

با معرفی احتمالی اعضای کابینه دولت توسط ریاست جمهوری منتخب به مجلس

## لهجه غربی اعضای کابینه روحانی

به تلاش‌ها برای احیای روابط تیره با اروپا و فراهم شدن امکانات برای انجام معامله پس از آغاز دوباره گفت‌وگوهای هسته‌یی کمک کند. اما وجود اطرافیان تحصیل کرده غرب در اطراف روحانی به معنای آن نیست که ایران پس از پیروزی او در مسیر کاملاً جدیدی قرار گیرد. آسوشیتدپرس افزود که «روحانی که یک روحانی و مذاکره‌کننده هسته‌یی ارشد پیشین ایران است، در مقابل نظام اسلامی قرار ندارد» و در عین حال اشاره کرد که در تمامی موارد مهم رهبر ایران حرف آخر را می‌زند.

این گزارش حاکی است که روحانی که وجهه بین‌المللی ایران است، به جای آن که در صحنه جهانی به انتقادات تند بپردازد، وظیفه تدوین صورت جدیدی از گفت‌وگو را به عهده خواهد داشت.

این گزارش در ادامه به برخی از اسامی مطرح‌شده احتمالاً در کابینه و پست‌های کلیدی دولت روحانی حضور خواهند داشت پرداخته و به اسامی نظیر محمود واعظ، محمدجواد ظریف و حسین موسویان اشاره کرده است. در ادامه به حسن فریدون برادر روحانی به عنوان کسی که به چپ‌نش اعضای کابینه او کمک می‌کند، اشاره شده است. آسوشیتدپرس همچنین به محمد نهاوندیان، محمدرضا نعمت‌زاده به برای تصدی وزارت نفت اشاره می‌کند و می‌افزاید که با این حال نام بیژن زنگنه نیز مطرح است.

در پایان نیز به گزارشات درباره انتخاب احتمالی محمد فروزنده به عنوان مذاکره‌کننده هسته‌یی، یا علی اکبر ولایتی برای وزارت امور خارجه اشاره می‌کند و نام دیگری که در این گزارش مورد توجه قرار گرفته علی جنتی برای تصدی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی است که فرزند آیت‌الله جنتی است.

خبرگزاری آمریکایی آسوشیتدپرس در گزارشی با عنوان «حلقه اطرافیان نزدیک رییس جمهور ایران لهجه غربی دارند» به موضوع تحصیل عده‌ای از اطرافیان حسن روحانی در دانشگاه‌های غربی توجه ویژه‌ای نشان داد و البته به نقل از برخی کارشناسان تأکید کرد که تحصیل در غرب به معنای داشتن تفکر غربی نیست.

درست چند روز بعد از پیروزی حسن روحانی در انتخابات اخیر ایران، مشاوران ارشد و متحدان او در جلسه‌ای استراتژیک پشت درهای بسته در اتاق فکری که ریاست آن را رییس جمهور جدید بر عهده دارد گرد هم جمع شدند. این گروه برنامه‌ها، یادداشت‌ها و گزارشات سیاسی و علاوه بر این‌ها چیزی جدید را با خود همراه داشتند و آن مدارک دانشگاهی اخذ شده از دانشگاه‌های غربی بود!

آسوشیتدپرس افزود که انتظار می‌رود روحانی بلافاصله پس از ادای سوگند، اعضای کلیدی دولتش را اعلام کند. به احتمال خیلی زیاد، هسته تیم او متشکل از شخصیت‌هایی خواهد بود که دارای مدارک دانشگاهی از دانشگاه‌هایی در کالیفرنیا، واشنگتن و لندن هستند. خود روحانی هم در اسکاتلند تحصیل کرده است. این خبرگزاری ادامه داد که آن‌چه روشن نیست این موضوع است که آن‌ها واقعا تا چه اندازه می‌توانند در سیاست‌های ایران نفوذ داشته باشند و به تقویت دیپلماسی ارتباطی احتمالی نظیر گفت‌وگوی مستقیم با آمریکا یا پیشرفت احتمالی در مذاکرات درباره برنامه هسته‌یی ایران بپردازند.

در ادامه این گزارش آمده است: تردید اندکی وجود دارد که روحانی رویکردی بسیار آرام‌تر و سنجیده‌تر را دنبال خواهد کرد. این خود به تنهایی می‌تواند



قلندر شهر قصه خاموش شد

صفحه ۵

علی پاکپور (لندن) سراف مجاز سال ۱۳۳۳

Tel: 020 8868 8788 / 07979 616161  
Fax: 020 8866 5517 / 020 8866 7373

Foreign Exchange Established in 1953

Registered with:  HM Customs and Excise

نشانی ایمیل: ali.pakpour@yahoo.com  
نشانی اینترنت: ali-pakpour.com/table.htm  
نشانی پستی: P.O.Box 534, Pinner HA5 9EL

ایام هفته	چهارشنبه	پنجشنبه	جمعه	شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه شنبه	چهارشنبه
۲/۵/۹۲	۳/۵/۹۲	۴/۵/۹۲	۵/۵/۹۲	۶/۵/۹۲	۷/۵/۹۲	۸/۵/۹۲	۹/۵/۹۲	۱۰/۵/۹۲
دلار آمریکا	از: ۳۱۰۰۰ تار: ۳۱۲۰۰	از: ۳۱۲۰۰ تار: ۳۱۵۰۰	از: ۳۱۲۰۰ تار: ۳۱۴۰۰	از: ۳۱۰۰۰ تار: ۳۱۴۰۰	از: ۳۱۵۰۰ تار: ۳۱۸۰۰	از: ۳۱۵۰۰ تار: ۳۱۸۰۰	از: ۳۱۵۰۰ تار: ۳۱۷۰۰	از: ۳۱۴۰۰ تار: ۳۱۸۰۰
پوند انگلیس	از: ۴۵۵۰۰ تار: ۴۸۰۰۰	از: ۴۶۰۰۰ تار: ۴۸۵۰۰	از: ۴۶۰۰۰ تار: ۴۸۵۰۰	از: ۴۶۵۰۰ تار: ۴۸۵۰۰	از: ۴۷۰۰۰ تار: ۴۹۰۰۰	از: ۴۷۰۰۰ تار: ۴۹۰۰۰	از: ۴۶۵۰۰ تار: ۴۸۵۰۰	از: ۴۶۵۰۰ تار: ۴۹۰۰۰
یورو	از: ۴۰۳۰۰ تار: ۴۱۳۰۰	از: ۴۰۵۰۰ تار: ۴۱۵۰۰	از: ۴۱۰۰۰ تار: ۴۱۷۰۰	از: ۴۱۰۰۰ تار: ۴۱۷۰۰	از: ۴۱۵۰۰ تار: ۴۲۰۰۰	از: ۴۱۵۰۰ تار: ۴۲۰۰۰	از: ۴۱۰۰۰ تار: ۴۲۰۰۰	از: ۴۱۳۰۰ تار: ۴۲۳۰۰

To reach your Iranian audience  
talk to “Persian Weekly” first!

If you would like to advertise in The Persian Weekly Paper please contact:

Tel: 07811000455 - ad@persianweekly.co.uk



تحصیل در انگلستان تخصصی 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](http://www.iranianstudy.co.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](http://www.sarrafi.co.uk) بازدید نمائید.

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



تلفن رایگان: 08081201012 Free Phone





## 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

سخت است برای مرگ یک هنرمند تیتز گذاشتن

عرصه هنر ایران متأسفانه اساتید خود را از دست می‌دهد بسیاری از هنرمندان کشور بدون داشتن حتی جایگاه آکادمیک در حال از دست دادن آخرین امیدهای خود هستند و با مرگ یا از کار افتادگی آنها، عملاً آن رشته هنری با کاستی روبه‌رو می‌شود. از دست رفتن بخشی از سرمایه های معنوی کشور در سایه بی‌توجهی به حفظ و نگهداری از میراث غیرمکتوب آن صورت می‌گیرد. با نگاهی کوتاه به تفاوت عملکرد مدیریت فرهنگی در ایران و غرب می‌توان به پرکاری آنها و عمق غفلت خود پی ببریم. در دهه ۶۰ زمانی که یکی از هنرمندان سینما و تلویزیون به کشوری اروپایی سفر می‌کند، شهردار شهر محل اقامت آن هنرمند به افتخار حضور یک بازیگر سرشناس ایرانی در آن شهر مهمانی مفصلی برگزار می‌کند و ضمن تقدیر از آن هنرمند، خواستار ماندن در آن شهر و انتقال تجربیاتش به اهالی آنجا می‌شود. این رفتار یک مدیر در شهری اروپایی با یک هنرمند خارجی است. کدامیک از ما رفتاری مشابه با هنرمندان داخلی را توسط مدیران فرهنگی داخلی به یاد داریم؟

در این میان هنوز هنرمندان سرشناسی داریم که به دلیل کهنوت سن دیگر نمی‌توانند مانند گذشته کار کنند. هنرمندانی که بی‌توجهی ما و بی‌تفاوتی مسئولان فرهنگی آنها را به گوشه‌تنباهی کشانده است. هنرمندانی که هر از چندگاهی خبر فوت آنها باعث می‌شود که رسانه‌ها به خود بیایند و مدیران پیام تسلیت صادر کنند و باز هم شرایط بعد از یکی دو روز مانند گذشته شود. شاید توقع اینکه یک مدیر ایرانی مانند آن مدیر اروپایی عمل کند و به افتخار هنرمندی در آن شهر حضور یافته مهمانی برگزار کند و موجبات ماندگاری وی و انتقال تجربیاتش را فراهم آورد، کمی آرمان‌گرایانه باشد. اما می‌توان توقع داشت که حداقل در زمینه ایجاد مکان و جایگاهی برای حمایت هنرمندان ایرانی گامی برداشته شود.

به هر روی دهه ۴۰، دهه شکوفایی هنر مدرن ایران بود. هنرمندان این دوره روح زمانه‌شان مدرن بود چه دست در نقاشی داشتند، چه تئاتر و ترانه و... محمود استاد محمد یکی از همان دهه چهل‌ها بود. همان‌هایی که در جست‌وجوی افسانه‌های سنتی‌شان بودند، روزگار «شهر قصه» و خر خراط. چه شد که استاد محمد پیش از آنکه چشم از جهان ببندد، دل از صحنه بست؟

در پایان امیدوارم که مسئولان دولت جدید ایران به هنرمندان و تحصیلکردگان و صنعتکاران خود اهمیت کافی و وافی داشته باشند تا در آینده نه چندان دور شاهد تجلی آثار این هنرمندان قبل از مرگ باشیم. سردبیر

آتش دورخ نصیبم باد، ولی من همچنان به تو عشق می‌ورزم! و آن هنگام که دیگر عاشق تو نباشم، هر و مرج باز خواهد گشت.  
اتللو، پرده سوم، صحنه سوم.

Perdition catch my soul, But I do love thee!  
And when I love thee not, chaos is come again.  
Othello, Act III, sc. 3.

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

## اشتراک هفته نامه

علاقه‌مندان 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 می‌نماید. دوستان می‌توانند 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 می‌شود و طبعاً آثار باید مستقیم یا غیر مستقیم به این موضوع مرتبط باشند. با توجه به این مورد، هیچ‌گونه 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 نمائید!

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

۴- هر مطلب ارسالی باید دارای عنوان (تیتز)، و توضیح کوتاه یک جمله ای (سوتیتز) برگرفته از خود متن باشد. ضمناً با توجه به قالب صفحات نشریه، مشخص کنید که مطلب خود را برای انتشار در کدام صفحه نشریه ارسال می‌کنید. 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 نمائید. در صورت عدم دسترسی به عکس مورد نظرتان می‌توانید 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 می‌توانند 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 ترجیحاً 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 info@persianweekly.co.uk ارسال نمائید.

## هفته نامه پرشین

اجتماعی، فرهنگی، هنری



هفته نامه پرشین به هیچ گروه و ارگان سیاسی و غیر سیاسی وابسته نمی‌باشد و صرفاً در جهت اطلاع رسانی صحیح گام بر می‌دارد. تمامی مطالب از سایت ها، روزنامه های معتبر، مقالات رسیده و خبرگزاریهای رسمی با ذکر نام نویسنده انتخاب و به چاپ می‌رسد.

مدیرمسئول و سردبیر:  
عباس نجفی زرافشان  
editor@persianweekly.co.uk

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

امورمالی و بازاریابی:  
محسن غفاری  
mohsen@persianweekly.co.uk

عکاس: امید مهاجرانی

امور پخش و توزیع: فریدون تیراز: ۳۰۰۰ نسخه چاپی

Tel: 020 7193 5592  
Fax: 020 7023 4921

www.persianweekly.co.uk  
info@persianweekly.co.uk



www.facebook.com/persianweekly



www.twitter.com/persianweekly

هفته نامه پرشین از نوشته های نویسندگان و خوانندگان استقبال کرده ولی در ویرایش آنها آزاد است. مسئولیت آگهی ها و صحت آنها بعهده 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 ۰۶۷۶۲۵۱۱ به تاریخ اول دسامبر ۲۰۰۸ محفوظ است.



آب رسانی، تصفیه آب، جلوگیری از وقوع سیل و کنترل سیلاب ها، همچنین حفاظت از آنها برنامه ریزی و سرمایه گذاری می کند و موسساتی برای مدیریت منابع آب و تاسیسات مربوط به آن ایجاد می نماید. در مرحله تنظیم سیاست ها، سیاستمداران از طریق پارلمان یا دیگر چارچوب های سیاسی تلاش می کنند تصمیماتی روی اولویت های سیاسی و برنامه ها اتخاذ نمایند و بعد از طی مراحل اداری این تصمیمات را به اجرا در آورند.

**ج) رابطه آب و سیاست در سطح منطقه ای**  
رابطه آب و سیاست در سطح منطقه ای، سیاست های بین کشورها درباره تخصیص، توزیع، کنترل و کیفیت منابع آب است که می تواند موجب تنش یا همکاری بین آنها شود. برخی رابطه آب و سیاست در سطح منطقه ای را میان ارتباط بین منابع آب و سیاست خارجی می دانند که چگونگی عملکرد سیاست خارجی یک کشور برای تامین منابع آب را تبیین می کند. برای مطالعه رابطه آب و سیاست در سطح منطقه ای، منابع آبی ممتد در دو سوی مرز مورد بحث قرار می گیرد و عمده ترین اختلافات ناشی از منابع آبی مرزی درباره بهره برداری از منابع آب و مدیریت حوضه رودخانه ها پیش می آید. اما نکته قابل تامل این است که استفاده از منابع آب مشترک به یک رویکرد واحد برای مدیریت منابع آب نیاز دارد. عمده ترین بحثی که در این سطح مطرح است، این است که آیا کشورها برای تقسیم آب رودخانه ها و استفاده از منابع آب مشترک جهت دستیابی به توسعه با یکدیگر به توافق می رسند، یا توافقی بین آنها حاصل نمی گردد و تاکید بر این نکته است که چگونه می توان از درگیری اجتناب کرد و در جهت همکاری با یکدیگر به توافق دست یافت و غالباً بحث، بیشتر مربوط به ابعاد حقیقی و استراتژیک مذاکره و میانجیگری است.

**د) رابطه آب و سیاست در سطح کروی**  
در سال های پایانی قرن بیستم آب به عنوان موضوعی مهم در کانون بحث ها و مذاکرات بین المللی قرار گرفت و تقریباً هیچ نشست بین المللی که در آن، آینده جهان در هزاره سوم میلادی مطرح باشد از نمی توان سراغ گرفت که در آن آب و مدیریت آن به صورت یکی از اصلی ترین عوامل و عناصر در دستور کار قرار نگرفته باشد. در سال ۱۹۹۲ در نشست ریو، آب به عنوان یکی از موضوعات مهم مورد توجه قرار گرفت و در مفاد پایانی این کنفرانس به طور آشکار به حفاظت و برنامه ریزی برای استفاده بهینه و پایدار منابع آب جهت تامین نیازهای شرب و غیرشرب اشاره می نماید. همچنین کنفرانس های با عناوین: «آب و محیط زیست، وضعیت توسعه در آستانه قرن بیست و یکم» در سال ۱۹۹۲م در دویلین، «نقش آب در همکاری و توسعه کشورهای خاورمیانه» در تابستان ۱۹۹۴م در آنکارا برگزار شد. سیاست های کروی آب شامل بحث ها و سیاستگذاری های بین المللی منابع آب در کنفرانس های است که درباره محیط زیست و منابع طبیعی در سطح جهانی انجام می گیرد که به دنبال تنظیم و تدوین حقوق و قوانین بین الملل جهت استفاده از منابع آبی مشترک میان کشورها همچنین ایجاد همکاری بین کشورها، برای بهره برداری از منابع آبی مشترک و جلوگیری از بروز کشمکش و نزاع بر سر منابع آب است.

با ملاحظه سطوح فوق مشخص می شود که رابطه آب و سیاست در سطوح کروی و ملی در پی سیاستگذاری روی منابع آب برای ایجاد همکاری در سطوح فوق است که این سیاستگذاری ها بیشتر جنبه توصیه ای در سطح کروی و اجرایی در سطح ملی دارند. رابطه آب و سیاست در سطوح منطقه ای و محلی نیز به دنبال ایجاد همکاری در سطح منطقه ای و محلی است. اما در این دو سطح کشمکش و درگیری بر سر منابع آب وجود دارد که برآیند آن سیاست های ملی و جهانی را تحت تاثیر قرار می دهد. بنابراین، هیدروپلیتیک ترکیبی متوازن از دو واژه آب و سیاست است و تاثیر منابع آب بر سیاست و تصمیم گیری های سیاسی در سطوح محلی، ملی، منطقه ای و کروی که می تواند موجب تنش یا همکاری در این سطوح شود را مورد مطالعه قرار می دهد.

سیاسی شود. به عبارتی هرگاه آب نقش مهم و موثری در مسائل سیاسی کشورها ایفا کند و نوعی هنجارشکنی در مسائل سیاسی برون مرزی کشورها ایجاد نماید، آب ساختار سیاسی موثری دارد. افزایش تقاضا برای آب در قرن بیست و یکم فشار بیشتری روی منابع آب وارد می کند و سیاستمداران و دولت ها مجبور می

هیدروپلیتیک ترکیبی متوازن از دو واژه آب و سیاست است و تاثیر و نقش آفرینی منابع آب بر روابط سیاسی کشورها را مورد مطالعه قرار می دهد. افزایش تقاضا برای مصرف آب و مدیریت ضعیف منابع آب موجبات تنش بر سر استفاده از منابع آب هم در درون کشورها و هم در روابط بین کشورها را فراهم کرده است. این

## جنگ آب در هزاره سوم

نقش آفرینی منابع آب بر روابط سیاسی کشورها

مهدی حسین پورمطلق - کارشناس ارشد جغرافیای سیاسی

THE WAR OVER YOUR WATER IS ABOUT TO BEGIN



شوند مسائل مربوط به آب را در راس برنامه های خود قرار دهند. اگرچه آب یک منبع قابل تجدید است، اما کاهش دوره های خشکسالی به خاطر افزایش میزان تجزیه آب، کاهش کمی و کیفی منابع آب از یک سو و سیاسی کردن استفاده از منابع آب، افزایش تقاضا برای مصرف آب در بخش های صنعت و به ویژه کشاورزی برای تولید غلات و مدیریت ضعیف منابع آب از سوی دیگر، در آینده بحران آب را تشدید خواهد کرد. در کنفرانس «آب و محیط زیست، وضعیت توسعه در آستانه قرن بیست و یکم» در ژانویه ۱۹۹۲ در دویلین چنین اظهار شد: «کمیابی و استفاده غیرمعتاد از منابع آب شیرین مشکلات جدی و قابل ملاحظه ای را برای توسعه پایدار و حفاظت محیط زیست ایجاد کرده است. این موضوع بهداشت انسان ها، امنیت غذایی، توسعه صنعتی و سیستم های اکولوژیکی را در معرض خطر قرار داده است. مگر اینکه از منابع آب و خاک در طول دهه حاضر (دهه ۱۹۹۰م) و دهه های آینده به طور موثر بهره برداری شود.

### رابطه منابع آب و مسائل سیاسی

به طور کلی رابطه میان منابع آب و مسائل سیاسی را می توان در سطوح زیر بررسی کرد:

### الف) رابطه آب و سیاست در سطح محلی

تحلیل سیاسی در این سطح، روابط محلی اجتماعی حاصل از شکل قدرت را مورد توجه قرار می دهد. مسئله اصلی در این قسمت تاثیر منابع آب و سیاست های مربوط به آن بر روابط اجتماعی و اختلافات و تنش های محلی است که ممکن است بر اثر آن، در یک منطقه از کشور یا ناحیه جغرافیایی رخ دهد. در بسیاری از کشورها ضعف مدیریت منابع آب رقابت شدیدی میان گروه های داخلی جامعه که هر کدام دارای منافع و علایق خاص هستند را برانگیخته است.

### ب) رابطه آب و سیاست در سطح ملی

میان سطوح مختلف رابطه آب و سیاست، حکومت و دستگاه های دولتی در تنظیم و اجرای سیاست ها و خط مشی های مربوط به منابع آب در داخل کشورها نقش اصلی را برعهده دارند. هر کشور به طور کلی دارای سیاست های مربوط به منابع آب در بخش های مختلف (آشامیدنی، کشاورزی و صنعت) است و برای ایجاد تاسیساتی جهت ذخیره سازی،

موضوع در مورد رودخانه های بین المللی کاملاً مشهود است. در این مجال سعی بر آن شده است که ضمن بررسی وضعیت منابع آب در جهان به کنش میان منابع آبی و سیاست های اتخاذ شده در مناسبت های سیاسی اشاره ای اجمالی صورت گیرد.

وضعیت منابع آب در جهان آب مایه حیات و تداوم زندگی موجودات زنده، وابسته به آن است. همچنین آب عامل اساسی در پیدایش اجتماعات و تمدن های بشری است. امروزه حجم کل آب کره زمین که منبع زندگی تمام موجودات به شمار می رود از زمان تشکیل تاکنون، تقریباً ثابت و غیرقابل تغییر مانده است. این منابع آب حدود ۴/۵ میلیارد سال پیش به وجود آمده است. مقدار کل آب موجود در کره زمین ۱۶۵۰ میلیون کیلومترمکعب است، که تقریباً ۹۷ درصد از آن برای مصارف انسانی غیرقابل استفاده اند و تنها سه درصد منابع آب شیرین وجود دارد که در مجموع ۷۸درصد از منابع آب شیرین هم به طور مستقیم در دسترس نیستند به این دلیل که یا در یخچال ها و سفره های آب زیرزمینی قرار دارند، یا اینکه آلوده شده اند. به عبارت دیگر ۲/۳درصد آب های شیرین در توده های یخ و کلاهک های یخی قطب و سفره های آب زیرزمینی محصور شده اند. در یک قرن گذشته با افزایش جمعیت و بالا رفتن استانداردهای زندگی، رشد اقتصادی و پیشرفت های صنعتی و توسعه کشاورزی، مصرف آب افزایش یافته و این امر منجر به کاهش سرانه آب شده است. در حال حاضر مصرف آب سه برابر شده که از این مقدار ۲۳۰ درصد ناشی از رشد جمعیت و بقیه نتیجه افزایش سرانه مصرف آب بوده است. در طول قرن گذشته بهره برداری از منابع آب جهان هفت برابر و مصارف صنعتی ۳۰ برابر شده است و تقاضا بر آب هر سال ۲/۳درصد افزایش می یابد. اجلاس جهانی توسعه پایدار در ژوهانسبورگ، معضل آب را به عنوان یکی از چالش های فرامرزی جهان مطرح کرده بود. دسترسی به آب آشامیدنی سالم برای امنیت انسانی و توسعه پایدار ضروری است و هنوز ۱/۲میلیارد نفر به آب آشامیدنی سالم دسترسی ندارند و ۲/۴میلیارد نفر از خدمات تصفیه آب محرومند و اگر در این زمینه تلاشی فوری صورت نگیرد، در سال ۲۰۲۵، چهارمیلیارد نفر دسترسی کافی به آب قابل شرب نخواهند داشت. همچنین دومیلیارد و ۵۰۰میلیون نفر دیگر نیز در نقاطی زندگی خواهند کرد که یافتن آب شیرین برای برطرف کردن نیازهای روزمره آنها دشوار خواهد بود. از طرفی آلودگی منابع آب به وسیله پساب های کشاورزی، صنعتی و شهری تهدیدی بر منابع آب موجود است که سبب پیدایش بیماری ها، آشفتهگی و برهم زدن تعادل اکوسیستم و بی نظمی اجتماعی خواهد شد. بیماری های ناشی از آلودگی منابع آب هرساله باعث مرگ میلیون ها انسان در سراسر جهان می شود. بنابراین آلودگی منابع آب یک نگرانی عمده ای است که در صورت عدم توجه به آن می تواند کیفیت زندگی انسان و حتی بقای نسل آتی را به خطر اندازد. اگرچه برای کره زمین به عنوان یک کل کمبود آب وجود ندارد، اما آمارهای جهانی بیانگر کاهش تدریجی سرانه آب جهان (قابل استفاده برای مصارف انسانی) است. امروز، آب به شکل آشکاری وارد عرصه سیاست بین المللی شده و تلاش های بین المللی در جهتی سازماندهی شده که آب به عنوان یکی از مهم ترین موضوعات و چالش های بشر به مجمع عمومی سازمان ملل کشانده شده و به شدت

افغانستان:

## آب را بر ایران می بندیم؛ مذاکره هم نمی کنیم!

در سال های اخیر، بحران آب و منابع آبی در سطح جهان به مرکز توجه بین المللی منتقل و به مسأله ای کاملاً امنیتی تبدیل شده که می تواند حتی در تعیین وضعیت جنگ یا صلح میان کشورها تاثیرگذار باشد. در همین راستا، به تازگی بحث هایی درباره یک اقدام دولت افغانستان در حوزه منابع آب درگرفته که می تواند وضعیت صلح میان این کشور با ایران را به خطر بیندازد.

به تازگی موضوع ساخت سد «سلما» در افغانستان، به محور مباحثی مهم درباره منطقه تبدیل شده و تأثیر آن بر روابط ایران و افغانستان به طور جدی مورد بحث قرار می گیرد. بنا بر این گزارش، «کریستین ساینس» مانیتور از جمله مطبوعاتی است که به تازگی به این موضوع پرداخته و ابعاد آن را بررسی کرده است. این نشریه در مطلب خود اشاره می کند، پس از چهار دهه کار، پروژه سد «سلما» که تاکنون به واسطه تنش های مستمر در افغانستان، اشغال این کشور به دست نیروهای خارجی و جنگ داخلی به تعویق افتاده بود، به مرحله بهره برداری نزدیک شده است. قرار است این پروژه دویست میلیون دلاری که هند مسئول اجرای آن است، اواخر سال ۲۰۱۴ به بهره برداری برسد.

به نوشته مانیتور، مقامات افغانی می گویند، برنامه ای برای مذاکره با ایران درباره حق آب ندارند؛ اما تحلیلگران و کارشناسان غربی هشدار می دهند که نبود موافقت نامه ای در این زمینه، می تواند روابط افغانستان با ایران را - که هم اکنون نیز چندان خوب نیست - به وضعیت وخیم تری دچار کند.

«فضل احمد ذاکری»، مدیر بخش روده های هریرو و مرغاب در وزارت انرژی و آب افغانستان در این زمینه گفته است: «ما پروژه های بسیاری در افغانستان داریم و هر پروژه ای دشمنان خود را دارد؛ اما متأسفانه سد سلما سه دشمن دارد... توقف کار ممکن است. ما این سد را تکمیل می کنیم.»

ذاکری می گوید: یکی از این «دشمنان»، پاکستان است، زیرا این کشور از ساخته شدن این سد به دست هند (رقیب دیرینه خود) خشنود نیست. این در حالی است که در ماه آوریل، مقامات اطلاعاتی افغانستان اعلام کردند که طرح انفجار سد سلما با ۲۸۶۰ پاوند مواد منفجره را خنثی کرده اند. آن ها مدعی شدند که این نقشه با کمک سرویس اطلاعاتی پاکستان طراحی شده بود.

ذاکری می افزاید: دو دشمن دیگر این سد، ایران و ترکمنستان هستند، زیرا این پروژه، سبب کاهش جریان آب به سمت سرزمین های آن ها می شود. مقامات افغان تاکنون چندین بار ایران را به طرح ریزی حملاتی علیه سد سلما متهم کرده اند. در یک مورد، آن ها مدعی شدند ایران به یک فرمانده طالبان پول داده تا با دویست نیروی مسلح، خود حمله ای علیه سد ترتیب دهند. با این حال، ذاکری به صراحت اشاره می کند که هیچ گونه مدرکی مبنی بر اقدام منفی ایران علیه این سد موجود نیست و ایرانیان تنها به طور پیوسته خواستار مذاکره در این زمینه هستند. اما دلیل نگرانی ایران از این پروژه کاملاً مشخص است: در صورت ساخت سد سلما، میزان جریان آب هریرو به سمت ایران، ۷۳ درصد کاهش پیدا می کند. این در حالی است که بخش مهمی از مناطق شرقی ایران به آب هریرو وابسته هستند.

مؤسسه مطالعاتی «شرق - غرب» در سال ۲۰۱۰ با انتشار گزارشی درباره منابع آبی افغانستان، تأکید کرد که همکاری همسایگان درباره منابع آب، یک گزینه و انتخاب نیست، بلکه تنها راه موجود است. بنا بر این گزارش، نبود موافقت نامه های دوجانبه یا منطقه ای در این زمینه، تهدیدی جدی را متوجه توسعه پایدار و امنیت در منطقه کرده است.

گفتنی است، افغانستان و ایران، نخستین بار در سال ۱۹۵۰ کمیسوینی مشترک برای مدیریت منابع آبی مشترک تأسیس کردند و در سال ۱۹۷۳، توافق شد که ایران میزان مشخصی آب دریافت کند. با این حال، «شجاع الدین ضیایی»، معاون وزارتخانه انرژی و آب افغانستان می گوید، هم اکنون کابل دلیلی برای انجام مذاکرات آب با ایران نمی بیند.

وی در این زمینه گفته: «شاید آن ها نیاز داشته باشند که با ما گفت و گو کنند؛ اما ما هیچ نیازی به گفت و گو با ایران و مذاکره درباره آب نمی بینیم. در حال حاضر، نه.»

این در حالی است که ایران تاکنون همکاری فعالی در حوزه پروژه های مربوط به منابع آب و نیز تولید الکتریسیته با افغانستان داشته است. در یکی از آخرین موارد، مجید نامجو، وزیر نیروی ایران با سفر به افغانستان در ماه ژانویه، دو توربین برق ایران در هرات را افتتاح کرد.

به هر حال، به نظر می رسد ناپدید گرفته شدن رویکرد همکاری جویانه ایران در قبال مسائل مربوط به افغانستان و پافشاری دولتمردان افغان به تکروی در حوزه منافع مشترک، زمینه ای را فراهم آورده که در صورت تداوم، می تواند به طور جدی آینده روابط دو کشور را تهدید کند.



بسیاری را صرف پژوهش و کارهای تخصصی رشته اش بکند و قاعدتا زمانی نداشته تا بتواند برای مدیریت حوزه سلامت، تجربه کسب کند و از طرف دیگر، اگر خود اهل آن وزارت خانه نباشد، بعید است که پزشکان به راحتی تصمیم های او را به اجرا بگذارند و حتی بعید است که به درستی بدانند که از اساس چه تصمیمی باید گرفته شود و چه تصمیمی گرفته نشود.

اما این دوگانه ظاهرا متناقض چگونه قابل رفع است؟ گویا پاسخ ساده تر از آن چیزی است که به نظر می رسد. راه حل در مطرح کردن درست صورت مساله است. اگر بنا باشد که وزیر، فردی تصمیم گیر و به عبارتی سیاست گذار آن بخش باشد، تناقض بالا پیدا می شود، اما نهاد وزارت برای کارکردی بس متفاوت طراحی شده است.

همان مثال باشگاه فوتبال را در نظر بگیرید. وظیفه فنی و امور ورزشی باشگاه همواره برعهده کسانی است که مستقیما با فوتبال و زمین چمن درگیر هستند. در هیچ کجای دنیا معمول نیست که مدیرعامل باشگاه بخواد مثلا سرمربی یا

## وسوسه مدرک گرایی

**نامحتمل است که کسی پیدا شود و منکر نیاز به علم و دانش برای اداره امور باشد، به خصوص هر چه حوزه مدیریت بزرگ تر باشد، نیاز به مدیریت علمی و محک خورده با دانش روز، بیشتر است؛ یعنی در حالی که متخصصان و کارشناسان حوزه ای نادیده گرفته می شوند، نمی توان ادعای مدیریت کلان آن حوزه را داشت.**

حال با این وصف، پرسش اینجاست که برای تامین

(Elsevier)، ناشر تعداد زیادی از مجلات علمی معتبر، سردبیران، داوران و ویراستاران امریکایی خود را از پذیرش مقاله های پژوهشگران ایرانی که در سازمان های دولتی کار می کنند، منع کرده بود. علاوه بر منابع مالی مقالات علمی، محتوای آنها نیز ممکن است موجب تحریم شان شود. بر این اساس مقالاتی که درباره سیاست گذاری علوم نظامی و علوم و فناوری هسته ای باشند در صدر محتوای تحریم شده قرار دارند. علاوه بر اینها مهندسی نفت و محصولات مرتبط از موضوعاتی هستند که باعث تحریم مقاله نویسندگان می شوند در همین زمینه روز گذشته معاون پژوهش و فناوری وزیر علوم در واکنش به این خبر و تحریم چاپ مقالات علمی ایران «تسنیم» گفت: ایجاد محدودیت علمی برای ایران نشان می دهد که آنها گزینه دیگری برای مقابله با پیشرفت ملت ایران ندارند.

محمد مهدی نژاد نوری، معاون پژوهش و فناوری وزیر علوم با اشاره به اقدام اخیر چند انتشارات خارجی درباره تحریم چاپ مقالات علمی ایرانی اظهار داشت: این اقدام در درجه اول نشانه استیصال کشورهای غربی و امریکایی در برابر پیشرفت علمی ایران است. مهدی نژاد افزود: «ایران برای انتشار اطلاعات و مقالات علمی خود وابسته به انتشارات غربی و اروپایی نیست.»

## تحریم مقالات ایرانی در مجلات علمی دنیا

مقالات ایرانی در یکسری از مجلات معتبر علمی تحریم شد. گروه انتشاراتی تیلور و فرانسیس، به عنوان ناشر مجموعه ای از مجلات و کتب علمی عمده از مجلات زیرمجموعه خود خواسته که مقررات تحریم ایران را که از طرف ایالات متحده و اتحادیه اروپا وضع شده، رعایت کند. شبکه خبری «بی بی سی» گزارش داده است، مطابق سیاست جدید این مجموعه انتشاراتی، مجلات زیرمجموعه آن باید خود را با سیاست وزارت خزانه داری آمریکا، که شهروندان امریکایی را از مداخله در روند انتشار مقالات ایرانی بازمی دارد، تطبیق دهند. بر این اساس وزارت خزانه داری آمریکا حکم کرده که شهروندان این کشور از هر رابطه ای با نویسندگانی که مستقیم و غیرمستقیم به «بخش های سیاسی و نهادهای دولتی ایران یا هر نهادی که به هر ترتیبی وابسته به بانک مرکزی ایران است» خودداری کنند. همچنین گروه انتشاراتی تیلور و فرانسیس تاکید کرده این تحریمها «شامل همه نهادهای آموزشی و پژوهشی ایران نمی شوند، مگر اینکه این نهادها مستقیما از طرف دولت ایران تامین مالی شوند» پیش از این نیز انتشارات هلندی الزویر



مدیر فنی تیم نیز باشد و از طرفی، معقول نیست که مدیریت یک باشگاه را به دست کسانی سپرد که تخصصشان نه در امر مدیریت که در ورزش تخصصی خودشان است. وضعیت وزارت خانه هم به همین منوال است. اگر قرار باشد که وزرا در نقش سیاست گذار و تصمیم گیر عمل کنند، نقض غرض می شود. آنها نه رییس حوزه مربوطه برای سیاست گذاری های داخلی بلکه مسوول ارتباطی و نفع آن حوزه با خارج هستند. به عبارت دیگر، وزیر بناست نقش یک مدیر اجرایی را ایفا کند و نه یک تئوریسین و نظریه پرداز. سیاست گذاری و نظریه پردازی در کسوت و کفایت متخصصان آن حوزه است که باید در ساختار بوروکراتیک وزارت خانه یا ادارات دولتی و غیردولتی کشور لحاظ شود.

در این صورت دقیق تر می توان پرسید که فرد با کفایت برای تصدی یک حوزه، باید متخصص چه امری باشد؟ البته نباید اشتباه کرد. یک پزشک می تواند یک مدیر و وزیر موفق بهداشت باشد ولی این مساله، لزوما ربطی به رشته تحصیلی اش ندارد. قاعدتا مدیریت کلان حوزه سلامت به این نیاز ندارد که شما به طور دقیق درباره غدد مغزی پژوهش کرده باشید؛ اما برای حل مشکلات پژوهشی پزشکان و در نتیجه درمان بسیاری از بیماری ها، شما نیازمند آن هستید که معاونان یا مدیرانی داشته باشید که اطلاع کافی و مناسب درباره حوزه های پژوهشی خاص داشته باشند. به همین صورت نیز، احتمالا تخصص وزیر نه در معنی مستقیم که در معنی توانایی برای سازگاری با دنیای بیرون آن وزارت خانه تعریف می شود.

نظر متخصصان، چه کسی شایستگی تکیه زدن بر مسند وزارت را دارد؟ پیش از پاسخ بهتر است کمی بیشتر این سوال باز شود. به جای انتخاب وزیر برای وزارت خانه، به عنوان یک مثال ساده و ملموس در نظر بگیرید قرار است برای یک باشگاه فوتبال مدیر انتخاب شود. احتمالا این مطالبه به حق وجود دارد که کسی مدیر باشد که اهل فوتبال باشد و مدیریت افراد غیرمرتبط، تنها باعث هدر رفتن سرمایه انسانی و مالی می شود، اما منظور از اهل فوتبال چه کسانی است؟ اگر اهل فوتبال، فوتبالیست ها باشند؛ یعنی باید مدیریت یک باشگاه را به بازیکنان قدیمی آن سپرد؟

قاعدتا یک فوتبالیست موفق در دوران بازیگری اش، بیشتر وقت و عمر خود را روی فوتبال قرار داده و اگر این طور نبوده، اساسا نمی توانسته به موفقیت در دنیای حرفه ای دست پیدا کند. حالا چگونه می تواند مدیریت یک باشگاه را به عنوان یک سازمان با نیروی انسانی قابل توجه و اجرائیات دیگر مثل تامین کردن نیازهای مالی و دعوی حقوقی و چیزهایی از این قبیل به راحتی به عهده بگیرد؟ اما از طرف دیگر، خروجی یک باشگاه فوتبال هم، چیزی جز ورزش فوتبال و قوانین حاکم بر آن نیست و ملاک ارزیابی موفقیت یک مدیر در ارتقای سطح ورزشی آن باشگاه است. قاعدتا کسانی که زمان بسیاری در این رشته فعالیت کرده و موفق بوده اند، شایسته ترین گزینه برای پیشبرد این هدف هستند.

