

R
E
M
I

JOURNAL



فصلنامه

ر
م
ی

سال پنجم
شماره ۳۹
پاییز ۲۰۲۱
بها ۲,۹۹ دلار
در مونترال رایگان



Music For Children Lessons
3 - 7 Year Olds

3333 Cavendish Blvd. Suite 285
Montreal, QC. H4B 2M5

(514) 703-4020
www.remiacademy.com



فروش غرفه‌های بزرگترین فستیوال نوروزی در هتل باشکوه EVO (514) 996-1620

Arezou Gatmiri
Courtier Immobilier Résidentiel

مشاور املاک

خرید، فروش، اجاره و تهیه وام

(514) 561-3-561



مشاوره رایگان



Groupe Sutton - Sur l'île
38, Place du Commerce # 280, Ile Des Soeurs (Verdun), QC H3E 1T8
Bureau: (514) 769-7010

مهدی امانی



بیمه

عمر (زندگی)
وام مسکن
از کارافتادگی
مسافرتی و حوادث
بیماریهای خاص

پس انداز، سرمایه گذاری و بازنشستگی

حساب تحصیلی و سرمایه گذاری کودکان
حسابها و صندوق های پس انداز و سرمایه گذاری
طرح های بازنشستگی
مستمری های

ارائه بسته های بیمه و مالی مناسب براساس نیاز شما، خانواده و یا شرکت شما

کارشناس و مشاور امور بیمه ، مالی و فوق العاده آچولری
با بیش از 20 سال سابقه در صنعت بیمه و مالی

(514) 553 0978

IAA
Financial Group

MahdiAmaniLIA

thebest.investing

mohammadmahdi.Amani@agc.fa.ca



Each year, 60,000 Canadian students attend post-secondary with a Knowledge First Financial RESP

Let us help you start saving for your child's future

At Knowledge First Financial, we offer a range of RESPs to help you save for your child's future education – whether that means college, university, an apprenticeship or other post-secondary program.

As RESP specialists and Canada's largest RESP Company, we make it easy to get started, keep saving, get free government grant money and access funds when your child needs them.

Since 1965, we have paid out \$6.6 billion to students. Today, we manage over 500,000 RESPs for our customers.

Let us help you get started.

Learn more from
Morvarid Memarian

Sales Representative

(514) 778-7377 | Morvarid.Memarianpour@kff-pfs.ca



Knowledge First Financial Inc. is a wholly owned subsidiary of the Knowledge First Foundation and is the investment fund manager, administrator and distributor of the education savings plans offered by Knowledge First Foundation. *Certain conditions apply. Knowledge First Financial® is a registered trademark of Knowledge First Financial Inc. For more information about our education savings plans, please visit knowledgefirstfinancial.ca or refer to our prospectus.

آموزش پیانو

آهنگسازی

آواز

با بیش از ۲۰ سال سابقه تدریس
فارغ التحصیل کنسرواتوار موسیقی



علیرضا فخاریان
514.996.1620

Growing RESPs securely.



Morvarid Memarian

Knowledge First Financial Inc.

Sales Representative

مشاور تخصصی حساب پس انداز تحصیلی کودکان

Tel. (514) 778-7377

Email. Morvarid.Memarianpour@kff-pfs.ca

www.knowledgefirstfinancial.ca



knowledgefirst
FINANCIAL



IC ACCOUNTING

خدمات حسابداری و دفترداری

ACCOUNTING AND BOOKKEEPING SERVICES

آموزش نرم افزارهای حسابداری

ACCOUNTING SOFTWARE TRAINING

تنظیم اظهارنامه های مالیاتی

INDIVIDUAL AND CORPORATION TAX RETURN

3333 Cavendish Blvd., Suite 315, Montreal, QC. H4B 2M5

acc.mtl.acc@gmail.com (514) 458-7599

اردشیر معین افشاری

Ardeshir Moinafshari



Tranquilli-T بیمه منحصر به فرد

هایک هارتونیان

Hayk Hartounian MBA

Residential Real Estate Broker

فروش خرید اجاره

پرداخت هزینه محضر

- Ahuntsic, 5 bedroom \$ 1,200,000
- Mont Royal, Apartment one bedroom 67m2 \$ 350,000+tax
- Laval, 2 bedroom 97m2 \$ 599,000
- Mont Royal, 5 bedroom \$ 2,490,000
- Laval, Income property Triplex \$765,000
- St. Laurent, income property Quadruplex \$949,000
- Ahuntsic, income property Triplex \$ 745,000

- مشاور و متخصص املاک مسکونی در مونترال بزرگ و حومه
- ارزیابی و مشاوره رایگان - تمییه وام مسکن با بهترین امکانات

Cell: (514) 574 6162

9280 Boul. de l'Acadie, Montréal, QC, H4N 3C5

www.remax3000.com

Bur: (514) 333 - 3000 / Fax: (514) 333 - 6376

E-mail: Haykhartounian@yahoo.com



methods

AT REMI ACADEMY OF MUSIC

PIANO ... VIOLIN

GUITAR

(514)703-4020

The Royal Conservatory of Music offers examinations at all levels.



Centre de Santé Kinotherapie

مرکز درمانی کینوتراپ

Osteopathy treatment for : استخوان درمانی برای

Pain management دردهای حاد و مزمن
 Posture & Ergonomy پوسچور و ارگونومی
 Pregnancy دردهای مزمن کمر در دوران بارداری
 Children and Adolescent کودکان و نوجوانان



Shirin Bahram(D.O.)
Docteur en Osteopathie
(Membre CPDMQ)

Address: 3285 Boulevard Cavendish, Montreal, Quebec, H4B 2L9, office 435,
4th floor, طبقه چهارم, آتیس ۴۳۵

Tel : (514) 886 3938

Email: Kinotherapie@gmail.com

www.kinotherapie.com

<https://www.gorendezvous.com/homepage/124356?source=GOMarketPlace>

Le journal de ReMi est un magazine trimestriel pour la communauté afghane/ iranienne de Montréal
ReMi journal is a quarterly magazine for Aghan/ Iranian community in Montreal

1^{er} Octobre 2021, numéro 39
October 1st 2021, Issue 39
ISSN : 2561-8482

Publication: Journal de ReMi
Propriétaire et directeur général: Alireza Fakharian
Rédactrice en chef: Marzieh Goodarzi
Conception de la couverture, graphisme et mise en page: L'équipe du magazine de ReMi
Photographe: Alireza Fakharian
Traductrice: Ladan Kazemi
Constitutrice à ce numéro: Farzaneh Cherikifard



3333 Cavendish Blvd., Suite 285, Montreal, QC, H4B 2M5
(514) 703-4020
(514) 996-1620
Email: journal.remi@gmail.com



Tables des matières

8 Musique: Saeed Saliani
14 Photographie par ReMi
18 Peinture par ReMi
22 Mode par ReMi
30 Cinéma par ReMi
42 Technologie par ReMi
46 Astronomie par ReMi
54 Psychologie par ReMi
64 Immigration: Ali Mokhtari
66 Astrologie par ReMi

فهرست مطالب


ساز قرن ۲۱ هنگ‌درام یا هندیپن	۸	جشن هالووین	۴۰
خواننده‌های پولدار موسیقی متال	۱۰	تکنولوژی‌های انقلابی سال ۲۰۲۱	۴۲
۱۰ موزیسین مشهوری که در سال ۲۰۲۰ از دنیا رفتند	۱۲	فضا-زمان (۱)	۴۶
عکاسی پاییزی	۱۴	عجیب‌ترین ماشین‌های جهان	۵۰
هنر مفهومی	۱۸		
ترند پاییز و زمستان ۲۰۲۱-۲۰۲۲	۲۲		
فردریک شوپن	۲۶	چگونه شاد باشیم؟	۵۴
شهرهای زیبای پاییزی	۲۸	تقویت سیستم ایمنی بدن	۵۸
فیلم‌های معروف دنیا	۳۰	معیارهای عجیب زیبایی در طول تاریخ	۶۰
نت موسیقی	۳۷	مهاجرت	۶۴
گزارش Action Montréal	۳۸	فال	۶۶



صاحب امتیاز و مدیر مسئول: علیرضا فخاریان
سر دبیر: مرضیه گودرزی
طراحی روی جلد، گرافیک و صفحه‌آرایی: تیم طراحی مجله ر می
عکاس: علیرضا فخاریان
مترجم: لادن کاظمی
همکار این شماره: فرزانه چریکی‌فرد



تبلیغات بیزینس خود را به ما بسپارید ...

 514 - 996 - 1620

۱. مسئولیت محتوای مطالب چاپ شده با نویسندگان است و چاپ آنها الزاما به معنی تأیید از سوی فصلنامه ر می نمی‌باشد.
۲. فصلنامه ر می در ویرایش و اصلاح مطالب رسیده، آزاد است.
۳. مطالب فرستاده شده بازگردانده نمی‌شود.
۴. استفاده از مطالب، طراحی‌ها و تبلیغات مندرج در فصلنامه ر می، نیاز به کسب اجازه دارد.
۵. هنرمندان و علاقه‌مندان که به همکاری با ما تمایل دارند، از طریق راه‌های ارتباطی زیر می‌توانند با ما در تماس باشند.

ISSN : 2561-8482
3333 Cavendish Blvd., Suite. 285, Montreal, QC, Postal code: H4B 2M5
Tel: (514) 996-1620 Email: journal.remi@gmail.com

ساز قرن ۲۱ هنگ درام یا هندپن

سعید سالیانی

در چند دهه اخیر علم و تکنولوژی با سرعت روند رو به رشدی داشته‌است و این روند تاثیر به‌سزایی در بالا بردن کیفیت تولید موسیقی داشته، چه در مرحله ساخت و چه در مرحله ضبط آثار موسیقی. اما سوال اینجاست که این پیشرفت سریع آیا باعث شده‌است که گونه‌ای جدید از سازهای موسیقی ساخته شود یا تولید کننده‌ها به سازهای موجود بسنده کرده‌اند؟

هنگ درام یا هندپن (Hand Pan یا Hang Drum) نوعی ساز کوبه‌ای در طبقه خودصداها است، که برای اولین بار در سال ۲۰۰۰ توسط فلیکس روئر و سابینا شرر در شهر برن در کشور سوئیس ساخته شد. سازندگان نام «هنگ» را برای این ساز انتخاب کرده‌اند و نسبت به استفاده از اسم «هنگ‌درام» در زبان انگلیسی ابراز نارضایتی کرده‌اند.

سازهای خودصداها یا ایدیوفون‌ها سازهایی هستند که تولید صدا با ارتعاش بدنه ساز صورت می‌گیرد. صدای این گروه از سازها از طریق بدنه ساز و با ضربه‌زدن، مالش دادن، کشیدن یا لرزاندن قطعات ساز تولید می‌شود و نه از طریق ارتعاش سیم یا دمیدن هوا. این ساز تنها یه ساز کوبه‌ای نیست و به علت قابلیت نواختن نت‌های مختلف توانایی تولید ملودی را دارد.



ایده اصلی ساخت این ساز برگرفته شده از نوعی گالن فلزی که در ۱۷۰۰ سال قبل مردم آفریقا و آمریکای جنوبی در مراسم خود استفاده می‌کرده‌اند گرفته شده‌است. شکل زیر کلیات هنگ را نشان می‌دهد که تشکیل شده از دو قوس فلزی بالایی و پایینی که نت‌ها توسط تورفتگی‌های روی قوس بالایی Ding Side تولید می‌شود و قوس پایینی دارای یک حفره می‌باشد که به آن Gu Side می‌گویند.

چرا هنگ درام گران است؟

هنگ درام جزو سازهای گران محسوب می‌شود و می‌توان گفت دلایل گرانی این ساز، سخت و زمان‌بر بودن پروسه ساخت ساز و تعداد کم سازندگان آن در سراسر دنیا است. امروزه این ساز در سراسر دنیا طرفداران زیادی به خصوص در میان قشر جوان دارد، اما با اینحال تعداد کل سازندگان آن شاید چند صد نفر باشد. هنگ درام‌ها معمولا به صورت دست‌ساز در کارگاه تولید می‌شوند. انتخاب فلز و آلیاژ مناسب برای ساخت این ساز، احتیاج به ساعت‌ها و روزها وقت برای فرم دادن آن دارد.



ساخت هنگ درام

رسیدن به نت‌ها با کوک درست، یکی از مراحل سخت فرآیند تولید هنگ درام است که معمولا با دستگاه مخصوص یا چکش کاری صورت می‌گیرد. در مجموع می‌توان گفت ساخت هنگ درام یک پروژه زمان‌بر است که دقت، مهارت و امکانات زیادی می‌خواهد تا ساز به صدای اصلی خود برسد و نت‌های آن به درستی ادا شود.

نکات مهم برای نگهداری هنگ درام

پس از خرید هنگ درام با دقت و مراقبت با ساز برخورد کنید. هنگ درام با توجه به اینکه سازی است از فلز سخت، ولی رینگ‌های ساز یا همان فرورفتگی و برجستگی‌های صفحه رویی، نازک و آسیب‌پذیر می‌باشند. همچنین ضربه شدید و محکم باعث می‌شود نت‌های آن از کوک خارج شود. در ضمن داشتن انگشتر و دستنبند نیز خط و خش بر روی بدنه ساز وارد می‌کند و باعث از بین رفتن زیبایی ساز می‌شود.

هنگ درام، سازی محبوب برای نوازندگان خیابانی

امروزه هنگ درام در حال تبدیل شدن به یک ساز رایج برای اجراهای خیابانی در دنیا است و در این زمینه جایگاه خاصی پیدا کرده‌است. تاثیرگذاری و صدای آرامش‌بخش این ساز باعث شده که بسیاری از نوازندگان از آن در اجراهای خود استفاده کنند. ممکن است نواختن هنگ درام را در تهران ببینید اما این مورد بسیار کمیاب می‌باشد و هنوز در ایران در مرحله رشد و گسترش اولیه است. همچنین صدای گرم و زیبای آن تاثیرات هیپنوتیز بر روی افراد دارد و برای ریلکسیشن و یوگا هم استفاده می‌شود.

یکی از نوازنده‌های معروف این ساز در جهان، دنیل ویپلس (Daniel Waples) انگلیسی است که موسیقی را با گیتار و گیتار الکتریک و سازهای ضربی کوچک آغاز کرد و در سال ۲۰۰۶ میلادی برای اولین بار با ساز هنگ آشنا شد و به فراگیری آن پرداخت. این نوازنده تا به حال قطعه‌های زیادی را برای هنگ ساخته و نواخته و در کنسرت‌های زیادی هم شرکت داشته و

باید گفت که از حرفه‌ای‌ترین نوازنده‌های این ساز محسوب می‌شود.

به عنوان یک نمونه ایرانی می‌توان به آهنگ «آسمان هم زمین می‌خورد» گروه چارتار اشاره کرد که از صدای این ساز استفاده کرده‌است.

نوازندگان

یکی از نوازندگان معروف این ساز رضا فتحعلی‌زاده آرسون است. رضا فتحعلی‌زاده آرسون متولد ۱۴ اردیبهشت سال ۱۳۶۶ در بندرانزلی، یکی از نوازندگان مطرح هندپن (هنگ درام) در ایران است. او سال ۲۰۱۳ با این ساز توسط دختری که در خیابان‌های ترکیه می‌نواخت، آشنا شد. رضا بعد از آن اولین سازش را از یک نوازنده ایتالیایی به نام لوکا برتلی Luca Bertelli خریداری کرد و با کمی کمک از او در کنار پشتکار و ذوق زیاد به فراگیری و نواختن این ساز جادویی پرداخت. رضا فتحعلی‌زاده آرسون که تجربه اجرا برای حمایت از کودکان بی‌سرپرست، ایونت‌های خصوصی، اجرای تلفیقی با موسیقی الکترونیک در شهر رشت و چندین همکاری با طراحان لباس هنرمندان را به همراه دارد، در حال حاضر مشغول به تنظیم قطعاتی بی‌نظیر می‌باشد و به‌زودی اولین آلبومش را به بازار عرضه خواهد کرد .او معتقد است شکل لمس ساز و احساسی که بین نوازنده و ساز منتقل می‌شود، جزو مهمترین نکات در نواختن هنگ درام (هندپن) است که با توجه به این نکته می‌توان تکنیک احساس و لمس درست ساز را جوری با هم تلفیق کرد که شنونده را از این دنیا وارد دنیای این ساز شگفت‌انگیز کند.

از دیگر نوازندگان ایرانی این ساز می‌توان به علی رحمانی اشاره نمود. امیرعلی رحمانی متولد سال ۱۳۷۴ در تهران، یکی از نوازندگان بسیار

مطرح هندپن (هنگ درام) در ایران است. او از ۸ سالگی به فراگیری و نواختن سازهای کوبه‌ای نزد استادانی چون محمود فرهمند بافی و استاد فرید یدالهی پرداخته‌است. همچنین فراگیری ساز بادی دیجیریدو نزد استاد پیام رونق در کنار سازهای ضربی آمریکایی لاتین، از دیگر تجربه‌های این هنرمند است. امیرعلی نواختن ساز هندپن (هنگدرام) را از سال ۱۳۹۳ شروع کرد. او در کنار این ساز، فراگیری و نواختن سازهای کوبه‌ای دیگر ملل را نیز آغاز نمود.

امیرعلی رحمانی که تجربه همکاری با میلاد درخشانی، گروه چارتار، امیرعباس گلاب، اشوان، گروه آرس نوا، مانی رهنما، هانیبال یوسف در کنار موسیقی تئاتر تارتوف و طراحی موسیقی تئاتر فصل شکار بادبادک‌ها را به همراه دارد، در حال حاضر به همراه عرفان قوی‌قلب از دیگر نوازندگان مطرح هنگ درام در ایران، در قالب گروه پنرشیا بند مشغول به تنظیم قطعاتی بی‌نظیر می‌باشند و به‌زودی اولین آلبوم بسیار منحصر به‌فرد و شنیدنی از تلفیق سازهای مختلف و هنگ درام (هندپن) را به بازار عرضه خواهند کرد.

برای آشنایی بیشتر با این ساز می‌توانید به صفحات مجازی نوازندگان شناخته‌شده این ساز در جهان رجوع کنید. لیستی از این افراد به شرح ذیل می‌باشد:

Adam Maalouf
Adrian J Portia,
Alessio De Simone,
Alexandra Lora,
Angus Lee,

همچنین به رجوع به وب‌سایت ایران هندپن می‌توانید از آخرین اخبار و مقالات مربوط به این ساز آگاهی پیدا کنید.



3333 Cavendish Blvd.
Suite 285
H4B 2M5
Montreal, QC

Remi

HAND PAN Courses

REMI ACADEMY

(514) 996 - 1620

(514) 703 - 4020

www.remiacademy.com

خواننده‌های پولدار موسیقی متال

خواننده‌های موسیقی متال خیلی عمیق‌تر از بقیه ژانرها و برای مخاطبان تبدیل به اسطوره می‌شوند. هنرمندانی که در جوانی عاشقشان می‌شوید و وقتی‌که عاشق شدید دیگر مهم نیست چند سالتان هست و تحصیلاتتان چقدر هست، و چه شغلی دارید، و کجای دنیا ایستاده‌اید؟ وقتی‌که عاشق یک هنرمند موسیقی متال می‌شوید تا همیشه عاشقش میمانید. برای همین شاید موفقیت مالی هنرمندان در این ژانر به اندازه بقیه ژانرها نباشد. اما سرمایه اصلی آنها عشقی است که از طرف طرفدارهایشان می‌گیرند. ما اینجا به ژانرهای دیگر کاری نداریم، اما می‌دانیم کدام خواننده‌های متال بیشتر از بقیه هم ژانرهایشان پولدارند؟

اصولا نمی‌شود این سوال را با قطعیت جواب داد، چون منابع مختلف معمولا عددهایشان نسبت به هم بالا و پائین می‌باشد. این فهرست متعلق به مجله CEOWORLD می‌باشد که به تازگی منتشر شده‌است.

۱۰. کوری تیلور

خواننده گروه‌های Stone sour/ Slipknet

کوری تیلور جزء محبوب‌ترین خواننده‌های موسیقی متال است. تیلور سال ۱۹۹۲ گروه Stone sour را تشکیل داد و در سال ۱۹۹۷ عضو گروه Slipknet شد. به جز اینها تیلور تا الان یک آلبوم انفرادی منتشر کرده‌است.
دارایی خالص کوری تیلور به گزارش CEOWORLD، ۲۰ میلیون دلار است که آن را از طریق خوانندگی، نوازندگی گیتار، نویسندگی، آهنگسازی، تهیه‌کنندگی، شاعری و بازیگری به‌دست آورده‌است.

۹. ام شدوز

خواننده گروه Avenged Sevenfold

متیو ساندرز با اسم هنری ام شدوز، جزو آرتیست‌هایی است که در بزرگسالی به سراغ موسیقی متال رفته‌است. شدوز سال ۱۹۹۹ یکی از مؤسسین گروه Avenged Sevenfold بود، گروهی که تا الان هفت آلبوم منتشر کرده‌است و جزو گروه‌های خوب این ژانر به حساب می‌آید.
دارایی خالص ام شدوز به گزارش CEOWORLD، ۲۰ میلیون دلار است که آن را از طریق خوانندگی، آهنگسازی و حضور مهمان در آهنگ‌های آرتیست‌های دیگر به‌دست آورده‌است.

۸. تام آرایا

خواننده گروه Slayer

تام آرایا مرد با ابهت موسیقی متال، متولد کشور شیلی است و گروه Slayer را در سال ۱۹۸۱ تاسیس کرد.
Slayer بعد از انتشار دوازده آلبوم سال ۲۰۱۹ تعطیل شد. آرایا تقریبا خودش را بازنشست کرد و دیگر فعالیت خاصی نداشت.
دارایی خالص تام آرایا به گزارش CEOWORLD، ۳۵ میلیون دلار است که از طریق خوانندگی، آهنگ‌سازی، نوازندگی، بازیگری و همکاری به عنوان مهمان با آرتیست‌های دیگر به‌دست آورده‌است.

