

پارسیان

هفته نامه



THE PERSIAN HERALD



National Weekly Persian Newspaper

Vol 33, Issue 1197 Thursday 14 January 2021



شرکت بیمه
INSURANCE
NSW

Business Insurance • Public Liability

برای دریافت مشاوره رایگان با ما تماس بگیرید.

0416 88 44 88 میثم سلیم آبادی

www.INSW.com.au



صرافی ملکی

سریعترین راه انتقال ارز به ایران و استرالیا

با مدیریت امید ملکی

سریع، مطمئن و دقیق

0420 30 2000

www.maleki.com.au | info@maleki.com.au

11A Carlow St. Sturt SA 5047

راهنمای مشاغل ایرانیان
و فارسی زبانان استرالیا

injob
اینجاب

2021

Join Our Media and get

THE BEST
PROMOTIONS
FOR YOUR BUSINESS

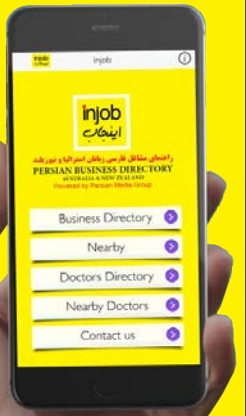
0418 660 399

To find out more please contact us

www.injob.com.au

injobau@gmail.com

parsianaustralia@yahoo.com



دولت ایران می گوید

سطحی از بازرسی آژانس

بین المللی انرژی اتمی را

کاهش می دهد



مقام های دولت ایران می گویند شدت تحریم های اعمال شده توسط دولت ترامپ به حدی بوده است که درآمدهای نفتی دولت که در سال ۱۳۹۷ خورشیدی، ۱۰۰ میلیارد دلار بوده، در سال بعد به کمتر از ۸ میلیارد دلار رسید.

همزمان با مشخص شدن رئیس جمهور آتی آمریکا، مجلس ایران در یک مصوبه که مورد اعتراض دولت بود طرح افزایش غنی سازی اورانیوم از جمله تولید مجدد اورانیوم غنی شده با خلوص ۲۰ درصد را تصویب کرد که به تازگی فرایند آن را در میان مخالفت قدرت های جهانی آغاز کرده است.

اتحادیه اروپا، ایالات متحده و چین از شروع مجدد غنی سازی ۲۰ درصدی در ایران ابراز نگرانی کرده اند و مدیرکل آژانس بین المللی هشدار داده است که توافق هسته ای برایم در خطر است. توقف غنی سازی ۲۰ درصدی و اجرای پروتکل الحاقی دو دستورالعملی قدرت های جهانی در توافق هسته ای با ایران بود. دولت حسن روحانی گفته است اگر رئیس جمهور بعدی آمریکا تحریم ها را لغو کند ایران هم اجرای بخش های متوقف شده برجام را از سر می گیرد.

مخالفان و منتقدان دولت آقای روحانی می گویند که دولت او نباید هیچ گونه مذاکره ای با دولت بعدی آمریکا انجام دهد اما دولت فعلی ایران که حدود هفت ماه از عمر آن باقی مانده است و پیروزی آقای بایدن ابراز خرسندی می کند و نشانه هایی از آمادگی برای مذاکره بروز داده است.

آیت الله خامنه ای گفته است اگر تحریم ها امکان برداشته شدن دارد "یک ساعت هم نباید در آن تأخیر کرد" اما در عین حال به دولت گفته که باید کشور را در برابر تحریم مصون و تحریم ها را "بی اثر" کند.

طرفداران آیت الله خامنه ای با تکرار این موضوع می گویند که تماس دولت ایران با دولت آمریکا مذاکره با "قاتل" قاسم سلیمانی فرمانده سابق نیروی قدس سپاه است که در عملیات هوایی آمریکا در حومه بغداد کشته شد.

جو بایدن و چهره های پیشنهادی او برای دولت آینده ایالات متحده از بازگشت آمریکا به برجام محدود کردن برنامه موشکی و سیاست های منطقه ای آن خوانده اند. درصددی مطابق مصوبه مجلس شورای اسلامی می پذیرد و افزود که "ما هیچ عجله ای نداریم که آمریکا به برجام برگردد، مطالبه منطقی ما رفع تحریمها است. اگر تحریمها برداشته شد برجام معنا خواهد داشت."

مجلس شورای اسلامی در حال حاضر طرحی در دست بررسی های اولیه دارد که در صورت تصویب نهایی مذاکره دولت ایران با آمریکا به از امور غیرهستهای را ممنوع می کند.

افشای زود هنگام سند محرمانه بین استرالیا و دولت ترامپ در مورد چین



پروفسور مدکالف گفت: "یک نتیجه گیری که می توانیم از این چارچوب استراتژیک داشته باشیم این است که این یک استراتژی مبتنی بر اتحاد است." از برخی جهات، این استراتژی به جای رهبری آمریکا، چشم انداز پیروی آمریکایی است. اکنون در روزهای مرگ ریاست جمهوری ترامپ، درز این اسناد محرمانه بسیار غیرمعمول نشان می دهد افرادی که در اجرای سیاست های ایالات متحده مشارکت دارند می خواهند مطمئن شوند که ساختار استراتژیک صریح و در مدارک عمومی است. این تا حدی برای مقابله با استدلال ریاست جمهوری ترامپ یک منطقه بدون استراتژی بوده است. منبعی که از نزدیک درگیر این سیاست دولت ترامپ در رابطه با این پرونده بوده است، به برنامه ۷.۳۰ استرالیا گفته است که این امر همچنین

سندی که اخیراً از بخش طبقه بندی نشده و سری امنیت ملی ایالات متحده خارج شده است که در آن ۷.۳۰ دسترسی منحصر به فرد به جزئیات قبلی مخفیانه استراتژی دولت ترامپ برای منطقه هندو-اقیانوس آرام را آشکار کرده است.

در اوایل سال ۲۰۱۸ رئیس جمهور دونالد ترامپ استراتژی هند و اقیانوس آرام را که توسط شورای امنیت ملی خود در طول سال ۲۰۱۷ تهیه شده بود، تأیید کرد.

بنازگی برنامه تلویزیونی ۷.۳۰ یک توجیه امنیت ملی تهیه شده توسط کاخ سفید است ک به تازگی به دست آمده است.

این سند قبلاً "مخفی" و "نه برای اتباع خارجی" طبقه بندی شده بود. هفته گذشته رسماً از طبقه بندی خارج شد (۳۰ سال زودتر از وقت مقرر) و روز چهارشنبه ۱۲ ژانویه رسماً آزاد شد. این یک سند بسیار قابل توجه است.

۲۷ کشور اتحادیه اروپا: ایران با توقف

غنی سازی اورانیوم به دیپلماسی فرصت دهد

غنی شده با خلوص ۲۰ درصد می تواند ضربهای جدی به یکی از کلیدی ترین بخش های برجام باشد.

اورانیوم غنی شده با خلوص ۲۰ درصدی در مصارف صلح آمیز و سلاح های اتمی می تواند کاربرد داشته باشد؛ و به همین دلیل انجام آن در ایران مورد نگرانی قدرت های جهانی بود.

محمدجواد ظریف، وزیر امور خارجه ایران اخیراً در توییته اعلام کرد اقدام ایران در غنی سازی ۲۰ درصدی مطابق مصوبه مجلس شورای اسلامی و قابل بازگشت است به شرطی که طرف های توافق هسته ای هم تعهدات خود را به طور کامل اجرا کنند.

غنی سازی ۲۰ درصدی از پاییز سال ۱۳۹۲ همزمان با توافق موقت اتمی میان ایران و شش قدرت جهانی با هدف توقف تحریم های بین المللی متوقف شده بود. تولید مجدد اورانیوم با غنای ۲۰ درصد مصوبه مجلس شورای اسلامی است.

پس از آنکه دونالد ترامپ، رئیس جمهور آمریکا پس از حمله به ایران ترک و تحریمها علیه ایران را دوباره اعمال کرد، تهران با ارجاع به مفادی در برجام، تعهدات خود در این توافق را گام به گام کاهش داد.

کاهش تعهدات ایران در ماههای گذشته اگرچه خیرساز بود اما گام اخیر ایران در تولید اورانیوم

دولت ایران می گوید در اجرای قانونی که این کشور را ملزم به توقف اجرای پروتکل الحاقی کرده است سطحی از بازرسی های آژانس بین المللی انرژی اتمی بر برنامه هسته ای را در صورت رفع نشدن تحریم های آمریکا، کاهش می دهد. ایران، خبرگزاری رسمی جمهوری اسلامی، از علی ربیعی سخنگوی دولت ایران نقل کرده است که این کشور "تصمیم به توقف اجرای داپلانه پروتکل الحاقی گرفته است."

آقای ربیعی گفته است که "بر این اساس سطوحی از بازرسی ها کاهش پیدا می کند اما اصل بازرسی های آژانس سر جای خود می ماند چون اگر نباشد به معنی خروج ما از آن پی تی (معااهده منع گسترش سلاح های اتمی) است."

اجرای پروتکل الحاقی امکان گسترده ای به بازرسان آژانس می دهد تا بر برنامه اتمی ایران به طور دقیق نظارت کنند. ایران اجرای این تعهد را در قالب توافق هسته ای برجام پذیرفته است. بر اساس مصوبه مجلس ایران که اکنون یک قانون الزام آور است، دولت ایران موظف شده است اگر تحریم های آمریکا در سال جاری برداشته نشود، به اجرای پروتکل الحاقی خامنه دهد.

چهار روز پیش از این احمد امیری فراهانی از نمایندگان مجلس ایران گفته بود دولت جو بایدن، رئیس جمهور منتخب آمریکا، یک ماه پس از شروع هفت ماه از عمر آن باقی مانده است و پیروزی آقای بایدن ابراز خرسندی می کند و نشانه هایی از آمادگی برای مذاکره بروز داده است.

آیت الله خامنه ای گفته است اگر تحریم ها امکان برداشته شدن دارد "یک ساعت هم نباید در آن تأخیر کرد" اما در عین حال به دولت گفته که باید کشور را در برابر تحریم مصون و تحریم ها را "بی اثر" کند.

طرفداران آیت الله خامنه ای با تکرار این موضوع می گویند که تماس دولت ایران با دولت آمریکا مذاکره با "قاتل" قاسم سلیمانی فرمانده سابق نیروی قدس سپاه است که در عملیات هوایی آمریکا در حومه بغداد کشته شد.

جو بایدن و چهره های پیشنهادی او برای دولت آینده ایالات متحده از بازگشت آمریکا به برجام محدود کردن برنامه موشکی و سیاست های منطقه ای آن خوانده اند. درصددی مطابق مصوبه مجلس شورای اسلامی می پذیرد و افزود که "ما هیچ عجله ای نداریم که آمریکا به برجام برگردد، مطالبه منطقی ما رفع تحریمها است. اگر تحریمها برداشته شد برجام معنا خواهد داشت."

مجلس شورای اسلامی در حال حاضر طرحی در دست بررسی های اولیه دارد که در صورت تصویب نهایی مذاکره دولت ایران با آمریکا به از امور غیرهستهای را ممنوع می کند.

استاندارد، شبکه حمل و نقل شهری مناسب و بسیاری موارد دیگر نیاز دارد.

ایران بسیاری از شرایط میزبانی را ندارد از جمله ورزشگاه‌های کافی، برای مثال فضای چندین پشه بود که فراسویون هنگام معرفی ورزشگاه‌های میزبان مسابقات، تصویر ورزشگاه‌ها و بسته کالردون ورزشگاه‌ها را آنتیتیکو (مادرید) را به جای ورزشگاه میس استفان به کنفدراسیون فوتبال آسیا فرستاد؛ عکسی که پس از انتشار با واکنش‌های خنجالی و بغض طعنه‌آمیز رسانه‌های ایران همراه شد.

ایران برای میزبانی در جام ملت‌های آسیا دست‌کم به شش ورزشگاه استاندارد نیاز دارد. ورزشگاه‌هایی که تمام شرایط لازم برای میزبانی در یک تورنمنت بین‌المللی را داشته باشند.

اما اگر «بهانه» مسئولان ایران در مورد نداشتن زیرساخت‌های مورد نیاز و «دور کردن» آن‌گاه به این نتیجه می‌رسیم که هنوز نه تنها در ورزشگاه‌های جدید و مدرنی مانند فولاد آرماد اهواز یا امام رضای مشهد هیچ شرط فراهم نشده است، بلکه ورزشگاه آزادی که عمر استادیوم و به نوعی ورزشگاه ملی ایران محسوب می‌شود نیز کم‌ترین شرایط اولیه را ندارد.

به این ترتیب به نظر می‌رسد که یک از نخستین موانع برای ایران میزبانی ایران عدم حضور زنان در ورزشگاه‌ها است. قیفا پیش از این بارها به فراسویون قبایل ایران تذکر داده که باید به زنان اجازه تماشا می‌شود. ورزشگاه‌ها را باید جانی اینفانتیو، رئیس این سازمان در پائینهایی که روز پنجشنبه ۲۸ سپتامبر، ۲۸ شهریور در سوئیس منتشر شد به ایران گفت، وقت آن است که به زنان اجازه حضور در ورزشگاه فوتبال داده شود و او انتظار دارد در این زمینه در اولین بازی تیم ملی فوتبال ایران شاهد «پیشرفت‌های مثبتی» باشد.

صحت‌های رئیس قیفا مربوط به دیدار تیم‌های ملی فوتبال ایران با کامبوج در مقدماتی جام جهانی ۱۸ مهر ۱۳۹۸ در ورزشگاه آزادی تهران بود. در آن سابقه گرچه زنان به صورت محدود در ورزشگاه حضور در ورزشگاه را پیدا کردند، اما پس از آن دوباره در بار پاشنه پا کردند.

صحبت‌های خداداد عزیزی، بازیکن پیشین از ملی فوتبالی ایران در یک برنامه تلویزیونی از مسابقه استقلال و پرسپولیس با واکنش گسترده کاربران شبکه‌های اجتماعی روبرو شد. آقای عزیزی که مهمان برنامه «فوتبال برتر» بود، پس از پایان مسابقه استقلال و پرسپولیس، در مورد احتمال میزبانی ایران در جام ملت‌های آسیا ۲۰۲۷ گفت: «چرا باید به ایران میزبانی بدهند؟ دیگر نباید با مردم دورباستانی داشته باشیم. ما اگر قرار است به مردم دروغ بگوییم به خودمان که قرار نیست دروغ بگوییم. بگویم که اگر قرار باشد جام ملت‌ها در ایران برگزار شود، اولین مشکل این است که ژانپیه می‌خواهد. ایران بازی کند، خانواده‌هایشان هم می‌آیند. ما خانها را چگونه می‌خواهیم در ورزشگاه راه بدهیم؟ فیفا و ای‌اف‌سی به ما اجازه نمی‌دهند که جلوی حضور آن‌ها را بگیریم یا بگوییم آقا شما برو این جا بشین و خانم شما برو آن جا». عزیزی در هنگام صحبت‌های آقای عزیزی محمدرضا احمدی مجری برنامه بارها واکنش صحبت‌های او را قطع کند و با گفتن جمله‌هایی مانند «حالا آن‌ها بچه‌های میزبانی است که می‌شود به آن رسید» و «اگر می‌گفتی که ما برسد قطعا تداپیری اندیشیده می‌شود که خانها وارد ورزشگاه شوند» یا ستاره پیشین فوتبال ایران در مخالفت کرد. مجری شبکه سوم تلویزیون ایران همچنین گفت: «بازی‌هایی در جام ملت‌ها افتخار همه است، از مردم ایران (ایران) می‌شود، تورست ورزشی وارد می‌شود و کشورمان یک جور دیگر معرفی می‌شود به دنیا».

اما آقای عزیزی کماکان سر حرف خود باقی ماند و گفت: «ما اینجا که کاغذ یادآورد که من بنویسم به ما به دنیا نتوانند داد».

خداداد عزیزی همچنین در مورد پنهان‌کاری مسئولان فوتبال ایران در برخورد با کنفدراسیون فوتبال آسیا گفت: «زمانی سووزی را از اسامی آمده بود که مشهد که امکانات باشگاه اوپومسل را ببیند، زمین تختی و ثامن را و آن نشان دادند که هیچ کدام مال اوپومسل نبود».

میزبانی در جام ملت‌های آسیا به شرایط مختلفی از جمله ورزشگاه‌های مناسب، زیرساخت‌های

غواصی‌ها یک مسافر بر

ن را مسدود کرد

محرمانه دسترسی دارد که مستلزم داشتن «جاز» است.

این پیام به «محموله کیو» یا «پودر سوخاری» معروف شدند و اغلب زبانی مرموز داشتند که برای از شمار، وعده و موضوعاتی بودند که برای دونالد ترامپ مثبت تلقی می‌شد.

کیوانان یک تئوری توطئه فراگیر و بی‌اساس است که می‌گوید دونالد ترامپ دارد مخفیانه با نخبگان شیطان‌پرستی که کودکان را مورد آزار جنسی قرار می‌دهند و در دولت، بازار و رسانه‌ها رخنه کرده‌اند، می‌جنگد.

پیروان کیوانان باور دارند که این مبارزه نهایتی به روز حساسی ختم خواهد شد که در آن افراد سرشناس نظیر میلیاری کِلِینتون دستگیر و اعدام می‌شوند.

طرفداران کیوانان با در نظر گرفتن اتفاقات خبری حقایق تاریخی و علم‌الاعداد تئوری‌های توطئه مطرح می‌کنند.

این گروه در شبکه‌های اجتماعی بسیار فعال هستند اما فعالیتشان محدود به فضای اینترنت نیست.

تعدادی از حامیان کیوانان به خاطر تهدید و دست زدن به اقدامات مختلف در فضای واقعی دستگیر شده‌اند.

از جمله در حمله اخیر به کنگره آمریکا.

یک مورد دیگر قابل توجه در سال ۲۰۱۸ به مرید مسلحی به نام متیو رایت مربوط بود که یکی از پل‌های سد هور را مسدود کرد و بعداً اتهام دست زدن به اقدامات تروریستی را پذیرفت.

هزار حساب کیوانا

یکی از حیرت انگیزترین تصاویر که به سرعت در شبکه‌های اجتماعی به اشتراک گذاشته شد، مردی را نشان می‌داد که چه‌رامی نقاشی شده و کلاه و بادو شاخ بر روی آن دارد و پرچم آمریکا را هم در دست داشت.

