

زن، زندگی، آزادی  
مرد، میهن، آبادی



رستاخیز زنان آزادی خواه ایران  
در مسابقات جام جهانی فوتبال ۲۰۲۲ قطر

## اقتصاد مال خَر است !!

چنان می‌نماید که خمینی در این گفتار نیز «خدعه» کرده بود و متأسفانه استادان دانشگاه فرتورش را در ماه دیدند! اگر در اجتماعی استاد دانشگاه فرتور آدمیزاد را در ماه به‌بیند، از مردم عادی چه انتظاری می‌توان داشت؟ چه کسی آن استاد را به‌استادی دانشگاه پیشنهاد و چه کسی او را برای آن کار برگزیده بود؟

در این مورد بسیار گفته و نوشته شده و تنها کسی می‌تواند چنین شاهکاری در مورد اقتصاد به‌وجود آورد که از اقتصاد بویی نه‌برده و دانشی در این زمینه نداشته باشد.

امروز کار ملت ایران نوسازی است و هر مهندسی این را می‌داند که روی ویرانه نمی‌توان ساختمان ساخت. نخست بایستی ویرانه را از بن بر کند، زیربنا را پاک و سپس در آن زمین پایه‌های نو و محکم بنا کرد.

تا زمانی که خرافات دست و پاگیر مذهبی در مغز ایرانیان جای دارد، مانند پایه‌های یک ویرانه، نمی‌توان بر آن ساختمان ساخت.

شوربختانه چهار دهه است که ما گرفتاریم؛ در این چهار دهه هر کسی به پاخاست، ناموفق بود و شکست خورد!

در رژیم گذشته بیشتر گام‌ها در راه درست برداشته شدند، ولی کسی شهامت آنرا نداشت که پایه‌های جهل و خرافات را در جامعه ریشه‌کن کند.

خوشبختانه امروز جوانان درونمرز بیدار شده‌اند و به‌گفتار پایانی رسیده‌اند: یا مرگ یا آزادی.

با این جوانان می‌توان کار کرد و به آن‌ها یاری رساند که به‌آمال و آرزوهای خود برسند، ولی بدون یاره پرستی.

صورت مسئله «آزادی ایران» بایستی نوشته شده و طرح پیشنهادی و حل مشکلات با ایران‌یاران در سازمان‌های همراه و همفکر مطرح شوند.

شوربختانه در حال حاضر دولتی نداریم که این کار را به‌آن ارجاء کنیم و همچنین رهبری نداریم که مسئولیت این وظیفه‌ی میهنی را به‌او به‌سپاریم.

ملت ایران در این زمینه بایستی از آمریکائی‌ها بیاموزد که بر این گفته باور دارند:

«اگر چیزی را نیاز داری و آن چیز ارزشمند است، خودت آن را بساز.»

درگذشته، سازمان نوسازی و گسترش صنایع در ایران همین وظیفه را داشت و به آن عمل می‌کرد.

در این دوران حساس و آینده‌ساز برای ملت، رهبر و پیشوا درست ن‌کنید؛ ملت ایران پیرو و پشتیبان کسی می‌شود که به او ایمان و باور داشته باشد.

ملت ایران اگر چشم‌پسته و ناآگاهانه خمینی را باور کرد، در حال حاضر دارد تاوانش را پس می‌دهد.

ملت ایران باید به‌پذیرد آنچه به ما دادند درست نبود. ما بایستی «درست» را به‌یابیم و سپس آنرا به‌پذیریم.



شماره ۲۲۲، سال سی و دوم، دی ماه ۱۴۰۱

No. 222, ceD 20 22 /naJ 2023

## «تنها راه رهایی، آگاهی است»

مجله پژوهش زیر نظر شورای نویسندگان منتشر  
و به‌تمام گروه‌های ملی و آزادی‌خواه وابسته است

هم‌آهنگ کننده: دکتر مصطفی عرب

صاحب امتیاز: فاطمه عرب (M.B.A - M.A.)

مشاورین فنی: مهندس امیر و علی عرب

روابط عمومی: زهرا و دکتر لیلی عرب

دستیاران: پرینستون، عالیا و سوفیا

پژوهشگران و نویسندگان شخصاً مسئول

نظرات و نوشته‌های خود هستند

آدرس و شماره تلفن مجله:

9008 Caminito Vera  
San Diego, CA 92126

(858)566-5566

Email:

arya5@aol.com

## چرا پادشاه ایران می‌بایستی می‌رفت!؟

ما به تونس، سنگال و کشورهای متعدد دیگری در آفریقا، باری رسانده ایم.... این بار نوبت شماست که عمل کنید... منظور صندوق بین المللی پول است.  
(محمد رضا شاه پهلوی، مصاحبه با روزنامه لوموند، ۲۵ ژوئن ۱۹۷۴)

### \*\*\* اعلیحضرت محمدرضا شاه پهلوی:

«واقعیت آزموده عصر ما این است که دموکراسی گرسنه‌ها، دموکراسی فقیرها، دموکراسی بیمارها، دموکراسی بی‌خانمان‌ها، دموکراسی بیسوادها، حتی اگر با موازین فرمایشی مدعیان دفاع از دموکراسی تطابق داشته باشد، چیزی جز یک کاریکاتوری از دموکراسی بیش نیست...»

«در ایران امروز، نه حکومتی به مفهوم واقعی آن وجود دارد، و نه دولتی.... آنچه امروز در ایران می‌گذرد، یک جریان ضدانقلابی است بمنظور نابودی همه دستاوردهای ملی... بجای آن تمدن بزرگ، که من برای مملکت‌م خواسته بودم، امروز ایران به‌جانب وحشت بزرگ می‌رود و آنچه من در پایان این راه می‌بینم، متأسفانه، واقعیتی باز هم وحشت‌انگیزتر است، یعنی تبدیل ایران به «ایرانستان»»

(محمدرضا شاه پهلوی، مصاحبه مطبوعاتی، مکزیک، ۱۳ جون ۱۹۷۹)

### \*\*\* اعلیحضرت محمدرضا شاه پهلوی:

«در سال ۱۹۷۷ شرکت ملی نفت ایران با درآمدی معادل ۲۲ میلیارد دلار، مقام نخست را در میان ۵۰۰ شرکت سودآور و درجه یک جهان بدست آورد و با فاصله زیادی بر دو شرکت بزرگ نفتی جهان یعنی «اکسان» و «شل» پیشی جست... شرکت ملی نفت ایران، تنها شرکت غیرغربی بود که توانست در صف ده شرکت اول جهان قرار بگیرد.... بدین سان، وعده‌ای که مدتی پیش از آن به ملت‌م داده بودم که شرکت ملی نفت ایران را بصورت بزرگترین شرکت جهان درآورم! بخود جامه عمل پوشید...»

(محمدرضا شاه پهلوی، پاسخ بتاریخ ۱۳۵۹)



**۴۲ سال جوانی و عمرمان را هزینه دادیم  
تا بفهمیم ثروت ایرانیان نفت نبود، بلکه  
پادشاهی بود که گمان میکردیم با بیرون  
کردن او اخوندها ایران را بهشت میکنند**



## سخنان، مصاحبه‌ها و ایده‌های شاهنشاه آریامهر....

### در مورد ایران و دیگر کشورهای جهان

### \*\*\* اعلیحضرت محمدرضا شاه پهلوی:

این وضع که سیرهای جهان ثروتمندان، هر روز سیرتر به‌شوند و گرسنه‌گان جهان و فقیران هر روز گرسنه‌تر، قابل ادامه نیست!

باید کشورهای صنعتی و توانگر، سرانجام درک کنند که عصر تحصیل درآمدهای بی‌حساب از جیب مردم محروم و ستمزده‌ی جهان سوم به‌سر آمده است!

آنان باید کمربندها را محکم‌تر کنند و فرزندان و خانواده‌های مرفه که در هر وعده غذا، بیش از احتیاج خود مصرف می‌کنند، بیش از اندازه و نیاز اتومبیل دارند و خیلی چیزهای دیگر و روش‌های خود خواهانه‌ی جهان صنعتی، بیشتر بیاندیشند...

(مصاحبه با خبرنگاران بین‌المللی، تهران ۲ دی ۱۳۵۲)

### \*\*\* اعلیحضرت محمدرضا شاه پهلوی:

ما برای جبران زیانهایی که از بابت افزایش بهای نفت به‌کشورهای جهان سوم وارد می‌شود، به سهم خود به آنها کمک و یاری رسانده‌ایم.... مثلاً ما به هند و پاکستان و مصر هر کدام حدود یک میلیارد دلار کمک کرده‌ایم.... به سوریه ۱۵۰ میلیون دلار و به سودان نیز همینطور... البته ارقام دیگری هم هست که من فرصت نقل آنها را ندارم...



## تنهایی ملت ایران،

## در یک نبرد نابرابر با جهان

### چرا کشورهای دیگر از خیزش مردم ایران حمایت نمی‌کنند؟

- ۱- آمریکا می‌بایستی ۱۲۰ میلیارد دلار ثروت بلوکه شده ایران را همراه با سود ۴۳ ساله پرداخت نماید!
- ۲- ایران دیگر آن قدرت خاورمیانه نیست؛ اگر می‌بود، روند ایجاد روابط اسرائیل با کشورهای عربی متوقف می‌شد!
- ۳- با بازگشت مهاجرین ایرانی به وطن، کشورهای آمریکا، کانادا، استرالیا، ... و اروپا صدها متخصص درجه یک ایرانی را از دست می‌دهد!
- ۴- ترکیه دیگر کشور جلب توریست نبوده و میلیاردها دلار سرمایه خرید ملک توسط توریست‌ها را از دست خواهد داد!
- ۵- با ورود ایران به بازارهای نفتی جهان، آقایی عربستان سعودی در اوپک به‌پایان می‌رسد!
- ۶- قطر دیگر نمی‌تواند از منطقه گازی مشترک، چهارده برابر ایران برداشت کند!
- ۷- چین و هندوستان خرید نفت با فقط ده درصد قیمت بازار را از دست خواهند داد!
- ۸- عراق می‌بایستی خسارت جنگ هشت ساله را به ایران پرداخت کند!
- ۹- سوریه باید بدهی ۳۰ میلیارد دلاری به ایران را تسویه کند!
- ۱۰- روسیه نوکران دست به‌سینه‌ای (آخوندها) را از دست می‌دهد و سرقت اموال ایران در دریای مازندران (خزر) برای همیشه متوقف می‌شود!

### هوطنان عزیز؛

با توجه به‌موارد ذکر شده‌ی بالا، اینطور استنباط می‌شود در این رستاخیز و خیزش ایجاد شده تنها هستیم و می‌بایستی خودمان (ملت ایران) یار و یاور یکدیگر باشیم.

پاینده ایران

### \*\*\* اعلیحضرت محمدرضا شاه پهلوی:

«انتظار من این است که ایران در طول یک نسل، یکی از سربلندترین کشورهای جهان شود...  
ایران تا سیزده سال دیگر، به سطح فعلی کشورهای اروپایی خواهد رسید و طی ۲۵ سال آینده از آنها پیشی خواهد گرفت...  
هدف نهایی من ایجاد یک ایران درجه یک است که در آن ملتی مرفه، سربلند، آزاد و متکی به خویش زندگی کند.  
من هیچوقت رسیدن ایران را به بالاترین قله‌ها، امری غیرممکن ندیده‌ام...»

(محمدرضا شاه پهلوی، مصاحبه با تلویزیون اتریش، ۲۵ دی ۱۳۵۳)

### \*\*\* اعلیحضرت محمدرضا شاه پهلوی:

«مهم این است که همه کشورهای خارجی اعم از آمریکا و دیگران بدانند که اگر خواستار یک ایران درجه سه و یا درجه چهار هستند، ما زیر بار چنین چیزی نمی‌رویم...  
ما حتی یک ایران درجه دو را نمی‌پذیریم و به چیزی کمتر از ایران درجه یک قانع نیستیم...  
اگر آنها این را قبول داشته باشند، باید با ما بر مبنای همین طرز فکر عمل کنند، آنوقت ما برنامه‌ریزی‌های لازم را برای رسیدن به چنین جایگاهی دنبال می‌کنیم...»

ایالات متحده شاید خیلی طبیعی تلقی کند که آلمان فدرال بیش از هزار هواپیمای جنگی داشته باشد، درحالی‌که فضای هوایی این کشور در برابر فضای هوایی ایران یک به چهار هزار است و از سوی دیگر، خطری که آلمان را تهدید می‌کند، بسیار خردتر از خطری است که موجودیت ما را تهدید می‌کند.  
با این وجود، هنگامی که ما ۱۶۰ فروند هواپیمای سفارش داده‌ایم، مورد انتقاد قرار گرفته‌ایم که یک کشور درجه دو و سه، چه حقی دارد که این همه تسلیحات داشته باشد؟!»

(مصاحبه محمدرضا شاه پهلوی با «کریستین ساینس مانیور، ۴

مارس ۱۹۷۸)

### \*\*\* اعلیحضرت محمدرضا شاه پهلوی:

«هر ملت حق دارد و باید به تمدنی پیشرفته دست یابد، بویژه ما ایرانیان به چنان تمدنی باز گردیم .... این حقی است که قانون تکامل تاریخ به ما داده است و هیچ نیرویی در جهان نیست که بتواند آنرا از ما سلب کند...»

(محمد رضا شاه پهلوی، پاسخ به تاریخ ۱۳۵۹)



### تغییر نام خیابان ولی عصر در تهران به خیابان پهلوی

گروهی از کاربران در اقدامی اعتراضی با استفاده از ابزار گزارش گوگل نام خیابان ولیعصر را در نسخه وبسایت و اپلیکیشن نقشه گوگل به پهلوی تغییر داده‌اند؛ اقدامی که با استقبال ایرانیان روبرو شده است. نقشه آنلاین گوگل ابزاری برای گزارش‌های کاربران دارد تا تغییرات از این طریق در نقشه بازتاب پیدا کند و اشتباهات نقشه رفع شود. این احتمال مطرح است که برخی از مخالفان جمهوری اسلامی با استفاده از این ابزار موفق شده‌اند نام خیابان «ولی عصر» را تغییر دهند. پیشتر نام خیابان «وزرا» نیز به «مهسا امینی» تغییر کرده بود.

### روزنامه فایننشال تایمز:

#### «زنان ایران» «با نفوذترین زنان جهان در سال ۲۰۲۲»

قرار بود در فهرست با نفوذترین زنان جهان ۲۵ زنی که در سال جاری میلادی در زمینه‌های مختلف به دستاوردهای قابل توجه دست پیدا کرده‌اند، انتخاب شوند، اما در کنار ۲۴ زنی که نامشان به فهرست راه پیدا کرده، «زنان ایران» به شکل گروهی انتخاب شده‌اند.

روزنامه فایننشال تایمز در مطلبی به قلم کریستین امانپور، روزنامه‌نگار سرشناس، می‌نویسد:

«آنها (زنان ایرانی) به دنبال حقوق بشر بنیادینی هستند که برای دوره‌ای طولانی از آنها دریغ شده: کرامت، کنترل بر بدن خود و آزادی برای زندگی امن در کشورش خودشان.»

خانم امانپور در این مطلب تاکید کرده که روسری از «ستون‌های بنیادین اسلام» نیست و نوشته است:

«تحمیل (حجاب) به زنان، آن را به سازوکاری برای کنترل تبدیل می‌کند؛ چه توسط طالبان در افغانستان انجام شود و چه رهبران مذهبی در ایران یا سراسر جهان عرب.»

او بعد از شرح ابعاد سرکوب و دستگیری‌ها در ایران می‌نویسد: «هیچ کس نمی‌داند کجا یک خیزش در یک حکومت استبدادی رخ می‌دهد. اما شیرین عبادی، برنده جایزه صلح نوبل به من گفت که دموکراسی در ایران از دریچه‌ای وارد خواهد شد که این زنان باز کرده‌اند. تنها پرسش این است: چه زمانی؟»



### خبرهایی از ایران و جهان

#### هموطنان آگاه باشید

دوربین مداربسته امنیتی در خیابان‌های ایران برخلاف دوربین‌های راهنمایی رانندگی و شهرداری قابلیت شناسایی سیم کارت‌های تلفن همراه، کارت ملی هوشمند و پاسپورت را دارا می‌باشند.

افراد دستگیر شده از روی کلیپ‌ها بسیار کم هستند و ۹۹ درصد از روی شناسایی چپ‌سب‌های همراه آنهاست که با دوربین‌های مداربسته امنیتی به راحتی قابل تشخیص است. متأسفانه هیچ شبکه‌ای اطلاع‌رسانی نمی‌کند و در این رابطه شمار زیادی در زندان‌ها هستند که بابت این نبود اطلاع‌رسانی به‌دام افتاده‌اند.

این دوربین‌ها از شرکت «زیمنس آلمان» خریداری شده‌اند که با اشعه ضعیف شده گاما قابلیت تشخیص بالایی دارند.

تنها راه برای شناسایی‌نشدن، همراه نداشتن سیم کارت و کارت ملی هوشمند و گواهینامه و پاسپورت است.

برای سیم‌کارت می‌توان از محفظه‌های سربی کوچک استفاده کرد؛ دلیل التماس اپراتورهای مخابراتی در این چندسال برای تعویض سیم‌کارت‌های قدیمی و پاداش ۵۰ گیگ نت مجانی برای همین روزها بود!

#### چهار هزار نفر از فرزندان مقامات در خارج از کشور اقامت دارند؟!

بنا بر گفته‌ی دبیر ستاد امر به معروف و نهی از منکر سه تا چهار هزار نفر از فرزندان مقام‌های جمهوری اسلامی در خارج از کشور اقامت دارند.

دبیر ستاد امر به معروف و نهی از منکر خواستار دخالت مجلس در این زمینه شده است. او می‌گوید در این زمینه با مجلس نامه‌نگاری کرده و اقداماتی نیز در این مورد در مجلس انجام شده، اما هنوز اقدام قاطعی صورت نگرفته است.

قرار بود:

«هر کسی که مسئولیت مدیریتی در کشور دارد... در هر مقام و منصبی مانند: اداره کل، معاونت، وزارت، نمایندگی،... و ریاست جمهوری نباید بستگان درجه یک آن‌ها از جمله برادر، خواهر، فرزند، همسر، پدر و مادر در کشورهای متخاصم با نظام جمهوری اسلامی ایران حضور یا اقامت داشته باشند.»



#### با شرف‌ها!؟

## گورخواب‌های نصیر آباد تهران!

### زنده‌هایی که در «گورستان» زندگی می‌کنند!

«دیگه این جا چوب هم برای آتیش‌زدن، پیدا نمی‌شه!» این را یکی از میهمان‌های ناخوانده این اتاق‌های تاریک و باریک می‌گوید...!

هیزم‌های سوخته، ظرف‌های یک بار مصرف غذا، پلاستیک و تکه پارچه‌های موجود در بعضی از گورهایی که سقف ندارند، نشان می‌دهد که قبلاً مورد استفاده یک گروه دیگر بوده است...

گورخواب‌ها برگشته‌اند... هرکدام به‌داخل یک قبر سر می‌خورند... در تاریکی یا مشغول استفاده از مواد می‌شوند یا به چه فکر می‌کنند، نمی‌دانیم...

سکوت گورستان سنگین و هوا سرد است... یکی‌یکی، بنرهای پاره، تکه پتوهای مندرس و تخته چوب‌های نیمه سوخته روی گورها کشیده می‌شود... آن‌ها مرگ را زندگی می‌کنند...!

خیلی که هوا سرد می‌شود، دنبال چوب می‌گردند برای درست‌کردن آتش و گرم‌شدن در گورهایی که پایان زندگی است برای همه‌ی آنها، اما برای اینها شده سرآغاز و سرپناه؛ زن، مرد و کودک؛ کارتن‌خواب‌هایی که در قبر نشسته می‌خواهند...

حدود یک ماهی می‌شود در نزدیکی‌های شهر بزرگ تهران... سرما آنها را راهی کرده تا اطراف و درون گورستان بزرگ نصیرآباد باغستان در حومه شهریار ساکن شوند...

عده‌ای درون گورستان و در قبرهای از پیش آماده شده و چندین خانواده در اطراف گورستان، در منطقه بلوک‌زنی و زیر کانال در چادر زندگی می‌کنند...

در گورستان، ۳۰۰ گور از پیش آماده وجود دارد که ۵۰ کارتن‌خواب دست کم ۲۰ گور را اشغال کرده‌اند... در هر گور یک نفر و گاهی هم سه تا چهار نفر زندگی می‌کنند...!

این گورها عموماً برای خواب مورد استفاده قرار می‌گیرند و در طول روز و زمانی که افراد برای تهیه پول مواد و غذا ضایعات جمع می‌کنند یا گدایی می‌کنند، خالی هستند؛ اما باید حواسشان به‌گورشان باشد که از طرف دیگر کارتن‌خواب‌ها مورد سرقت قرار می‌گیرند.

آنها به پتوهای پاره و لباس‌های کهنه هم رحم نمی‌کنند؟!



## زنان ایران؛ قهرمانان سال

### گاردین: نیروهای امنیتی ایران «بطور عمد» به صورت و اندام

#### جنسی زنان شلیک می‌کنند!؟

به‌گزارش روزنامه بریتانیایی گاردین، پزشکان و پرستارانی که برای اجتناب از بازداشت معترضان آن‌ها را به‌صورت پنهانی معاینه می‌کنند، می‌گویند در معاینه معترضان که هدف شلیک گلوله‌های نیروهای امنیتی قرار گرفته‌اند متوجه تفاوت در زخم‌های زنان و مردان شدند. آن‌ها می‌گویند که مردان اغلب از قسمت پشت و ران‌ها و باسن و زنان از ناحیه صورت، سینه و اندام تناسلی مورد اصابت گلوله‌های ساچمه‌ای قرار می‌گیرند!

درحالی‌که قطعی اینترنت در ایران سرکوب خونین معترضان توسط حکومت را از دیده جهانیان پنهان کرده بود، تصاویری که از جانب پزشکان در اختیار گاردین قرار گرفته، زخم‌های ویران‌کننده ناشی از اصابت گلوله‌های ساچمه‌ای را در سراسر بدن معترضان نشان می‌دهد. نیروهای امنیتی این گلوله‌ها را از فاصله نزدیک به‌سمت آن‌ها شلیک می‌کنند و برخی از عکس‌ها افرادی را نمایش می‌دهند که ده‌ها گلوله ساچمه‌ای تا اعماق گوشت بدن آن‌ها فرو رفته است.

ده پزشک متخصص در گفتگو با گاردین هشدار دادند که زخم‌های ناشی از این گلوله‌ها ممکن است صدها جوان را با صدمات دائمی و جبران ناپذیری مواجه سازد. آن‌ها همچنین تاکید کرده‌اند که شلیک نیروهای امنیتی به‌خصوص به‌چشم زنان، مردان و کودکان رایج است!؟

## نتایج اسارت در باورها و خرافات دینی

دیروز

خودزنی ملتی ناآگاه

این کارهایی که الان اسمش شده "آشوب"، سال ۵۷ اسمش بود "خروش غیورانه ملت!"



امروز

این روزهای کشور عزیزمان، ایران



۵۸۵ دانشجو بازداشتی

۱۸۲۱۰ نفر تخمین از بازداشت‌شدگان

۳۵۴۶ هویت بازداشتی شناسایی شده

## دانشمندان «دی‌ان‌ای» دو میلیون ساله کشف کردند!

دانشمندان «دی‌ان‌ای» حیوانات، گیاهان و میکروب‌هایی را شناسایی کرده‌اند که قدمت آن‌ها به حدود دو میلیون سال پیش می‌رسد. این قدیمی‌ترین دی‌ان‌ای ثبت‌شده در تاریخ است و به گزارش رویترز، از شمالی‌ترین نقطه «گرینلند» در مجاورت اقیانوس منجمد شمالی به دست آمده است.

محققان روز چهارشنبه ۷ دسامبر (۱۶ آذر) گفتند تکه‌هایی از «دی‌ان‌ای» حیواناتی از جمله ماستودون‌ها، گوزن‌های شمالی، غازها و همچنین گیاهانی از جمله درختان صنوبر، توس و توجا و میکروارگانیزم‌هایی از جمله باکتری‌ها و قارچ‌ها پیدا شده است. دی‌ان‌ای حامل اطلاعات ژنتیکی موجودات زنده است.

«ماستودون» یکی از حیوانات در رسته فیل‌های امروزی بود که تا زمان انقراض، در کنار بسیاری دیگر از پستانداران بزرگ عصر یخبندان، تقریباً ۱۰ هزار سال پیش در آمریکای شمالی و مرکزی زندگی می‌کرد. این کشف نشان می‌دهد که این نوع فیل نسبت به آنچه قبلاً شناخته شده بود، محدوده زندگی گسترده‌تری داشته است.

«اسکه ویلرزلف»، مدیر مرکز ژئوژنتیک بنیاد «لوندبک طبیعت» (Nature)، گفت:

«ماستودون یک شگفتی بزرگ و تا حالا در گرینلند پیدا نشده بود. با این حال، بزرگ‌ترین شگفتی اکوسیستم منحصربه‌فرد قطب شمال بود.»

وی افزود «اکنون از پیدا کردن دی‌ان‌ای حداقل چهار میلیون ساله شگفت‌زده نخواهید شد.»

محققان در این مطالعه بیش از ۱۰۰ نوع حیوان و گیاه را شناسایی کردند. این نمونه‌ها اولین بار در سال ۲۰۰۶ کشف شدند، اما تلاش‌های قبلی برای تشخیص دی‌ان‌ای آن‌ها با شکست مواجه شد. اینک روش‌های مورد استفاده برای استخراج دی‌ان‌ای تاریخی ارتقا یافته و در نهایت دستیابی به این موفقیت را ممکن کرده است.

اسکه ویلرزلف می‌گوید: دی‌ان‌ای تکه‌تکه‌شده را نمی‌توان برای احیای گونه‌های منقرض‌شده استفاده کرد، اما می‌توان فهمید گیاهان چگونه می‌توانند در مقابل آب‌وهوای گرم مقاومت کنند.

محققان می‌گویند وجود گونه‌های دریایی از جمله خرچنگ نعل‌اسبی و جلبک‌های سبز در میان دی‌ان‌ای‌های شناسایی‌شده هم نشان می‌دهد که آب‌وهوا در آن مناطق گرم‌تر بوده است.

## ولودیمیر زلنسکی «شخصیت سال ۲۰۲۲ مجله تایم»

ولودیمیر زلنسکی، رئیس جمهوری اوکراین که از وی به‌عنوان مظهر مقاومت کشورش در برابر تهاجم نظامی روسیه نام برده می‌شود از سوی مجله تایم به‌عنوان «شخصیت سال ۲۰۲۲» انتخاب شد.

او که از دنیای هنر و بازیگری به‌عرصه سیاست پا گذاشته و سکان هدایت دستگاه اجرایی کشورش را در دست گرفته، از ۲۴ فوریه یعنی زمان آغاز تهاجم نظامی روسیه به اوکراین بیش از هر زمان دیگری بر سر زبان‌ها افتاده است.

## اعتراضی یک ورزشکار

محمد خاکپور ملی‌پوش سابق فوتبال با انتشار پستی در صفحه شخصی خود به سخنان میرسلیم، نماینده مجلس، واکنش نشان داده است. او نوشت:

«آقای میرسلیم! جوانی که امروز برای اعدامش عجله دارید و بیانیه منتشر می‌کنید وقتی به دنیا آمدند شما بیست سال بود که مسئول بودید و شعار ساختن آینده این جوان‌ها را می‌دادید بیست سال هم پس از آن به شما فرصت داده شد اما شما و امثال شما دلیل اصلی ناآرامی، فقر، فساد، بیکاری، فحشا، ناامنی، سقوط پول ملی، کمبود دارو، نابودی منابع ملی، از بین رفتن جنگل‌ها، بحران آب و فرار مغزها و... شدید. اگر کسی به عنوان مسبب ناآرامی‌ها باید محاکمه و مجازات شود شما و امثال شما هستید.»

