

مگילה - سال سوم - شماره ۱۹ - آپریل ۱۹۸۶ - فروردین ۱۳۶۵ - نisan ۵۷۴۶  
 Megillah Volume 3 No. 19 April 1986, Nissan 5746, Farvardin 1365

نشریه یکتا جوانان مشهد  
 وابسته به مجله شه طورا

## سر مقاله

واژه زیبای آزادی از نظر انسانها تعابیر گوناگونی دارد. بعضی ها آنرا خود مختاری ترجمه میکنند. یعنی فرد آزاد مختار است هرگونه دوست دارد زندگی کنده به هر نحوی میل دارد عمل نماید و به هر راهی خواست برود. کسانی هستند که آزادی را در جدا بودن از دیگران و وابسته نبودن به مقررات و قوانین محیط خویش و مقید نبودن به اصول زندگی گروهی و فعالیت های دسته جمعی میدانند. کلمه آزادی در سیاست (بخصوص سیاستهای مدرن) نیز جای بسیار مهمی دارد. عده ای برای بدست آوردن آن میجنگند و در راهش قمار میکنند و هستی ها میبازند. حکومت هائی هستند که بنام آزادی و در زیر پوشش اسم قشنگ آن تا بتوانند حکومت های ضعیف را زیر سلطه بگیرند و براهی که خود میل دارند میکشاند و برای رسیدن به هدف، جانها برایشان بی ارزش است و از ریختن خونها ابائی ندارند. گروهگان گیری و کشتار افراد غیر نظامی و زنان و کودکان بی گناه بیشتر به پنهان بدست آوردن همین آزادی است. قدرت هائی هستند که آزادی خود را در اسارت دیگران تخصیص میدهند. و در دنیای امروز اقتصاد ضربه بسیار موثر و عامل تعیین کننده ای شده است. و با توجه به این حقیقت که هیچ کشوری بدون خودکفائی اقتصادی و استقلال مالی، مستقل و آزاد نیست، تا آنجا که بتوانند به اقتصاد دیگران، بخصوص کشورهای ضعیف ضربه زده و آنها را وابسته به خود نگاه میدارند. بیشترین جنگهای منلقه ای امروز بر روی همین اهداف برنامه ریزی شده و پیاده میشود.

تعبیر و تفسیر تورا از این واژه زیبا چیست؟ آیا انسانها حق دارند بنام آزادی، از قوانین انسانی سربچی کرده و از زیر بار مسئولیت ها شانه خالی کنند آیا اعمال خلاف قانون و نامعقول، بی پردگی و تن دادن به تمایلات نامشروع نفسانی، آزادی است. آیا قابل قبول و عاقلانه میباشد که یک فرد از آزادی برای دور شدن از خدا و دین استفاده کند و بنام آزادی از اجرای مقررات مذهبی و آداب و رسوم و سنن سرباز زند. آیا آزادی برای یک جوان باید به معنای نیذیرفتن و توجه نکردن به راهنماییها و توصیه های پدر و مادر بوده باشد و در غیر اینصورت جوان خود را اسیر والدین بداند. (در جامعه ما خوشبختانه باید خدای بزرگ را شکر کنیم که در اینمورد استثنا بوده و بطور کلی اکثریت جوانان ما توجه لازم را به تجربه ها و توصیه های والدین دارند. خدا یارشان باد.) در این سالروز آزادی قوم یهود، نگاهی عمیق تر به این واژه انداخته و تفسیری رساتر و انسانی تر برایش بیابیم خداوند به کسانی آزادی روا میدارد که از این موهبت برای شناخت و نزدیک شدن به ذات متقدس او بهره گیری کنند. از طریق انسانی منحرف نشوند و همه افراد را چون خود سزاوار آزادی بدانند. بسخ را به جامعه محترم تبریک گفته و برای همگی آرزوی سلامت و نیک بختی و موفقیت بیشتر داریم.

## اخبار انجمن

مؤید بینجی جماعتی طبق معمول هر ساله روز اول موعود نیسان موعود بینجی جماعتی در مجموعه شعره طوا انجام میشود. بدین وسیله انجمن شعره طوا از کلیه جماعت محترم دعوت مینماید که روز اول "بسوخ" بعد از کنیسی صبح در سالن مهمانیه حضور بهم رسانند.

کمکهای ایام بسوخ انجمن شعره طوا طبق برنامه هر ساله لیست اشخاص و موسسات خیریه‌ای که تقاضای کمکهای مالی مینمایند را مورد بررسی قرار داده و امسال برای ۱۹ موسسه خیریه یا اشخاصی که احتیاج به کمک دارند مجموعاً مبلغ ۱۶,۲۵۰ دلار فرستاده خواهد شد.

خانه سالمندان انجمن شعره طوا با اطلاع عموم میرساند که در ماه آپریل مبلغ ۳۰٪ از قرارداد زمین خانه سالمندان در اسرائیل پرداخت خواهد شد. همچنین اینطور که پیش بینی شده انشاالله تکمیل و بستن قرار داد این زمین در ماه می انجام خواهد شد.

## کمیته جوانان



قهرمانان بینگ پنگ شعره طوا نبشته از راست: هرتصل حکیمی، خسرو نعمت نژاد، سیروس ایلان ایستاده از راست: ویلیام حکیمی، هوشنگ عنایتیان، سهیل کلائی غایب: کامران عرفانیان

### مسابقات بینگ پنگ شعره طوا

در مسابقات بینگ پنگ شعره طوا که در ماه مارچ انجام شد ۴۸ نفر بین سنهای ۱۵ تا ۵۴ شرکت نمودند که ۶ نفر زیر طبقی بازیهای یک حذقی به فینال رسیدند: آقایان سیروس ایلان - خسرو نعمت نژاد - کامران عرفانیان سهیل کلائی - هرتصل حکیمی - ویلیام حکیمی. مسابقات نیمه فینال و در روز یکشنبه ۲۳ مارچ در سالن ورزش شعره طوا بین ۶ نفر فینالیستها انجام شد و آقایان هرتصل حکیمی (پسر آقای فتح الله حکیمی) و ویلیام حکیمی (پسر آقای ابواهیم حکیمی) به فینال رسیدند و سپس در مسابقه نهایی که در حضور غریب ۳۰۰ نفر تماشاچی انجام شد آقای هرتصل حکیمی با سه برد متوالی قهرمان بینگ پنگ شعره طوا شناخته شد. سپس از طرف آقای دانی نامدار (مسئول کادر مسابقات ورزشی کمیته جوانان) و همچنین آقای هوشنگ عنایتیان (بازیکن معروف بینگ پنگ جامعه ما) به برنده اول و دوم آقایان هرتصل و ویلیام حکیمی جام قهرمانی در حضور کلیه حاضرین تقدیم شد. در ضمن از طرف این کادر از جوان ترین بازیکن آقای دیوید محبان (پسر آقای ابراهیم محبان) که بازیهای عالی کرده بود تشویق بعمل آمد.