۷. دیو ماستین

خواننده گروه Megadeth

وقتی دیو ماستین با حال زار از گروه متالیکا اخراج شد، کسی فکرش

منابع

را نمی‌کرد که خودش یک گروه تاسیس کند که به یکی از موفق‌ترین گروه‌های تاریخ موسیقی متال تبدیل شود. ماستین گروه Megadeth را در سال ۱۹۸۳ تاسیس کرد و تا الان با این گروه پانزده آلبوم منتشر نموده‌است که شانزدهمین آن نیز قرار است همین امسال منتشر شود.
دارایی خالص دیو ماستین به گزارش CEOWORLD، ۴۰ میلیون دلار است که از طریق خوانندگی، نوازندگی گیتار، آهنگسازی، نویسندگی، بازیگری، تهیه‌کنندگی و استعدادیابی به‌دست آمده‌است. البته درصد کمی از درآمد متالیکا هم به ماستین تعلق دارد و پولی هم به خاطر مدیریت یک گروه کانادایی در می‌آورد.

۶. جاناتان دیویس

خواننده گروه Korn

جاناتان دیویس سال ۱۹۹۳ یکی از موسسین گروه Korn بود، گروهی که جزو اولین حرکته‌های موسیقی نوتمتال به حساب می‌آید. Korn تا الان ۱۳ آلبوم موفق منتشر کرده و همچنان جزو گروه‌های متالی هست که پرچم موسیقی متال را بالا نگه داشته‌است.
دیویس جدا از Korn تا به‌حال چهار آلبوم دیگر نیز منتشر کرده که یکی از آنها سولو آلبوم خودش می‌باشد.
دارایی خالص جاناتان دیویس به گزارش CEOWORLD، ۶۰ میلیون دلار است که آن را از طریق خوانندگی، نوازندگی گیتار، آهنگسازی، فعالیت به عنوان دی جی، بازیگری و تهیه‌کنندگی به‌دست آورده‌است.

۵. مینارد جیمز کینان

خواننده گروه Tool/ A Perfect Circle/ Puscifer

عجیب مرد عالم موسیقی مینارد جیمز کینان، آنقدر فعال است که تمام پروژه‌هایش موفق و استثنایی از آب درآمدند، کینان مؤسس گروه Tool و A Perfect Circle و صاحب پروژه Puscifer.
مجموعا با این سه گروه تاکنون ۱۳ آلبوم منتشر کرده که دارایی خالص مینارد جیمز کینان به گزارش CEOWORLD، ۷۰ میلیون دلار است که آن را از طریق خوانندگی، آهنگسازی، بازیگری، تهیه‌کنندگی، نوازندگی گیتار و البته تولید شراب به‌دست آورده‌است.

۴. راب هالفورد Rob Halford

خواننده گروه Judas Priest

راب هالفورد ابرمرد موسیقی متال سال ۱۹۷۳ و قبل از انتشار اولین



کوری تیلور



ام شدوز



تام آرایا



دیو ماستین



جاناتان دیویس



مینارد جیمز کینان



راب هالفورد



بروس دیکینسون



آزی آزبورن



جیمز هتفیلد

که مجموعا با آنها ۱۲ آلبوم منتشر کرده‌است.
دارایی خالص راب هالفورد به گزارش CEOWORLD، ۸۰ میلیون دلار است که آن را از طریق خوانندگی، آهنگسازی، بازیگری، ساخت موسیقی فیلم و همکاری به عنوان مهمان با آرتیست‌های دیگر به دست آورده‌است.

۳. بروس دیکینسون

خواننده گروه Iron Maiden

بروس دیکینسون سال ۱۹۸۱ زمانی به گروه Iron Maiden ملحق شد که آنها ۲ آلبوم منتشر کرده بودند.
دیکینسون از همان وقت با گروه همراه بود و تاکنون ۱۴ آلبوم با آنها کار کرده‌است.
جدا از Iron Maiden دیکینسون تاکنون ۶ آلبوم انفرادی هم منتشر کرده‌است.
دارایی خالص بروس دیکینسون به گزارش CEOWORLD، ۱۰۰ میلیون دلار است که آن را از طریق خوانندگی، آهنگسازی، بازیگری، فیلمنامه‌نویسی، اجرا در رادیو و تلویزیون، کارآفرینی، خلبانی، تاسیس شرکت تعمیرات و نگهداری هواپیماها، مدیریت، تولید آبجو و تولید تجهیزات شمشیربازی به‌دست آورده‌است.

۲. آزی آزبورن

خواننده گروه Black Sabbath

شاهزاده تاریکی آزی آزبورن یکی از مؤسسین گروه Black Sabbath در سال ۱۹۶۸ بود. آزبورن بعد از حضور در هشت آلبوم از آنها جدا شد و در ده آلبوم بعدی حضور نداشت. وی دوباره در سال ۲۰۱۳ برای انتشار آخرین آلبومشان به آنها ملحق گشت و پس از آن، گروه منحل شد. آزبورن در حال حاضر، یک سولو آرتیست موفق به حساب می‌آید که ۱۲ آلبوم انفرادی منتشر کرده‌است.
دارایی خالص آزی آزبورن به گزارش CEOWORLD، ۲۲۵ میلیون دلار است که آن را از طریق خوانندگی، آهنگسازی، شاعری، نویسندگی، تهیه‌کنندگی در تلویزیون، صداپیشگی و شو تلویزیونی به دست آورده‌است.

۱. جیمز هتفیلد

خواننده گروه Metallica

جیمز هتفیلد ابرمرد موسیقی متال، یکی از مؤسسین اصلی گروه Me-tallica در سال ۱۹۸۱ می‌باشد.
هتفیلد یکی از محبوب‌ترین خواننده‌های تاریخ موسیقی محسوب می‌شود که تاکنون ده آلبوم موفق با متالیکا منتشر کرده‌است.
دارایی خالص جیمز هتفیلد به گزارش CEOWORLD، ۳۴۰ میلیون دلار است که آن را از طریق خوانندگی، آهنگسازی، شاعری، نوازندگی گیتار، بازیگری، تهیه‌کنندگی و کارگردانی به دست آورده‌است.

موسیقی متال یه ژانر محبوب، پرطرفدار و البته خاص‌پسند است که هرچقدر هم طرفداران این سبک موسیقی جدی و متعصب باشند، می‌دانیم که موسیقی متال، موسیقی محبوب و پرمخاطب دنیا در حال حاضر نیست. یعنی پولدارترین خواننده متال جیمز هتفیلد حتی جزو بیست موزیسین پولدار دنیا به حساب نمی‌آید. اما باز هم خالی از لطف نیست که بدانید چه کسانی در این ژانر موفق‌تر از بقیه ظاهر شدند.

منبع: کانال یوتیوب پادکست آلبوم

شماره ده: بیل ویترز

بیل ویترز فقط ۱۵ سال، بین سال‌های ۱۹۷۰ و ۱۹۸۵، در عرصه موسیقی فعال بود. با این وجود توانست نام خود را در موسیقی سول جاودانه کند. آهنگ Ain't No Sunshine یکی از آثار ماندگار اوست. بیل ویترز در تاریخ ۳۰ مارچ ۲۰۲۰ به دلیل مشکلات قلبی، در ۸۱ سالگی درگذشت.



شماره نه: هلن ردی

هلن ردی، ستاره استرالیایی موسیقی پاپ دهه ۷۰ میلادی، و از چهره‌های تاثیرگذار موسیقی بر موج دوم فمینیسم به‌شمار می‌رود. او را ملکه موسیقی پاپ دهه ۷۰ می‌دانند. هلن ردی در تاریخ ۲۹ سپتامبر ۲۰۲۰ در ۷۸ سالگی درگذشت. او در زمان مرگ مبتلا به زوال عقل و بیماری آدیسون بود.



شماره شش: فرنکی بانالی

فرنکی بانالی درامر مشهور گروه Quiet Riot و از شاخص‌ترین درامرهای موسیقی متال در اوایل دهه ۸۰ میلادی بود. بانالی هم‌چنین برای مدتی درامر گروه W.A.S.P نیز بود. فرنک بانالی در تاریخ ۲۰ آگوست ۲۰۲۰ بر اثر ابتلا به سرطان پانکراس در ۶۸ سالگی درگذشت.



هر کاری که برای خود بکنیم، با مرگ ما ناپود می‌شود. کاری که برای دیگران و دنیا کرده‌ایم چیزاست که تا ابد باقی می‌ماند. آلبرت پایک

شماره هشت: پیتر گرین

پیتر گرین، گیتاریست معروف ژانر بلوز و از بنیانگذاران گروه مشهور Fleetwood Mac، به عنوان یکی از مهم‌ترین چهره‌های جنبش موسیقی بلوز در انگستان شناخته می‌شود. از نگاه مجله معتبر موجو، پیتر گرین سومین گیتاریست برتر تاریخ موسیقی است. پیتر گرین در تاریخ ۲۵ جولای ۲۰۲۰ هنگامی‌که خواب بود در ۷۳ سالگی درگذشت.



شماره هفت: ویرا لین

ویرا لین، از چهره‌های مشهور موسیقی انگلستان در دوران جنگ جهانی دوم بود. برای درگذشتش خاندان سلطنتی انگلیس مراسم یادبود ویژه‌ای برگزار کرد، پارلمان پیام تسلیت فرستاد و خاکسپاری‌اش با تشریفات نظامی همراه بود. ویرا لین در تاریخ ۱۸ جون ۲۰۲۰ به مرگ طبیعی در ۱۰۳ سالگی، در منزلش واقع در ساسکس شرقی درگذشت.



شماره ۵: لیتل ریچارد

لیتل ریچارد، یکی از شاخص‌ترین موزیسین‌های راک اند رول و از بنیان‌گذاران این ژانر در دهه ۵۰ میلادی بود. از او به‌عنوان مهم‌ترین هنرمندی که روی رفع جدایی نژادی تاثیر داشت یاد می‌شود. لیتل ریچارد در تاریخ ۹ می ۲۰۲۰ به‌دلیل ابتلا به سرطان استخوان در ۸۷ سالگی درگذشت.



شماره چهار: کنی راجرز

کنی راجرز، اسطوره موسیقی کانتری، در ژانرهای جز، فولک، پاپ و راک نیز فعالیت داشت. مجموع فروش آثار کنی راجرز بیش از ۱۰۰ میلیون نسخه است. از او به‌عنوان یکی از موفق‌ترین آرتیست‌های چند ژانری یاد می‌شود. کنی راجرز در تاریخ ۲۰ مارچ ۲۰۲۰، به مرگ طبیعی در خانه‌اش واقع در سندی اسپرینگز ایالت جرجیا در ۸۱ سالگی درگذشت.



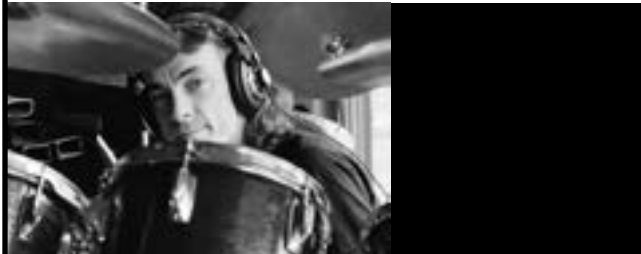
شماره یک: محمدرضا شجریان

محمدرضا شجریان، چهره مردمی و شکوه و نماد آواز ایران زمین، برجسته‌ترین چهره هنری تاریخ موسیقی ایران به شمار می‌رود. شجریان علاوه بر موسیقی به خوشنویسی، تلاوت قرآن و ابداع ساز نیز مشغول بود. از افتخارات او می‌توان به دریافت جایزه ویژه خداوندگار موسیقی بنیاد آقاخان، نشان عالی هنر برای صلح جشنواره بین‌المللی هنر برای صلح، نشان شوالیه ملی لیاقت دولت فرانسه، جایزه پیکاسو و نشان مونسارت سازمان یونسکو و نامزدی دو جایزه گرمی اشاره کرد.

انجمن آسیا او را پرآوازه‌ترین هنرمند موسیقی اصیل ایرانی، روزنامه ونکوورسان وی را یکی از مهم‌ترین هنرمندان موسیقی ملل و رادیوی NPR او را یکی از ۵۰ صدای برتر جهان معرفی کرد. سازمان جهانی مالکیت معنوی (وایپو) مدال خلاقیت را پس از مرگ به او اهدا کرد. محمدرضا شجریان در تاریخ ۸ اکتبر ۲۰۲۰ (۱۷ مهر ۱۳۹۶) بر اثر ابتلا به سرطان کلیه در ۸۰ سالگی درگذشت.

شماره سه: نیل پرت

نیل پرت، درامر مشهور گروه کانادایی Rush، که بین طرفدارانش به پروفیسور مشهور بود، به‌خاطر تکنیک نوازندگی و اجراهای زنده بی‌نظیرش شهرت جهانی داشت. نیل پرت در تاریخ ۷ ژانویه ۲۰۲۰، به دلیل ابتلا به بیماری گلیوبلاستوما (سرطان مغز) در ۶۷ سالگی درگذشت.



شماره دو: ادی ون هیلن

ادی ون هیلن، گیتاریست افسانه‌ای گروه ون هیلن، یکی از شاخص‌ترین گیتاریست‌های تاریخ موسیقی به‌شمار می‌رود. طی یک نظرسنجی از مخاطبین مجله معتبر گیتار ورلد، ادی ون هیلن به‌عنوان بهترین گیتاریست تاریخ موسیقی انتخاب شد. ادی ون هیلن در تاریخ ۶ اکتبر ۲۰۲۰ بر اثر سکتة قلبی ناشی از سرطان ریه، در ۶۵ سالگی درگذشت.



منبع: کانال یوتیوب پادکست آلبوم

۱۰ موزیسین مشهوری که در سال ۲۰۲۰ از دنیا رفتند ...

عکاسے پاییزی

پاییز دوره تغییر و تحول است، هنگامی‌که زندگی به آرامی در زمین فرو می‌رود، اما به جای محو شدن سریع، در اوج درخشش و شکوه خاموش می‌شود و دیدنی و جذاب‌ترین فرصت‌های عکاسی که شما در تمام طول سال خواهید دید را ایجاد می‌کند.

بیشتر کار کنید

دفعه بعد که با یک دوربین بیرون رفتید، سخت‌تر تلاش کنید. کمی بیشتر راه بروید و ببینید آیا مناظر بهتر می‌شوند یا نه، از آن تپه پیش‌رو بالا بروید تا به یک دورنما از جهان دست پیدا کنید، تا آن پرتگاه دور پیداه‌روی کنید که در آنجا نمای امتداد ساحل واضح‌تر خواهد بود.

بنابراین در این پاییز هنگامی که با دوربین خود بیرون می‌روید، مناظر اطراف خود را کشف کنید، به جای این‌که به اولین منظره‌ای که می‌رسید همان‌جا مستقر شوید.

آب اضافه کنید

هنگامی‌که در حال عکاسی از مناظر هستید، آب می‌تواند بهترین دوست شما باشد. خوشبختانه، تقریبا ¾ زمین با آب پوشیده شده‌است، و اکنون به سمت یک فصل بارانی می‌رویم.

مناظر منعکس‌شده در آب می‌توانند ترکیب‌بندی‌های بسیار متقارن و تاثیرگذاری ایجاد کنند. برای ثبت این بازتاب‌ها به دنبال آب ساکن و بی‌حرکت در دریاچه‌ها و برکه‌ها بگردید، به‌طوری‌که نیمه بالایی عکس شامل منظره و پیش‌زمینه شامل بازتاب باشد.

اگر در حال عکاسی از یک روز آفتابی هستید، ممکن است عاقلانه باشد که از یک فیلتر پلاریزه برای افزایش اشباع رنگ استفاده کنید. با این‌حال، مراقب باشید که بازتاب را خراب نکند.

زمانی‌که سعی دارید بین منظره و بازتاب آن تعادل ایجاد کنید، فیلترهای کاهنده نور ND تدریجی می‌توانند مفید باشند. قوانین فیزیکی حاکی از این هستند که بازتاب‌ها همیشه تاریک‌تر می‌شوند. شما می‌توانید با نوردهی کردن بیشتر تصویر نهایی با قرار دادن یک فیلتر در نیمه بالایی عکس، آن را متعادل کنید. بازتاب‌ها با توجه به قوانین فیزیکی همیشه تاریک‌تر می‌شوند، و یک فیلتر کاهنده بر روی نیمه بالایی عکس به شما اجازه خواهد داد تا نوردهی بیشتری به بازتاب بدهید، تا تصویر نهایی متعادل‌تر شود.

رنگ‌های زنده و پرنرژی پاییز بازتاب‌های انتزاعی زیبایی ایجاد می‌کنند. شاخ و برگ روشن درختان پاییزی به خوبی در آب منعکس می‌شوند، به‌خصوص آب‌های در حال حرکت مثل رودخانه‌ها و جریان‌هایی که در آن اعوجاج یک اثر بازتابی غیر معمول ایجاد می‌کند. لنزهای زوم تله فوتو برای بهتر کردن این الگوهای رنگ برجسته مناسب هستند.



روی زمین دراز بکشید و کثیف شوید

اگر شما بهترین عکس‌ها را می‌خواهید، باید گاهی روی زمین دراز بکشید و در مورد زانوهای گل‌آلود یا لباس‌های خیس نگران نباشید. بنابراین از خوابیدن به پشت در وسط جنگل نترسید تا یک نمای عالی از سایبان پاییزی به‌دست آورید، یا روی یک ساحل لغزنده جلو بروید تا به یک نمای واضح‌تر از چشم‌انداز برسید.

به‌طور مشابه، درحالی‌که شما باید از لوازم خود محافظت کنید، گاهی اوقات هم باید در جستجوی یک تصویر خوب ریسک کنید، مانند نگه داشتن دوربینتان هم سطح با زانو برای ثبت شکست امواج بر روی ساحل یا قرار دادن آن بر روی زمین برای به‌دست آوردن یک نمای غیر معمول.

ابر اضافه کنید

آسمان آبی روشن و آسمان خاکستری پوشیده از ابر معمولا خالی و کسل‌کننده به نظر می‌رسند. اما چند تکه ابر به این معادله اضافه کنید و آن‌وقت همه چیز تغییر می‌کند. ناگهان آسمان عمق و جذابیت پیدا می‌کند. اگر خورشید می‌درخشد، ابرهایی که از روی آن می‌گذرند، سایه‌های در حال حرکتی را بر روی منظره پایین می‌اندازند. قبل از طلوع و بعد از غروب آفتاب ابرها کمتر روشن‌اند، بنابراین به رنگ‌های قرمز، زرد، صورتی و بنفش می‌درخشند. ابرها الگوهایی را شکل می‌دهند که تصاویر جالبی ایجاد می‌کنند.



محدوده آسمان

به‌طورکلی، قانون ثبت مناظر ۱/۳ آسمان، و ۲/۳ منظره است. با این‌حال، اگر آسمان جذاب به نظر می‌رسد، این قانون را معکوس کنید تا اجازه دهید به عنوان سوژه اصلی تصویر شما اولویت پیدا کند. یکی از بهترین نکات عکاسی پاییزی این است که بدانید چه موقع باید قوانین را بشکنید. از یک لنز اولترا واید استفاده کنید، دوربین خود را به عقب کج کنید و از اعوجاج لنز برای تاکید بر شکل ابرها استفاده کنید. یک فیلتر پلاریزه در هوای آفتابی به آسمان و رنگ آبی آن عمق می‌بخشد، به‌طوری‌که انگار ابرها بیرون از آن ایستاده‌اند (برجسته‌اند). برای به‌دست آوردن بهترین نتایج، خورشید را در یک طرف دوربین نگه‌دارید.

اگر می‌خواهید جزئیات منظره را ثبت کنید، ممکن است به یک فیلتر کاهنده نور تدریجی (ND grad) نیز برای حفظ تعادل بین آسمان و زمین نیاز داشته باشید. این مسئله در هوای آفتابی زمانی که شما آسمان را پلاریزه می‌کنید زیاد مهم نیست، اما در طلوع و غروب خورشید که آسمان بسیار روشن‌تر از زمین است، یک فیلتر کاهنده نور تدریجی 0.6 یا 0.9 مورد نیاز خواهد بود. تکنیک موثر دیگر وقتی شما میزان زیادی از آسمان را در کادر دارید، استفاده از یک نوردهی طولانی است که در این صورت ابرهای در حال حرکت تار می‌شوند. در یک روز پاییزی که زیاد باد می‌وزد، یک نوردهی ۲۰–۳۰ ثانیه‌ای حرکات زیادی را ثبت خواهد کرد. برای ممکن ساختن این نوردهی طولانی، دوربین خود را بر روی کم‌ترین مقدار ایزوی آن تنظیم کنید، دیافراگم لنز را بر روی کوچک‌ترین مقدار آن معمولا

(f/22) قرار دهید و فیلترهای کاهش‌دهنده نور مانند پولاریزرها وNDها را روی هم قرار دهید.

از لنز تله خود استفاده کنید

لنزهای واید معمولا برای عکاسی از مناظر محبوب‌ترین هستند، اما بسته به نوع سوژه، لنزهای تله فوتو یا تله زوم نیز می‌توانند همین قدر مفید باشند.

برای شروع، آنها سوژه شما را بزرگ‌نمایی می‌کنند بنابراین در کادر بزرگ‌تر به نظر می‌رسد، این شما را قادر می‌سازد تا بخش‌های جالب یک صحنه را جدا کنید یا کادر را با جزئیات کوچک‌تر مانند برگ‌های پاییزی روشن یا بازتاب‌های انتزاعی در آب پر کنید.

دو چیز وجود دارد که شما باید هنگام استفاده از لنزهای تله فوتو مراقب آن باشید. اول این که آنها بزرگ و سنگین هستند بنابراین اگر آنها را با دست نگه می‌دارید، مطمئن شوید که سرعت شاتر به اندازه کافی سریع است تا از لرزش دوربین جلوگیری کند، در حالت ایده‌آل نباید کمتر از 1/250 ثانیه باشد مگر اینکه لنز شما تثبیت‌کننده تصویر (IS) داشته باشد، که در این‌صورت باید بتوانید آن را به راحتی در 1/60 ثانیه برای یک زوم معمولی 200-70 میلی‌متر یا 300-70 میلی‌متر مدیریت کنید.

