



Issue 11 - Friday 14 September 2007

سال اول - شماره یازدهم جمعه ۲۳ شهریور ماه

Free

ارتباطات در
ایران باستان

درمان
بیماری چاقی

مرگ گاهی
ریحان می چیند

آشنایی با قوانین
حقوقی خود در
انگلستان

رواج زبان لمپنی در جامعه ایرانی

“سوتی دادی عزیز”

صفحه ۳



حمله به فرگوسن مربی منچستر یونایتد

صفحه ۱۴

خواستگاری حق کیست؟

صفحه ۷

تقابل دو فرهنگ در مهاجرت

صفحه ۴

azizi@signatureclaims.co.uk

Signature ACCIDENT CLAIMS HELPLINE LTD

0800 047 0940

5 Park Road, West Hendon, London, NW4 3QB

با سپردن کلیه مشکلات خود در امور تصادفات به
کادر مجرب Signature Claims آسودگی خاطر خود را تضمین نمایید.

برای اطلاعات بیشتر با آقای محمد عزیزی
تماس حاصل فرمایید

020 8202 2822 - 07958 192 192



سر آغاز



شما هم آگه خبر مهمی دارید برای ما بفرستید
reports@persianweekly.co.uk

فال حافظ این هفته

رو برهش نهادم و بر من گذر نکرد
صد لطف چشم داشتم و یک نظر نکرد
سیل سرشک ما ز دلش کین بدر نکرد
در سنگ خاره قطره باران اثر نکرد



از روزگار بسیار عصبانی هستی زیرا هر چه تلاش میکنی بجای نمیرسی لذا احساس عجز و ناتوانی به تو دست داده است ولی آخر دنیا به پایان نرسیده است و خوشبختی انسان مگر در یک چیز خلاصه شده است دنبال هنر دانش و دوستان تازه باش تا پیشاپیش خودت را کشف کنی

با خدا باش

چند کلامی با شما

این مهاجرت من از وطن و بسیاری چون من از آنچه بر آن بالیده بوده ایم و از آنچه می توانستیم بر آن افتخار نمائیم دور ساخته است. در این سرسرای غربت و تنهایی، بی سامانی زندگی، به ویژه در سالهای نخستین، مشکلات مادی و معنوی در محیطی بیگانه و نامانوس، پراکنده و وسیع جغرافیائی فعالیت و روند آفرینش ما را بسیار محدود کرده و باعث تن دادن بسیاری از ما به مشاغل جز تخصص واقعی و علایق قلبی مان شده است. اینها به جای خود، آنچه در سالهای اخیر در کشورهای خارجی و مشخصا در شهر بزرگی چون لندن دارد اتفاق می افتد، واقعا نگران کننده است. بخش اعظم ایرانیانی که در سالهای اخیر به این کشور و این شهر مهاجرت کرده اند و فرهنگی که با خود آورده اند چنان این جامعه کوچک مهاجر را دچار ناموزونی جدی - از نظر اجتماعی و فرهنگی - کرده است که تقریبا راه را بر هر گونه امیدواری ای می بندد.

بیشترین ضربه ای که اهل قلم و هنر و علم از هجوم این «فرهنگ» بازاری خوریم، همین انزوایی است که در هر دو جهت نصیبمان می شود، و امکاناتی که هدر می رود. در هر جامعه ای، هنر و ادبیات نیازمند پشتیبانی و حمایت دولتی و خصوصی است. دولتها موظفند برای حفظ توازن و سلامت جامعه از هنر و ادبیات حمایت کنند، و نهادهای خصوصی هم - برخی به خاطر حس فرهنگدوستی و برخی برای استفاده تبلیغاتی و با درک اهمیت حفظ توازن و سلامت فرهنگی جامعه - این را هم جزو وظایف خود به شمار می آورند.

منظورم این است که آن قدر با فرهنگ هستند که از یک طرف تشخیص بدهند که فعالیتها و آفرینشهای ادبی و هنری و فرهنگی در هر جامعه ای امری بسیار جدی و علمی است و برای حفظ تعادل و سلامت و پیشرفت جامعه شان و محیطی که خود و عزیزان و فرزندانشان در آن می بالند باید از این فعالیتها حمایت شود، و از طرف دیگر، آن قدر «با فرهنگ» هستند که تشخیص دهند که این حمایتها از نظر تبلیغات و توسعه مالی و بازاری نیز به نفع شان است.

متأسفانه صاحبان سرمایه، کسبه، پزشکان، وکلا، گروه بشمار آژانسها و واسطه گان و نهادهای اجتماعی و فنی و آموزشی هم متأسفانه نه عنایتی به نیاز جامعه به رشد و توسعه فرهنگ و هنر و ادبیات دارند، نه به ارزشهای تبلیغاتی آن برای رشد کسب خود اهمیتی می دهند.

حالا دیگر باید وقت آن رسیده باشد که این جامعه ی مهاجر سی ساله درک کند که اگر قادر است چنین زندگی کند، چنین بیندیشد، چنین سخن بگوید و چنین تربیتی در زندگی اجتماعی خود داشته باشد، به خاطر حضور نوعی فرهنگ مادی و معنوی در جامعه است. و توجه نمی کند که هر کتاب و نشریه که منتشر می شود، هر فیلم که ساخته می شود، هر نمایش که روی صحنه می رود، یک کلام، هر اثر ادبی و هنری که آفریده می شود در این زندگی و ترتیب آن تأثیر بسزا دارد. اگر کسی این تأثیر را نبیند یا نپذیرد بیمار است. و بابت درمان خود نیز «بپردازد» و «جان» خود و جامعه اش را نجات دهد.

عباس نجفی



هفته نامه اجتماعی، فرهنگی، هنری
چاپ لندن

سال اول - شماره ۱۱ - ۱۳۸۶

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: عباس نجفی

هفته نامه پرشین به هیچ گروه و ارگان سیاسی و غیر سیاسی وابسته نمی باشد و صرفا در جهت اطلاع رسانی صحیح گام بر می دارد

زیر نظر شورای تحریریه

مدیر مالی و بازرگانی: جواد توتونچی

طراح و صفحه آرایی:
عباس نجفی - علیرضا لامیجانیان

همکاران این شماره:

دکتر آرا - افسانه جنگجو -
قارون - ترانه - یهزاد
مهدی - ق - مانی - رضا ارمیا
گروه Ash - عابد

چاپ:
Web Print UK Ltd.
Unit 20, Bow Industrial Park
Carpenters Road E15 2DZ

تیراژ: ۳۰۰۰ نسخه
امور وب سایت:
Media of Persia
نشانی الکترونیکی:
www.persianweekly.co.uk
نشانی پست الکترونیکی:
info@persianweekly.co.uk

هفته نامه پرشین از نوشته های نویسندگان و خوانندگان استقبال کرده ولی در ویرایش ادبی آنها آزاد است مسئولیت آگهی ها و صحت آنها

بعهده صاحبان آن میباشد هفته نامه پرشین در قبول یا رد آگهی ها صاحب اختیار میباشد
Lord Business Centre
2 Floor Unit 20,
665 North Circular Road
London NW2 7AX

020 8453 7350
020 8453 7351

نرخ ارز ۱۳۸۶/۰۶/۲۱		
USD	دلار آمریکا	۹,۳۱۷
GBP	پوند انگلیس	۱۸,۹۴۸
CHF	فرانک سوئیس	۷,۸۶۶
SEK	کرون سوئد	۱,۳۸۹
NOK	کرون نروژ	۱,۶۴۹
DKK	کرون دانمارک	۱,۷۲۵
AED	درهم امارات متحده عربی	۲,۵۲۷
KWD	دینار کویت	۲۳,۱۷۸
JPY 100	یکصد ین ژاپن	۸,۱۷۸
OMR	ریال عمان	۲۴,۲۴۵
CAD	دلار کانادا	۸,۹۳۹
QAR	ریال قطر	۲,۵۶۰
SYP	پوند سوریه	۱۷۱
AUD	دلار استرالیا	۷,۷۸۹
SAR	ریال سعودی	۲,۴۸۵
BHD	دینار بحرین	۲۴,۷۱۵
EUR	یورو	۱۲,۹۱۶

آگهی های شما به کیفیت و استمرار این هفته نامه یاری می رساند

اشتراک هفته نامه

علاقتمندان به اشتراک و دریافت هفته نامه پرسشنامه زیر را تکمیل نموده و برای ما ارسال نمایند

نام:
نام خانوادگی:
آدرس:
آدرس اینترنتی:
کدپستی:
تلفن:
موبایل:

مدت اشتراک: سه ماه ۲۴£ ششماه ۴۲£ یکسال ۶۰£
لطفا فرم را به دفتر هفته نامه ارسال نمایید و به تمامی سوالات دقیق پاسخ دهید
Lord Business Centre, 2 Floor Unit 20,
665 North Circular Road, London NW2 7AX
Barclays Bank A/N: 40948519 S/C:20-29-41

با تشکر از تمامی دوستانی که ما را در توزیع این هفته نامه یاری می کنند، بدینوسیله لیست مراکز توزیع هفته نامه پرشین را برای شما خوانندگان عزیز اعلام می کنیم.

Super Dejla
Turkish Super Market, Way to say
Turkish Super |Market, TFC
Turkish Super Market, CODI
Turkish Super Market, ELING
و شهرستاهای:
Birmingham
Glasgow
Leeds
Liverpool
Manchester
New Castle
Nottingham
Southampton
Brighton

سوپر سهند
سوپر دنا
سوپر علوان
سوپر فردوس
سوپر فردیس
فرهنگسرا
قنادی عسل ۱
قنادی عسل ۲
سوپر کسری
سوپر مازندران
سوپر منصور
سوپر مسعود
سوپر هرمز
رستوران ایلینگ کباب
رستوران مهدی
رستوران آریانا
رستوران بهشت
رستوران شهرزاد

جامعه ایرانیان
کانون ایرانیان
سوپر آران
سوپر انزلی
سوپر بازارچه ایرانی
سوپر پرشیا
سوپر بیژن
سوپر بهار
سوپر تهران
سوپر تخت جمشید
سوپر جردن
سوپر خزر
سوپر رضا
سوپر زمان
سوپر زمزم
سوپر ساوالان
سوپر سارا
سوپر سپید
سوپر سیب



reports@persianweekly.co.uk

سوتی دادی عزیز

“خفن تیرپ زدی”، “ضایعش کردم”،
“باهات حال می کنم”، “انده مرا می”، “



“سوتی دادی عزیز”، “اسگلش کردم”،
“ضد حال می زنه”، “سه سوت می یام”،
“هنوز تو کفشم”، “چه ماشین توپی”، “سه
شد”، “دودر باز”، “تخماتیک”، “مخشو
زدم”....

زبان فارسی که همواره به این افتخار می کرده است که در طی چندین قرن توانسته است صلابت و استواری و یگانگی بی مانند خویش را حفظ کند، ناگهان در استانه پوست اندازی شگرفی قرار گرفته است. در نسبت با باقی زبان های امروز که روز به روز تازه آپ تو دیت و با فرهنگ کوچک عوض می شوند. زبان فارسی طی

سال ها تغییر چندانی نداشته است. مثلا در انگلستان برای خواندن متن اصلی آثار شکسپیر احتیاج به دانستن انگلیسی امروز کفایت نمی کند. چرا که در این سه قرن زبان انگلیسی کاملا تغییر کرده است. اما در زبان فارسی ما می توانیم آثار کلاسیک این زبان مثل شاهنامه و دیگر متون را به راحتی بخوانیم.

چاپ کتاب فرهنگ کوچک از مرحوم شاملو این نکته را آشکار کرد که زبان گفتار با زبان نوشتار در زبان فارسی دارد راه های مستقل خود را طی می کند و این که این نکته مثبت است یا منفی نکته ای قابل بحث است. اما بسیاری از صاحب نظران این روند را روندی قهرایی و باعث زوال زبان فارسی می شمارند.

اما این سیر قهرایی زبان روزمره پارسی و رواج زبان شبه لمپنی رایج در جامعه ایران در همه سالهای نزدیک به سه دهه اخیر بارها مورد بحث و چالش جامعه شناسان و زبان شناسان کشور بوده است. رواج نوعی از ادبیات شبه لمپنی و ابداع واژگانی نوظهور که سالها پیش واژگانی با چین ساخت و مفاهیمی را تنها می شد در ادبیات اقشار لمپن یا مشهور به “جاهلان” جامعه جستجو کرد در این ایام به صورت بی سابقه ای متداول و مرسوم شده و بر سر زبان ها و بعضا قلم ها افتاده است. تا جایی که طیف وسیعی از گروه اجتماعی مشهور به “فرهیختگان” کشور نیز جسته گریخته از این ادبیات در گفتار و کلام روزمره خود استفاده می کنند.

با یک سیر اجمالی در بین وبلاگ ها و نوشته های اینترنتی جوانان ایران با انبوهی از عبارات و اصطلاحات تازه روبه رو می شویم که در نگاه نخست برای ما حتی شیرینی نیز دارد و بدون شک ما آن را به عصیان نسل جوان و اعتراض اجتماعی آنان ربط می دهیم.

این مساله تنها محدود به زبان نسل جوان کشور نیست و در بسیاری از موارد به گفتار روزمره پدران و مادران این نسل نیز وارد شده است. جالب آنکه برخی حتی استفاده از این زبان را نوعی “تفاوت” و “تخصص” در شیوه های گویشی و نوشتاری خود قلمداد می کنند. این همه حتی در نوشته های برخی از روزنامه نگاران و پوششگران حقوق بشری در فضای مجازی فارسی هم به وفور دیده می شود. در گشت اینترنتی نیز به موارد جالب توجهی می توان برخورد. تیترا پست مربوط به سرکوب جنبش زنان در وبلاگ یکی از زنان روزنامه نگار بلاگر اینگونه است: “این ضد حال نیست؛ شادی و محبوبه را عشق است” در بخش کامنت دومی این پست هم می خوانیم: “دیدم از این زبان “شبه لمپنی رایج” خیلی استفاده کردین... این زبان اضمحلال هست. با شناسنامه بیست و هشت ساله و دقیقا فرهنگ نهفته در اون» و این داستان سر دراز دارد...

□ در این میان، تلویزیون های ایرانی خارج از کشور به خاطر جلب بیشتر مشتری و عدم نظارت ادبی درست و استقبال جامعه ایرانی در داخل و خارج به رواج این پدیده کمک شایانی کرده است. اگر چه صدا و سیما جمهوری اسلامی در یک رقابت ناخود آگاه دست این تلویزیون ها را دارد از پشت می بندد.

□ تخریق سیاست با لمپنیسم

—سارا، دانشجوی جوانی که هر عصر بدلیل تردد با مسافرکش ها مجبور به شنیدن برنامه یکی از رادیوهای سراسری داخلی است از “وقاحت” در صدای مجری زن این برنامه ها می گوید: “در آن وقت عصر که خسته و کوفته از کار و دانشگاه بر می

گردیم، اگر رادیوی مسافرکش ها روشن نباشد باید موزیک های دسته چندم شیش و هشت لس انگلیسی گوش بدهیم، یا اگر رادیو روشن باشد فریاد کشیدن های گزارشگر ورزشی و یا قهقهه ها و فریاد زدن های گوشخراش و هیستریک خانم مجری که به ظاهر با شوخی های بی معنا و تکراری و خواندن متون بسیار سخیفی که به دست او داده اند وظیفه دارد برای مخاطبان خسته از سر کار آمده و رانندگان مستاصل پشت ترافیک انرژی تولید کند. تنها چیزی که برای اینها مطرح نیست، شعور مخاطب است.”

این در حالی است که این رسانه ها دارند از رسانه های باقی ملل تقلید می کنند که این کار برای آن ها امتیاز و برتری شمرده می شود. در رسانه های مختلف و پربیننده خارجی که برای مردم خودشان برنامه پخش می کنند مثل برنامه های درجه یک و پر مخاطب رادیو ها و تلویزیون های انگلیس، این رویه رویه ای مورد پسند و مقبول است.

یک استاد دانشگاه ادبیات در مورد کیفیت رادیوهای داخلی معتقد است: “رادیو فرهنگ خوب عمل می کند، اما بعضی رادیوها جوی مانند یک مهمانی خانوادگی را دارند که هر کسی می تواند هر چه می خواهد بگوید. اینطوری می خواهند به شنونده ها القا کنند که این موضوع ناشی از صمیمیت است، اما در واقع این گونه نیست.”

وی اضافه می کند: “الزاما زبان معیار زبانی خشک، خشن و بی روح نیست و جنبه های متفاوتی دارد و نباید بر اشتباهات با توجیه لحن صمیمانه، فضای جدید و جذب مخاطب مهر تایید زد. زبان می تواند خشک نباشد، صمیمی باشد و معیار هم باشد.”

نکته دیگر فیلم های امروزی است که همان رویه عامیانه یا زبان کوچه را دنبال می کند و طبیعتا خیلی با زبان فخیم فارسی مکتوب تناسب ندارد.

یک زبان شناس که زبان لمپنی را متعلق به دوران فیلم فارسی وابسته دهه ۱۳۴۰ می داند که با ظهور فرهنگ دلالی و اوستا کریمی وارد جامعه ایران شده، معتقد است: “اتفاقاتی که در سیر زبان و ادبیات روزمره در یک جامعه روی می دهد محل خوبی برای کاوش در شرایط سیاسی، اقتصادی و اجتماعی مقطعی از تاریخ یک ملت است.” این زبان شناس به واژگان مندرج در فرهنگ عامیانه جمال زاده، کتاب کوچه شاملو، فرهنگ عامیانه نجفی و.. اشاره کرده و می گوید: “سیر قهقهرایی و متاسفانه متداولی که امروز در زبان فارسی و علاوه بر عامه مردم در میان برخی از روشنفکران ما نیز فراگیر شده، توسط سیاست گزاران رسانه های رسمی کشور آگاهانه یا ناآگاهانه دامن زده می شود. این زبان شبه لمپنی رایج، بار مفهومی خود را داشته و بحثی متفاوت از زبان و فرهنگ کوچه و مردم در این کشور است.”

با این همه نکته غریب این است که این زبان نیمه کوچه بازاری در بین مذدم و به خصوص بچه های ایرانی خارج از ایران با استقبال شایانی مواجه شده است. و مردم این رویه را به عنوان رویه ای تازه پذیرفته اند. اما این سیوال همواره وجود خواهد داشت که آینده زبان فارسی چه راهی را طی خواهد کرد؟ آیا تا سی سال آینده این امکان وجود دارد که فارسی زبانان زبان مکتوب امروز را به سختی بفهمند؟

رواج زبان لمپنی در جامعه

طراحی وب سایت به زبانهای فارسی، انگلیسی و پشتون

ثبت فضای اینترنتی - طراحی فروشگاه آنلاین

020 8453 7350 - 077 3311 3137



reports@persianweekly.co.uk



تقابل دو فرهنگ در مهاجرت و پی‌آمدهای آن

طاهره شیخ‌السلامی

قسمت دوم

در توضیح بیشتر این مسئله باید گفت که ازدواج بطور کلی به معامله‌ای شبیه است. این معامله در هر جامعه ضوابط، معیارها و قوانین خاص خود را دارد. در جوامع سنتی و



مردسالار، وظیفه مرد در این معامله تأمین زن به لحاظ اقتصادی و اجتماعی و وظیفه زن علاوه بر تمکین جنسی، شست‌وشو، پخت و پز، رفت و روب، بچه‌داری و... است. با توجه به این که در این جوامع قانونی از حقوق زنان دفاع نمی‌کند، و زن بعنوان موجودی ضعیف و صغیر تحت سرپرستی شوهر قرار دارد، اگر همسر وظایف محوله را به درستی انجام ندهد، از مسئولیت‌های پدر بودن شانه خالی کند، و یا به آزار زن بپردازد، زن براحتی نخواهد توانست از او جدا شود. باین دلیل که اولاً اکثریتی از زنان منبع درآمد ندارند و بهمین خاطر پس از طلاق بایستی به خانه پدر یا برادر یا مرد محرم دیگری نقل مکان کنند و باری بر دوش آنان شوند. ثانیاً سرپرستی کودکان معمولاً به شوهران واگذار می‌شود و ثالثاً زنان مطلقه از احترام اجتماعی برابر با زنان شوهر دار برخوردار نمی‌باشند. طبیعی است که در چنین شرایطی زنان تحمل هر سختی را به جدائی ترجیح می‌دهند.

حال این خانواده به کشوری وارد می‌شوند که در آن به زن به چشم انسانی تقریباً برابر با برابر با مرد نگاه می‌شود. به کشوری که قانون با پشتوانه تعلیم و تربیت، محیط نسبتاً امنی بوجود آورده که در آن زنان دیگر برای حضور خویش در اجتماع احتیاجی به سایه بالاسر یا محافظ (قیم) ندارند، به جامعه‌ای که پس از طلاق دولت به لحاظ مادی از زنان حمایت می‌نماید و کودکان را نیز به جز در شرایط بسیار نادر به آنان می‌سپارد، و بالاخره به کشوری که زنان مطلقه احترام اجتماعی خود را نیز کماکان حفظ می‌نمایند. چنین شرایطی باعث می‌شود که زنان مهاجر احساس امنیت پیدا نموده و این احساس به تدریج به عدم تمکین به همسرانشان منجر شود.

از طرفی همانقدر که دست یافتن زنان به حقوق پامال شده خود خوشایند است، پذیرش و واگذار کردن این حقوق برای مردان سخت و ناخوشایند است، به خصوص که داشتن این امتیازات غیر عادلانه، در طی زمان بخش مهمی از ذهنیت و باور آنان را تشکیل داده است. باین ترتیب عدم تمکین زنان به جدال و درگیری لفظی و گاه فیزیکی و در بسیاری از مواقع جدایی بین زوجین می‌انجامد که زیانبارترین نتیجه آن از بین رفتن آسایشه فرزندان است که اکثریتی از والدین به خاطر آینده آنها به مهاجرت دست زده‌اند.

علاوه بر آن شاید توجه به این نکته نیز خالی از فایده نباشد که زندگی کردن در فضای آزادی برای کسانی اعم از زن و یا مرد که عمری در بند زیسته‌اند، ظرفیتی می‌خواهد که همه آن را ندارند. ناگهان در سنین میانه‌سالگی به غرب آمدن و آگاهی یافتن از این واقعیت که: "ما هم انسان بودیم و نمی‌دانستیم، چه ظلم‌ها بر ما رفت که اگر در این‌جا زاده شده بودیم بر ما نمی‌رفت، و چه سوءاستفاده‌ها از مظلومیت ما شد، که اگر در اینجا متولد شده بودیم نمی‌شد؛ چه پیشرفت‌ها که می‌توانستیم بکنیم و نکریم و چه زجرها که می‌توانستیم نکشیم و کشیدیم."

ناگهان احساس باز پس گرفتن تمامی زندگی از دست رفته که تا دیروز در جامعه‌ی خود، معقول و حتی گاهی حسرت بر انگیز بود و امروز با معیارهای حاکم بر یک جامعه‌ی آزاد، تباه شده به نظر می‌رسد بیدار می‌شود، که اولین واکنش گاه نادرست در برابر آن چیزی جز فرار از قفسی به نام زندگی خانوادگی که با خود برای خود و یا دیگران برای آن‌ها ساخته‌اند نیست.

ب- برسمیت شناخته شدن حقوق انسانی کودکان و نوجوانان در غرب و تأثیر آن در شدت گرفتن اختلافات بین والدین و فرزندان

اختلاف سنی بین دو نسل یعنی والدین و فرزندان معمولاً کمی کمتر یا بیشتر از بیست تا بیست و پنجسال است. این اختلاف بطور کلی چه در کشورهای مدرن و چه در کشورهای سنتی باعث بروز تنش‌هایی بین والدین و فرزندان می‌گردد و در زمانی حادث می‌شود که فرزندان سنین بلوغ را طی می‌کنند. توضیح این که یک مادر یا پدر پنجاه ساله با فرزند سی ساله خود مشکل چندانی ندارند و بهمین ترتیب والدین بیست و پنج ساله با فرزند دو ساله یا پنجساله خود، در سنین بلوغ هورمون‌های جنسی در خون شروع به ترشح می‌کنند و کودک به تدریج می‌رود تا به انسان بالغی تبدیل گردد. تغییرات هورمونی منجر به تغییرات فیزیکی و رفتاری و احساسی در نوجوان می‌گردد. این یک مرحله بنیابینی است که گذار از آن حتی در بهترین شرایط به اندازه کافی سخت است. متأسفانه گاه دیده می‌شود که پدران و مادران (به خصوص در کشورهای سنتی) این تغییر رفتارها را به بی ادبی و گستاخی تعبیر نموده و در مقابل فرزندان‌شان به واکنش‌های غیر اصولی دست می‌زنند، بدون توجه به این واقعیت که آنان نخواهند توانست با داد و فریاد، خشونت، توهین و تحقیر میزان ترشحات هورمون‌ها را در بدن فرزندان‌شان پائین آورده یا بالا ببرند. این گونه برخوردها نه تنها آثار منفی و مادام‌العمر در روحیه جوانان باقی می‌گذارد، بلکه آرامش و آسایش را از بقیه افراد خانواده



بخصوص فرزندان کوچکتر سلب می‌کند.

حال تصور کنید که خانواده‌ای که دارای فرزندان در سنین نوجوانی یا کوچکتر می‌باشند از یک کشور سنتی پدر سالار به یک کشور مدرن انسان سالار وارد می‌شوند. در چنین شرایطی فاصله بین دو نسل دیگر بیست یا سی سال نیست، بلکه به این فاصله چند صد سال اضافه می‌گردد. چند صد سالی که غرب به لحاظ تاریخی و به تبع آن اجتماعی تحولاتی را پشت سر نهاده است. یکی از آثار این تحولات همانا از بین رفتن تبعیض سنی و بعبارت دیگر برسمیت شناختن حقوق کودکان بعنوان انسان‌هایی کامل می‌باشد. طبیعتاً این فاصله زیاد، تنش‌های زیادتری را به دنبال خواهد آورد. فرزندان نسل دوم مهاجر به تدریج فرهنگ حاکم بر جامعه مدرن را از طرق مختلفی هم چون رسانه‌های گروهی، فیلمها، داستانها، در دبستان و دبیرستان و محیط خارج از خانه جذب می‌کنند. آنها یاد می‌گیرند که نه کسی به دلیل کم‌سنی مستوجب احترام کم‌تری است و نه کسی به‌خاطر داشتن سن زیادتر شایسته احترام بیشتر است. آنها می‌آموزند که هیچکس حق ندارد به دلیل کوچک تر بودن به آنها زور گفته یا عقیده و نظری را به آنان تحمیل نماید. یاد می‌گیرند که نه ابراز عقیده بی‌احترامی است و نه فرمان‌برداری بی‌چون و چرا احترام است. آشنائی با این حقوق باعث می‌شود که رفتار آنها تا اندازه زیادی نسبت به آنچه که ما در جامعه و فرهنگ سنتی خویش از آنان انتظار داریم تغییر نماید. این

تغییر بصورت ابراز عقیده و سلیقه خود و عدم اطاعت از والدین خود را نشان می‌دهد. طبیعتاً این نوع برخورد برای والدین که در جامعه‌ای بزرگ شده‌اند که در آن بزرگی گفته‌اند و کوچکی، زنی گفته‌اند و مردی، نوکری گفته‌اند و آقایی و هیچ‌کس قرار نیست از محدودهای که برایش مقرر شده پای خویش را بیرون بگذارد بی احترامی تلقی می‌شود. همین تفاوت در معنا و تفسیری که از احترام در این دو فرهنگ وجود دارد باعث تنش و درگیری و گاه حتی برخورد فیزیکی بین والدین و فرزندان گشته و گاه به دخالت پلیس می‌انجامد.

در چنین وضعیتی ترک کردن خانواده می‌تواند یکی از واکنش‌هایی باشد که جوانان در برابر اینگونه برخوردها از خود نشان دهند. به خصوص که در این کشورها نوجوانان از سن شانزده سالگی تحت حمایت مادی دولت قرار می‌گیرند، و کار کردن نیز در این سنین بسیار رایج است. این جدائی زود رس از خانواده می‌تواند فرزندان را در معرض خطراتی چون آمیخته شدن با دوستان ناباب (که آنها نیز به دلایل مشابه یا متفاوتی از تربیت والدین خویش محروم مانده‌اند)، اعتیاد و فساد و... قرار دهد بخصوص که آنان تجربه زندگی در جامعه آزاد را ندارند.

از طرف دیگر این امر احساس نوعی واماندگی، آزرده‌گی و ورشکستگی فرهنگی در والدین بوجود می‌آورد، چرا که فرهنگ جامعه میزبان در این تقابل برنده شده و دست آنها را از همه جا کوتاه کرده است.

فشار آوردن والدین به فرزندان در حفظ خصوصیات فرهنگی و آداب و رسوم، که گاه با تهدید و توهین و خشونت صورت می‌گیرد، باعث می‌شود که آنان حتی اگر خانه را نیز ترک نکنند رفتاری دوگانه پیش گیرند؛ بدین معنی که در محیط خانه طبق توقعات والدین و با معیارهای سنتی عمل نموده و در محیط خارج از خانه به نوع دیگری عمل کنند، یعنی تبدیل به موجوداتی دو رو شوند و این خود می‌تواند خطرات زیادی را برای آنها در جامعه آزاد غرب بوجود آورد.

طبیعی است که هر چه والدین از مسایلی چون تغییرات جسمی و روحی فرزندان‌شان در سنین بلوغ، از سختی عبور از این دوران، از تفاوت فرهنگی جامعه خود و میزبان با اطلاع‌تر و آگاه‌تر باشند تنش‌های مهاجرت برای آنان و فرزندان‌شان کمتر خواهد بود

ج - برسمیت شناخته شدن آزادی روابط بین دو جنس در غرب و تأثیر آن در بروز اختلافات خانوادگی در مهاجرت

برای اکثریتی از مهاجران که دارای فرزندان نوجوان هستند، آزادی رابطه بین دو جنس در جامعه غرب می‌تواند منشاء بروز و یا شدت گرفتن اختلاف بین والدین و فرزندان گردد. این پدیده هر چند در مورد دختران و پسران هر دو مسئله ساز است، اما سختگیری و حساسیت در مورد دختران به دلیل باورهای مذهبی و سنتی بیشتر است. این تنش نیز بدلیل همان تفاوت چند صد ساله ایست که بین ما و غربی‌ها به لحاظ تاریخی و اجتماعی وجود دارد و همانگونه که در بخش دوم به آن اشاره گردید به نحو بارزی بین دو نسل در مهاجرت خود را به نمایش می‌گذارد. شدت و دامنه این برخوردها در بین خانواده‌ها نیز همانگونه که دیدیم بسته به میزان دانش و درک والدین از مسایل زیست‌شناختی، اجتماعی، روانشناختی، تاریخی و فرهنگی فرق می‌کند.

ما و غربی‌ها به دو دنیای کاملاً متفاوت متعلق می‌باشیم. وقتی ما به غرب پا می‌گذاریم در حقیقت مانند جزئی جدا شده از یک مجموعه (شرق) هستیم با باورها و ارزشها و معیارهای ذهنی خویش، که به مجموعه دیگری از ارزشها و باورها (غرب) وارد می‌شویم.

برای درک و بخصوص قبول این باورها و ارزشها

باید از مراحل تاریخی و اجتماعی عبور کرد که غرب آنرا پشت سر گذارده است و این مسیری نیست که بتوان در مدت کوتاهی از آن گذشت. همین امر خود سر آغاز و ریشه بسیاری از تنش‌ها و بحران‌های فردی و جمعی ما در مهاجرت است. بسیاری از دستاوردهای غرب مانند آزادی بیان و عقیده، آزادی زنان، شناخته شدن حقوق کودکان و جوانان و آزادی روابط بین دو جنس در مهاجرت به ما تحمیل می‌شود، حتی اگر عقل و منطقمان آنها را قبول کند، عواطف و احساساتمان آنها را رد می‌کند. برای بسیاری از ما کنار گذاشتن حتی بخشی از آداب و عادات فرهنگی مان تهدیدی به کل هویت ملی و مذهبی ما تلقی می‌شود و به این خاطر است که به نوجوانانمان در حفظ و حراست این هویت اصرار ورزیده و فشار وارد می‌آوریم.

برخوردهای تند و عجولانه والدین در تحمیل فرهنگ قومی خویش به فرزندان می‌تواند باعث بروز واکنش‌های متفاوتی از جانب فرزندان گردد که به تعدادی از آنها در زیر اشاره می‌شود:

- یا نوجوان مجبور می‌شود از ترس و یا بخاطر علاقه خویش به والدین، از موازین فرهنگی خویش پیروی نموده و بهای آن که رنج متفاوت بودن با سایرین است را بپردازد. چرا که متفاوت بودن معمولاً باعث مورد تمسخر قرار گرفتن از طرف جمع همسالان می‌گردد.

- یا دست به فریبکاری و پنهان کاری می‌زند، یعنی در خارج از خانه موازین حاکم بر فرهنگ غرب را رعایت می‌نماید، بعبارتی هم‌رنگ با جماعت می‌شود و در داخل به خواست والدین رفتار می‌کند.

- و یا اینکه خانواده را ترک می‌گوید.

با توجه به اینکه خانواده اولین مکانی است که سنگ بنای تربیتی کودکان و نوجوانان در آنجا گذارده می‌شود، کلیه این واکنشها در دراز مدت می‌تواند اثرات سوئی بر زندگی نوجوان بگذارد. فراموش نباید کرد که مشکلات سنین نوجوانی و بلوغ در خانواده‌هایی که روابط دوستانه و صمیمانه بین والدین با یکدیگر و با فرزندان برقرار است، بسیار کمتر از خانواده‌هایی است که عواملی چون خجالت یا ترس، ترسی که متأسفانه مخمل زیبای احترام بر آن کشیده شده، مانع ارتباط دوستانه نه تنها بین زنان و شوهران با یکدیگر، بلکه بین آنان و فرزندان‌شان نیز می‌گردد. باید دانست که هر قدر بیشتر با موعظه، سرزنش و یا تهدید با جوانان روبرو شویم، آنها را سریعتر وادار به تسلیم به معیارهای فرهنگ محیطی که در آن زیست می‌کنند - و در اینجا نظر به جنبه‌های منفی آن است - قرار می‌دهیم.

این مشکل برای نوجوانانی که هنوز به بلوغ فکری نرسیده‌اند، حتی در خود کشورهای غربی نیز بسیار مسئله ساز است. بد نیست بدانیم که نیاز وافر انسان به عشق و توجه ریشه بسیاری از این نوع تنش‌هاست. کمبود عشق و محبت در خانواده می‌تواند به فرار فرزندان (به خصوص دختران و حتی زنان)، فحشا، خودکشی و بیماری‌های روانی و نهایتاً متلاشی شدن خانواده منجر گردد. گفته می‌شود یکی از دلایلی که دختران در سنین نوجوانی به تمایلات غریزی، نیاز و افروزی است که آنها به مورد توجه و علاقه بودن دارند. بعضی از روانشناسان غربی معتقدند که والدین و بخصوص پدران می‌توانند با نشان دادن توجه و علاقه مستقیم خویش به دختران نوجوانان نقش بسیار مهمی را در این رابطه بازی کنند و مانع کشیده شدن آنان به طرف جنس مخالف خود، حداقل تا زمانی که به بلوغ فکری کامل نرسیده‌اند بشوند.

