

با اضافه کردن ۴۰ موشک بالستیک قاره پیمای به زرادخانه هسته‌ای روسیه

## مسابقه تسلیحاتی

به سوی همکاری با یکدیگر سوق داده است. اما زبان نظامی به آرامی اما با قاطعیت در حال سایه افکندن بر زبان دیپلماسی و احترام متقابل است. الکساندر. ام. گولتس، تحلیلگر نظامی مستقل روس، می‌گوید: «همگان باید درک کنند که ما در دنیایی کاملا متفاوت از دو سال پیش زندگی می‌کنیم. در آن دنیا- که ما از دستش دادیم- می‌شد امنیت را با پیمان‌ها و با اقدامات اعتمادساز دوجانبه سازمان داد. اکنون ما به وضعیت کاملا متفاوتی رسیده‌ایم که در آن بهترین راه برای تضمین امنیت‌تان بازدارندگی نظامی است.»

در حاشیه نمایشگاه نظامی روسیه در روز سه‌شنبه، افسران روسی و دانشکامیان این کشور مجموعه‌ای از سمنارها را برگزار کردند که بر این مساله متمرکز شده بود که تهدیدات بر امنیت ملی روسیه در عصر جدید چیست. یکی از تهدیدات همانا گسترش ناتو به شرق اعلام شد که به دو طریق می‌کوشد روسیه را تهدید کند: یکی از طریق ابزار نظامی و حضور در کشورهای همسایه و اقماری این کشور و دیگر از طریق برانگیختن انقلاب‌هایی داخلی مانند آنچه در اوکراین رخ داد. نیویورک‌تایمز می‌نویسد: «روس‌ها احساس تنهایی و محاصره می‌کنند؛ احساسی که دائما باعث می‌شود روس‌ها دست به تعمیرات نظامی اساسی زده و اقدام به نوسازی ارتش خود کنند، آن هم ارتشی غیرمجهز و ضعیف که در دو جنگ با چین در دهه ۹۰ بسیار بد عمل کرد.» ایگور کوروچنکو، سردبیر مجله National Defense، می‌گوید: «ارتش روسیه در حال بازگشت به فعالیت‌ها و آموزش‌های رزمی نرمال است. ما دقیقا همان کاری را می‌کنیم که همتایان غربی‌مان انجام می‌دهند.» او انکار می‌کند که روسیه طرحی برای تهاجم به اوکراین یا اروپا داشته باشد؛ اما اذعان می‌کند که آمریکا...

ادامه در صفحه ۴

آنها آن را «دیزنی لند نظامی روسیه» می‌خوانند و تاکید بر این ایده که روسیه به زودی ارتش مدرن و با فناوری بالا خواهد داشت، در واقع بخشی از این فانتزی است. اما رویکردهای نظامی نشان می‌دهد که چگونه رقابت نظامی جای دیپلماسی در روابط شرق و غرب را گرفته است. در پارکی در ۲۰ مایلی خارج از مسکو، پرزیدنت ولادیمیر پوتین از اولین نمایشگاه نظامی پیشرفته این کشور استقبال کرد و در اظهارنظری عمومی اعلام کرد که سال جاری روسیه ۴۰ موشک بالستیک قاره پیمای به زرادخانه هسته‌ای‌اش خواهد افزود.

چند روز پیش اعلام شد که ایالات متحده در نظر دارد سلاح‌های سنگین خود را در کشورهای بالتیک و لهستان مستقر کند تا در صورت تهدید روسیه بتواند ۵ هزار نیروی نظامی مستقر در این کشورها را آماده مواجهه با تهدید روسیه سازد. تحلیلگران تاکید روزافزون بر مسائل نظامی را به عنوان نشانه‌ای از تغییرات رخ داده پس از بحران اوکراین می‌نگرند که باعث روابطی تهاجمی‌تر میان روسیه و غرب شده است. این دسته از تحلیلگران می‌گویند احتمال وقوع مسابقه تسلیحاتی جدید می‌رود. با وجود اینکه رقابت ادامه دارد؛ اما این رقابت از نوع «Slow-Motion» است؛ چرا که علاقه اندکی برای سرمایه‌گذاری در رقابتی مانند دوران جنگ سرد وجود دارد. به گزارش نیویورک تایمز، روسیه به دلیل مشکلات اقتصادی‌اش احتمالا نمی‌تواند سلاح‌هایی را که مد نظر پوتین است تا سال ۲۰۲۰ تهیه کند. ۶ ماه پیش، رئیس‌جمهور روسیه گفته بود که این کشور تا پایان سال ۵۰ موشک بالستیک به زرادخانه هسته‌ای‌اش خواهد افزود؛ اما یکی از مقام‌های نظامی ارشد روسیه می‌گوید: «اشتیاق روسیه با جیبش نمی‌خواند.» او می‌گوید دخل و خرج روس‌ها با هم جور در نمی‌آید و ادعاهای پوتین با آنچه در جیب دارد نمی‌خواند. از سوی دیگر، نگرانی‌های مشترکی مانند افراط‌گرایی و پرونده هسته‌ای ایران دو کشور را

**در خاک خفتند**  
امادشمن رابه خاک نشانندند

تقدیم به ۱۷۵ شواص غواصان عملیات گریزی چهار  
که دست بسته زنده به گور شدند

**وداع با غواصان**

صفحه ۴

طرح از عباس بهمنی - فرمونت نیوز

ادبیات ۱۱ صفحه **بین الملل** ۷ صفحه **سینما** ۱۲ صفحه **فناوری** ۱۷ صفحه **مشاغل** ۲۰ صفحه

### چگونه شریک تجاری انتخاب کنیم؟

گروهی از مدیران عامل شرکت های استارت آپ از افراد عضو در انجمنی اینترنتی سوالی با این عنوان را مطرح کردند که چه زمانی درمی یابید که می توانید با یک فرد شرکتي را تأسیس کنید؟ نیمی از افرادی که در این بحث شرکت ...

### رسانه های اجتماعی چالش نوین امنیت

رسانه های اجتماعی گاهی به منزله چالشی اصولی برای امنیت ملی محسوب می شوند. کلید پیروزی در جنگ های سایبری بیش از آن که تسلط بر فضای سایبری باشد، امن تر کردن فضای فیزیکی آن است. ...

### بازیگری برای تمام فصول

ظاهر اولیه کریستوفر لی در دراکولای ۱۹۵۸ مثل یک شوک بود. تا پیش از آن خون آشامان افسانه ای بیش از هر چیز شبیه موجود کلاسیک آلمان نوسفراتوی شیطانای با بازی مکس شرک بودند؛ موجودی رنگ پریده ...

### کار را به اروپایی ها بسپارید

حتی پیش از اینکه توافق هسته‌ای با ایران به امضا برسد، فضای بحث در واشنگتن به سمت تبعات منطقه‌ای یک توافق احتمالی کشیده شده است، اما درس‌هایی که از موفقیت مذاکرات هسته‌ای تا این جای کار...

### نویسندگی زنان کافی نیست

نشریه «گاردین» مطلبی را به نقل «کامیلا نامید شمس»، رمان‌نویس معاصر پاکستانی مینی بر انتشار فقط کتاب‌های زنان در سال ۲۰۱۸ منتشر کرد؛ مطلبی جنجالی که تا کنون حداقل از سوی یک ناشر مورد موافقت ضمنی قرار گرفته و بحث‌های ...

To reach your **Iranian** community, talk to “**Persian Weekly**” first!



99,173

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

Tel: 07811000455 - info@persianweekly.co.uk

## هفته ای که گذشت

۷ ایرانی‌تبار در پارلمان سوئد

در بین ۳۴۹ نماینده این دوره، نام هفت نفر ایرانی‌تبار نیز دیده می‌شود که آنان نیز در گروه سنی حدوداً ۳۰ سال جای دارند. رادیو سوئد گزارش داد؛ پس از اعلام نتایج انتخابات سراسری سوئد، مشخص شد که پارلمان جدید، جوان‌ترین پارلمان تاریخ سوئد است. متوسط سن نمایندگان پارلمان این دوره، ۳۵ سال است. در مقایسه‌ای بین‌المللی، پارلمان سوئد نمایندگان جوانی دارد که بسیاری از آنها کمتر از سی سال سن دارند و این درحالی است که متوسط سن نمایندگان پارلمانی در جهان ۵۰ سال است. در بین ۳۴۹ نماینده این دوره، نام هفت نفر ایرانی‌تبار نیز دیده می‌شود که آنان نیز در گروه سنی حدوداً ۳۰ سال جای دارند.

اهدای اعضای خاتم مهندس ایرانی به ۶ کانادایی

اعضای بدن زن جوان ایرانی که چند روز پیش در کانادا قربانی سارقان شده بود، به ۶ بیمار نیازمند در این کشور اهدا شد.
همشهری نوشت؛ این زن که در یک پمپ‌بنزین کار می‌کرد زمانی که قصد داشت مانع فرار ۲ سارق شود با ماشین آنها زیر گرفته شد و جان باخت. ۶ماه پیش بود که مریم رشیدی ۳۵ساله، همراه شوهر و پسرچپه ۶ساله‌اش به کانادا مهاجرت کرد تا زندگی تازه‌ای را در آنجا شروع کند.

او فارغ‌التحصیل رشته مهندسی شیمی از دانشگاه صنعتی شریف بود و شوهرش نیز فارغ‌التحصیل دانشگاه تبریز بود و هر دو پس از مهاجرت به کانادا در شهر مونترال ساکن شدند. زندگی در این شهر اما خیلی دوام نداشت و آنها به‌دلیل بازار کار نفت و گاز به شهر

کلگری مهاجرت کردند و در این میان مریم در یک شرکت نفت و گاز مشغول به‌کار شد اما پس از ۳ماه با آنجا قطع همکاری کرد و برای گذران زندگی مجبور به‌کار در یک پمپ‌بنزین شد.

موج جدید استیضاح

از هفته گذشته موج جدیدی از سوال و استیضاح ازسوی برخی نمایندگان مجلس به پا شده است. از طرفی بهارستان نشینان از توضیحات علی جنتی قانع نشدند

و کارت زرد دوم را به وزیر ارشاد اهدا کردند.
از طرف دیگر هیات‌رئیسه مجلس هم درخواست استیضاح وزیر آموزش و پرورش را اعلام وصول کرد. اگر پادرمیانی لاریجانی نبود، شاید حالا شمار اعلام وصول‌های استیضاح باید در اندازه اعضای کابینه می‌بود. در همین حال گمانه‌زنی‌هایی هم درباره استیضاح وزرای کشور، نیرو، راه و شهرسازی و ورزش مطرح می‌شود.

ویروس‌های جاسوس

همزمان با ادامه مذاکرات هسته‌ای، به‌نظر می‌رسد که اسرائیل هم از هر گونه اخلاخ در روند مذاکرات کوتاهی نکرده و نمی‌کند. پیش از این با تشویق برخی سران ۵+۱ به سنگ‌اندازی در روند مذاکرات، بعد ترساندن اعراب از ایران هسته‌ای و حالا ششود مکالمات مذاکرات. اخیرا شرکت کاسپرسکی از کشف بدافزار جاسوسی روی سیستم‌های سه هتل محل برگزاری مذاکرات خبر داده که طراحی اسرائیل است. ایران نگرانی جدی خود را از امنیت اماکن محل برگزاری مذاکرات به دولت‌های سوئیس و اتریش اعلام کرده است.

توافق بدون نیاز به تمدید؟

با ترخیص جان‌گری از بیمارستان همه گمانه‌زنی‌ها درباره تمدید مهلت مذاکرات به پایان رسید. وزیر خارجه آمریکا که از ناحیه استخوان ران دچار شکستگی شده بود پس از اینکه از بیمارستان مرخص شد ضمن تأکید بر اینکه ثانیه‌ای از مذاکرات را از دست نداده و با همتای ایرانی‌اش مکاتبات ایمیلی داشته است، اعلام کرد:

حمایت روحانی از شادی مردم حتی رئیس‌جمهور هم نتوانست نسبت به لغو کنسرت‌ها بی‌تفاوت بماند. روحانی پس از آنکه در کنفرانس مطبوعاتی‌اش نسبت به تضییع حقوق مردمی که بلیت کنسرت‌های مجوزدار را می‌خرند، تأکید کرد در سفر به بجنورد هم بر سخنانش تأکید مجدد کرد و گفت چه اشکالی دارد که وقتی موسیقی نواخته می‌شود مردم شاد شوند. این در شرایطی است که فرمانده ناجا ممانعت از برگزاری کنسرت‌ها را وظیفه ذاتی و شرعی پلیس می‌داند.
اخیرا سخنگوی وزارت ارشاد از تلاش برای

جمعه ۲۹ خرداد ماه ۱۳۹۴ - شماره ۳۹۹

با وجود نزدیکی به آغاز فصل تابستان و نیز افزایش سفرها به دلیل فراغت خانواده‌ها از امتحانات و کنکور و نیز به‌رغم تسهیلات نسبتاً مناسبی که تورهای خارجی برای سفر به مسافران پیشنهاد می‌دهند، اما باز هم کشش چندانی در بازار آزاد نسبت به خرید دلار وجود ندارد.

استارت ۲۰۱۸

استارت بازی‌های مقدماتی جام جهانی فوتبال ۲۰۱۸ روسیه از روز سه‌شنبه در داش‌آغوز ترکمنستان برای تیم ملی فوتبال کشورمان زده شد. شاکردان کارلوس کی‌روش برای اینکه بتوانند سهمیه حضور در جام جهانی را کسب کنند، باید در مسابقات مقدماتی قدم‌به‌قدم پیش بروند. اولین قدم رویارویی با ترکمنستان بود که به همراه عمان، هند و گوام در گروه پنجم مقدماتی جام

جهانی ۲۰۱۸ و جام‌های ۲۰۱۹ حریفان ایران شده‌اند. از حالا تا دو سال بعد تیم ایران حداقل ۸ بازی و حداکثر ۲۲ بازی انجام خواهد داد.

رونمایی از یکتا

وزیران دولت‌های نهم و دهم این هفته از تشکیلی سیاسی به نام «یکتا» رونمایی کردند که بنا به گفته معاون سیاسی وزیر کشور غیرقانونی است و از کمسیون ماده ۱۰ احزاب مجوز دریافت نکرده است. هرچند که دست‌اندرکاران این تشکل معتقدند که فعالیتشان در قالب جبهه نیازی به مجوز ندارد، اما از نظر وزارت کشور هرگونه فعالیت سیاسی افراد نیازمند مجوز است. برخی تحلیلگران این تشکل را ادامه‌دهنده راه احمدی‌نژاد یا حتی ابزاری برای حرکت چراغ خاموش رئیس‌جمهور سابق در انتخابات مجلس می‌دانند.

کمک نقدی به نیازمندان؟
یک عضو کمیسیون برنامه و بودجه از تقدیم طرحی دو فوریتی به هیات‌رئیسه مجلس خبر داده که در صورت تصویب آن، دریافتی هر یک از افراد تحت پوشش نهادهای حمایتی کمیته امداد یا بهزیستی ماهانه از ۵۳هزار تومان به ۲۴ هزار تومان افزایش خواهد یافت.وی گفته که این طرح براساس معیارهایی است که نسبت به نرخ تورم و پایه حقوق کارگری محاسبه می‌شود و متناسب با نرخ هر سال افزایش خواهد یافت.منابع مالی این طرح هنوز مشخص نشده است.

دلار در فضای انتظاری

جمعه ۲۹ خرداد ماه ۱۳۹۴ - شماره ۳۹۹

## 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 اصلی خود به سر می‌برد و نمی‌تواند یا نمی‌خواهد خود را تحت حمایت کشور خود قرار دهد. یا نافذ تابعیت است و در خارج از کشور خود به سر می‌برد اما به علت ترس نمی‌تواند یا نمی‌خواهد به کشور اصلی خود بازگردد.**
براساس کتوانسیون ژنو پناهندگان باید حداقل از حقوق زیر برخوردار باشند:

۱-عدم بازگشت به کشور مبدأ
۲-آزادی رفت و آمد
۳- تأمین آزادی فردی و امنیت جانی
۴- حق زندگی خانوادگی
۵-حق تحصیل و اشتغال.

طبق اعلامیه حقوق بشر عنوان پناهنده برای کسانی نیز که در سرزمین خود آواره‌اند به کار می‌رود. یکی از دلایلی که کسانی را که در داخل کشور خود آواره هستند پناهنده می‌نامند، این است که طبق قوانین بین‌المللی تعریف حقوقی این افراد این است: پناهندگانی که هیچ مرتز بین‌المللی‌ای را رد نکرده‌اند.

به موجب بند یک ماده ۱۳ اعلامیه جهانی حقوق بشر هر کس حق دارد در هر کشوری آزادانه عبور و مرور کند و محل

.....

## خواننده گرامی

مخارج هفته نامه پرشین فقط از محل آگهی ها و حق اشتراک تأمین میشود. هفته نامه پرشین انتظار دارد در صورتی که آن را می پسندید و ماندگاری آن را برای فرهنگ و فارسی زبانان مفید میدانید ما را یاری کنید.
همانطور که بارها نوشته ایم، در صورت ازدیاد تعداد مشترکان و آگهی ها، هفته نامه دوام میابد و به راه اطلاع رسانی وکارهای فرهنگی خود ادامه می دهد.هفته نامه پرشین مروهون محبت های کسانی است که تاکنون به درخواست ما آگهی دهندگان و مشترکاتی به ما معرفی کرده اند.

شورای همکاران و نویسندگان:
دکترعلا امیرشاهی،
امیرارسلان یکتامنش،
ناصر نوروزی

Tel: 020 7193 5592

Mob:078 11000 455

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

هفته نامه پرشین از نوشته های نویسندگان و خوانندگان استقبال کرده ولی در ویرایش آنها آزاداست.مسئولیت آگهی ها و صحت آنها بعهده صاحبان آن میباشد. هفته نامه

تیراژ: ۳۰۰۰ نسخه چاپی

.....

هفته نامه پرشین ۳

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

از گرفتن این اثر انگشت پناهجو باید در همان کشوری که از او اثر انگشت گرفته شده تقاضای پناهندگی کند و با ورود او به کشور دوم از او اثر انگشت گرفته می‌شود و در صورتی که در کشور دیگری از او اثر انگشتی وجود داشته باشد او را به همان کشور اول باز می‌گردانند.

