PERSIAN WEEKLY

No.417 Friday 23 October 2015

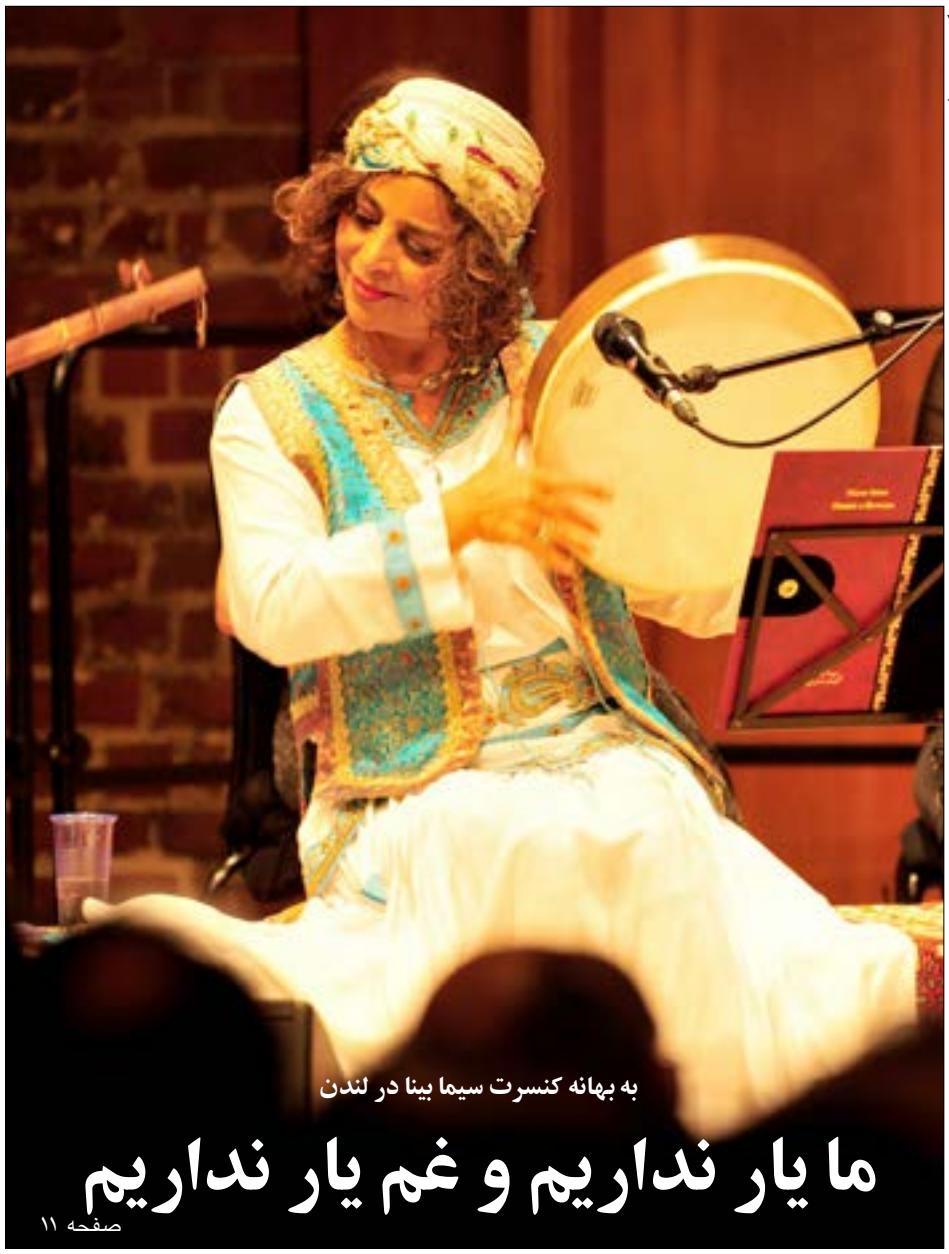
Published Since 2007 - Registered as a Weekly Paper

هفته نامه پرشین - شماره ۴۱۷

جمعه ۱ آبان ماه ۱۳۹۴

شماره سریال بین المللی: ISSN 2042-213X

چاپ لندن - تاریخ تاسیس: ۱۳۸۶



عکس: محمود احمدی

به بهانه کنسرت سیما بینا در لندن

ما یار نداریم و غم یار نداریم

صفحه ۱۱

فرجام برجام

پرونده هسته‌ای ایران را شاید بتوان مهم‌ترین پدیده پس از فروپاشی شوروی در دهه ۹۰ میلادی به‌شمار آورد. چرا؟

چون نزدیک به ۱۲ سال مذاکره، تحریم، تهدید، فشار و مسائلی از این دست در یک موضوع مرتبط با صلح و امنیت جهانی کمتر در این برهه دیده شده است که این گونه فراز و فرودهای فراوانی داشته باشد. مذاکرات هسته‌ای هم برای ایران و هم برای کشورهای غربی، چین و روسیه حاوی منافع و نگرانی‌های همزمان بوده است که در این میان نشان داده شد که اصرار ایران بر حفظ حقوق هسته‌ای خود و همزمان غلبه نگاه مذاکره و چانه‌زنی ضمن اینکه می‌تواند منافع کشور را تامین کند، همزمان می‌تواند نگرانی‌ها و تهدیدهای موجود را نیز خنثی کند. بنابراین در این نوشتار با بررسی و مرور مهم‌ترین اتفاقات ۱۲ سال اخیر به فراز و فرودهای این ماراتن نفسگیر اشاره می‌شود.

۱. دوره حسن روحانی

استارت مذاکرات هسته‌ای ایران در واقع از سال ۸۲ و در دوران دبیری حسن روحانی بر شورای‌عالی امنیت ملی ایران با طرح یک ادعا از سوی آژانس در مورد اینکه ایران فعالیت‌های غنی‌سازی مخفیانه داشته است، زده شد و به سرعت تبدیل به سوژه رسانه‌ها و تهدید آمریکا و کشورهای اروپایی شد. محمدجواد ظریف، سیروس ناصری، امیرحسین زمانی‌نیا، محمدرضا البرزی، علی‌اکبر صالحی، محمد سعیدی، مجید تخت‌روانچی، علی ماجدی و سید حسین موسویان تیمی بود که به سرپرستی روحانی وظیفه مذاکرات با طرف مذاکره که سه کشور فرانسه، آلمان و انگلیس بودند را برعهده می‌گیرد و در مقاطعی مسوول سیاست خارجی اتحادیه اروپا نیز در مذاکرات حاضر بود. حسن روحانی و تیمش با استراتژی اعتمادسازی، تنش‌زدایی و مذاکره براساس آنچه شعار گفت‌وگوی تمدن‌ها بود، مذاکره می‌کردند. روحانی به دنبال تعامل بازدارنده با مذاکره‌کنندگان بود و جلسات زیادی در این راستا با طرف مذاکره‌کننده گذاشته شد که ماحصل آن صدور چند بیانیه بود که در راستای استراتژی و سیاست‌های آن زمان ایران به تعلیق داوطلبانه می‌پردازد. ایران که همواره بر صلح آمیز بودن فعالیت‌های هسته‌ای خود تاکید می‌کرد در مهرماه ۸۲ به‌منظور همکاری با آژانس و اثبات حسن نیت خود در توافق با ۳ کشور انگلیس، فرانسه و آلمان که آن زمان طرف غربی مذاکره‌کننده با ایران بودند، براساس توافق‌نامه‌های تهران، بروکسل و پاریس کلیه فعالیت‌ها و مطالعات مرتبط با دانش اتمی را به حالت تعلیق در آورد، به شرط اینکه موضوع هسته‌ای ایران در شورای امنیت دنبال نشود.

بیانیه سعدآباد

در ۲۹ مهر ۱۳۸۲ برابر با ۲۱ اکتبر ۲۰۰۳، در نشست مشترک وزرای خارجه سه کشور اروپایی و هیات ایرانی که در تهران، سعدآباد، برگزار شد، بیانیه‌ای منتشرشد که به موجب آن، ایران برای بازدید بازرسان آژانس انرژی اتمی از تاسیسات اتمی خود اعلام همکاری کرد و گازدهی در سانتریفیوژهای نظنر را در راستای راستی‌آزمایی و اثبات صلح‌آمیز بودن فعالیت هسته‌ای ایران، به‌صورت داوطلبانه و برای مدت محدود تعلیق کرد. انگلیس و فرانسه نیز متعهد شدند تا از ارجاع پرونده ایران به شورای امنیت سازمان ملل جلوگیری کنند. در این مذاکرات ریاست هیات ایرانی را حسن روحانی و کمال خرازی برعهده داشتند. ریاست هیات اروپایی را هم دومینیک دو ویلپن، جک استراو و یوشکا فیشر وزیران خارجه فرانسه، بریتانیا و آلمان بر عهده داشتند.

توافق‌نامه بروکسل

این توافق‌نامه در ۴ اسفند ۱۳۸۲ برابر با ۲۳ فوریه ۲۰۰۴ به امضا رسید و ایران متعهد شد ساخت و آزمایش سانتریفیوژهای مورد نیاز برای غنی‌سازی را متوقف کند و اقدام به ساخت قطعات یدکی

ادامه در صفحه ۴

انگلستان صفحه ۳ **اقتصاد** صفحه ۶ **سینما** صفحه ۹ **مشاغل** صفحه ۱۷ **ورزش** صفحه ۲۰

بحران فولاد انگلیس

بحران در صنعت فولاد انگلیس همزمان با سفر شی جین پینگ رئیس جمهوری چین به این کشور، سبب افزایش فشارها بر دولت دیوید کامرون برای مقابله با موج واردات فولاد ارزان قیمت چینی شده است. به گزارش پرشین، شرکت تاتا استیل که شرکتی هندی است، روز سه شنبه در بیانیه ای با تایید تصمیم این شرکت برای حذف در حدود یك هزار...

فقر در جنگ

یونیسف ضمن هشدار نسبت به پیامدهای بحران سوریه برای کودکان این کشور، اعلام کرد: «در حال حاضر بیش از ۸۰ درصد مردم سوریه زیر خط فقر هستند و ۲/۷ میلیون کودک سوری از تحصیل محروم‌اند.» صندوق حمایت از کودکان سازمان ملل ...

چاپلین و هیتلر، تجسم خیر و شر

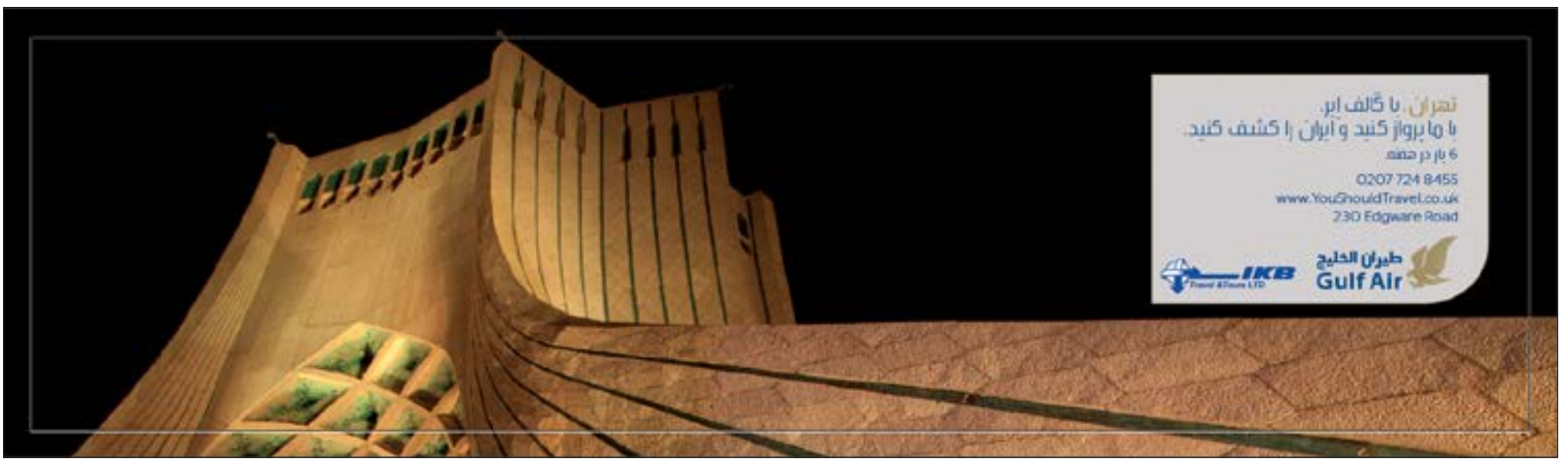
«دیکتاتور بزرگ» که یکی از مهم‌ترین فیلم‌های تاریخ سینماست و برخی منتقدان آن را بهترین کار چارلی چاپلین می‌دانند، با حاشیه‌های زیادی تولید شد. فیلم ۷۵ سال پیش روی پرده سینماها آمد. فیلم «دیکتاتور ...

بازاریابی مدرن مشاغل

واضح است که اینترنت نحوه به اشتراک‌گذاری اطلاعات را به میزان قابل‌توجهی تغییر داده و تاثیر عمیقی بر شیوه‌های بازاریابی داشته است. در چند سال گذشته، تحولات بیشتر به سمت تکنیک‌های «وارد شونده» بوده، در حالی که بسیاری از تاکتیک‌های «خارج شونده»

مصائب قضاوت!

عادل فردوسی‌پور در ادامه نظرسنجی‌هایش برای تعیین ترکیب بهترین تیم تاریخ فوتبال ملی ایران در ۳۰ سال گذشته، این هفته انتخاب بهترین مدافع چپ را به همه‌پرسی گذاشت. کارشناسان نود برای این بخش، ۵ گزینه را انتخاب کرده بودند. اصغر حاجیلو، رضا شاهرودی، مجتبی محرمی، مهرداد میناوند و صادق ورمزیار، پنج نفری ...



هفته ای که گذشت

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

پاسخ لاریجانی به منتقدان
با وجود آنکه طرح برجام از گردنه صعب‌العبور مجلس عبور کرد، اما انتقاد مخالفان دولت نسبت به عملکرد لاریجانی در تصویب برجام، رئیس مجلس را مجبور کرد پاسخ منتقدان را بدهد. وی تاکید کرد که طرح برجام در کلان کشورهماهنگ شده بود و او در این پرونده دخالتی نداشته است. لاریجانی حتی گفت که این پرونده من نیست، بلکه پرونده رهبری است. در روز تصویب برجام در مجلس که مخالفان حدود ۲۰۰ طرح اصلاحی به مجلس آورده بودند جزئیات طرح در۲۰ دقیقه به تصویب رسید.

نقش‌آفرینی ایران در منطقه
ایران این هفته برای اولین بار میزبان نشست مقدماتی کنفرانس امنیتی مونیخ بود. نشستی که وزیر خارجه آلمان را بعد از ۱۲ سال به تهران کشاند تا با حضور چند وزیر خارجه منطقه و دیپلمات‌های برجسته اروپایی درباره تحولات منطقه‌ای و خصوصا نقش ایران در حل مسائل سوریه و عراق به تبادل نظر بپردازند. برگزاری این نشست نشان داد که دیپلماسی هسته‌ای ایران به الگویی برای حل و فصل بحران‌های جهانی تبدیل شده و زاویه‌دید اروپایی‌ها نسبت به نقش‌آفرینی ایران در حل معضلات منطقه‌ای و جهانی تغییر کرده است.

واکنش غرب به آزمایش عماد
آزمایش موشک بالستیک دوربرد عماد ثابت کرد غربی‌ها اگرچه پای توافق هسته‌ای با ایران ایستاده‌اند، اما همچنان نسبت به قابلیت‌های دفاعی کشورمان به شدت حساسند. در روزهای اخیر موفقیت آزمایش این موشک بار دیگر موجب طرح بحث‌هایی درباره چگونگی ادامه فعالیت موشکی در دوران اجرای برجام راه انداخته است. مقامات آمریکایی با تاکید بر اینکه این مساله ربطی به برجام ندارد، اما گفته‌اند آن را به سازمان ملل ارجاع خواهند داد. این در حالی است که ایران گفته در بحث موشکی هرگز کوتاه نخواهد آمد.

آغاز اجرای برجام
سرانجام پس از ماه‌ها مذاکره فشرده و فراز و فرودهای فراوان، فرصت ۹۰ روزه بررسی برجام در پایتخت های کشورهای ایران و ۱+۵ به پایان رسید و ۲۶ مهرماه همزمان با فرارسیدن روز «پذیرش»، برجام بالاخره رنگ و بوی اجرایی به خود گرفت. بعد از گذشت برجام از مراحل قانون‌گذاری به خصوص در مجالس ایران و آمریکا روز یکشنبه همزمان اتحادیه اروپا و آمریکا لغو تحریم‌های ایران را اعلام کردند.
طرفین رسما آمادگی خود را برای اجرای تعهدات‌شان با صدور فرمان‌های جداگانه‌ای توسط رئیس‌جمهوری آمریکا، شورای وزیران اتحادیه اروپا و نیز بیانیه مشترک ظریف و موگرینی اعلام کردند. بر همین اساس اتحادیه اروپا با صدور بیانیه‌ای همه تحریم‌های اقتصادی ـ مالی مرتبط با برنامه هسته‌ای ایران را لغو کرد. البته در بیانیه اتحادیه اروپا آمده است که اجرایی شدن لغو تحریم‌ها همزمان با اعلام آژانس بین‌المللی انرژی اتمی مبنی بر انجام تعهدات از سوی ایران خواهد بود.
همزمان باراک اوباما دستور آمادگی دولت این کشور برای برداشته شدن تحریم‌های ایران را در راستای اجرای توافق برجام صادر کرد. او البته دستور داد تحریم‌های ایران تا زمانی که وزیر خارجه آمریکا تایید کند ایران تعهدات خود را اجرا کرده است، برداشته نشود. پیش از آن آژانس بین‌المللی انرژی اتمی نیز با صدور بیانیه‌ای اعلام کرد، ایران اجرای داوطلبانه و مشروط پروتکل الحاقی را از زمان اجرایی شدن برجام آغاز می‌کند. فدریکا موگرینی، مسوول سیاست خارجی اتحادیه اروپا و محمدجواد ظریف، وزیر امورخارجه کشورمان نیز در بیانیه‌ای مشترک اعلام کردند که هر دو طرف به تعهدات خود برای اجرای برجام متعهد هستند. ایران و ۱+۵ در حالی خود را برای اجرای برجام آماده می‌کنند که لغو تحریم‌ها منوط به اجرای تعهدات ایران و حداکثر ظرف دوماه آینده خواهد بود.

ممنوعیت فعالیت خوانندگان؟
با وجودآنکه وزارت ارشاد وجود لیستی از خوانندگان ممنوعیت فعالیت را تکذیب کرده است، اما به نظر می‌رسد پخش موسیقی یا کلیپ‌های برخی خوانندگان از سوی برخی سایت‌های غیرمجاز خارج از کشور، حالا برای آنها تبدیل به دردسر شده است. گفته‌شده لیستی از خوانندگان منتشر شده که در آن یکی از نهادها به دلیل همکاری با سایت رادیو جوان، پخش کلیپ در شبکه‌های ماهواره‌ای و برخی تخلفات در کنسرت‌های خارج از کشور، برخی از این خواننده‌ها را ممنوعیت فعالیت کرده است. سخنگوی ارشاد گفته هنرمندان می‌توانند از این قضیه شکایت...

تنش در حوزه بالکان
برخی از کشورهای اروپایی که مرزهای خود را به روی پناهجویان باز گذاشته بودند، حالا کم‌کم به سیم خاردار روی آورده‌اند تا بلکه جلوی هجوم بی‌امان مهاجران به کشورهایشان را بگیرند. در ادامه بحران پناهجویان در اروپا، تنش در منطقه بالکان که مسیر عبور مهاجران به کشورهای اروپای غربی است، افزایش یافته است. بیشتر مهاجران که از افغانستان، عراق و سوریه هستند با پای پیاده خود را از ترکیه به یونان و سپس کشورهای بالکان رسانده‌اند. در حال حاضر مجارستان مرزهای خود را با کرواسی و صربستان بسته است.

سیلاب و سرما در کشور
در واپسین روزهای اولین ماه پاییزی، باران، برف و تگرگ در برخی مناطق کشوراگرچه موجب خوشحالی کشاورزان برای فرار از خشکسالی شد، اما غافلگیری مردم در برخی نقاط کشور را هم در پی داشت. از عصر جمعه بارندگی در بیش از ۱۷ استان آغاز و در ۶ استان مازندران، گیلان، اردبیل، گلستان، کرمان و سیستان و بلوچستان سیل جاری شد و به مزارع و خانه‌ها خسارت وارد کرد. برخی خبرها از در پیش بودن زمستانی سرد حکایت دارد که هشدار سازمان مدیریت بحران کشور به سازمان‌های مسوول را در پی داشته است.

فرار از فاجعه سقوط
پنجشنبه‌ای که گذشت خطراز سر مسافران پرواز بوئینگ ۷۴۷ تهران - بندرعباس گذشت. هنوز هواپیما در حال اوجگیری بود که تکه‌ای از موتور هواپیما از آن جدا شد و به زمین خورد. این حادثه که صدایی شبیه انفجار داشت، موجب شد تا خلبان عطای پرواز را به لقایش ببخشد و ۴۲۶ مسافر خود را صحیح و سالم به مهرآباد باز گرداند. یک کارشناس صنعت هوایی با عجیب دانستن این مورد، دو عامل برخورد شیء خارجی با موتور و جدا شدن آن و نیز برخورد موتور با سایر اجزا را در این حادثه دخیل دانسته است.

بسته اقتصادی باز شد
به فاصله چند روز پس از آنکه رئیس‌جمهور از آماده باش برای جهش اقتصادی در کشور خبر داد، سه مقام اقتصادی کابینه یازدهم هم از یک بسته اقتصادی رونمایی کردند که در آن نسخه‌ای پولی برای درمان رکود کشور پیچیده شده بود. این نسخه که البته تنها برای ۶ماهه دوم امسال در نظر گرفته شده با هدف تحریک تقاضا و جلوگیری از کاهش یا منفی‌شدن نرخ رشد اقتصادی صورت گرفته است. براساس آنچه نوبخت رئیس سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی، طیب‌نیا، وزیر امور اقتصادی و دارایی و سیف رئیس کل بانک مرکزی اعلام کردند بسته جدید خروج از رکود به‌طور کامل برگرفته از سیاست‌های اقتصاد مقاومتی است که برای پوشش دوره تصویب برجام تا لغو تحریم‌ها را دربرمی‌گیرد. به این ترتیب، این بسته با توجه به دوران‌گذار اقتصاد ایران از مرحله تحریم‌ها به مرحله پساتحریم و سپس آمادگی برای جهش اقتصادی تدوین شده است.از جمله سیاست‌های پولی این بسته اقتصادی پرداخت تسهیلات خرید خودرو تا سقف ۲۵ میلیون تومان(در قالب وام و دین) ۷ ساله با نرخ سود ۱۶ درصد، پیش بینی کارت اعتباری خرید کالای مصرفی بادوام تا سقف ۱۰ میلیون تومان با نرخ سود ۱۲ درصد، پرداخت تسهیلات به بافت‌های فرسوده با نرخ ۱۰ درصد برای طرح‌هایی که اعلام شده، استفاده از منابع صندوق توسعه ملی برای مهار آب‌های مرزی و نیز طرح‌های عمرانی، پرداخت یارانه تولید به بخش‌های صنعت و کشاورزی، انتشار صکوک، اوراق مشارکت و اسناد خزانه و همچنین کاهش نرخ سپرده قانونی بانک‌ها بین ۱۰ تا ۱۳ درصد در نوسان و ورود بانك مرکزی به بازار بین بانکی برای تحریك تقاضا است. به نظر می‌رسد در بسته اقتصادی جدید، دولت هدف‌گذاری خود را از روی تولیدکنندگان به روی مصرف‌کنندگان به وسیله تحریک تقاضای خرید تغییر داده است.

تغییر مسیر دلار
ورود برجام به فاز اجرایی از روز یکشنبه واکنش کاهشی دلار را در پی داشت. دلار که روز شنبه و یکشنبه روزهای بدون نوسانی را گذراند، روز دوشنبه بالاخره مقاومتش در مقابل خوشبینی بازار به لغو تحریم‌ها شکسته شد و در یک روز با کاهش ۱۵ تومانی ۳۴۴۵ تومان معامله شد. رسیدن دلار به کمترین قیمت از ۲۰ روز پیش تاکنون در شرایطی اتفاق افتاد که طی این مدت دلار تا محدوده ۳۵۰۰ تومان هم افزایش قیمت پیدا کرده بود. تحلیلگران تداوم تقاضا را عاملی برای جلوگیری از ریزش بیشتر قیمت دلار می‌دانند.

بازگشت امید به بورس؟
در روز اجرایی شدن برجام، شاخص کل بورس با جهش ۸۲۶ واحدی بیشترین رشد از زمان اعلام توافق هسته‌ای را به ثبت رساند و وارد کانال ۶۳ هزار واحدی شد. هر چند هیجان رشد شاخص روز دوشنبه کمتر از روزهای قبل بود اما کارشناسان از آینده بازار سرمایه امیدوارانه سخن می‌گویند. چرا که با خوش‌بینی به وجود آمده نسبت به لغو تحریم‌ها در آینده‌ای نه چندان دور و نیز سیاست‌های حمایتی دولت برای خروج از رکود، موجی از امید به بازار سهام بازگشته و برشتاب ورود سرمایه‌های خرد به بازار افزوده است.

افشاگری علیه متهم نفتی
حاشیه‌های پرونده میلیاردر نفتی که منتظر برگزاری چهارمین دادگاه خود در آبان ماه است همچنان ادامه دارد و حالا انتشار نامه‌اش به نمایندگان که در آن پای وزیر نفت را هم وسط کشیده بود اعتراض زنگنه را موجب شده است. وزیر با تجربه روحانی روز دوشنبه از پول‌هایی که زنجانی در برخی رسانه‌ها خرج می‌کند پرده برداشت و با اشاره به بدهی این متهم نفتی گفت که باید ۱۰ هزار میلیارد تومان از پول مردم را که خورده است پس بدهد. در ۳ سال گذشته بابک زنجانی به منظور اتلاف وقت بارها وعده داده بدهی‌هایش را پرداخت می‌کند....

دردم از یارست و درمان نیز هم دل فدای او شد و جان نیز هم
دوره تفسیر ابیات لسان الغیب حافظ شیرازی
از منظر حکمت، فلسفه، عرفان
استاد: محمد حسین متقی
زمان : پنج شنبه ساعت ۱۸ تا ۱۹/۳۰
۵ نوامبر ۲۰۱۵
مکان: Imam Khoei Foundation
Chevening Road NW6 6TN - Hall 4
تلفن تماس: ۰۷۴۴۸۹۴۷۸۱۱

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

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 د یگر برتر نیست و هیچ تصویر خشنی در آن وجود ندارد. از افتخارهای ایرانیان این است که هیچگاه برده داری در ایران مرسوم نبود ه است در بین صدها پیکره تراشید ه شده بر سنگهای تخت جمشید حتی یک تصویر برهنه و عریان وجود ندارد. بخاطر بسپاریم که از چه نژادی هستیم و دارای چه اصالتی می باشیم.

علاج دردهای ما که به خداوند منتسب می دانیم، اغلب در وجود خودمان قرار دارند.

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

هر آن چه نیک پایان پذیرند نیکوست، پرده اول، صحنه اول.

Our remedies oft in ourselves do lie, which we ascribe to heaven.

All is well that Ends Well, Act I, sc. 1.

سایه افکندن بحران فولاد انگلیس بر سفر رئیس‌جمهور چین

دید بحران در صنعت فولاد انگلیس همزمان با سفر شی جین پینگ رئیس جمهوری چین به این کشور، سبب افزایش فشارها بر دولت دیوید کامرون برای مقابله با موج واردات فولاد ارزان قیمت چینی شده است. به گزارش پرشین، شرکت تاتا استیل که شرکتی هندی است، روز سه شنبه در بیانیه ای با تایید تصمیم این شرکت برای حذف در حدود یك هزار و۲۰۰ شغل در دو کارخانه خود در انگلیس، واردات ارزان قیمت از چین را دلیل اصلی این تصمیم عنوان کرده است.

در بیانیه این شرکت، تغییر شرایط در بازار به دنبال واردات ارزان قیمت از چین، افزایش ارزش پوند و بالا رفتن هزینه‌های برق به عنوان دلایل این تصمیم عنوان شده است. کارل کوهلر مدیر اجرایی ارشد بخش اروپایی تاتا استیل در این بیانیه گفته است: «صنعت فولاد انگلیس در مواجهه با شرایط بسیار دشوار بازار به دنبال حفظ بقای خود است. به گزارش منابع انگلیسی روز سه شنبه گذشته کارخانه تاتا استیل واقع در منطقه اسکانفورب انگلیس شاهد تجمع اعتراضی کارگران این شرکت بوده است. این منابع گزارش دادند که این کارگران معترض خواستار رسیدگی دولت انگلیس به صنعت فولاد این کشور و کارکنان آن شدند. شرکت صنعت فولادسازی کاپارو مستقر در انگلیس که با بحران مالی شدید روبه‌رو است نیز روز دوشنبه گذشته تایید کرد که یك هزار و ۷۰۰ نفر از کارگرانش را اخراج خواهد کرد. به گزارش منابع انگلیسی، شرکت تولید فولاد اس اس ای واقع در منطقه رد کار انگلیس نیز پیشتر با حذف ۲ هزار و ۲۰۰ فرصت شغلی، فعالیتش را متوقف کرده است. این منابع روز چهارشنبه اعلام کردند که براساس گزارش‌های تایید شده در کل ۳ هزار و ۳۷۰ نفر از شاغلان در صنعت فولاد انگلیس اخیرا بیکار و یك هزار و ۷۰۰ نفر دیگر در معرض خطر بیکاری قرار دارند. با توجه به این وضعیت، در چند مدت اخیر، از هر شش نفر شاغل در صنعت فولاد انگلیس یك نفر به صف بیکاران پیوسته است. براساس آمارهای موجود درحال حاضر (۲۰۱۵) قریب به ۳۰ هزار نفر در صنعت فولاد انگلیس مشغول به کار هستند و این در حالی است که در سال ۱۹۷۰ میلادی این رقم ۲۸۰هزار نفر بوده است.

اتحادیه‌های کارگری در این میان از دولت انگلیس درخواست کرده‌اند برای نجات صنعت فولاد این کشور دخالت کند. نمایندگان پارلمانی حزب کارگر نیز در همین راستا از دولت انگلیس خواسته‌اند، علیه فولاد ارزان قیمت چینی که به بازارهای اروپایی سرازیر شده است، اقدامی سریع صورت دهد. کوین برنیان وزیر تجارت کابینه در سایه روز سه شنبه در گفت‌وگو با شبکه اسکای‌نیوز گفت: درحالی که رئیس جمهور چین سوار برکالسکه زرین (سلطنتی) شده است، کارگران (فولاد) انگلیس در حال اخراج شدن هستند. شی جین پینگ رئیس جمهور چین شامگاه دوشنبه به منظور دیدار و گفت‌وگو با مقامات ارشد انگلیس و ترسیم نقشه راه طلایی میان دو کشور، وارد لندن شد. دیوید کامرون نخست وزیر انگلیس با استقبال از آغاز عصر طلایی در روابط لندن با پکن، اظهار امیدواری کرده است این سفر باعث تقویت مناسبات اقتصادی و تجاری دو کشور شود.

