

سه کاف شماره ۲۶- قسمت اول (فقط مطالب و بدون عکس ارسال میشود)

۱- سه کاف به خوانندگان خود تعلق دارد

امروز دیگر بر کسی پوشیده نیست که سه کاف پر خواننده ترین مجله ایرانی است، چه مجله‌ها و پایگاه‌های ایرانی بر روی شبکه و چه مجلات و روزنامه‌هایی که بصورت ورقی منتشر میشوند، هیچکدام به اندازه سه کاف خواننده ندارند. پر خواننده بودن سه کاف قبل از اینکه از کیفیت آن ناشی شود، (تازه بدترین طرح هم دارد) قبل از هر چیز دال بر وجود نیاز اجتماعی به آگاهی‌های جنسی در اجتماع ماست و اینکه مردم بشدت به ایجاد تغییر و تحول در فرهنگ جنسی حاکم علاقمند هستند.

همینجا تکرار کنیم که مشغولیات ما در زندگی خصوصی (سخنی با خوانندگان - سه کاف ۱۸ و ۱۱) و دریافت روزانه صدها نامه، باعث شده که این اواخر هم جوابهای ما به خوانندگان کوتاه و خلاصه باشد- از ناچاری و برای اینکه بتوانیم به تعداد هر چه بیشتری نامه جواب دهیم) و هم فاصله انتشار مرتب سه کاف بیشتر شده است.

بلافاصله با درک و مشاهده علاقه بی سابقه خوانندگان به سه کاف، ما فوری سه کاف را به خود خوانندگان واگذار کردیم و قبل از اینکه مسائل و افکار خودمان را در آن درج کنیم، اقدام به چاپ داستانها، مطالب، افکار، مقالات بحث و خوانندگان نمودیم. بی جهت نیست که امروز تعداد زیادی خود را سه کاف می‌دانند و سه کاف را متعلق بخود. از این نظر ما خوشحالیم. اما هجوم گسترده خوانندگان از اقشار و طیفهای مختلف و سن و سالهای متفاوت و اینکه هر کسی سه کاف را متعلق بخود میدانند، باعث میشود که بدرستی همه نگران سه کاف خود باشند، که مبادا سه کاف منحرف شود، یا از راهی که در پیش گرفته خارج شود و....

در همین رابطه نامه‌ها، گله‌ها و پیشنهادات زیاد و گاه بسیار متفاوتی به ما می‌رسد. ما همه دوستان و خوانندگان نگران سه کاف را درک میکنیم و دلسوزی برای سه کاف را ارج می‌نهیم، اما از همه این دوستان سؤال میکنیم که اگر شما بجای ما بودید، چکار میکردید وقتی که اینهمه خواننده، با علاقه و سلیقه‌های متفاوت داشته باشید و هر کدام یک چیز از شما بخواهد؟ یکی میخواهد داستانهای سکسی را بیشتر کنیم، یکی میخواهد کمتر داستان بنویسیم و بیشتر سؤال و جوابها را پاسخ دهیم، یکی میخواهد بیشتر درباره فشار جنسی، یا اقلیتهای جنسی بنویسیم، یکی میخواهد بیشتر به رابطه آزادی جنسی و سیاست پردازیم، یکی میخواهد در باره بیماریهای مقاربتی بیشتر بنویسیم و.....

تمام تلاش ما این بوده و هست که در حد توان به خواسته تعداد هر چه بیشتری از شما خوانندگان و صاحبان سه کاف پاسخ دهیم، اما خواهش میکنیم این را هم بدانید که ممکن است خوانندگان دیگری هم مثل شما خود را صاحب سه کاف و نگران آن

میدانند و خواسته‌ای مخالف خواسته شما از ما داشته باشند. با این دوستان چکار کنیم؟ پایه اعتقادی سه کاف این است که ما باید در ایران مثل کشورهای دیگر آزادی جنسی داشته باشیم. چاپ داستانهای سکسی به تنهایی ما را به مقصود نمی‌رساند. بدون شناخت کافی در باره جنسیت، سکس و نیاز متفاوت انسانها در سکس، ما نخواهیم توانست ذهنیت دمکراتیکی در باره مسائل جنسی داشته باشیم و در نتیجه از درک نیاز خود و دیگران ناتوان خواهیم بود. ما باید به سمتی حرکت کنیم که هر کسی بتواند خودش باشد نه اینکه بر میل و سلیقه خانواده و اطرافیان خود زندگی کند. چنین چیزی امکان دارد، تجربه مردم کشورهای دیگر هم همین را نشان میدهد، اما بشرطی در کشور ما عملی میشود که همه آستین‌ها را بالا بزنیم و یکبار برای همیشه با خود تعیین تکلیف کنیم که چه را نمی‌خواهیم و چه را میخواهیم و گرنه همچنان در لجنزار ناآگاهی جمعی و ملی خود در باره مسائل جنسی دست و پا خواهیم زد و حتی کار آیندگان را هم مشکلتر میکنیم. از آن گذشته، مگر میشود برای آزادی جنسی مبارزه کرد اما بر سرکوب کنندگان آزادی جنسی در کشور چشم پوشید؟ کسی که میخواهد برای آزادی جنسی تلاش کند باید موانع اینکار را هم نشان دهد و با آنها درافتد. چشم پوشی از این مسئله که نه این دیگر سیاسی میشود، بیشتر نشان دهنده این است که ما در ذهن خود نمی‌خواهیم به ریشه مسائل بپردازیم، که کار خود را جدی نمی‌گیریم، که میخواهیم در وضعیت فعلی بمانیم و فقط به این دلخوش باشیم که یک داستان سکسی بخوانیم، حشری شویم و جلق بزنیم و دیگر هیچ. یعنی نمی‌خواهیم فرهنگ خود را اصلاح کنیم، یعنی اجازه می‌دهیم که همین فرهنگ هم به نسل آینده منتقل شود و آنها هم همین رفتاری امروز ما را داشته باشند. آیا این از تنبلی ذهنی ما و عادت به کهنگی است یا علل دیگری دارد؟

چه نخواهیم و چه نخواهیم بسیاری از مسائل به هم مربوط میشوند. اگر ما میخواهیم که دختر و پسر بتوانند دست در دست هم آزادانه در خیابان راه بروند، خوب باید با کسانی که با اینکار مخالفت میکنند، با دلیل و منطق درافتیم. بگوئیم که کارشان غلط است، بگوئیم که این حق جوانان است و از جوانان نخواهیم که با محدودکنندگان آزادی‌اشان مقابله کنند. مگر راه دیگری هم وجود دارد؟

