

گمانه زنی‌ها درباره اجلاس نیویورک بیشتر شد؛

تعاملات پشت پرده ایران و آمریکا

هیگ ملاقات می‌کند. در همین حال سخنگوی وزارت خارجه انگلیس در پاسخ به محتوای این توییت گفت، ما از این ملاقات خوشحال می‌شویم اما درخواستی رسمی در زمینه دیدار هیگ با روحانی نداشته ایم. دیپلمات‌ها می‌گویند این توییت و توییت‌های مشابه آن حاکی از آمادگی دولت تهران برای دستیابی به راه حل دیپلماتیک بر سر مجادله هسته ای است. ملاقات هیگ با ظریف یا روحانی می‌تواند پنجره را به سوی از سرگیری روابط دیپلماتیک کامل با انگلیس بگشاید. چرا که از نوامبر ۲۰۱۱ و پس از حمله به سفارت انگلیس در تهران، دو کشور با یکدیگر روابط دیپلماتیک ندارند.

این در حالی است که روحانی در گفت و گوی روز یکشنبه خود با ای بی سی، تأیید کرد که بین او و روحانی نامه‌هایی رد و بدل شده و همچنین از اهمیت راه حل دیپلماتیک در مورد ایران و سوریه سخن گفت. مقامات آمریکایی در مورد ملاقات احتمالی روحانی با اوباما دچار تردید هستند، اما برخی ناظران می‌گویند توافق ژنو بر سر تسلیحات شیمیایی سوریه راه را برای دیپلماسی جهان هموارتر کرده است.

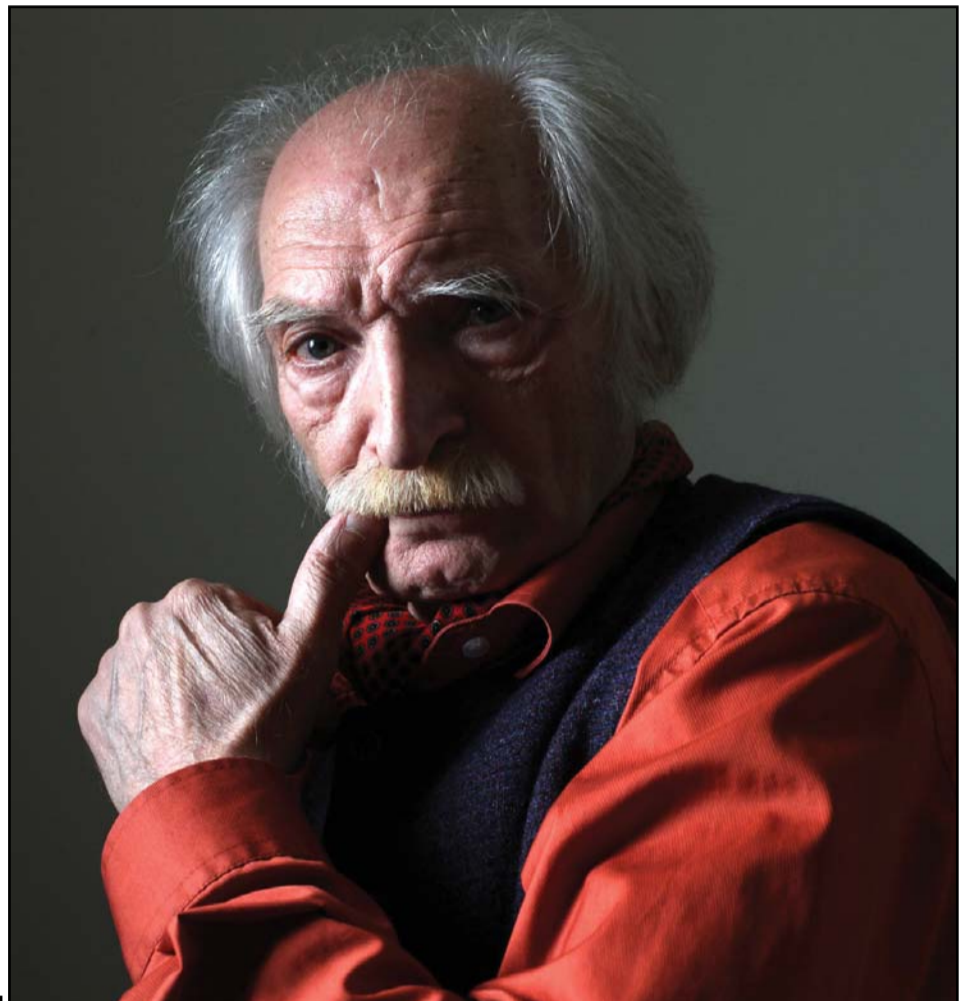
تریئا پارسا، مدیر شورای ملی ایرانی آمریکایی و کارشناس دیپلماسی ایران - آمریکا، گفت: گمان می‌کنم شانس برای این ملاقات وجود دارد. این یک اقدام سیاسی قوی برای حرکت خواهد بود. اگر اوباما این ملاقات را انجام دهد، انگیزه سیاسی لازم برای توافق ایجاد می‌شود.

به گفته وی، هم اکنون نیز تهران می‌گوید بخشی از اعتبار توافق بر سر سوریه مدیون ایران است. ادامه صفحه ۷

تبادل نامه بین باراک اوباما، رئیس جمهور آمریکا و حسن روحانی، رئیس جمهور ایران، زمینه را برای ملاقات احتمالی این دو مقام بلندپایه در مجمع عمومی سازمان ملل که هفته آینده در نیویورک برگزار می‌شود، فراهم کرده است. روزنامه گاردین ضمن این گمانه زنی می‌نویسد، در صورتی که این دیدار انجام شود، این نخستین ملاقاتی خواهد بود که پس از انقلاب اسلامی بین روسای جمهور ایران و آمریکا انجام می‌شود.

از زمان روی کار آمدن دولت روحانی، بحث و گمانه زنی در خصوص احتمال ملاقات با اوباما در حاشیه مجمع عمومی سازمان ملل، بالا گرفته است. اما هنوز هیچ یک از دو طرف برنامه ریزی برای انجام چنین دیداری را تأیید نکرده اند. با این وجود، ویلیام هیگ، وزیر خارجه انگلیس که کشورش دو سالی است روابط دیپلماتیک با ایران ندارد، تأیید کرده که در حاشیه مجمع عمومی سازمان ملل با محمد جواد ظریف، همتای ایرانی خود ملاقات می‌کند. به گزارش روزنامه انگلیسی گاردین، برنامه ریزی برای این ملاقات، خوش بینی‌ها را در مورد دولت روحانی افزایش داده است. روحانی که تحصیلات خود را در دانشگاه گلاسکو به پایان رسانده، چهره‌های پراگماتیکی را برای کابینه خود برگزیده و به این ترتیب زمینه را برای راهکار دیپلماتیک در مورد بن بست هسته ای ایران، هموارتر کرده است.

حتی در صفحه توییت منسوب به روحانی، آمادگی رئیس جمهور برای ملاقات با هیگ اعلام شده است و این در حالی است که انگلیس چنین درخواستی را مطرح نکرده بود. در این توییت نوشته شده، تهران به درخواست انگلیس پاسخ مثبت داده و روحانی با



آسیا نیز راه یافته بود.

جایزه یان میخالسکی برای ادبیات، هر سال برای تجلیل از آثار ادبی از سوی بنیاد یان میخالسکی به ادبیات برگزیده سراسر جهان تعلق می‌گیرد و با هدف تجلیل از دستاوردهای بین المللی ادبی اهدا می‌شود. این جایزه که هم به آثار داستانی و هم غیرداستانی تعلق می‌گیرد، قطع نظر از زبانی که اثر به آن نوشته شده است، به بررسی آثار می‌پردازد. کتاب برنده با اهدای یک جایزه ۵۰ هزار فرانکی تجلیل می‌شود تا از هنر نویسنده آن قدردانی شود. نویسندگانی که به فهرست نهایی راه یافته اند برای یک دوره سه ماهه سکونت در مزون دو اکریچر در دامنه کوه های آلپ دعوت می‌شوند. این جایزه از سال ۲۰۰۴ از سوی بنیاد یان میخالسکی برای ادبیات اهدا می‌شود. این بنیاد در سوئیس و نزدیک دریاچه ژنو واقع شده است. برنده این جایزه ماه نوامبر معرفی می‌شود.

محمود دولت آبادی فینالیست جایزه ادبی سوییس

به نقل از سایت جایزه، این جایزه معتبر ادبی سوئیسی که ماه پیش نخستین فهرست نهایی اش را مشتمل بر نام پنج نویسنده منتشر کرده بود، در آخرین مرحله از سه نویسنده به عنوان فینالیستهایش نام برد. کتاب‌های سه فینالیست این رقابت عبارت است از:

«کلنل» محمود دولت آبادی
«عقاب و اژدها» نوشته سرژ گرونزینسکی
«امپراتور دروغ‌ها» نوشته استیو سیم سندبرگ

محمود دولت‌آبادی پیشتر با رمان «کلنل» نامزد جایزه بهترین کتاب ترجمه شده به زبان انگلیسی دانشگاه روچستر آمریکا شده بود و به فهرست جایزه بوکر

علی پاکپور (لندن) سرافراز سال ۱۳۳۳
Foreign Exchange Established in 1953
Registered with: FSA HM Customs and Excise
Tel: 020 8868 8788 / 07979 616161
Fax: 020 8866 5517 / 020 8866 7373
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
۲۰/۹/۹۲	۲۱/۹/۹۲	۲۲/۹/۹۲	۲۳/۹/۹۲	۲۴/۹/۹۲	۲۵/۹/۹۲	۲۶/۹/۹۲	۲۷/۹/۹۲	۲۸/۹/۹۲
دلار آمریکا	۳۱۷۰۰	۳۱۵۰۰	۳۱۴۰۰	۳۱۳۰۰	۳۱۲۰۰	۳۱۱۰۰	۳۱۰۰۰	۳۰۹۰۰
پوند انگلیس	۴۸۰۰۰	۴۸۰۰۰	۴۷۰۰۰	۴۷۰۰۰	۴۷۰۰۰	۴۷۰۰۰	۴۷۰۰۰	۴۷۰۰۰
یورو	۴۱۵۰۰	۴۱۵۰۰	۴۱۴۰۰	۴۱۳۰۰	۴۱۲۰۰	۴۱۱۰۰	۴۱۰۰۰	۴۰۹۰۰

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



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

زبان فارسی را در بزرگترین مرکز آموزشی بین المللی ایرانی بیاموزید

دبستان فارسی MTO با قریب ۱۶ مرکز آموزشی در اروپا، آمریکا و کانادا

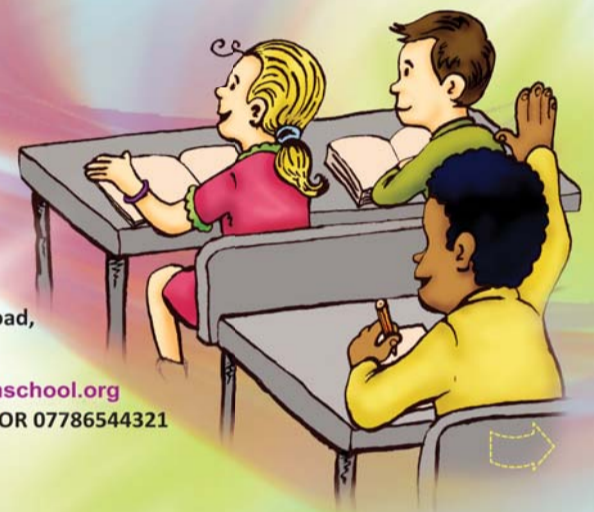


آموزش زبان فارسی از کلاس اول تا پنجم دبستان برای کودکان ۵ تا ۱۴ ساله و کلاسهای GCSE و A LEVEL فارسی برای نوجوانان ۱۵ تا ۱۸ ساله

کلاسهای مخصوص برای کودکان دو زبانه (BILINGUAL) که تنها یکی از والدین آنها ایرانی هستند

کلاسهای کمک درسی در کلیه دروس در مراحل 11+، GCSE و A LEVEL طبق استاندارد آموزشی کشور انگلستان در کالج MTO

کلاسهای رایگان دف، ضرب، تار و سه تار همراه با برنامه های فرهنگی و سنتی ایرانی با شرکت مستقیم دانش آموزان



MTO Persian School
@ Highgate Wood School,
Montenotte Road,
London N8 8RN
@ Head office 23 Edison Road,
London N8 8AE

Website: www.mtopersianschool.org
Telephone: 020 8340 7575 OR 07786544321
Fax: 020 8340 0022

بنام خدا شرکت صرافی

معتبرترین موسسه مالی ایرانی در لندن

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

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

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



تلفن رایگان: **08081201012** Free Phone



یادداشت

پیش از این، جنگ داخلی سوریه، عرصه رویارویی و حتی نبرد سرد دیگری بین آمریکا و روسیه خوانده شده بود. و به دنبال پیشروی نیروی های اسد برای تثبیت سلطه او بر سوریه، رابرت فیست در ایندپندنت گفت مداخله نظامی آمریکا در سوریه به بهانه خلع سلاح شیمیایی اسد، تحت نفوذ لابی اسرائیل است و خاطر نشان کرد که پیروزی اسد در سوریه در واقع پیروزی ایران است و این امر را شکست سنگینی برای غرب خواند. روزنامه نیویورک تایمز نیز نوشته بود اگر آمریکا واقعا خواستار حل و فصل دیپلماتیک جنگ سوریه است، باید ایران را وارد مذاکرات بکند.

از سوی دیگر با سرکار آمدن روحانی، امید و نگرش مثبت به نتیجه بخش بودن «مذاکرات» - بیش از هر گزینه دیگری - بر سر پرونده هسته ای ایران، که یکی از مهمترین چالش های بر سر راه هموار سازی روابط ایران و غرب است، افزایش یافت. واکتون نیز صحبت از مراودات پشت پرده ایران و آمریکا است و احتمال می رود رئیس جمهوری این دو کشور در نشست سالانه سازمان ملل، با هم دیداری داشته باشند. دولت بریتانیا نیز به برقراری روابط خود با ایران ابراز تمایل و آمادگی نموده و مذاکرات بیشتر در این خصوص را به ملاقات دیپلمات های دو کشور در نیویورک موکول کرده است.

یک نتیجه گیری کلی از تمامی این وقایع می تواند این باشد که نوک پیکان فشارهای غرب بر ایران، برای مجبور کردن او به مذاکراتی که منافع آن یکطرفه بود، به سوی خود غرب نیز برگشته و اینک قدرتهای بزرگ مجبور به مذاکره کردن با یک مدعی ریز نقش اما بسیار چالشگر هستند. البته این به هیچ عنوان معنی بیرون آمدن ایران از بحران هایی که با آن دست و پنجه نرم می کند را نمی دهد؛ فقط به نظر می رسد که ایران برای مذاکره کردن با آمریکا، به مراتب در موقعیت مناسب تری نسبت به سالهای پیش، قرار دارد. حال باید منتظر بود و دید که تیغ دیپلماسی های روحانی تا کجا می تواند از شکار ابرقدرتها در منطقه، سهمی برای ایران ببرد!

سردبیر

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 سرافکند ه 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 صد ها پیکره تراشیده شده بر سنگهای تخت جمشید حتی یک تصویر برهنه و عریان وجود ندارد. بخاطر بسپاریم که از چه نژادی هستیم و داری چه اصالتی می باشیم.

همکاری با هفته نامه پرشین

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

۱- هفته نامه پرشین، پیرامون پناهندگان، مهاجرین، دانشجویان و مسائل فرهنگی، هنری، اجتماعی و اخبار ایرانیان منتشر می شود و طبعاً آثار باید مستقیم یا غیر مستقیم به این موضوع مرتبط باشند. با توجه به این مورد، هیچ گونه محدودیت دیگری در تعداد آثار ارسالی و عناوین آنها وجود ندارد. ۲- مطالب خود را با زبان و قلم (font) فارسی ارسال کرده و از فرستادن مطالب پینگلیش و فینگلیش جدا خودداری نمایید!

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

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

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

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

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

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

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

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

۱۱- آثار خود را به آدرس اینترنتی زیر ارسال کنید: info@persianweekly.co.uk

هفته نامه پرشین

اجتماعی، فرهنگی، هنری



هفته نامه پرشین به هیچ گروه و ارگان سیاسی و غیر سیاسی وابسته نمی باشد و صرفاً در جهت اطلاع رسانی صحیح گام بر می دارد. تمامی مطالب از سایت ها، روزنامه های معتبر، مقالات رسیده و خبرگزاریهای رسمی با ذکر نام نویسندگان انتخاب و به چاپ می رسد.

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،

امور مالی و بازاریابی:
 محسن غفاری
 mohsen@persianweekly.co.uk

عکاس: امید مهاجرانی

امور پخش و توزیع: فریدون تیراز: ۳۰۰۰ نسخه چاپی

Tel: 5592 7193 020
 Fax: 4921 7023 020

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

هفته نامه پرشین از نوشته های نویسندگان و خوانندگان استقبال کرده ولی در ویرایش آنها آزاد است. مسئولیت آگهی ها و صحت آنها بعد از 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 ۰۷۶۲۵۱۱ به تاریخ اول دسامبر ۲۰۰۸ محفوظ است.

Printed by: Web Print UK

Sure, he that made us with such large discourse, looking before and after, gave us not that capability and god-like reason to fust in us unus'd.

Hamlet, Act IV, sc. 4.

به طور حتم، او که ما را با وسعت نظری خلق کرده تا به گذشته و آینده توجه کنیم، این توانایی الهی را در ما قرار داده که نگذاریم دلایل، پوسیده و بی مصرف باقی بمانند.

هملت، پرده چهارم، صحنه چهارم

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

اشتراک هفته نامه

علاقتمند ان به اشتراک و دریافت هفته نامه پرسشنامه زیر را تکمیل نمود 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 ۶۰ پوند یکسال ۱۰۰ 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

دوستان عزیز و خوانندگان محترم هفته نامه پرشین،

همانطور که می دانید با فعال شدن صفحه فیس بوک ما در اینترنت و افزایش علاندان به ۱۲۰۰۰ نفر؛ تمامی دوستان قادرند تا نظرها و عقاید خود را به صورت آزاد در این صفحه بیان و در صفحه اول فیس بوک هفته نامه پرشین درج نمایند. اما در روزهای اخیر شاهدیم که دوستانی کم لطفی نمودند و با تفرقه انداختن، بحث و جدل های بیهوده و بکار بردن کلماتی زشت و ناپسند، سلامت این جامعه مجازی را نادیده انگاشته اند. از تمامی عزیزان خواهشمندیم با وجود مهیا شدن این امکان که شما افکار و دیدگاه های خود را بتوانید مستقیماً منعکس نمایید و با احترام متقابل به نظرها و عقاید دیگر دوستان و با بکار بردن ادبی که شایسته مقام انسانی است؛ مطالب خود را در این صفحه درج کنید.

پیشاپیش از همکاری شما سپاسگزاریم





سعدی بر فراز کهکشانشا

بنی آدم اعضای یکدیگرند / که در آفرینش ز یک گوهرند / چو عضوی به درد آورد روزگار / دگر عضوها را نماند قرار. فکر می کنید دورترین جایی که تاکنون این شعر سعدی به آنجا راه پیدا کرده، کیجاست؟ اگر فکر می کنید پاسخ این پرسش سر در سازمان ملل در نیویورک است، اشتباه می کنید.

اصولا در سازمان ملل خبری از این ابیات نیست. پیام سعدی شیرازی اکنون به جایی بسیار دورتر رسیده است. ناسا رسماً اعلام کرد یک سال پیش این پیام سعدی از منظومه شمسی خارج شده است.

ویجر - ۱ یکی از دو قله های ویجر است که سال ۱۹۷۷ ماموریت طولانی خود را آغاز کرد. هدف اصلی این ماموریت بررسی سیستم دو سیاره غول پیکر و تا آن زمان کمتر شناخته شده منظومه شمسی یعنی مشتری و زحل از نزدیک بود. داده هایی که ویجرها از این دو سیستم به زمین ارسال کردند نقش اساسی در تغییر دیدگاه ما از سیاره های گازی منظومه شمسی بازی کرد، اما در زمان طراحی این ماموریت طراحان هدفی جاه طلبانه را در کنار بررسی منظومه شمسی در نظر داشتند و آن تنظیم مسیر این دو فضاپیما به گونه ای بود که پس از پایان ماموریت اصلی راه خود را به سوی لبه های منظومه شمسی پیش بگیرند.

با انجام این ایده نه تنها ویجرها می توانستند داده های بی نظیر و دست اولی از بخش های دور دست منظومه شمسی به زمین ارسال کنند که در نهایت مسیر خود را به سوی دشت بی پایان ستاره ها ادامه می دادند. اگر برخوردی فضایی رخ ندهد این پیغام بران زمینی تا هزاران سال به سفر اکتشافی خود ادامه خواهند داد. همین ایده بود که کارل ساگان و همکارانش را بر آن داشت تا یادگاری از زمینی ها تهیه کنند و همراه این سفینه راهی فضاها دور کنند. آنها تصاویری از مردم زمین، اطلاعاتی علمی از ویژگی های زیستی و محل سیاره ما، قطعاتی از فرهنگ زمینی را و همچنین پیام های صوتی به زبان های مختلف را روی لوحی طلائی ضبط کردند تا اگر روزی، هزاران یا حتی میلیون ها سال بعد این سفینه به دست تمدنی هوشمند و فرازمینی افتاد شاید آنها بتوانند منشأ آن را شناسایی کنند و بدانند در این جهان تنها نبوده اند.

متن ابتدای این نوشته به زبان فارسی بخشی از پیام های ضبط شده به زبان های مختلف خطاب به ساکنان احتمالی دنیاها دور دست است.

ویجر - ۱، سال هاست ماموریت اصلی اش را به پایان رسانده است. آخرین تصویری که به زمین ارسال کرد همان تصویر خانوادگی منظومه شمسی بود که همه سیارات از جمله زمین را در پرتو ای در کنار هم به تصویر کشیده بود و همان تصویر به یاد ماندنی نقطه آبی محوی شد که برای سال های طولانی الهام بخش ما مردم زمین بوده است.

اما ویجر - ۱ چه زمانی از منظومه شمسی خارج خواهد شد و قدم به دنیای میان ستاره ای می گذارد؟ براساس یکی از تعریف های موجود اکنون ویجر - ۱، حداقل یک سال است قدم از منظومه شمسی بیرون گذاشته است، اما مگر منظومه شمسی مرز مشخصی ندارد که تا این حد درباره خارج شدن از آن بحث وجود دارد؟

در اطراف خورشید ما منطقه ای وجود دارد که خورشید بر آن حاکم است و البته منظوران حکمرانی گرانشی نیست. خورشید ما در حال حرکت درون محیط میان ستاره ای و درون کهکشان ما - راه شیری - است و در حین این حرکت جابجایی در اطراف خود ایجاد می کند. این جابجایی منطقه ای را شامل می شود که در آن ذرات بادهای خورشیدی احساس می شود و اجازه ورود بادهای ستاره ای دیگر ستاره ها را به خود نمی دهد. این منطقه اصطلاحاً حباب خورشیدی نامیده می شود و آن را خور کره یا همان هلیوسفر می نامند. مرز این حباب مشخص می کند در آن ناحیه شما با پلاسما یا گازهای یونیزه یا منشا خورشیدی سر و کار دارید یا این که در مجاورت پلاسمایی هستید که بر اثر انفجار ستاره های غول پیکر در میلیون ها سال پیش محیط اطراف خورشید را پر کرده اند.

تعیین این مساله توسط ابزارهای ویجر کار ساده ای نبود. از یک سو آنجا که ویجر نخستین پیشگامی است که قدم در این محیط می گذارد، ما درک قبلی از این محیط نداشتیم. از سوی دیگر ما درباره عملکرد خورشید و در نتیجه فضای حباب خورشیدی هنوز در حال آموختن هستیم و حالا باید مدل های خودمان را بر مبنای داده های ارسالی از ویجر - که پلاسما محیطش را ثبت می کند - هم تائید و هم به کمک آن مکان ویجر را نسبت به این حباب تعیین کنیم. اکنون ویجر در حال ارسال داده از فاصله ای در حدود ۱۷ میلیارد کیلومتری زمین است و دانشمندان یک سال به بررسی آخرین داده ها پرداخته اند تا ببینند آیا واقعا نقطه ای تاریخی در داستان های سفرهای اکتشافی نژاد بشر اتفاق افتاده

است یا خیر. حاصل بررسی ها نشان از پاسخی مثبت برای این پرسش دارد.

آنها برای بررسی این موضوع، میزان پلاسما ثبت شده را بررسی کردند و متوجه شدند سال گذشته در حالی که مقدار ثبت شده با منشأ خورشیدی به طور چشمگیری کاهش داشته، اما مقادیر مربوط به فضای غیرخورشیدی افزایش چشمگیری یافته و مقدار آن از تمام طول ماموریت بیشتر شده است. این نشانه ای از خروج ویجر از حباب خورشیدی است. البته دانشمندان روش دیگری را نیز مدنظر داشتند و آن بررسی تغییرات جهت خطوط میدان مغناطیسی است. از مدتی پیش این بررسی ها نیز نشان می داد ویجر قدم در منطقه ای ناشناخته گذاشته که در واقع مرز عبور بوده است.

به هر حال بررسی های متعدد و متفاوت جامعه علمی را قانع کرده است که اکنون ویجر - ۱ نخستین سازه دست بشر است که از حباب خورشیدی خارج شده و قدم به محیط میان ستاره ای گذاشته است. البته اگر بخواهیم دقیق تر بگوییم ویجر احتمالاً اینک در لبه بیرونی این حباب قرار دارد و مدتی دیگر به طور کامل خود را از هر نوع تاثیر حباب خورشیدی رها می کند، اما یک نکته بسیار مهم را باید در نظر داشت. وقتی می گوییم ویجر از منظومه شمسی خارج و وارد محیط میان ستاره ای شده است باید تاکید کنیم منظورمان از این تعریف از نظر تاثیر بادهای خورشیدی است و گرچه قلمرو گرانشی منظومه شمسی هنوز ادامه دارد و ویجر نه تنها برای چند سال آینده که برای چند صد سال آینده هنوز در قلمرو گرانشی منظومه شمسی است.

اکثر دانشمندان می گویند مرزهای منظومه شمسی را باید در فراسوی منطقه ای معروف به ابر اورت جستجو کرد. ابر اورت منطقه ای است که هسته های دنباله دارها تحت تاثیر میدان گرانشی خورشید در اطراف آن قرار دارند. ویجر - ۱ اگر با همین سرعت مسیرش را ادامه بدهد ۳۰۰ سال دیگر به لبه داخلی این ابر می رسد و ۳۰ هزار سال دیگر احتمالاً این ناحیه را به طور کامل پشت سر خواهد گذاشت. در آن هنگام دیگر هیچ توضیح و بهانه ای نداریم که ویجر را در قلمرو خورشید بدانیم و ویجر از آخرین بندهایی که حداقل به طور نظری به منظومه شمسی وابسته نگاه می دارد جدا می شود، اما مدت ها پیش از آن ما دیگر خبری از ویجر - ۱ نخواهیم شنید. اکنون تنها ابزارهای ضروری ویجر کار می کنند.

این حداقل انرژی مورد نیاز می تواند انرژی لازم ابزار تشخیص میدان ذرات را حداقل تا سال ۲۰۲۰ تامین کند. طبق برنامه موجود مهندسان، سفینه در این سال شروع به خاموش کردن ابزارهای سفینه می کنند و آخرین آنها سال ۲۰۲۵ خاموش خواهد شد. تا چند سال بعد از آن ویجر هنوز برخی اطلاعات مهندسی سیستم به زمین بازگردانده خواهد شد تا سرانجام ویجر کاملاً خاموش شود. از آن پس ویجر وارد مرحله جدید و نهایی سفر خود می شود. سفری به فراسوی مرزهای شناخته شده بشر، سفری تنها و بدون آن که ارتباطی با زمین مادر داشته باشد. ویجر پیش آهنگی تنها و بدون ارتباط با خانه به سفری برای شناخت مرزهای جهان ادامه خواهد داد. اگر به دام جرمی - مثلاً یکی از اجرام کمربند کوپبر - نیفتد به سفرش ادامه می دهد. ۴۰ هزار سال دیگر فاصله ویجر به ستاره AC+۷۹۲۸۸۸ کمتر از فاصله آن با خورشید خواهد بود. ویجر - ۱ به همراه همه اجرام دیگر راه شیری در حالی که مسیرش را ادامه می دهد به دور مرکز کهکشان ما خواهد چرخید.

کسی چه می داند شاید صد هزار سال دیگر، شاید میلیون ها سال بعد، روزی روزگاری بسیار بعد از این که تمدن ما از صحنه روزگار محو شد، ویجر - ۱ سرانجام آرام بگیرد.

شاید و فقط شاید، تمدنی پیشرفته و هوشمند که شاید الان و در زمانی که این مطلب را می خوانید هنوز قدم به عرصه وجود گذاشته است، روزی با کمک ابزارهای پیشرفته اش پیدایش جسمی غیرعادی را در اعماق فضای خود تشخیص دهد. شاید آنها آنقدر پیشرفته باشد که کاوشگرهای خود را برای شکار آن ارسال کنند و ویجر - ۱ را به سیاره خود ببرند. شاید دانشمندان و رمزگشایان آنها آنقدر با هوش یا آنقدر شبیه ما باشند که بتوانند داستان این مسافر غریب را درک کنند. شاید آنها بتوانند صداهای ثبت شده را بازیابی و شاید بتوانند معانی آنها را بازیابی کنند. هر چند چنین چیزی نزدیک به غیرممکن است. شاید میلیون ها سال بعد از اکنون ساکنان تمدنی دیگر به آسمان نگاه کنند و از این که در جهان تنها نبوده اند، اطمینان حاصل کنند. شاید میلیون ها سال بعد و شاید در زمانی که تمدن ما دیگر وجود ندارد، تمدنی بیگانه به آسمان نگاه کند و با خود زمزمه کند:

بنی آدم اعضای یکدیگرند / که در آفرینش ز یک گوهرند / چو عضوی به درد آورد روزگار / دگر عضوها را نماند قرار

حق ادامه تحصیل جنایتکار دو ستاره

برای ما هیچ یک از اینها غیر عادی نیست

| علی موقر |

آندرس برینگ بریویک معروف به «قصاب نروژ» طی دو جنایت هولناک بعد از آنکه یک خودروی بمبگذاری شده را در اسلو منفجر کرد که منجر به کشته شدن هفت نفر شد، در یک تیراندازی جنون آمیز ۶۹ نفر را که عمدتاً نوجوان بودند در اردوی جزیره اوتویا به قتل رساند. او در دادگاه نه تنها ابراز ندامت نمی کند، نه تنها عذرخواهی نمی کند بلکه از اینکه نتوانسته است افراد بیشتری را بکشد ابراز تأسف می کند. این راستگرایی افراطی بارها اعلام کرده که قصد دارد مبارزات ایدئولوژیک خود را از پشت میله های زندان ادامه دهد و تلاش خواهد کرد تا از داخل زندان یک سازمان موسوم به «شبه نظامیان ملی گرا» را با هدف به قدرت رساندن فاشیست های دموکراتیک در نروژ تاسیس کند. سوییت بریویک در زندان، سه اتاق دارد که در آن وی به «امکانات شخصی برای یک زندگی متعارف»، تلویزیون، لپ تاپ، اینترنت، کتابخانه، تجهیزات ورزشی و دیگر تفریحاتی که مایل به انجام آن باشد، دسترسی دارد. به تازگی نیز درخواست این زندانی برای

ثبت نام در یک دوره مطالعات علوم سیاسی در دانشگاه اسلو، که از بهترین دانشگاه های شمال اروپاست، پذیرفته شده است. بریویک می گوید: در زندان شرایطی وجود دارد که امکان آموزش رسمی را برایم فراهم می کند و مایلم تا از آن استفاده کنم. سرپرست زندان اسکین می گوید: قانون نروژ به همه زندانیان حق کار و مطالعه را می دهد. رییس دانشگاه اسلو می گوید: بریویک یک شهروند است و ما نمی توانیم فرصت تحصیل

را از کسی سلب کنیم. جملات هر سه نفر واضح و صریح است و مضمونی روشن و مشخص را دربردارد: حقوق شهروندی. شهروند نخستین بار در دموکراسی آتن تعریف شد. در آتن شهروند کسی بود که خود را در برابر مسائل سیاسی و سعادت شهر مسوول می دانست. ارسطو شهروند را چنین تعریف می کند: گروهی که برای ایجاد نظم و حصول به خیر مشترک با یکدیگر همکاری می کنند. اما واژه شهروند به معنای مدرن آن معادل واژه انگلیسی citizen و فرانسه citoyen است. این مفهوم به زمانی بازمی گردد که انقلاب های سیاسی قرن نوزدهم اتفاق افتاد. دولت های جدید بعد از انقلاب مدعی بودند که مشروعیت خود را نه مانند حکومت های سابق از بالا (اشرافیت) می گیرند بلکه این مشروعیت از پایین یعنی از مردم به دولت ها بخشیده می شود. در این معنا شهروند مفهومی است که با دولت پیوند می خورد. با این حساب کارکرد دولت دیگر قانون گذاری، اعمال زور، به کارگیری ابزارهای قدرت، مجازات خاطیان و... نیست. در این مناسبات جدید حاکمیت وجهه پدرسالارانه و قیم مآبانه ندارد و نمی تواند حقوق شهروندی هیچ کس را به هیچ بهانه ای نادیده بگیرد چراکه حقوق شهروندی یک تعامل دوطرفه است بین قدرت حاکم و شهروندان یک کشور. رعایت حقوق شهروندی در زندگی تمام افراد تاثیر می گذارد و باعث رضایت یا نارضایتی مردم از حاکمیت می شود. حکومت موظف است به اعتباری که از ملت دریافت کرده است؛ اعتماد سیاسی و اجتماعی را در جامعه به بالاترین حد خود برساند و شرایطی را فراهم کند که شهروندان در هر موقعیتی «راضی» باشند. آندرس برینگ بریویک اگر که قصاب نروژ است اما شهروند نروژ نیز هست. این را هم او می داند، هم زندانبان، هم رییس دانشگاه، هم داستان، هم نخست وزیر و هم خانواده قربانیان.

منبع: اعتماد



کانون ایران در لندن بر گزار می کند

نگاهی به فراز و نشیب سینمای ایران در سه دهه اخیر

سخنرانی دکتر بهمن مقصدلو،

کارگردان، مستند ساز و منتقد سینمایی

همراه با نمایش فیلم «اردشیر محمص هنرمند سرکش»

(زندگی و آثار این هنرمند یگانه کاریکاتور ساز)

نویسنده، کارگردان و تهیه کننده بهمن مقصدلو، محصول سال ۲۰۱۲

فیلم انتخابی جشنواره MESA و فستیوال PALM BEACH و

دانشگاه های نیویورک، UCLA و دانشگاه بین المللی فلوریدا

زمان: ساعت ۷ پس از نیمروز آدینه ۲۰ سپتامبر ۲۰۱۳ (۲۹ شهریور ۱۳۹۲)

مکان: سالن کتابخانه مرکزی شهرداری ناحیه کنزینگتون لندن به نشانی:

CENTRAL LIBRARY

KENSINGTON TOWN HALL

PHILLIMORE WALK (Off the High street Kensington)

London W8 7RX

- گشایش سالن ساعت شش و نیم

- ورودیه ۳ پوند

- همراه با پذیرایی و اهدای شماری کتاب و CD و آخرین شماره فصلنامه «ره آورد» به

حاضران

تلفن کانون ایران برای دریافت آگاهی بیشتر ۰۲۰۸۷۴۹۲۹۸۹

و تلفن همراه: ۰۷۹۵۶۳۳۳۲۹۶



پناهندگی؛ حقی که درد دارد نه لذت!

شاید اخبار مربوط به امکانات و تسهیلات کشورهای مختلف برای پناهندگان و آوارگان سوری برای افکار عمومی کمی اغواکننده باشد. اینکه مثلا کشور سوئد حاضر است به تمام پناهجویان سوری حق اقامت و کار دائم دهد

پناهندگی یک تکلیف به شمار می آید؟ کنوانسیون ۱۹۵۱ دولت‌های متعهد را در ماده ۳۱ متعهد می‌کند که ضمن برخورداری از حق قانونگذاری برای پناهندگان، چنین افرادی را در قلمرو خود پذیرفته و از محاکمه و مجازات آنها برای ورود غیرقانونی خودداری کنند.