## نیکی کریمی با شعار «زن، زندگی، آزادی» از «خفقان» انتقاد و

### قراردادهایش را فسخ کرد

نیکی کریمی، بازیگر و کارگردان سینمای ایران گفته است که بعد از چند ماه «خفقان و اراغاب» تمام قراردادهایش را برای بازی و ساخت فیلم فسخ کرده است. او در پستی در اینستاگرام نوشت:

«نسل من، حرف زدن یادش رفته بود؛ ما با ترسی نهادینه بزرگ شدیم ... ترسی که آرام آرام از همان صف‌های مدرسه درون‌امان ریشه دواند. ترس از حرف درست زدن، خود بودن و محکوم شدن. ترس از بزرگتر و بالاتر. اصلاً حق اعتراض نداشتیم ... و البته گوش شنوا هم نداشتیم ... اما دیگر بس است ... خسته شده ایم و به جان آمده ایم ... به که می‌توان پناه برد از این همه ظلم و جفا؟

آن هم به مردم مظلوم و ستم دیده این سرزمین که هیچ وقت، تکرار می‌کنم هیچ وقت حقی مطالبه نکردند؟ و به جوانان این مرز و بوم که جوانی نکردند و آینده‌ای برای خود متصور نبوده و نیستند؟»



Mahfam Soleimanbeigi  
@Mahfam\_Sb · دنبال کردن



معامله لوازم شخصی با غذا!  
۱. یکی کنونی‌اش رو، یکی لباس‌هاش رو، یکی کتاب‌های درسی بچ‌هاش رو...  
هر چه که دارند رو با غذا تعویض می‌کنند.  
حتی برای این لوازم قیمت هم نگذاشتن و میگن که فقط دنبال دریافت مقداری برنج، روغن یا حبوبات هستند؛ هرچقدری که خریدار حاضر باشد که بپردازد...

## از خاش تا زاهدان، معترضان در میدان

روزی دیگر و ادامه اعتراضات مردم سیستان و بلوچستان؛ از خاش تا زاهدان و دیگر نقاط استان!

در زاهدان مرکز استان، باز هم نماز جمعه اهل سنت به امامت مولوی عبدالحمید برگزار شد؛ جایی‌که این چهره مطرح، باز هم به تندی از شیوه رفتار حکومت انتقاد کرد و از جمله، دلایل مطرح شده برای اعدام محسن شکاری را زیر سوال برد. مولوی عبدالحمید این پرسش را مطرح کرد که چطور می‌توان صدور حکم اعدام برای چندین نفر را آنهم به‌اتهام دست داشتن در قتل یک نفر از نظر شرعی توجیه کرد. در این رابطه، جمعی از زنان زاهدان، به خیابان آمده و علیه جمهوری اسلامی و رهبرانش، شعار دادند.

## کشف محموله کم‌سابقه مواد مخدر در آمریکا؛

در روزهای پایانی سال ۲۰۲۲ میلادی، اداره مبارزه با مواد مخدر آمریکا از کشف بیش از پنجاه میلیون قرص آغشته به «فنتانیل» در پوشش نسخه‌های تقلبی و کشف بیش از ۴/۵ تَن پودر فنتانیل در این سال خبر می‌دهد. بنا به تخمین آزمایشگاه اداره مذکور، این حجم از مواد معادل بیش از ۳۷۹ میلیون دوز کشنده فنتانیل است. به‌گفته رئیس اداره مبارزه با مواد مخدر آمریکا: «دوزهای کشنده فنتانیل کشف شده برای کشتن تمام آمریکایی‌ها کفایت می‌کند!؟»

## بایدن: برجام مرده اما نمی‌توانیم آن را اعلام کنیم

جو بایدن رئیس‌جمهوری آمریکا در پاسخ به این پرسش که آیا می‌تواند مرگ برجام را اعلام کند؟ گفت: نه! وی در پاسخ به‌اینکه به‌چه علت نمی‌تواند مرگ برجام را اعلام کند تصریح کرد: «دلایل زیادی دارد؛ برجام مرده است، اما ما نمی‌توانیم این را اعلام کنیم. داستانش طولانی است!»

## بلومبرگ:

### ایران دموکراتیک می‌آید و خاورمیانه را رهبری خواهد کرد

یک ایران دموکراتیک پسا-آخوندی می‌تواند خاورمیانه را به همان اندازه که فروپاشی دیوار برلین، اروپا را تغییر داد، تغییر دهد. این ایران آزاد خاورمیانه را رهبری خواهد کرد. حدود ۸۵ میلیون نفر از یک سرزمین بسیار استراتژیک، ناگهان در اقتصاد جهانی ادغام خواهند شد؛ ایران به یک معدن طلا برای تجارت بین‌المللی تبدیل می‌شود و به مرحله بعدی جهانی شدن وارد خواهیم شد.



## اخراج جمهوری اسلامی از: «شورای زنان سازمان ملل»

### کاری از مانا نیستانی



## رسوایی دیگر در روابط جمهوری اسلامی و چین؛

بیش از ۳۰ میلیارد دلار از پول‌های فروش نفت ایران توسط دولت چین بلوکه شده است و پکن از همین پولی که متعلق به ایران است به جمهوری اسلامی وام پرداخت می‌کند!

با انتشار گزارش‌هایی در مورد سرمایه‌گذاری چین در احداث سد «چمشیر» در استان کهگیلویه و بویراحمد، بخشی دیگر از روش‌های استعماری حزب کمونیست چین در قبال همکاری با جمهوری اسلامی و بی‌تدبیری و وادادگی مقامات حکومت ایران در برابر پکن افشا شد.

به گفته «میثم فاضلی» (مدیر مطالعات سد چمشیر)، ۳۰ میلیارد دلار پول ایران در چین بلوکه شده است و جمهوری اسلامی برای تامین اعتبار ساخت سد چمشیر تصمیم داشت از این پول استفاده کند، اما چین این پول را آزاد نکرد.

میثم فاضلی در ادامه افشا کرد که نهایتاً با مذاکره طرف‌های چینی و مقامات جمهوری اسلامی تصمیم گرفته شد که دولت چین بخشی از پول ایران را به جمهوری اسلامی وام دهد!؟

یعنی حکومت چین با پول ایران به‌عنوان سرمایه‌گذار در ساخت سد چمشیر شریک شد و ۲۳۰ میلیون یورو از پول ایران را در این پروژه سرمایه‌گذاری کرده است.

البته این یک فقره از روابط اقتصادی و مالی جمهوری اسلامی و چین است و مشخص نیست در قرار داد ۲۵ ساله محرمانه‌ای که میان دولت پکن و جمهوری اسلامی به امضا رسیده چه بندهای استعماری دیگری گنجانده شده است.

هرچند ساخت سد چمشیر به جز این رسوایی، مشکلات دیگری نیز به دنبال داشته است و بسیاری از کارشناسان محیط زیستی معتقدند آبیگری این سد باعث انحلال نمک در آب، اختلاط آب با هیدروکربن‌های نفتی و از بین رفتن جریان طبیعی رودخانه زهره شده و ممکن است که خروجی آب سد نه به درد نوشیدن به‌خورد و نه کشاورزی.



**وطن پرست واقعی پرچم کشورشو  
به گردن میندازه نه چفیه عربهارو**



## هشدار کشورهای بلژیک و استرالیا

### به شهروندان خود برای خروج فوری از ایران

دولت‌های بلژیک و استرالیا از شهروندان خود خواستند که به‌دلیل ادامه اعتراضات سراسری و بازداشت‌های خودسرانه، خاک ایران را ترک کنند.

دولت بلژیک با انتشار بیانیه‌ای عنوان کرد:

همه مسافران بلژیکی، از جمله شهروندان دو تابعیتی در معرض خطر بالای دستگیری، بازداشت خودسرانه و محاکمه ناعادلانه هستند. این خطر برای افرادی که صرفاً برای گردشگری به ایران سفر می‌کنند نیز صدق می‌کند.

این بیانیه می‌گوید در صورت دستگیری یا بازداشت در جمهوری اسلامی، احترام به حقوق اساسی و امنیت افراد تضمین نمی‌شود.

همچنین وزارت خارجه استرالیا نیز در به شهروندان خود هشدار داد اگر در ایران هستند باید خاک این کشور را ترک کنند. در هشدار وزارت خارجه استرالیا آمده است:

اعتراضات در سراسر کشور ادامه دارد و معترضان و اطرافیان بازداشت یا کشته شده‌اند. تعداد اتباع خارجی دستگیر شده افزایش یافته است. به ایران سفر نکنید؛ زیرا خطر زیادی وجود دارد که خودسرانه بازداشت یا دستگیر شوید.

در این بیانیه همچنین عنوان شده خطوط هوایی ممکن است در کوتاه‌مدت فعالیت خود در ایران را لغو کرده یا کاهش دهند!

زلنسکی در کنگره آمریکا: ارسال پهپاد از ایران به روسیه «کمک یک تروریست به تروریست دیگر» است

ولودیمیر زلنسکی، رئیس جمهوری اوکراین، که در یک سفر غیرمنتظره وارد واشنگتن شد، در یک سخنرانی در کنگره آمریکا، ارسال پهپاد از ایران به روسیه را «کمک یک تروریست به یک تروریست دیگر» نامید.

### آمدن امام زمان؟!

میگویند، امام زمان می‌آید، اما نمی‌آید!  
او کیست که می‌آید...؟ چرا می‌آید...؟ و برای چه می‌آید...؟  
کسی که در جنگهای جهانی نیامد!... میلیونها انسان سلاخی شدند، اما نیامد!... چه بسیار زنانی که بی‌آبرو شدند، اما نیامد!  
چه نوجوانانی که در جنگها، بیگناه کشته شدند، اما نیامد!...  
از فرط گرسنگی، انسانها گربه خوردند، اما نیامد!  
به جوانان در بندها تجاوز شد، اما نیامد!  
هزاران نفر این روزها بر اثر فقر و تنگدستی در حال مردن هستند، ولی نمی‌آید!

براستی او کجاست...؟ کی می‌آید...؟ می‌آید که چه کند؟  
جنگ افروزی کند؟ انتقام یک بانو را بعد از هزاران سال بگیرد؟ انتقام کشتار عاشورا را از نسلهای بعدی بگیرد؟ دو سوم مردم جهان را بکشد...؟

براستی منتظران او، چه انتظاری را می‌کشند؟

### مشکل مردم ما نفهمیدن نیست، ترس از فهمیدن است.

در ایران ۷۲ هزار مسجد وجود دارد که هر کدام می‌توانند هر شب به‌طور میانگین برای ۱۰۰ بی‌خانمان سرپناه باشند، حدود ۷ میلیون جای خواب!

در مسجد از مستضعفین حرف می‌زنند، اما می‌گویند که مسجد جای خواب نیست!؟ پس دقیقاً این مسجدهای پرهزینه و نا کارآمد به چه دردی می‌خورند؟

در ایران ۱۲۰ بیمارستان به اسم خمینی وجود دارد که تمام آنها را شاه ساخته است!

### پس از گذشت ۴ دهه، مردم کشور چنین شده‌اند:

- ۱- شمال کشور، چوب بر
- ۲- جنوب کشور، خاک بر
- ۳- شرق کشور، سوخت بر
- ۴- غرب کشور، کول بر
- ۵- مرکز قدرت، پول بر!؟



### جهان اسلام،

### زندگی ایرانیان بیشتر به یک خواب آشفته می‌ماند تا واقعیت؟!

به یک و نیم میلیارد دوست، برادر و خواهر که به‌خون یکدیگر تشنه‌اند، جهان اسلام گفته می‌شود...؟!

### خاورمیانه

منطقه‌ی پیامبرخیز و بدبخت‌گونه‌ای که گوئی آفتاب تیز، مغزها را تکان داده است...؟!

چگونه است: نوح اینجا!... ابراهیم اینجا!... موسی اینجا!... عیسی اینجا! محمد اینجا! یوسف و یونس و لوط و اسحاق و یعقوب و...، همگی اینجا!... آیا... یک نفر نبود که در کانادا یا بلژیک یا مثلاً نیوزیلند نیاز به هدایت داشته باشد...؟! کمی به عمق کلام "کارل پوپر" توجه کنید:

آنکس که بهشت زندگی را برایت جهنم کرده، مجبور است متقاعدت کند که: «بهشت جای دیگری است.»

### مسلمان واقعی

مسلمان واقعی کسی است که سفر محمد با الاغ به آسمان (عرش)، سخنرانی اسب حسین ابن علی در روز عاشورا و پرتاب تیر سه سر حرمله از فاصله زیاد و اصابت آن دقیقاً به گلولی علی اصغر را باور میکند! ولی شلیک عمدی سپاه به هواپیمای مسافربری را نمی‌تواند باور کند!

### زمانی که "آخوندها" از "ایران" بروند

"طالبان" و "القاعده" از "افغانستان" خواهند رفت!...

حشدالشعبی "از" عراق "خواهد رفت"!...

حزب الله "از" لبنان "خواهد رفت"!...

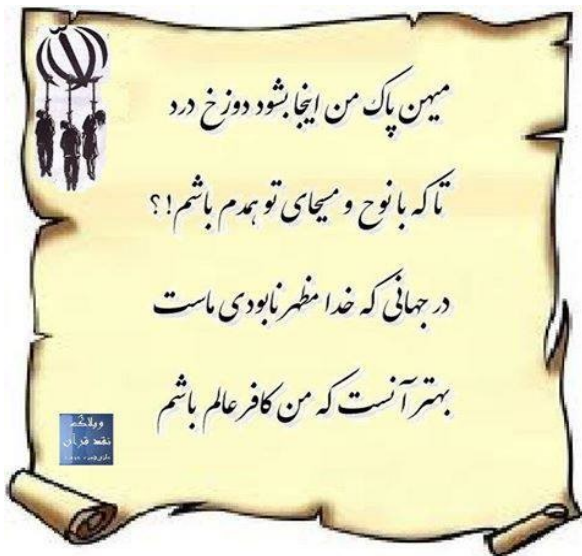
حماس "از" فلسطین "خواهد رفت"!...

"حوثی" از "یمن" خواهد رفت

و...، نا آرامی‌ها از خاورمیانه خواهند رفت!؟

### تنها نظر سنجی اسلامی

در کل تاریخ اسلام، تنها باری که نظر سنجی شد، از یک شتر بود! ... آنها برای تعیین جایی برای ساختن مسجد! آنوقت شما به دنبال دمکراسی در کشورهای اسلامی می‌گردید!؟



### تخت جمشید

حدود ۶۰۰ سال پیش از ساخته شدن کولوسئوم، ایرانیان «تخت جمشید» را ساختند. اثری پرشکوه با زیربنای ۱۷۵ هزار متر. (۸ برابر کل زیربنای کولوسئوم).

بر اساس سندهای غیر قابل انکار، در ساختن خشت‌های پخته شده آن زمان هیچ برده‌ای به کار گرفته نشده است.

کارگران، مهندسان و هنرمندان ایرانی در بهترین شرایط کاری ممکن این اثر بزرگ بشری را آفریدند و پادشاهان ایرانی در تخت جمشید جشنهای ایرانی، مانند نوروز و مهرگان که ریشه در آشتی، مهر، طبیعت و زندگی انسانی دارد، را برپا می‌داشتند.

همه نگاره‌های حک شده بر دیوارها و سنگهای تخت جمشید نشانگر جشنها، فرهنگ و میتولوژی زیبای ایرانی است.

در تصاویر حکاکی شده بر سنگ نبشته‌های تخت جمشید، هیچکس خشمگین و عصبانی نیست،

هیچکس سوار بر اسب نیست،

هیچکس را در حال تعظیم نمی‌بینید،

هیچ زمان برده‌داری در ایران نبوده ....

.... و در میان این همه پیکر تراشیده شده از سنگ، حتی یک نقش، تصویر و چهره‌ی برهنه وجود ندارد.

تخت جمشید مرکز بزرگترین قدرت جهان در آن روزگار بوده است، اما برخورد برخی از ما ایرانیان، به ویژه واپسگرایان و برخی مدعیان روشنفکری، با این اثر بزرگ هنری جهان بسیار غیردوستانه و نابخردانه بوده است.

در تخت جمشید ۳۲ هزار لوح گلی بدست آمده که در آن شرح وقایع روزانه در مراحل ساخت این بنای باشکوه را با تمام جزئیات بیان میکند، مانند اینکه کارگران و مهندسان هر کدام به‌نوع تخصصی که دارند چه میزان حقوق دریافت می‌کنند.

کشورهای داعیه‌دار حقوق بشر به چه چیزی‌هایی مفتخرند و متأسفانه ما ایرانیان آثار افتخارآمیزمان را لعن و نفرین می‌کنیم و نمادی از ظلم و ستم جباران و ستمگران روزگار میدانیم.

شوربختانه هیچ ملتی در دنیا چنین کمر به تخریب هویت و ملیت و تاریخ خود نبسته که ما بسته‌ایم!

در انگلستان کاسه سیصد ساله پیدا می‌شود و رسانه‌هایشان گوش دنیا را کر می‌کنند، ولی ما تپه‌ها و محوطه‌های ۷۰۰۰ ساله که مدنیت دنیا در آن متولد شده را با لودر تخریب می‌کنیم!؟



### کولوسئوم

در حدود ۱۹۵۰ سال پیش، روم به اورشلیم حمله کرد، آن شهر را ویران و مردمانش را به بردگی گرفت.

حدود ۴۵ تا ۶۰ هزار نفر از این بردگان برای ساختن کولوسئوم به‌کارگرفته شده و بخش بزرگی از این بردگان در حین کار کشته شدند. کولوسئوم، محل برگزاری جشنهای امپراتور و مردم رم بود.

مراسم افتتاحیه کولوسئوم با کشتار ۹ هزار حیوان غیراھلی برگزار و زنان و مردان از هم جدا بودند. جایگاه زنان در طبقه پنجم بود که دید بسیار بدی به‌میدان داشت.

جایگاه مخصوص زنان در کولوسئوم بسیار ناامن و خطرناک بود، چرا که سکوهای آنها با طناب‌هایی نگه‌داشته می‌شد که هر از چندی پاره می‌شدند و زنان از ارتفاع ۵۰ متری به‌پایین سقوطی مرگبار می‌کردند، اما جایگاه مردان بسیار امن بود و آنها بر روی سکوهای سنگی می‌نشستند.

در طی این جشن‌ها که هر بار ۱۰۰ روز به‌درازا می‌کشید، حیوانات درنده را به‌جان بردگان و گلاادیاتورها می‌انداختند و یا گلاادیاتورها، که برده بودند و امید به زندگی آنها به سختی به ۲۲ سالگی می‌رسید، را مجبور به کشتن یکدیگر می‌کردند!؟ در طی هر دوره از این جشن‌ها حدود ۵ هزار برده و گلاادیاتور به قتل می‌رسیدند.

در روزهایی که جشن برقرار نبود، محکومان به‌مرگ را جلوی حیوانات درنده می‌انداختند تا زنده زنده خورده شوند.

در کل، بیش از یک میلیون نفر، از جمله ۵۰۰ تا ۷۰۰ هزار گلاادیاتور، در کولوسئوم به‌طرز وحشیانه‌ای کشته شدند.

این میدان چهار هزار متر مربعی، بزرگترین قتلگاه تاریخ بشریت بوده است، ولی امروزه کولوسئوم محبوبترین بنای ایتالیا، نماد شهر رم و تمدن رومی است و متأسفانه همه ایتالیایی‌ها و حتی اروپایی‌ها به این تمدن افتخار می‌کنند!

در سال ۲۰۰۷، طی یک نظرسنجی با شرکت بیش از یکصد میلیون نفر، «کولوسئوم» جزو ۷ اثر برتر و محبوب جهان برگزیده شد!

در سال ۲۰۱۱، مبلغ ۲۵ میلیون یورو، تنها برای تمیز کردن دیوارهای کولوسئوم و چند کار بسیار جزیی دیگر هزینه شد.

یک ضرب المثل قدیمی ایتالیایی می‌گوید:

«تازمانی که کولوسئوم استوار است، رم نیز استوار است.»



تیمسار ارتشید غلامعلی اویسی

## هموطن بیدار شو!!

لیست اسامی پرسنل نیروهای مسلح شاهنشاهی به تفکیک درجه که توسط صادق خلخالی جنایتکار در دو ماه نخست شورش سال ۵۷ تیرباران و به شهادت رسیدند:

### \*- ارتشیدها

- ۱- غلامعلی اویسی
- ۲- نعمت الله نصیری

### \*- سپیدها

- ۱- امیرحسین ربیعی
- ۲- نادر جهانبانی
- ۳- سعید مهدیون
- ۴- مهدی رحیمی
- ۵- هاشم برنجیان
- ۶- بیوک امینی افشار
- ۷- عبدالعلی بدره ای
- ۸- خلیل بخشی آذر
- ۹- فضل الله جعفری
- ۱۰- بقرط جعفریان
- ۱۱- علی حجت کاشانی
- ۱۲- فرهنگ خلعتبری
- ۱۳- علی محمد خواجه نوری
- ۱۴- علی محمد خادمی
- ۱۵- هوشنگ حاتم
- ۱۶- ابوالحسن سعادت‌مند
- ۱۷- جعفر قلی صدری
- ۱۸- فخر مدرس
- ۱۹- حمد تقی مجیدی
- ۲۰- چنگیز وشمگیر
- ۲۱- ایرج مقدم
- ۲۲- حسن یزدی
- ۲۳- رستگار نامدار

### \*- سرلشگرها

- ۱- پرویز امینی افشار
- ۲- محمد علی ایمانی فر
- ۳- حسن بهزادی
- ۴- احمد بید آبادی
- ۵- بیگلری
- ۶- حسن پاکروان
- ۷- منوچهر خسروداد
- ۸- عبدالله خواجه نوری
- ۹- علی اصغر ده پناه
- ۱۰- ریاحی
- ۱۱- محمد زندکریمی
- ۱۲- غلامحسین شمس تبریزی
- ۱۳- جمشید فتحی مقدم
- ۱۴- ایرج مطبوعی
- ۱۵- محمد جواد مولوی
- ۱۶- رضا ناجی
- ۱۷- علی نشاط
- ۱۸- کمال نظامی
- ۱۹- فرامرز نودری بقا
- ۲۰- مظفر نیازمند
- ۲۱- نعمت الله وقار

### \*- سرتیپ‌ها

- جهانگیر اسفندیاری - ایرج امینی افشار - محمدحسین روحانی - محمد انصاری - اعلائی - حسن بدیعی - حسن علی بیات - حسین ترابی - ابوطالب جواهری - احدی حمیدی آشتیانی - جلال سجده ای - عباس شفاعت - محمد شهنام - مرتضی شیرانی - مجتبی عمید - اکبر غفاریان - علی فتحی امین - عباس کحالی - نعمت الله معتمدی کردستانی - منوچهر ملک - فضل الله ناظمی - هوشنگ صفائی - عبد الله وثیق - حسین همدانیان - هاشم هوشمند همدانی - اکبر یزدجردی - ابوالفضل تقوی

### \*- سرهنگ‌ها

- ابوالفضل احدی - محمد علی احمدی - محمد هادی احمدی - ماشاالله افتخارمنش - فریدون افشار - هوشنگ افشارنیا - سیاوش آل آقا - انصاری - غلامعلی ایوبی - عطا الله بای احمدی - غضنفر بهمن پور - سیاوش بیانی - جلیل پور طوسی - هوشنگ توانا - کاظم خاتمی - عزت الله خاوری - رحمت الله خلیفه بیگی - کیومرث رجیبیان - عزیزالله رحمانی - صادق رضوانی - شاهپور رنجبران - منصور زمانی - احمد سالاری - هوشنگ سلیمی تهرانی - حسن شاه بیگی - بهروز شاهوردی لو - ناخدا شهریار شفق - منوچهر صادقی - داود صارمی - احمدی طالبی - امیر عبدالملک پور - هادی عزیز مرادی - علی فاریا - فرحی سرابی - حسین فردوس مکان - جمشید فروغی - برهان فریدونی - عظمت الله فهندژ - محمود کاشانی - حسین کاوه ای - محمدباقر لطیفی مقدم تهرانی - لیقوانی - ناصر مافی - جواد مخفی - حسین مصطفوی قزوینی - معصوم نجعی نژاد -

هوشنگ منوچهر - علی اکبر مهری - مهدی نوربخش - ناصر قلی هوشمند - ابراهیم هوشنگی - پرویز یغمائی - اصغر یوسفی - سعید عین الفضائی - زروان - ضیائی کوهی سرخی - محمد امینی خوئی - پرویز شمیرانی - نصرت الله صدری - دارویش جلالی - محمدرضا زاد نادری

### \*- سرگودها

آزید - علی آرین فر - منوچهر ادیب پور - محمد مهدی اشراقی - حسین اصفهانیان فرد - حجت الله امیرفتحی - اسدالله بختیاری - محمد پندار - عباس بازوکی - ایرج خلف بیگی - بهمن پرتوی - هرمز جباری - احمد حامد منفرد - محمد دهناد - ایرج ذوالفقاری - محسن رحیمی - احمد رستم خانی - اسماعیل زرافشین - عبدالحسین سروش - کیومرث سلیمی زاده - محمد علی شریفی راد - محمدتقی صدیقی تنکابنی - مظفر ضرغام - نصرالله طوافی - هوشنگ طوطیان - محمدحسین عزیزیان - عباسی - رمضانعلی - ناصر قوامی - محسن زادگان - اکبر محمدی - میرمحمد محیز - عبدالله منوچهری قشقائی - علی مهرکار - بهمن نسیم - عبدالله نوروزی - اسماعیل نوری مقدم - عباس هاشمی - ایرج ....

### \*- سروان، ستوان یکم، ستوان دوم و ستوان سومها

علی اکبر آتشی - اسماعیل اصغری - علی اصغر افاضلی - قدرت الله یقائی دولت آبادی - تیمور زاده - حیدر جعفری نیا - قاسم ژبان پناه - عباس سلطان زاده - علی اصغر سلیمانی - جعفر شکروی - منیر طاهری - کمال عرفانین - کریم فیض - حسین قلمکار - محمد قتاد زاده - فرامرز کاظمیان - رضا کرمی - محمد علی مزینائی - محمدعلی مشفق - محمدنادر بروجرودی - محمدباقر نیک زاد - حسن یارجانی - مازیار حقوقی - غلامرضا جوادی پروانه - سروتن حمزه لوتیان - جواد ....

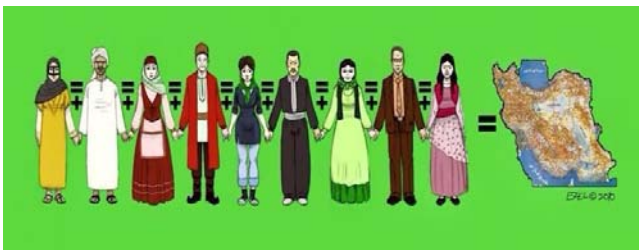
محمد آریامنش - محمدتقی آزادی منفرد - فلاح اصغری - یعقوب افراشته - غلامعلی الیاسی - احمد بهادری - بهادر بهادری - قادر بهار - منوچهر بهمنی - غلامرضا پروانه - ساویش پور فهمیده - حسن تاج الدینی - محمدعلی تقفی - رحمت الله جاوری - داریوش جاوید - ناصر جزایری - محمد اسماعیل جهانبخش - حاج اسفندیاری - عبدالله حاج عباس - منصور حاج قاسمی - ایوب حبیبی - احمد حسین زاده - خاطر خطیبی - احمد خلجی - عباسقلی داودی - عزت الله دشتی - ابو الفضل دلاوری - جعفر راستگو - علی راهداری - مصطفی رخشان - جواد رضایی - محمدحسین روحانی - عیس رهبر تبریزی - منوچهر رهبری نژاد - مهدی ساعت پور - حافظ سرنوشت - احمدی سعیدی - حسین شکری - حسین شه کمان - نجف طهماسب زاده - انوشیروان عسگری - محمدمهدی عظیمی فر - محمدرضا قربان نجف آبادی، عبدالله قزالباش علی گلزار - حسین لشکری - یدالله متقی زاده - حسین مختاری اردکانی - محمدتقی نجفی - منوچهر وثوقی - ناصر نصیری - حسین مالکی - یدالله همت زاده - اسدالله یدالهی - حسن حسینی - احمدی خلجی - محمدتقی نجفی.

