



# Ιστορίες ✨ από την πατρίδα

✨ Tales from home

✨ قصه هایی از وطن





## ΕΚΔΟΣΗ

ΓΕΝΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ  
Τάρα Ανσάρι Εσφαχάνι  
Μάρθα Ρούσσου

ΜΕΤΑΦΡΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΚΕΙΜΕΝΩΝ  
Τάρα Ανσάρι Εσφαχάνι  
Μάνος Καλυβιανάκης  
Μελίνα Κούμπου  
Ευαγγελία Ρούσσου  
Κατερίνα Ρούσσου

ΕΙΚΟΝΟΓΡΑΦΗΣΕΙΣ  
Sahar Ghorishi

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ  
Elfi Studios

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ – ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ  
Εριφύλη Αράπογλου – enARTE

ΕΚΤΥΠΩΣΗ  
Γ. Κωστόπουλος Γραφικές Τέχνες

ΒΙΒΛΙΟΔΕΣΙΑ  
Libro d'Oro

## PUBLICATION

EDITORS  
Tara Ansari Esfahani  
Martha Roussou

TRANSLATIONS AND EDITING  
Tara Ansari Esfahani  
Manos Kalyvianakis  
Melina Koumpou  
Evangelia Roussou  
Katerina Roussou

ILLUSTRATIONS  
Sahar Ghorishi

PHOTOGRAPHY  
Elfi Studios

DESIGN – ART SUPERVISION  
Erifili Arapoglou – enARTE

PRINTING  
G. Kostopoulos Printing

BINDING  
Libro d'Oro

## امتیاز

سرديبران نشريه  
تارا انصاری اصفهانی  
مارتا روسو

ترجمه و ویرایش  
تارا انصاری اصفهانی  
مانوس کالیویاناکیس  
ملینا کومپو  
اوانجلیا روسو  
کاترینا روسو

تصاویر  
سحر قریشی

عکاسی  
Elfi Studios

طراحی - نظارت هنری  
enARTE – آراپوگلو

چاپ کتاب  
جی. کوستوپولوس

صحافی کتاب  
Libro d'Oro

ISBN: 978-618-85842-1-1

Έκδοση και εικόνες / Publication and photographs

© 2024 International Rescue Committee

NOT FOR SALE / ΔΕΝ ΔΙΑΤΙΘΕΤΑΙ ΠΡΟΣ ΠΩΛΗΣΗ

**International Rescue Committee (IRC) Hellas**

Email: IRCHellas.Info@rescue.org

<https://eu.rescue.org/hellas-en>

**Ιστορίες ✦  
από την πατρίδα**  
✦ **Tales from home**  
✦ **قصه هایی از وطن**

## Contents

## Περιεχόμενα

## فهرست مطالب

- 7 Αντί προλόγου  
**Preface**  
مقدمه
- 11 Η International Rescue Committee (IRC) Hellas  
**About the International Rescue Committee (IRC) Hellas**  
درباره سازمان بین المللی نجات (IRC)
- 15 Σχετικά με το έργο «Εκκληση για το Αφγανιστάν» της IRC  
**About the IRC's Afghan Appeal project**  
درباره پروژه تجدید نظر افغانستان IRC
- 18 Τα εργαστήρια αφήγησης ιστοριών: Κάτω από έναν ουρανό – Παραμύθια από την πατρίδα  
**The Storytelling Workshops: Under one sky – Tales from home**  
کارگاههای داستان سرایی: زیر یک آسمان – قصه هایی از وطن
- 24 Φέρνοντας τις κοινότητες κοντά από την πρώτη μέρα  
**Bringing communities together from day one**  
گردهم آوردن جوامع از روز اول – ادغام اولیه پناهندگان
- 30 **The Boat Collective**
- 32 **ARKISTA (Arts for Kids in a stable)**

## 34

Η κασίκα και τα τρία  
κασικάρια της

**Angak, Bangak,  
and Sangak**

انگک، بنگک، و گلوله سنگک

## 40

Η χελώνα που ήθελε  
να πετάξει

**The turtle that  
wanted to fly**

لاک پشتی که می خواست پرواز کند

## 44

Το μικρό λιονταράκι

**The little lion**

شیر کوچولو

## 54

Το περήφανο Τριαντάφυλλο

**The smug rose**

گل رز مغرور





58

Το πιο γλυκό ψωμί

**The sweetest bread**

شیرین ترین نان

68

Ο θείος Νορούζ

**Uncle Nowruz**

عمو نوروز

74

Ο κύριος Φοβητσιάρης

**Mr. Scared**

آقای ترسو

86

Οι καλικάντζαροι  
και το δέντρο της Γης

**The pillar  
of the earth  
and the goblins  
(kallikantzaroi)**

ستون زمین و اجنه (کالیکانتزاروی)

90

Η γιαγιά Παγωνιά  
και η πόλη του ύπνου

**Granny Cold  
and the city  
of the sleeping**

ننه سرما و شهر خواب زده

100

Το καλό και ευγενικό παιδί

**The poor, kind child**

بچه فقیر مهربان





«Μια φορά κι έναν καιρό ζούσε στην αυλή ενός σπιτιού μια χελώνα που είχε μια μεγάλη λαχτάρα. Ήθελε να πετάξει στον ουρανό σαν τα πουλιά...»

## Αντί προλόγου

---

**ΟΙ ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΤΑ ΠΑΡΑΜΥΘΙΑ** έχουν τη μαγική δύναμη να μας συνδέουν, ανεξάρτητα από το προσωπικό μας ταξίδι. Περνάνε από γενιά σε γενιά, διατηρώντας ό,τι είναι πιο πολύτιμο για τις οικογένειες και τις κοινότητές μας, πυροδοτώντας όνειρα και συναισθήματα. Οι ιστορίες μπορούν να μας συγκινήσουν μέχρι δακρύων, να μας βοηθήσουν να κατανοήσουμε τον κόσμο και να μας επιτρέψουν να γιορτάσουμε την αγάπη και τη χαρά.

Η International Rescue Committee προσκάλεσε γυναίκες και παιδιά από το Αφγανιστάν, το Ιράν και την Ελλάδα να συναντηθούν και να μοιραστούν ιστορίες σε έναν ασφαλή χώρο αποδοχής και κατανόησης, τέχνης και παιχνιδιού. Μέρα με τη μέρα, ανακάλυψαν ότι, αυτό που μπορεί να φαίνεται «μακρινό» με την πρώτη ματιά, είναι τελικά κοντινό. Όπως λέει ένα από τα παραμύθια, «όλα στον κόσμο έχουν τις δικές τους καλές πλευρές», ακόμη και τα αγκάθια ενός τριαντάφυλλου έχουν τη δική τους ομορφιά – τα αγκάθια προστατεύουν το λουλουδί από το να το κόψουν από τον κήπο. Παρομοίως, ανεξάρτητα από την καταγωγή μας και την διαφορετικότητά μας, μπορούμε όλα μαζί να ανθίσουμε στον ίδιο κήπο.

Θα ήθελα να εκφράσω την ειλικρινή μου ευγνωμοσύνη στο Arkista (Arts for Kids in a Stable) και την The Boat Collective για τη γενναιόδωρη προσφορά του χρόνου τους ώστε να δημιουργήσουν έναν ασφαλή χώρο και να μας φιλοξενήσουν με ενέργεια και αγάπη, μοιράζοντας καλλιτεχνικές εμπειρίες με όλους/ες/α μας. Ένα ειλικρινές ευχαριστώ στις συμμετέχουσες που μας εμπιστεύτηκαν τις ιστορίες τους και δημιούργησαν τις πιο ουσιαστικές συνδέσεις που άνοιξαν το δρόμο για τη δημιουργία αυτού του βιβλίου.

Και έτσι, σας ενθαρρύνουμε θερμά να διαβάσετε αυτό το βιβλίο, αγκαλιάζοντας ιστορίες που εκτείνονται από το Αφγανιστάν μέχρι την Ελλάδα. Φέρτε αυτές τις «Ιστορίες από την πατρίδα» στις οικογένειές σας, στους συναδέλφους και τις συναδέλφισσές σας, στις κοινότητές σας, και βοηθήστε μας να συνεχίσουμε να αφηγούμαστε την ιστορία της κατανόησης και της σύνδεσης που μοιραζόμαστε όλοι κάτω από τον ίδιο ουρανό, τον ίδιο ήλιο και το ίδιο φεγγάρι.

**Δήμητρα Καλογεροπούλου**  
Διευθύντρια – International Rescue Committee Hellas

## Preface

---

“Once upon a time there lived in the yard of a country house a turtle that had a great longing. It wanted to fly in the sky like the birds..”

**STORIES AND FAIRYTALES** have the magical power to connect us, regardless of what journeys we have undertaken. They are passed down through generations, preserving what is precious for families and communities, sparking dreams and evoking emotions. Stories can move us to tears, help us make sense of the world in the darkest times, and allow us to celebrate moments of love and joy.

The International Rescue Committee invited women and children from Afghanistan, Iran, and Greece to come together and share stories in a safe space of acceptance and understanding, art and play. Day by day, they uncovered that, what may seem “far away” at first glance, is dearly similar across the world. As one of the tales goes, “everything in the world has its own good aspects,” even the thorns of a rose have their own beauty; thorns protect the flower from being picked away from the garden. Similarly, regardless of our origins and the different flowers that we are, we can all flourish together in the same garden.

I want to express my sincere gratitude to Arkista and The Boat Collective for generously offering their time to host and facilitate our safe spaces with energy and love, sharing artistic experiences with all of us. A heartfelt thank you to the participants who entrusted us with their stories and created the most meaningful connections that paved the way for the creation of this book.

And so, we warmly encourage you to read this book, embracing ancestral stories spanning from Afghanistan to Greece. Bring these “Tales from Home” to your families, colleagues, and communities, and help us continue telling the story of understanding and connectedness we all share beneath the same sky, sun, and moon.

**Dimitra Kalogeropoulou**

Director – International Rescue Committee Hellas

«روزی روزگاری در حیاط خانه‌ای روستایی لاک‌پشتی زندگی می‌کرد که اشتیاق زیادی داشت مانند پرندگان در آسمان پرواز کند.»

داستان‌ها و افسانه‌ها قدرتی جادویی دارند که می‌توانند ما را به هم وصل کنند، صرف نظر از این‌که چه سفرهایی انجام داده‌ایم، به نسل‌ها منتقل می‌شوند و آنچه را که برای خانواده‌ها و جوامع ارزشمند است حفظ می‌کنند، رویاها را جرقه می‌زنند و احساسات را برمی‌انگیزند. داستان‌ها می‌توانند چشمان ما را خیس کنند، و یا به ما کمک دهند تا دنیا را در تاریک‌ترین زمان‌ها درک کنیم، و یا اجازه دهند لحظاتی از عشق و شادی را جشن بگیریم.

کمیته‌ی بین‌المللی نجات (The International Rescue Committee) از زنان و کودکان افغانستان، ایران و یونان دعوت کرده است تا گرد هم آیند و داستان‌هایی را در فضایی امن، همراه با پذیرش، درک هنر و بازی به اشتراک بگذارند. آنها روز به روز کشف کردند چیزی که ممکن است در نگاه اول «دور» به نظر برسد، در سراسر جهان بسیار شبیه است. همانطور که یکی از داستان‌ها می‌گوید: «هر چیزی در جهان جنبه‌های خوب خود را دارد»، حتی خارهای گل سرخ نیز، زیبایی خاص خود را دارند. خارها گل را از چیدن شدن در باغ محافظت می‌کنند. به همین ترتیب، صرف نظر از منشأ و گل‌های متفاوتی که داریم، همه ما می‌توانیم با هم در یک باغ شکوفا شویم.

مایلم صمیمانه از Arkista و The Boat Collective تشکر کنم که سخاوتمندانه وقت خود را برای میزبانی و تسهیل فضاهای امن به ما اختصاص دادند، و با انرژی و عشق، تجربیات هنری‌شان به اشتراک گذاشتند. یک تشکر قلبی از شرکت‌کنندگانی که داستان‌های خود را به ما سپردند و معنی‌دارترین پیوندها را ساختند که راه را برای ایجاد این کتاب هموار کرد.

بنابراین، ما شما را به خواندن این کتاب که داستان‌های اجدادی از افغانستان تا یونان را در بر می‌گیرد تشویق می‌کنیم. این «قصه‌هایی از وطن» را به خانواده‌ها، همکاران، جوامع خود بدهید، و به ما کمک کنید تا داستان تفاهم و ارتباطی که همه ما در زیر آسمان، خورشید و ماه مشترک داریم را ادامه دهیم.

دیمیتراکالوگروپولو

مدیر سازمان – International Rescue Committee Hellas



INTERNATIONAL  
**RESCUE**  
COMMITTEE

INTERNATIONAL  
**RESCUE**  
COMMITTEE

## H International Rescue Committee (IRC) Hellas

---

Η **INTERNATIONAL RESCUE COMMITTEE (IRC)** υποστηρίζει τους ανθρώπους που πλήττονται από ανθρωπιστικές κρίσεις –συμπεριλαμβανομένης της κλιματικής κρίσης– να επιβιώσουν, να ανακάμψουν και να ξαναχτίσουν τη ζωή τους. Η IRC, που ιδρύθηκε μετά από έκκληση του Άλμπερτ Αϊνστάιν το 1933, δραστηριοποιείται σήμερα σε περισσότερες από 40 χώρες. Οι δράσεις μας έχουν μακροχρόνιο αντίκτυπο με την παροχή υγειονομικής περίθαλψης, υποστήριξης στην πρόσβαση των παιδιών στην εκπαίδευση και την ενδυνάμωση ατόμων και κοινοτήτων, επιδιώκοντας πάντα την καταπολέμηση των ανισοτήτων που αντιμετωπίζουν οι γυναίκες και τα κορίτσια.

Η IRC ξεκίνησε τη λειτουργία της στην Ελλάδα το 2015, στο νησί της Λέσβου, ως απάντηση στον άνευ προηγουμένου αριθμό προσφύγων που κατέφθαναν τότε στο νησί. Από την αρχή της δραστηριοποίησής της στην Ελλάδα, η IRC έχει παράσχει υπηρεσίες υποστήριξης και προστασίας του προσφυγικού πληθυσμού τόσο σε κέντρα φιλοξενίας, όσο και στον αστικό ιστό. Άμεσα ή σε συνεργασία με άλλους φορείς, έχουμε παράσχει στέγαση, είδη πρώτης ανάγκης, ασφαλείς μεταφορές, πρόσβαση σε νερό, εγκαταστάσεις υγιεινής και καθαριότητας, αξιόπιστες και ενημερωμένες πληροφορίες, προστασία για ευάλωτες ομάδες, ψυχική και ψυχοκοινωνική υποστήριξη, καθώς και υπηρεσίες απασχολησιμότητας σε πρόσφυγες/ισσες, αιτούντες/σες άσυλο και άλλες ευάλωτες ομάδες στην Ελλάδα.

Η ομάδα μας, απαρτιζόμενη από εξειδικευμένους επαγγελματίες στον τομέα της ανθρωπιστικής δράσης, βρίσκεται στην Αθήνα, τη Θεσσαλονίκη και τη Λέσβο, ενώ μέσω της διαδικτυακής πλατφόρμας Refugee.Info, παρέχει αξιόπιστες πληροφορίες πάνω σε θέματα που αφορούν τους πρόσφυγες σε ολόκληρη την επικράτεια. Η ομάδα συνηγορίας προβαίνει σε δράσεις για την προστασία και την προάσπιση των δικαιωμάτων των αιτούντων/ουσών άσυλο και προσφύγων/ισσών στη χώρα.

## About the International Rescue Committee (IRC) Hellas

---

**THE INTERNATIONAL RESCUE COMMITTEE (IRC)** helps people affected by humanitarian crises –including the climate crisis– to survive, recover and rebuild their lives. Founded at the call of Albert Einstein in 1933, the IRC now works in over 40 countries. We deliver lasting impact by providing health care, helping children learn, and empowering individuals and communities to become self-reliant, always with a focus on the unique needs of women and girls.

IRC Hellas started operating in Greece in 2015, on the island of Lesbos, in response to the unprecedented number of refugees arriving on the island at the time. Since the start of activities in Greece, the IRC has provided support and protection services to people living in camps and cities. Directly, or in collaboration with partners, we have provided accommodation, emergency supplies, safe transportation, access to water, sanitation and hygiene facilities, vital, reliable, and up-to-date information, protection for people with vulnerabilities, legal support, extensive child protection activities, and mental health and psychosocial support, as well as employability and integration services to refugees, asylum-seekers and other vulnerable individuals in Greece.

Our team of professionals in humanitarian response and social services is currently engaged in Athens, Thessaloniki, and the island of Lesbos, and we provide nationwide up-to-date reliable information through Refugee.Info. Our advocacy team also works to protect and uphold the rights of refugees and asylum seekers in the country.



## در باره سازمان بین المللی نجات (IRC)

IRC به افراد آسیب دیده از بحران‌های انسانی، از جمله بحران آب و هوا، کمک می‌کند تا زنده بمانند، بهبود یابند و زندگی خود را بازسازی کنند. IRC که به دعوت آلبرت اینشتین در سال ۱۹۳۳ تأسیس شد، اکنون در بیش از ۴۰ کشور جهان کار می‌کند. ما با ارائه مراقبت‌های بهداشتی، کمک به کودکان در یادگیری، و توانمندسازی افراد و جوامع برای متکی شدن به خود، همیشه با تمرکز بر نیازهای منحصر به فرد زنان و دختران، تأثیر ماندگاری را ارائه می‌کنیم. توانمند سازی افراد بویژه زنان و دختران برای متکی شدن به خود همیشه در مرکزیت کار ما قرار دارد. افراد و جوامع برای متکی شدن به خود، همیشه با تمرکز بر نیازهای منحصر به فرد زنان و دختران.

در سال ۲۰۱۵، IRC Hellas در جزیره لسبوس و در واکنش و کمک به تعداد بی‌سابقه‌ای از پناهندگان که در آن زمان به این جزیره رسیدند، فعالیت خود را در یونان آغاز کرد. از زمان شروع فعالیت در یونان، IRC خدمات حمایتی و حفاظتی را برای افراد ساکن در کمپ‌ها و شهرها ارائه کرده است. ما به طور مستقیم یا با همکاری شرکا، مسکن، لوازم اضطراری، حمل و نقل ایمن، دسترسی به آب، امکانات بهداشتی، اطلاعات حیاتی، قابل اعتماد و به روز، حفاظت از افراد آسیب پذیر، پشتیبانی قانونی گسترده ارائه کرده‌ایم. فعالیت‌های حمایت از کودکان و حمایت‌های روانی و فیزیکی، و همچنین خدمات اشتغال‌زایی و ادغام برای پناهندگان، پناهجویان و سایر افراد آسیب‌پذیر در یونان.

تیم متخصصان ما در زمینه پاسخ‌های بشردوستانه و خدمات اجتماعی، در حال حاضر در آتن، تسالونیک و در جزیره لسبوس مشغول به کار هستند و ما اطلاعات به‌روز و قابل اعتماد را در سراسر کشور از طریق Refugee.Info ارائه می‌کنیم. تیم حمایتی ما همچنین برای محافظت و حمایت از حقوق پناهندگان و پناهجویان در کشور کار می‌کند.







**ΤΟ ΕΡΓΟ «ΕΚΚΛΗΣΗ ΓΙΑ ΤΟ ΑΦΓΑΝΙΣΤΑΝ»** ξεκίνησε από την IRC ως απάντηση στις εξαιρετικά μεγάλες ανάγκες των Αφγανών παγκοσμίως, μετά την αλλαγή εξουσίας στο Αφγανιστάν τον Αύγουστο του 2021. Η συνεχιζόμενη βία, ο φόβος, η ανασφάλεια και η ανθρωπιστική κρίση εξακολουθούν να ωθούν τους/τις Αφγανούς/ές να αναζητούν ασφάλεια, προστασία και άσυλο εκτός συνόρων, μεταξύ άλλων και στην Ελλάδα. Το έργο περιλαμβάνει προγράμματα της IRC που απευθύνονται σε Αφγανές γυναίκες, άνδρες, κορίτσια και αγόρια σε παγκόσμιο επίπεδο, προκειμένου να διασφαλιστεί ότι έχουν την απαραίτητη υποστήριξη που απαιτείται για να προσαρμοστούν και να ευημερήσουν, παρά την κατάφορη ανθρωπιστική κατάσταση στη χώρα τους.

Οι αιτούντες/σες άσυλο και οι πρόσφυγες/ισσες, συμπεριλαμβανομένων των Αφγανών που καταφεύγουν στην Ελλάδα για προστασία, βρίσκονται συχνά σε δύσκολες συνθήκες κατά την άφιξή τους, καθώς αντιμετωπίζουν όχι μόνο τις συνέπειες του μακρού και συχνά επικίνδυνου ταξιδιού τους, αλλά και την πολύπλοκη διαδικασία ασύλου, τις αντικρουόμενες πληροφορίες σχετικά με τα δικαιώματά τους και την ανάγκη προσαρμογής τους σε απομακρυσμένες δομές που στεγάζονται. Στην Ελλάδα, οι δράσεις υποστήριξης των αιτούντων/σών άσυλο και των προσφύγων/ισσών μέσω του συγκεκριμένου έργου περιλαμβάνουν νομική βοήθεια, υποστήριξη για την εξεύρεση εργασίας, πρόσβαση σε αξιόπιστες και ενημερωμένες πληροφορίες μέσω του Refugee.Info, και συνηγορία για την προάσπιση των δικαιωμάτων τους και τη θετική αλλαγή στη ζωή τους. Στο πλαίσιο της συνηγορίας, η IRC δημοσίευσε δύο σχετικές εκθέσεις: «Δήλωση ΕΕ-Τουρκίας: Έξι χρόνια υπονομεύει την προστασία των προσφύγων», σε συνεργασία με άλλες επτά οργανώσεις της Κοινωνίας των Πολιτών, και «Αφγανοί και Αφγανές στην Ελλάδα: Μια ιστορία δύναμης, ανθεκτικότητας και επιβίωσης».

## Σχετικά με το έργο «Έκκληση για το Αφγανιστάν» της IRC



## About the IRC's Afghan Appeal project

---

**THE AFGHAN APPEAL PROJECT** was launched by the IRC as a response to the dire needs of Afghans globally, following the shift in power in Afghanistan in August 2021. The ongoing violence, fear, insecurity, and humanitarian crisis have consistently driven Afghans to seek safety and protection across borders, including in Greece. The Afghan Appeal project encompassed IRC programmes working with Afghan women, men, girls and boys globally, to ensure they have the necessary support required to adapt and thrive, despite the egregious humanitarian situation in their country.

Asylum seekers and refugees, including Afghans fleeing to Greece for protection, often find themselves in challenging circumstances upon arrival, dealing not only with the consequences of the long and often perilous journey, but also having to access a complicated asylum procedure, navigate conflicting information on their rights, and adjust to the isolating accommodation they are typically hosted in. In Greece, the IRC provides asylum seekers and refugees with legal aid, support to find a job, access to reliable and up-to-date information through Refugee.Info, and advocacy to uphold their rights and bring positive change to their lives. In the context of advocacy, the IRC published two relevant reports: "EU-Turkey Statement: Six years of undermining refugee protection", jointly with seven other NGOs, and the report "Afghans in Greece: A story of strength, resilience and survival".



## درباره پروژه تجدید نظر افغانستان IRC

پروژه استیناف افغان توسط IRC به عنوان پاسخی به نیازهای شدید افغان‌ها در سراسر جهان و پس از تغییر قدرت در افغانستان در ماه اوت/آگوست ۲۰۲۱ راه اندازی شد. خشونت مداوم، ترس، ناامنی و بحران بشردوستانه، مدام افغان‌ها را به دنبال یافتن امنیت و آسایش در آن سوی مرزها، از جمله در یونان سوق داده است.

پروژه افغان استیناف شامل برنامه‌های IRC بود که با زنان، مردان، دختران و پسران افغان در سطح جهان کار می‌کرد، تا اطمینان حاصل شود که آن‌ها از حمایت لازم برای سازگاری و پیشرفت، علی‌رغم وضعیت فاجعه‌بار انسانی در کشورشان برخوردار هستند.

پناهجویان و پناهندگان، از جمله افغان‌هایی که برای پناه به یونان می‌روند، اغلب در بدو ورود در شرایط چالش‌برانگیزی قرار می‌گیرند که نه تنها با عواقب سفر طولانی و اغلب خطرناک دست و پنجه نرم می‌کنند، بلکه باید در یک روند پیچیده پناهندگی و اطلاعات متناقضی که به آنها داده می‌شود به حقوق قانونی خود برسند. در یونان، فعالیت‌های حمایت از پناهجویان و پناهندگان شامل کمک حقوقی، حمایت برای یافتن شغل، دسترسی به اطلاعات معتبر و به‌روز، حمایت از حقوق خود و ایجاد تغییرات مثبت در زندگی‌شان از طریق Refugee.Info است.

در چارچوب وکالت/حمایت، IRC دو گزارش مرتبط منتشر کرد: «بیانیه اتحادیه اروپا و ترکیه: شش سال تضعیف حمایت از پناهندگان»، به طور مشترک با هفت سازمان غیردولتی دیگر، و گزارش «افغان در یونان: داستانی از قدرت، انعطاف‌پذیری و بقا».



## Τα εργαστήρια αφήγησης ιστοριών: Κάτω από έναν ουρανό – Παραμύθια από την πατρίδα



ΤΟ ΒΙΒΛΙΟ ΑΥΤΟ ΑΠΟΤΥΠΩΝΕΙ το έργο που επιτελέστηκε στο πλαίσιο του προγράμματος συνηγορίας και ένταξης της IRC, του έργου Έκκληση για το Αφγανιστάν. Στόχος του βιβλίου αυτού είναι να μοιραστεί ιστορίες από το Αφγανιστάν, το Ιράν και την Ελλάδα, αντανακλώντας τις εμπειρίες από τα τέσσερα εργαστήρια αφήγησης που έλαβαν χώρα τον Ιούνιο του 2022 στην Αθήνα: *Κάτω από έναν ουρανό – Παραμύθια από την πατρίδα* σε συνεργασία με το Arkista (Arts for Kids in a Stable) και την The Boat Collective, μια καλλιτεχνική ομάδα προσφύγων. Οι ιστορίες είναι επιμελημένες προσεκτικά, ώστε να σπάσουν τα στερεότυπα και τους παραδοσιακούς ρόλους των φύλων, καθώς και να αφαιρεθούν τυχόν επιβλαβείς αναφορές, χωρίς να αλλοιωθεί η ουσία της ιστορίας.

«Αυτά τα εργαστήρια ήταν πολύ καλά. Ελπίζω να μπορέσω να πάρω μέρος και σε άλλα εργαστήρια.» Masoumeh, συμμετέχουσα στα εργαστήρια από το Αφγανιστάν.

«Σας ευχαριστώ για την καταπληκτική πρωτοβουλία, χαίρομαι που συμμετείχα – σε μία τόσο υπέροχη μέρα και χώρο, με ωραίες δραστηριότητες και ανθρώπους! Κρατάω τις ωραίες αναμνήσεις από τις μάσκες και την ανάγνωση ιστοριών μαζί με τα παιδιά – χρειαζόμαστε περισσότερα εργαστήρια σαν αυτά!» Τζένι Κουντούρη Τσιάμη, συμμετέχουσα στα εργαστήρια από την Ελλάδα.

Τα εργαστήρια έφεραν σε επαφή γυναίκες και παιδιά από το Αφγανιστάν, το Ιράν και την Ελλάδα, προκειμένου να προωθήσουν την ειρηνική συνύπαρξη και την κοινωνική ένταξη, μέσω του διαπολιτισμικού διαλόγου και της ανταλλαγής κοινών εμπειριών. Αφγανές και Ιρανές γυναίκες με τα παιδιά τους, που διαμένουν σε απομακρυσμένες προσφυγικές δομές μακριά από τον αστικό ιστό, με περιορισμένη πρόσβαση στην κοινότητα υποδοχής, και Ελληνίδες με τα παιδιά τους, που συνήθως έχουν ελάχιστες ευκαιρίες να επικοινωνήσουν με γυναίκες και παιδιά πρόσφυγες, συναντήθηκαν για να περάσουν ποιοτικό χρόνο μεταξύ τους. Τα εργαστήρια είχαν ως στόχο να ενώσουν γυναίκες και παιδιά από διαφορετικές κουλτούρες, αναγνωρίζοντας τη δύναμή τους ως πολλαπλασιαστές της κοινωνικής αλλαγής. Ελπίζουμε οι συνδέσεις και τα μαθήματα που μοιράστηκαν οι γυναίκες και τα παιδιά, να μεταφερθούν στους δικούς τους ανθρώπους, στις οικογένειές τους και την ευρύτερη κοινωνία, ενισχύοντας μια κουλτούρα αμοιβαίας αποδοχής και αλληλεγγύης.