البته گاهی اوقات قوانین و مصوباتی هم در راستای کمک به حال پناهجویان تصویب می‌شود اما برخی کشورها یا از اجرای آن سر باز می‌زنند یا راهی برای نور زدن آن می‌یابند.
اتحادیه اروپا به تازگی اصلاحاتی در قوانین پناهندگی تصویب کرده است تا پذیرش پناهجو در هر یک از کشورهای عضو به‌طور هماهنگ و به شکل استاندارد انجام گیرد، این مصوبه باید در مجالس تمام کشورهای عضو طی چند سال آینده به تصویب برسد و اجرایی شود. با قانون جدید رسیدگی به تقاضای پناهندگی باید حداکثر ظرف ۶ ماه انجام گیرد و در موارد پیچیده نباید بیش از ۱۸ ماه به طول بینجامد. همچنین در قوانین جدید، حقوق افراد زیر ۱۶ سال تقویت شده است، در حالی که سابقا با افراد نابالغ همچون بزرگسالان رفتار می‌شد. قانون جدید اتحادیه اروپا، همچنین تسهیلاتی برای کسانی که مورد شکنجه قرار گرفته‌اند و نیز افراد زیر ۱۶ سال در نظر گرفته تا از پرس و جوهایی رایج در فرودگاه‌ها معاف شوند.

یکی از کشورهایی که قوانین بسیار آسانی برای پذیرش آوارگان سوری وضع کرده است کشور سوئد است. اما این قضیه موجب تنش‌های سیاسی داخلی برای این کشور شده است و حزب راست افراطی که به شدت مخالف پذیرش پناهجو است دولت را وادار کرده است انتخابات زود هنگام برگزار کند و از این طریق قوانین پناهندگی را در کشور تغییر دهد و منابع ورود پناهندگان به کشور شود. کشور انگلیس هم که بالاخره بعد از سال‌ها مورد انتقاد واقع شدن تصمیم گرفته درهای خود را به روی پناهجویان باز کند، با دسته‌بندی کردن پناهجویان و در اولویت قرار دادن پناهجویانی که مورد تعرض جنسی قرار گرفته‌اند عملا به شکلی این قانون تازه تصویب‌شده اروپا را فعلا دور می‌زند و آنگونه که باید به‌صورت کامل زیر بار اجرایی کردن آن نمی‌رود.

**صرافی گاندی**

**Tel: 020 8446 4884**

**Mob: 0777 20 2222**

**www.gandhiexchange.co.uk**

691 High Road, North Finchley, London N12 0DA

**info@gandhiexchange.co.uk**

**PERSIAN WEEKLY**

**مسابقه تبلیحاتی**

99,173

**99173 Likes**

www.facebook.com/persianweeklypaper

Find us on Facebook

follow us on twitter

**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.**

.....





## اقتصاد

تحلیل آماری بریتیش پترولیوم از انرژی جهان منتشر شد

## جابه‌جایی غول‌های انرژی دنیا

«مرور آماری انرژی جهان ۲۰۱۵» عنوان گزارشی است که به تازگی توسط ششمین شرکت بزرگ نفت و گاز جهان، شرکت بریتیش پترولیوم، منتشر شده است. این گزارش که شصت و چهارمین نسخه از این سری گزارش‌های سالانه است یکی از معتبرترین و پرارجاع‌ترین مطالب منتشره در حوزه اقتصاد انرژی است که هر سال در ماه ژوئن منتشر می‌شود و مورد توجه بسیاری از تحلیلگران حوزه انرژی قرار می‌گیرد. گزارش امسال که «دنیای اقتصاد» نیز چند روز پیش خیر آن را به چاپ رساند، نکات مهم زیادی را درباره روندهای تازه تولید و مصرف انرژی در سطح جهان در بر دارد.

بریتیش پترولیوم در گزارش امسال خود که مشتمل بر ۴۵ صفحه است، آورده است که سال ۲۰۱۴ یکی از سال‌هایی بود که در آن «تغییر تکنوتیک» در تولید و مصرف انرژی جهان رخ داد. تکنوتیک اصطلاحی است زمین‌شناختی درباره جابه‌جایی لایه‌های زمین. این گزارش با اشاره به این اصطلاح، به جابه‌جایی بنیادینی که بین جایگاه غول‌های انرژی جهان روی داده، پرداخته است. در این گزارش بر تداوم تأثیرات توسعه نفت شیل آمریکا تأکید شده و با آمار دقیق نشان داده شده که آمریکا توانسته است عربستان سعودی را به‌عنوان بزرگ‌ترین تولیدکننده نفت جهان و روسیه را به‌عنوان بزرگ‌ترین تولیدکننده نفت و گاز جهان پشت‌سر بگذارد. تولید نفت آمریکا در سال ۲۰۱۴ تا ۱/۶ میلیون بشکه در روز افزایش داشته و اولین کشوری است که برای سه سال متوالی تولید را روزانه یک میلیون بشکه افزایش داده است. براساس این گزارش واردات خالص نفت آمریکا ۷/۳ میلیون بشکه در روز بوده که کمتر از سال ۲۰۰۵ است.

با این وجود مصرف انرژی جهان، ۰/۹ درصد رشد کرده است که کمترین نرخ از دهه ۱۹۹۰ به شمار می‌رود. این در شرایطی است که میانگین نرخ رشد ۱۰ ساله ۲/۱ درصد است. گرچه چین همچنان بزرگ‌ترین بازار انرژی جهان است (چین بیش از کل منطقه آمریکای شمالی انرژی مصرف می‌کند). اما تقاضای این کشور با کمترین نرخ از سال ۱۹۹۸ تاکنون رشد کرده است.

این تغییر جهت در تولید و مصرف تأثیر جدی بر قیمت انرژی و ترکیب سوخت داشته است. آمار بریتیش پترولیوم نشان می‌دهد قیمت نفت به شدت کاهش یافته است. علت این کاهش، افزایش عرضه ناشی از رکورد زنی رشد تولید کشورهای غیرعضو اوپک و حفظ سقف تولید اوپک بوده است. رشد مصرف زغال‌سنگ چین متوقف و همچنین رشد جهانی مصرف گاز طبیعی ضعیف شده است. زیرا زمستان نه چندان سرد در اروپا موجب کاهش شدید مصرف گاز شده است. در این گزارش به این مساله اشاره شده است که انرژی‌های تجدیدپذیر در میان دیگر انواع انرژی سریع‌ترین رشد را داشته‌اند و در سالی که رشد مصرف جهانی انرژی اولیه‌کننده شده، انرژی‌های تجدیدپذیر عامل یک سوم افزایش کل مصرف انرژی اولیه بوده‌اند. با این وجود، انرژی‌های تجدیدپذیر تنها ۳ درصد از انرژی اولیه را تشکیل داده‌اند.

نفت که ۲۲/۶ درصد از مصرف انرژی جهان را به خود اختصاص داده است

همچنان اصلی‌ترین سوخت جهان به شمار می‌رود. اما برای پانزدهمین سال متوالی سهم بازار نفت دچار کاهش شده است. مصرف جهانی نفت ۸/۸ میلیون بشکه در روز یا ۰/۸ درصد رشد کرده که اندکی کمتر از میانگین تاریخی مصرف نفت و بسیار کمتر از رشد ۴/۴ میلیون بشکه در روز در سال ۲۰۱۳ است. رشد تولید جهانی نفت بیش از ۲ برابر مصرف جهانی آن بوده و تا ۲/۱ میلیون بشکه در روز یا ۲/۳ درصد افزایش یافته است.

در گزارش بریتیش پترولیوم عنوان شده است که تولید جهانی گاز طبیعی تا ۶/۱ درصد رشد کرده که کمتر از میانگین ۱۰ ساله ۵/۵ درصدی است. رشد تولید در



همه مناطق به جز آمریکای شمالی کمتر از میانگین بوده است. آمریکا با افزایش ۶/۱ درصدی تولید، بیشترین افزایش جهان را داشته و ۷۷ درصد از رشد خالص تولید گاز طبیعی جهان را تشکیل داده است. مصرف گاز طبیعی اتحادیه اروپا ۶/۶ درصد بوده که یک رکورد محسوب می‌شود. صادرات جهانی گاز طبیعی بیشترین کاهش را داشته و به اندازه ۲/۲ درصد تنزل کرده است. علت عمده این کاهش ۸/۱۱ درصدی، صادرات گاز روسیه بوده است. براساس گزارش بریتیش

پترولیوم تجارت گاز طبیعی مایع ۴/۳۳ درصد از کل تجارت گاز را به خود اختصاص داده است.

بریتیش پترولیوم همچنین در گزارش خود به تجارت نفت در سراسر جهان پرداخته است. براساس این گزارش خاورمیانه با صادرات ۱/۸۵۰ میلیون تن نفت در سال ۲۰۱۴ بزرگ‌ترین صادرکننده نفت جهان بوده است. روسیه با صادرات ۸/۲۹۴ میلیون تن، غرب آفریقا با صادرات ۹/۲۱۳ میلیون تن و کانادا با صادرات ۶/۱۴۸ میلیون تن در رده‌های بعدی قرار دارند. اما از نظر صادرات فرآورده‌های نفتی مانند بنزین و سوخت دیزل، آمریکا با صادرات ۹/۱۷۹ میلیون

جمعه ۲۹ خرداد ماه ۱۳۹۴ - شماره ۳۹۹

هفته نامه پرشین ۹

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

توافق آزاد خواهد شد؛ و دوم نگرانی های هیستریک درباره اینکه توافق هسته

ای، تهران را قدرت برتر منطقه خواهد کرد.

حقیقت آن است که پشتیبانی ایران از عناصر رادیکال از زمان سقوط شاه آغاز شده است، و حتی در زمان سختی های اقتصادی هم متوقف نشده است. همان طور که سوزان مالونی، پژوهشگر موسسه بروکینگز، هم اشاره کرده است، بخش اعظم این حمایت ها از زمان جنگ ایران و عراق آغاز شد؛ دورانی که از نظر اقتصادی برای ایران مطلوب نبود. ایران حتی در دوران سختی تحریم ها هم از این گروه ها حمایت کرد و با وجود کاهش شدید درآمدها به خاطر محدودیت صادرات نفت و پایین آمدن قیمت آن، در سوریه سرمایه گذاری سنگینی کرد.

مسئله حمایت ایران از تروریسم ربطی به منابع مالی آنان ندارد، بلکه بیشتر به اراده سیاسی، فرصت شناسی و مشوق های سیاسی (یا در موردی مانند سوریه، نیازها و ضرورت ها) بستگی دارد. توافق هسته ای تغییری در این روند ایجاد نخواهد کرد.

استدلال هایی که علیه لغو بخش اعظم تحریم ها مطرح می شود معمولاً به یک



نکته ساده ختم می شود: اگر تهران بدون پول می تواند این قدر خسارت بزند، با ۱۰۰ میلیارد دلار چه کار خواهد کرد؟ اما این استدلال مبتنی بر این فرض است که ایران هیچ استفاده بهتری از ۱۰۰ میلیارد دلارش نخواهد کرد؛ مبلغی که حدود یک سوم تولید ناخالص ملی این کشور است. این مسئله با عقل سلیم در تناقض است. ایران مشکلات اقتصادی کهنه ای دارد که دولت نگران است در صورت حل نشدن به بحران بینجامد. این استدلال با حقایق تاریخی هم در تضاد است: دو سال پیش، ایران این ۱۰۰ میلیارد دلار را در اختیار داشت و آن را خرج اسد و حوثی ها یا دردرسازای در منطقه خلیج فارس نمی کرد. پیش از ژانویه ۲۰۱۲ که ایران در صادرات نفت محدودیتی

که تسلط بر منطقه است عملی خواهد کرد.

این روایت، روایتی تأثیرگذار، باورپذیر و ترسناک است. اما علاوه بر این سه

خلاصه، غلط هم هست. قطعاً ایران بخشی از درآمد ناشی از رفع تحریم ها و بهبود اقتصادی درازمدتش را صرف حمایت از گروه های مخالف ایالات متحده و شرکای این کشور خواهد کرد. اما در مورد این موضوع، به خاطر تلاقی چند عامل به طرز بسیار بدی اغراق شده است. دو عامل اصلی عبارتند از: ۱۰۰ میلیارد دلار درآمد نفتی ایران که دسترسی این کشور به آن به دلیل تحریم های مالی غیرممکن بوده است و پس از هشارد اقتصاددانان نسبت به انفجار بمب ساعتی نقدینگی

## رقابت حساب‌ها

ترکیب نرخ بهره منفی یا بسیار اندک یا چاپ پول فراوان، در واقع اکسیر ساختن حساب در اقتصاد است و حالا کم نیستند اقتصاددانانی که اعتقاد دارند ایالات متحده در حال شکل دادن به حساب‌هایی تازه است که دیر یا زود خواهند ترکید. این همان موضوعی است که نوریل روبینی، اقتصاددانی که پیش‌بینی بحران مالی سال ۲۰۰۷ به شهرت وی دامن زد نیز درباره آن اظهار نگرانی کرده است. وی در مقاله‌ای که در اول ژوئن در کاردین به چاپ رساند نسبت به تبعات انفجار «بمب ساعتی نقدینگی» هشدار داد، با انتشار این مقاله، وی نیز به جمع نه‌چندان اندک اقتصاددانانی پیوست که نگران تبعات نقدینگی مطنهی هستند که در سال‌های اخیر وارد اقتصاد شده است. نقدینگی البته مانند

نداشت، نفت بشکه ای ۱۰۰ دلاری، سالانه ۸۸ میلیارد دلار درآمد برای این کشور به ارمغان می آورد. بعید است کسی ادعا کند تمام این پول به دست تروریست‌ها رسیده است. ایران این پول را صرف اولویت های داخلی و بعد سیاست خارجی کرده است، درست مثل هر دولت دیگری.

احتمال خیلی بیشتر آن است که فقط بخش کوچکی از این درآمد صرف چنین مقاصدی شده باشد. کسی نمی تواند به دقت درصد آن را پیش بینی کند و تخمین ها در مورد کمک سالانه ایران به سوریه از رقمی بین ۶ تا ۱۵ میلیارد دلار حکایت دارند. با فرض درست بودن این ارقام، اگر ایران میزان کمکش را دو برابر کند و به چیزی بین ۱۲ تا ۳۰ میلیارد دلار برساند، این رقم باز هم تنها بخش کوچکی از هزینه های دفاعی ایالات متحده یا کشورهای حاشیه خلیج فارس است. اگر واقع گرایانه نگاه کنیم، مقابله با چنین هزینه کردن هایی دشوار نیست.

با این حال، این ندغه‌ها چه چالش مهمی را در کانون توجه قرار می دهد که ایالات متحده پس از امضای توافقی با ایران باید با آن روبرو شود و آن عبارت است از طراحی یک سازوکار امنیتی کارآمد منطقه ای که بتواند بر نابسامانی های فعلی که بخش های گسترده ای از خاورمیانه را گرفتار کرده است فائق بیاید و ارتباط میان ایالات متحده و شرکای منطقه ای اش را مستحکم تر از قبل کند. چنین سازوکاری می تواند به ایالات متحده و شرکایش در خاورمیانه کمک کند که با اقدامات ایران مقابله نمایند و مهم تر از آن، برای مقابله با ماجراجویی های ایران در آینده ساختارهای پایدارى به راه بیندازد. نشست اخیر سران ایالات متحده آمریکا و کشورهای عرب حاشیه خلیج فارس اولین گام در این راستا بود، اما در هفته ها و ماه های آتی باید شاهد اقدامات مشابهی باشیم.

تحریم‌ها باز هم در این میان نقش خواهند داشت. سیاست ایالات متحده این است که تحریم های مربوط به تروریسم (و تحریم های مربوط به تجارت تسلیحات) پابرجا بمانند، حتی اگر توافق هسته ای به سرانجام برسد. کارکرد بخشی از این تحریم ها، ترساندن بانک های خارجی از دادوستد با افراد و موسسات مشکوک در ایران و همچنین منع تجارت با شخصیت های حقیقی و حقوقی تحت تحریم است. علاوه بر این، دستورالعمل‌ها و استانداردهای سختگیرانه رایج در نظام بانckاری بین المللی که عمدتاً به خاطر مقابله با ایران تدوین شده اند، به همان قوت باقی خواهند ماند. مأموران مسئول تطبیق و ارزیابی بانک‌ها با توجه به جریمه هایی که موسسه های متوعشان به خاطر بی توجهی به تحریم‌ها با آن رو به رو شده اند، هشاریی خود را حفظ خواهند کرد. هیچ کدام از این شرایط پس از توافق با ایران فرقی نخواهد کرد.

درست است که رفع تحریم‌ها پس از توافق هسته ای با ایران، پیامدهای منطقه ای خواهد داشت، اما اگر به جای این که از ایران لولو خرخره بسازیم راه حل های منطقه ای و همکاری با کشورهای خاورمیانه را مدنظر قرار بدهیم، خواهیم توانست با این پیامدها مقابله کنیم. توافق هسته ای و بستن راه ایران بر سلاح هسته ای دستاوردهای راهبردی برای منطقه خاورمیانه و فراتر از آن دارد که نباید چشممان را روی آنها بندیم.

• ریچارد نفیو (Richard Nephew) پژوهشگر و مدیر برنامه حکومتداری، تحریم و بازارهای انرژی در مرکز سیاست های جهانی انرژی در دانشگاه کمبلیای ایالات متحده آمریکا است. او پیش از این در شورای ملی امنیت آمریکا مدیر کارگروه ایران بوده و از اگوست ۲۰۱۳ تا دسامبر ۲۰۱۴ به عنوان عضوی از تیم مذاکره کننده ایالات متحده در گفتگوهای هسته ای حضور داشته است. انتشار این مطلب صرفاً برای آگاهی خوانندگان از آخرین تحولات مربوطه در زمینه برنامه هسته ای صورت گرفته و به معنی تأیید محتوای مطلب نیست.

منبع: رویترز/ مترجم: علی عطاران

**راوندی**

نامی مطمئن و آشنا در امور ارزی و بازرگانی

**خدمات ارزی و بازرگانی**

**MADOCKS LTD.**

HMRC & FCA Registered

**Tel: 020 7499 5455**

**Fax: 0207 493 9797**

**dft@ravandit@gmail.com**

24 Nort Audley Street, London W1K 6WD

خون برای بازارهای مالی است، اگر سرمایه‌گذاری تصمیم

بگیرد اوراق قرضه خود را بفروشد اما نتواند مشتری مناسبی را در زمانی محدود پیدا کند، نگرانی وی از غیر قابل

نقد بودن دارایی‌اش، می‌تواند به سرعت به بازار منتقل و باعث وحشت در بازار و بروز مشکلاتی جدی شود. سرعت

به فروش رسیدن این دارایی‌ها، رابطه مستقیمی با میزان نقدینگی موجود در بازار دارد و از این رو نمی‌توان تزریق

پول به بازار را کلا اشتباه دانست. پس مشکل نقدینگی کجاست؟ حجم بالای نقدینگی، می‌تواند باعث بروز رفتاری

در بازار دارایی‌ها و خصوصاً اوراق قرضه شود که به آن اصطلاحاً رفتارهای گله‌وار می‌گویند.

