

زیر گردون آدم آدم را خورد
ملتی بر ملتی دیگر چرد
دستمزد او به دست دیگران
ماهی رودش به شست دیگران
کوه و دریا و غروب آفتاب
من خدا را دیدم آنجا بی حجاب
"اقبال لاهوری"

بندر انزلی، گیلان، عکاس: نورهاله کسروآنیان



پیام شایانی

وکیل تصادفات

♦ رانندگی ♦ زمین خوردگی
♦ صدمات ناشی از کار

(408) 777-8867

(800) 261-1314

سحر سلاحي

Selahi Insurance Agency

♦ سلامتی ♦ مسکن ♦ اتومبیل ♦ مشاور مالی
♦ برنامه ریزی بازنشستگی ♦ بودجه کالج ♦ عمر
و هزینه فوت ♦ محل کسب و از کار افتادگی

Certified Covered California Agent

(408) 931-6434



LC-082110



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



سدف آقاجانی

لیسانس حقوق از ایران و
فوق لیسانس حقوق بین الملل از آمریکا



Michael S. Epstein

وکیل مهاجرت



ندا نهاوندی

وکیل دادگستری در ایران
فوق لیسانس حقوق از آمریکا

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

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

www.mihancompany.com

info@mihancompany.com

پاسخگوی کلیه سئوالات حقوقی و قانونی شما

در ایران و امور مهاجرت آمریکا می باشیم!

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

دفتر شمال کالیفرنیا

روزهای شنبه با تعیین وقت قبلی

دفتر جنوب کالیفرنیا

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

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

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 وغدد 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



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



علیرضا عابدی



دفاتر وکالت مهاجرت علیرضا عابدی و همکاران

وکیل متخصص مهاجرت آمریکا

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

◇ خدمات مهاجرت به آمریکا ◇ گرین کارت از طریق سرمایه گذاری ◇ گرین کارت از طریق کار

◇ گرین کارت مخصوص پژوهشگران ◇ گرین کارت مخصوص هنرمندان و ورزشکاران

◇ دفاع در دادگاه های اخراج (Deportation Defense)

◇ ما گارانتی می کنیم کارت سبز شما را اخذ نموده و در صورت عدم موفقیت هزینه وکالت شما را بر می گردانیم.

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

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

Our Green Card & Consular Success Rate is 100%

www.lawabedi.com ◇ www.iran2usa.com

(415) 398-4504

Offices also in Palo Alto, Mountain View & Irvine

425 Market street, Suite 2200

San Francisco, CA 94105



فرزندان را ختنه کنیم یا نکنیم؟

ماهرخ غلامحسین پور

برادرهایم را با هم ختنه کردند. هنوز هم چشم‌ها و دامن قرمزشان به خاطر ممانده. از سه روز قبل مادرم به شور و ولا افتاده بود. به نظرمی رسید اتفاق مهمی در شرف وقوع است. با پدرم در مورد این که آیا «حاج نعمت نی انبونی» را برای آن روز دعوت کنند برای ساز زدن یا نه، اختلاف نظر داشتند. مادرم مخالف بود. می گفت دیگر دوران سه شبانه روز



ساز و دهل زدن و شام و نهار دادن و گوسفندکشان برای ختنه سوران گذشته، همانطور که دیگر نمی روند از ته قنوات «ملا بشیر»، جراح تجربی مرموزی که همیشه دستار کهنه سبزی می بست دور سرش

را با مراسم و سلام و صلوات بیاورند تا ختنه را در اتاق میهمان خانه انجام دهد و بعد از این که خبر تمام شدن ماجرا را داد، صدای ساز و دهل بلند شود و همسایه و فامیل بیایند به صرف نهار و هدیه بیاورند برای پسرکی که بعد از آن اتفاق، به دنیای مردانگی قدم گذاشته. آن روز صبحانه مفصلی به دو برادر چهارساله و هفت ساله ام دادند. آنها خوش خوشانشان شده بود از این همه تحویل گرفتن و کرامت. مراسم صبحانه خوران در سکوت همیشگی خانواده اجرا نشد. همسایه ها، خان دایی و پسرش و آقا مرتضی، همسایه روبروی هم بودند. لباس های پلوخوری را به تن، سوار ماشینشان کردند و بردنشان. وقتی هم روی دست

باورهای مذهبی و دینی دارد اما آثار دیوار نوشته های موجود در مصر باستان حکایت از یک آیین عرفی و سنتی و نه الزاما مذهبی دارد. تصاویری که در دیوار نوشته ها و نقاشی های باقی مانده از مصر باستان وجود دارد، نشان می دهند که عمل ختنه در سال های دیرین و پیش از میلاد نیز انجام می شده است. در دین یهود، نوزادان پسر بر اساس تعالیم دینی، روز هشتم تولدشان ختنه می شوند ولی مسلمانان تا زمان بلوغ وقت دارند. اما این حقیقت دارد که در دنیای امروزی، معمولا پیروان یهود و مسلمان ها بیشترین آمار ختنه جهان را به خودشان اختصاص می دهند.

هنوز هیچ توافقی ضمنی مابین موافقان و مخالفان ختنه وجود ندارد. موافقان بر این باورند که ختنه می تواند از بروز سرطان آلت تناسلی که البته سرطان بسیار نادری است، جلوگیری کند. محققان می گویند مردان ختنه شده تا سه برابر کمتر از آنهایی که ختنه نشده اند، در معرض این سرطان هستند.

این نوع سرطان، از هر یک میلیون مرد، ۱۰ نفر را درگیر می کند اما «بهر روز جاویدتهرانی»، کنش گر اجتماعی که در حوزه حقوق مردان فعالیت می کند، به این نکته باور ندارد: «جلوگیری ختنه از بیماری سرطان آلت تناسلی یک موضوع غیر واقعی و ثابت نشده است. برخی کشورهایی که بالاترین آمار این نوع سرطان و سایر بیماری های مقاربتی را دارند، کشورهای آفریقایی با اکثریت ختنه شدگان هستند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۱**»

صفحه ۱	تبلیغ
صفحه ۲	اخبار-فهرست مطالب
صفحه ۳	تبلیغ
صفحه ۴	شاهنامه افسانه نیست، تاریخ است (علی اکبر جعفری)
صفحه ۵	مهرگان (بهرام فره وشی)
صفحه ۶	درباره شعر سهراب سپهری (ایرج پارسا) نژاد
صفحه ۷	اخبار
صفحه ۸	یک سینه سخن (مسعود سپند)
صفحه ۹	با (هادی خرنسندی)-گلستان سعدی
صفحه ۱۰	اخبار
صفحه ۱۱	جلوگیری از فروش ملک در ... (کاوه میرشعایی)
صفحه ۱۲	مراسم عزاداری کولی ها (هما گرامی فره وشی)
صفحه ۱۳	تبلیغ
صفحه ۱۴	ورزش از نگاه من (احمد طوسی)
صفحه ۱۵	خاطرات در گذر زمان (هوشمند عقیلی)
صفحه ۱۶	نهمین جشنواره فیلم های ایرانی... (سعید شفا)
صفحه ۱۷	نوشخند، پوزخند (عزت گودرزی)
صفحه ۱۸	سیر و سفری در گلستان ادب پارسی (پرویز نظامی)-اخبار
صفحه ۱۹	مشقی تازه در روزهای غربت (حسینعلی مکوندی)
صفحه ۲۰	یادداشتهای بی تاریخ (صدرالدین الهی)
صفحه ۲۱	ترمیم، تصحیح (آرین اقبالی)-اخبار
صفحه ۲۲	از درگوشی ها (پیرایه)
صفحه ۲۳	جان وین و مورین اوهارا (فرسا اعتمادزاده)-اخبار
صفحه ۲۴	گیله مرد (حسن رجب نژاد)
صفحه ۲۵	تازه های پزشکی (منوچهر سلجوقیان)
صفحه ۲۶	«جان شیفته» اثر رومن رولان (سوسن آزادی)
صفحه ۲۷	تبلیغ
صفحه ۲۸	انرژی مثبت... (پریناز کدخدایان)-گواهینامه... (سحر سلاحی)
صفحه ۲۹	هیچوقت دیر نیست (آتوسا یکان)
صفحه ۳۰	حاجی آقا (صادق هدایت)
صفحه ۳۱	جهان بینی مولوی (حسن مسیح پور)
صفحه ۳۲	پسته (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	خاطرات زمان دانشجویی (عباس بناهی)
صفحه ۳۸	سهراب سپهری در «طاق آبی» (ص. مشکات نیا)
صفحه ۳۹	بیست و هفتمین کنفرانس بنیاد... (جمیله داوودی)
صفحه ۴۰	شعر
صفحه ۴۱	تبلیغ
صفحه ۴۲	خبرنگاری در لباس یک تن فروش (نعیمه دوستدار)
صفحه ۴۳	آشنایی با کاپروپراکتیک (فتانه هوشداران)
صفحه ۴۴	از اینجا، از اینجا (کلنار)
صفحه ۴۵	اخبار
صفحه ۴۶	اخبار-دنباله مطلب
صفحه ۴۷	اخبار
صفحه ۴۸	دنباله مطلب
صفحه ۴۹	دنباله مطلب
صفحه ۵۰	دنباله مطلب
صفحه ۵۱	دنباله مطلب
صفحه ۵۲	دنباله مطلب
صفحه ۵۳	دنباله مطلب
صفحه ۵۴	دنباله مطلب
صفحه ۵۵	دنباله مطلب
صفحه ۵۶	دنباله مطلب
صفحه ۵۷	دنباله مطلب
صفحه ۵۸	دنباله مطلب
صفحه ۵۹	انگلیسی
صفحه ۶۰	تبلیغ

در خواست اشتراک نشریه پژواک

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

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

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

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

شماره تلفن: ۸۶۲۴-۲۲۱۰۴۰۸ (۴۰۸)

شماره فکس: ۳۷۱۷-۶۹۳۰۴۰۸ (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.

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

شاهنامه افسانه نیست، تاریخ است



دکتر علی اکبر جعفری - بخش آخر

به شاه جهان گفت پیغمبرم
ترا سوی یزدان همی رهبرم



جهاندار گوید که پذیر دین
نگه کن بر این آسمان و زمین
که بی خاک و آتش برآورده ام
نگه کن بدو تا که چون کرده ام
نگر تا تواند چنین کرد کس
مگر من که هستم جهاندار و بس
از ایدون که دانی که من کردم این
مرا خواند باید جهان آفرین

ز گوینده پذیر به دین اوی
بیاور از راه و آیین اوی
نگر تا چه گوید بر آن کار کن
خرد برگزین این جهان خوار کن
بیاور آیین و دین بهی
که بی دین همی خوب ناید شهی
چو بشنید از شاه به دین به
پذیرفت از راه و آیین به



سران بزرگان و دانشوران
پزشکان و دانا و کنداوران
همه سوی شاه زمین آمدند
ببستند هیکل به دین آمدند



پس آزاده گشتاسب بر شد بگاه
فرستاد هر سوی کشور سپاه
پراگند گرد جهان موبدان
به آیین نهاد آذرین گنبدان



فرستاد هر سو به کشور پیام
که چون سرو کشمیر به گیتی کدام
ز مینو فرستاد زی من خدای
مرا گفت از اینجا به مینو بر آری
کنون هر که این پند من بشنود
پیاده سوی سرو کشمیر روید
بگیرید یکسر ره زردهشت
به سوی بت چین بر آید پشت
به نام و فر شاه ایرانیان
ببندید کشتی همه بر میان

دنباله مطلب در صفحه ۵۸

«ورزاسب» است.

گشتاسب و زرتشت

با آمدن گشتاسب بر سر کار، ما گذشته از اوستا سرچشمه های دیگر هم داریم که از آنها می توان سود جست. آنها به پهلوی و عربی و پارسی هستند اما خود همین چندین بودن سرچشمه ها انگیزه آن شده که گزارش های گوناگون و جورواجور را در پیش خود داشته باشیم و باید آنها را بیش از پیش بررسی کنیم.

فردوسی در شاهنامه خود داستان آمدن زرتشت را خود نمی گوید و دست به دامن دقتی می شود. باشد که انگیزه اش این بود که دشمنان، فردوسی را رافضی و شیعی می خواندند و این در زمانی بود که بیشتر مردم مسلمان ایران، به ویژه فرمانروایان، اهل سنت و جماعت بودند. فردوسی نمی خواست که بهانه تازه و بیمناکتری را به دست بدخواهان بدهد. او بهتر دانست که این داستان را از زبان زرتشتی و آنهم پس از مرگ ناگوار او بازگو نماید.

دقتی می گوید:

چون گشتاسب بر شد به تخت پدر
که فر پدر داشت و بخت پدر
بسر بر نهاد آن پدر داده تاج
که زینده باشد به آزاده تاج



چو گیتی بر آن شاه به راست شد
فریدون دیگر همی خواست شد
گزینش بدادند شاهان همه
ببستش دل نیکخواهان همه



چو یکچند گاهی بر آورد پرین
درختی پدید آمد اندر زمین
از ایوان گشتاسب تا پیش کاخ
درختی گشن بیخ بسیار شاخ
همه برگ او پند و بارش خرد
کسی کز چنو بر خورد کی مرد
خجسته پی و نام او زردهشت
که اهریمن بد کنش را بکشت

کیانیان

در اوستا «کوی کوات» یا کی قباد بنیاد گذار خاندان کوی یا کیانی است. کیانیان مردان دلیر، توانا، تندرست و نیرومند بودند که از فرّ کیانی برخوردار بودند. واژه «کوی» که به پارسی «کی» شده به معنی سخن دان و سخنور است.

کوی اوسن همان کاووس و کیکاووس شاهنامه است. او در اوستا نوه کی قباد است. او در رگ وید به نام اوشن است و این بازپسین نامی است که هم در اوستا و هم در رگ وید یاد گردیده است و پس از آن گویا آریاییان هند از ایرانیان جدا گردیده اند و دیگر نام ها و داستان های همسان ندارند.

در شاهنامه کاووس فرزند قباد است. کشور آرام و آباد است. کاوس اندکی خودخواه و خود پرست است و زمان بیشتری در خورد و نوش با پهلوانان و بازرگانان خوش می گذرانند. در اوستا و شاهنامه شاهی داریم به نام

حمید رئیسیه

مشاور در امور خرید و فروش املاک و وام

Hamid Reiesieh

Real Estate Broker & Finance Advisor



DRE#01326116 • NMLS# 344666

سرویس دوستانه،
سریع، مطمئن و حرفه ای

Cell: (408)234-5793

Office: (408)298-2591

- ◆ 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



hamidr63@yahoo.com ◆ www.hamidreisi.com



51 E. Campbell Ave., Suite 110, Campbell, CA 95008

دکتر تینا نافیعی

کایروپراکتور

معالجه تصادفات رانندگی، کاری و ورزشی

We take the time. We listen.

We partner with our patient.



معالجه دردهای عضلانی و ناراحتی های مفاصل و استخوان، تصادفات رانندگی و صدمات کاری با پیشرفته ترین وسائل پزشکی، دستگاههای ورزشی و فیزیوتراپی

www.drnafei.com

اکثر بیمه های درمانی پذیرفته می شود!

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

1860 Mowry Ave. Suite 201, Fremont, CA 94538

در سال ۱۹۰۸ در «بغازکوی» بدست آمده است نام مهر بعنوان حامی پیمان به کار رفته است و مهر پشتیبان عهدنامه ای است که بین هیتیان و همسایگانشان میتانیان بسته شده است. نام مهر درودای هندیان نیز آمده و به معنی دوستی و روشنایی و پیمان بکار رفته است. در کتیبه های شاهان هخامنشی بارها از ایزد مهر نام برده می شود و درفش درخشان مهر همواره در پیشاپیش سپاهیان هخامنشی در گردونه ای ویژه برده میشد. هخامنشیان به مهر ارج بسیار می نهادند و در مهرماه جشن مهرگان را در تخت جمشید باشکوه بسیار برپا می ساختند. زیرا این جشن هنگام برداشت محصول و هنگام آوردن باج و خراج پس از برداشت محصول بود. برندگان هدیه که در نقوش تخت جمشید دیده می شوند، در همین هنگام مهرگان به تخت جمشید برای تقدیم هدایا بار می یافتند. در ایران قدیم، پس از ظهور زرتشت، مقام بلند مهر کاهش پذیرفت و زرتشت که نهضتی عمیق در دین ایران قدیم بوجود آورد، کوشش کرد تا چند خداپرستی را به یکتاپرستی و پرستش اهورامزدا بدل کند. زرتشت برای این کار مجبور بود از قدرت «میترا» بکاهد و با آداب و رسوم معاصران خود مبارزه کند.

از دانشمندان معتقدند که این ماه، ماه اول سال هخامنشیان بوده است. «باگ یادیش» مطابق است با ماه فغان سغدی که جزء اول آن با جزء اول «باگ یادیش» یکی است و برابر است با مهرماه. جشن مهرگان از اینرو که زمانی اول سال ایرانیان بوده و بعد جشن نیم سال یا نیم سرده را در آن می گرفتند و بخاطر آنکه تعلق به فرشته بزرگ مهر داشته و نیز در هنگام برداشت محصول برپا میشده، از زمانهای کهن نزد ایرانیان گرامی بوده و آن را همپایه نوروز می دانستند. اما فرشته مهر که این جشن برای او گرفته می شد در ایران سابقه ای چندین هزار ساله دارد. مهر که در زبان اوستائی میتره Misra و در زبان فارسی باستان میتر Mitra و در سانسکریت میتر Mitra آمده است، در زبان پهلوی بصورت Mitra تحول یافته و در فارسی مهر شده است. مهر در دورانی که هند و اروپاییان با هم می زیستند یکی از خدایان بزرگ آنها بود. قدیم ترین اثری که از مهر در دست است مربوط به اقوام میتانی است که در حدود ۱۴۰۰ سال پیش از میلاد مسیح، در آسیای کوچک حکومتی بزرگ داشتند. در کتیبه ها والواح گل رسی که از این اقوام



مهرگان

نقل از کتاب «جهان فروری»

اثر زنده یاد دکتر بهرام فره وشی

در هنگامی که کسی در می گذشت نمی گریستند و گریه و زاری و شیون را گناهی بزرگ می پنداشتند و کوشش می کردند که همواره شاد باشند. ایرانیان قدیم هفته نداشتند. ماه آنان سی روزه بود و هریک از روزها نام خاصی داشت و پنج روزه باقیمانده را هم در آخر سال به نام «اندرگاه» محسوب می داشتند. در این سی روزه، دوازده روزه همان دوازده ماه بود و چون نام ماه با نام روز برابر می افتاد آن روز را جشن می ساختند و به شادی و نیایش می پرداختند. مثلاً آذر روز در آذر ماه آذر جشن بود. آبان روز در آبان ماه آبانگان بود و مهر روز یعنی روز شانزدهم در مهرماه نیز جشن مهرگان بود. در میان جشن های ایرانیان دو جشن از همه برتر بود. یکی نوروز و دیگری مهرگان. مهرگان به ویژه در میان ایرانیان جنوبی ارجمندتر بود، و در حقیقت نوروز ایرانیان جنوبی به شمار می آمد.

ایران در طول تاریخ خود همواره مرکز نهضت های بزرگ فلسفی و دینی دنیا بوده است. اندیشه های دینی ایرانیان را، بارها ملت های همسایه پذیرفته اند و فرهنگ و تمدن و آداب و رسوم ایرانی بارها در اعماق روح مردمی که هزاران کیلومتر با ایران فاصله داشتند جای گرفته است، و اگر ایران چیز دیگری جز همین اندیشه های عمیق دینی و اجتماعی به جهان بخشیده بود، باز جهان همواره مدیون آن بود.

از جمله نهضت های فکری ایرانی، مزدآپرستی، مهرپرستی، آئین مانی و آئین مزدک است، که هریک سرگذشتی دراز دارند و در تحول فکری مردم جهان تأثیری ژرف داشته اند. اینک سخنی کوتاه درباره مهر و جشن مهرگان.

ایرانیان قدیم بر آن بودند که شادی از موهبت های خدایی است و غم و اندوه از پدیده های اهریمنی است و شادی و جشن جزئی از آداب و مراسم دینی بوده است. شادی نزد ایرانیان چنان ارجمند بود که شاهنشاهان هخامنشی در سر لوحه اغلب کتیبه های خود، آفرینش آن را برابر آفرینش آسمان و زمین دانسته و گفته اند: «بغ بزرگ است اهورامزدا که این زمین را آفرید، که آن آسمان را آفرید، که انسان را آفرید، که شادی را برای انسان آفرید». از اینرو در هر موقع و فرصتی جشنی می آراستند، و روز یا روزهایی را به شادی و خرمی می گذراندند. آنان حتی

واژه سال در زبان فارسی شکل تحول یافته کلمه اوستایی سرده Sareda است. این واژه در زبان سانسکریت هم به معنی سال و هم به معنی پاییز آمده است و با واژه «سرد» فارسی هم ریشه است، و از نظر لغوی می رساند که زمانی در ایران قدیم سال از فصل سرد شروع می شده است. در کتیبه های فارسی باستان «باگ یادیش» bagayadish نام یکی از ماههای فارسی باستان است که معنی آن نیایش بیغ است، و بیغ همان مهر است و عده ای

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 نمایید

سال ها تجربه، قابل اعتماد و شناخته شده

(408) 605-1138

moeharandi@yahoo.com

DRE#01183647 ♦ NMLS#332989



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

Advantage in Learning LLC

تدریس خصوصی و گروهی
دروس ریاضی و فیزیک

تحت مدیریت ایمان لاله پرور - برای تمام سنین



Iman Lalehparvar
MS Electrical Engineering
UCLA Graduate

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

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

Faculty member at West Valley College, Dep. of Engineering

(408) 605-9493 www.advantageinlearning.com

نیست. مقصودم این است که بگویم چیزهایی، اموری، مسائلی و خاصه «درگیری»هایی از این شعرهای به راستی «معصومانه» گریخته‌اند و صاحبش را «غافل» کرده. امور و مسائل و درگیری‌هایی که در عصر و زمانه ما به وقاحت و به صراحت و بیرحمی وجود وحشتناک دارند و پدر در می‌آورند.

در اینجا می‌خواهم بگویم که وقتی معانی کنایی، استعاری و مجازی «حرف‌ها و شعر» های سهراب سپهری را بر مصادیق مقصودهای او منطبق می‌کنیم چیزی که «چیز» باشد نیست و نتواند بود، ولی در شعرهای سرمشق او فروغ فرخزاد هست و بنبرو و گیرا نیز هست. (۴)

آنگاه اخوان سه خصوصیت عمده شعرهای سپهری را برمی‌شمارد. در توضیحات او خواننده اهل و آشنا با ذهن و زبان او نمی‌داند حدود خصوصیتی که او از آنها یاد می‌کند تا کجا جدی و از سر اعتقاد و عقیده او به سهراب و شعر اوست و تا کجا از سر طعن و طنز است. می‌گوید:

اول این که برای اغلب شعرهایش نام‌های خوب و زیبایی بر می‌گزیند. مثلاً «شرق اندوه» یا «ورق روشن وقت» یا «جنبش واژه زیست» یا «تپش سایه دوست» و بسیاری از این قبیل که سراسر کتابهایش پر است از این گونه نام‌های نادر و صیاد زیبایی‌ها. دنباله مطلب در صفحه ۵۶

را گل نکنیم، در فرودست انگار، کفتری می‌خورد آب... دست درویشی شاید، نان خشکیده فرو برده در آب...»

و این قبیل حرف‌ها منتهاش یک نصیحت است. شعر امروز نیست. پند و اندرز کلبه‌ای است یا بوستانی و گلستانی: خیر خواهی است. مانند آن است که مثلاً واعظی بر سر منبر بگوید: توانگرا، دل درویش خود به دست آور، یا گوید اگر نانی نمی‌دهید به درویش سائل سنگش نزنید و نظایر این «نصیحت» ها...

اما این شعرنو و مدرن زمانه ما نیست... یا وقتی می‌گوید: «ده بالاتر چه خوب است آب را گل نمی‌کنند و...» یعنی کجا؟ مثلاً روسیه؟ ژاپن؟ آمریکا؟ آخر کجاست آن ده بالاتر. آن ناکجا ابر ده بالاتر کجاست؟ به راستی آخر کجاست آن ده بالاتر که سهراب برای رسیدن به خلق و خوی و تربیت آنان یادآوری مان می‌کند. (۳)

در حالی که چنین نیست، ظاهراً به گمان اخوان «شعر مدرن» تنها باید اوضاع زمانه و زندگی امروز را بازتاب دهد، وانگهی هر شاعری به زبان خود می‌تواند گزارشگر اوضاع زمانه باشد. دیگر این که گویا اخوان در میان مجازهای شاعرانه نشان جغرافیایی می‌جوید، هر چند که در توضیح مقصودش می‌گوید:

...مقصودم به هیچ وجه انکار زیبایی‌ها

درباره شعر سهراب سپهری



بررسی نظریات اخوان ثالث، شفیعی کدکنی، داریوش شایگان

اخوان ثالث در نامه ای به دوستی که از او خواسته مقدمه‌ای بر کتاب «صدای پای آب» سهراب سپهری بنویسد، با اشاراتی رندانه، گاه به تلویح گاه به تصریح، نقد و نظر خود را مطرح می‌کند.

اول این که می‌گوید:

شعرهای اخیر سهراب سپهری شدیداً در تأثیر فروغ فرخزاد است؛ یعنی دو کتاب و چند کار اخیرش از دو کتاب و چند کار اخیر فروغ سخت متأثر است. «بوی هجرت می‌آید» در «ندای آغاز» به خوبی یادآور «پرندۀ مردنی است» که فروغ گفته و این یک مثال است و اشارت...

در کارهای اخیر سهراب، چه از لحاظ بیان نازکانه و ظرافت و لطافت، که هنجار بعضی از انواع و اغراض شعر است، و چه طرز نگاه، حضور فروغ را به وضوح می‌توان احساس کرد. (۱)

در حالی که به گمان من شباهت‌هایی که در بعضی موارد در تعبیر خیال و صور ذهن در شعر فروغ و سپهری دیده می‌شود

می‌توان حاصل ادراک و تلقی مشترک و مشابه دو شاعر از جهان و هستی و اشیا باشد و نمی‌توان آن را از مقوله انتحالات و حتی تأثیر و تأثر دانست. در عین حال اخوان در مراتب تفاوت «غم‌ها و مسائل» فروغ و سهراب می‌گوید:

غم‌ها و مسائل فروغ فرخزاد، به نظر من، بسیار والاتر و بزرگتر از مقولات دیگر است. زمانه و مسائل عصر و زندگی مردم زمانه در شعرش وجود بقوت خود را همه جا اعلام می‌دارد، همان که به نظر من از یک شاعر عصر توقع باید داشت که عنوان «شاعر زمانه» را از آن خود گرداند. و این همان چیزی است که در شعرهای به اصطلاح موفق اخیر (یعنی بهترین‌های) سهراب سپهری به کلی غایب است. «آب




دکتر فرانک پورقاسمی

متخصص و جراح پا

♦ درمان بیماری‌های پا ناشی از امراض قند و روماتیسم ♦ درمان عفونت‌های قارچ ناخن و پوست پا ♦ ترمیم پارگی ماهیچه، غضروف و شکستگی پا ♦ درمان بیماری‌های 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 بیمه‌ها پذیرفته می‌شود

National Foot & Ankle Center

(408)884-5851

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



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 می‌توانید 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 خانه‌های 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



مربوط به نداشتن کارت اقامت خانواده و بیمه و همچنین شرایط مالی نابسامان آنها است. بیمارستان حتی برای تحویل جسد لطیفه درخواست ۱۷ میلیون تومان هزینه کرده بود. البته پس از انتشار خبر در رسانه ها و واکنش های گسترده، بدن بی جان این کودک ظهر سیام مرداد ماه به دنبال پی گیری مددکاری

بیمارستان، به شکل رایگان به خانواده اش تحویل داده شد. انتشار این خبر در شبکه های مجازی و به ویژه تلگرام باعث شد که مرگ لطیفه میان پزشکان نیز سر و صدا به پا کند. برخی از آنها در حوزه های مختلف پزشکی حتی از وجود این قانون اظهار بی اطلاعی کردند و قسم پزشکی خود را یادآور شدند که نجات جان افراد و انسانیت بایستی بالاتر از هر مسأله ای قرار گیرد. گروهی نیز به اخبار منتشر شده از صداوسیما جمهوری اسلامی در پی این واقعه، اظهار داشتند که عدم پذیرا بودن بدن لطیفه برای ارگان جدید، باعث مرگ او شده است.

یکی از این پزشکان گفت: «سال ۸۱ در ترم اول دانشگاه هر جسد را برای تشریح دانشجویان یک و نیم میلیون تومان از هند خریداری می کردند. در آن زمان گفته می شد این جسد ها باید متعلق به کافری خارجی باشد که در مملکت کفر فوت کرده است. کلا یک جسد بود برای ۲۰۰ دانشجوی. حالا پیوند به اتباع را ممنوع کرده اند؟ ما پزشکان قسم خورده ایم هر آدمی حتی مجرم و تبهکار یا دشمن را درمان کنیم. این قانون از کجا آمده است؟»

این قانون در سال ۱۳۹۳ به تصویب «شورای عالی پیوند اعضا» رسید و از مهر ماه همان سال لازم الاجرا شد. در ۲۴ مرداد ماه همان سال حسن قاضی زاده هاشمی، وزیر بهداشت دولت دهم اعلام کرد مهمترین دلیل تصویب این قانون، مبارزه با قاچاق بدن انسان بوده است. البته تعداد زیاد بیماران ایرانی در فهرست انتظار پیوند عضو دلیلی دیگر برای آن عنوان شد.

«محمدنعم امینی فرد»، سخن گوی کمیسیون بهداشت و درمان مجلس شورای اسلامی نیز هدف این قانون را «حفظ کرامت آحاد ایرانیان» تعریف کرد. پیشتر در سال ۱۳۷۲ در قانون مصوب وزارت بهداشت آمده بود فرد ایرانی نمی تواند دهنده کلیه به فرد خارجی باشد. پنج سال بعد بخش نامه ای مصوب شد که پیوند کلیه اتباع خارجی فقط به

فردی با همان تابعیت در بیمارستان های ایران مجاز و پیوند از یک فرد به فرد دیگر با تابعیت متفاوت ممنوع است. احراز این هویت نیز برعهده مرکز دیالیز و پیوند اعضای ایران نهاده شده بود تا آنکه بالاخره در سال ۹۳ هرگونه عمل پیوند برای اتباع خارجی ممنوع شد. اما به گفته «امید قبادی»، قائم مقام «انجمن اهدای عضو ایران»، در زمان تصویب این قانون مقرر شده بود تا هنگام نوشتن دستورالعمل مدون جدید، این قضیه ممنوع باشد ولی با گذشت دو سال از تصویب آن، وزارت بهداشت هیچ دستورالعملی ارایه نکرده است: «اول قرار بود برای افغان ها این قانون مستثنی بشود و افغان ها از افغان ها پیوند بشوند به شرط آنکه اتباع قانونی باشند و مدارک داشته باشند. چرا شورای عالی دستورالعمل را تدوین نکرده است؟ چرا به تبصره هم عمل نشده و وزارت خانه ها به مراکز پیوند دستور نداده اند که مسأله اورژانسی انجام شود؟»

از سوی دیگر، در ۱۷ مرداد ماه سال جاری آیین نامه ای در زمینه پیوند رایگان اعضای بدن به تصویب رسیده که البته در آن اشاره ای به موضوع اتباع خارجی نشده است. این در حالی است که در نمونه لطیفه، اهدای کبد تنها از سوی بستگان درجه یک امکان پذیر است و هر عملی حدود ۲۰ میلیون تومان برای بیمارستان هزینه دارد. این هزینه برای بیماران ایرانی رایگان محسوب می شود اما اتباع خارجی اگر هم بتوانند از پس این هزینه بیاورند، انجام این عمل برای آنها ممنوع است، مسأله ای خلاف منشور حقوق بیمار، کنوانسیون حقوق کودک و اخلاق پزشکی. در زمان تصویب قانون ممنوعیت پیوند اعضای بدن اتباع خارجی، وزیر بهداشت گفته بود که برای جلوگیری از تخلفات در این خصوص، انجام این جراحی فقط به بیمارستان های دولتی و دانشگاهی واگذار شده و در بیمارستان های خصوصی سراسر کشور ممنوع است.

دنباله مطلب در صفحه ۴۹

مرگ لطیفه و داستان پیچیده پیوند اعضای اتباع خارجی

آیدا قجر

«حسن قاضی زاده هاشمی»، وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی امروز گفته است بر اساس مصوبه شورای عالی پیوند اعضا، پیوند اندام ایرانیان به اتباع خارجی ممنوع است.

ظاهرا این قانون برای جلوگیری از خرید و فروش اندام ایرانیان مصوب شده است ولی انتشار خبر مرگ لطیفه، کودک ۱۲ ساله افغانستانی در بیمارستان «نمازی» شیراز توجه بسیاری، از جمله نمایندگان مجلس شورای اسلامی را به «قانون ممنوعیت عمل پیوند اعضا برای اتباع خارجی» جلب کرد.

لطیفه پس از چندین روز تحمل درد، در حالی جان باخت که به علت مشکل کبد بستری شده بود و باید از پدرش عضو دریافت می کرد. پدر لطیفه به رسانه ها گفته است چون در ایران به صورت غیرمجاز زندگی می کنند، پزشکان از انجام عمل جراحی خودداری کرده اند. دکتر «علی بهادر»، معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی شیراز پس از انتشار این خبر، شرایط جسمانی لطیفه به قدری نامناسب بود که حتی نمی توانستند از جسد نیز به

او پیوند بزنند. البته در لابه لای اظهارات او به «شرایط پدر و مادر» لطیفه به عنوان یکی از دلایلی که این عمل انجام نشد، اشاره شده است.

خانواده لطیفه با وجود سال ها زندگی در ایران، هنوز نتوانسته اند مدارک قانونی برای اقامت بگیرند. مسأله کارت های اقامت و نابرابری در بهره مندی از حقوق شهروندی برای اتباع خارجی در ایران، به ویژه اهالی افغانستان به مسأله ای حل نشدنی تبدیل شده است. به طوری که حتی سه نسل از یک خانواده در ایران زندگی کرده اما هنوز نتوانسته اند از مدارک اقامت برخوردار شوند. آنها تحصیل را از دست می دهند یا برای کسب مدارک، قدم به جنگ در سوریه می گذارند. گروهی نیز مثل لطیفه، جان خود را از دست می دهند.

شرایطی که مد نظر «علی بهادر» بوده،

Ali Driving & Traffic School

کلاس های تعلیم رانندگی و ترافیک علی برای بزرگسالان و نوجوانان

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

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

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

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

آموزش رانندگی توسط کادری مجرب و حرفه ای

(408)370-9696 ♦ (408)394-5249

هزار ساله دارد و به راستی باید شش هزار سال به آن افزود در تاجیکستان جشن بزرگی گرفتند که تاکنون در هیچ جای جهان چنین جشنی برگزار نشده بود. رقص و شادی زن و مرد در کوچه ها و خیابان ها و در ساختمان های بزرگ و زیبایی به نام نوروزگاه که شاهکاری از معماری کهنه کاری بر روی پایه های سیمانی این ساختمان بزرگ جاسازی شده، تالارهای کوچک و بزرگ برای انجام سخن رانی ها و شعر خوانی ها، کتابخانه ای که جا برای بیش از ده میلیون کتاب دارد و دعوت شاعران نوروزی از گوشه و کنار جهان همه و همه به همت رئیس جمهور آگاه و خردمند تاجیکستان انجام پذیرفت.

شاعران اشعار نوروزی سرودند و بازیگران و رقصندگان به هنرنمایی پرداختند و حتی در دهات کوچک این سرزمین زیبا جشن و سرور برپا بود.

لباس های محلی دختران و زنان تاجیک که اکثر آنها نشانه هایی از خورشید را بر روی دامان خویش گلدوزی کرده اند، هنگام رقص و گردش، دامان ها انکار باغی پر از گل در پیش دیدگان بیننده در حال چرخش است. برنامه ها طوری تنظیم شده بود که به هر کجا که رئیس جمهور پا می گذاشت کارگاه یا کارخانه یا زمین و باغ کشاورزی و شفاخانه و ساختمان جدیدی افتتاح میشد.

دنباله مطلب در صفحه ۴۴

دوران دامداری و زندگی قبیله ای و مادر شاهی و کشاورزی از ۱۰-۱۵ هزار سال پیش آغاز شده و با کشف مس و ذوب فلزات مهمترین مرحله تاریخ انسان آغاز می گردد که آن را عصر برنجی نام کرده اند و از این زمان به بعد با بکار گرفتن فلز انقلابی عظیم در کشاورزی و آبیاری و جنگاوری روی داده که جهان را دگرگون کرده است.

از کاخ کوچکی که در جنوب شرقی تاجیکستان کنار آمو دریا است و نمونه ای از کاخ آپادانا است از همانی تعدادی از شهرها و دیپه های ایران کنونی با شهرها و دیپه های تاجیکستان از سکه ها و آثار باستانی پیدا شده از زیر خاک در سغد و سرزم از استر روشن و کوروش کده از تصویرهای موزه پنجنکت از آن همه آثار در موزه پوشکین و ارمیتاژ می توان یقین کرد که تاجیکستان بزرگ خاستگاه تمدن و فرهنگ آریایی می باشد.

اینک پس از سالها می بینیم به همت رئیس جمهور محترم ملی گرای و همت دولتمردان تاجیکستان، دانش و فرهنگ آریایی دوباره اوج می گیرد و در این آشفته بازار جهانی می توان به دوستی و مهربانی دل بست و سخن از دل گفت و از اعماق دل گفت تاجیکستان دوست می دارم.

نوروز ۱۳۹۵ خورشیدی را که پیشینه شش



یک سینه سفین

مسعود سیند

نوروز در تاجیکستان

تاجیکستان دل تپنده کشورهای پارسی زبان

(۱۹۰۴-۱۹۷۷)، نشان می دهد که تاجیکستان کنونی و کشورهای همسایه نه تنها خاستگاه تمدن و فرهنگ آریایی بوده بلکه مدنیت و دانش های نخستین بشری نیز مدیون مردمی است که از این مرز و بوم به سوی سرزمین های دیگر سرازیر شده اند. از آلات سنگی و سنگ افزارهایی که از زیر هزاران هزار خروار خاک بیرون کشیده شده می توان به قدمت وجود انسان در آسیای مرکزی پی برد و این تمدن را که دانشمندان نام آن را قراتاغ گذاشته اند ۱۵۰-۲۰۰ هزار سال پیش تشخیص گردیده و شباهت به تمدن سوانی هند دارد و از ۳۵-۴۰ هزار سال پیش تشکیل نوع امروزی بشر صورت می گیرد (همان کتاب تاریخ تاجیکان «جماعت های اولیه در آسیای وسطی»)

پس از شکست ایرانیان از تازیان دولت داری سامانیان را می توان نخستین سلسله مستقل و بدون وابستگی به بغداد و خلیفه های بغدادی به شمار آورد اگرچه پیش از آنها بودند دلاوران و رادمردانی که بیای خاستند و هر کدام از گوشه ای از این سرزمین پهناور درفش آزادی و آزادی را برافراشتند اما نتوانستند بمانند و هر کدام بنوعی از میان رفتند. اما سامانیان با پایتخت کردن بخارا نه تنها اولین حکومت ایرانی را گسترده کردند بلکه مرکز علم و دانش را از بغداد به بخارا کشیده و دانشمندان و بینشندان فراوانی را به جهان عرضه کردند. نگاهی گذرا به کتاب پر حجم و پرمحتوای تاریخ تاجیکان نوشته باباجان غفور

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

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 کاملا 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

چند حکایت از گلستان سعدی

در اخلاق درویشان

پادشاهی بدیده حقارت در طایفه درویشان نظر کرد. یکی از آن میان بفرست بجای آورد و گفت: ای ملک ما در این دنیا بجیش از تو کمترین و بعیش خوشتر و به مرگ برابر و به قیامت بهتر

اگر کشور خدای کامرانست، وگر درویش حاجتمند نانست،
در آن ساعت که خواهند این و آن مرد نخواستند از جهان بیش از کفن برد
چو رخت از مملکت بریست خواهی گدائی بهترست از پادشاهی
ظاهر درویشی جامه زنده است و موی سترده. و حقیقت آن دل زنده است و نفس مرده

نه آنکه بر در دعوی نشیند از خلقی وگر خلاف کنندش به جنگ برخیزد
اگر ز کوه فرو غلطد آسیا سنگی نه عارفست که از راه سنگ برخیزد
طریق درویشان ذکرست و شکر و خدمت و طاعت و ایثار و قناعت و توحید و توکل
و تسلیم و تحمل هر که بدین صفتها موصوفست بحقیقت درویشست اگر چه در
قیامت، اما هرزه گردی بی نماز، هواپرست، هوس باز، که روزها بشب آرد در بند
شهو، و شبها روز کند در خواب غفلت، و بخورد هر چه در میان آید و بگوید هر
چه بر زبان آید، رندست اگر چه در عیاست

ای درونت برهنه از تقوی کز برون جامه ریا داری
پرده هفت رنگ در مگذار تو که در خانه بوریا داری

در سیرت پادشاهان

گروهی حکما به حضرت کسری به مصلحتی در سخن همیگفتند و ابوزرجمهر که مهتر
ایشان بود خاموش. گفتند: چرا با ما در این بحث سخن نگویی؟
گفت: حکیمان بر مثال اطباءند و طبیب دارو ندهد جز سقیم را. پس چون بینم که رای
شما بر صوابست مرا بر سر آن سخن گفتن حکمت نباشد.

چو کاری بی فضول من بر آید وگر کار بی فضول من بر آید
مرا در وی سخن گفتن نشاید اگر خاموش بنشینم گناهست

یکی از بزرگان گفت پارسائی را: چه گوئی در حق فلان عابد، که دیگران بطعنه سخنها
گفته اند. گفت: بر ظاهرش عیب نمی بینم و در باطنش غیب نمی دانم.

هر که را جامه پارسا بینی و پارسا دان و نیک مرد انگار
ور ندانی که در نهادش چیست؟ محتسب را درون خانه چه کار؟

با هادی خرسندی



www.asgharagha.com
hadikhorsandi@aol.com

هموطن جان چه شد که پسر رفتیم؟

یا که تا آنور ارس رفتیم
هموطن جان چه شد که پس رفتیم؟

جنگ با بدنهداها کردیم
ولی البته که خطا کردیم
سنگر خویش را رها کردیم
دسته جمعی به تیررس رفتیم
هموطن جان چه شد که پس رفتیم؟

نه به ما سهمی از حقوق بشر
نه از آن روزگار رفته خبر
از گذشته شدیم کوچکتر
لویبا آمدیم عدس رفتیم
هموطن جان چه شد که پس رفتیم؟

تفرقه باید از میان برود
خون غیرت به هر رگی بدود
قافیه میشود غلط، بشود
ما به غفلت ره عبث رفتیم
هموطن جان چه شد که پس رفتیم؟

شیرزن های ما به زنداند
آنطرف نیز شیرمراندند
جمعی از خلق ما به می دانند
جمع دیگر بی هوس رفتیم
هموطن جان چه شد که پس رفتیم؟

متحد میشویم باز، آری
می خورد خصم ضربه ی کاری
با چنان قدرتی که پنداری
با مگس کش پی مگس رفتیم
هموطن جان چه شد که پس رفتیم؟

ما که یک خلق پیشرو بودیم
قرن ها از همه جلو بودیم
صاحب فکر و کار نو بودیم
سوی آینده یک نفس رفتیم
هموطن جان چه شد که پس رفتیم؟

ما که مشروطه را علم کردیم
پای دیکتاتوری قلم کردیم
قدرت زورگوی کم کردیم
نه دگر زیر بار کس رفتیم
هموطن جان چه شد که پس رفتیم؟

ما که از عشق روی آزادی
دل پر از آرزوی آزادی
پر گشودیم سوی آزادی
از چه همواره در قفس رفتیم
هموطن جان چه شد که پس رفتیم؟

گوئیا خصم خویشتن هستیم
یا که با خصم خویش همدستیم
خوب وقتی که دست خود بستیم
خودمان خدمت عسس رفتیم
هموطن جان چه شد که پس رفتیم؟

ما به این آب و خاک بد کردیم
دعوت از دزد و دیو و دد کردیم
گل و گل بوته را لگد کردیم
پس به دنبال خار و خس رفتیم
هموطن جان چه شد که پس رفتیم؟

ما که با آن علائق محسوس
عاشق غرب، سرسپرده ی روس
رفته تا ماورای اقیانوس



Ali's
Construction & Remodeling

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

(408)-898-6474

www.alisconstruction.com

با مدیریت علی زمانی

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

Let us Build your Coustom Dream Home

1011 S. De Anza Blvd. , Cupertino, CA



Niosha
Dance
Academy

Wedding and
Entertainment
Coordinator

www.niosha.com

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 408-656-6585 or email niosha@niosha.com

مصائب کودکانی که با مادران شان در زندان زندگی می کنند

ماهرخ غلامحسین پور



به گفته او «کودکان مهدکودک زندان سالی یک بار به اردو فرستاده می شوند و جز همان یک بار، در ساعات غیر اداری در زندان زندگی می کنند.»

«کودکان زندان تا سال های متوالی اثرات حضورشان در محیط ناسالم زندان را با خودشان حمل می کنند. آنها

هستند، نقش خودشان را به بهترین صورت ایفا کنند، او ظاهراً قادر خواهد بود در حوزه پیشرفت های علمی و مالی یا تطبیق با جامعه به موفقیت برسد.»

از این کارشناس می پرسیم آیا این موفقیت، کامل و اقناع کننده خواهد بود؟ او پاسخ می دهد: «شاید یک روانشناس بهتر بتواند در این مورد اظهار نظر کند اما به لحاظ جامعه شناختی، در حقیقت روح این کودک هرگز کامل نخواهد شد و نگاه او به گذشته با حسرت خواهد بود. او ممکن است پیر بشود اما همیشه حسرت تاب سواری یا خوردن بستنی یا تجربه بازی با همسالان را در درونش حس کند.»

با این وجود، در مورد «کودکان زندان» دیدگاه های واحد و مشخصی وجود ندارد.

هرگز از تاثیر روزهای زندان خارج نمی شوند. این را «مهرداد صادقیان» کارشناس جامعه شناسی ساکن ایران می گوید. به باور این کارشناس «بی تردید محیط زندان آثار نامطلوبی بر جامعه پذیری کودکان زندان خواهد داشت چون از تجربیات محیط جمعی مانند پارک رفتن، فروشگاه رفتن یا بازی با همسالان محروم شده اند.»

به گفته صادقیان اگر کودکی در سن هفت سالگی از محیط زندان خارج شود، به لحاظ جامعه پذیری و زندگی جمعی در سطح پایینی قرار دارد: «او برای انطباق پذیری با جامعه تلاش می کند ولی همیشه عقب ماندگی اش مشهود خواهد بود تا به مرحله نوجوانی برسد. در آن صورت اگر جامعه دوستان که بزرگترین الگوی زندگی او

وضعیت کودکان بی سرپرست است اما از سوی سازمان زندان ها در مورد «کودکان زندان» اجازه مداخله پیدا نکرده و به جای این سازمان، از بنیاد کودک در این مورد کمک گرفته شده است.

نخستین بار سال ۱۳۹۱ بود که طرح «احداث مهدکودک در زندان زنان» توسط اداره کل امور زنان استانداری تهران مطرح شد و پس از آن سازمان زندان ها با همکاری بنیاد کودک در شش استان کشور اقدام به راه اندازی مهدکودک زندان کرد که قدیمی ترین آنها، مهدکودک زندان ارومیه است که از ۳۵ کودک مراقبت می کند.

به مهد کودک زندان زنان ورامین زنگ می زنم، خانمی که آن سوی خط است و حاضر به معرفی خودش نیست، می گوید کودکان را فقط در ساعت های اداری نگهداری کرده و آموزش می دهند. آنها بعد از پایان ساعت اداری به زندان برمی گردند و کماکان در بند عادی زندان در کنار مادران شان به سر می برند.

«کودکان زندان»، اسم شان این است. بچه هایی که اجباراً با مادرانشان در زندان زندگی می کنند. آنطور که در خبرهای رسمی آمده، آنها ۴۲۶ کودک هستند که تا دو سال طبق قانون با مادران شان در چهاردیواری زندان زندگی می کنند، بعد از آن هم سرنوشت مشخصی ندارند.

این روزها اظهارنظر «محمد نفریه»، دبیر کل امور کودکان و نوجوانان سازمان بهزیستی در گفت و گو با ایسنا، وضعیت نابسامان این کودکان را در معرض توجه قرار داده است.

او در مورد حضور کودکان در زندان گفته: «معتقدم در زندان زنان، نباید مهدکودک وجود داشته باشد زیرا به لحاظ تخصصی صلاح نیست به جز کودک زیر ۲ سال که نیاز به شیردهی و تماس نزدیک با مادر دارد، کودک دیگری در محیط زندان حضور داشته باشد.»

این اظهارات محمد نفریه می تواند ناشی از دلخوری سازمان بهزیستی باشد، سازمانی که متولی اصلی رسیدگی به

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

کلاس های خصوصی و گروهی

14505 Union Ave San Jose, CA 95124

www.nejadmusic.com

Lis pendens در نظر داشت این است که تمامی افرادی که در ملک صاحب حقوقی هستند باید بلافاصله از طریقی که قانون ملزم کرده است از ثبت Lis pendens مطلع شوند. چنین امری با ابلاغ (service) یک کپی Lis pendens از طریق پست سفارشی همراه با درخواست امضاء گیرنده ممکن خواهد بود.