د- عدم ارتباط "احترام" با "مدرک و عنوان" در غرب و تأثیر آن در کم شدن علاقه جوانان به تحصیلات دانشگاهی

یکی دیگر از مسایلی که مهاجران با آن در غرب روبرو هستند کم شدن تمایل جوانان‌شان به تحصیلات دانشگاهی است. این مسئله باین دلیل حادث می‌شود که در غرب امنیت اقتصادی و مهمتر از آن احترام اجتماعی، چندان در گرو داشتن تحصیلات آکادمیک و به خصوص عناوین مهندسی و دکترا نیست. در جوامع مدرن نه کسی به خاطر داشتن عنوان و مشاغل بالا، مورد توجه و عنایت بیش از حد مردم قرار می‌گیرد و نه کسی به خاطر داشتن مشاغل ساده‌تر از هر نوع آن، مورد بی‌مهری و



reports@persianweekly.co.uk

ناخونک

روزگار آن قدر بالا و پایین و دست‌انداز دارد که آدم، دم به دم راه خود را گم می‌کند. در این میان اگر کسی توانست راه مستقیم خود را بدون انحراف و به حاشیه رفتن طی کند، شاهکار کرده است. این به معنای آن نیست که در این عرصه کسی وجود ندارد، دارد ولی تعدادشان آن قدر کم است که به چشم نمی‌آیند.

اگر دقت کنید لاقال در مملکت خودمان حاشیه همیشه، همچنان‌انگیزتر و شیرین‌تر از متن بوده است. به‌عنوان مثال وقتی در چاه‌های تخت، (دست‌اندازهایش را ببیند) تخت گاز می‌روید، با اینکه سرعت سرسام آور دارید حوصله‌تان سر می‌رود و مدام غر می‌زنید، آه... لعنتی به پیچ کوچک هم ندارد. تا آدم یک ذره فرمان را چپ و راست کند! دائم چشم ورقلمبیده خود را به اطراف جاده می‌دوزید تا ببینید، تابلو پیچ خطرناک، خطر سقوط، سبقت ممنوع و از این دست چیزهای همچنان‌انگیز دیده می‌شود یا نه! وقتی هم که می‌خواهید به حاشیه بزنید، یعنی به حاشیه جاده بروید، اطراف خود را بیابان برهوت می‌بینید درست مثل کف دست. (البته دست شسته نشده) بنابراین از خیرش می‌گذرید و به همان جاده تخت قانع می‌شوید، به امید اینکه دو سه تا ویراژ خطرناک جاده‌ای انجام دهید و دست فرمان خود را به رخ دیگران بکشید.

چون جاده تخت و مستقیم است و خطر حداقل، از گشتی‌های پلیس جاده‌ای هم خبری نیست، تا لاقال با او کورس بذارید و کمی وقت تلف کنید تا به انتهای این جاده بی سرو ته برسید، اما اگر جاده‌ای مثل چالوس را پیش رو داشته باشید، خود به خود کله کله قند در دل خود آب می‌کنید. (البته اگر گیرتان بیاید) دائم جلو این و آن می‌پچید، چند تا ماشین را به ته دره واصل می‌کنید، باعث تصادف و راهبندان می‌شوید و با ویراژهای آنچنانی در یک جاده باریک و شلوغ باعث و بانی چند سکنه کامل و ناقص می‌شوید! این تقصیر شما نیست، بلکه فقط به خاطر کمی همچنان دست به این کارهای مذبح‌خانه می‌زنید. در حقیقت عشق به حاشیه شما را تحریک به این جنگل‌بازی‌ها می‌کند و الا شما اهل این جور کارها نیستید! مالک ناخنک هم که من باشم، با شما لاقال در این مورد هیچ فرقی ندارم.

به‌عنوان مثال هیچ گاه نتوانست‌ام مثل بچه آدم سرم را پایین بیندازم و بدون حاشیه‌نویسی و حاشیه‌گویی ناخنک را بزنم! انگار کسی به جلدم می‌رود و اختیار قلم بی‌اراده‌ام را به دست می‌گیرد تا به حاشیه بزند.

چون قبلاً راجع به حاشیه زیاد قلم فرسایی کرده‌ام، زیاد به این موضوع نمی‌پردازم. فقط برای خالی نبودن کلاس توضیح و اوضاحت به یکی دو نمونه بسنده می‌کنم.

اگر سری به عالم هنر بزنید که می‌زنید در آنجا انواع و اقسام حاشیه‌ها را به دیده منت می‌بینید. مثلاً در سینمای ما آنچه که بیشتر از چیزهای دیگر دیده می‌شود، مسائل حاشیه‌ای است. کسی توجه زیادی به اصل ندارد، چون خبرهای حاشیه‌ای شیرین‌تر و همچنان‌انگیزتر است! به قول یکی از دوستان کارگردان تازه از فرنگ برگشته‌ام، پشت صحنه فیلم‌های ایرانی خیلی قشنگ‌تر و دلپذیرتر از خود فیلم است! اگر کمی دقت کنید، متوجه می‌شوید که حرف او کاملاً با حقیقت منطبق است. طرفداران سینما هم بیشتر از خبرهای حاشیه سینما استقبال می‌کنند تا خود سینما. برای آنان مهم نیست که این فیلم با چه زحمت و مشقتی ساخته شده! آنچه برای آنان مهم است اخبار حاشیه‌ای عوامل آن، به ویژه بازیگران است. مثلاً فلان بازیگر زنش را طلاق داده است، فلان بازیگر با کارگردان دست به یقه شده است، عوامل فیلم به خاطر مشکلات مالی به دادگاه شکایت کرده‌اند و صدها مورد جذاب دیگر! روزی نیست که خوانندگان ناخنک از وی نخواهند تا از مسائل حاشیه‌ای سینما یا فلان بازیگر بنویسد. جواب وارث ناخنک هم فقط یک چیز است، روزنامه ما اهل حاشیه بازی و این حرف‌ها نیست که نیست. لطفاً ما را به حاشیه هل ندهید!

آن قدر موضوع شیرین حاشیه برای ما جا افتاده است که مطبوعات خود به خود به آن سمت می‌روند، بدون اینکه خود بخواهند. حتماً برای شما زیاد پیش آمده که در روزنامه‌ها مطالب گزارشی را بخوانید. اگر دقت کرده باشید که حتماً کرده‌اید. در پایان هر گزارش، بخشی را هم به‌عنوان حاشیه

اضافه کرده‌اند که در آن به مسائل حاشیه‌ای مراسم یا جلسه مطبوعاتی پرداخته‌اند. به خاطر حسن ذاتی حاشیه دوستی برای اینکه زودتر به دلخواه خود برسیم، اول مطالب حاشیه‌ای را می‌خوانیم، بعد اگر حال و حوصله داشتیم، نگاهی از سر بی‌میلی به متن می‌اندازیم. خواستیم در پایان ناخنک امروز از شما درخواست کنم که به حاشیه توجه نداشته باشید، اما دیدم با این کار هم شما را دمغ می‌کنم و هم خودم از کار و کاسبی می‌افتم. برای همین از شما می‌خواهم که نام و یاد حاشیه را همیشه در دل خود زنده نگه دارید! آنچه که همیشه در تاریخ باقی مانده و خواهد ماند، به جان خود شما قسم حاشیه است!

به حرف من ناخنک زن و بقیه اهمیت ندهید، تا می‌توانید به حاشیه بزنید، باور کنید به نفع شماست!!

برای مهاجرتی که به‌طور عادی بیشترین سرگرمی زمان میانسالی شان را معاشرتهای فامیلی و ارتباطات تنگاتنگ با فرزندان و نوه‌هایشان تشکیل می‌دهد است. نداشتن کار و برنامه‌هایی که والدین بتوانند با آن اوقات فراغت خویش را پر کنند به این احساس در غربت بیشتر دامن می‌زند. عباراتی چون «در خارج بچه‌ها دیگر مال آدم نیستند» یا «در خارج آدم بچه‌هایش را از دست می‌دهد» در رابطه با همین مسأله گفته می‌شود.

و - بحران هویت

خلقیات، عادات و آداب و رسوم که هویت انسان را تشکیل می‌دهد با گذشت زمان ریشه‌های عمیق‌تری می‌یابد. این عادات و آداب که ریشه در زندگی جمعی و روابط خانوادگی و قومی ما دارد، در مهاجرت دچار بحران می‌شود. توضیح اینکه پس از مهاجرت جا و مکان و زندگی مانوس و مالوفی که مهاجر به آن خو کرده است بهم می‌ریزد. علاوه بر آن شان اجتماعی، هویت ملی و شغلی و گاهی هویت سیاسی و حزبی او از دست می‌رود. در چنین شرایطی اگر مهاجر از اعتماد به نفس و هویت فردی استواری برخوردار نباشد، احساس نوعی پوچی بی‌ارزشی، تهائی، بیگانگی و ناپایداری خود کم‌کم دردی می‌کند. به بیان دیگر وقتی انسان در وطن خود مقیم است ده‌ها و گاه صدها نفر او را می‌شناسند، اگر معلم است شاگردانی دارد، اگر کارمند است، همکاران و ارباب رجوعانی، اگر شغل آزاد دارد، مشتریانی و اگر هیچ شغلی نیز نداشته باشد همسایگان، صاحبان مغازه‌ها و سوپر مارکت‌های محله او را می‌شناسند. اینها در فرد احساس متمایز بودن از دیگران و «کسی بودن» او بوجود می‌آورد و این به نوعی همان هویت او را تشکیل می‌دهد. مضافاً اینکه اقوام و بستگان، دوستان و آشنایان، و شهر و دیاری که گذشته زندگی او را در خود تنیده است به این هویت و کیستی استحکام بیشتری می‌بخشد. هر یک از این اقلام در مهاجرت به نوعی فرو پاینده می‌شود و شخصی که تا دیروز در دیار خود کسی بوده است با خیال می‌کرده است که کسی است، پس از مهاجرت تبدیل به «هیچکس» می‌گردد و این امر مهاجر را با بحرانی سخت و دردناک روبرو می‌سازد. بدیهی است کسانی که هویتشان بسته به قابلیت‌ها و خلاقیت‌های درونی خویش است - دانشمندان، هنرمندان - کمتر دچار چنین بحرانی می‌گردند چرا که پس از مدت کوتاهی می‌توانند همان قابلیت‌ها را در محیط جدید نیز متجلی ساخته و برای خویش هویتی کسب نمایند.

ز - احساس بی‌وطنی

انسان بطور طبیعی از تغییر می‌هراسد و در تکرار زندگی روزانه و عادی خود احساس نوعی امنیت می‌کند. دشواری یادگیری زبان و کسب مهارت‌های تازه و ترس از عدم موفقیت باعث می‌شود مهاجر به خصوص در سنین بالا، بیش از پیش به آداب و عاداتش پناه ببرد و از حشر و نشر با جامعه میزبان - بدلیل نداشتن جوهر فرهنگی مشترک - بگریزد. بدین ترتیب است که او در میان هموطنان خویش دوستانه می‌یابد و فقط با همانان نشست و برخاست می‌کند. فقط به رادیوهای فارسی زبان گوش می‌کند، روزنامه‌های فارسی را در ایران کوچکی که برای خود ساخته است با همان آداب و رسومی که در زمان مهاجرت با خود آورده است، روزگار می‌گذراند. نتیجتاً پس از گذشت سالها نه از جریان امور کشوری که در آن زندگی می‌کند، کوچکترین خبری دارد و نه با تغییراتی اجتماعی - فرهنگی که در وطن خودش روی داده همگام است. چنین کسی وقتی به وطن بر می‌گردد، مشاهده می‌کند که تحولات و تغییرات بی‌شماری مثبت یا منفی - صورت گرفته و کشورش دیگر آن سرزمینی نیست که او آنجا را ترک گفته بود. عبارت دیگر نه تنها در کشور محل اقامت خویش که در وطن خویش نیز غریب است.

نقش سازنده مهاجرت

هر چند این نوشتار در رابطه با پی آمدهای ناگوار مهاجرت بود، اما بد نیست اشاره ای نیز، هر چند مختصر به نقش سازنده مهاجرت داشته باشیم.

مهاجرت اصولاً تاریخ ساز است. بسیاری از تمدنهای بشری چه قدیم (ایران و مصر) و با جدید (امریکا، کانادا و استرالیا) بوسیله مهاجران به این سرزمینها شکل گرفته‌اند.

در مهاجرت است که امکان دوباره‌ای برای رشد و تکامل فراهم می‌شود. در مهاجرت است که اقتدار کاذبی که ما به خاطر مال و منال یا مدرک و عنوان و یا هر چیز دیگری داشتیم از بین می‌رود و ضعفهای درونی ما امکان بروز می‌یابد. در مهاجرت است که برای انسان این موقعیت فراهم می‌شود که از تمامی عاداتی که ناآگاهانه به آنها خو گرفته و به آنها وابسته شده است جدا شود، و اینها خود شناس و فرصت دومی است برای مهاجر که اختیار زندگی خویش را آگاهانه بدست گیرد.

در حقیقت می‌توان گفت در مهاجرت به کشورهای آزاد، انسان به دنیایی وارد می‌شود که امکان رشد و پیشرفت در آن کم نیست، امنیت اقتصادی و اجتماعی میبایست و چندان مانعی بر سر راه ترقی و تعالی آدمی وجود ندارد. باید و نبایدهای زندگی قومی و قبیله‌ای که آزادیهای فردی و بدنال آن امکان خلاقیت و رشد و شکوفایی را از فرد سلب کرده بود، از میان می‌رود و اگر مهاجر زندگی و کار خود را محدود به دایره هموطنان ننماید، می‌تواند از این فرصت‌ها و امکانات بهره گرفته و استعدادهای خفته خود را به منصفه ظهور برساند. درخشش ایرانیان مقیم کشورهای پیشرفته در زمینه های مختلف علمی، ادبی، فرهنگی و هنری را می‌توان به وجود استعداد و قابلیت در آنان و مهمتر از آن به استفاده صحیح این عزیزان از این امکانات منتسب دانست. این امر خود نشانگر اینست که هیچ ملتی به لحاظ هوش و استعداد از ملت دیگر بالاتر یا پایین تر نیست، بلکه این شرایط محیطی است که زمینه ساز بروز خلاقیت‌ها و استعدادهاست. به عبارت ساده تر همانطور که یک بذر خوب برای تبدیل شدن به یک گیاه شاداب و پر بار احتیاج به خاک مناسب، آب و نور و حرارت کافی دارد، انسانها نیز برای رشد و شکوفایی زمینه مساعد می‌خواهند و این معنا را بخوبی در شعر فروغ می‌توان یافت که: هیچ صیادی از جوی حقیری که به گودالی می‌ریزد مروریدی صید نخواهد کرد.

تحقیر واقع می‌شود. به عبارت ساده‌تر همه افراد در پناه قانون بوده و از یک امنیت نسبی اقتصادی و احترام و شان اجتماعی تقریباً برابر برخوردارند. فرزندان مهاجران که با سرعت، معیارهای حاکم بر جامعه میزبان را جذب و با روال و آهنگ آن حرکت می‌کنند، متوجه می‌شوند که بدون گذر از هفت‌خوان دانشگاه نیز می‌توان راحت زیست و از زندگی لذت برد و مورد احترام جامعه میزبان بود. بنابراین اگر تمایلی به ادامه تحصیل نداشته باشند، دلیلی برای اتلاف حداقل چهار سال از وقت خود برای خواندن مطالبی که علاقه‌ای به آنها ندارند را نمی‌بینند. این مسأله برای والدینی که در جامعه ای زیسته‌اند که احترام و آبرو در گرو داشتن مدرک و بخصوص عناوین است، سخت ناگوار می‌آید. کنجکاوی پی‌در پی اقوام و بستگان این خانواده‌ها در ایران و سایر دوستان و آشنایان ایرانی در کشور میزبان، در مورد تحصیلات فرزندان، والدین را در تنگنای بیشتری قرار می‌دهد و این خود باعث فشار بیشتر از طرف والدین به فرزندان در رفتن به دانشگاه و ادامه تحصیل به‌خصوص در رشته‌هایی که دکترها و مهندسی می‌دهند می‌گردد. نتیجه‌نهایی این تفاوت فرهنگی ایجاد تنش، رخت برستن خرسندی و آرامش از خانواده و سایر اثرات منفی و جنبی ناشی از آن برای همگی آنها است.

متأسفانه والدین برای تشویق و ترغیب فرزندان، به ادامه تحصیلات دانشگاهی در غرب از همان دلالی که در وطن سود می‌جستند استفاده می‌کنند، دلالی چون کسب آبرو و احترام اجتماعی. دلالی که در کشورهای غربی چندان کار ساز نیست. شاید ذکر این نکته در اینجا خالی از فایده نباشد که اصولاً این چنین انگیزه‌هایی برای وارد شدن به دانشگاه در کشورهای در حال توسعه، خود یکی از دلایل عقب ماندگی این کشورهاست. زیرا هنگامی که فرار از تحقیر، فخر فروختن به دیگران و بر انگیزتن حسرت در آنان و کسب احترام کاذب انگیزه تحصیلات عالی شد، نتیجه آن بوجود آمدن مدرک دارانی بیسواد و متخصصینی بی‌علاقه خواهد گردید که نخواهند توانست آنچه‌انکه باید در روند بهبود جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کنند کام بردارند. متأسفانه اکثریتی از ما مردم جوامع عقب مانده از این نکته غافلیم که استعداد و علاقه دو عامل مهم برای تحصیلات آکادمیک در تمامی رشته‌ها علمی، ادبی و هنری است و این عوامل در همان به یک نسبت وجود ندارد. تشویق فرزندان به ادامه تحصیلات فقط در موردی می‌تواند توجیه منطقی داشته باشد که آنان دارای هوش و استعداد بوده، اما بدلالی چون تبلی یا بی‌حوصلگی و ... از ادامه تحصیل خودداری کنند. در چنین حالتی نیز منطقی‌ترین راه مجاب کردن یک جوان به ادامه تحصیلات، متوجه کردن او به این نکته انسانی است که اگر او بتواند مثلاً یک جراح یا فیزیکیان یا خلبان شود یا استعدادهای هنری خود را پرورش دهد، اما به مشاغلی چون فروشندگی، شستشوی اتومبیل، تهیه ساندویچ و یا هر کار دیگری که نیاز به نبوغ و هوش و استعداد زیادی ندارد، مشغول گردد، جای فردی را غصب کرده است که استعداد و توانائی جراح، خلبان و یا فیزیکیان یا هنرمند شدن را نداشته است.

ه - فردگرایی و تنوع راههای زندگی در غرب و تاثیر آن در سست شدن پیوندهای عاطفی خانواده:

معاشرت و رفت و آمدهای خانوادگی یکی از رایج ترین و ارزاترین سرگرمی‌های مردم در تمامی کشورهای فقیر منجمه کشور ما بوده می‌باشد. تداوم فقر باعث شده است که این سرگرمی بصورت عادی در بین ما در آید. بطوری که حتی در بین اقشاری که به لحاظ مادی با اجداد خویش تفاوت بسیار کرده‌اند، هنوز رفت و آمد و مهمانی دادن و مهمانی رفتن یکی از رایج ترین سرگرمی‌هاست. با این تفاوت که به حشو و زوائد و تکلفات و تشریفات آن افزوده گشته است. یکی از شرایط داشتن چنین سرگرمی وجود خانواده و فامیل بزرگ است که آن نیز منوط به آنست که ازدواج در جوانی صورت گیرد و فرزندان متعدد در خانواده متولد گردند.

در حالیکه در کشورهای مدرن شرایط دیگری حاکم است، بهبود وضع اقتصادی، توزیع عادلانه‌تر ثروت، وجود امنیت نسبی و حمایت قانون از فرد باعث شده که دنباله روی از سنتها و آداب جای خود را به انتخاب فردی دهد. در این جوامع زندگی تنها در درس خواندن، کارگرفتن، ازدواج کردن و بچه دار شدن خلاصه نمی‌شود. یکی از بزرگترین دستاوردهای دموکراسی «خود بودن» یعنی برای خود و نه برای رضایت و خواست دیگران زندگی کردن است. فرزندان مهاجران فرهنگ حاکم بر جامعه میزبان را به دلیل متنوع تر بودن راههای زندگی بر فرهنگ سنتی خویش ترجیح می‌دهند. حاصل این رجحان عدم تمایل به ازدواج، احتمال ازدواج با غیر هموطن و عدم تمایل به داشتن فرزند و یا فرزندان متعدد است. باین ترتیب گسترش معمول خانواده در مهاجرت از دست می‌رود.

والدین در این رابطه نیز سعی زیادی می‌کنند که فرزندان را وادار به اطاعت از فرهنگ سنتی و آداب و رسوم خویش نمایند. اما وجود امکان ورود جوانان به بازار کار و حمایتی که دولت از آنان می‌کند را می‌توان از دلایل عدم موفقیت والدین در این امر دانست. استقلال مالی منجر به استقلال فردی، شخصیتی و فکری می‌گردد که اولین نشانه آن عدم اطاعت از والدین است. به بیان دیگر والدین نمی‌توانند از طریق تهدید به قطع و یا کاهش کمکهای مالی، فرزندان خود را به پیروی از سنتها و آداب و عادات خویش قرار دهند. چرا که اگر چنین کنند فرزندان می‌توانند خانه را ترک گفته و به‌طور مستقل زندگی خود را هر چند با دشواری ادامه دهند.

از طرفی از آنجا که کانون خانواده تنها مایه امید و دلخوشی بسیاری از مهاجران نسل اول در این کشورها است، والدین در بسیاری از اوقات مجبور می‌شوند در جهت حفظ آن، استقلال رای و شخصیت فرزندان خود را به رسمیت بشناسند و به‌گونه‌ای بلعوض آن‌ها را از حمایت‌های عاطفی و خدمتانی و مالی خود بهره‌مند سازند. این وضعیت هر اندازه که برای والدین دل آزار و غیرمنصفانه می‌نماید، برای فرزندان گوارا و خوشایند است، چرا که آنان از دو نعمت بزرگ برخوردارند، یکی آزادی و استقلال غربی و دیگر داشتن والدین شرقی که از هیچ نوع محبتی برای آنان دریغ نمی‌دارند. غرق شدن فرزندان در جامعه و فرهنگ میزبان، فراموش کردن آداب و رسوم هم‌راه با ضعیف شدن زبان مادری، خود منجر به احساس تهایی در والدین و به‌دنبال آن افسردگی در آنان می‌گردد به‌خصوص

آگهی های شما

به کیفیت و استمرار این هفته نامه
یاری می‌رساند

020 8453 7350



reports@persianweekly.co.uk

مشاورین املاک آوا
بزودی در منطقه APEX CORNER افتتاح خواهد شد



SALES & LETTINGS
% 100 MORTGAGES
PROPERTY CONSULTATION
&
MANAGEMENT

TEL: 020 8959 9390

منتظر آگهی های بعدی ما باشید.



صندوق دولت بپرداز.
چند دقیقه دیگر، بقالی
را آوردند که فرزند او
نیز از آبله مرده بود.
این بار امیر کبیر دیگر
نتوانست تحمل کند.
روی صندلی نشست و
با حالی زار شروع به
گریستن کرد.

در آن هنگام میرزا
آقاخان وارد شد. او در
کمتر زمانی امیر کبیر
را در حال گریستن
دید. علت را
پرسید و ملازمان امیر
گفتند که دو کودک

شیرخوار پاره دوز و بقالی از بیماری آبله مرده اند. میرزا آقاخان با
شگفتی گفت: عجب، من تصور می کردم که میرزا احمدخان، پسر امیر،
مرده است که او این چنین های می گیرد. سپس، به امیر نزدیک
شد و گفت: گریستن، آن هم به این گونه، برای دو بچه شیرخوار بقال
و چقال در شأن شما نیست. امیر سر برداشت و با خشم به او تگریست.
آنچنان که میرزا آقاخان از ترس بر خود لرزید. امیر اشک هایش را
پاک کرد و گفت: خاموش باش. تا زمانی که ما سرپرستی این ملت را
بر عهده داریم، مسئول مرگشان ما هستیم. میرزا آقاخان آهسته گفت:
ولی اینان خود در اثر جهل آبله نکوبیده اند. امیر با صدای رسا گفت: و
مسئول جهلشان نیز ما هستیم. اگر ما در هر روستا و کوچه و خیابانی
مدرسه بسازیم و کتابخانه ایجاد کنیم، دعانویسها بساطشان را جمع
می کنند. تمام ایرانیها اولاد حقیقی من هستند و من از این می گریم
که چرا این مردم باید اینقدر جاهل باشند که در اثر نکوبیدن آبله
بمیرند.

منبع حکیمی، محمود. داستانهایی از زندگی امیر کبیر. دفتر نشر فرهنگ

اشکهای امیر کبیر ایران

در سال ۱۲۶۴ قمری، نخستین برنامه دولت ایران برای واکسن زدن
به فرمان امیر کبیر آغاز شد. در آن برنامه، کودکان و نوجوانانی
ایرانی را آبله کوبی می کردند. اما چند روز پس از آغاز آبله کوبی به
امیر کبیر خبر دادند که مردم از روی ناآگاهی نمی خواهند واکسن
بزنند. به ویژه که چند تن از فالگیرها و دعانویسها در شهر شایعه
کرده بودند که واکسن زدن باعث راه یافتن جن به خون انسان
می شود.

هنگامی که خبر رسید پنج نفر به علت ابتلا به بیماری آبله جان باخته اند،
امیر بی درنگ فرمان داد هر کسی که حاضر نشود آبله بکوبد، باید پنج
تومان به صندوق دولت جریمه بپردازد. او تصور می کرد که با این فرمان
همه مردم آبله می کوبند. اما نفوذ سخن دعانویسها و نادانی مردم
بیش از آن بود که فرمان امیر را بپذیرند. شماری که پول کافی داشتند،
پنج تومان را پرداختند و از آبله کوبی سرباز زدند. شماری دیگر هنگام
مراجعه مأموران در آب انبارها پنهان می شدند یا از شهر بیرون می رفتند.

روز بیست و هشتم ماه ربیع الاول به امیر اطلاع دادند که در همه شهر
تهران و روستاهای پیرامون آن، تنها ۳۳۰ نفر آبله کوبیده اند. در همان
روز، پاره دوزی را که فرزندش از بیماری آبله مرده بود، به نزد او
آوردند. امیر به جسد کودک تگریست و آنگاه گفت: ما که برای نجات
بچه هایمان آبله کوب فرستادیم، پیرمرد با اندوه فراوان گفت: حضرت
امیر، به من گفته بودند که اگر بچه را آبله بکوبیم، جن زده می شود.
امیر فریاد کشید: وای از جهل و نادانی، حال، گذشته از این که فرزندت
را از دست داده ای باید پنج تومان هم جریمه بدهی. پیرمرد با التماس
گفت: باور کنید که هیچ ندارم. امیر کبیر دست در جیب خود کرد و پنج
تومان به او داد و سپس گفت: حکم بر نمی گردد، این پنج تومان را به

نامی مطمئن و پیشرو

ساتلایت ۵ ستاره

5 STAR SAT

نصب و تبدیل سیستم ثابت و موتورایزر
جهت دریافت هزاران کانال افغانی، فارسی
کردی، عربی، ترکی و اروپایی

کنترل کلیه کانالها از هر جای منزل بدون نیاز به سیم کشی

نصب آنتن تلویزیون و نصب تلویزیون پلاسما

نصب و راه اندازی کانالهای ماهواره ای در تمام نقاط انگلستان



Tel: 020 8395 3114

Help Line: 07817 690 167



Technomate

Your Digital Partner For Life

آریانا TV از کابل
آریانا افغانستان از آمریکا



reports@persianweekly.co.uk

لطفا مطالب و ترجمه های خود را بصورت تایپ شده برای دفتر روزنامه ارسال کنید

بزودی

سالن مجزای رستوران ژینو
با موزیک زنده گشایش خواهد یافت

بیا بیید

ببینید

بچشید

غذات کنید

Zhi Noo Restaurant

175 South Ealing Road
London, W5 4QP
Telephone: 020 8847 1740

www.cafezhinoo.co.uk
E-mail: bijankimiachi@hotmail.com

خواستگاری حق کیست؟ مرد یا زن؟

خواستگاری دیگر نیاز به تعریف ندارد همه کم و بیش دیده ایم و شنیده ایم. حداقل صدا و سیما در هر فیلم خود حداقل یک خواستگاری را دارد. لذا با این اوصاف دیگر نیاز به تعریف خواستگاری نیست. خواستگاری حق کیست؟

اگر با دید جامعه مردسالار جواب بدهیم، خواهیم گفت حق مرد! زیرا عرف جامعه ما نمی پذیرد که یک زن از یک مرد خواستگاری کند. قبلا اعتقاد بر این بود که اگر یک زن از یک مرد درخواست ازدواج کند و مرد درخواستش را نپذیرد، ممکن است زن به خاطر احساسات خود دچار بحران روحی شود و ضربه های روحی سنگینی بخورد، اما بزرگ تر که شدم (حداقل از نظر جسمی) دیدم که نه این طور نیست؟ شاید این طور هم باشد اما با قطعیت نمی توان نسخه اش را پیچید.

چون امروزه آنقدر شبکه اجتماعی افراد (عده کثیری از مردم) بالا رفته است که توان این گونه برخوردها را دارند. یکی از همقطاران در نشریه ای مطلب حاضر را به خوبی به چالش کشیده بود و اکثر مطالب از پشتوانه علمی خوبی برخوردار بودند. ایشان معتقد بودند که "جامعه سنتی ایران هنوز نمی پذیرد که یک زن به خواستگاری یک مرد برود."

اگر حتی قبول کنیم که هنوز ما این فرهنگ را نیافته ایم که یک زن به خواستگاری یک مرد برود. حالا اگر با دید دیگری به خواستگاری نگاه کنیم به این سوال خواهیم رسید که خواستن حق کیست؟ مرد یا زن؟ آیا خواستن

انحصاری است؟ به نظر من خواستن حق هر دو است، هر دو می توانند بخواهند. اما بروز این خواستن مهم است. به فرض اینکه یکی دیگری را بخواهد باید این خواستن را به نوعی بروز دهد. به اینجا که می رسمیم باز به نقطه اول بازگشته ایم باز مسئله خواستگاری و مسائل پیرامون آن پیش می آید.

نکته ای که برخی از منتقدان به خواستگاری زن از مرد وارد می کنند این است که به دلیل احساسی بودن زن، درخواست ازدواجش نیز از روی احساسات بوده و نمی تواند ضامن دوام زندگی زناشویی در آینده باشد. اما به فرض اینکه این نظریه را قبول کنیم باز حق نداریم او را از انتخابش منع کنیم. در واقع با این کار احساسات او را بی ارزش کرده و به حساب نیاورده ایم.

به عقیده من درخواست ازدواج لاقول در جوامعی که دم از مدرنیته می زنند و ادعای فرهنگ دارند باید به شکلی باشد که طرفین بتوانند آزادانه و بی هیچ دغدغه ای درخواست خود را مطرح کنند.

اما مشکل اساسی اینجاست که خود زنها هم در بیشتر موارد نمی خواهند و نمی توانند پا پیش نهند. یکی از دوستان همواره می گوید که یک زن می تواند ۴۰ سال عاشق بماند و زبان نگشاید اما یک مرد نمی تواند ۱ روز عاشق بماند و زبان نگشاید. البته این جمله بیشتر جنبه علمی ندارد و مورد قبول من نیست، زیرا درست است که زن و مرد تفاوت هایی با هم دارند اما هر دو در انسان بودن مشترک اند. و از یک گوهر مشترک اند و ودیعه الهی که با نام عشق از آن یاد می شود، کیفیتی تقریبا مشابه نزد هر دو دارد. لذا یک زن نمی تواند با این استدلال که چون من زنم، سکوت کند.

البته برخی از زن ها این مشکل را (ناتوانی در بیان صریح) با رفتار و حرکات خود حل می کنند و با زبان بی زبانی علاقه خود را بروز می دهند.

در نقد سخن من ممکن است بعضی ها بگویند درست است که در حال حاضر خواستگاری از سوی مرد صورت می گیرد، اما پذیرش نهایی از سوی زن است و اوست که تصمیم نهایی را می گیرد. اما به فرض قبول کردن اینکه خانواده زن مخصوصا پدر خانواده هیچ دخالتی در تصمیم گیری وی نداشته باشد، باز هم دلیل این نمی شود که بگویم خواستگاری عادلانه بوده. و طرفین از حقوق برابر برخوردار بوده اند.

سخن آخر اینکه، بستر جامعه و همچنین افکار عمومی باید به گونه ای باشد که خواستگاری را با اشکال غیر معمول نیز بپذیرد و صرفا با تکیه بر عرف جامعه خط قرمزی بر این موضوع نکشد. زیرا عرف را جامعه به وجود آورده است و جامعه است که می تواند روی آن اثر گذاشته و دچار تغییر و تحولش کند.

خدمات ساختمانی، مسکونی و تجاری

تعمیرات کلی و جزئی، طبق استانداردهای انگلستان با ضمانت کامل

طراحی داخلی با نظارت مهندسين مجرب

لوله کشی، برقکاری، نجاری، نقاشی، کاشیکاری و آجرکاری ...

079 4862 5919

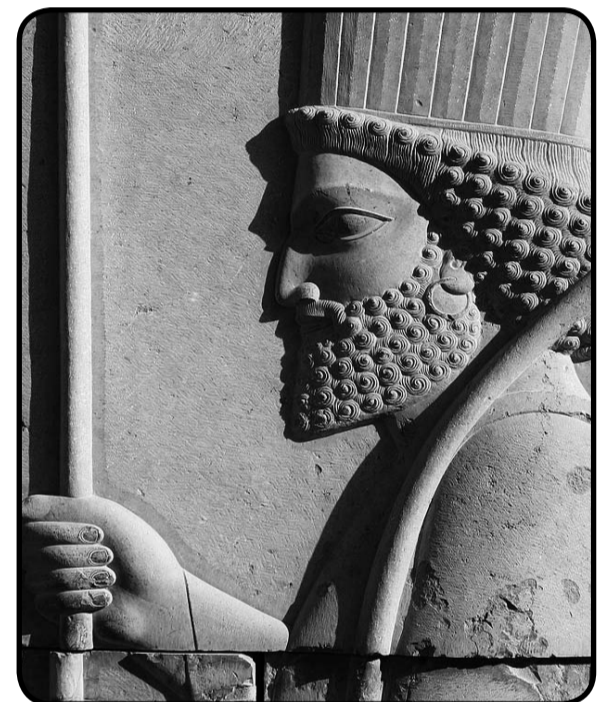


بختاریخ

reports@persianweekly.co.uk



ارتباطات در ایران باستان



داریوش اول اصلاحات عمده ای را در روش های اداره مملکت صورت داد و این اصلاحات منجر به تشکیلات کشوری و تنظیم مالیات و ایجاد خطوط ارتباطی شد. و در این زمان داریوش برای مطرح شدن روش هایش برای اولین بار یک برنامه بزرگ روابط عمومی را به منظور نشان دادن کارهای خود به عموم افراد ملت های تابع ایران و ایجاد حسن تفاهم در آنها اجرا کرد و در این راه از بهترین وسائلی که آن زمان وجود داشت استفاده کرد.