«Σας ευχαριστώ για την ευκαιρία που μου δώσατε να είμαι εδώ μαζί

σας και να φέρω και την κόρη μου! Ήταν μια υπέροχη μέρα, ειδικά να βλέπεις τα μικρά παιδιά να διασκεδάζουν τόσο πολύ!» Μαρία Παναγή, συμμετέχουσα στα εργαστήρια από την Ελλάδα.

«Αυτά τα εργαστήρια έδειξαν σαφώς ότι οι γυναικείες συνδέσεις αποτελούν πηγή δύναμης, ενδυνάμωσης και κατανόησης. Οι γυναίκες που συμμετείχαν δεν είχαν κοινή γλώσσα, αλλά αυτό δεν τις εμπόδισε να παίξουν, να χορέψουν και να γελάσουν μαζί, δείχνοντας το δρόμο για μια ιδανική κοινωνία.» Μάρθα Ρούσσου, σύμβουλος συνηγορίας της IRC στην Ευρώπη.

Το πρώτο μέρος των εργαστηρίων περιελάμβανε διαδραστική αφήγηση ιστοριών σε φαρσί και νταρί, και στα ελληνικά. Μέσω της αφήγησης ιστοριών από το Αφγανιστάν, την Ελλάδα και το Ιράν, οι γυναίκες και τα παιδιά μπόρεσαν να δουν πόσο παρόμοιες είναι οι ιστορίες διαφορετικών πολιτισμών. Παρότι δε μπορούσαν να κατανοήσουν πλήρως οι μεν τη γλώσσα των δε, κατάφεραν να διακρίνουν τη σημασία των ιστοριών μέσω του δικού τους πολιτισμού και κοινότητας. Η σύνδεση μέσω της αφήγησης, έδωσε τη δυνατότητα στις γυναίκες και τα παιδιά να αναγνωρίσουν κοινές αξίες και πεποιθήσεις.

«Τα εργαστήρια ήταν πραγματικά υπέροχα. Θα ήταν ακόμα καλύτερα, εάν υπήρχε χρόνος για να ειπωθούν ακόμη περισσότερες ιστορίες.» Darya, συμμετέχουσα στα εργαστήρια από το Αφγανιστάν.

Το δεύτερο μέρος των εργαστηρίων περιελάμβανε καλλιτεχνικές δραστηριότητες που ενθάρρυναν τις γυναίκες και τα παιδιά να ανασυνθέσουν μαζί στοιχεία των ιστοριών που άκουσαν, μεταξύ άλλων μέσω του χορού, της ζωγραφικής και της χειροτεχνίας. Τα εργαστήρια καλλιέργησαν έναν ασφαλή χώρο που έφερε τις κοινότητες κοντά για να μοιραστούν εμπειρίες, ιστορίες και τέχνη.

«Ήταν μια καταπληκτική εμπειρία να μοιραστούμε κάτι διαφορετικό αλλά τόσο οικείο. Περάσαμε υπέροχα ξεδιπλώνοντας τις ιστορίες, ενώ τα πάντα στο χώρο έγιναν καμβάς.» Κατερίνα Ρούσσου, χορογράφος/animateur με το Arkista.

«Αυτά τα εργαστήρια ήταν πραγματικά σημαντικά για τα παιδιά. Για τα επόμενα εργαστήρια μπορείτε να κάνετε ακόμη περισσότερες δραστηριότητες για τις γυναίκες, όπως συμβουλευτικές συνεδρίες, θα ήταν πραγματικά σημαντικό και όμορφο για εμάς.» Atefe, συμμετέχουσα στα εργαστήρια από το Αφγανιστάν.



## The Storytelling Workshops: Under one sky – Tales from home

---

**THIS BOOK CAPTURES THE WORK** done within the IRC's advocacy and integration project, "Under One Sky", under the Afghan Appeal. This book aims to share stories from Afghanistan, Iran and Greece, reflecting experiences from the four story-telling workshops hosted in June 2022, in Athens – *Under One Sky: Tales from home* – in collaboration with Arkista, Arts for Kids in a Stable, and The Boat Collective, a refugee-led art group. Some of the stories have been carefully adapted and curated to break gender stereotypes and traditional gender roles, as well as to remove any harmful references, such as references to war, without altering the essence of the story.

"These workshops were really good. I hope to be with you for other workshops too." Masoumeh, from Afghanistan, a participant in the workshops.

"Thank you for the amazing initiative, I am glad I joined – such a lovely day, space, activities and people! Nice memories of making masks and reading stories with the children – we need more of these!" Jenny Kountouri Tsiami, from Greece, a participant in the workshops.

The workshops brought together women and children from Afghanistan, Iran and Greece, to promote community building and social inclusion through the sharing of joint experiences and the power of stories. Afghan and Iranian women and children, many living in secluded refugee camps away from cities, with minimal access to connect with the host community, and Greek women and children, who usually have few opportunities to come in direct contact with refugees, came together to spend quality time with one another. The workshops aimed to unite women and children across cultures, recognising their power as multipliers of social change. The connections and lessons women and children share, are hopefully amplified across their networks, and shared with their families, and larger communities, enhancing a culture of mutual acceptance and solidarity.

"Thank you for the opportunity you gave me to be there with all of you and have my daughter as well! It was a great day, especially to see the little ones have so much fun!" Maria Panagi, from Greece, a participant in the workshops.

"These workshops clearly showed that female connections are a source of strength, empowerment and understanding. The women who participated did not share a common language but



still played, danced and laughed together, depicting what our communities should look like. Martha Roussou, IRC Senior Advocacy Advisor

The first part of the workshops included interactive storytelling in Farsi and Dari, and Greek. With tales told stemming from Afghanistan, Greece, and Iran, women and children were able to see how similar their stories are to those in other cultures. Even without the ability to fully understand each other's languages, they were able to identify the values of the stories to those from their own culture and community. Connecting through storytelling gave an avenue for women and children to recognise shared values and beliefs.

"The workshops were really great. If there had been time for even more different stories to be told it would have been good."

Darya, from Afghanistan, participant in the workshops.

The second part of the workshops included art activities that encouraged the women and children to collaboratively recreate elements of the stories they heard, including through dance, drawing and crafting. The workshops nurtured a safe space to bring communities together to share experiences, stories, and art.

"It was an amazing experience sharing something different but so familiar. We had a great time unfolding our stories while everything became a canvas." Katerina Roussou, choreographer/animateur with Arkista.

"These workshops were really great for the children. For the next workshops, you can do even more activities for women, like advice sessions, it would be great for us and beautiful!" Atefe, from Afghanistan, a participant in the workshops.







است. زنانی که شرکت کردند زبان مشترکی نداشتند اما همچنان با هم بازی می‌کردند، می‌رقصیدند و می‌خندیدند، و به تصویر می‌کشیدند که جوامع ما چگونه باید باشند.» - مارتا روسو، مشاور ارشد وکالت IRC

بخش اول این کارگاه‌ها شامل داستان‌گویی تعاملی به زبان فارسی/دری و یونانی بود. زنان و کودکان با داستان‌هایی که از افغانستان، یونان و ایران نقل می‌شدند، می‌توانستند ببینند که داستان‌هایشان چقدر شبیه داستان‌های فرهنگ دیگری است. حتی بدون توانایی درک کامل زبان یکدیگر، آن‌ها می‌توانستند ارزش‌های داستان‌ها را برای کسانی که از فرهنگ و جامعه خودشان هستند شناسایی کنند. ارتباط از طریق داستان‌سرایی راهی برای زنان و کودکان فراهم کرد تا ارزش‌ها و باورهای مشترک را بشناسند.

«کارگاه‌ها واقعا عالی بودند. اگر زمان برای بیان داستان‌های متفاوت‌تری وجود داشت، بهتر بود.» - دریا، از افغانستان، شرکت‌کننده در کارگاه‌ها.

بخش دوم این کارگاه‌ها شامل فعالیت‌های هنری بود که زنان و کودکان را تشویق می‌کرد تا عناصر داستان‌هایی را که شنیده‌اند، از جمله از طریق رقص، نقاشی و کاردستی، به طور مشترک بازآفرینی کنند. این کارگاه‌ها فضای امنی را برای گرد هم آوردن جوامع برای به اشتراک گذاشتن تجربیات، داستان‌ها و هنر ایجاد کردند. «این تجربه‌ی شگفت‌انگیزی بود که چیز متفاوت، اما بسیار آشنا را به اشتراک بگذاریم. ما در بازگو کردن داستان‌هایمان لحظات خوبی را سپری کردیم، در حالی که همه چیز به یک بوم نقاشی تبدیل شد.» - کاترینا روسو، طراح رقص/انیماتور با آرکیستا. «این کارگاه‌ها واقعا برای بچه‌ها عالی بود. برای کارگاه‌های بعدی می‌توانید فعالیت‌های بیشتری را برای زنان در نظر بگیرید، مانند جلسات مشاوره، واقعا برای ما عالی و زیبا خواهد بود.» - عاطفه، از افغانستان، شرکت‌کننده در کارگاه‌ها.

## کارگاه‌های داستان‌سرایی: زیر یک آسمان - قصه هایی از وطن

این کتاب کارآمد پروژه حمایت و ادغام "زیر یک آسمان" است که تحت پروژه "استیناف افغان" به اجرا در آمد. پروژه حمایت و ادغام IRC، «زیر یک آسمان»، تحت درخواست افغان را نشان می دهد. هدف این کتاب به اشتراک گذاشتن داستان‌هایی از افغانستان، ایران و یونان است که منعکس کننده تجربیات چهار کارگاه داستان‌سرایی است که در ژوئن ۲۰۲۲ در آتن - زیر یک آسمان: قصه‌هایی از وطن - با همکاری The Boat Collective، یک گروه هنری تحت رهبری پناهندگان و Arkista. Arts for Kids in a Stable برگزار شد. برخی از داستان‌ها با دقت اقتباس و تنظیم شده‌اند تا کلیشه‌های جنسیتی و نقش‌های جنسیتی سنتی را بشکنند و همچنین هرگونه ارجاع مضر مانند ارجاع به جنگ را بدون تغییر در اصل داستان حذف کنند.

«این کارگاه‌ها واقعاً خوب بودند. امیدوارم در کارگاه‌های دیگر نیز در کنار شما باشم.» - معصومه از افغانستان شرکت کننده در کارگاه‌ها.

«از شما برای ابتکار فوق‌العاده ممنونم، خوشحالم که به آن پیوستم. در چنین روزی، چنین فضایی، فعالیت‌ها و مردم دوست داشتنی! خاطرات خوب از ساختن ماسک‌ها و خواندن داستان با بچه‌ها، ما به این موارد بیشتر نیاز داریم!» - جنی کونتوری تسیامی، از یونان، شرکت کننده در کارگاه‌ها.

این کارگاه‌ها زنان و کودکان را از افغانستان، ایران و یونان گرد هم آوردند تا از طریق به اشتراک‌گذاری تجربیات مشترک و قدرت داستان‌ها، جامعه‌سازی و ارتباط اجتماعی را ارتقا دهند. زنان و کودکان افغان و ایرانی، که بسیاری از آن‌ها در کمپ‌های پناهندگان منزوی و دور از شهرها، با حداقل دسترسی برای برقراری ارتباط با جامعه میزبان زندگی می‌کنند، و زنان و کودکان یونانی که معمولاً فرصت کمی برای تماس مستقیم با پناهندگان دارند، گرد هم آمدند تا با هم زمانی با کیفیت سپری کنند. این کارگاه‌ها با هدف متحد کردن زنان و کودکان در همه‌ی فرهنگ‌ها، به رسمیت شناختن قدرت آن‌ها، به عنوان چند برابر کننده تغییرات اجتماعی بود. امیدواریم ارتباطات و درس‌هایی که زنان و کودکان به اشتراک می‌گذارند، در سراسر شبکه‌های آنها تقویت شود و با خانواده‌ها و جوامع بزرگ‌تر به اشتراک گذاشته شود و فرهنگ پذیرش و همبستگی متقابل را تقویت کند.

«از فرصتی که به من دادید تا در کنار همه شما باشم و دخترم را نیز داشته باشم، متشکرم! روز بسیار خوبی بود، مخصوصاً دیدن بچه‌های کوچک که بسیار سرگرم می‌شوند!» - ماریا پاناگی، از یونان، شرکت کننده در کارگاه‌ها.

این کارگاه‌ها به وضوح نشان داد که ارتباطات زنانه منبع قدرت، توانمندی و درک



## Φέρνοντας τις κοινότητες κοντά από την πρώτη μέρα

---

**Η ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΤΗΣ IRC** στην ένταξη προσφύγων/ισσών στις ΗΠΑ και σε ολόκληρη την Ευρώπη, δείχνει πόσο ζωτικής σημασίας είναι να υποστηρίζονται οι άνθρωποι για να εγκατασταθούν στις νέες κοινότητές τους από την αρχή. Αυτή η υποστήριξη πρώιμης ένταξης περιλαμβάνει μια ποικιλία υπηρεσιών, συμπεριλαμβανομένων διερμνεϊας και μαθημάτων γλώσσας, καθώς και υποστήριξη για πρόσβαση στην απασχόληση, την εκπαίδευση, την υγειονομική περίθαλψη και τη στέγαση, μεταξύ άλλων μέσω της έγκαιρης παροχής των απαραίτητων εγγράφων.

Παρότι έχουν γίνει προσπάθειες για τη βελτίωση των συνθηκών για την ένταξη των ανθρώπων που έρχονται στην Ελλάδα, ο περιορισμός και η απομόνωσή τους σε κλειστές δομές κατά την άφιξή τους εμποδίζει τις ευκαιρίες για αλληλεπίδραση με τις κοινότητες υποδοχής, την ειρηνική συνύπαρξη και ένταξη. Οι μεγάλες περίοδοι σε απομακρυσμένες δομές, παρατείνουν τον αποκλεισμό των προσφύγων/ισσών από την υπόλοιπη κοινότητα και τους/τις στιγματίζουν.

«Περίπου οι μισές γυναίκες που συμμετείχαν στα εργαστήρια αφήγησης παραμυθιών της IRC ήρθαν από την προσφυγική δομή της Μαλακάσας, περίπου μια ώρα έξω από την Αθήνα, μόνο για να πάρουν μέρος σε αυτά τα εργαστήρια. Αυτό από μόνο του υπογραμμίζει τη σημασία της παροχής ευκαιριών στις γυναίκες και τα παιδιά τους να βγουν από τις δομές και να συνδεθούν με τις τοπικές κοινότητες. Ήταν ενδυναμωτικό για τις γυναίκες από διαφορετικές κοινότητες να έρθουν μαζί και να συνδιαμορφώσουν έναν ασφαλή χώρο για συζήτηση και έκφραση, για τις ίδιες και τα παιδιά τους.»

Tara Ansari, υπεύθυνη συνηγορίας της IRC, διοργανώτρια των εργαστηρίων.



Οι πρωτοβουλίες που υποστηρίζουν την ένταξη σε πρώιμο στάδιο μπορούν να έχουν σημαντικά κοινωνικά, οικονομικά και υγειονομικά οφέλη για τους πρόσφυγες/ισσες και την ελληνική κοινωνία. Το σχέδιο δράσης της Ευρωπαϊκής Ένωσης για την ενσωμάτωση και την ένταξη (2021-2027), ένας οδικός χάρτης για την ενίσχυση της ένταξης των αιτούντων άσυλο, των προσφύγων και άλλων ατόμων με μεταναστευτικό υπόβαθρο στην Ευρώπη, υπογραμμίζει τα οφέλη των μέτρων ένταξης από το στάδιο της υποδοχής. Με το βλέμμα στο μέλλον, είναι κρίσιμο για τα νεοεισερχόμενα άτομα, τις κοινότητες υποδοχής, τις οργανώσεις της κοινωνίας των πολι-

τών, τις εθνικές και περιφερειακές κυβερνήσεις και τα θεσμικά όργανα να συνεργαστούν για τη δημιουργία συνθηκών που ευνοούν τις διασυνδέσεις μεταξύ διαφορετικών τομέων της κοινωνίας, ώστε να καταστεί δυνατή η αποτελεσματική ένταξη των προσφύγων.

«Είναι γνωστό ότι οι ιστορίες και τα παραμύθια μπορούν να γεφυρώσουν ωκεανούς, πολιτισμούς και γενιές σε όλο τον κόσμο. Σε αυτά τα εργαστήρια αφήγησης παραμυθιών, Αφγανές, Ιρανές και Ελληνίδες μαζί με τα παιδιά τους, άφησαν την πραγματικότητά τους για μερικές ώρες και βρήκαν τον κοινό τους τόπο, για να δημιουργήσουν ένα μωσαϊκό ενότητας με τις διαφορετικές εμπειρίες τους.» Μελίνα Κούμπου, υπεύθυνη συνηγορίας της IRC στην Ελλάδα, συνδιοργανώτρια των εργαστηρίων.



## Bringing communities together from day one – Early integration of refugees

---

**THE IRC'S EXPERIENCE** in supporting refugee integration in the USA and across Europe shows how vital it is that people are supported in settling into their new communities from an early stage. Such early integration support includes a variety of services, such as interpretation, language courses and support to access employment, education, health-care and housing, including through the timely provision of necessary documents.

While efforts have been made to improve conditions for the integration of newcomers in Greece, their containment and isolation in closed camps upon arrival hampers opportunities for interaction with the receiving communities, peaceful co-existence and integration. Long periods in secluded camps prolong refugees' exclusion from the rest of the community and stigmatise them.

“About half the women who participated in IRC storytelling workshops came from the refugee camp in Malakasa, about an hour outside of Athens, to join us for these workshops, highlighting the importance of providing women and their children with opportunities to leave camps and connect with local communities. It was empowering for women from different communities to come together and co-create a safe space for discussion and expression for themselves and their children.” Tara Ansari, IRC senior advocacy officer, and organiser of the workshops.

Initiatives that support early-stage integration can have considerable social, economic and health benefits for refugees and the Greek society. The European Union's Action Plan on Integration and Inclusion (2021 – 2027), a roadmap towards strengthening integration for asylum seekers, refugees, and others with migrant backgrounds in Europe, underscores the benefits of integration measures from the reception stage. Looking forward, it is critical for newcomers, receiving communities, civil society organisations, national and regional governments and institutions to cooperate in establishing conditions that foster connections amongst diverse sectors of society to enable the effective integration of refugees at an early stage.





"It's known that stories and fairytales can bridge oceans, cultures, and generations around the world. In these storytelling workshops, Afghan, Iranian and Greek women and children, left their reality for some hours and found their common ground, to create a mosaic of unity with their diverse experiences." Melina Koumpou, IRC senior advocacy officer, co-organiser of the workshops.

تقویت یکپارچگی برای پناجویان، پناهندگان و سایر افراد دارای پیشینه مهاجرت در اروپا می‌باشد، بر مزایای اقدامات یک‌پارچه‌سازی از مرحله پذیرش تاکید می‌کند.

با نگاه به آینده، برای تازه‌واردان، همکاری جوامع پذیرنده، سازمان‌های جامعه‌ی مدنی، دولت‌ها و موسسات ملی و منطقه‌ای در ایجاد شریکی که ارتباطات بین بخش‌های مختلف جامعه را تقویت و امکان ادغام موثر پناهندگان در مراحل اولیه را فراهم کند، بسیار مهم است.

«مشخص است که داستان‌ها و افسانه‌ها می‌توانند پلی بر اقیانوس فرهنگ‌ها و نسل‌ها در سراسر جهان باشد. در این کارگاه‌های داستان سرایی، زنان و کودکان افغان، ایرانی و یونانی برای ساعاتی واقعیت خود را ترک، و نقاط مشترک خود را پیدا کردند، تا با تجربیات متنوع خود موزاییکی از وحدت ایجاد کنند.» - ملینا کومپو، افسر ارشد وکالت IRC، یکی از سازمان دهندگان کارگاه‌ها.



## گرد هم آوردن جوامع از روز اول - ادغام اولیه پناهندگان

تجربه IRC در حمایت از ادغام پناهندگان در ایالات متحده و سراسر اروپا، نشان می‌دهد که چقدر حیاتی است که پناهندگان از مراحل اولیه برای اسکان در جوامع جدیدشان مورد حمایت قرار گیرند. این پشتیبانی شامل ادغام اولیه‌ی انواع خدمات از جمله ترجمه، دوره‌های زبان و پشتیبانی برای دسترسی به شغل، آموزش، مراقبت‌های بهداشتی و مسکن، از طریق ارائه به موقع اسناد لازم است.

در حالی که تلاش‌هایی برای بهبود شرایط ادغام تازه واردان در یونان انجام شده است، مهار و انزوای آن‌ها در کمپ‌های بسته به محض ورود، فرصت‌های تعامل با جوامع پذیرنده، هم‌زیستی مسالمت‌آمیز و ادغام را مختل می‌کند. دوره‌های طولانی در کمپ‌های دور، پناهندگان را از بقیه جامعه طرد و ادغام آن‌ها با جامعه را طولانی‌تر می‌کند و به آن‌ها آنگ می‌زند.

«حدود نیمی از زنانی که در کارگاه‌های داستان‌سرایی IRC شرکت کردند، از کمپ پناهندگان در مالاکاسا، حدود یک ساعت خارج از آتن آمدند، تا در این کارگاه‌ها به ما بپیوندند و بر اهمیت فراهم کردن فرصت‌هایی برای زنان و فرزندان‌شان برای ترک کمپ‌ها و ارتباط با آن‌ها تأکید کنند. جوامع محلی برای زنان از جوامع مختلف این قدرت را فراهم می‌کرد که گرد هم آیند و فضای امنی برای بحث و بیان برای خود و فرزندان‌شان ایجاد کنند.» - تارا انصاری، مسئول ارشد وکالت IRC، برگزار کننده کارگاه‌ها.

طرح‌هایی که از ادغام در مراحل اولیه حمایت می‌کنند، می‌توانند مزایای اجتماعی، اقتصادی و بهداشتی قابل توجهی برای پناهندگان و جامعه یونان داشته باشند. برنامه اقدام اتحادیه اروپا در مورد ادغام و شمول (2021-2027)، نقشه راهی به سمت





## The Boat Collective

---

Η **THE BOAT COLLECTIVE** είναι μια καλλιτεχνική ομάδα από πρόσφυγες που ξεκίνησε μέσα στον –τότε– μεγαλύτερο προσφυγικό καταυλισμό της Ευρώπης, τον καταυλισμό της Μόριας στη Λέσβο, στα τέλη του 2019. Η The Boat είναι μια συλλογικότητα, που αναδύθηκε από τις δυσκολίες που βίωσαν οι ιδρυτές της και από τις προσπάθειές τους να αναπτύξουν περιβάλλοντα κοινωνικής υποστήριξης, δημιουργικής έκφρασης και σύνδεσης, σε μια εποχή που το χρειάζονταν περισσότερο. Έκαναν το ντεμπούτο τους με το *The Boat* τον Αύγουστο του 2021, μια θεατρική παράσταση σε τέσσερα μέρη ως μέσο σύνδεσης κοινοτήτων και έκκλησης για ανθρωπιά και ισότητα.

Τον Οκτώβριο του 2022, η θεατρική ομάδα μετατράπηκε σε μια συλλογικότητα την οποία μπορούν να χρησιμοποιούν δωρεάν όλοι οι καλλιτέχνες και όσοι θέλουν να συνεισφέρουν στην κοινωνία μέσω της τέχνης. Η The Boat Collective καλωσορίζει όλον τον κόσμο στην Αθήνα και σύντομα θα ανοίξουν και παραρτήματα του κέντρου τέχνης «The Boat» στο νησί της Λέσβου και στο Βερολίνο. Ο σκοπός αυτών των χώρων είναι να αποτελέσουν ένα μέσο αλληλοϋποστήριξης και ενίσχυσης διαπροσωπικών δεξιοτήτων και αυτοεκτίμησης.



**THE BOAT COLLECTIVE** is a refugee-led art group started in Europe's largest refugee camp at the time, Moria, on the island of Lesbos, Greece at the end of 2019. The Boat is a grassroots collective, emerging from the difficulties experienced by the founding members and their efforts to develop environments for social support, creative expression, and connection at a time they needed it the most. Their first performance was *The Boat* in August 2021 using a four-part theater production as a medium for uniting communities and calling for humanity and equality.

In October 2022, this theater group became a collective that all artists and those who want to participate in society with art can use for free. The Boat Collective welcomes everyone in Athens, whilst other branches of The Boat art center will open on the island of Lesbos Island and Berlin soon. The purpose of these places is a way for people to help themselves and others by increasing their self-confidence.

## یک گروه The Boat Collective

هنری به رهبری پناهندگان است که در بزرگترین و غیرانسانی ترین اردوگاه پناهندگان اروپا، اردوگاه موریا، در جزیره لسبوس، یونان در پایان سال ۲۰۱۹ شروع به کار کرد. *The Boat* یک گروه مردمی است که از مشکلاتی که تجربه کرده‌اند و تلاش برای پیشرفت پدید آمده است. گروهی است برای حمایت اجتماعی، بیان خلاقانه و ارتباط در زمانی که ما بیش از همه به آن نیاز داشتیم. ما اولین اجرای خود را با نام *The Boat* در آگوست ۲۰۲۱ با استفاده از یک اجرای تئاتر چهار قسمتی به عنوان پیامی برای متحد کردن جامعه و دعوت به انسانیت و برابری اجرا کردیم این گروه تئاتر در اکتبر ۲۰۲۲ به گروهی تبدیل شد که همه هنرمندان و کسانی که می‌خواهند با هنر در جامعه حضور داشته باشند می‌توانند به صورت رایگان از آن استفاده کنند. گروه *Boat* از همه در آتن استقبال می‌کند و به زودی شعبه‌های دیگر مرکز هنری *Boat* در جزیره لسبوس و برلین افتتاح می‌شود. هدف این مراکز هنری این است که با کمک هم به افزایش اعتماد به نفس خودمان و دیگران یاری برسانیم.



وب سایت / ιστοσελίδα / Website  
<https://www.theboatcollective.org>

اینستاگرام و فیس بوک / Instagram and Facebook  
**theboat\_collective**

ایمیل / Email  
[theboattheater@gmail.com](mailto:theboattheater@gmail.com)

## ARKISTA (Arts for Kids in a Stable)

---

ΤΟ ARKISTA ΤΟ ΟΡΑΜΑΤΙΣΤΗΚΕ και το ζωντάνεψε η αρχιτεκτόνισσα Ιωάννα Πρίφτη. Συνοδοιπόρος της η χορογράφος/κινησιολόγος Κατερίνα Ρούσσου.

Η σκέψη πίσω από το Arkista είναι να έρθουν τα παιδιά σε επαφή με τις τέχνες, τον χώρο, τις διαστάσεις του και την κίνηση και να κατανοήσουν πώς το εικαστικό κομμάτι μπορεί να συνδεθεί με τον χώρο και την κίνηση. Μέσα από βιωματικά αυτοτελή εργαστήρια τα παιδιά μαθαίνουν τον εαυτό τους και τους γύρω τους και προσπαθούν να απαντήσουν σε ερωτήματα όπως: Πώς μια γραμμή έχει συναίσθημα; Πώς το διαφορετικό είναι το ίδιο;

Στα εργαστήρια τα παιδιά πειραματίζονται χρησιμοποιώντας διάφορα υλικά και διαφορετικές μορφές τέχνης ταυτόχρονα, βασισμένα στο έργο ενός καλλιτέχνη, στην αρχιτεκτονική μια πόλης ή και ακόμη στην παράδοση και τα παραμύθια ενός λαού. Η τέχνη είναι κοινό σημείο προσέγγισης σε όλο τον κόσμο και ταυτόχρονα τελείως διαφορετική από μέρος σε μέρος.

Το φωτογραφικό υλικό και η βιντεοσκόπηση των εργαστηρίων του Arkista είναι του Elfi Studio, που αποτυπώνει με αγάπη και μεράκι την κάθε στιγμή.



**ARKISTA WAS ENVISIONED** and brought to life by the architect Ioanna Prifti. Her fellow companion is the choreographer/animateur Katerina Roussou.

The philosophy of Arkista is to get children in touch with the arts, space – its dimensions and movement – and to understand how the visual piece can be connected with space and movement. Through experiential independent workshops, children learn about themselves and those around them, and try to answer questions such as: How does a line have an emotion? How is different the same?

In the workshops the children experiment using various materials and different art forms at the same time, based on the work of an artist, the architecture of a city or even the tradition and tales of a country. Art is a common point of approach throughout the world and at the same time completely different from place to place.

The photography and video footage of the Arkista workshops is by Elfi Studio, which captures every moment with love and passion.