اگر فرستنده آدرس فرد یا افرادی که صاحب حق در ملک هستند را در اختیار ندارند، باید یک اظهارنامه (Declaration) تنظیم و امضا کند و تحت قسم اظهار کند که تلاش کرده تا آدرس آن فرد یا افراد را پیدا کند ولی موفق نبوده است. باید یک proof of service در مورد ابلاغ Lis pendens همراه با یک کپی ثبت شده Lis pendens در دادگاه بایگانی (file) شود. باید توجه داشت که طی انجام این روند برای ثبت یک Lis pendens باید با دقت کامل انجام شود و در غیر این صورت نه تنها Lis pendens از لحاظ قانونی صحیح نیست بلکه افرادی که حق مالکیت در ملک دارند می توانند از دادگاه شکایت کنند و از فردی که Lis pendens را ثبت کرده است جریمه مالی (sanction) بگیرند.

دلیل مشکلات مربوط به مشخص نبودن حق و حقوق مربوط به مالکیت خانه منصرف می کند.

اولین چیزی که برای موثر بودن یک Lis pendens لازم است، این است که یک پرونده حقوقی (Lawsuit) در دادگاهی تشکیل داده شده باشد. بدون وجود یک پرونده فعال نمی توان یک Lis pendens به وجود آورد. مورد مهم دیگر این است که پرونده حقوقی به مساله مالکیت و حقوق مربوط به یک ملک ارتباط داشته باشد. در غیر این صورت طرفی که به دلیل ثبت یک Lis pendens صدمه دیده است یا برحق مالکیت اش خدشه ای



وارد شده است می تواند از دادگاه بخواهد که pendens را باطل (Expunge) کند و طرفی که به اشتباه آن را ثبت کرده است را مجبور به پرداخت جریمه و پرداخت هزینه های مربوط به شکایت از دادگاه بکند. مساله مهم دیگری که باید برای ثبت



جلوگیری از فروش ملک در دعواهای حقوقی مربوط به ملک

پرونده در حال جریان (Notice of Pending Action County) و ثبت آن در دفتر ثبت اسناد کاونتی (Recorders Office) قابل انجام است. به طور کلی، سند Lis pendens به عموم (public) این اطلاعیه (Notice) را می دهد که پرونده ای در دادگاه در حال انجام است که مربوط به حقوق و مالکیت یک ملک می باشد و به طور دقیق و کامل آن ملک مورد نظر را به همان صورت که در سند اصلی خود توصیف شده است توصیف می کند. ثبت یک Lis pendens در دفتر ثبت اسناد در واقع شبیه به یک Lien عمل می کند که خریداران را از خرید خانه به

بعضی از دعواهای حقوقی به مساله مالکیت ملک (Real Property) مربوط می شود. چنین اختلافاتی می تواند شامل پرونده های ساخت و ساز، ورشکستگی، و حتی خانواده باشد. در چنین شرایطی، بسیاری از افراد می پرسند که چگونه می توان جلوی فروش خانه را پیش از اتمام پرونده و حکم دادگاه گرفت؟ قانون مدنی ایالت کالیفرنیا شخصا این اختیار را به افرادی که درگیر پرونده مربوط به ملک هستند می دهد تا با استفاده از روندی قانونی، از فروش یا تغییر ساختار حقوقی مربوط به ملک جلوگیری کنند. چنین امری با تنظیم سندی به نام Lis pendens یا اطلاعیه



B&R
ACCOUNTING

بابک رحیم زاده

Bobby Rahim

IRS Enrolled Agent



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

1900 Camden Ave, Suite 204
San Jose, CA 95124

(408)247-5626

(408)899-8727

www.BandRaccounting.com

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

شهری چادر زده است و مردم در اطراف شهرها معمولاً در شب‌ها نیز در رفت و آمد هستند، اگر بخواهند، مرده خود را دفن کنند، امکان دارد رهگذری ببیند و آن را به مقامات ژاندارمری گزارش بدهد و بعد در دسری برای آنها پیش بیاورد.

بعد از مرگ بزرگ خانواده

در قبیله کولی‌ها طبقه وجود ندارد و آنها همگی دارای وضع اقتصادی و شرایط زیستی یکسانی هستند و خانواده‌ای بین آنها یافت نمی‌شود که از دیگران وضع مالی بهتری داشته باشد و یا در بین افراد قبیله از امتیازات خاص برخوردار باشد. آنها دارای ابتدایی‌ترین وسایل زندگی هستند که اگر کسی از آنها بمیرد، ارثی به جز مقدار محدودی وسایل زندگی و وسایل کار از خود بجای نمی‌گذارد که به خانواده او برسد. تنها میراث با ارزشی که پدر از خود باقی می‌گذارد، تعداد فرزندان اهل کار و حرفه آهنگری است که هم در زمان حیات خود به او و افراد قبیله کمک می‌کنند و هم در زمانی که او زندگی را ترک می‌کند می‌توانند خود را اداره کنند و سر بار خانواده و قبیله نباشند، بلکه در پناه بازوی خود و کار کردن سهمی دریافت می‌کنند و به زندگی خویش ادامه می‌دهند.

دنباله مطلب در صفحه ۵۷

چراغ تا صبح در چادر مرده روشن بماند. افراد قبیله نمی‌گذارند خانواده شخصی که مرده است به چادر او وارد شوند و آنها را پیش خود می‌برند و پیرمردان، به تسلی خاطر آنان می‌پردازند. آنها روز بعد آماده کوچ می‌شوند و به دیاری دیگر می‌روند تا خاطره مرده را پشت سر بگذارند و شاید هیچوقت دیگر به سرگور او باز نگردند. افراد قبیله سعی می‌کنند با کوچ و به کار گرفتن خانواده شخص متوفی خاطره او را از ذهن آنها دور کنند و شب‌ها نیز آنها را دور خود جمع می‌کنند و با پیش آوردن موضوعات تازه فکر آنها را مشغول می‌دارند. اگر کولی‌ها در کنار شهر بزرگی چادر زده باشند، مرده‌های خود را به شهرداری انتقال می‌دهند، تا مقامات شهرداری با فرستادن مرده به پزشک قانونی، مشخص کنند فوت شخص علت طبیعی داشته است و بعد آن را با خرج دولت در قبرستانی به خاک بسپارند. این مساله، بیشتر در مورد اشخاصی صورت می‌پذیرد که دارای شناسنامه هستند و کولی‌ها برای اینکه روزی گرفتار مقامات قضایی نشوند، به مصلحت خود می‌دانند، مرده‌ها را به شهرداری ببرند تا هم از گرفتاری‌های بعدی نجات پیدا کنند و هم از خرج‌هایی که پیش می‌آید جلوگیری کرده باشند. موضوع دیگر، این که قبیله‌ای که در کنار



هما گرامی (فره وشی)

مراسم عزاداری کولرها

در آن کنده اند می‌برند و او را درون گور قرار می‌دهند و رویش را با خاک می‌پوشانند و روی قبر را صاف می‌کنند، به طوری که با سطح بیابان یکسان شود. بعد یکی از وسایلی را که شخص متوفی در زمان حیات خود ساخته و یا اگر مرده زن باشد، یکی از وسایلی را که او با خود همیشه داشته است، روی گور او به عنوان یادگاری چال می‌کنند و قسمتی از آن را از خاک بیرون می‌گذارند و بعد از آنکه نزدیکان و خویشان او برایش عزاداری کردند، به قبیله باز می‌گردند.

کولی‌ها، برای مرده اندک عزاداری می‌کنند و معتقدند نباید هیچوقت برای کسی که مرده است افسوس خورد و در مرگ او عزاداری کرد، چون با این اعمال، او هیچوقت زنده نخواهد شد. آنها در بازگشت به قبیله داخل چادر مرده، چراغ بادی و یا گردسوزی را روشن می‌کنند و می‌گذارند

در بین قبایل کولی، مرگ بسیار ساده است و ابتدایی انجام می‌شود. وقتی زن و یا مردی در یک قبیله کولی بمیرد، آنها تا شب صبر می‌کنند و بعد چند مرد جوان و قوی با بیل و کلنگ به بیابانی نزدیک چادرهایشان می‌روند و گوری به ارتفاع دو متر و پهنا و درازای تقریبی شخصی که مرده است در بیابانی حفر می‌کنند و به قبیله باز می‌گردند. در این فاصله، شخصی که مرده است، اگر مرد باشد، پیرمردان قبیله و اگر زن باشد، پیرزنان، لباس‌های مرده را در چادر از تنش بیرون می‌آورند و در عوض پارچه‌ای به تن او می‌پیچند و دو سر پارچه را با نخ گره می‌زنند و بعد او را درون گلیم و یا جاجیم می‌پیچینند و روی تخته‌ای می‌گذارند.

مرده را با نزدیکان و اقوام او و چند چراغ بادی، به بیابانی نزدیک چادرها که گور او را

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 می‌باشد. من می‌توانم 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



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 ناراحتی‌های مفاصل و استخوان، ورزشی، مدمات کاری و تصادفات رانندگی با پیشرفته‌ترین 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 بیمه‌های درمانی پذیرفته می‌شود

(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

مدرسه اندیشه

با کلاسهای فارسی، اخلاق و هنر برای
سال تحصیلی ۲۰۱۶-۲۰۱۷ ثبت نام میکند.
بازدید و ثبت نام: شنبه ۱۰ سپتامبر ۹:۳۰ الی ۱۵

مدرسه اندیشه طی بیش از ۲۴ سال فعالیت مستمر فرهنگی و آموزشی نقش موثری در تربیت کودکان و نوجوانان فارسی زبان این منطقه داشته است و هم اکنون جوانان زیادی آشنایی خود با زبان فارسی و آموزش های اخلاقی و دینی و هنری را مرهون فعالیت های این مرکز میدانند.

شروع و پایان کلاسها: ۱۰ سپتامبر ۲۰۱۶ الی ۲۰ می ۲۰۱۷
ساعت کلاسها: شنبه ها ۹:۳۰ صبح الی ۳ بعد از ظهر

Andeesheh Farsi School's Open House & Registration

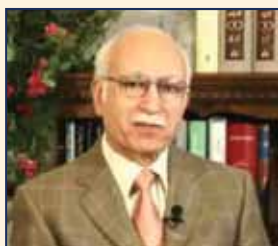
Open house & Registration: Sep. 10 2016: 9:30 am - 3 pm
Classes start and end: Sep. 10, 2016 - May 20, 2017
School days/hours: Saturdays, 9:30 am - 3 pm

- www.iccnc.org/fa
- [\(510\) 832-7600](tel:5108327600)
- info@iccnc.org
- [facebook.com/ICCNCORG](https://www.facebook.com/ICCNCORG)

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



دکتر عبدالکریم سروش



مهندس عبدالعلی بازرگان

سلسله جلسات و کلاس های دکتر عبدالکریم سروش

- ♦ سلسله جلسات شرح غزلیات دیوان شمس تبریزی مولانا جلال الدین: اولین شنبه هر ماه ساعت ۴:۳۰ بعد از ظهر در مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا
- ♦ کلاس های شرح مثنوی دفتر نخست: ۲۵ سپتامبر، ۲۳ اکتبر، ۶ و ۲۰ نوامبر، ۴ و ۱۸ دسامبر، ساعت ۶ عصر در منلو پارک جهت ثبت نام حضور در این کلاس ها با azita@iccnc.org و یا ۷۶۰۰-۸۳۲-(۵۱۰) تماس حاصل فرمایید
- ♦ سلوک دیندارانه در جهان مدرن: ۴ و ۱۸ سپتامبر، ۲ و ۱۶ اکتبر، ۱۳ نوامبر، ۱۱ دسامبر ساعت ۶ عصر در منلو پارک جهت ثبت نام حضور در این کلاس ها با azita@iccnc.org و یا ۷۶۰۰-۸۳۲-(۵۱۰) تماس حاصل فرمایید

جلسات سخنرانی مهندس عبدالعلی بازرگان پیرامون مباحث قرآنی

۱۰ سپتامبر و ۱۲ نوامبر، ساعت ۶ عصر در مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا

برنامه سربانگ: سلسله جلسات بررسی و تحلیل موسیقی سنتی ایرانی توسط آقای ابولحسن مختاباد:

اولین شنبه هر ماه ساعت ۶ عصر در مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا

کلاس های تفسیر قرآن با همکاری دکتر سید وهاب معصومی: سومین شنبه هر ماه ساعت ۳:۳۰ بعد از ظهر در مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا



1433 Madison Street, Oakland, CA 94612

(510)832-7600



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

ICCNCORG



طبقاتی، نه چپ و نه راست و نه حتی میانه رو، جدا از مشاجرات جانب دارانه، خود را نشان دهد. بعد از پیروزی بزرگ کیانوش رستمی، وزنه بردار کرمانشاهی، از او پرسیده می شود که مدالت را به کی تقدیم می کنی؟! می گوید: «هیچکس من همه کار را خودم کردم. حتی مربی هم نداشتم. فقط از پدر و مادرم تشکر می کنم و مدالم را به همه کردهائی که در حال جنگند تقدیم می کنم».

بر طبق منطق جا افتاده، جداسازی های روان گسیخته یا شاهد تفکیکی دوگانه هستیم. نهادهای ورزشی ابتداء مستقل از جامعه و سرمایه داری جهانی محسوب و قادر به توسعه با منطقی خودکفا تصور می شوند. در جامعه ای که در اثر جستجوی سودجویی به فساد و تباهی کشیده شده، ورزش گویا قادر خواهد بود سالم مانده و ارزش هایش حفظ شود و نهاد ورزشی سپس بر طبق منطقی دوگانه به ورزش خوب در مقابل استفاده های ناجور از انحرافات و تحریف ها تقسیم خواهد شد، که متأسفانه اخلاق ورزشی را گمراه می کند. درست مثل دوپینگی ها حال آنکه حوادث سالهای گذشته به روشنی نشان داده که دوپینگ پیش از آنکه نوعی سرپیچی گاه به گاه باشد گویای فساد پذیری طبیعت واقعی ورزش است. مسابقات بدون بازگشت، دست کاری های بیوشیمیایی بقول تنورسین های شوروی سابق (توان انسانی) موجودات تقلبی، سرانجام چهره واقعی رقابت های ورزشی را نشان دادند.

انبوه مساله دوپینگ در دوچرخه سواری، دو و میدانی، شتا، فوتبال، قایق رانی، وزنه برداری و کشتی، حالا قبل از هر چیز همه را بر آن داشته است که به المپیک پاک برگردیم. هوسبازترین و نیز گستاخ ترین ورزشکاران دوپینگی در اوج بی وجدانی کوشش می کنند که به نوعی راهی به المپیک ها بیابند. هنگامی که تعداد نادری از ورزشکاران مشهور گیر می افتند مانند، قهرمان پرش ارتفاع کوبائی، آنها خود را به نادانی می زنند. **دنباله مطلب در صفحه ۴۰۵**

اند و از ما لامبرگینی می خواهند. تنها او نیست که می بازد و خواهران ویلیامز آمریکایی در تنیس، جوکوویچ شماره اول تنیس جهان هم می بازند، اما مشخص نیست چقدر هزینه آنها شده است.

بهداد سلیمی بزرگ مرد وزنه بردار ایران هم حذف می شود. سر و صدا بسیار است. کسی نمی داند حق با کیست! اما آن چیزی را که همه می بینند او روی سکوی قهرمانی جائی ندارد. کمیته بین المللی المپیک تمامی دوپینگی ها را از شرکت در مسابقه ها ممنوع کرده است و در این میان روس ها حدوداً ۱۰۰ قهرمان دوپینگی داشته اند که از شرکت در این مسابقه ها بازمانده اند.

بیماری زیکا و پشه هایی که بیماری را انتقال می دهند در دسر ساز شده است درست مثل خود ورزش.

هر جا که بروید پوستری از مایکل فلیس آمریکایی را روی دیوار می بینید. او جهانی شده است. شوخی نیست، ۲۸ مدال جهانی و المپیک که ۲۲ تای آن طلا. او را به نمونه ای که جوانان باید از او پیروی کنند تبدیل کرده است.

مدت موثر ایدئولوژی ورزش، نتیجه تعدد پایان ناپذیر تصاویر رقابت های ورزشی است که جزء تفسیرهای میندل جائی را پر نمی کند. این چهارمین المپیک مایکل است و او خداحافظی می کند در حالیکه همسرش، پسر و مادرش در کنارش هستند می گوید دیگر بر نمی گردد. روزی که آمده بود ۱۶ ساله بود و حالا ۳۶ ساله است. زجر کشیدن و تمرین کردن بس است، باید به خانواده رسید. شاید او هم به مفسر تلویزیونی المپیک ها در رشته شود چه کسی بهتر از او.

بسیار صادقانه و ساده لوحانه بیشتر ورزشکاران و رهبران ورزشی در این اقیانوس خیال انگیز، که هم خود شیفته و هم خود بزرگ بین است، به صورتی ریاکارانه تر در نزد برخی روشنفکران ورشی به عنوان انسان بسیار موفق نشان داده می شوند. ورزش قرار است اساساً بیطرف، غیر سیاسی، خارج از مبارزه



ورزش از نگاه من

احمد طوسی

Email: tousi1515@aol.com

دقیقاً ناشی از قدرت در عین حال پیش پا افتاده و طلسم کننده پخش تلویزیونی عمومی مسابقات است که از هر نقطه ای از جهان و میدان ورزشی به تمام نقاط ممکن فرستاده می شود. حالا المپیک سی و یکم در Rio برزیل است. همه چیز سبز است به رنگ پرچم برزیل و مردم مسابقات را تحویل نگرفته اند. آنها دوست دارند این پولی که خرج دهکده المپیک و تاسیسات شده است، خرج نداری های آنان می شد، اما المپیک ها به مهمانی دنیا رفتن است. خواستگاری قهرمان چینی از دختر هموطن اش که قهرمان شیرجه است، تمامی آدم های حاضر در ورزشگاه را بر آن می دارد که به احترام این دو بپا ایستند. پسر قهرمان در برابر چشمان از حدقه درآمده تماشاگران زانو می زند و از دختر مورد علاقه اش می خواهد که با او ازدواج کند. با خود فکر می کنم که بچه های آنها چه اعجوبه هایی خواهند شد! دخترک هیچ تردید نمی کند و حلقه را می پذیرد. تماشاگران برای آنها دست می زنند و زندگی تازه ای شکل می گیرد.

ورزشکاران ایرانی چندان شگفتی نمی سازند. یک ضرب المثل چینی می گوید، «آموزگاران درب ها را باز می گذارند اما تو باید قدم به درون و به حرکت بگذاری». کیانوش رستمی در دسته ۸۵ کیلوگرم ۲۹۵ کیلوگرم وزنه می زند و اولین مدال طلا به اردوی ایرانی ها می آورد و بعد از او سهراب مرادی دیگر وزنه بردار ۹۴ کیلوگرم، دومین مدال را تصاحب می کند. به این ترتیب در وزنه برداری رستم و سهراب همه چشم ها را خیره می کنند. آیا ستارگان جدید جهانی شدن قهرمانان جای ستاره های گذشته را خواهند گرفت و یا تختی بدون جانشین است؟ ورزشکاران تازه قهرمان شده آگهی دهنده ای است که باید تقلیدش کرد مثل مایکل فلیس آمریکایی که همه دوست دارند جای او باشند. او به تنهایی از بسیاری کشورها بیشتر مدال را گرفته است. مثل قهرمان دوهای ۱۰۰ متر و ۲۰۰ که خودش می گوید اگر او می خواهد همیشه شود باید مدال ها را بر برد چرا که این سومین المپیک است که او مدال ها را به گردن می آویزد. اما لایلا رجبی پرتاب گرز ایرانی بعد از حذف شدنش می گوید، کار برای من نکرده اند، آنها به اندازه پراید (ماشین ساخت ایران) برای ما هزینه کرده

سی و یکمین دوره المپیک فقیرتر از آن بود که رکوردهای چندانی در آن شکسته شود و یا قهرمانان تازه ای را به جهان بشناسد. آیا جهانی شدن ورزش که به صورتی جدی با افزایش بی پایان مسابقات پس از پایان جنگ جهانی دوم شروع شده با ورزشی کردن جهان به مثابه محمل سیاسی ایدئولوژیک مشترک کلیه قدرت های مالی که بر جهان فرمان میراند دو چندان شده است. پس از اینکه بارون پیر دوکوبرتن جنبش مقاومت ناپذیر اشاعه ورزشی را با احیای بازی های المپیک در سال ۱۸۶۹ در آتن براه انداخت، پدیده ورزش با ترکیبی از چند عامل مشخص گردید، توسعه بی سابقه اغلب ورزش ها در سراسر کره زمین، همگون سازی بین المللی آنها از طریق تدوین قواعد یکسان و ناپدید شدن تدریجی فنون بدنی یا بازی های محلی. وحدت این مجموعه در عین حال به زمان جهان ابر قراری تقویم مسابقات بیش از پیش فشرده که به عنوان میداء مورد پذیرش همه قرار گرفته و فضای ژئوپولیتیک (افزایش مکان های ورزشی، کنار ساختمان ها، میدان های ورزشی در منازل و مقابل تلویزیون ها، در طبیعت آزاد)، شکل بندی مجدد داده است، همه این در یک نمایش تلویزیونی با پوشش جهانی چنین بر می آید که در این تحرکات بی سابقه زمان و مکان تاریخ جدیدی تراوش می کند. تاریخی ناشی از اشک ها و لیخندا و رکورد شکستن ها نتایج ورزشی عالی که در این رهگذر حتی اسطوره ها و افسانه شگفت انگیز خلق می کنند که در آن قهرمانان خدایانی هستند در میان اقیانوسی از تصویرها، غوغاهای ورزشی و گسترش نفوذ آن بر زندگی روزمره عملاً قابل شناسائی در جهانی شدن ورزش به مثابه جهان سنگدل برنده های هر کشوری با تلویزیون هایی که تصویرها را به کشور خود می فرستد همه جا را اشباع کرده است. تیفوس ورزشی وجدان ها را با سرعتی باورنکردنی آلوده کرده و دیواری بین برنده ها و بازنده ها می کشد. آیا ورزش زندگی روزمره را در همه جای دنیا تشکیل می دهد و برای طرفداران ورزش چیزی جدا از برد و باخت وجود ندارد! اگر میدان های ورزشی امکان انجام مسابقات را می دهند فریبندگی واقعی نمایشی است که جماعت محسور شده را فرا می گیرد و

در این اواخر شنیدم که در اثر حمله قلبی در همان اوائل انقلاب در گذشته است. تعجب کردم ولی در کار خدا هیچوقت دخالت نمی کنم که کسی را بیمارزد یا نه! معتقدم باری تعالی کارش را بلد است و به توصیه امثال بنده رای و فرمانش عوض بدل نمی شود...

اما غرض بدون مرض از معرفی ایشان این که در همان ایام، شبی در یک مجلس شعر و موسیقی تعدادی هم ناآشنا حضور داشتند. هنگام پذیرایی دونفرشان باهم نزد من آمدند و پس از تعریفات و تعارفات معمولی، یکی از آنها گفت:

«گویا شما ضمنا کارشناس فلان وزارتخانه هم هستید...»

که با سر جواب مثبتی دادم. سؤال کرد: «آقای «یوسفی» را می شناسید؟»

با شنیدن این اسم درد دل بنده باز شد و آنچه را می خواستم و می دانستم در وصف ایشان به زبان آوردم که ایشان اصلا آدم ناراحتی است. برای ارتقای شغل به هر کاری که فکر کنید دست می زند. بسیار حسود و بخیل است. با اون چشم های ریز و نزدیک به هم بالای دماغ باریک و عقابیش، شخصیتش را برای همه همکاران اداری واضح و روشن کرده است و خیلی چیزهای دیگر...

می کردم. خلاصه آقای «یوسفی» در اداره ما جا افتادند و متأسفانه به تدریج خصلت خودشان را خواه ناخواه رو می کردند...

اولین قربانی طعنه ایشان خود بنده بودم که در پیش نویس مقاله ای، کلمه صد را با سین نوشته بودم (هرچند دوستان و استادان فن امروزه سعی دارند حتما این کلمه را با سین بنویسند!) که توسط ایشان پیراهن عثمان شد و فوراً مراتب سواد بنده را به عرض مدیر کل و دیگران رساندند!... بقیه را هم به هر ترتیبی که پیش می آمد برای خود شیرینی و معرفی خودش به این نکته سنجی ها و سودجویی ها دراز می کرد و باعث دلخوری بسیاری از همکاران شده بود.

خدمتتان عرض کنم کار به جایی رسیده بود که وقتی نامی از من در تلویزیون و یا در رادیو شنیده یا در در مجله ای می خواند، نمی دانم شاید از روی حسادت ذاتی، با صدای بلند حتی جلوی مدیر کل داد سخن می داد که: «رو مسخرگی پیشه کن و مطربی آموز تا...»

و زخم زبان های این چنین. بنده هم با اجازه شما، ناچاراً به عنوان تلافی تا آنجا که می شد از میهمانی ها و ملاقات ها و کادوها و عیش و عشرت های شبانه، راست و دروغ سرهم می کردم و به عنوان غصه شش ماهه تحویلش می دادم.



همکار اداری بنده

با شروع مطلب، یاد قطعه خراسانی «ملک الشعراى بهار» افتادم که مصداق عرایض زیر است، هرچند معمولاً نتیجه را آخر مطلب می گیرند ولی از آنجایی که بنده می خواهم گریه را دم حجله بکشم، اول می گیریم... بهار می گوید:

ای بهار طوری نمیری که بگن شکر، که مُرد
گور به گوره که ز دستش به عذاب، عالم بود
باید آدم بمیره طور، که مخلوق بگن
ایها الناس کیک مرد عجب آدم بود...

که رفت یک کلام هم از موسیقی و حول و حوش آن به میان نیامد! مرتب از مدیر کل، معاون و سایر کارشناسان گرفته تا خانم ماشین نویس و حتی آبدارچی اداره از من پرس و جو می کرد که این چطور آدمی است! آن چطور اخلاقی دارد! کدامشان باسوادترند! و از این قبیل سوال ها و البته بهانه اش هم این بود که می خواهد با همکاران جدیدش بیشتر آشنا شود.

بنده هم تا آنجا که می دانستم طبق اخلاقی که داشتم در طبق اخلاص گذاشته، تقدیم

وقتی در یکی از وزارتخانه ها به عنوان کارشناس آموزش خدمت می کردم، آقای «یوسفی» نامی از وزارتخانه دیگری به اداره ما منتقل شد که بعد از یکی دو روز پروانه وار، دور شمع بنده می گشت و از شهرت و هنر بنده بذل و بخشش زبانی می کرد. یک روز از من اجازه خواست که به منزل ما بیاید و ضمن گپ و گفت، از آنجایی که تظاهر به شیفتگی نسبت به موسیقی و ردیف های ایرانی می کرد، به قول خودش؛ دمی محظوظ و متلذذ بشود... از شما چه پنهان از دمی که آمد و تا زمانی



Immigration & Translation Services

۱۳۱۸-۵۵۴ (۴۰۸)

شرکت ساعی

مشکل گشای شهر شما



کارت سبز، ویزای نامزدی

امور مربوط به دفتر حفاظت ایران

ترجمه کلیه مدارک، عکس گذرنامه

تشکیل شرکت ها

تعویض نام

تابعیت

www.saeicompany.com

I am not an attorney

(408)554-1318

برای اطلاعات بیشتر با آقای داریوش کیلانی تماس بگیرید

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

است که او را در این راه کمک می کند، دریاچه تازه ای را به روی او می گشاید تا



یک شهروند کاملاً معمولی

جایی که مرد عاشق او می شود و برای جلب توجه او، دست به اقدامی بی سابقه می زند که فیلم درخشان دیگری است از این کارگردان.

با پراکنده شدن ایرانی ها در سراسر دنیا، عجب نیست آنان را در موقعیت های ویژه دید. یکی از آنها «آریانا باندی» است که برنامه «آشپزخانه آریانا» را در تلویزیون های خارجی من جمله «نشنال جئوگرافیک» اجرا می کند و به نقاط مختلف ایران می رود تا غذاهای ایرانی را به نمایش بگذارد و در ضمن در آشپزخانه مجهز خود در دویی نیز غذاهایی را درست می کند که برنامه او را تشکیل می دهد.

دنیاله مطلب در صفحه ۵۲

هنری اش ادامه می دهد. «شاهین پرهامی» فیلمی درباره «شهرزاد» بازیگر، کارگردان و شاعر ایرانی ساخته که اینک دوران بازنشستگی



شهرزاد

را می گذراند اما هم چنان پرهیجان و مملو از خاطره است. معروف ترین فیلم او «قیصر» است که نقش رقصه فیلم را بازی می کرد. «پوری بنائی» بازیگر دیگر فیلم است.

«یک شهروند کاملاً معمولی» ساخته «مجید بزرگر» که قبلاً فیلم «پرویز» او در این جشنواره جایزه بهترین فیلم و بهترین کارگردانی را گرفته بود به نمایش در می آید که آخرین فیلم اوست، درباره مرد مسنی که پس از فوت همسرش منتظر انجام کارهای سفرش به نزد پسرش است که در خارج زندگی می کند. متصدی آژانس مسافرتی که دختر جوانی

نهمین جشنواره فیلم های ایرانی سافرانسیسکو

سعید شفا



اسپانیایی و کارگردانی «هیو هادسن» انگلیسی بازی کرده به نمایش در می آید



آلتامیرا

که از بهترین نقش هایی است که تاکنون عرضه کرده است.

از «نیکی کریمی» بازیگر مشهور سینمای ایران فیلم «تمشک» به کارگردانی «سامان سالور» به نمایش در می آید که داستان زن و شوهری است که به خاطر بچه دار نشدن، زنی را استخدام می کنند تا بچه

نهمین جشنواره فیلم های ایرانی سافرانسیسکو که در تاریخ ۲۴ و ۲۵ سپتامبر در «سافرانسیسکو آرت انیستیتوت» برگزار می شود، هدفش از ابتدا کشف و حمایت از فیلمسازان جوان ایرانی سراسر دنیا بوده است. این جشنواره که نخستین جشنواره مستقل فیلم های ایرانی خارج از ایران است، هر ساله بزرگداشتی دارد با حضور یکی از پیش کسوتان سینمای ایران که امسال



نورالدین زرین کلک

برای «نورالدین زرین کلک» پدر سینمای انیمیشن ایران برگزار خواهد شد. از او فیلم های «بنی آدم»، «یک دو سه»، «وظیفه اول»، «زمین بازی بابوش» و «دنیای دیوانه دیوانه» به نمایش درخواهد آمد.

به پاس و یادبودی از کارگردان بزرگ سینمای ایران، عباس کیارستمی، فیلم ویژه ای که در خارج ساخته و کمتر در



تمشک

ای برای آنها بیاورد ولی با حوادثی روبرو می شوند که فیلم پرهیجان و تماشایی «تمشک» را دیدنی می سازد.

از «پرویز تناولی» مجسمه ساز و نقاش معروف ایرانی فیلمی مستند ساخته «ترنس ترنز» از کانادا در برنامه هست که نگاهی دارد به زندگی و کارهای این



کن لوچ، ارمانو اولمی و عباس کیارستمی

جایی به نمایش درآمده، به اسم «بلیت ها» به نمایش درخواهد آمد که به اتفاق دو تن از برجسته ترین سینماگران دنیا «ارمانو اولمی» از ایتالیا، و «کن لوچ» از انگلیس ساخته.

از بازیگر ارزنده سینمای ایران، گلشیفته فراهانی، که اینک در خارج فعالیت دارد، آخرین فیلمش به اسم «آلتامیرا» که با «انتونیو بندراس» بازیگر مشهور



پرویز تناولی

هنرمند ارزنده که وقتش را میان کانادا و ایران تقسیم کرده و هم چنان به خلق آثار

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 Mirshafiei, Esq.

مشاوره اولیه رایگان

♦ کلیه امور خانوادگی ♦ کلیه امور تجاری، بازرگانی،

و ثبت شرکت ها ♦ دعاوی مدنی

♦ Business Law ♦ Family Law

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

To schedule your initial consultation, please call:

(408)663-6286

www.headwaylegal.com

710 Lakeway Drive, #138, Sunnyvale, CA 94085

هفته بعد، همگی منتظر راننده بودیم که به موقع آمد و آقا را سوار کرد و رفت. دو روز بعد که نوبت آمدن راننده بود، منزل نبودم. وقتی آمدم، دیدم آقا منزل تشریف دارند و برای تمرین رانندگی نرفته‌اند. گفتم:

- چرا نرفتی؟

- راننده نیامده. بابا دست از سر اینها بردار، مردمان بدقولی هستند.

به آموزشگاه تلفن کردم و با عصبانیت گفتم: «آقا، شما به من قول دادید که منظم باشید. ایشان مرد گرفتاری هستند.

نمی‌توانند بدقولی‌های شما را قبول کنند.» مدیر آموزشگاه با لحن قاطعی گفت:

«خانم، راننده به خانه شما آمد. مستخدم ترک‌زبانان گفت که آقا جلسه مهمی در دانشگاه داشته‌اند و مجبور شده‌اند که بروند.» دیدم ما که مستخدم ترک‌زبان

نداریم. فهمیدم آقا کلک زده و با لجه ترکی یارو را از پشت آیفون مرخص کرده. از آن به بعد هرچه کوشش کردیم موفق نشدیم ایشان رانندگی یاد بگیرند.

اما به جای آن، نویگتور و جی‌پی‌اس شده‌اند. خدا به دادتان برسد اگر بغل دستتان نشستند باشد و مشغول راندن باشید. پشت سر هم به شما آدرس

میده.

دنباله مطلب در صفحه ۵۳

موقعی که به دانشکده می‌رفت و احتیاج به پیاده‌روی داشت منزل ما نزدیک دانشکده بود و اصرار داشتم پیاده به دانشکده بروم ولی دانشجویانش همه ماشین داشتند و وسط راه سوارش می‌کردند و او را به دانشکده می‌بردند.

بارها تصمیم گرفتم که یک کاری بکنم که ایشان رانندگی کنند و بالاخره به یک آموزشگاه رانندگی در تهران مراجعه کردم. اسمش را نوشتم و قرار شد که

هفته‌ای دو روز معلم رانندگی به منزل ما بیاید و ایشان را برای تعلیم رانندگی با خود ببرد. خوشحال از اینکه برای رفتن به سینما، رستوران و غیره کمکی

برای رانندگی خواهم داشت که نگران خوردن یک گیلان شراب نباشم. خلاصه با خوشحالی به منزل آمدم و گفتم:

- بالاخره مشکل من حل شد.

با تعجب پرسید:

- چه مشکلی؟

- رانندگی جناب‌عالی. از فردا، بعد از ظهرها که از دانشکده برمی‌گردی، هفته‌ای دو روز راننده تو را برای تمرین می‌برد که انشاءالله بعد از چند ماه خودت رانندگی می‌کنی.

ظاهراً لبخندی زد و گفت:

- چه خوب، تو هم دیگه راحت میشی.



نوشخند و پوزخند

لبخند و زهرخند

عترت گودرزی (الهی)

etratelahi@aol.com

آقا به کلاس رانندگی می‌رود

و روز بعد دخترها غش می‌کردند و نگران نویسنده محبوبشان در جاده خطرناک شمال بودند. در حالی که بنده در جاده خطرناک شمال می‌راندم و نویسنده محبوب کنار دست من مشغول لذت بردن از هوای لطیف جاده شمال بود و آن تین‌ایرهای سابق هنوز هم نمی‌دانند که آقای نویسنده حتی یک بار هم دستش به فرمان ماشین نرسیده چه برسد به اینکه رانندگی کند. هر وقت کسی می‌پرسید: «آقای دکتر، شما چرا رانندگی نمی‌کنید؟» می‌گفت: «به قول آقای علی دشتی، رفقا ماشین دارند.» البته از جمله دوم آقای دشتی هم بدش نمی‌آمد که وقتی از من پرسیدند: «چرا زن نمی‌گیری؟» می‌گفت آن را هم رفقا دارند.

امروز می‌خواهم به کوی خودمان برم شکار و برای خودم دشمن‌تراشی کنم. پس داستان را از اینجا شروع می‌کنم:

برای دوستانی که پیش از انقلاب مجلاتی مثل تهران‌مصور، سپید و سیاه و غیره را می‌خواندند. در این مجلات نویسنده‌ای بود که محبوب دخترها و خانم‌های شهر بود و با نام‌های سپیده، ارغنون، تاک و غیره داستان‌های عاشقانه می‌نوشت. فرضاً شروع بعضی داستان‌هایش اینطور بود:

- سرم را روی فرمان ماشین گذاشته بودم و به تو فکر می‌کردم و چشم‌هایم

یا - در یک شب بارانی که در جاده شمال رانندگی می‌کردم ناگهان به فکر تو افتادم و آن نگاه اشک‌آلود که لطیف‌تر از قطره‌های باران بود.



کار را به کاردان بسپارید!

دفتر خدمات اجتماعی

لیدا کوچصفهانی

(408)269-7283

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 دعوت نامه و تنظیم فرم‌های اداره مهاجرت و پناهندگی

♦ اخذ ویزای نامزدی

♦ مدیکر و مدیکل، SSI

♦ گرفتن وقت از سفارت آمریکا جهت ویزای توریستی

♦ اخذ پاسپورت سفید

♦ ترجمه اسناد و مدارک

♦ تمدید گرین کارت

lida.taxesavers@gmail.com

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



مشاور مالی و مالیاتی

Accounting, Auditing & Tax Services

سرویس مطمئن - قیمت مناسب - توجه کامل به نیازهای شما



خدمات دفتر داری

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

محمدرضا عالی‌پیام (هالو)



سید محمدرضا عالی پیام (زاده ۲۰ خرداد ۱۳۳۶ در تهران، ملقب به هالو شاعر معترض، زندانی سیاسی، وبلاگ‌نویس، عضو کانون فیلمنامه‌نویسان سینمای ایران و مدیر مسئول مؤسسه تبلیغاتی دایره مینا، بازیگر، تهیه کننده و کارگردان اهل ایران است. محمدرضا عالی پیام عضو کانون فیلمنامه نویسان سینمای ایران، عضو شورای مرکزی و دبیر انجمن تهیه کنندگان مستقل سینمای ایران، انجمن صنفی شرکت‌های تبلیغاتی و عضو دایمی آکادمی داوری خانه سینما، عضو چند انجمن ادبی هنری تهران مدیر عامل مؤسسه مینا فیلم و با حفظ سمت، مدیر مسئول مؤسسه تبلیغاتی دایره مینا است. افاضات هالو نام کتاب اشعار طنز و سیاسی او می‌باشد. او فارغ‌التحصیل از دانشکده هنرهای زیبای دانشگاه تهران است. وی فعالیت سینمایی را با بازی در فیلم «جنگ اطهر» به کارگردانی محمدعلی نجفی آغاز کرد. بازیگری در فیلم‌های «جنگ اطهر» (۱۳۵۸)، «توهم» (۱۳۶۴)، طراح صحنه و لباس فیلم «توهم» (۱۳۶۴)، کارگردانی دو فیلم: «خسته نباشید» (۱۳۷۱) و «مشت بر پوست» (موشو) (۱۳۸۱)، مجری طرح فیلم «پرواز از اردوگاه» (۱۳۷۲)، سناریو و فیلم‌نامه‌نویسی سه فیلم: «مشت بر پوست» (موشو) (۱۳۸۱) و «پرواز از اردوگاه» (۱۳۷۲) و «خسته نباشید» (۱۳۷۱)، تهیه کننده سه فیلم: «مشت بر پوست» (موشو) (۱۳۸۱)، «راز خنجر» (۱۳۶۹)، «دلم برای پسر تنگ شده» (۱۳۶۸)، و سرمایه‌گذاری در دو فیلم: «مشت بر پوست» (موشو) (۱۳۸۱) و «بایسیکل‌ران» (فیلم) (۱۳۶۴) ساخته محسن مخملباف، بازیگری در نقش مؤذن مسجد جامع سبزوار در سریال «سربداران» از جمله فعالیت‌های او در سینما می‌باشد. دنباله مطلب در صفحه ۴۸

سیر و سفری در گلستان ادب پارسی

گردآوری و نگارش:
مهندس پرویز نظامی



دکتر مهدی حمیدی شیرازی (بخش آخر)

شعرهای حمیدی با تعمق، درون گرایی، زهفته های طبیعی و ذاتی خودش به اضافه آلام و دردها و رنج های خارجی که بر شاعر حمله می کند سروده شده است. حمیدی از این آلام و دردها و رنج ها که ملازم با زندگی همه هست منتها در زندگی او شاید یک قدری زودتر بوجود آمد منقلب شد و وادار به تفکر و درون گرایی گردید و آثاری خلق کرد که از نفسانیات او برانگیخته شده بودند. زمانی که پس از انقطاع با عشق با آن کیفیت اجباری که برایش دست داد شعرهای تخیلی و تفکری و احساسی او غلبه پیدا کرد بر شعرهای عشقی او، آثاری مانند ابراهیم، موسی و قطعاتی که در رنج ها و آلام زندگی خودش ساخته، حوادثی که در زندگیش پیش آمده خلق کرده که با خواندن آنها موی بر اندام آدمی راست می شود و اشک در چشم انسان حلقه می زند.

لذا می توان ادوار حیاتی و شعری حمیدی را به دو دوره یا قسمت تقسیم کرد؛ یک قسمت دوره عشقی و عاشقی و صرفا شعرهای عاطفی و احساسی او و یک قسمت هم دوره رنج و درد زندگی و کهولت او و بروز آثار تعقلی و تفکری و دردآمیز و بیان رنج ها و آلام. شعر موسی حاصل آن دوره تعقلی و تفکری اوست و در ردیف یکی از بهترین آثار او قرار دارد.

من آن آسمانی سروش خدایم
که فخری به هوا و آدم ندارم
مسیحای مریم شناسد به معجز
کمی از مسیحای مریم ندارم
سخندان شناسد که من اوستادم
که استادی کس مسلم ندارم
به سحر سخن راه اعجاز بویم
بسی گویم و ژاژ و درهم ندارم
به هر سبک و هر بحر و هر شیوه گفتم
که دانند همتا و همدم ندارم
همه شاهکار است گفتارهایم
به اندیشه و لفظ ماتم ندارم
سخن هر چه گفتم همه نغز گفتم
شکرهای آلوده باسم ندارم

بحث در شعرهای حمیدی به اختصار ممکن نیست ولی تا آنجا که مقدور باشد می توان گفت که در تمام دیوان حمیدی از همان وقتی که شاعری خیلی جوان یعنی هفده هیجده ساله بوده است یک اثری از پختگی، پختگی ذاتی و طبیعی دیده می شود که وقتی شعری را ساخته، تلفیق این شعر، تلفیق عادی نیست، تلفیقی است که از عهده هر کسی ساخته نیست، تلفیق خود بخود محکم است. چرا چنین است، در آن روزگار، که هنوز کار زیاد هم نکرده است؟! همان ملکه طبیعی و فطری و ذاتی است که در این شاعر علاوه بر ملکه شاعری و قوه شاعری بلکه فصاحت ذاتی هم برتری و بر سری دارد از دیگران در وجودش هست. حمیدی شاعر است که در تمام دیوان او ابیات سست و نابهنجار و ضعف ترکیب و ضعف تألیف دیده نمی شود، همه اشعارش یک دست، متوازن، موزون و دارای موسیقی کلام است. حمیدی از نظر تفکر، شاعری است عاشق، آنچه ساخته در مقوله عشق است و آنچه هم در این مقوله ساخته و پرداخته بعد اعلائی کمال است یعنی هیچ مضمونی از مضامین لطیف و دقیق عاشقانه نیست که در احوال حمیدی پیدا نشده باشد و او آنها را به بهترین وجهی بیان نکرده باشد و اما از آنجائیکه همه قوای انسان به خصوص قوای حاد و تندش مثل ایام جوانیش آن شدت و حدت را از دست خواهد داد و کم کم به مقولات دیگری خواهد پرداخت که آنها هم می تواند وجهی ای دیگر از عشق باشد ولی نمی توان آن را تعبیر به عشق صوری یا عشق عرفانی و یا حتی عشق الوهی کنیم بلکه می تواند عشق به تفکر، عشق به تخیل، عشق به سیر در نفسانیات انسانی باشد. حمیدی در اواسط عمر یک چنین کیفیتی در احوالش بعد از گذشتن به سن کهولت یعنی میانسالی پیدا شد که او را از مسیر عشق و عاشقی خارج کرد و وادار به تفکر کرد. این دسته از

آیا از درد آرتروز رنج می برید؟

آرتروز سن ۳۰+ میلی گرم
زندگی جدیدی را به شما هدیه می دهد!



مزایای استفاده از کپسول آرتروزن

(عصاره آواکادو و سویا)

- * کمک به کاهش دردهای آرتروز (زانو، گردن، کمر و دست)
- * کمک به جلوگیری از تخریب غضروف ها و کاهش درد مفاصل
- * مصرف روزانه فقط یک عدد کپسول
- * عرضه بدون نسخه در آمریکا

آغاز زندگی جدید با کپسول آرتروزن ۳۰۰ میلی گرم

برای کسب اطلاعات بیشتر با ما در شرکت آروین تماس بگیرید!

(408) 931-6054 * (408) 564-8674

www.arthrocen.com * sales@arvinamerica.net

منطقه فضول آباد

بقول اینجائی ها اینقدر به خودت کردیت نده!

همیشه گفتم یا خودت خودت درست کن یا درست تر کن. نزار اشکالتو یکی بگه که بهت بر بخوره یا دعوا بشه. ممکنه بگی مگه من چمه که خودمو درست کنم! عیب ها رو که گفتم بین شامل حال تو هم میشه یا نه! اگه نمیشه خوش بحالت!

اگر دیدی تو غذا خوردن خیلی ملج ملوج میکنی، یواشکی با خودت دعوا کن.
اگه دیدی عادت داری که بی دلیل تند تند حرف بزنی، بهت هم همه بارها گفتن، به خودت بگو «چه خبره! مگه فلفل خوردم!»
بد قولی و تنبلی می کنی. صدای مردم در میاری. چرا حالت نیست! تا کی میخوای اینجوری باشی!

هر جا میری فوری نبر روی میل یا صندلی نرم. بذار سالمندان اونجاها بشینند. اونجا جای سفت آزارشون میده بشینند.

پر خوری زشته. اگه ادامه بدی بهت می خندند یا به متلکی بارت می کنند. هر چیزی حدی داره. غذا خوردن هم همین طور.

چرا همیشه لباسات بو غذا میدن. مگه لباساتو تو آسپزخونه آویزون می کنی!

همه جا گیج بازی در نیار. عوضی نرو یا عوضی نگو. چیزی رو نمی دونی پیرس. بپرسی، ازت کم نمیشه. چرا اینقد قدی!

توی خونه آدم سالمند و ناتوان، هر چیزی جابجا کردی یا ریختی بهم، قبل از رفتن درستش کن. والا غر می زند و حق هم دارند.

اگر سالمندی تو شلوار پوشیدن خیلی دقت کن. بخوری زمین لگنت شکسته میشه.

دکتر گفتن درست کردن لگن آسون نیست. یکی از بهترین دوستان من گیج بازی در آورد خورد زمین. خدا بیامرزش، آدم نازنینی بود. یادش بخیر خط خوبی هم داشت.

کتابی از یکی گرفتی یادت نره بهش برگردونی. نزارش قاطی کتابات.

شبا غذا سبک بخور. دیر هم نخور. مثل گرسنگان حمله نکن به سفره. ببخشید که پوست کنده حرف می زنی.

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

مشقی تازه در روزهای غربت

حسینعلی مکرندی

فرمانت - کالیفرنیا

e-mail: ha@makvandi.com



پسر، کلیه آثار عاشقانه، ژان ژاک روسو بخاطر کتاب قراردادهای اجتماعی، ژان پل سارتر تمام آثار، امیل زولا تمام آثار، دانیل دوفو بخاطر کتاب تاریخ شیطان (البته این فهرست همچنان ادامه دارد)

پرسشی از یاشار کمال

یاشار کمال نویسنده نامدار کشور همسایه ما ترکیه است. در مقدمه کتاب «اگر مار را بکشید» اثر وی، با او مصاحبه ای شده و یک پرسش آن اینست که چگونه به فکر نوشتن کتاب اینجه ممد افتادید؟ پاسخ این نویسنده ماندگار اینست:

وقتی که عرضحال نویس بودم با اشراف زاده ای آشنا شدم که یاغی شده و به کوه زده بود. از خانواده های ملاکان بزرگ بود که به آنها «آقا» می گفتند. از حقوق دان های بزرگ دوره عثمانی بود اما یاغی و راهزن بزرگی شده بود. زبان های یونانی، فرانسه و انگلیسی را می دانست و او بود که برای اولین بار از فلسفه با من حرف زد و در این میان از آدمی بنام کارل مارکس صحبت کرد. اسمش رمزی بیک بود. تاریخچه مفصل یاغی گری و راهزنی در روستاهای ترکیه را برای من تعریف کرد. این ملاقات با رمزی بیک برای من کشف و شهود بود. دایمی خود من هم راهزن مشهور و خوش نامی بود. خود من هم هر چند یک یاغی واقعی نبودم ولی با پنج سال زندگی تحت تعقیب و ترس و بی عدالتی و عصیان چیزی از آنها کم نداشتم. به این ترتیب برای من عمل نوشتن درواقع نوعی عصیان بود و فکر کرده بودم که

رمان فرد عاصی را بنویسم. همه تحقیقات من بر محور عصیان می چرخید و این تحقیق را با دومین کتابم (ممد شاهین) عمیق تر کردم. من فکر می کنم که تمایل به قیام بعد اساسی طبیعت انسانی است. آنچه خواستم اعاده کنم. همه آن نیروهای پنهان و آشکاری است که انسان را به قیام و عصیان وادار می کند، در حالیکه خود او انتظار سودی از این قیام خود ندارد. مثلا خود من در آن سرگردانی طولانی چه نفعی داشتم؟ از آن همه مخفی شدن و گیر افتادن و کتک خوردن و اهانت دیدن! حتی از نظر سیاسی هیچگونه امیدی نداشتم اما در بعضی از موقعیت ها انسان مجبور است که عاصی باشد و عصیان به صورت قاعده زندگی درآید.