آن زمان که انسان زندگی قبیله ای را آغاز کرد دود، آتش و شاید هم از زمانی که مهاجرات های عظیم نوع بشر شروع شد؛ از دول بزرگ تاریخ و کشور گشایان نامی حکایاتی بما رسیده است که نشان می دهد روابط عمومی با تفاوت های اندک و تحت عناوین مردم داری و امثال آن مورد استفاده آنان بوده است.

بشر از آن زمان که به توسعه تمدن خود پرداخت؛ نیازمند به همکاری و ارتباط با دیگران شد و دامنه دار شدن امور شهر نشینی و یا بهتر بگویم گسترش شهرنشینی مستلزم ایجاد تشکیلات و سازمانی برای استفاده صحیح از منابع و افراد بود. بدین جهت گروهها و دسته های مختلفی تشکیل شدند که منافع و فعالیت های آنها نسبت به گروه های دیگر گاهی موافق و گاهی مخالف بود. برای حل این اختلافها یا با یکدیگر به منازعه و پیکار می پرداختند و یا اینکه قرارها و مقرراتی منعقد و وضع می نمودند.

البته حدود این قراردادها مشخص نبود؛ از این رو داشتن ارتباط و سعی در ایجاد نکه داشتن حسن تفاهم از زمانهای دیرین شرط اساسی سازش و توافق میان گروه ها و ملت های مختلف بود و بشر از آغاز تاریخ کوشش می کرد، که وسایلی برای ایجاد ارتباط و تفاهم با دیگران بدست آورد و از کلیه علوم و فنونی که در اختیار داشت بدین منظور استفاده می کرد.

مهمترین نمونه عالی از وسایل ارتباطی در ایران باستان که برای ایجاد حسن تفاهم و به منظور روابط عمومی بکار رفته است کتیبه ی بیستون

شاهنشاه هخامنشی است که بر صخره های کوه بیستون نقش بسته است. داریوش اول اصلاحات عمده ای را در روش های اداره مملکت صورت داد و این اصلاحات منجر به تشکیلات کشوری و تنظیم مالیات و ایجاد خطوط ارتباطی شد. و در این زمان داریوش برای مطرح شدن روش هایش برای اولین بار یک برنامه بزرگ روابط عمومی را به منظور نشان دادن کارهای خود به عموم افراد ملت های تابع ایران و ایجاد حسن تفاهم در آنها اجرا کرد و در این راه از بهترین وسائلی که آن زمان وجود داشت استفاده کرد. او فرمان داد به صخره های بلند کوه بیستون که چشمه های دامنه های آن محل اطراق کاروانیان ملت های بزرگ آن زمان چون آشوری ها، بابلی ها و ... بود کتیبه ی مفصلی به سه زبان معروف آن عصر یعنی پارسی قدیمی، ایلامی و بابلی بنویسند و نسخه هایی از آن را نیز به زبان های مختلف به کلیه کشورهای تابع ایران ارسال کنند تا مطالب آن در سراسر نقاط ایران بزرگ پخش شود. در واقع این کتیبه مانند یک روزنامه دیواربست که در آن زبان جای سایر وسایل امروز روابط عمومی از قبیل جراید، تلویزیون، فیلم و ... را گرفته است.

داریوش اول برای معرفی خود و عملکرد شاهنشاهی خویش کتیبه های را آماده می کرد که در این کتیبه ابتدا داریوش خود را معرفی کرده و می گوید «منم داریوش، شاه بزرگ، شاه شاهان، شاه کشورها، پسر وی شاسب، نوه آرشام هخامنشی». سپس ۲۳ مملکتی را که تحت حکومت شاهنشاهی ایران بودند نام می برد و می گوید در این ممالکت هر مردی را که دوست بود بسیار نواختم و با آنکه دشمن بود سخت کیفر دادم به فضل اهورامزدا این ممالک قوانین مرا، مجری داشتند و همچنان که امر کردم، رفتار نمودند.

بعد از آن داریوش شرح سرکوبی گئوماتای غاصب و هر یک از کسانی را که در اطراف ایران به شورش برخاسته بودند با ذکر تاریخ و وقایع دقیق آنها بدون هیچگونه اقرار بیان نموده و گفته است: «به فضل اهورامزدا کارهای بسیار دیگر نیز کردم که در این کتیبه ننوشتم و از این جهت ننوشته ام تا آن کسی که بعداً این نوشته را می خواند نپندارد که این کارها خیلی زیاد است و آنرا باور ندارد و دروغ بداند. اکنون با تو باور داشتی آنچه را که کردم پس آن را پنهان مدار، اگر پنهان مداری و به مردم بگویی اهورامزدا تو را یاری کند و دودمان تو پاینده و عمرت دراز دارد. آنچه من از جزی و کلی کردم، به اراده اهورامزدا بود، اهورامزدا من را کمک کرد و ایزدان دیگر نیز، زیرا چه من، چه دودمانم نه بد قلب بودیم و نه دروغگو و نه بی انصاف. من موافق حق و عدالت سلطنت کردم، نه بنده ای را آزرادم و نه مردم ضعیف را، مردمی را که دودمان مرا یاری کرد نواختم و آن را که بدی کرد فشردم»

بدون شک در آن روزگاران برنامه ی بهتر از این برای ایجاد حسن تفاهم، در عموم افراد و آشنا ساختن آنها به اسلوب یا روش جدیدی اداره امور کشور وجود نداشته و این نوع اطلاع رسانی و شرح حال امور در دنیای باستان؛ بی نظیر به نظر می رسد بر همین اساس این نمونه برجسته ای از اقداماتی است که در دنیای قدیم به منظور روابط عمومی به عمل می آمده است.

داریوش یک شبکه مخابراتی با استفاده از وسایل موجود آن زمان برای فرستادن پیام های کوتاه و فوری بوجود آورد. این پیامها بوسیله علائمی که با ایجاد دود در روز و آتش در شب بر روی ارتفاعات داده می شد به سرعت منتقل می شد و به نقاط دور دست کشور می رسید.

داریوش پادشاه هخامنشی برای حفظ ارتباط و رسانیدن اخبار لازم به عموم مردم که مهمترین اصول روابط عمومی است دست به اقدامات مهمی در دوران باستان زد که در زیر به آنها اشاره می شود.

۱ - برای نخستین بار چهارپاخانه هایی (چهارپاخانه هایی) در سراسر ایران دایر کرد که در آنها همیشه اسب های تازه نفس حاضر بودند و به محض آنکه چارپا حامل پیام به آنجا می رسید فوراً اسب خود را عوض می کرد و به حرکت ادامه می داد. بدین ترتیب پیام مورد نظر به سریع ترین طرز ممکن تا دور افتاده ترین نقاط ایران ارسال می شد.

۲ - داریوش یک شبکه مخابراتی با استفاده از وسایل موجود آن زمان برای فرستادن پیام های کوتاه و فوری بوجود آورد. این پیامها بوسیله علائمی که با ایجاد دود در روز و آتش در شب بر روی ارتفاعات داده می شد به سرعت منتقل می شد و به نقاط دور دست کشور می رسید.

۳ - داریوش با وجود فقدان چاپ و کاغذ و سایر وسایل پخش اخبار در آن روز مطالب مورد نظر خود را بطور بخش نامه مانند، به اطلاع کلی نواحی تابع ایران می رساند و برای این منظور از لوح های فلزی که با خط میخی بر روی آنها نوشته می شد استفاده می کرد. مثلاً پس از اقداماتی که در سه سال اول سلطنت خود برای فرو نشاندن شورش های ناشی از حکومت گئوماتای غاصب و برقراری حق و عدالت به عمل آورد فرمان داد شرح جامعی درباره این اقدامات در لوح های فلزی نوشته و به کلیه نواحی ایران بفرستند تا عموم افراد کشور از آن آگاه شوند و حسن تفاهم و همکاری لازم در آنها بوجود آید.

۴ - وسیله دیگری که داریوش برای این منظور بکار برد، کتیبه ی بیستون است. همانطور که گفتیم داریوش فرمان داد شرح فتوحات و یا فتح ها و سرکوبی شورشیان و نظم و نسخ جدیدی را که پدید آورده بود را بر صخره های بلند کوه بیستون کتیبه کنند و پیکر او را نیز با نفر از سرکردگان شورش که به فرمان او گردن نهاده بودند بر بالای آن کتیبه حجاری نماید.

قابل ذکر است که داریوش در عرصه روابط عمومی ایران کارهای بسیاری کرده است که حتی بعد از او نیز دولت ها و قومهای مختلف

هم استفاده می کردند و حتی در دوره ای ساسانیان از وسایل روابط عمومی که داریوش بوجود آورده همچنان استفاده می شد. که در قسمتهای بعدی به شرح مفصلی از آن خواهیم پرداخت. یکی از کارهای مشهوری که در دوره ساسانیان انجام داده می شد این بود که در جشن خرم روز (اول دی) شاه از تخت به زیر می آمد و لباس سفید می پوشید و به روی فرش های سفید می نشست و آنگاه عموم دهقان ها و طبقات مختلف مردم را به حضور می پذیرفت و با آنها به سخن گفتن می پرداخت.

روابط عمومی در دوره ساسانیان در دوره ساسانیان چارپاخانه ها همچنان برقرار بود و خلفای اسلامی نیز از آن تقلید کردند، کتیبه های بسیار نیز در دوره ساسانی نزدیک محل عبور کاروان ها یا مراکز اجتماع مردم نقش گردید. هر چند از لحاظ تفصیل مطالب و اهمیت آن به پای کتیبه بیستون نمی رسید ولی هنرهای خاصی در تهیه آن بکار رفته بود. کتیبه های این دوره بیشتر به صورت پوستر مصوری است که با بهترین امکانات آن زمان تصویر شده و موضوع های واحدی را از قبیل تاج گذاری اردشیر (در نقش رستم) و یا طرز زندگی خسرو پرویز (طاق بستان) با مهارت بسیاری به طور گویا و بدون آنکه احتیاج زیادی به استفاده از متن داشته باشد نشان می دهد.

ضمناً در دوره ساسانیان خط و کتابت در ایران توسعه و پیشرفت بسیار یافته بود و علاوه بر سه طبقه رسمی جامعه که روحانیان، جنگ آوران و کشاورزان بودند طبقه چهارمی به نام دبیران به وجود آمده بود. رئیس این طبقه دبیربذ نام داشت و جزء مقرران شاه بود. کار این طبقه عبارت از این بود که نام ها و پیام های دستگاه های دولت و یا اشخاص را به طرز مؤثر و مفهوم با رعایت اصول ادبی و هنری تهیه و تنظیم می کردند. دبیران نقش بزرگی برای حسن تفاهم میان افراد مختلف و همچنین میان دستگاه های حکومت و عموم مردم را برعهده داشتند. وسیله دیگری که در زمان ساسانیان از لحاظ روابط عمومی مورد استفاده قرار می گرفت، جشن ها و مراسم مذهبی بود. چنان چه که می دانیم ایرانیان در زمان ساسانیان جشنهای طولانی برپا می کردند. هر سال شش عید به نام گاهنبار داشتند که برای هر یک از آنها پنج روز جشن می گرفتند. علاوه بر این هر یک از روزهای ماه نامی داشتند که نام ۱۲ روز اول آن مطابق نام ماههای سال بود و در هر ماه وقتی نام روز مصادف با نام آن ماه می شد جشن می گرفتند.

مهمترین جشن ها نوروز، مهرگان، سده، آذرچش و هار جشن بود و اعیاد دیگری نیز از قبیل خرم روز (در اول دی)، سیرسور (مخصوص خوردن سیر و شراب) و آبریزگان (در سی بهمن) برقرار بود.

در این جشن ها که با مراسم مذهبی همراه بود معمولاً بارعام (یعنی عامه مردم) ضیافت های عمومی برپا می کردند. سرودهایی در توصیف اقدامات نیک شاه می خواندند و موبد بزرگ نطقی می کرد که در آن فرمان های شاه را برای مردم بیان می نمود. همچنین پادشاه و حکمرانان از این جشن ها برای تماس با مردم و ایجاد حسن تفاهم با آنها استفاده می کردند.

یکی از کارهای مشهوری که در دوره ساسانیان انجام داده می شد این بود که در جشن خرم روز (اول دی) شاه از تخت به زیر می آمد و لباس سفید می پوشید و به روی فرش های سفید می نشست و آنگاه عموم دهقان ها و طبقات مختلف مردم را به حضور می پذیرفت و با آنها به سخن گفتن می پرداخت.

در آغاز این جشن معمولاً شاه می گفت: «امروز من چون یکی از شما هستم، و با شما برادر هستم، زیرا قوام جهان به آبادانیست که در دست شماست و قوام آبادانی به پادشاه است و هیچ یک از این دو جدا از هم نتواند».

در زمان صفویه که ترویج مذهبی مورد توجه قرار گرفت، واعظان نقش بزرگتری پیدا کردند و اقدامات حکومت را از لحاظ حمایت و تقویت مذهبی نیز مورد بحث قرار می دادند. در دوران صفویه از جارچیان نیز جهت اعلام خبرهای مورد نظر حکومت استفاده می شد و منصب جارچی، جزء مناصب رسمی حکومت بود.

در دوره اسلامی نقش روابط عمومی را تا حدی شاعران ایفاء می کردند که در قصائد خود اقدامات نیک پادشاهان را می ستودند و خواسته های مردم را نیز به گوش پادشاه می رسانیدند. این اشعار سینه به سینه می گشت و در همه جا پراکنده می شد.

در دربار بعضی از پادشاهان مانند سلطان محمود غزنوی، برای شعرا و وظیفه ای که از لحاظ روابط عمومی برعهده داشتند، قدر و منزلت زیادی قائل بودند و ملک الشعراء در واقع به جای رئیس روابط عمومی آن زمان بود.

واعظین و اهل منبر نیز تا حدی وظیفه روابط عمومی را انجام می دادند. آنها به نام حکمران و سلطان وقت خطبه می خواندند و منظورهای حکومت را به گوش مردم می رسانیدند.

در زمان صفویه که ترویج مذهبی مورد توجه قرار گرفت، واعظان نقش بزرگتری پیدا کردند و اقدامات حکومت را از لحاظ حمایت و تقویت مذهبی نیز مورد بحث قرار می دادند. در دوران صفویه از جارچیان نیز جهت اعلام خبرهای مورد نظر حکومت استفاده می شد و منصب جارچی، جزء مناصب رسمی حکومت بود.

وسایل و تشکیلات که برای امور روابط عمومی در دوران صفویه وجود داشت مانند سایر تشکیلات حکومتی و اجتماعی دیرین تا زمان قاجاریه همچنان ادامه یافت و هیچگونه تغییر اساسی در آن پدید نیامد.

منابع: کتاب روابط عمومی - علی اکبر دیباچ



موسسه پذیرائی گلچین



مشاور ، طراح و برگزار کننده جشنهای شما
(عروسی - نامزدهی - تولد - مهمانیهای خصوصی - مراسم عزاء)
تهیه بهترین و مجلل ترین سالن و
هتل با سرویس پذیرای کامل



با انواع غذاهای ایرانی-فرنگی و دریایی به همراه

(کیک - گل آرائی - ماشین عروس - سفره عقد - فیلمبرداری - عکاسی - موزیک زنده - میز - صندلی - سرویس رومیز)

گلچینی از بهترین تزئینات غذائی با مدرن ترین سرویس



Mob: 07904 515 081 - Tel / Fax: 020 3084 4620

www.golchin.co.uk

38 Glebe Road Stanmore HA7 4EL

E mail: info@golchin.co.uk

قبل از ارسال ارز خود حتما نرخ ما را بپرسید



پاسارگاد

Exchange

PASARGAD

Registration no: 12234004

شما می توانید ارز خود را به هر گوشه دنیا اعم از
ایران ، امارات ، اروپا ، ترکیه ، آمریکا و بالعکس به سرعت انتقال دهید
از دیگر خدمات ما خرید سکه طلا و مسکوکات می باشد

Tel: 020 8922 0002

Address:

164 Ballars Lane, Finchley Centre N3 2PA

020 8922 0001

077 8383 1841

www.pasargaduk.com

info@pasargaduk.co.uk



reports@persianweekly.co.uk

به بهانه روز جهانی خودکشی

براساس آخرین آمار با کمبود دو هزار و ۲۱۵ مشاور روبه رو هستیم و هیچ مدرسه ابتدایی و راهنمایی مشاور ندارد. ضمن اینکه نرم مصوب مشاوره در مدارس به ازای هر ۱۲ دانش آموز یک ساعت خدمات راهنمایی و مشاوره است. اما هم اکنون به ازای هر ۲۸۰ دانش آموز یک مشاور تمام وقت در مدارس وجود دارد.

البته همان موقع اعلام شد که طرح جامع پیشگیری از خودکشی در محیط های دانش آموزی توسط آموزش و پرورش تهیه شده است. در مورد دانشجویان هم، براساس بررسی دفتر مشاوره وزارت علوم، خودکشی دومین علت مرگ دانشجویان شناخته شده است. در همین گزارش آمده است، نرخ جهانی خودکشی دانشجویی ۷/۵ در صد هزار نفر است که تقریباً نصف میزان خودکشی همایان غیردانشجوی آنها است.

نرخ خودکشی دانشجویی در ایران طی سال های ۸۶ - ۷۷ در دانشگاه های تحت پوشش وزارت علوم، حداکثر ۱/۶ در صد هزار و حداقل ۰/۶ در صد هزار نفر بوده است. این در حالی است که به گفته دکتر پرویز مرادی، عضو هیات علمی دانشگاه تربیت معلم کرج، تاکنون ۲۰۶ مورد اقدام به خودکشی در دانشگاه های دولتی ثبت شده که از این تعداد ۲۰ مورد با مرگ همراه بوده و خودکشی در بین دانشجویان پسر بیشتر از دختران بوده است.

دکتر گلزاری استاد دانشگاه علامه طباطبائی هم در ارائه نتایج یک تحقیق که در سال ۸۳ انجام شده، می گوید: ۴۵۰ هزار دانشجو در تحقیق به عنوان نمونه بوده اند که در آن ۱۰ درصد از پسران و ۷ درصد از دختران انگیزه خودکشی داشته اند. گلزاری در ادامه تاکید می کند که آمار خودکشی در میان دانشجویان و دانش آموزان رو به افزایش است. روش های عجیب خودکشی

به گفته کارشناسان روش های خودکشی در ایران نیز در حال تغییر هستند. خودسوزی به ۵۰ درصد روش های خودکشی زنان که بیشترین اقدام کنندگان به خودکشی در کشور هستند بدل شده است. تحقیقات دیگر نشان می دهد که استفاده از دارو، سم و پارگی عروق در کنار حلق آویز کردن و سقوط از ارتفاع به روش های خودکشی در کشور افزوده شده است. روش های عجیب دیگری نیز در چند سال گذشته گزارش شده است. از جمله شیوه ایدمی خودکشی با قرص برنج که در ماه های اخیر علاوه بر مناطق شمالی کشور به تهران نیز رسیده است. به گفته برخی از کارشناسان استفاده از این روش نشانه اوج خشم در فرد اقدام کننده است. یک روش عجیب دیگر که در لرستان شایع شد، خودکشی بر اثر گچ خوری است. پژوهشگران در تحقیقی در استان لرستان به این نتیجه رسیده اند که ۴۵ درصد موارد اقدام به خودکشی با گچ در گروه سنی ۱۰ تا ۱۹ سال قرار داشته و اکثریت بیماران را دانش آموزان تشکیل داده اند.

۱۵ تا ۲۴ سال است. در آمریکا مردان ۴ برابر بیشتر از زنان بر اثر خودکشی کشته می شوند. در حالی که تعداد تلاش زنان برای خودکشی بیشتر از مردان است. این نسبت در کشور کانادا هم وجود دارد و در کانادا هم تعداد خودکشی در مردان چهار برابر زنان است.

از جمعیت ۱/۳ میلیاردی چین ۲۶ میلیون نفر به افسردگی مبتلا هستند و از این تعداد بین ۱۰ تا ۱۵ درصدشان دست به خودکشی می زنند. سالانه حدود ۵ میلیون خودکشی در چین اتفاق می افتد که تنها بخشی از آنها موفقیت آمیز است. خودکشی روزانه به طور میانگین ۶۸۵ نفر از جمعیت کشور چین را کم می کند و برخی آمارها رتبه اول خودکشی در جهان را به چین داده اند.

اما هند بیشترین خودکشی در میان جوانان در سطح جهان را دارد. محققان هندی این میزان را از هر ۱۰۰ هزار زن جوان ۱۴۸ نفر و از هر ۱۰۰ هزار مرد جوان ۵۸ نفر عنوان می کنند که ۱۴ درصد از کل جهان را شامل می شود. اختلافات خانوادگی، خشونت علیه همسران و بیماری های روانی در جنوب هند بیشترین عامل خودکشی در جوانان هندی است. در بین کشورهای عضو اتحادیه اروپا هم فنلاند رتبه اول و پرتغال رتبه آخر را از لحاظ آمار خودکشی دارند. از هر ۱۰۰ هزار جوان فنلاندی بین ۱۵ تا ۲۴ سال، ۴۵ نفر دست به خودکشی می زنند. اما در پرتغال از هر ۱۰۰ هزار جوان حدود ۸ نفر خودکشی می کنند.

اما در ژاپن خودکشی ها متفاوت است. در این کشور باشگاه های خودکشی به صورت اینترنتی تشکیل شده اند که افراد از طریق آنها یکدیگر را پیدا می کنند و دست به خودکشی دسته جمعی می زنند. گسترش روزافزون این نوع خودکشی پلیس ژاپن را به فکر راه اندازی پلیس اطلاعات برای کنترل پیام های این نوع انجمن ها و چت روم های اینترنتی انداخته است. در سال ۲۰۰۴ در کشور ژاپن حدود سه هزار نفر از این طریق خودکشی کرده و حدود ۷۰ باشگاه فعال خودکشی اینترنتی شناسایی شدند.

خودکشی در ایران

براساس پژوهشی که نتایج آن تیرماه امسال در ایسنا منتشر شد، مهمترین علل اقدام به خودکشی در زنان متأهل، خشونت همسر و اختلاف زناشویی است. طبق آمارهای به دست آمده در این پژوهش ۳۷۴ زن از زنان مورد مطالعه، ازدواج اجباری داشتند و ۵۰/۵ درصد آنها از شوهران خود می ترسیدند. همچنین ۶۷ درصد افراد مورد مطالعه، مورد خشونت همسران خود قرار گرفته و ۷۴/۷ درصد فاقد آگاهی از وجود مراکز حمایتی در جامعه بودند.

از سوی دیگر در تحقیقی که در تابستان ۸۳ در بیمارستان رازی رشت انجام شده بود، مشخص شد که مهمترین عامل زمینه ساز خودکشی در این مطالعه اختلافات خانوادگی ۵۴/۶ درصد، مشکلات عاطفی ۱۸/۸ درصد، مشکلات اقتصادی ۸/۳ درصد، مشکلات جسمی و روانی ۷/۹ درصد و سایر علل ۹/۷ درصد بوده و در ۲/۵ درصد موارد هم علت خاصی وجود نداشته است.

برخی آمار پراکنده دیگری هم به این شرح اعلام شده: فرمانده انتظامی خراسان شمالی از افزایش ۱۷۹ درصدی آمار خودکشی در این استان خبر داده و اعلام کرده در سه ماهه اول سال

۱۱، ۸۶ مورد خودکشی در استان صورت گرفته که این آمار در سه ماهه مشابه سال گذشته تنها ۴ مورد بوده و خودکشی ها اغلب در رده سنی ۲۵ تا ۴۰ سال قرار داشته اند.

در جای دیگری مشاور استانداردی ایلام حدود ۴۰۰ مورد خودکشی در سال را در استان ۵۸۰ هزار نفری ایلام اعلام کرده که از این تعداد ۲۲۰ نفر سهم زنان است. البته آمار دیگری رقم ۶۷ در ۱۰۰ هزار را برای خودسوزی در ایلام اعلام کرده است.

خودکشی در مدارس و دانشگاه ها

در مورد آمار خودکشی کودکان و نوجوانان در سال های اخیر آمار دقیقی ارائه نشده، غیر از چند سال پیش که حمید زندیه معاون وقت آموزش و پرورش شهر تهران از وقوع ۲۸۳ مورد خودکشی در سال در بین دانش آموزان شهر تهران خبر داده بود و غیر از این دیگر آماری اعلام نشد.

پژوهش ها نشان می دهد مشکلات عاطفی از قبیل افسردگی، اضطراب، روابط ناخوشایند و نظام حمایتی دانش آموزان، اختلالات روانی، سوء مصرف مواد مخدر و الکل، نداشتن مهارت های مقابله ای و سازگاری، از دست دادن اعتماد به نفس، نبود خدمات مشاوره ای به ویژه برای نوجوانان در معرض خطر و دسترسی نداشتن خط کمک - راهنمایی از جمله مولفه های خطر آفرین به ویژه نوجوانان برای اقدام است. با این وجود سال ۸۵ اعلام هزار مشاور، متوسطه و داشته و



سلیمان محمدی

سه هزار ایرانی در سال خود را می کشند

سازمان بهداشت جهانی تخمین زده است در هر سال حدود یک میلیون انسان خودکشی می کنند. آمار خودکشی در جهان ۱۶ نفر به ازای هر صد نفر است و به طور متوسط در هر ۴۰ ثانیه می کشد. این سازمان همچنین پیش سال ۲۰۲۰ این تعداد به ۱/۵ سال برسد به همین خاطر افزایش آمار سال های اخیر از سال طرف WHO (سازمان جهانی) و IASP (انجمن المللی پیشگیری از خودکشی) روز ۱۰ سپتامبر مصادف با ۱۹ شهریور را به عنوان روز جهانی پیشگیری از خودکشی نامگذاری کرده اند. سال گذشته میلادی در سومین سالروز این نامگذاری «درک بیشتر، امیدواری های جدید» عنوان ویژه این روز نام گرفته و اعلام شد که تمرکز اصلی آن بر روی عملی ساختن تحقیقات و بررسی علمی و تحقیقاتی درخصوص خودکشی و تبدیل آن به برنامه های آموزشی پیشگیرانه و در نهایت نجات جان انسان های در معرض خطر است. همچنین اعلام شد طی ۴۵ سال اخیر نرخ خودکشی در سراسر جهان ۶۰ درصد افزایش یافته و در حال حاضر نیز یکی از سه عامل اصلی مرگ و میر در میان افراد ۱۵ تا ۴۴ سال است.

خودکشی در جهان

امروزه خودکشی جزء چند عامل اولیه مرگ و میر در کشورها است. سازمان بهداشت جهانی و انجمن بین المللی پیشگیری از خودکشی هشدار داده اند که شمار قربانیان خودکشی در سراسر جهان بیش از شمار قربانیان قتل و جنگ ها است.

دکتر «خوزه مانوئل برتولت» از مقامات رسمی سازمان بهداشت جهانی تعداد افرادی که سالانه در جهان اقدام به خودکشی می کنند را ۲۰ تا ۶۰ میلیون نفر اعلام می کند که تنها یک میلیون نفر از آنها موفق به گرفتن جان خود می شوند. بر همین اساس در کشورهایی نظیر سنگاپور، لبنان و هند، خودکشی اقدامی غیرقانونی به شمار می آید اما کارشناسان معتقدند که چنین قوانینی آثار بازدارنده ای ندارد، بلکه بر نرخ اقدام به خودکشی می افزاید. آمار خودکشی زنان در جهان ۱۵ در صد هزار نفر است و این آمار در انگلستان دو در صد هزار و در هندوستان ۱۴۸ در صد هزار نفر گزارش شده و به همین دلیل است که هند را به عنوان پایتخت خودکشی زنان در جهان می شناسند.

بیشترین آمار گزارشی در مورد خودکشی مربوط به کشورهای شرق اروپا است و کمترین آن مربوط به کشورهای امریکای لاتین و کشورهای مسلمان و برخی کشورهای آسیایی است و در مورد تعداد خودکشی های انجام شده در اکثر کشورهای آفریقایی، آماری در دست نیست. خودکشی هشتمین عامل مرگ در آمریکا و سومین عامل مرگ در بین جوانان

مرگ گاهی ریچان می چینی...

سرعت انتقال پول با قیمت مناسب را با ما تجربه کنید



صرافی بین المللی برادران سروری

SARWARY BROTHERS
INTERNATIONAL
TRAVEL & MONEY EXCHANGE

انتقال پول

به اکثر نقاط جهان در مدت ۱۵ دقیقه
و بلعکس بدون شارژ ظرف کمتر از ۱ ساعت

آلمان - آمریکا - ایران - استرالیا - ترکیه
آمریکای شمالی - افغانستان - مسکو - دوبی
آمریکای جنوبی - یونان - پاکستان و سراسر اروپا...

Head Office: 122 Plashet Road, Plaistow,
London, E13 0QS
Tel: 020 8257 3547, Mobile: 07976 303 612
020 8257 5040, Fax: 020 8552 8491
Branch One: 10a The Broadway Southall,
Middlesex, UB1 1PS
Tel: 020 8571 0166, Fax: 020 8893 5976
Email: mohsin@sarwary.e7even.com



reports@persianweekly.co.uk

آشنایی با قوانین حقوقی خود در انگلستان

آموزش حرفه ای را می گذرانند. در صورتی که شما از اجازه اقامت یا ورود استثنایی (ELR/ELE)، یا از حق حمایت انسانی و یا اقامت ویژه (HP/DL) و یا از «حق اقامت دائم» (ILR) برخوردارید، و سن شما بیش از ۱۸ سال است و از سایر شرایط لازم نیز برخوردارید، مشمول این وام می شوید. وام برای بهبود موقعیت شغلی (CDLs) از طریق همکاری بین دولت و یکی از بانک های معتبر تامین می شود. دانشجویان می توانند تا ۸۰ درصد هزینه ثبت نام بعلاوه همه مخارج کتابها، مواد درسی و سایر خرج های دروه تحصیل خود را با گرفتن وام از ۳۰۰۰ پوند تا ۸۰۰۰ پوند تامین کنند. برای اطلاعات بیشتر در این باره با LearnDirect به شماره تلفن ۰۸۰۰ ۵۵۵ ۵۵۵ تماس بگیرید.

دوره های تعلیمات حرفه ای دولتی اینها دوره هایی هستند که در صورت اشتغال به شما تعلق می گیرند. کسانی که از اجازه اقامت یا ورود استثنایی (ELR/ELE)، یا از حق حمایت انسانی و یا اقامت ویژه (HP/DL) و یا از «حق اقامت دائم» (ILR) برخوردارند، مشمول این دوره ها هستند. پناهجویانی که از اجازه کار برخوردارند ممکن است مشمول یکی از برنامه های زیر شوند.

قرارداد جدید (New Deal) این طرحی از طرف دولت است که توسط «خدمات کارایی» (Em-ployment Services) اداره می شود و برای کسانی است که نوعی کمک هزینه مالی (مانند کمک هزینه کارجو (Job Seekers Allowance)، کمک هزینه درآمد (Income Support)، کمک هزینه معلولین (Disability Benefits) دریافت می کنند. این طرح به شما این حقوق را می دهد:

برخورداری از مشاوره شخصی و راهنمایی برای دست یافتن به یک نقشه عمل برای بهبود موقعیت شغلی یا از سر گذاردن یک دوره تعلیماتی.

شرکت در دوره های کوتاه آشنایی نسبت به عرصه های شغلی یا تعلیمات حرفه ای برای اینکه علایق خود نسبت به آنها را بسنجید.

برخورداری از برنامه هایی که برای آمادگی شغلی، بهبود اعتماد به نفس و آگاهی شخصی مفید هستند.

کارآموزی (placement) تمام وقت در یک دوره تعلیمات حرفه ای، آموزشی، کار داوطلبانه یا کارهای مربوط به محیط زیست تا یک سال.

دریافت کمک هزینه علاوه بر آنچه از آن برخوردارید برای تامین رفت و آمد و مخارج دیگر.

برای اطلاعات بیشتر به دفتر «خدمات کارایی» محل تان رجوع کنید.

یادگیری/ تعلیمات در عین اشتغال به کار

این نحوه تعلیمات اساسا از طریق سازمانهای تعلیم خصوصی و از طرف «شورای مهارت و یادگیری» (Learning and Skills Councils) انجام می شود. این دوره ها عموما نکات زیر را در بر می گیرند:

تعلیمات حرفه ای تا سطح ۲ و ۳ مدرک تحصیلات حرفه ای کارآموزی در عرصه های کارهای حرفه ای پس از این تعلیمات کمک به ارتقاء سطح سواد، ریاضیات و استفاده از کامپیوتر کمک برای پیدا کردن کار و آمادگی شغلی مانند کمک برای تهیه معرفی نامه شخصی (CV) و تجسس برای کار مناسب پرداختن کمک هزینه علاوه بر آنچه از آن برخوردارید برای تامین رفت و آمد و مخارج دیگر.

شرایط برخورداری از این امکان مانند شرایط برخورداری از «قرارداد جدید» (New Deal) است.

لطفا توجه کنید که اطلاعات موجود در این سند به منظور تامین توضیحات کامل درباره قانون و حقوق شما تهیه نشدند: برای مشاوره دقیق درباره شرایط خودتان لازم است که با یک مشاور متخصص و یا وکیل تماس بگیرید.

برای اطلاعات بیشتر با یکی از سازمانهای وابسته به ROAP تماس بگیرید:

درباره روال کار پناهندگی با:
Asylum Aid
Commercial Street 28
London E1 6LS
Tel. 020 7377 5123
Tel. 020 7247 7789
Fax. 020 7247 7789

برای مشاور درباره کمک هزینه های اجتماعی و امکانات مالی حمایت از پناهندگان با:

(Central London Advice Service (CLAS
Derry House
Penfold Street
London NW8 8HJ
Tel. 020 7402 6750 ext. 23
Fax. 020 7224 8264

برای مشاوره درباره تحصیلات، تعلیمات و اشتغال با:

Refugee Education & Training Advisory Service (RE-TAS)
Dufferin Street 14
London EC1Y 8PD
Tel. 020 7426 5837/5817
Fax. 020 7251 1314

This document was provided by ROAP www.asylumaid.org.uk

Advanced)، دیپلم دبیرستان (A Levels)، «مدرک تحصیلات حرفه ای ۳» (NVQ ۳) باشد؛ و یک «توافقنامه یادگیری» با کالج تان امضاء کرده باشید که در آن اهداف، میزان کار و شرایط حضورتان قید شده باشند؛ و وضعیت مالی شما بعنوان کسی که دشواری مالی دارد ارزیابی شده باشد.