اما با همه تاکیددی که نسبت به لزوم پذیرش پناهندگان و رعایت حقوق آنان شده است، هیچگاه پذیرش پناهنده از طرف دولت‌ها و جامعه بشری بی قید و شرط نبوده است، بلکه پناهندگان در کنار برخورداری از امنیت اجتماعی، وظیفه دارند



یا آلمان اعلام آمادگی کرده است بخشی از پناهجویان سوری را می‌پذیرد. اما واقعیت این است که اگر پای درد دل پناهنده بنشینید، برای هیچ فردی در جهان، بهشت سایر کشورها، مانند کشور خودش نخواهد شد و مطمئنا پناهندگان سوری هم دوست می‌داشتند در کشور خود با همه مشقت‌های سیاسی و اجتماعی و اقتصادی در صلح و آرامش زندگی کنند تا اینکه آواره کشور دیگر شوند. چون آنها که تجربه کرده‌اند، می‌دانند استفاده از حقوق پناهندگی به مراتب دشوارتر از استفاده از حق شهروندی است. چون با وجود قوانین بین‌المللی پناهندگی به دلیل ایجاد تغییرات جمعیتی با پیامدهای حقوقی و سیاسی خاص، برای هر دو طرف پناهنده و پناه پذیر دارای چالش‌های گوناگونی است.

به همین دلیل یکی از موضوعات مهم در حقوق بین‌الملل، حقوق پناهندگان است. کنوانسیون ۱۹۵۱ ژنو که یکی از متون اصلی قوانین پناهندگان در جهان است، در ماده یک تعریف فراگیری از پناهنده ارائه می‌کند، کسی که به علت ترس از شکنجه به دلایل نژادی یا مذهبی یا ملیت یا عضویت در بعضی گروه‌های اجتماعی یا داشتن عقاید سیاسی، در خارج از کشور محل سکونت عادی (کشور اصلی خود) به سر می‌برد و نمی‌تواند، یا به علت این ترس نمی‌خواهد، خود را تحت تابعیت آن کشور قرار دهد، یا در صورتی که فاقد تابعیت است و پس از چنین حوادثی در خارج از کشور محل سکونت دائمی خود به سر می‌برد، نمی‌تواند یا به علت ترس نمی‌خواهد به آن کشور بازگردد، پناهنده نامیده می‌شود. حق مصونیت از مجازات برای ورود غیرقانونی به قلمرو دولت مورد قرارداد (ماده ۳۱) - حق اشتغال (مواد ۱۷ تا ۱۹) - حق مسکن (ماده ۲۱) - حق آموزش (ماده ۲۲) - حق امداد رسانی عمومی و کمک (ماده ۲۳) - حق آزادی مذهب (ماده ۴) - عدم تبعیض (ماده ۳) - حق دسترسی به دادگاه (ماده ۱۶) - حق رفت و آمد آزاد در قلمرو (ماده ۲۶) - حق داشتن مدارک هویتی و سفر (مواد ۲۷ و ۲۸) از حقوقی هستند که در کنوانسیون حقوق پناهندگان مصوب ۱۹۵۱ در نظر گرفته شده‌اند. درباره مساله پناهندگی و پناهنده‌پذیری، این سوال مطرح می‌شود که آیا پناهندگی برای افراد، یک حق است که در شرایط خاص باید از آن استفاده کنند و نسبت به دولت مورد درخواست

ماجرای رفع فیلتر فیس بوک در دوشنبه شب

اشتباه فنی یا آزمایش در فضای مجازی؟

مهدی وکیلی

از روز انتخاب حسن روحانی به عنوان رئیس جمهور بحث در مورد رفع فیلترینگ فیس بوک زیاد بوده است و با عضویت اعضای کابینه دولت تدبیر، امید را برای رفع مسدودیت این شبکه اجتماعی بیشتر شد موضوعی که با

رفع فیلترینگ اشتباهی این شبکه اجتماعی در دوشنبه شب باعث تعجب کاربران اینترنت در ایران شد.

اما روز بعد، دسترسی به تارنمای فراخوانده شده امکان پذیر نمی‌باشد، جمله ای بود که دوباره بر روی این سایت نقش بست، اما داستان چیست؟ چند سالی است که بزرگ‌ترین شبکه‌های اجتماعی از جمله فیس بوک و توئیتر در ایران فیلتر است و دسترسی به آن بدون فیلتر شکن امکان پذیر نیست.

ابتدا، فیلتر نیست

دوشنبه شب برخی کاربران شبکه‌های اجتماعی و یا سایت‌های فیلترشده این‌گونه اعلام کردند که بدون استفاده از هیچ نوع فیلترشکنی توانسته‌اند به راحتی وارد سایت‌های مدنظر خود شوند. (که همه احتمالا جمله روحانی مچکریم گفته‌اند). در شرایطی که اکثر مدیران پاسخ سؤالاتی که در این باره مطرح می‌شود را به کمیته تعیین مصادیق مجرمانه‌ی رایانه ای ارجاع می‌دهند، خود این کمیته گزارش‌اش را از شرکت‌های زیرمجموعه وزارت ارتباطات از جمله شرکت ارتباطات زیرساخت می‌گیرد. در این رابطه یک مقام مسئول در شرکت ارتباطات زیرساخت اعلام کرد: دلیل اتفاق آن بود که

فیسبوک بر روی برخی IPهای خود تغییراتی ایجاد کرده بود که در نهایت این موضوع باعث می‌شد برخی از کاربران بدون فیلترشکن وارد این سایت شوند. وی در پاسخ به این سؤال که اگر این مشکل مربوط به آی‌پی فیسبوک بوده چگونه برخی توانسته‌اند وارد این شبکه‌ی اجتماعی شوند و برخی دیگر برای دسترسی به آن دچار مشکل بوده‌اند، اظهار کرد: سایت‌هایی مانند فیسبوک و یا گوگل چندین آی‌پی دارند اما گاه ممکن است که به یکباره یک آی‌پی جدید نیز مورد استفاده قرار دهند که در این صورت تا زمانی که آن آی‌پی کار نکند و استفاده نشود، امکان شناسایی آن وجود ندارد و به همین دلیل باید زمان کوتاهی بگذرد تا پس از استفاده از آی‌پی جدید امکان شناسایی آن ایجاد شود و آی‌پی جدید فیلتر شوند. اما این مقام مسئول در پاسخ به این سؤال که آیا آزادی شبانه فیسبوک برای سنجش عکس‌العمل جامعه در قبال آزادی فیسبوک نبوده، توضیح داد: فکر نمی‌کنم این موضوع ربطی به مساله داشته باشد اما به

هر صورت ما در شرکت ارتباطات زیرساخت مباحث فنی را بررسی می‌کنیم. دوم، فیلترشد

صبح سه شنبه به خیال اینکه هنوز فیس بوک مانند شب گذشته باز است وارد آن شدم که دسترسی به تارنمای فراخوانده شده امکان پذیر نمی‌باشد، انگار دیشب در خواب دیده بودیم. اما دلیل این کار چه بوده است دبیر کارگروه تعیین مصادیق محتوای مجرمانه در این باره می‌گوید: عدم فیلتر فیس بوک در شب دوشنبه ظاهرا به دلیل اشکالات فنی بوده و کمیته فنی در حال بررسی این موضوع



است. عبدالصمد خرم‌آبادی در پاسخ به این پرسش که شب دوشنبه گزارش‌هایی مبنی بر عدم فیلتر بودن شبکه فیس بوک ارائه شده، افزود: "بله دیشب ما دنبال قضیه بودیم ظاهرا اشکالات فنی در برخی از ISP بوجود آمده و ما دنبال علت آن هستیم." وی افزود: "به هر حال اگر تخطی شده است که انشاءالله این طور نباشد و قصور باشد. اما طبق ماده ۲۱ قانون جرایم رایانه ای حتی قصور هم در اجرای دستورات باعث مسئولیت کیفری برای ارائه دهندگان خدمات اینترنت می‌شود." خرم آبادی اظهار داشت: "ما داریم بررسی می‌کنیم که به هر حال از طریق کدام یک از این شرکت‌ها این موضوع انجام شده است." وی خاطر نشان کرد: "ما دیشب حدود ۷ و ۸ شرکت را بررسی کردیم مشکلی نبود، اما مردم گزارش می‌دادند و می‌گفتند مشکل وجود دارد و سایت‌ها هم به این مسئله پرداختند. ساعت ۱۲ شب دوشنبه شرکت ارتباطات زیرساخت قرار شد علت را بررسی کند." دبیر کارگروه تعیین مصادیق محتوای مجرمانه اظهار داشت: "یک گروه فنی هم گذاشتیم که این موضوع را بررسی می‌کند و اگر ببینیم قصوری در این زمینه بوده برخورد می‌کنیم و هنوز مطمئن نیستیم دقیقا مشکل از چه منابعی بوده است."

سوم، بازتاب خارجی!!

باز و بسته شدن فیس بوک و توئیتر قبل از آنکه در رسانه‌های ایران بازتاب داشته باشد در رسانه‌های خارجی بازتاب داشت. برخی رسانه‌های غربی از رفع توقیف و فیلترینگ وب سایت‌های فیسبوک و توئیتر در ایران خبر دادند. خبرنگاران دو روزنامه نیویورک تایمز و واشنگتن پست از تهران گزارش دادند که روز دوشنبه توانسته‌اند بدون دور زدن فیلترینگ در شبکه اجتماعی توئیتر، متن‌هایی را منتشر و به اصطلاح توییت کنند. "جیلیان یورک" مدیر بنیاد آزادی بیان نیز اعلام کرده است که گزارش‌های متعددی از تهران به دست او رسیده که حاکی از رفع فیلترینگ فیسبوک و توئیتر است. فیسبوک و توئیتر از سال ۲۰۰۹ و همزمان با ناآرامی‌های پس از انتخابات ۲۲ خرداد ۱۳۸۸ فیلتر شدند و پیشتر این سایت‌ها در دسترس بودند.



پشت پرده گزارش بازرسان شیمیایی درباره سوریه؛

مقدمه چینی برای شدت عمل سیاسی

هر چند گزارش بازرسان سازمان ملل بطور رسمی دولت سوریه را بعنوان مسبب حملات شیمیایی ماه گذشته در حومه پایتخت معرفی نکرده، اما انگشت اتهام دبیرکل سازمان ملل و مقامات غربی در این خصوص با هدف بهره برداری سیاسی از گزارش مزبور به سمت دولت دمشق نشانه رفته است.

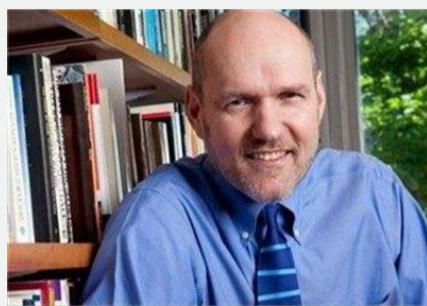
پس از کش و قوس‌های فراوان مربوط به پرونده استفاده از سلاح‌های شیمیایی در

قاطع در برابر جنایاتی از این دست صورت گیرد. اما یکی از نخستین واکنش‌های عملی به انتشار گزارش بازرسان سازمان ملل، صدور فرمانی اجرایی از سوی باراک اوباما رئیس جمهور آمریکا، بود که اجازه می‌داد تا دولت این کشور برای آموزش و تجهیز مخالفان اسد برای نبردهای شیمیایی اقدامات لازم را به عمل آورد. به باور صاحب نظران، انتشار گزارش اخیر بازرسان سازمان ملل طی روزهای آینده می‌تواند محرک اقداماتی از این دست از سوی دیگر کشورهای حامی مخالفان اسد باشد. همچنین در شرایطی که سوریه را اعلام کرده اند برای حرکت در مسیر خلع سلاح شیمیایی حاضر به همکاری با جامعه جهانی هستند، انتشار گزارش مزبور از دید بسیاری از ناظران می‌تواند منجر به افزایش فشارهای سیاسی بر سوریه شده و به دستاویزی برای صدور



سوریه، شامگاه روز دوشنبه بیست و پنجم شهریورماه، گزارش تحقیقات بازرسان سازمان ملل منتشر و اعلام شد که در حوادث اواخر ماه گذشته در غوطه شرقی واقع در حاشیه خاوری دمشق از گاز سارین استفاده شده است. بر اساس گزارش تیم بازرسان به سرپرستی آکه سلستروم کارشناس سوئدی سازمان ملل، در حوادث شیمیایی غوطه شرقی، حدود ۲۵۰ لیتر گاز سارین از طریق موشک‌های زمین به زمین انتشار یافته که سبب کشته شدن بیش از ۱۴۰۰ تن در این منطقه شده است. هر چند تعیین مسئول و مسبب حوادث شیمیایی حومه دمشق در زمره وظایف بازرسان سازمان ملل تعریف نشده بود، اما تاکید بر این موضوع که گاز سارین از طریق موشک‌های زمین به زمین شلیک شده، به طور تویحی به اتهام علیه ارتش و دولت سوریه در رابطه با کاربرد سلاح‌های شیمیایی اشاره دارد. در این پیوند جی کارنی سخنگوی کاخ سفید، ادعا کرده که تنها رژیم سوریه دارای توان شلیک خمپاره‌های زمین به زمین بوده و به همین سبب دولت بشار اسد مسئول اصلی حوادث شیمیایی حومه دمشق به شمار می‌رود. همچنین در گزارش بازرسان سازمان ملل تصریح شده که با توجه به رصد مسیر خمپاره‌های حامل گازهای سمی، محل پرتاب این خمپاره‌ها در مناطق زیر کنترل نیروهای دولتی تشخیص داده شده که این مساله نیز در زمان حاضر به دستاویزی برای متهم جلوه دادن حکومت مرکزی در حوادث شیمیایی سی ام مردادماه مبدل شده است. بان کی مون دبیر کل سازمان ملل، پس از انتشار گزارش بازرسان و ارایه آن به نمایندگان کشورهای عضو شورای امنیت، در نشست مطبوعاتی شرکت کرد و ابراز داشت که با قلبی اندوهگین گزارش اخیر را به شورای امنیت ارایه داده است. بان همچنین با تکرار سخنان جمعه گذشته خود، بدون طرح اتهام رسمی در زمینه مسئولیت دولت اسد در خصوص کاربرد سلاح شیمیایی، خواستار واکنش جامعه جهانی به جنایات جنگی صورت گرفته در سوریه شد. در ادامه، نمایندگان سه کشور غربی فرانسه، انگلیس و آمریکا در سازمان ملل در چارچوب موضعی واحد تاکید کردند که حملات شیمیایی اخیر سوریه به طور حتم از سوی دولت این کشور صورت گرفته و از این رو بایستی اقدامی

یادداشت استفان والت در فارن پالیسی ایران جایزه واقعی سیاست خارجی اوباما است



این مساله رابطه با ایران است که اوباما می‌تواند با قدم نهادن در آن به دستاوردی در سیاست خارجی خود دست یابد. ایران کشوری قوی و بانفوذ است که حتی رقابتی عادی تر با آن می‌تواند زمینه را برای حل بسیاری از مشکلات فراهم کند.

پس از اینکه باراک اوباما، در انتخابات ریاست جمهوری سال گذشته برای بار دوم پیروز شد، من در یادداشتی نوشتم که انتظار ندارم او توجه خاصی را به امور سیاست خارجی معطوف کند و نباید توقع داشته باشیم که اتفاق خارق العاده‌ای در این زمینه، به وقوع بپیوندد. اما آیا باتوجه به تحولات اخیر (شامل سوریه؛ احیای گفت و گوهای صلح بین اسرائیل و فلسطین و ...) نیازی برای تغییر طرز تفکر من وجود دارد؟ پاسخ این پرسش هم بله است و هم خیر.

این درست است که مساله سوریه اوباما را بر آن داشته تا زمان بیشتری را نسبت به آنچه که می‌خواهد، در امور سیاست خارجی صرف کند، اما نباید فراموش کرد که آنچه در سوریه می‌گذرد در سطحی وسیع تر؛ آنچنان هم اهمیت ندارد، بله، این برای مردم سوریه و برخی از همسایگان نزدیک اش اهمیت دارد، اما سوریه به نوبه خود خیلی قدرتمند و بانفوذ نیست. در واقع آنچه که در سوریه اتفاق می‌افتد - پیروزی بشار اسد، خلع سلاح شیمیایی، پیروزی معارضان، برقراری دمکراسی پایدار یا ایجاد کشور اسلامی - خط سیر سیاست های جهانی را به طور چشمگیری دستخوش تغییر نمی‌کند. پس حتی اگر قرارداد ژنو کار کند و من اعتبار این معامله را به اوباما و شرکای اش بدهم (که لیاقت آن را ندارند)، باز هم من آن را در سطح دستاوردهای بزرگ سیاست خارجی، طبقه بندی نمی‌کنم.

اکنون خبرهای بد، در حال حاضر، به نظر نمی‌رسد که تحولات بهار عربی به خوبی پیش می‌رود و دست کم در آینده کوتاه مدت اینچنین خواهد بود. باتوجه به اینکه اوباما از آزادی بیشتر در منطقه حمایت می‌کند، پشتیبانی از کودتای نظامی در مصر، یک موفقیت برای سیاست آمریکا به شمار نمی‌رود. به طور مشابه، از سرگیری مذاکرات صلح بین اسرائیل و فلسطین تا زمانی که راهی برای خروج از بن بست ظهور کشور فلسطین بادوام پیدا نشود، به منزله موفقیت نخواهد بود. چند نفر از شما حاضر هستید که ۵ دلار روی چنین نتیجه‌ای شرط ببندید؟ در واقع همانگونه که ایان لاسیتیک اخیرا در نیویورک تایمز نوشت، آنچه که ما داریم یک روند صلح است که بیش از اینکه خوب باشد، بد است. در حقیقت، ایجاد صلح بین اسرائیل و فلسطین یک دستاورد بزرگ به شمار می‌رود، اما احتمال اینکه این گفت و گو ها نیز به شکست برسند، بسیار بسیار زیاد است.

حتی اگر قرارداد ژنو کار کند و من اعتبار این معامله را به اوباما و شرکای اش بدهم، باز هم من آن را در سطح دستاوردهای بزرگ سیاست خارجی، طبقه بندی نمی‌کنم.

پس در این شرایط کجا می‌توان به یک موفقیت بزرگ در سیاست خارجی دست یافت؟ واضح ترین مکان روابط پردردسر آمریکا با ایران است. ایران یک کشور قدرتمند و بانفوذ است (هر چند که تهدیدهایی نیز وجود دارد) و روابط مثبت بین تهران و واشینگتن می‌تواند به نفع دو کشور باشد. در واقع، حتی گونه‌ای عادی تر از رقابت - شامل به رسمیت شناختن دیپلماتیک - راه را برای غلبه بر اختلافات هموارتر می‌کند. به همین دلیل است که چهره‌هایی مانند جسیکا متیوز از موسسه کارنگی و توماس پیکرینگ، دیپلمات سابق آمریکایی، شرایط کنونی را یک فرصت طلایی می‌دانند که می‌تواند از آن برای حل مشکلات بنیادین با تهران استفاده کرد. همچنین به یاد داشته باشید که اوباما با شعار توافق هسته‌ای با ایران و برقراری

روابط بهتر با تهران روی کار آمد. بخشی از شکست او در گذشته به انتخاب مجدد محمود احمدی نژاد در انتخابات ریاست جمهوری ۸۸ مربوط می‌شود، و بخش دیگر به اشتباهات متعددی که کاخ سفید مرتکب شد.

اکنون رئیس جمهور جدید ایران علاقمند به حل مشکلات به نظر می‌رسد و پیام‌های مثبتی نیز ارسال کرده است. دولت اوباما نیز به این واقعیت اشراف دارد که ایران یک بازیگر مهم در امنیت منطقه به شمار می‌رود و نمی‌توان برای همیشه این کشور را کنار گذاشت. اما باوجود لزوم راضی کردن فشار داخلی و گروه تندرو در آمریکا، هیچ کس در دولت تمایلی به استفاده از گزینه‌های جنبشی (شامل استفاده از زور) ندارد. به نظر نمی‌رسد وزارت خارجه؛ نیروهای مسلح و آژانس‌های جاسوسی نیز در جهت درگیری نظامی حرکت کنند.

علاوه بر این، مفاد اصلی یک توافق هسته‌ای بر همگان آشکار است. این غیر واقع بینانه است که از ایران بخواهیم تمامی فعالیت‌های غنی سازی را متوقف کند اما این واقع بینانه خواهد بود که تصور کنیم ایران با اعمال برخی محدودیت‌ها در برنامه‌های هسته‌ای و دور ماندن از باشگاه هسته‌ای موافقت می‌کند. البته ایران فاصله زیادی با باشگاه هسته‌ای نخواهد گرفت، چرا که جمهوری اسلامی دلایل امنیتی خوبی برای پیشبرد فعالیت‌های هسته‌ای دارد (همانگونه که ژاپن و دیگر کشورها این اقدام را انجام دادند). بنابراین پرسش مطرح در مذاکرات این است که این فاصله باید چقدر باشد؟

آیا اوباما و روحانی خواهند توانست به توافقی در این زمینه برسند. نمی‌دانم. روسای جمهور سابق ایران و آمریکا شاید به طور نصفه نیمه؛ اما به هر ترتیب در این مسیر گام گذاشتند که با مخالفت گروه‌های تندرو به نتیجه نرسید. امروز ما نمی‌دانیم که آیا مقام رهبری به روحانی اجازه داده اند که به اندازه‌ای که نیاز دارد، پیش برود؟ همچنین نمی‌دانیم مخالفان او با مانع تراشی می‌کنند. (برای نشان دادن سطح حماقت این گروه‌ها می‌توان به لابی آنها برای ممانعت به عمل آوردن از حضور روحانی در هتل مورد نظر در نیویورک اشاره کرد. این گروه مدعی شده اند که نباید به روحانی اجازه داد در جریان سفر به نیویورک برای شرکت در مجمع عمومی سازمان ملل در این هتل اقامت کند. هدف آنها تنها از بین بردن فرصتی دیگر برای مذاکرات رو در رو است اما خوشبختانه هیچ کس به اظهارات آنها توجهی نکرده است.)

مخالفت‌های اخیر با اقدام نظامی علیه سوریه؛ نشان داد که آمریکایی‌ها هیچ علاقه‌ای به درگیر شدن در جنگی دیگر در خاورمیانه ندارند و این یک خبر خوب برای آنهاست که به دیپلماسی علاقمند هستند. در عین حال این مخالفت‌ها نشان داد که این روزها اوباما طرفداران زیادی در کپیتال هیل ندارد و به این ترتیب هرگونه تلاش برای تعامل با ایران با مخالفت‌های جدی در کنگره روبرو خواهد شد. همچنین نحوه برخورد دولت آمریکا با مساله سوریه این اطمینان را ایجاد نمی‌کند که کاخ سفید می‌داند چگونه روندی پیچیده و طولانی را به نحوی هدایت کند که هم شامل مذاکره با دشمنان باشد و هم حمایت داخلی از سیاست‌ها را به همراه داشته باشد.

شاید این نظر من، کوچک شمردن دولت باشد اما این چیزی است که اطلاعات نشان می‌دهد. دستاوردهای سیاست خارجی دور نخست ریاست جمهوری اوباما با توجه به اکره‌ای در زمینه به عمل آوردن اقدامات قاطع و مخالفت‌های داخلی، محدود شد. او سخنرانی‌های خوبی ایراد کرد و نشان داد شعور درستی دارد، اما هر بار که با مخالفت داخلی مواجه شد، عقب نشست. اگر او خواستار مشروعیتی فراتر از موضوعات مربوط به بیمه و خدمات درمانی، حقوق همجنسگرایان و احیای اقتصادی است، باید موضعی قاطع تر اختیار کند و به آن دسته از افرادی که در راه سیاست‌های مهم آمریکا، مانع تراشی می‌کنند، توجه کمتری نشان دهد.

اگر رئیس جمهور نتواند توصیه‌های احمقانه تندروها - و به خصوص آنهاست که توصیه‌های گذشته‌شان بیشتر یک گرداب بوده - را نادیده بگیرد، آنگاه یک اردک لنگ بودن چه فایده‌ای دارد؟

منبع: فارن پالیسی



ایران فردو را تعطیل نمی کند

کاترین اشتون و محمدجواد ظریف برای اولین بار پس از روی کار آمدن دولت حسن روحانی قرار است ۳۱ شهریور در حاشیه نشست مجمع عمومی سازمان ملل متحد در نیویورک دیدار کنند. مساله هسته‌یی،



تحریم‌های بین‌المللی علیه ایران و مسایل منطقه به ویژه سوریه از جمله مهم‌ترین محورهای مذاکراتی دو طرف در این دیدار است. همچنین بنا بر اظهارات وزیر امور خارجه کشورمان وی قرار است در حاشیه نشست مجمع عمومی سازمان ملل با برخی یا همه وزیران خارجه عضو گروه ۵+۱ در نیویورک به طور جداگانه دیدار کند. با این حال بر اساس گزارش ایسنا دیدارهای جداگانه وزیر خارجه با وزیران خارجه گروه ۵+۱ به معنی مذاکرات هسته‌یی نیست.

گفته می‌شود، این ایده که جدای از مذاکرات دو جانبه میان وزیران خارجه ایران و ۵+۱، مذاکراتی میان

ادامه از صفحه اول

تعاملات پشت پرده ایران و آمریکا

روحانی باید نشان دهد که تلاش‌های دیپلماتیک وی بوده که مانع وقوع جنگی دیگر در خاورمیانه شده است. همچنین روحانی شش ماه فرصت دارد که نشان دهد رویکرد وی متفاوت از آن چیزی است که محمود احمدی نژاد دنبال می‌کرد. با این حال پارسی پیش بینی می‌کند که ملاقات احتمالی اوباما و روحانی؛ در واقع چیزی شبیه یک برخورد سرزده در راه روه‌های سازمان ملل خواهد بود، نه یک ملاقات رسمی که دو طرف پشت یک میز می‌نشینند. برخی معتقدند چنین ملاقات تصادفی ممکن است در مورد ظریف و جان کری همتای آمریکایی او نیز اتفاق بیفتد. این درحالی است که آخرین ملاقات رسمی مقامات عالی ایران و آمریکا به زمان پهلوی مربوط می‌شود که جیمی کارتر رئیس جمهور وقت آمریکا با محمد رضا پهلوی ملاقات کرد.

گفتنی است اوباما در گفت‌وگو با شبکه خبری ای.بی.سی دورنمای دخیل شدن ایران در گفت‌وگوهای گسترده‌تر درباره سوریه را مطرح کرد، به شرطی که تهران درک کند که آنچه در سوریه اتفاق می‌افتد یک سانحه ریلی است که نه تنها به سوریه آسیب می‌رساند، بلکه کل منطقه را دچار بی‌ثباتی می‌کند.

وی گفت که توافقنامه ژنو می‌تواند زمینه را برای گفت‌وگوهای کلی‌تر با حضور روسیه و ایران با هدف راه‌حلی سیاسی که این بحران وحشتناک را حل کند هموار کند. اوباما در همان گفت‌وگو از دولت ایران خواست از تصمیم وی برای عقب‌نشینی از حملات هوایی به سوریه و روی آوردن به یک راه حل دیپلماتیک درس اشتباهی نگیرد. وی گفت که این نشان می‌دهد حل صلح‌آمیز مساله هسته‌یی ایران امکان‌پذیر است، ولی با تکرار اتهامات غرب مبنی بر نظامی بودن برنامه هسته‌یی ایران تاکید کرد که این نشان دهنده تضعیف عزم آمریکا برای جلوگیری از تسلیحات کشتار جمعی نیست. رئیس جمهور آمریکا گفت: درسی که آنها باید بگیرند این است که پتانسیل حل این مسائل از طریق ابزار دیپلماتیک وجود دارد. همانطور که می‌دانید

ایران و آمریکا به سمت مذاکره مستقیم حرکت می‌کنند

مترجم: آرش بقایی لاکه

تعاملات پشت پرده تهران و واشنگتن درباره وقایع سوریه که به صورت مستقیم زیر نظر دولت جدید ایران و دولت اوباما رخ داد، امید را برای آب شدن یخ چندین ساله روابط این دو کشور زنده کرده است. پیشامدی که رهبران هر دو کشور به آن امید دارند تا شاید مناقشات فزاینده مربوط به برنامه هسته‌یی ایران را نیز آسان‌تر کند. شنیده‌ها حاکی از آن است که اوباما در طی هفته‌های گذشته از طریق ارسال پیام با حسن روحانی، رئیس‌جمهور اعتدال‌گرای ایران، در ارتباط بوده است. رئیس‌جمهور جدید ایران یک روحانی عملگراست که قرار است روز بیست و چهارم سپتامبر در اجلاس عمومی سازمان ملل متحد سخنرانی کند. این بار مقامات آمریکایی گفته‌اند که ممکن است در حاشیه این اجلاس با روحانی دیدار کنند. همچنین، مقامات ایرانی و آمریکایی تلاش می‌کنند محتاطانه زمینه را برای نخستین مذاکرات احتمالی مستقیم دو دولت که پس از بسته شدن سفارت آمریکا در تهران از ۲۴ سال پیش تاکنون صورت نگرفته مهیا کنند. دولت‌های هر دو کشور در روزهای اخیر تلاش کرده‌اند با استفاده از لحنی آشتی‌جویانه، آمادگی و عزم جدیدی را برای کاهش تنش‌ها نشان دهند. برای مثال، اوباما در یکی از چهار مصاحبه تلویزیونی‌اش در هفته گذشته ابراز داشت که ایران نقش سازنده‌یی را در اقتناع بشار اسد برای خودداری از استفاده از سلاح‌های شیمیایی بازی کرده است. ایران یکی از نزدیک‌ترین متحدان دولت سوریه و تامین‌کننده سلاح‌های معمول به این کشور است. بنابراین، احتمالاً دولت روحانی اعمال نفوذ زیادی در تلاش روس‌ها برای خلع سلاح شیمیایی اسد داشته است. اوباما در مصاحبه با CNN گفت: «یکی از دلایلی که این طرح می‌تواند شانس موفقیت داشته باشد این است که حتی متحدان سوریه، مثل ایران، از سلاح‌های شیمیایی بیزار هستند. همانطور که می‌دانید ایران، متأسفانه، در زمانی که با عراق تحت فرماندهی صدام حسین در جنگ بود مورد حمله شیمیایی توسط این کشور قرار گرفت.» محمد جواد ظریف، وزیر امور خارجه جدید ایران، گفته است که تهران و واشنگتن پیغام‌های خصوصی‌ای را درباره جنگ داخلی سوریه رد و بدل کرده‌اند. با این وجود، وی از افشای جزئیات این پیام‌ها خودداری کرد. تحلیلگران معتقدند ایران نمی‌خواهد امید رسیدن به یک راه‌حل درباره برنامه هسته‌یی خود با غرب را بر سر بحران سلاح‌های شیمیایی در سوریه از دست بدهد. نقش برجسته آقای ظریف نشان‌دهنده تغییرات واضحی در تهران است. او فارغ‌التحصیل دانشگاه ایالتی سان‌فرانسیسکو و دنور است و در سال‌های ۲۰۰۰ تا ۲۰۰۷ در نقش دیپلماتی محبوب، نماینده ایران در سازمان ملل متحد بود. هم‌اکنون او به عنوان رئیس تیم مذاکره‌کننده برنامه هسته‌یی ایران معرفی شده است. همچنین روحانی در انتخابات ماه ژوئن در ایران پس از آن انتخاب شد که وعده‌هایی در راستای گسترش آزادی‌های فردی و بهبود وضع اقتصاد کشور داد.

حتی، ظاهراً، روحانی در شبکه توئیتر یک پیام تبریک به مناسبت سال نوی یهودیان منتشر کرده است. مقامات کاخ سفید در روز چهارشنبه اعلام کردند که درباره پیام‌های آقای اوباما به ایران نظری نمی‌دهند و آن را تایید نمی‌کنند. اما برناردت میهان، یک سخنگوی شورای امنیت ملی گفته است که دولت آمریکا، در صورتی که ایران جدی باشد، آماده مذاکرات است. میهان می‌گوید «انتخاب روحانی، موقعیتی را برای ایران مهیا کرده است تا بتواند نگرانی‌های عمیق جامعه بین‌الملل درباره برنامه هسته‌یی این کشور را برطرف کند. اگر ایران بخواهد تا به صورت جدی و عمیق به تعهدات بین‌المللی خود پایبند بماند و به دنبال یک راه‌حل مصالحت‌آمیز برای این مساله باشد، قطعاً طرف آمریکایی از این اتفاق استقبال کرده و از خود همکاری نشان خواهد داد.» مراکز خبری وابسته به دولت ایران گزارش داده‌اند که اوباما در نامه‌اش به ایران، پیشنهادهای برای آغاز فصل جدید از روابط خبر داده، پیشنهادهای که حاکی از کاهش تحریم‌های بین‌المللی موجود علیه ایران به خاطر برنامه هسته‌یی این کشور است. تحریم‌هایی که موجب افزایش شدید فشار بر اقتصاد ایران شده است. گفته می‌شود نامه اوباما از طریق سلطان قابوس بن سعید، پادشاه عمان، که برای دیدار رهبر ایران و حسن روحانی به تهران رفته بود، به دست ایران رسیده است. عمان، روابط نزدیکی به هر دو کشور دارد و تاکنون بسیار مشتاق بوده تا بتواند نقش واسط را بر عهده گرفته و حتی پیشنهاد برگزاری مذاکرات مستقیم دو کشور را در خاک خود داده است. مقامات آمریکایی و متخصصین می‌گویند که نشانه‌هایی از تغییر ایران در جهت گشایش فضای مذاکرات پس از حدود یک دهه بن‌بست دیده می‌شود. ری تاکیه، یکی از مشاوران سابق دولت اوباما در حوزه ایران می‌گوید که معتقد است گزارش‌های مربوط به انتقال نامه میان اوباما و روحانی با دیگر نشانه‌های موجود همخوانی دارد و عزم دو کشور را در برقراری ارتباط مستقیم نشان می‌دهد. تاکیه که متخصص امور ایران در شورای غیر حزبی روابط خارجی است، می‌گوید «دو کشور خواهان شکل‌گیری مذاکرات حتی از نوع دایم آن هستند.» وی همچنین معتقد است که کاخ سفید موضعش را نسبت به یک سال گذشته تغییر داده است. اگر مذاکرات بعدی شکل بگیرد، آمریکا باید تشخیص بدهد که تغییر جهت‌گیری ایران در چه راستایی است. شاید ایران به دنبال این باشد و بخواهد به دنیا نشان دهد که می‌تواند به ایران و برنامه هسته‌یی‌اش اعتماد کرد؛ در حال حاضر، نظر مردم برای برداشته شدن تحریم‌های اقتصادی وجود دارد. اما جواد ظریف در هفته گذشته، محتوای نامه اوباما را که در گزارشی توسط روزنامه الحیات چاپ شده بود، تکذیب کرد. از طرف دیگر گمانه‌هایی مبنی بر این وجود دارد که علنی شدن ماهیت نامه توسط بعضی از مراکز خبری محافظه‌کار در ایران برای وارد کردن فشار بر دولت جهت جلوگیری از امتیاز دادن به آمریکاست. مهرزاد بروجردی، متخصص مسائل ایران در دانشگاه سیراکیوز آمریکا، علت تکذیب ظریف را کاسته شدن این فشارها از روی خودش می‌داند. وی در عین حال معتقد است گزارش الحیات درباره نامه اوباما صحت دارد.

منبع: لس‌آنجلس تایمز

نمایندگان هفت کشور (ایران و آمریکا، انگلیس، فرانسه، روسیه، چین و آلمان) درباره مساله هسته‌یی ایران در نیویورک صورت گیرد در حال بررسی میان دو طرف است. شایان ذکر است، رئیس گروه مذاکره‌کننده هسته‌یی ایران محمدجواد ظریف، وزیر امور خارجه کشورمان است. در این سفر تعدادی از معاونان و مدیران و کارشناسان وزارت خارجه آشنا به مذاکرات هسته‌یی نیز وی را همراهی می‌کنند. پیش از این بر اساس دستور حسن روحانی، رئیس‌جمهور مسئولیت مذاکرات هسته‌یی از شورای عالی امنیت ملی به وزارت خارجه محول شده است. به گزارش ایسنا، در روزهای اخیر رسانه‌های غربی از ارایه پیشنهادی جدید از سوی ایران در نیویورک از سوی دولت ایران به ۵+۱ خبر داده‌اند. همچنین موضوع تعلیق غنی‌سازی ۲۰ درصد و توقف فعالیت سایت غنی‌سازی فردو از جمله اخباری است که این روزها در این رسانه‌ها دیده می‌شود. در این زمینه یک مقام آگاه به ایسنا گفت که ایران هیچ پیشنهاد جدیدی برای ۵+۱ در نیویورک نخواهد داشت و ما در انتظار پیشنهادهای طرف مقابل هستیم. سعید جلیلی در پایان مذاکرات آلمانی ۲ درباره تعلیق غنی‌سازی گفت که «غنی‌سازی جزو حقوق ملت ما است، چه ۵ درصد چه ۲۰ درصد. در پیشنهادی که ایران به ۵+۱ ارایه کرد، اعلام کردیم غنی‌سازی جزو حقوق ملت ایران است و ملت ایران این حقوق را بر اساس نیازهای خود اعمال می‌کند».