## کمیته بانوان

جشن پوریم

۱- امسال کمیته بانوان جشن بالماسکه‌ای برای کودکان بمناسبت پوریم در محل کنیسی شعره طوا برگزار کرد که مورد استقبال فراوان بیش از ۳۰۰ تن از کودکان و اولیا قرار گرفت. در این مراسم ابتدا در سالن کنیسی جوانان همگی به خواندن آوازه‌های عبری و مراسم مخصوص پوریم پرداختند و سپس در سالن پائین از کلیه شرکت کنندگان پذیرائی بعمل آمد و به کودکان جایزه‌های جالبی نیز اهدا گردید.

۲- همچنین کمیته بانوان جشن پوریمی برای بانوان بزرگسال ترتیب داده بود که بدینوسیله از شرکت کنندگان در این جشن سپاسگزاری میکند و انشاالله در نظر دارد که بعد از ایام موعود نیسان برنامه‌های گرم آئی بانوان بزرگسال را دوباره آغاز کند.

## اخبار اسرائیل

x جنگهای فضائی

بدنبال دعوت برزیدنت ریگان از اسرائیل برای مشارکت در برنامه "جنگهای فضائی" اخیراً اعلام شد که یکصد و پنجاه موسسه صنعتی، تحقیقاتی و علمی اسرائیلی پیشنهاداتی در این زمینه بآمریکا نموده‌اند. رئیس پروژه مربوطه در واشنگتن اعلام نمود با پیشنهاد تحقیقاتی که از اسرائیل بدست ما رسیده است گرچه هنوز معلوم نیست چه تعداد از آنها را بکار گرفته شوند ولی بهرحال عظمت نیروی علمی و صنعتی اسرائیل بیش از پیش برای ما مشخص میگردد.

x آدمک کامپیوتری

واحد شد تروریسم پلیس اسرائیل اخیراً آدمک کامپیوتری تری جدیدی را بکار گرفته که وظیفه آن خنثی کردن بمب‌است. این آدمکها که در اسرائیل طراحی و ساخته شده‌اند بسیار کوچک قابل حمل و ارزان است و میتواند از موانع عبور کند و خود را به بسته مشکوک برساند و آنرا تشخیص داده خنثی نماید.

x خطوط ارتباطی ایتیک

اولین خط ارتباطی از نوع سیمهای شیشه‌ای (ایتیک) بزودی میان اروپا و آمریکا (در اقیانوس اطلس) برقرار میگردد. شرکت‌های عظیمی دست اندر کار تاسیس شبکه‌ی مربوط با این سیستم میباشند. اخیراً مناقصه‌ای برای فروش ماشین آلات مختلف برای این برنامه در جریان بود که ۱۸ شرکت آمریکائی و اروپائیی کاندیداتی و غیره در آن رقابت داشتند.

برنده نهائی مناقصه شرکت Telecom از اسرائیل شناخته شد. ارزش مناقصه در مرحله اول ۵ میلیون و در مرحله بعدی ۲۰ میلیون دلار است. ظرفیت معمولی این خطوط تقریباً ۸۰۰۰ است که ماشین آلات اسرائیلی آنرا ۵ برابر میکند و به ۳۷۸۰۰ خط میرساند.

x حفاظت اتمی تانک مرکاوا

جان هارسی یکی از معروفترین مفسرین نظامی بنابر تحقیقات درباره تانکهای مختلف و مدرن جهان اخیراً طی مقاله‌ای اعلام کرده است که تانک اسرائیلی مرکاوا میتواند در برابر حمله‌های اتمی (کلاهک نوترونی) دفاع مناسبی برای سرنشینان خود ارائه نماید. جان هریس اعلام داشته است که میان کلیه تانکهای جهان فقط دو تانک مرکاوا اسرائیلی و MI آمریکائی میتوانند چنین دفاعی را تامین نمایند. حتی اگر انفجار کلاهک در فاصله ۳۰۰ متری باشد.

خنثی به قلیان و جانی بناه میبردند و مردان و بچه‌ها آماده رفتن به کنیسا میشدند. میز بسوخ یا سفره روی زمین چیده شده و روی آن با تور یا پارچه شریف پوشانده شده بود و در هر خانه به نسبت زنیا و دخترها شمع موعود روشن بود و همه با صفا و خلوص نیت بپراخی شمع موعود را زمزمه میکردند. بوی یلو و سبز - یحات و خورشها و ادویه جات همه جا بمشام میرسید و فزاروحانی و سکر آور بود.

فراموش نمیکندم حدود چهل سال قبل شب اول بسوخ در منزل عمویم سفره قلمکار بسیار بزرگی روی زمین پهن کرده بودند و چند خانواده که جمعا حدود ۵۰ نفر بزرگ و کوچک بودند دور تا دور سفره روی تشکها نشسته بودیم. تمام مراسم و پراخها با ابهت و دقت مخصوص تحت نظر بزرگتر فامیل انجام میشد و هر یک از مردها و پسرها قسمتی از هگادا را با صدای بلند و آهنگ مخصوص میخواندند همه چیز و همه جا پاک و مقدس بنظر میرسید. غذا - های مخصوص بسوخ هم لذتی بیشتر و غیر از همیشه داشت و شراب شیرین دست افشار خانه درآمد عطر و طعمی بهشتی میداد.

نمیدانم چرا اینطور بخاطر من میاید که آنروزها همه یکدیگر را بیشتر دوست میداشتند و خالصانه بهم محبت میکردند و بهمین دلیل شبهای "سدر" هم اصالت و شیرینی مخصوصی داشت هنوز هم بسوخ برای من با ابهت و خاطره انگیز است مخصوصاً اگر در کنار اقوام و دوستان یکدل و یک رنگ و در محیط امن و آزاد باشیم آن موقع بعد از اتمام هگادا یکدیگر میگفتیم: "سال آینده در یروشالیم" چرا دیگر این جمله را بیاد نمیآوریم؟

سعی کنید شبهای بسوخ را چند خانواده با هم و با تشریفات و شکه کامل برگزار کنید و این رسم مذهبی را بهمان زیبایی سابق به نسل بعدی بیاموزید.