نام او جاکوب آنتونی جانسیلی از طرفداران مشهور تئوری بی‌اساس توطئه کیوانا (QAnon) بود. او خود را شمن کیوانا می‌نامد. او در پی شناسایی تصاویرش، دو روز پیش به اتهام دست داشتن در حمله به کنگره بازداشت شد و با اتهاماتی از جمله ورود غیرقانونی و اخلاص در نظم رو به روست. مقامات قضایی می‌گویند که او نیزه ای به طول نزدیک به دو متر در دست داشته که بر سر تیز آن پرچم آمریکا را بسته بوده است.

آقای جاکوب آنتونی جانسیلی درباره اتهامات خود اظهار نظری نکرده است.

حضور او در شبکه‌های اجتماعی نشان می‌دهد که او در چندین رویداد کیوانا شرکت کرده و ویدیوهای بی‌بوهی درباره توطئه‌ها را منتشر می‌کند. در ماه نوامبر فیلمی از او گرفته شد که در حال سخنرانی در فونیکس آریزونا در مورد ادعای اثبات شده در مورد تقلب در انتخابات نشاناس می‌داده.

کیوانا چیست و از کجا آمده؟

در اکتبر ۲۰۱۷، کاربر ناشناسی یک سری مطلب

آمریکا؛ تویتر ۷۰

کاربری آقای ترامپ در فیسبوک و اینستاگرام تعلیق کرده است.

فیسبوک در تازه ترین اقدام خود هر پیامی که در آن از عبارت "زدی را بس کنید" (stop the steal) استفاده شده، مسدود کرده است.

این هتگی بوده که طرفداران ترامپ با اشاره به ادعایشان درباره تقلب در انتخابات مطرح کردند. پارلر، شبکه اجتماعی پوترفردار میان هواداران دونالد ترامپ، رئیس جمهور آمریکا، مه دیروز توقف ارائه خدمات از سوی شرکت آمازون را از افتاد. پیشتر گوگل و اپل هم ایلکیشن پارلر را دسترس کاربران خود خارج کرده بودند.

مسئولان پارلر، در حالی که در جستجوی یک میزبان جدید هستند، از شرکت آمازون شکایتی کرده اند.

واکنش شبکه های اجتماعی در محدود کردن طرفداران دونالد ترامپ با مخالفت بسیاری مدافعان آزادی بیان روبه رو شده که معتقدند این روش سرکوب آزادی بیان" است و بر نگرانی گروهی درباره قدرت شبکه های اجتماعی کنترل افکار عمومی افزوده است.

سیاستمدارانی از جمله انکلا مرکل، صدراعظم آلمان هم بر این تصمیم تویتر اعتراض کرده اند.

محدود کردن آزادی بیان بر اساس تصمیم مدیران یک شرکت شبکه های اجتماعی را "مشکل ساز" توصیف کرده.

شمع کیوان در میان معترضان از ماجرای حمله هیتلر گذشته به نگره آمریکا

حمله به کنگره

شبکه اجتماعی توئیتر اعلام کرده است که بی‌حمله هفته گذشته گروهی به کنگره آمریکا در واشنگتن، بیش از هفتاد هزار کاربر را واردان تئوری توطئه کیوانان را مسدود کرده است.

کیوانان در واقع یک تئوری توطئه فراگیر بی‌اساس است که می‌گوید دونالد ترامپ مخفیانه با نخبگان شیطان‌پرستی که کودکان را مورد از جنسی قرار می‌دهند و در دولت، بازار و رسانه نفوذ دارند، می‌جنگد.

توئیتر چند روز پیش هم از مسدود کردن کامنت‌های وادامی حساب دونالد ترامپ خبر داد و اعلام کرد که این تصمیم را پیشگیری از تشویق و ترغیب خشونت بیشتر عنوان کرد.

فیسبوک هم محدودیت‌هایی ایجاد کرده است از جمله اعلام کرد که دست‌کم تا پایان مراسم تحلیف و انتقال قدرت به جو بایدن، حساب

از اطلاعات ذخیره‌شده روی سرورهای سایه، تحقیقات تازه‌ای را علیه عاملان، فروشنده‌های خریداران این فروشگاه غیرقانونی اینترنتی آغاز کند.

به گفته دادستانی، در مجموع بیش از ۳۵۰ هزار معامله با استفاده از وب‌ساز، شامل ۶۴۵۰ بیت‌کوین و ۱۲ هزار و ۸۰۰ مژونو از طریق این فروشگاه انجام شده است.

با نرخ فعلی تبدیل این رمزارزها، ارزش مبادلات دارک‌مارکت حدود ۱۴ میلیون پیرو (معادل ۱۷۰ میلیون دلار) برآورد شده است.

مفتون اصلی این پرونده برای تقهیم اتهام با دادگاه برده شده اما در برابر اتهامهای خود سکوت کرده است. او در حال حاضر در بازداشت است و محاکمه‌اش آغاز شود.



یک شهروند ۳۴ ساله استرالیایی است که چند روز پیش در مرز دانمارک و آلمان دستگیر شده است. فروشگاه غیرقانونی دارکمارکت تعطیل شده بیش از ۲۰ ساله و روز دوشنبه از کار افتاده است. دادستان آلمان، میگوید انتقال دارد که با استفاده

پلیس آلمان می‌گوید در یک عملیات بین‌المللی فعالیت «بزرگ‌ترین» فروشگاه عراقی‌نوی در دادگستری (شرکت پنهان اینترنتی) را متوقف کردی را به ظن مدیریت آن دستگیر کرده است. با گفته دادستانی شهر کولتسن آلمان در سایت «دکارمارک» ماهر، مدارک اطلاعات کارهای اعتباری زده‌شده یا جعلی پول تقلبی و بدافزار فروخته می‌شد. دادستانی می‌گوید در این فروشگاه فعال در بازار سیاه اینترنتی، حدود ۱۷۰ میلیون دلار بین بیش از ۴۴۰۰ فروشنده و نیم میلیون خریدار مبادله شده است. نیروهای پلیس در کشورهای مختلف از جمله آمریکا، استرالیا و هند کشور اروپایی در عملیات بین‌المللی شرکت داشته‌اند. مزمنان اصلی

تدریس موسیقی
ناصر غریبی
ویولونیست و آهنگساز



برای آموزش ویلن
و آواز هنرجو می پذیرد
0408 462 662
www.nasergharibi.com

فرصت شغلی

نانوایی کیان
نماینده فعال
در سیدنی و
دیگر شهرها
می پذیرد

0423 119 828

DESIGNED BY PANDORA 11115

 THE PERSIAN HERALD 

هفته نامه پارسیان

توجه: از چاپ مطالب بدون نام و نشان معذوریم
چاپ مطالب رسیده دلیل تأیید آنها نمیشد.

مدیر مسئول فربرز منصوری
ناشر انتشارات پارسیان

The Persian Herald

Contact: 02 8883 5551 | Mobile: 0418 660 399
persianherald@gmail.com | parsianaustralia@yahoo.com
admin@persianherald@gmail.com

www.persianherald.com.au

چرا به جای «آرامش در حضور دیگران» و «گاو»، «قیصر» الگوی سینمای موج نو شد؟

قیصر	گاو	آرامش در حضور دیگران	یک اتفاق ساده
مسعود کیمیایی	داریوش مهرجویی	ناصر تقوایی	سهراب شهیدتالان
محصول سال ۱۳۴۸	محصول سال ۱۳۴۸	محصول سال ۱۳۴۸	محصول سال ۱۳۵۲

«آرامش در حضور دیگران» نخستین اثر بلند ناصر تقوایی همواره جایگاه ویژه‌ای در تاریخ سینمای ایران داشته. فیلمی با اقتباس از اثر تحسین‌شده غلامحسین ساعدی «واهمه‌های بی‌نام‌ونشان» که در عین وابستگی به متن، دارای ویژگی‌های بسیاری است که در ادامه با احمد طالبی‌نژاد، منتقد صاحب‌نام سینما، درباره وجوه مختلف آن بیشتر صحبت کردیم.

بهناز شیربانی با این مقدمه در شرق نوشت: «آرامش در حضور دیگران» نخستین اثر بلند تقوایی است، اثری اقتباسی که بسیار وفادار به کتاب است، بخصوص ویژگی نوشته‌های ساعدی که اساسا روایت تنهایی آدم‌هاست، در این فیلم به زیبایی تصویر شده. ابتدا درباره فضای روان‌شناختی فیلم و اقتباس از اثر تحسین‌شده ساعدی صحبت کنیم.

احمد طالبی‌نژاد: «آرامش در حضور دیگران» یکی از سه فیلمی است که سینمای ایران را وارد مرحله تازه‌ای از حیاتش کرد. اواخر دهه ۴۰ جریان موسوم به موج نوی سینمای ایران آغاز شد. یکی از ویژگی‌های مهم این جریان این است که به‌نوعی برای نخستین‌بار ادبیات اجتماعی ایران را با خودش همراه کرد. «آرامش در حضور دیگران» و «گاو» از دو داستان کوتاه غلامحسین ساعدی اقتباس شدند و پس از آن تعداد قابل‌توجهی فیلم بر مبنای ادبیات داستانی معاصر ایران ساخته شد که اغلب آنها فیلم‌های ارزنده و ماندگاری شدند؛ اما سه فیلم «قیصر»، «گاو» و «آرامش در حضور دیگران» که آغازگر جریان موج نو بودند، هیچ شباهتی به هم نداشتند. ممکن است که برخی فکر کنند موج نو با یک

نوعی مرگ‌آگاهی در شخصیت‌هایش است و البته وهمی که در فضای اغلب آثارش دیده می‌شود که در «آرامش در حضور دیگران» هم به‌خوبی تصویر شده است.

بله. وهمی در فضای کلی این داستان وجود دارد که با وجود اینکه یک داستان کاملاً رئالیستی است، مخاطب احساس می‌کند که چیزی که عموماً به اسم جادو، رویاپردازی یا تخیل می‌شناسیم در آن حضور دارد. البته در داستان «گاو» از مجموعه عزاداران بیل هم این حس وجود دارد.

ناصر تقوایی از جمله کارگردان‌هایی است که در ساخت فیلم بلند ریسک بزرگی کرد و با اقتباس از اثری داستانی پا به سینما گذاشت، در دورانی که نپذیرفتن چنین فیلمی از طرف عامه مردم قابل حدس بود.

بله. تقوایی فیلم‌سازی را با ساخت فیلم‌های مستند یا حتی گزارشی برای تلویزیون شروع کرد؛ چراکه کارمند تلویزیون بود. او و برخی دیگر از فیلم‌سازان مورد حمایت فرخ غفاری قرار داشتند که آن زمان در تلویزیون صاحب نفوذ بود و منشأ خدمات زیادی به سینما و تلویزیون ایران شد. در آن زمان تعداد زیادی از فیلم‌سازان جوان از جمله پرویز کیمیایی، ناصر تقوایی و... را جذب کرد. این نکته هم قابل ذکر است که در آن زمان دو جریان که مدیریت فرهنگی جامعه را بر عهده داشتند، یعنی وزارت فرهنگ و هنر و سازمان رادیو و تلویزیون ملی ایران در دست دو نفر از بستگان خاندان پهلوی بود و این دو به‌نوعی رقابت تنگاتنگی با هم داشتند. وقتی وزارت فرهنگ و هنر فیلم «گاو» را ساخت، بعد از

مدتی رادیو و تلویزیون هم فیلم «آرامش در حضور دیگران» را تهیه کرد، البته نه به‌صورت مستقیم بلکه این فیلم مشارکتی تولید شد و رقابت این دو نهاد در آن زمان کاملاً مشهود بود. تقوایی پیش از ساخت نخستین فیلم بلندش کارمند تلویزیون بود و تصمیم گرفت برای ساخت اولین فیلم سراغ اقتباس از یک اثر ادبی برود. هرچند پیش از آن فکر فیلم «سه قاب» هم از ذهنش گذشت. اما در نهایت آن فیلم را فیلم‌ساز دیگری کارگردانی کرد. نکته اینجاست که در آن زمان بخش خصوصی زیر بار هزینه تولید چنین فیلمی نمی‌رفت و به‌طور کلی بخش خصوصی تمایلی به تولید فیلم‌هایی که ستارهای در آنها نبود، نداشت. بنابراین تقوایی و دوستانش تصمیم می‌گیرند تعاونی تشکیل بدهند و فیلم «آرامش در حضور دیگران» را در آن تعاونی تولید کنند که عباس گنجوی تدوینگر برجسته که تدوین فیلم را بر عهده داشت هم در این تعاونی بود. این نکته هم جالب است که «آرامش در حضور دیگران» از نخستین فیلم‌هایی است که با صدای سر صحنه گرفته شده و از صدای دوبلورها استفاده نشده است. در نهایت می‌توان گفت فیلم «آرامش

در حضور دیگران» نخستین محصول بخش خصوصی با سازمان رادیو و تلویزیون ملی ایران محسوب می‌شود. در این دوره تاریخی فیلم «قیصر» با جرح و تعدیل‌هایی مجوز اکران می‌گیرد و فیلم‌های «گاو» و «آرامش در حضور دیگران» توقیف می‌شوند و امکان نمایش عمومی پیدا نمی‌کنند. «آرامش در حضور دیگران» راهش را به جشنواره‌های خارجی باز می‌کند و جوایز معتبری می‌گیرد و بعد در جشن هنر شیراز، آن



NIF

Net International Finance

AUSTRALIA

Farhad Dalvand
3A, 98 Longueville Rd
Lane Cove NSW
Tel: 02 9420 2939
Tel: 02 9428 3055
Fax: 02 9420 5010
Mobile: 0411 478 623
Mobile: 0411 309 666
Email: netifinance@optusnet.com.au

برای اطلاعات بیشتر با
فرهاد دالوند تماس
حاصل نمایید.

تلفن تماس:
۰۲۱۱۴۷۸۶۲۳

سرویس ما برای وام‌های مسکن **کاملاً رایگان** می‌باشد

انواع وام

- انواع وام مسکن
- وام مسکن تا ۹۷ درصد
- وام مستقالات تا ۸۰ درصد

- وام اتومبیل (اگر خانه دارید بدون مدرک مالیاتی)
- وام خرید مغازه و یا کلیه وسایل مغازه
- وام مسکن مخصوص کسانی که ورشکسته و یا دارای بد کردیت هستند
- ReFinance با بهره کمتر

فرصت استثنایی

- تا ۸۰ درصد وام برای خرید مسکن
- تا ۷۵ درصد وام برای خرید املاک تجاری
- بدون نیاز به ارائه مدارک مالیاتی

نیست. خوشبختانه این فیلم در گیشه شکست خورد؛ چراکه اگر فیلم موفق بود، هیچ بعید نبود مهرجویی که تازه از فرنگ آمده بود و خیلی با شرایط فرهنگی حاکم بر سینمای کشور آشنا نبود، در دام فیلمفارسی بیفتد. کمالینکه بسیاری از فارغ‌التحصیلان دانشکده‌های سینمایی از جمله خسرو پرویزی در دام فیلمفارسی افتادند و هرگز جوانی سرهنگ و موقعیتی که از دست رفته است. سرهنگ وقتی به خانه‌اش در تهران برمی‌گردد، متوجه می‌شود که دخترانش به نوعی دچار فساد هستند که مضمون فیلم را همین موضوع تشکیل می‌دهد. سرهنگ عمری برای برقراری نظم و امنیت در جامعه تلاش کرده و در نهایت می‌بیند این امنیت ساختگی حتی در زندگی خصوصی خودش هم تأثیر نداشته و دو دخترش در آستانه تباهی هستند. این مضمون جسورانه‌ای در زمان خودش محسوب می‌شود. می‌توان گفت «آرامش در حضور دیگران» نخستین فیلم سیاسی است و با شرایط حاکم بر نظام سابق برخورد می‌کند و به همین دلیل نیز فیلم همواره با محدودیت و توقیف روبرو بود.

فکر می‌کنید «آرامش در حضور دیگران» در میان آثار تقوایی از چه جایگاهی برخوردار است؟ برای هر فیلم‌سازی نخستین ساخته سینمایی بلندش اهمیت بسیاری دارد و فیلم‌های بعدی را می‌توان با آن قیاس کرد. نخستین فیلم‌های آقای کیمیایی و مهرجویی منتسب به جریان فیلمفارسی هستند. آقای مهرجویی در نخستین اثر بلندش به سراغ ساخت «الماس ۳۳» رفت که به‌هیچ‌وجه بیانگر استعداد فوق‌العاده و نگاه عمیقی که بعدها مهرجویی در سینمایش بروز داد،

در این فیلم چهار شاعر به‌عنوان بازیگر نقش‌آفرینی کردند. محمدعلی سپانلو که نقش جوان خوش‌گذرانی را ایفا کرد. پرتو نوری‌علا که آن زمان همسر سپانلو بود و علی تراقی که در فیلم نقش محوری دارد که حضور آنها به فیلم وجه فرهنگی دیگری بخشیده و آن را از فیلم‌های عامه‌پسند متمایز می‌کند. جالب است در گفت‌وگویی که با تقوایی داشتم وقتی دلیل بد بازی‌کردن آتشی را پرسیدم، گفت: «به این دلیل که آتشی آدم کم‌رویی بود و خجالت می‌کشید ادامه در صفحه ۱۰

دفتر و کالت

وکلای برجسته فارسی زبان بر مبنای سالها تجربه حقوقی در دادگاههای استرالیا قادر به حداکثر کمک در موارد قانونی و دادگاهی

در خدمت جامعه ایرانی و فارسی زبان

سوزی دیوید

– دادخواهی از دادگاههای استرالیا

– امور مهاجرت

– خانواده و طلاق

– تنظیم وصیت نامه و انحصار وراثت

فرد دیوید

– Compensation

– خرید و فروش املاک و مستقالات

– خرید و فروش مشاغل – شرکت و غیره

– کلیه امور دادگاهی

– امور جنایی

DAVID LEGAL

Migration Agent Reg Number 0104743

PH: 02 9728 5678 FAX: 02 9754 2988

Address: Suite 3/43 Harris St, Fairfield



یوال نوا هرازی، ترجمه: هرمز هوشمند

آیا برآمد ترامپ پایان لیبرالیزم است

دیگر به میزان اجداد خود از قحطی و طاعون و جنگ رنج نمیبرند، مردم این دستاورد ها را به حساب نمی آورند بلکه در عوض بدهی شان، نا امیدی ها و رویاهای عملی نشده شان را در نظر دارند. فردی که شغل خود را با بسته شدن کارخانه از دست میدهد، نمیتواند خیال خود را راحت کند که دیگر مثل گذشته از گرسنگی، وبا و یا جنگ نمیمیرد.