براساس گزارش‌های منتشرشده توافق‌های تجاری و سرمایه‌گذاری میان لندن و پکن به ۳۰ میلیارد پوند می‌رسد و کامرون امیدوار است که در جریان سفر رئیس جمهوری چین این توافق‌ها نهایی و اجرایی شوند. در همین حال فیلیپ هاموند وزیر امور خارجه انگلیس روز سه شنبه، همزمان با استقبال بسیار گرم انگلیسی‌ها به ویژه ملکه الیزابت از رئیس جمهور چین، در گفت‌وگو با شبکه اسکای نیوز گفت: « ما قصد داریم تعامل خود با چین را افزایش دهیم تا در طیف وسیعی از حوزه‌ها مانند مبادلات بین مردم دو کشور روابط عمیق‌تری داشته باشیم. وی افزود: ما خواستار آن هستیم که شرکت‌های انگلیسی بیشتری بتوانند محصولاتشان را در چین بwفروشند و همچنین خواستار افزایش سرمایه‌گذاری چین در زیرساخت‌های انگلیس هستیم. ». هاموند همچنین گفت: « ما تلاش می‌کنیم به شکل راهبردی برای آینده انگلیس فکر کنیم و می‌دانیم که چین، دومین اقتصاد بزرگ دنیا است و در شش یا هفت سال آینده، به بزرگ ترین اقتصاد دنیا تبدیل خواهد شد. شرکت‌های انگلیسی نیز فرصت زیادی دارند تا از ذخایر عظیم بودجه‌های قابل سرمایه‌گذاری چین برای پاسخگویی به نیازهای زیرساخت ما در انگلیس استفاده کنند.

این یکی از شیوه‌های همکاری با یکدیگر برای حمایت از رونق و رشد اقتصادی انگلیس است. وی افزود: این اقدام همچنین فرصت همکاری با پکن را فراهم می‌کند تا اطمینان یابیم ظهور چین به عنوان یك کشور ابرقدرت جهانی به شیوه ای صورت می‌گیرد که این کشور به نظام بین‌المللی مبتنی بر قوانین احترام می‌گذارد و با هماهنگی جامعه بین‌المللی فعالیت می‌کند تا بازیگری مسئول در عرصه جهانی باشد. ». وزیر امور خارجه انگلیس در این گفت‌وگو به بحث بحران فولاد نیز اشاره کرد و گفت: « صنعت فولاد قطعاٍ یکی از مسائلی است که در دستور کار مذاکرات (با رئیس جمهوری چین) قرار دارد. هاموند افزود: همان طور که می‌دانید صنعت فولاد جهان با ظرفیت مازاد روبه‌رو است و همین مساله منجر به سقوط قیمت (فولاد) در دوازده ماه گذشته شده است؛ این مساله نیز در گوشه و کنار دنیا مشکل ساز شده و اتحادیه اروپا برای (واردات) فولاد چین، تعرفه گمرکی قرار داده است تا اطمینان یابد قیمت فولاد این کشور هنگام رسیدن به دست مصرف‌کننده اروپایی منصفانه باشد. وی افزود: باوجود این، صنعت فولاد هنوز دچار مشکل است و ما باید میان حوزه‌های مختلف در صنعت، توازن ایجاد کنیم.

صنعت فولاد با مشکلاتی روبه‌رو است، اما در سایر حوزه‌ها دسترسی به بازار چین، منجر به ایجاد فرصت‌های شغلی شده است. فیلیپ هاموند گفت: به اعتقاد من، چین اقتصاد بسیار بزرگی دارد، اما توسعه آن هنوز ادامه دارد. چین، دومین اقتصاد بزرگ دنیا را دارد، اما میزان درآمد سرانه این کشورهنوز در مقایسه با کشورهای غربی بسیار پایین است. هدف من این است که شاهد باشم انگلیس به بزرگ ترین شریك تجاری چین در اروپا تبدیل می‌شود. هم‌اکنون، آلمان بزرگ ترین شریك تجاری چین در اروپا محسوب می‌شود، اما همزمان با دگرگون شدن اقتصاد چین، امیدوارم انگلیس این جایگاه را به دست آورد. براساس آمارهای منتشرشده، در طی یك سال گذشته بهای فولاد در بازار چین با ۴۰ درصد کاهش از هر تن ۳۱۸ پوند به ۱۹۱ پوند در هر تن رسیده است که این مساله سبب شده که شرکت‌های انگلیسی نتوانند در بازار رقابت کنند. براساس گزارش منابع انگلیسی، پایین بودن بهای پایین فولاد چین که همراه با تقویت فعالیت‌های اقتصادی در انگلیس شده، باعث گردیده که تقاضا برای فولاد ارزان قیمت چینی در این کشور که هیجدهم تولیدکننده فولاد جهان است، روند افزایشی داشته باشد. براساس آمارهای رسمی تولید فولاد سالانه انگلیس در سال ۱۹۹۷ میلادی بیش از ۱۸ میلیون تن بوده و این رقم در سال گذشته میلادی به حدود ۱۲ میلیون تن کاهش یافته است.

هفته نامه پرشین

اجتماعی , فرهنگی , هنری

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

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

شورای همکاران و نویسندگان:
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 پرشین درقبول یا رد آگهی ها صاحب اختیار می باشد.
کلیه حقوق مادی و معنوی برای Golden Class Ltd. به شماره ثبت ۰۶۷۶۲۵۱۱ به تاریخ اول دسامبر ۲۰۰۸ محفوظ است.

نمایندگی و مرکز پخش در سوئد:
کتاب فروشی بین المللی فردوسی
آقای مهدی رحیم زاده

Tegnérgatan 32, Stockholm,
SE-11360, Sweden
Tel: 0046 8 3230 80

با تشکر از مواد غذایی ماهان جهت توزیع در دیگر شهرهای انگلستان

تیراژ: ۳۰۰۰ نسخه چاپی

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.

follow us on twitter
Find us on Facebook
110513 Likes
www.facebook.com/persianweeklypaper

ایران و بین الملل

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

ادامه از صفحه ۱

فرجام برجام

سانتریفیوژهای موجود در آن زمان را نیز تعلیق کند. در این مذاکرات ریاست هیات ایرانی بر عهده حسن روحانی و ریاست هیات اروپایی برعهده «خاویر سولانا» بود.

توافق‌نامه پاریس
این توافق‌نامه در ۱۴ نوامبر ۲۰۰۴ برابر با ۲۴ آبان ۱۳۸۳ در پاریس بین ایران و ۳ کشور فرانسه، انگلیس و آلمان به امضا رسید و به موجب آن ایران به‌عنوان اقدامی داوطلبانه در جهت اعتمادسازی و نه به‌عنوان یک تعهد قانونی پذیرفت که کلیه فعالیت‌های مربوط به غنی‌سازی و بازفرآوری مانند ساخت، تولید، نصب، آزمایش، سرهم‌بندی و راه‌اندازی سانتریفیوژهای گازی و فعالیت‌های مربوط به جداسازی پلوتونیوم را متوقف کند و در عوض اتحادیه اروپا سعی در پذیرش ایران در سازمان تجارت جهانی کند. نماینده مذاکره‌کننده ایران سیروس ناصری به همراه سفیران وقت ایران در پاریس، لندن و برلین بودند.

از سرگیری غنی‌سازی
پس از امضای توافق‌نامه پاریس و در آخرین ماه دولت هشتم، ایران اعلام کرد تعلیق داوطلبانه غنی‌سازی به پایان رسیده است و با فک پلمب، فعالیت‌های UCF اصفهان را تحت نظارت آژانس ادامه می‌دهد.و رئیس‌جمهوری وقت اعلام کرد غنی سازی اورانیوم را از سر می‌گیریم.

۲. دوره علی لاریجانی
پس از انتخابات ریاست‌جمهوری و پیروزی محمود احمدی‌نژاد در تیر ماه ۱۳۸۴، علی لاریجانی از مرداد ۱۳۸۴ جایگزین روحانی شد و تا مهر ۱۳۸۶ در این سمت قرار داشت. این مذاکرات به صورت حقوقی با آژانس بین‌المللی انرژی اتمی پیگیری شد. در این دوران جدول‌های زمانی برای پاسخ به پرسش‌های آژانس تنظیم شد.
سیدعلی حسینی تاش، محمدمهدی آخوندزاده، محمد جعفری، سیدعباس عراقچی، کاظم غریب‌آبادی، محمد سعیدی و جواد وعیدی علی لاریجانی را در دور جدید مذاکرات همراهی می‌کردند. لاریجانی که با روش روحانی در مذاکرات چندان موافق نبود و از منتقدان مذاکرات وی بود به شرق روی می‌آورد و به دنبال حل حقوقی این مناقشه می‌رود. سیاست وی در مذاکرات «مقاومت سازنده در چارچوب اصول» بود و به دنبال بازی برد-برد با آژانس می‌رود که درنهایت به صدور سه قطعنامه علیه ایران ختم می‌شود.
در سال ۸۵ با ارجاع پرونده هسته‌ای ایران به شورای امنیت فعالیت پنج عضو دائم این شورا همراه آلمان موسوم به گروه ۱+۵ آغاز شد. این مذاکرات با حضور دو طرف در بیست تیرماه (۱۱ جولای ۲۰۰۶) پیگیری شد و نتیجه‌ای برای دو طرف نداشت. در نهایت بهره‌برداری از مجتمع آب سنگین اراک باعث شد آنها در شورای امنیت قطعنامه ۱۶۹۶ را علیه ایران تصویب کنند.
در شهریور ۸۵ لاریجانی بار دیگر برای دیدار با سولانا راهی وین شد، اما این دیدار ناگهان لغو و متوقف شد. سرانجام وزرای خارجه اتحادیه اروپا در بیانیه‌ای از پایان رسمی مذاکراتشان با ایران خبر دادند و اعلام کردند اتحادیه اروپایی گزینه‌ای جز بررسی موضوع ایران در شورای امنیت ندارد.
شورای امنیت در دوم دی ماه ۱۳۸۵ قطعنامه ۱۷۳۷ را که دومین قطعنامه شورای امنیت و نخستین قطعنامه تحریم شورای امنیت بود، تصویب کرد که بیشتر فعالیت‌های تجاری، مالی، صنایع موشکی و هسته‌ای ایران را براساس بند ۴۱ فصل هفتم منشور ملل متحد، هدف قرار داده بود. این قطعنامه نخستین سند بین‌المللی حقوقی بود که فعالیت‌های هسته‌ای ایران را به‌عنوان تهدیدی علیه صلح و ثبات منطقه‌ای معرفی می‌کرد.
در ادامه مذاکرات مادرید و لیسبون مقر سومین دور از مذاکرات لاریجانی و سولانا بود، اما این مذکرات به‌رغم خوش‌بینی طرفین نتیجه چندانی نداشت. در این دوره دانشمندان ایرانی موفق به تولید چرخه کامل سوخت هسته‌ای در مقیاس آزمایشگاهی شدند و ایران به کشورهای عضو باشگاه اتمی پیوست.

۳. دوره سعید جلیلی
سعید جلیلی پس از علی لاریجانی در مهر ۸۶ تا شهریور ۹۲ به میدان مذاکرات پا می‌گذارد و۶ سال مذاکره‌کننده ایران برای حل مناقشه هسته‌ای می‌شود.۶ سالی که به گفته کارشناسان نه‌تنها کمترین تاثیر را در حل مناقشه هسته‌ای نداشت ، بلکه در بالاگرفتن بحث‌ها بین طرفین هم بی‌تاثیر نبود. جلیلی را در مذاکرات علی‌اصغر سلطانیه، محمدهادی زاهدی‌وفا، مهدی صفری، سید عباس عراقچی، مهدی محمدی، محمد جمشیدی و علی باقری همراهی می‌کردند. همان‌گونه که برخی از مقامات غربی همچون رابرت آینهورن گفته‌اند، طرح مباحثی خارج از مذاکرات از سوی سعید جلیلی و اتخاذ سیاست تهاجمی و بازدارنده باعث عدم موفقیت گفت‌وگوها شد. در این دوران توافق ایران و آژانس و بیانیه تهران اتفاق افتاد و ۳ قطعنامه شورای امنیت سازمان ملل متحد علیه ایران به تصویب رسید. همچنین تحریم‌های یک‌جانبه آمریکا و اتحادیه اروپا آغاز شد.

ژنو ۱
۲۹تیر ۸۷ اولین مرحله نشست ۱+۵ با ایران در ژنو برگزار شد، موضوع مهم در این مرحله طرح «فریز مقابل فریز» (تعلیق برابر تعلیق) بود که از سوی ۱+۵ ارائه شده بود. طرحی که ایران در مرداد ماه ۸۷ خواستار شفاف شدن آن‌که به معنای تعلیق توسعه تاسیسات هسته‌ای ایران بود، شد. طرح پیشنهادی فریز مقابل فریز از سوی ایران اجرایی نشد، چراکه ایران فعالیت صلح‌آمیز هسته‌ای را حق مسلم خود می‌دانست.

ژنو ۲
مهر ماه ۸۸ دومین مرحله مذاکرات ایران و نمایندگان کشورهای ۱+۵ برگزار شد. سعید جلیلی در گفت‌وگوهای خود با خاویر سولانا هماهنگ‌کننده سیاست خارجی اتحادیه اروپا و نمایندگان سیاسی ۶ کشور در ژنو سوئیس، تاکید کرد که جمهوری اسلامی ایران از حقوق حقه خود به هیچ عنوان منصرف نخواهد شد. ایران پیشنهاد کرد که مذاکرات مبتنی بر موضوعات گسترده‌تر و جهانی باشد.

ژنو ۳

ایران در پایان این نشست گفت که گفت‌وگو را در چارچوب راهبرد ۲ مسیره (فشار و مذاکره) نمی‌پذیرد.

بیانیه تهران
بیانیه ۳ جانبه تهران در حاشیه نشست گروه ۱۵، ۲۷ اردیبهشت سال ۸۹ (۲۰۱۰) بیانیه مشترک ایران، ترکیه و برزیل در خصوص تبادل سوخت رآکتور تحقیقاتی تهران به امضا رسید. روسای‌جمهور ایران و برزیل و نخست‌وزیر ترکیه در تهران طرح تبادل سوخت را تهیه و آن را به آژانس اعلام کردند. در مهمترین بند توافق‌نامه ۱۰ ماده‌ای آمده بود که ۱۲۰۰ کیلوگرم سوخت اورانیوم کمتر غنی شده در ترکیه به صورت امانت نگهداری شود که در مالکیت ایران خواهد بود و ایران و آژانس امکان نظارت بر آن را داشته باشند، متقابلا نیز گروه وین متعهد می‌شود ۱۲۰ کیلوگرم سوخت مورد نیاز رآکتور تهران را به ایران تحویل دهد. با وجود اینکه گروه وین (آمریکا، روسیه، فرانسه و آژانس) خود مشوق اصلی میانجیگری ترکیه و برزیل شده بودند، اما در نهایت حاضر نشدند تا به توافق‌نامه تهران متعهد و به مفاد آن عمل کنند.
نشست استانبول ۱ (بهمن ۸۹) نشست استانبول ۲ (۲۶ فروردین ۹۱)
نشست بغداد (۳ خرداد ۹۱) نشست مسکو (۲۹ خرداد ۹۱)
نشست آلماتی(۸ و ۹ اسفند ۹۱)

۴. دوره محمدجواد ظریف
روحانی که خود روزی مذاکره‌کننده ارشد هسته‌ای ایران بوده، در خرداد۹۲ و به دنبال پیروزی در انتخابات ریاست‌جمهوری ۹۲ به‌عنوان رئیس‌جمهوری، یکی از اعضای تیم خودش در زمان مذاکرات را به‌عنوان وزیر امور خارجه بر می‌گزیند و پرونده هسته ایران را از شورای‌عالی امنیت ملی خارج و به دست ظریف و تیمش می‌سپارد. ظریف که سابقه قبلی شرکت در روند مذاکرات را دارد با سیاستی تقریبا شبیه سیاست روحانی در زمان مذاکرات به دنبال تعامل و گفت‌وگو و حل مناقشه هسته‌ای ایران با قدرت‌های جهانی و اتحادیه اروپا و آژانس است، تیمی را انتخاب می‌کند که هرکدامشان از بهترین‌ها در حوزه خود هستند. تیم مذاکره از دو گروه تشکیل شده بود. اعضای گروه نخست، مدیران باسابقه وزارت امور خارجه هستند که مسوولیت مذاکره را بر عهده دارند.این گروه هسته اصلی تیم است. گروه دوم متشکل از تعدادی از کارشناسان وزارت خارجه، سازمان انرژی اتمی و دیگر نهادها که اعضای آن در مقام ارائه مشورت فنی به گروه اول فعالیت می‌کنند. مجید تخت‌روانچی، حمید بعیدی‌نژاد، داوود محمدنیا، محمد امیری، پژمان رحیمیان، امیرحسین زمانی‌نیا، جمشید ممتاز، امیرحسین رنجبریان و سید عباس عراقچی تیم ظریف هستند که حالا بعد از ۱۲ سال سرانجام توانستند طلسم این مذاکرات را بشکنند و در مقابل قدرت‌های جهانی به پیروزی برسند. تسلط مذاکراتی، تسلط بر زبان انگلیسی و فهم دقیق از معادلات قدرت جهانی سه فاکتوری بود که تیم ظریف را در این مقطع از سایر تیم‌های دیگر متمایز می‌کرد و قطعا در رسیدن به توافق موثر بود.

مذاکرات نیویورک
این دور از مذاکرات که اولین مذاکره هسته‌ای ایران با قدرت‌های جهانی پس از به قدرت رسیدن حسن روحانی بود در خلال سفر هیات ایرانی برای شرکت در کنفرانس سالانه مجمع عمومی سازمان ملل در شهریور ۹۲ انجام شد. هرچند این دور از مذاکرات بسیار کوتاه (۳۰ دقیقه) و تنها برای معرفی هیات تازه ایرانی بود، اما به‌دلیل برگزاری در سطح وزیران خارجه و جلسه خصوصی بین جان کری و محمد جواد ظریف وزیران خارجه ایالات متحده و ایران که پس از این دور از مذاکرات انجام شد بسیار خبرساز شد.

ژنو ۱
این مذاکرات در ۲۳ و ۲۴ مهر ۱۳۹۲ در شهر ژنو سوئیس برگزار شد و محمدجواد ظریف سرپرستی تیم مذاکره ایران را بر عهده داشت.

ژنو ۲
این مذاکرات که قرار بود در روزهای ۱۶ و ۱۷ آبان در سطح معاونان وزیران خارجه گروه ۱۵ در ژنو سوئیس برگزار شود، به‌دلیل زمان بیشتر برای توافق احتمالی به روز سوم یعنی ۱۸ آبان نیز کشیده شد. این دور از مذاکرات را می‌توان نقطه عطفی در مذاکرات ایران با قدرت‌های جهان طی ۱۰ سال اخیر دانست. همه چیز تا این موقع بسیار امیدوارکننده پیش می‌رفت و همه‌چیز برای یک توافق اولیه فراهم بود تا اینکه در صبح روز ۱۷ آبان وزیر خارجه فرانسه بین خبرنگارها آمد و اظهار کردکه اختلافات جدی هنوز پابرجاست و ایران باید امنیت اسرائیل را نیز در توافق‌نامه پیشنهادی‌اش لحاظ کند. این اظهارات سبب شد تا مذاکرات بیش از ۲ روز به طول بینجامد و پس از سه روز مذاکره فشرده بدون هیچ نتیجه ملموسی پایان یافت و مذاکرات به ۱۰ روز بعد موکول شد.

ژنو ۳
این نشست پیرو مذاکرات پیشین از تاریخ ۲۹ آبان تا ۳ آذر ۱۳۹۲ در هتل اینترکنتیننتال ژنو برگزار شد. در نهایت ایران با ۵ کشور دیگر گروه ۱+۵به توافق ژنو موسوم به «برنامه جامع اقدام مشترک» رسیدند. باراک اوباما رئیس جمهور آمریکا این توافق تاریخی را آغازی مهم خواند. در این توافق قید شد که ظرف مدت حداقل ۶ ماه و حداکثر یکسال طرفین بتوانند به توافق نهایی برسند.

وین ۶
پس از توافق ژنو در ۳ آذر ۹۲، ایران و گروه ۱+۵، جمعا ۵ دور مذاکره در وین اتریش برای رسیدن به توافق صورت دادند، اما طرفین در وین ۶ یعنی در تیر و مرداد ۹۳ و پس از ۶ ماه نتوانستند به توافق برسند و به همین خاطر مذاکرات را برای ۴ ماه دیگر تمدید کردند. پس از آن مذاکرات مجددا در نیویورک، وین و مسقط ادامه پیدا کرد.

وین۸ و کارشکنی سعودی ها
آخرین نشست در ضرب‌الاجل ۴ ماهه بود که به‌دلیل اختلافات و همچنین سفر ناگهانی سعودالفیصل به وین ناکام ماند و برای یک دوره ۶ ماهه مجددا تمدید شد.

لوزان ۲
پس از این برهه، مذاکرات سه بار در ژنو، مونترو و دو بار در لوزان سوئیس دنبال شد. در لوزان ۲ که از ۵ تا ۱۳ فروردین ۹۴ دنبال شد، طرفین به بیانیه سوئیس دست پیدا کردند که در واقع سنگ بنای توافق وین در ۲۳ تیر ۹۴ شد.

وین ۵
پس از بیانیه سوئیس طرفین مجددا ۵ دور گفت‌وگو در وین انجام دادند که نهایتا در ۲۳ تیر ۱۳۹۴ ایران و گروه ۱+۵ به توافق تاریخی دست یافتند.

و در پایان تایید مشروط برجام
رهبر ایران در نامه‌ای به آقای روحانی رییس‌جمهور و رییس شورای عالی امنیت ملی، با اشاره به بررسی‌های دقیق و مسوولانه برجام در مجلس شورای اسلامی و شورای عالی امنیت ملی و عبور این موافقتنامه از مجاری قانونی، دستورات مهمی را در خصوص رعایت و حفظ منافع ملی و مصالح عالیه کشور صادر و با برشمردن تاکیدات و الزامات ۹ گانه در اجرای برجام، مصوبه جلسه ۶۳۴ مورخ ۹٤/٥/١٩ شورای عالی امنیت ملی را با رعایت این موارد و الزامات تایید کردند.

الزامات ۹گانه اجرای برجام:
۱- گرفتن تضمین‌های قوی و کافی برای لغو تحریم‌ها
۲- نقض برجام و توقف فعالیت‌های آن در صورت وضع هرگونه تحریم
۳- آغاز فعالیت‌های بند ۴ و ۵ تنها پس از اعلام آژانس مبنی بر پایان پرونده pmd
٤- آغاز نوسازی کارخانه اراک تنها پس از قرارداد طرح جایگزین و تضمین کافی اجرا
٥- معامله و تبادل اورانیوم غنی شده در برابر کیک زرد در صورت عقد قرارداد مطمئن
٦- تهیه طرح توسعه میان مدت صنعت انرژی اتمی و بررسی آن در شورای عالی امنیت ملی
۷- ساماندهی تحقیق و توسعه برای غنی سازی مورد قبول در برجام در پایان دوره ۸ ساله
۸- مرجع بودن متن مذاکرات و نه تفسیر طرف مقابل، در موارد ابهام سند برجام
۹- تشکیل هیات رصدکننده انجام تعهدات طرف مقابل و تحقق الزامات اجرای برجام

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

ایران و جهان

برنامه‌هایی برای حذف محمد بن سلمان وجود دارد

تلاش شاهزاده‌ها برای تغییر کادر رهبری عربستان

نویسنده: توماس لیپمن *

برای اولین بار از دهه ۱۹۵۰ رقابت ها و درگیری ها در خانواده سلطنتی عربستان بر سر قدرت که در دو هفته اخیر به وجود آمده، رسانه ای و در سطح عمومی مطرح می شود. روزنامه بریتانیایی گاردین و دیوید ایگناتیوس، نویسنده واشینگتن پست گزارش داده اند که یک شاهزاده ارشد در حال تهیه نامه ای برای برکناری ملک سلمان و پسر جنجالی اش، محمد بن سلمان، معاون ولیعهد است.

سعودی هایی که روز چهارشنبه در کنفرانسی در واشینگتن شرکت کرده بودند، صحت این خبر را تایید کردند و گفتند حداقل از اوایل ماه سپتامبر یک نامه در این رابطه وجود دارد. هویت نویسنده این نامه مشخص نیست اما بنا بر گفته های فردی که یکی از نامه ها را دیده، محتوا و کیفیت استثنایی نثر عربی این

نامه، لیست افرادی که می توانند آن را بنویسند محدود کرده است. نویسنده آن احتمالاً یکی از برادران و یا برادران ناتنی پادشاه است.

ایگناتیوس در این رابطه می نویسد که با نویسنده دو نامه صحبت کرده و وی را «شاهزاده ارشد» توصیف می کند که مایل است شاهزاده احمد بن عبدالعزیز ۷۳ ساله به جای برادرش ملک سلمان جایگزین شود. هم سلمان و هم احمد از اعضای خانواده سدیری، یعنی فرزندان همسر محبوب عبدالعزیز هستند.

رقابت خانوادگی

مشکل از جایی شروع شد که سلمان در ژانویه و پس از مرگ برادرش ملک عبدالله به قدرت رسید. سلمان ۷۹ ساله، برادرزاده اش محمد بن نایف، وزیر کشور را به عنوان ولیعهد انتخاب کرد، اما پسرش محمد بن سلمان را هم به عنوان نایب ولیعهد معرفی کرد.

محمد بن نایف ۵۶ ساله از احترام زیادی برخوردار است و واشینگتن هم وی را به خاطر رهبری مبارزه با القاعده و دیگر گروه های افراط گرا قبول دارد. انتخاب وی به عنوان ولیعهد نشان داد که گذار آرامی به حکام نسل جدید سعودی یعنی نوادگان بنیانگذار در حال اتفاق است.

با این حال موقعیت محمد بن سلمان داستان متفاوتی است. این گونه تصور می شود که وی در ۳۰ سالگی به عنوان نایب ولیعهد انتخاب شده که با حضور محمد بن نایف، تا زمانی که بالغ شود به پادشاهی نخواهد رسید. مسئله ای که وجود دارد این است که پدرش به وی قدرت فوق العاده زیادی داده است. او وزیر دفاع و مدیر کمیته قدرتمند روابط اقتصادی عربستان است که شامل تعیین سیاست های نفتی هم می شود.

در جامعه ای که سن برابر با عقل است، قدرت زیاد به یک جوان منجر به ایجاد بحث و جدل می شود. به ویژه این که محمد بن سلمان آموزش رسمی محدودی داشته و هیچ سابقه دستاوری نداشته است. برخلاف وی، برادران بزرگترش سال ها در حکومت فعالیت کرده اند. اکثریت اعضای کابینه سعودی مدرک دکترا از دانشگاه های ایالات متحده دارند، اما شاهزاده جوان در خارج از عربستان تحصیل نکرده و حتی در نیروهای مسلح هم خدمت نکرده است.

انتقادهایی با نام مستعار

جمعیت جوان عربستان به شدت در رسانه های اجتماعی حضور دارند و به نظر می رسد خانواده سلطنتی موضوعی مورد علاقه برای آنها باشد. به ویژه منتقدی به نام مجتهد که با توییت هایش درباره شاهزادگان و فسادهایشان طرفداران زیادی دارد. با این حال مجتهد خبرنامه هایی برای حذف ملک سلمان و پسرش را منتشر نکرد و به نظر می رسد که به طور منتخب دست به انتشار اخبار می زند.

محمد بن سلمان فردی پرحرارت، لجباز و ترش رو معرفی می شود. منتقدان همانند مجتهد همیشه ترجیح می دهند تا ناشناس بمانند، چون انتقاد عمومی از هر عضو خانواده سلطنتی می تواند منجر به محکومیت به زندانی طولانی مدت شود.

واقعیت این است که نارضایتی از محمد بن سلمان در خانواده سلطنتی نشان می دهد که رقبایش به شدت در این رابطه حساس هستند. اما معلوم نیست که آنها به جز امیدواری به اقدامات اشتباه از سوی این شاهزاده جوان، چه اقداماتی می توانند انجام دهند. براساس قانون اعلام شده توسط ملک عبدالله، یک گروه از شاهزادگان ارشد که به عنوان شورای بیعت شناخته می شوند، قدرت تایید یا تغییر انتصابات را بر عهده دارند. اما تا زمانی که وی توانایی انجام وظایفش را داشته باشد، بعید است که ملک سلمان شورای مذکور را به منظور برکناری پسر مورد علاقه اش تشکیل دهد.

* نویسنده و کارشناس مسائل خاورمیانه

منبع: لوب لاگ

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

شکست محافظه‌کاران یا غلبه بر ترس؟

جوانی که می‌خواهد کانادا را تغییر دهد

ترودو گفت لیبرال‌ها پیروز شدند چون «ما گوش دادیم. ما با امید ترس را شکست دادیم، ما با سختکوشی شکاکان را شکست دادیم. ما با دیدی مثبت که مردم کانادا را در کنار هم قرار می دهد، منفی‌نگری و تفرقه را شکست دادیم.»

کانادا پس از نزدیک به یک دهه رهبر جدیدی را در انتخابات سراسری انتخاب کرد و جاستین ترودو از حزب لیبرال

توانست با کسب اکثریت قاطع پارلمان، نخست وزیر استیون هارپر را شکست دهد. ترودو پس از اعلام نتایج در روز سه شنبه در اتاوا در میان هوادارانش گفت: «این آن چیزی است که سیاست مثبت می تواند انجام دهد. من امشب تاریخ ساز نشدم، شما شدید.»این پیروزی مانع از چهارمین دوره نخست وزیری هارپر و حزب محافظه کار شد. هارپر این سمت را از فوریه ۲۰۰۶ تاکنون در اختیار داشت. وی شکست را پذیرفت و از رهبری حزب محافظه کار استعفا داد، اما اعلام کرد که همچنان به عنوان نماینده پارلمان باقی خواهد ماند.

هارپر در ساعت ۱۰ شب دوشنبه در سخنانی اعلام کرده بود: «ما همه چیز را بر روی میز قرار داده ایم، ما همه چیز را واگذار می کنیم و از هیچ چیزی پیشمان نیستیم. مردم کانادا یک دولت لیبرال را انتخاب کردند، ما بدون هیچ گونه درنگی آن را می پذیریم.»کاندیداهای لیبرال توانستند ۱۸۴ کرسی -یا «بخش» که در کانادا به معنی حوزه های انتخاباتی فدرال است- را از آن خود کنند و دولت اکثریت را تشکیل خواهند داد. برای تشکیل دولت به ۱۷۰ کرسی نیاز است. هارپر از حزب محافظه کار و رهبر مخالفان کنونی توانست ۹۹ کرسی به دست آورد.در حالی که جمعیت نام ترودو را فریاد می زدند، ترودو گفت لیبرال ها پیروز شدند چون «ما گوش دادیم». وی در ادامه گفت: «ما با امید ترس را شکست دادیم، ما با سختکوشی شکاکان را شکست دادیم. ما با دیدی مثبت که مردم کانادا را در کنار هم قرار می دهد، منفی نگری و تفرقه را شکست دادیم. همه ما این ایده را کانادایی ها رضایت کمتری باید داشته باشند و «بهتر» ممکن نیست را شکست دادیم. دوستان من، این کانادا است، جایی که «بهتر» همیشه ممکن است.»آغاز یک خاندان؟پسر پیر ترودو (نخست وزیر اسبق) فرزند اولین خاندان سیاسی نو ظهور در کانادا، جاستین ۴۳ ساله توانست در چند هفته اخیر با استفاده از حمایت ضد محافظه کاران که احساس می کردند همزمان با زمانی که مردم کانادا به پای صندوق های رای می روند، حزب محافظه کار هم انرژی چندانی ندارد، در انتخابات پیشروی کند.قبل از آغاز چرخه ۷۸ روزه خسته کننده انتخابات آغاز شود، بسیاری فکر نمی کردند که ترودو جوان بتواند دستاوردهای پدرش و نام خانوادگی مشهورش را تکرار کند. اما تحلیلگران کانادا کمپین وی و مسیریکه لیبرال ها را به سوی پیروزی خیره کننده رهنمون ساخت، مورد ستایش قرار دادند.

