استاد روانشاد پورداد با آنکه محل آتشکده را در تخت سلیمان کنونی می پنداشت ولی در این باره دلی آرام نداشت. مارکوارت نیز که در کتاب ایران شهر تخت سلیمان را شیز قدیم و گنجک می پنداشت بعدها در این مورد تردید کرد و جای آن را در لیلان کنونی پنداشت و در نامه ای به استاد پورداد نوشت که تخت سلیمان در جای فراداسپ fradaspa کهن واقع شده است و گنجک یا شیز را بایستی در حوالی دریاچه ارومیه در جاده مراغه به تبریز در نزدیک لیلان جستجو کرد. مینورسکی نیز در یاددشتهای خود بر رساله ابودلف جانی را در لیلان کنونی پیشنهاد می کند.

در گفتار حاضر کوشش شده است تا آنجا که مقدور است اختلاف روایات در مورد محل آتشکده تعیین و روشن گردد.

حسن بن محمد بن حسن قمی در تاریخ قم از قول همدانی (ابن الفقیه) چنین آورده است: «اما آتش ماجشنسف که آن آتش کیخسرو است به موضع برزه آذربایجان بود، انوشیروان در حال آن نظر و فکر فرمود و آن را به شیز که اولین موضع است از مواضع آن ناحیت نقل کرد زیرا که این آتش به نزدیک ایشان بغایت عظیم و محترم بوده است و در کتاب مجوس چنین یافته ام که بر آتش آذرگشنسف فرشته موکل است و به برکه همچنین فرشته ای است و به کوهی از ناحیت آن که آن را سیلان گویند همچنین ملکی است و این فرشتگان مأمورند به تقویت و تمشیت صواب جیوش. دنباله مطلب در صفحه ۵۶»

تخت سلیمان را هم فرا می گرفته است. در میان نویسندگان دوران اسلامی، ابودلف مسعری المهلهل الخزرچی در سفرنامه خود شرح مشروعی از شیز و آتشکده آذر گشنسپ داده و دیگر مورخان و جغرافیادانان از او پیروی کرده اند. ابودلف وصف شیز و آتشکده آن را در حدود سال ۳۴۱ هجری چنین آورده است: «دیوار این شهر دریاچه ای را احاطه نموده است که وسط آن به ته نمی رسد. من وزنه ای با ریسمانی بطور چهارده هزار و کسری ذراع در آن انداختم ولی وزنه به ته دریاچه نرسید. محیط دایره این دریاچه در حدود یک جریب هاشمی است و چون خاک با آب آن خیس شود فوراً بشکل سنگ سخت در می آید. از این دریاچه هفت نهر جاری است که هر یک به آسیانی می ریزد، سپس از زیر دیوار بیرون می رود. در شیز آتشکده مهمی وجود دارد که آتش زردشتیان از آن بسوی شرق و غرب فروزان است. بر بالای گنبد این آتشکده هلالی از نقره نصب شده که طلسم آن بشمار می رود و جمعی از امرا و فاتحین خواستند آن را برچینند اما کوشش آنها بجائی نرسید. از شگفتی های این خانه آنکه کانون آن از هفتصد سال پیش فروزان است و خاکستر در آن وجود ندارد و شعله آن هیچگاه خاموش نمی گردد.

از گفتار ابودلف چنین بر می آید که آتشکده آذرگشنسپ یک آتشکده «همیشه سوز» یا «خودسوز» بوده است و ظاهراً از گاز نفت مایه می گرفته است و خاکستری نداشته است. روایات داراب هرمزدیار نیز بر خود سوز بودن این آتشکده تصریح دارد.

محمد بن محمود بن احمد طوسی در کتاب عجایب المخلوقات و غرائب الموجودات در مورد شهر شیز و آتشکده آن چنین آورده است: سوری گرد درآمده بر دریای کوچک و آتش خانه بزرگ و تخت کیخسرو آنجا بود. تختی برنجین به دو گردون کشیدندی در آنجا نهاده بود و جام گیتی نمای، تا روزگار گبران بسرآمد و اسلام ظاهر شد. گبران بترسیدند از غارت آن. آن

آذر گشنسپ

نقل از کتاب «ایرانویج»

اثر زنده یاد دکتر بهرام فره وشی



نیز آمده است و تصور می شود که نام های چیچک لو cicak-lu و cec و sisan و sisavan و sis در اطراف دریاچه در شرق و غرب و جنوب آن، شکل هایی از cec و sic قدیم را حفظ کرده اند و چون این نام مأخوذ از دریاچه است، منطقی است که نام اطراف دریاچه در دورانهای قدیم بنام شیز معروف باشد و از اینرو نمی بایستی در دورانهای کهن تاریخی در جای معینی از اطراف دریاچه بدنال شیز گشت. ناحیه شیز قدیم جای گسترده ای بوده است که شامل کرانه های دریاچه میشده است و گویا بعدها در دوره ساسانیان به مناسبت آتشکده معروف آذرگشنسپ، نام شیز به جای معینی در جنوب شرقی دریاچه اطلاق شده است و کم کم محدوده معینی را شامل گشته است. برای یافتن ناحیه شیز قدیم نباید آن را در محدوده تاریخی دوره اسلامی جستجو کنیم، خود شهر ارومیه نیز روزگاری جزء شیز قدیم بوده است و نام ارومیه نیز در بسیاری از نقشه های باقی مانده از چند صد سال پیش حتی تا نواحی

منابع تاریخی قدیم درباره محل آتشکده آذر گشنسپ با یکدیگر موافقت ندارند. برخی به ویژه کتاب های پهلوی آن را در کنار دریاچه چی چست در شیز می دانند ولی منابع دیگر از جمله مورخان و جغرافیادانان دوران اسلامی محل آن را در شیز در محل تخت سلیمان کنونی می دانند که در حدود ۱۵۰ کیلومتر از دریاچه چی چست (ارومیه) فاصله دارد. ولی هر دو روایت جای آن را در شیز تصریح می کنند. در واقع نام شیز می تواند جای هر دو نقطه باشد زیرا واژه شیز مشتق است از واژه اوستایی caecasta که نام دریاچه رضائیه است و به معنی سفید درخشان است و این گویا به مناسبت رنگ دریاست که برای نمک فراوانی که دارد از دور درخشندگی و سپیدی ویژه و باشکوهی دارد. واژه caecasta مرکب است از واژه caec و پسوند صفت تفصیلی asta. واژه caec بعدها در زبان پهلوی بصورت sic در آمده است و نام شیز دنباله تحول این واژه در فارسی است. این نام در عربی بصورت جیس و چیس و غیره

کامران پورشمسی

متخصص و مشاور در امور

خرید و فروش املاک مسکونی و تجاری



Kamran Pourshams
Experienced Professional Realtor
Residential, Commercial,
Property Management



Proven Insights.
Proven Results.

DRE# 01066478

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

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

Experienced Agent in Short Sale
& Bank Owned Properties

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

Res: (408)879-9343

Bus: (408)369-2000

Dir: (408)369-2020

Cell: (408)781-1200

419 E. Hamilton Ave., Campbell, CA 95008

Advantage in Learning LLC

تدریس خصوصی و گروهی
دروس ریاضی و فیزیک

تحت مدیریت ایمان لاله پرور - برای تمام سنین

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



Iman Lalehparvar
MS Electrical Engineering
UCLA Graduate

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

Faculty member at West Valley College, Dep. of Engineering

(408)605-9493 www.advantageinlearning.com

از آنجا که حمدالله مستوفی در دستگاه وزارت خواجه رشیدالدین فضل الله دانشمند و تاریخ نویس مشهور و مولف «جامع التواریخ» و وزیر غازان خان و الجایتو خدمت می کرده و به محافل علمی و ادبی راه داشته مقام و موقع خاصش در شغل دیوانی به او امکان داده تا قدیم ترین دستنویس های موجود شاهنامه را ببیند. از این رو به گفته استاد جلال متینی شاهنامه مصحح مستوفی «حداقل از این منظر که وی قریب پنج قرن پیش از آنکه اروپاییان-از آغاز قرن نوزدهم به بعد-به تصحیح شاهنامه بر اساس نسخه های خطی مختلف پردازند به آشفنگی نسخه های شاهنامه در دوران حیاتش پی برده بوده و به تصحیح آن بر اساس نسخه های متعددی دست زده و شاهنامه ای از خود به یادگار گذاشته است که امروز فقط دو نسخه از آن موجود است» (نامه بهارستان، س ۱۰، ش ۱۵، تهران، ۱۳۸۸)، تصحیح مستوفی از نظر زمانی حداقل سال های ۷۱۴ تا ۷۲۰ ق است. بنابراین اگر نسخه ناکامل فلورانس را به شمار نیاوریم تنها نسخه موزه بریتانیا (۶۷۵ ق) و برگردان عربی بنداری (۶۲۱ ق) بر تصحیح مستوفی مقدم اند.

و اما کار کارستان مهری بهفر، جدا از تصحیح شاهنامه، شرح یکایک ابیات، گزارش واژگان، توضیح عبارات و تعبیرات کنایی، استعاری، مجازی و ریشه شناسی واژه های ایران باستانی است، تا آنجا که خوانندگان شاهنامه، در هر سطح، می توانند این متن کهن را بدون باری و آموزگاری استاد بخوانند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۶**

اهل نظر می دانند که در تصحیح انتقادی متنی کهن مانند شاهنامه گذشته از آشنایی با روش شناسی کار، شناخت دستنویس ها، وقوف به معیارهای ادبی، زبانی، سبکی و تاریخی و احاطه بر نوع ادبی متن، آگاهی از فرامتن اساطیری و حماسی آن نیز اهمیت بسیار دارد. به گمان بهفر: بدون مقایسه درونمایه ها و نقش مایه ها و شخصیت های شاهنامه با اوستا، متون پهلوی همچون بن دهنش، مینوی خرد، ایاتکار جاماسپیک، زاد اسپرم و... بدون مقایسه آن با تاریخ طبری، تاریخ سیستان، تاریخ ثعالی، مجمع التواریخ و القصص و... مشاهده همانندی ها و ناهمانندی ها و چگونگی دگرگونی ها و دگر دسی های دربایستی که نوع ادبی اقتضا می کند و در مضامین و تصاویر و خویشکاری شخصیت ها پدید می آورد شرح شاهنامه ممکن نخواهد بود. از این روست که پژوهنده هوشمند گذشته از در نظر گرفتن نسخه های قدیم و معتبر شاهنامه متن های پهلوی و متون تاریخی قدیم ایران را مطالعه و مقایسه کرده و از بین نسخه بدل های گوناگون بهترین ضبط را برگزیده و به متن برده است.

و اما امتیازی که بهفر در کار تصحیح انتقادی از شاهنامه برای خود قائل است بهره گیری از متن کامل شاهنامه به تصحیح حمدالله مستوفی شاعر، ادیب، مورخ و جغرافی دان، در حاشیه «ظفرنامه»، تاریخ منظوم ایران بعد از اسلام است که مصححان پیشین شاهنامه از آن غافل مانده بودند.



♦ شاهنامه ی فردوسی ♦ تصحیح انتقادی و شرح یکایک ابیات از مهری بهفر ♦ دفتر یکم ♦ نشر نو، ۱۳۹۱ ♦ تهران، ۹۸۸ صفحه

این کتاب تصحیح جدیدی است از شاهنامه فردوسی (دفتر یکم: تا پایان پادشاهی فریدون)، بر پایه معتبرترین دستنویس های موجود، مانند دستنویس کامل موزه بریتانیا (۶۷۵ ق)، دستنویس ناکامل کتابخانه ملی فلورانس (۶۲۱ ق)، دستنویس تازه یاب کتابخانه سن ژوزف بیروت بازمانده از قرن هفتم و اوایل قرن هشتم و همچنین شاهنامه مکتوب در حاشیه «ظفرنامه» به تصحیح حمدالله مستوفی در ۷۲۰ ق. در این تصحیح جدید دستنویس های کتابخانه لیننگراد (۷۳۳ ق) و موسسه خاورشناسی آکادمی علوم روسیه (۸۴۹ ق) و دستنویس کتابخانه طولیقاو سرای استانبول نیز منظور شده است. مهری بهفر در پیشگفتار کتاب در توضیح ضرورت ویراست جدید کتاب، پس از گذشت ده سال از نخستین چاپ آن در سال ۱۳۸۰، یادآور می شود از آن جا که شاهنامه چاپ پیشین تنها بر اساس چاپ مسکو فراهم آمده بود او در ارائه شرح ابیات متوجه غلط

ها و افتادگی های بسیار در متن مصحح مسکو شده و به این نتیجه رسیده است که باید در کار خود از شاهنامه چاپ مسکو چشم پوشد و بنیاد شرح ابیات شاهنامه را بر دستنویس های معتبر استوار کند. از این رو ضرورت تصحیح جدیدی از شاهنامه را، نه تنها بر اساس یک نسخه، که چند نسخه قدیم و مهم و معتبر بنا می نهد و پس از پایان کار تصحیح انتقادی جدید خود شرح یکایک ابیات را آغاز می کند. بهفر به درستی کار تصحیح شاهنامه را تنها بر بنیاد یک «نسخه اساس» نمی پذیرد. به گمان او اگر تصحیح شاهنامه را بر اساس «اقدام نسخ» بگذاریم باید تنها به دستنویس کتابخانه فلورانس متکی شویم که آن هم متنی ناقص است. هر چند او حاصل کار استاد جلال خالقی مطلق را بر اساس این نسخه ارج می نهد و یادآور می شود که خدمت این استاد در تصحیح شاهنامه بیش از آن است که بعضی کسان آن را تنها در ارائه نسخه بدل ها و دگرسانی های بیش از پانزده نسخه کاهش می دهند.

حمید رئیسیه
مشاور در امور خرید و فروش املاک و وام

Hamid Reiesieh
Real Estate Broker & Finance Advisor

سرویس دوستانه،
سریع، مطمئن و حرفه ای

Cell: (408)234-5793
Office: (408)298-2591

DRE#01326116+NMLS# 344666

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

Your Trusted Advisor in
Real Estate & Mortgage

MLS 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

پیام شایانی

وکیل تصادفات و صدمات شدید بدنی

(800) 261-1314

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

Payam Mark Shayani, ESQ
Accident Attorney

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

(916)442-9999

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

(408)777-8867

2880 Zanker Road, Suite 203
San Jose, CA 95134

(925)777-0432

425 Market Street, Suite 200
San Francisco, CA 94105

تنها اعتقادی که دارند اینست که هر جا خری هست پالاند و هر جا دری هست دالاند و این است که هزار سال دیگر و صد هزار سال دیگر نیز تا دوروی، نبرنگ و تقلب بر جامعه ای حکمفرماست، امید درستی و پیشرفت در آن جامعه نیست که نیست که نیست.

یادم می آید زمان شاه و دوران نوجوانی ما، هر آخوندی که سر منبر می رفت یکی از کلمات قصار امام حسین این بود که ای مردم اگر دین ندارید لاقلاً آزاده باشید. در تعریف آزادگی باید گفت که اولین شرط آزادگی در راست گوئی و حقیقت طلبی است که حتی این نخودهای هر آش که خود را در میان طرفداران حسین جا می زنند، خودشان می دانند که دین ندارند، حتی حرف همان سرور شیعیان را نیز اجرا نمی کنند که می گوید اگر دین ندارید آزاده باشید.

آن زمان در مساجد و تکایا هر کس دلش می خواست می رفت یا نمی رفت، یعنی همان حرفی که حسین بن علی گفته، آزاد بود و آزادگی داشت و تصمیم می گرفت که در عاشورای حسینی شرکت کند یا نکند، اما این روزها نمی دانم چه شده که این آزادی را که دارند، آزادگی را از آنها گرفته و دورو، دروغگو و سیاهکار و سیاه دل خود را در مجالس حسینی جا می زنند و آپروی آنها را که خلوص نیتی دارند و خب اعتقادی دارند را نیز از میان می برند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۵**

و به سر و کله اش نیز زنجیر می کوبد. و وقتی از او می پرسی که آفاجان تو که خودت بارها گفته ای که من به خرافات اعتقادی ندارم، پس چه مرگت شده که خرافاتی تر از هر ابله تر از خودت می شوی؟ یا می پرسی که آفاجان، آیا آش و خورش نذری اینقدر ارزش دارد که تو بروی و به دروغ برای امام حسین به سر و کله ات بزنی؟!

پاسخش می دانی چیست؟! این است که حالا تو چرا خودت را پاره می کنی! در داخل مملکت هر کس برای خود دلیلی می تراشد و در چنین مراسم هایی شرکت می کند، اما تو که در خارج زندگی میکنی و مجبور هم نیستی. کسی هم تو را به زور به این گونه محافل نمی برد. خودت باید تصمیم بگیری، خودت باید فکر کنی که هر چه دلت خواست آن کنی.

بگذریم، امیدوارم داعشی های وطنی دلگیر نشوند، چرا که حتی این دروغگویان که در هر مجلسی و در هر محفلی خود را از اهل همان مجلس و محفل می دانند از همان گروه دورو و دورنگ هستند که آپروی حقیقت را راحت می برند و بلافاصله از مجلس سینه زنی راهی محفلی دیگر می شوند که محفلی آنچنانی است و شرم آور، اما چه فایده، این لجن ترین مردم روی زمین یعنی دو دوزه بازان که در جائی مسلمان و در جای دیگر کافرند



یکی سینه سمن

مسعود سپند

ریاکاران حرفه ای

و پیغمبری ندارند. بعضی ها از آنها مدعی روشنفکری و روشن گرایی نیز هستند و در چنین محافلی ابرو بالا می اندازند و از حادثه ای که ۱۴۰۰ سال پیش اتفاق افتاده انتقاد که می کنند هیچ، افترا هم می زنند. آدم از دیدن این گونه انسان ها واقعا شاخ از پیشانی اش سبز می شود. و چنین است که واژه ریا که سرچشمه اصلی آن آخوندها و دین فروشان هستند، در ذهن انسان های کج رفتار و نا آگاه جان می گیرد ولی حقیقت و راستی در اندیشه های نادرستان می میرد و گم و گور می شود. حزب الهی جماعت، در کار و اعمال خود، خیال می کنند که صداقت دارند اما این صداقت ارزشش هزار برابر بیشتر از یک دروغگوی حرفه ایست که جز توهین به مقدسات حرف دیگری ندارد و در هر جائی خودش را برای امام یا پیغمبری پاره می کند، یقه جرّ می دهد، سینه می زند

شنیدم که در عاشورای حسینی گروهی از ریاکاران حرفه ای خود را از طرفداران حسین مظلوم جا زده و به همانگونه که در محافل غیردینی بیش از دیگران ضد دین و مذهب می شوند در آنجا از طرفداران حقیقی و واقعی و صد در صد خالص امام حسین بیشتر داد و فریاد راه انداخته بودند. گروهی هستند که به هردلیلی و یا حتی با عشق، از اهل بیت طرفداری می کنند و از عاشقان درگاه حسین اند. خوب دوست دارند و در اعتقاد خود صداقتی دارند که بسیار پسندیده و مربوط به خودشان است. درد من این است که ریاکاران حرفه ای و اعضاء حزب محترم! باد که از هر طرف باد بیاید چار شاخ می زنند و در محافل رندان و بی دینان چنان خود را طرفدار جدائی دین از حکومت می دانند و کافرنامی می کنند که پنداری سالهاست با دین و ایمان قهر کرده و اصلاً کاری به هیچ خدا

رستوران فیمس کباب



غذای هر ملتی بخشی از فرهنگ آن مردم است

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



کیتیرینگ کامل میهمانی و جشن های شما در سراسر شمال کالیفرنیا

رستوران فیمس کباب با افتخار از شما پذیرایی می کند.

(916) 483-1700

www.famouskabob.com

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



Fataneh Hooshdaran, D.C.

دکتر فتانه هوشداران

کایروپراکتر

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

www.chiropracticusaca.com

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

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



مطب مجهز به دستگاههای فیزیکیال تراپی و

ماساژ طبی، ورزشی، Aqua Med Massage

Serving: San Jose & Santa Clara

اکثر بیمه های درمانی پذیرفته می شود

(408) 712-3788

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

(408) 244-7677

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

داستان

هفت... هنگامیکه «دیوانگی» به صد رسید، «عشق» پرید و در بوته گل رز پنهان شد. «دیوانگی» فریاد زد دارم میام...دارم میام... اولین کسی را که پیدا کرد «تنبلی» بود. زیرا «تنبلی»، تنبلی اش آمده بود جایی پنهان شود، و «لطافت» را یافت که به شاخ ماه آویزان بود. «دروغ» ته چاه. «هوس» در مرکز زمین. یکی یکی همه را پیدا کرد جز «عشق». او از یافتن «عشق» ناامید شده بود. «حسادت» در گوشه‌هایش زمزمه کرد: تو فقط باید «عشق» را پیدا کنی... او پشت بوته گل رز است. دیوانگی شاخه چنگک ماندی را از درخت کند و با شدت و هیجان زیاد آن را در بوته گل رز فروگرد... دوباره و دوباره این کار را تکرار کرد تا اینکه با صدای ناله ای متوقف شد. «عشق» از پشت بوته بیرون آمد... اما با دستهایش صورت خود را پوشانده بود و از میان انگشتانش قطرات خون بیرون می زد. شاخه ها به چشمان «عشق» فرو رفته بودند و او نمی توانست جایی را ببیند. او کور شده بود... دیوانگی فریاد زد: من چه کردم! من چه کردم! چگونه می توانم تو را درمان کنم؟! «عشق» پاسخ داد: تو نمی توانی مرا درمان کنی، اما اگر می خواهی کاری کنی، راهنمای من شو. و اینگونه شد که از آن روز به بعد «عشق» کور است... و «دیوانگی» همواره در کنار اوست.

روزی همه فضایل و تباهی ها دور هم جمع شدند. آنها از بیکاری خسته و کسل شده بودند. خسته تر و کسل تر از همیشه. ناگهان «ذکاوت» ایستاد و گفت: بیایید یک بازی بکنیم. مثلا "قایم باشک". همه از این پیشنهاد شاد شدند. «دیوانگی» فوراً فریاد زد: من چشم می گذارم... من چشم می گذارم... و از آنجایی که هیچ کس نمی خواست به دنبال «دیوانگی» برود همه قبول کردند او چشم بگذارد و به دنبال آنها بگردد. «دیوانگی» جلوی درختی رفت و چشمهایش را بست و شروع کرد به شمردن... یک... دو... سه... چهار... همه رفتند تا جایی پنهان شوند. «لطافت» خود را به شاخ ماه آویزان کرد. «خیانت» داخل انبوهی از زباله پنهان شد. «اصالت» در میان ابرها مخفی گشت. «هوس» به مرکز زمین رفت. «دروغ» گفت زیر سنگی می روم اما به ته دریا رفت. «طمع» داخل کیسه ای که دوخته بود مخفی شد. و «دیوانگی» مشغول شمردن بود. هفتاد و نه... هشتاد... هشتاد و یک... همه پنهان شده بودند به جز "عشق" که همواره مردد بود و نمیتوانست تصمیم بگیرد. جای تعجب هم نیست! چون همه می دانیم پنهان کردن عشق مشکل است. در همین حال «دیوانگی» به پایان شمارش می رسید. نود و پنج... نود و شش... نود و

با هادی خرسندی



www.asgharagha.com
hadikhorsandi@aol.com

طنز کوتاه «قدرت»

-سلام پدر، چطوره اوضاع؟
عالی
-بسج؟
توب!
-سپاه؟
تانک
-ارتش؟
مسلسل
-اسد؟
ممنون
-حزب الله؟
نک گیر
-پوتین؟
در خدمت
-انگلیس؟
کاسه لیس
-آمریکا؟
چشم به راه
-چین؟
در رکاب
-یعنی ما پر قدرت ترینیم؟
درسته
-دیگه ما از کی میترسیم؟
هیچکی
-مخالفان؟
اوین
-دیگه؟
گوهردشت
-بیشتر بگو حال کنیم
فزلحصار. عادل آباد شیراز. هزار جای پیدا
و پنهان
-زهرچشم ها؟

گرفته
-تخم ها؟
کشیده
-اعدام ها؟
رو به راه
-تو تاریخ این مملکت کسی دیگه این قدرت را داشته؟
نه
-بینم این نرگس محمدی کیه دیگه؟
نایب رییس کانون مدافعان حقوق بشر
-مورچه چیه که کله پاچه ش باشه مجتبا!
دلشون خوشه. زنه انگار تو زندونه
میدونم ولی حالش خوب نیست بردنش
مریضخونه. دوتا مریضی داره آمبولی ریه
و فلج عضلانی
-شما همه چیزو در جریانین پدر
همین را میخواستیم بگم. برو مریضخونه بگو
این زنه را ببندند به تخت
-همین آمبولی فلجه رو؟
بعله. بگو دست و پاش را زنجیر کنند به
تخت
-حرف توش در نمیاد پدر؟
ما مگه از کسی ترس و واهمه ای داریم.
الان صحبت قدرتمون بود. برو تا دیر نشده
بگو ببندنش. کار از محکم کاری عیب
نمیکنه!
خبر: «پس از اعزام خانم محمدی به
بیمارستان به علت آمبولی ریه و فلج
عضلانی، دست و پای او را با وجود
اعتراضهای پزشکهای معالج، به تخت
بسته و یک مأمور زن به صورت ۲۴ ساعته
در کنار تخت او حضور دارد.»



مشاوری کوشا، با تجربه و آگاه
در خرید و فروش
املاک مسکونی و تجاری
با بیش از بیست سال اقامت
در شهر دنویل در San Ramon Valley
Emon Komeily / Realtor
COLDWELL BANKER



اگر از گرانی بی حد و اندازه خانه، کرایه مسکن و ازدهام ترافیک در S. Bay و N. Bay به امان آمده اید، یا اگر به فکر نقل مکان به شهرهای San Ramon Valley, Tri Valley و حومه و دسترسی به مدارس عالی برای فرزندان و بهره بردن از طبیعت زیبا، یا قصد فروش منزلتان را در نواحی اطراف دارید با من تماس حاصل فرمایید!

This the Best time of the year for serious Buyers to Buy their home!
Mobile: (510)912-9292
ekomeily@gmail.com **CalBRE #01946899**

Wedding and Entertainment Coordinator
www.niosha.com
Niosha Dance Academy
DISCOVER THE UNIQUENESS
For the wedding of your dreams let Niosha blend music, dance and tradition into an unforgettable event.
To schedule a free consult please call 408-656-6565 or email niosha@niosha.com



معنای تاخیر زبانی را از نظر عام با معنای علمی آن درک کنیم. تاخیر زبانی در معنای عام به معنای آن است که کودک دیرتر از زمان میانگین، آغاز به صحبت کردن می‌کند و این در

این دلیل است که این کودکان در حال فراگیری دو سیستم زبانی هستند و به زمان بیشتری برای شروع گفتار نیاز دارند چرا که در حال فراگیری دو برابر کلمات یک زبانه‌ها هستند.

سردرگمی زبانی

بسیاری بر این باورند که تاخیر زبانی بعدها منجر به سردرگمی زبانی نیز می‌شود. به این معنی که کودک، دو زبان را نمی‌تواند از هم تفکیک کند و به اصطلاح آن‌ها را باهم قاطی می‌کند.

راه‌کارهای پیشنهادی برای

جلوگیری از سردرگمی زبانی کودک

یکی از روش‌های پیشنهادی محققانی مانند ایزنبرگ، مورکف و هاتاوی این است که از روش «یک شخص - یک زبان» استفاده شود. در این روش پدر و مادر یا دو نفری که بیشتر با کودک در ارتباط هستند هر کدام از یک زبان در ارتباط با کودک استفاده می‌کنند و در یک مکالمه با کودک هرگز هر دوی آن‌ها از یک زبان واحد استفاده نمی‌کنند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۱**

معنای علمی به معنای ناتوانی در صحبت کردن است. این اتفاق یا به تنهایی رخ می‌دهد و یا همراه با مشکلات دیگری همچون لکنت زبان اتفاق می‌افتد.

به طور کلی تاخیر زبانی در تعریف دوم یعنی از نظر علمی، به یک زبانه یا دو زبانه بودن کودک هیچ ارتباطی ندارد. تفاوت نداشتن این دو تعریف منجر به نگرانی‌های زیادی برای والدین می‌شود. برخی بر این باورند که فراگیری دو زبان ممکن است منجر به «تاخیر زبانی» شود. اما بر اساس مطالعات دانشگاه شیکاگو هیچ شواهد تجربی وجود ندارد که دوزبانگی را دلیلی بر تاخیر در فراگیری زبان اعلام کند. بسیاری از کودکان در سراسر دنیا به صورت دوزبانه یا حتی چند زبانه بزرگ می‌شوند در حالی که نشانه‌ای از تاخیر زبانی و یا ناتوانی در مهارت‌های زبانی در آن‌ها دیده نشده است.

اگرچه هیچ نتیجه و نظریه علمی مبنی بر تاخیر زبانی در کودکان دوزبانه وجود ندارد اما با مقایسه کودکان دوزبانه و تک زبانه می‌توان گفت تاخیر در صحبت کردن کودک دوزبانه به

کودکان مهاجر و زبان دوم سردرگمی یا مهارت؟

دنا دادبه

بسیاری از ما ممکن است تجربه آموزش کودکان به زبانی غیر از زبان مادری در خارج از ایران داشته باشیم. حتی ممکن است اولین روز فرستادن آن‌ها به مهدکودک یا مدرسه برایمان اضطراب‌آور نیز بوده باشد. واقعیت این است که مواجهه کودک با زبان جدید در کشوری جدید و فرهنگی متفاوت می‌تواند در رشد ذهنی و شخصیتی او اثر داشته باشد. سوال این است که این تاثیر منفی است یا مثبت؟

مطالعات محققان دانشگاه شیکاگو نشان می‌دهد که آموختن زبان دوم قبل از شش سالگی سبب کسب مهارت‌های ارتباطی و رشد هوش هیجانی کودک می‌شود. از سوی دیگر مطالعاتی که چندی پیش توسط محققان دانشگاه آکسفورد انجام شد نشان می‌دهد که یادگیری زبان دوم در سنین کودکی تکامل و فعالیت مغز در بزرگسالی را تحت تاثیر قرار می‌دهد. این تحقیق عنوان می‌کند یادگیری زبان دوم در سنین کودکی باعث تحریک و رشد نورون‌های جدید می‌شود و ارتباطات سلول‌های عصبی به اندازه‌ای قوی می‌شود که کودک را به یک نیروی شناسایی و تجزیه تحلیل بسیار قوی مجهز می‌کند.

یک دکتر زبان‌شناسی و مربی کودک در ایران معتقد است یادگیری دو زبان در یک زمان مزایای زبان‌شناختی بسیاری دارد؛ مغز را به صورتی متفاوت توسعه می‌دهد، انعطاف

پذیری ذهنی بالاتر، خلاقیت بیشتر و ایده‌های نوتری را در کودک پرورش می‌دهد. کودکان دوزبانه این توانایی را دارند که به مشکلات و مسائل، چه بزرگ و چه کوچک، از جنبه‌های متفاوتی نگاه کنند. لغات می‌توانند معانی زیادی داشته باشند؛ مشکلات می‌توانند راه حل‌های بسیاری داشته باشند؛ موقعیت‌ها می‌توانند از دیدگاه‌های مختلف بررسی شوند. زمانی که کودکان به دو زبان فکر می‌کنند، هنگام مواجه شدن با موضوعات و مسائل پیچیده به آسانی بیشتر از یک راه به ذهن‌شان خطور خواهد کرد.

در عین حال که مواجهه با زبان جدید محرکی قوی در رشد شخصیت کودک به حساب می‌آید می‌تواند مشکلات دیگری نیز به همراه داشته باشد. مشکلات را می‌توان به دو گروه «زبانی» و «اجتماعی» تقسیم‌بندی کرد.

مشکلات زبانی - تاخیر زمانی زبان

بسیار مهم است که بتوانیم تفاوت میان

بسیار مهم است که بتوانیم تفاوت میان

بسیار مهم است که بتوانیم تفاوت میان

بسیار مهم است که بتوانیم تفاوت میان

بسیار مهم است که بتوانیم تفاوت میان

بسیار مهم است که بتوانیم تفاوت میان

بسیار مهم است که بتوانیم تفاوت میان

بسیار مهم است که بتوانیم تفاوت میان

بسیار مهم است که بتوانیم تفاوت میان

بسیار مهم است که بتوانیم تفاوت میان

بسیار مهم است که بتوانیم تفاوت میان

بسیار مهم است که بتوانیم تفاوت میان

هنرستان موسیقی نژاد

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

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



(408)559-7864

Cell: (408)771-3996

کلاس‌های خصوصی و گروهی

14505 Union Ave San Jose, CA 95124

www.nejadmusic.com

دیگری را بپردازد. هدف این قانون، این است که زوج پردرآمدتر صرفاً به دلیل برتری مالی خود نسبت به زوج دیگر از قدرت بیشتری برای حل و فصل مسائل حقوقی برخوردار نباشد. این نابرابری مالی می تواند بر اساس درآمد یا دارایی باشد. البته بعضی اوقات دارایی مورد نظر حساب بانکی، پول نقد یا چیز قابل برداشتی از این قبیل نیست. مثلاً دارایی یکی از زوجین می تواند حساب بازنشستگی باشد. در این صورت، دادگاه می تواند رای دهد که فردی که حساب بازنشستگی به نام اوست روی آن حساب وام بگیرد و آن وام را صرف هزینه وکالت خود و زوج دیگر نماید. مساله دیگری که باید خاطر نشان کرد این است که مواردی چون حضانت (Custody) فرزندان، از مواردی است که شاید بتوان بدون استخدام وکیل آن را به انجام رساند. البته در بعضی موارد، مساله حضانت می تواند پیچیده باشد مخصوصاً اگر یکی از والدین قصد نقل مکان به شهر، ایالت، و یا کشور دیگری داشته باشد. در مواردی نیز که خطر خشونت خانوادگی یا ربودن فرزندان توسط یکی از والدین وجود دارد، حتماً باید تلاش کرد تا با یک وکیل مشورت نمود. در غیر اینصورت، مساله حضانت را می توان با شرکت در میانجیگری (Mediation) رایگان که خود دادگاه خانواده فراهم می کند حل نمود. مطالب فوق مشاوره حقوقی نمی باشد و صرفاً برای اطلاع عمومی خوانندگان محترم ماهنامه پژواک بیان شده است.

بدون اینکه اینجانب قصد انکار وجود وکلایی از این قبیل را داشته باشم، باید بگویم که چنین برداشتی در بسیاری از موارد درست نیست. بسیاری از افرادی که چنین تجربه هایی را داشته اند، اغلب خود یا طرف مقابل آنها حاضر به همکاری برای پایان دادن به پرونده خود نبوده اند.

گذشته از بحث فوق، اولین گامی که افرادی که با اختلافات خانوادگی درگیرند باید بردارند، این تصمیم است که آیا نیاز به وکیل خانواده دارند یا خیر. اگر شما مدت طولانی مزدوج نبوده اید و فرزند یا دارایی خاصی پس از ازدواج به دست نیاورده اید، شاید به تنهایی بتوانید پرونده خود را شروع و به سرانجام برسانید. خوشبختانه، اغلب دادگاههای خانواده در کاوتی های مختلف، بخشی به نام Self-help Center دارند که به شما کمک می کنند تا با روند انجام کارهای مربوط به پرونده خود آشنا شوید. مثلاً، این مراکز حداقل به شما یاد می دهند که چه فرم یا مدارکی را باید کامل کنید و به دادگاه ارائه نمایید.

از طرف دیگر، شاید شرایط شما و مسائل خانوادگی شما به قدری پیچیده باشد که به تنهایی نتوانید از انجام آن برآید اما توان مالی برای استخدام وکیل را هم ندارید. یکی از مواردی که می تواند به شما کمک کند تا بتوانید وکیل استخدام کنید، قوانین خانواده ایالت کالیفرنیاست که براساس آن اگر میان زوجین نابرابری مالی وجود دارد، زوجی که از شرایط مالی بهتری برخوردار است باید هزینه وکیل

آیا برای رسیدگی به پرونده خود در دادگاه خانواده نیاز به وکیل دارید؟

نیاز دارید. ولی آیا با دانستن این موارد می توانید خود را مداوا کنید؟ اگر درمان بیماری شما با استفاده از داروی به آسانی قابل دسترس ممکن باشد، آنگاه شاید بتوانید بدون نیاز به مراجعه به پزشک خود را درمان کنید، اما اگر درمان بیماری شما نیاز به درمانی پیچیده تر داشته باشد چطور؟ آیا باز هم حاضرید شخصاً و بدون کمک پزشک به درمان خود اقدام کنید؟ متأسفانه نگرانیهای متعددی در مورد مراجعه به یک وکیل برای رسیدگی به مشکلات حقوقی خانوادگی وجود دارد. مثلاً، بسیاری از افراد از تجربه بد دوستان و آشنایان خود در مورد پرداخت هزینه های هنگفت به وکیل شنیده اند و به این ترتیب از استخدام وکیل واهمه دارند. برخی دیگر علاوه بر این، شرح حال افراي را شنیده اند که وکلای آنها به اختلافات آنها افزوده اند و زوجین را بیش از پیش دچار اختلافات پیچیده کرده اند.

افرادی که در جریان جدایی و اختلافات خانوادگی قرار دارند، علاوه بر استرس و نگرانیهای مربوط به شرایط خود، مجبورند با مسائل قانونی پیچیده مرتبط با مسائل خود دست و پنجه نرم کنند. در این شرایط، افراد به کسانی که وضعیت مشابه آنها را تجربه کرده اند یا به اینترنت رجوع می کنند تا جواب سوالهای خود را تا حدی پیدا کنند. با این همه، خیلی از این افراد جواب قانع کننده ای برای سوالهای خود نمی گیرند و تصمیم می گیرند تا با یک وکیل در مورد مسائل حقوقی خود مشورت کنند.

اولین نکته ای که باید در نظر داشت این است که رسیدگی به مسائل حقوقی صرفاً پاسخ دادن به سوال نیست بلکه برطرف کردن مشکل است. به عنوان مثال، شما وقتی بیمار هستید، شاید بتوانید بیماری خود را به درستی تشخیص دهید و بدانید برای درمان آن بیماری به چه مداوایی



بابک رحیم زاده

Bobby Rahim

IRS Enrolled Agent





Personal & Business Federal & State Tax Return Filing

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

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

1900 Camden Ave, Suite 204
San Jose, CA 95124

(408) 247-5626
(408) 899-8727

www.BandRaccounting.com

دارد. در اطراف چادرها طناب هایی کوتاه دوخته شده است که چادر را از باد و طوفان، حفظ می کند. در هر چادر معمولاً چهار نفر جای می گیرند، ولی کولی ها در هر چادر، شش الی هفت نفر را جای می دهند. قیمت این چادرها از صد تا سیصد تومان است که در بازار به فروش می رسد. البته، چادرهایی با قیمت های بالاتر هم وجود دارد، ولی کولی ها چادرهای با قیمت پایین، از صد تا سیصد تومان را مورد استفاده قرار می دهند.

مهمترین وسیله برای معیشت کولی ها آهنگری است، آنها با ساختن وسایلی از قبیل بیل، بیلچه، انبر، سه پایه، سیخ کباب، خاک انداز، آتش گردان، داس، چاقو، تبر، ساطور، قیچی، کلنگ، تیشه و قندشکن زندگی خود را می گذرانند.

در کنار آهنگری، دختران که از رفتن آنها به شهر ممانعت می گردد و پیر زانی که از راه پیمایی و فروش اجناس در شهر، عاجزند و پیرمردانی که دیگر قدرت زدن پتک را ندارند به ساختن سبد و غربال و سَرند می پردازند. بعضی از مردان قبیله نیز، به کار خراطی، برای ساختن دسته بیل و داس و دیگر وسایلی مشغولند. معمولاً این وسایلی، بسیار ساده ساخته می شوند و با روحیه دست نخورده مردان، که اکثراً در کوه و دشت و بیابان به سر می برند، تطبیق می کند. از نقش ها و ترکیبات پیچیده در این وسایلی، استفاده نمی کنند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۴**

و هم زمان خیکی را که پایین برده بود، بالا می آورد. حسن این نوع دم این است که به دلیل هم زمان بالا و پایین بردن خیک ها یک جریان مداوم باد، به درون کوره می رود و دائماً جریان هوا به ذغال ها نفوذ می کند و ذغالها زودتر سرخ می شوند و آهن سریعتر گداخته می گردد.

وقتی که کوره ها آماده شدند و دم ها را وصل کردند، مردان به استراحت می پردازند، تا صبح دیگر فرا رسد و آنان به کار آهنگری، مشغول شوند. زنان نیز زمانی که آب آورده اند و غذا آماده کرده اند در کنار شوهران و فرزندانشان استراحت می کنند و یا با زنان دیگر قبیله در یک چادر جمع می شوند و به صحبت می پردازند، تا پاسی از شب بگذرد و آنگاه به چادرهای خویش باز می گردند، تا صبح که باید بچه های شیری و کوچک را به پشت خود ببندند و اسباب و ابزار فروش را جمع کنند و به داخل شهر، یا ده بروند و آنها را تا عصر و غروب بفروشند.

در مورد برپا نگه داشتن چادر و ساختمان آنها باید بگویم: چادر قبایل کولی، ساده ترین چادری است که در ایران از آن استفاده می شود. رنگ چادرها، سیاه است و جنس آن از برزنت می باشد. شکل ظاهری این چادرها شبیه به هشت است. دو تیر چوبی، یکی در جلو و دیگری در عقب، هر چادر را سرپا نگه می دارد و دو طناب بلند که به نوک چادرها وصل است آنها را در زمین، محکم نگه می



زندگی و پیدایش کولیان

سخنی کوتاه در مورد کولی ها (غربتی ها)

در میان مجلدات پژوهشی که در مورد فولکور و آداب و رسوم ایران زمین زیر نظر همسرم دکتر بهرام فره وش صورت پذیرفته بود و وی سفارش چاپ و نگهداری آنرا بر من واگذار شده بود و من خود را مدیون انجام این سفارش می دانستم، روزی دفتری را یافتیم با نام کولی ها که برایم جالب بود. تحقیقی بود با همیاری پژوهشگری ارجمند به نام آقای م. مقدسیان و با یاری روانشاد فریدون رهنما و گروه روایانی که مجموعه نقل قول های ایشان فراهم آمدن مجموعه را میسر ساخته بود. روایانی که سنسال که فرهنگ سرزمینی را سینه به سینه محفوظ داشته اند تا امروز به ما بپسارند و آنچه که این درخت پُربار را برپا داشته است ریشه در آن دوره دارد. من زمانی نزدیک به دو سال برای آماده سازی و ویراستاری و تصحیح و گاه پژوهشی دوباره در مورد نوشته ها پشت سر گذاشته و گاهی با تردید و وسواس در مورد درست و نادرست بودن یک لغت یا یک مطلب وقتی بس طولانی را از دست می دادم و خود هفته ها به کنکاشی دوباره می پرداختم تا بالاخره این دفتر به صورت کتابی با نام کولی ها (غربتی ها) در سال ۱۳۸۶ یعنی هشت سال پیش به چاپ رسید و آنچه که در این نوشته به نظر می رسد قسمت هایی از این کتاب است که به صورت نوشته هایی دنباله دار از این پس در اینجا منعکس می شود. سپاس ما فرزندان ایران زمین بر بزرگانی که بِن مایه حفظ و نگهداری آن فرهنگ کهن هستند.

استفاده می کنند دو نوع است:

۱- این دم تشکیل شده از دو صفحه بزرگ چوبی، به شکل قلب که در قسمت پایین به هم متصل و لوله ای از آن خارج شده است. این دو صفحه، طوری به هم وصل شده اند که دو صفحه روی هم قرار می گیرند. دور تا دور این دو صفحه بوسیله قطعات چرم، به هم دوخته شده، که انعطاف زیادی دارند و به هم متصل شده اند، این قطعات چرم به هم دوخته شده شبیه به صفحات وسط اکوردیون می باشد. این چرم ها که بر دور و لبه دو صفحه چوبی، به جز قسمت انتهایی دوخته شده، ایجاد فضایی در درون صفحات می کند که هوا در آن جمع و فشرده می گردد و از سوراخ انتهایی آن خارج می شود. یکی از این دو صفحه ها را روی زمین به وسیله میخ محکم می کنند و صفحه دیگر را به یک اهرم، وصل می نمایند. وقتی اهرم را می کشند، صفحه بلند می شود و هوا در زیر آن ذخیره می گردد بعد که اهرم را رها می کنند، به صفحه فشار می آید و هوا به درون لوله می رود و با ذغال برخورد می کند. از این نوع دم، آهنگران در شهرها نیز استفاده می کنند.

۲- نوع دیگر آن عبارت است از دو خیک ساخته شده از پوست گوسفند یا گاو که نوک آنها به یک لوله متصل است و آن لوله با کوره در تماس است. قسمت دیگر این دو خیک به دو چوب دوخته شده است.

دنباله مطلب از ماه گذشته...
وقتی سایه بان ساخته و آماده شد، شروع به ساختن کوره برای گداخته کردن آهن می کنند. در قبایل کولی معمولاً دو نوع کوره ساخته می شود.

۱- آنها که در زیر چادر کار می کنند. روی زمین زیر چادر، چاله ای به شکل یک کاسه که قطر دهانه آن معمولاً سی سانتی متر و گودی آن، بیست سانتی متر است حفر می کنند و در کنار این گودال شیباری به عمق گودال، ایجاد می کنند و لوله را در آن شیار، قرار می دهند، طوری که سرآزاد لوله دم، چسبیده به گودال قرار بگیرد و بعد روی شیار را با گل می پوشانند. روی گودال، چارپایه آهنی به ارتفاع ۲۰ سانتی متر قرار می دهند. بعد ذغال سنگ در گودال می ریزند و ذغال که سرخ شد، آهن را میان ذغال سنگ ها جای می دهند. چهارپایه ای که روی گودال قرار می دهند هم آتش را حفاظت می کند و هم برای دم کردن چای و گرم کردن و پختن غذا مورد استفاده قرار می گیرد.

۲- آنها که در زیر سایه بان آهنگری می کنند، کوره های کامل تری می سازند و اول نظیر کوره قبلی گودال و شیباری تقریباً به شکل و اندازه قبلی می سازند و لوله دم را در آن قرار می دهند، بعد دور گودال چهار دیوار گلی به شکل مکعب مستطیل می کشند و روی بدنه یکی از این مستطیل ها سوراخی به شکل نعل اسب، برای بیرون آوردن و گذاشتن آهن در کوره ایجاد می کنند، بعد لبه بالایی این مکعب مستطیل را با گل، به صورت دایره بالا می برند و لوله ای به شکل دودکش روی آن می گذارند و روی لوله را با گل، می پوشانند. دم، که برای روشن نگه داشتن و سرخ کردن ذغال سنگ ها و گداخته کردن آهن، از آن

حمید ابطحی

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

Hamid Abtahi



منطقه
منطقه
منطقه

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

Location! Location! Location!
Why Do You Pay Rent?!

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

hamid@true-vision.com + DRE# 01071456



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

12376 Saratoga Sunnyvale Rd. Saratoga, CA.95070

خیابان سی تیر، نماد همزیستی دوستانه مذاهب

رامین سالمی

خیابان «سی تیر» را در تهران که پیش از انقلاب خیابان «قوام السلطنه» نام داشت می توان نماد عینی همزیستی مسالمت آمیز و دوستانه ادیان در ایران دانست. این خیابان که حدود سه کیلومتر طول دارد، چندین مسجد مسلمانان، کنیسه یهودیان، کلیسای مسیحیان و آتشکده زرتشتیان را در خود جای داده است. این مکان های مذهبی از ده ها سال قبل در این خیابان ساخته شده و در همه این سال ها فعالیت کرده اند.

در خیابان سی تیر دو کلیسا، دو مسجد، یک کنیسه، یک آتشکده زرتشتی و چند مدرسه برای بچه های زرتشتی، کلیسی و ارمنی وجود دارد و همین امر باعث شده تا هم چنان پیروان این مذاهب گذارشان به این خیابان بیفتد. مدرسه و آتشکده زرتشتی «فیروز بهرام» درست روبه روی کلیسای ارمنی «حضرت مریم» در سمت چپ خیابان و کمی پایین تر، کلیسای «حضرت پطرس» قرار گرفته است. در کوچه های پشتی هم کنیسه «حییم» یهودیان را می توان دید. اندکی پایین تر از کنیسه، در یکی از کوچه های فرعی، یک مسجد ساخته شده است.

طبق اسناد تاریخی، گفته می شود بخشی از زمین های اطراف این خیابان متعلق به «پیرم خان ارمنی» و مالکیت سمت دیگر خیابان هم در دست ارباب «جمشید کیخسرو»، دومین نماینده زرتشتیان در مجلس بوده که در زمان خود شخصیت و رجل سیاسی بسیار معروفی به شمار می رفته است.

کوچه ای که در کنار موزه «آبگینه» در سمت راست خیابان سی تیر قرار دارد، در زمان پهلوی دوم بنا شده و اکنون محل عبادت مسلمانان است. در یکی از کوچه های فرعی این خیابان، کمی پایین تر از خیابان جمهوری هم یک مسجد جدید در حال ساخت است. از دیگر بناهای مذهبی موجود در این خیابان می توان به کنیسه حییم یهودیان اشاره کرد. کنیسه حییم نخستین کنیسه ای بود که در سال ۱۲۹۲ خورشیدی در خارج از محله «عودلجان» که مرکز اصلی سکونت یهودیان بود، در کوچه «ایرج» یکی از کوچه های فرعی



معبد زرتشتیان

خیابان سی تیر (قوام السلطنه سابق) ساخته شد. گفته می شود این کنیسه اولین کنیسه شهری در تاریخ ایران است. پیروان آیین یهودیت پیش از آن بیش تر در محدوده محله های یهودی نشین، یعنی محله «عودلجان» کنیسه داشتند. کنیسه های قدیمی تر هم بیش تر در خیابان سیروس بودند.

ساخت کنیسه حییم را تاریخ نویسان نتیجه تحولات مشروطه می دانند چرا که طی آن،

یهودیان در مجلس دارای وکیل شدند. قدمت کنیسه حییم بیش از یک قرن است و توسط «سلیمان حییم»، نویسنده «فرهنگ حییم» ساخته شده است. بعدها در اطراف این کنیسه، خانه های جامعه یهودی به تدریج ساخته شدند. در جنگ جهانی دوم مهاجران لهستانی وارد ایران شده و یهودیان ایرانی میهمان دار یهودیان لهستان می شوند و در کنار کنیسه حییم، لهستانی ها یک کنیسه مختص خود می سازند. بعدها این کنیسه هم در اختیار یهودیان ایرانی قرار گرفت.

این کنیسه هنوز هم در همان محل قرار دارد با دری آبی رنگ که بر روی آن با حروف بزرگ فارسی و عبری نوشته شده است کلیسای حییم. به علت تاریخ مهم و جالب توجه و سرگذشت این کنیسه، قرار بر این است که با همکاری سازمان میراث فرهنگی، انجمن کلیمیان و متصدیان این کنیسه، این مکان به موزه کلیمیان ایران مبدل شود. مجموعه کلیسای حضرت مریم و موزه کلیساهای ارمنی ایران از دیگر ساختمان های این خیابان است؛ حیاطی بزرگ و ساختمان هایی با نمای خاکستری رنگ. این کلیسا از لحاظ نما و معماری بسیار شبیه کلیساهای ارمنی، قفقاز و آذربایجان است. پلان اصلی این بنا شبیه صلیبی است که بر روی زمین قرار گرفته است و نوک آن به طرف شرق یا خورشید اشاره دارد. مجموعه دست راست این کلیسا تا سال ۱۳۵۰ خلیفه گری ارمنی بوده است.