حال فرض کنید که بناست برای وزارت خانه بهداشت، وزیر انتخاب شود. از طرفی اگر وزیر انتخابی، پزشکی مجرب باشد، برای رسیدن به موفقیت در دنیای حرفه ای حتما نیاز بوده که زمان

به تعدادی از ریاضیدانان، فیزیکدانان و محققان علوم رایانه اعطا می شود که طی سال های اخیر دستاوردهای چشمگیری کسب کرده باشند. برندگان این جایزه سالانه به مدت پنج سال و هر سال مبلغ صد هزار دلار دریافت می کنند. گفتنی است «مریم میرزاخانی» از نخبگان المپیادی ایران است که سال ۷۴ علاوه بر دریافت مدال طلای المپیاد جهانی دانش آموزی ریاضی، با کسب بالاترین امتیاز به عنوان نفر اول جهان شناخته شد. وی تحصیلات دانشگاهی اش را در رشته ریاضی در دانشگاه صنعتی شریف آغاز و مدرک کارشناسی ارشد و دکترای خود را از دانشگاه هاروارد دریافت کرد.

## ریاضیدان جوان ایرانی، برنده جایزه جهانی ریاضیات

دکتر «مریم میرزاخانی» استاد ایرانی دانشگاه استنفورد، برنده جایزه بنیاد غیرانتفاعی «سیمونز» در سال ۲۰۱۳ میلادی شد. این جایزه هرساله به ۱۳ ریاضیدان، فیزیکدان نظری و محقق علوم رایانه اعطا می شود. «جیمز و مارلین سیمونز» در سال ۱۹۹۴ بنیاد غیرانتفاعی سیمونز را با هدف حمایت از پروژه های علمی بنا نهادند. این جایزه با هدف پیشبرد پژوهش و تحقیقات در حوزه ریاضی و علوم پایه هرساله

علی سپانلو، محمد یعقوبی، حسن فتحی، رضا گوران، محمدمیر یاراحمدی، خسرو حکیم رابط، بهزاد صدیقی، قادر آشنا (مدیر اداره کل هنرهای نمایشی)، خانه هنرمندان، هیات مدیره بنیاد اکبر رادی، انجمن منتقدان و نویسندگان خانه تئاتر، کانون کارگردانان خانه تئاتر، ستاد برگزاری دومین جشنواره تئاتر شهر، مدیر مجموعه تئاتر شهر، از جمله هنرمندان و نهادهای فرهنگی بودند که هر یک در پیامی جداگانه مرگ این پیشکسوت صحنه را تسلیت گفتند. استاد محمد دو سال گذشته به دلیل ابتلا به بیماری سرطان نتوانست به فعالیت خود در عرصه تئاتر ادامه دهد. دست و پنجه نرم کردن او با بیماری در ساعات پایانی روز چهارشنبه به بستری شدن او در بخش I.C.U بیمارستان جم منتهی شد و در نهایت صبح روز پنجشنبه چشم از جهان فروبست.

## قلندر شهر قصه، خاموش شد

بعد از این سوم مرداد هر سال، خاطره مرگ مردی را یادآوری می کند که صدایش دیگر در هیچ کوچه و هیچ تماشاخانه ای نخواهد پیچید. نویسنده و بازیگر قدر تئاتر ایران محمود استادمحمد دیگر زنده نیست. خالق نمایشنامه «دیوان تئاترال» بامداد ۳ مرداد ماه بر اثر عوارض ناشی از سرطان کبد درگذشت. در پی درگذشت محمود استادمحمد، هنرمندان عرصه های مختلف تئاتر و ادبیات از فراق خالق نمایشنامه «آسیدکازم» نوشتند و پیام های تسلیت هم از سوی مسوولان، بنیادها و تشکلهای هنری منتشر شد. محمود دولت آبادی، علی نصیریان، بهزاد فراهانی، محمد

همانطور که بارها نوشته ایم، در صورت ازدیاد تعداد مشترکان و آگهی ها، هفته نامه دوام میابد و به راه اطلاع رسانی و کارهای فرهنگی خود ادامه می دهد. هفته نامه پرشین مرهون محبت های کسانی است که تاکنون به درخواست ما آگهی دهندگان و مشترکانی به ما معرفی کرده اند.

## خواننده گرامی

مخارج هفته نامه پرشین فقط از محل آگهی ها و حق اشتراک تامین می شود. هفته نامه پرشین انتظار دارد در صورتی که آن را می پسندید و ماندگاری آن را برای فرهنگ و فارسی زبانان مفید میدانید ما را یاری کنید.





نیاز مذاکرات به ائتلاف چین-ژاپن-اتحادیه اروپا

## چرا چین نگران مذاکرات صلح است؟

همکاری این سه بر سر موضوعاتی مانند مصر، سوریه و بیت المقدس سخت به نظر می رسد. اما پرسش اینجاست که آیا در صورت عدم همکاری می توانند و شکست مذاکرات می توانند هزینه اش را تقبل کنند؟

مترجم: مهناز امین فروغی

روزگاری درگیری های اسرائیل و فلسطین هر روز در صدر اخبار بود و ایالات متحده برای حفظ نفت و گاز در خاورمیانه می جنگید. آن زمان مشکلات سیاسی منطقه از لویت های مهم اقتصاد آمریکایی ها محسوب می شد. اما اکنون که چشم انداز استقلال انرژی به چشم می خورد، آیا خاورمیانه همچنان از همان میزان از اهمیت برخوردار است؟ ظاهر امر حاکی از به خطر افتادن منافع آمریکا است. تقریباً سیزده سال پس از روزی که پیمان صلح کمپ دیوید با شکست مواجه شد، مذاکرات دوباره در واشنگتن از سر گرفته شد. با این حال تغییرات زیادی از سال ۲۰۰۰ تاکنون رخ داده است.

واردات ماهانه نفت خام و سایر فرآورده های نفتی از خلیج فارس، در آوریل سال ۲۰۰۱ به ۹۶٫۷ میلیون بشکه رسید. امسال نیز بین ۵۰ میلیون تا ۶۰ میلیون بشکه در نوسان بوده است. امروز واردات گاز طبیعی از خاورمیانه نیز نسبت به سال ۲۰۰۰ کاهش یافته اما با توجه به واردات خط لوله گاز از کانادا به مراتب کم تر به چشم آمده است. آمریکا حتی از قطر و یمن واردات گاز طبیعی مایع داشته است (که البته در اصل این گاز از ترینیداد و توباگو می آید). و به طور کلی واردات گاز طبیعی از سال ۲۰۰۷ کاهش یافته است.

و چه خروج- نبوده است. بزرگترین استفاده کنندگان شرکت های باربری آسیای جنوب شرقی، منطقه دریای سرخ و شمال اروپا بوده اند.

واردات نفت از خاورمیانه برای اتحادیه اروپا نیز به اندازه گذشته اهمیت ندارد. در سال ۲۰۰۱، حدود



۲۵ درصد از واردات اتحادیه اروپا از خاورمیانه بود. سال گذشته، این عدد به ۱۵ درصد کاهش یافت، روسیه و دیگر کشورهای اتحاد جماهیر شوروی سابق به مراتب نفت بیشتری به اروپا عرض می کنند.

پس اکنون نفت خاورمیانه به کجا می رود؟ کشورهای شرق آسیا به آن وابسته هستند. برای مثال، چین حدود نیمی از نفت خام مورد نیاز خود در سال ۲۰۱۱ را از خاورمیانه تامین کرد. اما این رقم در مقابل ژاپن که ۸۷ درصد از نفت خاورمیانه را وارد می کند، رقمی ناچیز است.

البته، نفت و گاز تنها دلایل نگران کننده اقتصادی در خاورمیانه نیستند. کانال سوئز مصر همچنان یک گذرگاه حیاتی بازرگانی بوده و ظرفیت آن بین سال های ۲۰۰۱ تا ۲۰۱۲ دو برابر شده است. البته بیشترین ترافیک مربوط به آمریکا-چه ورود

در کل، اتحادیه اروپا در سال ۲۰۱۲ حدود ۴٫۴ درصد از واردات کالاهای خود را از کشورهای حاشیه خلیج فارس انجام داده است. این رقم با محاسبه مصر، اسرائیل، اردن، لبنان، سوریه و ترکیه در مجموع به ۸٫۳ درصد خواهد رسید. هر دو این سهم ها در سال های اخیر افزایش یافته است. در همین حال، تجارت چین نیز با خاورمیانه پیوسته در حال رشد است: واردات از این منطقه بین سال های ۲۰۰۷ تا ۲۰۱۱ سه برابر شده است.

تجارت بین ایالات متحده و خاورمیانه به مراتب کمتر است، اگرچه از زمان شکست در کمپ دیوید افزایش یافته است. با توجه به قراردادهای تجاری جدید، سهم ایالات متحده از واردات کالا و خدمات از این منطقه از ۳ درصد در سال ۲۰۰۰ و ۴٫۹ درصد در سال ۲۰۱۲ به حدود دو سوم افزایش

یافته است. تنها مشکل این قرارداد ها- و در کل روابط تجاری با خاورمیانه- این است که اغلب به دلایل سیاسی اتخاذ شده است.

هرگز قرار نبود بحرین، اردن و عمان به مهم ترین شرکای تجاری ایالات متحده و موثرترین منابع واردات این کشور تبدیل شوند. کشورهای دیگر ممکن بود تحت قواعد تجاری مشابه، اجناسی با قیمت کمتر به آمریکا ارائه دهند. اما تقویت روابط اقتصادی در خاورمیانه مدت زمانست که زیربنای اهداف استراتژیک است: حمایت از اسرائیل، تلاش برای انزوای ایران و حفظ حضور نیروهای نظامی در محل. در نتیجه اهمیت روابط اقتصادی آمریکا با خاورمیانه به شکلی ساختگی حفظ شده است.

با این حال، منافع اقتصادی آمریکا در خاورمیانه همچنان کم تر از آسیا و اروپاست. اما این به این معنا نیست که آمریکا تلاش سیاسی خود در منطقه را حداقل به شکلی علنی متوقف کند. جهان می توانست بار دیگر شاهد برگزاری همایش صلح اسرائیل و فلسطین توسط رئیس جمهور آمریکا و وزیر امور خارجه این کشور باشد. در سازمان ملل، مقام های آمریکایی از ادامه قتل و خونریزی مداوم در سوریه می نالند. آمریکا در متوقف کردن برنامه هسته ای ایران پیشگام است و کاخ سفیدنشین ها در تلاش برای مهار ارتش افراطی مصر هستند.

اگر آخرین تلاش واشنگتن برای صلح اسرائیل و فلسطین باز هم بی ثمر به بن بست برسد، ممکن است سال ها طول بکشد تا رئیس جمهور آمریکا بار دیگر در خاورمیانه دست به چنین اقدامی بزند. جنگ و ناامیدی آنها را مستاصل کرده و وضعیت اقتصادی نیز شفاف نیست. چین، ژاپن و اتحادیه اروپا می توانند برای پر کردن این خلاء ائتلاف جدیدی را برای برقراری صلح تشکیل دهند. همکاری این سه بر سر موضوعاتی مانند مصر، سوریه و بیت المقدس سخت به نظر می رسد. اما پرسش اینجاست که آیا در صورت عدم همکاری می توانند هزینه اش را تقبل کنند؟

منبع: فارن پالیسی

## انحراف مصر از مسیر دموکراسی

روایتی که این روزها در کاخ سفید به گوش می رسد این است که با توجه به این حوادث می توان قضاوت کرد که مصر در مسیر سوی شروع دوباره دموکراسی قرار ندارد. ارتش صحنه را برای سرکوب حزبی که موفق به کسب بیشترین آرا در اولین انتخابات دموکراتیک کشور شد آماده کرده است

هزاران نفر از مردم مصر روز جمعه، بیست و سه روز بعد از این که ارتش مصر به نام حفظ دموکراسی در این کشور کودتا کرد، در یک تظاهرات بسیار هماهنگ در میدان تحریر شعار "عشق مردم" را در حمایت از ژنرال عبدالفتاح السیسی سر دادند. او این هفته خواستار "بسج" همگانی علیه "خشونت و تروریسم بالقوه" شد. تانک ها و هلکوپترهای ارتش از جمعیت محافظت می کردند این در حالی بود که رسانه های دولتی علیه اخوان المسلمین، که رئیس جمهورشان محمد مرسی روز جمعه توسط دادستان به قتل و جاسوسی متهم شد، مبارزه می کردند.

روایتی که این روزها در کاخ سفید به گوش می رسد این است که با توجه به این حوادث می توان قضاوت کرد که مصر در مسیر سوی شروع دوباره دموکراسی قرار ندارد. در عوض ارتش صحنه را برای سرکوب حزبی که موفق به کسب بیشترین آرا در اولین انتخابات دموکراتیک کشور شد آماده کرده و از قهرمان یونیفورم پوشی سخن می گوید که خاطره جمال عبدالناصر دیکتاتور سابق را به ذهن متبادر می کند.

حرکت به سمت دموکراسی نیازمند آغاز مذاکرات مقام های نظامی مصر و کابینه غیرنظامی منصوب آنها با آقای مرسی و جنبش اخوان المسلمین جهت حل و فصل امور در یک پروسه سیاسی است. ژنرال های ارتش نه تنها در این مسیر قرار نگرفته اند بلکه ترجیح دادند اخوان المسلمین را تروریست خطاب کنند. تاکتیکی که نه تنها تحریک آمیز و جنجالی است بلکه به همان اندازه غیرقابل توجیه نیز است.

دولت آقای مرسی کشور را بد اداره کرد و به دنبال جمع کردن قدرت بود و از زمان حذف دولت وی، رهبران آن علاوه بر موضع گیری های غیرسازشکارانه، با سازماندهی راهپیمایی و تحصن ها، تاکید بر بازگردانی دولت را دارند.

با این حال در حالی که گزارش ها حاکی از تیراندازی های پراکنده توسط شبه نظامیان اسلام گرا در اعتراض های چند روز اخیر در مصر است شواهدی دال بر اتخاذ خشونت به عنوان یک استراتژی توسط اخوان المسلمین وجود ندارد. چه رسد به تروریسم که اخوان در چند دهه گذشته همواره از توسل به آن سرباز زده است. اکثر کشته شدگان از میان ۲۰۰ نفر- از زمان کودتا- توسط سربازان و یا تک تیراندازهای حامی دولت به قتل رسیده اند.

همچنین اتهامات علیه آقای مرسی، مبنی بر فرار وی از زندان در سال ۲۰۱۱ قانونی نبوده است. تبلیغات و اعتراضات سازماندهی شده ارتش شرایطی را ایجاد کرده که به سختی می توان انتظار داشت رئیس جمهور برکنار شده و یا سایر رهبران اخوان المسلمین از محاکمه و رسیدگی عادلانه بهره مند شوند.

با این حال برخی از گروه های مصری که به شدت مخالف دولت آقای مرسی بودند علیه ژنرال السیسی اعتراض سر دادند. ائتلافی از گروه های حقوق بشر با صدور بیانیه ای در روز پنجشنبه امر بدیهی را یادآوری کردند: ارتش مصر به هیچ مقام مسئول جدیدی برای مبارزه با تروریسم نیاز ندارد و حرکت مخالفان مرسی در اجرای قانون، در تقابل با قانون حاکم است. دولت اوپاما نیز با اعلام اینکه تحویل چهار هواپیمای F-۱۶ به تاخیر خواهد افتاد به نحو محافظه کارانه ای نگرانی خود را ابراز داشت.

بعید است بلندپروازی های ژنرال السیسی مهار شود، ایالات متحده نیز اقدامات بیشتری در حمایت نیروهای مسلح به جای مجازات آنها انجام می دهد. رزمایش های مشترک سالانه همچنان به قوت خود باقیست و وزارت امور خارجه نیز به ترفندی قانونی برای امتناع از کودتا خواندن اقدام ارتش در برکناری مرسی متوسل شده است. با این ترفند نیازی به قطع کمک های مالی آمریکا به ارتش نیز نخواهد بود. اگر دولت اوپاما مایل به مشاهده سرکوب گسترده و یا ظهور یک مطلق گرایی جدید در مصر نباشد، باید هرچه سریع تر اقدامات بیشتری انجام دهد.

منبع: واشنگتن پست

البرادعی:

## مرسی در آینده مصر جایی ندارد



خشونت متوقف شود زمینه را برای گفتمان فراهم خواهد کرد.

وی در پاسخ به سوالی درباره امکان حضور مرسی در گفت وگوها تأکید کرد که بعد از تحولات ایجاد شده در ۳۰ ژوئن مرسی دیگر نمی تواند در نقشه راه جدید مصر حضور داشته باشد اما گروه اخوان المسلمین می توانند در گفتمان حضور داشته باشند.

از سوی دیگر مسئول سیاست خارجه اتحادیه اروپا نیز تأکید کرد که نسبت به آینده مصر خوشبین است و خواستار ایجاد راهی برای تفاهم همه گروه های مختلف مصری شد.

وی همچنین با اشاره به دیدار با «محمد مرسی» تأکید کرد که طرحی را با مرسی برای جلوگیری از پیگرد قانونی او بررسی نکرده و افزود: راه حل نهایی به دست مردم مصر ارائه خواهد شد.

اشتون در یک ماه گذشته دوبار به مصر سفر کرده است و در سفر اخیر خود با مقامات دولت انتقالی مصر، رهبران جریان های ترمرد و انقلابی، رهبران اخوان المسلمین و گروه های حامی مرسی دیدار کرد.

مشاور رئیس جمهور موقت مصر در امور بین الملل در نشست خبری مشترک با مسئول سیاست خارجه اتحادیه اروپا خواستار توقف خشونت در کشور شد.

به نقل از شبکه خبری «المیادین»، «محمد البرادعی» مشاور رئیس جمهور مصر در امور بین الملل در نشست خبری مشترک با «کترین اشتون» مسئول سیاست خارجه اتحادیه اروپا گفت: مهمترین مسئله در حال حاضر توقف خشونت است باید کمیته های مستقلی برای بررسی حوادث اخیر تشکیل شود به محض اینکه





دهد که آمریکا و شرکای اش در بازداشتن تهران از دستیابی به سلاح هسته ای عزم راسخی دارند. مارک دابوینز، مدیر بنیاد دفاع از دموکراسی ها، در گفت و گویی که اخیرا با خبرنگاران انجام داد، خاطرنشان کرد، اوپاما باید دور جدیدی از مذاکرات با ایران را با اهرم های تقویت شده و بارز، از سر بگیرد.

برخی از حامیان تحریم های جدید با اشاره به سابقه روحانی به عنوان مذاکره کننده ارشد هسته ای، ادعا می کنند وی یک بار غرب را فریب داده و می تواند بار دیگر این اقدام را انجام دهد.

روزنامه نیویورک تایمز نیز در این زمینه می نویسد، مجلس نمایندگان آمریکا چند روز قبل از تحلیف روحانی تحریم ها را به رای می گذارد. به گزارش این روزنامه آمریکایی، این اقدام مجلس نمایندگان آمریکا، پرسش هایی را در مورد نوع پیامی که به ایران ارسال می شود، پدید آورده است.

داریوش زاهدی، کارشناس تحریم ایران در دانشگاه کالیفرنیا می گوید، اغلب مردم بر این باورند که تحریم ها در زمان نادرستی به رای گذاشته می شوند. آنها باید صبر کنند و به روحانی فرصت بدهند.

مکان ویتنورسنگوی مطبوعاتی مجلس نمایندگان آمریکا که مسئول این رای گیری است در پیامی ایمیلی اعلام کرده است که احتمالا رای گیری در روز پنجشنبه انجام خواهد شد. برخی دیگر نیز می گویند این رای گیری تا زمانی پس از پایان تعطیلات تابستانی کنگره به تعویق خواهد افتاد.

هرچند انجام این رای گیری موافقان و مخالفان زیادی دارد، برخی تحلیلگران بر این باورند که توجیه رای گیری هر چه باشد، در نهایت تهران آن را به اقدامی خصمانه تعبیر خواهد کرد که می تواند به تقویت موضع تندروها در ایران بیانجامد.

( چهارشنبه) در مورد این بسته رای گیری کند. پیش از این برخی تحلیلگران پیش بینی کرده بودند که احتمالا این بسته در کنگره به تصویب می رسد اما سنا تا ماه سپتامبر آن را تصویب نخواهد کرد. از سوی دیگر دولت اوپاما نیز امیدوار است بتواند تا اکتبر و احتمالا پایان سال جاری میلادی، تحریم های جدیدی را علیه ایران تصویب نکند.

در حال حاضر بسیاری از تحلیلگران این پرسش را مطرح می کنند که با توجه به اینکه مراسم تحلیف روحانی روز یکشنبه برگزار می شود، تصویب تحریم های جدید در فاصله ۳ روز قبل از آن اقدام صحیحی خواهد بود یا اینکه نشانه ای منفی برای تهران ارسال می کند.

به گزارش کریستین ساینس مانیاتور، با وجود اینکه تحریم ها تا زمانی که به امضاء اوپاما نرسند، اجرایی نمی شوند اما زمانی که کنگره برای تصویب بسته جدید در نظر گرفته، چندان مناسب نیست. تحلیلگران می گویند این اقدام می تواند موجب بسته شدن پنجره ای شود که با روی کار آمدن روحانی در حال گشوده شدن است. تریتا پارسی، رئیس شورای ملی ایرانی آمریکایی، می گوید، رای گیری مجلس نمایندگان آمریکا در مورد تحریم های جدید، نخستین واکنش رسمی آمریکا به پیروزی روحانی در انتخابات به شمار می رود. به گفته وی، ارسال چنین نشانه ای در این زمان، فرصتی برای تندروها در ایران خواهد بود تا روحانی را در تلاش برای تعامل با غرب محدود تر کنند.

رای گیری مجلس نمایندگان آمریکا در مورد تحریم های جدید، نخستین واکنش رسمی آمریکا به پیروزی روحانی در انتخابات به شمار می رود. اما برخی دیگر بر این عقیده اند که زمان تصویب تحریم های جدید مناسب است. بنا بر باور این کارشناسان، در حال حاضر تهران در آستانه از سرگیری مذاکرات هسته ای با غرب قرار دارد و تصویب تحریم های جدید می تواند به ایران نشان

نخبان سیاسی در ایران به این نتیجه رسیدند که احمدی نژاد فرد منتخب جمهوری اسلامی و مقام مورد نظر واشینگتن برای انجام یکی از مهمترین مذاکرات تاریخ روابط ایران و آمریکا نیست.

به هر ترتیب اوپاما به انتخاب روحانی روی خوش نشان داد. مدت کوتاهی پس از آن نیز ۱۳۱ عضو کنگره در نامه ای خطاب به اوپاما از وی خواستند دیپلماسی را به طور جدی تری در مورد ایران دنبال کند. به دنبال علنی شدن محتوای این نامه، بسیاری از تحلیلگران از اینکه کنگره سنت همیشگی



خود در اعمال فشار علیه ایران را شکسته، ابراز شگفتی کردند. اما خرسندی کارشناسان دیری نپایید چرا که چند ساعت پس از انتشار این نامه، رسانه های غربی به نقل از دیپلمات ها از تلاش کنگره برای تصویب بسته جدید تحریم ها خبر دادند. تحریم هایی که یکی از اهداف آن به صفر رساندن صادرات نفتی ایران تا سال ۲۰۱۵ است.

به نظر می رسد با وجود تلاش برخی نمایندگان برای جمع آوری امضاء به منظور به تعویق انداختن رای گیری، مجلس نمایندگان آمریکا امروز

نخستین واکنش رسمی واشنگتن به پیروزی روحانی

## رای گیری در مورد تحریم ها؛ درست یا غلط؟

توجیه رای گیری هر چه باشد، در نهایت تهران آن را به اقدامی خصمانه تعبیر خواهد کرد که می تواند به تقویت موضع تندروها در ایران بیانجامد.

یک ماه و اندی قبل، زمانی که حسن روحانی به عنوان رئیس جمهور ایران انتخاب شد، باراک اوپاما ابراز امیدواری کرد، سرانجام یخ روابط تهران - واشینگتن در دوران مدیریت این چهره تحصیلکرده غرب و میانه رو آب شود. هرچند رئیس جمهور آمریکا پیش از این نیز بارها در دوران ریاست جمهوری محمود احمدی نژاد از تمایل به مذاکره مستقیم سخن گفته بود اما بیشتر این اقدامی سمبولیک بود تا هدفی واقع گرایانه. چرا که کاخ سفید نشینان نیز مانند اغلب

## پوتین در صدد دوستی با حسن روحانی

انتظار می رود که ولادیمیر پوتین، رئیس جمهوری روسیه قبل از نیمه های ماه آینده میلادی به تهران سفر کند، این دومین سفر ولادیمیر پوتین، رئیس جمهوری روسیه به ایران از سال ۲۰۰۷ تا کنون محسوب می شود. لازم به یادآوری است که قبل از آن تاریخ هیچ رهبر یا رئیس جمهوری از سوی اتحاد جماهیر شوروی از سال ۱۹۴۳ که استالین، روزولت و چرچیل در تهران دور هم جمع شدند تا سال ۲۰۰۷ به ایران سفر نکرده بود. رئیس جمهوری روسیه تلاش می کند که روابط میان مسکو و تهران را بعد از آن که در دوران دیمیتری مدودوف، رئیس جمهوری سابق و دوران ریاست جمهوری احمدی نژاد رو به تیرگی گذاشته بود، ترمیم کند.

این گونه معروف است که مدودوف تحت فشارهای آمریکا و اسرائیل ارسال سامانه های موشکی اس ۳۰۰ به تهران را متوقف کرد، کما این که با اعمال تحریم های جهانی بیشتر علیه ایران موافقت کرد، همچنین قوانینی در خصوص ممنوعیت فروش سلاح های روسی به دولت ایران در سال ۲۰۱۰ به تصویب رساند که این مساله سبب شد تا احمدی نژاد انتقادهای تندی را متوجه روسیه و سیاست های آن کند، در آن موقع کرملین با خشونت پاسخ انتقادهای احمدی نژاد را داد که در نوع خود در تاریخ

روابط دو کشور در بیست سال اخیر بی سابقه بود. به گونه ای که سرگئی بیرخودکو، مشاور امور خارجی مدودوف، رئیس جمهوری سابق روسیه در سال ۲۰۱۰ انتقادهای احمدی نژاد را مایخولیایی توصیف کرده بود و آن چه احمدی نژاد به پیروی خاضعانه روسیه از ایالات متحده آمریکا توصیف کرده بود را رد کرد. بعد از آن سرگئی لاوروف، وزیر امور خارجه روسیه نیز اظهارات احمدی نژاد را که گفته بود روسیه دشمنی تاریخی با ایران دارد چرا که تحت تاثیر سیاست های منفعلانه قرار گرفته است را به چالش کشید و گفت که کشورش هیچ سیاستی را که در راستای منافع عالی اش نباشد، پیش نمی گیرد. اظهارات نقادانه احمدی نژاد از روسیه و اظهارات نقادانه روس ها از احمدی نژاد در آن موقع نشانه ای چیز جز بروز بحران در روابط روسیه و ایران نبود. همچنین انتظار می رود که پوتین با تهران بر سر حل بحران سوریه و چگونگی یافتن راه حلی برای خروج از بحران آن هماهنگی هایی را انجام دهد. روشن است که مواضع ایران و روسیه در برابر آن چه در روسیه می گذارد بسیار به هم نزدیک است، هر دوی آنها بر حفظ اسد در قدرت تاکید دارند. سفر قریب الوقوع پوتین به تهران فرصت مهمی برای ترمیم روابطی که به روابط استراتژیک میان دو کشور معروف شده، به حساب می آید، آن هم در سایه افزایش تنش ها در روابط مسکو و واشنگتن که با بازگشت پوتین به کرملین در سال گذشته میلادی آغاز شده است.

## 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 عکس های

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



## آغاز یک فروپاشی؟

نویسنده: اندرو شنگ، شائو جنگ  
مترجم: مجید اعزاز

تولید ناخالص داخلی چین به مدت بیش از سه دهه به طور متوسط سالانه بیش از ۱۰ درصد رشد کرده است. اما «ون جیابائو» نخست‌وزیر پیشین چین این رشد خیره‌کننده را «بی‌ثبات، نامتعادل، ناهماهنگ و ناپایدار» توصیف کرده است. او با این توصیف، بسیاری از چالش‌ها و هزینه‌های اقتصادی، اجتماعی و محیط‌زیستی همراه این رشد را برجسته کرده است. اینک، چین باید از میان دو مدل رشد مبتنی بر سرمایه‌گذاری یا مدل رشد مبتنی بر صادرات یکی را برگزیند.

مشوق‌های نامناسب و اعتبار ارزان به سرمایه‌گذاری عظیم، اما زائد منجر شده است. در عوض، این سرمایه‌گذاری در

سیستم مالیات، چین به سازمان تجارت جهانی در سال ۲۰۰۱ دست یافت. با توجه به اینکه این کشور به طور کامل به زنجیره عرضه جهانی همبسته است، رشد بهره‌وری کل عوامل نقطه ۴ درصد را فتح کرد و در این نقطه تا سال ۲۰۰۷ باقی ماند. هرچند، از آن پس، رشد بهره‌وری کل عوامل تا حدود نصف تقلیل یافت.

در واقع، اقتصاد چین رشدی معنی دار و مداوم را تجربه کرده است که با تضعیف بحران اقتصاد جهانی کند شد. بحرانی که پنج سال پیش فوران کرد. تا سال ۲۰۱۲ مشارکت سرمایه انسانی در رشد تولید ناخالص داخلی تقریباً تا صفر افت کرد، این در حالی بود که انباشت سرمایه ثابت حدود ۶۰ درصد از رشد کل اقتصاد را تأمین می‌کرد.

رهبران چین به منظور دستیابی به رشد تولید ناخالص داخلی پایدارتر و متعادل‌تر باید مجموعه‌ای از اصلاحات عمیق، معنادار و ساختاری طولانی مدت با هدف ارتقای بهره‌وری کل عوامل اجرا کنند. به ویژه این اصلاحات باید با هدف تسهیل گذار چین از مدل رشد سنتی مبتنی بر



افزایش ظرفیت تولید و زیرساخت مشارکت کرده است. این مدل نه تنها ناکارآمد است که منابع دولت را برای پشتیبانی از سرمایه‌گذاری به چالش می‌کشد و همچنین توسعه اجتماعی چین را تضعیف می‌کند.

با توجه به این رهبران چین تصمیم گرفتند تا استفاده از رشد تولید ناخالص داخلی را به عنوان معیار اصلی برای ارزیابی عملکرد مقامات رسمی متوقف کنند. در واقع، در برنامه پنج ساله دوازدهم که تا سال ۲۰۱۵ ادامه دارد، تغییر و تبدیل اقتصاد چین به مدل رشد پایدارتر مبتنی بر برابری و نوآوری هدفگذاری و تأیید شده است که رشد سالانه تولید ناخالص داخلی احتمالاً در دوران گذار به ۷ درصد افت خواهد کرد.

امروزه اغلب بحث مدل‌های رشد مبتنی بر اثر علمی «رابرت سولو» برنده جایزه نوبل است. از نظر سولو، رشد تولید ناخالص داخلی توسط دروندادهای زمین، نیروی کار و سرمایه و همه این عوامل با بهره‌وری کل عوامل تعیین می‌شود. (بهره‌وری کل عوامل یا تغییر در پرونداد به تغییرات در حجم دروندادها منحصر نمی‌شود، بلکه به عواملی مانند نوآوری تکنولوژیکی و اصلاحات ساختاری ارتباط می‌یابد.)

پس از سال ۱۹۷۸ چین با اجرای اصلاحات عمده به سه دوره رشد بهره‌وری کل عوامل که هر کدام ۵ تا ۷ سال طول کشید، دست یافته است. دوره اول در اوایل دهه ۱۹۸۰ در پی ابداع سیستم مسوولیت خانواده روستایی که بهره‌وری کشاورزی را ارتقا داد و مقدار زیادی از نیروی کار غیر ماهرین بخش را مرخص کرد تا در بخش‌های صنعتی و شهری با بهره‌وری بالاتر مشغول شوند، آغاز شد. در این دوره، رشد بهره‌وری کل عوامل سالانه به ۳ تا ۴ درصد شتاب گرفت.

دومین دوره همانند دوره‌ای است که در پی سفر جنوبی «دنگ شیائوپینگ» در سال ۱۹۹۲ صورت گرفت، دوره‌ای که او بر نیاز به حرکت به سوی یک سیستم مبتنی بر بازار - که البته توسط دولت کنترل می‌شود - از طریق بازکردن درهای اقتصاد چین به روی سرمایه‌گذاری‌های مستقیم خارجی و تاسیس منطقه‌های ویژه اقتصادی به منظور کمک به رشد صنایع صادرات محور تأکید کرد. این بار، رشد بهره‌وری کل عوامل تا حدی به دلیل فرآیند «تحرك بیشتر برای جبران عقب ماندگی» که توسط پذیرش تکنولوژی خارجی و کاردانی چین تسهیل شد، ۵ تا ۶ درصد افزایش یافت.

سرانجام، پس از اصلاحات عمده شرکت‌های دولتی و

عرضه‌اش طراحی شوند. مدلی که فرض می‌گیرد ساخت زیرساخت‌های سخت به طور خودکار به رشد تقاضا منجر می‌شود. در واقع، رشد تولید ناخالص داخلی ممکن است دقیقاً به دلیل سرمایه‌گذاری موجود در تولید و زیر ساخت‌ها که به طور گسترده توسط دولت و شرکت‌های دولتی اتخاذ شده است، در حال کند شدن باشد و با الگوی تقاضای داخلی همسو نباشد. در نتیجه در حال حاضر چین با مشکل ظرفیت اضافی کوتاه مدت مواجه است.

بهبود کیفیت رشد تولید ناخالص داخلی به اراده رهبران چین برای تصویب اصلاحات بازار محور بستگی خواهد داشت. دولت به جای اینکه به طور مستقیم سرمایه‌گذاری کند، باید روی کارکردهای تقنینی و تفیذی خود از جمله وضع و نظارت بر استانداردها، ساخت زیر ساخت‌های کارآمد مالکیت حقوق و مدیریت اقتصاد کلان تأکید کند. این دولت همچنین باید همزمان با ارتقای کیفیت آموزش، بهداشت و امنیت، فساد و خطاهای حاکمیتی را تقلیل دهد. به طور خلاصه، چین باید تمرکز خود را از دستیابی به اهداف رشد تولید ناخالص داخلی به ایجاد محیطی مناسب برای پرورش نوآوری و رقابت تغییر دهد و با این شیوه، نیروهای بازار را برای قیمت‌گذاری و تخصیص منابع، کارآمدتر کند. از این رو، دولت به یک کارگزار میانجی تبدیل می‌شود، توسعه نظم اقتصادی پایدار را تسهیل می‌کند، نظمی که در آن کمتر، بیشتر است؛ سیستمی که در آن نوآوری کمتر فرصت‌های بیشتر برای خلاقیت را ایجاد می‌کند.

شرکت‌های دولتی بدون شک نقشی مهم در مدل رشد سابق چین ایفا کردند؛ خدمات و زیرساخت‌هایی را که برای زنجیره عرضه تولید جهانی لازم فرض شده بودند، ارائه کردند. اما دسترسی به اعتبار ارزان از بانک‌های تحت کنترل دولت مشوقی برای شرکت‌های دولتی به منظور تولید ظرفیت مازاد به شمار می‌رود. ظرفیت مازادی که ریسک سیستمی در اقتصاد را افزایش می‌دهد. اصلاح مشکل ظرفیت اضافی چین مستلزم این است که شرکت‌های مربوطه خواه دولتی خواه خصوصی، از بازار خارج شوند.

در غیر این صورت، رهبران چین اصلاحات عمده ساختاری را اجرا می‌کنند. اصلاحاتی که ایجاد یک مدل رشد مبتنی بر بازار را هدف‌گذاری کرده است. در این صورت، آنها نخواهند توانست از «تله درآمد متوسط» دوری کنند؛ تله‌ای که از حضور تعداد زیادی از اقتصادهای در حال توسعه در موقعیت کشورهای پیشرفته ممانعت کرده است.

## تدبیر رهبری جدید چین برای رفع ناهماهنگی‌های داخلی چیست؟

# استراتژی جدید رشد اقتصادی

مترجم: شادی آذری  
منبع: پراجکت سندیکیت

جدل به پایان رسیده است. پس از شش سال بررسی گزینه‌ها، چین اکنون با قاطعیت قصد اجرای یک استراتژی جدید برای رشد اقتصادی را دارد. دست کم این چیزی است که از اجلاس سالانه توسعه چین برداشت می‌شود. این اجلاس مهم‌ترین گفتمان چین با جهان خارج است. در اصول اساسی این استراتژی هیچ نکته تعجب‌برانگیزی وجود ندارد: یک تغییر ساختاری در الگوی سرمایه‌گذاری و رشد صادرات-محور چین با هدف رسیدن به یک اقتصاد متوازن‌تر مشتری مدار و خدمات محور. این تغییر شکل هم نیازها را برطرف می‌کند و هم طراحی خوبی دارد.

چنین استراتژی‌ای به این دلیل اهمیت دارد که به نظر نمی‌رسد این رشد ضعیف اقتصاد جهانی بتواند تقاضای خارجی برای صادرات چین را که زمانی وجود داشت، تأمین کند. اما دلیل دیگر ضرورت چنین تغییری این است که به نظر می‌رسد رهبری جدید چین در داخل با طیف گسترده‌ای از ناهماهنگی‌های داخلی روبه‌رو است که فضا را تهدید می‌کند. بر نابرابری‌های درآمدی می‌افزاید و نابرابری‌های منطقه‌ای را نیز افزایش می‌دهد. این تغییر در استراتژی همچنین تلاشی است تعمدی توسط سیاستگذاران چینی برای اجتناب از سقوط از «خط نگران‌کننده درآمد متوسط». این خط مرحله میانی رکود است که اغلب اقتصادهای نوظهور را وقتی که درآمد سرانه در آنها به آستانه ۱۷۰۰۰ دلار می‌رسد (بر حسب قیمت‌های ثابت بین‌المللی)، به خود گرفتار کرده است.