به این معنا که حجم بالای پول در دست افراد و سرمایه‌گذاران، تعداد و حجم معاملات را در بازار افزایش می‌دهد. این افزایش، باعث شایعات و صحبت‌هایی (که بازارهای مالی تا حد زیادی بر پایه آن قرار دارند) مبنی بر بازدهی بالای این اوراق پرعامله شده و در نتیجه عده بیشتری به سمت آن گرایش پیدا می‌کنند. اما زمان زیادی

نیاز نخواهد بود تا سرمایه‌گذاران متوجه شوند که از چنین بازدهی خبری نیست و در واقع انتظارات آنها غیرعقلانی بوده است. خروج از بازار حتی سریع‌تر از ورود به آن رخ خواهد داد و این به معنای شکستن حساب است.

علاوه بر این به دلیل نقشی که بانک‌ها در ایجاد بحران اقتصادی ۲۰۰۷ داشتند، قانون و مقررات حوزه عمل آنها را محدود کرده است تا از بروز اتفاقاتی مشابه جلوگیری کند، اما این محدودیت ضمناً به این معنا نیز خواهد بود که این نهادها نمی‌توانند نقشی را که سابق بر این در ایجاد ثبات در بازار ایفا می‌کردند انجام دهند و این می‌تواند حتی باعث بروز بی‌ثباتی شدیدتر و سریع‌تر شود.









**مدرسه اندیشه**

**کلاس های آموزشی کودکان، نوجوانان و بزرگسالان**

**آموزش زبان فارسی**  
از سطح ابتدایی تا GCSE, A Level

**آموزش ریاضی**  
از سطح ابتدایی تا GCSE, A Level توسط معلم با تجربه ی تدریس در مدارس لندن

**زمان تشکیل کلاس ها: روزهای شنبه از ساعت ۱۴ تا ۱۷**

**ثبت نام ترم جدید ۱۳ سپتامبر ۲۰۱۴**  
جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره تلفن  
07846 508 534 تماس بگیرید

Trinity Church Golders, 90 Holford Road  
Golders Green  
London NW11 8EG  
Tel 07846 508 534  
www.andisheh.co.uk  
Email: info@andisheh.co.uk

**شرکت T.F.C**

**معاملات ارزی و حواله به ایران**

**با مدیریت شاهرخ ایزدی**  
کارشناس ارشد امور بانکی و بازرگانی

**با مجوز رسمی از FCA, HMRC**

**Tel: 020 8998 5316**  
**Mob: 077 7068 6861**  
West Africa House, Ashbourne Road  
Hanger Lane, London W5 3QP  
izadi@tfc ltd.net

**www.mojexchange.co.uk**

**020 8209 1159**  
**077 9300 0073**  
4-4A Accommodation Road, Golders Green London, NW11 8ED

یا جایگزین بود. جونا در ۲۲ ژوئیه سال ۱۹۴۹ از پدری ایرانی که مقیم روسیه بود و مادری اهل منطقه و شهر کوبان از قوم کازاک(فراق های جنوب روسیه) در روستای اورمیا در استان کراسنودار به دنیا آمد. به گفته نزدیکانشان از کودکی این نیروی شفا بخش در این کودک وجود داشت او می توانست سردرد را درمان و زخم ها را ترمیم کند.

در سال ۱۹۸۰ جونا به مسکو آمد. در یک کلینیک شروع به کار کرد و سپس کار خود را در آزمایشگاه وابسته به درمانگاه برنامه دولتی اتحاد جماهیر شوروی به صورت ویژه ایجاد شده بود ادامه. در سال ۱۹۹۱ مدیریت آکادمی بین المللی علوم بدیل یا جایگزین را برعهده گرفت. جونا از معتمدان لئونید برژنف، رهبر اسبق اتحاد جماهیر شوروی که سال ۱۹۸۲ درگذشت و وزیر خارجه پیشین شوروی، ادوارد شواردنازه بود و آنها را تحت درمان قرار داده بود. همسر سابق او می گوید که جونا "شفادهنده مخفی کرملین" و نوعی رایسوتین مونت سیاستمداران اتحاد جماهیر شوروی بود. ایگور ماتویونکو که تولیدکننده در عرصه موسیقی است در دهه هشتاد یک ماه همسر جونا بود. او می گوید که آن زمان مرتب با لیموزین های دولتی مقابل خانه آنها توقف می کردند و آپارتمان آنها میزبان رهبران کرملین و منرمندان نامدار شوروی بود که به رازداری جونا اطمینان داشتند. در مراسم ازدواج او و جونا در مسکو تقریباً تمام سیاستمداران عالی رتبه و مقامات بلندپایه حزب کمونیست اتحاد جماهیر شوروی حضور داشتند. همسر سابق جونا می گوید که او یکبار جراحت زانوئ او را تنها با گذاشتن دستش روی آن شفا بخشیده است. جونا در بین مردم روسیه هم بعنوان متقلب و هم بعنوان جادوگر و شفا دهنده معروفیت دارد. جونا در ۸ ژوئن سال ۲۰۱۵ در سن ۶۶ سالگی در مسکو از دنیا رفت.

## درگذشت طالع بین ایرانی الاصل روسیه

طالع بین شفا دهنده کرملین، کسی که پدرش ایرانی بود و بین مردم روسیه هم به عنوان متقلب و هم به عنوان جادوگر شهرت داشت درگذشت.



اوگینیا داویتاشویلی معروف به جونا در روسیه به عنوان ستاره شناس و شفا دهنده به شهرت رسید. او رئیس آکادمی بین المللی علوم بدیل

## کلاهبرداری یک میلیون دلاری سر تابلوی ون گوگ

کلاهبرداران بین المللی سر یک دال هنری را که قصد فروش تابلویی از ون گوگ را داشت، کلاه گذاشتند.

به نقل از چاپنا مورنینگ پست، پلیس هنگ کنگ سه کلاهبردار بین المللی متقلب در دستگیر کرده که سر یک تاجر را در هنگ کنگ کلاه گذاشتند و یک میلیون یورو (برابر با ۸.۶ میلیون دلار هنگ کنگ) از وی ربودند و به جای پول، کاغذ باطله گذاشتند.

این کلاهبرداری ماه پیش شروع شد و قربانی آن از طریق یک وبسایت یک تابلوی مهم از ون گوگ را از آن سوی آب برای فروش عرضه کرد. در این ماجرا یکی از این سه فرد که یک هنگ کنکی ۲۵ ساله است، به وسیله ایمیل، ادعا کرد می تواند کمک کند تا خریداری برای این نقاشی رنگ روغن که ارزشش باید حدود ۵ میلیون یورو باشد، پیدا کند. وی گفت یک میلیون یورو برای فروش تابلو کمیسیون دریافت می کند. به گفته پلیس، دو مرد دیگر قربانی را در ملاقاتی جداگانه در هنگ کنگ دیدند تا مطمئن شوند این دلال هنری، مبلغ کمیسیون واسطه را دارد. در این دیدار، ملاقات کنندگان اسکناس هایی را که در یک کیف موجود بود دیدند و قربانی هم گفت تا فروش تابلو این پول را در جایی مطمئن نگه می دارد تا به واسطه پرداخت کند.

چند روز بعد یک مرد سفیدپوست که فرانسوی صحبت می کرد با سر وضعی آراسته به خانه قربانی رفت تا قرارداد نهایی را امضا کند. او حدود ۵۰ تا ۶۰ ساله بود.

قربانی از وی خواست تا پول خرید را به وی نشان دهد و پلیس معتقد است که قربانی پول واقعی را مشاهده کرد، اما آن مرد سفیدپوست در فرصت مناسب پول کمیسیون را که در خانه موجود بود، برداشت و

## خواب آلودترین کشورهای جهان

در بررسی ای که به تازگی بین ۵۰ کشور جهان انجام شده، میزان خواب این کشورها مورد بررسی قرار گرفته است. به گزارش وبسایت تلگراف، این بررسی و گردآوری داده ها که توسط برنامه چرخه خواب (Sleep Cycle) به دست آمده است نشان می دهد کشورهای نیوزیلند، هلند و فنلاند به ترتیب با داشتن ساعات خواب ۷ ساعت و ۲۷ دقیقه، ۷ ساعت و ۲۴ دقیقه و ۷ ساعت و ۲۳ دقیقه به طور متوسط، خواب آلودترین کشورهای جهان به شمار می روند.

در مقام چهارم بریتانیایها با میزان ۷ ساعت و ۲۲ دقیقه قرار دارند و از میان این ۵۰ کشور، عنوان یکی از بدخلاق ترین ملت ها بعد از بیدار شدن را از آن خود کرده اند. سنگاپور، کره جنوبی و ژاپنی ها در زمینه بدخلاقیت بعد از بیدار شدن در رتبه های بعدی قرار دارند. نکته

کوهنورد زن که بدون اطلاع از ممنوع بودن این مسیر، از این کوه بالا رفته اند.

قبرستان در عربستان سعودی یکی از بدترین کشورها در زمینه حقوق زنان، عربستان سعودی است. در این کشور زنان محدودیت های بسیاری دارند که برخی از آنها حتی در ذهن نمی گنجد. به عنوان مثال در این کشور زنان نمی توانند رانندگی کنند. غالباً زنان این کشور همراه مردانشان از خانه خارج می شوند و ورود زنان به قبرستان برای تشییع جنازه ها در بسیاری از شهرهای این کشور، ممنوع است.

درگاه حاجی علی درگاه حاجی علی بخاری در بمبئی هند، یکی از قدیمی ترین نقاط گردشگری و معماری هندی-اسلامی این شهر است که در قرن ۱۵ ساخته شده است. معماری این بنا، نمونه ای منحصر به فرد و زیبا از معماری هندی-اسلامی به شمار می رود که شامل دروازه ای بزرگ و پوشیده از سنگ های سفید مرمر، ساختمان اصلی درگاه که مقبره حاج علی شاه در آن قرار دارد، دو حیاط و دو آسایشگاه، قوالخانه، مسجد و مناره می شود. این درگاه که شامل مقبره مقدس است، روزانه بین ۱۵ تا ۲۰ هزار بیننده را به خود جذب می کند. اما ورود زنها به این مکان غیرقانونی است. مسئولان این مکان اعتقاد دارند



ورود زنها به مقبره، غیرشرعی است. در سال ۲۰۱۲ جنبش زنان در هندوستان در مورد ممناعت ورود زنان به این مقبره اعتراض کرد؛ آنها اعتقاد داشتند این محرومیت برخلاف قوانین اسلام است و می تواند وجهه دین را در بین مردم خدشه دار کند. این اعتراضات گرچه دنباله دار بود، اما هنوز ورود زنان به این مقبره ممنوع است.

معابد هند و در هندوستان، بالی و اندونزی این تفکر که زنان موجودات پاک نیستند، در گذشته وجود داشته و در برخی از مکان های مذهبی، زنان نمی توانستند عبادت کنند. در بسیاری از معابد هندو ورود زنان ممنوع است، دلایل این ممنوعیت چندان مشخص نیست، اما این محدودیت هنوز هم در برخی مکان ها پابرجاست. درحقیقت، قوانین سخت و سختی هم برای مجازات خاطیان وجود دارد.

کوه اما بین ژاپن در سال ۲۰۰۴ این کوه جزء میراث فرهنگی یونسکو شناخته شد، اما براساس رسوم پارچا از قرن های پیش، هنوز ورود زنان به این محدوده ممنوع است. بیش از هزار و ۲۰۰ سال است که تنها مردان می توانند از این کوه بالا بروند. معبد بودایی کوچکی درون این کوهستان قرار دارد که به دلیل وجود این مکان مقدس، ورود زنان به کل محوطه، ممنوع اعلام شده است. جنبش های زنان در طول دهه های اخیر راهپیمایی های بسیاری علیه این ممنوعیت به راه انداختند و تلاش داشتند به بهانه اضافه شدن این کوه به میراث فرهنگی جهانی، ممنوعیت را از بین ببرند، اما تاکنون در این زمینه موفقیتی حاصل نشده است.

مکان هایی در جهان که زنان اجازه ورود ندارند

## ورود خانم ها ممنوع!

فاطمه عسکری آزاد

ورود ممنوع! این عبارت در بسیاری از نقاط شهری و مکان های عمومی وجود دارد و باطلبع همه ما با آن روبه رو شده ایم، اما ماجرا وقتی جنجالی می شود که در قرن ۲۱، امکان ورود به مکان های خاصی برای اقلیت های قومی، فرهنگی، نژادی یا حتی جنسیتی ممنوع می شود. در این شرایط، هرکسی از خود می پرسد چرا؟ چگونه است که یک تفاوت می تواند مانع قرار گرفتن دو انسان در کنار یکدیگر در محیطی خاص، شود. اینجااست که استدلال های فرهنگی، اقتصادی، مذهبی و ملی پشت سرهم ردیف می شوند تا برای ممناعت از ورود،



توجیه ارائه کنند. به هر حال، در طول قرن های مختلف زنان بسیاری تنها به دلیل زنبودن، از ورود به مکان های خاصی منع شده اند. تفکرات اولیه، زنان را به دلیل داشتن ذات پلید، ناتوانی جسمانی لازم یا جنس دوم بودن، از ورود به مکان های مقدس منع می کردند. بعد از آن، ورود زنها به مراکز تفریحی در برخی ملیت ها منع شد؛ کافه ها تا ساعت های زیادی پس از شب باز بود و ورود خانم ها به آنها ممنوع بود و برای چندین دهه پس از شکل گیری «دولت های نوین»، زنان از حضور در سیاست و تصمیم گیری های کلان محروم بودند، اما تمام این مرزها در طول سال های متوالی شکسته شد؛ زنان برای یافتن نقش و جایگاه خود در جامعه تلاش کردند و کم کم در مشاغل کلیدی جای گرفتند. ورود زنان به عرصه سیاست، شرایط را برای جنس مؤنث بهتر کرد. اما هنوز در دنیای مدرن مکان های مختلفی در جهان وجود دارد که زنان امکان راهپیمایی به آنها را ندارند؛ کوه های مقدس، گورستان ها، معابد و مقبره ها، از جمله این مکان ها است. در ادامه، نگاهی به پنج نقطه از جهان انداخته ایم که زنان اجازه ورود به آنها را ندارند.

کوه آتوس در یونان قدم زدن در مسیر کوه باستانی آتوس نه تنها برای زنان ممنوع است، بلکه بسیاری از حیوانات ماده هم نمی توانند وارد این کوه شوند. این کوه در میان یونانیان، به کوه مقدس مشهور است. این منطقه خود مختار که شامل کوه آتوس و شبه جزیره ماکدونیا می شود، متعلق به راهبان مسیحی است که اعتقاد دارند حضور زنان در این کوه، آرامش آنها را از بین می برد. در طول سال ها، زنان اندکی توانستند از کوه آتوس بالا بروند که در میان آنها یک زن راهبه ارتدوکس وجود دارد که قانون ورود خانم ها به کوه را شکسته است همچنین چندین

**زیر نظر بانک مرکزی**

**صرافی شرفی**

**Western Union Money Transfer**

**شرفی**

Under License Number 12502332 FSA: 585070

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

**Tel: 02082028466**  
**Fax: 02082026155**

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

آدرس دفتر تهران  
چهارراه پاسداران، اول خیابان دولت، بلاک ۱۴، پاساژ برعمیر، واحد ۳۱

**T.F.C** شرکت

**معاملات ارزی و حواله به ایران**

**با مدیریت شاهرخ ایزدی**  
کارشناس ارشد امور بانکی و بازرگانی

**با مجوز رسمی از FCA, HMRC**

**Tel: 020 8998 5316**  
**Mob: 077 7068 6861**  
West Africa House, Ashbourne Road  
Hanger Lane, London W5 3QP  
izadi@tfc ltd.net

## علم و دانش

آیا مدیرعامل بعدی می‌تواند بحران‌های توییتر را پایان دهد؟

# بحران توییتری

سه روز پیش بود که یک خبر در صدر اخبار پرربیننده دنیای تکنولوژی قرار گرفت: «مدیرعامل توییتر استعفا کرد.» این خبر توجه بسیاری از فعالان حوزه تکنولوژی و شبکه‌های اجتماعی را به خود جلب کرد و به دنبال آن حدس و گمان‌های مختلفی مطرح شد. عملکرد نسبتاً ضعیف توییتر برای درآمدزایی در سال‌های اخیر انتقاد سهامداران این شرکت را برانگیخته بود. از طرفی با وجود آنکه تعداد کاربران این شبکه اجتماعی و محبوبیت آن در این سال‌ها افزایش پیدا کرده است، اما در طول یک سال اخیر تعداد زیادی از مدیران ارشد و افراد برجسته توییتر آن را ترک کرده‌اند. بسیاری از تحلیلگران این اتفاقات را به ضعف مدیریتی «دیگ کاستلو» در طول دوره پنج ساله مدیریتش در این شرکت مربوط می‌دانند و معتقدند همین مسائل او را برای کناره‌گیری از سمتش تحت فشار قرار داده است.

میراث کاستلو

در واقع کاستلو زمانی توییتر را ترک می‌کند که این شرکت با سوالات زیادی از طرف سرمایه‌گذاران و سهامدارانش درباره مشکلاتی مانند روند رشد نامیدکننده تعداد کاربران، تغییرات مکرر مدیران و استراتژی‌های نه‌چندان موفق درباره محصولات این شرکت، مواجه است. کاستلو و دورسی اعلام کرده‌اند که این تغییر تنها به این خاطر اتفاق می‌افتد که کاستلو ۵۱ ساله به دنبال پیشرفت و ترقی است. کاستلو گفته است گفت‌وگو با اعضای هیات‌مدیره توییتر را در پایان سال گذشته میلادی آغاز کرده و این مذاکرات تا هفته گذشته هم ادامه داشته است تا در نهایت آنها به توافق رسیدند. با این همه نباید فراموش کرد که توییتر در زمان مدیریت کاستلو از یک استارت‌آپ تکه به تکه به یک شرکت سهامی عام با ارزش بازاری حدود ۲۵ میلیارد دلار تبدیل شد. در همین دوره بود که این سرویس پیام‌رسان ۱۴۰ کاراکتری، جایگاه فرهنگی پیدا کرد و به میکروفنی قدرتمند برای چهره‌ها، افراد مشهور، فعالان و البته شهروندان و خبرنگاران تبدیل شد. کاستلو با کمک به شکل‌گیری برنامه تجاری توییتر در روزهای ابتدایی این شرکت و سازماندهی نیروهای کاری آن اعتبار و جایگاه خوبی به این شرکت بخشید، آن هم درست زمانی که در هیات‌مدیره این شرکت و میان دو موسس آن یعنی جک دورسی و ایوان ویلیامز درگیری و اختلافات زیادی وجود داشت.