دنباله مطلب در صفحه ۵۰



برنامه های ماه نوامبر و دسامبر مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا

برنامه های فارسی زبان

1433 Madison Street
Oakland CA 94612
Phone: (510) 832-7600

۱۴	نوامبر	۸:۰۰-۶:۰۰	شب سخنرانی آقای مهندس بازرگان از سری برنامه های خدا شناسی
۲۱	نوامبر	۸:۳۰-۶:۰۰	شب سخنرانی دکتر کدیور: آیا نجات اخروی و همزیستی دنیوی مشروط به دین و مذهب خاصی است؟
۲۱	نوامبر	۵:۰۰-۳:۰۰ بعد از ظهر	سرپانگ ۸ درباره تاریخ موسیقی ایران توسط استاد پژوهشگر سید ابوالحسن مختاباد
۵	دسامبر	۹:۳۰-۵:۳۰	شب برنامه ویژه اربعین نماز، سخنرانی سخنوران بعد از اعلام میثود، عزاداری، شام
۱۹	دسامبر	۵:۰۰-۳:۰۰ بعد از ظهر	سرپانگ ۹ درباره تاریخ موسیقی ایران توسط استاد پژوهشگر سید ابوالحسن مختاباد

English Programs

Nov.	13	8:00-11:00 PM	Muslim Writers Collective's Open Mic
Dec.	5	10:30-1:00 AM	Monthly lectures about Religion and Spirituality by Mr. Hamid Entezam (breakfast will be served)
Dec.	11	8:00-11:00 PM	Muslim Writers Collective's Open Mic

Performances

Dec.	6	3:00 PM	Sema of the Path of Love (Advance ticket; \$30 Front row, \$25 general)
Dec.	12	2:00-5:00 PM	Aswat Palestine Concert (Soul Tradition Love)

ساعت ۵ تا ۸ بعد از ظهر شنبه ۷ نوامبر مراسم افتتاحیه دومین نمایشگاه بین المللی هنر خطاطی تحت عنوان گفتگوی سن خوشنویسی این نمایشگاه تا تاریخ ۱۲ دسامبر برپا خواهد بود. بخشی از این نمایشگاه همزمان در کتابخانه مرکزی اوکلند و مرکز فرهنگی آسیایی اوکلند برگزار می گردد

برای اطلاع بیشتر با دفتر این مرکز یا تارنمای ICCN.C.ORG تماس بگیرید

در آن شرکت داشته است. حالا ما در روی زمین واقعیت بازی می کنیم و عینیت را می بینیم. حالا منتقدان فدراسیون فوتبال تیم ملی را هم در بر می گیرند، ما چون هر ملت و کشور دیگر که آهنگی برای پایان دادن به عقب ماندگی های خود دارد باید آثار روند پیشرفت را دریابد و باید با آشنائی و آگاهی به ضعف های خود دست یابد. باید پرسید چرا آقای خاکپور که در کار خود موفق هم بوده است، لقای کار در تیم المپیک را به بقایش می بخشد. ما باید در افکارمان تجدید نظر کنیم. آقای کیروش دوست دارد همه مثل او فکر کنند. او هر وقت که بخواهد از راه می رسد و لیگ را تعطیل می کند. آیا او باهوش تر از مجموعه فدراسیونی هاست! بدون تردید او شغل حساسی دارد که می تواند همه را سرگرم کند. از قول پاول، جامعه شناس هلندی، او می گوید مردم در کشورهای تحت فشار به اجبار دو اخلاق را آموخته اند، یکی از دولت خود کم توقع باشند و دیگری اینکه به هدیه های کوچک راضی باشند. دوستانش که از مزایای او بهره می گیرند اعتقاد دارند که او به تیم ملی شوکت بخشیده است، چیزی که دیده نمی شود. تیم او مجتمع بچه فرخوان هائی است از مجموعه پرکارها که کسی اعتراض نمی کند و تنها دست یار ایرانی او فقط بله قربان می گوید. کسی اعتراضی نمی کند. فکرهای تازه و طرح های روشن بینانه دیده نمی شود.

دنباله مطلب در صفحه ۵۴

بود غیر ممکن است تا کی می توان زبان برد و به تجارت ادامه داد. وزارت ورزش که دوست داشت استقلال و پرسپولیس چون سیاره هائی در مدار وزارت ورزش بچرخند، اکنون به بی بنیادی این فکر پی برده است. چک های برگشت خورده و طلبکاران در صف ایستاده، بازیکنان ناراضی که چک هایشان نقد نشده و تهدید به بازی نکردن می کنند، لیگ برتر را به ورشکستگی تهدید می کند. زیرکی و تجربه از فنون دیپلماسی غالباً راه حل هائی برای اختلافات، و مشکل های حل نشدنی به دست می دهد، اما مشکلات امروزه بیشتر از آن است که بود. وزارت ورزش نتوانست خریداری برای استقلال و پرسپولیس بیابد و هر دو روی دست وزارت ورزش بدنی مانده اند. آقای کیروش منتقدان خود و تیم ملی را خائن خوانده است اما او که در فرهنگ دیگری رشد کرده و از مالیات مردم ایران حقوقی گزاف می گیرد، باید پاسخ گو باشد، نه آنکه هر کس را که موافق نیست خائن بنامد. درست مثل آقای برانکو که وقتیکه مربی تیم ملی بود همه را خائن خواند اما چون مشتری بهتری از ایران نداشت حتی با نپرداختن مالیات به ایران بازگشت و حالا در پرسپولیس کابوس را تجربه می کند. آقای کیروش در پنجمین سال خدمت خود بیشتر اوقاتش را در کشور خود می گذرانند. فراموش نکنیم هر کس در برابر یک کم کاری سکوت کند به همان اندازه



ورزش از نگاه من

احمد طوسی

Email: tousi1515@aol.com

از ورزش ما روی برمیکنند و آیا همواره در ورزش ما آدم هائی هستند که می خواهند روی آب باشند و جهت سیل برایشان اهمیت ندارد! آیا هنوز هم آدم ها خود را بسیار ساده می فروشند! آدم هائی که نه بزرگ شده اند و نه بچه مانده اند. آیا زندگی تجربه سر و سنگ است و باید آنقدر سر به سنگ زد که سنگ بشکند! زنده باد سرهائی که فرود نمی آیند. یا باید بدنبال حقیقت دوید و واقعیت را گفت! اگر چه از تیم ملی خط خورد و یا حتی مثل آقای عربشاهی، بازیکن سابق پرسپولیس و تیم ملی، به خاطر شکایت سرپرست تیم، افشین بیرونی، پنجاه ضربه شلاق خورد و حرف درست را زد! آیا برآستی عدالت ستم متمدیست که درون فوتبال بی رگ در ریشه ما و قوانین آن جاریست! آیا می توان بدون آنکه دشمن بود حرف زد چرا که مبارزه اصولی را در تاریکی نمی توان انجام داد! چرا که انسانی که به اصالت گفته های خود ایمان دارد و از آرمان مورد قبولش دفاع می کند می باید آشکارا پی آمدهای ناشی از آن را بپذیرد و یا اساساً از بازگو کردن آن بگذرد! پیش بینی اینکه اقتصاد کنونی در آینده چگونه خواهد

تیم ملی فوتبال در تهران بزرگ و در یک روز پائیزی برگ ریز در برابر ژاپنی ها در یک بازی دوستانه ایستاد. آقای کیروش از همه خواسته بود که به تماشا بروند. او حتی مربیان باشگاهی را هم برای دیدن چیزهای جدید به ورزشگاه خوانده بود. اما در ورزشگاه صد هزار پسری، تنها ده هزار نفر به تماشا نشستند. تیم آقای کیروش در میان سوال های بسیار نقطه برخورد توانائی و ناتوانی را نشان داد. لیگ تعطیل شده و استراحت خورده توسط مربی ملی، میان بحران مشکلات اقتصادی باشگاه ها، مربیان خارجی نه چندان آگاه و بازیکنانی که اجازه حرف زدن ندارند و یک فکر عبث و بیپهوده را پرورش می دهند اگر خواستار آنند که جانی در تیم ملی داشته باشند باید همه چیز را درون خود نگاه دارند، حتی کاپیتان تیم ملی که مشخص نشد برای چه تنبیه شده بود فقط یک دقیقه به میدان آمد.

می توان هراسناک اندیشید فوتبال ما چه می شود! از تصویر در آئینه ها تا عمق واقعیت باید در انتظار بود. آیا باید تا انتهای کوچه شک و تردید به پیش رفت! آیا سایه دانائی

Sahar Selahi Insurance Services

Covered California - Uber - Pet Insurance



Farmers is the first large California insurer offering a ridesharing insurance product

International Drivers license- DUI

No Worries...We will insure you!



با همکاری معتبرترین شرکت های بیمه

◆Bond ◆Earthquake ◆Commercial ◆Life ◆Health

(408) 931-6434

Lic:0G47139

ما با زبان های فارسی و آشوری شما را می توانیم راهنمایی کنیم

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

ها و بالا و پایین های زندگیمان، شبیه که حتی عین همدیگر رقم می خوردند...! از قضیه خودمان دور نشویم... رمضان، مثل سرباز جان برکف در رکاب، محکم ایستاده زمزمه کنان تخمه می شکست و او هم لابد در حال و هوای زندگی خودش همین سرگذشت مشابه را نشخوار می کرد. تا او را می شنیدم، خیالم راحت بود. پس از مسافتی که سکوتی برقرار می شد، صدایش می زدم، می گفت: برو بیدارم...!

خلاصه هرچند فرسخی او را صدا می کردم و جواب همان برو بیدارم بود!! تاریک و سنگینی شب، صدای یکنواخت موتور کامیون به علاوه شام پر حجم، محتوی پنج تخم مرغ نیمرو با ماست و خیار! حالت رخوت و خواب آلودی دست داده بود. با صدای ملایمی احوال رمضان را پرسیدم، باز برو بیدارم... را تحویل داد.

مدتی گذشت، خانم دیگر به خواب رفته بود. من هم سوت زنان غرق در افکار خودم بودم که ناگاه آهویی جلوی ماشین پرید. محکم ترمز زدم...

مسافر که سراسیمه از خواب پرید، بی اختیار رمضون را صدا کردم، جوابی نیامد. در رکاب هم نبود. داد زدم خبری نشد...!

ای دل غافل... پریدم بیرون دور و بر کامیون را در تاریکی مطلق گشتم. دستی به چرخ های عقب کشیدم، چیزی دستگیرم نشد. هرچه قدرت داشتم در گلویم جمع کرده فریاد کردم: رمضون... دنباله مطلب در صفحه ۵۴

خانمی چادری که تنها در گوشه ای نشسته بود اشاره کرد و گفت: چون نامبرده مجبور است فردا کازرون باشد و التماس دعا دارد، از عصر تا حالا هم کسی او را یاری نکرد، صواب دارد تا شیراز او را برسانید، دیگر خود دانی... البته کرایه اش را هم می پردازد...! مسئله انسانی قضیه یک طرف، اما خواستم به استاد قهوه چی حالی کنم که جلوی کامیون فقط جای دونفر است بخصوص که پای خانم غریبه ای هم در میان باشد، امکان نشستن سه نفر ننگانگ هم نه صلاح است و نه صواب...!

اما جوانمردی و لوطی گری که در رمضان سراغ داشتم، مجال جواب بله یا خیر را به من نداد و بدون معطلی گفت: ارباب، با اجازه شو، تشریف بیارین من تو رکاب و او می سم! به شب هزار شب نمی شه...!

یواشکی گفتم: چی می گی رمضونی... تا صبح می باس جاده رو بکوبیم!! خوابت می بره... گفت: نه ارباب، دواش دو سیر تخمس... و بلافاصله به قهوه چی گفت: با اجازه ارباب، به خانومم بگوین، بعدی خورد و خوراک، سوارش بریم.

ساعتی بعد قهوه چی به ما فی امان الله گفت و راهی جاده شدیم. هوا تاریک ولی خنک و مطبوع بود. کاروان شیشه های پیسی مرتب و قطار شده با دو ساربان و یک مسافر، ناله کنان به طرف دروازه قرآن، در دل شب می رفتیم. من سرگرم شنیدن گرفتاری های خانم شدم و حس می کردم، ما انسان ها همه فرزندان یک آدم و حوایی هستیم که رنج ها و خوشی



برو بیدارم

این نوشابه ها در اصل آبی بود که به آسیاب غرب برای گردش چرخ های اقتصادی شان می ریخت. چنان که نفت ما هم برای گریس و روغن کاری همین چرخ ها مفید و ضروری تشخیص داده شد! به هر حال نوششان و نوشمان باد...

الغرض به مبارکی کارخانه پیسی کولا در استان دهم (اصفهان) تأسیس و استان اطراف، از جمله شیراز را هم زیر پوشش آشنامیدنی خود قرار داد.

غرض از صغری کبراهای فوق، شرح حادثه ای است که یکی از رانندگان کامیون این شرکت برایم تعریف کرده، می گفت:

- بعد از ظهر یکی از روزهای تابستان به اتفاق رمضان، کمک راننده، با کامیون حامل پیسی راهی شیراز شدیم. آمدیم و آمدیم و سر شب به آباد رسیدیم و طبق معمول در قهوه خانه آشنایمان برای صرف غذا و تجدید قوا ورود کردیم. سر و صورتی صفا داده، نشستیم که صاحب قهوه خانه با لنگ محبت بر دوش، پس از خوش و بش و گرفتن دستور غذا، به

زمانی که کارخانه های مختلف کولا سازی غرب یعنی آمریکای نوشابه خوار یکی از پس از دیگری کشور پهناور ایران را فتح کرد و از پیسی و کوکا و فاننا گرفته تا اوسو و سینالکو و کانادای آمریکایی در وطن جا باز کردند، بساط کوچک و ضعیف نوشابه های سنتی و یادش به خیری، مانند دوغ و سکنجبین و پالوده و لیموناد درهم پیچیده شد و دیگر صدای آب زرشکی و شاتوتی، خاموش و فریاد مردی که از دهکده به کوچه و پس کوچه های شهر آمده بود تا در گرمای بعد از ظهر تابستان عطش ما را با دوغ مشکلی شور و خوشمزه خود، برطرف کند شنیده نمی شد. یادشان به خیر...

ناگفته نماند این نوع نوشابه های وطنی، باوجود عدم رعایت ضوابط بهداشتی، هیچگاه از طرف طبیبی یا موسسه بهداشتی و تحقیقاتی منع نشده بود و برعکس با آمدن سوداهای ظاهرا بهداشتی و قرنطینه شده غرب، بخش دیگری از منتهیات به لیست نخوردنی های دکترهای ایرانی اضافه شد!



Immigration & Translation Services

۱۳۱۸-۵۵۴-۴۰۸

شرکت ساعی

مشکل گشای شهر شما



کارت سبز، ویزای نامزدی

امور مربوط به دفتر حفاظت ایران

ترجمه کلیه مدارک، عکس گذرنامه

تشکیل شرکت ها

تعویض نام

تابعیت

www.saeicompany.com

(408)554-1318

برای اطلاعات بیشتر با آقای داریوش کیلانی تماس بگیرید

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

بوکس استفاده می کردند تا خشم آمریکائی ها را نسبت به ایرانی ها کاهش دهند. فیلم توسط چند فیلمساز کانادایی ساخته شده که جانی دوباره به این ورزشکار ایرانی که سالها به دست

نمایش درآمد که با استقبال فراوان روبرو شد. فیلم داستان رابطه پدری با پسر جوان اش است که در شهر فرشته ها روزگار می گذارند و پسر جوان مجبور است در تعقیب کارهای پدرش،

فراموشی سپرده شده بود، می دهد. از فیلم های مستند که سخت مورد توجه قرار گرفت فیلم «من میخوام شاه بشم» بود که داستان مردی ست که در یکی از روستاهای شیراز اتفاقی چند جهانگرد آلمانی را به خانه اش دعوت می کند و بعد از پذیرائی از آنان، وقتی آنها به کشورشان باز می گردند، آن چنان از مهمان نوازی او تبلیغ می کنند



بابک شکریان

که هر توریستی که از آلمان راهی ایران می شود، می خواهد سری به مکان او بزند و همین باعث شهرت و موفقیت او در کارش

همواره نقش جاده صاف کن را ایفا کند. شکریان یکی از مستعدترین فیلمسازان ایرانی ست که گرچه کم کار است اما کارهایش همواره با عمق و درایت همراه بوده است.



از فیلم های قابل ذکر دیگر که مورد توجه بسیار قرار گرفت و ایضاً تماشاگرانی را که به دیدن آن آمده بودند غافلگیر کرد «شیخ» یا همان «شیخ آهنی» بود که داستان زندگی «خسرو وزیری» کشتی گیر ایرانی و مشهور دهه ۱۹۸۰ آمریکاست که به همراه چند تن کشتی گیر مثل «هالک هوگن» و «دوین جانسن» در مسابقات کشتی

می شود بطوریکه تصمیم می گیرد سازمانی برای این منظور فراهم کند. شهرت و ثروت او را به این فکر می اندازد که چرا «شاه» نشود! دنباله مطلب در صفحه ۵۴

کچ به اوج شهرت رسید و از آن جا که شهرت او همزمان با جریان گروگانگیری سفارت آمریکا در تهران بود، از او به عنوان کیسه

هشتمین جشنواره فیلم های ایرانی سانفرانسیسکو

سعید شفا



جشنواره فیلم های ایرانی سانفرانسیسکو، نخستین جشنواره مستقل فیلم های ایرانی خارج از ایران که به منظور کشف و حمایت از فیلمسازان جوان ایرانی سراسر دنیا، نه سال پیش بنایش گذاشته شد، امسال در هشتمین دوره خود ۳۳ فیلم از ده کشور به نمایش گذاشت که شامل کشورهای: آمریکا، انگلیس، فرانسه، آلمان، ایتالیا، کانادا، سوریه، گرجستان، مکزیک و ایران می شد.

داستان نگرش آنها از دین و فرهنگ است در کشورهاشان. علاوه بر قبادی، از برزیل هکتور باینکو، از هند میرانائیر، از اسرائیل آموس کیتای، از مکزیک گیلرمو آریاگا... از دیگر کارگردان های فیلم هستند. آنچه اینها به آن می پردازند از دیدی شخصی است دربارۀ ادیان اسلام، کاتولیک، یهود، بودا و کریستیان با فرهنگ های گوناگون.

طبق رسم هر ساله، بزرگداشتی هم برای یکی از پیش کسوتان سینمای ایران در نظر گرفته شده بود که امسال این بزرگداشت برای خانم گوهر خیراندیش (بانو، میکس، واکنش پنجم، قاعده بازی، شیرین...) بازیگر ارزنده سینما و تئاتر بود

از ایران چند فیلم بسیار دیدنی در برنامه بود. یکی «تابو» ساخته «خسرو معصومی» که بعد از نمایش اش در ایران برای نخست در این جشنواره به نمایش درآمد، داستان مالکی ست که عاشق دختر یکی از روستائیان می شود که برایش کار می کند ولی



بوالحسن داوودی - گوهر خیراندیش - سعید شفا

غافل از اینکه دختر دل به عشق دیگری سپرده و پدر دختر به خاطر مقاصد شخصی و مالی اش با پافشاری می کوشد احساسات دخترش را نادیده بگیرد. فیلم از یکی از بهترین فیلمبردارانی های سالهای اخیر در ایران برخوردار است که در شمال ایران فیلمبرداری شده. بازی «الناز شاکردوست» قوی و دیدنی ست و به همین خاطر جایزه بهترین بازیگر زن را نیز به خود اختصاص داد

که در مراسم حضور داشتند و فیلمی درباره کارهای ایشان که به صد فیلم می رسد، و توسط پوریا حیدری ساخته شده بود، به نمایش درآمد و متعاقب آن خانم خیراندیش در برابر حضاران به پرسش های آنان پاسخ گفتند.



بوالحسن داوودی

در مجموع جشنواره کلیه ژانرهای سینمایی را مدنظر داشت و علاوه بر فیلم های داستانی کوتاه و بلند، به فیلم های مستند، انیمیشن، موزیک ویدیو و تجربی هم توجه خاص نشان داده بود که از میان آنها می توان به دو فیلم که توسط دو کارگردان مشهور سینمای ایران محسن مخملباف (رییس جمهور)، و بهمن قبادی (چند کلامی با خدایان) که هر دو ساخته های آخر این دو فیلمساز است نام برد.

در «رییس جمهور» مخملباف می کوشد از ورا و فضای فیلم های

گذشته اش فراتر رود و فیلمی بسیار سیاسی و مملو از صحنه های تظاهرات و شورش های خیابانی که بر علیه یک دیکتاتور در یک کشور خیالی صورت می گیرد - هرچند می توان آن را به خیلی از سران کشورهای دیکتاتوری ربط داد- ساخته که نقطه عطفی در کارنامه او به حساب می آید. فیلم محصول چند کشور است ولی در گرجستان، یکی از کشورهای نوپای شوروی سابق ساخته شده است.

«چند کلامی با خدایان» که از هشت قسمت و توسط هشت کارگردان برجسته دنیا من جمله «بهمن قبادی» از ایران ساخته شده

که در لیست برندگان در زیر خواهد آمد. هم چنین فیلم «رُخ دیوانه» ساخته «ابوالحسن داوودی» که برای نخستین بار کلا به دنیای جوان های ایران می پردازد که کاری ست بسیار تازه و دیدنی. ابوالحسن داوودی به همراه تهیه کننده فیلم، بیتا منصوری، از ایران برای شرکت در جشنواره حضور داشتند که با استقبال تماشاگران نیز روبرو شدند.

از آمریکا فیلم «شاه باب» ساخته فیلمساز با استعداد ایرانی «بابک شکریان» با حضور او و جمعی از دست اندرکاران فیلم من جمله خانم «ویدا قهرمانی» یکی از بازیگران فیلم، به

کاوه میر شفیعی

Attorney at Law

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



Kaveh Mirshaftefi, Esq.

مشاوره اولیه رایگان

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

♦ Business Law

♦ Bankruptcy ♦ Family Law

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

To schedule your free consultation, please call:

(408)663-6286

www.headwaylegal.com

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

بین دوستان شوهر بدنال عشقی، توجهی، و احترامی می گشت، تا اینکه سرانجام دلدار مورد نظر خود را پیدا کرد. این مرد که عین شمشپاز بود و از دوستان صمیمی «اون نازنین» توانست رل عاشق را خوب بازی کند. دیدارهای خانم با آقای شمشپاز در هفته چندبار تکرار میشد و غالباً در خانه دوست مهربان انجام میشد. در اکثر مسافرت‌هایی که با ماشین می رفتند خانم و دو پسر در ماشین شمشپاز بودند و «اون نازنین» مثل گوساله با ماشین خودش آنها را دنبال میکرد. روابط عاشقانه تا مرگ شوهر ادامه داشت.

خانم در مجالس و محافل علناً از شوهر خود که حالا مقامی داشت و پول و پله ای در اثر زد و بندهای آن روزگار بدست آورده بود بد میگفت، به او فحش میداد و با اینکه خود زنی زشت و بی قواره بود مرتباً از بوی بد دهان و ریخت منحوس شوهرش صحبت می کرد و گله داشت. آنها در خارج زندگی می کردند و خانم بعد از مرگ شوهر صاحب اموال او شد. چندی پس از آن به ایران بازگشت تا اموالی را که شوهر در آنجا داشت به دست بیاورد اما جالب اینکه ورق برگشته و او حالا همه جا از شوهر به عنوان یک فرشته نیکوکار صحبت می کند و او را «اون نازنین» نام داده است. در صحبت هایش فقط به روح «اون نازنین» قسم می خورد. از او بت قابل پرستشی ساخته و در روزنامه های ایران، عکس و تفصیلات «اون نازنین» دیده می شود. **دنباله مطلب در صفحه ۵۵**

استخدام شد و بعد از چندسال سرپرستی شرکت با به عبارت دیگر مدیر عاملی شرکت به او گذار شد، و چنان جلب اعتماد رئیس شرکت را کرده بود که رئیس شرکت به فکر افتاد که برای «اون نازنین» در فکر تشکیل خانواده باشد. رئیس شرکت در بین کارمندانش پیردختی را انتخاب کرد که از زیبایی بهره ای نداشت اما در عوض با رئیس شرکت نسبت دوری داشت و از خانواده ای محترم و قدیمی بود.

عروسی به سرعت برق انجام شد. «اون نازنین» برعکس ظاهر آرام و ساکتش بسیار خشن و بداخلاق بود. تازه عروس برای خریدهای زنانه گریه و التماس می کرد. زندگی با جر و بحث و دعوا و مرافعه میگذشت. در سال اول عروس چندبار خانه را به قصد جدائی ترک کرد که با وساطت دوستان دوباره به خانه بازگشت.

خانم حالا صاحب دو پسر شده بود و به اصطلاح میخ را کوبیده بود ولی «اون نازنین» هم دیگر توجهی به خانم نداشت و به کار خودش سرگرم بود.

خانم از نظر مالی حق هیچگونه دخالتی در اموال «اون نازنین» نداشت. من و شوهرم که در یک سفر همراهشان بودیم شاهد التماس های خانم به آقا برای خرید یک پیراهن ارزان قیمت بودم.

خانم با اینکه در زمانیکه هنوز شوهر نکرده بود خود از وضع مالی بدی برخوردار بود، از وضع فعلی به تدریج به تنگ آمده بود. در



نوشخند و پوزخند لبخند و زهرخند

عترت گودرزی (الهی)

etratelahi@aol.com

اون نازنین

بود توانست به سمت معلم خصوصی بچه های آنها پول و پله ای جمع آوری کند. یکشب وقتی مغازه را بست پول‌هایی را که جمع آوری کرده بود به اضافه آخرین حقوقی که از صاحب کارش گرفته بود در چمدان کهنه اش گذاشت و راهی تهران شد تا در کنکور سراسری شرکت کند.

«آن نازنین» درست تشخیص داده بود، باید درسش را ادامه میداد و عقده های نداری و بی خانمانی و کمبود شخصیت را به تدریج برطرف می کرد. در تهران آن زمان مرسوم بود که اطافی در منزلی به دانشجویی اجازه می دادند و در ازای اجازه اطاق از آن دانشجوی در ساعات فراغتش بعنوان مستخدم استفاده می کردند. «اون نازنین» بسیار آسان توانست اطاق مورد نظرش را در جنوب تهران اجازه کند و به دانشگاه راه یابد. بعد از اتمام دانشگاه به هنگام خدمت نظام در شرکت چاپ بسیار بزرگ و معتبری

اون نازنین در خانواده ای فقیر و بی فرهنگ بدنیا آمد و بزرگ شد. روستائی که او در آن جنوبی ایران بود که حتی دوره کامل دبستان هم نداشت. در نتیجه وقتی که «اون نازنین» به ده سالگی رسید او را به شهر فرستادند تا در یک دکان سمساری بعنوان شاگرد استخدام شود. روزها کار می کرد و شبها در دکان می خوابید. او بچه باهوش و زرنگی بود و توانست محبت و اعتماد صاحب کارش را جلب کند و چون چهار کلاس ابتدائی را در محل تولدش خوانده بود، توانست از صاحب کارش اجازه بگیرد که شبها بعد از بستن مغازه به کلاس شبانه برود. با کوشش زیاد توانست تصدیق ششم ابتدائی را بگیرد و چند سال بعد از آن با کار روزانه مداوم و تحصیل شبانه موفق به گرفتن دیپلم دبیرستان شود. کم کم با جلب اعتماد دوستان و همکاران صاحب سمساری که در آنجا به کار مشغول



Silicon Valley TaxSavers, Inc.

دفتر خدمات اجتماعی

لیدا کوچصفهانی

کار را به کاردان بسپارید!



Not a Law Office

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

(408)269-7283

lida.taxsavers@gmail.com

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

آرایش دائمی صورت توسط مینو پارسا



Mino Parsa/Beautician

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

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

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



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

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

Clinics in South, East & North Bay

(415) 370-3974

اشعار او را تصحیح و تکمیل می کرد. به غزلی زیبا از فروغی بسطامی توجه فرمائید:
چه خلاف سر زد از ما که در سرای بستی
بَر دشمنان نشستی دل دوستان، شکستی
سرشانه را شکستم به بهانه تطاول
که به حلقه حلقه زلفت نکند درازدستی
کسی از خرابه دل نگرفته باج هرگز
تو بر آن خراج بستی و به سلطنت نشستی
به کمال عجز گفتم که به لب رسید جانم
ز غرور ناز گفتمی که مگر هنوز هستی؟
ز طواف کعبه بگذر تو که حق نمی شناسی
به در کنشت منشین تو که بت نمی پرستی
تو که ترک سر نگفتمی ز پیش چگونه رفتی
تو که نقد جان ندادی ز غمش چگونه رستی؟
اگر تو هوای تاج است، بیوس خاک پایش
که بدین مقام عالی، نرسی مگر که بستی
مگر از نهان ساقی مددی رسد و گر نه
کسی زین شراب باقی نرسد به هیچ مستی
 عده ای از منتقدان ادبی و تحلیل گران تاریخی نسبت به فروغی و حتی قائلانی شیرازی بی لطفی کرده اند و این دو شاعر بزرگ قرن سیزدهم را متملق و مدیحه سرا خوانده اند. باید گفت که این آقایان این قضاوت ها و انتقادات را بدون در نظر گرفتن پاره ای واقعیت های موجود در زمان کرده اند چون این حقیقت تاریخی را مد نظر نداشته اند که اولاً در زمانی که این دو شاعر زندگی می کردند، ایران و مردم ایران دستخوش نابسامانی، ناهنجاری، فقر، مسکنت و بی سوادی عمومی فوق العاده بوده اند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

مصاحبت و مجالست با قائلانی که بعد از صائب تبریزی به حق می توان او را معروف ترین شاعر ایران در تمام دوره صفویه و قاجاریه دانست زیرا که در کار نظم و نثر و قصیده و غزل سرآمد شاعران پنج قرن اخیر است، برای فروغی کارساز و الهام بخش گردید. پس از مدتی هر دو شاعر از خراسان به کرمان رفتند و بعد هم از کرمان راهی تهران شدند. فروغی در تهران درخششی تازه یافت. با محمدشاه قاجار آشنا شد و مورد حمایت و تشویق او قرار گرفت. در حاشیه باید متذکر شد که محمدشاه همان امیر خودخواه و خودکامه ای بود که به دستور او سیاستمدار، ادیب، دانشمند، نویسنده و شاعر بزرگ تاریخ ایران، میرزا ابوالقاسم قائم مقام فراهانی را در باغ نگارستان به قتل رساندند و ایران را از داشتن رادمردی در نهایت با ذوق، با استعداد، با شهامت و مدبر محروم ساخت. منشآت قائم مقام و نیز جلایر نامه او از شاهکارهای مسلم نثر و نظم فارسی بعد از سعدی است.

فروغی بعد از چند سال به دربار ناصرالدین شاه قاجار راه یافت. ناصر الدین شاه به شعر و ادب علاقه فراوان داشت و خود نیز از استعدادی، البته نه چندان زیاد، برای شاعری برخوردار بود. مجموعه اشعاری نیز از او باقی است. بدین سبب نسبت به شعرا و افراد فاضل محبتی خاص داشت و هر بار از باده ناب در وجد و نشاط می آمد و طبع شعرگویی اش شکوفا می گردید شعر می گفت و فروغی بسطامی نیز

سیر و سفری در گلستان ادب پارسی

گردآوری و نگارش:
مهندس پرویز نظامی



فروغی بسطامی

نوجوانی فقیر و ناشناس بود که در پناه عمومی خویش به نام دوستعلی خان، خزانه دار فتحعلی شاه قاجار پس از بازگشت از عتبات در شهر ساری مازندران رحل اقامت افکند. این جوان فقیر و تهیدست ولی تیزهوش و با استعداد پس از مدتی با کمک عمومی خود دوستعلی خان به تهران آمد. در این سالها در سایه کار و کوشش پیگیر و با بهره وری از هوش و ذکاوت و استعداد خارق العاده به مطالعه آثار نظم و نثر بزرگان فرهنگ ایران چون مولوی، سعدی و حافظ پرداخت. زمینه شعرگویی و ابراز هنر و ذوق ادبی در وجودش شکل گرفت و که گاه که شعری می سرود «مسکین» تخلص می کرد. شاعر جوان، غزلی در مدح فتحعلی شاه قاجار سرود که بسیار مورد توجه شاه قرار گرفت و به دستور شاه برای خدمت به سمت منشی و نویسنده نزد شجاع السلطنه والی خراسان اعزام شد. در سمت جدید دوران فقر و تنگدستی اش پایان گرفت. در پرتو ذوق و استعداد و اندیشمندی یک شبه ره صدساله رفت و پس از گذشت زمانی تخلص شعری خویش را از نام فروغ الدوله یکی از پسران شجاع السلطنه اتخاذ کرد و از «مسکین» به فروغی تبدیل نمود. از مسکنت و گمنامی درآمد و چون فروغی تاینده در آسمان ادب و فرهنگ و تاریخ ایران رخشان شد. گویند:

هر که در او جوهر دانائی است

بر همه کاریش توانائی است
 فروغی بسطامی در خراسان با شاعر بزرگ و نامدار دیگر ایران قائلانی شیرازی آشنا شد.

میرزا عباس بسطامی فرزند آقا موسی که بعدها تخلص شعری اش را از نام فروغ الدوله یکی از پسران شجاع السلطنه والی خراسان از بستگان ناصر الدین شاه قاجار گرفته بود، در سال ۱۱۷۳ خورشیدی حدود ۲۱۰ سال قبل در عتبات به دنیا آمد. عتبات نامی بود که مسلمانان شیعه به شهرهای کربلا و نجف اطلاق کرده بودند و در آن زمان مردم ایران برای مسافرت در داخل ایران به مشهد و قم و در خارج از ایران به کربلا و نجف می رفتند. اعیان و اشراف فرزندانشان را به مدارس نجف برای تحصیلات به اصطلاح عالی می فرستادند و خودشان هم به جای رفتن به پاریس و لندن که بعدها باب شد به کربلا و نجف سفر می کردند و گاهی اوقات نیز در این شهرها به طور دائم رحل اقامت می افکندند و در آنجا معتکف می شدند. به نظر می آید که آقا موسی بسطامی پدر میرزا عباس بسطامی شاعر بزرگ ما نیز مدتی در عتبات رحل اقامت افکند بود و فرزند نامدارش فروغی بسطامی در آنجا چشم به جهان گشود. فرزند جوان هنوز به دوران بلوغ نرسیده بود که پدرش چشم از جهان فرو بست و از محبت و سرپرستی پدر در مملکت غربت محروم ماند و در نتیجه گرفتار فقر و تنگدستی شد و ناچار به همراه مادر خویش خاک عتبات را ترک گفت و به ایران سفر نمود.

فروغی بسطامی در آغاز جوانی نیز به دلیل ضعف مالی شدید خانواده از تحصیل محروم ماند و حتی خط و سواد نیز نداشت.



Sweet Rendezvous

(408) 225-5004

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

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

قهوه

باقلاوا



چای

شکلات

کافه
گلاسه

آبنبات

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

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

668 Blossom Hill Road, San Jose, CA 95123

بستنی

کیکی



S.M. Trucking

Residential, Commercial Hauling, Junk Removal & Disposal

Free Estimates (858)245-5961

حمل و نقل بار و اثاثیه شما با بهترین سرویس و قیمت های غیر قابل رقابت

♦Appliances	♦Mattresses & Sofas	♦Wood & Metal
♦Clean-ups	♦Roof Tear-off	♦Green Waste
♦Furniture	♦Remodeling & Demolition Derbis	♦Garbage
♦Household Items	♦Construction Clean Up	♦Food Waste
♦Junk Removal	♦Water Heaters & Hot tubs	♦Yard Waste



هدف ما رضایت کامل شما است
 برای گرفتن اطلاعات با مهرداد تماس حاصل فرمایید

info@s-m-trucking.com ♦ http://s-m-trucking.com ♦ License: #264706
 500 W. Hamilton Ave., Campbell, CA 95008

منطقه فضول آباد

فهمیدی داره چی میگه؟ بخدا نه!

- * حسن، این آقا داره سخنرانی میکنه یا دعوا داره؟
- * می بینی تو حرف زدن چقدر وول میخوره! این کارا یعنی چی؟
- * تو سخنرانی که آدم دم بدم سرشو که نمی خارونه؟ این کیه دیگه!
- * یک ساعت حرف زد. چهل و پنج دقیقه اش مقدمه بود و تشکر از این یا آن!
- * تو سخنرانی، سخنران نباید فقط به یک طرف سالن نگاه کنه.
- * ما دریم تا این آقا حرفاش تموم شد. مگه بهش نگفتند چقدر وقت داری؟
- * میری سخنرانی کنی اینجوری نرو. یه لباس مرتب بپوش.
- * چرا هر کی رفت پشت میکروفن بهش میگن استاد. اینا کدومشون استاد بودند؟!
- * آدمای ته سالن چرا اینقدر حرف میزنن باید بهشون تذکر داد!
- * چرا فرصت نمیدن حاضرین در سالن یه نفسی بکشند! چهار ساعت پشت هم که درست نیست حرف بزنند!
- * چرا کولرها را روشن نمی کنند! هوای سالن خیلی گرمه.
- * تو سالن سخنرانی که بچه نباید بیارن، آن هم با کالسکه! صدای گریه بچه را چکار کنیم! نمیزاره ما بفهمیم چی میگن!

گشت تا مرگ دریافتش.

(نقل از کتاب قصه های رسول نوشته رسول پرویزی)
معادل فارسی برای لغات بیگانه
 عمامه (دستار)، غلیظ (چکال)، فوق برنامه (فرا برنامه)، کالری (نگارخانه)، لقب (فرنام)، مبتدی (تازه کار- نوآموز)، محرک (جنباننده)، مثلثی (لچکی)، مدینه فاضله (آرمان شهر)، معیار (سنجه)، میناتور (ریز نگاره)، نبض (تپش)، نشریه ادواری (گاهنامه)، ورم (اماس)، کلیپ (نماهنگ)، کوپن (کالا برک)
دنباله مطلب در صفحه ۵۲

بود ولی بینش و خرد بسیار نداشت. با همه مخالفان کج تابی می کرد. از دولت هم نمی ترسید. سخنش را بی دلیل می زد و هراس از هیچ کس نداشت ولی با شرف و با حرمت بود. لق و سبک و پشت هم انداز نبود. بیم برایش مرده بود، مرگ هم وی را نمی ترساند. فقر با وی پنجه در انداخت، هستی اش رفت، اما هرگز مسکین نشد. با همه راهنمایی و نصیحت ها که کردند تن به هیچ کم غیرتی نداد و منت هیچ کس را نپذیرفت. به پای هیچ کس نیفتاد، مغرور و بی چیز همه جا می

مشقی تازه در روزهای غربت

حسینعلی مکرندی

فریمان- کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



جا قهوه ای تیره، حتی آسمان و درختها و هوا.
 (نوشته ی گلی ترقی)

از دولت هم نمی ترسید

پدرم تناور و دلیر بود. بلند بالا و ستر سیننه بود. سبیل سفیدش حرمتش را صد چندان می کرد. بینی عقابی شکلی داشت و چون عقاب تند خو و خشن بود. از هیچ چیز هراس نداشت. رعد و برق هم در گوشش اثر نمی کرد. جهان دیده عباری بود که روزگار برایش نخواند و زمینش زد. کریم بود و هرگز سر مال روزگار دعوا نکرد. عصایش را چو گرز رستم در دست داشت. هفت تیرش در آن زمان ها که می شد هفت تیر داشت پر و آماده و در جیبش بود. هرگز فراموش نمی کنم که تا ظلمت شب آغاز می گشت، چون گرگ صحرا چشمانش برقی میزد و بی اراده هفت تیرش را بیرون می آورد و فشنک را به خزان هفت تیر می انداخت و ضامن آن را می کشید. در این هنگام با پدر به بازار و کیل می رسیدم و چون راهی به خانه نبود باید از بازار می گذشتیم. من از گندگی پدرم لذت می بردم. توانا مردی بود. اما دانش نداشت. دلیر

یکشنبه ساده و خر است

روزهای هفته هر کدام شکل و رنگ و بوی خودشان را دارند. شنبه بدترکیب و تلخ و موذی است و شبیه به دختر ترشیده توپا خانم است. دراز و لاغر با چشم های ریز و بدجنس. یکشنبه ساده و خر است و برای خودش، الکی، آن وسط می چرخد. دوشنبه شکل آقای حشمت الممالک است، متین، موقر با کت و شلوار خاکستری و عصا. سه شنبه خجالتی و آرام است و رنگش سبز روشن یا زرد لیمویی است. چهارشنبه خل، چاق و چله و بگو بخند است و بوی عدس پلوی خوشمزه حسن آقا را می دهد. پنجشنبه بهشت است و جمعه دو قسمت دارد، صبح تا ظهرش زنده و پر جنب و جوش است، پر از کار و ورزش پول و سلامتی مثل پدر، اما رو به غروب سنگین و دلگیر می شود، پر از دلهره های پراکنده و غصه های بی دلیل و یک جور احساس گناه و دل درد از پر خوری ظهر (چلوکباب تا خرخره) و نوشتن مشق های لعنتی و گوش به دلی دلی غم انگیز آوازی که از رادیو پخش می شود و دقیقه شماری برای برگشتن مادر از مهمانی و همه

از استودیوی مهدی طایری دیدن کنید

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



لطفاً سایت اینترنتی ما را مشاهده کنید

www.mtayerifineart.com

همه نوع سفارشات پذیرفته می شود

موبایل: ۵۹۵۱-۵۳۱ (۴۰۸)

آتلیه: ۳۵۸۳-۲۲۴ (۴۰۸)

یک نفر می آمد صحبت را قطع می کرد. در گوش او چیزی می گفت، جوابی می گرفت. با همه سخت مهربان و با حوصله بود.

تکیه کلام های «چشم جانم»، «سایه عالی مستدام» را از او به خاطر دارم. زیاد ننشست و اصرار شام را نپذیرفت و حاجی و بسیاری با اصرار او که برگردند و انکار خود، تا بیرون در، بدرقه اش کردند.

پدرم و مرحوم نریمان هم تا آستانه هشتی رفتند و برگشتند و من از شلوغی استفاده کردم دو تا گیلان و یک گوجه بالا انداختم با هسته که علامت جرم پنهان بماند.

شب هنگام در راه بازگشت به خانه، پدرم مثل همیشه که تند تند با خود حرف می زد و ریزریز و جویده، نمی دانم برای من حکایت می کرد یا برای خود تکرار: مرد محترم امروز عصر، میرزا محمدخان مصدق السلطنه و یا به قول مخالفانش، مکذب السلطنه است که حالا وکیل مجلس است. از خانواده اعیان است اما اطوار آنها را ندارد. دکتر حقوق است. زمان رضاشاه بیکار بوده. دو تا پسر تحصیل کرده دکتر و مهندس دارد. در مطبخخانه نجفیه زیر چهارراه یوسف آباد موقوفه والده اوست. در کار اداری خیلی سختگیر است و دقیق. با هم در خزانه همکاری داشته ایم.

هوش و حافظه بی نظیری دارد. آدم معتقد و پرحرارتی است و خیلی خوش فکر. اگر به حرف هایش در مورد وزارت مالیه گوش بدهند احتیاجی به میلیسپو و دار و دسته اش نیست. **دنباله مطلب در صفحه ۵۵**

ورشوی بروجردی جلوی گرفتند، برداشت و با قاشق هم زد و روی میز جلویش گذاشت و بعد دستش را به نشانه تشکر، روی پیشانی اش نهاد و آنگاه مجلس را با نگاه دور زد و با همه اعم از آشنا و غریبه، از دور ادب و سلامی رد و بدل کرد و بعد خسته شد.

از پدر مسن تر نبود اما رنجورتر می نمود. شربتش را هم زد. تخم شربتی ها بالا آمدند. مثل برفک و او یک تکه کاه را که از یخ یخچال روی لیوانش بود برداشت با ظرافت توی بشقاب زیر جا شربتی گذاشت طوری که کسی نبیند. بعد برگشت و از پدرم پرسید: آقا زاده است؟

و جواب شنید: بنده زاده است، صدرالدین. که من چقدر از این تعارف پدرم بدم می آمد و بدم می آید و هرگز پسرم برزو را اینچنین به کسی معرفی نکرده ام و او ادامه داد: عجب، هم اسم مرحوم اخوی است و خوب، حالا سرکار کجا تشریف دارید؟

پدرم در جواب گفت: در دالان متوفیات. و چون علامت تعجب بر چهره او دید با همان طنز مخصوصش گفت: دیوان محاسبات را عرض می کنم. دالان متوفیات وزارت مالیه، چون از آنجا باید متقاعد شد و تشریف برد. او خندید، خنده باید متقاعد شد و گفت: خودتان از همه کناره می گیرید. خودتان همیشه می خواهید یک جای بی سر و صدا باشید و بعد صحبت های دیگر شد. ذکر مرحوم داور و میرزا محمودخان پدر بود و این که مالیه باید سر و سامانی بگیرد و هر چند لحظه هم

یادداشتهای بی تاریخ

صدرالدین الهی



از خورجین خاطره ها

می کردند راجع به مالیه و این که اختیارات میلیسپو دارد نظام مالیه را به باد می دهد و به علاوه میلیسپو دیگر آن میلیسپوی بار اول نیست و این مرتبه که به ایران آمده با یک مشت جوان جعلی دارد کار می کند و من فقط به یاد داشتم که روزنامه ها میلیسپو را فحش مالی می کردند و واقعا هنوز هم نمی دانم چرا؟ کنار دست پدرم نشسته بودم. بالای دست من حدود پنج شش صدلی لهستانی دیگر خالی بود. معلوم بود جای آدم های مهمتر است و من اجازه نداشتم که بروم ته حیاط با بچه های دیگر بازی کنم یا به عبارت دیگر شرارت.

بحث پدرم و نریمان بالا گرفته بود. مثل مشاعره شده بود. این می گفت و آن تصدیق می کرد و بالعکس که ناگهان ابراهیم آقا دوید تو و در گوش حاجی آقای پدرش چیزی گفت. حاجی چند قدم به طرف در که با دالانی به خانه می پیوست برداشت و هنوز به داخل دالان نرسیده مردی ظاهر شد، مرد پریده رنگ بود با دماغی عقابی، لب های نازک و چشم هایی سخت سرد اما درشت. اهل مجلس از جا برخاستند و او که پنداری از این تواضع همگانی ناراحت و دستپاچه شده بود، شتابی به خود داد و به سرعت به طرف ما آمد. فقط با پدرم و نریمان دست داد و درست روی صدلی خالی کنار دست من نشست و در برابر اصرارهای حاج کریم آبادی که صدلی بالا را به او تعارف می کرد، چند بار تأکید کرد که جای خوب و مناسبی است و چون اصرار از حد گذشت او با فروتنی آمرانه ای گفت: آقای کریم آبادی، همین جا خوب است. بالا و پایین ندارد.

حاج سید اسماعیل عطار که میان قیای عطاری و شال سبز سیادت و شبکه مداحی همیشه تلو تلو می خورد و عربی نجس آب نکشیده ای غرغره می کرد از ته مجلس فریاد زد: شرف المکان بالمکین.

و یک جوان پریده رنگ زرد روئی که عضو وزارت مالیه بود و تازه خانه غربالی کوچکی دیوار به دیوار ما در کوچه کیا خریده بود، با ابراهیم آقا جر و بحث می کرد که تو نگذاشتی آقا سر جایی که باید بنشینند. ابراهیم آقا با عصبانیت به او گفت:

- کاظم آقا... آقای زرافشان، زورش که نمی توانستم بکنم.

مرد تازه وارد سخت تمیز و مرتب بود. ریش از ته تراشیده داشت. لباس اطو کرده، منظم با پیراهن سفید یقه آهار و کراوات خال ریز سیاه و سفید. شربت عروسی را که در شربت خوری

ده دوازده ساله بودم. تابستان بود. خانه حاجی کریم آبادی که هم محله ما در سرچشمه بود، عروسی بود. ابراهیم آقا پسر حاجی که هم سن و سال برادر بزرگم بود رتق و فتق امور را به عهده داشت و مجلس عروسی در حیاط خانه بود. کاملا حاجیانه، زنانه سوا و مردانه سوا. زنانه در اندرونی و مردانه در بیرونی و در مجلس مردانه هر کس به اعتبار شانس جایی داشت.

حیاط بیرونی خانه را که باغچه هایش از گل های اطلسی لبریز بود و شمشاد های نعنایی گل ها را در محاصره داشتند، یکسره فرش کرده بودند. روی حوض با تخته های که به روی آن انداخته بودند پوشیده بود. روی تخته، قالی خرسک پهن کرده بودند به نشانه این که بعد از شام «خبری» هست و دل من سرشار از شوق این که آخر شب سیاه بازی خواهیم داشت و کلی خنده از دست یاقوت و «بره بره گریبان» گفتنش در راه است.

حاج آقا ظرفی که سر میدان سرچشمه به عروسی و عزا یکسان دیگ و دیگ بر و میز و صدلی کرایه می داد، حیاط را چیده بود و شیرینی های تر و خشک کار اکبر آقای بهار در ظرف های مخصوص به دقت چیده شده بود چنانکه اگر یکی را از میان برمی داشتی، باقی چنان قصرهای شنی لب دریا فرو می ریخت. ظروف میوه تابستانی هم با خیار گل به سر و گیلان اصفهانی و گوجه تازه آب انداخته و زردآلوی نوری از دکان مشهدی اصغر میوه فروش، روی میزها بود و همه اینها فقط برای نگاه کردن. رسم روزگار این بود که باید ادب کرد و به ظرف میوه و شیرینی دست نزد و بچه های شکمو تا آخر مجلس که اجازه چپو داده می شد، در حسرت یک گاز شیرینی آب دهان فرو می دادند.

موسیقی مجلس، صدای قرقر مداوم قلیان هایی بود که گل های شمعدانی در داخل کوزه قلیان های منقش با حباب های آب، بالا و پایین می شدند و مستخدمان که مرتب سر قلیان تازه با تنباکوی «حکان» می آوردند و پیرترها از میان سال ها می خواستند تا زحمت دودی کردن قلیان را بکشند و قلیان و زیر قلیانی بود که مرتب با دو دست تعارف از این دست به آن دست می گشت و بعد سرفه و سرفه و خس خس و غر و لند بعضی ها که قلیان تند شده و به زغال رسیده و ابراهیم آقا که مثل برق به داد همه می رسید و غری به مستخدمان می زد.

پدرم با میرزا محمودخان نریمان بحث



مشاور مالی و مالیاتی

Accounting, Auditing & Tax Services

سرویس مطمئن - قیمت مناسب - توجه کامل به نیازهای شما



خدمات دفترداری

مشاوره و برنامه ریزی مالی و مالیاتی

رسیدگی و جوابگویی در حل اختلافات با مراجع مالیاتی

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

Tax Planning

Tax Return Preparation

Business Bookkeeping

Tax Problem Resolution



Responsive to Your Needs

Reliable Service Reasonable Rates

www.mytaxmd.com

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

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



سوپر مارکت اطمینان



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



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

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

رستگار گردد و اگر هم احياناً در دوران خوشگذرانی و دوست پسر امتحان کردن شکم بالا آمد بدون اطلاع والدین بسیار به تیغ بی دریغ متداول که آمریکا دیار فرصت های ناب است و رسیدگی به بدن تنها هدف به دنیا آمدن و پروراندن تن.

وای بر ما که آسان از دست رفتیم. اصولاً ما ایرانی ها عموماً اهل افراط و تفریطیم. به اصطلاح «نه به آن شوری شور و نه به این بی بی نمکی». در همین آبادی سردرگم خانمهای محترمی تشریف دارند که معتقد به داشتن و بیشتر داشتن و به نمایش گذاشتن هستند و در عین حال چپگرا و مثلاً حامی زحمتکش، البته بدون دانش زمینه های اصولی عقیدتی. و البته در رابطه با نحوه پذیرش آزادی از هر جهت ممکن فرزندان را به محض نشستن پشت رل ماشین های گرانبه ارزشمند پر داده اند. یعنی خلاص آزادی پسند آمریکای امروز. برو به پشت هم نگاه نکن مگر سالی یکی دوبار هنگام سفرهای دسته جمعی با دوست پسر یا دختر آنهم برای سپردن سگ و گربه دست آموز ریز و درشت به همان پدر مادرهای بسیار مدرن که در این سرزمین سرشت با تولدی دیگر وطن و مذهب و سنت و مبانی اخلاقی و کرداری و پنداری تاریخی مکتبی خود را نفی کرده از یاد برده اند، البته با احساس افتخار و سربلندی که مهملات عهد بوق ارزانی آخوند غافل از قضای اتفاق آخوند دقیقاً

فرهنگی دو طرف مورد نظر که قاعدتاً می بایست یک عمر همدیگر را تحمل کنند که هنگی ما نسل های ازهم گسیخته می دانیم. چه عقوبتی است این عاقبت اجباری. تحمل آقا بالاسرهای بد ادای، بد زبان، بد خلق و در عین حال از خود راضی. تنبل و بیکاره و پرتوقع. ما باختیم.