اقتصادهای در حال توسعه که برای مدت طولانی الگوهای قدیمی را برای رشد خود به کار می‌گیرند، و شاید هم چین، ظرف ۳ تا ۵ سال آینده به این خط نگران‌کننده خواهد رسید.

اما سه دیدگاه در اجلاس امسال توسعه چین وجود داشت که اطمینان می‌داد اکنون یک تغییر ساختاری عمده در دست اقدام است و چین را قادر خواهد کرد که از سقوط به این خط درآمد متوسط اجتناب کند. نخست، یک استراتژی دقیق شهری شدن تدوین شده است که به عنوان ستون اصلی ایجاد توازن به مدد مشتری محور عملی خواهد کرد. این مساله از سوی رهبران ارشد جدید چین، نخست‌وزیر

لی کشیانگ و معاون وی ژانگ گائولی در مراسم گشایش و اختتامیه اجلاس مورد تأکید قرار گرفت. علاوه بر آن جزئیات این استراتژی نیز در بسیاری از جلسات کاری مطرح شد.

شهری شدن یکی از اجزای سازنده مصرف است زیرا توان خانوارهای چینی را در قدرت خرید بالا می‌برد. درآمد سرانه کارگران شهرنشین بیش از سه برابر درآمد سرانه کارگران روستائین است.

سهم شهرنشینان چینی از کل جمعیت این کشور در سال ۲۰۱۲ به ۵۲/۶ درصد رسید، تقریباً سه برابر سهم ۱۸ درصدی در سال ۱۹۸۰ و انتظار می‌رود این رقم تا سال ۲۰۳۰ به ۷۰ درصد برسد. اگر روند فعلی شهرنشینی هم گام با اشتغالزایی باشد، چشم‌انداز درآمد خانوارها بسیار امید بخش خواهد بود.

سرعت شهری‌شدن باید تردیدهای غربی‌ها را برطرف کند، تردیدهایی که در نگرانی از آنچه شهرهای بی روح چین خوانده می‌شود یا ترس از سرمایه‌گذاری بیش از حد، ریشه دارد. بر اساس تحقیقی که توسط مک‌کینزی و شرکا انجام شده است، با فرض اینکه سالانه ۱۵ تا ۲۰ میلیون نفر بر جمعیت شهرنشین

چین افزوده شود، این کشور تا سال ۲۰۳۰ به بیش از ۲۲۰ شهر بزرگ (دست‌کم یک میلیون نفری) نیاز خواهد داشت. این رقم در سال ۲۰۱۰ تعداد ۱۲۵ شهر بزرگ را نشان می‌داد. علاوه بر این به دلیل آنکه شهرنشینی فرآیندی سرمایه‌بر است و سهم سرمایه چین به ازای هر کارگر، که یک عامل کلیدی رشد بهره‌وری است هنوز در سطح تنها ۱۳ درصد این سهم در ایالات متحده و ژاپن است، چین دلیل خوبی دارد برای اینکه طی سال‌های پیش رو همچنان یک اقتصاد به شدت جذب‌کننده سرمایه باقی بماند.

آنچه این روزها تازگی دارد تمرکز بر جنبه‌های منفی شهری‌شدن به خصوص مساله مصادره زمین و فرسایش محیط زیست است. در اجلاس امسال یک چارچوب جامع برای «بوم-شهر» (اکو-سیتی) ارائه شد تا با هر دوی این نگرانی‌ها مقابله شود. این چارچوب مشخصاتی را در بر دارد که یک الگوی جدید برای شهری‌شدن ارائه می‌کند. در این الگو بر استفاده فشرده از زمین، الگوهای تلفیقی برای حمل‌ونقل محلی، مواد سبک‌تر برای ساختمان‌سازی و منابع انرژی بدون کربن تأکید شده است.

دومین دیدگاه مطرح شده در اجلاس توسعه چین، تمرکز دولت جدید بر تقویت شبکه تأمین اجتماعی به عنوان یکی از ارکان یک جامعه مدرن مصرف‌گرا است. به خاطر نظام کهنه ثبت خانوارها در چین، موسوم به هوکو، دسترسی به خدمات عمومی و مزایای آن قابل انتقال نیست.

در نتیجه کارگران مهاجر- طبقه فقیری از جامعه که جمعیتی ۱۶۰ میلیون نفری را تشکیل می‌دهند- از دسترسی به خدمات بهداشت و درمان، تحصیلات و تأمین اجتماعی دولتی محروم مانده‌اند.

حفره‌های خالی شبکه تأمین اجتماعی باعث شده‌اند که بر سطح بالای پس‌اندازهای پیشگیرانه مردم افزوده شود. این باعث می‌شود شکافی بین افزایش درآمد نیروی کار و قدرت خرید ایجاد شود. در اجلاس مذکور، رهبران چینی قاطعانه اظهار کردند که اصلاح هوکو هم‌اکنون مورد توجه خاص قرار گرفته است.

گرچه چنین عزمی قابل ستایش است، اما لازم است که این تلاش‌ها همراه شوند با افزایش مزایا. نظام بازنشستگی چین تنها ۴۳۰ میلیارد دلار دارایی تحت مدیریت دارد.

لو جیوی، وزیر جدید دارایی چین پیشنهادی را در این زمینه دریافت کرد که این کشور بخشی از نخبه ارزشهای خارجی خود را صرف تأمین بودجه چنین اقداماتی کند. متأسفانه وی از چنین پیشنهادی استقبال نکرد.

آخرین و احتمالاً مهم‌ترین دیدگاهی که در این اجلاس مطرح شد، مربوط بود به کیفیت عملکرد رهبران جدید چین. تیم رهبری جدید چین، از رییس‌جمهوری شی جین‌پینگ گرفته تا نخست‌وزیر لی کشیانگ، به لحاظ توانایی در تحلیل، برآورد خطرات، الگوسازی و یافتن راه‌حل‌های مبتکرانه برای مشکلات دشوار، بسیار ماهر است. علاوه بر این، تحت حمایت سازمانی کمیسیون ملی توسعه و اصلاحات، دولت چین به منابع قابل توجهی برای تدوین یک استراتژی جامع اقتصادی دست یافته است.

اما در نهایت چیزی بیش از سیاست‌های قوی و مهارت‌های تحلیلی برای مقابله با چالش‌های اقتصادی لازم است. ما شاهد نمونه‌های ناخوشایندی بودیم که طی سال‌های اخیر در غرب بارها تکرار شد و هیچ تضمینی وجود ندارد که رهبران تازه به قدرت رسیده چین بتوانند از شکست‌های مشابهی اجتناب کنند.

نگرش و استراتژی برای درک «رویای چینی» حیاتی است و رهبران جدید این کشور هم‌اکنون خواستار ایجاد آن هستند. اما لازمه آن شجاعت و عزم راسخ برای مقابله با مانعی که شاید بزرگ‌ترین سد راه آنها باشد، هست: مقاومت از سوی بلوک‌های قدرت محلی و استانی که سنگربندی‌های عمیقی هم دارند. در این جبهه بسیار حساس، کلام قدرتمند باید همراه شود با اقدامات بزرگ.





## خدمات ارزی و بازرگانی

## راوندی

HMRC &amp; FSA Registered

دفتر لندن:

24 North Audley Street,  
London W1K 6WD

jgravandi@gmail.com

Tel: 020 7499 5455

Fax: 020 7629 2974

دفتر دبی:

Tel: (9714) 227 2765

Fax: (9714) 227 7920

## آخرین نرخ‌های ارز بانک مرکزی

نرخ ارز	۱۳۹۲/۰۵/۰۹	
USD	دلار آمریکا	۲۴.۷۹۰
GBP	پوند انگلیس	۲۷.۷۴۹
CHF	فرانک سوئیس	۲۶.۶۷۲
SEK	کرون سوئد	۳.۷۸۲
NOK	کرون نروژ	۴.۱۷۷
DKK	کرون دانمارک	۴.۴۱۰
INR	روپیه هند	۴۰۶
AED	درهم امارات متحده عربی	۶.۷۵۰
KWD	دینار کویت	۸۶.۹۹۴
PKR 100	یکصد روپیه پاکستان	۲۴.۲۵۵
JPY 100	یکصد ین ژاپن	۲۵.۲۹۵
HKD	دلار هنگ کنگ	۳.۱۹۷
OMR	ریال عمان	۶۴.۳۹۸
CAD	دلار کانادا	۲۴.۰۷۲
ZAR	راند آفریقای جنوبی	۲.۵۲۲
TRY	لیر ترکیه	۱۲.۸۸۲
RUB	روبل روسیه	۷۵۲
QAR	ریال قطر	۶.۸۰۸
IQD 100	یکصد دینار عراق	۲.۱۲۲
SYP	لیر سوریه	۲۳۶
AUD	دلار استرالیا	۲۲.۲۸۱
SAR	ریال سعودی	۶.۶۱۰
BHD	دینار بحرین	۶۵.۷۷۲
SGD	دلار سنگاپور	۱۹.۴۶۵
LKR 10	ده روپیه سریلانکا	۱.۸۸۴
NPR 100	یکصد روپیه نپال	۲۶.۰۶۹
AMD 100	یکصد درام ارمنستان	۶۰.۴۹
CNY	یوان چین	۴.۰۴۲
THB 100	یکصد بات تایلند	۷۹.۱۲۵
MYR	رینگیت مالزی	۷.۶۳۱
KRW 1000	یک هزار وون کره جنوبی	۲۲.۰۹۵
EUR	یورو	۲۲.۸۶۸
KZT 100	یکصد تنگه قزاقستان	۱۶.۱۶۱
AFN	افغانی افغانستان	۴۴۱
AZN	مات آذربایجان	۳۱.۶۰۰

تام ایسی، رییس موسسه کینسلی تردینگ گفت: ممکن است رقم تولید ناخالص داخلی چندان خوشایند نباشد، اما تاثیر آن بر قیمت نفت، چندان شدید نخواهد بود. ایسی افزود: اگر رشد اقتصادی در سه ماه سوم سال افزایش نیابد، بر قیمت نفت تاثیر بدی خواهد داشت، اما رقم تولید ناخالص داخلی در سه ماه دوم سال، اگر هم تاثیری بر قیمت نفت داشته باشد، بسیار اندک خواهد بود.

به گفته کارشناسان، نوسان ارزش دلار در واکنش به تولید ناخالص داخلی، تاثیر زیادی بر قیمت کالاها و نفت خواهد داشت. واکنش بانک مرکزی آمریکا و موضع گیری آن درباره مسائلی همچون نرخ بهره و نرخ تورم، بر ارزش دلار تاثیر خواهد گذاشت. با توجه به قیمت گذاری نفت به دلار، رشد ارزش این ارز سبب کاهش مطلوبیت

## نگاه بازارهای جهانی نفت خام به آمارهای اقتصادی ابرقدرتها

کارشناسان پیش‌بینی می‌کنند چنانچه آمارهای اقتصادی چین نشان‌دهنده کند شدن رشد این کشور باشد، افت بهای نفت در روزهای پیش‌رو ادامه خواهد یافت.

به گزارش پایگاه اینترنتی شبکه خبری سی ان بی سی، چنانچه آمارهای اقتصادی چین در هفته جاری نشان دهد که فعالیت کارخانه‌های این کشور کاهش یافته است، دورنمای تقاضای نفت در این کشور آسیب می‌بیند و احتمال می‌رود بهای شاخص‌های عمده



طلای سیاه و افت قیمت آن خواهد شد. مارک و گونر، رییس موسسه اکسل انرژی گفت: من فکر می‌کنم مسوولان بانک مرکزی آمریکا به اتخاذ سیاست‌های تشویقی تمایل بیشتری دارند. در صورت اتخاذ سیاست‌های تشویقی اقتصادی از سوی مسوولان بانک مرکزی آمریکا، ارزش دلار کاهش می‌یابد و بهای نفت افزایش خواهد یافت. با این حال، وگونر پیش‌بینی کرد که رشد اقتصادی آمریکا مثبت خواهد بود که قیمت اوراق قرضه را کاهش و بازدهی آنها را افزایش می‌دهد. این مساله سبب رشد قیمت دلار و کاهش قیمت انرژی می‌شود.

## اقتصاد چین

در نهایت، اطلاعات اقتصادی چین بیشترین تاثیر را بر قیمت نفت در بازارهای جهانی خواهند داشت. مهم‌ترین عامل افت بهای نفت در هفته گذشته، آمار ضعیف تولید چین بود که به پایین ترین حد خود در حدود یک سال گذشته رسید. از سوی دیگر، عرضه نفت خام در آمریکا در هفته گذشته به بالاترین حد خود از سال ۱۹۹۰ میلادی تا کنون رسید و افت ذخیره سازی نفت این کشور نیز بسیار کمتر از پیش‌بینی‌ها بود.

کلی تئو، تحلیلگر موسسه آی جی مارکتر پیش‌بینی کرد بهای شاخص نفت دبیلو تی آی آمریکا، در همین سطح کنونی نوسان داشته باشد. وی گفت: در میان مدت، ما انتظار داریم بهای این محصول افزایش یابد و به ۱۰۸ دلار برای هر بشکه برسد. به باور تئو، کند شدن اقتصاد چین در روزهای گذشته تا حد ممکن بر قیمت نفت تاثیر گذاشته است و پس از این، تاثیر بیشتری بر قیمت نخواهد گذاشت.

با این همه، به نظر می‌رسد معتقدان به افت قیمت، در هفته جاری موضع قوی‌تری خواهند داشت. تام وبر، کارشناس موسسه آمریکایی پورتفولیو منیجرز گفت: با توجه به آگاهی عمومی نسبت به کند شدن اقتصاد چین و کاهش تاثیر مسائل ژئوپلیتیک بر بازارها، من از رسیدن بهای نفت به مرز ۱۰۰ دلار شگفت زده نخواهم شد.

نفت خام جهان کاهش یابد. به گزارش «شاننا» اگر چه در مجموع، شاخص‌های برنت و دبلیو تی آی در هفته گذشته با اندکی کاهش قیمت رو به رو بودند، بهای آنها همچنان بالای ۱۰۰ دلار باقی مانده است. با این حال بسیاری از کارشناسان باور دارند که قیمت کنونی نفت، بسیار بالاتر از سطحی است که شرایط بد بنیادهای بازار ایجاب می‌کند. جان اتان بارات، کارشناس نفتی استرالیایی، ضمن پیش‌بینی روند کاهشی بهای نفت گفت: من همچنان باور دارم که بهای نفت پنج تا هشت دلار بالاتر از سطح واقعی است و بسیار گران تمام می‌شود. بارات تاکید کرد: من چشم به راه انتشار اطلاعات اقتصادی چین در ماه اوت هستم تا از کند شدن رشد این کشور مطمئن شوم؛ چراکه اکنون بازار نفت از وضعیت اقتصادهای بزرگ جهان پیروی می‌کند. سه چهارم از کسانی که در نظرسنجی موسسه سی‌ان‌بی‌سی شرکت کردند باور دارند که قیمت‌ها کاهش می‌یابد. ۱۴ درصد از شرکت‌کنندگان در این نظرسنجی از افزایش قیمت‌ها در هفته جاری خبر دادند. بازار نفت در هفته جاری با چند رویداد مهم رو به رو است؛ از یک سو، سران سه بانک مرکزی بزرگ جهان، یعنی بانک‌های مرکزی آمریکا، اتحادیه اروپا و انگلستان با یکدیگر جلسه خواهند داشت و از سوی دیگر، اطلاعات حساس اقتصادی آمریکا، از جمله تولید ناخالص داخلی آن در سه ماه دوم سال جاری میلادی و آمار اشتغال آن در ماه ژوئیه، در هفته جاری منتشر می‌شود.

## اقتصاد آمریکا

اقتصاددانان پیش‌بینی می‌کنند در ماه ژوئیه، ۱۸۰ هزار فرصت شغلی ایجاد شود که کمتر از میانگین ۹ ماه پیش از آن، یعنی ۲۰۰ هزار شغل در هر ماه خواهد بود. از سوی دیگر، بیشتر برآوردها نشان می‌دهد رشد سالانه تولید ناخالص داخلی آمریکا در سه ماه دوم سال جاری میلادی، یک درصد بوده است.

یک شرکت انتقال گاز آلمان هشدار داد:

## احتمال رویارویی اروپا با بحران گازی در زمستان پیش رو

بزرگ‌ترین شرکت انتقال گاز آلمان درباره احتمال رویارویی قاره اروپا با افت عرضه گاز در زمستان آینده هشدار داد. به گزارش خبرگزاری رویترز از لندن، شرکت اوپن گرید یورپ (Open Grid Europe)، بزرگ‌ترین شرکت مدیریت شبکه توزیع گاز در آلمان، به مشتریان خود هشدار داد که اگر مخازن ذخیره سازی گاز به سرعت پر نشوند، انتظار می‌رود قاره اروپا زمستان امسال با افت عرضه گاز رو به رو شود.

شرکت اوپن گرید یورپ در بیانیه‌ای اعلام کرد: در صورت بروز سرمای شدید و طاقت فرسا، احتمال می‌رود عرضه گاز کاهش یابد. بنابر آمار موسسه زیرساخت‌های گاز اروپا (Gas Infrastructure)

(Europe)، به دنبال تداوم سرمای شدید در زمستان گذشته که مخازن ذخیره‌سازی گاز اروپا را کاهش داد، سطح ذخیره‌سازی‌های گاز در سراسر اروپا هم اکنون حدود ۲۰ درصد پایین تر از سطح ذخیره سازی در سال ۲۰۱۲ است.

شرکت اوپن گرید یورپ سال گذشته از سوی شرکت یی او ان آلمان به کنسرسیومی به رهبری بانک مکوتری استرالیا فروخته شد. شرکت GRT gaz فرانسه نیز هفته گذشته هشدار مشابهی داد و اعلام کرد: مشکلات عرضه گاز در زمستان می‌تواند مشتریان گاز در سراسر قاره سبز را تحت تاثیر قرار دهد. بخش عمده سهام شرکت جی آر تی گز در اختیار شرکت جی دی اف سوئز فرانسه است.

با این حال، معامله‌گران گازی با رد این هشدارها، می‌گویند که حتی اگر سطح ذخیره سازی‌های گاز پایین باشد، احتمال پر کردن سریع مخازن گاز در تابستان امسال وجود دارد. آنها می‌گویند که منابع جایگزین مانند ال ان جی نیز در دسترس خواهد بود و افت تقاضای گاز نیز نیاز خرید این سوخت پاک را کاهش داده است.





## اهدای جایزه هرمان - کستن ۲۰۱۳ آلمان به یک نهاد انگلیسی



هرمان کستن

مرکز شاعران، مقاله نویسان و رمان نویسان آلمان (پی.ای.ان) جایزه هرمان کستن سال ۲۰۱۳ خود را به نهاد «شاخص سانسور» در لندن اهدا می کند.

به نقل از خبرگزاری آلمان، نهاد «شاخص سانسور» در سال ۱۹۷۲ تاسیس شده و علیه همه انواع سرکوبی آزادی عقیده مبارزه می کند. این نهاد چهار بار در سال نیز یک مجله منتشر می کند و یک وب سایت اینترنتی نیز دارد.

هیات داوران جایزه کستن در توضیح انتخاب امسال خود اعلام کرد: این نهاد در طول حیات ۴۱ ساله خود به دلیل چشم پوشی از هر گونه جانبداری سیاسی خود را از دیگر نهادها و آثار انتشار یافته متمایز کرده است. این نهاد نقض آزادی بیان در شوروی، حکومت های تابعه آن و چین را همچون سانسور در دیکتاتوری های راستگرا و یا رژیم های بنیادگرا به انتقاد گرفته است.

جایزه هرمان کستن ۱۰ هزار یورو ارزش دارد و هزینه آن از سوی مرکز شاعران، مقاله نویسان و رمان نویسان کشور آلمان و وزارت علوم و هنر ایالت هسن تامین می شود. مراسم اهدای این جایزه در تاریخ ۱۴ نوامبر (۲۳ آبان) در شهر دارمشتات برگزار می شود و طی آن ایرینا کالیپ برنده سال گذشته این جایزه به سخنرانی خواهد پرداخت.

هرمان کستن (۲۸ ژانویه ۱۹۰۰ در گالیسیا - ۳ می ۱۹۹۶ در بازل) نویسنده و یکی از نمایندگان اصلی سبک رئالیسم اجتماعی در سال های ۱۹۲۰ تا ۱۹۳۰ در آلمان بود. در آلمان جوایز بسیاری به نام این نویسنده نامگذاری شده است. یکی از این جوایز مدال هرمان کستن است که سال ۱۹۸۵ در هشتاد و پنجمین سال تولد این نویسنده از سوی مرکز شاعران، مقاله نویسان و رمان نویسان آلمان راه اندازی شد و از سال ۲۰۰۸ این مدال به جایزه هرمان کستن تغییر نام یافت. از برندگان پیشین این جایزه می توان به گونتر گراس ۱۹۹۵، هارولد پینتر ۲۰۰۱ و آنا پولیتکوسکایا ۲۰۰۳ اشاره کرد

## دور جدید جایزه داستان کوتاه ساندی تایمز شروع شد



جایزه ۳۰ هزار پوندی داستان کوتاه ساندی تایمز، دور جدید خود را شروع کرد.

به نقل از ساندی تایمز، این جایزه که گرانترین جایزه برای یک داستان کوتاه است دور جدید رقابت خود را با اعلام پذیرش آثار شرکت کننده برای رقابت ۲۰۱۴ آغاز کرد.

در جایزه داستان کوتاه ساندی تایمز که به عنوان یکی از مهم ترین جوایز داستان کوتاه جهان شناخته می شود، امکان شرکت برای نویسندگان سراسر جهان که اثرشان را به زبان انگلیسی نوشته باشند، فراهم است.

در سال ۲۰۱۳ جونات دیان، نویسنده آمریکایی برای داستان کوتاهی به نام «میس لوری» که درباره یک جوان رنگین پوست مهاجر بود، این رقابت ۳۰ هزار پوندی (۴۷ هزار دلاری) را به نام خود کرد.

این جایزه که به داستان کوتاهی که در کتاب یا مجله ای بریتانیایی یا ایرلندی منتشر شده باشد، تعلق می گیرد، در فهرست نامزدهای سال ۲۰۱۳ خود نویسندگان شناخته شده ای چون الی اسمیت، مارک هادون و گراهام سوییفت را جای داده بود.

هیلاری مانتل، اما دوناهو، الی اسمیت، جرارد وودوارد و بی یون لی از دیگر نویسندگان مطرحی هستند که تاکنون به فهرست نهایی این رقابت راه یافته اند.

این جایزه ادبی که از سال ۲۰۱۰ از سوی روزنامه ساندی تایمز و با حمایت بانک خصوصی ای.اف.جی اهدا می شود، در سال ۲۰۱۰ سی.کی استید نیوزیلندی برای داستان «مرد فصل پیش»، در سال ۲۰۱۱ آنتونی دویر آمریکایی برای «عمیق» و در سال ۲۰۱۲ کوین بری ایرلندی برای «سفر گوزن به لاندونو» را به عنوان برنده انتخاب کرده است.

تاکنون نویسندگان مطرحی چون نیک هورنبای، حنیف قریشی، اندرو اوهاگان، ویل سلف، لیونل شرایور، جوانا برولوپ و سارا واترز در کار داوری این آثار شرکت کرده اند. اسامی گروه داوری رقابت ۲۰۱۴ در ماه سپتامبر (شهریور) اعلام می شود.

برای شرکت در این رقابت داستان کوتاهی که در قالب ۶ هزار کلمه نوشته شده باشد، پذیرفته می شود.

این رقابت تا ۲۷ سپتامبر را برای ارسال آثار تعیین کرده است و فهرست اولیه خود را از میان شرکت کنندگان این دوره در ماه فوریه اعلام می کند. فهرست نهایی در ماه مارس اعلام می شود و نام برنده این رقابت ۳۰ هزار پوندی در مراسم ویژه ای که در ماه آوریل برگزار می شود، اعلام خواهد شد.

علاوه بر جایزه ویژه برنده نهایی، به هر یک از دیگر نامزدهای فهرست نهایی، یک جایزه هزار پوندی تعلق می گیرد. این جایزه هر سال در جشنواره ادبی آکسفورد به برندگان آن اهدا می شود.

## نوزاد سلطنتی سوژه جدید کتاب در بریتانیا شد

تولد نتیجه ملکه بریتانیا بخش کتاب را نیز تحت شعاع قرا داد و ناشران انگلیسی در صدد انتشار کتاب هایی در این زمینه هستند. به نقل از بوک سلر، انتشارات جان بلیک از نخستین ناشرانی است که اعلام کرد یک کتاب با عنوان «یک خانواده جدید سلطنتی: ویلیام و کیت و نسل بعدی» را به بازار می فرستد. این کتاب را رابرت جابسون روزنامه نگار نوشته و با عکس هایی از آرتور ادواردز همراه است. این کتاب ۵ اوت منتشر می شود.

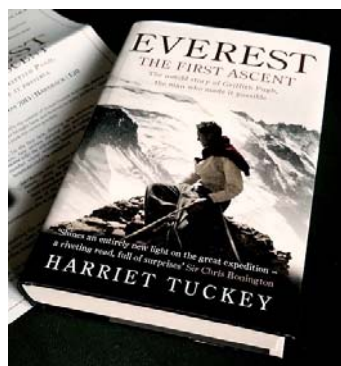
از دیگر کتاب هایی که با این موضوع منتشر می شود «بچه های سلطنتی: از ۱۰۶۶ تا ۲۰۱۳» است. امی لایسنس، نویسنده این کتاب نشان می دهد که چگونه با فرزندان سلطنتی در طول سالیان رفتار شده است. این کتاب قرار بود ۲۸ ژوئیه منتشر شود اما انتشار آن برای چند هفته و تا زمانی که تصویری از عکس جدید خاندان سلطنتی در دسترس باشد، به تعویق افتاده است.

در مجموع بیش از ۲۰ عنوان کتاب به این مناسبت در دست چاپ قرار دارد که برخی از آنها کتاب های کودک با موضوع نوزاد سلطنتی است. «قلبه قهوه ای و کتاب نوزاد سلطنتی» نوشته مایک اینکپین از انتشارات هودر، «آکساندرا بچه پری سلطنتی» نوشته دیزی میدوز از انتشارات اورکارد و «هیس! نوزاد سلطنتی راه نرو» نوشته مارتا مامفور و آدا گری از انتشارات بلومزبری از جمله این کتاب ها هستند. نوزاد سلطنتی که فرزند ویلیام نوه ملکه انگلیس و همسرش است، هفته پیش به دنیا آمد. از این نوزاد تا زمانی که نامی برایش انتخاب شود، با عنوان نوزاد سلطنتی یاد می شود.

رابرت بیکن برای «کاسمو لانگ: اسقف اعظم در جنگ و بحران» از انتشارات آی.بی توریس  
آلن جانسون برای «این پسر» از انتشارات بنتام پرس  
چارلز مور برای «مارگارت تاچر: نه برای تغییر» از انتشارات آلن لین

جان اسمارت برای «شبکه رطیل» از انتشارات مایکل رال  
هریت تاکی برای «اورست: نخستین صعود» از انتشارات رایدر

برنده این رقابت ۲۰ نوامبر در مراسمی که در انجمن بیوگرافی نویسان بریتانیا برگزار می شود، معرفی خواهد شد.  
این جایزه در سال ۲۰۰۹ به رولاند چمبرز برای «آخرین مرد انگلیسی» در سال ۲۰۱۰ به وندی موفات برای «ای.ام. فوستر»، در سال ۲۰۱۱ به متیو هالس برای «همه راه ها» به فرانسه ختم می شود و در سال ۲۰۱۲ به توماس پن برای «شاه زمستانی» تعلق گرفت.



## نامزدهای جایزه زندگینامه نویسی معرفی شدند

نامزدهای نهایی جایزه اچ دبلیو فیشر که به بهترین کتاب زندگینامه در بریتانیا اهدا می شود، تعیین شدند.

به نقل از بوک ترید نیوز، این جایزه پنج هزار پوندی، امسال به داوری سالی کلاین، بیوگرافی نویس زندگی زلدا فیتزجرالد، رابرت کالینز، دبیر ادبی ساندی تایمز و دی.جی تیلور، بیوگرافی نویس جورج اورول نامزدهای برترین آثار زندگینامه سال را انتخاب کرد.

در مرحله نهایی این رقابت هفت نویسنده انتخاب شده اند که عبارتند:

کیت باسل برای «به دو فکر: زندگینامه جانانان میلر» از انتشارات اوبرون بوکز

# انجمن شاعران بهرمن موج کن ابرا

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 توحید لندن  
30-32 SOUTHERN ROAD, LONDON, W6 0PH

جمعه ها از ساعت ۴ الی ۶ بعد از ظهر  
مجمع آموزشی ابران  
100 CARLTON WALE, LONDON, NW6 5HE







## ماهی سیاه کوچولو

مصطفی بیان

از نظر من، اگر کسی نام «صمد بهرنگی» را نشنیده باشد، معلوم است که ادبیات معاصر کشورش را اصلا و ابدا نمی‌شناسد! زنده‌یاد «صمد بهرنگی» معلمی ساده و نویسنده‌ای توانمند بود که با وصف وضعیت روستاها و بیان فقر و جهل آثاری از جمله پسر لب‌فروش، پوست نارنج، بیست و چهار ساعت در خواب و بیداری و ماهی سیاه کوچولو را خلق کرد. وی بیشتر نویسنده کودکان و نوجوانان به شمار می‌آید. صمد بهرنگی ادبیات کودکان را در دو چیز می‌داند:

۱ - بودن پلی میان دنیای خیال‌های کودکان و واقعیت‌های تلخ اجتماعی ۲ - دادن معیار جهان بینی دقیق نسبت به مسائل گوناگون اخلاقی و اجتماعی. صمد بهرنگی در تابستان سال ۱۳۱۸ در محله چرنداب در جنوب بافت قدیمی تبریز در خانواده‌ای تهیدست چشم به جهان گشود. صمد بهرنگی پس از تحصیلات ابتدایی و دبیرستان در مهر ۱۳۳۴ به دانشسرای مقدماتی پسران تبریز رفت که در خرداد ۱۳۳۶ از آنجا فارغ‌التحصیل شد. از مهر همان سال و در حالی که تنها هجده سال سن داشت آموزگار شد و تا پایان عمر کوتاهش در آذرشهر، ماماغان، قندجهان، گوگان و آخیرجان در استان آذربایجان شرقی که آن زمان روستا بودند تدریس کرد. در مهر ۱۳۳۷ برای ادامه تحصیل در رشته زبان و ادبیات انگلیسی به دوره شبانه دانشکده ادبیات دانشگاه تبریز رفت و هم‌زمان با آموزگاری، تحصیلش را تا خرداد ۱۳۴۱ و دریافت گواهینامه پایان تحصیلات ادامه داد.

بهرنگی در نوزده سالگی اولین داستان منتشر شده‌اش به نام عادت را نوشت. یک سال بعد داستان تلخون را که برگرفته از داستان‌های آذربایجان بود با نام مستعار «ص. قاراقوش» در کتاب هفته منتشر کرد و این روند با بی‌نام در ۱۳۴۲ و داستان‌های دیگر ادامه یافت. صمد بهرنگی در شیوه آموزشی و مضمون قصه‌های خود تلاش می‌کرد روح اعتراض به نظام حاکم را در دانش‌آموزانش پرورش دهد. پای پیاده در روستاها راه می‌افتاد و اگر کسی کتابخانه‌ای تاسیس کرده بود او را تشویق می‌کرد و به مجموعه کتاب‌هایش، کتابهایی می‌افزود. بچه‌ها را به ویژه

تشویق به مطالعه می‌کرد و هرچه از جذابیت و روش‌های دوست داشتی برای این گروه سنی می‌دانست در کار می‌کرد تا بچه با کتاب به عنوان یک همراه همیشگی در تمام طول زندگی مانوس باشند. می‌گفت که کتاب بخوانند و سپس آن را در جملاتی ساده برای دیگران خلاصه نویسی کنند. در این دوران بود که ساواک به برخی از فعالیت‌های بهرنگی حساس شد. تهدیدها آغاز شد و چندین بار در طول دوران زندگی خود مورد توبیخ و جریمه و حتی تبعید قرار گرفت. با این همه گویی او به این گونه از امور حساسیتی نداشت و در روحیه او خللی ایجاد نمی‌کرد. بهرنگی در نهم شهریور ۱۳۴۷ در رود ارس و در ساحل روستای شام‌گولیک کشته شد و جسدش را چند روز بعد در ۱۲ شهریور در نزدیکی پاسگاه کلاله در چند کیلومتری محل غرق شدنش از آب گرفتند. جسم بی جان او در گورستان امامیه تبریز دفن شده است. ده روز قبل از غرق شدن صمد، تعدادی از مامورین ساواک به خانه محل سکونت وی هجوم برده و وی را تهدید نموده بودند. حدود یک ماه قبل از این حادثه، کتاب ماهی سیاه کوچولو چاپ شده و مورد اقبال مردم ایران و جهان واقع شده بود. می‌گویند هر نویسنده در عمرش حداقل یک شاهکار از خودش به جا می‌گذارد.

صمد بهرنگی نیز با «ماهی سیاه کوچولو» (سال ۱۳۴۷) شاهکار خود را به نگارش درآورد و چند جایزه بین‌المللی را از آن خود کرد. «ماهی سیاه کوچولو» از شاهکارهای ادبیات کودکان و نوجوانان ایران و از جمله بهترین آثار بهرنگی به شمار می‌آید و به گفته «جمال میرصادقی» همین یک اثر کافی است تا ما صمد بهرنگی را نویسنده‌ای بزرگ بدانیم؛ نویسنده‌ای که در ذهن‌ها خواهد ماند. ۷۵ سالگی صمد بهرنگی بهانه‌ای شد که به سراغ داستان کوتاه «ماهی سیاه کوچولو» بروم و با اشتیاق تمام آن را بخوانم. داستان در مورد ماهی سیاه کوچولویی است که از جویباری کوچک حرکت می‌کند تا به دریا برسد. او به دنبال تغییر محیط اجتماعی خویش است. ابتدا دنیای اطراف خود را از دل‌پرها، ترس‌ها و خطرها خوب می‌شناسد و خود را برای بزرگ شدن مهیا می‌کند. آن چه ماهی سیاه کوچولو را رشد می‌دهد، سفر است. هرچه بیشتر سفر می‌کند و بیشتر پیش می‌رود تجربیاتش بیشتر می‌شود. صمد بهرنگی نویسنده‌ای با استعداد متوسط و دارای یک ذهن شاداب انسان دوست و قلبی آکنده از علاقه‌اش

به فرزندان وطن خود بود. هرچند که بهرنگی کار ادبی انجام داد و داستان «ماهی سیاه کوچولو» او مخاطبان بسیاری پیدا کرد، اما شهرت فراوان کسانی مثل او، بیشتر از آن که محصول کار ادبی

**صمد بهرنگی نویسنده‌ای با  
استعداد متوسط و دارای یک  
ذهن شاداب انسان دوست و  
قلبی آکنده از علاقه‌اش به  
فرزندان وطن خود بود. هر چند  
که بهرنگی کار ادبی انجام داد  
و داستان «ماهی سیاه کوچولو»  
او مخاطبان بسیاری پیدا کرد،  
اما شهرت فراوان کسانی مثل  
او، بیشتر از آن که محصول  
کار ادبی آنها باشد، نتیجه رفتار  
انسان گرایانه‌شان است.**

آنها باشد، نتیجه رفتار انسان‌گرایانه‌شان است. او برای آموزش کودکان زمان خود زحمت بسیاری کشید و در این موضوع هیچ شکی وجود ندارد. بهرنگی فرزند زمانه خود بود، فرزند روزگاری که پهلوی نویسندگان و مردم را در کنار هم قرار داد تا آنها صدای اعتراض خود را بلند کنند و در عین حال هم صدا شوند. صمد می‌دانست و می‌توانست در آن روزگار، با بیانی هنری، صدای این اعتراض باشد. صمد بهرنگی جزو اولین کسانی بود که برای بچه‌ها داستان نوشت. «محمد علی سپانلو» حرف زیبایی زد و می‌توان آن را آویزه گوشمان کنیم: «در آن سال‌ها، کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان به نویسنده‌های سرشناسی از جمله غلامحسین ساعدی، نادر ابراهیمی و...



## خانه ترجمه (لندن)

**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.

دکتر مریم 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

مجموعه ای از مقالات و داستان های حنیف قریشی را نیز با عنوان «عشق و نفرت» برای سال ۲۰۱۴ منتشر کند. این کتاب در شصتمین سال تولد نویسنده در ماه دسامبر ۲۰۱۴ به



## کتاب جدید حنیف قریشی در راه است

حنیف قریشی، نویسنده مطرح بریتانیایی یک رمان جدید در آغاز سال ۲۰۱۴ منتشر می‌کند.

به نقل از بوک سرلر، کتاب جدید حنیف قریشی با عنوان «آخرین کلمه» در ماه فوریه (بهمن) منتشر می‌شود.

این رمان داستان مامون، یک نویسنده و الامقام هندی را روایت می‌کند که در بریتانیا به نویسندگی می‌پردازد. او خود را در دهه هشتم زندگی اش در حالی می‌بیند که همه شهرتش را از دست داده است. فروش کتاب هایش کم شده و همسرش هنوز زندگی و لخرچانه ای دارد. در همین حال یک نویسنده جوان به نام هری در پی نوشتن داستان زندگی مامون برمی‌آید تا او را دوباره مطرح کند و تعادل مالی زندگی او را به وی بازگرداند. این دو نویسنده با هم تلاش می‌کنند تا در این کتاب روح حقیقت را منعکس کنند. سارا ساویت، ویراستار این اثر می‌گوید: این کتاب که زیرکانه و پرده درانه نوشته شده است، اثر جالبی است که شما را به فکر وامی‌دارد و نظرات جالبی درباره زندگی امروز مطرح می‌کند. از مسایل مالی و نژادی تا شهرت و سیاست. فکر می‌کنم خوانندگان از آن خوششان می‌آید.

انتشارات فابر، ناشر آثار قریشی قصد دارد

بازار می‌آید.

علاوه بر این در اواخر همین سال یک فیلم جدید که فیلمنامه اش را قریشی نوشته با عنوان «آخر هفته» اکران می‌شود. در این فیلم جیم برادبنت و جف گلدبلاد ایفای نقش کرده‌اند.

