

سرنوشت پنجره دیپلماتیک در دستان آمریکا

# موج اختلافات بر سر تحریم ها

معیشتی را بهبود بخشد. و در ایالات متحده، کنکره باید دست اوباما را باز بگذارد تا از انعطاف نشان دادن در برابر تحریم ها به عنوان یک ابزار تعاملی با ایران استفاده کند.

موارد موفق اعمال تحریم ها در طول تاریخ، تحریم ها به ندرت کشوری را ناگزیر به تسلیم کرده است. من و همکارانم در موسسه پترسون، ۲۰۴ نمونه از تحریم ها در قرن بیستم را بررسی کردیم. ما به این نتیجه رسیدیم که تحریم ها می توانند در یک سوم موارد به بخشی از اهداف خود دست یابند. در واقع اغلب نمونه های موفق شامل مصالحه است. تنها در ۱۲ مورد تحریم ها مستقیماً به نتیجه های مورد نظر، منجر شدند.

در نهایت، به این نتیجه رسیدیم محتمل ترین زمان موثر واقع شدن تحریم ها زمانی است که تحریم کننده در اهداف خود میانه روی داشته باشد، دولت هدف تحریم ها تا حدودی دمکراتیک باشد و روابط بین تحریم کنندگان و دولت های مورد تحریم پیش از اعمال تحریم ها، بیش از اینکه خصمانه باشد، دوستانه باشد. از سوی دیگر هزینه های اقتصادی ناشی از تحریم ها باید با اهداف همخوانی داشته باشد. در نهایت، زمانی که تحریم ها هدفمند باشند، موفقیت آنها به همکاری تمامی متحدان و سازمان های بین المللی بستگی دارد. ... ادامه صفحه ۲

ناظران و سیاستگذاران به شدت در مورد نقش تحریم های اقتصادی، دچار اختلاف نظر هستند. آنهایی که می خواهند به مذاکرات یک شانس بدهند، مانند باراک اوباما رئیس جمهور آمریکا و جان کری، وزیر امور خارجه وی، بر این گمانند که واشنگتن و متحدان اش باید در مقابل همکاری ایران، تحریم ها را تعدیل کنند. آنهایی که همچنان در مورد اهداف ایران دچار تردید هستند، مانند اغلب اعضای کنگره، می خواهند آمریکا تحریم های مضاعفی علیه ایران اعمال کند تا تهران درخواست های جامعه بین المللی را اجرا کند.

تجربه تاریخی نشان می دهد، زمانی که تحریم اعمال می شوند، قول لغو تحریم ها در مقایسه با تلاش برای شدت بخشیدن به آنها، کارآمد تر است. جای تردیدی وجود ندارد که فشار تحریم ها از جمله عوامل موثر در رقم زدن پیروزی حسن روحانی، در انتخابات ریاست جمهوری ۲۴ خرداد بود. اما تحریم ها تنها دلیل بازگشتن ایران پای میز مذاکره نبود. پنجره مذاکره زمانی گشوده شد که محمد احمدی نژاد، که دیگر مورد اعتماد نبود، با چهره ای مورد اعتماد تر جایگزین شد. با این حال سیاست های داخلی در ایران و ایالات متحده نقش تعیین کننده ای در باز ماندن یا بسته شدن این روزنه، ایفا می کنند. روحانی باید برای باز نگاهداشتن این پنجره به رای دهندگان ایرانی نشان دهد که می تواند وضعیت



Photo: Adom Saboonchian

در سمینار سراسری آموزگاران زبان فارسی اروپا در لندن مطرح شد

## نظام آموزشی ایران یک سویه است

صفحه ۱۴

**علی پاکپور (لندن) صراف مجاز از سال ۱۳۳۲**  
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](mailto:ali.pakpour@yahoo.com)  
نشانی اینترنت: [ali-pakpour.com/table.htm](http://ali-pakpour.com/table.htm)  
نشانی پستی: P.O.Box 534, Pinner HA5 9EL

ایام هفته	پنجشنبه	جمعه	شنبه	یکشنبه	دوشنبه	سه شنبه	چهارشنبه	پنجشنبه
دلار آمریکا	از: ۲۹۹۰۰ تا: ۳۰۲۰۰	از: ۲۹۹۰۰ تا: ۳۰۲۰۰	از: ۳۰۰۰۰ تا: ۳۰۳۰۰	از: ۳۰۲۰۰ تا: ۳۰۴۵۰	از: ۳۰۲۰۰ تا: ۳۰۵۰۰	از: ۳۰۰۰۰ تا: ۳۰۲۵۰	از: ۳۰۰۰۰ تا: ۳۰۳۰۰	از: ۳۰۱۰۰ تا: ۳۰۳۰۰
پوند انگلیس	از: ۴۵۵۰۰ تا: ۴۸۳۰۰	از: ۴۶۰۰۰ تا: ۴۸۵۰۰	از: ۴۶۰۰۰ تا: ۴۸۳۰۰	از: ۴۶۰۰۰ تا: ۴۸۵۰۰	از: ۴۶۰۰۰ تا: ۴۸۵۰۰	از: ۴۵۷۰۰ تا: ۴۸۲۰۰	از: ۴۶۰۰۰ تا: ۴۸۵۰۰	از: ۴۶۰۰۰ تا: ۴۸۷۰۰
یورو	از: ۴۰۴۰۰ تا: ۴۱۴۰۰	از: ۴۰۰۰۰ تا: ۴۱۰۰۰	از: ۴۰۰۰۰ تا: ۴۱۰۰۰	از: ۴۰۳۰۰ تا: ۴۱۳۰۰	از: ۴۰۲۰۰ تا: ۴۱۲۰۰	از: ۴۰۰۰۰ تا: ۴۱۰۰۰	از: ۴۰۰۰۰ تا: ۴۰۹۰۰	از: ۴۰۰۰۰ تا: ۴۱۰۰۰

Thinking to advertise in Persian Weekly?

# SALE

بازار کریسمس را از دست ندهید

قیمت های استثنایی تبلیغات  
در هفته نامه پرشین

Call us on: **07811000455**



ادامه از صفحه اول

## اختلاف سیاست مداران بر سر تحریم ها

متاسفانه برای واشینگتن، موضوع ایران شامل این شروط نمی شود. هدف تعلیق برنامه های هسته ای ایران در حالی مطرح می شود که این مساله با نگرانی های امنیت ملی جمهوری اسلامی در ارتباط است. همچنین روابط ایران و آمریکا پیش از اعمال تحریم ها نیز خصمانه بوده است.

بنا بر اطلاعاتی که در گزارش اخیر کنگره وجود دارد، تحریم ها، صادرات نفت ایران را به نصف رسانده است. این صادرات، ۸۰ درصد کل صادرات نفت ایران، ۵۰ درصد درآمد دولت و ۲۰ درصد اقتصاد کشور را شامل می شود. حتی محافظه کارانه ترین گزارش ها نیز حاکی از آن است تحریم های نفتی اروپا، پیامدهای مخربی برای اقتصاد ایران به همراه داشته است. پیامدهای تحریم ها برای ایران در صدر فهرست ۲۰۴ موردی قرار دارد که ما روی آن تحقیق کردیم.

با این حال هزینه های اقتصادی، تضمینی برای نتایج سیاسی به شمار نیم رود. هزینه تحریم ها در عراق در سال های ۱۹۹۰، ده ها برابر هزینه هایی بود که هم اکنون بر اقتصاد ایران تحمیل می شود. اما در نهایت این تحریم ها به عقب نشینی دولت صدام حسین منجر نشد. علاوه بر این، پیامدهای انسانی تحریم ها، حمایت سیاسی از آنها را کاهش می دهد.

زمان مذاکره

آنهایی که در واشینگتن برای اعمال تحریم ها بیشتر علیه ایران تلاش می کنند، خواستار به صفر رساندن صادرات نفتی ایران هستند. اما باید گفت که در این صورت مردم ایران بیش از مقامات تحت فشار قرار می گیرند. در حال

حاضر نیز جمهوری اسلامی با اشاره به پیامدهای انسانی تحریم ها، سعی در ایجاد شکاف در نظام تحریم ها دارد. در عراق نیز تصویر کودکان گرسنه و بیماران که هر روز توسط رسانه ها منتشر می شد، حمایت سیاسی از تحریم ها را کاهش داد.

یک مشکل مرتبط این است که تحریم های آمریکا هم اکنون تمامی مبادلات مالی و تجاری ایران به غیر از موارد بشردوستانه را شامل می شود. به بیان دیگر، سیاستگذاران آمریکایی می توانند تنها در صورتی فشار را بر ایران حفظ کنند که کشورهای ثالث نیز حاضر به همکاری با آمریکا در جهت اعمال تحریم ها باشند. در صورتی که نگره به تلاش برای اعمال فشار بر ایران ادامه دهد، این ریسک وجود دارد که کشورهای اروپایی و دیگر متحدان از همکاری با رژیم تحریم ها علیه ایران، خودداری کنند.

در حال حاضر برخی ادعا می کنند مذاکره با ایران، زمان لازم برای پیشرفت برنامه های هسته ای جمهوری اسلامی را در اختیار تهران قرار می دهد. این در حالی است که گزینه جایگزین آنها یعنی تحریم های بیشتر نیز برای اثر گذاری به زمان نیاز دارد. البته مذاکره با ایران آسان نخواهد بود و شاید یک توافق مورد پذیرش، خیلی دور از دسترس باشد. اما باید احتمال تعدیل تحریم ها را مطرح کرد تا شانس برای موفقیت وجود داشته باشد. در صورتی که کنگره به درخواست دولت توجه نکند و تحریم های بیشتری را علیه ایران اعمال کند، تهران بیش از هر زمان دیگری در می یابد که به سلاح هسته ای نیاز دارد. تحریم های کنونی علیه ایران، پنجره دیپلماسی را گشوده اند. اکنون پرسش اینجاست که آیا ایالات متحده و شرکای اش به باز تر شدن این پنجره کمک می کنند یا اینکه با دست خود آن را می بندند.

منبع: فارن افرز

به گزارش صندوق بین المللی پول:

## ایرانی ها رتبه ۱۸ نرخ بیکاری دنیا را کسب کردند

به گزارش صندوق بین المللی پول نرخ بیکاری ایران که در سال گذشته میلادی ۱۲/۲ درصد بوده در پایان سال جاری میلادی به ۱۳ درصد افزایش یافته که به این ترتیب ایران در میان کشورهای جهان رتبه ۱۸ را کسب کرده است.

صندوق بین المللی پول با رده بندی کشورها از نظر نرخ بیکاری در سال ۲۰۱۳ اعلام کرد ایران با نرخ بیکاری ۱۳/۱ درصدی در رتبه ۱۸ جهان قرار گرفته و اگرچه وضعیت بیکاری در ایران بدتر شده اما نرخ بیکاری ۱۰ کشور اروپایی همچنان بیشتر از ایران است.

این نهاد بین المللی به رده بندی ۱۰۵ کشور جهان از نظر نرخ بیکاری در سال ۲۰۱۳ پرداخته و ایران را از این نظر در رتبه ۱۸ جهان قرار داده است.

بر این اساس در سال جاری تنها ۱۷ کشور نرخ بیکاری بالاتری از ایران خواهند داشت. ایران در رده بندی امسال صندوق بین المللی پول نسبت به سال گذشته صعودی ۶ پله ای داشته است. ایران از نظر نرخ بیکاری در سال ۲۰۱۲ رتبه ۲۴ را در میان کشورهای جهان به دست آورده بود. در صدر رده بندی جهانی بر اساس آمار نرخ بیکاری در سال ۲۰۱۳ کشور مقدونیه قرار گرفته است. نرخ بیکاری این کشور برای

امسال ۳۰ درصد برآورد شده که بالاترین نرخ بیکاری در سطح جهان است. بوسنی با نرخ بیکاری ۲۷ درصدی و یونان با نرخ بیکاری ۲۶/۹ درصدی به ترتیب در رتبه های دوم و سوم از این نظر قرار گرفته اند.

نرخ بیکاری ۱۰ کشور اروپایی در سال ۲۰۱۳ بیشتر از ایران برآورد شده است که ۳ کشور در این بین به نام های اسپانیا، پرتغال و ایرلند جزو کشورهای اروپای غربی محسوب می شوند. نرخ بیکاری اسپانیا ۲۶/۸ درصد اعلام شده و رتبه ۴ بالاترین نرخ بیکاری جهان به این کشور اختصاص یافته است. پرتغال نیز با نرخ بیکاری ۱۷/۴ درصد در رتبه ۹ و ایرلند با نرخ بیکاری ۱۳/۷ درصد در رتبه ۱۷ قرار گرفته اند. آفریقای جنوبی با نرخ بیکاری ۲۶ درصد، صربستان با نرخ بیکاری ۲۵ درصد، سوئدان با نرخ بیکاری ۱۹ درصد، و ارمنستان با نرخ بیکاری ۱۸/۵ درصد نیز به ترتیب در رتبه های ۵ تا ۸ قرار گرفته اند.

رتبه های ۱۰ تا ۱۶ نیز به ترتیب به کشورهای قبرس، گرجستان، تونس، کرواسی، بلژ، جامائیکا، و اسلواکی اختصاص یافته است. نرخ بیکاری این کشورها از ۱۷ تا ۱۳/۷ درصد اعلام شده است. نرخ بیکاری برخی کشورهای دیگر در سال ۲۰۱۳ به این ترتیب برآورد شده است: آلبانی ۱۳ درصد، اردن ۱۲/۲ درصد، فرانسه ۱۰/۹ درصد، ترکیه ۹/۳ درصد، انگلیس ۷/۷ درصد، آمریکا ۷/۵ درصد، کانادا ۷/۱ درصد، برزیل ۵/۸ درصد، آلمان ۵/۵ درصد، چین ۴/۱ درصد، نروژ ۳/۳ درصد و کویت ۲/۲ درصد.

بلاروس نیز با نرخ بیکاری ۰/۶ درصدی کمتری نرخ بیکاری را بر اساس برآورد صندوق بین المللی پول در سال جاری میلادی دارد.

## تسلیت و همدردی



کانون ایران در لندن با اندوه بسیار، ضایعه درگذشت شادروان

## حاج آقا احمد رضایی

را به هموند گرامی و وفادار خود آقای جمشید رضایی فرزند آن فقید سعید و سایر بازماندگان سوگوار به ویژه خانواده های رضایی و سیار ایرانی صمیمانه تسلیت گفته و از درگاه حضرت حق، برای آن مرحوم شادی روان و برای بازماندگان در تحمل این اندوه گران، صبر و شکیبایی مسألت دارد.

مجلس یادبود آن روانشاد، روز پنجشنبه ۱۴ نوامبر جاری (۲۳ آبان ۱۳۹۲) از ساعت شش و نیم تا ساعت ۹ و نیم پس از نیمروز در سالن کتابخانه مرکزی شهرداری ناحیه کنزینگتون برگزار خواهد شد.

امید است هموندان عزیز و دوستان گرامی کانون ایران، برای تسلاهی خاطر افسرده بازماندگان سوگوار، در مراسم یادبود شرکت فرمایند.

نشانی:

Central Library Kensington Town Hall,  
7RX Phillimore Walk, London, W8

مدیریت کانون ایران

## مدرسه اندیشه



### کلاس های آموزشی بزرگسالان

#### آموزش کامپیوتر

نحوه استفاده از اینترنت، ایمیل، فیس بوک، تایپ فارسی، آفیس، موزیک و فیلم .....

شنبه ها از ساعت 12:00 تا 13:30

#### آموزش زبان انگلیسی

کلاس گروهی در محیطی آرام توسط معلم با تجربه ی تدریس در کالج های لندن

شنبه ها از ساعت 10:00 تا 11:30

کلاس های شناخت شاهنامه، حافظ خوانی .....

دوشنبه ها از ساعت 19:30 تا 21:30 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 14:00 تا 17:00

#### 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 14:00 تا 15:30

#### آموزش موسیقی

کلاس های گروهی دف و تنبک با استادان مجرب

شنبه ها از ساعت 17:00 تا 18:00

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



Like us on Facebook.com/persianweeklypaper  
Follow us on Twitter@persianweekly

این امر در جامعه ایرانیان کمی متفاوت است. بخشی از هم میهنان متمول و ثروتمند ایرانی ما که در این کشور ساکن هستند، تمایل چندانی به برقراری ارتباط با قشرهای مختلف مهاجران ندارند و به قولی مشغول زندگی شخصی و تجاری خود می باشند. برخی هم نیازی برای داشتن نشریه ایرانی حس نمی کنند و به عبارتی اگر باشد می خوانند و اگر هم نبود، خود را با موارد دیگر مشغول می سازند. در این میان اما، هستند خوانندگانی که هر هفته نشریه را دنبال می کنند و مشاهدات خودمان در مکان های توزیع روزنامه، گواه آن را دارد که به قصد برداشتن روزنامه به یک فروشگاه سر می زنند. عده ای هم که از مشتریان روزنامه هستند و با چاپ آگهی های خود، هم به رونق مشاغل خود کمک می کنند و هم غیر مستقیم در ادامه راه ما، تاثیر می گذارند.

و اما در مورد مطلبی که فرمودید تا شماره حساب اعلام نمایم تا هر کس با توجه به توانی که دارد، مبلغی را اهدا نماید نیز باید بگوییم که بارها و بارها به این موضوع فکر کرده ایم ولی متأسفانه در فرهنگ ما، این نوع درخواست کمک نوعی تکدی گری به شیوه مدرن به حساب می آید و از طرفی دیگر اعلام زودتر ورشکستگی یک سازمان را می رساند. ما در این هفته نامه کاملاً با نظر شما موافق هستیم ولی برای تصمیم به انجام کاری در جامعه کوچک ایرانی خودمان، باید تمامی جوانب آن را بسنجیم. در همین نشریه به کرات، اعلام نمودیم که بهترین شکل کمک مالی به ما، آبونمان است و اگر هزار ایرانی در هر سال، اشتراک این نشریه را خریداری نمایند، نفس تازه ای به شریان زندگی این نشریه وارد خواهد شد. با این کار حداقل، مشترکان فقط با پرداخت هزینه پست نشریه به درب منزلشان، بخشی از هزینه چاپ این نشریه را سهم می شوند.

اشتراک در نشریه بسیار آسان است و فرم اشتراک آن در نشریه بارها چاپ شده است. حتی با یک تماس تلفنی هم می توان آبوننه این نشریه شد و نیازی به پر کردن فرم اشتراک و ارسال آن هم نیست. همکاران ما در دفتر نشریه، تمامی مراحل را تلفنی برای خوانندگان عزیز انجام خواهند داد.

ضمناً برای آدرس پستی هم باید خدمت خوانندگان برسانیم به دلیل مشکلاتی که در دفتر قبلی هفته نامه داشتیم، فعلاً به صورت موقت در مکان دیگری، مشغول کار خود هستیم و به محض اینکه در دفتر جدید مستقر شدیم، حتماً آدرس نشریه را برای خوانندگان ذکر خواهیم نمود تا بتوانند با ما مکاتبه نمایند. در این زمان، تلفن نشریه همیشه آماده پاسخگویی به شماست و با تماس با ما نیز می توانید ارتباط خود را با ما حفظ نمایید.

به هر حال، مجدداً از ارسال نامه به این هفته نامه سپاسگزاریم و امید به اینکه شاهد افزایش فرهنگ مطالعه در بین ایرانیان باشیم.

با احترام  
هفته نامه پرشین

## یک نامه یک جواب!

نامه وارده - دوشنبه ۴ نوامبر

با سلام و درودهای فراوان و خسته نباشید. من یکی از خوانندگان مجانی هستم که وقت که هر وقت شانس بیاورم و شماره ای را داخل سوپرمارکتی از روی زمین با خس و خاشاک! بردارم.

بهرحال، غرض از مزاحمت مطلب صفحه اول شماره ۳۲۰ بود که مرا واداشت چند سطر می مزاحم شوم. اولاً برای بار بود که از اجرای برنامه در لندن این چنین یاد می شد و بسیار زیبا بود. چه صفحه اول و چه در صفحه داخل با عکس و تفصیلات. متأسفانه تا کنون نشریات چاپ لندن از کنار آن ساده گذشته اند خصوصاً مرحوم کیهان چاپ لندن که دکتر قاسمی یکی از همکاران قدیمی کیهان تهران بوده، از این قاعده مستثنی نشده بود که چند سطر مطلب از او و کانون ایران بنویسند.

حال که فرصتی پیش آمد تا چند سطر خط خطی کنم، از این فرصت استفاده می کنم، چند مورد را با اطلاع می رسانم. همه خوانندگان شما توجه دارند ادامه نشر و یا فعالیت مطبوعاتی، نیاز وافر دارد که کمک مالی شود. به جز تکفروشی و یا آبونمان و درج آگهی، شاید راه های دیگری هم وجود داشته باشد. از آن جمله اعلام حساب بانکی که هر کس با هر بودجه ای، بتواند مبلغی در آن واریز بنماید. مطلب دیگر اگر آدرس پستی اعلام نمایید شاید بتوانم تماس بیشتری بگیرم چون اینجانب اینترنتی نیستم. موفق باشید- داود- لندن

جوابیه هفته نامه پرشین

از اینکه با ما مکاتبه نمودید، بسیار قدرتان هستیم. در طول سالهای گذشته تمام تلاشمان بر این بوده است تا ارتباط خود را به هر نحوی با جامعه ایرانیان انگلستان، بیشتر کنیم تا صدایی باشیم برای اتفاقات و رویدادهای ایرانیان ساکن این کشور، و با اطلاع رسانی خود، پیوندی میان هم وطنانمان خود برقرار نماییم. با توجه به آنچه که شما مطرح نمودید، کمک های مالی به افراد شاغل در محیط های فرهنگی، مخصوصاً نشریات، نیاز وافر است که بر هیچ کس پوشیده نیست. در اکثر شرکت ها و موسسات انگلیسی هم که در این کشور مشغول کار هستند، جمع آوری کمک های مالی در مراسم هایی که اتفاقاً با هدف جمع آوری پول برگزار می کنند، امری عادی است و شما بهتر می دانید که افراد حاضر در این مراسمات، چه مبالغ کارسازی را اهدا می نمایند. اما

### سخنی با شما خوانندگان

هفته نامه پرشین، چنانکه خوانندگان عزیز از هفته پیش ملاحظه فرموده اند، بالاخره تمام رنگی شد. و این اولین اقدام از سری برنامه هایی است که برای بهبود کیفیت نشریه و خدمات مان به هموطنان، در تیم پرشین مورد بحث و بررسی قرار گرفته و با توجه مشکلات موجود اولویت بندی شده است. برای مثال: برای پخش منظم نشریه در جنوب لندن و شهرستان ها، اقدام برای پیدا کردن توزیع کننده و شیوه مناسب ارسال نشریه، آغاز شده است.

هر چند خوانندگانی که، حتی از خارج از بریتانیا، آبوننه شده اند، خیلی وقت است که نسخه های نشریه را هر هفته دریافت می کنند. برای پوشش بیشتر اخبار و وقایع در جامعه ایرانی، اقدام به استخدام گزارشگران و نویسندگانی شده است و شما در شماره های آینده پرشین، خواننده مطالب بیشتری

درباره جامعه ای که در آن زندگی می کنید خواهید بود. بخش خاصی در نظر گرفته شده برای شادباش ها یا سوگواری های هموطنان و آنها می توانند مراسم های خود را از طریق این نشریه به اطلاع یکدیگر برسانند.

همچنین تصمیماتی برای انتشار نشریات ضمیمه گرفته شده است که مراحل اجرایی آن در دست اقدام است. در مجموع، به دلایل تغییراتی که بخشی از آنها در بالا ذکر شد، قیمت آگهی های نشریه، که تنها ممر درآمد آن است، نیز افزایش اندکی خواهد داشت. لذا از صاحبان مشاغل، چه آنهایی که بودجه تبلیغاتی ندارند و چه آنهایی که رونق کسب و کارشان از شرکتهای زنجیره ای جهانی هم بیشتر است و اصولاً نیازی به تبلیغات ندارند، خواهشمند است امور تبلیغات احتمالی شان را همچنان به نشریاتی که دیروز آمده اند و فردا هم می روند، ارجاع دهند!

برای Golden Class Ltd به شماره ثبت ۰۶۷۶۲۵۱۱ به تاریخ اول دسامبر ۲۰۰۸ محفوظ است.

#### DON'T FORGET

Help to keep public area clean and tidy for everyone by taking your copy of Persian Weekly paper with you, when you leave  
When you have finished with this publication please recycle it.



Tel: 020 7193 5592

Fax: 020 7023 4921

www.persianweekly.co.uk

info@persianweekly.co.uk

هفته نامه پرشین از نوشته های نویسندگان و خوانندگان استقبال کرده ولی در ویرایش آنها آزاد است. مسئولیت آگهی ها و صحت آنها بعد از صاحبان آن میباشد هفته نامه پرشین در قبول یا رد آگهی ها صاحب اختیار می باشد. کلیه حقوق مادی و معنوی

شورای همکاران و نویسندگان:  
دکتر علا امیرشاهی، فرشته کد یور، احسان صادقیان، محسن غفاری، امیر ارسلان یکتامنش،

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

عکاس: امید مهاجرانی  
امور پخش و توزیع: فریدون تیراژ: ۳۰۰۰ نسخه چاپی

## 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 نویسنده انتخاب و به چاپ می رسد.

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

## این شناسنامه همه ماست



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



تو نه جوانی و نه پیر، ولی در آرزوی آن دو، سر به چرت بعد از شام فرو می بری تا رویای هر دو را ببینی.

کلوخ انداز را پاداش سنگ است.  
پرده سوم، صحنه اول.

Thou hast nor youth,  
nor age, but as it were,  
an after-dinner's sleep,  
dreaming on both.

Measure for Measure, Act III, sc. 1.  
برگرفته از کتاب اندیشه های زرین شکسپیر  
گردآوری و ترجمه: هلیا معینی

PERSIAN WEEKLY  
موج اختلافات بر سر تحریم ها  
فاز کرسمن را از دست ندهید.  
قیمت های استثنائی تبلیغات  
در هفته نامه پرشین  
SALE  
Call us on 0781100455



## گزارش هفته

۳۰ مدعی به دنبال ثروت  
هنگفت ثریا اسفندیاری

بررسی دعوی حقوقی بر سر دارایی ثریا اسفندیاری، پشت درهای بسته دادگاهی در شهر کلن به جریان افتاده است. ۳۰ نفر از بستگان و آشنایان همسر دوم محمدرضا شاه پهلوی مدعی به ارث بردن املاک و جواهرات وی هستند. ۳۰ نفر از بستگان و آشنایان ثریا اسفندیاری، همسر دوم محمدرضا شاه پهلوی، از روز سه‌شنبه (۵ نوامبر/۱۴ آبان) در دادگاهی غیرعلنی در شهر کلن برای به ارث

می‌کنند این است که آیا برادر و وارث ملکه ثریا در آن زمان در "کمال صحت و سلامت عقل و روان" برای نوشتن وصیتنامه بوده است؟ بستگان بیژن اسفندیاری ادعای حسن فیروزفر را رد کرده و ناممکن می‌دانند. در این میان سر و کله برخی چهره‌های جدید نیز در طول این ۱۲ سال از سراسر جهان پیدا شده که خود را از دوستان و بستگان بیژن اسفندیاری معرفی می‌کنند. ادعای یکی از همین افراد که اهل شهر زیگبورگ، در نزدیکی کلن است، تا بدان‌جا پیش رفت که بیژن اسفندیاری در سال ۲۰۰۲ نیش قبر شد. این فرد مدعی آن شده بود که پسر متوفی از رابطه‌ای خارج از ازدواج بوده است. آزمایش دی ان ای در نهایت خلاف این ادعا را ثابت کرد.

پایانی دور از دسترس



© picture-alliance/dpa

بردن ثروت چندین میلیون یورویی وی، در مقابل یکدیگر قرار گرفته‌اند. خبرنگاران اجازه حضور در این دادگاه را ندارند. ثریا اسفندیاری پیش از وفاتش در تاریخ ۲۵ اکتبر ۲۰۰۱ در سن ۶۹ سالگی در وصیتنامه‌اش چند مؤسسه خیریه و برادرش بیژن را که در آن زمان در شهر کلن زندگی می‌کرد، به عنوان وارث خود بعد از مرگ مشخص تعیین کرده بود. بیژن اسفندیاری یک هفته بعد از درگذشت خواهرش، در حالی که برای شرکت در مراسم خاکسپاری وی به شهر پاریس رفته بود، در پی زیاده‌روی در مصرف الکل و مواد مخدر جان سپرد. از آن زمان تا کنون دعوی حقوقی بر سر دارایی‌های ثریا اسفندیاری آغاز شده و اکنون پس از ۱۲ سال دور بعدی این دعوا در دادگاهی در شهر کلن آغاز شده است؛ نزاعی که به باور کارشناسان قطعا به این زودی نمی‌توان پایانی بر آن متصور شد. میزان دقیق ثروت به جای مانده از ملکه پیشین ایران به درستی مشخص نیست و حتی در اسناد دادگاه نیز هیچ رقم مشخصی ثبت نشده است. به نوشته سایت "ولت آنلاین" گمان می‌رود که دارایی‌های ثریا ارزشی بین ۴۰ تا ۵۰ میلیون یورو داشته باشند که به این مبلغ بایستی ارزش املاک و مستغلات وی نیز اضافه شود. سال گذشته بخشی از جواهرات ثریا در حراج کریستی لندن به فروش رفت. در این حراجی تنها یکی از انگشترهای الماس ملکه پیشین ایران نزدیک به ۱۰۰ هزار یورو فروخته شد.

یک تک "وصیتنامه"

ژان حسن فیروزفر، راننده و منشی بیژن اسفندیاری یکی از چهره‌های اصلی در این نزاع حقوقی است. او معتقد است که تمامی ثروت ثریا اسفندیاری به وی تعلق دارد. آقای فیروزفر شاهد این ادعا را ورقه یادداشت کوچکی به امضای بیژن اسفندیاری می‌داند که آن را "وصیتنامه" وی معرفی می‌کند.

در این تکه یادداشت آمده: «من آقای حسن فیروزفر، ناجی شماره یک و تنها دوستم را به عنوان تنها وارثم معرفی می‌کنم.»

ثریا اسفندیاری پس از ازدواج با محمدرضا پهلوی از سال ۱۹۵۱ تا ۱۹۵۸ ملکه ایران بود ثریا اسفندیاری پس از ازدواج با محمدرضا پهلوی از سال ۱۹۵۱ تا ۱۹۵۸ ملکه ایران بود

به نوشته ولت آنلاین در اصل بودن این امضا تردیدی نیست و بررسی‌ها صحت آن را تا اندازه زیادی ثابت کرده‌اند. به گفته آقای فیروزفر، بیژن اسفندیاری این یادداشت را در ساعت ۲۳ و ۱۵ دقیقه، یعنی یک ربع پیش از مرگش، نوشته و امضا کرده است. از همین رو پرسش قابل تأملی که کارشناسان حقوقی بر آن تأکید

## جهت ارائه پیشنهادات و یا انتقادات

میتوانید از طریق

شماره تلفن ۰۷۸۱۱۰۰۰۴۵۵ و یا

ایمیل: [info@persianweekly.co.uk](mailto:info@persianweekly.co.uk)

با هفته نامه پرشین ارتباط برقرار نمایید.

## جناب آقای جمشید رضایی

مصیبت وارده به جهت فراق از دست دادن پدر عزیزتان، را به شما و خانواده محترم تسلیت عرض نموده و از درگاه حق تعالی، برای جنابعالی و تمامی بازماندگان طول عمر، صبر و شکیبایی مسألت می‌نماییم.

هفته نامه پرشین

## هفته ای که گذشت

## باران اسیدی دراهواز

اگرچه بارش باران پاییزی این هفته برای تهرانی‌ها دل‌انگیز بود و کمی از آلودگی هوای پایتخت کاست اما همزمان با اولین بارش باران پاییزی در استان خوزستان اکثر مراجعه کنندگان به اورژانس‌های بیمارستان‌های شهر اهواز با مشکلات حاد تنفسی روبه‌رو شده بودند. کارشناسان و متخصصان در بررسی‌های اولیه، علت این عارضه را آلودگی هوا و احتمال وقوع «باران اسیدی» عنوان کرده‌اند. به نظر می‌رسد آلاینده‌های هوا و آب باران، ترکیبات اسیدی ایجاد کرده و بیماران با استنشاق این مواد دچار عوارض تنفسی شده باشند.

## بازگشت پول به روش چینی

در حالی که هفته گذشته نوبخت، معاون برنامه‌ریزی رییس‌جمهور از بلوکه شدن ۲۲ میلیارد دلار پول نفت ایران در چین خبر داده بود، ظاهراً این کشور به‌عنوان بزرگ‌ترین شریک آسیایی ایران اعلام کرده به زودی طلب‌های چند میلیاردی کشورمان را باز می‌گرداند. یک نماینده مجلس در این باره با اشاره به سفر لاریجانی به چین گفته قرار شد چینی‌ها از طریق یک شرکت چینی که طرف قرار داد ایران است به جای پرداخت وجه در زمینه پتروشیمی، سیمان، فولاد، قطار شهری و آب و فاضلاب سرمایه‌گذاری کنند.

## محاكمه نیمه کاره مرسی

جلسه محاکمه محمد مرسی و رهبران اخوان‌المسلمین، در میان تظاهرات هواداران این جنبش در خیابان‌های قاهره و شهرهای بزرگ مصر، تحت تدابیر شدید امنیتی و در محلی غیر از محل از پیش تعیین شده برگزار شد؛ اما این دادگاه به دلیل شعارهای ممتد متهمان، خیلی زود تعطیل شد و نیمه کاره به پایان رسید. مرسی با لباس رسمی در جلسه حضور یافت و به نشانه مخالفت با دادگاهی که به رسمیت نمی‌شناسد، حاضر نشد لباس افراد تحت بازداشت را بر تن کند. وی همچنان خود را رییس‌جمهور قانونی مصر می‌داند.

## فوتبال پلی برای ارتباط

رییس فدراسیون فوتبال از قطعی شدن بازی ایران و آمریکا در بهار سال آینده خبر داده و گفته قرار است یک جام چهارجانبه برگزار شود که مامم یکی از کشورها هستیم؛ اما هنوز نام دو حریف دیگر مشخص نیست. برخی بازی فوتبال میان ایران و آمریکا را پلی برای برقراری ارتباط میان سیاستمداران دو کشور می‌دانند. ماری هارف یکی از سخنگویان وزارت خارجه کاخ سفید درباره احتمال رویارویی دو تیم ایران و آمریکا گفته ما همیشه گفته‌ایم که آماده مذاکره مستقیم با ایرانی‌ها هستیم. خوب، کجا بهتر از زمین فوتبال!

## کاهش مشاغل، موضوع گاردین

روزنامه گاردین در یکی از مقالات اقتصادی چاپ روز چهارشنبه خود به کاهش مشاغل توسط شرکت بی‌ای‌بی پرداخت. در این گزارش آمده است بی‌ای‌بی سیستم، آماده می‌شود کارخانه کشتی‌سازی خود را در پورتموث تعطیل کند و این مساله خطر از میان رفتن بیش از هزار شغل را در ساحل جنوبی انگلستان و در اسکاتلند به همراه خواهد داشت. دولت و این بزرگ‌ترین پیمان‌کار دفاعی بریتانیا قرار است در بیانیه‌ای که در هفته جاری منتشر می‌شود، بازسازی کارخانه کشتی‌سازی شرکت بی‌ای‌بی را در پورتموث، اسکاتستون و گوان در گلاسکو اعلام کند. بحث درباره این بازسازی بیش از یک سال است که بین وزارت دفاع و شرکت بی‌ای‌بی سیستمز و اتحادیه‌های کارگری در جریان است.

سرنوشت ملکه‌ای با چشمان زمردین ثریا اسفندیاری از مادری آلمانی و پدری ایرانی در سال ۱۳۱۱ در شهر اصفهان به دنیا آمد. پدر وی خلیل اسفندیاری و پدربزرگش اسفندیار خان سردار اسعد بود. خلیل اسفندیاری سفیر ایران در آلمان بود و ثریا دوران کودکی خود را در برلین سپری کرد. او پس از ازدواج با محمدرضا پهلوی از سال ۱۹۵۱ تا ۱۹۵۸ ملکه ایران بود اما این پیوند به دلیل عدم تولد فرزندی برای تداوم سلطنت، به جدایی انجامید. او پس از جدایی ایران را ترک کرد و به فرانسه رفت و وارد پیشه هنرپیشگی شد، اما موفقیت چندانی به دست نیاورد.

ثریا بعدها خود در زندگی‌نامه‌اش نوشت که علیرغم زندگی پرشکوه در فرانسه از افسردگی رنج می‌برده است. پیکر او که به "ملکه‌ای با چشمان زمردین" معروف بود در قطعه خانوادگی در گورستانی در شهر مونیخ به خاک سپرده شد.