اما موضوع غنی‌سازی می‌تواند به عنوان موضوعی برای همکاری‌های اعتمادساز باشد. این مقام آگاه همچنین اخبار برخی رسانه‌های خارجی مربوط به آمادگی ایران برای تعطیلی سایت فردو را تکذیب کرد. روزنامه اشپیلگ به نقل از منابع اطلاعاتی غربی مدعی شده است که حسن روحانی رئیس‌جمهور ایران برای تعطیلی مجتمع هسته‌یی فردو آماده می‌شود. این ادعا در حالی صورت می‌گیرد که کشورهای ۵+۱ نیز در آخرین مذاکرات با ایران در آلمانی از درخواست توقف غنی‌سازی ۲۰ درصدی، تعطیلی سایت فردو و انتقال مواد هسته‌یی با غنای بالا به کشور ثالث عقب‌نشینی کردند.

گفت‌وگو با ایرانیان همیشه دشوار است. من فکر می‌کنم این رئیس‌جمهور جدید ناگهان این کار را آسان نخواهد کرد. ولی همانطور که میدانید دیدگاه من این است که اگر هم تهدید معتبر استفاده از زور وجود داشته باشد و هم یک تلاش دیپلماتیک قاطعانه آن گاه می‌توان به توافق دست یافت.

کاخ سفید: اوباما برنامه‌ای برای دیدار با روحانی ندارد

کاخ سفید با ابراز امیدواری نسبت به اینکه دولت جدید ایران نگرانی‌های جامعه بین‌المللی درباره برنامه هسته‌یی‌اش را رفع خواهد کرد گفت که برای تعامل با تهران آماده است. جی کارنی، دبیر مطبوعاتی کاخ سفید روز دوشنبه در یک کنفرانس خبری گفت: ما امیدواریم که دولت جدید ایران تعامل واقعی داشته باشد تا به یک راه‌حل دیپلماتیک که به طور کامل نگرانی‌های جامعه بین‌المللی درباره برنامه هسته‌یی‌اش را رفع کند، دست یابیم. به گزارش خبرگزاری هند، کارنی در پاسخ به سوالی گفت: ما همچنان آماده‌ایم که با دولت حسن روحانی بر مبنای احترام متقابل به منظور دستیابی به یک راه‌حل صلح‌آمیز برای موضوع هسته‌یی ایران تعامل داشته باشیم. وی در ادامه با تکرار اتهامات غرب مبنی بر نظامی بودن برنامه هسته‌یی ایران مدعی شد: اما ما علاوه بر آن با صراحت اعلام کرده‌ایم که ایران آشکارا به وظایفش تحت قطعنامه‌های بین‌المللی عمل نکرده است و باید به صورت قابل راستی آزمایی برنامه هسته‌یی تسلیحاتی‌اش را کنار بگذارد. دبیر مطبوعاتی کاخ سفید در ادامه گفت: البته ما همچنان به تعامل ادامه خواهیم داد یا خود را برای تعامل در دسترس خواهیم گذاشت و رئیس‌جمهور با صراحت اعلام کرده است که ما امیدواریم احتمال پیشرفت در این زمینه وجود داشته باشد. کارنی گفت که برنامه‌ای برای ملاقات باراک اوباما رئیس‌جمهور آمریکا با حسن روحانی همتایی ایرانی‌اش در حاشیه نشست مجمع عمومی سازمان ملل در نیویورک که هفته آینده برگزار می‌شود وجود ندارد. این مقام آمریکایی گفت: وی برنامه‌ای برای این ملاقات ندارد.

چرا اروپا به استراتژی رشد ۲۰۲۰ نیاز دارد؟

اصلاحات برای افزایش رقابت پذیری

مترجم: رفیعه هراتی

اروپا، همچون اکثر دیگر نقاط جهان در حال عبور از یک دوره دگرگونی است. بحران اقتصادی جهان، سالها پیشرفت اقتصادی و اجتماعی را از بین برده و اقتصاد اروپا را در معرض ضعف‌های ساختاری قرار داده است.

در این میان، چالش‌های گوناگون بلندمدت همچون جهانی‌سازی، بر منابع ملی فشار وارد می‌کنند و مساله جمعیت رو به پیری جدی‌تر می‌شود. اگر این واقعیت را بپذیریم که اروپا در حال تغییر است، این قاره همچون گذشته نمی‌تواند بر کسب‌وکارها تکیه کند.

به اتمام برسانند.

۵- خارج کردن ۲۰ میلیون نفر از خطر فقر و محرومیت اجتماعی. هر یک از کشورهای عضو اتحادیه اروپا اهداف ملی خود را در هرکدام از این حوزه‌ها دارند، با این وجود، رهبران این اتحادیه درباره برخی اقدامات مشخص در سطح اتحادیه اروپا و سطح ملی توافق کرده‌اند. رهبران اتحادیه اروپا همچنین حوزه‌های مهمی را که باید درمورد آنها اقدام شود، مشخص کرده‌اند و بر این باورند که این حوزه‌ها موتور جدیدی برای تقویت رشد اقتصادی و اشتغالزایی هستند. از طریق هفت «ابتکار اصلی» به این حوزه‌ها پرداخته می‌شود:

- «اتحادیه نوآوری»: هدف آن بهبود شرایط و دسترسی به منابع مالی برای تحقیق و نوآوری است. بنابراین ایده‌های نوآورانه در نهایت به محصولات و خدمات تبدیل می‌شوند و از این طریق رشد اقتصادی و شغل ایجاد می‌شود.

• «جوانان درحال پیشرفت»: هدف آن بهبود عملکرد نظام آموزشی و تسهیل ورود جوانان به بازار کار است و از طریق صندوق مطالعه اتحادیه اروپا، برنامه‌های یادگیری و آموزش و همچنین مراکزی که به جوانان جویای کار در یافتن شغل در سراسر اتحادیه اروپا کمک



می‌کنند، اجرا می‌شود.

- «برنامه دیجیتالی برای اروپا»: هدف آن تسریع عرضه اینترنت پرسرعت و فهم اطلاعات و تکنولوژی ارتباطات است.

- «اروپای دارای بهره‌وری منابع»: هدف آن کمک به تفکیک رشد اقتصادی و استفاده از منابع است. این برنامه از تغییر به سمت یک اقتصاد کم کربن و افزایش استفاده از منابع انرژی‌ها تجدیدپذیر، توسعه تکنولوژی‌های سبز و مدرن‌سازی بخش حمل‌ونقل حمایت می‌کند و بهره‌وری انرژی را ارتقا می‌دهد.

- «سیاست صنعتی برای عصر جهانی شدن»: هدف آن بهبود فضای کسب‌وکار به ویژه برای کسب‌وکارهای کوچک و متوسط از طریق فراهم کردن اعتبارات و کاهش مقررات دست و پاگیر است. این برنامه از توسعه پایگاه‌های صنعتی قوی که قادر به نوآوری و رقابت جهانی هستند، نیز حمایت می‌کند.

- «برنامه‌ای برای مهارت‌ها و مشاغل جدید»: هدف آن مدرن‌سازی بازارهای کار و قدرتمند کردن افراد از طریق بهبود مهارت‌های آنان و بهبود انعطاف‌پذیری و ایمنی در فضای کار است. این برنامه همچنین به کارگران کمک می‌کند راحت‌تر در سراسر اتحادیه اروپا به دنبال شغل بگردند و با عرضه و تقاضای نیروی کار منطبق‌تر باشند.

- «برنامه اروپایی علیه فقر»: هدف آن اطمینان از پیوند اجتماعی و منطقه‌ای است و به افراد فقیر و دارای محرومیت‌های اجتماعی کمک می‌کند به بازار کار دسترسی داشته باشند و به اعضای فعال جامعه تبدیل شوند. بسیاری از سیاست‌ها و فعالیت‌های دیگر اتحادیه اروپا نیز برای حمایت از استراتژی ۲۰۲۰ اروپا طراحی شده‌اند، این سیاست‌ها بازار مشترک، بودجه اتحادیه اروپا (که به طور استراتژیک برای حمایت از حوزه‌های دارای اولویت در استراتژی ۲۰۲۰ اروپا به کار می‌رود) و سیاست تجارت اتحادیه اروپا (که برای مثال روابط تجاری مستحکم‌تری را ترویج می‌دهد) را در بر می‌گیرد.

اتحادیه اروپا و احتمال فروپاشی

آیا اروپایی‌ها می‌توانند منطقه یورو را بدون متلاشی کردن اتحادیه اروپا حفظ کنند

مترجم: مجید اعزازی - منبع: فارنپالیسی - بخش پایانی

گسترش روابط با آسیا

«آیا اروپا بی‌ارتباط با آسیا است؟» نه! اغلب گفته می‌شود - با صدای بسیار بلند توسط محبوبانی اهل سنگاپور - که اگرچه اتحادیه اروپا ممکن است همچنان با کشورهای منطقه خود مرتبط باقی بماند، اما در آسیا - منطقه‌ای که در قرن بیست و یکم بیشترین اهمیت را خواهد داشت - ارتباطی ندارد. نوامبر گذشته (آبان ۱۳۹۱) هیلاری کلینتون وزیر خارجه سابق ایالات متحده آمریکا گفت از اروپا می‌خواهیم تا «در آسیا در کنار ما فعالیت بیشتری داشته باشد».

اروپا اما هم اینک در آسیا حضور فعال دارد و بزرگ‌ترین شریک تجاری چین، دومین شریک تجاری هند، دومین شریک تجاری آ.سه.آن (اتحادیه کشورهای آسیایی جنوب شرقی)، سومین شریک تجاری ژاپن و چهارمین شریک تجاری اندونزی است. این رابطه‌های اقتصادی اینک در حال شکل دادن پایه روابط باز سیاسی در آسیا است. حتی آلمان نشست‌های مشترک دوره‌ای در سطح کابینه با چین برگزار می‌کند. اگر ایالات متحده آمریکا می‌تواند ادعا کند که قدرت اقیانوس آرام است، اروپا اینک یک قدرت اقتصادی اقیانوس آرام است و در حال آماده شدن برای روابط سیاسی در این منطقه است.

اروپا نقشی کلیدی در تحمیل تحریم‌ها علیه میانمار ایفا کرد. اروپا به رفع درگیری‌ها در آچه واقع در اندونزی کمک کرد و در حال میانجی‌گری در میندانائو واقع در فیلیپین است. چنین پیوند هایی در حال رشد هستند. به طور مثال، شینزو آبه نخست‌وزیر ژاپن که تلاش می‌کند به روابط امنیتی ژاپن تنوع ببخشد، گفته است که او می‌خواهد به «توافق دفاعی پنج قدرت» (معاهده‌های امنیتی که انگلیس هم در آن عضویت دارد) بپیوندد. دولت‌های عضو اتحادیه اروپا همچنین تسلیحات پیشرفته را مانند جت‌های جنگنده و ناوهای جنگی برای کشورهای دموکراتیک مانند هند و اندونزی تامین می‌کند.

اروپا در معرض فروپاشی

آیا اروپا فرو خواهد پاشید؟ بسیار زود است که چنین سخنی به میان آید. خطر فروپاشی اروپا واقعی است. بی‌خطرترین سناریو ظهور یک اروپای سه لایه است. مشتمل بر منطقه یورو، کشورهای «پیش قراول» مانند لهستان که به الحاق به منطقه یورو متعهد هستند و کشورهای «غیر مشارکت کننده» مانند بریتانیا که تمایلی به پیوستن به پول واحد ندارند. در یک سناریوی بد، برخی کشورهای منطقه یورو مانند قبرس یا یونان مجبور خواهند شد پول واحد را کنار بگذارند و برخی دولت‌های عضو اتحادیه اروپا مانند بریتانیا ممکن است این اتحادیه را کاملاً ترک کنند.

اگر تلاش برای حفظ منطقه یورو منجر به فروپاشی اتحادیه اروپا شود، تراژدی خواهد بود. اما اروپایی‌ها نسبت به این خطر آگاه هستند و اراده‌های سیاسی برای جلوگیری از آن وجود دارد. آلمان نمی‌خواهد یونان پول واحد را - دست‌کم به دلیل ترس از سرایت این موضوع به سایر کشورهای عضو - کنار بگذارد. عقب‌نشینی بریتانیا از اتحادیه اروپا ممکن است اما بعید به نظر می‌رسد و در هر صورت کاملاً اشتباه است: د یوید کامرون نخست‌وزیر انگلیس باید اکثریت را در انتخابات بعدی به دست آورد و شهروندان بریتانیایی باید به ترک اتحادیه اروپا توسط انگلیس در یک referendum رای بدهند. به طور خلاصه، برای پیش‌بینی فروپاشی اتحادیه اروپا بسیار زود است.

اینکه فروپاشی اروپا هرگز اتفاق نخواهد افتاد، درست نیست. پایان دادن به اتحادیه اروپا بسیار نامعلوم باقی خواهد ماند. انتخاب میان اتحاد بزرگ‌تر و فروپاشی، انتخابی ساده نیست. نکته کلیدی این خواهد بود که آیا اروپا می‌تواند منطقه یورو را بدون متلاشی کردن اتحادیه اروپا حفظ کند.

اتحادیه اروپا هم اینک یک پدیده بی‌نظیر در تاریخ روابط بین‌الملل است و اتحادیه‌ای بسیار کامل‌تر از آن چیزی است که زوال‌گرایان می‌گویند. مادامی که دولت‌های عضو می‌توانند منابع خود را با هم شریک شوند، قادر خواهند بود جایگاه مشروع خود را در کنار واشنگتن و پکن در شکل‌دهی به جهان در قرن بیست و یکم به دست بیاورند.

ضعف‌های ساختاری در اقتصاد اروپا که در پی بحران آشکار شده‌اند، تنها از طریق پیشبرد اصلاحات ساختاری رفع می‌شوند: اصلاحاتی که بر مبنای تلاش‌های ملی قراردادند، اما بر دارایی‌های اروپایی مانند بازار مشترک، سیاست تجاری مشترک و سیاست‌هایی در سطح اتحادیه اروپا، استوار هستند. اگر بخواهیم در فضای پرچالش فعلی مدل «اقتصاد بازار کنترل شده» اروپا را تقویت کنیم، اروپا باید رقابت‌پذیرتر شود.

اتحادیه اروپا و کشورهای عضو این اتحادیه برای رسیدگی به این موضوع در سال ۲۰۱۰ استراتژی رشد پایدار برای دهه‌های آتی یعنی استراتژی ۲۰۲۰ اروپا را در پیش گرفتند. این استراتژی هم چالش‌های کوتاه‌مدت مربوط به بحران و هم نیاز به اصلاحات ساختاری از طریق اقدامات تقویت رشد اقتصادی را در بر می‌گیرد.

اهداف و ابتکارات اصلی

اتحادیه اروپا پنج هدف بلندپروازانه تعیین کرده است که باید تا سال ۲۰۲۰ به آنها دست یابد. این اهداف در ارتباط با مشاغل، نوآوری، آموزش، مسائل اجتماعی و آب و هوا (انرژی) هستند. درحقیقت این اهداف عبارتند از:

۱- بیمه کردن ۷۵ درصد شاغلان ۲۰ تا ۶۴ سال.

۲- تخصیص ۳ درصد از تولید ناخالص داخلی اروپا برای سرمایه‌گذاری در زمینه تحقیق و توسعه.

۳- محدود کردن انتشار گازهای گلخانه‌ای به میزان ۲۰ درصد یا حتی ۳۰ درصد سطح سال ۱۹۹۰؛ تولید ۲۰ درصد از انرژی مورد نیاز از انرژی‌های تجدیدپذیر و افزایش بهره‌وری انرژی به میزان ۲۰ درصد.

۴- کاهش نرخ ترک تحصیل به کمتر از ۱۰ درصد، به طوری که دست‌کم ۴۰ درصد از افراد ۳۰ تا ۳۴ ساله تحصیلات دانشگاهی را

خدمات ارزی و بازرگانی

راوندی

HMRC & 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	۱۳۹۲/۰۶/۲۷	
USD	۲۴.۷۶۵	دلار آمریکا
GBP	۳۹.۳۷۳	پوند انگلیس
CHF	۲۶.۷۲۳	فرانک سوئیس
SEK	۳.۸۲۹	کرون سوئد
NOK	۴.۱۹۰	کرون نروژ
DKK	۴.۴۳۴	کرون دانمارک
INR	۳۹۲	روپیه هند
AED	۶.۷۴۳	درهم امارات متحده عربی
KWD	۸۷.۱۷۱	دینار کویت
PKR100	۲۳.۵۸۶	یکصد روپیه پاکستان
JPY100	۲۴.۹۵۶	یکصد ین ژاپن
HKD	۳.۱۹۴	دلار هنگ کنگ
OMR	۶۴.۳۰۹	ریال عمان
CAD	۲۴.۰۴۵	دلار کانادا
ZAR	۲.۵۲۵	راند آفریقای جنوبی
TRY	۱۲.۳۵۸	لیر ترکیه
RUB	۷۶۹	روبل روسیه
QAR	۶.۸۰۳	ریال قطر
IQD100	۲.۱۲۰	یکصد دینار عراق
SYP	۲۲۰	لیر سوریه
AUD	۲۳.۱۲۹	دلار استرالیا
SAR	۶.۶۰۴	ریال سعودی
BHD	۶۵.۶۷۳	دینار بحرین
SGD	۱۹.۶۴۶	دلار سنگاپور
LKR10	۱.۸۷۳	ده روپیه سریلانکا
NPR100	۲۴.۳۰۵	یکصد روپیه نپال
AMD100	۶.۰۴۷	یکصد درام ارمنستان
CNY	۴.۰۴۶	یوان چین

لغو شد.

دادگاه اروپا تحریم‌های یکجانبه علیه «شرکت کشتیرانی» و ۱۷ شرکت دیگر را لغو کرد

لغو تحریم‌ها ادامه دارد

با حکم دادگاه اروپا، تحریم‌های یکجانبه علیه کشتیرانی جمهوری اسلامی ایران و ۱۷ شرکت دیگر باطل شد. این چهارمین باری است که در دو هفته اخیر، تحریم‌ها علیه ایران لغو می‌شود. اگرچه بر اساس این گزارش، اتحادیه اروپا می‌تواند در خصوص تحریم شرکت‌های مذکور درخواست تجدیدنظر کند و تا پایان روند رسیدگی به این درخواست، اموال شرکت‌های مذکور مسدود خواهد ماند، اما مهم این است که در روزهای اخیر روند لغو تحریم‌ها علیه ایران تداوم یافته است. تنها در یک هفته گذشته وزارت خزانه‌داری آمریکا در دو نوبت هم برخی از تحریم‌های ایران را لغو کرد، تا فعالیت گروه‌های بشردوستانه این کشور در ایران و همچنین تبادلات ورزشی میان دو کشور را آسان‌تر سازد و هم معافیت ژاپن و ۱۰ کشور اروپایی از تحریم نفتی ایران را تمدید کرد. علاوه بر این در تاریخ ۱۵ شهریورماه با رای دادگاهی در اتحادیه اروپا تحریم‌های اعمال شده علیه ۷ بانک و شرکت ایرانی هم لغو شد.

ادامه جریان لغو تحریم‌های ایران

تحریم کشتیرانی جمهوری اسلامی ایران و ۱۷ شرکت دیگر باطل شد با حکم دیوان دادگستری اروپا تحریم‌های یک جانبه کشتیرانی جمهوری اسلامی ایران و ۱۷ شرکت وابسته به آن ابطال شد. با اعلام این حکم، این



را تمدید کرد، اما در عین حال، شش شهروند و چهار شرکت ایرانی را به لیست تحریم خود افزوده بود. همچنین در تاریخ ۱۵ شهریور ماه با رای دادگاهی در اتحادیه اروپا تحریم‌های اعمال شده علیه ۷ بانک و شرکت ایرانی لغو شد. اگرچه چندی قبل اتحادیه اروپا این شرکت‌ها را به مشارکت در فعالیت‌های هسته‌ای متهم کرده بود؛ اما دادگاه عمومی اروپا به عنوان دومین مرجع قضایی اروپا اعلام کرد نتوانسته شواهدی در خصوص مشارکت این شرکت‌ها در فعالیت‌های هسته‌ای ارائه دهد. البته این حکم هم مانند دیگر احکام اتحادیه اروپا و آمریکا تا ۶۰ روز قابل تجدیدنظر است.

چهارمین باری است که در روزهای اخیر، تحریم‌های اتحادیه اروپا علیه ایران لغو می‌شود.

بر اساس این حکم تحریم‌های اعمال شده علیه شرکت کشتیرانی بوشهر، شرکت کشتیرانی حافظ دریا، شرکت کشتیرانی ایران و مصر، شرکت ایران وستشپ، شرکت کشتیرانی خزر، شرکت کشتیرانی سفیران پیام دریا و چند شرکت دیگر وابسته به کشتیرانی جمهوری اسلامی که در ژوئیه و اکتبر ۲۰۱۰ و مارس ۲۰۱۲ علیه این شرکت‌ها اعمال شده بود،

توقیف ۱۴ حساب بانکی ایران در کانادا

در حکم ۵ صفحه‌ای قضایی دیوید براون از دادگاه عالی اونتاریو به بانک‌ها دستور داده شده است که ۱۴ حساب مرتبط با دولت ایران در رویال بانک، اسکاتی بانک، سی‌آی‌بی‌سی بانک و بانک بی‌ام‌او را که مجموعاً ۲٫۶ میلیون دلار موجودی دارند، توقیف نمایند. یک دادگاه کانادایی دستور توقیف ۱۴ حساب بانکی مرتبط با دولت ایران نزد بانک‌های این کشور را که مجموعاً ۲٫۶ میلیون دلار موجودی دارند صادر کرد.

به نقل از پایگاه اینترنتی نشنال پست، یک دادگاه کانادایی در پاسخ به درخواست گروهی ضد ایرانی که تلاش دارند خسارت‌های ادعایی خود را از دولت ایران به اتهام نقش داشتن در عملیات‌های تروریستی بگیرند، دستور توقیف ۱۴ حساب بانکی مرتبط با دولت ایران در نزد بانک‌های این کشور را صادر کرد.

فهرست حساب‌های دولت ایران و دیگر اموال دولت این کشور در کانادا هفته گذشته از سوی وزارت امور خارجه این کشور افشا شد تا به قربانیان حملات تروریستی ادعایی، کمک کند برای توقیف این اموال اقدام قضایی انجام دهند.

شاکیان، دولت ایران را به تامین مالی، آموزش و تسلیح گروه‌های حزب الله و حماس برای انجام عملیات تروریستی متهم می‌کنند.

در حکم ۵ صفحه‌ای قضایی دیوید براون از دادگاه عالی اونتاریو به بانک‌ها دستور داده شده است که ۱۴ حساب مرتبط با دولت ایران در رویال بانک، اسکاتی بانک، سی‌آی‌بی‌سی بانک و بانک بی‌ام‌او

را که مجموعاً ۲٫۶ میلیون دلار موجودی دارند، توقیف نمایند. به این بانک‌ها تا روز جمعه فرصت داده شده است تا اسامی دارندگان این حساب‌ها و اطلاعات تماس با آنها را در اختیار وکلای شاکیان قرار دهند.

همچنین در پرونده‌ای مشابه، یک دادگاه آمریکایی روز دوشنبه حکم داد که مقامات فدرال می‌توانند یک آسمان‌خراش ۳۶ طبقه به ارزش ۵۰۰ تا ۷۰۰ میلیون دلار را از مالکان آن یعنی بنیاد علوی و شرکت آسا که ادعا می‌شود شرکت‌های صوری متعلق به دولت ایران هستند، مصادره کنند.

حکم دادگاه اونتاریویی کانادا آخرین مورد از استناد دادگاه‌های کانادا به قانونی است که سال گذشته به تصویب پارلمان این کشور رسیده است و به قربانیان حملات تروریستی در هر کجای جهان که از اول ژانویه ۱۹۸۵ به بعد اتفاق افتاده باشند اجازه می‌دهد علیه مسببان این اقدامات نزد دادگاه‌های کانادایی اقامه دعوی کنند.

در حالی که پیش از این، دولت‌های خارجی در کانادا از تعقیب قضایی مصون بودند، اما قانون دادرسی قربانیان تروریسم این مصونیت را در مورد کشورهایی که دولت کانادا آنها را دولت‌های حامی تروریسم می‌خواند، لغو کرده است.

دولت کانادا در سپتامبر گذشته، ایران و سوریه را در فهرست کشورهای حامی تروریسم جای داد. کانادا با دنباله روی از انگلیس روابط دیپلماتیک خود با ایران را به حالت تعلیق درآورده است.



آمازون، یکه تاز بازار کتاب الکترونیک بریتانیا



یک تحقیق جدید نشان می‌دهد بیشترین افراد بریتانیایی که از کتابهای دیجیتالی استفاده می‌کنند، با آمازون سر و کار دارند. به نقل از بوک سلر، ۷۹ درصد از کتابخوانان الکترونیک در بریتانیا از ماه مارس تا ماه مه ۲۰۱۳ (ظرف سه ماه) از کیندل آمازون برای دانلود، دسترسیهای آنلاین یا مطالعه کتاب الکترونیک استفاده کرده‌اند.

به این ترتیب، آمازون بازار اصلی کتاب الکترونیک بریتانیا را در اختیار دارد. در این میان، اپل از جایگاه دوم برخوردار است و ۹ درصد افراد گفته‌اند از کتابهای الکترونیک این شرکت استفاده می‌کنند.

برای کتاب الکترونیک، ۸ درصد مردم به سراغ گوگل سرچ می‌روند و گوگل پلی نیز ۶ درصد کاربران را جذب خود کرده است. ۵ درصد پاسخ دهندگان نیز کتاب الکترونیک را از طریق ای-میل دانلود می‌کنند. ۵ درصد از پاسخ دهندگان از کوبو و ۴ درصد نیز از فیس بوک برای این کار استفاده می‌کنند.

این تحقیق نشان می‌دهد موسسه واتر استونز که بریتانیایی است، تنها ۳ درصد بازار ای-بوک بریتانیا را در اختیار دارد.

آنچه در این تحقیق جلب توجه می‌کند، آن است که بارنز اند نوبل که یکی از فروشندگان اصلی آمریکاست، در میان ۱۰ فروشنده اصلی کتاب الکترونیک بریتانیا جایی ندارد. این در حالی است که این موسسه، سرمایه‌گذاری قابل توجهی برای تبلیغات انجام داده و با کاهش قیمت‌های سخت افزارهای خود سعی کرده تا بازار را به خود جلب کند، اما پاسخی از سوی مصرف کنندگان، دریافت نکرده است.

شرکت‌کنندگان در این تحقیق، در سه ماه مورد نظر در این نظرسنجی، هر یک به طور متوسط ۹,۷۹ پوند و در مجموع ۵۲۵ میلیون پوند هزینه خرید کتاب الکترونیک کرده‌اند. بیشتر این پاسخ دهندگان که شامل ۸۱ درصد آنها می‌شود، گفته‌اند که حاضرند برای هر ای-بوک ۲ پوند بپردازند. با این حال قیمت متوسطی که از نظر همه پاسخ دهندگان به دست آمده، این است که آنها حاضر به پرداخت ۳,۷۴ پوند برای خرید یک ای-بوک بوده‌اند.

۳۷ درصد از این افراد، اعلام کرده‌اند که در سه ماه مورد نظر، پول بیشتری را صرف خرید کتاب الکترونیک کرده‌اند.

جالب توجه این که، تنها یک درصد از کاربران آنلاین اعلام کرده‌اند به صورت غیرقانونی اقدام به دانلود کتابهای الکترونیک کرده‌اند. با این حال همین افراد مبلغ بیشتری را صرف خرید کتابهای چاپی کرده‌اند و حدود ۲۷,۴۶ پوند برای خرید کتاب هزینه می‌کنند. در حالی که قیمت متوسطی که افرادی که دانلود غیرقانونی نمی‌کنند صرف خرید کتاب کرده‌اند، ۲۳,۷۷ پوند و کمتر از مبلغی است که گروه نخست هزینه می‌کنند.

در میان پرفروش ترین کتابهای الکترونیک بریتانیا، اکنون کتاب «آوای کوکو» به قلم جی.کی. رولینگ در مکان نخست جای دارد و «غیرقابل انتظار برای همیشه» به قلم هایدی مک لوبین در مکان دوم پرفروشهای الکترونیک ایستاده است.

این تحقیق، با کسب اطلاعات ۶۳۱ نفری که از کتاب الکترونیک استفاده می‌کنند انجام شده است. در مجموع از ۵۷۳۴ نفر برای این تحقیق پرسش شده بود.

نقد کرده است. گبی وود نیز در مقاله‌ای با عنوان «اگر آمریکایی‌ها بتوانند جایزه بوکر را ببرند باید بریتانیایی‌ها هم امکان شرکت در پولیتزر را داشته باشند» به این تصمیم تاخته است.



در همین حال، مباحث دیگری نیز مطرح شده از جمله این که: در حالی که موزامبیک هرگز مستعمره انگلیس نبوده و حتی زبان رسمی آن انگلیسی نیست، چرا باید در زمره کشورهای شرکت کننده در این جایزه باشد؟ این استدلال به دنبال آن می‌خواهد به این نتیجه برسد که پس نویسندگان آمریکایی که زبان مشترکی با جایزه بوکر دارند، باید از امکان حضور در این جایزه بهره‌مند باشند.

رادیکا جونیز نیز در تایم در مقاله‌ای با عنوان «خبرهای بد برای برترین جایزه کتاب بریتانیا» می‌نویسد: تصمیم به ورود آمریکایی‌ها به این جایزه به معنای تصمیم داوطلبانه برای پایان دادن به موقعیت ادبیات انگلستان است.

منتقد «آتلانتیک ویر» در عین حال در مقاله «چرا آمریکا نباید وارد بوکر شود» سعی دارد با دلایل متقن و غیراحساسی، مخاطب را بر غلط بودن این اشتباه واقف کند.

جان گریس نیز در نشریه گاردین می‌نویسد: اگر بوکر درهایش را باز کند، آیا نویسندگان آمریکایی جوایز را درو می‌کنند؟

اما یک وبلاگ با عنوان رمان مدرن نیز با زدن تیرتی با عنوان «جایزه من بوکر - یانکی‌ها دارند می آیند!» ذهن را به نقاط خیلی دورتری پرتاب می‌کند.

جایزه ۵۰ هزار پوندی من بوکر که از سال ۱۹۶۹ اهدا می‌شود، تا کنون ۲۹ بار به نویسنده‌ای انگلیسی اهدا شده و هند، ایرلند، استرالیا، کانادا، نیوزیلند، آفریقای جنوبی در موارد دیگر این جایزه را به خانه برده‌اند. یک بار نیز نویسنده‌ای از نیجریه در سال ۱۹۹۱ این جایزه را دریافت کرد.

خبر بد برای ادبیات انگلستان: یانکی‌ها دارند می آیند!

تصمیم کمیته اهدای جایزه بوکر مبنی بر ورود آمریکایی‌ها به میدان رقابت بوکر به جنجالی ادبی بدل شده است.

در حالی که جایزه بوکر به عنوان یکی از مهمترین جوایز بریتانیا شناخته می‌شود و به صورت معمول شامل حال نویسندگانی می‌شود که عضو یکی از کشورهای مشترک المنافع، ایرلند و زیمبابوه باشند، تصمیم جدید هیات اهدا کننده این جایزه مبنی بر ورود آمریکا به این جایزه، جنجالی شده است.

مجموعه کشورهای مشترک المنافع که شامل ۵۴ کشور می‌شوند، یکی از کشورهای را که شاید بیشترین آثار انگلیسی زبان را تولید می‌کند، یعنی کشور آمریکا را دربر نمی‌گیرد. اما با تغییر نظر کمیته اهدای جایزه بوکر، فهرست نهایی امسال با تغییر اساسی نسبت به سالهای پیش، با حضور نویسندگان آمریکایی، موجب انعکاس وسیع پیامی روشن و واضح در بریتانیا شده است: چرا آمریکا باید وارد جایزه ادبی بریتانیا شود؟

در حالی که یکی دو ماه پیش ایجاد یک جایزه جدید به اسم جایزه فولیو با خبرهای وسیعی پوشش داده شد، اعلام شد این جایزه به آثار داستانی نوشته شده به زبان انگلیسی که در بریتانیا منتشر شده باشند، تعلق می‌گیرد. به همین دلیل، مسئولان جایزه من بوکر تصمیم گرفته‌اند تا نویسندگان آمریکایی را نیز وارد رقابت خود کنند. در این زمینه، گروه برگزارکننده این جایزه با صدور بیانیه‌ای اعلام کرد که کمیته بوکر باور دارد نویسندگان آمریکایی باید اجازه داشته باشند هر چه وسیعتر در این رقابت شرکت کنند.

در حالی که از میان ۶ نامزد راه یافته به فهرست نهایی جایزه بوکر امسال که هفته پیش اعلام شده، ۴ نویسنده آمریکایی هستند یا در این کشور کار و زندگی می‌کنند، این مساله با انتقاد برخی روبرو شده که می‌گویند وقتی آمریکایی‌ها دو جایزه خیلی مهم ادبی پولیتزر و جوایز کتاب ملی آمریکا را منحصرأ به نویسندگان آمریکایی اهدا می‌کنند، نویسندگان بریتانیایی نیز باید جایزه‌ای خاص خود داشته باشند.

این خبرها به اشکال مختلف در صفحات ادبی نشریات بریتانیایی منعکس شده و واکنش چهره‌های مختلف را برانگیخته است.

از جمله نیک کلارک در نشریه ایندپندنت، در مقاله‌ای با عنوان «شوکه ناشی از پذیرش نویسندگان آمریکایی در جایزه من بوکر» به این مساله اعتراض کرده است. گریم پیتون نیز در نشریه تلگراف با انتشار مقاله‌ای با عنوان «اجازه به آمریکایی‌ها برای شرکت در جایزه من بوکر تصمیمی اشتباه است» این تصمیم را

انجمن شونسان

شبه‌لندن

با همکاری مرکز گسترش زبان و ادبیات فارسی

کلاسهای حضوری و مکاتبه‌ای خوشنویسی برگزار می‌کند

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

شنبه ها از ساعت ۴ 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 ایران
100 CARLTON WALE, LONDON, NW6 5HE





۱۰ داستان کوتاه برتر از دیدگاه منتقد انگلیسی

هر چند مدتی است متداول شده که فهرستی از شماری از آثار برتر در زمینه‌های مختلف فرهنگی و هنری انتخاب و معرفی شود، اما انتخاب بهترین داستانهای کوتاه تا کنون کمتر مورد توجه واقع شده است. در این میان تنها هدی نویسنده و منتقد ادبی انگلیسی، ده داستان کوتاه برتر از نگاه خود را معرفی کرده است.

به نقل از گاردین، تنها هدی با دیدگاهی کاملاً شخصی به معرفی بهترین داستانهای کوتاهی که او را تحت تأثیر قرار داده اند، پرداخته و در این باره نوشته است: خواندن داستانهای کوتاه، کاری ضروری است و همین، نیمی از لذتی است که از این کار نصیب خواننده می‌شود. ممکن است خودتان را در یک رمان گم کنید، اما وقتی یک داستان کوتاه می‌خوانید، می‌توانید پایان را همیشه، حتی زودتر از آنی که فکرش را می‌کنید، احساس کنید. این مساله، باعث می‌شود که از داستان آگاه تر باشید. در واقع، خواننده از حاشیه‌های داستان و نحوه به وجود آمدنشان آگاه‌تر است.



برای نویسنده نیز نوشتن یک داستان کوتاه به طرز شیرینی حسی از بی مسئولیتی را به همراه می‌آورد، با این حال بی مسئولیتی به معنای آسان بودن نیست. یک رمان، نیازمند مهندسی دقیق است، اما در حین نوشتن یک داستان، نیاز ندارید نگران نگرانی داشته‌ها و طوفانی رمان باشید و همه بخشها را هماهنگ کنید. یک داستان خوب بر روی ضروری‌ترین قسمتها تمرکز می‌کند.

۱. «اتاق شماره ۶» نوشته آنتون چخوف در مواجهه با چخوف، این احساس به وجود می‌آید که خواننده داستان کوتاه مدرنی هستید که کاملاً شکل گرفته و سراسر، دمدمی مزاج بودن و مهارت نویسنده را به نمایش می‌گذارد. در یک شهر روستایی در روسیه، مایله دورتر از هر جای دیگری، دکتری باورش به داروهای مدرن و پیشرفته را از دست داده و تنها انسان باهوشی که می‌تواند پیدا کند و با او در این باره حرف بزند، مردی دیوانه است که در بیمارستان بستری است. با این حال فرقی ندارد، دکتر برای دوستش سخنرانی می‌کند، چه داخل بخش ۶ باشید و چه خارج از آن. او به زودی متوجه می‌شود که اشتباه می‌کرده است. این داستان، رام نشده و به شدت اخلاقی است.