### \*- استوارها

محمد آقاسینی - علی اسکندری - عبدالله اعلائی - غلامرضا اقبالی - ابراهیم اکبری - مهدی بابایی فرشباف - عزت الله بوستانه - قلی بیگلری - محمد بیگلو - عباس پرتقالی - محمد ثابتی - حسن جمالی - جمشیدی - ابراهیم جواد زاده - مسعود حسام - بهرام حسین پور - الله وردی خلیل زاده - حمید خیرخواه - محمود داربرزین - بهمن داودی - عباسقلی درود گر - محمد پهبان - جواد ربیعی - عباسعلی رحجان - خداداد رحمتی - رضا رحیمی - محمدباقر رستمی - کریم رضایی - علی مراد رفیعی - علی رنجبر - باقر زنجانی - هدایت الله سام پور - سلامت - علی علمی - اسدالله علی پور - محمدحسین فرانژاد - رحمت الله فیاضیان - قریب - قریشی - اسکندر قویدل - مهدی کام فر - علی خداداد کرد بچه - شکرالله کلانتری - علی کمپانی - حسن نژاد - لطفعلی لطف الهی - کاظم لطفی - عوض مادرام - عبدالله مجیدی - محمدعلی محرابی - علی حسین محمدیار - ایرج مرودشتی - مجتبی مرادی - احمد مشک آبادی - محمود معمار - اصغر ناصری - عباس نوروزی - وزیر وظیفه خواه - رحیم هدایتی - محمد یزدانی - الله وردی یعقوبی - محمدحسین زارع - غلامرضا اقبالی - جهانبخش فاتح پور - ابراهیم اکبری - مهدی بابایی -

### \*- گروهانها

محرملی احمدی - احمد اسب چی - حجت الله اشرفی - محمد اعظمی - محمدباقر افتخاری - رسول امینی - حمید ایمان پور - محمدبابا میر - کریم بایرامی - احمد بختیاری - قنبرعلی بردیار - سیروس پذیره - تارپودی لشکری - محمدجان بهرمند - جوانمردی - ناصر حدادی - حسن حسنی - میرسلیمان حسینی - عبدالنبی حق نویس - چراغعلی حقیقی - محمد حکیم ایاد چی - ناجی خورشیدی - علیرضا خیرخواه - غلامحسین ذاکری - حسین رحیمی - محمد کاظم رضایی - محمدحسین زارع - مولود شاکری - محمدعلی شعبانی - غلامحسین صبوری - خلیل صنعتی - حسین طریقی - عزیزالله غفاری - غلامی - مصطفی قنادی - منصور کثیرلو - محمد کربلایی - حسین کرمی - حسن کشاورز - علی گرجی نژاد - محبوب - ذولفعلی محمد پور - احمد محمدی - نریمان مرندی - حسین معروفی - حسین معین الدینی - موسی زاده - رضا موسیوند - موسی میرشکار - مهدی نجاتیان مقدسی - حمید نداف - محمد نظری - محمدرضا فرهانی - رشیدعلی ولی زاده - کیومرث ویسی - محمد یارلو - حسن گلبدادی نژاد - بهمن داودی - کاظم لطفی - باقر زنجانی - محمد تیغ تیز - محمد کوبانی.



### \*- پاسبان‌ها

محمد ابراهیمی - اسماعیل احمدی نژاد - هادی اکبری - حسن ایزدی - بلالی - احمد بلندنظر - میرعلی بوذری - حسن بیداد مست - حسین تاجیک - مجید ترکمانی - احمد تقی زاده - محمدتقی حاج عبدی - علی اصغر حدادی - محمد حق وردی - حسن حیدری - محمدعلی خضری - محمد ده باشی - جهانگیر ذاکری - لطف الله خاتمی - خیر الله رجبی - اکبر رسه نام - ید الله رفعت نیا - حسن رومیانی - عبدالعلی زراعی - سجاد سجادی - غلامرضا سفید دشتی - هدایت الله سلجوقی - دارویش سینائی - حسن شجاعی - علی شکرایی - حسین شهریار بهرامی - عبدالرسول شیخی - قدرت الله شیرخانی - محمود صفايي - رحمت عبدالمهدی - قربانعلی عربی - محمود عسگری زاده - محمد قلی دوست - حسین فربودی - فیض الله فلاح مقدم - رضا قاسمی - حاج عباس قلعه نویی - علی اکبر کاویان دشتی - علیرضا کمالی - یدالله کی منش - محمدقاسم گزایی - قاسم لشکری - مهدی محمدی صفت - سید سادات مظلوم حسینی - خسرو ملک زاده - سید هاشم موسوی - اسماعیل مهمان نواز - محمدتقی اوغلی - امان الله نقیب زاده - مجتبی یعقوبی - رضا یوسفی - احد تقی زاده - انوشیروان عسگری - حسین غلامی - طهماسب زاده - رحمت الله جاوری - محمد اسماعیل جهانبخش - کریم بایرامی

### \*- سربازها

فیض علی رشید زاده - هدایت الله زمانی - احمد سردار - مصطفی صدری - احمد صمدی - حسین فرهادی - عوض قوچانی - کرد بچه - علیرضا محمدی - همت الله مرادی - علی نوایی.

● چهل سال پیش وقتی برای اولین بار خاطرات خلخالی را می‌خواندم در آن به لیست اعدامی‌ها رسیدم؛ مثلا در یک شب، ۵۷ ژنرال و وکیل را اعدام کرده بود؛ با خود گفتم چگونه آن دیوانه یک تیمسار را کنار دیوار قرار می‌داد و تیرباران می‌کرد. سوای جنایات‌اش، آیا هیچ می‌دانست برای آموزش هر کدام چندمیلیون دلار هزینه شده بود؟ اما اکنون که با این لیست وحشتناک مواجه شدیم به عمق ماجرا بهتر پی‌می‌بریم.



تیمساران: جهانیانی، رحیمی و نشاط



### ارتشدهای نیروهای مسلح شاهنشاهی ایران

از سال ۱۳۳۷ تا سال ۱۳۵۵، هفده تن از امیران ارتش بدرجهی ارتشبدی رسیدند که چهار نفر از نیروی هوایی و بقیه از نیروی زمینی بودند.

همچنین، یک نفر از نیروی دریایی بدرجهی دریابدی ترفیع یافت که معادل ارتشبد در نیروهای زمینی و هوایی است. آخرین ارتشبد در ارتش شاهنشاهی، عباس قره‌باغی، فرمانده وقت ژاندارمری بود که در سال ۱۳۵۵ به این درجه رسید.

درجه‌های ارتشبدی و دریابدی هم‌تراز ژنرال و آدميرال چهارستاره در ارتش آمریکا در سال ۱۳۳۶ به فرمان اعلیحضرت محمدرضا شاه پهلوی ایجاد و در قانون استخدام نیروهای مسلح مصوب ۱۳۳۶ گنجانده شد.

### امیران چهارستاره‌ی نیروهای مسلح/انتظامی شاهنشاهی ایران

ارتشبد عبدالله هدایت  
ارتشبد عبدالحسین حجازی  
ارتشبد بهرام آریانا  
ارتشبد رضا عظیمی  
ارتشبد عزت‌الله ضرغامی  
ارتشبد محمد خاتمی (فرمانده نیروی هوایی شاهنشاهی)  
ارتشبد غلامعلی اوپسی  
ارتشبد فریدون جم  
دریابد فرج‌الله رسائی (فرمانده نیروی دریایی شاهنشاهی)  
ارتشبد فتح‌الله مین‌باشیان  
ارتشبد نعمت‌الله نصیری  
ارتشبد غلامرضا ازهاری  
ارتشبد حسن طوفانیان (نیروی هوایی شاهنشاهی)  
ارتشبد جعفر شفق  
ارتشبد حسین فردوست  
ارتشبد سعید اعزازی (نیروی هوایی شاهنشاهی)  
ارتشبد فضائل تدین (فرمانده نیروی هوایی شاهنشاهی)  
ارتشبد عباس قره‌باغی

## رضاشاه، روح شاه

### رضاشاه می‌گوید: هنگامی که من آمدم....

میرزا کوچک‌خان در رشت با کمک روسیه، جمهوری شوروی گیلان، راه انداخته و خود را رئیس جمهور نامیده و بنام خود تمبر چاپ می‌کرد... (این کار تجزیه‌طلبی و خیانت به ایران بوده است!)

در مازندران مرکزی، امیر موید سواد کوهی قدرت داشت و تهران را تهدید میکرد...

مازندران شرقی و بخشهایی از شمال خراسان در دست دو طایفه ترکمن بود...

شمال غربی خراسان در دست سردار معزز بجنوردی و ایل شادلو بود...

آذربایجان شمالی و نواحی هم مرز با روسیه در دست اقبال السلطنه ماکوئی بود...

غرب ارومیه و کردستان در دست اسماعیل آقا سمینتقو بود که پرچم برای خود ساخته و شیعیان را قتل عام می‌کرد...

آذربایجان در دست عشایر ایل بزرگ شاهسون و همدان در دست عشایر کرد بود...

در جنوب بلوچ‌ها خودگردان بودند، دوست محمدخان سرکرده بلوچ‌ها سکه به‌نام خودش می‌زد و چیزی نمانده بود دیار رستم دستان نیز برای همیشه تجزیه شده، به بلوچستان پاکستان بپیوندند!

ایرانیان برای رفتن به استان مستقل خوزستان، می‌بایست ویزا می‌گرفتند و حاکم آنجا (شیخ خزعل زیر تحریک اعراب و انگلیس ملعون) سالها بود به تهران مالیات نمی‌داد... و خیال جداسازی خوزستان از ایران را داشت.

ترکمن‌ها راه‌های خراسان را غارت میکردند...

مرکز ایران محل جولان یاغیان و لره‌های شورشی بود، نایب حسین کاشی در کاشان از دولت مرکزی باج می‌گرفت و هر جنابیتی بر مردم روا می‌داشت!...

رضاخان جوزدانی و جعفرقلی خان چرمهینی در نجف آباد و لنجان (اصفهان) به‌راهنی مشغول بودند

شمال کشور در دست روس‌ها بود و جنوب دست انگلیس‌ها! انگلیسی‌ها اسکناس ایران را چاپ میکردند و از دولت ایران حق توحش می‌گرفتند...

تراخم و سوزاک و مالاریا نه در سطح خانواده که در ابعاد یک "کشور" بیداد میکرد...

۹۵٪ مردم روستانشین یا عشایر بودند، آن اندک شهرهایمان هم فرقی با روستا نداشت...

۹۸٪ مردم، سواد خواندن و نوشتن نداشتند...

راه و امنیت آرزوی دست نیافتنی ایرانیان بود...

مردم برای رفتن به مشهد باید به روسیه و برای رفتن به خوزستان باید به عراق میرفتند...

ارتش، بانک، شیلات، شهربانی و... گمرک در دست اجنبی بود! ایران یک شبه مستعمره بود که مردمانش منتظر ضربه آخر بودند، که معلوم نبود از شمال می‌آید یا از جنوب؟

### و.... هنگامی که من می‌رفتم:

برای ایران بانک ملی و سپه، ارتش نوین (نیروی دریایی، هوایی و زمینی)، رادیو، مدرسه، قانون مدنی، راه‌آهن سراسری، صنایع، فرهنگستان، ژاندارمری و پلیس، دانشسرای عالی، دانشگاه، کارخانه هواپیما سازی، ثبت اسناد و احوال، بیمه، موزه، فرودگاه،... و فدراسیون فوتبال ساخته بودم و تمام امتیازات استعماری کشورهای بیگانه در ایران لغو شده بود.

زنان که نیمی از جمعیت بودند فعالانه وارد اجتماع شده بودند.

عشایر اسکان داده شده و خانسالاری پایان گرفته بود.

دادگستری راه انداختم و نه تنها سیستم قضا که اوقاف و مکتب‌خانه و سیستم ازدواج و تمام اینها و بسیاری خدمات دیگر مانند احیای اماکن باستانی و ملی تنها در مدت ۱۶ سال و بدون بودجه نفت به انجام رساندم!

به شما القا کردند که به من بگوئید: بی‌سواد قلدر! تریاکی؟!

بسیار خوب من بی‌سواد بودم، اما دانشگاه تهران را ساختم. قلدر بودم، اما ارتش منظم را برای ایران ساخته و تجهیز کردم، من که استعمال تریاک در ایران را ممنوع کردم، تریاکی بودم؟ حال بگوئید شما روشنفکران دانشگاه‌رفته برای ایران چه کردید؟

هنگامی که مامور انگلیسی مرا برای تبعید به جزیره موریس در آفریقای جنوبی سوار بر کشتی کرد پرسید: نگرانی؟

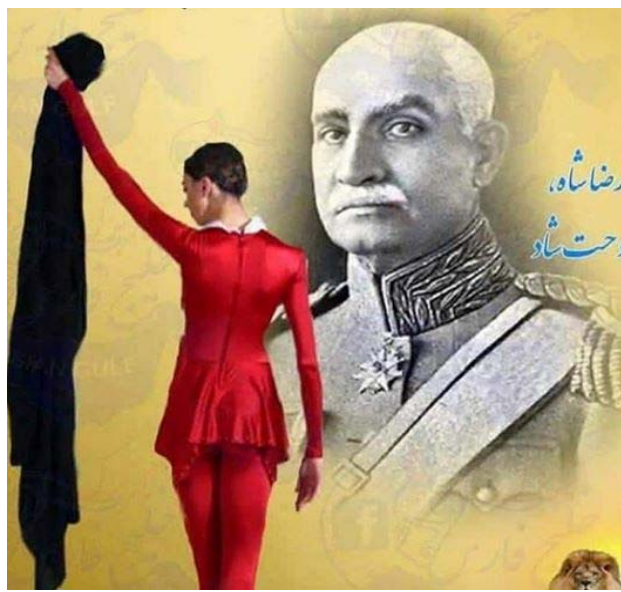
من پاسخ دادم:

نه، من دانشگاه تهران را ساختم تا جوانان ما با آگاهی و دانش با استعمار انگلیس مبارزه کنند. مامور انگلیسی گفت: ما هم در قم حوزه علمیه ساختیم که هرچه دانشگاهیان به‌بافند، آخوندها پنبه کنند؟! فرازی از تاریخ تلخ ایران کلهر



## سلام مردان ایرانی ... سلام !!

نمی‌خواهم جمع‌اتان به‌بندم!  
نمی‌خواهم خوبان‌تان را نادیده بگیرم...  
زنانگی‌امان را نادیده گرفتید...  
بیچارگی‌امان را نادیده گرفتید!  
و تیشه شدید به ریشه‌امان زدید!  
دلسوزترین‌تان روسری‌امان را جلو کشیدید که چشمان  
رانندگان ماشین‌کناری از حدقه در نیاید!  
خوبترین‌تان غصه خوردید با غصه‌امان....  
مردان ایرانی....  
با کلام و چشم و دست‌اتان همواره ما را سوزانیدید!  
اسید نمی‌طلبید.... اما با اسید هم سوزانیدید!  
مردان ایرانی سرتان را خم کنید!  
یک بار که شده قد علم نه‌کنید!  
یک بار هم که شده شما خجالت به‌کشید!  
ما تمام عمر قد خم کردیم و خجالت کشیدیم!  
کمرمان شکست از بس خودمان را جمع کردیم تا شما حالی  
به‌حالی نه‌شوید! دستان خسته شد از بس شال‌امان را روی  
سینه و گردن‌امان کشیدیم!  
کمرمان زیر بار نگاه‌اتان شکست!  
کمرمان زیر بار مسئولیت ناتوانی کنترل شما شکست!  
مردان ایرانی یکبار شما حواستان باشد که انگشت‌تان به ما  
نخورد!  
ما قولنج کردیم از بس خودمان را جمع و جور کردیم!  
سرتان را پایین بیاندازید!  
چرا همچنان حرف می‌زنید؟  
یک بار شما گریه کنید!  
یکبار شما روز تابستان چشم‌تان را بدزدید تا ما نفس به‌کشیم!



## هفدهم دی ماه ۱۳۱۴ / کشف حجاب

رضا شاه پهلوی در هفدهم دی ماه ۱۳۱۴ کشف حجاب را رسماً اعلام و در جشن پایان تحصیلی دختران در دانش سرای مقدماتی تهران چنین سخن گفت:

«بی‌نهایت مسرورم که می‌بینم خانم‌ها در نتیجه دانایی و معرفت به‌وضعیت خود آشنا و به‌حقوق و مزایای خود پی‌برده‌اند. همانطور که خانم تربیت اشاره نمودند، زنهای این کشور بواسطه خارج بودن از اجتماع نمی‌توانستند استعداد و لیاقت ذاتی خود را بروز دهند بلکه باید بگویم که نمی‌توانستند حق خود را نسبت به‌کشور و میهن عزیز خود ادا نمایند و بالاخره خدمات و فداکاری خود را آنطور که شایسته است انجام دهند و حالا می‌روند علاوه بر امتیاز برجسته مادری که دارا می‌باشند از مزایای دیگر اجتماع نیز بهره‌مند گردند. ما نباید از نظر دور بداریم که نصف جمعیت کشور ما به‌حساب نه‌می‌آید یعنی نصف قوای عامله‌ی مملکت بیکار بود. هیچوقت احصائیه از زنها برداشته نمیشد مثل اینکه زنها یک افراد دیگری بودند و جزو جمعیت ایران به‌شمار نمی‌آمدند؛ خیلی جای تاسف است که فقط یک مورد ممکن بود احصائیه زنها برداشته شود و آن موقعی بود که وضعیت ارزاق در مضیقه می‌افتاد و در آن موقع سرشماری می‌کردند و می‌خواستند تأمین آذوقه نمایند.

من میل به‌تظاهر ندارم و نمی‌خواهم از اقداماتی که شده است اظهار خوشوقتی کنم و نمی‌خواهم فرقی بین امروز با روزهای دیگر بگذارم، ولی شما خانم‌ها باید این روز را یک روز بزرگ بدانید و از فرصت‌هایی که دارید برای ترقی کشور استفاده کنید. من معتقدم که برای سعادت و ترقی این مملکت باید همه از صمیم قلب کار کنیم، ولی هیچ نباید غفلت نمایند که مملکت محتاج به‌فعالیت و کار است و باید روز بروز بیشتر و بهتر برای سعادت و نیک‌بختی مردم قدم برداشته شود.

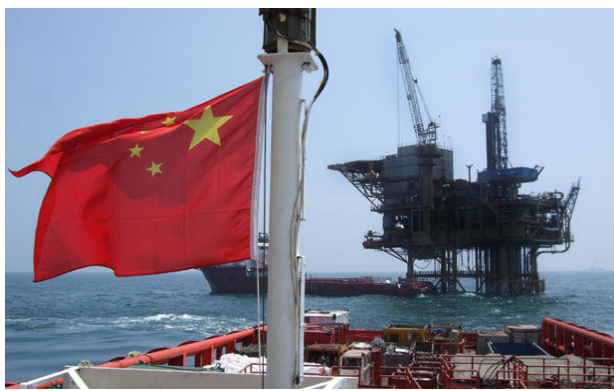
شما خواهران و دختران من، حالا که وارد اجتماع شده‌اید و قدم برای سعادت خود و وطن خود بیرون گذاشته‌اید، بدانید وظیفه‌ی شماست که باید در راه وطن خود کار کنید، شما تربیت‌کننده‌ی نسل آتیه خواهید بود، انتظارمان از شما خانم‌های دانشمند این است که در زندگی قانع باشید و کار نمائید و از تجمل و اسراف بپرهیزید.»



شرط و خواسته‌های از ونزوئلا ندارند! اما اوضاع به همین سادگی نبود، چرا که پکن نحوه‌ی بازپرداخت وام‌ها را در قالب صادرات نفت ونزوئلا به چین تعیین کرده بود و اکنون دولت «مادورو» با وجود ورشکستگی اقتصادی کامل، مجبور است برابر میزانی که بر سر آن توافق شده بود، به چین نفت تحویل دهد!

کشور نفت‌خیز ونزوئلا در نتیجه سیاست‌های غلط اقتصادی و همچنین برنامه‌های اقتصادی دولت چین در آستانه سقوط اقتصادی قرار گرفته و همین ترکیب سمی در بیشتر کشورهای هدف برنامه وام‌دهی و ایجاد زیرساخت‌های پیشنهادی چین وجود دارد.

برای حکومت چین در هنگام ایجاد روابط دوستانه، سیاسی و اقتصادی با دولت‌های خارجی، مسائلی مانند حفاظت از محیط زیست و فساد دولتی هیچگونه اهمیتی ندارد چرا که هدف دولت چین، مقروض کردن کشورهای درحال توسعه برای غارت منابع طبیعی این کشورهاست و این وام‌ها تضمینی برای دسترسی طولانی مدت اقتصاد این کشور به نفت کشورهای مورد معامله به‌شمار می‌رود.



## چپاول ایران توسط چین

### چرا باید نگران قرارداد ۲۵ ساله ایران با چین باشیم!

دنیای سیاست، دنیای امکان‌هاست و کشورهای سیاست خود را بر اساس میزان قدرتی که دارند تنظیم و به کشورهای کوچک و ضعیف تحمیل می‌کنند!

چین این روزها، دیگر به‌رشد و شکوفایی در نظم جهانی به‌رهبری آمریکا قانع نیست و می‌خواهد دنیا را به‌گونه‌ای تغییر دهد که جایگاه رهبری را خود کسب کند.

چین این کار را هم شروع کرده است؛ اعطای وام و کمک اقتصادی به کشورهای در حال توسعه یکی از مهم‌ترین ابزارهای سیاست خارجی چین برای اعمال نفوذ اقتصادی و سیاسی در این کشورهاست، زیرا تجربه نشان داده که وام گرفتن از چین در قالب توافقنامه‌های بلند مدت نهایتاً فایده‌ای برای وام‌گیرندگان ندارد، بلکه ماحصل آن بدهکاری نسل‌های بعد کشور به‌چینی‌ها خواهد بود!

در این زمینه به ترفندهای چین به‌سرح زیر توجه نمایید:

\* در سریلانکا پس از آنکه دولت در بازپرداخت بدهی‌های پیشین خود دچار مشکل شد، نیروی نظامی چین یک بندر این کشور را تصاحب کرد!

\* در اکوادور، چینی‌ها برای جبران خسارات یک پروژه‌ی عظیم سدسازی که با کوتاهی دولت اکوادور نیمه‌تمام ماند، بیش از ۸۰ درصد درآمد نفتی این کشور را تصاحب کردند!

\* در ساحل عاج که بنا بر ارزیابی شش میلیارد دلار به‌چین بدهکار است، پکن شرکت دولتی انرژی «زسکو» را تا زمان تسویه حساب کامل تصاحب کرده است!

\* در آفریقای جنوبی نگرانی برای بازپرداخت وام و کمک ۲۴ میلیارد یورویی هر روز تشدید می‌شود چرا که پکن تهدید کرده شرکت دولتی انحصار تأمین برق «اسکوم» را تصاحب خواهد کرد!

\* اما شاید سقوط و فروپاشی اقتصادی ونزوئلا درس عبرتی باشد برای همه‌انهایی که در برابر وسوسه‌ی مالی چینی‌ها قرار می‌گیرند. در سال ۱۹۹۹ و پس از به‌قدرت رسیدن «هوگو چاوز»، چینی‌ها شروع به‌پرداخت وام‌های کلان به‌این کشور کردند چرا که به‌منظر می‌رسید هم «هوگو چاوز» متحد مناسبی برای چین است و از طرفی هم چینی‌ها پیش-



سر نوشت کشورهای صاحب نفت، که به‌دام چین افتاده‌اند

## موضع گیری آمریکا و سکوت اسرائیل،

### نشانه عدم تمایل آنها به تغییر حکومت در ایران است!

#### پروفسور ریچ کارفور؛

#### استاد جامعه‌شناسی شرق در دانشگاه میشیگان

اگر روزی قرار باشد نظام جمهوری اسلامی تغییر کند، رژیم جانشین نظام جمهوری اسلامی، رژیمی دینی نخواهد بود، چون چنان مردم از دین زده شده‌اند که تا یکصد سال دیگر هم به حکومت دینی بر نخواهند گشت.

قطعاً رژیم بعدی در کشور ایران گرایش ملی‌گرایانه خواهد داشت و منافع ملی تمام مردم را محور سیاست‌های خود قرار خواهد داد. غرب از اینکه حکومتی مبتنی بر حفظ منافع ملی در ایران شکل بگیرد، نگران است و خواهان حکومتی نیست که در آن صرفنظر از مذهب، همه استعدادها می‌توانند رشد کنند.

در صورت آمدن چنین حکومتی، اتفاقی که می‌افتد این است که منافع ملی در ستیزه‌های ایدئولوژیک و مذهب به‌هدر نخواهد رفت و سیل مهاجرت استعدادهای درخشان علمی و سرمایه‌گذاری‌ها در کشورهای غربی معکوس خواهد شد.

کشورهای دشمن و رقیب دوست ندارند با یک ایران قدرتمند روبرو باشند، لذا ترجیح می‌دهند با همین حکومت کودن و واپس‌گرای فعلی در ایران کج‌دار و مریز رفتار کنند تا به‌حیات خود ادامه دهد و آن‌ها بتوانند از آن سود ببرند.

در این صورت آمریکا همچنان به‌بهانه حکومت ایدئولوژیک ایران از منافع خود در خاورمیانه همچون ۴۳ سال گذشته برخوردار خواهد بود و اسرائیل به‌بهانه خطر نظام جمهوری اسلامی، علیرغم اشغال سرزمین فلسطین، با کشورهای عرب و مسلمان وارد پیمان دوستی شده و می‌شود و کشورهای عرب عمدتاً نظام جمهوری اسلامی را دشمن‌تر از اسرائیل برای خود قلمداد می‌کنند.

ایرانی ضعیف که خودبخود با مسئولین بی‌کفایت و بی‌سواد به‌سرعت دارد زیرساخت‌های خود را نابود کرده و میکند برای همه آن‌ها مطلوب‌تر است.

ایرانی ضعیف که بتوان به‌راحتی و هر وقت اراده کنند آن را تحریم و نیروهای تندرو آن را بمباران کرده یا حذف کنند، برای اسرائیل خیلی بهتر از ایرانی قدرتمند مبتنی بر استعدادهای ملی فارغ از مذهب و قومیت خواهد بود.

مردم کشور ایران فارغ از تبعیض‌های ایدئولوژیک و سرکوب اقلیتهای قومی و مذهبی، پتانسیل آن را دارند که به‌عنوان یک قدرت اقتصادی و صنعتی منطقه و بلکه یکی از قدرت‌های جهانی سربلند کنند.

این موضوع را کشورهای رقیب چون عربستان و حتی ترکیه می‌دانند و ترجیح می‌دهند کشور ایران در همین شرایط در تاروپود عقاید ایدئولوژیک خود دست و پا بزند.

باور بر اینست که به‌همین دلایل آمریکا و اسرائیل خواهان تغییر حاکمیت در ایران نیستند.