بایمید بسوخ‌های خوش و بر برکت امسال و هر سال در اسرائیل و یروشالیم یا بیاد کشور عزیز اسرائیل

هوشنگ نامدار



یهودیان سرگردان

در ایالات متحده آمریکا عده زیادی افراد بیخانمان زندگی میکنند که بسیاری از آنها با وضع رقت باری در خیابانها سرگردان هستند. همه ساله با فرارسیدن سرما مقامات مسئول به تکاپو میافتند که این آوارگان را بنوعی اسکان دهند و آنها را در پناهگاههای مخصوص و همچنین بعضی از هتلها، کلیساها، تعدادی از کنیساها، ایستگاههای مرکزی وسائط نقلیه و جاهای دیگر پناه میدهند. تعداد این آوارگان در سراسر ایالات متحده تا حدود سه میلیون نفر تخمین زده شده که از این طبقات تشکیل میشوند: بیماران روانی که از بیمارستانها مرخص شده اند، مسادرانی که تنها نان آور خانواده هستند، کسانی که در هیچ رشته تخصص نداشته و بیکارند و کسانی که بخاطر لایحه صرفه جوئی پرزیدنت ریگان از کمکهای مالی محروم شده اند.

متأسفانه عده ای از این بی خانمان یهودی هستند که در نیویورک لوس آنجلس، سان فرانسیسکو، فیلادلفیا و شهرهای دیگر بسر میبرند. طبق آمار این یهودیان بین دو تا سه درصد آوارگان آمریکائی را تشکیل میدهند و اگر این آمار صحیح باشد حدود ۷۵ هزار یهودی بیخانمان در آمریکا وجود دارد. البته سازمانهای یهودی آمریکائی بودجههایی برای کمک باین افراد محروم در نظر گرفته اند ولی متأسفانه این پولها فقط کفاف خوراک و پناهگاههای موقت را میدهد و تنها باعث میشود که آنها از گرسنگی و سرما تلف نشوند. بقرار اخیراً فدراسیون جوینت، سازمان مجاهد وابسته به لوباوویچ و مراکز خیریه دیگر در تلاش هستند که با کمک مالی جامعه یهودیان آمریکا این یهودیان سرگردان را از وضع فلاکت بار فعلی رهایی بخشند.

علاج واقعه قبل از وقوع

بیماری قلب و عروق در آمریکا تقریباً بصورت همه گیر در آمده و چه بسا امخاصی که ظاهراً سالم بنظر میرسند و بطور ناگهانی بآن مبتلا میشوند. در بسیاری از موارد، علم پزشکی و تکنولوژی مدرن بداد این بیماران میرسد و با اعمال جراحی و مراقبت های مخصوص جان آنها را نجات میدهد. با این وصف همه ساله بیش از نیم میلیون نفر در سراسر آمریکا بر اثر حمله های قلبی و مغزی تلف میشوند. تا جائیکه بیماریهای قلب و عروق بعنوان قاتل شماره یک شناخته شده است.

از سال ۱۹۷۱ یک هیئت علمی و پزشکی از طرف دانشگاه استانفورد مامور تحقیق درباره علل بروز این بیماری و راههای معالجه و پیشگیری آن شده است. این هیئت اخیراً گزارشی از تحقیقات وسیع خود را بطور مفصل و مشروح منتشر کرده که در اینجا خلاصه ای از آن بنظر خوانندگان میرسد:

بیماری قلبی دهها سال قبل از اینکه علائم آن در انسان ظاهر شود شروع میشود و تدریجاً بطور مخفی پیشرفت کرده و بمرحله وخامت میرسد. این بیماری بر اثر رسوب کلسترول و نسوج چربی موجود در خون و چسبیدن آن بدیواره داخلی رگها پدید میآید. یعنی وقتی که این رسوب از حد معینی تجاوز کند حجم داخل شریانها کم میشود و خون نمیتواند بخوبی از آن عبور کند و خود را بقلب برساند و در نتیجه سکنه قلبی بین میآید و اگر خون نتواند خود را بمعز برساند سکنه مغزی عارض میشود.

بدن انسان را در این مورد میتوان به یک ساختمان تنبیه کرد که سیستم لوله کشی آن بر اثر عواملی طی سالها کم کم گرفتگی پیدا میکند و کسی از آن اطلاع ندارد تا وقتی که لوله میترکد و در ساختمان خرابی بیار میآورد.

عوامل بوجود آورنده بیماریهای قلب و عروق عبارتند از: زیادی کلسترول، فشار خون، چاقی، ورزش نکردن و نداشتن فعالیت بدنی و بالخره فشارهای روحی و نداشتن آرامش فکری. هیئت پزشکی توصیه میکند که علاج واقعه را قبل از وقوع باید کرد. در درجه اول جامعه آمریکائی باید عاداتهای دیرینه خود را در مورد غذا تغییر دهد یعنی از خوردن گوشتهای سرخ، چربیهای حیوانی، نمک و شکر بپرهیزد و بجای آنها از سبزیجات، حبوبات غلات و میوه های ندرخته که سرشار از ویتامین و مواد فیبری لازم برای بدن هستند استفاده کند. همچنین لازم است هرکسی مناسب با سن و سال و وضع مزاجی خود، نوعی ورزش در برنامه زندگی خود بگنجانند و البته از سیگار کشیدن بپرهیزد و از طرفی با قبول کردن واقعیات و ناملائمات زندگی و تمرینات آرامش روحی و تمرکز افکار از قبیل Meditation و یا ورزش یوگا و امثال اینها از هیجانات روحی و فشارهای عصبی خود بپناهد.

در گزارش دانشگاه استانفورد آمده است که جمع این دستورات میتواند بین هشتاد تا نود درصد از خرابیهای قلبی بکاهد. البته باید دانست که هیچکس نمیتواند و نباید روشهای خود را یکسویه تغییر دهد. عوض کردن ناگهانی رژیم معمولاً موقتی است. برعکس تغییر تدریجی آن کم کم بصورت عادت درآمد و پایدار میماند.