۲. «بوی گلهای داودی» نوشته دی. اچ. لارنس لارنس با همان فزونی و شدت تراژیک که یک درام نویس بزرگ درباره پادشاهان و ملکه‌ها می‌نویسد، درباره کارکنان معدن و همسرانشان می‌نویسد. الیزابت بیس در یک دهکده معدنی در ناتینگهامشایر منتظر بازگشت همسرش به خانه است. او که ناراحت است و فکر می‌کند چگونه شد که ازدواجشان شکست خورد، مطمئن است که همسرش در حال خوشگذرانی است، با این حال متوجه می‌شود که او در حادثه‌ای کشته شده است. در حالیکه الیزابت بدن شوهر جوان خود را برای دفن کردن آماده می‌کند، لارنس به دنبال دامنه‌ای

جدید برای بیان کردن احساسات در زبانش می‌گردد و می‌خواهد احساسات و درک این زن را با عدالت بیان کند.

۳. «گزارشی برای یک آکادمی» نوشته فرانسیس کافکا یک میمون با زبانی پیشرفته و جمله‌هایی با مهارت برای حضارانی در وین سخنرانی می‌کند و داستان تراژیک خود را برای آنها تعریف می‌کند: از زمانی که او را در گلد کوست دستگیر کردند، وادار شد به یادگیری زبان و فرهنگ انسانها بپردازد... داستان بی روح کافکا، مانند یک دگرذیبی کاملاً وسیع، با مزه و ترسناک است.

۴. «در خلیج» نوشته کاترین منسفیلد شاید بعضی از داستانهای کوتاه تر منسفیلد اکنون هذیان‌وار و تصنعی به نظر برسند و به دوران خودشان تعلق داشته باشند، با این حال داستانهای دورتر و بزرگتر نیویورک که دوران کودکی نویسنده را شرح می‌دهند، همه هوای تازه و فضای باز نور را در خود دارند. ناتمام بودن و آزاد بودن این قصه‌ها هنوز هم حسی بی‌پروا و تازه را منتقل می‌کنند.

۵. «طوطی» نوشته الیزابت بوون بوون نیز مانند بسیاری نویسندگان دیگر، داستانهای تاریک و تیره نوشته است، اما این داستان کاملاً خنده‌دار است. یک طوطی فرار کرده در حومه شهر هرج و مرج به وجود می‌آورد. تک تک جمله‌ها ارزش خواندن دارند.

۶. «فناناپذیر» نوشته خورخه لویس بورخس ما این داستان را درون یک دستنوشته پنهان شده در یک کتاب قدیمی پیدا می‌کنیم: یک سرباز رومی سعی در پیدا کردن زندگی ابدی دارد. زمانی که سرباز فناناپذیری‌اش را به دست می‌آورد متوجه می‌شود که ارزش داشتش را نداشته‌است. همه چیز در میان فناناپذیران ارزش چیزهای بازنیاقتی و مخاطره‌آمیز را دارد.

۷. «دریاچه ماه» نوشته اودورا ولتی داستانهای مجموعه «سببهای طلایی» ولتی چهره شهری کوچک در می‌سی‌سی‌پی را در فاصله زمانی میان جنگها نشان می‌دهد. در «دریاچه ماه» دختران کوچک شهر مورگانا در کمپ تابستانی با تیمانی زندگی می‌کنند که از نظر آنها آزادتر و خوشحالتتر هستند. زبان دوست داشتنی ولتی مبهم و مورب است و به مدرنیسم ایالتهای جنوبی آمریکا در اواسط قرن بیستم تعلق دارد.

۸. «کشوردوستان» نوشته نادین گوردیمر این یکی از دو داستان کوتاه گوردیمر است که در آمریکای جنوبی دوره آپارتاید به وقوع می‌پیوندد، داستانی دیگر به نام «شهردوستان» نیز وجود دارد که به همین اندازه خوب و وحشتناک است. یک پسر مزرعه‌دار سفیدپوست و یک دختر سیاه پوست از کودکی با یکدیگر بزرگ می‌شوند، اما زمانی که باید در دوران تبعیض نژادی، زندگی کنند، نمی‌توانند از احساساتشان نسبت به یکدیگر چشم‌پوشی کنند. گوردیمر در آن واحد از دو سنت داستان‌گویی استفاده می‌کند: یک تمثیل سیاسی سفت و سخت که بخشی از زندگی است و با واقعیت‌گرایی احساسی و دقیق آرایه می‌شود.

۹. «ساعت طلایی» نوشته جان مک گاهرن مک گاهرن در رمانها و داستانهایش بارها و بارها از همان داستان همیشگی استفاده می‌کند: پدری زورگو و پسری که نمی‌تواند او را راضی کند و یا ببخشد. راز سبک خاص نویسندگی مک گاهرن در تکرارهایش است، تکرار کلمات، اشیا و مکانها. اما این یک داستان عاشقانه و زیبا نیز هست. او در جایی می‌گوید: چرا ما اینقدر خوشحالیم؟ می‌خواهم بدانم.

۱۰. «عشق یک زن خوب» نوشته آلیس مونرو مونرو درک ما را از کارهایی که یک داستان کوتاه می‌تواند انجام دهد به صورتی بنیادی مانند چخوف و منسفیلد در اوایل قرن بیستم تغییر داده است. او با وسعتی عظیم از داستان کوتاهش استفاده می‌کند، همانطور که در این داستان، یک جامعه کامل در روستاهای ۱۹۵۰ کانادا را در داستانش وارد می‌کند. در این داستان، زنی باور دارد که توانسته رازهای یک مرگ خشن را کشف کند. او نقشه می‌کشد تا کار درست را انجام دهد و این رازها را فاش کند. در حالیکه مونرو با کلماتش وارد ریشه‌ها و نحوه زندگی ما و نحوه رفتارمان می‌شود یک نژد اشتباه نیز پیدا نمی‌شود. تنها هدی، متولد بریستول بریتانیا و تحصیل کرده زبان و ادبیات انگلیسی در کمبریج است. او نویسنده چندین کتاب و رمان و داستان کوتاه و منتقد ادبی است.

نماینده مجلس انگلیس رمان می‌نویسد

نادین دوریس نماینده محافظه کار مجلس بریتانیا قراردادی را برای نوشتن ۶ کتاب امضا کرد. به نقل از ایندیپندنت، نادین دوریس قرار است دو رمان سه گانه درباره زندگی در دهه ۵۰ قرن بیستم



حزب رد شد، با سرزنشهای شدیدی روبه‌رو و به دروغی متهم شد. برای مقابله با رفتار حزب در ماه مارس گذشته از وظایفش در پارلمان استعفا کرد، تا بیش از این در خدمت حزب محافظه کار نباشد، در دور بعد دوباره از سوی همین حزب راهی مجلس شد. اکنون دوریس به شماری از نمایندگان مجلس از جمله لوییس منش، جفری آرچر و آن ویدکام پیوسته که به نوشتن آثار داستانی روی آورده‌اند. نخستین رمان این نماینده مجلس، در دو قالب چاپی و الکترونیک آوریل ۲۰۱۴ به بازار می‌آید.

در لیورپول بنویسد. او با نخستین رمانش با عنوان «چهار خیابان» که نخستین رمان از یکی از این سه گانه هاست و جنبه‌های زندگی‌نامه‌ای دارد، زندگی در خانواده‌ای کاتولیک را تصویر می‌کند که برای رهایی از فقر، سختی و بدرفتاری تلاش می‌کند. انتشارات ژئوس که موفق به کسب امتیاز این رمانها شده‌است، می‌گوید که رمان او را از نخستین کلمه تا آخرین آن، تحسین می‌کند. به گفته سرویستار این انتشاراتی، نادین از جمله افرادی است که ذاتاً قصه‌گوست و از توانایی جادویی برای خلق شخصیت‌هایی برخوردار است که به شدت باورپذیر هستند و این کار را به شیوه‌ای انجام



خانه ترجمه (لندن)

Reg. no. 06066025

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

مطمئن، سریع و با هزینه ای عادلانه
د ارای مجوز تاسیس در انگلستان

آیا برای ترجمه مدارک خود با مشکل مواجه شده اید؟

مدارک خود (صورت‌حساب بانکی، شکایت‌نامه، د ادخواه، وصیت‌نامه، گواهی ازدواج و طلاق، گواهی فوت، گواهی انحصار ورثه، د پپلم، ریز نمرات مدرسه و د انشگاه، 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 - د ارای دکترای ترجمه از د انشگاه 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



بهترین فیلم وودی آلن تاکنون

درباره جسمین غمگین

دیوید تامسون

وودی آلن از زمانی که نخستین فیلمش را با عنوان «چه خبر تایگر لی لی» در سال ۱۹۶۶ ساخت، تاکنون بیش از ۴۰ فیلم بلند کارگردانی کرده است. کیفیت فیلم ها هم همیشه یکسان نبوده (چطور می توانست باشد؟) اما نتیجه و خروجی کارهای او به شکل ثابتی نامتغیر باقی مانده اند.

به رغم لغزش هایی در زندگی شخصی، حقیقت این است که هیچ کدام از فیلم های او در گیشه موفق نبودند و به فیلم های پرفروشی

گاهی زیادی «خودآگاه» و «بی لذت» به نظر می رسند. دیالوگ ها هم همین حس و حال را دارند و به ندرت حرف های فیلم ها از قلب مان بیرون می رود.

و حالا با «جسمین غمگین» روبه رو هستیم. فیلمی که برای من بهترین فیلمی است که آلن تاکنون ساخته است. در سطح این فیلم تفاوت چندانی با دیگر فیلم های آلن در سال های اخیر ندارد. قدم زدن دیگر در فضای شیک و سطح بالا لندن، بارسلونا، پاریس و رم اما حالا بسان فرانسیسکو رسیدیم. اما «جسمین غمگین» تنها به آن نگاه توریستی اکتفا نمی کند بلکه رنگ های مندرس و شرایط سخت و دشوار را ترجیح می دهد. این پس از نیویورک نخستین شهر آمریکایی است که آلن به عنوان لوکیشن از آن استفاده کرده است.

در فیلم «آنی هال» باید با توجهی ویژه و حقارت آمیز به لوس آنجلس



نگاه می کردیم. اما «پایان هالیوودی» به طور کامل در نیویورک فیلمبرداری شد و در حالی که ادعا می شد «شیرین و پست» در شیکاگو فیلمبرداری شده کل فیلم در استودیو آستورا گرفته شده است. آلن هیچ گاه به حقوق برابر همه شهرهای آمریکایی اقرار نکرده است. آلن در حالی که در تورهای تقریبی خود شهرهای اروپایی را نظاره می کرد خود شهرها اهمیت می یافتند، «جسمین غمگین» می توانست در هر شهری که آدم هایش دچار مشکل هستند اتفاق بیفتد. نیاز آلن به شهر سان فرانسیسکو بیشتر از نیاز فیلم «سرگیجه» به این شهر نیست. فروپاشی در هر جایی ممکن است اتفاق بیفتد. کم اتفاق می افتد که جسمین آبی بپوشد، بیشتر طلایی، سفید و قهوه بی مایل به زرد را ترجیح می دهد. اما او درب و داغان و درهم شکسته است، در سان فرانسیسکو می گردد بدون اینکه حتی لحظه ای به آن پل معروف نیم نگاهی بیندازد و با خواهرش جینجر به دنبال سر پناهی می گردد. همین اسم ها به ما می گویند که آنها چقدر از هم فاصله دارند و جسمین بلافاصله می تواند هر کسی را متقاعد کند که آنها توسط والدین متفاوتی به فرزندی پذیرفته شده اند. در همین اول می شود گفت آلن دست به کاری زده که تا به حال انجام نداده بود. او وارد بازی طبقات اجتماعی سیاسی می شود. جسمین یک سوسیالیست فقیر و ورشکسته است (که هنوز از طبقه فرا دست پیروی می کند، جینجر به عنوان مراقب شبانه یک فروشگاه کار می کند، دو پسر دارد که هر دو از اضافه وزن رنج می برند. دوستی ولگرد و عیاش و آپارتمانی در آستانه خرابی. او می تواند کلیشه یک مادر تنهای زحمتکش باشد اما بازیگر نقش جینجر سالی هاوکینز شلختگی و دست و دلبازی خوشایندی به فیلم اضافه می کند و شخصیت انسانی او را بر پرده به تصویر می کشد. جسمین هم نیاز به مهربانی دارد همین طور به یک شغل و جایی برای اقامت، چون به نوعی از منهن نیویورک فرار کرده است. او با هال ازدواج کرده نقش جسمین را کیت بلانشت به عهده گرفته است. با آنکه هنوز فصل سینمایی به پایان نرسیده نمی توانم باور کنم که نامزد اسکار خواهد شد. هیچ بازیگری تا به حال نتوانسته است شخصیتی را تا این حد غیرقابل همذات پنداری و در عین حال طبیعی و انسانی بسازد.

اما در حالی که فیلم پیش می رود او سوالی را مطرح می کند که ماریل همیوگی از وودی آلن در فیلم منهن پرسید: چی می شد اگر کمی به بشریت اعتقاد داشتی.

بدل نشدند و او با سرعت به سمت دوران کهنسالی پیش می رفت. اجازه بدهید دستاوردهای کلی را اکنون کنار بگذاریم و در عوض از خودمان بپرسیم در چند تا از فیلم های کارنامه اش، وودی آلن خطر کرده است. چقدر خواسته تکان مان دهد؟ چند بار شخصیت هایی که او آفریده پس از پایان فیلم همچنان در ذهن ما زندگی خود را ادامه داده اند؟

مارین همیوگی، دختری ۱۷ساله در آخرین بخش فیلم «منهن» واقعا تاثیرگذار بود. روح اسکارلت یوهانسون و همسایه اش در فیلم «امتیاز نهایی» گیرنده و ترحم برانگیز بود، درست مثل خود زندگی واقعی، یوهانسون تاثیری اغوابرانگیز داشت که معمولا در فیلم های آلن به چشم می خورد. زنان اغلب در فیلم های او باید جذاب باشند اما ما به ندرت می توانیم این جذابیت را درک کنیم. آلن آنها را دوست دارد اما خجالتی است یا از شرم و خجالت به مثابه ماسک استفاده می کند، همان الگویی که هیچکاک هم از آن استفاده می کند. فیلم «جنایت و جحه» می خواهد تصویری تراژیک از آنجلیکا هیوستون و هیولایی از مارتینی لنو بسازد، هرچند که شکل شماتیک ثابت و نامنعطف این حس را منکوب می کرد. عذاب و دردی که شارلوت رمپلینگ در فیلم «خاطرات استارداس» متحمل می شد را به خاطر دارم، آن هم درست زمانی که او را نگاه می کنیم و به لویی آرمسترانگ گوش می دهیم که ترانه استارواس را می نوازد.

در کل این کارنامه می خواهم دو فیلم را کنار بگذارم: «صحنه های داخلی» و «سایه ها و مه» چون احساسات وودی آلن یا احساساتی که آلن می خواست داشته باشد از کار درنیامدند. در کل شخصیت های مرکزی این فیلم ها و احساسات شان چنان نبوده اند که در خاطرمان بمانند.

اما به هر حال این قضایا از اهمیتی حیاتی برخوردار نیستند. اکثرا موافقت می کنیم که وودی آلن کمدی می سازد و کمدی سینمایی قرار نیست احساسات عمیقی را بر ملا کند. به همین صورت برادران مارک، لورل و هاردی، ژاک تاتی، باب هوپ و جری لوئیس ما را می خندانند بدون آنکه سنگینی ابدیت را روی شانه هایمان حس کنیم، هرچند که لوئیس گاهی اوقات می تواند بسیار عمیق باشد اما آلن ذهنی سنگین و عمیق دارد. از اینگمار برگمن به عنوان الگویی یاد می کند و گاهی به نظر می رسد حتی در کمدی دنبال چیزی می گردد که ماندگارتر و عمیق تر از کمدی صرف باشد. شاید برای همین است که شوخی هایش

۸ فیلم قبل از رسیدن به روز هالووین

این فیلم های ترسناک را از دست ندهید

سایت وب قبل از رسیدن به روز «هالووین» که مصادف با ۳۱ اکتبر است هشت فیلم ترسناک را که باید دید، معرفی کرد. فیلم های «حیله گر؛ فصل دو»، «ما همانی هستیم که هستیم»، «نفرین چاکی»، «همه پسرهای مندی لین را دوست دارند»، «گروه روحی»، «کری»، «عنکبوت بزرگ» و «دیوی» و «دیوی ۲»، به عنوان آثار ترسناک و دلهره آور از سوی سایت مووی وب پیشنهاد شده است. این سایت به سر رسیدن جشن هالووین در سال جاری میلادی اشاره می کند و این جشن را بهترین فرصت می داند تا مخاطبانش سری هم به فیلم های ترسناک بزنند و ماه سپتامبر و اکتبر را پر از ترس و دلهره را با تماشای فیلم برای خودشان رقم بزنند. البته نویسنده سایت تاکید می کند که تاثیرگذاری فیلم ها به فاکتورهای مختلفی بستگی دارد و حتی ممکن است لیست پیشنهادی وی مخاطبانش را نترساند.



«حیله گر؛ فصل ۲» دنباله ای بر فیلم ترسناک «حیله گر» است. فیلم در فصل اول روی ماجرای ارواح شیطانی و پسر کوچک یک خانواده تمرکز داشت ولی در فصل دوم داستان بیشتر درباره پدر خانواده است.

ما همانی هستیم که هستیم» درباره خانواده ای است که ظاهر اجتماعی آنها با مسائلی که در درون آنها می گذرد متفاوت است. این خانواده به شدت درگیر آیین های سنتی خاصی است که به ویژه دختران خانواده را درگیر می کند و همین مسائل و ارتباط اعضای خانواده با مردم شهر کوچکشان و اتفاقاتی که در ادامه رخ می دهد داستانی دلهره آور را رقم می زند.

«نفرین چاکی» هم درباره عروسکی به نام چاکی است که برخلاف انتظار مرسوم از یک عروسک که باید مهربان و دوست داشتنی باشد ولی او هم حرف می زند و هم بسیار خونخوار و جنایتکار است.

«همه پسرهای مندی لین را دوست دارند» درباره ماجراهایی است که برای یک دختر پیش می آید. این دختر ناخواسته وارد ماجراهایی می شود که داستانی ترسناک و معمایی را رقم می زند.

«گروه روحی» داستانی پر از روح دارد. اتفاقاتی که در پی جستجوی چند جوان برای گذشته یک خانه و افرادی که در آن زندگی می کرده اند، پیش می آید یک فیلم ترسناک را پیش روی مخاطب می گذارد.

«کری» هم نام فیلمی به کارگردانی برایان دی پالما و اقتباسی از رمان استفان کینگ است و البته این فیلم با کار قبلی و ماجرای آن دختر و مادر و جنایت هایی که رخ می دهد، بی ارتباط نیست.

«عنکبوت بزرگ» ماجرای یک عنکبوت خیلی بزرگ است که از لابراتواری نظامی می گذرد و به شهر لس آنجلس می آید. وقتی عملیات نظامی برای گرفتن این عنکبوت با شکست روبه رو می شود حالا نوبت به دانشمندان است که فکری به حال این اوضاع بکنند.

«دیوی» و «دیوی ۲» داستان یک قاتل زنجیره ای است که با نیروهای ماوراء الطبیعه روبه رو می شود.



عنوان یک برند دیجیتال»، ۲۴ سپتامبر (دوم مهر) در کتابخانه هتل هاکستون لندن با حضور نویسندگانی چون سی.جی. دوئرتی، آلیسون نورینگتون، سارا پینورو و جیمز اسمیت برگزار می‌شود.

در این نشست، ناشران از آموزه‌هایی که درباره استفاده از رسانه‌های اجتماعی در کار نشر داشته‌اند سخن می‌گویند و درباره این که چگونه کارشان را به شیوه‌های جدید پیش می‌برند، گفتگو می‌کنند.

برنامه سه‌شنبه تکنولوژیکی از سوی نمایشگاه کتاب لندن ۲۰۱۴ و با بحث و نظرهایی که از سوی دست‌اندرکاران صنعت نشر برگزار می‌شود، برای گرامیداشت هفته رسانه‌های اجتماعی در بریتانیا، ترتیب داده شده است.

نمایشگاه کتاب لندن هفته رسانه‌های اجتماعی را گرامی می‌دارد

نمایشگاه کتاب لندن (LBF) با انتخاب نام «سه‌شنبه تکنولوژیکی» به استقبال هفته رسانه‌های اجتماعی در بریتانیا می‌رود. به نقل از بوک ترید، این برنامه که با تمرکز بر تکنولوژی برگزار می‌شود، قدرت رسانه‌های اجتماعی را در نشر در معرض دید می‌گذارد و بر اهمیت دیدگاه‌های نویسنده تاکید می‌کند. این رویداد با عنوان «قصه‌گوینان درباره رسانه‌های اجتماعی می‌گویند» نویسنده به

و دانشگاه تهران مشغول شد. او در سال‌های تدریس، تاریخ اسلام، تاریخ ادیان، تاریخ کلام و مجادلات فرق، تاریخ تصوف اسلامی و تاریخ علوم درس می‌داد. زرین‌کوب پس از دریافت رتبه استادی دانشگاه تهران در سال ۱۳۳۹ مدتی هم در دانشسرای عالی تهران و دانشکده هنرهای دراماتیک و همچنین دوره دکتری ادبیات فارسی دانشگاه تهران تدریس کرد. او همچنین در سال‌های ۱۳۴۷ تا سال ۱۳۴۹ در آمریکا به عنوان استاد میهمان در دانشگاه‌های کالیفرنیا و پرینستون به تدریس علوم انسانی مشغول بود. زرین‌کوب در کنار کسانی همچون عباس اقبال آشتیانی، سعید نفیسی، محمد معین، پرویز ناتل خانلری، غلامحسین صدیقی و عباس زریاب، به مشارکت در طرح ترجمه مقاله‌های دایرةالمعارف اسلام دعوت شد. مدتی هم در مؤسسه لغت فرانکلین با مجتبی مینوی همکاری کرد. او همچنین در مجله‌های راهنمای کتاب، سخن، یغما، جهان نو، دانش، علم و زندگی، مهر و فرهنگ ایران‌زمین فعالیت می‌کرد. زرین‌کوب در بسیاری از مجامع و مجالس علمی جهانی شرکت کرد و به عنوان نماینده ایران به ایراد سخنرانی پرداخت. «با کاروان حله»، «شعر بی دروغ، شعر بی نقاب»، «از کوچه زندان»، «سیری در شعر فارسی»، «سر نی»، «بحر در کوزه»، «پله پله تا ملاقات خدا»، «پیر گنجه در جست‌وجوی ناکجاآباد»، «از نی‌نامه» (برگزیده مثنوی معنوی)، «دو قرن سکوت»، «فتح عرب در ایران» (به زبان انگلیسی در تاریخ ایران کمبریج)، «روزگاران ایران»، «دنباله روزگاران ایران»، «روزگاران دیگر»، «ارزش میراث صوفیه»، «فرار از مدرسه»، «جست‌وجو در تصوف ایران»، «دنباله جست‌وجو در تصوف ایران»، «در قلمرو وجدان»، «شعله‌طور» (درباره زندگی حلاج)، «بنیاد شعر فارسی»، «ادبیات فرانسه در قرون وسطی»، «ادبیات فرانسه در دوره رنسانس»، «شرح قصیده ترسایه خاقانی»، «فن شعر ارسطو»، «ارسطو و فن شعر»، «نقد ادبی» و «نقش بر آب» از جمله آثار منتشرشده زرین‌کوب هستند. عبدالحسین زرین‌کوب ۲۴ شهریورماه ۱۳۷۸ بعد از سال‌ها تحمل درد و رنج ناشی از بیماری، در سن ۷۷سالگی در تهران از دنیا رفت و پیکرش در قطعه هنرمندان بهشت زهرا (س) به خاک سپرده شد. پیکر همسرش، زنده‌یاد قمر آریان (نویسنده، پژوهشگر و استاد دانشگاه) نیز که در سال ۱۳۹۱ از دنیا رفت، در جوار آرامگاه او به خاک سپرده شد. این زوج که فرزندی نداشتند، آثار و کتابخانه خود را به مرکز دایرةالمعارف بزرگ اسلامی هدیه کرده‌اند.

زرین کوب؛ از «کوچه زندان» تا «پله پله تا ملاقات خدا»

بیست و چهارم شهریورماه سالروز درگذشت عبدالحسین زرین‌کوب است؛ استاد دانشگاه، پژوهشگر و مورخ معاصر که زندگی خود را برای خلق آثار متعددی درباره تاریخ ایران و



اسلام، ادبیات، تصوف و... صرف کرد.

عبدالحسین زرین‌کوب بیست و هفتم اسفندماه ۱۳۰۱ در بروجرد به دنیا آمد. پس از گذراندن تحصیلات ابتدایی در زادگاهش، هم‌زمان با تحصیل در دبیرستان به فراگیری علوم دینی و حوزوی پرداخت و به شعر عربی هم علاقه‌مند شد. او مدتی بعد برای ادامه تحصیل در رشته ادبی به تهران آمد و پس از گذراندن دوران دبیرستان، با کسب رتبه اول در آزمون ورودی دانشکده حقوق، در سال ۱۳۲۰ برای تحصیل در این دانشکده ثبت نام کرد، اما با الزام پدر، تهران را به مقصد زادگاهش ترک کرد. گفته می‌شود علی‌اکبر دهخدا که در آن دوران رئیس دانشکده حقوق بود، به خاطر از دست دادن چنین دانشجوی فاضلی اظهار تأسف کرده است، اما اشتیاقی که این «دانشجوی فاضل» به تحصیل داشت، با از دست دادن این فرصت فروکش نکرد. عبدالحسین زرین‌کوب بعد از چند سال معلمی در خرم‌آباد و بروجرد در سال ۱۳۲۴، با کسب رتبه اول در امتحان ورودی دانشکده علوم معقول و منقول و دانشکده ادبیات، برای تحصیل در رشته ادبیات فارسی وارد دانشگاه تهران شد و در سال ۱۳۳۴ از رساله دکتری خود که زیر نظر بدیع‌الزمان فروزانفر تألیف شده بود، دفاع کرد و به تدریس در دانشکده علوم معقول و منقول

ژولی زه برنده جایزه توماس مان شد

به نقل از خبرگزاری آلمان، هیات داوران در توضیح انتخاب وی اعلام کرد: این داستانسرای با تجربه، آثار متنوعی را منتشر کرده است. ژولی زه برای آثار منتشر خود با دریافت این جایزه تجلیل می‌شود. در مرکز این آثار، مساله آزادی فردی و مسئولیت، ارزش‌های اجتماعی و تشخیص موقعیت قرار دارد. او در رمانهایی که به شکلی زیرکانه ساخته شده اند و مقالاتی با استدلال‌های دقیق در تشخیص زمانی خود موفق است. ژولی زه به این ترتیب، بهترین سنت‌های ادبی را ادامه می‌دهد. آن هم در دورانی همچون عصر حاضر که به چنین نویسندگانی زنی نیاز مبرم وجود دارد.

مراسم اهدای این جایزه ۲۵ هزار یورویی که

از سوی آکادمی هنرهای زیبای بایرن در شهر مونیخ و هانزه اشتات لوبک اهدا می‌شود، ۸ دسامبر (۱۷ آذر) ساعت ۱۱ در تالار ماکس یوزف شهر مونیخ برگزار می‌شود و برنده امسال، این جایزه را از برند زاکس شهردار هانزه اشتات لوبک و میثایل کروگر رییس آکادمی هنرهای زیبای بایرن دریافت می‌کند. در این مراسم، ایلیا ترویانو به سخنرانی خواهد پرداخت.

جایزه توماس مان شهر هانزه اشتات لوبک و آکادمی هنرهای زیبای بایرن از سال ۲۰۱۰ هر سال به تناوب در شهرهای لوبک و مونیخ اهدا می‌شود. این جایزه، از تلفیق جایزه توماس مان هانزه اشتات لوبک و جایزه بزرگ ادبیات آکادمی هنرهای زیبای بایرن پدید آمده و برندگان پیشین آن کریستا ولف (۲۰۱۰)، یان آسمان (۲۰۱۱) و توماس هورلیمان (۲۰۱۲) هستند.

مدرسه اندیشه



کلاس های آموزشی بزرگسالان

آموزش کامپیوتر

نحوه استفاده از اینترنت، ایمیل، فیس بوک، تایپ فارسی، موزیک و فیلم.....
شنبه ها از ساعت ۱۲:۰۰ تا ۱۳:۳۰
ثبت نام شنبه ۱۴ سپتامبر ساعت ۱۲:۰۰

آموزش زبان انگلیسی

کلاس گروهی در محیطی آرام توسط معلم با تجربه ی تدریس در کالج های لندن
شنبه ها از ساعت ۱۰:۰۰ تا ۱۱:۳۰
ثبت نام شنبه ۱۴ سپتامبر ساعت ۱۲:۰۰

آموزش موسیقی

کلاس های گروهی دف و تنبک با استادان مجرب
شنبه ها از ساعت ۱۶:۰۰ تا ۱۷:۰۰ آموزش تنبک
شنبه ها از ساعت ۱۷:۰۰ تا ۱۸:۰۰ آموزش دف

کلاس های شناخت شاهنامه ، حافظ خوانی

دوشنبه ها از ساعت ۱۹:۳۰ تا ۲۱:۳۰ جهت اطلاعات بیشتر و محل برگزاری کلاس ها با شماره 07846 508 534 تماس بگیرید.

کلاس های آموزشی کودکان و نوجوانان

آموزش زبان فارسی

کلاس های فارسی از سطح ابتدایی تا GCSE و ALevel توسط دبیران با تجربه
شنبه ها از ساعت ۱۴:۰۰ تا ۱۷:۰۰

آموزش ریاضی

کلاس های ریاضی از سطح ابتدایی تا GCSE و ALevel توسط معلم با تجربه ی تدریس در دبیرستان های لندن
شنبه ها از ساعت ۱۴:۰۰ تا ۱۵:۳۰

آموزش موسیقی

کلاس های گروهی دف و تنبک با استادان مجرب
شنبه ها از ساعت ۱۶:۰۰ تا ۱۷:۰۰ آموزش تنبک
شنبه ها از ساعت ۱۷:۰۰ تا ۱۸:۰۰ آموزش دف

جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن
07846 508 534 تماس بگیرید.

شروع کلاس ها ۱۴ سپتامبر، ثبت نام ساعت ۱۳:۰۰

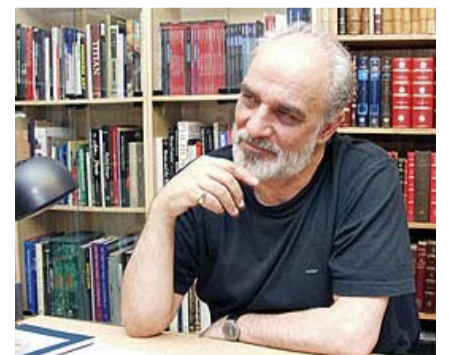
نمایشگاه ۱۵ نقاشی از برجسته‌ترین آثار آیدین آغداشلو، از مجموعه بنیاد فرجام در دبی برپا می‌شود.

این هنرمند درباره برگزاری تازه‌ترین نمایشگاه نقاشی خود که از ماه آینده در دبی برگزار می‌شود، به «ایسنا» گفت: در این نمایشگاه ۱۵ اثر از ۲۳ اثری که در مجموعه خصوصی دکتر فرجام از من وجود دارد به نمایش گذاشته خواهد شد. آغداشلو با بیان اینکه آثار این نمایشگاه برای فروش نیست و بیشتر جنبه فرهنگی دارد، اظهار کرد: یک مجموعه‌دار علاقه‌مند که آثار من را در طول این ۲۰ سال از خود من یا حراجی‌ها خریداری کرده، تصمیم به برگزاری این نمایشگاه گرفته است که فکر می‌کنم قدم خوبی برای شناساندن هنرمند و هنر ایرانی به مخاطبان جهانی است.

نمایشگاه «خاطرات انهدام» از تاریخ ۱۶ مهرماه به مدت یک ماه در دبی برگزار خواهد شد.

«خاطرات انهدام»

آیدین آغداشلو در دبی رونمایی می‌شود





۴۰ سال پس از کودتای شیلی؛

اینجا آینده خفته است

هیو آشاگنسی / ترجمه: مجتبا پورمحسن

پس از این سربازان عادی که بسیاری از آنها پسر بچه‌های روستایی بودند، به شکل خنده‌داری وجود کتاب‌هایی درباره کوبیسم را مدرکی برای ارادت افراد به فیدل کاسترو می‌دانستند و بنابراین آن‌ها باید بازداشت و بازجویی می‌شدند.

با یک شکایت عجولانه بسیاری از افراد به شکل ناعادلانه و از سوی ارتش روانه زندان می‌شدند و ارتش به ندرت تأیید می‌کرد که کسی در زندان هست یا نه. به این ترتیب دیکتاتوری ۱۷ ساله پینوشه آغاز شد که با تروریسم پیوند خورد؛ همان‌طور که پیش از آن در مورد کودتاهای نظامیان در برزیل در سال ۱۹۶۴، بعد در اروگوئه، پاراگوئه، بولیوی و آرژانتین اتفاق افتاد و بعدها در عراق مدرن، افغانستان و خلیج گوانتانامو، شکنجه‌گران پلیس با الکترودها و ابزار القای حس غرق شدن برای دفاع از «تمدن مسیحی غربی» حاضر بودند. بسیاری از آن‌ها در کار خودشان به نهایت خبرگی می‌رسیدند، چه در خود آمریکا، چه در پایگاه‌های این کشور در منطقه کانال پاناما توسط آموزش‌دهندگان آمریکایی.

هفت سال قبل از آن، در یک میهمانی شام در سال ۱۹۶۶ در جریان اقامتی طولانی در پایتخت شیلی همراه همسر جورجی، آینده و همسرش هورتونیا تنچا را برای اولین بار ملاقات کردم. من و او تا زمانی که در حمله به کاخ ریاست جمهوری کشته شد، رابطه بسیار خوبی داشتیم. میزبان ما آلوارو با شوخی، من را به رهبر چپ‌ها معرفی کرد و گفت: «این مرد تا به حال چند بار برای رئیس‌جمهور شدن تلاش کرده و می‌خواهد یک بار دیگر شانسش را امتحان کند.» آینده با شوخی پرید توی حرفش و گفت: «مرد جوان می‌دانی قرار است روی سنگ قبر من چه چیزی نوشته شود؟» من مودبانه جواب دادم: «نه، دکتر چی؟» رئیس دولت آینده شیلی خندید و گفت: «اینجا سالوادور آینده گوسنز، رئیس‌جمهور آینده شیلی خفته است.»

۲۱ سپتامبر ۱۹۷۰، آینده به عنوان برنده انتخاباتی سالم معرفی شد، اما قبل از آنکه قدرت را به دست بگیرد، پیش از تلاش بی‌ثمر محافظه‌کاران شیلیایی و هم‌پیمانان آمریکایی‌شان برای اینکه انتخابات را برخلاف قانون اساسی اعلام کنند، ادوارد کوری، سفیر آمریکا در سانتیاگو در گزارشی به هنری کیسینجر، استراتژیست خارجی ریچارد نیکسون نوشت: «وقتی آینده سر کار می‌آید، ما باید از تمام قدرتمان استفاده کنیم تا شیلی و مردم این کشور را با نهایت فقر و محرومیت مجازات کنیم.»

چند روز قبل‌تر، ریچارد هلمز، رئیس سی‌آی‌ای یادداشت‌هایی درباره نشستی در واشنگتن با نیکسون، کیسینجر و جان میچل، دادستان کل آمریکا نوشت که در آنجا رئیس‌جمهور خواستار کودتا شد. آن‌ها خواندند: «شاید شانس ۱ به ۱۰ باشد، اما شیلی را نجات دهید! / به هر قیمتی / بدون دخالت سفارت / ۱۰ میلیون دلار هزینه در دسترس، در صورت لزوم بیشتر / بهترین نیروهایی که داری / استراتژی بازی / ایجاد شوک اقتصادی / ۴۸ ساعت برای طرح عملیات.»

پس از آنکه دشمنان آینده بالاخره ۱۱ سپتامبر پیروزی خود را در برابر او اعلام کردند، شیلیایی‌ها به بهترین شکل ممکن از خودشان محافظت کردند؛ در حالی که پینوشه و طرفدارانش حالا مورد لطف واشنگتن بودند. پینوشه چنان به حامیانش در «جهان آزاد» دلگرم بود که ۱۷ سپتامبر ۱۹۷۶ دستور داد اورلاندو لیتز، وزیر دفاع دولت آینده را با بمبی که در ماشینش در میدان شرایدن در مرکز دیپلماتیک واشنگتن جاسازی شده بود، به قتل برسانند.