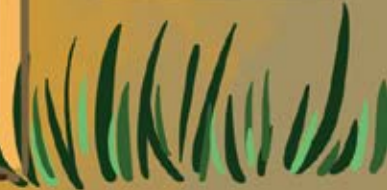


پروژه **Arkista** توسط ارشیتکت ایونا پریفیتی و با همکاری کاترینا روسو هنرمند و انیماتور طراحی و به اجرا گذاشته شده است.  
فلسفه آرکیستا این است که کودکان را با هنر و ابعاد و حرکت فضای اطراف آنها در ارتباط قرار دهد و درک کنند که چگونه می توان قطعه بصری را با فضا اطراف خود و حرکت در آن مرتبط کرد. کودکان از طریق کارگاه های مستقل تجربی، با خود و اطرافیان خود را آشنا می شوند و می آموزند به سؤالاتی مثل «چگونه یک خط دارای احساس است؟» یا «چگونه متفاوت است یا یکسان؟» پاسخ دهند. در کارگاه ها، کودکان با استفاده از مواد مختلف و اشکال مختلف هنری به طور همزمان، بر اساس کار یک هنرمند یا معماری یک شهر یا حتی سنت و داستان های یک کشور، می آموزند که هنر یک رویکرد مشترک در سراسر جهان است و در عین حال از مکانی به مکان دیگر میتواند کاملاً متفاوت باشد.  
فیلمبرداری کارگاه های آرکیستا توسط استودیو الفی می باشد. دیمیترا پاولاکی و میکالیس چیوتاگاکوس پشت دوربین هر لحظه را با عشق و علاقه ثبت می کنند.

فیس بوک / Facebook  
**arkista.art**

اینستاگرام / Instagram  
**arkista\_art**

ایمیل / Email  
**arkista.art@gmail.com**



# Η κατοίκα και τα τρία κατσικάκια της

## Angak, Bangak, and Sangak

**M**ια φορά και έναν καιρό ήταν μια κατοίκα που είχε τρία κατσικάκια: τον Άνγκακ, τον Μπάνγκακ και τον Σάνγκακ. Μια μέρα η κυρία Κατοίκα έφυγε για να βρει φαγητό και είπε στα μικρά της:

«Τώρα που φεύγω, πρέπει να είστε πολύ προσεκτικά, μην ανοίξετε σε κανέναν αν δεν σιγουρευτείτε ότι είμαι εγώ!»

Ο Άνγκακ και ο Μπάνγκακ υποσχέθηκαν στη μητέρα τους να μην ανοίξουν την πόρτα σε κανέναν και ο Σάνγκακ συμφώνησε. Δεν πέρασε πολλή ώρα, όταν ακούστηκε ένα χτύπημα στην πόρτα.

«Ποιος είναι;» ρώτησαν τα δυο μεγαλύτερα κατσικάκια.

Άκουσαν μια φωνή να τους λέει: «Είμαι η μαμά σας, η Κατοίκα!»

Ο Άνγκακ και ο Μπάνγκακ φώναξαν «Όχι, δεν είσαι η μαμά μας, δεν ανοίγουμε την πόρτα. Είσαι ο λύκος.»

Ο μικρός Σάνγκακ όμως έβαλε τα κλάμματα, δεν άκουσε τα αδέρφια του και άνοιξε την πόρτα γιατί πίστεψε πως ήταν η μαμά τους. Ο λύκος μπήκε μέσα στο σπίτι και έφαγε και τα τρία κατσικάκια.

Όταν η κυρία Κατοίκα γύρισε σπίτι, βλέπει την πόρτα ανοιχτή, κι άρχισε να ψάχνει για τα κατσικάκια της αλλά δεν τα έβρισκε πουθενά. Την έπιασε μαύρη στενοχώρια. Μια και δυο πάει στο σπίτι του λύκου και χτυπά την πόρτα του δυνατά.

## انگک، بنگک، و گلوله سنگک

یک بزک بود. نام او بزک چینی بود. او سه چوپه داشت انگک، بنگک، کولوله سنگک. یک روز پیش از اینکه بزک از خانه بخاطر آوردن غذا برای چوپه هایش بیرون برود، به چوپه های خود گفت:

بزک چینی: «شما باید بسیار متوجه باشید، قبل از اینکه شما کاملاً مطمئن نشوید که من استم، دروازه را به کسی باز نکنید!»

انگک و بنگک به مادر خود وعده دادند که دروازه را به کسی باز نکنند، و کولوله سنگک هم قبول کرد. ناگهان کسی به دروازه ترقس زد. انگک و بنگک: «کیستی تو؟»

گرگ: «من بزک استم، مادر شما!»  
انگک و بنگک: «نی تو مادر ما نیستی، ما دروازه را باز نمیکنیم.»

تو گرگ غضبناک استی. تنها کولوله سنگک فکرمیکرد که مادرش است. او گریه میکرد (صدای گریستن)، بدون اینکه از خواهر و برادر خود چیزی بشنود دروازه را باز نمود. (صدای باز نمودن دروازه) گرگ به

«Ποιος είσαι εσύ που την πόρτα μου βροντάς δυνατά; Κακό να βρει όποιον στο σπίτι μου θέλει να μπει» φώναξε θυμωμένα ο λύκος.

«Είμαι η Κασίκα με τα κέρατα τα δυο. Έφαγες τα κατσικάκια μου. Δως τα μου πίσω λύκε!»

«Ναι, τα έφαγα, αλλά δεν θα στα δώσω πίσω. Αν τα θες πίσω, πρέπει να παλέψεις μαζί μου.»

Η κυρία Κασίκα άρχισε να καθαριέται τον λύκο κι έφυγε από το σπίτι του στενοχωρημένη. Στο δρόμο συνάντησε τον κουρέα που τη ρώτησε γιατί είναι τόσο αναστατωμένη. Η κυρία Κασίκα του είπε τον πόνο της και ο κουρέας της είπε πως αν θέλει να νικήσει τον λύκο εύκολα, πρέπει να ακονίσει καλά τα κέρατά της. Η Κασίκα ξαναπήγε στο σπίτι του λύκου και του ζήτησε ξανά να της δώσει πίσω τα κατσικάκια της, αλλά ο λύκος θύμωσε ακόμη πιο πολύ και την έδωξε ξανά. Τότε η Κασίκα του είπε πως δέχεται την πρόκλησή του να παλέψουν.

«Θα πάω στον κουρέα να του δώσω γάλα και τυρί, θα μου ακονίσει τα κέρατα και τότε θα παλέψουμε!»

Μια και δυο, η κυρία Κασίκα πήγε τυράκι και γαλατάκι στον κουρέα κι αυτός την ευχαρίστησε και της ακόνισε πολύ καλά τα κέρατα. Ο Λύκος φοβήθηκε και πήγε και αυτός στον κουρέα.

«Μπρος ακόνισε μου τα δόντια τώρα» του είπε άγρια. Ο κουρέας θύμωσε με τους κακούς τρόπους του λύκου, αλλά δεν το έδειξε. Αντί όμως να του ακονίσει τα δόντια, του τα βγάζει όλα με την τανάλια και στη θέση τους βάζει μπάλες από βαμβάκι.

Άρχισε λοιπόν η μάχη του λύκου με την κυρία Κασίκα. Όρμησε ο λύκος με τη φοβερή του μουσούδα, άνοιξε το στόμα του να την κάνει μια χασιά, έπεσαν τα βαμβάκια από το στόμα του κι έμεινε φαφούτης! Όρμησε τότε η κυρία Κασίκα, έκοψε την

κοιλιά του λύκου με τα ακονισμένα κέρατά της κι έβγαλε τα κατσακάρια της από μέσα. Με το που βγήκαν όλα έξω, ρίχτηκαν στην αγκαλιά της μαμάς τους. Ο μικρός Σάνγκκακ υποσχέθηκε στη μαμά Κατσίκα ότι από εδώ και πέρα όταν θα λείπει από το σπίτι θα ακούει τα μεγαλύτερα αδέρφια του. Κι έζησαν αυτοί καλά κι εμείς καλύτερα.



داخل آمد و هر سه را خورد.  
وقتیکه بزک به خانه برگشت، دید  
دروازه باز است. اوشروع به پالیدن  
چوپه ها یش نمود، آنها را نیافت. و  
بسیار غمگین شد. او به خانه گرگ  
رفت و به دروازه ترقس زد ( صدای  
ترقس زدن دروازه).

گرگ (خشمگین): «کیستی سر بام  
لرزانک من، خاک ریختاندی سر آش  
مهمانک من»

بزک (قهر آمیز): «من استم بزک  
چینی دو شاخ دارم بالای بینی. تو  
انگک، بنگک و کلوله سنگک را  
خورده یی. آنها را دوباره بمن پس  
بده!»

گرگ: «بلی من آنها را خورده ام و اما  
آنها را دوباره پس نمیدهم. تو باید با  
من بجنگی، هرگاه تو چوپه هایت را  
میخواهی داشته باشی!»

– بز: «چرا اینقدر بدی؟ او ابزار  
ناراحتی کرد

آرایشگاه: «چرا تو اینقدر جیگر خون  
استی؟»

او از نا خوشی خویش حکایت نمود.  
آرایشگاه برایش تسلی داد، و برایش  
گفت که شاخ هایت را تیز کن. بعداً  
بزک دوباره بطرف گرگ رفت و ترقس  
زد.

گرگ خشمگین: «کیستی سر بام  
لرزانک من، خاک ریختاندی سر آش  
مهمانک من؟»

بزک (قهر آمیز): «من استم بزک چینی  
دو شاخ دارم بالای بینی. تو انگک،  
بنگک و کلوله سنگک را خورده یی.  
آنها را دوباره بمن پس بده!»

گرگ: «بلی من آنها را خورده ام و اما



Once upon a time there was a goat. Her name was Chinese Goat. She had three babies: Angak, Bangak, and Sangak. One day, before Ms. Goat left the house to bring food for her babies, she said to them:

— Ms. Goat: “You must be very careful, do not open the door to anyone before you are absolutely sure that it’s me!”

Angak and Bangak promised their mother not to open the door to anyone, and Sangak agreed.

Suddenly someone knocked on the door.

— Angak and Bangak: “Who are you?”

— Wolf: “I am the Goat, your mother!”

— Angak and Bangak: “No, you are not our mother, we will not open the door. You are an angry wolf.”

Only little Sangak thought it was his mother. He started to cry and, without listening to his siblings, he opened the door. The wolf came in and ate all three baby goats.

When Ms. Goat returned home, she saw the door open. She started to look for the babies but did not find them. And she became incredibly sad. She went to the wolf’s house and knocked on the door.

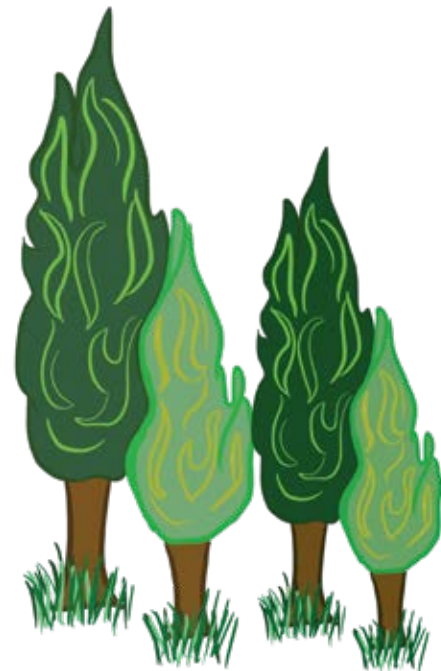
— Wolf: “Who are you, trembling my roof? Harm upon whomever wants to be my guest.”

— Ms. Goat: “I am a Chinese Goat with two horns. You have eaten Angak, Bangak and Sangak. Give them back to me!”

— Wolf: “Yes, I ate them, but I will not give them back. You have to fight me to get your babies!”

— Ms. Goat: “Why are you so evil?”

Ms. Goat left the wolf’s house very sad. On her way, she met the hairdresser who asked her why she was so frustrated. Ms. Goat explained what had happened and the hairdresser comforted her and told her she could beat the wolf if she sharpened her horns.



Later, Ms. Goat went to the wolf again and knocked on the door.

— Wolf: “Who are you, trembling my roof? Harm upon whom-ever wants to be my guest.”

— Ms. Goat (angry): “I am a Chinese Goat with two horns. You have eaten Angak, Bangak and Sangak. Give them back to me!”

— Wolf: “Yes, I ate them, but I will not give them back. You have to fight me to get your babies!”

— Goat: “I am ready to fight you. I will go to the village hair-dresser to sharpen my horns. I will give him cheese and butter as a gift.”

Ms. Goat went to the hairdresser. He sharpened her horns well and thanked her for the cheese and butter. Ms. Goat also thanked him for his services. The wolf then got scared and went to the hairdresser as well.

— Wolf: “Sharpen my teeth now!” he shouted at the hairdresser. The hairdresser got very angry with the wolf’s bad manners but did not show it. He pulled all the wolf’s teeth with his pliers and put cotton balls in his mouth instead.

The fight between Ms. Goat and the wolf started. The wolf tried to attack Ms. Goat but when it opens its big mouth, all its teeth fell out of his mouth and it was left completely toothless! Then Ms. Goat cuts the wolf’s belly open with her horns and pulls her babies out. They all come out and hug their mother. Little Sangak promises his mother that from now on, if she is not home, he will listen to his older siblings.

And they lived happily ever after.

آنها را دوباره پس نمیدهم. تو باید با من بجنگی، هرگاه تو چوپه هایت را میخواهی داشته باشی!» بزک: «من حاضرم باتو بجنگم. من نزد دلاک قریه میروم، تا اینکه شاخهای خود را تیز کنم. من برای او پنیر و مسکه میدهم.» بزک رفت نزد آرایشگاه. او شاخ هایش را خوب تیز نمود و از پنیر و مسکه تشکر نمود. بزک نیز از خدمات او تشکر نمود. گرگ هم از محصولات خویش چیزی طور تحفه برای دلاک با خود میاورد، و در اینجاست که دلاک بسیار قهر میشود و تمام دندانهای گرگ را با انبور خود میکشد و بجایش پخته میگذارد. زمانیکه گرگ با پوز کلان خویش بالای بزک حمله میکند و میخواهد آنرا بخورد در این حال همه دندانهایش از پوزش پائین ریخته و آنگاه بزک با شاخ هایش شکم گرگ را میدرد و چوپه هایش را از شکم گرگ میکشد و آزاد میسازد. همه آنها بیرون میآیند و خود را به گردن مادر شان می اندازند. کلوله سنگک به مادرش وعده میدهد که از این به بعد اگر مادرش بخانه نباشد از خواهر و برادر بزرگ خود بشنود و به گفته آنها عمل نماید. بعداً آنها همه خوشحال شدند.



# Η χελώνα που ήθελε να πετάξει

## The turtle that wanted to fly

**Μ**ια φορά κι έναν καιρό σε ένα χωριό, στην αυλή ενός σπιτιού ζούσε μια χελώνα, που είχε έναν μεγάλο καμμό. Ήθελε να πετάξει στον ουρανό όπως τα πουλιά.

«Τι κατάρρα είναι αυτή!» έλεγε κάθε τόσο αναστενάζοντας. «Σέρνω μέρα και νύχτα αυτό το βαρύ καβούκι και είμαι καρφωμένη πάνω στη γη. Αχ, να ήμουνα κι εγώ ένα πουλάκι, να είχα φτερά και να πετούσα! Πώς ζηλεύω τις πάπιες της αυλής που, όταν θέλουν, πετούν και βλέπουν τον κόσμο από ψηλά.»

Μια μέρα δυο πάπιες την άκουσαν που παραπονιόταν και τη λυπήθηκαν.

«Θέλεις στα αλήθεια να πετάξεις, κυρα-χελώνα;» τη ρώτησαν.

«Αν θέλω;» απάντησε η χελώνα. «Αυτό είναι το μεγαλύτερό μου όνειρο. Ας πετάξω μια φορά κι ας πεθάνω μετά! Που λέει ο λόγος! Αλλά, πώς;»

«Υπάρχει ένας τρόπος» της είπε η μια πάπια. «Θα δαγκώσεις σφικτά αυτό το ξύλο, εγώ και η αδελφή μου θα πιάσουμε με τα ράμφη μας τις δυο άκρες και... θα σε πάρουμε μαζί μας.»

«Ναι, ναι!» φώναξε ενθουσιασμένη η χελώνα. «Ωραία ιδέα! Εμπρός, ας μην αργούμε!»

Και δάγκωσε αμέσως το ξύλο. Το έπιασαν και οι πάπιες με τα ράμφη τους, τίναξαν τα φτερά τους και πέταξαν ψηλά, κουβαλώντας τη χελώνα μαζί τους.

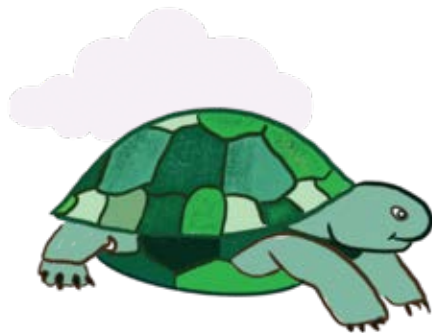
## لاک پشتی که می خواست پرواز کند

یکی بود یکی نبود. روزی روزگاری در حیاط خانه ای روستایی لاک پشتی زندگی می کرد که اشتیاق زیادی داشت که مانند پرندهگان در آسمان پرواز کند.

– «چه سرنوشت بدی!» هر از چند گاهی آهی می کشید. «شب و روز این لاک سنگین را می کشم و به زمین میخکوب شده ام. آه، اگر من پرنده کوچکی بودم، اگر بال داشتم و می توانستم پرواز کنم! چقدر به اردک های حیاط خلوت غبطه می خورم که وقتی می خواهند پرواز می کنند و دنیا را از بالا تماشا می کنند.»

یک روز دو اردک شکایت او را شنیدند و به او رحم کردند. از او پرسیدند: – «واقعاً می خواهی پرواز کنی، لاک پشت خانم؟» – «من؟ این بزرگترین آرزوی من است. به قول معروف یکبار پرواز کنی و بعد بمیری! اما چگونه؟» لاک پشت پاسخ داد. – «راهی هست، تو این چوب را

Το πόσο χαιρόταν η χελώνα δεν λέγεται! Τι όμορφα ήταν εδώ ψηλά! Επιτέλους είχε πραγματοποιήσει το μεγάλο της όνειρο! Πετούσε! Όμως, μέθυσε τόσο πολύ από τη χαρά της και για μια στιγμή πίστεψε ότι θα μπορούσε να πετάξει και μόνη της! Έτσι, η κουτή άφησε το ξύλο που κρατούσε με τα δόντια της και καθώς δεν είχε φτερά, έπεσε στη γη και χάθηκε...



Once upon a time there lived in the yard of a country house a turtle that had a great longing. It wanted to fly in the sky like the birds.

— “What a curse!” it would say every now and then, sighing. “I drag this heavy shell day and night, and I am nailed to the earth. Oh, if I were a little bird, if I had wings and could fly! How I envy the backyard ducks who can fly and watch the world from above when they want to.”

One day two ducks heard the turtle’s complaint and took pity on it.

— “Do you really want to fly, turtle?” they asked.

— “Do I? That is my greatest dream. To fly once and then die, as the saying goes. But how?” replied the turtle.

— “There is a way. You bite down hard on this stick, and my sister and I will grab both ends with our beaks and... take you with us,” the duck told her.

— “Yes, yes! Good idea! Come on, let’s not be long!” cried the turtle excitedly.

And it hurried to bite the stick. The ducks caught it with their beaks, spread their wings and flew up, carrying the turtle with them.

How happy the turtle was, there’s no words for it! How beautiful it was up here! At last, it had realised its great dream! It was flying!

But the turtle was so intoxicated with joy that for a moment it thought it could fly by itself! So, the silly girl let go of the stick it was holding with her teeth and, of course, without wings, it fell to the earth and perished...

محکم با دندان می گیری، من و خواهرم هر دو سر را با منقارمان می گیریم و... شما را با خودمان می بریم.» اردک به او گفت.  
— «بله بله! ایده خوبی است! بیا زود باش که فرصتی از دست ندهیم.»  
لاک پشت با هیجان گریه کرد.  
چوب را به دندان گرفت. اردک ها آن دو سر چوب را با منقار خود گرفتند، بال های خود را تکان دادند و به پرواز درآمدند و لاک پشت را با خود به هوا بردند.  
لاک پشت خانم آنقدر خوشحال بود که حد ندارد! چقدر اینج قشنگ است. بالاخره به آرزوی بزرگش رسید و داشت پرواز می کرد.  
سرمست از لذت پرواز یک لحظه فکر کرد خودش می تواند پرواز کند! بنابراین دختر نادان چوبی را که با دندان گرفته بود رها کرد و البته با وزن زیادش به زمین افتاد و ناپدید شد...





# Το μικρό λιονταράκι

## The little lion

**Κ**άτω από τον μπλε ουρανό ήταν ξαπλωμένο ένα μικρό λιονταράκι. Ήταν πολύ κουρασμένο, αλλά ό,τι κι αν έκανε δεν μπορούσε να κοιμηθεί. Πήγε λοιπόν στον φίλο του

το ελεφαντάκι και του είπε:

– Γεια σου ελεφαντάκι.

– Γεια σου λιονταράκι.

– Είμαι τόσο πολύ κουρασμένο, είναι η ώρα μου να κοιμηθώ, αλλά ό,τι και να κάνω δεν μπορώ, μπορείς να με μάθεις πώς να κοιμάμαι;

– Λοιπόν, για να σε πάρει ο ύπνος πρέπει να πας σπίτι σου και να βάλεις το κεφάλι σου στο μαξιλάρι για να κοιμηθείς.

Το λιονταράκι ευχαρίστησε το φίλο του, τον χαιρέτησε και πήγε στο δωμάτιό του κι έβαλε το κεφάλι του στο μαξιλάρι για να κοιμηθεί. Γύρισε από τη μια, γύρισε από την άλλη, αλλά πάλι δεν τα κατάφερε να κοιμηθεί.

Σηκώθηκε από το κρεβάτι του και πάει στη φίλη του τη μικρή καμηλοπάρδαλη.

– Γεια σου μικρή καμηλοπάρδαλη.

– Γεια σου λιονταράκι.

– Είμαι τόσο πολύ κουρασμένο, είναι η ώρα μου να κοιμηθώ, αλλά ό,τι και να κάνω δεν μπορώ, μπορείς να με μάθεις πώς να κοιμάμαι;

– Όταν θέλεις να κοιμηθείς, βάζεις το κεφάλι σου στο μαξιλάρι;

– Ναι, μικρή καμηλοπάρδαλη, το έβαλα αλλά δεν με πήρε ο ύπνος.

## شیر کوچولو

یکی بود یکی نبود. زیر گنبد کبود،  
یه شیر کوچولو بود. شیر کوچولو  
خیلی خسته شده بود ولی هر کاری  
می کرد نمی تونست بخوابه.

به خاطر همین رفت پیش دوستش  
فیل کوچولو و گفت:

– «سلام فیل کوچولو.»

– «سلام شیر کوچولو.»

– «من خیلی خوابم میاد، الان هم  
وقت خوابه، ولی هر کاری می کنم  
نمی تونم بخوابم، می تونی بهم یاد  
بدی چه جور باید بخوابم؟»

– «خب برا اینکه خوابت بیره، باید  
بری خونتون و سرت رو بذاری روی  
بالشت تا خوابت بیره.»

شیر کوچولو از دوستش تشکر  
کرد و بعد خداحافظی کرد و رفت  
خونشون تا سرش رو بذاره روی  
بالش و بخوابه.

رفت توی اتاقش و سرش رو گذاشت  
روی بالشتش، از این ور شد، از اون  
ور شد، ولی هر کاری کرد  
خوابش نبرد.

به خاطر همین از جاش بلند شد و  
رفت پیش دوستش زرافه کوچولو و  
بهش گفت:

– «سلام زرافه کوچولو.»

– «سلام شیر کوچولو.»



— Χμ! Λοιπόν, να δω... όταν έβαλες το κεφάλι σου στο μαξιλάρι, έκλεισες τα μάτια σου;

— Όχι.

— Λοιπόν, αν θέλεις να κοιμηθείς πρέπει να κλείσεις και τα μάτια σου. Το λιονταράκι ευχαρίστησε τη φίλη του, τη χαιρέτησε και πήγε στο δωμάτιό του. Έβαλε το κεφάλι του στο μαξιλάρι για να κοιμηθεί κι έκλεισε τα μάτια. Γύρισε από τη μια, γύρισε από την άλλη, αλλά πάλι δεν τα κατάφερε να κοιμηθεί.

Σηκώθηκε από το κρεβάτι του και πήγε στον φίλο του το αρκουδάκι.

— Γεια σου αρκουδάκι.

— Γεια σου λιονταράκι.

— Είμαι τόσο πολύ κουρασμένο, είναι η ώρα μου να κοιμηθώ, αλλά δεν με παίρνει ο ύπνος ό,τι και να κάνω, Μπορείς να με μάθεις πώς να κοιμάμαι;

— Ναι, καλό μου, για να δούμε... έβαλες το κεφάλι σου στο μαξιλάρι για να σε πάρει ο ύπνος;

— Ναι, το έκανα.

— Δηλαδή έκλεισες και τα μάτια;

— Ναι, το έκανα. Αλλά ό,τι και να έκανα, δεν μπορούσα να κοιμηθώ.

— Λοιπόν, πες μου, σκέφτηκες ότι κοιμάσαι όταν έκλεισες τα μάτια σου;

— Όχι, πώς να σκεφτώ ότι κοιμάμαι;

— Είναι πολύ εύκολο, σκέψου μόνο ότι ονειρεύεσαι πως εσύ και όλοι οι φίλοι σου κοιμούνται τώρα. Με αυτό τον τρόπο θα κοιμηθείς γρήγορα.

Το λιονταράκι ευχαρίστησε τον φίλο του, τον χαιρέτησε και πήγε στο δωμάτιό του. Έβαλε το κεφάλι του στο μαξιλάρι για να κοιμηθεί, έκλεισε τα μάτια του και σκέφτηκε πως ονειρεύεται ότι όλοι κοιμούνται. Γύρισε από τη μια, γύρισε από την άλλη, αλλά πάλι δεν τα κατάφερε να κοιμηθεί.



Σηκώθηκε από το κρεβάτι του και πήγε στον φίλο του το τιγράκι και του είπε:

— Γεια σου τιγράκι.

— Γεια σου λιονταράκι. Αχ! Τι έγινε, γιατί είναι τόσο κόκκινα τα μάτια σου;

— Είμαι τόσο πολύ κουρασμένο, είναι η ώρα μου να κοιμηθώ, αλλά ό,τι και να κάνω δεν μπορώ, μπορείς να με μάθεις πώς να κοιμάμαι;

— Ναι, είναι πολύ εύκολο. Πρέπει να βάλεις το κεφάλι σου στο μαξιλάρι.

— Το έκανα αυτό αλλά δεν κοιμήθηκα.

— Έκλεισες τα μάτια σου;

— Ναι.

— Σκέφτηκες ότι ονειρεύεσαι;

— Ναι, αλλά μόλις σκέφτηκα ότι ονειρευόμουν άρχισα να στριφογυρνάω και δεν κοιμήθηκα.

— Αχα! Τώρα καταλαβαίνω γιατί δεν κοιμάσαι. Όταν θες να κοιμηθείς, πρέπει να βάλεις το κεφάλι σου στο μαξιλάρι, να κλείσεις τα μάτια, να σκεφτείς ότι ονειρεύεσαι πως όλοι κοιμούνται, χωρίς να κουνιέσαι, και θα κοιμηθείς πολύ γρήγορα. Κι αν ζητήσεις από τη μαμά σου να σου πει μια όμορφη ιστορία και ένα νανούρισμα, θα κοιμηθείς ακόμη πιο γρήγορα.

Το λιονταράκι ήταν πολύ χαρούμενο, γιατί κατάλαβε ποιο ήταν το πρόβλημα και δεν μπορούσε να κοιμηθεί: κουνιόταν πολύ και σηκωνόταν συνέχεια. Ευχαρίστησε πολύ τον φίλο του, τον καληνύχτισε, πήγε στο σπίτι του, είπε όλη την ιστορία στη μαμά του και στο τέλος της λέει:

— Μανούλα! Πάω στο δωμάτιο μου να βάλω το κεφάλι μου στο μαξιλάρι μου, να κλείσω τα μάτια, να σκεφτώ ότι ονειρεύομαι και να μην κουνηθώ καθόλου, για να κοιμηθώ. Θα μου πεις και μια ιστορία και ένα νανούρισμα για να κοιμηθώ γρηγορότερα;

— «من خیلی خوابم میاد، الان هم وقت خوابه، ولی هر کاری می کنم نمی تونم بخوابم، می تونی بهم یاد بدی چه جوری باید بخوابم؟»

— «وقتی می خوابی، سر رو میذاری روی بالش تا خوابت بیره؟»

— «بله زرافه کوچولو، این کار رو کردم ولی خوابم نبرد.»

