

[illegible]

مقطع  
حساس کنونی

چگونه پل  
انتقام صنوبر را  
از تبر گرفت

تبری که سرمست  
از غرور جوانی بود،  
روزی برای آفرود به  
جنگل رفت. وی که به  
نیروی جوانی و شمار  
قانونهای خود غرور  
بود در جنگل مدام

امید مهدی نژاد

طنز نویس

آن طرف پرتاب کرد و شاخه‌های درختان مختلف را از تنه آنها جدا کرد و به زمین انداخت و چنین گفت: امروز روز من است و هرچه را بخوام می‌شکنم و هرچه را بخوام به حال خود می‌گذارم و همین است که هست. درختان جنگل تلاش کردند خود را از مسیر وی کنار بکشند اما آن‌ها که درخت بودند و توانایی حرکت نداشتند، کاری از پیش نبردند و تبر همان‌طور که گفته بود هرکاری را که عشقش می‌کشید انجام داد تا آن که به یک درخت صنوبر جوان رسید و به وی گفت: عجب درخت زیبا و رعنائی. اراده کردم تو را از ریشه قطع کنم.

صنوبر گفت: ای تبر، این کار را نکن. صنوبر جوانی به‌تازگی از من خواستگاری کرده و عشق ما تمام می‌ماند. تبر گفت: من تبری نفهمم و این حرف‌ها حالمی‌ام نیست و به جان صنوبر جوان افتاد و با ضربات محکم و پی‌پی خود آن را از ریشه انداخت. وقتی صنوبر جوان به خاک افتاد، تبر شاخه‌های او را گرفت و به دنبال خود کشید تا از جنگل بیرون برود و تبدیل به مبلمان کند. تبر و صنوبر در راه به پل چوبی قدیمی‌ای رسیدند که روی رودخانه‌ای خروشان بنا شده بود. پل وقتی دید تبر صنوبر جوان را قطع کرده‌است با خود گفت: من در طول زندگی جز زیاده‌ای را بخوردم پس رانده‌ام و آن‌ها را از روی رودخانه عبور داده‌ام. حالا وقت آن است که آخر عمری کار بزرگی انجام دهم. سپس تکانی به خود داد و از کمر نصف شد و تبر و صنوبر را به داخل رودخانه انداخت. تبر چون تیغه فلزی داشت به قعر رودخانه رفت و سقط شد و صنوبر از آنجا که چوب بودی روی آب روان شد و به‌سبب آب‌های آزاد حرکت کرد و خانواده‌ای را از داشتن مبلمان محروم ساخت.

رک سیگار به بازار می دهند، چسب ترک سیگار معرفی می کنند و... اما خودشان هم ضمنی می گویند با اینها نمی توان ترک کرد و ترک سیگار بی‌میرممکن است. سیگاری ها باوفاوفا ترین مشتری های جهان هستند. هر کجای دنیا باشند باید غذا بخورند یا پوشاک بخرند، اما سیگار نمی خرند و این برای شرکت های سیگار یعنی بزرگ ترین تجارت جهان. من که سیگار را ترک کرده ام همین جا می گویم ترک سیگار اصلا سخت غیرممکن نیست. فقط باید ذهنت را خلاص کنی. اعتیاد ۹۹ درصدش ذهنی است و برای رکش باید ذهن آگاهی را تمرین کرد. باید تمرین کنی و به ذهنت یاد بدی که به بدنت تکیه کنی، بدون سیگار هم می توانی بدون کم و کاست به نیازت ادامه دهی.