پیروزی لیبرال همزمان با افول حزب دموکرات جدید؟

قبل از انتخابات، بسیاری از تحلیلگران پیش بینی یک رقابت نزدیک را می کردند، رقباتی شانه به شانه میان هارپر، ترودو و حزب دموکرات جدید. حزب توماس مولکر توانست ۴۴ کرسی در پارلمان جدید را کسب کند. جبهه جدایی طلبان کبک ۱۰ کرسی و حزب سبز هم یک کرسی به دست آوردند.

تحلیلگران معتقدند مولکر ممکن است پس از علمکرد ضعیف در انتخابات استعفا دهد، به ویژه این که وی کمپینی قدرتمند و مثبت داشت. این اوضاع نابود کننده موجب شد حزب دموکرات جدید از مخالف رسمی دوران دولت هارپر به شکستی وحشتناک در شب دوشنبه برسد.

مولکر واکنش خوبی به شکست داشت. وی در سخنرانی ای که در مونترال داشت گفت: «از ابتدا این انتخابات درباره تغییر بود. امشب کانادایی ها صفحه را ورق زدند و سیاست ترس و تفرقه را رد کردند.» مولکر در سخنرانی اش اشاره ای به استعفا از رهبری حزب نکرد. منبع: سی ان ان

هم میهنان گرامی
چنانچه تمایل به
سرمایه گذاری در مشهد
را خواهانید ما آمادگی
فروش یا معاوضه
ملک مسکونی یا تجاری
خود را با ملک یا بیزینس شما
در انگلستان داریم
Tel: 074 0055 5601

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

اقتصاد

برجـــام و راه پیش‌رو

با تصویب طرح «اقدام متقابل و متناسب دولت در اجرای برجام» توسط مجلس شورای اسلامی، این پرسش مطرح می‌شود که گام پیش رو چیست؟ و پس از این چه اقداماتی باید توسط طرفین انجام شود. در این نوشته تلاش شده است تا به اختصار به این پرسش پاسخ داده شود.

بند ۳۴ متن برجام ۵ زمان کلیدی را تعریف کرده است. این ۵ تاریخ کلیدی عبارتند از روز نهایی شدن یا Finalization Day، روز پذیرش یا Adoption Day، روز اجرا یا Implementation Day، روز انتقال یا Transition Day و در نهایت، روز پایان قطعنامه شورای امنیت. روز پذیرش ۹۰ روز پس از تاریخ تصویب قطعنامه ۲۲۳۱ شورای امنیت، یعنی ۱۹ اکتبر ۲۰۱۵ یا ۲۷ مهر ۱۳۹۴ بود. فرا رسیدن این روز به چه معناست و چرا برای رسیدن این روز باید تا این تاریخ صبر می‌کردیم؟

۹۰ روز فرصتی که بین روز نهایی شدن و روز پذیرش وجود دارد، برای رعایت تشریفات قانونی در داخل دولت‌های طرف مذاکره است. ایالات متحده آمریکا در شرایطی درخصوص برجام مذاکره می‌کرد که کنگره و سنای آن کشور، قانونی را در مورد نظارت پارلمان بر توافق تصویب کرده بودند و بر اساس قانون مزبور، متن توافق باید به پارلمان ارائه می‌شد و پارلمان حق داشت که در مورد آن اظهارنظر کند. دولت ایران نیز می‌دانست که مجلس، خواهان بررسی متن برجام و اظهار نظر درخصوص آن است. طبیعی است که بررسی متن برجام در مجلس، نیازمند گذشت زمان بود. در این میان، کار سه کشور اروپایی ساده‌تر بود. آنها سیاست خارجی مشترکی داشتند و شورای اروپا تکلیف خود را با قضیه از قبل مشخص کرده بود. چین و روسیه نیز از جهت قطعیت در تصمیم‌گیری مشکل چندانی نداشتند. در هر حال، برای روشن شدن تکلیف توافق در داخل کشورها لازم بود که مدت زمان مشخصی در نظر گرفته شود و مدت ۹۰ روز برای این کار کافی به نظر می‌رسید؛ اما پس از روز پذیرش چه اقداماتی باید انجام شوند؟

تعهدات مندرج در برجام، تعهداتی نیستند که اجرای آنها به فوریت و در یک لحظه مشخص امکان‌پذیر باشد. اگر بخواهیم تعهدات ایران و کشورهای گروه ۱+۵ را به زبان بسیار ساده بیان کنیم، ایران یکسری محدودیت‌ها را در برنامه هسته‌ای خود می‌پذیرد و کشورهای گروه ۱+۵ نیز تحریم‌های مالی و اقتصادی مرتبط با برنامه هسته‌ای ایران را بر می‌دارند. هم اجرای تعهدات ایران متضمن انجام یکسری اقدامات مقدماتی است و هم اجرای تعهدات کشورهای گروه ۱+۵ متضمن انجام یکسری اقدامات است. به‌عنوان مثال، رفع تحریم‌های اتحادیه اروپا مستلزم این است که متن مصوبات اتحادیه اروپا برای رفع تحریم‌ها آماده شود. دستورالعمل‌های لازم برای رفع تحریم‌ها نوشته شوند و مشورت‌های لازم با ایران انجام شود. (در متن برجام قید شده است که گروه ۱+۵ موظف است در تدوین دستورالعمل‌های رفع تحریم‌ها از ایران مشورت بگیرد.) همچنین انجام تعهدات ایران نیز نیازمند یکسری اقدامات مقدماتی است. انجام این اقدامات مقدماتی (خواه اقدامات حقوقی و خواه اقدامات اداری و اجرایی) از روز پذیرش انجام خواهد شد. اما اقداماتی که ایران و کشورهای گروه ۱+۵ باید از روز پذیرش انجام دهند چه هستند؟

بر اساس آنچه در ضمیمه پنجم برجام قید شده است، در این روز، ایران رسماً به آژانس بین‌المللی انرژی هسته‌ای اطلاع خواهد داد که از روز اجرا پروتکل الحاقی را به‌طور موقت تا زمان تصویب آن توسط پارلمان اجرا خواهد کرد و کد اصلاحی ۳-۱ را نیز به‌طور کامل اجرا خواهد کرد. همچنین ایران اقدامات مشخصی را که در پیوست شماره ۱ قید شده است و مربوط به رفع نگرانی‌های گذشته و حال است، اجرا خواهد کرد.

اتحادیه اروپا باید مقرره‌ای را صادر کند که در آن قید می‌شود تمامی تحریم‌هایی که مرتبط با برنامه هسته‌ای ایران هستند، از روز اجرا متوقف خواهند شد. این امر دشواری چندانی ندارد، چرا که در متن برجام تمامی تحریم‌های مرتبط با برنامه هسته‌ای ایران که از سوی اتحادیه اروپا وضع شده‌اند برشمرده شده‌اند و کافی است که اتحادیه اروپا با استفاده از ضمیمه ۲ برجام، مواد مشخصی از تحریم‌های آن اتحادیه را که ملغی یا تعلیق خواهند شد رسما اعلام کند. البته همان‌طور که گفته شد، اجرایی شدن مقرره جدید اتحادیه اروپا که مربوط به لغو تحریم‌ها است از تاریخ اجرای برجام خواهد بود که احتمالا اوایل سال آینده میلادی خواهد بود. علاوه بر این، تحریم‌های مذکور در آن مقرره، تمامی تحریم‌های هسته‌ای اتحادیه اروپا نیستند و بخش اندکی از تحریم‌ها که در روز پذیرش لغو خواهند شد، مشمول آن مقرره قرار نخواهند گرفت.

ایالات متحده آمریکا که تحریم‌های بیشتری را علیه ایران وضع کرده است، باید اقدامات بیشتری را در این تاریخ انجام دهد. نخست اینکه در مورد آن دسته از تحریم‌ها که مستند به متن قانون هستند و دولت به تنهایی اختیار لغو آنها را ندارد اما می‌تواند از اختیار خود مبنی بر عدم اجرای تحریم‌ها یا waiver استفاده کند، اعلام کند که از تاریخ اجرایی شدن توافق یا Implementation Day این تحریم‌ها اجرا نخواهند شد. دوم اینکه در رابطه با آن دسته از تحریم‌هایی که برداشته شدن آنها در اختیار خود دولت است - تحریم‌هایی که مستند به دستورات اجرایی دولت آمریکاست - اعلام خواهد کرد که از روز اجرا این تحریم‌ها برداشته خواهند شد و نهایتا در مواردی که تحریم‌ها باقی می‌مانند اما ایالات متحده آمریکا موظف به این شده است که مجوز انعقاد قراردادها یا ارائه کالاها یا خدماتی به ایران را صادر کند، اعلام کند که از روز اجرا آن مجوزها صادر خواهند شد.

مساله مهم دیگری که در روز پذیرش اهمیت پیدا می‌کند، رآکتور آب سنگین اراک است. بر اساس برجام مقرر شده است که این رآکتور باید مدرن‌سازی شود و انجام این امر، مستلزم ارائه خدماتی از سوی کشورهای گروه ۱+۵ است. از روز پذیرش، ایران و گروه ۱+۵ مذاکرات خود را آغاز خواهند کرد تا سندی را تهیه کنند که بر اساس آن، شیوه این مدرن‌سازی و تعهدات هر یک از طرفین درخصوص این موضوع معین شود. بنابراین، به زودی می‌بایست شاهد یک سند فنی دیگر درخصوص مدرن‌سازی رآکتور اراک باشیم.

در نهایت، آخرین تعهدی که کشورهای گروه ۱+۵ از روز پذیرش بر عهده دارند، مشورت با ایران در رابطه با تدوین راهنماها و دستورالعمل‌های برجام است. این امر از اهمیت بنیادین برخوردار است چرا که تفسیر نقاط مبهم برجام و نیز تبیین موادی که امکان تفسیرهای متفاوت از آنها وجود دارد، در راهنماها و دستورالعمل‌ها انجام خواهد شد و بانک‌ها و شرکت‌های خارجی برای درک دقیق این نکته که کدام تحریم‌ها و اقدامات محدودکننده رفع می‌شوند و انجام چه مبادلاتی با ایران مجاز است به دستورالعمل‌ها مراجعه خواهند کرد. چرا لازم است در این خصوص با ایران مشورت شود؟ پاسخ را باید در سابقه تاریخی مذاکرات ایران و گروه ۱+۵ جست‌وجو کرد. پس از توافق بر سر برنامه اقدام مشترک در ۲۳ نوامبر ۲۰۱۳ ایالات متحده آمریکا دستورالعمل‌هایی را صادر کرد که بسیار مضیق و از نظر ایرانی خلاف روح توافق بود. با وجود چنین تجربه‌ای ایران اصرار داشت که دستورالعمل‌ها و راهنماهای برجام، با مشورت ایران صادر شود تا جلوی چنین تفاسیری از برجام گرفته شود.

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

هزینه گران کم‌درآمدی

مقابله با فقر

هنگامی که کن مارتین که فروشنده کلاه است، هزینه ماهانه مراقبت از کودک را پرداخت می‌کند، به جای نوشتن چک از حواله پول استفاده می‌کند. به گفته او حواله پول خطر برداشت بیش از حد و کارمزد ۴۰دلاری بانکی آن را به همراه ندارد. این حواله‌ها در بانک هفت دلار هزینه دارند اما هزینه آنها در اداره پست فقط ۱/۲۵ دلار است. هر چند رفتن به اداره پست خود کار دشواری است. با وجود این حتی هنگامی که آقای

مارتین بی‌خانمان شده بود، ترجیح داد با صدها دلار پول نقد در خیابان‌ها بخوابد (چون نتوانست قبل از پایان ساعت اداری خود را به اداره پست برساند) به جای آنکه خطر کارمزد اضافه برداشت را قبول کند. به گفته او «هزینه‌های زیاد مرا خواهد کشت».

زندگی برای فقرای آمریکا پرهزینه است و مهم‌ترین عامل آن خدمات مالی هستند. این خدمات مهاجرانی را که از خارج پول می‌فرستند نیز تحت تاثیر قرار می‌دهد. آقای مارتین حداقل یک حساب بانکی دارد. حدود هشت درصد از خانوارهای آمریکایی و یک نفر از هر سه‌نفری که درآمد سالانه‌ای کمتر از ۱۵ هزار دلار دارند فاقد حساب بانکی هستند. نیمی از این افراد می‌گویند خدمات بانکی برایشان پرهزینه است. بسیاری نمی‌توانند حداقل موجودی را رعایت کنند تا کارمزد ماهانه شامل آنها نشود. برای دیگران نیز خطر مواجهه با کارمزدهای غیرمنتظره غیرقابل تحمل است.

زندگی بدون خدمات بانکی پرهزینه‌تر است اما روندی عادی دارد. نقد کردن چک حقوقی در یک اتحادیه اعتباری یا موسسه‌ای مشابه آن عمدتاً از دو تا پنج درصد ارزش چک هزینه دارد. در نهایت افراد فاقد حساب بانکی مجبور می‌شوند دو نوع کارمزد بپردازند؛ یکی برای تبدیل چک حقوق به پول نقد و دیگری برای تبدیل پول نقد به حواله. یک اندیشکده برآورد می‌کند که این کارمزدها در طول دوران کاری یک کارگر تمام‌وقت می‌تواند به ۴۰ هزار دلار برسد.

کارت‌های برداشت با موجودی اولیه جایگزین پرطرفدار حساب‌های بانکی هستند. گروه مشاورتی مرکاتور برآورد می‌کند که در سال ۲۰۱۴ سپرده‌های این کارت‌ها با پنج درصد رشد به ۵۷۰ میلیارد دلار می‌رسد. اگرچه دریافت حقوق و مزایا از طریق این کارت‌ها ارزان‌تر از نقد کردن چک است، این کارت‌ها نیز عمدتاً کارمزدهای زیادی دارند.

بسیاری از ایالت‌ها برای توزیع پرداخت‌های رفاهی کارت‌های برداشت مخصوص خود را صادر می‌کنند. در نتیجه کسانی که نزدیک یک بانک مناسب نباشند، بازنده‌اند. آنها یا مجبورند هزینه برداشت از دستگاه خودپرداز را بدهند یا هزینه پیمودن راه زیاد برای برداشت از بانک را متحمل شوند. شرایط آزاردهنده دیگری نیز وجود دارد. در ایندیانا برداشت از کارت‌های رفاه فقط برای یک بار رایگان است. اگر فرد بخواهد موجودی حساب خود را بگیرد ۴۰ سنت از حسابش کسر می‌شود. به تازگی در کانزاس طرح برداشت حداکثر ۲۵ دلار در روز لغو شد؛ چرا که باعث افزایش رفت و آمدها به سمت بانک و دستگاه و در نتیجه افزایش هزینه‌ها می‌شد.

فقرا عمدتاً برای دسترسی به اعتبارات به وام‌دهندگان با بهره روزانه بالا متکی هستند. در سال ۲۰۱۳، نرخ میانه این وام‌ها ۳۵۰ دلار بود که دو هفته طول می‌کشید و به ازای هر ۱۰۰ دلار ۱۵ دلار بهره داشت که نرخ بهره‌ای معادل ۳۲۲ درصد می‌شد. نرخ بهره در کارت‌های اعتباری معمولی ۱۵ درصد است. در سال ۲۰۱۳ تقریباً نیمی از کسانی که از وام‌های روزانه استفاده می‌کردند، بیش از ۱۹ بار به آن روی آوردند و کارمزد آن برای وام‌گیرنده میانه ۴۵۸ دلار بود. در سال ۲۰۱۴، تقریباً نیمی از خانوارهای آمریکایی اعلام کردند بدون فروش وسایل خود یا قرض گرفتن نمی‌توانند هزینه غیرمنتظره ۴۰۰دلاری را بپردازند. دو درصد اعلام کردند برای پرداخت این هزینه مجبورند به وام‌های روزانه روی آورند.

اعتبارات پرهزینه با پرداخت‌های رفاهی تناسبی ندارند. اعتبار مالیاتی درآمد کسب‌شده (EITC) که کمکی برای درآمد خانواده‌های فقیر و بازگرداندن مالیاتی است، سالانه پرداخت می‌شود. مبلغ کل این بازگشت مالیات می‌تواند به هزاران دلار برسد و از چک‌های حقوقی ماهانه چند خانواده بیشتر شود. تعجبی ندارد که خانواده‌های نیازمند به پول نقد بر مبنای این درآمد بادآورده پیشاپیش پول قرض می‌کنند. به تازگی مقامات تنظیم مقررات بانک‌ها را از ارائه وام‌های کوتاه‌مدت پرهزینه با پشتوانه و وثیقه این درآمد منع کرده‌اند. اما هنوز قرض گرفتن برای پوشش هزینه درخواست EITC امری رایج است. در سال ۲۰۱۴ حدود ۲۲ میلیون مصرف‌کننده از «چک‌های انتظار بازگشت» استفاده کردند. این طرح‌ها برای پوشش هزینه‌های تشکیل پرونده وام می‌دهند و بلافاصله پس از واریز مالیات بازگشتی به طور خودکار بازپرداخت وام را انجام می‌دهند. به گفته چی‌چی‌وو از مرکز ملی قانون مصرف‌کننده این مصرف عمدتاً از ۲۵ تا ۶۰ دلار هزینه دارد. آن هم برای اعتباری که فقط چند هفته به طول می‌انجامد.

چگونه می‌توان خدمات مالی را برای فقرا ارزان‌تر کرد؟ به عقیده آقای والنتی پاسخ را باید در بانکداری همراه پیدا کرد. اما فقرا هنوز آنقدر پیشرفت نکرده‌اند که بتوانند در خدمات مالی یا دیگر خدمات از انقلاب تلفن همراه بهره‌برداری کنند. فقط نیمی از کسانی که سالانه بیش از ۳۰ هزار دلار درآمد دارند، صاحب تلفن هوشمند هستند. این درصد در گروه‌های درآمدی بالاتر به ۷۰ و بیشتر می‌رسد. تقریباً نیمی از کسانی که قادر به انجام چنین کاری بودند، مجبور شدند به دلایل مالی به طور موقت آن را کنار بگذارند. این خود می‌تواند نتیجه قیمت‌های نامتناسب باشد: افرادی که رتبه اعتباری کمتری دارند از سیم‌کارت‌های پیش‌پرداخت استفاده می‌کنند که برخلاف قراردادهای معمول ماهانه شامل تخفیف‌های بزرگ نمی‌شوند.

نفوذ اندک تلفن‌های هوشمند نیز به نوبه خود هزینه‌ها را به اشکال مختلف بالاتر می‌برد. افرادی که به شبکه متصل نباشند، نمی‌توانند از ارتباطات، آموزش و حمل و نقل ارزان‌تری که اپلیکیشن‌ها ارائه می‌دهند، استفاده کنند. یک‌چهارم از خانوارهای فقیر اصلاً از اینترنت استفاده نمی‌کنند که این خود یافتن قیمت‌های پایین‌تر را دشوار می‌سازد.

تبعیض قیمتی

در سال‌های اخیر تورم نیز فقرا را بیشتر تحت فشار قرار داده است. بهای اقلامی مانند اجاره، غذا و انرژی که بیشترین بخش بودجه را می‌بلعند در مقایسه با سایر کالاها و خدمات رشد سریعی داشته است. شاید کاهش بهای نفت و انرژی این روند را معکوس سازد؛ اما از آنجا که فقرا اتومبیل ندارند، کاهش بهای بنزین برایشان چندان سودمند نیست.

طبق گزارش فدرال‌رزرو شیکاگو از سال ۲۰۰۰ تا سال ۲۰۱۳ -که آخرین آمار در دسترس است- در ۱۳۹ ماه از ۱۶۹ ماه، تورم برای فقرا بالاتر بوده است. در نتیجه این تبعیض تورمی، در این دوره قیمت‌ها برای فقرا ۳/۲ درصد بیشتر بالا رفت. این ارقام شاید نتواند شدت نابرابری را نشان دهد چرا که سهم کارفرما در بیمه سلامت را نادیده گرفته است. افزایش این سهم مبلغ چک‌های حقوق را پایین نگه می‌دارد و در نتیجه فقرا مجبورند بخش بزرگ‌تری از سهم بیمه را بر عهده گیرند.

هزینه بالای فقر دو نتیجه عمده دارد: اول آنکه نابرابری بدتر از آن چیزی است که ارقام درآمدی نشان می‌دهند. این واقعیت حتی قبل از آنکه نابرابری‌های غیرمالی مانند سلامت زندگی با درآمد اندک مورد لحاظ قرار گیرند خود را نشان می‌دهد. دوم، یافتن راه‌هایی برای کاهش این هزینه‌ها -به عنوان مثال هزینه کمتر برای درخواست EITC یا تغییر مقررات کارمزد اضافه برداشت- می‌تواند روشی ارزان‌تر برای کمک به اقشار کم‌درآمد باشد. کارمزد اضافه برداشت در حال حاضر همانند یارانه‌ای برای دیگر مشتریان است. از طرف دیگر فقرا به موارد تخفیف دسترسی ندارند.

۸۰ درصد مردم سوریه زیر خط فقرند

فقر در جنگ

یونیسف ضمن هشدار نسبت به پیامدهای بحران سوریه برای کودکان این کشور، اعلام کرد: «در حال حاضر بیش از ۸۰ درصد مردم سوریه زیر خط فقر هستند و ۲/۷ میلیون کودک سوری از تحصیل محروم‌اند.» صندوق حمایت از کودکان سازمان ملل (یونیسف) در جدیدترین گزارش خود درباره بحران سوریه

و پیامدهای آن برای کودکان این کشور اعلام کرد: «بیش از نیمی از پناهجویان مقیم کشورهای همسایه را کودکان تشکیل می‌دهند. تاکنون ۱۴۲ هزار و ۷۴۹ کودک سوری نیز در کشورهای میزبان مهاجران متولد شده‌اند.» یونیسف افزود: «۸۲ درصد مردم سوریه زیر خط فقر هستند. ۲/۷ میلیون کودک سوری از تحصیل محروم‌اند و بیش از چهار میلیون کودک و زن باردار سوری نیز به کمک‌های غذایی نیاز دارند.»

طبق گزارش کمیته توسعه اقتصادی و اجتماعی غرب آسیا در سازمان ملل «اسکوا» با ادامه بحران سوریه در سال ۲۰۱۵ بیش از ۹۰ درصد مردم سوریه زیر خط فقر قرار می‌گیرند و خسارات وارده به بخش اقتصاد سوریه از ابتدای بحران (در نیمه مارس ۲۰۱۱) به ۱۴۰ میلیارد دلار می‌رسد. بر اساس این گزارش، جنگ و درگیری‌های پنج سال اخیر در سوریه باعث از بین رفتن زندگی میلیون‌ها کودک و خانواده سوری شده و میلیون‌ها تن مجبور به فرار از شهرهایشان شده‌اند.

در کشوری که به شدت نابود شده است نزدیک به نیم میلیون سوری تحت محاصره هستند و در این میان ۷/۶ میلیون کودک به کمک نیاز دارند. شهروندان سوری به شدت از شرایط سخت اقتصادی که همراه با از دست دادن مشاغل‌شان، بسته شدن کارگاه‌ها و تاسیسات حیاتی، افزایش بسیار شدید قیمت‌ها و کمبود سوخت بوده رنج می‌برند و این مسائل بار مشکلات معیشتی را افزایش می‌دهد.

طبق گزارش اسکوا، در اثر جنگ از هر دو شهروند سوری یک نفر مجبور به ترک خانه شده، خدمات و زیرساخت‌ها در این کشور از بین رفته و تعداد زیادی کودک به جا گذاشته است که امکان ادامه تحصیل یا تامین نیازهای اساسی از جمله مسائل بهداشتی را ندارد و حتی نسل آتی سوریه نیز از تحصیل محروم خواهند بود. همچنین آب شرب موجود نیز نصف میزان در دسترس پیش از بحران است. در این گزارش تاکید شد، ۲/۷ میلیون کودک سوری ترک تحصیل کرده و ۲۵ درصد از مدارس سوریه تخریب شده‌اند، علاوه بر این از هر سه بیمارستان، دو بیمارستان به دلیل جنگ تعطیل شده و بیش از نیمی از پزشکان سوری به خارج از کشور مهاجرت کردند.

یونیسف در سپتامبر گذشته اعلام کرده بود دو میلیون کودک سوری در فصل جدید قادر به ورود به مدرسه نخواهند بود. علاوه بر این نزدیک به ۴۴۰ هزار کودک دیگر نیز به دلیل درگیری‌ها احتمالاً مدرسه را رها می‌کنند. علاوه بر این پنج هزار مدرسه در سوریه وجود دارد که به دلیل تخریب یا اینکه محل پناه برخی آوارگان شده یا به پایگاه نظامی تبدیل شده‌اند امکان استفاده از آنها وجود ندارد.

یونیسف هشدار داد بحران کودکان سوری از مرزهای این کشور فراتر رفته و به سواحل اروپا رسیده است؛ به طوری که بیش از ۱۱ هزار کودک سوری بدون هیچ سرپرستی خود را به اروپا رسانده‌اند و در حال حاضر ۲۵ درصد از پناهجویان را کودکان تشکیل می‌دهند.

راوندی
نامی مطمئن و آشنا در امور ارزی و بازرگانی
خدمات ارزی و بازرگانی
MADOCKS LTD.
HMRC & FCA Registered
Tel: 020 7499 5455
دفتر لندن Fax: 0207 493 9797
ravandigtl@gmail.com
24 Nort Audley Street, London W1K 6WD

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

معرفی ۱۰ سریال سیاسی مطرح

سیاست به ضرب نمایش

در جوایز تلویزیونی، همیشه سریالهایی که از مضمون سیاسی برخوردارند، شانس بیشتری برای دریافت جایزه و دیده شدن دارند. آثاری که داستانهای سیاسی را در بستری مفرح و هیجان انگیز در قالب سریال و نمایش به شیوه‌ای جذاب روایت می‌کنند.

سایت فنسی دِد با این مقدمه نوشت: این سریالها در جوایز امی نیز همیشه مقبول‌تر از آثاری هستند که با محوریت زندگی پزشکان یا پلیس‌ها ساخته می‌شوند. در مطلب حاضر به معرفی ۱۰ سریال مطرح و پر بیننده با محوریت سیاست داخلی و خارجی و زندگی دیپلمات‌ها در دنیا می‌پردازیم.

سریال شماره ۱۰- «خانه پوشالی» (House of cards)
مجموعه تلویزیونی «خانه پوشالی» یا «خانه کارت‌ها» محصول بی بی سی است که سال ۱۹۹۰ تولید و از شبکه دوم سیما نیز پخش شد. سریالی که بدون آن، اغلب لیست سریالهایی با مضمون سیاسی خالی خواهند ماند و لطفی ندارند. مجموعه‌ای که طی چهار قسمت براساس رمانی به همین نام از مایکل دابز از اعضای حزب محافظه کار بریتانیا در همان دوران ساخته شد و به رقابت‌ها و زد و بندهای آشکار و پنهان سیاسی انگلیس در اواخر دوران نخست وزیری مارگارت تاچر می‌پرداخت. یان ریچارد سون بازیگر نقش اصلی این سریال با نام فرانسیس ارکهارت بود که در دوبله با صدای پر طنین ناصر طهماسب، جذابیتی مضاعف یافته بود. این بازیگر برای همین نقش جایزه بفتا گرفت و اندرو دیویس فیلمنامه نویس آن نیز جایزه امی را تصاحب کرد. ارکهارت دقیقاٍ شبیه نسخه آمریکایی این سریال شخصیتی خودخواه و متکبر است که در دستگاه سیاسی انگلستان خود را در جایگاه پایینی می‌بیند و برای رسیدن به مناصب بالاتر، به جنگی داخلی و پنهان در میان دولتمردان دامن می‌زند. در واقع او می‌خواهد عدالت را به سبک خودش در کشور پیاده کند. در نسخه انگلیسی سریال ریچارد سون راوی قصه هم بود و تعدادی از طرفداران مجموعه مذکور معتقدند او بسیار بهتر از کوین اسپیسی در نسخه آمریکایی بازی کرده است! به ویژه وقتی بدانیم نسخه انگلیسی برنده جایزه امی بهترین سریال شده، اما نسخه آمریکایی آن تنها در این جوایز نامزد دریافت جایزه بوده است. هر چند همچنان برخی هم طرفدار نسخه آمریکایی سریال و شیفته ماحصل همکاری کوین اسپیسی بازیگر و دیوید فینچر کارگردان هستند و آنرا برای تماشا با ارزش‌تر محسوب می‌کنند.

سریال شماره ۹- «خانم وزیر» (Madam Secretary)
این سریال را شبکه سی بی اس به تهیه‌کنندگی مورگان فریمن تولید کرد که در ۲۰ قسمت سال ۲۰۱۴ پخش شد. تئا لئونی در این درام سیاسی پر هیجان، نقش وزیر امور خارجه آمریکا را بازی می‌کند. کاراکتری که پیشتر عامل سازمان جاسوسی آمریکا بوده و از سوی دولت دعوت به قبول مسوولیت در کابینه می‌شود. ضمن آنکه او و همسرش از اساتید دانشگاه نیز هستند و همین ذهنیت آکادمیک و سواد علمی به او در سمت یک وزیر ایالات متحده کمک شایانی می‌کند. کمترین میزان اشتباه و دقت فراوان در ساخت این سریال کمک کرد تا مخاطبان از تماشای آن لذت ببرند و هیجان زده باشند. بد نیست بدانید بخشی از این سریال به میانجی گری خانم وزیر در رابطه سیاسی میان ایران و آمریکا اختصاص دارد که او در یکی از قسمتهای داستان به کشورمان می‌آید و در تلاش برای رفع کدورت‌ها میان دو دولت است. سایت IMDB ۷/۴ از ۱۰ ستاره خود را به این سریال داده و باربارا هیل خالق آن است.

سریال شماره ۸- «خانه آلفا» (Alpha House)
این سریال محصول شبکه کابلی آمازون را می‌توان اولین کمدی سیاسی فهرست حاضر لقب داد. جان گودمن بازیگر مطرح آمریکایی در این سریال نقش یک سناتور سنای ایالات متحده را دارد که در یک اتاق به طور مشترک با سه سناتور دیگر کار می‌کند. در این سریال شاهد حضور دیگر ستاره‌های آمریکایی به عنوان بازیگر مهمان هستیم؛ از جمله بیل مورای که در قسمت پایلوت و چند قسمت دیگر حضوری کوتاه دارد. این سریال از سال ۲۰۱۳ پخش می‌شود و ۷/۵ از ۱۰ ستاره IMDB را گرفته است. تاکنون دو فصل از این سریال پخش شده است.

سریال شماره ۷- «حیوانات سیاسی» (Political Animals)
در مینی سریال «حیوانات سیاسی»، سیگورنی ویور که مخاطبان سینما او را با فیلم‌های «ترمیناتور» و «بیگانه» می‌شناسند، به نوعی یادآور هیلاری کلینتون است. او نقش زنی به نام الین باریش را دارد که زن رئیس جمهور پیشین آمریکاست و اکنون مسوولیت وزارت امور خارجه را به عهده دارد. زنی که در انتخابات ریاست جمهوری سال ۲۰۰۸ نامزد بوده، اما شکست خورده است. همین نشانه‌ها به خوبی یادآور هیلاری کلینتون است و همسر او بیل کلینتون. مضمون ضد ایرانی این سریال در یکی از قسمتها به توافق هسته‌ای ایران نیز می‌پردازد و اینکه در نگاهی شیطنت آمیز رییس جمهور ایران را فردی به نام حاکم معرفی کرده که به نوعی یادآور نام حاج قاسم سلیمانی سردار سپاه اسلام در جبهه نبرد با داعش است. الن برنستاین در این سریال نقش مادر سیگورنی را دارد که یک جایزه امی هم برای این بازی‌اش گرفت. این مینی سریال طی یک فصل سال ۲۰۱۲ پخش شد و ۷/۸ ستاره سایت IMDB را گرفته است.