رژیم فعلی جوانان را در خیابان دستگیر میکند، بصورت زنان اسید می‌پاشند، سنگسار میکنند، شلاق می‌زنند، توی اتوبوس و اماکن دیگر دختر و پسر را از هم جدا میکنند، به جشنها و تفریحات مردم هجوم می‌برند، توی مدارس و رادیو تلویزیون اطلاعات غلط در باره سکس، ترویج میکنند، بار گناه بر دوش مردم میگذارند و.... خوب، آیا باید درباره همه اینها سکوت کرد؟ صرفاً به این دلیل که سه کاف سیاسی میشود؟

ما به عنوان شهروندان ایرانی نمی‌خواهیم در اعمال سرکوبگرانه این حکومت مسئولیت تقبل کنیم، پس باید مخالفت خود را اعلام کنیم. به همین دلیل ما مینویسیم و سرکوب کنندگان آزادی را با انگشت، بصورت مستقیم نشان میدهیم، بقیه با خود مردم

است که تصمیم بگیرند چه میخواهند.

۲- زن همسایه

در شماره ۱۴ سه کاف سه داستان پشت بام رفتنم برای تنظیم آنتن تلویزیون و بطور اتفاقی دیدن زن همسایه که در گرمای ظهر را نوشتم. این هم داستان دیگر من و زن همسایه

خوب از آن روز به بعد کار من شده بود چوب زدن زاغ سیاه زن همسایه که کی میآد و کی میره و اینجور چیزها. یادم میآد که یه شب حدود ساعت ده و نیم شب بود که متوجه شدم از پارکینگ داره یه صدایی میآد. رفتم لب پنجره. دیدم که زن همسایه با شوهرش آمدن خونه. ماشین رو پارک کردن و رفتن تو. زود لباس پوشیدم و بعد از اینکه خاطر جمع شدم که رفتن تو، خودم رو سریع رسوندم به پشت بام و رفتم سراغ پنجره اتاقشون. وایووو چی دیدم؛ زن همسایه داشت لباس عوض میکرد، چه بدنی داشت، انگار که از سنگ تراشیده بودنش، سینه‌هاش بدون کمرست سفت و شق و ایساده بون، کونش خیلی باحال و خوش تراش بود، یه شرت قرمز هم پوشیده بود که دلم رو حسابی برده بود و کیرم از تنگی جا تو شرتم داشت نفس تنگی می گرفت. دست بردم تو شرتم و کیرم را درآوردم و شروع کردم به مالیدن. دلم میخواست که کیرم رو میمالیدم به کون خوشگلش یا میکردمش توی دهن این زن رعنا که با ماتیک قرمز لباس حسابی تو دل برو شده بود. کاش از همینجا از راه پنجره میرفتم تو اتاق، دستش رو میگرفتم و میذاشتم رو کیرم و او با دستای نرمش کیرم رو میمالید.

تو همین خیال بودم که دیدم دستش رفت طرف شرتش و اونو کشید پائین. جوووووون، چه کس ای داشت.....؛ سفید مثل برف..... داشتم دیوونه میشدم. شرتش رو که از پاش در آورد، یه خورد جلو آئینه خودشو برانداز کرد؛ دستش رو کشید رو سینه‌هاش، آوردشون بالا، باهاشون بازی کرد، انگار که شیطونیش گرفته بود یا اینکه از دید زدن من خبر داشت و میخواست عشوه بیاد و منو بیشتر دیوونه کنه؟؟ نمی دونم.

نشست رو تخت و پاهاش رو از هم باز کرد. کس اش رو کاملاً می دیدم اما او داشت توی آئینه کس خودش رو نگاه میکرد. یه دفعه در باز شد و شوهرش اومد تو اتاق. ناخودآگاه خودم رو جمع و جور کردم، اما همانجا ماندم. شوهره تا چشمش به کس زن افتاد، دولا شد و سرش رو گذاشت روی کس زنش و شروع کرد به خوردن و لیسیدن، حالا نخور کی بخور. من هم همینجور کیرم رو میمالیدم و تو دلم به شوهره حسودی میکردم که چه کس ای گیرش اومده، یه تیکه جواهر، اما خود مر از اون پولدارهای بازاری بود.

بعد از آنکه کس لیسسی اش تموم شد، زنش شروع کرد به خوردن کیدر شوهرش؛ مثل یه آب نبات میمکید، با لذت میخورد. کاش من جای شوهرش بودم.

تو همین حین مرتیکه آبش اومد و زنه سرش رو کشید عقب که آب شوهره ریخت رو اون پستونای نازش. آه چه کیفی میکرد زنه.

بعد شوهره بلند شد و رفت بیرون ، برا حمام کردن؟؟؟!!
خیلی دلم بحال زن همسایه سوخت، معلوم بود که هنوز ارضا نشده. کس اش
همچنان بی مصرف مونده بود ، میدیدم که هنوز حشری است. ای کاش میتونستم برم
تو و بکنمش.

زنه شروع کرد به ور رفتن با خودش. دستش رو گذاشته بود روی کس اش و می مالید،
با چوچوله اش بازی میکرد، انگشت میکرد تو کسش، دو انگشتی میکرد تو و می چرخوند
پاهش رو حسابی باز کرده بود که انگشتاش حسابی تا ته برن تو بهشتی اش. با دست
دیگه اش هم داشت چوچوله اش رو مالش میداد. داشت حسابی جلق میزد و با
خودش حال میکرد. کم کم به ارگاسم رسیده بود، با خودش حرف میزد اما من چیزی
نمی شنیدم که چی میگه. اما میدیدم که حرکت دستهایش تندتر و تندتر میشدند.
من هم تند تند کیرم را جلق میزدم. تا اینکه یه دفعه یه جیغ بلند کشید که من هم
شنیدم و خودش رو به عقب ول کرد رو تخت. کس خیس شده اش کاملاً پیدا بود.
دیگه نتونستم تحمل کنم، مالش کیرم را تندتر کردم و آبم با فشار زد بیرون.
برگشتم به آپارتمان خودم، رفتم تو حموم که دوش بگیرم اما همش به فکر کس
باحال زن همسایه بودم.