— «خب ببینم، وقتی سر تو گذاشتی روی بالش، چشاتو بسته بودی؟»

— «نه.»

— «خب اگه میخوای خوابت بیره باید چشاتو ببندی تا خوابت بیره.»

شیر کوچولو از دوستش تشکر کرد و بعد هم ازش خداحافظی کرد و رفت خونشون تا سرش رو بذاره روی بالش و چشاش رو ببندد تا خوابش بیره.

این کار رو کرد، ولی هر چی این ور شد و اون ور شد، خوابش نبرد. از جاش بلند شد و رفت پیش دوستش خرسی کوچولو و گفت:

— «سلام خرسی کوچولو.»

— «سلام شیر کوچولو.»

— «من خیلی خوابم میاد، الان هم وقت خوابه، ولی هر کاری می کنم نمی تونم بخوابم، می تونی بهم یاد بدی چه جوری باید بخوابم؟»

— «بله دوست خوبم، ببینم

برا اینکه خوابت بیره، سر تو گذاشتی روی بالش؟»

— «بله گذاشتم.»

— «خب چشات رو هم بستنی؟»



— Nai! Μικρό μου λιονταράκι! Και το φίλησε γλυκά.  
 Τότε το λιονταράκι πήγε στο δωμάτιό του, έβαλε το κεφάλι του στο μαξιλάρι, έκλεισε τα μάτια του, σκέφτηκε ότι ονειρεύεται πως κοιμάται κι ότι οι φίλοι του έβαζαν τα κεφάλια τους στα μαξιλάρια τους και τα μάτια τους ήταν κλειστά και κοιμούνταν όλοι. Το λιονταράκι δεν κουνήθηκε και δεν σηκώθηκε από το κρεβάτι του, και η μαμά του, του είπε την ιστορία του μικρού λιονταριού που δεν μπορούσε να κοιμηθεί και τραγουδούσε ένα γλυκό ναούρισμα. Το λιονταράκι αποκοιμήθηκε.

Once upon a time, there was a little lion. The little lion was very tired, but whatever it did, it could not sleep. That is why it went to its friend, the little elephant, and said:

- “Hello little elephant.”
  - “Hello little lion.”
  - “I am so very tired. It is my time to sleep, but whatever I do, I cannot fall asleep. Can you teach me how to sleep?”
  - “Well, in order to fall asleep, you have to go to your house and put your head on your pillow.”
- The little lion thanked its friend, said goodbye, and went to put its head on its pillow and sleep. It went into its room and put its head on the pillow. It turned one way, then the other way, but it could not sleep.
- That is why it got up from its bed and went to the little giraffe and said:
- “Hello little giraffe.”
  - “Hello little lion.”

- «بله بستم. ولی هر کاری کردم خوابم نبرد.»
- «خب بگو ببینم، وقتی چشات رو بستى به خواب فکر کردى؟»
- «نه، چه جورى باید به خواب فکر کنم؟»
- «این کار خیلی راحت، کافیه که به این فکر کنی که الان داره خوابت می بره و همه ی دوستات هم الان خوابیدن. اینطوری خیلی زودتر خوابت می بره.»
- شیر کوچولو از دوستش تشکر کرد و بعد هم خداحافظی کرد و رفت خونشون تا سرش رو بذاره روی بالش و چشاش رو ببندد و به خواب فکر کنه تا خوابش بیره. این کار رو کرد، هی این ور شد و اون ور شد، ولی خوابش نبرد.
- به خاطر همین از جاش پا شد و رفت پیش دوستش ببر کوچولو و بهش گفت:
- «سلام ببر کوچولو.»
- «سلام شیر کوچولو. اع! چی شده، چرا اینقدر چشات قرمز شده؟»
- «آخه من خیلی خوابم میاد، الان هم وقت خوابه، ولی هر کاری می کنم نمی تونم بخوابم، می تونی بهم یاد بدی چه جورى باید بخوابم؟»
- «بله، خب این کار، خیلی راحت. باید سرت رو بذاری روی بالش.»
- «من این کار رو کردم ولی خوابم نبرد.»
- «خب چشات رو بسته بودى؟»

— “I am so very tired. It is my time to sleep, but whatever I do, I cannot fall asleep. Can you teach me how to sleep?”

— “When you want to sleep, do you put your head on the pillow to fall asleep?”

— “Yes, little giraffe, I did this, but I did not fall sleep.”

— “Well, let me see... when you put your head on the pillow, did you close your eyes?”

— “No.”

— “Well, if you want to fall asleep, you have to close your eyes.” The little lion thanked its friend, said goodbye, and went to put its head on its pillow and close its eyes to fall asleep. It did, but no matter what happened, it did not sleep.

The little lion got up from its bed and went to its friend, the little bear, and said:

— “Hello little bear.”

— “Hello little lion.”

— “I am so very tired. It is my time to sleep, but whatever I do, I cannot fall asleep. Can you teach me how to sleep?”

— “Yes, my good friend, let me see. Did you put your head on the pillow to fall asleep?”

— “Yes, I did.”

— “And you closed your eyes?”

— “Yes, I did. But whatever I did, I could not sleep.”

— “Well, tell me, did you think about sleeping when you closed your eyes?”

— “No, how should I think about sleeping?”

— “It is very easy, just think that you are asleep and that all your friends are asleep. This way you fall asleep much sooner.” The little lion thanked its friend, said goodbye and went to put its head on its pillow, close its eyes and think of a dream to fall asleep. It did this, but it turned and turned and did not fall asleep.



That is why it got up from its bed and went to its little tiger friend and said:

— “Hello little tiger.”

— “Hello little lion. Ah! What happened, why are your eyes so red?”

— “I am so very tired. It is my time to sleep, but whatever I do, I cannot fall asleep. Can you teach me how to sleep?”

— “Yes, it is very easy. You have to put your head on the pillow.”

— “I did this but I did not sleep.”

— “So, you closed your eyes?”

— “Yes, they were closed.”

— “Did you think about a dream?”

— “Yes, I just thought about a dream and I turned round and round, but I did not sleep.”

— “Aha! Now I understand why you do not sleep. When you want to fall asleep, you have to put your head on the pillow, close your eyes, think about sleeping and you must not move. This way, you will fall asleep very quickly. If you ask your mom to tell you a beautiful story and a lullaby, you will fall asleep even sooner.”

The little lion was incredibly happy, because it understood where the problem was and why it could not sleep... it was because it was moving a lot and getting up, that was why it could not sleep. The little lion thanked its friend, said goodbye, went to its house, and told the whole story to its mother.

Then it said to its mother: “My dear mom! I am going to my room to put my head on my pillow, close my eyes, think about sleeping and not move at all to fall asleep. Can you tell me a story and sing a lullaby so that I can fall asleep sooner?”

— “Yes! My dear little lion! I will definitely do this.”

— «بله بسته بودم.»

— «به خواب فکر کردی؟»

— «بله، فقط به خواب فکر کردم»

و هی این ور شدم و اون ور شدم،

ولی خوابم نبرد.»

— «آهان! حالا فهمیدم چرا خوابت

نمی بره، آخه وقتی می خوای

بخوابی، باید سرت رو بذاری

روی بالش و چشات رو ببندی

و به خواب فکر کنی و از جات

تکون نخوری، اینطوری خیلی زود

خوابت می بره. اگر هم از مامانت

خواهش کنی که برات یه قصه و

یه لالایی خوشگل بخونه، خیلی

زودتر خوابت می بره.»

شیر کوچولو خیلی خوشحال شده

بود، آخه فهمید مشکل کارش از

کجا بود و چرا خوابش نمی برد،

آخه اون هی تکون می خورد و از

جاش بلند میشد، به خاطر همین

بود که خوابش نمی برد. از دوستش

خیلی تشکر کرد و بعد هم

خداحافظی کرد و رفت خونشون

و برا مامانش همه ی ماجرا رو

تعریف کرد. بعد هم به مامانش

گفت:

— «مامان جونم! من دارم میرم

توی اتاقم تا سرم رو بذارم روی

بالشم و چشم رو ببندم و به

خواب فکر کنم و تکون نخورم تا

خوابم ببرم. میشه ازتون خواهش

کنم که برام یه قصه و لالایی

بخونی تا زودتر خوابم ببره؟»

— «بله! شیر کوچولوی ناز من!

حتما این کار رو می کنم.»



So, the little lion went to its room, put its head on its pillow, closed its eyes and thought about a dream, and that it was going to sleep, and that its friends were all sleeping and putting their heads on their pillows and their eyes were closed. The little lion did not move and did not get up from. Its mother told the story of the little lion and a sweet lullaby and the little lion fell asleep.



بعد هم شیر کوچولو رفت توی  
اتاقش، سرش رو گذاشت روی  
بالشش و چشاش رو بست و به  
خواب فکر کرد، به اینکه الان  
خوابش می بره، به اینکه الان  
دوستاش همه خوابن و سرشون  
رو گذاشتن روی بالششون و  
چشاشون رو هم بستند. شیر  
کوچولو تکون نخورد و از جاش  
بلند نشد و مامانش هم براش  
قصه ی شیرکوچولو رو تعریف  
کرد و بعد گفت: «لالا لالا  
گل....»





# Το περήφανο Τριαντάφυλλο

## The smug rose

**Η**ταν κάποτε μια γιαγιά που είχε έναν όμορφο κήπο γεμάτο πολύχρωμα λουλούδια. Το πιο όμορφο από όλα τα λουλούδια του κήπου ήταν ένα τριαντάφυλλο.

Ήταν τόσο περήφανο το τριαντάφυλλο για την ομορφιά του, που περιφρονούσε όλα τα άλλα λουλούδια και τους κακομιλούσε. Μια μέρα ήρθαν στον κήπο οι δύο άτακτες εγγονές της γιαγιάς. Η μια άπλωσε το χέρι της να κόψει το τριαντάφυλλο, αλλά τα αγκάθια του την τρύπησαν. Σήκωσε το χέρι της και είπε θυμωμένη: «Αυτό το λουλούδι είναι άχρηστο! Είναι γεμάτο αγκάθια.» Εκείνη την ώρα η γιαγιά φώναξε τα κορίτσια να γυρίσουν στο σπίτι και μόλις έφυγαν το τριαντάφυλλο άρχισε να κλαίει. Τα άλλα λουλούδια κοίταξαν έκπληκτα το περήφανο τριαντάφυλλο. «Νόμιζα ότι ήμουν τόσο όμορφο και χαριτωμένο αλλά είμαι γεμάτο αγκάθια!»

Η βιολέτα είπε τότε ευγενικά στο παραπονεμένο λουλούδι «Είδες; Δεν είναι ωραίο να κακομιλάς σε κάποιον. Να είσαι περήφανο για την ομορφιά σου αλλά και για τα αγκάθια σου. Μη λυπάσαι γιατί η φύση είναι σοφή και το καθετί που μας δίνει έχει το σκοπό του. Τα αγκάθια σου προστάτησαν την ομορφιά σου, αν δεν τα είχες θα σε είχαν ήδη κόψει.»

Το τριαντάφυλλο συνειδητοποίησε τα λάθη του και χάρηκε γιατί κατάλαβε ότι δεν έπρεπε να συγκρίνει τον εαυτό του με τα άλλα λουλούδια. Κάθε τι στον κόσμο έχει τις δικές του καλές πλευ-

## گل رز مغرور

مادر بزرگ یه باغچه قشنگ داشت که پر از گل های رنگارنگ بود. از همه گل ها زیباتر گل رز بود. البته اون به خاطر زیباییش مغرور شده بود و با بقیه گل ها بدرفتاری می کرد. یک روز دو تا دختر کوچولو و شیطون که نوه های مادر بزرگ بودند به سمت باغچه آمدند. یکی از آن ها دستش را به سمت گل رز برد تا آن را بچیند، اما خارهای گل در دستش فرو رفت. دستش را کشید و با عصبانیت گفت: «اون گل به درد نمی خوره! آخه پر از خاره.» مادر بزرگ نوه ها را صدا زد آن ها رفتند. اما گل رز شروع به گریه کرد. بقیه گل ها با تعجب به او نگاه کردند.

گل رز گفت: «فکر می کردم خیلی قشنگم اما من پر از خارم!»  
بنفشه با مهربانی گفت: «تو نباید به زیباییت مغرور می شدی. الان هم ناراحت نباش چون طبیعت برای هر کاری حکمتی دارد. فایده این خارها این است که از زیبایی تو مراقبت می کنند و گرنه الان چیده شده و پریپر شده بودی!»  
گل رز که پی به اشتباهاتش برده



ρές. Τότε το τριαντάφυλλο της ιστορίας μας γέλασε και ακούγοντάς το να γελά γέλασαν κι όλα τα άλλα λουλούδια κι όλος ο κήπος γέμισε γέλια και χρώματα κι ο ήλιος έλαμψε ακόμη πιο πολύ.

**A** grandmother had a beautiful garden full of colorful flowers. The most beautiful of all flowers was a rose. Understandably, the rose was proud of its beauty, but it mistreated the other flowers because of that.

One day, two of the grandmother's little mischievous grandchildren, came to the garden. One of them reached for the rose to pick it up, but the thorns of the flower pricked her hand. She raised her hand and said angrily: "That flower is useless! It's full of thorns." The grandmother called the grandchildren and they went inside the house.

But the rose began to cry. The other flowers looked at it in surprise.

The rose said: "I thought I was beautiful, but I am full of thorns!" The violet flower said kindly: "See? You should not speak unkindly to others. You should be proud of your beauty but of your thorns as well. Do not be sad because nature has wisdom and everything we have has its purpose. The benefit of these thorns is that they take care of your beauty, otherwise you would have been cut and taken by now!"

The rose, which realised its mistakes, was happy to hear this and understood that it should not compare itself to others. Everything in the world has its own good aspects. Then the rose of our story laughed and with her laughter the other flowers laughed, and the garden was filled with the laughter of the flowers...

بود باشنیدن این حرف خوشحال  
شد و فهمید که نباید خودش رو با  
دیگران مقایسه کنه هر مخلوقی  
در دنیا یک خوبی هایی داره سپس  
گل رز قصه ما خندید و با خنده او  
بقیه گلها هم خندیدند و باغچه پر  
شد از خنده گل ها...





# Το πιο γλυκό ψωμί

## The sweetest bread

**Κ**αλησπέρα θα σας πω, παραμύθι αρχινώ... Σε μια μακρινή χώρα υπήρχε ένας πολύ πλούσιος βασιλιάς. Ο βασιλιάς αυτός είχε ό, τι επιθυμούσε η καρδιά του και όλοι τον μακάριζαν που ήταν ευτυχισμένος, ώσπου εντελώς ξαφνικά αρρώστησε! Δεν είχε όρεξη να φάει τίποτα κι όλο αδυνάτιζε! Συνεχώς γκρίνιαζε και γινόταν ολοένα και πιο παράξενος. Πολλοί και ξακουστοί γιατροί πήγαιναν να τον εξετάσουν, μα δεν κατάφεραν να τον θεραπεύσουν. Κάποια μέρα, έτυχε να περνάει από το παλάτι του ένας φτωχός γέροντας, με μια μακριά άσπρη γενειάδα, που ήταν σοφός και ήξερε από γιατρικά. Έμαθε για την αρρώστια του βασιλιά και αποφάσισε να τον επισκεφτεί. Ο βασιλιάς τον δέχτηκε κι εκείνος τον ρώτησε:

«Μήπως κουράζεσαι, βασιλιά μου;»

«Τι λες, γιατρέ μου! Όλη τη μέρα κάθομαι στο θρόνο μου, ούτε το μικρό μου δαχτυλάκι δεν κουνώ.»

«Μήπως έχεις έγνοιες και σκοτούρες για το λαό σου;»

«Όχι, βέβαια! Εγώ ζω ξέγνοιαστος, και δε με ενδιαφέρει τίποτα!»

«Μήπως επιθύμησες ποτέ σου κάτι και δεν μπόρεσες να το 'χεις;»

«Ούτε κι αυτό! Βασιλιάς είμαι, κι ό,τι γυρέψω, το αποκτώ αμέσως!»

Ο γέροντας σκέφτηκε για λίγο και είπε στο βασιλιά:

«Άκουσε, βασιλιά μου. Απ' ό, τι βλέπω, δεν έχεις τίποτα σοβαρό. Εκείνο που φταίει και δεν έχεις όρεξη να τρως, είναι το ψωμί που σου δίνουν στο παλάτι! Να διατάξεις να σου φέρουν να φας

## شیرین ترین نان

یکی بود یکی نبود. در سرزمینی دور، پادشاه بسیار ثروتمندی بود. این پادشاه هر چه دلش می خواست داشت و همه می گفتند خوشحال است، تا اینکه ناگهان مریض شد! حوصله خوردن نداشت و کم کم ضعیف تر می شد! او همیشه نق می زد و بدتر و بدتر می شد. بسیاری از پزشکان برای معاینه او رفتند، اما نتوانستند او را درمان کنند.

روزی پیرمرد فقیری با ریش بلند سفید که عاقل بود و علم پزشکی داشت از کنار قصر او عبور کرد. از بیماری پادشاه شنید و تصمیم گرفت به ملاقات او برود. پادشاه او را پذیرفت و از او پرسید:

– «خسته ای پادشاه من؟»

– «چی میگی دکتر؟ تمام روز بر تخت نشسته ام و حتی انگشت

کوچکم را هم تکان نمی دهم.»

– «آیا شما نگران مردم خود هستید؟»

– «البته که نه! من بی خیال زندگی

می کنم و به هیچکس اهمیت نمی دهم!»

– «آیا تا به حال چیزی خواسته اید

که نتوانید داشته باشید؟»

– «نه! من یک پادشاه هستم و به

το πιο γλυκό ψωμί του κόσμου. Αν μπορέσεις να το αποκτήσεις, τότε θα γιατρευτείς!»

Ο βασιλιάς αποφάσισε να ακολουθήσει τη συμβουλή του γέροντα κι έτσι την επόμενη κιόλας μέρα έδωσε διαταγή σ' όλους τους αρτοποιούς του βασιλείου του, να ζυμώσουν και να του ψήσουν το πιο γλυκό ψωμί του κόσμου! Έτσι λοιπόν οι αρτοποιοί έπεσαν με τα μούτρα στη δουλειά για να φτιάξουν το πιο γλυκό ψωμί και να ευχαριστήσουν το βασιλιά τους!

Ζύμωσαν με ζάχαρη και ανθόγαλα κάθε λογής ψωμιά. Κανένα απ' αυτά όμως δεν άρεσε στον βασιλιά, ο οποίος συνέχιζε να γκρινιάζει και να απορρίπτει τον έναν αρτοποιό μετά τον άλλο. Αφού πέρασαν πάρα πολλές μέρες και κανένας δεν μπόρεσε να τον ικανοποιήσει, ο βασιλιάς πολύ θυμωμένος, αποφάσισε να στείλει ανθρώπους του να πάνε να βρουν τον γέροντα και να τον ξαναφέρουν μπροστά του. Έτσι κι έγινε.

«Θα σε κρεμάσω, που με ξεγέλασες!» του φώναξε ο βασιλιάς μόλις τον είδε.

«Γιατί, βασιλιά μου;» τον ρώτησε ο γέροντας.

«Γιατί το γλυκό ψωμί, που είπες να μου φτιάξουνε να φάω δεν μου έκανε τίποτα!»

«Δε σου έκανε, ε;» είπε ο γέροντας και συνέχισε «Φαίνεται πως το ψωμί που σου ζύμωσαν, δεν ήταν τόσο γλυκό όσο έπρεπε!»

Ο βασιλιάς ήταν έτοιμος να αγριέψει πάλι, μα είδε τον γέροντα που σκεφτόταν κάτι και περίμενε.

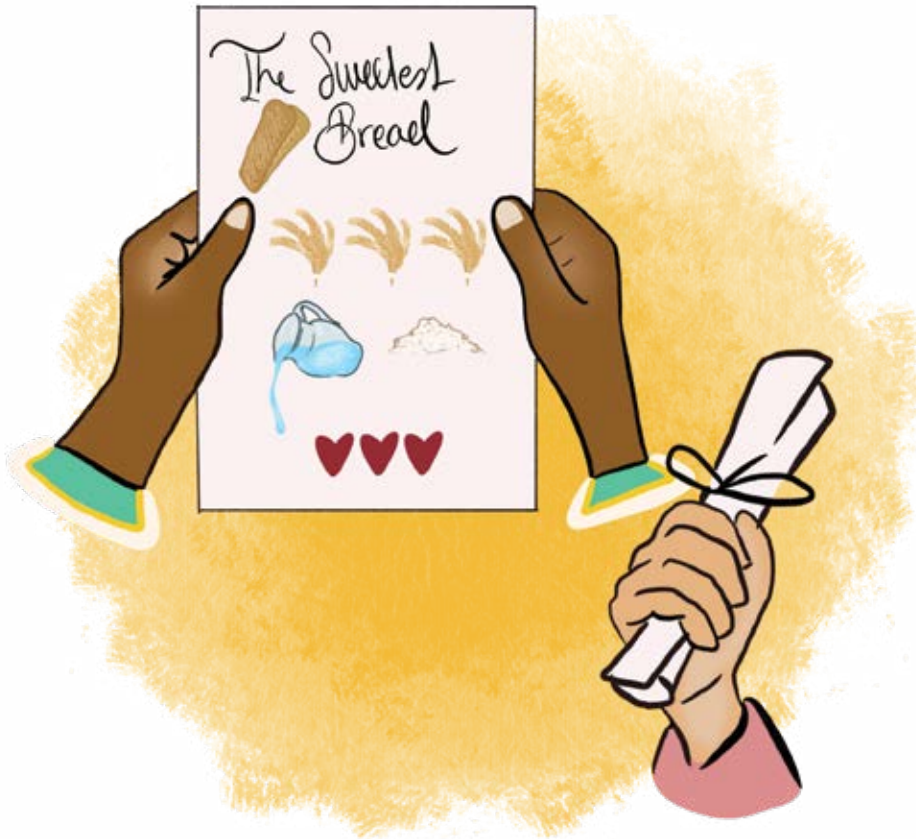
Πράγματι, ο γέροντας ύστερα από λίγο είπε:

«Άκουσε, βασιλιά μου! Αν θέλεις να δοκιμάσεις στ' αληθινά το ψωμί που θα σε γιατρέψει, πρέπει να 'ρθεις μαζί μου για τρεις μέρες μονάχα και να κάνεις ό,τι σου λέω. Αν δε γίνεις καλά, τότε μπορείς να μου πάρεις το κεφάλι!»

Ο βασιλιάς αν και δεν κατάλαβε τι ακριβώς εννοούσε ο γέροντας, αποφάσισε να τον ακολουθήσει. Όταν νύχτωσε φόρεσε κι αυτός φτωχικά ρούχα και παλιοπάπουτσα, πήρε κι ένα μπαστού-

νι στα χέρια του κι έφυγε κρυφά από το παλάτι, μακριά, πέρα στον κάμπο σε μια καλύβα, εκεί που έμενε ο γέροντας. Μόλις ξημέρωσε, ο γέροντας έδωσε στο βασιλιά ένα δρεπάνι και του είπε: «Ελα να θερίσουμε!»

Ο βασιλιάς απόρησε αλλά δεν του έφερε αντίρρηση, μιας και είχε συμφωνήσει να κάνει ό,τι του λέει ο γέροντας για να φάει το πιο γλυκό ψωμί και να γιατρευτεί. Έτσι λοιπόν θερίζει μέσα στον ήλιο όλη τη μέρα. Έκαμε καμιά σαρανταριά δεμάτια στάχια! Ήρθε το βράδυ, πέσανε ξεροί κι οι δυο να κοιμηθούνε. Ούτε φαΐ όλη μέρα, ούτε τίποτα. Την επόμενη μέρα, ξύπνησε ο γέροντας το βασιλιά και του είπε: «Σήκω τώρα, να πάρουμε όλα αυτά τα δεμάτια, να τα πάμε στ' αλώνι να τ' αλωνίσουμε!»



آنچه می خواهم به آن می رسم.»  
پیرمرد کمی فکر کرد و به شاه  
گفت:

– «گوش کن، پادشاه من. تا اونجایی که من میبینم تو مشکل جدی نداری. دلیل اینکه حوصله خوردن ندارید نانی است که در قصر به شما می دهند! دستور بده شیرین ترین نان دنیا را برایت بیاورند. اگر بتوانید آن را داشته باشید، شفا خواهید یاف پادشاه تصمیم گرفت به توصیه پیرمرد عمل کند و به همین دلیل فردای آن روز به همه نانوایان کشور دستور داد شیرین ترین نان دنیا را برای او بپزند! پس نانوایان تمام مملکت دست به کار شدند تا شیرین ترین نان را درست کنند و پادشاه خود را راضی کنند! انواع نان را با شکر و خامه می پختند. اما هیچ یک از آنها پادشاه را خشنود نکرد، او همچنان به نق زدن و رد نانوایا یکی پس از دیگری ادامه داد. پس از آنکه روزهای بسیار زیادی گذشت و کسی نتوانست او را راضی کند، پادشاه خشمگین شده و افراد خود را فرستاد تا پیرمرد را پیدا کنند و او را به حضور او بی آورند. چنین شد. ... پادشاه به محض دیدن او بر سر او فریاد زد:

– «به خاطر فریب دادن من!»  
«دستور میدهم که تو را دار بزنند پیرمرد از او پرسید.  
– «چرا پادشاه من؟  
– «چون نان شیرینی که گفتمی باید



Κουβάλησε στην πλάτη του ο βασιλιάς περισσότερα από τα μισά δεμάτια κι όλη τη μέρα τα κοπανούσε, ώσπου έκανε το στάρι σωρό κι αφού ήταν έτοιμο το βάλανε στο σακί. Και πάλι ολόκληρη τη μέρα δεν έφαγαν τίποτα, μόνο νερό ήπιαν από την πηγή που ήταν κοντά στην καλύβα. Πέσανε πάλι κουρασμένοι το βράδυ και κοιμηθήκανε. Την τρίτη μέρα, το χάραμα, ο γέροντας σήκωσε το βασιλιά: «Ξύπνα! Τώρα θα πάμε το στάρι μας στον μύλο να τ' αλέσουμε! Πάρ' το εσύ στην πλάτη σου, γιατί εγώ δεν μπορώ, και πάμε εκεί στην κορφή του βουνού, που είναι ο μύλος.»

Ο βασιλιάς παρόλο που ήταν πολύ κουρασμένος, και άμαθος σε τέτοιες ταλαιπωρίες, πήρε το σακί στην πλάτη του και ακολούθησε τον γέροντα ως την κορυφή. Όσο δουλεύανε στο μύλο ο βασιλιάς άρχισε να πεινάει, αλλά δεν είπε τίποτα ακόμα στο γέροντα. Αλέσανε το στάρι τους και κατά το μεσημέρι ο βασιλιάς φορτώθηκε πάλι το σακί με το αλεύρι αυτή τη φορά, και γυρίσανε στην καλύβα.

«Τώρα, ήρθε η ώρα να ζυμώσουμε» του είπε ο γέροντας. Αφού τον έβαλε να ζυμώσει το ζυμάρι, τον έστειλε στο δάσος να κόψει ξύλα κι αργά κατά το βράδυ έβαλαν το φούρνο να ζεσταίνει, για να ψήσουν τρία-τέσσερα καρβέλια. Ο βασιλιάς πεινούσε τώρα πια πάρα πολύ και περίμενε πώς και πώς για να ψηθούν! Όταν άρχισε, όμως, να βγαίνει από το φούρνο η μυρωδιά τους, δεν άντεξε και είπε στο γέροντα:

«Πεινάω πολύ!»

«Περίμενε και θα φας!» του απάντησε εκείνος. Σε λίγο βγήκανε τα καρβέλια, αχνιστά και ροδοψημένα.

Ο βασιλιάς έπεσε με τα μούτρα στο φαί. Με το που κατάπие την πρώτη μπουκιά, το πρόσωπο του φωτίστηκε από τη χαρά και φώναξε: «Μάλιστα! Αυτό είναι το πιο γλυκό ψωμί του κόσμου!

