

در پی شادیهای اجتماعی پس از انتخابات ریاست جمهوری و رفتن تیم ملی فوتبال ایران به جام جهانی

سهم سیاست از شادی عوام

در مقابل، افرادی را تصور کنید ناچارند در مکانی نامناسب زندگی کنند، غذایی برای خوردن ندارند و به دلیل همین مشکلات، روابط اجتماعی هم چندان معنایی برای آنها ندارد. مسلماً این گروه حتی نمی توانند شادبودن را درک کنند و رضایت جایی در زندگی شان ندارد.

این مثال های ساده نشان می دهد در قرن بیست و یکم در کنار تلاش و فعالیت های فردی و جمعی، دولت ها نیز نقش مهمی در ایجاد و پایداری شادی های مردم دارند. تلاش برای برقراری روابط مناسب اجتماعی، ایجاد زیرساخت های لازم و... از جمله مواردی است که مردم به تنهایی نمی توانند در ظهور و پایداری شان نقشی بازی کنند.

در این میان، اما هنوز افرادی هم بر این باور هستند که دولت ها نقش زیادی در شادکردن مردم ندارند. بر اساس این دیدگاه، رفاه و خدمات اجتماعی، درآمد و بیکاری افراد تاثیر چندان بر وضعیت شان نمی گذارد و هر کس مسئول شادکردن خودش است. در حالی که براساس یک نظرسنجی، ساکنان کشورهای که دولت بیشتر به فکر برآورده کردن نیازهایشان بوده، شادتر بودند.

کسانی که در این نظرسنجی شرکت کردند میزان فردگرایی، روابط خانوادگی و اجتماعی، حضور در فعالیت های خیرخواهانه و نرخ بیکاری را از مهم ترین عواملی می دانستند که در افزایش میزان شادی مردم تاثیرگذار است. ادامه در صفحه ۴

سال هاست گزارش های متعدد و متنوعی در مورد میزان شادی مردم، دلایل آن و راه های گسترش و توسعه این روحیه در کشورهای مختلف منتشر می شود. توجه مراکز تحقیقاتی به این موضوع نشان دهنده اهمیت آن در عصر حاضر است.

از وقتی مردم با زندگی ماشینی دست و پنجه نرم می کنند و استرس و ترافیک و... جزء جدایی ناپذیر زندگی ها شده، محققان در تلاش هستند راهی برای برون رفت از این تراژدی زندگی مدرن پیدا کنند و تحقیقات متعدد نشان داده آن سخن قدیمی چندان هم بیراه نبوده و هنوز هم «خنده» بر بسیاری از دردها دواست. این نکته مشخص می کند مسئولان کشورها هم باید به فکر این موضوع یعنی افزایش میزان شادی مردم باشند. به همین دلیل در یکی از گزارش ها تأیید شده بود کشورهای ثروتمند در جهان کم نیستند، اما آنچه برای شادبودن از درآمد مهم تر جلوه می کند، عواملی مانند روابط اجتماعی مستحکم، نبود فساد در جامعه و امکان فعالیت های مفرح و هیجان انگیز فردی است.

تعجبی هم ندارد؛ تصور کنید شما در کشوری زندگی می کنید که کاری مناسب دارید، روابط اجتماعی قوی و مستحکمی میان افراد برقرار است و به اندازه کافی فرصت در اختیارتان هست که از لحظات زندگی لذت ببرید. در چنین شرایطی انتظار می رود شما زندگی شادی را تجربه کنید و از شرایط موجود، رضایت کامل داشته باشید.



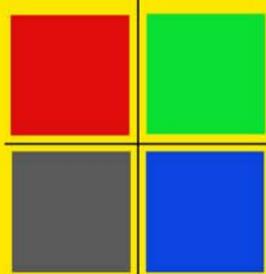
عکس: خبرگزاری ایپنا



به بهانه درگذشت استاد جلیل شهناز

مثلث طلایی موسیقی ایرانی

صفحه ۱۳



**Digital Pixel
Productions**
Film and Video Productions

020 7193 5592

فیلمبرداری و عکاسی از سمینارها و جلسات فرهنگی
تهیه گزارش، عکس و فیلم از برنامه های فرهنگی و هنری
تهیه و تولید فیلمهای مستند، داستانی و موزیک ویدیو
ساخت فیلمهای تبلیغاتی
اجاره دوربین، لوازم استودیویی و نورپردازی
ساخت ویدیو برای وب سایت
فیلمبرداری و عکسبرداری از مراسم های خصوصی

آیا به دنبال ساخت موزیک ویدیوی خود هستید؟



کلینیک مدرن دندانپزشکی

دکتر الهام وزیر
دکتر آزاده وزیر
و همکاران دندانپزشک

NHS / خصوصی

- زیبایی دندانها، Orthodontics (ارتودنسی)، Implant (کاشت دندان)
- عصب کشی (Root Canal) و پرکردن دندان برنگ طبیعی
- انواع روکش های سفید، طلا، لمینیت چینی، پل و Denture
- درمان بیماری های لثه و خونریزی
- جرم گیری و سفید کردن دندانها در یک ساعت
- حل مشکل خرناس

دوشنبه تا جمعه: 9 صبح تا 5 عصر
دیرتر با تعیین وقت قبلی



11 Porchester Gardens
Bayswater, London, W2 4DB

020 7727 3650

www.porchesterdentist.co.uk



سازمان مراقبتی و درمانی

تقدیم می نمایم

پارس



مراقبت از سالمندان

خدمات گوناگون از یک تا ۲۴ ساعت در منزل سالمندان با زبان و فرهنگ مادری ارائه می شود

تخفیف ویژه تابستانی، خدمات مراقبتی از £10 در ساعت، در بعضی از مناطق لندن

کلوب آدینه

محل برای دیدار، شادی، هنر، علم، سرگرمی،
موسیقی و خاطرات هر جمعه 13:30-17:00

Tel 07903 209 503

سیر و سفر

پیک نیک در پارک گولدرز گرین ۲۳ ژوئن
تور نیم روزه به پارک گرینیچ ۱۱ ژولیه

Register by and member of Care Quality Commission

www.parscare.com

0208 446 1505

0203 589 4717

0203 589 4718

info@parscare.com
Head Office:
Unit 312, Pars Care Ltd,
Rowlandson House
289/293 Ballards Lane
W12 8JY, London, UK

Pars Care Ltd

An Ethnic Elderly
Care Provider In UK



بنام خدا

شرکت صرافی

معتبرترین موسسه مالی ایرانی در لندن

خرید و فروش و ارسال سریع ارز به ایران بدون اخذ کارمزد
لطفا قبل از تماس با ما نرخ های دیگران را نیز جویا شوید.

و یا تلفن: ۰۲۰۸۳۸۱۳۳۳۴ تماس حاصل نمائید
و یا از وب سایت www.sarrafi.co.uk بازدید نمائید.

قابل توجه: کلیه حواله های که قبل از ساعت ۳ بعد از ظهر دریافت شود
حتما روز بعد در ایران پرداخت خواهد شد.



تلفن رایگان: 08081201012



این شناسنامه همه ماست

در تصاویر حکاکی شده بر سنگهای تخت جمشید هیچکس عصبانی نیست. هیچکس سوار بر اسب نیست. هیچکس را در حال تعظیم نمی بینید. هیچکس سرافکنده و شکست خورده نیست هیچ قومی بر قوم دیگر برتر نیست و هیچ تصویر خشنی در آن وجود ندارد. از افتخارهای ایرانیان این است که هیچگاه برده داری در ایران مرسوم نبوده است در بین صدها پیکره تراشیده شده بر سنگهای تخت جمشید حتی یک تصویر برهنه و عریان وجود ندارد. بخاطر بسپاریم که از چه نژادی هستیم و دارای چه اصالتی می باشیم.

یادداشت

در شماره پیشین به انتشار سیصمین شماره هفته نامه پرشین پرداختیم. در این شماره نیز به بهانه پیروزی اراده ملت در انتخابات و صعود تیم ملی فوتبال به جام جهانی، نگاهی انداخته ایم به شادی های مردم و لزوم تداوم آن در جامعه. اما دو نکته هم لازم به ذکر بود که در اینجا یادآور می شویم:

اول وظیفه سپاسگزاری از تمام دوستان و همکارانی که هفته گذشته با قلم خود نسبت به این هفته نامه و دست اندرکاران آن ابراز لطف نمودند؛ از همه آن عزیزان بخاطر محبتی وافری که نسبت به ما ارزانی داشتند قدردانی می کنیم و دست شان را می بوسیم. و تقاضا داریم که از این پس دوستان و خوانندگان به نقد عملکردمان و ذکر کاستی های این نشریه نیز بپردازند تا از این گذر زمینه پیشرفت نشریه نیز محیا شود. پرشین همواره چشم به راه انتقادات و پیشنهادهای تمام علاقمندان، خوانندگان و پیشکسوتان بوده تا این راه پر فراز و نشیب را پیش روی ما روشن کند.

دوم، درگذشت هنرمند ارزننده، جلیل شهنواز و نویسنده گرانقدر فهیمه رحیمی را که جای خالی شان در شادی هایمان محسوس است، تسلیت عرض می نمایم و امیدواریم راهشان پر رهرو باشد.

در پایان از بانوی شاعر فقید، ژاله اصفهانی، یادی می کنیم با این جمله که «شاد بودن هنر است، شاد کردن هنری والا تر»؛ با این امید که شادی و مهر و امید در دل های تمام هموطنان داخل و خارج از کشور نقش بندد و با همدلی، مشکلات سیاسی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی از کشور ما رخت بریند و همگی با هم در کنار صلح و صفا از زندگی مان لذت ببریم.

هفته شادی داشته باشید

هفته نامه پرشین

اجتماعی، فرهنگی، هنری



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. تمامی مطالب از سایت ها، روزنامه های معتبر، مقالات رسیده و خبرگزاریهای رسمی با ذکر نام نویسنده انتخاب و به چاپ می رسد.

مدیرمسئول و سردبیر:

عباس نجفی زرافشان

editor@persianweekly.co.uk

شورای همکاران و نویسندگان:
دکتر اعلا امیرشاهی، فرشته کدیور، احسان صادقیان، محسن غفاری، امیرارسلان یکتامنش،

امور مالی و بازاریابی:

محسن غفاری

mohsen@persianweekly.co.uk

عکاس: امید مهاجرانی

امور پخش و توزیع: فریدون تیراژ: ۳۰۰۰ نسخه چاپی

Tel: 020 7193 5592

Fax: 020 7023 4921

www.persianweekly.co.uk

info@persianweekly.co.uk

هفته نامه پرشین از نوشته های نویسندگان و خوانندگان استقبال کرده ولی در ویرایش آنها آزاد است. مسئولیت آگهی ها و صحت آنها بعهد صاحبان آن میباشد هفته نامه پرشین در قبول یا رد آگهی ها صاحب اختیار می باشد. کلیه حقوق مادی و معنوی برای Golden Class Ltd به شماره ثبت ۰۶۷۴۲۵۱۱ به تاریخ اول دسامبر ۲۰۰۸ محفوظ است.

Printed by: Web Print UK

دنیا صدفی برای من خواهد شد تا با شمشیر آن را بشکافم.

زنان شوخ طبع وینزری، پرده دوم، صحنه دوم

The world's mine oyster, which I with sword will open.

The Merry Wives of Windsor, Act II, sc. 2.

برگرفته از کتاب اندیشه های زرین شکسپیر/ گردآوری و ترجمه: هلیا معینی

اشتراک هفته نامه

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

نام: نام خانوادگی:

آدرس:

کدپستی: تلفن:

آدرس ایمیل:

موبایل:

شماره شروع اشتراک از شماره:

مدت اشتراک برای کشور انگلستان: ششماه ۵۲ پوند یکسال ۷۰ پوند

لطفا فرم فوق را به همراه مبلغ مورد نظر به دفتر هفته نامه ارسال نمایید و به

تمامی سوالات دقیق پاسخ دهید

Suite 2, 1st Floor, Barkat House 116-118 Finchley Road

London NW3 5HT

هفته نامه پرشین

با بیش از ۱۰۰۰۰ نفر دوستدار صفحه فیسبوک،

۱۰۰۰۰ ایمیل هفتگی و ۳۰۰۰ نسخه چاپی

پرتیراژترین نشریه ایرانی در انگلستان

و بهترین رسانه جهت درج پیامهای بازرگانی

۰۷۸۱۱۰۰۰۴۵۵

همکاری با هفته نامه پرشین

هفته نامه پرشین از همه هموطنان ایرانی و همه نویسندگان اینترنتی و غیر اینترنتی! در هرکجای دنیا که باشند دعوت به همکاری می نماید. دوستان می توانند مطلب، مقاله، داستان، شعر، عکس، کاریکاتور و دیگر آثار خود را با رعایت نکات زیر، برای انتشار در این نشریه ارسال نمایند:

۱- هفته نامه پرشین، پیرامون پناهندگان، مهاجرین، دانشجویان و مسائل فرهنگی، هنری، اجتماعی و اخبار ایرانیان منتشر می شود و طبعاً آثار باید مستقیم یا غیر مستقیم به این موضوع مرتبط باشند. با توجه به این مورد، هیچ گونه محدودیت دیگری در تعداد آثار ارسالی و عناوین آنها وجود ندارد.

۲- مطالب خود را با زبان و قلم (font) فارسی ارسال کرده و از فرستادن مطالب پینگلیش و فینگلیش جدا خودداری نمایید!

۳- آثار ارسالی باید ویرایش شده و عاری از اغلاط املائی و آماده برای انتشار باشند.

۴- هر مطلب ارسالی باید دارای عنوان (تیتر)، و توضیح کوتاه یک جمله ای (سوتیتر) برگرفته از خود متن باشد. ضمنا با توجه به قالب صفحات نشریه، مشخص کنید که مطلب خود را برای انتشار در کدام صفحه نشریه ارسال می کنید. در صورت عالی بودن مطلب و دنباله دار بودن آن، صفحه جدیدی مخصوص آن ایجاد خواهد شد و نویسنده از همکاران جدید و ثابت پرشین خواهد بود.

۵- به لحاظ زیبا شدن و تاثیرگذاری بیشتر مطلب، یک یا چند عکس مربوط به آن را همراه مطلب خود ارسال نمایید. در صورت عدم دسترسی به عکس مورد نظرتان می توانید مشخصات آن را شرح دهید تا ما خود اقدام به تهیه آن نمائیم.

۶- مطالب باید حداقل یک هفته قبل از انتشار نشریه ارسال گردند. با این حال ممکن است به علت زیادبودن تعداد مطالب رسیده، و یا مناسبتی بودن آن، برخی از مطالب در شماره های بعدی منتشر شوند.

۷- عکاسان، طراحان و کاریکاتوریست ها می توانند آثار خود را با توضیحات مربوطه و با کیفیت خوب، برای نشریه ارسال نمایند.

۸- در صورت علاقه: نام و نام خانوادگی، مشخصات شخصی، آدرس وبلاگ و تجربیات قبلی احتمالی خود را ذکر کنید.

۹- مطالب خود را ترجیحا در فایل word و یا notepad ذخیره کرده و یا با فرمت Unicode یا Arabic تایپ کرده و ارسال نمائید.

۱۰- هفته نامه پرشین در گزینش و ویرایش آثار آزاد است. هرگونه تغییر محتوایی قبل از انتشار به اطلاع نویسنده خواهد رسید.

۱۱- آثار خود را به آدرس اینترنتی زیر ۱۱- آثار خود را به آدرس اینترنتی زیر



www.facebook.com/persianweekly



www.twitter.com/persianweekly



سیاست شادی و زخم هایش

حسین قاضیان

نداریم.

شاد بودن و شادی کردن با هم فرق دارند. شاد بودن همان داشتن دل خوش است. اما شادی کردن ابراز و اظهار آن خوشی و مسرت درونی است. اگر شاد بودن نیازمند ظرفیتی درونی است، شادی کردن بیشتر نیازمند مهارت های اجرایی برای ابراز آن حالت درونی به شکلی بیرونی است. ما مهارت های اجرایی را در جریان اجتماعی شدن می آموزیم. شادی کردن هم مثل هر فعالیت اجتماعی دیگر آموختنی است. ما نمی آموزیم که چگونه می توانیم شادی کنیم. ما فاقد مهارت های شادی کردنیم. پس حتی وقتی هم که شادیم، بلد نیستیم چگونه باید شادی کنیم. این نابلدهای غریب در شادی کردن، به شادی همان رنگ غم اگر ندهد، عصبی و ناراحت مان می کند و از شادی کردن پشیمان.

شادی هم برای خود الگوهایی دارد. الگوهای شادی نیز مثل بسیاری چیزهای دیگر، از فرهنگی تا فرهنگ دیگر متفاوتند. اما همه داستان این نیست. امروزه الگوهای شادی نیز مثل الگوهای خوردن و پوشیدن و دیدن و شنیدن و پسندیدن از «مرکز» جهان است که به «پیرامون» سرازیر می شود. بنابراین برای ما که در پیرامون به سر می بریم کافی نیست که فکر کنیم برای شادی کردن الگوهای فرهنگی خاص خودمان داریم.

کودکان در دوران خردسالی، آنها را از جرم و بزهکاری دور کنند؛ چراکه آنها بخوبی درک کرده اند افراد کلاهبردار، سارق، قاچاقچی و... همواره ناراحت و افسرده خواهند بود و این موضوع در گرایش مجدد به جرم و بزه نقشی جدی دارد. کسانی که همراه و در کنار این افراد زندگی می کنند نیز به نوعی قربانی رفتار نابهنجار آنها هستند و در نتیجه نمی توانند چندان که لازم است، شاد و راضی باشند. تغییر نگاه و رفتار نیز تنها به دوران کودکی بازمی گردد. در کشورهای پیشرفته، با درک نقش رسانه ها و مراکز مردم نهاد، برنامه های گسترده ای برای آموزش این راه ها تدوین و اجرا می شود که در نهایت سود آن هم به مردم و هم به دولت خواهد رسید، چراکه دولت ها در مواجهه با مردم شاد و راضی، مشکلات کمتری برای اجرای برنامه های مختلف خواهند داشت.

روابط اجتماعی را دریابیم شاید پول عامل مهمی برای شادی بیشتر باشد، اما نباید تنها دلیل شاد بودن افراد باشد. آن طور که نظرسنجی ها و تحقیقات نشان داده است، در این زمینه، روابط اجتماعی و خانوادگی قوی، بسیار مهم تر و موثرتر از کسب درآمد و پول بیشتر عمل می کند. به همین دلیل در کشورهای مختلف تلاش می شود با تقویت بنیان های خانواده و گسترش روابط میان دوستان و همسالان، افراد را از تنهایی و انزوا به جمع های مثبت سوق دهند. یکی از مشکلات انسان معاصر، غرق شدن در تنهایی های افراطی است و این یکی از گام های نخست نارضایتی از شرایط اجتماعی به شمار می رود. مسئولان اجرایی در کشورهای مختلف، بخوبی درک کرده اند هزینه لازم برای بازگرداندن افرادی که دچار بیماری های روحی هستند یا آنها که گوشه عزلت را به کار و تلاش ترجیح داده اند، بسیار بیشتر از بودجه لازم به منظور فراهم کردن امکاناتی برای شاد زیستن شهروندان است.

ایجاد امکان برای استفاده مناسب از تعطیلات کوتاه و بلند مدت، ساخت فضاهای مناسب و هماهنگ با فرهنگ مردم برای تفریح، شاد بودن و گذراندن اوقات فراغت، فراهم نمودن زمینه مشارکت مردم در برنامه های خرد و کلان محلی و... نمونه ای از راهکارهای برخی کشورهای موفق در ایجاد زیرساخت لازم برای داشتن کشور و مردمی شادتر است.

ابراهیم شادی در افق امید است که پدیدار می شوند. وقتی جامعه ای امیدوار نباشد، شاد هم نیست. گیرم که غمگین هم نباشد. شادی دل خوش می خواهد. دل خوش رو به آینده دارد. اگر بادهایی که از جانب آینده وزانند خبر از امید ندهند، جوانه های شادی هم در دل ما سربر نمی آورند. چون چیزی که دل آدمی را خوش می کند فقط احساسی نیست که اکنون دارد، یا چیزهایی نیست که اکنون مالک آن است. بلکه بیشتر، حس هایی است که امید دارد در آینده داشته باشد یا چیزهایی است که امید دارد در آینده صاحبش شود. امید است که دل ها را به رغم روزهایی که ممکن است اکنون خوش نباشند، خوش می کند و خرم. دل خودش را خوش می دارد به آرزوها و تمناهایی امیدوارانه که پیش روی رویاهای آینده اش قد می کشند. اگر ما احساس می کنیم که شاد نیستیم شاید یکی هم به این دلیل است که امیدی

ادامه از صفحه اول:

استانداردهای زندگی تغییر کرده است در یک نگاه کلی، با تغییر استانداردهای زندگی، اغلب افراد، فارغ از این که در کدام منطقه جغرافیایی ساکن هستند، شرایط بهتری را تجربه می کنند و در نتیجه شادتر هستند. دستیابی به فرصت های یکسان در پناه توسعه فناوری، امکان دریافت خواسته ها و رفع نیازهای مادی در زمانی کوتاه و... از جمله عوامل موثر در این زمینه محسوب می شود؛ اما این موضوع همه گیر نبوده و برای همه افراد هم صادق نیست. به عنوان نمونه، طی سال های گذشته، میزان شادی مردم در آمریکا افزایش نیافته است که شاید نبود شغل مناسب و مطمئن، یکی از مهم ترین دلایل آن باشد که همین نکته نشان از نقش جدی دولت ها در شادتر بودن یا نبودن مردم دارد.

سلامت روانی را نادیده نگیریم بی شک در یک جامعه شاد و سالم، افسردگی، اضطراب، افکار بیمارگونه، خودکشی و... اگر نگوئیم جایی ندارد، قطعاً بسیار نادر است و آمار این مشکلات در چنین کشورهایی به آن حد نیست که بتوان در موردشان بررسی و تحقیق کرد. به همین دلیل، متخصصان باور دارند که سلامت روانی افراد جامعه، یکی از معیارهای مهم در سنجش میزان شادی و رضایت آنها از زندگی است.

بر این اساس، جامعه ای که افراد آن کمتر با مشکلات روحی و روانی دست به گریبان باشند، شادی بیشتری را تجربه خواهند کرد. با این حال، متأسفانه هنوز هم بسیاری از بیماران برای استفاده از خدمات درمانی به پزشک مراجعه نمی کنند و مشکلات روحی را جدی نمی گیرند. طبق آمار که در این زمینه وجود دارد، تنها یک چهارم کسانی که دچار مشکلات و بیماری های روحی هستند از خدمات درمانی استفاده می کنند که بیشتر این افراد نیز در کشورهای ثروتمند ساکن هستند بنابراین مشکلات این بیماران در کشورهای فقیر افزایش می یابد و همین موضوع به نارضایتی از شرایط زندگی دامن می زند.

باید نگاهمان را تغییر دهیم رفتار مناسب و نگاه مثبت، یکی از ساده ترین شیوه ها برای شادی بیشتر است که در هر شرایطی می توان از آن کمک گرفت. به همین دلیل، مسئولان آموزش و پرورش در کشورهای پیشرفته تلاش می کنند با آموزش

اگر جامعه ای برای الگوهای شادی هایش تولید نداشته باشد یا مصرف کنندگان شادی آن تولیدها را نخواهند و نپسندند، به سراغ تولیدات دیگر می رود. پس نمی شود به خودمان باد کنیم که شادی هایی اختصاصی داریم اما تولیدات شادمان روی دستمان باد کند. نتیجه این بادکردن های دوسره

ماست که تجربه های بدنی ما را لذت آمیز تفسیر می کند، اما لذت باید نخست بر تن بنشیند. اما اگر شما همچنان در فرهنگی زیست کنید که به تن آن قدرها بها نمی دهد که به روح و روان، پیداست که به لذت تن هم تن نمی دهید.



می شود رفتن به سراغ مصرف شادی هایی که در «مرکز» تولید می شود.

اگر ما احساس می کنیم که شاد نیستیم شاید یکی هم به این دلیل است که امیدی نداریم.

شادی هایی که امروزه از اروپایی ها و آمریکایی های مرکز نشین عالم به پیرامون سرازیر می شود، یعنی جایی از جهان که ما در آن زندگی می کنیم، همه یک هسته مشترک دارند: لذت بردن. آنها فیلم می سازند، کتاب می نویسند، فوتبال می کنند، موسیقی تولید می کنند، ابزارها و مراکز تفریحی درست می کنند و بسیاری چیزها از این دست تا بیش از هر چیز لذت ببرند. لذت ببرند تا شاد باشند و دلخوش. آنها بر این باورند که شادی کردن معمولاً مستلزم یا متضمن لذت بردن هم هست. فکر می کنند هنگامی که آدمی از فعالیتی شاد می شود، این شادی ناشی از لذتی است که انجام آن فعالیت حاصل می شود. پس وقتی به تولید برای شادی کردن می اندیشند، لذت بردن مصرف کننده را هدف می گیرند. با این فرض که اگر شما تن را رها کردید، روانتان هم استراحت خواهد کرد.

اما اگر شما در فرهنگی زیست کنید که آموزه های رسمی و غیر رسمی اش حاکی از مذمت لذت باشند، به تدریج این تصور در شما رشد می کند که لذت بردن چیزی است اگر نه مذموم، دست کم ناممدوح. پیداست مادام که نتوانیم با لذت بردن کنار بیاییم، شادی هم در زندگی مان جای زیادی پیدا نمی کند. به علاوه لذت چیزی است که با بدن تجربه می شود. گرچه این ذهن

همه اینها می توانست مشکلی ایجاد نکند اگرکه می توانستیم دور خود حصار بکشیم از منع و پرهیز. سال ها برای این دو تلاش کرده ایم. سال ها کوشش شده است یا جلوی دیگران را بگیریم و منع شان کنیم یا عادتشان بدهیم به پرهیز، به عنوان سازوکاری برای بازدارندگی درونی. که چه بشود؟ که آنها چنان شاد باشند و چنان شادی کنند که فرهنگ شان تجویز می کند. آنها برای شادی هاشان مصرف کننده چیزهایی باشند که ما برای شاد بودن و شادی کردنشان تولید می کنیم. حاصل کار نه تنها شادی بومی نبوده که انبوهی از تعارضات هم با خود به همراه آورده است. این تعارضات هر بلایی که بر سر چیزهای دیگر بیاورند، در یک چیز تردید نیست که شادی را به تجربه ای پرمشقت و گسیخته گون بدل می کنند.

مشقتی که ما برای شادی کردن تحمل می کنیم، و گسیخته گونی روانی حاصل از تجربه چنین شادی کردن ها، خود نتیجه عدم توانی اساسی بین مرکز و پیرامون است. سیل کالاهایی که مرکز برای شادی کردن تولید می کند از مرزهای نازک آن منع ها و پرهیزها می گذرند. این کالاها آغشته اند به لذت و لذت تن. اما من مصرف کننده این کالا های شادی بخش در پیرامونی زندگی می کنم که مرا از لذت، بویژه لذت تن، بازمی داشته است. اکنون منم و این دعوت عای اغواکننده خواهش های تن، و آن کالاهای تشفی بخش لذت از یک سو، و از سوی دیگر ذهن و روانی که بازمی دارد از شادی های لذت بخش و لذت های تن مدار. این جاست که ذهن و روان من به صحنه نبردی تبدیل می شود بین تن من و کالای فریبای تن. برنده این نبرد هر که باشد، از میان غبار درگیری، این شادی های زخم خورده من است که بیرون می آید.

آگهی استخدام

به یک نفر مشاور در امور ویزای تحصیلی و دانشجویی با تسلط کامل به زبان انگلیسی و نظام آموزشی کالج ها و دانشگاه های بریتانیا نیازمندیم. لطفاً رزومه کاری خود را تا دو هفته بعد از انتشار این آگهی به آدرس ایمیل: VACANCY@IRANIANSTUDY.COM ارسال فرمائید.



درس‌هایی برای فوتبال

علی عالی

۱- ما برای یکبار ایستادن هزاران بار افتاده‌ایم. این روزها، روز ایران و ایرانیان است. این روزها به یادماندنی است، روزهایی که از زمین و آسمان برای ایرانیان اخبار خوب می‌رسد. روزهایی که خبرهای خوب



بعد از آن همه خبرهای بد، همه را «امیدوار» کرده است. این روزها که می‌گذرد، حال همه ما خوب است. از صدر تا ذیل‌مان، حال‌مان خوب است و موضوعی که تا دیروز «تهدید» بود، حالا تبدیل به «فرصت» شده است. فوتبال ایران محتاج این پیروزی‌هاست و «حق مردم» ایران هم این شادی‌ها و خوشحالی‌هاست. فوتبال ایران فصل تازه‌یی را خواهد نوشت اما همه این اتفاقات خوب اگر در راه درست به سمت برنامه‌ریزی نرود مطمئناً سودی نخواهد داشت.

۲- باید از کی‌روش نوشت، مردی که در میان جامعه ایرانی زندگی کرد ولی مثل «ما» نشد. او به‌درستی فوتبال ایران را شناخت. هرچند تصمیمات او در برخی اوقات چندان حرفه‌یی نبود - مثل تعطیلی لیگ فوتبال- ولی درس‌های بزرگ سرمربی مشهور پرتغالی را هیچگاه نباید فراموش کرد. درسی که شاید برای فوتبال ایران باید سرلوحه کار باشد. او هیچگاه مثل همه ما ایرانی‌ها «شعار» نداد و با

«بازیکن‌سالاری» مبارزه کرد. او به‌راحتی از حضور عقیلی، رحمتی، گردان و حتی علی کریمی گذشت و حاضر به پذیرش آنها نشد. این روزها بازیکنانی که از تیم ملی قهر کردند بزرگترین اشتباه تاریخی خود را مرتکب شدند و هیچکس هم جای خالی آنها را حس هم نکرد. از روزی که سیدمهدی رحمتی رفت، تیم ملی ایران در بازی‌های جام‌جهانی حتی یک گل هم نخورد! حتی خیلی‌ها تیم ملی را بدون دژاگه تیمی ضعیف تصور می‌کردند ولی کی‌روش از تیمش، ستاره‌یی ساخته که بدون این بازیکن تاثیرگذار هم ۹ امتیاز از سه بازی حساس به‌دست می‌آورد. نکته بعدی هم مربوط به فلسفه کی‌روش است، او به‌درستی شعار «ایران برای همه ایرانیان» را اجرا کرد و نشان داد که ظرفیت ایرانیان برای ساختن آینده و امید تا چه میزان است.

بازیکنانی نظیر دژاگه، فوچان‌نژاد و دانیال داوری از کشف‌های کی‌روش هستند که با مخالفت‌های فراوانی هم از درون فوتبال ایران روبه‌رو شدند. اما کی‌روش ایستاد و یک‌قدم هم پاپس نکشید، روی حرفش ایستاد و چقدر پیروزی امروز شیرین است. ۳- کار تازه آغاز شده است، مثل انتخابات ریاست‌جمهوری که تازه در ابتدای فعالیت برای تاثیرگذاری بیشتر ساختن آینده است. ما نباید به این پیروزی‌ها و موفقیت‌ها دلخوش باشیم و برنامه‌ریزی را باید از همین امروز آغاز کنیم. فضا سازی‌ها باید در کنار «ساختارها» قرار بگیرد تا «وزن» را بسازند. در جامعه ایرانی «زود سود بردن» هدف شده، چراکه آینده غیرقابل پیش‌بینی شده است. به همین دلیل هیچکس به دنبال سرمایه‌گذاری تولیدی و درازمدت نیست. این شکست‌ها و پیروزی‌ها هم معطوف به عملکرد مدیران نیست چرا که ساختاری مقتدر وجود ندارد. هرچند ما در هر دو بازی توانستیم کره‌جنوبی را شکست دهیم اما برتری فنی آنها قابل کتمان نیست. هرچند کره‌ای‌ها ۶ امتیاز به ما داده‌اند ولی امروز صنعت کشتی‌سازی آنها در رتبه سوم جهانی قرار دارد و حتی صنعت فولاد آنها موجب ورشکستگی امریکا شده بود. ایران برای پیروزی «مردم» و «تامین» «منافع مردم» راه درازی در پیش دارد. ۴- فیلسوفی گرانقدر در مصاحبه‌ای گفته بود: «فوتبال را در هوای تجدد باید تماشا کرد»؛ سخنی ژرف‌نگرایانه به پدیده‌ای که هنوز جایگاهش در نگاه مدیران ایرانی تثبیت شده نیست. در حقیقت این پیروزی‌ها و شکست‌ها در فوتبال را نباید معطوف به فدراسیون فوتبال یا مدیران ایرانی دانست، نتایجی که در نمودار سینوسی قابل بحث است و نمی‌توان چندان به آنها دل‌خوش بود. مشکل این است که ما می‌خواهیم همه مشکلات را درجا حل کنیم ولی مسائل «ما»، یک‌شبه حل نمی‌شوند چون به‌همدیگر مرتبطند و همه چیز به هم وابسته است. ما مردمانی هستیم که می‌خواهیم مسائل فوتبال را تنها در فدراسیون فوتبال حل کنیم اما مشکلات فوتبال محدود به فدراسیون نیست و مجموعه‌ای از عوامل در آن دخیل است. این پیروزی‌ها هرچند خوشحال‌کننده است اما نباید «جوگیر» مان کند. جوگیر شدن یعنی تظاهر کردن، تظاهر به داشتن چیزهایی که مورد توجه دیگران است و شاید از امروز بسیاری سوار بر این موج شوند. هر حرفه نیاز به تجربه و دانش خودش دارد و ابتدایی‌ترین اصول مدیریت می‌گوید که اگر می‌خواهیم در مسیر پیشرفت قرار بگیریم باید نیروی انسانی تربیت کنیم. کار همه «ما»ها بعد از این شادی‌ها و جشن‌ها از امروز آغاز شده. همین «شما» که باید از امروز اعتماد را به جامعه برگردانید و همین «ما»ها که همه فرمان باید به ساختن و استفاده از همه ایرانیان باشد...

توریست‌های انگلیسی در انتظار شرایط جدید ایران

روزنامه دیلی تلگراف انگلیس به نقل از مدیران دو آژانس توریستی این کشور نوشت که انتظار دارند با انتخاب حسن روحانی به ریاست جمهوری ایران، توریست‌های بیشتر انگلیسی به ایران بروند.

در این گزارش به نقل از مدیران دو کمپانی "Wild Frontiers" و "World Expeditions" که پیشتر تورهای مسافرتی به ایران داشتند، نوشت که پیش بینی می‌شود با انتخاب روحانی به ریاست جمهوری که خواستار روابط بهتری با غرب است، وزارت خارجه بریتانیا هشدارهای پیشین خود درباره سفر به ایران را لغو کند.

وزارت خارجه انگلیس پس از ماجرای حمله به سفارت انگلیس در تهران در آذر ماه ۱۳۹۰ با قطع کامل روابط دیپلماتیک خود با ایران به شهروندان انگلیسی توصیه کرد که حتی المقدور از سفر به ایران اجتناب کنند.