دوم، عمق میدان با لنزهای تله فوتو محدود می‌شود. هر چه فاصله کانونی طولانی‌تر و دیافراگم بازتر باشد، عمق میدان کمتر می‌شود. اگر شما می‌خواهید سوژه خود را جدا کنید و پس‌زمینه را خارج از فوکوس قرار دهید، این می‌تواند مفید باشد: بازترین دیافراگم را تنظیم کنید، معمولا f/5.6 – f/4، و به دقت روی سوژه اصلی فوکوس کنید. با این‌حال، اگر نیاز دارید شارپنس (وضوح) جلو تا عقب را در صحنه‌ای ثبت کنید، ممکن است لازم باشد که ضریب اف را به f/22 یا f/32 کاهش دهید، و حتی ممکن است این هم کافی نباشد، بنابراین با دقت از آن استفاده کنید.

عمق میدان را به حداکثر برسانید

برای مثال، اگر یک لنز ۲۸ میلیمتری را روی f/۱۶ تنظیم کنید و روی فاصله تقریبی 1.4mm فوکوس کنید، عمق میدان از 1.4mm تا بی‌نهایت بسط داده خواهد شد. حواستان باشد که کراپ فکتور را نیز در نظر داشته باشید؛ برای مثال اگر شما یک لنز زوم 17-35mm را روی 17mm قرار دهید، با در نظر گرفتن ضریب افزایش فاصله کانونی 1/6X، فاصله کانونی شما 28mm می‌شود.

اگر می‌خواهید همه چیز در فوکوس واضح و شارپ ثبت شود، باید عمق میدان را کنترل کنید. ساده‌ترین راه استفاده از یک تکنیک شناخته‌شده تحت عنوان فوکوس ابر کانونی (hyperfocal) است. اول، صحنه را ترکیب‌بندی کرده و لنز خود را بر روی بی‌نهایت فوکوس کنید. سپس، مقیاس عمق میدان را بر روی لنز چک کنید تا ببینید نزدیک‌ترین نقطه فوکوس شارپ در مجموعه دیافراگم‌ها چه خواهد بود. در نهایت، لنز را بر روی فاصله ابر کانونی فوکوس مجدد کنید و آنگاه عمق میدان از نصف فاصله ابر کانونی تا بی‌نهایت گسترش پیدا خواهد کرد. برای استفاده از این تکنیک لنز شما باید یک مقیاس فاصله (distance scale) و یک مقیاس عمق میدان (depth of field scale) داشته باشد.



تا تنور داغ است نان را بچسبان

اگرچه شما برای عکاسی از مناظر عالی به آب و هوای آفتابی نیازی ندارید، درواقع، اغلب عکس این قضیه صادق است چون آب و هوای طوفانی چشمگیرتر است، اما نمی‌توان معجزه نور آفتاب را انکار کرد. نور آفتاب باعث می‌شود دنیا روشن و رنگی به نظر برسد، سطوح نور متعادل هستند، گرفتن تصاویر کاملا نوردهی‌شده آسان است و ما احساس الهام گرفتن بیشتری می‌کنیم. بنابراین، اگر شما به اندازه کافی خوش‌شانس هستید که کمی اوقات فراغت داشته باشید و خورشید در آسمان باشد، می‌دانید چه کاری باید انجام دهید: یک دوربین بردارید و از خانه بیرون بروید و شروع به عکاسی کنید! به یاد داشته باشید که یک فیلتر پلاریزه با خود بردارید، چون می‌توانید از آن برای عمق بخشیدن به آسمان و محو کردن تابش زنده استفاده کنید تا اشباع رنگ بهبود یابد. همچنین، به دنبال سوژه‌هایی باشید که از آب و هوای آفتابی نفع می‌برند؛ صحنه‌هایی با بازتاب‌های خوب در آب آرام و ساکن، ترکیب‌بندی‌های عکس ساده، مانند یک درخت تنهای پوشیده شده با شاخ و برگ پاییزی در مقابل آسمان، تصاویر کلوزآپ از جزئیات در چشم‌انداز مانند برگ‌های پاییز که زمین را فرش کرده‌اند و غیره.

مناظر بزرگ در آب و هوای آفتابی معمولا تخت و کسل‌کننده به نظر می‌رسند، بنابراین به هر قیمتی از آنها اجتناب کنید.

چشم به هم بزنید آن را از دست خواهید داد

اگرچه پاییز چند ماه طول می‌کشد، اما مدت زمانی‌که رنگ شاخ و برگ‌ها به اوج می‌رسد و بهترین فرصت‌های عکاسی فراهم هستند، ممکن است تنها چند روز طول بکشد، بنابراین مطمئن شوید که برای آن آماده هستید. این مسئله تا حد زیادی به فصل تابستان بستگی دارد، اگر تابستان گرم و خشک باشد، پاییز می‌تواند زودتر بیاید، درحالی‌که یک تابستان مرطوب این فاصله را به تاخیر می‌اندازد. تمام کاری که شما می‌توانید انجام دهید این است که به شاخ و برگ اطراف خود چشم بدوزید و پیش‌بینی وضع آب و هوای بلند مدت را تماشا کنید.

تابش خورشید را ثبت کنید

نور پس‌زمینه باعث می‌شود درختان پاییز زنده به نظر برسند. زاویه خود را به سمت نور تنظیم کنید، اما مراقب روشنایی شدید و زنده آن باشید، خورشید را پشت یک شاخه یا تنه درخت مناسب پنهان کنید.

یک خوانش نورسنجی از برگ‌های درخشان به دست آورید و نوردهی را کمی افزایش دهید، برای شروع 1/2+ پله اضافه کرده، و هیستوگرام را چک کنید تا مطمئن شوید که هایلایت‌ها (قسمت‌های روشن) را بیش از حد نوردهی نمی‌کنید. برای تاثیر بیشتر، رنگ‌ها را، مانند عکس بالا، با هم ترکیب کنید.

مجنون رنگ

می‌خواهید به تصاویر پاییزی خود گرمی و روح ببخشید؟ در اینجا نحوه ایجاد بهترین رنگ‌ها ارائه شده‌است:

تعادل رنگ سفید را کنترل کنید

به جای استفاده از تعادل رنگ سفید خودکار، یک ایزوی بالاتر تنظیم کنید به‌طوری‌که دوربین فکر کند دارید در نور سردتر عکاسی می‌کنید و رنگ‌ها را گرم‌تر کند. البته آن را تا آخر بالا نبرید، در غیر این‌صورت نتیجه می‌تواند غیرطبیعی شود.

از نور شدید و زنده اجتناب کنید

نور شدید کنتراست را کاهش داده و اشباع رنگ را تضعیف کند، بنابراین مطمئن شوید که لنزها و فیلترهای شما تمیز هستند و از یک هود یا سایه‌بان لنز (دست شما هم می‌تواند خوب باشد) برای حفاظت از لنز در برابر نور سرگردان استفاده کنید.

یک ایزوی پایین تنظیم کنید

سنسورهای دیجیتال وقتی بر روی یک ایزوی پایین تنظیم شوند، یک کیفیت تصویر بهینه ارائه می‌دهند، چون مشکلاتی مانند نویز به حداقل می‌رسند. در صورت امکان، در پایین‌ترین سرعتی که سنسور شما ارائه می‌کند کار کنید، این مقدار معمولا ایزو ۱۰۰ اما در بعضی موارد هم ایزو ۵۰ است.

از فیلترهای پلاریزه استفاده کنید

این کار ضروری است. فیلترهای پلاریزه نه تنها به آسمان آبی عمق می‌بخشند، بلکه نور شدید و مه را نیز کاهش می‌دهند به‌طوری‌که رنگ‌ها واضح‌تر و با اشباع عمیق‌تر از آب در می‌آیند.

از فیلترهای افزایشنده استفاده کنید

افزاینده‌های قرمز (Red enhancers) برای عکس‌های شاخ و برگ پاییزی ایده‌آل هستند، چون رنگ‌های گرم را بهبود بخشیده و رنگ‌های سرد را فیلتر می‌کنند. با این حال، از گنجاندن آسمان خودداری کنید، چون به رنگ قرمز متمایل می‌شود.

کمتر نوردهی کنید

کمی نوردهی کمتر یا ناکافی (underexposure) می‌تواند باعث شود که رنگ‌ها قوی‌تر به نظر برسند. تنها 1/3 – 1/2 پله تمام چیزی است که شما نیاز دارید. بیشتر از این باعث می‌شود تصویر بسیار تاریک به نظر برسد. از امکان جبران نوردهی دوربین خود برای غلبه بر نورسنجی استفاده کنید.

در نور مناسب عکس بگیرید

شیوه ثبت رنگ‌ها ارتباط زیادی با کیفیت نور دارد. از لحاظ روانشناسی آب و هوای آفتابی تاثیرگذارترین است، هر چند گفته می‌شود که هوای ابری روشن حتی از آن هم بهتر است چون کنتراست و نور شدید کاهش می‌یابند.

رنگ‌ها را ترکیب کنید

رنگ‌های اصلی قوی‌تر از سایه‌های نرم به نظر می‌رسند. تضاد یا کنتراست رنگ‌ها در یک تصویر به آن تاثیر زیادی می‌بخشد، رنگ‌های آبی و زرد بهترین‌اند، و بعد از آن قرمز و سبز.

با فرمت RAW عکس بگیرید

با عکاسی در فرمت خام یا RAW می‌توانید به کامپیوتر خود اجازه دهید تا فایل تصویر را به یک تصویر قابل مشاهده JPEG یا Tiff تبدیل کند، به‌جای این‌که دوربینتان این کار را بکند. از آنجا که کامپیوتر شما پردازنده قوی‌تری دارد و می‌تواند از نرم‌افزار تبدیل فایل RAW پیچیده‌تری استفاده کند، تصویر حاصل شارپ‌تر، شفاف‌تر و با اشباع رنگ بهتری خواهد بود.



ثبت غبار و مه

غبار و مه می‌توانند بُعد دیگری به یک منظره پاییزی اضافه کنند. برای ثبت اتمسفر، تمام چیزی که شما نیاز دارید کیت اصلی و یک سه‌پایه است. منتظر یک روز نسبتا گرم بعد از یک شب سرد باشید. غبار و مه مانع از عبور نور خورشید می‌شوند، بنابراین احتمالا زمان نوردهی طولانی خواهد شد، در نتیجه یک سه‌پایه ضروری است. آنها همچنین اشباع رنگ و سایه‌ها را کاهش داده، و یک احساس تک رنگ بودن به شما می‌دهند. شما می‌توانید این موارد را با فیلترهایی مانند یک 80A سرد یا یک 81C گرم برجسته کنید، اگرچه راحت‌تر است که رنگ‌ها را در فتوشاپ تغییر دهید.

http://www.lenzak.com/

https://digitalcameraworld.com/



هنرمفهومی

«ایده به منزله ماشینی است که هنر را می‌سازد.» سول لویت

مجموعه‌ای از مفاهیم و اندیشه‌هایی نو، در قالبی ناآرام و جستجوگر، تلاش می‌کردند به بیانی مناسب در عرصه قرن ۲۰ام دست یابند. اتفاقات سیاسی و اجتماعی در عرصه‌های جهانی از یکسو و پیدایش افق‌های فکری و فلسفی، تعاریفی جدید از انسان و ذهنیت او ارایه می‌کردند. ارزش‌هایی متفاوت‌تر از آنچه که قبلا میزانی برای سنجش و ارزیابی مطرح بود مورد بحث قرار گرفت. نقدی که حتی می‌توانست کل تاریخ را زیر سوال برده و جایگزینی برای آنها انتخاب نماید؛ هنرمند با دیدی شک‌آلود به مفاهیم عینی، توانایی‌های ذهنی موجود در انسان را برای دست‌یابی به افق‌های تازه‌تر به کار گرفت.

زمینه‌های فرهنگی شکل‌یافته در جوامع مختلف اروپایی، هر کدام ایده‌ها و افکار متنوعی را در نوع برخورد خویش با هنر نو معرفی می‌کردند. خلاقیت و نوآوری درعرصه‌های مختلف، با نگاهی جستجوگر به دنیای اطراف دغدغه اصلی هنرمند قرار گرفت. این موضوع تا آنجا پیش رفته‌است که فرآیند آفرینش هنری در گستره‌ای از تهاجم ذهنیت برعنیت و برعکس، به عنوان تغییر شکل و از هیبت انداختن تصاویر متعارف و کلاسیک هم‌اکنون نیز در عرصه هنر مورد بحث قرار می‌گیرد، بحث «محتوا» و «بیان» است. گسترش همین موضوع و نحوه فعالیت سبک‌های هنری، در راستای همین موضوع، زمینه‌های فکری و نوع رویکرد هنر مدرن و پست مدرن را تا حد زیادی تحت تاثیر خود قرار داد. به‌خصوص در اواخر قرن که نمی‌توان تفکیکی بین این محتوی و نوع بیانی که به کار رفته‌است انجام داد؛ همین نگرش نوعی آزادی در استفاده از وسایل و روش‌های مختلف در توسعه و ایجاد فضایی جدید، در رویارویی با موضوع هنر ایجاد کرد و روح خلاقانه هنرمند در فضا و کالبدی جدید شروع به فعالیت نمود.

با توجه به شرایط و زمینه‌های ایجاد شده در طی قرن، هنر مفهومی به عنوان نمادی از آزادی هنری در دهه‌های ۷۰ و ۸۰ مطرح شد. مجموعه تفکراتی که در جهت هماهنگی و مشارکت «زبان» در کنار فرم‌هایی از دوران مدرن و معاصر عمل می‌کردند. هنری اساسا «فکری» و عقیدتی که برای ارایه نظریات هنرمند تلاش کرده و راه‌گشای خلاقیت او در برخورد با موضوعات مختلف است.

مارسل دوشان

تاریخچه هنر مفهومی برمی‌گردد به نظریاتی که هنرمند فرانسوی مارسل دوشان (۱۹۷۸–۱۸۸۷) در مورد «ایده» و نقش آن در یک اثر هنری مطرح کرده‌است. او بر این اعتقاد بود که ایده هر کار هنری، مهم‌تر از محصول و فرآورده آن است. آنچه که هنرمند می‌خواهد بیان کند و مفهومی که برای بیان خلاقیت خویش در نظر گرفته، خود هنر است؛ اساس کار هنری، انتخاب شیئی است که به جای آنکه آن را بسازیم، خودش ساخته شده‌باشد.

در عناصر موجود در آثار دوشان و حتی آثار سه‌بعدی که توسط او ساخته شده‌اند، چیزی است که اساسا به نوعی توسط هنرمند توضیح داده می‌شود. شی مورد نظر می‌تواند به تنهایی به عنوان یک اثر معرفی شود. دوشان در معرفی مسیر زندگی هنری خویش می‌گوید: «من می‌خواستم از جنبه‌های فیزیکی نقاشی عبور کنم. بیشتر علاقه داشتم که عقاید جدیدی بیافرینم. به عقیده من «کوره» در قرن ۱۹ام تاکید بیشتری بر مسایل فیزیکی را مطرح کرده‌است. ولی من بیشتر به عقاید علاقه دارم؛ نه فقط دستاوردهایی که از جنبه بصری به وجود می‌آیند و می‌خواهم نقاشی را هر چه بیشتر در خدمت فکر قرار دهم.»

بر اساس یک نظرسنجی هنری، کاسه توالت مارسل دوشان تأثیرگذارترین اثر هنری مدرن دنیا در تمامی دوران نام گرفته‌است این اثر از دوشان با عنوان «فواره» در مقام اول، تابلوی «دوشیزگان آوینیون» اثر پابلو پیکاسو متعلق به سال ۱۹۰۷ در مقام دوم، و

تابلوی مریلین مونرو اثر اندی وار هول متعلق به سال ۱۹۶۲ در مقام سوم قرار گرفته‌اند. دوشان در سال ۱۹۱۷ این توالت را امضا کرد و آن را در نمایشگاهی به نمایش گذاشت؛ او با این کار دنیای هنر را بسیار شوکه کرد. سایمون ویلسون، کارشناس هنری می‌گوید: «انتخاب اثر دوشان پیش از آثار پیکاسو و ماتیس واقعا شوکه‌کننده است. اما این انتخاب بیانگر پویایی هنر امروز و این نکته است که در هنر مهم‌ترین چیز فرایند خلاقه‌ای است که در اثر هنری، خود را به رخ می‌کشد و فرقی نمی‌کند که اثر از چه ساخته شده یا چه شکلی داشته باشد.»

در تداوم فعالیت‌های هنری مارسل دوشان، شاهد شکوفایی مدرنیسم در سال‌های ۱۹۵۰ و هنر آوانگارد هستیم که در تحولات اجتماعی، سیاسی دو جنگ گرم و سرد بسیار تضعیف شده بود. در این مقطع زمانی هنرمندان سعی می‌کردند در قالبی مفهومی و برگرفته از مسایل زبانی حرکت کنند، همین امر بسترسازی مناسبی را برای شکوفایی هنرمفهومی در دهه‌های ۶۰ و ۷۰ ایجاد کردند. بدین ترتیب هنر مفهومی در فضایی ایجاد شده توسط آوان گاردیسم رشد یافت و از این فضا برای بر پا کردن دیدگاه‌های انتقادی و همه جانبه بر علیه ادعاهای مدرنیسم هنری، خصوصا تمرکز شدید آن بر عنصر زیبایی‌شناسی و فرضیه‌های آن در مورد خود مختاری هنر بهره جست.

رویکردی از اندیشه و معنا در قالب هنر

هنرمندان مفهومی کار خود را با چسباندن بازی‌های کلامی بر دیوارهای گالری‌ها آغاز کردند. بخش دیگری از کار آنها طرح‌ها یا ایده‌هایی بود که برای بعضی رویدادها ارائه می‌دادند و آنها را به عنوان پاره‌هایی از هنر تصور می‌نمودند. در چنین دوره‌ای تصور بسیاری از هنرمندان و منتقدین هنر بر این بود (و هست) که درست کردن اشیا (یا آثار) هنری چیزهایی سطحی و از مد افتاده‌اند، یعنی آن چه ساختنش می‌تواند به دستیارها واگذار شده و یا اصلا به‌طور کامل کنار گذارده شود. به‌طوریکه داگلاس هویلر یکی از هنرمندان این سبک می‌گوید: «همه اشیا در فضا و زمان، خود هنر هستند.»

هنر مفهومی تلاش می‌کند تا جنبه فیزیکی و ظاهری کار را تا حد ممکن کاهش دهد و به جای آن نیروی ذهنی ناشی از اثر هنری را تقویت کند. تحریکات بصری و نوری به نفع روند فکری و هوشمندانه ادراک اثر هنری، کم اهمیت است. مخاطب اثر هنری به همراهی و گفتمان با خالق دعوت شده و تصمیم‌گیری نهایی و درک لازم از کار بر عهده مخاطب گذارده می‌شود. بدین ترتیب فرایند آفرینش اثر با فرایند ادراک و دریافت آن پیوند می‌خورد.

یکی از اولین نمونه‌های این جنبش هنری اثر «یک و سه صندلی» از جوزف کوسوث (متولد ۱۹۴۵) می‌باشد.این اثر عبارت است از یک صندلی چوبی تاشو، یک عکس از همان صندلی و یک عکس بزرگ شده از تعریف صندلی. با نمایش این چیدمان، در واقع هنرمند این پرسش را در برابر بیننده خود می‌گذارد که کدام‌یک هویت واقعی یک صندلی را بازگو می‌کنند؟ آیا صندلی به کمک یکی از این سه عامل قابل کشف و درک است، یا به کمک بعضی یا همه آنها؟ یا اینکه به کمک هیچیک از آنها نمی‌توان به حقیقت صندلی پی برد؟

ایده به عنوان سازنده اصلی هنر نقش مهمی را در جهت‌دهی و بیان اندیشه هنرمند ایفا می‌کند. سوالاتی که در رابطه با دنیای مطرح می‌شوند ذهنیت هنرمند را به چالش وا داشته و موجبات پیدایش ایده‌های جدید را به وجود می‌آورد. هنرمند به مثابه استفاده از یک فرم مفهومی همه تصمیم‌گیری‌ها و برنامه‌ریزی‌های لازمه را از قبل انجام داده‌است و اجرای اثر از اهمیت کمتری برخوردار است. رویکردی متفاوت که تلاش می‌کند پیش‌زمینه فکری و نقطه الهام هنرمند را محور اصلی آفرینش اثر هنری قرار دهد.



One and Three Chairs, Joseph Kosuthcel

با یک نگاه کلی هنر مفهومی حاصل طغیان‌های پیاپی بر علیه چهار ویژگی مهمی است که در نهادهای هنری غرب و بالاخص در توصیف نقاشی مورد قبول بوده‌اند. عینیت مادی، ویژگی‌های رسانه، کیفیت بصری و خودمختاری. نگاه انتقادی به این چهار مورد و چالش‌های انجام گرفته در این زمینه، موجبات پیدایش ۶ نوع هنر مفهومی را محیا ساخت. ۳ مورد اول بیشتر بر روی دل بستگی‌های فرمی و منتقدانه در تعریف هنر تاکید می‌کنند و شامل ویژگی‌های زیر می‌باشند:

۱) تعلیم، اجرا و مستند سازی.

۲) فرایند، سیستم و مجموعه‌ها.

۳) زبان و نشانه.

و ۳ مورد بعدی اشکال متفاوتی از مداخله‌های فرهنگی، سیاسی در هنر را به نمایش می‌گذارند:

۴) تصرف، مداخله و امور روزمره.