منبع: گاردین



صنفی و دادگستری را منحل کرده، هوادارانش فریاد شادی سر دادند.

کارکنان وحشت‌زده هتل در گوشه‌ای جمع شدند و به تماشای سرنوشت کشورشان نشستند. محض احتیاط و برای حفظ امنیت ما، آن‌ها تختخواب‌هایی در پشت رختشویی در زیرزمین هتل برایمان آماده کرده بودند. بعد از یک خواب خوب شبانه رفتیم دیدیم که پرچم‌ها از کاخ مودنا پایین آمده بود. تحت مقررات حکومت نظامی

کنیم، به ویژه نمایندگان نیروی دریایی بریتانیا در کودتا.

آن موقع دریا سالار گوستاو کارواجال، یکی از توطئه‌گران به آینده تلفن زد و به او پیشنهاد داد که با یک هواپیما کشور را ترک کند. اما رئیس‌جمهور که فشار خونش بالا بود، قاطعانه گفت: «فکر می‌کنید شما آشغال‌های خائن کی هستی؟ [...] شما دارید با رئیس‌جمهور حرف می‌زنید! رئیس‌جمهوری که مردم انتخاب کردند

با یک شکایت عجولانه بسیاری از افراد به شکل ناعادلانه و از سوی ارتش روانه زندان می‌شدند و ارتش به ندرت تأیید می‌کرد که کسی در زندان هست یا نه. به این ترتیب دیکتاتوری ۱۷ ساله پینوشه آغاز شد که با تروریسم پیوند خورد؛ همان‌طور که پیش از آن در مورد کودتاهای نظامیان در برزیل در سال ۱۹۶۴، بعد در اروگوئه، پاراگوئه، بولیوی و

تسلیم نمی‌شود.»

بر بام ساختمان ما یک نیروی مقاومت با یک تفنگ خفیف کالیبر ۲۲، گاه و بی‌گاه شلیک کرد تا اینکه هدف یک هلیکوپتر در حال گذر قرار گرفت و کشته شد. ساعت چهار بعدازظهر، شهر که میان قله‌های رشته کوه‌های آند محصور شده بود، آرام‌تر بود. بنابراین من و استوارت ارتباطاتمان را با لندن قطع کردیم و از در برنزی پایین هتل خارج شدیم و در حالی که دست‌هایمان را بالا گرفته بودیم به سمت هتل‌هایمان حرکت کردیم.

پشت پنجره‌های کاررا و تجمع پشت محل پذیرش که شیشه‌های سیاه داشت، هواداران مزدور پینوشه به سلامتی او و سه تن از اعضای حکومت نظامی و نیروی دریایی، نیروی هوایی و ژاندارمری می‌نوشتند. وقتی که او در تلویزیون اعلام کرد که کنگره، احزاب سیاسی، اتحادیه‌های

در صبح روز سه‌شنبه ۱۱ سپتامبر ۱۹۷۳ وقتی آگوستو پینوشه، فرمانده ارتش شیلی داشت دسیسه‌اش را می‌چید، تعداد اندکی از خبرنگاران در سانتیاگو باقی مانده بودند. شنبه قبلش او سرانجام به تدارکات برای کودتایی پیچیده علیه دولتی که در انتخاباتی عادلانه انتخاب شده بود پیوست و فقط سه روز بعد، تنها سه روز بعد، او ظرفیت خود برای تروریسم، شکنجه و خیانت با یک قدرت خارجی را نشان داد. تنها این زمان بود که او داشت سرنوشتش را با دولت آمریکا گره می‌زد که از دولت آرمان‌خواه اما متزلزل ائتلافی بیزار بود؛ این دولت ائتلافی با شرکت شش حزب را دکتر سالوادور آلنده، یک پزشک دهکده رهبری می‌کرد که مصمم بود ارکان سوسیال دموکراسی را در کشوری که مدت‌های مدیدی برای منفعت ملاکین، صاحبان صنایع و ثروتمندان سازماندهی شده بود، عرضه کند.

ماه‌ها توطئه‌گران اصلی با پینوشه به سردی رفتار کردند، فکر کردند که او خیلی به آینده رئیس‌جمهور منتخب - همان‌طور که انتخابات محلی نشان داد به طرز فزاینده‌ای محبوب است - وفادار است و آنقدر هم به قانون اساسی وفادار هست که در توطئه مشارکت نکند.

اکثر خبرنگاران خارجی پس از هفته‌ها انتظار، شیلی را ترک کرده بودند، بسیاری از سانتیاگویی‌هایی فقیر و بی‌بهره به شهر پرهیاهوی بوئنوس آیرس و از این سر به آن سر رشته کوه‌های آند به خانه‌هایشان بازگشتند. واشنگتن پست یک خبرنگار در آنجا داشت، اما نه نیویوریک، نه نیویورک تایمز و نه مجله تایم هیچ‌کدام خبرنگار نداشتند.

وقتی سربازان با چتر در شهر پایین آمدند و منتظر ماندند تا جت‌های جنگنده هاوکر هانتر برسند و دولت غیرنظامی را با بمباران نابود کنند، آینده با ناامیدی اما به شکل عبثی سعی کرد با پینوشه تماس بگیرد و چند ساعتی حتی فکر کرد که شورشیان فرمانده نظامی او را ربوده و ساکت کرده‌اند.

بسیاری از ما گزارشگران خارجی در هفته‌های پیش از سپتامبر ۱۹۷۳ به دوره‌نشینی معمول در بار طبقه پایین هتل کاررا - آن سوی میدانی که کاخ ساده ریاست جمهوری آینده به نام مودنا قرار داشت - رفته بودیم؛ جایی که بسیاری از ما آنجا سکونت داشتیم. ما حین مشروب خوردن بی‌وقفه در مورد حدس و گمان‌هایمان برای آینده حرف می‌زدیم، آن دسته از ما که پاسپورت‌های آمریکایی داشتیم برای «تجربه سوسیالیسم» در شیلی پیش‌بینی بدتری می‌کردیم.

سه‌شنبه ضد انقلاب شورش کرد، خطوط تلفن و تلکس‌ها قطع و فرودگاه‌ها بسته شدند. قبل از ۱۰ صبح با دوست و همکارم، استوارت راسل از خبرنگاری رویترز پای پداده از خیابان‌های خلوت به سمت سفارت بریتانیا در بالای بانک لندن و آمریکای جنوبی رفتیم تا خطی برای فرستادن گزارشمان به لندن پیدا کنیم. هیچ خطی در دسترس نبود، اما وقتی آتش‌بازی در خیابان‌ها افزایش پیدا کرد، ما چیزی نمی‌خواستیم و کاری نمی‌توانستیم بکنیم جز اینکه شادمانی ناب بسیاری از افراد در سفارتخانه را تماشا

LEMOGE CLINIC drshirafkan @ hotmail.com

Doctor Abbas Shirafkan & Dr Hannah

Laser Hair Removal

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

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

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

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

Free consultation

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

BOTOX: £100 Fillers : £200 Lips Enlargement: £200
Chemical peels, Cheek enhancement, Treat any wrinkle/line

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

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

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



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

مشاور رایگان توسط دکتر عباس شیرافکن

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

هدف ما
پاسداری از اعتماد شما
در سرتاسر دنیا

**SEPARAYEN
MONEY EXCHANGE**

خدمات ارزی سپر آیین

مهدی محسنی



Mehdi Mohseni

Colton House
Princes Avenue
Finchley Central
London N3 2DB

☎: 02083431875

Fax: 02083431875

Mob: 07988603026

@: info@separayen.com

www.separayen.com



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

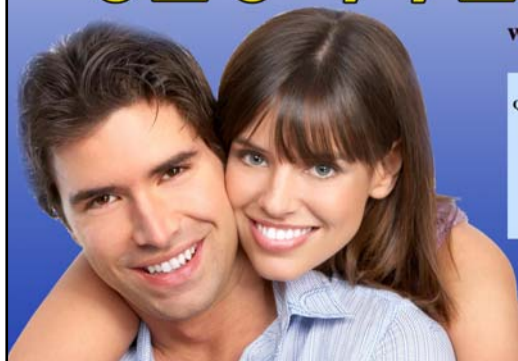
دوشنبه تا جمعه: 9 صبح تا 5 عصر
دیرتر با تعیین وقت قبلی



11 Porchester Gardens
Bayswater, London, W2 4DB

020 7727 3650

www.porchesterdentist.co.uk



G&M
Direct
Claim
تصادف



آیا در طول سال های گذشته تصادف کرده اید و مقصر نبوده اید؟

اگر پرونده شما برنده نشود
شما ملزوم به پرداخت
هیچ هزینه ای نیستید!

24hr
Service

آقای غفار اسماعیل زاده

020 8900 9574

079 5847 9813

* Recovery در زمان تصادف

* اتومبیل نو در روز تصادف

* تعویض موتور یا اتومبیل مینی کب شما در روز تصادف

* گرفتن خسارت جانبی هرگونه صدمات جسمی

* دریافت مدارک شما از هر نقطه از لندن

* گرفتن خسارت ناشی از حوادث محل کار

* دریافت در آمد از دست رفته شما

Wembley Point, Floor 20, Suit No 4,

1 Harrow Rd, Wembley HA9 6DE

Email: Direct.claim@live.co.uk

www.gmdirectclaim.com



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،
ثبیت شرکتهای، خرید بزنس و ترجمه رسمی مدارک فارسی

به مدیریت سعید کاشف پور

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

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

دفتر کار در : High Street Kensington, W8 4SP

برای ترجمه مدارکشان میتوانند آنها را بما ایمیل کنند

Email: info@aria-uk.com

Ph: 0794 361-7780 or 020 7938-1088

REGISTER NO: 07808845



صرافی مارسللا

در خدمت پارسیان

انتقال ارز به صورت الکترونیکی حتی بعد از ساعت اداری
خرید و فروش ارز با بهترین نرخ
انتقال ارز از طریق سیستم مطمئن بانکی
انتقال ارز از طریق سیستم
WESTERN UNION
فروش انواع سکه های بهار آزادی

تمایز ما تعهد و مشتری مداری ماست.

با مدیریت خانم موسوی

TEL/FAX: +44(0)20 8446 9535

MOB: +44(0)79 8867 4331

+44(0)78 8736 7707

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

رستوران آریانا

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

Fine Dining

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

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

M S B

My Sign Book

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

تحصیل در انگلستان تخصص ماست



Iranian Study Centre

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

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

مشاوره تحصیلی رایگان

ویزای شینگن

گفتگوی آنلاین با مجربترین مشاورین تحصیلی

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

مشاوره با متخصصان انگلیسی

جهت آشنائی با فرهنگ انگلستان،

تورهای دانشجویی به تمام کشورهای اروپایی

www.iranianstudy.co.uk



منصور شاهرخ

عضو رسمی انجمن حسابداران خبره



KNIGHT CHADWICK

Unit 1A Woodstock Studios, 36 Woodstock Grove,
Shepherd's Bush Green, London, W12 8LE

Tel: 020 7096 1822 | Fax: 020 7993 6258
Mobile: 07956 444 000

email: mansour@knightchadwick.co.uk
www.knightchadwick.co.uk

Mansour Shahrokh, Director - Member of "the Association of Chartered Certified Accountants"

ACCA



رونمایی از تلفنی با اهداف صلح جویانه

اولین تلفن هوشمند تجارت عادلانه این هفته در لندن

و مناطقی که سود حاصل از تجارت خود را صرف خرید سلاح نمی‌کنند استخراج شده است. مایکل بالستر مدیر تولید محصول این شرکت هلندی اظهار داشت که تصمیم گرفت تلفن هوشمندی با تجارت عادلانه بسازد تا این که صرفاً ستادی علیه تلفنهای هوشمند موجود در بازار تشکیل دهد. وی افزود: نظاره کردن از بیرون و انتقاد از دیگران کار



۵ نظریه علمی درباره ظاهر احتمالی موجودات فرازمینی

موجودات فضایی تاکنون در بسیاری از فیلمهای ساخته شده در جهان از موجودات زشت و لزج تا موجودی شبیه خرس اسباب بازی یعنی ای تی به تصویر کشیده شده اند. اما از نظر دانشمندان کدام چهره از موجودات فرازمینی به واقعیت نزدیک تر است؟ با افزایش درک ما از جهان اطرافمان، چشم انداز ما نیز نسبت به وجود خود متواضع تر شده، این امر موجب شده که دانشمندان نظریه پردازیهایی را درباره ظاهر موجودات فرازمینی آغاز کنند که نسبت به گذشته می توان آنها را واقعی تر دانست.

دیدگاه ها و عقاید در رابطه با شکل و شمایل این موجودات بسیار متنوع و متغیر است، اما برخلاف همه این دیدگاه های علمی تخیلی دانشمندان نظریات خود را برحسب سرخهای زیست محیطی و بیولوژیکی ارائه داده اند. اما مطرح شدن این نظریات علمی باز هم به این معنا نیست که ما به پاسخ هستی شناسانه بیگانگان فرازمینی نزدیک شده ایم.

۱- عروس دریایی

دکتر مگی آدرین پاکوک که برای شرکت فضایی استریوم کار می کند اعتقاد دارد که بیگانگان فضایی موجوداتی از نوع دریایی با نور بیشتر برای برقراری ارتباط با سایر موجودات فضایی هستند، این موجودات دهان خود را برای گرفتن مواد شیمیایی از اتمسفر برای رشد

پوشش محافظ خارجی ضخیم آنها است که می تواند برای مدت طولانی در شرایط سخت (برای مثال جنگ هسته ای) دوام بیاورند.

۳- درست شبیه انسان

سیمون کانوی موریس استاد زیست شناسی باستانی تکاملی در دانشگاه کمبریج معتقد است که بیگانگان فضایی شاید درست شبیه انسان باشند، به این معنا که آنها نه فقط در ظاهر و بیولوژی بلکه در ضعفهای انسانی چون خشونت، حرص و تمایل به سوء استفاده از منابع دیگران نیز با انسان مشترک هستند. وی اظهار می دارد: وقتی که یک زیست کره وجود داشته باشد شرایط مشابه پدید می آید و این امر در رابطه با هوش نیز صدق می کند.

۴- حیات غیر کربنی

براساس آنچه ما درباره حیات در زمین می دانیم این مسئله قابل درک است که چرا بسیاری از دانشمندان از جمله موریس این ایده را مطرح می کند که بیگانگان فضایی شبیه انسان هستند. اما این در شرایطی است که قسمت اعظم حیات روی سیاره زمین متشکل از کربن، هیدروژن، نیتروژن، اکسیژن، فسفر و سولفور است، دانشمندان در سال ۲۰۱۰ اورگانوسمهای چند سلولی یافته اند که به اکسیژن نیازی ندارند و براساس دانش کنونی تنها باکتری چنین ویژگی دارد. این امر پرسشهایی را درباره درک ما از حیات و چگونگی وجود آن به دنبال دارد. فرضیه های علمی امروز نشان می دهد که حیات غیرکربنی می تواند در کیهان وجود داشته باشد و اگر صحت این فرضیه ثابت شود این احتمال وجود دارد که حیات فرازمینی هیچ شباهتی به حیات زمینی نداشته باشد.



۵- موجوداتی از اعماق دریا یا ارتفاعات بالا

برای مثال در برنامه اکتشاف کانادا دکتر لوئیس دارتل زیست اختر شناس دانشگاه کالج لندن احتمالات معدودی مطرح کرده که براساس آن موجودات فضایی که از سیاره های دیگر هستند ممکن است شبیه برخی اورگانوسمهای سیاره ماه باشد، برای مثال در دنیاهای آبی این اورگانوسمها شبیه موارد نادری هستند که ما در اعماق اقیانوسهای خود مشاهده می کنیم و یا در دنیاهایی که دارای گرانش سنگین هستند موجودات پرنده بسیار قدرتمند و بزرگتر وجود دارد که از مزایای اتمسفر متراکم و غلیظ آنجا سود می برند.

۲- شبیه حشرات

سوسکها درمیان منفورترین موجودات سیاره ما جای می گیرند و علت آن

رونمایی می شود تا گام مهمی به سوی رسیدن به فناوری اخلاقی باشد.

یک شرکت هلندی به عنوان سازنده تلفن هوشمندی که فیرفن (به معنای تلفن منصفانه Fairphone) نامیده می شود اظهار داشت با گروههای فشار برای اطمینان حاصل کردن از این که این تلفن اخلاقی ترین محصول موجود بوده همکاری داشته است. این تلفن هوشمند جدید با صفحه ۴٫۳ اینچی (۱۰٫۹ سانتیمتری) که بین آی فن ۵ و گلکسی S۳ محسوب می شود با قیمت ۲۷۲ پوند به فروش می رسد اما این تلفن تا ماه دسامبر وارد بازار فروش نمی شود. تاکنون ۱۵ هزار دستگاه از این تلفن به صورت پیش سفارش فروخته شده است و مشتریان بالقوه می توانند از روز چهارشنبه ۲۷ شهریور ماه در جشنواره طراحی لندن این محصول جدید را از نزدیک مشاهده کنند. تعدادی از منابع معدنی در تلفنهای هوشمند اغلب از مناطق مورد درگیری چون جمهوری دموکراتیک کنگو گرفته می شود. تانتال، قلع و تنگستن به طور خاص از معادن این منطقه استخراج می شود که گروههای مسلح آن را کنترل می کنند و از این تجارت سود می برند و به تبع سود این تجارت صرف افزودن سوخت به آتش جنگ می شود. قلع و تانتال فیرفن از معادن بدون جنگ و درگیری

تجربه رانندگی بدون دست با خودرو جدید مرسدس بنز

شرکت خودروسازی مرسدس بنز از نسل جدی خودرو خودران رونمایی کرد که احتمالاً تا سال ۲۰۲۰ میلادی وارد بازار خواهد شد.

درحالیکه شرکت های خودروسازی مانند ولوو، جنرال موتورز و فولکس واگن در حال طراحی خودروهای خودران هستند، رقیب آلمانی با رونمایی از خودروی خودران S ۰۰۰ Intelligent Drive گوی سبقت را از سایر رقبای خودروسازی خودروسازی خودران مجهز به حسگرهای مبتنی بر تولید است و این فناوری امکان موقعیت یابی، مشاهده موانع در جاده و نحوه واکنش مستقل خودرو را فراهم می کند. با کمک فناوری Route Pilot خودرو قادر به مسیریابی مستقل در مناطق پر ترافیک شهری و بین شهری خواهد بود. در عین عملکرد کاملاً مستقل، راننده می تواند در شرایطی مانند رسیدن به چراغ راهنمایی و رانندگی، میدان، عابران پیاده، دوچرخه سواران یا تراموا بصورت دستی خودرو را کنترل کند. مراحل تست جاده ای خودروی خودران S ۰۰۰ Intelligent Drive ماه گذشته میلادی در فاصله

۱۰۰ کیلومتری بین دو شهر مانهایم تا فورتسهایم با موفقیت انجام شد. «توماس وبر» مدیر بخش توسعه شرکت دایملر تأکید می کند: قصد داریم بعنوان نخستین تولید کننده، خودروی کاملاً مستقل و هوشمند جهان را تا یک دهه آینده روانه بازار کنیم. فناوری برجسته بکار رفته در این خودرو در نمایشگاه خودرو فرانکفورت معرفی خواهد شد. علاوه بر محققان آلمانی، محققان دانشگاه آکسفورد در همکاری مشترک با نیشان به دنبال طراحی خودروهای رباتیک (robotcars) هستند که با استفاده از داده های دریافتی از جاده و نرم افزار آنبرد رانندگی، قادر به عملکرد کاملاً مستقل در جاده است. با کمک دوربینها و لیزر نصب شده در شاسی خودرو الکتریکی Leaf نیشان، نقشه سه بعدی آنی از محیط اطراف در شرایط رانندگی دستی تهیه می شود که از طریق آی پد لمسی در اختیار راننده قرار می گیرد. لیزر جلوی خودرو ۱۳ بار در ثانیه مسافت ۵۰ متری مقابل را برای پیشگیری از برخورد با موانع، عابر پیاده، دوچرخه سوار یا خودروهای دیگر با میدان دید ۸۵ درجه ای اسکن می کند. در صورت تشخیص مانع احتمالی، سرعت بطور خودکار کاهش پیدا کرده و راننده با پدال ترمز می تواند کنترل کامل خودرو را در دست بگیرد.



خواب‌ها از کجا می آیند؟

که این بیماران دارای افکار آنی نیستند، این سوال مطرح است که آیا آن‌ها خواب می بینند؟

در این تحقیق از ۱۳ سوژه مبتلا به نارسایی و ۱۳ سوژه کنترل خواسته شد که یک دفتر یادداشت خواب داشته باشند. محققان سپس این دفترها را برای طولانی بودن، پیچیدگی و عجیب بودن آن‌ها تحلیل کردند. در نهایت، تمامی بیماران مبتلا به این نارسایی خواب دیدن را گزارش نکردند، اما تعدادی از آن‌ها این عمل را انجام دادند. افرادی که خواب دیدن را گزارش کرده بودند (فقط چهار نفر از ۱۳ نفر)، خواب‌های کوتاه‌تر و غیرعجیب‌تر را در مقایسه با گروه کنترل داشتند. گروه کنترل خواب‌هایی با سناریوهای نرمال مانند راه رفتن را داشتند. بیماران که در طول روز دارای افکار آنی نبودند، می‌توانند هنگام خواب این افکار را داشته باشند و این موضوع نشان می‌دهد که خواب دیدن باید فرآیندی «پایین-به-بالا» و اساساً یک reflex باشد. سادگی و فقدان عاطفی خواب‌های افراد از این حکایت دارد که فرآیندهای دست بالاتری برای خلق سناریوهای عجیبی که بسیاری از مردم در خواب‌هایشان دارند، لازم است.

تیمی از محققان فرانسوی بر این باورند که خواب دیدن در اساسی‌ترین نوع خود، توسط brainstem مغز ایجاد می‌شود. این ارگان بخشی از مغز و به نخاع متصل است و نقش مهمی را در تنظیم خواب (فرآیندی «پایین-به-بالا» و نه نتیجه عملکردهای بالاتر مغز) ایفا می‌کند. محققان حاضر در این مطالعه بیماران مبتلا به نارسایی «فعالسازی خودکار» (auto-activation) را بررسی کردند. فعالسازی خودکار سندرومی است که مشخصه آن بی‌تفاوتی شدید است. افراد دارای این نارسایی، توانایی فعال کردن آنی هر نوع فرآیند شناختی یا عاطفی را از دست می‌دهند. آن‌ها دارای هیچ نوع فکری نیستند و اغلب به آرامی تمامی روز را در یک مکان و بدون صحبت کردن یا حرکت کردن می‌نشینند. چنانچه فردی آن‌ها را تحریک کند، می‌توانند به سوال‌ها پاسخ گفته و خاطرات را به یاد آورند، اما در صورتی که به حال خود رها شوند، ذهن آن‌ها خالی می‌ماند. در صورتی

پیشنهاد وسوسه کننده ناسا برای تنبل‌ها!

ناسا در حال ثبت نام از داوطلبان برای خوابیدن در رختخواب



به مدت ۷۰ روز به منظور بررسی تاثیر ریزگرانش بر روی بدنشان است و ماهانه ۵۰۰۰ دلار برای این تلاش به آنها پرداخت خواهد کرد! این پژوهش در مرکز فضایی جانسون در هوستون در حال اجرا بوده که فرد به مدت دو هفته در آنجا مانده و فعالیت‌های روزانه‌اش را انجام می‌دهد تا دانشمندان بتوانند شرایط بدنش را در حالت عادی ارزیابی کنند. داوطلبان سپس به مدت ۷۰ روز در یک تخت مورب خوابیده و روزانه برای ۱۶ ساعت از نور و هشت ساعت از تاریکی بهره‌مند خواهند شد. دسترسی به بازیهای رایانه‌ای، تلویزیون، کتاب، اینترنت و بازدیدکنندگان آزاد بوده و انواع غذا برای حفظ وزن ثابت فرد ارائه خواهد شد.

حتی فرد می‌تواند در همان رختخواب دوش بگیرد. تنها زمانی که فرد اجازه حرکت دارد، وقتی است که دانشمندان به انجام آزمایشات برای بررسی تغییرات در استخوان، عضله، گردش خون، تغذیه و سیستم ایمنی می‌پردازند. همچنین طی تمرین جدیدی موسوم به آزمایش اقدام متقابل و عملکرد که به بررسی تاثیر حرکات مختلف بر روی اندازه و قدرت ماهیچه، سلامت استخوان و عملکرد قلبی عروقی می‌پردازد، افراد می‌توانند حرکت کنند. البته حتی در آن زمان نیز داوطلبان روی تخت خوابیده و با تجهیزات خاص ورزش می‌کنند.

پس از این ۷۰ روز، یک دوره توانبخشی ۱۴ روزه برای بازگرداندن بدن به حالت عادی برگزار می‌شود. یک پژوهش مشابه توسط برنامه زندگی و علوم فیزیکی سازمان فضایی اروپا در موسسه ماس فرانسه در حال اجراست. اگرچه با وجود جذابیت‌های این پول آن، این تجربه به آسانی آنچه در ابتدا به نظر می‌رسد نیست. در دوره‌های طولانی، ریزگرانش عوارض جدی بر روی بدن انسان می‌گذارد.

بدون کشتش عادی گرانشی، خون به سمت پایین جریان نیافته اما در اندام مانند صورت، دست‌ها و پاها پف ایجاد می‌کند. همچنین بدون این فشار به سمت پایین، قد افزایش می‌یابد. توده بدن اغلب با تخلیه نیترژن از بافت ماهیچه کاهش یافته، رگ‌ها و شریان‌های پاها ضعیف‌تر شده، کم خونی اتفاق افتاده و همچنین شمارش سلولهای خون کاهش می‌یابد. مهمترین نگرانی، کاهش کلسیم استخوان بوده که با طولانی‌تر شدن ماموریت، افزایش می‌یابد. کاهش کلسیم استخوان در معرض ریزگرانش طولانی مدت ۱۰ برابر سریعتر از افراد مسن مبتلا به آرتروز رخ می‌دهد. فضاوردان در زمان بازگشت به زمین از یک حس کلی ضعف و فقدان تعادل گزارش می‌کنند که البته پس از یک هفته به حالت عادی برمی‌گردند. بررسی تاثیرات ریزگرانش یک برنامه در حال انجام در ۲۵ سال گذشته برای ناسا بوده است. راه‌های دیگری برای ایجاد محیط‌های گرانش پایین در زمین وجود دارد اما مدت آنها بسیار کوتاه است. برای مثال، آزادسازی نمونه‌های تجربی از بالای برجهای بلند تنها چهار ثانیه ریزگرانش ارائه می‌کند. هواپیمای تحقیقاتی در حالیکه به بالاترین شیب صعود رسیده و یک سقوط سریع را آغاز می‌کند، می‌تواند این تجربه را برای حدود ۳۰ ثانیه ارائه کند.

زیر نظر بانک مرکزی

صرافی شرفی

WESTERN UNION MONEY TRANSFER

FSA: 585070

Under License Number 12502332

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

Tel: 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 ایرانی هدف

شروع کلاسهای سال تحصیلی 2013
14 September

تدریس فارسی از مقطع پیش دبستانی تا A-Level & GCSE
با همکاری گروهی از معلمان با تجربه و با ثبت رسمی
ساعات تدریس: شنبه‌ها ۱:۳۰ تا ۴:۳۰ بعد از ظهر
کلاس‌های خصوصی ریاضی و فارسی نیز دایر می‌باشد

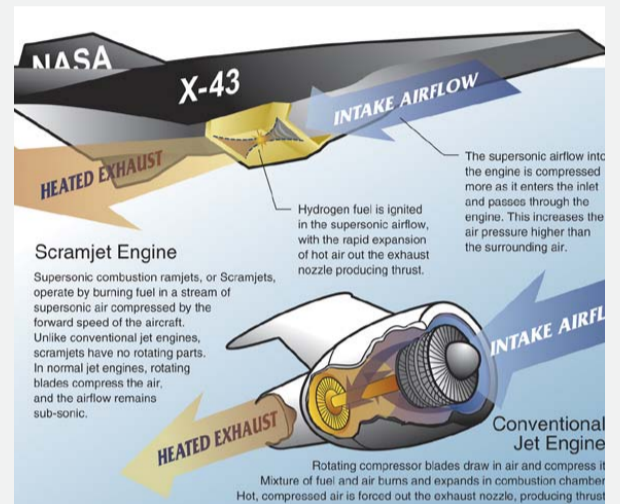
Tel: 0772 371 32 66
Tel: 0745 325 25 80
Woodhouse College
Woodhouse Road
Finchley, London N12 9EY
خطوط اتوبوس: ۸۲-۱۲۵-۱۳۴-۲۲۱-۴۶۰
نزدیک ترین ایستگاه قطار: Woodside Park
www.hadaffarsianschool.co.uk
Email: hadaffarsischool@yahoo.co.uk



پرواز آزمایشی یک جت جدید با ۸ برابر سرعت صوت

یک موتور جت انقلابی که قادر به عملکرد با هشت برابر سرعت صوت است، برای انجام پرواز آزمایشی به نروژ رسیده است. این تکنولوژی که توسط دانشگاه کویزلند استرالیا طراحی شده، Scramspace نام دارد و در واقع، یک scramjet مافوق صوت است که توسط موشک در مدار قطبی شمالی پرتاب خواهد شد. سامانه ابداعی بخشی از پروژه طراحی فناوری مافوق صوت است که ممکن است روزی بارهایی را با بهای ارزان در مقایسه با فناوریهای کنونی، در مدار قرار دهد.

سیستم Scramspace یک پروژه تحقیقاتی سه ساله توسط تیمی بین‌المللی متشکل از ۱۳ اسپانسر از پنج کشور جهان است. رهبری



این تیم را پروفیسور «روسل بویس» از دانشگاه کویزلند بر عهده دارد. بوجه ۱۳.۷ میلیون دلاری این سامانه در مقایسه با بودجه‌های پروژه‌های مافوق صوت آمریکا که صدها میلیون دلار هزینه می‌برند، کوچک است. قلب Scramspace یک متر و ۸۰ سانتی‌متری، یک سیستم scramjet مافوق صوت است. یک موتور جت استاندارد مانند آنچه در یک هواپیمای مسافربری تعبیه می‌شود، بخش بسیار پیچیده‌ای از ماشین‌آلاتی است که ملو از پره‌های دوربین است و هوای ورودی را برای سوزاندن سوخت جت، فشرده می‌کند.

با این حال، چنانچه موتور به اندازه کافی سریع حرکت کند، هوا خود را برای انجام احتراق فشرده می‌کند. این همان رخدادی است که در یک ramjet روی می‌دهد، یعنی سوخت مستقیماً به درون یک اتاقک احتراق افشانه می‌شود و به شیوه‌ای بسیار ساده مشتعل می‌شود. سیستم جدید از یک scramjet استفاده می‌کند که متفاوت از یک ramjet است، زیرا سوخت آن به درون کانتینر هوای ورودی و نه اتاقک احتراق، می‌رود تا زمان لازم را به سوخت برای ترکیب شدن مناسب با هوا در سرعت مافوق صوت را بدهد. مشتعل شدن سوخت هیدروژن از این حقیقت بهره می‌برد که در موتور، احتراق همسان نیست و نقاطی با فشار بسیار بالا وجود دارند که می‌توان آن‌ها را در آگروز جت مشاهده کرد. این نقاط دمای ترکیب سوخت/هوا را به نقطه اشتعال افزایش می‌دهند. بین ۱۵ و ۲۱ سپتامبر، سامانه ابداعی یک پرواز آزمایشی با سرعت بالای هشت ماک (پنج هزار و ۲۹۰ گره یا هشت هزار و ۶۰۰ کیلومتری در ساعت) را آغاز خواهد کرد و از مرکز Andya Rocket Range واقع در ۳۰۰ کیلومتری شمال «مدار قطب شمال» اوج خواهد گرفت. این فناوری توسط دو موشک به فضا و به ارتفاع ۲۲۰ کیلومتری پرتاب می‌شود و هنگامی که جو را ترک می‌کند، از سفینه فضایی جدا خواهد شد و نیروی رانشی گازی کوچک آن را به زاویه دقیق مطلوب هدایت می‌کند. سپس گرانش سفینه را به سرعت هشت ماک شتاب‌دهی می‌کند. زمانی که این وسیله‌نقلیه در ارتفاعی بین ۲۷ و ۳۲ کیلومتر است، موتور آن برای شلیک، آتش گرفته و ابزار موجود نیز احتراق و داده‌های رانش را ثبت می‌کند.

این فرایند باید به سرعت انجام شود، زیرا سه ثانیه پس از اشتعال، Scramspace بر فراز دریای شمال متلاشی می‌شود. تیم تحقیقاتی حاضر در این پروژه امیدوار است آزمایش جدید درک بهتری از فیزیک مافوق صوت، احتراق مافوق صوت، چگونگی عملکرد مواد و اجزا در سرعت‌های مافوق صوت و چگونگی ارتقا فرایند طراحی سفینه مافوق صوت را ارائه دهد.

مهندسان امیدوارند روزی ارسال بار به مدار با وسایط نقلیه‌ای که اکسیژن مایع کمتری را در مقایسه با موشک‌های کنونی حمل می‌کنند، کم‌هزینه‌تر شود.

کشفیات دانشمندان درباره درک مختلف موجودات از زمان؛

چرا در پیری زمان سریع‌تر می‌گذرد؟

محققان دانشگاه ترینیتی کالج دوبلین مدعی‌اند درک زمان توسط موجودات مختلف بستگی به اندازه آنها دارد، گرچه زمان در واقع، با سرعت یکسان می‌گذرد.

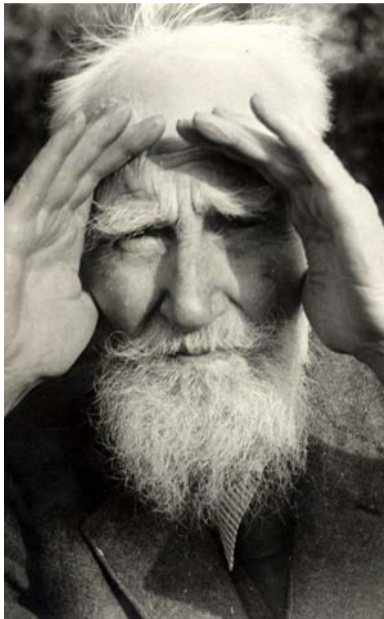
چشمان یک مگس به‌روزسانی‌ها را بسیار بیشتر از چشمان انسان به مغز می‌فرستد و بنابراین، پردازش‌های ذهنی آن بسیار سریع‌تر از پردازش‌های ذهنی انسان است. نتیجه آن است که یک مگس اشیایی را که به کندی حرکت می‌کنند، در مقایسه با واکنش‌های سریع خود می‌بیند. این امر در مقایسه با فردی که با روزنامه در تعقیب آن است، موجب تصمیم‌گیری بسیار سریع‌تر برای دور شدن از خطر می‌شود. مگس‌ها تنها گونه‌هایی نیستند که درک متفاوتی از زمان دارند.

محققان کالج ترینیتی دوبلین به همراه دانشگاه ادینبرو و دانشگاه سنت‌اندروز معتقدند درک زمان به اندازه موجودات بستگی دارد؛ به طور مثال، سگ‌ها اطلاعات را با دو برابر سرعت انسان پردازش می‌کنند و این امر توضیح‌دهنده این پرسش است که چرا آن‌ها اغلب به تلویزیون علاقه‌ای ندارند. صفحات تلویزیون برای ارائه توهمی از تصاویر ثابت به انسان‌ها سوسو می‌زنند، اما سیستم بینایی سگ‌ها دارای سرعت رفرش بالاتری در مقایسه با صفحه تلویزیون است و بنابراین تمامی آنچه آن‌ها می‌بینند، سوسوی نورهاست.

در آزمایشات انجام‌شده، موجودات کوچک‌تر و چابک‌تر دارای بالاترین توانایی برای درک اطلاعات در یک واحد زمانی بودند، به عبارت دیگر آن‌ها قادر بودند سوسوهای نور بیشتری را در

هر ثانیه ببینند. به روشی مشابه، به نظر می‌رسد سرعت زمان برای موجودات بزرگ‌تر افزایش می‌یابد.

یک مثال لاک‌پشت دریایی پشت‌چرمی است که زمان را ۲.۵ برابر سریع‌تر از انسان درک می‌کند. با این حال، محققان از نوعی سوسک به عنوان موجودی یاد می‌کنند که از این قانون تبعیت نمی‌کند. این موجودات اطلاعات اندکی را توسط



چشم‌هایشان دریافت می‌کنند و سریع‌تر از آنچه چشم‌هایشان می‌تواند همراهی کند، می‌دوند.