مدیر شرکت Wild Frontiers که تورهای گردشگری به ایران دارد درباره نتایج انتخابات اخیر ایران می‌گوید: "نتایج انتخابات در ایران نشان می‌دهد که مردم این کشور اصلاحات می‌خواهند. البته ما هنوز نمی‌دانیم آقای روحانی چگونه می‌خواهد به وعده‌های انتخاباتی خود عمل کند اما امیدواریم وی بتواند محیط بهتری برای توریست‌های خارجی در ایران فراهم کند."

"گوردون استیر" مدیر بخش بریتانیایی آژانس گردشگری استرالیایی "World Expeditions" نیز با اشاره به امیدواری برای از سرگیری تورهای گردشگری این شرکت به ایران می‌گوید امیدوار است با انتخاب روحانی و سیاست‌های جدید او وزارت خارجه بریتانیا در هشدار سابق خود به شهروندان این کشور درباره سفر به ایران تجدید نظر کند و این شرکت گردشگری بتواند بار دیگر تورهای خود به ایران را از سر بگیرد.

دکتر حسن روحانی رییس جمهور منتخب ایران در برنامه‌های تبلیغاتی انتخاباتی خود اعلام کرده است که یکی از اولویت‌های دولت او جذب توریست‌های خارجی است.

جشن صعود ایران به جام جهانی فوتبال در مرکز لندن



به گزارش پرشین تعدادی از هموطنان ایرانی راس ساعت ۶ بعد از روز سه شنبه بعد از پیروزی مسابقه فوتبال ایران در مقابل کره در میدان مرکزی شهر لندن گرد هم آمده و با شادی و خوشحالی به جمع شادی مردم ایران پیوستند. این حرکت خودجوش از طریق فراخوان سایت فیسبوک بنام گروه لندن‌ها منتشر شد و به سرعت در بین هموطنان ایرانی انتشار یافت. این مراسم که در ترافلگار لندن برپا شد تعدادی از شرکت کنندگان نیز با شعارهایی نظیر میرحسین، روحانی - ایران رفت جام جهانی به شادی در این محل پرداختند. طبق تصاویر اینترنتی و رسانه‌ها در ایران نیز بعد از مسابقات ایرانیان به شادی و پایکوبی در سراسر ایران پرداختند که با استقبال مقامات و سیاستمداران ایرانی نیز توأم بود. در پی این پیروزی ارزشمند تیم ملی اکثر مقامات حکومتی منجمله رئیس جمهور منتخب ایران به ملی پوشان ایران تبریک گفتند.

خواننده گرامی

مخارج هفته نامه پرشین فقط از محل آگهی‌ها و حق اشتراک تامین می‌شود. هفته نامه پرشین انتظار دارد در صورتی که آن را می‌پسندید و ماندگاری آن را برای فرهنگ و فارسی‌زبانان مفید میدانید ما را یاری کنید.

همانطور که بارها نوشته‌ایم، در صورت ازدیاد تعداد مشترکان و آگهی‌ها، هفته نامه دوام می‌یابد و به راه اطلاع رسانی و کارهای فرهنگی خود ادامه می‌دهد.

هفته نامه پرشین مرهون محبت‌های کسانی است که تاکنون به درخواست ما، آگهی دهندگان و مشترکانی به ما معرفی کرده‌اند.



عقب‌گرد دموکراسی در ترکیه؟

منبع: نیویورک تایمز / نویسنده: دارون عجم‌آغلو
مترجم: محمدرضا فرهادی پور



طی چند دهه گذشته، پایتخت‌های غربی به ویژه واشنگتن یک خوشبینی عمومی نسبت به دموکراسی ترکیه داشته‌اند و هنوز هم دارند و علت این خوشبینی هم چیزی نیست، مگر گام‌های بلند اقتصادی که توسط حزب عدالت و توسعه نخست‌وزیر ترکیه رجب طیب اردوغان برداشته است.

این خوشبینان، و حتی آنهایی که تصریح می‌کردند دموکراسی ترکیه نقایص و کمبودهای خودش را دارد، تمایل داشتند تا بر نظریه مدرنیزاسیون متخصص علوم سیاسی سیمور مارتین لیپست (Seymour Martin Lipset) صحه بگذارند. این نظریه مدعی است که هر چه یک کشور پررونق‌تر شود مدرنیزاسیون بیشتر به‌طور اتوماتیک حاصل می‌شود. ترکیه طی ۱۱ سال گذشته به سرعت و پیوسته رشد کرده است، گویی بخش اول نظریه لیپست درست از آب در آمده است، اما شاید باید درخصوص گزاره دوم نظریه او کمی صبور باشیم. بر اساس منطق این نظریه، موفقیت اقتصادی اردوغان به‌طور ناگزیری به سبک اقتدارگرایی دولت او پایان خواهد داد.

اما نظریه مدرنیزاسیون موفقیت‌چندانی در توضیح ظهور دموکراسی در سراسر جهان ندارد. تحقیقات من با همکاری سایمون جانسون، جیمز رابینسون و پیر یارد نشان داده است که کشورهای که سریع‌تر رشد کرده‌اند هیچ تمایل بیشتری به دموکراتیک شدن یا تحکیم نهادهای دموکراتیک که پیش از این وجود داشته‌اند، ندارند. در چند موردی هم که دموکراسی به پیروی از رشد اقتصادی سریع بروز یافته، مانند کره جنوبی و تایوان، این امر به‌طور اتوماتیک اتفاق نیفتاده بلکه نتیجه یک فرآیند سیاسی مجادله‌ای و مجموعه خشن‌تری از رویارویی‌های میان نظامیان و معترضان، اتحادیه‌های کارگری و دانشجویان بوده است که این امر ارتباط چندانی با اعتراضات اخیر ترکیه ندارد.

حتی قبل از سرکوب بی‌رحمانه تظاهرات، این اعتقاد که ترکیه در مسیر خودش برای تبدیل شدن به یک دموکراسی بالغ بود - مدلی برای بقیه خاورمیانه - غیرقابل‌دفاع شده بود.

همین‌طور که حزب عدالت و توسعه قدرتش را تحکیم می‌کرد، تحمل مخالفان کمتر و کمتر می‌شد. نهادهای قضایی حداقل استقلال را هم که داشتند از دست دادند و طیفی از منتقدان دولت، از مقامات عالی‌رتبه نظامی پیشین گرفته تا روزنامه‌نگاران، حالا همگی بدون داشتن یک دادگاه عادلانه در زندان هستند (براساس گزارش کمیته روزنامه‌نگاران معترض، ترکیه حالا چین را از نظر تعداد روزنامه‌نگاران زندانی پشت سر گذاشته است).

خاکریزهای دموکراسی دقیقاً خودشان را طی حوادث هفته گذشته متمایز نکرده‌اند. به سختی اتفاق می‌افتد که نخست‌وزیر ترکیه از داخل حزب عدالت و توسعه با انتقاد مواجه شود (به استثنای زخم‌زبان‌های ملایمی که از جانب عبدالله گل زده می‌شود).

به نظر می‌رسد حزب مخالف که توسط مصطفی کمال آتاتورک مؤسس جمهوری ترکیه تأسیس شد در یک انحراف زمانی گیر افتاده و صرفاً بر دفاع از ملی‌گرایان و ایدئولوژی سکولارهای دولت ترکیه متمرکز است.

رسانه‌های خبری ترکیه نیز ظاهراً به فرمانبرداری محض مجبور شده‌اند به حدی که اصلاً گزارش ندادند که چطور معترضان کمی که برای مخالفت با ساخت یک مرکز تجاری در یکی از معهود پارک‌های باقی‌مانده در استانبول جمع شده بودند به یک جنبش انبوه چالش‌برانگیز برای اقتدارگرایی آقای اردوغان تبدیل شدند. در واقع، در حالی که سی‌ان‌ان اینترنتشال به‌طور زنده از میدان

استفان والت با توجه به نتیجه انتخابات ریاست جمهوری در ایران

ایران و آمریکا این فرصت را هم از دست خواهند داد

هرچند پیروزی روحانی فرصتی پدید آورده، اما گمان من بر این است که سرانجام ایران و ایالات متحده راهی می‌یابند تا بار دیگر این فرصت را از دست بدهند.

استفان والت تحلیلگر نام‌آشنای فارن پالیسی در نخستین مقاله خود پس از برگزاری انتخابات ریاست جمهوری در ایران به پیش‌بینی آینده پرداخته است. او بر خلاف بسیاری از خوش‌بینی‌های مطرح شده در چند روز اخیر بر این باور است که باوجود فرصت ایجاد شده تحت تاثیر پیروزی روحانی، بار دیگر شانس احیای روابط تهران - واشینگتن از دست خواهد رفت و در این زمینه به سابقه‌ای از فرصت‌سوزی‌های مکرر اشاره می‌کند. آنچه در زیر می‌خوانید متن این مقاله در فارن پالیسی است.

من سه روز گذشته را در فرانسه سپری کردم تا در کنفرانس «اینترنت و سیاست‌های بین‌المللی» شرکت کنم. اواخر این هفته در مورد رویدادهای این اجلاس مطالبی خواهم نوشت اما نخست می‌خواهم اظهار نظرهایی در مورد پیروزی غافلگیرکننده حسن روحانی در انتخابات ریاست جمهوری ایران داشته باشم.

تردید دارم که هیچ‌کس بتواند بگوید نتیجه این انتخابات مهر تاییدی بوده بر پیش‌بینی‌هایی که پیش از رای‌گیری مطرح شده بود. تندروهایی که در جهت تبدیل ایران به عنوان سیبلی برای شدیدترین تحریم‌ها و تهدید جنگ پیش می‌رفتند، می‌دانند که نتیجه این انتخابات نشانه‌ای بود از خواست مردم ایران. مردمی که خواستار خاتمه تحریم‌های بین‌المللی و احیای شرایط اقتصادی هستند. از سوی دیگر آنهایی که درخواست تعامل دوباره با ایران را مطرح کرده و از مشروعیت ایران دفاع می‌کردند، نشانه‌هایی از دموکراسی را مشاهده می‌کنند. آنها این روند را فرصتی برای تعامل سازنده ارزیابی می‌کنند.

شاید تنها مقامی که به‌طور جدی از نتیجه انتخابات ایران ناامید شده، بنیامین نتانیاهو، نخست‌وزیر رژیم اسرائیل باشد. اظهارات جنجالی محمود احمدی‌نژاد در چند سال گذشته در مورد نابودی اسرائیل و انکار هولوکاست انگیزه کافی برای مقامات تل‌آویو ایجاد کرده تا به دنبال اقدام نظامی پیشگیرانه علیه ایران باشند.

پیروزی روحانی همچنین گشایشی سیاسی ایجاد کرده است که دولت اوپاما امیدوار بود در سال ۲۰۰۹ پدیدار شود. اوپاما زمانی که برای نخستین بار به عنوان رئیس‌جمهور آمریکا انتخاب شد، دست دوستی خود را به سوی دولت ایران دراز کرد که البته این دست پس زده شد. به همین دلیل اوپاما امیدوار بود جای احمدی‌نژاد با رئیس‌جمهوری میانه‌روتر پر شود. منشاء این امیدواری نیز این بود که رئیس‌جمهور اعتدال‌گرا در تهران به دست دوستی اوپاما، واکنش مثبتی نشان دهد و از رویکرد مقابله‌جویانه با غرب دست بردارد.

هرچند پیروزی روحانی فرصتی پدید آورده، اما گمان من بر این است که سرانجام ایران و ایالات متحده راهی می‌یابند تا بار دیگر این فرصت را از دست بدهند. از سال ۲۰۰۰، رویکرد دوحزبی آمریکا در قبال ایران اینگونه بوده که به‌طور همزمان از تحریم و دیپلماسی برای پایان دادن به تمایلات هسته‌ای جمهوری اسلامی ایران استفاده کند. اوپاما به ترکیه و بزرگ‌ترین اجازه داد در یافتن راهکاری برای مسأله هسته‌ای ایران دست به ابتکار عمل بزنند اما زمانی که توافق‌مقدماتی ایجاد شده بود، کاخ سفید راه آنها را برای معامله نهایی سد کرد.

باتوجه به لایه‌های طبقه‌بندی شده از بین‌اعتمادی بین ایران و ایالات متحده که تاریخچه آن به دهه‌ها قبل بازمی‌گردد، دستیابی به توافقی در مسأله هسته‌ای و موضوعات دیگر به صبر و انگیزه سیاسی از سوی هر دو طرف نیاز دارد. ایران از چرخه سوخت هسته‌ای دست نخواهد کشید، بنابراین ایالات متحده باید قبول کند که ایران به توانایی هسته‌ای مجهز است. ایران نیز باید محدودیت در برنامه‌های هسته‌ای را بپذیرد و راهی برای جلب اطمینان همسایگان و ایالات متحده در خصوص اهداف هسته‌ای و منطقه‌ای اش بیابد. در واشنگتن نیز هر گونه تلاش برای از سرگیری روابط با ایران باید بر مخالفت گروه‌هایی مانند لابی اسرائیلی - آمریکایی و همچنین کشورهای مانند عربستان سعودی، غلبه کند. متأسفانه، سیستم سیاسی آمریکا به صبوری شهرت ندارد و اوپاما نیز به خودی خود نشان نداده که در سیاست خارجی فردی شجاع و قاطع است. در واقع، او همچنان باید به موضعی در سیاست خارجی تمایل نشان دهد که با تفکر نیروهای سیاسی قدرتمند در ایالات متحده همخوانی داشته باشد. اما در حالی که اوپاما انگشت خود را در مقابل مسیر باد گرفته، زمان در حال سپری شدن است و شاید فرصت دیگری برای تعامل از دست برود. به این ترتیب ایران مجاب خواهد شد که آمریکا تنها به دنبال تغییر رژیم است و این تصور در آمریکا نیز پررنگ‌تر می‌شود که حتی اصلاح‌طلبان نیز نمی‌توانند کاری از پیش ببرند.

تقسیم ترکیه گزارش می‌داد، کانال محلی سی‌ان‌ان ترک، که بخشی از مالکیت آن متعلق به ترنر بروکستینگ است برنامه‌ای درباره پنگوئن‌ها پخش می‌کرد.

حتی آنچه به عنوان اعتراضات مسالمت‌آمیز توسط چند صد نفر تظاهرکننده در میدان تقسیم شروع شد می‌توانست دموکراسی ترکیه را طی سال‌ها به دو دلیل تعریف کند:

اول، دموکراسی تنها در رای‌شماری‌ها اتفاق نمی‌افتد، به ویژه وقتی انتخابات‌های موجود روی ورقه رای همانند ترکیه چندان دلچسب نباشند. دموکراسی بریتانیا در قرن نوزدهم تا حدی در نتیجه حضور معترضان در خیابان شکل گرفت که نه تنها منجر به دادن حق رای به کسانی شد که پیش‌تر حق رای دادن نداشتند بلکه به شکل‌گیری حزب کارگر نیز مرتبط است که گزینه‌های انتخابی جدیدی را پیش روی رای‌دهندگان قرار داد. تعداد زیادی از مردم در چندین شهر ترکیه به خیابان‌ها آمدند، حتی با وجود رویارویی با پلیسی که سخت مسلح بود. شاید آینده دموکراسی ترکیه دارد می‌آید.

دوم، یک شانس واقعی وجود دارد که این معترضان، و جنبش‌های سیاسی که آنها بذر آن را می‌پاشند، بر تقسیم‌بندی‌های سیاسی ریشه‌دار، اما کهنه دو دهه گذشته برتری خواهند یافت، تقسیماتی که قویا توسط رجب طیب اردوغان ضابط شد، وقتی او در ۱۹۹۸ گفت: «در این کشور تبعیضی میان ترک‌های سیاه و ترک‌های سفید وجود دارد. برادر شما طیب اردوغان به ترک‌های سیاه تعلق دارد.»

در ترکیه، این عبارات هیچ ربطی با رنگ پوست نداشت. «ترک‌های سفید» تحصیلکرده‌اند، نخبگان سکولار ثروتمندی که خودشان را به مثابه مدافعان میراث آتاتورک می‌دانند. آنها اغلب با بوروکراسی دولتی، ارتش و کسب‌وکارهای بزرگ در شهرهای اصلی ترکیه ارتباط دارند. «ترک‌های سیاه» آنهایی هستند که ترک‌های سفید می‌پندارند چندان تحصیلکرده نیستند، از طبقات پایین‌ترند و در دام پرهیزگاری‌شان گرفتار هستند. نخبگان تمایل دارند تا آنها را به مثابه دهاتی‌ها یا کسانی ببینند که نمی‌توانند میراث دهاتی خود را کنار بگذارند.

در ۱۹۹۷، ارتش دولتی که توسط حزب رفاه یا سلف حزب عدالت و توسعه هدایت می‌شد را واژگون ساخت که عاقبت توسط دادگاه قانون اساسی تعطیل شد. این امر همین‌طور حزب عدالت و توسعه را تهدید می‌کرد. در ۲۰۰۷، دادگاه قانون اساسی یک‌بار دیگر دنباله این کار را گرفت و به تهدید تعطیلی این حزب اقدام کرد، زیرا چشم‌انداز مذهبی آن، قانون اساسی ترکیه را نقض می‌کرد.

به‌طور خاص مشکل نخبگان سکولار این حقیقت بود که همسر رئیس‌جمهور جدید، آقای گل، روسری می‌پوشید. چیزی که براساس قانون اساسی در اماکن عمومی ممنوع بود.

از ۱۹۹۷، این تقسیم‌بندی‌ها، سیاست ترکیه را تعریف کرده است. ارتش ناکام ماند و حزب عدالت و توسعه با وجود این چالش به کار خود ادامه داد. ترکیه از این نظر دموکراتیک‌تر شد که کسانی که پیش از این حق رای نداشتند تقویت شدند. اما گام‌های چندانی به سوی دموکراسی لیبرال برداشته نشد. از سوی دیگر، جامعه ترکیه در میان حامیان ارتدوکسی سکولار و حزب عدالت و توسعه با رهبری آقای اردوغان متکثرتر شد که قدرت تازه به‌دست آمده‌اش را با یقین اقتدارگرایانه فزاینده‌اش برای انتقام دقیق از ارتش، نخبگان سکولار و سایر منتقدان‌اش به‌کار گرفت. اعتراضات این هفته احتمالاً تمایلی به واژگونی دولت یا حتی دادن فرمان عقبگرد توسط نخست‌وزیر ندارد.

به‌طور اتفاقی، یک گروه متنوع از افراد در خیابان‌ها حاضر شدند نه برای تقاضای امتیازات سیاسی یا گرفتن امتیاز از دولت، بلکه برای اعتراض به سیاست در ترکیه. معترضان حامیان، مخالفان هسته سخت مایل به بازگردان زمان برای ارتدوکسی سکولار ترکیه در گذشته دور نیستند، بلکه شهرنشین‌های جوان معترض به انحصار غیرپاسخگوی قدرت فزاینده دولت هستند که توسط حزب عدالت و توسعه سرکوب شدند.

همانند قرن نوزدهم بریتانیا، اگر صندوق رای انتخابات‌های درستی را پیشنهاد نکنند، دموکراسی با کنش مستقیم پیش می‌رود.

خطر موجود در ترکیه این است که متعصبان در حزب عدالت و توسعه این حوادث را برای تقسیم بیشتر جامعه به‌کار خواهند گرفت. آنها پیش از این تصویری ترسیم کرده بودند که در آن اعتراضات، تنها تلاش برای چنگ انداختن به قدرت‌های تازه به دست آمده توسط کسانی بود که پیش از این حق رای نداشتند و به همین دلیل به مردان و زنان جوان حاضر در خیابان انگ الکی بودن زده شد.

این متعصبان از کمک رسانه‌های خبری ترکیه برخوردارند که باوجود چند استثنا به صورت دستوری از خط حزب عدالت و توسعه فرمانبرداری می‌کنند.

با این حال، آنچه این حوادث را به یک نقطه عطف تبدیل می‌کند این است که مخالفت بخش بزرگی از عموم ترکیه حالا سرکوب شده است. حتی اگر رسانه‌های ترکیه به چشم‌پوشی از آن ادامه می‌دهند، آگاهی این مخالفان پخش خواهد شد.

غول از بطری بیرون آمده است. نه غول و نه دموکراسی ترکیه نمی‌تواند به عقب برگردد.

شمار قربانیان در سوریه و حل بحران از طرق مسالمت‌آمیز از جمله کنفرانس مشترک ژنو است. رییس‌جمهوری امریکا نیز گفت هر دو طرف گروه‌های کاری خود را مأمور کرده‌اند به ادامه تلاش برای سازماندهی کنفرانس صلح در ژنو. اوباما و پوتین به دنبال پایان راه‌حلی برای پایان خونریزی‌ها و خشونت در سوریه هستند که البته همواره چندان نتیجه‌ی نداشته است. با این حال روسای جمهوری روسیه و امریکا توافق کرده‌اند که در ماه سپتامبر در مسکو دیدار کنند. قرار است رییس‌جمهوری امریکا به رهبران گروه هشت بگوید کشورش ۳۰۰ میلیون دلار دیگر برای کمک به آوارگان سوریه اختصاص خواهد داد. در حالی که امریکا و کشورهای اروپایی از شورشیان سوریه حمایت می‌کنند، روسیه از دولت سوریه پشتیبانی می‌کند. دیوید کامرون نخست‌وزیر بریتانیا گفته خواهان نشست است که «طرفین بتوانند چشم در چشم یکدیگر، راهی از بین موانع و مخالفت‌ها پیدا کنند و به اراده سیاسی لازم برای غلبه بر مشکلات دست یابند». بر همین اساس می‌توان گفت که در این مذاکرات پوتین تمام قد از اسد در برابر کشورهای غربی و اروپایی به دفاع پرداخته و از مواضع خود کوتاه نیامده است. با این حال اختلاف نظر میان اعضا از شروع مذاکرات موج می‌زد. پیش از اجلاس نیز پوتین با کامرون دیدار کرد، اگرچه دوطرف اشاره داشتند که مواضع مشترکی دارند اما کاملاً مشخص بود که روسیه به راحتی از مواضع خود در قبال سوریه کوتاه نخواهد آمد. در این دیدار پوتین رییس‌جمهوری روسیه اشاره کرده بود که هم دست حکومت و هم شورشیان سوریه «به خون آلوده است» اما کمک روسیه به حکومت «مشروع» سوریه ناقص هیچ قانونی نیست.

سایه سنگین سوریه بر نشست جی ۸



کنفرانس ۸ کشور قدرتمند جهانی موسوم به «جی ۸» در حالی در ایرلند شمالی برگزار شد که عملاً نتیجه چندان دربرداشت و می‌توان گفت جلسه سران ۸ قدرت جهان تنها به گفت‌وگو ختم شد. روسای جمهوری امریکا و روسیه در تازه‌ترین دیدار خود به اختلاف جدی درباره بحران سوریه اذعان کردند و پس از جلسه با قیافه‌ی در هم و ناراحت به سوالات خبرنگاران پاسخ دادند. خبرنگاران می‌گویند وقتی که دو رهبر در پی این دیدار با خبرنگاران گفت‌وگو کردند چهره هر دو گرفته به نظر می‌رسید و ولادیمیر پوتین رییس‌جمهوری روسیه مرتب در این کنفرانس خبری کف زمین را نگاه می‌کرد. رهبر روسیه در این کنفرانس خبری گفت: «مواضع ما کاملاً مثل هم نیست، اما نیت ما در پایان دادن به خشونت، جلوگیری از

کشور مبادله می‌کند.

بیشترین پیشرفت فنی که روحانی به آن افتخار می‌کند در زمانی اتفاق افتاد که ایرانیان نشان می‌دادند در مذاکره با دیپلمات‌های غربی رفتار خوب دارند. روحانی می‌گوید هدف اصلی مذاکرات هسته‌ای این بود که به هر قیمتی از ارجاع پرونده هسته‌ای ایران به شورای امنیت جلوگیری شود. به این ترتیب مذاکرات با روندی کند پیش می‌رفت و در عین حال دانشمندان هسته‌ای ایران به پیشرفت‌های تکنولوژیکی در زمینه هسته‌ای ادامه می‌دادند.

این استراتژی به نفع ایران تمامی شد. روحانی

فارس پالیسی بررسی کرد

بازی زیرکانه روحانی با پرونده هسته‌ای ایران

ایرانیان با انتخاب روحانی، رئیس‌جمهوری را به ساختمان ریاست جمهوری فرستادند که به خوبی از برنامه هسته‌ای ایران دفاع می‌کند و به وضوح خواستار بهبود روابط جمهوری اسلامی با غرب است اما نتیجه همچنان در ابهام قرار دارد.

عصر روز شنبه، وزارت کشور تأیید کرد که حسن روحانی با اکثریت مطلق آرا، رئیس‌جمهور بعدی ایران است. پیروزی وی در



یازدهمین انتخابات ریاست جمهوری پیام ویژه‌ای در مورد جنبش اصلاح طلبی دارد. در حالی که ایران همچنان بر سر مساله هسته‌ای با جامعه بین‌المللی درگیری است، مهمترین پرسش در مورد موفقیت روحانی در انتخابات، دیدگاه وی در مورد مذاکرات و موضع هسته‌ای جمهوری اسلامی است.

هرچند طرح‌های روحانی برای این برنامه همچنان نامشخص است، طیفی از اظهارنظرهای او در در فاصله اکتبر تا نوامبر ۲۰۰۴، چشم اندازی از نگرش روحانی به مساله هسته‌ای و نحوه واکنش کشورش به غرب را به تصویر می‌کشد.

برای آنهایی که به دنبال راهکار دیپلماتیک برای بن بست هسته‌ای ایران هستند، اظهار نظرهای روحانی هم اخبار خوب دارد هم بد. روحانی از سویی می‌گوید ایران باید به شیوه‌ای مستقیم تر از طریق کانال‌های دیپلماتیک با غرب وارد تعامل شود و از سویی دیگر بر استراتژی نظارت داشته که طبق آن جمهوری اسلامی ضمن مذاکره با جامعه بین‌المللی به پیشرفت هسته‌ای ادامه داده است.

پیشرفت فنی ایران از نظر روحانی برای وجهه بین‌المللی جمهوری اسلامی خوب است و نشان می‌دهد ایران در زمینه تکنولوژی به موفقیت‌هایی دست یافته است. از سویی دیگر روحانی می‌گوید که جهان باید حقوق هسته‌ای ایران را بپذیرد مانند دستیابی به چرخه سوخت هسته‌ای که جامعه بین‌المللی با مشاهده این پیشرفت در ایران دید چاره‌ای جز پذیرش آن ندارد. شاید جهان نمی‌خواست که پاکستان به سلاح هسته‌ای دست یابد یا برزیل چرخه سوخت هسته‌ای داشته باشد اما اکنون هم پاکستان سلاح هسته‌ای دارد و هم برزیل به چرخه سوخت دست یافته و جهان نیز اطلاعات خود را با این دو

می‌گوید در حالی که با اروپاییان در تهران گفت و گو می‌کردیم توانستیم تجهیزات را در تاسیسات اصفهان نصب کنیم. در واقع با ایجاد یک فضای آرام، ما توانستیم تاسیسات اصفهان را تکمیل کنیم. امروز ایران می‌تواند یو اف ۴ را به یو اف ۶ تبدیل کند که گامی بسیار مهم است. این دو گاز در روند غنی‌سازی هسته‌ای کارایی دارند.

به این ترتیب از اظهارات روحانی اینگونه برداشت می‌شود که وی به دنبال پایان دادن به برنامه هسته‌ای ایران یا مشکل هسته‌ای نیست بلکه تمرکز وی بر نحوه مدیریت جامعه بین‌المللی و مردم ایران است.

روحانی تبحر زیادی در شناخت فضای بین‌المللی دارد و به مدت ۲۲ ماه ریاست تیم مذاکره کننده هسته‌ای ایران در دوران محمد خاتمی را بر عهده داشته است. روحانی با شناخت تفاوت مواضع مذاکره کنندگان هسته‌ای از امریکا، انگلیس و فرانسه گرفته تا چین، روسیه و آلمان بر این باور است که ایران می‌تواند از رای وتوی چین و روسیه در شورای امنیت سازمان ملل استفاده کند.

اشاره به این نکته اهمیت دارد که روحانی هیچگاه از تولید بمب هسته‌ای حمایت نکرده است، هرچند که اظهارات وی در مورد غنی‌سازی ۹۰ درصدی می‌تواند موضوعی قابل تامل باشد. به هر ترتیب ایرانیان با انتخاب روحانی، رئیس‌جمهوری را به ساختمان ریاست جمهوری فرستادند که به خوبی از برنامه هسته‌ای ایران دفاع می‌کند و به وضوح خواستار بهبود روابط جمهوری اسلامی با غرب است اما نتیجه همچنان در ابهام قرار دارد.

منبع: فارس پالیسی/

شرکت ساتراپ

خدمات ترجمه، نشر و چاپ

ترجمه رسمی

و معتبر برای کلیه مدارک

Certified Translation

طراحی و چاپ

کتاب، بروشور، پوستر و وبسایت

جدیدترین کتاب:
طراحی و چاپ ما:
داستان کودکان
سرزمین پریا
سروده سهیلا سیف
همراه با عکس‌های
رنگی بسیار زیبا



Satrap Publishing & Translation

500 Chiswick High Road, London W4 5RG

Tel: 0044 20 8748 9397

Email: satrap@btconnect.com

Website: www.satrap.co.uk

تحلیل مبدع اصطلاح «قدرت نرم» از آینده جهان

آینده قدرت

نویسنده: جوزف نای / مترجم: جعفر خیرخواهان / بخش دوم

درباره قدرت نرم

قدرت نرم توانایی رسیدن به ماحصل و نتیجه دلخواه بدون اجبار یا صرف هزینه است. این امر لزوماً از طریق جذابیت یا ترغیب تعیین دستور کار انجام می‌شود. این ایده حدود ۲۰ سال پیش هنگامی در ذهن من شکل گرفت که مشغول نوشتن کتابی به نام «ملزم به رهبری کردن: ماهیت متحول قدرت آمریکا» بودم. در آن وقت، باور رایجی وجود داشت که آمریکا رو به افول و زوال است. دوست و همکار من، پل کندی، کتابی به نام «ظهور و سقوط قدرت‌های بزرگ» نوشت که در آن اشاره می‌کرد ایالات متحده در حال پیمودن همان راهی است که اسپانیا در دوره فیلیپ دوم یا انگلستان در دوره ادوارد (دوره سلطنت ادوارد هفتم) پیمود. من با نظر وی موافق نبودم و شروع به نوشتن کتابی کردم تا در آن دلایل عدم موافقتم با وی را اعلام کنم. هنگامی که درباره این موضوع می‌اندیشیدم، به بررسی نمونه‌های قدرت بالای نظامی و اقتصادی ایالات متحده پرداختم. اما همچنان یک کمبود احساس می‌شد: توانایی آمریکایی‌ها در دست آوردن آنچه می‌خواهند از طریق جلب، ترغیب و ایجاد شرایط. این موضوع مرا به بسط و تبیین نظریه قدرت نرم ترغیب کرد. این بخش مهمی از سیاست خارجی ما است، اما وقتی با عبارات قدیمی و کهنه استفاده از زور و اجبار سخن می‌گوییم، اهمیت فوق‌العاده‌ای را که قدرت نرم در سیاست خارجی ما بازی می‌کند در نظر نمی‌گیریم.

در بعضی شرایط به دست آوردن قدرت نرم کار دشواری است، اما لازم است به یاد داشته باشیم که قدرت سخت نیز گمراه‌کننده است. اگر کشور الف ده‌هزار تانک جنگی و کشور ب تنها هزار تانک جنگی داشته باشد، این تمایل در کشور الف به وجود می‌آید که فکر کند ده برابر کشور ب قدرت دارد. اگر این دو کشور در بیابان مشغول جنگ باشند، ممکن است این فکر صحیح باشد. اما اگر در منطقه باتلاقی بخوانند بجنگند، چه بسا کشور الف نتواند نتیجه مورد نظر خویش را به دست آورد، همان‌طور که آمریکایی‌ها در ویتنام متوجه آن شدند. بنابراین، نباید فرض را بر این بگیریم که میزان قدرت سخت یا قدرت نظامی به همین سادگی قابل تخمین و اندازه‌گیری است. قدرت همیشه به زمینه وابسته است. قدرت نرم معمولاً از دل فرهنگ کشوری رشد می‌کند که برای دیگران جذاب است، ارزش‌ها و سیاست‌های آن به چشم دیگران برحق و صحیح دیده می‌شود. این قدرت کمی گذرا و فرار دیده می‌شود. این چیزی نیست که بتوانیم به شکل لباس ضدگلوله بر تن کنیم یا به شکل بمب‌های قوی بر سر ساکنان شهرها بیندازیم. این همان خطایی است که قدرت را تنها در استحکامات و جنبه‌های فیزیکی می‌بیند. قدرت نرم حالت نامرئی‌تری دارد اما همیشه این‌گونه نیست. اگر ارتش موفقی داشته باشید، این ارتش می‌تواند قدرت سخت را از طریق پیروزی حاصل کند، اما این ارتش از تولید قدرت نرم ناتوان نیست. به عنوان مثال، در ماجرای سونامی اندونزی در سال ۲۰۰۴، نیروی دریایی آمریکا در بازسازی و ترمیم مشکلات حاصل از سونامی به اندونزی کمک کرد و این کمک تأثیر بزرگی بر جایگاه ایالات متحده در جهان گذاشت. اگر اطلاعات آماری پیوسته‌ای از این ماجرا را بخواهید، لازم است اشاره کنم که در سال ۲۰۰۰، سه چهارم شهروندان اندونزی، بزرگ‌ترین کشور مسلمان، نظر مثبتی نسبت به آمریکا داشتند. پس از حمله به عراق در ماه مه سال ۲۰۰۳، این آمار به ۱۵ درصد کاهش پیدا کرد و پس از کمک‌های ما به وسیله ارتش برای بازسازی اندونزی بعد از سونامی، این آمار دوباره تا ۴۰ درصد افزایش یافت.