حالا برسیم به رسوم رایج این خراب آباد بلبشو که نسل های بارور شده را گمراه به افراط گرائی در ارضاء تمایلات غیرعادی متداول می کشاند. در هیچ کجای دنیا چنین بی بند و باری جنسی و بوالهوسی های بیمارگونه امکان ندارد. و ما درگیر امراض معاش مغز شونی شده مبلغان آزادی آمریکائی کجراهه را پذیرفته ایم که متأسفانه دودش به چشم فرزندان از همه جا بی خبر ما رفته. دختر بچه های زیر بیست حتماً می بایست دور از خانواده در کنار دوست پسر و یکی دو سه جفت همپراز، درهم بلولند، با هزار اعتیاد و گرفتاری و اعمال خلاف دست به گریبان. آزادی و آرایخواهی یعنی همین روش مثلاً پیشرفته و مترقی. ضمناً جنبه آزمایشی ناپایدار و طبعاً یک فروند دوست پسر دیگر که با فروکش کردن شور و شوق و مخلفات روز از نو روزی از نو. یعنی ده ها دوست پسر رفوزه بلکه بعد از سی و چهل سالگی اقبال فرا رسد و همسری از همه احوالات بی خبر قبول افتد و طرف مربوطه

از درگوشی ها

به قلم پیرایه

برای دخترهای دم بخت به خانه های محل خود سرکشی نموده، مزد قابل ملاحظه ای بعلاوه یک کله قند و یک قواره چادری و نقل و نبات، منصل کارباز می شدند. بعدها نوبت ما که رسید شوهریابی به عهده دوستان و خویشاوندان و آشنایان دور و نزدیک افتاده بود که بر حسب اسم و رسم خانواده دامادی قابل پیشنهاد شود که البته معمولاً هم عوضی از آب درمیامد. مهم جور کردن جنس بود. عاقبت اندیشی و رعایت سلیقه و دلخواه و پسند مورد نظر دختر ایدا مطرح نبود. وصلت سنتی در همین سفره عقدی و تمام، برو به امید خدا.

و این چشمه معامله بده بستان بدون شناسایی طرفین صرفاً رد کردن کالا عملی بسیار ناهنجار. دخترهای ما دیگر منتظر خواستگار سنگر نمی گرفتند و شوهر یابی از دانشگاه، ادارات و کلاس های شبانه و غیره مسیر طبیعی و قابل قبولی را طی می کرد و اغلب به نتیجه هم می رسید، گرچه اصولاً حساس ترین نکته اساسی در انتخاب شریک زندگی تطبیق فرهنگ خانوادگی طرفین و ارزیابی و سنجش همسوئی آموزش

بیرون کشیدیم، ترک وطن کردیم و خواه ناخواه جا افتادیم. حیف که بسی بهتر بودیم. بنشینید و منصفانه خود را حلجی کنید. شاید با داوری عاقلانه دریابید که هر آنچه بودید و باور داشتید پاکیزه تر، سالم تر و حتماً صمیمانه تر بود که دیگر نیست و ما هم مطلقاً نه همانیم که بودیم. ایرانی و فقط ایرانی، نه همرنگ سایر آوارگان این سرزمین بی در و پیکر را بهشت برین انگاشته و خود را کام روا می دانیم. چه ناروا که تغییر و تحول درونی و بیرونی ظاهری باطنی و پیدا و ناپیدا را ترقی و تعالی و آزاد منشی اکتسابی باب روز می شناسیم که کلا از ریشه کندن و به طوفان مسلط بلا پیوستن است. باشد که نتیجه دستاوردهای تحمیلی غربت را در نسل های آینده دلخواه نیابیم و نپسندیم. زمان مادرهای ما دخترها از چهارده سالگی در پستو به انتظار خواستگار روز شماری می کردند که به سفارش عمه، خاله، همسایه و چه بسا بقال سرگذر و دلاک حمام و سپور محله از در وارد شود. ضمناً زنهائی هم بودند که دلال و واسطه مشتری یافتن

مراکز پخش ماهنامه پژواک

آریا (کوپرتینو)	ساعی (سن حوزه)
اس اند اس گود ایر (سانی ول و کمپل)	ساقی (سن حوزه)
اصفهان کباب (سن حوزه)	ستاره مارکت (سن حوزه)
اطمینان مارکت (سن حوزه)	سوپر تهران (کنکورد)
اکسپرس مارکت (سن حوزه)	سوویت راندوو (سن حوزه)
اک مونت مارکت (کمپل و کوپرتینو)	عادل (سن کارلوس)
المدن مارکت (سن حوزه)	فیمس کباب (ساکرامنتو)
انور مارکت (سن حوزه)	قنادی هاله (سن حوزه)
بازار ایران (سن حوزه)	کتابخانه بلاسام هیلز (سن حوزه)
بازار تجریش (والنات کریک)	کتابخانه کمدن (سن حوزه)
بازار نوروز (سن حوزه)	کتابخانه سن حوزه (ساراتوگا و پین)
بیمارستان کایزر (سانتا کلارا)	کباب کام (سن حوزه)
بیمارستان گود سم (سن حوزه)	کسری مارکت (والنات کریک)
بیمه سلاحی (سن حوزه)	گلوبال کارپت (مانتن ویو)
بی بی بازار (دنویل)	گوگل (مانتن ویو)
پاتوق (سانی ول)	مدرسه البرز (سن حوزه)
پارس اکوالیتی (سن حوزه)	میهن کو (سن حوزه)
پیروز مارکت (سن متئو)	میوند مارکت (فریمانت)
خاورمیانه (اکلند)	هنرستان موسیقی نژاد (سن حوزه)
دماوند مارکت (فریمانت)	نگین (کمپل)
دنویل مارکت (دنویل)	یاس (سن حوزه)
رُز مارکت (ساراتوگا و کوپرتینو)	یگانه (سانتا کلارا)
رویال فود مارکت (فریمانت)	یاهو (سن حوزه)
زاد مارکت (سانتا کلارا)	

AVALON CATERING

با مدیریت رستوران ساقی

خدمات پذیرایی به صورت کاملاً حرفه ای برگزار خواهند شد

تهیه انواع کباب در محل شما با طبع ایرانی پسند

سفارش انواع غذاها و تحویل درب منزل و یا محل کار شما

عقد قرارداد تهیه غذای شرکت ها، موسسات و جشن ها و مهمانی ها

تا ۷۰ نفر به بالا یک بره یا یک ماهی کامل بطور رایگان مهمان ما باشید!

برای مدتی کوتاه (Pickup only)

دوشنبه	کوبیده	۸,۹۹ دلار
سه شنبه	قیمه بادمجان	۷,۹۹ دلار
چهارشنبه	قرمه سبزی	۷,۹۹ دلار
پنجشنبه	باقالی پلو با ماهیچه	۸,۹۹ دلار
جمعه	جوجه کباب	۸,۹۹ دلار

جزئیات و کیفیت را به ما بسپارید و شما فقط از ضیافت نهار و یا شام لذت ببرید.

با قیمت های استثنایی و بیش از ۱۸ سال سابقه

(۴۰۸)۷۸۱-۱۸۸۰ ♦ (۴۰۸)۹۹۸-۰۱۲۲

1392 S. Bascom Ave. San Jose, CA 95128

مورین اوهارا



مورین اوهارا (Maureen O'Hara) (زاده ۱۷ اوت ۱۹۲۰ - درگذشت ۲۴ اکتبر ۲۰۱۵) بازیگر و خواننده ایرلندی سینما بود. او اغلب ایفاگر نقش زنانی شدیداً عاشق‌پیشه بود که از نظر اخلاقی بسیار حساس بودند. اوهارا اغلب در کارهای کارگردان شهیر سینما جان فورد و در کنار دوست دیرین خود جان وین به ایفای نقش پرداخت. او هنوز به خاطر موهایی قرمز معروف، لبخندهای خیره کننده و آن چشم‌های درشت و گیرایش دلربا و جذاب است و هواداران بی شماری از نسل‌های مختلف در سراسر جهان داشت. اوهارا علاوه بر جان فورد که در فیلم‌های متعددی از وی بازی گرفت با کارگردانان بزرگی چون آلفرد هیچکاک، ژان رنوار، کارول رید، ویلیام ولمن، هنری کینگ و ویلیام دیتل همکاری کرد. غول عصر طلایی سینمای کلاسیک آمریکا در اوج حرفه کاریش به عنوان یکی از زیباترین زنان جهان شناخته می‌شد. نخستین حضورش

با نام مورین اوهارا در عرصه سینما بازی در فیلم مهمانخانه جامائیکا، (۱۹۳۹) اثر کارگردان اسطوره‌ای سینما آلفرد هیچکاک بود. در همان سال اوهارا بار دیگر در کنار چارلز لافتون در فیلمی از ویلیام دیتل به نام گوزیشت نتردام به ایفای نقش پرداخت. **دنباله مطلب در صفحه ۴۹**

۱۹۷۱، جوزی ولز یاغی ۱۹۷۶، فرار از الکتراژ ۱۹۷۹، فایر فاکس ۱۹۸۲، تصادم بزرگ ۱۹۸۳، Pale Rider ۱۹۸۵، پرنده ۱۹۸۸، نابخشوده ۱۹۹۲، پلهای مدیسن کانتی ۱۹۹۵، جنایت واقعی ۱۹۹۹، رودخانه میستیک ۲۰۰۳، بچه میلیون دلاری ۲۰۰۴، پرچم‌های پدران ما ۲۰۰۶، نامه هائی از ایووچیمما ۲۰۰۶، Changeling ۲۰۰۸، American Sniper ۲۰۱۴

حتی ایران نام برد! معروف است که ایستوود در زمان ساخت فیلم، بسیار به جزئیات فیلمبرداری اهمیت میداد و به همین خاطر از فیلم‌های او زیاد ایراد آچنانی نمی‌توان گرفت. برخی از فیلم‌های مالپاسو کمپانی: طناب اعدام ۱۹۶۸، دلچجانت را رنگ کن ۱۹۶۹، دو قاطر برای خواهر سارا ۱۹۷۰، میستی را برایم بنواز ۱۹۷۱، هری خبیث



۲- For a few Dollars more (۱۹۶۵)
برای چند دلار بیشتر
۳- The Good The Bad The Ugly (۱۹۶۶)
(خوب، بد، زشت)

این سه فیلم که کارگردان هر سه آنها سرژوئلونته بود، به وسترنهای اسپاگتی معروف شدند و پس از موفقیت جهانی آنها،



American Sniper

وسترنهای ایتالیایی زیادی تحت عنوان وسترن اسپاگتی ساخته شد که از دیگر کشورهایی که چنین وسترنهایی را روانه پرده‌های سینما کردند می‌توان از آلمان و

تولیدی فیلم مالپاسو توسط کلینت ایستوود و آرونینگ لئونارد (Irving Leonard) (بعنوان مشاور مالی) در سال ۱۹۶۷ جهت ساخت فیلم «طناب اعدام» تأسیس شد.



بخاطر یک مشت دلار

ایستوود از آرونینگ بعنوان پدر دوم خود یاد می‌کرد. پس از موفقیت شگفت انگیز تریلوژی دلارها که فروش آنها از مرز ۲۸۰ میلیون دلار گذشت، ایستوود مصمم شد تا به همراه بازیگری به ساخت فیلم نیز رو بیاورد. ۱- A Fist Full of Dollars (۱۹۶۴)
بخاطر یک مشت دلار

S & S Tire And Auto Repair

Complete Automotive Repair Service



Family Owned & Operated



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

Oil Change Special
Get \$10 OFF
Synthetic Oil Change

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

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

We Are #1
Established in 1996

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

مسئول فروش بلیط از او می پرسد: کجا میخواهی بروی؟
میگوید: نمیدانم.
مسئول آژانس یک نقشه دنیا به دستش میدهد و میگوید: انتخاب کن.

مرد یهودی خوب به نقشه نگاه میکند. هی بالا و پائینش میبرد. هی از چپ به راست و هی از راست به چپ واکاوی اش میکند. دست آخر می پرسد: نقشه دیگری نداری؟ اینک پس از گذر بیش از هفتاد و چند سال، انگار آوارگان و پناهجویان سوری و افغان و عراقی و ایرانی به همان سر نوشت آن انسان آواره یهودی گرفتار آمده اند.

فرانچسکو گیسپاردینی زاهد فلورانس هم عصر ماکیاولی میگوید: «هیچ قاعده مفیدی برای زیستن در زیر بار استبداد وجود ندارد مگر یک قاعده که در زمان شیوع بیماری طاعون نیز صادق است: به دور ترین جایی که می توانی بگریز»



پس از اینکه میرزا جهانگیر خان شیرازی مدیر روزنامه صور اسرافیل در دوره استبداد صغیر بدست دژخیمان محمد علیشاهی اعدام شد، مرحوم علامه دهخدا نیز همچون بسیاری از مبارزان و خرد ورزان ایرانی به تبعید رفت.

او ابتدا به پاریس رفت و مدتی در آنجا ماندگار شد. این مدت از نظر تنگناهای مالی سخت ترین سال های زندگانی دهخدا بود.

دهخدا خاطره ای از این روزها را برای مرحوم دکتر محمد معین نقل کرده است و چنین میگوید: «در آن روزها هیچ پولی از ایران به من نمی رسید. ناچار روزی با یک سوی فرانسوی که معادل یکشاهی آن روزگار بود زندگی میکردم. با این یکشاهی شاه بلوط می خریدم و بجای شام و ناهار میخوردم. یک روز صبح از شدت گرسنگی و ضعف نتوانستم از تختخواب پایین بیایم. در این زمان نامه رسان پست آمد و یک بسته کتاب و یک نامه از ادوارد براون (خاور شناس انگلیسی) برای من آورد.

براون کتاب ها را به مناسبت عید نوروز به من هدیه کرده بود. نامه براون را باز کردم. نوشته بود: من و شما هردو در راه آزادی می جنگیم. اجازه بدهید مبلغ مختصری لیره برای شما بفرستم.

در جواب نامه براون نوشتم: شما از کجا فهمیدید که من چیزی ندارم؟ زندگانی من کاملا روبراه است و به هیچوجه به مساعدت مالی احتیاج ندارم...»

در باره گشاده دستی و نوع پرستی دهخدا باید بگویم که: حق تالیف لغتنامه را هرگز نگرفت و خانه ای را که داشت فروخت و بخشی از بهای آنرا برای پرداخت دستمزد همکاران و تنظیم کنندگان لغتنامه اختصاص داد.

به سرو گفت چرا میوه ای نمی آری؟
جواب داد که آزادگان تهیدست اند

دوران آن خدا بیمارز، با همکاری سازمان آمریکایی موسوم به اصل چهار، مالاریا در ایران ریشه کن شده بود.
حالا نمایانم در حکومت ملایان آیا مالاریا همراه با سایر نعمات الهی! دو باره به میهن ما بازگشته است یا نه؟



مارکو پولو در سفرنامه خود در باره فرقه اسماعیلیه می نویسد:

حسن صباح پیشوای این فرقه، علاوه بر اسلوب های عقلی، برخی شیوه های دیگر را برای ایجاد ایمان در طرفداران خود بکار میبرد.

او می نویسد: فرقه اسماعیلیه فداییان خود را بیهوش میساختند و حشیش بسیار به او می نوشانیدند و سپس او را به محلی بسیار زیبا می بردند و پس از آنکه مدتی در آنجا او را در عیش و نوش نگاه میداشتند باز بیهوش کرده بجای نخست باز میگرداندند. فدایی چون بهوش میآید آنچه را که قبلا دیده بود همچون رویایی زنده و شیرین و واقعی در نظرش مجسم بود. پس به او میگفتند که تو بهشت را دیده ای و اکنون اگر خواستار بازگشت به آن محل خرم و زیبا هستی باید از فدکاری دریغ نوری. این بار مرگ تو شرط ورود به این بهشت برین و زندگی ابدی است.

بر اثر همین باور ها بود که میگویند گاه مادر یک فدایی وقتی میدید او زنده از مبارزه باز گشته است از غصه میگریست!



ساعد مراغه ای از نخست وزیران دوران پهلوی نقل کرده است که:

زمانی که نایب کنسول شدم با خوشحالی پیش زرم آمدم و این خبر داغ را به اطلاع سرکار خانم رساندم...

اما وی با بی اعتنائی تمام سری جناباند و گفت «خاک بر سرت کنند، فلانی کنسول است، تو نایب کنسولی؟!»

گذشت و چندی بعد کنسول شدیم و رفتیم پیش خانم، آن هم با قیافه ای حق به جانب... باز خانم ما را تحویل نگرفت و گفت «خاک بر سرت کنند، فلانی معاون وزارت امور خارجه است و تو کنسولی؟!»

شدیم معاون وزارت امور خارجه که خانم باز گفت «خاک بر سرت؛ فلانی وزیر امور خارجه است و تو...؟!»

شدیم وزیر امور خارجه گفت «فلانی نخست وزیر است... خاک بر سرت کنند!»

قصه آنکه شدیم نخست وزیر و این بار با گام های مطمئن به خانه رفتم و منتظر بودم که خانم حسابی یکه بخورد و به عذر خواهی بيفتد.

تا این خبر را دادم به من نگاهی کرد، سری جناباند و آهی کشید و گفت: «خاک بر سر ملتی که تو نخست وزیرش باشی!!!»



در سال ۱۹۳۹ میلادی، پس از حمله هیتلر به همه بنیادها و موسسات یهودیان، یک آقای یهودی به یک آژانس مسافرتی در برلن میرود تا بلیطی بخرد و از کشور آلمان خارج بشود.



مدیر جلسه گفت: نه! در سالن را باز بگذارید تا باز هم علاقمندان بیایند!

همان صدا گفت: نه آقا! ببندین تا همین هایی که اینجا هستن فرار نکنن!!



به رادیو گوش میدهم. میگوید: هر سال بیش از بیست میلیون کودک در کشور های توسعه نیافته بسبب ابتلاء به بیماری مالاریا میمیرند. اینکه هر سال حصه و دیفتی و کزاز و وبا و گرسنگی و نوشیدن آبهای آلوده چند میلیون کودک را به آغوش مرگ میفرستد حکایتی است پر آب چشم.

باز خدا پدر آقای بیل گیتس میلیاردر آمریکایی را بیمارزد که بیش از نیمی از دارایی هفتاد و پنج میلیارد دلاری خود را برای ریشه کنی مالاریا در کشور های جهان سوم اختصاص داده است.

چنین بنظر میرسد که برای بشریت امروز صحنه نبرد اصلی و واقعی، نه در میدان سیاست بلکه در عرصه بهداشت همگانی است.

بیاد پنجاه، شصت سال پیش می افتم که در

.....توی پاتوق های مان می نشستیم. چای و بستنی میخوردیم و حرف میزدیم...

چایی میخوردیم پنج زار، پول چایی رو نداشتم. سیاهوش کسرای را می نشوندیم تو کافه و میرفتیم تو خیابون داد میزدیم: کمیته نجات شاعر مردم سیاهوش کسرای! کمیته نجات کسرای!

می گفتن: چی شده؟ کسرای رو گرفت؟ می گفتیم: نه! پول چایی رو نداشتم اونو گرو گذاشتیم!

دو تومن پول جمع میشد. هم کسرای نجات پیدا میکرد و هم دو تا چایی دیگه هم میخوردیم...

هر چی پول داشتیم خرج میکردیم. فردا هم خدا بزرگه...

از حرف های ه. الف. سایه از کتاب: پیر پر نیان اندیش



در لس آنجلس، در یکی از نشست های فرهنگی ایرانیان، وقتی سخنران پشت میکروفن رفت یکی گفت:
-در سالن رو ببندین!



سمیرا کلمود

Coldwell Banker Residential Broker

مشاور با تجربه، پر تلاش و صادق در خرید و فروش املاک مسکونی و تجاری



Samira Talmoud
DRE # 01436270

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



Cell: (408) 439-8054

www.samiratalmoud.cbintouch.com ♦ Samira.talmoud@cbnocal.com

1045 Willow Street, San Jose, CA 95125

روش کامپیوتری و X-Ray بوده و معمولاً یک ماده ای در رگ تزریق می کنند (Constrast Media) و عبور آن را از رگهای کلیه مشاهده کرده و گرفتگی را پیدا می کنند.

۴- روش آنژیوگرافی با MRI می باشد که در آن از X-Ray استفاده نمی شود. بیمار روی تخت خوابیده و از داخل یک تانل عبور کرده و با مشاهده تصویر، موقعیت عروق کلیه را بررسی می کنند. این روش در افرادی که در مراحل نهائی نارسائی کلیه بوده نایستی مصرف شود چون ماده تزریقی به داخل کلیه ها نمی رسد.

درمان: اصول درمان این بیماری آن است که از بدتر شدن آن جلوگیری کنند. گاهی عروق تا ۶۰ درصد گرفتگی داشته که بایستی فوراً درمان شوند. **تغییر در روش زندگی:** برای جلوگیری از گرفتگی و تنگی عروق کلیه بایستی اضافه وزن کم شود، سیگار مصرف نشود، پروتئین نظیر گوشت کم مصرف شود، مصرف سدیم، مواد قندی و پتاسیم کم شود. یک رژیم غذایی سالم از سبزیجات و میوهها برای سلامتی هر فردی لازم است.

دارو درمانی: دو گروه داروها جهت درمان گرفتگی عروق کلیه و پائین آوردن فشار خون بالا مصرف عمده دارند. گروه مهارکننده های ACE نظیر Lisinopril و Captopril که ایجاد سرفه کرده و گاهی پتاسیم را نیز بالا می برند و گاهی بیماران مصرف آن را متوقف می کنند و گروه دوم یا ARB نظیر Diovan و Lasartan که مصرف این داروها گاهی برای پائین آوردن فشارخون بالا در اثر گرفتگی عروق کلیه کافی نبوده و داروهای ادرار آور نیز مصرف می شوند.

جراحی: گرچه جراحی همیشه آخرین مرحله درمان می باشد ولی تحقیقات نشان داده است که جراحی موثرتر از دارو درمانی نبوده و در این موارد گاهی دارو درمانی ارجحیت دارد.

دو روش جراحی شامل گذاشتن stent در عروق کلیه بوده تا رگ را باز کرده و عبور خون به کلیه را بیشتر کنند و روش دوم گذاشتن shunt یا لوله باریکی است که مسیر حرکت خون را به کلیه عوض کرده و خون را به بافت های کلیه می رسانند. این روش اخیراً به علت مشکلات فراوان بسیار کم مصرف می شود.

افراد بایستی فشارخون را هرچندماه یکبار اندازه گیری کرده و چنانچه از حد نرمال بالاتر باشد با پزشک خود مشورت کنند.

آن را درمان کنند و تنگی عروق کلیوی را به حالت اول برگردانده و آن را باز کنند. در مواردی که فشارخون بالا به سختی قابل درمان باشد علت آن می تواند تنگی عروق کلیوی باشد. رسوب چربی ها در جدار داخلی عروق کلیه باعث سخت شدن و غیرقابل انعطاف شدن آنها شده که در نهایت تنگ شده و عبور خون در آنها مشکل می شود. علت دیگر تنگ شدن عروق کلیه سخت شدن عضلات صاف عروق یا فیبروزه شدن آنها می باشد.

در بسیاری موارد، بیماران دارای فشارخون بالا، متوجه ناراحتی عروق کلیه های خود نمی شوند. در افرادی که بالای سن ۵۰ سالگی هستند تنگی عروق کلیه ها می تواند عامل آن باشد. در این صورت فشارخون بالا با چندین داروی ضد فشار خون نیز پائین نمی آید و درمان نمی شود. این حالت ارثی نیز بوده و در خانواده منتقل می شود.

عواملی که به این بیماری کمک می کنند عبارتند از بالا بودن کلسترول، فشار خون بالا، سیگار کشیدن، عدم فعالیت فیزیکی مصرف بیش از حد نمک و مواد قندی و در مردان بالاتر از ۴۵ سالگی و خانم ها بالای سن ۵۵ سالگی.

در صورت عدم تشخیص و درمان صحیح، فرد کلیه های خود را از دست داده و یا دچار ناراحتی های مزمن کلیه شده که منجر به استروک Stroke و ناراحتی های عروقی دیگر می شود. با از دست رفتن کلیه ها بیمار برای دفع سموم از بدن خود بایستی هفته ای سه بار و هر بار ۳ ساعت تحت عمل دیالیز کلیوی قرار گیرد و یا اینکه تحت عمل جراحی پیوند کلیه که هر کدام بسیار مشکل بوده و زندگی فرد را تحت تاثیر خود قرار می دهد.

تشخیص: تشخیص این بیماری بسیار مشکل بوده ولی روشهای تصویری و Imaging امروز، به تشخیص آن کمک فراوان می کنند. در بسیاری موارد بطور اتفاقی هنگام آزمایش های دیگری تشخیص داده شده است. امروز چهار روش تصویری و دقیق برای تشخیص این بیماری وجود دارد.

۱- روش آنژیوگرافی که یک سوند یا سرم باریکی را از یکی از رگهای بزرگ به داخل رگهای کلیه فرستاده و بوسیله روش X-Ray آن را بررسی می کنند.

۲- روش آلتراسوند که روش ارزان و بدون دردی است که پزشکان از طریق شنیدن صدا و امواج مشکل را تشخیص می دهند.

۳- آنژیوگرافی با CTScan می باشد که یک



تازه های دنیای پزشکی
دکتر منوچهر سلجوقیان

نقش کلیه ها در فشار خون بالا

فشار خون بالا در حال حاضر ۴ میلیون آمریکائی را دچار مریضی کرده و این حالت ریسک حملات قلبی و سکنه های مغزی را بالا برده است. چهار عاملی که به بالا رفتن فشار خون از حد نرمال کمک می کنند عبارتند از:
۱- اضافه وزن ۲- مصرف بیش از حد مشروبات الکلی ۳- سیگار کشیدن ۴- ارثی بودن در خانواده ها.
مشکل عمده این است که افراد و حتی ۱/۳ انسانها متوجه اینکه فشار خون آنها بالاتر از حد نرمال است نمی شوند. به همین دلیل در صورت سردردهای شدید، خستگی، اشکال در دید، سخت نفس کشیدن، ضربات قلبی نامنظم، خون در ادرار و حالت کوبیدن (Pounding) در گوش، گردن و سینه. افراد بایستی توجه به فشار خون خود کرده و آن را به پزشک خود گزارش دهند.
در بسیاری موارد عامل دیگری باعث بالا رفتن فشار خون می شود که به آن فشار خون بالا

ثانویه گفته می شود. مثلاً یک تومور در کلیه ها، ناراحتی های غده تیروئید، بعضی داروها و قرص های ضد حاملگی، داروهای ضد سرما خوردگی، داروهای غیر قانونی نظیر کوکائین و تنگی نفس یا (Sleep Apnea) همگی می توانند به بالا رفتن فشار خون کمک کنند.
اکنون معلوم شده است که تنگ شدن عروقی که خون را به کلیه ها می رسانند مهمترین عامل بالا رفتن فشارخون می باشد و حدود ۴۰-۱۵ درصد افرادی که دارای فشارخون بالا هستند دارای ناراحتی کلیوی نیز می باشند.
تنگ شدن عروق کلیوی نه تنها در فشار خون بالا نقش دارند بلکه باعث نارسائی کلیوی شده که در نهایت کلیه ها را از کار می اندازد.
علت تنگ شدن عروق کلیوی نیز سخت شدن جدار عروق بخصوص در افراد مسن می باشد. در حال حاضر پزشکان به دنبال یک روش غیر تهاجمی یا non-invasi هستند که بتوانند این حالت را دقیقاً تشخیص داده و بتوانند



Parandis Banifatemi

پرندهی بنی فاطمی
مشاور محصولات طبیعی آربان
خالص سالم سودبخش
ARBONNE
parandis.arbonne4u.com

کمپانی آربان با تولید محصولات سالم، مفید و گیاهی، بدون استفاده از هیچگونه ریشه حیوانی، مواد شیمیایی، عطر و رنگ مصنوعی و با ۳۵ سال تجربه، زندگی بهتر و سالم تری را به شما عرضه می کند!

Experience the ARBONNE Difference

PURE: Certified Vegan -Gluten free -Alcohol-free -Non-toxic -Pet friendly	NO MINERAL OIL
SAFE: -pH correct -Hypoallergenic -Dermatologist tested	NO PHTHALATE
BENEFICIAL: Proven Results -US and Swiss Patents	NO DYES
100% Recycled -Plastic free (never tested on animals)	NO PARABENS
	NO ANIMAL BY-PRODUCTS
	NO CHEMICAL FRAGRANCES
	NO WAXES
	NO ACETONE

100% SAFE BENEFICIAL

بعد از استفاده از محصولات آربان، اثر خوب آنها را به وضوح در پوست و بدن خود مشاهده می کنید
برای دریافت اطلاعات بیشتر و یا خرید محصولات آربان با من تماس حاصل فرمایید
(925)899-4318

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

ماهان ماه پژواک
نشریه برگزیده ایرانیان شمال کالیفرنیا
(408) 221-8624

www.pezhvak.com
www.irany.com





مرض قند

نوجوانان دیده می شود اما می تواند در هر سنی بروز نماید.

نشانه های دیابت نوع ۱ معمولاً در زمانی کوتاه بروز می کنند، گرچه نابودی سلولهای بتا می تواند زودتر آغاز شود. نشانه ها شامل افزایش تشنگی و تکرر ادرار، گرسنگی دائمی، از دست دادن وزن، تاری دید و خستگی شدید است. اگر این مشکل تشخیص داده نشده و با انسولین درمان نشود، فرد مبتلا به دیابت نوع ۱ می تواند به یک کمای (بیپهوشی) تهدید کننده زندگی به نام کمای کتواسیدوز دیابتی (بیپهوشی ناشی از اسید های کتونوی مرض قند) فرو برود.

شایعترین نوع دیابت، دیابت نوع ۲ است. حدود ۹۰ تا ۹۵ درصد افراد دیابتی، به این نوع از بیماری مبتلا هستند. این شکل از دیابت همراه با سن بالا، چاقی، سابقه خانوادگی دیابت، سابقه قبلی دیابت حاملگی، عدم فعالیت بدنی، و نژاد است. حدود ۸۰ درصد افراد که دیابت نوع ۲ دارند دچار اضافه وزن هستند.

مرض قند شماره ۳ hypoglycemia هایپوگلوکوسیمیا می باشد که معمولاً قند خون پائین است.

نوع چهارم Gestational Diabetes که خانم های حامله در زمان حاملگی می گیرند. بحث این مقاله راجع به مرض قند شماره ۲ می باشد. معمولاً لوزالمعده میزان کافی انسولین را ترشح میکند اما به دلایل ناشناخته، بدن نمی تواند به شکل موثری از انسولین استفاده نماید و این وضعیتی است که به آن مقاومت به انسولین گفته می شود. بعد از چند سال از تولید انسولین کاسته می شود و نتایج مشابه دیابت نوع ۱ است. گلوکز ساخته می شود و به خون می ریزد ولی بدن نمی تواند از این منبع اصلی سوخت استفاده کافی کند. نشانه ها می تواند شامل خستگی یا تهوع، پر ادراری، تشنگی غیر طبیعی، کاهش وزن، تاری دید، عفونتهای مکرر و کاهش سرعت بهبودی زخمها باشد. بعضی افراد هیچ نشانه ای ندارند.

وقتی که قند در خون می ماند و نمی تواند وارد سلول ها شود دو مشکل ایجاد می شود:

۱- سلول ها برای انرژی بسیار ناتوان می شوند.
۲- در مدت طولانی قند در خون، صدمه به چشم ها، کلیه ها، عصب ها، قلب و پوست می زند.

مرض قند ۲ را با رژیم غذایی و ورزش و داروهای گیاهی به راحتی می شود کنترل کرد اما متأسفانه بیشتر مردم داروهای شیمیائی استفاده می کنند که عوارض بسیار خطرناک دارد، از جمله حمله های

دیابت (مرض قند) یک اختلال متابولیسم (راهی که بدن ما غذاهای هضم شده را برای تولید انرژی و رشد استفاده می کند) است. بیشتر غذایی که می خوریم به گلوکز (شکل قند در بدن) می شکند. گلوکز منبع اصلی سوخت در بدن است.

بعد از هضم، گلوکز به جریان خون وارد می شود، جایی که توسط سلولها برای رشد و انرژی استفاده می گردد. برای آنکه گلوکز وارد سلولها بشود باید انسولین وجود داشته باشد. انسولین هورمونی است که توسط لوزالمعده تولید می شود (غده بزرگی در پشت معده).

زمانی که غذا می خوریم، لوزالمعده در به طور خودکار میزان مناسب انسولین (انسولین هورمونی است که یک قسمت از لوزالمعده به نام جزایر لانکرانس توسط سلول های بتا تولید می شود که برای رساندن مواد قندی به سلول ها احتیاج هست) را تولید می نماید، که قند را از خون به سلولها حرکت می دهد. در افراد دیابتی، یا لوزالمعده انسولین کافی نمی سازد یا اصلاً انسولین تولید نمی کند، یا سلولها به شکل مناسبی به انسولین تولید شده پاسخ نمی دهند. در نتیجه مقدار زیادی گلوکز در جریان خون وارد شده که توسط ادرار از بدن خارج می شود. بنابراین بدن منبع اصلی سوخت خود را که حاوی مقادیر زیادی گلوکز است، از دست می دهد.

مرض قند معمولاً به

۴ دسته تقسیم بندی می شوند:

نوع ۱ دیابت یک نوع بیماری خود ایمنی است. این بیماری زمانی بوجود می آید که دستگاه مبارزه بدن با عفونتها (دستگاه ایمنی) علیه بخشی از خود بدن فعال می شود. در دیابت، دستگاه ایمنی به سلولهای بتای لوزالمعده که انسولین تولید می کنند، حمله می کند و آنها را از بین می برد. بنابراین لوزالمعده انسولین کمی تولید می کند یا اصلاً تولید نمی کند. فردی که دیابت نوع ۱ دارد برای تمام عمر باید انسولین دریافت نماید.

در حال حاضر دانشمندان دقیقاً نمی دانند چه عاملی باعث می شود که بدن به سلولهای بتا حمله کند، اما باور دارند که عوامل ژنتیکی، ایمنی و محیطی مانند احتمالاً ویروسها (در این روند) درگیر هستند. نوع ۱ دیابت ۵ تا ۱۰ درصد موارد دیابت تشخیص داده شده در آمریکا را شامل می شود. معمولاً در بچه ها و

شکر افزوده نوشیدنی های غیر الکلی، کیک ها، پای ها، شکلات ها و نوشیدنی های میوه ای است. برای مثال یک chocolate bar با سایز متوسط حاوی قاشق چایخوری است. درحقیقت شکر افزوده به عنوان عامل اصلی در بروز مشکلات سلامت معرفی شده است. مواد نشاسته ای شامل انواع نان، غلات، حبوبات، انواع خمیرها یا سبزیجات نشاسته ای است. در هر وعده غذایی باید از مواد نشاسته ای استفاده کرد. معمولاً اگر نان با آرد کامل گندم درست شده باشد یعنی بدون جدا کردن جرم (germ) سبوس (bran) و قسمت نشاسته (endosperm) بسیار خوب است ولی متأسفانه آرد سفید فقط قسمت نشاسته را انتخاب کرده و دو قسمت دیگر را که دارای فیبر مواد معدنی و ویتامین و روغن ها مانند اسیدهای چرب حیاتی (essential fatty acids) و ویتامین مهم E هستند را در نظر نمی گیرد.

شکر نوع دیگر مواد قندی است که بطور ساده وجود دارد و سریع جذب خون می شود. دو نوع شکر وجود دارد. شکری که بصورت طبیعی که در میوه ها و سبزیها و شیر وجود دارد و شکری که اضافه می شود به غذاها مانند کمپوت میوه ها و شیرینی ها و شیره ها (syrup). اسامی مختلف روی شکر گذاشته اند که معمولاً به شکر روی میز معروف هستند مانند شکر سفید، شکر قهوه ای، عسل، شکر چغندر، شکر نیشکر (cano sugar) و پودر شکر و غیره.

قلبی و مغزی، صدمه به کبد، کلیه ها، پوکی استخوان و غیره. حتی در بعضی موارد بعضی از داروهای شیمیائی که استفاده طولانی می شوند موجب سرطان مثانه می شود مانند Actos. برای اطلاعات بیشتر می توانید با شماره (۱-۸۸۸-۶۴۵-۱۶۱۷) تماس حاصل فرمایید. به رایگان به شما جواب خواهند داد. قبل از هر چیز برای اشخاصی که به مرض قندی مبتلا هستند فهمیدن و دسته بندی مواد قندی بسیار مهم است. باید دانست که چه نوع مواد قندی برای آنها ضرر دارد و چه نوع مفید است. ۳ نوع مواد قندی در غذاها وجود دارد:

۱- نشاسته که به مواد قندی مرکب هم نامیده می شود.

۲- شکرها
۳- Fiber فیبر که جزو مواد قندی می باشد. قندها، نشاسته و فیبرها به گروهی تعلق دارند که کربوهیدرات نامیده می شوند. برای بهتر کردن روند رشد، افراد باید در برنامه غذایی خود حبوبات، سبزی ها و میوه ها را بگنجانند.

برخی از انواع قندها بطور طبیعی در میوه ها و سبزیجات و سایر مواد غذایی یافت می شوند (گلوکز، فروکتوز و لاکتوز)، اما بسیاری از مواد غذایی که ما مصرف می کنیم دارای شکر افزوده یا added sugars هستند. این نوع شکر برای افزایش طعم به محصولات که در کارخانه ها یا در خانه تولید می شوند، افزوده می شود. مهمترین منابع

تشنه دوست با بدن هرگز
دوست بدتر از پلید کند
آفتاب با همه روشناش
ابر او را ناپدید کند

یاران و عزیزان همه رقتند ز جهان

ما قافله ایم که هستیم از بر خیران

مرنوش و خوش باش ای همفران

امروز تو مروی و فردا دران

اصغر مهاجرانی

چشم اندازی به روستای آشوری نشین آده (آدا) - اورمیّه

داوآرد اوشانا - انجمن آشوریان آده - اورمیّه

روستای آده یکی از ۳۰ پارچه آبادی شهرستان اورمیّه است که در ۲۴ کیلومتری شمال شهر و به فاصله دو کیلومتری غرب دریاچه چیچست (اورمیّه کنونی) قرار دارد و بوسیله رودخانه نازلو و از طریق چند رشته جوی آب، مشروب می شود. زمین های آن بسیار پر بار و حاصلخیز هستند و امکان هر نوع زراعت در آن وجود دارد. اهالی این روستا از قدیم الایام همگی آشوری مسیحی و مردمانی بسیار خونگرم، مهمان دوست و خوش برخورد بوده و در تابستانها همیشه پذیرای مهمانان زیادی می شوند که از سایر شهرهای ایران و حتی کشورهای خارجی به این روستا روی می آورند و در چنین مواقع جمعیت آن افزایش می یابد. به علت محدود بودن باغات و زمین های کشاورزی، هزینه سالانه اهالی تامین نمی شود. بهمین سبب جوانان برای آمدن راهی کشورهای دور میشوند و پس از مدتی با کار و کوشش شبانه روزی و صرفه جویی و پس انداز به خانه برمی گشتند و با خرید باغ و ملک، خود را از حالت ربیعی خارج و نه فقط دست ارباب را از سر خود کم میکردند بلکه آینده خود را تامین می نمودند. روستا در هنگام اوج شکوفائی دارای ۲۴۰ خانوار جمعیت و دو مدرسه بوده. نمازگزاران و افراد متدین و پیروان آئین های مختلف مسیحیت، در روستا زیاد بودند و به همین مناسبت روستا دارای شش کلیسا می باشد که دو کلیسا قدیمی تر و معروف هستند به کلیسای مار دانیال و دیگری کلیسای مار یوحنا. ساکنین آشوری روستا با پائین آمدن بهای محصولات کشاورزی و صنعتی شدن مملکت، که همگی کشاورز و دامدار بودند، در آمدشان تقلیل یافت و کناف مخارج زندگی آنان نبود لذا به تدریج روستا را ترک کرده و به شهرنشینی و کار در شهر روی آوردند و حتی عده ای برخلاف میل خود اجباراً به کشورهای اروپائی و آمریکائی مهاجرت نموده و بدین شکل جمعیت آشوری روستا به صورت چشمگیر کاهش پیدا کرده.

کلیسای ماردانیال

دانیال در سال ۴۰۹ میلادی در سرزمین مصر، در یک خانواده بی ایمان به خدا متولد شد.



کلیسای ماردانیال

نامش را "مرستوس" نامیدند. والدینش او را به مدرسه روستای محل سکونتشان فرستادند ولی مرستوس به دلیل علاقه شدید به مسیح کلاس درس را ترک و به مدرسه مسیحیان روستا می رفت و در آنجا به آموختن کتاب مقدس مشغول میشد. بعد از اطلاع والدینش به شدت تنبیه شد، ولی همه شکنجه ها را به جان خرید و هیچ وقت اعتقادش را به عیسی مسیح انکار نکرد. همیشه در دعا و نیایش های خود از مسیح می خواست او را به راه راست هدایت کند. تا اینکه یک شب بعد از دعای طولانی به خواب عمیقی فرو رفت و رویایی دید که در آن مسیح با تمام شکوه و جلالش بر او ظاهر گشته و ملائک در حال ستایش او می باشند. ناگهان صدایی از آسمان خطاب به او گفت: مرستوس، از این پس نام تو دانیال (یعنی داوری و قضاوت خدا) خواهد بود و سپس از خواب پرید. در حالی که ترس وجودش را فرا گرفته بود ولی از دعوت خداوند مسرور بود، به نزد کشیش رفته خوابش را بازگو کرد. کشیش بسیار متعجب شد و او را تعمید داده و نامش را "دانیال"

گذاشت. بعد از رسیدن به سن جوانی والدینش تصمیم به ازدواج دانیال گرفتند. تا شاید بعد از ازدواج از اعتقاد خود برگردد ولی دانیال امتناع کرده فرمود: قصد دارد همه زندگی خود را وقف خدمت به خدا و خلق خدا کند... بعد از اینکه قصد و نیت خود را برای کشیش کلیسا بیان داشت کشیش او را به صومعه "مار ابا" فرستاد. دانیال ده سال تمام در آن صومعه مشغول عبادت و فراگیری علوم از جمله گیاه پزشکی شد به طوری که در مسیحیت شرق به القاب مختلفی نظیر: مار دانیال حکیم، قدیس مناره نشین...مشهور است. کلمه "مار" به معنی حضرت می باشد که در مورد قدیسین و بزرگان مسیحیت به کار می رود.

به جا است که توضیح داده شود که بعضی از این صومعه های مسیحی در زمان اوج شکوفائی علاوه بر جایگاه عبادی خود دارای کلیسا، مدرسه ربانی، آموزش علوم، نگهداری و مداوای بیماران صعب العلاج، نگهداری و آموزش کودکان یتیم و سالخوردگان بی سرپرست بوده. دانیال قدیس همه عمر خود را وقف خدمت در چنین مراکزی نموده بود. تا اینکه مار اوگین قدیس به این صومعه آمده و با دانیال ملاقات و گفتگو کرده و با دعوت مار اوگین قدیس از دانیال به اتفاق هم برای تبشیر عیسی مسیح به سایر سرزمین ها عازم شدند. مار دانیال در کنار مار اوگین قدیس معجزات زیادی در معالجه بیماران انجام داد و به مار دانیال قدیس و مار دانیال حکیم شهرت یافت تا اینکه در سن ۹۵ سالگی روح خود را تسلیم خداوند نمود و در صومعه ای که در شهر آشوری نشین "نوهادرا" (دهوک کنونی شمال عراق) ساخته بود به خاک سپرده شد.

هر سال طبق تقویم کلیسای شرق آشوری اولین یکشنبه ماه ایار از ماه های آشوری (مطابق با سوم ماه می میلادی؛ ۱۳ اردیبهشت ایرانی) مراسم یادبود این قدیس در کلیساها برگزار می گردد. لذا آشوریهای ایرانی خصوصاً آشوریهای روستای آده به خاطر احترام به زهد و تقدس دانیال، به یاد و نام وی کلیسایی در مجاورت روستای خود ساختند تا ضمن ادای نماز و با وساطت و شفاعت وی نیاز و حاجات خود را از درگاه خداوندی طلب نمایند.

قدیمت ساختمان کلیسای مار دانیال به قرن چهارم میلادی برمیگردد که دارای دیوارهای بسیار مستحکم تماماً از سنگ و ساروج ساخته شده. سقف آن نیز طاق سنگ بوده است ولی بارها مورد تخریب قرار گرفته خصوصاً در زمان قتل عام مسیحیان آشوری توسط تیمور لنگ و در این اواخر توسط ترکان عثمانی در جنگ جهانی اول که هر بار توسط اهالی روستا مرمت و بازسازی شده است.

کلیسای مار یوحنا

کلیسای مار یوحنا قدیس، یکی از زیباترین و معروفترین کلیسای روستای آده (به تلفظ آشوری آدا) می باشد. این کلیسا بارها تخریب



کلیسای مار یوحنا

شده و مجدداً بر روی بقایای آن بنای جدید ساخته شده که بار آخر در سال ۱۹۰۱ میلادی بوده و تا به امروز همچنان سرافراز و استوار باقی مانده است. کلیسای مذکور به پیروان فرقه شرق آشور تعلق دارد و با یاری آشوریان روستا و کمک میسیون ارتدکس روس در اوایل قرن بیستم ساخته شده. نظیر همین کلیسا در سایر روستاهای آشوری نشین اورمیّه به نامهای "مار گیورگیس" در روستای سپورغان و کلیسای "مار صبریشوع" در روستای موشی آباد با همین سبک معماری بنا شده اند، و حاصل ائتلاف دو فرقه کلیسایی "شرق آشوری" و "ارتدکس" روس می باشند که هر سه این کلیساها در فهرست آثار ملی ثبت گردیده و کلیسای مار یوحنا تحت شماره ثبت ۷۲۸۸ می باشد.

شکل ظاهری کلیسا مکعب مستطیل و در جهت شرقی و غربی ساخته شده و محراب آن طبق اصول باید در سمت مشرق قرار گیرد که این رسم در مورد محراب این کلیسا مراعات شده است. طول کلیسا ۱۸ متر، عرض آن ۹ متر و ارتفاع سقف ۶ متر و بزرگترین کلیسای روستاست که گنجایش ۵۰ نفر نشسته را دارد و در موارد لزوم کلیسا

میتواند تا حدود ۱۲۰ نفر را در خود جای دهد. در داخل آن چند ردیف نیمکت های چوبی ساخت خود اهالی به ترتیب چیده شده و غیر از آنها هیچگونه تزئیناتی ندارد.

دیوارهای داخلی آن به صورت بسیار ساده و ابتدائی سفید کاری شده و نور داخل آن از ده پنجره ای که بر روی دیوای آن نصب شده اند در عرض روز تامین میشود، دورتادور خارجی آن به پهنای دو متر زمین خالی وجود دارد که از سه طرف بوسیله دیوار کوتاهی از خانه های مجاور آن جدا گردیده ولی دیوار جلویی به صورت نرده ساخته شده و بطور کلی در میان کلیساهای نوساز سایر روستاها از نظر معماری و شکل و فرم سرآمد همه است.

دیوارهای آن و همچنین برج ناقوس همه از آجر کوره ای قهوه ای رنگ بنا شده است. سقف کلیسا مسطح است و آن بوسیله چوب تخته های کوتاه که اصطلاحاً آنها را **Pardoweh** میگویند و با حصیر و کاهگل پوشیده شده و بوسیله دو تیر چوبی دیگر در حالت افقی جنوبی و شمالی و چهار ستون چوبی عمودی که در وسط کلیسا قرار داده شده اند که در حقیقت پایه های نگهدارنده تیرهای سقف را تشکیل می دهند.

درب ورودی ساختمان کلیسا در جهت غرب و درست روبروی محراب قرار دارد و بر بالای آن برجی چهارگوشه، در چهار طبقه ساخته شده که پوشش شیروانی دارد و در بالاترین نقطه شیروانی صلیب نصب شده که از فاصله دور نمایان است.

سالخوردگان آشوری روستای آدا خاطراتی از این کلیسا تعریف می کنند: بعد از فسخ ائتلاف کلیسای شرق آشوری ایران با ارتدکس روس، میسیون روس قصد تصاحب کلیسای مذکور را داشته که به یاری کشیش غیرت مند آشوری ایرانی به نام "قشه گیورگیس" طی شکایتی بر علیه میسیون مذکور تقدیم ولیعهد وقت قاجار در تبریز می گردد. نهایتاً حکم سرپرستی و تصاحب کلیسای مار یوحنا به ساکنین آشوری ایرانی بر می گردد.

جشنواره سالانه روستای آده

مطابق تقویم قدیمی آشوری ۲۶ ماه تموز از ماههای آشوری و اولین یکشنبه مرداد ماه زمان برگزاری جشنواره "نوسردئیل" یا جشن آب پاشان است که در اصطلاح آشوری این مراسم به نام "شارا د نوسردئیل" گفته می شود، ولی به دلیل اینکه فقط در روستای آده برگزار می گردد به "شارا د آدا" نیز معروف است.

مراسم، با حضور کشیش و آشوریهای روستا به همراه میهمانانشان از کلیسای مار دانیال قدیس با دعا و نیایش و دریاف عشاء ربانی شروع می شود. بعد از کلیسا همگی به خانه برگشته و نهار می خورند. سپس جوانان روستا مراسم آب پاشی را در همه نقاط روستا و بر روی هر کسی که ببینند آب می پاشند. بعد از تعویض لباس این بار به محل تجمع عمومی روستا رفته با دهل و سرنا و موسیقی به شادی و پایکوبی می پردازند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۶**

هم نورش دلپذیر تر است. ورودی خانه یا آپارتمان نباید تاریک باشد، چون تاریکی جریان انرژی را مختل می کند. اگر ورودی منزلتان راهرویی باریک است و نور طبیعی هم ندارد، از چراغ های سقفی و آینه برای ایجاد نور و بزرگ نمای مکان استفاده کنید. **اجسام ثقیل:** با اشیای سنگین مثل مجسمه های سنگی می توان با احساس نا امنی مقابله کرد. بد نیست در اتاق های خالی جسمی سنگین قرار دهید. وجود مجسمه ای سنگین در فضا باعث تثبیت روابط می شود.

کاربرد اصول فنگ شویی در معماری ورودی خانه: اگر جلوی خانه تان حیاط یا ورودی دیگری (از حیاطان) دارید، ترتیبی دهید که مسیر ورودی به خانه تان مستقیم نباشد. اندکی انحنا در آن ایجاد کنید. این مسیر باید به سمت در ورودی خانه تان تنگ تر شود. چی در مسیر های فراخ خیلی زود هدر می رود. وجود چراغ در سر در ورودی جریان انرژی را کانالیزه می کند.

"ما ساختمان هایمان را می سازیم، پس از آن آنها ما را می سازند." وینستون چرچیل **اتاق نشیمن:** اتاق نشیمن در واقع فضای مرکزی خانه است. که اغلب فعالیت های خانه و ساکنان آن در آن واقع می شود و میهمانان در آن پذیرایی می شوند. هر کسی با دیدن اتاق نشیمن منزل تان، حس و برداشت خاص خود را از شما خواهد داشت، پس داشتن اتاق نشیمنی گرم و روشن بسیار تاثیر گذار است. اتاق نشیمن مرکز زندگی افراد خانواده است و فضایی است که در آن به استراحت می پردازید، مطالعه می کنید، تلویزیون تماشا می کنید یا به موسیقی گوش می دهید. گرما و راحتی دو اصل عمده آرامش در خانه است. از آنجا که ممکن است در آن واحد چند نفر از اعضای خانواده از اتاق نشیمن استفاده کنند، آماده باشید که برای ایجاد فضایی متوازن و هماهنگ هر کاری بکنید. معمولاً اتاق نشیمن بزرگ ترین اتاق خانه است. مهم ترین جنبه زندگی ایده آل داشتن فضای باز است. مرکز اتاق نشیمن نباید در هم و بر هم باشد.

بزرگ تر به نظر برسد و به این ترتیب، "چی" جریان مناسب تر و سالم تری خواهد داشت. اطمینان حاصل کنید که آینه تان مخدوش نیست و ترک ندارد. استفاده از کاشی های آینه نما توصیه نمی شود.

کریستال ها: برای بهبود گردش "چی" می توانید از کریستال استفاده کنید. اما باید مطمئن شوید که نور را در محل مناسب متمرکز کرده اید. هیچوقت کریستالی را تکان ندهید، چون ممکن است رشته ترمز کش از هم گسیخته شود. کریستال ها را در اتاق های تاریک در بالای در ورودی طوری آویزان کنید که نور طبیعی به آن ها بتابد. منشور شیشه باعث شکسته شدن نور و تابیدن آن بر دیوارهای تاریک اتاق می شود. به این ترتیب انرژی اتاق فعال می شود.

رنگ ها: رنگ ها فضای خاص خود را به وجود می آورند و هر یک تاثیری خاص دارند. بعضی از رنگ ها انرژی ایجاد می کنند و برخی آرامش می دهند. این حالت بستگی دارد به کاربرد رنگ در کاغذ دیواری، فرش، وسایل منزل یا پارچه. ترکیب رنگ ها تاثیر متفاوتی به جا می گذارد. قاعده این است که هر چه رنگ قوی تر باشد، تاثیر گذار تر است.