همینگوی راننده آمبولانس می شود
در سال ۱۹۱۴ که جنگ جهانی اول درگرفت، جوانکی موسوم به ارنست همینگوی که می خواست نویسنده شود پانزده سال بیشتر نداشت. ایالات متحده در سال ۱۹۱۷ وارد جنگ شد. همینگوی فوراً داوطلب شد که به جبهه برود. می دانست که با چنته خالی نویسنده نمی توان شد و می خواست در جنگ «تجربه» بیاموزد، اما به سبب آسیبی که در چشمش دیده بود در معاینه پزشکی رد شد. شش ماه بعد صلیب سرخ آمریکا او را به عنوان راننده آمبولانس پذیرفت و به جبهه ایتالیا فرستاد. او در جبهه ممتاز بود اما چیزی نگذشت که زخمی شد. گویا در یکی از سنگرها گلوله توپی زیر پایش منفجر می شود. همینگوی از هوش می رود. دو سرباز ایتالیایی که از دوستانش بودند در کنارش کشته می شوند. یک سرباز دیگر هر دو پایش قطع می شود. همینگوی چون به هوش می آید سرباز زخمی را بر دوش می گیرد تا او را به جایی برساند. همین که از سنگر بیرون می آید نورافکن روی آنها می افتد و مسلسل آتش می کند و دو گلوله به پای همینگوی می خورد. سرباز بی پا از دوش او می افتد و جان می دهد و همینگوی را چند ساعت بعد نیمه جان به بیمارستان پشت جبهه می رسانند. گذشته از دو گلوله مسلسل بیش از صد تکه ترکش توپ به پر و پایش نشسته بود. همینگوی چند ماه در یکی از بیمارستان های میلان بستری می شود. وقتی که از بیمارستان بیرون می آید جنگ پایان یافته بود و جوانی که می خواست نویسنده شود با چنته ای پر از «تجربه» و پای لنگ به خانه پدریش باز می گردد.

نویسندگان ممنوعه و اتیکان

در سال ۱۵۵۷ میلادی، واتیکان فهرستی منتشر کرد در ۵۵۰ صفحه و پنج هزار کتاب را ممنوع اعلام کرد. اما امروزه کلیسا در مورد کتاب هایی که شاید از نظر اخلاقی مضر باشند فقط یک اخطاریه صادر می کند که از قوه اجرایی بی بهره است و تنها بعنوان یک راهنمای اخلاقی قلمداد می شود. نام چندتایی از این نویسندگان و آثارشان از این قرار است. ویکتور هوگو بخاطر کتاب بینوایان، بالزاک بخاطر تمام آثار عاشقانه اش، الکساندر دوم، پدر و

شیوا موزون

وکیل رسمی دادگستری



Shiva Moozoun

Attorney at Law



♦ دفاع در برابر IRS, FTB, BOE

♦ تشکیل ثبت و انحلال شرکت ها ♦ برنامه ریزی و آماده کردن اظهارنامه های مالیاتی برای اشخاص و شرکت ها ♦ تهیه و تنظیم وصیت نامه و تراست

♦ تهیه و تنظیم انواع قرارداد و اسناد حقوقی ♦ آماده کردن فرم های مهاجرت

♦ Business, Corporation, Nonprofit

♦ IRS, BOE, FTB disputes

♦ Tax preparation for individuals and small businesses,

Trusts, Estates, Nonprofit ♦ Will, Trust, Estate Planning, Probate

♦ Draft/ Review/Renew legal contracts ♦ Immigration Services

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

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



کوی سرچنیک در کنار خیابان جدید الاحداث از زمین رویدند. خانواده پدری من در کوچه ای خانه داشتند که در آن خانه های پدرم و سه عمویم گرداگرد خانه میرزا شمس الدین حکیم الهی ساخته شده بود و عمه هایم می گفتند که در ابتدای این کوچه

یهودیان نه به اجبار، بلکه به اختیار محله خود را در تهران برپا کرده و کار و زندگی را در تهران تازه پایتخت شده آغاز کردند. به این ترتیب، من محصول ازدواج مردی از خاندان عقل و زنی از قبیله دینم و خود معلم عشقی که شاعری آموخت.

خانم ها! آقایان!

محله ام دور از من ایستاده است. میان من و آن محله کوه ها و دریاهاست. دلم به سنگینی کوه غمگین است و چشمم به فراوانی دریاها لبریز از اشک شور. دلم برای محله کهنه ام تنگ است. برای قرابه های شراب. برای آفتاب پریده رنگ پائیزی بر سینه دیوارهای کاهگلی. چه کنم با آنها که از کنارم عبور می کنند و فارسی نمی دانند؟ چه کنم که بدانند در دور دست ها سرزمینی بوده است و هست و خواهد بود، که در آن از صدای سخن عشق صدائی خوش تر نیست؟

دری بوده که شب هنگام آن را می بستند و کلون می کردند تا خانه ها از تعرض احتمالی محفوظ بماند.

اما خانواده مادری مرکزی متشخص تری بنام حسینیہ سادات داشتند. این حسینیہ در حقیقت مرکز فرماندهی آنان بود و جز خانواده مرحوم حاج سید علی با هفت دخترش، که نوعی تولیت این حسینیہ را برعهده داشت و در آنجا زندگی می کرد، بقیه سادات، یا در اطراف حسینیہ خانه داشتند یا به حوالی عین الدوله و دوشان تپه کوچ کرده و در حقیقت به حومه تهران رفته بودند. آنها که کوچ کرده بودند، به آنها که در سرچنیک مانده بودند «شهری» می گفتند، به اعتبار این که خود در خارج از محدوده تهران زندگی می کردند.

این هر دو خانواده با یهودیان همسایه می زیستند و حکایت ها شنیده ام از روابط این همسایگان و آن سال های دور و این که

یادداشت های با تاریخ

صدرالدین الهی



ز من می پرس که چونی؟ دلی نشسته به خونی

تهرانی را برگزیدند، که لایب برخی از شما بعضی از آن ها را می شناسید. این سادات حتی در سال های بعد که دیگر کلاه و کمر به جای عبا و عمامه آمده بود، دست از تشرع خود نشستند و در حقیقت از قبیله عالمان دین بودند.

اجداد پدری و مادری من، در سال های جوانی تهران، در کوی بنام «سرچنیک» مستقر شده بودند که ظاهرا در آن دوران «بورلی هیلز» تهران بود. کوی «سرچنیک» با محله یهودی های تهران چون شیر و شکر درهم در آمیخته بود. سرچنیک در آن طرف تکیه رضاقلی خان قرار داشت و بعدها که خیابان سیروس از وسط محله یهودی ها گذشت، داروخانه بین المللی و بعد کانون فرهنگی خیرخواه و دیگر تاسیسات خدمات یهودیان، از دل محله رو به خیابان سیروس و پشت به

خانم ها! آقایان!

نام من صدرالدین و نام خانوادگی ام الهی است. شناسنامه من به شماره ۱۱۱۶ صادره از بخش ۹ تهران، محله قدیمی عودلاجان است.

خانواده پدری من پیش از آن که تهران از سوی آغا محمدخان قاجار به پایتختی برگزیده شود، ساکن لواسان بودند و به اشاره خواجه تاجدار به تهران آمدند، یا کوچ داده شدند. همه سر در خط حکمت الهی داشتند، که اگر نه به ظاهر، که در نهاد، تعقلی است سایه افکن بر تعصب دینی.

خانواده مادری من هم اهل تهران هستند و جد اعلائی آن ها «حاج سید حسن» نامی است که فتحعلی شاه قاجار با او صیغه برادری و اخوت جاری کرده بود و به این سبب در عهد انتخاب نام خانوادگی، اعقاب سید نام خانوادگی سادات اخوی



www.parsequalitycenter.org

A BIA Accredited Agency

501 (C)(3) Nonprofit Organization

تلفن تماس برای تعیین وقت در شمال کالیفرنیا

408-261-6405

Pars Equality Center

1635 The Alameda

San Jose, CA 95126

تلفن تماس برای تعیین وقت در جنوب کالیفرنیا

818-616-3091

Pars Equality Center

4954 Van Nuys Blvd., Suite 201

Sherman Oaks, CA 91403

Immigration & Citizenship Services

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

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

نخستین مشاوره رایگان میباشد

ملاقات و مشاوره فقط با وقت قبلی میباشد

نوزده کشور که بالاترین نرخ مالیات را دارند بشناسید

نوزده کشور که بیشترین مالیات بر عهده کارفرما است، توسط مجمع اقتصاد جهانی رتبه بندی شده است. مجمع اقتصاد جهانی که یکی از سازمان های بزرگ اقتصادی مستقر در سوئیس است، گزارشی درباره اقتصاد رقابتی کشورها منتشر کرده است. به گزارش خبرآنلاین، مجمع جهانی اقتصاد برای این منظور از تعدادی شاخص استفاده کرده است که این شاخص ها طیفی از راه اندازی تجارت تا گرفتن رشوه را در برمی گیرند. براساس این گزارش، یکی از شاخص هایی که در این تحقیق مورد استفاده قرار گرفته است، مالیات های کشورهاست که هرچقدر رتبه آنها بالاتر باشد، قدرت رقابت پذیری آنها کمتر است. آنها برای محاسبه این ارقام از «نرخ کلی مالیات» متعلق به بانک جهانی استفاده کرده اند. مجموع کل مالیاتها در واقع از جمع پنج نوع مالیات مختلف پس از محاسبه کسری ها و معافیت های مالیاتی تشکیل شده است: مالیات بر ارزش افزوده یا مالیات بر درآمد، مالیات بر مشاغل و حق بیمه تامین اجتماعی پرداخت شده توسط کارفرمایان، مالیات بر ملک، مالیات نقل و انتقال و مالیات های خرد دیگر. در این گزارش تاکید شده که این مالیات ها بر عهده کارفرما است و نه مالیات بر درآمد که بر عهده مستخدمین است.

۱۶. **اسپانیا: ۵۸.۲ درصد:** اسپانیا سومین کشور از پنج کشور بزرگ اروپا است و دو کشور دیگر در رتبه های بالاتر قرار دارند.
۱۸. **هند ۶۱.۷ درصد:** وزیر اقتصاد هند می خواهد مالیات بر شرکت را در ۵ سال اخیر ۵ درصد کم کند و به ۲۵ درصد رسد.
۱۷. **تانزانیا ۶۲.۴ درصد:** تانزانیا دومین کشور در آفریقا است که نرخ مالیات بالایی دارد.
۱۶. **بنین ۶۳.۳ درصد:** مالیات بر شرکت این کشور ۱۵.۹ درصد است.
۱۵. **گامبیا ۶۳.۳ درصد:** گامبیا جزو فقیر ترین کشورها محسوب می شود.
۱۴. **چاد ۶۳.۵ درصد:** چاد اقتصاد وابسته به کشاورزی دارد و بسیار فقیر است.
۱۳. **چین ۶۴.۶ درصد:** این کشور بیشتر مالیات بر حمل و نقل می گیرد تا از سود بازرگانی استفاده کند. **دنباله مطلب در صفحه ۴۸**

ترمیم، تصحیح، بهبود و افزایش کردیت

آرین اقبالی

arian@enrichfin.com



با رعایت این نکات هراسی از Collection Agency نداشته باشید

مبلغ دقیق بدهی و راه های مسالمت آمیز پرداخت آن را برای شما روشن کنند زیرا در اغلب موارد این امکان هست که نیازی به پرداخت کامل بدهی نباشد. معمولاً در اینگونه موارد Collection Agency پیشنهاد مبلغی کمتر از میزان اصلی بدهی و در چند قسط می دهند. از این رو لازم است پس از روشن شدن میزان قطعی بدهی و شرح امکانات پرداخت خودتان، از آنها بخواهید که یک ورقه مربوط به توافقنامه (Payment Plan) بر سر چگونگی پرداخت مطابق با سطح درآمد و امکانات مالی که دارید و زمانی که برای این کار لازم است، برای شما بفرستند تا مطابق آن عمل کنید.

مهمترین نکته این است که در این مرحله به یاد داشته باشید که حتماً از آنها بخواهید توافق نهائی بر سر میزان بدهی (Settlement Offer) و دیگر شرایط پرداخت را به صورت کتبی و رسمی روی سر برگ Collection Agency مربوطه که شامل شماره حساب آنها، آدرس، تلفن و ... می باشد نوشته و برایتان بفرستند. نکته آخر و بسیار مهمی که باید از آن اطلاع داشته باشید این است که امتناع از پرداخت هر گونه بدهی به بانکها، مؤسسات مالی و بطور کلی هرگونه طرف معامله در آمریکا تا ۷ سال روی سابقه اعتباری فرد بدهکار تأثیر منفی می گذارد، لذا اگر در زمینه گفت و گو با Collection Agency دچار مشکل شدید بهترین کار این است که با کارشناسان مربوطه در این زمینه مشاوره نمایید.

به احتمال زیاد برای اکثر دارندگان کارت های اعتباری، افرادی که به انواع مختلف بانک ها و موسسات مالی سروکار داشته اند و یا کسانی که در اثر معاملات مختلف یا استفاده از خدمات گوناگون بدهی های معوقه داشته و به دلیل نتوانسته اند آنها را به موقع بازپرداخت کنند پیش آمده است که یک Collection Agency چه توسط نامه و چه از طریق تلفن با آنها تماس گرفته و مصرانه درخواست پرداخت بدهی حسابشان را کرده باشد.

به دلیل اهمیت این موضوع لازم است به چند نکته کلیدی در این زمینه اشاره کنم. نکته اول اینکه در یک چنین مواقعی آرامش خود را حفظ کرده و از هرگونه عکس العمل ناشایست یا ناسزاگویی بپرهیزید. مهمترین موضوع اینست که بدانید چگونه با آنها صحبت نمایید. برای حل بی دردسر این مشکل، ابتدا از آنها بخواهید که ورقه تأییدیه «Verification» مربوط به بدهی مربوطه را برای شما ارسال کنند تا مطمئن شوید که بدهی مورد ادعا مربوط به شماست و نه شخصی دیگر. این را هم به یاد داشته باشید که در خیلی از موارد، این بدهی ها معتبر «Valid» نبوده و نیازی به پرداخت هیچگونه وجهی نیست.

دومین کاری که باید انجام دهید این است که اطمینان حاصل کنید شخصی که با شما تماس گرفته از طرف یک Collection Agency واقعی است و نه یک کمپانی کلاهبردار و دروغین و یا به اصطلاح خودمان شرخر! سومین مورد اینکه از آنها بخواهید تا

دفتر خدمات اجتماعی ایرانیان

با مدیریت آذر نصیری

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

Azar Nassiri

Non-Attorney

خدمات سوشیال سکيوریتی و امور مهاجرت

- ♦ مدیکر و مدیکل
- ♦ دریافت گرین کارت از طریق خانواده
- ♦ سوشیال سکيورتی (SSI)
- ♦ دریافت ویزای نامزدی
- ♦ دریافت حقوق و مزایای دولتی (CAPI)
- ♦ دریافت پاسپورت سفید (دو ساله)
- ♦ دریافت حقوق پرستار
- ♦ تمدید گرین کارت
- ♦ دریافت حقوق بازنشستگی
- ♦ مصاحبه های سالانه سوشیال سکيوریتی
- ♦ تابعیت دولت آمریکا بدون امتحان و یا به زبان فارسی (واجبین شرایط)

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

در سراسر بی اریا

920 Saratoga Ave.
San Jose, CA 95129

2425 East Street,
Concord, CA 94520

با درج آگهی در ماهنامه پژواک،

کسب و خدمات خود را به

ایرانیان شمال کالیفرنیا معرفی نمایید!

ماهنامه پژواک

(408) 221-8624



از درگوشی‌ها به قلم پیرایه

کردن همه جانبه مردم، اتحادیه‌ها و دست اندرکاران مسائل اقتصادی، سایر امور پولساز، هرآنچه هم رسانه‌ها مثلا به خورد مردم می‌دهند از هفت خوان می‌گذرد و کلی هم از اصل وقایع پشت پرده پیوست. گیرم گفتید و نوشتید و راه افتادید. که چه شود؟ به کجا می‌رسید. مشاعر ای صرفا جهت سرگرمی و اغفال مردم از مرحله دور افتاده گاهی نیز ترتیب اثر مختصر و صدا خفه کن. اسمش دموکراسی، مردمی، آزادی و برابری است. دل خوشی احمقانه و ما ایرانی‌های ناشی و ساده و تازه وارد گرد سیاست مدل آمریکا که سراسر عوام فریبی و خریداری است، خیال می‌کنیم مطرح هستیم. به حساب می‌آئیم و خیلی سرمان می‌شود، جبهه می‌گیریم، اظهار فضل چپگرانه می‌کنیم که یعنی اهل تفکر و تعمق و زد و بندهای سیاسی روز هستیم. می‌خوانیم، می‌سنجیم و حقایق را درک می‌نمائیم و اصولا از هر جهت در میدان سیاست باز و روشن آمریکا کارشناس به شمار می‌آئیم، چرا که آمریکا، خصوصا این چند سال اخیر، واقعا و حقیقتا شورش درآمده و مردم را در جهل مرکب، اسیر معشیت قبضه کرده اند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۰**

ریاضت و برادری و برابری بود و دیدیم چه‌ها که نکرد و هنوز هم ادامه دارد. پهلوی‌ها دشمن مردم و خمینی دوست و خاکی و آزاده این مائیم. ما مردم دیکتاتور پرور که از یک آخوند یک لاقبای دست‌نشانده هیولائی ساختیم که عرضه و لیاقت و قضاوت خودمان بود و بس. قبول کنید، همگی ما مردم خاور میانه اندر خم کوچه اولیم. ما را چه به آزادی و آزادیخواهی و درک واقعی مرام و مسلک مردمی و انسانی و مساوات. فرشته آسمان هم بر ما نازل شود دست به کار شده به ابلسی سفاک خود رأی و مستبد تبدیل می‌نمائیم. عراق، سوریه، ایران و لیبی همچنان دموکراسی و آزادی روی درخت سبز نمی‌شود بلکه زمان می‌طلبد و سواد می‌خواهد. جسارت نباشد، ما مردم عقب‌مانده خاورمیانه و اطراف و اکناف دنیای امروز لیاقتمان همان دیکتاتور است مانند صدام حسین، قذافی، اسد. خمینی و دریغ از پهلوی‌ها. آمریکا چه می‌گوید و چه می‌خواهد معلوم و ما ناظر و شاهد این دیار که علی‌رغم ادعا و گفته‌ها و نوشته‌ها کدام آزادی و دموکراسی و وزیر خارجه از عموم کشورهای نفت خیز. میلیونها ودیعه امتیازات بعدی مخارج خریدن و رنگ

محدود. روایتی ماندگار و حکایتی از قید چرا و چگونه‌ها که قدمت تاریخی را شامل است و جای انکار نمی‌گذارد. اگر نبوده اید و ندیده اید، برسید، بخوانید و وضع موجود را بسنجید که مشت نمونه خروار است. خدمات شایان دوران رضا شاه در تاریخ ایران زمین ما تثبیت شده. گفتیم و نوشتیم که می‌زد، می‌کشت، می‌برد، می‌خورد و مستبد بالفطره بود. هنگامی که با تصمیم آمرانه متفقین و دستور روزولت و چرچیل و استالین به تبعیدگاه موریس منتقل شد «آسید یعقوب انوار» عبایش را درکشید و رفت پشت تریبون مجلس و مقدمات داد زد. الخبروفی ما وقع یعنی آنچه رخ داده خیر است. دیکتاتور رفت و بعدها از محمدرضا شاه یک ضحاک مار دوش تصویر می‌کردیم که استبداد خفقان آور دوران سلطنتش فقط زندان و شکنجه و دار و عذاب بود و جشن‌های آنچنانی. ناچار از جور و ستم و سلب آزادی رفتیم به استقبال «خمینی» که مظهر عبادت و

هر ملتی لیاقت همان حکومتی را دارد که بر آن حاکم است. گفته اند و شنیده ایم و در کمال بی‌توجهی به عمق واقعیت خودمان را مبرا می‌پنداریم که لیاقت ما ملت بسی بالاتر و والاتر از این و آن حکومت است. همیشه ناراضی و همواره راضی از خود. چه ملت باهوشی، چه مردم کاردانی، چه آدمهای سازنده‌ای و البته چه نژاد پاکیزه و آزاده با دین و ایمانی. نرنجید. خود پسندی ملی را کنار بگذارید و از نفی غرور بیجا که لازمه داوری منصفانه است غافل نباشید. خیر عزیزان، ما همان ملت ایم که در لعلین خمینی آب سر می‌کشیدیم که تبرک است و دفع بلا و هم اکنون صدها نفر دور مقبره او زار می‌زنند و دخیل می‌بندند و یا هر روز شکوایه به چاه جمکران می‌اندازند. خودتان را تافته جدا بافته تصور نفرمائید که ملت یعنی همین و ما هم بدون استثنا همینیم. بدبختانه تجربه ایست مشخص و موضعی واقعی نه عارضه ای گذرا و

... **Because Image is Everything**

✓Service ✓Quality ✓Affordability

We offer a wide variety of Printing services. We also offer Layout Design.

✓Brochures ✓Flyers ✓Posters ✓Banners ✓Business Cards

طراحی و چاپ

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

For a free quote please call us

(408)221-8624

کوروش یغمایی



کوروش یغمایی (زاده ۱۲ آذر ۱۳۲۵ در شاهرود)، آهنگساز، آواز خوان، نوازنده و تنظیم کننده ایرانی و نوازنده چیره دست گیتار الکتریک و بنیان گذار موسیقی راک در ایران است. وی همچنین در رشته جامعه شناسی تحصیل کرده است.

کوروش یغمایی فراگیری موزیک را در کودکی و با ساز سنتور آغاز کرد. پس از چند سال کار در موزیک سنتی ایران، گیتار سازی که همواره به آن عشق می ورزید، را برگزید و همه توان خود را برای یادگیری این ساز به کار برد. دلباختگی به گیتار چنان در منش و همه زندگی کوروش رخنه کرد که از آن هنگام تا کنون هیچگاه از هم دور نشده اند، گویی که کوروش و گیتار در هم تنیده شده اند. کوروش یغمایی کار جدی خود را در سن ۱۸ سالگی با ایجاد و سرپرستی و مدیریت گروه راک اینسترومنتال رایچرز آغاز کرد.

بود بازی در فیلم کلاسیک جان فورد، «چقدر دره من سبز بود» می باشد. او صدای زیبایی نیز داشت که به او لقب «موسرخ خوش صدا» داده بودند. جان وین و مورین اوهارا در پنج فیلم با هم بازی کردند: Rio Grante: ۱۹۵۰، Quite Man ۱۹۵۲، بر بال عقابها ۱۹۵۷، Big Joke ۱۹۷۱، McLintock ۱۹۶۳.

مورین اوهارا (۲۰۱۵-۱۹۲۰)، در شهر دابلین، ایرلند جنوبی به دنیا آمد و از کودکی در کار نمایش بود تا توسط چارلز لافتون برای بازی در فیلم «مهمانخانه جامایکا» ساخته آلفرد هیچکاک، انتخاب شد. پس از آن فیلم دوباره با لافتون «گوژپشت نتردام» را بازی کرد. یکی از بزرگترین کارهای ابتدایی او که بسیار برایش مهم



به عنوان سیاهی لشکر در برخی فیلم ها بازی کرد. موفقیت ابتدایی او بازی در فیلم «The Big Trail» ساخته «رائول والش» بود. به دنبال آن بازی در فیلم های وسترن دست دوم را شروع کرد تا اینکه در سال ۱۹۳۹ «جان فورد» او را برای ایفای نقش «جانی رینگو» در فیلم دلچیان «Stage coach» انتخاب کرد و در عین حال یک دوستی بسیار گرم بین این دو پا گرفت.

جان وین با نام «Marion Mitchell Morrison» متولد ۲۰ ماه می، ۱۹۰۷، در شهر Winterset ایالت Iowa به دنیا آمد ولی در کالیفرنیا جنوبی بزرگ شد.



جان وین و مورین اوهارا در صحنه ای از فیلم McLintock

جان وین پانزده فیلم برای جان فورد بازی کرد که می توان به این اسامی اشاره کرد: قلعه آياچي، سه پدر خوانده، مرد آرام، جويندگان. او بیش از ۱۷۰ فیلم در حدود نیم قرن بازی کرد و علاقمندانش به او لقب «DUKE» داده بودند. وی در سال ۱۹۷۹ فوت کرد.

او هم علاقمند به فوتبال بود و هم موج سواری و توانست برای ادامه تحصیل در کالج بورس بگیرد اما به خاطر یک سانحه موج سواری نتوانست به تحصیل ادامه دهد. در کمپانی Fox استخدام و در ابتدا

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

کنار حوض و نشست است ظرف و ظروف شب پیش شان را می شود. ما در حالیکه از بالکن خانه مان محو تماشای او شده بودیم، احساس کردیم یک چیزی در درون مان در حال جوشش است، اول ها نمی دانستیم چیست، تا اینکه بعد ها فهمیدیم شعر است که همینطور مثل چشمه جوشانی از وجود مان می جوشد! آمدیم کاغذ و قلمی برداشتیم و خواستیم شعر بگوییم اما هر چه زور زدیم یک نیم بیتی بیشتر نگفتیم! چنان توی قافیه و مافیه گیر کرده بودیم که انگار خر توی گل! همینطور آه های الکی می کشیدیم تا که ننه خدایامرزان غافلگیر مان کرد و وقتی که فهمید سر گرم سرودن اشعار عاشقانه هستیم، دو بامبی کوبید روی کله مبارک مان و گفت: «ذلیل شده ریفو! درس و مشقت را ول کرده ای و آمده ای شعر می گویی؟ مرده شور آن چشمان بابا قوری ات را ببرد!»

و ما تا بیاییم به خودمان بجنبیم دو تا سیلی چپ و راست هم به گوش مان نواخت و ما را که تازه یکی دو ساعتی بود عاشق دختر همسایه مان شده بودیم کشان کشان از بالکن پایین کشید و وادارمان کرد تا بوق شب بنشینیم ضریا ضریو یاد بگیریم!

خداوند روحش را شاد کند و در آن دنیا او را با اولیا و انبیا محشور کند. آن خدا بیمارز اگر آن دو تا سیلی را توی گوش مان زده بود و ما را به حال خودمان وا گذاشته بود حالا ما هم برای خودمان یکپا شاعر بودیم! شاعر هم که نمی شدیم دستکم می توانستیم ترانه سرا بشویم و یک مشت ترانه های بند تنبانی بسازیم و کلی نام در کنیم و مجبور نباشیم روزها بیل بزیم و شب ها هم اینجا عریضه بنویسیم و هی برای خودمان دشمن بتراشیم و همیشه خدا هم نان سواره باشد و ما پیاده!

روز یکشنبه گذشته ما توی خانه مان نشستیم بودیم و داشتیم از زندگی مان لذت می بردیم! اما تماشای بجنبان و برقصان های آنچنانی از تلویزیون سر تاسری اصغر آقای بقال و گوش کردن به ترانه سوزناک یک خانم خواننده با آن شعر های بند تنبانی اش وادارمان کرد که دوباره برویم شاعر بشویم! شاعر هم اگر نشدیم دستکم ترانه سرا بشویم! به جان شما خدا را چه دیدی؟ یک وقت دیدی ما هم سری توی سرها در آوردیم و از این سگدویی های شبانه روزی خلاص شدیم و شما هم از شر پرت و پلاهای ما راحت شدید!!

ها؟ چرا دارید می خندید؟ یعنی به ریخت و قیافه مان نمی آید برویم شاعر بشویم؟ اتفاقا به کوری چشم دشمنان اسلام، نه تنها قیافه زار و مردنی مان جان می دهد برای شاعر شدن، بلکه خودمان هم از قدیم ندیم ها مختصری شعر صادر می فرمودیم! اما نمیدانیم چطور شد که ننه خدایامرزان زد توی ذوق مان و ما هم بجای شاعر شدن شدیم عریضه نویس!! اما به جان شما این طبع شاعری همیشه با ما همراه بوده و گاهگاهی که زیر اینهمه صورتحساب های رنگ و وارنگ نزدیک بود برایم، یکپهو گل می کرده و یک سری شعرهای آبی صادر می فرمودیم، اما از ترس اینکه نکند بر و بچه ها به ریش مان بخندند شعر های مان را خودمان به تنهایی می خواندیم و کیف می کردیم! تا اینکه پریروزها که جای تان خالی نشسته بودیم و این تلویزیون اصغر آقای بقال سابق! را تماشا می کردیم، خواننده خوش بر و روی و خوش ادابی از راه رسید و شروع کرد به خواندن یکی از آن ترانه های بند تنبانی!

به جان شما وقتی که این ترانه را شنیدیم طبع شاعرانه مان شروع کرد به گل کردن و یکوقت دیدیم دویست سیصد بیت سروده ایم که اگر چه قافیه و مافیه و اینجور مسخره بازی ها را ندارد اما در مقایسه با آن شعری که آن خانم می خوانده، انگار حافظ شیرازی سر از خاک به در آورده است و یک غزل ناب دویست و پنجاه بیتی گفته است!

گیله مردها یک مثلی دارند که می گوید: «من مره قوربان!» یعنی قربان خودم بروم! این ضرب المثل را گילה مردها وقتی به کار می برند که یک نفر دارد از خودش تعریف می کند. مثلا اگر ما بخواهیم از خودمان تعریف بکنیم و بابت شعری که سروده ایم هی به به و چه چه تحویل خودمان بدهیم، گילה مردها نیشخندی می زنند و می گویند: من مره قوربان! که معنی دیگرش این است که: برو عمو جان کشتک را بساب!

حالا چرا این حاشیه را رفته ایم، علتش این است که نمی خواهیم شما هم نیشخندی تحویل مان بدهید و بگویید: من مره قوربان! باری، برویم سر مطلب مان. حدود چهل و چند سال پیش، ما عاشق دختر همسایه مان شده بودیم! یعنی اینکه یک روزی روی بالکن خانه مان ایستاده بودیم و داشتیم حیاط خانه همسایه مان را دید می زدیم که یکپهو دیدیم دختر همسایه مان آمده است



آریامهر!
راننده تاکسی گفت: دکتر فاطمی خانوم! خانم گفت: پنج تومان خیابان آریامهر!
راننده تاکسی گفت: خیابان دکتر فاطمی خانوم!
خانم گفت: ده تومان خیابان آریامهر!
راننده تاکسی گفت: خیابان دکتر فاطمی خانوم!
خانم گفت: بیست تومان خیابان آریامهر!
راننده تاکسی در ماشین را باز کرد و گفت: بفرمایید!
خانم سوار ماشین شد و در را بست و بر گشت به راننده تاکسی گفت: همه آدم ها یک قیمتی دارند! فقط قیمت های شان فرق میکنند.

کلنگ از آسمان افتاد و نشکست

و گرنه من کجا و بی وفایی؟!

از روزی که این رفیق مان اصغر آقای بقال دکان بقالی اش را بسته است و رفته است یک تلویزیون ایرانی راه انداخته است، ما هم تصمیم گرفته ایم بروم شاعر بشویم!



Bahman Ghashghaei
CalBRE #01765934

بهمن قشقایی

مشاور در امور خرید و فروش املاک



<http://realestateofsacramento.blogspot.com/>

در صورتی که قصد نقل مکان به ناحیه ساکرامنتو را دارید، لطفا با من تماس بگیرید تا منزل رویایی شما را برایتان پیدا کنم!

Median home price in Sacramento is only \$310,000
Call me for a list of great investment properties

Cell: (916) 893-4815

2055 Town Center Plaza, Suite 130
West Sacramento, CA 95691
Email: mysacramentoagent@gmail.com



تدریجاً کار و عمل و فعالیت اصلی خود را از دست می دهند ولی عوامل ژنتیکی، محیطی و روش زندگی را در آن بدون تاثیر نمی دانند.

درمان این بیماری بسیار پیچیده است و در حال حاضر شش دارو توسط FDA به تصویب رسیده است که فقط آثار و علائم بیماری را کنترل می کنند ولی خود بیماری را از بین نمی برند. با این داروها بیماران می توانند تا حدودی تمرکز فکری پیدا کرده و رفتار اجتماعی و خانوادگی خود را بهتر کنند. بسیاری از پژوهشگران در حال تحقیق هستند تا بتوان راهی برای درمان این بیمار هولناک پیدا کنند. آزمایشات آسیب شناسی نشان داده است که تجمع یک پروتئین بنام بتا- آمیلوئید (Beta- Amyloid) در خارج سلول های مغز و حضور پروتئین دیگری بنام Tau پروتئین در داخل سلول های مغز باعث مرگ تدریجی سلول های مغز می شوند. داروهای ضد آلزایمر نظیر Aricept, Namenda, Exelon و مخلوطی از اینها فقط زیر نظر پزشک معالج مصرف می شوند و علائم بیماری تا حدودی کنترل می کنند. تحقیقات نشان داده است که بیماران که دچار سندرم Down هستند (در آمریکا ۴۰۰,۰۰۰ نفر)، گروهی از کلیمیان از نژاد Ashkenaze آسکناز و سیاهپوستان بیشتر از بقیه و دربارچه سریع تر دچار بیماری آلزایمر می شوند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۵**

در محل های نامناسب و اشتباه، عدم توانایی در تصمیم گیری و عدم توانایی در بهداشت شخصی، عدم اشتیاق برای کارهای تفریحی و دست جمعی و تدریجاً جدا کردن خود از دیگران و شک و تردید به افراد خانواده و دوستان، بخصوص در کارهایی که دوست ندارند انجام شود. در افراد مسن که بیماری آلزایمر ندارند. گاهی بعلت کهولت سن و کم شدن کار مغز اشتباهاتی انجام می شود ولی این افراد می توانند به سرعت علت اشتباه را پیدا کرده و آن را حل کنند و یا تصحیح کنند و به اطراف خود و صحبت با دیگران کاملاً آگاه هستند و می توانند به تنهایی خود را اداره کنند. اغلب سوال می شود فرق Dementia و بیماری آلزایمر چیست؟ واژه Dementia یک واژه کلی است که نتیجه اختلال در حافظه، تفکر و رفتار فرد می باشد که انجام امور روزانه فرد را مختل می کند. بیماری آلزایمر یکی از بیماریهایی است که باعث Dementia می شود. حدود ۶۰ تا ۸۰ درصد بیماران که دچار Dementia می شوند علت آن بیماری آلزایمر می باشد و اغلب در سنین بالاتر از ۶۵ سال هستند. بیماریهای دیگر که باعث Dementia می شوند عبارتند از بیماری پارکینسون (Parkinson D) و Huntington D هنوز معلوم نیست چه عاملی باعث این بیماری می شود که سلولهای مغز



تازه های دنیای پزشکی

دکتر منوچهر سلجوقیان

بیماری آلزایمر (Alzheimer's Disease)

مشهود است. بیمار جهت کارهای روزانه نظیر خرید، کار در منزل، لباس پوشیدن، حمام کردن و غیره نیاز به کمک دارد و یک فرد خانواده بایستی از او مواظبت کند. **مرحله نهایی:** در این مرحله فرد شدیداً بیمار شده و قادر به گفتگو با زن و فرزندان و یا نگهداری از خود نیست و نیاز به مراقبت ۲۴ ساعته دارد.

در مرحله آخر و مرگ: بیمار بسیار ساکت بوده و فقط به نقطه ای نگاه می کند و از دیگر حرکات و رفتار انسانها در اطراف خود بی خبر است و دچار فراموشی کامل شده و قادر به هیچ کاری نیست و در واقع به مرگ نزدیک شده است.

علائم آلزایمر

علائم زیر در طی چهار مرحله قبلی تدریجاً در بیماران ظاهر می شوند: از دست دادن حافظه، عدم تمرکز در شمارش اعداد و شمارش پول، عدم توانایی در رانندگی و فعالیت فیزیکی و کارهای روزانه، عدم توجه به گذشت زمان و مکان، مشکل در دید و خواندن و نوشتن، نشناختن رنگ ها و یا در چه مکانی هستند، عدم توانایی در گفتگو و دنبال کردن بحث با دیگران و توقف ناگهانی در صحبت و فراموشی و مشکل در پیدا کردن کلمات درست برای صحبت کردن با دیگران، گذاشتن اشیاء

بیماری آلزایمر یک بیماری مغز بوده به طوریکه سلولهای مغز در اثر این بیماری تدریجاً از بین می روند. این بیماری از هر فرد تا فرد دیگر بسیار متفاوت می باشد و بیشتر در افراد در سنین بالاتر از ۶۵ سال ظاهر می شود. علائم آن به ترتیبی که ظاهر می شوند و مدتی که باقی می ماند در افراد متفاوت می باشد. این بیماری دارای چهار مرحله بوده که به تدریج وضعیت بیمار را تغییر داده که بوسیله افراد خانواده کاملاً محسوس می باشند. در بیشتر موارد بیماری آهسته پیشرفت کرده و گاهی مراحل آن با هم تداخل می کنند. در حال حاضر درمانی برای این بیماری وجود ندارد و روش هایی که بتوان آن را به تاخیر انداخت و یا جلوگیری کرد نیز پیدا نشده است. چهار مرحله این بیماری بنام مرحله اول، مرحله متوسط و مرحله نهائی و مرحله مرگ نامیده شده اند.

مرحله اول: در این مرحله بیماران دارای علائم بسیار خفیف بوده که شامل فراموشی، مشکل در گفتگو، تغییر خلق (mood) و رفتار می باشد. در این مرحله هنوز بیمار نیاز به کمک دیگران ندارد و راجع به وضع خود با دیگران صحبت می کند.

مرحله متوسط: بیمار هنوز از اطراف خود آگاهی دارد ولی تدریجاً از دست دادن حافظه و بدتر شدن وضعیت رفتاری بیمار

سارا مصطفوی - وکیل مهاجرت



- ♦ پناهندگی
- ♦ گرین کارت
- ♦ امور تبعیت آمریکا
- ♦ جلوگیری از اخراج
- ♦ امور حقوق بشر در رابطه با مسائل مهاجرت
- ♦ ویزاهای نامزدی، کار، سرمایه گذاری و دانشجویی
- ♦ سوء استفاده همسر در مورد اخذ اقامت از طریق ازدواج
- ♦ Asylum
- ♦ Green Cards
- ♦ Citizenship
- ♦ Deportation Defense
- ♦ Human Rights Based Immigration Matters
- ♦ Visas: Fiancé, Work, Tourist, Investment and Student
- ♦ Abused Spouse Immigration Petitions

(510)852-9650

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

به نام آنکه هستی بخشی است و جان آفرین



انجام مراسم عقد شرعی و سنتی ایرانی و آمریکایی

توسط **دکتر مهتری پیروز**

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

۹۴۶۱-۸۵۹-۴۱۵



است که مرا با حقیقت بیزار، اما هرگز با دروغ آرامم نکن. آنت به گروه پیشتاز نسلی از زنان فرانسه تعلق دارد که ناگزیر شده تا با پنجه در افکندن به پیش داوری ها، راه خود را به سوی یک زندگی مستقل باز کند. این زندگی با زندگی «ژان کریستف» تفاوت بسیار دارد زیرا که این زن نمی تواند جان اندیشمندش را زیر فرمان بگیرد و از سر ریز سوداها رهایی یابد. او دسترس حمله های ضحیر پر تلاطم خویش است و بی آنکه خود بداند در او یک ارس (خدای عشق)

می خواهیم باید آن را به چنگ آوریم زیرا "انسان ممکن است در خواستن اشتباه کند، ولی در نخواستن اشتباهش جبران ناپذیر است". عشق همیشه در سینه آنت یا کسانی که عاشقند می طپد، نه در سینه آنانی که دوستشان دارند!

رومن رولان که خود جانی شیفته است، عقیده دارد که هر ملتی دروغ های خاص خودش را دارد که به آن نام ایده آلیسم می دهد و هر کس از هنگام زادن تا لحظه مرگ آن را با هوا نفس می کشد و این برایش جزو شرایط زندگی شده است. تنها برخی نوابغ و جان های شیفته اند که می توانند از چنگ بحران هایی

این چنین رهایی یابند. کسانی که بیش از حد پذیرای عشقی بزرگ می باشند بسیار سودای استقلال دارند، زیرا همه چیز در آنان پر توان است! جان شیفته از تمام دردهایی که برای زیستن می کشد، بزرگوارانه لذت می برد. من شخصاً با آنت سالها زندگی کرده و احساسات او را با تمام وجود حس کرده ام. اطمینان دارم که بسیاری از زنان دیگر نیز پس از شناخت و آمیختن با او هرگز نتوانستند خود را از آنت جدا ببینند. «جان شیفته» در ایران به زن های بسیاری کمک کرد تا در آن سالهای بی هویتی، بیشتر به خود بیندیشند و شیفته آن شوند. گیرم که بیان این شیفتگی از عمق آن کم می کرد، اما تجربه متفاوتی بود که می بایست آن را در قلب و روح خود حفظ میکردند.

از آنت آموختم که هنگامی که جانی گرفتار آشوب است، نخستین علاجش اینست که دست به آن نزنند و بگذارند که خود به خود و اندک اندک گل و لای آن ته نشین شود.

در جایی دیگر آنت می گوید که زخم هایش بهترین چیزی هستند که زندگی به او داده است زیرا هر کدام نشانگر گامی به پیش است! **دنباله مطلب در صفحه ۲۹۷**

«جان شیفته» اثر رومن رولان



در دنیای شعرو ادبیات، بیشترین تاثیر را فروغ و رومن رولان در من بجای گذاشته اند. این امر باعث شده است که این دو در من مأوا گزیده و همسفر زندگیم شوند!

نوعی انقلاب اخلاقی دست بزند تا شاید در یک جامعه، غیر عادلانه مانع سرکوب آزادی درونی انسان شود! علاقه مفرط او به سوسیالیسم بیشتر به خاطر امیدهای اخلاقی و انسانی بود!

از نظر من دو اثر بر گزیده رومن رولان، «ژان کریستف» و «جان شیفته» میباشد که هر دوی آنها توسط محمود اعتماد زاده، م. ا. به آذین، به فارسی روان و زیبایی ترجمه شده است. اندیشه و نگارش «ژان کریستف» تقریباً بیست و دو سال از زندگی رولان را در بر گرفته است و نوشتن آن برای او یک اثر ایمانی بود. رومن رولان این کتاب را به جانهای آزاد همه ملتها، به کسانی که رنج می برند، پیکار می کنند و پیروز می شوند تقدیم کرده است.

او با نوشتن این اثر میخواست آتش روح انسان را که در دوران پوسیدگی مسایل اخلاقی و اجتماعی فرانسه، در زیر خاکستر خفته بود بیدار کند. بسیاری معتقدند که «ژان کریستف» تصویری از بتهوون است، حال آن که خود رولان میگوید: "کریستف یک بتهوون نیست، قهرمانیست هم تراز بتهوون که به صورتی مستقل، در جهانی متفاوت زندگی میکند". رومن رولان کسانی را قهرمان می داند که قلب بزرگی داشته اند. او این قلب را به قلمرو پهناور زندگی درونی پیوند می دهد. "بگذار تا سخت، عملت باشد".

رولان در پیش گفتار آخرین جلد «ژان کریستف» می گوید: "جان اندیشمند هرگز آسایش به خود ندیده است". در یادداشتی که در همان سال از او باقی مانده است، نوشته که دامنه نیک و بد را باید فراختر کرد. به عقیده او میان زنان و مردان یک عصر هرگز هم ترازوی وجود نداشته است، زیرا زنان امروز در کار به چنگ آوردن استقلال خود هستند، حال آنکه مردان سرگرم گواریدن آن می باشند! رومن رولان که خود جانی شیفته بود، نوشتن رمان «جان شیفته» را در ۱۹۲۲ آغاز کرد و در سال ۱۹۳۳ به پایان برد. در «جان شیفته» قهرمان داستان زنی است به نام آنت ریور (رودخانه). این شعار آنت

رومن رولان نویسنده فرانسوی در ۲۹ ژانویه سال ۱۸۶۶ در یک خانواده خورده بورژوا به دنیا آمد. تحصیلاتش را در فرانسه، در رشته تاریخ به پایان رساند و بعد از آن سفری به ایتالیا کرد. این سفر باعث تغییر رشد فکری او شد و گرایش های سوسیالیستی پیدا کرد تا جائیکه تصمیم گرفت در ایتالیا بماند و به تحصیل ادامه دهد. او در آنجا به آموختن تاریخ موسیقی پرداخت و در این رشته تخصص پیدا کرد. رولان یک دراماتیسست، نوولست، مقاله نویس، و نویسنده تاریخ هنر بود. شاید بتوان او را تا حدودی اهل تصوف نیز دانست! رومن رولان یک ایده آلیست تمام عیار بود و به همین جهت در سال ۱۹۱۵ به عنوان یک ایده آلیست بلند پایه که در آثارش همدردی و عشق به حقیقت از زبان شخصیت های داستان هایش بیان شده است، جایزه نوبل در رشته ادبیات به وی اعطا شد.

آثار رومن رولان هر یک به تنهایی کافیست تا نام او را در شمار نویسندگان معدودی که بیشترین تاثیر را بر روی خوانندگان آثارشان بر جای گذاشته اند، قرار دهد. رومن رولان درونی متلاطم و نا آرام داشت. در طول زندگی چندین بار جهت فکری او تغییر کرد، گرچه که همواره این تغییرات، در راستای یافتن بهترین راه برای پیشبرد بشریت به سوی تعالی و تکامل بوده است.

او در سال ۱۸۹۵ به فرانسه برگشت و در سال ۱۹۰۳ با تکیه بر کرسی استادی دانشگاه سوربن به تدریس تاریخ هنر پرداخت. رولان در زمینه هنر معتقد بود که وقتی خورشید در حال افول است، هنرمند وظیفه دارد که آفتاب بیافریند! رومن رولان بیوگرافی های قطوری در باره مشاهیر جهان از جمله بتهوون، تولستوی، گاندی، هندل، گوته و بسیاری دیگر نوشته است. هدف اصلی او از نگارش آنها روشننگری و تبلیغ اصول انسان دوستانه بوده است. رولان میخواست به این وسیله اروپا را از زوال فرهنگی و اخلاقی که گریانش را گرفته بود نجات دهد و با معرفی قشر برگزیده روشنفکران به

IRANIAN CULTURAL EVENTS

PRESENTS

مهرگان

MEHREGAN

FESTIVAL AND BAZAAR

❖ موسیقی ❖ رقص ❖ کارگاه هنری ❖ سفره مهرگان

Food, Drink, and Arts & Crafts available for purchase

Sunday, September 25th 2016

11 am-5 pm

10185 N, Stelling Rd, Cupertino CA 95014

Quinlan Community Center

FREE ADMISSION

از صاحبان مشاغل خواهشمندیم ما را در انجام این کار فرهنگی یاری رسانند

(408)829-8296



گواهینامه رانندگی
سحر سلاهی
sselahi@farmersagent.com



**انرژی مثبت
زندگی سالم و شاد**
پریناز کدخدایان
مشاور با گواهینامه رسمی در فنک شویی و ستاره شناسی
Parinaz@FengShuiAndLiving.com

گرفتن گواهینامه رانندگی در آمریکا

محل حضورتان مراجعه کنید. گرفتن گواهینامه در آمریکا کاری بسیار ساده و مشخص است و تمامی مراحل اعم از معاینه چشم، امتحان کتبی و گرفتن عکس و پرداخت هزینه مربوطه در یک محل انجام می شود. فایل کتابچه قوانین رانندگی را می توانید از سایت اینترنتی DMV ایالت خود دانلود کنید و یا می توانید کتابچه پرینت شده را از شعبه DMV به طور رایگان دریافت کنید. گواهینامه بسته به وسیله نقلیه ای که می خواهید برانید به کلاس غیر تجاری و تجاری و موتورسیکلت تقسیم می شود. در این نوشته موارد مرتبط با گواهینامه کلاس C غیر تجاری در ایالت کالیفرنیا که به شما اجازه راندن اتومبیل شخصی را می دهد ذکر شده است. برای دانستن راجع به سایر انواع گواهینامه می توانید به وبسایت DMV ایالت خودتان و یا نزدیکترین شعبه به محل زندگی تان مراجعه کنید. برای اخذ گواهینامه کلاس C غیر تجاری ابتدا بایستی با مراجعه به وبسایت DMV و یا یکی از شعب آن نسبت به اخذ وقت اقدام نمایید و فرم DL 44 را تکمیل فرمایید. پس از آن از شما انگشت نگاری خواهد شد و در محل شعبه از شما عکس می گیرند. همین عکس بر روی گواهینامه چاپ می شود. **دنباله مطلب در صفحه ۵۰**

گرفتن گواهینامه رانندگی در آمریکا و خرید ماشین یکی از اولین کارهایی است که اگر شهری که برای زندگی انتخاب کرده اید سیستم وسایل نقلیه عمومی کافی مانند تاکسی، مترو یا اتوبوس و با نرخیهای ارزان ندارد بایستی در آمریکا انجام دهید. به دلیل تفاوتی که رانندگی در آمریکا با ایران دارد گرفتن گواهینامه رانندگی آمریکایی در اسرع وقت توصیه می شود. گواهینامه رانندگی گرفتن در آمریکا مزیت دیگری که دارد آنست که می تواند به جای کارت شناسایی مورد استفاده قرار بگیرد. مثلا در آمریکا برای ورود به مکان هایی که شرط سنی دارد و یا خرید و سفارش مشروبات الکلی در رستوران و یا استفاده از کرایه کارت در هنگام خرید نیاز به مدرک احراز هویت دارید که در صورت داشتن گواهینامه دیگر نیازی به همراه داشتن پاسپورت نخواهید داشت. البته اگر نمی خواهید گواهینامه (Driving License) بگیرید، اقدام برای دریافت کارت شناسایی ایالتی را مد نظر قرار دهید. صدور هر دوی این مدارک توسط دپارتمان وسایل نقلیه (Department of Motor Vehicles) یا به اختصار DMV که زیر نظر ایالت است انجام می شود. برای دریافت اطلاعات بیشتر در این زمینه می توانید به وب سایت های دپارتمان مربوطه در ایالت

راه های برابر به وجود آوردن انرژی مثبت

اطراف خود مثال بزنید، اماکنی که ارتعاشات منفی آنها بالاست. بسیاری از ما تجربه کرده ایم که هنگام مراجعه به بعضی جاها حال خوب ما، بد می شود مثل جاهای گرفته، بدون گردش و تهویه هوا، بدون نور و زندگی. علت اصلی آن بالا بودن ارتعاشات منفی در این اماکن است. راه ها و شیوه های متعددی وجود دارد که می توان با آن فضاها یا اماکن را از ارتعاشات منفی پاک و ارتعاشات مثبت و شفافیت را جایگزین آن کرد. این عمل به خصوص در مکان های عمومی مانند هتل ها یا کویه قطار بسیار مفید واقع می شود اما می توان آن را به منظور پاکسازی و تقدیس منزل، محل کار یا اتومبیل خود نیز استفاده کرد، اغلب افراد پس از این عمل، احساس خوبی را تجربه می کنند.