👉 در برخی کشورها برای فروش سیگار به نوجوانان قوانین سخت و سختی دارند. در کشور ما هم گاهی از این قوانین صحبت می شود، اما تاکنون هرگز اجرایی نشده. به نظر ت این قوانین تاجه اندازه باید سخت و سخت باشد و چقدر باید آگاه سازی انجام شود؟

به نظر من خرید سیگار و کشیدنش زیاد تابع قانون نیست. تصور کنی د قانونی وضع شود که به کمتر از ۱۸ ساله ها سیگار فروخته نشود، اگر کسی بخواد سیگار بکشد ۱۸ ساله که شد، سیگار می کشی. چند روز قبل با یکی صحبت می کردم، ۳۰ ساله بود و تازه سیگاری شده بود. اما سیگاری شدن نوجوانان خطرناک است، چون ای آنها را به خلاف های بزرگ تر باز می کند. به همین دلیل آگاه سازی از خطرات دخانیات و این نوع افراد با انگیزه شخصی سیگاری نشوند از نابون موثرتر است.

نظرم باید به مردم آموزش داد چهره‌های معروف در هر رشته‌ای مانند دیگران، آدم هستند و پراز نقاط قوت و ضعف و نباید آنها را به عنوان الگو معرفی کرد. قدیم‌ترها می‌شنیدیم که مثلا جوان‌ها به خاطر اعتیاد یا خودخوانده، مسطح شده‌اند؛ الان روزی روزگاری شده و بعد تازه این‌ها را قدر بالا رفته باشد که چهره‌ها به عنوان الگو انتخاب نشوند. جایی از یک بزرگی خوانده اگر هنرمندی در هر زمینه‌ای برای بزرگ شد، سعی کن به او نزدیک نشوی چون وقتی به زندگی شخصی او نزدیک می‌شوی پی به نقاط ضعف او می‌بری.

**🔴 گفته می‌شود شما در یک برنامه تلویزیونی سیگار را ترک کرده‌اید؟**

نه اینجوری نبود! به یک برنامه تلویزیونی دعوت شدم که درباره ترک سیگار بود، گفتم من سیگاری ام نمی‌توانم دروغ بگویم و درباره ترکش صحبت کنم. گفتند، بیا و بگو می‌خواهم ترک کنم، گفتم این را هم نمی‌توانم بگویم؛ به آن برنامه رفتم و آنجا صحبت‌هایی شد که من در لحظه جوگیر شدم و پاکت سیگار را دور انداختم، اما خیلی زود پشیمان شدم و بعد برنامه دوباره سیگار کشیدم. زمانی خودم به این نتیجه رسیدم که باید سیگار را ترک کنم. همان‌طور که تصمیم گرفتم سیگار بکشم، همان‌جور هم تصمیم گرفتم ترک کنم. یکی از دوست‌هایم کلاسی را به من معرفی کرد و رفتم و ترک کردم.

**🔴 ترک سیگار سخت بود؟**

اصلا! یکی از راحت‌ترین ترک‌ها، ترک سیگار است. این که می‌گویند ترک سیگار سخت است، بازی مافیای سیگار در سطح جهان است. همان مافیاست که این نظریه را ترویج می‌کند که ترک سیگار سخت است. آدامس

گفت وگو با سپند امیرسلیمانی به مناسبت هفته بدون دخانیات

## ترک سیگار

### آسان‌ترین کار دنیا است

۳۱ اردیبهشت ۱۳۹۷، روزی که سازمان بهداشت جهانی که گزارش‌های زیادی از مرگ و میر بر اثر مصرف دخانیات و انواع تنباکو دریافت کرده بودند، در یک جلسه تصمیم گرفتند (امروز ۳۱ می) با به عنوان روز جهانی بدون دخانیات معرفی کنند و از همه مردم دنیا بخواهند دست کم در این روز دخانیات مصرف نکنند و درباره ضررهای سیگار و دیگر تنباکوها اطلاع‌رسانی و معطادان به دخانیات را تشویق به ترک کنند. در کشور ما نیز بدون دخانیات، تبدیل به هفته شده و وزارت بهداشت برای هر روز این هفته شعاری اطلاع‌رسانی و تشویق برای ترک دخانیات را بیشتر کند. به مناسبت این روز با سپند شدم تا از چگونگی روشن کردن اولین نخ سیگار تا وقتی تصمیم گرفت آن را ترک کند،