تحول و تکامل روابط بین‌الملل

در سال ۲۰۰۲، من برای گروهی از ژنرال‌ها در یک همایش مربوط به ارتش سخنرانی کردم و درباره اهمیت قدرت نرم برای آنها سخن گفتم. در ادامه همان همایش وزیر دفاع، دونالد رامسفلد حاضر شد و یکی از ژنرال‌ها نظر وی را راجع به قدرت نرم پرسید. همان‌گونه که در مجله تایمز مالی گزارش شد، پاسخ وی این بود که: «من درکش نمی‌کنم.» و این امر برای سیاست ما هزینه‌هایی را در پی داشت. به عنوان مثال، هنگامی که وی تصمیم گرفت لشکر چهارم پیاده‌نظام را از طریق ترکیه برای حمله به شمال عراق بفرستد، ما به دلیل فقدان مشروعیت از طریق صدور قطعنامه دوم سازمان ملل، قدرت نرم خود را در ترکیه از دست داده بودیم. مجلس ترکیه مخالفت کرد و ما مجبور شدیم لشکر چهارم پیاده‌نظام را از طریق کانال سوئز به سمت جنوب و دوباره از طریق خلیج فارس به سمت شمال بفرستیم و این باعث شد که آنها دیر وارد جنگ شوند. این یکی از مواردی است که عدم درک مفهوم قدرت نرم، باعث ناکامی و کاهش قدرت سخت ما شد. برخلاف رامسفلد، جانشین وی، رابرت گیتس، در سال ۲۰۰۷ در کانزاس سیتی در یک سخنرانی اعلام کرد که لازم است بیشتر به قدرت نرم بپردازیم. وی گفت امروزه مسائل بسیاری وجود دارند که پنتاگون نمی‌تواند به تنهایی به حل آنها بپردازد. ما به همکار نیاز داریم. وی گفت: «من اینجا هستم تا منابع بیشتری را از وزارت خارجه برای شما درخواست کنم.» ممکن است به نظر شما عجیب برسد که رییس پنتاگون از وزارت خارجه منابع درخواست کند، اما این طبیعت دنیای امروزی است. ادامه دارد ...

چیزی حدود ۵۶ درصد و برای ایالات متحده در حدود ۱۴ درصد بوده است.

کوچک بودن در دنیایی که صادرات و واردات سراسر آن را فرا گرفته است نه تنها یک عیب نیست بلکه می‌تواند مزیت هم باشد. از آنجا که مقدار صادرات کشورهای کوچک آنقدری نیست که برای سایر کشورها تهدید محسوب شود، موانعی که آنها در برابر صادرات خود می‌بینند بسیار کمتر از آنچه است که کشورهای وسیع با آن روبه‌رو می‌شوند. این کشورها معمولاً در بازارهایی نفوذ می‌کنند که برای کشورهای بزرگ ناچیز محسوب می‌شود یا امکان دسترسی به آن را ندارند. به عنوان مثال مونت کارلو تبدیل به مکانی برای تفریح ثروتمندان شده و بهشتی بی‌ماليات نام گرفته است.

همانطور که اشاره شد وسعت کشورها می‌تواند امتیازی برای مقابله با تهدیدات خارجی باشد. به صورت تاریخی نیز اندازه کشورها تأثیر قابل توجهی در بقای آنها داشته است. قلمروهای کوچک زیادی را در اروپا، خصوصاً در ایتالیا و آلمان کنونی، می‌توان نام برد که از بین رفته‌اند. اگر به حیوانات نیز نگاه کنید آنهایی که جسم بزرگ‌تری دارند معمولاً بیشتر از بقیه عمر می‌کنند. این گزاره پس از جنگ جهانی دوم به دو علت ضعیف شده است: اول، کشورهای کوچک می‌توانند برای مقابله با تهدیدات خارجی و تأمین امنیت خود از قدرت نظامی سازمان ملل یا ناتو سواری مجانی بگیرند. دوم، پیشرفت تکنولوژی منجر شده است که وابستگی قدرت نظامی کشورها به تعداد سربازان یا کشتی‌هایش کاهش یابد.

مجموع آنچه بیان شد نشان می‌دهد عواملی که زمانی مانعی در برابر تجزیه کشورها بودند، که معمولاً به دلایل کشمکش‌های قومی و دینی اتفاق می‌افتند، دیگر قدرت سابق خود را ندارند.

آیا کوچک همیشه زیباست؟

منبع: وبلاگ کافه اقتصاد*

افزایش قابل توجه تعداد کشورهای جهان از اتفاقات جالب پس از جنگ جهانی دوم است. به طور خاص، تعداد کشورهای دنیا در طول هفتاد سال گذشته از کمتر از ۸۰ به بیش از ۲۰۰ افزایش یافته است. بخشی از دلیل این افزایش به استقلال یافتن برخی کشورها از حاکمان سابق خود بازمی‌گردد و به عنوان مثال هندوستان در این گروه قرار می‌گیرد.

قسمت دیگر علت هم ناشی از تجزیه کشورها به چند کشور کوچک‌تر است، مثلاً چک اسلواکی و یوگسلاوی را می‌توان از این دسته نام برد. این حقیقت به همین جا ختم نمی‌شود و تلاش برای تشکیل حکومت‌های مستقل در نقاط مختلف دنیا همچنان ادامه دارد. استقلال طلبی منطقه باسک اسپانیا تنها یک نمونه برای آن است.

اما آیا تجزیه قلمروهای سیاسی به قلمروهای کوچک‌تر منجر به کاهش بهره‌وری اقتصادی این کشورها شده است؟ در سالیان



گرچه این عوامل می‌توانند نشان‌دهنده این موضوع باشند که چرا هم اکنون نیز در بخش‌هایی از دنیا تمایل به تجزیه وجود دارد، اما یک مورد باقی می‌ماند: درست است که هزینه کوچک بودن کشورها کاهش یافته است اما این به تنهایی نمی‌تواند دلیل تجزیه کشورها باشد مگر آنکه منافعی در کوچک شدن آنها وجود داشته باشد؛ خصوصاً اگر لازم باشد که هزینه قابل توجهی در دوران گذار تجزیه پرداخت شود. روی دیگر سکه این است که چرا کشورهایی که زبان، فرهنگ، و آداب و رسوم یکسانی دارند با یکدیگر ادغام نمی‌شوند؟ به عنوان مثال چرا ایالات متحده با کانادا یا مکزیک با کشورهای آمریکای لاتین ترکیب نمی‌شوند؟ به نظر می‌رسد پاسخ این سوال را بتوان در نقل قولی از آدام اسمیت یافت: «در میان هر گروهی حاکمانی وجود دارند که حکومت بر آن قوم را بر تقسیم حکومت با دیگران در قلمرو بزرگ‌تر ترجیح می‌دهند.»

*www.cafeconomics.com

پاورقی

۱- در اینجا منظور یک حیوان به تنهایی است نه یک گونه از حیوانات.

به یاد داشته باشید فقط از صرافانی های معتبر جهت نقل و انتقال پول خود استفاده نمائید



خدمات ارزی

راوندی

HMRC & FSA Registered

Ravandi Trading Limited

دفتر لندن: 24 North Audley Street,
London W1K 6WD

jgravandi@gmail.com

Tel: 020 7499 5455

Fax: 020 7629 2974

Tel: (9714) 227 2765

Fax: (9714) 227 7920

دفتر لندن:

دفتر دبی:

آخرین نرخ‌های ارز بانک مرکزی

نرخ ارز ۱۳۹۲/۰۲/۲۹		
USD	دلار آمریکا	۱۲.۲۶۰
GBP	پوند انگلیس	۱۹.۱۴۴
CHF	فرانک سوئیس	۱۲.۳۳۰
SEK	کرون سوئد	۱.۹۰۰
NOK	کرون نروژ	۲.۱۲۷
DKK	کرون دانمارک	۲.۲۰۱
INR	روپیه هند	۲۰۹
AED	درهم امارات متحده عربی	۳.۲۲۵
KWD	دینار کویت	۴۲.۲۲۸
PKR 100	یکصد روپیه پاکستان	۱۲.۴۱۱
JPY 100	یکصد ین ژاپن	۱۲.۸۶۵
HKD	دلار هنگ کنگ	۱.۵۷۹
OMR	ریال عمان	۳۱.۸۲۶
CAD	دلار کانادا	۱۱.۹۹۴
ZAR	راند آفریقای جنوبی	۱۰.۲۲۸
TRY	لیر ترکیه	۶.۵۰۰
RUB	روبل روسیه	۲۸۳
QAR	ریال قطر	۳.۳۶۴
IQD 100	یکصد دینار عراق	۱۰.۰۵۶
AUD	دلار استرالیا	۱۱.۶۲۶
SAR	ریال سعودی	۳.۲۶۶
BHD	دینار بحرین	۳۲.۴۷۷
SGD	دلار سنگاپور	۹.۷۰۹
LKR 10	ده روپیه سریلانکا	۹۵۳
NPR 100	یکصد روپیه نپال	۱۲.۱۲۷
AMD 100	یکصد درام ارمنستان	۲۰.۹۲۶
CNY	یوان چین	۱.۹۹۸
THB 100	یکصد بات تایلند	۳۹.۶۵۱
MYR	رینگیت مالزی	۳.۸۸۲
KRW 1000	یک هزار وون کره جنوبی	۱۰.۸۰۴
EUR	یورو	۱۶.۴۱۷
AFN	افغانی افغانستان	۲۲۶
AZN	منات آذربایجان	۱۵.۶۰۹
BYR 1000	یک هزار روبل بلاروس	۱۰.۴۰۹

تر و هزینه حمل آن ارزان تر است. اخیراً روسها یک خط لوله جدید نفتی به نام "خط لوله دوستی یا درازبا" طراحی و راه اندازی کرده اند که با بهره برداری دولت مسکو از این شاه لوله نفتی به عنوان طولانی ترین خط لوله نفت جهان، جا برای طلای سیاه روسها در قاره سبز بیش از گذشته باز شده است.

در همین حال روسیه به منظور تثبیت بازارهای نفت خود در اروپا و با توجه به کاهش تولید نفت در برخی از میادین قدیمی اخیراً یک سیاست جدید نفتی در دستور کار قرار داده است به طوری که دولت مسکو نفت کشورهای آذربایجان و قزاقستان را خریداری کرده و با مخلوط کردن با نفت اورال خود تحت عنوان نفت "اورال" به بازار اروپا عرضه می کند.

روسیه مشتری نفت ایران شد از سوی دیگر پس تحریم نفتی ایران توسط اتحادیه اروپا، روسیه اخیراً علاقه خود به واردات نفت از ایران را اعلام کرده و حتی مذاکرات مشترک نفتی بین تهران - مسکو برای فروش نفت به این کشور آغاز شده است.

در این بین مقامات روسیه به ایران پیشنهاد کرده اند که خط لوله سوآپ معکوس نفت را راه اندازی کنند به طوری که امکان انتقال نفت از میادین جنوبی ایران به حاشیه دریای خزر فراهم شود تا از طریق نفتکش ها این نفت به پایانه های نفتی روسیه در حاشیه دریای خزر منتقل شود.

در همین حال اخیراً شرکت ملی نفت ایران لایروبی پایانه نفتی نکا را آغاز کرده است تا امکان افزایش عمق آبخور و پهلوگیری نفتکش های گول پیکرتر در این پایانه نفتی در حاشیه جنوبی دریای خزر فراهم شود.

تحلیلگران معتقدند که علت اصلی این پیشنهاد نفتی روسیه به ایران، بازار خوب و موجود در اروپا برای نفت اورال است و عامل دوم افزایش اختلاف قیمت نفت اورال نسبت به نفت خام های حوزه دریای خزر است.

بنابراین چنانچه بازار نفت خام اورال در اروپا حفظ شده و افزایش یابد، پیش بینی می شود که روسیه واردات نفت خام خود را از کشورهای حوزه دریای خزر افزایش دهد.

از سوی دیگر چنانچه نفت خام ایران برای یک مدت طولانی در بازار سنتی و استراتژیک مدیترانه حذف شود و با توجه به برنامه ریزی های گسترده روسیه برای صادرات نفت اورال بیشتر به اروپا عملاً امکان بازپس گیری این بازار استراتژیک برای ایران غیر ممکن خواهد شد.

زیادی را تا بهبود گسترده فعالیت های اقتصادی و اصلاح وضعیت اشتغال در اغلب اقتصادهای پیشرفته در پیش خواهد داشت. آنگلا مرکل، صدر اعظم آلمان می گوید رهبران اروپایی بر این موضوع توافق دارند که «ما توانسته ایم بر بحرانی که به وضوح در زمینه اعتماد ایجاد شده بود غلبه کنیم، اما هنوز کارهای زیادی پیش رویمان قرار دارد.» او اواخر روز دوشنبه به خبرنگاران گفت که رشد اقتصادی نیازمند اتخاذ سیاست های «مالی مناسب» و تغییرات ساختاری در اقتصادهای اتحادیه اروپاست.

در اجلاس گروه هشت، مرکل نسبت به تلاش های ژاپن برای پایان دادن به دو دهه رکود اقتصادی ابراز نگرانی کرد. این تلاش ها شامل خرید اوراق قرضه توسط بانک مرکزی ژاپن و برنامه ۱۰۲ میلیارد دلاری محرک اقتصادی است که شینزو آبه نخست وزیر این کشور ارائه کرده است. مرکل که در حاشیه اجلاس گروه هشت به طور جداگانه با آبه دیدار کرد، گفت که مشکل کسری بودجه ژاپن «بی شک باید در میان مدت حل شود.»

مرکل که رهبری بزرگترین اقتصاد اروپا را بر عهده دارد، انتخابات ۲۲ سپتامبر را برای انتخاب صدر اعظم کشورش در پیش دارد، که اگر در آن پیروز شود سومین دوره صدر اعظمی خود را با مأموریت حفظ یورو در کنار اصلاحات اقتصادی و کاهش بدهی های ۱۷ کشور عضو این حوزه آغاز خواهد کرد.

صندوق بین المللی پول با توجه به چشم انداز شکننده اقتصاد جهان، در ماه آوریل پیش بینی خود از نرخ رشد اقتصادی جهان را در سال ۲۰۱۳ کاهش داد و آن را از ۳.۵ به ۳.۳ درصد تغییر داد. این پیش بینی برای سال ۲۰۱۴ ۴ درصد است چون پیش بینی می شود که اقتصاد ایالات متحده جهش خوبی خواهد کرد و حوزه یورو دوباره راه رشد اقتصادی را در پیش می گیرد. در این اجلاس و با هدف ارائه نسخه ای برای رشد اقتصادی و کاهش همزمان کسری بودجه، رهبران هشت کشور صنعتی روز یکشنبه اعلام کردند که از ماه آینده مذاکرات برای انعقاد یک قرارداد تجاری بین ایالات متحده و اتحادیه اروپا آغاز خواهد شد. دیوید کامرون، نخست وزیر بریتانیا درباره این قرارداد گفته است که این می تواند بزرگترین قرارداد دوجانبه تاریخ باشد. مرکل هم گفته است که این قرارداد ظرف «چند سال» آینده منعقد خواهد شد. او با ما در این باره گفته است که دستیابی به چنین توافقی «اولویت من و دولت من خواهد بود.»

نفت ایران با نام اورال به اروپا صادر می شود



روسیه به منظور تثبیت بازار نفت اورال خود در اروپا، مذاکراتی را به منظور خرید نفت از ایران آغاز کرده و پیشنهاد کرده است تا ایران طرح سوآپ معکوس نفت از جنوب به شمال کشور را راه اندازی کند. به گزارش خبرنگار مهر، در حال حاضر روسیه با کنار گذاشتن عربستان سعودی به بزرگترین تولیدکننده نفت جهان تبدیل شده است به طوری که ظرفیت تولید روزانه نفت بیش از ۱۰ میلیون بشکه بوده که از این میزان بیش از ۴.۷ میلیون بشکه آن صادر و حدود ۵.۸ تا ۵.۹ میلیون بشکه آن پالایش می شود.

با این وجود پس از تحریم صادرات نفت ایران توسط ۲۷ کشور عضو اتحادیه اروپا، این روزها نفت خام "اورال" روسیه مشتریان متعددی در قاره سبز برای خود دست و پا کرده است.

بر این اساس با کاهش و سپس توقف صادرات نفت ایران به اروپا، روسها از این فرصت طلایی برای تصاحب بازارهای نفتی ایران در اتحادیه اروپا استفاده کرده به طوری که آمارهای رسمی حاکی از آن است که فقط صادرات نفت اورال روسیه به اروپا از مرز دو میلیون و ۲۰۰ هزار بشکه در روز عبور کرده است.

مهمترین ویژگی نفت اورال روسیه آن است که این طلای سیاه در مقایسه با نفت کشورهای عربی حاشیه خلیج فارس و ایران شیرین

در اجلاس گروه هشت مطرح شد

سخت ترین روزها به سر رسیده است



رهبران گروه هشت در اجلاس مشترک خود اعلام کردند که در پی مذاکرات پیشین گروه در زمینه تلاش برای بهبود اشتغال و رشد اقتصادی، اکنون می توان گفت که اقتصاد جهان سخت ترین روزهای خود را پشت سر گذارده است.

به گزارش بلومبرگ، کشورهای عضو گروه هشت دیروز در آغاز دومین روز از این اجلاس دو روزه که در ایرلند شمالی برگزار شده است، بیانیه ای منتشر و در آن اعلام کردند که چشم انداز اقتصاد جهان آرام است و خطرات کاهش یافته اند. در این بیانیه آمده است: «گرچه اوضاع اقتصاد جهان همچنان ضعیف است، اما به مدد سیاست های مناسبی که عمدتاً در ایالات متحده، حوزه یورو و ژاپن در پیش گرفته شد، خطرات کاهش یافته اند.»

رهبران هشت کشور صنعتی تحت فشار قرار گرفته اند تا رشد اقتصادی را افزایش دهند و از نرخ بیکاری بکاهند چون وضعیت اقتصاد چین در فصل نخست سال موجب شد تا نگرانی هایی در مورد ضعف شدن رشد اقتصادی جهان ایجاد شود. اقتصاد حوزه یورو برای دومین سال متوالی کوچک شده است و اقتصاد بریتانیا درگیر رکودی عمیق است، چون سرمایه گذاران از کنار گذاشتن محرک های اقتصادی توسط فدرال رزرو آمریکا نگرانند.

در بیانیه گروه هشت همچنین آمده است: هر خوش بینی جدیدی «راه



نویسندگان بریتانیایی در روز تولد ملکه الیزابت نشان می گیرند



چند رمان نویس و نویسنده و یک ناشر برجسته بریتانیایی، در روز تولد ملکه انگلستان نشان لیاقت دریافت می کنند.

به نقل از بوک سلر، کیت موس رمان نویس که به تازگی در راه اندازی جایزه داستان زنان به جای جایزه اورنج نقش مهمی ایفا کرد، جکی کالینز، نویسنده پرورش و آلن مسای، نویسنده آثار ورزشی و داستانی از جمله نویسندگانی هستند که نشان تقدیر ملکه الیزابت را در مراسم تولد وی دریافت می کنند.

این چهره های مطرح ادبیات و نشر بریتانیا از جمله هزار و ۸۰۰ چهره فرهنگی و هنری هستند که در مراسم امسال از آن ها تجلیل می شود.

جوانا هریس نویسنده ۱۵ رمان و برنده چندین جایزه ادبی است. آلن مسای متولد ۱۹۳۸ و اسکاتلندی است. او که فارغ التحصیل ترینیتی کالج است، رمان و مطالب ورزشی می نویسد. وی نویسنده ۲۲ عنوان اثر داستانی و ۱۱ عنوان کتاب غیرداستانی است.

کیت موس متولد ۱۹۶۱ در انگلستان، نویسنده و برنامه ساز تلویزیون است. او با رمانی با عنوان «لابیرنت» در سال ۲۰۰۵ به شهرت رسید. این رمان به ۳۷ زبان ترجمه شد.

جکی کالینز، رمان نویس انگلیسی است. وی در سال ۱۹۳۷ در لندن به دنیا آمده و بیش از ۵۰۰ میلیون نسخه از کتاب هایش در بیش از ۴۰ کشور به فروش رسیده است. او همواره در راس پرفروش های بریتانیا جای دارد.

علاوه بر دست اندرکاران نشر، شماری از مشهورترین بازیگران و هنرمندان بریتانیایی نیز در مراسم تولد ملکه الیزابت تجلیل می شوند.

راه اندازی یک جایزه جدید برای کتاب های نظامی به زبان انگلیسی

یک جایزه جدید کتاب، برای کتاب های تاریخ نظامی راه اندازی شد.

به نقل از بوک سلر، این جایزه که با نام گوگنهایم-لرمن اهدا می شود هر سال به بهترین کتابی که در زمینه تاریخ نظامی به زبان انگلیسی نوشته شده باشد، تعلق می گیرد.

دور نخست این جایزه در فوریه ۲۰۱۴ برگزار می شود و به بهترین کتابی که در این حوزه در سال ۲۰۱۳ نوشته شده باشد، تعلق می گیرد و به برنده آن ۵۰ هزار دلار اهدا می کند.

اندرو رابرتس تاریخ نگار بریتانیایی، رییس گروه داوران این دوره را برعهده دارد و با گروهی از تاریخ نگاران برنده سال را انتخاب می کند.

بنیاد هری فرانک گوگنهایم این جایزه را به یاد گوگنهایم یکی از کهنه کاران نیروی دریایی و لوییس لرمن، بنیانگذار موسسه کیلدر-لرمن در تاریخ آمریکا تاسیس کرده است.

بنیان گذاران این جایزه اظهار امیدواری کرده اند که با اهدای این جایزه توجه عموم را به زمینه آموزش مسایل سیاسی بین المللی، دیپلماسی و تاریخ نظامی جلب کنند.

برنده دور نخست این جایزه در ژانویه سال بعد از میان فهرست اولیه که شامل نام ۶ فینالیست خواهد بود انتخاب می شود و نام برنده در تاریخ ۱۳ فوریه در انجمن تاریخ نیویورک اعلام می شود.

جایزه لوخس ژوئن ۲۰۱۳ به نویسنده «خرس در قایق» رسید

دیو شلتون، نویسنده انگلیسی برای کتاب خود با عنوان «خرس در قایق» به عنوان برنده جایزه لوخس ماه ژوئن ۲۰۱۳ برگزیده شد.



به نقل از خبرگزاری آلمان، این رمان با ترجمه اینگو هرتسکه در سال جاری در انتشارات کارلزن منتشر شده است.

قهرمان این داستان دیو شلتون، یک پسر بچه کوچک و یک خرس پیر هستند که با هم به یک سفر بزرگ دریایی می روند. آن ها با هیولاهای دریایی برخورد می کنند، جزایر سنگی را دور می زنند و با گرسنگی و تشنگی مبارزه می کنند. پسرک و خرس پیر هر توفانی را پشت سر می گذارند و اعتمادشان به یکدیگر بیشتر و بیشتر می شود. نویسنده با پرداختن به ماجراهای کلاسیک دریایی به روایت داستان پسرک و خرس تا رابطه میان پیر و جوان، استاد و شاگرد، آینده و گذشته می پردازد.

هیات داوران در توضیح انتخاب این نویسنده اعلام کرد: دیو شلتون آثارش را برای هر رده سنی می نویسد و به وسیله بازی با لغات، توصیفات دقیق و تصورات یک تمثیل برای زندگی به وجود می آورد. مهم نیست شما چند سال دارید. چون روند داستان و کاپیتان خرس بزرگ به شما آرامش می دهد. این داستان یک ماجراجویی بزرگ دریایی برای کودکان و یک داستان سفر ترجمه شده فوق العاده برای هر کسی است که آن را مطالعه کند.

جایزه لوخس برای ادبیات کودکان و نوجوانان هر ماه از سوی نشریه سایت و رادیو برمن اهدا می شود. از میان ۱۲ عنوان برگزیده طی یک سال نیز یک عنوان به عنوان برنده جایزه سالیانه لوخس انتخاب می شود.

به گفته محققان رسانه علت اصلی توجه به کتاب های خودناشر مساله قیمت است، در حالی که قیمت در میان خریداران کتاب الکترونیک در مکان سوم توجه قرار می گیرد. به این معنی که خریداران کتاب های خودناشر الکترونیک بیش از هر چیز به



دلیل پایین تر بودن قیمت آن ها به سراغشان می روند. در حالی که خریداران کتاب های الکترونیک در کل، در مرحله سوم به قیمت توجه می کنند و نویسنده و موضوع برایشان در اولویت اول و دوم قرار دارد.

کتاب های «خود ناشر» ۲۰ درصد بازار انگلیسی را در دست دارند

کتاب های «خودناشر» الکترونیک در بریتانیا موفق شده اند ۲۰ درصد از بازار کتاب های جنایی، علمی تخیلی، رومانس و طنز را در دست بگیرند.

به نقل از بوک سلر، این آمار متعلق به سال ۲۰۱۲ است و برای سال ۲۰۱۳ هنوز انتظار می رود تا کتاب های خودناشر موفقیت های بیشتری کسب کنند.

برمبنای گزارش بازار بوکر، آمار نشان می دهد که کتاب های خودناشر الکترونیک ۱۲ درصد از بازار کتاب های الکترونیک سال پیش را نیز در دست داشتند.

این آمار نشان می دهد که نویسندگان زن به انتشار آثارشان به صورت فردی و بدون استفاده از ناشر رسمی علاقه بیشتری دارند و سهم آن ها از انتشار کتابشان در بازار بیشتر از نویسندگان مرد است. در حقیقت نزدیک به ۷۰ درصد از کتاب های خودناشر الکترونیک را نویسندگان زن خلق کرده اند.

در همین حال ۶۱ درصد خریداران کتاب های خودناشر الکترونیک نیز اعلام کرده اند که خوانندگان هر روزی این کتاب ها هستند، در حالی که ۳۷ درصد از خریداران کتاب های الکترونیک در کل، می گویند که هر روز کتاب هایشان را مطالعه می کنند.

انجمن خوشنویسان ایران

شبه لندن

با همکاری مرکز گسترش زبان و ادبیات فارسی

کلاسهای حضوری و مکاتبه ای خوشنویسی برگزار می کند

علاقمندان جهت ثبت نام، اطلاع و هماهنگی بیشتر همه روزه می توانند با شماره تلفن های ۰۷۹۶۲۳۹۲۲۲۰ و ۰۲۰۷۳۳۶۷۹۵۵ تماس حاصل نمایند
وب سایت انجمن www.aklondon.co.uk

شنبه ها از ساعت ۸ الی ۶ بعد از ظهر
کلون، تویجند لندن
30-32 SOUTHERN ROAD, LONDON, W6 0PH

جمعه ها از ساعت ۸ الی ۶ بعد از ظهر
مجمع آموزشی ایران
100 CARLTON WALE, LONDON, NW6 5HE





کتاب‌های دیگر نقاط جهان راه خود را به آمریکا باز می‌کنند

به گفته دانشگاه راجستر ۴۱۳ اثر ترجمه شده از شعر و داستان در سال ۲۰۱۲ در آمریکا منتشر شدند. این میزان به نسبت سال پیش که تنها ۳۷۰ عنوان ترجمه شده بودند، بیشتر است. به نقل از پابلیشرز ویکلی، در حالی که ۴۱۳ عنوان رقم زیادی نیست، اما رشد تعداد آثار ترجمه شده، در کنار فرصت‌هایی که از امکان مطالعه دیجیتال به وجود می‌آید نشان می‌دهد آمریکایی‌ها به مطالعه آثاری از آن سوی اقیانوس کرایش بیشتری پیدا کرده‌اند.

با گسترش کتاب‌های الکترونیک و توزیع جهانی آن‌ها، این حس به وجود می‌آید که ناشران بین

سال ۲۰۱۱ توسط آنی تریگر تاسیس شده با هدف انتشار ترجمه آثار فرانسوی به انگلیسی در زمینه آثار جنایی و معمایی فرانسوی راه اندازی شده است. این شرکت تاکنون دو رمان از مجموعه کارآگاهی «واینمیکر» نوشته ژان-پیر آلوکس و نوئل بالن را به این منظور انتخاب کرده است. این کمپانی همچنین اخیراً دو عنوان دیگر از مجموعه پلیسی فرانسوی نوشته فردریک مولی را ترجمه کرده و قصد دارد تا پاییز امسال آن‌ها را روانه بازار کتاب آمریکا کند.

«هیسپابوکس» یک شرکت اسپانیایی نیز با همین هدف، دو عنوان اول خود را به ترجمه «هیچ چیز اتفاق نمی‌افتد» نوشته خوزه اوویرو و «بلشویک بزدل» نوشته لورنزو سیلوا اختصاص داده و آن‌ها را همین ماه به صورت دیجیتال منتشر می‌کند.

دو کمپانی دیگر نیز قصد دارند تا آثاری از کشور خودشان را در آمریکا منتشر کنند که «استکهلم تکستز» از سوئد و «تکست پابلیشینگ» از استرالیا را دربر می‌گیرد. قرار است سپتامبر ۲۰۱۳ برای نخستین بار این شرکت سوئدی عناوینی از سرزمین خود را راهی بازار کتاب



المللی باید منابع خود را دوباره کارگردانی و تلاش کنند تا بر بی میلی ناشران آمریکایی / بریتانیایی غلبه کنند و برای آن‌ها کتابی‌های ترجمه شده برای انتشار از سراسر دنیا تهیه کنند.

گرایش به انتشار کارهای جهانی در آمریکا به معنی بازتعریف ارایه آثار جهانی - به ویژه در عرصه دیجیتال - است و در عین حال ناشران مهم آمریکایی در تلاش هستند تا نسخه‌های دیجیتالی آثار مهم دیگر کشورهای جهان را ارایه کنند. دو هفته پیش انتشارات هارپر کالینز اعلام کرد برخی آثاری که در خط نشر دیجیتال این کمپانی جای گرفته‌اند، از میان پرفروش‌های جهانی انتخاب شده‌اند و دو مجموعه بریتانیایی که در سایت آمازون جایگاه مهمی را در اختیار گرفته بودند، شامل «مقدس» نوشته لسلی چارتریس و «خانم بردلی» نوشته گلدیس میچل برای نخستین بار در قالب دیجیتال در آمریکا منتشر می‌شوند و سپس در صورت ضرورت به صورت چاپی نیز به بازار می‌آیند.

اما اکنون رشد قابل توجهی در میان شرکت‌های بین‌المللی که تلاش دارند تا کتاب‌هایی را از کشور مادری خود راهی آمریکا کنند مشاهده می‌شود. شرکت فرانسوی «لو فرنج بوکس» که

انتشار رمان دیگری از نویسنده «بادبادک‌باز»

«و کوه‌ها طنین‌انداز شدند» مورد استقبال منتقدان و خوانندگان قرار گرفته است. «خالد حسینی» نویسنده آمریکایی افغان‌تبار برای همه کتاب‌خوان‌های جهان شخصیت شناخته‌شده‌ای است. «بادبادک‌باز» اولین رمان او بود که شهرتی جهانی یافت و براساس آن فیلمی هم ساخته شد که یکی از بازیگران آن «همایون ارشادی» بازیگر نام‌آشنای ایران است. او اکنون رمان تازه‌ای منتشر کرده است که با استقبال خوانندگان نیز روبه‌رو شده. جدیدترین کتاب «خالد حسینی» به زندگی یک خواهر و برادر به نام‌های عبدالله و پری می‌پردازد که عاشقانه یکدیگر را دوست دارند. اما دست سرنوشت این دو را در کودکی از یکدیگر جدا می‌کند و آنها هنگامی دوباره یکدیگر را پیدا می‌کنند که دیگر دیر شده است. کتاب «و کوه‌ها طنین‌انداز شدند» به نظر منتقد روزنامه «دی ولت»، «رمان نیست، بلکه از یکسری داستان‌های کوتاه تشکیل شده است که مثل زنجیر به یکدیگر وصل می‌شوند.» روایت کتاب از سال ۱۹۵۲ میلادی در دهکده‌ای در افغانستان آغاز می‌شود و از همان ابتدا احساسات خواننده را برمی‌انگیزد: عبدالله که خواهر خود پری را به شدت دوست دارد، در صحرا شاهد فروختن او به خانواده‌ای ثروتمند و بی‌فرزند می‌شود. جدایی رنج‌آور این دو هنگامی ابدی می‌شود که پری با خانواده جدید خود به پاریس می‌رود. عبدالله اما او را هیچ‌گاه از یاد نمی‌برد تا اینکه خود، پس از پشت‌سرگذاشتن ماجراهای تکان‌دهنده سیاسی و اجتماعی، سرانجام از کالیفرنیا سر درمی‌آورد.

منتقد روزنامه «دی ولت» در باره این کتاب می‌نویسد: «اگر بخواهیم این رمان را غیردوستانه ارزیابی کنیم، می‌توانیم بگوییم که حسینی کتابی گریه‌آور نوشته است؛ داستانی احساساتی به قصد غرق کردن خواننده‌های بی‌شمار خود در سیل اشک‌هایشان. نویسنده این سطور با این قصد خواندن کتاب را آغاز کرد که دچار احساسات رقیق بشود ولی تا صفحه

۲۰ بیشتر دوام نیاورد و وقتی کتاب را بست، مثل یک بچه هرقه می‌کرد.» برخی از نشریات پس از انتشار «و کوه‌ها طنین‌انداز شدند» در نیویورک، بلافاصله



از آن استقبال کردند و نوشتند که نویسنده حرف منتقدان را گوش داده است. «نیویورک تایمز» در این رابطه می‌نویسد: «کتاب و کوه‌ها طنین‌انداز شدند بهترین اثر خالد حسینی است.» یکی از منتقدان با اشاره به این ارزیابی می‌نویسد که یک اثر «گریه‌آور» دلیل خوبی یا بدی کتاب نیست: «احساساتی بودن یک رمان وقتی بد نیست که مبتذل نباشد و کتاب و کوه‌ها طنین‌انداز شدند، مبتذل نیست.»

تفاوت این رمان با دو اثر دیگر خالد حسینی با عنوان‌های «بادبادک‌باز» و «هزار خورشید تابان» در شخصیت‌پردازی و پایان‌بندی به آنهاست که به نظر اغلب منتقدان در دو رمان نخست ضعیف به‌نظر می‌رسید. ظاهراً در رمان سوم، خالد حسینی کوشیده است این اشکال‌ها را برطرف کند. در کتاب «و کوه‌ها طنین‌انداز شدند» شخصیت‌ها تنها به بد و خوب تقسیم نشده‌اند و پایان داستان هم غم‌انگیز نیست؛ هر چند هنگامی که این خواهر و برادر سرانجام یکدیگر را در کالیفرنیا بازمی‌یابند، عبدالله به بیماری فراموشی دچار شده و پری، خواهر خود را به‌جا نمی‌آورد. خالد حسینی که در سال ۱۹۶۵ در شهر کابل به دنیا آمده است و تحصیلات خود را در رشته پزشکی در آمریکا به پایان رسانده، تا سال ۲۰۰۵ در بیمارستانی در لس‌آنجلس آمریکا مشغول به کار بود. وی پس از آن به نویسندگی روی آورد و در حال حاضر تمام وقت خود را صرف تحقیق و نوشتن می‌کند.

خانه ترجمه (لندن)

The
Translation
House

Reg. no. 06066025

ترجمه و ویرایش کلیه مدارک، کتب، مقالات، پایان نامه
ترجمه شفاهی در محل یا تلفنی
(کلیه زبانها منجمله انگلیسی، فارسی، دری، پشتو)

مطمئن، سریع و با هزینه ای عادلانه

دارای مجوز تاسیس در انگلستان

آیا برای ترجمه مدارک خود با مشکل مواجه شده اید؟

مدارک خود (صورت‌حساب بانکی، شکایت نامه، دادخواه، وصیت نامه، گواهی ازدواج و طلاق، گواهی فوت، گواهی انحصار ورثه، دیپلم، ریز نمرات مدرسه و دانشگاه، سند مالکیت، سند خانه و...) را برای ترجمه به ما بسپارید.
"خانه ترجمه" برای تسهیل کار شما مشتریان عزیز از طریق ایمیل، فاکس و پست خدمات ترجمه ارائه می‌کند و نیازی به حضور در محل نیست.