دیدار دوستان در اسرائیل

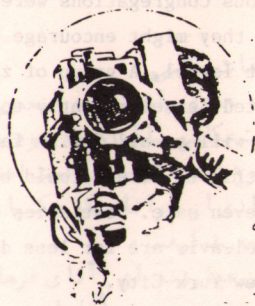
صنعت توریسم در اسرائیل از نظر درآمد خارجی مقام اول را دارد و مبلغ آن سالانه بیش از یک میلیارد و چهارصد میلیون دلار میباشد. (۱,۴۰۰,۰۰۰,۰۰۰)

در سال ۸۴ آمار توریسم اسرائیل ۲۷ درصد ترقی نشان داده ولی در سال ۸۵ بخاطر حادثه هواپیما ربائی T.W.A. و واقعه ای که در کنتی تفریحی "اکیله لارو" اتفاق افتاد این ترقی به ۱۱ درصد رسیده است. ولی با این وجود رقم چهارصد و بیست و شش هزار نفر توریست که در سال ۸۵ از اسرائیل دیدن کرده اند رکورد بوده است. البته باید در نظر داشت که فقط پنجاه درصد از این توریست ها یهودی بوده اند و طبق آمار تا بحال فقط دودرصد از یهودیان آمریکائی از اسرائیل دیدن کرده اند در حالیکه درصد یهودیان اروپائی که با اسرائیل میروند خیلی بیشتر از این است.

وزارت توریسم اسرائیل توریست ها را با آغوش باز میپذیرد و همه نوع تسهیلات برای آنها فراهم میکند اخیراً گروههای مختلف توریستی از جمله عده ای از ربای های فرقه های مختلف با اسرائیل دعوت شده اند. این ربای ها در بازگشت به آمریکا اجتماعات کنیساها را بپا زدند از اسرائیل تشویق میکنند. همچنین عده ای از جوانان صیونست آمریکائی عازم اسرائیل شده اند. این جوانان حامل پیام دوستی خانوادگی اسرائیلی برای خانواده های یهودی آمریکائی هستند.

مسافرت با اسرائیل راحت و لذت بخش و در عین حال هیجان انگیز و آموزنده است. آمار نشان میدهد که گردش در خیابانهای تل آویو بمراتب کم خطرتر از خیابانهای نیویورک است.

718-778-6666



ویدیو و عکسبرداری

Morris Films and Production, Inc.

ما لحظات پرهیجان زندگی شما را با ویدیوهای بینظیر و عکسهای زنده و تماثیلی جاودان میسازیم.



201-488-0444

مشه حشیم پور

WALL TO WALL CARPETING  
CHOOIJIAN & COMPANY

اتاقهای خود را با موکت های زیبا و مورد علاقه خود با نازلترین قیمت نصب و تزئین نمایند. برای اطلاعات بیشتر با آقای یوسف رجب زاده حکیمی تماس حاصل نمائید.  
منزل (۷۱۸) ۸۴۹-۳۰۶۵ (۷۱۸) ۸۴۹-۳۰۶۵ Home  
محل کار (۹۱۴) ۶۳۶-۱۸۰۰ (۹۱۴) ۶۳۶-۱۸۰۰ Office

نشریه مگیلا به هیچوجه مسئول صحت مطالب ذکر شده در متن آگهی های تجارتي نیست.

APARTMENT FOR RENT IN KEW GARDENS

آپارتمان سه اتاق خوابه برای اجاره (در مرکز کیوگاردنز) تلفن ۶۸۸-۶۸۴ (۲۱۲)  
3 Bedroom apartment in a 3 family home for rent. For more information call (212) 684-6880 - Daytime

جهت سفارش آگهی های خود در این نشریه با دانی نامدار شماره تلفن ۱۷۷۷-۸۰۰ (۷۱۸) بعد از ساعت ۷ بعد از ظهر تماس حاصل نمائید.

BASKIN-ROBBINS  
ICE CREAM



KOSHER

116-26 Metropolitan Ave.  
Kew Gardens, N.Y. 11415  
Telephone: (718) 846-9445

تحویل مجانی برای جشن های شما

# مזל טוב

تبریکات صمیمانه ما بمناسبت دختر نورسیده ربکا و شکرالله کرملی - استر و موريس ليويان - و بسر شهناز و مهرداد لوی - آریتا و داود لیوی - روزیتا و فرزین عبرانی - ناتالی و آریک کلائی - نانی و روبرت لولونی - قدم همگیان مبارک .

تبریکات صمیمانه ما بمناسبت بر میتصوای دیوید پسر خانم و آقای پرویز حکیمیان - الیور پسر خانم و آقای آلبرت نسیمی .

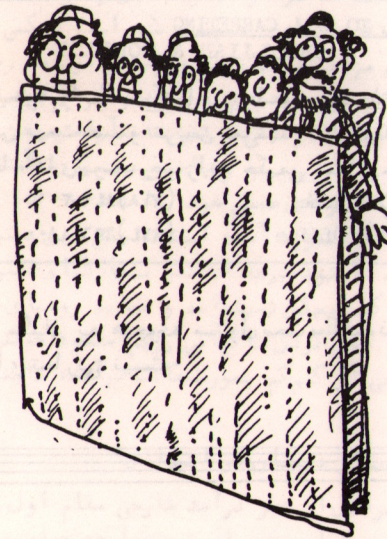
آرزوی ما برای سلامت و سعادت مایکل بنی لوی و آنا نامدار - مسعود رجبزاده و گیتا حکیمیان مرتضی‌اف - سامی نامدار و بینا نامدار - بمناسبت نامزدیشان .

ازدواج لیفدا و هرتمل کاشی ملاک - مزگان و روبرت حکیمی صراف - فرح و آریک دیلمانیان را به ایشان و خانواده‌هایشان تبریک می‌گوئیم و برایشان آرزوی خوشبختی و سعادت میکنیم .

اخیرا يك شماره از نشریه سازمان دانشجویان ایرانی دانشگاه لوس آنجلس بدست ما رسید که شعر بسیار زیبای آقای پرهام زر فرزند آقای امیر زر ساکن کالیفرنیا زینت بخش جلد آن بود . استعداد ایشان در این زمینه قابل تعجب است امیدواریم بتوانند با ما همکاری نزدیک داشته باشند .

The ministry of tourism in Israel provides all kinds of facilities for tourists and welcomes them warmly. Recently a group of Rabbis of various congregations were invited to Israel; so that they might encourage their congregation to visit Israel. A group of zionist youth has also visited Israel recently to bring messages of good will to all Jewish families there.

A trip to ISrael could be exciting, informative and even safe. Statistics show that the streets of Tel-Aviv are far less dangerous than those of New York City.