کارگران بیکار شده حق دارند از آینده خود نگران باشند. داستان لیبرال و منطق سرمایه داری و بازار آزاد، مردم را تشویق به انتظارات بزرگ میکند. در بخش دوم قرن ۲۰، هر نسل در شهرهای هوستون، شانگهای، استانبول، و یا ساتو پائولو از آموزش بهتر، مراقبت های بهداشتی برتر، و درآمدهای واقعی بهتر از پدر و مادر خود بهره مند بودند. در عوض در دهه های آینده، با توجه به ترکیبی از فاجعه زیست محیطی و اختلال در کار توسط فن آوری های جدید، نسل جوان اگر وضع موجود را بتواند حفظ کند شانس آورده است. مردم در عین زندگی در شرایط بی سابقه صلح و رفاه، اعتماد خود را به توانایی سیستم برای تحقق انتظاراتشان از دست میدهند و از آینده نا امید میشوند.

احتمال سوم این است که مردم کمتر در مورد رکود شرایط مادی خود و بیشتر در مورد کاهش قدرت سیاسی شان نگرانند. شهروندان عادی در سراسر جهان حس میکنند قدرت سیاسی شان گرفته میشود. در حالیکه کشورهای بیشتری به جریان جهانی شدن سرمایه، کالا، و اطلاعات، وابسته میشوند، دولت ها در لندن، آتن، برازیلیا و حتی واشنگتن برای شکل دادن آینده سرزمین های خود از قدرت کمتری برخوردار میشوند. علاوه بر این، به احتمال زیاد در قرن ۲۱، بسیاری از مشکلات عمده فراملی هستند و در برابر این مشکلات، نهادهای سیاسی به ارث رسیده ملی از قرن نوزده تا توان به پاسخگویی اند.

فن آوری ها که محل بازار کار هستند، یک تهدید ویژه و حاد برای دولت های ملی و شهروندان عادی میباشند. در قرن های نوزدهم و بیستم، از معادن ذغال سنگ دینکنزی گرفته تا مزارع لاستیک کنگو و "جهش بزرگ به جلوی" فاجعه امپچین، پدیده پیشرفت در قالب انقلاب صنعتی همزمان تولید کننده وحشت بود. اما سیاستمداران و شهروندان آن زمان ها، تلاش میکردند در برقراری قطار پیشرفت در مسیری کم خطر حرکت کنند. در حالیکه فن آوری از دنده اول به دنده چهارم تغییر سرعت داد است، ریتیم سرعت سیاست از زمان ماشین بخار تغییر چندانی نکرده است. انقلاب تکنولوژیک در حال حاضر شتابی دو چندان از سیاست گرفته است. اینترنت نشان دهنده خوبی برای درک این اختلاف بین فرایند تکنولوژی و سیاست است. در حال حاضر "قضای مجازی" بخش مهمی از زندگی، اقتصاد و امنیت ما را تشکیل میدهد. با این حال در اوایل شکل گیری آن طراحی و ویژگی های اساسی از طریق یک فرایند سیاسی دموکراتیک انجام نگرفت. ادامه در صفحه ۵



دهند، ناگهان با وحشت حس کردند که فریب خورده اند و سیستم برای آنها کار نمی کند. بهار عربی به یک رزمستان اسلامی تبدیل شد. رژیم های اقتدارگرا در مسکو، آنکارا و اورشلیم در حال رها کردن ارزش های لیبرال-دموکراسی به نفع ناسیونالیسم افراطی و افراط گرایی مذهبی هستند. حتی در سنگر اصلی لیبرالیزم، مردم اروپای غربی در حال بازبینی این داستان هستند. در حال حاضر موجی از سرخوردگی راهی به کشور مادر، ایالات متحده، باز کرده است. ایالات متحده با موعظه و بعضا با زور سلاح، دنیا را زیر فشار داستان لیبرال قرار داده است. بخشی از شهروندان آمریکایی که نا امید از وعده وعیدها شده اند، با سرخوردگی ممکن است راه را برای دونالد ترامپ به کاخ سفید هموار کنند، البته با وحشت و حیرت نخبگان قدرت.

چرا مردم اعتماد خود به داستان لیبرال را از دست میدهند؟ یک توضیح این است که این داستان در واقع یک فریب بوده است و به جای صلح و رفاه، نسخه لیبرال چیزی جز وحشت و فقر تولید نکرده است، البته این استدلال را میتوان به راحتی رد کرد. از دیدگاه تاریخی، آشکاراست که بشریت در صلح آمیز ترین و مرفه ترین دوران تاریخ خود زندگی میکند. در اوایل قرن ۲۱، برای اولین بار در تاریخ بشر، مردم بیشتری از زیاده خوری میمیرند تا از کمبود غذا، مردم بیشتری از کوهلست سن میمیرند تا از بیماری های واگیر، و مردم بیشتری از خودکشی میمیرند تا از جنگ و جنایت و تروریسم. (طبق امارهای سازمان بهداشت جهانی وابسته به سازمان ملل) توضیح دیگر برای از بین رفتن اعتماد مردم از داستان لیبرال میتوان این باشد که مردم معمولاً بیشتر در مورد آینده خود فکر میکنند تا در مورد دستاوردهای گذشته، وقتی گفته میشود که آنها

مترجم: با شکست ترامپ در سال ۲۰۲۰ و حمله طرفداران اش به ساختمان کاپیتول، ستوالی که مطرح میشود این است که آیا این پایان ترامپیزم است و یا شروع آن؟ البته جواب را آینده نشان میدهد، اما دو طرف دعوا در حال حاضر پاسخ های متفاوتی دارند. معمولاً آنها که از ترامپ بدشان میاید، پایان را میبینند و موافقان ترامپ این وقایع را ابتدای مبارزه تلقی میکنند. به گفته دیوید هیوم، فیلسوف امپیریسیست اسکاتلندی در قرن ۱۸ - reason is the slave of passion

“ استدلال برده احساسات تند است” این گفته می تواند در درک واقعیتی که امروزه با آن در سیاست آمریکا مواجه هستیم کمک کننده باشد. این به آن معنا است که اول احساسات مان نسبت به ترامپ تحریک میشود و بعد با دلیل و منطق سعی در پاسخ دادن به این احساسات میکنیم، چه مثبت چه منفی. برای مثال، داستان نگاه به لیونلی که نصف آن آب دارد که هم میتوان نصف پریا نصف خالی آن را دید که دو حوس مخالف، مثبت یا منفی، است. این برخورد را کم یا زیاد در دو طرف دعوا میتوان مشاهده کرد. در سیاست گفته میشود خیلی وقت ها برداشت حسی از یک واقعه (preception) از خود واقعه مهم تر است. این در تایید گفته دیوید هیوم است که ما بوضوح در برخورد هواداران ترامپ با تمام دروغ ها و بزرگ نمایی هایش مشاهده می کنیم.

این مقاله را "یووال نوا هریری" تاریخ دان و استاد دانشگاه اورشلیم می ماه قبل از انتخاب ترامپ به ریاست جمهوری آمریکا در سال ۲۰۱۶ نوشته است. نگاهی است تاریخی از تصویر بزرگ تر و در جواب به سوال مطرح شده: آیا ترامپیزم با این وقایع به پایان خود نزدیک میشود و یا تازه شروع شده است؟

انسان ها معمولاً فکر خود را در داستان ها شکل می دهند نه در واقعیت ها، اعداد، و یا جدول. دونالد ترامپ به کاخ سفید هموار کنند، البته با وحشت و حیرت نخبگان قدرت. چرا مردم اعتماد خود به داستان لیبرال را از دست میدهند؟ یک توضیح این است که این داستان در واقع یک فریب بوده است و به جای صلح و رفاه، نسخه لیبرال چیزی جز وحشت و فقر تولید نکرده است، البته این استدلال را میتوان به راحتی رد کرد. از دیدگاه تاریخی، آشکاراست که بشریت در صلح آمیز ترین و مرفه ترین دوران تاریخ خود زندگی میکند. در اوایل قرن ۲۱، برای اولین بار در تاریخ بشر، مردم بیشتری از زیاده خوری میمیرند تا از کمبود غذا، مردم بیشتری از کوهلست سن میمیرند تا از بیماری های واگیر، و مردم بیشتری از خودکشی میمیرند تا از جنگ و جنایت و تروریسم. (طبق امارهای سازمان بهداشت جهانی وابسته به سازمان ملل) توضیح دیگر برای از بین رفتن اعتماد مردم از داستان لیبرال میتوان این باشد که مردم معمولاً بیشتر در مورد آینده خود فکر میکنند تا در مورد دستاوردهای گذشته، وقتی گفته میشود که آنها

مترجم: با شکست ترامپ در سال ۲۰۲۰ و حمله طرفداران اش به ساختمان کاپیتول، ستوالی که مطرح میشود این است که آیا این پایان ترامپیزم است و یا شروع آن؟ البته جواب را آینده نشان میدهد، اما دو طرف دعوا در حال حاضر پاسخ های متفاوتی دارند. معمولاً آنها که از ترامپ بدشان میاید، پایان را میبینند و موافقان ترامپ این وقایع را ابتدای مبارزه تلقی میکنند. به گفته دیوید هیوم، فیلسوف امپیریسیست اسکاتلندی در قرن ۱۸ - reason is the slave of passion

فائزه هاشمی در نامه به برادرش: کسانی خطرناک تر از ترامپ، ایران را تا مرز نابودی پیش برده اند

او درباره انگیزه بردارش از نامه سرگشاده نیز نوشت «به او حق می دهم چون برای خودش آینده ای ترسیم کرده و دنبال حذف موانع است».

فائزه هاشمی همچنین گفته «اگر مسایل شخصی انگیزه ای برای مشی من بود آیا عقل سلیم حکم نمی کند که از ۳۰ سال گذشته تاکنون ساکت و در امنیت باشم و از منافع نزدیکی به قدرت بهتر و بیشتر بهره مند شوم».

فائزه هاشمی، فعال سیاسی، نماینده پیشین مجلس ایران در سال های اخیر مواضع تندى علیه حکومت ایران اتخاذ کرده است.

او دیماه سال گذشته در یک فایل صوتی خواستار کناره گیری ایئتالله خامنه ای از رهبری و ادامه اعتراضات شد و همزمان از رویکرد اصلاح طلبان انتقاد کرد.

۱

محسن هاشمی چه نوشته بود؟ محسن هاشمی رئیس شورای شهر تهران در نامه ای سرگشاده خطاب به خواهرش نوشته «می دانم که در سالهای اخیر برخورد های نادرستی با تو، خانواده و فرزندت شده است که شاید باعث کشاندن تو به تندروی و خارج شدن از مشی میانه روی پدر گردیده، ولی این دلیل نمی شود که به رئیس جمهور کشور بیگانه امید ببندی و دم از استقلال بزنی».

در بخشی از این نامه سرگشاده محسن هاشمی آمده بود «می دانی که ترامپ به واکنش احساسی و به دور از عقلانیت ایران در این ماههای آخر دل بسته بود تا بتواند آتش جنگ را روشن کند که با هشجاری و تدبیر مسئولان، پیوژه رهبرانقلاب این توطئه ناکام ماند و ایران با سرفرازی و ترامپ با شکست، سخت ترین دوره تحریم ها را به پایان رساند».

رئیس شورای شهر تهران همچنین گفته بود «ترامپ کاری جز تهدید، تحریم، بدعهدی، ترور، توهین علیه ایران انجام نداد و سیاستمداری لمین و قمار باز است».

فائزه هاشمی اما همان روز به خبرنگاران گفته «محسن در بین ما از همه محافظه کارتر است و یا به قول خودش عاقل تر است. خیلی دلش می خواهد ما را کنترل کند».



تجمعات اقشار مختلف حداقل در سه سال اخیر را نشنیدند و ندیدند که متوجه مدیران و مسئولان در داخل بود؟ به نظر می رسد درک مردم با تمامی مشکلات از خواص بیشتر است».

خانم هاشمی خطاب به برادرش نوشت «شاهد انحرافات بسیار عمیق تر از انحراف ایجاد شده توسط آقای احمدی نژاد در این دوران هستیم».

این نماینده پیشین مجلس ایران نوشته است «بنده حقیر از همه دلواپسان و ناقدین و اهانت کنندگان و دروغگوین در دو جریان اصولگرایی و اصلاح طلبی در این مسیر دلسوزتر و جدی ترم، مدیریت ها، بی کفایتی ها، دگم اندیشی ها و حتی گاهی تا مرز تلاشی پیش برده اند، به مطالبات عمومی نه تنها توجهی ندارند، بلکه در خاموش کردن آن از هم سبقت می گیرند».

دفاع فائزه هاشمی از ترامپ؛ محسن هاشمی در نامه ای سرگشاده: عذرخواهی کن

فائزه هاشمی: ایئتالله خامنه ای کناره گیری کند هاشمی رفسنجانی چگونه هنوز پس از مرگ به ایران شکل می دهد؟

انتقاد از خواهرش از او خواسته بود از موضع خود در دفاع از رویکرد دونالد ترامپ در برابر ایران عذرخواهی کند.

فائزه هاشمی: صدای اعتراض های مردم را نشنیده اید؟

اکنون فائزه هاشمی در پاسخ به نامه سرگشاده برادرش نوشته است «چرا «برای ایران او را ترجیح می دادم»، چون بخش هایی و افرادی خطرناکتر از ترامپ در قلدری و عدم پابندی به اصول و قواعد و مقررات با عملکرد و بعضا سیاست های نادرست، کشور را در سرایشی ناکارآمدی ها، سوء مدیریت ها، بی کفایتی ها، دگم اندیشی ها و حتی گاهی تا مرز تلاشی پیش برده اند، به مطالبات عمومی نه تنها توجهی ندارند، بلکه در خاموش کردن آن از هم سبقت می گیرند».

فائزه هاشمی، دختر اکبر هاشمی رفسنجانی و نماینده پیشین مجلس ایران اخیراً در مصاحبه ای با انصاف نیوز گفته بود: «برای ایران دوست داشتم آقای ترامپ انتخاب شود ولی اگر یک آمریکایی بودم به آقای ترامپ رای نمی دادم». این اظهارات واکنش های زیادی به دنبال داشت.

در واکنش به این اظهارات محسن هاشمی، رئیس شورای شهر تهران از نامه ای سرگشاده با

AUST ARIA PTY LTD

FOOD IMPORTS



بیسکویت فرخنده

با چهار طعم متفاوت

در کلیه فروشگاه های مواد غذایی

پخش از Aust Aria

Ph: 02 9645 6003

Fax: 02 9700 9679

info@aust-aria.com



Shiraz Supermarket in Adelaide

ادلید

سوپرمارکت شیراز در ادلید

در خدمت شما

عرضه کننده خواروبار و کلیه مواد غذایی مورد نیاز با کیفیت برتر



سوپر گوشت حلال

افتتاح شد

با مدیریت فرزاد فرامرزی

تلفن: 0416 258 718

ساعات کار: دوشنبه، سه شنبه و چهارشنبه ها از ساعت ۹ صبح تا ۷ شب

پنجشنبه از ۹ صبح تا ۹ شب | شنبه از ۹ صبح تا ۵ بعدازظهر | یکشنبه از ساعت ۱۰ صبح تا ۵ بعداز ظهر

Ph: 08 8377 4338 | 0430 400 409

Shop 4&5, 1520 Main South Road, Sturt, S.A 5047

درمان با نمک یا هالوتراپی



گیرنده های حسی، درد و فشار را تشخیص می دهد همچنین با کنترل سطح تعریق در دفع مواد زائد، تنظیم دما و جلوگیری از کمبود آب بدن موثر است.

نمک ترابی در درمان کدام بیماری هایی پوستی موثر است؟

اتجام منظم و مداوم نمک درمانی به درمان بیماری های مختلف پوستی کمک می کند.

چرا برای بهبود تنفس از نمک درمانی استفاده می شود؟

همانطور که می دانید داشتن ریه های سالم برای انرژی و طول عمر ضروری است. یک فرد بزرگسال به طور متوسط در هر دقیقه حدود ۱۲-۱۵ بار و کودکان ۳۰-۲۰ بار نفس می کشند. عملکرد اصلی ریه ها رساندن اکسیژن به گلبول های قرمز خون و دفع کربن دی اکسید از بدن است.

علاوه بر این، دستگاه تنفسی هوا را از آلاینده ها و مواد خارجی تسویه می کند. این سیستم به عنوان یک مکانیسم دفاعی بسیار مهم، سطح کربن دی اکسید خون را تنظیم و به کنترل فشار خون کمک می کند.

روزانه افراد بسیاری در معرض آلاینده ها، بیماری های قابل انتقال یا هوا، باکتری ها، مواد آلودگی و سایر عوامل تحریک کننده قرار می گیرند. با استفاده از روش نمک درمانی می توان پاکسازی و سم زدایی ریه ها و همچنین تقویت بدن با افزایش ظرفیت ریه و اکسیژن دریافتی را بهبود بخشید.

نمک خشک در درمان کدام بیماری های تنفسی موثر است؟

با استفاده روزمره از روش نمک درمانی با نمک خشک می توان انواع بیماری های تنفسی را درمان کرد، مانند:

آسم
آلرژی
برونشیت
بیماری انسدادی مزمن ریه
فیروز سیستیک
سینوزیت
عفونت گوش
سرفه افراد سیگاری
سرمایه گذاری

چگونه نمک خشک در بهبود سیستم تنفسی عمل می کند؟

تحقیقات علمی نشان داده است که استنشاق ذرات نمک به دلیل داشتن خاصیت ضدباکتریایی، موکولیتیک و ضد التهابی که دارد به کاهش التهاب دستگاه تنفسی و بهبود مجاری تنفسی کمک می کند. همچنین ذرات نمک خشک برای تسریع در انتقال مخاط و مواد حساسیت زای خارجی شناخته شده است.

نمک خشک با خاصیت جذب بسیار بالایی که دارد مانند یک اسفنج، تمام مواد خارجی را در مسیر دستگاه تنفسی جذب می کند. نمک خشک می تواند تمام عناصر خارجی که باعث بیماری های مختلف تنفسی می شود را از سیستم تنفسی پاک کند. سیستم تنفسی تمیز به طور طبیعی منجر به دریافت اکسیژن بیشتر، افزایش انرژی و بهبود سیستم ایمنی بدن می شود.