راه کارهای موثر

۱) فرض کنید که یک درمانگر بخواهد به شفای بیمار بپردازد. کار کردن درمانگران در اتاقی که از انرژی های منفی پاکسازی شده باشد، بسیار اهمیت دارد. بهتر است در صورت امکان اتاقی انتخاب شود که در معرض نور آفتاب بوده و به فضای باز و هوای تازه دسترسی داشته باشد. پس آفتاب یکی از عوامل دفع انرژی های منفی است.

۲) علاوه بر این می توان با دود کردن مریم گلی و سرو آزاد یا هر گیاه خوشبو و ضد عفونی کننده دیگر، اتاق را پاکیزه نگاه داشت. پیش از برخاستن دود باید یکی از درهای خانه را باز گذاشت تا دود، انرژی مرده و منفی را جذب کرده، آن را از در اتاق خارج کند.

۳) قرار دادن تکه های جواهر مناسب در اتاق نیز انرژی منفی را جذب می کند. چند توصیه ساده

حالا چند توصیه ساده برای این که محیط اطراف خود را سرشار از انرژی مثبت کنید:
۱) هرگز به طور مداوم در اتاق بدون تهویه یا زیر نور چراغ های فلورسنت (مهتابی) کار نکنید. این نور فرکانسی تولید می کند که با ارتعاشات هاله تداخل کرده، موجب بروز فرکانس ضربه ای در حوزه انرژی می شود. دامنه فرکانسی این نورها برای تندرستی زیان آور هستند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۳**

همیشه مراقب هستیم تا مریض نشویم. سعی می کنیم تغذیه کامل داشته باشیم تا دچار هیچ گونه مشکل جسمی نشویم و در صورت بیمار شدن نزد پزشک می رویم. اما گاهی اوقات سلامت روحی خود را فراموش می کنیم. باید در نظر داشته باشید که سلامت جسمی و روحی ارتباط تنگاتنگی با هم دارند پس باید به هر دو آنها توجه داشت. میزان انرژی موجود در این دو مکان کاملا می تواند بر سلامت جسمی و روحی ما موثر باشد. همانطور که می دانیم انرژی حیاتی در تمام موجودات، اجسام و در همه جا وجود دارد ولی در بعضی نقاط انتشار انرژی، بیشتر از جاهای دیگر است. اصولا نقاط مرتفع مثل مناطق کوهستانی و جنگل های انبوه که دارای درختان کهنسال بلند هستند به افزایش انرژی درونی انسان و شفای او کمک می کند.

دکوراسیون انرژی

به عقیده چینی های باستان، موقعیت و جهت پدیده ها در فضا از اهمیت به سزایی برخوردار بوده و محل سکونت، کار، نحوه فرارگیری اشیاء، میز، مبلمان، کتابخانه و سایر مایملک انسان که او را از هر سو احاطه کرده اند، قادر به تاثیرگذاری بر سلامت رفتار و روان او هستند. براساس فنک شویی اشکال هندسی، خطوط و استقرار صحیح اشیاء در محیط های مناسب موجب همسویی نیروهای آسمانی با انسان و اشیاء شده، سلامتی و موفقیت را به ارمغان می آورند. این تاثیرات، رفتار و شخصیت انسان را در جهت مثبت یا منفی و موزون یا ناموزون تعیین می کنند. بدیهی است که اصلی ترین عصاره دکوراسیون انرژی یا فنک شویی، توجه به هماهنگی موجود در طبیعت بوده و کشف رموز طبیعت که همواره در حال سخن گفتن با بشر هستند و استفاده از آنها در زندگی شخصی. برای تبدیل محیط اطراف خود به چنین اماکنی چه باید بکنیم؟ راهکار اجرایی برای بهره مندی از فضایی مثبت چیست؟ **پاک کردن انرژی های منفی** احتمالا می توانید برخی از این مکان ها را در



پریناز کدخدایان
مشاور با گواهینامه رسمی
از سرنوشت خود با کمک ستاره شناسی و علم قدیم چینی مطلع شوید
۵۶۸۷-۷۰۴(۶۵۰)
فنک شویی در ایجاد جریان و حرکت مثبت انرژی در فضای منزل.
کار و بهتر شدن رابطه 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



و کم سطح و تکرار عادت ها و الگوهای یاد گرفته همیشه بیرون بیایم و به خود اجازه دهیم به بهترین های پتانسیل خود در ضمیمه های موفقیت، خوشبختی و یا شادی برسیم.

این کار سخت است، به مانند کرم ابریشم است که با زجر و کوشش فراوان خود را از پیله کوچک ولی راحت خود رها می کند تا تبدیل به پروانه ای آزاد و رنگین می شود. اگر این تحول سخت را انجام نمی داد (transition and transformation) هرگز به نهایت قانون هستی خود که پروانه شدن بود نمی رسید و هنوز راضی به کرم بودن در آن پیله می ماند.

در خاتمه شما را به خداوند و هستی می سپارم و برایتان نشاط و شادمانی بی سبب و همیشه برجا خواهانم.

لحظه زندگی کنیم و هشیار و پر حضور باشیم.

بخاطر داشته باشیم که هر تغییر و تحولی از خود ما شروع می شود و این یک واقعیت زندگی است.

در جایی خواندم که ذهن ما گاهی به مانند زندان کار می کند. ولی بعضی از ما به دلخواه و برای مواجه نشدن و ترس از مسائل ناشناخته جدید و حل آنها، خود را در این زندان نگه می داریم. ولی باید شهامت و جرأت سختی را یاد بگیریم و قفل های این زندان را بگشاییم و از آن بیرون بیاییم. چرا که در آن تاریکی و دخمه نمی توانیم رشد کنیم. چیزی به جز تعصب، غم و واهمه همدم ما نخواهد شد. آب هم اگر زلال و جاری نباشد، به گنداب تبدیل می شود. ما باید خود را از علق کم و تکرار محدوده آرامش ظاهری



هیچوقت دیر نیست!

آتوسا یکان
مشاور و راهنمای زندگی
Professional Certified Life Coach
atoosa30@yahoo.com

جسمانی خودمان است. بخشش، کمکی به خود و نه لطفی به دیگران است. بخشش با فراموش کردن فرق دارد. تجربه با مدام زجر کشیدن فرق دارد. هیچ کس ارزش آن را ندارد که کسی بخاطر او، خودش را مریض روحی و یا جسمی کند.

ما مسئول خود هستیم نه دیگران. همه چیز را تقصیر دیگران گذاشتن، نه تنها دردی را دوا نمی کند بلکه ما را در یک دیره باتلاق مانند نیز فرو می برد.

آنچه را که دیگر نمی توانیم عوض کنیم باید قبول کرده و زندگی مثبت جدید با بازکردن درهای جدید شروع کنیم. این در مورد مسائلی مانند طلاق، جدایی، مرگ، از دست دادن کار، پول، بیماریها و... صدق می کند. می توانیم با انرژی مثبت و آرامش، با آنچه هست ساخت و هنوز شاد، پر آرامش و پر قدرت، در راه تغییر جهت چرخ زندگی، مسیر را به سوی بهتری ادامه داد.

با سلامی گرم و صمیمی به گرمی آفتاب گرم تابستان و صمیمت باران زیبای بهاری به شما خوانندگان عزیز مقاله های ماهانه من در مجله پر بار پژواک.

حقیقتی که امروز می خواهم به آن اشاره کنم این واقعیت ثابت شده می باشد که خوشحالی یک انتخاب است. مثل تمام انتخاب های دیگر زندگی مان که هر لحظه در حال انجام آن هستیم. ما هر کدام تا حدودی هنرمندانی هستیم که نقاش کار خود در بوم زندگی و تا حد زیادی خالق زندگی خود می باشیم. هر کسی زندگی اش منحصر به خود می باشد. گفته می شود هر شخصی در این دنیا وظیفه دارد که با هدف زندگی کند و اثری ماندگار و مثبت برای خود و دیگران به جا بگذارد. این اثر در حد خود می تواند چیزی کوچک و یا بزرگ باشد. همه می توانند دلگرمی و کمک برای دیگران، چه از نظر روحی و چه از نظر مادی باشند.

بعضی از ما آنقدر خوشبخت و قادر هستیم که کاری نیکو که برای یکی ممکن است سرنوشت ساز بوده و زندگی او را عوض کرده، انجام دهیم و یا بر عکس، به بهانه های مختلف آنرا انجام ندهیم، زیرا که از مزایا و لذت های درونی و اثرات جادویی آن در مورد خودمان بی خبریم. همه نمی توانند ثروتمند و یا پرقدرت باشند و یا توانایی های فوق العاده داشته باشند. هر کسی در سطح و توان خود می تواند بخشنده و یا فعال باشد. مانند کارهای داوطلبانه، مثل حمایت از حیوانات، کمک به زنان بی خانمان در مراکز دولتی، وقت و دلسوزی به سالمندان تنها و بیمار، کمک به بچه های بی سرپرست و بدون خانمان و حتی کمک به همسایه ها، اقوام و خویشان.

وقتی ما پاره از زندگی خود فراتر برداریم و حس دلسوزی و انسان دوستی را در خود و اطرافیان زنده کنیم و آن را بدون هیچ بهانه، توقع و انتظاری انجام دهیم، می بینیم که در طرز فکر ما نسبت به زندگی و در روحیه و خودسازی خود چه قدم های سازنده ای برداشته ایم. گذشت و بخشش، نشانه ضعف و یا سادگی نیست. بخشش نشانه والاتر بودن طبع ماست و راهی برای سلامتی روحی و

نقش زندگی ما به مانند دوست، همسر، والدین، فرزند، کارمند، رئیس و غیره، نباید ما را در پشت صحنه و در لابلای این کارها، خسته و فرسوده کند. اگر فقط برای رضایت دیگران همه کارها را انجام می دهیم، در نتیجه خوشحالی و ثبات ما فقط به بندی وصل می شود. باید متعادل و در عین حال که با عشق وظایف خود را انجام می دهیم، غیروابسته و مستقل و مهر طلب نباشیم. فضای خصوصی و رضایت خود را هم فراموش نکنیم. کار درست را بدون تأکید و تأیید انجام دهیم. ما انسان ها، موجودات قابل و توانایی هستیم و باید یاد بگیریم تا به به خود واقعی و گوهر وجود خودمان برسیم. زندگی و محیط و تجربه های کودکی و جوانی گاهی لایه هایی کدر روی گوهر وجود انسان انباشته می کند که قابلیت ها و توانایی های او را پنهان می سازد. با سعی و کوشش بی شائبه در راه درست و دست به دست با هستی و قانون پشتیبانی آن، درهای بسته باز می شود و می توان به سوی موفقیت و شادی قدم گذاشت.

یادمان باشد که بار سنگین فردا همراه با بار دیروز روی دوش امروز ما اگر قرار بگیرد، به جز توقف و سنگینی حاصلی ندارد. پس باید یاد بگیریم که چگونه در



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.

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

دفاتر در سن حوزه و بلزنتون، سرویس سیار موجود می باشد.

۹۷۰۰-۲۹۷ (۹۲۵)

حاجی آقا

صادق هدایت

نمی سوخت. هشت نفرند که با هم چشم و همچشمی دارند. حلیمه خاتون که پناه بر خدا، منو به خاک سیاه نشانده. هی نسخه پیچ، نه بهتر میشه، نه بدتر. معلوم نیست چه مرگشه؟! میدانی، زیادی عمر کرده! حاجی چشم های مثل تفرش را واردانید و سرش را از روی ناامیدی تکان داد: آدم کارش که به اینجا کشید، بهتره هر چه زودتر زحمت را کم بکنه! اسباب دل غشه شده. اینها همه از بدشانسی منه. از صبح تا شام جان میکنم، وقتی که میرم تو اندرون یا باید کفش و کلاه بچه ها را جمع بکنم، و یا دعوی صیغه و عقدی را و یا کسالت

حاجی آقا به عادت معمول، بعد از آنکه عصا زنان یک چرخ دور حیاط زد و همه چیز را با نظر تیزبین خود ورنانداز کرد و دستورهایی داد و ایرادهایی از اهل خانه گرفت، عباي شتری نازک خودش را از روی تخت برداشت و سلانه سلانه دالان دراز تاریکی را پیمود و وارد هشتی شد. بعد یکسر رفت و روی دشکچه ای که در سکوی مقابل دالان بود، نشست. سینه اش را صاف آرد و دامن عبا را روی زانوی کشید. مچ پای کپلی و پُر پشم و پيله او که از بالا به زیرش لواری گشاد و از پائین به ملکی چرکی منتهی می شد، موقتاً زیر پرده زنبوری عبا پنهان شد. محوطه هشتی آب و جارو شده بود؛ اما چون همسایه، لجن حوضش را در جوی کوچک خالی کرده بود، بوی گند تندی فضای هشتی را پر میکرد. حاجی آقا به عصایش تکیه کرد و با صدای نکره ای فریاد زد: مراد، آهای مراد!

هنوز این کلمه در دهنش بود که پیرمردی لاغر و فکسنی، با قبای قدک کهنه، سراسیمه از دالان وارد شد و دست به سینه جواب داد: بله قربان!

- باز کجا رفتی قایم شدی؟ لنگ ظهره. در را پیش کن، بو گند لجن میاد!

مراد در را پیش کرد و با لحن شرمنده ای گفت: قربان، زبیده خانوم سرش درد می کرد، به من گفت برم یک سیر نبات بگیرم!

- مرتیکه قرمساق، کی به تو اجازه داد؟ پنجاه ساله که در خونه منی، هنوز نمیدونی که باید از من اجازه بگیری! الان من از پیش زبیده خانوم میام، از هر روز حالش بهتر بود. چرا به من نگفت که سرش درد میکنه؟! اینها غمزه شتری است.

خوب دندان های منو شمردین! با این همه قند و نبات و شکر/پنیر که توی این خونه میخورند. مثل این که اهل این خونه کره دریایی هستند، همه با نقل و نبات زندگی میکنند! بروید خونه مردم را ببینید! یک روز به هوای سردرد، یک روز به بهانه

مهمان، یک روز برای بچه! پول را که از کاغذ نمی چینند. اگر سرش درد میکرد، میخواست یک استکان قنداغ بخورد! این زنیکه همیشه سردرد مصلحتی دارد.

- قربان، قند نبود!

- باز پیش من فضولی کردی، تو حرف من دودی! چطور قند نبود؟ صبح زود من کلیه قندشان را دادم، حالا میخوان ناخنک بزنند. اگر یکی بود، دو تا بود، آدم دلش

دیروز وزیر مالیه منو احضار کرد. دیدی که اتومبیلش را دنبالم فرستاد. خب، پیشترها در خونه مردم واز بود، دست و دلواز بودند، حالا دیگر اون ممه رو لولو برده. یک چیز ی بهت میگم، نمیدانم باورت میشه، یا نه؟! چایی که آوردند، خودش پا شد قندان را از توی دولابچه درآورد و گفت: من امتحان کردم. یک جبه قند هم این استکان ها را شیرین میکنه! هرچی باشه به آدم برمخوره. راستش من چایی تلخ را سر کشیدم، آنوقت دو ساعت پرت و پلا نقل کرد که کله ام را تر کاند و صد جور خواهش و تمنا کرد که کوچکتر از همه اش دوپست تومن مبارزید، اما با وجودی که می دانست که دودی ام، نگفت یک قلیان برایم بیاورند. میدانی اینها سر سفره باباشان نان نخورده اند، اما بیا باد و بروت و فیس و افاده شان را تماشا کن! مثل اینه که نوه اتر خان ککه ورچین هستند!

مرحوم ابوی از اعیان درجه اول بود، سفر قندهار سه من و یک چارک چشم درآورد. وقتی که برگشت، حاجی میرزا آقاسی کتش را بوسید و یک حمایل و نشان بهش داد. همیشه پای رکاب شاه شهید به شکار میرفت. حالا همه چیز از میان رفته، عرض، شرف، آبرو، ناموس! هیچی نباشه، فیل مرده اش هم صد تومنه، زنده اش هم صد تومنه. حالا باز هم به من محتاجه، از سادگی من سوء استفاده میکنه. من هم با خودم میگم، خب، کار بنده های خدا را راه بندازیم، و در دنیا همین خوبی و بدی می مانه و بس! فردا باید تو دو وجب زمین بخوابیم. راستی دیروز رفته بودم پیش وزیر. ننه ام البنین باز آمد؟

مراد چرتش پاره شد: بله، آمد رفت تو اندرون.

- رفت اتاق محترم؟

- قربان، چه عرض بکنم؟ من رفته بودم پاخوری بگیرم.

- اگر نبود، چطور میدانی که ننه ام البنین آمد؟

- قربان، من که میرفتم، اون وارد شد.

- میشنوی؟ تو اگر آب به دست داری، نباید بخوری! مگر هزار بار بهت نگفتم؟ تو باید اینها را بپایی! تو هنوز زن ها را

نمیشناسی، همین که چشم منو دور ببینند (کمی سکوت) مقصودم اینه که هزارجور گند و کثافت به خورد آدم میدند؛ برای سفیدبختی، جادو و جنبل میکنند. وقتی من نیستم، شنیدی؟ تو

باید دو چشم داری، دوتای دیگر هم قرض بکنی، هواشان را داشته باشی! مثل این که خودم همیشه کشیکشان را میکشم.

فهمیدی؟! **دنباله مطلب در صفحه ۲۹۷**

میکنید پول علف خرسه؟! یادش بخیر! دیروز تو کاغذپاره هام میگشتم، یک سیاهه پیدا کردم. فکرش را بکن، سیاهه مرحوم ابوی بود. بیست نفر از وزراء و کله گنده ها را به شام دعوت کرده بود. میدانی مخارجش چقدر شده بود؟ شش هزار و دو عباسی و سه تا پول. امروز بیا به مردم بگو، زمان شاه شهید خدا بیمارز، با جندک خرید و فروش میشده. کی باور میکنه؟ من هیچ وقت پادم نمیره، خونه مرحوم ابوی یک بقلمه درست کرده بودند. هیچ میدانی بقلمه یعنی چی؟ بوقلمون را میکشند، میگذارند بیات میشه، بعد اوریت میکنند و تو شیکمش را از آلو و قیسی پر میکنند. آنوقت تو روغن یک چرخش میدند و میپزند. این بقلمه را همچین پخته بودند که توی



وظیفه‌ی شما رواج قمه زنی، سینه زنی، بافور خانه جن گیری، روضه خوانی، افتتاح تکیه و حسینیه تشویق آخوند و چاقو کش و نطق و موعظه بر ضد کشف حجاب! باید همیشه این ملت را به فقر و برگردانید و متوجهی عادات و رسوم دو/سه هزار سال پیش کرد! سیاست این طور اقتضا می‌کنه

صادق هدایت / ماهی ۱۳۰۴

دهن آب میشد. آدم دلش میخواست که انگشتهاشم باهانش بخوره! (آب دهانش را فرو داد و چشمهایش به دودو افتاد). خب، من بچه سال بودم، شبانه بوقلمون را از زیر سبد روی آب انبار درآوردم و نصف بیشترش را خوردم. خدایا از گناهان همه بنده هایت بگذرا! فردا صبح، روز بد نبینی، همین که مرحوم ابوی خبردار شد، یک دده سیاه داشتیم، اسمش گلغذار بود، انداختن گردن اون. داد آنقدر چوبش زدند که خون قی کرد و مرد. اما من مفر نیامدم. کسی هم نفهمید که من بودم. پشتش هم اسهال خونی شدم و تو رختخواب خوابیدم. (توی دستمال فین پر صدایی کرد). آنوقت بوقلمون یکی سه عباسی بود. زمان شاه شهید خدابیمارز. مثل دیروزه، هزار سال پیش که نیست، زمان کیکاووس و افراسیاب که نیست. من هنوز همه اش یادمه. مثل این که دیروز بود. آن وقت ها مردم پر و پا قرص پیدا می شدند، همه بابا/ننه دار بودند. مثل حالا که نبود. شاه شهید خدا بیمارز همیشه مرحوم ابوی را بالای دست حاجی میرزا آقاسی می نشانند. آن روزها که سیاست مثل حالا نبود، یک چیزی میگم، یک چیزی میشنوی. گمان میکنی مرحوم حاجی میرزا آقاسی کم کسی بود؟ تمام سیاست دنیا مثل موم تو چنگولش بود.

حلیمه خاتون را تحویل بگیرم! مثلاً اینم راحتی سر پیری من شده. تو دیگر خودت بهتر میدانی. آقا کوچیک را چقدر خرج تحصیلش کردم، فرستادمش فرنگستون، برای این که پسر اول بود و بعد از آن همه نذر و نیاز، سر هشت تا دختر خدا بهم داده بود و میبایست در خونه ام را واز بکنه! دیدی چه به روز من آورد؟ امان از رفیق بدا! یک لوطی الدنگ بار آمد. تو که شاهدی، من وادار شدم از ارث محرومش کنم. هی قمار، هی هرزگی! من که گنج قارون زیر سرم نیست. همه چشمشان به دست منه. سر کلاف که کج بشه، خر بیار و باقالی بار کن! من با این حال و روز خودم، یک پرستار لازم دارم. بنیه ام روز به روز تحلیل میره، این ور بیضه لامصب، این حال غلیل. امروز که سرم را شانه زدم، یک چنگه مو پائین آمد.

مراد دزدکی به فرق طاس حاجی نگاهی کرد، اما به این حرف ها گوشش بدهکار نبود. هر روز صبح زود از این رجزخوانی ها تحویل می گرفت و مثل آدمی که ادرار تند دارد، پا به پا می شد و منتظر بود که کی حمله متوجه خود او خواهد شد! اما حاجی سردماغ به نظر میآمد، مثل گربه که با موش بازی میکند، هی حرف را می پیچاند. تسبیح شاه مقصودی را از جیب جلقه اش درآورد و گفت: شما گمان

نیکوست و ظلم وضع شیء در ناموضع آنست چنانکه مولانا در ایبات بالا به صراحت این مطلب را بیان نموده است چنانکه امثله زیر این موضوع را به ثبوت می رساند.

سرمه را در گوش کردن شرط نیست
کار دل را جستن از تن شرط نیست
هیزم دوزخ تن آمد کم کنش
ور بروید هین تو از بن بر کنش
ور نه حمال حطب باشی حطب
در دو عالم همچو جفت بو لهیب
همه ذرات عالم فرمانب صانعدن
 ذرات و عناصر عالم فرمانبران و لشکریان خدا هستند و به امر اشرف، مخلوقات را متنبه می سازند و تنبیه می کنند.

جمله ذرات زمین و آسمان
لشکر حقند گاه امتحان
 باد رادیدی که با عادان چه کرد، قوم عاد که کفر ورزیدند خداوند باد را بر آنها مسلط کرد تا تار و مار شدند (آب را دیدی که در طوفان چه کرد، خداوند، باران را مأمور کرد تا قوم ناسپاس نوح را که با کوشش فراوان این پیغمبر، به راه خدا نیامدند با طوفان باران و طغیان سیل خود هلاک سازد. آنچه بر فرعون زده آن بحر کین) **دنباله مطلب در صفحه ۸۸**

از پرده صماخ و استخوانهای چکشی و سندانگی تشکیل است و ارتعاشات صوتی را گرفته و به مغز می رساند و وسیله ضبط علوم و آگاهی ها می شود. همچنین سایر حواس که هریک در فهم و درک معانی بشر را همراهی می کنند تا انسان بتواند دانشمند و حکمت شعار گردد و عالم اکبر شود.

گوشت پاره که زبان آمد ازو
می رود سیلاب حکمت همچو جو
سوی سوراخی که نامش گوشهاست
تا به باغ جان که میوه اش هوشهاست
شاهراه باغ جانها شرع اوست
باغ و بستانهای عالم فرع اوست
اصل و سرچشمه خوش آنست آن
زود تجری تحتها الانهار خوان
عدل و ظلم
 نفع و ضرر را هر یکی از موضع است علم زین رواجب است و نافع است عدل وضع نعمتی بر موضعش نی بهر بیخی که باشد آبکش عدل چبود آب ده اشجار را ظلم چبود آب دادن خار را ظلم چبود وضع در نا موضعی که نباشد خربلا را منبعی عدل را چنین تعریف کرده اند: «وضع الشیء علی موضعه»، نهادن هر چیز به موضع خود که هرچیز بجای خویش



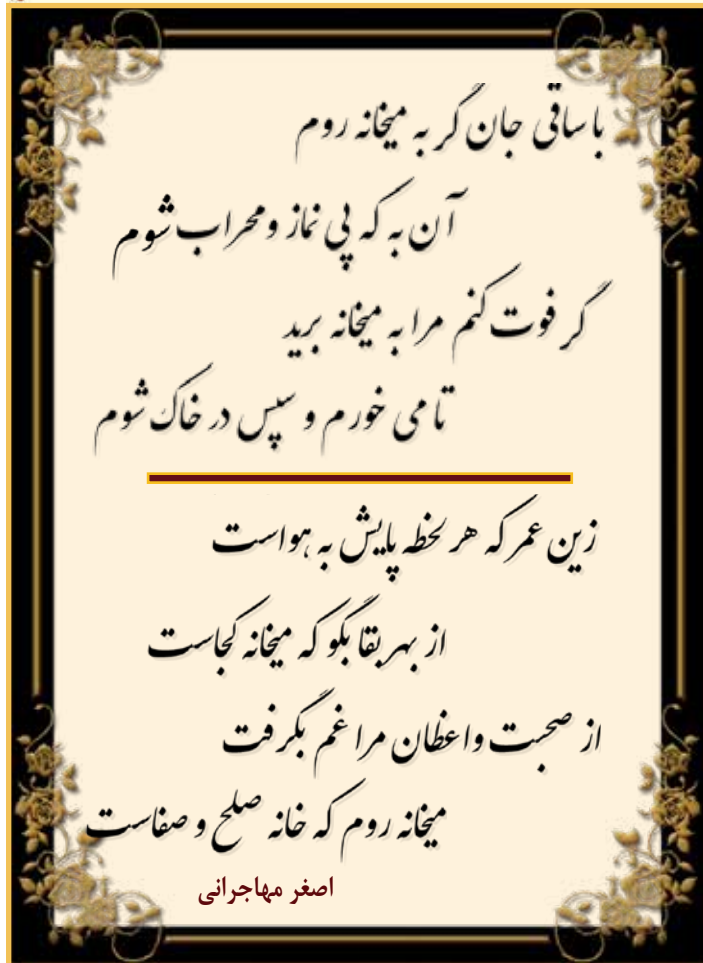
جهان بینی مولوی در مسائل اجتماعی و اخلاقی و روانی

دکتر حسین مسیح پور

این جهان همچون درخت است ای کرام ما بر و چون میوه های نیم خام سخت گیرد خام ها مَر شاخ را چون بخت و دشت شیرین لب گزان

ما سمیعیم و بصیریم و هوشیم با شما نامجرمان ما خامشیم وقتی از نفس پرستی رها نشوید و به سوی شهوت میل کنید کجا پی به حقایق می برید. چون شما سوی جمادی می روید محرم جان جمادان کی شوید بعد از این مقولات مجددا مولانا سخن را به مارگیر می کشاند و می گوید: تا به بغداد آمد آن هنگامه جو تا نهد هنگامه ها بر چارسو بر لب شط مرد بیگانه نهاد غلغله در شهر بغداد او فتاد مارگیری ازدها آورده است بوالعجب نادر شکاری کرده است مردم با تحیر فراوان گرد او جمع شدند و ازدها که از سرمای ز مهریر افسرده و مرده می نمود با تابش خورشید گرم عراق بروی جان گرفت و جنبش را آغاز کرد. مردم از مشاهده ازدهای مرده که زنده شده بود فرار را بر قرار ترجیح دادند و مارگیر از ترس بر جای خشک شد. در اینجا مولانا با تشبیه نفس اماره با ازدها نتیجه می گیرد که: **نفتست ازدرهاست او کی مرده است** از غم بی آلتی افسرده است او را دم مده و گرم مکن و سرش را به سنگ بکوب.

و این (ازدها را دارد و برف و فراق) هین مکش او را بخورشید عراق مات کن او را و ایمن شو ز مات رحم کم کن نیست او اهل صلوات مولانا از نفس اماره بخدا پناه می برد و با زبان حال می گوید: **یارب این بخشش نه حد کار ماست** لطف تو لطف حقی را خود سزاست دستگیر از دست ما ما را بخر پرده را بردار و پرده ما مدر باز خر ما را از این نفس پلید کاردش تا استخوان ما رسید ما ز خود سوی تو گردانیم سر چون توئی از ما به ما نزدیکتر حقیقت وجود آدمی آدمی را طرفه معجون عالم خلقت است که از پاره گوشتی که زبان دارد، از گفتار خود سیل حکمت بوجود می آورد و با سوراخ گوش خود که **مار گیر آن ازدها را بر گرفت** **سوی بغداد آمد از بهر شگفت** **کاژدهای مرده ای آورده ام** **در شکارش خون جگرها خورده ام** اما ازدها از شدت سرما بیحس و بیهوش گردیده بود. **او ز سرماها و برف افسرده بود** **زنده بود و شکل مرده می نمود** در اینجا مولانا سخن را اوج می دهد به این عالم و دنیا می کشاند و می گوید: **عالم افسرده است و نام او جماد** **جامد افسرده بود ای اوستاد** **باش تا خورشید حشر آید عیان** تا ببینی جنبش جسم جهان که جنبه های علمی و معنوی و مادی و غیرمادی را در بردارد و ادامه می دهد که: **پاره ای خاک ترا چون مرده ساخت** **خاک ها را جملگی شاید (باید) شناخت** **مرده زین سویند و ز آنسو زنده اند** **خامش اینجا و آن طرف گوینده اند** **جماد و گیاه روح دارند با پاکان و مقربان** **صانع عالم سخن می گویند و خدا را** **تسبیح می کنند:** **سنگ بر احمد سلامی می کند** **کوه یحیی را پیامی می کند** و اینها می گویند:





پسته

بهرام گرامی

bgrami@yahoo.com

هیچ دانی که چرا پسته چنان می خند

زانکه گفتم که بدان پسته دهن می مانی

"خواجوی کرمانی"

طی هزار سال شعر فارسی، دهان کوچک به پسته و زبان گویا و فرو بسته به ترتیب به پسته خندان و سر بسته تشبیه شده است. مغز پسته سبز است و روی آن قرمز و از این رو هرزه خندی پسته خندان را مصداقی از "زبان سرخ سرسبز می دهد بر باد" دانسته اند.

پسته خوراکی از جنس Pistacia و گونه vera متعلق به خانواده Anacardiaceae است. ایران خاستگاه پسته و بزرگترین تولید کننده آن در جهان است، با دو منطقه عمده پسته خیز دامغان و رفسنجان. ایالات متحده آمریکا با یک دهم تولید ایران، دومین تولید کننده پسته در دنیاست که تقریباً تمامی آن در ایالت کالیفرنیا تولید می شود. پسته کاری در کالیفرنیا با آوردن ارقام بومی کرمان در سال ۱۹۲۹ آغاز شد. پسته دارای پوسته سخت چوبی یا شاخی است که مغز را در بر می گیرد. این پوسته به هنگام رسیدن میوه از یک سر شکاف می خورد و باز می شود، به نحوی که مغز پسته بیرون نمی افتد و در این حال پسته را "خندان" می نامند.

در فرهنگ ادبی ایران، دهان تنگ و کوچک نشانه زیبایی بوده و تشبیه لب و دهان تنگ معشوق به پسته در صدها بیت شعر فارسی مؤید این سخن است. دهان و لب به پسته تشبیه شده و پسته حتی خود به جای دهان و لب به کار رفته است، با بیت زیر از شهید بلخی (معاصر رودکی) و دو بیت بعد از سلمان ساوجی:

دهان دارد چو یک پسته لبان دارد به می شسته

جهان بر من چو یک پسته بدان پسته دهن دارد

(با آن دهان تنگ، جهان را چون پسته ای بر من تنگ کرده است.)

کسی که پیش دهان تو نام پسته برد

حقیقت است که مغزی ندارد آن سخنج

گرچه جان بخشیده ای از پسته تنگ ولی

شد ز عتاب لب روشن که خونم خورده ای

از پسته تنگ = از پسته تنگ به من.

پسته دهان کنایه از معشوق است و پسته دهان باز یا "خندان" کنایه از لب و دهان باز و خندان است، با بیتی از حزین لاهیجی:

رابطه با یکدگر بسته چو شیر و شکر

دیدۀ گریان من پسته خندان او

صائب بیش از ۱۶۰ بیت شعر در مورد پسته و استعارات و تشبیهات آن دارد، با دو بیت انتخابی از او:

کار بر زنده دلان چرخ نمی سازد تنگ

پسته هر چند که در پوست بود خندان است

بی حجاب تن خاکی نرسد جان به کمال

پسته بی پوست محال است که خندان گردد فقط خاقانی پوسته شاخی یا استخوانی پسته را در دو بیت زیر به کشف یا لاک پشت تشبیه کرده است:

آن پسته دیده باشی همچون کشف به صورت

آن استخوانش بیرون وان سبزی اندرون در

گرچه کشف چو پسته بود سبز و گوژپشت

حاشا که مثل پسته خندان شناسمش

و فقط بزرجمهر قاینی در دوبیتی زیر پسته خندان را به دهان باز ماهی تشبیه کرده است:

آن پسته سرگشاده را بین

آورده به دست بر به صد ناز

چونانک دهان ماهی خرد

آنکه که کند به تشنگی باز

همچنان که پسته می رسد، پوسته شاخی آن باز می شود و به اصطلاح خندان می شود.

بخش کمی از پسته های نرسیده در آخر فصل سر بسته می ماند که بعد از جدا کردن پوسته سبز، پوسته شاخی را با وسایل مکانیکی شکسته و از مغز جدا می کنند و خرده های مغز پسته را در شیرینی سازی و تولیدات دیگر مورد استفاده قرار می دهند. در سه بیت زیر از صائب، سر بسته بودن پسته و شکستن آن با سنگ مضمون قرار گرفته است:

سنگ طفلان است باغ دلگشا دیوانه را

پسته ما را به زخم سنگ خندان می کنند

بیت بالا اشاره به این دارد که در گذشته کودکان در کوچه و بازار دیوانگان را سنگ می زدند و آزار می رساندند. زخم = ضربه. [دهان ما را به زور به خنده باز می کنند.]

به زور چهره خود را شکفته می دارم

چو پسته ای که کند زخم سنگ خندان

مشو در هم ز سختی های دوران چون سبک مغزان

که سنگ آخر نصیب پسته لب بسته می گردد

در بیت زیر از سنایی، نرگس گویا به نگاه معنی دار و پسته خاموش به دهان بسته اشاره دارد:

بی دلان را نرگس گویای تو خاموش کرد

عاشقان را کرد گویا پسته خاموش تو

اینکه پسته خندان آسانتر می شکند و مغز خود را زودتر از دست می دهد یعنی زودتر خورده می شود، استعاره آن قرار گرفته که خنده بیجا یا هرزه خند و دهان باز یا گویا می تواند سر را بر باد دهد و با توجه به رنگ سبز مغز پسته و پوسته نازک سرخ روی آن، شاید این مثل معروف در ذهن تداعی شود که "زبان سرخ سر سبز می دهد بر باد" با دو بیت شاهد از صائب:

می دهد رخت لب زود سر سبز به باد

جای رحم است بر آن پسته که خندان گردد

چو پسته زود سر خویش می دهد بر باد

کسی که رخت لب را نمی کند مسدود

در مثل است که "پسته بی مغز چون دهان باز کند رسوا گردد" یا به گفته سعدی "نادان را به از خاموشی نیست" با مضمونی مشابه از صائب:

خنده رسوا می نماید پسته بی مغز را

چون نداری مایه، از لاف سخن آزاده باش

در دو بیت زیر، با همان مضمون بی مغزی و هرزه خندی، روی سرخ رنگ مغز پسته به دهان پر خون یا به اصطلاح "تودهنی خورده" اشاره دارد:

دهن به خنده مکن باز همچو بی مغزان

که بر ز خون دهن پسته از شکر خند است

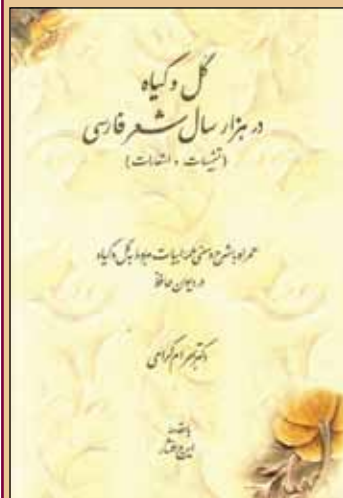
تا ممکن است ز نهار لب را به خنده مگشا

کز راه هرزه خندی است پر خون دهان پسته

حال که سخن از شکستن یا باز کردن پسته در میان است، دو بیت شاهد از رودکی و سنایی آورده می شود که در آن بوسه به صدای شکستن پسته تشبیه شده، با این توجه که رودکی در اواخر عمر نابینا بوده و از حس شنوایی در تمثیل استفاده کرده است:

دنباله مطلب در صفحه ۵۳

گل و گیاه در هزار سال شعر فارسی



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

لُس آنجلس، شرکت کتاب

۱-۸۰۰-۳۶۷-۴۷۲۶

مردمان ساده لوح و آخوند شیاد

اصغر مهاجرانی

یکی از گرفتاری‌ها و حتی بدبختی‌های قریب به اتفاق کشاورزان و ساکنان دهات و روستاها در ایران، بیسوادی و عدم تاسیسات فرهنگی است که اکثر ساکنان دهات و حتی بعضی از مردم شهرنشین هم اعتقاد و ایمان کامل به دعا، جادو، جن و اجنه داشته و دارند. مثلا در ایران حمام‌های عمومی که شاید هنوز هم بعضی از آنها دائر باشند شب که حمام تعطیل و درب حمام بسته می‌شد، سوسک‌ها دسته جمعی از سوراخ‌های خود خارج می‌شدند و در حمام صدای جیر و جیر سر میدادند و عوام و اکثر مردم که رهگذر بودند و از جلوی حمام رد می‌شدند، با شنیدن صدای سوسک‌ها می‌گفتند که این صدای اجنبه‌ها هست که در حال رقص و شادی می‌باشند. حتی خود من هم در بچگی که شش یا هفت سال بیشتر نداشتم، بسیاری از این حرف‌ها را باور می‌کردم و کسی در شب و تاریکی از ترس اجنه جرات نداشت که داخل حمام شود. در هر صورت این بحث مفصلی است که در موقع مناسب به آن خواهیم پرداخت و مطلبی که ذیلاً به عرض خوانندگان عزیز و گرامی می‌رسد موضوعی است حقیقی که مربوط می‌شود به همین مسئله دعا و جادو و جن و اجنه است.

در بیست فرسنگی مشهد می‌باشد، زن و شوهر جوانی که شغل آنها کشاورزی و دامداری است، پس از پنج سال که از ازدواج آنها می‌گذرد، صاحب اولاد نمی‌شوند. برای بچه دار شدن بسیار ناراحت و چند بار به شهرستان قوچان به دکتر مراجعه نموده‌اند، ولی بچه دار نشدند. بعضی از زن‌های ده و بعضی از افراد فامیل زن را تشویق می‌نمایند تا نزد همان درویش که سید هم هست و به او آقا می‌گویند برود. البته ناگفته نماند این آقای درویش که همه روزه با یک عبا و کتشول و تبریزین به دهات مجاور برای دعانویسی، فال بینی و روضه خوانی در گردش است، مشتری‌هایش اغلب دهاتی‌های ساده لوح و بی‌سواد و معتقد به دعا و خرافاتی هستند و او درویشی حقه باز و شیاد است که از ساده لوحی و بی‌سوادی کشاورزان و ساکنان ده استفاده می‌نماید.

زهره، زن جوانی که علاقه داشت صاحب اولاد شود و زن بسیار ساده لوح، هم خودش و هم شوهرش بودند، برای گرفتن دعا که شاید با دعای آقا صاحب بچه شوند، به آقا، همان درویش ده، مراجعه می‌کند، جریان را برای آقا بازگو کرده و از او تقاضای کمک می‌خواهد. مردک شیاد پس از دریافت مبلغی پول، دعایی به زهره می‌دهد و می‌گوید (هرگاه خواستی با شوهرت نزدیکی نمائی قبل از اینکه به رختخواب بروی و هم بستر شوی این دعا را سه مرتبه بر شرمگاه شوهرت بکار ببر و تا چهل روز ادامه بده حتما بعد از چهل روز صاحب اولاد خواهی شد). زهره دعا را از آقا می‌گیرد و تا چهل روز مطابق دستور عمل می‌کند ولی متأسفانه دعا اثری نمی‌کند. زهره پس از چهل روز مجدداً به آقا مراجعه می‌کند و می‌گوید که دستور شما را عمل کردم ولی حامله نشدم.

دنباله مطلب در صفحه ۵۵

بنام هستی بخش

حسین الماسیان

h.almasian@yahoo.com



هاله چه اسراری را آشکار می‌کند؟

رنگ‌های کوبی و صورت فکری، مغناطیس هاله‌ای

اندیشه خاص منجر به گسترش ذهن فرد در جهت همان فکر می‌شود. امکان تجمع نیروهای فکر بر آکاشای هستی را فرد هم ساخته و اندیشه به عمل تبدیل شود. ممکن است قبول این فرضیه برای کسانی که از تاثیر امواج فکر و احساس بر هستی آگاهی ندارند مشکل باشد اما در تجربه امکان وقوع این مسئله بسیار بیشتر از تصادف است در حدی که می‌توان آن را نتیجه تاثیر اندیشه بر آکاشای هستی دانست نه صرفاً تصادف و احتمالات و چون هستی بازتاب دهنده اعمال و اندیشه‌های ماست، پس نتیجه آن به ما باز می‌گردد.

این رباعی مؤید این نوع تفکر است که می‌فرماید:

ای برادر تو همان اندیشه‌ای

ما بقی تو استخوان وریشه‌ای

گر گلست اندیشه‌ی تو، گلشنی

ور بود خاری تو همیشه گلخنی

لذا هستی بازتاب دهنده افکار و اندیشه‌های ماست. اندیشه‌های ما بذرهایی هستند که ثمره آنها به ما باز می‌گردد. مسئله دیگر اینکه تمرکز اندیشه و احساس تحت شرایطی نه تنها بر اشخاص بلکه بر اشیاء و گیاهان و حیوانات نیز اثرگذار است و نسبت به مفاهیم اندیشه بازتاب خود را نشان می‌دهد. با تمرکز اندیشه و احساس و باور فرد می‌تواند امواج هاله خود را با رنگ‌های مرتبط با افکار و احساسات تقویت کند و با این روش از مزایای تاثیر بر هاله دیگران که با آنها در ارتباط است بهره‌مند شود. در نتیجه نه تنها خصوصیات فردی خود را بر وفق مراد بنا می‌کند بلکه همزمان شخصیتی قوی، مثبت و جذاب برای خود تدارک می‌بیند و برای افرادی که با او در ارتباط هستند اثر مطلوب و خوشایند می‌گذارد.

کار ذهن تولید اندیشه است و تمایل دارد آن بخش از دستاوردهای خود را پرورش دهد که شما انتخاب کرده‌اید. پس بگذارید ذهن اندیشه‌هایی را تولید کند که بازتاب آنها برای شما شادی و آرامش باشد.

دنباله مطلب در صفحه ۵۴

رنگ آبی: در هاله انسانی نشانه آرامش و تسکین دهنده است.

رنگ سبز علفی: آرامش بخش و نیرو دهنده است.

رنگ‌های زرد متمایل به نارنجی: اشراق دهنده و الهام بخش است.

رنگ‌های قرمز روشن: برانگیزه و هیجان آور، نشانه‌ی شادی و قدرت حیات‌اند.

صرف نظر از اینکه وجود این طیف رنگی در هاله افراد حاکی از نشانه‌های ذکر شده است، وجود رنگ‌های فیزیکی در اطراف محیط زندگی ما اثرات خاص را بر روحیه و احساس ما باقی می‌گذارد، همان گونه که گردش در مزارع و باغ و جنگل در برخورد با رنگ سبز گیاهان انسان احساس آرامش می‌کند، رنگ‌های دیگر در محیط زندگی و حتی لباسی که می‌پوشیم در روحیه ما اثرگذار است. لباس‌ها در رنگ‌های شاد و روشن، آرامش، شادی، اعتماد به نفس را افزایش می‌دهند و برعکس رنگ‌های تیره، خصوصاً رنگ مشکی، سبب ازدیاد غم و گرایش به سمت افسردگی می‌شود. زیرا صرف نظر از تاثیر رنگ سیاه، مانعی نیز برای پذیرش رنگ‌های دیگر است. در حقیقت رنگ سیاه حجابی است که اثر رنگ‌های دیگر را بر روحیه انسان مانع می‌شود.

اما رنگ سفید در هاله فرد نشانگر درجات تعالی روحی و بر وجود درجات الهام و اشراق دلالت دارد.

گسترش دادن به هاله

تقویت امواج هاله بر مبنای اصول تجربی بخش مهمی از رشد شخصیت و ساختمان وجودی انسان است که شامل دو جنبه مهم می‌باشد:

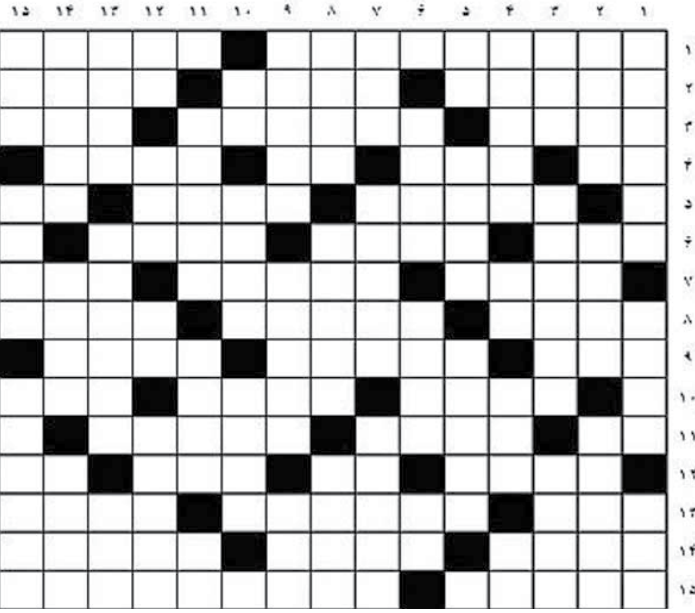
۱) کشف مستقیم جریان یا وقتی هاله با بهترین نوسانات که به وسیله ایجاد تصاویر روشن و مکرر در ذهن از فکر یا احساسی که مطلوب است.

۲) افزایش تاثیر رنگ‌های روشن که منطبق با افکار و احساساتی که مطلوب است و ارزش گسترش دارد.