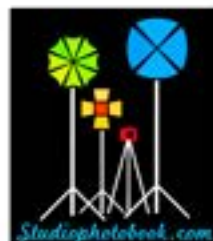
۵) سیاست و ایدئولوژی

۶) نقد نهادی. institutional

با همه اینها تصور این‌که هنر چگونه هرگز می‌تواند مانند یک «ایده» است، بسیار دشوار به نظر می‌رسد. هنر در واقع هنگامی به درستی به بار می‌نشیند

Studio Photobook

ارائه کننده بهترین خدمات عکاسی و فیلمبرداری حرفه ای



تصویربرداری حرفه ای از جشن ازدواج، دوران بارداری، کودک،
خانوادگی، مدلینگ، تهیه تیزر تبلیغاتی، جشن تولد، عکسهای
پاسپورتی و پرسنلی، تصویربرداری تبلیغاتی از املاک و منازل و
عکسهای 360 درجه، آموزش عکاسی، تهیه آلبوم دیجیتال، ترمیم
عکسهای قدیمی، تهیه انواع ویدئو کلیپ با کیفیت 4K

(514)984-8944

فقط با وقت قبلی

۱۹۷۸ است. کاری بسیار ساده که عبارت بود از چهار کیلومتر و نیم مسیر پیاده در پارکی عادی و پیش پا افتاده در کانزاس سیتی. بخشی از راه به سبک فرانسوی و بخشی دیگر به سبک انگلیسی اجرا شد. مردم به کرات روی سنگ فرشهای سیمانی و آسفالت راه رفته‌اند. زیر پای ایشان و روی سطحی که هر روز، بی‌آنکه دقت کنند آن را می‌بیمودند، پارچه‌های بسیار نرم و رنگی انداختیم. این عمل به نوعی آگاهی گردش در مردم فعال کرد، چون در اثر بی‌توجهی ممکن بود زمین بخورند. ناگهان افراد شروع به فکر کردن به طرز راه رفتنشان کردند. در طول ۱۴ روز که چیدمان ادامه یافت، در یکی از روزهای پاییزی ۲۵ کور کفش‌هایشان را در آوردند. یکی از آنها به طرف من آمد و گفت: «پروژه‌تان را دیدیم» این تجربیات همه بخشی از غنای اثر هستند.»

در پروژه «دروازه‌ها» The Gates در نیویورک (۲۰۰۵-۱۹۷۹) مسیره‌های پیاده پارک مورد طراحی قرار گرفتند ولی این بار نه در کف، چیدمانی از ۷۵۰۳ دروازه به ارتفاع ۷۸/۴ متر و با عرض متغیر ۶۸/۱ تا ۴۸/۵ که در ۲۵ مسیر پیاده به طول ۳۷ کیلومتر جاگذاری شده‌اند و قطعات پارچه‌ای زعفرانی رنگ از جنس «ونیل» که به طول ۱۳/۲ متر از آنها آویزان هستند.

مردم در حال پیاده‌روی در مسیر همیشگی خود، از زیر سقف‌های طلایی با سایه‌هایی گرم عبور می‌کنند؛ پیاده‌رو وجهی تندیس‌گون به خود می‌گیرد، خصوصاً از دید ساختمان‌های اطراف مانند یک رودخانه طلایی با امواجی کاملاً طبیعی به نظر می‌رسد. مساله مهم دیگر در این پروژه هارمونی موجود و نحوه تکرار دروازه‌ها در طول مسیرهای پارک و کنتراست رنگی است که این پیاده‌روها نسبت به محیط ایجاد می‌کنند.

در همه آثار این دو هنرمند، جزئیات دارای ارزش خاصی هستند و مساله زیباشناختی هرکدام حایز اهمیت است. دقیقاً مانند یک نقاش آستره که رنگ‌های مختلف را بر روی تخته شاسی‌اش قرار داده و در حین خلق اثر رنگ‌ها را با هم ترکیب می‌کند و در نهایت، رنگ‌بندی اثر با یک حس زیباشناختی قوی در طی مراحل مختلف شکل می‌گیرد. چیدمان‌هایی که کریستو و ژن انجام می‌دهند چنین روند تکاملی را طی می‌کنند. مردم، طبیعت، مسایل فنی و اجرایی و ... با حساسیتی زیاد در کنار همدیگر قرار گرفته و نسبت به رویکرد خاصی که دارند پروژه را هدایت می‌کنند.

<http://sharifimehr.blogfa.com/>

<https://www.galeriemagazine.com/>



The Gates, Christo & Jeanne-Claude

که تجربه‌ای بصری و تجسمی مطلوب ارایه کند که در عین حال بازگوکننده اندیشه‌های زیربنایی هنرمند نیز است.

نگاهی به آثار و اندیشه‌های کریستو و ژان - کلود

کریستو کلود و همسرش ژن کلود از جمله هنرمندانی هستند که از اوایل دهه ۶۰ در زمینه هنر مفهومی فعالیت می‌کنند؛ این دو بعد از برگزاری نمایشگاه‌های متعدد در گالری‌ها و موزه‌های سراسر جهان، موفق به دست‌یابی به زبانی نو در بیان هنری شده‌اند. طبیعت در مقام نخست و فضاهای شهری در جایگاه بعدی الهام‌بخش روند هنری کریستو و ژن است. ظرفیت‌های موجود در محیط، چه از لحاظ تحریکات بصری و خلق چشم‌اندازهای بدیع و چه از نظر اعمال هویتی تازه و مکان‌مندی فضا حائز اهمیت هستند. تغییر مقیاس و خلق آثاری در ابعاد بزرگ‌تر از حد معمول با مخاطب خویش ارتباط جدیدی را تعریف می‌کنند. تلاشی برای عمیق‌تر کردن رابطه انسان با محلی که در آن زندگی می‌کند، و همین مکان به یک اثر هنری تبدیل می‌شود کریستو کلود در توضیح پروژه‌ها می‌گوید:

«اجرای پروژه‌های من آنقدر طولانی و پیچیده است که در ابتدا الزاماً دید روشنی از آنها ندارم. همه چیز با روندی آرام گسترش می‌یابد و یک مسیر کلی را مشخص می‌کند، به‌طوری‌که در طرح «پرده دره» - Valley Cur- tain در کلورادو (۱۹۷۰-۱۹۷۲) پرده‌ای که باید از دره آویزان می‌کردیم کاملاً سفید بود. مدتی زمان برد تا رنگ خوب، حرکت و مکان مناسب پیدا شود»

در کار این زوج هنری سعی می‌شود مرزها را زیر سوال برده شود؛ در ابتدا فضا را اجاره کرده، سعی می‌کنند ارتباط جدیدی را با آن برقرار سازند، مفاهیمی که می‌توانند رویکردی متفاوت و غنی‌تر از قبل، خصوصاً نسبت به مردمی که در آنجا زندگی می‌کنند، به مکان انتقال دهند! در تمامی پروژه‌ها مردم حضوری پررنگ داشته، رویکردی اجتماعی را به نمایش می‌گذارند... ارتباط انسان با محیط اطراف رفته‌رفته تنگ‌تر می‌شود، تا آنجا که مخاطب به تعاملی شخصی با محیط یا اثر هنری دست می‌بازد. این پروژه‌ها بدون تردید حایز دیدگاه‌هایی زیست محیطی، اجتماعی و هنری بسیار با اهمیتی هستند.

کریستو کلود می‌گوید: «یکی از صمیمانه‌ترین پروژه‌هایی که اجرا کرده‌ام، «پیاده‌روهای بسته‌بندی شده» The wrapped walkway در سال



The wrapped walkway, Christo & Jeanne-Claude

ترند پاییز و زمستان ۲۰۲۱-۲۰۲۲، بر اساس استریت استایل نمایش اوت کوتور

نمایش اوت کوتور ۲۰۲۱-۲۰۲۲ در پاریس برگزار شد و در حاشیه این نمایش، استایل افراد معروف و اینفلوئنسرها جلب توجه می‌کرد.

اوت کوتور کلمه‌ای فرانسوی برای لغت "های فشن" (high fashion) به معنی زندگی بالا یا فاخر است. این اصطلاح به طراحی هنرمندانه لباس‌های شیک و دست‌دوز اطلاق می‌شود. جایی‌که هنر و فشن در کنار هم قرار می‌گیرد. برای حفظ جریان خلاقیت در دنیای پرسرعت تغییرات در فشن، وجود اوت کوتور الزامی است. این دست از طراحی لباس نیاز به حفظ سطح بالای تکنیک طراحی و خلاقیت و دوخت دارد.

اما این لباس‌ها، لباس رایج فرش فرمز است. جریان مدی نیست که مردم عادی برای استفاده روزمره از آن استفاده کنند و توان پرداخت هزینه‌های آن را داشته باشند. در کنار این فشن‌شوهای فاخر و چشمگیر، استریت استایل جریان دارد که به زندگی روزمره ما نزدیکتر است. در کنار رعایت هارمونی و زیبایی، بیانگر تغییرات فصل آینده دنیای مد نیز هست.

استریت استایل و نحوه شکل‌گیری آن

افراد، فردیت خود را به لباس ابراز می‌کنند و بخشی از دنیای درونی خود را به نمایش می‌گذارند. استایل خیابانی سبکی است که افراد این فردیت‌گرایی را به نمایش می‌گذارند. استریت‌استایل، به استایل یا سبک خیابانی معروف است که در دهه ۵۰ شکل گرفت. این سبک همزمان با شکل‌گیری خرده فرهنگ‌ها و آثار دستی (do it yourself: DIY) میان جوانان علاقه‌مند به موسیقی (هیپ هاپ و رپ و ...)، ورزش‌های هیجانی (اسکیت برد و ...) با بازسازی لباس‌های قدیمی اما شیک شکل گرفت. سبک استریت به آنها اجازه داد تا به بیان دیدگاه‌های فردی خود بپردازند.

استریت‌استایل سبکی است که در کنار جریان اصلی مد، از محیط غیرمتعارف به وجود آمده است. این سبک از فرهنگ جوانان و مناطق شهری در دهه ۷۰ میلادی شکل گرفت. اگرچه با گذشت زمان این سبک نیز دستخوش تغییر شد. اما امروزه شکل جدیدی به خود گرفته است و طرفداران بسیاری دارد.

تاثیر استریت استایل بر نمایش مد

در گذشته مد پدیده‌ای کاملاً فاخر بود. توسط طراحان لباس به علاقه‌مندان فشن دیکته می‌شد. اما پس از شکل‌گیری استریت‌استایل روند موجود تغییر یافت. این روزها استریت‌استایل تاثیر زیادی بر کت‌واک‌ها دارد. ک ایل نگ می‌گوید: «این روزها بیشتر فشن شوها و استیج رانوی الهام گرفته از سبک استریت‌استایل است.» برند گوچی و بالنسیاگا جزو برندهای تاثیرپذیر از این سبک هستند.

اهمیت استریت استایل بر ترندها

اهمیت استریت‌استایل امروزه به دلیل انتخاب این سبک پوشش توسط مردم است. چرا که مردم عادی و علاقه‌مندان به مد، برای انتخاب لباس‌های روزمره خود از این سبک الهام می‌گیرند. مجلات مد نیز به اهمیت استریت‌استایل در کنار فرش قرمزها و فشن شوها واقفاند و این سبک از لباس پوشیدن را انعکاس می‌دهند.

طی چند سال اخیر استریت‌استایل رونق یافت، برندهای مطرحی چون لویی ویتان و سوپریم به همکاری با هم، جهت رفع نیاز مخاطبان این سبک پرداختند. این به‌این معناست که ادغام دو برند در دنیای مد چیزی است که نیاز جوان امروز را مرتفع می‌کند. این برندها به دلیل شناخت خوبی که از مخاطبین و بازار فروش خود دارند سبک مورد استفاده این نسل را هدف قرار داده و به معرفی محصولات خود با سبک استریت‌استایل در فیسبوک و اینستاگرام به عنوان رسانه‌های اجتماعی پرداخته و بازار آنلاین را به عنوان بازار فروش هدف قرار داده‌اند.



کمپانی‌های مد از اهمیت اینفلوئنسرها و شبکه‌های اجتماعی آگاه‌اند و از طریق این افراد محصول خود را به تمام دنیا معرفی می‌کنند. چرا که جوانان، این افراد را دنبال کرده و برای همزاد پنداری و شبیه شدن به‌این شخصیت‌ها به پیروی از سبک لباس آنان روی می‌آورند.

اوت کوتور ۲۰۲۱-۲۰۲۲ و حاشیه‌های استریت استایل

در دوران پسا کرونا و برگزاری مجدد فشن‌شوهای حضوری شاهد بازگشت محبوب‌ترین بخش هفته مد، یعنی استریت‌استایل بودیم. این سبک محبوب که در حاشیه نمایش مجدد حضوری "اوت کوتور پاریس ۲۰۲۱-۲۰۲۲" به چشم می‌خورد جذابیت دنبال کردن اخبار نمایش اوت کوتور را بیشتر کرده بود. زمانی که برندهای بزرگ آثار جذاب و هنرمندانه خود را به نمایش می‌گذارند، طبیعتاً می‌خواهیم بدانیم که سلبریتی‌ها و افراد معروف شرکت کننده در این مراسم چه لباسی به تن می‌کنند.

زیرا این افراد با لباس‌ها و استایل خود نشان‌دهنده ترند آینده دنیای مد هستند. استریت استایل حاشیه اوت کوتور امسال اثبات کرد که انرژی گذشته دوباره بازگشته و لباس‌های این سبک با جنجال بیشتری نسبت به گذشته مشاهده می‌شود. افراد معروف شرکت‌کننده لئونی‌هان، زینا آدونس، جرالدين بوبيل، کیتی پری، بلا حدید جوان اسمالز، افرادی بودند که برای این بخش دیده شدند.

تاثیر رنگ در استریت استایل نمایش مد اوت کوتور ۲۰۲۱-۲۰۲۲

به عنوان اولین عامل تاثیرگذار در استریت استایل پارسی اوت کوتور ۲۰۲۱-۲۰۲۲ به بررسی رنگ‌ها می‌پردازیم. فراوانی استفاده از رنگ‌ها برای کیف و کفش امسال بسیار چشم‌گیر بود. رنگ‌های به کار رفته در لباس‌ها، از رنگ‌های سیاه، سفید، انواع تنالیته خاکی تا قهوه‌ای و رنگ‌های شارپ و روشن بود. رنگ‌های سرمه‌ای فرانسوی، سبزه، فرمز کریمسون، استایل مونوکروم مشکی و مونوکروم نقره‌ای از انتخاب‌های اینفلوئنسرها در حاشیه این مراسم بود. به نظر می‌رسد رنگ‌های اصلی فرمز آبی و زرد انتخاب فصل آینده دنیای مد باشد. شیدهای مختلف پارچه‌های طرح‌دار (پرینت) آبی در این فصل پاریس به‌وفور دیده می‌شد. شرکت‌کنندگان تمام شیدهای آبی، از آبی آسمانی روشن، نیلی، آبی درباری تا آبی سورمه‌ای را به تن داشتند. استفاده از جین‌های آبی آمریکایی را به‌عنوان قطعه خنثی مورد علاقه اینفلوئنسرها، قابل مشاهده بود.

کریستی تورلینکتون در کنار ناٹومی کمبل کیفی به رنگ آبی روشن در دست داشت. لئونی‌هان یک ژاکت فرمز از برند شنل به تن داشت. این بازگشت به رنگ‌های ساده، اصلی و شاد نشان‌دهنده حس زندگی پس از دوران کرونا است.

پارچه‌های طرح‌دار و ترکیب پترن‌ها در استریت استایل اوت کوتور ۲۰۲۱-۲۰۲۲

از ترندهای استریت استایلی که در هفته اوت کوتور شاهد بودیم، ست کردن لباس به شیوه استایل شخصی است که جایگزین استایل عامه‌پسندانه بود. استفاده از دو قطعه لباس از دیزاین و پترن‌های مختلف به‌عنوان مثال



آکادمی موسیقی رمی
آموزش کلیه سازهای ایرانی و کلاسیک
توسط اساتید مجرب ایرانی و غیرایرانی

RCM METHODS

دوره‌های تخصصی آموزش متد RCM

برای پیانو، گیتار و ویلن

با ارائه مدرک بین المللی توسط رویال کنسرواتواری

برای بزرگسالان و کودکان

پیانو، ویلن، گیتار، فلوت، آواز، تار و سه تار، تنبک، سنتور و ...

کلاس‌های گروهی موسیقی کودک

به روش ارف برای کودکان ۳ تا ۵ ساله



514 996 1620

WWW.REMIACADEMY.COM

3333 Cavendish Blvd. Suite #285 2nd floor, Montreal, QC., H4B 2M5



کت و شلوار چرمی در استریت استایل اوت کوتور ۲۰۲۱-۲۰۲۲ لباس با پترن چهارخانه کلاسیک

لباس‌های لایه‌ای از دیگر فرم‌های مورد استفاده اینفلوئنسرها در این دوره بود. آنها از کت‌های کوتاه یا بلند به همراه تاپ یا کراپ تاپ‌ها با شلوارهای جین گشاد برای ایجاد تعادل به همراه گردنبند استفاده کردند. پلیورهای نازک به همراه شلوار از دیگر ترندهای مورد استفاده در این نمایش مد بود.

ترکیب چانکی بوت‌ها با بلیزر آیت‌های مورد استفاده اینفلوئنسرها بود. کنتراست کیف و کفش‌های اسپرت در کنار لباس‌های با فرم زنانه به چشم می‌خورد. پوشیدن کت و شلوار و پیراهن‌های مونوکروم سیاه، سرمه‌ای، سفید و صندل‌های استرپ چرمی از دیگر استریت‌استایل نمایش اوت کوتور این دوره بود.

حاشیه فشن‌شوها پر از ایده‌ها ناب استایل، برای زندگی روزمره ما بوده‌است. حتی در نمایش اوت کوتور که با آثار هنرمندانه طراحان رو به رو هستیم، می‌توان از لباس استریت استایل نمایش اوت کوتور ۲۰۲۱-۲۰۲۲ شرکت‌کنندگان با قابلیت استفاده روزانه برای استایل شخصی الهام گرفت.

<https://mag.sarak-co.com/>

<https://crfashionbook.com/>

<https://thezoereport.com/>

ترکیب دو نوع طرح پارچه در کنار هم با رعایت هارمونی به چشم می‌خورد که از ترندهای آینده خواهد بود.

اهمیت روسری و کیف در استریت استایل ۲۰۲۱-۲۰۲۲

استفاده از روسری ابریشمی به‌عنوان تاپ یا اکسسوری، بخشی از لباس بر روی شانه یا تزئین کیف و یا به عنوان پوشش سر و سرزند در این دوره از استریت استایل رایج بود.

کیف در فصل پاییز بزرگ‌تر از کیف‌های گذشته خواهد بود. کیفی که قابلیت حمل گوشی موبایل بزرگ را داشته باشد. کیف‌هایی با بند زنجیری همچنان در فصل پاییز طرفداران خود را خواهد داشت. نمایش استریت‌استایل نشان داد پرینت‌ها (پارچه‌های طرح‌دار) و طرح‌های گرافیکی و پترن تکرارشونده چیزی است که اینفلوئنسرها، افراد معروف دوست دارند روی کیفشان دیده شود. کیف‌های امسال بیش از آن که جنبه کاربردی داشته باشد، آنها را تبدیل به اثر هنری کرده تا در کنار سایر بخش‌های لباس هماهنگی خیره‌کننده‌ای بسازد.

استریت استایل حاشیه اوت کوتور ۲۰۲۱-۲۰۲۲ بار دیگر ثابت می‌کند که روند مدل کت‌های بلیزر و کت‌های اورسایز با سرشانه افتاده به همراه شلوارهای گشاد از استایل مورد علاقه شرکت‌کنندگان هفته مد پاریس است.

کت کوتاه و بلند چرمی و کت و جلیقه جین نیز از ترندهای مورد استفاده اینفلوئنسرها بود. تنوع رنگی و چاپی از استایل کردن سر تا پا با لباس‌های چهارخانه‌ای کلاسیک تا تک‌رنگ‌هایی با شید آبی سورمه‌ای یا بنفش پاستلی در استایل آنان دیده می‌شد.

ReMi Academy
Guitar Lessons
آموزش گیتار
پاپ کلاسیک
FLAMENCO فلامنکو
اساتید مجرب ایرانی و غیرایرانی
3333 Cavendish Blvd., Suite 285, H4B2M5
(514) 996-1620



فردریک شوپن

فردریک شوپن موسیقیدان و نوازنده پیانو در دوره رمانتیک بود که بیشتر به‌خاطر ساخت قطعه‌های تک‌نوازی پیانو شهرت دارد؛ قطعه‌هایی که با خیال‌پردازی فوق‌العاده و دقت نظر فراوان وی نوشته شده‌اند.

فردریک فرانسوا شوپن موسیقیدان مشهور لهستانی-فرانسوی بود که نخستین قطعه موسیقی خود را در سن هفت‌سالگی نوشت و یک سال بعد، در سن هشت‌سالگی به اجرای موسیقی در مجالس عمومی پرداخت.

او در سال ۱۸۳۲ به پاریس نقل‌مکان کرد، به محافل اشراف شهر راه یافت و به‌عنوان یکی از برجسته‌ترین معلم‌های پیانو به شهرت رسید. قطعه‌های پیانوی شوپن فوق‌العاده تاثیرگذار هستند و به قلب و روح شنونده نفوذ می‌کنند. نوکتورن، که یک قطعه‌ی موسیقی با حال و هوای شبانه است، توسط شوپن به کمال رسید. وی ۲۱ نوکتورن برای پیانو نوشته‌است.

سال‌های ابتدایی زندگی شوپن

شوپن در اول مارس سال ۱۸۱۰ در دهکده‌ی کوچک ژِلازوا وُلا در لهستان زاده شد. پدر او، نیکلاس، مهاجری فرانسوی بود که در زمان ازدواج با یوستینا ژیزانوسکا به‌عنوان معلم خصوصی کار می‌کرد.

نیکلاس پس از به‌دنیا آمدن شوپن، به‌عنوان معلم فرانسه در یکی از مدارس ورشو مشغول به کار شد. شوپن در کودکی، موسیقی را از مادر آموخت و به واسطه شغل پدر، با خانواده‌های فرهیخته پایتخت آشنا شد.

شوپن در ۶ سالگی، قادر بود پیانو بنوازد و آهنگ تصنیف کند. خانواده شوپن با دیدن توانایی فرزند خود، وی را نزد موسیقیدانی حرفه‌ای به نام وویچک زیوُنی، فرستادند تا تعلیم موسیقی ببیند. طولی نکشید که شاگرد چه در تکنیک و چه در ذوق هنری از استاد پیشی گرفت.

شوپن، کودک اعجوبه

شوپن در سن هشت‌سالگی به اجرای موسیقی در سالن‌های مجلل می‌پرداخت و تصنیف آهنگ‌ها از جمله قطعه پولونز در گام سل مینور را خود بر عهده داشت. او تا سال ۱۸۲۶ چندین قطعه پیانو در

سبک‌های گوناگون نوشته بود.

خانواده شوپن، وی را در مدرسه عالی موسیقی ثبت‌نام کردند؛ جایی‌که او به‌مدت سه سال تحت تعلیم جوزف الشنِر، موسیقیدان لهستانی، قرار گرفت؛ مردی که به شوپن آموخت تا ذوق موسیقی را در خود بیدار کند.