درمان بیماری های پوست و مو با نمک درمانی عملکرد بهتر پوست و مو پوست مانند سیستم تنفسی یک عضو بسیار حساس بدن است که نقش اصلی در محافظت و دفاع از بدن در برابر باکتری ها، ویروس ها و سایر میکروب ها را دارد. پوست به دلیل داشتن

نمک درمانی یا هالوتراپی یک روش درمانی مبتنی بر نمک است که می تواند تعدادی از شرایط و بیماری ها را تسکین دهد. نمک ضد باکتری، ضد التهاب است و قادر به شل کردن مخاط و خلط می باشد. نمک همچنین یون های منفی تولید می کند و تعداد زیادی از بیماری ها مانند مشکلات تنفسی، تب یونجه و تحریکات پوستی را درمان می کند. یون های منفی نمک به کاهش استرس، بی حالی، افسردگی و سردرد کمک می کند. این روش یکی از روشهای موثر و جایگزین برای بیماری های تنفسی مانند آسم و برونشیت است. بسیاری از افراد بر این باورند با نمک درمانی می توان بیماری های پوستی و حتی روحی را درمان کرد. در این بخش از بهداشت و سلامت نمناک روش های رایج نمک درمانی یا همان هالوتراپی را به جزئیات و کاربردهای نمک درمانی خواهیم پرداخت.

هالوتراپی بسته به نحوه مصرف نمک، معمولاً به روش های مرطوب و خشک تقسیم می شود.

روش های مرطوب

در این روش هالوتراپی با استفاده از مخلوطی از نمک و آب انجام می گردد. روش های مرطوب نمک درمانی شامل نوشیدن آب نمک، غرغره کردن آب نمک، حمام کردن در آب نمک، استفاده از آب نمک برای شستن بینی و استفاده از مخازن شاور پر از آب نمک می شود. در شرایط داشتن علائم شدید می توان از هر دو روش خشک و مرطوب استفاده کرد.

روش های خشک

در این روش درمانی با وسیله ای به نام هالوتراپوتور، نمک را در ذرات میکروسکوپی خرد و آن ها را در هوای اتاق آزاد می کنند. این روش هالوتراپی معمولاً در یک "غار نمکی" مصنوعی که رطوبتی ندارد و درجه حرارت آن ۲۰ درجه سانتی گراد یا پایین تر است، صورت می گیرد. پس از استنشاق ذرات نمکی باعث تحریک آلرژن ها و سموم از سیستم تنفسی می شوند که این فرایند مخاط را شکسته و التهاب را کاهش می دهد و در نتیجه راه های هوایی فرد باز می شود. جلسات درمانی در این روش معمولاً حدود ۳۰ تا ۴۵ دقیقه طول می کشد. نمک با تولید یون های منفی باعث می شود بدن سروتونین بیشتری آزاد کند و فرد احساس خوبی داشته باشد.

کاربرد و فواید نمک درمانی

هالوتراپی به طور کلی برای بهبود بیماری های زیر موثر است:

رفع برخی از شرایط پوستی مانند پسوریازیس، اگزما و آکنه

رفع علائم مربوط به سیگار کشیدن، مانند سرفه، تنگی نفس، خس خس سینه

فیروز سیستیک

عفونت های ویروسی

درمان افسردگی و اضطراب

بیماری های تجربی گوش، مشکلات بینی و گلو

نوزادان نیز می توانند در معرض نمک درمانی قرار بگیرند.

درمان بیماری های تنفسی با نمک درمانی

تغذیه و سلامت

کینوا سالم ترین دانه های خوراکی



مگنژ موجود در کینوا با اثر بر روی آنزیم های گوارشی به بهبود هضم غذا کمک کرده و باعث لاغری و کاهش وزن می شود.

۷. تیروئید

مختصان تغذیه معتقدند که دانه های کامل مانند کینوا از بهترین مواد غذایی برای بهبود فعالیت غده ی تیروئید و درمان کم کاری تیروئید هستند.

۱۸. پوکی استخوان

مقادیر بالای منیزیم، مگنژ و فسفر موجود در ابتلا به پوکی استخوان را کاهش می دهد.

۱۹. سرطان

مقادیر قابل توجه فلاونوئید های کوئرستین و کاترول موجود در کینوا، خطر ابتلا به سرطان و تومور به ویژه سرطان ریه و لوسمی را کاهش می دهد.

۲۰. سنگ کلیه

کینوا با ایجاد تعادل در میزان پتاسیم خون به پیشگیری و درمان بیماری سنگ کلیه کمک می کند.

خواص کینوا برای پوست و مو

توجه: پیش از مصرف هرگونه ماسک بر روی صورت نوای حساس بدن، با مالیدن مقداری کمی از آن بر روی پوست دست خود به مدت حداقل ۲۰ دقیقه، از نداشتن حساسیت نسبت به آن اطمینان حاصل نمایید.

۲۱. درمان لکه های پوستی

مقادیر بالای انواع ویتامین های B موجود در کینوا به کاهش ملانین در پوست کمک کرده و باعث درمان لکه های تیره پوست می شوند.

۲۲. درمان آکنه و جوش صورت

ویتامین A موجود در کینوا با کاهش چربی پوست به درمان آکنه و جوش صورت کمک می کند.

۲۳. جوان سازی پوست صورت

مقادیر بالای آنتی اکسیدان ها، ویتامین A و B موجود در کینوا با افزایش الاستیسیته ی پوست به درمان چین و چروک و جوان سازی پوست صورت کمک می کند.

۲۴. تقویت و افزایش رشد مو

مقادیر بالای پروتئین ها و آمینو اسید های موجود در کینوا به تقویت فولیکول های مو کمک کرده و باعث افزایش رشد موی سر می شود.

۲۵. منبع خوب پروتئین

کینوا حاوی مقادیر بالای پروتئین و ۹ آمینو اسید ضروری (آمینو اسید هایی که بدن نمی تواند تولید کند) بوده و به همین دلیل به عنوان یکی از بهترین و غنی ترین منابع پروتئین گیاهی برای گیاهخواران و افراد وگن محسوب می شود.

۲۶. درمان کم خونی

آهن موجود در کینوا با افزایش تولید گلبول های قرمز به درمان کم خونی یا انمی و کاهش علائم آن کمک می کند.

ماسک کینوا بی نظیر برای لایه برداری پوست

علاقه، باعث حفاظت و مراقبت از مو و پوست می شوند. برخی حتی ادعا می کنند که منیزیم و ویتامین B۲ موجود در کینوا می توانند در صورت تماس با پوست، اعطاف پذیری پوست و بازسازی سلول ها را افزایش دهند.

منیزیم موجود در کینوا با اثر بر روی آنزیم های گوارشی به بهبود هضم غذا کمک کرده و باعث لاغری و کاهش وزن می شود.

۷. تیروئید

مختصان تغذیه معتقدند که دانه های کامل مانند کینوا از بهترین مواد غذایی برای بهبود فعالیت غده ی تیروئید و درمان کم کاری تیروئید هستند.

۸. فشار خون

کینوا حاوی مقادیر قابل توجه منیزیم است که با کاهش استرس عروق خونی به درمان فشار خون بالا کمک می کند.

۹. کلسترول خون

مقادیر بالای فیبر موجود در کینوا به کاهش چربی و کلسترول خون بالا کمک می کند.

۱۰. قلب

کینوا با خطر ابتلا به بیماری های قلبی و عروقی را کاهش می دهد.

۱۱. معده و دستگاه گوارش

فیبر موجود در کینوا به بهبود هضم غذا کمک کرده و باعث سلامتی دستگاه گوارش می شود. گلوتامیک اسید موجود در کینوا در معده به گلوتامین تبدیل شده و به سلامت مخاط معده کمک می کند.

۱۲. یبوست

مقادیر بالای فیبر موجود در کینوا به بهبود حرکات روده کمک کرده و باعث پیشگیری و درمان یبوست می شود.

۱۳. بواسیر یا هموروئید

فیبر موجود در کینوا به بهبود حرکات روده و افزایش حجم مدفوع باعث پیشگیری و درمان تمرینات بدنسازی کمک می کند.

۱۴. سلایک

کینوا گلوتن ندارد ولی به دلیل مواد مغذی و بالا به کاهش سطح قند خون کمک کرده و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می دهد؛ کینوا حاوی مقادیر بالای فیبر است و مصرف آن به ویژه در افرادی که در مرحله ی پیش دیابت هستند، خطر ابتلا به این بیماری را کاهش می دهد.

۱۵. دیابت و قند خون

تحقیقات نشان داده که رژیم غذایی حاوی فیبر بالا به کاهش سطح قند خون کمک کرده و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می دهد؛ کینوا حاوی مقادیر بالای فیبر است و مصرف آن به ویژه در افرادی که در مرحله ی پیش دیابت هستند، خطر ابتلا به این بیماری را کاهش می دهد.

۱۶. دیابت و قند خون

تحقیقات نشان داده که رژیم غذایی حاوی فیبر بالا به کاهش سطح قند خون کمک کرده و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می دهد؛ کینوا حاوی مقادیر بالای فیبر است و مصرف آن به ویژه در افرادی که در مرحله ی پیش دیابت هستند، خطر ابتلا به این بیماری را کاهش می دهد.

۱۷. دیابت و قند خون

تحقیقات نشان داده که رژیم غذایی حاوی فیبر بالا به کاهش سطح قند خون کمک کرده و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می دهد؛ کینوا حاوی مقادیر بالای فیبر است و مصرف آن به ویژه در افرادی که در مرحله ی پیش دیابت هستند، خطر ابتلا به این بیماری را کاهش می دهد.

۱۸. دیابت و قند خون

تحقیقات نشان داده که رژیم غذایی حاوی فیبر بالا به کاهش سطح قند خون کمک کرده و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می دهد؛ کینوا حاوی مقادیر بالای فیبر است و مصرف آن به ویژه در افرادی که در مرحله ی پیش دیابت هستند، خطر ابتلا به این بیماری را کاهش می دهد.

۱۹. دیابت و قند خون

تحقیقات نشان داده که رژیم غذایی حاوی فیبر بالا به کاهش سطح قند خون کمک کرده و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می دهد؛ کینوا حاوی مقادیر بالای فیبر است و مصرف آن به ویژه در افرادی که در مرحله ی پیش دیابت هستند، خطر ابتلا به این بیماری را کاهش می دهد.

۲۰. دیابت و قند خون

تحقیقات نشان داده که رژیم غذایی حاوی فیبر بالا به کاهش سطح قند خون کمک کرده و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می دهد؛ کینوا حاوی مقادیر بالای فیبر است و مصرف آن به ویژه در افرادی که در مرحله ی پیش دیابت هستند، خطر ابتلا به این بیماری را کاهش می دهد.

۲۱. دیابت و قند خون

تحقیقات نشان داده که رژیم غذایی حاوی فیبر بالا به کاهش سطح قند خون کمک کرده و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می دهد؛ کینوا حاوی مقادیر بالای فیبر است و مصرف آن به ویژه در افرادی که در مرحله ی پیش دیابت هستند، خطر ابتلا به این بیماری را کاهش می دهد.

کینوا که به نام کینوا هم شناخته می شود، یکی از سالم ترین و مغذی ترین دانه های خوراکی است که به لاغری و کاهش وزن کمک می کند. قند خون در افراد مبتلا به دیابت را کاهش می دهد و به دلیل مقادیر بالای پروتئین که دارد برای تغذیه نوزادان و کودکان بسیار مفید می باشد.

۱۸. پوکی استخوان

مقادیر بالای منیزیم، مگنژ و فسفر موجود در ابتلا به پوکی استخوان را کاهش می دهد.

۱۹. سرطان

مقادیر قابل توجه فلاونوئید های کوئرستین و کاترول موجود در کینوا، خطر ابتلا به سرطان و تومور به ویژه سرطان ریه و لوسمی را کاهش می دهد.

۲۰. سنگ کلیه

کینوا با ایجاد تعادل در میزان پتاسیم خون به پیشگیری و درمان بیماری سنگ کلیه کمک می کند.

خواص کینوا برای پوست و مو

توجه: پیش از مصرف هرگونه ماسک بر روی صورت نوای حساس بدن، با مالیدن مقداری کمی از آن بر روی پوست دست خود به مدت حداقل ۲۰ دقیقه، از نداشتن حساسیت نسبت به آن اطمینان حاصل نمایید.

۲۱. درمان لکه های پوستی

مقادیر بالای انواع ویتامین های B موجود در کینوا به کاهش ملانین در پوست کمک کرده و باعث درمان لکه های تیره پوست می شوند.

۲۲. درمان آکنه و جوش صورت

ویتامین A موجود در کینوا با کاهش چربی پوست به درمان آکنه و جوش صورت کمک می کند.

۲۳. جوان سازی پوست صورت

مقادیر بالای آنتی اکسیدان ها، ویتامین A و B موجود در کینوا با افزایش الاستیسیته ی پوست به درمان چین و چروک و جوان سازی پوست صورت کمک می کند.

۲۴. تقویت و افزایش رشد مو

مقادیر بالای پروتئین ها و آمینو اسید های موجود در کینوا به تقویت فولیکول های مو کمک کرده و باعث افزایش رشد موی سر می شود.

۲۵. منبع خوب پروتئین

کینوا حاوی مقادیر بالای پروتئین و ۹ آمینو اسید ضروری (آمینو اسید هایی که بدن نمی تواند تولید کند) بوده و به همین دلیل به عنوان یکی از بهترین و غنی ترین منابع پروتئین گیاهی برای گیاهخواران و افراد وگن محسوب می شود.

۲۶. درمان کم خونی

آهن موجود در کینوا با افزایش تولید گلبول های قرمز به درمان کم خونی یا انمی و کاهش علائم آن کمک می کند.

ماسک کینوا بی نظیر برای لایه برداری پوست

علاقه، باعث حفاظت و مراقبت از مو و پوست می شوند. برخی حتی ادعا می کنند که منیزیم و ویتامین B۲ موجود در کینوا می توانند در صورت تماس با پوست، اعطاف پذیری پوست و بازسازی سلول ها را افزایش دهند.

۲۱. دیابت و قند خون

تحقیقات نشان داده که رژیم غذایی حاوی فیبر بالا به کاهش سطح قند خون کمک کرده و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می دهد؛ کینوا حاوی مقادیر بالای فیبر است و مصرف آن به ویژه در افرادی که در مرحله ی پیش دیابت هستند، خطر ابتلا به این بیماری را کاهش می دهد.

۲۲. دیابت و قند خون

تحقیقات نشان داده که رژیم غذایی حاوی فیبر بالا به کاهش سطح قند خون کمک کرده و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می دهد؛ کینوا حاوی مقادیر بالای فیبر است و مصرف آن به ویژه در افرادی که در مرحله ی پیش دیابت هستند، خطر ابتلا به این بیماری را کاهش می دهد.

۲۳. دیابت و قند خون

تحقیقات نشان داده که رژیم غذایی حاوی فیبر بالا به کاهش سطح قند خون کمک کرده و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می دهد؛ کینوا حاوی مقادیر بالای فیبر است و مصرف آن به ویژه در افرادی که در مرحله ی پیش دیابت هستند، خطر ابتلا به این بیماری را کاهش می دهد.

کینوا که به نام کینوا هم شناخته می شود، یکی از سالم ترین و مغذی ترین دانه های خوراکی است که به لاغری و کاهش وزن کمک می کند. قند خون در افراد مبتلا به دیابت را کاهش می دهد و به دلیل مقادیر بالای پروتئین که دارد برای تغذیه نوزادان و کودکان بسیار مفید می باشد.

۱۸. پوکی استخوان

مقادیر بالای منیزیم، مگنژ و فسفر موجود در ابتلا به پوکی استخوان را کاهش می دهد.

۱۹. سرطان

مقادیر قابل توجه فلاونوئید های کوئرستین و کاترول موجود در کینوا، خطر ابتلا به سرطان و تومور به ویژه سرطان ریه و لوسمی را کاهش می دهد.

۲۰. سنگ کلیه

کینوا با ایجاد تعادل در میزان پتاسیم خون به پیشگیری و درمان بیماری سنگ کلیه کمک می کند.

خواص کینوا برای پوست و مو

توجه: پیش از مصرف هرگونه ماسک بر روی صورت نوای حساس بدن، با مالیدن مقداری کمی از آن بر روی پوست دست خود به مدت حداقل ۲۰ دقیقه، از نداشتن حساسیت نسبت به آن اطمینان حاصل نمایید.

۲۱. درمان لکه های پوستی

مقادیر بالای انواع ویتامین های B موجود در کینوا به کاهش ملانین در پوست کمک کرده و باعث درمان لکه های تیره پوست می شوند.

۲۲. درمان آکنه و جوش صورت

ویتامین A موجود در کینوا با کاهش چربی پوست به درمان آکنه و جوش صورت کمک می کند.

۲۳. جوان سازی پوست صورت

مقادیر بالای آنتی اکسیدان ها، ویتامین A و B موجود در کینوا با افزایش الاستیسیته ی پوست به درمان چین و چروک و جوان سازی پوست صورت کمک می کند.

۲۴. تقویت و افزایش رشد مو

مقادیر بالای پروتئین ها و آمینو اسید های موجود در کینوا به تقویت فولیکول های مو کمک کرده و باعث افزایش رشد موی سر می شود.

۲۵. منبع خوب پروتئین

کینوا حاوی مقادیر بالای پروتئین و ۹ آمینو اسید ضروری (آمینو اسید هایی که بدن نمی تواند تولید کند) بوده و به همین دلیل به عنوان یکی از بهترین و غنی ترین منابع پروتئین گیاهی برای گیاهخواران و افراد وگن محسوب می شود.

۲۶. درمان کم خونی

آهن موجود در کینوا با افزایش تولید گلبول های قرمز به درمان کم خونی یا انمی و کاهش علائم آن کمک می کند.

ماسک کینوا بی نظیر برای لایه برداری پوست

علاقه، باعث حفاظت و مراقبت از مو و پوست می شوند. برخی حتی ادعا می کنند که منیزیم و ویتامین B۲ موجود در کینوا می توانند در صورت تماس با پوست، اعطاف پذیری پوست و بازسازی سلول ها را افزایش دهند.

۲۱. دیابت و قند خون

تحقیقات نشان داده که رژیم غذایی حاوی فیبر بالا به کاهش سطح قند خون کمک کرده و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می دهد؛ کینوا حاوی مقادیر بالای فیبر است و مصرف آن به ویژه در افرادی که در مرحله ی پیش دیابت هستند، خطر ابتلا به این بیماری را کاهش می دهد.

۲۲. دیابت و قند خون

تحقیقات نشان داده که رژیم غذایی حاوی فیبر بالا به کاهش سطح قند خون کمک کرده و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می دهد؛ کینوا حاوی مقادیر بالای فیبر است و مصرف آن به ویژه در افرادی که در مرحله ی پیش دیابت هستند، خطر ابتلا به این بیماری را کاهش می دهد.

۲۳. دیابت و قند خون

تحقیقات نشان داده که رژیم غذایی حاوی فیبر بالا به کاهش سطح قند خون کمک کرده و خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کاهش می دهد؛ کینوا حاوی مقادیر بالای فیبر است و مصرف آن به ویژه در افرادی که در مرحله ی پیش دیابت هستند، خطر ابتلا به این بیماری را کاهش می دهد.