تحصیلات عالی: تحصیلات دوره لیسانس تحصیلات دوره لیسانس شامل رشته های تحصیلی لیسانس دانشگاه دوره های فوق دیپلم مانند گواهی نامه یا دیپلم عالی سراسری (Higher National Certificates and Diplomas (HNC/Ds)) می شود. کمک هزینه هایی که برای مطالعه این دوره های آموزشی موجود است شامل وام تحصیلی (Student Loan) (که از طرف اداره آموزش و پرورش محلی برای کمک به هزینه زندگی پرداخت می شود)، بورس ویژه (Discretionary Awards) (که از طرف اداره آموزش و پرورش محلی و به ندرت به افراد بسیار نیازمند داده می شود)، و «صندوق کمک برای محصلان بزرگسالی که مشکل مالی دارند» (Access and Hardship Funds) (که از طرف کالج یا دانشگاه به دانشجویانی که بسیار نیازمند هستند اعطاء می شود).

شرایط برخوردار شدن از این کمک هزینه ها به این قرار است:

اگر شما پناهجو هستید از هیچکدام از این کمک هزینه ها برخوردار نمی شوید مستقل از اینکه چند سال در این کشور زندگی کرده باشید.

اگر شما از اجازه اقامت یا ورود استثنایی (ELR/ELE) و یا از حق حمایت انسانی و یا اقامت ویژه (HP/DL) برخوردارید مشروط به اینکه پیش از شروع دوره تحصیلی سه سال در بریتانیا مقیم بوده باشید این کمک هزینه ها به شما تعلق می گیرد. اگر شما در داخل بریتانیا تقاضای پناهندگی کردید، تاریخ شروع اقامت شما از زمانی که به کشور وارد شده اید آغاز می شود. برای اینکه پی ببرید که آیا مشمول این کمک هزینه ها می شوید وضعیت تان را با یک مرجع موفق چک کنید.

اگر شما از «حق اقامت دائم» (ILR - Indefinite Leave to Remain) برخوردارید مشمول این کمک هزینه ها می شوید مستقل از اینکه چند سال در بریتانیا مقیم بوده باشید.

میزان شهریه ها، مبلغی که شما برای شهریه پرداخت می کنید بسته به وضعیت اقامت تان دارد. اگر شما از اجازه اقامت یا ورود استثنایی (ELR/ELE)، یا از حق حمایت انسانی و یا اقامت ویژه (HP/DL) و یا از «حق اقامت دائم» (ILR) برخوردارید، در آنصورت به اندازه یک دانشجوی انگلیسی «home rate» شهریه می پردازید. اگر شما پناهجو هستید ممکن است شهریه معادل شهریه برای دانشجویان خارجی «overseas rate» پرداخت کنید. برخی دانشگاهها به تشخیص خود شهریه کمتری می گیرند.

تحصیلات عالی: کمک هزینه تحصیلی برای دوره فوق لیسانس این کمک هزینه ها توسط «شورای تحقیقات» (Research Councils) بر اساس شایستگی متقاضی اعطاء می شود. پذیرش برای یک دوره تحصیلی و یا داشتن شرایط حداقل برای برخورداری از این کمک هزینه ها به خودی خود تضمینی برای اخذ آنها نیست. متقاضیان باید از معدل بالایی در مدرک لیسانس خود برخوردار باشند معمولا این لیسانس را از دانشگاهی در بریتانیا دریافت کرده باشند. شرایط مشمول شدن به دریافت کمک هزینه تحصیلی برای دوره فوق لیسان همان است که برای دریافت وام تحصیلی (Student Loans) صدق می کند (به بخش مربوط به دوره لیسانس در فوق رجوع کنید). برای دانشجویان برخی دروه های فوق لیسانس تربیت معلم، طبق قانون امکانات مالی بیشتری وجود دارد.

موسسات خیریه ای که کمک هزینه تحصیلی تامین می کنند یک تعداد موسسات خیریه وجود دارند که کمک هزینه تحصیلی به دانشجویان می دهند. برای اطلاعات بیشتر با «سرویس مشاوره برای کمک هزینه های تحصیلی» (Educational Grants Advisory Service) به شماره تلفن ۰۲۰ ۷۲۴۹ ۶۶۳۶ تماس بگیرید و یا به کتاب های راهنمای موجود در کتابخانه محلی تان مانند «کتاب راهنما درباره کمک هزینه های تحصیلی» (The Educational Grants Directory) و یا «کتاب راهنما برای افراد نیازمند به کمک هزینه» (A Guide To Grants For Individuals in Need) که از طرف «مرکز اطلاعات برای تحول اجتماعی» (Directory for Social Change) منتشر می شود، رجوع کنید. قبل از اینکه به هر کدام از این موسسات خیریه مراجعه کنید به دقت چک کنید که برای اینکه خود و دوره آموزشی که مایلید مطالعه کنید واجد شرایط آنها شوند از چه معیارهایی باید برخوردار باشند.

کمک هزینه های دانشگاهها برخی دانشگاهها و کالج ها کمک هزینه و یا جوایزی به دانشجویان می دهند. این موسسات آموزشی یا اتحادیه دانشجویی آنها ممکن است همینطور صندوق کمک مالی برای دانشجویان کم درآمد هم داشته باشند که از طریق آن کمک مالی محدودی به دانشجویانی که دشواری مالی دارند پرداخت می کنند.

حمایت مالی موسسات تجاری (Industrial Sponsorship) برخی شرکت ها برای رشته های معینی حمایت مالی می دهند. رشته مهندسی (بویژه مهندسی برق، الکترونیک و مکانیک) بیشترین میزان این کمک ها را دریافت می کند. برای اطلاعات بیشتر به کتاب راهنمای «حمایت مالی برای دانشجویان» («Sponsorship for Students») در کتابخانه محلی تان رجوع کنید.

وام برای بهبود موقعیت شغلی (CDLs) پناهجویان مشمول این وام نمی شوند.

این یک وام بانکی برای کمک به کسانی است که یک دروه تعلیمات یا

برخورداری از حق تحصیل برای پناهجویان و پناهندگان

(شانزده سال به بالا)

برخلاف باور عمومی در بریتانیا هیچ محدودیتی برای تحصیلات وجود ندارد. شما می توانید هر رشته ای را که می خواهید بخوانید، مشروط به اینکه از معیارهای زیر برخوردار باشید:

شما باید شرایط ورود به رشته تحصیلی را داشته باشید یعنی اینکه از سطح لازم زبان انگلیسی و سایر مدارک و تجارب لازم برخوردار باشید.

شما باید بتوانید امکان پرداخت هزینه ثبت نام برای رشته تحصیلی و تامین مالی خود طی دوره تحصیل را داشته باشید.

این سند معرفی کوتاهی است از نحوه تامین هزینه مالی برای تحصیل و همینطور امکانات دیگری که ممکن است درانتخاب شما برای تحصیلات یا کارآموزی تاثیر بگذارند.

توجه: تغییراتی که در اجازه اقامت استثنایی (ELR) یا ورود استثنایی (ELE) داده شده است

از اول آوریل ۲۰۰۳، ELR و ELE با «حق حمایت انسانی» (Humanitarian Protection - HP) و در برخی موارد با حق اقامت ویژه (Discretionary leave) جایگزین شده اند. کسانی که از HP یا DL برخوردارند از همان حقوق بهره مند هستند که کسانی که قبلا مشمول ELR/ELE بودند.

زبان انگلیسی برای کسانی که انگلیسی زبان مادری اشان نیست (ESOL)

اگر شما برای یادگیری زبان انگلیسی به کمک احتیاج دارید هیچ محدودیتی برای ساعاتی که می توانید در این کلاسها شرکت کنید و از کمک هزینه هم برخوردار شوید وجود ندارد. کلاسهای ESOL در کالج های دولتی (FE) مجانی است اما مدارس زبان خصوصی معمولا شهریه می گیرند. برای اطلاعات بیشتر درباره کلاسهای ESOL محلی با کالج محلی تان یا با مرکز تحصیلات برای بزرگسالان (Adult Edu-cation) تماس بگیرید.

تحصیلات عالی (Further Education - FE) رشته های تحصیلی بخش دولتی برای افراد بالای شانزده سال که در زیر سطح HND تحصیل می کنند را توصیف می کند.

از سپتامبر ۲۰۰۳، پناهجویان و کسانی که از اجازه اقامت یا ورود استثنایی (ELR/ELE) و یا از حق حمایت انسانی و یا اقامت ویژه (HP/DL) برخوردارند ولی شرایط اقامت سه ساله را ندارند و سن شان بین ۱۶ تا ۱۸ است مشمول برخورداری از کمک هزینه مالی جدیدی تحت عنوان «کمک هزینه مالی برای یادگیرندگان» (Learner Support Fund) می شوند. برای سایر افراد حق برخورداری از کمک مالی همان است که در بخش مربوط به «تحصیلات دوره لیسانس» (Undergraduate Study) آمده است.

برای رشته های تحصیلی نیمه وقت (معمولا زیر ۱۶ ساعت در هفته) وقتی مشمول شهریه کم می شوید که نوعی کمک هزینه مالی هم دریافت کنید. این شامل کمک هزینه از NASS هم می شود. کمک هزینه های دوره تحصیل (EMAs) پناهجویان مشمول کمک هزینه های تحصیلی زیر نمی شوند.

این کمک هزینه ها از طرف اداره آموزش و پرورش محلی در اختیار کودکانی قرار می گیرد که از خانواده های کم درآمد می آیند و سن شان بیش از سن قانونی (۱۶) برای ترک تحصیل است.

باید توجه داشت که سیاست اداره های آموزش و پرورش محلی (Local Education Authorities - LA) با یکدیگر فرق می کند و تصمیم گیری درباره پرداخت این کمک هزینه ها به آنها بستگی دارد. شما هر هفته وجهی بعنوان کمک هزینه زندگی دریافت خواهید کرد و تا زمانی که مطابق با «توافقنامه یادگیری» (learning agreement) عمل کنید این وجه به شما پرداخت خواهد شد.

برای اینکه از این کمک هزینه برخوردار شوید لازم است که:

سن تان بین ۱۶ تا ۱۹ سال باشد؛ و یک رشته تحصیلی تمام وقت را بخوانید که مدرک نهایی آن تا حد «سطح ۳» مانند «مدرک عالی برای تحصیلات حرفه ای» (GNVQ)



reports@persianweekly.co.uk

(گردآوری و تخلص: بهزاد - ر / از کتاب قصه های هزار و یک شب)

هزار و یکشب

داستانهای

چون شب هشتم برآمد



جادوگشته با ملک گفت مرا گمان این بود که غلامک کشته شد. پس من از خانه بیرون آمده به قصر بشتافتم و در خوابگاه خویش بخیسیدم. چون بامداد شد، دختر عم خود را دیدم که گیسوان بریده و جامه ماتم پوشیده پیش من آمد گفت: دوش شنیدم که یک برادرم را مار گزیده و برادر دیگرم از فراز بام به زیر افتاده و پدرم به جنگ دشمنان رفته، هر سه مرده‌اند. اکنون سزاست که من به عزا بنشینم و گریان و ملول باشم.

من گفتم: هر آنچه خواهی بکن. سالی به ماتم داری و اندوه بنشست. پس از سالی گفت: باید به قصر اندر خانه‌ای بنا کنم و صورت قبری در آنجا بسازم و آنجا را بیت‌الاحزان نامیده باماتم داری بنشینم. گفتم: هر آنچه خواهی بکن.

پس خانه و صندوقی بساخت و غلامک را بدانجا بیاورد که او نمرده بود. ولی از آن زخم، برنجوری همی‌زیست و سخن گفتن نمی‌توانست.

پس دختر همه روزه بامداد و شام به بیت‌الاحزان اندر شده به زخم غلامک مرهم می‌نهاد و شربت و شراب به او همی‌خوراند. تا اینکه روزی دختر بدان مکان رفت و من نیز از پی او برفتم. دیدم که می‌خروشد و سینه و روی خود می‌خراشد و این ابیات همی‌خواند:

مرا خیال تو هر شب دهد امید وصال
خوشا پیام وصال تو در زبان خیال

میان بیم و امید اندرم که هست مرا
روز، بیم فراق و به شب، امید وصال

ترا گرامی، چون دیده داشتم همه روز
کنار من وطن خویش داشتی همه سال

به

چون این ابیات برخواند، من با تیغ برکشیده پیش رفتم و به او گفتم: ای روسی گفتار تو به گفتار آن زنان ماند که با مردان بیگانه عشق ورزند و با ایشان در آمیزند. چون مرا دید که به قصد کشتن او تیغ بلند کرده‌ام، دانست که غلامک را نیز من بدان روز انداخته‌ام. آنگاه سخنانی چند بگفت که من آنها را ندانستم و با من گفتم: افسون من نیمه ترا سنگ کند. در حال من بدینسان شدم.

پس از آن به شهر و مردم شهر جادوی کرد. چون به شهر اندر چهارگونه مردم بودند، مسلم و نصاری و یهود و مجوس، چهارگونه ماهیان شدند و شهر نیز برکه آبی شد و چهار جزیره، چهار کوه شدند. پس از آن همه روزه دختر به پیش من آمده مرا برهنه می‌سازد و با تازیانه چندان زند که خون از تن من برود. آنگاه جامه پشمین بر من بپوشاند. چون جوان این سخنان بگفت: گریان شد و این دو بیت بر خواند:

گویند صبر کن که ترا صبر بر دهد
آری دهد، ولیک به خون جگر دهد

ما عمر خویش را به صبوری گذاشتیم
عمری دگر ببااید، تا صبر بر دهد

چون جوان ابیات به انجام رسانید، ملک گفت: ای جوان به اندوه من بیفزودی، بازگو که آن دختر کجاست؟ جوان گفت: بامداد و شامگاه به کنار صورت قبری که غلامک در آنجاست بیاید و هنگام رفتن پیش من آمده تن مرا بدان‌سان که گفتم از تازیانه نیلگون کند. ملک چون سخنان او را بشنید گفت: ای جوان، به تو نیکبها و خوببها کنم که پس از من به دفترها نگاشته در زبانها بگویند.

پس ملک برخاست و به مقر خویش بازگشت. روز دیگر هنگام شام تیغ برگرفته بدان جانی که غلامک بود بیامد. دید که قندیلها آویخته و شمعها برافروخته و عود سوخته‌اند و زنگی به خوابگاه اندر خسیبیده بود. در حال تیغ برکشیده غلامک را بکشت و به چاهش در افکند و جامه‌های او را پوشیده در خوابگاه

او بخسبید و تیغ برکشیده در پهلوی خوبستن بگذاشت. چون ساعتی بگذشت دختر به قصر در آمد و پسر عم خود را برهنه کرده تازیانه بر او همی‌زد و او همی‌نالید و می‌گفت: به من رحمت آور. این حالتی که من دارم مرا کافی است. دخترک گفت چرا تو رحم نکردی و معشوق مرا به آن روز نشاندی؟ پس از آن دخترک جامه پشمین بر او پوشانیده جامه حریر از روی او بپوشانید و به نزد غلام آمده ساغر شرابی پیش آورد و گریان گریان گفت: ای خواجه از این شراب جرعه‌ای بنوش و با من سخن بگو. آنگاه این دو بیت برخواند:

سُست پیمانان، به یک زه دل ز ما برداشتی
ای بد عهد سنگین دل چرا برداشتی

خاطر از مهر کسان برداشتم از بهر تو
لیکن ای جانان تو هم خاطر ز ما برداشتی

پس از آن بگریست و گفت: یا سیدی با من سخن بگو. پس ملک شبیه زبان زنگیان و مانند سخن گفتن خبشیان گفت: آه آه سبحان الله. چون دختر آواز او بشنید از فرح و شادی بیهوش شد. چون بیهوش آمد گفت: ای خواجه، مرا امیدوار کردی.

آنگاه ملک به آواز حزین گفت: ای روسی، با تو سخن گفتن نشاید. دختر گفت: سبب چیست؟ گفت: از برای اینکه همه روزه شوهر خود را تازیانه می‌زنی و او را شکنجه می‌کنی. فریاد و ناله او خواب بر من حرام کرده و گرنه من صد باره از بیماری خلاص می‌شدم. دختر گفت اگر تو اجازت دهی، او را رها کنم. ملک گفت: او را رها کن و مرا راحت بخش.

در حال دختر نزد پسر عم رفته، طاسکی پر از آب کرد و افسونی بر او دمیده به آن جوان بپاشید. آن جوان به صورت نخست در آمد. دختر او را از قصر بیرون کرد و گفت: دیگر باز مگرد و گرنه کشته می‌شوی.

آنگاه دختر به بیت‌الاحزان در آمد و گفت: ای خواجه با من سخن بگو که پسر عم خود را از جادو خلاص کردم. ملک گفت: آنچه بایست کرد هنوز نکرده‌ای. دختر گفت: ای خواجه آن کدام است که نکرده‌ام؟ ملک گفت: این شهر و مردم این شهر را به صورت نخستین بازگردان که هر نیمه شب سر بر کرده مرا نفرین همی‌کنند و بدین سبب من از بیماری خلاص نمی‌شوم. دختر سخنان ملک می‌شنید و گمان می‌کرد که غلام با او سخن می‌گوید. آنگاه برخاسته به نزدیک برکه آمد، پاره‌ای از آب برکه برداشت.

چون قصه بدینجا رسید بامداد شد و شهرزاد لب از داستان فرو بست.

سالن پذیرایی دیاموند

DIAMOND RESTAURANT & BAR

دیاموند سالن مجلل پذیرائی با ظرفیت ۲۰۰ میهمان، جهت برگزاری جشنهای نامزدی، عروسی، تولد و ضیافت های خانگی و برگزاری مراسم ترحیم می باشد.

دیاموند آماده گی خود را برای برگزاری جشنهای شما اعلام میدارد.

شما می توانید سالن دیاموند را جهت برگزاری جشنهای خود اجاره کرده و غذای مورد نظر خود را از هر رستورانی که مایل هستید سفارش دهید و یا شخصا تهیه فرمائید.

با ما جهت سفارش کیک عروسی و تولد، عکاس و فیلمبرداری، گل آرائی، سفره عقد، ماشین های تشریفاتی لموزین بنتلی و مرسدس بنز، گروه موزیک و خواننده د لخواه خود مشورت فرمائید.

برای کسب اطلاعات بیشتر و بازدید سالن
با شماره تلفنهای زیر تماس حاصل فرمائید.

0208 44 66 292

079 303 151 75

289 Ballards Lane, London, N12 8NR





reports@persianweekly.co.uk

خدمات تصویر برداری و مجالس

عکاسی مدل - فیلمبرداری مراسم شما با بهترین کیفیت

078 6509 4370

طراحی وب سایت

0800 084 2021

07930 31 8796 www.websazan.co.uk

برای میلیونر شدن خود حتما بخوانید!!!

مرد بیکاری برای سَمَتِ آبدارچی در مایکروسافت تقاضا داد. رئیس هیئت مدیره مصاحبه اش کرد و تمیز کردن زمین رو - به عنوان نمونه کار - دید و گفت: «شما استخدام شدین. آدرس ایمیلتون رو بدین تا فرمهای مربوطه رو واسه تون بفرستم تا پر کنین و همینطور تاریخی که باید کار رو شروع کنین...» مرد جواب داد: «اما من کامپیوتر ندارم، ایمیل هم ندارم!» رئیس هیئت مدیره گفت: «متأسفم، اگه ایمیل ندارین، یعنی شما وجود خارجی ندارین. و کسی که وجود خارجی



شغل هم نمیتونه داشته باشه.» مرد در کمال نومییدی اونجا رو ترک کرد. نمیدونست با تنها ۱۰ دلاری که در جیبش داشت چه کار کنه. تصمیم گرفت به سوپرمارکتی بره و یک صندوق ۱۰ کیلویی گوجه فرنگی بخره. بعد خونه به خونه گشت و گوجه فرنگیها رو فروخت. در کمتر از دو ساعت، تونست سرمایهش رو دو برابر کنه. این عمل رو سه بار تکرار کرد و با ۶۰ دلار به خونه برگشت. مرد فهمید میتونه به این طریق زندگیش رو بگذرونه، و شروع کرد به این که هر روز زودتر بره و دیرتر برگرده خونه. در نتیجه پولش هر روز دو یا سه برابر میشد. به زودی یه گاری خرید. بعد یه کامیون، و به زودی ناوگان خودش رو در خط ترانزیت (پخش محصولات) داشت ... پنج سال بعد، مرد دیگه یکی از بزرگترین خرده فروشان امریکاست. شروع کرد تا برای آینده ی خانواده اش برنامه ریزی کنه، و تصمیم گرفت بیمه ی عمر بگیره. به یه نمایندگی بیمه زنگ زد و سرویسی رو انتخاب کرد. وقتی صحبت شون به نتیجه رسید، نماینده

بیمه از آدرس ایمیل مرد پرسید. مرد جواب داد: «من ایمیل ندارم.» نماینده بیمه کنجکاو ی پرسید: «شما ایمیل ندارین، ولی با این حال تونستین یک امپراتوری در شغل خودتون به وجود بیارین. میتونین فکر کنین به کجاها میرسیدین اگه یه ایمیل هم داشتین؟» مرد برای مدتی فکر کرد و گفت: آره! احتمالاً میشدم یه آبدارچی در شرکت مایکروسافت. نتیجه های اخلاقی: ۱. اینترنت چاره ساز زندگی نیست. ۲. اگه اینترنت نداشته باشی و سخت کار کنی، میلیونر میشی. ۳. اگه این نوشته رو از طریق ایمیل دریافت کردی، تو هم نزدیکه که آبدارچی بشی به جای میلیونر شدن!!!! در جواب این نوشته به من میل زنن، من دارم ایمیل رو میندم تا برم گوجه فرنگی بخرم!!!!

با سپردن کلیه مشکلات خود در امور تصادفات به

کادر مجرب Signature Claim آسودگی خاطر خود را تضمین نمایید.

تعویض اتومبیل تصادفی شما
رفع مشکلات دریافت خسارت
جلوگیری از افزایش قیمت بیمه
قرار ملاقات در محل مورد نظر شما



تصادف کرده اید و فکر میکنید مقصر نیستید؟
در موقع تصادف سرنشین بوده اید؟
جهت دریافت خسارت از بیمه دچار مشکل شده اید؟
آیا دچار حادثه در محل کار یا خیابان شده اید؟
آیا راننده تاکسی هستید و ماشین PCO لازم دارید؟
با یک تلفن به کمپانی Signature Claim می توانید به همه خواسته های خود دست یابید.

Signature
ACCIDENT CLAIM HELPLINE LTD

برای اطلاعات بیشتر با آقای محمد عزیزی
تماس حاصل فرمایید

5Park Road, West Hendon, London, NW4 3QB

Tel: 020 8202 2822 08000 470 940

07958 192 192

azizi@signatureclaims.co.uk



reports@persianweekly.co.uk

گردآوری و بازنویسی مهدی از لندن

ورزشی ایران و جهان

حمله مسلحانه به فرگوسن در ایستگاه قطار



خبرگزاری فرانسه از حمله مسلحانه یک مرد ۴۰ ساله به سرمربی تیم فوتبال منچستر یونایتد انگلیس خبر داد. پلیس امنیتی بریتانیا تایید کرد، در ساعت ۱۶/۳۰ به وقت محلی در ایستگاه قطاری واقع در شمال لندن با نام اوستون، آکس فرگوسن توسط یک مرد ناشناس با ضربه چاقو مورد ضرب و شتم قرار گرفته و پای چپ وی به شدت آسیب دیده است.

سرمربی منچستریونایتد که قلبش با باتری کار می کند، پس از این حمله عجیب که هیچ سرفتی هم در آن صورت نگرفت، به بیمارستان مرکزی لندن منتقل شد. فرگوسن در مصاحبه کوتاه خود با سان لندن گفت: مشکل خاصی ندارم و بزودی از بیمارستان مرخص خواهم شد و با خیالی آسوده شاگردانم را تمرین می دهم.

"آبراموویچ" و وعده جایزه نقدی به بازیکنان تیم ملی روسیه

یک روزنامه چاپ روسیه مدعی شده است که "رومن آبراموویچ" به هر یک از بازیکنان تیم ملی این کشور در صورت پیروزی در دیدار مقابل انگلیس، ۴۰ هزار

یورو جایزه نقدی میدهد. تیمهای روسیه و انگلیس که بعد از کرواسی در مکانهای دوم و سوم گروه پنجم مسابقات برای کسب سهمیه های حیاتی در ورزشگاه ویملی به مصاف هم میروند. بر همین اساس یک روزنامه روس مدعی شده است که آبراموویچ جایزه های یک میلیون یورویی برای بازیکنان تیم ملی روسیه جهت شکست انگلیس در نظر گرفته است.

کرزاکوف ستاره ۲۴ ساله تیم سهویا اظهار داشت: در این شرایط، وعده جایزه نقدی تفاوتی به حال ما نمیکند. ما برای پرچم روسیه بازی میکنیم نه وعدههای بانکی. این در حالی است که ستاره چلسی در تیم ملی فوتبال انگلیس یعنی "جان تری" کاپیتان، "جو کول"، "اشلی کول" و "شوان رایت فیلیپس" دستمزد خود در این مسابقه را وقف خیریه کرده اند.

پشیمانی مدافع آتوری ماتراتزی: زیدان! مرا ببخش



مارکو ماتراتزی بالاخره متوجه اشتباهاتش شد و پس از گذشت یک سال و چند ماه از واقعه فینال جام جهانی ۲۰۰۶ آلمان و ایجاد حواشی های مختلف درخصوص زیدان، از این اسطوره فوتبال عذرخواهی کرد.

مارکو ماتراتزی که پیش از این بارها از زیدان بد گفته بود و قصد داشت باز هم وی را تحریک کند، حتی کتابی درخصوص صحبت های رد و بدل شده میان خودش و اسطوره خروس ها در دیدار فینال جام هجدهم منتشر ساخت و هر بار به نحوی تلاش کرد سر صحبت را باز زی زو باز کند که در پایان موفق هم نشد.

حال ماتراتزی که سابقه درخشانی در تحریک فوتبالیست ها و ایجاد جنجال دارد، در گفتگو با خبرنگاران روزنامه های اسپانیایی جملاتی را به نشان پوشش بر زبان رانده تا به گوش زی زو برسد.

وی در این میان گفت: "می خواهم از زیدان عذرخواهی کنم. او نماد محبوبیت در فوتبال است. البته با عذرخواهی نمی توان جبران گذشته را نمود، اما این تنها کاری است که می توانم انجام دهم.

برتر فوتبال ایران هفته پنجم ۲۳ شهریور ۱۷:۳۰ (لندن) جمعه

نفت	---	ابومسلم	برق	---	ذوب آهن
صناباتری	---	پاس	شیرین فراز	---	استقلال اهواز
پگاه	---	پیکان	مس	---	ملوان
سایپا	---	استقلال			

لازم بذکر است که بازی پرسپولیس و راه آهن در روز ۱۶ تا مبر ساعت ۱۷:۳۰ به وقت لندن برگزار می گردد.

رده بندی لیگ برتر جام خلیج فارس:
(۱) پرسپولیس (۲) سپاهان (۳) ملوان (۴) صبا باتری (۵) استقلال (۶) برق شیراز

چک ضمانت پاروزن ناپدید شده به اجرا گذاشته شد

دبیر فدراسیون قایقرانی از به اجرا گذاشته شدن چک ۲۰ میلیونی و وثیقه ای ملکی رکابزن ناپدید شده ایرانی در آلمان خبر داد. چک ۲۰ میلیونی و وثیقه ای ملکی امین محمدیان پاروزن ایرانی که در جریان مسابقات جهانی آلمان ناپدید شده و به ایران بازنگشته شنبه (روز گذشته) به اجرا گذاشته شد و روال اداری خود را طی می کند. وی افزود: نمی خواستیم به این شدت وارد عمل شویم؛ اما، مجبور شدیم. بارها و بارها به خانواده ای او گفته بودیم که اگر به ایران بازنگردد، ضمانت های خروج از کشورش را به اجرا می گذاریم که متأسفانه او و خانواده اش به این گفته ها بی توجهی کردند.

همیشه دوست داشتیم در اسپانیا بازی کنم اما...

تیموریان: ترجیح می دهم در انگلیس بمانم



پس از پیشنهاد تیم های نیوکاسل و بیرمنگام، اوساسونا اسپانیا جدیدترین مشتری آندرانیک تیموریان است، با این حال بازیکن ایرانی بولتون نمی خواهد که حضورش در فوتبال انگلستان تنها به یک فصل محدود شود.

بازیکن ایرانی تیم بولتون درباره آخرین وضعیت خود گفت: پس از بازگشت از جام ملت های آسیا تمرینات خود را در بولتون آغاز کردم اما به دلیل این که دو ماه در تمرینات آماده سازی تیم نبودم، در تورنمنت ژاپن هم غایب بودم، نتوانستم در هفته های ابتدایی در ترکیب تیم حضور داشته باشم. تنها در هفته سوم به عنوان هافبک راست در دیدار با پورتس موث حضور داشتم و فکر می کنم که بازی خوبی را هم انجام دادم و پس از یک نیمه جای خودم را به یک بازیکن دیگر دادم.

از آن بازی به بعد تنها یک بار جزو ۱۶ بازیکن بودم و تا هفته ششم جایی در ترکیب بولتون نداشتم. با این حال این مساله باعث نشده که انگیزه ام کم شود چرا که سرمربی تیم به من اعتقاد دارد و گفته که منتظر بازگشت پر قدرتم است.

آندو در پاسخ به این سؤال که فکر می کنی چرا در ترکیب تیم جایی نداری، گفت: «هر بازیکنی که به انگلیس می آید زمان زیادی نیاز دارد تا خودش را با شرایط وفق بدهد اما این زمان برای من به کمترین میزان رسید و توانستم سال گذشته به شرایط با ثباتی برسم اما از ابتدای فصل امسال فکر می کنم به دلیل اینکه قراردادم رو به پایان است نتوانسته ام چندان برای تیم بازی کنم. بر اساس قراردادم می توانم ژانویه از بولتون جدا شوم. چند پیشنهاد خوب هم از انگلستان دارم اما دوست دارم که به مبارزه ام ادامه بدهم. با این وجود قرار است پنجشنبه یا شنبه جلسه ای با باشگاه داشته باشم. اگر شرایط مالی بولتون خوب باشد، قراردادم را تمدید می کنم، در غیر این صورت پیشنهادهای دیگر تیم ها را بررسی می کنم.»

مقام سومی تیم ملی دوچرخه سواری ایران در آسیا



تیم ملی دوچرخه سواری کشورمان موفق شد با کسب ۳ طلا، ۳ نقره و ۵ برنز به عنوان سومی بخش مردان دست پیدا کند.

بیست و هفتمین دوره مسابقات قهرمانی بزرگسالان و جوانان آسیا در دو قسمت مردان و زنان در شهر نان خول ریش تایلند با حضور رکابزنانی از ۲۲ کشور برگزار شد که در پایان تیم ایران با کسب ۳ مدال طلا، ۶ نقره و ۶ برنز در جای سوم رده بندی تیمی مردان قرار گرفت.

کاپلو، علاقه مند به مربیگری انگلیس



فابیو کاپلو مربی پیشین تیم فوتبال رئال مادرید که در حال حاضر به عنوان مفسر رقابت های ورزشی برای تلویزیون ایتالیا کار می کند، علاقه مندی خود را برای هدایت تیم ملی انگلستان اعلام کرد. هدایت تیم ملی انگلستان در حال حاضر بر عهده استیو مک لارن است و کاپلو که سابقه مربیگری یونوتوس، رم و میلان را نیز در کارنامه دارد منتظر است تا در صورتی که اتحادیه فوتبال انگلستان حاضر به ادامه همکاری با این مربی نباشد، این سمت را در اختیار بگیرد. وی شایعه جانشینی روبرتو دونادونی در تیم ملی ایتالیا را رد کرد و گفت: دونادونی مربی جوان و با استعدادی است.

دایی: مدیون زحمات حجازی هستم

مربیگری تیم ملی لیاقت می خواهد

علی دایی، سرمربی تیم فوتبال سایپا در نشست خبری هفتگی خود به سؤالات خبرنگاران پاسخ داد:

* ناصر حجازی بزرگتر من است و به عنوان بازیکن برای تیم او بازی کرده ام. برای این مربی احترام زیادی قائم و خود را مدیون زحماتش می دانم. برای حجازی در استقلال آرزوی موفقیت می کنم، اما روز جمعه باید در دو جبهه متفاوت مبارزه کنیم. * تیمی که فوتبال هجومی ارائه می کند به دنبال آن گل هم می خورد. تیم ما در بازی های گذشته شانس های زیاد گلزنی داشته و از سوی دیگر گل های بدی را نیز دریافت کرده است. * مربیگری از آنجایی که با مسئولیت های زیادی همراه است از بازی کردن به مراتب سخت تر است.

* از آنجا که استقلال با حمایت هوادارانش به مصاف ما می آید و جو ورزشگاه آزادی به نفع این تیم است، کار دشواری پیش رو خواهیم داشت.

* هیچگاه راجع به مربیگری تیم ملی حرفی نزده ام. در این زمینه از من سؤال کردند و گفتم دوست دارم سرمربی تیم ملی شوم. هر فرد دیگری هم جای من بود همین را می گفت زیرا همه دوست دارند به تیم ملی خود کمک کنند. اگر لیاقت داشته باشم مربی تیم ملی هم می شوم، زیرا معتقدم مربیگری در این رده لیاقت می خواهد.

* در فوتبال ایران که باشگاه داری هیچ درآمدی ندارد و تنها ضرر به جای می گذارد حتی تا ده سال دیگر هم به باشگاه داری فکر نمی کنم. * فرقی نمی کند که مربی تیم ملی داخلی باشد یا خارجی. او فقط باید بتواند به فوتبال کشور خدمت کند. اظهار نظر درخصوص ادامه کار قلعه نوعی نیز به من ارتباطی ندارد. مگر موقع انتخاب ایشان از من نظر خواسته بودند که امروز بخواهم در مور کنار گذاشتن حرفی بزنم؟

* بازی های پرسپولیس را ندیده ام، اما تیمی که می تواند از چهار بازی دوازده امتیاز کسب کند حتماً شرایط خوبی دارد.

* اعتراض به داوری دردی را دوا نمی کند. با این شرایط بهتر است حرفی نزنیم تا با محرومیت احتمالی روبه رو نشویم. ضمن اینکه حقوق داوران باید دو تا سه برابر شود. تا به امروز به آنها اجحاف شده و باید در این زمینه اقدامی جدی صورت گیرد.

در جریان مسابقات جهانی باکو صورت میگیرد:

اعطای جایزه مشاهیر کشتی جهان به غلامرضا تختی و امامعلی حبیبی

فدراسیون جهانی کشتی غلامرضا تختی و امامعلی حبیبی را در جمع مشاهیر کشتی جهان قرار داد.

قرار است در مراسمی که ساعت ۲۰:۳۰ روز ۲۲ سپتامبر (۲۱ شهریورماه) در کشور آذربایجان و در خلال رقابت های قهرمانی جهان برگزار میشود، به نمایندگان این مشاهیر جوایزی اهداء شود.