دکترمریم تقوی - دارای دکترای ترجمه از دانشگاه سالفورد انگلستان

Translation All languages inc. Persian, English, Dari, Pashtu

تلفن و فاکس ۰۱۸۹۵-۴۷۰۳۱۸

موبایل: ۰۷۸۲۸۸۸۹۳۹۵

ایمیل: info@translation-house.com

وب سایت: www.translation-house.com

استکهلم تکستز قصد دارد تا آثار بیشتری از نویسندگان اسکاندیناوی را با رعایت سود ۵۰/۵۰ بین ناشر و نویسنده راهی آمریکا کند. این شامل فروش امتیاز کتاب‌های شنیداری نیز می‌شود. انتشارات اریکسون نیز در سال ۲۰۱۳ اعلام کرد ۱۰ عنوان کتاب را ترجمه و راهی بازار کتاب آمریکا می‌کند

جن گیری در صومعه

نیک رودیک/ ترجمه رامتین ابراهیمی

«کریستین مونجیو» فیلمساز رومانیایی با سومین فیلم خود یک قدم



جدی سمت استاد شدن در آنچه در «۴ ماه، ۳ هفته و ۲ روز» نشان داده بود، آن تم‌گرایی و بیشتر از همه سبک‌محوری‌اش برداشته

مشهور مونجیو شروع می‌شود که دوربین از پشت سر، یکی از دختران داستان (یعنی آلینا) را نشان می‌دهد که دارد در ایستگاه قطار راهش را از بین شلوغی مردم برای یافتن ویکیتا باز می‌کند. هر دو زن با هم در یتیمخانه بزرگ‌شده‌اند و حالا آلینا بعد از چند سال اقامت در آلمان بازگشته است؛ آلینا امیدوار است ویکیتا را با خودش ببرد اما او به شدت به زندگی‌اش در صومعه پایبند شده.

آن‌سوی تپه‌ها بسیار پیچیده‌تر و جاه‌طلبانه‌تر از ۴ ماه، ۳ هفته... در شرح دفاع از عشق و زیر سوال بردن تلاش مذهب برای الهی نشان دادنش است.

برجسته‌تر از بقیه ویژگی‌های فیلم، نحوه کنترل چنین داستانی است که پر شده از تعصبات مذهبی، قتل، تسخیر شیطان و شهوت جسمی سرکوب شده (طبق نوشته کوچکی در تیتراژ پایانی می‌بینیم، فیلم بر اساس اتفاقاتی واقعی ساخته شده). یعنی با اینکه داستان فیلم ممکن است آن‌سبب-ژانر همیشگی را به ما القا کند، فیلمی درباره جن‌گیری واقعی، اما در حقیقت ما با فیلمی مثل «جن‌گیری امیلی رز» از زمین تا آسمان فاصله داریم (اگرچه فیلم گاهی شبیه «رکونیم» آلمانی و کنترل‌شده‌تر «هانس کریستین اشمید» - که آن هم براساس اتفاقات واقعی بود- می‌شود). در آن صحنه شبهه‌جن‌گیری بستن آلینا به تخت صلیب‌گونه، همه‌چیز در عین بهت‌آوری مضحک و خنده‌دار است؛ اینکه راهبه‌ها سعی دارند آلینا را آرام نگه دارند و کار به دیالوگ‌های پوچ می‌رسد: «با این ببندش»، «این یکی خیلی کوتاس»، «پس این یک‌یکو امتحان کن»، «نه خوب نیست، نمی‌تونم درست ببندمش».

اینکه آیا آلینا تسخیر شیاطین شده یا فقط بیماری ذهنی دارد هرگز مشخص نمی‌شود. و موضوع تجارت انسان هم هرگز ادامه داده نمی‌شود.

چنین عناصری فیلم را پر از خرده‌داستان‌هایی می‌کند که هیچ



توضیحی درباره‌شان داده نمی‌شود و مبهم باقی می‌مانند. البته، تمرکز مونجیو روی عشق بین دو کاراکتر است. عشقی مشخصاً انسانی و زمینی که گرچه هرگز واضح بیان نمی‌شود خلاف عشق بسیار قدرتمندتر و برنامه‌ریزی‌شده نسبت به خداست. عشقی که آلینا نمی‌تواند با آن رقابت کند...

تلاشی برای تبدیل دختران به قربانی‌های سراسر داستان هم در فیلم صورت نمی‌گیرد.

صحنه زیبای کوچکی در بیمارستان وجود دارد که باید به آن توجه کرد: دکتری که ممکن است صدای خرد و عقل باشد اما بیشتر به تلفن همراهش علاقه دارد آلینا را مرده اعلام می‌کند، رو می‌کند به مادر روحانی صومعه و می‌گوید «خدا هرکسی رو که دست شماها می‌افته نجات بده» و او هم جواب می‌دهد «خدا مرا می‌بخشد»؛ انگار در آن لحظه کسی جز ویکیتا به آلینا اهمیت نمی‌دهد.

با پیروی از ریتمی حساب‌شده همراه چند تکه خشونت‌بار، آن‌سوی تپه‌ها نگاه معتدل و بی‌طرفی است به اتفاقاتی که در دنیا بین مردم و مذهب رخ می‌دهد.

کار بزرگ مونجیو نگه داشتن این دو موضوع -عشق و بی‌تفاوتی مذهبی- در یک میزان مساوی مناسب است، به همان استادی نمای پایانی فیلم که یکی از بهترین صحنه‌های شیوا و خوش چیدمانی است که در تاریخ سینما کارگردانی شده.

است. داستان فیلم جدید او ۱۵ سال بعد رخ می‌دهد -زمانی بین معرفی واحد پول یورو در ۱۹۹۹ و قبل از تنزل ارزش پول و ورود رومانی به اتحادیه اروپا در ۲۰۰۷- و ثابت می‌کند که مونجیو به عنوان هنرمندی انسان‌گرا از نظر مفهومی روشی را پیش می‌گیرد که فیلمسازان بزرگی چون «روبر برسون» و «آندری تارکوفسکی» که اتفاقاً شیفتگی‌های خاص سبکی مشترکی هم با مونجیو دارند پیش گرفتند.

مهم‌ترین ویژگی دو فیلم او این است که هر دو اثر با دقت و ظرافتی عجیب استخوان‌بندی شده‌اند. ۴ ماه، ۳ هفته... درباره زمان است (چنان که از عنوانش پیداست) و «آن‌سوی تپه‌ها» باز هم مثل عنوانش درباره ایده یک مکان است و شاید بیشتر تضادی بین دو مکان مختلف باشد: بین رومانی، محلی که داستان در آن رخ می‌دهد و آلمان که در روایت مکانی برای گریز از وضع موجود است؛ بین آزادی (یا حداقل تصور موقعیت‌های بهتر) و زوال. همچنین تضاد بین شهر (با درگیری‌های روزانه و اتفاق‌های اقتصادی و بی‌بند و باری‌اش) و صومعه دورافتاده‌یی که نخستین بار آن را در نمای سیال هنرمندانه‌یی می‌بینیم. در حالی که دو زن جوان ماجرا نزدیک تپه‌ها می‌شوند.

هر دو فیلم مونجیو دو قهرمان مونث دارند که یکی از دیگری قوی‌تر است. هر دو فیلم با شخصیتی اقتدارگرا (یا پدرسالارانه) کار دارند؛ در آن فیلم آقای بیه و اینجا پایا رهبر خشن صومعه پروتستان. از نظر سبکی هم شباهت‌هایی وجود دارد: آن‌سوی تپه‌ها با نمای

گفت‌وگو با کریستین مونجیو، کارگردان فیلم

تراژدی زندگی مدرن / ترجمه مینا خوبانی

نقطه آغازین ساخت «آن‌سوی تپه‌ها» فیلم جدیدتان چه بود و چگونه دست به کار شدید؟

در سال ۲۰۰۵ یک بخش از اخبار را خواندم که درباره دختری بود که برای ملاقات دوستش به صومعه دورست مولداویایی می‌رود و پس از چند هفته بر اساس گفته مطبوعات در اثر جن‌گیری زندگی‌اش پایان می‌یابد. خیلی زود این اتفاق تیترو سرفصله همه روزنامه‌های رومانی شد و زیاد طول نکشید که مطبوعات بین‌المللی به گزارش این واقعه پرداختند. اسقف محلی با عجله و به محض اینکه این خبر حادثه علنی شد -با سرپیچی از قوانین که باید یک رسیدگی و بازجویی درباره حادثه رخ داده صورت بگیرد- کشیش و راهبه‌هایی را که با این اتفاق در ارتباط بودند مورد تکفیر قرار داد. کلیسای ارتدوکس این رویداد را محکوم کرد و خودش را از آن میرا دانست. سپس در سال ۲۰۰۵ آنها تصمیم گرفتند به طور کامل خواندن دعاهای سن بازیل -شامل دعا و نیایش‌های اصلی در مبارزه با شیطان- را ممنوع اعلام کنند. با این وجود اینترنت پر از فیلم‌هایی است که با گوشی‌های همراه فیلمبرداری شده‌اند و گواهی بر این حقیقت می‌دهند که این عمل هنوز هم ادامه دارد.

گویا شما فیلمنامه را از دو کتاب غیرداستانی نوشته «تاتیانا نیکولسکو برن» الهام گرفته‌اید.

تاتیانا نیکولسکو برن یک روزنامه‌نگار بود که در آن زمان برای یک خبرگزاری در لندن کار می‌کرد. او علاقه‌مند بود آنچه را واقعا در آن صومعه اتفاق افتاده بود کشف کند. او درباره حوادثی که برای چند سال پیاپی مدام اتفاق افتاده بود تحقیق کرد و در نهایت دو کتاب درباره آنچه در سال ۲۰۰۵ رخ داده بود و دادرسی انجام شده درباره آن چاپ و منتشر کرد. کتاب‌هایی که تحت عنوان رمان‌های غیر داستانی طبقه‌بندی شده بودند و شاید جزو نخستین تلاش‌های رومانی در این ژانر قرار می‌گرفتند.

پس شما درباره ساخت فیلمی از چگونگی شروع آن حادثه فکر کردید؟ موضوع مرا علاقه‌مند کرد اما بیشتر از دیدگاه یک ژورنالیست سابق و خواننده معتاد به مطبوعات. اگرچه از نقطه نظر سینمایی، داستان بیش از حد احساسی و عاطفی، ملودرام و دارای جریان کلی بود. با توجه به هزاران صفحه‌یی که در اینترنت درباره آن نوشته شده بود، من همچنان به پیگیری آنچه برای افراد حاضر در این داستان در طول محاکمه و پس از آنکه محکوم شدند رخ داده بود ادامه دادم.

آیا شما تاتیانا نیکولسکو برن را می‌شناختید؟

من او را در سال ۲۰۰۵ ملاقات کردم. من به بهانه «۴ ماه، ۳ هفته و ۲ روز» در نیویورک بودم و یک کارگردان تئاتر رومانیایی به نام آندره سربان مرا به تماشای یک نمایش از این رویداد در تئاتر دعوت کرد. پس از آن بود که او یک نسخه از کتابش را به من داد و ما درباره این اتفاق با هم صحبت کردیم.

چه وقتی تصمیم به ساخت فیلم گرفتید؟

من دوباره با تاتیانا در بلوار ماجرو در بخارست در اوایل سال ۲۰۱۱ برخورد کردم؛ در همان زمانی که در حال نوشتن بودم. او به من نسخه‌یی از رمانش را که تازه به پایان رسیده بود و می‌توانست به یک فیلم تبدیل شود داد. این رمان خیلی تم مذهبی داشت. من در داستان بیش از یک بار به صومعه رجوع می‌کنم. در اینترنت شروع کردم به خواندن نظرات مردم درباره آنچه اتفاق داده بود و پی بردم که هنوز هم داستان سبب ایجاد هزاران نظر می‌شود و به طور چشمگیری مردم را دچار قطبی شدن یا تضاد کرده. برای نخستین بار با یک فیلمنامه که به لحاظ مضمونی بسیار نامیدکننده بود با اتفاق‌های واقعی ارتباط نزدیکی داشت - برخوردم که مشکل اصلی‌اش عدم وجود معنایی عمیق از رویدادهای واقعی بود. یک داستان غم‌انگیز از بی‌کفایتی، زمانه ناگوار و عدم مسوولیت‌پذیری.

و شما چه نوع داستانی را می‌خواستید؟

من یک چیز خاص را درباره کتاب‌ها دوست داشتم: آنها انتقادگرایانه نبودند، مسوولیت‌پذیری ایجاد نمی‌کردند، آنها به دنبال پیدا کردن افراد گناهکار نبودند؛ آنها فقط آنچه را که رخ داده بود بازگو می‌کردند، چیزی که من حس کردم خیلی متعادل است، به سبک همان گزارش بی‌بی‌سی. به محض اینکه آماده رهاکردن مضامین فراداستانی شدم شروع کردم به نقل روایت. فیلمنامه نهایی من درباره آنچه که در آن صومعه رخ داده بود نیست؛ درباره آن کشیش و راهبه‌ها نیست. من روح کتاب‌ها را حفظ کردم از آن جهت که منتقد یا قاضی نبودم و تلاشی برای شناخت افراد گناهکار نکردم. اما این اصل را برای داستان ساختگی خودم به کار بردم که حس کردم برای افزودن لایه‌های معنایی که داستان واقعی برایم در بر نداشت مجازم. آن هنوز هم درباره گناه صحبت می‌کند اما بیشتر در رابطه با عشق و انتخاب‌ها (تصمیم‌ها) و چیزهایی که مردم به نام باور و اعتقادهایشان انجام می‌دهند، دشواری فهمیدن (گفتن) خوب از بد، درک مذهب به معنای واقعی کلمه، بی‌تفاوتی به عنوان یک گناه حتی بزرگ‌تر از فروماندگی (نابرداری) و آزادی اراده (آزادی در انتخاب) است.



به بهانه درگذشت استاد جلیل شهناز

مثلث طلایی موسیقی ایرانی

علی شیرازی

تاج اصفهانی، جلیل شهناز و حسن کسایی سه هنرمند اصفهانی در سال های دور «مثلث طلایی موسیقی ایران» را تشکیل می دادند و آثار جاودانه ای را به صورت مشترک از خود به یادگار گذاشتند.

این دو با آماده شدن این تصنیف آن را در اختیار تاج اصفهانی می گذارند و این شاهکار اجرا می شود.»

پیش درآمد «به اصفهان رو» بسیار خیال انگیز است و ما را به سفری ذهنی در نصف جهان می برد. در میان سازهای ارکستر از پیانو که سازی فرنگی است به خوبی با رنگ و بوی ایرانی استفاده شده است. هرچند که گروه نوازندگان به شیوه تصنیف نوازی در قدیم پاسخ خواننده را می دهند؛ به این صورت که در پایان هر مصرع _ به جز بیت آخر عین آن را پس از خواننده اجرا می کنند.» به اصفهان رو» هرچند یک تصنیف است اما امروزه به صورت نمادی از این شهر باستانی شناخته شده است. با پایان تصنیف، آواز تاج را در ادبیات اصفهان با مطلع «اگر آن عهدشکن بر سر میثاق آید» می شنویم که تحریرها و تاکید او بر آخرین سیلاب «آید» نشان دهنده سبک ویژه او در آواز و شعرخوانی است. بخش دوم «روی الف» به آواز افشاری با ساز هنرمندانی چون حسن کسایی (نی)، عباس سروری (تار)، جهانبخش پازوکی (ویولن) و جهانگیر بهشتی (تنبک) اختصاص دارد. تاج درآمد افشاری را به دو

از جاذبه موسیقی و آهنگ شروع و به تفکر و تعمق درونی ختم می شود. نام نی و ضلع دیگر این مثلث _ استاد حسن کسایی _ چنان درهم آمیخته است که امروزه همگان هر یک را به وسیله آن یکی می شناسند. بی تردید تاکنون هیچ کس به پاکیزگی و زیبایی کسایی صدای این ساز کهن و عرفانی را تولید نکرده است. نی سحرآمیز استاد، شنونده را با خود به سفری خیال انگیز می برد و با دردها و رنج ها آشنا می کند و در عین حال آرامش عجیبی در او پدید می آورد. کسایی در سال ۱۳۰۷ در اصفهان به دنیا آمد و در منزلی که همواره مکان گردهمایی موسیقیدانان بود، پرورش یافت.

او از محضر مهدی نوایی در فراگیری نی بهره برد و خود این ساز را به اوج رساند. کسایی همچنین نزد تاج اصفهانی و ادیب خوانساری در رشته آواز بهره ها برد و معلومات خود را نزد استاد بی بدیل موسیقی ابوالحسن صبا تکمیل کرد و به همین دلیل در نواختن سه تار و خوانندگی نیز متبحر است. از جمله آثار موجود کسایی سلسله نوارهایی است که در آنها با سه تار و آواز خود جزئیات ردیف آوازی را تدریس کرده و درباره هر گوشه



صورت اجرا می کند. ابتدا با تحریر و شعر (رسید مژده که آمد بهار و سبزه دمید) و سپس این مصرع را با آهنگی دیگر و ملودی پایین رونده در مصوت «ی» کلمه «رسید» به زیبایی می خواند. او به قدری شمرده و با طمأنینه آواز می خواند که فهم هنرش برای همگان آسان است. اما وجود ملودی های تکراری در مصرع ها و بیت ها ویژگی تقریباً همیشگی آواز تاج است و او بیت های مختلف یا حداقل کلماتی از آنها را با ملودی ای که چند لحظه پیش خوانده اجرا می کرده است. او همچنین _ به ویژه در صدای اوج ابایی از خارج شدن صدایش نداشته و قلندرانه آن را رها می کرده است. ویژگی ای که بعدتر خواننده خوش صدا «حسین خواجه امیری (ایرج)» منهای خارج خواندن از تاج به صورت غیرمستقیم گرفته و آن را به کمال رسانده است. در پایان آواز افشاری در این اثر یک چهارمضرب زیبا به شکل چندنوازی و مفصل اجرا شده و پایان بخش روی اول آلبوم است. روی «ب» با مثنوی همایون با نی کسایی و شعر سعدی (با مطلع پای سر و بوستانی در گل است، سرو ما را پای معنی در دل است) آغاز می شود. جاذبه این آواز در کمتر اجراشدن مثنوی در دستگاه همایون است چرا که خوانندگان بیشتر ترجیح می دهند در آوازها و دستگاه هایی نظیر افشاری، بیات ترک و شور مثنوی خوانی کنند و نکته جالب اینکه این مثنوی مطابق یک سنت قدیمی به همراه ساز نی اجرا شده است (بشنو از نی چون حکایت می کند...) تاج لابه لای ابیات مثنوی را به تحریرهای زیبا و مفصل خود مزین کرده است. آخرین بخش آلبوم به اجرای آواز بیات ترک به همراه تار جلیل شهناز و شعر سعدی (با مطلع دو چشم مست تو کز خواب صبح برخیزند، هزار رفته به هر گوشه ای برانگیزند) اختصاص یافته است. این بخش علاوه بر پیش درآمد زیبای شهناز (به همراه تنبک) در میانه آواز چهارمضرب زیبایی در «فیلی» به همراه دارد و سپس با فرود ساز در همین گوشه تاج به اجرای آوازی «فیلی» و «شکسته» می پردازد و در نهایت با فرود بیات ترک آلبوم به پایان می رسد. اما اگر می خواهید یکجا هنر همناواری شهناز و کسایی را به همراه آواز تاج بشنوید باید به اثر قبلی منتشر شده توسط «آوای نوین اصفهان» یعنی «یاران زنده رود» که نام بسیار باشمایی است را بشنوید.

توضیحاتی داده است. در یک کلام کسایی یکی از معدود کسانی بود که نی را به خانه های مردم آورد و این آشنای دیرینه را فرصتی مجدد برای گوش های تشنه علاقه مندان موسیقی بخشید. ضلع سوم مثلث «جلال تاج اصفهانی» (متولد ۱۲۸۲ و متوفی ۱۳۶۰) از شاخص ترین خوانندگان «مکتب آوازی اصفهان» است. این مکتب امروزه به لحاظ نفوذ، تاثیر و تعداد اجراکننده و مخاطب از دو مکتب دیگر «تهران» و «تبریز» در جایگاه بالاتری قرار دارد. هر نوع شعرخوانی و تلفیق شعر و موسیقی و تحریرهای آن رواج بسیاری یافته است. «تاج اصفهانی» آواز را از ۱۰ سالگی نزد پدرش «شیخ اسماعیل» و سپس «سیدعبدالرحیم اصفهانی» آموخت. او همچنین محضر موسیقیدانانی چون «نایب اسدالله»، «ساعت سان» و «حبیب شاطر حاجی» را درک کرد. او با داشتن صدایی بلند، رسا و مردانه در خوانندگی سبکی ویژه داشت و با تسلط بر شعر و ادای تحریرها و چهچه های مفصل شنونده را به وجد می آورد. شاگردان تاج مانند «اصغر شاه زیدی»، «مرتضی شریف» و «علیرضا افتخاری» هر یک گوشه ای از هنر او را به ارث برده اند و آثار تاج نظیر آواز معرف همایون (با مطلع از تو با مصلحت خویش نمی پردازم) از بهترین نمونه های ضبط شده در سال های دور به شمار می روند. از تاج چند تصنیف مشهور به یادگار مانده است: «آتش دل»، «رنگ های طبیعت» و «به اصفهان رو».

در شناسنامه آلبوم «به اصفهان رو» ماجرای ساخته شده این تصنیف به این صورت روایت شده است: «در دوره تبعید ملک الشعراء بهار به اصفهان (!) (۱۳۱۲) وی تصمیم می گیرد شعری در وصف اصفهان بسراید. این تصمیم مقارن با سفر علی اکبرخان شهنازی به این شهر می شود. بهار از شهنازی سؤال می کند که آیا آهنگی دارد تا بر آن شعری بسراید و شهنازی در جواب می گوید که به تازگی رنگی در بیات اصفهان ساخته که می شود آن را سنگین تر هم اجرا کرد. بهار هم می پذیرد و شعری با این مطلع روی آن می گذارد:

به اصفهان رو که تا بنگری بهشت ثانی
به زنده رودش سلامی ز چشم من رسانی

حدود یک قرن که از آغاز ضبط موسیقی در ایران می گذرد، گروه های اکثراً دونفره شاخصی از هنرمندان موسیقی اصیل ایرانی در دل علاقه مندان این هنر جا باز کردند. زوج هایی مانند قمرالملوک وزیری _ مرتضی نی داوود، ابوالحسن اقبال آذر _ علی اکبر شهنازی، روح انگیز _ کلنل علی نقی وزیری و... که آخرین آنها مربوط به زوج محمدرضا شجریان _ محمدرضا لطفی در دهه پنجاه است. ساز و آواز این افراد به نوعی درهم تنیده و ملهم از یکدیگر است که تصور هر هنرمند جدای از آن یکی برای شنونده بعید به نظر می رسد و به احتمال زیاد هر یک از این هنرمندان معرف و شاخص شدن خود را در هنر موسیقی تا حدود زیادی وابسته و مدیون دوستی و همنشینی با دیگری بوده است. «مثلث طلایی» اما یک فرق اساسی با همه این گروه ها دارد و علاوه بر تعداد یکی بیشترش به نسبت همه گروه ها دو نوازنده این گروه را به دلایل زیادی می توان شاخص ترین هنرمندان و استادان دو ساز تار و نی به شمار آورد. جلیل شهناز (متولد ۱۳۰۰ _ اصفهان) از بهترین و مهمترین نمادهای زنده موسیقی ایران است. او نواختن تار را نزد پدر و برادرش فرا گرفت و به جز آن با سازهای تنبک، ویولن و سنتور نیز آشنا است. شهناز بدون کمترین تردیدی بهترین استاد تک نواز در میان همه نوازندگان سازهای مختلف ایرانی در قرن اخیر به شمار می آید. او در نواختن تار به سبکی فاخر و منحصر به فرد رسید.

ویژگی مهم این سبک علاوه بر ایجاد آرامش در شنونده و زنده کردن بار معنوی در عمق وجود او، غیرتکراری بودن تمامی جمله های سازی است. به این معنی که شهناز با قریحه و نبوغی پایان ناپذیر حتی در دهه نهم عمر پربار خود هر بار که دست بر ساز می برد، جمله و مطلب جدیدی را با آن برای شنونده عرضه می کند. او هر بار رنگی تازه از رنگین کمان بی انتهای موسیقی ایرانی را پیش چشم و گوش علاقه مندان می آورد و به آنان هدیه می کند. شهناز _ به جز تاج اصفهانی _ با بهترین خوانندگان ایرانی همکاری کرده است. همچنین آثار زیادی از او در آرشو شخصی علاقه مندان موسیقی وجود دارد. به گواه تعداد زیاد نواخته های او در بازار با شمارگان مطلوب به یقین می توان گفت که گوش دادن به تک نوازی هیچ استادی مانند شهناز برای مردم ما لذت بخش نیست. لذتی که



اعلام جمهوری میرزا در رشت



در خرداد ۱۲۹۹ شمسی میرزا کوچکخان و قوای جنگل با انتشار بیانیه‌ای، تشکیل کمیته انقلاب سرخ ایران و الغای اصول سلطنت و تاسیس حکومت جمهوری را در رشت اعلام کردند و یک روز بعد کمیته انقلاب، هیات دولت جمهوری (هیات اتحاد اسلامی) را معرفی کرد که میرزا کوچکخان عنوان سرکمیسر و کمیسر جنگ را داشت.

میرزا یونس معروف به میرزا کوچک در ۱۲۵۷ ه. ش (۱۲۹۸ ه. ق) در رشت متولد شد. در نوجوانی برای تحصیل علوم دینی قدم به مدارس مذهبی گذاشت و مدارج علمی را طی کرد. در ۱۳۲۶ ه. ق در گیلان به صفوف آزادیخواهان پیوست و برای مقابله با محمدعلی شاه روانه تهران شد. در ماجرای اولتیماتوم روسیه که منجر به تعطیلی مجلس شد (۱۷ اردیبهشت ۱۲۹۰) میرزا در شمار مخالفان پذیرش اولتیماتوم بود و مدتی نیز بازداشت شد.

در جریان جنگ جهانی اول و در هنگامی که دسته‌ای از نمایندگان و رجال سیاسی به خاطر وضع بحرانی کشور و حضور نیروهای بیگانه دست به مهاجرت زدند، کوچکخان با گرویدن به اندیشه «اتحاد اسلام» درصدد برآمد تا با راه انداختن تشکیلات نظامی به مبارزه علیه استبداد رضاخانی و سرسپردگی‌ها، پیمان‌های تحمیلی بیگانگان و مداخلات آنان در امور داخلی کشور بپردازد. میرزا در تهران اندیشه خود را با رجال دین و سیاست در میان گذاشت و به نظرخواهی از آنان پرداخت. گروهی به ضرورت مبارزه مسالمت‌آمیز تاکید می‌کردند و مبارزه مسلحانه را نادرست می‌خواندند و گروهی دیگر نظر میرزا کوچکخان را تایید می‌کردند. سرانجام پس از یک سلسله بحث و گفت‌وگو قرار شد تا در گوشه‌ای از ایران کانونی ثابت، برای مبارزه ایجاد شود. میرزا کوچکخان پس از این توافق عازم گیلان شد و شروع به تهیه مقدمات قیام کرد. اما چون روس‌ها قبلاً او را از منطقه تبعید کرده بودند، مجبور بود مخفیانه به فعالیت بپردازد. با این حال میرزا در اندک مدتی توانست همفکرانی در کنار خود جمع کند و قیام را علنی سازد.

او در سال‌های قبل از به قدرت رسیدن رضاخان، موفق شد هسته‌های تشکیل نهضت مسلحانه را پی‌ریزی کند. نیروهای اشغالگر روس که در سال‌های قبل از انقلاب اکتبر، در سرکوبی این نهضت توفیق چندانی نیافتند، با وقوع انقلاب اکتبر از مناطق شمالی ایران بیرون رفتند و انگلیسی‌ها یکه‌تاز میدان شده و تقریباً تمامی ایران را زیر سلطه خود درآوردند تا اینکه میرزا حسن‌خان

و ثوق‌الدوله به ریاست دولت ایران منصوب شد. دولت انگلیس با انعقاد قرارداد معروف ۱۹۱۹ با و ثوق‌الدوله، ایران را تحت‌الحمایه خود درآورد و کلیه امور مالی، گمرکی و نظامی کشور را به دست گرفت. انگلیسی‌ها از طریق و ثوق‌الدوله تلاش کردند قیام جنگل را با مذاکره و بدون خشونت حل و فصل کنند، اما این تلاش‌ها سودی نبخشید.

روز ۱۶ خرداد ۱۲۹۹ میرزا کوچکخان جنگلی در ادامه مبارزات خود در شهر رشت حکومت جمهوری اعلام کرد. این اعلام در پی یک رشته تماس‌ها و گفت‌وگوها با مقامات روسیه و کسب اطمینان از اینکه نیروهای مداخله‌گر آنان در شمال ایران در کار حکومت انقلابی میرزا کارشکنی نخواهند کرد، صورت گرفت. درست سه هفته پیش از این اعلام، در سپیده‌دم روز ۲۸ اردیبهشت ۱۲۹۹ نیروهای ارتش سرخ به بهانه «سرکوبی ضد انقلاب که در شمال ایران کمین کرده بود» به بندر انزلی یورش برده و این شهر را اشغال کرد. مقصود روسیه از «ضد انقلاب» افراد مسلحی بودند که با حمایت انگلیسی‌ها علیه بلشویسم نوظهور در شوروی می‌جنگیدند و از اراضی شمال ایران نیز به عنوان یکی از پایگاه‌های خود استفاده می‌کردند.

جنگلی‌ها که مبارزات مسلحانه با رژیم قاجار را آغاز کرده و جنگل‌های شمال را مقر خود قرار داده بودند، در آغاز پیروزی انقلاب روسیه روابط حسنه‌ای با بلشویک‌ها برقرار کرده بودند، نهضت جنگل انقلاب روسیه را تایید می‌کرد و رهبران جدید روسیه نیز میرزا را به عنوان یک انقلابی ضد استعمار می‌دانستند و او را ستایش می‌کردند. اما چندی نگذشت که روس‌ها سیاست دوستانه خود را تغییر دادند و قدم به قدم به خاطر حفظ منافع خود در ایران از حمایت نهضت جنگل دست کشیدند و سرانجام به آن خیانت کردند.

روز ۲۸ اردیبهشت، نیروهای ارتش سرخ وارد انزلی شدند. نهضت میرزا کوچکخان که حضور نیروهای کشوری دیگر را در خاک ایران مخالف با اصول سیاست خود و به زیان استقلال و تمامیت ارضی کشور می‌دانست، با آن به مخالفت برخاست. در آن زمان هم روس‌ها و هم میرزا کوچکخان در شرایطی بودند که رویارویی با یکدیگر را به صلاح خود نمی‌دیدند. هر یک با اقدامات نظامی، اهداف خاص خود را دنبال می‌کردند و دیدگاه متعارضانه به یکدیگر نداشتند؛ در نتیجه تماس‌های بعدی میرزا کوچکخان با نیروهای نظامی و سیاسی روسیه، میان طرفین توافق‌هایی حاصل شد.

مهم‌ترین مواد این توافق چنین است:

الف - اصول کمونیسم در ایران از حیث مصادره اموال و الغای مالکیت و تبلیغات به اجرا گذارده شود.

ب - حکومت جمهوری انقلابی توسط میرزا برقرار شود.

ج - پس از ورود میرزا به تهران و تاسیس مجلس مبعوثان، هر نوع حکومتی که نمایندگان ملت بپذیرند، بدون مخالفت روسیه ایجاد شود.

د - مقدرات انقلاب به دست این حکومت سپرده شود و شوروی‌ها در ایران مداخله ننمایند.

ه - هیچ قشونی بدون اجازه و تصویب حکومت انقلابی ایران زائد بر قوای موجود (دو هزار نفر) از شوروی به ایران وارد نشوند.

و - مخارج این قشون به عهده ایران است.

ز - هر مقدار مهمات و اسلحه که از شوروی خواسته شود در مقابل پرداخت قیمت، تسلیم نمایند.

ح - کالاهای بازرگانان ایرانی که در باکو ضبط شده تحویل حکومت ایران شود.

ط - کلیه موسسات تجاری روسیه در ایران به حکومت جمهوری واگذار شود.

چکیده این توافقنامه عدم دخالت روس‌ها در امور داخلی ایران، در عین حفظ حداقل دو هزار نظامی آنان در شمال ایران بود؛ حضوری که به معنای دخالت در امور داخلی ایران بود. میرزا کوچکخان جنگلی با استناد به همین توافقنامه سه هفته پس از مداخله نظامی آنان در انزلی، در رشت اعلام جمهوری کرد.

تجارت ایران و شوروی در دوره قاجار

محمدحسن پورقنبر

تجارت ایران و شوروی بعد از دو دهه آشفتگی سیاسی و اقتصادی در ایران و همچنین در آن‌سو، تحولات سیاسی در روسیه که منجر به روی‌کار آمدن نظام کمونیستی در آن کشور شد، از اوایل دهه ۱۹۲۰م، تقریباً به‌طور رسمی از سر گرفته شد.

با این حال، این مناسبات اقتصادی، همواره به سهولت و دوستانه نبود، بلکه در این میان، بازرگانان ایرانی به‌خصوص شمال کشور، با چالش‌هایی مواجه می‌شدند. شوروی به‌عنوان کشوری که همه سرزمین‌های آن سوی مرز شمالی ایران را در آن برهه زمانی مالک بود، به نوعی این توانایی را داشت که انحصار تجارت مازندران و گیلان را نیز در اختیار بگیرد و در مواقع لازم، از این حربه در راستای اهداف خود استفاده نماید. در اینجا سعی شده است تا به نمونه‌هایی از این روند در پنج سال نخستین سلطنت پهلوی اول اشاره شود.

در اوایل سال ۱۳۰۷ش بود که تعدادی از تجار مازندران، شکایاتی مبنی بر ضبط بدون علت اموال صادراتی آنان در شوروی، به اتاق تجارت تهران ارسال کردند و خواستار کمک شدند. داستان از این قرار بود که تعدادی تاجر مازندرانی برای شرکت در اولین بازار مکاره روسیه، ۱۰۶۰ کیسه پنبه به آنجا حمل کردند؛ اما به‌رغم آنکه پنبه‌ها در انبار بادکوبه، توسط کنسولگری ایران حفاظت می‌شد، ماموران دولت شوروی به آنجا ریخته و کیسه‌ها را بدون علت، ضبط کردند و مدتی بعد، فقط نیمی از آن بازگردانده شد. در همان برهه زمانی برخی تاجران برنج نیز دچار دردسر شدند.