با وجود اقدامات موش کاستلو در توییتر، اما بسیاری از کارمندان سابق این شرکت معتقدند که تصمیم‌گیری‌های ناگهانی و بدون برنامه‌ریزی کاستلو باعث می‌شد که مدیران میانی این شرکت از رسیدگی دقیق به وضعیت حضور و فعالیت توییتر در بورس بعد از ورود آن به بازار سهام، باز بمانند. در همان سال اول ورود توییتر به بازار سهام بود که کاستلو بعضی از مدیران میانی این شرکت ازجمله «علی رونعی» مدیر ارشد بخش عملیات و «مایک گوپتا» مدیر ارشد مالی این شرکت را اخراج یا جایگزین کرد. او همچنین در جریان تلاش توییتر برای ارائه قابلیت‌های مهم و کلیدی در جهت ساده‌تر کردن کاربری محصولاتش، چهار بار مدیر ارشد بخش محصولات توییتر را جایگزین کرد. کاستلو در ماه‌های اخیر سعی کرد اصلاحاتی در توییتر ایجاد کند و در همین راستا مدیر باسابقه این شرکت «کوین ویل» را ترفیع داده و به سمت مدیر بخش محصولات مصرفی منصوب کرد و از آن

زمان بود که توییتر در ارائه قابلیت‌های جدید محصولاتش با سرعت بیشتری عمل کرد. در حالی که قابلیت چت خصوصی توییتر سال‌ها غیرقابل دسترس بود، حالا این شبکه اجتماعی قابلیت پشتیبانی از چت‌های گروهی را داشته و کاربران امکان به اشتراک‌گذاری تصاویر و عکس‌ها را هم دارند. کاستلو همیشه سعی داشت نظر سهامداران این شرکت را به تعداد کاربران فعال این شبکه اجتماعی که در آخرین آمار به ۳۰۲ میلیون نفر در یک ماه می‌رسند، جلب کند. تعداد کاربران توییتر در طول یک سال گذشته تنها ۱۸ درصد افزایش پیدا کرده، در حالی که این تعداد کاربران همچنان برابر یک پنجم تعداد کاربران شبکه اجتماعی محبوب فیس‌بوک است.



البته نکته جالب توجه این است که دورسی عضو این کمیته جست‌وجو نیست و در عوض افرادی از هیات‌مدیره توییتر شامل «پیتربوریو»، «پیتز فنتون» و یکی دیگر از موسسان توییتر «ایوان ویلیامز» هستند.

جک دورسی از اظهارنظر درباره اینکه اگر سمت مدیرعاملی توییتر به او پیشنهاد شود آن را می‌پذیرد یا خیر، امتناع کرده و گفته است: «منی خواهم به این سوال جواب بدهم، چون این موضوعی نیست که در حال حاضر روی آن تمرکز کرده‌ام. من در حال حاضر وقتم را در هر دو شرکت توییتر و Square صرف می‌کنم که هر دو در یک منطقه در سانفرانسیسکو قرار دارند.»

دیگ کاستلو در ابتدای ماه جولای سال‌جاری میلادی از توییتر می‌رود، اما بسیاری از کارشناسان و تحلیلگران انتظار دارند جک دورسی تا پایان امسال به‌عنوان مدیرعامل موقت این شرکت باقی بماند و در نهایت به‌عنوان مدیرعامل آینده این شرکت انتخاب شود. در گزارش اخیر که در نیویورک تایمز منتشر شده بود دو نفر از نزدیکان دورسی گفته‌اند که او حتی بعد از آنکه در سال ۲۰۰۸ از سمت مدیرعامل توییتر برکنار شد، همچنان تمایل داشت که این سمت را به عهده بگیرد. حالا بسیاری معتقدند که اگر دورسی نخواهد سمت مدیرعامل توییتر را بپذیرد، هیات‌مدیره توییتر دوران سختی را برای یافتن جایگزین مناسب در پیش خواهد داشت. دورسی، کاستلو و ایوان ویلیامز عضو هیات‌مدیره توییتر هستند و هر سه قبلاً مدیرعامل آن بوده‌اند. این به معنای آن است که هر کدام از آنها برای اداره این شرکت باید با چالش نظرات دو نفر دیگر درباره شیوه عملکرد توییتر دست و پنجه نرم کنند. درست به همین دلیل هم هست که تحلیلگران معتقدند فردی خارج از مجموعه توییتر نمی‌تواند به‌راحتی با چنین چالش‌هایی کنار بیاید و به همین دلیل یک گزینه داخلی قطعاً بهتر خواهد بود.

چالش Square

با این همه یکی از مشکلاتی که برای انتخاب دورسی به‌عنوان مدیرعامل توییتر وجود دارد، این است که او در حال حاضر مدیرعامل شرکت Square هم هست. این شرکت که در ابتدا با هدف ارائه سرویس‌های مالی و پرداخت آنلاین راه‌اندازی شده بود، حالا به شرکت تجاری موفق تبدیل شده است که به بنگاه‌های تجاری کوچک و متوسط کمک می‌کند. با این حال Square راه زیادی برای کسب موفقیت‌هایی مانند آنچه توییتر داشته است، در پیش رو دارد. از طرفی Square اعلام کرده قرار است در سال جاری میلادی وارد بازار سهام و بورس شود. در این صورت کار برای دورسی مشکل می‌شود و او نمی‌تواند به راحتی به‌عنوان مدیرعامل موقت توییتر فعالیت کند و همزمان Square را برای ورود به بورس آماده کند. یکی از مدیران سابق شرکت Square در این مورد گفته است که دورسی هرگز دوست ندارد این شرکت را ترک کند و احتمالاً ترجیح می‌دهد هر دو شرکت را به صورت موازی و همزمان مدیریت کند. این مدیر سابق Square معتقد است که اگرچه این کار ساده نیست، اما دورسی توانایی انجام آن را دارد.

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

## خبر و رویداد

به جز «جک دورسی» وجود ندارد که بتواند تا زمان انتخاب مدیرعامل جدید،

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

هدایت توییتر را در اختیار بگیرد.

به این ترتیب حالا همه نگاه‌ها به سمت جک دورسی یکی از موسسان و رئیس هیات‌مدیره توییتر معطوف شده است. او در حالی قرار است فعلاً به‌عنوان مدیرعامل موقت توییتر فعالیت کند که در حال حاضر مدیرعامل شرکت بزرگ پرداخت الکترونیکی Square هم هست. از طرفی نباید فراموش کرد که دورسی اولین مدیرعامل شرکت توییتر در فاصله ماه مه سال ۲۰۰۷ تا ماه اکتبر سال ۲۰۰۸ بوده است. این در حالی است که توییتر اعلام کرده که برای یافتن مدیرعامل بعدی‌اش هم در داخل این شرکت و هم در خارج از آن به دنبال فرد مناسب است.

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

از آنجا که هر روز به دلیل استفاده بیشتر از سوخت‌های فسیلی جهان در حال آلوده شدن است، استفاده از انرژی‌های پاک و دوستدار محیط زیست طرفداران بیشتری پیدا می‌کند.

حال سازندگان خودرو و سایر وسایل نقلیه نیز به فکر استفاده کمتر از این سوخت‌های فسیلی افتاده‌اند و همگی



در بهبود کیفیت، کاهش مصرف و نزدیک شدن به معیارهای دوستدار محیط زیست با یکدیگر به رقابت می‌پردازند.

حال با توجه به‌ساخت وسایل نقلیه‌برقی توسط جنرال‌موتورز و تسلا، آینده صنعت حمل و نقل و خودروسازی در گرو وسایل نقلیه برقی است که از سوخت‌های فسیلی استفاده نمی‌کنند.

یکی از برداشت‌های نادرست در مورد خودروهای الکتریکی، عدم استفاده از موتورهای الکتریکی در بدنه خودروهایی با موتورهی احتراقی است. اما موتورسیکلت ووکسان‌واتمن که به تازگی معرفی شده است، اشتباه بودن این دیدگاه را به اثبات رسانده است.

این موتورسیکلت که در نمایشگاه خودرو پاریس معرفی

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

شده است، دارای ۲۰۰ اسب‌بخار قدرت است، که آن را تبدیل به قدرتمندترین موتورسیکلت الکتریکی جهان کرده است. بر اساس ادعای کمپانی سازنده این موتورسیکلت، باتری آن قادر است انرژی مورد نیاز برای طی یک مسیر ۶/۷۷کیلومتری را تامین کند.

اما برخلاف تصورات موجود، این موتورسیکلت بسیار چابک و سریع است. بدنه این موتورسیکلت از آلومینیوم و فیبرکربن ساخته شده است که دستیابی به سرعت ۱۰۵ مایل بر ساعت یا به عبارتی ۱۶۸ کیلومتر بر ساعت را برای آن ممکن کرده است. همچنین زمان مورد نیاز برای رسیدن از سرعت صفر تا ۱۰۰ کیلومتر بر ساعت در این موتور سیکلت ۴/۳ ثانیه و رسیدن به سرعت ۱۶۰ کیلومتر بر ساعت نیز نیازمند ۹/ ۵/ ثانیه است.

یکی از نکات بسیار مهم در مورد این موتور سیکلت این است



که زمان لازم برای شارژ باتری این موتورسیکلت بسیار کوتاه است. باتری لیتیوم‌یونی ۸/ ۱۲۲۷ کیلووات ساعتی آن را می‌توان به‌راحتی در کمتر از ۳۰ دقیقه بیش از ۸۰ درصد شارژ کرد. این کار با استفاده از شارژر استاندارد Cpmb۰ II ممکن است.

سازندگان این موتورسیکلت هنوز اطلاعات دقیقی در مورد قیمت آن ارائه نداده‌اند، اما می‌توان قیمت آن را در بازه ۷۷۰ پوند حدس زد. این قیمت حدس زده‌شده این موتور سیکلت را در دسته موتورسیکلت‌های گران‌قیمت قرار می‌دهد.

جالب است بدانید این موتور سیکلت تنها به صورت دست‌ساز و سفارشی در فرانسه برای افراد خاص تولید می‌شود.

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Dick Costolo مدیرعامل سابق توییتر در حال اعلام استعفا در توییتر

Visit 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**

MLR: 12613563 FCA: 582008

HM Revenue & Customs FCA

Mehdi Mohseni Colton House Princes Avenue Finchley Central London N3 2DB

☎: 02083431875  
Fax: 02083431875  
Mob: 07988603026

تعمیرات انواع ساعت  
@: separayen.ltd@hotmail.co.uk

www.separayen.com

**SAMYANI EXCHANGE**

**صرافی سمیانی**

**صراف قدیمی و مجاز لندن**

FSA 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**

## مشاغل

# چگونه شریک تجاری خود را انتخاب کنیم؟

منبع : Forbes.com / مترجم : مینا افروزی

گروهی از مدیران عامل شرکت های استارت آپ از افراد عضو در انجمنی اینترنتی سوالی با این عنوان را مطرح کردند که چه زمانی درمی یابید که می توانید با یک فرد شرکتی را تأسیس کنید؟

نیمی از افرادی که در این بحث شرکت کردند عقاید مشابهی داشتند: با شخصی شروع کنید که برای چند سال یا دست کم چندین ماه با او آشنایی دارید.

با شخصی شروع کنید که تاکنون تجربه کاری با او را داشته اید.

به شخصی، هر دو نظر را نقض می کنم. موسسه علوم زیستی Nanoly (موسسه ای که با تولید ماده ای شیمیایی به واکنس ها این امکان را می دهد که بدون قرار گرفتن در پیکخال های مخصوص قابل استفاده باشند.) در یکی از گوشه کناره‌های دانشگاهی کار خود را آغاز کرد. من، با شریکم «Balaji Sridhar»، خیلی اتفاقی آشنا شدم و از روز بعد باهم شروع به کار کردیم. آن موقع سال ۲۰۱۱ بود، و حالا پس از گذشت سه سال بیش از پیش در حال رشد و پیشرفت هستیم.

شرکت بزرگ فناوری Enplug که محصولش نرم افزارهایی است که اهداف صنعتی دارد و در مراکز خرید، رستوران ها، خرده فروشی ها و... کاربرد دارد، توسط پنج نفر که همگی باهم غریبه بودیم تأسیس شد. یک هفته پس از آنکه با یکدیگر آشنا شدیم در آپارتمانی کوچک شروع به کار کردیم. دو سال بعد تعداد افراد تیم مان به ۲۵ نفر رسید و شرکت خود را از آپارتمانی ساده به ساختمانی مجهز در لس آنجلس تغییر دادیم.

به جای اینکه ماه ها وقت خود را صرف آشنایی بیشتر با یکدیگر تلف کنیم، سعی کردیم همراه با شرکایم روند پیدا کردن این مشترکات را از طریق همکاری با یکدیگر تسریع کنیم. در اینجا به پنج مورد اساسی که در انتخاب شریک خود باید در نظر داشته باشید، می پردازیم.

۱ تحمین مشترک. این یک مورد بسیار مهم است. بین من و شرکایم یک حس تحمین همیشگی و احترام نسبت به یکدیگر وجود داشت. من همیشه Balaji را برای فارغ التحصیل شدن از دانشکده MIT، داشتن مدرک پزشکی و دکترا و سپس حرف زدن به پنج زبان دنیا تحمین می کردم. در عوض او هم همین حس را نسبت به تشکیل شرکت های کوچکی که من در دوران دانشگاه انجام داده بودم داشت. من همچنین همین حس را نسبت به پیشرفت های تیم Enplug داشتم. همه ما به یکدیگر به برابری نگاه می کردیم و هیچ یک به تأیید دیگران نیازی نداشتیم. اگر از اینکه شریک جدید خود را با دیگران سهیم شوید افتخار می کنید، این نشانه خوبی است.

## روش جلب مشتری

**همه ی مدیران به دنبال جلب مشتری برای کسب و کار خود هستند. در اینجا شما را با اصولی آشنا می کنیم که در این راه موفق باشید.**

اگر شما کسب وکار خودتان را دارید، دانستن این که چطور باید مشتری ها را جذب کرده و آن ها را نگه دارید، برای شما اهمیت دارد. باید به خاطر داشته باشید که مشتریان، بخش بزرگی از میزان موفقیت کسب وکار شما را تشکیل می دهند. به همین دلیل باید مراقب مشتریان خود باشید و خدمات و کالاهایی که می خواهند را در اختیار آن ها قرار دهید. در صورتی که هیچ تجربه ای در مدیریت کسب وکار خود ندارید، این توصیه ها واقعا برای شما مفید خواهند بود.

۲ طبقه اجتماعی مشترک. در Enplug، اینکه همه ما کار خود را در آپارتمانی کوچک آغاز کنیم اعتراضی نداشتیم، نشان می داد که طبقه اجتماعی ما با طرز نگاه ما به زندگی و شغل، همسو و کنترل شده بود. من از برخی موسسان شرکت های تازه تأسیس شده شنیده ام که یکی از شرکا شب تا دیروقت کار می کند و دیگری زود هنگام در خانه اش است و کودکتانش را می خواباند. این مساله باعث ایجاد تعارض های اساسی بین انتظارات آنها می شود. آیا شما و شرکایتان با این

ایجاد کنید.

۴ داشتهن مهارت های مکمل. موسسه ای با پنج بنیانگذار بسیار کمپاب است. ما به این علت توانستیم در کنار یکدیگر دوام بیاوریم چون هر یک از ما در ساختن بخش جداگانه ای از راه اندازی شرکت متمرکز شده بودیم: طراحی، سخت افزار، قسمت مالی، عملیات، نرم افزار. من معتقدم کشمکش زمانی بیشتر



قضیه که آخر هفته ها و شب ها تا دیروقت کار کنید می توانید کنار بیابید؟ اگر نه، مساله مهمی نیست، اما نسبت به تعهدات خود روراست باشید.

۲ داشتهن موقعیت مالی مشابه. هم در Enplug و هم در Nanoly از روز اول تا سال ها بعد تصمیم بین من و شرکایم بر آن شد که توافق بر هر حقوقی را مقدم بر هرچیز دیگری بشماریم. ما همگی زیر سایه پس انداز زندگی می کردیم. بسیار مهم بود که بدهمی پرداخت نشده ای وجود نداشته باشد تا مجبور نشویم به خاطرش شغل خود وقت دیگری داشته باشیم.

آیا کسی که می خواهید با او یک شرکت را تأسیس کنید، حقوق ثابتی از شرکتی دیگر دارد و تنها قصدش ساختن چیزهای جدید است یا اینکه شرایط متفاوتی دارد و نمی تواند در جایی استخدام شود و هدفش بیش از ساخت چیزهای جدید است و به دنبال راهی برای پرداخت قبض هایش است؟ در هر دو صورت می توان تصور کرد که شرکت های موفقتری خواهید داشت ولی مسلما راه های متفاوتی را طی خواهید کرد تا به آنجا برسید. اینکه هدف یکسانی برای درآمد حاصل از تشکیلات خود داشته باشید کمک می کند که پایه و اساس شایسته ای

پیدا خواهد کرد. بدون اینکه مستقیما از افراد سؤال کنید، فنون تجاری آن ها را یاد بگیرید.

هرازچندگامی با آن ها تماس بگیرید.

مشورت حرفه ای بدهید. برای این که مشتریان پی درپی به نزد شما بازگردند، باید به خاطر داشته باشید که به آن ها مشورت حرفه ای بدهید. حتی اگر شیوه صحبت کردن آن ها با شما بدوب نیست، همیشه بهتر است که آرامش خود را حفظ کرده و به شکلی مناسب با آن ها صحبت کنید. با این کار، آن ها مطمئنا به نزد شما بازخواهند گشت.

خدمات باکیفیتی.

صرف نظر از نوع کسب و کاری که انجام می دهید، مطمئن شوید که محصولات و خدمات باکیفیتی را در اختیار مشتریان خود قرار می دهید. علاوه بر این، به یاد داشته باشید که این محصولات و خدمات را با قیمتی مناسب به مشتری عرضه کنید. این را بدانید که مشتریان شما همیشه این تمایلی را ندارند که برای خرید چیزهایی که می خواهند، هزینه زیادی صرف کنند. اگر قیمت های خود را خیلی بالا قرار دهید، دارید مشتریان بالقوه را نزد

انجام دهند. «می توانید تلفن هایتان را به صورت ایستاده جواب دهید، قدم بزنید، جلسات کوتاه را به صورت ایستاده برگزار کنید، به جای ایمیل زدن به همکارانتان بالای سر آنها بروید، به جای آسانسور از پله استفاده کنید و...»

خود بردالی از زمانی که درگیر چالش تغییر عادت های مردم در نشستن شده، روش کاری خود را نیز به طور کامل عوض کرده است. او میز هوشمندی دارد که به صورت

## خود دل بکنید

مترجم: مریم رضایی

کارشناسان می‌گویند حداقل دو ساعت در روز باید ایستاده کار کنید و به تدریج این زمان را حتی به چهار ساعت برسانید.