منصور مهدیزاده رئیس کمیته فنی فدراسیون کشتی به نمایندگی از فدراسیون کشتی و این مشاهیر جوایز را دریافت کرده و فدراسیون در ایران این جوایز را طی مراسمی تحویل این مشاهیر و خانواده های محترمشان قرار خواهد داد.

مسئولان فدراسیون کشتی به علت حضور امامعلی حبیبی در خارج از کشور و در دسترس نبودن بابک تختی فرزند غلامرضا تختی، به نمایندگی منصور مهدیزاده رئیس کمیته فنی کشورمان را برای حضور در این مراسم انتخاب کرده اند.

قطبی: ثابت می کنم نادان نیستم

سرمربی تیم فوتبال پرسپولیس گفت: نادان نیستم و قول قهرمانی می دهم چرا که پتانسیل آن را داریم.

در شرایط فعلی، پرسپولیس حرفه ای است و طبق تجارب گذشته اش، همچنان تاکید می کنم که تیم ما قهرمان لیگ برتر می شود.

سرمربی پرسپولیس درباره اینکه شماری وی را به دلیل پیش بینی قهرمانی در اوائل فصل نادان تلقی کرده اند، پاسخ داد: نادان نیستم و همچنان قول قهرمانی می دهم چرا که پتانسیل قهرمانی را داریم.



TONY R Ltd

شرکت حمل و نقل بین المللی

ارسال هرگونه کالا و لوازم به تمام نقاط دنیا
جابجایی و بسته بندی لوازم دفتری و
مسکونی و انبار داری کالا

تخفیف ویژه برای ارسال کالا به ایران



- * Home Removals
- * International Removals
- * European Removals
- * Domestic UK Removals
- * Storage* Office Removals
- * Corporate Relocation
- * Trade Moves

020 8451 00 22

رستوران دربند

رستوران دربند با مدیریت جدید و دستپخت جواد آقا شما را به یاد
شهر خودمان و دربند می اندازد
صدای آبشار ، رستوران دنج دربند یاد آور و خاطره انگیز
آبشارهای دربند و رستوران های سنتی می باشد.
غذای مطبوع ایرانی با قیمت های مناسب پاتوق جدیدی برای جوانان
و خانواده هاست .
با هم به دربند بیایید و مشروب های الکلی خود را با خود بیاورید
ارزانترین قیمت ها با کیفیت بالا و استثنایی در خدمت شما خواهد
بود.

65 Caledonian Road Kings Cross N1

Tel: 020 7833 8088

Under Ground: Caledonian Road





reports@persianweekly.co.uk

لطفا ما را از خبرهای اطراف خود مطلع نمائید
برای مشاهده هفته نامه بصورت رنگی به وب سایت مراجعه نمائید

چنانچه قبلاً تصادف کرده‌اید و هنوز
مشکلتان حل نشده با ما تماس بگیرید.

License No. : CRM3039

EU Accident Management

Replacement Vehicle, Repair, Loss of Earnings, Injury Compensation

www.euaccident.com



دریافت خسارت بیمه شخصی
جایگزینی اتومبیل تصادفی با اتومبیل جدید (تاکسی - مینی کب)
جایگزینی مینی کب تصادفی با مینی کب جدید
دریافت درآمد شما در مدت بیکاری و تصادف
حمایت کردن از بالا نرفتن بیمه

084 5430 0347 BT Local Rates

020 8201 8681

078 9153 0392

Fax: 084 5430 0346

Head Injury
£1000 - £220000

Neck Injury
£1000 - £22000

Back Injury
£1000 - £75000

Leg Injury
£1000 - £125000

Knee Injury
£1000 - £25000



Car Hire

P.C.O REGISTERED
MINI CAB DRIVERS

SUIT K, TUDOR HOUSE, LANVANOR RD, NW2 2AR



R.K METAL INDUSTRY

www.rkmetalworks.co.uk
info@rkmetalworks.co.uk

Remote Control gate, Security Gate,
Metal stair case, Metal fence, All metal
jobs, Industrial kitchen canopy and
ducting for restaurant

Unit F11, 35 Hastingwood Trading
Estate, Harbet Road, London, N18 3HU
Tel: 020 8884 1999 Fax: 020 8884 1998

- ساخت و نصب انواع کلیه پرزانی و زینت‌آنها
- کمال کشی، تعویض و نصب انواع موتور هواکش
- ساخت و نصب درب و گیت های برقی با ریموت کنترل
- ساخت و نصب کلیه کارهای فلزی، توده و راه پله
- کلیه کارهای فلزی این شرکت با رنگ کوره ای
(Powder Coating)
- همه سال ضمانت جهت درب و گیت های ریموت کنترلی
- با هزینه برش از 30 سال در اسوز کلیه کارهای فلزی



Issue 11 - Friday 14 September 2007

سال اول - شماره یازدهم جمعه ۲۳ شهریور ماه

Free

ارتباطات در
ایران باستان

درمان
بیماری چاقی

مرگ گاهی
ریحان می چیند

آشنایی با قوانین
حقوقی خود در
انگلستان

رواج زبان لمپنی در جامعه ایرانی

“سوتی دادی عزیز”

صفحه ۳



حمله به فرگوسن مربی منچستر یونایتد

صفحه ۱۴

خواستگاری حق کیست؟

صفحه ۷

تقابل دو فرهنگ در مهاجرت

صفحه ۴

azizi@signatureclaims.co.uk

Signature ACCIDENT CLAIMS HELPLINE LTD

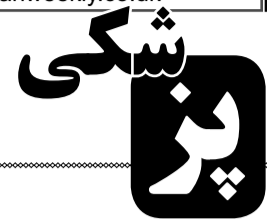
0800 047 0940

5 Park Road, West Hendon, London, NW4 3QB

با سپردن کلیه مشکلات خود در امور تصادفات به
کادر مجرب Signature Claims آسودگی خاطر خود را تضمین نمایید.

برای اطلاعات بیشتر با آقای محمد عزیزی
تماس حاصل فرمایید

020 8202 2822 - 07958 192 192



شما می توانید از طریق ایمیل با پزشک هفته نامه پرشین در ارتباط باشید. pezeshek@persianweekly.co.uk

کمتری به بدن می‌رسد. به دلیل اینکه در رژیم غذایی افراد ایرانی بر خلاف غربیها مواد نشاسته‌ای بیشتر است، مصرف آنها کاملاً مؤثر نبوده و برخلاف تبلیغات انجام شده، روی چربی بافتی بدن تأثیری ندارد و ضمن اینکه به دلیل عدم جذب ویتامین‌های محلول در چربی مثل ویتامین K,A,D,E شخص دچار کمبود این ویتامین‌ها می‌شود. در حال حاضر تحقیقات روی این داروها انجام می‌شود که دارویی ساخته شود که روی چربی بافت بدن هم مؤثر باشد. اگر چنین دارویی ساخته شود جای تمامی رژیم‌های تغذیه‌ای را خواهد گرفت.

ب) استفاده از وسایل و شیوه‌های مخصوص:
عبارتند از: سونا، ترموتراپی (استفاده از گرمای موضعی) ماساژ درمانی، کمربند لاغری، طب سوزنی، کرهما، پمادها، ژلها، گوشواره لاغری که همگی اینها از نظر علم پزشکی و تغذیه مورد قبول نمی‌باشند و همگی کمابیش باعث ایجاد عوارض می‌شوند.

ج) درمانهای جراحی:
در موارد چاقی‌های بسیار شدید انجام می‌شود. شامل برداشتن قسمت‌هایی از روده یا معده، بالون گذاری داخل معده برای کاهش حجم آن و برداشتن چربی زیر پوست شکم با ساکشن یا لیزر که همگی اینها به دلیل عوارض شدیدی که دارند زیاد مورد توجه نیستند.

د) رژیم درمانی:
- آب درمانی: یکی از روشهای قدیمی است و بعد از پایان دوره به دلیل محرومیت شدید غذایی اختلالات گوارشی به‌مراه دارد. علاوه بر عوارض شدید جسمانی فقط برای مدت کوتاهی می‌تواند قابل تحمل باشد.

- کاهش وزن از طریق ورزش: ورزش یکی از روشهای بسیار مناسب برای برخورداری از جسم سالم و وزن ایده‌آل است. کاهش وزن فقط از طریق ورزش مشکل و دشوار است چرا که مثلاً برای کاهش یک کیلوگرم وزن باید ۲۰ ساعت پیاده‌روی کرد!

- کاهش وزن از طریق رژیم غذایی: حذف یک وعده غذایی مثل صبحانه یا شام از جمله این روشهاست که با حذف صبحانه فرد دچار افت قند خون طی روز و کاهش کارایی روزانه و پرخاشگری شده و در ضمن در وعده‌های بعدی با پرخوری جبران می‌شود. ضمن اینکه سوءتغذیه نیز از عوارض آن است. بهترین شیوه در این مورد، رژیم غذایی بر مبنای علمی آن است که در آن تمام مواد مورد نیاز بدن در رژیم غذایی تأمین میشود.

- کاهش وزن از طریق رژیم غذایی همراه با ورزش: این روش بهترین و اصولی‌ترین روش برای کاهش وزن و داشتن وزن ایده‌آل است. در این روش از یک رژیم غذایی برنامه‌ریزی شده همراه با ورزش متعادل (مانند پیاده‌روی) استفاده می‌شود. این روش سلامت جسم و روح را به ارمغان می‌آورد و عوارضی مانند ریزش مو و چروکیدگی پوست و ... را در پی نخواهد داشت. در طی رژیم باید عادات غذایی گذشته را ترک کنید و به عادات غذایی جدید انس بگیرید که این مهمترین اصل در درمان چاقی است.

با توجه به موارد فوق بهترین و سالمترین راه حل ارائه‌شده در مورد درمان چاقی این موارد می‌باشد:

الف) رژیم غذایی صحیح

ب) ورزش مناسب و کافی

ج) تغییر رفتار و اصلاح عادات بد غذایی

۹- در هر رژیم غذایی صحیح باید این گروههای غذایی وجود داشته باشد: شیر و لبنیات، حبوبات و غلات، میوه و سبزیجات، گوشت

۱۰- رژیم غذایی باید:

- تأمین کننده انرژی مورد نیاز روزانه باشد.

- تأمین کننده ریزمغزها باشد (موادی که به مقدار بسیار کم باید در غذا وجود داشته باشد)

- بر اساس فرهنگ غذایی ایرانی باشد.

- تنوع لازم را داشته باشد.

۱۱- در یک رژیم غذایی اصولی کاهش وزن تدریجی است. بطوریکه حداکثر یک کیلوگرم در هفته مجاز به کاهش وزن می‌باشیم. به همین دلیل باید حوصله داشته و با دقت برنامه خود را اجرا کنید. ضمناً اگر قبل از رژیم عکسی از خود داشته باشید بهتر خواهد بود. توجه داشته باشید با کاهش وزن (درحقیقت رسیدن به وزن ایده‌آل) جوانتر هم به نظر خواهید رسید.

۱ - چاقی یک بیماری مزمن است و مثل هر بیماری مزمن دیگری، درمان آن نیاز به زمان دارد.

۲ - هرگز در درمان چاقی خودسرانه از دارو استفاده نکنید، چرا که دارو غذا نیست و بعضاً دارای عوارض وخیم می‌باشد.

۳ - در درمان چاقی خود هیچگاه عجله نداشته باشید، پادتان باشد که رژیم غذایی با کاهش وزن تدریجی علاوه بر اینکه قابل تحملتر است، عوارض کمتری داشته و تقریباً غیر قابل بازگشت می‌باشد.

۴ - چاقی با بسیاری از بیماریها چه مستقیم و چه غیرمستقیم ارتباط دارد مانند: هیپرتانسیون (افزایش فشار خون)، آترواسکلروز (سفت شدن جدار رگها)، بیماریهای کبدی و صفراوی (بیشتر سنگ کیسه صفرا)، آرتروزها از جمله آرتروز (استخوانهای هر شخص برای وزن نرمال او طراحی شده است)، اختلالات تنفسی، نقرس، واریس، نازایی، مسمومیت حاملگی، هیپرسوتیسیم (پرمویی زنان)، چربی بالای خون، فتق و از همه مهمتر احساس محرومیت اجتماعی و حقارت (البته در چاقیهای شدید)

۵ - چاقی باعث کاهش عمر می‌شود، بطوریکه شرکت بیمه عمر متروپولیتن آمریکا به ازای هر اینچ (۲/۵ سانتیمتر) دور شکم بزرگتر از دور سینه دو سال و به ازاء هر چهار کیلوگرم اضافه وزن یک سال کاهش عمر در نظر می‌گیرد.

۶- در درمان برخی از بیماریها قبل از مصرف دارو رژیم غذایی داده می‌شود و چه بسا با رعایت رژیم غذایی نیازی به مصرف دارو نباشد. از جمله این بیماریها می‌توان از: افزایش فشار خون، افزایش قند خون و افزایش چربی خون نام برد.

۷- علل چاقی:

الف) فشارهای درونی، استرسها و افسردگیها

ب) ثانویه به بیماریهایی از قبیل: هیپوتیروئیدیسم (کم کاری تیروئید)، اختلالات هیپوتالاموس و ...

ج) مصرف بعضی داروها مثل داروهای ضد بارداری، ضدافسردگی، ضداضطراب و کورتونها

د) اختلال تغذیه‌ای (دریافت بیشتر انرژی و کمی فعالیت)

ه) ژنتیک: ۳۰٪ علت چاقیها را شامل می‌شود.

از تمامی این عوامل اختلال تغذیه‌ای و یا اگر بهتر گفته شود عادات بد غذایی از همه مهمتر است، بطوریکه اگر شخصی علاوه بر نیاز روزانه‌اش هر روز یک نان سوخاری (که بسیار کالری کمی دارد) اضافه بخورد، بعد از ۲۰ سال پانزده کیلوگرم اضافه‌وزن پیدا خواهد کرد!

۸- درمان‌های چاقی به چهار دسته دارویی، استفاده از وسایل و شیوه‌های مخصوص، جراحی و رژیم‌درمانی تقسیم می‌شوند

الف) درمان دارویی:

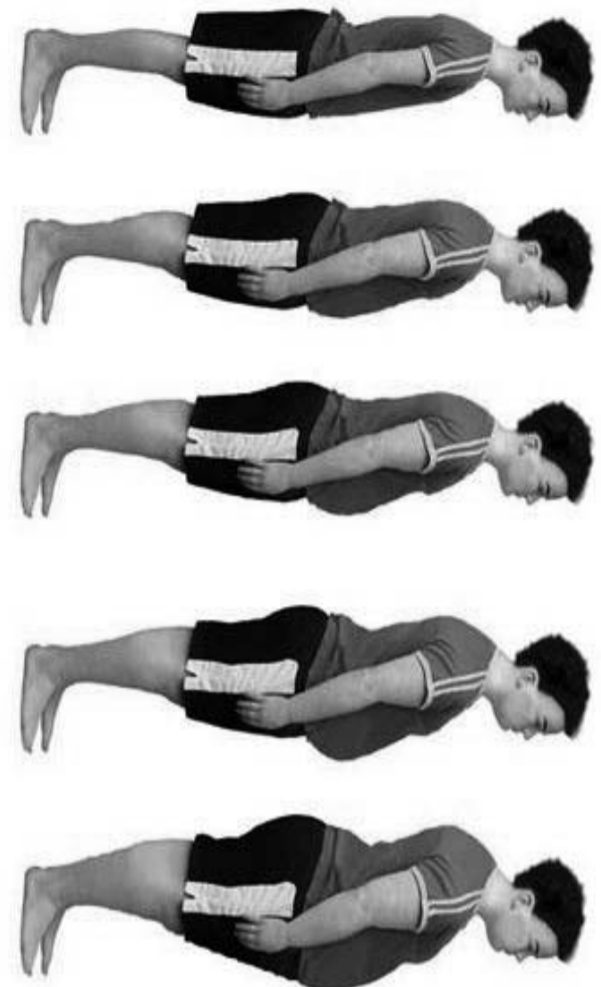
- داروهای دیورتیک (ادرار آور): که به سرعت با ازدست رفتن آب بدن شخص دچار کاهش وزن (دقت کنید: کاهش وزن نه لاغر شدن!) می‌شوند که از نظر علمی نه تنها صحیح نیست بلکه خطرناک نیز می‌باشد. اکثر مؤسساتی که در تبلیغات خود کاهش وزن سریع را نوید می‌دهند از این روش استفاده می‌کنند!

- داروهای هورمونی: مثل داروهایی که باعث پرکاری غده تیروئید می‌شوند. این داروها نیز با افزایش کاتابولیسم (مصرف انرژی یا سوخت) باعث کاهش وزن و همچنین لاغر شدن می‌شوند که این روش نیز به دلیل اینکه در روند طبیعی بدن اختلال ایجاد می‌کند، از نظر علمی صحیح نبوده خطرناک می‌باشد.

- داروهای ملین: این داروها با دفع مواد غذایی بدن و جلوگیری از جذب مواد باعث کاهش وزن می‌شوند که واضح است در درازمدت باعث سوءتغذیه و کمبود بعضی مواد موردنیاز بدن خواهند شد. ضمن اینکه خود نیز عوارضی از قبیل شکم‌درد و ... دارند.

این داروها همانگونه که از نامشان پیداست با کاهش دادن اشتیهای شخص باعث کم‌خوردن و کاهش دریافت انرژی می‌شوند. عوارض آنها بیشتر سوءتغذیه، ریزش مو، ضعف و افسردگی می‌باشد. سرگروه این داروها که در ایران زیاد مصرف میشود فن فلورامین میباشد که از سال ۱۹۹۸ مصرف آن به دلیل ایجاد عوارض روی دریچه های قلب، در آمریکا ممنوع شده و از فارماکوپه آمریکا حذف شده است.

- داروهایی که مانع جذب چربی می‌شوند: این داروها که امروزه مورد مصرف زیادی پیدا کرده و تبلیغات زیادی در مورد آن انجام می‌شود با اتصال به چربی مواد غذایی مانع جذب آنها می‌شود و بدینوسیله کالری



نکات کلیدی در درمان

بیماری چاقی (Obesity)

دکتر آرا

پزشک هفته نامه پرشین آماده پاسخگویی و راهنمایی شما عزیزان می باشد

pezeshek@persianweekly.co.uk



reports@persianweekly.co.uk

لطفا ما را از خبرهای اطراف خود مطلع نمائید
برای مشاهده هفته نامه بصورت رنگی به وب سایت مراجعه نمائید

طب آیورودا (Ayurvedic Medicine)



و با یک یا دو عنصر آیورودا (خاک، آب، آتش، هوا و اتر) مرتبط میباشد. از ترکیب این دوشاها با مقادیر مختلف ۱۰ نوع بدنی متفاوت به وجود می آید که تعیین کننده ساختار فیزیکی و عاطفی هر فرد می باشد. پزشک آیورودا نوع طبع افراد و ترکیب آن را تشخیص داده و بر این اساس الگوهای توصیه کرده و از این طریق طبایع (Life Style) تغذیه ای، تمرینهای بدنی و اصلاحات شیوه زندگی را به تعادل می رساند.

نحوه درمان

پزشک آیورودا در مرحله اول با گرفتن شرح حال کامل و جامع فردی و طبی نوع طبع فرد را تشخیص می دهد. سوالاتی که در شرح حال پرسیده می شوند پیرامون خصوصیات عاطفی، نوع پوست، ارجحیت های غذایی و سایر جنبه های شخصیتی و رفتاری می باشند. در مرحله بعد معاینه زبان و سپس گرفتن نبض به تعیین اختلال بیمار کمک مینماید. از دیدگاه آیورودا نبض انسان یک ابزار تشخیصی بسیار مهم است که نوع عدم تعادل فرد را مشخص می نماید. به همین علت است که پزشک آیورودا وقت زیادی را صرف این قسمت معاینه میکند. مانند سایر رشته های طب کل نگر هدف این سیستم درمانی هم به تعادل رساندن و حفظ انرژی و سلامت ذهن و جسم به طور توأم است. درمان بیمار متشکل از طیف وسیعی از اقدامات متعادل کننده نظیر توصیه های غذایی، پاکسازی کامل بدن (پانچا کارما) و ، (Meditation) ماساژ با روغن، تجویز گیاهان دارویی، مراقبه یوگا میباشد.

(انواع طبایع دوشا)

همانطور که گفته شد کار اصلی پزشک آیورودا تعیین دوشا بر اساس شرح حال بیمار است. افرادی که دوشای غالب آنها واتا (عنصر هوا) است، افرادی لاغر، تند و سریع و انرژی تیک هستند؛ افراد نوع پیتا (عنصر آتش) دارای شخصیتی رقابت جو و طبعی تند و گرم می باشند و نوع کافا (عنصر آب) افرادی بسیار آرام و کند و تا حدودی بی تفاوت هستند. هر یک از انواع طبایع فوق مستعد بروز بیماریهای خاصی می باشند. به عنوان مثال افراد پیتا مستعد بروز زخم، التهاب و بثورات جلدی هستند، در حالی که بروز بیماری های تنفسی و مفاصل در افراد واتائی بیشتر است.

چه بیماری هائی را میتوان توسط طب آیورودا درمان کرد؟

مواردی را که می توان با مراجعه به پزشک آیورودیست درمان نمود عبارتند از: مشکلات گوارشی، اختلالات گردش خون، اختلالات متابولیک و بیماری های سیستم عصبی و سایر علائمی نظیر بی خوابی، سردرد، اضطراب، فشار خون بالا و اختلالات قند خون. هیچ نوع محدودیت سنی برای این سیستم درمانی وجود ندارد.

عوارض جانبی

مراقبه، یوگا و ماساژ که بخشی از این درمان را تشکیل میدهند هیچ نوع عارضه ای در بر ندارند. این حال داروهای گیاهی آیورودا گرچه طبیعی هستند، ولی از آنجائی که دارای خواص درمانی می باشند مصرف بیش از اندازه آنها میتواند مشکل ساز شود و استفاده از آنها حتماً باید با مشورت و صلاحدید متخصص این طب صورت پذیرد.

تعریف:

آیورودا یک سیستم درمانی سنتی هند است که بیش از ۵ هزار سال قدمت تاریخی دارد. معنی لغت آیورودا "دانش زندگی" است و محور اصلی آن بر طبایع بدنی استوار است که تعادل آنها برای حفظ سلامت انسان اهمیت حیاتی دارد. این طبایع که در اصطلاح این علم "دوشا" نامیده میشوند بر سه نوعند: واتا، پیتا و کافا (که مشابه انواع طبایع در طب سنتی ایران میباشد: واتا معادل سودا، پیتا معادل صفرا و کافا معادل بلغم). هر دوشا مسئول تنظیم یکسری از ارگانهای داخلی بدن است.

سرویس تعمیر و تنظیم موتور
گیربکس برق انگوز کلاچ باطری
نقاشی صافکاری
و کارهای خدمات بیمه

دیگرانگران اتومبیل خود نباشید
ما کلیه مشکلات
اتومبیل شما را در اسرع وقت
با کیفیت عالی حل خواهیم کرد



تعویض خرید و فروش انواع اتومبیل
قیمت مناسب و گارانتی پس از فروش
از نمایندگی و تعمیرگاه
اتو آریا دیدن فرمائید

شرکت اتوآریا آماده مشاوره رایگان برای حل مشکلات شما
در ارتباط با اتومبیل و بیمه شما در هر زمان می باشد

AUTO ARYA

در خدمت تمامی هموطنان، خصوصاً شمال تا غرب لندن



Tel: 020 8452 9100

74 Hassop Road, Cricklewood, London, NW2 6RX

Help Line: 079 8082 3895- 087 0890 7579



reports@persianweekly.co.uk

کوتاه و خواندنی از جهان ...

داستان عجیب بزرگ ترین الماس جهان



این خبر از آن اخباری بود که می شود آنها را اخبار رویایی نامید. اولین بخش اخبار سراسری رادیو آفریقای جنوبی در ساعت ۸ صبح آن را به عنوان اولین خبر خود اعلام کرد: «بزرگ ترین الماس جهان در معدنی در آفریقای جنوبی پیدا شده است.»

تنها یک ساعت بعد، این خبر پنجمین خبری شد که در بخش خبری رادیو به آن اشاره شد اما به هر حال تا دو روز بعد اخبار مربوط به این مساله را می شود در لایه لای اخبار آفریقای جنوبی پیدا کرد و این مساله بالاخره در جهان بیرون هم انعکاس پیدا کرد و تلفن های فعالان بازار الماس و کلکسیون داران معروف جهان به صدا درآمد.

اولین مساله این بود که مشخص شود این ادعا چقدر صحت دارد. برای همین ارتباط با آفریقای جنوبی و فعالان بازار الماس افزایش یافت. یک هفته بعد اعلام شد بزرگ ترین الماس جهان رویت شده است. در خبرها اعلام شد که وزن این الماس ۸۱۲۰ قیراط (یعنی ۱/۶۴ کیلوگرم) است که این میزان خیلی بیشتر از الماس معروف کولینان است که بزرگ ترین الماس جهان محسوب می شد. الماس کولینان که در سال ۱۹۰۵ در آفریقای جنوبی پیدا شد ۳۱۰۶ قیراط وزن داشت (یعنی کمتر از نصف وزن الماس جدید) یک روز بعد بود که عکس الماس جدید در اینترنت پخش شد و بسیاری از فعالان بازار الماس جهان با دیدن عکس این الماس غول آسا متعجب شدند.

با این وجود هنوز هیچ کس به طور قطعی از وجود این الماس مطمئن نیست. چرا؟ به این دلیل که برت جولی کسی که مدعی است الماس را یافته آن را پنهان کرده است. این مرد مدعی است که الماس را در یک محل امن (احتمالاً گاوصندوق یکی از بانک های شهر ژوهانسبورگ) پنهان کرده است. دلیل این مساله هم از نظر او خیلی ساده است. «می خواهم کمی آرام شوم و بعد با خونسردی و آرامش فکر کنم بینم می خواهم با این الماس چه کنم. تنها نکته دیگری که جولی به آن اشاره می کند این است که این الماس در استانی در شمال غرب آفریقای جنوبی پیدا شده است.»

حالا جولی ناپدید شده است. تلفن همراه او روی پیغام گیر است. در منزلش کسی نیست و به ای میل ها پاسخی داده نمی شود. بر اساس بررسی های خبرنگاران جولی یک فعال در زمینه مستغلات بوده است و زمانی هم در یک موسسه مالکیت و زمانی در یک مرکز تفریحی-سیاحتی شریک بوده که این شرکت ورشکست شده است. شینرون رنر بزرگ سلطان الماس آفریقای جنوبی که در روزهای اخیر بارها مورد سوال قرار گرفته، گفته است که پیدا کردن الماس های بزرگ معروف به «کله گوسفندی» در ناحیه ای که جولی مدعی است الماسش را پیدا کرده مساله عجیبی نیست، اما وی در عین حال متذکر شده است که خودش الماس جولی را ندیده است.

روزنامه های آفریقای جنوبی مدعی شده اند که جولی از ترس جانش پنهان شده است چرا که حالا بسیاری از تبهکاران به دنبال یافتن این الماس به هر قیمتی هستند اما ارنست بلوم رئیس اتحادیه بین المللی بورس الماس می گوید که قرار است در روزهای آینده با جولی دیدار کند تا در مورد واقعیت الماسی که او پیدا کرده مطمئن شود. او می گوید فعلاً فقط یک عکس از این الماس دیده است. در عکس-که خیلی واضح نبود- این الماس سبز رنگ به نظر می رسد... یافتن الماسی در این اندازه واقعاً عجیب است. می دانید که تاکنون الماسی به این اندازه پیدا نشده است اما عجیب تر رنگ این الماس است. الماس های سبزرنگ عموماً بزرگ نیستند در واقع باید گفت که یافتن الماس سبز رنگی به این بزرگی اتفاق خیلی عجیبی است.»

اما بلوم می گوید که این الماس ممکن است واقعاً وجود داشته باشد؛ «فلسفه من هم این است که در طبیعت هر چیزی ممکن است. ما بارها و بارها توسط طبیعت و جهان شگفت زده شده ایم و هر بار باور کرده ایم که چیزی در مورد رمز و راز جهان و هستی نمی دانیم. بگذارید امیدوار باشیم سورپرایز این بار جهان هم یک مساله کاملاً واقعی باشد.»

نام یک نوزاد مکزیکی را یاهو گذاشتند

یکی از کارمندان اداره ثبت احوال شهر مکزیکی در شمال غربی مکزیک اعلام کرد یک زن و شوهر مکزیکی که با هم بر روی یک سایت اینترنتی آشنا شده بودند نام فرزند خود را یاهو گذاشتند. به گزارش خبرگزاری فرانسه، یکی از کارمندان اداره ثبت احوال مکزیکی اعلام کرد زن و مرد جوانی که بر روی اینترنت با هم آشنا شده بودند نام فرزند خود را یاهو گذاشتند. وی همچنین افزود: اخیراً طرفداران محیط زیست نام فرزندانشان را اربول که در زبان اسپانیایی معنی درخت می دهد می گذارند.

ببخشید که پدران ما آنها را خوردند

بازماندگان یک قبیله ساکن در کینه پاپوآ از اینکه پدران آنها چند مبلغ مذهبی مسیحی را کشته و سپس آنها را خورده اند، عذرخواهی کردند.

در سال ۱۸۷۸ چهار مبلغ مسیحی ساکن فیجی جهت تبلیغ مسیحیت به جزایر کینه پاپوآ سفر کردند اما در آن مکان توسط افراد قبیله تولایی دستگیر شدند و پس از شکنجه کشته شدند و گوشت آنها هم توسط این افراد خورده شد. این چهار مرد، یک کشیش و سه معلم، تحت رهبری جرج براون بودند. کشیش متولد دورهام انگلستان که عمر خود را به تبلیغ برای مسیحیت در جزایر شرق و غرب استرالیا اختصاص داده بود، توسط تالی فرمانده قبیله تولایی کشته شد.

در یک گروهی بازمانده های این قبیله در نزدیکی شهر رابول، پایتخت این جزایر استوایی راتو ایسا توکاکا رهبر معنوی این قبیله در حال حاضر گفت: «امیدواریم که بازمانده های این افراد و روح خود آنها پدران ما را که این اقدام ناپسند را انجام دادند، ببخشند» ما به عنوان بازمانده های این افراد از تمام کسانی که در طول تاریخ این گونه رنج بردند عذرخواهی می کنیم.»

در قرون شانزدهم، هفدهم و هجدهم میلادی بسیاری از مبلغان مسیحی در آفریقا، امریکای شمالی و جنوبی و استرالیا توسط افراد بومی به قتل رسیدند.

براون که متخصص سفر به مناطق پرخطر شمرده می شد در خاطراتش آورده بود که یک بار به قبیله ای سفر کرده بود که در آنجا کله های ۳۵ سفیدپوست بر سر نیزه ها قرار گرفته بود اما وی از دل این قبیله به سلامت برگشت اما سفر او به قبیله تولایی آخرین سفر او بود.

در گزارشی در نشریه رویال جئوگرافی ساینس در مورد این اتفاق آمده است: «آنها به سادگی به این دلیل کشته شدند که خارجی بودند... این افراد (بومی ها) نمی کشتند، آنها بیگانه ها و کسانی که آنها را متجاوز می دانستند، می کشتند و سپس آنها را می خوردند.»

دزد ناشی و کاراته کاهای بیرحم



یک باشگاه کاراته هدف مناسبی برای سرقت نیست و یک دزد کلمبیایی این تجربه دردناک را با تمام وجودش لمس کرد!

به گزارش خبرگزاری رویترز، این دزد ناشی هم اکنون با دنده ها و استخوان های شکسته در بیمارستانی در ایالت سانتاندر، در شمال بوگوتا بستری است.

او هنگام ورود به باشگاه و در حین سرقت توسط کاراته کاهای غافلگیر شد، آنها هم بدون هیچ تردیدی کاملاً از خجالت او درآمدند!

سرهنگ خولیو سزار، فرمانده پلیس سانتاندر گفت، یک مرد مسلح وارد یک باشگاه هنرهای رزمی شد اما کاراته کاهای واکنش نشان داده و تمام هنری را که بلد بودند به کار بسته و او را خلع سلاح کردند!

یادگاری های چه گوارا



یکی از ماموران اسبق سیا که سال ها پیش به کوبا تبعید

شده بود، تصمیم دارد آنچه را که خود طره ای از موهای چه گوارا می خواند به فروش برساند. گوستاو ویلولدو ۷۱ ساله در عملیات تعقیب و دستگیری چه گوارا در جنگل های بولیوی شرکت داشته است و

مدارک و اسناد غیررسمی سازمان امنیت امریکا نیز این موضوع را تایید می کند. وی می گوید: این طره مو را پس از تیرباران این مبارز آرژانتینی و پیش از به خاکسپاری او در سال ۱۹۶۷ از سرش جدا کرده و آن را به همراه چیزهای دیگری که مربوط به چه گوارا می شدند از زمان خدمتش در نیروی نظامی امریکا در گوآتمالا در ۴۰ سال قبل در مجموعه ای حفظ کرده است. این مجموعه شامل نقشه ای که برای تعقیب چه گوارا و سربازان انقلابی اش مورد استفاده قرار گرفته بود، بخشی از پیام های رمزی که میان او و همزمانش رد و بدل شده بود و اثر انگشتان وی است که پیش از تدفینش برداشته شده بود.

ویلولدو می گوید: «وقت آن رسیده است که من گذشته ها را پشت سر بگذارم و این یادگاری ها را به کس دیگری بسپارم.» مدیر حراج معتقد است تخمین قیمت نهایی این اشیا در حراج بسیار دشوار است زیرا تاکنون چیزی مشابه این به حراج گذاشته نشده است: «هرگز چیزی که به چه گوارا و مبارزات و مرگ تاثیرگذار او ربطی داشته باشد به حراج گذاشته نشده است. ما حدس می زنیم این حراج بیشتر برای خریداران خارجی جذاب باشد.» چه گوارا از دوستان فیدل کاسترو رهبر کوبا محسوب می شد. دولت کوبا در سال ۱۹۹۵ اعلام کرد انسان شناسان موفق شده اند بقایای جسد چه گوارا را در بولیوی بیابند و آن را به کوبا بازگردانند. در این کشف آزمایش DNA صورت گرفت در نتیجه نتایج آن چندان قطعی به نظر نمی رسد. ویلولدو و سایر تبعیدی های کوبا و همین طور برخی متخصصان بر این باورند که جسد چه گوارا کماکان در بولیوی است.

چاق ترین مرد جهان

مرد مکزیکی که وزنش به ۵۶۰ کیلوگرم رسیده بود، در کتاب رکوردهای گینس به عنوان چاق ترین مرد جهان ثبت خواهد شد. به گزارش خبرگزاری فرانسه مانوئل اوربیه ۴۱ ساله که اکنون ۲۰۰ کیلوگرم وزن کم کرده است، ممکن است رکوددار بیشترین کاهش وزن هم بشود.

اوربیه در این مورد گفت: «من خوشحالم که در کتاب گینس به عنوان چاق ترین مرد جهان ثبت شده ام، اما همچنین خوشحالم که ۲۰۰



کیلوگرم از وزنم را کم کرده ام.»