کشدیم اما به‌جز سیگار، سراغ هیچ چیز دیگری نرفتیم، چون از بچگی درباره مواد مخدر آگاهم کرده بودند و من به‌شدت می‌ترسیدم آنها را تجربه کنم. هنوز هم می‌ترسم. حتی قلیان هم نمی‌کشیم. یک بار کارشناسی در برنامه تلویزیونی می‌گفت: سیگارها مانند سم هستند که آگاهانه خودشان را از ارتفاع به پایین پرت می‌کنند. شاید نپذیرد، اما دست و پایشان حتما آسیب خواهد دید. فرد سیگاری شاید به مواد دیگر معتاد نشود، ولی به‌رحال دود وارد ریه می‌شود و به آن آسیب می‌رساند.

**❗ اگر اطرافیان قلیان بخشنند، وسوسه نمی‌شوید؟**

نه! هیچ وقت. چند روز قبل در جمعی بودم که قلیان می‌کشیدند و نکته جالبش این بود که به دلیل کرونا هر کدام یک شیلنگ قلیان شخصی همراه داشتند و وقتی به آنها می‌گفتی نکشید، ریه‌هایشان ضعیف می‌شود، مسخره می‌کردند... **❗ اولین بار چه سیگاری کشیدید که کسی به شما واکنش نشان داد و چه عکس‌العملی نشان دادید؟**

خیلی زود به پدر و مادرم گفتم. بعد از سربازی سیگاری شدم و چون از پنهان‌کاری به‌شدت بدم می‌آید به والدینم گفتم و آنها به من گفتند نکش! اما در سنی بودم که انتخاب کرده بودم سیگار بکشم و آن زمان به حرف والدینم گوش ندادم.

**❗ چهره‌های معروف که مرکز توجه هستند، معمولاً برای نوجوانان و جوانان تبدیل به الگو می‌شوند و اگر آنها مثلاً سیگار بکشند، انگار این مسیر را برای دیگران هموار کرده‌اند.**

با این نظریه که چهره‌ها الگو هستند، مشکل دارم. چرا این گفته‌ها بین مردم جا بیفتد. به

طاہرہ آشیانی  
روزنامہ نگار

اولین بار که ۲۰ سالم بود و از روشن‌اش کردم. **پس یاس رفیق** نه! رفیق ناباب د تصمیمات نداشت‌اند. از تو سبکار چه حسی **قبل از این که** کسی سبکاری مادرش بخواهد بکند یه **این که پید می‌کردند، در سبک** راستش را بخواهد بکند هم سبکاری نوع جامعه مونست **اعتقاد اوست** اعتقاد دارند، پید خانواده تاثیر دار سبکار در جامعه ندارد. بیشتر مردم **کوکائین را هرگز ندیده‌اند** به همین و غرناب نیست، **اما همان می‌تواند ناب اس** را باز کند. **پس کرد.**

اگر ندیده‌ام که که دیگر مواد. می‌تواند برای او خ

مستاصل است و بی توان، من که انگلیسی‌ام خیلی خوب نیستم، یعنی در واقع وقت دیدن کلیپ اینقدر موجو این داد مردن سیاهپوست بودم که حرف‌ها را نمی‌شنیدم چه برسد به اینکه بفهمم چه می‌گوید، زیرنویس می‌آید، من می‌توانم نفس بکشم ... این جمله‌ی تکرار می‌شود. کلمه‌ها کش می‌آیند، مرد ساکت می‌شود، مرد می‌میرد، مرد سیاه است ... و سال‌های سال است سیاه‌ها در آن سرزمین جانشان چند دکتری کم می‌آزد. من این فکر می‌کنم . افسر بعد از این اتفاق وقتی روی مبل نشست و دارد کنترل تلویزیون را می‌کوبد روی زانوبش چشمش به زانوبش می‌افتد ؟ وقتی روی توالی فرنگی نشسته، چشمش به زانوبش می‌افتد ؟ وقتی می‌شنیدند روی زمین که بند گونی‌اش را ببندند و در آن لحظه زانو نزدیک‌ترین فاصله را دارد با چشم‌هایش آن زانو را می‌بیند ؟ مرد پلیس هزار بار هم زانوبش را ببیند، از عذاب وجدان، خودکشی هم کند نه مرد سیاهپوست زنده می‌شود نه اتفاقی دیگر می‌افتد، ولی قانون این است که خون مظلوم غیبت دارد ... اهل هر فرقه و مذهب و آیین باشد، خون مظلوم می‌جوشد، می‌سوزد، می‌سوزاند، خون مرد سیاه، داغ است، غلیظ است، مثل نفت، دوسه روزی است ریخته به ساختمان پلیس، به پاساژها و پارکینگ‌ها و تالارها .. پرزیدنت دیوانه فرمان آتش‌اش داده و حالا خون است که باید آسفالت‌های داغ و زیر و زبر و زخم شهر را جیس و سرخ کند ...