برای کارمندانی که در مورد اثرات مخرب زیاد نشستن بر سلامتی بسیار شنیده‌اند و به فکر کار کردن روی میزهای ایستاده یا تردمیل هستند، این پاسخ خوبی است. امروزه، یک کارمند دفتری به طور میانگین ۱۰ ساعت در روز می‌نشیند که شامل کار با کامپیوتر، تلفن زدن و نوشتن طرح‌های پیشنهادی تا نهار خوردن و سپس ساعاتی که در خانه جلوی تلویزیون یا گشت‌زنی در گوشی و تیلت می‌گذرد، می‌شود.

محققان حوزه پزشکی، مدت‌ها هشدار داده‌اند که نشستن طولانی مدت بسیار خطرناک است و ریسک بیماری قلبی، دیابت، چاقی، سرطان و افسردگی و نیز مشکلات ماهیچه‌ای و مفاصلی را به همراه دارد. حتی برخی فراتر رفته و گفته‌اند که صندلی‌های دفاتر کار از سیگار هم برای سلامتی شما بدترند. اما اکنون همین محققان پیشنهادهایی دارند که می‌گویند چه مدت باید بنشینیم و چه مدت باید بایستیم تا بتوانیم عادات کاری خود را به طرز چشمگیری تغییر دهیم. گاوین بردلی، مدیر گروه بین‌المللی Active Working می‌گوید «ما طبق عادت معمولاً دیگران را دعوت به نشستن می‌کنیم؛ بنشینید لطفا... راحت هستید؟ اما اولین پیشنهاد ما در کسب‌وکار این است که دو ساعت از روز کاری خود را ننشینند.» در حالی که گروه Active Working استفاده از میزهای ایستاده را پیشنهاد می‌کند، اما بردالی می‌گوید فعالیت‌های دیگری هم وجود دارد که افراد می‌توانند دو ساعت در روز آنها را به صورت ایستاده

کاهش می‌یابند. تنها ۵ دقیقه ایستادن و قدم زدن دوباره همه چیز را به وضعیت نرمال برمی‌گرداند. این موضوع به قدری ساده است که تقریباً احقماکه به نظر می‌رسد.» محققان به ارتباط بین عدم فعالیت و بالا رفتن احتمال بیماری و مرگ و میر پی برده‌اند. مطالعات اخیر با مقایسه کارمندانی که مدت‌های طولانی می‌نشینند در مقابل کسانی که ساعات کمتری کار نشسته انجام می‌دهند، به این نتیجه



نشسته و ایستاده با آن کار می‌کند و طوری برنامه‌ریزی شده که از طریق ارسال پیام به کامپیوترش در هر ۲۰ تا ۳۰ دقیقه به او می‌گوید که حالتش را عوض کند. «باید حالت‌های مختلف را با هم ترکیب کنید. سوخت و ساز بدن بعد از ۳۰ دقیقه نشستن تا ۹۰ درصد کاهش می‌یابد. حرکت آذیم‌هایی که چربی‌های بد را از رگ‌های شما به سوی ماهیچه‌ها - جایی که این چربی‌ها می‌توانند سوزانده شوند - هدایت می‌کنند، کند می‌شود. ماهیچه‌ها تنبل می‌شوند و بعد از دو ساعت، چربی‌های خوب بدن ۲۰درصد

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

که ۹۵ درصد جمعیت بزرگسال دنیا بی‌تحرك شده‌اند و نمی‌توانند حداقل توصیه‌های بهداشتی را مبنی بر ۳۰ دقیقه فعالیت فیزیکی ملایم برای پنج بار در هفته رعایت کنند. نویسندگانی که رهنمودهای جدید ارائه می‌کنند می‌گویند قصد دارند اطلاعاتی بر اساس تحقیقاتی که انجام داده‌اند به مردم ارائه کنند و صرفاً به ادعاهای مطرح شده از سوی تولیدکنندگان تردمیل و میزهای ایستاده که این روزها بسیار متداول شده‌اند، بسنده نکنند (در حال حاضر بیش از ۹۰ درصد کارمندان در منطقه اسکاتلندیابی به این گونه ابزارها دسترسی دارند). جیمیز لواین، کارشناس چاقی و نویسنده کتاب «برخیز»، اگرچه درگیر این رهنمودها نشده، اما آنها را برای شروع خوب می‌داند. او در کتابش دلیل اینکه برخی افراد زیاد می‌خورند، ورزش چندانی هم نمی‌کنند، اما هیچ وقت چاق نمی‌شوند را ایستادن، راه رفتن و گشت زدن در طول روز، به جای چند ساعت نشستن مداوم می‌داند. به گفته لواین، رهنمودها «نشان می‌دهند که ما اساساً نیاز داریم در مورد نحوه کار کردن‌مان تجدید نظر کنیم.» برخی مطالعات کوچک نشان می‌دهند وقتی افراد در طول یک روز کاری می‌ایستند یا در محیط قدم می‌زنند، علاوه بر سلامتی، بهره‌وری آنها نیز ۱۵ درصد بهبود می‌یابد. «فضای محیط‌های کار و مدارس ما واقعا ناسالم است و این به دلیل طراحی بد آنها است.»

برخی محققان دیگر می‌گویند، این موضوع صرفاً ناشی از طراحی بد نیست و به فرهنگ کاری هم مرتبط است. شانون وارتمن، نمونه خوبی در این زمینه ارائه می‌کند. وقتی او مجبور شد به همراه همسرش به شهر دیگری نقل مکان کند، شغش را رها کرد و به عنوان یک مشاور آزادکار که به شرکت‌های طراح وب و سازمان‌های رسانه‌های اجتماعی مشاوره می‌داد، در خانه مشغول به کار شد. او می‌گوید «در دفتر کار فشار زیادی برای نشستن وجود دارد. این حس وجود دارد که اگر کسی نشستسته باشد، یعنی از زیر کار درمی‌رود، اما حالا هم که در خانه کار می‌کنم، این امکان را ندارم که از جایم برخیزم و با همکارانم صحبت کنم، جلسه برگزار کنم یا حتی رانندگی کنم.» این انعطاف در کار وارتمن وجود دارد که هر وقت بخواهد از جایش برخیزد و کاری انجام دهد، اما او بیش از حد درگیر کار می‌شود. محققان می‌گویند افرادی که دورکاری می‌کنند، بیشتر از محیط کار، در یک جا می‌نشینند.

**منصور شاهرخ**

عضو رسمی حسابداران خبره انگلستان

**Mansour Shahrokh | BA(Hons), FCCA**  
Chartered Certified Accountant & Business Adviser

منصور شاهرخ، عضو رسمی انجمن حسابداران خبره انگلستان، از شما دعوت می نماید تا با مراجعه به سایت [www.knightchadwick.co.uk](http://www.knightchadwick.co.uk) از خدماتی که توسط ایشان ارایه می گردد آشنا شوید. آقای شاهرخ با سالها تجربه موفق در هدایت صحیح کارآفرینان، بازرگانان و نیز متخصصان تلاش نموده است تا سطح آشنایی صاحبین مشاغل مختلف را نسبت به کلیه امور حسابداری و مالیاتی افزایش داده و آنها را در مسیر رشد تجاری هدایت نماید. تهیه انواع طرح های تجاری، مشاوره بازاریابی و نیز تنظیم اسناد مالی جهت تمدید روادیدهای کارآفرینی از دیگر خدمات تخصصی می باشد که توسط این مجموعه ارایه می گردند.

**KnightChadwick**  
the needs of our clients come first!

**ACCA**

We are proud members of the Association of Chartered Certified Accountants, the global body for professional accountants

Unit 1A Woodstock Studios, 36 Woodstock Grove, London W12 8LE  
Tel 020 7096 1822 Fax 020 7993 6258 Mob 07956 444 000  
Website [www.knightchadwick.co.uk](http://www.knightchadwick.co.uk) Email [enquiries@knightchadwick.co.uk](mailto:enquiries@knightchadwick.co.uk)



**@KnightChadwick**  
the needs of our clients come first!



We are proud members of the Association of Chartered Certified Accountants, the global body for professional accountants

این ها یک سری از کارهایی هستند که می توانید برای جذب مشتری به شرکت خودتان، از آن ها استفاده کنید. اگر این کارها را انجام دهید، حتماً به آن اندازه مشتری خواهید داشت که کسب وکار موفق داشته باشید. برای انجام این کارها، اصلی ترین چیزی که باید بهبود دهید، روابط عمومی و مهارت های شنیداری خودتان است، تا مشتریان شما بدانند که برای شما مهم هستند.

## بهداشت و سلامت

**کلینیک مدرن دندانپزشکی**

دکتر الهام وزیر  
دکتر آزاده وزیر  
و همکاران دندانپزشک

NHS / خصوصی

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

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

11 Porchester Gardens  
Bayswater, London, W2 4DB

**020 7727 3650**

www.porchesterdentist.co.uk

Dental Practice  
Queensway  
Whitby  
Meyrick  
Caring  
Caring



# پف چشم، اختلالی در زیبایی

آیا شما هر روز صبح با چشمان پف کرده از خواب بیدار می‌شوید؟ اگر شما رسیدن خسته شده‌اید، درمان‌های زیادی برای بر طرف کردن این مشکل وجود دارد. در اینجا به چند روش سریع و راه‌حل‌های طولانی اشاره می‌کنیم:

راه‌حل‌های سریع و موثر چند لیوان آب بنوشید. غلظت بالای نمک در اطراف ناحیه چشم موجب احتباس آب در آن ناحیه شده و در نتیجه باعث پف کردن چشم‌ها می‌شود. اگر شما قبل از خواب گریه کرده باشید یا شامی پر نمک خورده باشید، هنگام صبح متوجه پف کردگی در ناحیه چشم‌ها می‌شوید. نوشیدن آب به مقدار زیاد موجب افزایش جریان مایع در ناحیه چشم‌ها شده و بنابراین موجب کاهش تورم در این ناحیه می‌شود. در روزهایی که چشمانتان پف کرده است، در تمام طول روز آب بنوشید و خود را هیدراته (سیراب) نگه دارید. از خوردن موادی که تمایل شما را به نوشیدن آب کم می‌کنند مانند کافئین و الکل، پرهیز کنید.

چیزی سرد را روی چشمانتان بگذارید. پف چشم در اثر تجمع مایعات در بافت اطراف چشم‌ها ایجاد می‌شود و مانند هر تورمی، می‌توان با به‌کار بردن کمپرس سرد، کاهش داده شود. برش‌های خیار سرد به اندازه و شکل مناسب برای پف چشم بسیار مناسب و موثر است، این کار به‌خوبی جواب می‌دهد و به‌طور موقت پف چشم‌ها را کاهش می‌دهد. به پشت دراز بکشید و چشمانتان را بسته و برش‌های خیار را بر روی آنها بگذارید و پس از ۱۵ دقیقه آنها را بردارید، یا تا زمانی که برش‌های خیار گرم می‌شوند می‌توانید آنها را روی چشمانتان نگه دارید. اگر خیار در دسترس شما نیست می‌توانید از چای کیسه‌ای مرطوب استفاده کنید. چای کیسه‌ای مرطوب را به مدت ۱۵ دقیقه در فریزر بگذارید، سپس به پشت دراز بکشید و آنها را به مدت ۱۵ دقیقه روی چشمان بسته خود قرار دهید. برای راه حلی تمیزتر، شما می‌توانید دو قاشق غذاخوری فلزی را در یخچال گذاشته و روزانه از آنها استفاده کنید. پشت قاشق‌های سرد را بر روی چشمان بسته خود بگذارید. از یک ماده منقبض کننده برای پف چشم‌هایتان استفاده کنید. شما می‌توانید کرم‌های منقبض کننده و تونیک‌هایی که با سفت و محکم کردن پوست دور چشم موجب کاهش پف چشم‌ها می‌شوند را خریداری کنید.

دو عدد گلوله پنبه‌ای را به گرم منقبض کننده یا تونیک آغشته کنید، به پشت دراز بکشید و چشمانتان را ببندید، حالا گلوله‌های پنبه‌ای را روی چشمان بسته خود بگذارید. پس از ۱۰ دقیقه، آنها را از روی چشمان خود برداشته و صورتتان را با آب بشویید. گفته می‌شود که برش‌های توت فرنگی نیز برای سفت و نرم کردن پوست موثر است.

سبب زمینی را روی چشمان پف کرده خود بگذارید. گفته می‌شود که سبب زمینی به‌طور طبیعی دارای خواص منقبض کننده است. سبب زمینی خام را پوست بکنید. آن را از وسط دو نیم کنید. به مدت ۱۰ دقیقه آنها را روی چشمانتان بگذارید. سبب زمینی چشمانتان را چنگ کرده و هرگونه تورم را کاهش می‌دهد. سبب زمینی رنده شده را امتحان کنید. به سادگی یک عدد سبب زمینی خام را رنده کرده و روی چشمانتان قرار دهید، پس از مدت زمان ۱۵ دقیقه صورتتان را با آب بشویید.

کمی ورزش کنید. ورزش جریان خون را بهبود می‌دهد و موجب گردش مایعات در بدن می‌شود، در نتیجه از تجمع مایعات در ناحیه‌ای از بدن جلوگیری می‌کند. اگر وقت دارید، کمی بدوید،

یوگا انجام دهید یا به سادگی قدم بزنید.

راه‌حل‌های طولانی مدت به اندازه کافی بخوابید. اگر شما در تمام طول روز چشمانی پف کرده دارید، این می‌تواند ناشی از کم خوابی یا خوابیدن در وضعیت نا مناسب باشد. پف زیر چشم‌ها نشانه کم خوابی است. سعی کنید هر شب ۷-۸ ساعت بخوابید. در هنگام خواب زیر سر خود را بالا ببرید. پس از بیدار شدن داشتن چشم‌هایی پف کرده، طبیعی نیست. دلیل احتمالی برای این حالت این است که هنگامی که شما ساعت‌ها در حالت افقی دراز می‌کشید و سپس بلند می‌شوید، مایعی که در ناحیه زیر چشم شما باقی مانده ناگهان توسط نیروی جاذبه پایین کشیده می‌شود و موجب حالت پف کردگی چشم‌ها می‌شود. شما می‌توانید هنگام خواب از یک بالش اضافی در زیر سرتان استفاده کنید، در این

این منظور از یک پاک‌کننده آرایشی استفاده کنید بنابراین مواد آرایشی به‌راحتی پاک می‌شود. چشمانتان را با مالیدن حوله روی آن خشک نکنید. صورتتان را با آب شسته و سپس آن را به آرامی و با ملایمت خشک کنید. از یک مرطوب‌کننده در اطراف چشم و روی پلک‌ها استفاده کنید.

آلرژی یا حساسیت خود را درمان کنید. پف کردگی چشم اغلب توسط آلرژی‌ها ایجاد می‌شود، آلرژی‌ها اغلب موجب تجمع مایع و برافروختگی در ناحیه صورت می‌شوند. اگر شما با داروهای ضد حساسیت مناسب آلرژی فصلی خود را درمان کنید، پس از درمان متوجه تفاوت زیادی در صورت‌تان می‌شوید.

به پزشک مراجعه کرده و از داروی تجویزی آن استفاده کنید یا از یک داروی بدون نیاز به تجویز پزشک مصرف کنید. مطمئن شوید که منزل شما عاری از موی حیوانات، گرد و غبار و دیگر مواد حساسیت‌زا است. فیلتر وسایل گرمایشی منزل را عوض کرده و



به‌طور منظم ملافه‌های خود را بشویید.

در برنامه غذایی خود تغییرات سالم ایجاد کنید. آیا شما تمایل دارید اغلب برای شام غذاهای پُر نمک بخورید؟ این یک علت بزرگ برای پف کردن چشم‌ها است زیرا نمک باعث تجمع مایع در صورت می‌شود. اگر شما تقریباً هر شب شامی پر نمک خورده و به تختخواب بروید، این کار طی زمان باعث تجمع مایع در پوست اطراف چشم‌ها شده و در نتیجه موجب کشیده و آویزان شدن پوست آن ناحیه می‌شود. برای پیشگیری از این حالت، این عادت‌های جدید را شروع کنید: در هنگام آشپزی از نمک کمتری استفاده کنید. سعی کنید مقدار نمک مصرفی خود را به نصف میزان اولیه برسانید، سپس اگر می‌توانید طی زمان مصرف آن را کمتر کنید. اغلب بیرون غذا نخورید. هنگامی که شما بیرون غذا می‌خورید نمی‌توانید مقدار نمکی را که رستوران در غذایش مصرف می‌کند کنترل کنید و معمولاً مقدار نمک استفاده شده در غذای بیرون بیشتر از آن مقداری است که شما فکر می‌کنید. از مواد غذایی شور مانند چیپس، آجیل شور، چوب شور، سوپ کنسرو شده، غذاهای سرخ کردنی و دیگر غذاهایی که مقدار زیادی سدیم دارند پرهیز کنید.

موز و کشمش را به‌عنوان میان وعده بخورید، هر دوی اینها موجب کاهش تجمع مایعات در ناحیه‌ای از بدن می‌شوند. آب‌نبالو یا کلم

نکات مهم

قبل از رفتن به تختخواب و پس از بیدار شدن از خواب، مقدار زیادی آب بنوشید.

سعی کنید به‌منظور به جریان انداختن مایع اطراف چشم، آن ناحیه را ماساژ دهید.

یک عدد دستمال مرطوب را در آب خیس کرده و در فریزر قرار دهید، آن را به مدت ۲۰ دقیقه در زیر چشم‌ها بگذارید.



کنفرانس‌های  
دکتر فرهنگ هلاکویی

لندن

۴ کنفرانس در ۲ روز

شنبه و یکشنبه

۲۷ و ۲۸ ژوئن (June)

شنبه ۲۷ ژوئن از ساعت ۲ تا ۵ بعد از ظهر

دو راهی‌ها و بحران‌های زندگی

از ساعت ۶ تا ۹ بعد از ظهر

عشق، ازدواج و خانواده

یکشنبه ۲۸ ژوئن از ساعت ۲ تا ۵ بعد از ظهر:

انواع سه گانه انسان سالم، نرمال، بیمار

از ساعت ۶ تا ۹ بعد از ظهر:

از سنت تا مدرنیته و مدرنیسم

Grand Connaught Rooms  
61-65 Great Queen Street London WC2B 5DA

نزدیکترین ایستگاه اندرگراوند: Holborn

ورودی برای هر کنفرانس ۲۰ پوند

اطلاعات و  
رزرو کارت ورودی:  
لندن:  
07796 888 444  
لس آنجلس:  
001 214 402 5133  
www.drholakouee.com

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

## کلینیک درمانی تخصصی

زیر نظر دکتر حسینی

با همکاری پزشکان منتخب و متخصص

در رشته های روانپزشکی و روانشناسی

ارائه تسهیلات مربوط به

تهیه و تنظیم گزارشات پزشکی و روانپزشکی

تهیه و تکمیل فرمهای معلولیت (Disability)

بریزه برای کسانی که درخواست آنان قیلا رد شده است

\* مسائل کودکان و مشکلات

تحصیلی نوجوانان

\* مهاجرت و پناهندگی

\* مشکلات خانوادگی و طلاق

\* ترک اعتیاد

\* سوانح و تصادفات

قرار با وقت قبلی

کلینیک درمانی ساموئل مینارد

6 Bendall Mews, London NW1 6SN

Marylebone Road, Baker Street, Edgware Road

Tel: 020-8123 0533

Info@samuelmaynard.co.uk



## خانواده

# مسائل جنسی را از چه کسانی باید پیاموزیم

دکتر مجد،

(عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران)



از پدر و مادرمان؟ دوستانمان؟ مگر آنها چقدر در این زمینه تخصص دارند؟ مگر آنها اطلاعاتشان را در این زمینه از چه کسانی گرفته اند؟ آیا از کسانی به جز پدر و مادرشان و یا دوستانشان؟ نه! من واقعا تاسف می خورم که ما متخصصان داریم در این مملکت زندگی می کنیم، آن وقت بسیاری از هموطنانمان نمی دانند که این خصوصی ترین و مهم ترین اطلاعات زندگی مادیشان را باید از کجا و چطور به دست بیاورند؟ تاسف می خورم که بسیاری از هموطنانمان نمی دانند رفتار جنسی بهنجار یعنی چه؟ و افتخار می کنم که آموزگار مسایل جنسی ام.