نخستین رمان قریشی با عنوان «بودا در حومه» موفق به کسب جایزه وایتبرد ۱۹۹۰ برای بهتر رمان نخست یک نویسنده شد. او برای نوشتن فیلمنامه «ماشین لباسشویی خوشگل من» نامزد دریافت جایزه اسکار هم شده است. جدیدترین رمان او با عنوان «چیزی برای این که به تو بگویم» در سال ۲۰۰۸ منتشر شد.





و تمام گره گاه مسئله همین جاست؛ در زیست جهان امروز ما دیگر موسیقی احضار نمی شود، بلکه هم چون هر کالای دیگر اجتماعی تولید می شد و مصرف می شود. همین خصلت کالایی موسیقی است که اگرچه در عمل بر تمام مناسبات محیط موسیقی سیطره دارد، اما به صورت تعارف آمیزی از ذهنیت آگاه ما پس زده می شود و مورد انکار قرار می گیرد و درست از رهگذر همین استنکاف است که ناخودآگاه ما در معرض انواع عدم تعادل های عاطفی قرار می گیرد.

در سیطره این مناسبات جدید تولید و مصرف موسیقی، همه چیز معنایی وارونه می یابد؛ اگر نیاکان ما در آناتی و احوالی به سراغ موسیقی می رفتند، اینک این موسیقی است که در همه آن و همه حال به سراغ ما می آید! یا حتی بگویم هجوم می آورد! بی راه نیست اگر گفته شود اینک دیگر ما محکوم به شنیدن موسیقی هستیم! در تاکسی، پشت خط تلفن، در آسانسور، در رستوران، در انتظار شنیدن وضع هوا، در پارک وقتی می خواهیم فقط به درختان نگاه کنیم... در همه جا محصولات «صنعت موسیقی»، اصطلاح تقریباً وام گرفته از تئودور آدورنو، گوش ما را از الگوهای به ظاهر متنوع اما جوهرها هم شکل خود پر می کند و به ذائقه شنیداری ما جهت می دهد.

درست از همین روست که هر کجا باشیم، روستایی دور در خراسان، یا کوچه ای در خیابان های شمال تهران، سالنی در لس آنجلس یا کنار دست مسافرکش های تهران، به رغم بی شمار اختلاف در تمامی شئون زندگی، ذائقه موسیقی واحدی خواهیم یافت.

اما روزگار جدید، به جز حافظان سنت، آستن فرزندان دیگری نیز بوده است؛ آنان که در موسیقی به دنبال حدیث نفس اند، به جست و جوی بیانی شخصی از آنچه ماحصل عبور زمانه از دهلیز روانشان است. همین گروه اند که بیان های متفاوت، فرم های بدیع و تجربیات نو را محقق می کنند. بدین معنا، در جهان قدیم، تحقق بیان فردگرایانه متصور نبود. موسیقیدان آیین ناخودآگاه اقوام در ادوار بود.

اما موسیقیدان منفرد امروز، دغدغه فردیت خود را دارد، فردیتی که البته در سطحی از سطوح بازتاباننده فرهنگی زمانه است.

این هر دو مولود دنیای جدید، سنت گرایان قوم گرا و تجربه گرایان فردگرا، به رغم اختلاف ماهوی در مبانی اندیشه و عمل، در جوهر ادراکشان از صدا و در حاصل تکاپوهایشان، در یک نقطه بسیار حائز اهمیت مشترک اند؛ هر دو گروه حاشیه نشینان حیات موسیقی جامعه جدید هستند. این حاشیه نشینی را نه یک چون شکست، بلکه به مثابه یک موقعیت وجودی باید در نظر گرفت، به آن خوش آمد گفت و تمامی مسئولیت آن، حتی ناکامی هایش را، بر دوش گرفت.

بنا به دلایل بسیار پیچیده که از مجال این گفتار خارج است، جامعه جدید مبتنی بر نظام رسانه ای، ناگزیر از واسپاری «نقش اول» به صنعت موسیقی است. حاشیه نشینان دو سر دیگر طیف به جز موارد نادر، درست در همان عزلت و برکناری از هیاهو است که قادر به ایفای نقش خود خواهند بود، چرا که در غیر این صورت، پیش از هر چیز، خود معنایی قلب شده خواهند یافت.

اگرچه در عالم واقع همیشه حرف اول را راه حل های بینابینی می زند و در عمل با امتزاج پیچیده ای از این سه سطح متفاوت موسیقی، با انواع جابجایی ها، چرخش ها و تغییر مواضع مواجهیم، اما این تفکیک نظری می تواند در درک درست تر موقعیت موسیقی میان ما مفید واقع شود. معضل ذهنی محیط موسیقی ما خود این انشقاق نیست، بلکه اختلاطی است که نزد اهل موسیقی و مخاطبان آن تقریباً به یک اندازه رواج دارد.

صنعت موسیقی متولی سنت موسیقی می شود، موسیقی تجربه گرا می خواهد در مرکز صنعت موسیقی جایگاهی به دست آورد، سنت های موسیقی گاه به انکار ضرورت وجودی اشکالی دیگر می نشیند و ... ذهنیت کلی گرای، گرایش به آن دارد که ذیل کلمه موسیقی جهان هایی را یک کاسه کند که اساساً جز اینکه همه از صدا ساخته شده اند، تقریباً هیچ وجه مشترکی با هم ندارند و بعد در این اغتشاش گنگ مفاهیم، خسته و درمانده و ناکام، مقصود کم کرده و مطلوب ندیده، از پای می افتد که «زندگی با موسیقی اشتباهی بیش نیست.»

آن گاه که شکست ها درست معنا شد و آن ها را چون موقعیتی وجودی پذیرفتیم، آن گاه که توفیق ها در جایگاه واقعی مورد ارزیابی قرار گرفت، آن گاه که عمیقاً مسئولیت هر «آری» را بپذیریم و بدانیم درون آن بی نهایت «نه» نهفته است؛ آن چنان که معنای بطنی حدیث «وصلت شیء و غایت انک اشیاء» است، شاید آسوده تر و زیباتر به رابطه زندگی و موسیقی بنگریم.

زمان از مضامین مکرر اندیشه و هنر غرب بوده است. آنتوان روکانتن، قهرمان تهوع سارتر در واپسین صحنه در یک کافه بر اصوات یک قطعه جز، یله می دهد تا «فقط کمی وجود خودش را توجیه کند.» باری «بدون موسیقی، زندگی اشتباهی بیش نبود» تنها در چنین متنی واجد معنا است. اما برای ما، قرن ها و قرن ها، موسیقی عمدتاً معنایی کاملاً مغایر با این داشته است. نزد ما موسیقی از الطاف ملکوت بوده است، موهبت آسمان ها بود، سروش غیب بود که در روح صافی مطرب طنین افکنده و او با صیقل دادن آینه جان به مشق عشق، شمه ای از آن را نه چنان که غیر بداند، به گوش یار می رساند:

خشک سیمی، خشک چوبی، خشک پوست  
از کجا می آید این آوای دوست

برای ما، موسیقی نه پناهگاه، که عبادتگاه عشق به هستی بود، ترنم اصوات، کلید هم نوایی با جهان بود. شکر و سپاس و ثنای لحن خلقت بود. هم آوا با همه هستندگان، تسبیح انسانی حیات بود. و چنین بود و بود تا زمانی که ناگزیر به آستانه دنیای جدید پرتاب شدیم، و مخصوصاً از این واژه «پرتاب» استفاده می کنم زیرا که خود نرسیدیم، بلکه آورده شدیم.

از آن زمان، چه بسیار کسان که در حسرت آن زیبایی گم شده، آن جهان تعادل های دوار و آبیگانه وار، آن مکرر بلورین، ما را به رجعت به آن خاطره درخشان فراخوانده اند. اما نقطه آغاز معضل همین جاست: چنین رجعتی چون ناشدنی است، به نوعی از هم گسیختگی عاطفی و روانی می انجامد؛ نوعی سرگشتگی و بی معنایی که حاصل آن ولادت گونه هایی غریب و ناهم ساز است. چیزهایی که نه قادر است دیگری را مجاب کند و نه خود ما را. اینجاست که دیگر زندگی با موسیقی اشتباهی بیش نخواهد بود.

نتیجه این پرتاب شدگی به دوران جدید آن بوده که ما بی آنکه مقدمات ورود به آن را تدارک دیده باشیم، در مقابل مقتضیات آن قرار گرفتیم و چون بصیرت ارزیابی آن را چنان که درخور است نداشته ایم، سر از وادی حیرت و حسرت و واخوردگی برون آورده ایم.

فضای ذهنی و عمده مباحث نظری دهه های اخیر موسیقی در ایران، مناقشه و جدل بر سر حُسن و قبح این دو دنیا بوده است. این خوب است یا آن؟ کدام را بردارم؟ غافل از آنکه گزینشی در کار نیست. انتخاب پیشاپیش چون تقدیری انجام شده و مباحثه بر سر انتخاب «زیست جهان» ما از بنیاد لغو است. اکنون مسئله واقعی عبارت است از شناخت عمیق مختصات این زیست جهان نو، مقتضیات و منش حاکم بر آن، محدودیت ها و تحمیل های دربار آن و البته افاق ها و امکانات تازه آن؛ و دست آخر موضعی که هر فرد در برابر این وضعیت از بنیاد متفاوت می تواند اتخاذ نماید. به راستی تنها چنین مباحثه ای می تواند مؤثر و راهگشا باشد

در حوزه موسیقی، بارزترین وجه تمایز این دو دنیا آن است که در آن جهان خیال انگیز ماضی، موسیقی نه تولید می شد و نه مصرف؛ گویی حیاتی ازلی داشت که هر از گاهی احضار می شد و موسیقیدان، میانجی این مراسم احضار روح قومی در آیین مردمان بود. مطرب عاشق متولی میراثی بود که به فراخور در سوری و یا در سوگی، در بزمی و یا در رزمی، در مولودی ای و یا در رثایی، خاطره مشترک را گوهرانه از صندوق خانه بیرون می کشید و ساعتی فرا روی خلائق می نهاد تا بار دیگر باز. او مبدع نبود، هاتف بود.

ساقی بیا که هاتف غییم به مژده گفت  
با درد صبر کن که دوا می فرستم

او چیزی خلق نمی نمود، آنچه را بود تجلی می داد. فرارویش، مخاطب نیز چیزی جز این نمی خواست؛ امانت به صداقت مکرر کند. هم از این روست که در چنین ساحتی، سخن گفتن از نو و این واژه پسند امروز «نوآوری»، از ریشه باطل بود. اگر چند جای آن سپهر باژگون، به واژه نو برمی خوریم، معنایی کاملاً متفاوت از آنچه امروز در اندیشه ما می گذارد، مد نظر بود.

این نوشدنی بود از سیاق برون افکندن رخت رخوت و مهیا شدن برای سیر و مکاشفه در همان اقلیم مینوی جاوید.

مطرب - عاشق حنجره ای بود زلال برای آواز ازل، در حالی که موسیقیدان امروز فریادی است از فشار نیروهایی که از درون و برون از او نو می خواهند. این نکته ای بسیار درخور اهمیت است که نوآوری تنها در بستر پیرایش دنیای نو و همه گیر شدن مناسبات کالایی می تواند معنا یابد.

زاویه دید، می تواند حقیقت انگاشته شود. دست کم در حوزه موسیقی، گرایش قابل توجهی میان ما هست که ایده ها و احکام در وجهی عام و کلی در نظر گرفته شود، حال آنکه تنها شیوه مؤثر، قرار دادن احکام در موقعیتی انضمامی نسبت به زندگی و مجموعه تجربیاتی است که منجر به صدور حکم شده اند.

جمله نیچه، تنها در متن ادراک او از هستی و مطابق با برداشت او از فلسفه و جایگاه هنر قابل فهم است. از آنجا که پرداختن به این مبحث، از موضوعیت این جلسه

## زندگی با موسیقی زندگی بدون موسیقی

فرید اسدی دهدزی

فضای ذهنی و عمده مباحث نظری دهه های اخیر موسیقی در ایران، مناقشه و جدل بر سر حُسن و قبح این دو دنیا بوده است.



خارج است، تنها به برخی سرفصل های مرتبط با موضوع می پردازیم:

برای نیچه، بنیادی ترین مسئله که از نخستین تا واپسین نوشته های او به نوعی قابل تعقیب است، آن است که چگونه می توان زندگی را موجه ساخت؟ چگونه می توان بر اضطراب و هراس و رنج بی معنایی زندگی فائق آمد؟ نخستین کتاب او با عنوان زایش تراژدی، از دامان موسیقی کلدوکاوی بسیار آزاد و خیال پردازانه در تاریخ یونان پیش از سقراط و نحوه مواجهه یونان باستان با معضل زندگی است. نیچه از زاویه ای صرفاً تاریخ نگارانه، جهان باستان را نقطه آغاز اندیشه ورزی خود قرار نداد، بلکه قرابتی میان آن روزگار و دوران مدرن می یافت.

به نظر او یونانیان نیز هم چون روزگار مدرن با وحشت و هراس هستی مواجه بودند. آن ها هم با کم شدن معنای وجود و لاجرم بدبینی نسبت به ارزش زندگی دست و پنجه نرم می کردند. نیچه می خواهد با یافتن راه حل یونانیان، برای روزگار جدید نیز نسخه ای شفابخش فراهم کند. از دید او هنر و بالاخص موسیقی و در عالی ترین سطح - تراژدی - مفر اصلی یونانیان برای گریز از هراس بی معنایی حیات است؛ رسالتی که در دوره خود او لابد موسیقی ریشارد واکنر می بایست بر عهده داشته باشد.

نیچه هنرها را به دو گروه آپولونی و دیونوسوسی تقسیم می کند. موسیقی هنری است دیونوسوسی و تمامی دیگر هنرها، آپولونی هستند معطوف به بازنمایی زیبای امر واقعی. زیبایی در اینجا جبابی است بر زشتی وجود. از همین روست که در هنر یونان کوشش می شود همه چیز با لعاب ظریفی از زیبایی مستور شود. هنر آپولونی می کوشد با زیبا جلوه دادن واقعیت کریه پدیداری، انسان را به ادامه زندگی محنت آلودش متقاعد کند.

اما نیچه معتقد است راه حلی آپولونی نمی تواند برای جان های عمیق تر مجاب کننده باشد و سطحی بودن فریب ها خیلی زود نقاب از چهره فریبنده زیبایی پدیدارها می افکند. موسیقی بازنمود هیچ چیز نیست، بر هیچ چیز جز خود دلالت نمی کند؛ چنین زیبایی محضی، سرمستی غایی است.

این نگاه به هنر و موسیقی به عنوان واپسین ملجأ، از آن

برای ما، موسیقی نه پناهگاه، که عبادتگاه عشق به هستی بود، ترنم اصوات، کلید هم نوایی با جهان بود. شکر و سپاس و ثنای لحن خلقت بود. هم آوا با همه هستندگان، تسبیح انسانی حیات بود. و چنین بود و بود تا زمانی که ناگزیر به آستانه دنیای جدید پرتاب شدیم، و مخصوصاً از این واژه «پرتاب» استفاده می کنم زیرا که خود نرسیدیم، بلکه آورده شدیم...

بند ۳۳ از اثر نامدار نیچه، «شامگاه بت ها»، حاوی یکی

از زیباترین گزین گوئی های اوست: «با کمترین چیزی می توان خوشبخت شد؛ آوای نی. بدون موسیقی، زندگی اشتباهی بیش نبود.» اکنون سال هاست هر جا که قرار است فراخوانی به موسیقی صورت گیرد، در سرفصل مقالات و رسالات، در بروشورها و کاتالوک ها و انواع تبلیغات، این حکم نیچه چون ترجیع بندی مدام تکرار می شود؛ بدون موسیقی، زندگی اشتباهی بیش نیست.

درست در مقابل صراحت غافلگیرکننده این حکم، بخش قابل توجهی از فرهنگ رسمی ما در طول تاریخ، زندگی با موسیقی را اشتباهی بزرگ دانسته است. اما از این درخور توجه تر و نزدیک تر به گفتار امشب ما، آنکه در دهه های اخیر پای صحبت بی ریای بسیاری از اهل موسیقی که بنشیننی، نظیر همین دیدگاه را خواهی یافت؛ زندگی، با موسیقی مغلظه ای بیش نبود؛ و واقعیت گرچه تلخ آنکه در سال های اخیر ای بسا شاهد بوده ایم که این حسرت پیرانه به جوانان نیز تسری یافته، حتی دانشجویان موسیقی نیز با تسرع سخن می رانند. پس صورت مسئله گفتار امشب از این قرار است: زندگی با موسیقی، یا بدون موسیقی، خطا کجاست؟

آیا می توان پذیرفت طرفین این دعوی، از سر تفنن و تنها برای آنکه چیزی گفته شده باشد، طرح موضوع کرده اند؟ آیا می توان حکم نیچه را یک گزاره گویی ادبی، یک لفاظی شعارگونه و یک بازی با کلمات زیبا، از آن نوع که به خصوص میان ما رواج گسترده دارد، در نظر گرفت؟ آنان که با سیاق اندیشه او آشنایی دارند، نیک می دانند برای کسی که معتقد است نویسنده باید با خون خود بنویسد، ثبت یک اندیشه، عصاره گیری یک زندگی است. از طرف دیگر، آیا می توان آن بسیاریانی را که دور و بر ما این راه را خطا می دانند، چون کسانی در نظر گرفت که از سر شکوه و شکایت، آه و ناله سر داده اند و منفی بانی می کنند و فردا همه چیز را از یاد خواهند برد؟ نه! آن ها نیز صادقانه تجربه خود را روایت می کنند.

پس در این صورت برای تحلیل این موضوع که «زندگی بدون موسیقی اشتباه است یا با موسیقی؟» تنها یک راه می ماند؛ اینکه بپرسیم کدام موسیقی؟ کدام زندگی؟ و کدام آدمی؟ در این هر سه مقوله است که چنان تغییرات ژرفی صورت گرفته که هر دو حکم بسته به مورد و





## حکایت جوان مغرور و آن مرد مسافر

ابوالفضل زروی نصرآبادی

یکی بود، یکی نبود، غیر از خدا هیچ کس نبود.  
یک روزی، روزگاری در ولایت غربت یک جوانی بود به نام «سلیم آقا» [خوانندگان محترم عنایت داشته باشند که اسم این جوان می توانست هر چیز دیگری هم باشد، مثلاً پلنگ قلی یا کامبیز یا حتی آلبرت! منتهای مراتب از آنجا که نام جوان مذکور در شناسنامه همین چیزی است که عرض کردیم، حاضر نشدیم برای ایجاد جذابیت کاذب، واقعیت را مخدوش کنیم. توضیح از بنده نگارنده].  
باری ای خواهر نور دیده و ای برادر بدبندیده، یک روز صبح که این آقاسلیم از خواب پا شد چی دید؟ دید که ای دل غافل، یک دم برای خودش درآورده به چه بزرگی. آقا سلیم یک مقدار چشم هایش را مالاند و دید که نخیر، خواب نمی بیند. اول نشست خوب دم نودمیده اش را تماشا کرد و دید که نه، دم خوب مرغوب به دردبخوری است اما ماند که حالا با دمی به این شکل و شمایل چه کار بکند.  
اول شیطان رفت توی جلدش که همین جور دمش را بگیرد و راه بیفتد توی کوچه ها و خیابان های ولایت غربت، به این و آن پز بدهد. اما خوب که فکرش را کرد دید که ممکن است به جرم ارعاب و تشویش اذهان عمومی خفتش را بگیرند و دمش را هم ببرند و بگذارند کف دستش. این شد که از صرافت پز دادن به مردم بی دم افتاد.  
بعد به این فکر افتاد که بلیت بفروشد تا هر کس دوست داشت، پول بدهد و بیاید دمش را از نزدیک تماشا کند. اما خوب که فکرهايش را کرد، دید که نه، مردم بی فرهنگ ولایت غربت، بالای این جور چیزها پول نمی دهند.  
باری ای عزیز دل برادر، سلیم آقا تا ظهر همین طور نشست برای خودش فکر کرد و عقلش به جایی قد نداد. سر آخر هم به خودش نهیب زد که: مرد حسابی، در این موضع که تویی، چه جای پز دادن و جلوه فروشی است؟ در ثانی آدمیزاد در یک همچو شرایطی می بایست علی القاعده دمش را از این و آن قایم کند نه اینکه برای نشان دادنش بلیت بفروشد! اما سلیم آقا از آن آدم هایی نبود که به این راحتی کوتاه بیاید و از آنجا که عزمش را جزم کرده بود که هر جور شده از این دم نورسته پولی دربیآورد، بالاخره کار خودش را کرد.

اول نشست با چوب یک جفت شاخ قشنگ برای خودش ساخت و هوا که تاریک شد، یواشکی بار و بنه سفر بست و از ولایت غربت راه افتاد و رفت و رفت و رفت تا رسید به گردنه «غربلقا» [خوانندگان عزیز که با موقعیت جغرافیایی ولایت غربت و حومه آن آشنايَند، بنده را ببخشند ولی برای جوان ترها عرض می کنم که این گردنه غربلقا نقطه صفر مرزی میان ولایت غربت و ولایت جابلقا است. توضیح از بنده نگارنده] به آنجا رسید، شاخ ها را چسباند روی کله اش لباس هایش را هم درآورد و یک پوستین بلند پوشید و دمش را هم از پشت پوستین داد بیرون. حالا نگو که دارد این کارها را می کند تا بگوید من غولم.  
خلاصه درسرتان دهم سلیم آقا همان جا نشست نان و ماستش را خورد و رفت پشت تخته سنگ ها کمین کرد و منتظر شد تا مسافری، بازرگانی، کاروانی، چیزی از آنجا رد شود.

یک نیم ساعتی که گذشت، سر و کله یک نفر از دور پیدا شد. همین که نزدیک شد، سلیم آقا از پشت سنگ ها پرید بیرون و گفت: «هو هه هه هه هه...» [به زبان غولی، یعنی: سلام ای رهگذر، دار و ندارت را بگذار زمین و جانت را بردار و برو. اگر هم بخواهی کل کل کنی، شاختی می زخم چون اصلاً اعصاب راست و درستی ندارم. ترجمه از بنده نگارنده با تشکر از همکار محترم سرکار خانم «جی کی رولینگ» که در ترجمه آن «هه» دوم به بنده کمک کردند. مرسی.]  
مسافر مذکور هم که آدم حرف گوش کنی بود، دار و ندارش را گذاشت و جانش را برداشت و حالا ندو کی بدو.

سلیم آقا هم بار و بندیل مسافر را گشت، هر چی پول و تِراول چک و خوراکی و لباس به درد بخور بود، برداشت و از آنجا که فطرتش پاک بود، کارت پایان خدمت و گذرنامه و گواهینامه و دفترچه اقساط پُرُو ۲۰۶ تِپ سَه و سایر مدارک مسافر بخت برگشته را هم انداخت توی صندوق پست.

باری ای برادر یا خواهری که شما باشی، این کار خیلی به سلیم آقا مزه داد و از آنجایی که آدمیزاد شیر خام خورده، طمعکار است، سلیم آقا هم همان جا به غول بازی ادامه داد و به قول شیخ اجل فی الجمله نمائد از معاصی، منکری که نکرد و مسکری که نخورد.

روزها گذشت و گذشت تا اینکه یک روز، سلیم آقا نگاه انداخت و دید ای قربان لطف خدا بروم. یک مسافری دارد با چهارصد شتر بار و بنه می آید. با خودش گفت: «ای سلیم آقا خورشید اقبالت از پشت دیفال، بالا آمده. این مسافر ننه مرده را که بترسانی، می توانی خودت را بازنشسته کنی و بروی یک گوشه بنشینى و با دُمَت گردو بشکانى.»  
این شد که رفت کمین کرد و همین که مسافر نزدیک شد، پرید بیرون و گفت: «هو هه هه هه...»

– کوفت! (این کوفت را مسافر به سلیم آقا گفت).  
سلیم آقا که حاج و واج مانده بود، پس کله اش را خاراند و گفت: «آهای عمو این چه طرز برخورد با یک غول است؟ نمی گویی اعصابم سر جا نباشد بزخم تیکه پاره ات کنم؟» مسافر پوزخندی زد و گفت: «کدام غول، تو؟» سلیم آقا گفت: «پس چى؟ شاخ و دم به این بزرگی را نمی بینی؟» مسافر گفت: «تو به اینکه داری می گویی دم؟ پس اگر دم ارباب مرا ببینی چه می گویی؟» سلیم آقا چشم هایش گرد شد و گفت: «اه، مگر ارباب تو هم دم دارد؟» مسافر با موبایلش یک شماره ای را گرفت و گفت: «سلام ارباب، روسیاهم، اگر ممکن است، دم مبارکتان را یک ریزه تکان بدهید. خدا نگه دار.» هنوز صحبت مسافر تمام نشده بود که کوه و بیابان بنا کرد به لرزیدن. مسافر رو کرد به سلیم آقا که داشت از ترس سگته می کرد و گفت: «ای جوان بدان و آگاه باش که ارباب من آدم خیلی دم کلفتی است و قسمت اعظم این نقاط مرزی روی دم اوست.»  
سلیم آقا که خورده بود زمین و شاخش شکسته بود، با مرد مسافر رفت به ولایت جابلقا و آنجا داد دمش را بریدند و جراحی پلاستیک کردند و رفت در دم دستگاه مرد دم کلفت استخدام شد.

ما از این داستان نتیجه می گیریم که دم داریم تا دم!  
قصه ما به سر رسید، غلاغه به خونه ش نرسید.

کوچک روسیه که بالای سر چراغ راهنما نصب شده بود، و به شدت پرپر می زد، و روی قاب آینه عقب سمت راننده ضرب گرفته بود.

گوشت و قالب خانم گروموشکا هم همراه با جِست و خیز های شدید اتوبوس قراضهٔ مدرسه در دست اندازهای جاده بالا و پایین می پرید وبا وضع بی قراری خنده دار بود. پسری که در صندلی جلوی خانم گروموشکا نشسته بود قیافه برزخ یک محکوم ابد را داشت. خانم گروموشکا او را محکوم کرده بود که تا ورود به دانشگاه می بایست همهٔ دوران تحصیلش را در همان صندلی که نشسته بنشیند.

دو پسر دیگر هم که کتاب تاریخ در دست داشتند راجع به تاریخ با هم جرّ و بحث می کردند. همان بحث های ساده که همیشه در اتوبوس پیش می آید. اتوبوس هم چنان به طرف سن پیترزبورگ در حرکت بود. اتوموبیل های کوچکتر از کنار آنها می گذشتند . آخرین لکه های برف زیر بارانی که می بارید داشت آب می شد. و آسمان خاکستری تیره مانند زهری به قلب آلکساندر می ریخت و او را آزار می داد. نکته مریض شده؟ شاید سرما خورده ؟ شاید لوزه هایش چرکی شده ؟ یک هفته ندیدن او مانند قرنی به نظرش خواهد آمد.

نه کته مدرسه اش را عوض کرده اند؟ عدهٔ زیادی از شاگرد ها این اواخر مدرسه اشان را عوض کرده اند.

آیا اگر الکساندر هم از پدر و مادرش به خواهد که مدرسه اش را عوض کنند، آنها از نظر مالی برایشان امکان پذیر است ؟ پدر و مادرش حتی برای فرستادن الکساندر به این مدرسه معمولی در منطقهٔ کارگرنشین و در حاشیهٔ شهر دارند سختی می کشند چه برسد به مدرسه ای با شهریه و شهرت بیشتر و بهتر. چقدر دیگر از این قبیل سؤال ها در چنین لحظهٔ بحرانی می توانند به مغزیک نوجوان فشار بیاورند؟

آلکساندر توی دلش مجسم می کرد که « او » حتما لحظه ای پیش آنجا بوده در حالی که خود او فقط به فکر خودش و کفش هایش بوده است.

الکساندر بیاد نقشه ها و کار هائی که برای جلب نظر او کرده بود افتاد. یادش آمد چقدر سخت کوشی کرده بود که جزو شاگردان ممتاز باشد و توی عکس دسته جمعی آنها حضور پیدا کند. این عکس را همیشه در جشن های مدرسه به نمایش می گذاشتند.

یادش آمد که چقدر دلش می خواسته بریدهٔ آن روزنامه را که مطلب کوچکی از پدر بزرگش چاپ کرده بود بیاورد و به او نشان بدهد. تا او بفهمد که پدر بزرگ آلکساندر از شخصیت های برجستهٔ کارگری در شهرشان است.

الکساندر حتی عضو تیم واتر پلو شد فقط به خاطر آن که او هم عضو تیم شنای مدرسه شده بود.

روزی به یادش آمد که یک کیلو متر در جادهٔ پر گل و لای راه رفته بود ، و وقتی اتوبوس رسید جِست زد توی آن، تا وا نمود کند که پدر و مادرش او را آورده و سر چهار راهی که اتوبوس مدرسه توقف می کند گذاشته اند. نمی خواست نگاه تحقیر آمیز او را در آن روزی که یک ماشین به او گل پاشیده بود باز هم به چهرهٔ او به بیند.

در همین فکر و خیال ها بود که درایستگاه بعدی ، معجزه ای روی داد. و درست در وقتی که فکر می کرد همه چیز تمام شده است. «او!» از پله ها بالا آمد و وارد اتوبوس شد. خانم گروموشکا از او پرسید کجا بوده که این طور خیس شده است ؟ و چرا اینقدر ر دیر کرده است ؟

پسر شیطانی که در آن نزدیکی نشسته بود چنان آرنجش را سر راه گرفته بود تا دخترک هنگام گذشتن به او گیر کند. «او!» به خانم گروموشکا گفت که آنها امروز صبح دیر از خواب برخاسته اند ولی خوشبختانه پدرش توانسته است بدود و اتوبوس را پیش از آن که وارد جاده ام-۱۸ به سمت سن پیترزبورگ بشود علامت بدهد و متوقف کند و آنها سوار بشوند.

الکساندر پیش خودش مجسم کرد که پدر او چطور بطرف ایستگاه اتوبوس دویده در حالیکه مادرش ساندویچ های ناهاراو را درست کرده و با بوسه ای به گونه اش اورا روانه کرده است.

نادیا در راهرو اتوبوس بطرف صندلی همیشه گی اش می رود. آفتاب بخت الکساندر تابان می شود. نه تنها بخت الکساندر بلکه همه چیز و همه جا را روشن است. جاده پر گل و لای بطرف سن پیترزبورگ و تمام ساختمان های خاکستری غم آلود روشن اند .

همه چیز چندین برابر روشن تر است. نادیا از آلکساندر دستمال می خواهد، بعد لبخند می زند و می گوید بسیار متأسف است که با چنین وضعی ، لباس های خیس و کفش های گلی جلو او ایستاده است.

## زندگی میناتوری

## در جاده ام – ۱۸

## رو به سن پیترزبورگ

برگرفته از جنگ داستان های کوتاه روسیه

ترجمه و پیرایش لیلی فرسی

الکساندر دارد از میان خاک و خل محله با شتاب به طرف ایستگاه اتوبوس مدرسه می دود. این کار کار هر روزهٔ است. از اتوبوس مدرسه هنوز در چشم انداز خبری نیست. ولی هر لحظه ممکن است پیدایش بشود.

الکساندر در گوشه ای یک تکه سنگ بزرگ را از روی یک چاله با دقت کنار می زند. از توی چاله یک کیسه پلاستیکی بیرون می آورد که در آن یک جفت کفش پنهان شده است. او کفش ها را با یک تکه پارچه، که از یک کیسهٔ پلاستیکی دیگر در آورده، با دقت پاک می کند، و برق می اندازد و می پوشد. بعد هم چکمه هایی را که از پا در آورده می گذارد داخل یک کیسه پلاستیکی دیگر، سنگ را هم بر می گرداند سر چاله، تا عصر که بر می گردد، وقت رفتن به خانه آنها را در بیاورد و بپوشد. کفش های مدرسه را هم باز برگرداند به مخفی گاهشان تا یک صبح دیگر.

آلکساندر پس از آن که بند کفش هایش را میزان می کند و گره های هر دو لنگه را همشلک و آراسته محکم می بندد با احتیاط فراوان، تا کفش ها یش کثیف نشوند، به طرف چهار راهی که اتوبوس مدرسه او را سوار خواهد کرد روانه می شود. در آنجا الکساندر می رود بالای یک تکه سنگ که خودش با زحمت آن را کشانده و به کنار جاده آورده و مثل یک عکس برقی بی حرکت ، صاف و صوف و اطو شده با موها و کفش های شفاف منتظر اتوبوس می ایستد. با این که دیروز باران مفصلی آمده ولی او بسیار تمیزوآراسته درست مثل مجسمه روی سکو ایستاده است. اتوبوس مدرسه می رسد. الکساندر وارد اتوبوس می شود. به خانم گروموشکا سلام می کند. روی صندلی شماره ۱۸ چسبیده به راهروی اتوبوس درست پشت خانم می نشیند. سمت دیگر راهرو، روی صندلی شماره ۱۵ «او» خواهد نشست. هنوز دو ایستگاه مانده است به محلی که او سوار می شود. روز الکساندر وقتی آغاز می شود که در اتوبوس باز بشود و او بیاید داخل آن.

اما فعلا خیالات آلکساندر اند که دارند پرواز می کنند: آیا امروز هم وقتی آلکساندر ببیند می خندد؟ آیا امروز موهایش را بافته یا دم اسبی کرده است؟ آیا همان دستمال گردنی را دور گردنش بسته است که الکساندر آن را خیلی دوست دارد ؟

«او» گاه گذاری با الکساندر حرف هم زده است. ولی هیچ وقت حرفشان بیخ پیدا نکرده و به جا های شیرین تری نرسیده است. یک روز موضوع صحبتشان مربوط به پرزیدنت پیوتین بود. وقتی که پیوتین توی تلویزیون در حال تمرین جودو بوده و داشته حریف خودش را سخت و سفت به این طرف و آن طرف پرت می کرده است.

الکساندر از او پرسید که آیا او پرزیدنت را در تلویزیون دیده است. او جواب داد که پدرش از پرزیدنت پیوتین خوشش نمی آید. الکساندر وقتی فهمید که پدر او پیوتین را دوست ندارد اسم خودش را از کلاس تمرین جودو که در آن ثبت نام کرده بود خط زد و از آن بیرون آمد. فقط برای آن که در طرف خانوادهٔ «او» باشد.

داشتن چنین حال و وضعی عشق او را در دل الکساندر تیز تر می کرد. این که پدرش پوتین را دوست نداشت و خود او هم بی هیچ ترس و واژه ای آن را پیش همشاگردی ها باز گو می کرد.

آلکساندر توی همین قبیل فکر و خیال ها بود که متوجه شد در طول دو سال گذشته ، که آنها هر روز این مسیر را با هم رفته و برگشته اند، این اولین با راست که او سر جای همیشه اش نیست.

بعد متوجه شد که او سر کرچه شان ، در نقطهٔ همیشگی اش هم، که فاصلهٔ آن ازایستگاه اتوبوس تا در خانه آنها خیلی کوتاه بود نایستاده است. اتوبوس چند دقیقه ای با درهای بسته در ایستگاه منتظر و متوقف ماند، بعد آرام به طرف مدرسه راه افتاد.

همزمان با راه افتادن اتوبوس دنپای الکساندر بار دیگر درهم ریخت. قلبش به لرزه افتاد. لرزشی بمراتب شدید تر از ارتعاش شیشهٔ پنجره های لق و لوق اتوبوس یا آن پرچم





## تاسیس اصفهان از نگاه «دلاواله»

عبدالمهدی رجایی

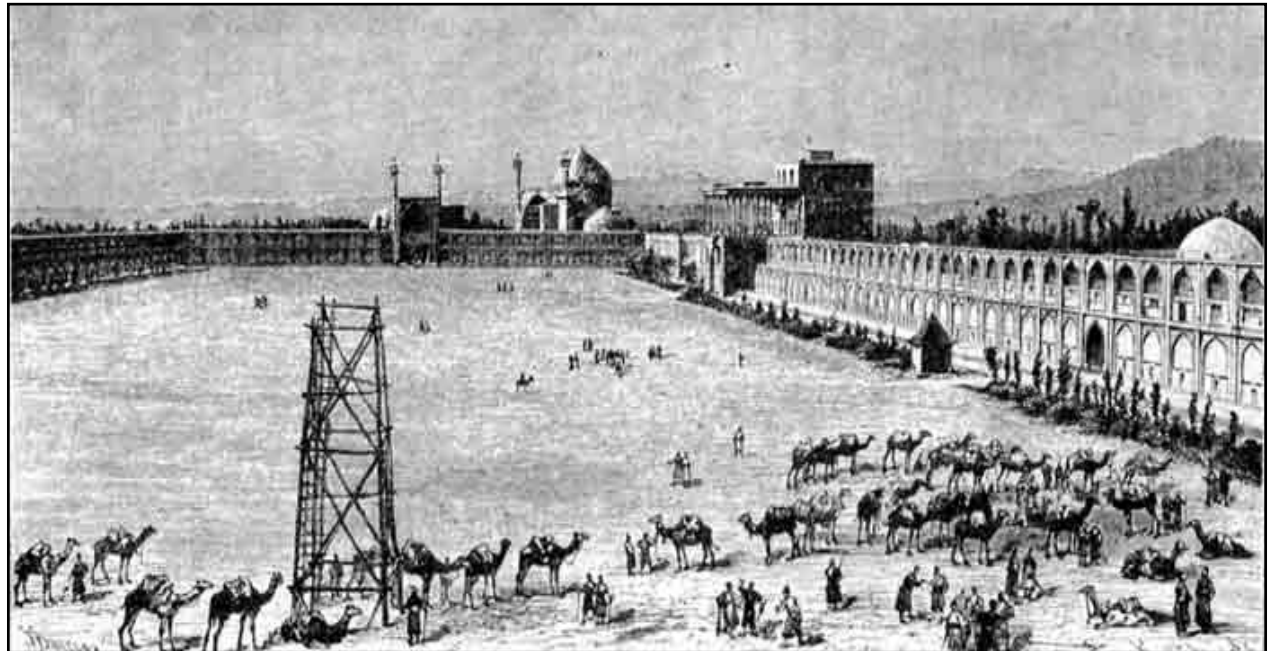
توصیف دلاواله، جهانگرد ایتالیایی از اصفهان به این خاطر اهمیت دارد که در زمان وی شهر در حال ساخت بود. بنابراین او بهتر می‌توانست علل و مراحل تکوین شهر را دیده و انعکاس دهد.