منبع: دویچه وله





# ردیابی مهاجران

ترجمه: جواد طهماسبی / ONLINE/ SPIEGEL /  
بخش دوم

دست رد اروپا بر سینه مهاجران هنگامی که پناهجویان در جستجوی پناهندگی از مرزهای اتحادیه اروپا می‌گذرند با همدردی اندکی مواجه می‌شوند. در یونان اردوگاه‌های کثیف در انتظار آنهاست. در ایتالیا پناهجویان سر از خیابان‌ها درمی‌آورند. آنها می‌دانند که با سوار شدن بر قایق‌های زهوار در رفته جان خود را به خطر می‌اندازند اما باز هم در جستجوی زندگی بهتر در اروپا هستند. چند سال پیش اکثر مهاجران در جستجوی کار از شمال آفریقا به ایتالیا می‌آمدند. امروزه آوارگان سوری، افغانی و سومالیایی از خشونت و جنگ در کشور خود گریزان هستند. در شش سال گذشته شمار پناهجویان در اروپا به میزان قابل توجهی بالا رفته است. پس از آنکه صدها نفر در ساحل لامپدوسا در پنجشنبه دو هفته پیش غرق شدند، وزرای کشور اعضای اتحادیه اروپا در لوکزامبورگ گردهم آمدند تا درباره عواقب این فاجعه انسانی صحبت کنند. فاجعه‌ای که به مرگ ۳۰۰ نفر انجامید. اما به‌رغم انتقادهای شدید آنها نتوانستند درباره تغییر گسترده سیاست پناهندگی اروپا به تصمیمی برسند. انتظارات آوارگانی که به اروپا می‌آیند اغلب برآورده نمی‌شود. بسیاری از آنها در فرآیند وقت‌گیر پناهندگی درگیر می‌شوند. در برخی کشورها مهاجران مجبورند با شرایط سخت اردوگاه‌های پناهندگی کنار بیایند یا اینکه در خیابان‌ها سرگردان باشند. وضعیت پناهندگان در کشورهای مختلف اروپایی به شرح زیر است.

## ایتالیا

فاجعه انسانی لامپدوسا جهان را تکان داد. در ایتالیا مردم شاهد تصاویر وحشتناکی از تلویزیون بودند که ردیفی از جنازه‌ها را در ساحل نشان می‌داد. همه ابراز همدردی می‌کردند و نخست‌وزیر ایتالیا به درگذشتگان شهروندی ایتالیا را اعطا کرد. اما کسانی که زنده مانده‌اند فرآیندی ناخوشایند را تجربه می‌کنند. در ابتدا دادستان رویه‌ای را آغاز می‌کند تا ثابت شود آنها مهاجر غیرقانونی هستند. در این صورت آنها مجبورند پنج هزار یورو جریمه بپردازند. حتی قضات هم با این رویه مخالفند. کسانی که از طریق دریا وارد می‌شوند به مراکز پذیرش هدایت می‌شوند؛ اردوگاه‌هایی که شرایط بدی دارند. افراد زیادی خواستار پناهندگی سیاسی هستند اما این فرصت را پیدا نمی‌کنند تا وضعیت خود را به خوبی شرح دهند. به کسانی که از جنگ یا تعقیب سیاسی گریخته‌اند برگه اقامت موقت داده می‌شود یا اینکه ۵۰۰ یورو به آنها می‌دهند تا به سمت شمال - یعنی سوئیس، آلمان یا اسکاندیناوی - بروند. طبق آمار رسمی ۱۵۷۱۵ نفر از پناهجویان در سال ۲۰۱۲ در ایتالیا باقی ماندند. یعنی به ازای هر یک میلیون ایتالیایی فقط ۲۶۰ پناهنده وجود دارد. با وجود این ایتالیا حتی حاضر نیست همین شمار اندک را بپذیرد. زیرساختار نهادی کشور برای مهاجران و پناهندگان فقط می‌تواند یک‌سوم این رقم را بپذیرد باشد. پناهندگانی که موفق به پذیرش می‌شوند به طور موقت بین شش تا ۱۰ ماه سقفی بر روی سر خود خواهند داشت و پس از آن مجبورند خانه‌های محقر خود را ترک کنند. بعضی از آنها پناهمگاهی پیدا می‌کنند اما بیشتر مهاجران سر از خیابان درمی‌آورند. آنها در واگن‌های متروکه در محوطه‌های راه‌آهن، خانه‌های متروکه یا بر روی ملحفه‌های پلاستیکی در زمین‌های خالی زندگی می‌گذرانند. تعداد اندکی موفق می‌شوند کاری موقتی با حقوق ناچیز یک یا دو یورو در ساعت به دست آورند.

## یونان

به مدت بیش از یک دهه یونان مهم‌ترین مقصد مهاجران غیرقانونی و پناهجویان آسیایی و آفریقایی بود. اما آنجا سرزمین موعود نبود بلکه مهاجران با نظام پناهندگی و مهاجرتی بسیار نامناسبی مواجه می‌شدند. پناهندگان در اردوگاه‌های کثیف و پرازدحام بازداشت می‌شوند. رسانه‌های بین‌المللی و گروه‌های حقوق بشری بارها این اقدام را محکوم کرده‌اند. وضعیت پناهندگان سوری بحث‌های زیادی را برانگیخت. در سال ۲۰۱۲ یونان هشت هزار سوری را به جرم ورود غیرقانونی دستگیر کرد اما طبق داده‌های سازمان ملل فقط دو سوری موفق به دریافت پناهندگی شدند. دادگاه حقوق بشر اروپا حکم داد که نظام پناهندگی در یونان نامناسب و قدیمی است در نتیجه اغلب کشورهای اروپایی از بازگرداندن پناهندگان به یونان امتناع می‌کنند هرچند در حقیقت آنها موظفند پناهندگان را به کشوری بازگردانند که از آن به اروپا وارد شده‌اند (مطابق قانون «دوبلین ۲» مصوب سال ۲۰۰۳ اتحادیه اروپا). در ماه آگوست پناهندگان در یکی از اردوگاه‌های نزدیک آتن شورش کردند. تعدادی از آنها از اردوگاهی فرار کردند که حتی خود مقامات آن را زندان می‌نامند. فشارهای فزاینده بین‌المللی باعث شد یونان ساختار پناهندگی خود را مورد بازبینی قرار دهد. اما ممنوعیت استخدام دولتی و کمبود بودجه به خاطر اقدامات ریاضتی کشور باعث شد اجرای اصلاحات با دشواری مواجه شود. یونانیان به شرایط فاجعه‌بار پناهندگی اهمیتی نمی‌دهند. بسیاری عقیده دارند که کشورشان نمی‌تواند پناهنده بیشتری بپذیرد. این طرز فکر عمومی به نفع احزابی مانند حزب «طلوع طلایی» تمام می‌شود که سومین حزب قدرتمند در مجلس یونان است.

ادامه دارد

حال و روز آن‌هایی که جلای وطن کردند

# چرا مهاجران ایرانی باز نمی‌گردند؟

سارا دماوندان

نمی‌توان آمار دقیقی از نسبت رضایت ایرانیان از مهاجرت عنوان کرد اما شواهد نشان می‌دهد که کمتر مهاجری پیدا می‌شود که وقتی پایش به این طرف آب می‌رسد دوباره به کشورش بازگردد.

چرا مهاجران ایرانی باز نمی‌گردند؟

می‌گویند هر جا بروی آسمان همین رنگ است اما خیلی‌ها این تعبیر را باور ندارند. سال‌های سال است که بشر خواسته یا ناخواسته تن به مهاجرت می‌دهد. کوچ می‌کند و از کشورش به جایی که بنا به گفته خودش سرزمین مادری‌اش نیست می‌رود. برخی با شرایط مهاجرت و غربت کنار می‌آیند و هستند کسانی که راه را به پایان نرسانده دوباره به سوی کشور خود باز می‌گردند.

ایران از معدود کشورهایی است که در چند دهه مردمانش طعم مهاجرت



نمی‌گویم اینجا سختی ندارد، دارد، به‌خصوص فرانسه که کشور گرانی است اما تو می‌توانی خودت را با شرایط تطبیق بدهی. شاید اینجا وطن نباشد، ممکن است اینجا سال‌های سال هم که زندگی کنی باز یک خارجی محسوب شوی اما باز به آرامشی که اینجا داری می‌ارزد و من حاضر نیستم این آرامش را از دست بدهم.

اینجا را دوست ندارم اما ترجیح می‌دهم باشم اما همه مثل علیرضا فکر نمی‌کنند. هستند کسانی که دلشان می‌خواهد روزی شرایط درست شود و به ایران باز گردند. مریم معینی یکی از همان مهاجرانی است که با وجود آنکه نزدیک به ۵ سال است در فرانسه زندگی می‌کند اما هنوز نتوانسته است خود را با فرهنگ این کشور وفق دهد و هنوز احساس غربت می‌کند. مریم معتقد است که اینجا خانه‌اش نیست و به این کشور هیچ تعلق ندارد. او در پاسخ به این سوال که اگر ماندن برایت آزار دهنده است چرا باز نمی‌گویی، می‌گوید: من به اصرار خودم آمدم. اینجا که آمدم شرایط با من سازگاری نداشت. سختی زیادی کشیدم. با تفکری که از فرانسه و پاریس داشتم جور در نیامد. این خیلی بد است که احساس پوچی داشته باشی و نتوانی با شرایط زندگی کنار بیایی. من بعد از چند سال هنوز با زبان این کشور مشکل دارم و هنوز نتوانستم شغل مناسبی پیدا کنم. اما باز ترجیح می‌دهم که این سختی‌ها را اینجا داشته باشم تا بخواهم دوباره برگردم و در ایران زندگی کنم چون هر چه باشد اینجا نوع پوشش و افکار به خودت ربط دارد و این به نسبت ایران یک امتیاز مثبت است اما امیدوارم که شرایط در ایران بهتر شود و روزی همه ما به کشورمان بازگردیم.

آیا ایرانیان دوباره به وطن باز می‌گردند؟  
رسیدن به درآمد بالاتر و سطح بهتر زندگی، ارتقای سطح آموزشی و تحصیلی و همچنین داشتن آزادی‌های شخصی از جمله عواملی است که موجب مهاجرت تعداد زیادی از ایران شده است و همه سختی‌ها را به جان می‌خورد. حتی ممکن است که جانان را نیز از دست بدهد اما رویای مهاجرت و داشتن زندگی بهتر برای همگان وجود دارد. برخی این رویا را عملی و بعضی دیگر با همان رویا زندگی می‌کنند. عده بسیاری هم این رویا را در وطن خود دنبال کرده و محقق می‌سازند. نمی‌توان آمار دقیقی از نسبت رضایت ایرانیان از مهاجرت عنوان کرد اما شواهد نشان می‌دهد که کمتر مهاجری پیدا می‌شود که وقتی پایش به این طرف آب می‌رسد دوباره به کشورش بازگردد.

و غربت نشینی را چشیده‌اند. آغاز انقلاب اسلامی، جنگ تحمیلی و اتفاقات ناخوشایند بوجود آمده پس از انتخابات سال ۸۸ را می‌توان تاریخ اوج مهاجرت ایرانیان نامید.

کدام کشورها از ایرانی‌ها سهم برده‌اند؟

آمارهای سازمان ثبت احوال نشانگر این واقعیت است که در حال حاضر بیش از ۵ میلیون نفر مهاجر ایرانی در ۲۲ کشور جهان سکونت دارند. براساس همین آمار سهم آمریکا از دیگر کشورها برای پذیرفتن مهاجران ایرانی بیشتر است. در حال حاضر یک میلیون و ۴۰۰ هزار مهاجر ایرانی در آمریکا زندگی می‌کنند که بیش از یک چهارم ایرانی تبارهای آمریکا دارای مدارک فوق‌لیسانس و دکترا هستند. امارات متحده عربی با ۸۰۰ هزار ایرانی در رده دوم و کشورهای انگلستان و کانادا هرکدام با ۴۱۰ هزار، آلمان با ۲۰۰ هزار، فرانسه با ۱۵۵ هزار و سوئد با ۱۱۰ هزار ایرانی از لحاظ سکونت ایرانیان در کشورهای خارجی در رده‌های بعدی قرار دارند.

علیرضا سال‌های سال است که در پاریس زندگی می‌کند. با شروع جنگ تحمیلی تصمیم می‌گیرد که از خانه پدری و زبان مادری دل بکند و در جایی دیگر از این کره خاکی شانس زندگی‌اش را امتحان کند. سوئد را انتخاب می‌کند. چند سالی در آنجا می‌ماند و بعد هم تصمیم می‌گیرد که عازم فرانسه شود. در فرانسه ازدواج می‌کند. او کارمند یکی از شرکت‌های بیمه است در حال حاضر ۳ فرزند داشته و زندگی آرامی دارد.

علیرضا، میزان رضایتش از مهاجرت را بالای ۶۰ درصد می‌داند و می‌گوید: زمانی که جنگ شد من احساس کردم دیگر وطن جایی برای ماندن نیست مقداری پس‌انداز داشتم و به صورت قاچاقی از مرز خارج شدم. شرایط خیلی سخت بود و من بالاخره توانستم خودم را به سوئد برسانم. آن زمان کشورهای اروپایی به‌خصوص سوئد تمام سعی شان بر این بود که امکانات رفاهی خوبی را در اختیار مهاجران جنگ زده ایرانی قرار دهند. ناگفته نماند که سختی هم وجود داشت. آن سال‌ها ایرانی خیلی کم بود. مشکل زبان، بیکاری؛ سرمای هوا و خلاصه غربت خیلی آزار دهنده بود. آن اوایل بعضی وقت‌ها از کاری که کردم پشیمان می‌شدم و چندبار به خودم گفتم که برمی‌گردم، اما بعد از مدتی که زندگی به روال عادی برگشت دیگر فکر ایران و برگشتن به کشور از سرم افتاد. حالا هر از گاهی برای مسافرت به ایران می‌روم اما فقط می‌توانم مدت زمان کوتاهی آنجا باشم احساس می‌کنم برای کنار آمدن با شرایط آنجا



## بین الملل

پای شرکت استیو جابز هم به رسوایی شنود کشیده شد

# هر نفر یک جاسوس

رسوایی جاسوسی از آمریکا به دیگر کشورها سرایت کرده است. پس از آنکه برزیل اعلام کرد که در حال شنود از ایران، روسیه و ایالات متحده بوده است، این بار پای بریتانیا نیز به میان کشیده شده است. به نوشته یورونیوز، فاش شده است که سرویس اطلاعاتی بریتانیا تجهیزات الکترونیکی جاسوسی در نزدیکی پارلمان و دفتر صدر اعظم آلمان در برلین

کمپانی اپل، اما در میان افشای رسوایی‌ها، به عنوان موردی تازه مطرح شده است. این کمپانی جزئیات مربوط به درخواست‌های مکرر کشورهای مختلف جهان برای دستیابی به اطلاعات کاربران را افشا کرد. شبکه خبری بی‌بی‌سی می‌گوید که دولت آمریکا با ارسال یک هزار تا دو هزار درخواست در شش ماهه نخست سال جاری میلادی تا ۳۰ ژوئن ۲۰۱۳، در صدر این فهرست



کار گذاشته بود. این عمل؛ اما با واکنش آلمان مواجه شده است و وزیر خارجه آلمان از بریتانیا خواسته است در این مورد توضیح دهد. آنها همچنین به سفیر بریتانیا اعلام کرده‌اند که چنین حرکتی خلاف مقررات بین‌المللی است. در این راستا روزنامه بریتانیایی ایندیپندنت، روز سه‌شنبه ضمن افشای این خبر با استناد به تصاویر هوایی افزود: این تجهیزات فوق پیشرفته جاسوسی در سقف سفارت بریتانیا در برلین نصب شده است و امکان کنترل و رصد کردن تماس‌های پارلمان و دفتر صدر اعظم آلمان را فراهم می‌سازد. این اطلاعات توسط ادوارد اسنودن، پیمانکار سابق آژانس امنیت آمریکا در اختیار روزنامه ایندیپندنت قرار گرفته است.

انتشار این گزارش در حالی صورت می‌گیرد که افشای جاسوسی آمریکا از شهروندان و مقامات بلندپایه آلمانی همچنان بر مناسبات این دو کشور سایه افکنده است. پس از آنکه هفته‌نامه آلمانی اشپیگل از شنود تماس‌های شخصی صدراعظم آلمان توسط سازمان امنیت ملی آمریکا گزارش منتشر کرد، بی‌اعتمادی اروپا به ایالات متحده آمریکا آغاز شد. در پی آن، ده روز پیش، رهبران آلمان و فرانسه با هدف بازیابی اعتماد از دست رفته، از آمریکا خواستند تا واشنگتن با برلین و پاریس به توافقنامه‌ای مبنی بر «منع جاسوسی» دست یابند.

همزمان با افشای جاسوسی بریتانیا از دفتر صدراعظم آلمان توکیو نیز اعلام کرد دولت ژاپن نیز در لیست جاسوسی‌های آژانس امنیت ملی آمریکا بوده است. به گزارش «ایسنا»، بنا بر گزارش‌های روزنامه نیویورک تایمز و افشاکگری‌های ادوارد اسنودن، مشخص شد که ژاپن نیز در میان فهرستی از کشورهای بوده که این آژانس از آنها اطلاعات جمع‌آوری می‌کرده است. این آژانس به جمع‌آوری داده‌ها و اطلاعات اقتصادی، نظامی و سیاست خارجی ژاپن دست زده است.

دولت واشنگتن هنوز به این مساله در رابطه با جاسوسی از ژاپن پاسخ نداده است اما سایر کشورها چون برزیل و آلمان که قربانی جاسوسی آمریکا شده‌اند، اعلام کردند اعتمادی که میان آنها و آمریکا بوده دچار تزلزل شده و روابط بین کشورشان با واشنگتن به شدت تخریب شده است.

شبکه خبری دولتی ژاپن «ان اچ کی» گزارش داد، آژانس امنیت ملی آمریکا به صورت منظم ارتباطات و داده‌های تمام متحدان آمریکا را از طریق فناوری‌های پیچیده و شنود مکالمات تلفنی رهگیری می‌کند. در سایر اخبار منتشر شده همچون گزارش نیویورک تایمز آمده که سفارتخانه‌ها و پایگاه‌های نظامی آمریکا از تجهیزات پیشرفته برای رهگیری و ضبط و شنود مکالمات تلفنی و جاسوسی استفاده می‌کنند. «ایتسونوری اونودرا»، وزیر دفاع ژاپن روز سه‌شنبه در مصاحبه‌ای گفت که تنها درباره برنامه جاسوسی آمریکا از ژاپن از طریق رسانه‌ها مطالبی را شنیده و نه مستقیماً از جانب دولت واشنگتن. او افزود: چنین اقداماتی تنها باعث مخدوش شدن اعتماد میان کشورهای دوست از جمله آمریکا و ژاپن می‌شود و اصلاً مورد قبول نیست. ما نمی‌خواهیم چنین گزارش‌هایی را باور کنیم.

انفجار مرگبار مقابل دفتر حزب کمونیست

## تروریسم به چین رسید

وقتی اصلاحات دیر کند، منطق اعتراض عوض می‌شود. این واقعیتی است که در دو سال اخیر در بسیاری از کشورهای خاورمیانه خود را اثبات کرد، و چهره خشن آن اکنون در سوریه در حال وقوع است، به چین هم رسیده است. چین با تمام اقتدار اقتصادی در جهان، از داخل در حال لرزیدن است. پس از عملیات تروریستی هفته گذشته، دیروز هم رسانه‌های دولتی چین خبر دادند چندین انفجار کوچک در برابر دفتر حزب کمونیست این کشور در شهر تایی‌یوان در استان شانشی در شمال چین روی داده است. طبق گزارش‌ها یک نفر در این انفجارها کشته و هشت نفر دیگر هم زخمی شده‌اند. شینخوا، خبرگزاری رسمی چین می‌گوید به خاطر افزایش تلفات جانی، بمبگذاران در داخل بمب‌های دست‌ساز، ساچمه بلبرینگ کار گذاشته بودند که پس از انفجار در منطقه پراکنده شد. مقام‌های محلی می‌گویند تحقیقات در این باره آغاز شده است. هفته پیش هم خودرویی در میدان تیان‌آن‌من به میان جمعیت رانده شد و آتش گرفت. این حادثه به مرگ هر سه سرنشین اتومبیل و دو رهگذر منجر شد. پلیس چین؟ نفر را به اتهام دست داشتن در این تصادف که آن را یک «حادثه تروریستی» خواند، بازداشت کرد.

انفجارهای چین اعتراضی است یا تروریستی؟ با توجه به شرایط حاکم بر این کشور پاسخ به این سوال راحت نیست. در هر صورت انفجار می‌تواند به آسیب جانی و جسمی افراد بی‌گناه منجر شود. اغلب تحلیلگران مسائل چین این رویدادها را به تنش‌های فزاینده اجتماعی و اقتصادی در کشور ربط داده‌اند. در گذشته نیز چندین بار شهروندان ناراضی چینی، ساختمان‌ها و نهادهای دولتی را هدف قرار داده‌اند. اعتراض‌ها به نظام سیاسی سوسیالیستی-کمونیستی چین، همزمان با فساد سیاسی و اقتصادی در داخل حزب کمونیست است که منجر به افزایش شکاف اقتصادی و سیاسی میان مردم این کشور شده است. حزب کمونیست چین ۶۰ سال است که در این کشور حکومت می‌کند. از سال‌های ۱۹۲۱ تا ۱۹۴۹، حزب کمونیست چین مردم را در مبارزات سخت رهبری می‌کرد و در نتیجه ضمن برانداختن امپریالیسم، فئودالیسم و سرمایه‌داری بوروکراتیک، جمهوری خلق چین را با برقراری یک نظام سوسیالیسم تاسیس کرد. اکنون حزب کمونیست چین متشکل از سازمان‌های مرکزی کنگره ملی حزب کمونیست چین، کمیته مرکزی حزب کمونیست چین، دفتر سیاسی کمیته مرکزی حزب کمونیست چین، کمیسیون دایمی دفتر سیاسی کمیته مرکزی حزب کمونیست چین، دبیرخانه کمیته مرکزی حزب کمونیست چین، کمیسیون نظامی کمیته مرکزی حزب کمونیست چین و کمیسیون بازرسی انضباطی کمیته مرکزی حزب کمونیست چین. کنگره حزب کمونیست هر پنج سال برگزار می‌شود. در آخرین کنگره حزب در اوایل سال میلادی شی جین پینگ به عنوان رییس‌جمهور انتخاب شد و وعده اصلاحات سیاسی داد. ایده ضرورت انجام اصلاحات سیاسی مورد علاقه و حمایت جامعه چینی است. بسیاری از مردم چین بر این باورند که چین به انجام اصلاحات سیاسی نیازمند است و این اصلاحات باید به تدریج انجام شود. در یک نظرسنجی در سال ۲۰۱۲، ۸۱/۴ درصد از پاسخ‌دهندگان برای انجام اصلاحات سیاسی رای دادند. ۷۰ درصد از موافقان اصلاحات، آزادی رسانه‌ها را خواستارند.

همچنین بیش از نیمی از مردم خواستار مبارزه با فساد مالی و سیاسی هستند. مردم همچنین از مشکلاتی مانند افزایش قشریندی جامعه از نظر درآمد و وضعیت وخیم سیستم امنیت عمومی نگران هستند. ده سال از آن زمان می‌گذرد و چین هنوز منتظر است. اختلاف سطح درآمد‌ها سال به سال بیشتر می‌شود، مشکلات مردم افزایش می‌یابد و فساد رشد می‌کند. گروهی از روشنفکران برجسته چینی اخیراً طی طومار جسورانه‌یی به دولت هشدار داده‌اند که اگر اصلاحات سیاسی عاقل مانده چین به زودی عملی نشود، انقلاب خشونت باری را در پی خواهد داشت. اوایل سال ۲۰۱۳ نیز ون ژیا بانو در هجدهمین کنگره حزب کمونیست چین، در آخرین سخنرانی خود پیش از برکناری‌اش از مقام نخست وزیری، بر نیاز فزاینده چین به اصلاحات سیاسی تاکید کرد. دولت می‌گوید اصلاحات سیاسی و مبارزه با فساد را آغاز کرده است اما مخالفان می‌گویند این اصلاحات مطلوب نیست بلکه تنها بهانه‌یی دیگر برای تسویه حساب‌های سیاسی و اقتصادی است و حزب کمونیست مخالفان خود را به این بهانه سرکوب می‌کند. اما به عقیده تحلیلگران اصلاحات سیاسی واقعی در چین، در مقایسه با اصلاحات اقتصادی، به نیروی محرکه قدرتمندتری نیاز دارد. اصلاحات اقتصادی به مدافعانش مجال ثروتمند شدن را می‌دهد، اما اصلاحات سیاسی ممکن است مبتکرانش را نیز از قدرت دور کند، در واقع این اقدام از سوی حزبی که ده‌ها حاکم بر کشور بوده امکان‌پذیر نیست. پرسش این است که چین کی می‌خواهد برای انجام اصلاحات سیاسی آماده شود؟ این، سوال سختی است، اما همچنان منتقدان هشدار می‌دهند، به نظر می‌رسد که خطر ناشی از اصلاحات سیاسی زود هنگام بیشتر از خطر اصلاحات دیر هنگام است.

کمپانی اپل قرار دارد. این کمپانی با اعلام اینکه درخواست‌های دریافتی از سوی دولت واشنگتن بر ۲ تا ۳ هزار حساب کاربری تاثیر گذاشته، اضافه کرد که از صفر تا یک هزار داده‌های حساب کاربری را منتشر کرده است. این کمپانی در ادامه اعلام کرد که اکثر درخواست‌ها از جنب افسران پلیس برای یافتن افراد گمشده یا سرقتها و سایر جرایم بوده است. همچنین معمولاً این کمپانی تنها به ارائه نام و آدرس افرادی که اطلاعاتشان درخواست شده بود، پرداخته است. کمپانی اپل در ادامه افزود: در برخی از موارد نادر از ما ایمیل یا تصویر کاربر را می‌خواهند. ما این درخواست‌ها را به دقت بررسی می‌کنیم و در شرایط بسیار نادر این اطلاعات را ارائه می‌دهیم. انگلیس دومین دولت درخواست‌کننده حساب کاربری دارندگان اپل با ۱۲۷ درخواست است و بعد از آن، اسپانیا، آلمان و استرالیا قرار دارند.

بازخوردهای شنود در معاملات تجاری

بی اعتمادی به وجود آمده پس از رسوایی شنود، برخی از اقتصاددانان را نگران به هم خوردن توازن معاملات تجاری کرده است. در حالی که خبر می‌رسد بیشتر جاسوسی‌ها نه در حوزه امنیتی، بلکه در حوزه اقتصادی؛ یعنی تجاری و صنعتی بوده است، برخی تحلیلگران را نگران کرده است که معاملات تجاری در این اقتصاد شکننده آسیب‌پذیرتر شود.

جان کری، وزیر امورخارجه ایالات متحده، نیز در پاسخ به این نگرانی‌ها می‌گوید مذاکرات تجاری نباید تحت‌الشعاع نگرانی‌های ایجاد شده در اثر افشای شنود اطلاعاتی آمریکا قرار گیرد. او در دلجویی از اروپایی‌ها این نگرانی‌ها را به حق اعلام کرد و گفت که این نگرانی‌ها نباید مانع از سرگیری معاملات تجاری فی‌مابین شود. کری در کنفرانس مطبوعاتی مشترک با همتای لهستانی خود، گفت: «شراکت تجاری بین دو سوی اقیانوس اطلس متفاوت از دیگر موضوعاتی است که ذهن مردم را به خود مشغول کرده است. این موضوع به اشتغالزایی مربوط است و رقابت اقتصادی در عرصه جهانی». به گفته کری، توافقنامه تجاری بین آمریکا و اتحادیه اروپا قدرتمندترین بازار جهانی را ایجاد خواهد کرد.

هیات‌های مذاکره‌کننده آمریکا و اتحادیه اروپا از یازدهم نوامبر، پنج روز دیگر، دور دوم گفت و گوهای تجاری خود را در بروکسل آغاز می‌کنند. این گفت‌وگوها که از سال ۲۰۱۱ در جریان است، با هدف امضای توافقنامه‌ای صورت می‌گیرد که موانع تجاری را بین دو طرف حذف می‌کند. ارزش سالانه تجارت بین آمریکا و اتحادیه اروپا حدود ۶۱۳ میلیارد دلار ارزیابی می‌شود. به گفته مقام‌های اروپایی، با امضای توافقنامه جامع تجاری با آمریکا، نیم درصد به رشد اقتصادی سالانه کشورهای عضو افزوده می‌شود. این مذاکرات در حالی برگزار می‌شود که اعضای اتحادیه اروپا، به خصوص آلمان، فرانسه و اسپانیا خواهان پاسخگویی آمریکا به نگرانی‌های خود درباره فعالیت‌های محرمانه شنود از مکالمات دیجیتال مقام‌ها و شهروندان کشورهای خود شده‌اند.





Like us on Facebook.com/persianweeklypaper  
Follow us on Twitter@persianweekly

## ایران و خاورمیانه

تسویه هلند واریز شد که برای پرداخت مطالبات احتمالی ایران به آمریکا در صورتی که شرکت‌های آمریکایی موفق به دریافت حکم علیه ایران شوند اختصاص یافت. بر اساس مفاد بیانیه الجزایر این موجودی صرفاً برای پرداخت احتمالی دعاوی به ثمر رسیده آمریکا علیه ایران مصرف خواهد شد و ایران باید متعهد شود موجودی این حساب هیچ‌گاه از ۵۰۰ میلیون دلار کمتر نشود و در صورت کاهش موجودی به این میزان، ایران فوراً نسبت به افزایش آن تا سقف تعهد اقدام کند. بر اساس مفاد این بیانیه قرار بود کل ۱۳/۵ میلیارد دلار مطالبات نقد ایران از آمریکا در سه نوبت پرداخت شود که دولت آمریکا به پرداخت دو نوبت از آن پایبند ماند اما به بهانه‌های مختلف از پرداخت و تسویه نوبت سوم سر باز زد و ایران نیز در مقابل از افزایش موجودی حسابی که به پرداخت دعاوی احتمالی آمریکا به ایران نزد بانک مرکزی الجزایر وجود دارد، خودداری کرد. به طوری که ابتدا موجودی حساب از ۵۰۰ میلیون دلار به ۲۰۰ میلیون دلار کاهش یافته و سپس به زیر ۲۰ میلیون دلار و به قولی به صفر نزدیک شد لذا آمریکا تلاش کرد برای پرداخت خسارت شرکت‌هایی که در دیوان داوری به رای می‌رسند از سایر اموال بلوکه‌شده ایران استفاده کند. بر اساس آخرین آمار که مرکز حقوقی بین‌المللی نهاد ریاست جمهوری، یعنی همان مرکزی که پس از پیروزی انقلاب برای تسخیر سفارت آمریکا که منجر به بلوکه شدن اموال ایران در ایالات متحده شد

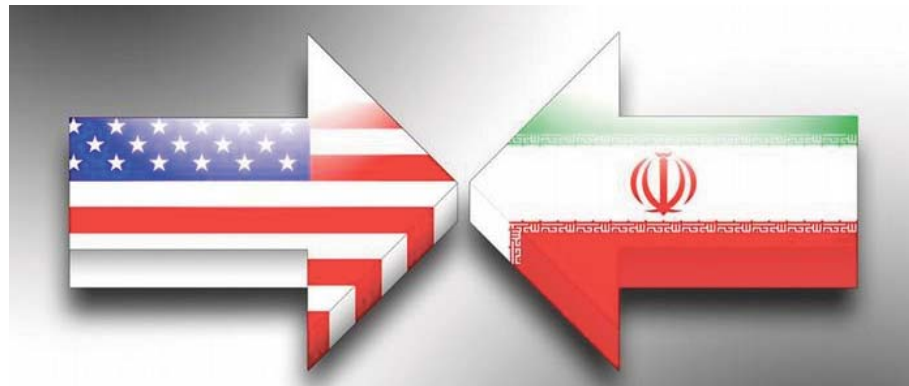
مذاکره با آمریکایی‌ها در چارچوب بیانیه الجزایر تاسیس شد، منتشر کرده است از ابتدای تاسیس دیوان داوری ایران و آمریکا تاکنون ۹۵۲۳ دعوی به آن ارجاع شده است. از کل این دعوی‌ها ۲۷۲۲ فقره مصالحه شده که طرف آمریکایی توانسته حدود ۲/۱ میلیارد دلار غرامت از بابت آن دریافت کند. سهم طرف ایرانی نیز در غرامت‌های دریافت‌شده حدود ۵/۵ میلیون دلار بوده است. بیش از ۲۰ سال است که مقامات کاخ سفید به بهانه‌های حمایت از تروریسم یا مشارکت در اعمال خرابکارانه اقدام به توقیف اموال ایران در ایالات متحده می‌کنند که آخرین نمونه آن برج‌های دولوی بنیاد علوی است.

آیا آمریکا اموال ایران را پس می‌دهد؟

# هویجی که چماق نداشت

الجزایر به امانت گذاشته شد. این رقم بدهی را آمریکایی‌ها در مذاکرات‌شان به عنوان طلب، نگه داشتند و مدعی شدند، حسابرسی‌های نهایی نیز نشان داد بدهی ایران از محل یادشده ۶۰۵ میلیون دلار بوده که به همراه بهره آن به

اما کلیه دارایی‌های ایران در آمریکا به چهار دسته تقسیم شده‌اند؛ دسته اول دارایی‌هایی که به صورت سپرده نزد فدرال رزرو شامل طلا و اوراق بهادار به مبلغ دو میلیارد و ۵۰۰ میلیون دلار، بخش دوم سپرده ایران نزد شعب



بیش از ۳۰ سال است که مقامات کاخ سفید به بهانه‌های حمایت از تروریسم یا مشارکت در اعمال خرابکارانه اقدام به توقیف اموال ایران در ایالات متحده می‌کنند که آخرین نمونه آن برج‌های دولوی بنیاد علوی است.

ایران برگشت داده شد و سومین بخش از پرداخت هشت میلیارد دلاری به مبلغ دو میلیارد و ۸۷۰ میلیون دلار به صورت نقد و مستقیم به ایران پرداخت شد. آمریکایی‌ها شش ماه بعد از پرداخت‌های نوبت اول، ۲/۲ میلیارد دلار از وجوه بلوکه‌شده ایران را آزاد کردند؛ یک میلیارد دلار نیز به حسابی به نام بانک مرکزی الجزایر نزد بانک

اروپایی بانک‌های آمریکایی به مبلغ چهار میلیارد و ۸۰۰ میلیون دلار، بخش سوم سپرده ایران نزد شعب بانک‌های آمریکایی داخل خاک آمریکا به مبلغ دو میلیارد و ۲۰۰ میلیون دلار و بخش چهارم شامل دیگر دارایی‌های ایران در آمریکا و خارج از آمریکاست که سقف آن چهار میلیارد دلار تخمین زده شده است. بر اساس گزارش هیات تحقیق و تفحص مجلس شورای اسلامی که خردادماه سال ۸۷ منتشر شد موجودی و دارایی‌های ایران در ایالات متحده شامل اموال دیپلماتیک، وجوه نقدی، اموال نظامی و غیرنظامی بود که در جریان اجرای مفاد بیانیه الجزایر بر پایه برخی استدلال‌های حقوقی اختلافاتی میان ایران و آمریکا بروز کرد که دو کشور برای حل اختلافات خود به دیوان داوری لاهه مراجعه کردند. دیوان داوری ایران و ایالات متحده به عنوان یک راه حل برای پایان دادن به بحران و همچنین موضوع ناشی از توقیف اموال ایران تاسیس شد هرچند که هنوز برخی از این اختلافات حل نشده باقی مانده است. به موجب بیانیه الجزایر، آمریکا متعهد شده است که با اعاده «وضعیت مالی ایران» به قبل از ۲۳ آبان‌ماه ۱۳۵۸ کلیه دارایی‌ها و اموال مسدودشده ایران را که پس از تسخیر سفارت جاسوسی توقیف کرده آزاد کند، این اموال شامل وجوه نقدی، تجهیزات نظامی، اموال دیپلماتیک، و اموال محمدرضا پهلوی و خانواده‌اش بود. هرچند که بنابر اظهارات مقامات ایرانی ایالات متحده از تعهدات خود در بیانیه‌های الجزایر تخلف کرده و به همه مفاد بیانیه پایبند نبود. آمریکایی‌ها یک بار دیگر در سال ۱۳۷۲ پیشنهاد مصالحه با طرف ایرانی را مطرح کردند تا اموال مسترد شده را به ایران بازگردانند و توافق شد تا موضوع خارج از دیوان بین‌المللی لاهه بررسی شود. آمریکا تاکنون تنها در دو نوبت حدود ۱۰ میلیارد دلار از دارایی‌های ایران را پرداخت کرده است.