یادم هست که سال ۱۳۴۲ در خصوص آموزش های اولیه مسایل جنسی در مسجد سخنرانی کردم. آن روز، بعضی ها در اوایل صحبت خیلی خشمگین به من نگاه می کردند، اما در اواخر جلسه احساس کردم که همه نگاه ها صمیمی تر و همراه تر شده و حتی در انتهای جلسه از من تشکر کردند و تشویقم کردند که این کار را ادامه بدهم. حقیقت این است که حتی از نظر مذهبی هم ما مکلفیم که تمام تعالیم جنسی را قبل از ازدواج یاد بگیریم.

گرمیجات؟!

خیالتان را راحت کنم: گرو، پسته، بادام و سایر گرمیجات هیچ ارتباطی با گزینه جنسی ندارند. اگر قرار بود تمام مسایل و مشکلات جنسی با پسته و گردو حل بشود، بنده و امثال بنده به جای این که ۲۷ سال مداوم درس بخوانیم و امتحان بدهیم و زحمت بکشیم، می رفتم مغازه گردوفروشی باز می کردم! خیالتان را از مسئله مهم تری هم راحت کنم: مسئله ارتباط زناشویی، ربط چندانی به دستگاه تناسلی هم ندارد. نظام جنسی ما توسط مرکزی در مغزمان کنترل می شود و همین مرکز است که تمام سیستم های تناسلی را به حرکت درمی آورد. محل این مرکز در مغز میانی و در سیستم لمبیک است. لابد تجربه کرده اید که همه مان وقتی که افسرده ایم یا وقتی اضطراب داریم و یا وقتی که عصبانی هستیم، دیگر میل جنسی نداریم. چرا؟ چون فرمان میل و ارتباط جنسی باید از بالا صادر شود، از مغز. و طبیعتا این فرمان در حالت افسردگی، اضطراب و عصبانیت صادر نمی شود.

بعد از مغز، همه چیز در کنترل هورمون ها و غد

## برای داشتن یک زندگی موفق به ۸ نکته زیر نیازی ندارید



بعضی از انسان ها فکر میکنند برای موفق شدن در زندگی باید کارهای خارق العاده انجام دهند و نیازی به شرایط خاصی دارند. در این مقاله برای شما خواهیم گفت که برای موفق شدن در زندگی تان نیازی به ۸ مورد زیر ندارید.
کاملا طبیعی است که همه ما همیشه بخواهیم بهتر شویم، بیشتر داشته باشیم و کارهای بیشتری انجام دهیم. اما در مسیر زندگی اغلب فراموش می کنیم که چیزی که برای شاد بودن نیاز داریم همان چیزی است که درست روبرویمان قرار دارد. ما در تلاش برای موفق بودن پادمان می رود به خودمان گوشزد کنیم که کاملیم، کافی هستیم و درست همین لحظه را داریم. چرا با بدخلقی آن را خراب کنیم؟ چرا همین الان شاد نباشیم؟

در زیر به ۸ نکته ای اشاره می کنیم که برای شاد بودن و بهره بردن از زمان حالتان به آنها هیچ نیازی ندارید:

### نگران بودن درمورد اشتباهات گذشته

این واقعیت که در گذشته اشتباهاتی مرتکب شده اید یکی دیگر از دلایلی است که باید لبخند بزنید و بخاطر آن خوشحال باشید. تعجب کردید؟ خوب، باید بگویمم که اگر هیچ اشتباهی در زندگی تان مرتکب نمی شدید، چیزهای مهمی که امروز می دانید را نمی دانستید. زندگی فراز و نشیب های خود را دارد و این زیبایی زندگی است. افتادن بهترین راهی است که چیزی یاد بگیرید. گذشته شما، هرچقدر هم که سخت بوده باشد، نباید مانع راه آینده تان شود. چرا خودتان را انزیت کنید و به جای اینکه روی حال و آینده تان تمرکز کنید خودتان را درگیر گذشته کنید؟ زندگی شما در دستانتان است. بخاطر اینکه می ترسید دوباره زمین بخورید، خودتان را از اتفاق های خوبی که ممکن است برایتان بیفتد محروم نکنید. چون چیزی که مهم است این است که همیشه می توانید بلند شوید و به راهتان ادامه دهید.

### هر اتفاق دیگری که در مکان ها و زمان های دیگر می افتد

همه چیزی که دارید همین لحظه است. خوب یا بد ما به همه مکان ها و زمان ها دسترسی نداریم. اینکه روی روز دیگر و زمان دیگری تمرکز کنید فقط لحظه حالتان را خراب خواهد کرد. فیلم Click را دیده اید؟ در این فیلم شخصیت اصلی داستان یک ریموت کنترل در دستان خود دارد که می تواند لحظات زندگی اش را با آن جلو بزند و رد کند. آخر کار همه زندگی اش را جلو زد و اصلا از آن خوشحال نبود. آنوقت فهمید تنها چیزی که همه انسان ها دارند لحظه اکنون است و اگر بخواهید آن لحظه را رد کنید، کل زندگی تان را نابود خواهید کرد. بیشتر انسان ها تمرکزشان روی جایزه است و وقتی آن را به دست می آورند باز هم راضی نیستند. مسیر به سمت مدال طلا خیلی مهم تر از آن مدالی است که در آخر کار می گیرید. پس سعی کنید از مسیر لذت ببرید. لحظات خوب و بد آن را پشت سر گذاشته و از آنها درس بگیرید. آینده به هر حال می رسد. پس بهتر است امروز کاری انجام دهید.

### لحظه ناب و شرایط ایدآل

چیزی که باید بیشتر وقت ها به خودمان یادآور شویم این است

که برای شروع کردن چیزی نباید به دنبال زمان ایدآل باشیم. درمورد خوشبختی هم همینطور است. نباید منتظر بمانیم خوشبختی برایمان اتفاق بیفتد. باید آن را برای خودمان بسازیم. اینکار را می توانیم با عوض کردن طرز فکرمان نسبت به زندگی انجام دهیم. قدرشناسی برای چیزهای کوچکی که در زندگی داریم تاثیر بسیار قابل توجهی در دید ما نسبت به اطرافمان دارد. از هر لحظه لذت ببرید و زیبایی را در چیزهای عادی زندگی ببینید تا بفهمید برای اینکه هر روز شاد باشید نیاز به چیز زیادی ندارید.

### وحشت از فصل های زندگی

همانطور که آب و هوا فصل های مختلف دارد، زندگی ما هم همینطور است. اگر به آن فکر کنید، همه چیز در زندگی در حال تغییر است. هیچ چیز برای مدتی طولانی یکجور نمی ماند. درمورد ما هم همینطور است. مطمئنا ما کسی که پارسلال یا سال های قبل بودیم نیستیم. بنابراین دفعه بعدی که از چیزی احساس استرس کردید، به خودتان یادآور شوید که هیچ چیز در زندگی دائمی نیست، حتی نگرانی هایتان. یادتان باشد که اتفاقاتی که الان برایتان می افتد فقط یک دوره از زندگی شما هستند و با قوی ماندن می توانید راحت تر آنها را پشت سر بگذارید. از اینکه کنترلی روی همه جنبه های زندگی تان ندارید وحشت نکنید. گاهی اوقات لازم بوده که چیزهای جدیدی تجربه کنید تا درس جدیدی بگیرید تا رشد کرده و قوی تر شوید. فقط به این دلیل که الان کل تصویر را نمی ببیند به این معنی نیست که هیچوقت آن را نخواهید دید.

### همه چیزهایی که ندارید

فقط به این خاطر که توانسته اید به هدف هایی که برای خودتان تعیین کرده اید برسید به این معنی نیست که نباید به خودتان اجازه دهید همین الان شاد باشید. ممکن است فکر کنید که فقط وقتی می توانید شاد باشید که به چیزهایی که می خواهید رسیده باشید. این یک تله است. باید کسی که هستید و چیزهایی که دارید را تحسین کنید. برای هر لحظه ای که سپری می کنید، هر بار که زمین می افتید، هر بار که بلند می شوید، هر کسی که کنارتان هست و هر کسی که تنهایتان گذاشته، شکرگزار باشید. قدرشناسی یکی از کواتمترین راه ها به سمت خوشبختی است.

### تایید دیگران

خیلی ها از اینکه جلو دیگران خودشان باشند می ترسند چون خیلی ها از اینکه جلو دیگران خودشان باشند می ترسند چون

هفته نامه پرشین ۲۵

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

تصویر می کنند خود واقعی شان به اندازه ماسکی که بر چهره دارند مورد قبول دیگران نیست. آنها سعی می کنند با برآورده کردن توقع دیگران از خودشان زندگی هایشان را پیش ببرند. خیلی اوقات این افراد تا زمانیکه وقت کافی با خودشان نمی گذرانند به این مسئله پی نمی برند. اینکه فقط برای خودتان وقت بگذارید کیفیت زندگی تان را بالا خواهد برد. باعث می شود بتوانید افکارتان را جمع کرده، زندگی تان را اولویت بندی کرده و چیزهای بیشتر درمورد خودتان کشف کنید. تنهایی وقت گذراندن کمکتان می کند با احساساتتان ارتباط برقرار کرده و یاد بگیرید که مهمترین فرد زندگی خودتان هستید. پس چرا باید نگران این باشید که دیگران چه فکری می کنند؟ چرا باید از خود واقعی تان خجالت بکشید؟ چرا باید درمورد چیزهایی که واقعا برایتان مهم هستند و کارهایی که می خواهید در زندگی تان انجام دهید احساس تردید کنید؟ اینکه بخواهید بنا بر انتظارات دیگران زندگی کنید، شادتان نمی کند اما صادق بودن با خودتان مطمئنا اعتمادبه نفستان را بالا برده و قوی تر و شادترتان می کند.

### یک زندگی ایدآل

زندگی هیچکس ایدآل نیست. درواقع، هیچ چیز در زندگی کامل نیست. کمال چیزی نیست که به نیابالش باشید. ممکن است تصور کنید که باعث شادی تان می شود اما احتمال اینکه اینکار را نکند بیشتر است. قدر زندگی را همانطور که هست چالش انگیز، رنگی، جالب و پر از موانع و مشکلات دانستن، چشم هایتان را به این واقعیت باز خواهد کرد که برای شاد بودن نیازی به داشتن یک زندگی کامل ندارید. سختی ها، موانع و مشکلات شما را قوی تر می کنند و کمکتان می کنند زیبایی زندگی را درک کنید. برای داشتن یک زندگی آسان دعا نکنید. دعا کنید قدرتی داشته باشید که بتوانید سختی ها را تحمل کرده و قدر زندگی تان را بدانید.

### شنا کردن در دریای پول

خیلی از ما اسیر این فکرهایم که با پول چه چیزهایی را می توانیم بخریم و یادمان می رود به خودمان گوشزد کنیم که با پول چه چیزهایی را نمی توانیم بخریم. یادتان باشد که پول را همیشه در ذهنتان نگه دارید اما نه در قلبتان. ثروت واقعی دریای پر از پول نیست. نعمت هایی که داریم ما را ثروتمند می کند. یک روح پر زرق و برق همیشه بهتر از یک ماشین پر زرق و برق است.

**کلینیک زیبایی لمورث ( ۶شعبه)**

**مشاور رایگان توسط دکتر عباس شیرافکن**

**همه روزه از ساعت 7-4 بعدازظهر و شنبه ها تمام روز**

**در کلینیک Lemoge 191 Kilburn**

مرحله اول

مغزآله با بوسیدن شروع می شود، بنابراین تمیز بودن لب و دهان و دندان مهم است. قبل از معاشقه، از چیزهایی که منجر به نفستان را بدبو می کند، حتما پرهیز کنید. ترجیحا چیزهایی بخورید که نفستان را خوشبو کند. بوسه معولا با لمس همراه است و منظور از لمس، تماس نرم پوست با پوست است، همان طور که یک مادر کودکش را نوازش می کند. لمس باید روی صورت، گردن، موها، تنه و . . . و به ملایمت انجام بگیرد. این لمس را خانم ها خیلی دوست دارند و بسیاری از خانم ها هم طی همین مرحله، ارضا می شوند. متخصصان توصیه می کنند که شوهر از همسرش سوال کند که مایل است کدام قسمت از بدنش مورد لمس قرار بگیرد.

مرحله آخر

بعد از این مقدمات، زن برای مقاربت آمادگی کامل پیدا می کند. سیستم کلی مقاربت به شکل قطع و وصل است که منجر می شود انبساط عضلانی مناسبی در مجاری تناسلی خانم ها به وجود بیاید. حرکات مناسبی باید به شکل تومان توسط مرد و زن صورت بگیرد و هیچکدام از طرفین هم نباید منفعلانه عمل کنند. مردان از نظر فیزیولوژیک خیلی زودتر از زنان ارضا می شوند. خروج ترشحات از سیستم تناسلی مرد به معنای ارضای جنسی است اما در زنان معمولا سیستم تناسلی در طی یک تماس جنسی کاملا مرطوب است چون غده ویژه ای، نرم و مرطوب کردن مجرا را به عهده دارند. در طی مقاربت، از رد و بدل کردن کلمات عاشقانه و محبت آمیز هم غفلت نکنید و بعد از آن نیز از ابزار محبت به همسرتان غافل نشوید.
مبادا یکی از طرفین دچار این توهم شود که همسرش او را فقط برای رابطه زناشویی می خواهد و بس. این تصور، تصور زجرآور و آزاردهنده ای است.

**لیزر و IPL برای از بین بردن موهای زائد، صورت و بدن برداشتن لکه های صورت. جوان کردن صورت تخفیف استثنایی ویژه ایرانیان لیزر کامل پا ۹۹ پوند، لیزر زیر بغل ۲۲ پوند لیزر بیکی نی ۴۵ پوند، لیزر چانه ۲۰ پوند بوتاکس ۱۳۰ پوند، لایه برداری و جوان سازی پوست ۶۰ پوند از بین بردن رگهای قرمز و خالهای پوستی از ۳۵ پوند**

**LEMOCGE CLINIC**  
**Dr Abbas Shirafkan, Dr Atena & Dr Hanieh**

**Free Consultation**

**Before** **سرویس** **After**

**افزایش مو**

**برای افراد**

**نیمه طاس**

**با روش پی آر پی**

**By Dr Mohammad at No 341**

**www.lemogeclinic.co.uk**  
**Beauty-Hair-Tanning- Slimming- Botox- Fillers**  
All Prices in this advert, strat from

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

<b>Upper lip LASER</b>	<b>£20</b>	<b>Full leg wax</b>	<b>£12</b>
<b>Face LASER</b>	<b>£45</b>	<b>Slimming LPG</b>	<b>£45</b>
<b>Full Legs IPL</b>	<b>£ 49</b>	<b>Pigment removal , TATTOO</b>	
<b>Bikini Laser</b>	<b>£ 49</b>	<b>Microdermabration</b>	<b>£30</b>

**14 LASER Machines : NDYAG, IPL, Ecolite, Alexandeite laser, Any Area, Man/Woman, Any Skin**  
**Botox: £130 Fillers:£200 Lips Enlargement: £200**  
**Chemical Peels, Cheek enhancement**

**Lemoge** (main) drshirafkan@hotmail.com

**191 Kilburn Hi Rd, London NW6 7HY**

**0207372 0044–020 7372 4433**

**Queens Park**  
**47 Salusbury Rd**  
**London NW6 6NJ**  
**020 7912 0920**  
**020 7604 3124**

**Lemoge Clinic**  
**57 Salusbury Rd**  
**London NW6 6NJ**  
**020 7624 3040**  
**020 7624 7585**

**Lemoge Swi Cot**  
**122 Finchley Rd**  
**London NW3 5HT**  
**020 7794 7070**  
**020 7794 7080**

**Lemoge Clinic**  
**94 Kilburn Hi Rd**  
**London NW6 4HS**  
**020 7624 6644**  
**020 7624 5533**

**Lemoge Clinic PRP**  
**341 Kilburn Hi Rd**  
**London NW6 7QB**  
**020 7625 6060**  
**020 7625 5500**

# بیماری های روانی مسری

در اروپا در قرن های ۱۴ تا ۱۷ میلادی، گاهی گروه هایی از مردم به ناگاه و بدون مقدمه دچار مشکلی عجیب می شدند؛ مثلا عده زیادی، گاه هزار نفر، شروع به حرکت های عجیب و غیرقابل کنترلی می کردند؛ آنها فریاد می کشیدند، آواز می خواندند و ادعا می کردند که توهمات را تجربه می کنند. این مشکل مردان، زنان و کودکان را هم درگیر می کرد. آنها تا وقتی که از خستگی از پا درمی آمدند به حرکت های خود ادامه می دادند.

سال ۱۲۷۴ میلادی، پاپوکوبی های دسته جمعی آلمان، یکی از اولین دفعات گزارش شده این اتفاق عجیب بود و همچنین همه گیری مشهور در سال ۱۵۱۸ در استراسبورگ گزار شد. آن زمان کسی نتوانست ماهیت این مانیای جمعی را کشف کند، معمولا توانندگان با حضور در این جمع ها با نواختن موسیقی، سعی می کردند ذهن جمعیت را هدایت کنندو حملات را فرو بنشانند اما گاهی کار آنها تاثیر معکوس می گذاشت. یکی از توجیهاتی که برخی در آن زمان می کردند این بود که این جنون های جمعی وسیله ای برای تسکین تنش ها و فراموش کردن درد فقر است، اما بعضی ها هم مسومیت، آنسفالیت و تشنج را علت مشکل می دانستند.