او شهری بین‌المللی را به تصویر می‌کشد که به واسطه سیاست‌های باز شاه عباس، از بیشتر اقوام و ملل در آن به کسب‌وکار مشغول می‌باشند. وی یادآور می‌شود که در خانه او به هفت زبان تکلم می‌شود و «حتی کودکان ترین و خرف‌ترین مستخدمین من، سه چهار زبان

چشم شرکت نمودند و همین نکته اهمیت محله عباس‌آباد را به روشنی نشان می‌دهد. به هر حال چیزی که این سه محله را به هسته مرکزی یعنی شهر اتصال می‌داد کشیده شدن یک خیابان بود که شاه عباس با طرح خیابان چهارباغ آن را تحقق بخشید. دلاواله چهارباغ را چنین توصیف کرده است «دیگر دیدنی جالب اصفهان خیابانی است که در حال حاضر خارج از شهر قرار دارد ولی وقتی این چهار محله در هم ادغام شوند، و چنان که گفتم به صورت شهری واحد در آیند، درست مرکز شهر خواهد بود» وی آثار خیابانی را که در حال ساخت بود چنین به توصیف کشیده است «دو حصار با ارتفاعی مساوی دو سوی این خیابان را شکل می‌دهند. در میان حصارها باغاتی است که به شاه تعلق دارد در این باغ‌ها همه مردم می‌توانند گردش کنند و از میوه‌هایی که به حد وفور در آنها یافت می‌شود بهره‌مند شوند. در جای جای دو

پایتختی در خور کشورهای اروپایی، شاید منظور شاه این بود که به این طریق در یکپارچه‌سازی اصفهانیان و برقراری ارتباط مثبت میان این اقوام گوناگون و غیرمتجانس در شهر اصفهان قدمی برداشته باشد. شاه می‌خواست اتباعش و آثانی که به زیر پرچم او در این شهر گرد آمده اند، زیر یک سایه پادشاهی قرار گرفته و شهر مورد نظرش ساخته شود. این نوع روی دیگر سیاستی است که دلاواله ابراز می‌دارد هر قوم طبق قواعد و رسوم خودشان و در دادگاه‌های خودشان مورد داوری قرار می‌گرفتند. (ج ۱، ص ۴۹۶)

بنابراین وجود فضاهای عمومی که میدان نقش جهان را نیز باید به آن اضافه کرد موجب می‌شد شهروندان این شهر نوعی یگانگی و یکرنگی را با کنار هم بودن تجربه کنند. صحبت از میدان نقش جهان شد. دلاواله آنقدر انصاف دارد که این میدان را بسیار زیباتر از میدان «ناون» بداند. نقش جهانی که تمامی سطح آن



می‌دانند» (ج ۱، ص ۸۶۶) بدیهی است در چنین شهری که شاه عباس ساخته بود، فضای کوچک عصر سلجوقی و ایلخانی بسیار تنگ و نامناسب بوده است. بنابراین شاه بلندنظر، مجموعه طرح‌هایی را در حوزه شهرسازی به اجرا در آورد. در محور جنوبی شهر سه محله جدا از هم و هر کدام محصور در یک حصار قرار داشت. این سه محله برخاسته از سیاست‌های اسکان و جمعیتی شاه عباس بودند؛ محله جلفا، محله عباس‌آباد و سرانجام محله گبرها که باید این سه محله به یکدیگر و به هسته مرکزی شهر اتصال می‌یافتند. در زمان دلاواله هنوز این کار صورت نگرفته بود. وی پیش‌بینی می‌کند که «شاه قصد دارد این سه محله را به اصفهان ضمیمه و تبدیل به یک شهر کند... اطمینان دارم وقتی این طرح عظیم شاه به پایان برسد، حصارهای اصفهان طولانی‌تر از حصارهای رم و قسطنطنیه خواهند شد» (ج ۱، ص ۴۷۷)

ارزش محله تبریزی‌ها یا عباس‌آباد آن بود که بزرگان و نزدیکان شاه هم چون امام قلی‌خان، حاکم بعدی فارس، در آن سکونت داشتند. به همین خاطر روزی شاه امر کرد که این محله را چراغان نمایند «البته این چراغانی با چراغانی اصفهان که مخصوص خیابان‌ها و مغازه‌ها و با دم و دستگاه مخصوص بود تفاوت داشت. به این ترتیب که مردم در جلوی هشتی خانه‌هایشان که مانند خانه‌های ناپل محوطه‌ای باز و بدون سقف دارد و بر روی دیوارهای منازل تعداد زیادی چراغ و مشعل قرار داده و روشن کردند. در این چراغانی هیچ تزئینی وجود نداشت ولی به علت تعدد و میزان انبوه و غیرقابل تصور وسایل نورانی، برای کسانی که از نقطه مرتفع شهری را تماماً غرق در آتش و نور می‌دیدند، منظره دلپذیر و چشم‌نوازی به وجود می‌آورد.» (ج ۱، ص ۹۰۹) خود شاه، سفرای خارجی و بزرگان کشور در این

سمت خیابان و در فواصل مساوی این باغ‌ها دره‌هایی درست روبه‌روی هم دارند. تعداد این نوع منازل بی‌شمار است که نمای خارجی بسیار دل‌فریب و قرینه‌سازی‌های چنان زیبا و هماهنگ با خانه‌ای که درست روبه‌رویشان واقع شده دارند که تصور چیزی زیباتر از این محال است» (ج ۱، ص ۴۷۷)

چهارباغ به آن سوی سی و سه پل هم کشیده می‌شد. در واقع قسمت اعظم آن جنوب رودخانه بود تا جایی که به باغ هزار جریب می‌رسید باغی که «در این باغ هیچ چیز، جز بی‌نهایت درخت میوه کاشته شده در یک خط نیست. که تماماً کوتاهند و شاخه‌هایشان به اطراف پراکنده است. به طوری که سواران، حتی پیاده‌ها می‌توانند با دست میوه‌هایشان را بچینند. هر محوطه مربع شکل از محوطه دیگر مجزاست. به عنوان مثال محوطه یک مربع پراز درختان انجیر است و مربع دیگر درخت هلو. و به همین ترتیب میوه‌های دیگر و مربع‌های دیگر. این باغ‌ها به شاه تعلق دارد، ولی هر کس در هر زمان که بخواهد می‌تواند وارد آن شود و میزان محصولات آن قدر زیاد است که برای تمام تفریح‌کنان کافی است» (ج ۱، ص ۴۷۷) دلاواله با تمام تعصب به وطنش مجبور به یک اعتراف است «چهارباغ واقعا چیزی سلطنتی است و شکوه و جلال خاصی دارد و با تمام احترامی که نسبت به کشورم دارم باید بگویم در واقع هیچ یک از خیابان‌های مجلل رم، ناپل و ژن و پالمو با تمام ابهتشان، همپای این خیابان اصفهان نیستند» (ج ۱، ص ۴۷۷)

نکته ای که می‌خواهم ذهن خواننده را متوجه آن کنم این است که منظور شاه از این سیاست‌های باز چه بود؟ چرا این باغ‌های مجلل را پرورش می‌داد تا رونندگان و مردم عادی بتوانند به طور رایگان از آن استفاده کنند؟ منظور از این همه شکوه در چهار باغ چه بود؟ آنچه به نظر می‌آید، به جز داشتن

را با ماسه نرم پوشیده بودند تا همیشه خشک و برای سواری و تفریح با اسب مناسب باشد. جوی آبی اطراف آن سیر می‌کرد و درختانی در اطراف جوی تازه کاشته شده بود. (ج ۱، ص ۴۷۳) اما او یک چیز دیگر در مورد این میدان را نمی‌دانست. نکته‌ای که ظرافت شهرسازان عصر صفوی را به خوبی نشان می‌دهد. پیش‌تر میدان عتیق یا میدان کهنه در شمال شرقی این میدان وجود داشت و احتمال می‌رفت که با ساخته شدن میدان نقش جهان، میدان سابق از رونق افتاده و آن گوشه شهر متروکه شود. بنابراین با اتصال بازارهای اطراف میدان به میدان قدیم، هر دو میدان به یکدیگر وصل شده و هر دو زنده و پررونق باقی ماندند (نخستین بار دکتر سیروس شفقی در کتاب جغرافیای اصفهان به این نکته اشاره کرده است).

به هر حال چار چوب اصفهان در دوره شاه عباس پایه‌گذاری شد. این چارچوب به قاجار رسید و به دلیل افت شدید جمعیت و رخت بر بستن رفاه و ثروت از این شهر چارچوب مذکور تا حدودی به هم ریخت. جلفا از جمعیت خالی شد. محلات قدیمی شهر غیرمسکون شدند. فضاهای عمومی از جمله میدان‌ها و خیابان‌ها دیگر با جمعیت مذکور همسان نبود. به همین خاطر میدان کهنه یا میدان عتیق که متروکه شده بود، تکه تکه شده و به افرادی فروخته شد. شاید هم نابسامانی در مدیریت شهری باعث شد هرکس گوشه‌ای از این میدان را ستانیده و برای خود خانه و دکان ساخت. (همچون زاغه‌نشین‌های اطراف شهرها) و خیابان چهار باغ بالا به بیابان تبدیل شد و باغ هزار جریب از حیز انتفاع افتاد. این چنین بود تا دوره رضاشاه که با کشیده شدن چندین خیابان شهر دوباره استخوان‌بندی تازه‌ای یافت.

منبع: سفرنامه دلاواله

## تلاش در راه عظمت اصفهان

آنچه می‌خوانید مقاله‌ای است که به قلم امیرقلی امینی در تاریخ ۲۷ مهرماه سال ۱۳۱۵ در روزنامه «اخگر» منتشر شده است.

باید دید چنین شهری وقتی هم مرکز صنایع ظریفه و قدیم و مخصوصا صنایع جدید یک کشور قرار گیرد و از این لحاظ آینده درخشانی را در پیش گرفته باشد، آیا می‌توان نسبت به امور عمرانی آن بی‌علاقه بود؟ و شهرداری چنین شهری می‌تواند در راه اصلاحات شهری با قدم‌های سست و لرزان پیش رفته و سیر آبادانی آن را نسبت به سیر سریع سایر ترقیاتش بطئی‌تر قرار دهد؟ حالا باید دید قدم‌های اداره شهرداری ما تا آنجا که پیش رفته، روی اصل تناسب مذکور برداشته شده است یا خیر؟ آری... نه! نه! از آن جهت که سیر ترقی اصفهان از لحاظ اوضاع اقتصادی در سه ساله اخیر به قدری سریع بوده که حقا حیرت‌انگیز به شمار می‌رود و روی اصل این نسبت باید پیشرفت‌های شهرداری ما نیز حیرت‌انگیز باشد. در صورتی که چنین نبوده و نیست. آری. از آن رو که از قدیم گفته‌اند «زرمی‌توان لشکر آراستن / ز لشکر بسی فتنه‌ها خاستن» و روی اصل اینکه بودجه شهرداری ما نسبت به وسعت دامنه شهر خیلی محقر و ضعیف است، بیش از آنچه که تاکنون کار کرده است حقا نمی‌توانست کار بکند و آنچه هم تاکنون کار کرده انصافا تا حد زیادی شایسته تقدیر و تمجید می‌باشد. شهرداری اصفهان در عرض دو ساله اخیر و مخصوصا در ظرف سال جاری در راه آبادی این شهر قدم‌های اساسی و بلندی برداشته که می‌توان گفت کارهای این دو ساله اساس و شالوده اصلی اصلاحات اصفهان به شمار می‌رود و آن عبارت است از احداث خیابان زیبا و مهم دور شهر (که در این قسمت البته خدمات و جدیدت‌های آقای منصور، پیشکار جدی و لایق مالیه اصفهان نباید فراموش شود) و خیابان جدید چهارباغ و ساختمان قسمت مهمی از میدان و بعضی کارهای متفرقه دیگر است که در سال گذشته انجام گرفته و امتداد خیابان‌های هاتف و حافظ و ساختمان خیابان بسپارعالی و ممتاز دروازه تهران و تسطیح قسمت وسط خیابان جدید چهارباغ و خیابان طوقچی به دروازه تهران و ساختمان دو عمارت زیبا برای وصول عوارض بلدیة دروازه‌های تهران و شیراز و اتمام بقیه ساختمان‌های میدان نقش جهان می‌باشد. انجام همین اصلاحات، اشتباه نشود، کار کمی نیست. اگر آب‌پاشی خوبی در سال جاری به واسطه کمی عده سپور نشده، یا اگر در قسمت نظافت خیابان‌ها، باز به همان علت کمی عده سپور، دقتی به عمل نیامده است، نباید فراموش کرد که شهرداری ما که تحت نظر یک نفر حکمران جدی عمران طلب اداره می‌شود، گذشته از این که مردم مقتصد و صرفه‌جوی اصفهان را وادار به ساختمان نماهای خیابان‌های چهارباغ و شاه و دروازه تهران کرده، و از این راه بسی بر زیبایی قسمتی از شهر اصفهان افزوده‌اند، و گذشته از اینکه به احداث و تکمیل دو خیابان خیلی مهم حافظ و هاتف و کف سازی سه خیابان معظم چهارباغ جدید و دروازه تهران و قسمتی از خیابان دور شهر موفق شده‌اند، در راه اصلاحات اساسی شهر دو قدم بسیار مهم و بزرگی برداشته‌اند که نتایج آن تا یک الی دو سال دیگر آشکار خواهد شد و آن دو مساله کابل‌کشی برق اصفهان و آسفالت‌کاری خیابان‌های چهارباغ و شاه است که هر دو به مناقصه گذاشته شده و به طوری که نتیجه عمل رسماً در روز پنج شنبه گذشته به انجمن شهرداری راپورت شد، قرارداد انجام هر دو امر (اولی با کمپانی آ. ا.ک. و دومی با شرکت ساختمان) منعقد گردیده و قریباً شروع به کار خواهند کرد. در دنیاى متمدن امروز دیگر سیم‌های برق به واسطه خطرات مهیبی که دارد از طرق هوا عبور نمی‌کند، بلکه معبر آن زیر زمین است. دیگر پایه‌های چوبی حتی در شهرهای کوچک ممالک راقیه هم دیده نمی‌شود. از طرفی دیگر دیگر خیابان‌های خاکی و شنی که در زمستان باتلاق‌های گل و لجن را تشکیل می‌دهد و در تابستان فضاهای پر از گرد و غبار، که پسندیده یک شهر متمدن و یک کشور متمدن نیست، باید حتماً سطحش آسفالت بشود. شکی نیست امروز که با نداشتن یک بودجه کافی و توانایی، به کار این قبیل اصلاحات اساسی مبادرت می‌شود، تا یکی دو سال دیگر که تمامی کارخانجات اصفهان به کار افتادند و محصولات صنعتی اصفهان نیز چندین برابر شد و از این راه بر میزان عایدات شهرداری ما سالانه مبالغ خیلی زیادی افزوده خواهد شد، مساله آسفالت‌کاری خیابان‌ها نیز با سرعت خیلی زیادتری پیشرفت خواهد کرد و اصفهان رنگ نوین و جلوه و جمال خیلی زیبا و مهم دیگری را به خود خواهد گرفت.



# 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.

<b>Lemoge Clinic</b> 191 Kilburn High Rd London NW6 7HY 0207 372 4433 0207 372 0044	<b>Queens Park Clinic</b> 47 Salusbury Rd London NW6 6NJ 0207 912 0920 02076043124	<b>Lemoge dental Surgery</b> 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](http://www.lemogeclinic.co.uk) All prices in this advert, start from.

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



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 شنبه ها تمام روز  
در کلینیک Lemoge در Kilburn

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



## 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](http://www.porchesterdentist.co.uk)



هدف ما  
پاسداری از اعتماد شما  
در سراسر دنیا

**SEPARAYEN  
MONEY EXCHANGE**

## خدمات ارزی سپر آیین

مهدی محسنی

Mehdi Mohseni 58 BALLARDS LANE  
(opposite Tesco)  
LONDON N3 2BU

☎: 02083431875

Fax: 02083431875

Mob: 07988603026

@: info@separayen.com

[www.separayen.com](http://www.separayen.com)





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](http://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](mailto:info@aria-uk.com)

Ph: 0794 361-7780 or 020 7938-1088

REGISTER NO: 07808845



با مدیریت خانم موسوی

## صرافی پارسیلا

در خدمت پارسیان

انتقال ارز به صورت الکترونیکی حتی بعد از ساعات اداری

خرید و فروش ارز با بهترین نرخ

انتقال ارز از طریق سیستم مطمئن بانکی



ارسال حواله از طریق سیستم

فروش انواع سکه های بهار آزادی

TEL/FAX : +44(0)20 8446 9525

MOB: +44(0)79 8867 4331

+44(0)78 8736 7707



741 Balfour House, High Road, North Finchley, London N12 0BQ



# 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](http://www.anjomanfoods.co.uk)

Wholesaler of Persian Food and Tilda Grand Extra Long Grain Rice



# وب سایت

کلیه امور طراحی گرافیکی  
بصورت کاملاً حرفه ای  
توسط تیم مجرب

سرویس کامل طراحی و  
راه اندازی وب سایت

۰۷۸۱۱۰۰۰۴۵۵



صافکاری و رنگ آمیزی انواع اتومبیل با برترین کیفیت  
تعمیر انواع خودرو MOT - انواع رینگ و لاستیک

14C Canterbury Work, Canterbury Road, London, NW6 5ST

020 7624 6420

با ارائه این آگهی از تخفیف ویژه ۱۰ درصدی برخوردار خواهید شد

## 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

Tel : 020 7266 9200 - 020 72662655- 07863221709

108 Bourne Terrace, Paddington London W2 5TH

www.arianarestaurant.net

*Fine Dining*

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







ابداعات، استعدادهای هنری و حتی فشار برای اعمال تغییر را به اشتراک بگذارند یا دوست یابی کنند. شهر مجازی، امکان کوچک کردن و فیلترینگ ابرشهرهای واقعی را ایجاد کرده تا به کمک آن در زمان و انرژی لازم برای انجام سفرهای واقعی صرفه جویی شود. به علاوه، شهرهای مجازی به صورت جداگانه به هدایت بشریت از طریق خلاقیت های مشترک و حل مساله کمک می کند.

اما بحث ها و تغییرات دنیای واقعی براحتی این انجمن های آنلاین را به سمت اتاق فضاهای دولتی، رسانه های جریان اصلی در تلویزیون، رادیو و نشریات کشانده است. انقلاب های عربی در سراسر شمال آفریقا و خاورمیانه از طریق شهرهای مجازی توئیتر، فیسبوک، پیامک و دیگر برنامه ها هماهنگ شده و بوقوع پیوست، اما محل وقوع آنها در خیابان ها

در اثر ارتباط افراد از طریق شبکه های اجتماعی مانند توئیتر و فیسبوک خلق شده اند به طور غیرقابل باوری قدرتمند بوده و لزوما هم به مرزهای جغرافیایی حقیقی محدود نمی شود. افراد همفکر بسادگی یکدیگر را در تالارها و انجمن های آنلاین پیدا کرده و در جهت منافع خاصی دور هم جمع می شوند. برنامه های کاربردی مجازی هم برای دور زدن شلوغی های رایج و یافتن افراد

## شهر مجازی

رها تنها ۳ درصد از کل سیاره زمین را پوشانده اند، اما تقریباً نیمی از ساکنان زمین در همین شهرها زندگی می کنند و این به آن معناست که شهرها موجب ارتباط بیشتر مردم در قالب نیروهای عمده و غول پیکر فیزیکی، زیستی و فرهنگی می شوند.

خطوط حمل و نقل و ارتباطات گسترده میان شهرها، از بزرگراه ها گرفته تا قطارهای تندرو و هواپیماها تجارت را به امری فراگیر در پهنه کیتی تبدیل کرده است. به این ترتیب جهان امروز بشر، کوچک تر و دنیا محلی تر شده است.

تاثیر همگون سازی آنترپوسین (عصر انسان - دوره جدید زمین شناسی که از سوی پل کراتزن شیمیدان در سال ۲۰۰۲ مطرح شد. از مشخصه های اصلی این دوره تاثیر رفتار انسان بر کره زمین و اتمسفر طی چند قرن اخیر است) بر فرهنگ و شیوه زندگی انسانی به همان اندازه تاثیر است که بر اکوسیستم طبیعی دارد و شهرها بزرگ ترین تجلی این تاثیر هستند. آنها به راستی جهانشمولند. از آنجا که شهرهای مختلف در دورترین نقاط جهان تجربیات یکسانی را به دست می دهند، شاید بتوان گفت هر فردی به شخصه احساس غریبی در هیچ شهری نمی کند. هر چند ممکن است برخی شهرها خشن تر و برخی آرام تر یا برخی ثروتمندتر باشند، اما در مجموع فضای شهری یک شکل است. تفاوت ها و تجربیات متنوعی که در جهان طبیعی وجود دارد به هیچ وجه در فضای شهری دیده نمی شود.

این که توده مردم جذب شیوه زندگی شهری می شوند، باعث شده در کلانشهرهایی همچون نیویورک شاهد آن باشیم که مردم به بیش از ۸۰۰ زبان مختلف سخن می گویند (گفته می شود این میزان، بیشترین تراکم زبان در دنیاست).

در لندن کمتر از نیمی از جمعیت را بریتون های سفید تشکیل می دهند. این رقم در یک دهه گذشته از ۵۸ درصد به کمتر از ۵۰ درصد رسیده است. در همین حال میزان کاهش زبان در سراسر جهان نسبت به هر زمان دیگری بیشتر شده است. امروزه در هر دو هفته یکی از ۷۰۰۰ زبان زنده دنیا از بین می رود.

تاثیر این عصر را نمی توان فقط از منظر فرهنگی نگریست، بلکه از منظر زیست شناختی مهم است. دیگ های جوشان شهری، بشر را به صورت ژنتیکی تهدید می کند. براساس نظر استیو جونز که یک نسل شناس بوده و پژوهش هایی درباره ازدواج های میان مردم شهر و روستا انجام داده، گسترش تفاوت های ژنتیکی را می توان از زمان اختراع دوچرخه به بعد تعقیب و مشاهده کرد. اما گرایش به شهرنشینی در این دوران یک امتزاج غیرمترقبه را به بار آورده است. در نتیجه جونز معتقد است که امروزه انسان ها از نظر ژنتیکی نسبت به صد هزار سال قبل بیشتر شبیه به یکدیگر شده اند. اختلاط فرهنگی همان طور که به خلق کارهای بزرگ علمی، هنری، موسیقایی و بسیاری از جنبه های دیگر منجر شده است در از بین بردن موانع میان نسل ها تاثیر زیادی داشته است. تمرکز انسان بر زندگی شهری تجربیات و دریافت هایی را به وی تحمیل کرده که در هیچ نوع زندگی بشری دیگری و در هیچ گونه جانوری دیگری قابل رویت نیست.

## شهرهای مجازی و انقلاب مجازی

حال که فناوری های نوین برای ارتباط سریع افراد با شرکت ها، حوزه های دولتی و خبررسانی به میلیون ها انسان دیگر از طریق بستر اینترنت فراهم شده و در دسترس عموم قرار دارد، شهرها ابعاد جدیدی پیدا کرده است. شهرهای مجازی که



# تغییر چهره شهرهای آینده

بی بی سی / مترجم: آتنا حسن آبادی

شهر مجازی، سمت و سویی مشکل سازتر هم دارد. در طول روز ممکن است یک فرد در یک شهر غربی با داده هایی بیش از داده هایی که فردی در قرن پانزدهم در تمام طول عمر خود با آنها مواجه می شد، مواجه شود.

اکنون تولد های دیجیتالی در قیاس با ویرایش آنالوگ آن پیشی گرفته و والدین کودک با ارسال تصاویر سونو گرافی فرزندشان در فیسبوک، قبل از تولد کودک، دامنه اینترنتی مربوط به نوزادشان را ثبت می کنند. دولت ها، شرکت ها، سازمان ها و اجتماعات فردی می توانند داده های ثبت شده درباره ما را به دست آورده و برای اهداف و مقاصد خاصشان استفاده کنند. این تحلیل های برگرفته از حریم خصوصی ممکن است خوب یا بد باشد، اما باید گفت اکنون بخشی از زندگی ما در عصر آنترپوسین است.

داده های جمع آوری شده مربوط به مشتریان از سوی سیستم مرکزی سوپرمارکت های ایالات متحده اجازه می دهد بتوان با دقت بالایی حدس زد کدام یک از مشتریان خانم بتازگی باردار شده و زمان تولد نوزادشان چه موقع است. یک مغازه می تواند با استفاده از این اطلاعات، خامی را به منظور تبلیغات محصولات مرتبط با بارداری و نوزاد در زمانی که حتی هنوز او این موضوع را با کسی در میان نگذاشته، استفاده کند. شاید از نظر شما این کار نادرستی باشد، اما اگر با استفاده از آنالیز میزان مصرف انرژی، پلیس قادر به تشخیص خانه ای باشد که در آنجا کشت ماری جوانا انجام می شود چه؛ باز هم می گوئیم بد است؟

همه ما زمانی که تراکش بانکی به وسیله دستگاه خودپرداز انجام داده یا وارد یک وب سایت می شویم در حال تولید اطلاعات هستیم. در عصر آنترپوسین، این ما هستیم که باید تصمیم بگیریم چه کسی ممکن است صاحب داده های ما شده یا با چه کسی به اشتراک گذاشته شوند یا خیر، اطلاعات ما قرار است کاملاً خصوصی باشند. راستش را بخواهید در این مورد آخر شک و شبیه های فراوانی وجود دارد.

## در لندن کمتر از نیمی از

## جمعیت را بریتون های

## سفید تشکیل می دهند.

## این رقم در یک دهه گذشته

## از ۵۸ درصد به کمتر از ۵۰

## درصد رسیده است. در

## همین حال میزان کاهش

## زبان در سراسر جهان

## نسبت به هر زمان دیگری

## بیشتر شده است. امروزه

## در هر دو هفته یکی از

## ۷۰۰۰ زبان زنده دنیا از

## بین می رود.

و میادین شهرها بود و خون و گوشت افرادی را که از طریق گوشی های هوشمند و کامپیوترها به هم پیوند خورده بودند در خیابان های شهرهای حقیقی به هم پیوند زد.

یک گروه توئیتری، شرکت استار باکس را مجبور به پرداخت میلیاردها پوند به دولت بریتانیا کرد. این اتفاق پس از معافیت مالیاتی قانونی آنها در سال گذشته رخ داده است. بنابراین می توان گفت شهرهای مجازی به اندازه مدل حقیقی شان جهانی است. مردم از سراسر دنیا می توانند بصورت اینترنتی دورهم جمع شده و نوآوری ها، ایده ها،

همسو بسیار سودمندند.

باشگاه های آنلاین و به طور مثال شبکه خرید اروپون در تلاش برای خصوصی سازی ارزهای مبادلاتی بوده و ممکن است برای مبادلات یک شخص با مغازه ای در همسایگی اش راهکار ویژه ای تعریف کنند.

درخواست های مبنی بر تغییر اجتماعی و سیاسی در این جوامع مجازی امکانپذیر شده و دولت ها و شرکت ها را در مسیری که در گذشته هرگز میسر نبوده قرار داده است.

به جای این که برای پیدا کردن اطلاعات کتاب های زیادی را زیر و رو کنیم، تنها از طریق داده های آنلاین و الگوریتم های مخصوصی می توانیم انبوهی از اطلاعات را در کسری از ثانیه جستجو کرده و به مطلب مورد نظر برسیم. تسهیلات دنیای مجازی واقعا سودمند بوده و به عنوان مثال روزنامه نگاران و دیگر گروه ها را در یافتن نقص ها، پرداخت مالیات و دیگر مسائل مورد علاقه عموم یاری می کند. چنین اطلاعاتی در چند ثانیه قابل انتشار بوده و از سوی میلیاردها نفر دیده می شود. در چند ثانیه می توانید تعداد افراد زنده مانده پس از بیماری سرطان در یک منطقه یا کشور را مقایسه کرده یا می توان صد ها نظر درباره محصولی که قصد خرید آن را دارید، مطالعه کنید.

باید گفت امروزه شهرهای حقیقی و مجازی بشدت در هم گرفتار شده اند. جمع آوری اطلاعات و ساختن جامعه در فضای مجازی بسیار راحت تر از شهرهای بزرگ دوره آنترپوسین است که اعضای گروه ها در آن ممکن است بسیار از هم دور بوده یا ملاقاتشان با یکدیگر با سختی های زیادی همراه باشد.





«فوربس» ۱۰۰ دانشگاه برتر یانکی‌ها  
را معرفی کرده است

## برترین دانشگاه‌های ایالات متحده در سال ۲۰۱۳

سمانه خلوجینی

رتبه‌بندی دانشگاه‌های جهان براساس معیارهای



مختلفی انجام می‌گیرد. از جمله این معیارها می‌توان به آمارهای تجربی، کیفیت اساتید، بورس‌های اعطایی، تعداد دانشجویان، امکانات آزمایشی و تحقیقاتی اشاره کرد. در برخی از

رتبه‌بندی‌ها نیز شاخص‌های آکادمیک تاثیر چندانی ندارد و رتبه‌بندی براساس مواردی مانند نحوه پذیرش و ورود دانشجویان به دانشگاه صورت می‌گیرد. در برخی از کشورها نیز تاثیر برخی عوامل بر رتبه‌بندی‌ها متغیر است. مثلا رتبه‌بندی دانشگاه‌ها در ایالات متحده تحت تاثیر سیستم پذیرش دانشجو است، ولی در انگلستان تعدد نشریات و مقالات است که رتبه دانشگاه‌ها را تعیین می‌کند. «فوربس» در تازه‌ترین مطلبی که منتشر کرده به ۱۰۰ دانشگاه برتر ایالات متحده پرداخته است. در این مطلب با هشت دانشگاه نخست این فهرست آشنا می‌شوید.

دانشگاه استنفورد  
استنفورد - کالیفرنیا

یکی از معتبرترین دانشگاه‌های دنیاست که در سال ۱۸۸۵ میلادی به دست فرماندار استنفورد، «لنالد استنفورد» و همسرش ساخته شد. این زوج، دانشگاه را به یاد پسرشان که در ۱۶ سالگی بر اثر تیفوئید درگذشته بود، ساختند. «لنالد استنفورد» زمین‌های کشاورزی خود را برای این کار اختصاص داد تا ایالت کالیفرنیا مرکز دانشگاهی بزرگی داشته باشد.

دانشگاه پومونا

کلمونت - کالیفرنیا

«پومونا» دانشگاهی خصوصی است که در ۱۴ اکتبر ۱۸۸۷ میلادی تاسیس شد. این دانشگاه از اقمار دانشگاه ایالتی کالیفرنیا محسوب می‌شود. «پومونا» هفتمین شهر بزرگ «لس‌آنجلس» است که در سرشماری سال ۲۰۱۰ میلادی بالغ بر ۱۵ هزار نفر جمعیت داشته است. قسمت‌هایی از فیلم «گاتاکا» در دانشگاه پومونا فیلمبرداری شد. «گاتاکا» نام فیلمی علمی-تخیلی محصول سال ۱۹۹۷ است.

دانشگاه پرینستون

پرینستون - نیوجرسی

این دانشگاه چهارمین دانشگاه قدیمی ایالات متحده آمریکا و یکی از پرافتخارترین آن‌هاست. پرینستون را می‌توان خانه استادان بزرگ فیزیک همچون «آلبرت اینشتین» دانست. از استادان مشهور دانشگاه پرینستون می‌توان به «پل کروگمن»، برنده جایزه نوبل اقتصاد در سال ۲۰۰۸ میلادی اشاره کرد. در فهرست بهترین دانشگاه‌های دنیا نیز این دانشگاه همواره رتبه‌های بالا را به خود اختصاص می‌دهد.

دانشگاه ییل

نیو هون - کنتیکت

دانشگاهی خصوصی است که در سال ۱۷۰۱ میلادی تاسیس شد. بسیاری از روسای جمهور آمریکا و همچنین سران دولتی ایالات متحده از این دانشگاه فارغ‌التحصیل شده‌اند. دانشکده حقوق این دانشگاه همواره رتبه اول را در بین دانشگاه‌های آمریکا احراز کرده‌است. دانشگاه ییل در ماه دسامبر ۲۰۰۷ تعدادی از کلاس‌های مقطع لیسانس خود را به‌طور رایگان از طریق شبکه اینترنت در اختیار عموم قرار داد.

دانشگاه کلمبیا

نیویورک - نیویورک

دانشگاه کلمبیا عضو «آیوی لیگ» است. آیوی لیگ، از معروف‌ترین گروه‌های دانشگاهی جهان و متشکل از هشت دانشگاه پرآوازه است. جایزه پولیتزر که معتبرترین جایزه روزنامه‌نگاری در ایالات متحده آمریکا محسوب می‌شود، هر ساله با نظارت دانشگاه کلمبیا به روزنامه‌نگاران و نویسندگان برجسته اهدا می‌شود. رتبه این دانشگاه در رتبه‌بندی دانشگاه‌های جهان همواره در میان ۱۵ دانشگاه برتر قرار دارد.

کالج سوارث‌مور

سوارث‌مور - پنسیلوانیا

این دانشگاه در ۱۱ مایلی جنوب غربی فیلادلفیا قرار گرفته است و بالغ بر ۱۵۰۰ دانشجو در آن مشغول به تحصیل هستند. این کالج در سال ۱۸۶۴ میلادی تاسیس شده است. بینه مالی این کالج در سال ۲۰۱۲ میلادی بالغ بر یک میلیارد و ۴۹۹ میلیون دلار برآورد شده است. این کالج همواره در فهرست دانشگاه‌های برتر ایالات متحده آمریکا در رتبه‌های بالا قرار داشته است.

مدرسه نظامی ایالات متحده

وست پوینت - نیویورک

مدرسه نظامی ایالات متحده معروف به «وست پوینت» معتبرترین و قدیمی‌ترین دانشگاه افسری آمریکا است. این مدرسه در سال ۱۸۰۲ میلادی تاسیس شد. این مدرسه یکی از بزرگ‌ترین مدارس نظامی در جهان است. دانش‌آموختگان مدرسه نظامی وست پوینت اکثرا با درجه ستوان دومی جذب ارتش ایالات متحده آمریکا می‌شوند. شعار رسمی این مدرسه «وظیفه، افتخار، میهن» است.

دانشگاه هاروارد

کمبریج - ماساچوست

هاروارد را در سال ۱۶۳۶ هیات «قانون‌گذاران مهاجرنشین خلیج ماساچوست» تاسیس کردند. نام این دانشگاه در ابتدا «دانشکده نو» بود تا اینکه در ۱۳ مارس ۱۶۳۹، «جان هاروارد» وزیر امور داخلی آمریکا که استاد یکی از شعبه‌های دانشگاه کمبریج بود، نیمی از سرمایه و املاک خود را که ۷۸۰ پوند بود با ۴۰۰ جلد کتاب به این کالج بخشید و کالج مزبور از آن سال به افتخار او، هاروارد نام گرفت.

زیر نظر بانک مرکزی

**صرافی شرافعی**

WESTERN UNION  
MONEY TRANSFER

FSA: 585070  
Under License Number  
12502332

شما می توانید با حضور خود در دفاتر صرافی شرافعی در ایران، انگلستان، استرالیا، فرانسه و یا کانادا پول خود را هم زمان 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

کلاس های ریاضی  
A level , GCSE  
و سال های 7, 8, 9  
با کیفیت عالی و شهریه  
مناسب و در گروه  
های کوچک  
توسط دبیر مجرب  
دبیرستان های لندن

مدرسه اندیشه با کادر آموزشی  
مجرب، زبان فارسی را با  
روش های نوین به فرزندان شما  
می آموزد.  
شنبه ها 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

تلفن تماس: 07846 508 534

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





هفت ساله و یک دختر شش ساله نیز در این مراسم آئینی به قتل رسیده اند.

## راز مرگ کودکان ۵۰۰ سال یخ زده کشف شد



محققان دانشگاه بردفورد با انجام تجزیه تحلیلهای شیمیایی روی بدنهای یخ زده و مومیایی شده اینکا به این نتیجه رسیدند که این سه کودک ۵۰۰ ساله که جسد سالم آنها در سال ۱۹۹۹ کشف شد، با الکل و کاکائو مسموم شده اند.

مومیایی جونیتا که از آن با عنوان دختر یخی هم نام می برند بدن یخزده دختری از اینکاها است که به عنوان پیشکش و قربانی به خدایان اینکا بین سالهای ۱۴۵۰ و ۱۴۸۰ در سن ۱۳ سالگی به قتل رسیده است.

این دختر در کوهستان آمپاتو جنوب پرو در سال ۱۹۹۵ توسط خون رینهارد و میگل زارته کارشنا انسان شناسی کشف شد و در موزه انسان شناسی آرژانتین به نمایش گذاشته شده است و به طور دوره ای در کشورهای مختلف چون ژاپن و آمریکا نیز در معرض دید عموم قرار داده شده اند.

وضعیت بدن این دختر یخزده که با توجه به قدمت آن در شرایط خوبی باقی مانده بود به یک حساسیت در دنیای علم تبدیل شد. مجله تایمز در سال ۱۹۹۵ از آن با عنوان یکی از ده کشف برتر دنیا یاد کرد.

اما آنچه امروز برای دانشمندان قابل توجه بوده راز مرگ وی با تجزیه تحلیل موهایش بوده است.

این دختر ۱۳ ساله اینکایی به شدت تحت تأثیر الکل و برگهای کاکائو به عنوان پایه کوکائین قرار گرفته و پس از آن در ارتفاعات سرد به عنوان یک قربانی برای مرگ قرار گرفته است.

این دختر با روسری از جنس پر که روی موهای بافته شده کشیده شده بود در سال ۱۹۹۹ در کنار دو کودک دیگر کشف شد.

محققان اعتقاد دارند که این کودکان قربانی مراسمی به نام "کاپاکوچا" (capacocha) شده اند. مراسمی که تصور می شود برای القای وحشت و کنترل اعضای امپراطوری درحال گسترش اینکا برگزار می شده است.

تجزیه موهای این کودکان که نشان اثر شیمیایی رژیم غذایی آنها است نشان می دهد که هر سه با دارو و الکل مسموم شده اند تا برای ماه های پیش از مرگشان آرام شوند. میزان این داروها در دختر ۱۳ ساله به طور چشمگیری بالا بود که شاید به این علت بوده است که وی مقاومت بیشتری از خود نشان داده است.

آزمایشهای شیمیایی توسط محققان دانشگاه بردفورد انجام شده و نتایج آن در مجله مقالات آکادمی ملی علوم منتشر شده است.

محققان اظهار داشتند که برگهای کاکائو هنگام جویدن و جذب شدن نوعی محرک معتدل آرام کننده تولید می کرده است.