۳ - نامه ای از یک هموطن خارج از کشور

در شماره قبلی مجله شما، دو نامه با دو نظر مختلف چاپ شده بود.
یکی در دفاع از اصل برابری زن و مرد در اسلام و دیگری در نشان دادن
تضیقات اسلام نسبت به زنان. اگر اجازه دهید، من هم وارد این بحث شوم.
من مسلمان هستم. نماز و روزه میگیرم. چندین و چند سال است که در
خارج از ایران زندگی میکنم. من نمی خواهم با مثال آوردن از قرآن یا کتابهای
حدیث، چیزی را ثابت یا رد کنم. من میخواهم بعنوان یک مسلمان، که در یک
کشور غیر اسلامی (مسیحی) زندگی میکند، آموخته های خودم را با همدینان
خودم و دیگر هموطنانم قسمت کنم.
وقتی من به خارج آمدم، بعنوان یک مسلمان، سعی کردم که مسائل محیط اینجا
را از نزدیک بشناسم و از فرصت پیش آمده در جهت شناخت جوامع مسیحی
استفاده کنم. من بعد از مدتی، متوجه شدم که تمام تعلیماتی که در مدارس
و جامعه ما درباره جوامع و ادیان دیگر به خورد ما داده میشود، با واقعیت این جوامع
زمین تا آسمان فرق میکند. ما از یکطرف عیسی مسیح را طبق گفته قرآن، پیغمبر
خدا میدانیم اما از طرف دیگر جوامع مسیحی را کافر میدانیم؟؟؟؟؟ این یک تناقض
عمده است.
بعدش تصور خیلی از ماها در ایران (حداقل تصور من این بود) که اینها نماز نمی خوانند،
عبادت نمی کنند، خداشناس نیستند، جامعه خود را پیرو یک مذهب نمی دانند
و الا آخر. و فقط ما ایرانیان هستیم که همه این صفات خداشناسی را داریم.

تصور ما همینطور این است که محدودیتهای مربوط به مسائل جنسی، مختص ما مسلمانان است. اینکه در اسلام روابط دختر و پسر نباید آزاد باشد، دختر باید باکره باشد، فرزند نامشروع نباید دنیا بیاید، زن و شوهر نباید به هم خیانت کنند، دختر و پسر با اجازه والدین ازدواج میکنند و.....

در نتیجه تا کسی از مسائل جنسی صحبتی بمیان می آورد، فوری می گوئیم که ما یک جامعه اسلامی هستیم و نمی توانیم این چیزها را در کشور خود قبول کنیم. و همیشه غرب (جوامع مسیحی) را متهم میکنیم که اینها دارند برای از بین بردن دین اسلام تلاش میکنند و فوری جبهه بندی میکنیم.

بعنوان یک ایرانی، یک هموطن و یک مسلمان میخواهم برداشت و شناخت خودم را بخصوص با هموطنان مسلمان و همدین خودم قسمت کنم باید بگویم که همه اینها پیش داوری است.

همه این تعصبات که ما نسبت به سکس داریم، در ادیان و جوامع دیگر هم بوده و کماکان افراد خیلی متعصب و مذهبی این جوامع دارند، اما یک مسئله عمده این است که جوامع غربی (مسیحی) بعد از قرون وسطی (سالهای دخالت مذهب مسیحی در سیاست و زندگی خصوصی افراد)، دگیر جامعه خود را عقلانی کرده اند. یعنی جامعه و قوانین آن را بر اساس علم، دانش و عقل اداره میکنند. این باعث شده که هر کسی هرطور که خودش میخواهد زندگی میکند. مذهب یون کلیساهای خود را دارند، نماز میخوانند، بر اساس تعالیم دینی خود زندگی میکنند، اما اصل آزادی به دیگران را رعایت میکنند، یعنی اگر کسی دلش نخواهد مذهبی باشد، یا نیمه مذهبی باشد، هم حق دارد که بر اساس اعتقادات خودش عمل کند. حق هر کسی در جای خودش برسمیت شناخته شده است. همین اصل در تمام بافت اجتماعی جوامع غربی تعمیم داده شده و راز پیشرفت اشان هم همین است.

جوامع مسیحی نه تنها آزادی شهروندان خودشان را به رسمیت شناخته اند بلکه قوانینی هم تصویب کرده اند که من ایرانی یا غیر ایرانی هم اگر بر اساس دین یا اعتقادات خودم مورد پیگرد قرار بگیرم، به من حق زندگی آزاد در کشور خود را میدهند. همین است که میلیونها پناهنده از کشورهای دیکتاتورزده در کشورهای غربی زندگی میکنند و حتی به مسلمانان فرار کرده از دیکتاتورهای مذهبی هم حق داده شده که مساجد خود را دایر کنند. حالا فکرش را بکنید که مسیحیان اروپا به ایران بیایند، آیا ما به آنها اجازه میدهیم که کلیسای خود را دایر کنند؟ بر اساس این تفکر که ما یک کشور اسلامی هستیم و همه چیز بر اساس اسلام باید باشد، جواب منفی است. (البته یک حقوق مختصری که به مسیحیان ایرانی در کشور داده شده، بکنار- چون همین را هم اگر میتوانستند، از شان می گرفتند).

مسئله آزادی جنسی هم به همین شکل است. قسمت عمده دانش، رفتار و حرکات ما در رابطه با مسائل جنسی، غلط است و به نام اسلام به خورد ما

داده شده. همانطور که بسیاری از قوانین، روش زندگی و... را ما بر اساس مسائل امروزی در جهان انجام میدهم، در امور جنسی هم باید همین کار را انجام دهیم.

میخواهم بگویم که مشکل ما ایرانیان این است که اصل آزادی انسان، آزادی تفکر و حق انتخاب افراد را برسمیت نشناخته‌ایم. اگر این را بپذیریم، خیلی از مسائل دیگر حل میشود. ترجیع‌بند مسلمان متعصب هموطن هم این است که نه اینها به اسلام ضربه میزند. خوب این چه اسلامی است که با آزادی دیگران همخوانی ندارد؟ یا مشکل ناآشنایی ما با اسلام و عدم اعتقاد ما به آزادی است که چنین برداشتهایی را توجیه میکند.

ما از صنعت ماشین گرفته تا تلفن، اینترنت، تا مسائل پزشکی، تا همین کت و شلوار پوشیدن، و..... همه را از جوامع غربی گرفته‌ایم. همچنین این یک واقعیت است که جوامع غربی از ما پیشرفته‌تر هستند.