## کم ارزش ترین پول دنیا را کدام کشور دارد؟

کشوری که سومین منابع نفت جهان را دارد، کشوری که یک ششم از ذخایر سنگهای قیمتی جهان را دارد، کشوری که از لحاظ دارا بودن ذخایر زیرزمینی و انواع فلزات و کان‌های معدنی درجهان، رتبه دوم را دارد، کشوری که بهترین فرش جهان را دارد، کشوری که بهترین خاویار جهان را صادر میکند، کشوری که بهترین پسته جهان را دارد، کشوری که یکی از بهترین تولیدکنندگان زعفران در دنیا است، کشوری که یکی از بزرگترین صادر کنندگان آب و برق منطقه است،

کشوری که ۱۵ درصد از آثار باستانی و تاریخی ثبت شده در یونسکو را دارد،

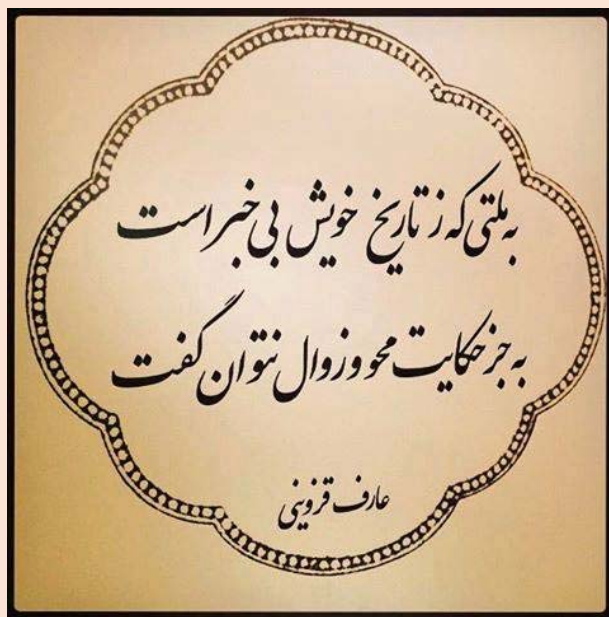
کشوری که تنوع طبیعی بی‌نظیرش باعث شده که با یک ساعت پرواز از مناطق سرد با ۲۰ درجه زیر صفر (شرایط اسکی روی برف)، به مناطق گرم با دمای ۳۵ درجه (شرایط اسکی روی آب) دسترسی داشته باشد،

کشوری که یکی از مرغوبترین برنج‌های جهان را دارد، کشوری که یکی از بهترین چای‌های دنیا را دارد، کشوری که به‌دلیل تنوع ذخایر معدنی، به بهشت معدن‌شناسان مشهور است،

و مهم‌تر از تمام اینها، همان کشوری که سالانه چند هزار نفر تحصیل کرده از آن به‌خارج فرار می‌کنند که حدود ۵ درصد از آنان از نوابغ محسوب میشوند!

آری...، این کشور صاحب کم ارزش ترین پول دنیا است!... کشوری که بیش از ۴۰ درصد از مردمش زیر خط فقر و محروم از امکانات اولیه زندگی سالم هستند!

اسلام دینی است که هر چه کمتر به‌دستوراتش عمل کنید، بیشتر به تمدن و انسانیت نزدیک شده‌اید. پاینده ایران



### آخوندها چه دینی دارند؟

شیخی را گفتند: روزی خویش از کجا بدست آری؟

گفت: از مال مردم!

گفتند: چگونه؟

گفت: ابتدا مخ ایشان را بهخوری تا عقل در آن نماند و سپس از

نان و مال و عیال ایشان آنچه را خواهی به تمامی کسب کنی!

گفتند: آیا خطری در آن هست؟

گفت: اگر بنام خدا و دین بهخوری، خطری نیست که نیست!

گفتند: اگر کسی بر تو شورید چه؟

گفت: خون آنانکه بر خدا و دین خدا بهشورند حلال است!

گفتند: بعدست چه کسانی ایشان را بکشی و چگونه؟

گفت: بدست آنانکه در اندیشه‌ی رفتن به بهشت‌اند! با وعده‌ی

نسبیه «حور و پری» که کسی آنان را ندیده!

گفتند: چگونه آدمی با وعده‌ی یک حوری دست بهقتل هم‌نوع

خود می‌زند؟

گفت: با رعایت حجاب! بدین صورت که آنان را سالها در

حسرت بدن عریان یک زن قرار دهیم و در وقت مناسب،

این‌چنین روانه‌ی بهشت بگردانیم!

پرسیدند: استاد تو در این راه چه کسی بوده؟

گفت: استاد من در این راه، سفره‌ی خالی از نان و مغزته‌ی از

عقل مردمان است! به‌آنان گفته‌ایم «فقرا بهبهشت می‌روند و

ثروتمندان به جهنم!» بنابراین فقیر مانده‌اند! گفته‌ایم «هر کس در

کارها اندیشه کند و عقل به‌کار برد، چون شیطان رانده

می‌شود!» بنابر این آنان ایمان با مغز تهی را بر اندیشه کردن

در کار خداوند ترجیح داده‌اند و بدین صورت دلیل مانده‌اند!

گفتند: آیا کسی هست که از تو فرمانبردار نباشد؟

گفت: آری، آنکه بداند «برای رسیدن به خدا نیاز نیست به خلق

خدا باج بدهد!»

### چه کسی رنگ سال را تعیین می‌کند؟

۲۳ سال است در آغاز سال نو میلادی یک رنگ واحد به‌عنوان

رنگ سال به‌مطرفداران مُد معرفی می‌شود و امسال نیز «قرمز

پرشین» به‌عنوان رنگ سال ۲۰۲۳ انتخاب شده است؛ اما چه

کسی یا چه افرادی مرجع معرفی رنگ سال هستند؟

موسسه آمریکایی «پنتون» هر ساله از میان طراحان و

برنده‌های معتبر لباس جهان برای انتخاب رنگی که قرار است

طی سال آینده همه‌گیر شود، نظرسنجی می‌کند. امسال نیز

بزرگان مد جهان بر روی رنگ «قرمز پرشین» برگرفته از

خاک قرمز خلیج فارس با کد رنگ ۱۷۵۰-۱۸ توافق کردند.



## کشکول، کشکول، کشکول

### شب، زیبایی‌های خودش را دارد

با وجود اینکه شب بوده که زندگی در زمین شکل گرفته است، اما همواره از شب به‌عنوان نماد تاریکی، گمراهی و سرما در تاریخ و ادبیات ما نام برده شده است. .... و حالا شب چله، بلندترین شب از دیدگاه دانش در زمین هست.

اما از دید فرهنگ، ما شب‌های بلندتری نیز داشته‌ایم؛ از جمله شبی پر درد و رنج، شبی ۴۳ ساله که اروپا با صدور یک مزدور به ایران برای ما رقم زد.

شبی که با یک شورش که پیراهن سپید یک انقلاب را بر تنش کرده بودند آغازید، تا ایرانیان آن را به‌عنوان یک پدیده درونی (البته اسلامی و نه ایرانی) بپذیرند.

سالها بر جریان تغییر یک نخست وزیر به دروغ نام کودتا نهادند، سالها بر شورش و تروریسم نام انقلاب و آزادی نهادند، اما امروز این ماییم که می‌دانیم:

یک قیام ملی در راه است و این شب رو به پایان.

### خاطره‌ای از گاندی رهبر بزرگ هندوستان

هفته سالم بود، پشت در دستشویی پنهان شده بودم، تا پدرم از دستشویی، بیرون آمد، او را ترساندمش... بهش خندیدم؛ او هم خندید.

در آن سن و سال متاسفانه سیگاری شده بودم و بیشتر اوقات در حمام سیگار می‌کشیدم. آن‌روز را هیچ‌وقت فراموش نمی‌کنم؛ همان روزی که یواشکی رفته بودم تا در حمام سیگار بکشم.

سیگار کشیدن مدت زمانی طول کشیده بود، چهار نخ! نخ آخر را که کشیدم، ته سیگارها را از ترس پدرم در چاه حمام فرو کردم!

از در حمام که بیرون آمدم، پدرم را دیدم که پشت در حمام روی زمین خوابش برده‌است؛ آمده بود تا مرا بترساند!

بغلش کردم، بوسیدمش، گریه کردم و دیگر سیگار نکشیدم.

## چه کسانی .....؟

### چه کسانی از دیوار سفارت آمریکا بالا رفتند؟

سعید حجاریان، ابراهیم اصغر زاده، معصومه ابتکار، حبیب‌اله بیطرف، سید محمدرضا خاتمی، محسن میردامادی و کمال تبریزی.

\* چه کسانی استادهای دانشگاه‌ها را به‌بهانه انقلاب فرهنگی اخراج کردند؟

حسین حاج فرج‌الله دباغ معروف به «عبدالکریم سروش» و صادق زیبا کلام.

\* چه کسانی محمدعلی فردین، ناصر ملک مطیعی، بهروز وثوقی و... را ممنوع‌التصویر کردند؟

سید محمد خاتمی، میرحسین موسوی و محسن مخملباف.

\* چه کسانی برای اولین بار طرح حجاب اجباری را به‌خیمنی پیشنهاد دادند و نهایتاً آن را به‌جامعه تحمیل کردند؟

حسن روحانی، میرحسین موسوی و زهرا رهنورد.

\* چه کسانی در پیشانی زنان بدحجاب پونز فرو می‌کردند؟ حسین شریعتمداری، حسین‌اله کرم، مسعود دهنمکی و اکبر گنجی.

\* چه کسی برای اولین بار به‌خیمنی لقب «امام» را داد؟ حسن روحانی.

\* چه کسانی بر ادامه‌ی جنگ بعد از فتح خرمشهر پافشاری کردند؟ احمدخیمنی، علی‌اکبر هاشمی رفسنجانی و حسن روحانی.

\* چه کسانی با وعده‌ی انتخابات زودرس و موقتی بودن رهبری پس از فوت خیمینی، علی خامنه‌ای را به‌رهبری دائمی منصوب کردند؟

احمد خیمینی و علی‌اکبر هاشمی رفسنجانی.

\* چه کسانی با عنوان کردن کسر بودجه دولت، نهادهای نظامی و امنیتی (سپاه پاسداران، بسیج، ... و وزارت اطلاعات) را در امور اقتصادی وارد کردند؟

علی‌اکبر هاشمی رفسنجانی، محسن رضایی و قاسم سلیمانی.

\* چه کسانی با عنوان حکم حکومتی استقلال و جایگاه قانونگذاری مجلس را نادیده گرفته و عملاً مجلس را به‌نهادهی در خدمت قدرت مطلقه تبدیل کردند؟

مهدی کروبی و ناطق نوری.

**نکته:** همه‌ی افراطیون در ابتدای انقلاب یا از اصلاح‌طلبان امروزی و یا بالاترین مقامات هستند!

اصلاح‌طلب و اصول‌گرا هم پیاله‌هایی هستند که با سیاست‌های عوام‌فریبانه‌شان چهل و چهار سال است فقط خیانت می‌کنند... و سرگرم کردن و امیدوار نگه‌داشتن مردم به اصلاح...

اصلاح چی؟ کسی نمی‌داند!

حتماً این ریزدباله‌های تاریخ را به‌خاطر به‌سپاریم و به‌آیندگان معرفی‌اشان کنیم.

کسی را که خوابیده می‌شود بیدار کرد، ولی کسی که خودش را به خواب زده، ..... هرگز!



### شیرزنان تاریخ خود را به‌شناسید

بی‌شک او یکی دیگر از قهرمانان ملی تاریخ ایران است و افسوس که قرنهاً زیادی است که فراموش شده یا بهتر بگویم اصلاً شناخته نشده است.

«یوتاب» را می‌گویم، او که همچون معنای نامش درخشنده و بی‌همتا بود، خواهر کوچکتر «آریوبرزن»، آخرین سردار هخامنشی.

هنگامیکه «آریو برزن» با سپاه اندک‌اش شجاعانه در برابر سپاه عظیم اسکندر مقاومت کرد و حتی آنها را به عقب راند، «یوتاب» خواهر او بجای اینکه گوشه‌ای به‌نشیند و با گریه و زاری کشته شدن برادر و یارانش را در میدان نبرد به‌بیند، لباس رزم در بر کرد، شمشیر کشید و در کارزار جنگ نابرابر در راه دفاع از میهن، برادرش را در میدان نبرد تنها نه‌گذاشت.

بنا به‌نوشته‌ی مورخین یونانی، او آنچنان شجاعانه جنگید که تلاش سربازان مقدونی برای زنده به‌اسارت درآوردن وی بی‌نتیجه ماند و آنها فقط شاهد تلفات بیشتر بودند.

این بانوی شجاع ایرانی تا جان در بدن داشت جنگید، جنگید و باز هم جنگید و در نهایت در راه دفاع از میهن خود و در کنار برادر شجاع‌اش، در خون خود غلطید و روحش به ابدیت تاریخ میهن‌اش پیوست.

اسکندر مقدونی چنان تحت تأثیر شجاعت این خواهر و برادر قرار گرفت که همانجا با احترام آنها را دفن نمود و حتی چوپان خانگی را که راه مخفی دور زدن سپاه آریو برزن را به‌آنها نشان داده بود، کشت.

یوتاب، شرمسارم از روی تو و برادرت به‌خاطر پدران و مادرانی که قرنهاً فراموش‌اتان کردند و هنوز هم این فراموشی باعث شرمساری ما است.

یوتاب، تو شجاع‌ترین خواهری هستی که یک برادر در طول تاریخ داشته است.

تو همچون نام زیباییت، درخشنده و بی‌مانندی و در قلب و یاد همه‌گان می‌درخشی...

(ای کاش ایرانیان.....! بگذریم)

### ألویت همیشه با خانمها است؟!

جالب است بدانید در زبان پارسی «جدایی جنسی» وجود ندارد؛ مثلاً ضمیر سوم شخص مفرد «او» شامل زن و مرد می‌شود. (برخلاف زبان‌های لاتین و عربی) در زبان پارسی، اگر جایی تاکید بر جنسیت باشد، اولویت با زنان است. (بر خلاف زبانهای لاتین و اروپایی) ما می‌گوییم: زن و شوهر، بجای: husband and wife ما می‌گوییم: خواهر و برادر، بجای: brother and sister ما می‌گوییم: زن و مرد، بجای: namow dna nam حتی می‌گوییم: زن و شوهر، یعنی مرد در ارتباط با همسر هویت «شوهر» پیدا می‌کند، ولی هویت «زن» دست نمی‌خورد.

ما هرگز در تاریخ و ادبیات‌امان به جنسیت اهمیت نداده و اگر جایی لازم شده، زنان را در اولویت قرار داده‌ایم. حتی در زبان پارسی، «زن» یک واژه و مفهوم مستقل است. (نه مثل wo/man زنده‌ای کنار مرد. یا human که بسیار تبعیض‌آمیز است.)

اگر بدون تعصب و یا غرور ملی نیک بنگریم، در اکثر اقوام ایرانی، زن و مرد دوشادوش هم کار و زندگی می‌کنند و نسبت به دیگری برتری ندارند.

در شاهنامه حکیم ابوالقاسم فردوسی نیز در بسیاری از ابیات استاد طوس، زنان را اکرام و تمجید کرده و شاید به همین دلیل است که ما «وطن» را مادر (زن) و نام دختران‌امان را «ایران» می‌گذاریم. فرهنگ چند هزار ساله یعنی همین!

### «اما» و «اگر» های مسلمانی

در بغداد هر روز بسیار خبرها می‌رسید از دزدی، قتل و تجاوز به‌زنان در بلاد مسلمانان که همه از جانب مسلمانان بود!

روزی خواجه نصیرالدین مرا گفت:

«می‌دانی از بهر چیست که جماعت مسلمان از هر جماعت دیگر بیشتر گناه می‌کنند، با آنکه دین خود را بسیار اخلاقی و بزرگمنش می‌دانند؟»

من بدو گفتم: «بزرگوارا همانا من شاگرد توام و بسیار شادمان خواهم شد اگر ندانسته‌ای را بدانم.»

خواجه نصیرالدین فرمود:

«در اخلاق مسلمانی هرگاه به‌تو فرمانی می‌دهند، آن فرمان "اما" و "اگر" دارد.»

در اسلام تو را می‌گویند:

دروغ نگو، اما دروغ به دشمنان اسلام را باکی نیست!

غیبت مکن، اما غیبت انسان بدکار را باکی نیست!

قتل مکن، اما قتل نامسلمان را باکی نیست!

تجاوز مکن، اما تجاوز به‌نامسلمان را باکی نیست!

و این «اما»ها مسلمانان را گمراه کرده و هر مسلمانی به‌گمان خود، دیگری را نابکار و نامسلمان می‌داند و اجازه هر پستی را به‌خود می‌دهد و خدا را نیز از خود راضی و شادمان می‌بیند! این است راز نابخردی. «اخلاق ناصری»

### اهل کجایی؟

زادگاه پدرم تبریز است، ترکم و لهجه‌ی ترکی دارم، ولی از آبی دریای جنوب است دلم.

رگ و ریشه‌ام شاید به‌درختان بلند و سرسبزی گیلان برسد! من اگر عاشق گل هستم و گلخانه و گل‌های بهار، چون معشوقه‌ای از شهر گلستان دارم!

ساده‌ام، سادگی من باید ارثی از مردم خون گرم لرستان باشد! غیرتم زاده‌ی کردستان است، شهر موسیقی و گل‌های قشنگ شهر نورانی مردان خدا که در آن عشق و امید است و صفا همه جا و همه جا!

روح از کرمان است، یاد باد آن که خرابات‌نشین بودم و مست؛ من خراباتی‌ام، اما اکنون روزگاری است که چون ارگ بم از بخت بد و سردی ایام همه خانه و کاشانه‌ی من یک شبه ویران شده است!

من پر از شورم اگر، از همی رفتارم گاه تعجب کردی؟ چیزی نیست، چونکه دریای نمک، از وسط زندگی‌ام می‌گذرد! من گر عهدی بستم، روی عهدم هستم، چون رگی از دل اقوام بلوچی دارم!

من اگر ذکر خدا را عربی می‌گویم، گر که «لا حول ولا قوة الا بالله» بر لبم آواز است، چون نیاکان من از مردم دل سوخته‌ی اهواز است!

و اگر نصف جهانم، پر عشق است و غمی تاریخی در نگاهم پیداست، من مقصر نیستم، اصفهان را دیدم!

و اگر از غزل سعدی و حافظ مستم، چون کاکو من شاعر از تبار شهر شیراز هستم! پر ز شعرم، پر ز شورم، پر ز ایمانم.

من به همین استدلال، اگر از من پرسند: پسرک اهل کجایی؟ گویم: اهل ایرانم من!



**دیدید، مردان این سرزمین را مرگ یک**

**دختر تحریک کرد، نه موی او....**



گویند که آرایش بانوان در ایران باستان بر هفت خط یا هفت رج بوده است. پیشینه آرایش زنان در ایران به دوران فرانک، مادر فریدون (دوران مادر سالاری) بازمیگردد. امروزه آرایش کردن تنها برای خانمها نیست و بعضی از آقایان نیز حتی بیشتر از خانمها، بزک میکنند!؟ به هر حال، «هفت قلم آرایش» که از آن سخنهای بسیاری به میان می‌رود، به شرح زیر است:

نخست: حنا

دوم: بند

سوم: وسمه

چهارم: سرمه

پنجم: سرخاب

ششم: سفیدآب

هفتم: خال

### پول مهم‌تر است یا وطن؟

بعد از مقاومت «محمدکریم» مبارز مصری در مقابل فرانسوی‌ها و شکست او، قرار بر اعدامش شد، ناپلئون او را فراخواند و گفت:

«سخت است برایم کسی را اعدام کنم که برای آزادی وطنش مبارزه می‌کند. من به تو فرصتی می‌دهم تا ده هزار سکه طلا بابت غرامت سربازهای کشته شده به من بدهی.» محمدکریم گفت:

«من الان این پول را ندارم، اما صد هزار سکه از تاجران می‌خواهم، می‌روم تهیه می‌کنم و باز می‌گردم.»

محمدکریم به مدت چند روز در بازارها با زنجیر برای تهیه پول گردانیده شد، اما هیچ تاجری حاضر به پراخت پولی جهت آزادی او نشد و حتی بعضی طلبکارانه می‌گفتند که با جنگ‌هایش وضعیت اقتصادی را نابسامان کرد!

وی ناامید نزد ناپلئون برگشت! ناپلئون به او گفت: «چاره‌ای جز اعدام تو ندارم، اما نه به خاطر کشتن سربازهایم، بلکه به دلیل جنگیدن برای مردمی که پول را مقدم بر وطن خود می‌دانند!»

### خاطره ای از عزیز نسین

عزیز نسین نویسنده بلندآوازه و طنزپرداز ترک که سال‌ها زندانی سیاسی در ترکیه بود و جانش را نیز به خاطر روشنگری‌های سیاسی و اجتماعی‌اش از دست داد، در یکی از نوشته‌هایش می‌نویسد:

بعنوان یک خبرنگار سفری به هندوستان داشتم؛ سوار قطاری بودیم که ناگهان قطار به طرز وحشتناکی ترمز کرد و ایستاد. سراسیمه پایین آمدیم و من دیدم گاوی فربه روی ریل نشسته و مانع حرکت قطار شده...

بمراهنمای هندی خودم گفتم چرا کسی گاو را از روی ریل خارج نمی‌کند تا راه قطار باز شود؟

او گفت: گاو مقدس است و کسی نمی‌تواند مزاحمش شود! گفتم: پس چاره چیست؟

گفت: باید صبر کنیم تا گاو با میل خودش ریل را ترک کند! گفتم: یعنی یک گاو جلو حرکت قطاری را تا هر وقت بخواهد می‌گیرد و کسی مانع‌اش نمی‌شود؟

گفت: آری، گاو مقدس است....

و من دانستم در جوامع عقب‌مانده هم افراد و عقاید به‌ظاهر مقدس، جلو ریل حرکت قطار جامعه‌اشان نشسته‌اند و با وجود آنها، هیچکس جرأت نمی‌کند آنها را از روی ریل خارج سازد...!؟

### آیا معنی کلمه «سیاسی» را می‌دانید؟

«سیاس» کلمه‌ای ایرانی و یادگار «زرتشت» است که وی همواره می‌گفت: سه چیز را همیشه پاس بدارید:

پاس یکم: «بندار نیک»

پاس دوم: «گفتار نیک»

پاس سوم: «کردار نیک»

«سه پاس» یعنی پاسداشت و پاسداری از سه «نیک» و ایرانیان با گفتن «سیاس» به یکدیگر، یادآور این سه مهم می‌شدند.

### داستانی از رومی

مردی داشت در رودخانه غرق می‌شد و مردم در اطراف رودخانه داد می‌زدند دستت را بده .... دستت را دراز کن، بمن بده... ولی مرد همچنان بدون اینکه دستش را دراز کند در حال غرق شدن بود!

در این موقع يك صوفی از راه میرسد و می‌گوید دستم را بگیر، دستت را دراز کن و دستم را بگیر.

مرد دستش را دراز کرد و صوفی دست او را گرفت و از آب بیرون کشید.

مردم از صوفی پرسیدند راز تو چه بود که او دستش را بتو داد، ولی بهما نداد؟

صوفی گفت من به او گفتم بگیر، ولی شما گفتید بده، مردخسته دنبال گرفتن کمک بود و احتیاج داشت از او دستگیری شود و شما می‌گفتید دستی بمن بده و این خواسته هضم‌اش برای مرد دشوار بود.

کمکم کن تا کمکات کنم، فهمش برای همه کس آسان نیست.

### مرقد مطهر یعقوب لیث صفاری

یعقوب لیث صفاری یکی از آزادگان و فرماندهان وطن پرست ایران بود که در هنگام جنگ با لشکر خلیفه عباسی در دزفول به علت بیماری درگذشت.

یعقوب لیث با لشکری جنگید که فرمانده آن لشکر متجاوز «محمد ابن جعفر» بود که او هم در این جنگ کشته شد.

اکنون قبر این دو نفر چنان تفاوتی باهم دارد که هر کس که تاریخ نداند و نخوانده باشد گمان می‌کند یعقوب متجاوز به این کشورمان ایران بود و محمد ابن جعفر مداف؟!.

وای بر نادانی ما...

اگر وقت کردید و گذرتان به دزفول افتاد حتما به قبر این دو نفر سر بزنید.

قبر محمد ابن جعفر در غرب دزفول با شکوه و عظمت خاصی همه روزه پذیرای زائران است و در شرق دزفول، در مسیر جاده شوشتر قبری مخروبه و دور افتاده، قبری که اکثر مردم شهر او را نمی‌شناسند وجود دارد.

در این قبر یکی از شجاع ترین، متعصب ترین و وطن پرستترین فرماندهان تاریخ این سرزمین، یعقوب لیث صفاری آرمیده است.

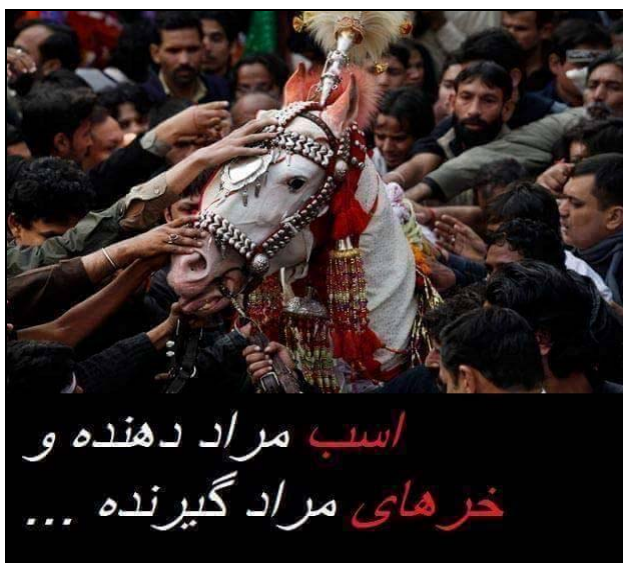
مارا چی می‌شود؟

ایرانی از خواب ۱۴۰۰ ساله بیدار شو.

ملتی که تاریخ نمی‌خواند محکوم به فناست.



آرامگاه یعقوب لیث صفاری در دزفول



اسب مراد دهنده و  
خرهای مراد گیرنده ...

### الاغ و الاغ دار

در قدیم شخصی بود بنام عباس گچی که تعدادی الاغ داشت؛ آدم خوش‌مشراب و مردم‌داری هم بود و همه او را دوست داشتند و با وجودیکه مشروب می‌خورد، کسی کاری بهش نداشت. اما بعد از مدتی ورشکست و مجبور به فروش الاغ‌هایش می‌شود و محل زندگی خود را ترک و با جیب خالی و بدون هیچ امیدی سر به بیابان می‌گذارد.

پس از طی چند روز پیاده روی، تشنه و گرسنه به شهر کوچکی می‌رسد و چون جایی نداشت، وارد مسجد جامع شهر می‌شود و در گوشه‌ای می‌نشیند.

تا چند روز توسط خادم مسجد پذیرایی می‌شود و کم‌کم وارد صف نماز جماعت شده، ساکن مسجد می‌گردد. در این مدت به خطبه‌های ملای مسجد گوش داده، از کتاب‌های مذهبی مذهبی استفاده و خیلی زود در دل مردم جا باز می‌کند.

پس از مدتی ملای مسجد فوت می‌کند و مردم او را به عنوان جانشین ملا به امام جماعت مسجد انتخاب می‌کنند!؟

روزگار بدین منوال می‌گذرد؛ بعد از چند سال گذر یکی از هم‌شهری‌های قدیم او به همان شهر می‌افتد و برای نماز وارد مسجد جامع می‌شود. در ابتدا شک می‌کند که پیش‌نماز مسجد، همان عباس گچی است؟ پس از نماز سراغ او رفته و ضمن سلام و احوال‌پرسی می‌گوید: حاج آقا! شما شباهت بسیار زیادی به یکی از آشنایان من دارید، به اسم عباس گچی!

ملا پاسخ می‌دهد: من همان عباس گچی هستم که می‌گوی...

آن شخص می‌گوید: چطور می‌شود که یک آدم عرق‌خور که همیشه کارش پشت سر الاغ‌ها آواز خواندن بود، کارش به اینجا برسد که به یک مرد خدا...! و روحانی تبدیل شود...؟! این یک معجزه‌ی الهی است!

عباس گچی می‌گوید: زیاد شلوغش نکن و هندوانه هم زیر بغل من نگذار... من هیچ فرقی نکرده‌ام، همان عباس گچی هستم؛ تنها فرقی که پیش آمده، جابجایی من و الاغ‌هاست. قبلا من پشت سر الاغ‌ها بودم، حالا الاغ‌ها پشت سر من همین!؟

بر گرفته از کتاب کشکول طبسی

هر يك از این چهار روز معرف آغاز هفته‌ای تازه در ماه است و برای آن که دی‌ها با هم اشتباه نشوند، هر يك از آنها را با نام روز بعد همراه می‌کنند و بدین گونه، روز هشتم را دی به آذر روز، روز پانزدهم را دی به مهر روز سومین جشن دیگان و روز بیست و سوم را دی به دین روز چهارمین جشن دیگان می‌گویند.