نکته مهم این است که توقف توجه بر

سرگرمی

حل جدول در صفحه ۴۲



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

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

عمودی

- ۱- نام دیگر بیکاری ساختاری- نامی مردانه- از قدرت های نوظهور اقتصادی در جهان
- ۲- باران تند- قرار است در آینده منطقه ویژه اقتصادی در این محیط که نزدیک اردبیل است تاسیس شود- اذکار
- ۳- از واحدهای اندازه گیری- از معضلات اقتصادی ایران- مساعدت
- ۴- لنگه به لنگه- واحد سطح- ثروت و دارایی- شهر ارگ
- ۵- قصد- داخل- بی پروا و شجاع
- ۶- سرباز نیروی دریایی- پوشاننده- پایه
- ۷- ظاهر ساختمان- از برجسته ترین کشورها برای کنترل موفق تورم- تورم رگ های پا
- ۸- خیاط- آرزوی بزرگ- وسیله برفروبی
- ۹- زن نازا- اولین فروشگاه زنجیره ای جهان- برنده
- ۱۰- خرس آسمانی- دست ها- قوه واهمه
- ۱۱- تولید ناخالص داخلی این کشور اروپایی ۳ تریلیون دلار است- زن خالدار- بیخ
- ۱۲- صوت شگفتی- از فلزات پرمصرف در ساختمان سازی- از اوراق بهادار- راحتی
- ۱۳- رباینده- از توابع استان سیستان و بلوچستان- برداشت محصول
- ۱۴- بالاتر از آن رنگی نیست- رسوب و زنگار روی دندان- واجب و ضروری
- ۱۵- مردن در حادثه- رییس سازمان تجارت جهانی- انعکاس

افقی

- ۱- تعیین و اختصاص صورت مجموع درآمدها و هزینه های یک کشور- از عوامل اقتصادی درون جامعه
- ۲- به مقصود نرسیده- حاجت و هدف- ترسناک
- ۳- زمین ویران- زشت- زینت ناخن
- ۴- خاندان- سوا- تصدیق انگلیسی- خودستایی
- ۵- ماده انفجاری- هیزم- پهلوان
- ۶- جدید- زیرک و باهوش- رقص فرنگی
- ۷- محل - استانی در کشورمان که در سال ۱۳۸۳ رتبه ۲۷ را از ۱۰۰ به لحاظ توسعه یافتگی صنعتی کسب کرد- اهلی
- ۸- گردنده- ساروج- نوعی کبوتر
- ۹- تجلی روح انسان- غذای نیمروز- شکایت و گله
- ۱۰- تابش- زه زدگی آب- تقاضا
- ۱۱- وسط- بالای چشم- دو هرم از بزرگترین اهرام مصر
- ۱۲- خانه کنار دریا- بالای فرنگی- از حشرات- صدای مگس
- ۱۳- از ادات پرسشی- نوعی ورزش رزمی- وسایل
- ۱۴- ای خدا- مقابل گرسنگی- یکدل
- ۱۵- هم نشین- نماینده ارشد تجاری ایالات متحده آمریکا

تقویم برنامه های فرهنگی و هنری در شمال کالیفرنیا

مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا

سخنرانی مهندسی بازرگان
 ۱۰ سپتامبر و ۱۲ نوامبر ساعت ۶ عصر
 برای اطلاعات بیشتر لطفا با ما تماس بگیرید
 کلاس های تفسیر قرآن
 با همکاری دکتر سید وهاب معصومی
 سومین شنبه هر ماه ساعت ۳:۳۰ بعد از ظهر
 (۵۱۰)۸۳۲-۷۶۰۰
 1433 Madison Street, Oakland

جلسات انجمن فردوسی

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

جلسات شعر فریمانت

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

شب شعر در ساکرامنتو

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

انجمن فرهنگی آذربایجان در شمال کالیفرنیا

سازمان غیر انتفاعی، بدون وابستگی سیاسی و جناحی، با ارائه کلاس های رایگان یادگیری ابزار موسیقی، رقص و زبان انگلیسی.
 با برگزاری رویدادهای فرهنگی و کنسرت
 ۴۰۸-۶۶۱-۳۴۱۰
secretary@acsnc.org
 16400 Lark Ave.
 Suit #260 Los Gatos CA

مرکز اسلامی فرهنگی شمال کالیفرنیا

کلاس های دکتر سروش
جلسات شرح غزلیات دیوان شمس
 اولین شنبه هر ماه ساعت ۴:۳۰ بعد از ظهر
 شرح مثنوی دفتر نخست
 ۲۵ سپتامبر ساعت ۶ عصر
 سلوک دیندارانه در جهان مدرن
 ۴ و ۱۸ سپتامبر ساعت ۶ عصر
 (۵۱۰)۸۳۲-۷۶۰۰
 1433 Madison Street, Oakland

شب بانوان

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

کلاس خصوصی

کلاس خصوصی عرفان و رفع مشکلات آثار مولوی، سعدی و حافظ توسط دکتر مسیح پور، استاد دانشکده ادبیات دانشگاه تهران
 برای کسب اطلاعات بیشتر لطفا با ما تماس حاصل فرمایید.
 (۴۰۸)۷۲۵-۲۹۲۲

۸۶۲۴-۲۲۱-۴۰۸



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

نیاز مندیها

استخدام

دفتر میهن به چند منشی خانم و با آقا، مسلط به زبان های فارسی و انگلیسی و با
آشنایی به کامپیوتر، به طور تمام و نیمه وقت نیاز دارد. ۷۰۰۰-۴۴۴(۴۰۸)

به یک خانم مهربان، صبور و با تجربه، فارسی زبان و با گواهینامه معتبر در کالیفرنیا
برای نگهداری از مادرمان، بطور تمام وقت (۴ تا ۵ روز در هفته) در شهر پلزنئون نیازمندیم.
برای اطلاعات بیشتر لطفا با ۵۲۸۲-۵۷۹-۵۱۰ تماس بگیرید

جویای کار

خانمی با تجربه، قابل اعتماد و با داشتن گواهینامه معتبر رانندگی، آماده نگهداری از
سالمند و یا فرزند دلبدن شما بطور تمام وقت می باشد. ۴۳۱۸-۴۰۱(۴۰۸)

آپارتمان برای اجاره

آپارتمان یک خوابه با حمام کامل، آشپزخانه و بالکن، در ناحیه بسیار خوب شهر مَرگان
هیل، در بالای تپه و با داشتن منظره ای زیبا و محیطی دلپذیر و آرام بخش آماده اجاره به
یک خانم و یا آقای ایرانی شاغل می باشد. اجاره ماهیانه کمتر از اجاره معمول این آپارتمان
است. متقاضیان می توانند با آدرس aaabest22@yahoo.com تماس بگیرند.

فایل ستارگان

دعا

بعضی از آدم ها را باید از زندگی عاطفی
تان حذف کنید. اگر انسان در زندگی
فراموشی نداشت تا به حال صد بار دیوانه
شده بود. باید مسائل لاینحل و مشکلات و
دردهای مزمن را فراموش کرد و به آینده
اندیشید. خبری خوشحال کننده می رسد
که برایتان غافلگیر کننده خواهد بود. این
موضوع نشان می دهد که هستند کسانی
که دوستان واقعی شما می باشند.

بهمین

خبرهای خوشی در انتظار شماست.
یک دوست قدیمی به دیدارتان خواهد
آمد. کسی سعی می کند از شما سوء
استفاده مالی کرده و خود را به جایی
یا جایگاهی برساند. در این باره باید
مراقب بود. کمک کردن به دیگران
امری پسندیده و خوب است اما هرگز
نمی توان اجازه داد که دیگران از ما
سوء استفاده کنند.

استند

بهتر است از راه گفتگو موقعیت تازه ای
در روابط عاطفی تان ایجاد کنید. اگر این
فرصت از دست برود دیگر به این زودی
ها باز نمی گردد. یک آرزوی بزرگ
محقق می شود. به یک مسافرت شیرین
می روید و با آشنایی های تازه، روحیه
تان عوض می شود. مراقب سلامتی تان
باشید و یا ورزش و تغذیه مناسب آن را
به شرایط مطلوب برسانید.

مهتر

هنگامی که عشق و عاشقی پیش بیاید،
بهتر است در تصمیم گیریهای مهم بجای
عقل، قلبتان را راهنما قرار دهید. در رابطه
با کار خود اگر تمرکز بیشتری بکار نبرید،
اگر نخواهید مسئولیت روز را همان روز به
پایان برسانید، اگر وقتتان را بجای فعالیت
در تفریح بگذرانید، گرفتاری طول مدت
برای خود ایجاد خواهید نمود. دیدار از
مسن ترها آنها را خوشحال می کند.

آبان

سعی کنید به عقاید دیگران احترام
بگذارید. هرکس حق دارد نظر خود
را ابراز نماید. شما باید گذشت داشته
باشید. از نظر عاطفی ماه پرشوری در
پیش دارید. دوست و یا یکی از اقوام
خانواده گرفتاری قانونی پیدا کرده و
سعی خواهد نمود که شما را نیز آلوده
سازد. پشت سر دیگران بدگوئی نکنید
تا دیگران نیز از شما تعریف بد نکنند.

آذر

این روزها درگیر مسائل احساسی و
عاطفی ای هستید که در زندگی تان رخ
داده است و نمی دانید چگونه با آن روبرو
شوید. شاید بهتر باشد کمی به دور از
احساسات و کمی منطقی تر راجع به این
مسائل فکر کنید. در زمینه کاری موفقیت
مهمی بدست خواهید آورد و به سود نسبتا
خوبی هم می رسید. گرچه احساس می
کنید شایستگی شما بیشتر از اینهاست.

تیر

منتظر اتفاقات زیادی هستید که ممکن
است هیچ کدام از آنها رخ ندهد. بهتر
است به جای این کار برای خود برنامه
ریزی کنید. به طور جدی فکر کنید تا
تغییرات تازه ای را در محیط کاری خود
به وجود بیاورید. با یک دوست قدیمی که
مدتها از او بی خبر بودید، رابطه تازه ای
برقرار می کنید. باید از کسی دلجویی کنید
تا روز خوبی داشته باشید.

مرداد

جایی برای افسوس خوردن نیست. سعی
کنید از فرصت های آینده استفاده کنید
تا موفق شوید. همین روزها هدیه گران
قیمتی به دست می رسد. یکی با خبر
خوش در راه است. مسائل اقتصادی تان
را جدی بگیرید و به فکر چاره باشید.
نباید بر اثر سهل انگاری دوباره ضرر و
زیان ببینید. منافع بلند مدت خود را در
نظر داشته باشید.

شهریور

اگر از نظر احساسی شکست خورده اید،
دلیل نمی شود که این تجربه دوباره
تکرار شود. باید قدر خودتان را بدانید
و نگرانی و استرس را از خود دور کنید
و امیدوار باشید. یک آرزوی بزرگ و از
نظر خودتان دور از دسترس، محقق می
شود. به یک مسافرت شیرین می روید
و با آشنایی های تازه، روحیه تان عوض
می شود.

شروالدین

درست است که اتفاق تازه ای نیفتاده
است. اما سعی کنید نگاهتان را به
زندگی عوض کنید. این نگاه تازه
شماست که به اشیاء و اشخاص معنای
تازه ای می بخشد. در این صورت
خوشحال و با طراوت خواهید بود. رفته
رفته وضعیت مادی شما بهبود می یابد
و همین مساله روحیه تان را عوض می
کند.

اردیبهشت

باید در کارها دقت را با سرعت توأم کرد
تا هم سریعتر انجام شود و هم چیزی
فروگذار نشود. موفقیت مهمی در انتظار
شماست. نگرانی تان در مورد مسائل
مالی بیهوده است. شاید در حال حاضر
شرایط مناسب نباشد اما همه چیز دوباره
درست می شود. در زمینه ازدواج، سعی
کنید احساسات خود را بی پروا و صریح با
همسر تان در میان بگذارید.

خرداد

موانعی به چشم می خورد که باید بسیار
حوصله داشت و صبور بود تا بتوان به تدریج
این موانع را برطرف کرد. باید روحیه ای
شاداب داشته باشید. یک تفریح یا سفر،
مناسب خواهد بود. این روزها اگر مراقب
نباشید مشکلات اقتصادی به سراغتان می
آید. نسبت به توانایی و استعدادها تان
تردید نکنید و در پذیرفتن بعضی تعهدات
از خود اختیار عمل نشان بدهید.



ROYA FOUNDATION

International Alliance to Assist Children

Annual Fundraising to build schools in Iran.

Santa Clara Convention Center, NOVEMBER 5th at 6pm

هموطن کودکان نیازمند همیاری شما میباشند



Ahdieh



Homa Sarshar



Rojan



Ziba Shirazi

Tickets are available at: www.Royafoundation.org

[Norooze Bazar](http://NoroozeBazar.com) eventbrite.com Kodoom.com

Tickets: \$75 - \$125

At the door: \$150

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

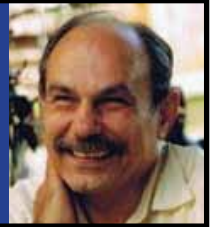
های مدرسه، تنها نوعی از آنها بنام پاپ بود که توانایی رول زدن و لوپ زدن را داشت. انواع دیگری هم مانند سسنا و پایپر بودند که مانند پاپ، مانوری نبودند. در لحظه ای که با سرعت رو به اوج گرفتن هستیم، بدن آنقدر سنگین می شود که حتی دست را نمی توانیم به جلو بدن حرکت دهیم و در لحظه ای که هواپیما به اوج می رسد و می خواهد به طرف پایین برود، بدن در بی وزنی کامل قرار می گیرد و اگر کمر بند را نبسته باشیم، از صندلی جدا شده در میان اتاق شاور می شویم. این بازی ها را هم کرد و او هم فرامین را به من داد تا برای خودم تمرین کنم و فقط سفارش کرد که لوپ یا رول زدن و با او کاری نداشته باشم تا جرتی بزنند. او هم صندلی اش را خواباند و دراز کشید و من خواب آلود با بدنی کوفته و خسته، در سکوت تنهایی، سعی کردم همه مانورها را که تا آن زمان یاد گرفته بودم تمرین کنم. اما چشمانم آنچنان میل به بسته شدن داشتند که مقاومت نا پذیر بودند. ارتفاع گرفتم و سر هواپیما را افقی کردم که مستقیم در ارتفاع بالا بطور افقی پرواز کنم که اگر خوابم گرفت و لحظه ای چشمانم را بستم تا پلکهایم آسوده شوند مشکلی نباشد. مدتی بطور افقی رفتم اما چشمانم برای بسته شدن فشار می آوردند. هر چه با دستانم چشمها را مالیدم و هر چه پنجره را گشودم و سرم را در مسیر باد گرفتم که آن خواب سرکش که گریبانم را گرفته بود، دست از سرم بردارد، فایده ای نکرد و لحظه ای پلکهایم را روی هم گذاشتم. نفهمیدم که چگونه و چه مدت به خواب رفتم اما ناگهان از صدای زیاد و از لرزش بسیار شدید هواپیما چشمانم را باز کردم که دیدم شاید کمتر از صد پا با زمین فاصله دارم و دماغ هواپیما مستقیم رو به زمین و با حد اکثر سرعت در حال خوردن به زمین است. **دنباله مطلب در صفحه ۵۲**

مان اجازه داد که به محوطه پارکینگ هواپیما بروم تا وقتی شاگرد پیشین پیاده می شود، من بجایش بنشینم. پرواز را آغاز کردیم و استاد، درس های آن روز را برایم نمایش داد و از من خواست همان ها را انجام دهم. چون مانورها خوب انجام گرفت، سیفه باز هم هوس شیطنت به سرش زد. اتوبوسی را نشانم داد و گفت: «فکر می کنی می توانی سوار آن اتوبوس که به سرعت در حرکت است شوی؟» گفتم: «خیر استاد.» گفت: «اینطوری...» و پایین آمد و سرعتش را به اندازه سرعت اتوبوس کرد و آرام چرخهایش را روی سقف اتوبوس مماس کرد و گفت: «گاهی عملیاتی پیش می آید که باید از راه هوا، کسانی وارد خود رو در حال حرکت شوند و این تمرین را بعدها خواهی کرد» و پیش از آنکه راننده اتوبوس از ترس ترمز کند، سرعت گرفت و به ارتفاع بالا رفت. گفتم: «استاد یک لوپ بزیند.» نخست خواهش را نپذیرفت، اما سه چهار بار که اصرار کردم، با سفارش اینکه کسی نفهمد گفت: «پس اوج بگیر» و به برج اطلاع داد که ما بالای کویر حکیم آباد می رویم و در ارتفاع پنج هزار پایی تمرین میکنیم. کویر حکیم آباد، در جنوب تهران بود و گرچه بسیار وسیع نبود، اما برای عبور از آن، با پای پیاده، چندین ساعت راه رفتن لازم داشت. و این که به بالای حکیم آباد می رفتیم، به خاطر آن بود که از مسیر عبور هواپیماهایی که از مهرآباد به جنوب می رفتند دور شویم. لوپ، حرکتی است که هواپیما سرعت می گیرد و بعد به سمت بالا اوج می گیرد و حلقه ای در اوج می سازد و به حالت دَمَر شده دوباره از اوج به سرازیری سقوط می کند و اگر سرعت کافی داشته باشد می تواند چندین بار معلق بزند. در میان هواپیما

خاطرات زمان دانشجویی

بخش سوم

عباس پناهی



چشمات...» به قلعه مرغی که رسیدیم وارد ساختمان شدیم و اول به سراغ صبحانه های خوب آنجا و دست پخت های خوشمزه ممد زاده، رستوران دار باشگاه، رفتیم و پس از آن، برنامه پروازی را گرفتیم. پرواز من ساعت دو بعد از ظهر با سیفه بود. رفتیم سر کلاس نشستیم و سروان فکوری که بعد از انقلاب وزیر دفاع جمهوری اسلامی شد، آمد و درس آلات دقیق پروازی را ادامه داد. کلاس که تمام شد، چون اجازه بیرون رفتن از ساختمان را نداشتیم، در کلاس تنها ماندیم و مدام چُرت میزدیم. بیست و چهار ساعت بود که نخوابیده بودم و بدنم به شدت کوفته بود. دلم می خواست یک جای خلوتی که کسی مرا نبیند پیدا کنم و دراز به دراز بیافتم و بخوابم، اما نمی شد و مدام باید در جلو دید دانشجوی ارشدی که با ما آمده بود تا از انضباط ما مراقبت کند، باشم. تا سرم را روی دستانم بر روی میز می گذاشتم و به خواب می رفتم، مردم آزاری می رسید و با مسخره بازی مزاحم می شد و می رفت و دیگری میامد. ساعتی دیگر استادی دیگر آمد و دیگر چُرت های کوتاه هم نتوانستم بزنم. پس از صرف ناهار که دیگر مزید بر علت شده بود، به شدت نیاز به خواب را حس می کردم و از طرفی نمی خواستم ننه من غریبم در بیاورم و گردن کج کنم تا مرا از پرواز معاف کنند و ضمناً شانس پرواز با سیفه را هم از دست بدهم. وقتی ساعت به نزدیک دو رسید، ارشد

فرمانده پس از مراسم صبحگاه به آسایشگاه آمد و به منشی گروهان گفت که حکم را بخوان. منشی حکم یکماه بازداشت در دانشکده را برای هر کدام خواند. من همان روز پرواز داشتم. پرسیدم: «پس پروازم چه می شود؟» گفت: «با اتوبوس به قلعه مرغی میروی اما از ساختمان آموزشگاه، فقط برای پرواز بیرون میروی و غیر از آن، حتی برای هوا عوض کردن هم به محوطه نمیروی.» تنبیه خوبی بود زیرا اگر تنبیه ام را به عهده مقررات دانشکده می گذاشت، حکم اخراج حتمی بود، چون برای هر یک دقیقه تاخیر در ورود به دانشکده، یک شبانه روز زندان مقرر شده بود که یکی از همدوره هایم که بچه رشت بود و مرخصی اش را به رشت رفته و برگشته بود ولی به علت خرابی اتوبوس، با تاخیر رسیده بود و او هم ناچار پنج دقیقه دیر وارد دانشکده شده بود که بخاطر آن، پنج شبانه روز در زندان دانشکده محبوس شد و ما برای مسخره بازی برایش کمپوت گلابی خریدیم و به ملاقاتش رفتیم. وقتی سخنان فرمانده تمام شد، گفت: «اتوبوس حاضر است. بروید سوار شوید.» اتوبوس که به راه افتاد، راننده اتوبوس رادیو را روشن کرد. برای اولین بار یک آهنگ جدید از عارف پخش کرد که میخواند: (یادم نیست چشمون تو چه رنگه... میدونم... دنیای رنگ و وارنگه ...از همه رنگه چشمات ...شهر فرنگه

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



تلفن سفارش و خرید:

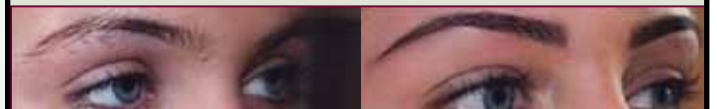
(۴۰۸) ۶۹۱-۶۷۱۸

Eyebrows Threading by Shahnoush

بند ابرو و صورت

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

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



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

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

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

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

سهراب سپهری در «اطاق آبی»

ص. مشکلات نیا

سپهری قبل از توضیح یا شناخت او و افکارش خود را در کتاب «اطاق آبی» معرفی می کند و زحمت دیگر جستجوگران را آسانتر در اختیارشان قرار می دهد: او در بازتاب طبیعت ستایی خود، در یکی از گفته هایش می گوید: من مسلمانم، قبله ام گل سرخ، جانمازم چشمه، مَهرم نور / دشت سجاده من / من وضو با طپش پنجره ها می گیرم. در نماز جریان دارد ماه، جریان دارد طیف. سنگ از پشت نمازم پیداست: همه ذرات نمازم متبلور شده است. من نمازم را وقتی می خوانم / که اذانم را باد گفته باشد سر گلدسته سرو / من نمازم را پی تکبیره الاحرام علف می خوانم، / پی «قد قامت» موج^(۱)

سهراب سپهری با وجودی که بینش عرفانی داشت و آدمی کناره گیر از اجتماعات بود، ولی فردی بسیار فعال و کوشا بود. دانش آموزی بسیار مرتب و بااستعداد و دانشجویی برجسته بود که لیسانس خود را با رتبه شاگرد اولی از دانشکده هنرهای زیبای تهران گرفت. در عمر نسبتاً کوتاهش «یک هزار و چند صد پرده رنگ و روغنی یا گواش یا آبرنگی در دوره فعالیت های هنری خود آفرید و امروز هر کدام در خانه ای یا دفتری یا موزه ای نگهداری می شود.»^(۲)

او سالهایی نیز کار اداری داشت. مسافرت های او به نقاط مختلف جهان از جمله دوبار به آمریکا که یک بار آن هفت ماه برای ارایه کارهای نقاشی در پاریس رفت که یک بار حدود یک سال برای فراگیری لیتوگرافی در مدرسه هنرهای زیبای پاریس گذراند. یک سالن نیز در ژاپن به فراگرفتن فنون حکاکی روی چوب پرداخت و بسیاری از کشورهای خاور دور و همچنین اغلب کشورهای اروپا مسافرت داشت که نمایشگاهی از آثارش ترتیب داده شده بود. او به زبان انگلیسی و فرانسه آشنایی کامل داشت و اشعاری از این زبانها را به فارسی برگردانده است. اشعارش به چندین زبان بیگانه، مانند فرانسه، سوئدی، انگلیسی، اسپانیایی، و غیره برگردانده شده است. دوران کودکی تا اول دبیرستان را در کاشان گذراند. در کاشان در باغ بسیار بزرگی زندگی می کرده اند. اطاق دوران اولیه کودکی او که در آن اقامت داشته اند، اطاقی آبی رنگ بوده که بعلت مشاهده مار در آن خانواده به قسمت دیگر باغ نقل مکان می کنند و اطاق آبی متروک می ماند. سپهری خاطراتی از این اطاق دارد که تاثیر ژرف این اطاق در ذهن او را می رساند. در کتاب «اطاق آبی» که نوعی اتوبیوگرافی است و از روی یادداشت های سپهری بعد از مرگش تدوین و

و بند رخت تماشایی می شد. و درباره مدرسه اش می نویسد: از همه بدتر رنگ مدرسه بود. هرگز ژولیت آدم از دست «این صدای جهنمی» باندازه من عذاب نکشید. این صدا خیالم را می بُرید. ذوقم را می شکافت. شورم را می نشانند. در کیف مدرسه پنهان می شد. با من به خانه می آمد و فراغتم را می آزد. وجودی پیدا داشت، به خوابم می آمد. این صدا درس شتاب می داد، و ترس دیر رسیدن. هرگز کافکا به اندازه من این ترس را نچشید. از در و دیوار می



شنیدم. «مدرسه ات دیر شده» و وای به حالم اگر نرسیده به مدرسه صدای زنگ بلند می شد. صبح، در برف زمستان هم، برابر در بسته مدرسه می ماندم تا باز شود. اما سالی یک بار، صدای زنگ مدرسه را اشارت خوش بود و بشارت می داد. پایان آخرین روز سال، پیش از تعطیلات بزرگ تابستان. در برنامه کلاس های دبستان نقاشی نبود. هر ماده ای هم که بود، بی معنی بود. معنی کجا و فرهنگ نااهل. هر چه بود از بر می کردیم. شاگرد کیسه زباله بود. درس در او خالی می شد. «منابع طبیعی ایران» در کتاب جغرافی بود نه در خاک ایران. سرمشق «ادب» در محیط مدرسه نبود، در رسم الخط مدرسه بود. معلم در سخنرانی مدیر «پدر دلسوز» بود. در کلاس نه پدر بود نه دلسوز. کتاب درس فارسی یک مرقع بی قواره بود. در آن خرف کنار صدف بود. قآنی کنار مولوی. مولوی در کتاب سال سوم ابتدایی بود. مهم نبود که مولوی دور از فهم ما بود (دور از فهم دانشجوی ادبیات هم هست). شعرش از رو هم درست خوانده نمی شد. آموزش جدا بود از زندگی. کتاب تفاله واقعیت بود. حرف کتاب پروانه خشک لای کتاب بود کتاب مخاطب نداشت. خود مخاطب خود بود. در کتاب درس خوانده بودم:

بچه جان بر سر درخت مرو

لانه مرغ را خراب نکن

و بارها بر سر درخت رفتم، و لانه مرغ را خراب کردم نمره اخلاقم در مدرسه بیست بود. در خانه صفر. در مدرسه سر به زیر بودم، در خانه سرکش. در مدرسه می ترسیدم. در خانه می ترساندم. مدرسه هوای دیگر داشت. خاکی دیگر بود بارسومی دیگر. دیاری بریده از کوچه و بازار شهر بود. لاپوتا بود:

۱- (هشت کتاب صفحه ۲۷۲)
 ۲- (برگرفته: کریم امامی، پیامی در راه صفحه ۲۷)
 ۳- (حسن زاهدی: گوش کن، دورترین مرغ جهان می خواند. صفحه ۱۴۲- ره آورد شماره ۵۰)
 ۴- (سهراب سپهری اطاق آبی، ویراستار پیروز سیار ص ۲۳-۲۲)



جمیله داوودی و مدیا بنجامین

کیارستمی، آغاز کرد. وی گفت در سراسر جهان زنان بر اهداف مشترک سوای اختلافات در کنار هم می رقصدند. ما نیز با دوستی، محبت و همدلی از اختلافات نظر هایمان پل بزنیم.

میز گرد دوم در مورد «بازنگری استراتژی سال گذشته و ابتکارات رویارویی با چالش های آینده» بود. سخنران اول سهیلا وحدتی، پژوهشگر و کنشگر حقوق بشر در مورد چالش های کار در حوزه زنان

بعد از توافق هسته ای صحبت کرد. اینکه افزایش مبادلات اقتصادی با غرب، کاهش اعتراض غرب به نقض حقوق بشر در ایران را همراه دارد و کاهش بودجه مدافعه گری. اما صلاح و ثبات سیاسی و افزایش امید شهروندان به آینده بهتر را از فرصت های پیش رو پس از برجام نامید.

فاطمه مسجدی فعال زنان و دانشجوی دکترای تاریخ در دانشگاه آزاد برلین در آلمان در مورد فمینیست دولتی و جنبش زنان صحبت کرد و به نقش بعضی شخصیتها مثل ملوردی، منیره گرجی و شهلا حبیبی در مطرح کردن یک سری خواسته ها در سطح دولتی اشاره کرد اما با انگیزه بیشتر بدست آوردن قدرت سیاسی و نه حقوق زنان.

زهره خیام جامعه شناس و یکی از اعضای مؤسس اتحاد ملی زنان در سال ۱۹۷۹ سخنران سوم میزگرد در مورد بازاندیشی استراتژیهای جنبش زنان ایران صحبت کرد. وی مقایسه جالبی کرد بین تظاهرات زنان بعد از انقلاب در اسفند ۱۳۵۷ و شرکت زنان در جنبش سبز سی سال بعد. اینکه چطور در اولی زنان کاملا به خواسته های خوداگاه بودند در حالیکه در دومی نتوانستند خواسته های مشخص خود را طرح کنند.

میز گرد سوم در مورد «همگرایی و همکاری های موثر برای بهبود وضعیت زنان» بود. دُرُسا سبحانی دانشجوی رشته مددکاری اجتماعی در دانشگاه کلگری که در خانواده بهایی متولد شده و از کودکی مفهوم تبعیض را تجربه کرده نگاهی به موقعیت زنان بهایی بعد از توافق هسته ای کرد. او به تبعیضات مشخص در مورد زنان بهایی مثل محرومیت از تحصیلات عالی، محدودیت های شغلی و بیشتر وابسته شدن به شوهرانشان اشاره کرد. به نظر وی اگرچه توافق هسته ای پایان انزوای ایران و بهبود اوضاع اقتصادی می تواند باشد اما لزوماً بهتر شدن شرایط زنان بهایی نیست.

گوهر فرآهانی جامعه شناس و یکی از بنیان



پیست و هفتمین کنفرانس بنیاد پژوهشی های زنان ایران جمیله داوودی

فعالیت‌های مختلف ضد جنگ Codepink اشاره کرد از جمله کمپین دیپلماسی و نه جنگ در ایران.

در میز گرد بعد از ظهر تحت عنوان «موقعیت زنان در ایران، چالش ها و فرصت های پیش رو» دو سخنران شرکت داشتند. ژینا مدرس گرجی مهمان از ایران، در شهر سنندج فعال کرد در حوزه زنان در مورد «مشارکت زنان کرد در فرایند توسعه» صحبت کرد. او به درصد پائین مشارکت اقتصادی و اجتماعی زنان کرد پرداخت. فقط ۱۱/۵ درصد زنان شاغل هستند. در بخش های خدمات، کشاورزی و صنعتی زنان یک سوم به نسبت مردان اشتغال دارند.

سخنران دوم، دکتر حسین قاضیان جامعه شناس و محقق در مورد شکاف جنسیتی در ایران که مجموعه نابرابری های بین زن و مرد را در بر می گیرد، صحبت کرد. وی نشان داد که لزوماً درآمد بیشتر در یک کشور باعث کمتر شدن شکاف جنسیتی نیست برای مثال ایران در مقایسه با عربستان سعودی، بنابراین اینکه گفته شود بگذارید اول وضع اقتصادی بهبود پیدا کند بعد به شکاف های جنسیتی می پردازیم، نوعی شانه خالی کردن است.

برنامه جمعه با دو فیلم به پایان رسید. فیلم خاک- شکوفه- آتش که مستندی درباره زندگی طاهره قره العین است به بازیگری نویسندگی و کارگردانی شبنم طلوعی. در فیلم طاهره قره العین آنطور که بوده و زندگی کرده یعنی زن ادیبی که تاثیر حضورش از قرن ۱۹ و در دوران قاجار بر جنبش های برابری خواه زنان تا امروز ادامه داشته تصویر شده. فیلم بسیار آموزنده- شاعرانه و احساسی است. فیلم دوم، «سونیتا» به کارگردانی رخساره قایم مقامی داستان واقعی اولین خواننده رپ زن افغانی است که تن به ازدواج اجباری با ارزش ۹ هزار دلار نمی دهد. خانم قایم مقامی بعد از نمایش فیلم حضور داشتند و به سوالها پاسخ گفتند.

روز دوم کنفرانس با پیام گلناز امین، مسئول بنیاد پژوهشی های زنان ایران شروع شد. گلناز صحبتش را با یادبود از همانا ناطق و نیره جلالی مهاجر که هر دو از زنان برگزیده کنفرانسهای بنیاد بودند و دیگر در بین ما نیستند و همینطور عباس

امسال کنفرانس سالبانه بنیاد پژوهشی های زنان ایران در دانشگاه مریلند نزدیک به واشنگتن دی سی در روزهای ۵ تا ۷ اوت برگزار شد. تم کنفرانس «جنبش زنان در موقعیت جدید جهانی ایران: فرصت ها و چالش ها» بود.

سوسن تهماسبی و سیامک آرام خوش آمد گویی کمیته برگزار کننده را بعهده داشتند و علت اصلی انتخاب موضوع کنفرانس را طرح سوالهایی نظیر «آیا توافق هسته ای اخیر بر وضعیت اقتصادی اجتماعی کشور تأثیری خواهد داشت و آیا می توان از تغییرات اجتماعی بهره جست تا راهی برای تقویت جامعه مدنی و ارتقاء موقعیت اجتماعی زنان گشود.» در قسمت معرفی کتاب، سارا شیرزاد در مورد «قصه رامین» کتابی که ویدا حاجبی به مناسبت سالگرد درگذشت تنها پسرش رامین، گردآوری، ترجمه و تنظیم کرده، صحبت کرد. سارا قصه «علی ماند و حوضش» را که رامین در مورد تجربه بلوغ و نوجوانیش نوشته بود را خواند. کتاب دوم «حضانت و سرپرستی»، دومین مجموعه از سری مکتوبات «زنان و قوانین تبعیض آمیز در ایران» که به همت ناهید میرحاج گرد آوری شده توسط سیمیه رشیدی اینطور معرفی شد «اگر چه مادری یکی از مهم ترین نقش هایی است که برای زنان ایران در نظر گرفته شده و به هر پنهان ای مورد تأکید قرار می گیرد، اما با خواندن این مجموعه متوجه می شویم که این نقش تقدیس شده هیچ پشتوانه قانونی ندارد.

هر سال نمایشگاهی از کارهای هنرمندان تجسمی برگزار می شود. امسال ۱۰ شرکت کننده آن قبل از اهداء جایزه حامد شهیدیان معرفی شدند. پرنیا وفایی کیا دانشجوی سال اول دکترای در پارتمان مطالعات دین در دانشگاه تورنتو از طرف ناهید شهیدیان بعنوان برنده جایزه برای مقاله انتقادی فمینیستی «چگونگی بازنمایی و برساخت بدن زنانه در گفتن فقه شیعه» اعلام شد. مدیا بنجامین بنیانگذار گروه Codepink و Global exchange سخنران مهمان کنفرانس بود. مدیا که در کنوانسیون ملی محافظه کارها در کیلوند وسط صحبت طولانی ترامپ پریده و داد زده بود «پل بساز و نه دیوار»، یکی از متعهدترین و موثرترین آمریکایی مبارز حقوق بشر به

گذاران گروه پژوهشی زنان در مریلند در مورد «ایجاد یک جنبش زنان بین نسلی» صحبت کرد. او به چهار موج فمینیستی پرداخت با تمرکز بر موج چهارم که ۲۰ تا ۳۰ ساله اند و از طریق تکنولوژی و رسانه های مجازی فعال هستند و نه مثل موج دوم و سوم از طریق تشکیلات و سازمانهای ملی. موج چهارم برا این باور است که از طریق خبر رسانی الکترونیکی می تواند تغییر ایجاد کند.

میز گرد چهارم «تجربه های آموزنده جنبش و سازمان های زنان در افغانستان استراتژی های ایجاد همکاری و حمایت های دو جانبه موثر» بود. حمیرا قادری نویسنده و داستان نویس متولد کابل در مورد زنان افغان و ادبیات صحبت کرد. اینکه تعداد سازمانهای غیر دولتی در افغانستان بیشتر از کتابفروشی ها بوده و الگویی چون فروغ فرخزاد بر ایشان وجود نداشته. نور جهان اکبر فعال حقوق بشر اما از رابعه بلخی، نادیا انجمن و ثریا پاشا که اگرچه ملکه بود اما به برابری معتقد بود، یاد کرد. او به آغاز فعالیت های زنان از ۱۹۶۰ معتقد است و به برنامه های رادیوی زنان و آواز خواندن در سالهای ۱۹۷۰ تا ۱۹۸۰ اشاره کرد.

مریم جلال زاده محقق موسسه بازرسی ویژه عمومی برای بازسازی افغانستان در مورد توانمند سازی اقتصادی زنان افغان و درس های آموخته صحبت کرد. در ۱۵ سال گذشته بیشتر زنها مشغول بکار شده اند نه تنها در شهرهای بزرگ مثل کابل بلکه در همه مناطق.

برنامه هنری شبه شب کنسرت گروه آبیچیز بود که در سال ۲۰۰۵ توسط دو خواهر ایرانی ملودی و صفورا صفوی در سوئد شکل گرفت. موسیقی آبیچیز که تلفیقی است از گونه های راک، پاپ، رگه، فلانکو، و ریتم های لاتین، بسیار مورد استقبال تماشاچیان واقع شد. برنامه روز یکشنبه با میز گرد «تضمین یک جنبش زنان قویتر پیش شرط حرکت به جلو» آغاز شد. **دنباله مطلب در صفحه ۵۴**



عشق او باز اندر آوردم به بند
کوشش بسیار نامد سودمند
توسنی کردم ندانستم همی
کز کشیدن سخت تر گردد کمند
عشق دریایی ست پایان ناپدید
کی توان کردن شنا ای هوشمند
عاشق خواهی که تا پایان بری
بس بیاید ساخت با هر ناپسند
زشت باید دید و انگارید خوب
زهر باید خورد و پندارید قند

رابعه قزداري

آرام دل مرا بخوانید
بر مردم چشم من نشانید
آوازه عشق من شنیدید
اندازه حسن او بدانید
از دور در او نگاه کردن
انصاف دهید کی توانید؟
از دیده و جان و از دل و تن
این خدمت من بدو رسانید
ای خوبان! او چون آفتاب است
در جمله شما به او چه مانید؟!
عشق آنده و حسرت است و خواری
عاشق مشوید اگر توانید

سید حسن غزنوی

ای آن که غمگنی و سزاواری
وندنر نهران سرشک همی باری
رفت آن که رفت و آمد آنک آمد
بود آنچه بود، خیره چه غم داری؟
هموار کرد خواهی گیتی را؟
گیتی ست، کی پذیرد همواری؟
مستی مکن، که ننگرد او مستی
زاری مکن، که نشود او زاری
شو، تا قیامت آید، زاری کن
کی رفته را به زاری باز آری؟
آزار بیش بینی زین گردون
گر تو به هر بهانه بیازاری
گویی گماشته ست بلای او
بر هر که تو دل بر او بگماری
ابری پدید نی و کسوفی نی
بگرفت ماه و گشت جهان تاری
فرمان کنی و یا نکنی، ترسم
بر خوبستن ظفر ندهی باری!
تا بشکنی سپاه غمان بر دل
آن به که می بیاری و بگساری
اندر بلای سخت پدید آید
فضل و بزرگمردی و سالاری

رودکی سمرقندی

آمد نفس صبح و سلامت نرسانید
بوی تو نیاورد و پیامت نرسانید
یا تو به دم صبح سلامی نسپردی
یا صبحدم از رشک سلامت نرسانید
من نامه نوشتم به کبوتر بسپر دم
چه سود که بختم سوی بامت نرسانید
باد آمد و بگسست هوا را ز ره ابر
بوی زره غالیه فامت نرسانید
بر باد سپردم دل و جان تا به تو آرد
زین هر دو ندانم که کدامت نرسانید
عمری ست که چون خاک جگر تشنه عشقم
و ایام به من جرعه جامت نرسانید
مرغی ست دلم طرفه که بر دام تو زد عشق
خود عشق چنین مرغ به دامت نرسانید
«خاقانی» از این طالع خود کام چه جویی
کاو چاشنی کام به کامت نرسانید

خاقانی شروانی

یا ز چشمت جفا بیاموزم
یا لبثت را وفا بیاموزم
پرده بردار تا خلاق را
معنی والضحی بیاموزم
تو زمن شرم و من ز تو شوخی
یا بیاموز یا بیاموزم
بارها چرخ گفت می خواهم
که زطبعش جفا بیاموزم
پرده عالمی دریده شود
گر از او یک نوا بیاموزم
نشوی هیچگونه دست آموز
چه کنم تا ترا بیاموزم
به کدامین دعوات خواهم یافت
تا روم آن دعا بیاموزم
از خیالت وفا طلب کردم
گفت کو، از کجا بیاموزم

جمال الدین عبدالرزاق اصفهانی

من هر چه دیده‌ام ز دل و دیده دیده‌ام
گاهی ز دل بود گله گاهی ز دیده‌ام
من هر چه دیده‌ام ز دل و دیده تاکنون
از دل ندیده‌ام همه از دیده دیده‌ام
اول کسی که ریخته است آبروی من
اشک است کش به خون جگر پروریده‌ام
عمری بدان امید که روزی رسم به کام
سودای خام می پزم و نارسیده‌ام
گویند بوی زلف تو جان تازه می کند
«سلمان» قبول کن که من از جان شنیده‌ام

سلمان ساوجی



ترا دل دادم، ای دلبر، شب خوش باد من رفتم
تو دانی با دل غمخور، شب خوش باد من رفتم
اگر وصلت بگشت از من، روا دارم روا دارم
گر رفتم هجرت اندر بر، شب خوش باد من رفتم
بُردی نور روز و شب بدان زلف و رخ زیبا
زهی جادو، زهی دلبر، شب خوش باد من رفتم
میان آتش و آبم، ازین معنی مرا بینی
لبان خشک و چشم تر، شب خوش باد من رفتم
بدان راضی شدم جانا که از حالم خبر پرسی
ازین آخر بود کمتر؟ شب خوش باد من رفتم

مجدالدین سنائی



کاباره رستوران ساقی



هر شنبه، موزیک زنده با خواننده مردمی

فرانکو

عروسی ها، جشن ها و میهمانی های خصوصی خود را در سالن مجلل رستوران ساقی همراه با پذیرایی کامل با انواع غذاها و دسرهای لذیذ ایرانی برگزار کنید.

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

Daily Lunch Special Including Fresh Salad Bar

۱۰,۹۹ دلار



Catering Saaghi

Let us prepare our delicious food at your location so you can focus on your guests!

(408) 998-0122

1392 S. Bascom Ave. San Jose, CA 95128



خبر نگاری در لباس یک تن فروش

میمی چاکاروا / برگردان: نعیمه دوستدار

و به آنها تجاوز می کردند تا روحشان را در هم بشکنند. از برخی از آنها هنگام این تجاوزها فیلم هم گرفته شده بود. این روش، روش موثری برای کنترل بود: «اگر تلاش کنی فرار کنی، ما عکس‌هایت را اینجا داریم. می‌دانیم کجا زندگی می‌کنی... این عکس‌ها را برای پدر و مادرت می‌فرستیم.»

جلب اعتمادشان نیاز به زمان داشت. گاهی ماه‌ها طول می‌کشید و گاهی سال‌ها. به جای دوربین، دفترچه‌ای برداشتم و به داستایاشان گوش دادم. هر زمان که می‌توانستم، برمی‌گشتم پیش‌شان. در طول زمان تلاش کردم واقعیت قاچاق انسان را به تصویر بکشم. فهمیدم که چه چیزی چرخ آن را به حرکت در می‌آورد: «فقر مزمن، تقاضا و فساد.»

نشان دادن صورت این زنان جوان برای ثبت شجاعت و قدرت‌شان کافی نبود. قطعه گمشده این پازل این بود که وقتی که به عنوان برده جنسی فروخته می‌شدند، چه اتفاقی برای این زنان می‌افتاد. تصمیم گرفتم راهشان را دنبال کنم و خودم به مناطق چراغ قرمز استانبول، آتن، دوی و پراگ بروم.

ابتنال شر

کار خطرناکی بود، اما مشکل دیگری هم وجود داشت. به عنوان یک زن، نمی‌توانستم مثل همکارهای مرد، خودم را مشتری جا بزنام. پولی هم نداشتم. مجبور بودم یکی از همان زن‌ها بشوم. باید نقش‌های می‌کشیدم تا با آن به این منطقه‌ها راه پیدا کنم و دوربین‌های مخفی هم همراهم باشد تا از آنچه که می‌خواهم فیلم بگیرم. ابتنال شر کمک کرد.

تصور کنید:

آپارتمانی در یک محله معمولی در استانبول که یک دهه میوه فروشی در نزدیکی‌اش است. در این خانه مردی با همسر و دو بچه‌اش زندگی می‌کند. آنها یک اتاق اضافه دارند که درش همیشه قفل است. مردها در طول روز در این خانه را می‌زنند. موقع ناهار شلوغ می‌شود. مرد در اتاق قفل شده را باز می‌کند. بیرون می‌ایستد. بعد مردهایی را که کارشان تمام شده است تا بیرون اسکورت می‌کند. پول‌هایشان را می‌گیرد و به آنها می‌گوید که «باز هم تشریف بیاورند.» در تمام این مدت زن و بچه‌ها، مشغول کارهای روزمره‌شان هستند. مشق می‌نویسند، ظرف می‌شویند.

نمی‌دانم اگر دوباره در موقعیتش قرار می‌گرفتم، این کار را تکرار می‌کردم یا نه. یک سال بعد از اینکه در نقش زن تن فروش ظاهر شدم، گزارشم تکمیل شد. نمی‌خواستم بیشتر از یک سال روی موضوع قاچاق انسان کار کنم اما یک دهه طول کشید. نمی‌خواستم درباره بیش از دو کشور گزارش بدهم، اما کار با ۹ کشور تمام شد. قبل از سفرهایم، مادرم همیشه از من می‌پرسید: «سال‌ها طول کشید که ما از فقر خلاص شویم. چرا مدام به فقر بر می‌گردی؟» من در آشپزخانه‌اش می‌نشستم و تنها جوابی که به ذهنم می‌رسید این بود: «چون خیلی به من شبیه است.»

هر بار که هوایمادر بالکان به زمین می‌نشست، احساس می‌کردم به خانه رسیده‌ام. ترکیه، یونان و آلبانی، بلغارستان (کشور محل تولدم) یا مقدونیه. آن جاها من خارجی نبودم. فرهنگشان را می‌فهمیدم، ناهمواری راه‌هایمان را می‌فهمیدم و طنز تلخ روزگار مشترکمان را درک می‌کردم.

اما یک چیز بود که نمی‌فهمیدم: چه اتفاقی برایمان افتاده بود؟ چه شد که شروع کردیم به فروختن دخترهایمان؟ چه شد که از خشونت و شیادی پول درآوردیم؟

اولش عکاس خبری بودم و دنیا را از دریچه دوربین می‌دیدم. فکرم این بود که به کشورم برگردم و دخترهایی را که از باندهای قاچاق فرار کرده بودند پیدا کنم. می‌دانستم که در فرهنگ ما «شرم» وجود دارد، می‌دانستم که اگر دختری یک بار مجبور به روسپیگری شود، نمی‌تواند به روستایش برگردد و از اهالی روستا توقع داشته باشد که او را بپذیرند. او قضاوت می‌شد، طرد می‌شد و دور انداخته می‌شد؛ حتی از سوی خانواده‌اش.

در هم شکستن

خیلی طول کشید تا زنان نجات یافته را پیدا کنم. به پناهنگاه‌ها رفتم و با وکلا و مددکاران دیدار کردم و وقتی سرانجام زن جوانی را پیدا کردم و دوربینم را درآوردم، ترس عمیقی را در چشمانش دیدم. فکر کردم از اینکه با عکسش از سوی قاچاقچی‌ها شناسایی شود نگران است. اما قضیه این نبود. دوربین برای بسیاری از این زنان جوان یادآور تجربه دزدیده شدن بود. قاچاقچی‌ها در طول دورانی که آن دوران «در هم شکستن» می‌نامیدند، این زنان را شکنجه می‌دادند.

داخل اتاق، سه دختر اهل مولداوی هستند. ملافه‌های کثیفی روی زمین پهن شده که آنها رویش می‌خوابند. پنجره‌ها بسته و قفل است. دخترها تی شرت و شلوارک پوشیده‌اند. چندین روز است که دوش نگرفته‌اند. مشتری‌ها وارد اتاق می‌شوند. دخترها را انتخاب می‌کنند و به دقیقه پول می‌پردازند. آن دو تای دیگر گوشه اتاق می‌ایستند و منتظر پایان ماجرا می‌مانند. اغلب رو به دیوار می‌ایستند اما دیگر گریه نمی‌کنند. یکی از آنها دنبال یک چیز تیز می‌گردد تا کمرش را خراش دهد اما چیزی پیدا نمی‌کند. باید از مشتری‌ها یک چیز تیز بگذرد. امیدوار است یک چاقو پیدا کند، اما نمی‌داند چطور باید چاقو را از جیب مشتری در بیاورد.

یک بار در روز، در اتاق باز می‌شود و مرد، پدر بچه‌ها و همسر زن، چند تا موز داخل اتاق می‌اندازد. بعد فوراً در اتاق را می‌بندد. مرد با خودش فکر می‌کند که آنها هیچ چیز نیستند؛ چند تا حیوانند.

از ما تغذیه می‌شود

وقتی مستند «به‌های سکس» را پخش کردیم، همراه عوامل فیلم سفر کردم تا با مردم سراسر دنیا صحبت کنم. در پایان آن دو سال، شرمدم که تا به حال در چند شهر و محل سخنرانی کرده‌ام: در ۶۷ محل.

سوال‌ها معمولاً شبیه هم بودند: «این کار چقدر تو را تغییر داد؟ آیا فکر نمی‌کنی که این‌مردها هستند که باعث می‌شوند این شرایط ادامه پیدا کند؟ راه حل چیست؟ آیا فکر می‌کنی فیلم ساختن درباره موضوعی به این پیچیدگی کافی است؟»

بله، این کار مرا تغییر داد، من بدترین چیزهایی را که می‌شود با آن مواجه شد دیده‌ام. من غمی را دیده‌ام که انتها ندارد. به مکان‌هایی رفته‌ام که نمی‌شود بدون آسیب دیدن از آنها برگشت. در تاریک‌ترین شب‌ها در اعماق دریایی تیره بودم. تصاویر در شب زنده‌ترند. اما نه، مردها تنها دلیل قاچاق انسان و بردگی جنسی نیستند. زن‌ها هم کنارشان ایستاده‌اند و تماشا می‌کنند. زن‌ها، زن‌ها

را می‌فروشدند. زن‌ها زن‌ها را گول می‌زنند. هر کسی که این موضوع را ساده‌سازی کند، در آن شریک است. این کار به خاطر سوددهی‌اش ادامه دارد. آنها به انسان اهمیت نمی‌دهند.