دکتر آلبرت بهارستانی  
دندانپزشک برای کلیه اعضا خانواده  
متخصص در روت کانال تراپی - استمادیار دانشگاه نیویورک

پذیرایی با تعین وقت قبلی  
( پارکینگ مجانی )

112-15 76 Rd.  
Queens Blvd.  
Forest Hills, N.Y. 11375

718-263-4890

## × مسابقات عکاسی

کمیته هنری وابسته به انجمن جوانان در ماه مارچ برندگان مسابقات عکاسی سال ۸۶-۸۵ خود را اعلام کرد. این مسابقات که به موضوع اسرائیل و یهودیت اختصاص داده شده بوده، با شرکت عده زیادی از جوانان که عکسهای خود را بدین منظور فرستاده بودند صورت گرفت .

برندگان عبارتند از آقای فرهاد بصلی نفر اول - آقای تونی نامدار نفر دوم - و آقایان مهران بصلی و مهرنوش رفیع نیسا و دیوید عبرانی که هر سه برندگان سوم این مسابقات اعلام شدند . به کلیه برندگان تابلوهای یادبودی بدین منظور اهدا گردید .

## × مسافرت اسکی

مسافرت اسکی گروهی جوانان که در ماه مارچ انجام شد با استقبال بیش از ۱۴۰ تن از جوانان روبرو شد . ۳ اتوبوس کامل جوانان را به منطقه " کورتینا ولی " برد و جوانان روز خوشی را با یکدیگر گذرانیدند .

## × بارتی جوانان

بارتی مخصوصی از طرف کمیته جوانان شنبه شب ۲۹ مارچ در Broadway dance center در منهاتن برگزار شد که در حدود ۲۵۰ تن از جوانان در آن شرکت کردند . این بارتی که بدنبال برنامه اسکی انجام گرفته بود برای افرادی که برای گردش اسکی بلیط خریداری کرده بودند بطور رایگان بود این بارتی تا باسی از شب ادامه داشت و به همه جوانان شرکت کننده بسیار خوش گذشت .

## × گرم آبی

گرم آبی های پنج شنبه شب جوانان در کنیسا همچنان بطور هفتگی ادامه داشته و به کلیه جوانان بخصوص آنهایی که موفق به شرکت در این برنامه نشده اند توصیه میشود که در این شبها شرکت کنند . همچنین مسئولین و گردانندگان این برنامه از هرگونه توصیه و پیشنهاد و ایده‌ای در مورد برنامه این شبها استقبال کرده و مورد بررسی قرار میدهند . جوانانی که نیز داوطلب همکاری و کمک باشند میتوانند با مسئولین مربوطه تماس حاصل نمایند که باعث سپاسگزاری است .

## × اطلاعیه کمیته جوانان

کمیته جوانان مفتخر است که با اطلاع عموم برساند که کلاسهای در رشته های مختلف دینی جهت افراد علاقمند جامعه ترتیب داده که به شرح زیر است :

۱- کلاسهای " خزانوت " تحت نظر هاراو " الياهو بن خييم " یکشنبه شبها ۸/۴۵ - ۸ مخصوص افراد ۲۰ ساله بالا ۹/۳۰ - ۸/۴۵ مخصوص افراد ۱۸ الی ۲۰ سال

بایه معلومات : توانائی خواندن عبری

فی : ۱۵ دلار برای شش ماه

هفت : یاد گرفتن براخاهای صبح و بعد از ظهر و قرائت درست تورا مانند يك خزان .

## ۲- کلاسهای " آلف بت "

دوشنبه شبها ۸/۴۵ - ۸ افراد مجرد ۲۵ ساله بالا و یک متاهلین زن یا مرد .

۹/۳۰ - ۸/۴۵ افراد زیر ۲۵ سال

فی : ۱۵ دلار برای ۳ ماه

هفت : یاد گرفتن خواندن و نوشتن عبری

## ۳- کلاسهای " گمارا " تحت نظر ربای " واینبرگر "

سه شنبه شبها ساعت دقیق بعدا با اطلاع عموم خواهد رسید .

## ۴- کلاسهای " میشنا " تحت نظر ربای " موشه بلومفلد "

دوشنبه شبها ۱۰ - ۸/۳۰ سخت " براخوت "

## ۵- کلاسهای " هلاخوت " تحت نظر ربای " موشه بلومفلد "

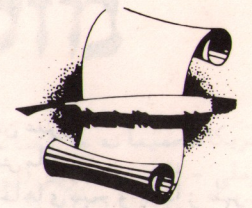
بعد از ظهرهای شباط قوانین مورد علاقه مورد بحث قرار میگیرند

کمیته جوانان از کلیه علاقمندان دعوت میکند که جهت ثبت نام هرچه زودتر با دفتر کنیسا تماس بگیرند .

# گشایش نمایشگاه میراث ما

پس از انتظار فراوان اینک بمبارکی گشایش نمایشگاه " میراث ما " را با اطلاع عموم میرسانیم . این نمایشگاه شامل عکسهای متعدد از پدران ما، نحوه و محیط زندگانی آنها، کتابها، نقشه مسیر مهاجرت و اماکن زیست آنها، شجره نامه‌ها و همچنین کتابچه‌هایی است که شرح زندگانی عده‌ای از بزرگان جامعه آداب و سنن ما و همچنین واژه‌های مخصوص ما در آنها منعکس است .

نمایشگاه میراث ما بمدت ۸ روز از یکشنبه یازدهم تا یکشنبه ۱۸ ماه می در محل مجموعه شعره طوا برگزار میگردد و شامل سخنرانی‌های متعدد نیز میباشد . از تعدادی مهمانان خارجی نیز برای شرکت و سخنرانی دعوت بعمل آمده است . بازدید از این نمایشگاه را بعموم توصیه میکنیم .



# شما و مگیلا

کوشش مسئولین مگیلا همیشه بدین اساس بوده است که خوانندگان بتوانند از این نشریه بعنوان منعکس کننده عقاید خود استفاده کنند علاقمندان میتوانند نظریات و عقاید خود را به آدرس زیر بست کنند:

MEGILLAH

Meshadi Youth Committee of Shaare Tova

P.O.B. 40

Kew Gardens, N.Y. 11415

آقای هوشنگ نامدار - لندن :

مقاله شما تحت عنوان "سخن عید بهار و آزادی در مشهد" بدست ما رسید که در همین نشریه چاپ شده است. مسئولین مگیلا امیدوارند که در نشریات بعدی نیز همکاری فرمائید.