سقف اتاق را هرگز نباید تیره انتخاب کرد. چون باعث فلج شدن انرژی می شود و ساکنان فشار سقف را بر خود احساس می کنند. جتی روش های فنگ شویی و کاربرد نور مناسب هم در این فضا چندان کار ساز نیست و تنها بخشی از سنگینی فضا را از بین می برد. اگر خسته شده اید و می خواهید خلاقیت خود را به کار اندازید، اتاق تان را رنگ روشن بزنید. برای کاربرد رنگ های متنوع بهتر است به کوسن ها، تصاویر رومیزی، شمع یا دسته گلی رنگی اکتفا کنید. رنگ های ملایم چندان محرک نیستند.

نور: نور تاثیری ژرف و مثبت بر زندگی ما دارد، اما نور زیاد چه طبیعی و چه مصنوعی، اصلاً خوب نیست. از لامپ های فلورسنت (مهربانی) استفاده نکنید. نور چشمک زن این نوع لامپ ها تاثیری منفی دارد. شمع هم انرژی جذب می کند و



فنگ شویی در معماری

فنگ شویی ترکیب واژه چینی "فنگ" به معنای "باد" است و "شویی" به معنای "آب". این دو واژه، با هم، تداعی گر مفهوم شکل دهنده و حرکت آفرین باد و آب است و نیز بیانگر تضاد این دو در عین همراهی موزونشان. فنگ شویی تعالیم تاؤست برای زیستن در عین هماهنگی با طبیعت و محیط اطراف. چینی ها قرن هاست که به خرد کاربردی نهفته در این تعالیم دل داده اند و در چیدمان خانه هایشان، دفتر کارشان و حتی ساختن مقبره هایشان آن را به کار بسته اند تا زندگی را موزون تر سازند. این خرد در کتاب "ای چینگ" ثبت شده است. هدف عمده فنگ شویی به سازی زندگی، هماهنگ ساختن زندگی خانوادگی و کسب موفقیت در کار و پیشه است.

و فور نعمت و کامرانی برای ساکنان نواحی مجاور است.

مثال دوم: سوزن

صخره ای که تیز و پر شیب همچون سوزن، رو به آسمان دارد، نشانه دانایی است. برای افراد خوشبختی که نزدیک چنین محلی زندگی می کنند، این شکل ضامن دانش و خرم روز افزون، پیشرفت در جست و جوی مداوم و موفقیت های علمی است.

همه چیز در دنیا در تغییر است، هیچ چیز همانی که بود باقی نمی ماند. (ژوانگ زی)

آموزه های اساسی

نفس خانه: چی از طریق پنجره ها و در ها داخل می شود و باید به راحتی بتواند دوران فضای خانه جریان داشته باشد. به هر حال، چندان عامل تاثیری منفی بر جریان فنگ شویی ندارند، خطوط مستقیم، لبه های تیز و گوشه ها.

راهرو های دراز و مستقیم: فضاهای دراز و مستقیم در خانه بازتابی منفی دارند. این فضا ها حرکت چی را تسریع می کنند و به جای آنکه چی در فضای خانه بماند، به سرعت از این مسیر ها می گذرد. راهرو های دراز و مستقیم آپارتمان نیز عملکردی مشابه دارند. این مسیر مستقیم را با استفاده از گلدان، میز، چراغ یا هر چیز دیگری بشکنید تا چی بیشتر گردش داشته باشد و آرام تر حرکت کند.

لبه های تیز: لبه های تیز، شاجی به وجود می آورند که تاثیری منفی بر آدمی دارد. از قرار دادن تختخواب در مجاورت چنین فضاها و مکان هایی پرهیز کنید. همیشه مبلمان و وسایلی بخرید که لبه های گرد دارند. اگر چارخ ای جز استفاده از اشیای نوک تیز ادارید، روبه روی هر کنج گیاهی بگذارید.

آینه: آینه ساده ترین ابزار فنگ شویی است. از تاثیر مثبت آینه کاری آگاه باشید به خصوص وقتی که تصویر درختان در آینه می افتد. اگر از آینهها به شکلی مناسب استفاده شود، انعکاس تصاویر باعث می شود اتاق

"چی" مفهوم بنیادی فنگ شویی "چی" است؛ و آن را چنین معنا کرده اند: "فعالیت فیزیولوژیک"، "نیروی عملی موجودات زنده"، "انرژی زندگی"، "دم حیات" یا "انرژی فعالی که همه چیز در آن جریان دارد".

دو مکتب در فنگ شویی وجود دارد:

♦ مکتب قطب نما

♦ مکتب مناظر یا شکل

مکتب قطب نما: قطب نما، لوبان، نشان دهنده ارتباط فرد با منشا حیات است. با یافتن جهت درست، ساختمان ها و لوازم منزل را می توان هم سو و هم جهت با صور فلکی قرار داد. قطب نما لوبان به چند دایره هم مرکز (حداکثر ۲۸ دایره و حداقل ۴ حلقه) و ۲۴ نقطه تقسیم می شود. با هر حلقه می توان یک جنبه از فنگ شویی را سنجید. بر خلاف قطب نما های غربی، این قطب نما جهت جنوب را نشان می دهد.

مکتب مناظر: اشکال هندسی طبیعی و در معنای مجازی، اشکال هندسی مصنوعی مثل خانه ها، جاده ها و لوازم منزل تاثیری خاص بر افراد دارند. پستی و بلندی های زمین، مثل کو ها و دره رودخانه ها با حیوانات پیوند دارند و بر اطراف خود تاثیر گذارند. اگر در مکانی گیاهان رشد بهتری داشته باشند، چی پر انرژی و سالمی در آن مکان در جریان است. با علم رمل می توان ویژگی های سودمند و غیر سودمند هر مکان را دریافت. ساختمان ها باید زمین اطراف خود را کامل کنند، نه اینکه ظاهر این که آن را مخدوش کنند. منظره ایده آل جایی است که در آن بین دشت در کنار یانگ کوهستان قرار گیرد. شیب تند کوه به تنهایی تحمل ناپذیر است و هم ملال انگیز. افزون بر این، نمی توان انتظار داشت که چی در چنین محیطی جریان داشته باشد.

مثال نخست: کاسه برنج

در مکتب مناظر گرافیک بسیار به کار می آید. صخره ای که شبیه کاسه برنج است، نشانه

پریناز کدخدایان
مشاور با گواهینامه رسمی

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

۵۶۸۷-۷۰۴(۶۵۰)

فنگ شویی در ایجاد جریان و حرکت مثبت انرژی در فضای منزل، کار و پیشرفت شایسته های خانوادگی و دوستی به شما کمک می کند

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

Transform your environment & transform your life

Feng Shui & Astrology Certified Consultant

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

www.FengShuiAndLiving.com ★ Parinaz@FengShuiAndLiving.com



Parinaz Kadkhodayan

یک ایرانی جزو چهار دانشمند برجسته زمین شناسی



بی بی سی: اتحادیه علوم زمین اروپا کاوه مدنی، استاد مدیریت آب و محیط زیست امپریال کالج لندن، را به عنوان یکی از چهار دانشمند جوان برجسته در علوم زمین در سال ۲۰۱۵ معرفی کرد.

اتحادیه علوم زمین اروپا (EGU) که با تالیف انجمن ژئوفیزیک اروپا (EGS) و اتحادیه اروپایی علوم زمین (EUG) در سال ۲۰۰۲ تشکیل شد، سالانه هشت جایزه اصلی به محققان برتر در شاخه های مختلف علوم زمین در سطح جهانی اهدا می کند که از میان آنها چهار جایزه "آرنه ریچتر" به چهار دانشمند جوان برجسته "هدا" می شود. جایزه اصلی این مجموعه از سال ۱۹۸۳ تا کنون به ۱۳۶ دانشمند علوم زمین در نقاط مختلف جهان اهدا شده است که از این میان جایزه "دانشمند ممتاز جوان" به ۴۶ محقق تعلق گرفته است. این اولین بار است که یک ایرانی موفق به دریافت یکی از جوایز اصلی این اتحادیه می شود.

که تئوری های اقتصادی و رفتارشناسی را وارد حوزه مدیریت منابع آب کرده است. او می گوید هر چه مسائل آبی و زیست محیطی پیچیده تر شده، علوم انسانی و اجتماعی هم بیشتر وارد این حوزه می شوند و با علوم آبی و مهندسی و هیدرولوژی تلفیق می گردند. چهار جایزه اصلی اتحادیه علوم زمین اروپا برای دانشمندان جوان برجسته به محققانی اعطا می شود توانسته اند به پیشرفت های قابل توجهی در رشته های مختلف علوم زمین دست پیدا کنند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۵**

سرچشمه همه سوءتفاهم ها زیر سر زبان است.



آتوسا یکان

مربی و راهنمای زندگی

Professional Certified Life Coach
atoosa30@yahoo.com

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

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

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

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

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

Serving the Bay Area

(۹۲۵) ۲۹۷-۹۷۰۰

سرطان های ویروسی به دلیل رابطه جنسی

همایون خیری

بر اساس گزارش جدید شورای سرطان ایالت ویکتوریا در استرالیا تعداد مبتلایان به سرطان های ناحیه دهان و گردن در این کشور روند افزایشی داشته گذشته به ۱۲۵ مورد رسیده است. همزمان با استرالیا تعداد مبتلایان به این نوع سرطان در کشورهای توسعه یافته دیگر نیز در سال ۲۰۱۵ افزایش یافته است. عامل شیوع سرطان دهان، زبان و گلو انتقال ویروس انسانی پاپیلوما (HPV) سویه ۱۶ در جریان رابطه جنسی دهانی است. گزارش سال گذشته پژوهشگران استرالیایی در نشریه تخصصی علوم سر و گردن نیز نشان داده بود تنها در فاصله دو دهه گذشته تعداد مبتلایان به سرطان های زبان و گردن در این کشور ۶۴ درصد افزایش یافته است.

نشان می دهد تعداد مبتلایانی که هرگز سیگاری نبوده ولی مبتلا به سرطان شده اند از ۱۹ به ۳۴ درصد رسیده است. عامل این افزایش ویروس انسانی پاپیلوما بوده است. از جنبه دفاعی بدن انسان قادر است بطور طبیعی ویروس پاپیلوما را از بین ببرد اما ضعف دستگاه ایمنی و وجود زمینه هایی نظیر استعمال دخانیات یا جویدن تنباکو می تواند

ویروس انسانی پاپیلوما یکی از شایع ترین ویروس های است که در جریان رابطه جنسی منتقل می شود. گرچه تمام ویروس های پاپیلوما بیماریزا نیستند با ابتحال بسیاری از ل بسیاری از مبتلایان به این عفونت از آلوده شدن خود بیخبر می مانند زیرا تغییرات سلولی منجر به سرطان به کندی رخ می دهند و قابل مشاهده نیستند.

دفاع بدن در برابر این ویروس را ناکارآمد کند. در نتیجه ویروس پس از ایجاد عفونت پوستی باعث ایجاد سرطان در ناحیه دهان و گلو می شود. ویروس پاپیلوما می انسانی بیش از ۱۷۰ سویه مختلف دارد که بیش از ۴۰ سویه آن در جریان



رابطه جنسی منتقل می شوند. هشتاد درصد بزرگسالان در طول زندگی شان دچار عفونت ناشی از انواعی از این ویروس شده اند. گزارش سازمان بهداشت جهانی می گوید با وجود این که ۸۵ درصد مرگ و میرهای ناشی از سرطان های پاپیلومایی در کشورهای توسعه نیافته جهان و بیش از همه برای زنان رخ می دهد اما سرطان های دهان، زبان و گلو در کشورهای توسعه یافته و در میان مردان فراوان تر است. **دنباله مطلب در صفحه ۵۳**

روند ابتلا به سرطان های دهان و گردن در کشورهای توسعه یافته از اوایل دهه هفتاد میلادی به طرف گروه سنی جوانان کشیده شد. پژوهشگران دانشگاه جانز هاپکینز علت تغییرات سنی و جایگزینی عامل سرطان های زبان و دهان از مصرف تنباکو به ویروس پاپیلوما در چهار دهه گذشته را تغییر رفتار جنسی جوانان می دانند. نکته قابل توجه این است که مقایسه عوامل ایجاد سرطان های دهان و گلو در ابتدا و انتهای این چهار دهه

Jasmine Carpet Care

پارسی شستشوی موکت، قالی و مبیل مسکونی

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

Professional Truck Mount Steam Cleaning for Carpet & Upholstery

Carpet Steam Cleaning
for Whole House,
Up to 1100sq. Excluding Stairs
Steam Cleaning
2 BR \$49.95
Reg: \$99.95

Carpet Steam Cleaning
for Whole House,
Up to 1100sq. Excluding Stairs
\$119.95
Reg: \$239.95

Sofa & Love Seat
Steam Cleaning
Most Fabrics
\$99.95 each
Reg: \$199.95

(408)266-1111 www.jasminecarpetcare.com

سرچشمه قابل اطمینان با قیمت های بسیار مناسب



«خیر خواها نه»
(benevolent)
به نظرانی گفته
می‌شود که زنان و
مردان را در قالب
نقش‌های کلیشه‌ای
می‌گنجاند ولی

سکسیسم چیست و سکسیست کیست؟

ناتاشا بالر

«سکسیسم» در تمام جوامع ریشه دوانده است، از احکام حکومتی گرفته تا منازعات و بحث و جدال‌های اینترنتی. در یمن، عربستان سعودی و ایران، زنان باید پیش از مسافرت از همسر خود اجازه بگیرند. در آمریکا، سناتور جمهوری خواه در ایالت «میسوری» لایحه‌ای را مطرح کرد که به موجب آن، زنی که تصمیم به سقط جنین می‌گیرد باید ابتدا با پدر خود مشورت کند. در «قطر ابرویز» به میهمان‌داران زن گفته اند که برای ازدواج باید اجازه ریس خود را داشته باشند. در تمام حکومت‌ها، از دموکراسی گرفته تا حکومت‌های مذهبی و دیکتاتوری‌ها، زنان همواره به شیوه‌ها و درجه‌های مختلف قربانی سکسیسم بوده‌اند. مردان نیز می‌توانند قربانی تبعیض‌های جنسیتی قرار بگیرند. ما نیز خود در «ایران‌وایر» دو بار به سکسیسم متهم شدیم؛ یک بار در مورد کارتونی که درخواست یک روحانی را از مردم ایران برای بیش تر بچه دار شدن به باد انتقاد گرفته بود و دیگری انیمیشنی بود که توصیه‌های جنسی یک روحانی دیگر را به سخره می‌گرفت. این روحانی چندین بار زنان را ابزار لذت مردان دانسته بود.

سکسیسم چیست؟

سکسیسم به گونه‌ای از تبعیض گفته می‌شود که بر اساس جنسیت باشد. با این که برخی این واژه را به طور مشخص برای تبعیض علیه زنان به کار می‌گیرند، حقیقت این است که سکسیسم می‌تواند در مورد مردان، بیناجنسی‌ها (کسانی که اندام‌های تناسلی آن‌ها نه کاملاً زنانه و نه کاملاً مردانه است) و ترانجسیتی‌ها نیز اطلاق شود.

کلیشه‌سازی از نقش زنان و مردان در سکس و یا تعصب ورزی در مورد و یا بر اساس جنسیت نیز ذیل مقوله سکسیسم قرار می‌گیرد. ریشه این گرایش‌ها و نگرش‌های تبعیض آمیز می‌تواند به سنت‌های فرهنگی، ترس و نفرت برسد و البته به این باور که یک جنس از جنس دیگر برتر است.

در کشورهای غربی، خیلی وقت‌ها تبلیغات و موزیک‌ویدیوها به دلیل تصویری که از زنان ارائه می‌کنند، به سکسیسم متهم می‌شوند یا به این دلیل که زنان را به اشیای جنسی تبدیل کرده‌اند و یا آن‌ها را در قالب نقش‌های سنتی جنسیتی، مثلاً زانی خانه دار می‌گنجانند.

در ایران، سکسیسم به شیوه‌های متفاوتی در جامعه دیده می‌شود به طوری که حتی برخی زنان عقاید همکاران مرد خود را جدی تر از نظرات و عقاید همکاران زن خود می‌گیرند، یا دختران اجازه ندارند برای مراقبت‌های پزشکی پدران خود، «وکالت خانوادگی» بدهند. فقط پسران و همسران این اختیار را دارند.

اثرات منفی سکسیسم چیست؟

سکسیسم می‌تواند نقش و مشارکت اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی زنان و دختران را محدود کند. همچنین می‌تواند رفتارهای نابرابر و توهین آمیز را در مردان، چه در روابط شخصی و چه در مناسبات حرفه‌ای آن‌ها برانگیزد. این به نوبه خود به آزار و اذیت، تجاوز و خشونت جنسی در چارچوب روابط شخصی و خصوصی می‌انجامد. نتایج و پیامدهای منفی این تجربه‌ها بر سلامت ذهنی و فیزیکی زنان و دختران مورد بحث اثر می‌گذارد؛ از جمله می‌توان به کمبود عزت و اعتماد به نفس، افسردگی و دیگر مشکلات روحی و روانی در آنها اشاره کرد.

در مدرسه‌ها، دختران و زنان جوانی که قربانی سکسیسم و خشونت جنسی می‌شوند، در بسیاری مواقع نمی‌توانند در کلاس صحبت و سؤال‌های خود را مطرح کنند و

نگاهی «مثبت» و اغلب «ستایش آمیز» به طبیعت زنان و مردان دارد. این نگرش بیشتر ناشی از اتکا به کلیشه‌های سنتی در مورد نقش‌های جنسی و جنسیتی است؛ مثلاً می‌گویند زنان ذاتاً یا بنا بر طبیعت خود، مهربان تر، عاطفی تر و دل‌سوزتر هستند. حال آن که مردان ذاتاً یا بنا بر طبیعت خود، عقلانی تر، مرد احساس تر و خشن تر - هم از نظر ذهنی و هم فیزیکی - توصیف می‌شوند. یا مثلاً می‌گویند زنان ذاتاً یا بنا بر طبیعت خود در امور اداری و یا در یک پزی بهترند چون در «آشپزخانه» بهتر از مردان هستند.

دکترای «ملانی تانباوم» دانشجوی دکتری روان‌شناسی اجتماعی دانشگاه «ایلینویز» در شیکاگو، در مقاله‌ای که مجله «ساینتیفیک امریکن» آن را منتشر کرده، نوشته است سکسیسم دو وجهی یا خیرخواهانه جایگزین سکسیسم متخاصم و پرخاش‌جو می‌شود ولی نتایج هر دو یکی است: «از آن جا که سکسیسم خیرخواهانه خود را در پشت نقاب تحسین و تمجید پنهان می‌کند، به سادگی می‌توان از این نوع سکسیسم برای منصرف و بی‌انگیزه کردن مردم از کارها و اعتراض‌های جمعی استفاده و یا آن‌ها را اقتناع کرد که دیگر هیچ نیازی به نبرد برای برابری و مساوات وجود ندارد.»

کلیشه‌های جنسیتی چیست؟

کلیشه‌های جنسیتی، کلی‌یافتی‌ها و تعمیم‌های ساده انگارانه درباره ویژگی‌ها و تفاوت‌های جنسی و نیز نقش‌های جنسیتی افراد یا گروه‌ها در جامعه است. این کلیشه‌سازی‌ها می‌توانند مثبت یا منفی باشند ولی به ندرت اطلاعات درست و صحیحی را درباره انسان به دست می‌دهند. کلیشه‌های رایج و قدیمی جنسیتی درباره نقش زنان، ازدواج، بچه داری و مقدم دانستن رفاه خانواده بر رفاه خود است. از دیگر کلیشه‌های مربوط به زنان این است که آن‌ها موجوداتی عشق ورز، دل‌سوز، مهربان و حامی و پشتیبان و برای همسر خود زیبا و سکسی هستند. کلیشه‌های مربوط به مردان این است که آن‌ها نان آور خانه‌اند، قاطع و محکم، اهل رقابت، مستقل، شجاع و متمرکز بر کار و حرفه خویش. در این تصویر کلیشه‌ای، مردان عاطفه و احساسات کم‌تری نسبت به زنان دارند و نیز این که این مردان هستند که برای سکس پیش قدم می‌شوند.

برابری جنسیتی چیست؟

برابری جنسیتی، بازنمایی برابر زنان و مردان در تمام بخش‌ها و از تمام‌وجه است. برابری جنسیتی به این معنی نیست که زنان و مردان یک چیز هستند بلکه به این معنا است که زنان و مردان از ارزشی مساوی برخوردارند و باید با آن‌ها برخوردی برابر کرد. در سال ۲۰۱۴، «مجمع جهانی اقتصاد» گزارشی در مورد «شکاف جنسیتی در جهان»

شکاف جنسیتی چیست؟

شکاف جنسیتی تفاوتی است در جایگاه و منزلت، فرصت‌ها و نگرش‌های میان زنان و مردان. برای فهمیدن هر چه بهتر این مفهوم، «شاخص جهانی شکاف جنسیتی» این تفاوت‌های جنسیتی را در کشورهای مختلف اندازه‌گیری کرده و کشورها را بر اساس پیشرفت در کم کردن این شکاف بر حسب مشارکت‌ها و فرصت‌های اقتصادی، موفقیت‌های تحصیلی و آموزشی، سلامت، قدرت و اختیار سیاسی رتبه‌بندی می‌کند.

اگر رتبه کشوری یک باشد، به این معنی است که شکاف جنسیتی را در تمام مقوله‌های بالا از میان برده است. با این حال، هیچ یک از ۱۴۲ کشوری که تا به حال ارزش‌یابی شده‌اند، به این رتبه دست پیدا نکرده‌اند.

در سال ۲۰۱۴، ایسلند در شاخص مجمع جهانی اقتصاد اول شد و همسایه‌های اسکندیناویایی آن، یعنی، فنلاند، نروژ، سوئد و دانمارک با اختلاف کمی در رتبه‌های بعدی ایستادند.

شاید جالب توجه‌ترین نمونه، نیکاراگوئه و رواندا باشد زیرا تولید ناخالص داخلی هر دو کشور کم‌تر از ۹ میلیارد دلار است ولی در جدول برابری جنسیتی، رتبه‌های ششم و هفتم را به خود اختصاص داده‌اند. آمریکا در جایگاه بیستم ایستاده است، ایران در جایگاه ۱۳۷ است و یمن ۱۴۲؛ یعنی در ته جدول.

«سعدیه زاهدی»، یکی از مدیران ارشد مجمع جهانی اقتصاد در مصاحبه‌ای گفته است: «هم کشورهای ثروتمند می‌توانند به برابری جنسیتی دست یابند و هم کشورهای فقیر. لزومی ندارد که برابری جنسیتی زمانی به یک کشور راه یابد که کاملاً توسعه یافته باشد.»

سکسیسم چه اثراتی بر رشد و توسعه

جوامع می‌گذارد؟ نتایج اجتماعی،

اقتصادی و فرهنگی آن چیست؟

اقتصادی: نابرابری جنسیتی بارها یکی از موانع اصلی در توسعه اقتصادی عنوان شده است. این ادعا را بانک جهانی و سازمان ملل هم تأیید کرده‌اند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۰**

مولوی و مرگ



دکتر حسین مسیح پور

فروشدن چو بدیدی، بر آمدن بنگر

غروب، شمس و قمر را چرا زیان باشد؟

تو را غروب نماید، ولی شروق بَد

لحد چو حبس نماید، خلاص جان باشد

مولانا جلال الدین در مثنوی می فرماید:

از جمادی مردم و نامی شدم

وزنما مردم، به حیوان سرزدم

مردم از حیوانی و آدم شدم

پس چه ترسم؟ کی ز مردن کم شدم

وحله دیگر بمیرم از پش

تا بر آرم از ملایک بال و پر

وز ملک هم بایدم جستن زجو

کل شیئی هالک الاوجه

پس عدم گردم، عدم چن ارغنون

گویدم کانا الیه راجعون

می بینیم مولوی حق مطلب را به خوبی ادا کرده

و به همه ایرادات مطروحه پاسخ لازم را داده

است و شرع نیز به صورت و شیوه دیگر به این

ایرادات پاسخ گفته است که قرآن می فرماید:

الذی خلق الموت و الحیاه لیبولکم ایکم

احسن عملا. او (خدا) کسی است که مرگ و

زندگی را آفریده است تا بیازماید کدام یک

از شما نیکوکارترید و نیز فرماید افضستم

انما خلقناکم عبثا و انکم الینا لائرعون. آیا

می پندارید ما شما را عبث و بیهوده آفریده

ایم و شما به سوی ما باز نمی گردید که آیه

به صورت سوال آمده ولی دلالت بر نفی دارد

یعنی ما شما را عبث نیافریدیم و به سوی ما

باز خواهید گشت و در حقیقت آیه شریفه به

صورت استفهام مفید نفی است.

خلاصه مرگ نسبی است و انسان مرگ مطلق

ندارد. مرگ از دست دادن یک حالت و تجلی

در صورت دیگر است. کالبد انسان مبدل

به خاک می شود و خاک به صورت نبات و

حیوان تجلی می کند. به هر حال پدیده های

موت و حیات نظام متعاقبی را در جهان هستی

به وجود می آورد که همواره مرگ یک دسته

زمینه ساز حیات دسته دیگر می گردد. از لاشه

جانورانی که می میرند، گیاهان یا جانداران

جوان و شاداب و پرتراوت تر بوجود می آید.

اگر گل های سال پیش نمی مردند و از میان

نمی رفتند گل های شاداب و خوشبوی امسال

بوجود نمی آمدند. به ابیات مولوی درباره اینکه

چرا می میریم در زیر توجه فرمائید:

گفت موسی ای خداوند حساب

نقش کردی، باز چون کردی خراب؟

نر و ماده نقش کردی جانفزا

وانگهی ویران کنی آن را، چرا؟

گفت حق دانم که این پرسش ترا

نیست از انکار و غفلت وز هوا

ورنه تادیب و عتاب کردمی

بهر این پرسش ترا آزردمی

لیک می خواهی که در افعال ما

باز جویی حکمت و سر قضا

آنکس که مصیبت دیده، قدر عافیت را می داند!

پادشاهی با نوکرش در کشتی نشست تا سفر کند، از آنجا که آن نوکر نخستین بار بود که دریا را می دید و تا آن وقت رنجهای دریانوردی را ندیده بود، از ترس به گریه و زاری و لرزه افتاد و بی تابي کرد، هر چه او را دلداري دادند آرام نگرفت، ناآرامی او باعث شد که آسایش شاه را بر هم زد، اطرافیان شاه در فکر چاره جویی بودند، تا اینکه حکیمی به شاه گفت: اگر فرمان دهی من او را به طریقی آرام و خاموش می کنم.

شاه گفت: اگر چنین کنی نهایت لطف را به من نموده ای. حکیم گفت: فرمان بده نوکر را به دریا بیندازند. شاه چنین فرمانی را صادر کرد. او را به دریا افکندند. او پس از چندبار غوطه خوردن در دریا فریاد می زد مرا کمک کنید! مرا نجات دهید! سرانجام مو سرش را گرفتند و به داخل کشتی کشیدند. او در گوشه ای از کشتی خاموش نشست و دیگر چیزی نگفت.

شاه از این دستور حکیم تعجب کرد و از او پرسید: حکمت این کار چه بود که موجب آرامش غلام گردید؟

حکیم جواب داد: او اول رنج غرق شدن را نچشیده بود و قدر سلامت کشتی را نمی دانست، هچنین قدر عافیت را آن کس داند که قبلا گرفتار مصیبت گردد.

ادعای مرد فاسق!

مسافری در شهر بلخ جماعتی را دید که مردی زنده را در تابوت انداخته و به سوی گورستان می برند و آن بیچاره مرتب داد و فریاد می زند و خدا و پیغمبر را به شهادت می گیرد که والله، بالله من زندهام! چطور می خواهید مرا به خاک بسپارید؟

اما چند ملا که پشت سر تابوت هستند، بی توجه به حال و احوال او رو به مردم کرده می گویند: پدرسوخته ی ملعون دروغ می گوید. مُرده.

مسافر حیرت زده حکایت را پرسید. گفتند: این مرد فاسق و تاجر ثروتمند و بدون وارث است. چند مدت پیش که به سفر رفته بود، چهار شاهد عادل خدانشناس در محضر قاضی بلخ شهادت دادند که 'مرده و قاضی نیز به مرگ او گواهی داد. پس یکی از مقدسین شهر زنش را

گرفت و یکی دیگر اموالش را تصاحب کرد. حالا بعد از مرگ برگشته و ادعای حیات می کند. حال آنکه ادعای مردی فاسق در برابر گواهی چهار عادل خدانشناس مسموع و مقبول نمی افتد.

این است که به حکم قاضی به قبرستان می بریم، زیرا که دفن میت واجب است و معطل نهادن جنازه شرعا جایز نیست.

زاهدی گفت: روزی به گورستان رفتم و بهلول را در آنجا دیدم. پرسیدمش اینجا چه می کنی؟ گفت: با مردمانی هم نشینی می کنم که آزارم نمی دهند، اگر از عقبی غافل شوم یادآوریم می کنند و اگر غایب شوم غیبتم نمی کنند.

تا از آن واقف کنی مر عام را
پخته گردانی بدین هر خام را
پس بفرمودش خدا ای ذولباب
چون بیرسیدی، بیا بشنو جواب
موسیا تخمی بکار اندر زمین
تا تو خود هم وادهی انصاف این
چونکه موسی کشت و کشتش شد تمام
خوشه هایش یافت خوبی و نظام
داس بگرفت و مر آنها را برید
پس ندا از غیب بر گوشش رسید
که چرا کشتی کنی و پروری
چون کمالی یافت، آن را می بری؟
گفت یارب زان کنم ویران و پست
که در اینجا دانه هست و کاه هست

دانه لایق نیست درانبار کاه
کاه در انبار گندم هم تباه
نیست حکمت این دو را آمیختن
فرق واجب می کند در بیختن
گفت این دانش ز که آموختی؟
نور این شمع از کجا افروختی؟
گفت تمیزم تو دادی ای خدا
گفت پس تمیز چون نبود مرا؟
در خلائق روحهای پاک هست
روحهای تیره گلناک هست
این صدقهها نیست در یک مرتبه
در یکی در است و در دیگر شبه
واجب است اظهار این نیک و تباه
هم چنان که اظهار گندم ها ز کاه

ماهنامه پژواک

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

نشریه برگزیده

ایرانیان شمال کالیفرنیا

(408) 221-8624



ناامیدت نمی کند:

خداوندی که چون نامش بخوانی
نیایی در جوابش لن ترانی
چنان دارم امید از لطف یزدان
که زایل گردد از من ناتوانی



با هم در پهنه شعر قدیم فارسی، به طول هزار سال و عرض صدها شاعر نامور و توانا، گشتی می زنیم و دسته گلی از ابیات مربوط به لن ترانی را فراهم می آوریم. ابتدا بییتی از حافظ و سپس از دیگران:

با تو آن عهد که در وادی ایمن بستیم

همچو موسی آرئی گوی به میقات بریم

وادی یا بیابان ایمن (= بیابان سمت راست) همان جائی است که خداوند حضرت موسی را به پیامبری برگزید. میقات به هر دو معنی وقت کار و محل کار و بخصوص وقت و محل احرام بستن برای زیارت خانه خدا است و در عین حال به قیامت و وعدهگاه یا خداوند نیز اشاره دارد. معنی بیت: با همان عهد توحید که در وادی ایمن با تو بسته شد و با تمنای دیدارت به وعدهگاه خواهیم شتافت. به بیان دیگر به خداوند می گوید: به عهدی که با تو بسته ایم تا دیدارت در قیامت پای بند خواهیم بود.

من چو موسی مانده ام اندر غم دیدار تو

هیچ دانی تا علاج لن ترانی چون کنم (سنایی غزنوی)

آرئی گر بسی خطاب کنی

بانگ آید به لن ترانی باز (عطار نیشابوری)

ذوق وصلی که به امید دلی خوش می کرد

لن ترانی شد و در آتش طورم افکند (بیدل دهلوی)

موسای طور عشقم در وادی تمنا

مجروح لن ترانی چون خود هزار دارم (سعدی)

صد رهت لن ترانی ار گویند

باز می دار دیده بر دیدار (هاتف اصفهانی)

تا چو موسی لن ترانی نشنوی زان لب جواب

قابل توفیق آن دیدار می باید شدن (عمادالدین نسیمی)

خطاب لن ترانی چیست؟ یعنی

که مولا را نبیند غیر مولا (قاسم انوار)

بر او آمد جواب لن ترانی

مکن یعنی فزونی در تمنا (صفی علیشاه)

هر که راه گفتگو در پرده اسرار یافت

چون کلیم از لن ترانی لذت دیدار یافت (صائب تبریزی)

سحر آمدن به کویت که بینمت نهانی

آرئی نگفته گفتی دو هزار لن ترانی (خاکشیر اصفهانی)

ابیات زیر از محمدعلی گویا هست که اشاره ای هم به لن ترانی دارد:

با کراوات به دیدار خدا رفتم و شد

بر خلاف جهت اهل ریا رفتم و شد

همچو موسی نه عضا داشتم و نه نعلین

سرخوش و بی خبر و بی سرو پا رفتم و شد

لن ترانی نشنیدم ز خداوند، چو او

آرئی گفتم و او گفت بیا رفتم و شد

مدعی گفتم چرا رفتی و چون رفتی و کی؟ من دلباخته بی چون و چرا رفتم و شد

ترجمه تمامی آیه ۱۴۳ سوره اعراف چنین است: و چون موسی به میعادگاه ما آمد و پروردگارش با او سخن گفت، عرض کرد پروردگارا خود را به من بنمایان تا بر تو بنگرم. فرمود هرگز مرا نخواهی دید، ولی به آن کوه بنگر، اگر بر جای خود ثابت ماند مرا خواهی دید. اما چون پروردگارش به کوه جلوه نمود کوه از هم فروپاشید و با خاک یکسان شد و موسی بیهوش بر زمین افتاد و چون به خود آمد گفت: خدایا تو منزه ای [از اینکه قابل مشاهده باشی]، به درگاہت توبه کردم و من نخستین مؤمن [به این حقیقت] هستم.

با سعدی در حمام

سعدی در مقدمه گلستان ابیات زیر را در مورد تأثیر مصاحبت و همنشینی آورده است:

گلی خوشبوی در حمام روزی رسید از دست محبوبی به دستم

بدو گفتم که مشکلی یا عیبی که از بوی دلاویز تو مستم

بگفتا من گل ناچیز بودم ولیکن مدتی با گل نشستم

کمال همنشین در من اثر کرد وگر نه من همان خاکم که هستم

و اما چرا به این شعر پرداختم، برای آنکه به گوش خود شنیده ام که برخی شروع شعر را به جای گلی (بر وزن دلی) گلی (بر وزن پلی) می خوانند، لابد با این تصور که کسی در حمام به سعدی یک شاخه گل داده است! (خدا می داند که بعضی از خودمان نیز آن را چگونه خواندیم!)

دنباله مطلب در صفحه ۵۳



دو نکته!

بهرام گرامی

bgrami@yahoo.com

لن ترانی

از بگو مگوهای سیزده بدر:

"بیخود لن ترانی نگو، همه حق استفاده از این محوطه را دارند." "من لن ترانی میگویم یا برادر جنابعالی که حرف دهنش را نمی فهمم. اگر زن و خانواده اینجا نبود، دو تا از آن لن ترانی ها نثارش می کردم تا حالش جا بیاد."

و اما اصل داستان لن ترانی ...

در آیه ۱۴۳ سوره ۷ (اعراف) در قرآن آمده که حضرت موسی به وعده گاه با پروردگار در کوه طور می رود و در ضمن صحبت با خداوند میگوید: "ربّ آرئی" یعنی "پروردگارا خود را به من بنمایان" و خداوند جواب می دهد "لن ترانی" یعنی "هرگز نبینی مرا". * در زبان عربی، "لن" به معنی هرگز یا نفی ابد است. امید مجد که تمامی قرآن را به شعر ترجمه نموده، این قسمت را بدین گونه سروده:

چنین گفت موسی به پروردگار که خود را به من می نما آشکار

به پاسخ بفرمود یکتا خدا که هرگز نخواهی بینی مرا

که البته در بیت بالا، "خواهی" به معنی نخواستن نیست، بلکه فعل زمان آینده است. در لغت نامه دهخدا، دو بیت زیبایی زیر از شاعری بنام رضی نیشابوری دیده می شود:

چو رسی به طور سینا آرئی مگوی و بگذر که نیرزد این تمنا به جواب لن ترانی

تو بدین جمال زیبای اگر به حشر آبی آرئی بگوید آن کس که بگفت لن ترانی یعنی همان خدایی که به موسی روی نشان نداد از تو خوبرو می خواهد که به او روی نشان دهی.

در اینترنت به دو بیت زیر برخوردیم که هر یک وجهی از شعر بالاست:

چو رسی به طور سینا آرئی بگو و بگذر

تو جواب دوست خواهی چه تران چه لن ترانی

تران = ببینی.

آرئی بگوید آن کس که تو را ندیده باشد

تو که با منی همیشه چه جواب لن ترانی

بیت بالا ناظر به این معنی است که خدایا تو همیشه در دل من و با من هستی و نیازی به آن نیست که بخواهم خود را به من بنمایان.

واژه کلیم، هم‌ریشه با کلام و تکلم و مکالمه، به معنی سخنگو و هم سخن است. حضرت موسی را از آن جهت کلیم و کلیم الله نامیده اند که چند بار در کوه طور با پروردگار گفتگو داشته و با او هم سخن بوده است. واژه کلیمی به معنای یهودی نیز از همین جاست. در هر یک از دو بیت زیبایی زیر از صائب تبریزی، کلیم به حضرت موسی اشاره دارد:

هر که راه گفتگو در پرده اسرار یافت

چون کلیم از لن ترانی لذت گفتار یافت

نسازد لن ترانی چون کلیم از طور نومیدم

نمک پرورده عشقم زبان ناز میدانم

در قرآن آمده که حضرت موسی لکننت زبان داشته و از این روی او را "کلیم بی زبان" هم نامیده اند. در دو بیت زیر از صائب تبریزی، بیت نخست به همین موضوع اشاره دارد و در بیت دوم، علاوه بر اشاره به حضرت موسی، به کلیم کاشانی شاعر معروف نیز که معاصر او بوده طعنه می زند:

در محفل که برق تجلی ست بی زبان

ماییم چون کلیم و زبان شکسته ای

شوخ چشمی بین که می خواهد کلیم بی زبان

پیش شمع طور اظهار زبان دانی کند

شمع طور = کنایه از ذات حق.

همانطور که در گفتگوی بالای این مقاله آمده و نیز به نقل از لغت نامه دهخدا، امروزه در تداول عامه لن ترانی به معنی دشنام و سخن درشت و لن ترانی گفتن به معنی فحش و ناسزا و دشنام گفتن است. لن ترانی را به معنی حرف گنده و لن ترانی گو را برابر با گنده گو دانسته اند. جواب لن ترانی به جواب سر بالا هم گفته میشود که برای سر دواندن یا مأیوس و ناامید کردن به کار می رود و غالباً در این معانی آنرا سر هم به صورت "لنترانی" مینویسند.

علاوه بر موضوع جواب و جواب دادن، در گذشته نیز لن ترانی بر کسی خواندن به معنی مأیوس و ناامید کردن به کار می رفته است. بیت زیر از نظامی گنجوی در منظومه عاشقانه خسرو و شیرین و بیت بعد از مسعود سعد سلمان این مضمون را دارد که اگر از خدا کمک بخواهی

تأثیر طرز فکر مثبت بر سلامتی ما

محققان می گویند تأثیر طرز فکر ما بر سطح سلامت مان قطعی است.

فعالیت مغزی آنها ثبت شد. کسانی که بیشتر وقت خود را صرف فکر کردن به یک خاطره خوب کرده بودند تا یک خاطره بد، سمت چپ کورتکس جلوی مغزشان (که مسئول احساسات مثبت است)، فعال تر بود و ۶ ماه بعد، میزان پادتن مقابله با ویروس در بدن شان، در مقایسه با سایر افراد، بیشتر بود.

خوش بین ها کمتر درد می کشند

داشتن نگاه مثبت به زندگی حتی می تواند بر تجربیات فیزیکی هم تأثیر بگذارد. طبق تحقیقی که در سال ۲۰۰۵ میلادی در دانشکده پزشکی ویک فارست انجام شد، به اثبات رسید که نوع نگاه ما به دنیا حتی بر میزان دردی که حس می کنیم هم تأثیر می گذارد. در این تحقیق، داوطلبانی که به آنها گفته می شد قدرت تحمل درد بالاتری دارند و بدن شان قوی تر است، در واقع، واکنش کمتری به درد نشان می دادند. به عبارت دیگر، فکر آدم ها می تواند مانند یک مورفین در بدن عمل کند.

نتیجه تفکر منفی

همان طور که تفکر مثبت برای سلامت خوب است، آیا تفکر منفی می تواند برای سلامت مضر باشد؟ این سوالی است که در بسیاری از کتاب های قرن حاضر به آن پرداخته شده اما هنوز جوابی قطعی و علمی برای آن نیافته اند. **دنباله مطلب در صفحه ۴۸**

اطلاعات زیستی کشفی را اعلام کردند که: موجود زنده انرژی ای بصورت ارتعاش از خود ساطع میکند که دارای فرکانسی معادل دو تا سه هزار نانومتر است آنها این انرژی را حوزه زندگی (پلاسمای زنده) نامیدند و بر همین اساس مهندس سیمون کرلیان "Simon Kirlian" دوربین عکسبرداری از هاله را اختراع کرد. **ادامه مطلب در ماه آینده**

[۱]. در اینجا لازم میدانم از اولین انرژی درمانگر ایران شادروان دکتر پرورنده یاد کنم، ایشان علاوه بر بیش خاصی که در تشخیص بیماریها داشتند از تسبیح خود به جای پاندول استفاده میکردند، زیرا نواسانات و ارتعاشات هاله ناشی از محل چاکراها (چرخه های حیاتی) در صورت سلامتی مسیر معینی دارد و انحراف در حرکات که نشانگر بیماری است که روی پاندول اثر میگذارد، و هر چاکرا از طریق نادی ها و مریدین ها با بخشی از اندامهای درونی در ارتباط است.

[۲]. مقصود از ریسمانهای نورانی، نادی ها (مریدین ها) است که حدود هفتاد و دو هزار مجرای انرژی در کالبد نورانی "Astral Body" قرار دارند، این شبکه حیاتی در تمام اندامهای بدن گسترش دارند و مهمترین آنها سه نادی بزرگ است بنام آیدا، پینگالا و سوشومنا.

[۳]. این بخش از مقاله با استفاده از کتاب هاله درمانی با دستهای شفا بخش نوشته خانم آن برن تنظیم شده است.

این که نگاه مثبت یا منفی ما به زندگی می تواند بر سلامت جسم و روان ما تأثیر بگذارد، مدت هاست که سر زبان ها افتاده است. شما تا حالا چند بار به یک بیمار یا یک فرد شکست خورده گفته اید که بخش خوب ماجرا را هم ببیند؟ محققان اثبات کرده اند که نوع رفتار ما در برابر هستی، به ویژه نگاه مثبت یا منفی ای که به آن داریم، بیش از آنچه فکر می کنیم می تواند بر سلامت ما تأثیر گذار باشد.

تحقیقات دکتر بکالوی، استاد دانشگاه علوم اجتماعی ییل، نشان داد که داشتن دید مثبت بر سلامت ما تأثیر شگرفی دارد. او پس از زیر نظر گرفتن ۶۶۰ فرد که پرسش نامه ای را در سال ۱۹۷۵ میلادی پر کرده بودند و در آن از نوع نگاه شان به پیری سخن گفته بودند و بررسی سن فوت هر یک از آنها به این نتیجه رسید: "افرادی که دید مثبتی به پیری داشتند، به طور میانگین ۷/۵ سال بیشتر از کسانی که نگاهی منفی به آن داشتند، عمر کردند."

یک تحقیق که در سال ۲۰۰۳ میلادی در دانشگاه ویسکونسن مدیسون انجام شد، نشان داد واکسن آنفلوانزا بر آنهایی که نگاه مثبتی به زندگی دارند، تأثیر بیشتری دارد. در این پژوهش ۵۲ فرد زیر نظر گرفته شدند و به آنها واکسن آنفلوانزا تزریق شد اما پیش از آن، پزشکان از داوطلبان خواستند به یک خاطره خوب و یک خاطره بد فکر کنند و

از دانشگاه قزاق روسیه از دهه ۱۹۵۰ تحقیقات وسیعی پیرامون هاله انسانی به عمل آورد و با استناد به نتایج این تحقیقات اعلام کرد که نوعی انرژی زنده پلاسمایی متشکل از یونها، پروتونها و الکترونها آزاد وجود دارد، از آنجائیکه این مورد با حالات چهارگانه شناخته شده ماده (مایع - گاز - بخار - پلاسما) متمایز است او آنرا حالت پنجم ماده (پلاسمای زنده) نامگذاری کرد، او همچنین دریافت که ذرات زنده پلاسمایی در اثر فعل و انفعال شیمیایی سلولها دائما در حال تغییر بوده و مدام در حرکت اند و علیرغم ثبات معمولی پلاسمای زنده، مقدار قابل توجهی از این انرژی به فضا وارد میشود که در هوا در حرکت اند و قابل اندازه گیری می باشند.

هیروشی موتویاما توانسته است تشعشعات ضعیفی را در افرادی که یوگا میکنند با بهره گیری از دوربین فیلمبرداری سینمایی و فیلم حساس در اطاق تاریک ضبط کند.

در دانشگاه لانزهو در جمهوری خلق چین دکتر زنگ رونگ لیانگ با استفاده از یک دستگاه آشکارسازی زیستی که از یک رگه برگ متصل به دستگاه فوتوکوانتوم (دستگاه اندازه گیری نور با طول موج پایین، تشکیل شده بود، حوزه انرژی یکی از اساتید ورزشهای رزمی (کی کانگ) را مطالعه و ثبت کرد.

سالها قبل دانشمندان شوروی در مؤسسه



هاله چیست و چه اسراری را فاش میکند

می برد آنجا که دل آرام اوست

«نظام وفا»

که از ریسمانهای نورانی [۲] تشکیل شده و در جسم فیزیکی نفوذ میکند و در درون این قالب انرژی ماده فیزیکی بافتهای بدن شکل میگیرد. در واقع زنده بودن و وجود بافتهای فیزیکی به وجود این قالبهای حیاتی بستگی دارد. دکتر کاراگولا همچنین اختلالات چاکراها را با بیماری مرتبط یافت.

در سال ۱۹۳۹ دکتر بر (Burr) و دکتر نورث راپ (Dr. Northrop) از دانشگاه "Yale" کشف کردند که با اندازه گیری هاله بذر گیاهان میتوان درجه رشد و سلامتی محصول را تخمین زد. آنها همچنین کشف کردند که با اندازه گیری حوزه انرژی تخم قورباغه وضعیت شبکه عصبی نوزادان را میتوان تشخیص داد. آزمایش دیگری زمان تخم گذاری در زنان را مشخص کرد و روش نوینی جهت کنترل جمعیت ارائه نمود.

در سال ۱۹۵۹ دکتر لئونارد رابوتیس (Dr. Leonard ravitz) در دانشگاه ویلیام ومدی نشان داد که هاله انسان نسبت به درجه ثبات ذهنی و روانی تغییر میکند، این نظریه بر این مبنی است که میدان انرژی مرتبط با چرخه افکار انسان وجود دارد و تغییرات این میدان سبب بروز علائم سایکوسوماتیک میگردد. لذا میتوان نتیجه گرفت که :

ثبات ذهن و روان

↓
سلامتی

میدان انرژی ثابت

↓
تغییر مداوم ذهن و روان

↓
علائم بیماری روان تنی

↓
میدان انرژی متغیر

درسال ۱۹۷۹ دکتر رابرت پکر (Dr. Robert Beaker) از آموزشگاه پزشکی Upstate Medical School از میدان پیچیده انرژی اطراف بدن که به شکل بدن و شبکه عصبی مرکزی است نقشه برداری کرد و این میدان را شبکه کنترل مستقیم جریان نام نهاد و دریافت که شکل و قدرت این شبکه به نسبت تغییرات فیزیولوژیکی و روانی فرد تغییر میکند، وی همچنین ذراتی به اندازه الکترون یافت که در درون این حوزه در حرکتند. [۳]

دکتر ویکتو اینوشین (Dr. Victo Inyushin)

در مقاله قبل اشاره کردیم که هاله اتمسفری است که اطراف بدن را فرا گرفته است. در این مقاله تحقیقات و نظریات دانشمندان را در این مورد مطرح نموده و برای اثبات عملی وجود هاله در اطراف بدن موجودات زنده اعم از انسان، حیوان، نبات و جماد به تحقیقات دانشمندان روسی و کشف دوربین عکسبرداری از هاله توسط مهندس سیمون کرلیان میپردازیم.

در سال ۱۹۱۱ دکتر کیلنر براساس آنچه از پشت پرده های رنگی و فیلترها دیده بود گزارشی ارائه داد، او مهی درخشان در اطراف بدن انسان مشاهده کرده بود که در سه باند مختلف قابل تفکیک بود، نزدیکترین لایه چسبیده به بدن به قطر ۹ میلیمتر و لایه دوم به قطر دو و نیم سانتیمتر و لایه سوم با درخشش زیبا و مرز بیرونی نامشخص به قطر پانزده سانتیمتر ادامه دارد.

دکتر کیلنر دریافت که شکل هاله بطور قابل ملاحظه ای از فردی به فرد دیگر بر حسب سن و سال، جنسیت، قابلیت ذهنی و میزان تندرستی تغییر میکند، او از این طریق توانست برخی بیماریها را مانند عفونتهای کبدی، تومورها، آپاندیسیت، صرع و هیستری را تشخیص دهد [۱].

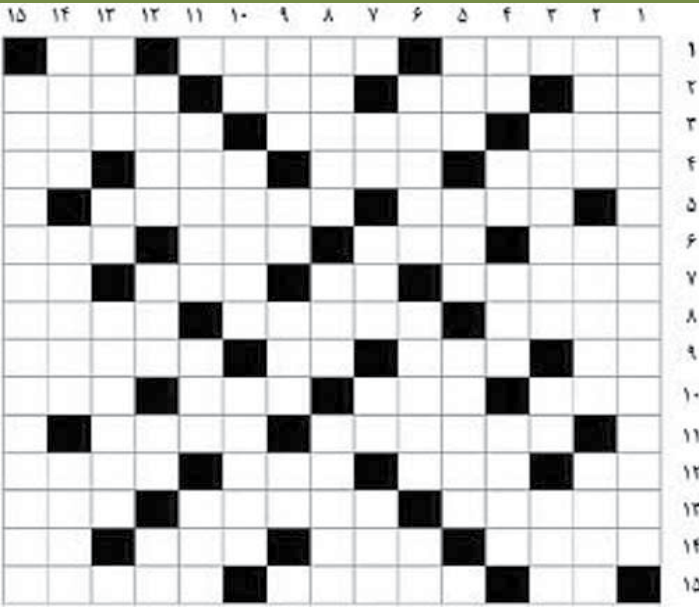
تحقیق جالبی توسط دکتر والری هانت و همکارانش در دانشگاه کالیفرنیا انجام شد، در بررسی که بر روی تأثیر الفینگ بر جسم و روان انجام شد، سیگنالهای دارای میکرو ولتاژ پایین ثبت گردید.

همزمان با این تحقیقات دو روزالین برویر از مرکز تحقیقات نور شفا بخش واقع در کلن دایل کالیفرنیا به مشاهده هاله ماساژ دهنده و ماساژ گیرنده پرداخت و گزارشی در مورد رنگ، اندازه و حرکات انرژی چاکراها و ابرهای تشکیل شده در هاله را ارائه داد.