Κι όμως ούτε μια κουταλιά ζάχαρη δεν έριξα στο ζυμάρι του!» Τότε ο γέροντας χαμογέλασε και του είπε:  
«Βασιλιά μου, πρέπει να ξέρεις πως η ζάχαρη του ψωμιού σου ήταν ο ιδρώτας που έχυσες για να το φτιάξεις. Τώρα είσαι ελεύθερος να ξαναπάς στο παλάτι σου. Κοίτα μονάχα να δουλεύεις από δω κι εμπρός, και θα δεις πως η όρεξη, δε θα σου λείψει.» Ο βασιλιάς ακολούθησε τη συμβουλή του σοφού γέροντα κι όταν επέστρεψε, ξεκίνησε να πηγαίνει στον κήπο και να τον περιποιείται. Έπαψε να περιμένει τα πάντα από τους άλλους. Από τότε γιατρεύτηκε από την ανορεξία κι έτρωγε καλά.  
Είναι ψέματα ή αλήθεια, έτσι λένε τα παραμύθια!

Once upon a time, in a faraway land there was a very rich king. This king had everything his heart desired, and everyone said he was happy, until all of a sudden, he fell ill! He didn't feel like eating anything and he was getting weaker and weaker! He was always nagging and getting crankier and crankier. Many doctors went to examine him, but they couldn't cure him.

One day, a poor old man with a long white beard who was wise and knew about medicine happened to pass by his palace. He heard of the king's illness and decided to visit him. The king accepted him, and he asked him:

- “Are you tired, my king?”
- “What are you saying, doctor? All day long I sit on my throne, not even moving my little finger.”
- “Are you concerned and worried about your people?”
- “Of course not! I live carefree, and I don't care about anyone!”

بپزند تا بخورم هیچ فایده ای برای  
من نداشته است!»  
– «فایده ای نداشت؟» پیرمرد گفت  
و ادامه داد...

– «انگار نانی که برات درست کردند  
اونطور که باید شیرین باشد نبود!»  
شاه می خواست دوباره عصبانی  
شود، اما پیرمرد را دید که به چیزی  
فکر می کند و منتظر ماند. پیرمرد  
بعد از مدتی دوباره گفت:

– «گوش کن، پادشاه من، اگر می  
خواهی نانی که تو را شفا می دهد  
واقعاً بخوری، باید فقط سه روز با  
من بیایی و همانطور که به تو می  
گویم عمل کنی. اگر خوب نشدی،  
!» میتوانی سر از تن من جدا کنی

پادشاه، اگرچه منظور پیرمرد را دقیقاً  
متوجه نشد، تصمیم گرفت به دنبال  
او برود. با فرا رسیدن شب، او نیز  
لباس های ساده و کفش های کهنه  
پوشید، عصایی به دست گرفت و  
مخفیانه از قصر خارج شد و به  
دشتی که پیرمرد در آن زندگی می  
کرد رفت و در کلبه ای منزل کرد. به  
محض طلوع آفتاب، پیرمرد داسی  
به پادشاه داد و به او گفت:

– «بیا، درو کنیم!»  
پادشاه تعجب کرد، اما مخالفتی  
نکرد، زیرا قبول کرده بود به قول  
پیرمرد عمل کند تا شیرین ترین نان  
را بخورد و شفا یابد. بنابراین، او  
تمام روز را زیر آفتاب داغ درو کرد.  
حدود چهل بسته گندم درست کرد!  
عصر که شد، هر دو خوابیدند. نه  
غذایی تمام روز، نه چیزی.



روز بعد پیرمرد پادشاه را بیدار کرد و گفت:

— «حالا بلند شو این بقچه را بدوش بگیر که برویم خرمن کوبی کنیم!»  
پادشاه بیش از نیمی از آنها را بر پشت خود حمل کرد و تمام روز روی آن کار کرد تا زمانی که یک پشته گندم درست کرد و وقتی آماده شد آن را در گونی گذاشت. باز هم تمام روز چیزی نخوردند، فقط از آب انبار نزدیک کلبه آب نوشیدند. غروب دوباره خسته به خواب رفتند.

روز سوم، سحرگاه، پیرمرد پادشاه را از خواب بیدار کرد:

— «بیدار شو حالا گندم هایمان را می بریم آسیاب کنیم! بیا کندم ها را پشتت حمل کن که من نمی توانم و برویم بالای کوهی که آسیاب است.»  
شاه با این که بسیار خسته بود و با چنین کارهای سختی بیگانه بود، گونی را بر پشت گرفت و پیرمرد را تا بالای کوه دنبال کرد. در آسیاب، پادشاه احساس گرسنگی کرد، اما هنوز چیزی به پیرمرد نگفت. گندم هایشان را آسیاب کردند و بعد از ظهر پادشاه دوباره این بار گونی آرد را بار کرد و آنها به کلبه برگشتند.  
— «حالا وقت ورز دادن است.» ...  
پیرمرد به او گفت.

بعد از اینکه او خمیر را درست کرد، او را به جنگل فرستاد تا هیزم جمع کند و در شب تنور را آتش زدند تا سه چهار قرص نان بپزد. پادشاه اکنون بسیار گرسنه بود و منتظر بود تا نانها آماده شوند! اما وقتی بوی آنها

— “Have you ever wanted something that you couldn’t have?”

— “That neither! I’m a king, and I get what I want at once.”

The old man thought for a while and said to the king:

— “Listen, my king. As far as I can see, you don’t suffer from anything serious. The reason you do not feel like eating is the bread they give you in the palace! Command that they bring you the sweetest bread in the world. If you can have that, then you will be healed!”

The king decided to follow the advice of the old man and so the very next day he ordered all the bakers in his kingdom to knead and bake for him the sweetest bread in the world! So, the bakers of the whole kingdom went to work to make the sweetest bread and to please their king! They baked all kinds of breads with sugar and creamy sweet cheese. But none of them pleased the king, who continued to nag and reject one baker after another. After many, many days had passed and no one could satisfy him, the king, furious, decided to send his men to go find the old man and bring him back before him. So, it was done.

— “I’ll hang you for fooling me!”, the king shouted at him as soon as he saw him.

— “Why, my king?”, the old man asked him.

— “Because the sweet bread you said they should bake for me to eat has done me no good!”

— “No good, eh?”, said the old man, and continued...

— “It seems that the bread they made for you was not as sweet as it should have been!”

The king was about to get angry again, but he saw the old man thinking about something and waited. Indeed, the old man after a while resumed saying:

— “Listen, my king, if you want to truly taste the bread that will heal you, you must come with me for three days and do as I tell you. If you do not get well, you may have my head!”

The king, although he didn’t understand exactly what the old man meant, decided to follow him. As night fell, he too put on old clothes and shoes, took a cane in his hands, secretly left the palace and went far away to the meadow where the old man lived, to a hut. As soon as the morning dawned, the old man gave the king a sickle and said to him:

— “Come, let us reap!”

The king was surprised but did not object, since he had agreed to do as the old man said, so that he could eat the sweetest bread and be healed. So, he reaped under the hot sun all day long. He made about forty bundles of wheat! When evening came, they both fell asleep. No food all day, nothing.

The next day, the old man woke the king and said:

— “Get up now, let’s take all these bundles to thresh them!”

The king carried more than half of them on his back, and all day long he worked at it, until he had made a pile of wheat, and when it was ready he put it into a sack. Again, all day long they ate nothing, and only drank water from the cistern near the hut. They fell asleep again in the evening, tired.

On the third day, at dawn, the old man woke up the king:

— “Wake up! Now we’ll take our wheat to the mill and grind it! Carry it on your back, because I can’t, and let’s go to the top of the mountain where the mill is.”

The king, though he was very tired, and a stranger to such hardships, took the sack on his back and followed the old man to the top. During their work at the mill the king began to feel hungry, but he said nothing yet to the old man. They ground



their wheat and at noon the king again loaded the sack with flour this time, and they returned to the hut.

— “Now, it’s time to knead.”, the old man said to him.

After he made him knead the dough, he sent him into the forest to cut wood and late at night they set the oven on fire to bake three or four loaves of bread. The king was now very hungry and waited for them to be baked! But when their smell began to rise from the oven, he could not bear it and said to the old man:

— “I’m very hungry!”

— “Wait and you will eat!”, he replied.

Soon the loaves came out, steaming hot and browned. Then the king threw himself into the food. As soon as he swallowed the first mouthful, his face lit up with joy and he cried out:

— “Yes! This is the sweetest bread in the world! And yet I didn’t put a single spoonful of sugar in the dough!”

Then the old man smiled and said to him:

— “My king, you must know that the sugar in your bread was the sweat you poured out to make it. Now you are free to go back to your palace. Just see that you work from now on, and you’ll see that you won’t lose your appetite.”

The king followed the wise old man’s advice and when he returned to his palace, he worked every day for his people. He even began to go to the garden and tend to it. He stopped expecting everything from others. From then on, he was cured of starvation and ate well.

از تنور بلند شد، طاقت نیاورد و به پیرمرد گفت:

— «من خیلی گرسنه ام!»

— «صبر کن میخوری!» ... او جواب داد.

به زودی نان ها بیرون آمدند، خوش بو و خوش رنگ. سپس پادشاه مشغول خوردن شد. به محض اینکه اولین لقمه را قورت داد، صورتش از خوشحالی روشن شد و فریاد زد:

— «آره! این شیرین ترین نان دنیاست! و با اینکه من حتی یک قاشق شکر داخل خمیر نریختم!» سپس پیرمرد لبخندی زد و به او گفت:

— «پادشاه من، تو باید بدانی که قند نانت همان عرقی است که برای درست کردنش ریختی. حالا شما آزاد هستید که به کاخ خود بازگردید. فقط ببینید از این به بعد کار کنید و خواهید دید که اشتهای خود را از دست نمی دهید.»

پادشاه به توصیه پیر خردمند عمل کرد و هنگامی که به کاخ خود بازگشت، هر روز برای مردم خود کار کرد. او حتی شروع به رفتن به باغ و مراقبت از آن کرد. از دیگران دیگر انتظار خدمت نداشت. از آن به بعد از بی اشتهایی شفا یافت و خوب غذا خورد.

دروغ و حقیقت در افسانه ها بیان می شود!



# Ο θείος Νορούζ

## Uncle Nowruz

**Ο**ι τελευταίες μέρες του χειμώνα περνούσαν και η μυρωδιά της άνοιξης ήταν παντού. Τα δέντρα άρχισαν να ξυπνάνε και όλοι περίμεναν να ανθίσουν τα λουλούδια. Το κάθε μπουμπούκι ήταν κι ένα σημάδι του ερχομού της άνοιξης. Το χειμωνιάτικο κρύο είχε αρχίσει να φεύγει και ο κόσμος ετοιμαζόταν και ανυπομονούσε για τον ερχομό του Νορούζ. Ακόμα και ο γέρος και η γριούλα που είχαν σπίτι δίπλα στο δάσος.

Ο θείος Νορούζ είχε ξεκινήσει και περπατούσε από τα μακρινά δάση προς την πόλη. Καθώς περπατούσε, χτυπούσε με το μπαστούνι του τον κορμό κάθε δέντρου, ξυπνώντας το από τη βαθιά χειμερία νάρκη του και καθώς τα δέντρα ξύπναγαν, πρασίνιζαν και άνθιζαν το ένα μετά το άλλο.

Ο θείος Νορούζ συνέχισε να περπατά προς την πόλη, προς το σπίτι του ηλικιωμένου ζευγαριού και προς όλους εκείνους και όλες εκείνες που τον περίμεναν με ανυπομονησία να έρθει.

Ο γέρος και η γριούλα καθάρισαν το σπίτι τους και περίμεναν τον θείο Νορούζ. Από την ανυπομονησία τους δεν μπορούσαν να κρατήσουν με ηρεμία τις σκούπες και τα πανιά στα χέρια τους ούτε για λίγα λεπτά. Ανυπομονούσαν για την ωραία συζήτηση που θα έκαναν.

Όταν τελείωσαν τις δουλειές τους, πήγαν στη λιμνούλα να πλυθούν. Έβγαλαν από το μπαούλο τα πιο όμορφα ρούχα που είχαν. Πήραν το μικρό της βάζο με τα λουλούδια και περίμεναν να φτάσει ο θείος Νορούζ, να έρθει στο σπίτι τους και να τους

## عمو نوروز

آخرین روزهای زمستان گذشت و بوی بهار همه جا پیچیده بود، درخت‌ها از خواب بیدار شده بودند و همه انتظار می‌کشیدند تا شکوفه‌هایشان باز شو.

شکوفه‌هایی که هرکدام نشانی از فرارسیدن بهار بود. مردم هم که سرمای زمستان را پشت سر گذاشته بودند خود را برای جشن نوروز آماده می‌کردند. همه‌ی مردم انتظار آمدن عمو نوروز را می‌کشیدند. حتی زوج مسن ای که در کنار جنگل خانه داشتند. عمو نوروز هم که می‌دانست وقت آمدنش شده کوله بارش را بر دوش انداخت و به راه افتاد.

در حالی که آن زوج جارو به دست مشغول خانه تکانی و در انتظار آمدن عمو نوروز بودند، لحظه‌ای آرام و قرار نداشتند تا عمو نوروز از راه برسد و با آن‌ها به گفتگو بنشینند. عمو نوروز هم از جنگل‌های دور به طرف شهر راه افتاد.

در بین راه به هر درختی که می‌رسید چوب‌دستی خود را بر تنه‌ی آن درخت می‌کوبید، و آن را از خواب سنگین زمستانی بیدار می‌کرد، و در حالی که درخت‌ها یکی پس از دیگری سبز می‌شدند و شکوفه می‌دادند عمو نوروز هم به سوی شهر می‌آمد، به سوی آن زوج مسن، به سوی مردم و به سوی آن‌ها که در انتظار آمدنش بودند.



μιλήσει για τα λουλούδια, την φύση και τη φρεσκάδα· αυτή η υπέροχη λαχτάρα για τον ερχομό του ζωγράφιζε ένα χαμόγελο στα χείλη τους.

Το ζευγάρι δεν μπορούσε να μείνει ακίνητο ούτε λεπτό. Άπλωσαν το μεταξωτό τους χαλί στη βεράντα με ένα στρώμα και ένα μαξιλάρι για να καθίσει ο θεός Νορούζ, έβαλαν μαξιλάρες χρωματιστές στην πλάτη για να ακουμπάει, έβαλαν στη φωτιά το σαμοβάρι τους και έβαλαν το καλύτερο τσάι που είχαν σε μια τσαγιέρα.

Φόρεσαν τα καινούρια τους ρούχα, έστρωσαν το καλύτερό τους τραπεζομάντηλο, έβαλαν φρούτα και γλυκά στο τραπέζι, γέμισαν ένα μπολ με νερό και έριξαν μέσα ένα μικρό χρυσόψαρο που είχαν πάρει από τη λιμνούλα.

Όλα ήταν έτοιμα. Το σαμοβάρι έβραζε, το τσαγερό ήταν έτοιμο και από το τραπέζι τους δεν έλειπε τίποτα. Ο γέρος και η γριούλα τα είχαν ετοιμάσει όλα για να υποδεχτούν τον θείο Νορούζ· ένα γιορτινό τραπέζι για αυτόν που έφερνε φρεσκάδα και ζωντάνια γύρω του. Όπως ήταν όμως κουρασμένοι από όλες τις ετοιμασίες, έγειραν στις μαξιλάρες και τους έπιασε μια γλυκιά νύστα. «Α, όχι, δεν πρέπει να κοιμηθούμε», είπαν. «Θα μείνουμε ξύπνιοι μέχρι να έρθει ο θεός Νορούζ να τον δούμε και να μιλήσουμε». Αλλά δεν τα κατάφεραν...

Ο ύπνος ήρθε και τους αγκάλιασε, κι αποκοιμήθηκαν στη βεράντα, δίπλα στο τραπέζι με το καλό τραπεζομάντηλο και το κεφάλι τους ακουμπισμένο σε ένα απαλό, βελούδινο μαξιλάρι, και κοιμήθηκαν τόσο γλυκά σαν να μην υπήρχε αύριο.

Εκείνη τη στιγμή έφτασε κι ο θεός Νορούζ κρατώντας το σάκο του στο ένα χέρι και το μπαστούνι του στο άλλο. Είχε έρθει να τους δει μιας και το πρώτο σπίτι μετά το δάσος ήταν το δικό τους. Τους βρήκε να γλυκοκοιμούνται στη βεράντα και δε θέλησε να τους ξυπνήσει κι έτσι, κάθισε μόνος του στο γιορτινό τραπέζι

Το Νορούζ είναι μια γιορτή που σηματοδοτεί την πρώτη ημέρα της άνοιξης και το νέο ηλιακό έτος της χιτζρα, που γιορτάζεται από ανθρώπους σε όλον τον κόσμο σε χώρες όπως το Αφγανιστάν, την Ινδία, το Ιράν, το Ιράκ, το Καζακιστάν, το Πακιστάν, το Τατζικιστάν και την Τουρκία. Η ιστορία του θείου Νορούζ, γνωστός και ως Μπαμπά Νορούζ, είναι μια παραδοσιακή ιρανική λαϊκή ιστορία με την επίσκεψη του θείου Νορούζ να σηματοδοτεί την πρώτη ημέρα της άνοιξης και να φέρει συμβολισμούς ανάπτυξης και νέων ξεκινήσεων. Την ημέρα αυτή οι άνθρωποι στήνουν αυτό που ονομάζεται «Haft sin», που είναι μια διάταξη επτά συμβολικών αντικειμένων που σηματοδοτούν νέα ξεκινήματα, τα ονόματα των οποίων ξεκινούν με το γράμμα «S» («س») στα φαρσί/νταρί εν αναμονή της άφιξης του θείου Νορούζ.



που είχαν στρώσει και έφαγε μερικά από τα φρούτα, τους ξηρούς καρπούς και τα γλυκά. Άφησε απαλά το λουλούδι που κρατούσε στο χέρι του στο βελούδινο μαξιλάρι και αργά και σιωπηλά συνέχισε το δρόμο του.

Μια ώρα αργότερα ο ήλιος της πρώτης μέρας της άνοιξης έλαμψε στη βεράντα. Ο γέρος και η γριούλα ξύπνησαν αλαφιασμένοι και το βλέμμα τους έπεσε στο γιορτινό τραπέζι. «Ah! Τι κρίμα, τώρα θα πρέπει να περιμένουμε άλλον έναν χρόνο για να δούμε τον θείο Νορούζ».

The last days of winter were passing, and the smell of spring was everywhere. The trees were awake, and everyone was waiting for the flowers to bloom. Each blossom was a sign of the arrival of spring. The people who had overcome the cold winter were also preparing for the celebration of Nowruz. All the people were waiting for Uncle Nowruz to come. Even the elderly couple with the house in the forest.

Uncle Nowruz, who knew that it was time to come, put his backpack on his shoulder and set off.

While the couple was cleaning their house, they couldn't even hold the cleaning utensils in their hands calmly for a few minutes, waiting for Uncle Nowruz to come and sit down to talk with them.

At this time, Uncle Nowruz had walked from the distant forests towards the city. On the way, he tapped his cane on the trunk of every tree, waking them from their deep hibernation,

زوج مُسنِ خانه را تمیز کردند و به کنار حوض آمدند و دست و صورت خود را شستند. خاک‌های قشنگ‌ترین لباس‌هایی که پوشیده بودند را تکاندند، گلدان کوچک‌شان را بغل کردند و به انتظار آمدن عمو نوروز ایستادند. به انتظار این که عمو نوروز به خانه‌ی آن‌ها بیاید و از گل و سبزه و تازگی سخن‌ها بگوید، و این انتظار دوست‌داشتنی باعث شده بود که لبخندی بر لبان‌شان نقش ببندد. زوج بازهم نتوانستند آرام بنشینند، قالیچه‌ی ابریشمی خودشان را در ایوان پهن کردند، با تشک و بالش‌ت برای نشستن عمو نوروز پشتی درست کردند، سماورشان را آتش کردند، بهترین چایی که داشتند را در قوری دم کردند. نیم‌تنه‌ی پولک‌دار و چارقد نوی خودشان را سر کردند، سفره‌ی هفت‌سین را چیدند، میوه و شیرینی سر سفره گذاشتند، کاسه‌ای را پر از آب کردند و ماهی کوچولوی قرمزی را که از حوض گرفته بودند در آن کاسه انداختند. دیگر همه چیز حاضر بود. سماور در حال قل‌قل کردن، و چای در قوری دم کشیده بود. سفره‌ی هفت‌سین هم چیزی کم نداشت. زوج همه‌ی این کارها را برای عمو نوروز کرده بودند. برای مهمانی که قرار بود با خودش تازگی و طراوت و شادابی بیاورد. اما زوج طاقت این‌همه انتظار را نداشتند و به خاطر آن‌همه کاری که کرده بودند خستگی سراپای وجودش را فراگرفته بودند. حس کردند که نیاز به خواب دارند. اما با خودش گفتند: «نه، ما نباید بخوابیم. ما بیدار می‌مانیم»

and as he did, the trees grew green and blossomed one after the other. Uncle Nowruz continued to walk towards the city, towards the elderly couple, towards those who were waiting and wishing for him to come to them.

The couple cleaned the house and went to the pond to wash themselves. They put on their most beautiful clothes. They prepared their small flower pots and waited for Uncle Nowruz to arrive. They were waiting for Uncle Nowruz to come to their house and talk to them about flowers and nature and freshness, and this lovely thought of Uncle Nowruz made them smile.

Yet, the elderly couple could not sit still. They spread their silk rug on the porch. With a mattress and pillow for Uncle Nowruz to sit, they made a back for him to lean against, set fire to the samovar, and brewed the best tea they had in a teapot. They put on new clothes, set the 'haft sin' tablecloth, placed fruit and sweets on the table, filled a bowl with water, and threw the little red fish they had taken from the pond into the bowl. Everything was ready. The samovar was boiling, the tea brewed in a teapot, and the 'haft sin' table was not missing anything.

The elderly couple had done all of this for Uncle Nowruz. For him to be their guest bringing them freshness and joy. But they could not bear to wait for so long, and because of all that they had done, they were extremely tired. They both felt sleepy. "No, we must not sleep", they said. "We will stay awake until Uncle Nowruz comes to see us and talk to him." But alas...

Yes, it is a pity that sleep overcame the elderly couple and engulfed them, they were so eager and waiting for Uncle Nowruz to visit them. They both fell asleep on the porch, next to the 'haft sin' tablecloth, with their head on a soft, velvet pillow, as if they were never to wake up again.

After that moment, Uncle Nowruz arrived with a bag in his hand and a cane in his hand. He had come to see the elderly

Nowruz, is a celebration marking the first day of spring, and the new year of the Solar Hijri calendar, celebrated by people from all over the world, including Afghanistan, India, Iran, Iraq, Kazakhstan, Pakistan, Tajikistan, and Türkiye. The story of Uncle Nowruz also known as Baba Nowruz is a traditional Iranian folklore with the visit of Uncle Nowruz marking the first day of spring, symbolising growth and new beginnings. On this day people set up what is called 'Haft sin' which is an arrangement of seven symbolic items marking new beginnings, which names start with the letter "S" ("س"), awaiting the arrival of Uncle Nowruz.



couple. After crossing the forest, he entered the first house, it was the couple's house. But Uncle Nowruz found them sleeping next to the porch.

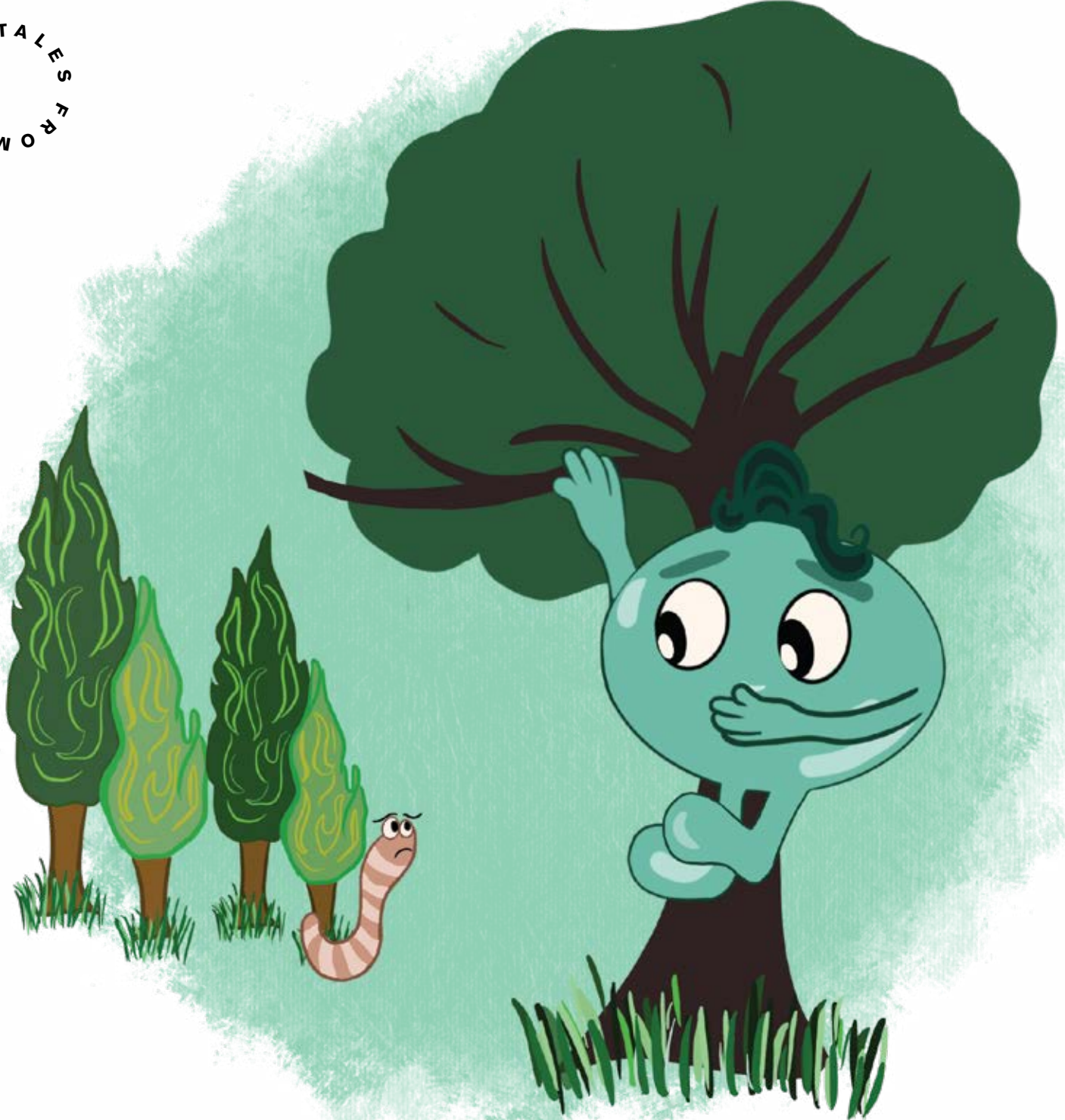
He did not want to wake them up. So, he sat alone at the 'haft sin' table, ate some of the fruits, nuts, and sweets. He placed the flower in his hand on the velvet pillow and slowly and silently, he returned and left the couple's home.

An hour later, the sun of the first day of spring shone on the porch. Suddenly the elderly couple woke up and their eyes fell on the 'haft sin' table. They sighed and said:

"Alas, we have to wait another year to see Uncle Nowruz."



تا عمو نوروز بیاد تا او را ببینیم و با او به گفتگو بنشینیم.» اما افسوس...  
افسوس که خواب بر زوج چیره شد و آن‌ها را که آن‌همه مشتاق و منتظر دیدار عمو نوروز بودند در خودش فرو برد. زوج در ایوان و در کنار سفره‌ی هفت‌سین در حالی که سر را بر بالش نرم و مخملی گذاشته بودند آن‌چنان به خواب رفتند که گویی دیگر هرگز بیدار نمی‌شود. بعد از مدتی عمو نوروز در حالی که در یک دست کیسه و در دست دیگرش چوب‌دستی بود از راه رسید. او برای دیدار زوج آمده بود. او بعد از گذشتن از جنگل به اولین خانه‌ای که رسید خانه‌ی زوج بود، اما وقتی رسید دید آن‌ها در خوابی عمیق کنار ایوان هستند. دلش نیامد که آن‌ها را از خواب بیدار کند. به تنهایی بر سر سفره‌ی هفت‌سین نشست، از میوه و آجیل و شیرینی سفره‌ی هفت‌سین کمی خورد، گلی را که در دست داشت به روی موهای زوج خفته زد، و آهسته و بی‌صدا، پاورچین پاورچین برگشت و از خانه‌ی آن‌ها بیرون آمد.  
ساعاتی بعد آفتاب اولین روز بهار، به روی ایوان و بر سر صورت زوج تابید. ناگهان از خواب بیدار شدند و تا چشم‌شان به سفره‌ی هفت‌سین افتاد آهی کشیدند و گفتند: «افسوس که برای دیدن عمو نوروز باید یک سال دیگر هم صبر کنیم.»