آقای منصور رحمانان :

خی نامه ای در مورد کمبود بورس تحصیلی برای جوانان مشهدی در اسرائیل اظهار نگرانی کرده اند. همچنین از دو منبع مختلف از اسرائیل نامه هایی در مورد این مشکل بدست ما رسیده است. علاقمندان در مورد کمک و پیدا کردن راه حل در این زمینه میتوانند با آقای منصور رحمانان تماس بگیرند.

دوست عزیز طی نامه ای در مورد نامنظم بودن خروج مردم از کنیسا بخصوص در مواقع شلوغ اظهار نگرانی کرده اند. ایشان پیشنهاد میکنند که مسئولین کنیسا برای جلوگیری از حادثه های ناگوار لازم است که شرح لازم خارج شدن از کنیسا را در موقع اضطراری به اعضا کنیسا نشان دهند.

XXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXXX

برای دریافت نشریه مگیلا میتوانید در عرض روز با شماره تلفن زیر تماس حاصل فرمائید :

(۲۱۲) ۶۸۸-۶۸۸

(212) 684-6880

## سخن عید بهار و آزادی در مشهد

وقتی بهار نزدیک میشد یعنی از دو سه ماه قبل تدارکات مخصوص سخن شروع میکردید و همه خانواده بجنب و جوش میافتادند فقیر و غنی ب فکر این بودند که همه چیز برای سخن غیر از بقیه ایام سال باشد و رنگ تازگی و نوئی بخود بگیرد. آنچه که میسر بود مثل ظروف چینی و قاشق و چنگال و خلاصه سرویس غذا - خوری مخصوص سخن کنار گذاشته میشد که بعد از شستن و تمیز کردن مجددا آماده استفاده میگردد. ظروف مسی با چه زحمتی هر سال به مسگری محله برده میشد تا سفید شود. خانه تکانی مخصوص سخن غیر از خانه تکانی سایر ایرانیها بود. تمام زوایای خانه و شکافها و گوشه های درها و پنجره ها و گنجه ها همه با دقت گردگیری و تمیز میشد. چراغهای لامپا و چراغهای خوراک بزی و اجاقها و زمین و در و دیوار همه و همه گردگیری یا شسته و تمیز میشد. فرشها شسته و لکه گیری و در و دیوار ادا آنها و بیشتر نقاط منزل رنگ تازه بخود میگرفت. حتی میز و صندلیها تمیز و یا بالاک الکل براق میگردد. و همه اینها بستیم هم میداد و در همه ما احساس مخصوص سخن بوجود میآورد و اصولا بوی همه چیز و همه جا و همه کس بوی مخصوص سخن بود. وقتی شیرینیهای موعودی تهیه میگردد بوهای بیضه میرسید که در عرض همه سال اثری از آنها نبود حتی بسته مسا که وارد خانه میشد عطر مخصوصی داشت که همه جا را فرا میگرفت. جمعبه های متوائی مسا مخصوص سالهای اخیر در تهران بود. در مشهد سالها قبل تهیه مسا مسا هزار زحمت و مشقت انجام میشد که حالا برای ما و شما شاید غیر قابل تصور و قبول باشد.

گندم خوب از اغراض مطمئن خریداری و با صندلج "سه پاکه" میشد تا از هر نوع گندم شکسته یا دانه های دیگر و آشغال پاک پاک شده بعد این گندم به آسیاب مخصوص که برای تهیه آرد اجاره و تمیز میشد منتقل میگردد و چند روز بعد تحویل گرفته میشد و تازه این اول گرفتاریها بود. نوبت گرفتن برای بخت مسا و حاضر شدن در کنار تنور در روز موعود و صرف یکروز وقت و حمل مسا بمنزل بایای پیاده ..... از هقالا کردن ظروف چینی فرو بردن ظروف فلزی در آب جوشان هم باید یاد کرد که برخلاف امروز بسیار سختی انجام میشد. آن روزها نه برق بود نه گاز و نه اجاق گاز. سوخت در مشهد مسا سی چهل سال قبل هیضم و جوب و ذغال بود. تمام منبج را دود فرا میگرفت، اکثرا چند خانواده از یک مطبخ استفاده میکردند و غلغله ای بر پا میشد و سر و صدائی و رفت و آمدی و هیجانی وصف نا پذیر که تا عصر آدینه سخن ادامه داشت و که در عین سادگی چه جالب و خیال انگیز و روحانی بود عصر آدینه سخن ..... همه جا از خیاط و مرغدانی گرفته تا آشپزخانه و اطاقها در عین محقر بودن تمیز و تر و تازه بود. خانمها از فرط

112-45 76 Rd.  
Queens Blvd.  
Forest Hills, N.Y. 11375

## پزشکی

ترس از چاقی :

چرا میلیونها آمریکائی همواره در حال گرفتن رژیم لغری میباشد؟ گرچه علت اصلی آن دست یافتن به اندامی زیبا و متناسب و پذیرفته شدن در جامعه لغر سندن و ترکه پرست ما است اما سلامتی و عمر طولانی نیز میتواند دلیل محکم تر و هدف و منظور اصلی برای کم کردن وزن انسانی باشد. چاقی بیماری است که میتواند بسیار خطرناک و کشنده باشد. کسی که ۲۰٪ یا بیشتر اضافه وزن دارد باید حتما در فکر کم کردن وزن خود باشد. حتی ۵ پوند اضافه وزن میتواند سلامتی انسان را به مخاطره اندازد.

هشدار منابع پزشکی در مورد چاقی و اضافه وزن در حقیقت اشاره ای است به ارتباط بین چاقی و بیماری های قلبی. چاقی خطر بروز بیماریهای قلبی را افزایش میدهد. فشار خون بالا در میان افراد چاق سه برابر بیش از افراد عادی است. در سنین بین ۲۰ تا ۴۴ اعصاب چاق ۶-۵ برابر افراد عادی دچار فشارخون بالا میباشد. کلسترول خون بالا در اعصاب چاق دو برابر اعصاب عادی دیده میشود. شیوع مرض نند در افرادی که اضافه وزن دارند سه برابر دیگران است.