این سه کودک مومیایی نشده اند اما به طور کامل یخ زده اند، در کنار آنها مجموعه چشمگیری از طلا، نقره، مجسمه، منسوجات و ظرفهای حاوی غذا کشف شد. در کنار این دختر ۱۳ ساله یک پسر



براساس اظهارات دکتر اندرو ویلیام از این تیم تحقیقاتی دانشگاه بردفورد، حقیقت این است که در هفته های پایانی سطح مصرف کاکائو و الکل در بدن این دختر نسبت به دو کودک کم سن تر بالا رفته است، چرا که به نظر می رسد نیاز به آرام کردن وی در هفته های پایانی زندگی بیشتر بوده است.

## سهولت رفع مشکل هک شدن نیم میلیارد سیم کارت جهان

محققان امنیتی آلمان که چندی پیش خطر هک شدن نیم میلیارد سیم کارت را اعلام کرده، این بار تاکید کردند که رفع مشکلات شدید امنیتی در میلیون ها سیم کارت تلفن های همراه برای اپراتورها ساده است.

کارستن نوهل از آزمایشگاه های تحقیقات امنیتی در برلین هفته گذشته اعلام کرد که میلیون ها سیم کارت در سراسر جهان هنوز هم از کدنویسی دهه ۱۹۷۰ استفاده می کنند تا به روزسازی های نرم افزار را اعتبار بخشند. نوهل به این نتیجه رسید که می توان برخی از انواع سیم کارت ها را به گونه ای فریب داد که آنها یک کد ۵۶ بیتی رمزگذاری شده را که به آن (اطلاعات رمزی استاندارد) گفته می شود فاش کند، این کد با یک رایانه عادی قابل شکستن است. وی همچنین کشف کرده بود که با ارسال یک به روزسازی نرم افزاری جعلی به یک تلفن، سیم کارت ها یک پیام اشتباه را که دربرگیرنده همان کد ضعیف است ارجاع می دهند. در این مرحله یک دستگاه می تواند جاسوس افزار خود را به تلفن ارسال کند تا اطلاعات مهم تلفن را از طریق Java Virtual Machine به دست آورد. این نرم افزار Java Virtual Machine تقریباً در تمام سیم کارت های که در دنیا فروخته می شود، وجود دارد.

این درحالی است که این محقق امنیتی یادآور شد که مشکل رمزگذاری ضعیف و اشتباه ارجاع پیام اشتباه را که حاوی کد ضعیف است می توان به همان شیوه ای حل کرد که مشکل به وجود آمده است. یعنی با استفاده از به روز سازی نرم افزار این مشکل قابل رفع شدن است. سیم کارت ها دارای تنظیمات مختلف و متنوعی است. اپراتورها ویژگی های سیم کارت ها را در اختیار سازندگان قرار می دهند تا از این ویژگی ها در شبکه های خود استفاده کنند. بسیاری از سیم کارت ها دارای تنظیمات و فناوری های قدیمی چون «اطلاعات رمزی استاندارد» هستند که قدمت آن به بیش از یک دهه گذشته باز می گردد. برای برخی از سیم کارت های آسیب پذیر خاموش کردن «اطلاعات رمزی استاندارد» و روشن کردن سه «اطلاعات رمزی استاندارد» که شکل امن تری از این کد است می تواند به عنوان یک راهکار مناسب در نظر گرفته شود. این مشکل به گونه ای قابل حل است که کاربران حتی از به روز سازی تلفن های خود مطلع نمی شوند؛ چرا که اپراتورها به طور مرتبط به روز رسانی های نامرئی برای کاربران ارسال می کنند. این به روز سازی نیز توانایی حل مشکل ارجاع پیام اشتباه را دارد. اپراتورها حتی می توانند تنظیمات کلیدی در مراکز پیام خود ایجاد کنند، از آنجا که کدهای پیام ها که دربرگیرنده به روز سازی نرم افزاری بسیار خاص هستند، اپراتورها می توانند فایروال های خود را طوری تنظیم کنند که نوع کدهای ارسال شده به کاربران تنها از سرورهای آنها گرفته شده باشد. از آنجا که اپراتورهای بسیاری تحت تأثیر این مشکل هستند، آزمایشگاه وی جزئیات این تحقیق را در اختیار انجمن GSM قرار داده است.

## هوآوی تامین کننده فناوری فیلترینگ انگلیس

رسانه های خبری افشا کرده اند که انگلیس برای دسترسی به فناوری فیلترینگ از شرکت چینی هوآوی کمک گرفته است.

به گزارش «موبنا»، هوآوی در شرایطی برای تامین فناوری فیلترینگ بریتانیا برگزیده شده که از سوی دولت های غربی در برخی کشورها به جاسوسی متهم شده و تحقیقاتی در این زمینه در جریان است.

بررسی ها حاکی است نرم افزار فیلترینگ شرکت تاک تاک یکی از سرویس دهندگان بزرگ اینترنت در انگلیس موسوم به Homesafe از شرکت چینی هوآوی خریداری شده است. دیوید کامرون نخست وزیر انگلیس هفته قبل اعلام کرد شرکت های ISP در بریتانیا موظف به فیلتر کردن محتوای هرزنگارانه ای هستند که مربوط به سوء استفاده از کودکان و افراد کم سن و سال است.

بعضی رسانه های انگلیسی از اینکه هیچ شرکتی در بریتانیا از فناوری فیلترینگ مناسب برخوردار نبوده و این امر باعث شده دولت دست به دامن شرکتی چینی شود، انتقاد کرده اند. برخی دیگر از این رسانه ها هم اقدام دولت در استفاده از یک شرکت خارجی در این حوزه را به علت پیامدهای امنیتی آن تصمیمی نادرست دانسته اند.

سال گذشته کنگره آمریکا خواستار قطع همکاری با شرکت چینی هوآوی به علت خطرات امنیتی آن شد. اما پس از مدتی کاخ سفید این نگرانی ها را رد و بر تداوم همکاری با هوآوی تاکید کرد. این شرکت سال گذشته بیش از ۳ میلیارد دلار در بریتانیا سرمایه گذاری کرد که در نتیجه آن ۷۰۰ فرصت شغلی در این کشور به وجود آمد.



## 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 گردهای 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 آندرگراوند. 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: تویل نیم استریت



هرچیزی را باور نکن

## افسانه های خوشبختی درست است یا نه؟

فکر می کنید شغل مناسب، یک خانه بزرگ تر یا یک همسر خوب بلیت خوشبختی هستند؟...

دهه ها تحقیق در علم خوشبختی نشان داده است بین چیزی که فکر می کنید شما را خوشبخت می کند و چیزهایی که واقعا این کار را می کنند، یک فاصله بسیار بزرگ وجود دارد.

افسانه:

ازدواج درست شما را به خوشبختی لایتنای می رساند

علم می گوید وقتی هر انسانی ازدواج درستی داشته باشد، در زندگی احساس خوبی دارد، اما این احساس ۲ یا ۳ سال طول می کشد. بعد از آن، سطح خوشبختی فرد به قبل از دوران نامزدی با همسرش برمی گردد.

ی تان را تقویت کنید: با اخبار خوبی که مربوط به همسران می شود خود را خوشحال کنید. یک تحقیق نشان داده است، بهترین زندگی های مشترک، آنهایی نیستند که زوج ها به غم ها و ناراحتی های خود واکنش نشان می دهند، بلکه آنهایی هستند که مرد و زن به خبرهای خوب مربوط به یکدیگر و شادی های طرف مقابل واکنش مثبت نشان می دهند. وقتی همسران می گوید تفریح می گیرد، ابراز خوشحالی و نشان دادن علاقه به این موضوع و پرسیدن سوال های مرتبط در این زمینه نشان می دهد مراقب طرف مقابل؟تان هستید. حمایت در سکوت و اشاره به سختی های پیش رو («اوه یعنی باید آخر هفته ها هم کار کنی؟») خوشبختی را تحلیل می برد.

افسانه:

شغل رویایی، شما را خوشبخت تر می کند علم می گوید شما در طول زمان با هر چیزی سازگار می شوید بنابراین در طول زمان، لذت هایی که از محیط کاری جدید به دست آورده اید در طول زمان از بین می روند. اگر مسوولیت جدیدی به شما سپرده شود، انتظارات هم بالاتر می رود و می تواند احساس خوشبختی را از شما بگیرد. چند سال پیش یک تحقیق کلاسیک انجام شد و طی آن سطح احساس خوشبختی میان مدیرانی که میانگین حقوق؟سالانه؟شان ۱۲۵ هزار دلار بوده و به صورت داوطلبانه شغل خود را تغییر دادند ارزیابی شد. محققان دریافتند این مدیران، بلافاصله بعد از تغییر کار، احساس خوشبختی بیشتری داشتند اما بعد از یک سال، سطح خوشبختی آنها با زمان قبل از تغییر کارشان برابر شد.

خوشی تان را تقویت کنید: برای اینکه حس خوشبختی در کار خود را از دست ندهید، باید

تجربه هایی را که قبلا داشته اید تکرار کنید. اگر قبلا حقوق کمی دریافت می کردید، در شغل جدید خود یک هفته در ماه را طوری زندگی کنید که انگار همان دستمزد قبلی را دارید. اگر شب ها کار می کردید، خود را مجبور کنید در روزهایی در ماه تا دیروقت در محل کار بمانید. انتقال خود به شرایطی که قبلا نمی خواستید در آنها باشید، کمک می کند در نقش

که شما باید بیشتر زیر بار قرض و وام بروید، قطعا دلیلی ندارد با داشتن آن خوشبخت تر باشید. تحقیقات نشان داده است حذف کردن تجربه های منفی در زندگی مثل نگرانی های مربوط به قرض، ۳ تا ۵ برابر احساس خوشبختی شما را تقویت می کند. یک محقق در این باره گفته است: «لذت داشتن خانه نمی تواند حتی بخشی از درد و نگرانی ای که



فعلی احساس خوشبختی بیشتری داشته باشید.

افسانه:

حقوق بیشتر شما را خوشبخت تر می کند علم می گوید میزان حقوقی که دوستان، اعضای خانواده و همکاران؟تان می گیرند ارتباط بیشتری با خوشبختی شما دارد تا درآمدی که خودتان دارید. در یک تحقیق مشخص شده است مردم در جایی که دیگران ۲۵ هزار دلار درآمد دارند و خودشان ۵۰ هزار دلار درآمد دارند راحت ترند تا در جایی که خودشان ۱۰۰ هزار دلار درآمد دارند و دیگران ۲۰۰ هزار دلار.

خوشی تان را تقویت کنید: یک راه خریدن خوشبختی این است که از پول برای خریدن یک منبع محدود دیگر استفاده کنید: زمان. پول دادن به افراد دیگر برای انجام کارهای سطحی مثل رنگ زدن خانه و تعمیر آن به شما اجازه می دهد کارهایی را انجام دهید که کمک می کنند احساس خوشبختی بیشتری داشته باشید مثل کنار خانواده بودن، د انجام کارهای داوطلبانه یا لذت بردن از یک نمایشگاه.

افسانه:

خانه بزرگ تر شما را خوشبخت تر می کند علم می گوید اگر یک خانه بزرگ تر به این معناست

افسانه:

هر روزی که کنار بچه هایتان هستید باید پر از خوشبختی باشد

علم می گوید در ۲ دهه گذشته مفهوم خانواده با تغییرهای بزرگی مواجه بوده که یکی از آنها این است که هر روز باید وقت زیادی را با بچه هایمان بگذرانیم. اما این سبک جدید زندگی باعث افزایش اضطراب و دیگر حس های منفی درون خانواده شده است. برخی تحقیقات نشان داده اند افرادی که بچه دارند از افرادی که بچه ندارند، خوشبختی کمتری دارند، برخی محققان می گویند افسوس می که افراد از نداشتن خانواده و بچه دارند، بسیار بزرگ تر از سختی های داشتن آنهاست.

خوشی تان را تقویت کنید: والدین مسن تر معمولا به شما توصیه می کنند برای داشتن رابطه مستحکم و دوستانه با کودکان؟تان، باید از آنها حمایت و مراقبت زیادی کنید. البته عشق به کودکان با عشق بچه ها به والدین یکی نیست؛ مخصوصا اگر بچه ها در سنین نوجوانی باشند.

افسانه:

یک بحران بزرگ بیشتر از دلخوری های روزانه خوشبختی را از بین می برد

علم می گوید در حالی که برخی فکر می کنند یک رخداد بزرگ مثل تصادف با ماشین یا از دست دادن کار می تواند بیشتر از ناراحتی های روزانه خوشبختی تان را تاثیر قرار دهد، واقعیت این است که مشکلات روزمره تاثیر بیشتری دارند.

خوشی تان را تقویت کنید: این مسایل کوچک اما مهم را مشخص و برای رفع آنها چاره اندیشی کنید؛ با حرف زدن با دوستان، نگاه کردن مثبت تر به مسایل یا بازیابی بیشتر انرژی.

افسانه:

وقتی به یک سن خاص می رسید، بهترین سال های زندگی تان را از دست داده اید

علم می گوید بسیاری معتقدند خوشبختی با افزایش سن از بین می رود اما واقعیت چیز دیگری است. نتایج ۳ تحقیق نشان می دهد اوج تجربه های حسی مثبت در سنین ۶۴، ۶۵ و ۷۰ سالگی اتفاق می افتد. در واقع وقتی متوجه می شویم سال های زندگی به شماره افتاده اند، دیدمان را به زندگی عوض می کنیم. زمان کمتر ما را مجاب می کند زمان بیشتری برای چیزهایی که اهمیت بیشتری در زندگی دارند صرف کنیم.

خوشی تان را تقویت کنید: از خاطرات؟تان برای تقویت احساس خوشی تان استفاده کنید. نتایج یک تحقیق نشان داده مردم با به یاد آوردن خاطرات خوب گذشته، احساس بهتری پیدا می کنند. از سوی دیگر، تحلیل خاطرات بد و گذشتن از آنها باعث می شود احساس خوشی افراد بیشتر شود.

منبع: Time

فارغ التحصیل در رشته روانکاو و مشاوره هیپنوتراپی تائید 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 تائید شده از کنسول هیپنوتراپی لندن برگزار کننده سمینارهای تجربی و روانکاو

www.advancehypnotherapy.com

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 ناهواسته، ترس ها - نگرانی ها، کسب اعتماد بنفس و رفع خجالت، ترک سیگار در یک ساعت، ترمیم غم از دست رفته ها و اتفاقات



Tel: 020 7221 5763

Mob: 07961 447116

10 Harley Street W1





## کتابخانه ای در دست

گشتی در بازار کتابخوان های الکترونیک



در دورانی که همه توجه ها به اسمارت فون ها، تبلت ها و اولترا بوک ها جلب شده، ایبوک ریدر یا همان کتابخوان های الکترونیکی به آرامی وارد بازار شده و در بازار، مخاطبان خود را دارند. البته استفاده از کتاب های دیجیتال مسأله تازه ای نیست، اما مدرن تر شدن تجهیزات باعث شده است تا این فرم دیجیتال هم شکل و شمایی جدیدتر و هم امکاناتی کاربردی تر پیدا کند. با توجه به این موضوع این کالا مخاطبان خاصی در بازار دارد که از بین برندهای گوناگونی که در بازار موجودند برای انتخاب و خرید اقدام می کنند. می گوئیم مخاطبان خاص، زیرا در بازار داخلی به دلیل رشد قیمت ها و همچنین دلایل دیگر کمتر کسی به سراغ کتابخوان های الکترونیک می رود، اما کتابخوان های حرفه ای جوان و افرادی که عاشق تکنولوژی های جدید هستند از مخاطبان پر و پا قرص این کالا هستند. با توجه به این موضوع و با لحاظ کردن گستردگی برندها در بازار این کالا، انتخاب یک نمونه از میان مدل های گوناگون موجود در بازار کاری سخت است، اما برای کمک به شما برخی از نکاتی که هنگام خرید یک کتابخوان الکترونیک باید مدنظر قرار گیرند ما گوشزد می کنیم. اگر قصد خرید کتابخوان الکترونیک را دارید، این متن را بخوانید:

کتابخوان الکترونیک چیست؟

کتابخوان الکترونیک در واقع یک رایانه کوچک است که ظاهر آن متناسب با زمینه کاربرد آن؛ یعنی مطالعه طراحی شده و توانایی قطعات داخلی آن در حدی است که پاسخگوی این نیاز و نیازهای مرتبط باشد، البته می توان با توجه به توانایی دستگاه، امکانات دیگری از قبیل مشاهده

عکس و فیلم و را نیز به آن افزود. بزرگ ترین حسن این دستگاه ها کوچکی، سبکی و قابل حمل بودن و طولانی بودن عمر باتری آنها است. تاکنون شرکت های مختلفی از جمله Sony، Fujitsu، Samsung، Amazon و کتابخوان های خود را با اندازه، ظاهر و قابلیت های متفاوت به بازار عرضه کرده اند. آخرین محصولی که این اواخر خبر ارائه آن را شنیدیم Kindle DX آمازون است که نسبت به نسخه قبلی قابلیت های زیادی به آن اضافه شده است.

چرا کتابخوان الکترونیک؟

افزایش علاقه دارندگان کتابخوان های الکترونیک به خرید و خواندن کتاب ها، را نمی توان به کل جامعه تعمیم داد، چرا که دارندگان این ابزارها عموماً جزو قشری هستند که بیشتر مشتاق کتاب و کتابخوانی هستند. اما همین عده هم گاه لذت در دست گرفتن کتاب های کاغذی و ورق زدن آنها را به کاربری بهترین کتابخوان های الکترونیک ترجیح می دهند. در کل اما کتابخوان های الکترونیک باعث سهولت و راحتی در قرائت کتاب ها می شوند، با کمک این ابزارها می شود، کتاب های مورد علاقه را همه جا با خود حمل کرد و در هر زمان که فرصتی پیش آمد، خواند. فونت ها را هم به هر اندازه که لازم باشد، می توان تغییر

داد. کتابخوان الکترونیک سبک و قابل حمل هستند و از آنجا که از یک فناوری به نام E Ink استفاده

می کنند، با یک بار شارژ، می توان هزاران صفحه کتاب را با آنها خواند، بدون آنکه نیاز به شارژ مجدد باشد. به همین علت، آسودگی و رفاهی که کتابخوان های الکترونیک به ارمغان می آورند، قابل مقایسه با خواندن کتاب الکترونیک در لپ تاپ ها و کامپیوترهای دستی یا آیفون نیست. همچنین در صورت رواج کتابخوان های الکترونیک در جامعه، میزان مصرف کاغذ به میزان قابل توجهی کاهش می یابد، پس یک سود ثانویه استفاده از این ابزارها کمک به حفظ محیط زیست است.

نکته هایی که باید به خاطر بسپارید

در حال حاضر ای بوک ریدرهای متعددی در بازار وجود دارند و به همین علت، زمینه انتخاب مناسب برای سلیقه و نیاز شخصی شما فراهم است؛ اما در کنار هر المانی که در نظر می گیرید، باید هنگام خرید دستگاه ای ریدر به چند نکته پایه و اصلی دقت داشته باشید:

بودجه و نیاز خود را مشخص کنید:

قبل از اینکه برای خرید کتابخوان الکترونیک اقدام کنید، در وهله نخست بودجه و برند مورد علاقه خود را مشخص کنید و همچنین مشخص کنید که علاقه مند به مطالعه متون فارسی هستید یا لاتین؟ زیرا برخی از کتابخوان های الکترونیک قابلیت بزرگنمایی متون فارسی را ندارد که در این صورت کاربرد به دردمر می افتد. در مورد بودجه در نظر گرفته شده برای کتابخوان الکترونیک هم باید بگوئیم که در حال حاضر کتابخوان های گوناگون نظیر کیندل فایر، سونی، نوک و... در بازار موجودند که در این بین کیندل فایر و نوک از همه محبوب ترند.

به طراحی دستگاه توجه کنید:

بعضی ای بوک ریدرها مجهز به تکنولوژی خاصی به نام ای اینک هستند که باعث می شوند احساس کنید در حال خواندن یک کتاب حقیقی هستید. در این سیستم ها شکل سنتی کتاب خواندن بیشتر حفظ شده است؛ اما در دیگر ای بوک ریدرها استفاده از ال سی دی رنگی و شفاف باعث می شود شکلی مدرن با آمیزه ای از تصاویر و فیلم در اختیار داشته باشید. بعضی از آنها دارای شاسی هدایتگر هستند و بعضی ها هم از هدایتگر لمسی استفاده کرده اند. شما باید بدانید کدام یک از آنها برایتان بهتر است. آیا ابعاد صفحه نمایش دستگاه هم برایتان مهم است؟ به هر حال ابعاد صفحه نمایش، وزن و ابعاد و ضخامت ای بوک ریدر هم اهمیت بسیاری دارند.

توانایی محتوایی دستگاه را در نظر بگیرید:

تعدادی از برندها این امکان را ایجاد کرده اند که شما از صدها عنوان از پیش تعین شده در سیستم به راحتی استفاده کنید؛ اما بعضی ای بوک ریدرها تنها از چند فایل محدود اینترنتی حمایت می کنند و هر فایلی را نمی پذیرند. در واقع، یکی از مزایای ای بوک ریدر برتر این است که توانایی خواندن فرمت های مختلف را داشته باشد. هر چه تنوع بیشتر باشد، قطعاً زمینه انتخاب برای مطالعه هم بیشتر است.

به میزان حافظه و عمر باتری توجه داشته باشید: همچون هر وسیله مدرن پرتابلی، میزان شارژ و حفظ انرژی باتری یکی از مهم ترین مسائلی است که باید آن را در نظر گرفت. قطعاً اگر وسط خواندن یک رمان هیجان انگیز باشید و دستگاه خاموش بشود، ایراد بزرگی است؛ بنابراین تعداد صفحاتی که با یک بار شارژ کردن دستگاه بتوانید تورق کنید، مهم است و همچنین میزان حافظه داخلی و اینکه تا چه حد امکان افزایش و ارتقای حافظه ممکن است هم نکته مثبت دیگر یک ای بوک ریدر حرفه ای و مناسب است.

امکانات جانبی دستگاه را مدنظر قرار دهید:

ای بوک ریدرهای مدرن تر امکانات متعددی دارند تا کار کردن با آنها لذت بخش تر شود. برای مثال، نمونه های جدید حاوی امکان فرمت صوتی هستند که می توانید کتب صوتی را با آنها بشنوید. امکاناتی چون تنظیم رنگ و نور، خوانش فرمت های تصویری، امکان ایمیل، اتصال به اینترنت، واژه خوانی و... از جمله این تجهیزات اضافی است که با توجه به نیاز مشتری در انواع مختلف ای بوک ریدرها تعبیه شده اند.

## تهدیدی برای تلویزیون ها



در حالی که تکنولوژی های جدید به سرعت وارد زندگی روزمره ما می شوند و آن را تغییر می دهند، شرکت های بزرگ فعال در این زمینه تمام تلاش خودشان را برای ارائه محصولات و خدمات متفاوت و منحصر به فرد می کنند تا بتوانند عرصه رقابتی جدیدی را ایجاد کنند.

گوگل هم یکی از این شرکتها است که در سال های اخیر سعی کرده است جایگاهش را به عنوان غول موتور جستجوی اینترنتی کمی تغییر داده و بیشتر به کاربران عامل های کروم و اندروید خلق شدند و دستگاه های دیجیتال شخصی نکسوس با همکاری گوگل و دیگر شرکت های سخت افزاری طراحی و تولید شدند. حالا این محصولات کاربردی گوگل طرفداران زیادی در سرتاسر دنیا پیدا کرده اند.

حالا گوگل سعی دارد فعالیتش در این حوزه را توسعه بدهد و محصولاتی جدید را وارد بازار کند. در همین راستا این شرکت چهارشنبه گذشته در رویدادی که «ساندرا پیچای» رییس بخش کروم و اندروید گوگل میزبان آن بود، جدیدترین محصولات دیجیتال شخصی این شرکت را همراه با آخرین نسخه از سیستم عامل اندروید معرفی و رونمایی کرد. در کنار سیستم عامل جدید اندروید و جدیدترین نسخه از تبلت پر طرفدار نکسوس ۷ که ساختاری باریکتر، سبکتر، با وضوح تصویر و مشخصات سخت افزاری ارتقا یافته نسبت به مدل قبلی خودش داشت، گوگل از یک محصول جنجالی و منحصر به فرد به نام کروم کست (Chromecast) رونمایی کرد؛ ابزار جدیدی که نفوذ گوگل به زندگی روزمره افراد را بیشتر می کند.

کروم کست چیست؟

کروم کست یک دانگل مبتنی بر پورت HDMI یا USB است که ابعادی به اندازه حافظه های فلش USB دارد و به کاربران این امکان را می دهد تا ویدئو و فیلم مورد نظرشان را از طریق مرورگر کروم در موبایل هوشمند یا تبلت به تلویزیون انتقال دهند. دانگل کروم کست در واقع از آنجا که بر اساس مرورگر کروم کار می کند محدودیتی از نظر استفاده از ابزارها و دستگاه های مختلف برای کاربرانش ایجاد نمی کند و تنها کافی است مرورگر کروم روی آن ابزار یا دستگاه مبدا اجرا شود. این دانگل در واقع هر تلویزیون معمولی کاربران را به تلویزیون هوشمند تبدیل می کند و امکان کنترل آن از طریق دستگاه های دیجیتال شخصی مختلف را فراهم می آورد. ساندر پیچای در این مراسم گفت: «همه مردم موبایل هوشمند، تبلت و لپ تاپ خودشان را دوست دارند. ما هم بر خلاف محصولات و خدمات دیگر، کاربران را به استفاده از یک سیستم عامل یکسان در تمام ابزارها اجبار نکرده ایم.» کروم کست از طریق یک پورت HDMI به تلویزیون ها متصل شده و مجهز به یک پورت USB هم هست. این دانگل می تواند در صورتی که تلویزیون کاربران پورت اضافه ای نداشته باشد، به راحتی به پورت A/V تلویزیون ها هم متصل شود. موبایل یا تبلت کاربران به یک ریموت کنترل تبدیل می شود تا از طریق آن ویدئو پخش کنند، حجم صدا را کنترل کنند یا حتی تلویزیون خود را روشن و خاموش کنند. حتی کاربران می توانند در زمانی که در حال تماشای ویدئو هستند اپلیکیشن های دیگر را هم اجرا کنند. پخش فیلم از این طریق حتی در زمانی که موبایل یا تبلت به حالت استندبای می روند هم ادامه پیدا می کند. این دانگل با ابزارهای مبتنی بر اندروید و iOS کار می کند و همچنین با لپ تاپ های ویندوزی و OS X هم سازگار است. گوگل انتظار دارد دستگاه های دیجیتال آینده از شرکای تجاری اش که به احتمال زیاد انواع تلویزیون و گیرنده های دیجیتال خواهند بود، همگی مجهز به کروم کست باشند. برای پخش ویدئو از طریق این دستگاه تنها باید مرورگر

کروم را در ابزار مبدا اجرا کرد و سپس ویدئو مورد نظر را پخش کرد. برای پخش ویدئو هم می توان از سرویس هایی مانند یوتیوب و Netflix هم استفاده کرد. این دانگل از طریق Wi-Fi هم امکان اتصال به دستگاهها و ابزارهای دیگر را هم دارد.

برای پخش ویدئو از طریق کروم کست باید ویدئو خود را از طریق مرورگر کروم در موبایل، تبلت و لپ تاپ پخش کرد. به همین دلیل هم در حال حاضر سرویس های معروف آنلاین یوتیوب، Netflix و گوگل پلی از طرف این دانگل پشتیبانی می شوند؛ اما گوگل منابع مربوط به این محصول را در اختیار توسعه دهندگان نرم افزاری قرار داده است تا نسبت به سازگاری سرویس های خود با آن اقدام کنند و امکان انتقال تصاویر مختلف به تلویزیون هم فراهم شود.

این دانگل دارای مشخصات سخت افزاری شامل پردازنده سیستم روی یک چیپ Marvel مدل A1-DE۳۰۰۵، حافظه داخلی ۴ گیگابایت، حافظه رم ۵۱۲ مگابایت از نوع DDR۳، تراشه AzureWave برای کنترل شبکه بی سیم، بلوتوث و گیرنده امواج رادیویی FM، پورت HDMI و پورت microUSB است.

این دانگل از طریق موبایل هوشمند یا تبلت کاربران هدایت می شود و خودش رابط کاربری ندارد. نکته جالب توجه درباره این محصول قیمت بسیار ارزان ۳۵ دلاری آن است که این ابزار را به یک محصول جنجالی در بازار تبدیل می کند. به این ترتیب کروم کست ارزان ترین راه برای دسترسی به سرویس های آنلاین ویدئویی و تبدیل تلویزیون های معمولی به تلویزیون های هوشمند است. فروش این محصول از زمان معرفی آن در چهارشنبه گذشته با قیمت ۳۵ دلار در فروشگاه های مجازی آمازون Best Buy آغاز شده است.

گوگل و ساخت یک گیرنده دیجیتال دیگر؟!

درست یک روز بعد از معرفی کروم کست وال استریت ژورنال گزارش کرد که گوگل علاوه بر این ابزار در حال طراحی یک ست تاپ باکس یا گیرنده دیجیتالی جدید و توانمند است. در این گزارش آمده است که اندی رابین مدیر سابق بخش اندروید در نمایشگاه

CES ۲۰۱۳ یک گیرنده دیجیتال اندرویدی را به صورت خصوصی برای بعضی شرکت کنندگان به نمایش گذاشت که امکان استریم ویدئو از یوتیوب یا فیلم و برنامه های تلویزیون از گوگل پلی به تلویزیون را داشت. این ابزار حتی قادر به نصب و اجرای برنامه های اندرویدی هم بوده و مرورگر پیش فرض آن کروم است. از طرفی بر اساس گزارش وال استریت ژورنال، کروم کست اولین تلاش گوگل برای ایجاد ارتباط بین تلویزیون و وب نبوده است و آنها سال گذشته محصول ناموفقی به نام Nexus Q را معرفی کردند که هیچ وقت برای فروش آماده نشد. گوگل قبل از آن و در سال ۲۰۱۰ هم نرم افزار Google TV را معرفی کرد که به شرکتها اجازه می داد محصولات مبتنی بر آن را تولید کرده و از طریق آن امکان هوشمند سازی تلویزیون ها را در اختیار داشته باشند.

شاید محصولی که اندی رابین در CES امسال به صورت خصوصی برای برخی به نمایش گذاشت، هیچ وقت به تولید انبوه نرسد و گوگل ترجیح داده باشد تا محصول ارزان Chromecast را با قابلیت های محدودتر و البته قیمت پایین تر روانه بازار کند. از طرفی بعضی هم معتقدند که شاید این محصول شروعی برای ارائه یک محصول بزرگتر باشد. این در حالی است که گوگل اعلام کرده که قصد از بین بردن Google TV را ندارد و به زودی به روز رسانی آن را ارائه خواهد کرد که از کروم کست هم پشتیبانی کند. با این همه گوگل در این بازار رقابتی زیاد و بزرگی دارد. شرکت های شناخته شده دنیای تکنولوژی مانند Intel، Apple، Amazon و غیره هم در تلاش هستند تا محصولات ترکیبی برای تلویزیون ها ارائه کنند و خود را در بازار گیرنده های دیجیتال مطرح کنند.

تهدیدی برای تلویزیون ها

گوگل در واقع بیش از هر شرکت تکنولوژی دیگری محصولات آینده را می سازد، از کامپیوترهای پوشیدنی گرفته تا خودروهای بدون سرنشین که شاید جایگاه چندانی در دنیای امروز نداشته باشند و در آینده کاربردهای زیادی خواهند داشت. حالا گجت ۳۵ دلاری جدید این شرکت آمده است تا جنجال جدیدی را ایجاد کند. کروم کست تنها دستگاه برای اجرای ویدئو از کامپیوتر، موبایل و تبلت روی تلویزیون نبوده و می تواند تحول بزرگی در دنیای تکنولوژی و تلویزیون ها ایجاد کند.

در حالی که شرکت های بزرگی مانند اینتل، مایکروسافت و سونی بعد از شرکت هایی مانند اپل در حال کار روی پروژه های مشابه هستند، گویا گوگل سعی کرده است با عرضه یک گجت ارزان قیمت و کاربردی از حالا پیروز این عرصه رقابتی باشد. کارشناسان و فعالان بازار انتظار دارند این روند رقابتی در نهایت به ایجاد تحول بزرگی در صنعت طراحی و تولید انواع تلویزیون منجر شود و راهکارهای جدید را برای تولید در این صنعت پیش روی شرکت های بزرگ قرار بدهد.



## نشانه های یک رابطه اشتباه



یک رابطه می تواند ناسالم باشد. رابطه بد هم فقط به ازدواج یا نامزدی محدود نمی شود. روابط ناسالم می تواند در خانواده، میان دوستان یا قرار ملاقات نیز وجود داشته باشد. هر رابطه ای که به جسم، روح و احساسات شما لطمه بزند، ناسالم است. دلایل مختلفی وجود دارد که افراد در روابط ناسالم باقی می مانند. برخی از افراد نمی دانند یا نمی خواهند قبول کنند که در رابطه اشتباه قرار دارند یا از خاتمه دادن به این رابطه می ترسند یا قدرت روحی این کار را ندارند. یا آنها اعتقاد دارند می توانند شریک خود یا مسایل آزاردهنده را تغییر دهند. واقعیت ناراحت کننده این است که بسیار کم پیش می آید که روابط ناسالم بهبود بیابند و در عوض، هر روز بدتر نیز می شوند. سعی کنید از این زخم ها که بهبود آنها سخت است، دوری کنید.

نشانه های هشدار دهنده برای اجتناب از آنها اگر بدانید دنبال چه هستید، خیلی راحت می توانید نشانه های یک رابطه ناسالم را کشف کنید. در وهله نخست، مسایلی که باعث ناراحتی و ترس شما می شوند مهم ترین مسایل برای توجه هستند. از واضح ترین هشدارها می توان به سوء مصرف مواد و الکل اشاره کرد که می تواند به رابطه افراد آسیب برساند. اما نشانه های دیگری نیز وجود دارند که در ادامه به آنها اشاره کرده ایم.

۱. ستیزه جویی هرگونه رفتار خشونت آمیزی ناسالم است اما رفتارهای ناشایست فیزیکی، از انواع رفتارهای خصمانه است. هرگونه بدرفتاری فیزیکی، نه فقط مشت و سیلی زدن، بلکه هل دادن و کشیدن نیز ناسالم است. رفتارهای بیرحمانه داشتن نسبت به افراد و حیوانات نشانه ستیزه جویی در افراد و نشان دهنده خشم و عصبانیتی است که به کمک کاری، مشت و لگد زدن و پرتاب اجسام به طرف فرد مقابل منجر می شود. هر زمان که در رابطه ای دچار ترس و وحشت شدید، باید از آن رابطه بیرون بیایید.

۲. کنترل هرگونه عدم تعادل قدرت یا رفتارهای کنترلی در رابطه، ناسالم و غلط است. هر زمانی که فردی طرف مقابل را سطح پایین و نابرابر دید، عدم تعادل وجود دارد. در رابطه ای که همیشه تحت کنترل است، طرف مقابل از شما انتظار دارد تا همه انتظارات آنها را برآورده کنید و طبق خواسته او رفتار کنید. شاید آنها این گونه وانمود کنند که می خواهند به شما کمک کنند تا تصمیم درستی اتخاذ کنید یا اینکه ادعا کنند، می دانند بهترین چیز برای شما چیست. اما واقعیت این نیست، بلکه ارضای نیاز آنها برای کنترل دیگران است. این رفتار می تواند تاحدی ادامه پیدا کند که حتی پیام کوتاه های موبایل شما یا ایمیل هایتان را چک کنند. چراغ قرمز روابط کنترل کننده این است که احساس حقارت کنید و فکر کنید هیچ قدرتی برای تصمیم گیری ندارید.

۳. حس مالکیت احساس مالکیتی می تواند در نتیجه حسادت یا تنهایی اجباری به وجود بیاید. شاید آنها به شما بگویند که عاشق و نگران شما هستند اما واقعیت این است که حس مالکیت با عشق کاملاً فرق دارد و در نتیجه عدم اعتماد است. آنها به هر کاری دست می زنند تا شما را از بودن در کنار افراد دیگر بازدارند.

به طور مثال، خود را به مریضی می زنند یا دعوا راه می اندازند. یا حتی ممکن است بدون اطلاع با شما تماس بگیرند یا به شما سر بزنند تا بتوانند کارهای شما را کنترل کنند. شاید این کارها در ابتدا عشق تصور شوند اما واقعا اینگونه نیست.

۴. خودخواه بودن

تقریباً همه ما در شرایط متفاوت خودخواه و خودپسند می شویم؛ این لازمه ذات آدمی است. خودخواهی، زمانی به یک معزل تبدیل می شود که همه چیز حول محور این ویژگی روی رفتارهای فرد با دیگران تاثیر بگذارد. افراد خودخواه همیشه به خود و خواسته های خود فکر می کنند و برای افکار و احساسات دیگران ارزش قائل نیستند. آنها انتظار دارند همه نیازهای آنها را برآورده کنید و در مقابل هیچ انتظاری هم از آنها نداشته باشید. آنها اغلب به شما القا می کنند که شما مسوول خوشحالی و دیگر حالت های روحی آنها هستید. هنگامی که توجه، مراقبت و سخاوتمندی یک طرفه باشد این رابطه ناسالم و اشتباه است.

۵. سواستفاده و دغل کاری یک فرد متقلب و سواستفاده چی کاری می کند تا شما کاری را انجام دهید که نمی خواهید بیشتر مواقع کارهایی که می دانید درست نیست. هر زمان که فردی به شما احساس گناه داد یا از تهدید برای تحت تاثیر گذاشتن شما استفاده کرد یا توجه و عشق خود را به منزله تنبیه از شما گرفت، انسان متقلب، دو رو و سواستفاده کنی است. اگر کارهایی را برای جلب توجه و رضایت طرف مقابل انجام می دهید که خودتان دوست ندارید و احساس می کنید اشتباه است، باید مراقب باشید زیرا در رابطه ای اشتباه گیر افتاده اید.

۶. انتقاد دایمی همه ما در زمان های مختلف به رفتارها و گفتارهای دیگران انتقاد می کنیم اما اگر این کار به طور دایم برای سرکوفت زدن و آزار رساندن به دیگری صورت بگیرد، رفتاری ناسالم و اشتباه تلقی می شود. افراد عیب جو باعث می شوند تا شما احساس حقارت یا ناراحتی کنید. آنها به طور مرتب به شما، افکار، رفتار و گفتار شما بی احترامی می کنند. آنها همیشه شما را در مقابل دیگران تحقیر می کنند یا برخی از آنها می دانند این کار زشت است و سعی می کنند در خفا انتقادهای خود را بازگو کنند. هر گاه فردی باعث شود شما احساس کنید به اندازه کافی خوب، زیبا یا باهوش نیستید و ایده های شما احقرانه و بی ارزش است، باید بدانید در رابطه ای ناسالم گرفتار شده اید.