برای اداره بهتر جامعه هم ما راهی جز این نداریم که سیستم آزادی و دمکراسی را از غربی‌ها بگیریم. چرا که واقعیت‌ها همه نشان میدهند که جوامع اینها آزادتر، سالم‌تر و پیشرفته‌تر هستند. اصرار بر ادامه راه گذشته، یعنی عقب‌ماندگی خود ما و کشور ماست. و دود و ضررش هم به خود ما میرسد. رعایت دمکراسی یعنی یک راه بهتر برای اداره جامعه است. این به معنای از دست دادن اسلام نیست. مثال خود من هم همین را میگوید که میتوان آزادی دیگران را پذیرفت، و میتوان مسلمان ماند. میدانم که خیلی از متعصبان ظاهراً مسلمان به من خواهند کندی و میگویند یارو غربی شده. اما به این دوستان میگویم لطفاً غربی بودن را تعریف کنید.

۴ - مشکلات زناشویی

داستان پری و علی در پله‌ها (در شماره ۲۵ سه کاف) مرا تحت تاثیر شدیدی قرار داد چرا که من هم مانند پری خانم دچار یک همچون مشکلاتی هستم. مشکل منی که مرد هستم و مانند پری از سکس بی نصیب!

در ایران سکس یک چیز بسیار بیخود و زائدی به تصویر کشیده شده، طوری که دخترها را از آن فراری میدهند و حتی بیچاره این خانم‌ها بعد از ازدواج هنوز با همان اندیشه قبلی به سکس نگاه میکنند و فکرشان این است که اگر حرکات و فعالیت‌های سکسی‌اشان زیاد باشد یعنی اینکه منحرف شده‌اند.

من زندگی زناشویی خودم را برای شما بازگو میکنم تا باشد که خوانندگان مخصوصاً خانمها و دختر خانمها با اینگونه روشهای غلط آشنا شوند و در صدد اصلاح برآیند. من همسرم را خیلی دوست دارم و حاضریم جانم را هم به او هدیه کنم، او هم مرا همین‌گونه دوست دارد و روابط ما بسیار صمیمانه است اما متأسفانه او از سکس

واقعاً بقول پری خانم مثل یک تابو می ترسد. وقتی ما با هم تنها هستیم و من از او درخواست میکنم که برایم طنازی کند، نمی دانید که چه اخمی میکند که: من از این چیزها بلد نیستم یا: مگه من جنده هستم که از اینکارها بکنم و امثال این جملات! یا وقتی ما با هم سکس داریم نمی دانید که چقدر این سکسی که میکنیم به من سخت میگذره..... خانمهای شوهردار، شما را به خدا، اگر اینجور هستید بدونید که با این کار، همسر خودتون را هرچقدر هم که صمیمی باشید، از دست می دهید.....

وقتی میخوام شروع کنم میگه زود باش فردا هزار کار دارم باید..... و شروع میکنه به بافتن هزارتا حرف و اصلاً فکرش به تنها چیزی که نیست همین سکسه!!!

واسه اینکه بیارمش تو راه، میرم سارغ کس اش و شروع میکنم به لیسیدنش و حسابی به راهش میارم تا اینکه با هزارتا آه و ناله ارضا میشه اما همینکه نوبت من میرسه که خود من هم ارضا بشم، دوباره الم شنگه در میاره؛ مثلاً وقتی تلمبه می زنم هی تکرار میکنه که: اه، زود باش! دیگه چقدر لفتش میدی! دیر شد باید صبح بریم سرکار زود باش!!!!!!

باور کنید این مصیبت رو من نمی تونم کامل براتون تعریف کنم و البته من همه مشکلات خانمها از جمله کار کردن و مسایل روانی رو درک میکنم. حتی بارها با زخم در مورد سکس بصورت کاملاً منطقی و دور از تنش بحث کرده ام ولی متأسفانه او اصلاً سکس رو قبول نداره، فکر میکنه اگه مرد کس میخواد فقط باید زود تو بکنه، چنداناً عقب-جلو کنه، بریزه و بره....!

دیگه نمی دونه که مرد خیلی بیشتر از کس کردن، از احساس سکس کردن خودش خوشش میآد. از اینکه زنش با عشوه با او حرف بزنه یا برایش طنازی کنه یا وقتی دارن همدیگه رو میکنن، با همه جای شوهرش بازی کنه.....

این واقعیت وجود داره و خیلی خیلی از زنهای جامعه ما دچار همچون تفکر غلطی از سکس هستند. همینطور مردانی که اگر زنشون سکس رو دوست داشته باشه، فکر میکنند طرفشون منحرف شده. دلم واسه پری و خودم میسوزه و من هم برا همین با اینکه زخم رو خیلی دوست دارم اما همیشه تو سکس دنبال کسی میگردم که مثل خودم باشه تا بتونیم با هم حسابی حال کنیم.

۵ - رؤیایی در بیداری

(این داستان واقعی است)

همیشه دلم میخواست یه دوست خیلی خوبی داشته باشم، دوستی که باهاش راحت باشم، هم جواب سئوالاتم رو بده و هم مورد اطمینان باشه، هم بتونم دوستش داشته باشم. اما تا دانشگاه از این نعمت محروم بودم، تا سال دوم هم که این همه پسرای توپ میدیدم اما متأسفانه انگار بختم بسته شده بود. با اینکه دانشگاه پسرای تویی داره اما نمیدونم چرا نشد که نشد. تا موقعی که پدرم

با یکی از همکارانش قرار نهار گذاشت. دوست پدرم آمد، پسرش را هم همراه آورده بود. اسمش امیر بود.

چشمم که بهش افتاد، برق زد اما معلوم بود از من جوانتره، اما خیلی باحال بود. هم اینکه تو خودش بود و هم خیلی رلکس بود.