تسخیری به بهای تحریم ۲۳ آبان ۱۳۵۸ یعنی ۱۰ روز پس از تسخیر سفارت آمریکا در تهران توسط دانشجویان خط امامی، جیمز کارتر رئیس‌جمهور وقت آمریکا اقدام به تحریم هر گونه رابطه سیاسی و اقتصادی و حتی فرهنگی با ایران کرد. او با اعلام وضعیت فوق‌العاده در روابط تهران و واشنگتن طی دستوری دارایی‌ها و اموال دولت، سازمان‌ها و شرکت‌های وابسته به جمهوری اسلامی ایران در ایالات متحده و نزد بانک‌های آمریکایی خارج از این کشور را مسدود کرد. در دی‌ماه ۱۳۵۹ و با میانجیگری سازمان ملل در قالب توافقی که به بیانیه الجزایر معروف شد، دو کشور تعهداتی را پذیرفتند که به موجب آن واشنگتن ملزم شد اموال بلوکه‌شده ایران را رفع توقیف کند و در مقابل جمهوری اسلامی بدهی‌های خود به بانک‌ها و موسسات مالی ایالات متحده را با اجرای این توافق بپردازد. کل مطالبات نقدی ایران از آمریکا حدود ۱۲ میلیارد دلار برآورد شده بود که اموال بنیاد پهلوی سابق (علوی) بخشی از این اموال است. بخشی نیز مطالبات نقدی ایران از آمریکاست که به صورت وجوه نقدی یا طلا به امانت گذاشته‌شده در فدرال رزرو (بانک مرکزی آمریکا) است.

پای میز مذاکره نشستند تا به تعلیق و توقف تحریم‌ها دست یابند اما به نظر می‌رسد که رهاورد گفت‌وگوهایشان آزادسازی اموال بلوکه‌شده ایران باشد که البته صحت و سقم آن نیز هنوز در هاله‌ای از ابهام قرار دارد. روزنامه نیویورک‌تایمز به نقل از یک مقام ارشد آمریکایی خبر می‌دهد که به دلیل امیدبخش بودن دور نخست مذاکرات هسته‌ای ژنو، کاخ سفید طرح کاهش تحریم‌ها و آزادسازی تدریجی اموال بلوکه‌شده ایران را در دست بررسی دارد که البته اجرای آن نیز منوط به محدود شدن برنامه هسته‌ای ایران است. مقامات کاخ سفید می‌گویند می‌خواهند با آزادسازی اموال توقیف‌شده ایران انعطاف خود در مذاکرات هسته‌ای را به عین نشان دهند و بر اساس آن چندین میلیارد دلار از وجوه بلوکه‌شده ایران را در اقساط بلندمدت آزاد کنند.

هویجی که چماق نداشت وعده‌های آمریکایی‌ها نسبت به حمایت از سیاست‌های اعتمادساز ایران البته دربرگیرنده ابعادی از تحریم‌های یکجانبه ایالات متحده علیه تهران نیز می‌شود آنچنان که بر اساس اظهارات سران واشنگتن، دولت آمریکا از سنا خواهد خواست که رای‌گیری درباره طرح جدید تشدید تحریم‌های نفتی علیه ایران را تا پس از دور بعدی مذاکرات که اواسط آبان‌ماه برگزار می‌شود، به تعویق اندازد هر چند که سناتورهای آمریکایی تاکید می‌کنند تنها در صورت تعطیلی سایت‌های هسته‌ای ایران و توقف غنی‌سازی اورانیوم حاضرند از افزایش تحریم‌ها خودداری کنند، بر همین اساس نیز در نامه‌ای به باراک اوباما، خواستار آن شده‌اند که در مذاکره با ایران طرح تعلیق در ازای تعلیق را دنبال کند، به این معنا که ایران غنی‌سازی اورانیوم را متوقف کند و در ازای آن، واشنگتن نیز اجرای تحریم‌های جدید را به حالت تعلیق درآورد.

البته دولت آمریکا علاوه بر فیلتر کنگره باید به دنبال کسب رضایت از مقامات تل‌آویو نیز باشد. بنیامین نتانیاهو در گفت‌وگو با شبکه تلویزیونی NBC در مورد آزادسازی اموال بلوکه‌شده ایران مدعی می‌شود این اموال به دلیل حمایت از تروریسم، اقدامات تهاجمی ایران به ویژه در منطقه خلیج فارس و متوقف نکردن برنامه هسته‌ای در جهت تولید سلاح‌های هسته‌ای مصادره شده و اگر ایران در این سه سیاست و رویکرد خود تجدید نظر کند، اسرائیل مخالفتی با آزادسازی این دارایی‌ها ندارد. مقامات آمریکایی و هم‌پیمان استراتژیک این کشور یعنی اسرائیل در حالی خواستار توقف ادامه چرخه سوخت هسته‌ای از سوی تهران شده‌اند که بر اساس اظهارات سخنگوی وزارت امور خارجه، ایران در ازای آزادی اموال خود امتیاز نمی‌دهد. مرضیه افخم با طرح این موضوع خاطرنشان می‌کند این موضوع (آزادسازی اموال بلوکه‌شده ایران) هیچ‌گاه به صورت رسمی به اطلاع هیات مذاکره‌کننده ایرانی نرسیده است و البته آنچه در رسانه‌ها درج شده است نیز منبع مشخصی ندارد، یعنی معلوم نیست که این خبر به نقل از کدام یک از مقامات مسوول آمریکایی در اختیار رسانه‌های که آن را منتشر کرده، قرار گرفته است. بنابراین نمی‌توان در رابطه با موضوعی غیرواقعی اظهارنظر رسمی داشت. تصویر یکی از برج‌های بنیاد علوی که دولت آمریکا آن را مصادره کرده است

تسخیری به بهای تحریم ۲۳ آبان ۱۳۵۸ یعنی ۱۰ روز پس از تسخیر سفارت آمریکا در تهران توسط دانشجویان خط امامی، جیمز کارتر رئیس‌جمهور وقت آمریکا اقدام به تحریم هر گونه رابطه سیاسی و اقتصادی و حتی فرهنگی با ایران کرد. او با اعلام وضعیت فوق‌العاده در روابط تهران و واشنگتن طی دستوری دارایی‌ها و اموال دولت، سازمان‌ها و شرکت‌های وابسته به جمهوری اسلامی ایران در ایالات متحده و نزد بانک‌های آمریکایی خارج از این کشور را مسدود کرد. در دی‌ماه ۱۳۵۹ و با میانجیگری سازمان ملل در قالب توافقی که به بیانیه الجزایر معروف شد، دو کشور تعهداتی را پذیرفتند که به موجب آن واشنگتن ملزم شد اموال بلوکه‌شده ایران را رفع توقیف کند و در مقابل جمهوری اسلامی بدهی‌های خود به بانک‌ها و موسسات مالی ایالات متحده را با اجرای این توافق بپردازد. کل مطالبات نقدی ایران از آمریکا حدود ۱۲ میلیارد دلار برآورد شده بود که اموال بنیاد پهلوی سابق (علوی) بخشی از این اموال است. بخشی نیز مطالبات نقدی ایران از آمریکاست که به صورت وجوه نقدی یا طلا به امانت گذاشته‌شده در فدرال رزرو (بانک مرکزی آمریکا) است.

انتشار دیدگاه‌های رسانه‌های خارجی، به منظور انتقال دیدگاه‌ها و مطالب و نوع نگاه رسانه‌های غربی به موضوعات و مسائل ایران است و به معنای تایید تمام محتوای آن نخواهد بود.

## شرکت ساتراپ خدمات ترجمه، نشر و چاپ

ترجمه فوری، رسمی و معتبر برای کلیه مدارک

Certified Translation

طراحی و چاپ

کتاب، بروشور، پوستر و وبسایت

جدیدترین کتابهای منتشر شده ما:

«حجاب زیست» مجموعه اشعار تجلی کشاورز

«ابراز منتشر» مجموعه نقاشی های ندا دانا حائری

و اشعار تجلی کشاورز با ترجمه انگلیسی ژیلدا کشاورز

محل فروش: کتابفروشی و وبسایت های فردوسی

در سوئد/ فروغ در آلمان/ ایران بوکس در واشنگتن/

کتاب کورپ در لس آنجلس/ همچنین در

وبسایت آمازون و دفتر انتشارات ساتراپ

Satrap Publishing & Translation

500 Chiswick High Road. London W5 4RG

Tel: 0208 748 9397

Email: satrap@btconnect.com



## اقتصاد

پنج سال پیش، جورج بوش، سران ثروتمندترین و پیشرفته‌ترین کشورهای جهان را برای نخستین اجلاس گروه ۲۰، در واشنگتن دور هم جمع کرد. درحالی‌که اقتصاد جهان با بزرگ‌ترین بحران مالی از زمان رکود بزرگ دست و پنجه نرم می‌کرد، سران بزرگ‌ترین اقتصادهای جهان قول دادند که این بار، بر عکس دهه ۲۰، سیاست انزواطلبی اقتصادی را در پیش نگیرند. آنان اعلام کردند که به سیاست‌های بازار آزاد جهانی متعهد هستند و به شدت به سیاست درهای بسته اقتصادی تاختند.

اما آنها فقط تا اندازه‌ای توانستند به قول‌های خود پایبند بمانند. اگر چه این کشورها، به سیاست‌های افراطی دهه ۳۰ روی نیاوردند، اما می‌توان گفت که در نتیجه سیاست‌های اقتصادی اعمال شده در چند سال اخیر، اقتصاد جهان در حال حاضر به نسبت دوره قبل از بحران، کمتر آزاد است. بعد از دو دهه

اقتصاد جهان در حال حاضر به نسبت دوره قبل از بحران، کمتر آزاد است

## اثر بحران مالی بر نظام اقتصاد آزاد جهان

نویسنده: گرگ ایپ / مترجم: مژگان جعفری

که سیاست‌های بازار آزاد در جهان غالب بود و سرمایه و کالا در اقصی نقاط مرزهای جهان، به سرعت در گردش بود، اکنون دوباره دیوارهای اقتصادی ایجاد شده‌اند؛ البته این بار دیوارهایی با دروازه‌های ورودی. سیاست اقتصادی این کشورها روز به روز به سمت الگوی بازار آزاد محافظتی نزدیک می‌شود؛ کشورها انتخاب می‌کنند که درهای اقتصادشان به کدام سو باز باشد و چه کالا و سرمایه‌هایی حق ورود به داخل کشورشان را دارد.

تقریباً هنوز همه کشورهای جهان به تجارت بین‌المللی و سرمایه‌گذاری اعتقاد دارند. همه آنها می‌خواهد تا از منافع بازار آزاد بهره ببرند، اما در عین حال می‌کوشند تا آنجا که ممکن است با نقض قاعده‌های جریان آزاد سرمایه و کالا، خود را در برابر اثرات منفی این سیاست‌ها محافظت کنند.

اکنون جهانی شدن به وضوح متوقف شده است. یک مثال ساده برای فهم این جریان، مقایسه رقم میزان تجارت بین‌المللی (T.D) با سال‌های گذشته است. این رقم به عنوان سهمی در تولید ناخالص داخلی کشورها، پیوسته از ۱۹۸۶ تا ۲۰۰۸ رویه فزونی بوده است. رشدی که از سال ۲۰۰۸ تا کنون متوقف شده است. جریان سرمایه جهانی که در سال ۲۰۰۷، به ۱۱ تریلیون دلار رسیده بود، سال گذشته به یک سوم این رقم کاهش یافت. رقم سرمایه‌گذاری مستقیم خارجی هم از سال ۲۰۰۷ تا کنون جهشی نداشته است.

البته بسیاری از این اتفاقات دوره‌ای است. بحران و رکود فعلی در اقتصاد کشورهای پیشرفته و ثروتمند، روح تجارت جهانی را هم به تسخیر خود درآورده است. اما اکثر این اتفاقات نتیجه سیاست‌های عامدانه دولت‌ها و نهادها است. برای مثال در بخش فاینانس که تسهیل اعطای وام‌های خارجی، باعث شده بود کشورهایی مانند آمریکا و برخی کشورهای جنوب اروپا، توانایی بهتری برای حل مشکل کسری بودجه داشته باشند، اکنون بانک‌ها با فشارهایی فزاینده برای محدود کردن اعطای تسهیلات خارجی و اختصاص آن به بخش داخلی اقتصاد مواجه هستند.

بسیاری از رهبران جهان تصور می‌کنند که

سیاست‌های بازار آزاد را در پیش گرفته‌اند و البته این تصور تا اندازه‌ای هم درست است. بر اساس اعلام سازمان تجارت جهانی (W.T.O) اعمال آشکار محدودیت‌ها بر واردات، تاثیر چندانی بر روند اقتصاد جهانی از سال ۲۰۰۸ تا کنون نداشته است. اما سیاست‌های پنهان کشورها برای محدودیت واردات که تحت عناوینی مثل توسعه صادرات یا حمایت از صنایع داخلی صورت می‌گیرد، تاثیر زیادی بر جریان اقتصاد جهانی داشته است.



رفت و آمد افراد بین کشورها هم اکنون دشوارتر از زمان پیش از بحران مالی سال ۲۰۰۸ شده است. مرزها به روی مهاجران بسته نشده است؛ اما ملاک‌های پذیرش افراد بسیار دشوارتر از قبل شده است. در عین حال، برای کارآفرینان و کارگران ماهر که البته بسیار کم هستند، شرایط سهل‌گیرانه‌ای در نظر گرفته شده است.

برای مثال، هند محدودیت‌هایی را تحت عنوان حمایت محلی، بر ورود تجهیزات و کالاهای مربوط به فناوری‌های اطلاعاتی و انرژی خورشیدی اعمال کرده است. به‌عنوان نمونه‌ای دیگر، برزیل از یک دهه قبل تاکنون، بزرگ‌ترین شرکت نفتی این کشور، پتروبراس را مجبور کرده است تا عمده تجهیزات و قطعات مورد نیاز را از شرکت‌های داخلی بخرد. آمریکا و کشورهای اروپایی هم، تحت عنوان حمایت از تولید داخلی، تعرفه‌هایی بر واردات پنل‌های خورشیدی چینی اعمال کرده است. این در حالی است که آمریکا و کشورهای اروپایی، سالانه هزینه‌هایی سنگین برای گسترش انرژی‌های پاک صرف می‌کنند. جهان هنوز تجارت آزاد بین‌المللی را رها نکرده است؛ اما تمرکز اقتصادهای جهان به جای سیاست‌های اعلام شده سازمان تجارت جهانی

به معاهدات و قراردادهای دوجانبه و منطقه‌ای معطوف شده است. ماه‌ها قبل از آنکه لمن برادرز (Lehman Brothers) در سال ۲۰۰۸ ورشکسته شود، مذاکرات سازمان تجارت جهانی در دوحه قطر شکست خورد. شکست مذاکرات تا اندازه زیادی به این خاطر بود که چین و هند خواستار اعمال تعرفه‌های بیشتری بر واردات محصولات کشاورزی بودند، اما آمریکا با این سیاست مخالف بود. مدت زمان کوتاهی پس از مذاکرات دوحه، آمریکا به پیمان تجارت اقیانوس آرام (T.P.P) پیوست که شامل کشورهای آمریکا، ژاپن، مالزی، ویتنام، مکزیک، نیوزیلند، کانادا، شیلی و استرالیا می‌شود. باراک اوباما نخستین اجلاس این اتحادیه را برگزار کرد.

روند سرمایه‌گذاری مستقیم خارجی هم، گرچه در سال‌های گذشته رو به آزاد سازی بوده است، اما بر اساس اعلام کمیسیون تجارت و توسعه سازمان ملل متحد (C.T.D) محدودیت‌ها در این عرصه هم به نحو چشمگیری رو به ازدیاد بوده است. در دسامبر سال گذشته کانادا اجازه داد که چین یک شرکت تولید نفت رُسی این کشور را بخرد، اما صراحتاً اعلام کرد این آخرین مورد از این واگذاری‌ها خواهد بود. استفان هارپر، نخست وزیر کانادا در این باره گفت: هنگامی که ما می‌گوییم درهای کانادا به روی اقتصاد و تجارت جهانی باز است، منظورمان این نیست که قرار است کانادا توسط کشورهای خارجی خریداری شود. رفت و آمد افراد بین کشورها هم اکنون دشوارتر از زمان پیش از بحران مالی سال ۲۰۰۸ شده است. مرزها به روی مهاجران بسته نشده است؛ اما ملاک‌های پذیرش افراد بسیار دشوارتر از قبل شده است. در عین حال، برای کارآفرینان و کارگران ماهر که البته بسیار کم هستند، شرایط سهل‌گیرانه‌ای در نظر گرفته شده است.

ظهور پدیده اقتصاد و تجارت بین‌المللی محافظت شده ربط وثیقی با پیدایش سرمایه‌داری دولتی دارد. مدلی از سرمایه‌داری که در کشورهایمانند برزیل، چین، روسیه و هند اجرا می‌شود. این‌گونه کشورها در جریان بحران مالی توانستند بهتر از کشورهای با سیستم سرمایه‌داری آزاد از پس مشکلاتشان بر بیایند. به اعتقاد این کشورها آنها اکنون توانسته‌اند به مدلی از سرمایه‌داری دست پیدا کنند که فراتر از اجماع واشنگتن است. سرمایه‌داری که مبتنی بر ایده بازار آزاد و دولت حداقلی بود؛ اما سیستم سرمایه‌داری دولتی دچار ضعف‌ها و نقص‌هایی است که به مرور زمان آشکار می‌شود. چنانکه می‌توان اثرات آن را در هند و چین که دچار تورم و مشکلات زیرساختی در اقتصاد خود هستند مشاهده کرد. سرمایه‌داری رایج در جهان مطمئناً ضعف‌ها و نقص‌های خاص خود را داشت. هنگامی که بحران مالی در سال ۲۰۰۸، نخست در آمریکا و سپس در اروپا اتفاق افتاد، فقدان موانع مناسب باعث شد که بحران به سرعت گسترش پیدا کند. رای دهندگان هم که هیچ گاه از سیاست‌های بازار آزاد و دولت حداقلی حمایت نمی‌کنند، این اتفاقات را نشانه ضعف نظام فعلی دانسته و به احزاب و گروه‌هایی که مخالف جهانی شدن اقتصاد بودند، رای دادند. اینکه بر جریان فعلی حرکت سرمایه در جهان قیدهایی گذاشته شود، فی نفسه امر بدی نیست. کما اینکه این امر در کشورهایمانند کره جنوبی اتفاق افتاده است؛ اما اکنون سوال‌هایی در برابر ما قرار دارند. نخست اینکه آیا مدل سرمایه‌داری جهانی محافظت شده، تنها مرحله‌ای موقت و زودگذر در جریان بسط سرمایه‌داری مبتنی بر بازار آزاد است؟ یا سرمایه‌داری وارد مرحله جدیدی شده است؟ سوال دیگر این است که به‌طور کلی این جریان به نفع اقتصاد جهان است یا به ضرر آن؟

## نگاهی به بازار طلا و سکه

علی ابتهاج

بازار طلا، بازاری دینامیک و پیچیده‌ی است که ورود در این بازار مستلزم شناخت کافی از متغیرهای مختلف اقتصادی، سیاسی و حتی فرهنگی و اجتماعی است. در این بازار بازیگران مختلفی وجود دارند که هر کدام دارای استراتژی‌های متفاوت و مختص به خود هستند. بانک‌های مرکزی، موسسات سرمایه‌گذاری، صندوق‌های مشترک سرمایه‌گذاری، سفته‌بازان، خریداران طلای فیزیکی مانند کشورهای چین و هند از مهم‌ترین متقاضیان و بازیگران این بازار هستند. سفته‌بازان و معامله‌گرانی که روزانه خرید و فروش می‌کنند، بیشترین تاثیر را بر چشم‌انداز کوتاه‌مدت قیمت در این بازار دارند و اما دیگر بازیگران این بازار مانند بانک مرکزی و صندوق‌های سرمایه‌گذاری با دید بلندمدت وارد این بازار شده و بعضاً با کسب بازدهی معقول از این بازار خارج می‌شوند. در سال ۲۰۱۳، بانک مرکزی برخی کشورهای اروپایی را برای حل بحران اقتصادی خود مجبور به فروش ذخایر طلای خود کرد. همزمان این اتفاق با شرایط روبه بهبود اقتصاد کشور آمریکا باعث شد قیمت این فلز گرانبها پس از شکستن حمایت محکم ۱۵۳۰ دلاری برای نخستین بار در ۱۳ سال اخیر بیش از ۲۰ درصد کاهش در یک سال را تجربه کند. بنابراین در روزهای اخیر که بازار دارای ثبات نسبی مناسب و کم نوسانی است به سرمایه‌گذاران توصیه می‌شود با دید بلندمدت این کار را انجام داده و از انتظار کسب بازده بالا در کوتاه‌مدت خودداری کنند چراکه این انتظار ممکن است به زیان آنها منجر شود. در ماه‌های اخیر و پس از اجرا شدن بسته‌های حمایتی (سیاست پولی انبساطی) بانک مرکزی آمریکا، وضعیت بحرانی اقتصاد این کشور رو به بهبود پیش رفت به‌طوری که نرخ بیکاری در ایالات متحده آمریکا با کاهش قابل توجهی مواجه شد. با اینکه فدرال رزرو آمریکا در نشست هفته گذشته خود تصمیم گرفت تا اجرای محرک پولی ۸۵ میلیارد دلاری را ادامه دهد اما نگرانی سرمایه‌گذاران از بهبود وضعیت اقتصادی آمریکا، افزایش تولیدات صنعتی آمریکا به بالاترین حد خود در دو سال اخیر و گمانه‌زنی‌ها درباره متوقف شدن محرک پولی فدرال رزرو آمریکا، بخشی از عوامل کاهش قیمت طلا در روزهای اخیر به حساب می‌آید.

از سوی دیگر تقاضای مردم هند نیز در ایام جشن‌های این کشور کاهش قابل توجهی داشته است. دولت هند محدودیت‌هایی از قبیل وضع مالیات و ممنوعیت واردات برای خریداران طلا وضع کرده که موجب کاهش شدید تقاضای این کشور در سال اخیر شده است. البته در این مورد، کاهش ارزش روپیه، تورم و کاهش قدرت خرید مردم نیز در افت تقاضای طلا سکه همچنان درگیر فرم اصلاحی نزولی و ادامه‌دهنده خود است به‌طوری که پس از تشکیل الگوی سر و شانه نزولی و رسیدن به هدف اول قیمتی در ۹۲۰ هزار تومان، اکنون در حال فرم اصلاحی مثلث شکل است که در حال حاضر قیمت را بین ۹۲۰ تا ۹۶۰ هزار تومان محصور کرده، با فرض اینکه با یک مثلث کلاسیک مواجه هستیم از نظر موج شماری احتمال دارد یک بار دیگر نزول تا ۹۲۰ هزار تومان روی دهد و سپس برگشت تا ۹۶۰ هزار تومان انجام شود و در صورت حمله بعدی به ۹۲۰ هزار تومان احتمالاً این حمایت شکسته خواهد شد و سکه به سمت اهداف ۸۲۵ هزار تومان و در نزولی‌ترین حالت تا ۶۷۷ هزار تومان حرکت خواهد کرد. لازم به ذکر است که ۶۷۷ هزار تومان هدف دوم الگوی سر و شانه نزولی است. از سوی دیگر شکسته شدن مقاومت ۹۸۰ هزار تومان شرایط نزولی را در میان‌مدت مختل خواهد کرد و در مجموع عبور از یک میلیون و ۹۰ هزار تومان شرایط نزولی بلندمدت را نیز به چالش خواهد کشید. قیمت جهانی طلا شرایط متفاوتی را نشان می‌دهد. هر چند احتمال نزول در بلندمدت و تا حدود ۱۱۵۰ دلار وجود دارد اما در دیدگاه هفتگی شاهد احتمال شکل‌گیری یک الگوی سر و شانه صعودی هستیم. این رویداد در صورت شکست ۱۳۹۰ دلار محقق خواهد شد و اهداف ۱۵۲۰ دلار و در صورت تداوم پتانسیل صعودی ۱۶۲۰ دلار قرار خواهد داد. از سوی دیگر حمایت کلیدی ۱۲۷۷ دلار سر راه نزولی است و در صورت شکسته شدن آن شاید دستیابی به حمایت مهم ۱۱۵۰ دلار در محدوده خط روند بلندمدت اونس دور از ذهن نباشد. لازم به ذکر است که در دیدگاه کلی و بلندمدت شکست حمایت ۱۱۵۰ اهداف نزولی پایین‌تر از ۱۰۰۰ را به راحتی به همراه دارد و شکست مقاومت ۱۶۲۰ دلار، راه را برای دستیابی حداقل به بالاترین قیمت اونس در ۱۹۲۰ دلار هموار خواهد کرد.





Like us on Facebook.com/persianweeklypaper  
Follow us on Twitter@persianweekly

## اقتصاد

نزدیک به ۳۰ میلیون نفر در جهان برده هستند

### برده‌های مدرن

موسسه WALK FREE FOUNDATION امسال برای اولین بار گزارشی تحت عنوان «شاخص برده‌داری سال ۲۰۱۳» منتشر کرده است. در این گزارش ۱۶۲ کشور جهان (کشورهایی که داده‌های لازم برای مقایسه را در اختیار داشته‌اند و تقریباً هفت میلیارد نفر از جمعیت دنیا در آنها ساکن هستند) بر اساس تلفیقی از سه شاخص رتبه‌بندی شده‌اند.



این سه شاخص عبارتند از: میزان شیوع برده‌داری مدرن به نسبت جمعیت کشور، میزان ازدواج کودکان و میزان قاچاق انسان به داخل و یا خارج از کشور. شماره یک این لیست نشان‌دهنده بدترین وضعیت است. پنج کشور اول لیست که بدترین وضعیت را دارند عبارتند از: موریتانی، هائیتی، پاکستان، هند و نپال. موریتانی، رتبه اول این لیست، کشوری آفریقایی است که برده‌داری در آن عقبه تاریخی دارد و تخمین زده می‌شود از بین ۳/۸ میلیون نفر جمعیت آن ۱۴۰ تا ۱۶۰ هزار نفر برده باشند. البته وقتی بر اساس تعداد برده‌های مدرن ساکن کشور (بر اساس تعداد مطلق بر حسب جمعیت این رتبه‌بندی را انجام می‌دهیم، کشور هند رتبه اول و کشورهای چین، پاکستان، نیجریه، اتیوپی، روسیه، تایلند، کنگو، میانمار و بنگلادش بالاترین رتبه‌ها را به خود اختصاص می‌دهند که در مجموع بیش از ۷۵ درصد از کل جمعیت برده‌های جهان را در خود جای داده‌اند. تخمین این گزارش، تعداد برده‌های مدرن در سراسر جهان را بیشتر از گزارش سال گذشته سازمان بین‌المللی کار تخمین می‌زند. در واقع طبق گزارش سازمان WALK FREE FOUNDATION حدود ۳۰ میلیون و طبق تخمین سازمان بین‌المللی کار حدود ۲۰ میلیون نفر در سراسر جهان برده هستند. بخشی از این اختلاف، البته به دلیل عدم هماهنگی در تعریف برده‌داری مدرن رخ داده است. اما برده‌داری مدرن چیست؟ این واژه در جهان امروز به شیوه‌های مختلفی تعریف شده است. اما تمام این تعریف‌ها در یک نقطه مشترکند: برده‌های مدرن همانند برده‌های قدیم آزاد نیستند و توسط دیگران با اهداف مختلف کنترل می‌شوند. با این تعریف، کار اجباری، قاچاق انسان، بهره‌کشی از کودکان، خرید و فروش کودکان، ازدواج‌های اجباری، اسارت به دلیل بدهی و... برده‌داری مدرن محسوب می‌شود. مردم به دلایل متفاوتی در وضعیتی قرار می‌گیرند که به آنها «برده‌های مدرن» اطلاق می‌شود. بعضی برده به دنیا می‌آیند، عده‌ای دیگر دزدیده شده یا به اسارت گرفته می‌شوند و سپس به عنوان برده فروخته می‌شوند. عده‌ای دیگر با وعده‌های دروغ از جمله کار مناسب یا موقعیت تحصیلی فریب داده شده و سپس در موقعیتی قرار می‌گیرند که نتوانند فرار کنند. اما مشکل عمده‌تر برده‌داری مدرن، پنهان ماندن آن در جوامع است و دقیقاً به همین دلیل، نه تنها تمام داده‌ها تخمین است بلکه حتی مشکل نمی‌تواند کامل و درست موشکافی و برای حل آن اقدام شود. در واقع، تقریباً تمام روش‌های برده‌داری در همه کشورهای جهان غیرقانونی قلمداد می‌شود، اما مشکل اینجاست که این قوانین ضمانت اجرایی ندارند. شاید موثرترین راه برای کاهش دادن این آمار، اجرایی کردن همین قانون‌های موجود باشد.

اعتماد مصرف‌کنندگان با وجود کاهش دستمزدها بالا رفته است

### تسریع رشد اقتصادی انگلستان

آمار رسمی در هفته گذشته نشان دادند با رسیدن سرعت رشد اقتصادی به بالاترین حد خود در بیش از سه سال گذشته، بهبود اقتصادی در طول تابستان افزایش یافته است. داخلی در طول سه ماه تا سپتامبر، به میزان ۸/۰ درصد افزایش یافته است.

این بهترین عملکرد انگلستان از فصل دوم سال ۲۰۱۰ بود که به ۰/۷ درصد رشد بین ماه مارس و ژوئن رسید. اداره آمار ملی داده‌های رسمی را در روز جمعه منتشر کرد. پیمایش‌ها نشان می‌دهند در میان شگفتی پیش‌بینی‌کنندگان، با وجود کاهش درآمد واقعی خانوارها، سرعت بهبود اقتصادی انگلستان از ماه مارس به افزایش اعتماد مصرف‌کنندگان انجامیده است. بر اساس پیمایش بنیاد دلویت (Deloitte) از مصرف‌کنندگان که در روز دوشنبه بیست و یکم اکتبر منتشر شد، خانوارها نسبت به فرصت‌های شغلی و امنیت شغلی نگاه مثبت‌تری پیدا کرده‌اند و نسبت به پول خرج کردن در تعطیلات و تفریحات شبانه کمتر احساس نگرانی می‌کنند.

شاخص اعتماد شرکت‌های حسابداری تا - ۲۵ افزایش یافته است؛ بالاترین رقم طی افزایش آن در طول دو سال گذشته. بخشی از این بهبود وضعیت، به خاطر افزایش پیش‌بینی‌شده قیمت املاک بوده است. یان استیوارت، اقتصاددان ارشد بنیاد دلویت، می‌گوید: «اعتماد عمومی در حال افزایش است و در طول یک سال گذشته نیز رو به افزایش بوده است. فشار رو به پایین کمتر بر درآمدها، به همراه بازیابی خوش‌بینی اقتصادی و بهبود وضعیت بازار مسکن به بهبود و بازیابی تدریجی اعتماد انجامیده است؛ با وجود این واقعیت که سطح درآمدهای واقعی همچنان در حال کاهش است.» بر اساس داده‌های اداره آمار ملی، میانگین پرداخت با نرخ سالانه ۰/۷ درصد در حال افزایش است، در مقایسه با نرخ ۲/۷ درصدی تورم. با این حال، بهای مسکن از آغاز امسال تا ماه آگوست ۳/۸ درصد افزایش داشته است؛ این امر به افزایش میانگین ارزش یک خانه به رکورد ۲۴۷ هزار پوند در انگلستان انجامیده است. پل تاکر، نایب رئیس بانک مرکزی انگلستان که چندی پیش بازنشسته شد، گفت به باور او بهبود اقتصادی افزایش یافته به این علت که تسهیل کمی ۳۷۵ میلیارد پوندی در

نهایت کارساز شده است.

پیشتر بر اثر هراس از وضعیت بحرانی منطقه یورو، جلوی بسته محرک گرفته شده بود. او گفت: «من احساس می‌کنم به محض فرونشستن ترس‌ها، روحیه افراد احیا می‌شود و محرک‌های پولی کنونی مجدداً افزایش می‌یابند. به نظر من، این چیزی است که رخ داده است.» آمار و ارقام مالی جداگانه در روز سه‌شنبه بیست و دوم اکتبر نشان داد بهبود اقتصادی به خزانه‌دار کمک



می‌کند تا به مقابله با کسری بودجه برود. عواید مالیاتی بیشتر و هزینه‌های منفعتی کمتر منجر به کاهش سریع‌تر از انتظار استقراض در امسال شده است. اقتصاددانان بر این باورند که ارقام هفته گذشته نشانگر کاهش ۱۰ میلیارد پوند از ۱۲۰ میلیارد پوند استقراض پیش‌بینی‌شده دولت در پایان امسال است. اعتماد خانوارها، با وجود تضعیف استانداردهای زندگی، افزایش یافته است.

پیمایش بنیاد آسدا (Asda) نشان می‌دهد قدرت خرید خانوارها، معادل هفته‌ای ۱۵۷ پوند، نسبت به همین زمان در سال گذشته دو پوند و نسبت به اوج آن در فوریه ۲۰۱۰ هشت پوند کمتر است. طبق گزارش بنیاد آسدا، «رشد ضعیف دستمزد عامل اساسی است. دستمزدها در طول یک سال گذشته فقط ۰/۸ درصد رشد داشته‌اند، که پایین‌ترین رقم در چند سال گذشته است. این در حالی است که هزینه انرژی بر بودجه خانوارها فشار می‌آورد.»

### مؤسسه حسابداری اویسی 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

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



## موزه «ژرژ پمپیدو» میزبان نقاشان ایرانی

آثاری از فریده لاشایی، گیزلا سینیایی، پروانه اعتمادی، بهجت صدر و چنگیز شهوق در موزه ژرژ پمپیدوی فرانسه به نمایش گذاشته شد. ژرژ پمپیدو، موسسه ای هنری و فرهنگی است که در سال ۱۹۷۷ به نام «ژرژ



پمپیدو» رییس‌جمهور فرانسه در پاریس تأسیس شد. این مرکز علاوه بر ارایه دائمی آثار، نمایش‌های دوره‌ای نیز برگزار می‌کند که این بار به نمایش آثار هنرمندان مدرنیست از کشورهای مختلف پرداخته است.

این نمایشگاه که از ۲۳ اکتبر سال جاری در حال برگزاری است تا ژانویه ۲۰۱۴ ادامه دارد و بیش از هزار اثر از ۴۷ کشور را به معرض دید عموم گذاشته. در میان آنها می‌توان به نقاشان معاصر ایرانی همچون فریده لاشایی، گیزلا سینیایی، پروانه اعتمادی، بهجت صدر و چنگیز شهوق اشاره کرد که هر یک از آنها دارای دیدگاه خاص خود هستند.

گیزلا سینیایی که اثری از او با عنوان «کله‌پز» در این نمایشگاه روی دیوار رفته است، درباره دیگر جزییات نمایشگاه گفت: «این نمایشگاه به آثار هنرمندان مدرنیست از ۱۹۲۰ تا ۱۹۷۰ پرداخته و به همین دلیل آثاری از تمام دنیا همچون آمریکای جنوبی، اروپای شرقی و هنرمندان شرقی را که در این زمینه فعال بوده‌اند، گردآوری کرده است.» او ادامه داد: «من نیز با تابلویی در اندازه ۱۰۰ در ۱۵۰ سانتیمتر که در سال ۱۹۷۳ خلق شده، در این نمایشگاه شرکت کرده‌ام. این تابلو «کله‌پز» نام دارد و مردی را در کنار دیگی از کله‌های گوسفندان نشان می‌دهد.» فریده لاشایی نیز که اسفند سال گذشته درگذشت، از دیگر نقاشانی است که دو اثر از او در این نمایشگاه روی دیوار رفته.

لاشایی در کنار نقاشی، نویسنده و مترجم نیز بود و با نگاهی نو به طبیعت و محیط اطراف خود به خلق اثر می‌پرداخت که آثارش در خارج از ایران نیز مورد توجه قرار گرفته بود. همچنین در کنار تابلوهای لاشایی، تابلویی از چنگیز شهوق آویخته شده است.

شهوق در کنار نقاشی در مجسمه‌سازی هم شهرت داشت و از جمله هنرمندان نوگرای ایرانی محسوب می‌شود که در شهریور ۱۳۷۵ درگذشت. بیشتر کارهای او انتزاعی هستند و تابلویی او در این نمایشگاه یک نقش برجسته انتزاعی فایبرگلاس و رزین است که از سوی غزال رادپی، هنرمند معاصر در اختیار این موزه قرار گرفته است. پروانه اعتمادی، نقاش معاصر ایرانی هم در این نمایشگاه حضور دارد.

او به دلیل صراحت لهجه در شخصیت و آثارش مشهور است و تکنیک‌ها و شیوه‌های مختلفی را در دوره‌های کاری خود تجربه کرده است. تابلویی او در کنار شهوق قرار دارد و پس از آن تابلویی از بهجت صدر نصب شده است. صدر مرداد ۱۳۸۸ در جنوب فرانسه درگذشت و جزو پیشگامان هنر نوگرا در ایران محسوب می‌شود. ارایه آثار این نقاشان درحالی در موزه ژرژ پمپیدو جریان دارد که تابلوهایی از هنرمندان شناخته‌شده‌ای مانند ماتیس، موندریان، فوجی‌تا، فریدا کالو و پیکاسو نیز نمایش داده شده است.