## تقدیر مهاجرانی از بهمن قبادی

عصر روز دوشنبه، ۹ خرداد مراسم تجلیل از برندگان جوایز جشنواره کن ۲۰۰۰ به حضور عطاء... مهاجرانی، وزیر فرهنگ و ارشاد اسلامی، سیفا... داد، معاون سینمایی و سینماگران در خانه سینما برگزار شد.

در این مراسم به بهمن قبادی، حسن یکتا پناه و سمیرا مخملباف جوایزی اهدا شد. یکتا پناه در این مراسم گفت: سال ۲۰۰۱ به پیشنهاد رئیس جمهور سال گفت و گو و تمدن هاست و موضوع فیلم من هم برخورد دو فرهنگ است با مضمونی عاشقانه. سمیرا مخملباف هم جایزه خود را از دست رخشان بنی اعتماد گرفت و مدالی را که از یونسکو گرفته بود به موزه سینما اهدا کرد و گفت: این مدال سمبلی از آموزش و صلح است که باید در موزه سینمای ایران باقی بماند. (صفحه ۱۲)

تاریخچه: ۱۳۸۵ خرداد ماه ۱۳۸۵  
 شماره: ۱۳۸۵ اردیبهشت ۱۳۸۵  
 ISSN: 1735-2875  
 P-ISSN: 1735-2875  
 E-ISSN: 1735-2875

شماره پانزدهم  
 شماره پانزدهم  
 شماره پانزدهم  
 شماره پانزدهم

کروبی  
 نیکو پیر رئیس مجلس  
 مری تا سنجکوست

پس از انتخاب رئیس و هیأت رئیسه مجلس شورای ملی میگرد  
 تصویب اعتبار نامه نمایندگان، آزمون دوم  
 ۳۰ فروردین مجلس

پس از انتخاب رئیس و هیأت رئیسه مجلس شورای ملی میگرد  
 تصویب اعتبار نامه نمایندگان، آزمون دوم  
 ۳۰ فروردین مجلس

پس از انتخاب رئیس و هیأت رئیسه مجلس شورای ملی میگرد  
 تصویب اعتبار نامه نمایندگان، آزمون دوم  
 ۳۰ فروردین مجلس

پس از انتخاب رئیس و هیأت رئیسه مجلس شورای ملی میگرد  
 تصویب اعتبار نامه نمایندگان، آزمون دوم  
 ۳۰ فروردین مجلس

## واکنش عراق به تحریم‌های آمریکا

شبکه تلویزیونی الشباب عراق به نقل از صدام حسین، رئیس جمهور عراق گفت: عراق و یوگسلاوی در دشمنی و مبارزه با آمریکا متحد هستند و در یک جبهه واحد قرار دارند.

این در حالی است که طارق عزیز، معاون نخست وزیر عراق با هیات سه نفره پارلمان اروپا دیدار و گفت‌وگو کرده است. پس از نماینده ایرلندی این هیات اظهار کرد: طارق عزیز شرح مفصلي از تحریم‌ها و رازانه و تاکید کرد. تحریم‌های کنونی علیه عراق به مثابه جنگ و شاید قساوه جنگ است؛ زیرا مردم غیرنظامی در این کشور از بین می‌روند. (صفحه ۹)