خلاصه هی خواستم سر صحبت رو باهاش باز کنم. میدونستم پسرها بیشرشون از سگ خوششون می‌آد. از مارشال بهش گفتم. حاضر شد برای دیدن سگم مارشال به حیاط بی‌آد. اونجا سر صحبت رو باهاش باز کردم. همونجور که حدس می‌زدم، دو سال کوچکتز از من بود، اما قد بلند با وزن متناسب، موهای خرمائی و چشای عسلی داشت، درست همونجور که دوست داشتم، بود. یه مانکن حسابی. خلاصه آنروز گذشت اما حرف خاصی بین ما رد و بدل نشد، بجز مسائل عادی، اما موقع رفتن دیدم که نمی‌شه، اینهمه سال صبر، اگه این هم بره دیگه سرم کلاه رفته. البته خودش هم مصر بود اما شاید چون کمی ازش بزرگتر بودم، یه کمی ترس داشت. خلاصه بعد از ظهر که پدرش داشت می‌رفت، اومد که از اتاقم بره بیرون. با خودم گفتم غرور رو بذارم کنار و یه حرکتی به نفع خودم بکنم. بهش گفتم بیا تو چشمم فوت کن، آشغال رفته! اونم بچه زرنگی بود، خوشم اومد؛ محکم صورتمو با دوتا دستاش گرفت، دستاش یخ بودن، از اونایی که من خوشم می‌آد. خلاصه نزدیک شده بود و داشت تو چشم نیگا میکرد. نفسش منو از خود بیخود کرده بود، بوی خوبی میداد. خیلی حال کردم. وقتی فوت کرد دستام دور مچ دستاش بودن. با فوتش چشمم پر اشک شدن. گفتم دیدی چکار کردی، بیوس که از دلم بره! اونم یه بوس خفیف رو پیشونی‌ام گذاشت. اصلاً بهش نمی‌اومد زیر ۲۴ باشی و اینقدر بافهم. اونارفتن. از کار خودم راضی بودم. یه روز بهش تلفن کردم که حالشو بیرسم، اونم منو دعوت کرد که برم خونه‌اشون. دیدم که الان نمی‌شه، گذاشتم برا روز دوشنبه که یه استاد باحال داشتیم. میدونین استادمون چی به من میگفت؟ میگفت تو یه کم لاغر هستی، بهت توصیه میکنم یه دوست پسر بگیری که به جسمت ضرر وارد نشه. خلاصه روز دوشنبه، به استاد حالی کردم که چرا از درسیم جیم میشم. رفتم خونه امیر اینا، البته خیلی هم دلهره داشتم اما تا دیدمش همه چی یادم رفت. منو برد تو اتاقش. گفت میشه در رو قفل کنم؟ با این حرفش داشت به من اطمینان میداد، انگار میدونست که دلهره دارم. عین یه نفر خیلی وارد شروع کرد به حرف زدن. وقتی خیالش راحت شد که دیگه دلهره ندارم، آمد و کنارم نشست و همینجور با هم از اوضاع و احوال حرف می‌زدیم. دیگه طاقت نداشتم کنار هم بودیم، احساسش میکردم، اما عین سنگ بود. می‌دونستم میخواد که من شروع کنم، آخه ترس رو تو چشم دیده بود، خیلی وارد بود. اصلاً بهش نمی‌اومد که اینقدر باتجربه باشه. خلاصه

لای باسن تا دم سوراخ پشت. منو برگردوند و زبونشو سیخ کرد و فرستاد تو کس ام. سریع بیرون کشید و دو سه تا لیس زد.. بعدش پا شد. نگاهش کردم. دیدم رنگ چشاش برگشته. با خودم گفتم همین حالاست که ازم بخواد که بذارم منو بکنه. اما چیزی نگفت. لبخندی تحویلیم داد و از زیر تخت یه قوطی آبجو درآورد و بازش کرد و آروم ریخت رو من. یخ کردم. با این شوک، سرد شدم. شروع کرد به لیسیدن کف آبجو رو تنم. خدایا اینو دیگه از کجا فرستاده بودی؟ تو خواب هم نمی دیدم یکی اینقدر به من حال بده.

خلاصه همه آثار آبجو رتو از رو تنم لیسید تا با پاهام رسید. پاهامو بهم فشار داد طوری که بسته شدن با یه حالت گودی تو وسط. همونجا دوباره آبجو ریخت. آبجو در بالای کس ام، وسط گودی پاهام کف زیادی کرده بود. شروع کرد به نوشیدن آبجو از تو گود. من فقط دستام رو روی صورتم گرفته بودم. شوکه شده بودم که یکهو شنیدم دم گوشم میگه: ببخشید، ناراحتت کردم؟ گفتم نه عشق من. فقط دارم سخته می کنم. گفت: اگه خسته شدی، برم اونور؟ گفتم خودت چی. گفت، نگران نباش. بر بعد. گفتم خیلی دوستات دارم. یه چرخ زدم و اومدم روش و بوسیدمش. گفت اگه خسته ای بخواب. گفتم حرف نباشه. دیگه طاقت نداشتم. گفتم منم باید اونو به ارگاسم برسونم.

شروع کردم به بوسیدنش. دیدم قلقلش می آید. چشاش بسته بود. یواشکی، دستاشو با سوتین از بالا بستم به تاج تختش. دیگه داشتم عشق میکردم. نمی تونست تکون بخوره. تمام لباساشو درآوردم. بعد از رو پیشونیش شروع کردم به بوسیدن و راهم رو همینطوری به پائین رو تنش ادامه دادم. تا سینه هاش که رسیدم، صداش درآمده بود. صدای قشنگش هنوز تو گوشم هست. به پاهاش که رسیدم، صداش بیشتر منو حشری میکرد. دلم میخواست از جون براش مایه بذارم. لای پاهاش که رسیدم، چشمم به کیرش افتاد که سرش کمی خیس بود. اولین بارم بود که یه کیر واقعی میدیدم. خیلی دوست داشتنی بود، اونم مال جیگر خودم. اولش بدم میومد بذارم تو دهنم اما بخاطر اون، باید اینکار رو میکردم. دلم رو زدم به دریا و زبونمو گذاشتم رو سر کیرش. دوست داشتنی تر و بامزه تر از این حرفها بود. داغ و نرم و لیز. از همه مهمتر بوی ادکلن میداد. دیویدف زده بود. بردمش تو دهنم و شروع کردم به مکیدن سر کیرش. خیلی باحال بود. چه لذتی. دیگه ترسم ریخته بود. تا اونجا که تونستم، قورتش دادم. دلم میخواست تا فرداش هم تو دهنم باشه. خلاصه هرچی تو فیلمها دیده بودم، براش پیاده کردم. بعد رفتم رو شکمش رو لیسیدن. خیس خیس بودم. کیر اون هم خیس بود. آروم کیرش را با سواخ کس ام میزان کردم و یواش برش فرود آمدم تا سر کیرش