«محمدعلی اسلامی‌ندوشن» در بزرگداشت «فریدون مجلسی»:

## مردی که در تحولات، یکسان مانده است

«من در خانواده‌ای بودم که از نظر فرهنگی در سطح بالاتر جامعه قرار داشت. زمانی که من به دنیا آمدم جنگ جهانی دوم به شدت ادامه داشت، ایران از یک حکومت مقتدر دیکتاتوری رهیده بود و در یک چنین زمانی من به دنیا آمدم و در نتیجه خیلی سیاست‌زده بار آمدم. یک عمر



عادت کرده بودم به گزارش‌نویسی سیاسی. این شغل من بود. پس از بازنشستگی‌ام از این حرفه، حالا گزارش‌نویسی تمام شده بود ولی قلمم مثل یک اعتبار با من گلاویز بود. قلمم را به سمت ترجمه بردم. یعنی یک زندگی ادبی را در موازات با یک زندگی بی‌ادبی آغاز کردم. با آن بی‌ادبی باید زندگی‌ام را تأمین می‌کردم و با ادبی باید نیازهای درونی خودم را برآورده می‌کردم. احساس من این بود که مرحله‌ای از زندگی‌ام تمام شده اما زندگی تمام نشده.» اینها بیوگرافی «فریدون مجلسی» بود از زبان خودش در مستندی که به‌بهانه بزرگداشت او در سالن امیرخانی خانه هنرمندان پخش شد. بزرگداشتی که به همت اهالی انجمن تاریخ ایران برگزار شد به پاس یک عمر فعالیت فرهنگی، سیاسی و اجتماعی این دیپلمات شناخته‌شده ایرانی و تابلو خوشنویسی شده که به او تقدیم شد. بزرگداشتی که در آن چهره‌های مطرحی همچون دکتر محمدعلی اسلامی‌ندوشن، دکتر علی‌قلی محمودی‌بختیاری و استاد غلامحسین امیرخانی سخنرانی کردند.

دکتر ندوشن نخستین کسی بود که روی سن آمد تا از سجایای «فریدون مجلسی» بگوید. او که از زمان تحصیل در دانشگاه تهران با «مجلسی» آشنا بوده و حالا بیش از ۵۰ سال است که او را می‌شناسد، درباره‌اش می‌گوید: «در مدت عمر «فریدون مجلسی» تحولات تاریخی و اجتماعی زیاد بوده و اصولاً تحولات اشخاص را تغییر می‌دهد، اما آنچه من از «فریدون مجلسی» دیدم این است که او جزو معدود افرادی است که در همه این سال‌ها یکدست و یکسان مانده و خط مشخصی را در زندگی‌اش در پیش گرفته، چه زمانی که او عضو وزارت خارجه بود و چه زمانی که بازنشسته شد. بازنشستگی او به‌خانه‌نشینی و بیکاری ختم نشد

بلکه دوره دومی در زندگی او آغاز شد با کتاب‌هایی که او نوشت و ترجمه کرد یا مقالاتی که به‌طور مداوم در مطبوعات منتشر کرد. بنا براین می‌توان گفت بازنشستگی او کمکی شد به فرهنگ ایران که ایشان توانست خودش را از اشتغالات اداری رها کند و بپردازد به قلم. قلم صرفاً مهم نیست، نوع قلم‌زدن است که مهم است. بنابراین آنچه اهمیت عمده دارد دانشمند بودن نیست بلکه انسان‌بودن است و این مساله‌ای است که من پس از سال‌ها آشنایی با ایشان پی‌بردم به نیاتشان. و این نیت بسیار مهم‌تر است از عملی که ایشان پی‌گرفته است. به این دلیل که همه می‌دانیم این دوران ۵۰ساله اخیر، دورانی بوده که وسوسه‌های بسیار و لغزش‌های بسیاری در آن بود و دوران، دوران متزلزلی بود و در بوته آزمایش کمتر کسانی بودند که توانستند تلغزند و درست بیرون بیایند و این کار آسانی نبود و کمیاب بود اما آقای مجلسی سرفراز از این جریان بیرون آمد و مفید واقع شد. بازنشستگی برای ایشان مضر نبود بلکه ساعت‌های بیشتری در اختیار ایشان گذاشت و این واقعا خاصیتی بود که کمتر کسانی که بازنشسته شده‌اند، از آن استفاده کردند. او تولد دومی داشت، یک نوع راهیابی و بازدهی دوم داشت و توانست با قلمش آن دین خودش را به‌عنوان یک شهروند آبرومند ادا کند و یک نمونه قابل توجه بود و مورد احترام همگان. در جامعه‌ای که چندان راه‌ورسم زندگی در آن روشن نیست و راهش لغزان است، عمری را اینگونه طی کردن، گرانبهاست و باید قدردان آن بود.»

دومین نفری که از پله‌های سن تالار امیرخانی خانه هنرمندان بالا آمد تا درباره «فریدون مجلسی» صحبت کند، «علیقلی محمودی‌بختیاری» از استادان زبان‌شناسی ایران بود، کسی که به گفته خودش با اینکه کمتر در مجمع عمومی حاضر می‌شود اما با جان و دل برای «فریدون مجلسی» آمده بود و گفت: «ای دل من تو را بشارت باد/ که تو را من به دوست خواهم داد/ دوست از من تو را همی طلبد/ رو بر دوست، هرچه بادا باد خوشبختانه آنچه باید درباره «فریدون مجلسی» گفته شود، گفته شد. پس من به قول مولانا «بشنو اکنون صورت افسانه را/ لیک هین از که جداکن دانه راه»، اگر ما روی ادبیاتمان کار می‌کردیم نباید اکنون در دنیا به این حالتی باشیم که هستیم. و حالا «خوش‌تر آن باشد که وصف دلبران/ گفته آید در حدیث دیگران» و این را باز مولانا گفته. بارها پیش آمده که یک نفر به من گفته که شما آمدی درباره «فریدون» صحبت کنی رفتی در عالم دیگری و من در جواب همین بیت مولانا را خواندم. و امروز باید بگویم که با اینکه خیلی‌ها به شمس تبریزی بد و بیراه گفته‌اند، در عین حال من کتابی نوشته‌ام به نام «خاقانی در ایوان مداین» یعنی رودخانه‌دلجه را جانشین شمس تبریزی کردم که یک انسان مستعد حتی از حرکت یک رودخانه، از صدای یک پرند، حتی از یک تلنگری که یک عزیزی بهش می‌زند می‌تواند دگرگون شود، و حالا باید بگویم که همسر «فریدون مجلسی» درست «شمس‌تبریزی» است یعنی او را از حالتی به حالت دیگر برگردانده.»

«غلامحسین امیرخانی» از استادان برجسته خوشنویسی ایران، در سالی که به نام خودش مزین شده پس از تشکر از همه حضار بابت حضورشان در مراسم، درباره هنر ایرانی چنین گفت: «در این دوران که افکار عمومی و رسانه‌ها نقش عمده‌ای در شکل‌گیری رویدادهای جهان پیدا کرده است، ما از لحاظ تاریخی مواجه هستیم با تمام دوران بیش از هزار سال که فرهنگ ما به مناسبت شرایط خاص هر دوره و شرایط غالب زمان، به سمت رمز و کنایه و اشاره مجبور شد حرکت کند و مقاصد خودش را به صورتی بیان می‌کرد که برای عموم مردم قابل درک و فهم نبود.» برگرفته از روزنامه شرق

## انجمن خوشنویسان مجمع کلاسه‌های ایرانی

شعبه لندن

با همکاری مرکز گسترش زبان و ادبیات فارسی

### کلاسهای حضوری و مکاتبه ای خوشنویسی برگزار می کند

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

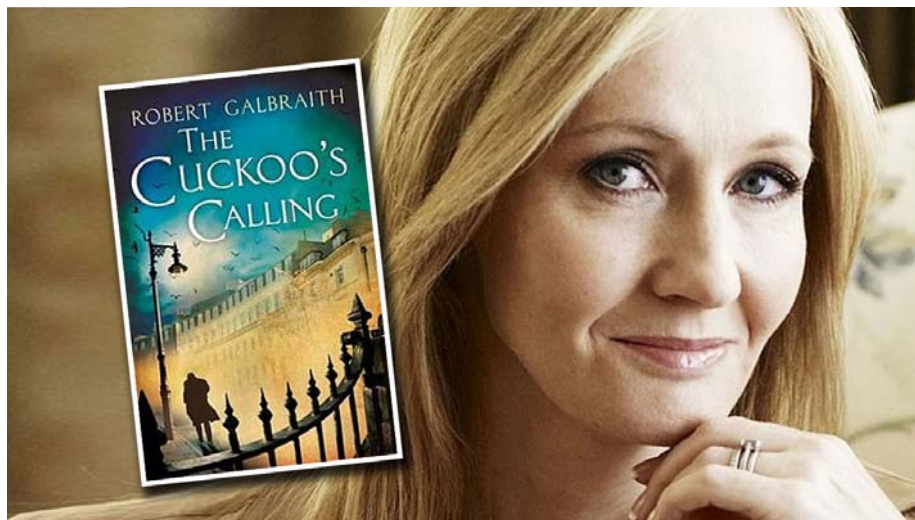
مجمع آموزشی ایران  
100 CARLTON WALE, LONDON, NW6 5HE





## رولینگ به فهرست ۵۰ اثر تاثیرگذار اسکاتلند راه نیافت

نویسنده هری پاتر نتوانست رای کافی را برای راه



یافتن به فهرست ۵۰ کتاب تاثیرگذار نیم قرن گذشته اسکاتلند به دست بیاورد.

به نقل از گاردین، جیکی رولینگ خالق مجموعه کتاب‌های «هری پاتر» که دو رمان پرفروش برای بزرگسالان نیز نوشته‌است، نتوانست در مسابقه‌ای که نویسندگان برتر اسکاتلند را در فهرست بهترین کتاب‌های اسکاتلندی ۵۰ سال اخیر رده‌بندی می‌کرد، رای کافی به دست آورد.

این نویسنده که در ادینبورگ زندگی می‌کند، مشهورترین نویسنده‌ای است که تا به حال از فهرست مسابقات بنیاد کتاب اسکاتلند به دور مانده است.

به گفته استوارت کلی منتقد ادبی که در جمع‌آوری این فهرست به بنیاد کتاب اسکاتلند کمک کرده‌است، رولینگ به این دلیل در این فهرست قرار ندارد که به اندازه کافی خوب نیست. کلی در توضیح این امر گفت: اگر قرار بود او در این فهرست قرار داده شود، به احتمال زیاد این اتفاق برای سومین کتاب هری پاتر یعنی «هری پاتر و زندانی آزکابان» می‌افتاد، با این حال از آنجا که این فهرست مخصوص کتاب‌های بزرگسالان است، ۵۰ کتاب بهتر از «خلا ناگهانی» به این فهرست راه یافتند. او در ادامه گفت: این فهرست برای پیدا کردن بهترین کتاب‌ها به انتخاب مردم است. آثار بسیاری هستند که واژه رمان را بسط می‌دهند، کتاب‌هایی که اساساً نحوه عملکرد یک رمان را تغییر می‌دهند مانند کتاب «فیتس»

نوشته اندرو کرامی، «یک خیابان خیلی ساکت» نوشته فرانک کوپنر و یا «هتل وورلد» نوشته آلی اسمیت. وی افزود: موضوع فقط درباره محتویات اثر نیست، بلکه درباره فرم آن نیز هست. بسیاری از این کتاب‌ها، سبک‌هایی بسیار رادیکال دارند.

کلی با اشاره به کتاب‌های «یک بسته چاقو» نوشته کنیس مک ویلیام و «خواهر بد» نوشته اما تننت گفت: نویسندگان زن نیز در این فهرست حضوری چشم‌افسار دارند. آنها با این وجود که در گذشته بخشی از مباحثه انتقادی نبوده‌اند، با این حال، بخش بزرگی از

سنت اسکاتلندی را دربر می‌گیرند.

وی گفت: هر نویسنده اسکاتلندی که من آثارش را می‌خوانم در چارچوب سنت خاصی می‌نویسد اما این احتمال بیشتر است که آن‌ها کتاب‌های «دکتر جکیل و آقای هاید»، نوشته رابرت لوئیس استیونسون، «خاطرات خصوصی و اعترافات یک گناهکار توجیه شده» نوشته جیمز هاگ و «ویچ وود» نوشته جان بیوکنر را خوانده و از آنها تاثیر پذیرفته باشند، چون نحوه خودآگاهی آنها در یک موضوع اسکاتلندی، بسیار خاص است.

بسیاری از کتاب‌های مشهور اسکاتلندی به این فهرست راه پیدا نکردند، چون بیش از ۵۰ سال قبل منتشر شده بودند. با این حال چند عنوان از نخستین کتاب‌های حاضر در این فهرست را کتاب‌هایی چون «درنگ مصمم» نوشته موریل اسپارک، «دوچرتی» نوشته ویلیام مک ایوانی و رمان «ذهن گشایان» نوشته جیمز کتاوی تشکیل داده‌اند.

این فهرست پر از اسامی نویسندگان جنایی اسکاتلندی از جمله یان رنکین، ندیس مینا، لوییس ولش، وال مک درمید و کریستوفر بروکمایر است. یان بنکس فقید تنها نویسنده‌ای است که دو کتاب از او در فهرست دیده می‌شود. رای گیری که شرکت در آن برای همگان آزاد است روز هجدهم نوامبر به پایان می‌رسد و ده رمان برتر این فهرست در هفته کتاب اسکاتلند (از بیست و پنجم نوامبر تا یکم دسامبر) معرفی خواهند شد.

منتشر کرد.

اندرو گولی سرویراستار مجله استراند درباره ریدرز دایجست گفت: ولز رابطه خیلی خوبی با آنها داشت و آنها به صورت معمول کارهای او را تجدیدچاپ می‌کردند. اما تحمل این مطلب درباره دموکراسی به نظر می‌رسید که برای آنها بسیار سخت بود.

شماره بعدی مجله استراند که قرار است جمعه منتشر شود، علاوه بر این چندنامه خصوصی ولز را که سال ۱۹۳۵ نوشته شده، منتشر می‌کند. گولی این مطالب را در میان هزاران صفحه کاغذی که در کتابخانه دست نوشته‌ها و کتاب‌های کیمیا دانشگاه ایلیونیز موجود است، کشف کرد.

ولز سوسیالیست و صلح طلب بود و نگرانی‌اش برای سرنوشته زمین را در بسیاری از داستان‌هایش نشان داده‌است. اما به گفته گولی این مورد که با مخالفت ریدرز دایجست روبه‌رو شد، یک اثر غیرداستانی قوی غیرمعمول بود که به صورت مستقیم مردم را به مشارکت عملی در اعتراض به سیاست‌های ورشکسته امپریالیستی در خاورمیانه و هر نقطه دیگر جهان فرامی‌خواند.

گولی می‌افزاید: ولز دیدگاهی پیشرو داشت و متعلق به نسلی بود که اعتقاد داشت استعمارگران باید به کشورهای تحت سلطه خودشان خودمختاری بدهند و آموزش بهترین سلاح برای رشد یک کشور است.

## امپراتوری قطب جنوب کتاب سال اسکاتلند

کتاب «امپراتوری قطب جنوب» به عنوان کتاب سال اسکاتلند انتخاب شد.

به نقل از بی.بی.سی، یک نویسنده ادینبوری که ۱۴ ماه در ایستگاه مطالعاتی قطب سر کرد، با نوشتن کتابی در این باره موفق به کسب مهمترین جایزه ادبی اسکاتلند در سال ۲۰۱۳ شد.

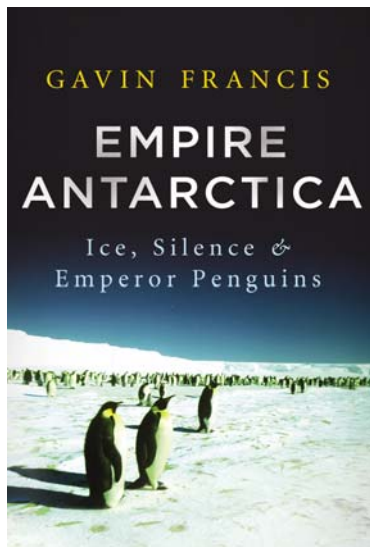
گوین فرانسویس جایزه ۳۰ هزار پوندی بنیاد سرمایه گذاری اسکاتلند را برای نوشتن کتاب «امپراتوری قطب جنوب» دریافت کرد.

برنده این جایزه در جشنواره کتاب «لنکوس لاو» معرفی شد و سه فینالیست دیگر این رقابت هر یک جایزه‌ای پنج هزار پوندی دریافت کردند.

فرانسویس این کتاب را زمانی نوشت که به عنوان پزشک اردوگاه در مرکز تحقیقات هالی در ساحل «کرد» قطب ساکن بود. گفته می‌شود این منطقه چنان پرت و دور افتاده است که بیرون آوردن فردی از این ایستگاه در زمستان را سخت‌تر از تخلیه ضایعات ایستگاه فضایی بین‌المللی می‌کند.

فرانسویس با دریافت این جایزه آن را افتخاری غیرقابل تصور برای هر نویسنده‌ای دانست و گفت هر فردی تلاش می‌کند تا چنین دستاوردی داشته باشد.

وی افزود اسکاتلند همواره تلاش زیادی برای کسب اطلاعات بیشتر از نقاط صعب العبور داشته و وی برای



این که بخشی از این سنت بوده، افتخار می‌کند. کتاب «امپراتوری قطب جنوب» توصیف ماجرای یک مرد و روبه رویی او با تنهاترین قاره جهان است و تنها پنگوئن‌های امپراتور با وجود هوای سرد زمستانی با او همراه بودند.

این جایزه به نویسندگانی که شهروند یا ساکن اسکاتلند باشند تعلق می‌گیرد. در فهرست نهایی این رقابت سه نویسنده دیگر با کتاب برنده در رقابت بودند که از سه بخش داستان، شعر و اولین کتاب یک نویسنده به بخش نهایی راه یافته و شامل اوآن موریسون، ریچارد پرایز و کری هودسون می‌شدند.

به گفته کرسیتی لوگان رییس گروه داوران این رقابت، کیفیت و کمیت نوشته‌های منتشر شده در اسکاتلند واقعا اهمیت دارند و گوین فرانسویس از برندگان با ارزش این جایزه است و کتابش کتابی زنده و جذاب است که خوانندگانی از هر نقطه؛ از شمال اسکاتلند تا جنوب و قطب جنوب از خواندن آن لذت خواهند برد.

برندگان جایزه دوم این رقابت عبارت بودند از:

اوآن موریسون برای «چشم‌هایت را ببند» در بخش داستانی  
ریچارد پرایز برای «جهان کوچک» در بخش شعر  
کری هودسون برای «کوبین هوگان پیش از این که مامانم را بدزدد برایم یک بستنی خرید» در

بخش کتاب نخست یک نویسنده

جنیس گالووی برای کتاب خاطراتش با عنوان «همه چیز ساختگی است» به عنوان برنده سال ۲۰۱۲ این رقابت انتخاب شده بود.

The Translation House  
Reg no. 7381935

خانه ترجمه (لندن)

ترجمه و ویرایش کلیه مدارک، کتب، مقالات، پایان نامه

ترجمه شفاهی در محل یا تلفنی

(کلیه زبانها منجمله انگلیسی، فارسی، دری، پشتو)

مطمئن، سریع و با هزینه ای عادلانه

آیا برای ترجمه مدارک خود با مشکل مواجه شده اید؟  
مدارک خود (صورتحساب بانکی، شکایت نامه، دادخواه، وصیت نامه، گواهی ازدواج و طلاق، گواهی فوت، گواهی انحصار ورثه، دیپلم، ریز نمرات مدرسه و دانشگاه، سند مالکیت، سند خانه و...) را برای ترجمه به ما بسپارید.

"خانه ترجمه" برای تسهیل کار شما مشتریان عزیز از طریق ایمیل، فاکس و پست خدمات ترجمه ارائه می‌کند و نیازی به حضور در محل نیست.

دکتر مریم تقوی - دارای دکترای ترجمه از

دانشگاه سالفورد انگلستان

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

Tel. 01895-470318

Mob. 07828-889395

ایمیل: info@translation-house.com

وب سایت: www.translation-house.com



به بهانه اجرای برنامه ویژه اردشیر محمص در بریتیش میوزیم

## برای اردشیر طراح و محمص نقاش

آیدین آغداشلو/ از کتاب «از پیدا و پنهان»



موزه ملی بریتانیا یا همان بریتیش میوزیم برنامه ای تدارک دیده است برای آشنایی و مرور آثار بهمن محمص نقاش، مجسمه ساز و مترجم پیشرو ایرانی که چند سال پیش درگذشت. در برنامه ویژه بهمن محمص که ساعت دو بعد از ظهر روز یکشنبه سوم نوامبر در موزه بریتانیا برگزار می شود قرار است ابراهیم گلستان نویسنده برجسته ایرانی در باره بهمن محمص سخن بگوید.

بهمن محمص که در نهم اسفند هزار و سیصد و ده در رشت به دنیا آمد و در ششم مرداد هزار و سیصد هشتاد و نه در رم درگذشت، نقاش، مجسمه‌ساز و مترجم پیشرو ایرانی است. نقاشی‌های آوانگارد بهمن محمص از آثار معتبر نقاشی مدرن ایران محسوب می‌شود.

بهمن محمص در خانواده‌ای لاهیجانی در رشت به دنیا آمد. در چهارده سالگی در کارگاه و نمایشگاه محمد حبیب محمدی، نقاش گیلانی که هنر را در آکادمی هنر مسکو فراگرفته بود، شروع به کار کرد. در زمان اقامت خانوادگی در تهران، محمص چند ماهی در دانشگاه هنر تهران به تحصیل پرداخت.

بهمن محمص در دهه سی خورشیدی به اروپا سفر کرده و در ایتالیا ساکن شد و در آکادمی هنر رم مدتی نزد فروچیو فراتزی به آموختن هنر مشغول شد. حاصل این دوره از زندگی محمص، چندین نمایشگاه گروهی و انفرادی در داخل و خارج ایتالیا و شرکت در نمایشگاه‌هایی چون بی‌ینال (دو سالانه) ونیز، سائوپائولو و پاریس بود.

او سال‌های پس از انقلاب را در نیویورک سپری کرد و بر اثر بیماری، فلج شد. محمص تا انتها با وجود بیماری به خلق آثار کاریکاتور و طراحی پرداخت. سرانجام اردشیر محمص در سن هفتاد سالگی در ۱۸ مهر ۱۳۸۷ و در غربت، پس از گذراندن دوران طولانی کسالت، درگذشت.

«تفسیر، نوشتن درباره نقاشی کار بی ربطی است، هنر که تفسیر لازم ندارد. «انتقاد» که به کلی عبث است. چون نقاشی با «قواعد» ساخته نمی شود که با «دلایل» سنجیده شود و اگر بخواهی با این «پای چوبین» استدلال با هنر طرف شوی، شیره اش را می کشی و خلاص. اما اگر توانسته باشم روشن کنم که چرا نقاشی های محمص معنی «ادبی تمثیلی» ندارد، اجر خودم را گرفته ام.

حرف آخر را بزتم: اردشیر محمص، از بهترین نقاش های معاصر است. معاصر که می گویم، منظورم «معاصر دنیا» است.» (آیدین آغداشلو از مقدمه کتاب تشریفات ۱۳۵۲)

بی گمان ماشین غول آسای جامعه با سرعت جنون آمیزش، در جاده ای بی انتها می غرد و به پیش می رود، به امید روزی که به فصل مشترک آسمان و زمین برسد و برای دست یافتن به چنین آرزویی، بی رحم خواهد بود. اما گویی این شتاب نه از سر رسیدن به مقصدی است، بلکه فرار از صیادی است که غربال به دست از پس اش می آید و الک می کند.

نگران ترین و ترسان ترین ساکنین این ماشین غول آسا، چه بسا اهالی هنر باشند؛ مردمانی که علاوه بر تجربه های مشترک انسان های دیگر و همسفر بودن در همان سفینه شتابان، به سراغ نواحی ناشناخته اطرافشان می روند و سرک می کشند به غارهای تاریک تمدن های فراموش شده و سهمی در طی الارض دارند و نواندیش هستند.

عمری می نشینند و خط روی خط می کشند و رنگ روی رنگ می گذارند و واژه بر واژه می ساینند، به امید اینکه لحظه ای را جاودان سازند. اما چه زود مایوس یا چه زود متیختر می شوند. گاهی هم سالیان سال می ساینند و می جویند و سرانجام که با خود خلوت می کنند، سقفی را بالای سرشان نمی ببینند و وحشت می کنند و هراسان می شوند و دست می اندازند به هر روش و گرایشی تا جایگاهی بیابند برای خویش و نه حتی برای اثرشان اما دستی پنهان سرند می کند بی هیچ آشناگرایی. چقدر سخت است و بهتر است بگویم چقدر ترحم برانگیز است زمان مرگ نامی که روزی ارسال نامداری بوده است.

نمی دانم. واقعاً نمی دانم، هنرمندی که جلای وطن کند، یک هنرمند مرده به حساب می آید یا نه؟ هر چند تکلیفمان با هنرمند خوابیده در خاک روشن تر است تا هنرمند مهاجر. حداقل در ذهنمان پرونده اولی بسته است و پرونده دومی مانند قتلی می ماند که نه مقتول شناسایی شده است و نه قاتل دستگیر. پرونده مختومه اعلام می شود و بایگانی می گردد، اما در ذهن ها همچنان دادرسی می شود.

نمی خواهم اردشیر محمص را مصداق عین به عین این گفته ها بدانم اما اردشیری که روزگاری می توانست تمام سرها را به سوی خویش برگرداند، امروز در هاله ای از ابهام گم شده است. نگاهی می کنم به ردیف نام هایی که برایش تذکره نوشتند و از صورتش طرحی به یادگار کشیدند، برایم مسجل می شود که اردشیر محمص به خوبی می دانست از چه راهکارهایی استفاده کند تا به هدفش دست یابد، هر چند که همه آن نام ها متفق القول بر این باور بودند و هستند که اردشیر «محبوب» بود.

«واضح است که من با زندگی سازش می کنم. مثل این است که در یک خیابان شلوغ قدم بزیم. مردم به ما تته می زنند و با تته ای که می خوریم کمی از راه خود منحرف می شویم، چندصد متر بعد درمی یابیم که به خاطر تته هایی که خورده ایم داریم در جهت عکس حرکت می کنیم. مهم این

است که چقدر به راه خود برویم پیش از آنکه تته خوردن ما را منحرفمان کند.» (از گفت و شنود اردشیر محمص با کیهان اینترنتشنال ۳۰ اسفند ۱۳۵۰)

نگاه اردشیر محمص به دوره ای از تاریخ نهفته در طاقچه های خانه های

توهین قرار می گیرد، تاراج می شود، وظیفه هر زنده امروز این است که جبهه بگیرد و به جای اعتراض هجوم ببرد، زخم بزند و پرخاش کند.»

نمی دانم. واقعاً نمی دانم که بعد از گذشت قریب به سه دهه از این گفته، امروز هم



خالق مردان ماکارونی، همچنان به این پرخاشگری در عرصه هنر معتقد است؟ هنر امروز ایران، جولانگاهی شده برای نشان دادن «قدرت» طراحی و به رخ کشیدن «بلد» بودن ها. حتی دیگر چیره دستی دغدغه نقاش و طراح هم عصرمان نیست. در چنین شرایطی، کارهای اردشیر محمص که بر دیوار گالری هما آویخته بود، کجای هنرهای دیداری امروز قرار می گیرد؟ هنری که هیچ صفتی را با خود یدک نمی کشد، چگونه می خواهد آدمک های محمص را در دلش جا دهد؟ و بالعکس هم می توان نگاهی انداخت. در حال و هوای کنونی نقاشی و طراحی که همه می خواهند مو را از ماست بکشند، آثار اردشیر محمص دیگر کسی را هیجان زده نمی کند. درست برخلاف سال های پنجاه.

آن قدر از این عجایب المخلوقات در نقاشی دیده ایم که فقط دیدار رخ به رخ راضی مان خواهد کرد. یعنی روزی در پیاده رو راه برویم و چیزی از کنارمان رد بشود که تتی باشد با چهار پا. شاید آن روز کمی تعجب کنیم.

در هر حال اردشیر محمص به قابلیت خط پی برده بود. به قول خودش، خط این ظرفیت را دارد که از یک عقرب مهلک تر و از یک مقتول فلزی سخت تر باشد. هرچند که به نظرم خط هایش زمانی به یکدیگر پیچیده می شوند و انسانی مجهول الهویه متولد می شود که برای دیگران آشنا به چشم می آید، چاپ شده اش در مجلات و کتاب ها شگفت انگیز و دست نیافتنی تر به نظر می رسد تا زمانی که مستقل می شوند بر دیوار گالری ها.

اردشیر محمص از آن جهت برایم قابل احترام است که ثابت قدم بوده و هست. «باید نگاهت خاصیت مته را داشته باشد.

سوراخ کند و فرو برود، تا در اعماق، به این لایه طلز و حتی هزل بربخورد.»

و به راستی چنین بود آثارش. بی آنکه بدانی چطور و چگونه، محاصره ات می کنند انسان هایی که از انتهای سوراخ ایجاد شده توسط مته نگاه اردشیر محمص، بیرون می آمدند. او دلش می خواست همانند یک شکارچی بی رحم باشد و می دانست که بهترین شکارچی خونسرد ترین شکارچی است.

و این محصورکردن بیننده هایش رمز موفقیت اش بود. بعد از سی سال که از چاپ آخرین کارهایش در مجلات می گذرد، همین ویژگی باعث شده است تا جوانک هایی که می خواهند طراح شوند، با کارهای اردشیر محمص شروع می کنند و بعضی دیگر، آدمک هایش را رنگین می کنند تا نتیجه اش بشود نقاشی.

اما این دنباله روی بیش از آنکه به خاطر خط ها باشد و سوژه ها، به خاطر بازسازی حافظه تاریخی است. دست اندازی به تمام گزینه ها و قطعات گمشده و پراکنده تصاویر منقوش ، به همین خاطر است. اردشیر محمص، یکی از این قطعات تازه کشف شده است برای نسل نوجوی جویای نام.

بررسی دوره های گوناگون اردشیر محمص در این نوشتار کاری است ناشدنی. مطالب مفصل و حجیم تری درباره اش نوشته اند. هرچند به نظرم هیچ کدام از آنها حقیقت کارهایش را نشان نمی دهند و شاید نبودنش در این سال ها، این حسن را داشته که امروز راحت تر می توان درباره اش نوشت؛ بی آنکه بخواهی جزء تائید کنندگانش باشی و بی آنکه در رودربایستی قرار بگیری و نتوانی نقدش کنی.

اردشیر محمص یادش رفته بود که اگر ایران دوران پهلوی دوم مورد توجه قرار گرفت، بیش از آنکه به دلیل فرهنگ غنی اش باشد، به خاطر چاه های عمیق نفت اش بود. به هر حال برگ های کتاب تاریخ که ورق می خورد، هر کدام شان در دل خویش جماعتی را دربرمی گیرند و شاید چکیده اش می شود مثل ها و حکایاتی که دست به دست می آیند و نسل به نسل هم مصداق پیدا می کنند. و روزگار هم برای اردشیر محمص، سبب به هوا پرتاب شده اش را هزاران بار چرخاند.

«زندگی مضحکه نیست، من فقط نمایشگر جنبه های مضحک و مسخره و درونمایه های هجایی نوعی از آن هستم. زندگی اگر مرثیه شود، این ماییم که این طور خواسته ایم و اگر حماسه باشد، باز هم ماییم که این سیما را بر آن ساخته ایم.» (از گفت وگویی منوچهر آتش با اردشیر محمص، مجله تماشا، پائیز ۱۳۵۱)

و به راستی خودش مرثیه و حماسه ساز بود در هنر معاصر کشورش. ساده حرف زد اما لازم ترین حرف را زد. «اما در سال های قبل از انقلاب، سه مقاله مفصل درباره کار های اردشیر محمص نوشتم که حالا که فکر می کنم پر از ستایش بیهوده اند و مفاهیمی در آنها پیدا کرده ام که وجود ندارد و نقاش قابل توجهی نیست و با این که سعی کرده بود طراح و گرافیستی جهانی بشود، اما چاپ کارهایش در مجلات گرافیک معتبر چندان به دردش نخورد و وقتی مقیم نیویورک شد، فرنگی ها فراموشش کردند و این اواخر کارهایش را فقط به ایرانی ها می فروشند. من هرچه را که در آن زمان درباره اردشیر محمص نوشته ام، پس می گیرم و حتی همین حرف های الانم را، چون به شدت بیمار و تنها است در نیویورک و شاید دلش بشکند.





به بهانه زاد روز محمدتقی بهار

# مرغ سحر ناله سر کن

اسدالله امرایی / نویسنده و مترجم



یاسمی، سعید نفیسی و تیمورتاش با این مجله همکاری داشتند. انتشار «نوبهار» بارها ممنوع و دوباره آزاد شد. یکی از معروفترین قصیده‌های بهار، «بثالشکوی»، در ۱۳۳۷ به مناسبت توقیف «نوبهار» سروده شده‌است. کودتای ۱۲۹۹ بهار را برای سه ماه خانه‌نشین کرد و در همین مدت، یکی از به یادماندنی‌ترین قصیده‌های خود، هیجان روح، را سرود. چندی بعد که زندانیان رژیم کودتا آزاد شدند و قوام‌السلطنه نخست‌وزیر شد، «بهار» به نمایندگی مجلس چهارم انتخاب شد. وی در روزنامه نیمه‌رسمی ایران نوشت: «هر یک از افراد ملت آزاد است که آنچه به فکرش می‌رسد یا به او تلقین می‌نمایند، به هر وسیله که در دست دارد؛ انتشار بدهد...هرج و مرج فکری همیشه، به ویژه در محیط فقیر که فقر علمی و اخلاقی او محتاج برهان نیست، قهراً وجود داشته و خواهد داشت. بهار در روزنامه‌نگاری سبکی خاص داشت و به جای سرمقاله شعر می‌نوشت. بهار در روز دوم اردیبهشت ۱۳۳۰، در خانه مسکونی خود در تهران زندگی را بدرود گفت و در شمیران در آرامگاه ظهیرالدوله به خاک سپرده شد. آثار منتور و منظوم بهار متنوع است و انواع شعر سنتی و اشعار به زبان محلی، تصنیف و ترانه، مقاله‌ها و سخنرانی‌های سیاسی و انتقادی، رساله‌های تحقیقی، نمایشنامه، اخوانیات و مکتوبات، تصحیح انتقادی متون، ترجمه‌های متون پهلوی، سبک‌شناسی نظم و نثر، دستورزبان، تاریخ احزاب، مقدمه بر کتاب‌ها و حواشی بر متون به خصوص شاهنامه فردوسی را در برمی‌گیرد. از تصنیف‌ها و ترانه‌های بهار «بهار دلکش»، «باد صبا بر گل گذر کن»، «ای شکسته دل»، «ز من نگارم»، «به اصفهان رو» و «مرغ سحر» را باید نام برد. اما نکته آخر آرامگاه محقر بهار است در گورستان ظهیرالدوله که هر جای دیگری بود با آن همه مشاهیر خفته در آن وضع آبرومندی داشت. شاید وقت آن رسیده باشد که هم دسترسی عموم به این محل بیشتر شود و هم سر و سامانی به آن بدهند که به صورت موزه‌ای از مشاهیر و صاحب نامان اداره شود.