با تمام اینها، والدین او احساس کردند که فردریک برای کسب تجارب بیشتر در موسیقی به عرصه گسترده‌تری نیاز دارد، به همین دلیل او را به وین فرستادند.

او در سال ۱۸۲۹ اولین اجرای خود را در وین به‌روی صحنه برد و تماشاچیان را با اجرای استادانه و در عین‌حال پراحساس خود به شگفتی واداشت.



شوپن در سال‌های پیش رو در لهستان، آلمان، اتریش و همچنین پاریس، که از سال ۱۸۳۲ در آنجا اقامت گزید، به اجرای موسیقی پرداخت. در پاریس خیلی زود با آهنگسازان جوان دیگر از جمله فرانتس لیست، وینچنتسو بلینی و فلیکس مندلسون آشنا شد.

شوپن و زندگی در پاریس

شوپن در شهر پاریس دریافت که آثار لطیف او، تماشاچیان کنسرت‌های بزرگ را به وجد نمی‌آورد، زیرا آنها به شنیدن قطعه‌های فرانتس شوبرت و بتهوون خو گرفته‌اند.

خوشبختانه آشنایی او با خانواده روتچیلد دریچه تازه‌ای را به‌روی وی گشود و طولی نکشید که به‌عنوان تک‌نواز و معلم پیانو به محفل باشکوه اشراف پاریسی راه یافت.

او به این‌ترتیب توانست درآمد خوب و زندگی مرفهی برای خود مهیا سازد. شوپن در سایه این رفاه و آرامش توانست قطعه‌های زیبایی نظیر نوکتورن اُپوس ۹ و ۱۵، قطعه‌ی شِرزو اُپوس ۳۱ و سونات شماره ۲ اُپوس ۳۵ در گام سی بمل مینور را تصنیف کند.

رابطه عاشقانه شوپن با ژرژ ساند

اگرچه شوپن در جوانی دو بار عاشق شد و حتی یک‌بار نامزد کرد، اما هیچ‌کدام از این رابطه‌ها بادوام نبود.



او در سال ۱۸۳۸، در سن ۲۸ سالگی وارد رابطه عاشقانه‌ای با امانتین اُرور لوسیل دوپِن، رمان‌نویس فرانسوی با اسم مستعار ژرژ ساند، شد که ۸ سال از او بزرگ‌تر بود. گفتنی است ژرژ ساند شخصیتی قدرتمند و فمینیست داشت. لباس مردانه به تن می‌کرد و سیگار می‌کشید که خلاف عرفِ آن زمان بود.

این دو زوج نامتعارف در جستجوی آرامش به جزیره اسپانیایی مایورکا سفر کردند. زمستان سخت مایورکا بر روی سلامتی شوپن تاثیر بدی گذاشت.

ساند در مارس ۱۸۳۹ دریافت که شوپن به مراقبت‌های پزشکی جدی نیاز دارد، به همین دلیل وی را برای مداوا به شهر مarse برده. پزشکان مarse، بیماری شوپن را سل تشخیص دادند.

شوپن و ساند بعد از مدتی استراحت در مarse، در ماه می ۱۸۳۹ رهسپار جنوب پاریس شدند و به‌مدت هفت سال، در نوهانت، زادگاه ساند، زندگی کردند.

این هفت سال یکی از شادترین و پربرترین دوران زندگی شوپن محسوب می‌شود. او در این مدت، شاهکارهای تازه‌ای نظیر قطعه‌های سونات در گام بی مینور، نوکتورن اُپوس ۵۵، مازورکا اُپوس ۵۶ را تصنیف کرد. تقاضای روزافزون برای کارهای او زندگی مجللی را برای وی به ارمان آورد.

سال‌های پایانی و مرگ

وضعیت سلامتی شوپن تا نیمه دهه ۱۸۴۰ رو به وخامت گذاشت. او همچنین در رابطه خود با ژرژ ساند دچار مشکل شد؛ از طرفی خلق‌وخوی او احتمالاً تحت تاثیر نوعی بیماری ناشناخته صرع، تغییر کرده و باعث شده بود دمدمی مزاج شود.

در سال ۱۸۴۸ رابطه شوپن و ساند به پایان رسید. علت این جدایی، یک اختلاف‌نظر خانوادگی که از ازدواج سولانژ، دختر ساند، نشأت می‌گرفت، باعث تیره شدن روابط شوپن و ساند شد. برخی عقیده دارند یکی از دلایل این جدایی می‌تواند تصویر ناخوشایندی باشد که ساند در رمان لوکُرزیا فلوریانی، از رابطه خود با شوپن ارائه داده بود. به هرحال غرور اجازه نداد که هیچ‌یک از آنها برای آشتی پیش‌قدم شوند.

وضعیت روحی و جسمی شوپن بعد از این جدایی وخیم‌تر شد. شوپن برای اجرای کنسرت موسیقی به جزایر بریتانیا سفر کرد و آخرین اجرای عمومی

خود را در ۱۶ نوامبر ۱۸۴۸ به‌روی صحنه برد.

پس از آن به پاریس بازگشت و در ۱۷ اکتبر سال ۱۸۴۹ در سن ۳۹ سالگی چشم از جهان فروبست. جسم او در گورستان پرلاشز دفن شد، اما قلب او در کلیسایی در نزدیکی زادگاهش، در ورشو به خاک سپرده شد.

آثار شوپن

شوپن با وجود اجراهای عمومی اندکی که داشت، به شهرت قابل‌توجهی دست یافت. شیوه نوازندگی اصیل و پراحساس او، به وی این امکان را داد تا از تمام قابلیت‌های پیانوی زمان خود، به حد کمال بهره بگیرد.

او در کشف قطعه‌های تازه رنگارنگ و ویژگی‌های تکنیکی نواختن پیانو خستگی‌ناپذیر بود. پیش از او هیچ نوازنده‌ای ماهیت حقیقی پیانو را به‌عنوان سازی گویا و بیانگر درک نکرده بود. او این توانایی را داشت تا قطعه‌هایی برای پیانو بنویسد که گویی با آن پیوند خورده‌اند.

ابداعات او در زمینه نوازندگی از جمله انگشت‌گذاری، استفاده از پدال و نحوه اجرای کلی او با کیبورد، نقطه عطفی در تاریخ پیانو به‌شمار می‌روند. کارهای او معیارهای تازه‌ای برای پیانو تعیین کرد که نمی‌توان آنها را در نوازندگی نادیده گرفت.

موسیقی او با حسی شاعرانه عجین شده‌است که تقریباً به مذاق همه خوش می‌آید. اگرچه موسیقی شوپن به دوران رمانتیک تعلق دارد، اما دارای خلوص و دقت نظر آثار کلاسیک است.

او در درون خود و در ماجرای غم‌انگیز حمله آلمان به لهستان، به منبع اصلی الهام موسیقی دست یافت. آثار شوپن از شکوه و ناکامی‌های لهستان مایه گرفته‌است. او ریتم‌ها و ملودی‌های ساده دوران کودکی خود را به قطعه‌های ماندگار هنری تبدیل کرد.

آثار تک‌نوازی شوپن برای پیانو شامل ۶۱ قطعه مازورکا، ۱۶ قطعه پولونز، ۲۶ قطعه پرلود، ۲۷ قطعه اتود، ۲۱ قطعه نوکتورن، ۲۰ قطعه والس، ۳ قطعه سونات، ۴ قطعه بالاد، ۴ قطعه شرزو، ۴ قطعه ایمپرومپتو، قطعه بارکارول اُپوس ۶۰، قطعه فانتزی اُپوس ۴۹، قطعه برسوز (لالایی) اُپوس ۵۷ و چندین آهنگ لهستانی می‌شود.

https://www.eavar.com/



شهرهای زیبای پاییزی

یکی از بزرگ‌ترین لذت‌های زندگی، سفر کردن است. به علت همین لذت‌ها و کسب تجربه‌ها بود که بسیاری در دنیا شروع به سفر کردند و به مرور، جهانگردی را در دنیا رسمی کردند. به‌طوری که در تاریخ ۲۷ سپتامبر ۱۹۷۰ میلادی، اساسنامه روز جهانی گردشگری به تصویب سازمان جهانی گردشگری رسید. در این مطلب پاییزی می‌خواهیم شما را به دیدن ۱۰ مکان زیبای پاییزی در دنیا ببریم.

۱. پاییز Sonoma County در کالیفرنیا آمریکا

بخش سونوما (Sonoma) که در کالیفرنیا آمریکا قرار دارد، منظره‌ای زیبا و منحصر به فرد دارد. در فصل پاییز که افتادن شاخ و برگ درختان



آغاز می‌شود و رنگ‌ها تغییر می‌کند، باید سوار بر اتومبیل شد و در طول دره سونوما حرکت کرد. در اینجا با دره‌ای زیبا مواجه می‌شویم که با درختان افرا و بلوط سایه شده‌است. در ادامه مسیر باید از شیار رودخانه روسی گذشت، جایی که تاکستان‌های زیبا با رنگ آتشین خورشید زمین را به زیبایی نقاشی کرده‌اند.

۲. جاده Northern New Mexico در آمریکا



در جاده Northern New Mexico گویا تنها یک فصل وجود دارد و آن پاییز است. اینجا جایی است که در شمال نیومکزیکو و در کنار کوهستان راکی قرار گرفته‌است. در طول این مسیر با مناظر زیبای جنگل، رودخانه سرخ، دره سبز و دریاچه‌های کوهستانی مواجه می‌شویم که در اوایل پاییز، رنگین‌کمانی از رنگ‌های مختلف است.

۳. پاییز در جاده Holmes County در ایالت اهایو آمریکا

از قلب ایالت اهایو جاده‌ای باریک می‌گذرد که اطراف آن را درخت‌های



افرا و بلوط پوشانده‌اند و کمی آن طرف شاخه‌های ذرت در هوای پاییزی موج می‌زنند. در جاده Holmes County باید سوار درشکه و اسب شد و زیبایی پاییز را در زیر درختان قرمز و زرد نظاره‌گر بود و در هنگام خستگی در کنار جاده ایستاد و در مزرعه زیبای ذرت به استراحت پرداخت.

۴. Gaspé Peninsula پاییزی در ایالت Quebec



در استان کبک کانادا (Quebec)، جاده‌ای زیبا وجود دارد که در پاییز، برگ قرمز درختان افرا بیننده را به یاد برگ روی پرچم کشور کانادا می‌اندازد. در اینجا درختان در زمینه آبی دریاچه قرار گرفته‌اند و فضا را زیبا کرده‌اند. در کوه‌های اطراف این جاده سبز (کوه‌های پارک ملی)، دریاچه‌ای وجود دارد که در آن انواع نهنگ‌ها موجود می‌باشد.

۵. Douro Valley دره‌ای پاییزی در پرتغال



در شمال کشور پرتغال دره‌ای به نام دره دوورو (Douro Valley) قرار دارد و رودخانه‌ای از میان آن می‌گذرد. این رودخانه پاییز را درون خود به زیبایی منعکس می‌کند و با کمک درختان و برگ‌هایشان، به رنگ‌های قرمز و نارنجی و زرد در می‌آید. در اطراف این رودخانه درختان انگور خودنمایی می‌کنند و شما را به سفری در آب دعوت می‌کنند تا در طول مسیر رودخانه، از زیبایی‌های اطراف لذت کامل را ببرید.

۶. پاییز زیبای آلمان در ایالت Bavaria

جنوب کشور آلمان پر از جنگل‌های زمستانی است که با رنگ‌هایی متنوع به مخالفت با برف کوه‌ها برخاسته‌اند. در طول مسیر حرکت به سمت جنوب



آلمان، باید از جاده‌ای زیبا که به نام جاده رمانتیک معروف است بگذریم و شهرهای تاریخی و مهمی مانند شهر روتنبرگ اب در تاور (Rothenburg ob der Tauber) و شهر دینکلزبول (Dinkelsbühl) در ایالت بایرن یا باواریا (Bavaria) را پشت سر بگذرانیم. این ایالت سرشار از زیبایی‌های پاییزی بی‌نظیر و مثال‌زدنی می‌باشد.

۷. پاییز در شهر Transylvania در کشور رومانی



ترانسیلوانیا (Transylvania)، شهری که در افسانه‌های وحشتناک و تصاویر قلعه‌های قرون وسطایی غرق شده‌است، ولی با پاییزی زیبا توانسته طلسم دراکولای افسانه‌ای را بشکند! می‌توان با مناظر زیبای پاییزی و در پیچ و خم جاده‌های زیبا، افسانه‌ها را به دست فراموشی سپرد و با واقعیت زیبا و بی‌نظیر مناظر پاییزی رو در رو شد و لذت برد.

۸. زیبایی کشور روسیه با پاییز Moscow



مسکو (Moscow)، کلان‌شهری در روسیه که در دوران شوروی تصویری کلیشه‌ای از خود به جهانیان عرضه کرده‌است. شهری که حالا با طبیعت زیبایش به مقابله با آن تصاویر کلیشه‌ای پرداخته و با تبدیل املاک تزارهای سابق به پارک‌های عمومی، تصویری زیبا و تازه از مسکو ارائه نموده‌است. به‌عنوان مثال به پارک کولومنسکویه (Kolomenskoye) نگاه کنید که در کنار کاخ سفید و آبی و گنبدی به شکل پیاز، با یک جنگل از درختان سیب‌نشان‌گذاری شده‌است و پاییزی فوق‌العاده زیبا را عرضه می‌کند.



۹. دره پاییزی Jiuzhaigou در چین

دره جیوژایگو (Jiuzhaigou) در چین، میزبان بسیاری از گیاهان متنوع و جانوران مختلف می‌باشد. با آمدن فصل پاییز، رقابتی از زیبایی و رنگ بین برگ‌های دراماتیک قرمز و نارنجی، رنگین‌کمان نشسته بر منظره روستای تیبتن (Tibetan) و دریاچه زمردی کم‌رنگ که در مرکز این مناظر قرار دارد آغاز می‌شود.



۱۰. زیباترین پاییز دنیا در Kyoto ژاپن

در ژاپن، کویو (koyo) یک سنت فرهنگی بزرگی است که به تغییر فصل از تابستان به پاییز و تغییر رنگ درختان و برگ‌ها گفته می‌شود. در این فصل در ژاپن، می‌توان شاهد گل‌ها و شکوفه‌های گیلان بود و بهار را در پاییز مشاهده کرد. هر جا که پا بگذاریم، چه در جنگل چه جاده چه پارک و چه مکان‌های عمومی، زمین در زیر پایت، با برگ‌هایی قرمز و نارنجی و زرد و قهوه‌ای و حتی سبز پوشیده شده‌است.

یکی از بهترین مکان‌ها برای فصل koyo (فصل رنگ‌های پاییزی)، کیوتو (Kyoto) می‌باشد که در جزیره هونشو (Honshu) واقع شده‌است. در اینجا رنگ‌ها پادشاهی می‌کنند و به وضوح تبدیل به سقفی برای زمین شده‌اند. جایی که حتی برگ‌های زنده بر روی سقف شیب‌دار معبد هم جا خوش کرده‌اند و بقایای قرون امپراطوری شهر هستند.

<https://www.parsnaz.com/>

<https://www.bartarinha.ir/>



فیلم‌های معروف دنیا

لذت دیدن بهترین فیلم‌های جهان برای عاشقان دنیای سینما وصف نشدنی است. در این مقاله، بر پایه داده‌های رتن تومیتوز (Rotten Tomatoes) و برخی نقدهای معتبر، ۲۵ فیلم از بهترین فیلم‌های تاریخ سینما به شما معرفی می‌شود. در پایان با توجه به گستردگی معیارها و سلیقه‌ها در دسته‌بندی و رتبه‌بندی فیلم‌ها، خلاصه‌ای از فهرست بهترین فیلم‌های تاریخ سینما از نظر سه مرجع معتبر سینمایی دیگر نیز ارائه می‌شود.

۲۵. سکوت بره‌ها (Silence of the Lambs)



سال تولید: ۱۹۹۱
کشور سازنده: آمریکا

ژانر: درام، جنای، دلهره‌آور
مدت‌زمان: ۱۱۸ دقیقه

کارگردان: جاناتان دمی (Jonathan Demme)

نویسنده: توماس هریس (Thomas Harris)، تد تالی (Ted Tally)
بازیگران اصلی: جودی فاستر، آنتونی هاپکینز
سکوت بره‌ها فیلمی است که در طول سال‌ها به‌تدریج به محبوبیتش افزوده شده‌است. این فیلم، یکی از ۳ فیلم تاریخ سینماست که موفق به دریافت اسکار در هر ۵ جایزه اصلی شده‌است.

۲۴. مهاجمان صندوق گمشده (Raiders of the Lost Ark)



سال تولید: ۱۹۸۱

کشور سازنده: آمریکا
ژانر: اکشن، ماجراجویی

مدت‌زمان: ۱۱۵ دقیقه
کارگردان: استیون اسپیلبرگ

نویسنده: لارنس کاسدان (Lawrence Kasdan)، جرج لوکاس
بازیگران اصلی: هریسون فورد، کارن آلن، پال فریمن

این فیلم سرآغاز داستان یکی از محبوب‌ترین قهرمانان اکشن تاریخ سینما، ایندیانا جونز است؛ فیلمی که ۴ اسکار دریافت کرد و استانداردهای جدیدی را در جلوه‌های ویژه خلق نمود.

۲۳. پنجره پستی (Rear Window)

سال تولید: ۱۹۵۴

کشور سازنده: آمریکا



ژانر: راز‌آلود، دلهره‌آور

مدت‌زمان: ۱۱۲ دقیقه

کارگردان: آلفرد هیچکاک

نویسنده: جان میشل‌هایز (John Michael Hayes)، کورنل وورلیک (Cornell Woolrich)
بازیگران اصلی: جیمز استوارت، گریس کلی
«پنجره عقبی» که به‌نظر بسیاری از منتقدان، بهترین فیلم هیچکاک است، بارها در فرهنگ عامیانه مورد اشاره قرار گرفته‌است. این فیلم به‌خاطر ویژگی‌های فرهنگی و تاریخی چشمگیرش در مؤسسه ملی فیلم آمریکا ثبت شده‌است.

۲۲. روزی روزگاری در غرب (Once Upon A Time In The West)



سال تولید: ۱۹۶۸

کشور سازنده: آمریکا، ایتالیا
ژانر: وسترن

مدت‌زمان: ۲ ساعت و ۴۵ دقیقه
کارگردان: سرجیو لئونه

نویسنده: سرجیو دوناتی، سرجیو لئونه

بازیگران اصلی: هنری فوندا، چارلز برانسون، کلودیا کاردیناله



۲۱. ماتریکس (Matrix)

سال تولید: ۱۹۹۹

کشور سازنده: آمریکا

ژانر: اکشن، علمی‌تخیلی

مدت‌زمان: ۲ ساعت و ۱۶ دقیقه

کارگردان: لانا و لی‌لی واچوفسکی

نویسنده: لانا و لی‌لی واچوفسکی

بازیگران اصلی: کیانو ریوز، لارنس فیش‌برن، کری‌آن ماس

این ساخته واچوفسکی‌ها، به‌شکلی گسترده به‌عنوان یکی از بهترین فیلم‌های علمی-تخیلی موردتشویق قرار گرفته‌است. این فیلم به‌شدت ژانر علمی-تخیلی را تحت‌تاثیر قرار داد و با صحنه‌های معروف «شلیک گوله»‌اش، استانداردهای تازه‌ای در زمینه مبارزه در فیلم‌های اکشن خلق نمود.

۲۰. کازابلانکا (Casablanca)

سال تولید: ۱۹۴۲

کشور سازنده: آمریکا

ژانر: درام، عاشقانه، جنگی

مدت‌زمان: ۱ ساعت و ۴۲ دقیقه

کارگردان: مایکل کورتیز

نویسنده: جولیس اِپستین، فیلیپ اِپستین

بازیگران اصلی: همفری بوگارت، اینگرید برگمان

به‌دلیل تغییر زمان پخش فیلم که با حمله متحدین به شمال آفریقا مصادف شد، انتظار نمی‌رفت کازابلانکا فیلمی پروفروش شود، چه برسد به اینکه به یکی از بهترین فیلم‌های تاریخ سینما تبدیل گردد! این درام تاریخی، موفق به کسب ۳ اسکار از جمله اسکار بهترین فیلم شد.

۱۹. شهر خدا (City of God)

سال تولید: ۲۰۰۲

کشور سازنده: برزیل

ژانر: درام، جنایی

مدت‌زمان: ۲ ساعت و ۱۰ دقیقه

کارگردان: فرناندو میرلز

نویسنده: پائولو لینز، برالیو مانتووانی

بازیگران اصلی: الکساندر رودریگز، آلیس براگا، لئاندرو فیرمینو

این درام جنایی برزیلی، بر اساس داستان واقعی شکل‌گیری گروه‌های خلافکار، رشد و پیشرفت آنها در حومه شهر ریودوژانیرو معروف به «شهر خدا» است. فیلم به‌خاطر شیوه توصیف رخدادها و بازیگرانی که بیشترشان اهل همان منطقه هستند، بسیار تحسین شده‌است.

۱۸. جنگ ستارگان: قسمت چهارم؛ امیدی تازه (Star wars: A New Hope)



سال تولید: ۱۹۷۷

کشور سازنده: آمریکا

ژانر: اکشن، ماجراجویانه، فانتزی

مدت‌زمان: ۲ ساعت و ۱ دقیقه

کارگردان: جورج لوکاس

نویسنده: جورج لوکاس

بازیگران اصلی: کری فیشر، مارک همیل، هریسون فورد

امید دوباره یکی از تاثیرگذارترین فیلم‌های ژانر علمی-تخیلی، فیلمی پیشرو است که راه را برای فیلم‌های پرهزینه با جلوه‌های ویژه فراوان باز کرد.

۱۷. رفقای خوب (Goodfellas)



سال تولید: ۱۹۹۰

شور سازنده: آمریکا

ژانر: درام، جنایی، زندگینامه

مدت‌زمان: ۲ ساعت و ۲۶ دقیقه

کارگردان: مارتین اسکورسیزی

نویسنده: نیکلاس پیلگی

بازیگران اصلی: رابرت دنیرو، ری لیوتا، جو پشی

رفقای خوب به کاگردانی «مارتین اسکورسیزی» به عنوان یکی از بهترین فیلم‌های گانگستری تاریخ سینما شناخته می‌شود که الهام‌بخش «دیوید چیس» در ساخت سریال محبوب شبکه اچ‌بی‌ا، «خانواده سوپرانو» (The Sopranos) بوده‌است.