دکتر شافیکا کاراگولا (Dr. Shafica karagulla) متوجه رابطه مشاهدات روشن بینان "Clairvoyants" با اختلالات جسمی افراد گشت، بعنوان مثال روشن بینی بنام دایان می توانست هاله بیمار را رویت کند و اختلالات جسمی او را از بیماری مغز گرفته تا انسداد روده بطور دقیق تشخیص دهد، این مشاهدات نوعی کالبد یا میدان انرژی را بشکل یک قالب یا زهدان آشکار میکند، این قالب در شکل شبکه ای درخشان است

حل جدول در صفحه ۵۰

سرگرمی



عمودی

- ۱- کتابی از «نیچه» فیلسوف آلمانی
مؤلف اثر «چنین گفت زرتشت»
- ۲- تازه و شاداب- برآورد- خوراکی‌ها
- ۳- سیتی زن- اساس- ناامید
- ۴- رنگ موی فوری- حرف دهن کجی-
زشت- قسم و سوگند
- ۵- بسیار گرم و پرحرار- بها و قیمت-
راهنمایی
- ۶- تکیه کردن- ماده انفجاری- تصدیق
روسی
- ۷- حرف همراهی- دسته گوسفندان-
ورزش مادر- از سبزیجات
- ۸- مالامال- سخن و کلام- شهر گل و
پلیل
- ۹- گندم سوده- عدد اول- شناختن
کسی- بیماری
- ۱۰- دوستی- نامی دخترانه- جسارت و
شجاعت
- ۱۱- سواره نیست- گردش کودکانه-
وسیله بازی فوتبال
- ۱۲- زوال‌پذیر- عقیده و نظر- درست به
اندازه- بوی رطوبت
- ۱۳- سوسمار دم دراز- نفس خسته-
اصطلاحی در علم ریاضیات
- ۱۴- مستمری- ساحل دریا- جوانمردی
- ۱۵- اثری از «دکتر علی شریعتی».

افقی

- ۱- عایدی از کار- شجاع و ترس-
طرف و جهت
- ۲- برکت برنج- دوش‌انداز- مقابل
باخت- گشادگی
- ۳- قمر آسمان- تیروئید- نوعی لباس
زمستانی
- ۴- بیماری کم‌خونی- موی گردن شیر-
حرف نوروزی- ضد نیک
- ۵- حقه باز- بی‌اساس
- ۶- فندق هندی- لون و فام- دشمنی-
شهر شمالی
- ۷- بیرون راندن- سست- زمانه- گل سرخ
- ۸- سمت راست- ایراد- پسوند آراینده
- ۹- کیسه چرمی- بالاپوش مردانه- اثر
چربی- الهه شکار نزد رومیان باستان
- ۱۰- شهر شرقی آلمان- لقب اروپایی-
نمو- مخفف دهان
- ۱۱- پسر کیکاووس و پدر کیکسرو- به
شکل هرم
- ۱۲- گشوده- افراد یک جامعه- دست
درد- بی‌عیب و نقص
- ۱۳- گله‌کردن- بزرگواری- دیوار کوتاه
- ۱۴- رود مقدس آلمان- ای دل-
آتشدان حمام- کاغذ روزنامه
- ۱۵- بی‌حرکت- کاندیدا- میهمانی
شبانہ.

مدرسه فارسی البرز
تجربه یادگیری زبان فارسی را
برای فرزندان شما زیباتر می‌سازد

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

ای آنکه شب از سپیده نشناخته ای
وز کثرت چهل خود به حق تاخته ای
گر منکر آفریدگاری بر گوی:
از بیکر خود چه چیز را ساخته ای؟
مهدی سهیلی

تقویم برنامه های فرهنگی و هنری در شمال کالیفرنیا

<p>انجمن ادبی شمال کالیفرنیا</p> <p>هر دو هفته یکبار روزهای یکشنبه از ساعت ۱:۳۰ تا ۴:۳۰ پس از نیمروز برگزار می‌شود. ورود برای عاشقان شعر و ادب پارسی رایگان است. برای آگاهی بیشتر با شماره ۰۹۳۹-۹۹۸-۹۲۵ و یا ایمیل mayheravi@yahoo.com تماس حاصل فرمایید.</p>	<p>جلسات انجمن فردوسی</p> <p>هر دو هفته یکبار در دومین و چهارمین جمعه هر ماه</p> <p>www.ferdosi.org ۴۰۸-۲۹۵-۱۲۴۰</p> <p>ورود برای عموم آزاد است</p>	<p>جلسات شعر فریمانت</p> <p>اولین و سومین شنبه های هر ماه میلادی در شهر فریمانت. مکان: Fremont, Main Library ۵۱۰-۲۲۶-۷۱۶۰ ۵۱۰-۷۴۵-۱۴۰۰</p> <p>ورود برای عموم آزاد است</p>	<p>شب شعر در ساکرامنتو</p> <p>دومین چهارشنبه هر ماه در رستوران فیمس کباب. تلفن اطلاعات: ۹۱۶-۴۸۳-۱۷۰۰</p> <p>1290 Fulton Ave., #3 Sacramento, CA</p>
<p>برنامه تلویزیونی رهنمودهای مسیح</p> <p>با کشیش فرید فروتن یکشنبه ها ساعت ۲:۳۰ بعد از ظهر از کانال ۲۹ سانفرانسیسکو شنبه ها ساعت ۱۰ شب از کانال ۱۵ سن حوزه</p>	<p>آموزش شعر و ادب با نصرت الله نوح</p> <p>در کلاس تدریس حافظ و حافظ خوانی، غزلیات حافظ از نقطه نظر اسطوره شناسی، تاریخ، آیات و احادیث مورد تحلیل و بررسی قرار می‌گیرد. هر هفته در روزهای سه شنبه از ساعت ۷ تا ۹ عصر برگزار می‌شود. (۶۵۰)۵۶۵-۹۶۸۵</p> <p>Ortega Park, 636 Harrow Way, Sunnyvale</p>	<p>شب بانوان</p> <p>دومین چهارشنبه هر ماه شروع برنامه با شام و موزیک از ساعت ۷ عصر تا ۱۱:۳۰ ۱۲۳۴-۳۶۹-۴۰۸ ۶۴۴۰-۳۷۱-۴۰۸</p> <p>مکان: رستوران ساقی 1392 S Bascom Ave, San Jose ورودیه با شام ۲۵ دلار</p>	<p>کلاس خصوصی</p> <p>کلاس خصوصی عرفان و رفع مشکلات آثار مولوی، سعدی و حافظ توسط دکتر مسیح پور، استاد دانشکده ادبیات دانشگاه تهران برای کسب اطلاعات بیشتر لطفاً با ما تماس حاصل فرمایید. (۴۰۸)۷۲۵-۲۹۲۲</p>

(۴۰۸)۲۲۱-۸۶۲۴

نیاز مندیها

استخدام

خانمی تحصیل کرده، قابل اعتماد و قابل اتکاء در جستجوی کار. همدم یا نگهداری از سالمند و یا فرزند شما همراه با آشپزی و خانه داری سبک. ۶۹۹۲-۴۷۹(۵۱۰)

رستوران یاس، واقع در شهر سن حوزه، به چند نفر مهماندار (Server)، بطور نیمه وقت نیازمند است. برای اطلاعات بیشتر لطفا با ما تماس حاصل فرمایید. ۴۸۴۱-۷۱۲(۴۰۸)

به یک خانم ایرانی جهت آشپزی و انجام وظایف منزل در شهر Los Altos نیازمندیم. آشنایی به زبان انگلیسی در حد حرف زدن الزامی است. ساعت کار از ۱۰ صبح الی ۵ بعد از ظهر. با شهین تماس بگیرید. ۲۰۰۶-۸۸۵(۴۱۵)

استودیو برای اجاره

یک استودیوی مبله، مستقل با حمام کامل و مجزا، در شهر سن حوزه، منطقه المدن و کمندن، آماده اجاره به یک خانم و یا آقای مجرد و شاغل می باشد. ۴۸۲-۵۱۱(۴۰۸)

از وب سایت

irany.com

دیدن کنید و اطلاعات کسب و کار، آگهی نیازمندی و هر نوع برنامه ای، مانند کنسرت، سخنرانی، شب شعر و... را در این وب سایت برای اطلاع عموم به ثبت برسانید.

Irany.com

پل ارتباطی بین ایرانیان در سراسر دنیا

فایل ستارگان

دعا

در انتخاب دوست دقت بیشتری به خرج بدهید و با هر کسی دوستی نکنید که ممکن است برایتان ضرر به همراه داشته باشد. اگر وامی درخواست داده اید جور خواهد شد. بهتر است رودربایستی را دیگر به کنار بگذارید و با بعضی ها رُک باشید. این ماه کمی به دلخواهتان پیش نخواهد رفت. اما ماه های آینده خوب خواهد بود. پس هیچگاه ناامید نشوید.

بهمین

بهتر است کمی از رویا پردازی دست بردارید و در دنیای واقعی باشید. تصمیم مهمی در پیش دارید که باید با نهایت دقت گرفته شود. گاه کمی عجول می شوید و دل اطرافیان را می رنجانید. بهتر است کمی با آنها خوش برخورد باشید و در رفتارشان تجدید نظر کنید. روزهای آخر ماه خبری خوش دریافت می کنید. سعی کنید در وقت های بیکاری تان در کنار خانواده تان باشید.

اسفند

ممکن است دنیا همیشه آنگونه که شما می خواهید نچرخد اما همیشه آنگونه خواهد بود. در نیمه اول ماه شاید کمی با مشکلات دست و پنجه نرم کنید. اما نیمه دوم ماه برایتان رویایی خواهد بود. این ماه کمی مراقب رفتارهای خود باشید. رفتارهای خشن شما را از دیگران دور خواهد کرد. شانس همین روزها به سراغتان می آید. فقط مواظب باشید که این فرصت را از دست ندهید.

مهتر

آنقدر غرق در کار شده اید که گاه فراموش می کنید اطرافیانان به توجه شما احتیاج دارند. به تغذیه تان توجه کافی داشته باشید. در این ماه سعی کنید کمی به فکر خود باشید. یک موقعیت خوب در این ماه در پیش رو دارید. از بعضی افرادی که دوست ندارند پیشرفتتان را ببینند و همیشه سعی می کنند مانع آن شوند دوری کنید. در همه چیز حد اعتدال را رعایت کنید.

آبان

آرزویی در سر دارید که تمام فکر و ذکرتان شده است. کمی تحمل کنید که در زمان نزدیک به آرزویتان خواهید رسید. در این ماه یک خبر عالی دریافت می کنید. برای رسیدن به هدف ها باید با افراد با تجربه در زمینه مسائل اقتصادی، مشورت کنید. یکی دو مشکل مالی کوچک در راه است که بزودی برطرف خواهد شد. باید به جای فکر به مسائل کوچک به آینده خود امیدوار باشید.

آذر

برای چیزی که می خواهید به آن برسید باید کمی صبر کنید. کمی دلسرد و خسته شده اید ولی باید بدانید که هر چیزی که می خواهید باید برای آن تلاش کنید که ناپرده رنج گنج میسر نمی شود. در این ماه ممکن است بیمار شوید. البته زودگذر. یک پیشرفت خوب در پیش دارید. روزهای خوبی در انتظار شمامست. پس هیچگاه ناامید نشوید.

تیر

اشتیاهی کرده اید ودلی را آزرده اید. بهتر است که از او عذرخواهی کنید. ممکن است که خبر بدی دریافت کنید، اما زیاد به آن فکر نکنید زیرا گذرا است. اگر برای چیزی در تلاش هستید از تلاش دست برندارید زیرا که صد در صد بدان خواهید رسید. بهتر است بی حوصلگی را کنار بگذارید و کمی با رغبت به اطرافیانان و کارهایی که باید انجام دهید توجه کنید.

مرداد

خواهی دیده اید. در این روزهاست که تعبیر خواهد شد. مشکلی دارید که حل خواهد شد. این روزها کمی ذهنتان درگیر است. با فکر کردن به چیزهای بیهوده بهتر است فکر خود را مشغول نکنید و اگر موضوع مهمی است بهتر است به دنبال راه حل باشید. نگران یکی از دوستان یا اعضای خانواده تان هستید. بهتر است سراغی از او بگیرید. اگر مشکلی داشت سعی کنید که کمکش کنید تا حل کند.

شهریور

از لحاظ عاطفی اگر مجرد هستید روزهای خوبی در انتظارتان است. کمی پول از دست داده اید و یا مالی از شما کم شده. نگران نباشید زیرا همه چیز دوباره بروفق مرادتان خواهد شد. در این ماه روزهای خوبی در پیش خواهید داشت. فقط هیچگاه امیدتان را از دست ندهید. زیرا این ناامیدی های بی مورد، شما را دقیقاً زمانی که در چند قدمی موفقیت هستید از آن دورتان می کند.

شروردین

ممکن است بر سر یک دوراهی قرار گیرید و ندانید که چه کاری انجام دهید. این حالت طبیعی است. بهتر است به جای کناره گیری از افراد با آنها به صحبت بنشینید. از چیزی دلخور یا غمگین هستید. فکرش را از سر تان بیرون کنید. فشارهای عصبی برایتان مضر است. اگر قصد سفر دارید بروید زیرا برایتان خوب است. به زودی کارها بروفق مرادتان می شود.

اردیبهشت

کمی به تفریح بپردازید. اگر با کسی دلخوری دارید سعی کنید آن را رفع کنید. یک پیشنهاد غیرمنتظره و تعجب آور می شنوید و بزودی فکرهای مغشوش و درهم تان نظم و ترتیب می گیرد و اوضاع و احوال بروفق مرادتان خواهد بود. فکرها و ایده های خوبی دارید. مهم است که از این ایده ها برای رسیدن به موفقیت مالی و اجتماعی استفاده کنید.

خرداد

روزهای خوبی در پیش دارید. اگر محصل هستید، از لحاظ تحصیلی آنگونه که باید تلاش نمی کنید. باید تمام کوشش خود را بکنید تا به بهترین موقعیت برسید. مطمئن باشید که می توانید. سعی کنید فرصت های شغلی پیش آمده را از دست ندهید. بهترین را انتخاب کنید. انتظار نداشته باشید که همه چیز خود به خود پیش آید دیگر زمان آن است که باید خودتان دست بکار شوید.



ROYA FOUNDATION

Celebration of life

First exciting fundraising to build schools in Kurdistan.

Santa Clara Convention Center, NOVEMBER 22nd at 2:30pm

هموطن کو دکان نیازمند همیاری شما میباشند

- Dr. Nehzat Farnoody PHD
- RoJan
- Ziba Shirazi
- Farzad Arjmand



Tickets are available at www.Royafoundation.org , [Persian Tix](http://PersianTix.com) and Kodoom.com

Roya Foundation is a nonprofit organization 501 C (3) #47-1921407 provides humanitarian, educational assistance, health care, and medical aid

رسیده اند. عکس العمل آمریکائی ها جالب بود، در برابر کاری انجام شده قرار گرفته بودند و بر خلاف عادتشان، آنها هم به ماچ و بوس پرداختند. از بزرگ و کوچک به ما مهربانی می نمودند. با هلهله و شادی از اینکه سلامت بودیم، ما را به داخل چادر بردند. چادرها بزرگ بودند و جا برای همه ما و عده ای از آنها بود. دور تا دور چادر نشستیم و با سرعت سفره بزرگی آوردند و در وسط چادر پهن کردند. زنهار در جلوی چادر کنار تنور نشستند و مشغول پختن نان بودند و چند زن هم در حال تکان دادن مشک‌های پراز شیر یا دوغ بودند. روی اجاقی، ظرف پراز شیر در حال داغ شدن بود تا برایمان سر شیر بیاورند. سینی های پر از استکان‌های چای و شکر دان، دور چرخید و هر کدام چایی برداشتیم و با شکر شیرین کردیم. آمریکائی ها به ما نگاه میکردند و کپی می گرفتند و ادامه میدادند. اگر انبوه مگس در آنجا نبود، به راستی بهترین نقطه جهان با صفای بهشتی، آنجا بود. پس از صرف اولین چای، با سرعت، سفره پر شد از مائده های طبیعت. شیر تازه، سر شیر، خامه، عسل، کره، نان داغ که بوی سحر کننده ای در فضا پراکنده بود. آنچه که داشتند بر سفره گذاشتند و از هیچ چیز خود برای میهمانانی که فقط در همان ساعت با آنها بودند و می‌دانستند، که هیچکدام را هرگز نخواهند دید، دریغ نکردند. اینها از نوع دست نخورده ترین دارندگان فرهنگ ایرانی بودند. آمریکائی ها شروع به گرفتن عکس از چادر و مردم و صحرا و هر چیزی که برای اثبات چنین شگفتی ای به دیگران لازم بود کردند.

پس از صرف آن صبحانه برآستی شاهانه، هنگامی که تصمیم به برگشت گرفتیم، آمریکایی ها از جیبشان پول در آوردند که به عنوان قدردانی مبلغی بپردازند که من از چشمان میزبانان اعتراض را خواندم و بلافاصله به میهمانان گفتیم این کار در میان این مردم عرف نیست و ناراحت خواهند شد و باز این سخن هم باعث شگفتی شان شد.

دنباله مطلب در صفحه ۵۲

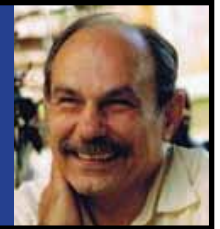
و دوان دوان به سوی ما می‌ایند و آنچنان در آن زمین های پست و بلند و سنگلاخ میدوند که از اسب های راهوار سبک تر و تیز رو تر. سنگهای پراکنده آنقدر زیاد و شکسته و تیز بودند که حتی با پوتین هم امکان دیدن آنچنانی نبود، تنها وسیله ای هم که با خود داشتند، یک چوبدستی بود. نفس زنان به ما رسیدند و با عجله از حالمان جويا شدند. آنچنان که از سلامت برادرشان جويا میشوند. گفتیم که به خیر گذشت. گفتند که ما در کنار سیاه چادرمان بودیم که صدای شما را می شنیدیم و ناگهان گرد و خاک زیادی که به هوا برخاست ما را ترساند و خیال کردیم خدای نکرده برایتان خطری پیشامده. پس خود را رساندیم که اگر مجروحی دارید، به کولمان بگیریم و به چادر ببریم و تا آمدن حکیم، از آنها پرستاری کنیم. آمریکائی ها از ما میپرسیدند، که این ها چه میخواهند؟ وقتی برایشان تعریف میکردیم که چه میگویند، غرق حیرت شدند که مردمی اینچنین هم میهن دوست جای ستایش دارند. برآستی در ستایش مردم مان هر چه بگویم باز کم گفته ایم.

اینست که از تمام پان‌های جهان، من فقط با پان ایرانیست ها همدمم، آیا نباید چنین مردمی را از جان و دل دوست داشت که اصلا مارا نه پیش از آن و نه پس از آن دیده اند، اما برای کمک به ما چند کیلومتر را دویده بودند. این ایرانی را باید از سر و چشم هم بیشتر دوست داشت، پان که در برابر اینها ابراز احساسات نیست.

به ما اصرار کردند که به چادرهایشان برویم و صبحانه را میهمان آنها باشیم. به جز دو سه نفر که داوطلب شدند در کنار وسایل بمانند، بقیه به راه افتادیم. حدود بیست، بیست و پنج دقیقه راه رفتیم تا به سیاه چادرها رسیدیم. چادرها همه از پشم حیوانات اهلی تهیه شده بودند و برای حفاظت در مقابل باد و باران و آفتاب مقاومت خوبی داشتند. وقتی ما را از دور دیدند، انگار به استقبال عزیزانی که دعوت به عروسی شده اند، با آغوش های باز به سویمان آمدند. آنچنان ماچ و بوس می کردند که خیال می کردی به گمشده خود

مردمان مهربان ایران زمین

عباس پناهی



رفتیم. اما زمین صاف، اصلا موجود نبود و ما هم به دلیل نداشتن دید روبرو، و در واقع با پرواز کور، نمی توانستیم با سرعت صفر بنشینیم. و باید جایی پیدا می کردیم که بتوانیم روی زمین اسکی کنیم تا سرعتمان کم شود و به ایستیم. تمام آن منطقه، تپه ماهور بود و نمی شد با سُریدن روی زمین نشست. بالاخره تصمیم گرفتیم ریسک کنیم و از بالای یکی از تپه‌ها، اسکیدهای بالگرد را به زمین بزنیم و از بالای تپه سُر بخوریم و پایین برویم تا در دامنه تپه، سرعتمان گرفته شود و این باعث می شد که تقریباً زمین مسیرمان را شخم بزنیم و خاک زیادی هوا کنیم.

با همه اینها، ما اصلا از شیشه جلو چیزی نمی دیدیم و تشخیص اینکه چه وقت و در کجا با زمین برخورد می‌کنیم، ناممکن بود. جلوی پاها و در بخش زیرین دماغ بالگرد، شیشه کوچکی بود که از آن، تقریباً میشد به طور قائم به زمین نگاه کرد. اما نه برای پرواز و نه برای هنگام نشستن بر روی زمین قابل استفاده نبودند. قرار گذاشتیم به سبک شوهر و شاگرد شوهر، یکی دیده بانی کند و دیگری سرعت را آرام، کم کند و به فرمان دیگری بالگرد را به زمین زیر پا نزدیک و مماس کند و با اصطکاک زمین سرعت را بکشد. من کمر بند ایمنی را باز کردم و شیشه سمت خودم را پایین کشیدم و سرم را از آن بیرون آوردم و شروع به راهنمایی کردم. تقریباً بالای قله یک تپه بودیم که باید اسکیدها به تپه میسایید، در غیر اینصورت، جلو تر می‌رفتیم و باز، زمین از زیر پایمان فاصله می‌گرفت. گفتیم: فوراً بزن زمین و با فرمان، بالگرد را با بیست درجه انحراف به چپ، به سمت خواب تپه برو ولی همچنان سبک نگاهش دار و سر را به سمت پایین داشته باش، زیرا با کوچکترین حرکت سر بالگرد به سمت بالا، دم آن به تپه و ملخ به دم برخورد می‌کند و دیگر حتی خدا هم از نگهداشتنش عاجز می‌ماند و کارمان تمام بود. و الحق، همکاری به موقع و با دقت و مهارت، عینا همان کار را کرد و پس از طی مسافتی دراز و شخم زدن زمین، بالاخره سرعت کاسته و به صفر رسید و ایستاد. نفسمان را که در سینه حبس نموده بودیم، رها کردیم و با یک لیخند و دست دادن به هم، احساسمان را به یکدیگر ابراز کردیم.

باطری مان خراب شده بود و در اثر فشار ژنراتور، تقریباً منفجر گردیده بود. پرنده های دیگر، یکی یکی در نزدیکی ما نشستند. مهندس پرواز آمد و باطری را از بالگرد جدا کرد و یکی از بالگردها، محمولات خود را در آنجا تخلیه کرد و برای آوردن باطری نو به اصفهان برگشت و ما در بیابان، به انتظار آمدن او ماندیم. وقت زیادی از نشستمان نگذشته بود که از دور دو نفر را دیدیم که با یک سگ با سرعت

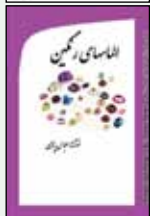
اوایل امرداد ماه بود که برای آزمایش کار آبی سلاح هایی که تازه ساخته شده و به ایران برای نصب روی بالگردها آورده شده بود، به ما ماموریت داده شد که از اصفهان به اهواز برویم. هوا شناسی، گرمای آنروز اهواز را ۵۳ درجه سانتی گراد پیش بینی کرده بود و این گرما برای آزمایش سلاح ها، ایده آل بود. تیر بارها و توپ‌ها، مقدورات و محدودیت‌هایی دارند که با هر شرایط آب و هوایی سازگار نیستند و پیش از خرید، باید همه جوانب، بررسی شود تا گرفتار معامله انجام شده نگردید. برای آنکه پیش از رسیدن گرما به ۵۳ درجه، در اهواز باشیم، تا همه تمهیدات انجام و به موقع اقدام به آزمایش شوند، ما صبح خیلی زود در پایگاه بودیم. شش فروند بالگرد را پر از اسلحه و گلوله و توپ کردیم و غامز شدیم. آمریکائی های نماینده کارخانه سازنده به همراه نظامی های آنها هم همراه ما بودند تا در تنظیم صورت جلسه حاضر باشند و نتیجه آزمایش‌ها را تایید کنند.

وقتی که از بالای سد داریوش کبیر می گذشتیم، عظمت آن سد را به خوبی می توانستیم ببینیم. این سد، بزرگترین سد در خاور میانه بود، که در دوران جمهوری اسلامی، نامش را از داریوش کبیر، به دلیل دشمنی امش با تاریخ ایران عوض کردند. این سد بر روی رودخانه کور بنا شده است که پس از ۲۵۰۰ سال که برای نخستین بار در جهان، داریوش کبیر این رود را به افتخار کوروش کبیر، رود کور نامید و بر روی آن، اولین سد جهان را بنا کرد که باز مانده آن، هنوز بر جاست و قرار است به عنوان میراث تمدن بشر، ثبت جهانی شود. وقتی که ساخته شد، به افتخار همان شاهنشاه بزرگ، نامگذاری گردید. ناگفته نماند که رود کور دیگری هم در قفقاز هست که آنهم به افتخار کوروش کبیر نام کور به خود گرفته.

دوازده توربین تولید برق در مقابل سد، نصب شده بود که هنگامی که باید با تمام ظرفیت کار کند، می‌توانست مقدار بسیار زیادی نیرو و به کشورهای همسایه بفروشد. درست یادم نیست که در کدام جهت از رامهرمز بودیم که ناگهان در مقابل خود، نخست بخار شدید و پس از آن فوران آب با بوی زننده اسید بر روی شیشه جلو دیدیم که دید ما را کاملا کور کرد و چراغ‌های اضطراری هم شروع به روشن و خاموش شدن کردند و جیب آژیر هم در آمد.

چون به صورت پرواز جمع (فورمی شن) بودیم، باید نخست، دیگران را در جریان بگذاریم که آنها با ما، به سمت زمین نیایند، بعد ارتفاع را کم کنیم و جایی برای نشستن پیدا کنیم. اینکار را کردیم و به طرف زمین

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



تلفن سفارش و خرید:

۶۷۱۸-۶۹۱ (۴۰۸)

تجارت سکس و استثمار جنسی کودکان

امید رضایی

روسی‌گری، فاحشگی، تن‌فروشی یا کارگری جنسی، نامش هرچه باشد، از سال ۲۰۰۰ در برزیل قانونی شده است و اتحادیه‌هایی برای زنانی که به این کار مشغول‌اند وجود دارد.

برزیل، کشوری با میانگین بی‌سوادی ۱۰ درصد است و ۱۳ میلیون نفر در این کشور دچار سوءتغذیه هستند. ۴۲ هزار و ۷۸۵ نفر در سال ۲۰۱۲ در این کشور به قتل رسیده‌اند و کمبود پزشک به ۱۸ هزار نفر می‌رسد. در سال ۲۰۰۰، زمانی که آزادی قانونی تن‌فروشی در برزیل پیشنهاد شد، در این کشور یک میلیون کارگر جنسی وجود داشت. رقمی که در طول این سال‌ها به شدت افزایش یافته و حالا با قطعیت گفته می‌شود «کارگری جنسی» در این کشور شغلی عادی است. از زمانی که قانون، کارگری جنسی را به رسمیت شناخت، یک وب‌سایت آموزش خوداشتغالی که توسط دولت اداره می‌شد، دستورالعمل‌ها و توصیه‌هایی را برای کسانی که به دنبال امرار معاش از راه این شغل هستند، فراهم کرد: قدم به قدم آماده شدن، اغواگری، ارائه خدمات و رعایت مسائل مربوط به بهداشت جنسی. هرچند بعدها تحت فشار محافظه‌کاران و نهادهای مذهبی، این دستورالعمل‌ها از وب‌سایت‌های دولتی کم‌رنگ یا حذف شدند.

البته قانونی بودن ارائه سرویس‌های جنسی، به مفهوم مقبولیت همه جانبه آن توسط احزاب سیاسی مختلف از جمله چپ‌ها نیست. در برزیل کسانی هم هستند که به کلی مخالف به رسمیت شناخته شدن شغل‌های مرتبط با خدمات جنسی و به طور ویژه تن‌فروشی هستند. اخیراً دبیر یکی از بزرگ‌ترین اتحادیه کارگران برزیل در کنفرانسی قانونی بودن تن‌فروشی را در حمایت از زنان کارگر جنسی کافی ندانست و گفت: «چیزی که ما نیاز داریم، مبارزه برای سیاست‌هایی است که زنان را از این شرایط خلاص کند. ما باید برای این موضوع فشار بیاوریم، زیرا این مسئله، استثمار زنان است.» در همان کنفرانس، یک تن‌فروش سابق نیز گفت: «روسی‌ها توسط صاحبان و گردانندگان "روسی‌خانه‌ها" استثمار می‌شوند.» کارگران جنسی در برزیل تنها زنان نیستند. جمعیت بزرگی از تن‌فروشان برزیل مردانی هستند که برای بازار خواسته‌های جنسی مردان همجنس‌خواه، تن‌فروشی می‌کنند. همچنین تراجنسیتی‌های برزیلی از پرترفدارترین کارگران جنسی در این کشورند که مشتری بازار سکس آنها افراد مختلف با گرایش‌های جنسی مختلف از جمله دگرجنسگرایان‌اند. در قانونی شدن سرویس‌های جنسی، مسئله تنها حمایت از کارگران جنسی زن نیست. کارگران جنسی مرد و کارگران جنسی تراجنسیتی هم بدون حمایت‌های دولتی مناسب در معرض آسیب قرار دارند.

رئیس اتحادیه کارگران جنسی ایالت میناس گرایس، Aprosming اما معتقد است: «ما سید و ویرا که یک دختر دارد، در پاسخ به این سؤال که اگر دخترش هم فاحشه شود، چه حسی خواهد داشت، می‌گوید: «خیلی خوشحال خواهم شد، اما او دلش می‌خواهد تاجر باشد. این انتخاب اوست و این یکی انتخاب من. من در خیابان کار می‌کنم و آنجا را به "روسی‌خانه‌ها" ترجیح می‌دهم. چون دلم می‌خواهد آزاد باشم. من خوشم نمی‌آید مثل کسانی که در "روسی‌خانه" هستند، جایی بنشینم و منتظر باشم. این خواست من هرگز تغییر نخواهد کرد. برایم اهمیتی ندارد که کار در خیابان خطرناک‌تر است.» او به تأکید می‌گوید: «این واقعاً یک زندگی عالی است.»

فقر، عامل عمده

مرکز ایالت میناس گرایس، شهر بلوهوریزونته است، سومین شهر بزرگ برزیل با بیش از ۱۲ هزار رستوران و میکده برای جمعیتی حدود پنج میلیون نفر، که به «پایتخت بار» برزیل شهرت دارد. این شهر میزبان آخرین بازی گروهی تیم فوتبال انگلیس بود. در بلوهوریزونته، ۲۲ روسی‌خانه وجود دارند که در زبان محلی، زونا خوانده می‌شود. پیش از آغاز مسابقات، در این شهر، بیش از ۳۰۰۰ روسی‌زبان انگلیسی یاد گرفته‌اند. زنی که در دفتر اتحادیه کارگران جنسی این ایالت کار می‌کند، معتقد است: «قطعاً روسی‌ها تا پایان طول جام جهانی پول بیشتری به دست خواهند آورد. آنها در کلوب‌های شبانه پول زیادی در می‌آورند. برای مردان خارجی کاملاً عادی است که به دنبال این روسی‌ها بگردند، حالا خارجی‌های بیشتری وجود دارند و پول خوبی می‌دهند.» زن ۵۰ ساله‌ای که در دفتر اتحادیه کار می‌کند، داستان زندگی خود را تعریف می‌کند، روایتی آشنا: پس از این که باردار می‌شود و کارخانه‌ای که در آن کار می‌کرده تعطیل می‌شود، برای رهایی از بیکاری و گرسنگی، دست به این کار می‌زند: «وقتی فرزندم می‌خواهید، تن‌فروشی

می‌کنند تا پول بیشتری به دست بیاورند، اما برای ما، خیلی خطرناک است. بنابراین ترجیح می‌دهیم همان پول اتاق را بدهیم.» در یکی از روسی‌خانه‌ها دختری که ۲۰ ساله به نظر می‌رسد، به خبرنگار ایندپندنت می‌گوید: «هرچند به ندرت اتفاق می‌افتد، اما برخی مردها تجاوز هم می‌کنند.» زنی دیگری در اتحادیه که حدود ۶۲ سال دارد، می‌گوید: «سال گذشته دختری که تا سرحد مرگ چاقو خورده بود در تختش در حال خونریزی پیدا شد. یک هفته در بیمارستان بود، اما بهبود نیافت. خشونت چندان رایج نیست و فقط برای دخترانی اتفاق می‌افتد که با افرادی مثل معامله‌کنندگان مواد مخدر روبه‌رو می‌شوند.»

یک فانتزی نخبنا:

شاهزاده سوار بر اسب سفید

در فورتلز، یک دادستان محلی می‌گوید: «مشتریان خارجی، روسی‌هایی زیر سن قانونی سفارش می‌دهند که مستقیماً از طریق پانداهازی هتل‌ها فراهم می‌شوند.» یک مرکز ماساژ نزدیک فرودگاه کنگونوس گفته است می‌تواند یک لیموزین و مترجم انگلیسی فراهم کند تا خدمات بهتری ارائه دهد. در بلوهوریزونته، خانم سانتو، یکی از اعضای موسس اتحادیه Aprosming، که در آغاز دهه هفتم زندگی است، داستانی را بازگو می‌کند که به نظر نمی‌رسد که در رسانه‌های محلی منعکس شود: «وقتی دخترم دنیا آمد، شغلم را از دست دادم.»

دنباله مطلب در صفحه ۴۹



specialized in
portraits | weddings | social events
photography

T 408.913.6070 www.conurestudio.com



باید زندگی کنی که برای من مقدور باشد ترا زیر نظر داشته باشم که اداره مهاجرت به واقعی نبودن این ازدواج شک نکند. گل نم گفت: نمیدانم ولی تو گفتی که برای مانده گار شدن در اینجا راه دیگری هم غیر از ازدواج هست؟

جواب دادم: البته که هست. یکی پناهندگی و دیگری تغییر دین. تا تو کدام راه را بخواهی انتخاب کنی.

گل نم گفت: من راجع به این راه ها اطلاعی ندارم. می شود کمی برایم توضیح بدهی.

گفتم: راجع به پناهندگی، اینکه تو اینجا از دولت آمریکا به دلیلی تقاضای پناهندگی بکنی و آنها پس از اینکه در خواست ترا و دلیل اینکه چرا می خواهی پناهنده شوی را مطالعه کردند، به تو جواب رد و یا مثبت می دهند که برای جواب مثبت این چند مورد حائز اهمیت میباشد یکی اینکه در صورت برگشتن به ایران جانت در خطر باشد و دوم از نظر سیاسی و یا عقیدتی نتوانی به ایران برگردی که تو دارای هر دو شرایط هستی و حتما با تقاضای تو موافقت خواهد شد. منتهی مراتب باید وکیل بگیرد و مخارج وکیل و هزینه های اداره مهاجرت را داشته باشی که پردازی. چندین سال طول خواهد کشید تا به تو اقامت دائم بدهند که از سه تا ۷ سال خواهد بود. اما راه دوم این است که دین خودت را تغییر دهی. یعنی اینکه مسیحی شوی. به عبارتی تو به کلیسا پناهنده شوی و پس از اینکه مسیحی شدی، آنها از دولت آمریکا برای تو تقاضای پناهندگی کنند که بازم همان مراحل سه تا ۷ سال طول خواهد کشید. فقط فرق این است که اگر مسیحی شدی هر هفته باید به کلیسا بروی، غسل تعمید بگیرد و تا مدتی زیر نظر آنها باشی تا آنها مطمئن گردند که نخواستی ای از مسیحی بودن سوء استفاده نمایی.

گل نم پرسید: به نظر تو کدام راه بهتر است؟ گفتم: این انتخاب توست و تو هر راهی را که انتخاب کنی من حاضر کمکت کنم. دوباره پرسید: اگر جای من بودی کدام راه را انتخاب می کردید؟

قشنگه! مرسی که مرا اینجا آوردی. این چند روزه که با تو بودم اصلا همه ناراحتی هایم فراموش شد و به زندگی امیدوار شدم ولی هنوز یک چیزی اذیتم میکند و درون مرا به آشوب میکشد که نمیدانم چیست و چرا! گارسن شیشه شراب را با دو گیلان روی میز گذاشت. از انتخابش تشکر کردم.

به گل نم اشاره کردم که گیلان را بردارد و به سلامتی هم نوشیدیم. قدری صبر کردم و باز جرعه ای دیگر خوردیم و بعد به او گفتم: من امروز از صبح متوجه این نگرانی تو هستم. البته به تو حق میدهم چون هر کس دیگر هم جای تو بود این نگرانی را داشت. ولی تو تنها نیستی. به قول خودت همیشه یک فرشته نجات داشته ای. از وقتی که از سندیج خارج شدی غلام همراه تو بوده است و بعد برای دو سال گل بانو، در دوی فرشته و فرید، همچنین زیبا و احد در عراق شیر کوه و ابراهیم و بعد از او هم کیخسرو. گل نم جان خدای ترا زیبا آفرید و او این زیبایی را دوست دارد پس جای نگرانی نیست.

او ساکت انگشتش را روی لبه گیلان می کشید به حرفهای من گوش می داد. می دانستم که در چه فکری است لیکن منم نمی توانستم به او جواب قاطع بدهم چون نمی دانستم که عکس العمل همسر در مقابل خواسته من چیست؟ پس لازم بود که صبر کنیم تا زمان همه چیز را جواب گو باشد گل نم پس از اینکه چند گیلان شراب خورد کمی بخود آمد و گفت حالا هم تو فرشته نجات من هستی. بگو فکر میکنی همسرت با ازدواج ما موافقت کند؟

جواب دادم: موافقت خواهد کرد. منتهی مراتب باید اول من سرگذشت تو و حساس بودن موقعیت ترا برای او بازگو کنم. برای اینکه بعدها در زندگی مشترک من و همسر مشکلی پیش نیاید. ما احتیاج به یک برنامه ریزی مفصل داریم و باید سعی کنیم طوری پیش رویم که به مشکلی بر نخوریم. مسئله فقط یک ازدواج کردن نیست، حداقل یکی دو سال اسم تو زیر اسم من خواهد بود و تو جانی

تولیزون بیست و چهار ساعته
«فرهنگ ایران زمین»



در ایالت نیویورک به همت مهندس پرویز نظامی

www.PCTVIRAN.com

گل نم شیدوش باستانی داستان دنباله دار



توضیح: 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 به رشته تحریر درآورم. در این سرگذشت نویسنده از هر نوع تشابه اسمی و استراتژی رزمی و منطقه ای و یا اشتباهات تاریخی خود را معذور میدانم. سنتا باربارا - کالیفرنیا

همانطور که گفتم گل نم به گونه ای نا آرام بود ولی نمیدانستم چرا؟ شاید نتوانسته باشد مرا باور کند که با او ازدواج خواهم کرد، مخصوصا که بایستی یکماه صبر می کرد تا همسرم پیدایش شود و تازه آن زمان هم باز اینکه من و همسرم بتوانیم به توافق برسیم شرط اصلی بود. بنابراین او حق داشت که در این مورد فکرتش چندان راحت نباشد.

ما تا هتل هنوز بیش از دو ساعت راه داشتیم ضمن اینکه سه ساعت پیاده راه رفتن هم ما را خسته کرده بود. این بود که سوار ماشین شدیم و بطرف هتل راه افتادیم.

جزیره کی وست از ده ها جزیره کوچک و بزرگ تشکیل شده است که تمام این جزایر با پل هائی بهم وصل میشوند. قسمتی از این راه توسط پلی عظیمی به قسمت دیگر متصل است. به قول یکی از اهالی بومی جزیره، این ایالت چندان ثروتمند است که وقتی پل های تازه ای روی دریا زده اند پل های قدیمی را به امان خدا رها کرده اند که امروزه خلوتگاه عشاق یا کسانی است که قصد پیاده روی در جاده های دریایی را دارند.

من در کی وست هتل برای سه شب رزرو کرده بودم بنابراین پنجشنبه هفته آینده باید برمی گشتم. با خودم فکر میکردم که این چهار روز را چگونه میتوانیم بگذرانیم؟

موقعی که در لابی برای گرفتن اتاق به میز اطلاعات مراجعه کردم دیدم خانمی جلو آمد و از ما خواهش کرد که اگر مایل باشیم حاضر است قبل از اطاق گرفتن اول هتل را به ما نشان دهد! من و گل نم با این کار موافقت کردیم. راهنما از بیرون هتل شروع کرد و هر کجا که ما را می برد گل نم می گفت وای خدای من اینجا مثل بهشت میماند چقدر قشنگه. منظره بیرونی هتل واقعا زیبا و دیدنی بود. در جلوی هتل درختان تزئینی استوایی و گلپای رنگارنگ، حوضچه های آب و آبشار های کوچک و بزرگ روبروی ما اقیانوس و تا چشم کار میکرد آب و کرانه های زیبای آن، که تا هتل فاصله چندانی نداشت. در لابلای این درختان و گلها چندین میز و صندلی گذاشته شده بود که عده ای مشغول خوردن غذا و نوشیدنی های خود بودند و موزیک آرامی از گوشه کنار به گوش میرسید. در گوشه ای دیگر ایوان بزرگی درست کرده بودند جایی که مشروب سرو می کردند.

آنطور که راهنما برایمان می گفت هر شب در آنجا از ساعت ۱۰ شب تا نیمه شب از این اتاق از دو طرف میشد اقیانوس و همچنین نما و باغچه بیرونی هتل را تماشا کرد و در قسمت دیگری در فضای نسبتا بزرگی یک چکوزی قرار داشت و روی هر یک از دیوار های آن یک تلویزیون نصب بود. دو تا دستشویی، دو تا توالت و دو تا دوش بطور مجزا درست کرده بودند. رنگ دیوارها و رو تختی و مبلمان و غیره در نهایت سلیقه زیبا و آرام بخش بود. این هتل یکی از ده تا هتل درجه یک کی وست است. من و گل نم که از صبح آن روز تا به این ساعت چیزی نخورده بودیم به رستوران هتل رفتیم. از مهماندار خواستم تا یک شیشه شراب سفید به انتخاب خودش برایمان بیاورد و بعد رو کردم به گل نم و پرسیدم: تو حالت خوبه؟ گل نم سری تکان داد و گفت: خیلی خوبم. اینجا خیلی

موزیک و رقص و آواز برقرار بود. در طرف دیگر هتل استخر بزرگی برای مهمانان هتل در نظر گرفته شده بود که تعدادی صندلی های راحتی دور تا دور آن چیده شده بود و عده ای در حال شنا و گرفتن حمام آفتاب بودند. بعد نوبت رسید به رستوران و سالن پذیرائی و سالن ورزش و استخر سر پوشیده و اتاق ها و سوئیت و غیره. سپس برای ما از جاهای دیدنی و تاریخی و همچنین تور های موجود و کروز برای توریست ها صحبت کرد و گفت که هتل میتواند تخفیف و تسهیلاتی برای مهمان های خود قائل شود.

از گل نم پرسیدم که دوست دارد کروز بگیریم؟ او از این پیشنهاد خیلی استقبال کرد. راهنما گفت: قایق های بزرگی هستند که از مارولی اسکوار هر روز ساعت ۵ بعد از ظهر حرکت می کنند و پس از سه ساعت بر می گردند و شما می توانید غروب آفتاب را از بالای عرشه کشتی تماشا کنید.

تاریخ برگشت ما پنجشنبه بود و من به راهنما گفتم که می خواهیم چهارشنبه به این کروز برویم، با اینکار می خواستم با خاطره خوبی کی وست را ترک کنیم.

راهنما گفت که ترتیب تمام کارها را برای ما خواهد داد. پس از ثبت و گرفتن اتاق چمدانها را برایمان آوردند. اتاق ما دو قسمت میشد یک قسمت تختخواب و تلویزیون و قسمت دوم یک یخچال کوچک که داخل آن انواع نوشیدنی ها و آبجو گذاشته بودند و یک میز چایی و سه تا میل کنار پنجره، دو عدد گلدان کنار اتاق و تابلو عکس هوایی بزرگی از منازل و خیابانهای جزیره که به دیوار نصب شده بود.

از این اتاق از دو طرف میشد اقیانوس و همچنین نما و باغچه بیرونی هتل را تماشا کرد و در قسمت دیگری در فضای نسبتا بزرگی یک چکوزی قرار داشت و روی هر یک از دیوار های آن یک تلویزیون نصب بود. دو تا دستشویی، دو تا توالت و دو تا دوش بطور مجزا درست کرده بودند. رنگ دیوارها و رو تختی و مبلمان و غیره در نهایت سلیقه زیبا و آرام بخش بود. این هتل یکی از ده تا هتل درجه یک کی وست است. من و گل نم که از صبح آن روز تا به این ساعت چیزی نخورده بودیم به رستوران هتل رفتیم. از مهماندار خواستم تا یک شیشه شراب سفید به انتخاب خودش برایمان بیاورد و بعد رو کردم به گل نم و پرسیدم: تو حالت خوبه؟ گل نم سری تکان داد و گفت: خیلی خوبم. اینجا خیلی



ای اهورمزدا! به این کشور نیاید: نه سپاه دشمن، نه خشکسالی و نه دروغ

(از کتیبه چهارم داریوش اول بر دیوار جنوبی تخت جمشید، ترجمه دقیق از فارسی باستان)



فیض کاشانی

هر چه نبود سخن یار دروغ است دروغ
جز حدیث لب دلدار دروغ است دروغ
یار آن است که او با تو بود در همه حال
گوید از غیر "منم یار" دروغ است دروغ
هیچکس را به جهان نیست جز او غمخواری
حرف غمخواری اغیار دروغ است دروغ
یار با ماست به هر جای، تو از جای مرو
حرف اغیار دل آزار دروغ است دروغ
آید از حُسن فروشی چو سروشی در گوش
که "چو من نیست به بازار"، دروغ است دروغ
اعتمادی نبود بر سخن نوش لبان
آنچه گفت آن بت عیار دروغ است دروغ
حُسن آن یار وفاپیشه باقی حُسن است
حُسن اغیار جفاکار دروغ است دروغ
یار یکتا بگزین وز دو جهان دل برگیر
وصف یک چیز به بسیار دروغ است دروغ
از من راست شنو فیض، ز هر کج مشنو
اوست حق، هستی اغیار دروغ است دروغ
محرم راز به جز عاشق صادق نبود
زاهد و دعوی این کار دروغ است دروغ

ایرج میرزا

زنهار مگو سخن به جز راست
هر چند تو را در آن ضررهاست
گفتار دروغ را اثر نیست
چیزی ز دروغ زشت تر نیست
تا پیشه توست راست گویی
هرگز نبوی سیاه رویی

مولوی

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

نظیری نیشابوری

جان به لب از شوق و می آرند پیغامم دروغ
دوست دور و نامه می سازند بر نامم دروغ
بسته طامات رعنائان ره گردیده ام
چون روم دنبال حق؟ افکنده در دامم دروغ
رو به سوی قبله دارم، دل به سوی سومات
در نهان کفرم یقین، در ظاهر اسلامم دروغ
همچو طفل بی پدر می گریم از حرمان بخت
می دهد مادر نوید نقل و بادامم دروغ
چون سپندم بر سر آتش "نظیری" بی قرار
گر کسی در عشق گوید هست آرامم دروغ

غالب دهلوی

"باید ز می هر آینه پرهیز،" گفتهاند
آری دروغ مصلحت آمیز گفتهاند
خون ریختن به کوی تو کردار چشم ماست
مردم تو را برای چه خونریز گفتهاند
نشکفت دل ز باد، تو گویی دروغ بود
از نوبهار آنچه به پاییز گفتهاند
نازی به صد مضایقه، عجزی به صد خوشی
گر از تو گفتهاند، ز ما نیز گفتهاند
"غالب" تو را به دیر مسلمان شمردهاند
آری دروغ مصلحت آمیز گفتهاند

محتشم کاشانی

ای به من صدق و صفای تو دروغ
مهر من راست، وفای تو دروغ
نالش غیر ز جور تو غلط
بر زبانش گله‌های تو دروغ
چند گویم به هوس با دل خویش
حرف تخفیف جفای تو دروغ
گوی چوگان هوس گشته رقیب
سر فکنده ست به پای تو، دروغ
چند اصلاح جفای تو کنم
چند گویم ز برای تو دروغ
وعده بوسه چه می‌فرمائی
می‌نماید ز ادای تو دروغ
سگت از شومی آمدشید غیر
گفت صد ره به گدای تو دروغ
گوئی ای ابر حیا می‌بارد
از در و بام سرای تو، دروغ
راست گویم به هوس می‌گوید
میلک از بهر رضای تو دروغ
عاشق از بهر رضای تو عجب
گر نگوید به خدای تو دروغ
محتشم این همه می‌گویی و نیست
به زبان گل‌های تو دروغ



شایدی گیسوان بافت که من علوی ام و با قافله حجاز به شهری در آمد که از حج همی آیم و قصیده ای پیش ملک برد که من گفته‌ام.
نعمت بسیارش فرمود و اکرام کرد تا یکی از ندمای حضرت پادشاه که در آن سال از سفر دریا آمده بود گفت من او را عید اضحی در بصره دیدم.
معلوم شد که حاجی نیست. دیگری گفتا پدرش نصرانی بود در ملطیه پس او شریف چگونه صورت بندد و شعرش را به دیوان انوری دریافتند.
ملک فرمود تا بزندش و نفی کنند تا چندین دروغ درهم چرا گفت. گفت ای خداوند روی زمین یک سخنت دیگر در خدمت بگویم
اگر راست نباشد به هر عقوبت که فرمایی سزاوارم. گفت بگو تا آن چیست. گفت:

غریبی گرت ماست پیش آورد

دو پیمانہ آبست و یک چمچه دوغ

گر از بنده لغوی شنیدی مرنج

جهان‌دیده بسیار گوید دروغ

ملک را خنده گرفت و گفت ازین راست تر سخن تا عمر او بوده باشد نگفته است. فرمود تا آنچه مأمول اوست مهیا دارند و به خوشی برود. «گلستان سعدی»



املاک و مستغلات
سمیرا تلمود - مشاور املاک
 Samira.talmoud@cbtnorcal.com



بیمه بهداشتی درمانی
Covered California
 سحر سلاهی
 Certified Covered California Agent
 sselahi@farmersagent.com

آیا خانه بخریم یا اجاره کنیم؟

در گذشته ای نه چندان دور، در کشورمان ایران، مثلی گفته می شد که «اجاره نشینی، خوش نشینی...» البته این مثل از خیلی لحاظ درست است و شما در مقابل اجاره ای که به صاحب خانه می پردازید مسئولیت دیگری ندارید. ولی در آمریکا اولین چیزی که به شما گفته می شود این است که حتما خانه بخرید. در این مقاله من دلایلی که باید اجاره کنید و یا خانه بخرید را برایتان می نویسم تا خودتان آگاهانه تصمیم بگیرید.

اجاره بها برای مستاجر ندارد. اما فقط یک اشکال در اجاره نشینی است و اینکه هر سال قیمت اجاره ها بالا می رود
دلایلی که باید خانه خرید
ارزش ملک: وقتی که اجاره می پردازید، در واقع شما پول قسط خانه صاحب ملک را می پردازید. ولی وقتی که قسط منزل خودتان را می پردازید شما به نوعی سرمایه گذاری در منزل خود کرده اید.

کاهش مالیات: کم کردن بهره اقساط خانه و مالیات سالیانه خانه یکی از مهمترین دلایل خرید خانه است. شما هر سال بهره ای را که روی وام خانه تان به بانک پرداخته اید، آخر سال از مالیات بردارم سالتان کم می کنید. **پس انداز کردن:** قیمت خانه مرتب رو به افزایش است. وقتی که بعد از چند سال خانه را بفروشید، در صورت واجد شرایط بودن می توانید تا مبلغ ۵۰۰۰۰۰ دلار (برای افراد متاهل) و ۲۵۰۰۰۰ دلار (برای افراد مجرد) از سود آن خانه به دولت مالیات ندهید. **آزادی:** منزل خودتان است. هر طور که دلتان می خواهد تزئین کنید و هر چقدر دلتان می خواهد تابلو به دیوار بزنید! کاشی ها و موکت و رنگ دیوارها را مطابق سلیقه شخصی خود تغییر دهید.

دلایل اجاره نشینی
انعطاف پذیری: اجاره نشینی، به شما این فرصت را می دهد که در منطقه های مختلف زندگی کنید، قبل از اینکه تصمیم بگیرید که خانه ای بخرید و سالها در یک منطقه زندگی کنید...
عدم امنیت شغلی: اگر فکر می کنید که در آینده ای نزدیک به شهر دیگری نقل مکان می کنید و یا کاری را که به آن مشغول هستید خوشحالتان نمی کند و در فکر عوض کردن کارتان هستید، بهتر است مدتی صبر کنید. چون خرید خانه شما را در یک جا پایبند خواهد کرد.
عدم قطعیت درآمد: اگر از درآمد خود مطمئن نیستید و یا فکر می کنید که ممکن است کارتان را از دست بدهید، بهتر است مدتی صبر کنید.