تصنیف مرغ سحر ناله سر کن را بارها شنیده‌ایم و از دهان بسیاری از خوانندگان این آواز برآمده. اما شاید در آن لحظه یک بار از خود پرسیده باشیم که این کیست کز زبان من همی‌گوید سخن. محمدتقی بهار در شانزدهم آبان ۱۲۶۵ به دنیا آمد. ملکشعرايي هم از اول در خانواده آنها بود و مثل خیلی اموال و حشم به ارث می‌رسید. این مقام هم دست شاهان و حکام بود. بهار از همان ابتدای دوران کودکی به واسطه کتاب‌هایی که در خانه برایشان می‌خواندند به ادبیات علاقمند شد. در چهارسالگی به مکتب رفت و در شش سالگی فارسی و قرآن را به خوبی می‌خواند. از هفت سالگی نزد پدر شاهنامه را آموخت و اولین شعر خود را در همین دوره سرود. اصول ادبیات را نزد پدر فراگرفت. پدرش در سن ۱۸ سالگی او درگذشت. بهار جوان به صف مشروطه‌طلبان خراسان پیوست و به انجمن سعادت خراسان راه یافت. اولین آثار ادبی-سیاسی او در روزنامه «خراسان» بدون امضا به چاپ می‌رسید که مشهورترین آنها مستزادی است خطاب به محمدعلی شاه. شعر با این مطلع آغاز می‌شود: «با شه ایران ز آزادی سخن گفتن خطاست» بهار در ۱۳۲۸ روزنامه «نوبهار» را که ناشر افکار حزب دموکرات بود، منتشر کرد و به عضویت کمیته ایالتی این حزب درآمد. این روزنامه به علت مخالفت با حضور قوای روسیه در ایران و موضع انتقادی به دستور کنسول روس تعطیل شد ظاهراً بهانه‌اش هم یادداشت محبت‌آمیز در رثای پادشاه تازه درگذشته بریتانیا بود. این روزنامه در محرم ۱۳۳۰ به فرمان وثوق الدوله وزیر خارجه تعطیل شد. محمدتقی بهار را نیز دستگیر کردند و تحت‌الحفظ به تهران فرستادند. آن زمان هم که از این تجهیزات مخابراتی خبری نبود. تا خبر برسد کلی وقت گذشته بود. در ۱۳۳۲ به نمایندگی مجلس سوم شورای ملی از حوزه انتخابیه درگز انتخاب شد. یک سال بعد دوره سوم «نوبهار» را در تهران منتشر کرد و در ۱۳۳۴ انجمن ادبی دانشکده و نیز مجله دانشکده را بنیان گذاشت که به اعتقاد او مکتب تازه‌ای در نظم و نثر پدید آورد. علاوه بر بهار عده‌ای از اهل قلم مانند عباس اقبال آشتیانی، غلامرضا رشید

مشکلات باطن بشر در زمان ما روشن شده‌اند، این جایزه به آلبر کامو اهدا شد.

آلبر کامو در ماندگارترین رمانش، «بیگانه» به شرح سرگذشت مرد جوانی به نام «مورسو» می‌پردازد که با خود و دنیای اطراف بیگانه است و این بیگانگی، او را تا پای مرگ می‌کشاند. کامو درباره «بیگانه» می‌گوید: در جامعه ما هر آدمی که در مراسم خاکسپاری مادرش اشک نریزد، خودش را در معرض خطر می‌آورد که به مرگ محکوم شود.

همچنین سارتر در مقدمه این اثر می‌نویسد: در میان آثار ادبی عصر ما، این داستان، خودش هم یک بیگانه است.

کامو در دوره کوتاه زندگی خود آثار زیادی خلق کرد که از جمله آن‌ها به «کالیگولا» (مرگ خوش) ۱۹۳۸، «افسانه سیزیف» و «بیگانه» ۱۹۴۲، «طاعون» ۱۹۴۷، «شورش» و «انسان عاصی» ۱۹۵۱ و «سقوط» ۱۹۵۲ می‌توان اشاره کرد.

نویسنده «بیگانه» روز چهارم ژانویه ۱۹۶۰ در سن ۴۶ سالگی بر اثر سانحه رانندگی درگذشت. او در جایی گفته بود که مضحک‌ترین و بی‌معناترین نوع مردن در اثر تصادف رخ می‌دهد و دست تقدیر برای او مرگی این‌چنین رقم زد. بعدازظهر چهارم ژانویه ۱۹۶۰، خودرویی که کامو یکی از سرنشینان آن بود، به درختی در حاشیه بزرگراه می‌کوبد و تکه‌تکه می‌شود.

در جیب کت او یک بلیت استفاده‌نشده قطار پیدا شد که نشان می‌داد قصد مسافرت با قطار را داشته، اما تصمیم گرفته با خودرو به سفر برود. سال ۲۰۱۱ بود که فرضیه مشکوک بودن مرگ کامو مطرح شد. طبق نوشته یک روزنامه‌ی ایتالیایی، تصادفی که در سال ۱۹۶۰ منجر به فوت آلبر کامو شد، یک تصادف معمولی نبوده و سازمان جاسوسی شوروی سابق به دلیل انتقاد این نویسنده از دولت این کشور، وی را به قتل رسانده است.

پس از مرگ، دو اثرش به چاپ رسیدند. ابتدا «مرگ خوش» در سال ۱۹۷۰ منتشر شد و سپس رمان ناتمام او به نام «انسان نخستین» بود که پیش از مرگ در حال نگارشش بود. این کتاب اثری شرح حال‌گونه از دوران کودکی کامو در الجزایر است که در سال ۱۹۹۵ به چاپ رسید.

پنج رمان او را «بیگانه» (۱۹۴۲)، «طاعون» (۱۹۴۷)، «سقوط» (۱۹۵۶)، «مرگ خوش» (۱۹۷۱) و «انسان نخستین» (۱۹۹۵) تشکیل می‌دهند. کامو یک مجموعه داستان کوتاه به نام «تعبید و پادشاهی» دارد که در سال ۱۹۵۷ به چاپ رسید.

همچنین شش اثر غیرداستانی که سرآمد آن‌ها «شورش» است، از او به‌جا مانده‌اند. آلبر کامو شش نمایشنامه نیز نوشت که معروف‌ترین آن‌ها «کالیگولا» (۱۹۳۸) و «آدمکش‌های عادل» (۱۹۴۹) هستند.

او از چهره‌هایی چون «فئودور داستایوفسکی»، «فرانتس کافکا»، «فردریک نیچه»، «ویکتور هوگو»، «جورج اورول» و «ژان پل سارتر» در نویسندگی الهام گرفت.

## برای ۱۰۰ سالگی آلبر کامو

آلبر کامو، نویسنده و فیلسوف سرشناس فرانسوی و



برنده نوبل ادبیات ۱۰۰ سال پیش در الجزایر چشم به جهان گشود.

آلبر کامو روز هفتم نوامبر ۱۹۱۳ در خانواده‌ای فرانسوی - الجزایری به دنیا آمد، دوران کودکی‌اش در شرایط دشوار اقتصادی گذشت و این در حالی بود که پدرش را در جنگ جهانی اول از دست داد. کامو در سال ۱۹۲۳ وارد دانشگاه الجزایر شد و برای تأمین هزینه‌های تحصیل و زندگی به حرفه‌های متعددی چون تدریس خصوصی رو آورد. اگرچه او را بیشتر طرفدار مکتب اصالت وجود (اکزیستانسیالیسم) می‌دانند، اما او خود این ادعا را قبول نداشت و در مقاله‌ای به نام «شورش» نوشت که تمام زندگی‌اش را وقف مبارزه با فلسفه پوچ‌گرایی (نیهیلیسم) کرده است.

وی در سال ۱۹۴۵ در مصاحبه‌ای هرگونه گرایش به مکتب عقیدتی را رد کرد و گفت: «من یک اکزیستانسیالیست نیستم. من و ژان پل سارتر از این که نام‌مان را کنار هم قرار می‌دهند، تعجب می‌کنیم.» آلبر از سال ۱۹۳۷ به روزنامه‌نگاری رو آورد. او یکی از معدود روزنامه‌نگاران فرانسوی بود که استفاده آمریکا از بمب اتمی را در هیروشیما محکوم کرد. در دهه ۵۰ میلادی خود را وقف تلاش در راستای حقوق بشر کرد و در سال ۱۹۵۲ پس از آن‌که سازمان ملل، اسپانیای تحت حاکمیت «ژنرال فرانکو» را به عضویت پذیرفت، از سازمان یونسکو خارج شد.

کامو در سال ۱۹۵۷ جایزه نوبل ادبیات را از آن خود کرد. دلیل اعطای این افتخار بزرگ به کامو این‌گونه عنوان شد: به‌خاطر آثار مهم ادبی که در آن‌ها

جرات می‌توانم بگویم که او در این مورد نمونه است، یعنی ما شخصی را قبل از او و پس از او در ادبیات نداریم که اینگونه وسیع و دقیق تاریخ ادبیات قبل و بعد از خود را بشناسد و آشنایی داشته باشد. او همچنین هم ادیب بود و هم شاعر و هم سیاست‌مدار؛ و این سه را هم از همان آگاهی وسیع در حوزه تاریخ‌شناسی ایران داشت. شعر او با آنکه قدیم است و در سبک کلاسیک، حتی اگر امروز خوانده شود، نوعی نفس تازه هم در آن دیده می‌شود. شعر تقی بهار به شدت با مسائل روز جامعه در ارتباط است. یک ویژگی دیگر او نیز همین است که اغلب آثارش ماندگار و قابل تأمل‌اند، بعد از او شاعری در حوزه شعر قدیم نیامد که همه دیوانش مورد توجه باشد، اغلب برخی از شعرهای شاعران مورد توجه قرار گرفت. البته در مجموع می‌توانم در این مورد بگویم که توجه به اکثر آثار پروین اعتصامی هم در همین حد و حدود بوده است. اما در آخر باید گفت محمدتقی بهار بیشتر در قصیده‌ها و قطعه‌هایش خیلی خوب درخشیده است.

## ارتباط شعر بهار با مسائل روز جامعه

محمد علی اسلامی ندوشن

درباره ملکشعرايي بهار باید بنویسم که او از حافظ به این سو، مهم‌ترین شاعر ایران بوده است. باید تأکید کنم از حافظ به این سو، یعنی در یک فاصله طولانی مدت ششصد ساله، مهم‌ترین شاعر پس از حافظ بوده است. او را باید همچنانکه گفتیم، پس از حافظ قله‌ای بسیار بزرگ دانست. یکی از بارزترین و برجسته‌ترین وجوه شخصیت ادبی محمدتقی بهار، این است که او آگاهی بسیار کامل و دقیقی نسبت به تاریخ ایران و تاریخ ادب فارسی پیش از خود و همچنین تاریخ ادب فارسی روزگار خود داشت. او شعر و ادبیات را خیلی خوب می‌فهمید، من به



زبان پدر و مادرش را یاد نگیرد، پدر و مادر باید زبان کودک را یاد بگیرند و در آن صورت، فرهنگ پدر و مادر که در پشت زبان آنها پنهان است، به فرزند انتقال نمی یابد و در نتیجه بیگانگی با جامعه فرهنگی خود و جدایی و دوری گزینی از خانواده را پیش می آورد.

تحقیقات نشان داده است که زبان مادری عامل رشد فکری و ذهنی کودک و پیشرفت او در آینده است. ۵۰٪ کسانی که در یادگیری زبان دیگری دچار مشکل می شوند، به زبان مادری خود مسلط نشده اند. همچنین آموزش ندادن



زبان مادری اعتماد به نفس فرزند را کاهش می دهد چون زبان و اصالت خود را آنقدر بی اهمیت و بی فایده می بیند که ارزش یادگیری نداشته است! در حالی که کودکان در قالب آموزش زبان مادری، در واقع هویت خود را در می یابند. بچه لازم است از هویت خود و تفاوتی که با دیگران دارد اطلاع داشته باشد. معلمی در کلاس زبان آلمانی، به کودکی خرده گرفته بود که چرا آلمانی را خوب صحبت نمی کند و کودک در جواب گفته بود: «برای اینکه من ایرانی ام، نه آلمانی!» این از اعتماد به نفسی در بچه منتج می شود که با آموزش زبان مادری و شناخت هویت اش در او بوجود می آید.

زبان مادری زبانی است که کودک با آن فکر می کند و خواب می بیند. اگر زبان مادری در کودک ناقص بماند، روند تفکر در کودک ناقص می ماند؛ نتیجتاً کودک دو زبان نیمه را می آموزد و در آینده نیز از موفقیت باز می ماند. پس زبان مادری فقط برای ارتباط پدر و مادر با فرزند نیست. زبان مادری پایه گذار کل شخصیت بچه است؛ اگر آموزش آن تا آخرین مراحل، صحیح پیش نرود، زمینه ساز افت در یادگیری زبان دوم نیز می شود و بر عکس. طی آزمایشی در آلمان، یک قصه برای بچه های دوزبانه و یک زبانه نقل شد و مشاهده شد که بچه های دو زبانه در بازگو کردن آن توانا تر بودند و داستان را با جزئیات بیشتری بازگو کردند. از این رو تأکید دانشمندان آلمان بر تدریس زبان مادری در کنار زبان آلمانی در مدرسه به دلیل بیشتر کارآمد بودن کسانی است که زبان های بهتر و متعددتری می دانند. زبان کلید فرهنگهای مختلف است.

اینها از جمله دلایل ضرورت آموزش زبان مادری است که در سمینار مطرح گردید. همچنین بر این نکته تأکید شد که اهمیت دادن به زبان مادری نباید باعث نژادپرستی شود و یا اینکه کودک خود را بیگانه از کشور میزبان ببیند. اگرچه نقش معلم در جلب بچه ها برای یادگیری زبان فارسی بسیار حایز اهمیت است و گاهی کثرت دانش آموزان در اول سال و رفته رفته کم شدن تعداد آنها، لزوم این نکته را نشان می دهد، اما انگیزه، از خانه در بچه شکل می گیرد. وقتی والدین انگیزه را در بچه از بین می برند معلم کار زیادی در تشویق او نمی تواند بکند. و این پرسش مطرح شد که چگونه می توان به پدر و مادرها برای آموزش زبان مادری به فرزندانشان انگیزه داد؟! خصوصاً بچه هایی که از یک طرف ایرانی هستند؛ چراکه بسیاری از کودکانی که زبان فارسی را می آموزند، هر دو والدین شان ایرانی اند.

ایجاد محیط دوستانه، رفتار محبت آمیز با کودکان و بکارگیری شیوه آموزشی کشور میزبان که بچه ها به آن عادت دارند، از جمله راهکارهایی بود که برای ایجاد انگیزه در کودکان پیشنهاد شد و تأکید گردید که باید با رشد فکری بچه ها پیش رفت.

ادامه دارد

بر مخالفان این ایدئولوژی نیز خواهد گذاشت. در حالی که نظام آموزشی اروپا، با آنکه بدون عیب نیست، اما حاصل تجربیات بشر تا کنون و یک نظام آموزشی باز است که به دانش آموزان قدرت تفکر و انتخاب می دهد. از این رو، اولین نقص نظام آموزشی کنونی ایران این است که کتابهای درسی آن برای فرزندان ما در خارج از ایران مفید نیست.»

دکتر پیوندی در پایان سخنرانی خود افزود: «برنامه های درسی پنهانی نیز در ایران وجود دارد و آن آموزشی

۵۷ تا سال ۶۲، دو مسئله «جلوگیری از غربزدگی» و «خودکفایی»، در فضای جامعه مکرراً مطرح می شد و این سؤال را برمی انگیخت که اسلامی بودن آموزش جدید چگونه است؟! این یعنی روحانیون دیگر مخالف نظام جدید آموزشی نبودند اما به دنبال لعاب مذهبی برای آن می گشتند. اما کسی مشخصاً نمی دانست اسلامی کردن یعنی چه و چگونه می توان آن را عملی کرد. اولین قانون آموزشی بعد از انقلاب، در سال ۶۶ تصویب شد و از آن تقدم «تزکیه» بر «تعلیم» صحبت کرد. این قانون به شدت ایدئولوژیک و سیاسی است. تمام قوانینی که بعداً تصویب می شوند نیز بر همین ویژگی تأکید دارند. حتی بر انجمن اولیا و مربیان نیز تکلیف می کند؛ با اینکه شما به صرف پدر یا مادر بودن دانش آموز، عضو این انجمن و به پذیرش این قانون ناگزیر خواهید بود!

بعد از انقلاب ۵۷، ۸۵۰۰۰ معلم، یعنی حدود ۲۰٪

در سمینار سراسری آموزگاران زبان فارسی اروپا مطرح شد

## نظام آموزشی ایران یک سویه است

احسان صادقیان - قسمت اول

چند زبانه بودن باعث پیشرفت جهان امروز است و مهاجرانی که چند زبان می دانند برای کشورهای میزبان ارزش بسیاری دارند. استخدام کسی که دو یا سه زبان می داند، در واقع استخدام سه نفر است با دست مزد یک نفر! از این رو کشورهایی مانند سوئد، آموزش زبان مادری را در مدارس و در کنار آموزش سایر مواد درسی، برای کودکان مهاجر، اجباری کرده است.

معلمهای کشور یا اخراج شدند یا کار خود را رها کردند. در دانشگاه ها این رقم به ۲۴۰ استادان و یک چهارم دانشجویان بالغ گشت. در عوض تربیت معلمهای مکتبی که دانش آموزان مکتبی تعلیم دهند آغاز شد. مهمترین نهاد دولتی در نظام آموزشی، «امور تربیتی» بود که در حکم کمیسر در مدارس عمل می کرد و کوشش در تربیت بچه هایی داشت که باور به مسایل دینی داشته باشند. بعد از قانون سال ۶۶ مدارس اسلامی می شود ولی نمی تواند در دهه ها و دوره های مختلف، سیاست یکسانی را دنبال کند. برای مثال در دوره خاتمی امور تربیتی تعطیل شد اما در دوره احمدی نژاد دوباره احیا گشت. علاوه بر افزایش دروس دینی، قرآن و عربی، اسلامی کردن مواد درسی، همه چیز حتی درس فارسی را هم شامل می شود.

حتی سند راهبردی و برنامه درسی ملی، با وجود داشتن شرط لزوم «آزادانه» و «آگاهانه» بودن آموزش، اما با ماده ای که تأکید بر «حیات طیبه» دارد، آموزش را در چهارچوب ایدئولوژیک نظام آموزشی ایران تدوین می کند که آموزش یک سویه و دین محوری است. بنابراین، سند برنامه درسی ملی نیز، علیرغم تمام نکات مثبت اش، در تضاد با مواد خود است.

متأسفانه در مورد نظام آموزشی ایران با یک خلأ تحقیقاتی مواجه هستیم چون به راحتی اجازه تحقیق داده نمی شود. اما در بیشتر تحقیقات مستقل، تقریباً همه متفق هستند که تعلیم دینی در این نظام آموزشی بسیار زیاد است؛ نسبت به زن تبعیض های زیادی وجود دارد؛ و ترویج خرد ورزی، اندیشه و اختیار انتخاب در کتابهای درسی مدارس ایران بسیار کم است چون همه چیز تا حتی چگونگی خواستگاری کردن را در قالب یک بسته ارزشی به بچه ها آموزش می دهند. خوب یا بد بودن همه چیز کاملاً مشخص است و نیازی به تفکر ندارد. اسلام عین علم و علم عین اسلام است. تناقض کتابهای درسی در این است که علومی که بر اساس تجربه های علمی شکل می گیرند، در کنار مسائلی قرار دارند که حقیقت مطلق تلقی می شوند. واژه های بسیاری مانند «کافر» یا «منافق» به کودکان آموزش داده می شود که تعریف مشخصی ندارند، قابل اثباتی نیستند و به راحتی می تواند تعبیر به شخص شود! گفتنمان مبتنی بر تبعیض، در واقع یک فرهنگ مبتنی بر تبعیض را در ذهن کودکان و جامعه فردا نهادینه می کند. اگرچه یک نظام آموزشی همیشه نتیجه مشخصی نمی دهد اما این نظام آموزشی در طی ۱۲ سال مدرسه رفتن یک کودک، تأثیر روانشناختی خاصی حتی

دکتر سعید پیوندی، جامعه شناس، استاد دانشگاه نورن فرانسه و مؤلف پنج کتاب از جمله در مورد کتابهای درسی ایران، اولین سخنران سمینار امسال آموزگاران زبان فارسی بود و با تشریح وضعیت نظام آموزشی ایران مدعی شد این نظام تأثیرات مخربی بر دانش آموزان دارد. او سخنرانی خود را اینگونه آغاز کرد که: «پراکندگی ما ایرانیان خارج از ایران و نداشتن ارتباط با داخل کشور بزرگترین عامل مشکلات است. در حالی که اگر نظام آموزشی ای داشتیم که می توانستیم با آن راحت ارتباط برقرار کنیم، خیلی از مشکلاتمان حل بود. یکی از بحث ها در حیطه آموزش، رابطه نظام آموزشی با سیاست و چگونگی تربیت جامعه است. نظام آموزشی ابزاری است در دست حکومت؛ و مسئله اسلام و اسلامی بودن مدارس و دانشگاه ها در حال حاضر در ایران مسئله بسیار مهمی است.

نظام آموزشی ایران از قرن ۱۹ به وجود آمد؛ ابتدا با اولین دانشجویانی که به اروپا آمدند و با فرهنگ جدیدی آشنا شدند و بعد از طریق مبعوضیهایی که از اروپا به ایران رفتند و برای اقلیت های مذهبی مدرسه ساختند. مدرسه رازی یکی از همان مدارس میسیونری بوده است. نظام آموزشی جدید به راحتی وارد ایران نشد و با مقاومت شدید روحانیت و مردم در ایران مواجه بود. مدارس جدید اروپا از دل مدارس قدیم آن درآمدند و برای همین مخالفتی نیز با آنها نبود. اما در ایران مدارس سنتی هویت عمیق دینی داشتند و در خدمت دین بودند. در حالی که مدارس جدید هویتی سکولار داشت. اگر تاریخ این زمان را مورد مطالعه قرار دهید، درگیری های بسیاری به بهانه های واهی بر سر مدرسه های جدید بود؛ مثلاً با مدرسه رشدیه، به بهانه وجود میز و صندلی، مخالفت می کردند! رابطه جدید علم و دین و اخلاق، فضای قرن ۱۸ بود و در قرن ۱۹ به جنگ کشیده شد. اما در ایران عقب ماندگی عمومی نیز مزید بر علت بود و دولت خود مانع دیگری بر سر راه نظام آموزشی جدید به حساب می آمد. مثلاً ناصرالدین شاه نظام جدید آموزشی را موجب شورش مردم می دانست.

به دنبال انقلاب مشروطیت که می توان آن را لحظه گسست ایران جدید از ایران قدیم دانست، قانون تعلیمات اجباری در سال ۱۲۹۰ به تصویب رسید. طبق این قانون افراد غیر مسلمان حق تحصیل دین خود را نداشتند ولی مجبور به تحصیل علوم اسلامی نیز نبودند. و همچنین مجازاتهای بدنی ممنوع شد ولی هنوز تکلیف آن تا امروز روشن نشده است!

مدارس مدرن، یک مدرسه شهروندی و ورود به آن برای همه آزاد بود. از زمان رضاشاه ایران عملاً صاحب نظام آموزشی شد؛ نظامی که به خاطر برداشت از قوانین فرانسوی، بسیار تحت تأثیر فرانسه است. فقط اجبار بر جدا سازی دین در این نظام آموزشی، از فرانسه گرفته نشده است. در واقع آموزش دینی هیچ وقت از نظام آموزشی ایران حذف نشد.

در دهه چهل، کسانی مانند مطهری و شریعتی نظام آموزشی را نقد کردند و پیامد آن تأسیس مدارس مئل مدرسه کمال و علوی بود که چون یک آموزش دینی اضافی نیز داشتند، مدارس مذهبی جدید به شمار می رفتند.

پس از انقلاب ۵۷، اسلامی کردن مدارس یک امر بدهی و لازمه رفتن به طرف جامعه اسلامی به شمار می رفت و از اولین برنامه های دولت بعد از انقلاب بود. از سال





آثار حسن فرهنگی در زمینه ی روانشناسی:  
\* مبانی نظری کلمات روان درمانگر  
\* قصه گوینان روان درمانگر

آثار وی در زمینه ی ادبیات داستانی:  
- زن ها شبیه هم می خندند  
- لیلی بهانه ی ناگزیر  
- خاطرات عاشقانه ی یک گدا  
- نویسنده نمی میرد، ادا در می آورد  
- گریه ی ملوس لعنتی  
- از آسمون بارون می یاد لی لیا  
- بدون تهمینه نامردم  
.....



سلسله نشست های "ادبیات و روانشناسی"

## وطن کجاست؟

آدرس و زمان برگزاری مراسم:

**Whitefield School an Academy**  
Claremont Road/ London/ NW2 1TR  
Saturday 9 November at: 13 end by 15

نشست ششم: بیایید تعارض هایمان را بشناسیم!؟

**eaton**  
IMMIGRATION

Uk and International immigration and Visa Services



**Investor Visa , Entrepreneur Visa  
British Citizenship , Work Visa  
General Migration, Student Visa**

سرمايه گذاري تجاري و ويزاي كاري  
ويزاي دانشجويي  
ويزاي توريستي  
ويزاي شينگن

ويزاي ديدار خانواده و ازدواج  
كليۀ خدمات امور پناهندي

از جمله ويزاي ردی و در خواست فرجام

64Knightsbridge, London, SW1X 7JF  
174 Queens Town Road, London, SW8 3NR

**020 7720 5141 - 07720 810 632**

**www.eatonimmigration.com - info@eatonimmigration.com**



# مشاوره حقوقی و دارالترجمه رسمی آریا

با ۲۰ سال سابقه درخشان

مشکلات حقوقی و ترجمه مدارکتان را بما بسپارید  
مشاوره در امور حقوقی در دادگاههای انگلستان یا ایران،  
مکاتبات اداری، تکمیل فرمها، تقاضای بنفیت دولتی،  
ثبت شرکتها، خرید بزمینس 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 قضایی 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 مدارکتان میتوانید آنها را بما ایمیل کنید

Email: info@aria-uk.com

Ph: 0794 361-7780 or 020 7938-1088

## دنیای امروز ۳۰ میلیون برده دارد

خانگی فروخته شده باشند. گروهی دیگر از این بردگان را با دادن وعده شغل و تحصیلات از خانه و کاشانه خود دور می‌کنند و به اسارت می‌گیرند و در موقعیتی قرار می‌دهند که امکان گریز نداشته باشند. بردگی در این بررسی به معنای صاحب شدن یا کنترل اشخاص برای گرفتن آزادی آنها و بهره‌کشی تجاری یا جنسی از آنها از طریق خشونت، زور یا فریب دادن است. در این بررسی، نوکری و کلفتی کردن به زور، ازدواج اجباری و ربودن کودکان برای بهره‌کشی از آنها هم جزو موارد بردگی شمرده می‌شود. پس از هند، چین با ۲/۹ میلیون برده و پاکستان با ۲/۱ میلیون برده در رده‌های بعدی از لحاظ شمار بندگان هستند و به دنبال آنها کشورهای نیجریه، اتیوپی، روسیه، تایلند، کنگو، برمه و بنگلادش قرار

یک بررسی جهانی درباره وضعیت بردگی در جهان امروز نشان می‌دهد حدود ۳۰ میلیون نفر برده در جهان وجود دارد که به کار در روسپی‌خانه‌ها، انجام کارهای بدی و بیگاری برای پرداخت بدهی مجبور می‌شوند...

به گزارش رویترز، این بررسی با نام «شاخص جهانی بردگی ۲۰۱۳»، که در ۱۶۲ کشور جهان انجام شده است،



می‌گیرند. اگر کشورها از لحاظ شیوع بردگی نسبت به سرانه جمعیت رده بندی شوند، کشور موریتانی در آفریقا که ۴ درصد جمعیت ۳/۸ میلیون نفری آن برده هستند، در صدر قرار می‌گیرد. بردگی در موریتانی از نسلی به نسل دیگر به ارث می‌رسد و مالکان برده‌ها آنها را می‌خرند، می‌فروشند، اجاره یا هدیه می‌دهند. هائیتی در آمریکای مرکزی در رده دوم شیوع بردگی نسبت به سرانه جمعیت قرار دارد. در این کشور، رسمی وجود دارد که براساس آنها خانواده‌های فقیر، کودکانشان را برای خدمت نزد آشنایان ثروتمندشان می‌فرستند تا مورد سوءاستفاده قرار گیرند. پاکستان، هند، نپال، مولداوی، بنین، ساحل عاج و گابن در رده‌های بعدی هستند.

نشان می‌دهد که در همه این کشورها اشکالی از بردگی وجود دارد.

بیش از نیمی از بندگان جهان در هند زندگی می‌کنند و بردگی در این کشور به صورت‌های گوناگون از بیگاری در معادن سنگ و کوره‌های آجرپزی گرفته تا بهره‌کشی جنسی مشاهده می‌شود. براساس این گزارش، برخی افراد، به‌خصوص در بخش‌هایی از غرب آفریقا و جنوب آسیا، در بردگی به دنیا می‌آیند و برده‌های وراثتی هستند. دیگر بندگان ممکن است ربوده یا اسیر شده و برای اشکال گوناگون بهره‌کشی از بهره‌کشی جنسی به صورت ازدواج‌های اجباری تا بیگاری به‌عنوان کلفت‌های

## عکس هفته



عکس ارسالی خوانندگان از جشن شب هالووین ایرانیان در شمال لندن

REGISTER NO: 07808845



# سرافنی مار سلا

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 9525

MOB: +44(0)79 8867 4331

+44(0)78 8736 7707

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





Like us on Facebook.com/persianweeklypaper  
Follow us on Twitter@persianweekly

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

## رکوردشکنی «پیرهاشمی» با طعم سیاست

پرویز براتی

از ۳۲ اثر ایرانی، ۲۸ کار در «کریستیز» فروش رفت

نقاط دنیا.

فروش ۹۵ درصدی آثار ایرانی در پانزدهمین حراج کریستیز، در کنار آرایه دو اثر از پیرهاشمی و مشیری، اثری از عمر النجیدی هنرمند مطرح مصری (از مجموعه‌ای فرانسوی) ۱۳۷ هزار دلار فروخته شد؛ در حالی که «حسین زنده‌رودی» و «مروان» از سوریه با فروش ۱۰۶ هزار دلار به طور مشترک در جایگاه چهارم قرار گرفتند.

با پایان یافتن شب دوم حراج پانزدهم کریستیز، این دوره از حراج به نام وکام هنر ایران رقم خورد. رکوردهای اول، دوم، چهارم و پنجم در حالی از آن هنرمندان کشورمان شد که آثار جمعی از بزرگان هنر عرب نظیر محمود سعید و فاتح مدرس با مبالغی پایین‌تر چکش خورد.

تابلویی سیاسی در حراجی هنری شب تابلویی از فرهاد مشیری (از مجموعه خطها) ۱۷۳ هزار دلار



مجسمه «هیچ روی صندلی» پرویز تناولی هم با ۱۰۲ هزار دلار جایگاه پنجم فروش کریستیز را از آن ایران کرد. در این شب از ۳۲ اثر ایرانی که روی میز حراج رفت ۲۸ اثر به فروش رسید که آماری تحسین‌برانگیز ارزیابی می‌شود. خاصه آنکه به جهت اقت قدرت پول ملی، عدم وجود بنگاه‌های مالی بزرگ و رویه هماهنگ‌شده شیوخ عرب در عدم‌خرید از هنرمندان ایرانی، اهمیت آن، دو چندان می‌شود. در ادامه این شب آثاری دیگر از زنده‌رودی ۶۵ هزار دلار، فرامرز پیلارام ۵۶ هزار دلار، پروانه اعتمادی ۵۰ هزار دلار، نیکی نجومی ۵۰ هزار دلار، مسعود عربشاهی ۴۴ هزار دلار، آیدین آغداشلو ۳۷ هزار و ۵۰۰ دلار، عباس کیارستمی ۳۷ هزار دلار، مجسمه کوچک شاعر و سرو تناولی ۳۵ هزار دلار چکش خوردند. سوره مبارکه «حمد» در قاب نستعلیق ایرانی از علی شیرازی که سرخ‌فام و مورب در بوم مربع نزول کرده است، ۳۲ هزار و ۵۰۰ دلار به فروش رسید. اثر شیرازه هوشیاری ۳۱ هزار دلار، فرهاد احرارنیا ۳۰ هزار دلار، مجسمه بیتا فیاضی ۲۲ هزار دلار، رامین شیردل ۲۱ هزار دلار، آویش خبری‌زاده ۲۰ هزار دلار، مهدی فرهادیان و رویا اخوان هر یک ۱۹ هزار دلار، آلا ابتکار ۱۷ هزار دلار، عکسی از زنده‌یاد بهمن جلالی و نقاشی پوران جین‌چی هر یک ۱۵ هزار دلار، شیرین علی‌آبادی ۱۲ هزار دلار، سمیرا علیخانزاده ۱۰ هزار دلار، حسام رحمانیان ۹ هزار دلار و دو عکس شادی قدیریان هر یک هفت هزار و ۵۰۰ دلار چکش خوردند. حراج روزهای هفتم و هشتم آبان ۹۲ یک‌بار دیگر گویای جایگاه روبه‌رشد هنر ایران در عرصه بین‌المللی بود؛ هرچند همچنان، نیاز مبرم به انرژی تازه و حضور زیرساختی دولت و سرمایه‌گذاری بانکها و بنگاه‌های مالی احساس می‌شود.

چکش خورد که البته با توجه به عدم استقبال خریداران به آثار این هنرمند در شب اول، چندان مورد توجه حاضران قرار نگرفت. اما بازگشت «افشین پیرهاشمی» به کریستیز پس از چند دوره غیبت از اتفاقات مهم این حراج بود. این هنرمند که در دوره‌های گذشته صاحب دو رکورد نیم‌میلیون‌دلاری در حراج کریستیز شده است، مدتی غایب بزرگ کریستیز لقب گرفته بود. همین رکوردها باعث شده تا همچنان «رکورد بالاترین فروش هنرمند زیر ۴۰ سال خاورمیانه و شمال آفریقا» را در اختیار داشته باشد. او بعد از چند دوره غیبت با تابلویی دو در چهارمتر تحت‌عنوان «بازگشت» دوباره نگاه‌ها را معطوف خود ساخت؛ تابلویی که صرف‌نظر از فروش ۱۶۱ هزار دلاری، همراهی‌اش با «پیامی سیاسی» برای مخاطبان و دوستداران هنر جالب توجه است. این تابلو که ماحصل نگاه تازه هنرمند به رخدادهای سیاسی خاورمیانه است به‌عنوان اثر شاخص حراج از سوی کارشناسان، گالری‌داران و صاحبان مجموعه‌های هنری توصیف شد. تابلو «بازگشت» بزرگ‌ترین اثری است که پیرهاشمی ۳۹ ساله تا به امروز اجرا کرده است. او مفهوم گذر زمان و تغییر را در این تابلو با روش خاص خود به تصویر کشیده. مفهوم مبارزه برای آزادی با قراردادن نمادین مجسمه آزادی در پس‌زمینه انبوه زنان حاضر در تابلو، دریچه‌ای را به روی مخاطب می‌گشاید تا از طریق آن، به دریافتی سمبولیک از آب و هوای سیاسی امروز جهان برسد. این رویکرد با کاربرت دو رنگ سیاه و سفید در واقع بازی تقابل‌های سیاسی را در منطقه خاورمیانه نشان می‌دهد. مصادیق آن البته گوناگون است؛ از رویارویی کشورهای عربی با یکدیگر خصوصاً در جریان انقلاب‌های کشورهای عربی تا اتفاقات سیاسی دیگر

زیر نظر بانک مرکزی

صرافی شرافعی

WESTERN UNION  
MONEY TRANSFER

FSA: 585070

Under License Number  
12502332

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

Tell: 02082028466  
Fax: 02082026155

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

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



**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](http://www.MySignBook.co.uk)

# رستوران آریانا

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

پذیرایی هفت روز هفته

۱۵٪ تخفیف ویژه برای مشتریان جدید

Tel : 020 7266 9200 - 020 72662655- 07863221709

108 Bourne Terrace, Paddington London W2 5TH

[www.arianarestaurant.net](http://www.arianarestaurant.net)



*Fine Dining*

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







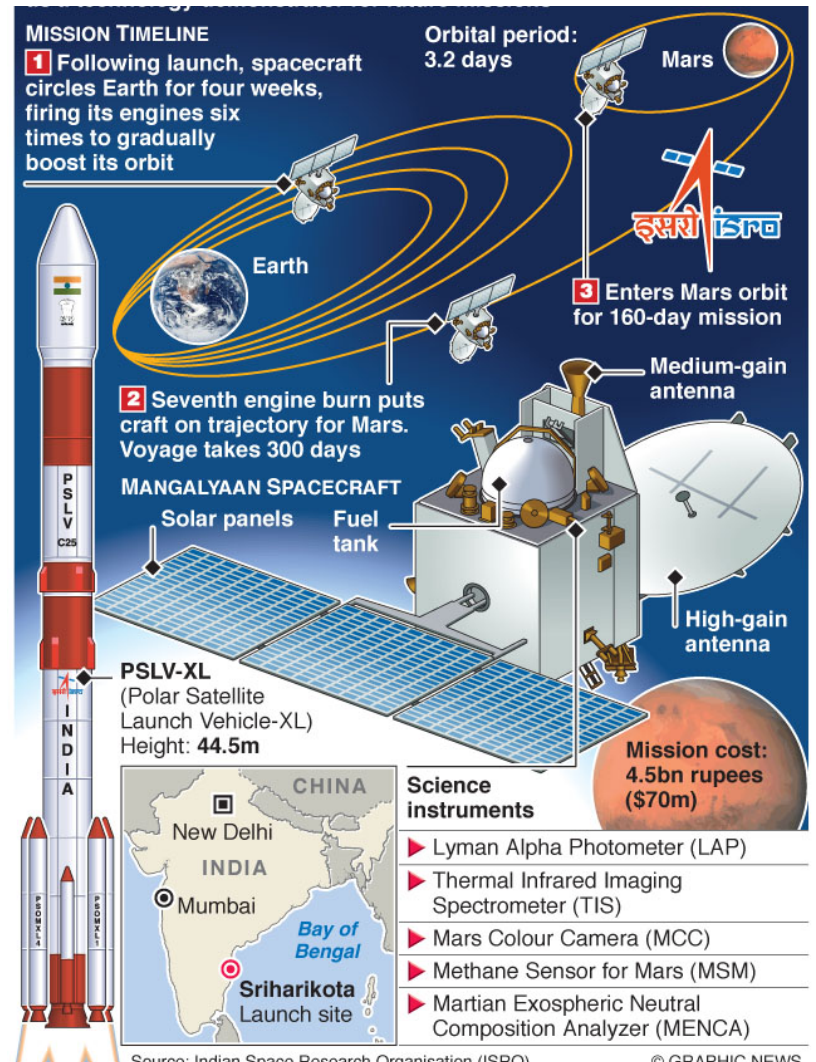
Like us on Facebook.com/persianweeklypaper  
Follow us on Twitter@persianweekly

# تکنولوژی و فناوری

## هند هم مریخی شد

را به خارج از مدار زمین پرتاب کند، اما این تلاش ها به جایی نرسید. هند در سال ۲۰۰۹ کاوشگری را به سوی کره ماه پرتاب کرد، اما ارتباط آن به زودی با زمین قطع شد و در سال بعد، کاوشگر دیگر هندی پس از پرتاب، منفجر شد. هزینه ساخت و پرتاب مریخ گرد هندی حدود ۷۲ میلیون دلار برآورد شده است در حالیکه هزینه

سازمان تحقیقات فضایی هند سه شنبه ۱۴ آبان اعلام کرد که کاوشگر ساخت خود را برای انجام ماموریت تحقیقاتی به سوی سیاره مریخ پرتاب کرده است. این سفینه مسافتی حدود هفتصد میلیون کیلومتر را ظرف سیصد روز آینده طی خواهد کرد و سپس در مدار کره مریخ قرار خواهد گرفت.