آن‌ها اساساً خود را نابینا می‌کنند و یک رویکرد توقف-شروع را برای یافتن طعمه پی می‌گیرند و به امید این که به چیزی برخورد کنند، به سمت طعمه می‌دوند. ماهی شمشیری نیز نمونه عجیب دیگری است و زمانی که این آبزیان شکار می‌کنند، درکشان از زمان تقریباً مانند انسان‌ها است، زیرا عمداً چشم‌هایشان را گرم می‌کنند.

مابقی اوقات، سرعت زمان برای آن‌ها پنج برابر بیشتر است، زیرا این موجودات یک پنجم اطلاعاتی را که انسان در ثانیه درک

می‌کند، درک می‌کنند. به اعتقاد دانشمندان، درک زمان فقط جنبه دیگری از تکامل و بقا است و آن‌ها این موضوع را با فلش‌زدن یک نور در سوسوهای سریع در مقابل حیوانات آزمودند.

چنانچه جرعه‌ها به اندازه کافی به یکدیگر نزدیک می‌بودند، مشاهده‌کننده آن‌ها را به عنوان یک ابهام پیوسته می‌دید. اما محققان دریافتند سرعت سوسویی که با آن فلش‌ها در یکدیگر ادغام می‌شدند، برای گونه‌های مختلف متفاوت بود و به طور باورنکردنی، تفاوت بزرگی بین گونه‌های کوچک و بزرگ بود.

چنانچه فردی به مگس‌ها نگاه کند، آن‌ها سوسوزدن نور را بیش از چهار برابر سریع‌تر از شخص می‌بینند و می‌توان تصور کرد که هر مگسی همه چیز را در حالت حرکت کند می‌بیند. حیوانات مطالعه‌شده در این تحقیق بالغ بر ۳۰ گونه بودند که از آن میان می‌توان از موش‌ها، مارمولک‌ها، جوجه‌ها، کبوترها، سگ‌ها، گربه‌ها و لاک‌پشت‌ها نام برد.

این مطالعه توانایی درک زمان توسط حتی حیوانات با کوچک‌ترین مغز را نشان می‌دهد. مگس‌ها شاید متفکران عمیقی نباشند، اما می‌توانند تصمیمات خوب را به سرعت اتخاذ کنند. تعدادی از حیوانات از تفاوت در درک زمانی کمال استفاده را می‌برند، به طور مثال، بسیاری از گونه‌ها از نورهای در حال جرعه‌زدن به عنوان سیگنال‌هایی استفاده می‌کنند که از میان آن‌ها می‌توان به کرم شبتاب و حیوانات در عمق دریا اشاره کرد.

گونه‌های شکارچی بزرگ‌تر و کوچک‌تر ممکن است در صورتی که سیستم بینایی‌شان به اندازه کافی سریع نباشد، قادر به رمزگشایی این سیگنال‌ها نباشند و این موضوع به سیگنال‌دهنده‌ها یک کانال سری اطلاعات ارائه می‌دهد. به گفته دکتر جکسون، این تحقیق می‌تواند توضیح دهنده این نکته باشد که چرا زمان هنگامی که انسان‌ها مسن‌تر می‌شوند، سریع‌تر به نظر می‌رسد، در حالی که برای کودکان به کندی حرکت می‌کند.



موسسه حسابداری

فاطمی

کلیمه 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 بانزستانگان

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 - ۰۲۰۲۲۲۱۵۷۶۳

(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 شم استریت

درباره خودتان سالم فکر می کنید؟

علی پورعلیرضا توتکله
کارشناس ارشد علوم تربیتی

هر انسانی در مراحل زندگی، با توجه به باورها، نگرش ها، ارزش ها و اعتقادات خود تصمیم گیری می کند و اعمال و رفتارهای او ناشی از فکر و اندیشه ای است که از خانواده، مدرسه، جامعه، فرهنگ و ارزش های اجتماعی کسب نموده است. از خصوصیات اصلی انسان، توانایی فوق العاده ای او در فکر کردن است؛ به خصوص توانایی او در تفکر درباره ی نحوه ی فکر کردن خود، شاید از بی نظیرترین و انسانی ترین ویژگی های اوست. همان طور که انسان با افکار و اندیشه های خیالی و غیرمنطقی، مایه ی اضطراب و نگرانی خود را فراهم می کند، از طریق تفکر صحیح و منطقی نیز می تواند خود را از شر ناراحتی های خویش، رها سازد.

وقتی تفکر و رفتار آدمی عاقلانه باشد، موجودی کارآمد، شادمان، سرزنده و توانا خواهد بود؛ پس می توان گفت هر انسانی با اندیشه و افکار خود، زندگی اش را می سازد و جهت می دهد. «آلبرت آلیس» روان شناس معروف که نظریه ی «درمان عقلانی عاطفی» را ارائه داده است، اعتقاد دارد که توسل به عقایدی در زندگی، موجب اضطراب و ناراحتی روانی فرد می گردد.

«آلیس» معتقد است وقتی حادثه ای برای فرد اتفاق می افتد، او براساس تمایلات درونی و ذاتی خود ممکن است برداشت متفاوت و متضاد از آن حادثه و رویداد داشته باشد؛ یکی افکار، عقاید و باورهای منطقی و عقلانی و دیگری افکار، عقاید و برداشت های غیرمنطقی و غیرعقلانی.

در حالتی که فرد تابع افکار و عقاید عقلانی و منطقی باشد، به عواقب و نتایج منطقی دست خواهد یافت و شخصیت سالمی خواهد داشت اما در حالتی که فرد تحت تأثیر و دستخوش افکار و عقاید غیرمنطقی قرار گیرد، با عواقب و نتایج غیرمنطقی و غیرعقلانی مواجه خواهد شد. در این حالت، فردی ست مضطرب و ناراحت که شخصیت ناسالمی دارد.

افکار غیرمنطقی از دیدگاه آلیس (۱) اعتقاد فرد به این که لازم و ضروری ست همه ی افراد جامعه او را دوست بدارند و احترام اش بگذارند.

این تصور، غیرعقلانی و غیرمنطقی ست زیرا چنین هدفی، غیرقابل دسترسی و وصول است.

البته این خوب است که انسان مورد مهر و محبت و دوستی دیگران قرار گیرد اما فرد عاقل و منطقی، هرگز علایق، آرزوها و خواسته هایش را قربانی چنین هدفی نمی کند.

(۲) اعتقاد به این که لازمه ی احساس ارزشمندی، وجود بیش ترین لیاقت، شایستگی، کمال و فعالیت شدید است.

این کار عملاً امکان پذیر نیست و تلاش و

غیرعقلانی و غیرمنطقی ست. فرد منطقی، از بزرگ کردن موقعیت نامطبوع و ناخوشایند، امتناع می ورزد و در جهت بهبود و عادی نمودن آن اقدام می کند. البته ممکن است که موقعیت های نامطبوع مختل کننده، اضطراب آور و مشکل ساز باشند اما به آن اندازه هم که فرد تصورش را در ذهن دارد، وحشتناک و فاجعه آمیز نیستند، مگر این که خود او، آن ها را این گونه تعبیر و تفسیر کند.



(۵) اعتقاد فرد به این که بدبختی و ناخشنودی او به وسیله ی عوامل بیرونی به وجود آمده و انسان، توانایی کنترل غم و اندوه و اختلال های روانی و عاطفی خود را ندارد و یا این که توانایی اش در این زمینه، بسیار کم است.

اگر فردی بپذیرد که اختلالات و مشکلات عاطفی، نتیجه ی احساسات، ارزش یابی ها و تلقین فرد به خودش است، در این صورت کنترل و تغییر آن ها، ساده و به راحتی امکان پذیر خواهد بود.

(۶) اعتقاد فرد به این که چیزهای خطرناک و ترس آور، موجب نهایت نگرانی می شوند و فرد همواره باید تلاش کند تا امکان به وقوع پیوستن آن ها را به تأخیر بیندازد.

این یک اندیشه و تصور غیرمنطقی و غیرعقلانی ست. فرد منطقی می داند که خطرهای بالقوه، به آن اندازه ای که انسان از آن ها می ترسد، وحشتناک نیستند و اضطراب و ناراحتی، نه تنها از وقوع آن ها جلوگیری نخواهد کرد، بلکه موجب افزایش آن ها نیز خواهد شد. از این رو، فرد منطقی و عقلانی، به انجام کارهایی خواهد پرداخت که امکان وقوع خطرهای بالقوه را به حداقل برساند.

(۷) اعتقاد فرد به این که اجتناب و دوری از بعضی مشکلات زندگی و مسؤولیت های شخصی، برای

وسواس در راه کسب آن، فرد را به اضطراب، نگرانی و بیماری های روانی مبتلا می سازد و در زندگی نیز احساس حقارت و ناتوانی به او دست می دهد؛ به این ترتیب، زندگی فرد همواره با شکست و ناکامی همراه خواهد بود اما فرد منطقی سعی می کند که بهترین کارها را به خاطر خودش انجام دهد، نه برای دیگران.

(۳) اعتقاد فرد به این که کسانی که خطا و اشتباه می کنند، باید به شدت تنبیه و سرزنش شوند.

این فکر، غیرمنطقی و غیرعقلانی ست زیرا تمامی انسان ها دچار خطا و اشتباه می شوند. فرد منطقی و عقلانی، هرگز خود و دیگران را سرزنش نمی کند. اگر دیگران هم او را سرزنش کنند، در بهبود رفتار و اعمالش می کوشد. هم چنین اگر دیگران، کار خطا و نادرستی انجام دهند، سعی در درک علل آن کار دارد و اگر بتواند، آنان را از ادامه ی کارهای نادرست، باز می دارد.

(۴) اعتقاد فرد به این که اگر وقایع و حوادث آن طور نباشد که او می خواهد، نهایت ناراحتی، گرفتاری و بیچارگی به بار می آید و این مسأله برای او فاجعه آمیز خواهد بود.

چنین طرز تفکری، اشتباه و بیهوده است زیرا ناکام شدن، یک احساس طبیعی ست اما اندوه و نگرانی بسیار شدید و طولانی مدت، یک موضوع

او آسان تر از مواجه شدن با آن هاست.

این نوع تفکر و اعتقاد فرد، غیرمنطقی و غیرعقلانی ست زیرا دوری و اجتناب از یک کار، سخت تر و دردناک تر از انجام آن است و علاوه بر مشکلات و نارضایتی های بعدی، موجب کاهش اعتماد به خود نیز می شود. فرد منطقی و عقلانی، آن چه را که باید در زندگی و کارهای روزانه ی خود انجام دهد، بدون شکوه و شکایت زیاد به انجام می رساند و در عین حال، از انجام کارهای دردناک و غیر لازم، دوری می جوید. او هم چنین پی می برد که زندگی، آکنده از شکست ها و موفقیت هاست؛ بنابراین سعی می کند با مشکلات و ناکامی ها مبارزه کند و موانع را از پیش روی خود بردارد. هم چنین فرد منطقی، ضمن احساس مسؤولیت در زندگی، از حل مشکلات خود نیز لذت می برد.

(۸) اعتقاد فرد به این که باید متکی به دیگران باشد و بر انسان قوی تری تکیه کند.

با وجود آن که هر فردی تا حدودی به دیگران متکی ست اما دلیلی برای افزایش وابستگی وجود ندارد زیرا وابستگی شدید، به فقدان یا کاهش استقلال فردی و اعتماد به نفس می انجامد. فرد منطقی و عقلانی برای کسب استقلال و مسؤولیت برای خویش تلاش می کند اما هیچ وقت هم از دریافت کمک های لازم دیگران امتناع نمی ورزد. هم چنین به هنگام لزوم، خطر می کند و اگر هم شکست خورد، آن را تجربه ای برای پیشرفت خود می داند.

(۹) اعتقاد فرد به این که تجارب و وقایع گذشته و تاریخچه ی زندگی، تعیین کننده ی مطلق رفتار کنونی او هستند و اثرات اتفاقات گذشته را به هیچ وجه نمی توان نادیده انگاشت.

این عقیده هم غیرمنطقی و غیرعقلانی ست. فرد منطقی و عقلانی در عین حال که گذشته را مهم می شمارد، می تواند با بررسی اثرات رفتار و تجزیه و تحلیل عقاید و باورهای اشتباه و نگران کننده ی گذشته ی خود، به تغییر رفتار و اعمال کنونی خویش اقدام کند. فرد سالم بیش از آن چه به گذشته توجه دارد، به زمان حال و وضعیت موجود توجه می کند.

(۱۰) اعتقاد فرد به این که برای هر مشکلی، همیشه یک راه حل درست و کامل وجود دارد و اگر انسان به آن دست نیابد، بسیار وحشتناک و فاجعه آمیز خواهد بود.

این عقیده، غیرعقلانی ست. فرد منطقی و عقلانی می کوشد تا حتی الامکان راه حل های متعددی را برای مشکل خویش بیابد و از بین آن ها، بهترین و عملی ترین راه حل را انتخاب کند. او هم چنین آگاه است که هیچ راه حلی کامل نیست و سودمندی و مفید بودن راه حل ها، امری نسبی ست و برحسب موقعیت های مختلف، تغییر می کند.



فارغ التحصیل در رشته روانکاو و مشاوره هیپنوتراپی تأیید شده از (London University) توسط وزارت بهداشت انگلستان قاضی د ادگاههای فرجامی در بیمارستانهای اعصاب لندن عضو جامعه روانکاو انگلستان استاد تعلیم هیپنوتیزم درمانی و د ادن مدرک تأیید 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 عاداتهای ناخواسته، 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



گروه بزرگی از ایرانیان اینک در نقاط مختلف جهان پراکنده اند. برای نخستین بار با این مشکل زبان محل و زبان مادری روبرو هستند. کسانی که در سنین بالا از ایران خارج شده اند. چنین مشکلی ندارند. این گروه سال های یادگیری و تکوین زبان مادری را در ایران گذرانده اند. و اگر ارتباط خود را با آثار و نوشتجات فارسی

آشنا هستند این حالت شدیدتر است. سرانجام گروهی که پدر و مادرشان به عمد و قصد و یا از روی اجبار و ندانستن زبان دیگر فقط فارسی با فرزندان خود حرف زده اند. اما کوششی فعالی در یاد دادن فارسی به آنها ننموده اند. طبعاً دایره اطلاعات و معلومات آن عده کم است و از حدود گفتگوی معمولی تجاوز نمی کند. از دو گروه بالا

درویش اصراری بر این که فارسی را نیز مانند زبان محلی بطور جدی بیاموزد ندارند.

این استدلال تا حدی معقول و درست است. ولی یک نکته نباید فراموش شود. آن قدرت یادگیری خارق العاده زبان در اطفال و نوباوگان است. از لحاظ علمی ثابت شده. که یک طفل می تواند به آسانی و در کمال سهولت سه یا چهار زبان را همزمان یاد بگیرد و در همه آنها پیش برود. به همه آنها بنویسد و بخواند. بشرط آن که بطور جدی و یا برنامه ای مرتب و پیگیر این کار ادامه یابد.

فارسی زبان مادری ما است. زبانی است که آثار ادبی بسیار زیبا بدان سروده شده. زبانی است لطیف و پرمایه. زبانی است غنی و والا. بنابراین نباید نیازی به استدلال در اهمیت این زبان و لزوم یادگیری آن باشد.

علاوه بر آن این نکته نیز مورد تأیید جامعه شناسان است. که فرزندان مهاجران خارجی اگر با زبان مادری خود آشنا نباشند و آن را نیاموزند بیشتر دچار بحران های روحی و گرفتاری های ناشی از دو فرهنگ بودن می شوند. و شخصیت آنان به طور کامل رشد نمی کند مثلاً آن دسته از کودکان ایرانی که زبان فارسی نمی دانند. در منزل خود فارسی می شنوند اما چیزی نمی فهمند هیجانات و احساسات والدین را از رسیدن نامه ای از ایران می بینند. نامه را نگاه می کنند و از خطوط آن چیزی درک نمی کنند با کلماتی مثل ایران و نوروز و سیزده بدر و یا شهرهای که نام آنها زیاد برده می شود از قبیل شیراز و تبریز و مازندران و غیره آشنا هستند. اما ذهن و فکرشان با این امور غریبه است اگر میهمان ایرانی داشته باشند از میهمانی و گفتگوها هیچ نمی فهمند مگر آن که میهمان فرزندان خود را هم آورده باشد که در آن صورت بزرگترها در یک جا فارسی حرف می زنند و کوچکترها در اطاق دیگر زبان محلی را. از همه مهمتر زبان نه فقط وسیله ارتباط

است. بلکه تنها وسیله بیان عواطف و احساسات و خواسته هاست. ایجاد رابطه کامل عشق و محبت بین پدر و مادر و اطفال لازمه اش آن است که طرفین با یک زبان مشترک که با زیر و بم و اصطلاحات آن آشنا هستند ارتباط برقرار سازند. این ارتباط معنوی و روحی به سختی می تواند از طریق دو زبان مختلف که هر دو طرف متقابلاً آنها را بطور ناقص می دانند. برقرار گردد. کودک خود را در خانه و در محیط فرهنگی پدر و مادر بیگانه احساس می کند. شکاف بین دو فرهنگ و دو برداشت و دو زبان روز بروز بیشتر می شود و طفل که بطور نیم بند یک پا در این فرهنگ و پای دیگر را در فرهنگ غالب مملکت جدید خود داشته در سنین ر شد و بزرگی از این بی هویتی و بی فرهنگی صدمه خواهد خورد.

به همین جهت در برخی از کشورها که خیلی روی این مسائل مطالعه نموده اند تدریس زبان مادری به اطفال مهاجران و پناهندگان اجباری و از وظائف دولت است. با کلید زبان مادری طفل ارتباطی متعادل و هماهنگ با فرهنگ قبلی خود برقرار کرده و از آن طریق با دنیای پدر و مادر خود آشنا می شود. در عین حال چون زبان کشور جدید خود را نیز آموخته است. لذا نیمی از وجودش را بیگانه و خالی و تهی از مفهوم احساس نمی کند.

زبان تنها یکی از مظاهر فرهنگی و وسیله بیان و تعبیر بخشی از فرهنگ است. لذا آن را باید برای شناساندن سایر بخش ها و جلوه های به کار گرفت و اطفال را به آداب و رسوم زیبا و جشن ها و داستان ها و افسانه ها و هنر و ادبیات و مظاهر دیگر فرهنگ ایرانی آشنا و علاقمند کرد. به نحوی که به فارسی دانستن افتخار کنند و بهره بردن از آن همه سرمایه های تمدنی کهن را غنیمت دانند و از عمق دل راضی و خشنود باشند.

اینکه چگونه به کودکانمان فارسی بیاموزیم. بستگی به وضع هر خانواده و امکانات آن و وقتی دارد که بخواهند صرف این کار شود. آنچه در این زمینه مهم و ضروری است تصمیمی است قاطع و خستگی ناپذیر همراه با تشویق و ترغیب و ایجاد شوق در کودکان و نوجوانان. همچنین توجه به این مطلب که هیچ سنی برای یادگرفتن دیر نیست.

زبان فارسی در هجرت

دکتر فریدون وهمن

حتی برخی الفباء فارسی را نیز نمی دانند.

هدف از گفتگوی صریح و بی پرده در مسأله زبان فارسی تنها یک چیز است و آن یافتن راه حلی برای فارسی آموزی بطور جدی و پیگیر است. خروج هزاران ایرانی از کشور خود و سکونت در کشوری بیگانه با فرهنگی غریبه و محیطی نامأنوس و زبانی نا آشنا طبعاً مشکلات اجتماعی و فرهنگی فراوانی همراه خود داشته است و عدم توجه به مسأله زبان فارسی در سال های پر تلاطم اولیه می تواند موجه بنظر آید. برای والدین مهم آن بوده که فرزندانشان هر چه زودتر با زبان کشور جدید خود آشنا شده. بتوانند در مدرسه معادل کلاسی که در ایران می رفته اند وارد شوند و دوشادوش شاگردان آن مملکت تحصیل را ادامه داده. نمرات خوب بگیرند. درس ها که به زبان بیگانه باشد طبعاً وقت بیشتری می گیرد ضمیر طفل و مراکز یادگیری زبان در مغز متوجه زبان جدید می شود. در مدرسه پنج شش ساعت به آن زبان می شنود و حرف می زند با همشاگردیان خود بعد از ساعات درس با همان زبان مکالمه می کند جلوی تلویزیون همان زبان را می شنود و طبعاً زبان جدید به تمامه جایگزین زبان فارسی می شود و اگر بطور پراکنده و مختصر جمله ای یا کلمه ای از پدر و مادر بفارسی بشنود. آن کلمه مانند قطره آبی بر سطحی روغنی میلغزد و از حافظه بیرون می افتد. پدر و مادر نیز بخاطر وضع جدید طفل و زیادی

حفظ کنند. و اگر با برنامه معینی سطح مطالب خواندنی خود را بالا ببرند. مخصوصاً آثار ادبی اعم از نظم و نثر را مطالعه نمایند. بهیچوجه دچار مشکلی نخواهند شد.

مشکل با گروهی است که در سنین پائین خردسالی همراه پدر و مادرشان از ایران خارج شده اند و اینک بعد از گذشتن چند سال در آستانه بلوغ و جوانی قرار دارند. به این گروه باید اطفالی را که در خارج به دنیا آمده اند افزود. چه از ازدواج بین ایرانیان و چه از ازدواج های مختلط. اینگونه اطفال را می توان به چند دسته تقسیم کرد: یک دسته آنهایی هستند که اصولاً فارسی نمی دانند. مخصوصاً اگر ساکن آمریکا یا کانادا باشند. اینان به همان زبان انگلیسی یا پدر و مادر صحبت می کنند. دسته دیگر گروه کوچکی است که فارسی می دانند: اینان با مجاهدت پدر و مادر و کوشش خودشان توانسته اند این زبان را هم یاد بگیرند. گروه بزرگتر دیگری نیز هست. این گروه شامل کسانی است که فارسی می دانند ولی تجربه نشان داده که اغلب نمی توانند حتی ده دقیقه گفتگویی را منحصرأ به فارسی ادامه دهند. جملات و لغات و افعال فارسی را بطور پراکنده با زبان کشور جدید خود مخلوط نموده. از هر کدام آنچه آسانتر به ذهن می آید. انتخاب می نمایند و اگر دو یا سه زبان خارجی بدانند. این اختلاط شدیدتر شده همه زبان ها را درهم و برهم بکار می برند. در خانواده هایی که پدر و مادر نیز به همه زبان هایی که طفل می داند

مدرسه ایرانی رازی

روز ثبت نام: ۱۴ سپتامبر
0790 3550 147

با نتیجه فوق العاده در امتحانات

GCSE : 100% A*
A & A* : A Level

کلاس های فشرده فارسی بطور خصوصی

برای GCSE & A-level

مدرسه ایرانی رازی با کادر آموزشی مجرب
با بیش از ۲۵ سال سابقه تدریس،
زبان شیرین فارسی را با پیشرفته ترین روش
آموزشی در محیطی آرام و لذت بخش به
فرزندان شما می آموزد.

تنوع کلاسها: از کودکان تا پایان A-LEVEL

و کسب نمرات عالی در این دوره
سن پذیرش: سه سال به بالا

ساعت شروع کلاسها: روزهای شنبه از
ساعت ۱۳ تا ۱۶ بعد از ظهر
محل تشکیل کلاسها:

Hendon School Golders Rise London NW4 2HP
(نزدیکترین ایستگاه قطار: Hendon Central Station)

وب سایت

کلیه امور طراحی گرافیکی
بصورت کاملاً حرفه ای
توسط تیم مجرب

سرویس کامل طراحی و راه
اندازی وب سایت

۰۷۸۱۱۰۰۰۴۵۵



انواع مرد از نظر خانم ها

بروز عواطف مثبت در روابط زناشویی، اساس پایداری محبت و عشق زن و مرد به یکدیگر است. اما متأسفانه برخی از مردان از این امر دوری می کنند و عشق فی مابین خود و همسرشان را نادیده گرفته و در جهت فراموشی این گوهره ناب زندگی پیش می روند. چند دسته از همسران هستند که بنا به ساختار شخصیتی و خانوادگی و خواستگاه اجتماعی شان، متأسفانه عشق را در زندگی مشترک ناخواسته از بین می برند ...

شوهرهایی که تعصب بی جا را با غیرت اشتباه گرفته اند، خانمش را چون یک شی می پندارند. به نام دوستی و عشق، او را با توهامات خود زندانی کرده و قوانین ممنوعیت را برای همسر خود وضع می کنند. مثلاً: جواب دادن به تلفن ممنوع، رفتن به خانه پدر و مادر و دوستان ممنوع، درس خواندن ممنوع، داشتن شغل ممنوع، مسافرت ممنوع، استفاده از رایانه ممنوع، خندیدن با صدای بلند در محیط خانواده و محارم ممنوع، تعریف و توضیح در مورد آقایان ممنوع، بیرون رفتن از منزل ممنوع.

شوهران سلطه جو، زورگو و کنترل کننده را به کلی از همسرشان می گیرند و این حق انتخاب را فقط برای خود به رسمیت می شناسند. از تصمیم های مهم و کلی تا جزئی ترین مسائل باید زیر نظر آنها و به فرمان آنها باشد.

به عنوان مثال بعضی از اعمال و مستبدانه این آقایان عبارتست از: تصمیم در انتخاب محل زندگی به تنهایی؛ تصمیم گیری در مورد فرزند داشتن؛ تصمیم در مورد رفت و آمد و میهمانی رفتن، تصمیم در ارتباط یا قطع رابطه؛ تصمیم گیری در مورد شغل خانم، تصمیم گیری در مورد رشته تحصیلی و محل تحصیل همسرشان بدون توجه به نظر او؛ دستور به خانمشان در مورد چگونه فکر کردن، چگونه حرف زدن، چگونه احساس کردن و چگونه رفتار کردن؛ انتخاب و تماشای برنامه های دلپسند خود از تلویزیون بدون توجه به خانواده و همسرشان؛ انتخاب نوع و رنگ لباس داخل منزل خانمشان.

شوهران بی مسئولیت این شوهران فراموش کرده اند که مراحل نوزادی، نوباوگی، کودکی و نوجوانی را پشت سر گذاشته و فرد بالغی شده اند و ازدواج کرده اند. خانواده تشکیل داده اند و صاحب فرزند شده اند. لذا در تصمیم گیری، اجرا، و پاسخگویی نسبت به وظایف و مسئولیت های منزل خود را عقب کشیده اند و چون حبایی خود را رها کرده اند. هنوز در پی لذت طلبی انفرادی خود هستند. اینها برنامه ها و دل مشغولی های خود را بدون توجه به خانواده و همسرشان دنبال می کنند. بدون توجه به به مسئولیت هایی که باید بپذیرند و نیازهایی که خانواده به آنها دارد، به دنبال پارتی ها، تفریحات، مسافرت ها، کوهنوردی، فوتبال، استراحت، خواب، تلویزیون و فیلم و سینما، موسیقی و دوستان و کارهای انفرادی مربوط به خود هستند. آنها همیشه چون میهمانی بر سر سفره آمده منزلشان اگر وقت کنند حضور می یابند و رنج هایشان را به خانواده می ریزند و لذت هایشان را بیرون از خانواده تقسیم می کنند. این افراد گاهی تصور می کنند با دادن پول زیاد به خانواده می توانند، آنها را رها کنند. با یک پلی استیشن، با یک رایانه و اینترنت و ... سعی می کنند همسر و فرزندان خود را به خودشان وابگذارند. و نسبت به مسئولیت در قبال همسر و تربیت فرزندان شانه خالی می کنند.

شوهران بی احساس و سخت کوش برای این شوهران زندگی یعنی کار، کار یعنی زندگی و اینها همه یعنی پول. این شوهران خلاء وجودی خود را فقط با پول و کار پر می کنند. به بهانه های مختلف مثل داشتن اقساط، تعویض منزل یا خودرو، فراهم آوردن رفاه، تامین آینده زندگی، مسئولیت کاری، و ... اکثر اوقات خود را از صبح تا آخر شب و حتی تعطیلات، به دنبال کار و اضافه کاری و تجارت و مدیریت و ... هستند. گاهی بهانه های انسان دوستانه و خدمت به خلق را پیش می کشند و گاهی تعهدات کاری را دستاویز قرار می دهند. اینها از منزل، همسر و فرزندان خود، ابتدا به صورت فیزیکی دور می شوند و کم کم از نظر احساسی و عاطفی و ذهنی فاصله می گیرند. این آقایان به همه مردم خدمت می رسانند و با آنها هستند به

غیر از همسر و خانواده.

مردان دیگری را نیز می توان در این طبقه قرار داد. آنهایی که شاید این همه مشغله نداشته یا از محیط خانواده دور نیستند، ولی از نظر عاطفی، احساسی و ذهنی فاصله زیادی از جو خانواده پیدا کرده اند. آنها هم احساسی، همدلی،



همدردی با همسر را نیاموخته اند. حرف زدن برای آنها سخت تر از بلند کردن خودرو توسط قویترین مردان است. برای پاسخ یک کلمه ای به یک سؤال، خانمشان باید کلی به به آنها التماس کند، وقتی آنها یک جمله ۳ کلمه ای به زبان می آورند، همسر آنها، به شدت ذوق زده شده و آن روز را همه سال جشن می گیرند و سالگرد زبان گشایی آقا را غنیمت می شمارند.

اگر خانمشان با آنها صحبت کند، در حال دیدن تلویزیون هستند، یا در حال تعمیر وسایل منزل می باشند، و حتی زحمت تغییر جهت نگاهشان را به طرف خانمشان، نمی کشند. گوش شنیدن ندارند، و این کار هم برای آنها مثل شکافتن اتم و آزادسازی انرژی هسته ای هست. ولی متأسفانه این انرژی آزاد کردن را حق خود نمی دانند تا این اتم را بشکافند و گوش شنوا برای حرف ها و احساسات خانمشان داشته باشند. این مردان مهارت های گوش دادن، مهارت های ارتباطی، مهارت های هم حساسی یاد نگرفته اند یا تمرین نکرده اند و یا انگیزه ای برای انجامش ندارند. برای این آقایان، سخن محبت آمیز و عاشقانه، نوازش محبوبانه و نگاه دلبرانه به خانمشان، افسانه ای خیالی و بی فایده است. همسر این آقایان با حسرت به زوج هایی که در پارکی نشسته اند و در گوش هم نجوا می کنند می نگرند.

یک تلفن از محل کار به خانم، یک دسته گل، یک نامه عاشقانه، یک نوازش، و یک همدلی و هم حساسی به گاه نگرانی و بیماری؛ از آرزوهای هرگز برآورده نشده، خانم این دسته از آقایان است.

شوهران وابسته و غیر مستقل این آقایان به علت اینکه از بچگی تحت چتر حمایتی شدید پدر و مادر خود قرار داشته اند و همیشه والدینشان برای آنها تصمیم گرفته اند، وابسته، ترسو و دمدمی مزاج و بچه صفت تربیت شده اند. آنها همین طور که بزرگ شده اند به جای اینکه روز به روز مستقل تر شوند، روزبه روز وابسته تر شده اند. هنگام ازدواج نیز نمی خواهند در این وضعیت تغییری ایجاد کنند. هنوز هم دستورات و تصمیم گیری های مهم زندگی زناشویی را از والدین خود اخذ می کنند. معمولاً پدر و مادر این آقایان سخت گیر و مقرراتی هستند و شاید کمک مالی زیادی هم به زندگی اینها کرده باشند. مرزهای خانواده توسط این شوهران گسسته شده و مسائل محرمانه و خصوصی خانواده به راحتی به بیرون از خانواده منتقل می شود و افراد دیگر هم به خود اجازه می دهند در مسائل خانوادگی این گونه شوهران دخالت کنند.

شوهران کمالگرا و خسیس این آقایان شخصیت و سواسی دارند. معیارهای نانوخته ای در ذهن خود ترسیم می کنند و آن را وحی منزل و تخلف ناپذیر تصور می کنند. به جزئیات زندگی زیاد کار دارند و گیر می دهند. برای هر چیز کوچکی در خانواده نظر می دهند. همیشه ترس از آینده دارند، اعتماد به نفس پائین، و ایده آل خواهی از مشخصات دیگر اینهاست. با خسیس بودن و پس انداز افراطی سعی در آرامش خاطر خود دارند. همواره امروز را فدای فردا می کنند. و فردای آنها که باعث نگرانی شان بود، هرگز نمی آید. حسرت تفریح، مسافرت، لباس نو، میهمانی را به سادگی و با بهانه های مختلف، بردل زن و بچه خود می گذارند. توقع زیادی از همسرشان دارند، انتظار بی عیب و نقص بودن خانم خود را داشته و نقاط مثبت همسرشان را نمی بینند.

طفره رفتن آقایان از دست کردن حلقه ازدواج؟

دست کنند یا هراس دارند که جایی مجبور شوند آن را از دست خارج کنند، آن وقت آن را کم کنند. صرف نظر از دلایل آن، بسیاری از آنها به دلیل قیمت بالای حلقه ها از کم شدن آن هراس دارند. ۴ - آقایان عموماً از زیورات خوششان نمی آید بازهم شاید این دلیل هم چندان موجه به نظر نرسد اما بعضی از مردها اصلاً با زینت آلات مختلف مثل انگشتر و گردن بند و ... راحت

برخی مردان بدشان نمی آید که سر همسر خویش را کلاه بگذارند. برخی مردان حلقه دست نمی کنند چون می خواهند وقتی با زن دیگری هستند... به عقیده بسیاری از مردم حلقه ازدواج، بزرگترین سمبل برای نشان دادن علاقه به یک شخص دیگر است. با این وجود با



نیستند. و برخی مشخصاً با انگشتر در انگشتشان احساس خوب و راحتی ندارند.

۵ - به علت شهرتی که دارند بسیاری شخصیت های معروف مثل بازیگران، سیاستمداران، خواننده ها و ... ترجیح می دهند حلقه ازدواج همراه نداشته باشند زیرا مردم بیشتر از خود آنها در جریان مناسبت های زندگی شان هستند. بنا بر این ترجیح می دهند خود را مجرد نشان دهند تا زمانی که این ماجرا به صورت فراگیر لو برود.

۶ - مخالف عقایدشان است برخی فرقه های مسیحیت مخالف حلقه ازدواج هستند. برای پیروان این فرقه دست کردن حلقه ازدواج نوعی گناه محسوب می شود. برای پیروان دین اسلام هم استفاده از حلقه طلا برای مردها مشکل شرعی به وجود می آورد.

۷ - مردان بی وفا هستند خیانت، جنبه ای تاسف بار از ازدواج است. گرچه مردان بدون تردید همسران خود را دوست دارند، برخی مردان بدشان نمی آید که سر همسر خویش را کلاه بگذارند. برخی مردان حلقه دست نمی کنند چون می خواهند وقتی با زن دیگری هستند، آن زن با دیدن حلقه ازدواج آنها احساس ناراحتی نداشته باشد و یا با حلقه ای که در دست دارند مجرم به نظر می رسند. با وجود این که اکثر مردان هستند که حلقه ازدواجشان را دست نمی کنند اما این هرگز دلیل بر این نیست که این مردان، نسبت به همسران خود مردانی بی وفا هستند. باید حتماً در مورد علت مسئله دقت کنید و دلیل واقعی آن را پیدا کنید.

گذشت مدتی از ازدواج دو نفر، دیگر حلقه های ازدواجشان را دست نمی کنند و بیشتر آقایان هستند که از دست کردن حلقه ازدواج اجتناب می کنند و البته به دلایل بسیار متفاوت. با هم تعدادی از این دلایل را بررسی می کنیم.

۱ - به دلیل نوع شغل بسیاری از آقایان در مشاغل سخت و پر خطر فعالیت می کنند که نمی توانند آن را با همراه داشتن جواهر و زینت آلات به خوبی انجام دهند. مکانیک های اتومبیل، کارگران ساختمانی، یا خلبانان نظامی از جمله کسانی هستند که همراه داشتن حلقه ازدواج برایشان تقریباً میسر نمی باشد زیرا ممکن است حلقه شان در حین کار به ابزار مختلف کارشان گیر کند و اتفاقی ناخوشایند بیفتد.

۲ - به علت سلامتی ممکن است باور نکنید اما مردان بسیاری به مواد سازنده حلقه حساسیت دارند به طوری که با دست کردن آن احساس آرامش ندارند. یکی دیگر از دلایل اجتناب از دست کردن حلقه، ورم روماتیسمی مفاصل است که در این بیماری، مفاصل انگشتان دچار ورم می شوند و استفاده از حلقه انگشتری را بسیار دشوار می کند.