درست دم سوراخم بود. فشار زیادی لازم نبود. اصلاً تو خودم قورتش دادم. چه لذتی، چه عشقی، چه کیفی، چه حالی، چه وعده و دیداری. چشمم را بی اختیار بستم و همزمان با هم، آهی از لذت کشیدیم. شروع کردم بالا و پائین رفتن. صعود و فرود به آسمان و ابرها. زمینی درکار نبود. چند لحظه بعد که آبش داشت می‌اومد، تکانی بخودش داد و کیرش را بیرون کشید، سرم را پائین انداختم که نگاه کنم، درست تو همین لحظه فوران اسپرمهای امیر شورت و سینه من و سینه و صورت خودش را پوشاند. لحظه خیلی دوست‌داشتنی‌ای بود که به من خیلی حال میداد. دوسال با امیر دوست بودم و بهترین تجربیات سکسی خودم را از آن سالها دارم. به دلایل مختلفی، دوسال است که ازدواج کرده‌ام اما تجربه سکس با امیر را هرگز فراموش نخواهم کرد. چون مزه سکس با امیر را در زندگی خانوادگی خود احساس نکرده‌ام. امیدوارم تجربه من و امیر، رعایت حال همدیگر، احترام به هم و خودخواه نبودن و عجله نکردن در سکس بدرد همه خوانندگان بخورد.

۶ - فرهنگ سه کافی

تعداد زیادی از دوستان در نامه‌ها و داستانهایی که ارسال میکنند میگویند که یک سه کافی هستند. یکسری از دوستان هم از ما پرسیده‌اند که یک سه کافی دارای چه خصوصیتی است؟ در زیر سعی میکنیم به این سؤال جواب دهیم.

- هر کسی چه مذکر و چه مؤنث، در هر سن و شرایط و موقعیتی و با هر اعتقاد و دین و مذهب و با هر گرایش جنسی میتواند یک سه کافی باشد.
- یک سه کافی از نیاز، تمایلات جنسی و علائق خود در این رابطه آگاهی نسبتاً کافی دارد یا تلاش می‌کند که این آگاهی را بدست آورد.
- یک سه کافی تمایل جنسی خود را (هر چه که باشد) می‌پذیرد و به قضاوت دیگران در باره نیاز و تمایل خودش، اهمیت نمی‌دهد.
- یک سه کافی در رابطه جنسی خود زورگویی، مخ‌زنی، تجاوز، دروغ و حيله بکار نمی‌برد.
- یک سه کافی ضمن پذیرش نیازهای جنسی خود، اما آن را برتر از نیاز دیگران نمی‌داند. بلکه معتقد است که نیاز هر کسی یک طور است، به اختلاف سلیقه و تمایلات جنسی متفاوت احترام می‌گذارد و از حق دگرگونه بودن افراد دفاع می‌کند.
- یک سه کافی قبل از اینکه محکوم کند، سعی بر درک کردن دارد.

- یک سه کافی ممکن است عاشق کشته و مرده باشد، یا به عشق اعتقادی نداشته باشد.
- یک سه کافی مذکر، دختر و زن را تنها یک "کس" نمی‌داند، بلکه زن را انسانی همسطح خود میداند
- یک سه کافی مؤنث هم جنس مذکر را تنها یک "کیر" نمی‌داند.
- یک سه کافی جلو زروگوئی و تحمیل عقاید دیگران در روابط جنسی خود، جلوگیری می‌کند، از استقلال فردیت خود دفاع و خود آگاهانه انتخاب میکند.
- یک سه کافی به باکره بودن دختر در شب اول عروسی اعتقادی ندارد و سعی میکند در این رابطه بحث راه بیندازد.
- یک سه کافی از اشاعه بیماریهای مقاربتی می‌پرهیزد.
- یک سه کافی مذکر، نمی‌رود با یک دختر برای "کس کردن" دوست بشود ولی برای ازدواج او را ول کند و بدنبال یک دختره باکره بگردد.
- یک سه کافی همانقدر که در روابط جنسی خود آزادی. حق انتخاب و عدم دخالت دیگران را طلب می‌کند، همین را برای دیگران از جمله خواهر و برادر خود برسمیت می‌شناسد و از دخالت در زندگی دیگران و یا قضاوت درباره دیگران، می‌پرهیزد و آن را یک کار زشت و غیر اخلاقی میداند.
- یک سه کافی، دختر خانواده را (خواهر خود را) غیرت خود حساب نمی‌کند. بلکه خواهر را یک انسان هم سطح خود میداند که مثل خودش از تمام حقوق باید برخوردار باشد. و اگر کسی به او بگوید که "ناموس تو رفته دوست پسر گرفته" جواب دهد: به تو چه. و سعی در توضیح نظرات خود داشته باشد.
- یک دختر سه کافی، به پسرهایی که افکار عقب‌مانده در رابطه با پرده بکارت و امثال اینها دارند، محل نمی‌گذارد. میگوید اول افکار خود را عوض کن، بعداً دوست میشویم.
- یک سه کافی متاهل و فرزند دار، ضمن درک نیازهای خود، دانسته‌های خود در باره مسائل جنسی را با فرزندان خود (به نسبت سن و سال آنها) در میان می‌گذارد. و آنها را تشویق به آزاد بودن و آزاد زیستن میکند.
- یک سه کافی نمی‌رود خودش سه کاف را بخواند اما خواندن سه کاف توسط دیگر افراد خانواده را ممنوع کند.
- یک دختر سه کافی، خود را یک وسیله برای ارضای نیاز جنسی مرد، حساب نمی‌کند. مرد سه کافی هم چنین افکاری ندارد.
- یک سه کافی در روابط خود با دیگران احساس مسئولیت میکند، هم مسئولیت برای

خودش و هم مسئولیت در برابر شریک جنسی خودش.
یک سه کافای بر این اعتقاد است که:
ما باید اجتماعی داشته باشیم که در آن دختر و پسر آزادانه با هم رفت و آمد داشته باشند و هیچکس دیگری نه دولت و نه خانواده‌ها و یا اطرافیان نباید در زندگی خصوصی افراد دخالت کنند.
- یک سه کافای نمی‌گوید بابا و لاش کن، این مردم و اجتماع ما آدم بشو نیستن، بلکه دست بکار میشود و آگاهی‌های جنسی خودش را با دیگران قسمت میکند.
- یک سه کافای، مثل خود سه کاف، بی تفاوت نمی‌نشیند که دیگران برایش کار انجام دهند، خود دست بکار می‌شود و برای بهتر شدن زندگی خودش و دیگران تلاش می‌کند، بحث راه می‌اندازد و.....
لای پای همه سه کافای‌ها را می‌بوسیم.