## هفت حقیقت بسیار شگفت انگیز درباره بشر

وجود ۷۵ تریلیون سلول در بدن در کنار ۱۶۰ هزار کیلومتر عروق خونی، تنها بخشی از پیچیدگی های خارق العاده بدن انسان محسوب می شوند. بدن انسان از ویژگی های شگفت انگیزی برخوردار است و با توسعه دانش و فناوری های جدید، دانشمندان هر روز به ابعاد تازه ای از اسرار قسمت های مختلف بدن دست پیدا می کنند.

مغز انسان

مغز انسان روزانه ۲۰۰ کیلوکالری استفاده می کند که نیرویی معادل یک لامپ ۱۰ وات است؛ در حالت خواب میزان استفاده از انرژی نیز به پایین ترین حد خود می رسد.

جایگزین شدن سلول های بدن

تقریباً هر هفت سال یکبار، بدن اقدام به جایگزین کردن سلول های قدیمی می کند؛ در زمان محدود خواندن این مطلب ۲۵ میلیون سلول در بدن می میرند، اما مشکل خاصی برای بدن ایجاد نمی شود. سلول های سازنده بدن انسان بطور مرتب در حال از بین رفتن و جایگزین شدن هستند و در طول روز ۲۰۰ میلیارد سلول جدید برای جایگزین شدن با سلول های مرده تولید می شوند. هر هفت سال یکبار تقریباً تمامی سلول های بدن بطور کامل جایگزین می شوند؛ این جایگزینی برای اکثر سلول های بدن رخ می دهد، اما سلول های حیاتی در بدن مانند سلول های مغز، قلب یا استخوان قابل بازسازی مجدد نیستند.

تعداد سلول های بدن بیش از تعداد ستارگان

حدود ۴۰۰ میلیارد ستاره در کهکشان راه شیری وجود دارد، اما سلول های بدن انسان چندین برابر ستارگان است. بدن انسان حاوی بیش از ۷۵ تریلیون سلول است و هر سلول دارای هزاران نوع مختلف مولکول های چند وجهی برای تعامل با یکدیگر هستند.

هزاران کیلومتر عروق خونی در بدن در بدن یک انسان بالغ بیش از ۱۶۰ هزار کیلومتر عروق خونی وجود دارد که این میزان رگ چهار بار دور زمین کشیده می شود.



سرعت بالای انتقال پیام های عصبی

سرعت انتقال پیام های عصبی در بدن متفاوت است، اما سریع ترین سرعت بالغ بر ۴۰۲ کیلومتر در ساعت تخمین زده می شود که معادل خودروهای مسابقه است. این سرعت بالا تنها در سلول های عصبی دیده می شود که به ارسال فوری اطلاعات نیاز دارند؛ با این حال بدن برای این سرعت بالا به انرژی بسیار کمی نیاز دارد.

کنترل سلول های بدن توسط ذهن

ذهن از یک مکانیسم فوق العاده برخوردار بوده و کنترل عملکرد تمام سلول های بدن را برعهده دارد. بر این اساس، افکار و ایده های مثبت به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک کرده و افکار منفی باعث تضعیف بدن می شود.

عناصر گرد و غبار ستارگان در بدن انسان

اکسیژن، نیتروژن و اتم های کربن در بدن انسان، در کنار سایر عناصر سنگین پیش از این در چهار میلیارد سال قبل در ستارگان ایجاد شده اند.

## 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.samyaniexchange.com

برای سفارش آگهی با شماره تلفن ۰۷۸۱۰۰۴۵۵ تماس حاصل فرمائید

## موفقیت در استمرا است

برای رفع نیاز مندیهای شما

ساخت و پرتاب کاوشگری که قرار است ناسا سازمان فضایی آمریکا اواخر ماه جاری به سوی مریخ پرتاب کند بیش از ۴۵۰ میلیون دلار بوده است.

بسیاری از مردم هند احتمالاً از موفقیت طرح مریخ گرد احساس غرور می کنند، اما کسان دیگری در این کشور اجرای چنین برنامه هایی را برای کشوری فقیر مناسب نمی دانند.

به گفته آنان، در حالی که بسیاری از مردم هند در شرایط دشوار اقتصادی به سر می برند، هزینه ای که صرف اجرای این طرح شده می توانست به بهبود شرایط آنان کمک کند.

سازمان تحقیقات فضایی هند در پاسخ به این انتقادات گفته است که اجرای طرح هایی مانند ساخت و پرتاب این سفینه، علاوه بر کمک به راهیابی هند به بازار جهانی فن آوری فضایی پیشرفته، هزاران شغل ایجاد می کند.

مرکز تحقیقات فضایی هند در بنگالور حدود شانزده هزار کارمند دارد و تحقیقات خود را در مشارکت با وزارت دفاع هند، مسئول اجرای طرح ساخت موشک های نظامی، به اجرا در می آورد.

در مورد اهمیت علمی طرح پرتاب سفینه هندی، نظرات متفاوتی ابراز شده است. مریخ نورد آمریکایی که در اوت سال گذشته میلادی بر سطح این سیاره نشست اثری از گاز متان نیافت و برخی پژوهشگران گفته اند که این سفینه هندی دستاورد متفاوتی نخواهد داشت.

در مقابل، مدافعان این طرح گفته اند که مریخ نورد آمریکایی تنها منطقه محدودی را بررسی کرد و امکان دارد که سفینه هندی بتواند نشانه های حیات را در نقاط دیگری بیابد.

به گفته رئیس سازمان تحقیقات فضایی هند، این کاوشگر در ماه سپتامبر آینده به نزدیکی مریخ می رسد و در آن زمان، مهم ترین مرحله، قرار دادن موفقیت آمیز آن در مدار این سیاره خواهد بود.

سال مریخی از سال زمینی طولانی تر است و مکان این سیاره در فاصله زمانی رسیدن کاوشگر به آن، تغییر می کند و تعیین محل دقیق آن مستلزم محاسبات پیچیده است.

کاوشگر هندی در حال حاضر در مدار زمین قرار گرفته و رئیس سازمان تحقیقات فضایی هند گفته است که در پایان ماه جاری، این کاوشگر به شتاب مناسب برای ترک مدار زمین خواهد رسید و سفر طولانی خود به سوی مریخ را آغاز خواهد کرد.

قرار دادن کاوشگر در مدار زمین به عنوان مرحله مقدماتی برای حرکت به سوی مریخ، باعث کاهش سوخت مورد نیاز این سفینه و در نتیجه، صرفه جویی مالی در اجرای این برنامه شده است.

پانزده ماه پیش و اندکی پس از ناکامی چین در پرتاب کاوشگر به خارج از مدار زمین، نخست وزیر هند انجام طرح پرتاب کاوشگر به سوی مریخ را اعلام کرد. به همین دلیل برخی ناظران از تلاش هند برای پیشی گرفتن از چین سخن گفتند، به خصوص که چین از لحاظ اقتصادی و فن آوری نظامی از هند پیشرفته تر است.

ماموریت کاوشگر هندی، که کمابیش به اندازه یک اتومبیل کوچک است، تحقیق در مورد آثار گاز متان در جو مریخ است که وجود آن می تواند نشانه وجود نوعی حیات ابتدایی در این سیاره باشد.

هند پیش از این هم کوشیده بود تا کاوشگر هایی



# مشاغل

اگر می‌خواهید یک رهبر اندیشه باشید، برای افزایش درآمد خود باید چه کاری انجام دهید؟ اول، بدانید که تولید مشتری‌های بالقوه یک سرمایه‌گذاری است؛ بنابراین مثل هر سرمایه‌گذاری دیگری باید سنجیده شود. به جای اینکه بروشور تهیه کنید، نوشتن مقاله‌هایی را که راهکار ارائه می‌دهند، آغاز کنید. این نوع مقاله‌ها باید در سخنرانی‌ها و سمینارها مطرح شوند. در نهایت، این

۱۰۰ هزار دلار به درآمد سالانه خود اضافه کند.

۲) یک مشاور در حوزه ساخت مسکن، در ۴۵ روز توانست یک وبسایت و کمپین رهبر اندیشه راه‌اندازی کند که با کمک آن اندازه کسب‌وکارش را ظرف یک سال دو برابر کرد.

اگر تلاش می‌کنید مسیر کسب‌وکارتان را با پیدا کردن مشتریان بالقوه مناسب طی و تکمیل کنید، بدانید که در این راه تنها نیستید. به گفته پیتر دراکر، از استادان مدیریت، «برای هدف کسب‌وکار تنها یک تعریف معتبر وجود دارد: ایجاد مشتری.» یک کسب‌وکار برای رسیدن به این هدف باید به سه سوال کلاسیک پاسخ دهد: کسب‌وکار ما چه فعالیتی دارد؟ مشتری ما چه کسی است؟ چه چیزی از نظر مشتری ما با ارزش است؟ همه کسب‌وکارها با این موضوع سر و کار دارند؛ به خصوص متخصصان مستقل بازاریابی، مشاوران و صاحبان کسب‌وکارهای کوچک. بهترین رویکرد برای جذب مشتریان جدید این است که تخصصتان را در موقعیت مناسب به کار ببرید؛ یعنی یک رهبر اندیشه باشید که با ارائه اطلاعات با ارزش از طریق نوشتن و صحبت کردن، تخصص خود را به نمایش می‌گذارد.

بزرگ‌ترین رمز موفقیت بازاریابی برای متخصصان، مشاوران و کسب‌وکارهای خدماتی کوچک این است که چگونه بتوانند به طور دائم و پایدار مشتریان پرسودی جذب کنند. باید بدانیم که مشتری می‌خواهد اختیار داشته باشد.

کلید کار این است که یک رهبر اندیشه باشید که همیشه و قبل از هر چیز در جست‌وجوی مشتری است، نه اینکه بازاریابی باشید که دائما حرف می‌زند و می‌فروشد تا مشتری بیشتری پیدا کند.

بسیاری از متخصصان و مشاوران فکر می‌کنند توسعه کسب‌وکار بسیار وقت‌گیر، پرهزینه یا بی‌بهره است. آنها حتی اگر یک برنامه توسعه کسب‌وکار را امتحان کنند، از اینکه نتیجه نمی‌گیرند، ناامید خواهند شد و حتی این نگرانی را دارند که آیا توسعه کسب‌وکار برای آنها موثر خواهد بود یا نه.



## کلید کار موفقیت در بازاریابی

نویسنده: هنری دوریس / مترجم: مریم رضایی

در این راه، علم و دانش بسیار حمایت‌گر است. ده سال تحقیقاتی که با هزاران متخصص و مشاور مستقل و نیز صاحبان کسب‌وکارهای کوچک انجام دادم، به وضوح نشان می‌دهد که آنها می‌توانند مسیر کسب‌وکارشان را تنها ظرف ۳۰ روز با مشتریان بالقوه مناسب طی کنند و آنها را در مورد نحوه غلبه بر مشکلاتشان راهنمایی کنند. حال سوال این است که آیا مدل رهبر اندیشه کاربرد واقعی دارد یا فقط مختص استادان حوزه کسب‌وکار است؟ در اینجا چند مثال ملموس را عنوان می‌کنیم:

این تردید و نگرانی تعجبی ندارد. به گفته دیوید میستر، از رهبران اندیشه مدرسه کسب‌وکار هاروارد، فروش و بازاریابی معمولی که عادت خرده‌فروشان و تولیدکنندگان است، علاوه بر اینکه پول و زمان متخصصان و مشاوران را هدر می‌دهد، باعث می‌شود جذابیت آنها برای مشتریان آینده کمتر شود.

به هر حال، تحقیقات ثابت کرده که راه بهتری هم وجود دارد. فرآیند اثبات شده‌ای برای توسعه یکپارچه کسب‌وکار وجود دارد که ۴۰۰ تا ۲۰۰۰ درصد بازگشت سرمایه به همراه دارد. این روش که «مدل رهبر اندیشه» نامیده می‌شود، از سوی بیشتر شرکت‌های موفق مشاوره‌ای و خدمات تخصصی مورد استفاده قرار می‌گیرد و باعث می‌شود این شرکت‌ها مشتریان پرسودی جذب کنند.

۱) یک مشاور از طریق ایجاد یک وبسایت اطلاعاتی و ارسال خبرنامه‌های الکترونیکی و نیز فروش محصولات اطلاعاتی در سخنرانی‌های رسمی، طی دو سال توانست

مقاله‌ها را در یک کتاب جمع‌آوری کنید و آن را به صورت مستقل به چاپ برسانید (این کار در کمتر از ۹۰ روز و با کمترین هزینه امکان‌پذیر است). در اینجا لیستی از سه کتاب پرفروش در حوزه کسب‌وکار را ارائه می‌کنیم که توسط مشاورین به صورت مستقل به چاپ رسیده‌اند:

۳) یک مشاور بازاریابی اینترنتی، فقط با استفاده از استراتژی سخنرانی رسمی، توانست درآمدش را دو برابر کرده و ظرف مدت یک سال ۱۰۰ هزار دلار به درآمد خود اضافه کند.

۴) یک شرکت خدمات بازاریابی، با تغییر مدل کسب‌وکار خود به «مدل رهبر اندیشه» توانست از کمپین جدید توسعه کسب‌وکار خود که کار آن ارائه مشاوره به سمینارها بود، ۲۰۰۰ درصد بازگشت سرمایه داشته باشد.

۵) وقتی یک مشاور حوزه IT پاسخگویی تلفنی را رها کرد و به مدل رهبر اندیشه روی آورد، کیفیت مدیریت او به میزان قابل‌توجهی افزایش یافت و میزان انعقاد قراردادهای کاری او به سرعت با افزایش ۲۵ درصدی مواجه شد.

۶) گروهی از وکلای فعال در زمینه قوانین کار، از طریق سخنرانی‌های عمومی یا انتشار مطلب توانستند طی چند سال از عملکرد منطقه‌ای به یک شرکت ملی تبدیل شوند.

۷) یک شرکت حسابداری در سطح منطقه‌ای اعلام کرد که در مدت ۶ ماه که از این مدل استفاده کرده، در مقایسه با سه سال قبلی فعالیت خود، توانسته کسب‌وکار خود را بیشتر توسعه دهد.

۸) یک آژانس تبلیغاتی از این استراتژی برای دو برابر کردن درآمد خود از ۴/۵ به ۹/۶ میلیون دلار در مدت پنج سال استفاده کرده است.

۱) «مدیر یک دقیقه‌ای» نوشته کنث بلانچارد و اسپنسر جانسون که ۱۲ میلیون نسخه آن به فروش رسید.

۲) «در جست‌وجوی خوبی» نوشته تام پیترز که در اولین سال چاپ بیش از ۲۵ هزار نسخه و پس از ارائه به دانشگاه مدیریت وارنر، ۱۰ میلیون نسخه دیگر آن به فروش رسید.

۳) «رازهای رهبری آتیلا پادشاه هون» نوشته ویس رابرتز که قبل از ارائه به دانشگاه وارنر نیم میلیون نسخه آن به فروش رسید. در نهایت باید گفت به طور کلی، دیگر پول‌های خود را در روش‌های بی‌فایده بازاریابی مثل بروشور، تبلیغات و اسپانسر شدن هدر ندهید. بهترین سرمایه‌گذاری که می‌توانید در توسعه کسب‌وکارتان انجام دهید این است که وبسایت‌های اطلاعاتی راه‌اندازی کنید، سمینارهای متقاعدکننده برگزار کنید، کتاب‌های صوتی منتشر کنید، در روزنامه‌ها و مجلات مقاله بنویسید و در نهایت نویسنده یک کتاب جامع باشید.

منبع: Forbes

# خدمات ارزی داریک

با مدیریت علی امیرحسینی

## دارای مجوز رسمی و تحت نظارت دولت انگلستان

FCA Reg No. 600295      MLR Reg No. 12716073

## موسسه حسابداری فاطمی

کلیه امور حسابداری و مالیاتی، VAT, PAYE،  
ثبت حقوقی شرکت‌ها،  
تهیه گزارش‌های مالی، TAX RETURN،  
تهیه برنامه‌های تجاری Business Plan  
اخذ انواع وام‌های مسکونی، تجاری و تسهیلات بازرگانی

تلفن: 020 8962 3400  
فکس: 020 8962 3440  
موبایل: 079 5622 3876

web: www.capitalaccountants.co.uk  
e-mail: info@capitalaccountants.co.uk

7 Westmoreland House, Scrubs Lane London, NW10 6RE

## آخرین نرخ ارز

ملا و سکه در بازار تهران و لندن را در سایت ما جستجو کنید.

www.dariclt.com

خرید و فروش سکه و انواع عتیقه جات، ارائه گواهی کارشناسی جهت بیمه

Tel: 020 8343 2121 - 020 8349 8080  
Mob: 0744 6969 128 Fax: 020 8349 8700

Central House, 1 Ballards Lane,  
(Opposite Finchley Central station), London, N3 1LQ





Like us on Facebook.com/persianweeklypaper  
Follow us on Twitter@persianweekly

جداگانه به‌طور انحصاری برای محصولات جدید اختصاص داده شده‌اند که در اولویت‌های بازدید از این مکان‌ها قرار می‌گیرند. همیشه شورو شوق و انرژی حاکم بر فضا در این مکان‌ها ملموس است. روابط جدید و ملاقات با افراد علاقه‌مند و متخصص و لذت بردن از رخدادها و هیجان و طرح‌هایی که در شما بیدار می‌شوند، همه بخش‌هایی از این همایش‌ها هستند. عموماً یکی از سخنران‌ها بر بازگو کردن و برطرف سازی مشکلات و پاسخ‌دهی به سوالات تمرکز می‌کند.

۴) در خرده‌فروشی‌های محلی در ساعات خلوت‌تر با مدیران و مسوولان و کارکنان فروشگاه در مورد مشکلاتی که خریداران با آن مواجه هستند صحبت کنید و به بررسی جوانب کار بپردازید. مثلاً اینکه مشتریان هنگام ورود به فروشگاه درگیر چه مسائلی هستند؟ آیا از همه امکانات ارائه شده راضی‌اند؟ آیا به درستی از مواردی که به فروش می‌رسد اطلاعات جامع و کافی دارند؟ با مطرح کردن پرسش‌های متفاوت، به سادگی می‌توان اطلاعات زیادی به دست آورد. با شکل دادن روابط، از این اطلاعات بهره‌برداری کنید و طوفان ذهنی خود را ارتقا دهید.

۵) هنگام تحقیقات اینترنتی مقالات و گزارش‌های آنلاین زیادی منتشر می‌شوند که دربرگیرنده جزئیات زیادی هستند. برای مثال، اگر من در حوزه صنعت بسته‌بندی کار و نوآوری می‌کنم، می‌توانم خیلی ساده از طریق جست‌وجوی اینترنتی در مورد سلیقه‌های بسته‌بندی روز، اطلاعاتم را به‌روزرسانی کنم. شناسایی فرصت‌های ایده‌آل و مناسب اولین قدم اساسی برای نوآوری است. شما باید ابتکار خود را در عمل امتحان کنید تا با الهام گرفتن از گرایش‌های مشابه در صنعت خود، راه‌حل‌های مناسبی برای مواجه شدن با مشکلات موجود بیابید. با دقت‌تر شدن در تمامی این موارد، می‌توان سر نخی مشابه در تمام آنها یافت: مطرح کردن ایده‌های جدید نیازمند به روز رسانی اطلاعات و بررسی و تحقیق در زمینه‌های صنعت مورد علاقه تان است. اما به یاد داشته باشید که به خود مغرور نشوید و همچنان خلاق و نوآور باقی بمانید.



سایت‌های شناخته شده و معتبر همانند آمازون بپردازید. نظرات و انتقادات مشتریان را درباره محصول مورد نظر در بازار کار و صنعت مربوطه بررسی کنید. بدانید که آنها خواستار تغییرات در چه زمینه‌هایی هستند. شاید شما قادر باشید راهکاری بهتر یا ایده کاربردی تری در زمینه خاصی ارائه دهید.

۳) در نمایشگاه‌های تجاری این نمایشگاه‌ها مکان‌های ایده آلی برای پیدا کردن فرصت‌های ناب در جهت نوآوری و ابتکارات جدید و به روز هستند. همیشه در این نمایشگاه‌ها قسمت‌هایی

اما می‌توانید با بررسی برنامه‌های کاربردی انحصاری رقبا خود، پاسخی برای تمامی این سوالات بیابید. عموماً در آمریکا برنامه‌های کاربردی که امتیاز آنها به ثبت می‌رسد، ۱۸ ماه بعد به طور عمومی منتشر می‌شوند. نباید هم وقت زیادی را صرف پیگیری در دفتر ثبت اختراع یا جست‌وجو در گوگل کرد. بررسی اختراعات و طرح‌های دیگر، راهکاری مفید و بسیار کاربردی برای برانگیختن خلاقیت و نوآوری است.

۲) در بازبینی محصولات به بررسی نظرات و پیشنهادهای مرتبط به محصولات در

یکی از بهترین راه‌های تولید خلاقانه و ایده‌های ابتکاری برای ایجاد محصول جدید، مطالعه هدفمند بازار است. با مطرح کردن پرسش‌های درست و نگاهی با دقت و تمرکز می‌توان فرصت‌های ایده آلی برای ابتکار در همه جا و تحت هر شرایطی یافت.

## چگونه و در کجا ایده‌های بزرگ پنهان خود را بیابید

نویسنده: استفان کی

مترجم: دلارام حسینیون منبع: Entrepreneur

اصلی‌ترین نیاز و تمرکز شما هنگام مطالعه بازار در نظر گرفتن نکته حیاتی و اساسی آینده محصول مورد نظرتان است. آیا مردم در حال حاضر نیازمند و طالب این محصول هستند یا تمایلی به پرداخت سرمایه خود برای این محصول دارند؟

زمانی که مجذوب ایده ابتکاری جدیدی شده‌اید، باید بر این جنبه که آیا به راستی نیاز به آن در بازار وجود دارد یا خیر تمرکز کنید. به یاد داشته باشید برای به ثبت رساندن و پیاده‌سازی یک طرح ایده‌آل نیازی نیست تا یک چرخ را دوباره و به طریقه‌ای خارق العاده و اعجاب انگیز طراحی کنید. در اینجا ۵ حوزه‌ای را که در آنها می‌توانید فرصت‌های طلایی خود را بیابید، معرفی می‌کنیم:

۱) هنگام رقابت

توجه به اینکه رهبران صنعتی که در آن فعالیت می‌کنید، برای آینده چه برنامه‌هایی در ذهن دارند؟ صنعت در راستای چه مسیری درحال حرکت است؟ سوال‌های بسیار زیادی می‌تواند در این زمینه مطرح شوند. باید ببینید شکایت‌ها از کجا نشأت می‌گیرند، چه مواردی نیازمند تغییر و چه گروهی خواستار این تغییرات هستند.

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

\* Recovery در زمان تصادف

\* اتومبیل نو در روز تصادف

\* تعویض موتور یا اتومبیل مینی کب شما در روز تصادف

\* گرفتن خسارت جانبی هر گونه 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

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





## بهداشت و سلامت

## Donya Beauty



اپیلاسون Wax

پاکسازی صورت Facial

اصلاح صورت، ابرو Treading

مانیکور - پدیکور Manicure- Pedicure

Maida Vale, London

Tel: 020 7724 3344

074 4634 0711

Email: donya.beautycare@gmail.com

مخفی بوده و بالا برنده فشار خون هستند. این را هم بدانید مصرف غذاهای شور می تواند باعث پوکی استخوان شود چراکه سدیم موجود در نمک باعث دفع کلسیم از استخوان می شود.

اگر قند خونتان بالاست

خیلی سخت است در میان میوه ها که بیشتر شیرین و پرکالری هستند میوه ای را پیدا کنیم که شیرین نباشد و برای سالمند

## این اشتهای کور

الهی پیر شوی! این عبارتی است در حق جوانی کند به او می گنند تنها جنبه افزایش عمر را دارد مراحل سالمندی است.



مبتلا به قند خون بالا زیان نداشته باشد، اما در میان انواع میوه ها گلابی، کیوی، ملس، سیب، پرتقال و گریپ فروت قرمز مفید است. همچنین خوردن سیب و خیار با پوست و حتی استفاده از خلال پوست پرتقال به علت داشتن مواد فیبری در کنترل قند خون مفید است. در واقع هر چه فیبر میوه یا سبوس ماده غذایی بیشتر باشد ماندگاری آن در روده و گلوکز آزاد شده از آن

الهی پیر شوی! این عبارتی است که وقتی کسی بخواهد دعایی در حق جوانی کند به او می گوید، اما باید پرسید این پیر شدن تنها جنبه افزایش عمر را دارد یا گذران بی مشکل زندگی تا مراحل سالمندی است.

سالمندی، پدیده ای طبیعی است و به دوران پس از شصت سالگی اطلاق می شود. روند تغییرات آن در همه افراد تقریباً یکسان، اما سرعت انجام آن متفاوت است. مثلاً کسانی را دیده اید که هنوز به شصت سالگی نرسیده، اما کم توان، بی حوصله و غالباً بیمار بوده و بدنی رنجور و نحیف دارند؛ ولی در مقابل با افرادی مواجه شده اید که هفتاد سالگی را پشت سر گذاشته، اما همچنان قهقرا و از نظر جسمی، جنسی، روحی و اجتماعی در سطح قابل قبولی هستند. اینها سالمندانی موفق هستند که ورزش و رعایت الگوی صحیح تغذیه ای را از زمان میانسالی و حتی جوانی شروع کرده و حالا که نیاز به نشاط و قوای جسمانی دارند، چارچوب بدنشان سالم است.

اما با این تفاسیر به گفته متخصصان افراد از سی سالگی به بعد هر سال یک درصد کارکرد اعضا و سیستم های مختلف بدنشان تحلیل می رود، یعنی یک فرد شصت ساله در بهترین شرایط تغذیه ای ۳۰ درصد افت کارکرد داشته و احتمال ابتلا به قند، چربی و فشار خون بالا و ناراحتی های گوارشی در او زیاد است که البته با پرهیزهای غذایی می توان دوران سالمندی سالم و بانشاطی را رقم زد.

این اشتهای کور شده

احساس تنهایی و افسردگی، عوارض جانبی بعضی داروها، ضعیف شدن حس بویایی و چشایی، مشکلات دهان و دندان، بی مزه بودن غذاهای رژیمی و ناتوانی در طبخ غذا از عواملی است که موجب کم شدن اشتهای سالمند می شود. در این شرایط رژیم غذایی معمول سالمند بیشتر از نان، پنیر، کمی ماست و یک فنجان چای شیرین نیست. این برنامه غذایی اگر به درازا بکشد، موجب از دست رفتن توده عضلانی و کاهش قدرت بدنی و سرانجام ضعف سیستم ایمنی و ابتلا به انواع بیماری های عفونی شده و مصرف انواع آنتی بیوتیک ها سبب تشدید ضعف و بروز مشکلات جدی تر می شود. بنابراین اگر دچار کم اشتها هستید از مواد غذایی کم حجم، اما مغذی مثل قارچ، انواع جوانه ها و پودر آن، شیر، گوشت کبابی، نان خشک مغزدار، سوپ غلیظ و انواع سبزی های برگ سبز همچون کلم بروکلی و کاهو که ریزمغذی های خوب و به ویژه کلسیم قابل جذبی دارند، استفاده کنید.

اگر فشار خون بالا دارید

برای طعم دار کردن غذا به جای نمک به تناسب ماده غذایی از آویشن، فلفل سیاه، دارچین، پونه کوهی، پودر سیر، سماق، آبلیمو، آبغوره و آب نارنج استفاده کرده و برای تقویت ذائقه و قوی کردن حس چشایی حتماً سبزی های معطر همچون ریحان، ترخون، نعناع و جعفری مصرف کنید و بدانید نمک های رژیمی موجود در بازار حاوی میزانی سدیم بوده و در مبتلایان به نارسایی کلیوی و پرفشاری خون محدودیت مصرف دارد.

سبزی ها و غذاهای منجمد شده، غلات صبحانه، انواع کیک، کلوچه و بیسکویت، کنسروهای شیرین، آبلیمو، سرکه، نوشابه های صنعتی و حتی کره و آبنبات در طی فرآوری و به واسطه داشتن مواد عمل آورنده و نگهدارنده سدیم دار، حاوی نمک

## ارتباط آریتمی قلبی با افزایش خطر سکت

یافته های یک مطالعه جدید نشان می دهد افراد مبتلا به آریتمی قلبی دو برابر بیشتر در معرض خطر سکت قلبی هستند. «السید سولیمان»، محقق ارشد این مطالعه از مرکز درمانی «ویک فارست» در کارولینای شمالی در این رابطه گفت: حدود سه میلیون نفر در آمریکا به اختلال ریتم قلبی یا آریتمی قلبی مبتلا هستند و پیش بینی می شود که طی دهه های آتی تعداد این افراد دو برابر شود.

سکت قلبی فاکتور خطررزی شناخته شده برای آریتمی قلبی است اما تاکنون عکس این ارتباط مورد ارزیابی قرار نگرفته بود. به همین دلیل محققان برای پاسخ به این پرسش اطلاعات

مرتبط با ۲۴ هزار نفر را بررسی کردند که بیش از ۱۶۰۰ نفر از آنان به بیماری آریتمی قلبی مبتلا بودند. در طول این مطالعه هفت ساله حدود ۶۵۰ مورد سکت قلبی در میان تمام شرکت کنندگان مشاهده شد.

همچنین معلوم شد تعداد موارد سکت در افرادی که به آریتمی قلبی مبتلا بودند نسبت به افراد سالم دو برابر بیشتر بوده است. نتایج این مطالعه حاکی از رابطه دو سویه بین سکت قلبی و آریتمی قلبی است به این معنی که هر دو فاکتور می توانند بر یکدیگر تاثیرگذار باشند. سولیمان همچنین اظهار داشت: آریتمی قلبی بیماری دوره میانسالی است و در بین این گروه سنی شایع تر است.

در این مطالعه رابطه بین آریتمی قلبی و افزایش خطر سکت قلبی آشکار شده اما برای کشف رابطه علت و معلولی بین این دو بیماری انجام تحقیقات بیشتر مورد نیاز است

کام به کام با ژاله ربیعی  
روانشناس ارشد و  
دانشجوی دکترا در  
مشاوره و رواندرمانگری

\* سمینارهای روانشناسی  
هر یکشنبه ۴ تا ۵:۳۰  
۲۵ پوند برای ۴ جلسه  
\* کارگاههای گروه درمانی  
هر پنجشنبه ۵ تا ۶:۳۰  
۵۰ پوند برای ۴ جلسه

Address: Ferdowsi House, 1 Brunswick  
Gardens, W5 1AP, Hanger Lane.  
Email: Zhaleh\_rab@yahoo.com  
Tel: 07926654023





Like us on Facebook.com/persianweeklypaper  
Follow us on Twitter@persianweekly

**Brows & More Inc.**

*Brows & More Inc is looking for excellent threaders to join our growing brow & lash bar.*

Based in a department store in South London, we are keen to recruit threaders who are highly skilled, focussed on customer care & well presented. **A good command of spoken English is important.**

**Waxing and any other beauty skills** will be a bonus.

We are also interested in receiving CV's from **skilled hairdressers for our Blowdry Bar.**

Full & part-time opportunities available.

.....

Please send your CV with a covering letter to: [margot@adornment.org.uk](mailto:margot@adornment.org.uk)

می کنند.  
در بین نان ها انواع نان های سیوس دار گندم، جو، چاودار و نان های خشک مغزدار و سبزی دار قندشان دیرتر آزاد می شود، اما لازم است بدانید هر نان قهوه ای رنگی نان جو نیست. نان جو اصل بافتی نیمه خشک و خشن دارد. نان های نرم و حجیمی که با نام نان جو به فروش می رسند آرد گندم رنگ شده با عصاره مالت است و به شدت قند خون را بالا می برد.

در ضمن خوب است سالمندان غذایشان را اغلب با نان یا در صورت استفاده از برنج سفید آن را با عدس، لوبیا سبز یا سبزی یا با مقداری برنج قهوه ای ترکیب کنند.

به معده فرصت جبران دهید  
با افزایش سن، ترشح آنزیم های گوارشی کاهش می یابد. در اثر کاهش اسید معده هضم و جذب بعضی از ویتامین ها و املاح به ویژه ویتامین B۱۲، اسید فولیک، کلسیم و آهن کاهش یافته و نبود این ریزمغذی ها روی سیستم اعصاب تاثیر گذاشته و سرانجام به ضعف عضلانی، اختلال در صحبت کردن، اختلالات روحی و پارکینسون و آلزایمر منتهی شده و ریسک ابتلا به انواعی از سرطان ها افزایش می یابد.

بنابراین سالمندان باید تعداد وعده های غذایی خود را به روزی پنج وعده افزایش دهند، اما از حجم و مقدار غذای دریافتی هر وعده کم کنند تا بدن فرصت کافی برای دستیابی به مواد مغذی را داشته باشد. غذاهای نرم مانند پوره، گوشت نرم شده، سوپ، آش، میوه های رنده شده و سبزی خرد شده کمک زیادی به هضم و جذب بهتر می کند. در این سنین مصرف تخم مرغ را محدود به سه عدد در هفته کنید. برای جذب ویتامین های گروه B و پروتئین های ضروری که به تقویت قوای عضلانی کمک می کند از انواع ماهی ها، گوشت بلدرچین، بوقلمون، گوشت شترمرغ یا گوشت گوساله کم چرب استفاده کنید، اما امحا و احشای حیوان نظیر جگر، دل، قلوه، سیرابی و شیردان و کله پاچه را به دلیل کلسترول بالایی که دارد به شدت محدود کنید. اگر هم به دلیل سوءجذب مواد مغذی، سیستم ایمنی ضعیفی دارید و مدام دچار بیماری های عفونی، سوزش مجاری ادرار، یبوست، اسهال، حالت تهوع و درد معده می شوید به طور مستمر و روزانه از فرآورده های فراسودمند پروبیوتیکی همچون شیر، ماست، پنیر و کفیر استفاده کنید و تاثیر شگفت انگیز آن را تجربه کنید. لازم است بدانید برای پیشگیری از پوکی استخوان به ویژه در زنان مصرف غذاهای کلسیم دار از دهه چهار و پنج زندگی اهمیت بیشتری پیدا می کند.

اهمیت نوشیدن آب در سالمندان  
در دوران سالمندی کاهش حجم آب بدن ممکن است به صورت خشکی دهان و لب ها، گود افتادن چشم ها، یبوست، خشکی و پیری پوست ظاهر شود و از آنجا که کم آبی می تواند روی مرکز گرسنگی اثر بگذارد، امکان تغییر در مقدار، نوع و حجم غذای سالمند وجود دارد، اما اگر سالمند به محض کوچک ترین احساس خشکی دهان نیاز بدن را به آب پاسخ دهد بدون شک دچار برهم خوردن کارکرد ارگان های مختلف بدن نخواهد شد. از طرف دیگر، معمولا سالمندان داروهای زیادی را با توجه به نوع بیماریشان مصرف می کنند و به دلیل آن که دفع مواد زائد داروها با دفع مقدار قابل توجهی از آب بدن همراه است این مساله می تواند باعث کم آب شدن شدید بدن سالمند و فشار مضاعف به دو عضو سم زدای بدن یعنی کلیه و کبد شود.