رئیس هیات تجار بارفروش (بابل) با ارسال نامه‌ای به اتاق تجارت تهران، از انحصار تجارت برنج در شوروی به وسیله برخی تجار بانفوذ شهر بادکوبه سخن گفته و اظهار کرد که این تاجران از دولت شوروی خواستند تا از ورود برنج ایرانی ممانعت به عمل آورد و دولت مزبور نیز ترتیب اثر داده است. این در حالی بود که طبق توافق قبلی میان طرفین، این تاجر، برنج را برای حمل به شوروی، آماده کرده و با این شرایط، شدیداً متضرر می‌شدند. این گونه موارد، برای بازرگانانی که در زمینه مرکبات نیز فعالیت می‌کردند، مصداق داشت. در یکی از این موارد، هنگامی که دولت شوروی به دلیل سیاسی، در صدور محصولات ایرانی به کشور خود، کارشکنی کرد هیات تجار اشرف (بهشهر) با ارسال تلگرافی به اتاق تجارت تهران، خواستار کمک، به‌منظور رفع ممانعت حمل مرکبات به شوروی شده، نگرانی شدید خود را به‌دلیل این موضوع، ابراز کردند. ۲

اندکی بعد از آن، تلگرافی شکایت‌آمیز از سوی اتاق تجارت بارفروش، به نمایندگی از طرف بازرگانان مازندرانی ارسال شد، مبنی بر اینکه «طبق قرارداد شوروی ۹۵ هزار پوط مرکبات باید به روسیه حمل شود و تمام مرکبات را تاجر حاضر نمودند؛ ولی فقط ۱۲ هزار پوط آن را حمل و بقیه را متعذر عدم وصول اجازه است.»

ماجرای به همین جا ختم نشد، تاجر مرکبات که به شدت نگران پوسیدگی محصولات خود بودند، به تحصن در اتاق تجارت بارفروش دست زدند ضمن آنکه، در همان زمان، تاجران مشهدسر (بابلسر) نیز با ارسال تلگرافی، تقاضای اقدام فوری کردند. ۳ خشم و صف‌ناپذیر تجار مازندرانی نسبت به این شرایط را می‌توان، از این گونه اعلامیه‌های انتشاریافته به وسیله آنان دریافت: «عملیات خانمان‌سوز دولت شمالی، آخرین هستی مازندرانی را به باد فنا داده، دیگر جان به لب و نفس به شماره رسیده...» ۴

چالش‌های ایجاد شده برای بازرگانان مازندرانی، از سوی شوروی، انواع دیگری نیز داشت. یکی از گزارش‌ها، حاکی از این بود که روس‌ها، برخلاف قرارداد منعقد با دولت ایران، عوارض هنگفتی را از تجار ایرانی اخذ می‌کنند. همچنین

پنابراین ادعا، همسایه شمالی سعی می‌کند، از طرق مختلف، بازرگانان ایرانی را مجبور نماید تا اموال خود را به قیمتی که مقرون به صرفه نیست، به موسسات تجاری کشور مذکور واگذار کنند. ۵ در گزارشی دیگر از سوی رییس اتاق تجارت بارفروش به مسوولان حکومتی ایران، اعتراض تجار ایرانی مقیم باکو در مورد اوضاع اقتصادی آنان و عدم ایفای موسسات شوروی به تعهدات‌شان را، اشاره نموده و می‌آورد: «... مراعات اصل مودت را ننموده هر موقع اشکال جدیدی ایجاد می‌نمایند. در نتیجه تجارت برنج، خشکیبار، مرکبات... که اقلاً درجه اول صادرات مملکت را تشکیل می‌دهد امروزه به صفر رسیده و یک اختناق اقتصادی در سراسر شمال تولید شده.» ۶

تأثیر مخرب دیگر روس‌ها در راستای اخلاص اقتصاد تجاری ایران، که نارضایتی تجار شمالی را نیز به همراه داشت، برگرفته از نفوذ بانک روس و ایران در ساختار اقتصادی ایران بود. یکی از نقش‌هایی که بانک مذکور برعهده داشت، انحصار ارز شوروی در ایران بوده است. همین، موجب می‌شد تا از این طریق، نسبت به بازرگانان ایرانی، اجحافات مالی روا دارند: «هیات تجار بارفروش شکایت دارند از اینکه مظنه منات روسیه در تمام نقاط، دو ریال است و بانک روس - ایران که منحصرأ معامله‌کننده منات است پنج قران آن را تسعیر و سبب خسارت تجار را فراهم نموده است.» ۷

مساله دیگر اینکه از شیوع بی‌رویه امتعه روسی، در بازارهای داخلی به‌وجود می‌آمد، ۸ رکود نسبی در خرید کالاهای داخلی، موجب متضرر شدن تجار داخلی شده بود. چنانکه برخی بازرگانان مازندرانی، در اعلامیه‌ای، خشم خود را نسبت به این موضوع ابراز نمودند: «با کمال بی‌صبری تقاضا می‌نماییم شعبات تجارتی دولت ساویت شوروی که در این چهار سال اخیر رمقی برای ما باقی نگذاشتند برچیند و از ورود و خروج امتعه مامورین سرحدی جلوگیری نمایند والا ناچار برای بقای حیات خود کفن گردن نموده در بنادر جلوگیری خواهیم کرد.» ۹

هنگامی که در اسفند ۱۳۰۶ش، تجارتخانه‌های شوروی در نواحی شمال ایران، برای مدتی محدود، تعطیل شد، این موضوع، کاملاً به نفع اقتصاد محلی این مناطق تمام شد: «فعلاً امتعه روسی تنزل کرده و امتعه ایرانی منخص آن حدود ترقی نموده است. مرکبات امسال گران شده و قیمت آن به هزاری ۱۲ تومان بالغ شده است. سال گذشته همین موقع در حدود هزاری سه تومان بود و خریدار نداشت. همین طور خشکیبار و پنبه ترقی فوق‌العاده کرده است مرکبات از هر قبیل، امسال فراوان است و مقدار زیادی به بادکوبه حمل می‌شود.» ۱۰

منابع:

۱. ماهنامه عصر جدید و راهنمای تجارتی ایران وابسته به اتاق بازرگانی تهران، شماره ۴۷، فروردین ۱۳۰۷، صص ۱۶-۱۷.
۲. پیشین، شماره ۵۵، آذر ۱۳۰۷، صص ۲۱.
۳. پیشین، شماره ۵۶، دی ۱۳۰۷، صص ۱۵: نمونه‌های دیگر در این مورد، نک: مصطفی نوری، اسناد مازندران در دوره رضاشاه، تهران: کتابخانه مجلس شورای اسلامی، ۱۳۸۹ش، صص ۲۸۶-۲۹۲.
۴. مصطفی نوری، صص ۲۹۴.
۵. ماهنامه عصر جدید و راهنمای تجارتی ایران، شماره ۴۷، فروردین ۱۳۰۷، صص ۱۵-۱۶.
۶. نوری، صص ۳۱۳.
۷. ماهنامه عصر جدید و راهنمای تجارتی ایران، شماره ۴۹، خرداد ۱۳۰۷، صص ۱۸.
۸. رضاشاه در سفرنامه‌اش، از یک بازار محلی در مازندران سخن به میان آورده، می‌گوید: «بعضی در روی زمین اجناس محلی و امتعه خارجی خود را گسترده بودند» (هارون و هومن، سفرهای رضاشاه به خوزستان و مازندران، تهران: کمال اندیشه، ۱۳۸۶، صص ۳۶۱).
۹. نوری، صص ۲۹۵، همچنین نک، صص ۲۹۷، ۳۱۷-۳۱۸.
۱۰. ماهنامه عصر جدید و راهنمای تجارتی ایران، شماره ۴۶، اسفند ۱۳۰۶، صص ۲۲.



کنفرانس‌های
دکتر فرهنگ هلاکوئی
۴ کنفرانس در ۲ روز
لندن

شنبه و یکشنبه
۶ و ۷ جولای

شنبه ۶ جولای از ساعت ۲ تا ۵ بعد از ظهر:

خودخواهی، خود دوستی و عشق!

شنبه ۶ جولای از ساعت ۶ تا ۹ بعد از ظهر:

روشنفکر و خردمند کیست؟

یکشنبه ۷ جولای از ساعت ۲ تا ۵ بعد از ظهر:

با خشم و عصبانیت خود و دیگران چه میتوان کرد؟

یکشنبه ۷ جولای از ساعت ۶ تا ۹ بعد از ظهر:

نقش رابطه جنسی در شخصیت!

Loyola Hall Heythrop College
23 Kensington Square London W8 5HN

نزدیکترین ایستگاه اندرگراند: High Street Kensington

ورودی برای هر کنفرانس ۲۰ پوند

لندن: 07796 888 444

اطلاعات و رزرو کارت ورودی: لس آنجلس: 001 310 926 5026

WWW.DRHOLAKOUEE.COM

در صورت موجود بودن جا می‌توانید کارت ورودی را در محل برنامه تهیه فرمائید

وب سایت

کلیه امور طراحی گرافیکی
بصورت کاملاً حرفه‌ای
توسط تیم مجرب

سرویس کامل طراحی و
راه اندازی وب سایت

۰۷۸۱۱۰۰۰۴۵۵

LEMOGE CLINIC drshirafkan@hotmail.com

Doctor Abbas Shirafkan & Dr Hannah

Laser Hair Removal

SPECIAL OFFER Under arm LASER £20 (normally £50)

Upper lip LASER	£20	Full leg wax	£15
Face LASER	£50	SLIMMING	£45
Full Legs IPL		Pigment removal, TATTOO	
Bikini laser		Microdermabrasion	£30

14 LASER Machines: NdYAG, IPL, NLite, EcoLite, Alexandrite laser
Any Area, Man/Woman, Any Skin.

Lemoge Clinic 191 Kilburn High Rd London NW6 7HY 0207 372 4433 0207 372 0044	Queens Park Clinic 47 Salusbury Rd London NW6 6NJ 0207 912 0920 02076043124	Lemoge dental Surgery Dr Hakim, Dr Atena 341 Kilburn HR, NW6 7QB 0207 7625 6060 020 7625 5500
---	--	--

Free consultation

Cosmetic Doctor: 0755 488 2098, 94 Kilburn H R, NW6 4HS

BOTOX: £100 Fillers: £200 Lips Enlargement: £200

Chemical peels, Cheek enhancement, Treat any wrinkle/line

www.lemogeclinic.co.uk All prices in this advert, start from.

Beauty • Hair • Tanning • Slimming • Botox • Fillers • Chemical peels

لیزر و IPL برای از بین بردن موهای زائد صورت و بدن
برداشتن لکه‌های صورت، جوان کردن صورت



تخفیف استثنایی ویژه ایرانیان
لیزر کامل پا 99 پوند
لیزر زیر بغل 22 پوند
لیزر بیکی نی 50 پوند
لیزر چانه 20 پوند
بوتاکس 100 پوند

مشاور رایگان توسط دکتر عباس شیرافکن

همه روزه از ساعت ۷-۴ بعد از ظهر و شنبه‌ها تمام روز
در کلینیک Lemoge در Kilburn



طراحی و ساخت انواع تابلوها
با انواع نورپردازی

انواع تابلوهای برجسته

چاپ بنر و تابلو با بالاترین کیفیت

طراحی و اجرا روی ون (VAN) و شیشه

چاپ عکس دلخواه شما روی کاغذ دیواری



All Types of Signs

Banners, large format printing

Windows graphics,

Vehicle graphics

Magnetics signs/posters

Interior/ exterior signs

Pavement sign

Custom wallpaper.

02082481675

02083494411

164 Ballards lane,
Finchley Central,
London, N3 2PA

www.MySignBook.co.uk

مشاوره حقوقی و دارالترجمه رسمی آریا

با ۲۰ سال سابقه درخشان

مشکلات حقوقی و ترجمه مدارکشان را بما بسپارید
مشاوره در امور حقوقی در دادگاههای انگلستان یا ایران،
مکاتبات اداری، تکمیل فرمها، تقاضای بنفیت دولتی،
ثبت شرکتها، خرید بزنس و ترجمه رسمی مدارک فارسی

به مدیریت سعید کاشف پور

عضو رسمی کانون مشاورین حقوقی انگلیس و نیویورک (Registered Paralegal)
لیسانسیه حقوق قضائی از دانشگاه تهران، با سابقه قضائی در ایران
دارای گواهینامه مهارتهای حقوقی درجه ۱ از دانشگاه آکلند
فارغ التحصیل رشته ترجمه از دانشگاه تکنولوژی آکلند

اولین مشاوره حضوری رایگان با وقت قبلی
از دادن مشاوره تلفنی معذوریم

دفتر کار در : High Street Kensington, W8 4SP

برای ترجمه مدارکشان میتوانند آنها را بما ایمیل کنند

Email: info@aria-uk.com

Ph: 0794 361-7780 or 020 7938-1088



هدف ما

پاسداری از اعتماد شما

در سرتاسر دنیا

SEPARAYEN
MONEY EXCHANGE

خدمات ارزی سپر آیین

مهدی محسنی

Mehdi Mohseni 58 BALLARDS LANE
(opposite Tesco)

☎: 02083431875

Fax: 02083431875

Mob: 07988603026

@: info@separayen.com

www.separayen.com

TILDA GRAND

OUR LONGEST GRAIN YET

با برنج دانه بلند "تیلدا گراند" به سفره خود جلوه دهید



ENHANCE YOUR
SOFREH WITH
TILDA GRAND,
PERFECT FOR ALL
PERSIAN DISHES



Anjoman Food Ltd.

14 Premier Park Rd

Park royal, London NW10 7 NZ

Tel: +44 2089619999 / Fax: +44 2089619339

www.anjomanfoods.co.uk

Wholesaler of Persian Food and Tilda Grand Extra Long Grain Rice

تحصیل در انگلستان تخصص ماست



Iranian Study Centre

خدمات تحصیلی و مهاجرتی شامل کشورهای انگلیس، کانادا، آمریکا، استرالیا، مالزی، و مجارستان

ما به غیر از تحصیل به رفاه شما نیز می اندیشیم
خدماتی کاملا متفاوت برای جلب رضایت شما

مشاوره تحصیلی رایگان

ویزای شینگن

گفتگوی آنلاین با مجربترین مشاورین تحصیلی

حمایت رایگان دانشجویان در مدت تحصیل
شامل خوابگاه دانشجویی، تمدید ویزا، کاریابی.

مشاوره با متخصصان انگلیسی

جهت آشنائی با فرهنگ انگلستان،

تورهای دانشجویی به تمام کشورهای اروپایی

www.iranianstudy.co.uk



رستوران آریانا

موزیک زنده جمعه، شنبه و یکشنبه شبها
با صدای ملودی، کیبورد رضا
همراه با رقص عربی

پذیرایی هفت روز هفته
۱۵٪ تخفیف ویژه برای مشتریان جدید

چهارشنبه ها از ساعت
نهار با موزیک زنده
با ناصر کندازی و امید
با همکاری انجمن یاران

Fine Dining

Tel : 020 7266 9200 - 020 72662655- 07863221709
108 Bourne Terrace, Paddington London W2 5TH
www.arianarestaurant.net



نسل جدید محصولات دیجیتال شخصی و اپلیکیشن‌ها در راهند

رشد ۲۵۰ برابری بازار
نمایشگرهای منعطف تا
سال ۲۰۲۰

در حالی که ابزارهای دیجیتال شخصی وابستگی بیشتری به نمایشگرها پیدا

iSuppli در این مورد معتقد است که: «نمایشگرهای انعطاف‌پذیر پتانسیل خوبی در بازار محصولات دیجیتال شخصی و قابل حمل دارند و می‌توانند کلاس و رده جدیدی از محصولات را در این بازار ایجاد کرده و مقدمه طراحی و تولید اپلیکیشن‌ها و برنامه‌های کاربردی جدید و جالبی می‌شوند.»

از موبایل‌های هوشمند با نمایشگرهای منعطف گرفته تا ساعت‌های مچی هوشمند با نمایشگرهای انعطاف‌پذیری که دور مچ بسته می‌شوند، تبلت‌ها و کامپیوترهای شخصی با نمایشگرهای قابل جمع و باز



شدن و حتی نمایشگرهای تبلیغاتی بزرگ که روی دیوارهای منحنی قرار می‌گیرند همه و همه تقاضا برای نمایشگرهای انعطاف‌پذیر را تا حد قابل توجهی افزایش می‌دهند و بالا می‌برند.»

در گزارش iSuppli نمایشگرهای انعطاف‌پذیر به چهار نسل تکنولوژی تقسیم شده‌اند. دسته اول پنل‌های نمایشگری با دوام هستند که در حال حاضر در بازار وجود دارند و مورد استفاده قرار می‌گیرند.

این نمایشگرها اگرچه ساختار منعطفی ندارند، دارای پنل ضد ضربه و باریک هستند که تقریباً هرگز نمی‌شکنند.

دسته دوم نمایشگرهای انعطاف‌پذیر ساختاری خم شونده با قابلیت انطباق بر سطوح هستند که می‌توانند به شکل سطوح منحنی هم در بیایند و در دستگاه‌های کوچک یا بزرگ مورد استفاده قرار بگیرند. نسل سوم این نمایشگرها شامل نمایشگر انعطاف‌پذیر واقعی هستند که می‌توانند کاملاً منحنی شده و توسط کاربران نهایی به اشکال مختلف در بیایند.

این دسته از نمایشگرها امکان طراحی و تولید محصولاتی جدید را فراهم می‌آورند که در فضا صرفه‌جویی کرده و کاربری قدیمی و سنتی محصولاتی مانند موبایل‌ها را به کلی تغییر می‌دهند. دسته چهارم نمایشگرهای انعطاف‌پذیر هم آنهایی هستند که کمی گران‌تر از دسته‌های دیگر بوده و می‌توانند حتی جایگزینی برای انواع کاغذ هم بشوند.

به طور کلی اما انتظار می‌رود نمایشگرهای انعطاف‌پذیر به خاطر ماهیت باریک، سبک و نشکن خودشان در دستگاه‌های کوچکی مانند گوشی‌های موبایل، دستگاه‌های پخش موسیقی و فیلم قابل حمل و تبلت‌ها مورد استفاده قرار بگیرند. با گسترش استفاده از این نمایشگرها و تولید انواع بزرگ‌تر آنها انتظار می‌رود این نمایشگرهای منعطف بزرگ در محصولاتی مانند لپ‌تاپ‌ها، مانیتورها و تلویزیون‌ها به کار برده شوند.

می‌کنند، این قطعات هم به تدریج تغییر می‌کنند و با استفاده از تکنولوژی‌های روز با سلیقه و نیاز کاربران هماهنگی بیشتری پیدا می‌کنند. بعد از آنکه تکنولوژی لمسی به بازار نمایشگرها و صفحات لمسی آمد و انقلاب بزرگی در بازار محصولات شخصی و قابل حمل دیجیتال ایجاد کرد، حالا گویا نوبت به نمایشگرهای انعطاف‌پذیر و منعطف شده است تا این بازار را متحول کنند.

با این اوصاف است که نمایشگرهای انعطاف‌پذیر به سرعت در بازار با استقبال کاربران مواجه می‌شوند و انتظار می‌رود تقاضا برای این نمایشگرها تا چند سال آینده افزایش چشمگیری پیدا کند. در این میان طراحی و ورود اپلیکیشن‌های متنوع و کاربردی به بازار هم تاثیر قابل توجهی در رشد بازار نمایشگرهای انعطاف‌پذیر دارند.

درست به همین دلیل هم هست که کارشناسان و تحلیل‌گران بازار انتظار دارند بازار نمایشگرهای انعطاف‌پذیر تا هفت سال آینده بازار محصولاتی مانند موبایل‌های هوشمند، تبلت‌ها و تلویزیون‌ها را متحول کنند تا در نهایت بازار جهانی نمایشگر منعطف در سال ۲۰۲۰ در مقایسه با سال ۲۰۱۳ تا ۲۵۰ برابر رشد کند.

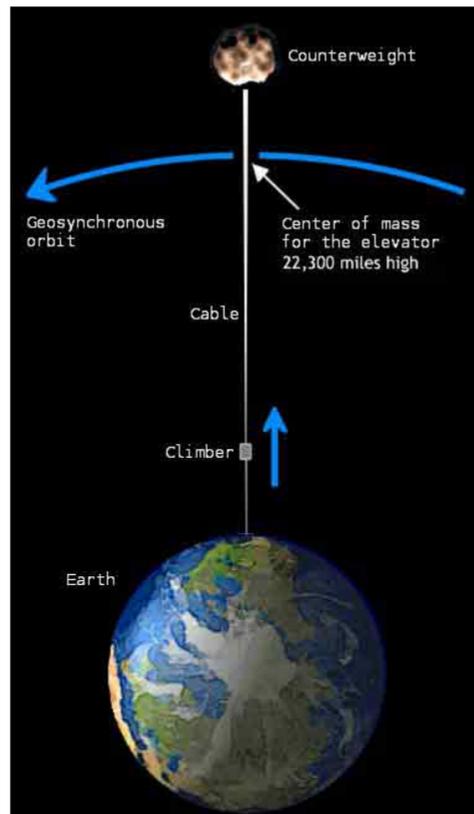
آخرین گزارش‌های انجام شده درباره بازار جهانی نمایشگرهای انعطاف‌پذیر که توسط موسسه تحقیقاتی iSuppli منتشر شده است، نشان می‌دهد که میزان صادرات جهانی نمایشگرهای انعطاف‌پذیر تا سال ۲۰۲۰ به ۷۹۲ میلیون دستگاه می‌رسد.

این در حالی است پیش‌بینی می‌شود که میزان صادرات جهانی این نمایشگرها تا پایان سال ۲۰۱۳ به ۳/۲ میلیون دستگاه برسد. تحقیقات و بررسی‌های iSuppli در این زمینه نشان می‌دهد که درآمد کل بازار جهانی نمایشگرهای انعطاف‌پذیر تا سال ۲۰۲۰ به ۴۱/۳ میلیارد دلار برسد، در حالی که این رقم تا پایان سال ۲۰۱۳ برابر ۱۰۰ هزار دلار خواهد بود.

«وینیتا جاکانوال» یکی از کارشناسان

دلایل عملی نشدن ساخت آسانسور فضایی

فکر ساخت وسیله ای که بتواند انسان را بدون دردسرهای پرتاب موشک یا شاتل‌های فضایی، به خارج از جو ببرد، مدت هاست ذهن کارشناسان فضایی را به خود مشغول کرده است. ایده ساخت این وسیله نخستین بار از سوی کنستانتین تسیولکوفسکی سال ۱۸۹۵ مطرح شد. وی دانشمند و نویسنده روس در زمینه موشک بود که به نظریه پردازی در ارتباط با پروازهای فضایی نیز می



پرداخت. بعدها آرتور سی کلارک در رمان «چشمه های بهشتی» که سال ۱۹۷۹ منتشر شد، به طور جدی به موضوع آسانسور فضایی پرداخت و آن را بین جامعه علمی و عموم مردم طرح و بسط داد.

اما آسانسور فضایی چیست؟ اصولی که در کتاب کلارک آمده، بعدها توسط دانشمندان مورد بحث و بررسی قرار گرفت و در چهار دهه گذشته تقریباً بدون تغییرات اساسی باقی مانده است. آسانسور فضایی وسیله ای است که دارای کابل مخصوصی است که از آن به عنوان زیرساختی برای حمل و نقل اتاقکی ویژه - با ظرفیت یک یا چند نفر یا حتی گروهی از افراد - به کار گرفته می‌شود. این آسانسور در بخشی از زمین نصب خواهد شد و در سوی دیگرش در فضا، وزنه ای مخصوص خواهد داشت تا وزن مجموعه را بخوبی مهار کند.

از مزایای انکارناپذیر آسانسور فضایی می‌توان به حمل آسان و بی‌دردسرت انسان و محموله‌ها به فضا اشاره کرد، بخصوص این که هزینه، انرژی و خطراتی را که پرتاب راکت‌ها دارد نخواهد داشت و به جای سوزاندن انرژی ارزشمند، آسانسور فضایی این نیروها را در بالا و پایین بردن اتاقک مخصوص

صرف خواهد کرد. از این گذشته می‌توان با یک بار هزینه، بارها از آن استفاده کرد و با توجه به سرعت مناسبی که دارد، دیگر شاهد وقایع تلخی نظیر انفجار شاتل‌های فضایی در جو زمین نخواهیم بود. البته هنوز خبری از ساخت آسانسورهای فضایی نیست و کارشناسان فقط به ساخت چند نمونه کوچک بسنده کرده‌اند. از سوی دیگر، «کنسرسیوم جهانی آسانسور فضایی» نیز در نشست‌های سالانه‌ای که در آگوست برگزار می‌کند، بر تکنیک‌های فنی در ساخت این وسیله می‌پردازد. امسال نیز قرار است برنامه کاری و نشست آتی کنسرسیوم به موافق موجود در ساخت کابل مخصوص آسانسور بپردازد. از سوی دیگر، شایعاتی مبنی بر ساخت این وسیله به صورت پنهانی در لابراتوارهای مخفی شرکت گوگل نیز به گوش می‌رسد که باید آن را به فال نیک گرفت.

اما چه دلایلی موجب شده تا ساخت این ایده جاه طلبانه تاکنون محقق نشود؟ شاید به این دلیل باشد که دشواری‌های پیش روی ساخت آسانسور فضایی بیش از توانمندی‌های علمی و فنی بشر است. بیایید به طور اجمالی به برخی از مهم‌ترین دلایل بپردازیم:

یکی از مهم‌ترین مشکلات موجود در ساخت این وسیله به مقاومت مواد به کار رفته مربوط می‌شود. دانشمندان برای ساخت کابلی بسیار مقاوم و در عین حال منعطف، هنوز راه درازی در پیش دارند. اکنون، محققان توانسته‌اند با استفاده از نانو مواد، ابزارهایی تولید کنند که صد برابر سخت‌تر از فولاد است و در عین حال وزن بسیار کمی دارد؛ با وجود این، تولیدات آنها بسیار کوچک و میکروسکوپی است، چرا که وقتی این نانو مواد را برای ساخت وسایلی بزرگ‌تر از چند میکرون به کار می‌گیریم، دیگر مقاومت قبل را ندارد. یا زمانی که نانولوله‌ها را به هم متصل می‌کنیم، دیگر خصوصیت اصلی آنها را که مقاومت است، نخواهند داشت. به این ترتیب، پرسش اصلی در طراحی این وسیله همچنان به قوت خود باقی است؛ این که چطور می‌توان از اشل نانو به ماکرو تغییر وضع داد و همچنان خصوصیت اصلی مواد را حفظ کرد.

از دیگر مشکلات پیش رو در ساخت آسانسور فضایی می‌توان به موضوعاتی نظیر انتخاب محل مناسب برای ساخت، احتمال وقوع توفان یا دیگر بلاهای طبیعی، احتمال برخورد شهابسنگ‌ها و دیگر اجرام آسمانی اشاره کرد. از این گذشته، مواردی نظیر نوع انرژی مصرفی و زمان طی شده برای بالا و پایین رفتن از آسانسور نیز باید مدنظر قرار گیرد. با وجود تمام این مشکلات، گروهی از محققان ژاپنی قول داده‌اند تا سال ۲۰۵۰ نخستین آسانسور فضایی را بسازند. این محققان می‌گویند کابلی ۹۶ هزار کیلومتری بسازند که از یک سو به زمین و از سوی دیگر به وزنه مخصوصی برای مهار سامانه مجهز خواهد بود.

این آسانسور اتاقکی مخصوص با ظرفیت ۳۰ نفر دارد که با حداکثر سرعت ۲۰۰ کیلومتر بر ساعت تا ارتفاع ۳۶ هزار کیلومتری بالا رفته و مسافران را به ایستگاه مخصوص می‌رساند. عملارفت و برگشت به این ایستگاه ۱۵ روز به درازا خواهد انجامید و در این مدت مسافران یک چهارم مسافت زمین تا ماه را طی خواهند کرد. البته هنوز رقم دقیقی برای بودجه این پروژه اعلام نشده، اما قطعاً میلیاردها دلار باید برای ساخت اولین آسانسور فضایی هزینه شود.

در اثر گسترش فناوری اطلاعات از سوی دیگر علوم نیز به رسمیت شناخته شده است. جان سیمپسون مدیر این فرهنگ لغت در این مورد گفته است: لغت توییت در شرایطی به فرهنگ لغت آکسفورد اضافه شده که هنوز ۱۰ سال از استفاده از آن نمی‌گذرد. این در حالی است که قاعده فرهنگ لغت آکسفورد آن است که باید ۱۰ سال از لغتی استفاده شود تا به این فرهنگ افزوده شود. همین امر نشان می‌دهد که شرایط در حال تغییر است. در نسخه به روز شده فرهنگ لغت آکسفورد در ژوئن امسال لغات دیگری نیز از دنیای فناوری اضافه شده‌اند که از جمله آنها می‌توان به big data اشاره کرد.

اضافه شدن لغت توییت به فرهنگ لغت آکسفورد

لغت توییت تازه‌ترین لغتی است که از دنیای فناوری اطلاعات به طور رسمی به واژگان انگلیسی اضافه شده است. به گزارش لس آنجلس تایمز، لغت توییت در فرهنگ لغت آکسفورد سال ۲۰۱۳ به معنای ارسال مطلب در شبکه اجتماعی توییت دانسته شده است. کارشناسان معتقدند این تحول به این معنی است که تحولات ناشی از نحوه سخن گفتن و رفتار



فوتبال با طعم اعتراض و گاز اشک آور!

برزیل شاهد بزرگترین تظاهرات ۲۰ سال اخیر مردم کشورش است. تظاهرات وسیعی با شرکت بیش از ۲۰۰ هزار نفر شهرهای بزرگ برزیل را فرا گرفته است؛

گرفتند. معترضان همچنین رهبران و مقامات کشور برزیل را به خویشاوندسالاری و فساد متهم می‌کنند. یکی از معترضان جوان می‌گوید: «تظاهراتی که این روزها در خیابان‌های شهرهای برزیل جریان دارد، فریادی است علیه فساد که کشور را به اشغال خود درآورده است. مردم دیگر به ستوه آمده‌اند و می‌خواهند چیزی بگویند.» یکی از رهبران معترضان هم می‌گوید: «ما آمده‌ایم تا اعلام کنیم در برزیل



تنها فوتبال و جشن و سرور مهم نیستند؛ ما دغدغه‌های بسیار مهمی داریم. مهم‌ترین دغدغه ما وضع سلامت است. آموزش نیز بسیار مهم است اما دولت هیچ توجهی به این دو امر مهم ندارد و با مشاهده چنین مشکلاتی مبالغه‌ناکی را صرف هزینه‌های جام جهانی می‌کند و شرایط زندگی را برای ما روز به روز دشوارتر می‌کند.» «دیلمار روسف»، رئیس‌جمهوری برزیل با مشروع دانستن تظاهرات مسالمت‌آمیز گفته است: «برگزاری تظاهرات توسط جوانان امری

تظاهراتی که در ۲۰ سال اخیر در این کشور سابقه نداشته است. افزایش بهای بلیت وسائط نقلیه عمومی و هزینه‌هایی که صرف برگزاری جام جهانی و المپیک می‌شود، دو دلیل اصلی آغاز اعتراضات بیان شده است. پلیس برای مقابله با معترضان سنگ‌پران در «ریودو ژانیرو» بزرگترین شهر برزیل و شهرهای «سائو پائولو» و «بلوهوریزونته» از گاز اشک‌آور و گلوله‌های پلاستیکی استفاده کرده است. در «برزیلیا»، پایتخت برزیل، معترضان از موانع عبور و بر بام ساختمان کنگره ملی جای

مرگ چهار نفر دیگر بر اثر ویروس جدید

وزارت بهداشت و درمان عربستان از مرگ چهار نفر دیگر بر اثر ابتلا به بیماری ویروسی جدید در این کشور خبر داده است. گروه‌های بهداشتی به مسلمانانی که قصد سفر حج در سال جاری را دارند، هشدار داده که اقدام‌های احتیاطی لازم را به عمل آورند. مجله علمی «لانست» به نقل از منابع پزشکی از مرگ چهار نفر دیگر در عربستان سعودی بر اثر ابتلا به «کروناویروس» خبر داده‌اند. این بیماری تاکنون ۵۸ نفر را مبتلا کرده و جان ۳۳ نفر را گرفته است. این خبر را وزارت بهداشت و درمان عربستان سعودی در ریاض اعلام کرده است. این افراد بر اثر ابتلا به «کروناویروس» یا سندروم تنفسی ویروسی خاورمیانه جان خود را از دست داده‌اند. این ویروس از همان خانواده ویروسی است که موجب شیوع بیماری سارس یا «سندروم تنفسی حاد شدید» می‌شود. با احتساب آمار جدید شمار قربانیان بیماری «کروناویروس» در عربستان سعودی به ۳۳ نفر می‌رسد. عربستان می‌گوید سه نفر دیگر نیز در این کشور به این بیماری مبتلا هستند. یکی از آنها مردی ۴۲ ساله در استان شرقی این کشور است. دیگری زنی ۲۳ ساله در «ریاض»، پایتخت عربستان و بیمار دیگر کودکی دو ساله است که در بیمارستانی در شهر «جده» بستری است. علایم بیماری «کروناویروس» شبیه علایم بیماری گریپ است. این بیماری می‌تواند باعث ضایعات کلیوی و التهاب شدید ریه نیز شود. سرفه، تب و ذات‌الریه در بسیاری موارد گزارش شده است. این بیماری بیش از همه در کشورهای حاشیه خلیج فارس، به‌ویژه در عربستان شایع شده است.

طبیعی است.» معترضان می‌گویند هزینه‌های گزافی که صرف برگزاری بازی‌های جام جهانی ۲۰۱۴ و المپیک تابستانی ۲۰۱۶ در برزیل می‌شود، می‌تواند صرف بهداشت و درمان و آموزش شود. اگرچه رئیس‌جمهور برزیل برگزاری تظاهرات را «امری طبیعی» خوانده است، با این حال مخالفان، نیروهای امنیتی را متهم کرده‌اند که در برخورد با تظاهرکنندگان در شهر «سائوپائولو» به زور متوسل شده‌اند. در جریان این برخوردها ده‌ها نفر مجروح شده‌اند. همزمانی این اعتراض‌ها با میزبانی جام کنفدراسیون‌ها و تنها یک سال مانده به میزبانی جام جهانی فوتبال، مسئولان برگزاری این رقابت‌ها را نگران کرده است. «آلدو ربلو» وزیر ورزش برزیل در واکنش به این موضوع گفته است: «آنهایی که فکر می‌کنند می‌توانند مانع برگزاری این رویداد بزرگ شوند بدانند دولت مصمم است این مسابقات را به بهترین وجه برگزار کند. بنابراین تظاهرکنندگان حتماً با واکنش دولت روبه‌رو خواهند شد. بازی‌ها برگزار می‌شوند و ما در برابر هر گروهی که بخواهد مانع این اتفاق شود هیچ‌گونه نرمشی نشان نخواهیم داد.» پلیس برزیل اعلام کرده است که دست‌کم ۲۴۰ نفر از شهروندان این کشور را دستگیر کرده است اما تعداد کثیری از این افراد به سرعت آزاد شده‌اند. روز یکشنبه و هنگام دیدار تیم‌های فوتبال «مکزیک» و «ایتالیا» نیروهای امنیتی مقابل ورزشگاه «ماراکانا»ی «ریودوژانیرو» برای متفرق کردن معترضان به گاز اشک‌آور و گلوله‌های پلاستیکی متوسل شدند. این درحالی است که برزیل تابستان آینده میزبان رقابت‌های جام جهانی فوتبال است و در سال ۲۰۱۶ نیز عظیم‌ترین رویداد ورزشی دنیا یعنی المپیک، در این کشور برگزار خواهد شد.