خنده های عجیب و بی دلیل در ۳۰ ژانویه سال ۱۹۶۲، در یک مدرسه دخترانه واقع در «کاشاشای» تانزانیا، حادثه عجیبی رخ داد: سه دختر شروع به خنده های بی مورد کردند که در کمال تعجب خنده آنها مسری شد و ۹۵ نفر از ۱۵۹ دانش آموز مدرسه که بین ۱۲ تا ۱۸ سال سن داشتند، شروع به خنده های طولانی بی علت کردند.

کسانی که مبتلا شدند بین چندساعت تا ۱۶ روز خنده می کردند، معلم ها درگیر نشدند اما دانش آموزان دیگر نمی توانستند روی درس هایشان تمرکز کنند. یک ماه و نیم بعد، دستور یسته شدن مدرسه داده شد، با بسته شدن مدرسه و بازگشت دانش آموزان به خانه شان، این مشکل عجیب، روستای «نشامبا» روستایی که محل زندگی چند نفر از این دانش آموزان بود را هم فرا گرفت.

در ماه های آوریل و می، مجموعا ۲۱۷ نفر در این روستا دوره های خنده های بی مورد را تجربه کردند. در ۲۱ می مدرسه بازگشایی شد اما در ماه ژوئن، مقامات مجبور شدند دوباره مدرسه را ببندند. در این ماه، همه گیری خنده به مدرسه متوسطه بوکوبا هم سرایت کرده و ۴۸ دختر دیگر را درگیر کرد. همگیوری دیگری هم در کانیاکانراکا رخ داد و دو مدرسه پسرانه این منطقه بسته شدند.

در اکتبر ۱۹۶۵، در یک مدرسه در بلگیرن، چند دختر به طور ناگهانی از سرگیجه شکایت کردند که بعضی از آنها غش کردند. در طی چند ساعت، ۸۵ دختر دراین مدرسه با آمبولانس به بیمارستان مجاور برده شدند. علائم آنها شامل غش، ناله، به هم فشردن دندان ها، نفس نفس زدن و گرفتگی عضلات بود. بررسی های لازم انجام شد و هیچ نشانی مبتنی بر آلودگی غذایی یا هوایی پیدا نشد.

آن دسته از دخترهایی که کم سن و سال تر بودند، بیشتر مبتلا شده بودند اما آنهایی که سن بیشتری داشتند، علائم را به شکل شدیدتر و طولانی تری از خود بروزمی دادند. پزشکان تشخیص دادندکه علت مشکل هیستری است و یک پیاده روی سه ساعته و ترس از همه گیری فلج اطفال، افراد را مستعد بروز چنین علائمی کرده است.

روح های شرور و حمله های غش!

موارد هیستری جمعی در کشورهای مختلف و در قاره های مختلف دیده شده است؛ از جمله در قاره آسیا و کشورهایی که چندان از ما دور نیستند. در مازنی در دهه های ۷۰ و ۸۰ میلادی، در دخترهای محصل و زنان جوانی که در کارخانه ها کار می کردند، به کرات حملات هیستری جمعی دیده شد که در فرهنگ محلی این باور وجود داشت که روح های شرور در آنها رخنه کرده اند! اما تحقیقات و بررسی ها نشان دادند که هیچ مشکل بدنی یا آلودگی در کار نیست و مشکل باز هم روانی است.

اولین موردگزارش شده از هیستری جمعی از ایران در سال ۱۲۶۵ در یک مدرسه دخترانه در استان کرمان بوده است؛ به طوری که افراد مبتلا به صورت حاد دچار اضطراب و نگرانی شده بودند. در سال ۱۲۷۱ و بعد از واکسیناسیون کزاز نمونه گیری از هیستری جمعی در ۲۱ دختر دانش آموز در یک روستا از استان کرمان گزارش شد. بعد از تزریق واکسن علائمی به صورت غش و صرع کاذب، لرزش، اختلال دید، سردرد، تعریق و سوزش دست در یکی از دانش آموزان بروز کرد و به دنبال آن ۹ دانش آموز دیگر نیز علائم مشابهی را تجربه کردند. مورد سوم در سال ۱۲۷۲ در روستایی واقع در اطراف یزد رخ داد.

عضو جامعه روانکاو انگلستان استاد تعلیم هیپنوتیزم درمانی و دادن مدرک تانید در اردیبهشت سال ۱۲۸۱ در روستایی واقع در اطراف شهرستان سردشت استان آذربایجان غربی، بیماری ناشناخته ای شیوع پیدا کرد؛ بیماری از یک مدرسه راهنمایی دخترانه آغاز شد و شیوع آن فقط در بین جنس مؤنث بود که در مدت کوتاهی تعداد موارد به ۶۴ نفر رسید. مسئولان بهداشتی درمانی منطقه و استان تمام اقدامات لازم را با همکاری متخصصان مختلف منطقه ای و کشوری جهت شناسایی بیماری انجام دادند و سرانجام تشخیص احتمالی هیستری جمعی مطرح گردید و تایید شد.

بیماری روانی مسری است؟

معمولا ما انتظار نداریم که اختلالات روانی حالت مسری داشته باشند و در زمان

کوتاهی یک جمع را درگیر کنند اما مورد هیستری جمعی که علاوه بر موارد مزبور، موارد بسیار متعدد دیگری هم از آن گزارش شده، خلاف این مطلب را نشان می دهد. هیستری یا به تعبیر درست تر اختلال تبدیلی، یکی از شایع ترین علل مراجعه به بخش های اورژانس است. این اختلال در زنان بیشتر دیده می شود و مبتلایان، بی حسی و مورمور شدن در اندام ها، کوری، کوری، حرف زدن و فلج عمومی بدن یا علائم حرکتی نیز شامل حرکات غیرطبیعی، اختلال در راه رفتن، ضعف عمومی، فلج، لرزش، تیکو حرکات پرتابی و تشنج های کاذب را از خود بروز می دهند اما همه این علائم و نشانه ها منطبق با هیچ بیماری بدنی خاصی نباید باشد. تشخیص کاذب بودن علائم با معاینه و تشخیص پزشک و رد علل بدنی صورت می گیرد. استفاده از واژه «تبدیلی» برای این بیماری، از نظر فریود منشأ گرفته است؛ او عقیده داشت که اضطراب یک بیمار «تبدیل» به علائم فیزیکی می شود.



چگون مشترک در این مقاله در مورد هیستری جمعی صحبت کردیم اما آیا بیماری های روانی دیگری وجود دارند که جنبه مسری یا مشترک داشته باشند؟

بله! یکی از این بیماری ها جنون یا سایکوز مشترک است که در پزشکی با واژه فرانسوی Folie a deux شناخته می شود. در این اختلال، علائم و باورهای هذیانی یک فرد به شخص دیگر انتقال می یابد. ممکن است بیشتر از دو نفر هم گرفتار بشوند

## سریعترین روش روانکاو از طریق هیپنوتراپی - روانکاو و هیپنوتراپیست

**هیپنوتیزم درمانی توسط خانم دکتر روحی شاهین درمان همه مشکلات:**

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

فارغ التحصیل در رشته روانکاو و مشاوره هیپنوتراپی تانید 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 تانید شد ه از کنسول هیپنوتراپی لندن برگزار کننده ه سیمپارهای تجربی و روانکاو

www.advancehypnotherapy.com

Tel: 020 7221 5763

Mob: 07961 447116

10 Harley Street W1

که در این صورت از اصطلاحات دیگری برای اشاره به بیماری استفاده می شود. نخستین بار یک روانپزشک فرانسوی در قرن نوزدهم، به این نوع کسبختگی اشاره کرد. مورد او زنی به نام مارگارت بود که همراه همسرش مایکل درگیر این مشکل شده بود؛ هر دوی آنها هذیان گزند و آسیب داشتند و باور داشتند که اشخاصی وارد خانه آنها می شوند، گرد و غبار پیش می کنند و کفش هایشان را می پوشند. در این جنون مشترک، ممکن است که اول بیماری در یکی شکل بگیرد و به دومی منتقل شود که در این صورت معمولا وقتی آن دو را از هم جدا نگاه می داریم، علائم در شخص دوم تخفیف می یابند یا اینکه ممکن است به طور همزمان باورهای هذیانی در ذهن هر دو شکل بگیرد و هر دو به صورت مشترک بر محتوای هذیانی هم اثر بگذارد اما یکی از جنبه های مشترک اکثر اختلالات روانپزشکی، کاهش عملکرد اجتماعی و کاری مبتلایان است.

به همین خاطر در طول تاریخ بسیاری به این فکر افتاده اند که با استفاده از یکسری مواد شیمیایی غیرکشنده، با ایجاد جنون موقت در سربازان و نظامیان دشمن، باعث آشفتگی آنها شوند.

در دوران معاصر و بعد از جنگ جهانی دوم هم آمریکا تحقیقاتی در این زمینه با استفاده از مواد توهم زا مثل LSD، آنتی کولینتریک ها و داروهای خواب آور خاص انجام دادند ولی شواهدی مبنی بر استفاده و کاربرد عملی از این شیوه توسط آمریکا وجود ندارد.

در عین حال استفاده از اصطلاحات «هیستری» یا «هیستری جمعی» دهه هاست که منحصر به پزشکان و روانپزشکان باقی نمانده است و به دفعات توسط جامعه شناسان و کارشناسان سیاسی و روزنامه نگاران، البته با «بار معنایی و مفهومی متفاوت» هم مورد سائقاده قرار می گیرد. آنها وقتی از توجیه رفتار بی منطق و نابخردانه جماعتی درمی مانند و مدل ها و تئوری های شناخته شده را در توضیح رویدادی ناکارآمد می بینند، به این اصطلاح پناه می برند. در عین حال گاهی هم در رسانه ها، زمانی که جمعی مردم به ناگاه یک خرافه را باور می کنند و این باور نادرست همگانی می شود، از این اصطلاح استفاده می شود.

درمان این اختلال چیست؟

یکی از مؤثرترین درمان ها توضیح و اطمینان بخشی پزشکی است؛ پر واضح است که در این قسمت آگاهی و اطمینان همراهان و خانواده بیمار نقش زیادی بازی می کند. پزشک باید به روشنی توضیح بدهد که این اختلال شایع است، منشأ بدنی ندارد، برگشت پذیر است و اینکه مبتلا، به تعبیر و تلقی جامعه یک فرد «روانی» نیست. ضمن اینکه باید پزشک توجه خاصی مبذول کند که مشکل جسمانی خاصی را از قلم نینداخته باشد و تشخیص اشتباهی انجام نداده باشد.

ثابت شده است که کار درمانی هم نقش مفید در درمان این بیماری دارد. درمان دارویی با داروهای ضد اضطراب و ضد افسردگی هم مفید هستند. البته معمولا در کشور ما به خاطر تشریح نشدن این اختلال و عدم آشنایی توده مردم با بیماری، انبوهی از اقدامات، آزمایشات و تصویربرداری های بی مورد برای این بیماران انجام می شود و معمولا این بیماران دست آخر و از روی تصادف به روانپزشک، یعنی پزشکی که بیشترین کمک را می تواند به آنها بکند، مراجعه می کنند.

در این میان علاوه بر عملکرد ضعیف رسانه های نوشتاری و دیداری، دانش اندک جامعه، عدم ارجاع درست از سوی همکاران پزشک هم نقش زیادی دارد؛ خانواده بیشتر بیماران، مخصوصا قشر تحصیلکرده ما هم غالباً نمی توانند به خود بقبولانند که یک بیماری روانی می تواند به صورت نشان های جسمانی بروز کند؛ بنابراین مدت ها این بیماران از تخصصی به تخصص دیگر مراجعه می کنند.

# رستوران آریانا

## Ariana Restaurant

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

Private parties & outside  
catering available

**Tel: 020 7266 9200 - 020 7266 2655 - 078 6322 1709**

**Bourne Terrace, Paddington, London W2 5TH 108**

**www.arianarestaurant.net**

Open from 12noon till 12.00 midnight  
7 days a week

## Mehan Accountants

### دفتر حسابداری افغانی

*We are a firm of professional qualified accountants with many years of experience in dealing with all aspects of Accountancy and Taxation Services to variety of businesses. We provide you and your business with a complete Accountancy and Taxation services, whatever the requirements.*

**Registration services**  
Limited Company  
Self-employment  
Partnership  
VAT  
Payroll (Payslip)  
CIS Registration

**Account preparation services**  
LTD Accounts  
Sole Trader Accounts  
Partnership  
LLP Accounts  
Charity Accounts  
Management Accounts

**Benefit Services**  
Housing Benefit  
Council Tax Benefit  
Working & Child Tax Credit

**Secretarial Services**  
Annual Return  
Employer PAYE Returns  
Self-Assessment Tax Returns

**Are you considering opening a new business but not sure how it may affect your Housing Benefit claim and Working Tax Credit entitlement?**  
*We are always happy to offer expert financial advice and guidance, call us for a no obligation consultation today.*

**447 HIGH ROAD, FINCHLEY, LONDON, N12 0AF**

**T: 0203 602 3500 • M: 07903 506 476 • M: 07956 601 148**

**EMAIL: MEHAN@ACCOUNTANT.COM • WEBSITE: MEHAN-ACCOUNTANTS.CO.UK**

سازمان گردهمایی شاهین  
برای بزرگسالان و بیزانستان  
هر پنجشنبه  
آموزش روشهای خود شناسی  
روان درمانی گروهی  
اطلاعات پزشکی عمومی  
۹ ساعت - ۱۲ - ۱۵:۳۰

( Resident Club Room  
Henry Dickens Court )  
Saint Ann's Road  
W11 4DH

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

نزدیک ترین اندرگراوند: لتیمر رود  
Nearest Underground Station is Lattimer Road  
(Hammersmith & City Line and Circle Line)  
اتوبوس: ۲۹۵و۴۱۶  
ایستگاه اتوبوسی نوبل نم استریت  
Bus Stop: Wilham Street

عضو جامعه روانکاو انگلستان استاد تعلیم هیپنوتیزم درمانی و دادن مدرک تانید شد ه از کنسول هیپنوتراپی لندن  
برگزار کننده ه سیمپارهای تجربی و روانکاو

**www.advancehypnotherapy.com**

**Tel: 020 7221 5763**

**Mob: 07961 447116**

**10 Harley Street W1**

## ورزش



از پهلوانی تا چوب‌کشی در رقابتهای انتخابی کشتی!

# سیاه، سفید، خاکستری

بروز اتفاقات تلخ در جریان رقابت‌های انتخابی تیم ملی کشتی فرنگی باعث شد مردم و اهالی کشتی آزرده خاطر شوند تا به این وسیله همه زیبایی‌های این رقابتها چه از نظر فنی و چه اخلاقی تحت‌الشعاع قرار گیرد.

رقابت های انتخابی تیم های ملی کشتی آزاد و فرنگی در شهر مقدس مشهد با حساسیت بسیار بالا و در حالی‌که علاقمندان به کشتی استقبال خوبی از این رقابت ها داشتند به پایان رسید. بی شک مصاف جوانان و بزرگان افتخار آفرین کشتی ایران صحنه های بسیار زیبایی از رقابت در عین پهلوانی و مروت که ویژگی بارز ورزش اول ایران زمین است را رقم زد؛ جایی که وقتی نامدارانی همچون کمیل قاسمی، مسعود اسماعیل پور، مهدی تقوی، میثم مصطفی جوکار و...بر روی تشک کشتی عرصه را مقابل جوانان باختند بدون هیچ اعتراض و توهین به رقیب یا داور میدان سر تعظیم فرو آوردند و حاضر نشدند بخاطر کسب دوپنده تیم ملی اخلاق و پهلوانی را زیر پا بگذارند.

اما در کنار همه این زیبایی ها، صحنه‌های زشت و بعضا تاسف آوری را شاهد بودیم و وقتی این صحنه‌ها دل هر کشتی دوستی را بیشتر به درد می آورد که این حرکات ناشایست از طرف بزرگان کشتی این مملکت که بسیاری از جوانان آنها را الگوی خود می پندارند و به عشق آنها علاقمند به کشتی شده اند رخ داده باشد، سالن غرق در جمعیت بود چرا که قرار بود پر افتخارترین کشتی‌گیر ایران به نام حمید سوریان به روی تشک برود. گوینده سالن نیز بر خلاف عرف معمول بارها نام سوریان را با شور و حرارت صدا زد و اینکه قرار است در نخستین مصاف خود رو در روی عبدالمحمد پاپی به روی تشک برود. هر بار با آورده شدن نامش بسیاری به احترامش از جا بلند می‌شدند و به تشویق او می‌پرداختند.

سوریان هم به سالن گرم آمده و در حال تمرین با دو دوست خود یعنی بیابانگرد و عبدولی است. همه چیز مهیای یک نبرد جذاب است جایی که قرار است اسطوره کشتی ایران برای نخستین بار در یک رقابت انتخابی و حساس برای ورود به تیم ملی و احترام به قانونمداری به مصاف هموطن دیگر خود برود چرا که حتما دانسته که حریفش نیز درست به اندازه او حق دارد برای ورود به تیم ملی بجنگد هر چند که فاصله میان آن‌ها زیاد باشد.

اما چه سود در آن طرف گویا این شور و اشتیاق دیده نمی‌شود و در حالیکه همه حضور او را بر روی تشک تجسم می‌کنند و به آن دلخوش هستند، اسطوره

خیالات دیگری در سر دارد و اصلا بنا نیست به روی تشک بیاید. همانطور هم شد و اسطوره به یکباره به همراه برادرش بدون اینکه کسی را از قصدش با خیر کند، دقایقی قبل از مسابقه‌اش سالن را ترک کرد تا حاضران در سالن و تماشاگران تلویزیونی با خیال خود خوش باشند.

گوینده سالن طبق عرف سه مرتبه نام او را برای حضور بر روی تشک اعلام کرد اما او نیامد که نیامد تا ثابت کند در خیال خود بزرگتر از این است که بخواهد برای حضور در تیم ملی از کانال انتخابی عبور کند. رفت تا مردم با خیال خود خوش باشند و بدانند اسطوره فقط قرار است برایشان در مسابقات جهانی و المپیک به روی تشک برود!این اتفاق تلخ گذشت و مردم باز هم اسطوره داشتند که بخاطر مبارزه او در سالن میخکوب شوند تا هنر او را ببینند. اینبار نوبت امید نوروزی دیگر طلایی المپیک لندن بود تا با حضور بر روی تشک نشان دهد اهل عمل است و شانه از زیر بار مسئولیت خالی نمی‌کند.به گزارش ایستا، امید آمد تا به مردم احترام بگذارد و نشان دهد می‌تواند با شکست حریفانش به تیم ملی برسد، تا ثابت کند اگر در سالیان گذشته پای ثابت تیم ملی بوده به لطف هنرش بوده و نه نورچشم بودن!

او در اولین مصاف مقابل مهمترین رقیبش به نام مهدی زیدوند به روی تشک رفت، جوانی که عنوان کرده بود فقط برای کسب دوپنده تیم ملی پا به میدان خواهد گذاشت. پس کار امید سخت بود و باید حسابی می جنگید تا تواناییهایش را به رخ بکشد.