سریال شماره ۶- «رییس» (Boss)
فصل اول سریال «رییس» در آمریکا چندان دیده نشد؛ هر چند دارای ارزشهای ساختاری قابل توجهی است. این مجموعه را فرهاد صفی‌نیا هنرمند ایرانی ساکن هالیوود برای شبکه استارز نوشته است و فصل اول آن سال ۲۰۱۱ پخش شد و البته ساخت فصل دوم آن به بهانه مخاطبان پایین اثر منتفی شد. این سریال ۸/۱ از ۱۰ ستاره سایت IMBD را گرفته و کلسی گرامر نقش اصلی را در آن بازی می‌کند. بازیگری که برای این نقش خود جایزه گلدن گلوب را دریافت کرد. او نقش شهردار شیکاگو به نام تام کین را بازی می‌کند که زمانی متوجه می‌شود یک بیمار روانی است، ولی تصمیم می‌گیرد این مسئله را از دیگران مخفی کند تا شغل و موقعیت اجتماعی‌اش را از دست ندهد. قضیه‌ای که تنها بین او و پزشک معالجش می‌ماند و همین پرده پوشی، موجب می‌شود دلیل اعمال ناشایست و عجیب او برای بقیه روشن نباشد.

سریال شماره ۵- «اسکاندال» (Scandal)
سریال «اسکاندال» با نقش آفرینی کری واشینگتن به نقش اولیویا پاپ، یک دلال و کار چاق کن در واشینگتن دی سی و مشاور اسبق رییس جمهور آمریکا، درامی سیاسی است. او پس از ترک کاخ سفید، اقدام به تاسیس یک شرکت امنیتی می‌کند. جالب آنکه این شرکت در واقع اقدامات خلاف قانون مسوولان و مدیران دولتی را لاپوشانی می‌کند تا آنان بتوانند به راحتی از قانون و مجازات فرار کنند. این سریال را شوندا ریمز نوشته و سایت IMDB هشت ستاره از ۱۰ به آن داده است. تاکنون پنج فصل از این سریال در قالب ۷۸ اپیزود به پخش رسیده است.

سریال شماره ۴- «پارک‌ها و تفریح» (Parks and Receration)
سریال «پارک‌ها و تفریح» کمدی سیاسی شبکه ان بی سی است که طی سالهای ۲۰۰۹ تا ۲۰۱۳ پخش شد. قصه این سریال درباره تعدادی از مقامات شهر ایندیانا در آمریکاست که قصد دارند با اجرای پروژه‌هایی، این شهر را به یک مرکز توریستی و جایی بهتر برای زندگی شهروندان بدل کنند. سریالی که امی پوهلر بازیگر نقش اصلی آن شش بار کاندیدای دریافت جایزه امی شد، اما آنرا نبرد؛ هر چند گلدن گلوب را به دست آورد.

سریال شماره ۳- «خانه پوشالی» (House of Cards)
بازسازی سریال انگلیسی «خانه پوشالی» در آمریکا توسط شبکه کابلی نت فلیکس، بسیار بیشتر از ورژن انگلیسی‌اش دیده شد. کوین اسپیسی به نقش فرانک آندر وود، یکی از نمایندگان سنای آمریکاست که به عنوان سیاستمداری بی رحم، آرزو دارد در دولت واشینگتن به منصبی بالا برسد. او در فصل سوم این سریال به مقام ریاست جمهوری می‌رسد و از هر اهرمی برای حفظ جایگاه خود بهره می‌برد. این سریال از سال ۲۰۱۳ در حال پخش است و ۹ ستاره از ۱۰ ستاره سایت IMDB را گرفته. اسپیسی برای بازی در هر سه فصل قبلی این سریال چهار فصلی، نامزد دریافت امی بود و جالب آنکه در مجموع این مجموعه درام سیاسی، ۳۲ بار نامزد دریافت امی بوده است. فصل چهارم این سریال سال ۲۰۱۶ به پخش خواهد رسید.

سریال شماره ۲- «وست وینگ» (The West Wing)
سریال «وست وینگ» یا «ناحیه غربی» و یا «بال غربی» محصول شبکه ان بی سی یک درام سیاسی است که طی سالهای ۱۹۹۹ تا ۲۰۰۶ در ۱۵۶ قسمت به پخش رسید و توانست سه جایزه گلدن گلوب و ۲۷ جایزه امی را دریافت کند. از این سریال به عنوان یکی از بهترین نمونه‌های تلویزیونی در نوع خودش نام برده می‌شود. قصه این سریال در ساختمان وست وینگ در کاخ سفید در دوره ریاست جمهوری جوسایا بارتلت از حزب دموکرات روی می‌دهد. تصویری واقعی و جذاب که از دل کاراکترهای فکر شده و دیالوگهای پردازش شده این سریال ارائه می‌شود، جزو ویژگیهای غیرقابل انکار آن است.

سریال شماره یک- «ویپ» (Veep)
این سریال از سال ۲۰۱۲ روی آنتن شبکه سرگرمی HBO است و آرماندو لانوچی خالق آن محسوب می‌شود. قصه سریال درباره یک سناتور زن آمریکایی با بازی جولیا لوئیس دریفوس به نام سلنا میرز است که اخیراٍ به مقام معاون رییس جمهور رسیده است. او که با نگاهی انسانی و با صداقت وارد این حرفه شده، ابتدا صحبتهای اطرافیانش را درباره وجود روابط پنهانی و اعمال پشت پرده در کاخ سفید نمی‌پذیرد، ولی چندی نمی‌گذرد که به صحت این گفته‌ها پی می‌برد. جولیا لوئیس دریفوس، چلو مسکی، تونی هال و... در این سریال که هشت از ۱۰ ستاره سایت IMDB را گرفته بازی داشته‌اند. این سریال فعلاٍ پنج فصل دارد که سیزن آخری سال ۲۰۱۶ به پخش خواهد رسید. این سریال امسال اغلب جوایز امی را از آن خود کرد و کاراکتر اصلی آن را به عنوان یکی از جذابترین شخصیت‌های تلویزیونی در آمریکا می‌شناسند.

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

سینما

چه فیلم‌ها و چه کسانی آمادگی دریافت مجسمه طلا را دارند؟

پیشگویی زود هنگام

پرویز نوری

آکادمی اسکار در فوریه گذشته و انتخاب بهترین‌های سال، مرزها را شکست. فیلمی مثل «بچگی»- که ۱۲ سال ساخت آن به طول انجامیده بود- توفیق کسب کرد. هم چنین فیلم دیگری با درهم شکستن تکنیک‌های همیشگی مانند «مرد پرنده» توانست بهترین فیلم سال شناخته شود. از این زاویه اسکار ۲۰۱۴ را باید چالشی در سینمای قرن ۲۱ به حساب آورد.

هیچ بازیگر سیاه پوستی جزو نامزدها نبود و فقط یک بازیگر زن که قبلاً نامزد شده بود در یکی از نامزدهای بهترین فیلم حضور داشت. باید گفت با تأسف سال خوشایندی برای زنان نبود. از ۸۷ فیلمی که در طول زمان‌ها اسکار بهترین را گرفته‌اند تنها در ۱۳ فیلم نقش شخصیت اصلی داستان را یک زن بازی کرده است.

با این حال امسال- برخلاف گذشته- با امید آغاز گشته است و فیلم‌های فصل پاییز نوید می‌دهد شاهد تبعیض رنگ در بین بازیگران نیستیم. به عنوان بهترین فیلم می‌توان شش فیلم را نام برد که نقش اصلی را در آن‌ها زنان به عهده گرفته‌اند و در پنج فیلم دیگر هم شخصیت مهم در داستان یک زن است. تا این لحظه یکی از شاخص‌ترین فیلم‌های سال «کارول» (carol) است درباره یک قصه عشقی که در دهه ۱۹۵۰ می‌گذرد. ماجرای شگفت میان یک زن متأهل (کیت بلنشت) با صندوقدار یک فروشگاه (رونی مارا)، فیلم

در جشنواره گذشته کن با تحسین بسیار رو به رو شد و رونی مارا جایزه بهترین بازیگر را از آن خود کرد. اما فیلم «کارول» تنها نیست و باید با ۱۲ فیلم دیگر رقابت کند. یکی از این فیلم‌ها «دختر دانمارکی» (The Danish Girl) است به کارگردانی تام هوپر (سازنده «سخنرانی پادشاه») که در آن ادی ردمین- برنده اسکار سال قبل- نقش "لی لی الب" را به عهده دارد. هنرمندی متعلق به دهه ۱۹۲۰ که معتقد است اولین کسی است که تغییر جنسیت داده است. به عنوان بهترین بازیگر احتمالاً شانس ساندرا بولاک- که سابق بر این برای فیلم «نقطه کور» اسکار برد- به خاطر بازی در فیلم «نشان ما بحران است» بیش‌تر است.

البته این بازیگر رقبای زیادی در راه دارد. در فیلم «مالکیت مطلق» دو بازیگر الن پیج و جولین مور- برنده اسکار سال قبل- بازی‌هایی استثنایی ارایه داده‌اند. به جز آن‌ها برای بازی در فیلم «هوادار حق رأی زنان» کری مالیگان و مریل استریپ مسلماً موقعیت خوبی در بین نامزدها پیدا خواهند کرد. اما یکی از خوش شانس‌ترین فیلم‌های سال قاعدتاً باید اثر آخر دیوید.اِ.راسل «جوی» (Joy) باشد. فیلمساز صاحب سبکی که سه فیلم قبلی‌اش («مشت زن»، «دفترچه امیدبخش» و «کلاهبرداری آمریکایی») جزو نامزدهای بهترین فیلم سال بوده‌اند. این سومین فیلمی است که راسل با بازیگر برنده اسکار جنیفر لارنس همکاری کرده است. «جوی» قصه چند دهه از زندگی زنی مبتکر است.

فیلم پُر سروصدای بعدی دلهره‌ای مربوط به قاچاق موادمخدر به اسم «سیکاریو» (Sicario) به معنای «آدمکش مزدور»، است ساخته دنیس ولینو- که فیلم جذاب «زندانیان» را کارگردانی کرده بود- بر مبنای ماجرای یک مأمور اف بی آی (امیلی بلانت) که درگیر دو قاچاقچی (بنیسیو دل تورو و جاش برولین) است.

به لیست بهترین‌های امسال باید تازه‌ترین فیلم الخاندرو ایناریتو «خونخواهی» (The Revenant) را افزود. که در آن لیوناردو دی کاپریو به نقش شکارچی «هیوگلاس» در قرن ۱۹ ظاهر می‌شود. ایناریتو که در اسکارهای ۲۰۱۵ موفق شد برای فیلم «مرد پرنده» بهترین کارگردان شناخته شود، این بار هم اثری با تکنیک خارق العاده ساخته است.

هم چنین در بین آثار قابل توجه بایستی از آخرین فیلم کوئنتین تارانتینو «هشت نفرت انگیز» (The Hateful Eight) نام برد. وسترنی درباره هفت مرد خشمگین (از جمله ساموئل ال جکسن، کرت راسل و تیم راث) که در اتاقی گرفتار یک زن یاغی (جنیفر جیسن لی) شده‌اند و باید انتظار بکشند کدام یک موفق می‌شوند زنده بیرون بیایند.

در همین مایه‌های خشونتی درباره زندگی دوگانه یک مأمور اف بی آی و یک آدمکش «وایتی بولجر»- که نقش او به وسیله جانی دپ بازی می‌شود- موسوم به «جرم سیاه» (Black Mass) به یقین توجه‌ها را به خود معطوف خواهد کرد. اگر فیلم‌های لبریز از خون و گلوله را نادیده بگیریم، به آثار هوشمندانه هم می‌توان برخورد. مثلاً دنی بویل (سازنده «زاغه نشین میلیونر») با بهره‌گیری از بازیگر مایکل فاسبندر به قالب پدید آورنده «اپل» یعنی «استیو جابز» می‌رود. همین طور استیون اسپیلبرگ با تام هنکس سراغ ماجراهای جاسوسی جنگ سرد می‌رود با فیلمی به نام «پل جاسوسان». و ریدلی اسکات می‌خواهد با فیلم تخیلی‌اش «مریخی» مت دیمن را از آن سیاره نجات دهد. به هر حال تا این جای سال تنوع زیادی در بین فیلم‌ها دیده می‌شود با داستان‌هایی عاشقانه با نیروی قدرتمند ذهن بشر و قدرت تخریب خشونت... و فیلم‌های دیگری که در فصل پاییز و زمستان بر پرده‌ها خواهد نشست.

نگاهی متفاوت به فیلم «دیکتاتور بزرگ»

چاپلیـــن و هیتلر، تجسم خیر و شر

«دیکتاتور بزرگ» که یکی از مهم‌ترین فیلم‌های تاریخ سینماست و برخی منتقدان آن را بهترین کار چارلی چاپلین می‌دانند، با حاشیه‌های زیادی تولید شد. فیلم ۷۵ سال پیش روی پرده سینماها آمد.فیلم «دیکتاتور بزرگ» نامی دوپهلو برای داستانی ساده و خنده‌دار است: یک آرایشگر فقیر یهودی به خاطر قیافه ظاهری با مقتدرترین دیکتاتور زمان عوضی گرفته می‌شود. نام فیلم از این نظر دوپهلو است که نشان می‌دهد، شخصی که «دیکتاتور بزرگ» است جز انسانی کوچک و حقیر نیست.

نکته دیگر فیلم تشابه ظاهری چارلی چاپلین با آدولف هیتلر است، اما این تنها نکته مشترک میان منفورترین دیکتاتور زمان و محبوب‌ترین هنرمند جهان نیست. چارلز یا چارلی ۱۶ آوریل ۱۸۸۹ در لندن به دنیا آمد و آدولف هیتلر تنها ۴ روز بعد در براوناو. هردو کودکی سختی داشتند و با فقر و محنت بزرگ شدند.

چاپلین در اوایل دهه ۱۹۲۰ معروف‌ترین تیپ تاریخ سینما را خلق کرد.مردی نحیف با شلوار گشاد، کفش‌های فراخ، کلاه گرد، عصا و البته یک سبیل پرپشت، اما باریک. گفته‌اند هیتلر به تقلید از چارلی، یعنی محبوب‌ترین هنرپیشه زمان بود که سبیل گذاشت. مجله بریتانیایی سپکتاتور در سال ۱۹۳۹ در گزارشی به مناسبت۵۰ سالگی دو مرد نامدار نوشت: این دو مرد به شدت به هم شبیه هستند، اما یکی خود را در اختیار خیر قرار داده و دیگری در اختیار شر.

از مدت ها پیش همه می‌دانستند که چاپلین قصد دارد در فیلمی کمدی آدولف هیتلر، پیشوای رایش سوم، را ریشخند کند، اما با شهرت هیتلر به بیرحمی و خشونت، همه این را کاری خطرناک می‌دانستند. چاپلین سبک و سیاق فیلم خود را کاملا مخفی نگه داشته بود تا هیجان افکار عمومی را بالا برد. با وجود این نازی‌ها از طریق جاسوسان خود در هالیوود از درونمایه فیلم خبر داشتند و می‌دانستند که قرار است تابلویی مضحکه‌آمیز از رهبر آنها باشد. آنها از چاپلین چیز مثبتی انتظار نداشتند، چارلی چاپلین در سراسر جهان هنرمندی چپ و با اعتقادات دموکراتیک شناخته می‌شد.

نازی‌ها از چاپلین متنفر بودند و به تبار یهودی او دشنام می‌دادند. سال ۱۹۳۱ هنگام دیدار چاپلین از آلمان کارزاری تبلیغاتی علیه او به راه انداختند که به خاطر محبوبیت بالای چاپلین به جایی نرسید.

نازی‌ها پس از آنکه سال ۱۹۳۳ در آلمان به قدرت رسیدند، نمایش تمام کارهای چاپلین را قدغن کردند. چاپلین در تمام کارهای خود اقتدارهای اخلاقی و فرهنگی را دست انداخته است. اساسا طنز چاپلین تا حد زیادی از تمسخر و هجو اقتدارها سرچشمه می‌گیرد. او در فیلم‌های بیشماری برتری یک دلقک یا «ولگرد آسمان جل»را بر افراد زورمند و مقتدر نشان می‌دهد.مؤرخان سینما گفته‌اند این خود رژیم نازی بود که خصومت و عداوت با چاپلین را شروع کرد. آنها نه تنها فیلم‌های او را ممنوع کردند، بلکه در مطبوعات خود به او دشنام می‌دادند. ایور مونتاگ، منتقد و فیلمساز چپگرای بریتانیایی (۱۹۰۴ - ۱۹۸۴) که با چاپلین دوستی داشت، پس از سفری به برلین، به چاپلین اطلاع داد که در نشریات نازی از او به نام یهودی کثیف نام می‌برند. امروز روشن شده است که چاپلین هیچ نسبتی با یهودیان نداشت و تنها از روی نوع‌دوستی از حقوق آنها دفاع می‌کرد.

چاپلین از سال ۱۹۳۸ ایده «دیکتاتور بزرگ» را در سر می‌پخت ،اما در هالیوود اراده‌ای برای تولید آن وجود نداشت. او پس از شکست مذاکراتش با یونایتد آرتیست بر آن شده بود که برای آزادی کامل در خلق و بیان، فیلم را خود تهیه کند.

نازی‌ها از همه سو علیه او به تکاپو افتادند تا فیلم ساخته نشود. آنها پیش تر هم موفق شده بودند از تولید چندین فیلم ضدنازی جلوگیری کنند. دولت امریکا نیز که هنوز به دنبال درگیری مستقیم با آلمان نازی نبود، به تولید چنین فیلمی علاقه‌مند نبود.

اسناد نویافته نشان می‌دهد وزارت تبلیغات نازی از کنسول عالی آلمان در لوس‌آنجلس خواسته بود با تمام امکانات جلو تولید و پخش فیلم چاپلین را بگیرد. کنسول در نامه‌ای به اداره نظارت بر فیلم هشدار داده بود که فیلم چاپلین پیامدهایی سنگین خواهد داشت. افزون بر این انجمن دوستی آلمان و امریکا که به رژیم نازی وابسته بود، به مقامات امریکایی نسبت به خطرات فیلم چاپلین هشدار می‌داد.

واقعیت تلخی که از اسناد تازه برمی‌آید این است که تنها نازی‌ها با تولید و نمایش فیلم چاپلین مخالف نبودند. در میان دولت‌های غربی نیز این بیم و هراس وجود داشت که فیلم چاپلین خشم و غضب هیتلر را برانگیزد و به وخامت بیشتر اوضاع منجر شود. غرب هنوز در این خیال بود که در سازش و مماشات با رژیم هیتلر می‌توان از بروز جنگ جهانی جلوگیری کرد. بنا به یک سند محرمانه مقامات بریتانیایی به امریکا هشدار داده‌اند: حمله هجوآمیز به یک زمامدار اروپایی می‌تواند عواقب وخیمی داشته باشد.در پایان سال ۱۹۳۸ فشارها چنان بالا گرفته بود که چاپلین پروژه تولید فیلم را تقریبا کنار گذاشته بود، اما با پشتیبانی فرانکلین روزولت، رییس جمهور مترقی وقت، وضع تغییر کرد. گفته‌اند روزولت که خود از دوستداران چارلی بود به او پیغام داد که فیلم هجو یک دیکتاتور را حتما تولید کند.

سپتامبر ۱۹۳۹ تنها یک هفته پس از آغاز جنگ و در زمانی که هنوز ۹۵ درصد امریکایی‌ها با دخالت کشورشان در جنگ مخالف بودند، فیلمبرداری «دیکتاتور بزرگ» شروع شد.فیلم «دیکتاتور بزرگ» در ۱۶ نوامبر ۱۹۴۰ در نیویورک به روی اکران رفت و با استقبالی پرشور روبرو شد. فیلم در سراسر جهان موفقیت بزرگی کسب کرد، اما برخی از کشورهای دیکتاتوری، مانند ایتالیای موسولینی و اسپانیای ژنرال فرانکو، نمایش آن را ممنوع کردند.

در میان فیلم‌های بی‌شماری که رهبران مقتدر را ریشخند و قدرت آنها را هجو کرده‌اند، تنها فیلم‌های اندکی این درایت و تیزهوشی را داشته‌اند که اقتدار قلابی و ابتذال عمیق شخصیت آنها را به نمایش بگذارند.

آدنوید هینکل (آدولف هیتلر) رهبر تومانیا و بنزینو ناپالونی (بنیتو موسولینی) رهبر باکتریا دو رهبری هستند که قصد دارند دنیا را میان خود تقسیم کنند.

فیلم از تمام نمادها، الگوها و بن‌مایه‌های سیاسی برای معرفی نظامی اختناق‌آمیز استفاده کرده، فرومایگی و ضعف شخصیت دو رهبر را زیر پوشش خشونت و ددمنشی آنها به خوبی نشان داده و در همان حال تصاویر مؤثری از مصیبت‌ها و مقاومت‌های مردم زیر ستم ارائه داده است.

منبع:سایت دویچه وله

The Translation House
Reg no. 7381935

خانه ترجمه (لندن)

ترجمه و ویرایش کلیه مدارک، کتب، مقالات، پایان نامه
ترجمه شفاهی در محل یا تلفنی
(کلیه زبانها منجمله انگلیسی، فارسی، دری، پشتو)
مطمئن، سریع و با هزینه ای عادلانه

آیا برای ترجمه مدارک خود با مشکل مواجه شده اید؟
مدارک خود (صورتحساب بانکی، شکایت نامه، دادخواه، وصیت نامه، گواهی ازدواج و طلاق، گواهی فوت، گواهی انحصار ورثه، دیپلم، ریز نمرات مدرسه و دانشگاه، سند مالکیت، سند خانه و..) را برای ترجمه به ما بسپارید.
"خانه ترجمه" برای تسهیل کار شما مشتریان عزیز از طریق ایمیل،
فاکس و پست خدمات ترجمه ارائه می کند و نیازی به حضور در محل نیست.
دکترمریم تقوی - دارای دکترای ترجمه از دانشگاه سالفورد انگلستان
مراجعه حضوری : 203A Uxbridge Road, W13 9AA
Office hours: 9/30am -2/30pm, Monday to friday
(All languages inc. Persian, English, Dari, Pashtu)
Mob: 07828-889395 - Tel: 02085679403
ایمیل: info@translation-house.com وب سایت: www.translation-house.net

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

موسیقی

دوتار جان

نوشته: سیما توحدی

خشک سیمی ، خشک چوبی ، خشک پوست
از کجا می اید این آوای دوست؟
گر زسیم است این صدای نازنین
خود چگونه میزند هیهای دوست؟

زمین این گهواره باشکوه و استوار از دیر باز خواستگاه هزاران شور و شوق ، امید و آرزو ، حسرت و اندوه و غمهای بی شماری بوده است.

حسین محمد زاده نوازنده دوتار – عکس: محمودی احمدی

این احساسات رنگین بشری هماره میهمان عزیز سازها و ترانه ها شده اند و زیباترین و باشکوه ترین نواها را شکل داده اند. هر جا زندگی بوده ، ساز با حضوری چشمگیر خود نمایی کرده است. هر جا اندیشه و هنری بوده ، موسیقی مثل چشمه ای زلال جاری شده و روح تشنه باورهای ملتی را سیراب کرده است.

یکی از مناطق مهم از لحاظ غنای موسیقی فولکولور خطه خراسان است که نوای جادویی دوتار را در گوشه گوشه آن از شمال تا جنوب از شرق تا غرب میتوان شنید. ساز دوتار تداعی گر لحظه های تلخ و شیرین مردم خراسان است. دوتار یادآور حماسه ها ، دلاوریها ، اعتقادات ، خاطرات و باورهای این مردم سرافراز و نجیب است که آمال و آرزوهای آنان را به شیرینی روایت می کند.

دوتارسازی مقامی است که با مضراب نواخته نمیشود بلکه با ناخن به آن زخمه میزنند. این ساز خوش آهنگ پیشینه ای چند هزاران ساله دارد که بیشتر در خراسان ، برخی نواحی ترکمن نشین و گاهی در مازندران با اندکی تغییر در شکل و نحوه نوازندگی دیده میشود. امروزه حوزه‌های نواختن دوتار عبارتند از: شمال خراسان در شهرهای بجنورد، اسفراین، شیروان، درگز و قوچان ، در جنوب و شرق خراسان در شهرهای بیرجند، قائنات، تربت جام،تایباد ، گناباد ، کاشمر، خواف و سرخس ، در نواحی ترکمن‌نشین استان گلستان و علی آباد کتول همچنین برخی مناطق استان مازندران. دوتار دارای کاسه ای گلابی شکل ، دسته ای بلند ، دو رشته سیم و یازده پرده است . قسمت گلابی شکل از چوب درخت توت و دسته آن از چوب درخت زردآلو یا گردو ساخته میشود که در مقابل رطوبت مقاوم تر است و کمتر کج میشود. در گذشته به آن تاری که از نخ ابریشم به دست می‌آید وصل می‌شده است . مرحوم اولیاقلی ترکمن در جشن طوس سال ۱۳۵۳ دوتاری مینواخت که سیمهایش از جنس ابریشم بود.

دوتار در خراسان دارای دو کوک است. کوک چهارم را کوک نوایی و کوک پنجم را کوک ترکی و کردی می نامند که بسته به نوع کوک ، آهنگهای متفاوتی اجرا میشود. از زمان پیدایش دوتار ماخذی در دسترس نیست. اما در کتابهای تاریخی و سفرنامه های قدیمی از دوتار یاد شده است . فارابی در کتاب (موسیقی الکبیر) از سازی با مشخصات دوتار به عنوان تنبور خراسان نام برده است. در حجاری های به جا مانده از اشکانیان نقش تنبور دیده میشود و از آنجا که اشکانیان خراسانی بوده اند میتواند مدرکی باشد بر وجود دوتار یا تنبور خراسانی در زمان اشکانیان.

روایت های افسانه ای ، عاشقانه و حماسی در فرهنگ خراسان همیشه با همنوازی دوتار همراه بوده است. به کسانی که داستان ها و روایت های کهن این سرزمین را همراه دوتار اجرا میکنند ، بخشی می گویند. بخشی کسی است که خداوند به او بخششی یا موهبتی عطا فرموده و او را فردی استثنائی کرده است . بخشی باید بتواند بخواند، بنوازد، شعر بگوید و داستان بسراید

مهمترین وظیفه بخشی ها انتقال روایت و داستان های پند آمیز گذشتگان به نسل های بعدی بوده است. از میان این داستانها میتوان به غریب و شاه صنم ، لیلی و مجنون در میان ترک ها والله مزار، جعفر قلی و له یاره در میان کردهای شمال خراسان اشاره کرد.

اساتید برجسته ای چون اولیا قلی ترکمن ، رحیم خان بخشی ،حاج حسین یگانه ، حاج قربان سلیمانی ، غلامرضا پور عطایی و ابو الفضل اوغازی گرچه اینک در بین ما نیستند اما سالها پیش با حضور در جشنواره های متعدد بین المللی نوای شیرین دوتار را در سراسر دنیا طنین انداز کرده اند و این ساز دل انگیز رابه مردم سراسر جهان شناسانده اند.

\

خوشبختانه این روزها هنر دوستان فراوانی به یادگیری این ساز به جا مانده از نیاکان علاقه نشان میدهند و تلاش می کنند تا صدای زیبای دوتار همواره پر طنین و دل انگیز به گوش برسد. در مشهد استاد محمد یگانه فرزند بخشی حاج حسین یگانه سالهاست که دوتار میسازد و به آموزش شاگردانش می پردازد. در تهران یلدا عباسی که از شاگردان استاد مجید احمدی و رمضان بردری است ، ساز دوتار شمال خراسان ، آوازهای محلی و مقام های کرمانجی تدریس می کند و در تایباد سلمان سلیمانی شاگرد استاد نظر محمد سلیمانی به آموزش دوتار شرق خراسان مشغول است.

آیا خبر ممنوع‌الکاری ۲۴ خواننده محبوب ایرانی صحت دارد؟

شوک جامعه موسیقی

همایون شجریان، رضا صادقی، فرزاد فرزین و ۲۱ هنرمند دیگر احتمالا ممنوع‌الکار می‌شوند» این تیتر خبری بود که به فاصله چند ساعت از انتشار، حجم بسیار بزرگی از کاربران فضای مجازی را یک تنه به واکنش‌های شدید وادار کرد و باعث شد تا جامعه موسیقی به یکباره شوک زده شود.

داستان از این قرار بود که یک سایت خبری، مدعی شد که به واسطه نامه‌ای که در اختیار برخی خواننده‌ها قرار گرفته است، همکاری با سایت «رادیو جوان» که یکی از سایت‌های فعال موسیقی در خارج از کشور است، پخش کلیپ در شبکه‌های ماهواره‌ای، برخی تخلفات در کنسرت‌های خارج از کشور و... از جمله دلایل ممنوع‌الکاری تعدادی از خوانندگان ایرانی عنوان شده است.اما انتشار این خبر گمانه‌زنی‌ها درباره علت لغو برخی کنسرت‌های موسیقی را تشدید کرد تا بسیاری از فعالان حوزه موسیقی و رسانه‌ها اظهار کنند که ممنوع‌الکاری برخی خوانندگان علت اصلی لغو کنسرت آنها از ابتدای سال جاری بوده است.

در واقع انتشار این خبر «تاریکخانه» علت‌یابی لغو کنسرت‌ها را برای برخی کارشناسان و مخاطبان موسیقی روشن کرد، اما جالب آنجا است که صحت وسقم خود این خبر تاکنون در هاله‌ای از ابهام است و افزون بر این محرز است که برخی از خوانندگان نام برده شده در این فهرست در ۶ ماه گذشته در کشور کنسرت برگزار کرده‌اند.به هر حال خبر یاد شده درباره ممنوع‌الکاری خوانندگان به همین چند سطر خلاصه نشد و در ادامه فهرست خوانندگانی که مشمول این ممنوعیت شده‌اند را با اعلام علت ممنوع‌الکاری منتشر کرد. براساس این ادعا به گزارش ایسنا فرزاد فرزین، سیروان و زانیار خسروی، رضا صادقی، سعید مدرس، مهدی مدرس، شهرام شکوهی و محسن چاوشی به علت انتشار آثار در سایت «رادیو جوان» یا پخش ویدئو کلیپ‌هایشان در شبکه‌های ماهواره‌ای یا به اتهام هر دو این موارد ممنوع‌الکار شده‌اند. همچنین محسن یگانه به علت آنچه «برخی تخلف‌ها در کنسرت کانادا» اعلام شده است، ممنوع‌الکار شده و افزون بر این اسامی افرادی چون احسان خواجه امیری، علی لهراسبی، گروه چارتار، همایون شجریان، حافظ ناظری و... از دیگر چهره‌هایی هستند که ممنوع‌الکار شده‌اند اما هنوز علت روشنی برای ممنوع‌الکاری آنها اعلام نشده است.این خبر در پایان یادآور شده است که لغو شدن برخی کنسرت‌های تهران و شهرستان این خواننده‌ها در هفته‌های گذشته نیز به دلیل همین ممنوع‌الکاری بوده که به‌صورت مکتوب به آنها ابلاغ شده است و در آن زمان هرگز رسانه‌ای نشد.