# Ο κύριος Φοβητσιάρης

## Mr. Scared

**Ο**καυμένος ο κύριος Φοβητσιάρης, φοβόταν τους πάντες και τα πάντα. Κι ο παραμικρός ήχος που άκουγε τον έκανε να τρέμει σαν φύλλο από τον φόβο του.

Μην εκπλαγείτε λοιπόν, αν σας πω ότι ο κύριος Φοβητσιάρης ζούσε μόνος στη μέση ενός δάσους. Αυτό το δάσος ήταν τόσο μακριά, που λίγοι άνθρωποι μπορούσαν να το φτάσουν.

Μερικοί άνθρωποι αποκαλούσαν τον κύριο Φοβητσιάρη «Κύριο Ζελέ», γιατί έτρεμε με τον παραμικρό ήχο, σαν ζελέ.

Η ιστορία που θα σας πω, ξεκινά ένα όμορφο πρωινό. Ο κύριος Φοβητσιάρης κοιμόταν ακόμη. Ήταν ένα όμορφο φθινοπωρινό πρωινό και τα φύλλα των δέντρων είχαν αρχίσει να γίνονται κίτρινα και πορτοκαλί. Ο ήλιος είχε μόλις ανατείλει και ένα απαλό αεράκι φυσούσε.

Εκείνη τη στιγμή, ένα φύλλο έπεσε από το κλαδί ενός δέντρου και, καθώς έπεφτε στο έδαφος, η άκρη του ακούμπησε το παράθυρο του κύριου Φοβητσιάρη.

Ο κύριος Φοβητσιάρης πετάχτηκε από τον ύπνο του και είπε: «Τι ήταν αυτός ο φρικτός ήχος; Ω Θεέ μου! Σεισμός! Τώρα θα μου πέσει το σπίτι στο κεφάλι! Πω πω, τι δυστυχία! Τι κακό! Έφτασε το τέλος του κόσμου».

Πέρασε μια ώρα, κι όπως καταλαβαίνετε, ούτε το σπίτι του έπεσε στο κεφάλι του, ούτε έγινε σεισμός, ούτε έφτασε το τέλος του

## آقای ترسو

بیچاره آقای ترسو از همه چیز و همه کس می ترسید. هر صدای کوچکی که می شنید، از ترس مثل بید به خودش می لرزید.

پس نباید تعجب کنید اگر به شما بگویم که آقای ترسو در وسط یک جنگل زندگی می کرد. این جنگل آن قدر دور بود که کمتر کسی پایش به آنجا می رسید.

بعضی از مردم به آقای ترسو «آقای ژله ای» می گفتند؛ چون با کوچک ترین صدایی درست مثل یک تکه ژله می لرزید.

این داستان از صبح یک روز قشنگ شروع می شود.

در آن ساعت، آقای ترسو هنوز خواب بود. یک صبح زیبای پاییزی بود و برگ های درختان، زرد و نارنجی شده بودند. آفتاب تازه درآمده بود و نسیم ملایمی می وزید.

در همین زمان یک برگ از شاخه درختی کنده شد و به زمین افتاد و همین طور که به زمین می افتاد، گوشه اش خورد به لبه پنجره آقای ترسو.

آقای ترسو وحشت زده از خواب پرید: «این صدای وحشتناک

κόσμου. Ο κύριος Φοβητσιάρης έβγαλε αργά-αργά το κεφάλι του από τα σεντόνια, πήρε μια βαθιά ανάσα και είπε: «Ευτυχώς! Πέρασε κι αυτό.» Κι αφού αισθάνθηκε ασφαλής, σηκώθηκε και πήγε να φάει πρωινό.

Το αγαπημένο πρωινό του κύριου Φοβητσιάρη ήταν φρυγανισμένο ψωμί και γάλα. Έβαλε λοιπόν λίγο ψωμί σε ένα πιάτο και του έριξε από πάνω λίγο γάλα και σηκώθηκε να πάρει λίγη ζάχαρη από το ντουλάπι. Το φρυγανισμένο ψωμί καθώς μούλιαζε στο γάλα άρχισε να σπάει. Ακούγοντας το, ο κύριος Φοβητσιάρης χώθηκε κάτω από το τραπέζι της κουζίνας και άρχισε να φωνάζει «Ωχ, ωχ, ωχ! Βοήθεια! Πέφτει χαλάζι! Έρχεται τρομερή καταιγίδα!»

Φυσικά, εμείς ξέρουμε ότι καμιά καταιγίδα δεν ερχόταν. Το κατάλαβε τελικά και ο κύριος Φοβητσιάρης και βγήκε κάτω από το τραπέζι για να φάει το πρωινό του.

Αφού έφαγε, αποφάσισε να βγει έξω και να κάνει μια μικρή βόλτα. Περπατούσε στο δάσος γύρω από το σπίτι του, όταν ξαφνικά ένα μικρό σκουληκάκι έβγαλε το κεφάλι του από μία τρύπα στο έδαφος και του είπε χαρούμενο και χαμογελαστό «Γεια!».

Ο κύριος Φοβητσιάρης κόντεψε να πεθάνει από φόβο του. «Τι;» Φώναξε. «Ποιος είναι εκεί;» Ξαφνικά τα μάτια του έπεσαν στο σκουληκάκι και άρχισε να φωνάζει «Ω, φύση παντοδύναμη! Φίδι! Ανθρωποφάγο φίδι! Τώρα θα με φάει ζωντανό!» Και βρέθηκε με ένα πήδημα στα κλαδιά του πιο κοντινού δέντρου.

Το σκουληκάκι αναρωτήθηκε «Μα γιατί φωνάζει αυτός;!» Και γύρισε στη φωλιά του χωρίς κανείς να μπορεί να του απαντήσει. Μια ώρα αργότερα, ο κύριος Φοβητσιάρης κατέβηκε από το δέντρο και συνέχισε το δρόμο του. Στο τέλος του δάσους έφτασε σε ένα αγρόκτημα. Ο κύριος Φοβητσιάρης κοίταξε γύρω του με φόβο. Δεν είδε κανέναν ούτε από αυτή, αλλά ούτε κι από την άλλη πλευρά του αγροκτήματος. Φαινόταν σα να μην ήταν κανείς εκεί.



Ανάμεσα όμως στο ψηλό γρασίδι, στη μέση του χωραφιού, κοιμόταν ένας κουρασμένος περιπλανώμενος διαβάτης, απολαμβάνοντας τον απαλό φθινοπωρινό ήλιο. Ο κύριος Φοβητσιάρης, που δεν τον είχε δει, περπατούσε αργά και προσεκτικά μέσα στο γρασίδι, όταν ξαφνικά ο διαβάτης άρχισε να ροχαλίζει!

Ο κύριος Φοβητσιάρης άρχισε φώναζε: «Θεέ μου! Τι ήταν αυτός ο ήχος; Λιοντάρι ή λεοπάρδαλη; Νομίζω λιοντάρι. Ένα μεγάλο λιοντάρι με φρικτά, κοφτερά δόντια που θα με κάνει κομματάκια! Ένας Θεός ξέρει πόσα κομμάτια. Δύο κομμάτια, τρία, ίσως και περισσότερα!» και λιποθύμησε από το φόβο του κι έπεσε ξερός.

Ο κουρασμένος διαβάτης ξύπνησε από τα ουρλιαχτά του κυρίου Φοβητσιάρη. Χασμουρήθηκε, τεντώθηκε, και ανακάθισε. Τότε είδε τον κύριο Φοβητσιάρη πεσμένο στο έδαφος. Πήγε κοντά του και του είπε «Εί, γεια σου μικρούλι!» και τον σήκωσε πολύ απαλά στην παλάμη του χεριού του. Ήταν ένας καλωσυνάτος άνθρωπος.

Λίγο αργότερα, ο κύριος Φοβητσιάρης συνήλθε και κάθισε τρίβοντας τα μάτια του. Βλέπει τότε μπροστά του το μεγάλο πρόσωπο του διαβάτη. Η κραυγή του ήχησε ξανά δυνατά στον αέρα: «Ωχ, ένας γίγαντας! Ένας γίγαντας χωρίς κέρατα! Θα με φάει για πρωινό! Βοήθεια!».

Με ήρεμη φωνή ο διαβάτης είπε: «Ωωωω, είσαι ένα πολύ τρομαγμένο ανθρωπάκι, έτσι δεν είναι; Πώς σε λένε;»

Η γλώσσα του κυρίου Φοβητσιάρη δέθηκε κόμπο από το φόβο του κι άρχισε να τραυλίζει: «κκκ... κύριος Φοβητσιάρης».

Ο ευγενικός περιπλανώμενος διαβάτης του είπε «Ξέρεις, κι εγώ κάποτε τρόμαξα με τα πάντα όπως κι εσύ, κατάφερα όμως να το ξεπεράσω. Θα ήθελες να σου πω το μυστικό μου;».

«Ε...εε...εε...Ναι, παρακαλώ», είπε ο κύριος Φοβητσιάρης, τρέμοντας σα φύλλο.

چی بود؟! وای خدای من! زلزله شده! الآن خانه روی سرم خراب می شود! وای، بدبخت شدم! بیچاره شدم! دنیا به آخر رسید» و بعد درحالی که نزدیک بود از ترس سخته کند، زیر ملافه ها پنهان شد. یک ساعت گذشت. ولی نه خانه روی سر آقای ترسو خراب شد، نه زلزله آمد و نه دنیا به آخر رسید. آقای ترسو یواشکی سرش را از زیر ملافه ها آورد بیرون، نفس راحتی کشید و گفت: «خدا را شکر! به خیر گذشت.» بعد، از جایش بلند شد و رفت که صبحانه بخورد. آقای ترسو دوست داشت برای صبحانه نان سوخاری و شیر بخورد؛ بنابراین چند تا نان سوخاری گذاشت توی یک بشقاب و روی آن ها کمی شیر ریخت. بعد رفت تا از کمد کمی شکر بیاورد. نان سوخاری وقتی که داشت توی شیر خیس می خورد، ترق تروق صدا می کرد. آقای ترسو با شنیدن این صدا، شیرجه رفت زیر میز آشپزخانه و گفت: «وای! خدا رحم کند! صدای تگرگ می آید؛ حتماً طوفان شده!»

البته بچه ها، من و شما می دانیم که جنگی در کار نبود. البته آقای ترسو هم بالاخره از زیر میز بیرون آمد و صبحانه اش را خورد. بعد از صبحانه، آقای ترسو تصمیم گرفت که برود بیرون و کمی قدم بزند.

آقای ترسو داشت در جنگل اطراف خانه اش قدم می زد که ناگهان یک



«Είναι πολύ απλό», είπε ο διαβήτης. «Κάθε φορά που φοβάσαι κάτι, πριν κάνεις οτιδήποτε, θα παίρνεις μια βαθιά ανάσα και θα μετράς από το ένα έως το δέκα. Τότε καταλαβαίνεις ότι αυτό που φοβάσαι δεν είναι δα και τόσο τρομακτικό».

Ο ευγενικός περιπλανώμενος διαβήτης έσκυψε αργά και του είπε: «Μην ξεχνάς να μετράς μέχρι το δέκα!» Και συνέχισε το δρόμο του.

Ο κύριος Φοβητσιάρης σκέφτηκε ότι μετά από μια τόσο περιπετειώδη μέρα, θα ήταν καλύτερα γι' αυτόν να επιστρέψει στο σπίτι του όσο πιο γρήγορα μπορούσε. Γύρισε, λοιπόν, από τον δρόμο που είχε έρθει. Διέσχισε τη φάρμα και έφτασε στο δάσος. Καθώς περπατούσε μέσα στο δάσος, πάτησε ένα ξερό κλαδί που είχε πέσει στο έδαφος. Κρακ! Το ξερό κλαδί έσπασε.

Ο κύριος Φοβητσιάρης πήδηξε στον αέρα δυο φορές ψηλότερα από το μπόι του, φοβήθηκε και άρχισε να ουρλιάζει. «Τι ήταν αυτός ο ήχος; Ο ήχος ενός δέντρου που πέφτει! Ναι! Τώρα θα πέσει στο κεφάλι μου και θα με συντρίψει. Ή ίσως ένας κροκόδειλος κρύβεται πίσω από αυτό το δέντρο και τρίζει τα δόντια του! Ίσως...» και ξαφνικά σώπασε.

Πήρε μια βαθιά ανάσα και «ένα, δύο, τρία, τέσσερα, πέντε, έξι, επτά, οκτώ, εννιά, δέκα!» Και κατάλαβε ότι ο ήχος ήταν ο ήχος ενός ξερού κλαδιού που έσπασε.

Αναρωτήθηκε «Ω! μα καλά, τι φοβόμουν;»

Είχε φτάσει σχεδόν στο σπίτι του, όταν ένα φύλλο έπεσε ξαφνικά από ένα δέντρο στο κεφάλι του. Άρχισε να φωνάζει, «Κλέφτης! Οι κλέφτες θα με κλέψουν! Βοήθεια! Βοήθεια! Ω, όχι...» Ξαφνικά, όμως, σώπασε και πήρε μια βαθιά ανάσα.

«Ένα, δύο, τρία, τέσσερα, πέντε, έξι, επτά, οκτώ, εννιά, δέκα!» Και όταν κοίταξε καλά, είδε ότι αυτό που έπεσε στο κεφάλι του ήταν ένα φύλλο... ένα φύλλο!

«Ω! αλήθεια, πιάνει αυτό το κόλπο», είπε χαρούμενος και έκπληκτος. Ναι, ήταν πραγματικά πολύ αποτελεσματικό. Μετά από εκείνη την ημέρα, ο κύριος Φοβητσιάρης έγινε ένας άλλος άνθρωπος.

Τώρα πια δεν ουρλιάζει, δεν φωνάζει, δεν κουνάει τα χέρια του, δεν λιποθυμά και δεν κρύβεται κάτω από το σεντόνι.

Μμμ, για να είμαστε ειλικρινείς κι αυτό να μείνει μεταξύ μας... κρύβεται ακόμη μερικές φορές κάτω από το σεντόνι.



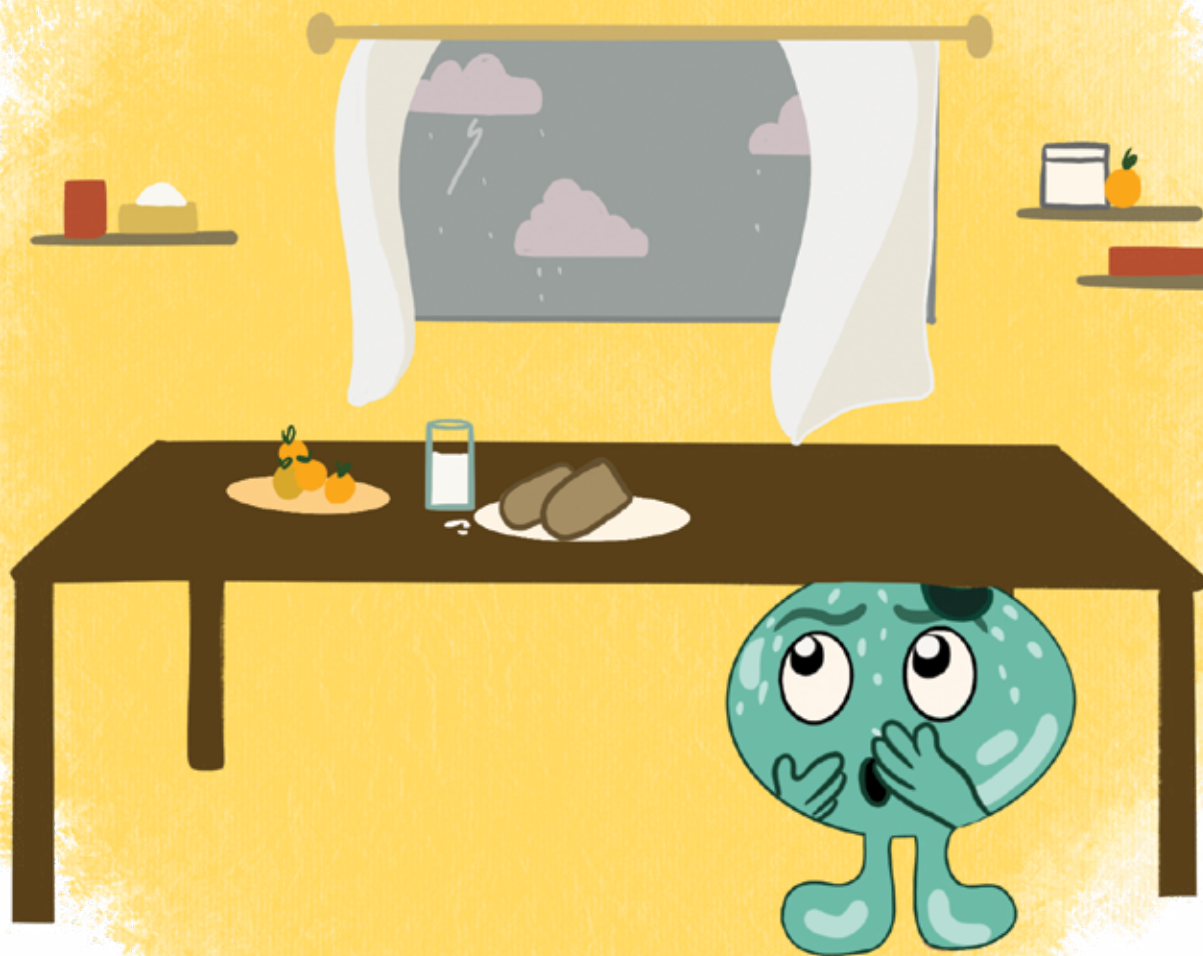
κرم کوچولو سرش را از زیر خاک بیرون آورد و شاد و خندان به آقای ترسو گفت: «سلام!»  
آقای ترسو کم مانده بود از ترس بمیرد!

داد زد: «چی؟ کی آنجاست؟» و یک دفعه چشمش افتاد به کرم کوچولو و فریاد زد: «اوه، خدای بزرگ! مار! یک مار آدم خوار! الآن مرا زنده زنده می خورد!» و پرید بالای نزدیک ترین درخت. کرم کوچولو با خودش گفت: «این همه داد و فریاد برای چی بود؟!» و برگشت به لانه اش. بعد از یک ساعت، آقای ترسو تازه جرئت آن را پیدا کرد که از درخت پایین بیاید و به راهش ادامه بدهد.

بالاخره جنگل تمام شد و آقای ترسو به یک مزرعه رسید. آقای ترسو با ترس و لرز دور و برش را نگاه کرد. این طرف مزرعه کسی را ندید. آن طرف مزرعه هم هیچ کس را ندید. به نظر می رسید کسی آن طرف ها نیست.

اما بچه ها، لابه لای علف های بلند وسط مزرعه، یک دوره گرد خسته خوابیده بود و از آفتاب ملایم پاییزی لذت می برد.

آقای ترسو که او را ندیده بود، یواش یواش و با احتیاط از بین علف ها می گذشت که ناگهان دوره گرد شروع کرد به خُرُوپُف! آقای ترسو جیخ کشید: «وای خدای بزرگ! این صدای چی بود؟ شیر بود یا پلنگ؟ فکر کنم شیر



**P**oor Mr. Scared was scared of everything and everyone. Every small sound he heard would make him shake like a leaf.

So do not be surprised when I tell you that Mr. Scared lived in the middle of a forest. This forest was so far away, that few people could reach it.

Some people called Mr. Scared, "Mr. Jelly", because he shook with the slightest sound, just like a piece of jelly.

This story starts on a beautiful morning. At that time, Mr. Scared was still asleep. It was a beautiful autumn morning and the leaves of the trees had turned yellow and orange. The sun had just risen, and a gentle breeze was blowing.

At the same time, a leaf fell from a tree branch and hit the ground, and as it fell, its corner hit the edge of Mr. Scared's window.

Mr. Scared jumped from his sleep panicked and said: "What was that horrible sound? Oh my God! Earthquake! Now the house is falling on my head! The world is coming to an end!" An hour passed. But neither the house over Mr. Scared's head fell on his head, nor was there an earthquake, nor did the world end. Mr. Scared gently pulled his head out from under the sheets, took a deep breath, and said, "Thank God! It went well."

Then he got up and went to eat breakfast.

Mr. Scared liked to eat toast and milk for breakfast; so, he put some toast on a plate and poured some milk on it. Then he went to get some sugar from the cupboard. The toasted bread crackled when it was soaked in milk. Hearing this, Mr. Scared jumped under the kitchen table and said, "Oh! God help me! The sound of hail is here; "There must be a storm!"

Of course, you and I know there was no hail and no storm. So, Mr. Scared finally came out from under the table and ate his breakfast.

بود. یک شیر بزرگ با دندان‌های وحشتناک و تیز، الآن مرا تکه‌تکه می‌کند! خدا می‌داند چند تکه‌تکه؟ دو تکه، سه تکه، شاید هم بیشتر!» بعد، از ترس غش کرد و افتاد زمین. دوره‌گرد خسته با صدای جیغ و داد آقای ترسو از خواب بیدار شد، خمیازه‌ای کشید، بدنش را کش و قوسی داد و بلند شد و نشست. آن وقت چشمش افتاد به آقای ترسو که روی زمین افتاده بود. به طرف او رفت و گفت: «ای طفلکی!»

بعد آقای ترسو را خیلی آرام روی کف دستش بلند کرد. آخه او مرد مهربانی بود. کمی بعد، آقای ترسو به هوش آمد و درحالی که چشم‌هایش را می‌مالید، سر جایش نشست.

ناگهان صورت بزرگ دوره‌گرد را جلو خودش دید. دوباره جیغش به هوا بلند شد: «وای یک غول! یک غول بی شاخ و دم! الآن مرا به جای صبحانه‌اش می‌خورد! کمک! یکی به دادم برسد!»

دوره‌گرد با صدای آرام و مهربانی گفت: «ای، ای، ای... تو یک آدم کوچولوی عصبی هستی، مگر نه؟ اسمت چیست؟»

آقای ترسو که زبانش از ترس بند آمده بود، گفت: «آ... آ... آقای تَر\_تَر\_ترسو.»

دوره‌گرد گفت: «من هم قبلاً مثل تو عصبی بودم، اما یاد گرفتم که نباشم. دوست داری راز خودم را به تو بگویم؟!»

After breakfast, Mr. Scared decided to go out and take a short walk. Mr. Scared was walking in the woods around his house when suddenly a small worm pulled its head out from under the ground and said to Mr. Scared, happy and smiling, "Hello!" Mr. Scared was scared to death! "What?" He shouted. "Who is there?" Suddenly his eyes fell on the little worm, and he shouted:

"Oh, great God! A snake! A man-eating snake! Now it will eat me alive!" And jumped on the nearest tree.

The little worm said to himself, "What was all this shouting about?!" And returned to his nest.

An hour later, Mr. Scared had just dared to come down from the tree and continue on his way. After leaving the forest, he reached a farm. Mr. Scared looked around with fear. He saw no one on that side of the farm. He did not see anyone on the other side of the farm. There seemed to be no one there.

But in the midst of the tall grass, in the middle of the field, slept a weary wanderer, who was enjoying the gentle autumn sun. Mr. Scared, who had not seen him, was walking slowly and cautiously through the grass, when suddenly the wanderer began to snore.

Mr. Scared shouted, "Oh my God! What was that sound? Was it a lion or a leopard? It was a lion. A big lion with horrible, sharp teeth will tear me to pieces! God knows how many pieces? Two pieces, three pieces, maybe even more!" His heart skipped a beat and he fainted.

The weary wanderer awoke to the sound of Mr. Scared screaming, he yawned, stretched his body, and sat up. Then he saw Mr. Scared lying on the ground. He went to him and said: "Oh child!



Then he lifted Mr. Scared very gently on the palm of his hand. He was a kind man. Shortly afterwards, Mr. Scared regained consciousness and sat down, rubbing his eyes.

Suddenly he saw the big face of the wanderer in front of him. His scream rose into the air again: "Oh no, a giant! A hornless giant! He will eat me for breakfast! Help!"

In a calm voice the wanderer said: "Oh, oh, oh, oh, you are a nervous little man, aren't you? What is your name?"

Mr. Scared stuttered and he said: "M... M...M... Mr. Scared."

The wanderer said, "I used to be as nervous as you, but I learned not to be. Would you like me to tell you, my secret? "Y...y...y...yes, please," said Mr. Scared, shaking like a leaf.

"It's very simple," the wanderer said. "It is enough to take a deep breath and count from one to ten every time you are afraid of something, before you do anything. Then you realize that what you are afraid of is not so scary."

Then the kind wanderer slowly lowered himself to Mr. Scared's height and said again, "Do not forget to count to ten!" And he went on his way.

Mr. Scared thought that after that adventurous day, it would be better for him to return home as soon as possible. So, he went back the way he had come. He crossed the farm and reached the forest. As he was walking through the forest, he stepped on a dry branch that had fallen to the ground. The dry branch broke.

"Aaaahh!!" Mr. Scared jumped high in the air and started screaming: "What was that sound? The sound of a tree falling! Yes! Now it will fall on my head and crush me. Or a crocodile is hiding behind this grove and is gnashing its teeth! Maybe..." but he suddenly fell silent.

آقای ترسو درحالی که داشت مثل بید می لرزید، گفت: «بِـبِـبِـبِـبله لطفاً.» دوره گرد گفت: «خیلی ساده است.

کافی است هر بار که از چیزی می ترسی، قبل از آنکه هر کاری بکنی، یک نفس عمیق بکشی و از یک تا ده بشماری. آن وقت متوجه می شوی آن چیزی که ازش ترسیده ای، آن قدرها هم ترسناک نیست.»

بعد دوره گرد مهربان آقای ترسو را به آرامی زمین گذاشت و دوباره گفت: «یادت نرود که تا ده بشماری!» و راهش را کشید و رفت.

آقای ترسو فکر کرد که بعد از آن روز پرماجرا، بهتر است هر چه زودتر به خانه خودش برگردد.

بنابراین از همان راهی که آمده بود برگشت. از مزرعه گذشت و رسید به جنگل.

وقتی که داشت از داخل جنگل می گذشت، پایش را گذاشت روی شاخه خشکی که روی زمین افتاده بود.

تَرَق! شاخه خشک شکست.

آقای ترسو از ترس دو برابر قد خودش به هوا پرید و شروع کرد به جیغ زدن: «این صدای چی بود؟ صدای افتادن درخت! آره! الآن می افتد روی سرم و مرا له می کند. شاید هم یک تمساح پشت این بیشه پنهان شده و دارد دندان هایش را به هم می زند! شاید هم...» ولی ناگهان ساکت شد.

نفس عمیقی کشید و «یک دو سه چهار پنج شش هفت هشت نه ده!» و فهمید که صدا، صدای شکستن یک شاخه خشک بوده. با خودش گفت:

He took a deep breath and counted “one, two, three, four, five, six, seven, eight, nine, ten!” And he realized that the sound was the sound of a dry branch breaking.

He said to himself, “Oh! What was I afraid of! It was nothing!” Mr. Scared was about to reach his house when a leaf suddenly fell from a tree on his head.