اوربیه پس از کاستن از وزنش پس از مدت ها توانست در فروردین ماه امسال از خانه اش در شهر موتتری در شمال مکزیک سوار بر یک تریلر خارج شود و این موفقیت را جشن بگیرد.

گینس به این مناسبت پلاکی شیشه ای به اوربیه اهدا کرد.

عکس اوربیه که خود سازمانی را برای کمک به افراد دارای اضافه وزن تاسیس کرده است، در نسخه ۲۰۰۸ کتاب رکوردهای گینس به همراه شرح درمان و پیشنهاداتی که برای جراحی دریافت کرده است، به چاپ خواهد رسید.

اوربیه به ویراستار کتاب قول داده است که سال بعد به ملاقات او برود و این احتمال مطرح شده است که در نسخه ۲۰۰۹ کتاب به عنوان مردی که بیشتری کاهش وزن را داشته است ظاهر شود.



info@persianweekly.co.uk

لطفا ما را از خبرهای اطراف خود مطلع نمائید
برای مشاهده هفته نامه بصورت رنگی به وب سایت مراجعه نمائید

پایداری عشق پس از ازدواج

گذاری بر چگونگی حفظ و گسترش تعلقات پیش از ازدواج در زندگی زناشویی

■ ویدایخ

نقش مهمی ایفا می کند و در همه موارد می تواند موثر و کارآمد باشد. او شدیداً نیاز دارد که همسرش حق تصمیم گیری، اعتماد به نفس و آزادیهای فردی او را که همیشه از آنان برخوردار بوده رعایت کند. بسیاری از زنان بعد از ازدواج تحت تاثیر عوض شدن محل و نوع زندگی دچار یک نوع افسردگی می شوند که حتی با نگاه کردن به نگاه خسته شوهر که شاید ناشی از کار زیاد باشد نتیجه می گیرند که او از من خسته شده و یا اگر کمی دیر کند مضطرب می شوند که شاید سرگرمی جدیدی پیدا کرده است.

:

وظایف عاطفی مردان :
عواطف و احساسات در زندگی هرگز مستقیماً منتقل نمی شوند. بلکه توسط کلمات، لحن صدا، اشارات صورت و رفتار ما انتقال پیدا می کنند. مدتی پس از ازدواج آقایان فراموش می کنند با کسی که زندگی می کنند دارای روحی حساس و شکننده است و ضمناً بسیار نیازمند محبت. آنان بزودی آنقدر سرگرم و گرفتار گذر زندگی می شوند که زن را نیز وسیله و ابزار زندگی می بینند. پس از ازدواج زن و مرد هر کدام انتظارات خفته ای داشتند که بیدار شده است.

زن انتظار دارد که شوهرش همیشه از او در مواقع بروز بحران روحی حمایت کند. وقت شناس باشد و از همه مهمتر به او عشق بورزد. در غیر این صورت دلتنگی و اختلاف به زودی به سایر جنبه های زندگی سرایت می کند. زن به حالت قهر، سردی را بر زندگی حکمفرما می کند و مردان با نگرش سیاه و سفید به انتقاد از همسر خود می نشینند. با مشاجره های داغ تمام مسائل را حل نشده باقی می گذارند.

بعد از شیدایی اوایل ازدواج و پس از آنکه عشق شدید در مردان فروکش می کند زن همچنان به عشق وابسته است. سالهاست که زنان در دوران مجرد خود تحت تاثیر نگرشی اجتماعی با این دید به ازدواج نگریسته اند که ازدواج به شما پادشاهی ارزشمندی می دهد. دوست داشتن، صمیمیت، رسیدگی به یکدیگر و امنیت عاطفی. پس در حالی که آنان همیشه همسرشان را مانند یک دوست صمیمی مورد حمایت قرار می دهند انتظار ندارند پس از چند صبحی به صورت کالایی تکراری در آیند که حتی گفتن کلمه ای محبت آمیز به آنان فراموش شود.

زن انتظار دارد که شوهرش همیشه از او در مواقع بروز بحران روحی حمایت کند. وقت شناس باشد و از همه مهمتر به او عشق بورزد. در غیر این صورت دلتنگی و اختلاف به زودی به سایر جنبه های زندگی سرایت می کند. زن به حالت قهر، سردی را بر زندگی حکمفرما می کند و مردان با نگرش سیاه و سفید به انتقاد از همسر خود می نشینند. با مشاجره های داغ تمام مسائل را حل نشده باقی می گذارند. از جمله معماهای جامعه ما این است که چرا عشقی که با ازدواج می تواند به اوج برسد تنزل می کند و در ورای ابری از نومییدی و دلتنگی پنهان می شود. چه بسا زوجیهایی که زندگی زناشویی سعادتمندانه ای را انتظار داشتند و کارشان به ملامت کشیده است. اغلب زوجهای جوان در شروع معتقدند که روابط آنان متفاوت از دیگران است. خود را سوار بر امواج عشق می بینند و گمان می کنند که این عشق با این شدت برای همه چیز کافی است.

خانمها فرض می کنند که همسرشان برای همیشه شیدا و از خود گذشته خواهد بود.

اما به تدریج با حقیقت زندگی روبرو می شوند. و تجربه روبرو شدن با این حقایق را نیز ندارند. تنشها آغاز می شود و به زودی با نومییدی و دلتنگی آشنا می شوند.

چیزی که یک زن را به زندگی جدید پیوند می دهد خود به خود به وجود نمی آید بلکه با آگاهی در رفتار مرد امکان پذیر است.

یک دختر جوان در اوایل زندگی تحت تاثیر عشق شدید؛ جنبه های مثبت طرف مقابل را بیش از آن چه که واقعا هست، می بیند. اما با کاهش عشق اولیه و نداشتن تجربه به این نتیجه می رسد که آنچه فکر می کرده توهمی بیش نبوده و تنها دو راه حل را پیش روی خود می بیند؛ تحمل یا طلاق.

بسیاری از مشکلات در اصل عدم تفاهم خلاصه می شود و روابط یک زن با همسرش بیش از هر رابطه در معرض سوء تفاهم قرار دارد. با اولین برخورد زوج جوان، آنچنان رو در روی هم می ایستند و جبهه گیری می کنند که عشق سرکوب و لگد مال می شود. یکی از روشهای موثر برای جلوگیری از سوء تفاهم درک وضعیت یک خانم تازه ازدواج کرده، بدون تجربه و آگاهی لازم جهت حفظ و تداوم یک زندگی نو می باشد. متقابلاً درک شرایط و روحیات جدید مرد و دادن فرصت از طرف همسرش است.

از جمله موثرترین راه های ایجاد امنیت و آرامش روحی این است که زن احساس کند که در زندگی جدید


Technomate
Your Digital Partner For Life

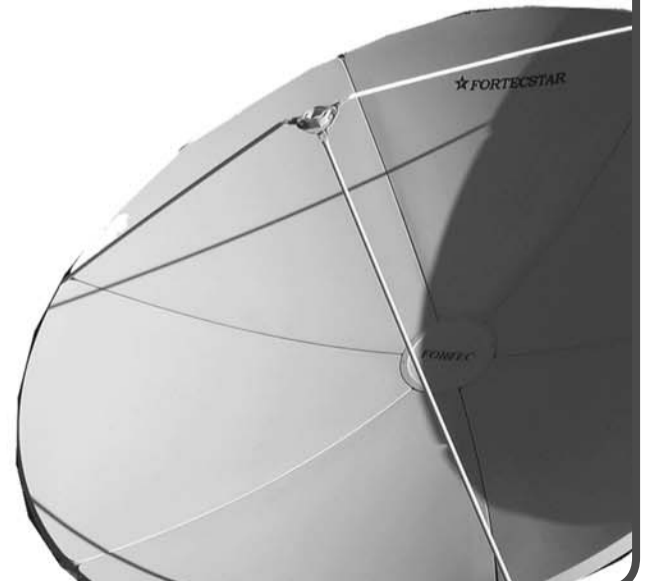
افغان ست

AFGHAN SAT

بهترین سرویس قبل و بعد از فروش
کیفیت برتر، قیمت مناسبتر
کلیه شبکه های افغانی، فارسی، عربی، ترکی
کردی و کانالهای اروپایی
نصب سیستم ثابت و موتورایزر

نصب آنتن تلویزیون
و
نصب تلویزیون پلاسما

Tel: 020 8640 9605
Help Line: 07967 724 435





reports@persianweekly.co.uk

نکته



مرگ پاورتی

خبر درگذشت این خواننده با سرعتی برق آسا در صفحه اول خبرگزاری های جهان جای گرفت؛ بسیار پرسرعت تر و وسیعتر از خبر درگذشت ریکان او یلتسین در وب سایت شخصی او هم تصویری از او با این نوشته نقش بست (بدون هیچ لینک یا توضیح دیگری): " فکر می کنم زندگی با موسیقی، زیبا است و ارزش صرف شدن را دارد و این دلیلی است که من زندگی ام را به آن اختصاص داده ام." لوچینیا (۲۰۰۷-۲۰۰۷ پاورتی) (۱۹۳۵)

شهرت افسانه ای پاورتی در میان مردم، نه کاملاً به دلیل توانایی های تکنیکی و اجرا نمایش های او در اپرا های مشهور بود، او بیشتر به دو دلیل شهرت مردمی یافت، اول- اجراهای پر تعداد با خوانندگان مشهور مردمی سراسر جهان مثل: سلین دیون، برابان آدامز، آناستازیا، التون جان، انریکو ایگلیسیاز، ریکی مارتین، اریک کلاپتون، استینگ (که به عنوان مجموعه ای به نام "پاورتی و دوستان" در دنیا تکثیر شد) دوم- به خاطر شخصیت مردمی و فعالیت های انسان دوستانه بیشماری که در طول نیم قرن زندگی هنری خود به انجام رساند.

در ۱۵ سال اخیر کنسرت های پاورتی پر بیننده ترین کنسرت های تاریخ موسیقی کلاسیک بود (هرچند او در این سالها، از قطعات آوازی ای بهره برد که کوتاه تر و مردم پسند تر از رپرتوار دیگر خوانندگان اپرا بود)

با اینکه جایگاه پاورتی در میان خوانندگان اپرا همواره تحسین برانگیز بود ولی گاه او را به نداشتن اطلاعات کافی در زمینه اپرا (از اجرای نقش های مختلف گرفته تا اجرای موسیقی به لهجه های مختلف که از وظایف یک خواننده اپرا است) محکوم میکردند.

پاورتی فرزند یک خانواده فقیر است که با شغل نانوائی امرار معاش میکرده اند، او در جوانی یک علاقمند واقعی فوتبال و همچنین یک فوتبالیست موفق بود که در تیم شهر خود بازی میکرد. مدتی نیز به اصرار خانواده اش به معلمی پرداخت تا اینکه با علاقمند شدنش به آواز کلاسیک از این کار دست کشید و به آواز پرداخت.

پاورتی از دهه ۶۰ (میلادی) پله پله مدارج شهرت و ترقی را طی کرد و تا سال ۲۰۰۴ که تورهای خداحافظی خود را در سراسر جهان به اجرا میگذاشت (که به خاطر بیماریش در اردیبهشت نیمه تمام ماند) به محبوبیت افزوده شد.

پاورتی هیچگاه مانند دومینگو از تحصیلات بالای موسیقی بهره مند نشد هرچند نزد استادان خوبی تعلیم دید که نامدارترین آنها جان خواننده سوپرانوی بزرگ ایتالیایی (که John Sutherland) ساترلند سه سال کوچکتر از پاورتی است) بود. جان ساترلند آثار زیادی را همراه با پاورتی و دومینگو به اجرا و ضبط گذاشته است.

پاورتی را میتوان چهره ای نامید که پس از انریکو کاروزو (ستاره ای که بیش از ۸۰ سال پیش نمونه یک خواننده تمام عیار اپرا در جهان بود) هنر اپرا را در جهان معرفی کرد و مخصوصاً با برنامه مشهوری که همراه با دومینگو و کارراس برگزار کرد، علاقه مندان زیادی را به سالن های کم طرفدار اپراهای جهان کشید، هنر اپرا در جهان از این نظر بسیار مدیون اوست. هنوز آلبوم های این کنسرت های او به همراه دومینگو و کارراس، جزو پرفروشترین آثار موسیقی کلاسیک محسوب میشوند.

به بهانه برگزاری نمایشگاه تابلوهای تذهیب و خط استاد یدالله کابلی در لندن

هنرمند خطاطی قرآن را به خط شکسته نستعلیق نوشته است. سعی کرده ام بر اساس ضرورت زمان آیتی مشهور و آشنا را که مشکل خواندن را برای بیننده نداشته باشد، در ابعاد متنوع ایجاد کنم.

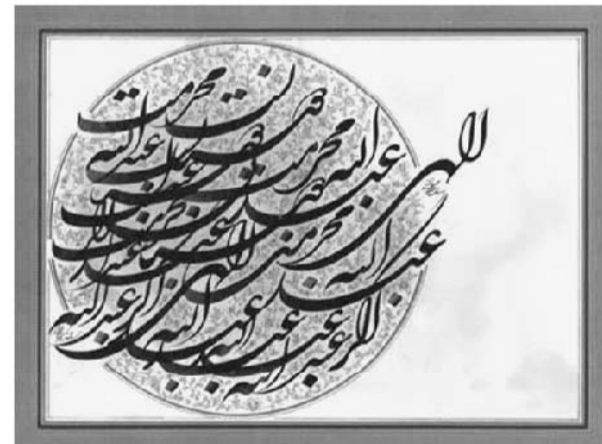
بی هیچ تردید استاد یدالله کابلی خوانساری یکی از تاثیر گذارترین هنرمندان معاصر است که با پدید آوردن شیوه ای تلفیقی در خط شکسته توانسته است بسیاری از نیاز های جامعه هنری امروز را جابگو باشد. استاد یدالله کابلی متولد ۱۳۲۹ هجری شمسی در خوانسار است که فعالیت های رسمی خوشنویسی خود را از سال ۱۳۴۷ آغاز نموده است. خط نستعلیق را حدود سه سال در نزد استاد، شادروان سید حسن میر خانی آموخت. چنانچه که خود استاد می گوید در آن زمان جز اندک نسخه های خط شکسته نستعلیق که هر از چند گاه در نشریات چاپ می شد اثری از این نوع خط یافت نمی شد لیک همان چند عکس بی رمق چنان استاد را به خود مجذوب کرد که پس از کسب اجازه از استاد خود به سمت احیاء این خط کشیده شد تا اینکه بعداً آموزش این هنر اصیل در دستور کار انجمن خوشنویسان قرار گرفت. از اساتید شکسته نویس دیرین باید استاد درویش عبدالمجید - خورشید پرفروغ و بی غروب شکسته نویسی - را نام برد که بعد از آن میرزا حسن اصفهانی، محمد رضا اصفهانی، میرزا کوچک اصفهانی، محمد علی شیرازی و نهایتاً سید گلستانه را نام برد که پل ارتباطی بود بین نسل گذشته با دوران معاصر. استاد کابلی از جمله نادر هنرمندانی است که نه تنها نسخ ذوق هنری افراد را در شیوه نگارش نافی نمی کند بلکه چنانچه بدعت ها خارج از اصول و قواعد مقبول نباشد یکی از نقاط قوت خط می داند و همین نگرش باعث شده که سبک خود استاد، شمایل شکسته نویسی را به سر حد اعلی برساند و همین باعث احیاء دوباره خط و گرایش جوانان امروز به این خط شده است.

استاد یدالله کابلی



یدالله کابلی از برگزاری نمایشگاهی از تابلوهای خط و تذهیب خود از اوایل

ماه رمضان در لندن خبر داد. یدالله کابلی از برگزاری نمایشگاهی از تابلوهای خط و تذهیب خود از اوایل ماه رمضان در لندن خبر داد. این خطاط پیشکسوت در این باره به خبرنگار ما گفت: "این نمایشگاه ۳۰ تابلو خط شکسته نستعلیق به همراه تذهیب است که تمام تابلوها برگرفته از آیات قرآنی است. این آثار ۲۵ شهریورماه در نمایشگاهی انفرادی در یکی از گالریهای لندن ارائه میشود." وی در ادامه گفت: "در بیست سال اخیر هیچ



ویرایش عربی و ترجمه های هندوستانی چاپ کلکته مبنای اولین ترجمه های انگلیسی بوده است. حداقل هفت ترجمه در طول نیمه دوم قرن نوزدهم منتشر گردید و بنا به انتظار تمام آنها درباره ی رساله ی



مباحثه ی میان انسان و حیوانات بود. در طی این قرن، برخی ترجمه ها از منتخبی از رسائل به زبان های اسپانیایی، آلمانی، ایتالیایی و انگلیسی و همچنین تعداد فراوانی مطالعات تک رساله ای و مقالات انتشار یافته اند. محققینی چون عادل عوا، آلساندرو بوسانی، عباس حمدانی، ایوز مارکه، سید حسین نصر، ایان نتون، سمیول استرن و بسیاری دیگر سهم مهمی در مطالعه ی اخوان الصفا و رسائل آن ها داشته اند.

نمایندگان انواع حیوانات بیش از همه مورد توجه بوده است. این رساله اولین بار توسط نویسنده ی قرن چهاردهم، کالونیموس ابن کالونیموس به عبری ترجمه شد و بارها به چاپ رسید. همچنین این ترجمه اولین ویرایش چاپی متن عربی رسائل را شکل داد که در سال ۱۸۱۲ در کلکته به چاپ رسید. در نیمه ی دوم قرن نوزدهم این رساله به زبان هندوستانی و فرانسوی نیز ترجمه گردید.

متن کامل عربی رسائل، اولین بار در میان سال های ۱۸۸۷-۱۸۸۹ در چهار جلد به چاپ رسید. چاپ های عربی دیگر در نیمه ی اول قرن بیستم منتشر گردید: یک ویرایش قاهره آن در سال ۱۹۲۸ مهم تر از بقیه است.

در دوران آخر قرن نوزدهم بود که دانشمندان غربی برای اولین بار به طور جدی به اخوان الصفا و رسائل آنان علاقه مند شدند. در میان مهم ترین کسانی که در غرب به مطالعه ی رسائل پرداختند دانشمندان آلمانی، پدر روحانی دیتریسی بود که برای سی سال مطالب و مطالعاتی درباره ی فلسفه ی اسلامی منتشر نمود که در آن اخوان الصفا موضوع اصلی مورد توجه وی بود. و نیز دیتریسی بود که برای اولین بار متن کامل رسائل اخوان الصفا را به آلمانی ترجمه نمود. و این تا به امروز تنها ترجمه ی کامل رسائل به یک زبان غربی باقی مانده است.

بنیاد آقا خان و اولین نوشته های فلسفی در ایران بعد از اسلام

قدیمی ترین دست نوشته از رسائل در مجموعه مؤسسه، احتمالاً از سوریه است و در میانه ی قرن سیزدهم استنساخ شده؛ دست نوشته های دیگر موجود در این مجموعه بین قرون شانزدهم و نوزدهم در ایران و هند استنساخ شده است.

در میان ویرایش ها و ترجمه های رسائل، رساله ی مباحثه میان انسان و



reports@persianweekly.co.uk

KHATIBI & ASSOCIATION
Business Advisors Chartered Accountants Registered Auditors

THE INSTITUTE OF CHARTERED ACCOUNTANTS IN ENGLAND AND WALES

موسسه حسابداری و حسابرسی خطیبی

مالیاتیهای اشخاص، شرکا و شرکتها
ثبت شرکت و برنامه های تجاری

PAYE & VAT; Personal, Partnership and Company's Tax return

Complete Tax Planning, PAYE & VAT Auditing and Accounting service, Business Plans & Company registration

Tel/Fax: 020 7604 4378

Office M32, Merlin House, 122-126 Kilburn High Road, London, NW6 4HY



آیا میدانید عطسه یک شخص بیمار ۵ هزار قطره ریز که حاوی ویروس است در فضا پخش میکند

آیا میدانید پیاز بعلت داشتن انسولین و اینولین برای مبتلای به مرض قند مفید است

آیا میدانید اصلاح صورت را اسکندر مد کرد؟ بطوری که هرگز اصلاح نکرده به میدان جنگ نمی رفت

آیا میدانید فیله از بوی عسل بدشان می آید. حتی بوی عسل فیل ها را فراری می دهد

آیا میدانید خانومها بیشتر از آقایون مبتلا به بیماری دیابت میشوند

آیا میدانید راندر طول عمرشان ۱۸ هزار ساعت بیشتر از آقایون تلفنی صحبت میکنند

آیا میدانید دلفین ها هر ۳ سال، فقط ۱ بچه دنیا میاورند و عمر متوسط آنها ۴۰ سال میباشد

آیا میدانید انسان ۹ هزار سال پیش از میلاد برای اولین بار به کشاورزی پرداخت

آیا میدانید نوشیدن قهوه در طولانی مدت در فشار خون خانمها تعادل ایجاد می کند

آیا میدانید کواکولا باعث ایجاد فشار خون می شود

آیا میدانید سال ۱۷۹۰ جمعیت آمریکا ۴ میلیون بود و از این ۴ میلیون ۷۰۰ هزار نفر برده بودند

آیا میدانید زرتشت یعنی ستاره زین!

آیا میدانید قطر شاهرگ گردن ۶ میلیمتر میباشد

آیا میدانید ناخن انگشت میانی سریعتر از دیگر انگشتها رشد میکند

آیا میدانید نروژ سومین کشور صادر کننده نفت میباشد

آیا میدانید با برداشتن تخمدانها عمر بیمار بطور متوسط ۸ سال کمتر میشود

آیا میدانید اسکندر ۴۸ سال پیش اختراع شده است

آیا میدانید ۱۰۰ سال پیش پزشکان آمریکایی میگفتند زنانی که باهوش هستند باردار نمی شوند

آیا میدانید ستاره دریایی فاقد مغز میباشد

آیا میدانید سالانه ۵۰۰۰ کارگر در معادن چین جان خود را از دست میدهند

آیا میدانید مروارید درون سرکه نوب میگرد

آیا می دانید؟

آیا میدانید ایران ۱۰۱۸ شهر دارد

آیا میدانید پرآب ترین رود ایران کارون در خوزستان است

آیا میدانید بام ایران استان چهار محال بختیاری است

آیا میدانید هر فردی در طول ۲۴ ساعت ۲۳ هزار بار نفس می کشد

آیا میدانید تنها دریاچه آب شیرین ایران دریاچه پریشان در کازرون است

آیا میدانید بلندترین نقطه ایران قله دماوند است

آیا میدانید ۶۰ گاو قادر هستند در عرض کمتر از ۱ روز ۱ تن شیر تولید کنند!

آیا میدانید پروانه ها ۱۲۰۰ چشم دارند!

آیا میدانید گربه و سگ می توانند راست دست یا چپ دست باشند.

آیا میدانید خرس ها ۴۲ دندان دارند

آیا میدانید لایه بیرونی پوست انسان هر ۲ هفته یکبار با سلولهای جدید تعویض میشود

آیا میدانید ابتلای یک نوزاد به دیابت از طرف مادر دیابتی ۱.۵٪ و از طرف پدر دیابتی ۶٪ میباشد

آیا میدانید بیشترین جراحیهای پلاستیک در اسپانیا انجام میشود

آیا میدانید بیشترین عمل زیبایی در ایران انجام میشود

آیا میدانید در بین ۹۱ کشور توسعه یافته جهان، ایران در فرار مغزها رتبه نخست را دارد

آیا میدانید ایران دارای بیشترین فرهنگ غلط در جهان است

آیا میدانید مردم فیلیپین به بیش از ۱۰۰۰ لهجه سخن میگویند

آیا میدانید کلمه شاهراه از راهی که کورش بین سارد پایتخت کارون و پاسارگاد احداث کرد گرفته اند

آیا میدانید بیشترین روزنامه در چین به چاپ میرسد، روزانه ۱۰۰ میلیون یا ۱۰٪ روزنامه جهان

آیا میدانید خلیج فارس ۵۰۰ هزار سال قدمت دارد

آیا میدانید اردنی ها چاقترین مردمان دنیایند، ۷۵٪ از خانم ها و ۶۰٪ آقایون اردنی چاق هستند

آیا میدانید اولین مردمانی که نخ را کشف کردند و موفق به رسیدن آن شدند ایرانیان بودند

آیا میدانید ۵۰٪ جمعیت جهان هیچگاه در طول حیات خود از تلفن استفاده نکرده است

آیا میدانید مژه سیب، پیاز و سیب زمینی یکی ست و بخاطر بوی آنهاست که طعم متفاوتی دارند

آیا میدانید آدولف هیتلر گیاهخوار بوده است

آیا میدانید سالانه ۵۰۰ فیلم در آمریکا و ۷۰۰ فیلم در هند ساخته میشود

آیا میدانید فیله قادرند روزانه ۶۰ گالن آب و ۲۵۰ کیلوگرم یونجه مصرف کنند

آیا میدانید کانگوروها قادرند ۳ متر به بالا و ۸ متر به جلو بپرند

آیا میدانید بزرگترین مجسمه بودا در چین قرار دارد که بلندی آن ۴۱۶ و پهنای آن ۶۸ متر میباشد

ریش کی بلند تر است ؟

برخی از عجیب ترین چهره ها از سراسر دنیا در انگلیس گرد آمدند تا بر سر ریش های شان با هم رقابت کنند.

به گزارش خبرگزاری فرانسه "مسابقات جهانی ریش و سبیل ۲۰۰۷" مجموعه ای از افراد با عجیب ترین آرایش های موهای صورت را شنبه اول سپتامبر (۱۰ شهریور) در شهر برایتون در ساحل جنوبی انگلیس گرد هم آورد.

حدود ۲۵۰ شرکت کننده از انگلیس، آلمان و آمریکا و بسیاری از کشورهای دیگر در کنار ساحل در این رویداد دوسالانه به رقابت پرداختند.

استیو پارسونز سازمان دهنده این رویداد از "باشگاه هندلبار" در لندن گفت: "همه لبخند به لب داشتند. و در تمام روز چهره هایی با آرایش موهای عجیب دیده می شدند."

او تاکید داشت که بلند کردن موهای صورت طرفداران بیشتری پیدا کرده است.

او گفت: "ریش و سبیل گذاشتن که زمانی بسیار کم دیده می شد، اکنون به خصوص در مردان جوان افزایش پیدا کرده است."

رده های سبیل شامل: طبیعی، انگلیسی، دالی، امپراتوری، مجاری و سبک آزاد بود و رده های مسابقه ریش شامل وردی، گاریبالدی، ریش توپی طبیعی، ریش توپی طبیعی با سبیل تاب داده و سبک آزاد می شد.

به گفته پارسونز ریش سبک آزاد احتمال جالب توجه ترین رده است، چرا که فرد آزاد است با هر کاری با ریشش انجام دهد.

پارسونز گفت: "براب مثال در آخرین دوره مسابقات در برلین، یکی از شرکت کنندگان ریشش را به شکل دروازه براندنورگ در این شهر در آورده بود." در این دور مسابقات، یک مرد ریشش را به صورت اسکله برایتون در آورده بود.

دور بعدی مسابقات در شهر آنکوراز در آلاسکا برگزار می شود.





reports@persianweekly.co.uk

خانه و خانه داری

مقابله با چین و چروک پوست

شناخت آنتی‌اکسیدان جدید برای مقابله با چین و چروک پوست جام جم آنلاین: شاید پیش از این نام میوه گیاه قهوه یا (coffea arabica) را نشنیده باشید اما مطمئناً بزودی با آن آشنا خواهید شد؛ چرا که بتازگی محققان دریافته‌اند حاوی آنتی‌اکسیدان مفید جهت کاهش چین و چروک پوست است. به گزارش یاهو نیوز، آکادمی درماتولوژی آمریکا نیز در همایشی که در فوریه ۲۰۰۷ برگزار شد فوائد آن را معرفی کرده است. میوه گیاه قهوه سرشار از پلی‌فنل‌هایی است که مشخص شده خواص ضدآلتهایی و آنتی‌اکسیدانی دارند. گرچه این گیاه بتازگی مورد توجه قرار گرفته، مطالعات اولیه نشان می‌دهد میزان آنتی‌اکسیدان موجود در آن در مقایسه با محتوای آنتی‌اکسیدانی گیاهان مانند چای سبز، زغال اخته و انار بیشتر است. کافی‌بری (coffeeberry) محصول گرفته شده از میوه گیاه قهوه است. زمانی که این میوه در مرحله رسیدگی چیده شود بیشترین غلظت آنتی‌اکسیدان‌های پلی‌فنل را داراست و واژه کافی‌بری به عصاره استخراج شده تحت این شرایط اشاره دارد. در حال حاضر محصولاتی در بازار وجود دارند که با مکمل‌های آنتی‌اکسیدان خوراکی مانند کوآنزیم مورد استفاده قرار می‌گیرند. جدیدترین محصول ارائه شده REVAL SKIN نام دارد که بهترین محصول برای جلوگیری از پیری پوست می‌باشد. آنتی‌اکسیدان انتخابی شما هر چه باشد، مطمئناً همراه کردن محصولات خوراکی با فرآورده‌های پوستی موضعی بهترین گزینه برای مقابله با علائم پیری و آسیب‌های پوستی ایجاد شده بر اثر افزایش سن است. به هر حال نکته قابل توجه درباره محصولات تهیه شده از میوه گیاه قهوه این است که آنها نیز مانند سایر ترکیبات تولید شده جهت مقابله با پیری پوست، از ایجاد چین و چروک جدید جلوگیری می‌کنند و بر علائم موجود تأثیری ندارند. به گفته محققان همه آنتی‌اکسیدان‌ها جزو مهم یک محصول پوستی مؤثرند و مصرف آنها را همراه گرم‌های ضدآفتاب و یک رتینوئید مانند رتینول، توصیه می‌کنند تا به این ترتیب حتی‌الامکان از پیری پوست جلوگیری شود.

اجاق ماکروویو چگونه کار می‌کند؟

پرسی اسپنسر که در دوران جنگ جهانی دوم در مورد رادار آزمایش می‌کرد؛ در یکی از روزها که تصادفاً در برابر یک لوله گسیل‌کننده امواج مایکروویو خم شده بود، متوجه شد آبنباتی که در جیب پیراهنش بود، ذوب شده است.

در این زمان بود که او اختراع خود را که حاصل از این پیامد بود به ثبت رسانید.

اما در مورد عملکرد مایکروویو باید گفت؛ هنگامی که ماده غذایی منجمد را درون مایکروویو می‌گذاریم درون یک میدان مغناطیسی قرار می‌گیرد که از همه سو بوسیله مایکروویوها مورد تهاجم قرار می‌گیرد. این امر سبب می‌شود مولکولهای آب آزاد همراه با برخی قندها و چربی‌ها این اشعه‌ها را دریافت کرده و در نتیجه اصطکاک حاصل از این، امر گرما ایجاد می‌شود.

اما چرا غذا در این اجاق‌ها بطور یکنواخت پخته نمی‌شود؟

چون همه آب موجود در ماده غذایی منجمد نمی‌باشد، گرما در قسمت‌هایی که حفرات کوچک حاوی مولکولهای آزاد وجود دارد زودتر از بخش‌های منجمد تولید می‌شود. به همین دلیل گاهی غذا‌ها بطور یکنواخت پخته نمی‌شود.

لکه روژ لب: شما می‌توانید با مالیدن خمیر دندان بر روی این نوع لکه و سپس شست و شو، آن را به طور کامل از بین ببرید. البته پاشیدن اسپری مو نیز برای از بین بردن چنین لکه‌هایی (پیش از شست و شو) بسیار مفید است. راهکار دیگر برای این منظور استفاده از الکل است.

لکه چای و قهوه: به محض ریخته شدن یکی از این مواد بر روی لباس، آن را با آب سرد و مواد شوینده شست و شو دهید. اگر امکان شست و شوی سریع آن وجود نداشت، مقداری نمک بر روی سطح لکه بریزید و مدتی صبر کنید تا نمک آن را به خود جذب کند. سپس در صورت فراهم شدن شرایط شست و شو، آن را به روش معمول با آب گرم و مواد شوینده بشویید. راهکار دیگر این است که سطح لکه را با اسپری مخصوص مو بشویند. سپس یک قطعه صابون بر روی سطح لکه بمالید و بعد آن را در آب سرد خیس کنید و بشویید.

لکه سس گوجه‌فرنگی: ابتدا روی سطح لکه را با روش ضربه‌ای به وسیله پارچه‌ای دیگر به الکل آغشته کنید، سپس در آب سرد و مواد شوینده بشویید. اگر لکه روی سطح فرش یا موکت ایجاد شده باشد، ابتدا مقداری فوم ریش تراشی بر روی لکه بریزید و سطح آن را با اسفنج آنقدر مالش دهید تا پاک شود. سپس دستمال دیگری را کمی مرطوب کنید و بر روی لکه بکشید و صبر کنید تا خشک شود. لکه چربی بر روی لباس: ابتدا با دستمال کاغذی توالی ضربه‌ای آرام به سطح لکه بزنید و باقیمانده چربی را به دستمال منتقل کنید. برای لباس‌های رنگ روشن و قابل شست و شو با ماشین، می‌توانید در صورت امکان آنها را در ماشین لباسشویی و درجه حرارت بالا شست و شو دهید ولی در غیر این صورت یا لکه زدایی را به خشکشویی بسپارید یا با دست شست و شو دهید.

نکته: برای جذب لکه‌های چربی و حتی لکه‌های حاصل از ریختن نوشابه، آب میوه و مانند اینها بر روی لوازم دکوراسیونی مانند مبلمان یا فرش، بهترین کار ریختن قشر نازکی از نمک یا پودر تالک (پودر بچه) و رها کردن لکه برای مدت نیم ساعت تا یک ساعت است. پس از طی این مدت با جارو برقی پودرها را جمع کنید و سپس با شامپو فرش یا کف حاصل از کمی مایع ظرفشویی و آب شست و شو دهید. البته مرحله فوق را می‌توانید چند بار تکرار کنید.

نیاز به امکاناتی جهت شست و شو، از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است ولی آنچه باید مورد توجه قرار گیرد این است که برای استفاده از لکه بر چه از نوع شیمیایی و چه دست ساز خانگی، از قسمت پشت لکه باید اقدام شود. به این ترتیب از پخش شدن لکه جلوگیری به عمل می‌آید.

(۳) هنگامی که پارچه دیگری را به محلول لکه بر آغشته کردید و می‌خواهید از آن برای زدودن لکه استفاده کنید، توجه داشته باشید که نحوه تمیز کردن باید با سیستم ضربه‌ای باشد و از مالش پارچه بر روی لکه خودداری شود.

(۴) ضربات پارچه حاوی لکه بر را ابتدا از محدوده خارجی لکه شروع کنید و به داخل ادامه دهید.

(۵) برای شست و شوی اغلب لکه‌های غیر چربی، کاربرد آب سرد نیاز است؛ آب گرم و به خصوص آب داغ لکه را پایدار می‌کند. البته روش استفاده و نوع لکه نیز تعیین‌کننده است.