واکنش خوانندگان به انتشار غیرقانونی آثار

علی لهراسبی در گفت‌وگو با باشگاه خبرنگاران جوان درخصوص شایعات ممنوع‌الکار شدن خواننده‌هایی که آثارشان در این سایت پخش می‌شود، می‌گوید: «من هم خبرها را روی اینترنت دیدم اما واقعیت این است که اصلا نامه‌ای از وزارت ارشاد یا سازمان رسمی دیگری مبنی بر ممنوع‌الکاری به دست من نرسیده است. ضمن اینکه اصلا من کلیپی نداشته‌ام که در شبکه‌های ماهواره‌ای پخش کنند. سایت رادیوجوان چند کار مرا منتشر کرده بود که وزارت ارشاد به ما گفت باید آنها را بردارند. من هم ایمیل زدم و از این سایت خواستم تا فایل‌های صوتی آثارم را بردارد. در واقع الان هیچ اثری از من روی این سایت نیست. به نظرم اصل خبر مشکل دارد و برای ایجاد یک نوع حساسیت منتشر شده و کذب است.»در همین راستا حافظ ناظری نیز در گفت‌وگویی که با «برنا» انجام داده، گفته است: منبع خبر ممنوع‌الکار شدن خود را نمی‌دانم، روحم هم از چنین مساله‌ای خبر ندارد، من عمل ناهنجاری مرتکب نشده‌ام که مورد بازخواست قرار بگیرم. وی در ادامه اضافه کرد: بدون اجازه و رضایتم بخشی از کلیپ هایم از شبکه‌های ماهواره‌ای پخش می‌شود، این مساله را دولت و مجموعه ذی‌صلاح آن یعنی وزارت ارشاد می‌دانند. آهنگساز آلبوم «ناگفته‌ها» اعلام کرد: بعید می‌دانم برای چنین مساله‌ای خواننده‌ها را ممنوع الفعالیت کنند، در ارتباط با خودم می‌توانم این نکته را اعلام کنم که هم در داخل و هم در خارج از کشور غریب هستیم، امیدوارم این مساله‌ای که مطرح شده، به هیچ عنوان رخ ندهد.

با آبونمان (اشتراک) هفته نامه پرشین، به گسترش فرهنگ و هنر ایرانی جدای از هرگونه گرایشهای سیاسی و مذهبی، کمکی وافر می کنید.

لطفا جهت دریافت فرم اشتراک با شماره ۰۷۸۱۱۰۰۰۴۵۵ تماس بگیرید

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

ما یار نداریم و غم یار نداریم

نوشته: سیما توحدی - عکس: محمود احمدی

سیما بینا اسمی آشناست شاید هم صدایی آشناست. صدایی که از بلندای قله های سرد و بلند شمال خراسان ، از دشت های وسیع و گرم جنوب خراسان ، از سینه مردمان صبور و خونگرم روستاهای زیبای ایرانمان بر میخیزد. صدایی که ترانه هایی محلی را فریاد می کند که ملتی در سرودنش نقش داشته اند ، ترانه هایی که بی پیرایه و ساده اند ، صمیمی و بی تکلفند ، سروده شده اند تا درد را همدمی باشند و غربت را ناله ای.

سیما بینا راوی یادگار نیاکان دیروز ماست که این ترانه ها را به زیبایی و شور انگیزی با صدای سازهای محلی در می آمیزد و به گوش جانمان می ریزد.

سیما از شهر خوسفِ ، توابع بیرجند در خراسان جنوبی و از دل خانواده‌ای اهل ذوق و هنر برآمده. پدرش از اهالی باذوق بیرجند بود. صدای خوشی داشت و آواز می‌خواند، شعر می‌گفت و تار هم می‌نواخت. پدر و مادرسیما به استعداد وی در زمینه هنر توجه کردند و او را در یادگیری موسیقی و آواز، تشویق و یاری رساندند و در اولین قدم به تهران مهاجرت نمودند . زمانی که به تهران نقل مکان کردند، پدرش او را به رادیو برد و به آقای داوود پیرنیا معرفی کرد

سیما کارش را از استودیو گلها و برنامه گلهای رنگارنگ و گلهای جاویدان که زیرنظر داوود پیرنیا تهیه می‌شد، شروع کرد.

وی آوازهای سنتی موسیقی ایرانی را همزمان از پدرش و هنرمندانی مانند استاد عبدالله‌خان دوامی، استاد زرین‌پنجه، استاد معروفی، استاد فرامرز پایور و موسیقیدانان دیگری یاد گرفت .. همنشینی با استادان موسیقی کلاسیک ایرانی باعث شد همزمان به آموختن موسیقی ردیف دستگاهی‌هم بپردازد و در فضای مِدزده آن روزهای موسیقی بتواند به امضایی مشخص برسد. او در عین حال پُلی شد برای پیوند موسیقی اصیل محلی با مردمی که در شهرهای در حال گسترش زندگی می‌کردند.

سیما بعد از سال۱۳۵۷ در کنار تدریس موسیقی کلاسیک ایرانی و آواز به تحقیق و جمع‌آوری ترانه‌های محلی ایرانی و بازنویسی آهنگ‌های مردمی و روستائی، به‌خصوص موسیقی‌های محلی زادگاهش، خراسان پرداخته‌است. او با سفر به دورافتاده‌ترین نقاط این ناحیه توانست مجموعه‌ای از ترانه‌ها و آهنگ‌های کمیاب و تقریبا فراموش‌شده را جمع‌آوری کند؛ موسیقی‌ای که توسط مردان و زنان قوم‌های مختلف و در حین کار روزانه و مراسم‌های آیینی شکل گرفته و زمزمه شده بود.

او مجموعه لالایی‌های ایران را در ادامه پژوهش‌ها و سفرهایش که برای موسیقی محلی به مناطق مختلف ایران داشته، از میان مردم شهر و روستاها جمع‌آوری کرده و با علاقه و پشتکار و سعی و تلاش، تمام آنها را با لحن و لهجه‌های مختلف تمرین و ضبط کرده است .

سیما بینا نخستین زنی است که پس از انقلاب ۱۳۵۷ کلاس تعلیم آواز دایر کرد. وی همچنین نخستین زنی بود که در تالار وحدت موفق به اجرای کنسرت شد. او از سال ۱۳۷۲ برای ارائهٍ گنجینهٍ یافته‌هایش در موسیقی محلی ایرانی به جشنواره‌های معتبر موسیقی در سراسر دنیا دعوت شده‌است و موسیقی مردمی ایران رابه گوش جهانیان رسانده‌است.

آلبوم هایی که تا کنون از سیما بینا وارد بازار شده شامل : همدل ، پریشان، شولا، نوایی، درنا، حنایی، بانو جان، زلفای یارم، موسیقی جنوب خراسان، آوای صحرایی۱ و ۲، لاله زار، یا مولا و...میباشند.

به همت آقای کیانی مدیر موسسه موسیقی نوا آرت، یک شنبه شب هجدهم اکتبر سالن سنت لوکس میزبان مشتاقانی بود که از دور و نزدیک گرد آمده بودند تا از نوای گرم و شیرین این بانو لذت ببرند.نوازنده های گروه عبارت بودند از: حسین محمد زاده(دوتار) امیر عباس زارع (سه تار) بابک ماسالی (دف) و خانمها معتمدی ، عمادیان ، موسی پور ، شایسته ، سلیمانی و خانباغی که بانو سیما بینا را در بخش هایی از آواز همراهی میکردند.

قسمت اول برنامه با موسیقی تربت جام و مقام اشتر خجو آغاز شد. دوتار نوازی استادانه آقای محمد زاده و نوای گرم و دل انگیز سیما گوش جان را نوازش میکرد و یاد سرزمین بیکران در دلهای مشتاق غوغایی به راه انداخته بود . مقام صیاد با شعری از حافظ شروع شد و در ادامه دو بیتی های محلی ، آهنگ دل شیدا ، الله مدد ، سرو خرامان و مقام کبک زری اجرا شد. تصنیف (ما یار نداریم) با شعری از مولانا جلال الدین رومی و ریتمی شاد و دلنشین ، حسن ختام قسمت اول برنامه بود.

ما یار نداریم و غم یار نداریم
ما یار به جز خالق غمخوار نداریم
ما مست صبوحیم ز میخانه توحید
حاجت به می و خانه خمار نداریم

پس از یک استراحت ۲۰ دقیقه ای گروه روی سن باز گشت تا با تصنیف دلستان برنامه آغاز شود. دو نوازی دوتار و سه تار در مایه شور، هنرمندی دو نوازنده جوان و خوش ذوق گروه را به خوبی نمایان میکرد. پس از این دو نوازی تصنیف (یار میگوید الله) که از سروده های پدر سیما بود فضایی شیرین و معنوی در سالن ایجاد کرد. آهنگ بعدی ، مقام معروف نوایی بود که شاید همه ما حداقل یک بار در طول زندگی خود ، شیرینی و زیبایی این آهنگ را در تار و پود جانمان حس کرده باشیم. ترانه نوایی یا به عبارتی "نهان خانه دل" بدون تردید یکی از شاخص ها و به تعبیری یک استاندارد در موسیقی سنتی و فلکلور فارسی است که اولین بار توسط استاد غلامعلی پورعطایی به این شکل و آهنگ متداول ،تکنوازی و اجرا شد. سیما این ترانه را به شیوه خاص خودش ، بسیار ماهرانه و دلنشین اجرا کرد تا یک بار دیگر نشان دهد با اینکه در سالهای آغازین دهه هفتم زندگیست اما هنوز صدایش از قدرت و توانایی های مطلوبی برخوردار است.

برنامه با آهنگ زیبای مجنون نبودم و تشویق بی وقفه حضار به پایان رسید تا شبی به یاد ماندنی در ذهن و خاطره تک تک افراد حاضر در سالن باقی بماند.

کدوم کوه و کمر بوی تو داره یار
کدوم ماه جلوه ی روی تو داره
همون ماهی که از قبله زند فریاد
نشون از داغ ابروی تو داره
مجنون نبودم مجنونم کردی
از شهر خودم بیرونم کردی یار

گوناگون

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

پزشک یا قاتل زنجیره‌ای؛ آنهایی که به بیماران رحم نمی‌کردند

پزشکان جهنمی!

یکی از مشهورترین قاتلین زنجیره‌ای ایالات متحده «هرمان وبستر ماجت» بود که اتفاقاً خودش هم یک پزشک بود. چند پزشک دیگر مشابه آقای ماجت در تاریخ وجود داشته‌اند که در ادامه با هشت مورد جذاب آن‌ها آشنا خواهیم شد. گفته می‌شود آقای هرمان وبستر ماجت مشهور به «اچ اچ هولمز» بین ۲۷ تا ۲۰۰ نفر را در «قلعه‌ی کشتار» خود کشته است. آقای هولمز خرج تحصیل خود را از همین راه درمی‌آورد. او اجساد افراد را به آزمایشگاه مدرسه پزشکی‌اش می‌برد و آن‌ها را کاملا تکه تکه می‌کرد. سپس ادعا می‌کرد که این افراد مرده‌اند و از بیمه خسارت می‌گرفت.

۱. هرمان وبستر ماجت مشهور به اچ اچ هولمز

اگر تمام جرم هولمز در همین حد بود، ما اصلا اشاره‌ای به او نمی‌کردیم. او در سال ۱۸۸۶ به شیکاگو رفت و ساختمان بزرگ سه طبقه‌ی خود را ساخت. آقای هولمز آن ساختمان را مطابق خواسته‌های شیطانی خود طراحی کرده بود. برای نمونه، آن ساختمان مجهز به درب‌های ورودی مخفی از بیرون ساختمان و چندین اتاق مخفی بود. ساختمانی که به قلعه‌ی قتل و کشتار مشهور شد.

از همه بدتر می‌توان به زیرزمین آن ساختمان اشاره کرد که مجهز به امکانات پزشکی، بشکه‌های پر از اسید، کوره‌های بزرگ و وسایل شکنجه بود. دکتر هولمز از اتاق خود به لوله‌های گاز کنترل کامل داشت تا از این طریق بتواند گاز را وارد اتاق مقتولین کرده و آن‌ها را پیش از هر کاری بی‌هوش کند.

او از چندین شرکت مختلف در ساخت خانه‌اش استفاده کرد تا هیچ یک از آن‌ها به قلعه کشتار او شک نکنند. بیشتر مقتولین وی کسانی بودند که به امید استخدام شدن به خانه او می‌رفتند. آن‌ها قراردادی می‌بستند و دکتر هولمز را به عنوان ذینفع خود معرفی می‌کردند.

دکتر هولمز در سال ۱۸۹۳، خانه خود را به هتل تبدیل کرد. اکثر مقتولین وی به دلیل خفگی جان می‌دادند که البته خوش شانس هم بودند، زیرا کسانی که از انتشار گاز جان سالم به در می‌بردند، باید شکنجه‌های دکتر هولمز را پیش از مرگ تحمل می‌کردند. او حتی با فروش اسکلت و اندام مقتولین به دانشکده‌های پزشکی، پول خوبی به جیب می‌زد.

او از شیکاگو رفت و چند سال بعد دستگیر شد. پلیس بعد از آن ماجراها به قلعه‌ی او رفت و با خانه‌ی وحشت واقعی روبه‌رو شد. آمار مقتولین او هیچگاه به طور مشخص معلوم نشد. دکتر هولمز به کشتن ۲۷ نفر اعتراف کرد، اما کارشناسان ۲۰۰ نفر را تخمین زدند. او در ۷ مه ۱۸۹۶ به دار آویخته شد.

۲. پزشکی که بیمارانش را به دارو معتاد می‌کرد

تجویز داروهای اعتیاد آور یکی از مشکلات همیشگی پزشکی بوده است. تعداد انگشت شماری از پزشکان نیز از این قضیه سو استفاده کرده‌اند، چرا که می‌دانند از این طریق می‌توانند پول دربیاورند.

«ملادن آنتولیک» یکی از آن پزشک‌ها بود. زمانی که او به مدیریت بخش مسئول تجویز نسخه‌های کوکائین، مورفین، اکسی‌کدون و مت‌آمفتامین درآمد، متوجه شد که چه مسئولیت خطیری به وی اهدا شده است؛ او اما از این مسئولیت سو استفاده کرد.

او انواع و اقسام داروهای اعتیاد آور را به پسران و دختران جوان تجویز می‌کرد و آن‌ها را معتاد می‌کرد. مدتی بعد حتی پای او به مهمانی‌ها باز شود و با فروش این داروها پول خوبی به جیب می‌زد. چند وقتی به همین منوال گذشت تا زمانی که فردی زیر آب او را زد. ماموران قضایی پس از بازجویی متوجه جرائم او شدند و آقای آنتولیک سرانجام در سال ۲۰۱۰ بازداشت شد. او به ۱۵۶ سال حبس محکوم شد که البته توانست آن را به چانه زنی فراوان به ۱۰ سال حبس تبدیل کند.

۳. تشخیص اشتباهی سرطان در ۵۵۰ بیمار

سرطان بیماری خطرناک و درمان آن بسیار هزینه‌بر است. دکتر فرید فاتا این را به خوبی می‌دانست. او به ۵۵۰ بیمار خود گفت که سرطان دارند، در حالی که بسیاری از آن‌ها هیچ مشکلی نداشتند. او برای درمان سرطان و شیمی درمانی از بیماران خود مبالغ هنگفتی را دریافت می‌کرد.

در نهایت او مجرم شناخته شد. دکتر فاتا با جعل بیماری سرطان، ۱۷٫۶ میلیون دلار از شرکت‌های بیمه و مراکز درمانی دریافت کرده بود. در حکم صادر شده برای وی ۴۵ سال حبس آمده که باید حداقل ۳۴ سال آن را در زندان سپری کند.

۴. پزشک یا قاتل زنجیره‌ایَ حرفه‌ای!

دکتر جوزف مایکل سوانگو از نظر علمی، شخصیتی کاملا قابل احترام است. او دانشجوی ممتازی دوران تحصیلیَ خود بود که از بورس‌های عالی نیز استفاده کرده بود. او اما یک قاتل زنجیره‌ای حرفه‌ای هم بود.

در دوران انترنیَ وی در دانشکده پزشکیَ دانشگاه اوهایو، پرستاران متوجه مورد عجیبی شدند: بیماران سالم به ناگهان از دنیا می‌رفتند. حتی یکی از پرستاران سر بزنگاه مچ او را گرفت. آقای سوانگو در حال تزریق به یکی از بیماران بود و آن بیمار مدتی بعد به شدت مریض شد. کارکنان بیمارستان این مسئله را به مدیریت اطلاع دادند، اما آن‌ها گفتند که آن پرستار احتمالا پارانویایی بوده است.

در سال ۱۹۸۵، دکتر سوانگو به دلیل ضرب و شتم با همکارانش بر سر خوراندن سم به آن‌ها به پنج سال حبس محکوم شد. اما این اتفاق پایانی بر جرائم او نبود. او با هویتی جدید به بیمارستانی دیگر رفت. یک بار دیگر، بیماران بر اثر دلایلی نامشخص جان دادند.

پلیس FBI بار دیگر به وی مظنون شد، اما او این بار از ایالات متحده فرار کرد. دکتر سوانگو به بیمارستانی در زیمباوه رفت و همان اتفاقات مرموز دوباره رخ داد. او آنجا هم دستگیر شد، که این بار به نامیبیا فرار کرد.

پای دکتر سوانگو به خاورمیانه هم باز شد. او تلاش کرد در بیمارستانی در عربستان سعودی کار کند که پلیس عربستان وی را دستگیر و به ایالات متحده تحویل داد. در نهایت نیز، سه حبس ابد برای او بریده شد. دکتر سوانگو حالا در زندانی در کلرادو است.

۵. تجاوز پزشک زنان به بیمارانش

دکتر چارلز موما به سبب شغلی که داشت، باید حواسش را بیشتر جمع می‌کرد. او چندین بار از موقعیت شغلی خود سو استفاده کرد که تجاوز سرآمد جرائم او است. دکتر موما البته چندین عمل غیرضروری را به برخی از بیماران خود توصیه می‌کرد تا از این طریق بتواند مقاصد شوم خود را عملی کند.

انواع و اقسام فسادهای اخلاقی در پرونده دکتر موما دیده می‌شود. او حتی بیماران خود را تهدید می‌کرد که اگر با وی همکاری نکنند، نسخه‌های مورد نیاز آن‌ها را نخواهد نوشت. یکی از بیماران شجاع دکتر موما فساد او را به پلیس گزارش داد، اما پلیس به خاطر اعتیاد آن زن نتوانست حرفش را باور کند. زمانی که یک بیمار دیگر همان موارد را به پلیس گزارش داد، آن‌ها پرونده دکتر موما را جدی‌تر پیگیر کردند. در نهایت تعداد بیماران به ۱۰۰ نفر رسید و دکتر چارلز نیز به ۲۰ سال حبس محکوم شد.

۶.زن ۴۶ ساله‌ی باردار و پزشکی که باور نمی‌کرد!

دوران یائسگی زنان پس از ۴۰ سالگی شروع می‌شود، اما این مسئله بدان معنا نیست که همه زنان توانایی باردار شدن خود را پس از چهل سالگی از دست می‌دهند. زنی ۴۶ ساله به نام آنیتا آرورا به پزشک خود مراجعه کرد و گفت: «پنج ماه از آخرین عادت ماهانه‌ام می‌گذر
دارم و وزنم نیز اضافه شده ا
گفت این موارد تاثیر دوران یائ
به دنیا آورده بود، بنابراین به
می‌فهمید. او چندین بار به پزش
شده است، اما پزشک با قطعیت
حتی یک بار به دلیل اصرار وی
گرفت. اما این بار هم آن پزشک
رحم او را نادیده بگیرد.
در دوران بارداری، او مجبور ب
غذایی کم چرب شد: هر دو مو
است. بارداری او سرانجام در
و نوزاد او در هفت ماهگی به
نمی‌گرفت، جنین به طور حتم

۷. پزشکی که به بیمارانش گر
لیندا برفیلد هازارد هیچ گاه
به دلیل مشکلات قوانین پزش
قرن بیست، موفق شد گواهینا
او این بود: «گرسنگی کشیدن

رژیم غذایی او گوجه فرنگی
در دراز مدت استفاده می‌شد
کشیدن درازمدت می‌تواند تما
اما متاسفانه چند تن از بیمارا
گرسنگیَ شدید جان دادند.
او اما در مراجع قضایی حاضر
کرد که ۴۰ بیمار دیگر در آن ج
او هنگام جان دادن تنها ۲۷ کیل
حتی از بیمارانش دزدی هم می
در سال ۱۹۱۱ میلادی، او سرا
برای او صادر شد. خانم هازا
گفت: «آن‌ها چشم دیدن یک پز
حتی زیر چوبه دار هم جان ن
گردنم خیلی قوی است.»
البته کار او هیچگاه به اعدام
قتل‌های او غیر عمد تشخیص د
هازارد به ۲۰ سال حبس محکو
سال حبس بخشیده شد. این با
سلامتی» تاسیس کرد. خانم ه
را خودش انجام می‌داد تا از پ
مرکز در نهایت در سال ۱۹۳۵ ب
سه سال پس از آن ماجرا، خو
شد که برای درمان آن سعی ک
«گرسنگی درمانی» را امتحان
روش درمان جان داد.

۸. پزشک زنان و مشروبات الک
«کریستوفر دریسکیل» را م
نامید! او جراح زنان و زایما
می‌کرد. آقای دریسکیل همیشه
می‌داشت. او با حالتی کاملا م
بیماران خود رابطه جنسی برق
او حتی قرار بیماران خود را
نمونه، یکی از بیماران باردار
اما آقای دریسکیل به دلیل عیاش

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

آزار جنسی گسترده زنان در بنیادهای خیریه

روزنامه گاردین گزارشی از خشونت جنسی پنهان و تجاوز در سازمان‌هایی که فعالیت‌های بشردوستانه انجام می‌دهند منتشر کرده است. به نوشته گاردین زنانی که این آزارها را علنی گزارش می‌دهند برچسب "فمینیست دردسرساز" می‌خورند.

به گزارش دویچه وله، روزنامه انگلیسی گاردین روز دوشنبه ۱۹ اکتبر (۲۷ مهر) گزارشی منتشر کرده که نشان می‌دهد زنان شاغل در سازمان‌های امدادرسان بین‌المللی به طور گسترده ولی پنهان مورد اذیت و آزار جنسی قرار می‌گیرند.

این گزارش تاکید کرده که در بیشتر موارد این اذیت و آزارها علنی نشده و پیگیری هم نمی‌شود و به اصطلاح "گرد وخاکی است که با جارو زیر فرش پنهان می‌شود".

زنانی که در این گزارش با آنان گفت‌وگو شده به گاردین گفته‌اند که آزار جنسی زنان در بزرگترین سازمان‌های غیردولتی و موسسات وابسته به سازمان ملل تا خیریه‌های کوچک رواج دارد و در هیچیک از این موسسات حمایتی از این زنان و یا اقدامی برای پیشگیری از این گونه آزارها صورت نمی‌گیرد.

به گفته مصاحبه‌شوندگان، زنانی که خشونت‌های جنسی علیه خود را در این سازمان‌ها علنی می‌کنند اغلب مارک "زنان دردسرساز" می‌خورند. یکی از این زنان به "گاردین" گفته که پس از آنکه توسط یکی از همکارانش در یک سازمان غیردولتی محلی در سودان جنوبی مورد تجاوز قرار گرفت و این موضوع را فاش کرد، از کار اخراج شد.

این زن آمریکایی که برای موسسه کارتر، ثبت شده در آتلانتا کار می‌کرده گفته است که پس از اعلام تجاوز، هیچ گونه کمک فکری یا پزشکی به او نشد و حتی از او نپرسیدند که اصلا به کمک نیاز دارد یا نه.

پس از آنکه او اعتراضاتش را نسبت به بی‌توجهی‌های موسسه محل کارش درباره موضوع تجاوز ادامه داد، از کار اخراج شده است.

موسسه کارتر اما در واکنش به این سخنان به "گاردین" گفته که زن یادشده هم کمک‌های پزشکی دریافت کرده و هم برای گرفتن کمک‌های مشاوره‌ای ترغیب شده اما درباره علت اخراج او چیزی نگفته است.

تنها یک درصد خشونت‌های جنسی گزارش می‌شوند

اخیرا انستیتوی هدینگتون در کالیفرنیا که کمک‌های روانپزشکی برای امدادرسانان را سازماندهی می‌کند به تحقیق درباره موضوع خشونت جنسی در سازمان‌های کمک‌رسان پرداخته است. آلیسیا جونز معاون این موسسه به گاردین گفته: «این موضوع در ابعاد بزرگی پنهان نگاه داشته شده است. تاکنون هیچ تحقیق دقیقی در این باره صورت نگرفته است. در داخل بیشتر سازمان‌ها زمزمه‌هایی در این مورد شنیده می‌شود اما قربانیان به دلایل گوناگون از علنی کردن این موضوع پرهیز می‌کنند.»

به گفته او در خوش‌بینانه‌ترین حالت تنها یک درصد از این خشونت‌ها گزارش می‌شوند.

کریستینا وایل، که در ایجاد امنیت انسانی در محیط‌های کاری تخصص دارد، می‌گوید: «متاسفانه هیچ آمار طبقه‌بندی‌شده و دقیقی از خشونت جنسی وجود ندارد. این گونه خشونت‌ها اغلب بسیار به ندرت و تنها از طریق بخش تدابیر امنیتی بشردوستانه و به صورت اتفاقی گزارش می‌شوند.»

به گفته این کارشناس، اطلاعات درباره نوع این خشونت‌ها و موقعیت و مکانی که این خشونت‌ها در آنها اتفاق افتاده می‌توانند بسیار مفید باشند و موضوع را تا حدی روشن کنند؛ موضوعی که به گفته او تا کنون "تنها به زیر فرش جارو شده است".

"ترس" مهمترین دلیل سکوت

در هفته‌های گذشته "پروژه بین‌المللی حقوق زنان" (IWRP) در کانادا سعی کرده آمار خشونت‌های جنسی در میان کسانی را که فعالیت‌های بشردوستانه انجام می‌دهند، مشخص کند.

سازمان مزبور از بیش از هزار نفر که بیشتر آنها زن هستند دعوت کرده است که تجربیات خود از خشونت جنسی در میان سازمان‌های بشردوستانه را در اختیار این نهاد بشردوستانه قرار دهند. بسیاری از این افراد ابتدا شروع به بازگویی تجربیات خود در این زمینه کرده‌اند اما پس از مدتی از ادامه این افشارگری خودداری ورزیده‌اند.

به نظر کارشناسان این سازمان، ترس عامل اصلی این خودداری است. مگان نوبرت یکی از قربانیان تجاوز جنسی که برای یک موسسه امدادرسان وابسته به سازمان ملل در سودان جنوبی کار می‌کرد، چندی پیش این موضوع را علنی کرد. او فاش کرد که به او مواد اعتیادآور خورانده شده و سپس به او تجاوز شده است.

او می‌گوید کسانی که مورد خشونت جنسی قرار می‌گیرند از گزارش کردن این خشونت پرهیز می‌کنند چرا که در نبود حمایت‌های درون سازمانی از عواقب این بازگویی واهمه دارند.

به گفته نوبرت چیزی که در سازمان‌های کمکرسان به این افراد دیکته می‌شود این است: «ساکت بمانید، این مسئله‌ای است که باید آن را بپذیرید حتی اگر این کار را همکارتان انجام داده باشد.»

به گفته نوبرت فعالیت‌های بشردوستانه در حال حاضر یک دنیای کاملا مردانه و مردسالار است. اکثریت کسانی که در این گونه سازمان‌ها کار می‌کنند مردان هستند.

به گفته او ضرورت دارد که این سازمان‌ها قبل از هرچیز این واقعیت را بپذیرند که خشونت جنسی در این موسسات وجود دارد. این اولین قدم برای شکستن تابوی این موضوع است و تنها پس از این مرحله است که می‌توان درباره این مشکل صحبت کرد.

کمیته نجات بین‌المللی؛ یک کلوب مردانه

یک منبع آگاه که در کمیته نجات بین‌المللی IRC کار می‌کند به گاردین گفته است در این موسسه که از سوی دیوید میلی‌بند، وزیر امور خارجه پیشین بریتانیا اداره می‌شود، انتظاری که از قربانیان خشونت جنسی و حتی تجاوز وجود دارد این است که اگر در جریان ماموریت در یک کشور دیگر مورد تجاوز قرار گرفتند، این موضوع را به سازمان خود اطلاع ندهند. به گفته این فرد کسانی که موارد آزار و خشونت جنسی را علنی می‌کنند با برچسب "فمینیست دردسرساز" روبرو می‌شوند.

این زن به گاردین گفته: «جایی که ما کار می‌کنیم یک کلوب مردانه است و قواعد این گونه مکان‌ها در آنجا حکمفرماست. شغل ما رابطه مستقیمی با آبرو و خوشنامی ما دارد. این اعتقاد در میان بیشتر مردم رواج دارد که کسانی که مشغول فعالیت‌های بشردوستانه هستند با حضور در میدان جنگ و درگیری عملی قهرمانانه انجام می‌دهند، واقعیت اما این است که خطری که ما را از سوی مردان دور وبرمان تهدید می‌کند به مراتب بیشتر از حضور در محیط‌های جنگ‌زده است».

یک سخنگوی کمیته بین‌المللی نجات IRC در پاسخ به این سخنان گفته که این نهاد هرگونه ادعای اعضایش را مبنی بر سوءرفتار کاملا جدی می‌گیرد و در جریان رسیدگی به ادعاهای مطرح‌شده هویت کارمندانش را فاش نمی‌کند و هرگونه اطلاعاتی در این زمینه را سری قلمداد می‌کند.

این فرد گفته کمیته بین‌المللی نجات این اطمینان را به کارمندانش داده که همیشه در کنار آنهاست و هر گزارش درباره سوءرفتار را ضبط کرده و در سیستم آرشیو این سازمان نگهداری می‌کند.

اکثر کسانی که در این باره با گاردین گفت‌وگو کرده‌اند بر این نظرند که سازمان‌های امدادرسان باید فضای داخلی خود را تغییر داده و با حفظ منزلت انسانی قربانیان خشونت جنسی به آنها این امکان را بدهند که تجربیاتشان را در این مورد به راحتی بیان کنند و این اطمینان را داشته باشند که مورد حمایت سازمان‌های مربوطه قرار می‌گیرند.

د. در ناحیه شکم درد فراوانی
ست.» پزشک او در اوج خباثت
سگی است. او قبلا دو فرزند را
خوبی معنای بچه دار شدن را
شکش اطلاع داد که شاید باردار
تمام این موضوع را رد می‌کرد.
، پزشک از او آزمایش فراصوت
ک تصمیم گرفت تا بچه‌ی داخل

ه استفاده از ایبوپروفن و رژیم
رد برای کودک و مادر خطرناک
هفت ماهگی تشخیص داده شد
ه دنیا آمد. اگر این کار صورت
می‌مرد.

سنگی می‌داد
به دانشکده پزشکی نرفت، اما
کی واشنگتن در دهه نخست
امه پزشکی دریافت کند. شعار
تمام بیماری‌ها را دوا می‌کند.»