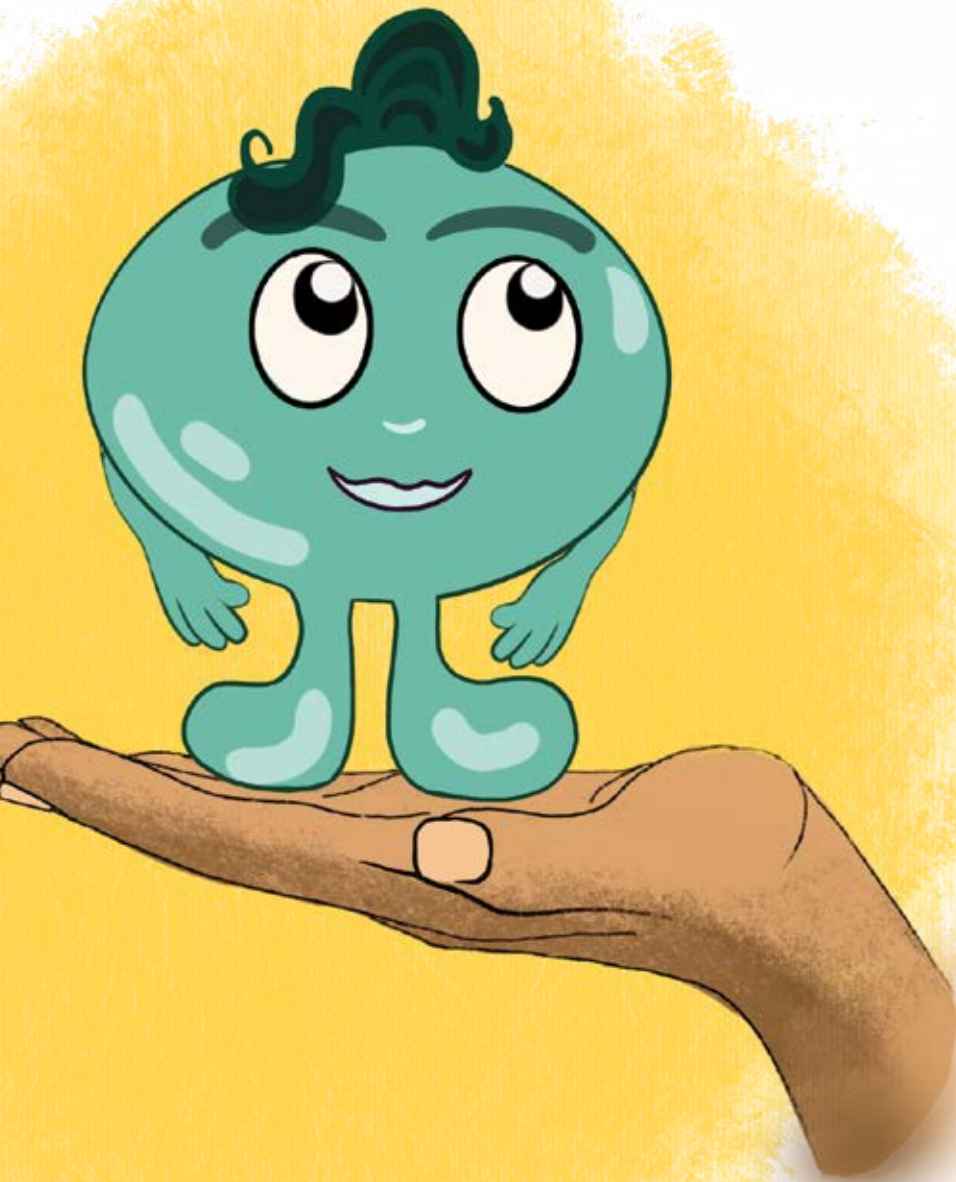
Mr. Scared shouted, “Oh thief! The thieves are attacking me! Help! Help oh no,” but he suddenly became silent and took a deep breath.

“One, two, three, four, five, six, seven, eight, nine, ten!” And when he looked.... well, he saw that what fell on his head was a leaf...a leaf!

“Yes, it really works,” said Mr. Scared, happy and surprised. Yes children, it really was very effective. After that day, Mr. Scared became a completely different person. It is obvious from his appearance, isn't it?

Mr. Scared is no longer afraid of his shadow, no longer screams, shouts, shakes, or faints, and never hides under the sheets.

Well, to be honest... and let this stay between us, Mr. Scared still hides under the sheets sometimes. Of course, not as he used to!



«به! من را باش! از چی ترسیدم!»  
چیزی نمانده بود که آقای ترسو به  
خانه‌اش برسد که ناگهان یک برگ از  
بالای یک درخت به آرامی افتاد روی  
سرش.

آقای ترسو جیغ زد: «آی دزد!  
آدم‌دزدها مرا دزدیدند! کمک!  
کمک...» ولی ناگهان ساکت شد و  
نفس عمیقی کشید.

«یک دو سه چهار پنج شش هفت  
هشت نه ده!»

و وقتی که خوب نگاه کرد، دید چیزی  
که روی سرش افتاده یک برگ است،  
یک برگ ناقابل!

آقای ترسو درحالی که خوشحال و  
شگفت‌زده شده بود، با صدای بلند  
گفت: «بله... واقعاً مؤثر است!»  
بله بچه‌ها، راستی راستی خیلی مؤثر  
بود. بعد از آن روز، آقای ترسو آدم  
کاملاً متفاوتی شد. از قیافه‌اش هم  
معلوم است. نه بچه‌ها؟

آقای ترسو دیگر نه جیغ می‌کشد، نه  
داد و فریاد می‌کند، نه دست‌وپایش  
می‌لرزد و نه بی‌هوش می‌شود و دیگر  
هیچ‌وقت زیر ملافه‌ها پنهان نمی‌شود.  
خب، راستش... بین خودمان باشد،  
آقای ترسو هنوز هم بعضی وقت‌ها  
زیر ملافه‌ها پنهان می‌شود. البته نه  
به اندازه آن وقت‌ها!





# Οι καλικάντζαροι και το δέντρο της Γης

## The pillar of the earth and the goblins (kallikantzaroι)

**Κ**άτω από τη γη υπάρχει ένα μεγάλο δέντρο με ένα τεράστιο και δυνατό κορμό, που στηρίζει τη γη. Έτσι μας έλεγαν τουλάχιστον οι γιαγιάδες κι οι παπούδες μας. Εκεί κάτω από τη Γη λοιπόν, ζουν οι καλικάντζαροι.

Όλο τον χρόνο, οι καλικάντζαροι δουλεύουν μέρα και νύχτα. Προσπαθούν να κόψουν τον κορμό του δέντρου που στηρίζει τη Γη, γιατί θέλουν να το δουν να πέφτει. Ολημερίς κι ολονυχτίς το χτυπούν με μικρά τσεκούρια και το πριονίζουν με μικρά πριόνια. Και πάνω που έχουν φτάσει προς το τέλος και ο κορμός στηρίζεται σε μια λεπτή φλούδα κι είναι έτοιμοι να τον κόψουν, έρχονται τα Χριστούγεννα.

«Ελάτε, οι γιορτινές μέρες έφτασαν, πάμε να διασκεδάσουμε πάνω στη γη, να πειράξουμε τους ανθρώπους» λένε. «Πάμε να φύγουμε και όταν γυρίσουμε, θα τελειώσουμε τη δουλειά μας». Έτσι, αφήνουν τα τσεκούρια τους και τα πριόνια τους και ανεβαίνουν πάνω στη γη, σε εμάς. Τρώνε, πίνουν, γιορτάζουν και πειράζουν τους ανθρώπους, κάνοντας σκανταλιές· τρυπούν τα σακιά με το αλεύρι, ανοίγουν τη στρόφιγγα στο βαρέλι με

## ستون زمین و اجنه (کالیکانتزاروی)

از قدیمی ها نقل شده که در زیر زمین درختی بزرگ است که مانند ستونی عظیم و محکم زمین را نگه می دارد. در آنجا اجنه (کالیکانتزاروی) در تمام طول سال زندگی می کنند و شب و روز مشغول قطع کردن این درخت هستند. چرا؟ چون می خواهند ببینند که تکه تکه شود و بیفتد و آنها به افتادن زمین بخندند. بنابراین با تبرهای کوچک بر تنه درخت ضربه می زنند و با اره های کوچک آن را اره می کنند. ام هر سال، درست زمانی که می خواهند آن را بیاندازند کریسمس فرا می رسد. - می گویند: «بیا، حالا برویم و روی زمین خوش بگذرانیم، مردم را مسخره کنیم، روزهای جشن آمده است.» بیا برویم و وقتی برگشتیم قطعش می کنیم.» بنابراین، آنها پیش ما می آیند. می خورند و می نوشند و میهمانی می گیرند و سر به سر مردم میگذارند و مردم آزاری می کنند. کیسه های آرد را سوراخ می کنند، شیر را آرد

το κρασί, τρομάζουν τα ζώα, σκορπούν τη στάχτη από το τζάκι, τρομάζουν τις φτωχές γιαγιάδες και κάνουν κάθε είδους σκανταλιές.

Μα μόλις έρθει η παραμονή των Θεοφανείων και βγαίνει ο παπάς με τον αγιασμό, τρομάζουν και το βάζουν στα πόδια! Κατεβαίνουν τρέχοντας να συνεχίσουν να πριονίζουν το δέντρο που στηρίζει τη γη και να πετύχουν τον σκοπό τους. Αλλά, τι βλέπουν τα ματάκια τους; Όσο κάναν σκανταλιές στη γη, ο κορμός του δέντρου έθρεψε. Κι έτσι πρέπει να ξεκινήσουν πάλι από την αρχή!

Ευτυχώς, οι καλικάντζαροι είναι αφελείς και ξεχνούν γρήγορα. Για αυτό κάθε χρόνο αφήνουν το πριόνισμα για τις σκανταλιές και όταν γυρνάνε βρίσκουν πάντα γερό τον κορμό αυτού του πανίσχυρου δέντρου, που κρατάει όλη τη γη με τα χωριά και τις πολιτείες της πάνω στον δυνατό, μαγικό κορμό του.

The kallikantzaroi are malevolent creatures from Southeast European and Anatolian folklore that are believed to dwell underground but come to the surface during the twelve days of Christmas, from 25 December to 6 January.



**T**here is a big tree underground, like a huge and strong pillar, which supports the earth. That's what the elders used to say. Down there live the goblins all year round, working day and night.

They try to cut down the tree trunk that holds up the earth because they want to see it fall to pieces and laugh. So, they strike with little axes and saw with little saws. Every year, just as they are about to cut it down, Christmas comes.

"Come, let us now go and have some fun on earth, teasing people; festive days are here," they say. "Let's go, and when we come back, we will cut it down."

So, they come to us. They eat and drink and feast, teasing the people by causing mischief. They pierce the sacks of flour, open the plugs in the wine barrels, frighten the cattle, scatter the ashes from the fireplace, scare poor elderly women, and do all sorts of mischief.

As soon as Epiphany Eve arrives and the priest comes out with the holy water, they get scared and run away! They rush back to continue sawing the tree supporting the earth in order to accomplish their purpose. However, when they return, they find that the tree has healed and is strong again. So they have to start all over again!

Fortunately, the goblins are not very smart, so every year they do the same thing and always suffer the same fate with this mighty tree, which supports the earth with all its villages and towns.

بشکه‌ی شراب را باز می‌کنند، حیوانات را می‌ترسانند، خاکستر شومینه را به اطراف می‌پاشند، پیرزن‌های بیچاره را می‌ترسانند، و هر نوع بدی که از دستشان بر میآید انجام می‌دهند. به محض اینکه شب عید فرا می‌رسد و کشیش با آب مقدس بیرون می‌آید، آنها می‌ترسند و پا به فرار می‌گذارند! به زیر زمین باز می‌گردند که به اره‌های کوچک خود به بریدن درخت ستون زمین ادامه دهند و به هدف خود برسند. اما در راه بازگشت متوجه می‌شوند که درخت تغذیه شده است. و سپس آنها باید همه چیز را دوباره از اول شروع کنند! خوشبختانه اجنه (کالیکانتزاروی) خنگ هستند، بنابراین هر سال همیشه همین کار را می‌کنند و همیشه با این درخت قدرتمند که تمام زمین را با دهکده‌ها و ایالت‌هایش نگه می‌دارد به همان سرنوشت دچار می‌شوند.

اجنه (kallikantzaroi) موجودات

بدخواه از اروپای جنوب شرقی و

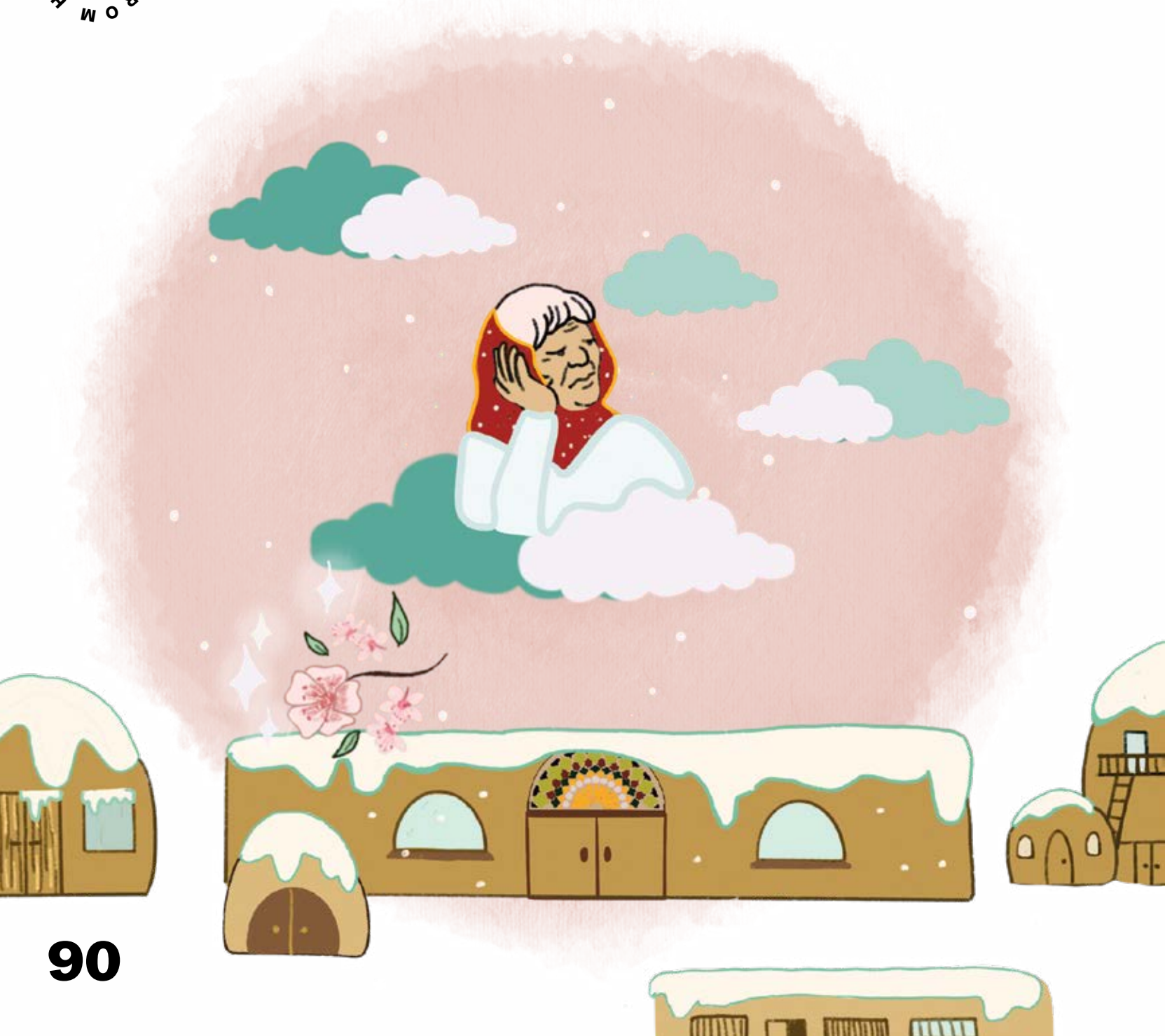
فولکلور آناتولی هستند که اعتقاد

بر این است که زیره زمین زندگی

می‌کنند اما در طول دوازده روز

گریسمس، از ۲۵ دسامبر تا ۶ ژانویه،

به سطح می‌آیند.



# Η γιαγιά Παγωνιά και η πόλη του ύπνου

## Granny cold and the city of the sleeping

« ύπνα, πρέπει να φύγω.»

Το έδαφος ήταν κρύο και παγωμένο. Ούτε μια βιολέτα  δεν είχε ανθίσει ακόμα πάνω του. Η Γιαγιά Παγωνιά άφησε το σάκο της βροχής και κοίταξε μακριά. Ήθελε να φύγει, αλλά δεν υπήρχαν σημάδια της άνοιξης.

Χτύπησε απαλά το έδαφος με τα πέντε πόδια της και είπε: «Ξύπνα, πρέπει να φύγω».

Όμως η γη κοιμόταν ακόμα. Η Γιαγιά Παγωνιά κοιτούσε μακριά. «Ίσως κάποιος φέρει τα νέα της άνοιξης» είπε στον εαυτό της. Δεν υπήρχε κανείς. Όσο έφτανε το μάτι, υπήρχαν μόνο γυμνά κλαδιά, δέντρα χωρίς φύλλα που ονειρεύονταν την άνοιξη.

Η γιαγιά αναστέναξε από τα βάρη της καρδιάς της. Ο μήνας Φεβρουάριος, ο άγγελος του χειμώνα, άκουσε τη Γιαγιά Παγωνιά. Φόρεσε το μακρύ του παλτό, πάνω στο οποίο έλαμπε το χιόνι, και κατέβηκε από τα σύννεφα.

Κοίταξε γύρω του. Παντού επικρατούσε σιωπή.

Καπνός δεν έβγαινε από τις καμινάδες των σπιτιών, οι άνθρωποι κοιμόντουσαν όλοι, το ίδιο και οι αγελάδες και τα πρόβατα, το ίδιο και τα σκυλιά φύλακες· όλοι κοιμούνταν βαθιά.

Ο μήνας Φεβρουάριος ρώτησε τη Γιαγιά Παγωνιά «Γιατί όλοι έχουν ξεχάσει την άνοιξη φέτος; Γιατί η γη κοιμάται ακόμα;»

## ننه سرما و شهر خوابزده

«بیدار شو من باید بروم.»  
زمین، سرد و یخزده بود. هنوز یک گل بنفشه هم روی آن دیده نمی شد. ننه سرما کوله بارش را زمین گذاشت و به دوردست ها نگاه کرد. می خواست برود؛ اما خبری از بهار نبود. با پنجه پا آرام به زمین ضربه زد و گفت: «بیدار شو، من باید بروم.»

اما زمین همچنان در خواب بود. ننه سرما هنوز نگاهش را به دوردست ها دوخته بود. با خود گفت: «شاید کسی خبری از بهار بیاورد.»

هیچ کس نبود. تا چشم کار می کرد درخت های لخت و بی برگ بودند که خواب بهار را می دیدند. ننه سرما از ته دل آه کشید. اسفند – فرشته زمستان – آه ننه سرما را شنید. دامنه بلندش را که از سفیدی می درخشید، روی دست هایش انداخت و از ابرها پایین آمد. نگاهی به اطراف کرد. همه جا ساکت بود. از دودکش هیچ خانه ای دود بیرون نمی آمد، مردم همه خواب بودند، حتی گاوها و گوسفندها و حتی سگ های نگهبان، همه و همه در خواب عمیقی

Η Γιαγιά Παγωνιά απλώς αναστέναξε και φύσηξε αργά ανάμεσα στα γυμνά δέντρα. Δεν ήξερε πώς να ξυπνήσει τη γη. Το μόνο που ήξερε ήταν να την κοιμίζει με το χειμωνιάτικο νανούρισμά της.

Ο Φεβρουάριος την αγκάλιασε τυλίγοντας τα χέρια του γύρω από τους ώμους της και της είπε: «Μην ανησυχείς, θα έρθει η άνοιξη και θα ξυπνήσουν όλα.»

Η Γιαγιά Παγωνιά χάιδεψε απαλά τα λευκά και κρύα χέρια του Φλεβάρη και είπε: «Αν δεν ξυπνήσουν οι άνθρωποι να οργώσουν τη γη και να σπείρουν τους σπόρους, η γη θα θυμώσει. Αν τα μοσχαράκια δεν γεννηθούν, αν οι κλώσες δεν κάνουν αυγά, αν δεν αρμέξουν το γάλα από τις αγελάδες και τα πρόβατα, θα καθούν όλα. Κοίτα τα δέντρα. Ακόμα κοιμούνται».

«Τότε θα πάω εγώ να φέρω την άνοιξη», είπε ο Φλεβάρης.

Η Γιαγιά Παγωνιά έπιασε το χέρι του Φλεβάρη και είπε: «Όταν έρθει η άνοιξη, ο κόσμος θα πρέπει να έχει ξυπνήσει για να την καλωσορίσει». Ξαφνικά στο μυαλό του Φλεβάρη άστραψε μια σκέψη.

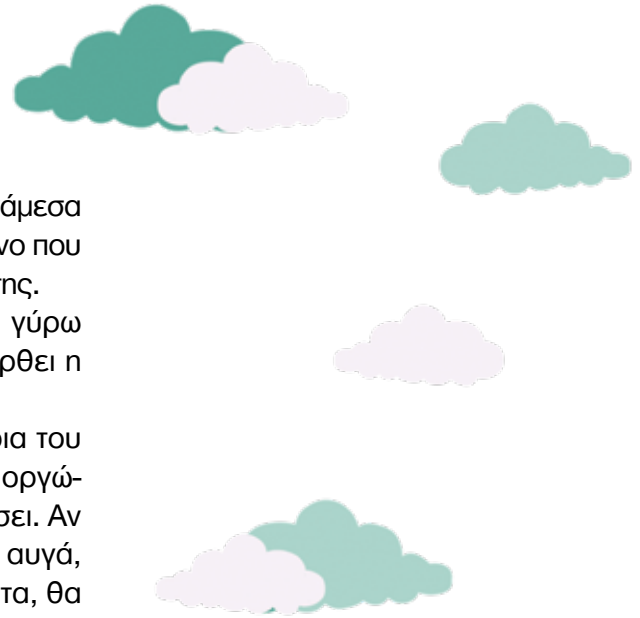
«Τα παιδιά!» αναφώνησε. «Όταν τα παιδιά ξυπνούν, ο ήχος της χαράς τους ξυπνά τους πάντες. Πρέπει να τα ξυπνήσουμε για να παίξουν. Να παίξουν τόσο, που τα μάγουλά τους να κοκκινίσουν όπως οι ανοιξιάτικες παπαρούνες και τα μάτια τους να λάμψουν όπως τα αστέρια τις νύχτες του καλοκαιριού. Τα γέλια τους και οι φωνές τους θα ξυπνήσουν τους πάντες».

«Πώς μπορούμε να ξυπνήσουμε τα παιδιά;» αναρωτήθηκε η Γιαγιά Παγωνιά.

«Τα παιδιά λατρεύουν να παίζουν με το χιόνι», είπε ο Φλεβάρης, του οποίου τα μάγουλα ήταν κατακόκκινα από τη χαρά.

«Γιαγιά Παγωνιά, στείλε χιόνι για να ξυπνήσουν τα παιδιά».

Η γιαγιά αναστέναξε, αλλά έπεσαν μόνο μερικές νιφάδες χιονιού και μετά έβρεξε. «Φλεβάρη μου, δεν μπορώ πια» είπε χαιδέοντας τα μακριά λευκά μαλλιά του Φλεβάρη. «Είμαι κουρασμένη. Έστειλα ό,τι χιόνι είχα αυτούς τους τρεις μήνες».



Ο Φλεβάρης, φίλησε το κρύο πρόσωπο της γιαγιάς και της είπε: «Σε παρακαλώ, στείλε χιόνι για χάρη της γης, για χάρη των παιδιών».

Η Γιαγιά Παγωνιά κοίταξε όλα τα σπίτια. Ήθελε να ξυπνήσει ο κόσμος. Έτσι, όπως την πρώτη μέρα του χειμώνα, μάζεψε όλες της τις δυνάμεις και διέταξε τα σύννεφα να μαζευτούν. Τα σύννεφα κάλυψαν αργά τον γαλάζιο ουρανό. Ο αέρας άρχισε να ψυχραίνει, τόσο που ο πάγος έσπασε και το έδαφος ράγισε. Η Γιαγιά Παγωνιά πέταξε στα σύννεφα. Τα σύννεφα λικνίζονταν σαν κύματα κάτω από τα πόδια της κι εκείνη, σαν ελάφι που τρέχει πάνω-κάτω στους πράσινους λόφους της άνοιξης, πάτησε αργά και ελαφρά στα κύματα των σύννεφων και ανεβοκατέβαινε. Πάνω, κάτω, πάνω, κάτω. «Αν οι άνθρωποι δεν ξυπνήσουν, η άνοιξη δεν θα έρθει στα σπίτια τους», είπε η Γιαγιά Παγωνιά. Και άρχισε να φτιάχνει χιόνι με όση δύναμη της είχε απομείνει. Ο Φλεβάρης πλησίασε κοντά στο παράθυρο ενός σπιτιού. Χτύπησε το τζάμι μερικές φορές. Ένα αγόρι άνοιξε τα μάτια του. Είδε το Φλεβάρη να του χαμογελά μέσα από τα μισάνοιχτα βλέφαρά του. Το αγόρι χαμογέλασε κι αυτό. Κατάλαβε ότι ήταν ο Φλεβάρης, ο άγγελος του χειμώνα. Είχε ακούσει από τη γιαγιά του ότι ο Φλεβάρης φοράει ένα στεφάνι από κρυστάλλους πάγου στα μακριά λευκά μαλλιά του.

Το αγόρι φώναξε τη γιαγιά του. Όμως η γιαγιά δεν ξύπνησε. Το αγόρι βγήκε τρέχοντας από το σπίτι. Τότε ο Φλεβάρης πήγε σε άλλο σπίτι και μετά σε άλλο σπίτι και μετά σε άλλο...

Ξύπνησαν όλα τα παιδιά κι άρχισαν να παίζουν στο χιόνι με τον Φλεβάρη. Τα μάγουλα των παιδιών έγιναν κόκκινα. Ακριβώς όπως και οι παπαρούνες.

Οι κότες άρχισαν να γεννούν αυγά. Τα μοσχαράκια γεννήθηκαν και τα άλογα κλιμίντρισαν δυνατά. Τα σκυλιά τέντωσαν το κορμί τους και χαρούμενα έτρεξαν να παίξουν με τα παιδιά. Τα γέλια κι οι χαρούμενες φωνές των παιδιών ξύπνησαν τους πάντες.

φρورفته بودند.

اسفند به ننه سرما گفت: «چرا امسال همه بهار را فراموش کرده‌اند؟ چرا

زمین هنوز خواب است؟»

ننه سرما فقط آه کشید. آهش سوز شد و بین درخت‌های لخت وزید. او

می‌دانست چطور می‌تواند زمین را

بیدار کند؛ آخر او فقط می‌توانست با

لالایی زمستانی‌اش همه را بخواباند.

اسفند، دست‌هایش را دور شانه‌های

ننه سرما حلقه کرد و گفت: «نگران

نباشید. بهار حتماً می‌آید و همه را از

خواب بیدار می‌کند.»

ننه سرما، با مهربانی دست‌های

سفید و سرد اسفند را نوازش کرد

و گفت: «اگر مردم بیدار نشوند و

زمین را شخم نزنند و دانه نکارند،

زمین قهر می‌کند. اگر گوساله‌ها به

دنیا نیایند، اگر مرغ‌ها تخم نگذارند،

اگر شیر گاوها و گوسفندها دوشیده

نشود، همه از بین می‌روند. نگاه

کن درخت‌ها را ببین. هنوز خواب

هستند.»

سفند گفت: «پس می‌روم و بهار را

به اینجا می‌آورم.»

ننه سرما، دست اسفند را گرفت و

گفت: «وقتی بهار می‌آید که مردم به

استقبالش بروند.»

ناگهان فکری فرشته‌زمستان را مانند

اسفنداز جا پراند. گفت: «بچه‌ها!

وقتی بچه‌ها بیدار شوند، صدای

شادی آن‌ها همه را از خواب بیدار

می‌کند. باید کاری کنیم تا آن‌ها

بیدار شوند و بازی کنند. آن قدر که

گونه‌هایشان مانند رزهای قرمز



Οι μεγάλοι έμοιαζαν να έχουν ξυπνήσει από χίλια χρόνια ύπνου. Κοίταξαν τη γη και τον ουρανό και τα παιδιά με έκπληξη. Κατάλαβαν ότι η άνοιξη είχε αργήσει. Είπαν ο ένας στον άλλον:

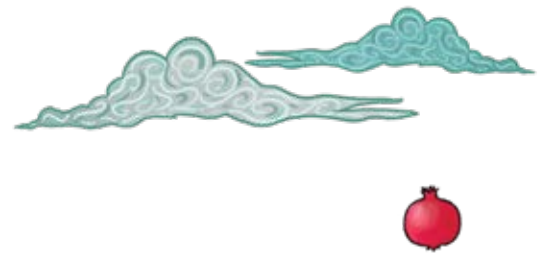
- Πρέπει να ανάψουμε τον φούρνο στο σπίτι μας.
- Πρέπει να οργώσουμε τη γη και να σπείρουμε σπόρους.
- Πρέπει να καθαρίσουμε το σπίτι μας.
- Πρέπει να καλωσορίσουμε την άνοιξη.

Σιγά-σιγά τα σύννεφα άρχισαν να φεύγουν και ο ήλιος άρχισε να λάμπει όλο και πιο φωτεινός στον ουρανό. Το χιόνι έλιωσε και κύλησε στα ποτάμια. Τα πουλιά πέταξαν ανάμεσα στα δέντρα κελαηδώντας. Τα σκυλιά πήγαν στα βοσκοτόπια με τους βοσκούς και τα κοπάδια.