۳ - آقایان بسیار فراموش کار هستند این دلیل ممکن است چندان قانع کننده به نظر نرسد، اما برخی از مردها به دلیل فراموشکاری، ترجیح می دهند که حلقه ازدواجشان را دست نکنند. بسیاری از آقایان هم اصلاً به دلیل فراموشکاری، به یاد نمی آورند که باید حلقه خود را



استرس و سلامت دهان

مریم سجادیپور



استرس باعث سردرد و معد ه درد می شود. اما اگر استرس خیلی زیاد باشد، می تواند باعث مشکلات د هانی، دند ان و لثه گردد و به طور کلی سلامت عمومی بدن را به خطر بیند اذ. اثرات استرس و عصبانیت بر روی سلامت د هان عبارتند از: زخم های د هانی مثل آفت د هان و تبخال لب. فشار د ادن دند ان ها و یا دند ان قروچه. بهد اشد ضعیف د هان و برنامه غذایی ناسالم د اشدن. بیماری های لثه و یا بدتر شدن این بیماری ها.

آفت د هان

آفت د هان زخم های کوچکی به رنگ سفید هستند که روی زبان و د اخل لب ظاهر می شوند. محققان هنوز علت ایجاد آفت د هان را نمی د اند، اما حدس می زنند به علت مشکلات سیستم ایمنی، باکتری ها و ویروس ها بروز می کنند. محققان معتقدند استرس همانند خستگی و آلرژی می تواند بروز آفت را زیاد کند. آفت د هان مسری نیست و طی ۷ تا ۱۰ روز برطرف می شوند. به یاد د اشته باشید که د هانشویه را حتما با تجویز دند انپزشک مصرف کنید، چون مصرف خودسرانه آن ممکن است مضر باشد. برای تسکین درد و ناراحتی ناشی از آفت می توانید از محلول های گیاهی مخصوص آن که در د اروخانه ها می فرسند، استفاده کنید. برای کاهش درد آفت د هان، غذاهای تند و غذاهای اسیدی مثل گوجه فرنگی را مصرف نکنید.

تبخال لب

تبخال یا زخم سرد توسط ویروس هرپس سیمپلکس ایجاد می شود و مسری است. تبخال، تاولی پر از مایع است که در اطراف لب ها ظاهر می شود، اما می تواند در زیر بینی و یا در اطراف چانه نیز بوجد آید. ناراحتی های روحی در بروز تبخال موثر است و همراه با تب، آفتاب سوختگی و یا ساییدگی پوست می باشد. تبخال معمولا به خود ی خود در طی یک هفته خوب می شود. درمان تبخال لب شامل د اروهای ضدقارچ می باشد.

دند ان قروچه

استرس باعث فشار د ادن دند ان ها روی هم می شود. فشار د ادن دند ان ها روی هم می تواند موجب بروز مشکلاتی در مفصل گیجگاهی فکی شود. این مفصل در جلوی گوش و جایی که جمجمه و فک پایین به هم می رسند، قرار د ارد. به پزشک و یا دند انپزشک مراجعه کنید و از او بخواهید که برای حل این مشکل

به شما کمک کنند. دند انپزشک ممکن است استفاده از گارد د هان (محافظ دند ان ها) را به شما توصیه کند که این گارد را هنگامی که می خواهید بخوابید در د هانتان می گذارید.

بهد اشد ضعیف د هان و دند ان

استرس شد ید باعث تغییر خلق و خوی شما می شود و شما حوصله مسواک زدن، نخ دند ان کشیدن و مراقبت از د هان و دند ان خود را نخواهید د اشد. اگر از د هان خود مراقبت نکنید، سلامتی دند ان ها و د هانتان را از بین می برید. اگر بهد اشد و سلامت د هان را رعایت نکنید، منجر به بیماری لثه و افزایش پوسیدگی دند ان می شوید. هنگامی که استرس د ارید، ممکن است خوراکی های شیرین را بیشتر مصرف کنید که این خود عامل بسیاری از مشکلات دند انی و تخریب دند ان ها می شود. به طور مرتب ورزش کنید تا استرس شما کم شود. ورزش موجب تقویت سیستم ایمنی بدن می گردد که برای بهد اشد د هان نیز بسیار خوب است.

بیماری لثه

استرس چه زیاد و چه کم، موجب افزایش پلاک های دند انی می شود. استرس درازمدت باعث افزایش خونریزی لثه ها و یا ژنژیویت (التهاب لثه) می شود که می تواند به بیماری لثه ای منجر شود. راهکارهای مقابله با استرس می تواند خطر ابتلا به بیماری های لثه ای را کم کند. اشدن یک برنامه غذایی متعادل، به طور مرتب نزد دند انپزشک رفتن و بهد اشد خوب د هان موجب کاهش بیماری های لثه ای می شود. حد اقل دو بار در روز مسواک بزنید و یک بار در روز نخ دند ان بکشید. د هانشویه ضد باکتری نیز باعث کاهش باکتری های ایجاد کننده پلاک دند ان می شوند. ولی به یاد د اشته باشید که د هانشویه را حتما با تجویز دند انپزشک مصرف کنید، چون مصرف خودسرانه آن ممکن است مضر باشد.

۱۰ ماده غذایی موثر برای سلامت موها

به گفته یک کارشناس تغذیه در نیویورک، رژیم غذایی نامناسب، استعمال سیگار، عدم تعادل هورمون ها و کم خوابی در سلامت موها اثر می گذارد. لیزا دریر یکی از کارشناسان تغذیه در نیویورک درباره مراقبت از موها گفت: برای د اشدن موهایی سالم و درخشان پروتئین را در رژیم غذایی فراموش نکنید. وی ۱۰ ماده غذایی موثر در سلامت مو را معرفی کرده است که عبارتند از:

ماهی سالمون یا ماهی آزاد

این ماهی سرشار از پروتئین و امگا ۳ است این ماده برای سلامت موها ضروری است.

گردو

از مواد خوراکی است که د ارای اسید های چرب ضروری امگا ۳ بود ه و سرشار از ویتامین E و BV است. کمبود ویتامین BV در بدن باعث ریزش موها می شود. گردو حاوی مس است که این ماده معدنی در حفظ رنگ طبیعی موها و درخشندگی آن موثر است.

صدف خوراکی

این ماده غذایی سرشار از روی است که کمبود آن در بدن منجر به ریزش مو و حتی مژه ها می شود. کمبود روی در بدن همچنین موجب خشکی و پوسته شدن پوست سر می شود.

سیب زمینی شیرین

حاوی بتاکاروتن بود ه که پیش ساز ویتامین A در بدن و ضد سرطان قوی است و برای رشد و سلامت موها موثر است.

تخم مرغ

منبع عالی از پروتئین و حاوی سولفور، آهن، روی و سلنیوم است. آهن باعث اکسیژن رسانی به فولیکول های مو شد ه و کمبود آن در بدن منجر به ریزش مو بویژه در بانوان می شود.

اسفناج

د ارای آهن، بتاکاروتن و ویتامین C است. ویتامین C در سلامت موها بسیار موثر است.

عدس

پروتئین، آهن، ویتامین BV و روی از مواد معدنی موجود در عدس هستند.

ماست های طعم د ار

ماست های طعم د ار و اغلب حاوی میوه جات حاوی ویتامین های B۵، D و پروتئین است.

زغال اخته

این میوه حاوی ویتامین C است که کمبود آن به شکنندگی موها می انجامد.

مرغ

ویتامین B موجود در مرغ به استحکام مو کمک می کند.

غذاهایی برای مبارزه با دعوای اعضای بدن



د انشمنان معتقد هستند که می توان با خوردن بعضی از غذاها التهابات و مشکلات اعضای بدن را برطرف کرد و سلامتی دوچندان به دست آورد. براساس این پژوهش جد ید، معمولا التهاب در اعضای بدن در نتیجه پاسخ سیستم ایمنی بدن به محرک های خارجی همانند زخم ها و موارد ی از این دست به وجود می آیند. گفتنی است، این التهابات باعث درد مفاصل، خستگی و حتی آسیب به عروق خونی می شود و در صورت خوردن غذاهای پرچرب و شیرین روند درمانی کند می شود. بررسی ها نشان می د هند، برخی از غذاها می تواند باعث کاهش التهاب شود از جمله د انه غلات کامل، برگ های سبز تیره رنگ که مولکول های التهابی را کاهش د اد ه سبب حفاظت از بدن می شوند، از د یگر مواد غذایی مفید، اسفناج، کلم پیچ، کلم بروکلی، آجیل و سویا می باشد. در میان د انه های آجیل، باد ام بویژه شامل فیبر، کلسیم، ویتامین E و گردو د ارای مقاد یر بالای از آلفالینولینک اسید می باشد که این ماده ه نوعی اسید امگا ۳ و

آنتی اکسید ان است که سبب ترمیم آسیب ناشی از التهاب می شود. همینطور د انه سویا د ارای خاصیت کاهش التهاب بویژه در بانوان است و مصرف آن به بانوان توصیه می شود.

خانمها چای سبز بنوشند

چای سبز خطر ابتلا به سرطان های دستگاه گوارش را در زنان کاهش می د هد. تحقیقات انجام شد ه در مرکز سرطان آمریکا نشان می د هند در زنانی که چای سبز می نوشند، خطر ابتلا به برخی سرطان های دستگاه گوارش به ویژه سرطان مری، معد ه و کولورکتوم (بخش انتهایی رود ه بزرگ) کمتر است. نتایج این مطالعه در نشریه آمریکایی تغذیه بالینی به چاپ رسید ه است. برای انجام این تحقیق در حدود ۷۵ هزار زن چینی میانسال و سالمند انتخاب شدند. در ابتدا ای مطالعه مصرف چای، نوع چای مصرفی و میزان آن در این گروه مورد بررسی قرار گرفت. نتایج نشان داد که مصرف منظم و مد اوم چای سبز (حد اقل ۳ بار در هفته، به مدت بیش از ۶ ماه) با ۱۷ درصد کاهش خطر ابتلا به سرطان های گوارشی همراه است. با مصرف مقاد یر بالاتر چای سبز، درصد کاهش خطر این نوع سرطان ها باز هم بیشتر بود. به خصوص در کسانی که ۲ تا ۳ فنجان چای سبز در روز (حد اقل ۱۵۰ گرم چای در ماه) می نوشیدند، خطر سرطان های گوارشی ۲۱ درصد کمتر گزارش شد و در زنانی که به مدت ۲۰ سال به طور مد اوم از چای سبز استفاده کرده بودند، خطر این نوع سرطان ها ۲۷ درصد کمتر از سایرین بود.

میوه رگ های بدن را محکم می کند

د انشمنان در جدیدترین تحقیقات خود دریافته اند که مصرف میوه به محکم و قابل انعطاف شدن رگ های مهم و حیاتی بدن کمک شایانی می کند. براساس تحقیقات جدید مصرف میوه به صورت منظم در رژیم غذایی افراد باعث جلوگیری از بروز پارگی در رگ های خونی افراد می شود. گفتنی است از جمله مهم ترین این رگ ها رگ آئوریسم آئورت شکمی است که در صورت پارگی یا آسیب دیدگی می تواند باعث بروز مشکلات شدید قلبی - عروقی

در افراد شود. بررسی ها نشان می د هند خوردن میوه باعث کاهش ۳۱ درصد از بروز پارگی در این رگ می شود. پزشکان علت این امر را وجود آنتی اکسید ان های خاص و بسیار مفید در میوه ها می د اند که سبب کاهش التهاب و محافظت از بافت و دیواره های رگ می شود. پزشکان در این زمینه فایده میوه را از سبزی ها بیشتر می د اند زیرا سبزی ها فاقد برخی از آنتی اکسید ان های موجود در میوه ها هستند.

علائم مسمومیت بارد اری و خطرهای آن

یک متخصص زنان و زایمان گفت: مسمومیت بارد اری در مرحله خفیف قابل درمان است اما اگر به مرحله شد ید برسد تنها راه حل ختم حاملگی است. دکتر عبد المجید باور درباره مسمومیت بارد اری و علائم آن اظهار کرد: مسمومیت بارد اری در زنان بارد ار با علائمی مانند فشار خون، ورم اند امها به خصوص پا وجود پروتئین در ادرار و در مراحل پیشرفته تر با تهوع و سرگیجه ظاهر می شود. وی اد امه د اد: معمولا مسمومیت حاملگی در ابتدا خفیف بود ه و در صورت عدم درمان به نوع شد ید تبد یل می شود که اگر فرم شد ید آن مورد درمان قرار نگیرد می تواند موجب به کما رفتن مادر شود. این متخصص زنان و زایمان، فشارخون ۱۴ روی ۹ را از علائم مسمومیت بارد اری خفیف اعلام کرد و گفت: اگر فشار خون زن بارد ار حدود ۱۴ روی ۹ باشد یا نسبت به حالت همیشگی شخصی فشار خون وی، ۳ عدد بالاتر رود برای مثال همیشه فشار روی ۱۱ بود ه اما به یکباره در دوران بارد اری فشار روی ۱۴ رفته باشد، در صورتی که این علامت با ورم و وجود پروتئین در ادرار همراه باشد، شروع مسمومیت بارد اری خفیف را نشان می د هد. وی مسمومیت شد ید را حالتی دانست که فشار انقباضی بالای ۱۵ یا فشار خون انقباضی پایین ۱۱ باشد و اد امه د اد: اگر مسمومیت بارد اری با تشنج همراه شود به آن اکلامپسی می گویند که خطرناک ترین مرحله مسمومیت بارد اری است چرا که در نتیجه آن، تست های کبد ی مختل شد ه، پلاکت پایین آمد ه و زندگی مادر را در خطر قرار می د هد.



تسکین دردها با این خوراکی‌ها

احساس درد جدای اینکه می‌تواند نشانه بیماری و اختلال در عملکرد سیستم‌های داخلی بدن باشد، حس ناخوشایندی است که حتی بعضی مواقع باعث مختل شدن فعالیت‌های طبیعی و روزانه فرد می‌شود. در این مقاله بعضی از مواد غذایی که برای تسکین دردهای مختلف به کار می‌روند را برای شما دوستان یادآوری می‌کنیم:



آب گوجه فرنگی

نتایج تحقیقات نشان می‌دهد از هر ۵ نفر حداقل یک نفر به طور دائم دچار گرفتگی عضله پا می‌شود. علت این ناراحتی کمبود پتاسیم و کلسیم است. با مصرف روزی حدود یک پیمانه آب گوجه فرنگی که سرشار از پتاسیم است، خطر بروز گرفتگی‌های دردناک عضله در عرض ۱۰ روز کاهش می‌یابد.

دانه کتان

نتایج بررسی‌های اخیر نشان می‌دهد، افزودن ۳ قاشق غذاخوری دانه کتان آسیاب شده به غذای روزانه، در عرض ۱۲ هفته درد سینه زنان را کاهش می‌دهد. محققان معتقدند، فیتواستروژن موجود در دانه کتان مانع از بالا رفتن میزان استروژن که درد سینه را ایجاد می‌کند، می‌شود.

عسل

روزی ۴ بار کمی عسل طبیعی را روی آفت یا زخم‌ها بمالید تا از بین برود. استفاده از عسل روند درمان آفت را ۴۳ درصد سرعت می‌بخشد. محققان می‌گویند: آنزیم‌های طبیعی موجود در عسل طبیعی، التهاب را از بین می‌برد؛ با ویروس‌های مهاجم مقابله می‌کند و التیام بافت‌های آسیب دیده را سرعت می‌بخشد.

ترپ کوهی

سینوزیت که بسیار شایع است علاوه بر گرفتگی

بینی و درد پیشانی و صورت باعث می‌شود بیمار احساس درد وسیع تر و بیشتری داشته باشد. به گفته محققان آلمانی، ترب کوهی جریان خون به حفره‌های سینوزیت‌ها را تقویت می‌کند، سینوزیت‌های گرفته را باز می‌کند و عفونت‌های سینوزیت را نسبت به اسپری‌های رفع احتقان سریع تر درمان می‌کند.

آب

درد پا، زانو، شانه و... را با مصرف روزی ۸ لیوان آب در عرض یک هفته برطرف کنید. به گفته محققان آب عنصر سازنده غضروف است که از قسمت انتهایی استخوان و مفصل‌ها محافظت می‌کند، مایعات موجود در بدن و دیسک‌های نرم در ستون فقرات را نرم و روان می‌کند.

انگور

نتایج بررسی‌های اخیر نشان می‌دهد مصرف روزی یک پیمانه انگور جریان خون به بافت‌های آسیب دیده کمر را بهبود می‌بخشد. بنابراین مصرف این میوه برای بهبود جریان خون و درمان بافت‌های آسیب دیده کمر لازم است.

نعناع

۳ بار در هفته، در وان آب حاوی ۱۰ قطره روغن نعناع قرار بگیرید. آب ولرم باعث شل شدن عضله و روغن نعناع به طور طبیعی عصب را آرام خواهد کرد. تاثیر ترکیب آب ولرم و روغن نعناع در کاهش درد ۲۵ درصد بیشتر از داروهای شیمیایی است.

آناناس

مصرف روزی یک پیمانه آناناس تازه، نفخ‌های دردناک را در عرض ۷۲ ساعت کاهش می‌دهد. آناناس سرشار از آنزیمی است که با کمک به سیستم گوارشی پروتئین‌های دردزا در معده و روده کوچک را سریع‌تر می‌شکند.

نمک

برای رفع درد ناخن‌های فرورفته در گوشت انگشت، به طور منظم پا را در آب ولرم حاوی نمک خیس کنید تا عفونت و درد در عرض ۴ روز برطرف شود. به گفته محققان دانشگاه نمک به طور طبیعی التهاب را از بین می‌برد، خاصیت ضدباکتریایی آن نیز به سرعت میکروب‌هایی را که باعث ورم می‌شود از بین می‌رود. کافی است در هر یک لیوان آب ولرم، یک قاشق مرباخوری نمک اضافه کنید و روزی ۲ بار به مدت ۲۰ دقیقه پا را خیس کنید تا عفونت از بین برود.

زردچوبه

نتایج بررسی‌ها نشان می‌دهد، زردچوبه نسبت به آسپرین یا ایبوپروفن در تسکین درد ۳ برابر موثرتر است. زردچوبه ۵۰ درصد از درد بیماران آرتریت را کاهش می‌دهد. کورکومین، ماده فعال موجود در این ادویه، آنزیم تولیدکننده

هورمون‌های دردزا را متوقف می‌کند. کافی است روزی یک چهارم قاشق مرباخوری از این ادویه مصرف کنید.

ماس

۸۰ درصد زنان به علائم ناراحت‌کننده قاعدگی مبتلا می‌شوند، زیرا سیستم عصبی به بالا و پایین رفتن استروژن و پروژسترون که به طور طبیعی هر ماه رخ می‌دهد، حساس است. اما با مصرف روزی ۲ پیمانه ماست این علائم ۴۸ درصد کاهش پیدا می‌کند. به گفته محققان ماست غنی از کلسیم است که به طور طبیعی سیستم عصبی را آرام می‌کند و مانع از بروز علائم دردناک می‌شود.

ماهی

سوءهاضمه، سندروم روده تحریک پذیر و بیماری التهاب روده را با خوردن هفته‌ای نیم کیلوگرم ماهی برطرف کنید. نتایج بررسی‌ها نشان می‌دهد اسیدهای چرب موجود در ماهی به نام‌های EPA و DHA، به طور چشمگیری التهاب روده، گرفتگی عضله و درد معده را برطرف می‌کند. در برخی موارد همانند داروها به فرد تسکین می‌بخشد. EPA و DHA ضد التهابی قوی، طبیعی و بدون عارضه است که به طور موثر عملکرد سیستم گوارشی را بهبود می‌بخشد.

روغن سیر

محققان معتقدند، مواد فعال در سیر به طور طبیعی باکتری‌های دردزا را از بین می‌برد. برای تهیه روغن سیر، ۳ حبه سیر را در نصف پیمانه روغن زیتون به مدت ۲ دقیقه به آرامی بپزید، صاف کنید. این روغن به مدت ۲ هفته قابل نگهداری در یخچال است.

گیلاس

نتایج بررسی‌ها نشان می‌دهد از هر ۴ زن حداقل یک نفر به درد آرتریت، نقرس و سردردهای مزمن مبتلاست. آنتوسیانین ترکیبی که رنگ قرمز به گیلاس می‌دهد خاصیت ضدالتهابی دارد و ۱۰ برابر از آسپرین قوی تر است. آنتوسیانین، آنزیم‌های ایجادکننده التهاب در بافت‌ها را متوقف می‌کند و در نتیجه مانع از بروز دردهای متفاوت می‌شود. مصرف روزی ۲۰ دانه گیلاس(تازه، یخ زده یا خشک) تا برطرف شدن درد، توصیه می‌شود.

زنجبیل

ماده ضد درد موجود در زنجبیل درد عضله، مفصل، سفت شدن و ورم عضله را در عرض ۲ ماه تا ۶۳ درصد کاهش می‌دهد. مصرف روزی حداقل یک قاشق مرباخوری خشک یا ۲ قاشق مرباخوری زنجبیل تازه برای افراد مبتلا به درد عضله توصیه می‌شود.

دانه‌های ریز پوستی زردرنگ، بیماری نیست

محققان توصیه می‌کنند لکه "Fordyce" عارضه‌ای طبیعی و غیرعفونی در بدن است که خطری برای سلامتی نداشته و نیازی به درمان‌های طبی ندارد. لکه "Fordyce" که به صورت دانه‌های متعدد کوچک در بدن به رنگ سفید مایل به زرد یا گرانول در سطح داخلی و مرز قرمز لب یا مناطق دیگر بدن مانند دستگاه تناسلی ایجاد می‌شوند این دانه‌ها به صورت برجستگی‌های کوچک، کم رنگ (رنگ پوست، زرد و یا مایل به رنگ صورتی) و یا نقاط از ۱ تا ۳ میلی متر قابل مشاهده است. غدد سباسه (چربی) که در محلی غیرطبیعی، غیر از فولیکول‌های مو ایجاد می‌شوند، بیماری نیستند. متخصصان پوست می‌گویند: گاه این ضایعات ممکن است از عوارض استفاده لوازم آرایشی و بهداشتی باشد. این کارشناسان معتقدند لکه Fordyce عارضه‌ای طبیعی و غیرعفونی در بدن است که خطری برای سلامتی نداشته و نیازی به درمان‌های طبی ندارد. این محققان می‌گویند: در افرادی که این لکه‌ها کوچک ولی قابل رویت هستند، می‌توان با استفاده از درمان‌های الکتروسرجری (سوزاندن) با CO2 در مواردی که فرد هنگام استفاده از لوازم آرایش دچار مشکل است، این دانه‌ها را از بین برد. به گفته این پژوهشگران، استفاده از لیزر پالسی در برخی موارد برای درمان این دانه‌ها سودمند است. این درمان با لیزر که معمولاً برای هیپرپلازی غده سباسه (اختلال پوست غدد سباسه) استفاده می‌شود اگر چه گران است ولی اسکار باقی مانده از این ضایعات، نسبت به روش‌های دیگر بسیار کمتر است. پروفیسور Norbert Pallua می‌گوید: استفاده از روش میکروپانچ برای درمان این ضایعات در اغلب موارد نتیجه بخش است.

چه بیماری‌هایی کاهش وزن را سخت‌تر می‌کنند؟

کم کردن وزن معمولاً کار آسانی نیست اما گاهی نیز برخی مشکلات و شرایط جسمی می‌توانند انجام این کار را حتی از حالت عادی نیز دشوارتر کنند. «آکادمی پزشکان خانواده آمریکا» در بیانیه‌ای اعلام کرد: برخی بیماری‌ها و اختلالات جسمی باعث می‌شوند تا روند کاهش وزن در افراد چاق با سرعت کمتری پیش رود که از جمله آنها می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

- بیماری‌های ناشی از اختلالات هورمونی نظیر دیابت، کم‌کاری تیروئید، سندرم کوشینگ و تخمدان پلی‌کیستیک

- مشکلات قلبی و عروقی از قبیل اختلالات در پیچ قلب و نارسایی قلب

- اختلالات تاثیرگذار بر خواب از جمله وقفه تنفسی حین خواب و سندرم انسداد مجاری فوقانی تنفسی علاوه بر موارد فوق برخی اختلالات تغذیه‌ای مانند پرخوری و یا سندرم میل شدید به مصرف کربوهیدرات‌ها نیز در دشوارتر کردن روند کاهش وزن نقش دارند.

درد طولانی مدت قفسه سینه

یک مطالعه که به تازگی انجام شده است نشان می‌دهد: زمانی که درد قفسه سینه بیش از پنج دقیقه طول می‌کشد، بیمار باید فوراً تحت مراقبت‌های پزشکی قرار گیرد. می‌گویند: خطر ابتلا به حمله قلبی در بیمارانی که درد قفسه سینه طولانی مدت دارند بیشتر است. این محققان با انجام مطالعه ای متوجه شدند: بیمارانی که درد قفسه سینه آنها طولانی مدت است در مقایسه با افرادی که دردی کوتاه در این ناحیه احساس می‌کنند، بیشتر در معرض خطر حمله قلبی قرار دارند. در آمریکا هر سال، هشت تا ۱۰ میلیون نفر به علت درد قفسه سینه به بیمارستان مراجعه می‌کنند اما تنها ۱۵ تا ۳۰ درصد آنها دچار حمله قلبی می‌شوند. محققان با بررسی پرونده پزشکی بیماران قلبی بیمارستان هنری فورد در حد فاصل ماه‌های ژانویه تا مه سال ۱۹۹۹ اعلام کردند: از ۴۲۶ بیماری که پرونده آنها مورد مطالعه قرار گرفت ۲۸ نفر یعنی کمتر از ۹ درصد آنها که به طور متوسط ۱۲۰ دقیقه درد قفسه سینه داشتند دچار حمله قلبی شدند، اما بیمارانی که مدت زمان درد قفسه سینه آنها ۴۰ دقیقه بود به چنین حمله ای مبتلا نشدند. در میان بیمارانی که کمتر از پنج دقیقه درد قفسه سینه داشتند نیز هیچگونه حمله قلبی یا مرگی گزارش نشد. این مطالعه نشان داد: بیمارانی که بدون هیچ دلیل مشخصی درد قفسه سینه آنها بیش از پنج دقیقه طول می‌کشید باید فوراً تحت مراقبت‌های پزشکی قرار گیرند. احساس فشار و سنگینی در ناحیه سینه، بروز دردی سوزاننده که ممکن است به قسمت پشت، گردن، فک، شانه و دست‌ها به خصوص دست چپ کشیده شود، احساس تنگی نفس، تعریق، سرگیجه و تهوع، احساس سبکی سر و ضعف ناگهانی، تپش قلب و در کل نامنظمی ضربان قلب از علائم درد قفسه سینه است که با مشکلات قلبی یا حمله قلبی در ارتباط است.

و با چای سبز مخلوط کنید و سپس برای مدت نیم ساعت در ناحیه زیر چشم‌ها قرار دهید. ماساژ صورت و نواحی اطراف بینی نیز می‌تواند مفید باشد، اما دقت کنید از مالیدن چشم‌ها شدیداً خودداری کنید زیرا باعث تحریک مویرگ‌های زیر چشم می‌شود و کبودی را بیشتر می‌کند. آفتاب استفاده از عینک آفتابی نیز توصیه می‌شود. خواب و استراحت کافی نیز به نحو موثری تیرگی و سیاهی چشم را به هر علتی که باشد کاهش می‌دهد. کاهش مصرف نمک، نوشیدن آب کافی، مصرف بیشتر میوه و سبزیجات با ویتامین‌ها و مواد معدنی و ترک سیگار نیز می‌تواند موثر باشد. یک روش ساده دیگر که می‌تواند باعث شفافیت پوست ناحیه زیر چشم شود این است که پنبه را به شیر آغشته کرده سپس حدود نیم ساعت در سردخانه یخچال قرار دهید و بعد آن را برای دقایقی زیر چشم خود بگذارید و این کار را چند بار در روز تکرار کنید.

* متخصص طب سوزنی و گیاهان دارویی

داروها و مواد آرایشی حساسیت‌های فصلی یا آلرژی اگزما پلک، سیگار و اختلالات خواب اشاره کرد. اما برای رهایی از این مشکل غیر از سعی در درمان علت آن (بجز علت ژنتیکی) می‌توان راه‌های زیر را نیز امتحان کرد که در بسیاری موارد کاملاً موثر است. استفاده از ماسک‌های گیاهی می‌تواند تاثیر بسزایی در سلامت پوست، تحریک کلژن سازی، تغذیه و مرطوب کردن پوست و کاهش تیرگی زیر چشم‌ها داشته باشد. توصیه می‌شود هر شب قبل از خواب از ماسک‌های گیاهی صورت استفاده شود. همچنین پدهای زیرچشمی نیز با تحریک کلژن سازی و تغذیه بافت زیرچشمی می‌تواند تاثیر رضایت بخشی در بهبود تیرگی و گودی زیرچشم داشته باشد. یک توصیه ساده تر قرار دادن یک برش خیار زیر ناحیه چشم به مدت حداقل نیم ساعت صبح‌ها و نیز شب قبل از خواب است. تقاله چای سبز را داخل یک دستمال نازک نخی قرار داده و زیر چشم‌های خود بگذارید و پس از مدتی شاهد بهبود رنگ زیر چشم خود باشید. همچنین می‌توانید میوه آووکادو را رنده

درمان‌های ساده برای سیاهی زیر چشم

دکتر امیرهومن کاظمی*

سیاهی و گودی زیرچشم که برای خیلی از افراد مشکلی آزاردهنده محسوب می‌شود گاهی می‌تواند علائم بعضی بیماری‌ها مانند حساسیت، اگزما، افسردگی، کم‌خونی، اختلالات خواب و... باشد، اما معمولاً علت خاصی ندارد و زمینه‌های ژنتیکی و نژادی با سابقه خانوادگی دارد. علت گودی و سیاهی زیرچشم در بیشتر موارد نازک بودن پوست ناحیه زیرچشم است که بعلت سطحی شدن جریان خون و ریدی پوست تیره تر به نظر می‌رسد. در طب سنتی ایرانی علت آن معمولاً خشکی مزاج است. از دیگر علل تیرگی و گودی زیر چشم می‌توان به اختلالات هورمونی بیماری‌های عصبی و افسردگی کاهش وزن ناگهانی و شدید عوارض بعضی



بهترین مکان های اروپا برای خرید

اروپا بهشت افرادی است که به دنبال هدیه های منحصر بفردی می گردند یا می خواهند در مراکز خرید یا بازارچه های محلی و سنتی گشت بزنند و چیزهای آنتیک پیدا کنند. در زیر به بهترین بازارها و مراکز خرید اروپا اشاره می کنیم.

چیزهای زیادی برای شما دارد. غرفه ها و فروشگاه های آن تقریباً همه چیز از لوازم خانگی گرفته تا خوراکی می فروشند.

محله بوهمی سوفو در استکهلم (Stockholm Bohemian SoFo)

حال و هوای هنری این بخش از شهر در منطقه شلوغ میدان نیتورگت متمرکز شده است. فولکون گائاتان با فروشگاه های خلاقانه و عجیب و غریبش که پر از پوشاک جالب، جواهرات، لوازم خانگی، کتاب و مجله، خوراکی و هله هوله و کالاهای دست دوم و قدیمی است، محله شاد و جالبی است. اگر از

شناخته می شود، یک شهر زیبا در شمال اروپاست. شهر قدیم آن جنب و جوش جذابی دارد و پر از هنرمندان خیابانی، گل فروش ها، موسیقی زنده، شکلات فروشی و کافی شاپ های جالب است. اگر از کارهای دستی، وسایل حمام و دستشویی، شمع، محصولات طبیعی، پارچه و کالاهای برند خوششان می آید این مکان را فراموش نکنید.

برایتون لینز، بریتانیا (Brighton Laines, UK)

برایتون یکی از شیک ترین شهرهای ساحلی بریتانیا است و یکی از مقاصد عالی برای خرید



ناین استریتز، امستردام (Nine Streets, Amsterdam)

ناین استریتز که در محله جذاب جوردن امستردام قرار گرفته است، از بلوک های سه در سه خیابان های بهم پیوسته و مشهورترین کانال های شهر تشکیل شده است. چه به دنبال جواهرات و زینت آلات شیک و قدیمی و دست ساز باشید، چه به دنبال کافی شاپ یا حتی آرایشگاه و نگارخانه، در این منطقه ناامید نخواهید شد. کل این منطقه حال و هوای سنت شکنی دارد که ارزش بازدید و نوشیدن یک فنجان قهوه را دارد.

منطقه هاگش هوف و منطقه میت، برلین (Hackesche Hfe and the Mitte district, Berlin)

منطقه میت یکی از به روز ترین بخش های برلین است، ولی اگر می خواهید چیزهای جالب تری پیدا کنید، به هاگش هوف بروید. این منطقه مجموعه ای محوطه ها است که پر از بوتیک های زیبا و فروشگاه های کوچک و عجیب و غریب هستند. محوطه یا حیاط اصلی هم به خاطر کافی شاپ های باکلاس و محلی های شیک و پیکش معروف است. همچنین رستوران ها، سینما و تئاتر هم در آن وجود دارد.

بریک لین و شوریدیچ، لندن (Brick Lane & Shoreditch, London)

شاید مشهورترین مکان های این لیست، این محله با کوچه های زیبایش باشد که در رنگارنگ ترین و شرقی ترین بخش لندن قرار گرفته است. چه دنبال لباس های قدیمی باشید، چه فروشگاه های کادویی، گالری های هنری یا بوتیک های فشن، بریک لین و شوریدیچ

خرید خسته شدید می توانید در کافی شاپ ها، رستوران و فروشگاه های خوراکی آن استراحت کنید.

شهر قدیم گنت (Ghent Old Town)

شهر گنت واقع در بلژیک پر از فروشگاه های زنجیره ای و بوتیک ها و مغازه ها است. کل شهر قدیم پر از خوراکی فروشی های مستقل، فروشگاه لوازم قدیمی و فروشگاه های فشن است. اگر شما هم عاشق خرید هستید و دوست دارید کتابفروشی های خاک خورده را سیر کنید، یا به رستوران های خوش خوراک بروید و یا اگر عشق فشن دارید، گنت کاملاً چشم شما را می گیرد و قطعاً دلتان را می برد.

مونت مارتر، پاریس (Montmartre, Paris)

پاریسی ها بخاطر حس استایل گیرایشان مشهورند، ولی این فقط به طراحان تراز اول آنها و فروشگاه های بزرگ شان مربوط نمی شود. اگر دوست دارید تجربه خرید واقعی را داشته باشید، به سمت آخرین دهکده پاریس، یعنی مونت مارتر بروید. این بخش از شهر هنوز حال و هوای بوهمی که هنرمندان نویسندگان و فلاسفه طی سالها در آن ایجاد کرده اند را دارد. خیابان های سنگفرش با فروشگاه مختلف، گالری های هنری، زینت آلات دست ساز، برندهای مستقل و غذایی های و البته مناظر زیبای شهر، دل شما را می برد.

شهر قدیم ریگا، لاتویا (Riga Old Town, Latvia)

ریگا که با عنوان مروارید دریای بالتیک

محسوب می شود. برایتون زادگاه بسیاری از هنرمندان و خلاقان است و حال و هوای بوهمی شهر برای بازدیدکنندگان جذاب است. این منطقه پر از بوتیک های شیک، فروشگاه های فشن و آنتیک، کارهای دستی هنری و جواهرات باکلاس است. از چیزهای ارزان و کم ارزش گرفته تا مبلمان گران قیمت فرانسوی در این منطقه فروخته می شود.

شهر قدیم زوریخ

زوریخ هم برای خودش شهر قدیم دارد و البته جای بسیار خوبی هم برای خرید است. شهر قدیم مرکز حرکت و جنب و جوش شهر است و جایی است که معماری سنتی زیبا در کنار مجموعه منحصر بفردی از کتابفروشی ها، عتیقه فروشی ها، گل فروشی ها، بوتیک های لباس، جواهر فروشی و بدل فروشی و فروشگاه های فشن است. باید حتماً به کافه های تاریخی این منطقه نیز اشاره کرد و مغازه های سنتی خوراکی و کادویی هم در این محل زیادند.

لوگاوگور، ریکیاویک (Laugavegur, Reykjavik)

ریکیاویک شهری است که محلی های آن زندگی را طور دیگری دوست دارند. این شهر با خیابان اصلی لوگاوگور که مرکز خرید است، بهشت خرید دوستان است. این منطقه پر از فروشگاه های مستقل فشن و لباس با طرح های بین المللی و ایسلندی است. بوتیک های باکلاس آن، بهترین مکان برای جمع کردن چیزهای عالی است که جای دیگری آنها را نمی یابید. فقط یادتان باشد پول زیادی با خودتان ببرید، زیرا ایسلند متأسفانه کشور خیلی گرانی است.