و سوپ مارچوبه بود که باید
د. او معتقد بود که گرسنگی
م سموم را از بدن خارج کند.
ش در حین مراقبت وی از روی

نشد و کلینیکی دیگر را تاسیس
ان دادند. برخی از بیماران بالغ
وگرم وزن داشتند. خانم هازارد
کرد.
نجام دستگیر شد و حکم اعدام
رد در آن زمان با ادعای فراوان
شک خانم موفق را ندارند... من
خواهم داد، چرا که ماهیچه‌های

رسید. مدتی بعد حکمی آمد که
داده شده بود. در آن حکم، خانم
م شده بود که آن هم پس از دو
ر مرکزی دیگر را با نام «مدرسه
ازارد حتی تمام کالبدشکافی‌ها
یگرد قانونی در امان بماند. آن
ا خاک یکسان شد.
د خانم هازارد به بیماری مبتلا
کرد روش درمانی خودش یعنی
کند. خانم هازارد بر اثر همین

لی
ی‌توان بدترین پزشک جهان
ن بود و در نیومکزیکو زندگی
مشروبات الکلی در مطبش نگه
ست نسخه می‌نوشت و حتی با
رار می‌کرد.
ا به سادگی لغو می‌کرد. برای
ش به زایمان فوری نیاز داشت،
ی به کمک بیمار خود نرفت.
منبع: Oddee

مشاغل

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

بازاریـــــابی مدرن مشاغل

مترجم: مریم رضایی

واضح است که اینترنت نحوه به اشتراک‌گذاری اطلاعات را به میزان قابل‌توجهی تغییر داده و تاثیر عمیقی بر شیوه‌های بازاریابی داشته است.
در چند سال گذشته، تحولات بیشتر به سمت تکنیک‌های «وارد شونده» بوده، در حالی که بسیاری از تاکتیک‌های «خارج شونده» کهنه و قدیمی شده‌اند (تکنیک بازاریابی وارد شونده به نوعی بازاریابی گفته می‌شود که مخاطب هدفی را در نظر می‌گیرد و با ارائه محتوای مفید، او را به جست‌وجوی اطلاعات در مورد خدمات یا محصول ارائه شده تحریک می‌کند. در مقابل، بازاریابی خارج شونده نوعی استراتژی است که در آن کسب‌وکار محصولات یا خدمات خود را با ارائه اطلاعات به مصرف‌کننده تبلیغ می‌کند، حتی اگر مصرف‌کننده به دنبال آن محصول یا خدمات نبوده باشد). به دلیل مزایای اضافه‌ای مانند برندسازی و رشد مخاطب که این تاکتیک‌ها را ارائه می‌کنند، بیشتر کسب‌وکارها به جای اینکه تبلیغات را وارد محتوای خارجی کنند، با انتشار محتوای خلاقانه به موفقیت می‌رسند. با در نظر داشتن این روند، می‌توان مهم‌ترین روش‌های بازاریابی آنلاین را پیش‌بینی کرد:

بازاریابی محتوا بیشتر از هر زمان دیگر
یکی از مهم‌ترین روش‌هایی که شرکت‌ها با استفاده از آن برای خود اعتبار ایجاد می‌کنند و اعتماد مشتری را جلب می‌کنند، ایجاد محتوای ارزشمند از طریق کانال‌های مختلف است. این امر اطلاعات صنعتی مناسب را دربر می‌گیرد که برای مخاطب سرگرمی یا راهکار ارائه می‌کند. انجام این کار به شرکت اجازه می‌دهد خود را به طور دائم با ویژگی‌های جمعیت‌شناسی سازگار و طرفداران وفاداری جذب کند. به گفته موسسه بازاریابی محتوا، بهترین استراتژی‌های بازاریابی محتوا در کسب‌وکارهای تجاری-تجاری عبارتند از: رسانه‌های اجتماعی، مقالاتی در مورد سایت کسب‌وکار، خبرنامه‌های الکترونیکی، موردکاوی‌ها، ویدئوها و مقالاتی در مورد وب‌سایت‌های دیگر. کسب‌وکارها با استفاده از یک یا چند کانال ذکر شده، می‌توانند اعتبار مثبتی در صنعت خود ایجاد کنند. این روند نشان می‌دهد بازاریابی از طریق تکنیک‌هایی مانند تبلیغات رادیو و تلویزیونی اثرگذاری خود را به تدریج از دست می‌دهد. در عوض، بهتر است با ایجاد محتوای ارزشمند و سرگرم‌کننده که برای مخاطبان خاص طراحی شده باشد، بر بازاریابی وارد شونده تمرکز کنیم.

بازاریابی با رسانه‌های اجتماعی نیازمند تنوع بیشتر
در چند سال گذشته، کسب‌وکارها برای اجرای کمپین‌های بازاریابی خود به شبکه‌های اجتماعی خاصی محدود بوده‌اند که مهم‌ترین آنها فیس‌بوک، LinkedIn و توییتر بوده است، اما اکنون به نظر می‌رسد سایت‌های اجتماعی مختلفی در حال ظهورند. درست است که برخی از این سایت‌ها هیچ گاه به موفقیت نمی‌رسند، اما برخی دیگر مانند Pinterest، گوگل پلاس، Tumblr و اینستاگرام به محبوبیت قابل‌توجهی دست یافته‌اند و گزینه‌های زیادی را در اختیار کسب‌وکارها قرار می‌دهند که به آنها کمک می‌کند محتواهای متنوع در اشکال مختلف رسانه‌ای ایجاد کنند.
در نتیجه، توسعه و آزمایش شبکه‌های مختلف هدف دستیابی به بیشترین مشتری، به امری عادی برای کسب‌وکارها تبدیل شده است. این تنوع‌سازی برای بسیاری از شرکت‌ها مثمرثمر است، چون باعث می‌شود مصرف‌کننده یک برند خاص را آسان‌تر بشناسد.

برتری محتوای تصویر-محور
از آنجایی که مصرف‌کنندگان امروزی با انبوهی از تبلیغات مواجه می‌شوند، ایجاد محتوایی که به آسانی و سریع قابل‌هضم باشد، بیش از پیش اهمیت می‌یابد. اگر به سایت‌های رسانه‌های اجتماعی نگاهی بیندازید، متوجه می‌شوید که از هر چهار سایت، سه سایت ویژگی مشترک دارند: تاکید بر تصاویر. موفقیت سریع سایت‌های Buzzfeed و Pinterest گواهی بر قدرت و قابلیت سرایت ویروسی محتواهای مبتنی بر تصویر است.
پست‌های موفقی هم که بیش از همه در سایت‌های اجتماعی به اشتراک گذاشته می‌شوند، یک ویژگی مشترک دارند: استفاده از عکس‌های مناسب برای تجزیه محتوا و تاکید بر نکاتی خاص. مورد دیگر اینفوگراف‌ها هستند که عکس‌های مختلف را با حجم اندکی از متن ترکیب می‌کنند تا در مورد موضوعی توضیح دهند و در واقع اطلاعات آماری از پژوهش‌های مختلف ارائه می‌کنند. البته در مورد اینکه محتواهای قدیمی متن‌محور به طور کامل از صحنه خارج شوند، تردید وجود دارد، اما کاملا مشخص است که تزریق تصویر به محتوا برای بازاریابی سودمندتر است.

اولویت با محتوای ساده و سبک
یک نکته قابل‌توجه تغییر رویه مسلم در اولویت‌های مصرف‌کننده و روی آوردن به پیام‌های بازاریابی ساده‌سازی شده، به جای پیام‌های پیچیده است. وقتی در مورد برندهای بزرگ جهانی مانند اپل و گوگل فکر می‌کنید، متوجه می‌شوید که سادگی آنها ارزش بالایی دارد. یکی از دلایل عمده جذاب بودن سایت Pinterest، سادگی و منظم بودن آن است. در شرایطی که رگبار دائمی اطلاعات و تبلیغاتی که گویی فریاد می‌زنند «به من نگاه کنید» مصرف‌کننده را سرگردان کرده، برخی از نوآورترین بازاریاب‌ها در جهت مخالف حرکت می‌کنند. آنها تلاش می‌کنند بار پیام‌های تبلیغاتی خود را پایین آورده و با اغراق بیش از حد، مصرف‌کننده را غرق نکنند.

ضرورت ایجاد محتوا با ابزارهای موبایل
با توجه به استفاده گسترده (و سریعا در حال رشد) از گوشی‌های هوشمند و تبلت‌ها، لازم است شرکت‌ها محتوایی ایجاد کنند که برای کاربران موبایل در دسترس باشد. طبق اعلام سایت فوربس، تا سال ۲۰۱۷، تبلت و گوشی‌های هوشمند ۸۷ درصد فروش ابزارهای قابل‌اتصال به اینترنت را تشکیل خواهند داد. به طور کلی، ایجاد یک تجربه مثبت برای کاربرانی که از طریق ابزارهای موبایل به اینترنت متصل می‌شوند، بسیار مهم است. در غیر این صورت، کسب‌وکارها در رقابت عقب می‌مانند و مشتریان آنها سراغ رقبایی می‌روند که بهتر توانسته‌اند خود را با این روند تطبیق دهند. همان طور که روند تحول از کامپیوترهای شخصی قدیمی به لپ‌تاپ‌ها و سپس به ابزارهای موبایل ادامه می‌یابد، کسب‌وکارهایی که با این روند پیش نمی‌روند به احتمال بیشتری با شکست مواجه می‌شوند.

کارآیی بیشتر «هدف‌گذاری مجدد» تبلیغات
هدف‌گذاری مجدد تبلیغات یک استراتژی بازاریابی است که اخیرا متداول شده است. به طور خلاصه می‌توان گفت این استراتژی با بهره‌برداری از «کوکی‌های مرورگر» (پیغامی که سرور به مرورگر شما می‌فرستد و مرورگر این پیغام را در فایل متنی ذخیره می‌کند) برای پیگیری وب‌سایت‌هایی که کاربر مشاهده کرده، کار می‌کند. به محض اینکه کاربر یک سایت مشخص را ترک می‌کند، محصولات یا خدماتی که در آن سایت مشاهده کرده، دوباره در قالب آگهی‌هایی در سایت‌های مختلف به او نشان داده می‌شود. دلیل مفید بودن این تکنیک نسبتا واضح است. هدف‌گذاری مجدد تبلیغات تنها با ایجاد دو درصد ترافیک وب، بعد از اولین بازدید کاربر، تعداد مشاهدات کالاها و خدمات را از طریق یادآوری به او افزایش می‌دهد. این کار باعث می‌شود نام برند و محصول به خوبی در ذهن مصرف‌کننده باقی بماند. حتی مطالعات روانشناسی نشان می‌دهند که اگر نام برندها و لوگوها به طور دائم در معرض چشم باشد، حس آشنایی را برای مشتری ایجاد می‌کند که باعث اعتمادسازی می‌شود و درصد خرید را بالا می‌برد. حتی اگر هم خریدی آنی صورت نگیرد، این آشنایی در بلندمدت اثر خواهد داشت. با توجه به موفقیتی که بسیاری از بازاریاب‌ها با استفاده از هدف‌گذاری مجدد تبلیغات به دست آورده‌اند، شانس زیادی وجود دارد که این روش در سال ۲۰۱۴ رواج بیشتری پیدا کند.

در هم آمیخته شدن بهینه‌ساز موتور جست‌وجو و سیگنال‌های اجتماعی
اگرچه سیگنال‌های اجتماعی هنوز هم‌وزن لینک‌های واردشونده قدیمی نیستند، اما نمی‌توان انکار کرد که این روزها در رتبه‌بندی جست‌وجوهای اینترنتی نقش بسزایی دارند. به طور کلی، این سیگنال‌ها یکی از سه رکن بهینه‌ساز موتور جست‌وجو (SEO) هستند. از آنجایی که هدف گوگل و دیگر موتورهای جست‌وجو این است که مناسب‌ترین و باکیفیت‌ترین محتوای ممکن را برای کاربران فراهم کنند، مشخص می‌شود که چرا تعداد پست‌ها، مقالات یا محصولاتی را که یک صفحه به اشتراک می‌گذارد محاسبه می‌کنند.

هر چقدر افراد بیشتری بخشی از یک محتوا را به اشتراک بگذارند، نشان‌دهنده این است که کیفیت آن محتوا بالا بوده؛ بنابراین موقعیت آن در result page موتورهای جست‌وجو افزایش می‌یابد.
در کنار اینها، به اشتراک‌گذاری مطالب در صفحه‌های اجتماعی می‌تواند نشان‌دهنده مفید بودن آن برای بازدیدکنندگان صفحه باشد. اگر بازدیدکننده ببیند که تبلیغی صدها یا هزاران بار به اشتراک گذاشته شده، این احتمال را می‌دهند که ارزشی در آن نهفته است. به همین دلیل است که بسیاری از کسب‌وکارها به نصب برنامه‌های کاربردی در این زمینه رو آورده‌اند و مصرف‌کننده را تشویق می‌کنند که مطالب را تا حد امکان به اشتراک بگذارند.
پیش‌بینی الگوریتم‌هایی که در آینده ظهور می‌کنند کار سختی است، اما به طور منطقی شانس اینکه محتوای اجتماعی تا پایان سال ۲۰۱۴ با لینک‌های واردشونده قدیمی برابری کند یا حتی از آن جلو بزند زیاد است.

به یاد داشته باشید هزینه های این نشریه از سوی آگهی دهندگان معتبر و حامی فرهنگ ایرانی تامین می شود لطفا ما را به صاحبان مشاغـل معرفی نمائید

International Law Chambers

ILC پشتیبان حقوقی شما در همه جا

ILC

ثبت شرکت ها . واردات و صادرات . امور گمرکی . اخذ مجوزهای تجاری

قراردادهای بین المللی و کلیه امور حسابداری و مالیاتی

انحصار وراثت (ثبتی . ملکی . مالیاتی)

مهاجرت و اقامت (ویزای تحصیلی . ازدواج . توریستی)

پرونده های خانوادگی (طلاق . حضانت . کودک)

امور کاری و استخدامی

صاحبخانه و مستاجر (حکم تخلیه)

پذیرش دعاوی حقوقی . خانوادگی و کیفری در ایران

دفتر تماس در ایران

۰۰۹۸۲۱۷۳۴۸۹۹۴۹

M: 0044 -7802749449

T: 0044 -2037418235

F: 0044 -2033707885

16 upper Woburn place

London, WC2H 0BS

Skype: ILC-limited

Twitter: ILC-limited

Facebook: ILC-limited

Website: www.ilc-limited.com

Web info&forms: www.international-law-chambers.com

Email: info@ilc-limited.com

To contact our solicitors in Iran please call 0098-21-73489949

HM Revenue & Customs

Solicitors Regulation Authority

The Law Society

DIVORCE طلاق

EMPLOYMENT امور استخدامی

WHITE COLLAR CRIME امور کیفری

LITIGATION & DISPUTE دعاوی حقوقی

LANDLOARD & TENANT صاحبخانه و مستاجر

WILLS & PROBATE انحصار وراثت

FAMILY خانواده

PROPERTY املاک

Immigration مهاجرت و اقامت

OVERSEAS امور بین المللی

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 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.

KC

@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

KNIGHT CHADWICK

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 Email enquiries@knightchadwick.co.uk

خانواده

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

اگر از زنـــــــدگی‌تان راضی نیستید، بخوانید!

نویسنده: کری پت‌سینگر

اگر احساس ناامیدی و درماندگی می‌کنید، احتمالا وقت آن رسیده است تغییراتی در زندگی‌تان بدهید، وگرنه شاید احساس ناامیدی‌تان همچنان ادامه پیدا کند. همان‌طور که تونی رابینز گفته است، "تا چیزی را تغییر ندهید، چیزی تغییر نمی‌کند." تغییر ایجادکردن در زندگی می‌تواند کار مشکلی باشد، ولی اگر به‌دنبال نتیجه‌ای متفاوت هستید انجام این‌کار الزامی است. درست همان‌اندازه که توصیه‌ی"چه باید کرد؟" برای تغییر زندگی‌تان مهم است، توصیه‌ی"چه نباید کرد؛ بی‌خیال چه باید شد؟" نیز اهمیت دارد. این هم ۱۵ چیزی که باید بی‌خیال آنها شوید اگر از زندگی‌تان راضی نیستید.

۱.بی‌خیال کسب اجازه شوید

اگر منتظر هستید همه‌ی آدم‌های زندگی‌تان تغییری را که می‌خواهید بدهید تایید کنند - چه شروع کسب‌وکار خودتان باشد، چه تغییر شغل، چه جابه‌جایی، و چه به‌کارگیری شیوه‌ی جدیدی از زندگی - پس هرگز تغییر نخواهید کرد. فقط کسی را که به تایید او احتیاج دارید، عاقلانه انتخاب کنید و دور بقیه را خط بکشید.

از امروز شروع کنید: فهرستی بنویسید از نام افرادی که نظرشان در زندگی‌تان واقعا اهمیت دارد.

۲. بی‌خیال منفی‌بافی شوید

داشتن نگرش‌های منفی فقط باعث می‌شود احساس بدتری به شما دست بدهد. تمرین حالت‌های قدرشناسی؛ سپاسگزاری، و نعمت‌ها، به جای حسادت و کمبود، به شما کمک خواهد کرد خیلی‌زود از زندگی‌تان احساس رضایت بیشتری کنید. طبق نظرَ اِپرا وینفری، "اگر در زندگی به داشته‌های‌تان نگاه کنید، همیشه چیزهای بیشتری نصیب‌تان خواهد شد، ولی اگر به نداشته‌های‌تان فکرکنید، هرگز به اندازه‌ی کافی چیزی نصیب‌تان نخواهد شد."

از امروز شروع کنید: فهرستی از قدرشناسی‌های‌تان تهیه‌کنید و آن‌را در جایی‌که قابل رویت است نصب‌کنید، مثلا روی آینه‌ی حمام. هرروز، چیزی را که به خاطرش شکرگزار هستید به فهرست‌تان اضافه کنید. به‌زودی می‌فهمید چه‌قدر چیزهای خوب در زندگی‌تان دارید.

۳.بی‌خیال گذشته شوید

شاید از شغلی اخراج شده‌اید، خاطرات بدی از روابط شکست‌خورده دارید، یا هربار برای مقطع کارشناسی ارشد اقدام کرده‌اید رد شده‌اید. حدس بزنید چه اتفاقی می‌افتد؟ هیچ! هیچ‌کس اهمیتی نمی‌دهد. ممکن است احساس‌کنید کل دنیا سدِ راه شما شده‌اند، ولی درحقیقت چنین چیزی نیست. دنیا بسیار بزرگ است؛ پر از میلیون‌ها انسانی که نسبت به آن‌چه بر سر شما آمده است هیچ نظری ندارند. اگر گذشته، شما را از آن‌چه می‌خواهید در زندگی داشته‌باشید باز می‌دارد، وقت آن است کمی روی بی‌خیالی کارکنید.

از امروز شروع کنید: اگر احساس می‌کنید همه‌جا بارَ زیادی بر دوش‌تان حمل می‌کنید، وقت آن رسیده است که با یک مشاور، روان‌درمان‌گر، یا مربی - بسته به وضعیت خاصی که دارید- قرار ملاقاتی بگذارید.

۴.بی‌خیال تنبلی شوید

هر هفته به چند زمان-آشام ساعاتی از وقت خود را اختصاص می‌دهید؟ زمان قیمتی‌ترین منبع ما است، و تلف‌کردن آن برای انجام فعالیت‌های روح-خراش می‌تواند خیلی زود به اتمام این منبع بینجامد. اگر با تنبلی دست و پنجه نرم می‌کنید، هرروز برای خودتان روی یک برنامه‌ریزی کار کنید. نوشتن کارهایی ضروری در برنامه‌ی زمانبندی‌تان به شما کمک می‌کند مطمئن شوید فرصت اتمام آنها را خواهید داشت و همچنین کمک می‌کند بفهمید روی چه چیزهایی درست وقت می‌گذارید و روی چه چیزهایی وقت تلف می‌کنید.

از امروز شروع کنید: یک برنامه‌ی زمان‌بندی برای فردای‌تان بنویسید.

۵.بی‌خیال پاداش فوری شوید

پاداشِ فوری شَاید الان عالی به‌نظر برسد، ولی در بلندمدت چندانَ هم خوب نیست. تصمیم‌هایی برای آینده‌ی‌تان بگیرید. درمورد این فکر کنید که می‌خواهید چه‌گونه فردی باشید، و تصمیم‌های امروزتان را بر اساسَ آن "شما"ی آینده بگیرید. مثلا اگر هدف بلندمدت‌تان این است که یک سال دور دنیا بشد، برای رسیدن به این هدف، لازم است کمی پول پس‌انداز کنید. اگر به هوس افتادید تلفن همراه‌تان را ارتقاء بدهید یا وسیله‌ی نقلیه‌ی جدیدی بخرید، به این فکر کنید که "شما"ی آینده - همان کسی که می‌خواهد دنیا را بگردد - دوست دارد آن پول را خرج کنید یا پس‌انداز کنید؟

به احتمال فراوان، در آینده از این‌که امروز آن پول را پس‌انداز کرده‌اید، شکرگزار خواهید بود.

از امروز شروع کنید: وقتی امروز می‌خواهید چیزی بخرید، ببینید آیا گزینه‌ی مقرون‌به‌صرفه‌تری وجود دارد، و با خرید گزینه‌ی اقتصادی‌تر مابه‌تفاوت این دو را برای هدف پرهزینه‌تری در آینده پس‌انداز کنید.

۶.بی‌خیال هنجارهای فرهنگی شوید

مهم نیست اگر جامعه می‌گوید باید در مقامی اداری کارکنید - که واقعا دوست‌اش ندارید - و در ۶۲ سالگی بازنشسته شوید. اگر این شیوه‌ی زندگی را دوست ندارید، در شکستن هنجارها به خود آزادی عمل بدهید.

از امروز شروع کنید: شخص الهام‌بخشی را پیدا کنید که پیش از شما چنین راهی را پیموده است.

۷.بی‌خیال زمان‌بر بودن شوید

هدفی که رسیدن به آن سال‌ها طول می‌کشد می‌تواند خسته‌کننده باشد، دلهره‌آور باشد، و زمان زیادی طول بکشد، اما اگر همان‌چیزی باشد که واقعا دل‌تان می‌خواهد، کاملا عادی است! چه شما به سمت آن هدف حرکت کنید و چه حرکت نکنید، یک دهه پیرتر شده‌اید. اگر می‌خواهید ۱۰ سالِ بعد رضایت بیشتری از زندگی‌تان داشته باشید از همین امروز برای رسیدن به هدف‌تان قدم‌هایی بردارید.

از امروز شروع کنید: هدفِ بزرگ ۱۰ ساله‌ای را که دارید روی کاغذ بنویسید.

۸.بی‌خیال آدم‌های سمِی شوید

آدم‌های سمِی می‌توانند به‌سرعت چشمه‌ی امید و اطمینان شما را بخشکانند. همان‌طور که جیم دان، گفته است: "شخصیت شما میانگینی از شخصیت پنج نفری است که بیشترَ وقت‌تان را با آنها می‌گذرانید." اگر از زندگی‌تان رضایت ندارید، همین صرفِ وقت با افراد سمی می‌تواند بخش بزرگی از مشکل‌تان باشد. اگر به دنبال رضایت بیشتر هستید، با این دسته از آدم‌ها بشد: افرادی که کاری را انجام می‌دهند که شما می‌خواهدی انجام دهید، و افرادی که نگاهِ زیبای‌شان به زندگی مِسری است. پُرکردنِ اطراف‌تان از افراد مثبت و انگیزه‌بخش می‌تواند به افزایش احساس شادمانی و رضایت‌مندی در شما کمک کند.

از امروز شروع کنید: درموردِ ۵ نفری که بیشترَ وقت‌تان را با آنها می‌گذرانید فکرکنید. آیا در حلقه‌ی مخفی‌تان فردی سمِی وجود دارد؟

۹.بی‌خیال این شوید که برای تمام چیزها برنامه‌ریزی داشته باشید

اگر منتظر هستید تا تمام جزییات را پیش از کار جدیدی که می‌خواهید شروع کنید، برنامه‌ریزی کنید، هرگز آن کار را شروع نخواهید کرد. خیلی ساده می‌شود در وضعیت فلجَ تحلیلی گیر افتاد، درست وقتی‌که بی‌وقفه در حال پژوهش هستید ولی عملا هیچ پیشرفتی روبه‌جلو ندارید.

از امروز شروع کنید: برای این‌که واقعا پروژه‌ای را شروع کنید، مطمئن شوید درمورد هدف‌تان اطلاعات کافی دارید. در هنگام کار می‌توانید بیشتر راجع‌به آن‌چه باید بدانید مطالعه کنید. برداشتن نخستین گام روبه‌جلو، همیشه مهم‌ترین گام است؛ بدون آن پروژه‌ی شما هرگز شروع نخواهد شد.

۱۰.بی‌خیالِ سرزنش کردنِ همه شوید

عصبانیت مدام نسبت به کَسی که به شما بدی کرده است، به شما آسیب می‌زند و شما را از رسیدن به زندگی شگفت‌انگیزی که شایستگی‌اش را دارید، بازمی‌دارد. بی‌خیال این شوید که به خاطر وضعیت کنونی زندگی‌تان کلی وقت صرف سرزنش دیگران کنید. این کار هیچ فایده‌ای برای‌تان ندارد. این به‌معنی آن نیست که باید نسبت به کسی که به شما بدی کرده است با خوشرویی تمام برخورد کنید؛ بلکه فقط به این معنی است که شما نمی‌خواهید اجازه بدهید افکار مربوط به آن شخص در تمامَ طولِ سال به شما آسیب بزند.

از امروز شروع کنید: روی چیزهای مثبتِ آینده فکر کنید.

۱۱.بی‌خیالِ موضوعاتِ مادی شوید

اگر می‌خواهید از زندگی‌تان راضی باشید، توجه داشته‌باشید پژوهش‌های فراوانی هستند که نشان می‌دهند، داشتن پول و مادیاتِ بیشتر، از یک مرزی که بگذرد، دیگر رضایت‌مندی از زندگی را افزایش نخواهد داد. شما برای رضایت داشتن از زندگی به چند چیز نیاز دارید: امنیت، تغذیه برای تقویت بدن‌تان، ارتباط با دیگران، کاری که برای‌تان معنی‌دار و انگیزه‌بخش باشد و این حس که به چیزی بزرگ‌تر از خودتان تعلق دارید. شما به یک میلیون اسباب‌بازی جدید یا ابزارک(گجت) مدرن نیازی ندارید. چه اهمیتی دارد که همسایه‌تان بهترین چیزها را دارد؟ بی‌خیال شوید!

از امروز شروع کنید: با تمیزکردن یکی از کمدهای خانه‌تان، یک عادت تمیزکاری را شروع کنید. تمیزکاری می‌تواند شما را از مادی‌گرایی رها کند، و همچنین فضا و ذهن‌تان را از افکار مادی آزاد سازد، درنتیجه در زندگی برای آن‌چه دوست می‌دارید فضای بیشتری خواهید داشت.

۱۲.بی‌خیالِ بلاتکلیفی شوید

وقتی به تغییری در زندگی فکر می‌کنید، و همه‌ی "اگر.... چی؟"ها را در نظر می‌گیرید، ممکن است ذهن‌تان به دِوَران بیفتد. مسئله این است: بلاتکلیفی همیشه وجود خواهدداشت. هیچ‌وقت نمی‌دانید در آینده چه اتفاقی خواهد افتاد. از عهده‌ی این بلاتکلیفی برآمدن و درکِ این موضوع که برای خلاص شدن باید کمی خطر کنید، کلید رضایت‌مندی است.

از امروز شروع کنید: به رویای بزرگی که در زندگی دارید فکر کنید. وقتی "اگر..... چی"ها و تردیدها ذهن شما را پر می‌کند(که خواهد کرد!)، آن افکار را با جمله‌های مثبتِ "بله، ولی اگر.... چی؟" و با تمام چیزهای خوبی که رسیدن به آن رویا در زندگی‌تان به‌بار می‌آورد، عوض کنید. مثلا، اگر می‌خواهید کسب‌وکاری را آغاز کنید، و هربار که به آن فکر می‌کنید، این جمله به ذهن‌تان می‌آید که "اگر شکست بخورم، چی؟" این جمله را با "بله، ولی اگر موفق بشوم چی؟" عوض کنید و اجازه دهید تخیل‌تان در آن مسیر مثبت بی‌پروا پَر بکشد.

۱۳. بی‌خیال شوید که همه‌چیز را یکباره تغییر دهید

اگر از زندگی‌تان راضی نباشید، تغییر یکباره‌ی کلِ زندگی‌تان می‌تواند فکر وسوسه‌انگیزی باشد. ولی در واقع، بهتر است هرزمان روی یکی از عادت‌های‌تان تمرکز کنید. اگر هر هفته روی تغییر یک رفتار فکر کنید، می‌توانید بررسی کنید که آیا این تغییر عادت به دردتان می‌خورد یا نه، و اگر پاسخ مثبت بود، بی‌درنگ دست به‌کار شوید. من مدام تاکید می‌کنم اول روی ورزش‌کردن کارکنید؛ ورزش روحیه‌بخش است و موجب می‌شود احساس قدرت کنیم. همین‌که از بدن‌مان کار می‌کشیم و سلامت‌مان را بهبود می‌بخشیم، کم‌کم احساس می‌کنیم می‌توانیم از پس دیگر موقعیت‌های زندگی‌مان که خواهانِ تغییرشان هستیم، برآییم.

از امروز شروع کنید: بخشی از زندگی‌تان را که مایل به تغییر آن هستید، انتخاب کنید. در آن بخش برای هر روزِ هفته هدفی تعیین کنید (مثلا "بهتر است به جای این‌که هرروز برم سراغ ماشین سکه‌ای، یه لقمه‌ی سالم خونگی با خودم بیارم سرَکار") همین‌که به اهداف کوچک‌تان می‌رسید برای کار بر روی اهدافِ بزرگ‌تر (مثلا این‌که بدن‌تان را ۹۰٪ مواقع با غذاهای سالم تغذیه کنید) سرعت لازم را به‌دست می‌آورید.

۱۴.بی‌خیال شوید که حتما کس دیگری بیاید و شما را هدایت کند

اگر چیزی در زندگی‌تان هست که خواهانِ تغییرَ آن هستید، احتمال آن وجود دارد که کسان دیگری هم با همان هدف در اطراف شما وجود داشته باشند. خودتان رهبری امور را در دست بگیرید و اهداف‌تان را دنبال کنید. از وضعیتِ سلامت‌تان ناراضی هستید؟ رفیقی را پیدا کنید که بتوانید با او یک وعده غذای سالم درست کنید، یا همکاری که بعد از ساعت ناهار بتوانید کمی باهم ورزش کنید.

از امروز شروع کنید: به چیزی فکر کنید که منتظر انجام آن هستید. به همکاران یا دوستان‌تان ایمیل بزنید و ببینید آیا کسی هست که دوست داشته باشد در این کار شما را همراهی کند.

۱۵.بی‌خیالِ تنهایی کارکردن شوید

اگر آرزوی تغییر زندگی‌تان را دارید، یک شریک مسئولیت پاسخگویی پیدا کنید. این شخص می‌تواند یکی از اعضای خانواده، یک دوست، مربی خصوصی، یا مشاور باشد. داشتن کسی که تشویق‌تان کند، به شما انگیزه بدهد، و وقتی‌که دل‌سرد می‌شوید شما را به مسیرتان بازگرداند، بی‌نهایت مهم است.

از امروز شروع کنید: در حوزه‌ی خاصی از زندگی‌تان که قصد بهبودِ آن را دارید، از یک نفر بخواهید شریک مسئولیت پاسخگویی شما باشد.

نکته‌های برگزیده‌ی متن:

ناراضی بودن از زندگی سخت است. اما خوبی‌اش این است که زندگی یک قصه است، و شما می‌توانید بخش زیادی از آن را بنویسید. بدیهی است در زندگی چیزهایی وجود دارند که از کنترل شما خارج هستند، ولی تمرین شکرگزار بودن، پرکردنِ اطراف‌تان از آدم‌های مثبت، لذت بردن از پشت‌سر گذاشتنَ بلاتکلیفی‌های زندگی، و نوشتنَ اهداف‌تان بسیار به افزایش رضایت مندی شما از زندگی کمک خواهد کرد.