زیر نظر بانک مرکزی

صرافی شرافعی

WESTERN UNION MONEY TRANSFER

Under License Number 12502332

شما می‌توانید با حضور خود در دفاتر صرافی شرافعی در ایران، انگلستان، استرالیا، فرانسه و یا کانادا پول خود را هم‌زمان دریافت و پرداخت نمایید

Tell: 02082028466
Fax: 02082026155

Sharafi Exchange
Vivian Avenue, Hendon Central 35
London, NW4 3UX
Sharafiuk@gmail.com

آدرس دفتر تهران
چهارراه پاسداران، اول خیابان دولت، پلاک ۱۴، پاساژ پرمهر، واحد ۳۱

مدرسه اندیشه

ANDISHEH SCHOOL

کلاس‌های ریاضی
A level, GCSE
و سال‌های 7, 8, 9
با کیفیت عالی و شهریه مناسب و در گروه‌های کوچک
توسط دبیر مجرب دبیرستان‌های لندن

مدرسه اندیشه با کادر آموزشی مجرب، زبان فارسی را با روش‌های نوین به فرزندان شما می‌آموزد.
شنبه‌ها از ساعت 14.00 - 17.00
شروع ترم جدید 12 ژانویه

محل تشکیل کلاسها:
Trinity Church
Golders
90 Hodford Road,
Golders Green
London NW11 8EG

کلاس‌های دف، تنبک
موسیقی کودک، رقص و خطاطی
جهت بزرگسالان و نوجوانان
توسط استادان مجرب

تلفن تماس: 07846 508 534

Web: www.andishehschool.org.uk
Email: info@andishehschool.org.uk



افشای جاسوسی دولت بریتانیا از دیپلمات‌های گروه موسوم به «جی ۲۰»

۴۵ کارشناس، گفت‌وگوهای تلفنی افراد هدف را شنود و اطلاعات را لحظه به لحظه منتقل می‌کردند
این روزها رمی توان به نام روزنامه «گاردین» و افشای جاسوسی‌های آن نوشت. این روزنامه چاپ لندن گفته سرویس‌های امنیتی بریتانیا در



سال ۲۰۰۹ از دیپلمات‌های ارشد گروه موسوم به «جی ۲۰» در لندن جاسوسی کرده‌اند. گاردین این خبر را با اتکا به اطلاعات «ادوارد اسنودن» منتشر کرده است؛ همان پیمانکار فنی سازمان امنیت ملی آمریکا که در روزهای اخیر، جاسوسی دولت آمریکا از شهروندان این کشور را فاش کرد. به نوشته این روزنامه انگلیسی، «مرکز کنترل ارتباطات مخابراتی» دولت بریتانیا از دیپلمات‌ها جاسوسی کرده است. این نهاد اطلاعاتی-امنیتی وظیفه رمزگشایی، نظارت بر ترافیک داده و کسب اطلاعات از ارتباطات مخابراتی را برعهده دارد. در اسناد فوق سری این مرکز، از «امکانات نوآورانه تعقیب و مراقبت» سخن به میان آمده است. بر این اساس، لایه‌های بالایی دولت وقت بریتانیا به نخست‌وزیری «گوردون براون» با انجام این اقدام جاسوسی موافقت کرده بودند و اطلاعات به دست آمده از شنودها و ردگیری‌ها در اختیار کابینه قرار می‌گرفته است. دولت وقت بریتانیا به دنبال رانت اطلاعاتی بوده تا از آن برای رسیدن به اهداف خود در مذاکرات نشست ۲۰ اقتصاد بزرگ جهان استفاده کند. کارشناسان جاسوسی بریتانیا بدین منظور در نشست‌های ماه آوریل و سپتامبر ۲۰۰۹ برنامه‌های قابل توجهی را پیاده کرده‌اند: برخی از هیات‌های مهمان به سمت کافی‌نت‌هایی هدایت شده‌اند که نهادهای امنیتی آنها را برپا کرده بودند. از این راه ایمیل‌ها کنترل شده‌اند. گوشی‌های بلک بری بسیاری از هیات‌ها هم هدفمند هک شدند تا گفت‌وگوها شنود و ایمیل‌ها کنترل شوند. از این طریق برنامه‌های مقدماتی بسیاری از شرکت‌کنندگان در اختیار وزیران بریتانیایی قرار گرفته‌اند تا قدرت چانه‌زنی دولت بریتانیا افزایش یابد. دولت بریتانیا با استفاده از روش‌های یادشده بر رخدادهای نشست ۲۰۰۹ لحظه به لحظه تاثیر گذاشته است. ۴۵ کارشناس، گفت‌وگوهای تلفنی افراد هدف را شنود و اطلاعات را لحظه به لحظه منتقل می‌کردند. هدف این بوده که تصویری تا حد امکان کامل از تمام ارتباطات افراد مورد نظر به دست آید. در سال ۲۰۰۹ مرکز کنترل ارتباطات مخابراتی بریتانیا اطلاعات به دست آمده را در صفحه نمایشی به مساحت ۱۵ متر مربع در مرکز فرماندهی عملیات به نمایش گذاشته است. در میان قربانیان این عملیات جاسوسی نام هیات‌های سیاسی کشورهایمانند آفریقای جنوبی و ترکیه هم دیده می‌شوند که سال‌هاست از متحدان نزدیک بریتانیا هستند. در یکی از اسناد محرمانه هدف از شنود ارتباطات هیات ترک این گونه تشریح شده است: «کشف موضع ترکیه و خواست این کشور برای همکاری با دیگر اعضای گروه جی ۲۰». براساس اسناد سری، آمران عملیات جاسوسی از نتیجه نهایی خشنود بوده‌اند و در ماه سپتامبر پیام تشکر خطاب به نیروهای فنی مرکز کنترل ارتباطات مخابراتی بریتانیا فرستاده‌اند. در این پیام از یک «پایان هفته موفق» سخن به میان آمده است. این خبر در حالی منتشر می‌شود که ایرلند شمالی از دوشنبه میزبان سران هفت کشور بزرگ صنعتی جهان و روسیه (موسوم به جی ۸) است. دولت کنونی بریتانیا هنوز در قبال ادعای گاردین موضع نگرفته است. اما به نظر می‌رسد که دیوید کامرون، نخست‌وزیر بریتانیا، باید منتظر پرسش‌های کنایه‌آمیز هیات‌های خارجی در نشست ایرلند شمالی باشد.

استفاده از روبات‌های راننده در آزمایش استقامت

مهندسان فورد اولین برنامه تست رانندگی روباتیک خودرو را آماده کرده‌اند و اکنون از آن در آزمایشگاه «میشیگان» این شرکت بهره می‌برند. آنها در این آزمایشگاه انجام تست‌های دوام و استقامت اتومبیل‌های خود را برعهده تکنولوژی هدایت روباتیک گذارده‌اند. در حال حاضر از برنامه رانندگی خودکار فورد در تست‌های استقامت تمامی ون‌های حمل و نقل عمومی این شرکت که قرار است از سال ۲۰۱۴ وارد بازار شوند، استفاده می‌گردد. «داو پاین»، مدیر اداره توسعه وسایل نقلیه فورد می‌گوید: «برخی تست‌هایی که ما روی خودروهای تجاری مان برای آمریکای شمالی انجام می‌دهیم، واقعا سخت هستند.

به‌گونه‌ای که مدت زمان کار راننده‌های انسانی در آنها را کاملا محدود کرده‌ایم. اما چالش اینجا ست که باید تست‌ها را به موقع تمام کنیم تا برنامه زمانی طرح تولید ماشین‌هایمان هم عقب نیفتد و از سویی سلامت و آسایش راننده‌ها را هم به خطر نیندازیم.» او می‌گوید: «تست‌های روباتیک به ما اجازه می‌دهد که هر دو کار را انجام دهیم. تست‌های استقامت را با شتاب بیشتری انجام می‌دهیم و هم‌زمان با آن، با انتقال رانندگان به برنامه‌های دیگر بازدهی و کارایی را هم افزایش خواهیم داد.» تکنولوژی جدید شامل یک ماژول کنترل روباتیک است که در ماشین تست روی فرمان، گاز و ترمز نصب می‌گردد. این ماژول به‌گونه‌ای تنظیم می‌شود که یک دوره کاری و مسیر از قبل برنامه‌ریزی شده را دنبال کند و موقعیت ماشین را هم با استفاده از دوربین‌ها و جی‌پی‌اس با دقت چند سانتی‌متر تشخیص می‌دهد. البته تمامی حرکات آن از طریق دوربین‌ها در اتاق کنترل تحت نظارت است.

رونمایی از قوی‌ترین سوپر کامپیوتر دنیا

چینی‌ها با جدیدترین ابررایانه خود به جنگ آمریکایی‌ها رفته‌اند



در نوامبر سال 2010 بود که چین با ساخت ابر رایانه‌ای به نام 1-Tianhe با قدرت 2.5 پتافلاپ توانست صاحب سریع‌ترین سوپرکامپیوتر جهان شود. اما این قدرت نمایی دیری نپایید و پس از سوپر کامپیوتر ۱۰ پتافلاپی ژاپنی این آمریکایی‌ها بودند که با «تیتان» ۲۰ پتافلاپی خود، قدرت را در دست گرفتند.

ابرقامپیوتر ژاپنی‌ها نامش K بود، که با قدرت پردازشی ۵/۱۰ پتافلاپ خود می‌توانست در هر ثانیه ۵/۱۰ میلیارد محاسبه انجام دهد. اما سوپرکامپیوتر آمریکایی‌ها با نام «تیتان» دوبرابر قدرتمندتر از همتای ژاپنی خود بود و می‌توانست تا حدود ۲۰ هزار تریلیون عملیات ریاضی را در یک ثانیه محاسبه کند. اما «تیتان» پایان ابرکامپیوترهای دنیا نبوده است. به نظر می‌رسد که چین هم بیکار ننشسته و این بار با 2-Tianhe قصد دارد جنگ سوپرکامپیوترها را ادامه دهد. این ابرکامپیوتر بیش از ۳ میلیون هسته پردازشگر داشته و توانسته عنوان قدرتمندترین ابر رایانه دنیا را در اختیار بگیرد.

گفته می‌شود ابر رایانه چینی می‌تواند تا ۲۰ کوادریلیون محاسبه را در هر ثانیه انجام دهد؛ قدرتی که به راحتی می‌تواند ماشین غول پیکر لابراتوار ملی Oak Ridge آمریکا (تیتان) را یک کوتوله ناتوان جلوه دهد زیرا تیتان حداکثر توان انجام 17.59 کوادریلیون محاسبه در دقیقه را دارد. گفته می‌شود طبق برنامه‌های اعلام شده، تنها سوپر کامپیوتر وزارت انرژی ایالات متحده قادر به رقابت با 2-Tianhe خواهد بود که آن هم قرار است در سال ۲۰۱۶ آماده استفاده گردد.

این ابر کامپیوتر Trinity نام‌گذاری شده است. نکته جالب اینجا ست که 2-Tianhe کاملا چینی است. این سوپر کامپیوتر از نسخه ویژه‌ای از لینوکس با نام Kylin استفاده می‌کند که توسط دانشگاه ملی تکنولوژی دفاعی چین تولید شده است. همچنین تجهیزات شبکه آن هم تولید چین هستند. پردازنده‌های مورد استفاده در این ابر رایانه هم توسط کارخانجات چینی تولید شده‌اند. در واقع، تنها بخش غیر چینی این کامپیوتر، ریزپردازنده‌های اینتلی هستند که برای بخش محاسبات ریاضی آن مورد استفاده قرار گرفته‌اند.

درست است که این چیپ‌های اینتلی بخشی حیاتی از سوپرکامپیوتر چینی هستند، اما مسئولان دانشگاه تکنولوژی دفاعی چین وعده داده‌اند در کامپیوترهای آینده شان از چیپ‌های چینی به جای آن استفاده خواهند کرد. آنها می‌گویند: «ما در حال توسعه قطعات لازم در اینجا هستیم و سیستم آینده تماما چینی خواهد بود.»

این اتفاق بدون شک برای کشوری که تا سال ۲۰۰۱ میلادی در لیست ۵۰۰ سوپر کامپیوتر برتر دنیا هیچ جایی نداشت، یک موفقیت چشمگیر و بسیار بزرگ محسوب می‌شود و البته زنگ خطری برای آمریکا ست که اروپا، ژاپن و چین به سرعت در حال پرکردن جایگاه‌های درون این لیست هستند.



موسسه حسابداری فاطمی

کلید امور حسابداری و مالیاتی VAT, PAYE
ثبت حقوقی شرکتها، تهیه گزارشهای مالی،
آماده کردن اظهارنامه های مالیاتی (TAX RETURN)
تهیه برنامه های تجاری BUSINESS PLAN
اخذ انواع وامهای مسکونی، تجاری و تسهیلات
بازرگانی.

تلفن: 020 8962 3400

فکس: 020 89623 440

موبایل: 079 5622 3876

7 Westmoreland House, Scrubs Lane

London, NW10 6RE

web: www.capitalaccountants.co.uk

e-mail: info@capitalaccountants.co.uk



سازمان فرهنگی شاهین

برای بزرگسالان و بانوان

هر پنجشنبه

به منظور بهبود کیفیت زندگی و افزایش اعتماد به نفس، سازمان شاهین برنامه های تفریحی که شامل موسیقی شاد و رقص، آموزشی، بهداشت جسمی و روحی توسط کارشناسان ورزیده و گردشهای برنامه ریزی شده را برگزار می کند.

پنجشنبه ها از ساعت: ۱۲:۰۰-۱۶:۰۰

تلفن: ۰۷۹۶۱۴۴۷۱۱۶-۰۲۰۷۲۲۱۵۷۶۳

(Resident Club Room
Henry Dickens Court)

Saint Ann's Road
W11 4DH

Tel: 020 7221 5763 - Mobile: 07961 447116
Email: persiancarecentre@hotmail.co.uk

نزدیک ترین آندرگراند: لیتیم رود

Nearest Underground Station is Latimer Road

(Hammersmith & City Line and Circle Line)

Bus: 316, 295

اتوبوس: ۲۹۵ و ۳۱۶

Bus Stop: Willsham Street

ایستگاه اتوبوس: توبل نیم استریت

شادی را به تأخیر نیندازید

رامین کریمی

میزان آرامش ذهن و کارایی فردی ما براساس میزان توانایی ما برای زیستن در لحظه حال مشخص می شود.

صرف نظر از آنچه دیروز رخ داده است و آنچه فردا ممکن است اتفاق بیفتد، حال جایی است که شما در

آیا داستان زندگی شما هم از نوع این داستان است؟ آیا شما هم کسی را می شناسید که شاد زیستن خود را موکول به آینده ای دور دست و خیالی کرده باشد؟ برای شادزیستن باید مشغول و درگیر زمان حال شد. اما ما به جای آنکه از لحظات امروز زندگی خود لذت ببریم نقشه شادی های سال آینده را می کشیم چندی پیش پژوهشی در آمریکا انجام گرفت که هدف از آن تعیین مقدار زمان مفیدی بود که یک پدر طبقه متوسط با فرزندان خود می گذراند.

به پیراهن آزمایش شونگان میکروفونی نصب شده بود که میزان ارتباط پدر و فرزند را در هر روز اندازه گیری می کرد این پژوهش نشان داد که میانگین زمان مفیدی که یک پدر طبقه متوسط صرف فرزندان خود می کند سی و هفت ثانیه در روز است.



البته تردیدی وجود ندارد که بسیاری از این پدرها نقشه های بزرگی برای صرف اوقات در کنار فرزندان دلبندشان داشته اند: «وقتی ساختمان خانه به آخر برسد»، «وقتی فشار کار کم می شود»، «وقتی پس انداز بیشتری در بانک داشته ام» و... نکته اینجاست که برای هیچ یک از ما تضمینی وجود ندارد که فردا هم در این دنیا باشیم. حال، تمام چیزهایی که داریم، زیستن در زمان حال همچنین بدین معناست که ما از هر کاری که در حال انجام آن هستیم به خاطر خود آن لذت ببریم و نه اینکه صرفاً به دنبال هدف نهایی آن باشیم.

بخشندگی

عفو کردن خود و دیگران، دادن یک رأی مثبت به تاز زیستن در زمان حال است. «من هرگز مادرم را به خاطر آن کار نمی بخشم»، «من نمی توانم خودم را ببخشم» آیا این جمله ها برای شما آشنا نیستند؟ وقتی از بخشیدن دیگران امتناع می کنیم در واقع می گوئیم: «من ترجیح می دهم به جای آنکه قدمی در جهت بهبود اوضاع بردارم در گذشته زندگی کنم و دیگران را به خاطر این اوضاع و احوال سرزنش کنم (یا خودم را) وقتی خود را نمی بخشم در واقع ماندن در احساس گناه را برمی گزینیم و بدین ترتیب خود را در رنج روحی بیشتر قرار می دهیم.

بخشش خود

اگر بخشیدن دیگران مشکل است بخشیدن خود به مراتب دشوارتر است. بسیاری از افراد در تمام طول زندگی به خاطر کوتاهی هایی که به خود نسبت می دهند به تنبیه روانی و جسمانی خود می پردازند. این مجازات ها به اشکال گوناگون همچون پرخوری، کم خوری، ویران کردن نظامدار همه روابط، و زندگی در فقر و بیماری ظاهر می شوند ریشه تمام این رنج ها در

نظام باوری است که می گوید: «اعمال خلاف بسیاری از من سر زده است.»

یا «من لیاقت سلامتی و خوشحالی را ندارم»، علت بیماری بسیاری از افراد آن است که آنها خود را لایق تندرستی نمی دانند. تاکنون احساس گناهکاری می کرده اید؟ به عقیده من دیگر کافی ست چرا ادامه می دهید؟ با تداوم احساس گناه در سالهای آینده باز هم مشکلی حل نخواهد شد این احساس را از خود بیرون کنید، گرچه بیرون کردن آن همیشه کار آسانی نیست. نگهداشتن یک ذهن سالم مانند نگهداشتن یک جسم سالم احتیاج به تلاش فراوان دارد اما به زحمتش می ارزد.

شادی

آبراهام لینکلن گفته است: «اغلب مردم تقریباً به همان اندازه ای شاد هستند که انتظارش را دارند.» در واقع آنچه که در زندگی برای ما رخ نمی دهد آنقدرها تعیین کننده شادی ما نیست بلکه بیشتر نوع واکنش ما نسبت به آن رخدادهاست که نقش تعیین کننده دارد.

شاید در اینجا مسأله را کمی بیش از اندازه ساده فرض کرده باشیم اما به هر حال این واقعیت به قوت خود باقی است که ما خود تصمیم می گیریم که در زندگی چگونه تحت تأثیر قرار بگیریم حتی اغلب کسانی که کنترل روانی خود را از دست می دهند باز هم تصمیم به این امر می گیرند. در واقع این افراد به خود می گویند: «مثل اینکه زندگی کمی بیش از اندازه برای من دشوار شده است شاید بهتر باشد برای مدتی کنترل ذهنم را از دست بدهم.»

اما شاد بودن همیشه آسان نیست شاد بودن می تواند یکی از بزرگترین مبارزات ما در صحنه زندگی باشد و گاه می تواند تمام پافشاری ها، انضباط فردی و تصمیماتی را که برای خود فراهم آورده ایم مخدوش کند. معنای بلوغ، قبول مسئولیت شادی خویش و تمرکز بر داشته ها به جای نداشته هاست.

از آنجایی که انسان افکار و اندیشه های خود را برمی گزیند الزاماً تعیین کننده میزان شادی های خویش است. برای شاد بودن باید بر افکار شاد تمرکز کنیم اما ما غالباً برعکس عمل می کنیم. اغلب تعریف ها و تمجیدها را ناشنیده می گیریم اما حرف های ناخوشایند را مدت ها در ذهن نگه می داریم. اگر اجازه بدهید که یک تجربه یا یک حرف ریگیک ذهن شما را به خود مشغول کند خود شما از عواقب آن رنج خواهید برد یادتان باشد که شما زیر سلطه ذهن خود هستید.

کمال و شادی

شاد زیستن، یک تصمیم است خیلی ها چنان زندگی می کنند که گویی یک روز در مسیر عمر عاقبت به «شادی» خواهند رسید، مثل کسی که به ایستگاهی می رسد: «بالاخره به اینجا رسیدم... شادی.» و از این روست که داستان زندگی آنها یکی از همان الگوهای همیشگی است: «من وقتی خوشحال خواهم بود که...» هر یک از ما برای شاد زیستن به یک تصمیم نیاز داریم می توانیم هر روز برای خود خاطر نشان کنیم که وقت محدودی در اختیار داریم تا از این عمر کوتاه بیشترین بهره را ببریم و می توانیم به دور از زمان حال، در امید آینده بهتر باشیم؟

قطعه زیر را یک پیرمرد هشتاد و پنج ساله در آستانه مرگ نوشته است که دقیقاً با موضوع این بحث ارتباط پیدا می کند: «اگر می توانستم یک بار دیگر زندگی کنم آن وقت سعی می کردم بیشتر ریسک کنم آنقدرها به دنبال زندگی بی عیب و نقص نباشیم در واقع خیلی چیزها بود که من آنها را بیش از حد جدی گرفتم اگر یک بار دیگر به دنیا می آمدم شانس خود را بیشتر امتحان

می کردم، بیشتر سفر می کردم، قله های بیشتری را فتح می کردم.

رودخانه های بیشتری را شنا می کردم به نقاط تازه تر می رفتم و بستنی های بیشتر می خوردم با مشکلات حقیقی رودرو می شدم و مشکلات خیالی را کنار می گذاشتم می دانید، من از آن آدم هایی بودم که لحظه به لحظه عمرم را محتاط و عاقلانه زیستم. اگر دوباره به دنیا می آمدم تمام لحظات زندگی ام را از آن خود می کردم باید از زمان محدودی که در اختیارمان قرار گرفته است حداکثر استفاده را ببریم. پیرمرد به خوبی فهمیده بود که برای شادتر بودن و برای بهره برداری بیشتر از زندگی نباید دنیا را تغییر دهد، بلکه باید خودش تغییر کند.»

مقابله با افسردگی

همه اوقاتی را تجربه کرده ایم که زندگی در نهایت دشواری خود بوده است تنها مانده ایم، قدرت بازپرداخت بدهی های خود را نداشته ایم، کار خود را از دست داده ایم یا یکی از عزیزانمان از دست رفته است در این مواقع حتی فکر نمی کردیم که بتوانیم تا هفته دیگر دوام بیاوریم اما به هر ترتیبی بود دوام آوردیم. معمولاً مواقعی پیش می آید که دلنگ و افسرده می شویم و دنیا را تیره تر از واقعیتش ترسیم می کنیم.

آینده را کانون همه مشکلات می پنداریم و با تعجب از خود می پرسیم: «چطور ممکن است یک انسان بتواند با مشکلات رودرو می کنار بیاید؟»

و اغلب این حقیقت را که مهمترین نیازهای ما برآورده شده اند نادیده می گیریم. حقیقت این است که ما اغلب مسائل را بیش از اندازه بزرگ می کنیم بدترین اتفاقی که ممکن است روی دهد احتمالاً بسیار ناراحت کننده است، اما پایان دنیا نیست.

سؤال بعدی که باید از خود پرسید این است که آیا بیش از حد زندگی را به خود سخت نگرفته اید؟ هیچ توجه کرده اید که تنها به خاطر مسأله ای ممکن است خواب یک هفته خود را خراب کنید، اما دوست شما برای همان مسأله یک ثانیه هم فکر نکند؟ این اغلب به خاطر آن است که ما بیش از اندازه زندگی را به خود سخت می گیریم. تصور می کنیم که تمام دنیا ما را زیر نظر دارند.

اما این طور نیست و تازه اگر هم باشد چه؟ مهم این است که بدون شک همه ما به بهترین نحوی که می دانیم زندگی می کنیم دیگر اینکه با بازگشت به گذشته و بینش صحیح نسبت به مسائل عموماً می توان از دوران نابسامانی و سختی درس هایی ارزشمند گرفت. شادترین افراد مصائب و سختی ها را به منزله تجارب و ارزش یادگیری قلمداد می کنند و می دانند که این آزمایش های سخت از آنها انسان هایی آبدیده خواهد ساخت دیگر چه می توان کرد؟

شاید بهترین راه برای احساس بهتر داشتن، انجام کاری برای دیگران باشد نگرانی و ترحم بیش از اندازه به حال خود، نتیجه اشتغال به خویشتن است. از همان لحظه ای که شروع به شاد کردن دیگران می کنیم مثلاً یک شاخه گل برایشان می فرستیم، باغچه خانه شان را بیل می زیم یا قسمتی از وقت خود را به آنها اختصاص می دهیم، درست از همان لحظه احساس بهتری خواهیم داشت.

خلاصه کلام

وقتی به مشکلات و سختی ها هجوم می بریم درمی یابیم که این مصیبت ها آنقدرها هم مصیبت بار نیستند وقتی به ثمرات شیرین این تجارب تلخ واقف شویم آسانتر می توانیم با آنها کنار بیاییم.



فارغ التحصیل در رشته روانکاو و مشاوره هیپنوتراپی تأیید شده از (London University) توسط وزارت بهداشت انگلستان قاضی دادگاههای فرجامی در بیمارستانهای اعصاب لندن عضو جامعه روانکاو انگلستان استاد تعلیم هیپنوتیزم درمانی و دادن مدرک تأیید شده از کنسول هیپنوتراپی لندن برگزار کننده سمینارهای تجربی و روانکاو www.advancehypnotherapy.com

Tel: 020 7221 5763

Mob: 07961 447116

10 Harley Street W1

سریعترین روش روانکاو از طریق هیپنوتراپی

روانکاو و هیپنوتراپیست

هیپنوتیزم درمانی

توسط خانم دکتر روحی شاهین

درمان همه مشکلات:

رفع وحشت و اضطراب از پرواز، حل مشکلات خانوادگی، اضطراب - افسردگی، ترک عادات نابخوابسته، ترس ها - نگرانی ها، کسب اعتماد بنفس و رفع خجالت، ترک سیگار در یک ساعت، ترمیم غم از دست رفته ها و اتفاقات



برزیل، سرزمینی فراتر از قهوه و فوتبال

علی موقر

آفتاب، باران، قهوه، فوتبال، کارناوال، موسیقی، طبیعت بکر و مردمان دوست داشتنی در مساحت وسیعی به نام برزیل جمع شده است. برزیل کشوری است که در صدر صنعت توریسم جهان قرار دارد.

از عجایب هفتگانه امروز جهان دانسته شده است. کوه کله قندی که به خاطر شکل ظاهری آن به این نام معروف شده است، هم از آن دیدنی هایی است که در وسط شهر واقع شده و به چشم می آید و غالب توریست ها آن را می شناسند و با تله کابین به قله آن می روند و از مناظر شهر در آن ارتفاع لذت می برند، اما اگر وقت و انرژی دارید، پیاده بالا رفتن از این کوه را از دست ندهید. باغ گیاه شناسی، مرکز فرهنگی بانک برزیل که به نوعی قلب تپنده فرهنگی و شهر به حساب می آید و کافه های آن پاتوق هنرمندان و فرهنگیان ریو است، کتابخانه سلطنتی پرتغال، موزه تاریخ ملی، موزه چاکارادوسو، موزه ایندیو، که بانک اطلاعاتی عظیمی از بومیان آمریکای لاتین در اختیار دارد، جزیره سن برناردو، باغ وحش بزرگ این شهر با ۲۰۰۰ گونه جانوران بومی منطقه و نهایتاً ورزشگاه معروف ۱۸۰ هزار نفری

است که گذر مسافران برزیل به آنجا خواهد افتاد. این شهر ۱۸ میلیون نفری تراکمی است از آپارتمان های درهم تنیده و کم ارتفاع. اصلی ترین فرودگاه بین المللی برزیل و بسیاری از شاهراه های ارتباطی کشور در این شهر قرار دارد. در برخورد اول شاید سائوپائولو برای یک توریست، ناامن، نامطلوب و بدون جذابیت جلوه کند، اما سائوپائولو شهر رویاهاست و جزو ثروتمندترین شهرهای جهان به شمار می رود. درعین حال محله های زاغه نشین بزرگی نیز در اطراف این شهر گران تشکیل شده اند که گویی به رویاهای خود در این شهر هزاررنگ نرسیده اند. جذابیت سائوپائولو به مراکز خرید و تفریحی مدرن آن است. معروف است که اگر چیزی در سائوپائولو پیدا نشود، در برزیل هم وجود ندارد. از گران ترین و مجلل ترین مراکز خرید با برندهای لوکس و منحصر به فرد دنیا



تا بازارهای سنتی و دست سازهای بومی و عتیقه جات. برای یک ماجراجوی فرهنگی، سائوپائولو بهشتی است که تنها در روی همین نقطه زمین یافت می شود. تمام فرهنگ و عادات فرهنگی جهان در این شهر جمع شده است. غذاهای ایتالیا، فرانسه، چین، تایلند، هند، خاورمیانه، آفریقا، ... در سائوپائولو قلیان هم پیدا می شود! بسته به اینکه در سفر شما به برزیل چه چیز اولویت دارد، می توانید زمان آن را برنامه ریزی کنید. سائوپائولو زمستان های سرد و تابستان های شرجی دارد و در بهار و پاییز شلوغ می شود. دمای ریودوژانیرو در زمستان از پانزده درجه پایین تر نمی آید، با این حال ریو در تابستان شلوغ تر و گران تر است. برای دیدن آمزون باید فصل های بارندگی را در نظر داشت و ماه های اکتبر و نوامبر را انتخاب کرد. با این همه سفر به برزیل در هر فصلی دلپذیر خواهد بود و جذابیت های خود را خواهد داشت.

ریودوژانیرو از مراکز مهمی است که هر ذائقه و سلیقه گردشگری می تواند از میان آنها دست به انتخاب بزند. ایگواسو پانزدهمین شهر بزرگ برزیل است. این شهر یکی از قطب های گردشگری کشور به حساب می آید. پارک ملی ایگواسو با مساحت ۲۲۵ هزار هکتار، بزرگترین جنگل حفاظت شده آمریکای جنوبی است که بیشتر آن در مرز برزیل قرار دارد. آبشار ایگواسو زیباترین دیدنی های طبیعی منطقه است که بین برزیل و آرژانتین قرار گرفته است. جزایر صخره ای، پوشش انبوه درختان حاره ای و ۲۷۵ آبشار به ارتفاع ۳۰ تا ۸۰ متر که در طولی ۳ کیلومتری گسترده شده اند چشم هر بیننده ای را خیره می کند. وهم انگیزترین و باشکوه ترین قسمت این پهنا، جایی است که به گلوگاه شیطان معروف شده است. قطرات ریز آب که در هوا پراکنده شده است و غرش مسلط و غالب آب چنان است که حتی با فریاد زدن هم نمی توانید با کسی که کنار شما ایستاده است صحبت کنید.

تور واگن های جنگلی که در قلب جنگل حرکت می کند و قایق سواری در امتداد رودخانه از امکانات گردشگری این منطقه است. برای دیدن تمام این زیبایی ها از آسمان و البته با صرف ۶۰ تا ۱۰۰ دلار هزینه، می توان به گشت زنی با هلیکوپتر در بالای جنگل پرداخت. در هر صورت در تمام این بازدیدها شما به یک راهنما نیاز دارید. آمزون حتی در سال ۲۰۱۳ نیز جای اسرارآمیزی است و قبایل آن هنوز با فرهنگ و باورهای خاص خود زندگی می کنند درسال ۲۰۱۱ گزارشی منتشر شد حاکی از اینکه دسته ای ناشناخته از بومیان با تیر و کمان قصد داشتند یک هلیکوپتر اجاره ای را هدف قرار بدهند! پارک پرندگان ایگواسو هم بیش از ۹۰۰ گونه از پرندگان بومی و انواع پروانه ها و خزندگان این منطقه را در خود جای داده است که هیچ توریستی دیدن آن را از دست نمی دهد. نهایتاً سائوپائولو پنجمین شهر شلوغ دنیا و بزرگترین شهر آمریکای جنوبی، جایی

در سال های اخیر نیز تورهای برزیل با اقبال بیشتری از طرف ایرانی ها مواجه شده است. می توان مطمئن بود که جاذبه های گردشگری برزیل آنقدر هست که به پرواز ۱۲ تا ۱۴ ساعته آن بیارزد. ریو یا ریودوژانیرو زیباترین شهر برزیل محسوب می شود. ریودوژانیرو شهر ورزش های آبی، تفریحات ساحلی و فوتبال است. شهرت این شهر به خاطر سواحل آن است. ماسه های نرم و طلایی، آب های زلال و موج های بلند سالانه میلیون ها توریست را به ریو می کشاند. نه تنها افراد عادی که حتی موج سواران حرفه ای هم از طرفداران این بهشت موج سواری هستند. فلامنگو، بوتافوگو، یورکا، ورملا، کوپاکابانا، آرپودور، راموس، ایپانما، لبلون، سائو کونراو، لیم، بارا دی تیجوکا از پارک ها و سواحل معروف شهر هستند.

شهروندان ریو آدم هایی خونگرم، سهل گیر و خندان اند. در این شهر بر خلاف دیگر شهرهای بزرگ جهان آنقدرها به زمان اهمیت داده نمی شود. انگار آدم ها دور هم جمع شده اند تا بخندند و وقت بگذرانند. ریو شهر عجله داشتن نیست. پس بهتر است شما هم زمان کافی در اختیار داشته باشید، لبخند بزنید و در ریو وقت بگذرانید. معروف ترین بنای ریودوژانیرو مجسمه مسیح رهایی بخش است که در حال حاضر نماد کشور برزیل هم به حساب می آید. این مجسمه در پارک جنگلی تیجوکا (Tijuca) و در ارتفاعات کروکووادو (Corcovado) قرار دارد.

که هر دوی اینها نیز از جاذبه های گردشگری ریو به حساب می آیند. این مجسمه ۲۸ متری که در ارتفاع ۷۰۰ متر نو کوه قرار گرفته است، طی پنج سال توسط مجسمه ساز فرانسوی پل لندوسکی از بتن و سنگ صابون ساخته و در سال ۱۹۳۱ پرده برداری شد. نحوه ایستادن مسیح به گونه ای است که کل شهر را در آغوش خود گرفته است. با یک بار دیدن این مجسمه تایید خواهید کرد که بی جهت نیست که در یک نظرسنجی جهانی، این بنا به عنوان یکی

کلاس های آزاد هنر
نقاشی - طراحی - مجسمه سازی
کلاس گروهی فقط ساعتی 5 پوند
تدریس خصوصی پذیرفته می شود
Golders Green NW11 8BS
07510676312

هشدار به نامزدها

دوره نامزدی دوره خوشگذرانی نیست

ما برای خرید خانه یا اتومبیل دقت و تامل زیادی می کنیم اما بیشتر موارد برای ازدواج با کسی که قرار است یک عمر با او زندگی کنیم، شتاب نشان می دهیم و گاهی از زمان آشنایی تا خواستگاری و عقد فقط ۲۳ هفته زمان در نظر می گیریم...