کاری که باید انجام دهی این است که وقت صرف کنی و ببینی چطور قاچاقچی‌های انسان کار می‌کنند و چطور با زنانی که می‌فروشد رفتار می‌کنند. این زن‌ها مثل یک گاو، یک محموله، یک کالا بارها و بارها مورد استفاده قرار می‌گیرند. اگر مقاومت کنند، اگر مریض شوند، اگر کار را در زمان مورد نظر به پایان نرسانند، کتک می‌خورند، کشته می‌شوند، آنها را به دریا می‌اندازند، توی حیاط پشتی دفن می‌کنند یا از ارتفاع پرت می‌کنند پایین و به جایشان یکی دیگر را می‌آورند.

اینجا بازاری است برای همه چیز. اگر زنی تنش را چاقو بزند مهم نیست، بعضی مشتری‌ها از دخترهای خطخطی خوششان می‌آید. حامله‌است؟ چه بهتر. در دویی قیمتش دوبرابر است. مشتری‌هایی هستند که از زن حامله خوششان می‌آید. مشتری‌هایی هستند که از زنان زندانی شده و مجبور به تن‌فروشی خوششان می‌آید. من اینها را می‌دانم، چون با چشم خودم دیده‌ام. دختری بقیه‌اش را برایم باز کرد و گفت: «عکس بگیر.» سینه‌اش پر از جای سیگار بود. گفت: «از من به عنوان زیرسیگاری استفاده می‌کردند.» به او گفتم نمی‌توانم عکس بگیرم. گفتم دکمه لباسش را ببینند و بعد در سکوت نشستیم.

تنها سلاحم کارم است

من از مرکز لینچ در نیویورک جایزه شجاعت گرفتم. به آنها گفتم باید به جایش به من جایزه خشم بدهند. کاری که من کردم ربطی به شجاعت ندارد. در واقع بگذارید صادق باشم. من هیچ وقت دوست ندارم سوار هواپیما شوم، چون ترسم. همیشه تا آخرین دقیق برای جمع کردن وسایلم صبر می‌کنم. به هزاران بهانه فکر می‌کنم تا سفرم را به تعویق بیندازم یا کنسل کنم.

دنباله مطلب در صفحه ۱۰۱

Table with 15 rows and 15 columns, likely a chessboard or grid with alternating black and white squares.



درمان های دستی یا کایروپراکتیک در فیزیوتراپی

همچنین می تواند اتصال غیر طبیعی بافت ها به همدیگر را که در نتیجه جراحت و یا التهاب ایجاد شده است، از بین ببرد و در نتیجه دامنه حرکتی بافت را افزایش دهد. این بهبودی با وادار کردن بیمار به انجام تمرینات ورزشی خاص ممکن می شود. اثر درمان دستی بر مکانیسم های نوروفیزیولوژیکی در مقالات تحقیقاتی ذکر شده است. اعتقاد بر این است که درمان دستی می تواند علاوه بر محل جراحت، بر روی سیستم درد واقع در کانال نخاعی، اثر مهارکننده داشته باشد. از لحاظ بیوشیمیایی دستکاری مفصل موجب فعال شدن سیستم ایپوئیدی درونی می شود. از لحاظ روانشناسی، درمان دستی باعث می شود که فرد با به دست آوردن نتایج مثبت از این روش، احساس اطمینان و دلگرمی کند. لمس و دستکاری بافت آسیب دیده، به سنجش میزان درد بیمار کمک می کند.

روش های درمان دستی

درمان نقاط ماشه ای: درمان نقاط ماشه ای، یک تکنیک درمانی دستی است که بر نقاط ماشه ای یا «گره ها» در بافت ماهیچه تمرکز دارد. این نقاط ماشه ای نه تنها باعث درد در محل خود می شوند، بلکه درد را به نقاط دیگر بدن نیز ارجاع

واژه "درمان دستی" به روش درمانی عضلات، تاندون ها، رباط ها و مفصل ها با استفاده از دست گفته می شود. لمس انسان، یک عنصر ضروری در روش و فلسفه درمان به حساب می آید و دلیل خوبی هم دارد. بیماران نسبت به درمان های دستی وقتی که با تمرین و آموزش همراه باشد، پاسخ مثبتی می دهند. این کار باعث بهبودی سریعتر و صرف هزینه کمتری می شود. کایروپراکتیک یا درمان دستی گروه وسیعی از انواع تکنیک های پیچیده است که به وسیله دست و توسط فیزیوتراپ های آموزش دیده و با مهارت انجام می شود. این تکنیک ها می تواند شامل دستکاری یا به حرکت واداشتن بافت نرم و مفصل های اسکلتی شود. هدف از درمان دستی، کاهش درد و افزایش عملکرد است. اغلب برنامه های آموزشی درمان دستی، در آمریکا شامل دوره آموزشی ۴ ساله، طرح های پس از فارغ التحصیلی به منظور کسب تجارب بالینی، آموزش در کلاس و آزمون های گسترده می باشد.

تأثیرات درمان دستی

برای درمان دستی، چهار اثر اصلی پیشنهاد شده است: مکانیکی، نوروفیزیولوژیکی، بیوشیمیایی و روانشناسی. از لحاظ مکانیکی، حرکت دادن غیر فعال مفصل موجب کشش عضلات، رباط ها و کپسول مفصلی در آن ناحیه می شود،

می دهند. نقاط ماشه ای قابل درمان هستند. برای درمان نقاط ماشه ای از دو روش درمانی استفاده می شود:
درمان دستی درون عضله ای (IMT): که با عنوان dry needling (سوزن خشک)، نیز شناخته می شود. در این روش از سوزن هایی مشابه روش طب سوزنی استفاده می شود، این سوزن ها داخل نقاط ماشه ای فرو برده می شوند تا در آن محل یک پاسخ کششی ایجاد شود.

روش دستی: فیزیوتراپ از دست های خود برای ایجاد فشار به منظور غیر فعال کردن نقاط ماشه ای استفاده می کند. هدف از درمان نقاط ماشه ای، از بین بردن درد و آموزش دوباره عضلات برای کار کردن عادی بدون درد است. پس از چندین جلسه درمانی، ورم و خشکی عضلات و درد عصبی عضلانی کاهش می یابد، دامنه حرکتی وسیعتر می شود، تنش و فشار روی بافت کاهش می یابد و جریان خون، انعطاف پذیری و هماهنگی بدن افزایش می یابد.

حرکت دادن مفصل

به حرکت واداشتن مفصل زیر مجموعه ای از درمان دستی است که در آن درمانگر، با یا بدون کمک بیمار، مفصل ها را در مسیرهای خاصی حرکت می دهد تا موجب کشش مفصل و بافت های اطراف آن شود. در این روش مفصل با سرعت زیاد در محدوده ای بیش از محدوده عملکردی فیزیولوژیک یا طبیعی آن و پایین تر از بیشترین حد حرکتی آن، حرکت داده می شود. مانند سایر شکل های درمان دستی، این روش نیز موجب کاهش درد و بازیابی عملکرد طبیعی مفصل می شود. این اثرات به دلایل زیر ایجاد می شوند:
♦ آزاد شدن کپسول های مفصلی تحت فشار.

♦ شل شدن عضلات گرفته.
♦ از بین بردن اتصالات اطراف مفصل که در نتیجه ی جراحت یا التهاب ایجاد شده است.
♦ باز کردن مفصل های قفل شده.

تکنیک انرژی عضلانی

این روش بر روی بیماران به منظور طولی کردن عضلات کوتاه شده و یا دچار اسپاسم برای بهبود رباط های ضعیف شده و تقویت عضلات و همچنین برای افزایش دامنه حرکتی انجام می شود.

تکنیک انرژی عضلانی بر اساس تئوری مهار متقابل انجام می شود. در این تئوری بیان شده است که هنگامی که به مفصل فشار غیر مستقیم وارد می شود، عضلات یک سمت از مفصل به حالت استراحت درمی آیند تا به عضلات سمت دیگر اجازه بدهند که منقبض شوند. این تکنیک اغلب در مورد بیمارانی که دچار اسپاسم عضلانی هستند، به کار می رود.

تکنیک آزادسازی مفصل میوفاسیال

رها سازی مفصل میوفاسیال یک تکنیک درمان دستی بسیار کارآمد برای کاهش محدودیت حرکتی و فشار وارد بر میوفاسیال است تا درد را کاهش داده و موجب بازیابی حرکت مفصل شویم. تئوری رها سازی مفصل میوفاسیال به درک کاملی از سیستم میوفاسیال نیاز دارد. فاسیال، یک سیستم تخصص یافته ی بدن است که ظاهری مشابه تار عنکبوت دارد که همه ی قسمت های بدن را به هم متصل می کند. در حالت سالم و طبیعی بدن، فاسیال، ریلکس است و شکلی موج دار دارد. این بافت توانایی کشش و حرکت بدون محدودیت را دارد. وقتی دچار آسیب فیزیکی، جراحت یا التهاب می شویم، فاسیال، توانایی فعالیت خود را از دست می دهد.



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

تلویزیون فرهنگ ایران زمین

با برنامه های متنوع- جالب و آموزنده بهترین معرف فرهنگ و تمدن ایران و جهان- تاریخ- هنر- معماری- شعر و موسیقی- سیاحت و جهانگردی- دانش- بهداشت- معرفی زندگی و آثار شاعران- عارفان و دانشمندان- اخبار ایران و جهان- فیلم های سینمایی- کنسرت و برنامه های موسیقی هنرمندان برجسته و محبوب- برنامه اختصاصی پرویز نظامی (از هر دری سخنی) و ده ها برنامه دیگر در دو کانال مختلف و قابل رویت در اینترنت بدون نیاز به ماهواره

(Smart TV - IPAD - IPHONE - all Smartphones - PC & Laptop)

موسس و مدیر عامل مهندس پرویز نظامی

www.PCTVIRAN.com

استفاده شده به اضافه ظرف های پر از آشغال. روی صندلی بغل دستشان، البته اگر کسی روی آن ننشسته بود، آشغال گذاشته بودند. واقعا بنظر می رسید که برایشان بسیار مشکل باشد که چند قدمی راه رفته و آشغال های خود را در داخل سطل ها بیندازند و سالن را تمیز نگهدارند. یکی از برگزارکنندگان که در کنار من ایستاده بود، زیر لب با لحن ناآرامی گفت: «ترو خدا می بینید چقدر آشغال این طرف و آنطرف ریختند؟!...حالا ما آخر برنامه باید حسابی تمیز کنیم تا بتوانیم سالن را تحویل بدیم. البته فکر می کنم که جریمه بشیم، چون آنقدر شیرینی روی زمین ریختند و مردم بدون توجه! روی آنها پا گذاشتن که حسابی چسبیده به موکت و مشکل تمیز شود».

بالاخره بعد از چند دقیقه، برگزارکنندگان از حضار خواستند تا به صندلی های خود برگردند تا به دنباله برنامه ادامه بدهند. من نیز به همراه شوهرم رفتیم به سمت صندلی هایمان. از بغل میز «معروف» و پر از «خاطره» گذشتم. همان میزی که ظرف های میوه و شیرینی را رویش گذاشته بودند. تحمل نیاوردم. به طرف زمین خم شدم. شوهرم با تعجب پرسید: «چیکار میکنی؟!...چی شده؟!...» و بعد آهسته سرش را یکم آورد پایین و گفت: «ببین، مردم دارن بهت نگاه می کنند...بلند شو، زشته!...» همانطور که رومی میزی را بلند می کردم تا زیر میز را ببینم، به شوهرم که حاج واج از کار من مونده بود، با خنده گفتم: «ارزش دیدن زیر میز خیلی بیشتر از حرف های پشت سر مردم است».

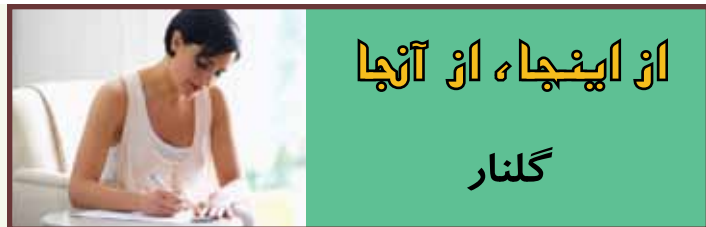
بله، حدسم کاملا درست بود، کلی شیرینی له شده، دستمال استفاده شده، و پوست میوه زیر میز دیدم! سرم سوت کشید، اما خنده ام گرفت. واقعا که «از ماست که بر ماست»...

کار را میکردند. شیرینی را از ظرف بر میداشتند، به آن نگاهی مانند «بخورمت یا نه؟!» می انداختند، بعد معلوم بود به دلایلی پشیمان می شدند و دوباره آن را می گذاشتند سر جایش و شیرینی دیگری را انتخاب می کردند.

یادم میاد که در سنین کودکی مادرم چقدر چنین اتیکت هایی برایش مهم بود و از همان زمان می خواست مطمئن شود که من با تربیت صحیح، راه درست رفتار کردن را چه در جمع و چه حتی در منزل یاد بگیرم. یکی از مهمترین درس هایش که به من خیلی گوشزد می کرد این بود که هیچوقت خوراکی را دستمالی نکنم و بعد دوباره سر جایش برگردانم. می گفت هر چه را که بر میداری، حتی اگر هم بعد از برداشتن پشیمان بشوی، به هیچوجه آن را سر جایش برنگردان.

صحنه های دیگری نیز شاهد بودم. خدا نکنه که طناب مفت جلوی دستمان بگذارند. تعدادی از حاضرین هر چی که دم دستشون بود بر میداشتند و تا آنجایی که می توانستند ظرفهایشان را پر از میوه و شیرینی می کردند و البته معلوم بود که نخواهند توانست تا همه محتویات داخل بشقاب را بخورند، اما هر چه بود، مجانی بود و باید نهایت استفاده می شد. چند نفر هم، مثلا یوشکی، چند تایی میوه و شیرینی به داخل کیف هایشان می کردند.

موضوع دیگری که توجهم را جلب کرده بود، مسئله نظافت و تمیز نگهداشتن سالن بود. در هر گوشه و کنار این سالن سطل های آشغال گذاشته شده بودند، اما متاسفانه بنظر می رسید که بعضی از حضار ترجیح می دادند آشغال هایشان را همه جا بگذارند و بریزند، الی در داخل سطل های آشغال! زیر صندلی ها پر از آشغال بود. روی میزها لیوان های چایی



از اینجا، از آنجا

گنار

در سطل آشغال بیندازد، اول به دور و بر نگاهی انداخت و بعد خیلی آهسته با کفشش شیرینی را کرد به زیر میز، و البته چون رومی میزی های بلند روی میز انداخته بودند، با این کار آقا، شیرینی کاملا از جلوی دید ناپدید شد. با خودم فکر کردم که چند نفر دیگر مانند این آقا ممکن است که چنین کاری را انجام دهند؟! خیلی دلم میخواست موقعیتی پیدا می شد و رومی میزی را بالا میزدم و زیر میز را نگاه میکردم!

همینطور که مشغول چنین فکری بودم چشمم افتاد به خانمی که می خواست از داخل ظرف میوه برای خودش سیب بردارد. حالا شاید برایتان این سؤال پیش بیاید که من از کجا توانسته بودم که حدس بزنم بین این همه میوه، این خانم سیب را میخواست! آخه برای اینکه به هرچی سیب در بشقاب بود تقریبا دست زد، این ور و اونو کرد تا توانست سیب مورد علاقه خودش را انتخاب کند. اشخاص دیگری نیز بودند که دقیقا چنین عملی را انجام می دادند که البته فقط در مورد انتخاب سیب نبود، بلکه به میوه های دیگر مانند توت فرنگی و خیار دست زده و همه را زیر و رو کرده، فشار می دادند و حتی بعضی میوه ها را نزدیک به دماغشان می بردند و بو می کردند تا بتوانند بالاخره بعد از کلی تحقیقات «دستی و بویی»، میوه مورد علاقه خود را انتخاب کنند و بخورند...حتی کسانی بودند که در مورد شیرینی ها نیز همین

چند وقت پیش رفته بودم به جلسه ای که جمعی از ایرانیان عزیز در آن شرکت داشتند. بعد از چند ساعت که از وقت جلسه گذشت، برگزارکنندگان از حضار دعوت کردند که برای نیم ساعتی استراحت کنند تا دوباره به بقیه جلسه ادامه دهند. در زمان استراحت میزبانان با مهربانی و محبت، از شرکت کنندگان با چایی، شیرینی و میوه پذیرایی کردند. یک طرف میز چند ظرف بسیار بزرگ پر از میوه و شیرینی گذاشته بودند و در طرف دیگر نیز سماور بزرگی قرار داده بودند برای صرف چایی. منم با شوهرم در یک گوشه ایستاده و با تنی چند از آشنایان مشغول حرف زدن بودیم.

در همین ضمن بطور اتفاقی چشمم افتاد به اشخاصی که سر میز برای خودش چایی می ریختند و میوه و شیرینی در بشقاب می گذاشتند تا نوش جان کنند. نمیدونم چرا ناخودآگاه توجهم به این اشخاص جلب شده بود، در صورتیکه من اصلا آدم فضولی نیستم و معمولا در هر جمعی که شرکت می کنم سرم به کار خودم مشغول است، مگر اینکه شخص یا موضوعی به اندازه کافی برایم جالب باشد تا توجهم را به خود جلب کند. آن روز نیز صحنه هایی دیدم که برایم جالب و البته بسیار نیز تاسف آور بودند.

چشمم به آقایی افتاد که میخواست شیرینی در بشقاب خود بگذارد، اما متاسفانه شیرینی از دستش افتاد روی زمین. بجای اینکه به خودش زحمت بدهد، خم بشود و شیرینی را بردارد که

نوشتن بر سنگ قبر به فارسی و انگلیسی

با خط نستعلیق

(۴۰۸)۲۲۱-۸۶۲۴



ماهنامه پژواک

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



(۴۰۸)۲۲۱-۸۶۲۴

زنان پناهجو در خواب و بیداری باید مراقب تعرض جنسی باشند

آیدا قجر - بخش سوم

سارا پناهجوی ۳۳ ساله ایرانی، دو سال پیش در اینترنت با مردی آشنا شده بود که خود را سلطنت طلب و مشاور رضا پهلوی معرفی کرده بود. سارا از طریق این مرد با یک قاچاقچی آشنا می‌شود و پس از پرداخت ۳۵ میلیون تومان به جای آلمان، به فرانسه می‌رسد که محل زندگی این مرد است. سارا در بدو ورود به فرانسه با این مرد تماس میگیرد تا مکانی برای زندگی پیدا کند. او اما با پسری جوان روبرو می‌شود که پس از زندانی کردن سارا در اتاق محل زندگی‌اش خود را «قاچاقچی اعضای بدن» معرفی می‌کند. سارا از سوی این پسر با خشونت‌های بسیاری روبرو می‌شود، از تجاوزهای مکرر جنسی تا ضرب و شتم و تهدید به مرگ با چاقو.

سارا پس از آنکه خود را از دست این فرد رها می‌کند با انجمن پناهجویان فارسی‌زبان در فرانسه آشنا می‌شود و سکوت خود را می‌شکند. او حالا با فرزندی که از آن مرد در شکم دارد، روزها در اداره پلیس و پزشکی قانونی به مسیر پناهندگی ادامه می‌دهد تا بلکه روزی بتواند در فرانسه یا آلمان به آرامش برسد.

داستان زندگی سارا، داستان زندگی یکی از هزاران زن ایرانی است که در سال‌های اخیر ایران را با قصد پناهندگی در اروپا، آمریکا یا استرالیا ترک کرده‌اند، زنان مجرد، بیوه و یا همراه خانواده.

عمده پرونده‌های زنان پناهجو اجتماعی و در حوزه خشونت‌های جنسیتی است، فرار از قتل‌های ناموسی، داشتن رابطه‌های نامشروع و مواجهه با احکام قضایی غیرانسانی، ازدواج اجباری با مردان مسن یا مواجهه با حکم سنگسار برای اتهام «زنا» از جمله مهم‌ترین و بیشترین پرونده‌های پناهجویی زنان مجرد و بیوه بوده است.

به گفته مه‌ری جعفری، وکیل ساکن انگلیس پناهجو در چنین پرونده‌هایی باید بتواند ثابت کند که جانش در کشور خود در خطر است و حکومت نیز نمی‌تواند امنیت او را در مقابل خشونت‌هایی که ممکن است از سوی خانواده متحمل شود، تضمین کند. البته در مواردی مثل حکم «زنا» و سنگسار حکومت خود مجری خشونت است و در این موارد، پناهجو در صورت دفاع خوب از پرونده‌اش، شانس بیشتری دارد. کاوه بهشتی‌زاده، وکیل دیگری است که

بهشت چیتا

مرکز نگهداری سگ‌های بی سرپرست در ساری



بهشت چیتا، نگاهتگاهی است برای سگ‌های بیمار و بی سرپرست در حوالی ساری و قائم شهر. سگ‌ها را پس از جمع‌آوری برای درمان به این نگاهتگاه می‌آورند تا درمان شوند، آنان را آموزش می‌دهند و برای

علاقه‌ای که از کودکی در من بود، وارد این عرصه شدم و هزینه‌های این مرکز با کمک‌های مردمی تامین می‌شود. افرادی به صورت ماهانه به ما کمک می‌کنند و یا اینکه هزینه درمان یک سگ را بر عهده می‌گیرند. اکنون در این مرکز ۱۲۸ سگ نگهداری می‌کنیم.»

به گفته حسین شادمند، پس از انتقال سگ‌های بی سرپرست به این مرکز و بعد از درمان، روند تعلیم شان آغاز می‌شود و به عنوان سگ نگهبان و یا سگ خانگی تربیت شده و به افراد واجد شرایط واگذار می‌شوند. **دنباله مطلب در صفحه ۵۱**

اولویت گرفتن سرپناه برای زندگی قرار می‌گیرند تا کمتر به کمپ‌های پناهجویی منتقل شوند یا مدت زمان کمتری را در این کمپ‌ها بمانند، ولی کماکان ریسک آزار جنسی از سوی محافظان یا مدیران کمپ‌ها یا دیگر پناهجویان وجود دارد. به طور معمول در مقابل این خطرات ترس از «آبرو» یا مواجهه با آزار بیشتر مانع شکستن سکوت آنها می‌شود.

از سوی دیگر کمبود امکانات بهداشتی طی این سفر باعث می‌شود که زنان هر ماه با استفاده از پارچه و لوازم غیربهداشتی خونریزی خود را کنترل کنند که همین مساله باعث بروز بیماری‌ها و عفونت‌های تناسلی می‌شود.

تجربه‌های زنان پناهجو، چه ایرانی و چه غیر ایرانی مملو از انواع مشکلات، خشونت‌ها و تعرض‌ها است. چه بسیار زنانی که در طول سفر باردار شده‌اند یا از ابتدا حامله بوده‌اند و در این مسیر جان خود را از دست داده‌اند.

مریم یکی از پناهجویانی است که هنوز به مقصد نرسیده و از پشت مرزها از طریق تلگرام و وایبر با خانواده‌اش در تماس است. او هم اغلب خاطر آتش به خطرات و مشکلات زنان در طول سفر بازمی‌گردد: «زنان جوان، هر ثانیه، در خواب و بیداری باید مراقب باشند که مورد تعرض جنسی قرار نگیرند.»

نگهداری به شهروندان دوستدار حیوانات خانگی واگذار می‌کنند. به گزارش مازندونومه، نگاهتگاه چیتا برای سگ‌های ولگرد، رها شده و بیمار است. سگ‌هایی که گاهی با آزار مواجه بوده‌اند و آسیب‌هایی بر بدن آنها وارد شده و در مرکز چیتا جمع و مراقبت می‌شوند.

حسین شادمند مسئول این نگاهتگاه می‌گوید: «حدود ۱۰ ماه از راه‌اندازی مرکز بهشت چیتا در زمینی به مساحت ۲۵۰۰ متر می‌گذرد و در این مدت ۳۷۰ سگ را از سطح استان جمع‌آوری کرده‌ایم و ۲۲۲ سگ واگذار شده است. بر اساس

شده بود و حکم قضایی داشت اما مطمئن بود سازمان ملل او را نخواهد پذیرفت. به همین دلیل با پرداخت حدود ۱۴ هزار یورو به قاچاقچی، خود را به یونان رسانده بود و در نهایت ناچار شد در همین کشور درخواست پناهندگی بدهد. در نمونه‌ای دیگر دو خواهر مجرد همراه گروهی از هواداران محمدعلی طاهری، بنیان‌گذار شیوه معنوی «عرفان حلقه» از شیراز خود را به یونان رسانده‌اند.

زن بودن در مسیر آوارگی اما فشارها و آسیب‌های بزرگی به همراه دارد که نگرانی از مواجهه با آنها باعث شده شمار زنان پناهجوی ایرانی در مقایسه با مردان کمتر باشد. در گزارش‌های سازمان ملل متحد و همچنین سازمان عفو بین‌الملل از جمله خطراتی که زنان پناهجو را از لحظه آغاز سفر تا پایان آن تهدید می‌کند به «بیگانه‌هراسی»، «خشونت»، «اخراج اجباری»، «آزار و اذیت جنسی»، «اخاذی»، «دستگیری و بازداشت خودسرانه»، «تبعیض»، «تجاوز» و «باند‌های قاچاق انسان» اشاره شده که بیشتر از همه زنان را هدف قرار می‌دهد.

در میان زنان پناهجو، زنان مجرد و بیوه بیش از سایرین در معرض این خطرات هستند. آنها وقتی به مقصد یا کشور دوم (یونان و ترکیه) می‌رسند، در

بدرود آقای رشیدی!

«داود رشیدی»، یکی از کم حرف ترین و بی حاشیه ترین سینماگران ایرانی که در سال های اخیر از آژایمر رنج می برد، به دلیل ایست قلبی در سن ۸۳ سالگی درگذشت.



یک تاتر در متن ایرانی روی صحنه ببرد اما داود رشیدی، «حسن کچل» علی حاتمی را کارگردانی کرد و اجراهای این نمایش هر بار بیشتر از بار دیگر مورد توجه قرار گرفتند. خودش در مصاحبه های با «محمدعلی منصور» که کتاب مجموعه نمایش نامه ها و زندگی نامه او را جمع آوری کرده است، می گوید:

«خیلی ها فکر می کردند چون من خارج از کشور درس خواندم، نمی توانم در کارگردانی نمایش حسن کچل که صد در صد ایرانی و با شعر و آهنگ های عامیانه بود، موفق باشم. اما کار خوبی شد. در تالار ۲۵ شهریور آن زمان، "سنگلج" فعلی، اجرا

کرديم، خیلی هم موفق بود...» در نیمه دهه ۴۰ و روزهایی که برنامه های تلویزیون با انواع و اقسام تبلیغات، شو و مسابقه پر می شد، او در کنار هنرمندانی مثل «عزت الله انتظامی»، «جمشید مشایخی»، «محمدعلی کشاورز»، «جعفر والی»، «فخری خوروش» و «جمیله شیخی» هر چهارشنبه برای تلویزیون تاتر زنده اجرا می کردند.

او که سال ۵۲ مدیر گروه نمایش و سرگرمی تلویزیون شده بود، در یکی از گفت و گوهایش در این باره گفته بود: «واحد نمایش تلویزیون مسئول تهیه سریال ها و فیلم های تلویزیونی بود اما یک گروه نمایشی هم داشتیم، گروه "تاتر امروز". هنرمندانی مثل مرضیه برومند، بهرام شاه محمدملو، رضا بابک، سعید پورصمیمی، راضیه برومند، علیرضا هدی و چند نفر دیگر عضو این گروه بودند. گروه بسیار خوبی بود. یادم می آید توی حیاط واحد نمایش، تاتر برای بچه ها اجرا می کردیم. متاسفانه بعد از انقلاب این گروه منحل شد و خب، من هم از واحد نمایش رفتم.»

در همان دهه ۵۰ رشیدی عرصه بازیگری در سینما را هم تجربه کرد. چند فیلم سینمایی بازی کرد اما ماندگارترین نقش او در آن سال ها، «آق حسینی» فیلم «کندو» به کارگردانی «فریدون گله» بو، یکی از معروف ترین فیلم های سینمایی قبل از انقلاب.

داود رشیدی از بازیگرانی بود که بعد از انقلاب ایران اجازه فعالیت حرفه ای یافت. البته او در مصاحبه با مجله «زندگی ایده آل»، از بیکار شدن خودش و همسرش، «احترام برومند» در سال های اول انقلاب گفته بود: «اوایل انقلاب برای مدتی نه من و نه خانم برومند سر

کار نمی رفتیم و مشکل داشتیم. البته این مشکلی که می گویم، از نظر مالی بود و نه احساسی و رابطه ای.»

احترام برومند، همسر داود رشیدی، یکی از مشهورترین مجری های برنامه کودک پیش از انقلاب بود اما بعد از انقلاب او تنها چند نوار قصه تولید کرد و پس از چند سال دوری از کار، سال ۸۳ در فیلم «دیشب باباتو دیدم آیدا» ساخته «رسول صدر عاملی» یک نقش کوتاه ایفا کرد.

او پنج سال پیش در مصاحبه ای درباره آشنایی خود با داود رشیدی گفته بود: «سال ۱۳۴۷ ما توسط یکی از دوستان روزنامه نویس که دوست صمیمی آقای رشیدی بود و با برادر من هم دوست بود، آشنا شدیم. البته هیچ نیت و قصد قبلی در کار نبود و ما تصادفاً با هم ملاقات کردیم. از آن زمان تا حالا ۴۳ سال می گذرد.»

سال های دهه ۶۰، دوران شکوفایی سینمای ایران بود و داود رشیدی در فیلم ها و

سریال های مهمی ایفای نقش کرد؛ از «کمال المک» علی حاتمی تا «هیولای درون» به کارگردانی «خسرو سینایی» و «گل های داوودی» رسول صدرعاملی.

در دهه ۷۰ در سریال های پرمخاطبی مثل «گل پامچال»، «عطر گل یاس» و «آوای فاخته» نقش آفرینی کرد. سریال های تاریخی «میرباقری» هم که شروع ساخت آنها در اوایل دهه ۷۰ بود، قطعاً بدون حضور رشیدی چیزی کم داشت. او در سریال «مختارنامه»، آخرین ساخته میرباقری هم نقش «نعمان بن بشیر» را ماهرانه جلوی دوربین برد. در همه این سال ها، لایه لای کارهای سینمایی، او هیچگاه از ترجمه نمایش نامه و کارگردانی تاتر غافل نشد. هنوز هم بسیاری از مخاطبان تاتر، اجرای نمایش «منهای دو» یا «اشمیت» او را به خوبی به یاد دارند. او سینماگری کم حرف و کم حاشیه بود و کمتر به موضوعی واکنش نشان می داد اما تا می توانست کار می کرد.

ادامه مطلب کوروش یغمایی ... از صفحه ۳۳

آشنا شد. به گفته او یغمایی پدرخوانده موسیقی راک ایران و یکی از برجسته ترین گزینه ها در خاورمیانه است.

در همان سال (۲۰۰۹)، کمپانی Now Again آلبومی به نام زنجیر خودت را بیاف (FORGE YOUR OWN CHAINS)، را در آمریکا منتشر کرد که شامل پانزده قطعه از موسیقی دانان راک سال های ۱۹۶۸ تا ۱۹۷۴ بود. در این آلبوم ترانه حجم خالی از کوروش یغمایی تنها نماینده خاورمیانه بود. ایوتن الپات انتشار این آلبوم را آغازی برای کشف دوباره کوروش در غرب دانست. این گزینش برای نخستین بار انگیزه ثبت پژوهشی موسیقی مدرن ایران و ورود رسمی آن به گستره موسیقی جهانی شد.

در سال ۲۰۱۰ جشنواره معتبر موزیک Red Bull که در لندن برگزار می شود کوروش یغمایی را برای سخنرانی، دریافت جایزه و اجرای موزیک دعوت کرد. در سال ۲۰۱۱ آلبوم مستقل کوروش با نام بازگشت از لبه پرتگاه (Back From The Brink) توسط کمپانی Now Again منتشر شد. این آلبوم بهترین تک آهنگ های او در سال های ۱۹۷۳ تا ۱۹۷۹ است که با سیستم های صدا برداری روز دنیا در آمریکا پالایش و با بالاترین کیفیت به صورت یک پکیج (دو صفحه ۲۳ دور LP و چهار صفحه ۴۵ دور و CD) در سراسر جهان منتشر شد.

انتشار این آلبوم مورد تحسین و استقبال گسترده نشریات و سایت های معتبر جهان قرار گرفت. **دنباله مطلب در صفحه ۴۰**

در این هنگام بر پایه چیره دستی و سبک ویژه نوازندگی اش در نواختن گیتار به او لقب پنجه طلایی را داده بودند. در درازای گرفتن لیسانس جامعه شناسی از دانشگاه ملی همواره سرپرست و مدیر گروه راک دانشگاه ملی بود و در مسابقات هنری دانشگاه های ایران که در دانشگاه شیراز برگزار شد بهترین رتبه را برای دانشگاه ملی به ارمغان آورد. کوروش یغمایی همزمان با گرفتن لیسانس از دانشگاه ملی، آغاز به آهنگسازی بر روی چند شعر از همکلاسی و شاعر برجسته «مهدی اخوان لنگرودی» کرد که با نام های گل یخ و حجم خالی به دوران حرفه ای موسیقی ایران راه یافت. گل یخ، برپایه داشتن استانداردهای جهانی بزودی به خارج از مرزهای ایران نفوذ کرد و در پی آن اجراهای گوناگونی در دیگر کشورهای جهان از این ترانه شکل گرفت که تا هم اکنون نیز ادامه دارد. این اولین باری بود که موزیک ایران وارد عرصه های جهانی می شد.

پس از هفده سال ممنوعیت در کار موزیک و خواندن آواز، آلبوم های سیب نقره ای، ماه و پلنگ، کابوس، آرایش خورشید و تفنگ دسته نقره و هم چنین گرگ های گرسنه (موسیقی فیلم) را (بدون بهره مندی از استودیو و حتی ابزار لازم و کافی برای ضبط) به بازار ارائه کرد که این آثار آغازی دوباره برای ادامه موزیک مدرن در ایران بود.

ایوتن الپات سرپرست و کارشناس ارشد کمپانی معتبر Stones Throw و صاحب کمپانی Now Again در سال ۱۳۸۸ (۲۰۰۹) با کوروش یغمایی و موزیک او

باربارا استرایسند



زمینه موسیقی وارد نکرد و او در همان سال برنده دو جایزه Grammy و نامزد سه جایزه دیگر Grammy هم شد. استرایسند سال ۱۹۷۲ به همراهی استیو مک کوئین و پل نیومن یک کمپانی خصوصی تولید فیلم را تأسیس کردند که اولین فیلم آنها فیلمی بود با بازی خود استرایسند به نام «بالای جعبه شن» که فیلمی نیمه سوررئالیستی و مرتبط با جریان های خلاقانه سینمای هنری اروپا بود که شاید به سبب موضوع حساسیت برانگیزش با سانسورهای

بهترین بازیگر زن نقش اول شد. در سال ۱۹۹۱، باربارا باز هم به سراغ کارگردانی رفت و فیلم «شاهزاده جزر و مد» را بر اساس رمانی از پت کونوری جلوی دوربین برد. این فیلم یکی از موفق ترین کارهای باربارا از آب درآمد و استعداد او در کارگردانی را بار دیگر به طرفدارانش و منتقدان نمایاند. «شاهزاده جزر و مد» با ۷ نامزدی جایزه اسکار یکی از موفق ترین فیلم های سال ۱۹۹۱ شد که البته هیچ یک از جوایز را به دست نیاورد. فیلم همچنین یک نامزدی بهترین کارگردانی و بازیگری گلدن گلوب دیگر برای او به ارمغان آورد. موسیقی های فیلم و برخی ترانه های آن از ترانه های مشهور سال شدند و باربارا نامزد چند جایزه Grammy نیز شد.

سال ۱۹۹۲، او جایزه ویژه Grammy را از آن خود نمود و در سال ۱۹۹۴ و در سن ۵۰ سالگی یکی از جوان ترین خوانندگان برنده جایزه افتخاری «Grammy» شد. باربارا یکی از ثروتمندترین ستارگان هالیوود در دهه ۹۰، در همان سال اعلام کرد با آندره آغاسی تیسور مشهور نامزد کرده است، این درحالی بود که آغاسی ۲۹ سال کوچکتر از باربارا و حتی کم سن و سال تر از پسر او بود! این رابطه نه توسط آغاسی بلکه توسط خود استرایسند در سال ۹۴ به پایان رسید زیرا او معتقد بود چنین رابطه ای سرانجام موفقی در پی نخواهد داشت و تنها به وابستگی هر چه بیشتر آن دو به یک دیگر خواهد انجامید.

سال ۱۹۹۶، استرایسند، یکی از به یادماندنی ترین فیلم هایش تحت عنوان «اینه دو چهره دارد» را جلوی دوربین برد که خودش هم نقش اصلی را در آن بازی کرد. **دنباله مطلب در صفحه ۴۹**

رو به رو و اکران آن در برخی کشورها با مشکل مواجه شد. باربارا در همان زمان با نامزد جدیدش جون پیترز آشنا شد که ابتدا آرایشگر او بود و به مرور به مدیر برنامه هایش تبدیل و تا سال ها نیز در این سمت باقی ماند و هنوز هم خود و فرزندانش رابطه ای صمیمانه با استرایسند دارند.

در دهه ۸۰، باربارا تمرکز خود را بر خوانندگی معطوف کرد و تصمیم گرفت برای مدتی از بازیگری کناره بگیرد. این اتفاق پس از شکست فیلم «در طول شب» (۱۹۸۱)، رخ داد که اثری کم‌دی بود و جین هکمن، دیان لد و دنیس کواید دیگر بازیگرانش بودند. گویا دیگر بازیگری به خودی خود وی را ارضا نمی کرد و باربارا ترجیح می داد در کنار بازیگری به کارگردانی نیز بپردازد.

سال ۱۹۸۳، او فیلم «پنتل» را با سرمایه شخصی خویش و به کارگردانی خود جلوی دوربین برد. فیلم یکی از بهترین فیلم های استرایسند از آب درآمد. فیلم که اقتباسی از یک نمایشنامه است، داستان زندگی زن جوانی به نام پنتل مندل در اوایل قرن بیستم میلادی را روایت می کند که پس از مرگ پدر در لباس مردانه ظاهر می شود تا بتواند در مدرسه علوم دینی به تحصیل مشغول شود. باربارا برای بازی در فیلم نامزد جایزه گلدن گلوب شد و توانست عنوان اولین زنی را به خود بگیرد که جایزه گلدن گلوب بهترین کارگردانی را به دست آورده است. همچنین فیلم «پنتل» جایزه بهترین فیلم کم‌دی موزیکال گلدن گلوب را نیز از آن خود کرد. در سال ۱۹۸۸ او در فیلم «خل» بازی کرد. حضور او فیلم را به یکی از پر فروش ترین آثار سینمایی سال تبدیل کرد و او باز هم نامزد جایزه گلدن گلوب

های مشهور لندن روی صحنه رفت. دهه ۱۹۷۰ برای باربارا دهه موفقیت آهنگ هایش بود. آلبوم های او عموماً جزو آلبوم های پر فروش قرار می گرفتند و در این دهه ۱۰ آهنگ او در رده های اول تا سوم جدول پر فروش ها قرار گرفتند که این افتخاری بزرگ برای ستاره ای جوان در موسیقی پاپ به شمار می رفت. این موفقیت در دهه ۱۹۸۰ پایان نیافت، بلکه او با انتشار یکی از محبوب ترین ترانه هایش با نام «زن عاشق» توانست ثابت کند که هم چنان یکه تاز میدان است. این ترانه که در آلبوم «گناهکار» قرار داشت به مدت ۱۰ هفته در رده اول جدول پر فروش ها قرار داشت و جایزه Grammy بهترین ترانه و آلبوم سال را از آن خود کرد.

استرایسند ضمن موفقیت در عرصه موسیقی، بازیگری را فراموش نکرد. او همواره از بازیگری به عنوان یکی از علایق اصلی زندگی اش نام می برد. اینگونه بود که سال ۱۹۶۸، در فیلم «دختر مسخره» به کارگردانی ویلیام وایلر ظاهر شد که اقتباسی سینمایی از پروژه تئاتری او تحت همین عنوان بود. او برای همین اولین هنرنمایی سینمایی اش برنده جایزه اسکار شد. تجربه های بعدی استرایسند در زمینه بازیگری سینما نیز فیلم هایی موزیکال بودند، مثل «سلام دالی» (۱۹۶۹) و «جغد و گریه ملوس» که برای فیلم دوم در سال ۱۹۷۱ نامزد جایزه گلدن گلوب شد.

در آن دهه علیرغم آن که او از همسر بازیگرش الیوت گولد پس از ۱۰ سال زندگی مشترک و داشتن پسری ۴ ساله جدا شد اما در زندگی هنری اش با موفقیت های بسیاری رو به رو شد. او در فیلم های پر سر و صدایی مثل «چه خبر دکتر؟!» (۱۹۷۲)، «محض خاطر پیت» (۱۹۷۳) و «آنطور که بودیم» (۱۹۷۴) بازی کرد، فیلم هایی که هر یک به نوبه خود بخشی تازه از توانایی های او را به منصفه ظهور گذاشتند و در ضمن، وی را به شهرتی بیشتر در زمینه بازیگری رساندند. باربارا برای بازی درخشانش در کنار رابرت ردفورد در فیلم «آنطور که بودیم» برای بار دوم نامزد جایزه اسکار شد.

سال ۱۹۷۶ سال خوش شانسی دوباره استرایسند بود. او در آن سال در یکی از به یادماندنی ترین فیلم های خود یعنی «ستاره ای متولد می شود» بازی کرد، نقشی که برایش دو جایزه اسکار (بهترین موسیقی و بهترین بازیگر نقش اول زن) را به ارمغان آورد. چنین موفقیتی ضربه ای به او در

باربارا استرایسند ۲۴ آوریل سال ۱۹۴۲ در بروکلین متولد شد. او از نژاد روس، اوکراینی و مذهبش یهودی است. پدر بزرگ و مادر بزرگ پدری اش سال ها قبل، از شوروی به آمریکا مهاجرت کرده بودند. باربارا فرزند خانواده ای فرهنگی بود. پدرش دبیر و مادرش منشی دبیرستان بودند. با این حال او استعداد خوانندگی را از مادر به ارث برده بود زیرا مادر به صورت غیررسمی خواننده ای خوش صدا و تعلیم دیده بود. پدر باربارا وقتی که او تنها یک سال داشت بر اثر بیماری عفونت مغزی درگذشت و مرگ او خانواده را با بحران هایی اساسی روبرو ساخت که مشکلات مالی اصلی ترین شان بود. مادر باربارا، خیلی زود با مردی دیگر به نام لوئیس کایند ازدواج کرد که ناپدیری نسبتاً مهربانی برای باربارا بود. آنها صاحب دو فرزند شدند که رزالین کایند (خواننده) خواهر کوچکتر باربارا یکی از ثمره های این ازدواج بود.

باربارا تحصیلات متوسطه خود را در مدرسه یهودیان بروکلین به پایان رساند و همواره عضو ثابت گروه های نمایش و موسیقی مدرسه بود. او پس از پایان دبیرستان، به عنوان خواننده در کلوب های شبانه مشغول به کار شد و از سال ۱۹۵۹ به واسطه توانایی خوانندگی اش توانست نقش هایی کوچک را هم در نمایش های موزیکال برادوی به دست آورد.

باربارا به کمک نامزدش باری دنن که ترانه سرا، بازیگر و آهنگساز بود، به مرور به کلوب های بهتری راه یافت و حتی توانست در کاباره های «بون سواق» و «فرشته آبی» نیویورک برنامه اجرا کند. او در سال ۱۹۶۱، در برنامه «تونایت شو» و سپس در چند برنامه تلویزیونی دیگر نیز ظاهر شد. باربارا، در سال ۱۹۶۳، اولین آلبوم موسیقی خود را به بازار ارائه کرد، آلبومی که امید چندانی به موفقیتش نمی رفت، اما در کمال تعجب همگان، این ستاره نوظهور، دو جایزه گرمی را برای همان آلبوم از آن خود کرد و آلبومش با استقبال شدیدی از سوی تماشاگران رو برو گردید.

سال ۱۹۶۴، او باز هم به برادوی بازگشت و در نمایش مشهور «دختر بامزه» در تئاتر وینتر گاردن بازی کرد. بازی خوب او برای وی اولین نامزدی جایزه «تونی» اش را به ارمغان آورد که این افتخاری بزرگ برای ستاره ۲۴ ساله بود. در راستای موفقیت این نمایش، او به مدت دو سال در این نمایش در یکی از سالن

ادامه مطلب **مصائب کودکانی...** از صفحه ۱.

برخی کارشناسان، حضور کودک و مادر حتی مابین چهاردیواری زندان در کنار هم را مفید و الزامی می دانند و تعداد دیگری بر این باورند که جدا کردن کودک و مادر بهترین راه حل است تا کودک در معرض محیط آلوده زندان قرار نگیرد. مستعد خلاف نباشد و درگیر چندگانگی سرپرست نشود.

هنوز کودکانی هستند که به اصرار مادر، بعد از دو سالگی در زندانند و بین مجرمان خطرناک و مافیای مواد مخدر وول می خورند. یک عده پس از دو سالگی به بهزیستی و خانواده اقوام و دوستان سپرده می شوند اما با تورق پرونده این کودکان، به مواردی هم برمی خوریم که کودک از بدو تولد تا ۱۲ سالگی در بند زنان زندان زندگی کرده است.

در سال های دهه شصت وضعیت این کودکان به مراتب اسفناک تر از امروز بود. هیاهوی سیاست و جنگ باعث شده بود هیچکس نگران «کودکان زندان» نباشد. آنها در شرایطی کاملا غیر انسانی در زندان زندگی می کردند و عملا دغدغه هیچ نهاد مسئولی نبودند.

این کودکان از حداقل امکانات بهداشتی و شرایط زیستی برخوردار بودند. «بانو صابری» پیش از این در مورد تجربه نگهداری از کودکش در زندان گفته بود: «پسرم بابت عفونت بعد از ختنه که در زندان به آن دچار شده بود یکسره جیغ می کشید و زندانبان امر می کرد که "خفه اش کن". زمانی که مرا بازداشت کردند همه چیز سریع اتفاق افتاد. اجازه ندادند شیر و شیشه، پوشک و کهنه با خودم بردارم، پسرم تازه ختنه کرده و دچار عفونت شده بود و وضعیت دردناکی داشت.»

او در آن روزها دخترش را هم در سلول نگهداری می کرد: «بچه ها را می گذاشتم روی شکم و سینه ام، تا هم گرسنگی را تاب بیاورم و هم آنها در تماس با تنم احساس امنیت کنند و ناله های بیرون سلول اذیت شان نکند و در عین حال بدانند که تنها نیستند و من مراقب شان هستم.»

اما ماجرای کودکان زندان تمام نشده، این اواخر در مورد وضعیت بهداشتی ناسالم و وجود باندهای خلاف خرید و فروش مواد مخدر و فضای ناسالمی که این کودکان در زندان زنان قرچک ورامین با آن سرو کار دارند، زمزمه های غیررسمی نگران کننده ای به گوش می رسد.

سوال اینجاست که حفظ رابطه روانی بین کودک و مادر مهم تر است یا ایجاد محیط

سالمی که کودک در آن زیست کند؟ «حامد فرمند»، فعال حقوق کودکان معتقد است «مسئله نابسامانی کودکانی که مادران شان در زندانند، مختص ایران نیست بلکه این موضوع در سراسر دنیا مورد بحث و اختلاف نظر است.»

در برخی ایالت های آمریکا بر سر موضوع جدا کردن کامل مادر زندانی و فرزندان و نگهداری کودک در زندان اما در محیطی کاملا مجزا از مادر، تحقیقاتی انجام شده و وجوه مثبت و منفی آن مورد ارزیابی قرار گرفته است. آنها در وهله نخست بر مقوله آموزش «مادر خوب بودن» تاکید می کنند و مددکارانی هستند که با ارتباط مستقیم با مادر، شیوه مادر بودن را آموزش می دهند.

او معتقد است تأثیرات منفی زندگی کودک، بیرون از محیط زندان، به مراتب کمتر از زندگی کردن کودک در کنار افراد مجرم است: «در کنار این که کودک نیازمند به حضور مادر است تا نیازهای جسمانی، شیر نوشی و کسب محبت مستقیمش را برآورده کند اما در عین حال هم نیازمند محیط سالمی برای رشد اجتماعی است و زندان، محیط سالمی برای رشد طبیعی کودک نیست.»

این کنشگر اجتماعی گزارش های درون زندان را نگران کننده می داند: «محیط مجزایی برای کودک وجود ندارد. بر اساس محدود گزارش های واصله، کودکان در همان فضا و محیط زندان نگهداری می شوند و در برخی زندان ها در بند زنان، بندی به نام مادران وجود دارد اما فضا و محیط فیزیکی شان چندان متفاوت نیست و عوامل محیطی ناسالم کماکان برقرار است.»