در ماه دی، در هر سه این روزها جشن دیگان در ستایش و نیایش خدای بزرگ برگزار می‌شد، سه جشن نیایشی در سردترین ماه سال.

مطابق تقویم رسمی کشور، این سه جشن دیگان به روزهای دوم و نهم و هفدهم دی ماه موكول می‌شود. علت آن که همه ماه‌های زرتشتی سی روزه هستند، در حالی که در تقویم رسمی کشور، شش ماه، سی و يك روزه داریم. این شش روز اختلاف سبب شده که هشتم دی زرتشتی با دوم دی تقویم رسمی مطابق شود و به همین ترتیب بنا بر کتاب پهلوی بُندهشن (= آغاز آفرینش) این چهار روز ماه که به نام هورمزد و سه دی است، یکی بر نام، یکی بر گاه، یکی بر دین و یکی بر زمان دلالت می‌کنند که همیشه بوده‌اند.

همچنین در همین کتاب آمده است که هر گلی از آن یکی از آنان است:

«مورد و یاسمن هورمزد را خویش است، با درنگ دی به آذر را، کارنگ دی به مهر را، شنبلیله دی به دین را.»

اما بسیاری از دانشمندان از این که «دی» نخستین ماه سال نبوده است، اظهار شگفتی کرده‌اند. به نظر بسیاری از آنان، از جمله مارکوارت، دانشمند آلمانی، در اصل چنین نبوده و انتظار می‌رود که اهورامزدا جای برجسته‌ای را در سال تقبیل کند، یا در آغاز (چنان که در مورد روزهای ماه چنین است) یا در وسط.

گایگر (Geiger) دیگر دانشمند آلمانی معتقد است ماه دی در آغاز یا زمانی در دوره ساسانیان است. مصادف با اعتدال بهاری بوده است و به همین دلیل در این ماه جشن دیگان برگزار می‌شده است. «آرتور کریستن سن»، دانشمند دانمارکی، از مجموع نظریاتی که در خصوص تقویم ایرانی ارائه شده، نتیجه می‌گیرد که ایرانیان دو تقویم سالیانه داشته‌اند.



## جشن دیگان، از جشن‌های ایران باستان

جشن دیگان در روزهای دوم، نهم و هفدهم ماه دی در تقویم رسمی کشور از جشن‌هایی است که به مناسبت همنام شدن روز و ماه در تقویم ایرانیان برگزار می‌شد.

ایرانیان قدیم، گذشته از جشن‌هایی که به مناسبت‌های گوناگون برگزار می‌کردند، همنام شدن روز و ماه را هم در هر ماه جشن می‌گرفتند. همانند جشن دیگان در ماه‌های پیش، جشن تیرگان و جشن مهرگان را نیز داشتیم. اما ماه دی تفاوتی اساسی با ماه‌های دیگر دارد.

از يك سو، «دی» نام هیچ يك از امشاسپندان یا ایزدان آیین زرتشت نیست، در حالی که دیگر ماه‌های سال و بیشتر روزهای ماه با نام این نیروهای مینوی نامگذاری شده‌اند که هنوز هم این نام‌ها در تقویم ایرانی باقی است. از سوی دیگر، در هر ماه، سه روز به نام «دی» نامگذاری شده است و به این ترتیب، در ماه دی سه جشن دیگان داریم.

دی از چنان اهمیتی برخوردار بوده که سه روز در هر ماه را به نام خود اختصاص داده است.

دی درحقیقت صفت خدای یگانه و بزرگ در آیین زرتشت، اهورامزدا است. دی از صورت پهلوی «دی» و اوستایی «دَدَوَه» به معنی آفریننده است. در سراسر ادبیات زرتشتی، اهورامزدا با صفت دادار یا آفریننده نامیده شده، زرتشت هم در گاهان او را «آفریننده زندگی» می‌خواند.

با این توضیح، سردترین ماه سال به نام خدای بزرگ نامگذاری شده بود تا در گذراندن سرمای سخت یاری بخش مردمان باشد. در کتاب پهلوی (بندهشن) نیز آمده که در این ماه، زمستان به بیشترین سردی به ایران‌ویچ رسد.

ماه سی روزه زرتشتی به چهار بخش می‌شده است که در آغاز نخستین بخش نام اهورامزدا و در آغاز سه بخش دیگر نام «دی»، صفت اهورامزدا قرار داشته است و این چیزی شبیه به تقسیم ماه به هفته سامی است. به این ترتیب، هر بخش ماه به نام خدا آغاز می‌شده است: اول ماه به نام هورمزد، هشتم و پانزدهم و بیست و سوم ماه به نام دی.





### شب عاشقان ییلا چه شبی دراز باشد

#### تو بیا کز اول شب در صبح باز باشد

### یلدا بر شما فرخنده باد

شب یلدا یا شب چله، بلندترین شب سال در نیم کره شمالی زمین است. این شب به زمان بین غروب آفتاب از ۳۰ آذر (آخرین روز پاییز) تا طلوع آفتاب در اول ماه دی (نخستین روز زمستان) گفته میشود.

این شب در نیم کره شمالی با انقلاب زمستانی برابر است و به همین دلیل از آن زمان به بعد طول روز بیش تر و طول شب کوتاه تر میشود.

مراسم شب یلدا (شب چله) از طریق ایران به قلمرو رومیان راه یافت و جشن «ساتورن» نامیده میشد.

ایرانیان باستان با این باور که فردای شب چله با دمیدن خورشید، روزها بلندتر میشوند و تابش نور ایزدی افزونی مییابد، آخر پاییز و اول زمستان را شب زایش مهر یا زایش خورشید میخواندند و برای آن جشن بزرگی برپا میکردند و از این رو به دهمین ماه سال «دی» (دی در آیین ایرانی {زرتشتی} به معنی دادار و آفریننده) میگفتند که ماه تولد خورشید بود.

یلدا و جشنهایی که در این شب برگزار میشود، یک سنت باستانی است. مردم دوران باستان که با دانش نجوم آشنایی داشتند، میدانستند که کوتاه ترین روزها، آخرین روز پاییز و شب اول زمستان است و بلافاصله پس از آن روزها بتدریج بلندتر و ششها کوتاهتر میشوند؛ از همین رو آنرا شب زایش خورشید نامیده و آنرا آغاز سال قرار دادند.

سفره شب چله «می زد» نام داشت و شامل میوه های خشک و آجیل (لورک) و میوه های زمستانی خصوصاً انار بود.

روز پس از شب یلدا (یکم دی ماه) را «خورروز» (روز خورشید) و «دی گان»؛ میخواندند و به استراحت میپرداختند و تعطیل عمومی بود.

یکی سال عامه که از انقلاب تابستانی آغاز می شده و نخستین ماه آن فروردین بوده و دی، یعنی ماه دهم، از اعتدال بهاری شروع می شده است و یکی سال دینی که مانند سال بابلیان از اعتدال بهاری آغاز می شده و در نتیجه، نخستین ماه آن دی یعنی ماه آفریدگار و اول دی، یعنی خرم روز، روز اول آن بوده است. ماه دی در هر دو تقویم نخستین ماه سال بوده. بعدها با تلفیق دو تقویم، تقویم جدیدی به دست آمد که سال در آن از اول فروردین آغاز می شد و مانند سال عامه، این تاریخ با اعتدال بهاری برابر به شمار می آمد، به طوری که آغاز نجومی سال دینی حفظ می شد.

به هر حال، مساله تقویم ایرانیان به دلایل مختلف از جمله مراعات نکردن کبیسه و برخی جا به جایی های تقویمی یا احتمال وجود دو نوع تقویم، امروزه به مساله ای غامض برای دانشمندان تبدیل شده است. به خصوص که در منابع قدیم اشاراتی که به برخی ماهها می شود با آب و هوای امروزی آن ماهها مطابقت نمی کند و گاه بسیار گیج کننده است. اما آنچه اهمیت دارد، باقی ماندن این تقویم با همان نام های اعتقادی آن است.

نام هایی که مفاهیم آن با اعتقادات ایرانیان مسلمان نیز هماهنگ بوده و حفظ شده است. نام «دی» = آفریننده، صفت خدای تعالی، چه در آغاز سال بوده و چه حالا در سردترین ماه سال، به هر حال نام خود را در تقویم رسمی ایرانیان حفظ کرده است. ماهی که تقدس آن با نام خدا و همچنین با سالگرد آفرینش چهارپای مفید (مطابق با اعتقادات زرتشتی) کامل می شود. به جز سه جشن دیگران، جشن دیگری به نام «میدیاریم گاه» به معنای «میان سال» در این ماه برگزار می شد معروف به گاهانبار پنجم که به یادبود آفرینش چهارپایان بوده است. این جشن از روز دی به مهر (15 دی مطابق با نهم دی در تقویم رسمی) به مدت پنج روز برگزار می شد و یکی از اعمال آن، فراهم کردن انبار زمستان برای دامها بوده است.

بیرونی عالوه بر جشن دیگران جشن دیگری را هم در روز پیش از آغاز گاهانبار پنجم، روز چهارده دی ماه (مطابق با ۸ دی در تقویم رسمی) که روز «گوش» باشد، ثبت کرده است به نام «سیر شور». این جشن را مرتبط با سوگواری عمومی برای مرگ جمشید، پادشاه آرمانی ایران می دانند.

در این روز مردم سیر می خورند و آب انگور می نوشند و سبزیجات را با گوشت می پزند و با این کار، خود را از شیطان حفظ می کنند. دلیل این جشن این بود که مردم می خواستند که از اندوهی که پس از کشته شدن جمشید بر آنان رسیده بود، و سوگند خورده بودند که به هیچ چربی دست نزنند، خویش را برهانند و این رسم در میان آنان برجای ماند و با آن غذا از بیماری هایی که از ارواح بد ناشی می شود، خود را شفا می بخشند.

اگر دی ماه را در زمان بیرونی در فصل سرما بدانیم، «سیر شور» موجه تر می نماید. زیرا خوراکی هایی که در این روز مصرف می شود، نشان از نوعی مقابله با سرما دارد.

قاری قرآن- ۹۲ نفر  
 متولی و خادم مساجد و امامزاده ها - ۱۸۰ نفر  
 معرکه گیر و مسئله گو - ۲۸ نفر  
 شعبده باز - ۶ نفر  
 شیرخانه دار - ۶ نفر  
 عزب خانه دار - ۴ نفر  
 زالویی- ۳ نفر  
 دلال ازدواج زن - ۲۵ نفر  
 دلال ازدواج مرد - ۲ نفر  
 فرفره ای و وق و صاحبی- ۱۵ نفر  
 آهن و نعل پاره خری- ۱۵۲ نفر  
 و اما مشاغل غیر مجاز که بهر حال شغل حساب میشدند از اینقرار است:

دزد خانه بر پرونده دار - ۲۱ نفر  
 دزد جیب بر پرونده دار - ۱۱ نفر  
 دزد کف رو پرونده دار - ۸ نفر  
 دزد دخل زن پرونده دار - ۲ نفر  
 دزد کیف انداز - ۴ نفر  
 بقچه گردان - ۲ نفر  
 قمارباز خال سیاه بند - ۶۵ نفر  
 قمار باز ساده- ۲۵۰ نفر  
 دزد چارپا و دام و پرنده- ۷۰ نفر  
 مال خر و مال فروش- ۱۲ نفر  
 پرده گردان - ۴ نفر  
 کفن دزد - ۲ نفر  
 زن خود فروش- ۵/۵ درصد  
 زن تک پران - دو در صد  
 پا انداز زن - ۳۰۵ نفر.....

منبع: تاریخ اجتماعی تهران در قرن سیزدهم-  
 نوشته جعفر شهری

دروغ بر رضا شاه که توانست به زور دگنگ، چماق و نظمیه  
 سر و سامانی به این جامعه هر دمبیل بی سر و سامان بدهد و  
 آنرا از منجلا ب قرون وسطایی تا اندازه ای بیرون به کشد.



ماست فروشان دورمگرد شهر تهران قدیم

### تهران در سال ۱۳۰۱ خورشیدی، یک قرن پیش

جمعیت تهران در سال ۱۳۰۱ شمسی، ۱۹۶۲۵۰ نفر بود.  
 مشاغل مجاز یا قانونی که در این دوره به ثبت رسیده است  
 از اینقرار است:

درویش و قلندر- ۳۳ نفر

سقا، معرکه گیر و سائل (گدا) ۵۲۶ نفر

دلال عقد و نکاح- ۱۷ نفر

بیکارهای خانه ها - ۱۵۹ نفر

دلال محبت - ۱۰۰ نفر

معروفه- ۱۳۱۷ نفر

دعا نویس - ۲۵ خانه

رمال- ۲۳ خانه

تریاک فروش - ۲۲ دکان

عالم مذهبی- ۱۰۸ نفر

پیشنماز- ۱۰۳ نفر

مدرس- ۱۸ نفر

طلبه- ۲۱۰ نفر

واعظ- ۹۲ نفر

روضه خوان - ۳۹۱ نفر

مداح- ۱۰۷ نفر

نوحه خوان- ۸۵ نفر



**به رضاشاه گفتند که :**

**فلان آخوند هنگام تلاوت**

**قرآن چنان**

**از خود بیخود میشود که نقش**

**بر زمین میشود و غش می**

**کند. رضاشاه گفت :**

**اورا بر سر دیوار نهید تا تلاوت**

**کند، اگر غش کرد، در عمل**

**خود صادق است....**



## زنان ایران، در فهرست ۱۰۰ زن اثرگذار ۲۰۲۲ در جهان

زر امیر ابراهیمی، هنرپیشه



زر امیر ابراهیمی، بازیگر و فیلمساز، امسال اولین زن ایرانی شد که جایزه بهترین هنرپیشه «کن» را به خاطر بازی اش در «عنکبوت مقدس» برد.

وی در سال ۲۰۰۸ او به پاریس آمد و شرکت خود را به نام «تولیدات علمبیک» پایه‌گذاری کرد و همچنان به ساختن حرفه‌ای هم در مقابل و هم در پشت دوربین ادامه می‌دهد.

نیلوفر بیانی، متخصص محیط زیست



نیلوفر از فعالان حفاظت محیط زیست یکی از چندین فعالان محیط زیست که در سال ۲۰۱۸ در ایران بعد از استفاده از دوربین‌هایی برای ردگیری گونه‌های در حال انقراض بازداشت شد. او متهم به گردآوری اطلاعات محرمانه از مناطق حساس راهبردی و به ده سال حبس محکوم شد.

الناز رکابی، ایران، صخره‌نورد



صخره‌نورد ایرانی الناز رکابی در مسابقه آسیایی کره جنوبی در اکتبر در میان اعتراض‌ها علیه حجاب اجباری در ایران، بدون روسری رقابت کرد، دستگیر و عذرخواهی کرد.

نازنین زاغری، فعال خیریه



«دنیا باید متحد شود تا دیگر هیچ‌کس به خاطر کاری که انجام نداده است به گروگان گرفته نشود یا به زندان نیفتد».

اینها جملات نازنین زاغری بود. وی هنگام تعطیلات در سفر ایران به همراه دخترش در سال ۲۰۱۶ به‌طور خودسرانه بازداشت شد و بعد به‌عنوان مهره‌ای دیپلماتیک از او استفاده و آوندها او را گروگان گرفتند تا به دولت بریتانیا فشار بیاورند. او شش سال در زندان بود.

گوهر عشقی، کنشگر مدنی



گوهر عشقی نماد پایداری و استقامت در ایران است. پسرش ستار وبلاگ‌نویسی بود که ده سال پیش در بازداشت جان‌اش را از دست داد و عشقی از آن زمان خواهان اجرای عدالت بوده است و مسئولان ایران را متهم به شکنجه و قتل می‌کند.

سپیده قلیان، پیشگام سیاسی



سپیده قلیان دانشجوی حقوق به‌خاطر حمایت از حقوق کارگران در استان خوزستان به پنج سال حبس محکوم شد. او کتابی درباره «شکنجه» و «بی‌عدالتی» ای که زنان در زندانهای ایران تجربه می‌کنند، نوشته است.

### لیلی، معترض



یکی از تصاویر نمادین اعتراض‌های جاری در ایران زنی جوان است که از پشت از او فیلم گرفته شده است که دارد موهای خود را به شکل دم اسبی می‌بندد و آماده ادامه اعتراض در خیابان می‌شود. عکس او نماد شهامت معترضان شد ولی هویت او با حدیث نجفی زن ۲۲ ساله‌ای که در طی تظاهرات جاری کشته شد، اشتباه گرفته شد.

### زارا محمدی، مدرسی



زارا محمدی که یکی از پایه‌گذاران انجمن اجتماعی فرهنگی نوژین است بیش از یک دهه است که زندگی‌اش را در شهر مادری‌اش سنندج، صرف تدریس زبان کردی کرده است.

### نرگس محمدی، پویشر حقوق بشر



نرگس محمدی روزنامه‌نگار و نامزد جایزه صلح نوبل و نایب رئیس مرکز مدافعان حقوق بشر است و پوشش خستگی‌ناپذیری را برای لغو مجازات اعدام انجام داده است. وی طی تظاهرات اخیر، نامه‌ای از زندان اوین نوشت و در آن از سازمان ملل خواست تا مانع صدور حکم اعدام توسط آخوندها برای معترضان را شود.

### زنانی که گیسوی خود را می‌برند، معترض



بعد از مرگ مهسا امینی دختر ۲۲ ساله کردی که گشت ارشاد در روز ۱۳ سپتامبر در تهران به جرم نقض قوانین سخت‌گیرانه ایران برای پوشاندن موی خود با حجاب یا روسری بازداشت کرده بود، در ایران اعتراض‌های گسترده‌ای شکل گرفت.

گیسو بریدن یکی از نمادهای جنبشی شده است که به افراد مشهور، ستاره‌ها، سیاستمداران و پوششگران سراسر جهان هم سرایت کرده است. بعضی جوامع در ایران آن را نشانه سنتی عزاداری می‌دانند.

### رویا پیرایی، کنشگر



در ماه سپتامبر عکسی از رویا پیرایی عالم‌گیر شد. مادر ۶۲ ساله او در کرمانشاه، بزرگترین شهر کردزبان ایران هنگام اعتراض توسط نیروهای امنیتی گلوله خورد و کشته شد. پیرایی کنار گور مادرش با سری تراشیده ایستاد و موی خود را در دست گرفت و با استواری به دوربین چشم دوخت. اعتراض‌های ضد حکومتی که در سراسر ایران گسترش یافته‌اند در منطقه‌ای کردنشین به دنبال مرگ مهسا امینی دختر ۲۲ ساله کرد آغاز شد.

پیرایی با رئیس‌جمهور فرانسه «امانوئل ماکرون» دیدار کرد تا حمایت بین‌المللی را برای اعتراض‌ها جلب کند

**تا آخوند کفن نه‌شود**

**ایران رها نه‌شود**

### چرا ملت ایران تنهاست؟



چرا کشورهای دیگر از خیزش مردم ایران حمایت نمی‌کنند؟! زیرا در صورت تغییر رژیم:

۱- روسیه



روسیه نوکر دست به سینه را از دست داده و سرقت اموال ایران از دریای خزر متوقف می‌شود!

۲- آمریکا



آمریکا باید ۱۲۰ میلیارد دلار ثروت بلوکه شده را همراه با سود ۴۳ ساله آن پس بدهد!

۳- چین



چین و هند خرید نفت با فقط ۱۰ درصد قیمت بازار را از دست می‌دهند!

۴- عربستان



آقای عربستان بر اوپک، متوقف شده و رقیب سرسخت نفتی؛ وارد عرصه رقابت می‌شود!

۵- قطر



قطر دیگر نمی‌تواند از منطقه، گازی مشترک ۱۳ برابر ایران برداشت کند!

## مناظره یک ایرانی و یک مسلمان

هموطن مسلمان ام پرسید:

آیا از محمد راستگوتر و مهربان‌تر می‌شناسی؟

گفتم:

آری می‌شناسم، حضرت زرتشت که کتابی عاری از خشونت و کینه‌توزی به آدمیان عرضه کرد!

گفتم:

از علی ابن ابیطالب قوی‌تر و با تدبیرتر می‌شناسی؟

گفتم:

آری می‌شناسم؛ کوروش بزرگ که منشور حقوق بشر را به جهانیان عرضه کرد.

گفتم:

از حسین ابن علی مظلوم و غریب‌تر می‌شناسی؟

گفتم: آری می‌شناسم؛ بابک خرمدین که خلیفه عرب برای تسلیم کردن او دستور داد یک بیگ داستان و پاهایش را بریدند، ولی هرگز تسلیم نشد و تا آخرین نفس فریاد «پاینده ایران» سر می‌داد.

گفتم:

از ابوالفضل العباس دلاورتر و فداکارتر می‌شناسی؟

گفتم:

آری می‌شناسم؛ آریو برزن که با اندک سپاهیان خود تا آخرین نفس در برابر ده‌ها هزار نفر از لشگریان اسکندر ایستادگی کرد و مظلومانه و به طرز فجیعی به شهادت رسید.

گفتم:

از فاطمه زهرا، مادری دلسوزتر می‌شناسی؟

گفتم: آری می‌شناسم؛ ماندانا، مادر کوروش بزرگ که فرزندی تربیت کرد که ایرانیان اصیل او را پدر و جهانیان وی را مردی عادل و راستگو می‌خوانند.

گفتم:

از زینب ستم‌دیده‌تر و شجاع‌تر می‌شناسی؟

گفتم:

آری می‌شناسم؛ «بیوتاب» خواهر «آریو برزن» هنگامیکه دید برادرش با لشگری اندک به پیشواز مرگ می‌رود، گریه و زاری نکرد، بلکه همراه با برادر لباس رزم پوشید و دوشا دوشا وی جنگید تا زمانیکه سربازان اسکندر او را محاصره و با نیزه تن او را دریدند.

گفتم:

از خدیجه زنی دلاورتر می‌شناسی؟

گفتم:

آری می‌شناسم؛ «ارتمیس»، دریاسالار خشایارشا که ده‌ها هزار مرد را رهبری می‌کرد و همواره در جنگ‌ها پیروز و دشمنان ایران از شنیدن نامش به وحشت می‌افتادند.

آری هموطن، اینان اسطوره‌های سرزمین پرافتخار تو، ایران هستند؛ به دنبال اسطوره و دلاوران در عربستان و دیگر کشورهای اسلامی نباش!؟

ایران، زادگاه دلیران و نیک‌اندیشان است

پاینده ایران



۷- ایران



۸- نتیجه:



### شهر قانون

اگر قرار بود در جامعه‌ای زندگی کنم که دو شهر داشت و بر سر دروازه‌ی یکی نوشته شده بود: «خدا» و در شهر دیگر بر دروازه‌اش نوشته بود: «قانون»، بدون شک من در شهر قانون اقامت می‌گزیدم، زیرا در شهری که خداشناسان زندگی می‌کنند، دیگر جایی برای قانون نمی‌ماند! «کنفوسیوس»

### ماهیت آخوند؟!

کار نمی‌کند!  
از سربازی و خدمت نظام وظیفه معاف است!  
تتلهش و بی‌عار است!  
دستش در جیب ملت است!  
شغلش نشر خرافات و یاوه‌گویی است!  
و ..... خواستار و مجری اعدام انسان‌ها است

### جنگ ناعادلانه

جنگ ناعادلانه‌ایست...

... که شما با اسلحه گرم باشید و مردم با سنگهای کف خیابان!  
... که سپر شما ماشین‌های زرهی و سپر مردم، سینه‌هایشان!  
جنگ ناعادلانه‌ایست، ولی در تاریخ خواهند نوشت ملتی شما را در ناعادلانه‌ترین جنگ تاریخ شکست داد.

### چند سؤال تاریخی از هموطنان

آیا هندیان روز درگذشت نادرشاه افشار را روز عزای ملی اعلام می‌کنند؟ سینه، زنجیر و یا قمه می‌زنند؟  
آیا یهودیان در روز خودکشی هیتلر، سوگواری می‌کنند؟  
اگر جواب هر دو سؤال منفی است؛ به چه دلیلی ملت ایران در روز مرگ علی‌ابن ابیطالب و یا کشته شدن حسین‌ابن علی که قاتلان پدران و مادران ما هستند و هموطنان ما را قتل و عام کردند عزاداری می‌کنند؟  
آیا نبایستی در چنین روزهایی شاد باشیم و خوشحالی کنیم که آنها کشته شدند و نه‌توانستند بیشتر از آن ایرانیان را بکشند و ثروت میهن‌امان را به یغما ببرند؟



Man Iraniam , Faghat Ye Irani

**انسان بدون علم متولد می‌شود نه احمق**

برتراند راسل

**اما احمقانه تربیت می‌گردد**

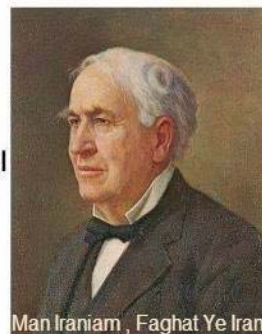
بحث و جدل با کسی که

به جای تعقل، دین را

انتخاب کرده، مانند تجویز

دارو به بدن یک

مرده است.



Man Iraniam , Faghat Ye Irani

توماس ادیسون

## گفته‌ها، نکته‌ها و لطیفه‌ها

### جرا ایران در جام جهانی ۲۰۲۲ قطر ناموفق بود

یک نفر پرسید: دلیل باخت و حذف ایران در جام جهانی ۲۰۲۲ قطر چه بود؟

دوستش جواب داد: اینبار واقعاً کار آمریکا و انگلیس بود! (لازم به یادآوری است که ایران در این مسابقات از آمریکا و انگلستان شکست خورد و حذف شد.)

### اگه....؟

- اگه ۱۰۰ هزار درهم امارات داشته باشی، میتونی لندکروز ۲۰۱۴ بخری.  
- اگه ۱۰۰ هزار دینار کویت داشته باشی، میتونی بنز کلاس ۲۰۲۲ بخری.  
- اگه ۱۰۰ هزار دینار بحرین داشته باشی، میتونی لامبورگینی شاسی بلند GL300 بخری.  
- اگه ۱۰۰ هزار ریال عربستان داشته باشی، میتونی BMW شاسی بلند ۲۰۱۵ بخری.  
- اگه ۱۰۰ هزار ریال عمان داشته باشی، میتونی یک دستگاه Range Rover ۲۰۲۲ بخری.

و اما اگه ۱۰۰ هزار ریال ایران داشته باشی، میتونی یه جیبی سرکه با پیاز و جعفری چی توز با عکس میمون ۲۰۲۲

### بخری!

به‌خاطر همین است که رهبر و رئیس جمهوری ایران می‌گویند دشمنان از پیشرفت ما ناراحتند و توطئه کرده‌اند و آشوب و اغتشاش برپا می‌کنند!؟

### یک واقعیت تلخ

از فرعون سؤال کردند چگونه ادعای خدایی بر مردم مصر کردی؟

گفت: با ۳ راهکار این انجام شد:

۱. نان را سواره کردم و مردم را پیاده به دنبال آن
۲. از حق خود مردم به آنها بخشیدم و منت بر آن‌ها گذاشتم
۳. نادان وفادار را به دانای عادل مُسخر کردم!؟

## زین و ....

### دین .....

برای سوار شدن بر حیوانات «زین» اختراع شد!  
و برای سوار شدن بر انسان، «دین»؟!

### دوباره .....

دوباره خواهیم رفت:

به زیر باران‌ها، به کافه‌های قدیم، به کوچه‌های شلوغ!

دوباره خواهیم گفت:

از عشق و آرامش، از اقتدار و امید، از آفتاب و طلوع!

دوباره خواهیم دید:

غروب حادثه را، فنای ظلم‌ها و عشق و عاطفه را و خنده‌ی

همه را!

سحر آزادی نزدیک است... روزگار رقص و ترنم و شادی

نزدیک است.