۱۶. ارباب حلقه‌ها: باران حلقه (Lord of the Rings: Fellowship of the Ring)



سال تولید: ۲۰۰۱

کشور سازنده: آمریکا، نیوزیلند

ژانر: اکشن، ماجراجویانه، درام

مدت‌زمان: ۲ ساعت و ۵۸ دقیقه

کارگردان: پیتر جکسون

نویسنده: جی. آر. آر تالکین، فزن والش

بازیگران اصلی: یان مک‌لین، الیجا وود، ویگو مورتسنن

این فیلم به‌خاطر اقتباس وفادارانه‌اش از کتاب تالکین (Tolkien) هم نظر طرفداران و هم نظر منتقدان را جلب کرد.

۱۵. هفت سامورایی (Seven Samurai)

سال تولید: ۱۹۵۴

کشور سازنده: ژاپن

ژانر: اکشن، ماجراجویانه، درام

مدت‌زمان: ۳ ساعت و ۲۷ دقیقه

کارگردان: آکیرا کوروساوا

نویسنده: آکیرا کوروساوا، شینوبو هاشیموتو

بازیگران اصلی: توشیرو میفونه، تاکاشی شیمورا، کیکو سوشیما

فیلم داستان اهالی روستایی است که هفت سامورایی را استخدام می‌کنند تا از آنها در برابر دزدان محافظت کنند. هفت سامورایی، پرفروش‌ترین فیلم تاریخ سینمای ژاپن و یکی از معدود فیلم‌های ژاپنی است که به‌شکلی گسترده در سینماهای غرب به نمایش درآمده‌است.

۱۴. تلقین (Inception)

سال تولید: ۲۰۱۰
کشور سازنده: آمریکا
ژانر: اکشن، ماجراجویانه، علمی تخیلی
مدت‌زمان: ۲ ساعت و ۲۸ دقیقه
کارگردان: کریستوفر نولان
نویسنده: کریستوفر نولان
بازیگران اصلی: لئوناردو دی‌کاپریو، جوزف گوردون لویت، البوت پیچ

این فیلم که به‌خاطر اصالت داستان، موسیقی و جلوه‌های ویژه‌اش به‌شکلی گسترده تحسین شده، جوایز متعددی دریافت کرده‌است. پایان فیلم احتمالا بحث‌برانگیزترین پایان فیلم در طول تاریخ سینما است.

۱۳. باشگاه مشت‌زنی (Fight Club)

سال تولید: ۱۹۹۹
کشور سازنده: آمریکا
ژانر: درام
مدت‌زمان: ۲ ساعت و ۱۹ دقیقه
کارگردان: دیوید فینچر
نویسنده: چاک پالانیک
بازیگران اصلی: برد پیت، ادوارد نورتن، هلنا بونهام کارتر

باشگاه مبارزه به عنوان یکی از پربحث‌ترین فیلم‌های دهه ۹۰. تاثیر چشمگیری بر فرهنگ عامیانه داشته‌است. جمله معروف تایلر داردن، «اولین قانون باشگاه مبارزه اینه که کسی درباره باشگاه مبارزه حرف نمی‌زنه!» به‌سرعت تبدیل به یکی از پرطرفدارترین نقل‌قول‌های دهه ۹۰ شد.

۱۲. جنگ ستارگان: قسمت پنجم؛ امپراطوری حمله می‌کند (Star wars: The Empire Strikes Back)

سال تولید: ۱۹۸۰
کشور سازنده: آمریکا
ژانر: اکشن، ماجراجویانه، فانتزی
مدت‌زمان: ۲ ساعت و ۴ دقیقه
کارگردان: اروین کرشنر
نویسنده: لی براکت، لارنس کاسدان
بازیگران اصلی: کری فیشر، مارک همیل، هریسون فورد

پس از تلاش‌های فراوان در مرحله تولید، وقتی فیلم به‌نمایش درآمد با نقدهای منتاقضی روبه‌رو شد. در پایان اما، نه‌تنها به پرطرفدارترین فیلم دنیای جنگ‌های ستاره‌ای، بلکه به یکی از پرفروش‌ترین فیلم‌های تاریخ سینما تبدیل شد.

۱۱. پرواز بر فراز آشیانه فاخته (One Flew Over The Cuckoos Nest)

سال تولید: ۱۹۷۵
کشور سازنده: آمریکا
ژانر: درام
مدت‌زمان: ۲ ساعت و ۱۳ دقیقه
کارگردان: میلوش فورمن
نویسنده: لارنس هاین، بو گلدمن
بازیگران اصلی: جک نیکلسون، لوئیز فلچر، دنی دویتو

این فیلم یکی از ۳ فیلمی است که موفق به کسب اسکار در هر ۵ رشته اصلی شد. تا ۲۰ سال بعد، هیچ فیلمی موفق به کسب این رکورد نگردید. این فیلم چنان موردپسند مخاطبان قرار گرفت که برخی سینماهای سوئد به‌مدت ۱۱ سال، به‌طور پیوسته آن‌را نمایش داده‌اند! عجیب نیست که «پرواز بر فراز آشیانه فاخته» یکی از بهترین فیلم‌های تاریخ سینما می‌باشد.

۱۰. ارباب حلقه‌ها: بازگشت پادشاه (Lord of the Rings: Return of the King)

سال تولید: ۲۰۰۳
کشور سازنده: آمریکا، نیوزیلند
ژانر: اکشن، ماجراجویانه، درام
مدت‌زمان: ۳ ساعت و ۲۱ دقیقه
کارگردان: پیتر جکسون
نویسنده: جی. آر. آر تالکین، فَرَن والش
بازیگران اصلی: یان مک‌لین، الایجا وود، ویگو مورتسنن

سومین فیلم از سه‌گانه ارباب حلقه‌ها برنده ۱۱ اسکار و هم‌رتبه دو فیلم «تایتانیک» و «بن‌هور» در زمینه تعداد اسکار دریافتی است. این فیلم همچنین تنها فیلم فانتزی است که موفق به دریافت اسکار بهترین فیلم سال شده‌است. بازگشت پادشاه این سه‌گانه را به پرفروش‌ترین سه‌گانه تاریخ سینما تبدیل کرد.

۹. شوالیه تاریک (The Dark Knight)

سال تولید: ۲۰۰۸
کشور سازنده: آمریکا
ژانر: اکشن، درام، جنایی
مدت‌زمان: ۲ ساعت و ۳۲ دقیقه
کارگردان: کریستوفر نولان
نویسنده: جاناتان نولان، کریستوفر نولان
بازیگران اصلی: کریستن بیل، هیث لجر، آرون اکهارت

شوالیه تاریک یکی از بهترین فیلم‌های دهه نخست قرن ۲۱ است که جایگاه یازدهمین فیلم پرفروش جهان را به خود اختصاص داده‌است. این فیلم به‌خاطر بازی‌های قدرتمند بازیگران و داستان التهاب‌آورش نظر مثبت

منتقدان بسیاری را به‌دنبال داشته‌است.

۸. فهرست شیندلر (Schindler’s List)

سال تولید: ۱۹۹۳
کشور سازنده: آمریکا
ژانر: تاریخی، درام، بیوگرافی
مدت‌زمان: ۳ ساعت و ۱۵ دقیقه
کارگردان: استیون اسپیلبرگ
نویسنده: تامس کنیلی، استیو زیلیان
بازیگران اصلی: لیام نیسن، رالف فاینس، بن کینگزلی

این فیلم که اقتباسی است از رمان «عهد شیندلر» نوشته «توماس کنیلی»، نه‌تنها موفق به کسب ۷ اسکار شد، بلکه در جایگاه یکی از بهترین فیلم‌های قرن قرار گرفت. فیلم داستان زندگی «اسکار شیندلر»، تاجری است که در طول جنگ جهانی دوم با استخدام هزاران یهودی، جان آنها را نجات داد.

۷. دوازده مرد خشمگین (12 Angry Men)

سال تولید: ۱۹۵۷
کشور سازنده: آمریکا
ژانر: تاریخی، درام، جنایی
مدت‌زمان: ۱ ساعت و ۳۶ دقیقه
کارگردان: سیدنی لومت
نویسنده: رچینالد رُز
بازیگران اصلی: هنری فوندا، لی جِی کوب، مارتین بالسام

معروف است که تمام فیلم تقریبا در یک مکان فیلم‌برداری شده‌است! ۱۲ مرد خشمگین، داستان هیئت منصفه‌ای است که به‌دنبال رسیدن به نظری واحد هستند. فیلم حضور موفقیت‌آمیزی در سینماها و جدول نمایش نداشت. اما پس از نمایش تلویزیونی بسیار مورد توجه قرار گرفت و نقدهای مهمی دریافت کرد.

۶. خوب، بد، زشت (The Good, the Bad, and the Ugly)

سال تولید: ۱۹۶۶
کشور سازنده: ایتالیا، اسپانیا، آلمان غربی
ژانر: تاریخی، وسترن
مدت‌زمان: ۲ ساعت و ۵۸ دقیقه
کارگردان: سرجیو لئونه
نویسنده: لوچیانو وینچنزونی، سرجیو لئونه
بازیگران اصلی: کلینت ایستوود، الی والاش، لی وِن کلیف

این وسترن اسپاگتی با بازی کلینت ایستوود، به‌خاطر فیلم‌برداری و موسیقی متنش معروف است. بسیاری «خوب، بد، زشت» را محبوب‌ترین فیلم وسترن

تاریخ سینما و بهترین فیلم این ژانر سینمایی می‌دانند.

۵. داستان عامه‌پسند (Pulp Fiction)

سال تولید: ۱۹۹۴
کشور سازنده: آمریکا
ژانر: درام، جنایی
مدت‌زمان: ۲ ساعت و ۳۴ دقیقه
کارگردان: کوئنتین تارانتینو
نویسنده: کوئنتین تارانتینو
بازیگران اصلی: اوما تورمن، جان تراولتا، ساموئل ال. جکسون

داستان عامه‌پسند به‌خاطر دیالوگ‌های عجیب، داستان غیرخطی و اشاره‌های بسیارش به فرهنگ عامیانه، معروف است. فیلم نامزد ۷ اسکار شد و نخل طلای کن را به‌دست آورد.

۴. پدر خوانده: قسمت دوم (Godfather: part II)

سال تولید: ۱۹۷۴
کشور سازنده: آمریکا
ژانر: درام، جنایی
مدت‌زمان: ۳ ساعت و ۲۲ دقیقه
کارگردان: فرانسیس فورد کاپولا
نویسنده: فرانسیس فورد کاپولا، ماریو پوزو
بازیگران اصلی: آل پاچینو، رابرت دنیرو، رابرت دووال

این فیلم که برنده ۶ اسکار شد، در فهرست فیلم‌های ملی آمریکا به‌ثبت رسیده‌است. قسمت دوم پدرخوانده از اندک نمونه‌های دنباله فیلم در تاریخ سینماسt که به‌اندازه نسخه نخست ارزشمند و باکیفیت از کار درآمده‌است.

۳. رستگاری در شائوشنک (Shawshank Re-demption)

سال تولید: ۱۹۹۴
کشور سازنده: آمریکا
ژانر: درام
مدت‌زمان: ۲ ساعت و ۲۲ دقیقه
کارگردان: فرانک دارابونت
نویسنده: استفن کینگ، فرانک دارابونت
بازیگران اصلی: تیم رابینز، مورگان فریمن

هرچند این فیلم موفقیتی در فروش نداشت و به‌زحمت هزینه ساختش را تأمین کرد، اما نقدهای مثبتی از منتقدان دریافت نمود و به فیلم مورد علاقه شبکه‌های تلویزیونی تبدیل شد.



۲. پدر خوانده



سال تولید: ۱۹۷۲

کشور سازنده: آمریکا

ژانر: درام، جنایی

مدت‌زمان: ۲ ساعت و ۵۵ دقیقه

کارگردان: فرانسیس فورد کاپولا

نویسنده: ماریو پوزو، فرانسیس فورد کاپولا

بازیگران اصلی: مارلون براندو، آل پاچینو، جیمز کان

پدرخوانده که یکی از مورد احترام‌ترین فیلم‌های تاریخ است، به‌عنوان یکی از بهترین فیلم‌های تاریخ سینما هم شناخته می‌شود. پیش از این، هیچ فیلمی داستان زندگی گروه‌های خلافکار و گنگسترها را این‌چنین و از زاویه دید خود این افراد، به‌نمایش نگذاشته بود. کارگردانی، فیلم‌نامه و گروه بازیگران پدرخوانده از بهترین‌های تاریخ سینما هستند. این فیلم تأثیر چشمگیری بر فرهنگ غرب داشته‌است، تاجایی‌که عنوان «اثر پدرخوانده» را به این تغییرات و تحولات داده‌اند.

۱. همشهری کین



سال تولید: ۱۹۴۱

کشور سازنده: آمریکا

ژانر: درام، رازآلود

مدت‌زمان: ۱ ساعت و ۵۸ دقیقه

کارگردان: اورسن ولز

نویسنده: هرمن جی. منکیویچ، اورسن ولز

بازیگران اصلی: اورسن ولز، جوزف کاتن، دوروتی مامینگور

فیلم پس از نمایش اولیه‌اش در آمریکا پس از جنگ جهانی دوم، خیلی زود از مرکز توجه خارج شد. اما در کشورهای دیگر مانند فرانسه نقدهای مثبت و تحسین‌برانگیزی دریافت کرد. در نتیجه فیلم دوباره در آمریکا مورد توجه قرار گرفت و به‌نوعی دوباره کشف شد! تاجایی‌که جایگاه یکی از بهترین فیلم‌های تاریخ سینما در تمام دوران‌ها را کسب کرد.

اکنون که به پایان این فهرست رسیدیم، شاید فکر کنید جای خیلی از فیلم‌ها در آن خالی است. به هر حال، رتبه‌بندی‌ها معیارهای متفاوتی برای امتیازدهی دارند، منتقدان هم سلیقه متفاوتی در ارزش‌گذاری فیلم‌ها. شما بسته به اینکه به نظر تماشاچیان معمولی بیشتر اهمیت می‌دهید یا منتقدان و دست‌اندرکاران سینما، و البته سلیقه شخصی‌تان، به منابع مختلفی برای آشنایی با بهترین فیلم‌ها دسترسی دارید. در ادامه ۳ منبع مختلف به شما پیشنهاد می‌شود:

بهترین فیلم‌های تاریخ سینما از نظر IMDb

فهرست بهترین فیلم‌های IMDb احتمالاً بهترین منبع برای شناخت بهترین فیلم‌ها از نظر عموم تماشاچیان است. IMDb اساس امتیاز کاربران و با اعمال برخی صافی‌ها هر سال فهرستی از ۲۵۰ فیلم برتر ارائه می‌کند. ۱۰ فیلم نخست برترین‌های IMDb عبارت‌اند از:

رستگاری در شاونسک؛

پدرخوانده؛

پدرخوانده، قسمت دوم؛

شوالیه تاریک؛

دوازده مرد خشمگین؛

فهرست شیندلر؛

ارباب حلقه‌ها: بازگشت پادشاه؛

داستان عامه‌پسند؛

خوب، بد، زشت؛

ارباب حلقه‌ها: یاران حلقه.



همشهری کین؛

پدرخوانده؛

پنجره پشتی؛

کازابلانکا؛

بچگی؛

سه رنگ: قرمز؛

سرگیجه؛

بدنام؛

آواز در باران؛

روشنایی‌های شهر.



بهترین فیلم‌های تاریخ سینما از نظر کایه دو سینما

فرانسه را مهد سینمای هنری و دغدغه‌مند می‌دانند. بسیاری از فیلم‌سازان فرانسوی علاقه‌مند به آزمودن سبک‌های جدید بوده‌اند. سلیقه منتقدان فرانسوی نیز با اغلب منتقدان انگلیسی و آمریکایی متفاوت است. منتقدان فرانسوی سینما را فراتر از هالیوود می‌دانند و به فیلم‌های بیشتری از نقاط دیگر جهان توجه می‌کنند. معتبرترین مجله تخصصی فیلم در فرانسه، کایه دو سینما، منبع خوبی برای کسانی است که می‌خواهند با فیلم‌های ارزشمند غیرانگلیسی‌زبان و غیرآمریکایی بیشتری آشنا شوند. ۱۰ فیلم نخست در رتبه‌بندی کایه دو سینما عبارت‌اند از:

همشهری کین؛

شب شکارچی؛

قاعده بازی؛

طلوع: آواز دو انسان؛

آتالانت؛

ام؛

آواز در باران؛

سرگیجه؛

بچه‌های بهشت؛

جویندگان.



<https://www.chetor.com/>



آموزش سازهای ایرانی
در آکادمی رِ می

REMI ACADEMY
www.remiacademy.com

Address: 285-3333 Cavendish BLVD.-Montreal-H4B2M5

514.996.1620
514.703.4020



بزرگترین جامعه مجازی تخصصی و حرفه‌ای ایرانیان مونترال کانادا
www.facebook.com/groups/business.montreal
گروه بیزینس مونترال با بیش از ۵۰ ماه سابقه و فعالیت درخشان

فقط معتبرترین کسب و کارهای شناخته شده در مونترال در این جامعه مجازی معرفی می‌شوند

المنطقه ۱۵ در مونترال



Arranged by Alireza Fakharian

Music $\text{♩} = 55$ **Vocal 1**

Em 4 2 1 5 D C Em Em

6 1

C Am D Bm C

11 1 8

Em C Em Em Em Em D C

17 (8) 1

Music 5 5 5

Em Em Em D C

22 **Vocal 1**

Em Em Am C Am Em

V.S.

28

Am C Am Em

32

Em D C

توضیحات:

نتها به صورت ساده برای پیانو تنظیم شده اند تا تعداد بیشتری از نواختن آن لذت ببرند.

جمعه

آهنگساز: استاد اسفندیار منفردزاده
شاعر: شهیار قنبری
تنظیم برای پیانو: علیرضا فخاریان

توی قاب خیس این پنجره ها
عکسی از جمعه غمگین می بینم
چه سیاهه به تنش رخت عزا
تو چشاش ابرای سنگین می بینم
داره از ابر سیاه خون میچکه
جمعه ها خون جای بارون میچکه
نفسم در نمیاد جمعه ها سر نمیاد
کاش می بستم چشمو این ازم بر نمیاد
داره از ابر سیاه خون میچکه
جمعه ها خون جای بارون میچکه
عمر جمعه به هزار سال می رسه
جمعه ها غم دیگه بیداد میکنه
آدم از دست خودش خسته میشه
با لبای بسته فریاد میکنه
داره از ابر سیاه خون میچکه
جمعه ها خون جای بارون میچکه
جمعه وقت رفته موسم دل کننده
خنجر از پشت میزنه اون که همراه منه
داره از ابر سیاه خون میچکه
جمعه ها خون جای بارون میچکه

آکادمی ر می هر ساله در هفته آخر اکتبر به مناسبت هالوین جشنی برگزار می کند که هنرجویان و مدرسین عزیز خانواده ر می با لباس های هالوین خود در آن شرکت می نمایند امسال نیز در هفته آخر اکتبر با رعایت مقررات بهداشتی این جشن برگزار خواهد شد.

Please Wear Your Halloween Costume When Coming to the ReMi Academy



Action Montréal



Action Montréal dévoile un tout nouvel engagement électoral concernant le remboursement de la dette à Montréal.

Selon Gilbert Thibodeau, chef d'Action Montréal: «La dette de Montréal frise les 125 % de son budget excluant la dette de la Société de transport de Montréal.

ACTION MONTRÉAL S'ENGAGE: Réduire la dette de la Ville de Montréal par l'attribution de 50% des économies réalisées, chaque année, par la saine gestion. Parlons de gestion des travaux, parlons-en parce que c'est vraiment pas beau.

Monsieur Thibodeau mentionne que le manque de communication entre les divers services et l'absence de coordination lors de la mise en chantier de plusieurs travaux d'infrastructures causent un mal de tête à tous les montréalais et fait fuir plusieurs québécois et investisseurs ailleurs. La lourdeur du système, de la bureaucratie, ne favorise pas la venue de petits commerces, entreprises ou industries à Montréal. Il n'est pas rare de voir une artère bourrée de «cônes» oranges pendant plusieurs mois sous prétexte qu'il y a un détail technique ridicule qui stoppe tout un projet. Il arrive que ce ne soit que le manque d'une signature sur un document. «C'est le festival des cônes oranges en attente».

En réduisant la multitude de départements, services ou comités et en améliorant la coordination entre ceux-ci, c'est possible. L'administration municipale doit parvenir à réduire les différentes taxes d'affaires & autres. L'ensemble de la machine municipale est devenu gigantesque au détriment du développement économique. Il est grand temps de bien servir les entrepreneurs, en respect avec les citoyens, à l'avantage de tout le monde. Les services offerts doivent être rapides, efficaces et précis.

Monsieur Thibodeau tient à préciser que «50% des économies réalisées seront appliquées directement sur la dette de Montréal. Cela offrira de l'argent supplémentaire pour diminuer diverses taxes et/ou améliorer la qualité de vies des contribuables.»

برای حضور در مونترال می کاهد. بسیار مشاهده می شود که شریان های اصلی شهر طی ماهها با «مخروطهای» نارنجی مسدود شده اند فقط به این بهانه که یک پروژه بزرگ به دلایل فنی جزئی متوقف شده است که این دلیل می تواند صرفا امضا نشدن یک مدرک باشد و این چنین «فستیوال مخروطهای نارنجی برپا می شود.»

این مهم با کاستن از تعداد دپارتمانها، خدمات یا کمیتهها و با افزایش هماهنگی بین آنها امکانپذیر است. مدیریت شهری باید بتواند مالیات مشاغل مختلف و غیره را کاهش دهد. سیستم شهرداری به عامل عظیم آسیب به توسعه اقتصادی تبدیل شده است. اکنون زمان آن است که پیمانکاران بتوانند با رعایت حقوق شهروندان، پروژههای شهری را به اجرا برسانند و رضایت خاطر همگی را جلب کنند. خدمات ارائه شده باید سریع، دقیق و کارآمد باشد.