۷. بی ثبات و دمدمی مزاج رفتارهای متغیر و غیرقابل پیش بینی جزو رفتارهای ناسالم و اشتباه دسته بندی می شوند. تغییر رفتار ناگهانی یک فرد باعث گیجی و تعجب طرف مقابل می شود. فردی که یک دقیقه عصبانی و هیجان زده است و لحظه ای بعد می خندد یا طوری رفتار می کند که گویا اتفاقی نیفتاده است، تعادل ندارد و باید به او کمک کرد.

افراد دمدمی مزاج اصولاً آدم های بسیار حساسی هم هستند که کوچک ترین حرف و حرکت شما می تواند آنها را عصبانی کند. هر مساله کوچکی حالت های روحی آنها را تغییر می دهد. اینگونه رفتارها در رابطه های اجحاف آمیز و ناسالم رایج است و نشانه های عدم تعادل روحی است.

۸. عدم صداقت عدم صداقت در رابطه های سالم هیچ جایگاهی ندارد. این رفتار نه تنها اشتباه است که باعث از بین رفتن اعتماد میان دو طرف نیز می شود. دروغ، می تواند کوچک یا بزرگ، اغراق آمیز یا جعلی باشد و هیچ دلیلی نیز نداشته باشد. افراد به دلایل مختلفی روراست نیستند؛ یا تلاش می کنند تا ارزش خود را بیش از آنچه هست نشان دهند، خود را از مخصصه و مشکلات رها کنند یا می خواهند به دیگران آسیب برسانند و ناراحتی به وجود بیاورند. دلیل این کار چندان مهم نیست، ذات این کار مهم است که به کل اشتباه است و عدم وجود اعتماد باعث می شود تا رابطه ناسالم شود.

۹. غیر مسوول انسان های غیرمسوول و رفتارهای متفاوتی دارند و تشخیص آنها چندان سخت نیست. مشکلات مالی همیشگی یا عدم مدیریت پول می تواند نشانه های فرد غیرمسوول باشد که نمی تواند یک کار برای مدت طولانی برای خود نگه دارد. چراغ قرمز این مورد زمانی است که فردی از نظر مالی به فرد دیگر احتیاج دارد یا انتظار دارد تا در شرایط سخت زندگی از او حمایت کند، اما فرد غیرمسوول همان طور که از نامش پیداست، این کار را انجام نمی دهد. همه ما به کمک یکدیگر نیاز داریم اما اینکه همیشه منتظر باشیم تا دیگران از ما حمایت و مراقبت کنند و مشکلات ما را برطرف کنند، درست نیست. در یک رابطه سالم، هر دو طرف نسبت به یکدیگر احساس مسوولیت دارند.

یک رابطه سالم و کامل، می تواند مساله بسیار مهمی د زندگی باشد اما وقتی یک رابطه ناسالم داشته باشیم، می تواند بسیار آسیب رسان و مخرب باشد. یک رابطه سالم می تواند صداقت، مهربانی، درک و سخاوتمندی باشد که یک فرد به دیگری ابراز می کند و حس حمایت و شجاعت را در دیگری تقویت می کند.

یک رابطه ناسالم، شامل خشونت، عدم اعتماد، مردم آزاری، و مسوولیت ناپذیری و حسادت است. وقتی در یک رابطه توجه و احترام وجود نداشته باشد، نتیجه آن ناراحتی های روحی و جسمی خواهد بود. بنابراین، مراقب خط قرمزها و نشانه های خطر باشید و به سرعت از روابط ناسالم بیرون بیایید.

## دلایل پایین نیامدن وزن

نوشیدن نوشابه های گازدار: حتی مصرف نوشابه های گازدار معمولی را هم باید بخاطر تاثیری که بر قند خون می گذارد، در رژیم غذایی تان محدود کنید. پس اگر قصد پایین آوردن وزن تان را دارید، بهتر است برای نوشیدنی تا حد امکان از آب معدنی استفاده کنید.

ورزش یا فعالیت فیزیکی کم: همه ما می دانیم که برای لاغر ماندن باید ورزش کنیم اما خیلی از مردم هنوز هم به اندازه کافی ورزش و فعالیت جسمانی در برنامه زندگی خود ندارند تا کالری های مصرفی اضافه را بسوزانند یا بر متابولیسم کند خود غلبه کنند. باید در اکثر ساعات بیداری خود فعالیت فیزیکی داشته باشید، یا حداقل سه جلسه در هفته، ۲۰ تا ۳۰ دقیقه ورزش کنید. اگر اضافه وزن تان خیلی زیاد است و برای ورزش کردن مشکل دارید؛ بهتر است از فعالیت های سبک تر و تفریحی تر استفاده کنید. خیلی از افراد از رفتن به باشگاه و انجام همان برنامه تمرینی مشابه همیشگی خسته می شوند. وقتی برنامه تمرینی برایتان خسته کننده شود، حتماً باید آنرا تند تند عوض کنید چون انجام تمرینات تکراری و

خسته کننده می تواند چربی سوزی شما را خراب کند. بدن ما خیلی زود به ورزش عادت می کند و تکرار چیزی که بدن تان خیلی راحت بتواند آنرا انجام دهد هیچگونه تغییر فیزیکی ایجاد نمی کند. به، هنوز هم کالری خواهید سوزاند اما اگر بدنتان به وضعیت کنونی مصرف کالری روزانه تان عادت کند، دیگر وزن تان پایین نمی آید. یک راه بسیار عالی برای بالا بردن نتیجه این است که با امتحان کردن انواع مختلف ورزشها و فعالیت ها، بدنتان را وارد چالش کنید؛ شنا، اسکیت، یا حتی صخره نوردی. وقتی ورزش کردن برایتان شکل تفریح پیدا کند و لذت بخش باشد، به مدت طولانی تری آنرا انجام می دهید و کالری بسیار بیشتری خواهید سوزاند.

پایین آمدن متابولیسم: رژیم های غذایی کم کالری در هفته های اول خیلی خوب عمل می کند اما بعد از مدتی دیگر تاثیری در کاهش وزن نخواهند داشت. دلیلش این است که متابولیسم شما پایین آمده و در نتیجه به این مقدار محدود مصرف کالری عادت می کند. اگر با پایین آوردن بیشتر کالری های مصرفی به این مساله واکنش دهید، احتمالاً اینبار فقط عضلات تان را از بین می برید و دوباره روند کاهش وزن تان به رکود می رسد. این چرخه تا جایی ادامه می یابد که تصمیمتان برای پایین آوردن کالری مصرفی منحل می شود و دوباره به وضعیت تغذیه سابقتان برمی گردید. اما رمز اینکار این است که مقدار کالری مصرفی را کم کنید یا باورید، و در عین حال از مواد غذایی خوب و مقدار کافی پروتئین برای جلوگیری از، دست رفتن عضلات استفاده کنید.

انجام تمرینات بدنسازی به شما کمک می کند متابولیسم تان را بالا ببرید و چربی سوزی تان را تسریع کنید.

ندیده گرفتن وعده های غذایی ساده به نظر می رسد، کمتر می خورید و حتماً وزن کم می کنید. به همین دلیل خیلی از افراد در بعضی از وعده ها غذا نمی خورند و بدن را به حالت گرسنگی مفرط می کشانند، و برای حفظ آمینواسیدهای لازم برای بدن، عضلات تجزیه می شوند و نتیجه آن چیزی نیست جز پایین آمدن متابولیسم. همچنین اگر اجازه دهید قند خون تان خیلی پایین بیاید، دردهای شدید گرسنگی را متحمل می شوید و احتمال این وجود دارد که به پرخوری مفرط کشانده شوید. پس سعی کنید غذاهای سالم و مقوی اما کم حجم و سبک در ۵ الی ۶ وعده در روز بخورید. روزتان را با یک صبحانه خوب و سالم شروع کنید که حاوی پروتئین باکیفیت باشد. باید یاد بگیرید که چطور با این روش غذا خوردن قند خون تان را تنظیم کنید.

مصرف زیاد قند و نمک: قند و نمک اضافی معمولاً در بسیاری از غذاهای فرآوری شده هستند. مصرف مقدار زیاد قند در یک وعده غذایی باعث بالا رفتن قند خون می شود؛ بدن باید به این وضعیت واکنش نشان داده و آن را دوباره پایین بیاورد. نتیجه آن این است که قسمت اعظم آن قند اضافی به شکل چربی در بدن ذخیره می شود. اینجاست که خیلی از افراد که عادت به خوردن نوشابه دارند که فاقد چربی است متعجب می شوند و نمی دانند که چطور ممکن است این ماده باعث ذخیره شدن چربی در بدنشان شود. پس سعی کنید تا حد امکان مصرف قند را پایین بیاورید. نمک هم باعث سردرگمی می شود چون کالری ندارد اما می تواند منجر به افزایش وزن شود. نمک باعث می شود بدن آب در خود ذخیره کند، در نتیجه با مصرف مقدار زیادی نمک ممکن است برخی افراد احساس کنند که چاق تر می شوند. پس سعی کنید رژیم غذایی را دنبال کنید که بیشتر در آن از مواد غذایی طبیعی و غیرآماده استفاده شده باشد.

نوشیدن آب به میزان کافی: در یک روز متوسط، بدن اکثر افراد دچار بی آبی می شود چون خیلی بیشتر از آنچه آب در طول روز می نوشند بدنشان آب از دست می دهد. آنها اکثراً این را متوجه نمی شوند چون مرکز تشنگی در بدن خیلی دقیق نیست. گاهی اوقات کمبود آب در بدن می تواند دردهای گرسنگی را به همراه داشته باشد، چون خیلی از ما مقدار آب مورد نیاز روزانه مان را از مواد غذایی تامین می کنیم، اگر به اندازه کافی آب نمی نوشید و معمولاً احساس گرسنگی می کنید، هوس شما به غذا ممکن است به خاطر تشنگی باشد نه گرسنگی. آب همچنین به بالا بردن سطح انرژی بدن نیز کمک می کند، در نتیجه می توانید خیلی بهتر ورزش کنید تا کالری بسوزانید و وزن تان را پایین بیاورید. پس سعی کنید در روز حداقل ۸ لیوان آب بنوشید.





## مواد غذایی معجزه گر برای پارکینسون

فاطمه مهدی پور

تخریب نرون‌ها یا سلول‌های عصبی، لرزه در عضلات و غیره جزو علائم یکی از بدترین و دردآورترین بیماری‌های عصبی است که پارکینسون نام دارد. همه ما باید تلاش خود را برای پیشگیری از ابتلا به چنین بیماری‌هایی به کار بگیریم. باید بدانید که مواد غذایی مختلفی مانند آویشن، میوه‌های قرمز، ماست و غیره می‌توانند از ابتلا به بیماری پارکینسون پیشگیری کنند یا

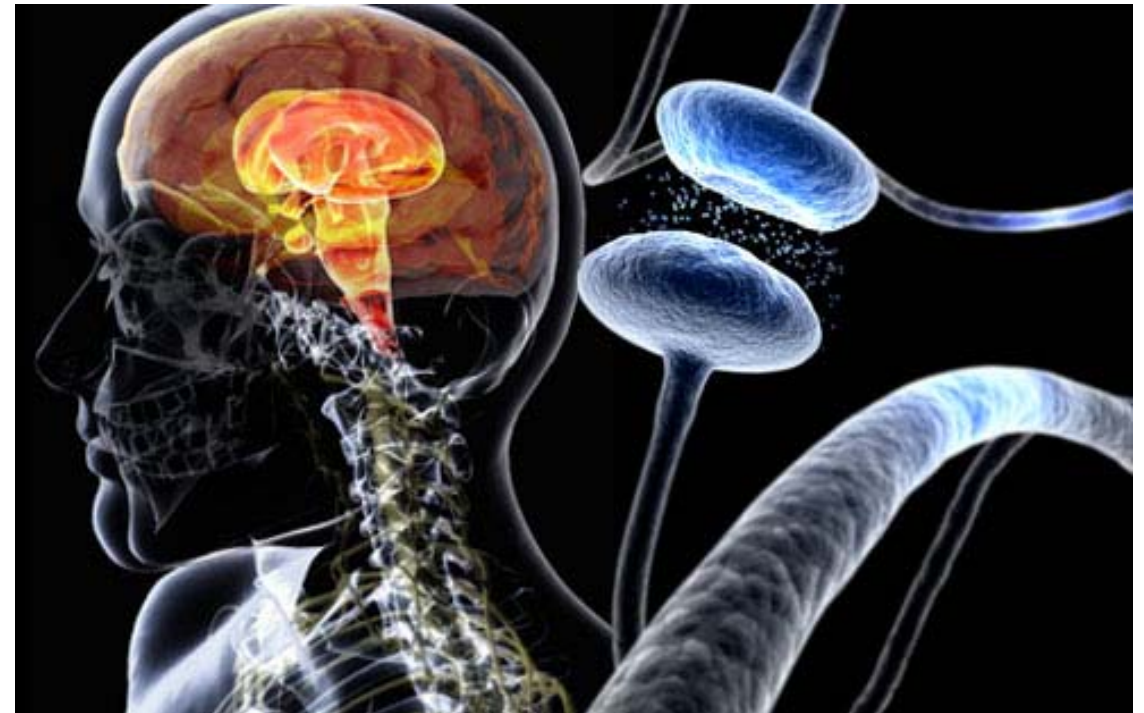
پارکینسون هستند کمبود ویتامین B۲ بوده‌اند. به عقیده محققان مصرف مواد غذایی سرشار از ویتامین B۲ می‌تواند باعث بهبود این بیماری شود به خاطر اینکه این ویتامین به سوخت و ساز بیشتر ویتامین B۶ کمک زیادی می‌کند. ویتامین B۶ هم برای سنتز ناقل‌های عصبی لازم و ضروری است.

رزماری

بیماری پارکینسون باعث حادثه شدن مشکلات معده می‌شود. برای اینکه از این بیماری دور باشید رزماری را دریابید. رزماری گیاهی سرشار از آنتی‌اکسیدان است که می‌تواند غشای مخاطی معده را التیام دهد.

قهوه زیاد ننوشند

قهوه باعث تولید اسید معده می‌شود و مصرف زیاد آن باعث



برای افرادی که دچار این بیماری هستند بسیار مفیدند. در این مقاله چند نمونه از این مواد غذایی را معرفی می‌کنیم.

میوه‌های قرمز

دانشمندان ثابت کرده‌اند افرادی که به طور مرتب میوه‌های قرمز مصرف می‌کنند به میزان ۴۰ درصد کمتر در معرض بیماری‌های مغزی مانند پارکینسون قرار می‌گیرند. فلاونوئیدهای آنتی‌اکسیدانی موجود در میوه‌های قرمز رنگ با رادیکال‌های آزاد آسیب‌رسان به مغز مقابله می‌کنند. توصیه می‌کنیم به طور مرتب میوه‌های قرمز رنگ مصرف کنید. توت‌فرنگی، مورد صحرايي، تمشک، شاه‌توت، قره قاط، زغال‌اخته بیماری فوق‌العاده است. ترکیب این میوه‌ها تاثیر بیشتری دارد و شما را از گزند این بیماری دور می‌کند. توصیه می‌کنیم افرادی هم که به این بیماری دچار شده‌اند میوه‌های قرمز رنگ بیشتری میل کنند.

زیره، گلپر و آویشن

باکتری هلیکوباکتر پیلوری سمومی را تولید می‌کند که می‌تواند باعث بروز آسیب‌های مغزی شوند که به ابتلا و رشد بیماری پارکینسون می‌انجامد. برای مقابله با این باکتری ادویه بیشتری مصرف کنید. نتایج بررسی‌های آزمایشگاهی نشان می‌دهد که زیره، گلپر و آویشن می‌تواند باعث نابودی رشد هلیکوباکتر پیلوری شود.

ماست

خوردن ماست می‌تواند برای افراد مبتلا به پارکینسون مفید باشد. می‌پرسید چرا؟ به خاطر اینکه ماست حاوی میکروارگانیزم‌هایی است که می‌تواند با هلیکوباکتر پیلوری مقابله کند. این باکتری باعث بروز عفونت‌های معده می‌شود که بیماران پارکینسونی نسبت به آن‌ها بسیار حساس‌اند. متخصصان توصیه می‌کنند افرادی که دچار این بیماری هستند ماست بیشتری مصرف کنند.

جگر بخورند

جگر سرشار از ویتامین B۲ می‌باشد و برای بیماران پارکینسونی بسیار مفید است. نتایج یک پژوهش برزیلی که روی ۳۰ نفر انجام شده نشان می‌دهد افرادی که دچار

از رب گوجه‌فرنگی تا فرآورده‌های گوشتی

## دور این ۶ تا خط بکشید!



هر فرایندی که روی ماده غذایی انجام شود، از ارزش غذایی آن می‌کاهد و به همین دلیل بهتر است مواد غذایی، تازه مصرف شوند و حداقل فرایندها رویشان انجام گیرد؛ مثلاً اگر میوه‌ای را با پوره و آبمیوه‌اش مقایسه کنید، خواهید دید هر فرایندی که انجام می‌شود، از ارزش غذایی آن می‌کاهد و ارزش غذایی میوه تازه به مراتب از پوره

میوه بیشتر است و ارزش پوره میوه نیز به مراتب از آبمیوه خانگی بیشتر...

البته آبمیوه خانگی در مقایسه با آبمیوه صنعتی قطعاً ارزش غذایی بیشتری دارد. و در میان مواد غذایی تولیدی در صنعت، هستند آنهایی که ترکیب‌های زیانباری دارند و توصیه می‌شود از برنامه غذایی روزانه حذف شوند.

فرآورده‌های گوشتی

فرآورده‌های گوشتی مملو از سدیم، چربی‌های اشباع با منشاء حیوانی و نیترات هستند. به همین دلیل، مصرف آنها توصیه نمی‌شود. بهتر است گوشت تازه به‌خصوص گوشت مرغ، بوقلمون یا ماهی را کباب شده میل کنید.

شکر

از آنجا که شکر نوع طبیعی ندارد، بهتر است از مصرف هر نوع آن صرف‌نظر کنید. البته، مصرف شکر بهتر از مصرف قندهای مصنوعی است زیرا قندهای مصنوعی ۲۰۰ بار از شکر شیرین‌تر هستند و به دلیل داشتن ترکیب‌های سرطان‌زا، زمینه ابتلا به سرطان و مشکلات عصبی را فراهم می‌کنند. در ضمن، عادت به خوردن این شیرین‌کننده‌ها، اشتها را افزایش می‌دهد و اضافه وزن ایجاد می‌کند بنابراین شیرین‌کردن قهوه با نصف قاشق چای‌خوری شکر یا عسل به مراتب بهتر از مصرف قندهای مصنوعی است، هرچند توصیه می‌شود مصرف آنها نیز حداقل باشد.

شیر سویا و پنیر سویا

سویا به صورت لوبیای سویا یا دانه‌های آن به صورت آجیل، منبع پروتئین گیاهی محسوب می‌شود اما محصول‌هایی مانند شیر سویا و پنیر سویا به دلیل تصفیه‌شدن لوبیای سویا در آنها، ارزش غذایی چندانی ندارند و توصیه می‌شود که در برنامه غذایی گنجانده نشوند.

ذرت آماده شده در مایکروفر

بسیاری از خانواده‌ها، هنگام تماشای تلویزیون، بسته‌ای ذرت که در مایکروفر سریع تهیه می‌شود، می‌خورند، در حالی که بسته‌بندی این محصولات ترکیب خطرناکی دارد که طی آماده شدن در مایکروفر، به پاپ‌کورن‌ها می‌چسبد و با خوردن آنها، وارد بدن می‌شود. از آنجا که این ترکیب‌ها سرطان‌زا هستند، علاوه بر بروز ناباروری، می‌توانند سرطان‌هایی مثل سرطان کبد را ایجاد کنند. از این‌رو، توصیه می‌شود پاپ‌کورن‌های آماده‌ای که در مایکروفر تهیه می‌شوند، نخرید و مصرف نکنید.

رب گوجه‌فرنگی

گوجه‌فرنگی از منابع لیکوپن است که خاصیت آنتی‌اکسیدانی دارد و از بروز سرطان پیشگیری می‌کند اما رب گوجه‌فرنگی موجود در بازار، دارای این ماده مغذی نیست و در صورتی که در قوطی‌های کنسرو بسته‌بندی شده باشد، ترکیب‌های مضر نیز دارد. در تمام خوراکی‌های کنسرو شده، ترکیب شیمیایی مضر به نام بیسفنول وجود دارد که سلامت مصرف‌کننده را به خطر می‌اندازد و این موضوع (وجود بیسفنول) به دلیل اسیدی‌بودن محیط رب‌گوجه‌فرنگی بیشتر هم می‌شود، درحالی که در رب‌گوجه‌فرنگی بسته‌بندی شده در شیشه، این ترکیب وجود ندارد، بنابراین یا باید رب‌گوجه‌فرنگی بسته‌بندی شده در شیشه یا قوطی‌های بدون بیسفنول را بخرد یا از گوجه‌فرنگی تازه در غذایان استفاده کنید.

مارگارین

برخلاف کره که منشاء حیوانی دارد، منشاء مارگارین گیاهی است؛ از روغن‌های گیاهی تولید و جزو روغن‌های جامد محسوب می‌شود و مقدار فراوانی اسیدهای چرب ترانس دارد. دریافت این اسیدهای چرب، التهاب و آسیب به عروق خونی را افزایش می‌دهد و ریسک ابتلا به بیماری‌های قلبی و سرطان را بالا می‌برد و باعث افزایش کلسترول و اضافه وزن می‌شود. در واقع، این ماده غذایی برخلاف تصور به شدت سلامت مصرف‌کننده را به خطر می‌اندازد و به همین دلیل، باید آن را از برنامه غذایی حذف کرد.

آسیب مخاط روده‌ها می‌شود. متأسفانه بیماران پارکینسونی به هلیکوباکتر پیلوری حساس تر هستند. این باکتری به سیستم گوارشی و برخی از بخش‌های مغز آسیب وارد می‌کند. برای همین توصیه می‌کنیم که در مصرف قهوه زیاده‌روی نکنند.

چای سبز برای حفاظت نرون‌ها

اگر می‌خواهید که همیشه مغزتان سالم بماند چای سبز را دریابید. توصیه می‌کنیم برای پیشگیری از ابتلا به بیماری پارکینسون از مصرف این چای غافل نشوید. حتی افرادی که قبلاً به این بیماری دچار شده‌اند نیز حتماً چای سبز بنوشند. این بیماری با نابودی سلول‌های مغزی و عدم کنترل عضلانی خود را نشان می‌دهد. این عدم کنترل عضلانی به دلیل فقدان دوپامین بروز می‌کند. پولیفنول‌های موجود در چای سبز اثر آنتی‌اکسیدانی دارد که از هورمون دوپامین در برابر حملات و آسیب‌های خارجی محافظت می‌کند. افرادی که از بیماری پارکینسون رنج می‌برند بهتر است که از دم کرده چای سبز و گیاه گزنه استفاده کنند. در این صورت بیماران پارکینسونی می‌توانند از خواص ضد التهابی این دو گیاه به طور همزمان بهره‌مند شوند. محققان توصیه می‌کنند که همه افراد به خصوص بیماران پارکینسونی به طور مرتب چای سبز بنوشند.

از مصرف فیبرها غافل نشوید

رژیم‌های غذایی سرشار از میوه‌ها و سبزیجات فرآیند نابودی نرون‌ها یا همان سلول‌های عصبی را مهار می‌کنند. از آنجایی که میوه و سبزیجات سرشار از فیبرها هستند می‌توانند با بیوست نیز مقابله کنند. متأسفانه ۶۰ تا ۸۰ درصد مبتلایان به پارکینسون از مشکل بیوست رنج می‌برند. توجه داشته باشید که مصرف میوه و سبزیجات فراوان برای پیشگیری از این بیماری هم موثر است. نتایج یک پژوهش آمریکایی که به مدت ۲۴ سال روی ۷۰۰۰ نفر انجام شد نشان می‌دهد افرادی که روزانه کمتر از یک بار مدفوع کرده‌اند چهار برابر بیشتر از افراد دیگر در معرض بیماری پارکینسون قرار گرفته‌اند. در نهایت باید بگوییم که کاهش مصرف گوشت قرمز تاثیر پیشگیرانه‌ای در ابتلا به بیماری‌های عصبی مانند پارکینسون دارد. اما با این حال باید حواستان باشد که دچار کمبود مواد معدنی، ویتامین‌ها به خصوص زینک و ویتامین B۱۲ نشوید.



## از در باز کن تا جازرفی آلوده ترین لوازم آشپزخانه

ترجمه: فاطمه افروغ

خیلی‌ها فکر می‌کنند که فقط سینک ظرفشویی یا سیم و اسکاچ جزو آلوده‌ترین وسایل آشپزخانه هستند و باید آنها را با مواد شوینده شست، در حالی که متخصصان صنایع غذایی می‌گویند برخی دیگر



از وسایل آشپزخانه هم می‌توانند آلودگی‌های محیطی و غذایی را در خود نگه دارند...

اگر این وسایل به درستی شسته و استفاده نشوند، حتی می‌توانند عامل انتشار انواع میکروب‌ها مانند ای-کولای، سالمونلا، لیستریا و قارچ‌ها در میان لوازم آشپزی یا حتی غذاها باشند. در ادامه همین مطلب، شما را با این ۶ وسیله آلوده آشنا می‌کنیم.

## طناب زدن؛ چرا، چقدر، چگونه؟

ترجمه: محمد نیکویی

کدام وسیله ورزشی است که قیمتی بسیار ارزان دارد، در یک چمدان جا می‌شود، همه اعضای خانواده امکان استفاده از آن را دارند، توانایی قلبی-عروقی و همزمان استحکام عضلانی را بهبود می‌دهد و ۱۵ تا ۲۰ دقیقه ورزش با آن، کالری یک شکلات خوشمزه را می‌سوزاند؟ بله، درست حدس زده‌اید: **طناب زدن!**

طناب زدن روشی عالی برای سوزاندن کالری‌هاست و می‌تواند به اندازه دویدن کالری‌سوز باشد. طناب زدن به بهبود کارکرد قلبی کمک و پایین‌تنه و بالاتنه را تقویت می‌کند و مقدار زیادی کالری را در مدت کوتاهی می‌سوزاند. شما می‌توانید طناب‌زدن را به‌عنوان مکمل برنامه ورزشی روتین روزانه‌تان انجام دهید. با طناب زدن استرس مستقیمی بر زانو، کمر و مفاصل لگن وارد می‌شود اما اگر این حرکت را درست انجام دهید، فشار وارد بر مفاصل حتی از دویدن آرام هم کمتر خواهد شد.

### چه شرایطی را باید رعایت کنید؟

برای مبتدی‌ها استفاده از طناب مهره‌ای (طنابی قیطانی با مهره‌های ۲ سانتی‌متری) توصیه می‌شود زیرا شکل خود را حفظ می‌کند و کنترل آن از طناب‌های نایلونی یا نخ سبک وزن راحت‌تر است.

با نگاه‌داشتن دستگیره‌های طناب و قدم‌گذاشتن روی آن، می‌توانید طول طناب را تنظیم کنید. اگر

دستگیره‌های آن به حد زیر بغل شما برسد، باید طناب را کوتاه کنید. کفش‌های ورزشی به اندازه پایتان بپوشید و ترجیحاً از کفش‌های ورزشی نوع cross training که ترکیبی از ویژگی‌های انواع کفش‌های ورزشی را دارند، استفاده کنید. این کفش‌ها شبیه کفش‌های تنیس با کف پهن‌تر هستند که بالشتک درون آنها از کفش‌های مخصوص دو، ضخیم‌تر است. برای طناب زدن به محوطه‌ای با مساحت حداقل ۲ در ۱/۵ متر و حداقل ۲۵ سانتی‌متر فضای آزاد بالای سر نیاز دارید. سطحی که این ورزش را روی آن انجام می‌دهید نیز مهم است. روی فرش، علف، سیمان یا آسفالت طناب نزنید چون طناب زدن روی فرش میزان ضربه وارد بر مفاصل را کاهش می‌دهد، اما اگر فرش ضخیم باشد ممکن است کفش‌هایتان در آن فرو رود و دچار پیچ‌خوردگی قوزک یا زانوی پا بشوید. از کف چوبی، قطعات تخته چنل، یا کفپوش نرم ضربه‌گیر استفاده کنید.

چگونه طناب بزنید؟

اگر تازه می‌خواهید طناب‌زنی را شروع کنید، ممکن است دچار مشکل شوید. برای طناب زدن لازم است هماهنگی حرکتی داشته باشید یا آن را در خود ایجاد کنید بنابراین باید جداگانه دست‌ها و پاهایتان را تمرین دهید. دستگیره‌های طناب را با یک دست بگیرید و آن را نوسان دهید تا ریتم نوسان آن را دریابید. بعد بدون طناب بالا و پایین پریدن را تمرین کنید. در مرحله آخر طناب زدن و پریدن را با هم انجام دهید. ابتدا احتمالاً می‌توانید مداوم یک دقیقه طناب بزنید. طناب زدن را با حرکات ورزشی با ضربه کم مانند قدم‌رو رفتن متناوب انجام دهید تا به تدریج بتوانید به مدت طولانی‌تر طناب بزنید. برای یک فرد عادی، حداکثر ۱۰ دقیقه طناب زدن مداوم کافی است. در عین حال می‌توانید طناب زدن را با ورزش‌های دیگر ترکیب کنید. مثلاً در فاصله انجام ورزش‌های هوازی یا قدرتی ۵۰ تا ۲۰۰ بار طناب بزنید و به تدریج تعداد آن را افزایش دهید.

بیشترین فشار به مفاصلتان هنگامی وارد می‌آید

دربازکن معمولاً از دربازکن‌های دستی یا برقی برای باز کردن در انواع کنسرو و تن ماهی استفاده می‌شود و بیشتر ما هم آن را پس از استفاده (بدون شستن) داخل کشوی قاشق‌ها می‌اندازیم اما این کار می‌تواند باعث باقی ماندن مقداری از محتویات تن ماهی یا کنسرو روی چرخ‌های دربازکن و رشد و تکثیر انواع قارچ‌ها، کپک‌ها و باکتری‌ها در سطح این وسیله و سایر وسایل داخل کشو شود. دربازکن باید پس از هر بار استفاده با آب گرم و مایع ظرفشویی به کمک یک مسواک، خوب شسته شود.

### جاچاقویی

این روزها خیلی‌ها دوست دارند بسته‌های بزرگ و کوچک چاقو را که حاوی یک جاچاقویی و تعدادی چاقو با اندازه‌های مختلف است، بخرند و آن را در آشپزخانه قرار دهند تا هر زمانی که به هر مدل چاقو نیاز داشتند، در دسترسشان باشد اما شما به‌عنوان خانم خانه، یادتان می‌آید آخرین باری که سطح داخلی و بیرونی این جاچاقویی را با مواد شوینده شستید، کی بود؟ برای شستن این وسیله باید یک ظرف گود را پر از آب گرم، پودر صابون و کمی مواد ضدعفونی‌کننده کنید، سپس جاچاقویی را چند دقیقه داخل این محلول بگذارید و پس از خارج کردن، تمام زوایای آن را با یک مسواک یا برس کوچک به خوبی بشویید و آب بکشید. پس از خشک شدن کامل، می‌توانید چاقوها را در جای مخصوص خود قرار دهید. از آنجا که شما چاقوها را پس از خارج کردن از جایشان و پیش از استفاده نمی‌شوید، بنابراین امکان آلوده شدن چاقوهایی که محفظه نگهداری آنها هرگز شسته نمی‌شود، بسیار زیاد است بنابراین بهتر است جاچاقویی حداقل ماهی یکبار شسته شود.

### جامیوه‌ای

اگر عادت دارید میوه‌ها را نشسته داخل جامیوه‌ای بگذارید و جامیوه‌ای را هم سال تا سال نشوید، باید مطمئن باشید که بزرگ‌ترین عامل انتشار لیستریا، سالمونلا، کپک‌ها و قارچ‌ها در یخچال شما جامیوه‌ای است. میوه‌های نشسته، اگر کمی هم رطوبت داشته باشند، می‌توانند باعث تولید میکروب‌های مختلف، کپک‌ها و قارچ‌ها در محل نگهداری‌شان شوند. اگر این محل نگهداری جامیوه‌ای یخچال باشد، باید برای پیشگیری از رشد، تکثیر و

انتشار عوامل آلودگی به درون یخچال و مواد غذایی مختلف، حداقل ماهی یکبار جامیوه‌ای را به خوبی بشویید. برای شستن جامیوه‌ای کافی است مقداری آب گرم را با صابون یا هر ماده پاک‌کننده دیگری مخلوط کنید، کمی جوش شیرین به آن بیفزایید و این محلول را داخل جامیوه‌ای بریزید و اجازه دهید حدود ۲ ساعت در آن باقی بماند. سپس جامیوه‌ای را به خوبی آبکشی و خشک کنید و آن را سر جایش قرار دهید.

### جاگوشتی در یخچال یا فریزر

آب گوشت خام حاوی سالمونلا و ای-کولای است. اگر این آب به مواد غذایی دیگر شما نشسته باشد (به خصوص اگر قرار باشد آن مواد غذایی را خام مصرف کنید) حتماً باعث آلوده شدن آن ماده غذایی و بیمار شدن شما در اثر مصرفش می‌شود بنابراین همیشه طبقه‌های پایینی یخچال یا فریزر را برای نگهداری گوشت خام انتخاب کنید. گوشت را طوری بسته‌بندی کنید که آب آن نشسته نکند و اگر طبقه‌های یخچال یا فریزر، آلوده به آب و خونابه گوشت شد، بلافاصله آنها را خارج کنید و با آب گرم و مواد شوینده بشویید تا جلوی تکثیر و انتشار میکروب‌ها را در یخچال و فریزرتان بگیرید.

### قطعه‌های چرخ گوشت

تمام قطعات چرخ‌گوشت که با گوشت خام در تماس مستقیم هستند یا آب گوشت هنگام چرخ کردن روی آنها می‌پاشد، در صورت تمیز نشدن، آلوده به میکروب سالمونلا می‌شوند. به همین دلیل باید تمام قسمت‌های چرخ گوشت را پس از استفاده با آب گرم و مواد شوینده خوب بشویید. قسمت‌هایی که قابل جدا کردن نیستند هم با دستمال آغشته به آب گرم و مواد شوینده پاک کنید تا باعث تکثیر و پخش میکروب در آشپزخانه و کابینت نگهداری چرخ گوشت نشود.

### جازرفی

جازرفی‌های استیل که کنار سینک ظرفشویی قرار می‌گیرند، می‌توانند باعث رشد و انتشار انواع میکروب‌ها و باکتری‌ها باشند. این جازرفی‌ها باید ماهی یکبار از کنار سینک برداشته شوند تا بتوانید زیر آنها را با مواد شوینده و ضدعفونی‌کننده تمیز کنید. خود جازرفی هم باید ماهی یکبار درحالی که ظرفی درون آن قرار ندارد، با مواد شوینده و آب گرم شسته شود.

منبع: ریدرز دایجست

که هر بار که طناب از زیر پاهایتان عبور می‌کند، یک پرش انجام دهید. برای کند کردن سرعت طناب‌زنی می‌توانید یک جهش کوچک اضافی انجام دهید تا این فشار کاهش یابد. به میزان حداکثر ضربان مجاز قلب برای خودتان توجه داشته باشید تا شدت طناب‌زنی‌تان آنقدر بالا نرود که سلامتتان را به خطر بیندازد. برای محاسبه حداکثر ضربان مجاز قلب می‌توانید عدد سنتان را از عدد ۲۲۰ کم کنید. هدف شما باید رساندن ضربان قلبتان به حد ۷۰ تا ۸۵ درصد این میزان حداکثر باشد. مثلاً اگر ۴۰ ساله باشید، حداکثر سرعت ضربان قلب مجاز برای شما ۱۸۰ است و ناحیه هدف شما از ۱۲۶ تا ۱۵۳ ضربان در دقیقه است.

### پیشگیری از آسیب دیدگی

اگر درباره تحملتان در مقابل ضربه‌های ناشی از طناب‌زنی بر مفاصل و فعالیت جسمی هوازی شدیدی که حین آن انجام می‌دهید، تردید دارید، با پزشکتان مشورت کنید. توجه به نوع کفش‌ها و سطحی که روی آن طناب می‌زنید هم مهم است. مانند هر ورزش دیگری، گرم کردن، انجام حرکات کششی و سرد کردن ضرورت دارد. چگونگی پریدن شما هنگام طناب‌زدن، تعیین‌کننده شدت ضربه‌ای است که به بدنتان وارد می‌شود. نکته اصلی پرش به شیوه درست است. هنگام طناب زدن، روی پنجه پاها بالا و پایین بپرید. هنگامی که راه می‌روید یا می‌دوید، به پاشنه پای‌تان ضربه وارد می‌آید. با پریدن روی پنجه هنگام طناب زدن می‌توانید از خاصیت طبیعی جذب‌کنندگی ضربه استفاده کنید. در این صورت ضربه وارد آمده بر بدن شما حتی از هنگام دویدن هم کمتر خواهد بود. هنگامی که در طناب زدن مبتدی هستید، معمولاً بالاتر از حد مورد نیاز به بالا می‌پرید اما ۲/۵ سانتی‌متر فاصله گرفتن از کف زمین برای طناب‌زنی کافی است.

### طناب زدن برای کودکان

طناب زدن از دوران کودکی می‌تواند به سلامت



و حرکت‌های بدنتان هوشیار باشید و یاد گرفتن این مهارت عالی به رشد توانایی‌های مغزی برای انجام ورزش‌های پیچیده‌تر کمک می‌کند. بالاخره اینکه طناب‌زدن فقط برای دخترک‌چولوها نیست، هم پسرها و هم مردان و زنان در سنین بالاتر می‌توانند به این ورزش عالی بپردازند.

منبع: WebMD





## سفر به چین سرزمین اژدها و افسانه

چین پرجمعیت ترین کشور دنیا است. ایالت چونگین پهناورترین شهر این کشور است و حدود ۳۱ میلیون نفر جمعیت دارد. جمعیت شانگهای نیز حدود ۱۸ میلیون نفر است. جمهوری خلق چین که به چین شهرت دارد طبیعت زیبا، بناهای تاریخی ارزشمند و فرهنگ و آداب و رسوم خاص خود را دارد. چین باستان یکی از کهن ترین تمدن های تاریخ را دارد. این کشور پهناور که خود همچون یک دنیای بزرگ است، مملو از معابد مذهبی و افسانه های جالب توجه است.