سازمان زندانها در مورد کودکان زندان شفاف نیست. کسی نمی داند که آیا آنها از شرایط آموزشی مناسب بهره مندند؟ آیا مادران مجرم در مورد شیوه برخورد با کودک، آموزش دیده اند؟

«حامد فرمند» می گوید: «مادرانی که زندانی شده اند خودشان از شرایط محیطی و آموزشی مناسبی بهره نبرده و نیازمند آموزش هستند که چطور با فرزندشان برخورد کنند»

به گفته این فعال حقوق کودک «صرف جدا کردن کودک در یک بند مجزا کافی نیست. باید مهد کودک مجزا راه اندازی شده و روابط اجتماعی به کودکان آموزش داده شود تا رشد سالم تری داشته باشند» اما آنچه ماجرا را نگران کننده می کند، عدم نظارت سازمان بهزیستی بر

ادامه مطلب **محمد رضا عالی...** از صفحه ۱۸

محمد رضا عالی پیام، روز ۲۷ مرداد ۱۳۹۱ توسط پلیس امنیت بازداشت و ۸ شهریور ۱۳۹۱ پس از آنکه توسط «قناعت کار» دایاری شعبه سوم دادرسی شهید مقدس اوین به اتهام تبلیغ علیه نظام و تشویش اذهان عمومی تفهیم اتهام شد، و از انفرادی به بند ۳۵۰ زندانبان سیاسی و امنیتی زندان اوین منتقل شد. وی در ۱۹ شهریور ۱۳۹۱ با وثیقه صد میلیون تومانی از بند ۳۵۰ زندان اوین آزاد شد. محمد رضا عالی پیام، شاعر طنزپرداز منتقد حکومت ایران، روز ۲۲ آوریل ۲۰۱۵ (دوم اردیبهشت ۱۳۹۴)، دوباره راهی اوین شد. او در پیامی ویدئویی در فیسبوک شخصی خود گفته است: «برای اجرای حکمی که بر شعرهایم بریده اند به اوین می روم. شعرهایی که یکبار در سال ۹۲ محاکمه شدم و مجددا در سال ۹۳ به خاطر همان شعرها محاکمه و مجرم شناخته شدم.» عالی پیام در بیست و شش اسفند نود و چهار از زندان آزاد شد.

بیا تا گل برافشانیم و می در ساغر اندازیم
تو پیدا کن شراب کهنه اش را ساغرش با من
اگر غم لشکر انگیزد که خون عاشقان ریزد
تو پیدا کن دلی عاشق، جواب لشکرش با من
شراب ارغوانی را گلاب اندر قحذ ریزیم
شراب ارغوانی جو، گلاب قصرش با من
چو در دست است رودی خوش،
بزن مطرب سرودی خوش
که رنگ چار مضرب از تورقص بندرش با من
صبا خاک وجود ما بدان عالی جناب انداز
که کشف روی او با تو، نظر بر منظرش با من
یکی از عقل میلافد، یکی طامات می بافد
خدایی ادعا داری اگر، پیغمبرش با من
بهشت عدن اگر خواهی بیا با ما به میخانه
در میخانه را واکن، بهشت و کوثرش با من
سخن دانی و خوش خوانی نمی ورزند در شیراز
اگر شیراز شد، ورنه جای دیگرش با من
بیا حافظ حوالت ده جسارت های هالو را
به موی یار شیرازی جواب مادرش با من
محمد رضا عالی پیام (هالو)

ادامه مطلب **نوزده کشوری...** از صفحه ۲۱

سیستم خود حذف کرد.

۶. **موریتانی** ۷۱.۳ درصد: در سال ۲۰۱۳، اقتصاد موریتانی وابسته به زراعت بود. ۱۵ درصد مالیات تکلیفی را به مردم و افراد غیر مقیم متوقف کردند.

۵. **الجزایر** ۷۲.۷ درصد: بالاترین رتبه در آفریقا را این کشور به خود اختصاص داده است.

۴. **کلمبیا** ۷۵.۴ درصد: کلمبیا مالیات بر ثروت جدیدی را به ارمان آورد.

۳. **تاجیکستان** ۸۰.۹ درصد: تاجیکستان یک کشور آسیای میانه است که ۲ درصد مالیات قانونی بر تمامی نقل و انتقال وضع کرده است.

۲. **بولیوی** ۸۳.۷ درصد: مالیات ۳ درصدی کشور بولیوی بر روی نقل و انتقالات، ۶۰ درصد سود شرکت ها را قبل از این که سایر مالیات ها محاسبه شوند، از بین می برد.

۱. **آرژانتین** ۱۳۷.۳ درصد: نرخ مالیات کل در این کشور بیشتر از ۱۰۰ درصد است. مالیات بر حمل و نقل حدود ۹۰ درصد است.

۱۲. **ایتالیا** ۶۵.۴ درصد: این کشور بالا ترین گیرندگان مالیات شناخته شده است ولی یک کشور اروپایی از این کشور در رتبه بالاتری قرار دارد.

۱۱. **ونزوئلا** ۶۵.۵ درصد: دولت ونزوئلا از مدل مالیات های بیشتر را با افزایش شدید مالیات بر روی شرکت های نفت خارجی استفاده می کند.

۱۰. **نیکاراگوئه** ۶۵.۸ درصد: صندوق بین المللی پول به این کشور پیشنهاد کرد که پیچیدگی سیستم مالیات بر شرکتش را کاهش دهد.

۹. **فرانسه** ۶۶.۶ درصد: بالاترین رتبه در اروپا متعلق به فرانسه است و دولت اکنون التزام داده که سیستم را بازسازی کند و مالیات بر شرکت را کم کند.

۸. **گینه** ۶۸.۳ درصد: بخشی از مالیات کشور گینه از طریق ثابت بودن نرخ مالیات پرداخت می شود.

۷. **برزیل** ۶۹ درصد: دو سال گذشته بزرگترین اقتصاد آمریکا لاتین، ۲۰ درصد مالیات بر کسب و کار را به عنوان اصلاح

عملکرد مهد کودک های زندان است: «مشخص نیست مجموع نیازهای احتمالی این کودکان، اعم از مربیان کارکشته و مددکارانی که شرایط کودک را درک کنند وجود دارد یا خیر! کلا اگر هم وجود داشته باشد به نظر می رسد نظارتی وجود ندارد. گزارش هایی که می شنویم بسیار مبهم است و چیز زیادی درباره آن نمی دانیم.»

فرمند در انتهای سخنانش به ارجحیت حق کودک بر حق مادر تاکید می کند: «جدا بودن از مادر به خودی خود نگران کننده نیست. درست است که حقوق مادر نادیده گرفته می شود اما لازم است از موضع کودک به ماجرا توجه کنیم، کودک باید بتواند در یک شرایط سالم زیست کند.»

ادامه مطلب مرگ لطیفه و ... از صفحه ۷

این دوره مجلس، هیچکدام حاضر به پاسخ‌گویی در این زمینه نشدند و دو تن از آنها که پزشک نیز هستند، پاسخ‌گویی را به مقامات رسمی تر واگذار کردند. در کشورهای توسعه یافته اما مساله اورژانسی بودن شرایط بیماران پیش از هر الویت دیگر مد نظر قرار می‌گیرد، به عنوان نمونه، در نروژ اگر بیماری در وضعیت اورژانسی باشد، دیگر نژاد، ملیت یا هرگونه شرایط دیگر از میان می‌رود و رفتار انسانی مد نظر قرار می‌گیرد. اگرچه بیمارستان خصوصی در این کشور وجود ندارد اما هزینه این عمل پیوند توسط دولت پرداخت می‌شود، به عنوان مثال، عواملی مثل حد میانگین سن و شرایط بدن بیمار برای پذیرش عضو اولویت‌هایی هستند که در لیست انتظار تاثیر دارند. در همه جای دنیا به علت کمبود ارگان‌های اهداشده، لیست انتظار بیماران وجود دارد. در عین حال به دلیل این کمبودها، شهروندان و افرادی که اقامت دائم نروژ را دارند، در این لیست قرار می‌گیرند، البته به غیر از موارد خاص و اورژانسی که در این صورت، اقامت، وضعیت مالی یا داشتن بیمه دیگر ملاک نیست. سوگندنامه‌ای که پزشکان در همه جای دنیا آن را می‌پذیرند، به لزوم نجات جان انسان‌ها در هر شرایطی و پیش از هر اولویتی دلالت دارد.

باربارا در صدد ساخت نسخه موزیکال از فیلم کلاسیک «همه چیز درباره ایو» (۱۹۵۱) است و قصد دارد در صورت مهیا شدن شرایط ساخت فیلم، خود نقش بت دیویس را در آن ایفا کند.

استرایسند از چهره‌های فعال سیاسی آمریکا و از طرفداران حزب دموکرات آمریکاست. او با خانواده کلینتون رابطه‌ای صمیمانه دارد. همچنین وی هر ساله کمک‌های بسیاری به بنیادهای نیکوکاری، سازمان‌های حمایت از زنان، سازمان‌های حمایت از کارگران و ... می‌کند. در سال ۲۰۱۲ باربارا به همراهی همسرش یک مرکز مجهز بیماری‌های قلبی زنان را به نام خود تأسیس کرد. کنسرت‌های باربارا تا به امروز از پرطرفدارترین کنسرت‌ها در سراسر دنیا بوده‌اند و او همچنان در ۷۲ سالگی در برگزاری کنسرت‌هایش فعال است. استرایسند به جهت بداخلاقی و بی‌حوصلگی در برخورد با طرفدارانش شهرت دارد و برخوردهایی تند با پاپاراتزی‌ها می‌کند. در عین حال از حضور در برنامه‌های عامه‌پسند و همه‌گیر تلویزیونی آمریکا مثل «رقص با هنرمندان» و سایر تاک شوها ایبایی ندارد و سعی می‌کند همواره در انتظار عمومی ظاهر شود.

ادامه مطلب آشنایی با ... از صفحه ۴۳

- ◆ کاهش اسپاسم عضله
- ◆ بهبود گردش خون
- ◆ کمک به تخلیه ی موثر تر مایعات از قسمت‌های مختلف بدن
- ◆ کمک به طویل شدن عضله
- ◆ کاربردها

درمان دستی برای کدام یک از انواع آسیب‌ها یا مشکلات موثر است؟

در زیر به برخی از این موارد اشاره شده است:
درد گردن: مشکلات دیسک، اسپاسم عضله، درد ناشی از عمل جراحی گردن.
درد کمر: مشکلات دیسک، گیر افتادگی مفصل فاست، تنگی کانال نخاعی، درد ناشی از عمل جراحی کمر. مشکلات ستون فقرات/درد ناحیه میانی کمر.

سر درد: میگرن، سردرد های عصبی، خنثال عملکرد TMJ (اختلال در عملکرد مفصل گیجگاهی-فکی)

درد لگن: گیر افتادگی لگن، درد مفصل میوفاسیال لگن در ناحیه ی باسن یا لگن جانبی، بورسیت (التهاب کیسه های مفصلی) لگن، درد پس از عمل جراحی جانداختن لگن.

درد مچ پا: اختلال عملکرد پاتلوفمورال، تاندونیت IT band (بند ایلوتیبیال)، آرتروز مچ پا، درد مچ پا پس از عمل جراحی.
درد شانه: سندرم گیرافتادگی شانه، دیسکینزی کتف، شانه ی منجمد/چسب کیسولیت، درد شانه پس از عمل جراحی فیبرومیالژیا.

درمان دستی برای چه بیمارانی مناسب است؟
 هر بیماری که دچار درد مفاصل است، می‌تواند تحت درمان دستی قرار گیرد. هیچ منع مطلق در مورد درمان دستی وجود ندارد. با این حال اقدامات مراقبتی زیادی را باید به کار گرفت. این اقدامات در مرد بیماری‌هایی از جمله گرفتگی عضله، هم‌ارتروز، hyper mobility مفصل (خم و یا باز شدن بیش از حد مفصل) و تعویض مفصل در حالی که هنوز بیمار به طور فعال مفصل خود را حرکت نداده است.

این مفصل، سفت شده و محدود می‌شود و سایر قسمت‌های بدن را نیز دچار تنش می‌کند. روش درمانی ریلکس کردن میوفاسیال باعث کاهش درد و محدودیت و افزایش انعطاف پذیری و حرکت این بافت می‌شود. همچنین وضعیت بدن بهبود می‌یابد و در نتیجه عواملی که موجب دردهای مزمن و طولانی مدت بدون علامت هستند، از بین می‌روند.

کشش عضله

کشش عضله یک روش درمانی دستی است که طی آن باید بیمار در وضعیت‌های خاص درمانی به مدت ۳۰ تا ۹۰ ثانیه بماند تا موجب شل شدن عضله و بافت همبند شود. پس از تعیین نقاط حساس عضله، فیزیوتراپ، به آرامی در عضله ی آسیب دیده، در وضعیت طبیعی خود کشش ایجاد می‌کند. این کشش ابتدا باعث کاهش اسپاسم عضله ای که باعث حساس شدن آن ناحیه است، می‌شود. با کاهش اسپاسم، معمولاً درد و تنش موجود در بافت درگیر کاهش می‌یابد. این امر باعث می‌شود که مفصل‌ها حرکت طبیعی خود را به دست بیاورند. همچنین این روش درمانی برای سایر ساختارهای موجود در این ناحیه که تحت فشار قرار گرفته بودند نیز سودمند است. کشش عضله برای درمان طیف وسیعی از بیماری‌های ارتوپدی از جمله سردرد، سیاتیک، تاندونیت، درد مزمن گردن و عوارض پس از عمل جراحی موثر است.

مزایا

درمان دستی می‌تواند یک یا چند مورد از مزیت‌های زیر را برای بیمار به همراه داشته باشد:

- ◆ کاهش درد
- ◆ افزایش محدوده ی حرکتی
- ◆ کاهش یا از بین رفتن التهاب بافت نرم
- ◆ القای ریلکسیشن به عضله
- ◆ تسهیل در تسکین درد

ادامه مطلب باربارا استرایسند ... از صفحه ۴۷

آن را با برابان آدامز اجرا کرده بود نامزدی جایزه Grammy را نیز به دست آورد. سال ۱۹۹۸، استرایسند ۵۶ ساله با جیمز بروولین بازیگر و کارگردان آمریکایی آشنا شد و چند ماه بعد در روز اول جولای با او ازدواج کرد.

در دهه ۲۰۰۰، استرایسند در سری فیلم‌های «فوکرها» ظاهر شد که صرفاً فیلم‌هایی تجاری و نه هنری بودند و حتی او یک بار به خاطرشان نامزد جایزه زرشک طلایی نیز شد. استرایسند سال ۲۰۰۰ جایزه افتخاری سیسیل ب دومیل را از گلدن گلوب دریافت کرد.

داستان فیلم درباره ازدواج زن و مردی میانسال (با بازی او و جف بریجز) است که در زندگی زنانوشویی با بحران‌هایی عجیب و در عین حال بازمه رو به رو می‌شوند. فیلم نامزد دو جایزه اسکار (بهترین بازیگر نقش مکمل - زن لورن باکال - و بهترین موسیقی اورجینال) شد. فیلم در گلدن گلوب نیز نامزدی بهترین کارگردانی و بهترین موسیقی اورجینال را برای باربارا و جایزه بهترین بازیگر نقش مکمل زن را برای لورن باکال به همراه آورد. او برای ترانه «بالاخره یکی رو پیدا کردم» این فیلم، که

ادامه مطلب **گواهینامه رانندگی... از صفحه ۲۸**

اول قبول شوید و نخواهید مجددا وقتی برای این کار اختصاص دهید. با گذراندن این مرحله به شما مجوز داده می شود که با حضور یک نفر دیگر که گواهینامه دارد به تمرین رانندگی بپردازید. به یاد داشته باشید که تمرین رانندگی بدون فرد همراه بالای ۱۸ سال غیرقانونی است! برای امتحان رانندگی پشت فرمان (شهر) بایستی مجددا وقت بگیرید. به یاد داشته باشید که بدون گرفتن وقت به شما اجازه امتحان داده نمی شود پس بدون وقت قبلی به هیچ وجه درخواست دادن امتحان از فرد مسئول نداشته باشید.

برای امتحان شهر از ماشینی که خودتان خریده اید و یا ماشینی یکی از دوستانتان می توانید استفاده کنید. اگر هنوز ماشین نخریده اید و یا دوستی ندارید حتما برای تمرین رانندگی از مدارس رانندگی و یا اشخاصی که به طور خصوصی آموزش رانندگی می دهند کمک بگیرید.

به یاد داشته باشید که برای گذراندن آزمون بایستی مدارک بیمه ماشین را به همراه داشته باشید. اگر در سعی اول نتوانستید موفق شوید می توانید مدتی تمرین کنید و دوباره وقت بگیرید اما معمولا بایستی هزینه اضافه ای برای آن بپردازید. در صورتی که در امتحان رانندگی موفق شوید برای شما گواهینامه موقت صادر می شود و تا زمانی که گواهینامه شما به آدرستان پست شود بایستی آن را به همراه داشته باشید. مراحل گرفتن کارت شناسایی ایالتی مشابه مراحل گرفتن گواهینامه است به جز اینکه معاینه چشم ندارد و امتحان های رانندگی نمی دهید. گرفتن وقت، پرداخت هزینه، انگشت نگاری، گرفتن عکس، و ارائه مدارک نشان دهنده حضور قانونی در آمریکا و یا شماره سوشال سکوریتی برای گرفتن کارت شناسایی ضروری است.

ادامه مطلب **کوروش یغمایی... از صفحه ۱۴**

دعوت به عمل آورد. به باور کارشناسان برجسته جهانی کوروش یغمایی بنیانگذار موسیقی راک در ایران است و همگام با پیشروان این موزیک در جهان، گروه های رولینگ استونز و بیتلز و... این موزیک را در ایران معرفی و شناساند. با تکیه بر همین پیشینه، او را پدر راک ایران لقب دادند. کوروش یغمایی در ۳۷ سال گذشته ۲۷ سال ممنوعالکار بوده است و هم اکنون نیز در ممنوعیت بسر می برد. شایان توجه است که کوروش در فراگیری زمینه های گوناگون موزیک هیچگاه استادی نداشته است.

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

و حاصل آن چهار فرزند به نامهای: هاله، رضا، علی و امیرمحسن است. آثاری هم از استاد همایون خرم در حوزه هنر موسیقی وجود دارد. (نقل از مجله بخارا سال ۱۳۸۸ شمسی)

شوخی ها را هم جدی بگیریم

◆ گدایی ژنده پوش و گرسنه به در خانه توانگری رفت و گفت اگر امروز در برابر خانه ات بمیرم با من چه می کنی؟ مرد توانگر گفت تو را کفن می پوشانم و به گورستان می برم. گدا گفت امروز که زنده ام به من پیراهنی بپوشان و در عوض وقتی که مردم مرا بی کفن به خاک بسپار. مرد توانگر از گفته او به خنده افتاد و به او پیراهنی بخشید.

◆ مردی نزد پادشاهی رفت و گفت من پیامبر خدا هستم به من ایمان بیاور. شاه گفت اگر پیامبری معجزه ات چیست؟ مرد گفت هر چه تو بخواهی. شاه قفلی سنگین جلو مرد گذاشت و گفت این قفل را بدون کلید باز کن. مرد کمی به قفل نگاه کرد و گفت من گفتم پیامبرم نه آهنگر.

ادامه مطلب **از در کوشی ها... از صفحه ۲۲**

و باطن روشن حکومت مردمی. باور کنید، احزاب و نمایندگان مجلسین، رسانه ها، سازمان ها، اتحادیه ها چپ و راست در محدوده اراده وابسته در طول چهل سال گذشته، همیشه همین بوده، اراده و تصمیم دولت و نه ملت. البته وابسته یمن و یسار که بستگی به خصوصیات اخلاقی و موقعیت تربیتی و اجتماعی طرف داشته، بوده ایم و تجربه کرده ایم و سیاست بدفرجام را همگی چشیده ایم. جانیشینی آخوند، تباهی و ویرانی ایران ما چه خاصیتی برای منافع دموکرات های آمریکا، دنیا و مافی ها داشته؟ ستون را شکستند، کمر بند سبزشان سیاه شد و شرق و غرب را فرا گرفت. چرا؟ و می بینیم که ادامه دارد. بنابراین همان بهتر که لفظ تپی از معنای آزادی و برابری و مردمی را فراموش کنیم و یکه تازی کم و بیش نمایش دموکراسی را تماشا و تحسین نمائیم که لیاقت ما جز این نبوده و نخواهد بود. همیشه و در هر کجا ناظر درجات تاخت و تاز حکومت غالب بر یک مشت هالوی مغلوب که در حال حاضر نیز دامان ترکیه را گرفته. باشد که خمینی ترک فیلادلفیا نشین بر مسند بلند «آتاتورک» نشیند. ایوالله!!

راز استقبال عظیمی که از کتاب اینجه ممد به عمل آمده در این قسمت است زیرا کتاب مفاهیمی سنت شفاهی را برای مردم تجدید می کرد و زنده می ساخت. بهرحال محض اطلاع یادآور می شود کتاب اینجه ممد اثر یاشار کمال به فارسی ترجمه شده و لایب حالا چند بار هم تجدید چاپ شده است. حیف که نام مترجم آن در خاطر من مانده گرچه می شود از طریق اینترنت آن را پیدا کرد.

همایون خرم نوازنده چیره دست

استاد همایون خرم زاده نهم تیر ماه سال ۱۳۰۹ در بوشهر و مرگ در ۲۸ دی ۱۳۹۱. وی بعد از طی دوره دبستان به کالج البرز رفت و دوره دانشکده مهندسی برق را در دانشکده علم و صنعت به پایان رسانید. این نوازنده توانا، در تیرماه ۱۳۲۱ نزد استاد بزرگ موسیقی، صبا، به فراگیری پرداخت و در روز اول ماه اردیبهشت مصادف با عید غدیر برای اولین بار در رادیو ایران به صورت تکنوازی هنرش را نشان داد. در همان سال ازدواج کرد

می بایست جوهر اندیشه را از زاویه ظواهر عینی بیرون کشید، فارغ از هرگونه حوایج مادی و تعبیر و تفسیر احساسی داوری نمود و اما در این قاره یک دست هم طبقه و دموکراسی مردمی با مردم و برای مردم آزادی یعنی بی بند و باری، عیاشی، اسلحه و رای اتحادیه های چپگرای خریداری. ضمنا «بیان و قلم» صرفا نمایش آزاد منشی آمریکایی برای دل و جگر خنک کردن شاک. که چه شود؟ ما نداشتیم. در عین حال روشنفکر نمایانی بودند که شایعات و شب نامه و اشعار کارگری می ساختند و در خفا پخش می کردند و سینه زنان و عربده کشان رفتند به عتبه بوسی خمینی. اگر فراموش نکرده باشید یکی از همین معاریف بلند پرواز در خوش خدمتی ها و خوشامدگوئی برای بر تخت طاووس نشانند استبداد سیاه تاریخ مدون شاهنشاهی ایران زمین را دروغ پردازی فردوسی قلمداد فرمود. و اینجا ما پناهندگان از وطن رانده که از مفهوم واقعی آزادیخواهی کلا بی اطلاعیم، هر آنچه اینجا می گذرد و سر و دم بریده تحویل مردم کم سواد پناهجو داده می شود، دموکراسی است و حکمت ظاهر

در زندگی هیچ چیز مهم تر از این نیست که با قلب خود در صلح باشی.
نینا کارین مونسن

ادامه مطلب خبرنگاری در تن ... از صفحه ۴۲

این طور نیست. یک مثال روشن از این مساله استقبال مردم از این فیلم است، باورم نمی‌شد که صدها نفر جمعه شب یا شنبه شب در صف ایستاده‌اند تا مستند من را ببینند. چرا به تماشای یک کمدی نرفتند؟ این فیلم ۷۳ دقیقه است. چرا مردم دو ساعت دیگر هم می‌مانند و در جلسه پرسش و پاسخ شرکت می‌کنند؟ کار ما این است که نقطه‌ها را به هم وصل کنیم و موضوعات خطرناک را نشان دهیم. کار ماست که راه‌حل‌های منطقی پیشنهاد دهیم. مطمئنم که خیلی از همکارانم با این جمله آخر موافق نیستند. اما ساختن یک فیلم کافی نیست. من باید مطمئن شوم که آنچه من در طول سال‌ها جمع کرده‌ام، به مخاطب رسیده است. دانش و آگاهی کافی نیست ما به اقدامی همه جانبه در سراسر جهان نیاز داریم.

آیا دوباره این کار را خواهیم کرد؟

گاهی از خودم این سوال را می‌پرسم، اینکه آیا باز هم زندگی ام را برای چیزی که حالا دوباره‌اش می‌دانم به خطر خواهم انداخت؟ آیا دوباره وارد این فضاهای وحشتناک خواهم شد به امید یافتن راهی برای خروج از آنها؟ اگر بدانم نتیجه‌ای خواهد داشت این کار را می‌کنم. میلیون‌ها نفر این فیلم را دیده‌اند. ذهن‌ها عوض شده، جوان‌ها آزاری در دست دارند که می‌توانند از آن بیاموزند. اما اینجا بخش احمقانه ماجرا شروع می‌شود. حتی اگر فکر می‌کردم تنها بیست نفر این فیلم را می‌بینند، من باز هم این کار را می‌کردم. نمی‌توانستم دخترهایی را که به من اعتماد کردند و داستان‌هایشان را به من گفتند ناامید کنم.

ادامه مطلب بهشت چیتا ... از صفحه ۴۵

دوباره این حیوانات را رها شده در خیابان بینیم. حسین شادمند هدف از راه اندازی نقاهتگاه چیتا را تغییر نگرش مردم نسبت به این حیوانات بیان می‌کند، حیواناتی که آزاری برای کسی ندارند اما گاهی مورد آزار قرار می‌گیرند. بهشت چیتا در فاصله ۱۰ کیلومتری ساری در جاده ساری به قائم شهر قرار دارد.

هستید، بهتر است در سنین نوزادای اقدام کنید و مطمئن باشید از یک جراح متبحر بهره بگیرید. این تصور اشتباهی است که عملی بسیار ساده است و می‌شود آن را به شیشه بر، حکیم تجربی یا قصاب محل هم سپرد. حتماً با یک متخصص مشورت کنید.

این شجاعت نیست که مرا به فرودگاه می‌کشاند. این که قول داده‌ام برگردم و عمل به قولم است که باعث می‌شود سوار هواپیما شوم. من بخشی از زندگی آدم‌های بسیاری شده‌ام. نمی‌توانم دخترهایی را که با آنها حرف زدم و اجازه دادند ازشان فیلم بگیرم ناامید کنم. تنها سلاح من کارم است. تنها روش من برای طلب عدالت، فیلم گرفتن و گزارش دادن است. هرچه که من درباره بردگی جنسی می‌دانم، صرف ساختن «بهای سکس» شده است. اما آیا یک فیلم برای ایجاد تغییر کافی است؟ خب این تنها شروع است. این فیلم قبل از نمایش عمومی به عنوان وسیله‌ای برای تحقیقات پلیس‌های ضدفساد در صربستان مورد استفاده قرار گرفت. چند ماه بعد، وزارت خارجه آمریکا از من اجازه خواست تا این فیلم را به عنوان ابزار آموزشی در سفارت‌هایش در سراسر دنیا استفاده کند. دفتر مقابله با موارد مخدر و جرم سازمان ملل از من دعوت کرد تا در برنامه‌های ضدفسادشان مشارکت کنم. بعد از نزدیک سه سال این فیلم در جشنواره‌ها، دانشگاه‌ها و تلویزیون‌های سراسر دنیا به نمایش درآمد. بالاخره در مقابل مخاطبانم در ترکیه قرار گرفتم. سی. ان. ان. ترکیه با من درباره کارهای مخفیانه‌ام در استانبول مصاحبه کرد. بزرگ‌ترین روزنامه ترکیه، صفحات بزرگی را به فیلم و به بردگی جنسی در استانبول اختصاص داد.

پیشنهاد‌های دیگر

مردم نمی‌دانند. ما که روزنامه‌نگاریم، فکر می‌کنیم همه به اطلاعات ضروری برای تصمیم‌گیری دسترسی دارند. اما

مسئول نقهتگاه چیتا می‌گوید: عنوان "واجد شرایط" را از این منظر به کار بردم چون بعضی از سگ‌ها را با وضعیت بسیار نامناسبی پیدا می‌کنیم و بعد از نگهداری در نقهتگاه، به وضعیت مناسبی می‌رسند، سگ‌ها را به کسانی واگذار می‌کنیم که بتوانند به خوبی از این حیوانات نگهداری کنند نه اینکه چند ماه بعد از واگذاری،

صادر کرد که بر مبنای آن، حرمت و حق کودک بر بدنش از اعتقادات مذهبی والدینش مهمتر است. ولی این حکم خشم یهودیان این کشور را برانگیخت و در نهایت با تصمیم دولت آلمان، حکم این دادگاه لغو شد. آنچه مسلم است، اگر موافق ختنه

ادامه مطلب فرزندان را ... از صفحه ۲

روحي به کودک آسیب بزند ولی اگر در سن یک تا دو ماهگی انجام شود، راحت تر است و آسیب روحی در پی ندارد. طبعاً عمل ختنه مثل هر جراحی دیگری، احتمال بروز عوارض و خطرات مخصوص خودش را دارد ولی می‌توان با اقدامات و مراقبت‌های بعد از عمل، این عوارض را کنترل کرد.

مخالفتان معتقدند این عمل می‌تواند منجر به بروز خون‌ریزی شدید و حتی مرگ شود. عفونت بعد از جراحی در محل، تب، قرمزی و تورم، احتباس ادراری، کم یا زیاد آمدن پره پوس، هماتوم و ایسکمی، تیره شدن سر آلت و خون‌مردگی در منطقه بیضه و ترشحات عفونی و چرکی بخشی از عوارض این جراحی هستند.

از سوی دیگر، آنها به عوارض روانی شدیدی اشاره می‌کنند که کودک را پس از ختنه درگیر می‌کند، اینکه کودک در سنین بین دو تا پنج سالگی نسبت به آلت تناسلی خود نوعی احساس مالکیت می‌کند و بریدن بخشی از آن را ممکن است نشانه خشم و عصبانیت پدر و مادرش تلقی کند و همیشه در ذهنش باقی می‌ماند.

دکتر «شهناز امینی»، متخصص زنان در وب‌سایت خود با انتشار مطلبی در مورد فواید و مضرات ختنه، نوشته است: «بررسی‌های دکتر "بولیل" و همکارانش در سال ۲۰۰۲ بیانگر این موضوع بود که دستگاه جنسی مرد که دست‌نخورده و سالم باشد، دارای هزاران گیرنده حسی بسیار حساس و هم‌چنین پایانه‌های عصبی بسیار تحریک‌کننده (ارضا‌کننده) است که خیلی از آنها در ختنه از دست می‌روند و این باعث کاهش غیرقابل اجتناب احساس و شور جنسی در مردان ختنه شده می‌شود. آنها می‌گویند آمیزش جنسی با مرد ختنه شده، برای هر دو جفت کمتر ارضاکننده است.»

«بهرروز جاوید تهرانی» به قطع نامه شماره ۱۹۵۲ اتحادیه اروپا که اکتبر سال ۲۰۱۳ تصویب شده است، اشاره می‌کند. مفاد این قطع نامه، بر حق کودکان بر حفظ سلامت جسمی تاکید کرده و ختنه دختران و پسران را به همراه خال کوبی، سوراخ کردن گوش و جراحی زیبایی، نقض تمامیت فیزیکی کودکان می‌داند.

او می‌گوید خشم یهودیان و مسلمانان یا لابی این دو دین قدرتمند، بزرگ‌ترین مانع برای ممنوعیت ختنه پسران در جهان است: «در سال ۲۰۱۲ نیز یک دادگاه محلی در شهر کلن آلمان حکمی

از طرفی نیز اختلاف جزئی در آمار مبتلایان به این بیماری‌ها به سبک زندگی افراد مربوط می‌شود. افراد در جوامعی که ختنه می‌کنند، به دلایل مذهبی معمولاً رفتارهای پرخطر کمتری از خود بروز می‌دهند.»

موافقان ختنه می‌گویند: «چین و چروک‌های محل ختنه گاه باعث تجمع آلودگی شده و زمان رابطه زناشویی، این آلودگی منجر به بیماری‌های مقاربتی خواهد شد.» آنها هم چنین زیباتر شدن آلت را دلیل دیگری برای انجام عمل ختنه می‌دانند. اما مخالفان بر این باورند که زیبایی امری نسبی است و آنچه در یک جامعه به عنوان معیار زیبایی محسوب می‌شود، در جامعه دیگر ممکن است زشت و نازیبا تلقی شود.

«همایون»، روزنامه نگاری که باور مذهبی ندارد، در پی پیدا کردن یک متخصص یا جراح عمومی مجرب است تا فرزند ۱۸ ماهه اش را ختنه کند: «بعد از تحقیقات مفصلي که در فضای مجازی انجام دادم، به نتیجه رسیدم که فارغ از دغدغه‌های مذهبی و برای حفظ سلامت فرزندم این کار لازم است. امیدوارم وقتی بزرگ شد، والدینش را به خاطر این تصمیم سرزنش نکنند.»

تعداد زیادی از پزشکان نیز با همایون موافق هستند. دکتر «ارسلان عزیزپور»، متخصص طب اورژانس در ایران می‌گوید: «اگر این عمل در سنین پس از نوزادی انجام شود، صد در صد موافق عمل ختنه است و موافقتش تنها جنبه علمی داشته و هیچ ارتباطی با باورهای مذهبی ندارد. احتمال عفونت ادراری در سال اول زندگی در نوزادان پسر حتی از دخترها بیش‌تر است. چیزی که عنوان می‌شود و من هم شخصاً دیده‌ام، این است که احتمال عفونت ادراری در سال اول زندگی، در نوزادان ختنه شده به طور واضح و معناداری کم‌تر از ختنه نشده‌ها است.»

او تاکید می‌کند که احتمال ایجاد وضعیتی به نام «فیموزیس» (Phimosis) در افرادی که ختنه شده‌اند، کمتر است به حدی که تا به حال شاهد بروز آن نبوده است.

فیموزیس شرایطی است که پوست غلاف آلت پسران تنگ می‌شود و کودک به سختی و با فشار ادرار می‌کند: «در افراد ختنه شده شانس ابتلا به عفونت‌های قابل انتقال جنسی (STD)، و عفونت پوست آلت تناسلی و نیز احتمال ابتلا به سرطان آلت تناسلی کاهش پیدا می‌کند.» او می‌گوید نکته بسیار مهم، توجه به سن کودک است: «بعد از سن دو یا سه سالگی ممکن است این عمل به لحاظ

ادامه مطلب **خاطرات زمان... از صفحه ۱۷۷**

با سرعت فرمان را به سمت خود کشیدم و هواپیما که سرعت بسیار زیادی داشت با ایجاد (- چند جی-) یعنی فشار جاذبه زیاد به سمت بالا اوج گرفت که در پایین ترین نقطه، تقریباً شاید ده یا پانزده پا با زمین فاصله داشت که اگر درخت یا چیزی به آن ارتفاع در مقابل داشتم، حتماً به آن خورده و متلاشی شده بودیم و هیچکس نمی توانست بفهمد چه بلایی بر سرمان آمد و چگونه شد که آن اتفاق افتاد. وقتی وسیله ای با سرعت زیاد از زمین دور می شود در واقع با جاذبه زمین مقابله می کند و در این حال وزن آن چند برابر می شود که هر چند برابر شود به آن دو یا سه یا چند جی که حرف اول گراویتی زمین است میگویند و برعکس، هنگامی که با سرعت به سمت زمین می آیم به همان نسبت سبک می شویم تا جایی که احساس بی وزنی می کنیم. از لرزش زیادی که در هواپیما ایجاد شده بود و سبکی در بدن و سپس بوجود آمدن سنگینی زیاد در بدن، سیفه از خواب پرید و راست نشست و پرسید: «داری چکار می کنی؟» جرات نکردم که بگویم خوابم برده بود، ناچار گفتم: «استاد، داشتم شیرجه تمرین میکردم.» اعتراض نکرد اما توصیه کرد این جور مانورها را وقتی انجام بدم که او هم ببیند تا اگر لازم بود، اشکال را تصحیح کند. آن روز باور کردم که خستگی و بی خوابی و یا مستی، چگونه خلبان را به کشتن می دهد. آن واقعه را برای همدوره هایم تعریف کردم و همه را از پرواز در زمان بی خوابی و خستگی ترساندم. اما جوانی بود و شور و شر و توبه گریگ مرگ. که اگر قرار بود کسی از تنبیه و یا یاد آفره، پند بگیرد و درست شود که دیگر در دنیا هیچ آدم نا آرامی پیدا نمی شد.

روزهای پنجشنبه و جمعه، روزهای خوب و دوست داشتنی بودند و بخصوص چهارشنبه شب ها، که همه دانشجویان می دانستند فردا از ساعت ۱۰ بامداد که از دانشکده به مرخصی میروند، بیرون از فضای مقررات، در اختیار خود هستند و با خانواده و دوستان، ساعات دلخواه را خواهند گذراند. در عوض، جمعه که به نیمروز می رسید، حالتی عصبی به آدم دست می داد که باز یک هفته دوری از آشنایان غیر دانشکده ای فرا میرسد. این حالت بود تا لحظه ای که از دروازه بزرگ دانشکده عبور می کردیم و بلافاصله همه آن حالات برطرف می شد و باز به وضعیت عادی بر می گشتیم و شخصیت ویژه ای را که در دوران دانشکده کسب

ادامه مطلب **نهمین جشنواره... از صفحه ۱۶**

این فیلم را خود «آریانا» کارگردانی کرده و در جشنواره نیز حضور خواهد داشت. نیز ایرانیان بسیاری هستند که با جذب شدن در کشورهای مختلف به فیلمسازی مشغولند که یکی از آنها «امید نوشین» است که فیلم بسیار دیدنی و پرتحرک «آخرین مسافر» را در انگلیس ساخته که تا انتها هیجانش را حفظ می کند و تماشاچی را یک لحظه آرام نمی گذارد. امسال به انیمیشن و موزیک ویدیو توجه خاصی نشان داده شده. آخرین موزیک ویدیوی «گوگوش» به اسم «ماهی سیاه کوچولو» و «وقتی رفتی» آخرین کار «فرامرزی اصلانی» به نمایش در می آید که قرار است به همراه کارگردان آن «امیر سلیمانی» و «بابک امینی» در جشنواره شرکت داشته باشند.

از میان فیلم های انیمیشن: «عمو نوروز» (ساخته: فرخنده ترابی)، «تار آخر» (ساخته: یاشین نهانی)، «یاد ناگهان» (ساخته: ادریس سمائی)، «خواب شیرین» (ساخته: توپا رضائی) قابل ذکرند.

نیز فیلم های کوتاه جشنواره همواره از بهترین ها و مورد پسند اکثر تماشاگران بوده که امسال می توان از «دریاچه سفید» ساخته «مهدی حیدری» نام برد که پیرامون خشک شدن دریاچه رضاییه است، «باهر» ساخته «حسن آخوندپور» با شرکت «مهتاب کرامتی» و «مانی حقیقی» یکی از تکنیکی ترین و بهترین فیلم هایی است که در سینمای ایران ساخته شده. چه از نظر استفاده از تکنیک و چه از نظر داستان و بازی ها. «آب یخ» ساخته «جلال ساعد پناهی» یکی دیگر از فیلم های دیدنی جشنواره است که داستان مردی است که در کنار جاده ای

باز هم فراق یاران می رسد. اما دانشجویان بازداشتی، برای ساعت ورود دانشجویان دیگر، لحظه شماری میکرد. در بیرون از دانشکده، هرچه روز به غروب می رسید، دانشجوی عادی متاثرتر می شد. دانشجوی بازداشتی، از خوددگی در می آمد و بشاش تر می گردید. در طول پنجشنبه، جمعه، دانشکده از جنب و جوش می افتاد و سوت و کور میشد و دانشجوی بازداشتی می بایستی گوشش تیز باشد که شیپور بازداشتی به پیش را بشنود و با سرعت خود را به پای سکوی مراسم صبحگاه، در میان میدان بزرگ دانشکده برساند تا افسر نگهبان او را ببیند و سپس آزاد بدهد و دانشجو به آسایشگاه بازگردد. گاه می شد، افسر نگهبانانی بودند که پس از مرخص کردن،

ده دقیقه طول نمی کشید که دوباره به شیپورچی دستور نواختن بازداشت پیش را می داد. باز دانشجوی، باید با لباس و پوتین و همه چیز، درست و به دو، خود را به سکو می رساند و تا ساعت ۹ شب، که شیپور خاموشی می نواختند. در بعضی روزها، ده ها بار شیپور می زدند و آمار می گرفتند. وای به حال دانشجویی که بی انضباطی ای کرده بود و محکوم به یک ماه، یا چهل و پنج روز بازداشت می شد که یکی از آن وای به حالان، من بودم که بازداشتی های زیادی کشیدم که البته چند نفر از هم دوره هایم هم به همین بیماری مبتلا بودند که خدایشان بیمارزد که هر کدام راه آخرت در پیش گرفتند و رفتند و تنها نام و تصویرشان در ذهن ها باقی ماند.

ادامه مطلب

ادامه مطلب نیشخند و پوز خند ... از صفحه ۱۷

اگر سر قرار می‌گیریم که باید در «های‌وی» برانیم، ایشون اصرار دارد که از کوچه پس کوچه با یک ساعت تأخیر منو ببرد یا اگر مثلا به مطب دکتری که چند بار هم رفته‌ایم، می‌رویم، باز لحظه به لحظه با دست و زبان آدرس می‌دهد. حتی در شهر خودمان باز دستور می‌دهد برو به چپ، برو به راست. اگر می‌خواهم پارک کنم، هر قطعه‌ای را انتخاب کنم اصرار دارد که به آن قطعه مقابل بروم و پارک کنم. خلاصه مثل یک فرمانده اصرار دارد که همه چیز را در موقع رانندگی من اداره کند. گاهی اوقات چراغ هنوز سبز نشده فرمان می‌دهد: «برو!» میگم: «هنوز سبز نشده.» میگه: «خوب داره سبز میشه.» یا میگه: «خطت را عوض کن.» میگم: «چرا؟» میگه: «اون خط بهتره.»

چند وقت پیش با چند تا از دوستانم به‌عنوان شوخی مسأله را مطرح کردم و راجع به دستور دادن آقا هنگام رانندگی صحبت کردم. ناگهان سر درد دل دوستان باز شد. یکی از دوستان گفت: «به، این که چیزی نیست. ما در پارک کردن کارمان به طلاق کشید. یک روز من رانندگی می‌کردم. دم یک فروشگاه داشتم پارک می‌کردم. نصف ماشین هم توی پارک رفته بود که ناگهان آقا پرخاش کنان گفت: برو

آنطرف پارک کن. گفتیم: ای، اینجا مگه چه عیبی داره؟ دم در فروشگاهه. گفت: من میگم برو اونجا، اونجا بهتره. گفتیم: نه، همین جا خوبه. پیاده شدیم و وارد فروشگاه شدیم. ناگهان دیدم غیبت زد. چند دقیقه بعد برگشت توی فروشگاه. وقتی کارمان تمام شد و بیرون آمدیم، دیدم رفته ماشین را برداشته و برده همان جایی که خودش اول گفته بود پارک کرده. فردای آن روز تقاضای طلاق کردم که با پادرمیانی دوستان، قضیه حل شد. بعد هم موقعی که خودش رانندگی می‌کنه وسط خط میره و من عصبانی میشم. یا برای رفتن به محلی که مورد نظر من است، دوره‌های بیخودی می‌زند، چراغ زرد را بی احتیاط رد می‌کنه یا یکهو ترمز می‌کنه. همین چند روز پیش در اثر ترمز بیخودی او، چند ماشین مثل قطار راه‌آهن به هم چسبیدند و تا چند ساعت در خیابان گرفتار پلیس بودیم. حالا دیگر هر جا می‌خواهم برم با تاکسی میرم. ماشین ارزونی خودش. دیگر حوصله دعوا ندارم. خلاصه می‌کنم» دوستی گفت: به‌نظر من آقایون بدترین راننده‌های دنیا هستند. سخنان دوستم با کف‌زدن‌ها و تشویق بقیه خانم‌ها تصدیق شد.

ادامه مطلب انرژی مثبت ... از صفحه ۲۸

(۲) وجود گیاهان، مولد انرژی و شفا بخش هستند. می‌توانید در اتاق خود از حضور زنده گیاهان بهره مند شوید و زندگی را در کنار گیاهان تجربه کنید.

(۳) استفاده از رنگ های شاداب و انرژی بخش نیز می‌تواند بسیار موثر باشد.

(۴) پخش موسیقی موزون برای از بین بردن انرژی های منفی در فضا و دفع امواج منفی مفید است. کاری کنید که نور و هوای زنده و تازه به زندگی تان جاری شود. با خواندن نام خداوند می‌توانید اتاق خود را به مکانی پاکیزه و سرشار از انرژی مثبت تبدیل کنید.

و مضمونی شبیه به بیت بالا از کمال خجندی:

به پسته دهننت جز سخن نمی‌گنجد

شکر به مغله خود را در آن میان‌انداخت

پسته به غنچه گل سرخ شباهت دارد و از سوی دیگر دهان کوچک را، همانند پسته، به غنچه تشبیه می‌کنند، با سه بیت از خواجوی کرمانی، صائب و فروغی بسطامی:

اگر ز پسته تنگ تو دم زند غنچه

نسیم باد صبا در دمش دهن بدرد

در باور شاعرانه، وزش باد سبب باز شدن و شکفتن گل‌ها می‌گردد. [اگر غنچه (گل سرخ) بخواهد در برابر دهان تنگ تو عرض‌اندام نماید، باد صبا بی‌درنگ دهانش را چاک خواهد داد، یعنی او را از غنچه‌گی در خواهد آورد و شکفته‌اش خواهد کرد.]

می‌کند خنده خونین به ته پوست نهان

پسته از بس خجل از غنچه خندان تو شد

خنده خونین به غشای سرخ روی مغز پسته اشاره دارد.

گر بدین پسته خندان به چمن بنشیند

غنچه از شاخ به صد آه و فغان برخیزد

لارمه دل‌برد

ادامه مطلب پسته ... از صفحه ۳۳

منم خو کرده بر بوش چنان چون باز بر مُسته چنان بانگ آرم از بوش چنان چون بشکنی پسته مُسته = طعمه که به باز و دیگر مرغان شکاری می‌دهند.

پسته‌ها خوش توان شکست از بوس

بر یکی پسته و دو بادامش

زبان به حالت پهن به بادام به صورت جمع شده به مغز پسته شباهت دارد. از سوی دیگر، چون مغز پسته مانند مغز بادام روغن دارد، از این رو زبان چرب را به آن تشبیه کرده‌اند و چرب زبانی را صفت پسته دانسته‌اند، با دو بیت از سیف فرغانی و سلمان ساوجی:

به اثر پیش دهان و لب تو بیکارند

پسته چرب زبان و شکر شیرین کار

بسان پسته خندان‌روی و شیرین

زبان چرب و سخن پر مغز و رنگین

از یک سو مغز پسته شبیه به قلب یا دل است و از سوی دیگر همین مغز پسته که یک تکه به نظر می‌رسد، در واقع ساختمان دو لپه دارد و با فشار دست می‌توان دو لپه را از هم جدا و پسته را دو نیم کرد. شباهت پسته به دل و دو نیم بودن آن مضمون اشعار بسیاری قرار گرفته است، با دو بیت از صائب:

در پیش غنچه دهن دلفریب او

تا پسته لب گشود دل خود به جا نیافت

مصراع دوم بیت بالا به باز شدن پوست و درآمدن مغز پسته برای خوردن اشاره دارد.

من که بودم ز پسته یک دل‌تر

دو دلم کرد چشم بادامش

دو دل یا دو دله کردن = مردد کردن، به شک‌انداختن، (در اینجا) به هوس‌انداختن. دل دو نیم به معنی دل‌غمین و نگران و پر خون است و دل دو نیم بودن یا دل به دو نیم شدن به معنی دل‌تنگ و هراسان و پریشان بودن یا شدن است. صائب در دو بیت زیر گشاده رویی و خندان لبی را، به استعاره از پسته خندان و دل دو نیم آن، چاره دل‌های غمین و تنگ می‌داند:

دل دو نیم به زیر فلک نمی‌ماند

برون ز پوست رود پسته‌ای که خندان شد

غیر از دل دو نیم که خندان چو پسته بود

بر هر دری که روی نهادیم بسته بود

دهان تنگ و کوچک را به پسته تشبیه کرده‌اند. از سوی دیگر، مغز پسته تقریباً تمامی درون پوست را پر می‌کند و به نظر می‌رسد که جای مغز در پوست تنگ است. در بعضی ابیات، تنگی به هر دو معنی بالا آمده است، با دو شاهد از اوحدی مراغه‌ای و نظامی گنجوی که در آنها تنگی پسته یا کوچکی دهان با شکر ریزی و شیرین زبانی، در ارتباط با نقل پسته، توأم شده است، با این یادآوری که واژه شکر بی تشدید است ولی غالباً به اقتضای وزن شعر با تشدید "ک" تلفظ می‌شود:

پسته حیران آمد و شکر به تنگ آمد ز شرم

چون حدیث پسته تنگ شکر خایت کنم

به تنگ آمدن = ملول و آزرده شدن، به ستوه آمدن.

تنگی پسته شکر شکنش

بوسه را راه بسته بر دهنش

دو بیت زیر با مضمون مشابه از ابن‌یمین و سیف فرغانی است:

به شکر خنده اگر پسته شیرین نگشایی

عقل باور نکند آنکه تو را هیچ دهان است

با پسته خندان‌گر توبه کند شاید

هم قند ز شیرینی هم پسته ز خندیدن

شاید (بر وزن باید) = شایسته است، جا دارد که.