دلها تون پر از عشق و باور زیبایی سبز شدن پرواز و آرامش

با ترنم دلنشین نوای آزادی

### گفته‌هایی از جرج برنارد شاو

۱- مرد خردمند سعی می‌کند خودش را با دنیا سازگار کند و  
مرد نابخرد اصرار دارد که دنیا را با خودش سازگار کند.

بنابراین کلیه پیشرفت‌ها بستگی بتلاشهای مرد نابخرد دارد.

۲- يك مرد تا زمانیکه صحبت‌هایش را انکار نه‌کنید، حرفی  
نمی‌زند!

۳- روش جوك گفتن من این است که واقعیت را بگویم؛  
واقعیت خنده دارترین لطیفه دنیا است.

۴- وقتیکه انسان‌ها بخواهند ببری را بکشند اسمش را ورزش  
می‌گذارند، اما اگر ببر بخواهد آنها را بکشد، اسمش  
درنده‌خویی است.

۵- عده کمی از مردم بیش از يك یا دو بار در سال فکر میکنند.  
من با یکی دو بار فکر کردن در هفته برای خودم شهرتی دست  
و پا کردم.

۶- ما از تجربه کردن می‌آموزیم که انسان هیچگاه از تجربه  
کردن چیز نمی‌آموزد.

۷- اگر وقت کافی باشد هر چیزی برای هر کسی دیر یا زود  
اتفاق می‌افتد.

۸- اگر در موزه ملی آتش سوزی شود، کدام نقاشی را نجات  
خواهم داد؟ البته آنرا که به در خروجی نزدیک تر است.

۹- تنها کسیکه با من درست رفتار میکند خیاطم است که هر  
بار که مرا می‌بیند، اندازه‌ها جدید را می‌گیرد؛ بقیه به همان  
اندازه قبل چسبیده‌اند و توقع دارند من خودم را با آنها جور  
کنم.

۱۰- در زندگی دو تراژدی وجود دارد: اینکه به آنچه قلبت  
می‌خواهد نرسی و اینکه برسی

۱۱- انسانهای خوشبین و بدبین هر دو برای جامعه مفید هستند،  
خوشبین هوایما را اختراع میکند و بدبین چتر نجات!!

۱۲- وقت چیز خنده دار است، با دقت در آن حقیقت پنهان را  
جست و جو کنید!



### اقتصاد مال خراست!!

یکصد سال پیش در ۱۱ ژانویه ۱۸۸۷، بیسمارک (صدراعظم  
آلمان)، در مجلس این کشور گفت:

«نبرد واقعی مرگ و زندگی در جهان فردا، نبرد اقتصادی  
است؛ تنها در این نبرد بودن یا نبودن صورت خواهد گرفت.

من به تمام جانشینان‌ام وصیت می‌کنم پیوسته هوشیار باشند که  
ملت ما را برای پیروزی در چنین نبردی مجهز کنند.»

یکصد سال بعد، در سال ۱۳۵۷ يك آخوند با کمک آمریکا و  
انگلیس به ایران آمد و گفت: «اقتصاد مال خراست!»





### تصمیم های اشتباه

از مدیر موفقی پرسیدیم: راز موفقیت شما چه بوده است؟  
گفت: دو کلمه است.

گفتم: آن چیست؟

پاسخ داد: تصمیم های درست.

گفتم: شما چگونه تصمیم های درست گرفتید؟

گفت: پاسخ یک کلمه است!

گفتم: آن چیست؟

جواب داد: تجربه.

پرسیدیم: و شما چگونه تجربه اندوزی کردید؟

گفت: پاسخ دو کلمه است!

گفتم: آن چیست؟

پاسخ داد: تصمیم های اشتباه!

### ما عادت کردیم

ما عادت کردیم وقتی توی خونه فیلم می بینیم، تمام که شد و به تیتراژ رسید دستگاه رو خاموش میکنیم... یا اگه توی سینما باشیم سالن رو ترک میکنیم.

ما توی زندگیمون هم هیچ وقت کسانیکه زحمتهای اصلی رو برای ما می کشن نمی بینیم، ما فقط کسانی رو دوست داریم ببینیم که برامون نقش بازی میکنن!

### اصل سی و یکم

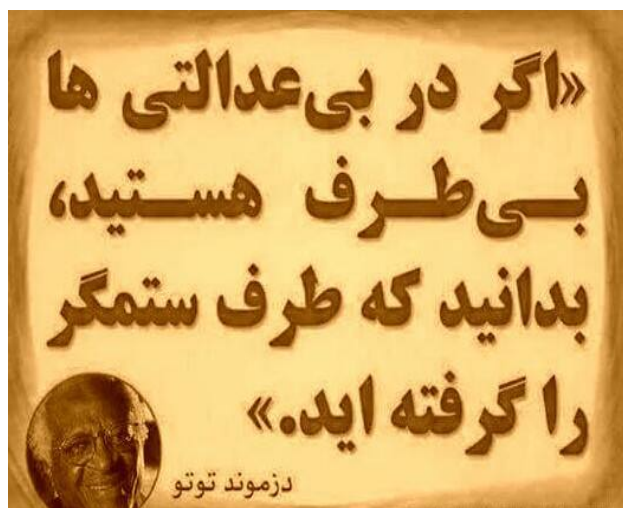
تمام اصل های حقوق بشر را خواندم و جای یک اصل را خالی یافتم و اصل دیگری را به آن افزودم.

اصل سی و یکم:

هر انسانی این حق را دارد که هر کسی را که می خواهد دوست داشته باشد.

### کینه

وقتی از کسی کینه ای به دل میگیری، در واقع دشمن را به قلب خود راه داده و برای او جایی تعیین کرده ای.  
سعی کن خانه دلت را تنها از دوستان واقعی پر کنی.



سه پایه استوار ملیت ایرانی، بدون شک  
زرتشت، کوروش و فردوسی هستند.  
زرتشت اندیشه ی نیک را بنیاد نهاد  
و کوروش آن را به کردار نیک تبدیل کرد  
و فردوسی آن را با گفتار نیک بیان نمود.

### به بهانه بستن راه پاسارگاد

### آرامگه کوروش

بستند ره مردم، جمعیت ملّیان  
از وحشت روزافزون، از خیل وطن خواهان  
آرامگه کوروش، آن را همه دوران  
شد مظهر آزادی، در مام وطن ایران  
هر پیر و جوان آگه، از فتنه ملّیان  
بر بسته کمر هاشان، بر ضدّ دغل بازان  
بس باج به غارتگر، دادند کلان دزدان  
کشتند هزاران را، جمعیت جاسوسان  
اندوخته ی مردم، در کیسه نهان کردند  
آز و ستم خود را، بی وقفه عیان کردند  
از بهر بقای خود، هر باج ببخشیدند  
هر باد وزید آنان، سوبش همه رقصیدند  
بر باد بداد آخوند، بس صنعت کشور را  
بفروخت جوانان را، فرموده ی داور را  
مردم ز ستمکاران، بس خسته و دلخونند  
این جمع پر از خدعه، از صومعه بیرونند  
آرامگه کوروش، بستند به وطن خواهان  
باری ندهد بهر، جمعیت خود خواهان  
آحاد چنین کشور، ایرانی و پرشورند  
با دولت آخوندی، زاسایش و حق دورند  
مردم همه جوشانند، بر خدعه گران تازند  
و قنست که ملّیان، عمامه نهان سازند  
راه دگری جویند، سوی دگری پویند  
ایرانی و ایران را، بدرود دگر گویند  
برپاست چنین ملت، باشد که رها گردد  
از خدعه ی خود خواهان، آزاد و جدا گردد

## من نیازی ندارم که با تهدید جهنم با اخلاق باشم

برتراند راسل



### چهار کلمه حرف حساب

وزیر امور خارجه ایران اظهار کرد بیش از حدود ۶ میلیون ایرانی در کشورهای خارج زندگی می‌کنند که اکثراً آنها ثروتمند و تحصیلات عالی دارند.

نکته جالب اینجاست که کشورهای دانمارک، سنگاپور، فنلاند، نروژ هرکدام همین قدر جمعیت دارند! یعنی ملایان ایرانستیز، جمعیت یک کشور باسواد، صاحب مهارت و ثروتمند را مجبور به مهاجرت کرده‌اند!

آلمان و همه کشورهای درگیر با جنگ جهانی دوم، بعد از پایان جنگ تمام آثار جنگ را از بین بردند و هزاران روانشناس استخدام کردند تا خاطرات تلخ جنگ را از ذهن مردم پاک و در نتیجه نسل‌های بعد شاد زندگی کنند!

ملایان حاکم بر ایران برای یادآوری جنگ و راهیان نور هر سال میلیاردها تومان خرج می‌کنند، دانش‌آموزان را به میدان‌های جنگ می‌برند و تابوتها خالی را در خیابانها می‌گردانند تا مردم را افسرده، جوانان را عصبی و زندگی را به کام مردم تلخ کنند.

گناه یکی از قدیمی‌ترین ترفندها برای سلطه‌ی رندان بر بشریت است. آنها در تو احساس گناه ایجاد می‌کنند، ایده‌های احمقانه را به‌خوردت می‌دهند که قادر به‌محقق ساختن و هضم آنها نیستی؛ سپس گناه در تو به‌وجود می‌آید و همین که گناه به‌وجود آمد، تو احساس کوچکی و حقارت کرده و خود را گم می‌کنی و آنگاه است که تو به‌دام افتاده‌ای! گناه راز کاسبی همه دست‌اندرکاران ادیان است.

### آیا خدا وجود دارد؟

اگر خدایی وجود داشته باشد و عاقل، دانا، بزرگوار، عالم و عاشق باشد، برایش فرقی ندارد تو نماز بخوانی یا نه، آنهم به زبانی که فقط عربها توان فهمش را دارند.

برای خدا فرقی ندارد که تو روزه بگیری یا نه؛ فرقی ندارد که چه آیینی داشته باشی...؛ اما اینها برای تو و من بی‌خرد، نادان و احمق فرق میکند. این فرق زمانی شروع شد و شدت گرفت که من و تو بر سر باورمان و خدایمان جدال کردیم. من گفتم من با ایمان‌تر و خدانشناس‌تر هستم و تو گفتی نه، تو کافری و خدانشناس؟!

فراموش کردیم که این خدای غایب و بلاآور مشکل ساز برای هردوی ما است. او یک موجود خیالی است و هر دوی ما هیچ از او نمی‌دانیم و هیچ کدام تاکنون او را ندیده‌ایم، جز شنیدن داستان‌هایی که رندان دین‌فروش، کاسب کار، تنبل و مفت خور بیان کرده و به خوردمان داده‌اند.

در کل هر دو خدانشناس هستیم، ولی یکی پر ادعا و دروغگو که دایم دروغ می‌گوید و دیگری بی‌خرد، چشم و گوش و مغز بسته و تنبل جلوه می‌کند.

شاید کسی با پندار، گفتار و کردار نیکش، به‌این موجود خیالی بسیار نزدیکتر از ما باشد.

اجازه دهیم هر کس به‌گونه خودش به‌خدای خیالی‌اش وصل شود، نه فقط به شیوه‌ی ما و طریقه کسب و کار ما...

### عارف، عاشق می‌خواهد، نه مشتری بهشت...

می‌اندیشم که خم و راست شدن «ادیسون» در آزمایشگاه‌اش وقتی که می‌خواست لامپ برق را اختراع کند، زیباتر، بشردوستانه‌تر، مهربان‌تر و عاقلانه‌تر از نمازهای من و تو بود. آیا نبود؟ صد در صد بود!

تصور می‌کنم «مادام کوری» که بهترین سوخت هسته‌ای (رادیم) را کشف کرد، وقتی از صبح تا شب آنچنان غرق تحقیق بود که لب به‌هیچ خوراکی نمی‌زد، با شکوه‌ترین روزه‌ها را می‌گرفت.

می‌نگرم که «گراهام بل» و همکارش «واتسون» فاصله دو اتاق طبقه‌ی بالا و پایین را می‌رفتند و می‌آمدند تا تلفن اختراع شد، بهترین هروله‌ی حج شکل نه‌گرفت؟ چرا شکل گرفت!

می‌بینم که «خبام» با تبدیل ریاضیات از خطوط و اشکال به‌اعداد و محاسبات، منزه‌ترین خمس و زکات را در طول ۹۰ سال پرداخت کرده است! پرداخت نه‌کرد؟ چرا پرداخت کرد!

می‌اندیشم...، شما هم محبت کنید و کمی بیاندیشید.....

تصور می‌کنم... شما هم محبت کنید کمی تصور کنید.....

می‌نگرم... شما هم بزرگواری کنید و نیم نگاهی بنگرید.....

می‌دانم اگر فرضاً خدایی وجود داشته باشد، باید دانا، توانا، عاقل و خردمند باشد که اگر باشد، عدالت او این خواهد بود که اینان که با تلاش شبانه‌روزی‌اشان برای رفاه بشریت و بندگان خودش تلاش کردند را در آتش جهنم بسوزاند؛ و از طرفی کسانی که حق می‌خورند، دروغ می‌گویند و مثل زالو خون مردم را می‌مکند، ولی حج می‌روند،

کسانیکه اختلاس و دزدی می‌کنند، ولی به‌ظاهر خمس و زکات می‌پردازند،

و کسانیکه نان دیگران را می‌بُرند، آدم می‌کشند، تجاوز می‌کنند، سر می‌برند و قتل عام می‌کنند، ولی روزه می‌گیرند به‌بهشت می‌روند!

با کمی تفکر و خرد حتما خواهیم فهمید و خواهند فهمید که معنی عدالت خداوندِ امان و خداوندِ امان این نیست.



با چه رویی سخن از شادی ما می‌گویید  
دستان خونی و از عدل خدا می‌گویید  
چه غلط‌ها که نکردید پس پرده‌ی دین  
تف به درگاه خداییکه شما می‌گویید

میرزاده عشقی

facebook.com/andgy/bhm

- ۱۷- ازدواج مقدس‌ترین قراردادهای زندگی محسوب می‌شود. (ماری آمپر)
- ۱۸- ازدواج مثل یک هندوانه است که گاهی خوب می‌شود و گاهی هم بسیار بد. (ضرب المثل اسپانیایی)
- ۱۹- ازدواج، زودش اشتباهی بزرگ و دیرش اشتباه بزرگتری است. (ضرب المثل فرانسوی)
- ۲۰- ازدواج کردن و ازدواج نکردن هر دو موجب پشیمانی است. (سقراط)
- ۲۱- ازدواج مثل اجرای یک نقشه جنگی است که اگر در آن فقط یک اشتباه صورت بگیرد جبرانش غیرممکن خواهد بود. (بورنر)
- ۲۲- ازدواجی که به‌خاطر پول صورت گیرد، برای پول هم از بین می‌رود. (رولاند)
- ۲۳- ازدواج همیشه به عشق پایان داده است. (ناپلئون)
- ۲۴- اگر کسی در انتخاب همسرش دقت نکند، دو نفر را بدبخت کرده است. (محمد حجازی)
- ۲۵- انتخاب پدر و مادر دست خود انسان نیست، ولی می‌توانیم مادر شوهر و مادر زنمان را خودمان انتخاب کنیم. (خانم پرل باک)
- ۲۶- با زنی ازدواج کنید که اگر «مرد» بود، بهترین دوست شما می‌شد. (بردون)
- ۲۷- با همسران خود مثل یک کتاب رفتار کنید و فصل‌های خسته‌کننده او را اصلاً نخوانید. (سونی اسمارت)
- ۲۸- برای یک زندگی سعادت‌مندانه، مرد باید «کر» باشد و زن «لال». (سر وانتس)
- ۲۹- ازدواج بیشتر از رفتن به جنگ «شجاعت» می‌خواهد. (کریستین)
- ۳۰- تا یک سال بعد از ازدواج، مرد و زن زشتی‌های یکدیگر را نمی‌بینند. (اسمایلز)



### ضرب المثل‌هایی در مورد ازدواج

- ۱- هنگام ازدواج بیشتر با گوش‌هایت مشورت کن تا با چشم‌هایت. (ضرب المثل آلمانی)
- ۲- مردی که به‌خاطر "پول" زن می‌گیرد، به نوکری می‌رود. (ضرب المثل فرانسوی)
- ۳- لیاقت داماد، به‌قدرت بازوی اوست. (ضرب المثل چینی)
- ۴- زنی سعادتمند است که مطیع "شوهر" باشد. (ضرب المثل یونانی)
- ۵- زن عاقل با داماد "بی پول" خوب می‌سازد. (ضرب المثل انگلیسی)
- ۶- زن مطیع فرمانروای قلب شوهر است. (ضرب المثل انگلیسی)
- ۷- زن و شوهر اگر یکدیگر را بخواهند در کلبه‌ی خرابه هم زندگی می‌کنند. (ضرب المثل آلمانی)
- ۸- داماد زشت و با شخصیت به از داماد خوش‌صورت و بی‌لیاقت. (ضرب المثل لهستانی)
- ۹- دختر عاقل، جوان فقیر را به پیرمرد ثروتمند ترجیح می‌دهد. (ضرب المثل ایتالیایی)
- ۱۰- داماد که نشدی از یک شب شادمانی و عمری بداخلاقی محروم گشته‌ای. (ضرب المثل فرانسوی)
- ۱۱- دو نوع زن وجود دارد؛ با یکی ثروتمند می‌شوی و با دیگری فقیر. (ضرب المثل ایتالیایی)
- ۱۲- در موقع خرید پارچه حاشیه آن را خوب نگاه کن و در موقع ازدواج درباره مادر عروس (مادر زن آینده‌ات) تحقیق کن. (ضرب المثل آذربایجانی)
- ۱۳- برای یافتن زن خوب می‌ارزد که یک کفش بیشتر پاره کنی. (ضرب المثل چینی)
- ۱۴- تاک (درخت انگور) را از خاک خوب و دختر را از مادر خوب و اصیل انتخاب کن. (ضرب المثل چینی)
- ۱۵- اگر خواستی اختیار شوهرت را در دست بگیری، اختیار شکمش را در دست بگیر. (ضرب المثل اسپانیایی)
- ۱۶- اگر زنی خواست که تو به‌خاطر پول همسرش شوی با او ازدواج کن، اما پولت را همواره از او دور نگهدار. (ضرب المثل ترکی)

کُر به‌شاشند چون بر آن آب افزوده می‌شود و رنگ و طعم آن نیز تغییر نمی‌کند، پس آن ظرف آب، پاک و طاهر هست؟! پدرم گفت: ما آن زمان هرچه مراجع می‌گفتند را می‌پذیرفتیم، ولی الان تو حاضر نیستی زیر بار حرف مراجع بروی. خوب ایراد ما این بوده که این کلاه گشاد را بر سر نسل ما گذاشتند و سپس با خنده گفت: همه ما بدون کوچکترین اشکال از ظرفی آب می‌خوریم که ۱۰ سگ در آن شاشیده بودند، نه از ظرفی که فقط اندکی سگ نوشیده بود!

معلوم است وقتی دوران ما بسر رسد، همزمان دوران مراجع هم به‌پایان خواهد رسید..

هیچ شکی در این گفته من نداشته باش پسرم و هیچ عجله‌ای هم نکن که این حکومت را تغییر بدهی؛ شک نکن خودش تغییر میکند، بدون اینکه نیاز به‌زحمت اضافی داشته باشی.

اگر می‌خواهید آخوندها را را دق مرگ و از این سرزمین بیرون کنید، فقط کافی است ایرانی باشید!

یعنی به‌رقتی،

به‌خندید، شادی کنید،

زیبا بپوشید،

به‌زنان احترام بگذارید،

بجای رفتن به‌گداخانه‌هایی که به‌اسم «امامزاده» به‌ما توصیه می‌کنند، به تخت جمشید و آرامگاه فردوسی سفر کنید،

زیاد گریه و زاری نه‌کنید،

نام ایرانی بر همه چیز بگذارید،

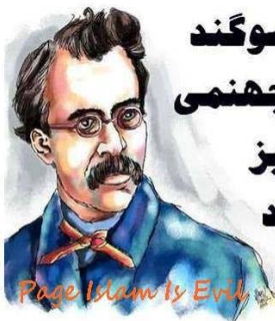
حافظ، سعدی، مولانا، فردوسی و دیگر نامداران ایرانی را گرامی بدارید،

به فرزندان‌تان شاهنامه بیاموزید،

آهنگ شجریان با سنتور و کمانچه برایشان بگذارید،

نوروز، تیرگان، مهرگان و چهارشنبه سوری را اجرا کنید و در یک جمله «انسان باشید.»

هموطنان گرامی، با انتشار همین متن چند خطی، به‌نجات ایرانیان گرفتار در بند خرافات و جهل کمک کنید.



**ای دوست به شرفم سوگند  
نه شیطانی است و نه جهنمی**

**روانت از تنات نیز**

**زودتر خواهد مرد**

**پس دیگر**

**از هیچ چیز نترس**

**نیچه**



## آب کُر

سال ششم دبستان بودم که ایرادی مذهبی از پدرم گرفتم؛ وی چیزی نه‌گفت، ولی پس از اندکی از من سؤال کرد:

ایا مسئله آب کُر را بلدی؟

گفتم: بله

گفت: آگه می‌دانی، برای منم بگو!

گفتم: «حجم آب کُر برابر است با ظرف آبی که هر کدام از درازا، پهنا و گودی آن سه وجب و نیم باشد که معادل آن بر اساس اختلاف فقها از ۳۷۶ کیلوگرم تا ۴۸۰ کیلوگرم گفته شده است.»

پدرم گفت: فرض کنیم آب کُر ۴۸۰ کیلو گرم است و ما دو ظرف آب کُر را داریم که در یکی از آنها ۱۰ سگ بشاشد و در ظرف دیگری یک سگ فقط جرعه‌ای از آن به‌نوشد و شما مجبور باشید از همان آب به‌خورید؛ از کدام ظرف خواهید خورد؟ از آن ظرف که سگ آب نوشیده یا از آن ظرفی که ۱۰ سگ در آن شاشیده‌اند؟

جواب دادم: خوب معلوم هر عقل سالمی از آن ظرفی می‌نوشد که فقط سگ جرعه‌ای از آن نوشیده.

پدرم گفت: اگر به‌تو بگویم که همه مراجع معتقد هستند فقط باید از آن ظرفی بنوشید که ۱۰ سگ در آن شاشیده‌اند، آیا قبول می‌کنی؟

گفتم: نه!

پدرم گفت: از چه روی این حرف را می‌زنی؟

گفتم: عقل هر آدم سالمی همین را می‌گوید.

پدرم گفت: ولی می‌دانی استدلال آن مراجع تقلید چیست؟

گفتم: نه، هر چه هم استدلال بیاورند من از آن ظرفی که ۱۰ سگ در آن شاشیده‌اند قطعاً نخواهم نوشید. آن ظرف را میدهم خودشان به‌خورند!؟

پدرم گفت: لازم نیست که شما بدهی به آنها، سگ‌ها خودشان خواهند خورد.

گفتم: حالا استدلال آن مراجع چیست؟

گفت: اگر سگی از آب کُر بنوشد چون از کُر بودن کاسته می‌شود، آن آب نجس خواهد شد. ولی اگر ۱۰ سگ در آن آب



## بهداشت و سلامتی

### درمان فراموشی و کم شدن حافظه

کسانی که دچار فراموشی و کم حافظه‌گی شده و دائماً وسایل خود را گم می‌کنند یا قول و قرارها را از یاد می‌برند به این نسخه عمل کنند، حتما بهبود پیدا خواهند کرد.

از عطاری‌های معتبر مقداری غنچه تازه گل محمدی کاشان که خشک شده است خریداری نمایید، (توجه کنید حتماً غنچه‌ها در سایه خشک شده باشند؛ غنچه‌هایی که در سایه خشک شده‌اند خوش‌رنگ هستند، ولی آنهایی که در آفتاب خشک شده‌اند رنگ پریده‌اند!)

سپس از داروخانه یا فروشگاه‌های لوازم پزشکی و یا خود عطاریها مقداری هم کپسول خالی سایز بزرگ ۵۰۰ میلی گرمی تهیه کنید.

غنچه‌ها را بعد از تمیز کردن در آسیاب برقی ریخته و همه را با هم آسیاب نمایید. بعد از اینکه آنها را آسیاب نمودید، کپسولهای خالی را از پودر غنچه گلها پُر کنید و در یک ظرف دربدار در یخچال نگهداری نمایید و روزی ۳ عدد (صبح، ظهر و شب) همراه غذا میل نمایید.

این درمان را تا ۶ ماه ادامه دهید تا تمام سلولهای مغز شما بازسازی شود؛ توجه کنید وقتی بعد از یکی دو ماه کاملاً بهبودی حاصل شد، دارو را قطع نکنید و تا ۶ ماه دوره درمان را کامل نمایید.

در مورد تغذیه و رژیم غذایی هم از غذاهای فست فود، سوسیس و کالباس و سوس مایونز، چیپس و پفک و نوشابه‌های گازدار مطلقاً استفاده نکنید، ولی تا می‌توانید از سبزیجات تازه و میوه‌های فصل، سالاد با لیموترش تازه و کلم بروکلی و روغن زیتون مصرف نمایید.

### خطر زوال عقل با مصرف زیاد سدیم و کمبود پتاسیم

یک مطالعه جدید نشان می‌دهد مصرف سطوح بالای سدیم با زوال شناختی یا زوال عقل مرتبط است درحالی‌که رژیم غذایی سرشار از پتاسیم، عملکرد شناختی را بهبود می‌بخشد.

به‌گزارش نشریه پزشکی هلث‌لاین؛ سدیم و پتاسیم مواد معدنی هستند که بدن انسان در سطوح خاصی به آنها نیاز دارد. با این حال، کاهش مصرف سدیم و افزایش مصرف پتاسیم می‌تواند به بهبود سلامت مغز کمک کند. این مطالعه اخیر در *Global Transitions* منتشر شده است.

### آیا عسل می‌تواند قند خون را کاهش دهد؟

یک مطالعه جدید نشان می‌دهد که عسل، بر خلاف سایر شیرین‌کننده‌ها، ممکن است در واقع برای سلامت قلب و عروق مفید بوده و کلسترول و قند خون را کاهش دهد.

به‌گزارش «مدیکال نیوز تودی» و بر اساس مطالعه محققان دانشگاه تورنتو، عسل جایگزین بسیار سالم‌تری نسبت به شکر مصرفی است. به‌گفته محققان، برای افرادی که رژیم غذایی سالمی دارند که در آن کمتر از ۱۰ درصد کالری روزانه از شکر تامین می‌شود، عسل گزینه بسیار خوبی است.

این مطالعه، شامل بررسی اثرات عسل در ۱۸ آزمایش کنترل‌شده بر روی بیش از هزار فرد سالم است.

در مجموع، آزمایش‌ها نشان داد که عسل، گلوکز خون ناشتا (سطح قند خون با معده خالی)، کلسترول کل و کلسترول بد یا LDL و همچنین نشانگر بیماری کبد چرب را کاهش می‌دهد.

در حالی که عسل ۸۰ درصد قند دارد، نویسندگان این مطالعه پیشنهاد می‌کنند که عسل ممکن است به‌عنوان یک غذای سالم ارزش توجه ویژه را داشته باشد.

محققان دریافتند که عسل خام و عسل تک‌گل بیشترین فواید را برای سلامت قلب دارند، زیرا عسل خام دارای مجموعه‌ای از مواد مغذی از جمله بسیاری از آنتی‌اکسیدان‌ها است که ممکن است با پاستوریزه شدن، مقدار آنها کاهش یابد.

برخلاف اکثر شیرین‌کننده‌ها، قدرت شیرین‌کنندگی عسل منحصراً از قندهای معمولی مانند فروکتوز و گلوکز ناشی نمی‌شود.

به‌گفته محققان، حدود ۱۵ درصد از عسل از دها قند کمیاب به‌عنوان مثال، ایزومالتولوز، کوچی بیوز، ترهالوز، ملزیتوز و ... ساخته شده است که مزایای فیزیولوژیکی و متابولیکی زیادی از جمله بهبود پاسخ گلوکز و کاهش مقاومت به انسولین دارد؛ این قندها همچنین باعث افزایش باکتری‌های مفید روده می‌شوند.