نداشتن اعتبار: پرداختن سرموقع و مرتب اجاره خانه و سایر قبض های ماهانه مخصوصا قبض کارت های اعتباری، باعث جمع کردن اعتبار برای شما می شود و توسط آن اعتبار می توانید در آینده وام بگیرید. هر چه نمره اعتبارتان بالاتر باشد وام با شرایط بهتر برایتان ممکن می شود.
نداشتن هزینه تعمیر و نگهداری: اگر لوله آبی خراب شود، فقط یک تلفن به صاحبخانه کافی است!! اجاره نشینی هیچ هزینه جانبی جز

تعداد اعضای خانوار شما	اگر درآمد خانوار شما در سال کمتر از این مقادیر است	اگر درآمد خانوار شما در سال بیشتر از این مقادیر است
۱	\$16,105 - \$46,680	\$16,105
۲	\$21,708 - \$62,920	\$21,708
۳	\$27,311 - \$79,160	\$27,311
۴	\$32,913 - \$95,400	\$32,913
۵	\$38,516 - \$111,640	\$38,516

ممکن است برای Medi-cal ممکن است برای کمک مالی واجد شرایط باشید
 Covered California
 واجد شرایط باشید

تغییرات درآمد
 از آنجا که سطح درآمد به تعیین واجد شرایط بودن بر خورداری از Medi-Cal یا کمک مالی کمک می کند، تغییر درآمد در طول سال ممکن است واجد شرایط بودن یا سطح مساعدت را تحت الشعاع قرار دهد. **دنباله مطلب در صفحه ۵۶**

بهترین راه تهیه بیمه بهداشتی درمانی، از جمله Medi-cal

Covered California برنامه ای است که از طریق آن همه می توانند بیمه درمانی مقرون به صرفه دریافت کنند. تنها با یک تقاضا می توانید بفهمید که آیا صلاحیت لازم برای دریافت بیمه درمانی رایگان یا ارزان، از جمله Medi-Cal را دارید یا خیر. ایالت کالیفرنیا Covered California را به این منظور ایجاد کرده است تا به شما و خانواده تان در دریافت بیمه درمانی باری رساند. داشتن بیمه درمانی موجبات آسایش خاطر شما را فراهم آورده و حفظ سلامت شما را ممکن می سازد. با داشتن بیمه شما و خانواده تان خدمات درمانی را در هر زمانی که به آن احتیاج داشته باشید دریافت می کنید.

بر خورداری از کارت سکونت دائمی یا تابعیت شما تأثیری نخواهد داشت. اگر شما مالیات خود را گزارش نمی کنید باز هم می توانید برای دریافت بیمه رایگان یا ارزان از طریق Medi-Cal واجد صلاحیت باشید.

مراجعه حضوری
 مشاوران ثبت نام تأیید شده و کارآموده نیز می توانند به شما کمک کنند. این کمک رایگان است.

به صورت آنلاین اقدام کنید
 در آدرس CoveredCA.com به صورت آنلاین برای ارائه تقاضا نیز می توانید اقدام کنید. این کار امن، ایمن، و سریع است. وقتی که کارتان تمام شد تقاضای کامل و امضا شده تان را به آدرس زیر بفرستید:

Covered California
 P.O. Box 989725
 West Sacramento, CA 95798-9725

بازار بیمه بهداشت و درمان کالیفرنیا Covered California مقصد شما برای دریافت مراقبت های بهداشتی مقرون به صرفه و با کیفیت دولتی است.

Covered California به عنوان بخشی از قانون مراقبت های بهداشتی ملی که قانون (Affordable Care Act)، نیز نامیده می شود، برنامه ای از ایالت کالیفرنیا است که در آن ساکنین قانونی واجد شرایط کالیفرنیا و خانواده های آنها میتوانند طرح درمانی با کیفیت را مقایسه و متناسب با نیاز درمانی و بودجه خود، بهترین گزینه را انتخاب کنند. بر اساس میزان درآمد و تعداد اعضای خانواده، بسیاری از کالیفرنیایی ها، واجد شرایط مساعدت مالی برای کمک در پرداخت حق بیمه و سایر هزینه های پیش بینی نشده مانند: دارو، آزمایشات معمول و هزینه ویزیت پزشک نیز خواهند بود. حتی کسانی که واجد شرایط مساعدت نیستند نیز طیفی از طرح های با کیفیت، بیمه ی بهداشتی و درمانی خصوصی متناسب با بودجه خود را پیدا خواهند کرد و درخواست هیچ کسی به دلیل داشتن بیماری قبلی رد نخواهد شد.

برای اینکه بدانید شرایط کدامین گزینه بیمه را دارید از این تقاضانامه استفاده کنید:
 * بیمه رایگان و یا ارزان از Medi-Cal
 * بیمه ارزان برای بانوان باردار از طریق دسترسی ویژه نوزادان و مادران (AIM)
 * طرح های بیمه درمانی خصوصی مقرون به صرفه
 * کمک به پرداخت هزینه بیمه درمانی شما
 * شما حتی با داشتن درآمد سالانه ۹۴۰۰۰ دلار برای یک خانواده ۴ نفره ممکن است باز هم صلاحیت دریافت بیمه رایگان یا ارزان را داشته باشید.

شما می توانید برای هر کدام از اعضای خانواده تان، حتی اگر بیمه هم داشته باشند، از این فرم تقاضا استفاده کنید.
 * مواردی که به هنگام ارائه تقاضا باید بدانید
 * شماره های سوشیال سکوریتی برای متقاضیانی که تابعیت آمریکایی دارند یا اطلاعات از طریق اسناد برای مهاجرانی که وضعیت رضایتمندی داشته و نیازمند بیمه هستند. مدارک دال بر شهروندی یا وضعیت مهاجرتی تنها برای متقاضیان مورد نیاز است.
 * اطلاعات کارفرما و درآمد برای تمام افراد خانواده تان.

* اطلاعات مالیاتی فدرال شما. برای مثال، کسی که به عنوان سرپرست خانواده مالیات ها را ثبت کرده و افرادی که تحت تکفل شما قرار دارند.
 * اطلاعات در مورد بیمه درمانی که شما یا هر یک از اعضای خانواده تان از طریق شغلی دریافت می کنید.
 برای حصول اطمینان از اینکه شما و خانواده تان از بیشترین مزایای ممکن بهره ببرید در مورد درآمد و موارد دیگر سوالهایی خواهد شد. مطابق قانون اطلاعات شما محفوظ و سری نگهداری می شود.
 از اطلاعات شما صرفا برای تأیید صلاحیت شما برای بیمه درمانی استفاده می شود. خانواده هائی که مهاجر نیز دارند می توانند تقاضا کنند. شما حتی اگر خودتان برای پوشش واجد شرایط نیستید، می توانید برای فرزندان تقاضا ارسال نمایید. ارسال تقاضا برای فرزند واجد شرایط تان، در وضعیت مهاجرت، یا امکان

دارند. در جامعه و خیابان، هر کودک ۹ ساله‌ای ممکن است که با برخورد ماموران مواجهه شود.

کودکان دختر در مدرسه‌ها هم از سوی مدیران و معلمان برای رعایت حجاب تحت فشار قرار می‌گیرند و در صورت رعایت نکردن حجاب با خشونت‌هایی مثل کم کردن نمره انضباط و تحقیر مواجه‌اند. این موارد تنها بخشی از نقض حقوق کودکان دختر به دلیل حجاب اجباری است. علاوه بر اینها دختر بچه‌ها به دلیل رعایت حجاب از تفریح و ورزش‌های مناسب سن خود باز می‌مانند و ممکن است دچار انزوا و تحقیر شوند. این گروه از دختر بچه‌ها حتی ممکن است از سوی گروه‌های همسال خود نیز منزوی شوند.

سازمان عدالت در ایران که درباره موارد نقض حقوق بشر در ایران تحقیق می‌کند، بر اساس موارد مختلف نقض حقوق کودکان دختر به دلیل اجباری بودن حجاب، گزارشی تحلیلی به کمیته حقوق کودک سازمان ملل ارسال کرده است و ضمن ذکر موارد یادشده، خواهان «لغو کلیه قوانین و مقررات تحمیل کننده حجاب اجباری بر زنان و دختران» و «پایان دادن به لزوم رعایت حجاب به عنوان پیش شرط استفاده از حق آموزش و پرورش و مشارکت کامل در فعالیت های فرهنگی، هنری، تفریحی و اوقات فراغت» شده است. در این گزارش از سازمان ملل خواسته شده که ایران را ملزم به «پایان دادن به آزار و اذیت، سوءاستفاده و بازداشت دختر بچه‌ها به خاطر عدم رعایت حجاب اجباری» کند و ضمانت کند که «این که کودکان در معرض شکنجه و بدرفتاری های دیگر به دلیل نداشتن حجاب یا پوشیدن لباس‌های نامناسب (بدحجابی) قرار نمی‌گیرند. «شناسایی، محاکمه و مجازات تمام عوامل دولتی و غیردولتی که کودکان را به دلیل لباس و حجاب شان مورد آزار و اذیت و بدرفتاری قرار می‌دهند» بخش دیگری از مطالباتی است که در این گزارش به آنها پرداخته شده است.

ایران اجرا شده است. برخی از این طرح‌ها ایجابی‌اند، مانند طرح خوش حجابی یا هدیه دادن چادر و گل به افراد با حجاب و برخی سلبی و تنبیهی.

گشت ارشاد و حراست مراکز و موسسات و دانشگاه‌ها با شیوه‌های مختلف تنبیهی و با جریمه کردن زنان و دخترانی که «برحجاب» خوانده می‌شوند، شدیدترین برخوردهای اجتماعی را با زنان داشته و در این میان دختر بچه‌ها هم از این برخوردها در امان نیستند. تبلیغات حجاب هم با حمایت رسمی و دولتی دختر بچه‌ها را هدف می‌گیرد. به عنوان مثال، دولت محمود احمدی‌نژاد با مصوبه کمیسیون تلفیق بودجه سال ۹۱ مجلس، برای ترویج «فرهنگ عفاف و حجاب» بودجه‌ای حداکثر ۱۵ میلیارد تومان در سال اختصاص داده بود.



همچنین محمدابراهیم محمدی، مدیرکل فرهنگی و هنری آموزش و پرورش ایران، در زمان ریاست جمهوری احمدی نژاد در سال ۱۳۹۱ در گفت‌وگو با خبرگزاری فارس اعلام کرده بود که این وزارتخانه قصد دارد برای مدارس دخترانه «کارنامه حجاب» در نظر بگیرد و از آن دسته از مدیران مدارس دخترانه کشور که نسبت به رعایت حجاب در مدارس، توجه بیشتری داشته باشند، تقدیر کند. بر اساس قانون شرع دختران از ۹ سالگی موظف به رعایت حجابند و در مدارس هم دختر بچه‌ها از ۷ سالگی حجاب



آیین چادر گذاری و نقض حقوق دختر بچه‌ها

نعیمه دوستدار

۱۰ سال است طرحی با عنوان «طرح ملی حجاب مدارس» برای تشویق دختران ۷ تا ۱۲ ساله ایرانی به حجاب اجرا می‌شود. مجری این طرح می‌گوید که تاکنون چند هزار دختر را چادری کرده است.

و طراحی حجاب ریحانه‌النبی بوده است. افراد عضو پس از ۱۴ سالگی همچنان در حمایت این مرکز باقی می‌مانند و در قالب طرحی دیگر با عنوان «نسیم عفاف» با مرکز ریحانه‌النبی ارتباط خود را حفظ می‌کنند. براساس آمارهای مرکز تحقیقات و طرح‌های کاربردی حجاب (ریحانه‌النبی)،

یک مرکز که مدیران و برنامه‌ریزان آن همگی روحانی و حامیان آن مراجع تقلید هستند، به نام مرکز «ریحانه‌النبی»، طرحی را به نام «خوش حجابی» اجرا می‌کند که پس از اجرای آزمایشی در شهرهای ارومیه، ساری، کاشان، مشهد و قم، به ترتیب در شهرهای تبریز، همدان، اراک، سمنان و تهران نیز اجرا شده است. طراحان این طرح می‌گویند که از طریق تشویق افراد باحجاب و شناسایی و حمایت از بانوان خوش حجاب به ترویج حجاب می‌پردازند.

مرکز ریحانه‌النبی از دختران ۷ تا ۱۴ ساله در سطح شهر عضوگیری می‌کند. اعضای طرح «خوش حجابی» کارت عضویت دارند و می‌توانند از برنامه‌های مرکز ریحانه‌النبی استفاده کنند. وزارت آموزش و پرورش ایران هم این طرح را حمایت می‌کند و کتاب‌های خاصی که این مرکز تهیه کرده در مدرسه‌ها توزیع می‌شود. دختران دبستانی آموزش‌های خاص می‌بینند و در صورت چادری شدن، جوایز متعددی دریافت می‌کنند. بلیت مجانی برای مراکز فرهنگی و ورزشی و شرکت در برنامه‌های کودک تلویزیون از امتیازهایی است که به این کودکان داده می‌شود. جشن حجاب، آئین چادرگذاری در جشن‌ها، انتخاب برترین‌های حجاب، برگزاری راهپیمایی حافظان حجاب در مناطق اجرای طرح و تبلیغ چهره به چهره طلبه‌های زن از برنامه‌های مرکز تحقیقات

طلبه‌های مستقر در مدارس ابتدایی دخترانه هفت استان ایران، نزدیک به ۱۸ هزار دختر بچه بین ۷ تا ۱۲ سال را در سال تحصیلی گذشته آموزش داده‌اند و آنها را به پوشیدن چادر تشویق کرده‌اند. همین موسسه اعلام کرده که فقط در سال ۱۳۹۰، ۱۳۹۰ هزار و ۴۴۰ نفر در شهر تهران و شش هزار و ۸۲۶ نفر در شهرهای مشهد، ارومیه، اصفهان، شیراز، کاشان، ساری و شهرری با آموزش‌های طلبه‌های زن، چادری شده‌اند. **از اهدای گل تا دستگیری به خاطر حجاب** از زمان اجباری شدن حجاب در ایران طرح‌های مختلفی برای ترویج حجاب در

کلوب تخته نرد در

شهر سن حوزه

هر پنجشنبه از ساعت

۱۱ صبح الی ۱ بعد از ظهر

Vineland
Branch Library

تلفن اطلاعات

(408) 808-3000

1450 Blossom Hill Rd.
San Jose, CA



...Because Image is *Everything*

✓Service ✓Quality ✓Affordability

طراحی و چاپ

♦ کارت ویزیت ♦ بروشور ♦ پوستر ♦ کارت پستال
♦ کاتالوگ ♦ فولدرهای تبلیغاتی ♦ پرچم تبلیغاتی

✓Brochures ✓Flyers ✓Posters
✓Banners ✓Business Cards

(408)221-8624

LessCostPrinting@yahoo.com

EVER WONDERED

How to Find Local Iranian Businesses?



irany
.com

**EVENTS
BUSINESS DIRECTORY
CLASSIFIED ADS**

☎ (669) 232-2292
✉ info@irany.com

Own a Business? List your business at irany.com
USE Coupon **FREEMONTH** for a free month listing.



دی جی علیرضا
djaliereza@yahoo.com
www.djaliereza.com
Like me on Facebook DJ ALIREZA

یاد گذشته



پس از مدتها انتظار سه ترانه زیبا و پر خاطره از سه هنرمند نامی کشورمان در یک میکس زیبا بازخوانی و اجرا شد. ترانه "یاد گذشته" که تلفیقی است از سه ترانه معروف و زیبای (نیر) با صدای جمال وفا، (دختر همسایه) با صدای ناصر صبوری و (زنگ صدا) با صدای راشید. اینکار در میان هموطنان مورد توجه قرار گرفته و مخاطبان با نظرات مثبت خود بر روی سایت ها یکبار دیگر مهر تایید دیگری بر روی این اثر و اجرا زدند. در حال حاضر این ترانه به صورت صوتی

مثل معروف "یار در خانه و ما گرد جهان میگردیم" نشد. برای آن دسته از عزیزانی که هنوز موفق به شنیدن این میکس زیبا نشده‌اند توصیه می شود به سایت www.navahang.com مراجعه نمایند و حتی این اثر را به رایگان دانلود کرده و در آرشیو خود نگه دارند. با آرزوی موفقیت و تداوم این همکاری های زیبا از طرف همه هنرمندان کشورمان. پاینده باشید

تر فعالیت کند، و لاک پشت نیز مدام نقشه و سیاست خود را عوض میکرد... تا اینکه در نهایت با اتحاد با یکدیگر بود که توانستند هر دو برنده و سر بلند به هدفشان برسند...

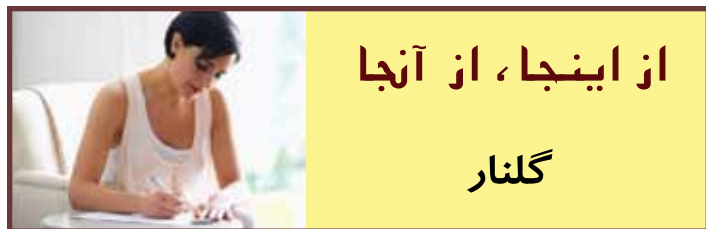
از این داستان درس مهم دیگری را نیز میتوانیم یاد بگیریم و آن هم این است که عوض اینکه با یکدیگر رقابت کنیم، آنهم در بسیاری از موارد از راه های ناسالم، بیاییم تا با موقعیت ها مقابله و رقابت کنیم تا آسان تر به هدف هایمان برسیم... ای کاش که ما هم در این جامعه کوچک میتوانستیم تا دست به دست همدیگر داده، متحد شویم و در شرایط و موقعیتهای سخت با کامل کردن یکدیگر تمام مشکلات را از سر راه برداشته و حل کنیم... اما با اینکه همیشه سعی میکنم تا مثبتهای زندگی را در نظر بگیرم و روشنایی را دنبال کنم اما متأسفانه در ته قلم، و با در نظر گرفتن حرکات و رفتار بسیاری از هموطنان که در بیشتر موارد فقط و فقط منافع خود را در نظر میگیرند، چنین اتحادی در خودمان را زیاد عملی نمی بینم... چرا که جنبه های منفی فرهنگی را که در این مدت بیش از دو هزار پانصد سال شکل گرفته است، به راحتی نمی شود عوض کرد...

بنام "یاد گذشته" در سایت ها موجود میباشد و به زودی قرار است موزیک ویدئو آن نیز به بازار عرضه گردد تا همراه با تصاویر این هنرمندان بر جلوه این اثر شاد و بیاد ماندنی افزوده گردد.

یادآور می شویم هر سه این هنرمندان در شمال کالیفرنیا بسر میبرند و خوشحالم که این حرکت زیبای هنری با همت این هنرمندان عزیز در این منطقه به وقوع پیوست و به قول معروف مصداق این

راضی و خوشحال بکنند... فکرهاشان را روی هم میگذارند و تصمیم می گیرند تا دوباره مسابقه آخر را به همان روال قبلی تکرار کنند، اما این دفعه هر دو بجای اینکه بر علیه یکدیگر مسابقه بدهند، با همدیگر در یک تیم باشند... وقتی که به رودخانه میرسند خرگوش بر پشت لاک پشت رفته و هر دو به راحتی به آنطرف رودخانه و به خط پایان خودشان را میرسند... چه حس رضایت، خوب و خوشنودی هر دو در خود احساس می کنند... احساسی که قبلا اصلا حس نکرده بودند...

و حالا نتیجه ای که از این قسمت داستان میگیرم این است که بسیار خوب است تا بتوانیم همیشه در زندگی اتکاء به نفس داشته باشیم و اطمینان خاطر از اینکه در هر کاری موفق خواهیم شد، اما تا موقعی که دست به دست همدیگر ندهیم و بخواهیم که در همه جا و هر کاری فقط تکرر باشیم، بالاخره دیر یا زود با موقعیت هایی مواجه خواهیم شد که به این نتیجه میرسیم با هم متحد بودن خیلی بهتر است تا تکرر بودن... چون مسلما یکدیگر را وقتی با هم هستیم میتوانیم کامل کنیم... در این داستان نیز هیچکدام، نه خرگوش و نه لاک پشت، تسلیم و یا مایوس از باخت خود نشدند... خرگوش تصمیم گرفت برای برنده شدنش سخت



**از اینجا، از آنجا
گلنار**

هایی سریع و استوار بودن به مراتب بهتر و برتر از آهسته و ثابت بودن است... اما داستان به همین جا خاتمه پیدا نمی کند...

«این دفعه لاک پشت از باخت به خرگوش بسیار متأثر میشود و به فکر فرو میرود که چطور دفعه اول توانست مسابقه را، آنهم به راحتی ببرد، اما این دفعه باخت!!! لاک پشت با خودش می گوید: «بالاخره هر چه باشد خرگوش خیلی تندتر و سریعتر از من هست و بخصوص چون بدون هیچگونه توقفی به دویدن خود ادامه داده بود هیچ شانس برایم باقی نگذاشته بود و مطمئنا این مسابقه را می باختم...» مدتی در مورد این مسئله فکر میکند تا به این نتیجه میرسد که باید استراتژی خود را عوض کند تا بتواند مسابقه را ببرد...

تصمیم میگیرد تا از خرگوش بخواهد که در یک مسابقه دیگر شرکت کند... خرگوش موافقت میکند. این دفعه مسیر مسابقه را عوض می کنند... مسابقه شروع میشود... با تجربه قبلی که خرگوش داشته این بار نیز مانند مسابقه قبلی بدون توقف و خیلی تند و تیز به دویدن خود ادامه میدهد، و با فاصله بسیار زیادی جلوتر از لاک پشت قرار میگیرد... تا اینکه ناگهان در سر راهش می رسد به یک رودخانه پهن و خط پایان مسابقه را نیز چند صد متر جلوتر، آنطرف رودخانه می بیند... خرگوش که تا بحال در آب شنا نکرده بود و مطمئن نبود که آیا شنا کردن بلد هست یا نه، مایوسانه در کنار رودخانه می نشیند و به فکر فرو میرود که چکار بکند!!! در همین حال لاک پشت سلاسه سلاسه از کنار خرگوش میگذرد، به داخل آب میرود و به راحتی شنا کرده و خودش را به آنطرف رودخانه و به خط پایان میرساند و مسابقه را برنده میشود...

نتیجه ای که من از قسمت سوم این داستان میگیرم این است که ما انسان ها همیشه در مراحل مختلف زندگی درس جدیدی را میتوانیم یاد بگیریم... خرگوش با اینکه از مسابقه اول درس خود را یاد گرفته بود و مسابقه دوم را نیز بدلیل تجربه اولش برده بود، اما بدون شناخت کامل از توانایی و صلاحیتش در مسابقه سوم شرکت کرده بود که منجر به باخت او شد... البته داستان هنوز ادامه دارد...

«با گذشت زمانی کوتاه خرگوش و لاک پشت دوستان بسیار خوبی برای هم می شوند... یکرز با هم در مورد این مسابقات مشغول صحبت کردن بودند... هر دو متوجه این مهم میشوند که مسابقه آخری میتوانست خیلی بهتر انجام شود، بطوری که هر دو را

مطمئنا اکثر شما داستانی را که برایتان تعریف میکنم شنیده اید... اما شاید نه بطور کامل!...

«در زمانی یک لاک پشت و خرگوش بر سر اینکه کدام یک سریعتر هستند مجادله شان میگیرد... خرگوش به لاک پشت میگوید که او سریعتر میشود، اما لاک پشت حرف خرگوش را رد میکند و میگوید که او تندتر حرکت میکند!!! بالاخره برای اینکه هر کدام حرفشان را به اثبات برسانند تصمیم میگیرند تا مسابقه دو بدهند... خرگوش بسیار سریعتر از لاک پشت شروع میکند به دویدن... بعد از تقریبا یکساعت و با اطمینان اینکه از لاک پشت خیلی جلوتر هست، تصمیم میگیرد تا برای مدت کوتاهی زیر درختی بنشیند و استراحت کند... اما بعد از چند دقیقه ای به خواب سنگینی فرو میرود... لاک پشت نیز که خیلی آهسته و آهسته و در حقیقت به سختی راه میرفت، از خرگوش که در خواب نازنیش فرو رفته بود جلو میزند و خودش را به آخر خط میرساند و مسابقه را برنده میشود... خرگوش از خواب نازنیش بیدار میشود و میفهمد که بله مسابقه را باخته است!!!»

از این داستان بسیار قدیمی که بارها و بارها بازگو شده من به این نتیجه میرسم که وقتی در زندگیمان کاری را درست، شمرده، یکنواخت و با فکر باز انجام بدهیم در خیلی از شرایط به هدفمان خواهیم رسید... اما میدانستید که این داستان به همین جا خاتمه پیدا نمی کند؟!...

«خرگوش وقتی که می فهمد مسابقه را باخته خیلی ناراحت و افسرده خاطر میشود... درک این مسئله برایش بسیار سخت و مشکل بود که چطور ممکنه خرگوش به این تند و تیزی به یک لاک پشتی که ساعتها طول میکشد تا چند قدم راه برود بازدا!!!... شدیدا به فکر فرو میرود و برای اولین بار سعی میکند تا شاید با شناخت درونی خود، جواب سؤالش را پیدا کند... متوجه میشود که دلیل باختنش اطمینان بیش از حد به خود و بی احتیاطیش بوده و اگر به این مسائل دقت بیشتری میکرد هیچوقت لاک پشت نمی توانست تا در مسابقه برنده شود... تصمیم میگیرد تا از لاک پشت بخواهد در مسابقه دیگری شرکت کند... لاک پشت موافقت میکند... این دفعه خرگوش به کارش هوشیارتر میشود و تمام راه را از اول تا آخر بدون توقف می دود و در نتیجه مسابقه را برنده میشود...»

نتیجه ای که من از قسمت دوم این داستان می گیرم این است که در موقعیت

دارد که باعث جلوگیری از مصرف مواد سمی و خطرناک در محصولاتشان می شود. متأسفانه در آمریکا این کنترل و قوانین سخت وجود ندارد!

(FDA) Food & Drug Administration

تولید لوازم آرایشی و بهداشتی مانند شامپو، لوسیون، ضدعرق، کرم های نوزاد و بسیاری از محصولات دیگر را کنترل نمی کند. در نتیجه تولید کننده های این محصولات بدون دغدغه خاطر و نگرانی، آنچه را که ارزان و به مقدار فراوان تهیه می شود خریده و از آن استفاده می کنند. برخلاف قوانین محکم اروپا که حدوداً ۱۳۰۰ ماده مختلف را مضر و غیر قانونی اعلام کرده اند، در آمریکا تنها ۷ یا ۸ ماده وجود دارد که استفاده از آنها در محصولات آرایشی و بهداشتی غیر قانونی است! به طور مثال، آلومینیوم یکی از عواملی است که باعث بیماری آلزایمر Alzheimer می شود و این عنصر در اکثر دئودورانت ها و ضد عرق ها وجود دارد و مردم روزانه آن را وارد بدنشان می کنند. مثال خوب دیگر وجود فلز سرب در رژلب است. اگر رژلب شما ساخته آمریکاست وجود سرب در آن جراتاً حتمی است!

نگاهی به کرم های صورت، لوسیون و کرم های مرطوب کننده، چرب لب و لوازم آرایشی که استفاده می کنید بیندازید! به لیست مواد تشکیل دهنده آنها نگاه کنید. آیا روغن معدنی در آنها وجود دارد؟ به خاطر بیاورید که روغن معدنی با اسامی مختلف خود را پنهان می کند. اگر محصولاتی که می خرید در آمریکا تولید می شود، بدون شک روغن معدنی به مقدار قابل توجهی در آنها وجود دارد. استفاده از این ماده در اروپا، کانادا، استرالیا و بریتانیا کبیر غیرقانونی است.

✓Electrical Insulating Oil ✓Ervol ✓Filtrawhite ✓Fonoline ✓Frigol ✓Glymol ✓Heat-treating Oil ✓Hevyteck ✓Hydraulic Oil ✓Jute Batching Oil ✓Kaydo ✓Kondremul ✓Kremol ✓LHM ✓Lignite Oil ✓Liquid Paraffin ✓Lubricating oil ✓Master Shimmer ✓Mineral Oil (saturated paraffin oil) ✓Mineral Oil Hydrocarbon Solvent (petroleum) ✓Mineral Oil Mist - Mineral Oil, Aromatic ✓Mineral Oil, Paraffinic ✓Mineral Seal Oil ✓Molol ✓Neo-Cultol ✓Nujol ✓Oil Mist ✓Oil Mist, Mineral, Severely refined ✓Oil Mist, refined mineral ✓Oil, Petroleum ✓Paraffin Oil (class) ✓Paraffin Oil ✓Parol ✓Paroleine ✓Parol ✓Paroleine ✓Penetack ✓Penreco ✓Perfecta ✓Petrogalar ✓Petrolatum ✓Petroleum Hydro-



carbons ✓Petroleum, Liquid ✓Primol ✓Primol 355 ✓Primol d ✓Protopet ✓Saxol ✓Tech Pet ✓F triona B ✓Uvasol ✓Univolt N60, 80 ✓Voltesso 35 ✓White Mineral Oil ✓White Oil

در اروپا حدود ۱۳۰۰ ماده مختلف وجود دارد که استفاده از آنها غیرقانونی است و کمپانی های لوازم آرایش، کرم های پوستی، شامپو، نرم کننده مو، خمیر ریش و لوسیون بدن و غیره اجازه ندارند آنها در تولید محصولات خود به کار ببرند. اروپا قوانین سختی را به اجرا

وقتی ارزشها عوض می شوند عوضی ها با ارزش می شوند در دنیایی که مردها نان را از نامرد گدایی می کنند نان روسپی ها حلال تر است چون خود فروشنده نه مملکت فروش.

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

روغن معدنی (Mineral Oil) چیست؟

پرنیدیس بنی فاطمی - متخصص تغذیه

paradise@yahoo.com



روغن معدنی یا پترولاتوم مایع (Liquid Petrolatum) محصولی است که هنگام تصفیه نفت و در جریان تبدیل آن به بنزین بوجود می آید. روغن معدنی، شفاف، زلال و بدون رنگ است که از پارافین های حلقوی و آلکین (Alkanes)، تشکیل شده است. روغن معدنی ماده ای است بسیار ارزان قیمت و کم ارزش که به مقدار فراوان و قابل توجهی در پالایشگاه ها تولید می شود. این روغن را به دو درجه سبک و سنگین در مغازه ها و داروخانه ها اغلب می توان یافت و پالایشگاه ها به دلیل تولید زیاد و قیمت فوق العاده کم، آنرا به کمپانی های آرایشی و کرم های پوست (Skin Care) می فروشند.

اثرات روغن معدنی

مواد زائد زیر پوست باقی خواهند ماند. علاوه بر آن هرچه کرم مرطوب کننده روی صورت و دور چشم بمالید، آنها روی سطح

چهار دلیل وجود دارد که به خاطر آن باید از مصرف روغن معدنی پرهیز کرد و محصولات آن را شامل می شوند را نباید خرید.



۱- روغن معدنی خود را زیر ماسک استروژن پنهان می کند. این باعث می شود که هورمون استروژن در بدن خانمها غالب شود و میزان هورمونهایشان بهم بخورد. نامیزان بودن هورمون ها عوارضی بوجود می آورد مانند افسردگی، اضافه شدن وزن و چاقی، مشکلات تیروئید، سرطان سینه و غیره...

۲- روغن معدنی باعث بسته شدن منافذهای بدن می شود و به این دلیل بدن نمی تواند مواد زائد و سمی (toxin) را آنطور که باید و نیاز دارد از خود دفع کند. مواد سمی (toxins) اغلب در بافت سینه و لیمفوئید (lymphoid) بیمارمان مبتلا به سرطان دیده می شود.

۳- روغن معدنی با بستن منافذ پوست مانع جذب رطوبت به پوست می شود. به همین دلیل پوست بدن همیشه احساس خشکی می کند. برای اینکه به خوبی متوجه مطالب بالا شوید، مجسم کنید که روی صورتتان را با نایلون کاملاً پوشانده اید. پوست به هیچ عنوان عرق و مواد زائد را نمی تواند دفع کند چون نایلون روی آنرا پوشانده و همه



با نهایت مسرت به استحضار دوستان و علاقمندان میرساند:

هفتمین و آخرین کتاب از مجموعه کتابهای: «سیروسفری در گلستان شعروادب پارسی» گردآوری و نگارش مهندس پرویز نظامی انتشار یافت. این مجموعه نفیس که در نوع خود بینظیر میباشد مشتمل است بر شرح احوال - تحلیل آثار - افکارواندیشه ها و منتخبی از زیباترین اشعاربیش از یکصدوپنجاه شاعروعارف

ودانشمند ایرانی دریکهزارودویست سال گذشته - از تاریخ شروع نهضت تجدید حیات فرهنگی ایران پس از یورش تازیان تا زمان حاضر.

قیمت هر جلد بیست دلار

تلفن سفارش و خرید

۷۷۸۷-۲۰۸ (۵۱۶)

parviznezami@yahoo.com



ملا حیدرا یکی از دوره هایت را به ما بده، مرد حسابی ما رفیقیم!»

می گفت که فارسی را از کتاب اکابر شروع کرده و تخته سیاهش تابلو سردر مغازه ها و قوطی های سیگار بوده و بعد کار خشت، کتابخانه ملی و بعد، یکسره بیابان.

اگر چه خودش از این داعیه خیلی دور بود. بیابان ها و دشت ها هم هیچ وقت از او شکوه نکردند، که یغما پادراترین یغما آدم بود، رفیق راه بود و دیرپایترین رفیق شب هایشان، درخت ها هم از او کینه ندارند، که او خیلی هاشان را آب و کود داد. گل های وحشی هم به او دشنام نمی دهند، که او مهربان در میانشان شب های بسیاری را غنوده بود و به ستارگان آسمان نیشابور چشم دوخته بود. با هیچ چیز به اندازه بیابان انس نداشت و هرگز از شبگردی خسته نمی شد. شعر هایش سراسر ستایش شب است و تنهایی و سکوت و بیابان. این روستایی زاده، که از صومعه بیرون آمد وقتی کودک بود، شصت و چهارمین سال زندگی را در خانه ای که با خشت دست خودش ساخته بود در حاشیه جاده تهران و در کنار راه روستای زادگاهش سپری کرد و در میانه این شش دهه، چنان تحولی در معنای زندگی و ادبیات و در پیوند انسان و معنویت ایجاد کرد که ابعادش تا هر گاه که دفتر ادبیاتش زنده باشد و تا هر گاه سنگ مزارش پایدار، در حافظه نقاد بشریت، بر صلابت و استوار، همچون بینالود، می ماند.

نابالاه طلب در صفحه ۵۳

هنوز هم به درستی معلوم نیست که یغما چگونه یکباره آن همه خواندن آموخت و تا آن حد، نه فیلسوف بشود، به برخی رموز و دقائق ادبی، تاریخ ادبیات، علوم دینی و قرآن پی برد. آنچه از خودش شنیده ایم این است که این یک روند تدریجی و بطئی بود و در طول ده پانزده سال از «آب، بابا» به سرایش شعر رسید.

باید در حدود ۴۰ سالگی، اولین ابیاتش را سروده باشد و آخرین شعرش را دو سه روز قبل از مرگ. می گفت که ۴۰ هزار بیت شعر دارد. بیشترین سطور زندگیش را در عشق نوشته و در سیاست، هیچ نگفته است. اما همانگونه که هر انسانی، حتی شاعر هم نباشد، از هر دری سخن می گوید، این آشفته فقیر و آزاد نیز در همه مقوله، سخن دارد.

سبک اشعارش به تعبیر ادبی، سهل و ممتنع است و به روایت عوام، همه فهم. به احتمال قوی نمی توانست مشکل سرایی کند، هر چند از این کار، نفرت هم داشت. سوادش محدود بود و دانشش محدودتر. یادداشت هایی در نجوم دارد که فکاهیانه است. شاید هم به قول خودش پانصد سال دیگر آنها را باید فهمید. حرف اضافی در این باب ها زیاد داشت، اما، خوب شعر می گفت، مهربان بود، از آدمیت نصیبی برده بود. به هر که اهل کار نبود، و عمدتاً کار پدی، دشنام می داد و قید دنیا را زده بود. وقتی مادرش را می دید، از یاد گذشته ها به سختی می گریست و از رنج و فقر بی حد خالی سفرگان، بس شکوه داشت. یغما را هر که یک بار می دید و می نشست، هرگز رهایش نمی کرد، و از یک بار بیشتر هر که، شعرش را می شنید و کورفهمی داشت، اگر هم اولین بارش بود، عاشق می شد.

عشق یغما زمینی بود. اما معشوقه اش خاص نبود. در فرهنگ ما معشوقه اش یافت نمی شد. نه دختران شاهنامه بودند که از دیوار قصر با گیسو بالایشان بکشند، نه از ناپیدی خواجه عبدالله خط یاد گرفته بود، نه بر باریکه های تخیل صائب نشسته بود و نه از نکبت ایرج میراث بر بود. زن بود، اما، زن بود!

اگر تکه های چهره ای را که یغما در هزاران بیت، شکسته و ریخته، بند زینم و کنار هم، بچینیم، روی فرشته می بینیم. یادهای فراقش را اگر یک کاسه کنیم، تا هجر عرفانی فاصله چندانی نداریم و گیسوان و لب دلبرش فقط شبیه آدمی است.

می گوید: «یک روز از کنار خانه ای می گذشتم. بیل یک دست. قالب خشت دست دیگر. لباسهایم خاک بود. خب، من خشت می مالیدم. همه اش در خاک زندگی می کردم ... صدای خواندن قرآن شنیدم. داخل شدم. بیل و قالبم را تکیه دیوار حیاط، در اتاق جا نبود.

تا قاری بیاید جوان تر ها به خود بودند. فقط جای قاری خالی بود و من چه می دانستم. رفته و همانجا نشستم. خنده که زیاد بود! یکی آمد و با عصا شانه ام را خاراند: «هی بلند شو برو مرد که نکبت! این چه وضع سر و لباس است؟» مرا راند و بیرون آمدم. جسارت کردم دوباره برگشتم. نشستم. این بار کنار در و سه سال بعد همان قاری یک روز گفت

حیدر یغما (شاعر خشتمال نیشابوری)

تولد، ۲۰ دی ماه ۱۳۰۲، دهکده صومعه، از توابع نیشابور درگذشت، ۲ اسفند ۱۳۶۶، نیشابور

می خواهد، نه اشرف بر قواعد وزن و قافیه و بدیع و بیان، نه آشنایی با مدرنیسم و پست مدرنیسم، نه خیال فعال، نه زبان مستقل و نه هیچ چیز دیگری از این دست. جانی آزاده می خواهد و طبعی وارسته، که یغما داشت و آن وقت ما را باش که دربرد به دنبال آنها لاله می زینم و اینها را بالکل بی خیال شده ایم.

دستم اندر کار روزی و دهانم بر سرود

**اشک شوقم با عرفهای جبین آید فرود
ای خوش آن شاعر که نان از دسترنج آرد به دست
وی خوش آن عاشق که ورزد عشق با بود و نبود**
امروز اگر بخواهی او را ببینی با تمام کوشش نبوغ بشری، باز هم کار به جایی نمی رسد. یغما ۲۸ سال است که روی در نقاب خاک در کشیده، حیدرش می گفتند و خشتمال بود، مرد بود و آزاده. در تمام روزهای زندگیش کار کرد و در تمام ایام حیاتش شعر گفت. پیکر وی را در زمین وسیعی که بین آرامگاه خیام و عطار است، به خاک سپردند.

او در جایی می گوید: «من از همان روزهای کودکی که بزرگترهای صومعه در شب های بی پایان زمستان، دور کرسی، شاهنامه و امیر ارسلان می خواندند، با لذت و ولع گوش می دادم. شاید می دانستم شعر در خونم می جوشد.»

از آن روزها تا دوم اسفند ۱۳۶۶ هجری شمسی، حتی یک بار، نام قدرت، نزاع و خشم را نبرد و حتی یک نظر، چشم از فقر برداشت. آخرین شب عمرش را زیر یک سقف چوبی و در میان دیوارهای گلی که با خشت های خودش سامان گرفته بود، خوابید و چنان آرامشی در درون داشت، که خوابش تا ابد خواهد پایید.

در جای دیگر می گوید: «نام شناسنامه من «یغما» است. اما مردم هنوز این را باور کرده اند. گمان می کنند تخلص من است. مردم در بسیاری از موارد گمان می کنند، مردم اند دیگر!»

تحقیقا هیچ آدمی از دیدنش، جسارتش، محبتش و خشتش پی به شعرش نمی برد، اما از شعرش همه اینها بر می آید. از هیچ انسانی بد نگفت و هیچ حیوانی را آزار نداد. آدم ها، انسان ها، حیوان ها، هر کدام در جای خود بودند، همه در جای خود.

حیدر فرزند محمد و کشور یغما، از مهاجران کویر یزد، خور و بیابانک، بود که دو نسل پیش از حیدر، برای زیارت امام هشتم (ع) به مشهد آمدند و در بازگشت، در ماندند. هر طایفه یه گوشه ای رفت و خانواده حیدر بیگ در صومعه مسکن گرفت. حیدر، پس از تولد تا ۲۰ سال، آدم خاصی نبود. بچه ای فقیر، کودکی شرور، نوجوانی نا آرام و عاشق پیشه. جوانی کنجکاو، بی سواد و باز هم عاشق، مردی در آستانه نیمه عمر.

حیدر یغما در سنین نوجوانی به کار خشتمالی مشغول شد و به سبب علاقه به شعر و شاعری به حفظ کردن اشعار پرداخت. او پس از انجام خدمت وظیفه به دهستان خود در حومه نیشابور باز می گردد و همانجا به کار گل و خشت مالی می پردازد.

وی در سی سالگی از طریق رفتن به جلسات آموزش قرآن به سوادآموزی پرداخت و طی مدت شش ماه قرآن را فرا گرفت و در خلال همین مدت به فراگیری خواندن و نوشتن فارسی نیز کمر همت بست.

در سال ۱۳۴۹ اشعار مذهبی خود را در کتابی موسوم به «اشک عاشورا» به چاپ رساند و در همان سال نیز مجموعه رباعیات خود را منتشر کرد. یغما، اشعار خود را غالباً در قالب هاب غزل، مثنوی و قصیده می سرود. پس از انقلاب اسلامی کتابی تحت عنوان سیری در غزلیات حیدر یغما با مقدمه عباس خیرآبادی توسط اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی نیشابور در سال ۱۳۶۵ به چاپ رسید. گاهی متهمّم می کردند که شعرهای مهجور قدما را می دزدد و پس و پیش می کند و به اسم خودش به خلق الله قالب می کند. گاهی هم شعر هایش را می دزدیدند و بدون پس و پیش کردن به اسم خودشان به خلق الله قالب می کردند.

آوانگارد هم بود، موهایش را شانه نمی زد و به جای ژل از سرش گل می چکید. با همان لباس مندرس خاک آلود که لباسش کارگری اش بود و کفش های پلاستیکی پاره پاره به جلسات ادبی می رفت و شعر می خواند. بعضی وقتها بیلش را هم با خودش می برد و دم در پارک می کرد.

کار یغما این نبود که دستی به سر و گوش کلمات دستمالی شده شاعران دیگر بکشد و آنها را با یک هیئت تألیفی جدید، تحویل جماعت بدهد. او خودش کلمات را شکار می کرد و به بند می کشید و در قفس شعر به نمایش می گذاشت.

هننگ موج عشقم، در گل ساحل نمی گنجیم

شنا باید در اقیانوسم، اندر گل نمی گنجیم

زبانی آسمانی دارم، اما کس نمی فهمد

حدیث قدسم، اندر گوش هر غافل نمی گنجیم

اگر فهم سخن یا درک من نمود نادانی

عجب نبود که در اندیشه جاهل نمی گنجیم

بیابانگرد و صحراورز و دور از مردم، آری

میان شهر در غوغای بی حاصل نمی گنجیم

نگارم گفت: بیرون کردم از دل مهر یغما را

بگو: من مرغ کیوان رفتم، در دل نمی گنجیم.

کافی است بدانی این شعر فلک فرسا را یک کارگر عامی بی سواد، حیدر یغمای نیشابوری، سروده است، تا لافل برای لحظاتی باور کنی که شاعری نه احاطه بر ادبیات قدیم و جدید

Just like the nightly news. Only weeklier.

LAST WEEK TONIGHT

WITH **JOHN OLIVER**
BREAKING NEWS. EVERY SUNDAY.



ادامه مطلب تأثیر طرز ... از صفحه ۱۳۳

قمر الملوک وزیری

توانیم ناراحتی های جسمی مان را برطرف کنیم.
نگاه مثبت باید درونی باشد

نگاه مثبت به زندگی به این معنی نیست که لزوماً انسان مثبتی باشید یا سعی کنید وقایع غیرقانونی و ناراحت کننده را نادیده بگیرید. وقتی به شما گفته می شود که یک بیماری حاد دارید یا دچار یک مشکل بزرگ شده اید، طبیعی است که آزرده شوید و احساس ناراحتی و شکست کنید، اما با نگاهی مثبت به مسایل زندگی می توانید خوش بینی را در وجودتان درونی کنید.

به این ترتیب، می توانید با مسایل زندگی سرسختانه روبه رو شوید و آنها را حل کنید. به عنوان نمونه، فرد مبتلا به التهاب مفاصل که دید مثبت درونی ندارد، ممکن است هنگامی که از باز کردن درب یک بطری عاجز می ماند، بگوید: «من آدم بی فایده ای شده ام!» اما آن که دید مثبت درونی دارد، این ناتوانی را می پذیرد و به سراغ اموری می رود که قادر به انجام آنها است. داشتن دید مثبت صرفاً داشتن نگاه منتقدانه به تفکرات منفی نیست؛ بلکه توجه بیشتر داشتن به دوست داشتنی های زندگی و گرایش بیشتر به سمت آنها است. سعی کنید مولودی زندگی خودتان را بسرایید. آنگونه که انگار می خواهید با آن برقصید. خودتان را از گذشته رها کنید. صفحات کتاب زندگی تان را ورق بزنید و زندگی تازه ای را شروع کنید.

رادیو ضبط کرد و این آخرین کار او بود، زیرا بعد از آن به علت سکت، آن حنجره جادویی از کار افتاد. از آن پس قمر خانه نشین و بستری گردید و در تنگناهای مالی گرفتار آمد و دوستانش او را ترک گفتند. در این روزهای دلتنگی از مردمی که قمر اینهمه به آنها مهر ورزید و هنر ارزنده خود را نثارشان کرد، در زندگی او رد پای نیست و همین سال هاست که همه چیز و همه کس را زیر سؤال می برد. بعد از چندی در پی تأمین معاش برآمد و بناگردد در کافه شکوفه نو استخدام شد، با شیبی سی تومان.

قمر به این ترتیب تا شش سال با زندگی دست و پنجه نرم کرد و سر انجام ساعت ده و نیم بعد از ظهر روز پنجشنبه چهاردهم مرداد سال ۱۳۳۸ چشم از جهان فرو بست.

روز بعد، روز خاکسپاری، با اینکه از طریق رادیو برای شرکت در مراسم از همگان دعوت شده بود، از خیل هنرمندان خبری نبود. تنها تعداد اندکی از مردم عادی و چند چهره آشنا از جمله مرتضای داوود، حسین تهرانی، ذبیحی و بدیع زاده حضور داشتند. هنرمندان مرتبه می خواندند و مردم کم و بیش می گریستند و بدینگونه نه قمر به زندگی جاودانه خود پیوست. قمر زنی بود با شهامت، نیکوکار، متکی به خود، و محکم و کسی چه می داند، شاید سختی ها و تنهایی های دوران کودکی و ازدواج نامناسب و جدایی پر شتاب او از زندگی زنانشویی در نو جوانی و تلاش پی گیر او برای رسیدن به عشق جاودانه اش آواز در شکل گیری این شخصیت استوار نقش عمده داشته است.

عقاید بسیاری وجود دارد که طبق آن، استرس و افسردگی یکی از دلایل ابتلا به سرطان است. برخی بررسی ها رابطه بین استرس و افزایش احتمال ابتلا به سرطان را به اثبات رسانده اند اما این موضوع در همه موارد مصداق ندارد. برخی بررسی ها نشان داده اند بین ابتلا به سرطان پستان در زنان و مرگ همسر یا جدایی از او رابطه وجود دارد. پیش از این، تحقیقات روشن کرده بودند که نوع احساسات ما می تواند بر سلامت قلب مان تأثیر بگذارد. به عنوان مثال، افسردگی می تواند سبب بروز ناراحتی های قلبی شود و استرس نیز می تواند احتمال بروز انواع سرطان را افزایش دهد.

کشف رابطه بین نوع نگاه و شیوه زندگی
نگاه مثبت می تواند بر شیوه زندگی تأثیرگذار باشد. وقتی شما بدبین هستید و همیشه استرس دارید، طبیعتاً به تغذیه خود توجه چندانی نمی کنید، ورزش نمی کنید و خوب نمی خوابید و شاید به مصرف مواد مضرمانند سیگار نیز گرایش پیدا کنید. این شیوه زندگی در نهایت می تواند دارای عوامل خطر سازی باشد که احتمال ابتلا به انواع سرطان و بیماری های قلبی را افزایش می دهد. محققان می گویند شاید یکی از راه های درمان بیماری ها قبول همین موضوع باشد که احساسات ما بر بیماری های جسمی تأثیر می گذارند و ما با شناخت و درمان این احساسات می

جان فدا کند راهی شهرستان ها شد و به هر شهری که وارد می شد برآستی غوغایی بر پا می کرد. در آن روزها درآمد کنسرت های قمر سر به فلک می کشید. بی مناسبت نیست که همین جا گفته شود، در مجالس خصوصی بعد از هر چه ای که می زد کمترین صله اش این بود که دهانش را پر از آشرفی طلا کنند. اما قمر هرگز در برابر این اعیان و اشراف سر خم نکرد، او صله هنر خود را می گرفت ولی روحش در آسمان دیگری در پرواز بود. او به دور از شعار های تو خالی و پر سر و صدا، مرد می بود.

اما قمر هر چه از رجال این چنینی دوری می جست، به محافل ادبی عشق می ورزید. شاعران پر آوازه آن دوران از قبیل ملک الشعراء بهار، میرزاده عشقی، عارف، ایرج میرزا و شهریار او را چون نگینی پر بها در حلقه خود می گرفتند و هنر او را در حد یک هنرمند آزرده ارج می گذاردند و موجه ترین و زیباترین شعرهای خود را به او می دادند تا بخواند و نیز در وصف او شعرهای زیبا می سرودند. در این میان شیفتگی ایرج میرزای خوش ذوق، که گویا گوشه چشمی هم به قمر داشت، از همه بیشتر بود. او در چندین شعر خود از قمر به صراحت نام می برد. قمر بدینگونه تا سال تأسیس رادیو، ۱۳۱۹ شمسی فعالیتهای خود را ادامه داد. پس از آن صدای بی نظیر او از رادیو، همراه با سنتور حبیب سماعی، تار مرتضای داوود، و گاه ویلن ابوالحسن صبا به گوش دوستدارانش می رسید و آنها را محظوظ می کرد و بی تردید می توان گفت وی تا سال ۱۳۳۲ در اوج قرار داشت و یکه تاز میدان هنر بود. در این سال قمر آواز ارزنده ای همراه با نوازندگی برادران معارفی در

سروش، استاد بحرینی را سر راه او قرارداد و او پدرا نه در راه تعلیم قمر دامن همت به کمر بست. قمر در خانه روانشاد بحرینی اقامت گرفت و با او به تهران آمد و در مجالس انس او با موسیقیدانان سرشناس آن زمان از جمله استاد

نظام الدین لاجینی آشنا شد و این همان کسی است که در بسط شهرت قمر نقش مهمی بر عهده دارد. بدین ترتیب بعد از چندی توانست با یاری و رهنمود وی برای نخستین بار چندین تصنیف بخواند و در کمپانی "پلی فون" ضبط کند. او در آن زمان فقط شانزده سال داشت.