در پایان آقای تیبدوو اشاره دارد که ۵۰٪ پس اندازهای شهری به طور مستقیم صرف بدهی های شهر مونترال خواهد شد و به این ترتیب با تزریق نقدینگی بیشتر امکان کاهش مالیات های مختلف و بهبود کیفیت زندگی شهروندان فراهم خواهد شد.

ACTION MONTRÉAL یکی از برنامه های انتخاباتی خود را با تمرکز بر روی کاهش بدهی های شهر مونترال رونمایی کرد.

بنابر اظهارات آقای ژیلبرت تیبدوو، رهبر **ACTION MONTRÉAL**: «بدهی شهر مونترال بدون احتساب بدهی Société de transport de Montréal» نزدیک به ۱۲۵ درصد از بودجه شهر مونترال می باشد.

ACTION MONTRÉAL متعهد شده است که با مدیریت صحیح و تخصیص ۵۰٪ از پس اندازهای سالانه، بدهی های شهر مونترال را کاهش دهد. باید مدیریت کارها مورد بحث و بررسی قرار بگیرد چرا که در وضعیت مطلوبی قرار نداریم.

آقای تیبدوو به این نکته اشاره می کند که عدم ارتباط بین بخش های مختلف و عدم هماهنگی بین پروژه های زیربنایی شهر باعث ایجاد مشکلات برای همه شهروندان مونترال و خروج بسیاری از کبکی ها و سرمایه گذاران به جاهای دیگر می شود. پیچیدگی و بوروکراسی موجود در کارها از رغبت کسب و کارهای کوچک تجاری و صنعتی



جشن هالووین!



صندوق‌های کوچک یونیسف برای هالووین

بنابراین داستان، مردی به‌نام جک، محکوم شده بود تا پس از مرگ در دنیا سرگردان باشد. او فانوسی را با کندن کاری بر روی ترب در دست داشت و به جک فانوسی معروف بود. هنوز هم در ایرلند و اسکاتلند این فانوس‌ها از ترب ساخته می‌شود اما مهاجرین ایرلندی، پس از رسیدن به آمریکا، کدو را برای این منظور مناسب‌تر و زیباتر دیدند و پس از مدتی، کدو تنبل‌های بزرگ و زیبا جای ترب را گرفت.

جادوگرانی با جاروهای پرنده و گربه سیاه

در قرون وسطا، ترس فراوانی از جادوگران وجود داشت. به‌خصوص که مردم اعتقاد داشتند جادوگران می‌توانند با جاروهای پرنده خود به همه‌جا بروند و با ارواح خبیث ملاقات کنند. عده‌ای هم گربه سیاه را جادوگری می‌دانستند که تغییر شکل داده یا حتی مرده‌ای است که به زندگی بازگشته‌است.

هالووین و عطسه!

در اعتقادات سلتی، باید به کسی که عطسه می‌کند بگویند: خدا حفظت کند! «God bless you». زیرا آنها اعتقاد دارند که هنگام عطسه، روح از بدن به بیرون پرتاب می‌شود و در شب هالووین، باید حتما مراقب بود تا اگر کسی عطسه کرد به او بگویند «خدا حفظت کند» تا مبادا شیطان روح آنها را تسخیر کند.



روی زمین می‌آید.

مردم سلت در این شب لباس‌هایی از پوست حیوانات می‌پوشیدند و سر آنها را هم مانند کلاه خودی بر سر می‌گذاشتند تا از ارواح خبیث پنهان شوند و با کوبیدن بر طبل و اشیایی مانند دیگ و بشقاب‌های فلزی، صداهایی ایجاد می‌کردند تا اجنه و دیوها را فراری دهند. در این میان راهبان آتشی می‌افروختند و قربانی می‌کردند تا ارواح را آرام کنند. امروزه رنگ‌های محبوب هالووین یعنی نارنجی و سیاه، نشانه‌ای از رنگ آتش راهبان در آسمان تیره شب است. پوشیدن لباس مبدل هم، از پوشیدن پوست حیوانات به لباس‌هایی مانند جادوگران، هیولاها، شخصیت‌های مشهور و هر چه تصور کنید، درآمده‌است. از طرفی، علاوه بر تاثیر این مراسم، جشنواره روز برداشت محصول رومیان نیز، که از قرن اول میلادی آغاز شد، به‌خصوص جشنی که در ستایش پومونا (Pomona) الهه میوه‌جات بوده‌است، بر جشن هالووین تاثیر فراوانی گذاشته‌است. گرفتن سیب از آب و دویدن در هزارتوهای مزارع ذرت و البته استفاده‌های مختلفی که از کدو می‌شود، همه نشانی از جشن رومیان دارند که در طی آن برداشت محصولی خوب را جشن می‌گرفتند.

trick-or-treat یا همان قاشق زنی!

یکی از آداب بسیار رایج در هالووین trick-or-treat نام دارد و بسیار شبیه به قاشق زنی خودمان است، به این ترتیب که افراد- به‌خصوص کودکان - در گروه‌هایی کوچک به در خانه‌ها رفته و می‌گویند trick-or-treat به این معنی که: «چیزی بده تا اذیت نکنیم» و صاحبخانه که به همین مناسبت خوراکی‌هایی تهیه کرده، چیزهایی در سبد آنها می‌گذارد. این رسم در واقع بازسازی اتفاقی است که در دوران گذشته و در روز «تمام مقدسین» روی می‌داد و در طی آن فقرا به درب منزل ثروتمندان می‌رفتند و از آنها پول یا غذا می‌گرفتند و اگر کسی از کمک به آنها سر باز می‌زد، ارواح خبیث به سراغش می‌آمدند و خانه اش را ویران می‌کردند.

کدوی نارنجی رنگ، جادوگر سوار بر جارو و ...

جک فانوسی یا Jack-o'-lantern کدوهای نارنجی رنگی که به اشکال مختلف بریده می‌شوند و با شمعی در داخلشان، به‌عنوان فانوس‌های شب هالووین در همه‌جا دیده می‌شوند، و پیشینه‌ای سلتی دارند.

هالووین یکی از جشن‌های سنتی مغرب‌زمین است که مراسم آن در شب ۳۱ اکتبر برگزار می‌شود. بسیاری از افراد در این شب لباس‌های عجیب و غیرمرسوم می‌پوشند و کودکان برای جمع‌آوری آبنبات و شکلات به در خانه دیگران می‌روند. جشن هالووین بیشتر در کشورهای آمریکا، ایرلند، اسکاتلند و کانادا مرسوم است. این جشن را مهاجران ایرلندی و اسکاتلندی در سده نوزدهم با خود به قاره آمریکا آوردند.

آیا پیشینه جشن هالووین را می‌دانید؟

گسترده‌گی بیش از حد رسانه‌ها، سهولت دسترسی و نفوذ آنها به زندگی مردم سراسر جهان، برای انسان امروزی فرصت شناخت خصوصیات فرهنگی مردم سایر نقاط جهان را فراهم کرده‌است.

تاریخچه و آداب هالووین

آیا می‌دانید این شب سراسر خنده و شوخی که کوچک و بزرگ در انتظار آن هستند چه ماجرای دارد؟ تاریخ این روز به بیش از ۲۰۰۰ سال گذشته باز می‌گردد و آغاز آن در واقع بسیار جدی بوده‌است. شب ۳۱ اکتبر که به هالووین (Hallow-Evening ترکیب دو کلمه Hallow مقدس و E'en که همان Evening به لهجه ایرلندی است، به معنای سر شب) شهرت دارد، ریشه در رسوم سلتیک (ساکنان اولیه جزایر بریتانیا) دارد و آداب آن بیشتر از ایرلند و اسکاتلند آمده‌است.

این شب در اصل از جشنی مذهبی پایه گرفته‌است که از قرن نهم بعد از میلاد مرسوم بوده و «روز تمام مقدسین» یا All Hallows Day نام داشته‌است. مسیحیان در این روز که مطابق با اول نوامبر است، به افتخار تمام قدیسین جشنی برپا می‌کنند که امروز به نام All Saints Day شهرت دارد و هالووین، شب قبل این جشن است.

اما رسوم این شب، تاریخچه‌ای بسیار دورتر دارد و به یکی از تعطیلات سلتیک برمی‌گردد. بیش از ۲۰۰۰ سال پیش، راهبان سلت که Druid نامیده می‌شدند، جشنواره‌ای را پایه‌گذاری کردند که سمهین (Sam-hain) نام داشت و اعتقاد داشتند که در این شب دروازه بین دو دنیا گشوده می‌شود و خدای جهان مردگان همراه با ارواح، اجنه و دیوها به



تکنولوژی‌های انقلابی سال ۲۰۲۱

در این جا به مرور ۱۰ تکنولوژی انقلابی پردازیم که طی یک سال اخیر به دست آمده‌اند و قرار است تأثیری چشمگیر روی زندگی بشر بگذارند. برخی از این تکنولوژی‌ها، مانند واکسن‌های mRNA، همین حالا در حال دگرگون کردن زندگی‌مان هستند و برخی دیگر هم اثرات خود را تا چند سال دیگر به نمایش درخواهند آورد.

واکسن‌های Messenger RNA

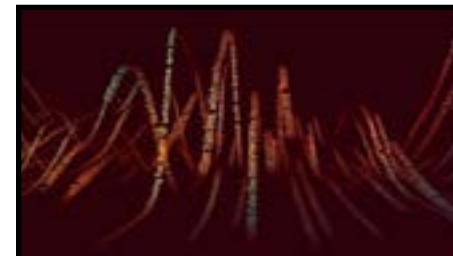
راستش را بخواهید با دستیابی به این تکنولوژی، حسابی شانس آوردیم. دو مورد از موثرترین واکسن‌های کنونی در برابر کرونا ویروس بر مبنای Messenger RNA ساخته شده‌اند. تکنولوژی‌ای که برای بیش از ۲۰ سال در دست توسعه بوده‌است. وقتی پاندمی کووید-۱۹ طی ماه ژانویه سال گذشته میلادی آغاز شد، محققان حاضر در چندین کمپانی بیوتک به سرعت به سراغ mRNA به عنوان راهی بالقوه برای ساخت واکسن رفتند. اواخر ماه دسامبر ۲۰۲۰، زمانی که بیش از ۱.۵ میلیون نفر در سراسر جهان به کووید-۱۹ جان باخته بودند، واکسن‌های mRNA در ایالات متحده به تایید رسیدند و روند پایان دادن به پاندمی کلید خورد.

واکسن‌های جدید کووید بر مبنای تکنولوژی‌ای ساخته شده‌اند که پیشتر هیچوقت در حوزه دارویی مورد استفاده قرار نگرفته اما می‌تواند به تولید واکسن‌های هرچه بیشتر برای بیماری‌های عفونی نظیر مالاریا منجر شود. و اگر کرونا ویروس به جهش ادامه دهد، واکسن‌های mRNA نیز به راحتی و به سرعت دچار تغییر خواهند شد. mRNA ضمناً می‌تواند به عنوان راهی ارزان و موثر برای اطلاع ژنتیکی و درمان بیماری‌هایی نظیر ایدز باشد. از طرف دیگر، محققان از همین حالا به فکر مقابله با سرطان از طریق mRNA افتاده‌اند.



GPT-3

مدل‌های بزرگ زبان طبیعی کامپیوتری که می‌توانند نوشتن و صحبت کردن را بیاموزند، گامی بزرگ برای دستیابی به هوش مصنوعی‌های بهتری است که زبان انسانی را درک کرده و با جهان به تعامل می‌پردازند. GPT-3 با اختلاف فراوان، بزرگ‌ترین و بهترین مدلی است که تاکنون به آن دست پیدا کرده‌ایم. این ربات که با متون هزاران کتاب و مقاله اینترنتی آموزش دیده، قادر به تقلید از متون نوشته شده به دست انسان با دقتی دیده نشده، و گاه کاملاً عجیب، است و بنابراین تحسین‌برانگیزترین مدل زبانی است که تا امروز با استفاده از یادگیری ماشینی ساخته‌ایم.



البته GPT-3 خود درک نمی‌کند که چه می‌نویسد، بنابراین نتایج کار گاهی بی‌معنی و درهم‌ریخته به نظر می‌آیند. و با توجه به اینکه ربات مورد اشاره با استفاده از متون اینترنتی آموزش دیده که گاهی پر شده‌اند از اطلاعات دروغین و سخنان متعصبانه، GPT-3 نیز گاهی متونی تولید می‌کند که همین خصیصه‌ها را در خود جای داده‌اند.

باتری‌های لیتیوم فلز



اتومبیل‌های الکتریکی علی‌رغم تمام

جذابیت‌هایشان، چند نقطه ضعف بزرگ دارند که باعث تردید مشتریان بالقوه می‌شوند: این اتومبیل‌ها نسبتاً گران‌قیمت هستند و پیش از نیاز به شارژ مجدد که به مراتب بیشتر از سوخت‌گیری در پمپ بنزین زمان می‌برد، تنها قادر به پیمودن چند صد کیلومتر خواهید بود. تمام این نقطه ضعف‌ها مربوط به محدودیت‌های باتری‌های لیتیوم یونی هستند. حالا استارت‌آپی در سیلیکون ولی که قادر به جذب سرمایه‌های کلان شده می‌گوید قادر به تولید باتری‌های جدیدی است که باعث می‌شوند اتومبیل‌های الکتریکی بیش از پیش به مذاق عموم مردم خوش بیایند.

این تکنولوژی باتری لیتیوم فلز نام دارد و توسط شرکت Quan-tumScape توسعه می‌یابد. بنابر نخستین نتایج به دست آمده، باتری می‌تواند با سرعت بسیار بالایی شارژ شود و مسافت پیموده شده با یک اتومبیل الکتریکی را نیز ۸۰ درصد افزایش خواهد داد. این استارت‌آپ اکنون با فولکس‌واگن قرارداد امضا کرده و می‌گوید نخستین اتومبیل‌های الکتریکی مجهز به باتری‌هایش تا سال ۲۰۲۵ میلادی به دست مشتریان خواهد رسید.

دیتا تراست



کمپانی‌های تکنولوژی اثبات کرده‌اند که توانایی حفاظت حداکثری از داده‌های شخصی ما را ندارند. اطلاعات ما به وفور به بیرون درز کرده، هک شده و به دفعاتی بیشتر از آنچه قادر به شمارش آن باشیم، فروخته شده‌است. در غایب‌ترین حالت، مقصر این مشکل ما نیستیم، بلکه مدل حفاظت از حریم شخصی ایراد دارد. در این مدل، هر یک از ما اصلی‌ترین افراد مسئول در قبال مدیریت و حفاظت از حریم شخصی خود به حساب می‌آییم.

دیتا تراست‌ها قرار است رویکردی جایگزین باشند و برخی دولت‌ها از همین حالا شروع به بررسی ابعاد مختلف آنها کرده‌اند. یک دیتا تراست، ماهیتی قانونی است که داده‌های خصوصی مردم را به وکالت از آن‌ها جمع‌آوری و مدیریت می‌کند. اگرچه ساختار و کارکرد این تراست‌ها هنوز به صورت ۱۰۰ درصدی مشخص و تعیین نشده و سوالات بسیار زیادی بی‌پاسخ باقی مانده، دیتا تراست‌ها می‌توانند یک راه حل بالقوه برای مشکلات طولانی‌مدت در حوزه حریم شخصی و امنیت باشند.

هیدروژن همواره به عنوان یکی از بهترین نظر گرفته شده‌است. این ماده به شکلی پاک و به خاطر تراکم انرژی بالایش، راهی عالی برای می‌آید. از طرف دیگر، با هیدروژن می‌توانید برای گازوئیل و دیزل به حساب می‌آیند. اما استخراج شده‌است و این پروسه هم بسیار می‌طلبد. کاهش سریع و مداوم هزینه انرژی‌های

جایگزین‌ها برای سوخت‌های فسیلی در می‌سوزد، هیچ کربن دی‌اکسیدی تولید نمی‌کند ذخیره‌سازی انرژی منابع تجدیدپذیر به حساب سوخت‌های مایع مصنوعی بسازید که جایگزینی هیدروژن تا به امروز عمدتاً از گازهای طبیعی آلودگی تولید می‌کند و هم انرژی فراوانی خورشیدی و بادی به این معناست که هیدروژن



سبز حالا آنقدر ارزان شده که می‌تواند راهکاری عملی در نظر گرفته شود. کافیس آب را با الکتریسیته تحت فشار قرار دهید و هیدروژن گیرتان خواهد آمد. اروپا اکنون سردمدار این حوزه به حساب می‌آید و در حال ساخت زیرساخت‌های ضروری برای استفاده حداکثری از هیدروژن سبز است.

PIANO LESSONS

REMI ACADEMY
514.996.1620
514.703.4020



www.remiacademy.com Address: 285-3333 Cavendish BLVD.-Montreal-H4B2M5



REMI ACADEMY
3333 Cavendish Blvd., Suite 285
Montreal, QC, H4B 2M5
Tel: (514) 996-1620
www.remiacademy.com

فروش سازهای ایرانی و کلاسیک
آکادمی رِ می

سه تار: \$480
تار: \$1200
تنبور: \$480
سنتور: \$580
تنبک: \$380

لوازم جانبی تار، سه تار، سنتور و ...
گیتار یاماها مدل (C40): \$200
گیتار یاماها مدل (CG102): \$280

DIGITAL PIANO

****Brand New** Yamaha YDP-103 B Arius Digital Piano with Bench (Black)**

\$1,350 + Tax



****Brand New** Casio Privia PX-860 Digital Piano with Bench (Black)**

\$1,350 + Tax

(514) 996.1620

****Free Delivery within Montreal area****

همه چیز از راه دور



پاندمی کووید-۱۹ تمام جهان را مجبور به دورکاری کرد. انجام این کار به خصوص در حوزه‌های سلامت و آموزش بسیار حیاتی بود. برخی نقاط جهان عملکردی بسیار عالی در پیاده‌سازی و ارائه سرویس‌های از راه دور داشته‌اند و حسابی به کمک مردم آمده‌اند. برای مثال Snapask که یک کمپانی آموزش آنلاین است اکنون بیش از ۳.۵ میلیون کاربر در ۹ کشور آسیایی دارد و Byju که یک اپلیکیشن آموزشی هندی است هم به رقم شگفت‌انگیز ۷۰ میلیون کاربر دست پیدا کرده‌است. البته اما دانش‌آموزان در بسیاری از دیگر کشور، خصوصا کشورهای در حال توسعه، همچنان از تحصیل به صورت مجازی و آنلاین باز مانده‌اند و با مشکلات گسترده دست و پنجه نرم می‌کنند.

از سوی دیگر باید به تلاش‌های صورت گرفته در حوزه سلامت تلفنی در اوگاندا و چند کشور آفریقایی دیگر اشاره کرد که به میلیون‌ها نفر در دوران پاندمی یاری رسانده‌اند. در نقاطی از جهان که دسترسی به پزشکان آنقدرها آسان نیست، سرویس‌های سلامت از راه دور به نجات جات هزاران نفر منجر شده‌اند.

هوش مصنوعی چند مهارت‌ه



علیرغم پیشرفت‌های بسیار گسترده در حوزه هوش مصنوعی طی سال‌های اخیر، هوش مصنوعی‌ها و ربات‌ها به طرق فراوان همچنان احمق تلقی می‌شوند، خصوصا وقتی در حال صحبت راجع به حل کردن مشکلات تازه یا ناوبری در محیط‌های ناشناخته باشیم. ربات‌ها بسیاری از توانایی‌های بشری، حتی توانایی‌های که در کودکان خردسال نیز یافت می‌شوند، را ندارند و نمی‌توانند آن‌طور که باید چگونگی کارکرد جهان را بیاموزند و از دانش خود در موقعیت‌های تازه بهره بگیرند. یک رویکرد نویدبخش برای بهبود مهارت‌های هوش مصنوعی، گسترش حواس آن است: در حال حاضر هوش مصنوعی‌هایی با بینایی کامپیوتری یا قابلیت تشخیص صوت داریم که می‌توانند چیزهای مختلف را حس کنند اما نمی‌توانند با استفاده از الگوریتم‌های زبان عصبی، درباره آن‌چه می‌بینند یا می‌شنوند «صحبت» کنند. اما چه می‌شوند اگر تمام این قابلیت‌ها را درون یک سیستم هوش مصنوعی واحد ادغام کنیم؟ آیا چنین سیستمی می‌تواند به هوش شبیه به انسان دست پیدا کند؟

<https://digiato.com/>

موقعیت‌یابی فوق دقیق



همه ما به صورت روزانه از جی‌پی‌اس استفاده می‌کنیم: این تکنولوژی زندگی ما و همین‌طور کارکرد بسیاری از کسب‌وکارها را دگرگون ساخته‌است. اما گرچه جی‌پی‌اس امروزی تا شعاع ۵ الی ۱۰ متر دقیق عمل می‌کند، تکنولوژی‌های موقعیت‌یابی فوق دقیق می‌توانند میزان خطا را به چند سانتی‌متر یا میلی‌متر برسانند. به این ترتیب با انبوهی از احتمالات تازه‌ها روبه‌رو هستیم: از هشدارهای محیطی دقیق‌تر گرفته تا ربات‌های دلیوری و اتومبیل‌های خودرانی که با امنیت هرچه تمام‌تر در خیابان‌ها ناوبری می‌کنند. سیستم ناوبری جهانی Beidou که به متعلق به شرکتی چینی است در ماه ژوئن ۲۰۲۰ به‌صورت کامل توسعه یافت و همین سیستم است که تمام احتمالات تازه را امکان‌پذیر کرده‌است. این سیستم می‌تواند دقت موقعیت‌یابی ۱.۵ الی ۲ متری را در اختیار هرکسی در هر نقطه از جهان قرار دهد. با استفاده از ایستگاه‌های زمینی نیز، همین دقت را می‌توان شدیداً افزایش داد و به خطای چند میلی‌متری رسید. در این بین، تکنولوژی جی‌پی‌اس که از دهه ۱۹۹۰ تاکنون در دسترس بوده هم به‌روزرسانی خواهد شد.