عسل همچنین شامل بسیاری از مولکول‌های فعال زیستی، از جمله پلی‌فنول‌ها، فلاونوئیدها و اسیدهای آلی است که دارای مجموعه‌ای از خواص دارویی از جمله اثر آنتی‌بیوتیکی، اثر ضدسرطان، اثر ضدچاقی، محافظت در برابر رادیکال‌های آزاد و کاهش التهاب هستند.





### سیب زمینی و گوجه فرنگی؛ منابع داروهای جدید سرطان؟

محققان دانشگاه «آدام میکویچ» در لهستان در حال بررسی این احتمال هستند که گلیکوالکالونئیدهای برخی سبزیجات می‌توانند منابعی برای داروهای جدید سرطان باشند.

به گزارش مدیکال نیوز تودی؛ با این حال، کارشناسان می‌گویند نگرانی‌هایی در مورد اثرات سمی این آلكالونئیدها وجود دارد. بنابراین تحقیقات بیشتری مورد نیاز است و آزمایش‌های بالینی انسانی روی این ترکیبات ممکن است سال‌ها به طول انجامد.

بر اساس این مطالعه که به‌تازگی در مجله:

*Frontiers of Pharmacology* منتشر شده، ترکیبات زیست‌فعالی به نام گلیکوالکالونئیدها که در سبزیجاتی مانند گوجه‌فرنگی، بادمجان و سیب‌زمینی یافت می‌شوند، می‌توانند به بهبود سلامت کمک کنند.

گیاهان آلكالونئیدها را به‌عنوان دفاعی در برابر حیواناتی که گیاهان را می‌خورند، تولید می‌کنند. برخی از این ترکیبات سمی هستند. با این حال، محققان گفتند که اگر بتوانند دوز ایمنی از این ترکیبات بیابند، می‌توانند یک سم را به دارو تبدیل کنند.

دانشمندان در مطالعه اخیر به‌طور خاص پنج آلكالونئید و راه‌های اثرگذاری آنها در درمان سرطان را بررسی کردند: سولانین که احتمالاً می‌تواند گسترش سرطان را مهار کند. چاکونین که دارای خواص ضدالتهابی است و می‌تواند سپسیس یا عفونت خون را درمان کند.

سولاسونین هم ممکن است از تکثیر سلول‌های سرطانی کبد جلوگیری و به‌عنوان یک درمان مکمل در مبارزه با مقاومت دارویی سرطان عمل کند.

سولامارژین نیز تصور می‌شود که به سلول‌های بنیادی سرطانی حمله می‌کند. توماتین هم از تنظیم چرخه‌های سلولی بدن پشتیبانی می‌کند و می‌تواند برای کشتن سلول‌های سرطانی استفاده شود.

به‌گفته محققان، اگر گلیکوالکالونئیدها نتوانند جایگزین داروهای ضدسرطان فعلی شوند، احتمالاً می‌توانند به عنوان یک درمان ترکیبی استفاده شوند و اثربخشی برخی درمان‌ها را افزایش دهند.

برای ارزیابی بیشتر اینکه چگونه گلیکوالکالونئیدها می‌توانند به مبارزه با سرطان کمک کنند، به درک دقیق خواص گلیکوالکالونئید نیاز است.

### درمان‌های خانگی برای رفع خشکی پوست دست

هوای سرد و خشک، شستن مکرر دست‌ها و استفاده از مواد ضدعفونی‌کننده اغلب باعث ترک‌خوردن دست‌ها ناشی از خشکی پوست می‌شود.

به‌گزارش نشریه آلمانی فوکوس آنالین؛ وقتی هوا سرد است، غدد چربی پوست، چربی کمتری تولید می‌کنند. از طرفی، بسیاری از محصولات مراقبتی حاوی مواد افزودنی هستند که همیشه نمی‌توانند این خشکی را برطرف کنند.

استفاده از روغن‌های طبیعی یکی از این راه‌ها است. چربی‌های طبیعی به پوست در حفظ رطوبت کمک و آن را از تأثیرات محیطی و باکتری‌ها محافظت می‌کند. روغن زیتون، نارگیل یا بادام بهترین هستند و احتمالاً برخی از آنها را در خانه دارید. دستان خود را با روغن انتخابی مالش دهید. بهتر است روغن را قبل از خواب بمالید. استفاده از دستکش‌های نخی نازک برای بهبود جذب روغن توصیه می‌شود.

### روش دیگر، حمام روغن برای دست است.

در موارد شدیدتر خشکی پوست، دستان خود را برای چند دقیقه در حجم زیادی از روغن خیس کنید. برای این کار باید حداقل پنج دقیقه وقت بگذارید. روغن زیتون یک گزینه مناسب است. روغن باید کمی گرم باشد. سپس باقی‌مانده روغن را به مدت پنج دقیقه دیگر روی پوست بگذارید و دستان خود را نشوید، فقط با دستمال به آرامی آنها را خشک کنید.

ماسک دست بلغور جو دوسر نیز از دیگر روش‌ها است. بلغور جو دوسر حاوی بسیاری از ویتامین‌های B است که می‌تواند به داشتن پوستی زیبا و سالم کمک کند. یک خمیر غلیظ را می‌توان از حدود یک فنجان بلغور جو دوسر و کمی آب ولرم تهیه کرد. این خمیر را به‌صورت ضخیم روی پوست ترک‌خورده دستان خود بمالید و دستان خود را با یک پارچه بپوشانید. ماسک دست باید ده دقیقه باقی بماند. سپس دستان خود را بشوید.

### گرم آووکادو نیز بسیار مفید است.

آووکادو حاوی ویتامین‌های زیادی است که بازسازی سلولی را تسریع می‌کند.

آووکادو همچنین حاوی ویتامین‌های زیادی است که بازسازی سلولی را تسریع می‌کند. علاوه‌براین، محتوای چربی بالای آووکادو، از پوست محافظت می‌کند. با کمی روغن زیتون، از آووکادو یک خمیر خامه‌ای تهیه و آن را روی دستان خود پخش کنید. این ماسک باید حدود یک ربع عمل کند و سپس بدون صابون شسته شود.

آب ولرم و صابون با pH خنثی نیز فراموش نشود. برای اینکه بیشتر از این به غدد چربی پوست حمله نکنید، بهتر است به‌جای آب داغ، دست‌های خود را با آب ولرم بشوید. مواد افزودنی در صابون‌ها می‌توانند پوشش اسیدی پوست را از بین ببرند و در نتیجه خشک‌شدن دست‌ها را تسریع کنند. صابون دوستدار پوست و با PH خنثی (مقدار pH خنثی برای پوست ۵،۵ است) این اثر منفی را ندارد.

## رژیم کاملاً گیاهی میتواند سلامت مغز را به خطر اندازد

محققان بر اساس بررسی‌های خود اظهار داشتند: روند رو به رشد استقبال از رژیم‌های غذایی گیاه محور می‌تواند سلامت مغز را تهدید کند، زیرا «کولین» ترکیب مغذی است که از رژیم‌های غذایی گیاهی حذف می‌شود.

این در حالیست که در مطالعات متعددی بر فوائد رژیم‌های غذایی گیاه محور تاکید شده است. محققان افراد را به‌مصرف هر چه بیشتر سبزیجات و میوه‌ها تشویق می‌کنند، زیرا معتقد به‌تاثیر این نوع رژیم برای سلامتی هستند.

به‌طور مثال، نتایج تحقیقات حاکی از آن است که رژیم‌های غذایی گیاه محور خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی و دیابت را به ترتیب ۳۲ و ۲۳ درصد کاهش می‌دهد.

همچنین در بررسی دیگر آمده است تنها افزودن میزان میوه و سبزی بیشتری به رژیم غذایی، خطر ابتلا به سرطان را کاهش داده و طول عمر را افزایش می‌دهد.

محققان نسبت به‌روند رو به رشد مصرف رژیم‌های غذایی گیاهی ابراز نگرانی کرده‌اند. بگفته آنها ماده مغذی «کولین» همچون اسیدهای چرب امگا ۳ برای بدن ضروری است، زیرا به‌میزان کافی در بدن تولید نمی‌شود.

«کولین» در جنبه‌های متعدد متابولیسم از قبیل ترکیب انتقال‌دهنده‌های عصبی، ساختار سلولی و متیلاسیون ضروری است. نتایج برخی از مطالعات نشان می‌دهد کمبود «کولین» با خطر ابتلاء به‌بیماری کبدی، نارسایی عملکرد شناختی و حتی اختلالات عصب‌شناختی مرتبط است. این ماده در رشد مطلوب مغز به‌ویژه در دوران جنینی کلیدی است. به گزارش «مدیکال نیوز تودی»، تخم‌مرغ، لبنیات، گوشت ماهی و مرغ منابع اصلی این ماده مغذی به حساب می‌آیند. خشکبار، حبوبات و سبزیجاتی از قبیل «بروکلی» حاوی کمترین میزان «کولین» هستند.



**اندام هایی که بدون آن ها می توانیم زندگی کنیم**

یکی از ریه ها، کولون یا روده بزرگ، اندام های تناسلی، مثانه  
معهده، طحال، یکی از کلیه ها، آپاندیس، کیسه صفرا

## شش ماده خوراکی چاق کننده

امروزه متأسفانه نان سفید با کمترین میزان فیبر جای نان تمام غله را گرفته و همین مسئله باعث اضافه وزن افراد می‌شود. برای اینکه بتوانید با مصرف نان سود بیشتری به‌دنتان برسانید، نان تست را با کاهو، گوجه‌فرنگی و خیار همراه کنید؛ نان باگت سفید را با نان جو جایگزین کنید.

اگر غذای مناسبی را انتخاب نکنیم، نتیجه چیزی جز چاقی و بیماری نخواهد بود. در ادامه شش غذا را به‌شما معرفی می‌کنیم که باعث چاقی می‌شود و باید مصرفشان را محدود یا کاملاً حذف کرد.

### اسموتی و آب میوه

انواع آب‌میوه‌ها اغلب اوقات پر از شکر میوه‌هایی است که به تنهایی ضرری برای سلامت شما نخواهند داشت؛ اما زمانی که با شکر ترکیب می‌شوند، باعث اضافه وزن‌تان خواهند شد، لذا توصیه می‌شود افراد از آب میوه‌های طبیعی استفاده کنند، زیرا بی‌ضررتر و برای بدن مفید است.

### سُس گوجه فرنگی

سُس و رُب گوجه فرنگی به شکلی که درگذشته به‌صورت طبیعی تهیه می‌شد، ضرری برای سلامت نداشت، اما شکل امروزی سُس گوجه فرنگی اغلب حاوی مقادیری شکر و سدیم است که سودی برای سلامت ندارد و به‌اضافه وزن و دریافت کالری‌های اضافه منجر خواهد شد.

### نان سفید

متأسفانه امروزه نان سفید با کمترین میزان فیبر جای نان تمام غله را گرفته و همین مسئله باعث اضافه وزن افراد می‌شود. برای اینکه بتوانید با مصرف نان سود بیشتری به‌دنتان برسانید، نان تست را با کاهو، گوجه و خیار همراه کنید؛ نان باگت سفید را با نان جو جایگزین کنید.

### سیب زمینی سرخ کرده

هر ۱۳۹ گرم سیب زمینی سرخ کرده حاوی ۴۲۷ کالری است و برای سوزاندن این میزان کالری هم نیاز به تلاش زیادی خواهید داشت. اگر عاشق سیب زمینی هستید و نمی‌توانید آن را از بشقاب غذایتان کنار بگذارید به جای آن، سیب زمینی تنوری یا آب پز درست کنید.

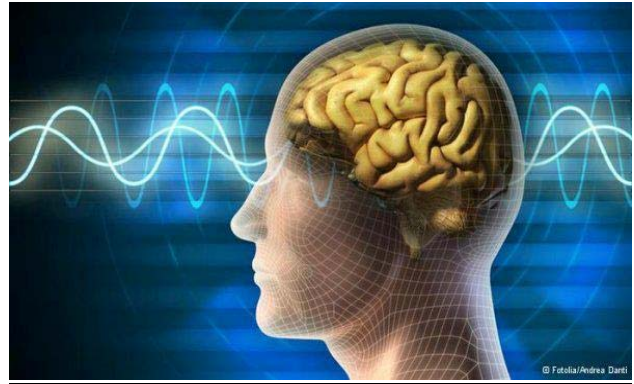
### چوب شور و اسنک‌های نمکی

اسنک‌هایی مثل چوب شورپر از سدیم است. سدیم باعث افزایش میزان تشنگی فرد می‌شود. جالب است بدانید بدن ما خیلی وقت‌ها تشنگی و گرسنگی را با هم اشتباه می‌گیرد و به‌همین دلیل هم ممکن است به جای تشنگی احساس گرسنگی کنیم، لذا باید در خوردن آن‌ها احتیاط کرد.

### اسنک پنیری

خوردن یک اسنک (پیراشکی با پنیر و ...) می‌تواند حالمان را بهتر کند؛ بی‌خبر از این‌که میان وعده‌های تهیه شده از گوشت فرآوری شده و پنیر حاوی مقادیر بالای سدیم و چربی‌های اشباع است. به‌جای استفاده از این مواد، یک تست کوچک خرما و پنیر و نان برای خودتان آماده کنید.

دانشمندان امیدوارند با این دستاورد بتوانند به کسانی کمک کنند که در تشخیص دوباره‌ی چهره‌های آشنا مشکل دارند. تیم محققان با آزمایش بالا همچنین به این نتیجه رسید که مغز انسان برای تشخیص دوباره‌ی یک سوژه، معمولاً بر روی بخش‌هایی از آن متمرکز می‌شود و نه تمام جزئیات. اگر انسان‌ها در یک زمینه کارشناس باشند، مغز آنان الگویی کلی را مبنا قرار می‌دهد تا به کمک آن اشیاء را بهتر و سریع‌تر بازشناسی کند.



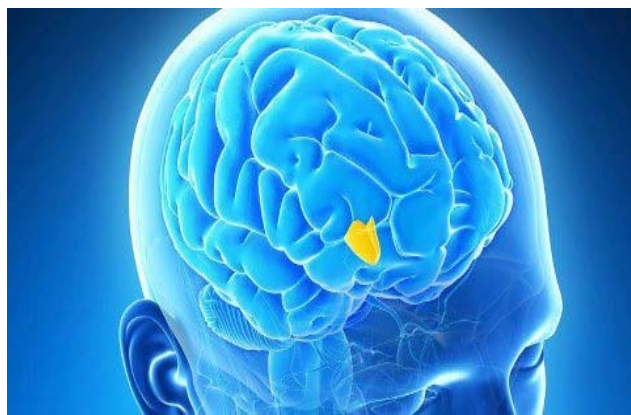
### کشف سرچشمه جوانی در مغز

محققان اسپانیایی در جستجوی سرچشمه جوانی مختصات جغرافیایی را بر روی زمین به دست نیاورده است، بلکه به نقطه‌ای از مغز انسان به نام هیپوتالاموس رسید.

بر اساس گزارش گیزمگ، محققان کالج آلبرت انیشتین دریافته‌اند هیپوتالاموس مغز جنبه‌های گسترده‌ای از فرایند سالخوردگی بدن را تحت کنترل دارد، از این رو قصد دارند با ایجاد تغییراتی در مسیر سیگنال‌دهی این بخش از مغز روند سالخوردگی را کند سازند.

هیپوتالاموس که در بالای ساقه مغز قرار داشته و در مغز تمامی مهره‌داران وجود دارد، در مغز انسان تقریباً به اندازه یک دانه بادام است و مسئولیت عملکردهای متعددی از قبیل رشد، بلوغ، تولید مثل و فرایندهای متابولیکی را به عهده دارد. مطالعات پیش از این نشان داده بودند تغییرات التهابی در هیپوتالاموس می‌تواند به تولید ترکیباتی منجر شود که با سندروم‌های متابولیکی که می‌توانند خطر بیماری‌های قلبی عروقی را افزایش دهند، در ارتباط است.

اکنون محققان دریافته‌اند این بخش از مغز می‌تواند در فرایند سالخوردگی نیز تأثیرگذار باشد، از این رو محققان بر روی پروتئینی به نام NF-KB که در ایجاد واکنش‌های سلولی و تولید مولکول‌های کوچکی که برای سیگنال‌دهی سلولی مصرف می‌شوند و همچنین در بقای سلولی نقش حیاتی به عهده دارد، تمرکز کردند.



### مغز انسان به خودروها هم مانند چهره‌ها واکنش نشان می‌دهد

دانشمندان به این نتیجه رسیده‌اند که مغز علاقه‌مندان به خودرو با دیدن یک اتومبیل مورد علاقه همان واکنشی را نشان می‌دهد که با دیدن چهره‌های آشنا. در این هنگام جزئیات فراموش می‌شوند و مغز تنها بر تصویر کلی متمرکز می‌شود.

به محض این‌که یک اتومبیل مدرن و خارق‌العاده در میدان دید قرار می‌گیرد، توجه علاقه‌مندان به سرعت به آن جلب می‌شود. مغز این افراد به سرعت شروع به تجزیه و تحلیل می‌کند: این چه مدل خودرویی است؟ چه سالی تولید شده است؟

مجله‌ی تخصصی آکادمی ملی علوم ایالات متحده به نقل از پژوهشگران آمریکایی می‌نویسد:

«در این هنگام ظاهراً همان بخشی از مغز فعال می‌شود که وظیفه‌ی شناسایی چهره‌ها را بر عهده دارد. این بخش از مغز در لوپ گیجگاهی واقع شده است.»

البته در مورد این که آیا این بخش از مغز اساساً به دیدن اشیاء هم واکنش نشان می‌دهد یا نه، نظر واحدی وجود ندارد. محققان در این پژوهش به ۲۵ مرد و زن تصاویر مختلفی از چهره انسان و اشیایی مانند هواپیما، خودرو و حیوانات را نشان دادند. آزمایش شونده‌گان باید پیش از انجام آزمایش می‌گفتند که اطلاعاتشان از خودرو چقدر است. پژوهشگران برآورد افراد از میزان اطلاعاتشان در این زمینه را نیز آزمایش می‌کردند.

### یافتن روش‌های درمانی نوین

دانشمندان با یک دستگاه "ام آر آی" بسیار حساس واکنش مغز آزمایش‌شونده‌گان آشنا به خودرو را زیر نظر گرفتند. تصاویر مغز این افراد حاوی لکه‌های کوچکی بودند که با دیدن یک خودرویی خارق‌العاده یا چهره‌های آشنا، به صورت یکسان پدیدار می‌شدند.

علاقه‌مندان به اتومبیل با دیدن خودرویی خارق‌العاده با استفاده از الگویی کلی به دنبال تشخیص دوباره این "چهره" می‌روند

پژوهشگران می‌گویند:

«ما مغز را آنچنان دقیق پرتونگاری کردیم که مطمئن هستیم بخش مورد آزمایش فقط مختص تشخیص چهره‌ها نیست.»





### اعتراضات ملت ایران در جام جهانی فوتبال

بهرغم فشار قابل توجه ماموران قطری برای جلوگیری از نشان داده شدن هرگونه شعار اعتراضی از سوی تماشاچیان ایرانی، تعدادی از تماشاچیان موفق شدند نام «مهسا امینی» را بر روی کاغذ بنویسند و در استادیوم به نمایش بگذارند.

برخلاف بازی‌های قبلی، تماشاچیان با تی‌شرت‌ها و شعارهای «زن، زندگی، آزادی» در هیچ یک از تصاویر مخابره شده از درون ورزشگاه محل بازی ایران و آمریکا دیده نمی‌شوند.

تعداد انگشت‌شماری از تصاویر در این مدت منتشر شده که برخی تماشاچیان با ابتکار عمل‌های متفاوت سعی کرده‌اند مخالفت خود را با حکومت جمهوری اسلامی نشان دهند.

از آن جمله پاره کردن نشان جمهوری اسلامی از درون پرچم رسمی ایران است که توسط یکی از تماشاچیان انجام و البته به سرعت با برخورد ماموران قطری روبرو شد.

### بیانیه دیر هنگام فیفا پس از حذف ایران:

#### بنرهای اعتراضات در استادیوم‌ها مجاز است؟!

پلیس قطر در موارد متعددی با ایرانیانی که نمادهای خیزش سراسری را در بازیهای جهانی ۲۰۲۲ قطر به همراه داشتند به متندی برخورد کرد.

فیفا یک روز پس از حذف تیم فوتبال ایران از این مسابقات و پس از موارد متعدد برخورد خشن پلیس قطر با ایرانیانی که نمادهایی در حمایت از خیزش سراسری مردم ایران علیه جمهوری اسلامی به همراه داشتند، اعلام کرد که نمایش بنرهای حامی اعتراضات در استادیوم‌ها مجاز است!



### زن، زندگی، آزادی



## ورزش در پژوهش

### آرژانتین قهرمان جام جهانی ۲۰۲۲ قطر

تیم ملی فوتبال آرژانتین با پیروزی در ضربات پنالتی مقابل تیم ملی فوتبال فرانسه، به مقام قهرمانی رقابت‌های جام جهانی ۲۰۲۲ قطر رسید. دیدار این دو تیم در وقت قانونی، (۹۰ دقیقه) ۲ بر ۲ مساوی و در وقت‌های اضافه با تساوی ۳ بر ۳ به پایان رسیده بود.

گل‌های تیم ملی آرژانتین را «لیونل مسی» در دقیقه ۲۳ و «پنالتی» و «آنخل دی‌ماریا» در دقیقه ۳۶ وارد دروازه فرانسه کردند. سه گل فرانسه را نیز «کیلیان امباپه» در دقیقه ۸۰ (پنالتی)، ۸۱ و ۱۱۸ (پنالتی) به ثمر رساند.

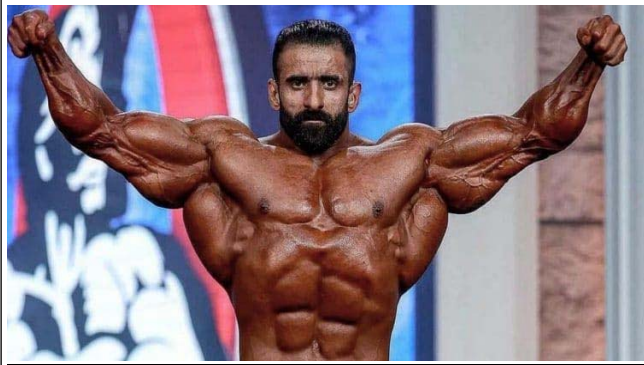
به این ترتیب لیونل مسی هم موفق شد جام قهرمانی جهان فوتبال را بالای سر ببرد؛ این تنها افتخاری بود که او به عنوان بازیکن تابحال به آن دست نیافته بود.

این پیروزی سومین قهرمانی آرژانتین در ادوار جام جهانی به حساب می‌آید. پیش از این، تیم ملی آرژانتین در سال‌های ۱۹۷۸ و ۱۹۸۶ به مقام قهرمانی این مسابقات رسیده بود.

با این بازی، پرونده رقابت‌های پرحاشیه جام جهانی ۲۰۲۲ قطر بسته شد. رقابت‌هایی که به «جام جهانی اسلامی» مشهور شد.

همکاری دولت قطر با نظام جمهوری اسلامی، محدود شدن حضور خبرنگاران بین‌المللی، ممنوعیت ورود جامعه رنگین‌کمانی و نمادهای آن‌ها به ورزشگاه‌ها، ممنوعیت نوشیدنی‌های الکلی در ورزشگاه‌ها و چشم بستن فدراسیون جهانی فوتبال بر روی موارد نقض حقوق بشر، از نقاط تاریک این دوره از مسابقات بود.

تیم ملی فوتبال ایران نیز در این مسابقات شرکت داشت و در گروه خود پس از شکست از تیم‌های ملی کشورهای انگلستان و آمریکا و پیروزی بر کشور «ولز»، از صعود به دور بعدی این مسابقات بازماند.



### هادی چوپان، نخستین قهرمان ایرانی «مسترالمپیا» آمریکا

«هادی چوپان» چهره شاخص بدنسازی و پرورش اندام ایران، موفق شد به عنوان نخستین ایرانی، به مقام قهرمانی مهم‌ترین رقابت‌های زیبایی اندام جهان برسد. هادی چوپان که در جهان به «گرگ ایرانی» لقب گرفته است، با برتری مقابل تمامی رقبایش از سراسر جهان، در رقابت‌های «مسترالمپیا» آمریکا، به مقام نخست رسید. پس از او، «درک لانسفورد» و «نیک واکر» قهرمانان پرورش اندام آمریکا، به عناوین دوم و سوم رسیدند. هادی چوپان پیش از این در سال‌های ۲۰۱۹ و ۲۰۲۱ به مدال برنز این مسابقات رسیده بود و حالا اولین ایرانی است که موفق به کسب چنین عنوان باارزشی در جهان شده است. او پیش از این به مقام قهرمانی مسابقات اورال مستر المپیا ۲۰۱۷، مسابقات مستر المپیا پرتغال در سال ۲۰۱۸، مسابقات گرند پری کره جنوبی در سال ۲۰۱۸، مسابقات ونکوور پرو کانادا در سال ۲۰۱۹ و چهار مدال طلای آسیایی رسیده بود. همچنین در کارنامه او پنج مدال نقره و دو مدال برنز رقابت‌های آسیایی و جهانی نیز به چشم می‌خورد. هادی چوپان مهرماه سال جاری وقتی با سوال خبرنگاران در مورد این‌که آیا صحبتی با مسوولین کشور دارد گفته بود: «مسوولین برای من با این ستون هیچ فرقی ندارند، اصلا عددی نیستن، من به عشق مردم تلاش می‌کنم.» او همچنین خطاب به ماموران سرکوبگر حکومتی گفته بود: «شما را به شیرمادران قسم مردم کشورتان را نزنید.»

### کرواسی با پیروزی ۲-۱ مقابل مراکش، قهرمان سوم جهان شد

بازیکنان زلاتکو دالیچ، در دوره قبلی مسابقات به فینال رسیدند و با شکست مقابل فرانسه نایب قهرمان جهان شدند. کرواسی با این دو عنوان در کنار رتبه سومی که در جام جهانی ۱۹۹۸ کسب کرد، حالا خودش را به‌عنوان یکی از ملت‌های صاحب فوتبال تثبیت کرده است. رکوردی که برای کشوری با ۴ میلیون نفر جمعیت، باورنکردنی به‌نظر می‌رسد. لوکا مودریچ ۳۷ ساله، ستاره‌ای که در جام جهانی قبلی بهترین بازیکن شد، در این مسابقه هم مثل همیشه یکی از دنده‌ترین بازیکن‌ها و قلب تپنده تیمش بود. بازیکنی که صد و شصت و دومین مسابقه ملی‌اش را با کسب رتبه سوم جام جهانی تمام کرد.

### عربستان سعودی میزبان جام ملت‌های آسیا شد

اکنون عربستان سعودی تنها کشوری است که درخواست آن برای میزبانی این مسابقات در سال ۲۰۲۷ در مرحله نهایی قرار دارد. با انصراف هندوستان، عربستان سعودی میزبان جام ملت‌های آسیا شد که پنج سال دیگر برگزار می‌شود. کمیته اجرایی «ای-اف-سی» در ماه اکتبر درخواست میزبانی عربستان سعودی و هندوستان را از بین دیگر درخواست‌ها در مرحله پایانی قرار داده و بنا بود در ماه فوریه تصمیم نهایی در این زمینه اتخاذ شود. به‌گزارش آسوشیتدپرس، اکنون عربستان سعودی تنها کشوری است که درخواست آن برای میزبانی این مسابقات در سال ۲۰۲۷ در مرحله نهایی قرار دارد. جام ملت‌های آسیا در سال آینده میلادی در قطر برگزار می‌شود که هم‌اکنون میزبان جام جهانی فوتبال است و پیش‌تر دو بار این مسابقات را میزبانی کرده است. قطر هم پس از انصراف چین میزبانی جام ملت‌های آسیا ۲۰۲۳ را بر عهده گرفت.