در همین ایام بود که مهم ترین حادثه زندگی وی که آشنایی با استاد نی داوود، استاد مسلم تار باشد، در محفلی اتفاق افتاد. استاد نی داوود در این باره می گوید: "حدود سال ۱۳۰۰ شبی در محفلی بودیم که حضار از دخترکی پانزده، شانزده ساله خواستند ترانه ای بخواند. یکی از حضاران ساز می زد که من از طرز نواختنش هیچ خوشم نیامد، اما همین که خواننده شروع به خواندن کرد، به واقعیت عجیبی پی بردم که صدای این خانم جوان به اندازه ای نیرومند و رساست که باور کردنی نیست و در عین حال به قدری

گرم است که آن هم باور کردنی نبود. به او گفتم صدای فوق العاده ای دارید، چیزی که کم دارید، آموختن گوشه های موسیقی ایرانی است و پس از پایان مجلس آدرس کلاس خود را به او دادم و گفتم شما نیاز به آموزش ردیف دارید. او از این پیشنهاد استقبال کرد و با عشق به خوانندگی و نیز تلاش بسیار توانست به سرعت فنون خوانندگی را بیاموزد و از آن پس با آن زیبایی شگفت انگیز و آن صدای ملکوتی الهه آواز ایران شد."

بدین ترتیب کوشش های پی گیر قمر در فرا گیری فنون آواز باعث شد که او بتواند در سال ۱۳۰۳ یعنی در ۱۹ سالگی، نخستین کنسرت خود را در سالن گراند هتل (در لاله زار)، همراه با ساز استاد مرتضای داوود و بی حجاب بر گزار کند. بدینگونه میتوان گفت قمر نخستین زنی بود که توانست با گستاخی بسیار مزرهای ممنوع را در ایران درهم بشکند. از آن پس قمر الملوک وزیری به شهرتی همپایه با استعداد شگرف و هماهنگ با صوت جادویی خود رسید و شهرت او روز افزون گشت. مردم برای دیدن او سر و دست می شکستند. برایش کنسرت ها تدارک دیده می شد و بلیت این کنسرت ها به بهای بسیار بالا، بین ۲۰ تا ۲۵ تومان، یعنی برابر با حقوق ماهانه یک کارمند عالی رتبه آن زمان، به فروش می رسید و این مبلغ در بازار سیاه گاه چند برابر می شد.

کم کم آوازه قمر سراسر ایران را فرا می گرفت. مردم هنر دوست دور از پایتخت هم تنها آرزوی بزرگشان دیدن قمر و شنیدن آواز او شده بود. قمر هم که برای این مردم حاضر بود

قمر الملوک وزیری در سال ۱۲۸۴ در قزوین زاده شد. هجده ماهه بود که مادر خویش را بر اثر بیماری حصه از دست داد و چون پدرش نیز پیش از آن درگذشته بود، به مادر بزرگ خود پناه برد. خود او در این مورد می گوید



: "هجده ماهه بودم که مادرم چشم از جهان فرو بست، آغوش و لبخند مادر را هرگز ندیدم. از آن پس به دامان مادر بزرگم ملا خیرالنسا افتخارالذاکرین که روضه خوان زنانه حرم ناصرالدین شاه بود، پناه بردم. من بیشتر وقت ها با او به مسجد می رفتم و به صدایش گوش می کردم. با صدای او بزرگ شدم. این صداها رفته رفته در گلوئی من منعکس می شد و بعضی از روزها که تنها و بی آشنا در خانه می ماندم، همین صدا را پیش خود زمزمه می کردم."

قمر از همان زمان کودکی در مسجد زنانه راه می رفت و با همان صدای کودکانه اما رنگدار خود مرثیه های اندوه زده را تکرار می کرد و با پاشیدن گاه و گلاب بر سر حضارن صحنه هایی مؤثر و غم انگیز بوجود می آورد. پس از اینکه کمی بزرگتر شد، احساس کرد که خوانندگی را دوست دارد. پس از مادر بزرگ خواست که او را به استاد موسیقی بسپارد. مادر بزرگ نخست مخالفت نمود زیرا سپردن دختر کان به مرثیه مرد، آن هم برای آواز، مرسوم آن زمان نبود، اما هنگامی که با پافشاری قمر رو به رو شد، موافقت نموده و در پی یافتن استادی برآمد و چندی بعد پیر مردی به نام معلم آواز به خانه آنها راه یافت. اما چیزی نگذشت که این استاد نخستین که هویتش بر همه پوشیده است، چشم از جهان فرو بست. قمر و مادر بزرگ در پی یافتن استاد دیگری برآمدند، اما از بخت نا گوار، در این گیر و دارها مادر بزرگ هم که تنها مشوق و پشتیبان قمر بود، به جهان دیگر پیوست و قمر خرد سال را بدون پشتوانه ای عاطفی تنها گذاشت. در این زمان قمر نیازمند حامی مقتدری بود که دست

ادامه مطلب تجارت سکس ... از صفحه ۳۸

وقتی به پدرم گفتم، گفتم «می‌توانی بسوزانیش، می‌توانی در سطل زباله بیندازیش، می‌توانی بکشی اش یا هر کاری که دلت می‌خواهد. فقط مزاحم من نشو.»

ما برای یک سال در به‌در شدیم، در حالی که پدرم از طبقات مرفه بود. مادرش خیلی و پدرش مهندس بود. من گفتم حتی اگر شده با تن‌فروشی، بچه‌ام را نگه می‌دارم و به خوبی بزرگش می‌کنم. اینطور بود که مجبور شدم روسپی‌گری کنم، اما اولین بار به شدت احساس تحقیر کردم. بدترین احساس برای یک زن این است که مجبور شود با مردی که نمی‌خواهدش، به رخ‌خواب برود. اما من انتخاب دیگری نداشتم.»

دانشگاه‌ها و شورای شهر تست‌های منظم سلامت برای اعضای اتحادیه **Aprosming** انجام می‌دهد. با وجود این که سیاست‌های ضد ویروس اچ‌آی‌وی و سایر بیماری‌های مقاربتی برزیل در دهه ۱۹۹۰ به عنوان یک موفقیت جهانی شناخته می‌شود، اما گروه‌های فعال ضد ایدز از گسترش کاملاً خارج از کنترل ویروس این بیماری ابراز نگرانی کرده‌اند. در حالی که سانتو کاملا مطمئن است: «ایدز مسئله مهمی نیست، زیرا این روسپیگری وسیله امرار معاش آنهاست و آنها مجبورند مراقب خودشان باشند یا نباید کار نکنند. آنها همه چک‌های پزشکی لازم را انجام می‌دهند.» کلاس‌های انگلیسی نیز پیشنهاد او بود، مسئله‌ای که همزمان با افزایش «توریسم سکس» در زمان لیگ قهرمانان آمریکای جنوبی به آن توجه کرده بود. او می‌گوید: «زبان، باعث پیشرفت شما می‌شود. ما مقدمات زبان انگلیسی را می‌آموزیم. گفته می‌شود ۲۰۰ هزار توریست در بلو هوریزونته خواهد بود که خیلی تأثیرگذار است.»

سانتو در خصوص دخترانی که در روسپی‌خانه کار می‌کنند، می‌گوید: «این دخترها ابتدای کارشان پول زیادی درمی‌آورند. بدون کاندوم سکس می‌کنند و گاهی همین جا، وقتی باردار می‌شوند، دوست پسر پیدا می‌کنند. خیلی‌هایشان تا وقتی بچه‌دار شوند کار می‌کنند. آنها گاهی عاشق می‌شوند، اما عاشق مردهایی که مناسب نیستند. در حالی که می‌توانند با تاجرها باشند، نهایتاً با یک تعمیرکار ازدواج می‌کنند. یکی از آنها عاشق یک قاضی شد و حالا زندگی مرفه‌ای دارد. یکی دیگر، با کسی که باردارش کرده بود ازدواج کرد و حالا هشت خدمتکار دارد.»

سوءاستفاده گسترده از کودکان

نتایج یک تحقیق تکان دهنده می‌گوید کودکانی با سن ۱۰ سال در برزیل مجبورند در خیابان‌ها دست به تن‌فروشی بزنند و خود را در اختیار صدها هزار نفر طرفدار فوتبال قرار دهند.

بنا به گزارش سوندی پپل در طول مسابقات

ادامه مطلب محل تولد ... از صفحه ۱۳

کودکان زندان

در آن زمان تا جایی که به خاطر دارم تنها یاشار و روش، پسر ثریا زنگباری که شش ماه از یاشار بزرگ‌تر بود، کودکان بند ما بودند. روشن یک ماهه بود که به همراه مادرش دستگیر شده بود. ثریا زنگباری در کتاب پر کبوتر در ارتباط این دو نوشته است یاشار یکسال و هشت ماه در زندان بود و روشن چهار سال. البته در سال ۶۷ قبل از اعدام‌ها چند روزی دو دختر حدوداً ۶ یا ۷ ساله که مادرانشان از هواداران مجاهدین بودند چند روزی مهمان ما بودند.

اوین و دیوارهایش

عجیب است وقتی در اوین بودم از هر گوشه و کنارش بیزار بودم. دیوارهایش بوی خون می‌داد و نوشته‌های روی آن تا مغز استخوانم را بدرم می‌آورد. هر گوشه‌اش یادی

ادامه مطلب مورین اوهارا ... از صفحه ۳۳

فیلم بعدی او رقص، دختر، رقص نام داشت. اما سال ۱۹۴۱ و حضور در فیلم دره من چه سرسبز بود اثر جان فورد نقطه عطفی در کارنامه بازیگری وی بود. قوی سیاه (۱۹۴۲) به کارگردانی هنری کینگ اثر موفقیت دیگری در کارنامه اوهارا محسوب می‌شود. حضور در موزیکال به یادماندنی معجزه در خیابان ۳۴ ام اثر جورج سینتون در کنار نانالی وود بازیگر بزرگ سینما برکی زرین و افتخاری همیشگی در کارنامه بازیگری وی به جا گذاشت.

اوج کار اوهارا حضور در نقش ماری کیت دانه‌ر معشوق شاون با بازی جان وین در فیلم مرد آرام اثر جان فورد است، فیلمی که تأثیری عمیق بر فیلمسازان مشهوری چون فرانسیس فورد کاپولا در فیلم پدرخوانده و استیون اسپلبرگ در فیلم ای تی گذاشت. او اغلب با حضور در کنار جان وین در فیلم‌هایش به یاد آورده می‌شود. آنها از سال

کار کودک، برخلاف وعده ریشه‌کن کردن روسپی‌گری، تعداد تخمینی کودکانی که تن به کارگری جنسی می‌دهند، به حدود نیم میلیون نفر می‌رسد. چند ماه گذشته، یک شبکه جهانی مذهبی علیه قاچاق انسان، کمپینی علیه روسپیگری کودکان در طول جام جهانی به راه انداخت. فوتبال‌لیست‌هایی چون دیوید لوئیز (برزیلی) و گری لینکر (انگلیسی) نیز در به راه انداختن کمپینی علیه استثمار جنسی کودکان همراهی کرده‌اند.

کالینم، دختر ۱۴ ساله‌ای که از ۱۱ سالگی در کنار خیابان تن‌فروشی کرده، به پپل سوندی می‌گوید: «دفعات زیادی با مردانی سکس داشته‌ام که فقط پنج "رنال" به من پرداخته‌اند.»

به گزارش دیلی‌میرور لندن، کودکان وادار می‌شوند نزدیک به هتل‌های خوبی که توریست‌های جام جهانی در آنها اسکان

بود از آنانی که روزی در آنجا تنهایی‌شان یا لحظات آخر پیش از اعدام‌شان را با نوشتن پُر می‌کردند. پنجره‌هایش از سر تنگ نظری تنها خطی از آسمان و خورشید را نشان‌مان می‌داد و درهای آهنین بی‌رحمانه ما را از عزیزانمان جدا می‌کرد. سیم‌های خاردارش سر به فلک کشیده بود، آب سرد حمامش و سرمای زمستانش و گرمای تابستانش و سر آخر از بهداری‌اش که می‌توانست گور من و پسرم یاشار باشد.

با این همه وقتی خبر خراب کردن اوین و تبدیل آن به پارک را شنیدم، اوین با همه تلخی‌هایش برایم رنگ دیگری گرفت. انگار برایم به سان خراب کردن خانه‌ای را می‌مانست که در آن جوانی‌ام را جستجو می‌کردم. خاطرات بدنیا آمدن پسرم را و دوران کودکش را، آخرین نفس‌های یارم را...

۱۹۴۸ تا ۱۹۷۲ در پنج فیلم با هم همکاری کردند: ریوگرانده، مرد آرام، نشان عقاب، مکلینتاک و جیک بزرگ. مورین اوهارا در سال ۱۹۴۶ شهروند قانونی ایالات متحده شد و شهروند وطنش ایرلند و ایالات متحده شد. مورین اوهارا در روز ۹ نوامبر ۲۰۱۴ جایزه اسکار افتخاری را در ۹۴ سالگی دریافت کرد. او در این مراسم بر روی صندلی چرخدار نشسته بود و این جایزه را از کلینت ایستوود و لیام نینس گرفت. نینس از اوهارا با عنوان «ملکه تکنی‌کالر» نام برد و گفت «او نه تنها به وسیله اجراهایش، بلکه به خاطر موهای سرخ آتشین و چشم‌های زیبای سبز رنگش خاطرات زیادی برای ما به جا گذاشت.» ایستوود کهنه‌کار و بزرگ هم با نطق طنزآمیز از جایگاه اوهارا تجلیل کرد. مورین اوهارا سرانجام ۲۴ اکتبر ۲۰۱۵ در سن ۹۵ سالگی در خانه‌اش در شهر بویزی ایداهو درگذشت.

دارند، پرسه بزنند. دیلی‌میرور اشاره می‌کند که دختران زیادی برای مبلغی معادل ۲.۲۱ دلار تبلیغ می‌شوند. این کودکان مجبورند طوری لباس بپوشند و آرایش کنند که مسن‌تر از آنچه هستند به نظر برسند. بسیاری از این دختران هرگز احساس امنیت نمی‌کنند. بر اساس یک گزارش، اخیراً یک دختر چهارده ساله به قتل رسیده و در خیابان رها شده. حدس پلیس این است که مشتری او از پرداخت پول به این دختر امتناع کرده است. همین گزارش‌ها در خصوص شهر فورت‌تلزا نیز وجود دارد. در این شهر روسپی‌ها با لباس‌هایی تن‌مان، در خیابان‌های اطراف استادیوم پرسه می‌زنند.

فعالان حقوق کودک در برزیل می‌گویند راه درازی برای نجات کودکان از خیابان‌ها، جایی که زندگی ارزان است و کودکان می‌توانند در ازای هیچ چیز فروخته شوند، در پیش است.

ادامه مطلب سکسیسم چیست ... از صفحه ۱۳

بنابر «گزارش توسعه سال ۲۰۱۲» که از سوی بانک جهانی منتشر شد، هرچه نابرابری جنسیتی در یک کشور بیش تر باشد، ناکارآمدی اقتصادی آن هم بیش تر خواهد بود. زیرا از توانایی‌ها و استعداد‌های زنان استفاده نمی‌شود و این از نظر اقتصادی، هزینه‌های گزافی را تحمیل می‌کند.

ارتباط سکسیسم با توسعه یافتگی کشورها چیست؟

«شادی صدر»، وکیل ایرانی و فعال حقوق زنان می‌گوید: «سکسیسم، سگسیسم است؛ از یک شرایط به شرایط دیگر فرق نمی‌کند. زنان در هر نقطه‌ای از دنیا قربانی سکسیسم می‌شوند، فقط نمونه‌ها و مثال‌ها فرق می‌کنند. زنانی که در غرب از سکسیسم رنج می‌برند، با مشکل حجاب اجباری رو به رو نیستند. از آن سو، زنان ایران با مشکل قاچاق سگس یا پورنوگرافی و یا کلیشه سازی‌هایی که در تبلیغات می‌بینید، برخورد ندارند. ولی مفهوم اصلی و محوری سکسیسم همه جا یکی است. مسأله به مرد سالاری بر می‌گردد که خود را در تمام فرنگ‌ها بازتولید می‌کند.»

سکسیسم در غرب

در طول قرن بیستم، نقش‌های سنتی جنسیتی به ویژه در اروپا و آمریکا به تدریج تغییر یافتند و حتی از میان رفتند. ولی میزان این تغییر در نقاط مختلف دنیا به شکل قابل ملاحظه‌ای تفاوت دارد. این نکته حتی در میان کشورهایی که از نظر پیشرفت، سطح مشابهی دارند هم صادق است، مثلا میان سوئد و ژاپن یا آمریکا و انگلستان.

در ژاپن، نگرش‌های سکسیستی شایع و رایج است و این به سلطه مردان در سیاست و تجارت منجر شده است؛ گو این که زنان در ژاپن از تحصیلات بالایی برخوردارند. در حال حاضر، در ژاپن سهم زنان در مناصب مهم کشور تنها ۱۱ درصد است، یکی از پایین‌ترین آمار در دنیا. در فرانسه نیز زنان تنها ۳ درصد از مناصب عمده اجرایی را در اختیار خود دارند. در آمریکا که یکی از کشورهای برابری طلب جهان شناخته می‌شود، زنان در اداره‌های دولتی سهم اندکی را به خود اختصاص داده اند.

در مورد دست‌یابی به برابری جنسیتی، اسکاندیناوی به طور پیوسته الگوی کشورهای دیگر بوده است. مجمع جهانی اقتصاد گزارشی در مورد شکاف جنسیتی در جهان منتشر کرده که بنابر آن، ایسلند پنج سال مدام در صدر جدول جای داشته و فنلاند، نروژ و سوئد با اختلاف کمی در جایگاه‌های بعدی ایستاده اند. به استثنای دانمارک، تمام کشورهای نوردیک بیش از ۸۰ درصد از شکاف جنسیتی خود را از میان برده اند، به عنوان نمونه، در سوئد

برای آن که اقتصاد بتواند از تمام نیرو و توان خود سود جوید، لازم است از تمام منابع و امکانات موجود استفاده کند، که در این مورد، منظور استعدادهای و توانایی‌های زنان است، در غیر این صورت، اقتصاد ناکارآمد خواهد شد. برای نمونه، اگر بر حق مالکیت زنان در یورکینافاسو تأکید می‌شد، محصولات کشاورزی این کشور شش درصد افزایش می‌یافت. تنها به این دلیل که منابع کار، علاوه بر مردان، به زنان نیز اختصاص داده می‌شدند. تحقیقات «استفان کلازن»، استاد اقتصاد نیز نشان می‌دهد که نابرابری جنسیتی در تحصیلات، تأثیری مستقیم بر رشد اقتصادی دارد زیرا کیفیت متوسط سرمایه انسانی را پایین می‌آورد.

سیاسی: اگر زنان از نظر سیاسی صاحب قدرت باشند، تصمیم‌ها و انتخاب‌های سیاسی کشور نیز می‌تواند رشد یابد و نهادهای سیاسی و اجتماعی بیش از پیش می‌توانند نماینده رای دهندگان باشند. وقتی در آمریکا زنان صاحب حق رای شدند، سیاستمداران توجه خود را بیش از هر زمان دیگری بر بهداشت و سلامت کودکان و مادران متمرکز کردند و این باعث شد که میزان مرگ و میر نوزادان بین ۸ تا ۱۵ درصد کاهش یابد.

اجتماعی: تبعیض جنسیتی، پیامدهای اجتماعی بسیار وسیعی دارد. از زیان‌بارترین این پیامدها می‌توان به ازدواج زودهنگام، قاچاق سگس، خشونت جنسی، اجبار، «کشتار جنسیتی» و ختنه زنان اشاره کرد. در نپال، ۴۰ درصد دختران در ۱۵ سالگی ازدواج می‌کنند و این خطر حاملگی‌های زود هنگام و دیگر مشکلات مربوط به سلامت جنسی و تناسلی زنان را به دنبال دارد.

یکی از مراکز درمانی در نیجریه گزارش داده

هنوز به معنای حقوق و مشارکت برابر زنان در حیات سیاسی و اجتماعی نیست، مثلا با این که در دولت‌های سوریه، اردن، مصر، عراق و تونس زنان به مقام وزارت هم دست یافته اند، شکاف جنسیتی سیاسی هم‌چنان در این کشورها عظیم است.

آیا می‌توان به برابری جنسیتی دست یافت؟ چه گام‌هایی باید در راه آن برداشت؟

بنابر تحقیق بانک جهانی، در راستای «اهداف توسعه هزاره» که توسط مجمع عمومی سازمان ملل بر سر آن توافق شد، دنیا باید برای دست‌یابی به برابری جنسیتی، بر این موارد متمرکز شود:

ایجاد شرایط آموزشی و تحصیلی برای دختران. در ایران، زنان از تحصیل در چندین رشته دانشگاهی، از جمله مهندسی و فیزیک هسته‌ای منع شده‌اند.

افزایش نرخ سواد در میان زنان. در نیجریه، نرخ سواد زنان کم‌تر از یک در هر ۱۰ نفر است.

افزایش مشارکت کاری و تقویت سیاست‌های کاری برای زنان. در هند، زنان تنها ۳۰ درصد از جمعیت فعال کشور را تشکیل می‌دهند.

بهبود دسترسی زنان به اعتبارهای مالی، زمین و دیگر منابع. در هند، سیرالئون و بسیاری از کشورهای دیگر، زنان از حق ارث زمین محروم هستند.

ترویج و افزایش حقوق و مشارکت سیاسی زنان. در واتیکان، زنان از حق رأی بر خوردار نیستند.

توسعه برنامه‌های بهداشت و سلامت جنسی و زایمان و نیز توسعه سیاست‌های حمایت از خانواده. در برمه، قرص ضد بارداری غیرقانونی است. سقط جنین نیز در بعضی از کشورها از جمله در ایرلند ممنوع است.

شادی صدر می‌گوید: «روزی برابری جنسیتی برقرار خواهد شد ولی قطعاً نه در طول عمر من. شاید حتی به عمر دخترم هم قد ندهد. راه بسیار بسیار طولانی در پیش داریم ولی در عین حال کارهای زیادی هم برای رسیدن به آن انجام می‌دهیم. من حتماً به این رویا باور دارم.»

۵۷ درصد از شغل‌های وزارت خانه‌ها را زنان به خود اختصاص داده‌اند.

سکسیسم در خاورمیانه
بسیاری از گزارش‌ها حاکی از آن هستند که زنان در کشورهای عرب به طور متوسط در قیاس با زنان مناطق دیگر خاورمیانه، از نظر اقتصادی، سیاسی و اجتماعی محروم‌تر هستند. سهم زنان از درآمدهای حاصل از اشتغال و نیز اختیارات سیاسی اندک است و این نکته به ویژه با توجه به ثروت حاصل از فروش نفت و شهرنشینی جای تأمل دارد.

به طور کلی در کشورهای خاورمیانه، زنان هم چنان با نقش‌های سنتی خانوادگی تعریف و شناخته می‌شوند و این به نوبه خود زنان را به شهروندانی درجه دو تبدیل می‌کند. هرچند البته میزان این پدیده در کشورهای مختلف خاورمیانه تفاوت دارد.

برخی از روحانیون مسلمان نیز بسیاری از اعمال و نگرش‌های سکسیستی را روا داشته و حتی از گسترش و اجرای آنها استقبال کرده‌اند، از جمله می‌توان به چند همسری، مذموم دانستن عادت ماهانه زنان، اجبار زن به اطاعت از همسر خود و نابرابری در ارث و میراث و حقوق قضایی اشاره کرد. تمام این موارد به تبعیض جنسیتی تداوم بخشیده‌اند.

سکسیسم در غرب
عربستان سعودی یکی از سرکوب‌گرترین و سکسیستی‌ترین دولت‌های منطقه به شمار می‌آید. شاخه اسلام «وهابی» به ویژه زنان را هدف سرکوب خود قرار می‌دهد. زنان از حقوق و مشارکت سیاسی برخوردار نیستند، از حق رانندگی محرومند و بدون مجوز شرعی پدر، برادر، همسر و یا یکی از بستگان مرد خود، اجازه نقل مکان و یا مسافرت ندارند. این البته تنها چند نمونه از رفتارهای سکسیستی و سرکوب‌گرانه حکومت عربستان است.

گفتنی است که از سال‌های دهه ۱۹۹۰، شکاف جنسیتی به ویژه در مورد تحصیلات و بهداشت، در خاورمیانه کوچک شده است. امروزه در خاورمیانه تقریباً تمام دختران به مدرسه می‌روند و تعداد زنانی که به دانشگاه راه می‌یابند، از مردان بیش تر است. البته این

ادامه مطلب خیابان سی تیر ... از صفحه ۱۳

آتشکده زرتشتیان ساختمانی به نسبت کوچک است که اکثر رنگ پوشش دیوارهای آن سفید هستند و در بالای بنای آن ستاره «فروهر» به چشم می‌خورد. آتشی که در این آتشکده وجود دارد، همیشه روشن است. خود آتش این معبد نیز به صورت روشن از یزد به تهران منتقل شده است. زرتشتیان معتقدند که این آتش هیچ‌گاه در طول تاریخ خاموش نشده و نباید خاموش شود. چوب‌هایی که برای سوختن در این آتش انتخاب می‌شوند، چوب‌های خاصی است و هر چیزی برای سوختن در این آتش قرار نمی‌گیرد. خاکسترهای این آتش نیز هیچ‌گاه دور ریخته نمی‌شوند و از آن برای تبرک استفاده می‌شود. این آتشکده در سال ۱۲۹۸ به دستور ارباب کیخسرو، زرتشتی متنفذ و مشهور آن زمان ساخته شده است.

در آن تاریخ، نبش خیابان «کریم خان» کلیسایی تاسیس می‌شود و خلیفه‌گری به آن جا می‌رود ولی این کلیسا کماکان مهم‌ترین کلیسای آرامنه در تهران است. پشت این مکان هم یک مدرسه قرار دارد که به علت نداشتن شاگرد، خالی مانده است. در کنار این کلیسا، موزه تاریخ آرامنه ایران قرار دارد با نام «موزه اسقف اعظم آرتاک مانوکیان».

آثار هنری آرامنه ساکن ایران، اعم از نقاشی یا مجسمه در بخشی از سالن این موزه مانند گالری‌های هنری به نمایش گذاشته شده‌اند. این آثار، هم شامل پرتره‌هایی از شخصیت‌های برجسته مذهبی ارمنی‌ها است و هم آثاری هنری با موضوعات دیگر.

ادامه مطلب هفت خوان ... از صفحه ۴

ندارد اما باز خانم متن وکالت را دوباره خواند و به مدیرش گفت ما نمی توانیم با این کار کنیم و یک سری دلیل برای مافوقش آورد، صدایش پایین بود و من متوجه حرف هایشان نشدم، اما آقای مدیر که سرهنگ پلیس + ۱۰ بود، گفت: بگذارید چک کنم. به جایی تلفن زد و متن وکالت نامه را خواند و نامه را به خانم برگرداند و گفت که مشکلی ندارد.»

اما خانم کارمند باز هم با اکراه نامه را می گیرد و این بار به سحر می گوید: «بین این وکالت نامه برایت دردسر درست می کند. من مثل همین برات می نویسم، اما آنوقت می بینی که اداره گذرنامه پاسپورت رو نمی ده و تو مجبور می شی مراجعه کنی.» او در توضیح این موضوع می گوید: «چون اینجا نوشته شما اجازه خروج مکرر از کشور داری اما نوشته ای اجازه تعویض پاسپورت هم داری.» او عطای این وکالت نامه را به لقایش بخشیده و یکبار دیگر فرم اجازه همسر برای تعویض پاسپورت را به همسرش داده تا پر کند.

اصلا جای نگرانی ندارد. به جای آن به این فکر باشید که فرزندان را با مهارت هایی مانند دوست یابی و ابزار احساسات آشنا کنید.

- به مربیان مهد کودک چند جمله مهم و ضروری در خصوص نیازهای اولیه کودک را آموزش دهید تا کودک با به کار بردن نیاز خود با چهره بهت زده مری مواجه نشود. از سوی دیگر جملات ضروری زبان دوم را نیز از قبل به کودک آموزش دهید و با هر بار استفاده آن از سوی کودک او را تشویق کنید.
- سعی کنید زبان جدید را در سطح خوبی فرا بگیرید تا زمانی که کودکان احساساتش را به زبان دوم بیان می کند دچار سردرگمی و اضطراب نشود.

وقتی پرنده ای زنده است، مورچه ها را می خورد. وقتی می میرد، مورچه ها او را می خورند. زمانه و شرایط در هر موقعی می تواند تغییر کند. در زندگی، هیچ کس را تحقیر نکنیم، آزار ندهیم. شاید امروز قدرتمند باشیم، اما یادمان باشد که زمان از ما قدرتمندتر است. یک درخت میلیون ها چوب کبریت را می سازد، اما فقط یک چوب کبریت برای سوزاندن میلیون ها درخت کافیست. مهربان باشیم.



ادامه مطلب کودکان مهاجر ... از صفحه ۱.

عده ای معتقدند که اگر زبان دوم در مرحله ای آموزش داده شود که هنوز زبان اول به طور کامل فراگرفته نشده است، در آن هنگام یادگیری زبان اول نیز با کندی مواجه شده و یا حتی به خوبی انجام نمی شود و برعکس عده ای دیگر معتقدند که مهارت های لازم در زبان دوم تنها در کنار زبان اول به خوبی محقق می شود.

اما باید بارها و بارها این نکته را به خود یادآوری کنید و آن را ملکه ذهن تان کنید که زمانی که کودکان در حال فراگیری دو زبان است و شما از بدو تولدش در حال پرورش او با دو زبان هستید، مسئله آموزش مطرح نیست. کودک دو زبانه شما در حال فراگیری دو زبان به طور همزمان است. در می گیرد. هم چنان که زبان مادری به هیچ کودک آموخته نمی شود و کودک خودش آن را از محیط و اطرافیانش دریافت کرده و فرامی گیرد، زبان دومی که همانند زبان اول در ارتباط با کودکان از آن استفاده می کنید نیز توسط کودک دریافت شده و فرا گرفته می شود و هیچ آموزشی به او داده نمی شود.

مشکلات اجتماعی

غزل مصباحی، روانشناس کودک معتقد است در کنار همه امتیازاتی که فراگیری زبان دوم در محیط جدید دارد، اگر سطح اضطراب کودک در محیط بالا باشد این عامل مثبت ارزش خود را از دست می دهد و تبدیل به یک عامل منفی می شود. عاملی که به رشد مغزی کودک لطمه وارد می کند. غیر از آسیب فیزیکی به رشد مغز، کودک ممکن است با مشکلات دیگری نیز مانند عدم توانایی در ابزار احساسات خود به مری و گروه دوستان خود در مهد کودک یا مدرسه نیز مواجه شود. از سوی دیگر زمانی که کودک آن قدر با زبان دوم عین شده است که احساسات خود را فقط می تواند با زبان دوم با اعضای خانواده خود در میان بگذارد، ممکن است حتی در مواجهه با والدین خود نیز دچار مشکل شود.

برای پیشگیری از ایجاد چنین

مشکلاتی راه کارهایی زیر توصیه می شود

- خودتان شاد و با انرژی باشید. بیشتر کودکان برای شروع مدرسه هیجان و ذوق دارند. شما هم این حس را تقویت کنید. حتی اگر جس می کنید فرزندان را برای مدرسه رفتن دچار نگرانی است، حس مثبت خودتان را حفظ کنید تا حس او هم تحت تاثیر شما قرار گیرد.
- به کودک فرصت "ابراز" ترس یا نگرانی بدهید. مثلا خواندن داستان هایی با موضوع روز اول مدرسه می تواند احساس نگرانی و ترس کودک را در این مورد کاهش دهد. خواندن چنین داستان هایی ممکن است باعث شود کودک نگرانی یا ترس خود را به زبان آورد و موضوع برایش آسان تر شود.
- کودک را از قبل به مدرسه ببرید و محیط را نشانش دهید. بهتر است کودک را در زمانی

مثلا مادر فقط با کودک انگلیسی صحبت می کند و پدر فقط با او فارسی صحبت می کند. استفاده از روش «یک شخص - یک زبان» برای کمتر کردن این تداخل و تسریع جداسازی دو زبان در ذهن کودک، بسیار موثر است. هر چقدر شما در صحبت با کودکان دچار تداخل زبانی شوید، او نیز بیشتر دچار تداخل خواهد شد.

روش دیگر روش «زبان اقلیت در خانه» است. در این روش هر دو والدین در خانه تنها به زبان اول «زبان اقلیت در جامعه» با کودک در ارتباط هستند و در بیرون از خانه تنها او به زبان دومش سخن می گویند. مثلا در خانه هر دو به زبان فارسی و در بیرون از خانه هر دو به زبان انگلیسی با کودک صحبت می کنند. روش دیگر روشی است که اعضای خانواده همگی با کودک به زبان مادری صحبت می کنند و فرصت سخن گفتن به زبان دوم را برای کودک در اجتماع فراهم می کنند.

در روش انتخابی خود جدی باشید

یکی از مهم ترین توصیه های محققان این است که هر استراتژی و روشی که انتخاب می کنید، مهم ترین مسئله آن است که کودک به صورت طبیعی در ارتباط با زبان های مورد نظر قرار گیرد و روزانه به میزان مورد نیاز در معرض هر دو زبان مخصوصا زبان اقلیت یا زبان دوم قرار گیرد.

مسئله مهم دیگر این است که خانواده بایستی به روش انتخابی خود کاملا متعهد و پایدار باشند و نگذارند شرایطی که پیش می آید باعث تغییر استراتژی آن ها در ارتباط با کودک شود؛ چرا که تغییر آن می تواند آسیب زیادی به کودک وارد کند.

از سوی دیگر بررسی ها نشان می دهند توانایی سوئیچ کردن بین دو زبان توسط کودک که آن را «تغییر کد» می نامند، نشانه ای از طی کردن روند صحیح فراگیری دو زبان است و نشانه ای برای تداخل زبانی به حساب نمی آید. تحقیقات نشان می دهند که بسیاری از کودکان دوزبانه که به صورت عادی در روند فراگیری دو زبان قرار دارند با توجه به فاکتورهای محیطی، دو زبان را در موقعیت های خاص زبانی خود به کار می برند. اما می توان گفت کودکان دوزبانه در این موقعیت ها برتری نسبت به یک زبانه ها دارند و آن برتری این است که زمانی که لغتی را مثلا در زبان فارسی به یاد نمی آورند جایگزین آن در زبان انگلیسی را به کار می برند و این مسئله به طور طبیعی زمانی که دایره لغت کودک در هر دو زبان گسترش می یابد، از بین می رود.

مشکلات گفتاری

به طور عموم اگر هر دو زبان همزمان و در سنین پایین آموزش داده شوند، مشکلات گفتاری وجود نخواهند داشت. اما اگر زبان دوم در طول دوران پیش از مدرسه یا بعد از آموختن زبان اول آموزش داده شود، مشکلاتی ممکن است اتفاق بیفتند.

ادامه مطلب تغذیه سالم ... از صفحه ۲۶

از نظر شیمیائی اسم آنها که شکر روی میز هستند به نام ساکاروز (sucrose) و شکر میوه ها به نام فراکتوز (fructose) و شکرهای شیر به نام لاکتوز (lactose) و گلوکز به نام دیکتروز (dextruse) و فراکتوز به لوولوز (devulose) و لاکتوز به نام مالتوز (maltose) نامیده می شوند.

فیبرهای غذایی از بیماری‌ها جلوگیری می‌کنند و نقش به سزایی در رژیم غذایی دارند. فیبرهای غذایی در سبزیجات، میوه‌ها و دانه‌ها وجود دارند.

فیبرها اثر لاغری دارند و بیوست را از بین می‌برند. خیلی از مواد غذایی که روزانه استفاده می‌کنیم دارای فیبر هستند مانند آناناس، هلو، پرتقال، انگور، کشمش، گریپ فروت، گیلاس، قارچ، گوجه فرنگی، کرفس، پیاز، خیار، کاهو، سیب زمینی، گل کلم، ذرت، نخود، اسفناج، هویج، ماکارونی. بدن ما روزانه حدوداً به بیست و پنج تا سی گرم فیبر غذایی نیاز دارد که با خوردن این مواد می‌توان آن را برای بدن مهیا کرد.

البته فیبرها به دو دسته قابل حل در آب و حل نشدنی در آب تقسیم می‌شوند. بهتر است که فیبر را از مواد غذایی نام برده شده بدست بیاورید تا کیسول های بازاری. نوشیدن آب بسیار مهم است همینطور به فیبر هم کمک می‌کند که بیوست نگیرد.

علائم مرض قند

علائم دیابت نوع یک: کاهش وزن بدون دلیل، تاری دید، تکرر ادرار که در آن حجم ادرار زیاد شده است. بیمار هر بار که ادرار می‌کند مقادیر زیادی ادرار دفع می‌کند، خشکی دهان و تشنگی بیش از حد، احساس ناگهانی خستگی.

علائم دیابت نوع ۲: تأخیر در التیام زخمها و بریدگیها، عفونتهای ادراری، ناتوانی جنسی سوزش و احساس مور مور شدن در دستها و پاها. برای معالجه مرض قند ورزش کردن از قبیل پیاده روی و شنا بسیار مفید است. اگر اندازه قند خون بالای ۲۴۵ میلی گرم در دسی لیتر باشد (۲۴۰ mg/dl) باید ادرار را آزمایش داد تا مطمئن شویم که در آن کیتون (ketones) نباشد چرا که اگر باشد این افراد نباید ورزش کنند.

کیتون (ketones) چی هست؟

پلی ساکارید ها (قندها) جزو مولکول های آلی مهم در سلول ها می باشند. وظیفه پلی ساکارید ها غالباً ذخیره ای یا ساختاری است. برای مثال نشاسته برای ذخیره انرژی در گیاهان استفاده می شود.

سلولز و کیتون مثال هایی از پلی ساکارید های ساختاری هستند. سلولز مولکولی است که در دیواره سلولی گیاهان و برخی دیگر از جانداران یافت می شود و علاوه بر این سلولز فراوان ترین ماده آلی روی کره زمین نیز می باشد. سلولز استفاده های زیادی دارد. برای مثال اصلی ترین ماده دخالت کننده در صنعت کاغذ سازی به شمار می رود.

کیتون از آن جهت که از زنجیره های گلوکوزی ساخته شده و غیر قابل حل در آب

است، شبیه سلولز می باشد. اما در ترکیب کیتون آمینو اسیدها نیز شرکت دارند. کیتون از آن جهت جالب است که علاوه بر گیاهان در پوشش خارجی حشرات، میگوها و خرچنگها نیز وجود دارد. کیتون نیز همچون سلولز و لیگنین در طول مسیر گوارشی انسان دست نخورده باقی می ماند. این ماده سازنده اصلی دیواره سلولی قارچها، اسکلت خارجی بندپایانی چون خرچنگها و حشرات، رادولای نرمتنان و منقار سر پایان، از جمله ماهی مرکب و هشت پا است. کیتون یکی از کربوهیدرات هایی است که در طبیعت یافت شده و با گذشت زمان در طبیعت تجزیه می شود.

رژیم غذایی

در هر وعده غذایی از مواد قندی (کربوهیدراتهای) مرکب استفاده کنید. غذاهای نشاسته ای مانند نان (ترجیحاً نان سبوس دار مانند سنگک، بربری و تافتون)، غلات، سیب زمینی و برنج حاوی کربوهیدراتهای مرکب است.

مصرف بی رویه قند و شکر و غذاهای حاوی آنها (مثل شیرینی، بیسکویت، مربا، نوشابه، آدامس ...) در بیماران دیابتی ممنوع است. نتایج پژوهش ها نشان داده است که مصرف مقادیر نسبتاً کم قند و شکر مشکلی در دیابت ایجاد نخواهد کرد خصوصاً اگر به طور همزمان با غذاهای حاوی فیبر محلول مصرف شود.

وعده های غذایی باید به طور منظم و در ساعات مقرر مصرف شود. تغییر ساعت صرف غذا سبب نوسان قند خون می گردد که در بیماران دیابتی مشکلات فراوانی را ایجاد می کند.

توصیه می شود که مصرف غذاهای روزانه در سه وعده اصلی (صبحانه، ناهار و شام) و دو میان وعده (بین صبحانه و ناهار، ناهار و شام) تقسیم گردد. همچنین می توان وعده کوچکی را قبل از خواب اختصاص داد.

مصرف حبوبات (نخود، عدس و لوبیا) در برنامه غذایی توصیه می شود. فیبر موجود در این غذاها باعث کنترل بهتر قند خون می گردد.

از مصرف غذاهای پر چرب و سرخ کرده پرهیزید و غذاها را بیشتر به شکل آب پز و یا کبابی مصرف کنید.

روغن مصرفی باید حتماً از نوع نباتی باشد. بهتر است که از روغنهای نباتی مثل روغن آفتاب گردان، سویا، ذرت و امثالهم استفاده شود.

از گوشتهای کم چرب و مرغ و ماهی بدون پوست در غذاهای خود استفاده کنید.

مصرف تخم مرغ حداکثر سه روز در هفته باشد.

میوه جات و سبزیجات را به شکل تازه مصرف کنید. ویتامین C موجود در میوه جات و سبزیجات تازه، کمک شایانی به کنترل قند خون می نماید.

سالاد و سبزیجات را بدون سس ویا چاشنی هایی نظیر لیمو ترش یا نارنج مصرف نمایید.

حتی المقدور از مرکبات در بین میوه های مصرفی خود استفاده کنید

میوه های خیلی شیرین مثل انگور شیرین، خربزه، موز، انجیر و خرما مصرف نکنید.

ادامه مطلب مشقی تازه ... از صفحه ۱۹

دوز گرد آوردند. پلان دوزی هم داخل آنها شد. پرسیدند تو کیستی گفت من هم اهل بخیه ام یعنی دوزنده ام.

مطالب مختلف

می گویند یک وقتی با هزار دردسر اجازه که نیما یوشیج را انجمن ادبی آن زمان شعری بخواند به محض آنکه شروع بخوانده شعرنو خود کرد استاد فروزانفر که جز اداره کنندگان جلسه بود آهسته سرش را پائین آورد به دوستانش در هیات رئیسه جلسه گفت مگر این آقا نمی داند که شعر باید قافیه داشته باشد؟

عمران صلاحی زمانی که در بستر بیماری بود می دانست دارد عمرش به پایان می رسد. روزی به طنز گفت: حالا دیگر همه برای دیدار از پرستار من می آیند. کار خود من تمام است.

عمران صلاحی در یکی از مطالب طنز آمیزش نوشته بود: در مجلسی به شاعری گفتند شیرینی میل داری گفت تلخی باشد بهتر است.

ریشه کلمه فردوسی یونانیست. این بیت را هم بدنیست بشنوید.

هر غنچه که گل گشت دگر غنچه نگردد

قربان لب یار گهی غنچه گهی گل

این بیت هم از رودکی است.

شو تا قیامت آید زاری کن

کی رفته را به زاری باز آری؟

فقط با بانزده دقیقه

اگر همه شب به جای تماشای تلویزیون پانزده دقیقه مطالعه کنید. سالی حدود پانزده کتاب را می خوانید. اگر روز پانزده دقیقه ادبیات کلاسیک بخوانید. در مدت هفت سال صد کتاب بزرگ ادبیات کلاسیک را خوانده اید این گونه تبدیل به یکی از باسوادترین افراد در نسل خود می شوید. همه این ها را پانزده دقیقه مطالعه قبل از خواب حاصل می شود (برایان تریسی)

ادامه مطلب مردمان مهربان ... از صفحه ۱۷

بزرگ منشی آن مردم خالص، همگی به صورت پرواز جمع (فورمی شن) یکبار به دور آن چادرها و مردمشان بگردیم و طواف کنیم و بعد ادامه پرواز دهیم. وقتی طواف میگردیم، میدیدیم که آنان نیز دست را بر روی سینه گذاشته اند و دولا و راست می شوند و با سمت گردش ما، می گردند که همواره روبروی ما باشند. ما اصیل ترین طواف را در تاریخ بشر که همانا طواف کعبه دل بود، کردیم... در حال چرخیدن، با رادیو این شعر را خواندم.

طواف کعبه دل کن که کعبه یک سنگ است که آن خلیل بنا کرد و این خدای خلیل.

بچه ها هم بامزه گی کردند و یکی پس از دیگری با رادیو، پیامهای رسمی می دادند، شماره یک شنیدم، تمام. شماره دو شنیدم، تمام. شماره... شماره...

نگاهی به مثل های ایرانی

صدتا دوست کمه به دشمن زیاد (یعنی حتی از یک دشمن غافل نشو)

ستاره سهیل است (یعنی زود به زود نمیشه او را دید)

زیر شالش قرصه (منظور اینه که مال و ثروت زیاد داره)

در خانه مور شبنمی طوفان است (بلای کوچک برای شخصی بی چیز و تهی دست، بزرگ است)

دختر تخم تره تیزک است (یعنی دختر زود رشد می کند)

غلام دوزاریست (یعنی بنده و اسیر پول و مال است)

قرض عروسی را خدا می دهد (برای تشویق به ازدواج این مثل را می آورند)

سازشان باهم کوک نیست (اختلاف بینشان زیاد است)

مگر کنیز حاجی باقری؟ (یعنی چرا همیشه نوکر ارباب باشی)

زیر آب کسی را زدن (یعنی کسی را نزد دیگری بی اعتبار کردن)

زدم و نگرفت (کسی که خود را بخطر بیندازد و بی نتیجه باشد)

خوشا چاهی که آب از خود برآرد (در مورد کسی گفته می شود که خود جوهری دارند)

خر گچ کش روز جمعه از کوه سنگ می یاره (یعنی برای آدم بدبخت همیشه کار هست حتی روز جمعه)

خری زاد و خری زید و خری مرد (در مورد کسانی می گویند که در تمام عمر نادان بوده اند)

در جیبش را تار عنکبوت گرفته است (در مورد کسانیست دست تو جیبشان نمی کنند و خسیس اند)

دم قیچی

اهل بخیه به آدم رند، خراباتی و رازدار می گویند. گویند پادشاهی امر کرد چندین خیمه بسرعت آماده کنند. ماموران عده ای خیمه

هنگام خدا حافظی، من به بهانه اینکه دست آن پیرزن را که برایمان با خوشرویی تمام تند و تند نان می پخت و به سر سفره می فرستاد، بیوسم، پولی را مچاله کردم و میان دستش گذاشتم. او با چشمانش میگفت، نه، و من هم با چشمانم برای قبول، التماسش کردم. این کار بدون کلام انجام شد، زیرا اگر سائرین می فهمیدند، به هیچوجه قبول نمی کردند و عاقبت یکبار هم من در عمرم دلبری کردم و دل آن پیرزن را نرم و وادار به قبول نمودم. دستش را هم بوسیدم و از همه با بغل کردن و ماچ و بوسه خدا حافظی کردیم. در میان راه بودیم که صدای بالگرد اعزامی بگوش رسید. باطری نو آورده بود. نصبش کردند و بلند شدیم. با خود تصمیم گرفتیم، وقتی به سیاه چادرها رسیدیم، به عنوان سپاسگزاری از میهمان نوازی و

ادامه مطلب انرژی مثبت ... از صفحه ۲۸

محیط باید آتقدر باز باشد که "چی" بتواند به بهترین نحو دور وسایل بگردد و در خانه پخش شود. درست مثل خود شما که در چنین فضایی احساس ناراحتی و خفگی می کنید، اما اگر که هوایی نیست که بتوانید راحت نفس بکشید. فرمول کلی برای چنین مواردی این است: وسایل خانه در اتاق نشیمن باید جمع و جور و تا حد امکان کوچک و محدود باشد. پرده های مجلل، کوسن های بزرگ و انبوهی از وسایل تزئینی در اتاق نشیمن جایی ندارند.

مبل و صندلی هایی که با دقت و هدف انتخاب شده اند به فضای خانه صمیمیت و گرما می دهند. سعی کنید چندین مدل صندلی و مبل در اتاق نشیمن داشته باشید تا هر کسی بتواند هر جا که راحت تر بود بنشیند. مبل ها و صندلی ها باید رو به مرکز اتاق چیده شوند. در هر نوع پیشانی (مدور، چهار گوش، پراکنده و...) پشت صندلی ها و مبل ها باید به سمت دیوار باشد. جلوی پنجره یا در نباید مبل یا صندلی گذاشت. اگر صندلی تان پشت به پنجره یا در باشد، ناخودآگاه احساس نا امنی خواهید کرد، چون هیچ کنترلی بر ورود یا خروج افراد ندارید. هرگز مبل ها را کنج دیوار ها نچینید، چون در این حالت کسی که روی آن می نشیند، باید فشار دو دیوار کنج را تحمل کند.

بهتر است مبل های تان را به صورت مدور بچینید، چون در این حالت از چی برنده و قطع کننده پرهیز می کنید. استفاده از مواد و وسایل نرم حس آرامش را تقویت می کند. از مبلمانی که لبه های تیز و کنج دار دارند استفاده نکنید.

تلویزیون: وسایل برقی-حتی اگر خاموش باشد- انرژی منفی "چی" از خود ساطع می کنند. برای پرهیز از اشعه های مضر تلویزیون، هیچ وقت تلویزیون را نزدیک مبل قرار ندهید. تلویزیون باید از فضای نشیمن کاملاً جدا باشد. برای خنثی کردن انرژی منفی آن، یک آکواریوم یا گلدان گل کنار تلویزیون بگذارید.

کفپوش: بهترین نوع کفپوش، پارکت است، چون چوب تضمین کننده گردش یکنواخت و صحیح انرژی است. اگر می خواهید از فرش استفاده کنید، سعی کنید از فرش های کوچک و یا قالیچه استفاده کنید تا جا برای حرکت انرژی وجود داشته باشد. استفاده از فرش های بزرگ و یکدست توصیه نمی شود.

نور پردازی: نور اتاق نشیمن باید غیر مستقیم باشد. آباژور ها یا چراغ های سقفی که نور شان مستقیماً به پایین می تابد، باعث حرکت انرژی به سمت بالا می شوند. چند تا شمع یا شمعدان فضایی گرم، دلپذیر و صمیمانه پدید می آورد که

بدترین حالت ماجرا این است که طاقتمان تمام شود... به روی خودمان نیاوریم و تا زمان مرگ ادامه دهیم... خیلی ها اینطور زندگی می کنند... دست انداز کم طاقتی را رد کرده اند و افتاده اند توی سرازیری عادت... فرشته احمدی

ادامه مطلب با سعدی ... از صفحه ۳۳

می دانیم آب و خاک بهم آمیخته را گل میگویند اما آنچه که شاید در خاطر برخی نباشد این است که در گذشته و تا همین اواخر در نقاطی از ایران، و گویا هنوز هم در شیراز، شماری از مردم به ویژه زنان سر خود را با "گل سرشو" یا "گل سرشوی" یا در تداول عامه "گل سرشور" می شسته اند که به نقل از لغت نامه دهخدا خاک آن را از نزدیکی اردکان میاورند. حال که دانستیم محبوب سعدی به او گل سرشور خوشبو و نه یک شاخه گل داده، برمیگردیم و آن چهار بیت را دوباره می خوانیم. در مورد این که چگونه گل سرشور مدتی با گل نشسته و خوشبو شده باید گفت که گل سرشوی را در صندوق یا بقیچه در مجاورت گلاب یا مشک و نظیر آن قرار می دادند. بیت زیر از اوحدی مراغه ای نیز به همان معنی اشاره دارد:

گل که با گل نشست خویشی یافت بر سر آمد که قدر و بیبشی یافت

گل سرشوی را گل حمام نیز نامیده اند، با شاهی از سعدی:

با دوست به گرمابه درم خلوت بود و آن روی چو گل با گل حمام اندود

اندودن = پوشاندن سطح با لایه ای نازک مانند اندودن پشت بام با قیر.

سه بیت زیر، به ترتیب از نظامی گنجوی، کمال خجندی و سیف فرغانی، مضامین زیبایی هستند با گل سرشوی:

گل سرشوی از این معنی که پاک است به سر هم می کنندش گر چه خاک است

گر بسازند گل از غالیه و آب حیات هم نشاید که بشویند به آن کاکل تو

نشاید = شایسته نیست.

او دید کاب دیده من گرم می رود مستی گلم بداد که دست از دلت بشوی

این را هم بدانیم که اصطلاح "گل بر سر داشتن" برای شتاب کردن است، یعنی همانطور که گفته می شود "اگر آب دستت هست بگذار زمین و بیا" میتوان گفت "اگر گل بر سر داری همانطور بیا" با دو بیت شاهد از فردوسی و مولوی:

که گر گل به سر داری اکنون مشوی یکی تیز کن مغز و بنمای روی

گر بر سرت گل است مشویش شتاب کن بر آب و گل بساز که هنگام می رود

ادامه مطلب حیدر یغما ... از صفحه ۴۶

چنین شاعری که در روزگار ما به ندرت یافت می شود، هیچ گاه مضامین خود را صیقل نمی دهد، کلمات خود را بر نمی گریند، و تا کشاکش و جدالی بدوی و عتیق در اعماق ذهن و ضمیرش اتفاق نیفتاده است، خود را برای اعلام آن آماده نمی کند. یغما را چه شاعر بدانند و چه ندانند، شاعر است. اما آنچه که این شوریده سر خاک نیشابور را متمایز می کند، شعر او نیست؛ آزادگی اوست. یغما تأویلی عمیق و عتیق از آزادگی عرضه کرده است.