ویتامین های ضروری برای بانوان



با این حال برخی عملکردهای بدن نیاز به ویتامین‌های خاص دارند. به عنوان مثال ویتامین دی برای کمک به جذب و حفظ سطوح مناسبی از کلسیم ضروری است. دریافت ویتامین دی کافی از طریق مواد غذایی کمی سخت است و به همین دلیل روزانه قرارگیری در معرض نور خورشید برای ۲۰ دقیقه توصیه شده است و آن هم برای سنتز ویتامین دی از طریق پوست.

علاوه بر این، بدن برای انعقاد موثر خون نیاز به ویتامین کا دارد. خوشبختانه کمبود ویتامین کا نادر است و دلایلش هم این است که باکتری‌های روده ۷۵ درصد از ویتامین کا را تولید می‌کنند و مابقی آن را می‌توان از طریق خوردن غذاهای سالم به دست آورد.

در زیر پیشنهادهای غذایی برای به دست آوردن هر کدام از ویتامین‌های ضروری آورده شده است:

ویتامی ۱ (تیامین)
ویتامین ۲ (ریبوفلاوین)
ویتامین ۳ (نیاسین)
ویتامین ۶
ویتامین ۱۲
ویتامین سی
ویتامین دی
ویتامین ای
ویتامین کا
بیوتین
اسید پانتوتیک
فولات
کولین

با این ویتامین‌ها توابع مشابه دارند، به عنوان مثال هر دو ویتامین‌های آ و ث منجر به ترویج سلامت دندان‌ها می‌شوند و یا اینکه ویتامین‌های گروه ب منجر به افزایش متابولیسم بدن با تولید سلول‌های قرمز خون خواهند شد.

زنان سالخورده: زنان مسن که از نور خورشید اجتناب می‌کنند، نیاز دارند که مکمل‌های ویتامین دی را دریافت کنند. در نظر داشته باشید که مصرف مقادیر زیاد این مکمل خطرناک است و نباید بیش از مقادیر توصیه‌شده مگر با تجویز پزشک، آن را مصرف کرد. زنان مسن همچنین ممکن است در معرض خطر کمبود ویتامین های گروه ب باشند که نقش مهمی در هضم و سوخت و ساز بدن دارد.

پیشگیری و درمان جوش های غرور جوانی چه کنیم؟



چند واقعیت کلی در مورد جوش های دوران بلوغ و غرور جوانی

یکی از تغییرات پوستی در دوران بلوغ ایجاد کک و مک بر روی پوست است که علت آن عدم انتشار یتکوناخت ملاتین در سطح پوست و تجمع آن در یک ناحیه می باشد. این عارضه در نوجوانان سفید پوست بیشتر است و در نواحی در معرض تابش آفتاب بیشتر دیده می شود. از مهم ترین عارضه های پوستی در دوران بلوغ جوش های غرور جوانی است که این جوش ها را در ۸۰ درصد دختران و ۹۰ درصد پسران می توان دید.

جوش های غرور جوانی از دیگر مشکلات پوستی در دوران بلوغ است که به علت تحریک فعالیت غدد چربی توسط هورمون آندروژن است. جوش های جوانی بیشتر در نواحی صورت، قسمت بالای قفسه سینه، پشت و روی شانه ها و بازوها دیده می شود و در ابتدا سفید رنگ هستند و علت به وجود آمدن آن ها انباشته شدن چربی ترشح شده در مجاری غدد چربی در پوست است. بعد از مدتی این جوش ها به دلیل فشار مواد کراتینی، مجاری باز و مواد داخل آن، در اثر اکسیداسیون سیاه رنگ می شود و بعد از مدتی در اثر عوامل میکروبی به صورت جوش های برجسته التهابی تبدیل میشوند.

علت بسیاری از جوش های جوانی تغییرات هورمونی، اضطراب و مصرف برخی داروهای شیمیایی مانند فنوباریتال، ایزونیاژید و فنی توئین است و نوجوانانی که این جوش ها در آنان بیشتر دیده می شوند معمولا دارای پوست و موی چرب هستند.

برای پیشگیری از تشدید و بروز جوش های غرور جوانی چه کنیم؟

۱. با رعایت اصول بهداشتی می توانید از عفونی شدن جوش های جوانی جلوگیری کنید بدین صورت که: هر روز حمام بروید پوستتان را شب ها قبل از خواب با آب گرم و صابون بشوید. برای شستشوی صورتتان از صابون های زبر و خشن استفاده نکنید. پوستتان را نسایید و خشن نشوید زیرا اینگونه شستشو پوست را تحریک می کند و به خارش وامی دارد. صابون های ضدباکتری گزینه های خوبی برای شستشوی صورت هستند.

۲. برای پیشگیری از جوش های جوانی، نوجوانان باید هنگام استفاده از اسپری های مو یا ژل ها دقت کنند که این مواد با پوست صورتشان برخورد نکند زیرا برخورد این مواد با پوست سبب بسته شدن منافذ پوست و ایجاد التهاب می گردد.

۳. برای پیشگیری از بروز جوش های غرور مصرف مایعات فراوان، میوه ها و سبزی ها بسیار موثر است. شما می توانید چربی جوش هایتان را با گاز ضدعفونی توام با فشاری نرم و آرام خارج کنید.

۴. تغذیه در زدن جوش های جوانی تاثیر گذار است و باید نوجوانان دقت کنند چه غذایی باعث افزایش جوش هایشان می شود و از خوردن غذاهای چرب و پر آردیه، شیرینی جات اجتناب کنید. همچنین برای پیشگیری از جوش های جوانی باید از پوست در مقابل باد، آفتاب، گرد و خاک و مواد آرایشی غیراستاندارد محافظت کرد.

۵. برای جلوگیری از تشدید جوش های جوانی از دست زدن و بازی کردن با جوش ها خودداری کنید و هر روز لباس زیرتان را عوض کنید و شسته و اتو بکشید. برای جلوگیری از جوش های جوانی باید از وسایل استمنا، حوله صورت، تیغ یا ماشین ریش تراشی شخصی استفاده کرد.

۶. از موثر ترین کارها برای پیشگیری از بروز جوش های غرور، ورزش کردن، تفریح در هوای پاک و تمیز و استراحت به اندازه کافی است.

۷. برای سلامت پوست و حفظ زیبایی و درخشندگی آن باید از سیگار کشیدن اجتناب کرد. برای درمان جوش های التهابی دوران بلوغ باید نزد پزشک بروید تا او در صورت نیاز درمان با آنتی بیوتیک به صورت دوره ای، کورتیکواستروئید، تزریق در ضایعه ها و جراحی های کوچک را برای شما تجویز کند.

۸. جوش دوران بلوغ اغلب به علت ضعف بهداشتی و مواد غذایی مضر ایجاد نمی شود اما شما می توانید با بکارگیری نکات درست جوش زدن خود را مهار کنید.

۹. نوجوانان برای جلوگیری از جوش های غرور باید از محصولات آرایشی و بهداشتی بدون چربی استفاده کنند و آرایششان را قبل از خواب بشویند.

روش های درمان جوش های غرور جوانی روی صورت بدن اگر می خواهید جوش های دوران بلوغ یا همان غرور جوانی را از بین ببرید از این روش های طب سنتی و طبیعی استفاده کنید: درمان جوش های دوران بلوغ در طب سنتی ۱. سرکه سیب بهترین راه برای درمان جوش غرور جوانی

مواد لازم: ۳ الی ۴ قطره روغن درخت چای یک قاشق غذا خوری ژل آلونه ورا طرز تهیه: روغن و ژل را ترکیب کنید و سپس روی منطقه مورد نظر اعمال کنید و بعد از ۵ الی ۲۰ دقیقه با آب بشوید. چگونه از شر جوش های بلوغ خلاص شویم؟ از نکات این بخش از سلامت نمناک در زمینه مراقبت از پوست و سبک زندگی برای مقابله با جوش بلوغ پیروی کنید: صورت خود را ۲ بار در روز بشوید. استفاده از آب خیار به عنوان تونر. استفاده از سرم در فراموش نکنید. پوست خود را با یک مرطوب کننده تغذیه کنید. پوستتان را سم زدایی کنید. حتما از ضد آفتاب استفاده کنید. درمان جوش ها ضروری است. از فشردن و لمس جوش ها اجتناب کنید. بدن و صورت خود را هیدراته کنید. از ویتامین ها و مواد معدنی استفاده کنید. استفاده کم از لوازم آرایشی پاک سازی صورت و بدن اجتناب و دوری از استرس و فشار

عادات موفقیت آمیز در طول روز



همکاران تمرکز بیشتری خواهید داشت، بنابراین از این زمان استفاده کنید. هیچ یک از همکاران ساعت شش و نیم صبح می‌شود. شما مراجعه نخواهند کرد ولی در طول روز با جلسات و امور موقتی سر و کار خواهید داشت پس جای تعجب نیست که زمان مناسبی برای تمرکز خواهد بود.

فعالیت‌های جانبی خود را پیگیری کنید

وقتی کل روز جلسه دارید، خسته و گرسنه هستید و باید فکری برای شام بکنید پس طبیعی است که پروژه‌های شخصی خود را فراموش کنید. به همین دلیل است که بسیاری از افراد موفق قبل از شروع رسمی روز، یکی دو ساعت برای انجام کارهای شخصی خود وقت می‌گذارند. به گزارش تلگراف، لودویک بتهون، ویکتور هوگو و بسیاری از افراد سرشناس فعالیت‌هایی علاقه‌مند در صبحگاه داشتند.

از سکوت لذت ببرید

تصور داشتن یک لحظه آزاد و آرام در طول روزهای شلوغ دشوار است اما آموزش ذهن‌آگاهی (mindfulness) اتلاف وقت نیست. سعی کنید چند دقیقه از وقت خود را صرف یک مراقبه آرام در ابتدای روز کنید. می‌توانید از این دقایق برای عبادت، مراقبه، تجسم موفقیت‌های آینده یا تأمل در آنچه سپاسگزار آن هستید استفاده کنید. این وقفه کوتاه می‌تواند روز شما را بسازد.

دنیا متعلق به کسانی است که زود بیدار می‌شوند اما عادات‌هایی وجود دارند که اگر به آنها متصف شوید روزی پرنرژی و موفق خواهید داشت. پژوهشگران دانشگاه لایپزیگ به این نتیجه رسیدند که "افراد سحرخیز انرژی بیشتری دارند."

اما سحرخیزی فقط به این معنی نیست که قبل از بقیه بلند شوید بلکه باید خود را در چارچوب ذهنی مثبتی قرار دهید و کارهای مهم را قبل از دیگران به انجام رسانید.

تنظیم ساعت زنگ‌دار برای یک ساعت خیلی زود فایده‌ای ندارد؛ باید برخی از عادت‌های خوب را بپذیرید. بیزینس اینسایدر از این شش عادت صبحگاهی گفت که دشوار به نظر می‌رسند اما اگر به آنها پایبند باشید چیزهای زیادی برای شما به ارمغان می‌آورد.

از شب قبل برنامه‌ریزی کنید

در واقع سحرخیزی به خودی‌خود موثر نیست بلکه عادت‌ها هستند که منجر به یک روز پرپار می‌شوند، بنابراین حتما برنامه روزانه خود را از شب قبل آماده کنید.

این کار به شما کمک می‌کند تا هنگام بیدار شدن، هر آنچه که برای روز نیاز دارید را آماده کنید. حتما برای صبحانه خود برنامه‌ریزی کنید و ایده‌های خود را برای روز بعد بنویسید.

صبح زود بیدار شوید

متأسفانه باید تا دیروقت بیدار ماندن را فراموش



ایلان ماسک پولدارترین مرد جهان شناخته شد

شش راز ایلان ماسک برای پیروزی در زندگی و تجارت



ایلان ماسک، بانی و مالک شرکت‌های تسلا و اسپیس‌ایکس روز پنجشنبه با پشت سر گذاشتن مالک آمازون با اختلافی چهار میلیارد دلاری پولدارترین مرد دنیا لقب گرفت.

جف بیوزس از ۲۰۱۷ پولدارترین مرد دنیا بود و امسال هم به لطف رونق خیره‌کننده تجارت شرکت آمازون در زمانه شیوع کرونا دهها میلیارد دلار دیگر بر ثروت خود افزوده بود. کمتر کسی تصور می‌کرد به این زودی‌ها کسی بتواند این عنوان را از بیوزس بگیرد و جدا شدن از همسر و بخشیدن بخشی از ثروت هم توانست مالک آمازون را از تخت سلطنت پایین بکشد.

با این حال، چرخ روزگار چنان چرخید که یاد پیروزی به پرچم تسلا وزید و بازار خودروهای برقی شرکت ایلان ماسک چنان پررونق شد که ارزش سهام تسلا در بازار سرمایه صدها درصد رشد کرد. وقتی روز پنجشنبه سهام تسلا حدود شش درصد دیگر مثبت خورد ارزش دارایی‌های ماسک به حدود ۱۸۵ میلیارد دلار رسید؛ کمی بیش از چهار میلیارد دلار بیشتر از ثروت مالک آمازون.

هر سهم تسلا در بازار سرمایه حدود یک سال پیش فقط ۹۸ دلار ارزش داشت. در حالی که امروز به رقم خیره‌کننده ۸۱۶ دلار رسیده است. در این یک سال ۱۵۰ میلیارد دلار به ثروت این میلیارد و کارآفرین ۴۹ ساله آمریکایی افزوده شده و ارزش تسلا به تنهایی از مجموع ارزش سهام پنج غول خودروسازی دنیا یعنی تویوتا، فولکس‌واگن، هیوندای، فورد و جی‌ام فراتر رفته است.

کارآفرین بلندپرواز آمریکایی و پولدارترین مرد دنیا که دارایی‌اش روز جمعه به ۱۹۵ میلیارد دلار رسید، چگونه به این پیروزی دست یافت؟ آنچه می‌خوانید، گزیده راهتمایی‌هایی او برای کسانی است که می‌خواهند دست‌کم حساب پیرول داشته باشند.

۱. به پول فکر نکنید: خود ماسک تا چند سال پیش نمی‌دانست چقدر پول دارد و روز پنجشنبه هم وقتی شنید پولدارترین مرد دنیا شده، در پیش خود ابتدا نوشت «چه جالب!» و بعد خیلی زود با عبارت «حالا برگردیم سر کار» به آن

واکنش نشان داد. او معتقد است اگر به پولدار شدن فکر نکنید، پول خودش با کار زیاد می‌آید.

۲. بی عشق خود بروید: ایلان با راه‌اندازی شرکت اسپیس‌ایکس در پی پول درآوردن نبود، بلکه می‌خواست یک رویای دور و دراز را عملی کند و نخستین انسان را به سیاره مریخ بفرستد. این پروژه با پول‌های ماسک پیش رفت اما این عشق و شور او بود که آن را به پیروزی رساند و حالا اسپیس‌ایکس میلیارد‌ها دلار می‌آرزد.

۳. از بزرگ فکر کردن ترسید: یکی از بزرگ‌ترین ویژگی‌های ایلان ماسک، بلندپروازانه و جسورانه بودن پروژه‌های اوست. دگرگون کردن صنعت خودروسازی، مستعمره کردن مریخ، ساختن قطارهای فوق‌سریع در تونل‌های خلاء و وارد کردن هوش مصنوعی در مغز انسان کارهایی است که فقط از یک ذهن بی‌پروا برمی‌آید.

۴. آماده خطر کردن باشید: ماسک ۱۹ سال پیش در حالی وارد دنیای پروژه‌های آینده‌نگرانه و خطرناک شد که فقط ۲۰۰ میلیون دلار داشت.

بعد تصمیم گرفت ۱۰۰ میلیون دلار را کنار بگذارد و با ۱۰۰ میلیون دلار دیگر پروژه‌ها را پیش ببرد. حتی کار به جایی رسید که برای خرج زندگی شخصی‌اش ناچار شد از دوستان قرض بگیرد.

۵. منتقدان را نادیده بگیرید: ایلان وقتی سنگ بنای اسپیس‌ایکس و تسلا را گذاشت، خودش هم به موفقیت آنها ایمان نداشت. دیگران هم طبعاً مطمئن بودند ایده خودروهای برقی و خودران یا رسیدن به مریخ محکوم به شکست است اما او انتقادها را نادیده گرفت و امروز فقط اسپیس‌ایکس ۱۰۰ میلیارد دلار می‌آرزد.

۶. از خودتان لذت ببرید: با وجود ۱۲۰ ساعت کار کردن در هفته باز هم وقتی به دیدارش بروید، یک مرد خستگی‌ناپذیر و شاد می‌بینید. می‌گوید با لذت بردن از کار و زندگی است که می‌توان هم پولدار شد هم مشهور. ایلان ماسک نمونه انسانی است که کار می‌کند، کار می‌کند، کار می‌کند و البته شاد است و سرشناس.

تزریق واکسن کوبایی کرونا در ایران از نوروز آغاز می‌شود



واکسن کرده است. به گفته او همکاری انستیتو پاستور با کشور کوبا از حدود ۲۰ سال پیش و با انتقال تکنولوژی ساخت واکسن هیپاتیت B از کوبا به ایران آغاز شد که درصد بسیار بالایی از ایرانیان این واکسن را دریافت کرده‌اند. دکتر بیگلری فناوری تولید واکسن کرونا را از پیشرفته‌ترین فناوری‌ها و بر مبنای زیرساخت واکسن پنوموکوک عنوان کرده و گفت: «این تکنولوژی باعث می‌شود تا واکسن هم بی‌خطر و بی‌ضرر باشد و هم مصونیت بسیار خوبی ایجاد کند».

بنا بر گزارش خبرگزاری رویترز «انستیتیو قینایلی واکسن» در شامگاه جمعه ۱۹ دی (۸ ژانویه) اعلام کرده بود که توافق‌نامه در این

با دستور علی خامنه‌ای برای ممنوعیت ورود واکسن کرونای آمریکایی و اروپایی به ایران، مقامات جمهوری اسلامی از آغاز تزریق واکسن کوبایی در نوروز خبر داده‌اند. پیشتر از واکسن هندی، چینی و روسی نیز صحبت شده بود. مصطفی قاسمی، رئیس ستاد مقابله با کرونا در ایران اعلام کرد که تا استفاده سال جاری تزریق واکسن کرونای ساخت مشترک کوبا و ایران از کشور آغاز می‌شود.