کمتر خواهد بود.  
در میان انواع دسرها و بستنی ها نیز آنهایی که حاوی قند مصنوعی هستند، گزینه مناسبی است. البته به سبب آنکه این دسرها ذائقه شیرین را بیش از حد تقویت کرده و میل به خوردن شیرینی را زیاد می کنند و از طرفی مصرف زیاد از حد آن روی عملکرد کلیه و کبد اثر نامطلوبی می گذارد باید در مصرف آن جانب احتیاط رعایت شود.

## رشد یافته های علمی

توجه داشته باشید که وقتی کسی بخواهد دعایی بخواند، باید پرسید این پیر شدن یا گذران بی مشکل زندگی تا



همچنین برای میان وعده سالمند یک پیاله کوچک پودینگ، فرنی یا شیربرنج بدون قند و عسل توصیه می شود. این تصور که مصرف خرما، توت، کشمش و انجیر خشک به همراه چای، قند خون را افزایش نمی دهد یک باور نادرست است. این میوه ها ممکن است برای جذب نیاز به انسولین کمی داشته باشند، ولی باز هم قند خون را بالا برده و همچون قند و شکر تولید کالری

### خوردن شکلات خطر ابتلا به بیماری قلبی را کاهش می دهد

پژوهشگران انگلیسی دریافته اند که مصرف زیاد شکلات ممکن است خطر ابتلا به بیماری های قلبی را کاهش دهد. دکتر «اسکار فرانکو» و همکارانش در دانشگاه کمبریج یک سری آزمایش هایی را برای ارزیابی اثرات خوردن شکلات بر حملات قلبی و عروقی انجام دادند. آنها نتایج حاصله از بررسی ۷ مطالعه را که بیش از ۱۰۰ هزار شرکت کننده با بیماری و بدون بیماری قلبی بودند را تحلیل کردند.

نتایج این تحقیقات نشان داد که سطوح بالای مصرف شکلات با کاهش ۳۷ درصدی بیماری های قلبی و عروقی و کاهش ۲۹ درصدی سکتة مغزی همراه بود. محققان گفتند این یافته ها باید با احتیاط تفسیر شود، خصوصا اینکه شکلات های موجود در بازار بسیار گرمازا هستند - در حدود ۵۰۰ کالری برای هر ۱۰۰ گرم، یا ۳۳،۵ اونس - و خوردن بیش از حد آن می تواند به خودی خود منجر به افزایش وزن و خطر ابتلا به دیابت و بیماری قلبی همراه شود. با این وجود محققان به این نتیجه رسیدند بر اساس فواید سلامت از خوردن شکلات، طرح های ابتکاری برای کاهش چربی و قند در بسیاری از محصولات شکلات باید مورد بررسی قرار گیرد.

**کلینیک مدرن دندان پزشکی**

دکتر الهام وزیر  
دکتر آزاده وزیر  
و همکاران دندان پزشکی

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: ۹ صبح تا ۵ عصر  
دیرتر با تعیین وقت قبلی

11 Porchester Gardens  
Bayswater, London, W2 4DB

**020 7727 3650**

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



## خانواده

۸ جمله کلیشه‌ای وجود دارند که هرگز نباید به مهم‌ترین فرد زندگی‌تان بگویید:

۱. تو دقیقا مثل پدرت هستی!  
هرگز این جمله را به کار نبرید. این عبارت بسیار ناخوشایند و تحقیرآمیز است چرا که شوهرتان را نگران می‌کند شاید بدترین خصلت فامیلی‌اش را بروز

قابل توجه خانم‌ها

## این ۸ جمله را به همسرتان نگویند

ترجمه: فرشته انصاری

شما خیلی راحت می‌توانید هر آنچه می‌خواهید به شوهرتان بگویید اما اگر مراقب صحبت‌کردن خود نباشید، ممکن است او صحبت‌های شما را به شکلی ناخوشایند درک کند. شاید شما نگرانی‌های معقولی داشته باشید یا می‌خواهید به موضوع‌هایی اشاره کنید که در زندگی‌تان نقشی اساسی دارد اما بیان این مسایل با روشی نادرست، در مدت‌زمانی طولانی، احساسات شوهرتان را جریحه‌دار و رابطه بین شما را متشنج می‌کند. به قول «جودی فورد»، روان‌درمانگر آمریکایی و نویسنده کتاب «هر روز با عشق»، مهارت سخن گفتن مهرآمیز را تمام زوج‌ها باید بیاموزند...

رفت و آمد با او را دوست ندارید، ایرادی ندارد. هیچ متخصصی توصیه نکرده زوج‌ها باید دوستان یکدیگر را به شکلی کامل بپذیرند اما مشکل وقتی حادث می‌شود که شوهرتان را به خاطر انتخاب دوستانش تحقیر کنید. او از رفتار شما چنین برداشت می‌کند که شما ترجیح می‌دهید دوستان شوهرتان را برای او گزینش کنید. هیچ‌کس چنین رفتاری را

می‌دهد و شما از انجام این کار عصبانی می‌شوید، آن محیط را ترک کنید.

۵. تو همیشه .... تو هیچ وقت...

زوج‌ها نباید هرگز از این جمله‌ها استفاده کنند. این دو عبارت جوی منفی در خانه به وجود می‌آورد. چنین برخوردهایی ارتباط شما را ناقص می‌کند و



نمی‌پذیرد. چنین جمله‌ای، جایگزین مناسبی است: «عزیزم! تو می‌دونی که علائق من با کارهایی که تو و دوستت انجام می‌دهید یکی نیست، پس چرا یک میهمانی دوستانه دو نفره برپا نمی‌کنی؟» به خاطر داشته باشید که هیچ‌یک از قوانین ازدواج، حکم نمی‌کند که شما دو نفر هر کاری را با هم انجام دهید. در چنین رفت‌وآمدهایی شوهر شما می‌خواهد زمان کوتاهی را با دوستش تجربه کند و اصلا این مساله که شما از این زمان لذت می‌برید یا از طنزهای دوستش آزردده‌خاطر هستید، او را درگیر نگرانی نمی‌کند. اگر یک فرد واقعا دوست مناسبی نیست به احتمال زیاد شوهر شما به مرور زمان این مساله را درک خواهد کرد درحالی که اگر شما بخواهید که او را رها کند، ممکن است هرگز این اتفاق نیفتد.

۸. تو نمی‌توانی از فرزندمان مراقبت کنی!

شاید از اینکه شوهرتان در انجام کارهای فرزندتان با شما سهیم نمی‌شود، دلخور هستید اما آیا هیچ‌وقت فضای مناسبی را برای همکاری او به وجود آورده‌اید؟ در پایان یک روز کاری پردردسر، هیچ مردی تمایلی برای تبدیل شدن به پدری خوب و فعال ندارد به‌خصوص اگر تمام تلاش‌هایش نادیده گرفته شود. اگر مردی همیشه احساس کند که رفتارهای پدران‌اش غلط است به تدریج ارتباط عاطفی‌اش با کودک کمتر می‌شود. اجازه بدهید پدر پدر باشد با تمام کاستی‌ها. به هر حال این مرد با تمامی ویژگی‌هایی که دارد برای یک عمر پدر فرزند شماست. مطمئن باشید او می‌داند چگونه به خوبی شما بچه را تمیز کند یا به او غذا دهد. فقط ممکن است جزئیات انجام این کارها کمی با شما متفاوت باشد. اگر مواردی مثل نحوه استفاده از کالسکه یا شماره تلفن متخصص اطفال را باید بدانند، آنها را به‌طور خلاصه به او بگویید یا جایی یادداشت کنید.

طرف مقابل را در حالتی تدافعی قرار می‌دهد. اگر مشکلاتی منطقی وجود دارد مثل اینکه «آیا او عمدا تمام ابزارش را در گاراژ پراکنده کرده» یا «غالبا فراموش می‌کند باک بنزین را بعد از استفاده پر کند» از کلی‌گویی پرهیز و سعی کنید روی نزدیک‌ترین موضوعی که باعث ناراحتی شما شده تمرکز کنید. در خصوص رفتارهای او داورى نکنید. شاید احساس کنید که با این رفتارها به شما توهین شده ولی ممکن است او چنین قصدی نداشته باشد. بیشتر مردها دوست دارند کاری که همسرشان را خوشحال می‌کند، انجام بدهند و این مساله کاملا به نحوه درخواست شما مربوط می‌شود.

۶. فکر می‌کنی با این شلوار یا کت بهتر به نظر می‌رسی؟!

شما با پرسیدن این سوال تلاش می‌کنید به اضافه‌وزن او اشاره کنید؟ اگر جواب شما مثبت است بدانید که شوهرتان از این جمله هیچ‌چیز قابل لمس دریافت نمی‌کند. شاید فکر کنید خیلی زیرکانه و غیرمستقیم پیغام خود را می‌رسانید اما در حقیقت به قیافه او توهین می‌کنید بدون اینکه نگرانی واقعی خود را در رابطه با سلامتی‌اش نشان دهید. به جای جمله بالا می‌توانید با چیزی که شما در ظاهر او دوست دارید، شروع کنید؛ مثل: «وقتی که تو پیراهن آبی می‌پوشی، من خیلی بیشتر از چشم‌های آبی‌ات خوشم می‌آید.» بعد نگرانی خود را در رابطه با اضافه‌وزن او در چارچوب سلامت مطرح کنید. وقتی که درخواست خود را ملایم‌تر مطرح کنید، موقعیت‌های بیشتری برای بیان پیشنهادهای مفید خواهید داشت.

۷. وقتی با دوستانت هستیم تنها وقتمان را تلف می‌کنیم!

اینکه همسرتان دوستی دارد که شما هم‌صحبتی و

که شما یک قشون را در جبهه‌ای خودی، آماده رزم کنید. این اندیشه صحیح نیست چرا که به همسرتان نشان می‌دهید همسو با او و پیوندتان نیستید. شما نباید اجازه دهید عقاید دیگران به رابطه شما تحمیل شود. اگر چه در واقعیت نگرانی‌هایی وجود دارد و مادرتان آنها را به شما گوشزد کرده اما درمورد طرز بیان این نگرانی‌ها فکر کنید.

شاید مادر شما گفته همسرتان خیلی خسیس است. اگر این گفته واقعا صحت دارد به او بگویید: «چرا گاهی در رابطه با خرج کردن برای چیزهایی که مورد نیازمان است، بی‌میل هستی؟» در این حالت به شکلی خلاقانه با مشکلات کنار می‌آیید. در اختلاف‌هایی که برایتان پیش می‌آید، دقیقا به ریشه مساله‌ای که شما را برآشفته کرده است، توجه کنید. پیدا کردن یک راه‌حل معقول احساس بهتری در مقایسه با بیان برخی کلمات ناشایست به وجود خواهد آورد.

۴. کمک نمی‌خواهم؛ خودم انجام می‌دهم!

این عبارت از دو جنبه آزاردهنده است؛ اول اینکه نقش بنیادین شوهر را به عنوان یک پشتیبان و فردی لایق در خانه زیر سوال می‌برد. ثانيا بدیهی است که وقتی یک فرد بالغ متوجه شود سعی و تلاشش بی‌ارزش است، دچار آشفتگی می‌شود. بیان این جمله به دفعات، باعث می‌شود همسرتان فکر کند او هرگز نمی‌تواند کاری را درست انجام دهد یا اعمالش به‌هیچ‌وجه باعث خوشحالی شما نمی‌شود. اگر شوهرتان در حال انجام کاری است که شما فکر می‌کنید اشتباه است، سعی کنید اول اهمیت آن کار را پیش خودتان بسنجید.

فراموش نکنید که فقط به‌خاطر اینکه انجام کاری متفاوت با نحوه عمل و تفکر شماست، غلط نیست. به یاد داشته باشید که او هم مثل شما فردی بالغ است. بهتر است اگر او کاری را به شکلی نامناسب انجام

داده است. هرگاه این جمله به ذهن‌تان رسیده، کمی صبر کنید و درباره تفکری که پشت این موضوع است، دقت کنید. ممکن است او این رفتار را نوعی تحقیر بداند. شما باید موضع خود را از تحقیر کردن تغییر دهید و به‌طور مستقیم درخواست منطقی و عادلانه‌تان را بیان کنید. مثلا بگویید: «عزیزم! وقتی که ساندویچت را تمام کردی لطفا ظرفت رو روی سینک بذار.» با این روش شما به خواسته خودتان، بدون رنجاندن همسرتان رسیده‌اید.

۲. چه زمانی می‌خواهی دنبال یک کار جدید بگردی؟

ابتدا بهتر است ببینید چرا مایلید همسرتان یک شغل جدید پیدا کند! آیا زمان زیادی را که خارج از خانه می‌گذرانند، دوست ندارید؟ آیا فکر می‌کنید از نظر شغلی باید در مراحل بالاتری قرار داشته باشد؟ آیا حقوق‌اش کافی نیست؟ قبل از اینکه مطالبی را بیان کنید که برای همسرتان رنج‌آور باشد، کلاهتان را قاضی کنید و ببینید چه موضوعی باعث آزار شما شده. با چنین جمله‌هایی توانایی‌های او را در حمایت از خود و فرزندتان مورد انتقاد قرار ندهید چرا که بخشی از ارزیابی یک مرد از خودش، به اینکه تا چه حد می‌تواند از خانواده‌اش حمایت کند، مربوط می‌شود پس تحقیر او در این محدوده حساس می‌تواند یک ضربه خطرناک باشد. برای اجتناب از این مساله، گفت‌وگو‌هایی پیوسته درباره کار هر دو نفرتان، جاه‌طلبی‌های شغلی و نگرانی‌های مالی داشته باشید. اگر شما مشکلی در رابطه با درآمد همسرتان دارید، این گفت‌وگوها فرصتی است که می‌توانید در مورد سطح زندگی‌تان با او صحبت کنید. هیچ‌گاه شوهرتان را در موضع تدافعی قرار ندهید.

۳. مادرم درباره اینکه این کار را انجام خواهی





Like us on Facebook.com/persianweeklypaper  
Follow us on Twitter@persianweekly

## بهداشت

# زندگی عاطفی خود را از این افراد قایم کنید!

مردم بسیاری هستند که همیشه و همه جا از روابط عاطفی خود با همه صحبت می کنند. آنها برایشان فرقی نمی کند کجا هستند و آیا طرف انسان قابل اعتمادی هست یا خیر؟ فقط حرف می زنند و همه جزئیات رابطه خود را تعریف می کنند. این افراد اصولاً با همه، غیر از کسی که باید، در مورد زندگی خود صحبت می کنند. مخصوصاً وقتی ناراحتی پیش می آید باید خیلی مراقب باشید که غم خود را با هرکسی در میان نگذارید. شاید گاهی مساله ای که از نظر شما ناراحت کننده است برای دیگران خنده دار باشد. به همین دلیل، خیلی عاقلانه نیست در مورد مسایل عاطفی و مشکلات رابطه خود با هر کسی حرف بزنید. وقتی فرد مناسب نباشد و درک لازم را نداشته باشد، توصیه های اشتباه به شما می کند و نتیجه رابطه شما بدتر از آن چه بوده است، می شود. به همین دلیل، در این مطلب فهرستی از افرادی که باید در مقابل آنها جلوی دهان خود را بگیرید و در مورد مشکلات و ناراحتی های رابطه تان حرفی نزنید، را نوشته ایم.

۱. همکاران در مورد زندگی عاطفی و مسایل عشقی خود با همکارانتان صحبت نکنید زیرا ممکن است موجب حسادت آنها شود و به شما توصیه هایی بکنند که منجر به خراب شدن رابطه تان می شود. از آنجا که بیشتر مردم بیشترین ساعت های شبانه روز خود را در محل کار سپری می کنند شاید تصور کنند می توانند به هم اعتماد و همه مسایل خانوادگی و شخصی خود را بیان کنند. اما هرگز این کار را انجام ندهید. وقتی حرف های خود را به همکاران می گوید، او نیز به بقیه می گوید و همه از مسایل خصوصی شما آگاه می شوند. این نوع خبرچینی ها در شرکت ها بسیار رایج است و ممکن است برای موقعیت کاری شما هم خطر داشته باشد.

۲. همسر سابق یکی از افرادی که نباید در مورد مسایل عاطفی کنونی خود با او صحبت کنید، همسر سابق شما است. حتی اگر به واسطه فرزندان هنوز با یکدیگر در ارتباط هستید، هرگز نباید در مورد عشق

کنونی خود با او صحبت کنید. کارشناسان خانواده می گویند افرادی که از یکدیگر جدا می شوند و به عنوان دوست رابطه خود را با هم قطع نمی کنند باید بدانند که شاید خودشان آگاه نباشند، اما احساس مالکیت یا زن و شوهر بودن هنوز در آنها وجود دارد و نباید در مورد رابطه فعلی خود به یکدیگر حرفی بزنند.



**آنها برایشان فرقی نمی کند کجا هستند و آیا طرف انسان قابل اعتمادی هست یا خیر؟ فقط حرف می زنند و همه جزئیات رابطه خود را تعریف می کنند. این افراد اصولاً با همه، غیر از کسی که باید، در مورد زندگی خود صحبت می کنند. مخصوصاً وقتی ناراحتی پیش می آید باید خیلی مراقب باشید که غم خود را با هر کسی در میان نگذارید**

۳. دوستانی که از رابطه فعلی خود راضی نیستند از رابطه، عشق یا عاطفه خود با دوستانی که از زندگی عاطفی خود راضی نیستند، نگویند. افراد ناراضی همیشه سعی می کنند مسایل منفی و ناراحت کننده رابطه را مطرح کنند و باعث بدبینی و ناراحتی هم می شوند. آنها شاید چون خودشان در رابطه و ازدواج موفق نبوده اند به شما توصیه کنند مثلاً هرگز ازدواج نکنید. توجه داشته باشید، در ابتدای آغاز یک رابطه، نظرات اطرافیان تاثیر بسیاری روی طرز فکر و تصورات شما می گذارد، بنابراین با افراد غیرموفق یا ناراضی یا آنها که همیشه در رابطه ناراحت هستند، در مورد عشق و رابطه خود صحبت نکنید.

۴. با پدر خود اگر زن هستید، در مورد رابطه عاطفی خود با پدرتان صحبت نکنید. مهم نیست چقدر رابطه شما و پدرتان صمیمی و دوستانه است، پدرها اصولاً دوست ندارند فکر کنند دخترشان بزرگ شده و وقت ازدواج آنها رسیده است. وقتی پدرتان در مورد دوستی یا رابطه تان سوال می پرسد سعی کنید خیلی سرپوشیده به او چیزهایی بگویید. پدر به طور ذاتی حالت مدافع و محافظ دارد به همین دلیل، دنبال ایراد و مشکل در فرد مورد علاقه شما می گردد. به خاطر داشته باشید هرگز در مقابل مادر، خواهر یا دوستان صمیمی خود در مورد نامزدتان بد نگویند زیرا آنها همیشه این مسایل در ذهنشان باقی می ماند.

۵. با مادر خود مادران همیشه سنگ صبور فرزندان و از همه کارهای آنها آگاه هستند. شاید مادر شنونده خوبی باشد و بتواند نظرات خوبی داشته باشد اما از آنجا که دید درستی در مورد موقعیت کنونی فرزند خود ندارد و نمی داند کجا می خواهد برسد، نمی تواند توصیه های درستی داشته باشد. مادران برای اینکه علاقه ویژه ای به فرزندان دارند شاید کمی احساسی و غیر واقعی در مورد آینده آنها تصمیم بگیرند. بهتر است در مورد رابطه خود از کسی مشاوری بگیرید که شما را به چشم کودک یا نوجوان نگاه نمی کند.

۶. پدر یا مادر همسر بدترین افرادی که برای درد دل در مورد زندگی عاطفی انتخاب می کنید، پدر یا مادر همسر شما هستند. آنها در مورد مشکلاتی که با همسر یا نامزد خود دارید راهنمایی درستی به شما نمی دهند. شاید دلیل آن نیز علاقه و وابستگی آنها به فرزند خودشان باشد.

## LEMOGE CLINIC [drshirafkan@hotmail.com](mailto:drshirafkan@hotmail.com)

Doctor Abbas Shirafkan & Dr Hannah

### Laser Hair Removal

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

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

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

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

Free consultation

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

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

**Chemical peels, Cheek enhancement, Treat any wrinkle/line**

[www.lemogeclinic.co.uk](http://www.lemogeclinic.co.uk) All prices in this advert, start from.

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



**تخفیف استثنایی ویژه ایرانیان**

**لیزر کامل پا 99 پوند**

**لیزر زیر بغل 22 پوند**

**لیزر بیکی نی 50 پوند**

**لیزر چانه 20 پوند**

**بوتاکس 100 پوند**

**مشاور رایگان توسط دکتر عباس شیرافکن**

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

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



## سلامت روان

شاید شما هم از جمله افرادی باشید که در روزهای آخر پاییز تا اول بهار احساس افسردگی و غم دارید و شاید به همین علت، از دو فصل پاییز و زمستان لذت نبرید. چنانچه جزو این گروه از افراد به شمار می‌روید، این مطلب را بخوانید. روان‌شناسان به احساس رقیق‌تر غمگینی در روزهای کم‌نور می‌گویند «غمگینی زمستانی» و به احساس شدیدتر غمگینی و ناامیدی که چند نشانه بدنی مثل خواب‌آلودگی هم همراهش باشد، می‌گویند «افسردگی زمستانی». اما این که چرا ما در روزهای ابری مستعد این احساسات منفی می‌شویم و راه‌حلش

یعنی شما افسردگی وابسته به فصل دارید. دلیل قطعی بیماری تا به امروز به صورت دقیق مشخص نشده است، اما به دلیل شیوع بالای آن در مناطق خاص، تصور دانشمندان بر این اصل استوار است که بیماری به دلیل تغییر در میزان نور خورشید ایجاد می‌شود. تئوری آن‌ها از این قرار است که چون در زمستان و پاییز میزان قرار گرفتن در معرض آفتاب کاهش پیدا می‌کند، ساعت بیولوژیک بدن که خواب، حالات درونی و هورمون‌ها را تنظیم می‌کند به تأخیر افتاده و معمولاً در زمستان روند کندی را دنبال می‌کند. یکی دیگر از نظریه‌ها این است که مواد

سعی کنید حداقل سه روز در هفته به مدت ۳۰ دقیقه ورزش کنید. در صورت نیاز، در ماه‌های زمستان با یک مشاور در ارتباط باشید. در فعالیتهای گروهی شرکت کرده و ارتباط خود را با جمع قطع نکنید. در طول زمستان، این امر کمک چشمگیری به شما می‌کند.

در این مواقع چکار کنیم؟  
انگار ما انسان‌ها واقعا مثل گیاهان محتاج

فلورسنت باشد. حتماً لازم نیست بیمار به طور مستقیم به نور خیره شود، بلکه باید کارهای روزمره خود مانند غذا خوردن یا مطالعه کردن را در فاصله یک تا دو متر از آن انجام دهد. این روش کاملاً مطمئن بوده و در بیشتر موارد نتیجه بخش است. بهره‌مندی از این روش، آن هم در ساعات پایانی روز، موجب بروز بی‌خوابی در فرد می‌شود. بیشتر متخصصان ترجیح می‌دهند بیماران خود را صبح‌ها به مدت ۳۰ دقیقه در معرض

علائم افسردگی زمستانی  
۱- اندوه: همه انواع افسردگی، یک نشانه مهم و مرکزی دارند؛ احساس غمگینی و پوچی در بیشتر ساعات روز. ۲- اشتهای زیاد: در خیلی از افسردگی‌ها اشتهای آدم کم می‌شود، اما در افسردگی زمستانی اشتها زیاد می‌شود؛ به خصوص به چیزهای شیرین و پر از کربوهیدرات. ۳- افزایش وزن: وقتی آدم بی‌اندازه شیرینی می‌خورد، معلوم است که چاق

## افسردگی فصلی چیست؟

انگار ما انسان‌ها واقعا مثل گیاهان محتاج نوریم و وقتی که جهان مثل گلخانه‌های تاریک می‌شود، هم جسم و هم روان ما پژمرده می‌شود. حالا که همه چیز زیر سر کم بودن نور است،

چیست، سوالی است که باید تا آخر مطلب با ما همراه باشید تا جوابش را پیدا کنید.

شیوع  
جالب است بدانید افسردگی زمستانی هم مثل افسردگی‌های دیگر، بیشتر به سراغ خانم‌ها می‌آید به‌ویژه خانم‌های بیست تا سی ساله. حدود ۴ تا ۶ درصد کل جمعیت جهان دچار این نوع افسردگی هستند. این در حالی است که تقریباً ۱۰ تا ۲۰ درصد نیز دچار افسردگی‌های خفیف زمستانی می‌شوند.

جغرافیا  
در عرض‌های بالای جغرافیایی (مثلاً کشورهای شمال اروپا) که زمستان‌های بلندتر و کم‌نورتری دارد، این افسردگی بیشتر رخ می‌دهد. مثلاً معلوم شده است تنها یک درصد افسردگی‌های ژاپنی براساس فصل‌ها افسرده می‌شوند، در صورتی که در آلاسکا این میزان به ۹/۲ درصد هم رسیده است. یا در فنلاند ۷۵ درصد زنان در گروه سنی ۲۰ تا ۴۵ سال دچار افسردگی زمستانی هستند.

پیشگیری  
اگر احساس می‌کنید دارای برخی علائم این بیماری هستید، به پزشک متخصص مراجعه کرده و مورد آزمایش قرار بگیرید. اگر تشخیص داده شد که شما مبتلا به این نوع افسردگی هستید، می‌توانید از نکات زیر استفاده و کاری کنید که این بیماری مجدداً در شما بروز نکند:

سعی کنید تا آنجا که می‌توانید در طول روز، وقت خود را در بیرون از خانه صرف کنید. حتی اگر آسمان ابری است باز هم این کار را انجام دهید؛ چرا که نور خورشید باز هم در آسمان وجود دارد و می‌توانید از فواید آن بهره‌مند شوید. یک رژیم غذایی متعادل، سرشار از ویتامین و مواد معدنی استفاده کنید. این کار انرژی بیشتری به شما می‌دهد و همچنین تمایل شما به غذاهای شیرین و نشاسته‌دار را کاهش می‌دهد.

پرتو شش تا هشت لامپ فلورسنت قرار دهند. حدود دو تا چهار روز پیشرفت‌های چشمگیری در بیماران رخ می‌دهد و طی دو تا چهار هفته، بیماران به کلی بهبود پیدا می‌کنند. در صورت متوقف کردن پرتو درمانی، علائم بیماری به سرعت از نو خود را نشان می‌دهد؛ به همین دلیل، این نوع روش درمان باید در سراسر فصل کم نور ادامه پیدا کند.

نوریم و وقتی که جهان مثل گلخانه‌های تاریک می‌شود، هم جسم و هم روان ما پژمرده می‌شود. حالا که همه چیز زیر سر کم بودن نور است، می‌شود با زیاد کردن نور محیط، از حس افسردگی زمستانی رها شد؛ اما چطور؟

نور درمانی کنید  
تحقیقات اخیر نشان می‌دهد که پرتو درمانی تا حد زیادی می‌تواند در درمان این بیماری موثر واقع شود. گاهی اوقات داروهای ضد افسردگی نیز (هم در کنار پرتو درمانی و هم به تنهایی) مورد استفاده قرار می‌گیرد. همچنین گذراندن روز، در زیر نور خورشید نیز می‌تواند به بهبود بیمار کمک کند. باید سعی شود به طور کلی میزان قرار گرفتن بیمار در معرض نور خورشید چه در خانه و چه در محل کار افزایش پیدا کند. این درمان از طریق یک قطعه که شامل لامپ‌های فلورسنت بوده و دارای یک روکش پلاستیکی است (تا امواج فرابنفش را خنثی کند) صورت می‌پذیرد. شدت نور باید حداقل بین شش تا هشت لامپ

کوچ کنید  
تجربه افسرده‌های شمال اروپا ثابت کرده است که یک مهاجرت کوتاه مدت هدفمند به یک شهر یا کشور جنوبی‌تر، حال افسرده‌های زمستانی را بهتر می‌کند. شما هم می‌توانید از تنوع جغرافیایی کشورمان استفاده کنید و یک سفر زمستانی به جنوب کشور را در برنامه‌هایتان بگذارید.

می‌شود. ۴- احساس خستگی و کاهش میزان انرژی: احساس کوفتگی بی‌دلیل هم سراغ افسردگان زمستانی می‌آید. ۵- احساس خواب‌آلودگی: درست مثل موجوداتی که به خواب زمستانی می‌روند، افسرده‌های زمستانی هم دلشان نمی‌خواهد رختخواب را ترک کنند. ۶- نداشتن تمرکز: افسرده‌های زمستانی فقط جسم به‌هم‌ریخته‌ای ندارند، آن‌ها نمی‌توانند ذهنشان را مثل گذشته مرتب و روی موضوعی تمرکز کنند. ۷- تحریک‌پذیری عصبی: افسردگان زمستانی زودتر می‌رنجند و زودتر هم از کوره در می‌روند. ۸- تمایل به تنهایی: این افراد در اغلب مواقع دوست دارند تنها باشند و کسی مزاحمشان نشود.

نشانه‌ها و علل افسردگی زمستانی  
این نشانه‌ها اگر در فصل‌های کم‌نور سال به مدت دو هفته متوالی شما را رها نکند،



سازمان گرهمانی شاهین

برای بزرگسالان و بازنشستگان

هر پنجشنبه

به منظور بهبود کیفیت زندگی و افزایش اعتماد به نفس، سازمان شاهین برنامه‌های تفریحی که شامل موسیقی شادورقص، آموزشی، بهداشت جسمی و روحی توسط کارشناسان ورزشی و گردشهای برنامه ریزی شده را برگزار می‌کند.

پنجشنبه‌ها از ساعت: ۱۴:۰۰-۱۶:۰۰

(Resident Club Room  
Henry Dickens Court)

تلفن: ۰۷۹۶۱۴۴۷۱۱۶-۰۲۰۷۲۲۱۵۷۶۳

Saint Ann's Road  
W11 4DH

آدرس محل جدید

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

نزدیک ترین آندراگرواند . لیتیم رود

Nearest Underground Station is Latimer Road

(Hammersmith &amp; City Line and Circle Line)

اتوبوس: ۲۹۵ و ۳۱۶

ایستگاه اتوبوس: ویل شیم استریت  
Bus Stop: Willsham Street

سریعترین روش روانکاو از طریق هیپنوتراپی - روانکاو و هیپنوتراپیست

هیپنوتیزم درمانی

توسط خانم دکتر روحی شاهین

درمان همه مشکلات:

رفع وحشت و اضطراب از پرواز، حل مشکلات خانوادگی، اضطراب - افسردگی، ترک عادات ناسالم، ترس‌ها - نگرانی‌ها، کسب اعتماد بنفس و رفع خجالت، ترک سیگار در یک ساعت، ترمیم غم از دست رفته‌ها و اتفاقات

فارغ التحصیل در رشته روانکاو و مشاوره

هیپنوتراپی تأیید شده از (London University)

توسط وزارت بهداشتی انگلستان قاضی دادگاههای فرجامی در بیمارستانهای اعصاب لندن  
عضو جامعه روانکاو انگلستان استاد تعلیم هیپنوتیزم درمانی و دادن مدرک تأیید شده از  
کنسول هیپنوتراپی لندن

برگزار کننده سمینارهای تجربی و روانکاو

www.advancehypnotherapy.com

Tel: 020 7221 5763

Mob: 07961 447116

10 Harley Street W1





نام ادبیات کودک، کتاب دوست داشتنی «پی پی جوراب بلند» را در آن به نگارش درآورد. اکنون تندیس یادبود لیندگرن در پارک «تگزولندن» استکهلم به چشم می خورد.

پورتلند، آمریکا بزرگترین کتابفروشی جهان شهر پورتلند جاذبه هایی گردشگری بی مثالی را در بر گرفته که شاید بتوان آن را بهشت کتابخوانان حرفه ای دانست. «شهر کتاب پاول» بزرگترین کتابفروشی مدرن دنیاست که مهمانانش بدون داشتن نقشه در آن گم می شوند! با ارائه بیش از یک میلیون جلد کتاب، این کتابفروشی معدن بزرگی از گنج های ادبی دنیا به شمار می آید.

واشنگتن والت ویتمن  
واشنگتن علاوه بر اهمیتی که در دنیای سیاست دارد، در حوزه ادبیات هم یادآور رخدادهای و شخصیت های قابل توجه است. بزرگترین کتابخانه جهان یعنی «کتابخانه کنگره» در این شهر دایر است که در سال ۱۸۰۰ بنیان گذاری شد. توری رایگان در واشنگتن برگزار می شود که علاقه مندان را به دیدن جاذبه های معماری و ادبی این کتابخانه دعوت می کند.

ملبورن، استرالیا کتابخانه ویکتوریا  
شهر ملبورن از سال ۱۸۳۵ که توسط جویندگان طلا به شکوفایی رسید، عنوان پایتخت فرهنگی استرالیا را نیز یدک می کشد. کتابخانه ایالتی ویکتوریا که در اواسط قرن نوزدهم بنا نهاده شده، به دستور رئیس جمهور وقت برای تمام افراد بالای ۱۴ سال به صورت رایگان خدمات عرضه می کند.

سانتیاگو، شیلی پابلو نرودا  
دوستاناران سروده های رمانتیک «پابلو نرودا» با بازدید از خانه زرد و آبی رنگ شاعر مردمی شیلی، واقع در منطقه «بلاویستا»ی سانتیاگو می توانند خاطرات خود را از قطعه های ماندگاری چون «هوا را از من بگیر، لبخندت را نه» زنده کنند. شیلی همچنین زادگاه دیگر شاعر برنده نوبل به نام «گابریلا میسترال» است که اسکناس های ۵۰۰۰۰ پزوئی این کشور به تصویر وی مزین هستند. مجسمه یادبودی از این زن شاعر در پارک «سرو سانتا لوسیا»ی سانتیاگو نصب است.

## شهرهایی که در کتاب ها آمده است

شهرها هم روح دارند. وقتی مقبره ها، خیابان ها، کلیساها یا کافه های یک شهر یادآور یک شخصیت برجسته، یک نویسنده و آثار ادبی اش می شود و قدم زدن در کوچه پس کوچه های آن، حس دوباره خوانی یک رمان را زنده می کند؛ یعنی نبض روح یک شهر در دستانتوست ...

شوق دوستداران ادبیات برای بازدید از مکان های وابسته به رخدادهای یا چهره های ادبی یکی از جاذبه های گردشگری جهانی است که سالانه میلیون ها نفر را راهی شهرهای گره خورده با قصه های کاغذی می کند. شهرهایی که در زیر فهرست شده اند، طی روزگاران دراز، زندگی و مرگ نویسندگان بزرگی را به چشم دیده و در خاطر سپرده اند؛ مکان هایی الهام بخش برای خلق شاهکارهای ماندگار، محل برگزاری رویدادهای مهم دنیای ادبیات و خانه و مقبره اسطوره های نویسندگی، اکنون جزو مهم ترین عوامل جذب گردشگر در نقاط مختلف دنیا به حساب می آیند.



سن پترزبورگ می توانند خاطرات خود از «جنایت و مکافات» فئودور داستایوفسکی را با تورهای سطح شهر زنده کنند. خانه این رمان نویس بزرگ یعنی جایی که واژه «برادران کارامازوف» نگاشته شد، اکنون از مکان های گردشگری این شهر به حساب می آید.

استکهلم، سوئد جایزه نوبل «آلبرت نوبل» یک قرن پیش با بنیان نهادن جایزه بزرگ نوبل، نام شهر استکهلم را در نقشه جهانی ادبیات به ثبت رساند. هر ساله در ماه دسامبر مراسم معتبر اعطای جایزه نوبل ادبیات برگزار می شود و از نویسندگی ای برجسته برای یک عمر دستاورد ادبی اش تقدیر می شود. جدا از محل اعطای این جایزه مهم بین المللی، استکهلم شهری است که «آسترید لیندگرن»، نویسنده صاحب

قطب های گردشگری ادبی دانست. در این شهر هتلی به نام «Le Pauillon de Letters» وجود دارد که هر یک از ۲۶ اتاقش با توجه به حروف الفبا به نام یکی از نویسندگان مشهور مزین شده است.

سن پترزبورگ، روسیه داستایوفسکی روسیه از کشورهایی است که چهره های ادبی اش تاثیر شگرفی بر ادبیات داستانی جهان گذاشته اند. گردشگران

ادینبورگ، اسکاتلند والتر اسکات فضای شهر ادینبورگ چنان با ادبیات گره خورده که گردشگرانش بدون آنکه کتابی در دست داشته باشند، به آن سفر نمی کنند. فضای حاکم بر این شهر اسکاتلند تا کنون الهام بخش خلق بیش از ۵۰۰ رمان بوده است. جای جای این شهر یادآور نویسندگان و شعرا بزرگ و برجسته است، از «رابرت برنز» قرن هجدهمی تا رمان نویسان معاصر چون «یان رنکین»، «الکساندر مک کال» و «اروینگ ولش».