یغما شاعر بنیادهاست. بنیادهایی که در جهان امروز، سخت بی بنیاد مانده اند. آزاد زیستن، شرافتمند زیستن، بدور از دروغی زیستن، دردمند زیستن، و مهمتر از همه عاشق زیستن:

ای دل سخن ز عشق به خلق جهان مگو

با مردگان گور احادیث جان مگو

ادامه مطلب افزایش سرطان های ... از صفحه ۲۹

واکسن پاپیلومی انسانی یکی از راه های افزایش ایمنی در برابر این ویروس و ایجاد مقاومت در برابر ابتلا به سرطان است گرچه مراکز بررسی و پیشگیری از بیماری ها در آمریکا می گوید واکسن های موجود بیش از همه برای سرطان های اندام های جنسی و رحم طراحی شده اند و هنوز نمی توان درباره اثر آنها بر سرطان های

ناحیه دهان و گلو نظر قطعی داد. در نتیجه توصیه این سازمان استفاده از کاندوم برای پیشگیری از سرایت ویروس و ابتلا به سرطان های دهان زبان و حلق است. تشخیص ابتلا به سرطان های ناحیه دهان و گلو آسان نیست زیرا بیماری زمانی باعث تورم غدد لنفاوی می شود که به مرحله پیشرفته رسیده است.

وقتی نمی توانید پاسخ مناسبی پیدا کنید، سکوت گزینه ای طلایی است

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

Nike نشان می دهد که مسی یا رونالدو معروف تر از رئیس جمهور آمریکا و پاپ رهبر کاتولیک های جهان، نخست وزیر انگلیس، صدر اعظم آلمان و دیگر سلاطین دنیا هستند. آیا برآستی ما شاهد نوع دیگری از تفکر خواهیم بود که جانشین جنگ های پشت پرده تیم های ملی و مثلا استعفای آقای خاکپور از تیم المپیک خواهد بود. من آقای خاکپور را نمی شناسم و حتی وقتی مقیم آمریکا بود از او خبری ندیدم، اما رفتار واقع بینانه اش با تیم المپیک مرا مجذوب او می کند. او به تیم المپیک شوکت می بخشد زیرا مربیان پرتغالی قبل از او تیم را دچار رخوت کرده بودند.

جهان امروز مرزی نمی شناسد و شما به عنوان یک مربی تنبلی و کم حرکتی آب را یاری نمی کند. از روی آگاهی مسائل را تعقیب کردن و نه از روی تعصب، این پنجره را در برابر ما باز می کند که به آینده بیندیشیم و از گذشته پند بگیریم و نه فقط تاسف آن را بخوریم. نوسازی و بازسازی باشگاه ها باید راه هائی از مالکیت در باشگاه ها را به وجود آورد که مردم مالکان اصلی هستند و در آن سهم دارند، نه وزارت ورزش. لزومی ندارد همه ما مثل هم فکر کنیم اما باوجود تفاوت در عقیده و حق ابراز آن باید به هنگام رأی گیری به رای اکثریت احترام نهمیم. هر کس وظیفه دارد در حد خودش به مملکتش خدمت کند. فرهنگ، ورزش، سیاست و اقتصاد در زندگی مدرن امروز مثل زنجیر بهم پیوسته است و ورزشکاران سوار بر احساسات مردم هستند. مرگ هادی نوروزی کاپیتان جوان پرسپولیس این را نشان می دهد. باید کوشش کرد تا به دور از پیش داوری و برکنار از غرض های شخصی و یک سوء نگر، به بررسی و تجزیه و تحلیل مشکلات کنونی ورزش پرداخت. عناصر زنده و هم چنان سودمند این بررسی را به عنوان سرمایه های اصلی برای جایگزینی و بازشناسی در آینده بکار می گیرند و در این بررسی بدون منفی بافی، یک نگرش اخلاقی سایه خواهند افکند، سهم عنصر اخلاقی همواره جای برجسته ای خواهد داشت. فراموش نکنیم فکر توسعه و ترقی خواهی هرگز فکر تازه ای نبوده است و نیست. انتقاد از کم و کاستی ها هرگز به مفهوم محکوم کردن آن نیست بلکه برای آنست که درس های ضروری گرفته شود، بدون کینه چشم بستن بر کج روی ها و ناکامی ها که ما را از پیشرفت باز خواهد داشت. در ورزش کنونی ما، تمامی مفاهیم اخلاقی، اغلب معنی خودشان را از دست داده اند و یا در حال متزلزل شدن هستند.

ورزش جزئی از زندگی است و آنهایی که ورزش را انتخاب می کنند جدا از زندگی نیستند، درست مثل مذهب برای یک آدم مذهبی.

بازی با ژاین پیام واضحی داشت و آن پیام مطابق قولی که آقای کیروش داده و گفته بود که تیم ملی دارای حرکت رو به پیش است و به رشد نزدیک می شود، چیزی را نشان نمیداد. او در تلاش بود که روحیه همکاری تازه را بین قدیمی ها و جدیدی ها پیوند دهد، آیا رفتار دوستانه، خنده های مهربانه او این روزها گول زنده است! آندرانیک تیموریان، کاپیتان تیم ملی، می تواند به ما بگوید که چه فکر می کند اگر پیه خط خوردن از تیم ملی را مثل رفتی به تنش بمالد.

آقای کیروش باید بداند هرگاه تیم ملی به زمین مسابقه می رود این یک جنگ است، حتی اگر بازی دوستانه باشد، چرا که تاریخ نتیجه آن را ثبت خواهد کرد و کسی دوست ندارد در جنگ بازنده شود و شکست را پذیرا باشد. شما وقتی به جنگ می روید، ممکن است زخمی شوید و حتی ممکن است کشته شوید، رنج بسیاری از آگاهان این است که او را نمی فهمند، حرف های ما نباید لزوماً با گروه خونی آقای کیروش هماهنگ باشد. نسخه های آقای کیروش حاوی خون تازه ای و یا درمان موثر بعد از گذشتن پنج سال برای بیمارش نیست. آیا او دکتری است که همه چیز را می داند! بهرحال او نباید لیگ بیمار و بدون تحرک را برای هر بازی ساده تعطیل کند. باوجود دو برابر شدن جمعیت کشور، کاهش حضور تماشاگران در ورزشگاه ها همراه با افزایش دست مزد بازیکنان، به فلج شدن اقتصادی باشگاه ها اگر چه از خزانه دولت تغذیه می شوند انجامیده است. با یک حساب ساده می توان بررسی نمود. این افزایش دستمزدها باشگاه های غیردولتی را از محدوده رقابت ها خارج کرده است. آنها بازیکنان جوان خود را به آسانی از دست می دهند. می توان شاهد بود که سرمایه گذاری خصوصی عملاً از میان رفته است. بعد از بزندان افتادن آقای زنجانی، از آقای هدایتی نیز خبری نیست که دوستدارانش را پول باران کند، پول هائی که معلوم نیست چگونه در حساب های بانکی اش ذخیره کرده است. بدون تردید با برگشت خوردن چک های بازیکنان بذرخرسندی و ناخوشنودی را بیشتر خواهیم دید.

امروزه به نظر نمی رسد کسی خواهان خرید سهام باشگاه های پرطرف دار باشد، کارخانه های صاحب تیم با دگرگون شدن وضعیت اقتصادی می توانند به آسانی از زیر بار تعهدات خود در قبال بازیکنان و مربیان شانه خالی کنند و این نه به سود فوتبال و نه به سود بازیکنان است، این درگیری های مالی و مالیاتی مانند تفنگی است که به سوی توپ شلیک می شود و کسی نمی داند با یک توپ سوراخ چگونه بازی کند. هانس یواخیم ونکلر، جامعه شناس آلمانی گفته است که فوتبال در هر کشوری از مرز یک ورزش معمولی گذشته است و جنبه ملی پیدا کرده است. یک آمارگیری توسط کارخانه لوازم ورزشی

ادامه مطلب زندگی و پیدایش ... از صفحه ۱۲

و صاحبان شان، آنها را ته دره جا گذاشته اند و یا آهن های باقیمانده و غیر قابل مصرف، که از کاروانسراها و انبارها به دست می آیند. کولی ها، بابت این آهن ها یا مقدار کمی پول می پردازند و یا آنها را جمع می کنند و برای کار، به فیبله می آورند. معمولاً این آهن ها در زمان کوچ و جابجایی در جاده ها و کاروانسراها و انبارهای کارهای مکانیکی در خارج شهر به دست می آیند.

ادامه مطلب خاطرات در گذر ... از صفحه ۱۵

نمی دانم چرا ترمز دستی را کشیدم، یعنی قدرت گاز دادن و جلو رفتن نداشتم... هنوز فاصله زیادی تا سیاهی بود. پیاده شده، سراسیمه به طرف آن دویدم یا پرواز کردم. منظره مرگ و زندگی رمضون با سرعت دویدن در مغزم می دوید. نزدیک شدم... درجا خشکم زد...

بله... بیچاره رمضون خودش بود! تقریباً در کنار و به موازات جاده روی خاک ها مانند گلوله ای درهم افتاده بود. لحظه ای بی حرکت ایستادم. خودم را جمع و جور کرده و باز به طرفش دویدم و در حالی که با صدای شکسته که نمی دانم از گلویم درآمد یا فقط در مغزم پیچید با وحشت داد زدم: رمضونی... رمضونی... رمضونی... تکانی خورد و خواب آلوده جواب داد: اریاب، برو بیدارم!!!!

ادامه مطلب هشتمین جشنواره ... از صفحه ۱۶

اتومبیلرانی، آتش نشانی، راننده اتوبوس... که نشان می دهد جامعه ایران تا چه حد پیشرفت داشته و زنان ایرانی تا چه اندازه مشاغل مهم را به عنوان نخستین در اختیار دارند. جشنواره فیلم های ایرانی سافرانسیسکو، ضمن آنکه مکان ویژه یی میان فیلمسازان ایرانی سراسر دنیا باز کرده، برای سینماورها هم پایگاهی شده تا با این استعدادهای بکر و افتخار آمیز آشنا شوند و کار این جوانان مستعد ایرانی را ارج نهند. در انتها، جوایز سپنتا، که به پاس خدمات «عبدالحسین سپنتا» پدر ناطق سینمای ایران به نام او نام گذاری شده، به فیلم ها و فیلمسازان زیر اهداء شد:

Best Film: Taboo, directed by Khosro Masoumi
Best Director: Abolhasan Davoudi for Crazy Castle
Best Actor: Parviz Parastui for Today
Best Actress: Elnaz Shakerdoost for Taboo
Best Screenplay: Mitra Tabrizi for Taboo
Best Cinematography: Nader Masoumi for Taboo
Best Documentary: I Want to Be a King, directed by Mehdi Ganji
Best Short Film: The Salt Man, directed by Sajad Moosavi
Best Director for a Short Film: Hoseyn Aslabdollahi for The Wall
Best Screenplay for a Short Film: Kamiar Faroughi & Ali Zarnegar for Transcription
Best Short Documentary: My Enemy, My Brother, directed by Ann Shin
Best Actor in a Short Film: Julian Glover for Mr. Invisible
Best Actress in a Short Film: Hoda Nourizadeh for The Other One
Best Cinematography for a Short Film: Vahid Biouteh for The Salt Man
Best Music Video: Yar, directed by Amir Soleimani
Best Animation: One of Thousands, directed by Baran Mohamad Reihani

ادامه مطلب **نوشتند و پوزخند** ... از صفحه ۱۷

به تازگی عکس و تفصیلات و سخنرانی های خانم هم اضافه شده. خانم برای «اون نازنین» یک موسسه خیریه هم درست کرده و هر سال پول زیادی به این موسسه از طرف «اون نازنین» و از حقوق «اون نازنین» که حالا به ایشان رسیده اهدا می کند. خانم مرض خودنمائی هم پیدا کرده و به بهانه «اون نازنین» در مجالس سخنرانی می کند. اما متأسفانه عشق فلاپی «اون نازنین» بعد از مرگ، لکه سیاه نفرت و حسادت را از قلب

خانم پاک نکرده و در جوار عشق کاذب به «اون نازنین» به بدگوئی و آزار و اذیت اطرافیان مشغول است. من هنوز نتوانسته ام بفهمم که این عشق بعد از مرگ چگونه بوجود میاید. دوست دارم از یک روانشناس با تجربه سوال کنم و بدانم که این احساسی که در شخص بعد از مردن شوهر بوجود میاید از کجا سرچشمه می گیرد و اگر «اون نازنین» پول و پله ای به ارث نگذاشته بود بازهم «اون نازنین» یا...

ادامه مطلب **یادداشتهای بی تاریخ** ... از صفحه ۲۰

دسته آدم نمی تواند کار بکند: آدم های دزد و آدم های از خودش قوی تر. لجاج است و می خواهد حرفش را به هر قیمت به کرسی بنشاند. با انگلیسی ها روابطی ندارد. خیلی احساساتی است و زود به گریه می افتد. و من یکهو یادم افتاد که باباشمل - نشریه فکاهی سیاسی آن روزها به مدیریت مهندس رضا گنجی ای - چند کاریکاتور از او چاپ کرده و اسمش را گذاشته بود «دکتر گریه» یا چیز دیگری در همین حد و اندازه. این اولین بار بود که من دکتر مصدق را دیدم.

با آقا سید ضیاءالدین که این روزها خیلی سر و صدا می کند سخت مخالف است. او بود که جلو جنبش جمهوری را با مدرس و ملک الشعری بهار گرفته و نگذاشته که رضاشاه مثل مصطفی کمال پاشا رئیس جمهور بشود. چون می ترسیده که جمهوری رضاخان سردار سپه به یک دیکتاتوری نظامی مبدل گردد.

به در خانه که رسیدیم پدر بیوگرافی او را با چند جمله خلاصه کرد: دزد نیست، با سواد است، پدر و مادر دارد و مردم پار است. با دو

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

قرن سیزدهم در تاریخ ادب ایران است. چون اگر به دقت غزلیات و اشعار او مطالعه و بررسی شود نتیجه گیری دیگری احتمالاً حاصل نخواهد شد. تأسف در این است که این شاعر و عارف بزرگوار از شهرت و معروفیت و محبوبیتی که حقا باید نصیبش می شد محروم مانده است. این غزل زیبا، عاشقانه و عارفانه از سوز دل و در کمال سادگی و ظرافت سروده شده است.

اندوه تو شد وارد کاشانه ام امشب

مهمان عزیز آمده در خانه ام امشب
صد شکر خدا را که نشسته است به شادی
گنج غمت اندر دل ویرانه ام امشب
ترسم که سرکوی تو را سیل بگیرد
ای بی خبر از گریه مستانه ام امشب
یک جرعه آن مست کند هر دو جهان را
چیزی که لب ریخت به پیمانه ام امشب
از من بگریزید که می خوردم ام امروز
با من منبشید که دیوانه ام امشب
بی حاصلم از عمر گرنامه به فروغی»
گر جان برود در پی جانانه ام امشب

فروغی شاعری را از اوان جوانی در مکتب حافظ آموخت. در کار غزل که حافظ استاد غزلسرایان جهان است از او الهام گرفت. کارآموزی در مکتب حافظ منحصر به استفاده از سبک و نظام شعری حافظ نبود. فروغی عمیقاً مجذوب اندیشه و افکار صوفیانه و عارفانه و عاشقانه حافظ شد و دل در گرو عشق او باخت. به راه عرفان ایرانی رفت و با شرکت در محافل عرفانی و حشر و نشر با عرفا و سوختگان طریقت در جرگه عرفای زمان وارد شد. افکار و اندیشه های عارفانه اش را که جذبه و شوق ملامال است در قالب

بیش از ۷۰ درصد مردم در زمان قاجاریه کشاورز بودند که برای تهیه لقمه نانی در زمین های اربابی، از صبح تا شام، تحت سخت ترین شرایط کار می کردند، مدرسه نرفته بودند و حتی الفبای زبان فارسی را نیز نیاموخته بودند. بقیه نیز به کار صنعتگری، کسب و کار یا خدمت ملاها، ارباب و تجار اشتغال داشتند و از سواد خواندن و نوشتن اکثراً بی بهره. هیچ یک از این طبقات ذکر شده از کشاورز فقیر و سخت کوش تا ارباب و تاجر و ملا علقه ای به شعر و ادب نداشتند. تنها کسانی که به دلیل تفریح، خاطر، آرامش و لذت روحی خریدار شعر و ادب بودند، پادشاهان و درباریان بودند و شعری درجه یک نیز به خاطر گذران معاش به ناچار می بایست در خدمت ایشان باشند، در مدح ایشان شعر بگویند به امید اینکه صلح و پاداشی دریافت کنند و از این راه ارتزاق نمایند. ثانیاً اگر در تاریخ ادب ایران بررسی کنیم، می بینیم که تقریباً تمام شعری بزرگ ایران، از رودکی گرفته تا فردوسی، نظامی، سعدی، حافظ و سایرین، همیشه در کنار خلق شاهکارهای ادبی شان تعدادی قصیده و اشعار متملقانه و مدح آمیز در مدح پادشاهان و امرای مملکت گفته اند تا از این طریق زندگی کنند. مسلم است که طبقه کشاورز و کسبه که از نعمت سواد خواندن و نوشتن هم محروم بودند در آن زمان ها پولی و یا صلح ای به شعرا به عنوان قدرشناسی از اشعارشان نمی پرداختند. با توجه به این واقعیت های تاریخی تردیدی نیست که فروغی بسطامی یکی از بزرگترین شعرا و غزلسرایان عرفانی

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

البته ترجمه عربی نامه به فارسی است. علی به مالک می نویسد: شعار قلبت در حق به مردم، دوستی آنان و ملاطفت در حق شان قرارداد. برای رعیت، چون حیوان درنده مباش (قابل توجه حزب الهی های مقیم تهران، که خوردنشان را غنیمت بشماری زیرا رعیت بر دو گروهند. با برادرانت در دین و با هموعانت در آفرینش هستند و بعد دستور می دهد - حال که حاکم شده ای مگو اکنون بر آنها سلطنت دارم و باید فرمان من را اطاعت کنند (قابل توجه ولی فقیه) و بعد سفارش می کند که با مردم به انصاف رفتار کن و بعد به مالک هشدار می دهد - اگر با انصاف عمل نکنی ستمگر خواهی شد و ستمگر در حکم دشمن خدا می باشد.

و شما خواننده گرامی در سرتاسر این نامه می بینید که سرتاسر و خط به خط نامه علی توصیه های اکید به مالک اشتر است که ای مالک اینگونه باش و اینگونه رفتار کن و این گونه سخن بگو و این گونه خودت را بساز و این گونه با مردم رفتار کن و ظلم نکن و مردم را ناراضی نکن و تندروی نکن و وفای خود را به عهد نشکن و خون نریز. آیا گردانندگان جمهوری ننگین اسلامی و مدعیان پیرو علی حتی یکی از این سفارشهای علی را به جای آورده اند و یا حتی در منبرهایشان نامی از مالک اشتر می برند؟! چرا که آبروی نداشته شان بیشتر بر باد می رود.

ادامه مطلب **یک ایرانی** ... از صفحه ۲۹

سخنرانی خود در مورد جنگ جهانی آب در جزیره کیش به سرگذشت تحقیقاتی خود و اتفاقاتی که منجر به علاقمندی او به نظریه بازی ها و تلفیق آن با علوم آب شده است توضیح داد. این محقق ۲۴ ساله در سال ۲۰۱۲ نیز توسط انجمن مهندسان عمران آمریکا به عنوان یکی از ده «چهره جدید مهندسی عمران» انتخاب شده بود.

عنوان دانشمند جوان تنها در صورتی قابل احراز است که سن محقق از ۳۵ سال کمتر باشد و بیشتر از هفت سال از اخذ آخرین مدرک تحصیلی اش نگذشته باشد. این اتحادیه در آخرین بیانیه خود اعلام کرده است که شرط سنی خود را برای این جایزه از سال دیگر حذف خواهد کرد. این جوایز طی مراسمی در نشست سالانه این اتحادیه در فروردین ماه سال آینده در وین اهدا خواهند شد.

چشم گریان را به طوفان بلا خواهم سپرد
نوک مژگان را به خونا ب جگر خواهم گرفت
نعره ها خواهم زد و در بحر و برخواهم فتاد
شعله ها خواهم شد و در خشک و تر خواهم گرفت
انتقامم را ز زلفش مو به مو خواهم کشید
آرزویم را ز لعش سر به سر خواهم گرفت
یا به زندان فراقش بی نشان خواهم شدن
یا گریبان وصلانش بی خبر خواهم گرفت
یا سراپای مرا در خاک و خون خواهد کشید
یا بر و دوش و را در سیم و زر خواهم گرفت
گر فروغی، ماه من برقع ز رو خواهد فکند
صد هزاران عیب بر شمس و قمر خواهم گرفت

ادامه مطلب از این پرده ... از صفحه ۶

از معانی در پس پشت هر واژه پنهان است که ریشه در تلمیحات و رمزهای اساطیری و حماسی ایران باستان دارد که در اصل روایت های کهن ایران باستانی آن آورده شده است. از این روست که این کتاب می تواند نه تنها برای شاهنامه پژوهان، که برای دستداران شاهنامه و دلبستگان فرهنگ ملی ایران سودمند و روشنگر باشد.

برگردان عربی شاهنامه از فتح بن علی بنداری اصفهانی در اوایل قرن هفتم، که قدیم ترین ترجمه از شاهنامه است همراه با برگردان منظوم انگلیسی برادران وارنر، فهرست واژه های گزارش شده، فهرست واژه های فارسی باستان، اوستایی، پهلوی اشکانی، ساسانی و ... فهرست واژه های عربی، فهرست نام مکان و کسان، بیت یاب و کتابنامه از بخش های دیگر این کتاب اند.

حرف آخر این که مهربی بهفر، این ایران دخت ما، با همت والا و دانش و دانایی خود، نه تنها تصحیح انتقادی جامع جدیدی از نخستین دفتر از کتاب ارجمند ملی ما به دست داده که کار فهم معانی دشوار آن را بر ما آسان کرده است.

ادامه مطلب بیمه بهداشتی ... از صفحه ۱۴

گزینه های پوشش مختلفی Covered California بر نامه های با چهار طرح پوشش ارائه می دهد:

Platinum، Bronze، Silver، Gold در هر یک از این طرح ها، شرکت بیمه درمانی درصدی از هزینه های سالیانه مراقبت های بهداشتی و درمانی شما را پرداخت می کند. مزایای ارائه شده در هر یک از این طرح ها بدون توجه به شرکت بیمه ای که انتخاب می کنید یکسان خواهد بود. برای انتخاب طرح مناسب می توانید هزینه ها را با هم

طرح های مختلف	فرانشیز سالیانه	شرکت بیمه پرداخت می کند	شما پرداخت می کنید
Bronze	\$۵,۰۰۰	۶۰ درصد	۴۰ درصد
Silver	\$۲,۰۰۰	۷۰ درصد	۳۰ درصد
Gold	\$۰	۸۰ درصد	۲۰ درصد
Platinum	\$۰	۹۰ درصد	۱۰ درصد

کردند که به فردجان باز آمده است.» بنابراین روایت گویا در زمان پادشاهی کواد «قباد» پدر انوشیروان به صوابدید مزدک که در پی یک فرورم مذهبی بود، از تعداد آتشکده ها کاسته شد و برخی در برخی دیگر ادغام کردند و آتشکده آذر گشنسپ کهن را که در محلی بنام برزه واقع بود و شاید به مناسبت زمین لرزه که در این ناحیه فراوان است آتش خودسوز آن رو به خاموشی بود، به ناحیه ماجشنسف که تحریفی از شکل عربی شده ماء جشنسف «= آبان گشنسپ» است آوردند و آن دو آتش را بهم درآمیختند. یکی از آتشکده ها از گاز نفت میسوخته است که ذکری از آن بصورت آتش سفید رفته است و دیگری نفت سوز بوده است که آتشی سرخ رنگ

ادامه مطلب چشم اندازی ... از صفحه ۱۷

تا راهشان را باز کنند که در این راه بستن ها و آواز خواندن و لطیفه گفتن ها، پسران و دختران جوان احساسات قلبی خود را به همدیگر نشان می دادند.

بازی دیگر (زافرا بازی) می باشد که در این بازی نیز پسران و دختران جوان دست در دست هم حلقه بزرگی را تشکیل می دهند بطوری که هر چه تعداد جوانان بیشتر باشند دایره بزرگتر می شود. در این باز برعکس بازی قبل دایره حرکت نمی کند بلکه در جای خود ثابت می ماند. ترتیب بازی طوری است که یک پسر یا دختر تنها در وسط دایره می ایستند و یک نفر از افراد دایره را دعوت می کند تا او را بگیرد (از جنس مخالف) و در حین فرار از زیر دستان جوانان دایره به داخل و خارج دایره می گردند. بعد از اینکه توسط تعقیب کننده دستگیر شد به جمع دستان دایره برمی پیوندند، اینبار فرد تعقیب کننده در وسط دایره ایستاده و دختر یا پسر دیگری را از جمع دایره، دعوت به تعقیب خود می کند.

در حین این بازی گاهی دختران یا پسران بیش از یک بار از همدیگر دعوت به تعقیب یکدیگر می کنند و با این تکرار دعوت، احساسات و تمایلات پاک خود را به همدیگر می فهمانند. چنین بازیهای ریشه در آداب و رسوم و فولکلر آشوری دارد و نیاکان ما چنین بازی هایی را جهت تقویت حس تعاون و همدستی و همکاری و همدلی بین جوامع قومی خود ابداع و مرسوم کرده اند.

حسن و نیت بازی

در حین عبور زوجها از زیر طاق دستان ناگهان یکی از زوجها دستان خود را پایین آورده و راه زوج در حین عبور را می بندند و از آنها می خواهند آوازی خوانده یا لطیفه ای بگویند

ادامه مطلب آذر گشنسپ ... از صفحه ۵

چنین آورده است: «در این روستا دهکده ای است به نام فردجان و در آن آتشکده ای کهن است و آن یکی از آتش هایی است که مجوسیان در حق آن غلو کرده اند چونان آتش آذرخره و آتش جمشید و این نخستین آتش است و آتش ماجشنسف و این آتش کیخسرو است. مجوسیان درباره این سه آتش غلو کردند و سخنان خرد پذیر نبود... آذرچشنسف آتش کیخسرو در آذربایجان بود. انوشیروان آن را به شیز آورد... از آن آتش ها که مجوسیان درباره آن غلو کردند، آتش آذرچشنسف فراهان است. متوکل گوید: یکی از مجوسیان که آن را دیده بود مرا حکایت کرد که چون مزدک بر قباد پیروز شد گفت وظیفه آنست که تو همه آتش ها را باطل کنی مگر سه آتش اولین را. قباد این کار بکرد. همچنین آن مجوسی گفت: آتش آذرچشنسف بیرون آمد تا در آذربایجان به ماجشنسف رسید و با آن آمیخته گشت و هرگاه آن را افروختندی، آتش آذرچشنسف سرخ پیدا و ظاهر گشتی و آتش ماجشنسف سفید. چون مزدک را بکشند دیگر باره مردم آتش ها را به جاهای خود بازگردانیدند. آتش آذرچشنسف را در آذربایجان نیافتند، پیوسته آن را بجستند و بر اثرش همی رفتند تا معلوم

این مراسم بصورت مختلط برگزار می گردد که در سالهای بعد از انقلاب اسلامی ایران با هماهنگی های بعمل آمده توسط انجمن های آشوری ایرانی و مسئولین استانی خصوصا نیروهای انتظامی منطقه همکاری های شایسته ای بعمل می آید تا اینگونه جشنواره ها در کمال آرامش برگزار گردند.

سرگرمی های سالم آشوریهایی روستای آده (آده)

پسران و دختران هنگام غروب آفتاب و پس از انجام کار روزانه به میدان روستا می آمدند و با انواع بازیهای ساده و سالم به تفریح می پرداختند و ضمن آشنائی با میهمانان رفع خستگی می نمودند. از بازیهای معمول و دسته جمعی یکی (دروازه دروازه) است که در این بازی یک پسر و یک دختر دست در دست، دستان خود را بالا و بصورت طاق در می آورند و سایر زوجها هم همینطور، بصورتی که ردیف طولی را تشکیل می دهند ولی یک پسر در اول ردیف طاق دستان بدون زوج دختر می ماند. سپس پسر تنها، دست دختر طاق اول را می گیرد و به همراه خود از زیر دستان طاق شده زوجها عبور می کنند تا طاق آخر را بسازند و همینطور پسر تنها شده این عمل را با دختر طاق بعدی تکرار می کند. در نتیجه تدریجا به جلو حرکت می کنند.

حسن و نیت بازی

در حین عبور زوجها از زیر طاق دستان ناگهان یکی از زوجها دستان خود را پایین آورده و راه زوج در حین عبور را می بندند و از آنها می خواهند آوازی خوانده یا لطیفه ای بگویند

پس انوشیروان گفت مرا دست نمی دهد که آتش آذرچشنسف و آتش برکه که به سیلان نقل کنم تا این هر سه آتش یک جا جمع شوند، فاما من آتش آذرچشنسف به آتش برکه نقل کنم تا هر دو ملک یکدیگر را معاودت می کنند... و متوکل چنین گوید که یکی از مجوس که آتش آذرچشنسف دیده بود مرا حدیث کرد و گفت که چون مزدک بر قباد غلبه کرد، قباد را گفت وظیفه چنان است که تو این آتش ها را باطل گردانی الا سه آتش را و این دیگر آتش را به نزدیک نقل کنی و همچنین مجوسی روایت کرد که آتش آذرچشنسف از آتشکده بیرون آمد و به آتش ماجشنسف به آذربایجان متصل شد و بدان آمیخته شد و چون او را بر می افروختند آتش آذرچشنسف سرخ پیدا و ظاهر می گشت و آتش ماجشنسف سفید و این گاهی بود که پیه را در آن می انداختند و راوی می گوید که چون مزدک را بکشند دیگر باره مردم آتش ها را بجای خود نقل کردند و آتش آذرچشنسف به آذربایجان نیافتند و همه اوقات تفحص حال آن می نمودند و برابر آن می رفتند تا معلوم کردند که آن به مزدجان مراجعت کرده است و باز گردیده... خود ابن الفقیه در مختصر البلدان در این باره



Caroline Nasser
Accident Lawyer

Beginning in 2016, the Affordable Care Act (ACA) requires certain employers to report health coverage information to the IRS and to furnish a statement about health coverage to their employees on an annual basis. The IRS will use the information to enforce the ACA's "shared responsibility" provisions (sometimes referred to as the individual and employer mandates) and to administer premium tax credits. The reporting requirements differ based on the size of the employer and the type of coverage the employer sponsors.

Deadlines: For the 2015 calendar year, the forms must be filed with the IRS no later than February 29, 2016 (or March 31, 2016, if filed electronically). However, you must furnish a copy to your employees (and certain other non-employees) by February 1, 2016 (usually January 31, but in 2016, January 31 is a Sunday).

Glossary: A number of factors must be considered when determining whether you are subject to these reporting requirements, including whether you are part of a controlled group and the type of coverage that you provide. Here we define some key terms:

Controlled Groups: A group of employers treated as a single employer under section 414(b), (c), (m) or (o) of the Internal Revenue Code are counted as a single employer to determine whether together they employed 50 or more full-time and FTE employees in the prior calendar year. However, each individual employer is required to separately report with respect to its common law employees.

Fully Insured Coverage: Generally, the insurance company assumes the health insurance risk. Most small to mid-size employers offer fully insured health plans.

Self-insured Coverage: Generally, the employer assumes the risk and

ACA Reporting: What You Need to Do to Comply

pays participants' claims out of its general assets or a trust.

Small Employers (Fully Insured):
Who handles reporting?
Your insurer.

If you offer a fully insured health plan and had less than 50 full-time and full-time equivalent (FTE) employees in the 2014 calendar year (or during a shorter transition period for 2014), you are not required to file these forms. Your insurer is responsible for filing the required forms with the IRS and furnishing a statement to your employees.

Small Employers (Self-Insured):
Who handles reporting?
The employer.

Generally, if you had fewer than 50 full-time and FTE employees in the 2014 calendar year and have a self-insured health plan, you must complete and furnish Forms 1095-B to the enrolled individuals and file Forms 1095-B and 1094-B (transmittal) with the IRS.

What to report on Form 1095-B:

Part I: The individual's name, Social Security Number (SSN) or date of birth if the SSN is unavailable, and address, and a letter identifying that the coverage is employer-sponsored coverage;

Part III: Your company's name, employer identification number (EIN), address, and phone number;

Part IV: Each covered individual's (including the employee and his or her spouse and/or dependents) name, SSN or date of birth (if SSN is unavailable), and the months he or she was covered by the plan for at least one day.

Note: Employers reporting self-insured coverage do not complete Part II of the 1095-B.

Small Employers (No Insurance):
Who handles reporting?
Reporting is not required.

Generally, if you had fewer than 50 full-time and FTE employees in the 2014 calendar year and don't offer health coverage, you are not subject to these reporting requirements.

Large Employers (Fully Insured):
Who handles reporting?

The employer and the insurer.
Generally, if you had 50 or more full-time and FTE employees in the 2014 calendar year and offer fully insured health coverage, you must complete

and file Forms 1095-C and 1094-C.

Forms: Complete and furnish Form 1095-C (Parts I and II completed) to full-time employees and file Forms 1094-C and 1095-C with the IRS. Do not complete Part III of the 1095-C; the insurer will report the coverage information on Forms 1094-B and 1095-B. You must furnish and file a 1095-C for each employee who was a full-time employee (30 or more hours on average per week) for any month of the calendar year.

What to report on Form 1095-C:

♦Employee's name, SSN, and address;

♦Employer's name, EIN, telephone number, and address;

♦For each month, a code indicating whether coverage was offered and to whom it was offered (e.g., employee only; employee and dependents);

♦The employee's share of the monthly premium for the lowest cost self-only coverage (in certain cases, this line can be left blank);

♦For each month, a code indicating that a 4980H safe harbor or other situation applied (e.g., the employee enrolled in coverage or was not a full-time employee).

Large Employers (Self-Insured):
Who handles reporting?

The employer.
Generally, if you had 50 or more full-time and FTE employees in the 2014 calendar year and offer self-insured health coverage, you must complete and file Forms 1095-C and 1094-C.

Forms: Complete and furnish Form 1095-C to full-time employees (whether or not enrolled in coverage) and any part-time employees (or certain other non-employees, such as retirees) enrolled in coverage and complete and file Forms 1095-C and 1094-C with the IRS.

♦For full-time employees not enrolled in the self-insured coverage for any months of the year, only complete Parts I and II of Form 1095-C.

♦For full-time employees enrolled in the self-insured coverage for any months of the year, complete Parts I, II, and III.

For part-time employees and other enrolled non-employees (such as retirees who were not full-time employees for any part of the year), complete Part I, line 14 of Part II, and Part III.



What to report:

See the **Large Employers (Fully Insured)** section above for data elements required. For Part III, report each covered individual's (such as the employee and his or her spouse and/or dependents) name, SSN or date of birth (if SSN is unavailable), and the months he or she was covered by the plan for at least one day.

Large Employers (No Coverage):
Who handles reporting?

The employer.
Generally, if you had 50 or more full-time and FTE employees in the 2014 calendar year and don't offer health coverage, you must complete and file Forms 1095-C and 1094-C.

Forms: Complete and furnish Form 1095-C, Parts I and II to full-time employees and complete and file Forms 1095-C and 1094-C with the IRS. You must file a 1095-C for each employee who was a full-time employee for any month of the calendar year.

How to Prepare:

If your company is subject to these reporting requirements, start gathering necessary data in order to meet the applicable deadlines. If you file late, you may be subject to a penalty up to \$250 per form (\$500 if both the forms issued to the individual and to the IRS are late).

Note: ADP can provide you with the payroll data available in RUN Powered by ADP® (RUN). You will need to work with your insurance carrier, benefits administrator, or broker to obtain the health insurance information needed to complete the forms. Also, consider how you will communicate information about the new form to employees. Because employees will receive the form for the first time in January 2016, consider letting employees know that they will need to use the information to prepare their 2015 tax return. If your insurer is responsible for providing the forms, consider coordinating your communication strategy with your insurer.

Continued from Page 60

Petry can....

The ECHR made it clear that the law should not prohibit expression of views hostile to Christianity, but rather should only control the manner in which these views are advocated: "It is not blasphemous to speak or publish opinions hostile to the Christian religion, or to deny the existence of God, if the publication is couched in decent and temperate language. The test to be applied is as to the manner in which the doctrines are advocated and not to the substance of the doctrines themselves."

Hence, even if the content of the poems are hostile to the sacred of Islam, as long as it is expressed in a decent and temperate language, it cannot be considered insult and a limitation to freedom of expression under international human rights law.

The Iran Context

"Insulting the religious sanctities", one of the most common charges used against journalists and activists in Iran, including activists who use art as part of their campaigns, is referred to in Article 513 of Iran's Penal Code. According to the article, "Whoever insults the sacred of Islam or any of the Prophets or the Imams, or Fatimah, if the insult contains sabb [insulting the prophet Mohammad], he or she will be sentenced to execution, or else be punished with between one to five years of imprisonment."

Although the prohibition of insult does not go against international human rights law per se, since Iran's judiciary does not acknowledge the distinction between insult and criticism, judges have not only made the article problematic under Iranian law, but they have also used the provision to suppress dissent to the extent that, on a number of occasions, the

Continued from Page 59

Petry can....

- ♦California is known variously as The Land of Milk and Honey, The El Dorado State, The Golden State, and The Grape State.
- ♦There are more than 300,000 tons of grapes grown in California annually.
- ♦California produces more than 17 million gallons of wine each year.
- ♦The redwood is the official state tree. Some of the giant redwoods in Sequoia National Park are more than 2,000 years old.
- ♦The California poppy is the official state flower. The California grizzly bear (*Ursus californicus*) is

smallest criticism of a state's policy or a discriminatory law has been considered an insult to the religious sanctities. Moreover, since the scope of religious sanctities has not specifically been defined within Iran's Penal Code, judges have allowed themselves such wide discretion to include any criticism of the state's policy or a discriminatory law as an insult to the religious sanctities of Islam.

But Ambeyi Ligabo, the United Nations special rapporteur on freedom of opinion and expression, has said that "prison terms and floggings are clearly disproportionate punishments for abuse of freedom of expression." Under international human rights law, the punishment Iran's penal code metes out for insulting Islam cannot be justified based on the necessity and proportionality element required by international human rights law.

Even if Iran's judges can argue successfully that the writing of Fatemeh Ekhtesari and Mehdi Moosavi insults Islam, they cannot, under international human rights law, hand down such harsh sentences. Even if their poems are against the religious sanctities of Islam, if these poems are not expressed in a manner of hostility, and there is no evidence that they are, they cannot be considered as insult, yet alone receive such harsh punishments.

But this is nothing new, and Iran's judicial authorities are well known for ignoring parts of international human rights law when it suits them, despite being signatories to these frameworks and mechanisms. This is not the first time the charge of insulting religious sanctities has been used to suppress freedom of expression in Iran and, until Iranian judges apply the important distinction between criticism and insult, it will not be the last.

the official state animal.

- ♦California holds two of the top ten most populous cities: Los Angeles and San Diego.
- ♦Fresno proclaims itself the Raisin Capital of the World.
- ♦The highest and lowest points in the continental United States are within 100 miles of one another. Mount Whitney measures 14,495 feet and Bad Water in Death Valley is 282 feet below sea level.
- ♦Castroville is known as the Artichoke Capital of the World. In 1947 a young woman named Norma Jean was crowned Castroville's first Artichoke Queen. She went on to become actress Marilyn Monroe.

Real Estate Roundup: Bay Area Suburbs See Fall Home Sales Spike

Here's a look at recent news of interest to homebuyers, home sellers, and the home-curious.

HOME SALES RISE IN INLAND BAY AREA COUNTIES

Bay Area home sales were on the uptick in suburban counties in September, as more buyers looked inland to lock in a purchase in a region where demand for housing far outstrips supply.

Citing data from CoreLogic, the San Jose Mercury News reports that existing home sales in Napa County increased by 22.3 percent on an annual basis in September, the highest rate of growth in the Bay Area. Home sales were also up by double-digit percentage points in Solano (21.9 percent) and Contra Costa (20 percent) counties. Home grew more moderately in Marin, Santa Clara, and Alameda counties and declined in San Francisco, San Mateo, and Sonoma counties.

The significant sales spikes in inland regions made for the busiest September in the Bay Area since 2009. "We continue to see the spillover effect where people have been priced out of coastal areas closer to their jobs and are moving further east and north," CoreLogic Research Analyst Andrew LePage said.

CALIFORNIA EQUITY SALES CLIMB TO EIGHT-YEAR HIGH

Homeowners in the aforementioned Bay Area cities are helping drive up the number of equity sales across the state, while distressed transactions are moving in the opposite direction.

In a recent report, the California Association of Realtors says that equity sales accounted for 94.1 percent of all transactions in September, up from 91.3 percent one year ago and the highest since the fall of 2007. Distressed property sales, including short sales and REOs, dropped on a yearly basis, from 8.7 percent in 2014 to 5.9 percent this year.

San Mateo County had the second-fewest distressed sales in the state, at 1.0 percent, followed by San Francisco and Santa Clara counties, both at 1.3 percent. Mendocino County boasted the state's lowest rate of distressed sales, putting up a goose egg.

Be not afraid of life. Believe that life is worth living, and your belief will help create the fact.

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

Pezhvak of Persia

(408) 221-8624



California Facts

- ♦ California's Mount Whitney measures as the highest peak in the lower 48 states. Its most famous climb is Mount Whitney Trail to the 14,495 feet summit. Wilderness permits are required.
- ♦ In 1925 a giant sequoia located in California's Kings Canyon National Park was named the nation's national Christmas tree.
- ♦ More turkeys are raised in California than in any other state in the United States.
- ♦ Pacific Park, on the venerable Santa Monica Pier, re-creates the amusement parks once dotting the ocean areas along the Pacific Coast. Featured are 11 amusement rides including the 1910-vintage hand-carved merry-go-round appearing in the movie "The Sting."
- ♦ Alpine County is the eighth smallest of California's 58 counties. It has no high school, ATMs, dentists, banks, or traffic lights.
- ♦ Fallbrook is known as the Avocado Capital of the World and hosts an annual Avocado Festival. More avocados are grown in the region than any other county in the nation.
- ♦ In the late 1850s, Kennedy Mine, located in Jackson, served as one of the richest gold mines in the world and the deepest mine in North America.
- ♦ An animal called the riparian brush rabbit calls Caswell Memorial State Park (near Manteca) its home. Endemic only to the state's park system, the critter lives in approximately 255 acres stretching along the area's once-vast hardwood forest.
- ♦ In city of Pacific Grove, there is a law on the books declaring the molestation of monarch butterflies to be illegal.
- ♦ The largest three-day rodeo in the United States is held on the Tehama County Fairgrounds in Red Bluff.
- ♦ Demonstrations on making toothpaste from orange by-products were popular attractions at the Los Angeles County fair in 1922. The fair is held in Pomona.
- ♦ Located in Sacramento, the California State Railroad Museum is the largest museum of its kind in North America.
- ♦ Several celebrities are buried at Hillside Cemetery in Culver City. Included gravesites are those of Al

- Jolson, George Jessel, Eddie Cantor, Jack Benny, and Percy Faith.
- ♦ California Caverns claims the distinction of being the most extensive system of caverns and passageways in the Mother Lode region of the state.
- ♦ Totalling nearly three million acres, San Bernardino County is the largest county in the country.

- ♦ Inyo National Forest is home to the bristle cone pine, the oldest living species. Some of the gnarled trees are thought to be over 4,600 years old.
- ♦ San Francisco Bay is considered the world's largest landlocked harbor.
- ♦ Sequoia National Park contains the largest living tree. Its trunk is 102 feet in circumference.



In 1925 a giant sequoia located in California's Kings Canyon National Park was named the nation's national Christmas tree.

- ♦ On Catalina Island in 1926, American author Zane Grey built a pueblo-style home on the hillside overlooking Avalon Bay. He spent much of his later life in Avalon. The home is now a hotel.
- ♦ Klamath Basin National Wildlife Refuge contains the largest winter population of bald eagles in the continental United States.
- ♦ Author Richard Dana (1851-1882) wrote the novel "Two Years Before the Mast." He inspired the name for the beach community of Dana Point.
- ♦ In Atwater the Castle Air Museum has the largest display of military aircraft in the state.
- ♦ The Country Store in Baker has sold more winning California State Lottery tickets than any outlet in the state.
- ♦ Reputed to be the most corrupt politician in Fresno County history, Vice-leader Joseph Spinney was mayor for only ten minutes.
- ♦ The Hollywood Bowl is the world's largest outdoor amphitheater.
- ♦ The first person to personally receive a star on the Walk of Fame in Hollywood was actress Joanne Woodward. She received it in 1960.
- ♦ Death Valley is recognized as the hottest, driest place in the United States. It isn't uncommon for the summer temperatures to reach more than 115 degrees.
- ♦ The first motion picture theater opened in Los Angeles on April 2, 1902.
- ♦ Yorba Linda is home to the Richard Nixon Library.
- ♦ The Coachella Valley is nicknamed The Date Capital of the world and The Playground of Presidents.
- ♦ One out of every eight United States residents lives in California.
- ♦ California is the first state to ever reach a trillion dollar economy in gross state product.
- ♦ California has the largest economy in the states of the union.
- ♦ If California's economic size were measured by itself to other countries, it would rank the 7th largest economy in the world.
- ♦ Los Angeles is ranked the fourth largest economy in the United States compared to other states.
- ♦ Simi Valley is the home of the Ronald Reagan Presidential Library and Museum.
- ♦ It is estimated there are approximately 500,000 detectable seismic tremors in California annually.
- ♦ During his engagement at the Fillmore West in San Francisco, Otis Redding stayed on a houseboat in Sausalito. While there he wrote his last song and greatest hit: "The Dock of the Bay."
- ♦ The state motto is Eureka!, a Greek word translated "I have found it!" The motto was adopted in 1849 and alludes to the discovery of gold in the Sierra Nevada.

Continued on Page 58



ارتش آمریکا استخدام می کند!

به عنوان مترجم با حقوق و مزایای بسیار عالی به ارتش آمریکا بپیوندید!



Earn your *Citizenship* within six to eight months

Sergeant Danny Acevedo
(559)-270-0403

Poetry can be a Crime in Iran

On October 12, a Revolutionary Court judge handed down heavy prison sentences to two poets, sending a clear message that the Iranian regime has no intention of easing up on its repressive



treatment of dissenting voices. Taking advantage of vague laws and deliberately refusing to contextualize some forms of free speech and artistic expression, these judges are building on an already hostile climate for open debate in Iran. Judge Moghiseh, well known for being behind some of Iran's harshest sentences in Iran, handed down the sentences in Branch 28 of Tehran's Revolutionary Court. He sentenced the poets, Fatemeh Ekhtesari and Mehdi Moosavi, to 11 years and six months in prison and nine years and six months in prison respectively. Both poets were also sentenced to receive 99 lashes.

Ekhtesari was given a seven-year prison sentence for insulting the sacred, three years for publishing unauthorized content online and one and a half years for propaganda against the state. Moosavi was sentenced to six years in prison for insulting the sacred, and a further three years for possessing tear gas and keeping it at his residence. Both were given flogging sentences for shaking hands with a na-mahram, or stranger of the opposite sex. Although there is no law that says it is illegal for unrelated men and women to shake hands, some judges have deliberately and arbitrarily interpreted aspects of Iranian law (specifically, Articles 637 and 638) so that outspoken individuals can be punished on these grounds.

Amir Raeesian, Ekhtesari and Moosavi's lawyer, has challenged the verdict: "Nowhere in their poetry are there any words or subject [matter] that could represent insulting the sacred. All books by these two poets were published with permits issued by the Ministry of Culture and Islamic Guidance." Raeesian also challenged the charge against Moosavi of possessing

tear gas, stating that his client owned a self-defense spray and had obtained the required permit to keep it at his house. He further challenged Ekhtesari being charged with "propaganda against the state," stating that there was no evidence for the charge.

Hardliner media have attacked both poets in the past, particularly because Shahin Najafi, the controversial Iranian singer/rapper based in Germany who received a death fatwa in 2012, has included their poems in his musical repertoire. Various religious reformers, including Mohsen Kadivar and Hassan Yousefi Eshkevari, have challenged the death fatwa against Shahin Najafi. In an open letter, they argued that even though there can be restrictions on insulting religious sanctities under international human rights law on grounds of hate speech, as stipulated in Article 20 of the International Covenant in Civil and Political Rights, punishment for it should be in line with international human rights law when incorporated into domestic law, something Iranian judicial authorities have failed to do.

The Right to Insult?

So is there such a thing as the right to insult under International Human Rights Law?

The right to freedom of expression is among the most controversial of human rights, not only under Iranian and Islamic law, but also under international human rights law. Controversies over cartoons published by French satirical magazine Charlie Hebdo (spanning nearly a decade, from 2006 to 2015), the cartoons satirizing the Prophet Muhammad published in Danish newspaper Jyllands-Posten (2005), and the anti-Islam short film The Innocence of Muslims (the film was controversial when released in 2012, and generated fresh controversy in 2015) have led to some of the most heated and divisive debates over the right to freedom of expression in recent years. Because the depictions of the Prophet Muhammad and Islam in these and other artistic or journalistic contexts have been regarded by many to be offensive, governments, pressure groups and individuals have placed them at the center of the debate over the limits of free expression. The United

Nations Human Rights Committee and the European Court of Human Rights (ECHR) have both dealt with numerous cases in this regard.

The right to freedom of expression is not absolute under international human rights law. According to Article 19 (3) of the International Covenant on Civil and Political Rights, it can be restricted if it breaches the rights and reputation of others, poses a threat to "public order, or to public health or morals," or to national security, or if it constitutes hate speech or pro-war propaganda. As a result, a right to insult does not exist under international human rights law, contrary to arguments set out by some campaigners.

But it is important to differentiate between insult and criticism. Not only is criticism permitted in democratic societies, but is also considered to be a necessary part of protecting and ensuring the sustainability of healthy democracies. As Karim Hashemi points out in his book Religious Legal Traditions, International Human Rights Law and Muslim States, under international human rights law, criticism is distinguished from insult by assessing the

way in which the criticism is delivered and not by assessing its content. This is well demonstrated in the case of Wingrove v. the United Kingdom. In 1996, British authorities refused to grant a distribution certificate for a video produced by Nigel Wingrove's horror film company. The British Board of Film Classification denied the certificate for the video Visions of Ecstasy, which depicted a crucified Jesus Christ engaging in sexual acts, on grounds that it was blasphemous. Wingrove appealed to the ECHR, which ruled in favour of the UK, stating that it did not consider the denial of the distribution certificate a breach of the applicant's right to freedom of expression. "Blasphemy by its very nature has no precise legal definition," the ruling stated "National authorities must be afforded a degree of flexibility in assessing whether particular facts fall within the definition," the ECHR reasoned. "Because there is no attempt, in the Board's view, to explore the meaning of the imagery beyond engaging the viewer in a voyeuristic erotic experience, the Board considers that the public distribution of such a video work would outrage and insult the feelings of believing Christians..."

Continued on Page 58

EVER WONDERED
How to Find Local Iranian Businesses?

**EVENTS
BUSINESS DIRECTORY
CLASSIFIED ADS**

☎ (669) 232-2292
✉ info@irany.com

Own a Business? List your business at irany.com
USE Coupon **freemonth** for a free month listing.

رستوران سنتی ساقی

با بیش از ۱۵ سال سابقه، با افتخار از شما پذیرایی می کند!

عروسی ها، جشن ها و میهمانی های خصوصی خود را در سالن مجلل رستوران ساقی همراه با پذیرایی کامل با انواع غذاها و دسرهای لذیذ ایرانی برگزار کنید.

رستوران ساقی مجهز به کادر ورزیده **کیتترینگ**،
به جشنها و میهمانی های شما جلوه بیشتری می دهد!

کیتترینگ برای هفتاد نفر به بالا،

یک بره کامل، بطور رایگان، مهمان ما باشید!

نان تازه تافتون با کباب داغ

شش روز هفته نهار را با انواع غذاهای خوشمزه در رستوران ساقی میل کنید



Catering Saaghi

Let us prepare our delicious food at your location so you can focus on your guests.

بوفه کامل ۱۰,۹۹ 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