خودتان قضاوت کنید آیا در این مدت زمان اندک می توان همسر آینده را شناخت؟
برای ازدواج، آشنایی طولانی موردنیاز است و منظور از طولانی،

افسردگی و اضطراب به ما مراجعه می کنند و این حالت های روانی گاهی باعث می شود اقدام عجولانه ای انجام دهند و خود را در دام انتخاب اشتباهی بیندازند.

۴. برای ازدواج ضرب الاجل تعیین نکنید شناخت بین دو نفر نباید با ضرب الاجل باشد و ممکن است ۶ یا ۸ ماه یا بیشتر طول بکشد تا طرفین تا حدود زیادی مطمئن شوند انتخاب شایسته ای داشته اند.

۵. صفات قابل تحمل و غیرقابل تحمل همدیگر را بشناسید خطوط قرمز غیرقابل چانه زنی و غیرقابل مذاکره، خواسته هایی هستند که باید به اطلاع طرف مقابل برسد تا بداند در صورتی که از این خطوط قرمز عبور کند، زندگی به پایان خواهد رسید مثلا خط قرمز بعضی ها اعتیاد یا رابطه خارج از زندگی زناشویی است.

۶. از آزارهای جسمی طرف مقابلتان چشم پوشی نکنید

اگر صاحب فرزندی از ازدواج قبلی خود هستید، این حس را به طرف مقابل ندهید که فرزندتان از او مهم تر است. همسر آینده حتما باید حس کند اولین فرد در زندگی شماست و بچه ها علیه او نیستند تا بتواند اعتماد آنها را جلب کند. این میسر نیست مگر اینکه احترام او را حفظ کنید و فرزندانتان نیز از این قاعده پیروی کنند.

۱۰. اگر طرف مقابلتان قبلا ازدواج کرده بوده، اجازه بخواهید با همسر قبلی دیدار کنید اگر فردی که انتخاب کرده اید قبلا همسر داشته، از او اجازه بخواهید با همسر قبلی اش دیداری داشته باشید. ممکن است همسر سابق از روی غرض ورزی چیزهایی بگوید که با واقعیت مطابق نباشد ولی خیلی وقت ها هم اطلاعات مفیدی می دهد که باعث می شود با تامل بیشتری رابطه را دنبال کنید. به خصوص اگر شکاکی و بددلی جزو صفات فرد مقابل باشد زیرا این افراد در دوره نامزدی می توانند هنرمندانه شکاکی و بددلی خود را پنهان کنند و کسی هم متوجه نمی شود و فقط بعد ازدواج و عقد رفتارهای شکاکانه را بروز می دهند.

۱۱. افکار و احساساتتان را بروز دهید وقتی در دوره نامزدی حس می کنید افکار و احساساتتان مقابل نامزدتان مجال بروز ندارند و او همیشه به فکر تحمیل احساسات و افکار خود به شماست، خطر را جدی بگیرید. او ارزش های خود را درست می داند و از شما خواهد خواست مانند او فکر کنید.

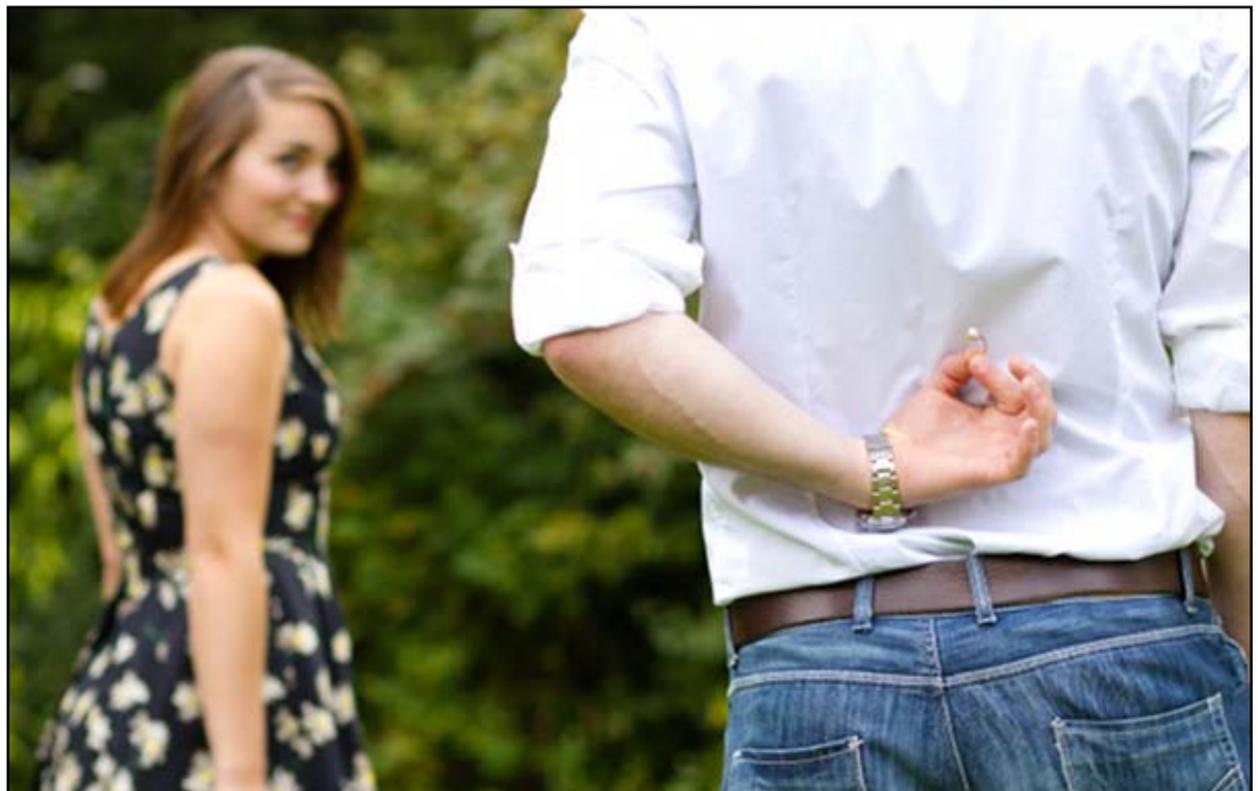
۱۲. از شبیه سازی پرهیز کنید افرادی که همسرشان را به هر دلیلی از دست داده اند، مثلا همسرشان فوت کرده، ممکن است به اشتباه دنبال فردی بگردند که شباهت زیادی به همسر اولشان دارد یا بدتر از آن کسی را پیدا و تلاش کنند او را به همسرشان شبیه کنند بدون آنکه متوجه این قضیه باشند که حالا آنها با یک فرد کاملا جدید روبرو هستند.

۱۳. همه معیارها را بررسی کنید بعضی خانواده های مذهبی فکر می کنند اگر هر دو خانواده به مذهب معتقد باشند، نیازی به بررسی دیگر نکته های مهم زندگی نیست اما سایر عوامل اثرگذار در ازدواج (مثل اشتغال و استقلال فکری) هم باید بررسی شوند. نکته دیگر اینکه اگر کسی ادعا کند به دین معتقد است، این لزوما به معنای عمل کردن او به دستورات دین نیست و چه بسا تلقی او از دینداری با تلقی شما کاملا متفاوت باشد.

۱۴. تعیین تکلیف کنید شما ممکن است بحث هایی را مطرح کنید که اهمیت زیادی برایتان داشته باشد ولی طرف مقابل با شوخی یا طفره رفتن موضوع را خاتمه دهد. از این مساله نباید به راحتی گذشت. فرض کنید شهر موردنظر برای زندگی یا دوری و نزدیکی به والدین برای شما مهم است ولی نامزدتان درباره آن صحبت نمی کند در حالی که ضروری است قبل از ازدواج درباره این موضوعات مذاکره و تعیین تکلیف شود.

۱۵. با سوگ رابطه قبلی وارد رابطه بعدی نشوید وقتی از یک رابطه خارج شده اید و هنوز در سوگ رابطه قبلی مانده اید، اصلا وارد رابطه جدید نشوید زیرا انسانی که در سوگ است ممکن است رابطه جدید را تخریب کند یا از رابطه جدید انتظارهای غیرواقعی و افراطی داشته باشد. همه اینها در نهایت به رابطه ضربه خواهد زد و انتخاب نیز درست انجام نمی شود. وقتی طرف مقابل این حالت ها را در شما می بیند برای کمک و بهبود وضعیت نقش منجی را ایفا می کند و بعد از بهبود وضعیت روانی شما دیگر خاصیتی ندارد و رابطه به هم می خورد.

۱۶. نقش درمانگر را ایفا نکنید فردی که به موادمخدر معتاد است و در یک برنامه درمانی مدون طولانی مدت قرار ندارد، گزینه مناسبی برای انتخاب نیست. فراموش نکنید شما درمانگر نیستید و در این دام نیفتید که با ازدواج می توانید کسی را درست کنید. مطمئن باشید از عهده چنین کاری بر نخواهید آمد. درمان اعتیاد به یک کار چند ساله و یک گروه مجرب پزشکی نیاز دارد و کسی به عنوان همسر از عهده درمان اعتیاد برنخواهد آمد و هرگز به قولی که طرف مقابل برای ترک اعتیاد داده، اعتماد نکنید.



اگر در دوران نامزدی از طرف مقابل متحمل آزار جسمی شدید، شک نکنید این مشکل دوباره تکرار خواهد شد. این زدن به معنای عصبانیت و خشم نیست و عذرخواهی نیز تغییری در ماهیت عمل ایجاد نخواهد کرد. در پس آن فرهنگ و ذهنیتی وجود دارد که به آن مرد یا زن اجازه دست درازی می دهد. البته ممکن است واکنشی نشان دهید که طرف مقابل دیگر حرکت خود را تکرار نکند ولی فرهنگ و ذهنیت او را نمی توان تغییر داد.

۷. آزارهای روانی را تحمل نکنید اگر نامزدتان شما را آنگونه که هستید قبول ندارد و قصد دارد در رفتار شما تغییری ایجاد کند یا برایتان احترام قائل نیست، تردید نکنید بعد از ازدواج و ورود به زندگی زناشویی رفتارش به هیچ وجه عوض نخواهد شد.

۸. اولویت ها را مشخص کنید در دوره نامزدی بررسی کنید اولویت نامزد شما کیست؟ شما در اولویت هستید یا پدر و مادرش و چقدر تحت کنترل آنهاست. آیا آنقدر بلوغ فکری و عاطفی پیدا کرده که از والدین خود جدا شود؟ این مشکل یکی از شایع ترین علت های جدایی و طلاق در ایران است. وابستگی جوان ها به خانواده ها مشکلات عدیده ای در زندگی زناشویی به وجود می آورد.

۹. به او اطمینان دهید اولین فرد زندگی تان است

حداقل ۶ ماه است. این ارتباط به معنای دیدارهای کوتاه مدت در پارک یا کافی شاپ نیست. دیدارها باید عمیق تر و منطقی تر باشد و هر دو طرف نکته هایی را رعایت کنند که موارد زیر از مهم ترین آنها محسوب می شود.

۱. به حس های خود در رابطه توجه کنید خشمگین شدن، نداشتن تمایل و بگومگو، علایم هشداردهنده ای هستند. شاید عده ای تصور کنند این حالت ها در یک رابطه طبیعی است و هر دو طرف به مرور به هم عادت می کنند و وضعیت بهبود می یابد اما دوره نامزدی با این فراز و نشیب نشانه آن است که قطعا در زیر یک سقف مشکلات تشدید خواهد شد.

۲. دوره نامزدی دوره خوشگذرانی نیست دوره نامزدی برخلاف تصور، دوره تفریح و خوشگذرانی نیست بلکه دوره دشوار آشنایی برای ثبت نام در یک زندگی چند ساله است.

۳. نگران افزایش سنتان نباشید یکی از مواردی که باعث می شود به خصوص خانم ها در دام ازدواج های بدون مطالعه بیفتند، افزایش سن است. آنها اغلب نگران این هستند که سنشان افزایش یابد و تجربه نشان داده در سنین ۲۹ و ۳۹ سالگی خانم ها روزهای سختی را می گذرانند زیرا وارد دهه دیگری از زندگی می شوند. در این دوره ها افراد زیادی با

چاپ آگهی در هفته نامه پرشین بازار کار را وسیع تر و مشتريان شما را بیشتر می کند!

۰۲۰ ۷۱۹۳ ۵۵۹۲ - ۰۷۸۱۱۰۰۰۴۵۵



یک رستوران سالم چه ویژگی‌هایی دارد؟

اول فضا، بعدا غذا

ترجمه: ندا احمدلو



چند روز پیش می‌خواستیم با یکی از دوستانم برای صرف ناهار به رستوران بروم. از آنجا که من میزبان بودم و او مهمان، وظیفه انتخاب رستوران به دوش من افتاده بود. به همین خاطر هم کلی پرس‌وجو کردم تا رستوران مناسبی پیدا کنم...

در میان پرس‌وجوهایم به نکته جالبی برخوردم؛ خیلی از افراد فقط می‌گفتند فلان رستوران غذاهایش عالی است و فلان رستوران دسرهای فوق‌العاده‌ای دارد اما هیچ کدامشان توجه چندانی به سالم بودن فضا و غذای رستوران نداشتند و نمی‌دانستند با چه ملاک‌هایی باید یک رستوران و منوی غذایی آن را مناسب محسوب کرد یا گفت که از سلامت و کیفیت چندانی برخوردار نیست. در «سفره سالم» این هفته می‌خواهیم به این پرسش پاسخ دهیم که چه معیارهایی برای سالم خواندن یک رستوران در دنیا وجود دارد؟ با ما همراه شوید.

۱۰ نکته درباره فضای رستوران

یک رستوران مناسب باید از نظر ظاهری ویژگی‌هایی داشته باشد تا علاوه بر جلب نظر مشتری و تحریک اشتها، او بتواند تا حدی او را از سالم بودن غذاهایش هم مطمئن کند. برای این منظور توجه به ۱۰ ویژگی زیر توصیه می‌شود:

۱. جلوی در ورودی و شیشه‌های رستوران باید همیشه تمیز و عاری از هرگونه آلودگی یا گرد و خاک باشد.

۲. سطل زباله رستوران نباید درست جلوی در ورودی (در خیابان) و در معرض دید مشتری‌ها قرار داشته باشد.

۳. دیوارها، میزها، صندلی‌ها، بسته دستمال کاغذی و وسایل روی میز مانند نمکدان، فلفل‌پاش یا ظرف سس باید کاملاً تمیز باشند و حالت چسبیده یا ظاهر چرک نداشته باشند.

۴. رستوران‌ها باید با توجه به فضایی که دارند، میز و صندلی بچینند و آنقدر میز و صندلی در یک فضای کوچک قرار ندهند که مشتری‌های مختلف از سر و صدای یکدیگر یا حتی شنیدن بوی غذای هم، از غذایی که می‌خورند، لذت نبرند.

۵. یک رستوران خوب نباید اجازه دهد همزمان تا وقتی که چند مشتری داخل رستوران نشسته‌اند، مشتری‌های دیگری هم وارد شوند و به انتظار خالی شدن میز و صندلی، بالای سر کسانی که مشغول خوردن غذا هستند، بایستند. این کار هم باعث عصبی شدن افرادی که در حال غذا خوردن هستند، می‌شود و هم به شما نشان می‌دهد که مسوولان آن رستوران به علت کمبود جا

و برای راه انداختن تعداد بیشتری از مشتری‌ها، امکان رسیدگی مناسب به شما از نظر نظافت میز غذا یا حتی تهیه و سرو غذا را نخواهند داشت.

۶. نور و دمای یک رستوران خوب باید کاملاً متعادل باشد تا مشتری با آرامش کامل غذای خود را میل کند، نورهایی که ترکیبی از آفتاب و مهتاب هستند از نورهای مخفی و ملایم قرمز و آبی برخی از رستوران‌ها مناسب‌ترند. ضمن اینکه برای پیشگیری از ورود هوای سرد یا گرم و آلودگی صوتی به داخل محیط رستوران باید در آن همیشه بسته و دمای داخلی حدود ۲۱-۱۸ درجه سانتی‌گراد باشد.

۷. اگر فرزندان زیر ۵ سال است و می‌خواهید با او به رستوران بروید، حواستان باشد رستوران‌هایی که صندلی بچه و وسایل کافی برای سرگرم کردن او دارند انتخاب کنید.

۸. یک رستوران سالم و مناسب، رستورانی است که مشتری‌ها بتوانند مواد اولیه و نحوه پخت‌وپز در آشپزخانه آن را ببینند. البته برخی از رستوران‌ها برای این منظور، فضای نشستن مشتری و قرار گرفتن آشپزخانه را طوری طراحی می‌کنند که علاوه بر قابل دید بودن آشپزخانه، بوی انواع غذاها هم در فضای رستوران می‌پیچد. این کار، اصلاً برای مشتری مطلوب نیست. در یک رستوران مناسب بهتر است آشپزخانه در فضایی بسته قرار گیرد و مشتری به وسیله مانیتورهایی که فیلم زنده فعالیت داخل آشپزخانه را پخش می‌کند با نحوه پخت‌وپز، سرو غذا و مواد اولیه غذایی که قرار است بخورند، آشنا شود.

۹. رستوران‌های سالم علاوه بر نظافت ظاهری باید کارمندان پاکیزه‌ای هم داشته باشند. لباس، کفش، دست‌ها و ظاهر تمام کارمندان یک رستوران از مسوول سرو غذا گرفته تا مسوول دریافت سفارش باید از ابتدای ساعت شروع کار تا انتهای آن، کاملاً پاکیزه باشد. بهتر است لباس‌های تمامی کارمندان یک رستوران به رنگ سفید یا رنگ‌های روشن باشد.

۱۰. رستوران‌های سالم باید فضایی برای قرار دادن دستشویی و توالت در مکانی خارج از دید مشتری‌ها هم در نظر بگیرند.

۷ نکته درباره غذای رستوران

از بحث سلامت ظاهری رستوران‌ها که بگذریم به ویژگی‌های خاص و البته سالم منوی یک رستوران خوب می‌رسیم که در موارد بسیاری همین منوی خاص می‌تواند باعث موفقیت چشمگیر یک رستوران شود. منوی خوب و سالم، منویی است که این ویژگی‌ها را داشته باشد:

۱. منوهای سالم‌تر، منوهایی هستند که حداقل ۳ مدل یا بیشتر سالاد سبزیجات در آنها قرار داشته باشد.

۲. در رستوران‌های فست‌فود، منوهایی که کمتر از سوسیس و کالباس در تهیه غذاهای آنها استفاده شده و گوشت قرمز، ماهی، میگو، مرغ یا سبزیجات، حجم بیشتری از مواد غذایی‌شان را تشکیل می‌دهند، منوهای سالم‌تری هستند.

۳. یک منوی خوب و سالم باید علاوه بر درج قیمت تمام خوراکی‌ها، آشامیدنی‌ها، دسرها و پیش‌غذاها، ترکیب تک‌تک مواد غذایی به کار رفته در آنها را هم بنویسد.

۴. رستوران‌های برتر و سالم‌تر، غذاها و منوهای غذایی خود را در ۳ حجم و مدل مختلف ارائه می‌دهند. یعنی حجم و منوی غذایی آقایان، خانم‌ها و بچه‌ها در این رستوران‌ها متفاوت است. به همین دلیل، هم اسراف کمتری در چنین رستوران‌هایی پیش می‌آید و هم انتخاب حجم مناسب غذایی برای گروه‌های جنسی و سنی مختلف باعث پرخوری آنها نمی‌شود.

۵. یک منوی سالم باید علاوه بر آب، دوغ و ماء‌الشعیر، انواع آبمیوه‌های طبیعی را هم در خود جای دهد.

۶. هرچه تعداد غذاهای سوخاری در یک منو کمتر و تعداد غذاهای گریل‌شده (گریل‌شده با هوای داغ فر، نه با آتش مستقیم یا دود ذغال) در آن بیشتر باشد، آن منو سالم‌تر خواهد بود.

۷. یک منوی سالم‌تر باید در کنار انواع سوخاری به جای سیب‌زمینی سرخ‌شده و نوشابه، حداقل ۲ مدل سبزی بخارپز همراه یک عدد لیموی تازه و یک لیوان آب یا آب مرکبات تازه ارائه دهد.

منبع: Healthland

اگر تازه گیاهخوار شده‌اید، بخوانید!

ترجمه: لیلی افروغ/دور پروتئین‌های حیوانی خط نکشید

گیاهخواری یکی از رژیم‌های پرطرفدار در دنیاست و انواع مختلفی دارد. بعضی از گیاهخواران، فقط گوشت نمی‌خورند و سایر منابع پروتئین حیوانی مانند شیر و لبنیات یا تخم‌مرغ در برنامه غذایی‌شان وجود دارد، بعضی از آنها فقط گوشت سفید و منابع پروتئین دریایی را در برنامه غذایی‌شان دارند، بعضی‌ها هم در کنار انواع سبزی فقط ماهی و میگو می‌خورند و آنهایی که بیش از حد افراطی هستند، به هیچ‌یک از مواد غذایی با منشأ حیوانی مانند انواع گوشت سفید و قرمز، لبنیات، تخم‌مرغ و حتی سس مایونز لب نمی‌زنند...

پیروی از رژیم گیاهخواری مناسب، می‌تواند شانس ابتلا به چاقی، بیماری‌های قلبی، دیابت نوع ۲، فشارخون بالا و برخی از انواع سرطان‌ها را کاهش دهد. البته هدف این مطلب، نقد و بررسی رژیم گیاهخواری نیست بلکه می‌خواهیم افرادی که به‌تازگی تصمیم گرفته‌اند گیاهخوار شوند، راهنمایی کنیم تا از هدفشان که همان حفظ و ارتقای سلامتشان است، دور نشوند. پس خواندن این مطلب بیشتر به درد کسانی می‌خورد که می‌خواهند گیاهخوار شوند.

پروتئین حیوانی را کاملاً از رژیمتان حذف نکنید اگر هر فرد بالغ روزانه ۱۷۵-۵۰ گرم پروتئین مصرف نکند، احتمال کاهش حجم عضلات، تضعیف قدرت سیستم دفاعی بدن و قدرت بینایی، از دست دادن انرژی و ایجاد کم‌خونی در او وجود خواهد داشت. بهترین راه دریافت پروتئین مناسب و مورد نیاز بدن برای گیاهخواران، مصرف حبوبات مختلف و غلات است؛ یعنی ترکیب عدس، لوبیا، باقلا یا دانه سویا با برنج. اگر تصمیم دارید رژیم گیاهخواری بگیرید، بهتر است تمام منابع پروتئین حیوانی را از رژیم غذایی‌تان حذف نکنید یعنی برای دریافت پروتئین مرغوب و مناسب، در هفته مقداری گوشت ماهی، میگو یا تخم‌مرغ هم مصرف کنید. حذف شیر و لبنیات هم اصلاً توصیه نمی‌شود.

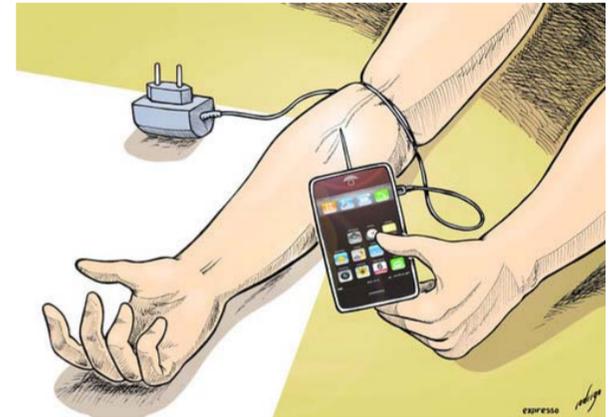
از مصرف ویتامین‌های B۱۲ و D غافل نشوید بدن ما برای انجام خیلی از اعمال حیاتی خود مانند تولید سلول‌های قرمز خون به ویتامین B۱۲ نیاز دارد. متأسفانه گیاهان از نظر این ویتامین حیاتی، بسیار فقیر هستند. ویتامین D هم یکی از ضروری‌ترین ویتامین‌ها برای حفظ قدرت و استحکام استخوان‌هاست و به بدن کمک می‌کند بتواند از کلسیم مواد غذایی بهره‌بردار شود. اگر می‌خواهید بدنتان در طول رژیم گیاهخواری با کمبود ویتامین‌های B۱۲ و D مواجه نشود، باید حجم مناسبی از مکمل‌های حاوی این ویتامین‌ها را با نظر پزشکتان مصرف کنید. البته قرار دادن کف دست‌ها یا سایر قسمت‌های پوست بدن در معرض تابش نور آفتاب هم می‌تواند مقداری ویتامین D به بدنتان برساند. بد نیست بدانید که کمبود B۱۲ می‌تواند عوارضی مانند افسردگی، بدبینی، احساس سستی در راه رفتن و از دست دادن قدرت حافظه و حس بویایی را در پی داشته باشد.

کالری کافی دریافت کنید نتایج تحقیقات مختلف ثابت کرده‌اند افرادی که رژیم گیاهخواری دارند، نسبت به سایر افراد در طول روز کالری کمتری دریافت می‌کنند و به همین دلیل احتمال ابتلا به چاقی بچه‌هایی که خانواده‌شان گیاهخوار هستند، در دوران کودکی بسیار کمتر از بچه‌های دیگر است. البته محققان معتقدند دریافت کالری کمتر از حد معمول در طول روز باعث کاهش سوخت‌وساز بدن، کمبود ریزمغذی‌های مورد نیاز بدن، افت قند خون، ابتلا به افسردگی و افزایش خطر ابتلا به بیماری‌های مختلف به دلیل تضعیف قدرت دفاعی بدن می‌شود، به همین دلیل مصرف انواع مغزدهانه‌های خام، میوه‌های خشک و غلات سبوس‌دار را به گیاهخواران توصیه می‌کنند.

حواستان به دریافت مواد معدنی هم باشد گیاهان منابع خوب برخی از مواد معدنی مورد نیاز بدن مانند آهن، روی و کلسیم نیستند و کمبود این مواد معدنی می‌تواند عوارضی مانند کم‌خونی، احساس ضعف، پوکی‌استخوان، نشانگان پیش از قاعدگی، تغییر در میزان ترشح هورمون تستوسترون و به خطر افتادن سلامت اسپرم‌ها را در پی داشته باشد. به همین دلیل علاوه بر توصیه به مصرف شیر، لبنیات، ماهی، میگو و تخم‌مرغ به شما پیشنهاد می‌کنیم حتماً غلات، حبوبات، مغزها، دانه‌ها، سبزی‌هایی با برگ سبز تیره، سویا و شیر سویا را در برنامه غذایی خود بگنجانید و برای جذب بهتر آهن، یک لیوان آب پرتقال طبیعی همراه با غذایان بنوشید.

منبع: ریدرز‌دایجست

خطرات اعتیاد به تلفن همراه



این واقعیت که تلفن همراه امروزه به ضرورتی تفکیک‌ناپذیر از زندگی بشر تبدیل شده قابل انکار نیست اما وابستگی بیش از حد به

این وسیله ارتباطی بدون شک سلامت انسان را به خطر می‌اندازد. گروهی از پزشکان در بررسی‌های جدید در رابطه با اثرات زیانبار تلفن همراه بر سلامت بدن به کاهش توان بارورسازی در مردان اشاره کرده و متذکر شدند: اکثر مردان تلفن همراه خود را در جیب شلوارشان می‌گذارند یا آن را در قسمت کمربند نگهداری می‌کنند. از دیگر خطرات تماس زیاد با تلفن همراه می‌توان به تاثیر آن بر افرادی اشاره کرد که از دستگاه تنظیم ضربان قلب استفاده می‌کنند. به گفته متخصصان، تلفن همراه میدان‌های الکتریکی و مغناطیسی قابل توجهی ایجاد می‌کند اما معمولاً شدت این امواج نمی‌تواند بر ضربان قلب یا عملکرد این عضو حیاتی تاثیر بگذارد مگر در افرادی که از دستگاه تنظیم ضربان قلب استفاده می‌کنند چون این امواج می‌توانند روی تنظیم مجدد این دستگاه تاثیر نامطلوب بگذارند و امکان برنامه‌ریزی دوباره آن را با مشکل مواجه سازند. به گزارش تورنتونیوز، از سوی دیگر افرادی که عادت دارند از تلفن همراه زیاد برای ارسال پیامک استفاده کنند نیز با خطر التهاب مفاصل انگشتان دست مواجه می‌شوند. ارسال زیاد پیامک با این وسیله باعث دردناک شدن مفاصل انگشت‌های دست شده و این وضعیت می‌تواند علامت اولیه التهاب مفاصل باشد. همچنین نگرانی‌ها در مورد تلفن همراه در هنگام صحبت کردن به عضلات گردن فشار می‌آورد و به بروز درد در این ناحیه می‌انجامد.

سبب غذایی تابستانه

هیچ ماده غذایی معجزه‌گری وجود ندارد که صرفاً با خوردن آن سلامتی‌تان را تضمین کنید. راز تندرستی در تنوع غذایی است. یعنی باید از میوه‌ها و مواد غذایی مختلفی استفاده کنید تا ویتامین‌ها و خواص همدیگر را تکمیل کنند. در اینجا به معرفی چند سوپرستار غذایی برای فصل تابستان می‌پردازیم. خط به خط با ما باشید.

گوجه فرنگی: زینت سالاد گوجه فرنگی خطر رشد تومورهای پروستات را به میزان ۲۵ تا ۳۰ درصد کاهش می‌دهد. می‌پرسید چرا؟ به خاطر این که حاوی یک آنتی‌اکسیدان قوی به نام لیکوپن می‌باشد که در عین حال پیری سلول‌های پوستی را به تأخیر می‌اندازد و رادیکال‌های آزاد اشعه‌های ماورای بنفش را هم خنثی می‌کند. البته به شرط این که هر هفته حداقل دو مرتبه گوجه فرنگی مصرف کنید. خیلی از گوجه فرنگی‌ها گلخانه‌ای و بیرون از خاک کشت می‌شوند. سعی کنید تا جایی که می‌توانید گوجه فرنگی‌هایی که به صورت طبیعی و در زمین‌های کشاورزی کشت می‌شوند استفاده کنید.

کلم‌ها: همیشه و همه جا کلم خانواده پرجمعیتی دارد: بروکلی، گل کلم، کلم برگ، کلم قرمز، کلم قمری و غیره. همه کلم‌ها خواص ضدسرطانی دارند و خطر ابتلا به سرطان‌هایی مانند سرطان معده، کولون، ریه، پروستات و سینه را کاهش می‌دهند. بروکلی عملکرد عضلانی قلب را بهبود می‌دهد و کلسترول بد خون را کاسته و در عوض میزان کلسترول خوب را افزایش می‌دهد. میوه‌های رنگی تابستانی نه تنها خواص ضد سرطانی دارند بلکه پیری را از شما دور کرده و کیفیت پوست‌تان را بهتر می‌کنند. توصیه می‌کنیم هر هفته پنج مرتبه انواع کلم‌ها را میل کنید. بهترین روش پخت این ماده غذایی بخارپز کردن یا در تهیه وک wok است. توجه داشته باشید زمانی که کلم‌ها به مدت طولانی جوشانده می‌شوند ۷۵ درصد خواص ضد سرطانی خود را از دست می‌دهند. اگر با خوردن کلم دچار نفخ می‌شوید باز هم خودتان را از مصرف آن محروم نکنید. مقدار مصرف‌تان را کمتر کنید اما حتماً آن را در برنامه غذایی‌تان بگنجانید.

میوه‌های قرمز، آبی، سیاه توت فرنگی، تمشک، شاه توت، گیلاس، آلبالو، انگورفرنگی، آلو، شلیل و غیره. همه این میوه‌ها سرشار از پلی‌فنول‌ها، ویتامین C، فیبرها و مواد معدنی هستند. در واقع همه این میوه‌ها حاوی بیشترین میزان آنتی‌اکسیدان‌ها می‌باشند. میوه‌های رنگی تابستانی نه تنها خواص ضد سرطانی دارند بلکه پیری را از شما دور کرده و کیفیت پوست‌تان را بهتر می‌کنند.

ماهی‌های چرب را دریابید ماهی ساردین، آزاد، کولی، ماکرو و غیره؛ این ماهی‌ها سرشار از اسیدهای چرب امگا ۳ هستند که جریان خون را بهتر می‌کند و خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی را کاهش می‌دهند و در عین حال حاوی کمترین میزان جیوه می‌باشند.

بفرمایید حبوبات عس، نخود، لپه و غیره. حبوبات سرشار از فیبر هستند که سرعت جذب قند را کاهش می‌دهند. این مواد غذایی بدون بالا بردن ترشح انسولین انرژی تولید می‌کنند. با مصرف حبوبات خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی و پیری پوست را به تعویق می‌اندازید. یک پیاله عدسی صبحانه یا میان وعده فوق‌العاده‌ای است که مواد مغذی زیادی را نصیب‌تان می‌کند. حتماً حبوبات را در برنامه غذایی‌تان بگنجانید.

روغن کلزا و روغن تخم کتان یکی از خدمات‌هایی که می‌توانید به بدنتان بکنید این است که تعادلی بین میزان امگا ۳ و امگا ۶ بدنتان ایجاد کنید. روغن کلزا و روغن تخم کتان سرشار از امگا ۳ها هستند و اگر روزانه یک تا دو قاشق غذاخوری از این روغن‌ها را به سالاد اضافه کرده و میل کنید می‌توانید تعادلی بین امگا ۳ و امگا ۶ بدنتان ایجاد کنید. معمولاً مواد غذایی صنعتی امگا ۶های بیشتری به ما تحمیل می‌کند. روغن زیتون و به خصوص بهترین نوع آن یعنی extra virgine، حاوی پلی‌فنول‌ها و ویتامین E می‌باشد و می‌تواند طعم روغن کلزا را بهتر کند. برای همین می‌توانید این دو روغن را مخلوط کرده و مصرف کنید.

سیر و پیاز هیچ وقت و هیچ کجا از مصرف پیاز و سیر غافل نباشید. نتایج پژوهش‌های متعدد نشان می‌دهد که سبزیجات خانواده آلیاسه (پیاز، پیازچه، موسیر و غیره) و به خصوص سیر از ابتلا به سرطان معده، کولون و سرطان روده پیشگیری می‌کنند. سیر همچنین می‌تواند میزان کلسترول بد خون را کاهش دهد. برای همین توصیه می‌کنیم در تهیه همه غذاهایتان از این دو ماده غذایی استفاده کنید.