منازلعات پزشکی نشان داده است که کم کردن وزن میتواند سه عامل خطرناک در بیماری های قلبی را ضعیف تر کند. شما اگر از چاقی رنج میکشید و همچنین دچار یکی از همین عوامل خطرناک بوده یا از وجود آن در خانواده خود با اطلاع میباشد باید کم کردن وزن را به عنوان بهترین هدف برنامه زندگی تان بگنجانید. پزشکان متخصص عقیده دارند که مردان جوان بیش از هر گروه دیگر باید از چاقی و بالا رفتن وزن خود جلوگیری نمایند. بین چاقی و چند نوع سرطان در مردها از قبیل سرطان روده و پرستات ارتباط وجود دارد.

گذشته از اثرات جسمی، اغصاب جان همیشه از چاقی خود احساس شرم و خجالت میکنند و به عقیده روانشناسان همین احساس خجالت و تحقیر منفی ترین اثر اضافه وزن میباشد. کم کردن وزن بسیار دشوار است اما مشکل تر از آن دوباره بالا رفتن وزن میباشد.

رژیم های لغری ضربتی و بی رویه میتواند سبب بروز بیماریهای خطرناک و حتی مرگ شود. خطرناک تر از چاقی کم و زیاد شدن وزن است. رژیم لغری باید بصورت مداوم و جدی گرفته شود تا وزن مرتباً و تدریجاً با ثبات بیاید. از رژیم های کوتاه مدت نه فقط برای مدتی وزن را پائین نگاه میدارد و رها کردن آن مساوی است با بازگشت بوندهای انانی شدیداً حذر نمائید.

کسانیکه میخواهند واقعا وزن خود را کم کنند باید اصولاً از گرفتن رژیم خودداری نمایند. بجای رژیم این عده باید تغییرات عمده و دائمی در زندگی روزانه و برنامه غذایی خود بوجود بیاورند.

وزن شما نشان دهنده تعادل بین تعداد کالری مصرفی و غذایی که میخورید میباشد. بسیاری از مردم هنوز عقیده دارند که علت چاقی پرخوری است اما منالعات نشان داده است که همراه نمودن ورزش و رژیم غذایی موثر ترین روش برای کم کردن وزن و مبهتر از آن دوباره بالا نرفتن وزن است.

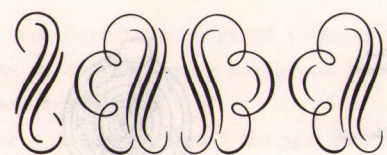
نیم ساعت دویدن در روز در عرض یک سال حتی بدون گرفتن رژیم لغری میتواند ۲۶ پوند از وزن شما کم کند. حتی تا چندین ساعت بعد از پایان ورزش بدن به سوزاندن کالری های اضافه ادامه میدهد.

هدف از کم کردن وزن سوزاندن حریمی بدن است نه ماهیچه ها و ورزش میتواند شما را به این هدف برساند. حتی در مواردی که ترازو کم شدن وزن را نشان میدهد عذوه بسر متناسب شدن ماهیچه ها ورزش میتواند در بائین آمدن فشار خون کلسترول و قند در دیابتی موثر باشد. این تغییرات بنویسه خود سبب کاهش خطر بیماریهای قلبی میگردد.

ترجمه: خانم میترا حکیمی (لاویان)



کمیته جوانان به اطلاع دوستان علاقه مند به تحته نرد میرساند که مسابقات فهرمانی تحته نردی ترتیب داده شده است. از عموم برای شرکت در این مسابقات دعوت میشود. تاریخ دقیق مسابقات اواخر می بوده و در آینده نزدیک بطور دقیق اعلام خواهد گشت. مهلت ثبت نام تا تاریخ ۱۵ می میباشد. فی ثبت نام ۲۰ دلار جایزه ارزنده ای برای این مسابقات در نظر گرفته شده که بعداً اعلام خواهد گردید.



The semi-finals took place on March 23rd. The two finalists were:

- Herzl Hakimi - son of Mr. Fatollah Hakimi
- William Hakimi - son of Mr. Abraham Hakimi

The final match took place before an audience of over 300 people. Mr. Herzl Hakimi was the winner with three consecutive wins. Both finalists were given commemorative cups.

The prizes were given to the winners by Mr. Danny Namdar (the chairman of the Youth Committee's Sports Events) and by Mr. Houshang Enayatian; a co-sponsor of the games and one of our best players. We'd like to congratulate Mr. David Moheban who was the youngest player to participate in the tournaments.

\* The Arts Committee of the Youth Organization has announced the winners of the 1985/86 Photography Contest, which was devoted to Israel and Judaism. The winners are:

- First Prize - Mr. Farhad Bassali
- Second Prize - Tony Namdar
- Third Prize - Mehran Bassali
- Mehrnoosh Rafinia
- David Ebrani

All winners were presented with commemorative plaques.

\* Over 140 youngsters took part in a Ski trip in March. Three buses full of our youth went to the Cortina Valley for a fun day for all that participated.

\* A party arranged by the Youth Committee was thrown on Saturday Night, March 29th at the Broadway Dance Center in Manhattan. Over 250 people came to this party which lasted throughout the night. Admission was free for all the participants of the ski trip.

\* The Thursday Night gatherings of the Youth Committee are progressing with success. We encourage all suggestions for improving this event; and we hope to see all the youth participating.

\* The Youth Committee is proud to announce the opening of the following religious classes for everyone interested:

1. Chazanut - Taught by Rabbi Eliyahu Benhaim. ( Sunday Nights - Classes will be divided into two age groups).
2. Alef-Bet - (Monday Nights - Classes will be divided into two age groups).
3. Gemara- Taught by Rabbi Wienberger (Tuesday Nights - details will follow).
4. Mishna - Taught by Rabbi Blumenfeld (Monday Afternoons)

5. Halachot - Taught by Rabbi Blumenfeld (Shabbat Afternoons)

\*\* For more details contact the synagogue office. \*\*

\*\*\*\*\* SHAARE TOVA MAZAL TOV \*\*\*\*\*

BIRTHS

- Rebecca & Shokrollah Karmeli.....daughter
- Esther & Maurice Levian.....daughter
- Mehrdad & Shahnaz Lavi.....son
- Azita & David Levi.....son
- Rosita & Farzin Ebrani.....son
- Natalie & Issac Kalati.....son
- Nancy & Robert Loloi.....son

BAR MITZVAHS

- David - Son of Mr. & Mrs. Parviz Hakimian
- Elior - Son of Mr. & Mrs. Albert Nassimi

ENGAGEMENTS

- Michael Bani Levi & Anna Namdar
- Massoud Hakimi & Gita Hakimian
- Sammy Namdar & Mina Namdar

MARRIAGES

- Linda & Herzl Kashimallak
- Mojgan & Robert Hakimi-Saraf
- Farah & Eric Dilmanian

\*\*\*\* WE WISH THEM ALL THE BEST \*\*\*\*

COME TO ISRAEL COME STAY WITH FRIENDS

The major industry of Israel is tourism, providing an income of over \$1,400,000,000.00 a year.