کارهایی که باید در چین انجام دهید و مکان هایی که باید ببینید

سواحل شاید برایتان عجیب باشد اما چین زیباترین ساحل های گرمسیری دنیا را در خود دارد. سانیا در ساحل جنوبی جنوبی ترین ایالت چین قرار دارد و جزیره هاینان یکی از محبوب ترین مکان های گردشگری برای تعطیلات به شمار می رود. این جزیره هتل های بین المللی، سواحل زیبا، زمین گلف، درختان نارگیل و ورزش های آبی دارد. در کنار این سواحل به هیچ وجه گذر زمان را احساس نمی کنید.

بیجینگ همچون شهر ممنوعه، بیجینگ نیز جاذبه های گردشگری متنوعی همچون میدان تیانانمن بزرگ ترین میدان عمومی دنیا، معبد بهشت که متعلق به قرن ۱۵ میلادی است، قصر تابستانی که استراحت گاه خانواده سلطنتی است، دروازه های قدیمی دیوار شهر، کوچه های سنتی و قدیمی هاتونگ و پارک زیبای بیهای دارد.

بناهای تاریخی بودایی ها در غارهای بودایی لانگمن که قدمت آن به قرن ۱۵ میلادی می رسد، مجسمه های کنده کاری شده یوانگانگ در نزدیکی داتونگ را مشاهده کنید. در بینجینگ لاماسری در نزدیکی لانزو می توانید غارهای بودایی ها را ببینید که شامل زیارتگاه ها و بناهای تاریخی بودایی ها است.

غارها برای تماشای دنیای زیر زمینی به غار اژدهای زرد Zhangjiajie بزرگ ترین و مشهورترین غار آسیا است، بروید. در این غار انواع استالاکتیک و استالاکمیت های زیبایی دارد که با نئون های چند رنگ به زیبایی مزین شده اند.

شهر چنگو در شهر چنگو می توانید بناهای تاریخی و مقدس بودایی ها همچون امی شان و لشان که در بیرون شهر و میان صخره ها قرار دارند را از نزدیک ببینید. این صخره ها حدود ۷۱ ارتفاع دارند. در این شهر همچنین مرکز پرورش و نگهداری پاندا نیز وجود دارد.

ماساژ مخصوص چینی ها طب سنتی چین همچون ماساژ، طب سوزنی و تونیک های گیاهی در همه جای چین رواج دارند. ماساژ مخصوص برای افزایش جریان Qi (انرژی حیات) در نیمه روز طراحی شده است و بدن را به تعادل لازم می رساند. این ماساژ در شهرهای مختلف چین انجام می شود.

دوچرخه سواری حدود ۳۰۰ میلیون چینی برای رفت و آمد از دوچرخه استفاده می کنند. کیوسک های کرایه دوچرخه در همه جای شهر پراکنده هستند و بهترین وسیله برای تماشای زیبایی های شهرهای چین نیز دوچرخه است. مشهورترین زمین های مخصوص دوچرخه سواری در کنار دیوار بزرگ چین و گویلیلی و یانگشو در ایالت گوانگسی است.

دیوار بزرگ چین دیوار بزرگ چین در طول دو هزار سال ساخته شده است و حدود ۵۴۰۰ کیلومتر امتداد دارد و برخلاف افسانه ها، از فضا قابل رویت نیست. سنگ ها و

آجرهای بخش بادالینگ حدود ۸ متر ارتفاع و ۶ متر عرض دارند و به بیجینگ نزدیک هستند و فقط ۷۰ کیلومتر فاصله دارند. منطقه ای که گردشگر کمتری به آنجا می رود، Mutianyu است در این جا می توانید ماشین برقی کرایه و بالای دیوار حرکت کنید.

هنگزو مارکوپولو در داستان های خود از این شهر نام

های چین هستند که ارزش یکبار دیدن را دارند. پانداها پارک قدیمی و جنگل بامبو در ایالت شیچوآن آخرین مراکز باقی مانده نگهداری از پانداهای غول پیکر است. برای تماشای این پانداها از نزدیک و آشنایی با نحوه زندگی و خوراک آنها باید به مرکز تحقیقات و پرورش آنها در بالای کوه وولونگ بروید.



برده است. در اینجا می توانید چای و ابریشم خریداری کنید. شاید بتوان گفت هنگزو یکی از زیباترین شهرهای دنیا است. زیباترین منطقه این شهر نیز در کنار رودخانه غربی است که طبیعت فوق العاده ای دارد.

پیاده روی چین مناظر طبیعی بسیاری دارد که از بیشتر آنها را باید با پای پیاده دیدن کرد. پایگاه کمپ اورست یکی از مشهورترین و محبوب ترین مقاصد سفرهای پیاده روی در این کشور است. پیاده روی آرام در دل کوه ها، فلات تبت یا دیوار چین از دیگر تفریحات رایج در چین است.

اسب سواری برای اسب سواری باید به ایالت خودمختار مغولستان درونی چین بروید و در چمنزارهای وسیع آنجا از اسب سواری لذت ببرید. برای این ورزش مفرح تورهای مختلفی در کشور وجود دارد که امکانات و برنامه های کامل و هیجان انگیزی دارند.

لهاسا لهاسا، پایتخت تبت و مرکز مذهب بودایی، شاخه لامایی در جهان است. این شهر در ارتفاع ۳۷۰۰ متری قرار دارد و یکی از بلندترین شهرهای دنیا به شمار می رود. قصر تاریخی متعلق به قرن ۱۷ میلادی پوتالا که مرکز دالای لاما بوده است، حاوی مجسمه های بزرگ و غول پیکر بودا است. در این شهر باید به معبد طلایی بودایی ها، معبد جاکهانگ و قصر تابستانی هم سری بزنید و از جاذبه های آنها دیدن کنید.

آرامگاه مینگ ۱۳ تن از سلسله ۱۶ امپراتوری ها در آرامگاه مینگ به خاک سپرده شده اند. این آرامگاه در خارج از بیجینگ واقع شده است و می توان در طول سفر از بیجینگ به دیوار بزرگ از آن دیدن کرد.

مناظر چشمگیر طبیعت مناظر فوق العاده زیبای کشور چین شهرت جهانی دارند. یکی از بهترین آنها پارک ملی کومولانگما است که در اطراف اورست قرار دارد. در این کشور چندین میراث جهانی یونسکو نیز ثبت شده است که از جمله آنها می توان به پارک کوهستانی تایشان، کوه بودایی ها امی شاین و رودخانه ها و آبشارهای دره جیوزایگو اشاره کرد.

پاگودا معبد بودایی یا پاگوداهای چوبی و قدیمی چین در بتکده های اینگکسیان، کیفنگ آبرون و فن بو مربوط به سال های ۱۰۴۹ و ۹۷۷ پس از میلاد مسیح هستند. معابد دیگری نیز همچون پاگودای چهار در مربع (قدیمی ترین معبد سنگی چین) و مسجد گوانگژائو که توسط تجار عرب در سال ۶۵۰ پس از میلاد مسیح ساخته شده است از دیگر عبادت گاه

## 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

ارتش سفالی

ارتش سفالی شامل مجسمه سفالی هزاران سرباز مجهز است که به پادشاهی چین شی هوان، موسس دودمان چین در ۲۲۰ پیش از میلاد است. مربوط می شود. مجسمه های سنگی ارتش تراکوتا در حوالی شهر شی آن پایتخت نخستین امپراتوری چین پراکنده هستند. این آثار از مهم ترین یافته های باستان شناسی جهان در سال های اخیر به شمار می روند.



## پادشاه قله ها

مهدی فرهادی . مدرس رسمی فدراسیون کوهنوردی و هیمالیانورد

کوهنوردی یک ورزش ماجراجویانه است نه بیشتر و نه کمتر. صعود یک قله یک هدف شخصی است نه کاری قهرمانانه و حماسی و احساسی کردن و استفاده از تعبیرات اغراق آمیز برای این ورزش هیچ کمکی به رشد و توسعه آن نمی‌کند و تنها می‌تواند جوانان پرشور و احساس را از تعقل و تفکر بازداشته و به سوی حرکات انتحاری سوق دهد. شاید کمتر کسی را بتوان یافت که با کوه و کوهنوردی آشنا باشد اما نام رینهولد مسنر را نشنیده باشد. او اولین انسانی است که موفق به صعود ۱۴ قله هشت‌هزارمتری

نوع کوهنوردی نه تنها بعد از جنگ جهانی دوم ادامه یافت، بلکه هنوز هم به شکل محدود وجود دارد. من اولین کسی بودم که گفتم من قصد ندارم هیچ پرچمی را بر فراز قله به اهتزاز درآورم، پرچم من دستمال‌گردن من است و به‌خاطر همین امر نیز مورد انتقاد و توهین قرار گرفتم. من همچنین این فلسفه را که کوهنوردی که در کوهستان بمیرد یک نوع قهرمان یا شهید است، زیر پا گذاشتم. مردن یک کوهنورد در کوهستان چیزی جز یک تراژدی نیست و تنها کاری که می‌توان کرد این است که از بازمانده‌ها مراقبت کرد.» در اینجا می‌خواهم به محورهای اصلی این بخش از سخنان مسنر بپردازم و مقایسه‌ای داشته باشم بین نگرش یک کوهنورد متمدن با نگرش موجود در بخش عمده‌ای از جامعه کوهنوردی خودمان:

۱- کوهنوردی حماسی متولد شده در دهه اول

سربلندی یک ملت و برافراشتن پرچم مقدس و... دروغی بیش نیست و آنچه یک کوهنورد را برای صعود یک قله برمی‌انگیزاند هر هدفی می‌تواند باشد جز قراردادن پرچم کشور یا گروه یا باشگاهش بر فراز قله. اما با کمال تاسف این رویه ریاکارانه هنوز در جامعه ما رواج دارد؛ ریاکاری‌ای که متأسفانه آنچنان در جامعه ما ریشه دوانیده که حتی جزیی از فرهنگ ما شده است.

۳- مسنر کسی را که در کوه کشته می‌شود یک قهرمان یا شهید نمی‌خواند و مرگ در کوه از دید او تنها یک تراژدی است چرا که کوهنورد، برای رسیدن به آرزوهای شخصی خود و اهدافی چون ماجراجویی، ارتقای قدرت جسمی و روحی، شهرت و... به کوهنوردی می‌پردازد و قهرمان و شهید به کسی اطلاق می‌شود که برای هدفی کشته شود که تنها خود و منافعی را دربرنگیرد و

## بعیدترین نقل و انتقالات فوتبال

رونی یاغی درجه اول اروپا شده است

وین رونی این روزها به یاغی درجه اول فوتبال اروپا تبدیل شده است. با آمدن دیوید مویس به جای سر آلکس فرگوسن این بازیکن ساز جدایی از منچستر یونایتد کوک کرده و هر روز تیتیر نخست مطبوعات ورزشی انگلیس شده است. مدت‌هاست که بحث انتقال وین رونی از منچستر یونایتد به باشگاهی دیگر به گوش می‌رسد؛ انتقالی که اگر صورت گیرد، یکی از پرحرف و حدیث‌ترین انتقالات فوتبال اروپا خواهد شد، زیرا هیچ کس پیش‌بینی چنین انتقالی را نمی‌کرد. رونی مهاجم اول شیاطین سرخ بود ولی پس از آمدن فان‌پرسی و رفتن فرگوسن او نیز انگیزه‌ی برای ماندن در منچستر یونایتد ندارد. البته در فوتبال اروپا اتفاق‌های مشابه زیادی افتاده است؛ نقل و انتقالاتی که کسی انتظار آن را نداشته اما به یکباره رخ می‌دهند و تمام معادلات را بر هم می‌زنند. در زیر غیرقابل پیش‌بینی‌ترین نقل و انتقالات اروپا را می‌خوانیم:

### ۱- لوئیس فیگو از بارسلونا به رئال مادرید

فیگو پنج سال خوب را در نوکمپ سپری کرد و هیچ کس این انتظار را نداشت که این هافبک پرتغالی بارسا را ترک کند اما او این کار را کرد؛ آن هم به مقصد رئال مادرید. اتفاقی که خشم و کینه بارسایی‌ها از رئال را دو چندان کرد و تا چند فصل ال‌کلاسیک‌های دو تیم را تحت تاثیر قرار داد. استقبال هواداران بارسلونا از فیگو با کله خوک و دلار به خوبی می‌تواند نشان دهد که چقدر این انتقال برای بارسایی‌ها ناراحت‌کننده بود. فیگو در جولای ۲۰۰۰ با ۳۷ میلیون پوند از بارسلونا راهی رئال مادرید شد و بازی‌های زیبایی را در رئال انجام داد اما هواداران بارسلونا هیچ‌وقت او را نخواهند بخشید.

### ۲- اریک کانتونا از لیدز یونایتد به منچستر یونایتد

هافبک فرانسوی در نوامبر ۱۹۹۲ با ۱/۲ میلیون پوند راهی منچستر یونایتد شد. کانتونا در لیدز موفق شد قهرمان رقابت‌های فوتبال دسته اول باشگاه‌های انگلیس شود. از جمله بازی‌های زیبای او هت‌تریک برابر لیورپول در ویمبلی بود. پس از این هت‌تریک او محبوب منچستر یونایتد شد و با قراردادی بزرگ در آن روزهای انگلیس راهی اولدترافورد شد. انتقال او یکی از بزرگ‌ترین خریدهای جزیره بود. کانتونا در منچستر یونایتد عملکرد خوبی داشت و نشان داد جانشین قابل‌ی برای شماره ۷ منچستر هست که پیش از او بر تن جرج بست بود.

### ۳- دیگو مارادونا از بارسلونا به ناپولی

کمتر بازیکنی است که در بارسلونا طی ۵۸ بازی بتواند ۲۸ گل بزند اما ال دیگو این کار را در بارسلونا کرد و در حالی که همه منتظر ماندن و درخشش او در نوکمپ بودند، به یکباره از ناپولی سردرآورد. مارادونا در ناپولی عملکرد خوبی داشت و فاتح اسکودتو شد. هر چند انتقال او خیلی به سود ناپولی و خود او تمام شد اما رفتش از بارسلونا به ناپولی برای خیلی‌ها عجیب بود.

### ۴- ریو فردیناند از لیدز یونایتد به منچستر یونایتد

مدافع روزهای خوش لیدز هیچ‌وقت نتوانست محبوب بندری‌ها شود. او در ۲۰۰۲ با ۳۰ میلیون پوند راهی منچستر یونایتد شد. هر چند خیلی‌ها معتقدند لیدز به دلیل بحران مالی فردیناند را فروخت اما نباید از این حقیقت به سادگی بگذریم که ریو فردیناند هیچ تلاشی برای ماندن نکرد. در آن زمان پرداخت ۳۰ میلیون پوند برای یک مدافع در فوتبال انگلیس کمی عجیب بود. به همین خاطر انتقال ریو فردیناند به منچستر یونایتد یکی از غیرقابل پیش‌بینی‌ترین نقل و انتقالات فوتبال اروپا بوده است.

### ۵- فرناندو تورس از لیورپول به چلسی

لیورپولی‌ها هیچ گاه باورش‌شان نمی‌شد «ال‌نینو» بازیکن محبوب آنها آنفیلد را ترک کند اما مهاجم اول اسپانیا در ژانویه ۲۰۱۱ یکی از پرهزینه‌ترین انتقالات جزیره را رقم زد و با ۵۰ میلیون پوند به چلسی پیوست. البته نفرین هواداران لیورپول بدجوری تورس را گرفت که حتی در یک مقطع نتوانست برای چلسی گلزنی کند و به ناکام‌ترین مهاجم در لیگ برتر انگلیس تبدیل شد. اکنون باید منتظر ماند و دید آیا وین رونی می‌تواند جانشین خوبی برای یاغی‌های فوتبال جهان باشد یا خیر. مطمئناً رفتن وین رونی از منچستر یونایتد به چلسی تا مدت‌ها از خاطر هواداران یونایتد نخواهد رفت و این بازیکن را در جزیره بین هواداران منچستر یونایتد منقور خواهد کرد.



**آنچه یک کوهنورد را برای صعود یک قله برمی‌انگیزاند هر هدفی می‌تواند باشد جز قراردادن پرچم کشور یا گروه یا باشگاهش بر فراز قله.**

شد و به‌خاطر نوع شخصیتش و توان بالای او در ارتباط با افکار عمومی دنیا دیدگاه‌ها و روش کوهنوردی‌اش همواره مورد توجه جهانیان بوده و به دیده احترام به آنها نگریسته می‌شود هرچند او منتقدان و طرفداران جدی خود را نیز داشته و دارد. مطلب ذیل برگرفته از مصاحبه‌ای از رینهولد مسنر است که پیش از این آن را در وبلاگ هم‌مطاب من منتشر کرده‌ام: «من اولین کسی بودم که به کوهنوردی حماسی که طی دهه اول قرن گذشته در آلمان و ایتالیا-مهدی‌های فاشیسم اروپا- متولد شد پایان دادم. این

قرن بیستم که مبدع آن رژیم‌های فاشیستی چون آلمان و ایتالیا بودند توسط مسنر- بخوانید مکتبی که مسنر آن را نمایندگی می‌کرد- منسوخ شد. راستی آیا با خواندن این مطلب نباید افسوس بخوریم که چنین دیدگاهی در دهه دوم قرن ۲۱ (یک قرن بعد از ابداع آن و دهها سال بعد از منسوخ شدن آن در جوامع پیشرفته) هنوز در جامعه ما داعیه‌دارانی دارد (که متأسفانه مبلغ اصلی این نگرش‌ها برخی نخبگان و سازمان‌ها و نهادهای کوهنوردی ما هستند) کسانی که همچنان صعود قله هشت‌هزار متری از مسیرهای نرمال و در قالب صعودهای تجاری را فتح‌الفتوح خوانده و اجراکنندگان این برنامه را قهرمانان ملی خوانده و مجسمه آنها را در شهرها نصب می‌کنند و کسانی که صعودهای انتحاری و غیرایمن کوهنوردان ما را حماسه‌های بی‌نظیر و نمونه کوهنوردی واقعی می‌دانند.

۲- مسنر به مبارزه با کارهای شعاری چون برافراشتن پرچم بر فراز قله به مبارزه برخاست. از دید او آرزوی صعود یک قله یک هدف شخصی است و صعود قله به قصد

برای اهدافی والاتر باشد. نگرش شهیدسازی هنوز هم در جامعه ما طرفداران بسیار دارد. یکی از ریشه‌های اصلی این تفکر در فرهنگ «مرده‌پرست» ماست و ریشه‌هایی دیگر نیز دارد که آنها را در بندهای یک و دو توضیح دادم شاید اگر آن نوع تفکرات را رها کنیم و قدری با خود صادق باشیم، این امر نیز خود به خود حل شود.

۴- «تنها کاری که می‌توان کرد محافظت از بازماندگان است» جالب است بعد از مرگ یک کوهنورد تنها کاری که می‌کنیم مدیحه‌سرایی و افسانه‌سرایی درخصوص شخصیت اوست و تنها کاری که نمی‌کنیم محافظت از بازماندگان است. محافظت از بازماندگان را من چنین تعریف می‌کنم که ما باید بعد از حوادث کوهنوردی اقداماتی را به انجام برسانیم که «بازماندگان» که همان کوهنوردان زنده هستند با کیفیت و ایمنی بالاتری به زندگی و کوهنوردی خود بپردازند. اما بعد از هر مرگ و برگزاری مراسم‌های ختم و تسلیت‌ها و ابراز تاسف‌ها باز در بر همان لنگه سابق می‌چرخد و باز همان آش است و همان کاسه.



# 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





## طالع بینی هفته

متولد فروردین (بره):

این هفته شما بی‌نهایت خوش بین هستید و حتی برای یک لحظه می‌توانید به خودتان بقبولانید که همه چیز عالی است. اما شما مسائل و مشکلات حل نشده‌ای هم دارید که مربوط به گذشته‌تان هستند. به جای اینکه وانمود کنید که همیشه در زمان حال زندگی می‌کنید با صحبت کردن در مورد موضوعاتی که شما را به دردمند کننده اند آسیب پذیری خود را نشان دهید. شما از نتایج این گفتگوها شگفت زده خواهید شد.

متولدین اردیبهشت (گاو):

این هفته شما خیلی پرمشغله هستید و زیاد از این موضوع راضی نیستید، اما اطرافیان‌تان هم فعالیت‌های شما را محدود کرده‌اند و به شما فرصت زیاد کار کردن را نمی‌دهند. فراموش نکنید که نگرش‌های شما به اندازه چیزهای دیگر می‌توانند در خوشبختی شما تأثیر داشته باشند. اگر شما شکایت کرده و غر بزیند مطمئناً روز خوبی نخواهید داشت. اما اگر انرژی‌های مثبت را جذب کنید و آن را به دوستان‌تان هم انتقال دهید روزی بسیار خوب و عالی خواهید داشت.

متولدین خرداد (دوقلوا):

اگر حوادث غیر منتظره ای در محل کارتان روی داده و تقاضاهای زیادی از شما می‌شود واقعا مهم نیست که شما چه احساسی دارید. هنوز هم لازم است شما رقابت و عملکرد خود را به خوبی نشان دهید. اما شما نمی‌توانید حدس بزیند که تمام کردن کارهای‌تان چقدر طول خواهد کشید، بنابراین بهتر است که هرچه زودتر کارتان را شروع کنید. اگر شما بیشتر از حد لازم صبر

کنید، نمی‌توانید از استعدادهای خارق العاده‌تان به نحو مطلوب استفاده کنید.

متولدین تیر (خرچنگ):

این هفته که ماه در نشانه شما قرار گرفته است شما نسبت به همیشه سرحال‌تر هستید، اما زیاد مشتاق نیستید که دیگران بفهمند که چه احساسی دارید. اما این موضوع می‌تواند یک گسستگی بین تفکرات منطقی و احساسات قلبی شما ایجاد کند. سعی نکنید که دیگران را هم درگیر این کشمکش‌های درونی خودتان بکنید، برای اینکه آنها نمی‌توانند هیچ کمکی بهتان بکنند. حتی اگر شما تصمیم گرفته اید که احساساتتان به صورت محرمانه و خصوصی باقی بمانند، ولی باید بیشتر بهشان توجه کنید.

متولدین مرداد (شیر):

گاهی اوقات وقتی که شما در کاری موفق می‌شوید برای‌تان سخت است که خودتان را کنترل کرده و احساساتتان را ابراز نکنید، با وجود این زمانی که شما از نظر احساسی ضربه می‌خورید توانایی انجام این کار را دارید. به یاد داشته باشید حالا که احساسات شما شکننده و حساس هستند، اگر ابراز بشوند نمی‌توانند به این شکلی که در حال حاضر هستند مدت زیادی دوام بیاورند. در مورد خودتان با دید منفی قضاوت نکنید؛ شما خودتان می‌دانید که چه موقع احساسات خود را ابراز کنید.

متولدین شهریور (سنبله):

این هفته هیچ حرف ناگفته‌ای باقی نمانده است، اما شما باز هم نمی‌دانید که چگونه در مورد تجربیات خود صحبت کنید. به جای اینکه سعی کنید جملاتی مناسب برای تعریف کردن رویاها و تخیلات خود پیدا کنید، در مورد آنها با کسی صحبت نکنید، چون اکنون از این کار هیچ نفعی عاید شما نمی‌شود. شما بعدها برای تجزیه و تحلیل کردن و بحث کردن در مورد آنها وقت کافی خواهید داشت.

متولدین دی (بز):

اعتماد کردن به احساسات درونی‌تان کار خیلی خوبی است، ولی وقتی که یک نفر دچار دردمند می‌شود، این اعتماد می‌تواند کمی گمراه کننده باشد. شما می‌خواهید به آن شخص نشان دهید که واقعا نگران او هستید، اما تردید دارید. تردید شما به خاطر این است که اگر یک بار احساسات خود را نشان بدهید، از این به بعد دیگران توقعات خیلی زیادی از شما خواهند داشت. ولی باید ریسک کرده و این کار را بکنید. درستکار بودن نسبت به فریب دادن دیگران نتایج خیلی بهتری برای‌تان به ارمغان می‌آورد.

متولدین بهمن (ظرف آب):

در حال حاضر حتی موقعی که شما در محل کار هستید، زندگی شما در روابطتان خلاصه شده است. همکارانتان در سر کار در مورد کارهایی که انجام داده‌اند سر و صدای زیادی به راه می‌اندازند، اما شما زیاد تحت تأثیر قرار نمی‌گیرید. متأسفانه شما اصلاً نباید آنها را نقد کنید و هیچ قضاوت منفی ای نداشته باشید، برای اینکه اگر این هفته نقطه نظرات انتقادی خود را ابراز کنید مؤثر واقع نخواهند شد. تا آخر این هفته از انجام این کار صرف نظر کنید و نظرات خود را ابراز نکنید.

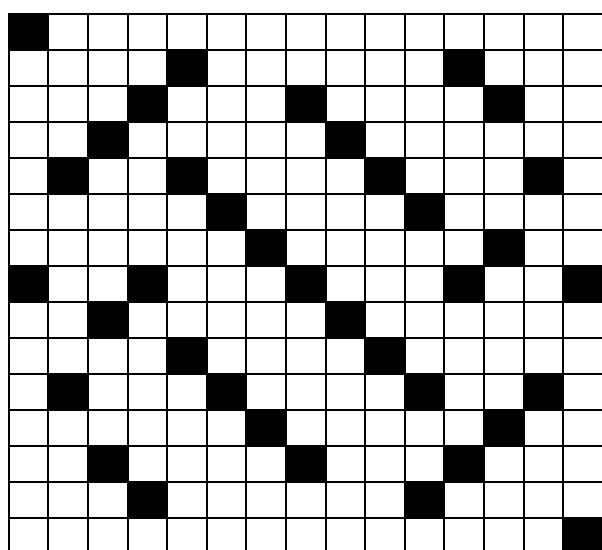
متولدین اسفند (ماهی):

شما این هفته با دیگران به مهربانی رفتار می‌کنید، ولی دوست ندارید احساسات خود را نشان دهید. نگرانی شما به خاطر واکنش‌های دیگران نیست، نگرانی‌تان به خاطر این است که زمانی که نمی‌توانید عملکردهای خود را کنترل کنید احساس ناراحتی می‌کنید. پس الان بهتر است که از این کار صرف نظر کنید. خوشبختانه شما می‌توانید توانایی‌هایی که در موردش صحبت نمی‌کنید را در کارتان نشان دهید و این موضوع تحسین همگان را برخواهد انگیخت.

### جدول ویژه

- ۸- اسب آذری - مرکز گیلان -
- ۹- بزرگترین ایالت آمریکا -
- همیشگی - دو یار بلند قد
- ۱۰- نام مردانه - وادار شده -
- خرگوش
- ۱۱- داغ کردن - استاد -
- شهری در استان همدان
- ۱۲- متضاد ماده - منطقه ای
- کوهستانی در کرج - شهری در
- استان خوزستان
- ۱۳- پیسوند مکان - زاد - بانگ
- اسب خمیگی کاغذ
- ۱۴- ملعون تاریخ - حافظ
- اسرار دیگران - بیم
- ۱۵- پدیدهای کاملاً تازه (ebook) که نظام آموزش و اطلاع رسانی را با دگرگونی‌هایی اساسی مواجه کرده است

۱۵ ۱۴ ۱۳ ۱۲ ۱۱ ۱۰ ۹ ۸ ۷ ۶ ۵ ۴ ۳ ۲ ۱



### جدول عادی

#### افقی:

- ۱- فیلسوف و حکیم بزرگ ایرانی که هرچند شهرت وی در حوزه فلسفه است ولی در حوزه ادبیات رباعی‌های او آوازه بلند بالایی داشته‌اند
- ۲- رنگ آسمان - شهری در استان خراسان جنوبی - ساحل
- ۳- آواز قورباغه - نظیر - شهر باران - جدا
- ۴- بصیرت - خوشحال - افشرده گوجه فرنگی
- ۵- جواب‌های! - ماکیان - اثر رطوبت
- ۶- درخشان، نوردهنده - وسیله مکالمه - صفات و شرایط قاضی طبق موازین به وسیله... معین می‌شود
- ۷- تیر پیکاندار - توقف مسافر وسط راه - یار بامیه
- ۸- تکبر - شهر آرزو - صومعه - مرطوب
- ۹- لذیذ - احترام و بزرگداشت - درخت زبان گنجشک
- ۱۰- مقابل کال - حرارت بالای هوا - سازمان فضایی
- ۱۱- حرف مفعولی - چاق - بازنده شطرنج
- ۱۲- ضمیر متصل دوم شخص مفرد - علم و دانش - به آرزو رسیده
- ۱۳- عظیم الجثه - نمونه خروار - بادام ته حلق - ساز مولانا
- ۱۴- بازیچه کودکانه - گلی زیبا - میل زودگذر
- ۱۵- با اندکی ناملایمی می‌گرید

#### عمودی:

- ۱- علم کاشت و پرورش گیاهان زینتی، گیاهان دارویی و درختان میوه و طراحی فضای سبز - رنگ زرد تیره تا قهوه‌ای روشن
- ۲- هوای گرفته - چوبی گرانها - به فرمایش حضرت علی (ع)... گردآورنده پاکیزگی و پاکدامنی است
- ۳- ویتامینی در موز - منع کردن - مژه رسان - موی صورت مردان
- ۴- پشت سر - همیشه - قورباغه درختی
- ۵- بزرگواری، سروری - نو - برادر پدر

#### عمودی:

- ۱- رمانی معروف از «پارلاگر کویت» - کاری برای نشت گیری
- ۲- زین و برگ - نوشته پژوهشی -
- ۳- گرداگرد لب - سپس - فرق سر - قصد
- ۴- ایوان کوچک جلوی عمارت - تیم اسپانیایی - رنجوری
- ۵- نوعی یاقوت - کانون دایره - یک دور تنیس
- ۶- پول مشترک اروپا - عنوان امرای عثمانی - پشت سر
- ۷- جنگ - کشوری در قاره آسیا - سپهد فرنگی
- ۸- نفس بلند - قلوب - شکایت کردن و نالیدن
- ۹- مراسم بزرگداشت - رختشوی - صلابت

#### افقی:

- ۱- یکی از شاخه‌های مدرن و پرتنوع هوش مصنوعی
- ۲- سد آذری - از نقاط دیدنی استان هرمزگان در بخش مرکزی شهرستان بندرعباس - چمنزار روسی
- ۳- از خدایان باستان - ریز نمرات - خانه عرب - ایستگاه فضایی روسیه
- ۴- نوعی پارچه نخی نازک - بازیگر فیلم‌های خنده‌دار - ضمیر متکلم وحده
- ۵- امام اول شیعیان - پوشاک سر - از ویتامین‌ها
- ۶- نوعی از طیور آبی - امتیاز در مسابقات ورزشی - خوشمزه
- ۷- چاشنی سالاد - لیست راهنما - ذره خنثی

- ۶- میرا - شالی نفیس - نام مردانه
- ۷- فروغ - چوب دندان پاک کنی - اسیر
- ۸- هرگز نه - آرنج - خاک آرامگاه امامان - ادات تشبیه
- ۹- برنامه کودک - زینت پر کاربرد لباس - فلج
- ۱۰- قطع عملیات جنگی - برای اینکه - کشوری در قاره کهن
- ۱۱- چک، سیلی - وسیله تهیه چای - اهل مازندران
- ۱۲- صدمه - ثروت - مرکز بحرین
- ۱۳- پرستار - کنده کاری روی چوب - ماده بیهوشی - تصدیق عامی
- ۱۴- سرگرد قدیم - عامل بیماری - زهره
- ۱۵- روشندل - بد و زشت

### به یاد داشته باشید فقط از صرافی‌های معتبر جهت نقل و انتقال پول خود استفاده نمایید

- ۱۰- شهر فرهنگی و سیاحتی استان فارس - همنشین - شکاف باریک
- ۱۱- چهارمین تبریز - کشوری در آسیا - دالان
- ۱۲- هر فصل یسنا - پیغمبری - عدد دو رقیمی
- ۱۳- نام - توان - ابزار نقاشی - خط کش رسم
- ۱۴- کودک پدر مرده - جنین - رود مرزی
- ۱۵- حریر منقش - هیدرولوی

## Happy art ltd

**تخفیف دانشجویی**

**آموزش نقاشی در تمامی سنین**

**رنگ روغن ، اکریلیک**

**جلسه اول رایگان**

**۰۷۷۹۵۹۹۴۰۲۰**

---

Pakistani male 47yrs old seeking friendship with an attractive iranian woman.

آقای ۴۷ ساله پاکستانی، علاقمند به آشنایی و دوستی با یک خانم جذاب ایرانی است.

Please call Rayhan Ahmed on 07864808419.

---

**خدمات لوله کشی آب و گاز**

**خدمات نقاشی ساختمان**

**تعمیرات ساختمان کلی و جزئی**

**۰۷۷۸۰۸۱۴۳۷۴**

---

**خدمات لوله کشی و نجاری**

**خدمات نقاشی ساختمان**

**تعمیرات کلی و جزئی ساختمان**

**۰۷۸۷۴۰۰۱۷۲۵**





# 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](http://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





SATURDAY

14 SEPTEMBER

1st

# inPersian's MEHREGAN

PROGRAM

CADOGAN HALL

5 SLOANE TERRACE

LONDON SW1X 9DQ



مهرگان



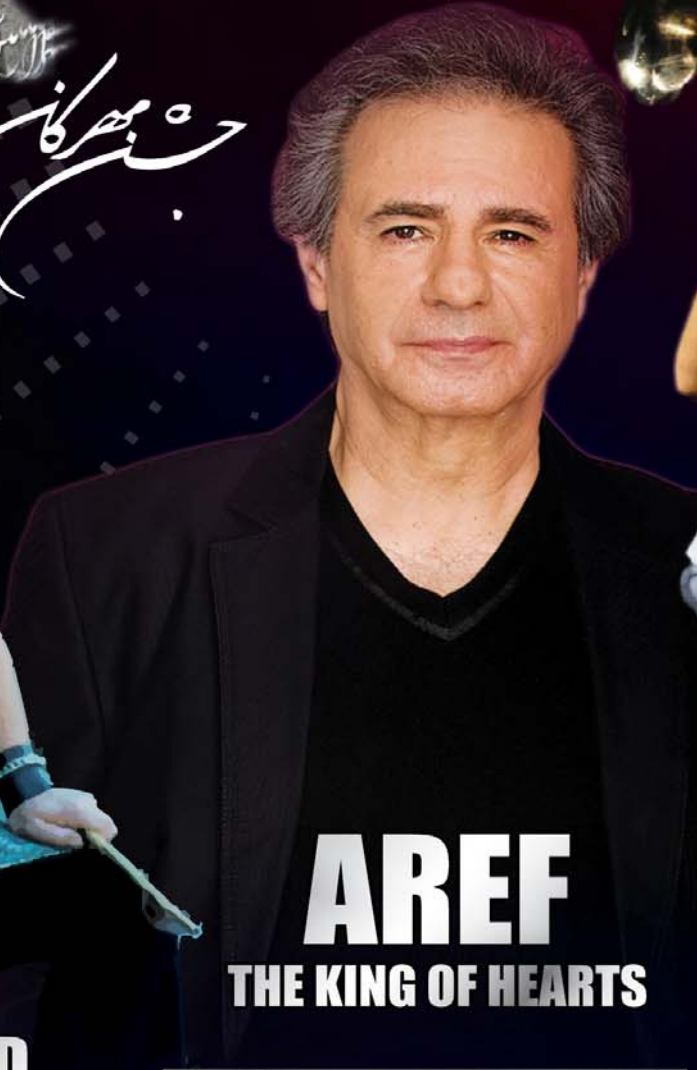
**ARDAVAN MOFID**  
RECITING THE SHAHNAMEH

BOX OFFICE:

INPERSIAN.COM

CADOGANHALL.COM

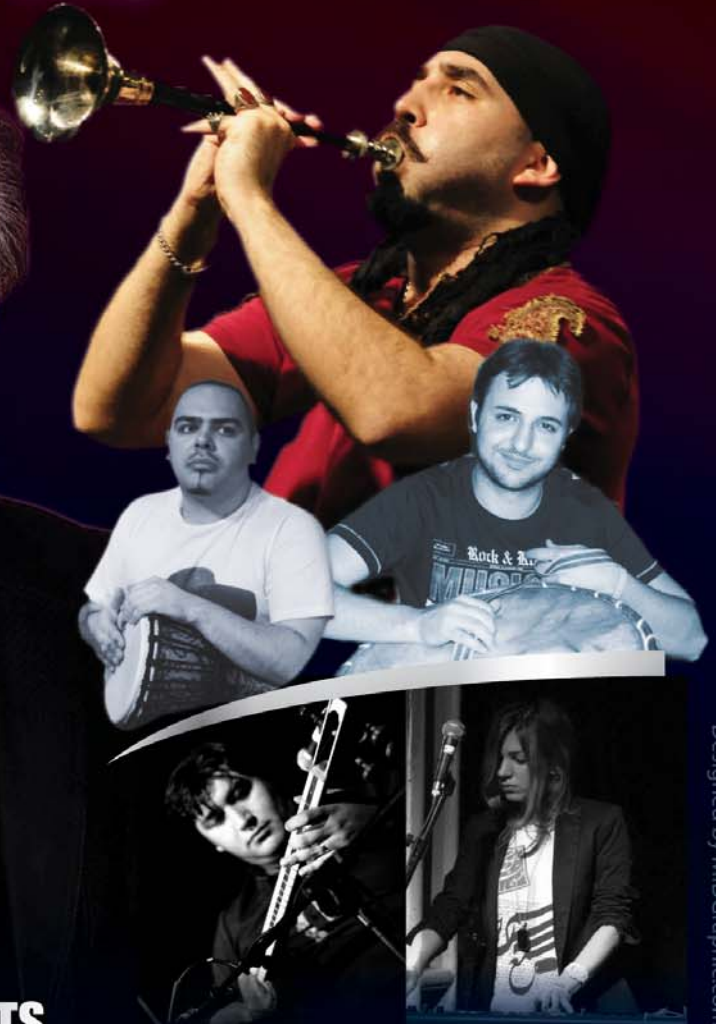
T: 02077304500



**AREF**  
THE KING OF HEARTS

*\*Proceeds in support of recent  
Booshehr Iran earthquake with  
support of Ferdowsi Fund Trust*

**inPersian**  
IT'S ALL ABOUT MUSIC



**AJAM**  
IRANIAN FOLK MUSIC

MORE INFORMATION:

INPERSIAN.COM

E: MY@INPERSIAN.COM

T: 07804299009

DOORS OPEN: 18:30 | STARTS: 19:00 | TICKETS: £33 | £40 | £45 | £60

Designed by MiDGraphic.com