آیا آسپیرین احتمال ابتلا به سرطان پوست را کاهش می‌دهد؟



آسپیرین دارویی است که پزشکان برای پیشگیری از حمله‌های قلبی و سکته تجویز می‌کنند ولی امروزه نتایج تحقیقات جدید نشان داده این دارو ریسک ابتلا به برخی از انواع سرطان پوست را کاهش می‌دهد، اما دانشمندان چگونه به این نتیجه رسیده‌اند؟...

آزمایش‌های انجام‌شده روی ۲۰۰ هزار بزرگسال دانمارکی نشان می‌دهد افرادی که در برنامه دارویی خود در یک دوره زمانی ۱۰ ساله، روزانه ۲ قرص آسپیرین یا قرص‌هایی از خانواده NSAID- داروهای ضدالتهاب غیراستروئیدی- مثل ایبوپروفن یا ناپروکسن مصرف می‌کرده‌اند نسبت به افراد دیگری که در این مدت ۱۰ ساله روزانه یکی از این نوع قرص‌ها را مصرف کرده‌اند، ۱۵ درصد کمتر به بیماری‌های پوستی نظیر ملانوما و سرطان پوست مبتلا شده‌اند.

به همین ترتیب افرادی که در یک دوره ۷ ساله مقدار بیشتری قرص‌های خانواده NSAIDها یا آسپیرین‌ها را دریافت کرده‌اند، نسبت به گروه‌های دیگر کمتر در معرض خطر ابتلا به سرطان پوست بوده‌اند. با همه این بررسی‌ها، هنوز رابطه آسپیرین و کاهش خطر ابتلا به سرطان کاملاً برای محققان آشکار نشده است زیرا تحقیقات انجام شده، به عوامل دیگری چون شیوه زندگی، نوع پوست، آب و هوا و مقدار دریافت اشعه‌های مضر خورشید هم اشاره می‌کنند که در تحقیق‌ها در نظر گرفته نشده بنابراین نمی‌توان صحت کامل این رابطه را تایید کرد. همچنین آزمایش‌های انجام شده تنها در میان جمعیت دانمارکی‌ها انجام شده و نمی‌توان آن را به تمام مردم جهان تعمیم داد و گفت آسپیرین به طور یقین می‌تواند برای همه بیماران مفید باشد.

با این توصیف‌ها هنوز هم موثرترین راه پیشگیری از ابتلا به سرطان پوست، استفاده از ضدآفتاب، پرهیز از برنزه کردن زیر نور آفتاب و اجتناب از قرار گرفتن طولانی‌مدت در معرض اشعه‌های مضر خورشید است.

منبع: Health

این افراد احتمالاً تنظیم نبوده است. تا پیش از این نشانه‌هایی مبهم و نظریه‌های اثبات‌نشده‌ای وجود داشت مبنی بر اینکه بر هم خوردن ساعت درونی بدن و افسردگی با هم در ارتباط هستند. فرآیندهای زیستی منظم پستانداران مانند خواب، ترشح هورمون‌ها و الگوی تغذیه با یک ساعت درونی در مغز تنظیم می‌شوند. ژن‌ها، تاریکی و روشنایی شبانه‌روز در عملکرد این ساعت مؤثر هستند، تنظیم این ساعت می‌تواند همچنین تحت تاثیر عوامل دیگری مثلاً مسافرت‌های هوایی درازمدت بر هم بخورد. از سوی دیگر دانشمندان بر این باورند که ساعت درونی مبتلایان به افسردگی عموماً تنظیم نیست. اما مشکل این‌جاست که نمی‌توان دقیقاً ثابت کرد که کدام ساز و کارهای مولکولی یا سلولی این تعادل را برهم می‌زنند. پژوهشگران مغز ۳۴ فرد مبتلا به سرطان و ۵۵ فرد سالم را بلافاصله پس از مرگ از بدن خارج کردند، مرگ ناگهانی همه این افراد بر اثر حمله قلبی یا خودکشی بوده است. پژوهشگران در این آزمایش مغزها را بلافاصله روی یخ گذاشتند. دانشمندان در ابتدا ثبت کردند که مرگ هر فرد در چه فاصله‌ای از طلوع آفتاب صورت گرفته است، همچنین آنها فعالیت ژن‌ها در ۶ ناحیه مغز را بررسی کردند. الگوی فعالیت ژن‌ها در مغز افراد سالم تقریباً قابل پیش‌بینی بود، فعالیت برخی ژن‌ها در هنگام روشن شدن هوا مدام افزایش یافته است و بعضی از ژن‌ها هم هنگام ظهر بیشترین فعالیت را داشته‌اند. بررسی نواحی مختلف مغز مبتلایان به افسردگی نشان داد که الگوی رفتاری ژن‌ها در این افراد رابطه معناداری با ساعات مختلف روز ندارد و در واقع قابل پیش‌بینی نیست. هر چند این پژوهش مشخص نمی‌کند که آیا افسردگی عامل بر هم خوردن ساعت درونی است یا برعکس اما ثابت می‌کند که در هر حال ارتباطی بین این دو عارضه وجود دارد. در آزمایش بالا الگوی فعالیت ژن‌ها فقط در یک نقطه از زمان و در هنگام مرگ بررسی و ثبت شد.

ترجمه: بهروز میرزایی

عوامل افسردگی چیست؟



پژوهشگران در جدیدترین تحقیقات خود دریافتند که ریتم نامنظم زندگی با افسردگی ارتباط دارد. به گزارش خبرگزاری دویچه‌وله آلمان، پژوهشگران در تحقیقات خود گفتند که وجود ارتباط بین افسردگی و ریتم نامنظم زندگی و ساعت درونی، می‌تواند تحت تاثیر فعالیت ژن‌ها در مغز از تنظیم خارج شود. اثرات بر هم خوردن ساعت خواب یا دیگر فرآیندهای منظم زیستی که روی مغز اثر می‌گذارد می‌تواند به افسردگی منتهی شود. نتایج این تحقیقات که در نشریه آکادمی ملی علوم آمریکا منتشر شده است، بررسی فعالیت ژن‌ها در مغز مبتلایان به افسردگی را نشان داد که ساعت درونی

ما سیستم دلخواه شما را در کمترین زمان طراحی میکنیم.

دیگر هدر رفتن زمان بس است تنها یک تماس کفایت تا
کارشناسان ما شما را در مکانیزه نمودن امور اداری و دفتری محل
کارتان یاری نمایند

برخی از خصوصیت‌های برنامه‌های طراحی شده:

- (۱) دیجیتالی شدن کلیه فرم‌های موجود در محل کار شما
- (۲) قابلیت ذخیره سازی در شبکه
- (۳) انجام کلیه امور حسابداری بصورت مکانیزه
- (۴) ارائه گزارش‌های دوره ای مطابق بامیل شما
- (۵) انواع طراحی دیجیتالی فرم‌های تصادفات
Claim form, Hire form, Agreement form
- (۶) و هرآنچه شما از کامپیوتر انتظار دارید.....

Tel: ۰۷۸۱۱۰۰۰۴۵۵

موسسه حقوقی داد آفرینان

پذیرش دعاوی حقوقی، خانوادگی و کیفری در ایران

توسط وکلای مجرب پایه یک دادگستری

پرونده های خانوادگی (مهریه، طلاق، نفقه)،
انحصار وراثت، ثبتی و ملکی و مالیاتی
پرونده های پولی، بانکی،
فروش اموال غیر، جعل و غیره
انجام کلیه امور اداری در ایران اعم از:
شهرداری ها، اداره نظام وظیفه، ثبت ازدواج و طلاق،
استعلام خروج از کشور و اداره ثبت احوال
مشاوره و تنظیم قراردادهای بین المللی تجاری
ثبت شرکت ها، واردات، صادرات و امور گمرکی

تلفن: ۰۲۰۷۱۹۳۵۵۹۲
ایران: ۰۰۹۸۹۱۲۲۳۳۴۰۷۵

Happy art ltd



تخفیف دانشجویی
آموزش نقاشی در تمامی سنین
رنگ روغن، اکریلیک

جلسه اول رایگان ۰۷۷۹۵۹۹۴۰۲۰

به یک نفر بیوتی تراپیست مسلط به
زبان انگلیسی و با مدرک NVQ، در
منطقه Watford نیاز مندیم.

تلفن تماس ۰۱۹۲۳۲۳۷۶۴۸
موبایل ۰۷۹۶۴۳۴۴۷۶۷

www.valeriebeautysalon.co.uk

خدمات لوله کشی
آب و گاز

خدمات نقاشی ساختمان

تعمیرات ساختمان
کلی و جزئی

۰۷۷۸۰۸۱۴۳۷۴

انجام کلیه امور برقی و
تعمیرات الکتریسته

کلیه امور
kitchen, Bathroom
شامل:

Kitchen Tiling,
Cupboard Fitting, Floor-
ing, ...

07853228313
۰۷۸۰۷۸۰۵۲۱۸

آشپز حرفه ای برای مهمانی های شما
پخت انواع غذاهای ایرانی با
کیفیت بسیا عالی در منزل شما

۰۷۴۲۵۱۴۸۴۳۳

کلید برد

احسان میرابزاده اردکانی

موقع پخش سرود ملی ایران که شد تماشاگران ورزشگاه ملیورن سوت می‌زدند و بازیکنان ما مضطرب و مرعوب جو ورزشگاه، هنوز خود را باور نداشتند. بازی برگشت پلی‌آف میان تیم‌های ملی فوتبال ایران و استرالیا در دور مقدماتی جام جهانی فوتبال ۱۹۹۸ را می‌گویم، همان بازی که به نام «حماسه ملیورن» می‌شناسیم. بازی درحالی روز هشتم آذر ۱۳۷۶ انجام شد که از حماسه دوم خرداد ۷۶، تنها چند ماهی می‌گذشت. آن روزها ایران، انباشته از امید به آینده و انرژی برای پیشرفت و میل به پیروزی بود و چشم به «قهرمان» برای رسیدن به آرزوهایش دوخته بود. استرالیایی‌ها در تمام نیمه نخست، از بیرون و داخل زمین، بر تیم ایران تاختند و موقعیت‌های زیادی روی دروازه ایران داشتند درحالی که ما هنوز خود را باور نداشتیم. ما هیچ فرصتی خلق نکرده بودیم؛ شاید در زمین بازی هم مثل عرصه سیاست، چشم به یک «قهرمان» دوخته بودیم. آن روز عابدزاده، دروازه‌بان و کاپیتان تیم ایران و پاشازاده مدافع تیم، یک‌تنه با درخشش بی‌مثال خود، دروازه را از دریافت گل‌های بیشتر نگهبانی کردند. آنها در درون خود باور

و مساوی‌های بی‌حاصل کشورمان، به جوش آمده بود. گویی انرژی و تمایل ایرانیان به برد، به چشم برهم‌زدنی به ملیورن و ساق بازیکنان ما رسید. از اینجا به بعد بود که بازیکنان تیم ایران هرکدام در قامت یک قهرمان ظاهر شدند. دیگر، کلید برد در دستان ما بود. لحظاتی بعد، همکاری علی دایی، خداداد عزیزی و کریم باقری توانست ایران را به گل برساند و تنها چند دقیقه بعد، خداداد عزیزی با پاس علی دایی، دوست داشتنی‌ترین گل تاریخ فوتبال ایران را زد. اینک، «تغییر» در بازی نمایان شده بود. کلید برد، قفل شکست را باز کرد. بعد از این گل، دیگر کل تیم ایران بلکه کل ایران یکپارچه باور کرده بود برد را. ایران سراسر جشن شد؛ سراسر شور و شغف شد؛ ایران به جام جهانی صعود کرد؛ ایران پیروز شد. کلید این برد در لحظه‌ی بود که هرکدام از ما خود را قهرمان دانستیم؛ هرکدام از بازیکنان و حتی هرکدام از ما ایرانیان که هزاران کیلومتر دورتر اما به اندازه باورمان، انرژی مثبت به طرف ملیورن فرستادیم. این بار هم در سنول ۹۲، تنها چند روز بعد از جشن حماسه ملی ۲۴ خرداد، مردم خسته از باخت‌ها و مساوی‌های بی‌حاصل سال‌های اخیر کشورمان، انرژی و تمایل‌شان به برد و تغییر را، به ورزشگاه پر از تماشاگر سنول و ساق بازیکنان ما فرستادند. هرچند همراه این انرژی، هیجان و اضطراب شکست نیز همراه بازیکنان ما شده و آنها را سردرگم کرده بود. بازیکنان ما اگرچه ۶۰ دقیقه، از ناامیدکردن ملتی که تنها چند روز پیش جشن ملی امید برگزار کرده بودند، ترس داشتند اما زمانی که خود را باور کردند قوچانی‌نژاد گل پیروزی را زد و لحظه «تغییر» برای ما با یک گل فرارسید. باور ما در این بازی چنان بود که به شکست دادن‌مان برای کره باورناپذیر شد. ما در این بازی بیشتر دفاع کردیم اما کارلوس کی‌روش و بازیکنان ما برای اتخاذ چنین تاکتیکی حق داشتند. حیف بود امید یک ملت با یک مسابقه فوتبال نا امید شود. کلید برد سنول هم مانند ملیورن در لحظه‌ی



Reuters

داشتند که هرکدام یک قهرمانند؛ این را از بازی‌شان می‌شد فهمید اما این باور در بقیه تیم، ضعیف بود؛ هنوز شکل نگرفته بود. نیمه نخست، فقط با یک گل به نفع تیم استرالیا پایان یافت. در نیمه دوم، با ثبت گلی دیگر برای استرالیا، همه کار را تمام شده می‌دانستند. اما در فوتبال هم مثل سیاست، لحظه‌هایی هست که می‌تواند «تغییر» ایجاد کند. این تغییر برای ما به دست «پیتر هور» رقم خورد. همان تماشاگر استرالیایی که ناگهان وارد زمین شد و تور دروازه ایران را پاره کرد. به خیالش، دارد تحقیر می‌کند و روحیه بازیکنان ما با این اقدام رنگ می‌بازد اما بیچاره سخت اشتباه می‌کرد. بازی برای دقایقی متوقف شد و احمدرضا عابدزاده، برای حفظ روحیه تیم شروع به انجام حرکات نمایشی کرد اما هنگامی که بازی دوباره به جریان افتاد دیگر خبری از آن تیم دست و پا بسته قبلی نبود. گویی رفتار توهین آمیز آن تماشاگر، بازیکنان تیم ایران را به خود آورد. خون مردم خسته از باخت‌ها

بود که هر کدام از ما خود را قهرمان دانستیم؛ هر کدام به قدر توانایی خویش اما با یک تفاوت مهم نسبت به بازی ملیورن و آن اینکه این بار ما مردم، قد بلندتر شده‌ایم. این بار هرچند بازیکنان ما خیلی خوب نبودند و اضطراب داشتند اما مانند بازی ملیورن، دست و پا بسته هم نبودند و نیازی به «پیتر هور» برای به خود آمدن نداشتند. جنگ روانی چند روز پیش مربی کره‌یی هم اثری در بازیکنان ما نداشت. آنها باور داشتند که هرکدام در قامت یک قهرمانند چه درون دروازه، چه در خط دفاع و چه در سایر پست‌ها. دیگر این بار هیچ یک از ما از همان ابتدای بازی چشم به راه «قهرمان» نبود. با این کلید، هر قظلی باز شدنی است. سه شنبه بار دیگر ایران سراسر جشن شد؛ سراسر شور و شغف شد؛ ایران به جام جهانی صعود کرد؛ ایران پیروز شد. برگرفته از اعتماد

فوتبال می‌تواند ملتی را شاد کند

مجید جلالی

۱- واقعا بازیکنان فداکارانه بازی کردند. تدبیری که برای این بازی در نظر گرفته شده بود تمام شاخصه‌های یک بازی برای پیروزی را داشت. ما به میدان رفته بودیم تا پیروز بازی باشیم. دفاع قفل منطقه‌ی و در واقع توپ را به حریف داده بودیم و نتیجه را برای خود گرفته بودیم. به نظرم بازی منطقی انجام دادیم و بر تمام حواشی بازی هم فائق آمدیم. به هر حال مردم انتظار داشتند که تیم به جام جهانی برود حق هم دارند انتظار هم دارند که در جام جهانی بازی خوبی داشته باشیم و بتوانیم در آنجا موفق باشیم.

۲- باید این حق را به سرمربی تیم ملی داد که زمان بیشتری را بازیکنان در اختیار داشته باشند تا بتوانند با بازیکنان دیگر هماهنگ شوند. ما باید در جام جهانی شیوه خود را تغییر دهیم زیرا با این شیوه نمی‌توانیم نتیجه بگیریم.

۳- ما همه خوشحالیم که فوتبال باعث شادی در جامعه شده و این مهم فقط از دست فوتبال بر می‌آید. نوع بازی تیم ملی نشان می‌داد که صرفا به دنبال پیروزی و کسب سه امتیاز یا به میدان اولسان گذاشتیم و همان‌طور که دیدید همه «تدابیر» برای «برد» اتخاذ شده بود که انصافا منطقی بود. در سه بازی قبل نیز نگرش فنی و تصمیم‌های به موقع باعث شد که پیروز باشیم. با این حال کار ما در جام جهانی به این نحو خواهد بود. کار ما بسیار سخت تر و سنگین‌تر از میدان اولسان خواهد بود.

۴- فوتبال ایران باید در ادامه کی‌روش را حفظ کند و هیچ دلیلی برای رد کردن او نداریم. اما باید انتظارات‌مان را از او شفاف بیان کنیم و نباید از خواسته مان که بازی به سبک بهتری است بگذریم. باید به کی‌روش و تفکراتش حق بدهیم. درباره جو احساسی و بر خورد بد سرمربی کره‌جنوبی هم باید بگویم که آنها تنها به تیم خودشان ضربه زدند و تیم ملی ایران مانند دو بازی قبل با صلابت و متحد و یکدست بازی کرد.

نکونام:

مربی بزرگ تر از کروش ؟ حتما مورینیو یا پپ را می خواهید!

جواد نکونام می گوید کره ای ها شانس آوردند که حذف نشدند و به جام جهانی صعود کردند.

جواد نکونام کاپیتان تیم ملی فوتبال ایران پس از مسابقه با کره جنوبی در جمع خبرنگاران حاضر در کره گفت: «خدا را شکر به جام جهانی رفتیم. سختی های زیادی کشیدیم ولی خدا را شکر می کنم با تمام سختی ها و نامهربانی ها صعود کردیم. تشکر می کنم از مردم. واقعا زحمت کشیدند و تیم ملی را حمایت کردند. خدا را شکر که توانستیم برنده این مسابقه شویم.»

او در مورد صحبت های بازیکن کره جنوبی هم که گفته بود کاری می کند جواد نکونام در زمین خون گریه کند گفت: «دیروز هم گفتم، خون که هیچ، ما جانمان را هم برای ایران می دهیم. ما اشک شوق ریختم و آن ها خون که هیچ، نزدیک بود از ناراحتی خودکشی کنند. حتی نزدیک بود کره ای ها حذف شوند و به جام جهانی نیایند. شانس آوردند حذف نشدند.»

او در پاسخ به این سوال که فکر می کنی در ایران چه خبر باشد گفت: «نمی شود توصیف کرد. خیلی خوشحالم که به ایران می رویم و با مردم صعود به جام جهانی را جشن می گیریم. ما به یک جشن ملی و بزرگ فکر می کنیم.»

نکونام در مورد تماسی که حسن روحانی رئیس جمهور منتخب مردم با او داشته گفت: «ایشان تبریک گفت و من به نمایندگی از بچه های تیم ملی با او صحبت کردم. آقای روحانی از بچه های تیم ملی تشکر کرد و سلام گرم به همه آن ها رساند. دیروز هم پیام آقای احمدی نژاد به ما رسید. من می دانم پشت این تیم یک ملت بود. بحث سیاسی نیست، هیچ وقت نبوده و ما تنها به فکر شاد کردن مردم هستیم.»

کاپیتان تیم ملی در مورد آینده کارلوس کروش در تیم ملی گفت: «من هم واقعا نمی دانم. در حیطه وظایف من هم نیست که در مورد این مسئله سوال کنم. اما این را می دانم که واقعا ما از یک مربی چه می خواهیم؟ گفتند این تیم ستاره ندارد اما دیدید که در بازی رفت و برگشت کره را شکست دادیم. کروش مربی و انسان بزرگی است. ماندنش به نفع فوتبال ایران است. ما باید از او غیر از مربیگری در بخش های دیگر فوتبال استفاده کنیم. باید به فکر فوتبالمان باشیم. شما چه کسی را بزرگ تر از کروش می خواهید؟ مگر اینکه مورینیو یا پپ گواردیولا را بباوریم. او برای فوتبال ما خیلی زحمت کشید.»

بازتاب راهیابی ایران به جام جهانی

آسوشیتدپرس: ایران با شکست کره بلیت جام جهانی را گرفت

آسوشیتدپرس در گزارشی از بازتاب پیروزی ایران مقابل کره جنوبی نوشت: ایران با شکست کره جنوبی بلیت راهیابی به جام جهانی را دریافت کرد.

آسوشیتدپرس در گزارشی به بازتاب پیروزی ایران مقابل کره جنوبی و راهیابی شاگردان کی روش به جام جهانی ۲۰۱۴ پرداخت و نوشت: ایران با نتیجه یک بر صفر کره جنوبی را در ورزشگاه جام جهانی اولسان شکست داد تا هر دو تیم بلیت راهیابی به جام جهانی برزیل ۲۰۱۴ را به دست آورند.

گل نیمه دوم رضا قوچان نژاد ایران را صدرنشین گروه A کرد؛ در حالی که کره جنوبی با تفاضل گل بهتر نسبت به ازبکستان در مکان دوم قرار گرفت.

کره ای ها تیم برتر میدان در نیمه اول بودند و با وجود موقعیت های خوب سون هیونگ مین و لی میونگ جو نتوانستند قفل دفاعی عالی تعلیم یافته ایران را بشکنند. ایران در دقیقه ۶۰ پیش افتاد. یک اشتباه توسط کیم یونگ گون باعث شد تا قوچان نژاد در یک موقعیت عالی صاحب توپ شود و آن را وارد دروازه جونگ سونگ ریونگ کند.

کره به فشارهای خود ادامه داد اما نتوانست گل تساوی را به ثمر برساند. رقابت های جام جهانی ۲۰۱۴ برزیل، نهمین حضور کره جنوبی و چهارمین حضور ایران است.

ساتلايت ۵ ستاره

5 STAR SAT

آريانا TV از كابل
آريانا افغانستان از آمريكا
پيام افغان و كنال ملي



كنترل كليده كانالها از هر جاي منزل بدون نياز به سيم كشي
نصب آنتن تلويزيون و نصب تلويزيون پلاسما

نصب و راه اندازي كانالهاي
ماهواره اي در تمام نقاط انگلستان

نصب و تبديل سيستم ثابت و موتور ايزر
جهت دريافت هزاران كانال افغاني، فارسي
كرد ي، عربي، تركي و اروپايي

07817 690 167

020 8395 3114

هفت روز هفته ساعت ۹/۳۰ صبح تا ۷/۳۰ شب



Technomate
Your Digital Partner For Life

مؤسسه حسابداری اویس مدبر (لندن)

عضو انجمن حسابداران انگلیس

با مشارکت خانم مینا کوچکی

✓ ثبت حقوقی شرکتها و افراد حقیقی

Limited Companies, Sole, Partnership, LLP

✓ تهیه گزارشهای مالی و مالیاتی مورد تایید اداره مالیات

Tax, Account, VAT, CIS, PAYE

✓ تهیه برنامه های تجاری، انواع وامهای تجاری و مسکونی

Business Plans and Loans, Mortgages

✓ متخصص در بررسی و دفاع از دعاوی مالیاتی

Specialist Tax Investigations, Tax Planning

✓ خدمات ویژه برای دندانپزشکان: وام خرید کلینیک در مدت ۴۸ ساعت

Principal Accounting

7 Time House,

56B Crewys Road,

Golders Green, NW2 2AD

Tel: 0208 209 1919

Email: ovace@principalaccounting.co.uk,

Website: www.principalaccounting.co.uk

SAMYANI EXCHANGE

صرافی سمیانی

صراف قدیمی و مجاز لندن



Registered no: 540695

نقل و انتقال ارز به ایران
و سایر کشورهای جهان

شماره ثبت: 12286789

020 8332 9030

020 8286 1226

078 2886 0459

219 Lower Mortlake Road,
Richmond, Surrey TW9 2LN

www.samyanexchange.com



Cheapest flights to the middle east

Turkish Airlines

Tehran
fr £430
Return

including all tax & charges

Iraqi Airways

Baghdad
& Sulaymaniyah
fr £438
Return

including all tax & charges

Iran Air

Direct

Tehran
fr £460
Return

including all tax & charges

Turkish Airlines

Mashad
fr £441
Return

including all tax & charges

Call us now or book online

www.YouShouldTravel.com

0207 724 8455

Open Monday to Saturday 9.30am till 6.00pm

Turkish Airlines

Shiraz
fr £441
Return

including all tax & charges

Gulf Air

Dubai
fr £378
Return

including all tax & charges

Turkish Airlines

Tabriz
fr £478
Return

including all tax & charges

Business Class

Tehran
Iran Air
fr £1038
Return

including all tax & charges





حکایت آخر

حکایت

حکایت ۲

خواهنده مغربی در صف بزآزان حلب می گفت ای خداوندان نعمت! اگر شما را انصاف بودی و ما را قناعت، رسم سوال از جهان برخاستی.

ای قناعت توانگرم گردان
که و رای تو هیچ نعمت نیست
کنج صبر اختیار لقمان است
هر که را صبر نیست حکمت نیست

Story2

A Maghrabi supplicant said in Aleppo in the row of linen-drapers: 'Lords of wealth, if you were just and we contented, the trade of begging would vanish from the world.'

O contentment, make me rich
For besides thee no other wealth exists.
Loqman selected the corner of patience .
Who has no patience has no wisdom.

گلستان و بوستان سعدی، شیخ مصلح الدین سعدی، برگردان از ادوار رهاتسک/ جی. ام. ویکنز

Gulistan and Bustan Sheikh Musleh-'iddin sadi translated from the Persian by Edward Rehatsek (Gulistan) and G.M. Wickens (Bustan)

در سیرت اردشیر بابکان آمده است که حکیم عرب را پرسید که روزی چه مایه طعام باید خوردن گفت صد درم سنگ کفایت است. گفت این قدر چه قوت دهد؟ گفت هذالمقدار یحملک و مازاد علی ذلک فانت حامله. یعنی اینقدر تو را بر پای همی دارد و هر چه بر این زیادت کنی تو حمال آنی.

خوردن برای زیستن و ذکر کردن است
تو معتقد که زیستن از بهر خوردن است

Story1

It is narrated in the life of Ardeshir Babekan that he asked an arab physician how much food he must consume daily. He replied: 'The weight of one hundred dirhems will be enough. 'The king queried: 'What strength will this quantity give me?' He replied: 'This quantity will carry thee, and whatever is more than that, thou will be the carrier of it.'

Eating is for living and praying.
Thou thinkest living is for earring.

به بهانه پرواز جلیل شهناز

فاضل جمشیدی

سالها پیش که دوستانمان انتشار کتابی از استاد محمدرضا شجریان را در دستور کار داشتند، از من هم دعوتی کردند تا چند جلسه‌ای در خدمت ایشان باشم. بعدها این کتاب به نام «راز مانا» منتشر شد.

به خاطر دارم استاد شجریان هر زمان که یادی از این نمونه خالص و پرمعنای موسیقی ایرانی می‌شد عالی‌ترین مقام را برای او برمی‌شمرد و به خاطر دارم که او می‌گفت: من با صدای ساز جلیل شهناز کوک می‌شوم و آواز می‌خوانم...

امروز که یک جوان هنرمند که تعدادی اندک از جامعه امروزی او را می‌شناسند خبر پرواز استاد را برایم فرستاد. دانستم که جلیل شهناز در چه طیف گسترده‌ای از جامعه محبوب و اثرگذار بوده و هست به واقع یک جامعه را با چه محکی می‌شناسند در دنیای امروز و یک جامعه در نهایت و به جز تاریخ و فرهنگ و آثار هنری و پیشرفت‌های علمی و فنی و... به چه چیز خود می‌نازد؟ جز به فرهیختگان و هنرمندان و دانشمندان و انسان‌های برجسته و اثرگذار...

همزمانی تحولات اخیر جامعه و انتخاب حسن روحانی به عنوان انسانی معتدل و علاقه‌مند به فرهنگ و هنر و درگذشت این بزرگمرد تاریخ هنر ایران فرصتی است که دل و جانمان را روانه کنیم به سمت و سوی کسانی که سال‌های سال

با نغمه‌های سازشان به مردم این سرزمین عشق و مهر و آرامش را هدیه کرده‌اند و کوتاهی‌ها را جبران کرده‌اند و این مهم که نقش و رنگ و نغمه تمام هنرمندان این سرزمین چه میزان موثر است قطعاً یک جامعه با تعداد جمعیتش در جهان امروزی اهمیت نمی‌یابد، آنجا که نام بزرگان و اثرگذارانش را می‌برند، می‌توان امتیاز داد و به آن بالید...

جلیل شهناز اکنون پرواز کرد و رفت و درد و رنج و آلام هنرمندانی که فقدان او را عمیقاً درک کرده و آن را خسارتی جبران‌ناپذیر می‌دانند به میزان قابل مقایسه است با تمام کسانی این حادثه غم‌انگیز و خسران بزرگ را خیلی زودتر از آن چیزی که تصور کنیم از یاد می‌برند و تنها در نظرشان خبری و تشییعی و تدفینی و ترحیمی می‌ماند و بس... در این میان بیشترین انتظار از هنرمندان بازمانده از این قافله که مدعی ادامه راه اویند است و مسئولین و دست‌اندرکاران هنری کشور که باید با شایستگی آرزوی هنرمندان را برآورده کنند و به ارتقای موسیقی و پرورش نسل جوان به عنوان ادامه‌دهنده راه او بیندیشند و تنها به خود نپردازند.

انتظار می‌رود که نگاه و عمل مدیران اجرایی کشور به‌ویژه در حوزه فرهنگ و به‌خصوص عرصه پربر و شاخه میوه موسیقی، بیش از پیش و با مسئولیت‌پذیری فراوان‌تر و استفاده از تمام اندیشمندان این عرصه و توجه به شایسته‌سالاری، به وظایف خود عمل نمایند و بدانند که اگر جلیل شهنازها، ذوالفقون‌ها، صفوت‌ها و نوری‌ها می‌روند جایگزین ندارند و هرگونه کوتاهی در هنرمندان موسیقی هیچ‌گاه از ذهن نوجوانانی که بعدها اساتید این کشور خواهند بود، پاک نخواهد شد.

مرهم ادبی برای زخم تقدیر

علیرضا محمودی



فهیمة رحیمی (۱۳۹۲-۱۳۳۱) یکی از مهم‌ترین نویسندگان ادبیات داستانی پس از انقلاب محسوب می‌شود. این اهمیت از نفوذ و گسترش بدون تردید آثار این زن خانه‌دار نشأت می‌گیرد که بین‌سال‌های پایانی دهه شصت تا سال‌های میانی دهه هفتاد ستاره بی‌رقیب داستان نویسی فارسی بود. رحیمی بدون هیچ حمایت و هدایتی از سوی جریان نقد ادبی و نشریات روزگار خود و تنها با تکیه بر موفقیتهای چشمگیر آثارش توانست فضای ادبیات داستانی عامه‌پسند را که ستاره‌هایش مردان نویسنده بودند به سوی نویسندگان زن و آثارشان سوق دهد و بزرگ‌ترین کاری که یک نویسنده عامه‌پسند می‌تواند با آثارش را شکل بدهد، به وجود آورد. او بازار تازه‌یی به وجود آورد. بازاری که تولید و عرضه و مصرفش بیش از او وجود نداشت: بازار داستان‌های زنانه. رحیمی فرزند خانوادگی متوسط از خیابان شهباز تهران، تحصیلات حوزوی در مدرسه عملیه آب منگل و تحصیلات آکادمیک ادبیات در دانشگاه را به خاطر مسائل خانوادگی رها کرد. در سال ۱۳۶۷ دست نویس اولین رمانش را با عنوان بازگشت به خوشبختی به چند ناشر ارائه داد و در نهایت نشر چاکوک پذیرفت که روی این داستان عاشقانه سرمایه‌گذاری کند. بازار کتاب در آن سال‌ها تشنه یک نفس هوای تازه بود. ترجمه‌های ذبیح‌الله منصوری و جنایی‌های محقق و عاشقانه‌های سوزناک ثامنی تنها سرمایه بازار کتاب برای جذب مشتری‌هایی بودند که در بازار خالی صنعت سرگرمی آن سال‌ها دنبال بهانه مناسبی برای دست به جیب شدن بودند. رحیمی با نثری متناسب با سلیقه روز و با تکیه بر سنت‌های داستان نویسی بزرگان نسل قبل که یا نقاب در خاک یا قلم را غلاف یا ترک دیار کرده بودند با موفقیتی همه‌جانبه روبه‌رو شد. نامش در طی یک دهه با تیراژهای بالا و موفقیت‌های تجاری گره خورد. بیش از بیست رمان از رحیمی در گونه رمانس‌های عاشقانه منتشر شده که در میان آنان زخم خوردگان تقدیر، اتوبوس و پنجره، بدون شک در تاریخ ادبیات داستانی ایران آثاری نمونه‌یی محسوب می‌شوند. بدون شک موفقیت بزرگ فتانه حاج سید جوادی و رمان بامداد خمار در میانه دهه هفتاد مدیون به وجود آمدن بستری بود که فهیمة رحیمی بانی ایجاد آن بود. بستری که هنوز زنده است و بیشترین تعداد نویسنده و بیشترین تعداد مخاطب و ناشر فعال در بازار کتاب را به خود اختصاص داده است. موفقیت آثار رحیمی فقط مختص زنان خانه‌دار نیست. بر اساس یک نظر سنجی (ماهنامه کتاب ماه / فلسفه / خرداد ۱۳۸۰) محبوب‌ترین نویسنده ایرانی دانشجویان دانشگاه تهران بعد از صادق هدایت، فهیمة رحیمی معرفی شده است. انتشار خبر درگذشت فهیمة رحیمی بر اثر بیماری سرطان معده توسط فرزندش، پایان نوشتن نویسنده‌یی است که به زندگی روزمره بسیاری از زنان و مردان ایرانی معنایی فراتر از بودن می‌داد. آنها بدون شک با توصیف‌های سوزناک نویسنده گوشه‌گیر و محبوب خود اشک‌های بسیاری ریخته‌اند. بدون شک آنها امروز با نویسنده دیگری زندگی روزمره خود را طعم و لحن می‌دهند، اما فهیمة رحیمی تا زمان زنده بودن این جریان همیشه زنده نامی خواهد بود از یک دوران. دورانی که زخم خوردگان تقدیر به دنبال یک پنجره نه کانال‌های ماهواره که قفسه کتابفروشی‌ها را زیر و رو می‌کردند.