او دوشنبه شب (۲۲ دی / ۱۱ ژانویه) در یک برنامه تلویزیونی گفت: «واکسنی که با مشارکت کوبایی‌ها در ایران تولید می‌شود، در فاز نخست در کوبا به ۵۶ نفر و در فاز دوم به بیش از ۱۰۰ نفر دیگر در این کشور تزریق شده، اما در فاز سوم قرار است همزمان با کوبا در ایران نیز به چندین هزار نفر تزریق شود».

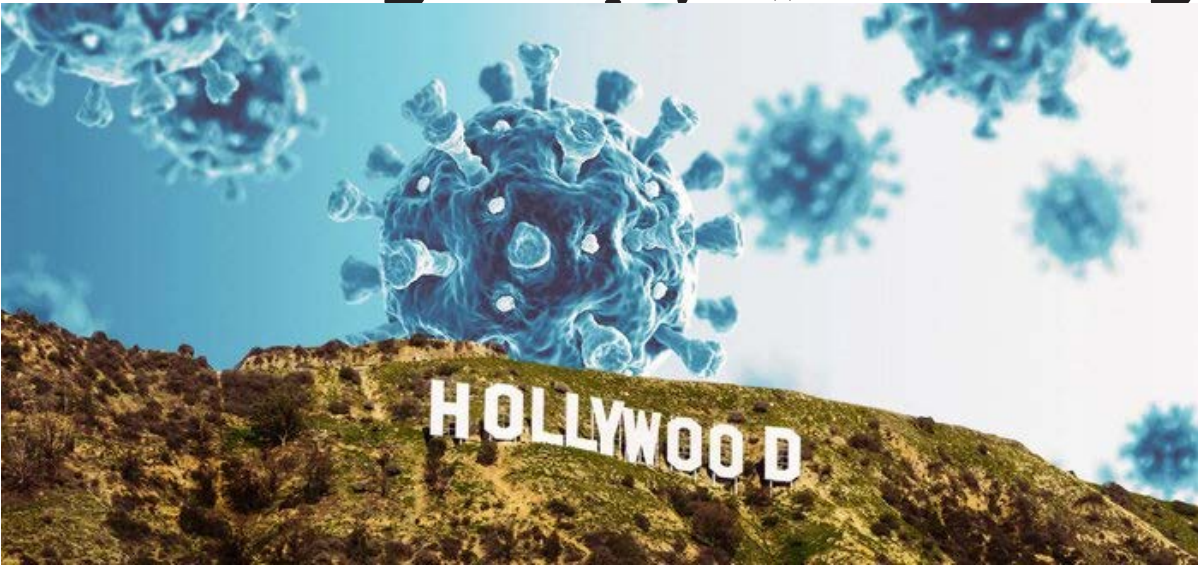
به گفته قاسمی تولید واکسن داخلی در شش یا هفت شرکت ایرانی آغاز شده، اما احتمالاً واکسن کوبایی زودتر از همه وارد بازار می‌شود. بدین ترتیب تزریق همگانی واکسن در بهار سال آینده در ایران شروع خواهد شد.

رئیس ستاد مقابله با کرونا گفته اولویت اول تزریق واکسن، کادر درمانی و پس از آن افراد بالای ۶۵ سال که بیماری از جمله فشار خون دارند، هستند.

تولید مشترک کوبا و انستیتو پاستور روز گذشته (۲۲ دی) رئیس انستیتو پاستور ایران از تولید مشترک واکسن کرونای ایران و کوبا خبر داده بود. دکتر علیرضا بیگلری در گفتگو با موج رسا، ضمن اشاره به تجربه و سوابق انستیتو پاستور در ساخت واکسن، این مؤسسه را اولین مؤسسه‌ای دانست که در خاورمیانه اقدام به تولید



کرونا با هالیوود و صنعت فیلم چه کرده است؟



تیم "ماهور" یا فیلم طنز "جوخه خودکشی"، "زمین لرزه هشت ریشتری برای صنعت سینما" بحران کرونا و بلایی که بر سر صنعت فیلم و سینما آورده، باعث شده است که قوانینی که دهها معتر بودند، کنار گذاشته شوند. روال قانونی در دنیای فیلم این است که ابتدا سینماها حق نمایش فیلم را دارند. قبل از آنکه فیلمی به پلافرم‌های مختلف برای پخش غیرسینمایی داده شود، باید حداقل تا چند هفته در سینماها اکران شده باشد. برای دهها فیلم این قانون اجرا شده است و اکنون ناگهان برداشته می‌شود. هورن، روزنامه نگار سینما می‌گوید: «این زمین لرزه‌ای به شدت هشت ریشتر برای صنعت سینماست.»

سینماها بازندگان بزرگ سال ۲۰۲۰ هستند. بسیاری از آنها در سراسر جهان مجبور شده‌اند درهای خود را ببندند. در لس‌آنجلس، شهر فیلم، سینماها از مارس گذشته به طور مداوم تعطیل شده‌اند.

جان هورن روزنامه نگار حوزه فیلم از شبکه رادیویی NPR می‌گوید، بسته ماندن سینماها با هزینه‌های سنگین همراه بوده است: «آنها باید اجاره پردازند، هزینه‌های ثابت بسیار بالایی دارند، میلیارد‌ها بدهی دارند و پولی هم وارد نمیشود.» او آینده تاریکی را برای سینماها تصور می‌کند و معتقد است که خیلی‌ها از آنها برای همیشه ورشکسته می‌شوند.

سینماها نیز یکی از بازندگان بزرگ سال ۲۰۲۰ هستند

وضع کمپانی‌های تولید فیلم چگونه است؟ خطر ورشکستگی نه فقط سینماها که کمپانی‌های تولید فیلم را هم تهدید می‌کند. بزرگترین کمپانی سینمای جهان یعنی آی‌ام‌سی (AMC) اعلام کرده است که با خطر ورشکستگی روبرو است. اتحادیه کارکنان سینمایی آمریکا نیز هشدار داده است که ۷۰ درصد اپراتورهای کوچک و متوسط، اگر دولت از آنها حمایت نکند، ورشکست می‌شوند.

در همین بحبوحه خبری رسید که پایه‌های صنعت سینما را به لرزه درآورد: استودیوی برادران وارنر خبر داده است که قصد دارد حداقل ۱۷ فیلم را به طور همزمان در سینما و در تلویزیون از پلافرم پخش استریم خود «بی‌اچ‌وی ماکس» (HBO Max) در سال آینده اکران کند. از جمله فیلمهای پرفرسای مانند فیلم علمی تخیلی

صنعت فیلم و سینما یکی از بازندگان بزرگ بحران کرونا است. این پاندمی هالیوود را زیر و رو کرده و به تعطیلی سینماها در بسیاری کشورهای جهان انجامیده است. بیان صنعت فیلم در سال ۲۰۲۰ چه تصویری نشان می‌دهد؟

یک مرد خستگی‌ناپذیر و شاد می‌بینید. می‌گوید با لذت بردن از کار و زندگی است که می‌توان هم پولدار شد هم مشهور. ایلان ماسک نمونه انسانی است که کار می‌کند، کار می‌کند، کار می‌کند و البته شاد است و سرشناس.

فضای پرترش هالیوود برای آنکه شمه‌ای از فضای هالیوود دست‌تان

باید کافی است صدای تام کروز، هنرپیشه معروف سینما را هنگام فیلمبرداری "ماموریت غیرممکن" بشنوید که با خشم خطاب به یکی از افراد سر صحنه که ماسک ندارد فریاد می‌زند که چرا متوجه نیست که "پرداخت وام خانه‌های بسیاری از کارکنان" به ادامه کار تولید فیلم بسته است و او مجبور است "در برابر تولیدکنندگان و شرکت‌های بیمه" خود را توجیه کند. صدای او را و سبایت روزنامه بریتانیایی ساندی تایمز منتشر کرده است.

میلیاردها دلار خسارت تخمین زده می‌شود دنیای فیلم در ایالات متحده آمریکا به خاطر بحران کرونا حداقل ۲۰ میلیارد دلار ضرر کند. به این دلیل که بسیاری



پورشه بیابان‌رو



که تخصصش آماده کردن ماشین‌های شرکت پورشه برای مسابقات رالی است. آقای توسیل می‌گوید ماشین فقط ظاهر مسابقات رالی را ندارد و واقعا برای سخت‌ترین مسابقات آماده است. ماشین به سفارش یک مشتری ساخته شده که سینگر می‌گوید از مشتریان قدیمش است. قرار است فعلا دو دستگاه از آن ساخته شود، اما سینگر اجازه گرفته تا برای ساخت مدل‌های بیشتر سفارش قبول کند.

ماشین‌های مسابقات رالی پورشه در دهه هشتاد میلادی طراحی شده‌است. بخش‌های فنی ماشین از یک پورشه ۹۱۱ مدل سال ۱۹۹۰ میلادی گرفته شده‌است. موتور ماشین شش سیلندر است. سینگر می‌گوید حداقل قدرت موتور ۴۵۰ اسب بخار است و راننده می‌تواند قدرت موتور را با توجه مسیر مسابقه تنظیم کند. نیروی موتور به هر چهار چرخ منتقل می‌شود. برای ساخت بخش‌های فنی، سینگر از ریسارد توسیل بریتانیایی کمک گرفته

کارخانه آمریکایی سینگر از یک مدل پورشه رونمایی کرده که برای مسابقات رالی ساخته شده است. سینگر می‌گوید که کارگاهش در ایالت کالیفرنیا است، بازسازی و برداشتی مدرن از مدل‌های کلاسیک پورشه است. این کارخانه به دقت زیاد در جزئیات مشهور است و معمولا قیمت ماشین‌هایی که می‌سازد چند صد هزار دلار است. نام این پورشه جدید ASC است و با الهام از

تشخیص کارواش



C+pod بخشی از استراتژی تازه تویوتا برای کسب درآمد از طریق طراحی سیستم‌های حمل و نقل شهری است. خودروسازان پیش‌بینی می‌کنند که فروش خودرو در آینده کاهش خواهد یافت و در عوض مردم برای رفت‌وآمد از سرویس‌های اشتراکی استفاده خواهند کرد.

تویوتا می‌گوید با دوپست شرکت و دولت محلی در ژاپن قرارداد بسته تا برایشان شبکه محلی حمل‌ونقل طراحی کند و C+pod یکی از وسایل نقلیه‌ای است که در این شبکه‌ها به کار گرفته خواهد شد.

می‌تواند با هر بار شارژ تا ۱۵۰ کیلومتر حرکت کند. حداکثر سرعت هم به ۶۰ کیلومتر در ساعت محدود شده است. برای افزایش ایمنی سرنشینان، ماشین به کبسه هوا، سیستم هشدار خطر و ترمز خودکار مجهز است.

قیمت پایه ماشین یک میلیون و ۶۰۰ هزار ین (حدود ۱۶ هزار دلار) است. تویوتا می‌گوید که در سال اول آن را تنها به شرکت‌ها می‌فروشد و فروش به خریداران شخصی از سال ۲۰۲۲ آغاز خواهد شد.

تویوتا در روزهای پایانی سال ۲۰۲۰ از ماشین‌های الکتریکی رونمایی کرد که قرار است به طور محدود در بازار ژاپن فروخته شود. طول این ماشین که نامش C+pod است، از دو متر و نیم کمتر است و عرضش تنها یک متر و بیست سانتی‌متر است. این ماشین دو نفره برای حرکت در شهرهای شلوغ ایده‌آل است و به راحتی می‌توان برایش جای پارک پیدا کرد. موتور الکتریکی این تویوتای کوچک کمی بیشتر از ۱۲ اسب بخار نیرو تولید می‌کند و ماشین

رونمایی نمایشگر هاپیر اسکرین بنز



صفحه نمایشگر با فن‌آوری OLED ساخته شده که وضوح بسیار بالایی دارد و ماشین با کمک حس‌گر و دوربین، نور آن را به طور خودکار تنظیم می‌کند. برای اینکه راننده بتواند دکمه‌های لمسی را راحت‌تر پیدا و کنترل کند، پس از لمس صفحه، نمایشگر کمی می‌لرزد و به فشار انگشت واکنش نشان می‌دهد. سرنشین کناری می‌تواند هنگام حرکت ماشین فیلم ببیند. در این صورت برای اینکه حواس راننده پرت نشود، صفحه روبروی او طوری تنظیم می‌شود که راننده نتواند محتوای این نمایشگر را ببیند. با همه پیچیدگی فن‌آوری‌های به کار رفته در این نمایشگر، بنز می‌گوید کارکردن با آن آقدر

دارد نمایش می‌دهد و بیشتر دستورها را شفاهی دریافت می‌کند. این فناوری هوش مصنوعی می‌تواند تنظیم‌های هفت نفر را جداگانه ذخیره کند و هر کدام سوار ماشین شد، تنظیم‌های ویژه او را بارگذاری کند. اطلاعاتی نظیر ماساژ مورد علاقه راننده، یادآوری جلسه‌ها و تلفن‌ها، تنظیم دمای ماشین از جمله کارهایی است که هوش مصنوعی با بررسی راننده به مرور یاد می‌گیرد. کامپیوتری که این هوش مصنوعی و نمایشگر را کنترل می‌کند، یک پردازنده هشت هسته‌ای با ۲۴ گیگابایت حافظه دارد و بنز می‌گوید پهنای باند پردازش اطلاعات این پردازنده ۴/۴ گیگابیت در ثانیه است.

مرسدس-بنز چند ماه پیش از رونمایی سدان لوکس الکتریکی خود، نمایشگر این ماشین را رونمایی کرد. این نمایشگر که بنز آن را "هایپر اسکرین" نامیده، مجموعه‌ای از سه نمایشگر است که با طول ۱۴۲ سانتی‌متر تمام داشبورد ماشین را پوشانده است. مجموع ابعاد نمایشگرهای هایپر اسکرین ۵۶ اینچ است. بزرگترین آن‌ها در وسط داشبورد حدود ۱۸ اینچ است و دو نمایشگر دیگر، روبروی راننده و سرنشین کناری قرار دارد. هایپر اسکرین برخلاف نمایشگرهای کنونی منو ندارد و همه اطلاعات در یک صفحه نشان داده می‌شود. هوش مصنوعی ماشین با مطالعه عادت‌ها و سلیقه راننده اطلاعاتی را که او نیاز



آرم جدید کیا

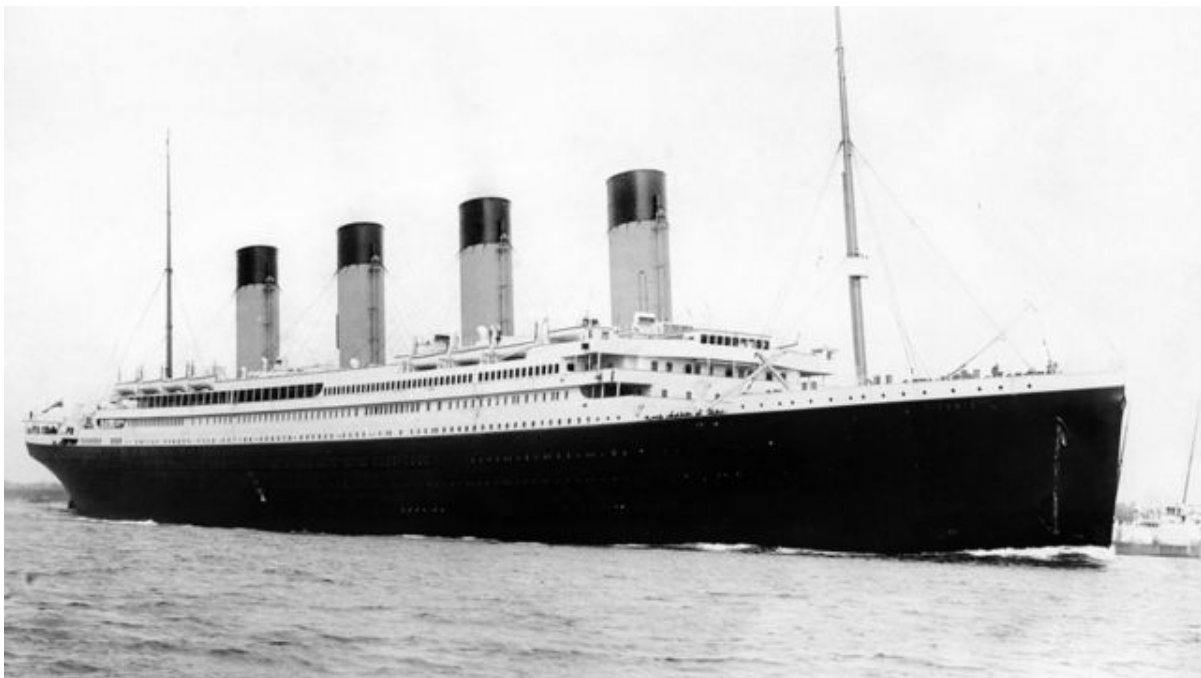


که در آرم قدیمی زیر این دو حرف کشیده شده بود، حالا تنها زیر حرف M است. در نشان جدید، طیف آبی کم‌رنگ نمایانگر آسمان است که در آینده به خاطر استفاده از ماشین‌های الکتریکی پاکیزه خواهد بود. استفاده از حروف کوچک و گرد شدن گوشه‌های مربع هم حس مدرن و صمیمی بودن را به بیننده می‌دهد. هدف جنرال‌موتورز از تغییر نشان، نمایش تحول بزرگی است که در این کارخانه در جریان است. برنامه جدید کارخانه این است که با شکست دادن تسلا به بزرگ‌ترین تولیدکننده خودروهای الکتریکی در آمریکا تبدیل شود. جنرال‌موتورز برای رسیدن به این هدف قصد دارد ۲۷ میلیارد دلار سرمایه‌گذاری کند و تولید خودروهای الکتریکی خود را تا سال ۲۰۲۵ به

را شکل داده‌اند. کیا می‌گوید این لوگو «تناسب و ریتم» را به ذهن می‌آورد. همزمان کیا شعار پیشین خود «نیروی غافلگیر کردن» را هم عوض کرده و شعار تازه «جنبش الهام‌بخش» را انتخاب کرده است. هفته گذشته کارخانه جنرال‌موتورز هم پس از چند دهه نشان خود را تغییر داد. در ۱۱۳ سالی که از تاسیس جنرال‌موتورز می‌گذرد، این پنجمین باری است که این شرکت لوگوی خود را تغییر می‌دهد. جنرال‌موتورز بار قبل در سال ۱۹۶۴ نشانش را عوض کرده بود. جنرال‌موتورز کماکان حروف اول نام خود را در نشان تازه نگه داشته، اما این بار به جای حروف بزرگ از حروف کوچک استفاده کرده و خطی

کیا با برگزاری یک مراسم بزرگ آتش‌بازی از آرم جدید خود رونمایی کرد. این نشان تازه بخشی از استراتژی کارخانه کراهی است که می‌خواهد هویتی تازه برای خود تعریف کند. این استراتژی تازه برنامه S نامیده شده و قرار است جزئیات آن به زودی اعلام شود. در چارچوب این برنامه، کیا می‌خواهد مردم این کارخانه را به جای تولیدکننده ماشین‌های ارزان به چشم یک شرکت پیشرو در فن‌آوری ببیند. هر حرکت به سمت ساخت ماشین‌های الکتریکی هم بخش دیگری از این برنامه است. قرار است کیا در پنج سال آینده یازده مدل الکتریکی تولید کند. در نشان جدید حلقه بیضی برداشته شده و حروف نام شرکت با خطوطی موازی، نشان جدید

با بقایای تایتانیک چه باید کرد



لاشه کشتی غرق شده را به عنوان یک مکان یادبود می‌شناسد. کشتی تایتانیک که روز ۱۴ آوریل ۱۹۱۲ از بندر ساوت‌همپتون در انگلستان به مقصد نیویورک به راه افتاده بود، در ساعت ۲۳:۴۰ دقیقه در اقیانوس اطلس با یک کوه یخ شاور برخورد کرد. هزاران تن آب دریا از حفره‌های بدنه تایتانیک توماس اندروز، طراح تایتانیک هم جزو مسافران کشتی بود. او پس از بررسی صدمه‌ای که وارد شده بود به ناخدای کشتی گفت تایتانیک غرق خواهد شد.