۷ - ستون پدرام

به نام آفریننده شهوت

من پدرام هستم؛ یکی از نویسندگان جدید سه کاف و تصمیم دارم از این به بعد بطور مستمر در هر شماره یک مقاله و یا داستان واقعی بنویسم.
من دارای تحصیلات عالی (لیسانس مهندسی) و جوان هستم. این توضیحات را میدهم که خوانندگان تا حدی با من آشنا شوند و مسئولیت تمام مقاله‌هایی را که می‌نویسم هم بعهد خودم خواهم گرفت.
البته در مورد مقالات خودم باید بگویم ممکن است کمی قلم من تند باشد و میدانم که سه کاف خواننده‌های مختلف و متفاوتی دارد که هر کدام عقاید خودشان را دارند و من هم به تمام این عقاید احترام می‌گذارم و (مجله سه کاف تنها یک مجله سکسی هم نیست بلکه مثل یک آموزشگاه میماند که در آن میتوان در مورد مسائل جنسی آموخت). ولی شماها هم میدانید که برای مداوای یک درد کهنه و جراحی یک غده چرکین باید درد نیشتر و چاقوی جراحی را هم تحمل کرد و برای مداوای این غده سرطانی (دیدگاه غلطی که نسبت به مسائل جنسی وجود دارد) که این آخوندهای شیطان صفت در طول هزاران سال به فرهنگ ما تحمیل کرده‌اند، باید کمی رک گویی کرد و اندکی درد را چشید.
دوستان عزیز بدانند که من جز روشن شدن حقایق و اصلاح برخی از دیدگاههای غلط و به زور تحمیل شده، قصد و منظوری ندارم. حالا برویم سر اولین مطلب من در سه کاف:

خدا - آفرینش - آمیزش جنسی (سکس)

در اول توضیح بدهم که در اینجا فرض ما بر این است که دوستانی که این مطلب را میخوانند به خدا اعتقاد دارند. (اگر دوستانی هم هستند که در این مورد با من همعقیده نیستند بهتر است از خواندن آن خودداری کنند)
ما همه قبول داریم که وجود ما انسانها توسط یک خالق آفریده شده که این آفریدگار را ما خدا می نامیم.

تمام وجود و امیال و خواسته های ما آدمها هم توسط این خالق آفریده شده. نکته جالب این است که در تمام مواردی که در وجود آدمی کشش و خواهشی قرار داده شده، در دنیا جواب و راه حل آن هم قرار داده شده است؛ همانند تشنگی و آب و یا مثل حس شهوت که در قسمت اعضا تناسلی قرار گرفته. و در خارج جنس مخالف (در مورد همجنس گرایی هم توضیح می دهم). مطمئن هستم تا اینجا قضیه را اکثر قبول داریم.

اما نکته حائز اهمیت اینجا است که چطور آب و تشنگی یک مسئله عادی است ولی شهوت و سکس بد است. مگر نه اینکه آلت تناسلی هم جزو اعضای بدن ما هستند. چرا دهن زیباست ولی آلت تناسلی (کیر، کس، کون و حتی گاهی موارد سینه و پستانهای زنان هم) زشت و کریه؟؟؟؟!!!!

آیا ارزش آنها کم است؟ نه! کم که نیست بلکه بیشتر هم هست چون بدونم آنها (آلت تناسلی) زندگی غیر ممکن است. مطمئن هستم دوستان خود به اهمیت قضیه آگاه هستند.

یک سؤال دیگر: مگر هر دو را خدا نیافریده؟! آیا خدا چیز غلطی را می آفریند؟؟!!
مگر ما خدا را بطور کامل قبول نداریم؟ پس چرا او چیزی می آفریند که اشتباه است؟؟؟
جواب این سؤال را شما فقط به خودتان بدهید.

در مورد مسئله همجنس خواهی و همجنس گرایان هم بگویم که این هم از عجائب و زیباییهای آفرینش است. چطور یک نفر به گل رز علاقه دارد اما شاید انسان دیگری نه تنها از گل رز خوش نیاید حتی ممکن است از آن متنفر هم باشد. در عالم هستی همه چیز بر حسب ضد و دوگانگی خلق شده، همانند آب و آتش و یا زن و مرد اما این دلیل کافی نیست تا ما بخواهیم همجنس گرایی را رد کنیم چون قوه همجنس خواهی با قوه دگر جنس خواهی تفاوت کامل دارد، چون افرادی که به اراده خود اقدام به انجام این کار میکنند (در اینجا بحث اجبار و یا سو استفاده جنسی مطرح نیست) رضایت کامل دارند و از این آمیزش جنسی لذت میبرند. حتی من خودم با تنی چند از این

دوستان صحبت می‌کردم. برایم جالب بود که خانمی میگفت چند سالی با مردها آمیزش جنسی داشته ولی لذت کافی نمی‌برده و الان که با یک خانم دیگر ارتباط جنسی دارد احساس راحتی و حتی آرامش بیشتری هم داره و واقعاً معنی سکس را تجربه کرده. از بحث منحرف نشویم. همانطور که گفتم هم‌جنس‌گرایی با دگرجنس‌گرایی متفاوت است و جالب اینجا است که خالق این کشش و شهوت هم خداوند است و مطمئن باشید اگر بد بود و به ضرر انسان، خدا آنرا خلق نمی‌کرد. اما در مورد اینکه چرا جالب است عرض میکنم اگر تمام مردان فقط از زنان لذت می‌بردند و بالعکس واقعاً خیلی تکراری و مسخره بود ولی خداوند با خلق این قوه شهوت هم قدرت خود را نشان داد و هم آدمهای متفاوت در سکس آفرید (همانند بقیه تفاوت‌های انسانها مثلاً اثر انگشت) و این نه تنها بد نیست (همجنس خواهی) بلکه قدرت خداوند را نشان می‌دهد. علم هم نشان داده که این کشش جنسی انتخابی نیست، بلکه تو یک سن و سالی آدم متوجه میشه که به یک جنس کشش دارد.

امیدوارم تا اینجا قانع شده باشید که سکس چیز بدی نیست و خدا هم مخالف آن نیست (دوستان مذهبی قانع شدند؟) در مورد مسئله حلال و حرام و درست و قلط که دوستان مطرح خواهند کرد در مقالات بعدی توضیح خواهم داد.