دوبلین، ایرلند جیمز جویس وقتی نام پایتخت ایرلند را می شنویم، ناخودآگاه یا از «اولیس» جیمز جویس یاد می کنیم و یا به یاد جایزه مهم «ایمپک دوبلین» می افتیم. دوبلین شهری است که هر کوچه و خیابانش ماجراهای یک روز از زندگی «لئوپولد بلوم» (قهرمان داستان «اولیس») را در ذهن خوانندگان این شاهکار زنده می کند. در سایت visitdublin.com بخشی به نام «جای پای اولیس» طراحی شده که مسافران دوبلین را برای دیدار از مکان های ذکر شده در این کتاب راهنمایی می کند.

لندن، انگلیس چارلز دیکنز اگر بخواهیم مکان های مرتبط با چهره ها و آثار ادبی لندن را فهرست کنیم، بی شک کتابی قطورتر از هفت جلدی «هری پاتر» را خواهیم داشت. برای مسافرانی که نخستین تجربه خود را در انگلیس می گذرانند، تورهای پیاده روی لندن که هر هفته بیش از ۱۰۰ دوره از آن ها برگزار می شود، می تواند پیشنهاد مناسبی باشد تا گردشگران با زادگاه شکسپیر و دیکنز آشنا شوند. دوستداران داستان های کارآگاهی «شرلوک هلمز» می توانند مکان های مرتبط با «آرتور کانن دوئل» را در وب سایت visitLondon.com جست و جو کنند.

پاریس، فرانسه ارنست همینگوی شهر نورها جایی است که «ارنست همینگوی» جوان در کافه خیابان «سن ژرمن» می نشست و شاهکارهای ادبی اش را خلق می کرد. قبر «اسکار وایلد»، نمایشنامه نویس سرشناس ایرلندی هم از دیگر سایت های گردشگری پاریس محسوب می شود. پاریس را با وجود خانه موزه های نویسندگان بزرگی چون «ویکتور هوگو» و «بالزاک» می توان از

## سمساری لندن

تمام وسایل منزل و محل کار شما را اعم از انواع قالی، موکت دستی و ماشینی، مبلمان نو یا قدیمی، لوازم آشپزخانه، لوازم اتاق خواب کودک و بزرگ سال و لباسهای استفاده شده را خریدارم.

قیمتی ممکن را به شما ارائه نماید. بازدید و قیمت گذاری با وقت و هماهنگی قبلی ممکن است. جهت ساده شدن امر کارشناسی و قیمت گذاری می توانید عکس و مشخصات اقلام مورد نظر را به آدرس زیر ایمیل یا پیام تلفنی کنید.

cashforhousewares@gmail.com

Tel: 07926119287

سمساری لندن برای تمام لوازم برقی و دیجیتالی، کتابخانه شخصی، آلات موسیقی و تابلوهای نقاشی و عکس شما پیشنهاد خرید دارد.

در صورت تغییر نوع کار یا دفتر یا انبار خود می توانید با ما تماس بگیرید. سمساری لندن خدمات بسته بندی و جابجایی لوازم شما را با بهترین قیمت انجام می دهد.

هر آنچه شما دیگر نیاز ندارید ما می خریم.

سمساری لندن با بهره گیری از تجربیات کارشناسان مجرب می کوشد تا بهترین پیشنهاد



# ورزش

# فوتبال فراتر از مرگ و زندگی است

فوتبال همیشه جزئی از زندگی من و خانوادهام بوده است. من به‌طور حرفه‌یی در لیگ بازی نکردم اما فوتبال یکی از ارکان مهم زندگی من است. پدر من هم بازیکن و هم مربی بوده است اما درباره سیمونز باید بگویم که وقتی بچه بودم، با تیکه‌های کوچک کاغذ فوتبال بازی می‌کردم، اسم

بباید فوتبال بازی کنید اما دوباره یک روز به آنها تمرین غیرفوتبالی دادم و این اتفاق تا زمانی بود که من به این نتیجه رسیدم که با تمام تجارب افکارم و آزمایشات مختلفی که روی مسائل پزشکی بازیکنان انجام گرفته بود، به یک نتیجه رسیدم، همچنان که بورا اشاره کرد، باید بگویم فوتبال ورزش ساده‌یی است. بعد از گذشت ۴۰ سال در حرفه فوتبال ما می‌توانیم مسائل حرفه‌یی زیادی داشته باشیم. می‌توانیم تجهیزات پزشکی و ورزشی زیادی داشته باشیم اما مهم‌ترین مساله این است که از فوتبال لذت ببریم. بتوانیم به بازیکنان کمک کنیم تا از فوتبال لذت ببرند. به خاطر همین است که بورا مطلبی گفت که



فرگوسن هم به آن اشاره می‌کرد. فوتبال مشاهداتی است که از دریچه چشم یک مربی صورت می‌گیرد.

هنوز به خاطر دارم که در منچستریونایتد، والتر را به خدمت گرفته بودیم. فرگوسن دایم به من می‌گفت که زیاد خودت را درگیر تمرین می‌کنی. گاهی لازم است که از دور فقط بازیکنان را مشاهده کنی. فرقی نمی‌کند که شما در کدام قسمت دنیا مربی یک بازیکن باشید. اروپا و آسیا فرقی نمی‌کند. هر کجا باشید باید با ذهن باز با بازیکن

سیمونز را روی کاغذ می‌نوشتم و با گلوله کاغذی بازی می‌کردم و افتخارم این بود که اسم سیمونز روی کاغذ است. در طول دوران فوتبالم در کلاس‌های زیادی شرکت کردم و هر روز چیزهای زیادی یاد گرفتم. با تمامی این مسائل از روحی- روانی، تاکتیکی و همه تجاربی که داشتم وقتی با بازیکنانم روبه‌رو می‌شدم نمی‌دانستم باید چه کار کنم اما با تصمیمی که گرفتم از تمام شک و تردیدهایم فرار کردم. تصمیم من این بود که باید همه بازیکنان را تست کنم. به خودم گفتم حالا کافی است و به آنها گفتم

صحبت کنید. مربی باید بداند که هر لحظه چه کاری انجام دهد. چگونه با بازیکنان و تیمش ارتباط برقرار کند. گاهی اوقات مهم‌ترین مساله، ارتباطات با بازیکنان است. شما باید بدانید که چه زمانی چه حرفی را بزنید و حتی مهم‌تر اینکه چه زمانی چه حرفی را نزنید. زمانی که شما بتوانید به این نقطه برسید، توانسته‌اید ارتباط مناسبی با بازیکن برقرار کنید. گاهی لازم است سکوت برقرار باشد؛ چرا که سکوت کافی است. هم بازیکنان می‌دانند چه می‌خواهی بگویی و بازیکن می‌داند چه سوالی می‌تواند انجام بدهد، این سکوت گاهی خودش یک مدل ارتباط است.

از بعد دیگری می‌خواهم به این مساله اشاره کنم که در دوران مربیگری اهمیت بسیار زیادی دارد. همه کسانی که اینجا هستند، پوشکاش را می‌شناسند. در کنگره‌یی که در فیفا بودم، آقای پوشکاش حضور داشتند. سخنرانی و مراسمی خداحافظی ایشان در فیفا بود. او به همه حضار گفت که این سخنرانی آخر من است و آخرین سخنرانی من است که دارم برای شما مطرح می‌کنم. می‌خواهم حالا راز مربیگری‌ام را برای شما بگویم. اگر همه آماده هستید بزرگترین درس مربی‌گری‌ام را به شما بگویم. من هم چیزی که از پوشکاش یاد گرفتم را به شما می‌گویم. تکرار می‌کنم این مطلب مال من نیست و مال پوشکاش است. پوشکاش به حضار گفت؛ همه آماده هستید؟ و سپس گفت؛ سعی کنید همیشه بهترین قرارداد را با رییس‌تان امضا کنید. اما خب به خاطر اینکه امروز سخنرانی من نیست، می‌خواهم به این اشاره کنم که بزرگ‌ترین درس من این است که سازگاری با شرایط بزرگ‌ترین درس است. در شرایط سخت این قوی‌ترها، بزرگترها و باهوش‌ترها نیستند که موفق می‌شوند آنهایی موفق می‌شوند که قدرت سازگاری بیشتری دارند.

بزرگ‌ترین اشتباه این است که یک مربی کپی‌برداری انجام بدهد. اگر شما حس می‌کنید با تقلید از تمرین‌های فرگوسن و کاپلو به موفقیت دست پیدا می‌کنید، کاملا اشتباه است. اگر می‌خواهید مربی خوبی باشید، باید مطمئن شوید که انگیزه و اراده درستی دارید. تمرینات را به‌خوبی دنبال می‌کنید. مطلب کلیدی برای آماده‌سازی این است که تمرینات به شکل مناسب و شکل صحیح انجام شود. برای مثال تمریناتی که من دو، سه یا چهار بار در تیم ملی انجام می‌دهم شاید چیزی نباشد که مربی با انجام دادش در باشگاه به هدفش برسد؛ چرا که این تمرینات برای یک تیم تاثیرگذار باشد. شما به منچستریونایتد

به ۹ قهرمانی جهان برسد که یک رکورد است و هیچ رقیبی به او نزدیک نشده است.

۵- یوسین بولت (دو و میدانی)
خیلی ساده، او سریع‌ترین مرد جهان است. یوسین بولت در طول پنج سال گذشته در مواد ۱۰۰ و ۲۰۰ متر توانسته است بهترین دوومیدانی‌کار جهان باشد و نامش را به عنوان رکورددار در این مواد ثبت کند. او علاوه بر شکست رکورد جهان، توانسته در دو المپیک ۲۰۰۸ لندن و ۲۰۱۲ لندن به مدال طلا برسد و بعید به نظر می‌رسد کسی بتواند مانع رسیدن او به سومین طلای پی در پی در المپیک شود. حتی ممکن است این ورزشکار جاماییکی‌ای علاوه بر کسب طلا رکورد خودش را نیز بهبود ببخشد و قدرت بی‌نظیر خود را به رخ بکشد. تنها نقطه منفی کارنامه او مسابقات قهرمانی جهان دائه‌گو بود که به دلیل شروع بد در ۱۰۰ متر کارش با خطا به پایان رسید.

۷- میگوئل ایندوریان (دوچرخه‌سواری)
این دوچرخه‌سوار اسپانیایی یکی دیگر از ورزشکاران صاحبنام در رشته ورزشی خود است. یک قهرمانی بلامنازع در دوچرخه‌سواری جاده. او در سال ۱۹۹۱ تا سال ۱۹۹۵ توانست به ۵ قهرمانی در توردوفرانس دست یابد. دو بار فاتح جیردود ایتالیا شده است و یکی از هفت دوچرخه‌سوار تاریخ است که در یک فصل توانسته دو بار به قهرمانی در جیردود برسد. او ۶۰ روز در توردوفرانس لباس طلایی را بر تن داشته است. اگر چه لانس آرمسترانگ هفت قهرمانی در توردوفرانس داشته است اما اعتراف او به دوپینگ باعث شده است که قهرمانی‌های این دوچرخه‌سوار امریکایی از او پس گرفته شود.

۱۴ قهرمانی بزرگ خود دست یافت. تایگر وودز از آگوست ۱۹۹۹ تا سپتامبر ۲۰۰۴ توانست ۲۶۴ هفته به عنوان بهترین گلف‌باز جهان شناخته شود. او سپس از ژوئن ۲۰۰۵ تا اکتبر ۲۰۱۰ توانست ۲۸۷ هفته به عنوان گلف‌باز شماره یک جهان شناخته شود. مسائل حاشیه‌یی باعث شد تا روند پیروزی‌های او در سال ۲۰۰۹ متوقف شود. اما او مجددا به عنوان بهترین ورزشکار این رشته بازگشت خوبی به میدان داشت.

۳- استقان هندری (اسنوکر)
شاید لقب سلطان اسنوکر بتواند موفقیت‌های این ورزشکار اسکاتلندی را که هفت قهرمانی جهان را کسب کرده است به خوبی نشان دهد. او جوان‌ترین ورزشکار تاریخ این رشته است که در ۲۱ سالگی به قهرمانی جهان رسیده است. هفت قهرمانی او در جهان یک رکورد محسوب می‌شود که هیچ‌کس نتوانسته به آن نزدیک شود. او در سال ۲۰۱۲ از این رشته خداحافظی کرد و اکنون مفسر این رشته ورزشی محسوب می‌شود.

۴- والننتینو روسی (موتو جی پی)
والنتینو روسی پس از اینکه در سال‌های ۲۰۰۱، ۲۰۰۲ و ۲۰۰۳ توانست به عنوان قهرمانی جهان دست یابد، رقیبانش او را متهم کردند که دلیل موفقیت او نوع موتوسیکلت اوست. با وجود اینکه شرکت (هوندا) یکی از بهترین شرکت‌ها در این رشته است، دکتر (لقب والننتینو روسی) در سال ۲۰۰۴ به یاماها پیوست که پیش از این نتوانسته بود به قهرمانی برسد. او در سال ۲۰۰۵ توانست به قهرمانی جهان برسد تا نشان دهد موفقیت‌های او به موتورهای شرکت هوندا برنمی‌گردد بلکه علت موفقیت خود اوست. او از سال ۱۹۹۷ توانسته است

گرنداسلم‌های این رشته دست یابد تا خود را به عنوان یکی از برترین تنیس‌باز تاریخ جهان مطرح کند. هفت قهرمانی از ۱۴ قهرمانی این تنیسور امریکایی در ویمنلدون به دست آمده است. از ۳۴ بازی که او با آندره آگاسی رقابت کرد، توانست در ۲۰ بازی به برتری برسد. او از ۱۶ بازی که با پت رفتر انجام داد نیز به ۱۲ پیروزی رسیده است

۱- فیل تیلور (دارت)
فیل تیلور، ورزشکار انگلیسی از اوایل دهه ۹۰ توانسته ورزش دارت را به سلطه خود درآورد. او نخستین عنوان قهرمانی جهان خود را در سال ۱۹۹۰ به دست آورد و از آن زمان تاکنون به ۱۵ قهرمانی دیگر دست یافته است که به یک نابغه در این رشته ورزشی تبدیل شود. تیلور در حال حاضر توانسته به بهترین ورزشکار رشته خود تبدیل شود. او در طول ۲۰ سال اخیر به قهرمان بلامنازع این رشته تبدیل شده است. سر وادل یکی از رقبیان تیلور درباره فیل تیلور می‌گوید: «برای شکست دادن او نباید با تمام تمرکز خود بازی کرد، بلکه باید با تمام وجود بازی کرد».

۲- تایگر وودز (گلف)
تایگر وودز، بهترین ورزشکار تاریخ گلف جهان و یکی از بهترین ورزشکاران تاریخ جهان است. او حتی زمانی هم که در رده آماتور بازی می‌کرد، بهترین بود و همیشه به قهرمانی می‌رسید. او در سال ۱۹۹۶ به نخستین ورزشکاری تبدیل شد که توانست به سه قهرمانی پیاپی در قهرمانی آماتورهای امریکا دست یابد. او در سال ۱۹۹۷ در نخستین سالی که در رده ورزشکاران حرفه‌یی بازی می‌کرد، توانست به قهرمانی برسد و به نخستین قهرمانی از

می‌روید و ۱۰ بازیکن مختلف با طرز تفکر مختلف و طرز تفکر انگلیسی‌ها را می‌بینید. بازیکن فرانسوی، آرژانتینی، برزیلی و سایر کشورها را در اختیار دارید. شما چگونه می‌توانید تمرینی انجام دهید که انگیزه و شور و اشتیاق بازیکنان حس شود در حالی که شما فقط ۶۰ دقیقه فرصت در اختیار دارید. در نتیجه می‌خواهم بگویم که شما باید خودتان را با داشته‌هایتان وفق دهید تا تلاش کنید روی نقطه‌یی دست بگذارید که بیشترین تاثیر را برای رسیدن به هدف دارد. شما اگر به پزشک مراجعه کنید و بگویید گلویم درد می‌کند اما اگر پزشک کرمی برای پای شما بدهد چه فایده‌یی دارد؟ یا اگر بازیکنی دچار دل‌درد شود و پزشک به او داروی قلبی بدهد چه فایده‌یی دارد؟

شما به عنوان یک مربی همیشه اول باید خوب مشاهده کنید و بعد تمرین بدهید. با تمرین فرگوسن، کی‌روش یا بورا نمی‌توان نتیجه گرفت. شما از من پرسیدید که نگرانی شما برای تیم ملی چیست. الان جواب می‌دهم. بعد از این مقدمه باید بگویم که نظر من چیست. دغدغه من این است که در جام جهانی با غرور و افتخار بازی کنیم و در تاریخی‌ترین و مهم‌ترین تورنمنت جهان با قدرت ظاهر شویم. معتقدم باید برنامه آماده‌سازی خاص و ایرانی شده برای جام‌جهانی داشته باشیم. معتقدم باید برنامه آماده‌سازی که کاملا با نیازهای فوتبال و بازیکنان ایران سازگاری داشته باشد، انجام شود. اگر بخواهیم به این مهم دست پیدا کنیم، نیاز به تمرین زیادی داریم. ما می‌توانیم برنامه آماده‌سازی خوبی داشته باشیم اما به برنامه‌یی نیاز داریم که بورا گفت. نیاز به بازیکنان داریم. ما می‌توانیم توپ و کمپ داشته باشیم و هزینه زیادی کنیم. ما امکانات تغذیه، اقامت و همه چیز را شاید بتوانیم خوب داشته باشیم اما یک چیز کم داریم و آن بازیکن است. بدون بازیکن هیچ کار نمی‌شود کرد. نگرانی من و ۶۰ میلیون ایرانی بعد از بازی با کره‌جنوبی و صعود به جام‌جهانی این هست که در برزیل خوب کار کنیم؛ تمامی آن افراد که من مسوولیت رهبری تیم ملی کشورشان را برعهده دارم و فوتبال‌شان را رو به جلو حرکت بهم. برنامه آماده‌سازی برای حضور پرافتخار در جام‌جهانی چیست؟ هیچ‌گاه از بار مسوولیت شانه خالی نمی‌کنم. مسوولیت من این است که بجنگم و رهبری تیم ایران را جوری انجام دهم که با افتخار در برزیل ظاهر شویم. سوال این است که کشورهایی مثل اسلونی، ایران، نیجریه می‌توانند قهرمان جهان شوند؟ چرا این کشورها نمی‌توانند به این سطح بالا برسند؟

۸- لیوئل مسی (فوتبال)

درست است که او در یک تیم بازی می‌کند اما لیوئل مسی سمبل یا به عبارتی عصاره فوتبال است. او توانسته است ۲۲۳ گل در ۲۵۲ بازی به ثمر برساند. شکستن رکورد گلزنی گرد مولر در یک سال و کسب ۴ توپ طلای فوتبال جهان از جمله افتخارات بزرگ این ستاره آرژانتینی است. مسی در یک تیم بازی می‌کند که ورزش گروهی است اما نباید فراموش کنیم که او یک فوتبالیست منحصر به فرد است.

۹- فلوید می‌وتر (بوکس)

در اصطلاح بوکس او سلطان رینگ است. او از سال ۱۹۹۶ به عنوان ورزشکار حرفه‌یی شناخته شد. او هر ۴۵ بازی خود را با ۴۵ پیروزی به پایان رساند. او تنها در یک وزن به قهرمانی نرسیده است بلکه در چندین وزن رقابت کرد و توانست با شکست رقیبان خود با قاطعیت به پیروزی برسد.

۱۰- مایکل فلیس (شنا)

این شناگر امریکایی سمبل ورزش شنا محسوب می‌شود که توانسته به ۱۸ قهرمانی در المپیک دست یابد. ۲۲ مدال در المپیک که ۱۸ تای آن طلاست رکورد باورنکردنی این شناگر امریکایی است که در نهایت با افتخار از ورزش شنا خداحافظی کرد.

۱۱- میشل شوماخر (فرمول یک)

این ورزشکار آلمانی که همیشه خنده به روی لب داشت تا قبل از اینکه سباستین فتل به قهرمانی برسد، برترین ورزشکار رشته خود بود. او با هفت قهرمانی جهان در این عرصه رکورددار است و از همه ورزشکاران این رشته در تاریخ بیشتر به قهرمانی رسیده است.



# جدیدترین تکنولوژی تلویزیونی دنیا B.ford

دیگر احتیاج به کامپیوتر ندارید و به جای کامپیوتر هم برای شما کار میکند، بدون نیاز به دیش ماهواره و تنظیمات پیچیده بدون نیاز به سیم کشی و نصب قابل حمل به هر مکان و در هر زمان احتیاج به اینترنت با سرعت بیش از ۱۶MB



قیمت دستگاه ۲۸۹£

HD/Wireless

۵۶ کانال لس آنجلسی  
۲۰ کانال از داخل ایران  
۹ کانال افغانی  
۴ کانال تاجیک

۱۰۰۰ سریال ایرانی هر کدام با بیش از ۲۵ تا ۳۰ بخش مسابقات ورزشی، ۱۰۰۰ فیلم سینمایی، موزیک و سرگرمی به همراه ۱۵۰ کانال ارمنی، کردی و ترکی و آشوری + ۲۰ کانال انگلیسی و کشورهای مختلف

02083953114

ساعات کار: ۹:۳۰ صبح تا ۳۰

## 5 STAR SAT

## ستلایت ۵ ستاره

نامی مطمئن و پیشرو

ضمانت یکساله و خدمات پس از فروش

خدمات ما شامل نصب و راه اندازی کلیه کانالهای ماهواره ای

در تمام نقاط انگلستان

نصب و تبدیل سیستم ثابت و موتورایز

جهت دریافت هزاران کانال

افغانی، فارسی، کردی، عربی، ترکی، و اروپائی

( دستگاه جدید افغانی با 4 کانال پشتو

و 5 کانال دری ) £289

020 8395 3114

078 1769 0167

Helpline

## موسسه حسابداری و مالیاتی

## KNIGHT CHADWICK

CHARTERED CERTIFIED ACCOUNTANTS & BUSINESS ADVISORS

## با مدیریت منصور شاهرخ

عضو رسمی انجمن حسابداران خبره انگلستان



تمامی امور حسابداری و مالیاتی مشاغل

خود را با اطمینان کامل و خیالی آسوده بدست

حسابداران با تجربه و رسمی ما بسپارید

ACCA

Mansour Shahrokh, BA (Hons) ACCA

Member of The Association of Chartered Certified Accountants

Unit 1A Woodstock Studios Telephone: 020 7096 1822

36 Woodstock Grove

Fax: 020 7993 6258

Holland Park Roundabout

Mobile: 07956 444 000

London W12 8LE

info@knightchadwick.co.uk

www.knightchadwick.co.uk



## جدول و سرگرمی

### طالع بینی هفتگی

متولدین فروردین (بره):

این هفته مسیره‌های زیادی پیش روی شما قرار دارد و شما نمی‌دانید اول کدام راه را باید بروید. این گفته به معنی این نیست که سرتان خیلی شلوغ است، بلکه بدین معنی است که واقعا شما دوست دارید با انواع مختلف فعالیت خود را مشغول کنید. شما نیاز پیدا خواهید کرد برای محدود کردن گزینه‌های خود چند انتخاب خیلی جدی داشته باشید، برای اینکه حتی شما هم نمی‌توانید همه کارها را انجام دهید.

متولدین اردیبهشت (گاو):

با وجود اینکه شما در مورد مسائل عشقی همیشه اهل عمل بوده‌اید، ولی اکنون دوست دارید کمی در محیط‌های هیجان‌انگیز قرار بگیرید. خوشبختانه ذهن شما بیشتر تجربی عمل کرده است و شما همیشه از سیر و سفر کردن در سرزمین رویاها لذت برده‌اید. اما نباید زیاد هم ریسک کنید، رویاهای شما تحقق نمی‌یابند، مگر اینکه شما

اطمینان حاصل کنید مسیری که در پیش گرفته‌اید واقعا همان چیزی است که می‌خواسته‌اید.

متولدین خرداد (دوقلوا):

این هفته شما در رویاهایتان می‌توانید در دام عشق گرفتار بشوید، خواه این رابطه بر پایه واقعیت باشد یا نباشد، برای اینکه سیاره بخت شما یعنی عطارد با سیاره گمراه کننده نپتون هماهنگ شده است. اما انتظار نداشته باشید یک رویای قدیم مشابه دوباره به ذهنتان برگردد. در عوض باید حواستان جمع باشد و اول همه جوانب را بررسی کرده و بعد عاشق شوید.

متولدین تیر (خرچنگ):

با وجود اینکه این هفته شما تصمیم گرفته‌اید کارهای نیمه کاره زیادی را تمام کنید، اما اگر نتوانستید تمام انتظارات خود را برآورده کنید، آرامش خود را حفظ کنید. لازم است بعضی از فعالیت‌های خود نه تنها فعالیت‌های کاری، بلکه برخی از کارهای تکراری روزانه‌تان را کمتر کرده و وقت خالی داشته باشید. به موسیقی گوش دهید، فیلم نگاه کنید، برای گردش به طبیعت بروید، اینها کارهایی بودند که شما مدت‌ها خودتان را ازشان محروم کرده بودید. شما بعدا هم می‌توانید تعهدات

خود را انجام دهید.

متولدین مرداد (شیر):

ممکن است شما فکر کنید که عصبانیت‌تان فروکش خواهد کرد، اما واقعا اینگونه نخواهد شد، به خصوص اگر یکی از افرادی که با شما رابطه‌ای صمیمانه دارد به جای اینکه از برنامه‌های شما پیروی کند طبق برنامه‌ریزی خودش عمل کند. لزومی ندارد به دلیل اینکه شما می‌خواهید محیط اطرافتان را تحت کنترل خود درآورید از فرد دیگری انتقاد کنید. حتی اگر متوجه نشدید که چه دلیلی باعث متفاوت عمل کردن دیگران شده است، بهشان اجازه بدهید هرقدر که دلشان می‌خواهند کارهای عجیب بکنند.

متولدین شهریور (سنبله):

اکنون که ماه به نشانه برج سنبله بازگشته است، ممکن است احساسات شما با منطقتان تضاد داشته باشند. تلاش کردن برای حل این مشکل باعث خوشحال شدن شما نخواهد شد، برای اینکه حتی زمانی که شما در مسیرهای مختلفی پیش می‌روید نیاز دارید که هم به عقلتان رجوع کنید و هم به حرف دل‌تان گوش بدهید. لزومی ندارد که خودتان به تردیدهایتان فکر کنید، مگر اینکه فکر کنید حتماً باید یک اولویت را

در نظر داشته باشید. وقتی که نتایج فعالیت‌های شما آشکار می‌شود، در روزهای آینده وقت شما آزادتر خواهد شد.

متولدین مهر (ترازو):

شما این هفته ممکن است فکر کنید که باید بعضی از چیزها را از دیگران پنهان کنید، اما وقتی که سیاره بخت شما یعنی ونوس با اورانوس هماهنگ می‌شود، اعتراف کردن به آرزوهای غیرعادی‌تان نسبت به آن چیزی که فکر می‌کردید می‌تواند هم لذت بخش‌تر و هم اطمینان بخش‌تر باشد. انتظارات شما می‌توانند مانع این کار بشوند، اما مادامی که شما نتایج این کار را باور نداشته باشید، هیچ چیزی ممکن نخواهد بود.

متولدین آبان (عقرب):

این هفته حتی اگر از سوی دوستان قابل اطمینان خود تحت فشار قرار گرفتید، زمانی را برای دنبال کردن رویاهای تحقق نیافته‌تان اختصاص بدهید. اکنون که نپتون و اورانوس متوجه دنیای درون شده‌اند شما هم می‌توانید از این فرصت استفاده کرده و سیر و سفری سرگرم کننده به دنیای درون خود داشته باشید. با وجود اینکه لزومی ندارد انگیزه‌های خود را برای

دیگران توضیح دهید، اما در نهایت به دیگران اجازه بدهید که بفهمند شما در خلوت خود چه دورانی را سپری کرده‌اید.

متولدین آذر (کمان):

هر قدر که رویاهای شما به واقعیت نزدیک‌تر می‌شوند، شما نیز بیشتر انگیزه خود را از دست می‌دهید. این هفته آرزوهای شما می‌توانند دید شما را به روی دنیای زیبا و غریبه‌ای بکشایند، اما هرچقدر که شما به مراحل پایانی نزدیک‌تر می‌شوید، نسبت به انتخایی که کرده‌اید نامطمئن‌تر می‌شوید. فراموش نکنید که هم اکنون مرز باریکی بین رویا و واقعیت وجود دارد، و شما به راحتی می‌توانید آن را تغییر بدهید.

متولدین دی (بز):

عموماً شما توانایی این را دارید که با یک رفتار معقول با دیگران همکاری متقابل برقرار کنید. با وجود این این هفته برایتان سخت است که تعادلی منطقی بین الهامات درونی و عمل کردن به برنامه‌های خود ایجاد کنید. در حالی که شما از اصول خود پیروی می‌کنید عاقلانه‌ترین راهبردی این است که همه چیز را رها کرده و به خدا واگذار کنید.

متولدین بهمن (ظرف آب): این هفته خواه شما در دنیای واقعیت سیر کنید خواه در عالم رویا به سر ببرید، روزی پر از احساسات عاشقانه برای شما خواهد بود. ونوس زیبا همراه با سیاره بخت شما یعنی اورانوس در حال تغییر دادن سیستم شما هستند. با توجه به وجود اورانوس نگران پایداری و ایستادگی نباشید. فراموش نکنید که فقط به دلیل اینکه یک فرد متفاوت شما را هیجان زده کرده، نباید نباید خیلی زود برانگیخته شده و واکنش نشان بدهید.

متولدین اسفند (ماهی):

اگر این هفته شما بتوانید به جهانی آرمانی راه پیدا کنید، در حالی که موسیقی مطلوب شما به نرمی در پس زمینه نواخته می‌شود، همه رنگها نیز کاملاً با هم هماهنگ خواهند بود. خوشبختانه لزومی ندارد برای اینکه دنیای کاملی را ببینید به جاهای دیگر مسافرت کنید، برای اینکه عطارد با نپتون در سازگاری کامل به سر می‌برد. از همان جایی که هستید به رویاهایتان فکر کنید و سعی کنید حداقل یکی از آنها را به واقعیت تبدیل کنید.

#### جدول عادی

افقی:

- ۱- نوعی فن قابل نصب در اتاق- تمرین نظامی
- ۲- آب ویرانگر- کشوری جزیره‌ای در آسیا- واحد وزن
- ۳- سطح- بهشت زیر پای اوست-
- ۴- تنبل جالبی- ابزار رگزنی
- ۵- زخم آب کشیده- مبارک- عدد ورزشی
- ۶- دفعه- سرگرد قدیم- زدنی بهانه‌جو
- ۷- یکی از طیور که در آب شنا می‌کند و در هوا نیز می‌پرد- تکرار شده- رفتار به نرمی
- ۸- دانه- مرطوب- یار سوسیس
- ۹- نگاه‌دارنده- شب عرب
- ۱۰- میان‌روی- آمدن به سبک بزرگان- حرف هشتم
- ۱۱- قمارباز خاکسترنشین- ناپاک- مخلوط و آمیخته
- ۱۲- شهر توت- مجازات- صدای بم
- ۱۳- نت میانی- مکانها- کمک پرستار
- ۱۴- سلاخی آهنی کوتاهتر از شمشیر- ای دل شاعر- مؤثر- طمع
- ۱۵- مارکی بر خودروهای سنگین- گیاهی طبی از تیره بقولات- وسط مرکز اسپانیا- فاقد تناسب

عمودی:

- ۱- دختر نیست- شیرینی سنتی تبریز
- ۲- گاز کمیاب- قالب شعر خیام- دیکته
- ۳- بز کوهی- زمان بی‌پایان- سخن نیشدار- تهویه‌کننده آشپزخانه
- ۴- خانه‌ها- عاقل- سمت و سو
- ۵- وسیله‌ای برای آماده کردن چای- جاننده- مطابق روز
- ۶- توانا- ثروت- تن و بدن
- ۷- اندیشه- آحاد- مبارزه
- ۸- حرف انتخاب- جزیره ایرانی- وسیله مکالمه- کمر بند طبی
- ۹- هماهنگ- مژده‌رسان- لباس
- ۱۰- شهر وسیع استان
- ۱۱- گیلان- چاقو- شهری در استان کردستان
- ۱۲- پوستین- نقاش مدعی رسالت- مریخ
- ۱۳- زوبین- استارت قدیم- از جان گذشته
- ۱۴- کلمه سوآلی- شایسته-
- ۱۵- صدای بلند- میوه مربا
- ۱۶- شب اول زمستان- بو- رودی در آلمان
- ۱۷- دیوان محاسبات کشور مستقیماً زیر نظر مجلس... است- جرس

۱۵	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱

#### جدول ویژه

افقی:

- ۱- خدمه هواپیما- کشور ورشو
- ۲- نوعی از پلاس- شغل مستوفی- عبث و بیهوده
- ۳- غیرت- اتناق کار- خرد- مشک
- ۴- دستاویز- وسیله‌ای الکتریکی در منزل- مقیاس طول
- ۵- بدن انسان- شیرینی سنتی تبریز- از خواهران برونه
- ۶- کلمه افسوس- ارادت‌مند- شهری در ژاپن
- ۷- بله آلمانی- چوپان- کسی که کارش بریدن قطعه‌های مصالح در اندازه‌های مناسب است
- ۸- عصر- ضربه روحی- جانب- درست شدن کارها
- ۹- فک- بزرگواری- یازده!
- ۱۰- افشرده آلو- تفاله چغندر- گذرنده
- ۱۱- پرنده تنها- تصدیق بی‌ادبانه- پرتابه انفجاری
- ۱۲- لعاب- باکتری دراز- زیردست
- ۱۳- اضافه بار- حرف دوم یونانی- نوردهنده- پایین حوض
- ۱۴- کودک بی‌پدر- عاقل- زندان مسعود سعد
- ۱۵- سمی مهلک- رشد گیاهان از طریق بذر

عمودی:

- ۱- حيله- نوبنیاد
- ۲- آخرین ساخته اکران شده مارتین اسکورسیزی- دالان- زن شلخته
- ۳- خاک بتونه- با داد آید- پیشگاه ساختمان- شرکت اتومبیل‌سازی کره جنوبی
- ۴- پول کویت- شورش و ازدحام- واحد وزن سنتی
- ۵- مستحج- ملحد- ماه سرپانی
- ۶- فوج- بار درخت- حوض آبنتی
- ۷- داروی هوشبری- شهری در استان مرکزی- نام پسرانه
- ۸- چهار من تبریز- تخت- اندوه- جامد
- ۹- نام مردانه- فرمان کشتی- گوالبدن
- ۱۰- کشوری در قاره کهن- بها بازار- نظیر
- ۱۱- پسوند مولد- نام انصاری فرد مهاجم تراکتور- قطع کردن
- ۱۲- ادات تشبیه- عنوان امپراتوران آلمان- بازسازی
- ۱۳- مژه شکست- خدمتکار مرد- نیلوفر آبی- مخفف نه از
- ۱۴- گروه مجهز- آگیر- مرکز فرماندهی
- ۱۵- شاعر شیلیایی برنده جایزه ادبی «میگوسل سروانتس» ۱۲-۲۰- پسوند آلودگی

## طراحی وب سایت

۰۷۸۱۱۰۰۰۴۵۵

انجام کلیه امور برقی و تعمیرات الکترونیسیته  
کلیه امور kitchen, Bathroom  
شامل:

Kitchen Tiling,  
Cupboard Fitting, Flooring, ...  
07807805218 - 07853228313

## خدمات لوله کشی آب و گاز

خدمات نقاشی ساختمان  
تعمیرات ساختمان کلی و جزئی

۰۷۷۸۰۸۱۴۳۷۴

## خدمات لوله کشی و نجاری

خدمات نقاشی ساختمان  
تعمیرات کلی و جزئی ساختمان

۰۷۸۷۴۰۰۱۷۲۵





# Cheapest flights to the middle east

Turkish  
Airlines

**Tehran**  
fr £430  
Return

including all tax  
& charges

Iraqi  
Airways

**Baghdad**  
& Sulaymaniyah  
fr £438  
Return

including all tax  
& charges

Iran  
Air

Direct  
**Tehran**  
fr £460  
Return

including all tax  
& charges

Turkish  
Airlines

**Mashad**  
fr £441  
Return

including all tax  
& charges

## Call us now or book online

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

# 0207 724 8455

Open Monday to Saturday 9.30am till 6.00pm

Turkish  
Airlines

**Shiraz**  
fr £441  
Return

including all tax  
& charges

Gulf  
Air

**Dubai**  
fr £378  
Return

including all tax  
& charges

Turkish  
Airlines

**Tabriz**  
fr £478  
Return

including all tax  
& charges

Business  
Class

**Tehran**  
Iran Air  
fr £1038  
Return

including all tax  
& charges







یکتایطعمه‌های شکر

ایران ۱۰۰٪



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