است که تا کنون هزاران قطعه از اشیاء موجود در تایتانیک را از این کشتی در بستر اقیانوس اطلس شمالی بیرون آورده است. شرکت آمریکایی آر ام اس تایتانیک، می‌خواهد دستگاه تلگراف بی سیم مارکونی را که در ساعات اولیه بمباداد ۱۵ آوریل ۱۹۱۲، پیام‌های درخواست کمک اضطراری می‌فرستاد، از قعر اقیانوس بیرون آورد. این پیام‌ها به نجات جان حدود ۷۰۰ نفر که با قایق‌های نجات فرار کردند، کمک کرده بود. ولی دولت آمریکا با این کار مخالف است و مهمی در این فاجعه داشت دسترسی پیدا کرد؟ بحث و جدال بر سر برنامه یک شرکت آمریکایی

بجی در جریان است که آیا می‌توان برای دسترسی به سیستم مخابرات رادیویی کشتی تایتانیک، آرامش اجساد را که ممکن است هنوز در داخل کشتی باشد به هم زد یا این که باید گذاشت این کشتی همچنان در بستر اقیانوس به حال خود گذاشته شود. کشتی تایتانیک بیش از یکصد سال پیش غرق شد ولی هنوز مشهورترین کشتی غرق شده است. آیا آرامش اجساد ۱۵۰۰ مسافر این کشتی را نباید بر هم زد یا این که باید به دستگاهی که نقش مهمی در این فاجعه داشت دسترسی پیدا کرد؟ بحث و جدال بر سر برنامه یک شرکت آمریکایی



AUST ARIA

FOOD IMPORTS PTY LTD

سبزی قورمه سرخ شده بست تست
با کیفیت مرغوب در دو اندازه متفاوت

Bestaste
Premium Quality



Ph: 02 9645 6003

Fax: 02 9700 9679

info@aust-aria.com

DESIGNED BY PARSIAN

رب گوجه فرنگی تكدانه

فقط مرغوب ترین در ایران نیست

بلکه مرغوبترین در خاورمیانه

اروپا و استرالیا



در کلیه فروشگاههای ایرانی
در سراسر استرالیا

DESIGNED BY PARSIAN

حمله هوایی نیمروز

اشرف غنی ابراز تاسف کرد و گفت طالبان
غیرنظامیان را سیر قرار می‌دهند



نفر از آنها کودکان و زنان بوده‌اند، در این حمله کشته شده‌اند. محمد اشرف غنی، رئیس‌جمهوری طالبان، گفت که او آگاهی از این رویداد "سخت متاثر" شده و به گفته او طالبان و "سایر گروه‌های تروریستی که از خانه‌های مردم به عنوان سیر استفاده می‌کنند" عامل اصلی تلفات غیرنظامیان هستند. او افزود که تلفات غیرنظامی "از بدبختی‌های جنگ" است و برای او قابل پذیرش و تحمل نیست. آقای غنی گفته است: "به مسئولان ولایت نیمروز با تأکید هدایت می‌دهم که هرچه عاجل به خانواده‌های شهدا رسیدگی کرده و

مجروران را تداوی اساسی کنند. ارگان‌های امنیتی و دفاعی رویداد را بررسی همه جانبه نموده و یافته‌های شان را با مقام عالی ریاست جمهوری شریک سازند." برخی ساکنان محل از کشته شدن ۱۸ غیرنظامی در این حمله سخن گفته‌اند. یکی از ساکنان گفت شب یکشنبه ابتدا یک هواپیمای بدون سرنشین (پهپاد) بر فراز روستای منزری به پرواز درآمد و بعد از نیم ساعت، هلی‌کوپترها یک خانه را بمباران کردند. وزارت دفاع افغانستان می‌گوید هدف این حمله طالبان بوده است و در این حمله ۱۴ طالب از

دو روز پس از یک حمله هوایی در ولسوالی خاشرود ولایت نیمروز در جنوب افغانستان، رئیس‌جمهور این کشور به خاطر کشته شدن شماری از ساکنان محل در این رویداد ابراز تاسف کرد. روز یکشنبه گذشته، ۲۱ دی/جدی در پی یک حمله هوایی در این ولایت گزارش‌های ضد و نقیض درباره هویت افراد کشته‌شده در این رویداد منتشر شد. برخی از ساکنان محل در ولسوالی خاشرود با حمل اجساد از قربانیان به این حمله اعتراض کردند و گفتند که ۱۳ نفر از غیرنظامیان که

سخت‌گویی کمیسون عمران مجلس ایران از تصویب لایحه موافقت‌نامه میان ایران و افغانستان درخصوص ارتباط بین‌المللی راه‌آهن خبر داده است. با تصویب این موافقت‌نامه مرز جدید ریلی میان افغانستان و ایران گشوده می‌شود. عبداللاری صدیقی، معاون فنی خط آهن افغانستان به بی‌بی‌سی‌گفت که موافقت‌نامه مشابه را مجلس افغانستان قبلاً تصویب کرده است. او گفت که این سند حدود دو سال قبل میان دو طرف برای امضا آماده شده بود. او گفت این اولین بار است که ارتباط خط آهن میان دو کشور

مجلس ایران موافقت‌نامه ارتباط بین‌المللی

راه آهن با افغانستان را تصویب کرد

ایران به خبرگزاری جمهوری اسلامی (ایرنا) گفته بود که دستور کار اول کمیسون عمران بررسی لایحه موافقت‌نامه بین‌ایران و افغانستان درخصوص ارتباط بین‌المللی راه‌آهن بود که مورد بررسی قرار گرفت. به آقای حسینی کلیات و جزئیات این موافقت‌نامه با یک مقدمه و ۱۲ ماده با حضور نماینده دولت و اعضای کمیسون به تصویب رسید. او گفته است که با تصویب این لایحه دولت ایران و افغانستان به دلیل وجود روابط دوستانه و حسن همجواری از حیث خطوط ارتباطی بین‌المللی نیز به تفاهم رسیدند تا در حوزه تبادل کالایی و مسافر از ظرفیت‌های هر

برقرار شده و مرز نو برای عبور و مرور واگن‌ها میان دو کشور ایجاد شده که دو طرف باید آنرا به رسمیت بشناسند. به گفته آقای صدیقی افغانستان سند مشابه درباره ارتباط بین‌المللی راه آهن را با ترکمنستان نیز امضا کرده است. او گفت که با افتتاح رسمی خط آهن خواف- هرات توسط حسن روحانی و محمد اشرف غنی، روسای جمهور ایران و افغانستان در ۲۰ آذر مرز جدید میان دو کشور ایجاد شد.

روز یکشنبه گذشته ۲۲ جدی/دی سید البرز حسینی، سخت‌گویی کمیسون عمران مجلس شورای اسلامی (ایرنا) گفته بود که دستور کار اول کمیسون عمران بررسی لایحه موافقت‌نامه بین‌ایران و افغانستان درخصوص ارتباط بین‌المللی راه‌آهن بود که مورد بررسی قرار گرفت. به آقای حسینی کلیات و جزئیات این موافقت‌نامه با یک مقدمه و ۱۲ ماده با حضور نماینده دولت و اعضای کمیسون به تصویب رسید. او گفته است که با تصویب این لایحه دولت ایران و افغانستان به دلیل وجود روابط دوستانه و حسن همجواری از حیث خطوط ارتباطی بین‌المللی نیز به تفاهم رسیدند تا در حوزه تبادل کالایی و مسافر از ظرفیت‌های هر

برقرار شده و مرز نو برای عبور و مرور واگن‌ها میان دو کشور ایجاد شده که دو طرف باید آنرا به رسمیت بشناسند. به گفته آقای صدیقی افغانستان سند مشابه درباره ارتباط بین‌المللی راه آهن را با ترکمنستان نیز امضا کرده است. او گفت که با افتتاح رسمی خط آهن خواف- هرات توسط حسن روحانی و محمد اشرف غنی، روسای جمهور ایران و افغانستان در ۲۰ آذر مرز جدید میان دو کشور ایجاد شد. روز یکشنبه گذشته ۲۲ جدی/دی سید البرز حسینی، سخت‌گویی کمیسون عمران مجلس شورای اسلامی (ایرنا) گفته بود که دستور کار اول کمیسون عمران بررسی لایحه موافقت‌نامه بین‌ایران و افغانستان درخصوص ارتباط بین‌المللی راه‌آهن بود که مورد بررسی قرار گرفت. به آقای حسینی کلیات و جزئیات این موافقت‌نامه با یک مقدمه و ۱۲ ماده با حضور نماینده دولت و اعضای کمیسون به تصویب رسید. او گفته است که با تصویب این لایحه دولت ایران و افغانستان به دلیل وجود روابط دوستانه و حسن همجواری از حیث خطوط ارتباطی بین‌المللی نیز به تفاهم رسیدند تا در حوزه تبادل کالایی و مسافر از ظرفیت‌های هر

ادامه از صفحه ۳

چرا به جای «آرامش در حضور دیگران» و «گاو»، «قیصر» الگوی سینمای موج نو شد؟

در مقام دستوردهنده و فرمانده حضور دارد و این با شخصیت نظامی سرهنگ هماهنگ است. در عوض شخصیت زن سرهنگ بسیار مهربان و خورشید می‌بینیم. اما «آرامش در حضور دیگران» محصول مشارکت ساعدی و تقوایی نویسنده‌گانی است که شخصیت‌های خوبی خلق کرده. داستان‌های اجتماعی‌اش در دوران خودش محبوبیت زیادی داشت و برخی از این داستان‌ها بسیار قوی و غنی هستند. کما اینکه نویسنده‌گان دیگری که رویکرد رئالیسم سوسیالیستی در نوشته‌هایشان بود، از جمله درویشیان ممکن است الان محبوبیت زیادی نداشته باشند. اما واقعیت این است که در دوران خودش توانستند فضای اجتماعی ایران را در داستان‌هایشان تصویر کنند، به همین دلیل آثار آنها در دوران خودش مورد میزبانی‌های سفت‌وسخت قرار گرفت. اما به‌هرحال در فیلم با شخصیت‌های پرورده‌ای که محصول مشترک ساعدی و تقوایی است روبه‌رو هستیم که بعدها جزء ویژگی‌های کار تقوایی محسوب می‌شود. اشاره کرد: «اگر شخصیت و دیالوگ‌ها درست نوشته شود، بازیگر نمی‌تواند بد بازی کند» و این نکته بسیار مهمی است. «آرامش در حضور دیگران» از جمله آثاری است که قهرمان‌محور است و قهرمانش یک زن است

ابراهیم به م-آزاد، شاعر معروف این نقش را بازی کند که او هم جنجالی بود و از بازی در این فیلم امتناع کرد. در نتیجه آتنی انتخاب شد». در عوض بازی خوب اکبر مشکین و ثریا قاسمی و مسعود اسدالهی را می‌بینیم که بازیگران حرفه‌ای این فیلم بودند. با همه اینها «آرامش در حضور دیگران» در قیاس با فیلم‌های بعدی تقوایی فیلم درجه یکی محسوب نمی‌شود، با اینکه ارزش تاریخی بسیار بالایی دارد و قابل توجه است. تقوایی بعدها با فیلم‌های «صادق کرده» که البته متأثر از موفقیت‌های فیلم «قیصر» ساخته شد و به لحاظ تماتیک با مضمون «قیصر» که به‌دنیاال انتقام شخصی است، ساخته شد و بعد فیلم بی‌ظنیر «تفرین» را ساخت که بازهم اقتباس از یک داستان معاصر از ادبیات اروپای شرقی است. درنهایت سریال درخشان «دایی‌جان ناپلئون» که به نظر هیچ‌کدام از ساخته‌های تقوایی حتی «ناخدا خورشید» به پای آن نمی‌رسد. «واهمه‌های بی‌نام‌ونشان» یکی از درخشان‌ترین آثار ساعدی است، در این اثر هم با نوعی مرگ‌آگاهی سروکار داریم و شخصیت‌هایی که ابعاد متفاوتی دارند. تقوایی تا چه حد در به‌تصور کشیدن این شخصیت‌ها موفق است؟ تقوایی اساساً در همه فیلم‌نامه‌ها و فیلم‌هایش دو مشمشیر بُزْرا دارد که به نظر من او را در جایگاه خاصی قرار می‌دهد. دیالوگ‌نویسی و شخصیت‌پردازی که خوب البته دیالوگ‌نویسی بخشی از شخصیت‌پردازی است. اگر دقت کنید در فیلم سرهنگ کم‌حرف و قاطع است و همواره

احمد طلالی نژاد

میکائل وست، نقاشی بزرگ آمریکایی که دیده نشد



۱۸۸۰ و حین تلاش‌های رادیکال امپرسیونیسم برای تغییر تمرکز زیبایی‌شناختی از ماده به سوی نور، جنبش قوی‌سوم موفق شده بود رنگ را از یوغ فرم به درآورد، کوپیسم افسانه پرسپکتیو را نفی کرده بود و سوررئالیسم ضمیر ناخودآگاه را به تصویر درآورده بود. سیر انفجاری هنر به سویی پیش می‌رفت که فقط اشکال غیرفیگوراتیو می‌توانستند از پس بیانش برآیند؛ انرژی غیرقابل پیش بینی خود زندگی که در جریان بود. درست در همین نقطه است که تابلوی نور کور کننده اثر وست، نقشی بسیار مهم در داستان هنر قرن بیستم ایفا می‌کند. نقشی ریشه‌دارتر و یک‌ه‌تر از تمامی آثار مشهوری که در آن دوره بر بومها نقاشی شدند. نقاشی وست به معنای واقعی کلمه بیانگر تخریبی غیر قابل کنترل است. وست در این تابلو، در پی ساختن غزلی با ریتم و هارمونی

به استقلال و کناره گیری‌اش از هر رابطه‌ای که انرژی و تخلیش را به مخاطره می‌انداخت، تبدیل به عامل پیشرفت او شد. وقتی دوستی پیشنهاد آشنایی وست را با ارشیل گورکی هنرمند ارمنی داد، وست بلافاصله رد کرد. در آن زمان آوازه روش گورکی در نقاشی، خراش دادن بوم نقاشی با لیف حمام، همه چا پیچیده بود. وست پس از تجربه حضور در کلاس هوفمان، از هر ملاقاتی با نوابغ دلزده شده بود.

اما وست و گورکی سرانجام همدیگر را در سال ۱۹۲۵ ملاقات کردند. رابطه‌ای میان آن دو شکل گرفت که ماهیت دقیقش هنوز مبهم است. همین‌قدر می‌دانیم که رابطه‌شان به تحولی عمیق در هر دو انجامید. این تحول در گورکی به شکل تغییر جهت از کوپیسم در ابتدای دهه ۱۹۳۰ به سوی سوررئالیسم در میانه دهه ۳۰ و

وقتی عبارت رمان فوق‌العاده آمریکایی را می‌شنوید چه نام‌هایی به ذهنتان می‌آیند؟ موبی دیک اثر هرمان ملویل، ماجراهای هاکلبری فین از مارک تواین، کشتن مرغ مقلد اثر هارپر لی، محبوب نوشته تونی موریسون. اما نقاشی‌های فوق‌العاده آمریکایی قطور؟ تصویر کردن روحيات پیچیده یک ملت و تنش میان آرزوهای دور و درازشان با موانع پیش رو، کاری نیست که تنها از قلم و مرکب و ترکیب کلمات ساخته باشد. بوم‌های نقاشی هم می‌توانند استحقاق دریافت چنین افتخاری را داشته باشند. از تابلوی گوتیک آمریکایی گرنه وود تا تابلوهای ادوارد هاپر، تابلوهای چمچه اثر جورجیا اوکیف، و نور کور کننده، اثر میکائل وست.

تنها شما نیستید که تابلوی "نور کور کننده" آخرین گزینه برای جا گرفتن در فهرست نمی‌توان و نباید به تصمیم «یجی کل‌محمدی» خرده گرفت. من یک پرسش دارم که وقتی تیم عملکرد خوبی دارد چرا باید تغییری صورت بگیرد. «ارمان رضانی» نیز در آن شرایط به زمین رفت تا روی سر مهاجمان حریف ضربه سر بزند و آنها را نگه دارد.

از شهرآورد بگذریم. در انتخابات فدراسیون فوتبال از «علی کریمی» حمایت کردید؟

بله، کار اشتباهی انجام دادم؟

او می‌تواند در سمت رییس فدراسیون فوتبال موفق شود؟

«علی کریمی» بهترین بازیکن ایران و آسیا بوده است، در اروپا همه او را می‌شناسند. این شخص که عمر خود را در فوتبال پشت سر گذاشته و محبوبیت فراوانی دارد می‌تواند به رشد و بهتر شدن شرایط فوتبال کمک کند. اصلا یک چیزی...

چه چیزی؟

«علی کریمی» از این نفرت که در راس کار هستند بدتر که نیست، اجازه بدهیم امثال علی کریمی بیایند و در این فوتبال حضور داشته باشند. حداقل می‌گویم یک فوتبالی آمده است.

او رای می‌آورد؟

امیدوارم.