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 قرارداد های بین المللی تجاری ثبت شرکت ها، واردات، صادرات و امور گمرکی

تلفن:

۰۲۰۷۱۹۳۵۵۹۲

ایران:

۰۰۹۸۹۱۲۲۳۳۴۰۷۵



شروع دور جدید لیگ قهرمانان اروپا

آغاز هیجان بی پایان



یکی از روزنامه‌نگاران معروف بریتانیا در خلال جام جهانی ۲۰۱۰ در مصاحبه‌ای عجیب ادعا کرد جام جهانی دیگر داغی گذشته را ندارد. او مقصر این اتفاق را نه خود جام جهانی که لیگ قهرمانان اروپا معرفی کرد؛ رقابتی که در بالاترین سطح ممکن برگزار می‌شود و این هیجان چیزی نیست که در جایی دیگر مانندش را یافت کنیم. از امشب این تورنمنت رویایی بازم آغاز می‌شود؛ شروع یک هیجان بی‌پایان. لیگ قهرمانان اروپا قطعاً با کیفیت‌ترین تورنمنت باشگاهی جهان است که از خیلی از ابعاد می‌تواند جذاب‌تر از جام جهانی باشد. به عنوان مثال ستاره‌های مثل گرت بیل که هرگز رنگ جام جهانی را به واسطه ضعف تیم ملی کشورش ولز ندیده و نخواهد دید، این فرصت را دارد تا در این تورنمنت خودش را اثبات کند برای تصاحب توپ طلا. در همین لیگ قهرمانان اروپا بود که جهان ستاره‌های مثل «ژرژ وِه آ» لیبرایی را شناخت. شاید در مرحله گروهی این مسابقات جذابیت به اندازه کافی نباشد اما قطعاً از مرحله یک چهارم نهایی به بعد، ناب‌ترین فوتبال‌های جهان را در دل چنین رقابت‌هایی می‌بینیم. از امروز سه شنبه مرحله گروهی لیگ قهرمانان اروپا با رو در رویی ۳۲ تیم قاره سبز آغاز می‌شود. قرعه‌کشی گروه‌ها به گونه‌ای بوده که دست‌کم در هر شب برگزاری این بازی‌ها شاهد یکسوپر فوتبال باشیم. امشب رئال در استانبول میزبان گالاتاسرای است که این رقابت همه فاکتورهای لازم را برای یک دیدار مهیج درآورد البته مصاف‌های دیگری هم برگزار می‌شود که از جذاب‌ترین آنها می‌شود به دیدار من یونایتد و لورکوزن اشاره کرد.

رئال به دنبال شکستن طلسم تاریخی

وقتی که در سال ۲۰۰۱ رئال مادرید برای نهمین بار فاتح لیگ قهرمانان شد کمتر هواداری فکر می‌کرد رسیدن به عدد ۱۰ این همه سال به درازا بینجامد. رئال با مورینیو سه‌سال به جمع چهار تیم نهایی صعود کرد اما همیشه یک تیم بود که مانع حضور آنها در فینال شود؛ یک بار بارسا با پپ، بار دیگر بایرن در ضربات پنالتی و فصل قبل، این دورتموند بود که با ۴ گل لواندفسکی خط بلاتنی کشید بر آرزوی مادریدی‌ها. شاید به‌خاطر همین موضوع بود که پس از خروج مورینیو رئالی‌ها مستقیم سراغ آنجلوتی رفتند. مردی که میلان را دو بار قهرمان اروپا کرد و همین شناختش از لیگ قهرمانان موجب شد رئال به او پناه بیاورد. فصل گذشته هم «پی اس جی» با کارلتو روند خوبی را در لیگ قهرمانان داشت اما این بار سوا بود که مانع از صعود آنها شد. در چنین شرایطی امشب سپیده‌های مادرید با هدایت کارلتو برابر گالاتاسرای صف آرایی می‌کنند. گالا شروع خوبی در رقابت‌های این فصل لیگ ترکیه نداشته و هنوز طعم پیروزی در این فصل را نچشیده است. سه بازی و سه تساوی نتیجه تلاش شاگردان فاتح تریم بوده است. این شروعی به غایت ضعیف برای گالاتاسرای است که در دو دوره اخیر قهرمان سوپرکاپ ترکیه نیز شده است. البته هواداران این تیم که وفاداری خاصی به تیم‌شان دارند، با همان شور و شوق همیشگی به تشویق تیم‌شان می‌پردازند و مثل سال‌های قبل پر از هیجان به ورزشگاه می‌آیند. پیرو همین موضوع از دو هفته پیش بلیت‌های بازی گالاتاسرای مقابل رئال مادرید که امشب در ورزشگاه علی سامی‌ین‌سپور برگزار می‌شود به پایان رسیده است.

برنامه ویژه ترکیه

هواداران افراطی گالاتاسرای برنامه‌های ویژه‌ای برای بازی‌های تیم‌شان در رقابت‌های لیگ قهرمانان اروپا دارند. آنها برای این بازی اشیای سه بعدی‌ای را تهیه

کرده‌اند که ساخت آنها ۱۲ روز طول کشیده است. از این رو امشب جهنمی واقعی در ورزشگاه علی سامی به راه خواهد بود. هرچند که این جهنم برای هواداران رئال سوزنده نیست. ویسل جیلی، لیبر هواداران افراطی گالاتاسرای در گفت‌وگو با خبرنگار آ.اس به این نکته اشاره کرد که هواداران گالا با روی خوش و با رفتاری دوستانه از هواداران رئال استقبال خواهند کرد؛ چون هدف آنها این است که با هواداران همه تیم‌های حاضر در لیگ قهرمانان اروپا روابط دوستانه‌ای داشته باشند. با این وجود بعید به نظر می‌رسد که از کاروان رئال مادرید در فرودگاه استانبول استقبالی به عمل بیاید. پیش از این هواداران افراطی گالاتاسرای برای تضعیف روحیه و تحت‌فشار گذاشتن بازیکنان تیم حریف به فرودگاه می‌رفتند، اما گویا این بار این اتفاق رخ نخواهد داد. فاتح تریم سرمربی گالا که هم‌زمان هدایت تیم ملی ترکیه را نیز برعهده دارد، این وظیفه را برعهده دارد که بیش از ۵۵ هزار هوادار مشتاق و پرهیجان تیمش را شاد کند. او در نزد هواداران تیمش یک قهرمان است، چرا که در طول سال‌های ۱۹۹۶ تا ۲۰۰۰، چهار قهرمانی متوالی در لیگ ترکیه را با این تیم کسب کرده و در جام یوفا در سال ۲۰۰۰ گالا را به قهرمانی رسانده است. اونا آل آیساک، رئیس باشگاه گالاتاسرای هم حالا او را به عنوان سرمربی تیمش برگزیده و امیدوار است که تریم بتواند دوباره جام‌های زیادی را برای این تیم کسب کند.

به یاد بازی فصل قبل

سرمربی ترکیه‌ای گالا خاطره خوبی از بازی تیمش مقابل رئال مادرید دارد. فصل گذشته و در مرحله یک چهارم پایانی لیگ قهرمانان اروپا این دو تیم با هم روبرو شدند و بعد از برد قاطعانه رئال در بازی خانگی رفت، کمتر کسی فکرش را می‌کرد که گالا بتواند کار را برای رئال سخت کند. در بازی برگشت در استانبول گالاتاسرای با نتیجه ۳-۲ از سد رئال عبور کرد و آنها واقعا شاگردان مورینیو را به وحشت انداخته و رئال را تا یک قدمی حذف از گردونه رقابت‌ها پیش بردند. درآستانه این بازی حساس، سلوک اینان کمی مصدوم است ولی همه چیز حکایت از آن دارد که خودش برای حضور در میدان اصرار زیادی دارد. وسلی اسنایدر هلندی هم کمی مصدوم است ولی تنها بازیکنی که غیبتش در این بازی قطعی است، حمیت آلتین تاپ، بازیکن سابق رئال مادرید است. با توجه به حضور سه تیم مدعی در این گروه (رئال، یووه و گالا) بازی‌های رو در روی این تیم‌ها از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. شاید باخت در این پیکارها منجر به حذف ناپاورانه شود از این رو آنها همه تلاش خود را دارند تا دست کم بازنده این نبرد نباشند. همین موضوع سبب شده که بیشتر کارشناسان نتیجه بازی امشب را تساوی بدانند. از دیگر نکات خاص این بازی می‌شود به بازگشت کاسیاس به درون دروازه رئال اشاره کرد. کارلتو در ابتدای هفته به خبرنگاران مادریدی گفته بود مسلماً در پیکارهای اروپایی این فصل ترجیح می‌دهد از کاسیاس استفاده کند تا دیگو لویز. مارک کلاتنبرگ انگلیسی ۳۹ساله قضاوت این بازی را در دست خواهد داشت.

منچستر بدون فرگی

در تمامی بازی‌های منچستر در دور جدید لیگ قهرمانان اروپا این فرگوسن بود که هدایت شیاطین سرخ را به عهده داشت. اما امشب برای نخستین بار در طول برگزاری دور جدید این بازی‌ها منچستر بدون پیرمرد اسکاتلندی رو در روی حریفش قرار می‌گیرد. فرگی جای خود را به دیوید مویس داده و من یونایتد بدون این مربی نامدار کار خود را در این رقابت‌ها آغاز می‌کند. اکنون همه نگاه‌ها به شیاطین سرخ است که این امر کار مردان مویس را دشوار می‌کند. اگرچه لورکوزن نمی‌تواند حریفی خطرناک برای بازی امشب منچستری‌ها باشد اما مویس تجربه اروپایی در این سطح را ندارد و شاید همین موضوع برای قرمزهای اولدترافورد خطرآفرین باشد. من یو در بازی مقابل چلسی نشان داد از جسارت کافی در بازی‌های بزرگ برخوردار نیست. شاید در مرحله حذفی لیگ قهرمانان همین عدم جسارت به ضرر سرخ‌ها تمام شود. آنها وابستگی عجیبی به فرگوسن و تصمیمات غیرقابل پیش‌بینی‌اش داشتند و همین موضوع موجب شده کسی قاطعانه در باره بازی‌های من یو پیش‌بینی نکند. از دیگر بازی‌های قابل‌توجه امشب می‌شود به نبرد زسکا و بایرن مونیخ اشاره کرد. به گفته رسانه‌های مونیخی مهم‌ترین برنامه بایرن در این فصل قهرمانی مجدد در اروپاست. مدیران بایرن می‌خواهند نخستین تیم قاره لقب بگیرند که توانسته‌اند از عنوان قهرمانی خود دفاع کنند. از این رو آنها سراغ پپ گواردیولا رفتند؛ مربی‌ای که با بارسا در اروپا بهترین نمایش ممکن را به اجرا گذاشت. مردان منطقه باواریا کار چندان سختی برای صعود از گروه خود ندارند و تنها مشکل آنها قرعه‌ای است که در مرحله بعد نصیب شان می‌شود.

گزیده‌هایی از افکار فرگوسن در آخرین مصاحبه‌اش

آنچه در هاروارد به شما یاد نمی‌دهند

سر الکس فرگوسن، مربی اسطوره‌ی منچستریونایتد متدها و ذهنیتی را فاش کرده که باعث شد او در ۲۶ سال مربیگری ۲۸ قهرمانی بزرگ به دست بیاورد. مربی اسکاتلندی اجازه داد اساتید دانشکده بازرگانی هاروارد متدهای او را در آخرین فصل حضورش در اولدترافورد زیرنظر گرفته و بررسی کنند. او همچنین در بازدید از دانشگاه هاروارد متدهایش را برای دانشجویان بیشتر توضیح داده است.

هراس و ستایش

هیچ کس دوست ندارد از او انتقاد شود. آدم‌های کمی هستند که با نقد بهتر شوند. اکثراً با تشویق بهتر می‌شوند. پس تلاش کردم که زمانی که می‌توانستم از تشویق استفاده کنم. برای یک بازیکن - یا برای هر انسانی - هیچ چیز بهتر از این نیست که بشنود: «کارت عالی بود». این بهترین کلماتی است که تاکنون ساخته شده. نیازی نیست که از صفات تفضیلی استفاده کنید. اما در همین حین باید در رختکن زمانی که بازیکنان انتظارات را برآورده نمی‌سازند به اشتباهات‌شان اشاره کنید. اینجا تنبیه مهم می‌شود. من این کار را دقیقاً بعد از بازی انجام می‌دادم. تا آغاز هفته بعد صبر نمی‌کردم. سریع انجامش می‌دادم و تمام می‌شد و می‌رفت. سپس به بازی بعدی می‌پرداختم. هیچ دلیلی ندارد بخواهید یک بازیکن را تا ابند زیر سوال ببرید. به آنها می‌گفتم اخلاق کاری بسیار مهم است. این کار انگار غرورشان را افزایش می‌داد. به آنها یادآوری می‌کردم برای ساخت کاراکتر تیم باید به یکدیگر اعتماد داشته باشند، نه اینکه پشت آنها را خالی کنند. در جلسات تمرینی تلاش می‌کردیم تیمی بسازیم از ورزشکاران برتر که از نظر تاکتیکی هم هوشمند بودند. اگر روش شما بیش از حد آسانگیرانه باشد نمی‌توانید به این هدف برسید. باید از فاکتور ترس استفاده کنید اما ممکن است زیاده‌روی کنید. اگر بازیکنان تمام مدت بترسند هم خوب کار نخواهند کرد. پیرتر که شده‌ام دریافته‌ام اگر در تمام مدت خشم بگیرید جواب نمی‌دهد.

ارزش کنترل کردن

۱ فکر نمی‌کنم اکثر مردم ارزش زیرنظر گرفتن را کاملاً درک کنند. اما این کار بخشی کلیدی از مهارت‌های مدیریت من بود. توانایی دیدن مسائل نکته‌ی است کلیدی. یا دقیق‌تر بگویم، توانایی دیدن چیزهایی که انتظار دیدن‌شان را ندارید. زمانی که شروعی کردم خبری از ایجنت‌ها نبود و هرچند مسابقات پخش تلویزیونی می‌شدند رسانه‌ها بازیکنان را تا حد هنرپیشگان بالا نمی‌بردند و مرتباً دنبال ماجراهای جدیدی درباره‌شان نبودند. ورزشگاه‌ها بهتر شده‌اند، اوضاع زمین‌ها عالی است و علم ورزش اثر بسیاری در آماده‌سازی تیم‌ها گذاشته است. مالکانی از روسیه، خاورمیانه و نقاط دیگر پول بسیاری به این بازی آورده‌اند و به مربیان فشار می‌آورند. بازیکنان زندگی تحت حفاظت بیشتری دارند و به این دلیل نسبت به ۲۵ سال پیش بسیار شکننده‌تر و حساس‌تر شده‌اند. با پذیرش تغییر است که آن را کنترل می‌کنید. این همچنین یعنی به بازیکنانی که استخدام می‌کنی باید اعتماد کنی. از همان لحظه‌ی که کارکنان را استخدام می‌کنی باید به اینکه آنها کارشان را انجام می‌دهند اعتماد کنی. اگر بخواهی مدیریت در سطح خرد انجام دهی و به افراد بگویی دقیقاً چه کاری انجام دهند پس چرا استخدام‌شان کرده‌ای؟ مهم‌ترین نکته این است که درجا نزنی.

مثبت باشید

سبک ما این بود: مثبت باشید و ماجراجو و ریسک‌پذیر. ما می‌خواستیم بازی را ببریم. طرفداران‌مان این را درک می‌کردند و از این موضوع حمایت می‌کردند. تماشای بازی ما در ۱۵ دقیقه پایانی حسی عالی داشت. ما محوطه جریمه را بجزاران می‌کردیم. بازیکنان را همه‌جا می‌دیدید. آنها نبردی واقعی را به نمایش می‌گذاشتند. البته خوب ممکن بود ضدحمله‌ی بی انجام شود و کار تمام شود. اما لذت پیروزی، آن هم‌زمانی که فکرمی‌کردید باخت در راه است، و صف‌ناپذیر است. لحظاتی پیش می‌آید که باید از خود بپرسید آیا بازیکنان

خاصی هستند که روی جو رختکن، عملکرد تیم و کنترل شما بر بازیکنان و کارکنان اثر می‌گذارد. یا نه. اگر بودند باید سیم‌شان را قطع می‌کردید. مطلقاً هیچ راه‌حل دیگری وجود نداشت. حتی اگر او بهترین بازیکن دنیا بود هم اهمیتی نداشت. دید بلندمدت باشگاه مهم‌تر از هر بازیکنی است. مربی باید مهم‌ترین فرد باشگاه باشد. برخی باشگاه‌های انگلیسی مربیان‌شان را به حدی عوض می‌کنند که بازیکنان در رختکن قدرت می‌گیرند. این بسیار خطرناک است. اگر مربی کنترلی نداشته باشد که دوام نمی‌آورد. باید به جایگاهی برسید که کنترل‌تان فراگیر باشد. بازیکنان باید بفهمند که به عنوان مربی در موضع کنترل رویدادها هستید.

پیروزی

چند سال قبل به دیوید گیل گفتم: تنها راهی که می‌توانیم بازیکنان را در منچستریونایتد نگه داریم این است که بهترین زمین تمرین اروپا را داشته باشیم. از آن زمان مرکز پزشکی را به راه انداختیم. نمی‌شد دست روی دست بگذاریم و بنشینیم. اکثر افرادی که سابقه‌ی مانند من دارند به دنبال تغییر نیستند اما من همیشه حس می‌کردم نمی‌شود تغییر نکنی. ما باید موفق می‌بودیم. چون هیچ گزینه دیگری برای من وجود نداشت. پس من هر ابزاری را برای بهبود بررسی می‌کردم. من به سختکوشی ادامه می‌دادم. برایم هر موفقیتی انگار نخستین موفقیت بود. کار من این بود که بهترین فرصت ممکن برای پیروزی را در اختیارمان قرار دهم. این چیزی بود که من را به پیش راند»

دشواری «دوست دارم»

اگر از خود بپرسید: «آیا بازیکنان دوستم دارند؟» زندگی را بر خود بسیار سخت می‌سازید. اگر کارم را درست انجام دهم بازیکنان به من احترام می‌گذارند و این تنها چیزی است که نیاز دارید. زمانی که بازیکنی اثر منفی می‌گذاشت به سرعت اقدام می‌کردم. برخی می‌گویند حرکات من غیرارادی بود. اما به نظرم مهم بود که سریع در ذهن خود به نتیجه برسیم. چرا باید شبها با شک و تردید می‌خوابیدم؟ پس فردا صبح بیدار می‌شدم و گام‌های لازم برای برقراری انضباط را برمی‌داشتم. مشاهده بخش آخر ساختار مربیگری من بود. زمانی که کار مربیگری را آغاز کردم به چندین اصل اساسی اتکا کردم: اینکه مهارت‌های فنی برای موفقیت در بالاترین سطح را داشته باشم، بتوانم بازیکنان را هدایت کنم، اگر می‌دیدم شور و شوق او ناگهان فروکش کرده اوضاعش را بیشتر زیرنظر می‌گرفتم.

بردن با گل‌های دیر هنگام

بردن در ذات من است. من استانداردهایم را در این مدت طولانی چنان تنظیم کرده‌ام که هیچ گزینه دیگری برایم نمانده است. من مجبورم پیروز شوم، انتظار داشتم هر گاه که بازی می‌کنیم برنده شویم. حتی اگر پنج نفر از مهم‌ترین بازیکنانم هم مصدوم بودند، انتظار برد داشتم. من انسان ریسک‌کننده‌ی هستم. دیدید که در دقایق پایانی مسابقات‌مان چگونه بازی می‌کردیم. اگر در بین دو نیمه عقب بودیم پیام من ساده بود: وحشت‌زده نشوید. تنها روی انجام وظیفه تمرکز کنید. اگر ۱۵ دقیقه تا پایان مسابقه مانده بود و هنوز عقب بودیم، مثلاً با نتیجه ۲ بر یک، آماده ریسک بیشتر می‌شدم. حتی اگر ۲ بر یک می‌باختم هم کاملاً راضی می‌بودم چون در این صورت ما فرصت خوبی برای تساوی یا برد برای خود ساخته بودیم. پس در ۱۵ دقیقه پایانی تلاش‌مان را انجام می‌دادیم.

غروری که مخرب نیست

فوق ستاره‌ها با غرورشان برخلاف آنچه برخی فکر می‌کنند، مشکل‌ساز نیستند. آنها نیاز دارند برنده باشند چون این کار غرورشان و آن «من»‌شان را ماساژ می‌دهد و هر کاری لازم باشد برای برنده شدن انجام می‌دهند. می‌دیدم رونالدو، بکام، گیگن، اسکولز و بقیه ساعت‌ها تمرین می‌کنند. اگر روزی می‌آمد که بازیکنان مربی منچستریونایتد را کنترل کنند - مثلاً بازیکنان بگویند تمرین چگونه باشد، چه روزهایی تعطیل باشد، انضباط چگونه حاکم باشد و تاکتیک‌ها چه باشد - منچستریونایتد دیگر آن منچستریونایتدی نمی‌شد که اکنون می‌شناسیم. پیش از آنکه به یونایتد بیایم به خود گفتم قرار نیست به احدی اجازه بدهم قوی‌تر از من باشد. شخصیت شما باید بزرگ‌تر از آنها باشد. این نکته ضروری است.

ساتلايت ۵ ستاره

5 STAR SAT

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



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

نصب و راه اندازي كانالهاي
ماهواره اي در تمام نقاط انگلستان

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

07817 690 167

020 8395 3114

هفت روز هفته ساعت ۹/۳۰ صبح تا ۷/۳۰ شب



Technomate
Your Digital Partner For Life

مؤسسه حسابداری اویس مدبر (لندن)

عضو انجمن حسابداران انگلیس

با مشارکت خانم مینا کوچکی

✓ ثبت حقوقی شرکتها و افراد حقیقی

Limited Companies, Sole, Partnership, LLP

✓ تهیه گزارشهای مالی و مالیاتی مورد تایید اداره مالیات

Tax, Account, VAT, CIS, PAYE

✓ تهیه برنامه های تجاری، انواع وامهای تجاری و مسکونی

Business Plans and Loans, Mortgages

✓ متخصص در بررسی و دفاع از دعاوی مالیاتی

Specialist Tax Investigations, Tax Planning

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

Principal Accounting

7 Time House,

56B Crewys Road,

Golders Green, NW2 2AD

Tel: 0208 209 1919

Email: ovace@principalaccounting.co.uk,

Website: www.principalaccounting.co.uk

SAMYANI EXCHANGE

صرافی سمیانی

صراف قدیمی و مجاز لندن



Registered no: 540695

نقل و انتقال ارز به ایران
و سایر کشورهای جهان

شماره ثبت: 12286789

020 8332 9030

020 8286 1226

078 2886 0459

219 Lower Mortlake Road,
Richmond, Surrey TW9 2LN

www.samyanexchange.com



طالع بینی هفته

فروردین ماه:

این هفته خاطرات مربوط به گذشته تان زنده میشود اما مثل اینکه شما زیاد دوست ندارید که آینه ای در پشت سرتان قرار گرفته و روزهای گذشته را ببینید. شما به خاطر اینکه میخواهید زودتر به مقصد خود برسید دوست ندارید که در طول مسیر حرکتان قطع شود اما در عمل شما هنوز موردهای احساسی مربوط به گذشته دارید که قبل از حرکت کردن به سوی آینده باید به آنها رسیدگی کنید.

با اعتماد بنفس بیشتر همه جا باشید و ... با اعتماد بنفس بیشتر همه جا باشید و ... از موفقیت خود لذت ببرید

اردیبهشت ماه:

این هفته شما نیاز به وقت خالی داشته و واقعاً به استراحت و زنگ تفریح احتیاج دارید. مهم نیست که چقدر سرتان شلوغ است، شما باید بدون اینکه اجازه بدهید کسی بفهمد چه کار میکنید کمی از کار کناره گیری کرده و وقت خود را در خانه و برای کارهای شخصی تان بگذرانید.

به یاد داشته باشید، زمانی که شما برای خودتان میگذارید مهم نیست، بلکه کیفیت کارهایی که در یک محدوده زمانی کوتاه انجام میدهند اهمیت دارد.

خرداد ماه:

این هفته ماه شما بیش از اندازه نسبت به چیزهایی که دارید

انحصار طلب شده اید و حس مال دوستی تان گل کرده است! اما وقتی صحبت از مایملک میشود، به خصوص اگر ازدواج کرده باشید یا وقتی پای یک دوست صمیمیم طرح باشد، لازم است که آنها را هم در نظر بگیرید.

در این هفته سعی نکنید هر چیزی را به پول نسبت دهید، حتی اگر موافقت و موفق شدن در بحثها مدتی زمان میبرد، اجازه دهید که این بحثها و گفتگوها در مسیر خودشان پیش بروند.

تیر ماه:

این هفته ماه در نشانه حساس شما قرار گرفته است و شما میهوت قدرت احساسات خود شده اید ، احساسات شما مدام در حال تغییرند و افکارتان نیز از این سو به آن سو میروند و تلاش شما برای فکر نکردن فایده ای ندارد.

شما نمیتوانید نیازهای خود را نادیده بگیرید؛ فقط بهترین کای که در این هفته میتوانید انجام دهید این است که بین خواسته هایی که از دیگران دارید و آرزوهایتان تعادل و سازگاری ایجاد کنید.

مرداد ماه:

این هفته شما در حالیکه سعی میکنید چیزهایی را بخورید که بیشترین فایده را برایتان دارند، ترجیح میدهند که به فعالیت های منظم خود بچسبید ! متأسفانه آرزوهای ناآگاهانه ممکن است شما را از مسیر اهداف منطقی تان دور گردانند.

اگر این هفته کمی کارهایتان را

کنار گذاشتید به خودتان سخت نگیرید ؛ حرکت به سوی جلو زمانی امکان پذیر است که تمام نظام هستی برای حمایت کردن از رشد و پیشرفت شما آمادگی کامل داشته باشند!

شهریور ماه:

این هفته ماه در خانه اهداف بلند مدت قرار دارد و میتواند حمایتهای احساسی سودمند دوستان و خانواده تان را شامل حالتان کند اما این اتفاق مثل یک شام مجانی نیست!

برای اینکه این هفته هرکسی که از شما حمایت کند نسبت به تغییراتی که شما در زندگی تان ایجاد میکنید سخت گیری مینماید. اگرچه مشکلات شما از سوی کسی نشأت میگیرد که میخواهد در موفقیت هایتان نقشی داشته باشد، اکنون به نفع تان است که به جای اینکه افکار منفی را انکار کنید سعی کنید راهی پیدا کنید که با وجود این افکار منفی به موفقیت برسید.

مهر ماه:

این هفته ماه شما در خانه مسئولیت های اجتماعی قرار گرفته است و انگار که از شما

خواستگاران دیگر محافظت کنید!

اگر این هفته از عهده کارهایی که از شما خواسته شده است برنیایید، مطمئناً مسئولیت پذیریتان زیر سؤال می رود ، اگر شما واقعا اعتقاد دارید که میتوانید این کارها را انجام دهید، فقط باید روش جالب و جذابی برای نشان دادن استعدادهای خود پیدا کنید.

آبان ماه:

در این هفته شما به طور ذاتی توانایی خارق العاده ای دارید که برای هر مشکلی راه حل مناسبی پیدا کنید ؛ شاید شما به دیگران بگویید که کار خیلی خاص و عالی انجام نداده اید اما حقیقت موضوع این است که جوابهای شما خیلی هوشمندانه خواهد بود. این کارتان مثل پیدا کردن یک سوزن در انبار کاه است!! پس فرصتهای خود را از دست ندهید، برای رسیدن به چیزهایی که میخواهید این هفته بهترین زمان است.

آذر ماه:

این هفته ماه کامل برای شما تبدیل به یک چالش شده است، برای اینکه خانه مربوط به

افراد دیگر را فعال کرده و شما احساس میکنید به جز موضوعات مهم و اساسی حرفی برای گفتن ندارید.

البته این نوع فقدان و کمبود بهتان کمک میکند که محدودیتهای خود را بشناسید ؛ اگر در این هفته سعی کنید که شرایط جدید خود را قبول کنید، سدها و موانع از سر راهتان کنار رفته و راه شما باز میشود.

دی ماه:

این هفته شما میخواهید بدانید که احساساتتان ثابت و بدون تناقض هستند یا نه ، چرا که میخواهید فعالیت هایتان بر اساس و پایه واقعیت شکل بگیرند، متأسفانه این هفته شما در حالیکه اطلاعات بیشتری جمع میکنید احساساتتان نیز تغییر میکنند.

این هفته به جای سرسختی کردن و پافشاری کردن بر روی دیدگاه هایتان، واکنش های شما نسبت به گذشته کمتر قابل پیش بینی هستند ؛ تا موقعی که مجبور نشده اید هیچ تصمیم بلند مدتی نگیرید ؛ جوابی که میدهید لزوماً آخرین جواب شما نخواهد بود!

بهمن ماه:

در این هفته امکان دارد شما بیش از اندازه روی ایده ای پافشاری کنید، که این موضوع آنقدرها هم که فکر میکردید برایتان خوب نیست.

اگر شخصی با اطلاعات کافی به شما پیشنهاد داد که فرضیه و یا ایده شما زیاد هم خوب نیست، سعی نکنید نقش سخنران و نصیحت کننده را بازی کنید ؛ در عوض سعی کنید که از حرفهایی که خودتان میزنید درس بگیرید ؛ اصلاح کردن یک بازی به مراتب بهتر از دفاع کردن از آن است.

اسفند ماه:

این هفته ماه در خانه خلاقیت و احساسات عاشقانه تان قرار میگیرد و شما را قادر میسازد که سرگرمی داشته باشید و همچنین در لحظه حال بتوانید با احساسات خود درست برخورد کنید.

با همه این احوال امکان دارد دوستان تان جدیت بیشتری را در کار شما طلب کنند و قصد و نیت شما را از گفته هایتان متوجه نشده و آنها را سوءتعبیر کنند ولی این هفته شما باید قبل از هر کاری این سوءتفاهمات را برطرف کنید.

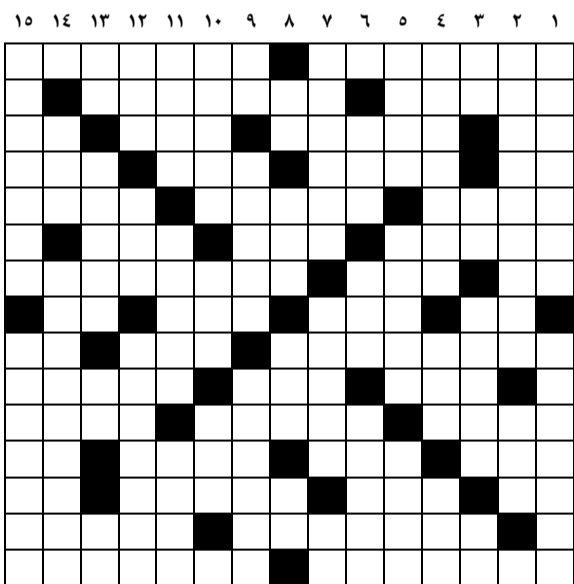
جدول عادی

افقی:

- ۱- بالابرس برقی - یکی از معروفترین غذاهای ایرانی که معمولاً با ماهیچه یا نان مرغ صرف می کنند
- ۲- ناخوش و بیمار - کرم روده
- ۳- حسرت کویر! - تراس - حرف سرفه نوروزی! - قلب
- ۴- صابون خیاطی - راهایی از خطر - چکش بزرگ - درس نخوانده
- ۵- موسس، بنا کننده - مسافر - دارای لقب
- ۶- شهری در استان اردبیل - نمو - میوه تلفنی
- ۷- رود بزرگ - عدل - کشیشی با درجه بالا
- ۸- مسالوی - سرخنای - سود حرام - کوچک
- ۹- کسی که ظاهراً آرام و باطناً مودی است - گودی - قورباغه درختی
- ۱۰- هستی - امر به روفتن - کریدور
- ۱۱- درود - یخچال پرمصرف - وقت و زمان
- ۱۲- پایه، ستون - رود مرزی - خبره - یار پت!
- ۱۳- خم بزرگ - جای مطمئن - زیاده بر احتیاج - طرز پوشاک
- ۱۴- وزیر خردمند خسرو انوشیروان شاهنشاه ساسانی - طرد کردن
- ۱۵- صبحانه - راجی

عمودی:

- ۱- مسکن - دستگای برقی برای خنک کردن آب آشامیدنی
- ۲- از گیاهان طبی که عصاره آن برای تسکین دردهای قلب و اعصاب مفید است - مخفف لیکن
- ۳- برجستگی ته گیوه - یار سوزن - باغبان درخت انگور - یار خوش!
- ۴- تازه تأسیس - روز عرب - نیتروژن
- ۵- بازیکن گلزن سابق پرسپولیس با نام کوچک بهنام - شهری در استان فارس - پادشاهان
- ۶- شهر خروس جنگی - آخرین طبقه دوزخ - سبکی در کشتی
- ۷- دستگاه تولید انرژی اتمی - کمک کننده - ام الخباثت



افقی:

- ۱- اثری از «آنتوان چخوف» نویسنده روسی - یکی از گیاهان دارویی
- ۲- مجبور شده - همان کنش است
- ۳- نوعی شیرینی - یار عروس - نام رونی - اثر ماتیسن
- ۴- شکوه گوی جداییها - پوشاننده - طعم - بسیار خنک
- ۵- ظرف آزمایشگاه - گوشت کبابی
- ۶- چاهی متبرک در مدینه
- ۷- باران تند و کم دوام - ماه پرتاب کردنی! - اندوهگین
- ۸- گاو گیلاتی - نوعی شورولت - پادتن
- ۹- نشانه فعل استمراری - غذای بیمار - درنگ کوتاه - نوعی سلولار کامیون

جدول ویژه

- ۹- اثر معروفی به قلم گراهام گرین - گاو تبتی - صدای پروازی زنبور
- ۱۰- بخشش - همه دارند - اختراع مارکونی
- ۱۱- پرچم - آموزشگاه - تیره شده
- ۱۲- نمذ زین - گوی نقره‌ای پوش شب - قسمی چراغ - واژه ترساندن
- ۱۳- خاندان - جاده قطار - زن گندمگون - میان
- ۱۴- از مراحل سلوک در عرفان هندی - ضرب شمشیر
- ۱۵- یکی از صنایع دستی - جوان نوچه‌ای که آزمودگی یافته و برای کشتی گرفتن و ورزش‌های «توگودی» به زورخانه‌های دیگر می‌رود

عمودی:

- ۱- پدر صنعت چاپ - در آمار به معنای پراکندگی است
- ۲- مهاجم آلمانی ملی پوش - مرتبه و جایگاه سوره فاتحه در قرآن
- ۳- عملی گردید - خرما پیخته - قلب قرآن - عود
- ۴- مدعی العموم - بار و بنه - تیق زدن
- ۵- شهری در افغانستان - دهکده - داستان بلند کریستوفر فرانک
- ۶- خزنه نیش‌دار - ماه میلادی - انس گرفته
- ۷- دستگاه تعمیر و پنجرگیری - طائر - ویتامین جوانی
- ۸- نام آذری - سازمان جاسوسی - پرنده‌ای خوش آواز - صحنه نمایش
- ۹- بیست و سومین حرف الفبای فارسی - زمره کننده - مسلم
- ۱۰- مردود - انفرادی - خطاب بی ادب
- ۱۱- پاک و پاکیزه - از خودگذشتگی - الهه جنگ
- ۱۲- عزیز - مهره شطرنج - مرکز اوگاندا
- ۱۳- دوباره کاری - مسلسل - زمین سخت - فلز رسانا
- ۱۴- آکندگی - مهاجم سابق تیم ملی انگلستان
- ۱۵- نام ماده‌ای از مواد درسی در آموزشگاهها - ورزشگاه سنتی



ENGLISH COURSES

EXCELLENT VALUE FOR MONEY!

Daytime, evenings, weekends, from 1 to 48 weeks
Conversations, General and Business English, IELTS
You will improve with us! Start now.

www.linkschool.co.uk

07590309608; 02088327444

Northumberland House, Popes Ln, London W54NG

Happy art ltd

تخفیف دانشجویی
آموزش نقاشی در تمامی سنین
رنگ روغن ، اکریلیک
جلسه اول رایگان

۰۷۷۹۵۹۹۴۰۲۰

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

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





یکتایطعمه‌های

ایران ۱۰۰٪



بخش کلی مواد غذایی شامل:
 آجیل، میوه خشک، سبزیجات خشک،
 حبوبات، نمد و شکر، ادویه جات،
 ترشیجات، شوربجات و انواع کنسرو
 غذاهای آماده و نیمه آماده
 Viglen House, Alperton lane,
 London, HA01HD
 Tel: 02089988545
 yektafood@yahoo.co.uk