منبع: لایف‌هک

برگزاری صیغه عقد و طلاق
مورد تائید سفارت ایران
تهیه و تنظیم وصیت نامه
شرعی و قانونی و مراسم تدفین
مشاوره خانواده با تعیین وقت قبلی
محمد حسین متقی ۰۷۴۴۸۹۴۷۸۱۱

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

۱۰ نوع آدم سمی

نویسنده: کیسی آیمافدون - ترجمه: تحریریه نشریه بازده

عوامل استرس‌زا همیشه در زندگی ما حضور دارند. برای این‌که موفق‌تر و بهره‌ورتر باشیم، باید آدم‌های سمی و عوامل استرس‌زا را از زندگی‌مان بیرون کنیم. تمرکز روی اولویت‌ها و خلاص شدن از شر علف‌های هرز زندگی‌مان، می‌تواند برای حرکت رو به جلوی ما مفید باشد. ولی اول باید این آدم‌های سمی را بشناسیم.

۱. خودپرست‌ها
گاهی غرور یک حسن است. اما متکبر بودن به این معنی است که شما خیلی به خودتان می‌نازید و باور دارید بهتر یا برتر از هرکس دیگری در اطراف‌تان هستید. اگر آدمی اطراف‌تان باشد که با شما رفتار احترام‌آمیزی ندارد و شما را خوار و کوچک می‌کند، ممکن است برای پیش‌رفت شخصی‌تان سمی باشد.

۲. حسودها
به نظر می‌رسد این‌گونه آدم‌ها به زمان دشواری‌تان بیش‌تر از دوره‌ی پیروزی‌تان اهمیت می‌دهند. آنها فکر می‌کنند بیش‌تر از شما شایسته‌ی موفقیت‌های‌تان هستند. با این‌که برای جلب حمایت و علاقه‌شان، سعی می‌کنید به آنها بفهمانید بخشی از موفقیت‌تان را مدیون‌شان هستید، این آدم‌ها فقط ترجیح می‌دهند شما را به خاطر فروتنی و درایت‌تان برنجانند. باید به هر قیمتی از این نوع آدم اجتناب کنید.

۳. متظاهرها
این نوع آدم‌ها فقط به ظاهر ادعای دوستی می‌کنند. وقتی به کمک‌شان احتیاج دارید، می‌روند و پشت سرشان را نگاه نمی‌کنند. نمی‌توان به آنها تکیه کرد. برای همین باید خصیصه‌هایی را که به آن تظاهر می‌کنند تشخیص بدهید و در این‌گونه روابط حد مرز را تعیین کنید.

۴. واپس‌گراها
این نوع آدم‌ها به‌نحوی مانع موفقیت‌تان می‌شوند و شما را به عادت‌های بازمی‌کشانند. آنها به راکد بودن باور دارند و می‌خواهند شما همان شخصی باشید که بودید. شاید تشخیص این نوع آدم‌ها سخت باشد، اما این‌ها کسانی هستند که همیشه جزیی جداننشدنی از زندگی‌تان هستند و شاید نادیده‌گرفتن‌شان دشوار باشد. اما بهتر است آگاه‌شان کنید و به آنها یادآوری کنید موفقیت چه‌قدر برای‌تان مهم است. اگر می‌توانند بدون آن زندگی کنند، می‌توانند راه‌شان را بگیرند و بروند.

۵. قضاوت‌کننده‌ها
برای این نوع آدم‌ها هرگز هیچ‌چیز به اندازه‌ی کافی خوب نیست. آنها معتقدند همه باید به جای تحسین، نقد و سرزنش شوند. حتی وقتی نیت‌تان خوب است و سعی می‌کنید انگیزه‌های اصلی‌تان را به آنها بفهمانید، گوش نخواهندکرد. آنها در برقراری ارتباط افتضاح هستند، چون شنونده‌ی خوبی نیستند. رد کردن صحبت‌های منفی، یا دوری از گفتار توهین‌آمیزشان می‌تواند برای پیش‌رفت‌تان مفید باشد.

۶. کنترل‌کننده‌ها
این نوع آدم‌ها دیوانه‌ی کنترل کردن هستند. می‌خواهند مطیع‌شان باشید. ممکن است برای این‌که شما را برای برآورده کردن تمایلات‌شان قانع یا وادار کنند، با حقه‌بازی و موذی‌گری شما را منحرف کنند. شاید بهترین گزینه برای شما، بی‌توجهی به این آدم‌ها باشد، چون واقعا نمی‌توانید آنها را متقاعد کنید یا برای بهتر کردن‌شان تلاش کنید.

۷. دروغ‌گوها
درست است که دروغ خیلی رایج است و بعضی دروغ‌ها زیان‌آور نیستند؛ با این حال، آدم‌های سمی که اغلب دروغ می‌گویند می‌توانند شما را نابود کنند، چون اگر می‌خواهید رشد کنید، باید اطراف‌تان را با آدم‌های قابل اطمینانی پر کنید که از شما حمایت خواهندکرد و نظرات صریح و صادقانه‌ای ارائه خواهندکرد.

۸. خبرچین‌ها
این نوع آدم‌ها احساس ناامنی می‌کنند و از زبان‌شان برای تغییر واقعیت‌ها و تحریف اطلاعات استفاده می‌کنند. آنها می‌خواهند پذیرفته شوند و به رسمیت شناخته‌شوند، و احتمالا برای دریافت توجه مورد نیازشان، فقط همین راه را بلدند. حتی وقتی می‌خواهید مشکلاتی را که این آدم‌ها به‌وجود آورده‌اند برطرف کنید، تنها راه‌تان‌ایم باشد که آنها را از زندگی‌تان بیرون کنید، چون می‌توانند تبدیل به غده‌ی سرطانی شوند.

۹. انگل‌ها
این آدم‌ها فقط برای این در زندگی‌تان هستند که خون‌تان را بمکند و شما خشک کنند و از شما تغذیه کنند. مورد استفاده قرار گرفتن شاید گاهی مفید باشد، اما نه توسط یک انگل. نیات آنها در جهت نفع شخصی خودشان است. به هر قیمتی باید از این نوع آدم‌ها دوری کنید.

۱۰. قربانی‌ها
قربانی‌ها هرگز مسئولیت کارهای‌شان را نمی‌پذیرند. آنها خیلی راحت انگشت‌شان را به سوی دیگران دراز می‌کنند و هرگز نمی‌پذیرند اشتباه کرده‌اند. واکنش‌های زنجیره‌وارشان می‌تواند برای موفقیت‌تان مضر باشد. بهترین راه این است که از شر آنها خلاص شوید و از زندگی‌تان بیرون‌شان کنید.

LEMOGE CLINIC کلینیک زیبایی لموژ (۶شعبه)
Dr Abbas Shirafkan, Dr Atena & Dr Hanieh, Dr Mohammad, Dr Hakim

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

Free Consultation
Before

سرویس
افزایش مو
برای افراد
نیمه طاس
با روش پی آر پی
After

By Dr Mohammad at No 341

مشاور رایگان توسط دکتر عباس شیرافکن
همه روزه از ساعت 7-4 بعدازظهر و شنبه ها تمام روز
در کلینیک Lemoge در 191 Kilburn

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

بزرگ کردن لب
از بین بردن خط خنده
At No 57 or 341
از بین بردن جوش صورت و رگهای قرمز- خال های پوستی
چروک صورت - لکه های پوستی و سایر موارد زیبایی

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

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

Lemoge(main) drshirafkan@hotmail.com
191 Kilburn Hi Rd, London NW6 7HY
0207372 0044-020 7372 4433

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

بهداشت و سلامت

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

مصرف زیاد آهن؛ مفید یا مضـــــر؟

بدن همه انسان‌ها به ویتامین‌های مختلفی احتیاج دارد که باید توسط مکمل‌ها یا غذاهای مختلف تامین شود. یکی از نیازهای ضروری بدن انسان آهن است که بیشتر مردم به‌خصوص خانم‌ها تلاش می‌کنند در رژیم‌های غذایی خود آن را بگنجانند، اما یکی از اشتباهات رایجی که متاسفانه در کشور ما وجود دارد توصیه‌های خودسرانه بدون داشتن اطلاعات کافی است، متاسفانه بعضی‌ها وقتی می‌شنوند که فلان ویتامین یا ماده معدنی برای بدن مفید است به طرز وسواس‌گونه‌ای خود یا فرزندان خود را به مصرف مکمل‌ها و ویتامین‌ها وادار می‌کنند که به جز ضرر چیزی عایدشان نمی‌شود.

برای مثال آهن؛ آهن یک ماده معدنی و ضروری در رژیم غذایی است و عمدتا توسط سلول‌های قرمز خون استفاده می‌شود. آهن یک بخش حیاتی هموگلوبین است پروتئین موجود در سلول‌های قرمز خون است. هموگلوبین مسوول انتقال اکسیژن به تمام سلول‌های بدن است. در واقع، آهن سمی است که جذب آن از دستگاه گوارش به‌شدت تحت کنترل است. در اکثر موارد، دستگاه گوارش اثرات مضر آهن اضافی را به حداقل می‌رساند. این مقاله در مورد اثرات مضر مصرف بیش از حد آهن است.همه می‌دانند آهن برای بدن مفید است، اما اینکه تا چه حدی باید آن را مصرف کرد بحث مهمی است که کمتر به آن پرداخته می‌شود.

دو نوع آهن در رژیم غذایی وجود دارد:
آهن هم: این نوع از آهن فقط در غذاهای حیوانی و عمدتا در گوشت قرمز پیدا می‌شود. این نوع آهن به‌راحتی و بیش از آهن غیر هم جذب می‌شود.آهن غیر هم: اکثر آهن در رژیم غذایی در قالب غیر هم است. این نوع آهن در حیوانات و گیاهان یافت می‌شود و جذب آن با اسیدهای آلی، مانند ویتامین C افزایش می‌یابد اما توسط ترکیبات گیاهی مانند فیتات کاهش یافته است.افرادی که مقدار کمی آهن هم دارند یا هیچ آهن هم در رژیم غذایی خود ندارند در معرض خطر فقر آهن هستند.بسیاری از مردم به‌ویژه زنان دچار کمبود آهن هستند. در واقع، کمبود آهن در جهان رایج‌ترین کمبود مواد معدنی است.

تنظیم ذخیره آهن
آهن یک ماده مغذی ضروری است که نقش مهمی در بسیاری از توابع اساسی بدن دارد.
سطح بالایی از آهن سمی است؛ بنابراین باید از گرفتن بیش از حد آن جلوگیری کنیم.بدن میزان آهن را با تنظیم سرعت جذب آهن از دستگاه گوارش تنظیم می‌کند.هپسیدین، هورمون تنظیم‌کننده آهن بدن و مسوول در تعادل نگه داشتن آهن است. عملکرد اصلی آن سرکوب جذب آهن است.
در واقع، این هورمون چگونه کار می‌کند؟

ذخیره آهن بالا؛ افزایش سطح هپسیدین؛ جذب آهن کاهش می‌یابد.

ذخیره آهن پایین؛ کاهش سطح هپسیدین؛ جذب آهن افزایش می‌یابد.اغلب اوقات، این سیستم به‌خوبی کار می‌کند. با این حال، تعدادی از اختلالات که تولید هپسیدین را سرکوب کند می‌تواند منجر به اضافه بار آهن شود.
از سوی دیگر، شرایطی که باعث تحریک تشکیل هپسیدین شود ممکن است سبب کمبود آهن شود.
تعادل آهن نیز به مقدار آهن در رژیم غذایی وابسته است.
با گذشت زمان، رژیم غذایی دارای آهن پایین ممکن است سبب کمبود آهن شود. به همین ترتیب، مصرف بیش از حد مکمل‌های آهن ممکن است سبب مسمومیت شدید آهن شود.

سمیت آهن
سمیت آهن می‌تواند به‌صورت ناگهانی یا تدریجی باشد. بسیاری از مشکلات سلامتی جدی است و ممکن است با مصرف بیش از حد و تصادفی آهن، مصرف مکمل با دوز بالا برای یک مدت طولانی یا اختلالات مزمن اضافه بار آهن ایجاد شود.تحت شرایط عادی، آهن آزاد بسیار کمی در جریان خون گردش می‌کند.این است که به آسانی به پروتئین ترانسفرین اتصال یافته و آن را از آسیب حفظ می‌کند.با این حال، سمیت آهن به‌طور قابل‌توجهی می‌تواند سطح آهن آزاد در بدن را افزایش دهد.آهن آزاد در مقابل یک آنتی اکسیدان یک پرو اکسیدان است و ممکن است علت آسیب به سلول‌ها باشد. شرایطی که ممکن است باعث این اتفاق شود شامل موارد زیر است:

مسمومیت آهن: هنگامی که مردم، معمولا کودکان، مکمل آهن را بیش از حد مصرف کنند، ممکن است مسمومیت رخ دهد.
هموکروماتوز ارثی: یک اختلال ژنتیکی است که سبب جذب بیش از حد آهن از مواد غذایی می‌شود.
اضافه بار آهن آفریقایی: یک نوع اضافه بار آهن در رژیم غذایی ناشی از سطح بالایی از آهن در غذا یا نوشیدنی است و برای اولین بار در آفریقا رخ داد.مسمومیت آهن حاد زمانی اتفاق می‌افتد که مردم مکمل آهن را بیش از حد مصرف کنند. تنها تک دوز کمتر از ۱۰ - ۲۰ میلی‌گرم / کیلوگرم ممکن است سبب علائم نامطلوب شود. دوزهای بالاتر از ۴۰ میلی گرم / کیلوگرم نیاز به توجه پزشکی دارد.به‌طور مشابه، تکرار مصرف مکمل آهن با دوز بالا ممکن است سبب مشکلات جدی شود. مطمئن شوید که دستورالعمل‌های روی مکمل‌های آهن را رعایت می‌کنید و هرگز بیش از دستور دکتر خود مصرف نکنید.علائم اولیه مسمومیت با آهن ممکن است شامل درد معده، تهوع و استفراغ باشد.به تدریج، آهن اضافی در اندام‌های داخلی تجمع کرده و باعث آسیب‌های بالقوه کشنده در مغز و کبد می‌شود.مصرف طولانی‌مدت مکمل با دوز بالا به تدریج ممکن است سبب علائم شبیه به اضافه بار آهن شود.

اضافه بار آهن
آهن بیش از حد اشاره به ساخت تدریجی آهن بیش از حد در بدن دارد.برای اکثر مردم، اضافه بار آهن سبب نگرانی است با این حال، این یک مشکل برای کسانی است که به‌صورت ژنتیکی به جذب بیش از حد آهن از دستگاه گوارش مستعد هستند.شایع‌ترین اختلال اضافه بار آهن هموکروماتوز ارثی است. این اختلال باعث ساخت بالای آهن در بافت‌ها و اندام می‌شود.با گذشت زمان، هموکروماتوز درمان نشده، خطر ابتلا به ورم مفاصل، سرطان، مشکلات کبد، دیابت و نارسایی قلبی را افزایش می‌دهد.بدن هیچ راه آسانی برای دور کردن آهن اضافی ندارد. موثرترین راه برای خلاص شدن از شر آهن اضافی، از دست دادن خون است.بنابراین زنان در قاعدگی کمتر احتمال تجربه آهن اضافی را دارند به همین ترتیب، افراد با اهدای خون اغلب در معرض خطر کمتری هستند.اگر مستعد ابتلا به اضافه بار آهن هستید می‌توانید با رعایت موارد زیر خطر ابتلا به مشکلات سلامت را به حداقل برسانید:
مصرف غذاهای غنی از آهن مانند گوشت قرمز را کاهش دهید.

به‌طور منظم اهدای خون داشته باشید.
از مصرف ویتامین C با غذاهای غنی از آهن اجتناب کنید.
با این حال، اگر برای شما آهن اضافی تشخیص داده نشود، به‌طور کلی کاهش مصرف آهن توصیه نمی‌شود.

آهن و خطر سرطان
شکی نیست که اضافه بار آهن ممکن است در حیوانات و انسان منجر به سرطان شود.به نظر می‌رسد اهدای خون به‌طور

سریعترین روش روانکاوی 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 عادتهای 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 روانکاوی و مشاوره
هیپنوتراپی تائید شد ه از (London University)
توسط وزارت بهداری انگلستان قاضی دادگاههای فرجامی در بیمارستانهای اعصاب لندن
عضو جامعه روانکاوی انگلستان استاد تعلیم هیپنوتیزم درمانی و دادن مدرک تائید شد ه از کنسول هیپنوتراپی لندن
برگزار کنند ه سمینارهای تجربی و روانکاوی
www.advancehypnotherapy.com
Tel: 020 7221 5763
Mob: 07961 447116
10 Harley Street W1

سازمان گردهمائی شاهین
برای بزرگسالان وبازنشستگان
هر پنجشنبه
آموزش روشهای خود شناسی
روان درمانی گروهی
اطلاعات پزشکی عمومی
از ساعت ۱۳ - ۱۵/۳۰
تلفن : ۰۲۰۷۲۲۱۵۷۶۳ - ۰۷۹۶۱۴۴۷۱۱۶
آدرس محل جدید
(Resident Club Room
Henry Dichens Court)
Saint Ann's Road
W11 4DH
Tel: 020 7221 5763 - Mobile: 07961 447116
Email: persiancarecentre@hotmail.co.uk
نزدیک ترین اندرگراند . لتیمر رود
Nearest Underground Station is Latimer Road
(Hammersmith & City Line and Circle Line)
Bus : 316, 295
اتوبوس: ۳۱۶و۲۹۵
Bus Stop :Willsham Street
ایستگاه اتوبوس اوپل شم استریت
ورود برای عموم آزاد است

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

درمان طبیعی زخم معـــده

یکی از بیماری‌های رایج در شهرهای شلوغ و پراسترس مثل تهران زخم معده است. بیماری‌ای که بیشتر به علت تغذیه نامناسب و استرس‌های زیاد به‌وجود می‌آید. تغذیه سالم، کاهش مصرف چای، قهوه و دخانیات (مانع بهبود زخم)، اجتناب از مصرف داروهای زمینه‌ساز و دوری از استرس همراه با چندین روز استراحت برای بهبود این بیماری

لازم است.برای پیشگیری از بروز زخم معده توصیه می‌شود بهترین عادات غذایی رعایت شود. زخم‌های معده که به آنها زخم‌های گوارشی نیز اطلاق می‌شود، جراحاتی هستند که در مخاط پوشاننده این اندام به‌وجود می‌آید. این بیماری معمولا در افراد بالای ۵۰ سال بروز می‌کند و آقایان بیشتر از خانم‌ها مستعد ابتلا هستند. امروزه روش‌های متعددی برای درمان شناخته شده است که از جمله می‌توان به درمان‌های طبیعی نیز اشاره کرد.در بعضی موارد، زخم‌ها با علائم مشخصی همراه نیستند اما پس از خوردن یا آشامیدن بعضی از خوراکی‌ها تشدید می‌شود. ترش کردن، سوء هاضمه، درد پس از غذا خوردن، کاهش وزن و حالت تهوع جزو رایج‌ترین علائم زخم معده است. البته در برخی موارد ممکن است خونریزی نیز در پی داشته باشد.علل متعددی برای این بیماری تشخیص داده شده که عبارت است از:

عفونت باکتریایی: در این حالت باکتری از طریق مواد غذایی به معده می‌رسد.تغذیه نامناسب: مصرف زیاد چربی، ادویه‌ها، سس و غذا خوردن خیلی سریع
حالت اسیدی زیاد معده: افرادی که به‌طور مکرر ترش می‌کنند در معرض خطر ابتلا به زخم معده هستند.
مصرف برخی داروها: داروهای ضدالتهاب از گروه مسکن‌ها مانند آسپرین، ایبوپروفن و کورتیزون.استرس،عوامل وراثتی،سرطان
اگر خود را جزو افراد در معرض خطر می‌دانید بهتر است با پزشک مشورت کنید تا درمان به موقع تشخیص داده شود. متخصصان توصیه می‌کنند تغذیه سالم، کاهش مصرف چای، قهوه و دخانیات (مانع بهبود زخم)، اجتناب از مصرف داروهای زمینه‌ساز و دوری از استرس همراه با چندین روز استراحت برای بهبود بیماری لازم است.

بایدها و نبایدهای غذایی
اگر از زخم معده رنج می‌برید یا علائم ابتدایی آن را احساس می‌کنید، خوراکی‌های زیر برای شما توصیه می‌شود:
لبنیات و به‌ویژه شیر (البته نه طی مدت بهبودی موقت)
گوشت و ماهی همراه با کمی چربی به شکل کبابی و همچنین تخم مرغ
غلات، سبزیجات و خمیرهای مخلوط با سبزیجات، پوره سبزجات
میوه‌های کاملا رسیده و شیرین به شکل تازه، پوره یا کمپوت
آب، نوشیدنی‌های رقیق و دمنوش‌های شیرین
روغن زیتون، آفتابگردان، ذرت، سویا و مارگارین

همچنین باید از این خوراکی‌ها اجتناب کرد:
پنیرهای شور و مانده
گوشت‌های پرچرب وتخم مرغ نیمرو یا آب‌پز
نان تازه، کیک‌های و شیرینی‌های شکلاتی، غلات سبوس‌دار
سبزیجات ایجاد کننده نفخ مانند کلم، گل‌کلم، پیاز، کنگر فرنگی و فلفل خام
میوه‌های ترش به شکل نارس، شربت و خام
قهوه، چای، شکلات گرم و نوشابه‌های گازدار

کره، خامه و روغن
سوپ‌های آماده، عسل، پاستا، انواع خمیرها، مرباجات، آبمیوه‌های کنسانتره، خوراکی‌های سرخ شده، شکلات، سس‌های تند، میوه‌های خشک و یخ.
علاوه‌بر رعایت نکات ذکر شده، بهتر است روش‌های طبیعی نیز در نظر گرفته شود:
دو عدد سفیده تخم‌مرغ هم‌زده را با دو قاشق روغن زیتون مخلوط کرده و چندبار در روز میل کنید.
۲ تا ۵ لیوان آب کرفس تازه (برگ وساقه) را در روز بنوشید.موز سبز پخته یا کبابی را هر روز بخورید زیرا موز یک لایه محافظ در برابر شیره‌های گوارشی ایجاد می‌کند.سبوس گندم را در برنامه غذایی بگنجانید زیرا درد ناشی از اسید گوارشی را تسکین می‌دهد.
دو عدد هویج را با یک برگ کلم سفید و یک لیوان آب در مخلوط کن بریزد. پس از صاف کردن، بین غذا جرعه‌های کوچک بنوشید.نصف بادمجان را با کمی نمک و یک قاشق جلبک دریایی مخلوط کرده و با نصف لیوان آب بخورید.یک لیوان آب را با یک قاشق بادرنجبویه و یک قاشق بابونه به مدت ۵ دقیقه بجوشانید. بگذارید بماند و هر شب بعد از شام میل کنید.

منظم یا از دست دادن خون ممکن است این خطر را کاهش دهد.
براساس مطالعات مبتنی‌بر شواهد، مصرف بالای آهن هم ممکن است خطر ابتلا به سرطان روده بزرگ را افزایش دهد.آزمایش‌های بالینی در انسان نشان داده‌اند که آهن هم از مکمل یا گوشت قرمز ممکن است تشکیل ترکیبات سرطان‌زای N-nitroso را در دستگاه گوارش افزایش دهد.ارتباط گوشت قرمز و سرطان یک موضوع به‌شدت مورد بحث است. اگر چه برخی از ساز و کارهای احتمالی در توضیح این مطلب وجود دارد بسیاری از شواهد بر مطالعات مشاهده‌ای است.

آهن و خطر ابتلا به عفونت
هم آهن اضافی و هم کمبود آهن به نظر می‌رسد باعث مستعد شدن ابتلا به عفونت شود.
دو دلیل برای این ادعا وجود دارد:
سیستم ایمنی بدن از آهن برای کشتن باکتری‌های مضر استفاده می‌کند؛ به‌طوری‌که مقداری آهن برای مبارزه با عفونت مورد نیاز است.افزایش میزان آهن آزاد سبب تحریک رشد باکتری‌ها و ویروس می‌شود؛ بنابراین آهن بیش از حد می‌تواند خطر ابتلا به عفونت را افزایش دهد.مطالعات متعددی نشان می‌دهد که مصرف مکمل آهن ممکن است تعداد و شدت عفونت را افزایش دهد اگر چه چند مطالعه، عارضه‌ای را گزارش نکردند.افراد مبتلا به هموکروماتوز ارثی نیز بیشتر در معرض عفونت هستند.برای بیماران در معرض خطر بالای عفونت، باید در مصرف مکمل آهن تصمیم‌گیری کرد و همه خطرات بالقوه باید در نظر گرفته شود.

ورزش

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

نظرسنجی برنامه نود در مورد بهترین تیم تاریخ ایران ادامه دارد

مصائب قضاوت!

عادل فردوسی‌پور در ادامه نظرسنجی‌هایش برای تعیین ترکیب بهترین تیم تاریخ فوتبال ملی ایران در ۳۰ سال گذشته، این هفته انتخاب بهترین مدافع چپ را به همه‌پرسی گذاشت. کارشناسان نود برای این بخش، ۵ گزینه را انتخاب کرده بودند. اصغر حاجیلو، رضا شاهرودی، مجتبی محرمی، مهرداد میناوند و صادق ورمزیار، پنج نفری بودند که در این نظرسنجی شرکت داده شدند. در نهایت هم بعد از ۳ ساعت، حدود یك میلیون و ۳۰۰هزار نفر در این رقابت شرکت کردند و مجتبی محرمی را با بیش از ۴۲ درصد آرا به‌عنوان فرد منتخب به ترکیب اصلی رساندند. مهرداد میناوند و رضا شاهرودی با ۱۸ و ۱۷ درصد آرا دوم و سوم شدند و دو گزینه دیگر یعنی حاجیلو و ورمزیار با کسب ۱۱ و ۹ درصد آرا رتبه‌های چهارم و پنجم را به خودشان اختصاص دادند. در باب آنچه در مهم‌ترین برنامه فوتبالی رسانه ملی در حال رخ دادن است و به میانه‌های راه رسیده، نکات و ملاحظات مهمی وجود دارد.

داوری با چشمان بسته

راه افتادن نظرسنجی سریالی برای انتخاب بهترین ترکیب تیم ملی ایران، بار دیگر باعث اوج گرفتن بحث در مورد یك نقطه ضعف قدیمی برنامه نود شده است. خیلی‌ها می‌گویند آنچه عادل فردوسی‌پور هنگام طرح چنین نظرسنجی‌هایی از یاد می‌برد، میانگین سنی بخش بزرگی از مخاطبان است. به روایت روشن‌تر، بسیاری از بیننده‌های نود در حال حاضر بین ۱۵ تا ۲۵ سال دارند. بنابراین چنین جمعیتی هرگز نمی‌تواند هنرنمایی بازیکنان در دهه‌های ۵۰، ۶۰ یا حتی ۷۰ را دیده باشد. عادل اما بی‌اعتنا به این موضوع اساسی، کیفیت بازیکنان قدیمی را در معرض قضاوت قاضیانی قرار می‌دهد که هیچ شناختی نسبت به آنها ندارند. فردوسی‌پور برای پرکردن این حفره، بارها از مخاطبان مسن‌تر خواسته در مورد بازیکنان قدیمی اطلاعاتی را در اختیار نسل فعلی قرار بدهند. با این حال خود او خوب می‌داند که چنین اتفاقی شدنی نیست و تازه هیچکس نمی‌تواند صرفا بر اساس شنیده‌ها، داوری صحیح انجام بدهد. کافی است به نظرسنجی همین هفته نگاه کنیم و به یاد بیاوریم جوان‌ترین گزینه عادل یعنی مهرداد میناوند، دقیقا یك دهه پیش کفش‌هایش را آویخته است. در این شرایط شاید حکم دادن حتی در مورد توانایی‌های او هم سخت باشد، چه برسد به اصغر حاجیلو!

چاله ۷ درصدی

این هم یك مشکل قدیمی دیگر است؛ اینکه قضاوت بسیاری از مخاطبان برنامه نود در نظرسنجی‌های کیفی، به سمت اکثریت میل می‌کند. به عبارت دیگر، خیلی از بیننده‌های این برنامه برای رای دادن منتظر آگاهی از نظرات سایرین می‌مانند و بعد به جبهه اکثریت می‌پیوندند؛ یك آفت جدی که صحت خیلی از نظرسنجی‌ها را مخدوش می‌کند. در سال‌های ابتدایی برگزاری نظرسنجی، وضع از این نظر بسیار بدتر بود و خیلی از مواقع اعلام زودهنگام نتایج باعث می‌شد کلیه معادلات به هم بخورد. فردوسی‌پور برای حل این مشکل تصمیم گرفت اولین نتایج نظرسنجی را ساعت ۱۲ شب اعلام کند. این ترفند اگرچه باعث کمرنگ‌تر شدن مشکلات شده، اما مساله را از ریشه حل نکرده است. به‌عنوان مثال در مسابقه همین هفته، وقتی نتایج ابتدایی اعلام شد محرمی تنها ۳۵ درصد رای‌ها را در اختیار داشت، اما دو ساعت بعد که نتیجه نهایی روی آنتن رفت، سهم آقا مجتبی به ۴۲ درصد رسیده بود! این چاله ۷ درصدی با هیچ منطقی در حوزه پژوهش‌های اجتماعی جور درنمی‌آید، اما به بخشی ثابت از برنامه نود تبدیل شده است.

یك مشکل تاکتیکی

اساسا انتخاب بهترین تیم تاریخ همیشه و در همه جای جهان یك امر به شدت سلیقه‌ای است که معمولا به وسیله رسانه‌های محدودتر مثل مطبوعات انجام می‌شود. در حقیقت انتخاب چنین ترکیبی توسط یك رسانه به بزرگی تلویزیون رسمی ایران، امری کم‌سابقه محسوب می‌شود. اگر بخواهیم چنین رقابتی را ترتیب بدهیم، ناچاریم دست به یك قضاوت ابتدایی بین خیلی از بازیکنان بزنیم و بعد در حالی که بسیاری از آنها در طول دوران فوتبال‌شان در چند پست بازی کرده‌اند، به میل و سلیقه خودمان آنها را فقط در یك پست محصور کنیم. مثلا مهدی مهدوی‌کیا در حالی در این نظرسنجی به پست هافبك راست منتقل شد که خیلی‌ها او را یك دفاع راست کلاسیك با پیستون سنتی می‌دانند که هر دو تای اینها با هم فرق دارد. مشکل دیگر به انتخاب سیستم پایه چنین تیمی مربوط می‌شود. مثلا کارشناسان برنامه نود برای این تیم منتخب، سیستم ۲-۴-۴ را انتخاب کرده‌اند، در حالی که تیم ملی کشورمان در بسیاری از سال‌های اخیر با ترکیب‌های چهار محوری مثل ۱-۳-۲-۴ بازی کرده است. این تفاوت مثلا در ادامه راه باعث خواهد شد از بین کریم باقری، جواد نکونام و آندرانیك تیموریان فقط یك نفر در ترکیب اصلی جا بگیرند، در حالی که می‌شد با سیستمی دیگر، دو نفر از این ستاره‌ها را در ارنج گنجاند. به هر حال چنان که در ابتدای این بند گفتیم، موضوع انتخاب تیم منتخب به شدت سلیقه‌ای است و جای بحث فراوان دارد.

پنج نفر مشخص شدند

در حال حاضر پنج بازیکن عقب زمین ترکیب تیم منتخب مشخص شده‌اند. بر اساس نظر مردم، احمدرضا عابدزاده گلر این تیم است، زرینچه و محرمی در دو سمت راست و چپ خط دفاعی قرار گرفته‌اند و دو مدافع میانی هم محمد پنجعلی و سید جلال حسینی هستند. نظرسنجی برای انتخاب نفرات میانی و هجومی در هفته‌های آتی ادامه خواهد داشت.