لکه بر دست ساز (خانگی): از محلول آب و الکل صنعتی به نسبت دو به یک برای از بین بردن پاره‌ای از لکه‌ها می‌توان استفاده کرد. لکه شمع، مداد شمعی و مدادهای چرب آرایشی: برای این منظور کافی است ابتدا باقی‌مانده ماده ایجادکننده را با جسمی نوک تیز به آرامی بردارید. سپس دو تکه دستمال توالی یا کاغذ قهوه‌ای (مورد استفاده در خشکشویی‌ها) در دو طرف لکه قرار دهید. سپس اتوی گرم را بر روی یکی از کاغذها در محل لکه فشار دهید. به این ترتیب، چربی موجود در لکه آب می‌شود و جذب دستمال یا کاغذهای طرفین می‌شود. ولی در مورد موکت و فرش پس از برداشتن پارافین سفت شده از روی سطح، تنها یک کاغذ بر روی سطح لکه قرار دهید و اتو بکشید.

لکه گل و لای بر روی لباس: کافی است یک عدد سیب زمینی را با چاقو به دو نیم کنید و بر روی لکه بمالید، سپس لباس را در آب سرد بخیسانید و طبق معمول با مواد شوینده شست و شو دهید. در صورتی که لکه همچنان پایدار ماند، دستمال را به الکل آغشته کنید و بر روی لکه بمالید.

لکه آب میوه: مقداری نمک بر روی لکه بریزید و سپس آن را در آب سرد مدتی خیس کنید. پس از آن با آب گرم و مواد شوینده شیمیایی بشویید.

نه چین مرغ



- مواد لازم:

برنج: ۱۰۰۰ گرم

گوشت مرغ: ۱ عدد

ماست ساده کم چرب: ۱۰۰۰ گرم

زعفران: ۲ گرم

روغن: ۲۵۰ قاشق مربا خوری

تخم مرغ: ۶ عدد

نمک: قدری

- طرز تهیه:

گوشت مرغ را می‌بیزیم بهطوری که بعد از پختن یک آب داشته باشد. استخوانهای گوشت مرغ را می‌گیریم در کمی آب جوش حل می‌کنیم ماست را بهیم می‌زنیم نصف از زعفران ساییده حل شده در آبجوش را با کمی نمک و فلفل و سه عدد زرده تخم مرغ داخل ماست می‌ریزیم و بهیم می‌زنیم و گوشت مرغ را در ماست می‌خوابانیم (بهتر است گوشت مرغ را روز یا شب قبل در ماست بخوابانیم) پلو را آتش می‌کنیم ته یک ظرف نسوز یا دیگ را دو سه عدد زرده تخم مرغ نصف از روغن و یکی دو ملاقه از ماستی که گوشت مرغ در آن خوابانده‌ایم در آن می‌ریزیم و دو سه کفگیر برنج در این مایه می‌ریزیم و مایه را در ته ظرف با پشت قاشق صاف می‌کنیم مقداری گوشت مرغ روی برنج می‌چینیم و مقداری برنج روی آن می‌ریزیم و بقیه گوشت مرغ را روی برنج چیده و با بقیه برنج مرغ را می‌پوشانیم و با قاشق برنج را کمی فشار می‌دهیم که به هم بچسبند آب گوشت مرغ را با بقیه زعفران و سه چهار قاشق سوپخوری روغن آب کرده و بقیه ماستی که در ظرف باقی مانده مخلوط می‌کنیم این مایه را روی سطح برنج می‌دهیم در ظرف را می‌بیندیم و ظرف را در فر یا روی آتش قرار می‌دهیم.

به مدت یکساعت و نیم تا دو ساعت می‌گذاریم دم بکشد (حرارت فر ۳۵۰ درجه فارنهایت) توضیح اینکه هر قدر حرارت ملایم و مدت طبخ طولانیتر باشد ته دیگ، ته چین کلفتتر میشود و موقع کشیدن کمی روغن داغ کرده روی ته چین می‌دهیم ته چین را در صورتیکه در ظرف نسوز آماده کردیم ممکن است بهطور قالبی در دیس برگردانیم و در صورتی که در دیگ مسی تهیه نمودیم دیگ را از روی آتش برمی‌داریم و در ظرف آب سردی قرار می‌دهیم تا کمی سرد شود و موقع کشیدن بهطوری که گوشت مرغ و برنج از هم جدا نشود تکه تکه با کفگیر در دیس می‌کشیم و دقت می‌کنیم ته دیگ آن با مقداری گوشت مرغ و برنج از دیگ جدا شود و این ته دیگ را روی دیس پلو می‌چینیم.

ممکن است ته چین را در تابه مسی متناسب با مقدار مواد تهیه کرد در این صورت قطر برنج کمتر و ته دیگ آن بیشتر میشود. و ممکن است دو کیلو ماست کیسه‌ای را در دستمالی بریزیم آب آن که گرفته شد و در حدود یک کیلو گردید مصرف کنیم.

پاک کردن لکه‌ها

در اثر ریختن مواد مختلفی مانند چای، چربی، آب میوه و غیره قرار می‌گیرند که البته آثار ایجاد شده بر روی لوازم و لباس‌های تمیز و نو بسیار ناخوشایند است.

اگر شما نیز با چنین مشکلی مواجه شده‌اید، پیش از هر اقدامی نیم



نگاهی به نکات زیر بیندازید شاید به کارگیری آنها شما را در زدودن لکه موجود یاری دهد:

(۱) کلیه موارد و راهکارهایی که در زیر اشاره می‌شود، برای لباس‌ها و پارچه‌های قابل شست و شو هستند. لکه‌بری از روی لباس‌های غیرقابل شست و شو، باید توسط افراد متخصص و مواد مناسب در خشکشویی‌ها انجام پذیرد.

(۲) امروزه لکه‌برهای شیمیایی متعددی به بازار آمده‌اند که کاربرد آنها نه تنها بی‌تأثیر نیست بلکه به جهت در دسترس بودن و عدم



reports@persianweekly.co.uk

0208 566 2953
FREE DELIVERY

FOOD STATION

رستوران

به همراه نان داغ و کباب داغ



طعم واقعی غذای ایرانی
یاد آور خاطرات شیرین
در قلب ایلینگ

139 UXBRIDGE ROAD,
WEST EALING, W13 9AU





reports@persianweekly.co.uk

صفحه شما

پیام های مهربانی

masoud jan kheli doset daram.hamishe be yadtam. i love u

sanam
mibosamet

Mohammad, saken london, tahsilkardeh, ahl var-
zesh va mosafarat. mael be ashenaee ba banooe
27 sale tahsil kardeh mebasham. lotfan ba in-22
Email tamas bargharar farmaeed.ba tashakor fara-
van

ali_homa_rahmat@yahoo.co.uk

javani hastam 33 sale khahan ashenayi ba hkanom
irooni
07904201127

.be private number javab dadeh nemishavad

جناب آقای صیفی و همسر عزیزتان قدم نورسیده
مبارک

از طرف حمید و خانواده

نامه های شما رسید متشکریم:
داود جعفری - علی افضل

آگهی های دوست یابی و پیام های
مهربانی در این صفحه رایگان است

info@persianweekly.co.uk

لطفا پیام های خود را ایمیل نمائید

به یک منشی خانم مسلط به زبان
انگلیسی و امور بیمه و تصادفات نیازمندیم

تمام وقت یا نیمه وقت

079 8082 3895

به چند نفر صافکار و نقاش اتومبیل
نیازمندیم

079 8082 3895

جهت درج آگهی با
۰۲۰۸۴۵۳۷۳۵۰
تماس بگیرید

جهت درج آگهی با
۰۲۰۸۴۵۳۷۳۵۰
تماس بگیرید

جهت درج آگهی با
۰۲۰۸۴۵۳۷۳۵۰
تماس بگیرید

SMS



۱۲۳+۵-۷+۹-۱۲-۳۵-۴+۶-۷

هر جور حساب می‌کنم، تو آدم بشو نیستی

سه راه برای پولدار شدن: بابات برات پول دربیاره.
بابای مردم رو برای پول در بیاری. بابات در بیاد تا
پول در بیاری

برو...برو...برو...برو...برو...برو...برو...برو...
برو...برو...برو

بسه حالا برگرد!

عشق تو توی قلبم مثل یه افغانی می مونه که از
ایران بیرون نمی ره مثل نذیر شنبه که از خونه شکوه
بیرون نمی ره

دوست دارم زندگی مانند سفری باشد. همسفرم
همسری خوب و مهربان باشد، مناظر زیبای جاده
خاطرات قشنگ زندگی باشد، و اگر قرار است مرگ
مقصد ما باشد، دوست دارم که زیبا و با هم باشد...

اما چه سود چند کیلومتری بیشتر نمی تونیم بریم،
چون کارت سوختمون تموم شد!

تو جیغ زدی ویغ زدی جادو بودی دود شدی بالا رفتی
تار شدی پایین اومدی پود شدی پیر شدی گریه شدی
جوون شدی خنده شدی خان شدی بنده شدی خروس
سرکنده شدی میوه شدی هسته شدی امید شدی یاس
شدی ستاره نحس شدی ... خلاصه آدم نشدی!

دوستت دارم قد یه بشکه بنزین، خاطرخواتم قد یه
پمپ بنزین، روز تولد تو بهترینم، هدیه بهت میدم یه
کارت بنزین!

یه سوالی چند وقته بدجوری ذهنم رو به خودش
مشغول کرده: می خواستم ببینم اسم پدر پسر شجاع
قبل از تولد پسر شجاع چی بوده؟

مخصوص نیمه شب: می دونم خوابی عزیزم. ولی
من از دوری و دلتنگی تو خوابم نمی بره، مطمئنم
اگه می دونستی من به خاطر تو نخوابیدم تو هم نمی
خوابیدی!

تهیه داروهای درخواستی شما در اسرع وقت 07733113137

بسم الله الرحمن الرحيم
سر کتاب، دعای باطل سحر، دعای محبت،
کار گشایی، بخت گشایی، رزق و روزی و درمان
دردها با توسل به قرآن مجید
۰۷۹۰۳۳۱۰۸۳۳

Journey Planner
Text Tfl to 60835
For mobile travel information service
Charged at your network operator's standard rate

Don't Waste Time
Visit tfl.gov.uk

24-hour travel information
call 020 7222 1234

oyster Visit tfl.gov.uk

LU Customer Services
call 0845 330 9880
8am-8pm everyday

Email: travelinfo@tfl.gov.uk

Congestion Charging
For payments details call 0845 900 1234

London TravelWatch
call 020 7505 9000 or visit www.londontravelwatch.org.uk

جدول و سرگرمی

فال هفته



متولدین فروردین: شاید اکنون احساس نموده باشید که دارید به بن بست میرسید و نمیتوانید روی هیچکس حساب نمائید. بنابراین بهترین دوره را دارید که تمام قید و بندهای بیهوده را از دور خود جدا نموده و با تمرکز نمودن روی آنچه که واقعا میتوانید خوشحالتان سازد، هدف و روش جدید زندگی را پیش بگیرید. در زندگی زناشویی و احساسی اگر منطقتان تصمیمات خود را بگیری، خودتان را خوشبخت تر خواهید یافت. در دوره فشارهای شدید مالی قرار دارید.



متولدین اردیبهشت: با پیش آمدن بعضی حوادث، عده ای از متولدین این ماه دچار پشیمانی شده و خود را در ایجاد این حوادث مقصر میدانند در حالیکه در اصل چنین نیست و باید این را بپذیرند که این مسائل در هر حال پیش میاید. جاه طلبی بعضی از اطرافیان برای در صدی از متولدین این ماه در دسر و مشکل ایجاد نموده است و بهتر اینکه تا حد ممکن جلوی این گروه را بگیرند. هدیه ای را از اقوام نزدیکتان دریافت خواهید کرد که بسیار خوشحالتان خواهد کرد.



متولدین خرداد: احساس میکنید آنچه که حقتان است در رشته تحصیلی و یا شغلی و حتی روابط احساسی و پیشرفت چشم گیری نمیکند. شاید احتیاج دارید که رشته تحصیلیتان را تغییر دهید و شاید هم احتیاج دارید محل کارتان را عوض نمائید. ولی در رابطه با زندگی احساسی، سعی کنید وقت بیشتری را برای بررسی موقعیت عشقی صرف نمائید. عجلان در ادامه و یا قطع آن تصمیم نگیرید.



متولدین تیر: شرکت در یک میهمانی سبب میشود بسیاری از متولدین این ماه چهره واقعی گروهی از اطرافیان خود را بشناسند و باصطلاح با چنین شناسایی برای آینده خود تصمیم منطقی بگیرند. در این میان بعضی سوء تفاهات که میان آشنایان کدورت و دلگیری بوجود آورده بود با حوادث تازه برطرف میشود و حتی بین گروهی از عروسها و مادر شوهرها روابط بسیار صمیمانه ای بوجود میاید. آن دسته از آقایان که در تدارک جدایی هستند باید بدانند که اینگونه یکطرفه اقدام کردن پشیمانی ببار می آورد.



متولدین مرداد: مجبور خواهید شد که با افراد مهمی به بحث بنشینید تا در رشته فعالیتتان موفقیتی را که شایسته تان است بدست بیاورید. ممکن است این موضوع آنچه که باید ساده نباشد. بهر صورت اگر احتیاج بکمک دارید نگران شکستن غرورتان نباشید زیرا که هستند افرادی که علاوه بر توقعات با جان و دل حاضر بکمک و همکاری با شما میباشند. در روابط عشقی و زناشویی بهبودی بیشتری احساس خواهید نمود. متاهلین بهتر است همفکری بیشتر با همسرشان داشته باشند.



متولدین شهریور: وسوسه آلوده شدن در جر و بحثهای بیهوده با همکاران، همکلاسیها و حتی افراد خانواده خواهید گشت. سعی کنید در قضاوت نمودن یکطرفه تصمیم گیری ننمائید. شانس مسافرت بخاطر

جدول عادی

افقی:

- ۱- نایب وزیر مختار- دارای تجربه و آگاهی بر اثر سالخوردگی
- ۲- سهل و ساده- شهری باستانی بر ساحل غربی دجله- سازگار با طبیعت یا خلق و خو
- ۳- شهری در استان هرمزگان- یار- عذر- مدل و الگو
- ۴- پارچه یمانی- ذره بنیادین- قلعه حکومتی- درخت جنگلی
- ۵- همان نریمان است- شجاع و دلیر- رمق
- ۶- مکان- صحرای اتمی آمریکا- کامیاب
- ۷- چه بسیار- مقابل بیکار- سالک و رونده
- ۸- عددی دورقمی- نامزد انتخاباتی- تصدیق بی ادبانه
- ۹- انبازی- دستها- ساختمان و سازنده اش!
- ۱۰- نامی برای آقایان- خلاف هزینه- گلای
- ۱۱- شکم خواره- عیب و آلودگی- پوشش و لباس
- ۱۲- پول کره جنوبی- عشو- یک توپ پارچه- همه اجسام دارند
- ۱۳- آغاز کردن- ابر سفید- از نقشهای زینتی ایرانی در نقاشی، قالیبافی و ... به صورت ردیفهایی از گل، بوته، غنچه و برگ
- ۱۴- منطقه ای در تهران- رها- گوش دهنده
- ۱۵- خوراکی سرد از شیر و شکر و نشاسته- همدل فعلی

- ۱- کشوری در جنوب شرقی آسیا- پیشکش و هدیه برای عروس و داماد
- ۲- در بند جنگی- شهری در استان زنجان- روزنه
- ۳- طرد کردن- آلت جنگ- چوب خمیر پهن کتی
- ۴- قله فارس- شهر صنعتی آلمان- واژه آرزو- مدت زندگی
- ۵- قله- پنهان کردن- درون دهان
- ۶- حرف مفهولی- دیدن و نگریستن- سرزمین
- ۷- طبق این اصل طرد کامل استعمار و جلوگیری از نفوذ اجانب از اموری است که دولت برای نیل به اهداف خود باید به کار برد- عاقل و آگاه- نوعی آنگوش
- ۸- دارو- کسی که از مرگ یکی از خویشان نزدیک خود آندوهگین باشد- نیتروژن
- ۹- طبیعی و عادی- رهبر حزب- پول حرام
- ۱۰- کتاب آسمانی- پادشاه- ماده- تصدیق روسی
- ۱۱- ریشه و اصل هر چیز- خوشمزه و لذیذ- کشتارگاه
- ۱۲- ای دل شعرا- عضو اصلی تنفس- ابتدا و اول چیزی- ظرف بزرگی برای شستن لباس
- ۱۳- کشنده شتر- درخشان- قادر
- ۱۴- عدالتخانه- از اقیانوس ها- زینت و پیرایه
- ۱۵- کاری که از همه طرف با آن روی موافق نشان داده شود- محصولات که از شیر به دست می آید.

جدول ویژه

افقی:

- ۱- سجاده- نوعی نوشته منثور کوتاه که در آن نویسنده با تعبیرهایی شاعرانه به بیان خیالپردازها و احساسات و عواطف غالباً رمانتیک خود با درونمایه ای واحد می پردازد
- ۲- جناح لشکر- جای روشنایی- فرشتگان
- ۳- یک پای ثابت آجیل- تشنه فریب- نیست شده و مرحوم
- ۴- ماندگی- نیمتنه زانه- پشت- کلمه ای که در مقام تحسین و تعجب به زبان می آورند
- ۵- گهواره- خمیر گل سفید مخلوط با روغن بزرک- سطح
- ۶- عنصر شیمیایی- رفاقت- ضرر و خسارت
- ۷- پنی تازه- جنگی که هلن فاتح آن شد- برتر و ممتاز
- ۸- شغل- رئیس و پیشوای یک فرقه مذهبی- سلاح کاشتنی
- ۹- مدرسه بزرگان- قلعه- خوب و خوش
- ۱۰- ستاره پروین- اهل یکی از کشورهای آسیایی- اصل هر چیز

- ۱۱- تصدیق آلمانی- شهر و بندری در فرانسه- مراسم و سنتها
 - ۱۲- اقبال- تاجریری- برنج فروش- جوانمرد
 - ۱۳- شهری در استان اصفهان- وسایل- ساختمانها
 - ۱۴- جنین- نوعی پارچه نفیس- سخندانان و شعرا
 - ۱۵- فازی سفیدرنگ و سخت و شکننده که در ۲۳۶۰ درجه حرارت ذوب می شود- رهن کردن
- عمودی:
- ۱- کشوری آفریقایی در جنوب دریای سرخ- بزرگترین جانور جونده دنیا که در مناطق مرادی و جنگلی آمریکای مرکزی یافت می شود
 - ۲- ساده- کیسه کش حمام- منسوب به آخرت
 - ۳- بی خرد- ارب بردگان- لاستیک رویی چرخ اتومبیل
 - ۴- درس خوانده- نیشتر- مرکز کشور ساعت ۱- گلو
 - ۵- بهشت- نمایش دنباله دار- عود
 - ۶- سرمای سخت- چراغ آویز- فاش کردن سخن
 - ۷- عبادت کردن- مسیحی- فنی در کشتی
 - ۸- نیم صدای کلاغ- زیست شناسی- نشانه تجاری
 - ۹- شادابی و تازگی- دربندان- طاووس اسپانیولی
 - ۱۰- آشکار شدن- مرکز بولیوی- هر بخش اوستا
 - ۱۱- قصد و نیت- زن انس گیرنده- همنشین
 - ۱۲- درد و رنج- گردنبد مروارید- پدر بزرگ- واحد پول تایلند
 - ۱۳- خوراک بیمار- معروف- ریزه آهن
 - ۱۴- آگاه و هوشیار- سنگ طلق- خیرها
 - ۱۵- تعجب کردن بر اثر خبر یا واقعه ای حیرت انگیز- اسب ماده

		6	7	2	1	4
	7				9	6
	9			5		
		1	9	6	8	2
	9	2	3	7	1	6
5	4	2	7			
		5		8		
		1	3		4	
4	5	7	2	9		

موثرترین و راحت ترین راه برای تبلیغ

آگهی های شما به کیفیت و استمرار این هفته نامه یاری می رساند

براحتی می توانید لیفلت ها و آگهی های خود را به همراه هفته نامه پرشین پخش نمایید. برای اطلاعات

بیشتر با دفتر هفته نامه تماس حاصل فرمایید. 02084537350



با بار



afghanistan@persianweekly.co.uk

Afghanistan

و جیهه و فرید رستگار و کارکرد های جدید هنری آنها

دستگیر نایل

میخواهم هر جا که آدم باشد -
دلش بیغم، باشد ای یار
میخواهم آرزوها خوب باشد
غمها، مغلوب باشد

«اگر سر نوشت آدم غیر از خوشبختی نباشد، کاشکی

شعر این آهنگ، از «امیر جان صبوری» بود امیر جان صبوری، که شاعر و آهنگ ساز موفق و آواز خوان خوب هم است. برای بسیاری از آواز خوانان جوان کشور در همان سالها، آهنگ ها و تصنیف ها ساخت و آنها را به پله های شهرت و محبوبیت، بالا برد. در واقع این چنین تصنیف ها و بسا از آهنگ های دیگر مانند آن، فریادی بود که هنر مندان را بدون در نظر داشت سلیقه ها و مرز های اید یو لوژیک، به وصل شدن و همدل و همصدا شدن، فرا میخواند. وعاشقان و شیفگان موسیقی را پر و بال پرواز میداد و رفتن در میان مردم، را در دلها زنده میکرد. در همان سالها، (دهه شصت خورشیدی) و جیهه و فرید رستگار، با اجرای چند آهنگ مینوی از جمله (کارک) سرباز و سرباز وطن، به اوج شهرت و محبوبیت رسیدند. که شعر این آهنگ ها را هم امیر جان صبوری، گفته بود:

غم گندم تو میخواهی بخوانم -

مگر مردم، چه میکن؟

بگوش طفل مردم

غم گندم، چه میکن؟

یکی بنشسته بر تخت تما شا

تما شا میکند، غمهای ما را

یکی دور از غم دنیای مردم

پیام بیغمی باهم می فرستد

کی، با کی؟

برادر با برادر

یکی از پشت دیوار جدایی

«پیام جنگ، بیغم می فرستد

مرحله دیگر، رشد هنر این دو هنرمند در زمان مهاجرت و دور از شدن از خانه و کاشانه خوبش واصل ها و ریشه هاست. اما اصل و جوهر انسانی ما، همان انسان و انسانیت ما ست و لو در هر جای دنیا که باشد. و جیهه و فرید رستگار، در غربتستان نیز بیکار نه نشستند و به فعالیت های هنری خود پیوسته گشتند و آهنگ هایی را هم به ثبت رسا نیدند. اما این غربتستان، هر چه بود، فضای باز و محیط تنفس کردن و آزاد زیستن را داشت. بدون شک، آهنگ های جدید این دو هنرمند، همراه بود با تجربه های نو و برداشت ها و سبک و شیوه های نو، نخستین (سی دی) که در دیار غربت به ثبت رسید (دلک خوش باور) این جفت هنری بود. فرید و جیهه، بعنوان میراث دار هنر شان، پای دختر کوچک خویش (هدیه) رستگار را هم به دنیای هنر موسیقی و آواز کشانیدند و دست هایش را گرفته پا پا به فضای هنر آواز خوانی بردند. با ارزش ترین کار هنری این دو هنرمند، در دیار غربت، از همینجا آغاز شد که بدنیای کودکان روی آوردند و همراه با آنان، آهنگها و سرود های کودکان را سر دادند. راه یافتن بدنیای کودکان، و با آنها همصدا شدن، خیلی لذت بخش و دوست داشتنی است. که در نتیجه این کار ها، فرید و جیهه و هدیه رستگار، «سی دی» (آلوجه) را به ثبت رسانیدند. اشعار و تصنیف های این سی دی را شاعر و نویسنده توانای کشور دوکتور سمیع حامد سرورده و تنظیم کرده است. در واقع دوکتور سمیع حامد خواسته است وسیله ای برای به شکو فانی رسانیدن هنر نوجوانان و کودکان کشور خود باشد. کاریکه تا کنون کمتر کسی ویا هیچکسی به این نسل فراموش شده و اکثر های زیر خاکستر نرفته، نکرده است

سی دی (آلوجه) که هدیه رستگار آهنگ هایش را با مادر و پدرش یکجا خوانده است، چند آهنگ بسیار دلنشین و شنیدنی هم دارد. از جمله
وطن، وطن سر تمام ما، حق تست -
سیاه و سرخ و سبز، رنگ بیرق تست
سر زمین ما، زاد گاه مولوی است
«زاد گاه شاعر بزرگ مثنوی است

آلوجه، از نظر اجرای آهنگ ها با وصف آنکه در دیار بیگانه ساخته شده، زیبایی کلام، تلفظ واژه ها با تون میلودی توانسته است رابطه نزدیکی شعر را با میلودی بوجود آورد. فضای ثبت مخصوص اطفال مثلا برای یک کودک تا سن مکتب رفتن آن در نظر گرفته شده است. بخصوص آهنگ (لالایی) را که و جیهه اجرا کرده. برای اولین بار به زبان کودکان، توام با مهر مادر، تنظیم گردیده. که عهد به آنرا برای کودکان افغانستان اجرا کرده است. این آهنگها، شور و شوق را برای آموزش الفبا برای اطفال برمی انگیزد. در آهنگ (افغانستان و سفر) کودکان را دلپسته میسازد تا به منابع تاریخی و افتخار آمیز کشورشان آشنا شوند. و سخن آخر اینکه نفرت و خستگی از جنگ، پیاپی می است از جا نب کود کان افغانستان برای جها نیان سی دی (آلوجه) را «هدیه رستگار»، برای کودکان به غربت نشسته و کودکان گمنام و بی نشان و فقر زده کشورش افغانستان تحفه کرده است. که هنرش استودنی، احساساتش پذیرفتنی است. استعدادش، مثل گلهای بهاری، همیشه شگفته باد

و جیهه و فرید رستگار، «سی دی» دیگری هم دارند به نام (تری راری) که هر دو، اکثر آهنگ ها را به زبان عامیانه و گفتاری اجرا کرده اند. این آهنگ ها که خیلی دلنشین استند، جا جایی ملالت خاطر هم بار می آورند. چون اکثر آهنگها با موسیقی غربی اجرا شده اند و چنین موسیقی ای، شنونده همگانی و فراگیر ندارد. یعنی شامل ذوق همه نسل ها نمیشوند. اگر فرض کنیم که اکثر این آهنگها، رنگ و بوی محلی و فولکلوریک دارند، مانند: (فاصله، ماصله دل، مل، می بینم و...) بنظر بنده، همه واژه ها را نمیتوان فولکلور عنوان کرد. در این سی دی، که هدیه آهنگ ثبت شده، چند آهنگ خوب و شور آورین هم هست که شنونده را به وجد و حال می آورد. اما به حیث مجموع چنگی به دل نمی زند. میتوان گفت که آهنگهای (دلک خوش باور)، غنی تر و دلنشین تر از این سی دی این دو هنرمند است. من فکر می کنم و جیهه، با آنکه حال در حد معین رشد و کمال هنرمندی خود رسیده است، بهترین آهنگ ها را در همان زمان جوانی خود (در افغانستان) اجرا کرده است. با شعرهای پر مغز، پر معنی و دلنشینش. در این هم شکی نیست که و جیهه، شفاف ترین و رسا ترین صدا برای آواز خواندن را دارد. صدای و جیهه، مثل یک رودبار همیشه جاری، مثل کاجستان همیشه پدرا، مثل یک صبح عطر آگین بهاری، دلنشین و زیبا است به نظر من، هنرمند موفق آنست که پس از نبودش، هنرش جاودانه بماند. نه آنکه پیش از خود او، هنرش زوال پذیرد. نمونه خوب اینگونه هنرمندان، یکی هم مثلا زنده یاد احمد ظاهر است. هر قدر زمان بگذرد، هنر او هنوز جاودانی تر میشود

اختصاص عالی ترین جایزه دولت فرانسه به یک دانشمند افغانستانی

یک دانشمند عرصه طب افغانستان در فرانسه بخاطر تلاشهای علمی اش طی سالیان زیاد در عرصه نرفولوژی عالی ترین جایزه دولت این کشور را به خود اختصاص داد.

در محفل توزیع جایزه سفیر کشورمان در سوئیس دانشمندان علاقمند ان و اعضای خانواده دوکتور احسان الله دلوری برنده این جایزه حضور داشتند.

داکتور دلوری از سی سال پیش در شهر فرانچویل در حومه شهر لیون فرانسه زند گی میکند و تحصیلاتش را در پوهنتون طب کابل به پایان رسانیده و تخصص خویش را در رشته نرفولوژی از پوهنتون لیون بدست آورده است.

گفته میشود رئیس جمهوری اسلامی افغانستان با ارسال نامه ای از دلوری بخاطر دریافت این جایزه ستایش نموده است.

دلوری دو دختر و یک پسر دارد دختر اولی اش حقوقدان دومی در بخش بازاریابی کمپنی عطر شتل فرانسه ایفای وظیفه مینماید.

پسر وی مصروف تحصیل در رشته تجارت میباشد



آلوجه بگویم. هدف نخستین کار ما آموزش دادن برای کودکان نیست. مثلا ما در باره الفبا آهنگ داریم اما این آهنگ برای آموزاندن الفبا نیست. هدف ما برانگیختن شوق برای آموزش است. ما شور گمگشته را در کودکان بیدار میکنیم و به همین سبب کار ما متفاوت است. تا حال بیشترین آهنگ هایی که در افغانستان برای کودکان ساخته شده اند اصلا ترانه کودک نیستند و بزرگان فقط از احساس و گلوئی کودک سو استفاده کرده اند و حرف های خود را گفته اند.

فرید: آلجوم آلوجه دنیای تازه را به کودکان معرفی میکند. دنیای آفتابی خود کودکان را.

از و جیهه سوال میکنم که آیا غیر از دخترک هنرمندش هدیه رستگار کسی دیگری هم در آلجوم آلوجه آهنگ خوانده است یا نه.

و جیهه:

اکثر آهنگ ها را هدیه جان خوانده است. تمینه دختر بزرگترم هم در بعض جاها همخوانی داشته. سه آهنگ را (لالایی، پاپایی و آهنگ تولد) من خوانده ام و در چند آهنگ من و فرید با هدیه یکجایی همسرا بودیم.

از داکتر سمیع حامد میپرسم که چگونه کار با فرید و و جیهه را بر کار با دیگر هنرمندان ترجیح داد. میگوید: در یک سخن این دو همستاره «نو» هستند و هم آینه ...

گفتگو را پایان میدهم و شما را میمان یک ترانه میکنم:

لالایی!

پشت کلکیچه شیشه ماتو، لالایی!

ده چشم بچه میایه خو، لالایی!

لالایی! لالایی!

شازادی رویایی

سر اسب نقرایی

ده یک باغ و اوایی

لالایی! لالایی! لالایی!

ناز نازم (ناز نازم) مثل (مثل) ماتو خو کده

ده شل (سر) بالشت افتو خو کده

مثل (مثل) ماتو نازنین (نازنین) و نقره بی

ده بین گهواره (گهواره) شو خو کده

خوابکش طلایی

لالایی لالایی!

پشت پلک قهرمان ریزه گک

قصه ها بیدار میشن یک به یک

قصه رنگین کمان و آبشار

قصه گل های سرخ و شاپرک

سل (سر) تا پا ژیبایی (زیبایی)

لالایی! لالایی!

تری راری؟

مصاحبه با سمیع حامد، و جیهه و فرید رستگار

در باره آلجوم «آلوجه» که یک مجموعه ترانه برای کودکان است و در باره آلجوم تازه آهنگ های و جیهه و فرید رستگار به نام «تری راری» از بی بی سی چیز هایی شنیده بودم و خواستم به همین بهانه با داکتر سمیع حامد، و جیهه و فرید رستگار گفتگو کنم. بالکن پراز گل خانه رستگاران جایی خوبی برای این صحبت بود. خصوصا وقتی که چای سبز و شیرینی های افغانستانی هم باشد.

سوالم را از تری راری آغاز کردم.

«تری راری» چه مفهوم دارد؟

هر سه همصدا گفتند: راز است!

و جیهه: آلجوم را که شنیدید روشن میشود.

فرید: من همینقدر میگویم که «تری راری» ورد زبان

جوانان خواهد شد.

و جیهه رو به فرید: تری راری؟

سمیع حامد میخندد. من رو به او میگویم: تری راری؟

حامد با تبسم میگوید: زنهارا! زنهارا! اول بخوان باز امضا

کن. تا ندانسته ای «تری راری» چه مفهوم دارد برای

کسی نکویی ورنه ... (چای را مینوشد)

میپرسم که این آلجوم چند آهنگ دارد.

فرید: شانزده آهنگ. برای ذوق های مختلف.

حامد: مختلفاگونگون!

و جیهه: اول ما بیست و چهار آهنگ گرفته بودیم اما زیاد وقت را میگرفت. حالا شانزده آهنگ است اما همه جدید هستند.

فرید: به چند معنی جدید استند. میگذاریم تا مردم بشنوند و خود قضاوت کنند.

از داکتر حامد

میپرسم که چگونه به

آهنگسازی

رو آورد.

میگوید:

همیشه شعر های من با یک آهنگ برای من سلام میگفتند

و من معمولا تا آمدن شعر بعدی آن را با صدا و بلند

میخواندم و بعدد یک سکوت غرق میشدند... این جوهره

کلموره (اشاره به فرید و و جیهه) آن سکوت ها را بیدار

کردند و حالا ما صد آبشار آهنگ داریم.

و جیهه با خود میخواند:

آسمان ابری

وقت بی صبری

تنها ده خانه

ماندن جبری

چیزی نوشتم

در پشت شیشه

تنهایی اما

آخر نمیشه

فرید رستگار ادامه میدهد:

ای کاش این دم

پایان بیایه

افتو آکه نی

باران بیایه

و جیهه میگوید: این از اولین آهنگ های ما است که ساخته

شدو زیاد دوستش داریم...

فرید میگوید: ما در مدت یک سال آنقدر آهنگ ساخته

ایم و خاطره های شیرین داریم که بعض اوقات با آهنگ

ها همراه یکدیگر گپ میزنیم. ما در یک هفته یک آلجوم

آهنگ داشتیم در طی همین همکاری.

در باره آلجوم «آلوجه» میپرسم.

و جیهه: به زودی بیرون می آید. رفته برای تکثیر.

سمیع حامد:

کار آلجوم آلوجه یک سال پیش تمام بود اما فرایند

تکثیر آن به سبب سفر ها و بیماری من آسیب دید. من

خوبست چند نکته را برای دفع دخل مقدر در باره آلجوم





Tajikestan

tajikestan@persianweekly.co.uk



آشنا

سفيد

به تماشای آبهای سفید

کیوان حسینی

قطعات فارسی حسین علیزاده، در آلبوم «به تماشای آب های سفید»، تنها قطعات فارسی نامزد شده برای جایزه گرمی سال ۲۰۰۷ نیستند. در آلبوم دیگری که همین عنوان را کسب کرده، عمده اشعاری که خوانندگان به زبان می آورند، اشعار حافظ هستند؛ البته با لهجه شیرین «تاجیکی» که توسط گروه برجسته «شش مقام» یا «آکادمی مقام» اجرا می شوند.