Statistics show that in 1984, tourism in Israel had increased by 27%. However, this number dropped to only 11% in 1985. This could be partially attributed to the T.W.A. highjacking and the "Achille Lauro" incident. Nevertheless, the number of tourists visiting Israel in 1985 was a record 426,000 - out of which only 50% were Jews. The number of American Jews who have ever visited Israel is only 2% of the total American Jewish population, while this percentage is much higher among European Jews.

**ACKERMAN & LULOV REAL ESTATE**



35 North Station Plaza  
Great Neck (516) 466-6350

GREAT NECK'S MOST PRESTIGIOUS REAL ESTATE OFFICE FOR  
RESIDENTIAL - COMMERCIAL - CO-OPS - CONDOS  
SALES \*\*\* RENTALS

معتبرترین آژانس معاملات ملکی در گریٹ نک  
برای ساختمانهای مسکونی، تجاری،  
کو-آپ و کاندومینیوم، اجاری یا خرید:  
متصدیان با تجربه فارسی زبان و عبری زبان  
برای همکاری در اختیار مراجعین محترم میباشند.  
تلفن ۳۵۰-۴۶۶-۰۱۱۶

Also specializing in luxury North Shore Condos,  
The Greens, The Estates, Acorn Ponds, The Hamlet etc...

F A V I A N A

تولیدی لباس واقع در منهایان آماده استخدام چند  
فروشنده میباشد. برای اطلاعات بیشتر لطفا با آقایان  
بهرام فرشادفر و یا پور مرادی تماس حاصل نمایند.  
تلفنهای ۴۸۵۶-۸۱۶ (۲۱۲) ۸۶۹-۴۸۵۶ (۲۱۲)  
۴۶۱۰-۸۱۶ (۲۱۲) ۸۶۹-۴۶۱۰ (۲۱۲)

KENNETH W.M. JUDY, D.D.S.  
ROBERT LICHTENSTEIN, D.D.S.

دندانپزشک بر تجربه برای نیازمندیهای شما. لطفا جهت  
قرار ملاقات با تلفن ۷۳۰۰-۱۸۲ (۲۱۲) تماس حاصل نمایید.  
420 Lexington Ave.  
New York, NY 10170 (212) 682-7200

**DR. SION DAFTARI**  
CHIROPRACTOR

دکتر سون - دقترمی



متخصص در کار پروپراکتیک - دیسک  
+++++  
مجهز به رادیولوژی - فیزیوتراپی  
سبب شروع تصادفات و جراحات نخعی  
علامت خطر ناشی از فشارتوتون فقرات بر روی اعصاب  
۱ - سردرد - سرگیجه - کوفتگی و سفتی ماهیچهها  
۲ - گردن درد - شانه درد - دست درد - سی حسی  
دستها و پاها  
۳ - اشکال در تنفس - دردهای نخعی  
۴ - کمردرد - درد لگن خاصره - پا درد  
۵ - دردهای رمانیسمی  
با تعیین وقت قبلی:

NEW JERSEY  
Paramus Chiropractic Center  
East 144 Midland Ave.  
Paramus, NJ 07652  
(201) 261-2552

NEW YORK  
65-11 108th St.  
Forest Hills, N.Y.  
N.Y. 11375  
(718) 896-3100

اکثر بیمهها مورد قبول میباشد.

## EDITORIAL

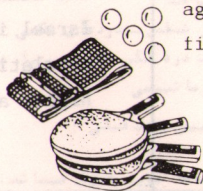
The phrase "liberty" can be interpreted in various manners. Some translate it as independence; others as the right to choose how to live and how to act. Still others define liberty as a lack of external constraint and freedom from collective obligations.

The same phrase also has political connotations. There are those that fight and gamble away their existence trying to achieve it. There are governments that under the guise of liberty subjugate other people and shed the blood of innocent people. Terrorism and mayhem are being performed against civilian populations under the same pretense. In the modern world, economical factors are a determinative in the balance of power with its guarantee of political independence. This causes many nations to try and destroy the economy of other nations and thus ultimately subjugate their power. Most regional conflicts today stem from these factors.

How does the Torah interpret the term "liberty"? Does it mean having the right to defy human and civil laws or the right to shirk spiritual responsibilities? Does it mean having the right to throw off our religious responsibilities or for a young person to disobey parental commands and guidance? We do not think so.

Pesach, which is the anniversary of the liberation of the Jewish people from bondage in the land of Egypt; calls on us to give a deeper reflection to the meaning of the phrase "liberty". G-d will grant liberty to those who use it in order to get closer to their spiritual souls. G-d will grant it to those who act humanely and accept it for all as they do for themselves.

We wish you all a very happy and healthy Pesach.



## SHAARE TOVA BOARD REPORT

\* As is our custom every year, a community gathering will take place on the First day of Pesach in the Shaare Tova Community Centre.

The Board of Directors cordially invites the community to the Shaare Tova ballroom on the First day of Pesach, immediately following the Services.

\* As is their yearly practice, the Board of Directors has reviewed the numerous applications of private persons and societies in need of financial aid. Nineteen organizations have been approved this year and will receive a total of \$ 16,250.00.

\* The Board announced that in April, 30% of the contract amount for the Old-Age Home in Israel will be paid. The closing is expected to be completed in May.

## SISTERHOOD REPORT

\* The Children's Purim Party took place at the synagogue with over 300 children and their parents participating. The party began with the singing of Hebrew songs and then refreshments were handed out along with presents for the children.

\* We would like to thank all the participants of the Purim Party for the Elderly Women which took place this month. We hope to continue having similar parties on Passover and at other times during the year.

## YOUTH COMMITTEE REPORT

\* The Ping-Pong tournaments took place in March, with 48 people participating from the ages of 15 - 55. Six people reached the semi-finals. They were:

|                 |                    |
|-----------------|--------------------|
| Cyrus Elian     | Khosrow Nematnejad |
| Kamran Erfanian | Soheil Kalati      |
| Herzl Hakimi    | William Hakimi     |