خوب اگر هم قانع نشدید یک جور دیگه بگویم؟؟

به نظر شما مهمترین و با اهمیت‌ترین فرایندی که در روی زمین روی می‌دهد چیست؟ مطمئن هستم شما دوستان فرایندهای مختلفی را نام می‌برید اما به نظر من مهمترین فعلیت و فرایند تولد یک بچه باشد. این تولد مقدس‌ترین عمل زندگی هم هست که اگر نبود این همه حرف و حدیث در مورد اولین کودک شبیه‌سازی شده به راه نمی‌افتاد. به راستی چرا بشر از تولد انسان شبیه‌سازی شده ناراحت است؟ جواب این سؤال در اینجا نمی‌گنجد اما مطمئن هستم که شما دوستان هم با من هم عقیده هستید که مقدس‌ترین کار در دنیا تولد انسان جدیدی است که همه میدانیم آغاز آن در گرو بودن یک زن و یک مرد است. (لا اقل تا حالا اینطور بوده) برای حامله شدن یک زن که مقدمه تولد کودک است یک (حداقل) آمیزش جنسی است و بدون این آمیزش و بقیه عوامل (اسپرم مرد و تخمک زن - و....) که آنها هم وابسته به سکس هستند، حامله شدن زن غیر ممکن است و تولد نوزاد هم همین‌گونه. (استثناً آدم و حوا و عیسی بن مریم به کنار)

پس می‌بینیم که بدون سکس مهمترین و مقدس‌ترین هدف آفرینش میسر نخواهد بود

پس اگر سکس یک عمل بد و ناجور بود (به صورت غلطی که متاسفانه امروز در ذهن ما ایرانیان ثبت شده، بخصوص خانواده‌های مذهبی - که گاهی سکس را وظیفه میدانند) چرا مقدس‌ترین مسئله خلقت به آن وابسته است؟؟؟؟ و بدون آن - سکس - غیر ممکن است و میتواند نسل بشر را به خطر اندازد؟؟؟
جواب این سؤال و سئوالهای دیگری که مطرح کردم را فقط به خودتان بدهید. کمی تفکر لازم است. بهتر است دیدگاهمان را به سکس و آمیزش جنسی تغییر دهیم. شاد و آزاد باشید.

۸- مطب دکتر امیر

(امیر هم به جمع نویسندگان و همکاران سه کاف درآمد. به ایشان خوش آمد می‌گوییم. از آنجا که امیر یک پزشک است اسم ستون ایشان را مطب دکتر امیر میگذاریم- سه کاف)

نقش پزشکان در سلامت روحی - روانی و جسمی جامعه و

رابطه این نقش با آموزشهای غلط

نقش پزشکان در سلامت افراد غیر قابل انکار است. حال خود کلمه سلامت شامل سه قسمت است:

۱- سلامت روحی - روانی

۲- سلامت جسمی

۳- سلامت عمومی جامعه

تا وقتی که سلامت روحی-روانی و جسمی ایجاد نشود، جامعه‌ای سالم و پویا نخواهیم داشت. در این رابطه پزشکان مسئولیت خطیری را بر عهده دارند.

در جوامع غربی این نقش برجسته است و تمام خدمات بهداشتی - درمانی را بر

عهده پزشکان گذاشته‌اند. اما در جامعه ما این نقش جا نیفتاده و هر کس (بنا به

فرهنگ خود) آموزشهایی را در مورد مسائل بهداشتی - درمانی می‌دهد. و گاه این

آموزشها نه تنها هیچ پایه و اساسی ندارند بلکه کاملاً غلط و بعضاً مشکل ساز میباشند.

حتی جوانان روشن فکر ما گاهی از این فرهنگهای غلط تبعیت میکنند، و به افرادی

که اینگونه آموزشهای غلط را ترویج کرده‌اند، کمک میکنند.

جوانان ما از مراجعه به پزشک واهمه دارند. مثلاً در جامعه این مسئله رایج است که

استمنا باعث ضعیف شدن چشم، کوتاهی قد، درد کمر و..... میشود. حال اگر فردی

(که حتی برای یکبار استمنا کرده) کمر درد بگیرد، از مراجعه به دکتر خودداری

میکند، چون می‌ترسد که علت این درد استمنا باشد و او پیش خانواده خود شرمسار

گردد. اگر این فرد به پزشک مراجعه میکرد، قطعاً پزشک به او میگفت که این کار اثر سوئی ندارد و حتی شاید برایت لازم باشد. یا مثلاً در جامعه از مشروبات الکلی فقط بعنوان یک ماده سمی و مضر یاد میشود، با وجودیکه مشروبات الکلی (البته به میزان مناسب) برای سلامت قلب و عروق بسیار بسیار مفید می باشد.

یا در جامعه ما میگویند اگر دختری قبل از ازدواج رابطه جنسی داشته باشد، بسیار بد است. درحالی که اگر کسی میل جنسی خود را سرکوب کند، قطعاً دچار مشکلات فراوانی از جهت روحی میشود. یا زنی که در رابطه جنسی اش فقط درد را تجربه میکند و هیچ لذتی نمی برد (به دلیل آموزشهای غلط)، فکر میکند که این یک مسئله طبیعی است و از مراجعه به پزشک یا مشورت با یک پزشک (در مورد مسائل جنسی) خجالت می کشد.

مثالهای زیادی از این قبیل آموزشهای غلط در دست می باشد، اما ذکر تمام اینها در اینجا کار آسانی نیست.

ما برای دست یافتن به جامعه ای سالم و دور از مشکلات جنسی و روحی، باید با همکاری پزشکان این فرهنگهای غلط و کهنه را با مطالب واقعی و علمی جایگزین کنیم. باید با کسانی که آموزشهای غلط می دهند و میل دارند انسان را از تمام لذتها دور کنند مبارزه کرد. پرچم دار این مبارزات پزشکان هستند.

پزشکان وظیفه خود را خوب می شناسند. بیائید با آنها صمیمی تر باشیم.

ما هر هفته سعی می کنیم مطالب تازه و ضروری را در این مجله به اطلاع شما برسانیم و نکاتی که برای جوانان مفید است را به آنها آموزش دهیم. امید است ما نیز مسئولیت خود را در گسترش این نکات در جامعه انجام دهید.