### امارات میزبان جام باشگاه‌های جهان شد

نشریه اماراتی «البیان» در چاپ شماره پنج‌شنبه، ۲۴ آذر، خود مدعی شد که فدراسیون بین‌المللی فوتبال جهان «فیفا»، امارات متحده عربی را به‌عنوان میزبان رقابت‌های جام باشگاه‌های جهان انتخاب کرد. این نشریه همچنین مدعی شد که تاریخ برگزاری این پیکارها که به‌دلیل برگزاری جام جهانی قطر در زمستان سال جاری به تاریخ دیگری موکول شده بود، از اول تا ۱۱ فوریه ۲۰۲۳ به میزبانی شورای ورزش ابوظبی برگزار خواهد شد. این میزبانی به تیم العین، قهرمان فصل گذشته لیگ برتر فوتبال امارات این فرصت را خواهد داد تا به عنوان میزبان این رقابت‌ها به جدول قرعه‌کشی این مسابقات اضافه شود.

### پیشینه جام باشگاه‌های جهان

نخستین دوره مسابقات در سال ۲۰۰۰ در کشور برزیل و با شرکت هشت تیم برگزار شد. دومین دوره جام‌جهانی باشگاه‌ها در سال ۲۰۰۵ در ژاپن برگزار شد و پس از آن هر ساله این رقابت‌ها به‌طور معمول در ماه دسامبر پیگیری می‌شدند. تیم فوتبال چلسی در فوریه سال جاری با شکست دو بر یک پالمیراس قهرمان کنونی این رقابت‌هاست. رئال مادرید با پنج و بارسلونا با چهار بار حضور، رکورد بیشترین حضور در مسابقات جام باشگاه‌های جهان را دارند. «سپیدپوشان مادریدی» با چهار قهرمانی پر افتخارترین تیم جام باشگاه‌های جهان است. کهکشانی‌ها تنها تیمی هستند که در سه دوره پیاپی حضور داشته و قهرمان شده‌اند. تونی کروس با پنج و کریستیانو رونالدو با چهار جام قهرمانی از نظر تعداد قهرمانی در بین بازیکنان رکورددار هستند. رونالدو با هفت گل، آقای گل تمام ادوار این رقابت‌ها است.

### مسابقات جهانی فوتبال/فوتسال زنان در راه است

فیفا در روزهای پایانی جام جهانی ۲۰۲۲ قطر تصمیماتی را در خصوص رقابت‌های مختلف برای سال‌های آینده اتخاذ کرد. یکی از این تصمیمات اهدای میزبانی جام باشگاه‌های ۲۰۲۲ فوتبال جهان به کشور مراکش است.

فیفا همچنین کشورهای امارات و سیشل را به عنوان میزبانان جام جهانی فوتبال ساحلی به ترتیب در سال‌های ۲۰۲۳ و ۲۰۲۵ معرفی کرد.

اما یکی دیگر از تصمیمات فیفا که می‌تواند برای ایران هم قابل توجه و جذاب باشد، راه اندازی دو تورنمنت برای زنان است. تونیتر فیفا امروز با انتشار یک پیام، از دو برند جدید خود برای مسابقات زنان رونمایی کرد.

بر این اساس فیفا قصد دارد مسابقات جام باشگاه‌های فوتبال زنان و همینطور جام جهانی فوتسال زنان را برگزار کند. این خبر از آن جهت اهمیت دارد که تیم ملی فوتسال زنان ایران در دو دوره مسابقات فوتسال جام ملت‌های آسیا به‌عنوان قهرمانی دست یافت.

این مسابقات هرچند به بهانه برای دو یا سه دوره تعطیل شد اما در صورت ازسرگیری، تیم ملی زنان ایران می‌تواند با کسب عنوان قهرمانی در مسابقات جام جهانی شرکت کند.



دو استورهی فوتبال آرژانتین: دیگو مارادونا و لیونل مسی

### آرژانتین قهرمان جام جهانی شد

تیم ملی فوتبال آرژانتین با پیروزی در ضربات پنالتی مقابل فرانسه، به مقام قهرمانی رقابت‌های جام جهانی ۲۰۲۲ قطر رسید.

دیدار دو تیم در ۹۰ دقیقه با تساوی ۲ بر ۲ و در وقت‌های اضافه با تساوی ۳ بر ۳ به پایان رسیده بود.

گل‌های تیم ملی آرژانتین را «لیونل مسی» در ۲۳ دقیقه پنالتی و ۱۰۹ و «آنخل دیماریا» دقیقه ۳۶ وارد دروازه فرانسه کردند. سه گل فرانسه را نیز «کیلیان امباپه» در ۸۰ دقیقه پنالتی، ۸۱ و ۱۱۸ پنالتی به ثمر رساند.

به این ترتیب لیونل مسی (کاپیتان تیم ملی فوتبال آرژانتین) هم موفق شد جام قهرمانی جهان فوتبال را بالای سر ببرد؛ این تنها افتخاری بود که او به عنوان بازیکن تابه‌حال به آن دست نیافته بود.

این سومین قهرمانی آرژانتین در ادوار جام جهانی به حساب می‌آید. پیش از این، تیم ملی آرژانتین در سال‌های ۱۹۷۸ و ۱۹۸۶ به مقام قهرمانی این مسابقات رسیده بود.

با این بازی، پرونده رقابت‌های پرحاشیه جام جهانی ۲۰۲۲ قطر بسته شد؛ رقابت‌هایی که به «جام جهانی اسلامی» مشهور شد:

همکاری دولت قطر با نظام جمهوری اسلامی،

محدود شدن حضور خبرنگاران بین‌المللی،

منوعیت ورود جامعه رنگین‌کمانی و نمادهای آن‌ها به ورزشگاه‌ها،

منوعیت نوشیدنی‌های الکلی در ورزشگاه‌ها،.....

و چشم بستن و نادیده گرفتن فدراسیون جهانی فوتبال جهان (فیفا) بر روی موارد نقض حقوق بشر، از نقاط تاریک این دوره از مسابقات بود.



تیم ملی حَرَم (سوریه)



تیم ملی مدافعان حَرَم (ایران)



## برای لاغر شدن چقدر پیاده روی کنیم؟

برای کاهش وزن پیاده روی کردن مفید است، البته به شرطی که اصول آن رعایت شود. در این صورت است که می توان از یک ورزش ساده برای لاغری و همچنین حفظ سلامتی نهایت استفاده را کرد.

اگر اهل پارک رفتن هستید، حتما با افزایش تعداد افرادی که هر روز در حال پیاده روی هستند مواجه شده اید. اگر قبلا پیاده روی مختص جوان ها بود، ولی امروزه مردم از هر سنی این ورزش مفید را انجام می دهند، چون نسبت به مضرات و آسیب های بی تحرکی آگاه شده اند و به سلامتی و تناسب اندام خود بیش از پیش اهمیت می دهند.

با وجود اینکه امروزه افراد زیادی برای حفظ سلامت و کاهش وزن خود اقدام به پیاده روی می کنند، اما با این حال پزشکان از احتمال خطرات پیاده روی و دویدن نادرست برای سلامت عضلات و استخوان ها می گویند. پیاده روی ورزش ملایمی است و کمترین آسیب را به بدن می رساند، اما باید اصول آن را رعایت کرد.

### فواید پیاده روی

پیاده روی صحیح باعث افزایش جریان خون می شود و از بروز احتباس آب و ورم بدن جلوگیری می کند. به این ترتیب ورم پاها و قوزک پا نیز از بین می رود. علاوه بر این اگر پیاده روی را به صورت صحیح انجام دهید، برای کاهش وزن بسیار مفید است.

احتمالا این سؤال برایتان پیش آمده است که منظور از پیاده روی صحیح چیست. باید بدانید که برای استفاده از فواید پیاده روی باید سرعت راه رفتن، فاصله ای که پیموده میشود و زمین مناسب پیاده روی در نظر گرفته شوند. اگر این موارد را رعایت کنید میتوانید نسبت به رعایت اصول صحیح پیاده روی مطمئن شوید.

### میزان و شدت پیاده روی برای کاهش وزن

در حالت کلی لازم است که روزانه به طور متوسط 45 دقیقه پیاده روی کنید. با این حال کلید اصلی آب کردن چربی ها، به مدت زمان پیاده روی بستگی ندارد، بلکه شدت آن از اهمیت ویژه ای برخوردار است. به این شکل که فکر کنید از منزل خارج شده اید و می خواهید با عجله خود را به جایی برسانید. بنابراین لازم است تندتر راه بروید.

سرعت ایده آل بین ۴/۸ تا ۶/۴ کیلومتر در ساعت است. خوشبختانه امروزه با وجود تلفن های هوشمند میتوان به سادگی این میزان سرعت را کنترل کرد. با نصب برنامه های مخصوص روی گوشی هایتان میتوانید سرعت و قدم هایتان را بسنجید و کنترل کنید. با کمک این اپلیکیشن ها می توانید تا ده هزار قدم توصیه شده را به اتمام برسانید.

اگر این میزان مسافت را با سرعت مناسب طی کنید میتوانید به کاهش وزن امیدوارتر باشید. خانمها با رعایت این اصول میتوانند بین ۷۴ تا ۸۸ کالری و آقایان بین ۸۸ تا ۱۲۴ کالری بسوزانند.

توجه داشته باشید که این اعداد برای کاهش چربی های بدن هستند و تاثیری در کاهش توده عضلانی ندارند. بهتر است بدانید که لاغر بودن به معنای سالم تر بودن نیست. شما باید وزن متناسبی داشته باشید. توصیه میشود که هر هفته حداقل دو بار پیاده روی تند داشته باشید. با این استراتژی و داشتن رژیم غذایی مناسب و سالم، کاهش وزن تان حتمی خواهد بود.

ممکن است به مرور بدن تان به این پیاده روی عادت کند. برای مقابله با این مسئله باید تنوع ایجاد کنید. به این ترتیب که در طی مسیر خود سرعت و شدت پیاده روی را کم و زیاد کنید. در این صورت ضربان قلب تان بالا و پایین می رود و گردش خون تان فعال تر میشود. یادتان باشد زمانیکه با سرعت ثابت و یکنواخت پیاده روی میکنید، قلب به آن عادت میکند و در نتیجه تاثیر گذاری پیاده روی برای کاهش وزن دچار افت میشود.

### ۱۰ دقیقه پیاده روی ماسه ها کافی است

حتما میدانید که راه رفتن روی ماسه بیش از راه رفتن روی آسفالت انرژی میبرد. دلیل این مسئله بسیار ساده است؛ زمانی که سطح زمین بسیار نرم باشد، بدن بیشتر در زمین فرو میرود و به این ترتیب انرژی بیشتری میسوزاند. بنابراین عضلات بیشتری درگیر پیاده روی روی ماسه میشوند. راه رفتن روی ماسه ها انتخاب فوق العاده ای است، بخصوص اینکه روی کف پا (که معمولا جزو مناطق فراموش شده در دیگر ورزش ها محسوب می شود) نیز کار می کند. اگر سطح پوشیده از ماسه را برای پیاده روی انتخاب می کنید بهتر است این کار را به ۱۰ دقیقه محدود کرده و به تدریج پیاده روی را شروع کنید. در غیر این صورت ممکن است به بدن تان آسیب برسد.

### نکته آخر

با رعایت این اصول بیشترین استفاده را از پیاده روی خواهید داشت. مهم این است که بدانید چگونه باید پیاده روی کنید. یادتان باشد فرم بدن تان را موقع راه رفتن درست کنید. شانه ها را عقب داده و قفسه سینه را جلو دهید و شکم را جمع کنید. به هیچ عنوان قوز نکنید. صاف راه بروید و دست ها را هماهنگ با پاها جلو و عقب ببرید.

یادتان باشد که انجام نادرست هر ورزشی نه تنها تاثیر چندانی در کاهش وزن نخواهد داشت، بلکه باعث ایجاد آسیب های احتمالی نیز میشود.



## *Merry Christmas*

### *History*

Christmas is an annual festival commemorating the birth of Jesus Christ, observed primarily on December 25 as a religious and cultural celebration among billions of people around the world.

A feast central to the Christian liturgical year, it is preceded by the season of Advent or the Nativity Fast and initiates the season of Christmastide, which historically in the West lasts twelve days and culminates on Twelfth Night; in some traditions, Christmastide includes an octave. Christmas Day is a public holiday in many of the world's nations, is celebrated religiously by a majority of Christians, as well as culturally by many non-Christians, and forms an integral part of the holiday season centered around it.

The traditional Christmas narrative, the Nativity of Jesus, delineated in the New Testament says that Jesus was born in Bethlehem, in accordance with messianic prophecies. When Joseph and Mary arrived in the city, the inn had no room and so they were offered a stable where the Christ Child was soon born, with angels proclaiming this news to shepherds who then further disseminated the information.

Although the month and date of Jesus' birth are unknown, by the early-to-mid fourth century the Western Christian Church had placed Christmas on December a date that was later adopted in the

East. Today, most Christians celebrate on December 25 in the Gregorian calendar, which has been adopted almost universally in the civil calendars used in countries throughout the world. However, some Eastern Christian Churches celebrate Christmas on December 25 of the older Julian calendar, which currently corresponds to January 7 in the Gregorian calendar, the day after the Western Christian Church celebrates the Epiphany.

This is not a disagreement over the date of Christmas as such, but rather a preference of which calendar should be used to determine the day that is December 25. Moreover, for Christians, the belief that God came into the world in the form of man to atone for the sins of humanity, rather than the exact birth date, is considered to be the primary purpose in celebrating Christmas.

The celebratory customs associated in various countries with Christmas have a mix of pre-Christian, Christian, and secular themes and origins. Popular modern customs of the holiday include gift giving, completing an Advent calendar or Advent wreath, Christmas music and caroling, lighting a Christingle, viewing a Nativity play, an exchange of Christmas cards, church services, a special meal, pulling Christmas crackers and the display of various Christmas decorations, including Christmas trees, Christmas lights, nativity scenes, garlands, wreaths, mistletoe, and holly. In addition, several closely related and often interchangeable figures, known as Santa Claus, Father Christmas, Saint Nicholas, and Christkind, are associated with bringing gifts to children during the Christmas season and have their own body of traditions and lore. Because gift-giving and many other aspects of the Christmas festival involve heightened economic activity, the holiday has become a significant event and a key sales period for retailers and businesses.

The economic impact of Christmas has grown steadily over the past few centuries in many regions of the world.



## ***The Festival of "Yalda"***

### **Winter Solstice Celebrations/ Traditions in Iran**

The winter solstice, December 21st or 22nd, is the longest night of the year. For example, this year, on 21st December London (England) will see only seven hours and 49 minutes of daylight. Near the winter solstice, the length of the day changes very slowly, as does the Sun's height in the sky - one of the reasons why the long winter nights seem to go on forever!

In Iran, the winter solstice has been celebrated for centuries and it is called Shab-e yalda, which refers to the birthday or rebirth of the sun. Yalda is a Syriac word and means birth (tavalod and meelaad are from the same origin).

The ceremony is traced to the primal concept of Light and Good against Darkness and Evil in the ancient Iranian religion. This night with Evil at its zenith is considered unlucky. The last day of the Persian month of 'Azar' is the longest night of the year. From this day forward, Light triumphs as the days grow longer and give more light. This celebration comes in the Persian month of 'Day', which was also the name of the pre-Zoroastrian creator god (deity).

Later he became known as the God of creation and Light, from which we have the English word day (the period of light in 24 hours).

The Persians adopted their annual renewal festival from the Babylonians and incorporated it into the rituals of their own Zoroastrian religion.

The occasion was celebrated in the festival of 'Daygan' dedicated to Ahura Mazda, the Lord of Wisdom. Fires would be burnt all night to ensure the defeat of the forces of Ahriman (principle Evil).

There would be feasts, acts of charity and a number of deities honoured and prayers performed to ensure the total victory of the sun that was essential for the protection of winter crops. There would be prayers to Mithra (Mehr) and feasts in his honour, since Mithra is the Eyzad (deity) responsible for protecting " the early morning light", known as 'Havangah'. It was also assumed that Ahura Mazda would grant people's wishes.

Early Christians took this very ancient Persian celebration and linked it to Christ's birthday. Today, the date for Christmas has slightly changed, but there are many similarities such as, lighting candles, decorating trees with lights, staying up all night, singing and dancing, eating special foods, paying visits to family and friends, ...

#### **Traditions:**

In the evening of Shab-e Yalda bonfires are lit outside, while inside the home, family and friends gather in a night-long vigil around the korsi, a low, square table covered with a thick cloth overhanging on all sides.

A brazier with hot coals is placed under the table. In the past, fruit and vegetables were only available in season and the host, usually the oldest in the family, would have carefully saved grapes, honeydew melons, watermelons, pears, oranges, tangerines, apples, and cucumbers.

These were then enjoyed by everyone gathered around the korsi, or a fireplace.

On this night, the oldest member of the family says prayers, thanking God for previous year's

blessings, and prays for prosperity in the coming year.

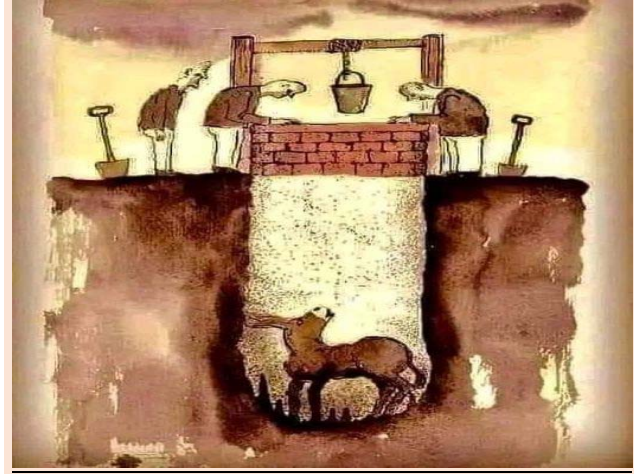
Then he cuts the melon, and the watermelon and gives everyone a share. The cutting symbolizes the removal of sickness and pain from the family. Snacks are passed around throughout the night: pomegranates with angelica powder (gol-par) and Ajil-e shab-e yalda, a combination of nuts and dried fruits, particularly pumpkin and watermelon seeds and raisins.

This mixture of nuts literally means night-grazing; eating nuts is said to lead to prosperity in days to come. More substantial fare for the night's feast include eggplant stew with plain saffron-flavored rice, rice with chicken, thick yogurt, and halva (saffron and carrot brownies). The foods themselves symbolize the balance of the seasons: watermelons and yogurt are eaten as a remedy for the heat of the summer, since these fruits are considered cold, or sardi; and halva is eaten to overcome the cold temperatures of winter, since it is considered hot, or garmi.

On into the night of festivities the family keeps the fires burning and the lights glowing to help the sun in its battle against darkness.

They recite poetry and play music, tell jokes and stories, until the sun, triumphantly reappears in the morning. - Courtesy of Art Arena, UK

**The happiest people  
in life are the givers,  
not the getters.**



### **THE TEACHING OF THE DONKEY**

One day a farmer's donkey fell into a well. The animal cried loudly for hours, while the farmer tried to find something to do to get him out.

Finally, the farmer decided that the donkey was old and the well was already dry and needed to be covered anyway; that it really wasn't worth pulling the donkey out of the well.

He deksa lla his neighbors ot help him. They each grabbed a shovel and began to throw dirt into the well. The donkey realized what was happening and. Then, to everyone's surprise, he quieted down after a few shovelfuls of dirt.

The farmer finally looked down into the well and was amazed at what he saw... with each shovelful of dirt, the donkey was doing something incredible: It was shaking off the dirt and stepping on top of the dirt.

Very soon everyone saw how the donkey reached the mouth of the well, went over the edge and trotted out...

Life is going to throw dirt at you, all kinds of dirt... the trick to getting out of the hole is to shake it off and use it to step up. Each of our problems is a step up. We can get out of the deepest holes if we don't give up...

Remember the 5 rules to be happy:

1. Free your heart from hate.
2. Free your Mind of distractions.
3. Simplify your life.
4. Give more and expect less.
5. Love more and... shake the dirt, because in this life you have to be a solution, not the problem!



### **Amazing Air Force One Facts That Only A Few Presidents Have Been Willing To Confess!**

Air Force One is a massive flying container of secrets. There's still so much we don't know, but lucky for us, a few presidents have leaked facts about Air Force One that are pretty unbelievable. Air Force One is so much more than a private jet for the POTUS. It's a top secret vault in the sky, and that vault has just been cracked.

Here are some things that nobody knew about Air Force One, until now...

#### **How Fast And How High?**

Air Force One can fly over 700 miles per hour. That's really fast! It can also fly higher than most commercial planes, at a height of 45,000 feet. That's 10,000 feet higher than the normal cruising altitude of any other passenger airliner. Despite its crazy speed, Air Force One flies very smoothly.

#### **Air Force One Never Has To Touch Ground**

This is probably one of the coolest facts about Air Force One. Air Force One can refuel in the sky. It never has to touch ground. If it wanted to, it could fly forever. It can keep the president in the sky as long as it has to. Another cool fact: Air Force One has a 3,000 gallon fuel tank.

Air Force One Has Two Restaurants On Board.

There are essentially two restaurants aboard Air Force One – well, they're two massive kitchens that always have food available.

The president and his guests can have anything

they desire Air Force one is staffed with top rated chefs, and each kitchen holds up to 100 people. That's pretty big!

#### **There Are Super Spy Cameras In The Wheel Wells**

In 1959, President Eisenhower instructed Allen Dulles, the Director of Central Intelligence at the time, to install cameras in the wheel wells of Air Force One. These cameras were so powerful that even in 1959 they could read license plates from the sky. No matter the reason for the installation, you can't deny how unbelievable that is! It continued to be believed by aviation experts that updated sky-to-ground camera tech continues to be in use in various locations on the underbelly of the aircraft, including the wheel wells.

#### **How Much Does Air Force One Cost To Fly?**

The Air Force One costs \$206,000 an hour to operate. That's staggering compared to the \$20,000 an hour it costs for a commercial airline.

President Trump's traveling costs were \$10 million his first month in office. Presidential travel involves hundreds of people and dozens of aircraft. The costs add up.

#### **Air Force One Is Nuclear Resistant**

Air Force One is pretty much a nuclear-resistant Oval Office. The plane can withstand a nuclear blast even if on the ground.

It has been put through testing to the equivalent of a nuclear attack. That's comforting for sure. Let's hope it's never tried in real time.

#### **Sick On Air Force One? No Problem**

If a passenger aboard the Air Force One gets sick, it's no problem. There's a miniature hospital built into Air Force One, with a doctor staffed at all times.

Air sickness is not an excuse to avoid travel on this well-equipped plane! And how cool would it be to be known as the "Air Force One doctor?"

#### **Air Force One Is An Airborne Command Center**

The gear aboard Air Force One is top-notch with superb satellite communications networks and extremely classified defensive measures that not only protect the plane during an attack, but can carry out attacks as well.



Most of us will never know the commands that have been made aboard Air Force One.

### **Air Force One Is Actually Air Force Three**

There are two Air Force Ones, but only one is the real deal. They fly together so no one knows which one the president is actually on. “The Gulfstream,” known as the C-20C, is a jet that supposedly trails the other two planes, but the government and the Air Force deny it exists?!

### **Pres. Trump’s Private 757 Vs. Air Force One**

The “Trump Force One” is a 757 bought from Microsoft’s Paul Allen. It’s lined in gold plating and covered in the Trump family crest. “It’s bigger than Air Force One,” President Trump bragged to the press. With Rolls-Royce engines and seating for 43, it was featured on the Discovery Channel as the “world’s most luxurious jetliner.” Well...

### **Rules To Follow**

Although it is in the POTUS privy of power to order new aircraft to serve as Air Force One, there are specific rules that must be followed. The purchase must be made within the second term of the sitting president. The reason for this is so that the aircraft will not be delivered within that president’s term of office, thusly preventing the ordering president to actually use the plane. The president, in reality, is purchasing the plane for the use of future presidents, not for his own use. Along with Reagan and Eisenhower, Obama set aside money in his second term to purchase a new Air Force One.

### **Highly Recognized**

Because of its very appearance, Air Force One in no way can be mistaken for any other plane. With its gleaming, hand polished blue, white and silver colored it is truly a sight to behold. The aircraft is as much a symbol for America as the President that it transports.

It’s supreme stature screams that it’s not only the airplane of the POTUS, by also a flying symbol of America’s superb military and economic might. Wherever it lands, it does so leaving those watching with a sense of awe. Upon touchdown, it does nothing less than proclaim the arrival of one of the most powerful individuals in the world.

### **A Place In History**

Air Force One served as a momentous place in history in August 1974, when presidential leadership was turned over. Following his resignation, then sitting President Richard Nixon boarded Air Force One at Andrews AFB as he headed back home to El Toro, CA. While onboard the aircraft, at approximately 12 pm EST, the role of president was officially transferred from Nixon to Gerald Ford. This was one of the most remembered events in presidential history, and it took place onboard Air Force One. The aircraft was halfway through its transcontinental trip when the call sign was then changed from Air Force One to SAM—Special Air Mission 28000—the official military call sign for the remainder of the flight.

### **Was Replaced One Time**

It is the responsibility of any sitting POTUS to use Air Force One as it is intended—as the only transportation for the president. However, during the Nixon administration, that basic rule was broken. In an effort, by Nixon, to demonstrate and send a political-economic message to the people, the POTUS do the unthinkable and traveled via United Airlines. Even though he was trying to prove and illustrate a point, his fellow representatives in the administration did not see this as a prudent move. Since he was not traveling in Air Force One, the United Airlines aircraft was given the designation of Executive One. This was and continues to be the call sign when the sitting POTUS chooses to board a civilian aircraft.





### **5 Satisfying Foods for Weight Loss**

You have been staying active for long. You have also been following a diet. However, you still have some extra weight.

If this is your situation right now, it means that it's high time you changed something to speed up your weight loss. There are a few tips that might help you. This article will tell you what foods you should include in your menu. Restricting calories is no option. What you need is the right foods rather than their absence.

The foods below are satisfying, full of fiber, minerals, vitamins and nutrients that will keep you full without the risk of gaining pounds. Include the following foods in your diet and enjoy great results!

#### **1. Figs**

Figs are healthy and delicious! Eat figs to tame your sweet tooth – eat them as a snack whenever you feel hungry. They do not contain refined sugar, which means that they are far healthier than candy bars or crisps. Besides, they are rich in fiber – the substance found in plants that helps you stay full. One fig is enough to kill your hunger cravings, although one piece contains no more than 40 calories.

#### **2. Eggs**

Eggs can be eaten for breakfast. It is great if you like them for lunch or dinner. It takes mere minutes to prepare them. It is quite a versatile food that people cook up in many various forms and dishes. Eggs are very filling because they are full of protein that provides you with energy that lasts for a very long time.

If you want to eat fewer calories, start your day with breakfast containing eggs. Eggs suppress your appetite. Thanks to the 9 essential amino acids those who consume eggs for breakfast eat 300 fewer calories throughout their whole day.

#### **3. Apples**

Apples are wonderful. People love them for many reasons. You can add them to salads or eat them raw. There are a lot of interesting recipes of smoothies where the main ingredient is apples. They quench thirst, hydrate your body, refresh and give plenty of healthy carbs. Apples are full of fiber and this is the reason why they are so filling. Eating a processed apple has nothing in common with eating it raw. Opt for fresh apples that haven't been processed. Buy various kinds of apples, since each variety has its own special properties, fragrance and taste.

#### **4. Potatoes**

It has been long been believed that potatoes should not be consumed by people who are trying to lose weight. However, it all depends on how you prepare them. If you boil, grill or bake your potatoes, then potatoes will never ruin your diet. On the contrary, they will provide you with manganese, vitamin C, copper, potassium, vitamin B6, phosphorus and niacin. Finally, just like most vegetables and fruits, potatoes contain nutritious fiber that keeps you satisfied for hours.

#### **5. Beans**

Eat beans if you want to have a strong and healthy heart. Not only are beans good for the heart, they can also make your waistline slimmer! Beans absorb liquids in your stomach and preparation. Since beans are rich in starch and fiber, your brain quickly receives the signal that informs it that you are full and need no more food.