برای بیان هرج و مرج ناشی از انفجار نیست. خشونتنی واقعی در تابلوی او وجود دارد که اثر را از پالایش و لطافت موجود در آثار همتایان مرد او در همان زمان ممتاز می‌کند. حیات تابلوی نور کور کننده در سال ۱۹۴۷ آغاز شد، وقتی که وست مانند پولاک که کارهای اخیرش را پیگیری و بسطیه تحسین می‌کرد، در پی ذوب زوایای کوپیسمی در میان اشکالی کامالا به هم پیوسته بود. استفاده از خطوطی چرخشی و رنگ‌های لرزان که گویی ما را به سطحی از تجربه و درک جهانی کشف نشده می‌رسانند.

سپس اجرای تابلوهای انتزاعی شاعرانه آشکار شد. وست هم کم تغییر نکرد. به پیشنهاد گورکی نام دخترانه‌اش، کوپین را با این توجیه که زیادی دخترانه است به نام مردانه میکائل تغییر داد. دنیای هنر دنیایی مردانه بود و برای بازی در زمانی مردانه می‌باید قاجاقی وارد زمین می‌شد. آن دو سرانجام از هم جدا شدند. گورکی توقع داشت وست پس از ازدواج، دو بچه به دنیا بیاورد و در ضمن اداره امور او را هم بر عهده بگیرد. وقتی وست دست به کار خلق تابلوی نور کور



با کنار هم گذاردن یکی از تابلوهای پولاک و تابلوی نور کور کننده اثر وست، می‌توان به همخوانی غریزه و دستاوردهای آن دو پی برد. نقاشی وست علاقه‌ای به پیشبرد گفتگوی هنری ندارد. او می‌خواست همه چیز را نابود کند و از نو بسازد. تمام دستاورد تاریخ هنر را تا لحظه‌ای که او نقاشی می‌کرد، ویران می‌ساخت تا از نو بسازد. ساختن پس از انفجاری ویران کننده. به نظر وست، هرچه تخیل خشن‌تر و پیچیده‌تر باشد، ظرفیتش برای بیان ناب بیشتر است. او شاعر و نقاشی بود که زندگی‌اش را وقف بیان خلافتانه کرد. در شمری منتشر نشده سرود: زندگی می‌کنیم و رویا می‌یافیم زیبایی دو چندان می‌شود

او هرگز بر میزی مشترک با بزرگان هم پیاله نشد تا تحسین آنان را به دستاورد. وقتی در سال ۱۹۹۱ در نیویورک ناشناخته و در عسرت درگذشت، اثر سترگش هم با او از دیده‌ها پنهان شد. اگر در لحظه آخر پیشنهادی برای خرید خانه‌اش به شهرداری نشده بود، آن خانه هم از دست رفته بود. کسی چه می‌داند؟ شاید روزی هم میکائل وست، الهام بخش نویسندگانی برای خلق یک رمان آمریکایی فوق‌العاده شود.

کننده شد که طی سال‌های ۱۹۴۷ تا ۱۹۴۸ به طول انجامید. هنر انتزاعی آمریکا دوران توسعه فرم‌گرایانه‌ای را سپری می‌کرد. اشتیاقی به نقاشی غیرفیگوراتیو که در اروپای دهه ۱۹۱۰ و ۱۹۲۰ به دست کارمیرر هالوویچ و واسیلی کاندینسکی و پیت موندریان اجرا و به وسیله هنرمندانی که از قاشیسم اواخر دهه ۱۹۳۰ و اوایل دهه ۱۹۴۰ گریخته بودند، منتشر شده بود.

در حالی که جهان به سوی کوری بر اثر فاجعه هسته‌ای می‌رفت که در جنگ جهانی دوم واقعیت پیدا کرده بود، گروهی از هنرمندان جوان که خود را به نام مکتب نیویورک معرفی می‌کردند، به آزمایش ایده‌ها و مفاهیم انتزاعی اروپایی مشغول بودند. واقعیات جدید، زبان جدید می‌طلبید. چکسن پولاک یکی از برجسته‌ترین اعضای جنبش نوظهور انتزاعی می‌گفت نقاش مدرن نمی‌تواند مفاهیمی چون هواپیما، بمب اتم و رادیو را با فرم‌های رئالیستی یا هیچ فرم کهن دیگری منتقل کند. هر دورانی، ابزارهای خودش را می‌طلبد. پس از جنگ جهانی دوم و طلوع عصر اتم، اعضای مکتب جدید که گورکی و رانکو هم از اعضایش بودند، عزم مشترک خود برای پیشبرد روایت هنر غربی سرعت دادند. از دهه

نور کور کننده حالت ناخوشایند لاشه‌ای متلاشی را دارد. چون پارگی خشمگین سرخ بر صحنه جرم سمبلی. تالهای قابل تشخیص از میان رنگ‌های درهم هنوز به گوش می‌رسد و خنوبرزی از روی رنگ‌های سبز و زرد و آبی تا لیمه‌های تابلو ادامه می‌یابد. این، صحنه‌ای از قربانی شدن زیبایی است. برای درک این نقاشی پریشان باید از خالق آن بیشتر دانست. وست پس از مطالعه موسیقی و هنر در نوجوانی‌اش در اوهایو، اوایل بیست سالگی بود که به نیویورک رفت. در نیویورک نقاشی را نزد هانس هوفمان برنامه اعلام شده می‌گویی این برنامه «بخش نقاش اثرگذار آلمانی-آمریکایی اموخت. هوفمان، مرشد افسانه‌ای هنر اوانگارد قرن بیستم، در شکل‌گیری جنبش اکپرسیونیسم انتزاعی نقشی بزرگ داشت. نظرات هافمن درباره ماهیت رنگ و نور در نقاشی، بر تخیل غربی اثر گذاشته بود. هافمن می‌گفت هدفش از نقاشی خلق سطوحی واقعیات زندگی مسافران کشتی آشنا کند، تنها یک شیئی است که داستان تمام نجات یافتگان را در خود دارد. «در نهایت تنها علت وجودی نسل‌های بی شمار خانواده‌های زیادی این است که رادیو از جانب اجداد آنها فریاد کشیده و درخواست کمک کرده بود، سیستم رادیویی مارکونی، قهرمانی است که هنوز قدرش دانسته نشده.»

پروین: استقلال باید ۴تایی می‌شد پرسپولیس باز هم قهرمان خواهد شد



این گل زود هنگام شوک بزرگی را به پرسپولیس وارد کرد و آنها توپ و میدان را در اختیار گرفتند، در همان نیمه اول آنها اجازه هیچ کاری به استقلال ندادند، در وقت دوم از همان زمانی که سوت بازی از سوی داور زده شد میل به بازکردن دروازه استقلال از سوی پرسپولیس‌ها دیده می‌شد و «مهدی عبدی» با حرکتی تماشایی در بین دو مدافع آبی گل زد.

بعد از این گل پرسپولیس چند بار دیگر تا آستانه گلزنی پیش رفت اما این اتفاق رخ نداد.

پرسپولیس خیلی بدشانس بود و گرنه بعد از زدن گل اول می‌توانست تعداد گل‌های خود را افزایش دهد، این موقعیت‌های صد درصد گل بود.

چرا این موقعیت‌ها تبدیل به گل نشد تا برد پرسپولیس تضمین شود؟

اگر بازیکنان پرسپولیس در زدن ضربات آخر دقت لازم را می‌کردند و بهتر به توپ ضربه می‌زدند می‌توانستند حتی گل‌های دوم، سوم و حتی چهارم را به ثمر برسانند. البته بدشانس نیز بودند که این اتفاق شکل گرفت.

استقلال را چطور دیدید؟

استقلال بعد از اینکه گل زد عقب نشست و به دفاع روی آورد، برای استقلال احترام زیادی قائل هستم اما در شهرآورد این تیم ۱۰ دقیقه فوتبال بازی کرد و بقیه جریان مسابقه دست شاگردان «یجی کل‌محمدی» بود.

اگر تعویض‌های بیشتری انجام می‌داد بهتر نبود؟

از این نتیجه خیلی ناراحت هستید؟

حیف شد که پرسپولیس با تساوی شهرآورد را به پایان رساند، ۸۰ دقیقه حاکم توپ و میدان بودند و من از نمایش این تیم لذت بردم. فقط افسوس این را می‌خورم که «احمد نوراللهی» اگر آن موقعیت عالی را که به دست آورد تبدیل به گل می‌کرد دیگر برد قرمزپوشان حتمی شده بود و آنها الان به جای یک امتیاز سه امتیاز داشتند.

این پرسپولیس می‌تواند در ادامه راه به موفقیت برسد؟

حتما این اتفاق رخ خواهد داد و با نمایشی که پرسپولیس به قهرمانی این تیم در لیگ بیستم امیدوارتر شدند. به طور حتم اگر تیم گل‌محمدی در تمام مسابقات این چنین بر قدرت ظاهر شود به راحتی آب خوردن برای پنجمین سال پیاپی جام را به دست می‌آورد.

گل‌محمدی در این مسابقه فقط یک تعویض انجام داد؟

به هر حال بر اساس شرایط و مسابقه او تصمیم گرفت فقط یک تعویض انجام دهد و به نظر من تصمیم درستی گرفت. چون بازیکنان پرسپولیس وظایف خود را به بهترین شکل ممکن انجام دادند و کادر فنی پرسپولیس تصمیم گرفت فقط یک تغییر در ترکیب تیم داشته باشد.

پرسپولیس به قهرمانی این تیم در لیگ بیستم امیدوارتر شدند. به طور حتم اگر تیم گل‌محمدی در تمام مسابقات این چنین بر قدرت ظاهر شود به راحتی آب خوردن برای پنجمین سال پیاپی جام را به دست می‌آورد.

اگر تعویض‌های بیشتری انجام می‌داد بهتر نبود؟

این گل زود هنگام شوک بزرگی را به پرسپولیس وارد کرد و آنها توپ و میدان را در اختیار گرفتند، در همان نیمه اول آنها اجازه هیچ کاری به استقلال ندادند، در وقت دوم از همان زمانی که سوت بازی از سوی داور زده شد میل به بازکردن دروازه استقلال از سوی پرسپولیس‌ها دیده می‌شد و «مهدی عبدی» با حرکتی تماشایی در بین دو مدافع آبی گل زد.

بعد از این گل پرسپولیس چند بار دیگر تا آستانه گلزنی پیش رفت اما این اتفاق رخ نداد.

پرسپولیس خیلی بدشانس بود و گرنه بعد از زدن گل اول می‌توانست تعداد گل‌های خود را افزایش دهد، این موقعیت‌های صد درصد گل بود.

چرا این موقعیت‌ها تبدیل به گل نشد تا برد پرسپولیس تضمین شود؟

اگر بازیکنان پرسپولیس در زدن ضربات آخر دقت لازم را می‌کردند و بهتر به توپ ضربه می‌زدند می‌توانستند حتی گل‌های دوم، سوم و حتی چهارم را به ثمر برسانند. البته بدشانس نیز بودند که این اتفاق شکل گرفت.

استقلال را چطور دیدید؟

استقلال بعد از اینکه گل زد عقب نشست و به دفاع روی آورد، برای استقلال احترام زیادی قائل هستم اما در شهرآورد این تیم ۱۰ دقیقه فوتبال بازی کرد و بقیه جریان مسابقه دست شاگردان «یجی کل‌محمدی» بود.

اگر تعویض‌های بیشتری انجام می‌داد بهتر نبود؟

علی پروین می‌گوید پرسپولیس در دربی دیروز حاکم مطلق زمین بازی بود باید با برد بازی را پشت سر می‌گذاشت.

«علی پروین» با امیدواری از عملکرد پرسپولیس در بازی با استقلال حرف زد، او اعتقاد دارد با نمایشی که قرمزپوشان برابر آبی‌پوشان تهرانی به نمایش گذاشتند به طور حتم قهرمان لیگ بیستم خواهند شد.

پروین در گفت و گو با ایرنا بازی پرسپولیس برابر استقلال را به مراتب بهتر از رقیب توصیف کرد.

تساوی در شهرآورد بزرگ پایتخت، نظر علی‌آقا پروین در این باره چیست؟

من از تماشای پرسپولیس در این مسابقه کیف کرد، بدون اغراق می‌گویم پرسپولیس شایسته و استحقاق پیروزی و سه امتیاز کامل این مسابقه را داشت اما فوتبال روز بی‌رحم خود را به قرمزپوشان تهرانی نشان داد و موقعیت‌های آنها تبدیل به گل نشد تا به جای برد به تساوی برسند.

خیلی زود دروازه این تیم باز شد؟

پرسپولیس در همان دقیقه اول بازی غافلگیر شد، روی یک توپ که موقعیت چندانی نداشت و می‌شد به راحتی آن را از دست داد مهاجم استقلال (ارسلان مطهری) صاحب توپ شد و با ضربه‌ای محکم گلزنی کرد.

بعد از این گل فکرش را می‌کردید پرسپولیس جریان بازی را در اختیار بگیرد؟

با بقایای تایتانیک چه باید کرد

قرن قبل در بستر دریا نشسته بود، قرار داشت. از سال ۱۹۸۷ شرکت آر ام اس تایتانیک، پیش از ۵۰۰ قطعه اشیاء نقره، چینی یا سکه های طلا را از کشتی بیرون آورده و هشت مأموریت اکتشافی انجام داده. ولی سال قبل برای اولین بار پس از ۱۵ سال یک تیم بین المللی از کاشفان دریاهای عمیق به راحتی آب خوردن برای پنجمین سال پیاپی جام را به دست می‌آورد.

ولی اداره ملی اقیانوس و جوی آمریکا که نماینده منافع عمومی در این پرونده است می‌گوید عملیات تجسسی این خطر را دارد که ممکن است موجب تعرض به اجسادى شود که ممکن است هنوز در داخل بدنه تایتانیک باشند. اداره مورد بحث می‌گوید: «حتی اگر در جریان غرق کشتی، آب وارد قسمت‌های داخلی بدنه کشتی، به خصوص قسمت صحیح و سالم جلوی آن شده باشد، امکان دارد از آسیب امواج خارج از کشتی در امان مانده باشد.

«لین نوع محیط‌های تک افتاده نوعی حالت عمیق دارد تا تابستان سال ۲۰۲۱ سیستم بی سیم مارکونی را از آب بیرون آورد.

پس در اوایل امسال شرکت آر ام اس تایتانیک، پیش از ۵۰۰ قطعه اشیاء نقره، چینی یا سکه های طلا را از کشتی بیرون آورده و هشت مأموریت اکتشافی انجام داده. ولی سال قبل برای اولین بار پس از ۱۵ سال یک تیم بین المللی از کاشفان دریاهای عمیق به راحتی آب خوردن برای پنجمین سال پیاپی جام را به دست می‌آورد.

ولی استدلالات وکلای فدرال آمریکا این است که این عملیات غیرقانونی است.

سال گذشته آمریکا و بریتانیا برای تضمین این که آرامگاه ابدی بیش از ۱۵۰۰ مسافر و خدمه تایتانیک حفظ شده و محترم شناخته شود، موافقتنامه ای امضا کردند.

یکی از مشاوران بازیابی و نجات، گفته است بعید می‌نظر می‌رسد اجساد قربانیان در محل لاشه تایتانیک موجود باشد.

می‌شدند، و مردان با تکان دادن دست با همسران و کودکانشان وداع می‌کردند، اپراتورها همچنان به تبادل پیام‌ها ادامه می‌دادند.

چک فیلیس، از این فاجعه جان سالم به در نبرد، با وجود این که ناخدای کشتی او را مرخص کرده بود کارش را ترک نکرد و در داستان‌های مکرر مرتبط با فاجعه تایتانیک، قهرمانی او مورد ستایش قرار گرفته.

پیام‌های تایتانیک موجب وحشت و نابوری سایر کشتی‌ها شده بود.

در ساعت ۲:۱۰ دقیقه بامداد برق این اقیانوس پیماى لوکس قطع و دستگاه مارکونی خاموش شد. سینه جلوی کشتی کاملاً زیر آب رفته و عقب کشتی از آب بیرون زده بود.

حدود ساعت ۲:۲۰ دقیقه بامداد کشتی دو نیمه شد و هر دو نیمه شروع کرد به فرو رفتن در آب تا نشتن در کف اقیانوس اطلس.

ادامه از صفحه ۹

کشتی درحال غرق شدن

پانزده دقیقه بعد از نیمه شب، سیستم درخواست کمک مارکونی در عرشه تایتانیک به صدا درآمد و یک شبکه اپراتورهای بی سیم، کشتی‌ها و نیز ایستگاه‌های واقع در خشکی را که با استفاده از رمز مورس سراسیمه با یکدیگر تماس می‌گرفتند، فعال کرد.

چک فیلیس، اپراتور تایتانیک از کارپایتا یک کشتی دیگر تقاضای کمک کرد: «فوری بیاید. ما به یک کوه یخ خورده‌ایم.» و به فرانکفورت، یک کشتی آلمانی نیز برای کمک پیام فرستاد: «اما به یک کوه یخ شناور برخورد کرده‌ایم و دماغه کشتی در حال فرو رفتن در آب است.»

در جریان سردرگمی که به وجود آمده بود تایتانیک به یک کشتی که به نظر می‌رسد در فاصله دوری بود پاسخ داد: «احمق، کنار بایست و دخالت نکن.» برخی از مورخان معتقدند که کشتی مورد بحث کشتی فرانکفورت بود و پیام‌های بین دو کشتی درست فهمیده نشده بود.

چک فیلیس، در پیام‌هایش اتفاقات بعدی را اینطور شرح داده بود: «ما داریم مسافران را سوار قایق‌های کوچک می‌کنیم. زنان و کودکان در قایق‌ها هستند. مدت بیشتری نمی‌تواند دوام بیاورد. توان کشتی در حال تمام شدن است.»

و پیام دیگر: «این تایتانیک است...سیلاب وارد موتورخانه شده.»

در حالی که قایق‌های نجات به آب انداخته





راهنمای مشاغل ایرانیان
و فارسی زبانان استرالیا

PERSIAN BUSINESS DIRECTORY
AUSTRALIA

Powered by Parsian Media Australia



MAKE YOUR BUSINESS STAND OUT FROM THE CROWD

At Parsian we are not just publishing your adverts,
we promote your business through our broad and official networks.

Easy to Route, Contact and Share

2021

Join Our Media and get

THE BEST
PROMOTIONS

FOR YOUR BUSINESS

for more information please contact

0418 660 399

Our advisors can help
to find the right solution
for your business



injobau@gmail.com | parsianaustralia@yahoo.com
www.injob.com.au | www.persianherald.com.au



www.facebook.com/Injob-Persian-Business-Directory-In-Australia-NZ
www.facebook.com/parsian.australia
www.facebook.com/Parsian.Australia