همزمان با موج تازه محبوبیت نواهای غریب از چهار گوشه جهان در میان هواداران موسیقی، انتشار یکی از مجموعه آلبوم های کمپانی ضبط «اسمیتسونین فولک ویز» - Smithsonian Folkways - ، بازتابی بیش از حد انتظار در میان منتقدان «موسیقی جهانی» یا World Music ، پیدا کرد: مجموعه سه جلدی «موسیقی آسیای مرکزی»؛ و از میان این سه آلبوم، آلبومی در میان نامزدهای گرمی قرار گرفته که موسیقی کشورهای تاجیکستان و ازبکستان را نمایندگی می کند. به عبارتی دیگر، این آلبوم نماینده «موسیقی مقامی» است که در خراسان ایران نیز ریشه دیرینه ای دارد. این موسیقی در کشور تاجیکستان، «شش مقام» نامیده می شود. اعضای گروه «شش مقام» که این آلبوم را تهیه کرده، همگی متولد شهرهایی هستند که در دوره های تاریخی مختلف، شکوه فرهنگ آسیای میانه را نمایندگی می کرده اند. کمپانی ضبط «اسمیتسونین فولک ویز» که زیر مجموعه موزه ملی ایالات متحده آمریکا است، در سالی که گذشت سه آلبوم را به موسیقی منطقه آسیای مرکزی اختصاص داد. آلبوم نخست این مجموعه، به موسیقی کوهستانی قرقیزستان اختصاص دارد که با نام یکی از معروف ترین گروه های این سبک موسیقی منتشر شده است: «تنگیر - توی». آلبوم سوم نیز مجموعه آثار آهنگساز سرشناس افغان، همایون سخی است که ساز رباب کابلی را به شهرتی جهانی رسانده است.

اما در میان این آثار آنچه این روزها نظر منتقدان را بیش از پیش به خود جلب کرده، دومین آلبوم این مجموعه است: «چهره پنهان محبوب» - Invisible face of the Beloved - که با ۱۸ قطعه متفاوت، وظیفه معرفی موسیقی کلاسیک کشورهای تاجیکستان و ازبکستان را به دوش دارد. در میان سه آلبوم این مجموعه، آلبوم «چهره پنهان محبوب»، بیش از دو آلبوم دیگر مورد توجه قرار گرفته و منتقدان بسیاری، این آلبوم و نغمه های آن را برای شنوندگان غربی موسیقی «آشنا تر» توصیف کرده اند.

قطعات آلبوم «چهره پنهان محبوب»، شاید بیش از همه به گوش شنوندگان جدی موسیقی سنتی ایرانی آشنا و دلپذیر بیاید چرا که آنها سالها است که با جدیت، این سبک موسیقی را دنبال می کنند. اعضای گروه «شش مقام» که این آلبوم را تهیه کرده اند، همگی متولد شهرهایی هستند که در دوره های تاریخی مختلف، شکوه فرهنگی آسیای میانه را نمایندگی می کرده اند؛ شهرهایی چون سمرقند، بخارا، تاشکند و خیوه. ریشه های گروه «شش مقام» پیوندی عمیق با شهرهای سمرقند و بخارا دارند که به شکلی تاریخی، تاجیکان و ازبکان را در کنار یهودیان آسیای میانه در خود جای داده اند.

موسیقی این گروه، در کنار شباهت های انکارناشدنی با موسیقی سنتی ایرانی، دربرگیرنده معنویتی عمیق، همراه با عناصر زیبایی شناسانه شرقی است که موزیسین های سرشناس منطقه، عمدتاً از آن بهره می برند؛ عناصری که از نغمه های عرفانی و راز و نیاز متافیزیکی تا ملودی های رقص آور صوفیانه در آن جای دارند.

گروه «شش مقام» که در واقع برگزیدگان یک مدرسه موسیقی به همین نام هستند، مانند بسیاری از فرهیختگان این منطقه، بعد از فروپاشی اتحاد جماهیر شوروی و استقلال جمهوری های متحد، بیش از پیش به ریشه های فرهنگی خود تمایل نشان داد و همزمان با اجراهایی کوچک، نشانه هایی فراموش شده از موسیقی اصیل تاجیکستان و ازبکستان را نیز کاوید تا به اصالتی از دست رفته، بازگردند.

نامزدی این گروه در جوایز موسیقی موفقیت گروه در خلق آثار بدیع پیموده شده دانست.

قطعات آلبوم «چهره از همه به موسیقی دلپذیر با

را دنبال کنند و هر نوازندگان «موسیقی مقامی» ای به همین نام و چه فجر، کنسرت هایی

پنهان محبوب»، شاید بیش گوش شنوندگان جدی سنتی ایرانی آشنا و بیاید چرا که آنها سال ها است که جدیت، این سبک موسیقی می ساله مختلف چه در جشنواره در جشنواره موسیقی برگزار می کنند.



شهناز نظیر آوا را سالها پیشتر در ایران می شناختم دختری با لهجه شیرین تاجیکی و آرزو های بزرگ فارسی. این بیت شعر او در ایران در همان ایام در محافل مختلف ادبی شهرت یافته بود تصویر آهوانه چشم چران کیست دنبال سبزه زار دل ناچریده ام شهناز در سال ۱۹۷۹ در شهر خجند در خانواده ای اهل فرهنگ و علم متولد شد. در سال ۲۰۰۴ رشته ادبیات فارسی را در دانشگاه تهران ختم نمود. هم اکنون مدیر مسؤول مجله ادبی و علمی خجند است. از سال ۱۹۹۸ عضو اتحاد نویسندگان تاجیکستان می باشد. او در سال ۲۰۰۱ جایزه جوانان جمهوری تاجیکستان را برد. از شهناز دو مجموعه شعری به چاپ رسیده است:

میلاد آرزو، خراسان، ۱۹۹۸
فاصله دستها، خراسان، ۲۰۰۱

با من قرار بگذار

با من قرار بگذار در آستان غربت
با من قرار بگذار قبل از قرار تربت
نوروز ما چو طی شد، دوران فصل دی شد
کی آمد عشق کی شد در انتظار قربت؟
بگذار پای ساعت بی ما رود پس و پیش
با من قرار بگذار با ساعت دل خویش
حتی برای یک بار، با من قرار بگذار
تا ممکن است دیدار، تا هست فرصتی بیش
با من قرار بگذار، با من قرار بگذار
اندر سراب رویا، یا پلک چشم بیدار
از بعد بیست و یک قرن عمری که بی تو شد خار
در این نفس که حتی تنهائیم نشد یارا
بر قصد دهر غدار، با من قرار بگذار

با من قرار بگذار شعرهای شهناز نظیر آوا



سوگند بر عشقی

بگذار از خاموشیت آوا بگیرم
چون آه در بغض کلویت جا بگیرم
آواز ده، تا همچو یونس ماهیان را
در رودها بگذارم و دریا بگیرم
هرچند دور از تو سوالی بی جوابم
هر بار از یک بودنت معنا بگیرم
ای کاش، چون بینی اشک آرمیده
در گاهوار دیده ات مأوا بگیرم
مگذار حکم سرنوشت بی بدل را
این بار بی چون و چرا اهدا بگیرم
سوگند بر عشقی که آدم را بیاموخت
این جرم را از گردن هوا بگیرم

بیا که عمر منی

اگر وجود تو را اتفاق و بس گیرم
چگونه حرف دلم را ز خویش پس گیرم؟
بده ضمانت خاطر که عین رویایی
که پشت عینک آبی سراغ کس گیرم
قسم به برق نگاهت که کرد ارشادم
قصاص عشق از این پیر بلهوس گیرم
تو را که بال و پر را ربوده ای خیر است
که گوشه ای ز دلت جا چو در قفس گیرم

دلم هوای تو را کرد و من ندا نستم
بیا که عمر منی و تو را نفس بگیرم



طراحی وب سایت و
انواع طراحی گرافیکی به
زبانهای پشتو و اردو
020 8453 7350
077 3311 3137



Azerbaijan

azari@persianweekly.co.uk

گذری بر فرهنگ و ادبیات آذربایجان

معلم روستاهای آذربایجان!

واحد قاراباغی

صمد بهرنگی معروف به (بهرنگ) در دوم تیر ماه ۱۳۱۸ در تبریز از

پدر و مادر تبریزی بدینا آمد و در کوچه جمال آباد محله چرنداب تبریز بزرگ شد و به دبستان رفت. صمد وقتی که تازه به دبستان رفته بود و کلاس اول می خواند، صبح ها کاسب های سرگذر پسر بچه ای را می دیدند که کفشایش



را زیر بغل زده و تند می دود. از یکدیگر می پرسیدند این بچه کیست؟ تا اینکه معلوم شد که این بچه، پسر گلگری است به نام "عزت" که تازه گی به این محل آمده و اتاقی را اجاره کرده است. او برای این می دود که مدرسه اش خیلی دور است و می ترسد. سر وقت نرسد و کفش هایش را به خاطر باره نشدن زیر بغل می زند. اسم این بچه "صمد" است.

صمد ۱۰ ساله بود که پدرش با موج بیکارانی که به قفقاز و باکو می رفتند به قفقاز رفت و تا مین معاش خانواده به دوش این کودک خردسال افتاد. از همان وقت با رنج و مشقت طبقه زحمتکش آشنا شد

و تا آخرین زوایای فقر و محرومیت پیش رفته بود و مبارزه با سختی ها از اوان کودکی و فشار اقتصادی، خود سنگ بنای شخصیت زنده و پر تحرک "صمد" در آینده گشت. حال شاید کمتر دانش آموخته ای در آذربایجان باشد که وقتی سخن از رژیم ستم شاهی و ظلم های آنها به میان می آید، به یاد "صمد بهرنگی" آن مبارز یکه تار آذربایجانی نیفتد و یادی از ماهی سیاه کوچولو و نامه های مضمون دار او نکند. این آثار که از درد و رنج و ناله های مردم غیور آذربایجان نشأت گرفته حاصل یازده سال مشایعت و همزیستی و همدردی با روستاییان آذربایجان می باشد. وی که معلم روستای آذربایجان بود، بزرگترین مشغله ذهنی خود را همان بچه های دبستانی ساده روستاها می داند و از آن می نالد. او در جواب یکی از شاگردان خود که از صداقت و احترام خود خطاب به معلمش، او را "آقا" صدا می زند، ناراحت می شود و می گوید: چرا به من "جناب آقا" می گوئی؟ نکند هنوز اعتقاد به آنگونه القاب داری؟ حتما" که نه.

آری، همه شاگردان با او چنان صمیمی بودند و دوستش داشتند و به او عشق می ورزیدند. صمد را "صمد خان"، "برادر ما صمد"، "صمد آقا"، و گاهی به ریشخند "صمد بهرنگی تهرانی" خطاب می کردند. صمد همکلاس شاگردان روستاهای آذربایجان بود. رفیق بازیهایشان و همدم دردهایشان، چرچی کتاب برایشان.

اگر لقب "دوست بزرگ بچه ها" را نویسندگان و نقادان و آژانس های رسمی به "هانس کریستین آندرسن"، "جانانان سوئیت"، "هالن گرنر" و... داده اند. صمد این لقب را از دوستان حقیقی اش، از بچه های کلاس اول ممقان، آخیر جان، یکه چین، از کودکان پا برهنه آذربایجان دریافت کرد. زندگی باورنکردنی صمد به قول دوست نزدیک اش "غلامحسین ساعدی" بزرگترین شاهکارش بود. او معلم تبعیدی به روستاها، ولی عاشق روستاها بود. روزهای تعطیل به تبریز می رفت و با چمدان پر از کتاب به روستا بر می گشت. روزی که صمد نبود بچه ها دلنگت می شدند. فردا صبح جاده خاکی روستا با دوستان صمد، با همه دانش آموزان کلاس به استقبال معلم خود می نشستند تا کلاه پشمی - که به اعتبار صمد، تاج معلمی و قصه نویسی کودکان بود از پس کوههای پام آشکار شود و صمدا چمدان کتابش در دست به تبسم همیشگی صبحی دیگر را به دوستانش سلام کند.

او همیشه به موقع می آمد و درس شروع می شد. روح و وجود او سرشار از عشق به کودکان بود و قلب همه شاگردانش لبریز از محبت او نسبت به شاگرد و معلم چنان در هم تنیده بود که بدون آقا معلم، بدون صمد روستا و مدرسه غمگین بود و صمد بدون شاگردانش دلنگت. صمد که برای تنظیم کتاب "الفبایش" به تهران رفته بود در نامه ای به کودکان روستا چنین می نویسد: "... بچه ها خیال نکنید که خیابان و کاخ های سر به آسمان کشیده تهران مرا از خود بی خود و شما را فراموش کرده ام. شما کار کنید. کتاب بخوانید و کتابخانه مدرسه را غنی تر کنید. من در اولین فرصت پیش شما می آیم. بچه ها، دلم می خواد شما را ببینم. باز برف را تماشا کنم و زیر ریزش آن راه بروم." صمد سرشار از احساسات بود و همچون یک روستایی، جامعه روستایی را با تمام وجود حس می کرد. "با صمد بود که کودک جهان سومی، کودک جامعه پیرامونی، کودک کارگر، کودک فقیر و معترض، کودک حاشیه نشین، کودک روستایی از حاشیه و سایه به متن و مرکز داستان آمد. آدمها تغییر کردند صحنه واقعی تر شد و ادبیات کودک ایران که روی سر مصنوعی و گچی ایستاده بود و وارونه به دنیا می نگریست، روی پاهای واقعی خود قرار داده شد. به جرات می توان گفت صمد بنیانگذار ادبیات نوین کودک ایران است."

او معتقد بود که هر قومی حق دارد که در کنار زبان رسمی کشورش به زبان مادری حرف بزند و بنویسد و کتابهای درسی باید به صورت ایالتی و ناحیه ای طرح و تنظیم گردد و در این کتابها از عناصری بهره جست که برای کودکان روستایی عینی و قابل لمس باشد نه ذهنی و رویایی. از اینرو صمد کتابی در زمینه تدریس الفبا برای کودکان دو زبانه تدوین کرد که نظیر نداشته و نداشت ولی متأسفانه هرگز نتوانست چاپ شود.

در زمانی که بر اثر اعمال سیاستهای شوونیستی به اصطلاح آسیمیلیاسیون فرهنگی، استفاده از زبان و ادبیات ترکی آذربایجانی و مطرح کردن هر گونه مسایل قومی ممنوع شده بود، صمد شجاعانه قدم به میدان گذاشت و با همکاری بهروز دهقانی کتاب "قوشمالار و بولماجالار" را تالیف و اقدام به جمع آوری فولکور آذربایجانی نمود و همچنین داستانهای خود را با الهام از قصه های آذربایجانی که ریشه در فرهنگ چندین هزار ساله این ملت دارد تالیف نمود. باین ترتیب ثابت کرد که حتی در زیر فشار هم نباید مسائل قومی و ملی خود را نادیده گرفت. او اعتقاد داشت هر فردی باید به زنده نگه داشتن و دفاع از تاریخ گذشته و ادبیات ویژه خود کمر همت ببندد. صمد با زبانی ساده و از روستای قهرمانان ملی آذربایجان از جمله بابک، کور اوغلو، قاجاق نبی، ستارخان و... که از میان مردمی زحمتکش برخاسته اند و برای رهایی وطن خود از یوغ دشمنان و فلاکت مبارزه کرده اند. برای دانش آموزان خود بیان می کرد و آنان را به پاسداری از میراث کهن خود که حاصل جان نثاری و تلاش چندین صد ساله گذشتگان است فرا می خواند و دانش آموزان را در قبال این وظیفه مهم مسئول و مسئولیت پذیر می داند.

"در این روزگار که قطعی آدم است باور کنید من نمی خواهم چیزی بشوم تنها می خواهم یک انسان بشوم". صمد این معلم روستاها با چنین ایده و آرمانی زندگی کرد. او در باره خودش می گوید: "مثل قارچ زاده نشده ام بی پدر و مادر، اما مثل قارچ نمو کردم ولی نه مثل قارچ زود از پا درآمدم. هر جا نمی بود بخود کشیدم، کسی نشد مرا آبیاری کند. نمو کردم مثل درخت سنجد و کج و معوق و قانع به آب کم، و شدم معلم روستاهای آذربایجان."

صمد معتقد بود: "یک انسان هرگز دروغ نمی گوید." اینچنین تفکر او در آن زمان و جو حاکم بر جامعه باعث شد که وی را مرتد، دیوانه و حتی از خود بیگانه معرفی کنند تا او را به گوشه نشینی مجبور و فعالیت اش را محدود کنند. چنین ایده های او در جوانی چندی نگذشت که جمع کثیری از انقلابیون و نویسندگان صاحب نام زمان خویش را متوجه خود ساخت و از سر تا سر ایران برای دیدن او به تبریز آمدند.

چندی از آنان درباره صمد و مرگ مشکوک او چنین می نویسند:

احمد بصیری: "...وقتی تو رفتی ماهی سیاه کوچولو به دریا رسید..."

ظاهر احمدزاده: سال ۵۰ بود که به دیدار آیت... طالقانی رفتم. وقتی وارد اتاق شدم، نوشته ای را مطالعه می کردند. گفت: این نوشته را مطالعه کرده ای؟ نوشته ی صمد بهرنگی بنام "ماهی سیاه کوچولو" بود. گفتم خوانده ام. گفت: این را برای کودکان نوشته اما ما بزرگترها این را بخوانیم.

محمود دولت آبادی: کتاب ۲۴ ساعت در خواب و بیداری بهرنگ را خواندم، ساده و روان بود. مثل آب که در بستر جوی روان است...بخوبی دیدم که او به زندگی شرافتمندانه آدمی عشق دارد.

تولستوی در جایی گفته: تمام تاریخ اروپا می تواند زمینه یک رمان تاریخی قرار بگیرد. همچنانکه فقط یک روز از زندگی یک دهقان نا مشخص روسی، اما هیچکس نگفته بود که ساعت ۲۴ از زندگی یک پا برهنه ایرانی می تواند. زمینه یک قصه قرار گیرد که در آن اندیشه های دقیق یک نویسنده با دقت جریان داشته باشد و بهرنگ این را عملاً ثابت کرده... بعد از اینکه او خویش را به ارس (آراز) داد، نمی دانم چرا قلمم گریست؟ دردی بر درد و اندوهگین به آثارش رجوع کردم. کتابهای نازک، ساده و درست. او بدرستی اندیشیده بود و صادقانه هنر را در خدمت اندیشه های عزیزاش گرفته بود و اندیشه اش را طبق اخلاص پیش من و تو گذاشت.

اسد بهرنگی (از قلم برادر): نوشتن درباره کسی چون صمد، که سنی از او گذشته بود و درباره خودش هم حرفی زده بود که از میان رفت و عقیده هم داشت "آنقدر گفتنی است که نوبت به از خود گفتن نمی رسد" مقام ها و ریاست های مختلف و کیابایی هم نداشت پدر و مادرش هم از مردم عادی همین شهر و دیار بودند. مشکل بود. برادر صمد می خواست همیشه معلم باقی بماند، اینکه بچه ها را ببیند و دینش را ادعا کند. ماهی سیاه و داستانهای دیگر او آخرین نوشته های او نبود. صمد در تهران چند ماهی سرگرم تنظیم کتاب "الفبایش" بود.

جلال آل احمد: شنیدن خبر دشوار بود. صمد مرد!

که ما برایش آرزوها در سر می پختیم؟ این زبان روستائی های دیارش و وطن اش آذربایجان. این وجدان بیدار یک فرهنگ تبعید این همپالکی تازه به راه افتاده. هانس آندرسن این معلم سیار که از لای سطور حیدر بابایه سلام، پا در راه گذاشته بود و به سوالات و خلخال می گریخت. نکند آخر سر به نیستش کردند؟ نکند خود کشی کرده؟! نه چرا چنین آدمی باید به رود خانه زده باشد؟ مگر آراز بود ۱۶ شهریور چقدر آب دارد که بتواند کسی را بغلطاند؟ من فقط این را میدانم که صمد نباید مرده باشد. مگر می توان باور کرد؟!

م.صدیق: صمد بهرنگی بی اغراق یکی از شرکت کنندگان فعال در نوسازی ادبیات معاصر ایران (بویژه آذربایجان) است. تلاش بهرنگ در راه مبتکرانه جدیدش قابل تحسین است و این روش خلاقانه در انتشار داستانهای کودکان دید تازه ای به نویسندگان می دهد. در داستانهای بهرنگی دیگر از دیو، پریزاد، خاقان و مبارزات تخیلی جادوگری و پری و... که چاشنی و محتوای داستانهای کودکان

تمام دنیا شده، خبری نیست و بدرستی می توان گفت: بهرنگ تحولی در ادبیات کودکان و در نتیجه ادبیات معاصر بوجود آورد.

موسوی فریدونی: بهرنگ به منطق کودکان وارد است. زبان آنها را می فهمد و با آگاهی که نسبت به زمان و مکان دارد و وظایفش برای کودکانی که آینده برای آنهاست، قصه می گوید. بهرنگ جز آنکه قصه گوی بچه هاست، رابطه و نماینده آنها نزد بزرگسالان است. آرزوی آنها و راه بر آورده کردن آنها را نیز می داند...

آراز: در قصه هایی که در اواخر بهرنگ در زمینه کدکان نوشته، فریادهای یک اسیر نرفته است و دیگر مسائل زندگی اجتماعی تحت الشعاع و در اطراف آن دور می زند و نتیجتاً اثری که بتواند شعور اجتماعی را تحریک بخشد و ضرورتی که به حال کنونی باشد، بوجود می آید و در عین حال برای کودکان نوشته میشود.

احمد شاملو: آنچه مرگ صمد را تلخ تر می کند از دست رفتن موجودی یگانه است. مرگی است که براستی ایجاد خلأ می کند. شهری است که ویران می



شود، نه فرو نشستن بامی، باغی است که تاراج می شود. نه پرپر شدن گلی، چلچراغی است که در هم می شکند. نه فرو مردن شمعی و سنگری است که تسلیم می شود نه در افتادن مبارزی!

از دیدگاه غربی ها:

براد هانس: بهرنگی به منظور فرار از دست سانسور، شکل قصه عامیانه را برگزید. قصه نویسی بهرنگی شامل قصه های عامیانه است که از ترکی آذری ترجمه شده و یا خود قصه ای جدید به شمار می آید.

از آینه نویسنده ای از کشور همسایه

مقصود حاجی یف: صمد در قلب شاگردانش عشق به زندگی و مبارزه بیدار می کرد.

آری با مرگ صمد، خیلی از نویسندگان قلم خویش را بدست گرفتند و اندیشه های خود را در باره این صاحب قلم آذربایجانی می نویسند، و حتی عده ای از اینرو صاحب شهرت می شوند.

از حرف های مادر صمد: صمد غیر از بچه های دیگر بود. روزی به او گفتم چرا زود زود به خانه خواهرهایت نمی روی؟ آخر آنها هم کسی ندارند، چشم به راهند. صمد در حالی که ناراحت شده بود گفت: "من نمی فهمم مادرا! تو چرا این حرف را می زنی، اولش که من هر وقت فرصت کردم سری به آنها می زدم. بد زانی مگر مردم بی چیز و فقیر، بچه های بی پدر و مادر کم هستند؟ چرا نمی گویی سری به آنها بزنی. مگر خواهران من از آنها درمانده [۱] ترند. اینها باز هم هر چطور شده خانه و شوهری دارند. زندگی و سامانی ولی آنها..."

بهرنگی و جریان اندیشه های او در آثارش:

«کرم شب تاب گفت: رفیق خر گوش من، من همیشه می کوشم مجلس تارک دیگران را روشن کنم، جنگل را روشن کنم. اگر چه بعضی از جانوران مسخره ام می کنند و می گویند: «با یک گل بهار نمی شود تو بیوده می کوشی با نور نا چیزیت جنگل تارک را روشن کنی». خر گوش گفت: این حرف مال قدیمی هاست ما هم می گوئیم: «نور هر چقدر هم ناچیز باشد، بالاخره روشنائی است» (عروسک سختگو).

« من دیگر نمی توانم اینجا گردش کنم، باید از اینجا بروم... می خواهم بروم ببینم آخر جویبار کجاست و کجا می رسد، دلم می خواد بدانم جاهای دیگر، چه خبرهایی است؟»

« من میخوام بدانم که، راستی راستی، زندگی یعنی اینکه، تو یک تکه جا هی بروی و برگردی تا پیر شوی و دیگر، هیچ، یا اینکه طور دیگری هم توی دنیا می شود زندگی کرد؟»

« مرگ خیلی آسان می تواند به سراغ من بیاید، اما من تا می توانم زندگی کنم، نباید به پیشواز مرگ بروم البته اگر یک وقتی ناچار با مرگ روبرو شوم که می شوم، مهم نیست، مهم این است که زندگی با مرگ من، چه اثری در زندگی دیگران داشته باشد...» (ماهی سیاه کوچولو).

صمد در عمر کوتاه خویش از دانشسرای دبیری گرفته تا روستاهای دور افتاده آذربایجان هیجوقت از قلم خویش جز برای آگاهی ملتش استفاده نکرد و همه این موارد رژیم ستم شاهی را سخت نگران کرده بود و درخیمان رژیم پهلوی تصور می کردند که با نابودی صمد، اندیشه های او را نابود خواهند کرد. غافل از اینکه هیچ تبدیری نمی توانست از صمد برای پیروانش سرمشتقی نسازد. در ۹ شهریور ۱۳۴۷ او را مخفیانه به شهادت رساندند و جسم بی جانش را به آراز سپردند، چرا که به دلیل محبوبیت توده ایش از دستگیری و کشتن او بطور علنی هراس داشتند. بدین گونه صمد با موجهای آراز (ارس) به دریا پیوست.

« چطور می توانیم فراموش کنیم، تو ما را از خواب خرگوشی بیدار کردی، به ما چیزهایی یاد دادی که پیش از این حتی فکرش را هم نکرده بودیم...»

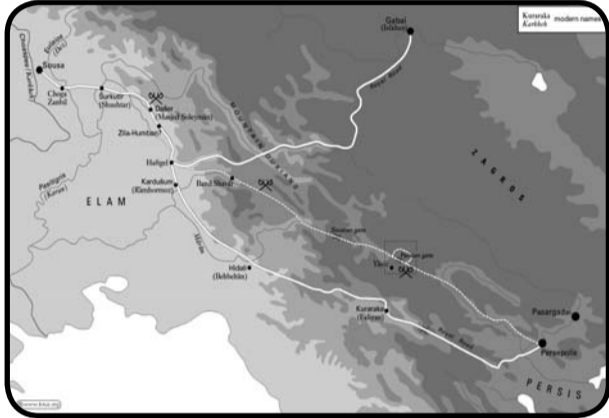
از آثار صمد می توان به: داستانها، کند و کاو در مسائل تربیتی ایران، مثل ها و چیستانهای آذربایجانی و... اشاره کرد.



info@persianweekly.co.uk

Persian gate (Y a s u j)

After the battle of Gaugamela (1 October 331 BCE), Alexander the Great conquered Babylonia and Elam. He wanted to invade Persia proper before the winter started. The first part of his route was easy, because a



Royal road connected Susa, the capital of Elam, with the more eastern capitals Persepolis and Pasargadae.

After crossing the river Pasitigris at Šurkutir (modern Shushtar) and rounding up resistance in the area of Masjid-e Solaiman, the Macedonian army was divided near modern Haftgel. Alexander's general Parmenion was to take one half of the army along the Royal road, and the king himself took a more dangerous road through the Zagros mountains. After a tribe of pastoralists, the Uxians, had been massacred, no one dared to obstruct his passage. Without any problems, Alexander crossed the river Marun (the border of Elam and Persis) and reached the plain north of modern Yasuj, which is seen here from the northeast.

Here, the Macedonians prepared themselves for the passage through the Persian gate (Darvazeh-ye Fars), northeast of Yasuj. However, the satrap of Persia, Ariobarzanes, was aware of the movements of the Macedonians and had taken countermeasures. This picture shows the modern road from Yasuj to Isfahan (ancient Gabae). The Gate is to the right, in the valley of a small river named Meyran. Here is a satellite photo.

This map shows the battle in the Persian gate. First, Alexander's army moved into the valley, directly to the east. The Macedonians noticed people on the hills and rocks, but thought that they were refugees. After the massacre of the Uxians, everyone had tried to flee, and the Macedonians expected no difficulties whatsoever.

Meanwhile, however, the Persian commander had occupied a position more to the east. This picture shows the probable site of his camp. The village is known as Cheshmeh Chenar, 'source with pines'. It is a little bit further to the east than is indicated on the map of the

battle above. This picture was made in May 2005; you must imagine snow, because the battle was fought on ca. 20 January 330.

With the benefit of hindsight, we can say that Alexander had blundered. He should have sent scouts into the valley. The valley itself, the Tang-e Meyran, is initially very wide and does not look difficult. It is possible to walk on tracks on both sides of the river. Here you can see a satellite photo.

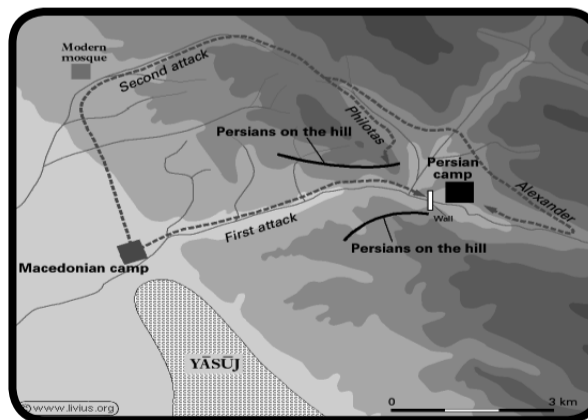
This picture was taken in February 2004, not far from the sacred place locally known as Baba Hasan. The next pictures were taken in January 2005 and show the snow that must have been there 2335 years before.

Shortly before this rock, which was again occupied by 'refugees', the road turns to the right. The Macedonians were now moving to the east-southeast, and could hardly see anything at all, because they were blinded by the rising sun. The road was becoming increasingly narrow. After the rock, a brook empties itself in the Meyran. Almost immediately after the confluence, the road curved to the left. By now, the rear guard had entered the valley as well.

The curve to the left. Not far from this place, the soldiers in the Macedonian front line noticed the wall that had been built by Ariobarzanes. From all sides, Persian soldiers started to throw down stones and rocks; catapults were fired, missiles were thrown. The Macedonians were forced to return, leaving behind their dead. It was the first Macedonian setback after the siege of Halicarnassus, and the last Persian success.

It will be difficult to identify the exact site of the wall. For centuries, big stones and small rocks have been falling down. Recently, this road was constructed. The site has, therefore, considerably changed. Today, this is the narrowest point of the gorge, on a winter day, about two hours after dawn.

Alexander did not really know what to do, but we are told that a local guide offered his services. This may be true, but the anecdote looks suspiciously like Herodotus's story of Ephialtes, who showed the Persian king Xerxes a road to circumvent Thermopylae in 480. Whatever the truth, Alexander's men set out during the night and used another valley to turn the pass. This road began near the recently built Shi'ite sanctuary of Imam Zadr Qasem.



Today, and in February, the mountain path is easily accessible. There is a very tiny brook. In January 330, there was snow and ice and we hear about soldiers slipping away, falling down, grasping their comrades, who also started to slip and fall. Fortunately, it was full moon.

Looking back through the northern valley, from the road to the saddle.

After midnight, Alexander's men reached the saddle, where a company of soldiers commanded by Philotas turned to the south. They would arrive at the rock mentioned above. Meanwhile, Alexander continued to the southeast, until they were in the Persian rear.

Descending at dawn, the Macedonians attacked Ariobarzanes' camp. At the same time, Philotas attacked the rock and Craterus marched into the southern valley again. Many Persians were massacred. Ariobarzanes managed to escape, but was killed before he reached Persepolis. Alexander reached the beautiful palace on one of the last days of January 330. Four months later, he burned it down.

Literature

Heidmarie Koch, "Die achämenidische Poststraße von Persepolis nach Susa" in: Archäologische Mitteilungen aus Iran 19 (1986) 133-147. [Author uses the Persepolis fortification tablets to reconstruct the Royal road between Susa and Persepolis]

Henry Speck, "Alexander at the Persian Gates. A Study in Historiography and Topography" in: American Journal of Ancient History n.s. 1.1 (2002) 15-234. [The present webpage is essentially an update of this article.]

Thanks to Henry Speck and Sharona Asghari.



Hedayat's 'Blind Owl' in Taiwanese

The novel 'Blind Owl' by contemporary Iranian writer Sadeq Hedayat has been translated into Taiwanese.

According to ISNA, the book, published 86 years ago, has so far been translated into some 20 languages, including English, German, French and Arabic. The writer's nephew, Jahangir Hedayat told the same source that over 200 entries have been submitted for the Sixth Sadeq Hedayat Literary Contest, which is slated for March.

Those interested in participating in the event have until September 22 to submit their works.



Persian Weekly Newspaper

OUR AIM

We are a group of interested individuals who would like to educate the Iranian community about life in

the UK in order to help them integrate into their new country of residence through culture, art, entertainment, articles and personal stories and also the purpose of our weekly newspaper is to promote the fascination of Iranian culture by exposing the audience to rich traditions in Persian celebrations, literature, cinema, art, poetry, music, and cooking. In addition, we want to provide a common website for more than 3 million Iranian professionals outside Iran. Persian weekly is a non-political, non-religious newspaper that encourages anyone who is interested in Persian culture to contribute with the Persian Weekly Newspaper. You can also contribute through your article, opinion, photographs and any other ideas you might have.

Editor-in-Chief: Abbas Najafi

Advertising & Finance Director: J. Totoonchi

Designers: Alireza Lahidjanian, Alireza Ryahi, Aref

Web/It Manager: Behzad Rahigh

Writers: Dr Ara, Mrs Garon, Mrs Taraneh, Mr M.Gholizadeh, Armia, Ash Groups, Afsaneh Jangjou,

Website: www.persianweekly.co.uk

Email: info@persianweekly.co.uk

Printed By: Web Print

Special Thanks to:

NUJ National Union Journalist,
Mr Radman, Magic of Persia, Mr Sadr

Lord Business Centre
2 Floor Unit 20
665 North Circular Road
London NW2 7AX
Tel: 020 8453 7350
Fax: 020 8453 7351

DON'T FORGET

Help to keep public area clean and tidy for everyone by taking your copy of Persian Weekly Newspaper with you, when you leave.

انواع طراحی وب سایت
تبلیغات و گرافیک

Media of Persia ...

020 8453 7350

www.persianweekly.co.uk



صرافی قائم
خدمات ارزی و بازرگانی (قائم)
بهترین نرخ و کمترین زمان
079 4949 4981
020 8349 3975

14 Sep 2007 11th Issue

دو شب فراموش نشدنی و خاطره انگیز جمعه 21 و شنبه 22 سپتامبر

شهرزاد

بار دیگر سلطان قلبها
عارف خواننده دوست داشتنی شما
میهمان شهرزاد خواهد بود



لطفا جهت اطلاع بیشتر و رزرو جا با
شماره تلفن 020 7371 1919 تماس حاصل فرمائید

346 Kensington High Street, London W14 8NS
www.shahrzadeh.co.uk - info@shahrzadeh.co.uk