استقلالی‌ها تحریم کرده‌اند؟

یك نکته جالب در مورد نظرسنجی اخیر، مربوط به حضور کمرنگ استقلالی‌ها می‌شود. معمولا در نظرسنجی‌های برنامه نود بین سرخابی‌ها رقابت وجود دارد و آنها فارغ از جنبه‌های کیفی سوال، سعی می‌کنند گزینه منتسب به خودشان را بالا بکشند. با این وجود در جریان انتخاب بهترین مدافع چپ بعد از انقلاب، استقلالی‌ها حضور کمرنگی داشتند؛ طوری که تنها ۲۱ درصد آرا به سبد بازیکنان سابق آنها واریز شد و ۷۹ درصد بقیه را سه‌پیشکسوت پرسپولیس به دست آوردند. این موضوع به ویژه از آن جهت حائز اهمیت است که بدانیم دو هفته پیش صفحه اینستاگرام منتسب به باشگاه استقلال در پستی خواهان تحریم تماشای نود و شرکت در نظرسنجی این برنامه به وسیله هواداران شده بود!

www.persianweekly.co.uk

CHELSEA EXCHANGE

صرافی چلسی

Chelsea Exchange

صرافی چلسی از سال ۱۹۹۵ فعالیت خود را در زمینه خرید و فروش ارزهای رایج در سراسر جهان آغاز نموده و هم اکنون با گذشت نزدیک به ۲۰ سال فعالیت مداوم و مستمر ، با داشتن کادری متخصص ومجرب به کمک ایزد منان و اعتماد هم میهنان عزیزمان توانسته است کلیه مبادلات را در سراسر جهان با سریعترین راههای موجود با اعتبار و اطمینان بخشی بالا انجام دهد. حسن انتخاب و اعتماد شما هموطنان عزیز بزرگترین سرمایه شرکت می باشد.

www.ckexchange.com

Tel: 020 3291 3214
Fax: 020 3300 5800
Mobile: 074 3224 5011
London,1 Kensington Mall,W8 4BE

020 7229 2820
020 7243 1635

Twitter: CK exchange
Facebook: CK exchange

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.

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.

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

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

جدول و سرگرمی

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

طالع بینی هفتـــگی

چند کلمه برای آنهایی که این هفته تولدشان است

دوست عزیزی که ۲۹ مهر به دنیا آمده ای، تولدت مبارک! امسال تولدتان برای شما ایده های خلاقانه و فرصت های بیشماری را به ارمغان خواهد آورد. در واقع به زودی آنقدر ایده ها و برنامه ها و پروژه های جدید و مختلف در سر خواهید داشت که نمی دانید از کدام باید شروع کنید. قدر این همه خلاقیت و انرژی را بدانید و در زندگیتان برای تجربه های تازه جا باز کنید. این را به یاد داشته باشید که در حال حاضر هر چقدر محکمتر به یک نقشه بچسبید پیشروی کردن در آن به همان اندازه سخت تر خواهد شد. اکنون لازم است که توانایی های ذهنی و آگاهی خود را افزایش دهید و بی آن که قضاوت کرده و یا نگران آینده باشید تاثیرات جدید را در زندگی خود بپذیرید. خیالتان رات باشد که با فرا رسیدن زمستان راه خود را پیدا خواهید کرد و برای قدم های بعدی خود برنامه ریزی درستی خواهید داشت. یادتان باشد که در هر شرایطی برای آنهایی که دوست دارید، به ویژه شریک عاطفیتان، به اندازه کافی وقت بگذارید.

متولد فروردین (بره):
این اواخر اتفاقی افتاده است که به طور غیر منتظره ای احساساتی را در شما به وجود آورده که باعث شده است در انتظاراتی که از دوستانتان دارید تغییراتی به وجود بیاید. این موضوع به صورت نامحسوس روی رویکرد و رفتار شما تأثیر خواهد گذاشت. خوشبختانه این تغییر رویه هم برای شما و هم برای طرف مقابلتان نتایج خوبی به همراه خواهد داشت؛ البته به شرط آنکه منافع جمع را نسبت به نیازهای شخصیتان در اولویت قرار دهید. در حال حاضر سریعترین راه رسیدن شما به خوشحالی راضی نگه داشتن دیگران خواهد بود. این هفته اگر از خودتان انعطاف پذیری نشان دهید خوشحال کردن عشقتان آنقدر کار ساده ای خواهد بود که فکرش را هم نمی توانید بکنید.

متولدین اردیبهشت (گاو):
این هفته ممکن است در محل کارتان در موقعیت پیچیده ای قرار بگیرید که حتی با گفتن حقیقت هم نتوانید آن را به سادگی حل کنید. هر چقدر هم در انجام کارهایتان نیت خوبی داشته باشید احتمال دارد دیگران آن را اشتباه برداشت کنند، پس بهتر است فعلا تا جایی که می توانید احساسات خود را محدود کرده و سرتان به کار خودتان باشد. گاهی باید نکته را در مورد بعضی ها به یاد داشته باشیم که خواب پادشاهان بهتر از بیداری آنهاست! این هفته تا جای ممکن احتیاط را کنار نگذارید و حواستان به اطرافتان باشد. اگر موضوعی را باید با عشقتان در میان بگذارید که فکر می کنید باعث ناراحتی و مشکل خواهد شد بهتر است یکی دو روزی دست نگاه دارید.

متولدین خرداد (دوقلوها):
این هفته رویاهایتان فرصتی برای به حقیقت پیوستن خواهند یافت، ولی این فرصت فوق العاده را با فکر کردن به اهداف غیر منطقی و دست نیافتنی هدر ندهید. در حال حاضر سرشار از انرژی و بیقرار هستید و نمی توانید خودتان را کنترل کنید. خوشبختانه می توانید از این انفجار انرژی استفاده مفید بکنید و آن را برای انجام کارهایی استفاده کنید که نتایجی مثبت برایتان خواهند داشت. خیلی زودتر از آنچه که فکرش را بکنید به یک سفر کاری و یا تفریحی خواهید رفت. این انرژی و هیجانی که احساس می کنید را به رابطه عاطفی خود نیز انتقال دهید و بدون برنامه ریزی قبلی عشقتان را به جای جدید و هیجان انگیزی برده و او را غافلگیر کنید.

متولدین تیر (خرچنگ):
این هفته حتی اگر از درون میل به تنهایی و انزوا داشته باشید هم حسی به شما می گوید که بودن در جمع دوستان و همکاران برایتان خیلی بهتر خواهد بود؛ زیرا از طرفی دلتان می خواهد که در دنیای تفکرات و خیالات خود غرق شوید، ولی از طرف دیگر نیز دوست دارید افکارتان را با دوستان و نزدیکانتان در میان گذاشته و از دانش و آگاهی آنها نیز استفاده کنید. همین موضوع ممکن است باعث شود با حرف های ضد و نقیض و طولانیتان سر دوستانتان را به درد بیاورید. پس بهتر است سعی کنید کمی در خلوت خود باقی بمانید تا کمی از لحاظ فکری به ثبات و آرامش برسید. با کسی که دوست دارید در آرامش و به تنهایی وقت بگذرانید و اگر دوست داشتید با او درباره این حالت خود صحبت کنید.

متولدین مرداد (شیر):
این هفته میل به فعالیت و ایجاد پیشرفت در زمینه کاریتان از یک طرف و وابستگی به عشقتان و علاقه به وقت گذراندن با او از طرف دیگر شما سر دو راهی سختی قرار خواهند داد. ممکن است احساس کنید که تحت فشار قرار گرفته اید و انتخاب یکی از این دو برایتان سخت باشد، ولی به نفعتان است که این هفته احساساتی بودن را کنار گذاشته و منطقی رفتار کنید. احساسات خود را کنترل کرده و قبل از هر کاری به وظایفتان رسیدگی کنید و پرداختن به مسائل عاطفی را به بعد از انجام مسئولیت های اصلیتان موکول کنید. اکنون برای رسیدگی کردن به امو کاری زمان بسیار مناسبی است و می توانید نتایج قابل توجهی بگیرید، پس کمی دندان روی جگر بگذارید.

متولدین شهریور (سنبله):
شما به طور ذاتی توانایی زیادی در تجزیه و تحلیل اطلاعات موجود در دسترس خود و انتخاب موثرترین راه ممکن برای انجام کار مورد نظرتان دارید. با این حال این هفته نظم دادن به افکارتان کار چندان ساده ای نخواهد بود؛ به ویژه این که وسواس همیشگیتان نسبت به جزئیات در اوج خود قرار دارد و مانع داشتن دیدی صحیح و کلی می شود. کاری که این هفته باید بکنید این است که فکر نکنید جواب همه مسائل را می دانید و به هیچ عنوان عجله نکرده و زود تصمیم گیری نکنید. با آرامش و طمأنینه قدم بردارید تا بعدا از این که زود دست به کار شده اید پشیمان نشوید. این موضوع در مورد روابط عاطفیتان نیز صدق می کند، اگر مشکلی در کار است اول همه جوانب را در نظر بگیرید و به اصل ماجرا پی ببرید.

متولدین مهر (ترازو):
عدم تعادل بین آنچه تا کنون فکر می کرده اید درست است و تجربه های فعلیتان باعث شده که نسبت به تمام باورهای خود شک کرده و آنها را مورد بازنگری قرار دهید. شاید این موضوع فشار و استرس بسیار زیادی به شما وارد کند، ولی خیالتان از این جانب راحت باشد که این وضعیت موقتی است. در حال حاضر با مشاهده تفاوت قابل تأمل موجود بین واقعیت و آنچه شما در ذهن خود می پرورانده اید ، بین عقل و قلبتان تنش هایی به وجود آمده است.برای غلبه به این وضعیت کافی است به خودتان یادآوری کنید که برای رسیدن به یک مقصد تنها یک راه وجود ندارد. اگر از رابطه عاطفی خود راضی نیستید این هفته روز خوبی برای تصمیم گیری در مورد آن نیست، کمی به خود و طرف مقابلتان وقت بدهید.

متولدین آبان (عقرب):
فرصت های بسیار زیادی در حال حاضر شما را به سوی خود فرا می خوانند ، ولی دنبال کردن این فرصت ها به شما استرس بسیار زیادی وارد خواهد کرد و مانع رسیدگی مناسب شما به زندگی شخصیتان خواهد شد. هنگام تصمیم گیری باید این نکته را حتما در نظر بگیرید که داشتن ثبات و آرامش در زندگی شخصیتان نیز تأثیر بسیار زیاد و انکارناپذیری روی میزان احساس خوشبختی شما دارد. با چشم های بسته به دنبال جاه طلبی های خود ندوید و پیش از هر چیزی اولویت های خود را مشخص کنید. مشورت کردن با نزدیکان و به ویژه شریک زندگیتان در این زمینه به شما کمک بسیار زیادی در گرفتن تصمیم صحیح خواهد نمود.

متولدین آذر (کمان):

وقتی پای گفتن حقیقت در میان باشد شما فرد بسیار رکی هستید و با صداقت آزار دهنده ای حقیقت را به زبان می آورید که گاهی نتایج غیر قابل انتظاری برایتان خواهد داشت. این اواخر ممکن است یکی از همکارانتان را با بیان مستقیم آنچه در ذهنتان می گذشته است دلخور کرده باشید ولی حالا مجبور هستید این وضعیت نامطلوبی که ناخواسته به وجود آورده اید را درست کنید. مشکل کار در این است که شما فکر می کنید حرفتان کاملا صحیح بوده است و از گفتن آن اصلا پشیمان نیستید. در هر صورت برای منافع خودتان هم که شده بهتر است این جام زهر را بنوشید و از این داستان درس عبرت بگیرید. گفتن حقیقت بهترین سیاست است، به شرط آنکه احساسات دیگران را نیز در نظر بگیرید.

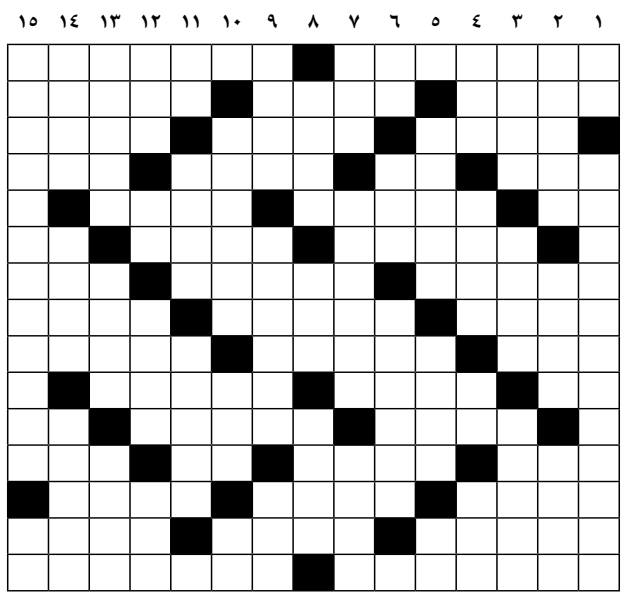
متولدین دی (بز):
اگر دارید روی پروژه ای کار می کنید بد نیست این هفته کمی از سرعت کارتان کم کنید تا بتوانید مشکلات احتمالی را پیش از آن که برایتان دردسر ساز شوند دیده و حل کنید. خوشبختانه شما این قدرت را خواهید داشت که چنانچه یک جای کارتان به مشکل بر بخورد پیش از آن که این مشکل بزرگ و از کنترل خارج شود آن را تشخیص داده و برطرف کنید. پیش از آن که با نیروی تمام به پیشروی ادامه دهید تمام جوانب را بررسی کرده و جلوی هر مشکل احتمالی را بگیرید. این هفته حتی اگر در رابطه عاطفیتان مشکلی وجود داشته باشد هم خیلی خوب از پس مدیریت آن بر خواهید آمد و این کار شما باعث خواهد شد که مورد تحسین طرف مقابلتان قرار بگیرید.

متولدین بهمن (ظرف آب):
با وجود آن که نبوغ و قدرت خلاقیتتان همچنان در اوج خود قرار دارد، ممکن است آنقدر ذهن خود را روی عملی کردن یکی از نقشه های خود به همان روشی که در فکرتان است مشغول کنیدکه برای خودتان دردسر درست کنید. در حالی که تمام شرایط موجود می گویند که باید استراتژی خود را عوض کنید شما همچنان روی نقشه قبلی خود پافشاری می کنید. بر خلاف آنچه خودتان فکر می کنید در حال حاضر انعطاف پذیری به نفعتان تمام خواهد شد و به هیچ عنوان نشان دهنده ضعف شما نیست. اجازه دهید منطقتان کنترل شما را در دست بگیرد. فکر نکنید که رابط عاطفیتان باید دقیقا همانطوری که شما دلتان می خواهد پیش برود و نسبت به کسی که دوست دارید انعطاف پذیر باشید.

متولدین اسفند (ماهی):
در ظاهر اینطور به نظر می رسد که این هفته خیلی خوب می توانید در مورد نیازها و خواسته هایتان با دیگران صحبت کنید، ولی در واقع در قلبتان غوغایی برپاست که هیچ کس از وجود آن خبر ندارد. در حال حاضر خواسته هایتان در چالش و کشمکش با یکدیگر هستند و نمی دانید که چطور باید آنها را بیان کنید که سوء تفاهمی هم به وجود نیاید. راستش را بخواهید این هفته کمی تنهایی برای شما خیلی خوب خواهد بود. این آرامش به شما کمک خواهد کرد که درگیری های ذهنی خود را برطرف کرده و تکلیفتان را با خودتان مشخص کنید. اگر در رابطه عاطفیتان مشکلی وجود دارد بهتر است در مورد آن با دیگران صحبت نکنید، خودتان بهتر از هر کس دیگری می توانید در حل این مشکل تأثیر گذار باشید.

چاپ آگهی در هفته نامه پرشین
بازار کار را وسیع تر و مشتریان
شما را بیشتر می کند!
۰۷۸۱۱۰۰۰۴۵۵

جدول عادی



افقی:
۱-بزرگ‌ترین شـــهر کشـــور چین و هشـــتمین شـــهر بزرگ جهان- پـــرده‌دار کعبه و از بـــزرگان قبیله قریش و شهر مکه بود
۲- ســـمت چپ- قســـمت‌کننده- نامناسب
۳- میوه خشـــک مغذی است و از خشکبارها- تست هوش معروف- ادویه محبوب هندی‌ها
۴- خزنـــده نیشـــدار- رنـــگ مو- سوراخ گوش- جوان
۵- متضاد ماده- عـــداوت- مقابل تندی و سرعت
۶- خوشمزه- روا- چشیدن
۷- فرزنـــدان- ناگهـــان- برطـــرف کردن
۸- سخن، حرف- حدیث- شهری در انگلستان
۹- میـــوه خوشـــبو- پنـــد- واجب نیست
۱۰- هالوژن نمک- از انواع زردآلو- اسب اصیل
۱۱- چند امین- نجات یافتن- حرف صلیب
۱۲- پلوی آبکش نشده- تاکنون- دو یار هم قد- فلز زرد گرانبها
۱۳- سنگ‌انداز- در تورات از وی با عنوان «مادر ملت‌ها» یاد شده است- درخور نیاز
۱۴- مساوی- نوعی پارچه زمخت- دم زنی
۱۵- باغ خرما- احساساتی و خیالپرداز

عمودی:
۱-چیز- گازی بسیار سمی
۲- جوشگاه زخم- مولود و کودک- نام پدر حضرت ابراهیم(ع)
۳- پراکنده کننده- سوغات شهر قمصر- سهل‌انگاری
۴- ضد سرد- جاودانگی- شهر زیارتی ایران- آدم بسیار سختگیر
۵- درختی همیشه سبز- خودمان را در آن می‌بینیم- عریان
۶- مایه- حوض کوچک- نوزایی
۷- زمخت و درشت‌اندام- انهدام- اتاق قطار
۸- واحد لیتر- دوست- پس‌انداز
۹- همه، همگی- اثاث همراه عروس- بد و زشت
۱۰- ضربـــه فنی در بوکس- مرزبان- دریا
۱۱- خـــم بزرگ- ســـرود- لجنزار
۱۲-شرکت کامیون امریکایی- ســـدی درجنوب کشور- زبان عرب- پایتخت باستانی اروپا
۱۳-پادشاه حبشه-روییدن- سرشت
۱۴- قلعه- گشاینده- جبران کردن
۱۵- بازیگـــر مـــرد فیلـــم چ (۱۳۹۳) اثـــر ابراهیـــم حاتمی‌کیا-جنبش

جدول ویژه

افقی:
۱-بزرگترین شهر استان کبک در کانادا- فیلمی به کارگردانی هادی مقدم دوســـت محصول سال ۱۳۹۱
۲- با پاخت تبانی است- جاده هموار و شن‌ریزی شده- وسیله توزین
۳- بنفش پررنـــگ- خوابیده- منظور
۴- مخفـــف گنـــاه- مرکز ایالت بروتاین فرانسه- وبا- رنگ خون
۵- نوعی خرمای سیاه- واضح- آبگوشت ساده
۶- آیین‌ها- حمله- قهوه
۷- مرطـــوب- اولاد امامان(ع)- ناب
۸- مـــورخ معـــروف- از بیماری‌های مشـــترک انسان و حیوان- پارسنگ ترازو
۹- چاهـــی اســـت در جهنـــم- قرابت- شهری در همدان
۱۰- مترادف آشغال- شماره- دربایست
۱۱- منبر- تا زمانی که- درخت انگور
۱۲- تزویر- پوپک- کارگاه جولاهی- امر به تاختن
۱۳- فلانی- ساز سیمی- ارتش
۱۴- سرخرگ- لقب شیطان- کافر
۱۵-اتومبیل ایتالیایی- مهمانخانه ماهانه

عمودی:
۱-تیم کرمانی- اثری از هرتا مولر خانم نویسنده آلمانی
۲- عکس‌العمل- اراده خدا- قدرت
۳- برگزیده- نشان افتخار- کانالی که در قدیم می‌ساخته‌اند
۴- خالکوبی- مسلک، عقیده- متضاد ماده- پسوند شباهت
۵- اقامتگاه شاه- کتاب نظامی- بوی کهنگی
۶- سوپ ایرانی- در بیمارستان خدمت می‌کند- پریشان، آشفته
۷- رنگ- مجاور- بیماری سگی
۸- بی صدا و بی‌حرکت- نام پسرانه- درجه‌بندی شده
۹- ستاره معروف- معجزه حضرت موسی(ع)- چپق
۱۰- شـــهری در اســـتان کردســـتان- صـــف- من و شما
۱۱-پرستیدنی در جاهلیت- مقابل دنیا- هم‌رأی
۱۲-حجم فرعونی- سایه- نه سرد نه گرم- خورشید
۱۳- بنـــدری درجنـــوب فرانســـه- خانـــه بـــزرگ- پارچه پرسوراخ!
۱۴- عـــدد بلبل- نشـــانه علت یـــا دلیـــل- بالاپوش خانم‌ها
۱۵-فیلمی با بازی شان پن (۲۰۰۴)- رودی در روسیه

حل جدول عادی شماره ۵۶۹۶

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ا	ب	ب	ر	ا	ت	ش	ر	ی	خ	ت	ن	■	س	ا
۲	ز	ا	غ	ن	■	ز	ی	ا	د	■	ش	ه	ن	ا	ز
۳	گ	ل	ی	■	ک	■	ن	ی	ک	ل	■	ی	ا	ر	ب
۴	ش	■	ه	ا	ل	ی	■	ز	ی	ب	ا	■	ز	ک	ی
۵	ت	ا	■	س	ا	غ	ت	ن	■	خ	ن	ی	ا	■	ک
۶	ن	ن	و	■	م	ه	■	ا	ن	د	ک	■	ت	ف	
۷	م	س	ر	ت	■	ک	م	ا	ن	د	و	■	گ	و	ن
۸	ا	د	ا	ن	ا	■	ی	ق	ه	■	ه	و	ا	ی	ی
۹	ی	ا	م	■	ب	ی	ن	ا	د	ل	■	ت	م	ی	ز
۱۰	خ	د	■	ت	ب	ا	ه	■	ا	م	ل	■	ا	ت	ن
۱۱	ل	■	ک	ر	ن	ر	■	ن	م	ا	ب	ر	■	ی	د
۱۲	ق	و	ل	■	د	ر	س	ا	■	ز	ا	ی	و	■	ه
۱۳	ش	ا	ی	د	■	س	ر	م	ا	■	س	■	ل	ق	ا
۱۴	د	ل	ه	ر	ه	■	د	ی	س	ک	■	ن	و	ی	س
۱۵	■	ن	ا	ب	ر	ج	م	ه	م	ا	ن	د	و	س	ت

حل جدول ویژه شماره ۵۶۹۶

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ق	ل	ع	ه	ص	ی	خ	س	ل	ط	ا	ن	■	ز	ب
۲	ل	و	ل	و	■	ن	ا	ی	ب	■	ر	و	ب	ی	ه
۳	م	ن	م	■	پ	■	ک	ن	ا	ر	■	ن	ا	ن	ت
۴	ر	■	ا	ک	ر	م	■	م	س	ب	ب	■	ل	ب	ه
۵	و	■	س	■	ب	ا	ص	ف	ا	■	پ	ل	ا	س	■
۶	س	ر	م	■	گ	ل	ر	■	ح	ل	ا	ج	■	پ	ا
۷	ل	ک	ن	ت	■	ی	ا	د	ب	و	د	■	ه	ا	ن
۸	ط	و	ف	ا	ن	■	ه	و	و	■	ن	ی	م	ر	غ
۹	ن	ف	ی	■	پ	ی	ا	م	ب	ر	■	ز	ا	ن	و
۱۰	ت	ت	■	ک	ت	ا	ن	■	ا	ج	ل	■	م	ا	ش
۱۱	ی	■	ع	ر	و	س	■	م	ت	ع	ج	ب	■	س	ا
۱۲	ت	ا	ک	■	ن	ی	س	ت	■	ت	و	س	ن	■	م
۱۳	ا	ر	ا	ک	■	ن	و	ح	ه	■	ج	■	چ	ن	د
۱۴	ز	ی	س	ت	ن	■	د	ر	و	د	■	ی	و	گ	ی
۱۵	ه	ب	■	ف	ر	ا	ن	ک	ر	ا	ی	ک	ا	ر	د

IKB Travel &Tours LTD

Cheapest flights to Iran

£401 Mashad

£394 Tehran

£403 Isfahan

£401 Shiraz

£442 Tabriz

Emirates
Gulf Air
BRITISH AIRWAYS
QATAR
ROYAL JORDANIAN
TURKISH AIRLINES
EGYPTAIR

www.YouShouldTravel.com

0207 725 2260

www.Facebook.com/IKBtravel

IKB Travel & Tours, 230 Edgware Road, London, W2 1DW

Open Mon to Fri 9.30am till 6.00pm | Sat 10:00am till 6:00pm

IATA

No. 417
Friday 23 October 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

Published Since 2007
Registered as a Weekly Paper

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

LONDON FREE / All other UK major Cities 50p - European Countries €1.50 - Scandinavia : Kro 20.00 - USA: $2.00 - Other Countries: equivalent £2.00

انگلستان یک پوند – کشورهای اروپایی 1/50 یورو – کشورهای اسکاندیناوی 20 کرون – آمریکا 2 دلار – سایر کشورها معادل 2 پوند بهای تکفروشی: شهر لندن رایگان – دیگر شهرهای

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

Whoever became the confidant of his own heart, in the sacred fold of the Beloved remained:
He, who knew not this matter, in ignorance remained.
If, forth from the screen, went my heart censure not:
Thanks to God, that not, in the screen of thought, it remained.
Out from pawn for wine, the Sufis took their khirka:
Our darvish-habit, it was that, in the vintner's house, remained.
Mohtaseb became Sheikh and forgot his own sin.
Our tale is that which, at the head of every market, remained.
Every red wine that, from that crystal hand, I took,
Became the water of regret; and, in my eye, the jewel of rain remained.
Save my heart, that, from eternity without beginning to eternity without end, proceeded Thy lover,
I have heard of none, who ever in the work remained.
That, like Thy eye, it might become, the narcissus became sick:
Its habit was not gained by it; and, sick, it remained.
More pleasant than the sound of love's speech, naught I heard:
A great token, that, in this revolving dome remained.
A darvish garment, I had; and it concealed a hundred faults:
For wine and the minstrel, the khirka was pawned; and the mystical cord remained.
The Chinese painter became astonished of Your face,
Such that its story on very door and wall, remained.
One day, to the spectacle-place of Thy tress, Hafez's heart
Went that it would return; but, ever, captive to Thy tress, it remained.

غزلی از حافظ

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

هر که شد محرم دل در حرم یار بماند
وان که این کار ندانست در انکار بماند
اگر از پرده برون شد دل من عیب مکن
شکر ایزد که نه در پرده پندار بماند
صوفیان واستدند از گرو می همه رخت
دلق ما بود که در خانه خمار بماند
محتسب شیخ شد و فسق خود از یاد ببرد
قصه ماست که در هر سر بازار بماند
هر می لعل کز آن دست بلورین ستدیم
آب حسرت شد و در چشم گهربار بماند
جز دل من کز ازل تا به ابد عاشق رفت
جاودان کس نشنیدیم که در کار بماند
گشت بیمار که چون چشم تو گردد نرگس
شیوه تو نشدش حاصل و بیمار بماند
از صدای سخن عشق ندیدم خوشتر
یادگاری که در این گنبد دوار بماند
داشتم دلقی و صد عیب مرا می پوشید
خرقه رهن می و مطرب شد و زنار بماند
بر جمال تو چنان صورتگر چین حیران شد
که حدیثش همه جا در در و دیوار بماند
به تماشاگه زلفش دل حافظ روزی
شد که بازآید و جاوید گرفتار بماند

اثری از خطاط زن ایرانی به موزه بریتانیا راه یافت

اثری از عذرا عقیقی‌بخشایشی از مجموعه «منشات» به مجموعه موزه بریتانیا راه پیدا کرد و در بخش هنرهای اسلامی آن جای گرفت. مجموعه خط‌های عذرا عقیقی‌بخشایشی با عنوان «منشات» مهرماه سال گذشته در گالری هما به نمایش گذاشته شد.

این نمایشگاه جرقه انتقال یکی از آثار مجموعه را به موزه بریتانیا رقم زد. این خطاط با بیان اینکه منشات به معنای نوشتارهایی برگرفته از نامه‌نگاری‌ها و نسخه‌نگاری‌های قدیمی است، گفت: «این مجموعه شامل ۱۴ تابلوی ریزنویس است که یکی از آثار کوچک آن در مجموعه موزه بریتانیا قرار گرفت. این تابلو در اندازه ۵۰ در ۷۰ سانتی‌متر با تکنیک مرکب روی کاغذ آماده شده است».

او که در این مجموعه از خط کوفی استفاده کرده، درمورد به‌کارگیری این شیوه عنوان کرد: «از سال ۷۱ که برای پایان‌نامه‌ام با راهنمایی استاد نصرالله افجه‌ای در باره انواع خطوط کوفی تحقیق می‌کردم، به این شیوه علاقه‌مند شدم و از آن به بعد با تلفیق کوفی مشرقی، کوفی مغربی و کوفی اولیه، رسم‌الخطی از انواع خطوط کوفی را استفاده می‌کنم و ترکیب‌بندی کارهایم در آثار درشت و ریزنویس با همین خط است.

البته من با خط‌های دیگر مثل ثلث و نستعلیق هم کار کرده‌ام اما خط کوفی را به دلیل ارزش بصری بالا و آنچه که به اصل نزول قرآن برمی‌گردد، خیلی دوست دارم».عقیقی ادامه داد: «تابلویی که به موزه بریتانیا برده شده، متعلق به گنجینه دائمی این مکان است. با این‌حال این موزه درحال تکمیل بخش هنر اسلامی است و تصمیم دارد دو سال دیگر در نمایشگاهی، آثار این بخش را به نمایش بگذارد که این تابلو علاوه بر نمایش فعلی، در نمایشگاه دو سال آینده هم نشان داده خواهد شد».عقیقی که در سال ۸۸ کتابی با عنوان «زنان خوشنویس» منتشر کرد، در مورد جلدهای بعدی این کتاب گفت: «در پی تدوین جلد دوم کتاب هستم اما به دلیل کمبود وقت تاکنون این کار میسر نشده است. جلد اول را هم به‌تنهایی تحقیق کردم. البته صحبت‌هایی شده است که یک گروه تحقیقاتی به سرپرستی من برای جلد دوم کمکم کنند که در این صورت کتاب زنان خوش‌نویس تداوم خواهد داشت».

سایت گالری هما نیز درباره دلیل انتخاب تابلویی از عقیقی برای موزه بریتانیا به نقل از سارا جانسون از کیوریتورهای این موزه نوشته است: «برای ما جالب است زن معاصری از جهان اسلام ظرفیت‌های خط کوفی را این‌گونه در خلق فضای جدید به کار می‌بندد. این رخداد که به اهتمام فرح حاکمی ایجاد شده در ادامه تکمیل آثار معاصر توسط این موزه است».

حاکمی، کیوریتور و مجموعه‌دار هم در این مورد گفته است: «قرارگرفتن یک اثر کالیگرافی ایرانی متأخر در بخش اصلی موزه اتفاق بزرگی است زیرا تا به امروز هیچ قطعه خاورمیانه‌ای متعلق به سه دهه اخیر در سالن‌های بریتیش میوزیوم رونمایی نشده است».آثار عذرا عقیقی تاکنون در دوسالانه‌های آسیا و آرت فرهای وین، بازل، دوبی، ابوظبی، میامی و لندن به نمایش درآمده و در موزه اسلامی عربستان، موزه سلطنتی قطر، مجموعه البخاری، موزه مالزی و مجموعه‌های خصوصی در کشورهای مختلف نگهداری می‌شود.

هفته نامه پرشین رسانه ای
توانا برای تبلیغات شما

110,513
Advertise
with us

محل تبلیغات شما
۰۷۸۱۱۰۰۰۴۵۵
ad@persianweekly.co.uk