البته به لطف عنوان‌دار بودن، کمیته فنی نوروزی، سوریان و یکی دو چهره شاخص دیگر را از دور حذفی مسابقات معاف کرده بود. در واقع نوروزی دور اول معاف شد و در دور دوم هم با قرعه استراحت رویرو شد تا بعداز ظهر با نیرویی مصانع به مصاف زیدوند برود و این در حالی بود که زیدوند در صبح مسابقات دو دور کشتی گرفته بود. اما در این کشتی زیدوند ۴ بر صفر پیش افتاد و بهت و حیرت سالن را در بر گرفت. نوروزی در ادامه به اجرای فن ناقص پرداخت که داوران به او امتیازی ندادند اما او و مربیانش معتقد بودند که فن را ناقص اجرا کرده و باید حداقل دو امتیاز به او دهند. فیلم بازی بنوی شد اما داوران بر تصمیم خود مصمم‌ت شدند و بخاطر اینکه اعتراض نوروزی رد شد یک امتیاز دیگر به حریف او دادند. اعتراض‌ها که پیش از این روند آرام‌تری داشت به یکباره به اوج خود رسید، امید و مربیانش وقتی دیدند داوران حرف او را قبول ندارند در سمت خادم که در کنار تشک بر روی صندلی حضور داشت

جوک نسا، بقیه‌اش پیشکش

## ناسیونالیسم قلبی!

رسول بهروش

شنبه هفته گذشته فینال لیگ قهرمانان اروپا در برلین برگزار شد و پارسلونا توانست پنجمین عنوان قهرمانی‌اش در این تورنمنت را به دست بیاورد. ساعاتی بعد از این مسابقه، سردبیر روزنامه مشهور و اسپانیایی «آس» یک ویدیوی جالب روی صفحه فیس‌بوک این رسانه گذاشت که با استقبال گسترده مخاطبان همراه شد.

این فیلم مربوط به لحظه گلزنی آلوارو موراتا بود. مهاجم سابق رئال مادرید که این فصل را در یوونتوس توپ زد، در دقیقه ۵۵ بازی فینال دروازه پارسلونا را باز کرد که این موضوع باعث خوشحالی سردبیر آس و جشن او در کنار همکارانش شد. تصاویر مربوط به شادی توماس رونکرو در فیس‌بوک مورد توجه قرار گرفته و ده‌ها هزار لایک خورده است رونکرو در زمره کسانی بود که به خاطر جدایی موراتا در تابستان گذشته، فلورنتینو پرز را به باد انتقاد گرفت.

سال‌های سال است که یک تئوری غلط در فوتبال ایران پا گرفته و خیلی‌ها آن را ترویج می‌کنند. براساس این فرضیه، هر تیم باشگاهی که از کشورمان در تورنمت‌های بین‌المللی حضور می‌یابد، نماینده تام و تمام کشور لقب می‌گیرد و همه

مردم موظف به حمایت از آن می‌شوند. وقتی پرسپولیس در آسیا حاضر می‌شود آن دسته از هواداران استقلال که آرزوی شکست این تیم را دارند شمات

پدیده وارداتی است که عرف خاص خودش را دارد. همین عرف به ما می‌گوید در بیشتر نقاط دنیا، تنها تیم‌های ملی نماینده مردم کشور محسوب می‌شوند و حساب باشگاه‌ها



کاملا فرقی می‌کند. انگلیسی‌ها و آلمانی‌ها هزار جور مشکل با هم دارند، اما بعید است هیچ یک از هواداران آرسنال، تاتنهام یا لیورپول دوست داشته باشند چلسی در مسابقات اروپایی

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


بایرن مونیخ را در هم بگوید.


در همین فوتبال جزیره بارها دیده شده بازیکنان تیم‌های مختلف بعد از ناکامی رقبایشان در مسابقات اروپایی خطاب به آنها جملات طعنه‌آمیز وحتی شوخی‌های رکیک می‌نویسند و روی شبکه‌های اجتماعی می‌گذارند. ما اما در ایران چون عادت به کلی‌گرایی و طیفه‌بندی داریم، خیلی زود مباحث را با هم مخلوط می‌کنیم و مرزهای مسابقه‌ای مثل پرسپولیس و الهلال را با بازی ایران و عربستان نادیده می‌گیریم. تلویزیون دولتی به‌عنوان مهم‌ترین دستگاه تبلیغاتی کشور مدام فریاد می‌زند تیم‌های ایرانی حاضر در لیگ قهرمانان حکم تیم‌لی را دارند و به این ترتیب در اتفاقی مضحک، نفت تهران در بازی آسیایی‌اش بیشتر از پنج هزار نفر را به ورزشگاه می‌کشاند؛ شاید بیشتر از مجموع تعداد هوادارانش در کل مسابقات لیگ!


باشگاه باشگاه است و تیم‌لی تیم‌لی؛ این حساب دو دو تا چهار تا است. ما هم اگر قرار است وطن‌دوستی‌مان را به رخ بکشیم، بهتر است این حس را خرج چیزهای واقعی‌تر و درست‌تری کنیم. ما می‌توانیم برای یکدیگر هموطنان بهتری باشیم اگر علیه هم جوک نسازیم و دل‌مان شور بقیه مردم را بزند. اگر قرار است به‌عنوان یک ایرانی نگران آذربایجان و اصفهان و خوزستان باشیم لازم نیست «زورکی» پشت تراکتور و سپاهان و فولاد بایستیم؛ انسانی‌تر و استانداردترش آن است که دغدغه دریاچه ارومیه و زاینده رود را داشته باشیم و جگرمان برای گرد و خاک اهواز بسوزد.



**Auto Centre**  
**Sovereign**







**صافکاری و رنگ آمیزی انواع اتومبیل با برترین کیفیت**  
**تعمیر انواع خودرو MOT – انواع رینگ و لاستیک**  
**14C Canterbury Work, Canterbury Road, London, NW6 5ST**  
**020 7624 6420**  
**با ارائه این آگهی از تخفیف ویژه ۱۰ درصدی برخوردار خواهید شد**



**MSB**  
**MASTER SIGN BUILDERS**

تابلوسازی

طراحی و ساخت انواع تابلوها

طراحی وب سایت

تابلوهای برجسته

ساخت و نصب انواع سایبان

جاب کاغذ دیواری با بالاترین کیفیت

طراحی روی ون و انواع ماشین



Brand Identity Development

All Types of High Impact Signage

Sales and Marketing Print Collateral

Website Design and Development / Interactive Media

Advertising (Print and Online)

Canopies and Awnings

Vehicle Wraps and Stickers

Experiential and Exhibition Graphics

**MSB MASTER SIGN BUILDERS**  
**MSBCOMS.COM // INFO@MSBCOMS.COM**  
**164 BALLARDS LANE, LONDON, N3 2PA**  
**020 8248 1675**

**خدمات نقاشی ساختمان**  
**تعمیرات ساختمان**  
**کلی و جزئی**

**۰۷۷۸۰۸۱۴۳۷۴**

به تعدادی Hairdressers  
Beauticians  
Nail Technicians  
Lemge Laser clinic  
۰۷۷۴۸۸۴۵۰۲۴  
drshirafkan@hotmail.com  
دکتر عباس شیرافکن







No. 399  
Friday 19 June 2015

Editor-in-Chief:  
Abbas Najafi Zarafshan

Contributors:  
Ala Amirshahi  
Amir Arsalan Yektamanesh  
Naser Nourozi

Marketing:  
07811000455  
sales@persianweekly.co.uk

Website:  
www.persianweekly.co.uk

Tel: 020 7193 5592  
Mobile: 07811000455

Email:  
info@persianweekly.co.uk

**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.



ISSN 2042-213X



بهای تکفروشی: شهر لندن رایگان - دیگر شهرهای انگلستان یک پوند - کشورهای اروپایی 1/50 یورو - کشورهای اسکاندیناوی 20 کرون - آمریکا 2 دلار - سایر کشورها معادل 2 پوند LONDON FREE / All other UK major Cities 50p - European Countries €1.50 - Scandinavia : Kro 20.00 - USA: \$2.00 - Other Countries: equivalent £2.00

کلام آخر

## Ghazal of Hafez Shirazi

In Persian with English translation

Original Translation by Henry Wilberforce Clarke (1840-1905)

Compiled and Corrected by Dr. Behrouz Homayoun Far

In the Street of the tavern, every holy traveler, that knew the Path  
The knocking at another door, the source of ruin knew.  
The diadem of profligacy, Time gave to none save to that one  
Who, exaltation of the world in this cup, knew.  
To the threshold of the tavern, whoever found a Path,  
The mysteries of the cloister from the bounty of the cup of wine knew.  
From the Saki's line, whoever read the mystery of both worlds,  
The mysteries of Jamshid's cup with the pictures of the road-dust knew.  
Seek not from us aught save the devotion of the distraught,  
For the being wise, a sin, the Shaikh of our religious order knew.  
From the eye of the Saki, my heart desired not safety for life;  
For the way of that Bold One, black of heart, my heart knew.  
From the violence of the constellation of nativity, my eye in the mornings  
So wept, that Nahid beheld, and the moon knew.  
The tale of Hafez and the cup which he secretly drinketh  
What room for the Muhtaseb and the watchman? The king knew.  
A king of lofty rank is that one who, the nine halls of the sky,  
The form of the curve of the arch of his court, knew.

میز، پوشیدن لباس از الیاف مصنوعی و طبیعی، جابه جایی از طریق خودرو، استفاده از گاز و آب و برق شهری و تولید اجتناب ناپذیر زباله و مصرف طبیعت چگونه امکان پذیر است؟  
درحالی که بر تلی از ساختمان های عمودی نشسته ایم و تا جای امکان شهر گسترده ایم و آسفالت ها به دور زمین حصار کشیده اند، چگونه می توان طبیعت را حفظ کرد. طبیعت در فرایند صنعت دگرگون شده است و معنای خود را از دست داده است. زمانی حیوانی قادر به بقا بود که بتواند خود را با دگرگونی های زمین وفق بدهد. اکنون اما حیوانی زنده می ماند که بتواند خود را با انسان مطابق کند. از انواع سم و تله جان بدر برد و قدرت زندگی در شهرها را داشته باشد و در هوای آلوده و آبهای مسموم همچنان زیست کند و این در صورتی است که در گروه هدف خوراک انسان نباشد. دوره قدیم نیز چنین بوده و اگر چه انسان همه عناصر را تا این اندازه به خدمت آسایش خود نگرفته بود، اما به آینده زمین نیز نمی اندیشید، بلکه جمعیت انسان ها چندان نبود که برای تامین نیازهای حیاتی خود تا این اندازه دست به مصرف زمین بزنند. حال اما عرصه جز این مصرف بی حد و اندازه و فزون از توان زمین نیست. مصرف قابل توقف نیست و انسان تنها وحشت و نگرانی پایان این آسایش را با خود همراه دارد و به فرزندان منتقل می کند.

دیگر گازهای گلخانه ای است. حجم زباله های صنعتی و شرایط دفع زباله معضل بزرگی ست. نگرانی از سوراخ شدن لایه اوزون سال هاست که کودکان بی خبر نیز از باب آن نگران اند. قطع نگران کنندنده درختان و شکار بی رویه حیوانات به دلایل مختلف و تهدید نسل گونه های متعدد جانوری و گیاهی سال هاست هشدار داده می شود. مرگ و میر ناشی از بیماری های عفونی که حاصل مصرف بیش از اندازه بشر از آنتی بیوتیک هاست و جهش و مقاومت باکتریایی را به دنبال داشته است و موارد بی شمار، همگی از دغدغه های روزمره عصر جدید است. پایان منابع و معادن تجدیدناپذیر زمین در اثر مصرف انسان و بسیاری اشاره دیگر که حتی در کتابهای درسی کودکان یادآور می شود، بخشی از نگرانی انسان در مقابل زندگی بر روی زمین است. در اینجا اما باید یادآور شد که انسان برای حیات و تامین آسایش خود، چاره ای جز مصرف زمین ندارد. شاید بتوان از سرعت آن کاست اما توقف ناپذیر است زیرا حیات انسان باید ادامه یابد. پلاستیک، چرم، فلز، چوب، گاز و نفت، گوشت، الیاف و غیره را چگونه می توان مصرف نکرد و حتی چگونه می توان تولید نکرد. باری این گفتار از جهت تایید بیش از اندازه و مصرف غیر مسئولانه نسبت به منابع طبیعت نیست، اما در زمانی که در رقابت بین تولیدکنندگان، زندگی جز با نشستن پشت

## غزلی از حافظ

ترجمه: هنری ویلبرفورس کلارک  
گردآوری و ویرایش: دکتر بهروز همایون فر

به کوی میکده هر سالکی که ره دانست  
دری دگر زدن اندیشه تبه دانست  
زمانه افسر رندی نداد جز به کسی  
که سرفرازی عالم در این کله دانست  
بر آستانه میخانه هر که یافت رهی  
ز فیض جام می اسرار خانقه دانست  
هر آن که راز دو عالم ز خط ساغر خواند  
رموز جام جم از نقش خاک ره دانست  
ورای طاعت دیوانگان ز ما مطلب  
که شیخ مذهب ما عقلی گنه دانست  
دل ز نرگس ساقی امان نخواست به جان  
چرا که شیوه آن ترک دل سیه دانست  
ز جور کوبک طالع سحرگهان چشم  
چنان گریست که ناهید دید و مه دانست  
حدیث حافظ و ساغر که می زند پنهان  
چه جای محتسب و شحنه پادشه دانست  
بلندمرتبه شاهی که نه رواق سپهر  
نمونه ای ز خم طاق بارگه دانست

## چاره ای نیست! زمین مصرف می شود

آرزو غلامی - در کره خاکی چنان زندگی می کنیم که همواره وحشت و اضطراب بخش جدا ناشدنی زندگی مان شده است. نگرانی هایی که عمدتاً حاصل نگرش در عصر جدید است و در اندیشه مردمان قدیم جاری نبود. جدای از نگرانی های فردی، خواسته یا ناخواسته در موج نگرانی های جمعی شنا می کنیم درحالی که نقش بسیار بسیار اندکی در تغییر وضعیت داریم. در هفته اخیر برنامه محیط زیست سازمان ملل به مناسبت روز جهانی محیط زیست ۱۰ام به عنوان اقدامات اثرگذار در حفظ زمین به همه جهانیان پیشنهاد داده است از جمله رفتن به محل کار با دوچرخه و یا خرید الکترونیک بلیت و موارد مشابه که با این بیان در تلاش برای حفظ سلامت محیط زیست است. واقعیت اما این است که محیط زیست توسط انسان به سرعت در حال مصرف است. آب های شیرین زیرزمینی در برخی کشورها رو به پایان است و افزایش سرعت گرمای زمین موجب سرعت بخشیدن به آب شدن یخ های قطبی می شود که این گرما حاصل مصرف سوخت و فعالیت کارخانه و تولید دی اکسید کربن و

# نسل قدیم و نسل جدید

افشین طباطبایی

سرعت تغییرات اجتماعی سبب شده بین والدین و فرزندان فاصله نسلی زیاد شود. جوامع صنعتی تلاش می کنند تا با سرعت تغییرات تا حد امکان کنار بیایند، اما جوامع سنتی با این موضوع مشکل دارند و درک تغییرات به خصوص برای نسل های قبلی چندان قابل قبول نیست. به بیان روشن تر در جوامع صنعتی عمدتاً با تعارض نسل ها و در جوامع سنتی با شکاف نسل ها روبه رو هستیم. یکی از پیامدهای شکاف نسل ها استفاده از زبان متفاوت به واسطه درک متفاوت از زندگی است. در این خصوص نه والدین گناهکارند و نه جوانان. والدین در گذشته زندگی می کنند و جوانان در حال و آینده، از این رو نمی توان با نصیحت و پند و اندرز تعارضات را حل کرده و راه حل ساده برای آن پیدا نمود؛ بلکه باید کوشش کرد تا فضا برای فهم متقابل خلق شود. فهم متقابل احتیاج به فراهم کردن شروطی دارد. معمولاً نسل گذشته ترجیح می دهد گاه ها به همان راه حل های گذشته پناه برد، یعنی تحمیل خود به نسل های بعدی و نسل جوان نیز چاره ای جز مقاومت ندارد. در جوامع سنتی مقاومت پسرها بیشتر است، درحالی که زنان آمادگی بیشتری برای سازگاری دارند. هرچه شکاف یا فاصله بین نسل ها عمیق تر و عریض تر باشد، امکان فهم و درک هر نسل از دیگری مشکل تر است و بیگانگی آن ها نسبت به هم بیشتر می گردد. در واقع فاصله نسلی و اختلافات دو نسل ممکن است مربوط به استقلال طلبی نوجوانان و جوانان در مقابل درخواست اطاعت والدین، یا اختلاف قدرت والدین و فرزندان، اقتضات سنی و... باشد. بی توجهی به این امر و عدم تلاش برای کم کردن فاصله و شکاف نسلی میان جوانان و سایر بزرگترها، می تواند پیامدهای ناگواری برای جامعه، به ویژه خانواده ها داشته باشد. مطالعات نشان می دهد که قضاوت ساده و منفی درباره اختلافات خانوادگی و بین نسلی، نه تنها با واقعیات موجود در زندگی خانوادگی تطبیق نمی کند، بلکه ممکن است خود یکی از عوامل مشکل آفرین موجود در بین خانواده ها باشد. خانواده هایی که این تصویر نادرست را دارند وجود اختلاف نظر و حتی تعارض در میان آنان و فرزندان شان و بالعکس، منحصر به فرد است و ممکن است خانواده خود را ناسالم و غیر قابل تحمل تلقی کنند، در نتیجه، آن را رها کرده و یا اقدام به از هم پاشیدن خانواده کنند. درحالی که، اگر بدانند روابط افراد و اعضای خانواده تنش زا و اختلاف برانگیز است و کم و بیش شامل همه خانواده ها می باشد، سعی می کنند مشکلات موجود را با درایت حل کنند. می توان از جنبه مثبت به اختلاف و تعارض در خانواده نگرست و به جای کوشش در حذف و از بین بردن آن، سعی در بهره برداری مثبت از آن کرد، و نه تنها اختلافات را مدیریت نمود، بلکه برای ارتقای روابط و شناخت بهتر یکدیگر و رشد فکری و اخلاقی خانواده از پتانسیل ذاتی آن استفاده کرد.

SAAMAAN TRADING LTD

صرافی سامان

مطمئن و سریع

Tel: 020 8579 0404

Email: saamaan.ltd@btinternet.com

Ealing Rug Gallery

34 High Street, Ealing London W5 5DB



محل تبلیغات شما

۰۷۸۱۱۰۰۰۴۵۵

ad@persianweekly.co.uk