دو بیت زیبایی زیر از خواجوی کرمانی به دهان چون پسته‌تنگ معشوق اشاره دارد:

پسته را با دهن تنگ تو نسبت کردم

رفت در خنده ز شادی، مگرش باور کرد

در پسته تنگ تو سخن را نبود جای

الا که درو هر سخنی تنگ بگیرد

ادامه مطلب ورزش از نگاه ... از صفحه ۱۴

آیا این رهبران ورزش اند که مصیبت را دامن می زنند و اهمیتی نمی دهند که شماری از ورزشکاران در عنفوان جوانی پرپر می شوند! آیا آرمان المپیک که در سال ۱۹۳۶ در برلین و در بازیهای المپیک در پنا صلیب شکسته برگزار شد و در سال ۱۹۸۰ بازی های مسکو و یا ۱۹۸۸ سئول، بازهم المپیک ها نمونه برادری ها بود! حالا آینده المپیک ها سوال برانگیز است. چه کشوری می خواهد این همه مخارج را تحمل کند!

ادامه مطلب بیست و هفتمین ... از صفحه ۳۹

نقش مهم رسانه ها در جنبش زنان برای طرح مسائل و بسیج معتقد است اما به یک سری از نقاط منفی اشاره کرد. مثلا رسانه ها اگرچه در جنبش زنان اجازه فعالیت شخص ها را می دهد اما به آنها قدرت برابر نمی دهد. رسانه ها از مخاطب استفاده می کنند تا سود بیشتر ببرند با فروش تبلیغات. بنابراین جنبش اجتماعی رابطه برابر با رسانه ندارد. قبل از قسمت ارزیابی کنفرانس، از تمام سخنرانان سه روزه کنفرانس دعوت شد به گفتگو با حضار در مورد استراتژی های کاربردی برای در اولویت قرار دادن مسائل زنان بپردازند. برای شنیدن مصاحبه با ترانه امین یکی از برگزار کننده های کنفرانس در مریلند به برنامه پنجم «زنان نیمه برابر» در رادیو پویا www.radiopooya.com رجوع کنید.

ادامه مطلب بنام هستی ... از صفحه ۳۳

ممکن است با تمرکز بر یک رنگ فیزیکی به تشکیل تخیل ذهنی آن رنگ کمک کرد. به عنوان مثال، توجه و نگاه به یک گل رز یا یک برگ سبز می تواند شخص را در تصویرسازی رنگ مورد نظر در ذهن یاری دهد. باید توجه داشت که هر قدر تجسم سازی رنگ مورد نظر همراه با احساس خاص آن رنگ قوی تر باشد نتیجه مطلوب تر خواهد بود. با تمرین و ممارست طولی نخواهد کشید که شما در این کار ورزیده می شوید و بهترین نتایج را هم در سلامتی خود و هم در جهت کمک به دیگران به دست می آورید. کاری که به زودی تبدیل به لذت و تفریح برای شما خواهد شد.

در بن سینه خویش
دانه مهر تو را می کارم
زیر لب می گویم
آه تاجیکستان
دوست می دارم
م. سپند

در چنین روز خوش یزدانی
جشن نوروزی و فرخنده خود فرمانی
من به پیمان چراغ و گل و آینه و آب
سیر دریا و زرافشان و صفای و رزاق
و به فرمان درستی شادی
با سپندار برافروخته آزادی

ادامه مطلب یک سینه سخن ... از صفحه ۸

باتوجه به اینکه ۹۳ درصد تاجیکستان کوه و فقط ۷ درصد آن زمین صاف است، کوهستان های پر برف تاجیکستان نشانه ای از فراوانی آب دارد که به کشورهای همسایه نیز سرازیر شده و زمین های آنها را از تشنگی نجات می دهد. دانشگاه های تاجیکستان نیز نوروز را جشن بزرگی برپا کردند و دانشجویان دختر و پسر با رقص و آواز و خوراکی های نوروزی صحنه های زیبایی از رسوم آریایی را به جهانیان نشان دادند.

در این جشن نوروزی از بیشتر کشورهای اطراف تاجیکستان نمایندگان انباز داشتند که گاهی به مناسبتی سخنرانی نیز می کردند و از نوروز و تاریخ نوروز در کشورشان سخن می گفتند و نوروز را به رئیس جمهور و مردم تاجیکستان شادباش می گفتند. تا آنجایی که بیاد دارم از هند، پاکستان، افغانستان، قرقیزستان، روسیه، ازبکستان، ترکمنستان، قزاقستان و پارسی زبانانی از فرانسه و انگلیس و آلمان و سفرای کشورهای عربی در این جشن حضور داشتند. چون شنیده بودم شفیع کدکنی دعوت شده بود، برای رفتن به تاجیک مشتاق تر شده بودم، اما افسوس نه تنها ایشان نیامدند بلکه هیچکس به جز شاعر خوب افغان محمد کاظم کاظمی (شاعر شعر غروب در نفس گرم جاده خواه رفت) که از ایران آمده بود، یک تن از شاعران باشند ایران در این جشن حضور نداشت و شوربختانه مسائل و مشکلات سیاسی روی این جشن ملی و مردمی اثر گذاشته بود و استاد ارجمندی چون شفیع کدکنی را نیز اجازت نفرموده بودند که بیاید و در آن جشن عظیم انباز کند.

چند سال پیش از این بلند نام دکتر وندیداد گلشنی کتابی نوشته بود که همه روزها و ماههای سال آریائیان را با نام های گوناگون جشن می گرفته اند و گوئی این مهم به عهده مردم تاجیکستان واگذار شده و به هر بهانه ای جشنی برپای کنند و این آئین را زنده نگه می دارند. جشن نوروز ۹۵ نیز یکی از این صدها جشن بود. به همت و تلاش و کوشش ریاست محترم تاجیکستان و دولتمردان و مردم آن سرزمین زیبا درود می فرستم.

تاجیکستان

کوهپایت همه دستان سپید
سر بر آورده به آفاق کبود
به دعا مشغولند

دره هایت همه الماس روان
بهترین تازه ترین آب گوارای جهان
روهایی که در آن

ذوق مستی جاریست
مثل خون
در رگ هستی جاریست
آسمانت زیباست
عکس آمو دریاست
تا فراسوی فراز
پرچمت در پرواز
می توان بر سر کوه تو نشست
در به روی غم بست
به دماوند فرستاد درود
و از این قاف به آن قاف فرستاد پیام
های... سیمرخ سلام

بر چکاد پامیر
بر همان سنگ
که مهر از دل آن زاده شده ست
می توان رام نشست
وز کف ماه شب چاردهم
کاسه ای شیر و شکر وام گرفت
وز لب زهره چنگی آن جا
می توان بوسه ربود
می توان در بر مهتاب غنود

در کنار قدم و قامت شاه اسماعیل
می توان گمشده بازار بخارا را ساخت
که عروس همه بازار خراسان باشد
رهزن دین و دل و جان باشد
بوی ادویه بیچد در باد
و مشام خوش گردشگر را
آن چنان واله و مدهوش کند
تا ره خانه و میخانه فراموش کند

می توان بر لب و رزاق نشست
به تماشا پرداخت
مولیان را هم دید
مولیان را هم ساخت
جوی زیبا و فریبایش را
از گل و لاله و مهتاب و شراب و شبنم
آب انداخت

نمک و نان تو را هر کس خورد
کس اگر بود و نبود
فر فرهنگ تو را خوش اندوخت
همدم رودکی و هم نفس فردوسی
خرد از مکتب مهتر آموخت
آتش عشق -
دل و جانش سوخت
پیش از آنی که اجل پای گذارد به میان
و بگوید هی کن - تیز بران
در سر پرده گلپرور شهر
می توان باغ ارم را هم دید
وز لبان گل سرخ
بوسه هایی هم چید
تا که جان تازه شود
اجل از شرم
از این باغ بهشتی برود
تا در خانه خود
بگریزد - بدود

ادامه مطلب تازه های پزشکی ... از صفحه ۲۵

بیماران با بالا رفتن سن بیشتر می شود. این بیماری بخشی از بالا رفتن سن نیست ولی ریسک مبتلا شدن به آن با بالا رفتن سن بیشتر است. ۵/۲ میلیون این افراد در سن بالاتر از ۶۵ سالگی می باشند و بقیه زیر سن ۶۵ سالگی می باشند. در سطح جهان ۳۵ میلیون انسان دچار بیماری آلزایمر هستند و طبق پیش بینی های دقیق این رقم در ۲۰ سال آینده به ۶۵ میلیون خواهد رسید. دولت آمریکا و سایر کشورها بودجه بزرگی برای تحقیق درباره این بیماری و پیدا کردن راه درمان اختصاص داده اند.

ادامه مطلب منطقه فضول آباد ... از صفحه ۱۹

چرا مدام می پری وسط حرف مردم!
 شبها اینقدر دیر نخواب که روزا مرتب دهن دره کنی و حال همه رو بگیری!
 چرا اینقدر تنبلی. اگر هنرمندی فعال باش. چرا دیگه نقاشی نمی کنی یا اگر نویسنده ای، چرا نمی نویسی؟ آدم فعال و مثبت احترام بیشتری داره اینو یادت باشد.
 بینم مگه خونه شما سوسک داره یا بو میده! اگه اینطور نیس، پس چرا هی از خونه خودت در میری و علاف اینو و اون میشی یا مثل دست شکسته آویزون همه ای!

خونریزی فوت می کند. ژاندارمری پس از یکی دور روز جستجو، درویش قاتل را در یکی از دهات نزدیک دستگیر و او را تحت الحفظ تحویل ژاندارمری مشهد می دهند و بازداشت می نمایند و به این طریق موضوع حامله شدن زهرا و کار شیطانی درویش شیاد باعث قتل جوانی می شود. در ژاندارمری مشهد پس از بازجویی مفصل، او اقرار به تمام قضایا و جرم خود نموده و اظهار ندامت و پشیمانی می نماید. در شعبه تحقیق علاوه بر پدرم دو قاضی دیگر مشغول انجام وظیفه بودند که هر سه پس از بازجویی های مفصل و اقرار صریح متهم او را به اعدام محکوم می نمایند. در زمان رضا شاه هر پرونده ای که منجر به قتل می شد و متهم محکوم به اعدام بود، باید پرونده را به عرض رضا شاه می رساندند، چون بدون موافقت رضا شاه و دستور و فرمان او حق اعدام نداشتند. لذا پرونده به تهران ارسال و به رضاشاه گزارش می شود که شاه پس از مطالعه پرونده دستور می دهد حضرت علی قلابی را به لشکر هشت خراسان تحویل دهند و فرمان تیرباران او را صادر می نماید و ارتش با فرمان فرمانده لشکر هشت او را به جوخه اعدام می سپارد و و درویش قاتل و شیاد تیرباران می گردد.

ادامه مطلب مردمان ساده لوح ... از صفحه ۱۳

آخرین تحقیقات نشان داده است که فعالیت فیزیکی و کم کردن ریسک های قلبی عروقی در افراد نظیر (مرض قند، چاقی، سیگار کشیدن و فشار خون بالا) کمک کرده است که این افراد در سنین بالاتر از ۶۵ کمتر به بیماری آلزایمر مبتلا شوند. همین طور رژیم غذایی گیاهی تا حدودی به کنترل این بیماری کمک کرده است.

جهت اطلاعات بیشتر به صفحه FDA مراجعه کنید. آمار تکان دهنده این است که در حال حاضر ۵/۴ میلیون آمریکائی دچار بیماری آلزایمر هستند. تعداد

میری سفر و خونه یکی میمونی، کنگر نخور لنگر بنداز. حوصله میزبان سر میره. به وقت دیدی جایگاه محکمی دیگه تو اون خونه نداری.

همه اش از بچه های خودت تعریف نکن. بچه های مردم هم یادت نره.

چرا اینقدر بد لباسی و اجق و جقی لباس می پوشی. تو دیگه چرا تو تابستون چکمه پاته.

چرا همه جا بیخودی می خندی و هی از همه ایراد می گیری!

هنوز انگار گوش کردن یاد نگرفتی.

می آید و یا حقه ای در کار است. بالاخره با سماجت برادرش بطور پنهانی وارد منزل می شوند و در کاهدان طویله که روبروی اطاق خواب بود می نشینند و منتظر حضرت علی می شوند. درست در راس ساعت ۴ بعداز نیمه شب، درویش ده با کشکول و تبرزین در دست و یک نقاب بر صورت وارد منزل می شود و یکسر می رود به اطاقی که زهرا در آن به حال دراز کش خوابیده و منتظر حضرت علی است. وقتی مردک شیاد و پست در روی زهرا قرار می گیرد و آماده تجاوز می شود، دو برادر که او را شناخته و می بینند که حضرت علی در کار نیست و این مرد همان درویش محله است، از کاهدان خارج شده و به طرف اطاق حمله ور می گردند. درویش برای فرار از دست دو برادر ضربه ای با تبرزین به سر برادر شوهر زهرا می زند و درویش نیز می تواند از درب خانه فرار کند. در نتیجه اصابت تبرزین به سر برادر شوهر زهرا، شکاف عمیقی در سرش بوجود می آید که منجر به خون ریزی شدید می شود. چون در ده وسائل اولیه درمان و پزشکی اصلا نبود، مجبور می شوند از ده تا شهر او را سوار الاغ نمایند تا به درمانگاه پزشکی قوچان برسانند که در بین راه در اثر شدت

خانه اش می ببرد. درویش پس از دیدار تمام خانه و بررسی که راه فرار از خانه چگونه است، رو به زهرا می کند و می گوید: (من امروز یا فردا با حضرت علی تماس می گیرم و پس از موافقت حضرت، تو را در جریان می گذارم) و از خانه خارج می شود. روز بعد دوباره به خانه زهرا می آید و می گوید: (به تو تبریک می گویم که حضرت را با اصرار و التماس زیاد راضی کردم و چهارشنبه هفته آینده در ساعت چهار بعد از نیمه شب به خانه تو خواهد آمد. در آن شب، تو باید رختخوابی تمیزی در اطاق پهن کنی و خودت را آرایش نمایی و در رختخواب بطور درازکش آماده باشی و پیراهن و شلوارت را از تن بیرون آورده و منتظر باشی که حضرت علی می آید و به تو نزدیکی می کند و دیگر جای حرف نیست چون تو صد در صد صاحب یک پسر خواهی شد. اما این موضوع یک شرط دارد آن این است که در خانه هیچکس نباید باشد، حتی شوهرت و تو اصلا حق نداری با حضرت علی در وقت نزدیکی سئوالی و یا صحبتی بکنی. فقط و فقط منتظر نزدیکی حضرت علی باش و هیچ عکس العملی از خود نشان نده که موجب عصبانیت حضرت می شود و خدای ناکرده قهر می نمایند).

زن در شب موعود خانه را آب پاشی و جارو می کند، رختخواب در اطاق پهن کرده و در رختخواب دراز کش می خوابد و منتظر حضرت علی می شود. از قبل هم به شوهرش می گوید که تو امشب برو منزل برادرت و آنجا باش.

شوهر زهرا شب می رود منزل برادرش. برادر شوهر زهرا تصور می کند که برادرش ممکن است با زهرا دعوا و قهر کرده و به این دلیل به خانه او آمده. به او پیشنهاد آشتی می دهد و می گوید: (برادر پاشو برویم خانه ات و با زهرا آشتی کن). شوهر زهرا وقتی اصرار و سماجت برادرش را می بیند موضوع را برای برادرش تعریف می کند که امشب قرار است که حضرت علی بیاید خانه ما و زهرا را حامله نماید و من نباید در خانه باشم. برادرش با وجود اینکه دهاتی و بی سواد بود اما کمی از شوهر زهرا باشعورتر و فهمیده تر بود. باور نمی کند که با دعای درویشی، حضرت علی در نیمه شب بیاید به خانه برادرش و زهرا را حامله کند و برگردد.

بالاخره با اصرار زیاد به او پیشنهاد می کند که برویم خانه و آهسته بدون اینکه کسی متوجه شود در کاهدان منزل پنهان شویم تا ببینیم آیا به راستی حضرت علی

آخوند که ملاحظه می کند زهرا زن جوان و زیبایی است هوس می کند به او تجاوز کند و برای او نقشه می کشد و باز به زهرا می گوید: (اگر مبلغی بیشتر بدهی، دعای مخصوصی دارم که باید هر شب بخوانم و به طرف خانه تو فوت کنم. تو برو و بعد از چهل روز بیا و نتیجه را به من بگو).

زهرا به خانه بر می گردد و جریان را برای شوهرش تعریف می کند و هر دو برای مدت چهل روز دیگر منتظر می شوند که این بار هم پس از چهل روز نتیجه ای عایدشان نمی شود و بچه دار نمی شوند. باز زهرا به آقا مراجعه می کند و او را در جریان می گذارد. مردک حقه باز و شیاد که می بیند زهرا بسیار ساده لوح است، می گوید: (کمی خرج تو بیشتر می شود، چون باید برای یک هفته چله بگیرم که صد در صد تو حامله خواهی شد. باز زهرا مبلغ درخواستی آقا را می دهد و منتظر چله نشستن آقا می شود ولی به نتیجه ای نمی رسد. برای بار سوم به سراغ آقا می رود و اظهار می دارد که حامله نشدم. مردک کلاهبردار و شیاد که می بیند زهرا و شوهرش آدمهای بسیار ساده و بی سواد هستند و از طرفی هم علاقمند به زهرا شده بود، اظهار می دارد: (من هر کاری که از دستم بر می آید برای شما انجام دادم و فقط یک راه باقی است و آن هم خرجش زیاد است. اگر بتوانی پول را تهیه کنی من دعایی می خوانم که حضرت علی از کربلا، راه دور، می آید و از او التماس و خواهش می کنم با تو نزدیکی کند و تو را حامله نماید و تو صاحب پسری خواهی شد. زهرا به او می گوید که باید با شوهرش موضوع را مطرح کند و او را در جریان این موضوع قرار دهد و فردا بر می گردد و خبرش را می دهد. درویش شیاد در آن موقع مبلغ پنجاه تومان مطالبه می نماید و می گوید کار بسیار سنگینی است و اگر حضرت علی بیاید و قبول کند، من راستی راستی شق القمر کرده ام.

زهرا موضوع را با شوهرش مطرح می کند و شوهر زهرا که مردی دهاتی و بی سواد و ساده تر از زهرا بود با خوشحالی و شغف موضوع را قبول می کند و مبلغ پنجاه تومان را با فروش چند گوسفند، تهیه و پول را به زهرا می دهد تا به درویش شیاد و حقه باز بپردازد. درویش پس از دریافت پول به زهرا می گوید: (فردا بیا و مرا به خانه ات ببر تا آدرس خانه ات را بلد شوم و آدرس را به حضرت علی هم بدهم). روز بعد زهرا به خانه درویش رفته و او را با خودش به

ادامه مطلب درباره شعر سهراب ... از صفحه ۶

دومین خصوصیت شعر سهراب سپهری همان است که تذکره نویسان هندی در تذکره‌هاشان گاه درباره شاعری می‌نویسند. مثلاً شعر فلانی «طوری» واقع شده است. به نظر مقصودشان این است که بگویند شعرش حالت «بدرک لایوصف» دارد و مرادشان بیشتر ستایش است نه نكوهش. فی‌المثل از قبیل این بیت:

از جنبش نسیم سحرگاه لاله‌ها
بر یکدیگر زدند چو مستان پیاله‌ها
که چی؟ نه ایمازی، نه بوی علفی، و نه هیچ... شعر سهراب هم به راستی «طوری» واقع شده است...

در این جاست که اخوان حرفش را می‌زند: فقط گاهی به خاطر منم می‌کند که مثلاً همین «صدای پای آب»، که به راستی نامی زیباست، در زمانه‌ای که غرش مهیب و بنیان کن و ویرانگر توفان‌ها و سیل‌ها و چه و چه‌ها این چنین زبر و زبر کننده و براندازنده پیر و صغیر و زن و مرد عالم است توجه کردن به صدای لطیف و نازکانه آب خود را به آن در زدن (نگوییم فریفتن) نیست؟ می‌پرسم فقط، آیا نه چنین است؟ (۵)

این جا به دفاع از سهراب باید گفت بسیاری از هنرمندان بی‌هیچ گناهی و قصوری - اصلاً بالطبع «حوصله» این طور حرف‌ها را نیدارند. هنگامی که قریحه و طبعی، طبیعتاً تا این حد لطیف و نازکانه باشد کاریش نمی‌شود کرد. گناهی ندارد. هست دیگر. (۶)

من هم به دفاع از سهراب باید بگویم اصلاً روحیه و شخصیت و سرشت و منش این شاعر و نقاش هنرمند ظریف با آن همه «نازکی طبع لطیف» چنین اقتضا می‌کند که از نعره‌های حماسی و فریادهای سیاسی دور باشد. وانگهی مگر همین آقای مهدی اخوان ثالث نبود که از پس آن همه داد و بیداد و این مباد آن باد «خطاب» به مردم گفت:

شما را این بگویم نیز
که من گوش ملول و خسته ای دارم
دل‌م می‌خواهد ای غوغاگران شهر سودائی
بخوابد لق لق عراده‌ها و فیژقاژ چرخ‌ها یک چند
بفرمائید تا یک چند ماشین‌ها بیاسایند
نکوبند این قدر آهن بر آهن، پتک بر سندان
و سوهان‌های وحشت روح را یک چند کم ساینند
از آن سالی که پشت برج من هر روز جنگی
بود وحشتناک،
قبیله‌ی گرگ را با قوم سگتول و گراز و خوک
و می‌کشند شیر و پیر هم را بی غم و بی‌باک،
از آن هنگام تا امروز
هنوزم می‌ترنجد پشت و لرزد برده‌های گوش
ز غوغای تفنگ و توپ، آن تق‌تاق، آن غرش
و رگبار مسلسل‌ها
که می‌زد دمدم شلاق بر اعصاب
چنان زنجیری از آتش
از آن سال ست

شعری موثر می‌داند: اصل جمال شناسیک (aesthetics) و اصل رسانگی (communication). او به درستی رعایت زیبایی را در کاربرد استعاری و مجازی کلمات شرط لازم می‌داند. معیار زیبایی نیز ذوق اهل زبان است در پذیرش یا عدم پذیرش کاربرد مجازی کلمات. هم چنان که آنها «صدای روشن» را پذیرفته و «جیع بنفش» را نپذیرفته‌اند.

اگر نظریه شفیع کدکنی را بپذیریم که شعر حوزه «رستاخیز کلمات» است براساس اصل زیبایی و رسانگی، علت غرابت انبوهی از آثار «شعر نو» که با عدم قبول دوستداران شعر مواجه شده معلوم خواهد شد.

اصل رسانگی باید در جدایی واژه‌های از خانواده اش و پیوند آن با خانواده دیگر ملاحظه شود. زمانی که رابطه در انتقال احساس شاعر به مخاطب مختل شود ابهام و گنگی زبان لذت حس ادراک زیبایی را از مخاطب شعر می‌گیرد.

به گمان شفیع کدکنی قوانین هنر ناب و شعر متعالی فراتر از حد جدول‌هایی است که سر و کارش با اصول سمانتیک یا کشفیات تازه در حوزه زبان شناسی است. و این نکته‌ای است که او مکرر در مقالات خود، از جمله مقاله معروف «شعر جدولی» یادآور شده است. وقتی مولانا جلال الدین می‌گوید: «بر جای نان شادی خورد، جانی که شد مهمان تو» در کاربرد «شادی خوردن» به اصل رسانگی در مجاز و استعاره توجه شده و لذت مخاطب شعر حاصل همین اصل است.

موضوع دیگری که شفیع کدکنی در تحلیل شعر امروز به آن می‌پردازد موضوع آمیختن دو حس با یکدیگر در زبان شعر است که او آن را حسامیزی (synaesthesia) اصطلاح می‌کند. در مثال «صدای روشن» و «جیع بنفش» دو حس شنوایی و دیداری با یکدیگر آمیخته شده است. به گمان شفیع کدکنی بهترین شعرهای سهراب سپهری از مقوله حسامیزی است. مانند «زن زیبایی آمد لب رود/ روی زیبا دو برابر شده است.» یا «به اندازه یک ابر دل‌م می‌گیرد» در این نمونه‌ها فکر یا تجربه حسی یا ادراک هنری در شعر مرکزیت دارد و هنر شاعر بازی با خانواده کلمات نیست. از این رو از آن جا که دو اصل زیبایی و رسانگی در آن رعایت شده مخاطب شعر از آن لذت می‌برد. به عبارت دیگر در شعر سهراب وقتی ادراک هنری بر حسامیزی مجرد از اندیشه غلبه دارد حسامیزی او در خانواده «آواز روشن» قرار می‌گیرد. مانند «بالش من بر آواز پر چلچله

هاست»، یا «واژه‌ها را باید شست»، یا «نرم و آهسته بیاید مبادا که ترک بردارد/ چینی نازک تنهایی من» اما زمانی که در دفتر «ما هیچ، ما نگاه» می‌گوید: «بارش شبنم روی پل خواب/ پرش شادی از خندق مرگ/ گذر حادثه از پشت کلام» خانواده کلمات را در معنای قاموسی آن درهم می‌ریزد و اصل زیبایی و رسانگی را از یاد می‌برد. در نتیجه با افزایش بسامد حسامیزی شعرهای «ما هیچ، ما نگاه» بدل می‌شود به مجموع ای از مصراع‌های پراکنده که به ندرت دارای ساختار (structure) و فاقد پیرنگ (poetic plot) است و نوعی شعر است به سبک هندی جدید، طرحی از صائب و بیدل که مجازهای زبانی بیشترین سهم را در ایجاد آن دارند. مانند:

اما گاهی / آواز غریب رشد / در مفصل
ترد لذت / می‌پیچید / زانوی عروج /
خاکی می‌شد / آن وقت / انگشت تکامل /
در هندسه دقیق اندوه / تنها می‌ماند.

(از شعر از آب‌ها به بعد، ۱۰)

داریوش شایگان در تبیین و توجیه عالمانه خود علت ابهام شعرهای «ما هیچ، ما نگاه» را از منظری دیگر می‌بیند:

سپهری در آخرین کارهایش (ما هیچ، ما نگاه) می‌کوشد با شعر فکر کند. یعنی با ساختارهایی که بینش شاعرانه القا می‌کند، نه در تاثیر حالات نفسانی و درونی. بدین ترتیب می‌کوشد در عرصه‌ای حرکت کند که تفکر و شعر به هم نزدیک‌اند و آن متارکه‌ای که بعدها میان این دو به وقوع خواهد پیوست هنوز رخ نداده است. اما زبان فارسی که زبان غنایی حالات درونی و مملو از حماسه و مفاهیم غامض عرفانی است زیر فشاری که سپهری بر آن وارد می‌کند به ناله می‌افتد. شاعر تارهای زبان را چنان تا سرحد توان‌شان می‌کشد که احساس می‌کنید دیگر تاب مقاومت ندارند و هر لحظه پاره می‌شوند و از کرنش در برابر الهامات شاعر سرباز می‌زنند، زیرا زبان فارسی، با وجود امکانات وافرش، محدودیت‌هایی هم دارد و سپهری با این محدودیت‌ها دست به گریبان است.

از سوی دیگر وضعیت سرگشته گونه شعر است که بیان اصلی خود را پیدا نکرده است. این دو مساله در حقیقت دو روی یک سکه است و از یک جنس اند. چگونه می‌توان در زبان فارسی شعری چنان سرشار از تفکر سرود؟ زبانی که دست کم در سنت هزار ساله‌اش هیچ گاه چنین تعدی‌هایی به خود ندیده است. (۱۱)

(۱) مهدی اخوان ثالث (م. امید)، مجموعه مقالات ۲، تهران، ۱۳۷۳، ص ۱۲۱
(۲) همان جا، ص ۱۲۳
(۳) همان جا، ص ۱۲۳-۱۲۴
(۴) همان جا، ص ۱۲۴ دنباله مطلب در صفحه ۵۷

ادامه مطلب مراسم عزاداری... از صفحه ۱۱

وقتی مردی، از یک قبیله کولی بمیرد، اگر پسر بزرگی داشته باشد، سرپرستی خانواده به او منتقل می شود و او زیر نظر سرپرست قبیله به اداره خانواده خود می پردازد. پسر بزرگ طبق معمول کار می کند و فرزندان کوچک تر به او کمک می کنند و مادر برای فروش اجناس ساخته شده، به شهر می رود و آنچه که از پدر باقی مانده به همه آنها تعلق می گیرد. اگر پسر بزرگ زن داشته باشد و قبل از فوت پدر، جداگانه زندگی می کرده و خرجش از خانواده پدرش جدا بوده، بعد از فوت پدر، خرجشان را یکی می کنند و با هم زندگی مشترکی را ادامه می دهند. یعنی دو خانواده، باهم یکی می شوند و فقط در دو چادر، کنار هم زندگی می کنند. اگر مردی که فوت می کند، فرزند بزرگ نداشته باشد، سرپرستی خانواده او را برادر مرد، عهده دار می شود و با کمک فرزندان کوچک تر او و دیگر مردان قبیله قسمتی از وسایل ساخته شده را به زن او می دهند، تا به شهر ببرد و بفروشد و خوراک و پوشاک خانواده خود را تامین کند.

اگر مرد برادری نداشته باشد و پسران او به سن رشد نرسیده باشند، برادر زن او، سرپرستی خانواده را عهده دار می شود و از آنها مانند خانواده خود نگهداری می کند. اگر مرد در قبیله فامیلی نداشته باشد که این تقریباً غیرممکن است، سرپرستی خانواده، مستقیماً به عهده سرپرست قبیله، واگذار می شود و او مانند پدر خانواده، از آنها نگهداری می کند و مردان قبیله هم با کار بیشتر، جبران کمبود پدر خانواده را می نمایند و قسمتی از وسایلی را که ساخته می شود، به زن مرد متوفی می دهند و او آنها را می فروشد.

بزرگ خانواده سپرده نمی شود. اگر مادر خانواده فوت کند و مرد سنش زیاد باشد و نخواهد و یا نتواند زن دیگری بگیرد وسایلی را که می سازد، به زنان قبیله می دهد و آنان با وسایلی که شوهرانشان می سازند، به شهر می روند و مانند وسایل خود آنها را می فروشند و زندگی مرد و فرزندانش از این راه تامین می شود. در قبایل کولی، به خاطر نبودن طبقه و در یک سطح قرار داشتن زندگی همه آنها، نزدیکی زیادی بین خانواده ها پیدا شده و آنها به طور دسته جمعی، کمبودهایی را که در یک خانواده به وجود می آید، تامین می کنند، فرزندان او را مانند فرزندان خود به کار می کشند و نمی گذارند زن او بی سرپرست بماند و مجبور شود به گدایی بیفتد و یا قبیله را ترک کند. آنان معمولاً در بین خود و خانواده هایی که در قبیله هستند، ازدواج می کنند و چون دیواری، آنها را از هم جدا نمی کند، بسیار به هم نزدیکند و از دردها و گرفتاری های یکدیگر باخبر هستند و نمی گذارند یک خانواده در بین آنها به خاطر از دست دادن سرپرست خود از هم پاشیده شود. اگر شوهر زنی فوت کند و برادر شوهر زن ازدواج نکرده باشد و یا ازدواج کرده و زنش فوت نموده باشد، با توافق طرفین، زن می تواند با برادر شوهرش ازدواج کند و شرط اصلی این ازدواج، این است که مرد فرزندان او را سرپرستی کند. در بیشتر ازدواج هایی که در قبایل صورت می گیرد، سن دختر و پسر، هر دو پایین است. آنها خیلی زود باهم ازدواج می کنند و اساس این ازدواج ها اکثراً بر پایه عشق استوار است. به همین دلیل اگر شوهر زنی وفات کند به ندرت اتفاق می افتد که زن، شوهر کند، بیشتر ترجیح می دهد، فرزندان شوهرش را که تنها یادگارهای او هستند، نگهداری و سرپرستی کند و بعد از وفات شوهرش به فرزندانش دل ببندد. این در مورد مردان کولی نیز، صادق است.

ادامه مطلب درباره شعر سهراب... از صفحه ۵۶

- (۵) از چنین منظری است که احمد شاملو در گفتگویی با اشاره به غیبت سپهری از اجتماعیات گفته بود «وقتی دارند سر آدم را لب جو می برند شاعر می گوید: آب را گل نکنیم»، یا از نظر گاهی مشابه رضا برهانی، سپهری را «یک بچه بودای اشرافی» خوانده بود.
- (۶) مجموعه مقالات ۲، همان، ص ۱۲۵-۱۲۷
- (۷) از شعر «خطاب»، پائیز در زندان، تهران، ۱۳۴۸، ص ۲۱-۲۲
- (۸) مجموعه مقالات ۲، ص ۱۲۷
- (۹) همان جا، ص ۱۲۸-۱۲۹
- (۱۰) موسیقی شعر، تهران، ۱۳۸۱، ص ۱۱-۲۱
- (۱۱) در جستجوی فضاهای گمشده، تهران، ۱۳۹۲، ص ۱۹۶-۱۹۵

ادامه مطلب حاجی آقا... از صفحه ۱۳

نمیگیریم. خب، پاورشی چی خریدی؟ - قربان، خودتان بهتر میدانید، آلو برغانی و سیب زمینی. - مثلاً چقدر آلو خریدی؟ - یک چارک. - این یک چارک آلو بود؟ کارد بخوره به شکمشان! همه شکایت دارند که از سر سفره گشته پا میشوند. کدام خونه وزیر و وکیل که شب یک چارک آلو تو خورش میریزند؟ برید ببینید! مردم شب تو خونه شان حاضری میخورند. اعلیحضرت رضا شاه با اون چنانیش، صبح هیزم خونه را جلوش می کشند. برای یک گوجه فرنگی دعوایی راه می اندازد که خون بیاد و دلش بیره! با اون عایدی، با اون پول سرشار. اما این هم یک چارک آلو نبود. من دیگر چشم کیمیاست. - قربان، به سر خودتان اگر دروغ بگم، از مشهدی معصوم بپرسید!

پس مال من همه اش حرام و هرس میشه! من آلوها را شمردم، بعد که هسته هایش را شمردم، چهارتاش کم بود. - قربان، شاید ماشاالله بچه ها خوردند. شاید آلوی بی هسته بوده! - آلوی بی هسته؟ - قدرت خدا را چه دیدید؟ - نه، برعکس، چون خدا بنده های خودش را میشناسد که چقدر دزد و دغلند، هسته توی آلو گذاشته، تا بشه شمرد. من پوستی از سرتان بکنم که حظ بکنید. همه تان چوب و چماق میخوایید؛ مثل فیل که یاد هندسون میکند. باید دائماً تو سرتان چماق زدا! مشروطه، آزادی، برای اینه که بهتر بشه دزدید. در کوزه بگذارید آبش را بخورید! من که از...

در این وقت در کوچه باز شد و مرد مسنی با لباس فرسوده وارد شد و یک کیف قطور به دستش بود. پرسید: منزل حاجی ابوتراب این جاست؟ حاجی آقا: بله بفرمائید، خواهش میکنم بفرمائید! و شخص تازه وارد را بغل دست خودش نشانید و رو کرد به مراد: مراد، برو بگو سامور را آتش بیاندازند! کسی که تازه وارد شده بود، گفت: خیلی متشکرم، چایی صرف شده. - پس برو قلیان را بیاور! (رسمه رزمه آئینه)

ادامه مطلب جان شیفته... از صفحه ۱۶

رومن رولان که انسانی واقعی و بسیار آرمانگرا بود، بعدها به آرمان های ا. ج. ش روی آورد. در سال ۱۹۳۴ با دختر روسی ازدواج کرد. یک سال بعد همراه او به دیدار ماکسیم گورکی رفت و سفری همه جانبه به بیشتر نقاط شوروی کرد و شروع به تحسین و تمجید پیشرفت های سوسیالیستی نمود، اما آثار او در اواخر عمرش حکایت از باز گشت به دوستی ها و محبت های عهد جوانی می کند. او دیگر از پیروی سبک ها گریزان بود و سبکش یک دست و یک نواخت شده بود، هرچند که نشانه هایی از تغزل در آن به چشم میخورد. رومن رولان در بیستم اگست ۱۹۴۴ در سن هفتاد و هشت سالگی در گذشت. درود به روح بزرگ و پر تلاطم او.

ادامه مطلب **مهرگان**... از صفحه ۵

ایرانیان قدیم مهر را مظهر فرشته مهر و دوستی و عهد و پیمان می دانستند و آن را نماد فروغ و روشنائی می پنداشتند و در نظر آنان مهر واسطه ای بود بین فروغ پدید آمده و فروغ ازلی، و رابطه ای بود میان پروردگار و آفریدگان، و چون مظهر نور بود بعدها به معنی خورشید هم استعمال گشت. علاوه بر اینها مهر نماینده جنگاوری و دلیری برای پشتیبانی از صلح و دوستی و عهد و پیمان بود. از اینرو آن را دوست می داشتند و در سرودهای کهن ایرانی، در اوستا، قسمت بشتهای نیایشی بسیار دلکش و زیبا برای او در دست است.

ادامه مطلب **خاطرات در گذر**... از صفحه ۱۵

یکی از ایشان که معلوم بود تغییر حالتی داده، در حالی که با خجالت به رفیقش نگاه می کرد، با صدای شکسته گفت: ایشان شوهر خواهر بنده هستند! تو خود حدیث مفصل بخوان ز حالت من...!

ادامه مطلب **جهان بینی مولوی**... از صفحه ۱۳

آنچه با قارون نموده است این زمین، این مصرع اشاره به فرو رفتن دارائی بیشمار قارون به زمین بوده. زمین گنج قارون را به علت عدم انفاق مال و ناسپاسی او به درگاه خدا در خود فرو برد.

اینک نگاهی به سرتاسر شاهنامه می افکنیم تا دریابیم که هرچه فردوسی آورده، تاریخ است و افسانه نیست و تنها برخی رویدادها پس و پیش گردیده اند. آگاه شدن ایرانیان از نوشت و خواند در زمان هخامنشیان بود که از بومیان ایلامی و دیگر آموختند، ولی در شاهنامه دیوان به خسرو می آموزند. کاخ سازی و دریانوردی را که باز در ایران کهن داشتیم و آن را هخامنشیان پس فروغ بخشیدند، نیز از جمشید می بینیم. ولی هیچ کدام از شگفتیها و معجزه ها و کارنامه خدایان نر و ماده را در شاهنامه جایی نیست. اگر هم گفته ای را دور از خرد می بینیم، باید آن را با نگاهی دیگر ببینیم:

سخن هرچه گویم همه گفته اند

بر باغ دانش همه رفته اند



تو این را دروغ و فسانه مدان

به یکسان روش در زمانه مدان

از او هرچه اندر خورد با خرد

دگر بر ره رمز و معنی برد

ادامه مطلب **شاهنامه افسانه**... از صفحه ۴

برسانیم. تنها چند نکته ای را که یاد می کنیم و نتیجه می گیریم.

نکته های دلچسب

۱- سرازیری مردم آریا از شمال به جنوب ۱۸۰۰ سال به درازا می کشد و این با دانش جور می آید. شاهنامه، فرمانروایی جمشید را ۷۰۰ سال می نماید زیرا فردوسی از یخبندان و پناه در غار یاد نمی کند. شاید برای آنکه دیگر داستان توفان نوح جای آن را گرفته و داستان جمشید با آن جور نمی افتاد.

۲- انسان نخست گیاه خوار بود و سپس گوشت خوار شد و آن هم با خوردن تخم پرندگان آغاز شد. این با آگاهی امروزی از چگونگی انسان دوره نخست جور می آید.

۳- انسان در آغاز پیشرفت خود در دشت، نخست زیر درخت و سپس زیر سایه کپری از شاخهای درخت زندگی می کرد ولی هنگامی که به ایران زمین کوهستانی رسید، ناچار به غار پناه برد و غارنشین شد چون شکارگر بود، خود را با پوست شکار پوشاند.

۴- آن در پیرامون غار بود که به گلسازی، درختکاری و جانورپروری پرداخت و با این نوآوری ها، با دانش آتش افروزی، کوزه گری و آجرپزی را آموخت و برای خود از گل غار ساختگی ساخت و از این رهگذر به خانه سازی پرداخت. همچنین کشاورزی و دامداری پیش برد.

۵- خانه های پهلوی هم شهرسازی را پدید آورد و می دانیم که مردمان ایران زمین و همسایگان شان نخستین شهرسازان و شهرنشینان این مرز و بوم هستند. اینجا باید خستو شد که بیشتر این نوسازی ها را زن خانه دار و فرزند پرور، در زمانی که همسرش به شکار رفته بود، پدید آورد.

۶- شاهنامه پیدایش همه هنرها را از پناهگاه، نشیمن، ساختمان، خوراک، پوشاک، ریسندگی، بافندگی، دوزندگی، آتش افروزی، فلزگری، دامداری، کشاورزی، کشتی رانی تا پزشکی و نویسندگی را در زمان ۸۰۰ ساله پیشدادیان می گنجاند. اگر پایان پادشاهی جمشید را از روی اوستا، زمانی را بگیریم که مردم آریایی در فلات ایران آباد شده بودند و گذشته از فرهنگ و هنرهای خود، از مردمان شهرنشین و پیشرفته خراسان، سیستان، کرمان، ایلام، و دره سند بسی از هنرهای تازه آموخته بودند، خواهیم دریافت که چرا آنها را چنان درهم فشرده است.

۷- شاهنامه درباره جمشید می گوید:

منم گفت بافره ایزدی

هم شهریاری و هم موبدی

از اینرو فدیة های خونین آنها را که گاو قربانی می کردند ممنوع ساخت و این ترحم زرتشت به گاو، در گائوها، در شکوه ای که گاو به درگاه خدا می کند و از مردم می نالد به خوبی پیداست.

با آنکه زرتشت مهر را از مقام خدایی فروکشید، اما سنت نیرومند دیرین، او را چون فرشته ای در خدمت اهورا گماشت و آن را مخلوق اهورا کرد و از آن پس مهر به صورت یک یزت پدیدار گشت. در مهر یشت، هم مهر قدیم با همه قدرت آن و هم مهر زرتشتی که فرشته عهد و میثاق و فروغ است، هر دو پیداست.

هردوی آنها در طول معرفی جانانه بنده از آن آقا، کاملا سکوت کرده و زیر چشمی به هم نگاه می کردند. بالاخره بعد از آن همه تعریف، سوال کردم: شما آقای «یوسفی» را از کجا می شناسید؟

غرق فرعون در دریا به امر خدا بود. وقتی فرعون با اسب خود به آب زد تا قوم موسی را تعقیب و آنان را تار و مار کند مادیان غیبی اسب سرکش را از راه بدر برد و وی را با عمق دریا سرنگون ساخت.

بدان را ز بد دست کوتاه کنم

روان را سوی روشنی رو کنم
این نیز با آنچه از تاریخ کهن می دانیم، درست می آید و در آغاز فرمانروایی و پیشوایی از آن یک کس بود.

۸- آبادی و آرامش کار هنرنمایی را آسانتر می گرداند و هرکس در کار خود استاد می گردد، و پدر و مادر فرزند خود را در کارهای خود استاد می سازند و همین روش پیشه های گوناگون را پدید آورد و دسته بندی مردم از روی پیشه آغاز شد.

۹- در شاهنامه می بینیم که جهان آن روز همه کمابیش از یک نژاد بودند و آن رشک و آز بود که برادر کشی را آغاز کرد.

۱۰- داستان پیشدادیان کمابیش داستان مردم پشته ایران می باشد، ولی داستان کیانیان، داستان مردم آریایی خراسان است که چون گسسته می گردد به هخامنشیان پیوند می خورد و آن هم جز دو داراب، دیگر شاهی را نداریم.

۱۱- باز چون ساسانیان اشکانیان را دشمن بودند، تاریخ آنان را تارک نمودند و از خود گفتند و آن را در شاهنامه داریم.



Caroline Nasserri
Accident Lawyer

Generally, there are three ways in which a product can be defective: **Manufacturing Defects**, **Marketing Defects**, and **Design Defects**. A defective product

By: Cyrus. B (Freelance writer)

Gary Johnson, Governor of New Mexico, from 1995-2003, is running for president on the Libertarian ticket and needs your vote!

When Gary Johnson was governor of New Mexico, he earned the state a \$1 billion dollar budget surplus while cutting taxes. Gary Johnson improved the states infrastructure by having major highway roads built.

Gary Johnson made it easier for the people to start their own business on all levels by setting up the state's economy in a way that gives the people more purchasing power. While he was governor, he vetoed many unfair legislation proposals to protect people's rights to have good government spend less and save more.

Gary Johnson is also a great athlete that has done triathlons, Ironman Hawaii, and many marathons, (even 100 miles long). He's even climbed the top of Sagarmatha aka (mt Everest 29,000 ft/8,848 meters) with a broken leg. Gary Johnson has a solid strategy for the countries social and fiscal prosperity which is: Fiscally get the government out of the pocket book as much as possible by getting rid of the income tax and replacing it with a national consumption tax (sales tax), meaning everyone pays at the same tax rate

Design Defect Claims

claim can stem from a design defect when the maker or manufacturer knew that a risk to the consumer existed but did not take steps to rectify the situation. A company that knowingly releases products with defective designs must be held accountable when a personal injury or wrongful death occurs.

What Constitutes a Design Defect Claim?

In product liability, defects in design refer to errors or omissions which occur during the planning stages of a product's

lifecycle. In contrast, a manufacturing defect is one that occurs during the actual construction of a product. For example, if a cell phone battery's poor design causes it to explode during regular use and the maker was aware of this flaw, they may be held liable for the resulting damages. However, not all injuries caused by a product will constitute a claim and an attorney can consult with you to help determine if you have a case.

For a claim to be successful, victims must show that:

- ◆ A defect that poses a reasonable threat to consumers exists during the normal usage of a product.

- ◆ The manufacturer knew of or could reasonably foresee said risk, but did not take action.

- ◆ The defect directly led to damages suffered by the victim.

Legal Advocacy for

Victims of Defective Products

When accidents occur, victims have only one chance to recover the legal compensation they deserve and choosing the right attorney can make the critical difference in a claim.



The 2016 election is already decided. History says Hillary Clinton wins

By: Doug Sosnik

If history is any guide, the outcome of this year's presidential election has already been decided. With the exception of 2000, the result of every presidential election since, and including, 1980 has been determined before the general election even officially began. In fact, most of these elections were effectively decided by this point in the cycle.

The single best predictor of the electoral outcome is the job approval of the incumbent president, even one who's not on the ballot. In four of the five elections since 1980 when the incumbent president's job approval was at or above 50 percent, that party held the White House. The outlier was 2000, when President Bill Clinton enjoyed a 57 percent job approval rating in October yet Al Gore "lost" to George W. Bush.

In the three elections when the incumbent's job approval fell below 40 percent in the final year of his term, the party suffered overwhelming defeats. Three big election moments: the selection of the vice presidential nominees, the party conventions and the fall debates. Breathless coverage notwithstanding, none of these has had a measurable impact in changing the outcome of a presidential election in at least 40 years.

The last time a debate may have affected the outcome was in 1976, when Gerald Ford mistakenly assert-

ed that "there is no Soviet domination of Eastern Europe," effectively ending his surge against Carter.

All indications are that the 2016 campaign is likely to continue this pattern. President Obama's job approval rating now sits above 50 percent. Significant structural advantages have also favored Democrats since 1992. The party's candidate has carried 18 states plus the District of Columbia in every election since 1992. Now New Mexico and its five electoral votes, which Bush won in 2004, are considered safely Democratic. In addition, Clinton enjoys a significant financial and organizational advantage over presumptive Republican nominee Donald Trump. In the past few months, the Clinton campaign has run more than \$23 million worth of ads in eight swing states without any time purchased by the Trump campaign to counter her attacks. Clinton has also maintained a stable campaign team at the top while building a national campaign staff of about 700 people. The Trump campaign, on the other hand, has had constant leadership turmoil with a staff of fewer than 100 people. Lastly, and perhaps most important, never before has a party nominated a candidate as unpopular as Trump is. True, Clinton's negatives are high — but Trump's are even higher, reaching 70 percent with more than half having a very negative view.

and would make it easier for the people to hold their government accountable for the money they take and spend and get rid of government programs that can be done for cheaper and better in the private sector, also reduce military spending by at least 20% by taking troops out of the wars, which will help balance the federal budget.

Gov. Gary Johnson has great credibility when it comes to social choices. He is pro peace, pro gender equality, pro immigration, pro small government, pro fiscal responsibility, pro social freedom, and pro constitution. He always practices what he preaches even when it's unpopular.

Gov. Gary Johnson has always put 'we the people' first, and he asks everybody to vote for a president based on their values because 'it's the right thing to do'.

"A vote is like a rifle; its usefulness depends upon the character of the user." Teddy Roosevelt

Pezhvak of Persia, Always "The First choice"



**WHY DO YOU
NEED A WEBSITE?**

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



We build beautiful websites!

Business Websites, Landing Pages and eCommerce

408-913-6060 | www.conuremedia.com



Eli.G foto

Weddings | Maternity and Newborn

eligfoto.com | 408-913-6070



با مدیریت آریین اقبالی

The Credit Repair Specialist



برای ترمیم ، تصحیح و بهبود کردیت و کاهش بدهی با ما تماس بگیرید.

- Late payment
- Collection
- Charge off
- Bankruptcy
- Foreclosure
- Chexsystem
- Judgement
- Tax lien
- Repossession
- Inquiries



مشاوره رایگان
www.enrichfin.com

800-790-4240



Caroline Nasserri
Attorney at Law

کارولین ناصری

وکیل رسمی دادگاه های کالیفرنیا و فدرال

با بیش از ۲۸ سال تجربه

❖ تصادفات اتومبیل، موتورسیکلت و عابر پیاده

❖ صدمات شدید بر اثر تصادفات

❖ مرگ بر اثر تصادفات

❖ صدمات ناشی از حمله حیوانات

1(800)525-6060

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

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

Tel: (408) 298-1500

e-mail: cnasserri62@yahoo.com

Fax: (408) 278-0488

Website: carolinenasserilaw.com

675 North First Street, San Jose, CA 95112