Τα παιδιά βοηθούσαν τους μεγάλους. Άνοιξαν τα παράθυρα για να διώξουν την κοιμισμένη σκόνη έξω από τα σπίτια. Καθάρισαν τα τζάμια και τους καθρέφτες, κοιτάχτηκαν, χτενίστηκαν και έβαλαν τα καλύτερα και ομορφότερά τους ρούχα. Μούλιασαν μια χούφτα φακές και μια χούφτα σιτάρι και τα έβαλαν σε πιατάκια δίπλα σε καθρέφτες και σε αναμένα κεριά. Όλα καλούσαν την άνοιξη.

Η Άνοιξη έφτασε με τον πρωτότοκό της γιο, το Μάρτιο. Ήταν ένας πολύ όμορφος νεαρός με μια φορεσιά στο χρώμα της χλόης και ένα στέμμα από χρωματιστές βιολέτες στα κοντά μαλλιά του. Όπου πατούσε ξεπηδούσαν βιολέτες από το χώμα. Ο Φλεβάρης παρέδωσε τη γη και τον ουρανό στην Άνοιξη και τα παιδιά της, το Μάρτιο, τον Απρίλιο και το Μάιο.. Μετά, ένα μεγάλο λευκό σύννεφο έφτασε και τον πήγε στον παράδεισο. Κι η Γιαγιά Παγωνιά; Πού πήγε;

Είχε αποκοιμηθεί πάνω στο ίδιο μεγάλο σύννεφο και το σύννεφο την πήγαινε πίσω στην πατρίδα της. Η Γιαγιά Παγωνιά έφυγε για να γυρίσει ξανά τον επόμενο χρόνο με ακόμη περισσότερο χιόνι.



“Wake up, I have to go.”

The ground was cold and icy. Not a single violet flower was seen on it yet. Granny Cold put down her bag and looked into the distance. She wanted to leave, but there was no news of spring.

She tapped the ground gently with her feet and said, “Wake up, I have to go.”

But the earth was still asleep. Granny Cold was still staring into the distance. “Maybe someone will bring the news of spring,” she said to herself. There was no one. As far as the eye could see, there were just bare, leafless trees that dreamed of spring.

Granny Cold sighed from the bottom of her heart. The month of February, the Winter Angel, heard Granny Cold. She threw on a long skirt, which shone white on her sleeves, and came down from the clouds.

She looked around. There was silence everywhere.

No smoke came out of the chimney of any house, the people were all asleep, even the cows and sheep, and even the guard dogs were all fast asleep. The month of February said to Granny Cold: “Why have they all forgotten about spring this year? Why is the earth still asleep?”

Granny Cold just sighed and blew gently between the bare trees. She did not know how to awaken the earth; she could only put everyone to sleep with her winter lullaby.

February wrapped her arms around Granny Cold’s shoulders and said: “Don’t worry. Spring is coming and it will wake everyone up.”

Granny Cold kindly caressed the white and cold hands of February and said: “If the people do not wake up and do not plow the land and sow the seeds, the earth will be angry. If the calves are not born, if the hens do not lay eggs, if the

شود و چشم‌هایشان مانند ستاره‌های  
شب‌های تابستان بدرخشد. صدای  
شادی آن‌ها، همه را بیدار خواهد  
کرد.»

ننه سرما از بی‌خوابی خمیازه‌بلندی  
کشید و گفت: «چه طور می‌توانیم  
بچه‌ها را بیدار کنیم؟»

اسفند که از خوشحالی، گونه‌های  
سفیدش قرمز شده بود، گفت:

«بچه‌ها برف‌بازی را دوست دارند. ننه  
سرما، آن قدر برف بفرستید تا بچه‌ها  
بیدار شوند.»

ننه سرما آه کشید. آهش چند دانه  
برف کوچک شد و بارید. درحالی‌که  
موهای بلند و سفید اسفند را نوازش  
می‌کرد، گفت: «دخترم، من دیگر

نمی‌توانم. خسته هستم. هرچه برف  
داختم در این سه ماه فرستادم...»  
اسفند، گونه ننه سرما را بوسید و

گفت: «خواهش می‌کنم. به خاطر  
زمین، به خاطر بچه‌ها برف بفرستید.»  
ننه سرما نگاهی به خانه‌ها کرد.

دلش می‌خواست مردم بیدار شوند.  
پس مثل روز اول زمستان تمام توانش  
را جمع کرد و به ابرها فرمان داد تا

جمع شوند. ابرها آرام آرام تن آبی  
آسمان را پوشاندند. هوا کم‌کم سرد  
شد. آن قدر که شیشه‌ها تار شدند

و زمین ترک خورد. ننه سرما روی  
ابرها رفت. ابرها مانند موج، زیر پای  
ننه سرما حرکت می‌کردند و او مثل

آهویی که از تپه‌های سبز بهاری بالا  
و پایین می‌دود، آرام و سبک روی  
موج ابرها پا گذاشت و بالا و پایین

رفت؛ بالا، پایین، بالا، پایین. ننه



cows and sheep are not milked, they will all perish. Look at the trees.... They are still asleep.”

“Then I will go and bring spring here,” February said.

Granny Cold took February by the hand and said, “When spring comes, people will need to be ready to greet her.”

The thought of spring coming shook Granny Cold.

“Children,” February said. When children wake up, the sound of their joy wakes everyone up. We have to wake them up to play. So much, so that their cheeks turn red like roses and their eyes shine like the stars of summer nights. “The sound of their joy will wake everyone up.”

“How can we wake the children up?” asked Granny Cold.

“Children love to play in the snow,” said February, whose cheeks were red with joy.

“Granny Cold, send so much snow that the children wake up.” Granny Cold sighed. A few snowflakes fell and it started to rain. “My daughter, I can no longer,” she said, stroking February's long white hair. “I am tired. I sent all the snow I had in me in these past three months...”

February kissed Granny's cold face and said, “Please. Send snow for the sake of the land, for the sake of the children.”

Granny Cold looked at all the houses. She wanted people to wake up. So, just like on the first day of winter, she gathered all her strength and ordered the clouds to gather. The clouds slowly covered the blue sky. The air gradually cooled. So much so that the ice shattered, and the ground cracked. Granny Cold went to the clouds. The clouds moved like a wave under her feet, and she, like a deer running up and down the green hills of spring, slowly and lightly stepped on the wave of clouds and went up and down. Up, down, up, down. “If people do not wake up, spring will not come to their homes,” said Granny Cold.

سرما خواب را فراموش کرد و با خود گفت: «اگر آدم‌ها بیدار نشوند، بهار به خانه‌هایشان نمی‌آید.» و با توان بیشتری به جست‌و‌خیز مشغول شد. اسفند پشت پنجره‌خانه‌ای رفت. چند ضربه آرام به پنجره زد. پسرکی چشم‌هایش را باز کرد. از میان پلک‌های نیمه‌بازش اسفند را دید که به او لبخند می‌زند. پسرک هم لبخند زد. پسرک فهمید او اسفند، همان رز های قرمز است. از مادر بزرگش شنیده بود که اسفند، تاجی از بلورهای یخی بر روی موهای بلند و سفیدش می‌گذارد. پسرک، مادر بزرگ را صدا زد؛ اما مادر بزرگ بیدار نشد. پسرک از خانه بیرون دوید. اسفند به طرف خانه دیگری رفت و خانه دیگری و خانه‌های دیگر...

همه بچه‌ها از خواب بیدار شده بودند و با اسفند برف‌بازی می‌کردند. گونه بچه‌ها قرمز شده بود؛ درست مثل شقایق‌ها. مرغ‌ها تخم گذاشتند. گوساله‌ها به دنیا آمدند و اسب‌ها بلند شیهه کشیدند. سگ‌ها کش‌وقوسی به بدنشان دادند و با خوشحالی، همراه بچه‌ها دویدند و بازی کردند.

صدای شادی بچه‌ها همه را بیدار کرده بود. بزرگ‌ترها انگار از خواب هزارساله بیدار شده بودند. با تعجب به زمین و آسمان و بچه‌ها نگاه می‌کردند. آن‌ها فهمیدند بهار دیر کرده است. به یکدیگر گفتند: «باید تنور خانه‌هایمان را روشن کنیم.»

And she began to make snow with greater vigor. February went outside the window of a house. She tapped the window a few times. A boy work up and opened his eyes. He saw February smiling at him through his half-open eyelids. The boy smiled too. He realized that she was February, the angel of winter. He had heard from his grandmother that February uses a crown of ice crystals on her long white hair.

The boy called his grandmother, but the grandmother did not wake up. The boy ran out of the house. February went to another house, and another house, and another...

All the children woke up and were playing in the snow with February. The children's cheeks were red like roses.

The hens laid eggs. The calves were born, and the horses neighed loudly. The dogs stretched their bodies and happily ran and played with the children. The sound of children's joy woke everyone up.

The adults seemed to have woken up from a thousand years of sleep. They looked at the earth and the sky and the children in amazement. They realized that spring was late. They said to each other:

"We have to turn the oven up in our house."

"We have to plow the land and sow seeds."

"We have to clean our house."

"We have to welcome spring."

Gradually the clouds parted, and the sun shone in the sky. The snow melted and flowed into the rivers. Birds flew among the trees and sang. The dogs went to the pastures with the shepherds and the herds.

The children helped the adults – they opened the windows to let the sleeping dust out of the houses. They cleaned the mirrors and glass and looked at themselves. They combed their hair and wore their best and most beautiful clothes. They



soaked a handful of lentils and a handful of wheat in dishes and placed them next to mirrors and lit candles. Everyone was calling for spring.

The spring arrived with his first child, February. He was a very handsome young man in a grass-colored gown, with a crown of colorful violets on his short hair. Wherever he walked, violets grew out of the ground.

February entrusted the guardianship of the earth and the sky to the spring and her children, March, April and May. Then she hopped onto a big white cloud and went to heaven.

Oh, and what about Granny Cold? Where did she go?

Granny Cold had fallen asleep on the same big cloud, and the cloud was taking her home. Granny Cold was gone until she came back next year with more snow.

– «باید زمین را شخم بزنیم و بذر  
بپاشیم.»

– «باید خانه و کاشانه‌مان را تمیز  
کنیم.»

– «باید به استقبال بهار برویم.»  
کم‌کم ابرها کنار رفتند و خورشید  
در آسمان، درخشید. برف‌ها آب و  
به رودها روانه شدند. پرندگان بین  
درخت‌ها پرواز کردند و آواز خواندند.  
سگ‌ها به همراه چوپانان و گله به  
چراگاه‌ها رفتند. کودکان به بزرگ‌ترها  
کمک کردند. مادرها پنجره‌ها را  
گشودند تا غبار خواب از خانه‌ها  
بیرون برود. آینه‌ها و شیشه‌ها را تمیز  
و در آن‌ها به خود نگاه کردند. موها  
را شانه زدند و بهترین و زیباترین  
لباس را پوشیدند. مُشتی عدس و  
مُشتی گندم داخل ظرف‌ها خیساندند  
و کنار آینه و شمع‌های روشن  
گذاشتند. همه، بهار را صدا می‌زدند.  
بهار آمد. با اولین فرزندش فروردین.  
او جوانی بود بسیار زیبا که لباسی  
به رنگ چمن به تن داشت و روی  
موهای کوتاهش تاجی از بنفشه‌های  
رنگارنگ گذاشته بود. او در هر جا که  
قدم می‌گذاشت، بنفشه‌ها سر از خاک  
بیرون می‌آوردند.

اسفند، نگهبانی زمین و آسمان را به  
بهار و فرزندانش فروردین، اردیبهشت  
و خرداد سپرد. سپس ابر سفید بزرگی  
شد و به آسمان رفت. آه... ننه سرما!  
او کجا رفت؟

ننه سرما روی همان تکه ابر بزرگ  
به خواب رفته بود و ابر او را به‌سوی  
زادگاهش می‌برد. ننه سرما می‌رفت تا  
سال آینده با برف بیشتری بازگردد.



# Το καλό και ευγενικό παιδί

## The poor, kind child

**Μ**ια φορά κι ένα καιρό ήταν μια φτωχή γυναίκα που είχε τέσσερα κορίτσια. Δούλευε πολύ σκληρά για να τα μεγαλώσει, αλλά τι να πρωτοπρωλάβει; Ό,τι έβγαζε κάθε μέρα, μέχρι το βράδυ είχε τελειώσει. Ίσα-ίσα μπορούσε να βγάλει το ψωμί τους για να φάνε. Ήταν τόσο φτωχή που δεν περίσσευαν χρήματα, κι έτσι τα κορίτσια της τριγύριζαν με κουρελιασμένα ρούχα και παπούτσια. Αν περνούσε κάποια γυναίκα και της έδινε κάποιο παλιό ρούχο, το έφτιαχνε για να ταιριάζει στη μεγάλη κόρη, έπειτα το έκοβε, να το βάλει και κάποια άλλη. Για τη μικρότερη δεν έμενε ποτέ τίποτα. Χειμώνα καλοκαίρι γύριζε με ένα κουρελιασμένο φορεματάκι, χωρίς παπούτσια.

Μια χρονιά ο χειμώνας ήρθε πολύ βαρύς. Βροχές, κρύα, χιόνια. Η καμμένη η μικρούλα έτρεμε, δεν μπορούσε να ζεσταθεί. Λέει τότε στη μαμά της: «Μαμά θα φύγω! Θα πάω να βρω μια άλλη μαμά, να μου φτιάχνει και εμένα ρούχα πού και πού. Αν μείνω κι άλλο εδώ θα πεθάνω! Μόνο με το κουρελάκι δεν αντέχω!»

Η κόρη έφυγε! Περπατούσε και περπατούσε, όλο και πιο μακριά. Στο δρόμο της βρήκε ένα πουλάκι πεσμένο κάτω από ένα δέντρο. Ήταν μικρό και τα πούπουλα του δεν είχαν αρχίσει να βγαίνουν ακόμη. Είχε πέσει από τη φωλιά του και έκλαιγε, δεν είχε τη δύναμη να πετάξει και να ανέβει πάνω στο δέντρο. Το καμένο, θα πέθαινε αν έμενε στο έδαφος. Το κοριτσάκι το λυ-

## بچه فقير مهربان

روزی روزگاری زنی فقیر چهار دختر داشت. او برای بزرگ کردن آنها سخت کار میکرد، اما چه می توانست بکند؟ یک روز کار، یک روز غذا خوردن. به سختی می توانست نان برای بچه هایش تهیه کند. او آنها را مجبور کرد که برهنه و پابرنه راه بروند، او پولی نداشت که برای آنها لباس بخرد. اگر کسی می آمد و یک تکه قدیمی به او می داد، آن را برای دختر بزرگتر مرتب می کرد، سپس آن را برای نفر دوم یا سوم می برید تا بپوشد. چیزی برای دختر کوچک نمی ماند. در زمستان و تابستان دخترک با پیراهنی کهنه و پابرنه و دکمه های باز شده راه می رفت.

یک بار زمستان خیلی سخت بود. باران آمد، سرد بود، برف آمد. بیچاره داشت می لرزید، نمی توانست گرم شود. به مادرش می گوید: «مامان! من دارم می روم! می روم مادر دیگری پیدا می کنم تا هر چند وقت یک بار برایم لباس ببافد. اگر بیشتر اینجا بمانم می میرم! با یک لا پیراهن نمی توانم در این سرما زندگی کنم!»  
دخترک رفت و ... رفت و .... رفت تا در راه پرنده ای کوچکی را زیر



πήθηκε. Το πήρε στα χεράκια του και το ζέστανε στις παλάμες του. Κοίταξε τριγύρω και όταν είδε μια γυναίκα από το χωριό να πλησιάζει, της ζήτησε να το βάλει πίσω στη φωλιά του. Έτσι το πουλάκι σώθηκε!

Πήρε πάλι το δρόμο. Κάποια στιγμή πήγε να περάσει ανάμεσα από κάτι κλαδιά. Βλέπει τότε μια αράχνη που ύφαινε τον ιστό της πάνω κάτω, μπρος-πίσω και τον μεγάλωνε γρήγορα-γρήγορα λες και βιαζόταν πολύ. Η μικρή στάθηκε και είπε: «Ας πάω από την άλλη μεριά, ας μη χαλάσω τον ιστό και στεναχωρήσω την αράχνη.» Η αράχνη της φώναξε: «Πώς να σε ευχαριστήσω καλό μου κορίτσι! Τι μπορώ να σου προσφέρω για το καλό που μου έκανες; Πού πηγαίνεις, χωρίς ρούχα και χωρίς παπούτσια;» Και εκείνη απάντησε: «Πάω να βρω ύφασμα, να το πάω στη μαμά μου για να μπορέσει να μου φτιάξει ρούχα, για να μην κρυώνω.» «Πήγαινε» της λέει η αράχνη «και στο γυρισμό σου πέρνα από εδώ να μου πεις πώς μπορώ να σε βοηθήσω κι εγώ.» Φεύγει η μικρή, πηγαίνει παρακάτω και πέφτει πάνω σε έναν αγκαθωτό θάμνο. Πάει να περάσει, πιάνεται το φορεματάκι της πάνω στα αγκάθια, σκίζεται τελείως και μένει χωρίς ρούχο. Η μικρή έκλαιγε με αναφιλητά. Σπάραζε η καρδιά σου να την ακούς και να την βλέπεις. Ένα μικρό προβατάκι που έβοσκε λίγο πιο κάτω στο λιβάδι την άκουσε και της είπε: «Τι έχεις; Γιατί κλαις; Σε πείραξε κανείς;» «Αχ! λέει το κορίτσι, πήγαινα να βρω ρούχα να φορέσω και, όπως πέρασα από τον θάμνο, τα αγκάθια του έσκισαν το φόρεμά μου και τώρα δεν έχω τίποτα να φορέσω.» Το προβατάκι ρωτάει το θάμνο: «Γιατί της το έκανες αυτό; Τι θα απογίνει τώρα το κορίτσι;»

«Δεν το ήθελα», απαντάει ο θάμνος «Δώσ' της εσύ μαλλί και εγώ θα το φτιάξω. Να το πάρει, να το δώσει στη μαμά της, να της φτιάξει μάλλινα ρούχα για να μην κρυώνει». Το προβατάκι άρχισε να γυρίζει γύρω-γύρω από τον θάμνο, αφήνοντας το



μαλλί στα αγκάθια και το παιδί το μάζευε, έτοιμο να το χρησιμοποιήσει. Αφού μάζεψε αρκετό, λέει:

«Σε ευχαριστώ, προβατάκι μου! Πάω να το δώσω στη μαμά μου, να το γνέσει και να το υφάνει, να το κόψει και να το ράψει, για να το φορέσω στις γιορτές».

Άρχισε να τρέχει πίσω στο σπίτι, γεμάτη χαρά. Σκεφτόταν όμως πως η μαμά της με όλες τις δουλειές που έχει, δεν θα προλάβει να υφάνει και να ράψει μέχρι τις γιορτές το φουστάνι της, και άρχισε να στεναχωριέται.

Όταν έφτασε κάτω από το δέντρο, όπου ήταν η φωλιά του μικρού πουλιού, εμφανίστηκε η μαμά του: «Αχ, καλό μου κορίτσι» της είπε «Πώς να σε ευχαριστήσω; Πώς μπορώ να σου ανταποδώσω την καλοσύνη που έδειξες και έσωσες το πουλάκι μου; Τι είναι αυτό που κρατάς στα χέρια σου;»

Το κοριτσάκι απάντησε ότι ήταν το μαλλί που της έδωσε το προβατάκι, και βιαζόταν να το πάει στη μαμά της, να το υφάνει, να το κόψει, να το ράψει, να φτιάξει τα ρούχα της, να το φορέσει στις γιορτές. «Άσε με να το γνέσω εγώ για σένα», λέει το πουλάκι. Το πήρε στη μύτη του, ανέβηκε ψηλά-ψηλά, για να κάνει μακριά κλωστή.

Μόλις γύρισε, το είχε γνέσει και το είχε κάνει κουβάρι! Το κορίτσι το πήρε και έφυγε.

Όταν έφτασε στην αράχνη, εκείνη την περίμενε. «Γεια! Τι έκανες; Βρήκες τίποτα;»

Όταν είδε το κουβάρι στο χέρι της, πήρε το νήμα και άρχισε να το υφαίνει όσο πιο γρήγορα μπορούσε! Το παιδί ευχαρίστησε την αράχνη, το πήρε και το πήγε στη μαμά της. Η μαμά της πήρε το ύφασμα και έφτιαξε ένα όμορφο ζεστό ρούχο. Χαρούμενο το μικρό κορίτσι το φόρεσε και όλοι χάρηκαν που την είδαν ντυμένη τόσο όμορφα και ζεστά.

درختی دید. پرنده کوچک و بدون پر بود. از لانه افتاده بود و گریه می کرد. قدرت پرواز و بالا رفتن از درخت را نداشت.

روی زمین حتما می مرد. دخترک به آن رحم کرد. او را در آغوش گرفت و در مشتش گرم کرد. به اطراف نگاه کرد و وقتی مردی را دید که می آید، از او خواست آن را دوباره در لانه اش بگذارد. پرنده نجات یافت!

دخترک دوباره به راه خود ادامه داد. از خش و خاشاک میگذشت که عنکبوتی را دید که تار خود را بالا و پایین، جلو و عقب می بافد و به سرعت رشد می کند، گویی عجله زیادی دارد. کودک ایستاد و گفت: بگذار تار و پودش را خراب نکنم، بگذار از راه دیگر بروم و عنکبوت را ناراحت نکنم. عنکبوت به او می گوید:

– «مرسی دختر خوب! میخوای چیکار کنم برایت؟ حالا اینجوری برهنه و پابرنه کجا میری؟»

– «من می روم پارچه ای پیدا می کنم، آن را پیش مادرم می برم تا او برای من لباس درست کند، زیرا سردم است.»

– عنکبوت می گوید: «برو و در راه برگشت همین جا بایست و بگو هر کاری از دستم بر بیاید کمکت کنم.»

دخترک می رود، جلوتر می رود، یک بوته خار پیدا می کند. سعی می کند عبور کند، پیراهنش در خارها گیر می کند، تکه تکه می



Once upon a time, there was a poor woman with four daughters. She worked hard to raise them, but she could barely make enough to feed them each day. She struggled to provide bread for her children and had them walking around in old, torn clothes and barefoot. She didn't have money to buy them new clothes. If a woman gave her an old piece of clothing, she would adjust it for the oldest, then cut it up for the second or third child to wear. There was hardly anything left for the youngest. In winter and summer, she walked around in a ragged dress and barefoot.

One winter was especially harsh. It rained, it was cold, and it snowed. The poor little girl shivered and couldn't get warm. She said to her mother, "Mama! I'm going away! I'll go and find another mother to make me some clothes. I'll die if I stay here any longer! I can't live with just a torn dress on!"

The child left! She walked and walked. On her way, she found a little bird under a tree. The bird was small and featherless, having fallen from its nest and was crying. It didn't have the strength to fly or climb back to the tree. It would die on the ground. The child took pity on it. She picked it up and warmed it in her hands. When she saw a woman coming, she asked her to put it back in its nest. The bird was saved!

The child continued her journey and tried to pass through some tree branches. She saw a spider weaving her web up and down, back and forth, working quickly as if in a great hurry. The child thought, "Let me not spoil her web; I'll go the other way and not disturb the spider." The spider said to her, "Thank you, good girl! What do you want me to do for you? Where are you going, in these clothes and barefoot?"

"I'm going to find some fabric to take to my mother so she can make me some clothes because I'm cold," the girl replied.

شود، کاملاً برهنه می ماند. دخترک به شدت میگریست که دل آدم از صدای گریه او بدرد میامد. بره جوانی که آنجا در چمنزار چرا می کرد صدای او را می شنود و می گوید: «چی شده دخترم؟ چرا گریه می کنی؟ آیا کسی تو را کتک زده؟»

– دخترک میگه: «آخه من میرفتم یه لباس پیدا کنم که بپوشم و از کنار بوته رد شدم و بوته پیراهنم رو پاره کرد و بدون لباس موندم.»

– بره از بوته می پرسد: «چرا با او این کار را کردی؟ حالا برای دختر چه اتفاقی می افتد؟»

– «شما مقداری پشم به او بدهید و من آن را شانه می کنم. او می تواند پیش مادرش برود و او می تواند برای او لباس های پشمی درست کند تا سردش نشود.»

بره شروع به چرخیدن دور و اطراف بوته کرد و پشم را روی خارها گذاشت و دخترک آنها را جمع کرد به بره کوچولو گفت: «ممنون بره کوچولوی من! حالا می روم پیش مادرم تا از اینها برایم لباسی ببافد که من آن را برای عید بپوشم.»

با این فکر که مادرش که یک کارگر روزمزد بود و نمی تواند همه این کارها را قبل از روز عید انجام دهد، احساس غمگینی کرد. وقتی به

درختی که آن لانه پرنده بود رسید، مادر پرنده او را دید و گفت: «آخه دختر خوب بهش گفت: «چطوری ازت تشکر کنم؟ چگونه می توانم جبران لطفی که به من کردی و پرنده

“Go,” said the spider, “and on your way back, stop by here and tell me how I can help you.”

The girl kept walking when a thorny bush caught her dress and tore it to shreds, leaving her unclothed. The poor girl started crying. It was heartbreaking to hear and see. A young lamb grazing in the meadow heard her and said, “What’s the matter, my child? Why are you crying? Did someone hurt you?”

“Oh,” said the girl, “I was going to find some clothes, and I passed by the bush, and it tore my dress. Now I have nothing to wear.”

The lamb asked the bush, “Why did you do this to her? What will happen to the girl now?”

“It was not on purpose. You give her some wool, and I’ll comb it. She can take it to her mother to make some warm clothes,” said the bush.

The lamb started turning around the bush, leaving wool on the thorns, which the child collected. After she had picked up enough, she said, “Thank you, my little lamb! Now I’ll go to my mother so she can knit and weave it for me, cut it, and sew it before the holidays.

She started running back home, full of joy, but wondering if her mother would be able to do all the work before the holidays. When she reached the tree with the bird’s nest, the mother bird was there.

“Ah, good girl,” said the bird, “how shall I thank you? How can I repay you for saving my little bird? What is that you hold in your hands?”

The child explained it was the wool the lamb had given her, and she was in a hurry to take it to her mother to spin, weave, and sew into clothes.

“Let me spin it for you,” said the bird. She took the wool in her

beak and flew up high, making long threads, weaving the new yarn it into a skein! The child took it and continued on her way. When she reached the spider, it was waiting for her.

“Hi! What did you do? Did you find anything?”

When the spider saw the skein of yarn in the girl’s hand, it began weaving as fast as it could! The child then took the cloth to her mother. Her mother cut it and sewed new clothes for the girl, who put them on and felt beautiful, and everyone was happy to see her warm and well-dressed.



کوچکم را نجات دادی به تو بدهم؟  
این چه چیزی است که در دست می  
گیری؟»

بچه می گوید: «این پشمی بود که بره  
به او داد و عجله داشت که آن را پیش  
مادرش ببرد تا آن را بریسد و بباقد از  
آن لباسی برای او بدوزد، که روز عید  
بپوشد و به کلیسا برود بپوشد.»

پرنده کوچولو می گوید: «بگذار آن را  
برایت بریسم». او آن را در منقار خود  
گرفت به بالا پرید.

همین که برگشت، آن را ریسیده بود!  
بچه آن را گرفت و رفت. وقتی به  
عنکبوت رسید منتظر او بود.

– «سلام! چه کار کردی؟ چیزی پیدا کردی؟»  
وقتی گلوله های نخ را در دستش دید،  
نخ را گرفت و با سرعت هر چه تمامتر  
شروع به بافتن آن کرد!

دخترک پیش مادرش رفت، پارچه را به  
او داد که دامنی برای او دوخت.

دخترک دامن را پوشید و خودش را  
زیبا کرد. همه از دیدن او که لباسی  
گرم و زیبا به تن داشت خوشحال  
شدند.

**Refugees  
welcome  
—always.**







Σε αυτό το βιβλίο θα βρείτε παραμύθια από το Αφγανιστάν, το Ιράν και την Ελλάδα, που μοιράστηκαν γυναίκες και παιδιά σε εργαστήρια της International Rescue Committee (IRC) Hellas. Τα εργαστήρια ανέδειξαν ότι αυτό που μπορεί να φαίνεται «μακρινό» με την πρώτη ματιά, είναι τελικά κοντινό.

This book contains fairy tales from Afghanistan, Iran and Greece, shared by women and children in International Rescue Committee (IRC) Hellas workshops. These workshops showcased that, what may seem “far away” at first glance, is dearly similar across the world.



این کتاب داستانهایی از افغانستان، ایران و یونان را به اشتراک میگذارد که منعکس کننده کار چهار کارگاه داستانسرایبی است که در ژوئن 2022 در آتن برگزار شد- «زیر یک آسمان: قصه هایی از وطن.»