پایش ارتباطات دیجیتال



همین‌طور که کرونا ویروس هر روز بیشتر از دیروز در سراسر کره خاکی شیوع می‌یافت، در ابتدا به نظر می‌رسید که پایش ارتباطات دیجیتال کمکی شایان به ما کند. اپلیکیشن‌های اسمارت‌فون‌ها می‌توانستند با استفاده از جی‌پی‌اس یا بلوتوث، تاریخچه مسیرهای پیموده شده توسط مردم را ثبت کنند. به این ترتیب، اگر یک نفر مبتلا به کووید می‌شد، می‌توانست نتیجه تست خود را در اپلیکیشن وارد کند و تمام افرادی که احتمالا بیشتر با او در تماس بوده‌اند نیز باخبر می‌شدند.

اما پایش ارتباطات دیجیتال عمدتاً در جلوگیری در شیوع ویروس شکست خورد. اپل و گوگل به سرعت قابلیت‌هایی نظیر «نوتیفیکیشن‌های مواجهه» را به موبایل‌های هوشمند آوردند، اما مقامات سلامت عمومی نتوانستند مردم را به استفاده از این تکنولوژی ترغیب کنند. درسی که از این پاندمی آموختیم نه‌تنها ما را برای پاندمی بعدی آماده خواهد کرد، بلکه راهش را به دیگر حوزه‌های سلامت نیز باز خواهد نمود.

آهن‌ربای آشپزخانه شما به‌سادگی مشکلی را که فیزیکدان‌ها با آن روبه‌رو هستند، نشان می‌دهد. آهن‌ربا می‌تواند یک گیره کاغذ را در برابر گرانش کل زمین نگه دارد. گرانش از مغناطیس ضعیف‌تر است؛ حتی از نیروهای الکتریکی و هسته‌ای هم ضعیف‌تر. هر اثر کوانتومی که گرانش داشته باشد، ضعیف است. تنها شاهد محسوس، دال بر اینکه این پروسه‌ها اتفاق می‌افتند، الگوی لکه‌دار ماده در جهان اولیه است که فکر می‌کنیم، بخشی از آن، توسط نوسانات کوانتومی میدان گرانشی ایجاد شده باشد. سیاهچاله‌ها بهترین مدل آزمایشی برای گرانش کوانتوم

فضا–زمان (۱)

توهم یا واقعیت!

نگاهی جامع به مفاهیم و نظریه‌ها

مردم همیشه فضا را چیزی از پیش تعیین‌شده تصور می‌کنند؛ فضا همان جای خالی است. زمان هم مثل فضا بی‌وقفه پیش می‌رود. فضا و زمان سیستمی با پیچیدگی حیرت‌آور را می‌سازند که شاید مشتاقانه‌ترین تلاش‌های ما هم از درک آن عاجز باشد. آلبرت اینشتین در سال ۱۹۱۵ نظریه نسبیت عام خود را فرموله کرده بود که نشان می‌داد، گرانش نیرویی نیست که در فضا منتشر می‌شود، بلکه خود، یکی از ویژگی‌های فضا–زمان است. وقتی شما توبی را به هوا پرتاب می‌کنید، کمانه می‌کند و برمی‌گردد؛ چون زمین، فضا–زمان اطراف آن را منحرف می‌کند و مسیرهای توپ و زمین دوباره با هم متقاطع می‌شوند.

اینشتین در نامه‌ای به یکی از دوستانش، از چالش‌های ادغام نسبیت عام و دیگر زاینده افکارش، نظریه نوپای مکانیک کوانتوم، می‌نویسد. این کار به‌سادگی پیاده کردن قطعات فضا نیست. از جنبه ریاضی، او به سختی می‌دانست که باید از کجا شروع کند؛ اینشتین هیچ وقت فراتر از این پیش نرفت. حتی همین امروز به اندازه تعداد دانشمندانی که روی موضوع کار می‌کنند، ایده متضاد درباره یک نظریه کوانتومی گرانش وجود دارد. این اختلافات شاید حقیقتی را از دید ما پنهان سازد؛ همه این روش‌ها، می‌گویند که فضا، از چیزی عمیق‌تر مشتق شده‌است. نظریه‌ای که رابطه ما را با ۲۵۰۰ سال فهم فلسفی و علمی، قطع می‌کند.

نیروی گرانش، یکی از ویژگی‌های فضا–زمان است

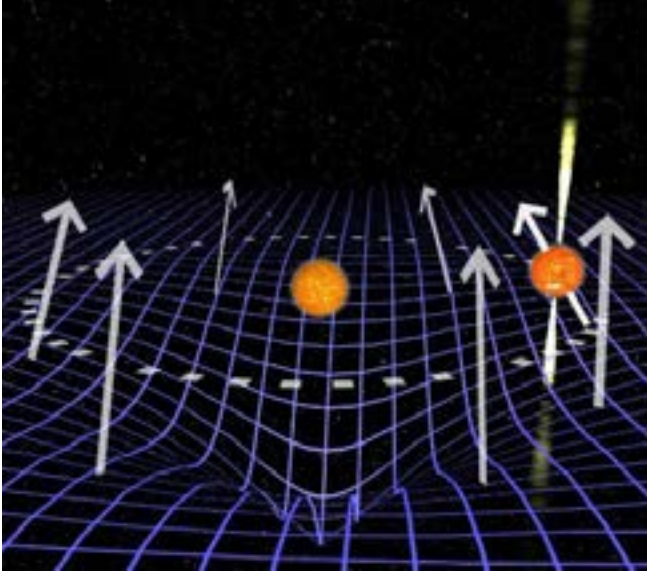


هستند. به‌گفته تد جاکوبسون از دانشگاه مریلند، سیاهچاله‌ها نزدیک‌ترین مورد به آزمایش‌ها هستند.

او و سایر نظریه‌پردازان، سیاهچاله‌ها را به عنوان نقطه اتکا مطالعه می‌کنند. چه اتفاقی می‌افتد وقتی شما معادلاتی می‌سازید که تحت شرایط آزمایشگاهی عالی عمل می‌کنند و آنها را برای شدیدترین شرایط ممکن برون‌یابی می‌کنید؟ آیا عیب و نقص‌های ظریف خود را نشان خواهند داد؟ نسبیت عام پیش‌بینی می‌کند که ماده با سقوط در سیاهچاله با نزدیک شدن به مرکز آن، بدون محدودیت فشرده می‌شود؛ یک چرخه ریاضی به نام تکینگی (singularity). نظریه‌پردازان نمی‌توانند مسیر یک شی را فراتر از تکینگی برون‌یابی کنند درواقع خط زمانی آن شی آنجا تمام می‌شود. حتی صحبت کردن از «آنجا» هم مشکل‌ساز است؛ چون همان فضا–زمانی که مکان تکینگی را تعیین می‌کند، دیگر وجود ندارد. پژوهشگران امیدوارند نظریه کوانتوم بتواند موشکافانه روی آن نقطه تمرکز کند و اتفاقی را که بر سر ماده می‌آید، کشف کند.

بیرون، در مرزهای سیاه‌چاله، ماده آنقدرها فشرده نیست، گرانش ضعیف‌تر است و اساسا قوانین شناخته‌شده فیزیک باید هنوز حاکم باشند. این‌جا است که قضیه پیچیده‌تر می‌شود؛ چون اینطور نیست. هر سیاهچاله‌ای یک افق رویداد دارد؛ نقطه‌ای که از آن بازگشتی نیست. همچنین ماده‌ای که نزدیک‌تر از آن شود، نمی‌تواند برگردد؛ این نزول برگشت‌ناپذیر است. مشکل همین‌جا است چون همه قوانین اساسی شناخته‌شده فیزیک، که شامل مکانیک کوانتوم هم می‌شود، برگشت‌پذیرند. حداقل روی کاغذ، باید قادر باشیم که حرکت همه ذرات را برعکس کنیم و چیزی را که داشته‌ایم، باز‌یابیم. مسئله مشابهی در اوایل قرن نوزدهم نیز فکر فیزیکدانان را به خود مشغول کرده بود.

آن زمان، محاسبات یک «جسم سیاه» مطرح شده بود که با یک حفره پر از پرتوهای الکترومغناطیس توصیف می‌شد. نظریه الکترومغناطیس جیمز کلرک ماکسول، پیش‌بینی می‌کرد که چنین چیزی همه پرتوهایی را که به سمتش تابانده شده بود، جذب خواهد کرد و هیچ وقت با ماده محیط به تعادل نمی‌رسد. به زبان ترمودینامیک، جسم سیاه عملا دمای صفر مطلق



را خواهد داشت. این نتیجه‌گیری با مشاهدات واقعی در تناقض بود (مثلا فر آشپزخانه را در نظر بگیرید). اینشتین با همکاری ماکس پلانک نشان داد که یک جسم سیاه می‌تواند به تعادل دمایی برسد، اگر انرژی پرتوی در واحدهایی گسسته، یا کوانتا بر آن وارد شود.

فیزیکدانان نظری تقریبا نیم قرن کار کردند تا به چنین معادله تعادلی برای سیاهچاله‌ها دست یابند. استیون هاوکینگ از دانشگاه کمبریج گام مهمی را در اواسط دهه ۱۹۷۰ برداشت. او نظریه کوانتوم را به میدان پرتوتابی اطراف سیاهچاله اعمال کرد و نشان داد که آنها دمایی غیر از صفر دارند. در نتیجه، آنها نمی‌توانند فقط جذب کنند، بلکه از خود انرژی هم ساطع می‌کنند. با اینکه کارهای او سیاهچاله را تحت سلطه قوانین ترمودینامیک درآورد ولی باعث نشد چیزی از مشکل برگشت‌ناپذیری حل شود. پرتوی که از سیاهچاله می‌آید، تنها از ناحیه بیرونی حفره آمده‌است و هیچ اطلاعاتی درباره داخل آن به ما نمی‌دهد.

اگر شما فرایند را عکس کنید و انرژی را دوباره برگردانید، شیئی که داخل سیاهچاله افتاده‌است، بیرون نخواهد پرید؛ تنها چیزی که نصیبتان خواهد شد، گرمای بیشتر است. همچنین نمی‌توانید تصور کنید که شی اصلی هنوز آنجا است و فقط داخل سیاهچاله به دام افتاده‌است؛ چون با ساطع شدن انرژی از آن، سیاهچاله آب می‌رود و بر اساس بررسی‌های هاوکینگ درنهایت ناپدید خواهد شد. این مشکل پارادوکس اطلاعات سیاهچاله نام دارد؛ چون سیاهچاله اطلاعات اشیائی را که درون آن سقوط کرده‌اند نابود می‌کند و برعکس کردن حرکت آنها ناممکن می‌شود. اگر فیزیک سیاهچاله‌ها واقعا برگشت‌پذیر باشد، چیزی باید اطلاعات را بیرون بکشد و مفهومی که ما از فضا–زمان می‌شناسیم، برای ممکن کردن آن نیاز به تغییر دارد.

جهت بررسی هندسه فضا–زمان در خارج از یک سیاهچاله، باید یک نمودار فضا–زمان وابسته به وضع هندسی موجود در سیاهچاله را مورد مطالعه قرار دهیم. در ساده‌ترین حالت، می‌توان نقشه فضا–زمانی مناسب را با حل کردن معادلات نسبیت عام اینشتین برای یافتن وضع هندسی فضا–زمان در یک ناحیه تهی از فضا که یک جرم کروی غیرچرخان را در برگیرد، به دست آورد. نکته اساسی این‌جا این است که فضا–زمان حالت سکون ندارد،

بلکه دارای حالت دینامیکی است. همچنین خواهیم دید که فضا–زمان کارهایی عجیب‌تر از آن‌چه تاکنون توصیف شده‌است، می‌کند. نمودار فضا–زمان دارای مختصاتی شامل فضا و زمان است و به‌گونه‌ای که ما آن را تجربه می‌کنیم، نیست.

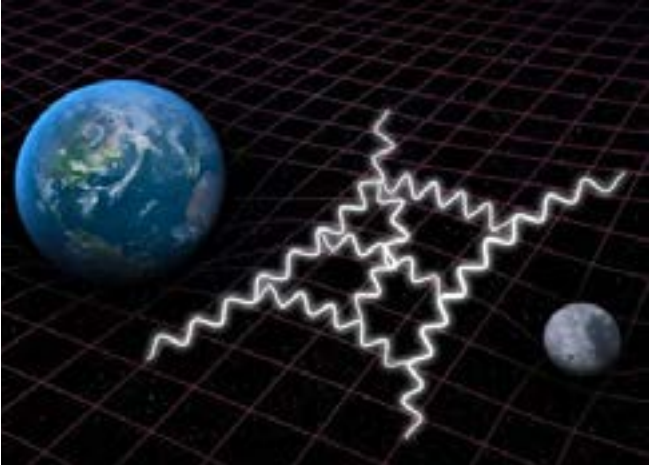
محور افقی، خصوصیات فضاگونه و محور قائم خصوصیات زمان‌گونه دارد، ولی آنها دقیقا مشابه فضا و زمان اندازه‌گیری‌شده نیستند. گذشته در پایین نمودار است و آینده، در بالای آن. نور مسیری ویژه را در این نمودار دنبال می‌کند و با زاویه ۴۵ درجه نسبت به محورها حرکت می‌کند. هر جسمی که با سرعتی کمتر از نور حرکت کند، دارای مسیری مابین محور زمان‌گونه و مسیر نور و مسیری میان خط نوری و محور فضاگونه است. نمایشگر جسمی است که سریع‌تر از نور حرکت می‌کند که معمولا امکان‌پذیر نیست. یک انسان معمولی در فاصله‌ای حدود ۳۰ هزار کیلومتر از یک سیاهچاله به جرم ۱۰ برابر جرم خورشید، تکه‌تکه خواهد شد. فرض کنید که شما از شعاع شوارتسشیلد هم عبور کردید، هیچ اتفاق عجیبی رخ نمی‌دهد و هیچ علامتی لبه سیاهچاله را مشخص نمی‌سازد.

حال مسافرت شما با سرعت زیادی به پایان می‌رسد. حدود ۱۰ به توان منفی ۵ ثانیه پس از عبور از شعاع شوارتسشیلد، شما خرد و درون یک نقطه تکین فشرده می‌شوید. حال که حجم شما به صفر رسیده‌است، دیگر از بین رفته‌اید. همین‌طور که شما به سیاهچاله نزدیک‌تر می‌شوید، نور فرستاده‌شده از لیزر شما به قرمز می‌گراید، یعنی قرمزگرایی گرانشی دارد. زمان بین جرقه‌زدن‌های لیزر، به‌دلیل اتساع زمان (Time dilation) که توسط نسیت عام پیش‌بینی می‌شود، طولانی‌تر می‌شود. همچنان که به شعاع شوارتسشیلد نزدیک می‌شوید، ساعت شما و ساعت سفینه، بیشتر و بیشتر از حالت همزمانی خارج می‌شوند. درواقع، درست به هنگام عبور شما از شعاع شوارتسشیلد، زمان لازم برای رسیدن یک تپ لیزری به سفینه، بی‌نهایت می‌شود. اگرچه با تندی سرعت نور حرکت می‌کند، این نور همچنین تا بی‌نهایت دچار قرمزشدگی می‌شود.

با نزدیک‌تر شدن شما به سیاهچاله، از نظر یک ناظر خارجی، سقوط شما کندتر و کندتر صورت می‌گیرد. همچنین از نظر این ناظر، زمان در نهایت آنقدر کند می‌شود که به نظر می‌رسد متوقف شده‌است. نور لیزر فرستاده‌شده آن قدر به قرمزی می‌گراید که دیگر قابل آشکارسازی نیست. سیاهچاله تمرین سانسور کیهانی را به خوبی انجام می‌دهد و مانع از آن می‌شود که یک ناظر خارجی سقوط شما به درونش را ببیند. توجه داشته باشید که هر جرمی می‌تواند یک سیاهچاله شود به شرط آن‌که از شعاع شوارتسشیلد خود گذشته باشد. این سیاهچاله رفتار اتساع زمانی نسبیتی و قرمزگرایی خواهد داشت. سیاهچاله‌هایی به جرم چند برابر خورشید، به‌طور طبیعی به شکل ستارگان مرده در می‌آیند و دارای نیروهای کشندی بزرگی می‌باشند.

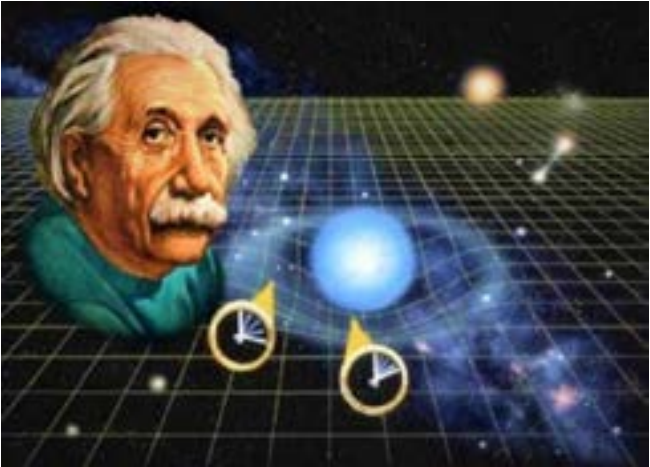
خمیدگی فضا–زمان

اینشتین در رسیدن به نظریه نسبیت عام، راه‌های مختلفی را امتحان کرد. از سال ۱۹۰۷ تا ۱۹۱۴، او درگیر حل مسئله‌ای بود که آبراهام



پایس (Abraham Pais) آن را یکی از سخت‌ترین پرسش‌های قرن خوانده بود. اینشتین به‌دنبال توضیح گرانش به نحوی بود که قوانین فیزیک برای همه ناظران به یک شکل باشد. اینشتین برای حل این مسئله باید نوعی جدید از ریاضی را به کار می‌گرفت و پارادایم‌هایی مثل اینکه هندسه اقلیدسی می‌تواند توضیح‌دهنده واقعیت جهان باشد را دور می‌ریخت. او باید از پس عواملی که تمرکز او را از بین می‌برد، بر می‌آمد. عواملی مثل مشکلات زندگی شخصی او و البته نظریه جدید کوانتوم که ذهنش را آزار می‌داد. در سال ۱۹۱۴، پس از تلاش‌های زیاد و آزمون راه‌های مختلف، هنوز به نتیجه نرسیده و تقریبا تسلیم شده بود. ولی کمی بعد ذهن اینشتین به یکباره روشن شد. در نوامبر سال ۱۹۱۵، او چهار مقاله نوشت. در مقاله آخر، توانست معادله قاطعی را که باعث انقلاب گرانشی او شد، پیدا کند. چهار سال بعد، نسبیت عام از اینشتین یک ستاره ساخته‌بود. اگر گرانش می‌تواند فضا را خم کند، پرتوی نوری که از کنار یک جرم سنگین مثل خورشید عبور می‌کند، باید از مسیر مستقیم منحرف شود. این انحراف از مسیر اصلی باعث می‌شود که مکان آن جسم را جابه‌جا ببینیم. مثلا به هنگام خورشیدگرفتگی، اینکه نور می‌تواند تحت تاثیر گرانش خم شود یا خیر را فهمید.

این آزمایش، در سال ۱۹۱۹ انجام و نسبیت عام تأیید شد. بدین ترتیب رصدگران می‌دانستند در خط دید آنها، ستاره‌ای پشت خورشید و نزدیک به لبه آن قرار گرفته‌است؛ اگر خورشید می‌تواند نور آن ستاره را خم کند،



باید بتوان ستاره‌ای که پشت خورشید قرار گرفته‌است را به هنگام کسوف مشاهده کرد. در آن زمان با رصد موفق ستاره‌ای که پشت خورشید قرار داشت و بر اثر گرانش نورش خمیده شده و به چشم رصدگران رسیده بود، شهرت اینشتین جهانی شد.

بدین ترتیب اینشتین به یک اسطوره تبدیل و نام او برای همیشه با نبوغ همراه شد. یکی از نخستین پیش‌بینی‌های نسبیت عام که مورد آزمون قرار گرفت، خم شدن نور بود. از آنجا که جرم‌های سنگین مثل ستاره‌ها، فضا–زمان پیرامون خود را خم می‌کنند، نوری که از آن حوالی رد می‌شود باید از خط راست منحرف گردد. اگر از زمین نگاه کنیم، وقتی نور یک ستاره دوردست از کنار خورشید رد می‌شود، باید از خط راست منحرف شود؛ بدین ترتیب جای ستاره را باید متفاوت از مکان قرارگیری واقعی آن ببینیم. در سال ۱۹۱۹، ستاره‌شناسان طی یک خورشیدگرفتگی، توانستند تصویر ستارهایی را کنار خورشید ثبت کنند.

وقتی مکان این ستاره‌ها را به هنگام خورشیدگرفتگی با مکان قرارگیری آنها در شب مقایسه کردند، متوجه شدند که تفاوتی در حد پیش‌بینی نظریه اینشتین دارد. البته محاسباتی که براساس گرانش نیوتون صورت گرفته بود نیز خم شدن نور را پیش‌بینی می‌کرد. ولی نسبیت عام خمیدگی تا دو برابر آن را پیش‌بینی می‌کند. فضا و زمان بر طبق نظریه نسبیت اینشتین به یکدیگر بافته شده‌اند و ساختار چهاربعدی به نام فضا–زمان را به وجود آورده‌اند. جرم قابل‌توجه زمین، این ساختار را به شکل یک گودی در می‌آورد؛ مانند شخص سنگینی که وسط یک تشک بادی نشسته باشد.

با تغییر ساختار فضا–زمان توسط نیروی گرانش، حرکت جسم نیز بر اثر میدان گرانشی تغییر می‌کند

هر چند که چنین خمیدگی‌های فضا–زمان را اغلب در محیط اطراف اجرام بسیار پرجرم و فشرده‌تری مانند سیاهچاله‌ها، ستاره‌های نوترونی، و کوتوله‌های سفید سراغ داریم اما اگر با دقت کافی محیط اطراف اجرام بسیار کم‌جرم‌تری مانند زمین را نیز بررسی کنیم، خمیدگی فضا–زمان ناشی از جرم زمین را می‌توانیم بباییم. براساس نظریه نسبیت عام اینشتین، گرانش باعث تغییر شکل ساختار فضا–زمان می‌شود و در نتیجه حرکت جسم نیز بر اثر میدان گرانشی (Gravitational field) تغییر می‌کند. می‌توان گفت که به زبان اینشتین گرانش درواقع حرکت اجسام در مسیر خمیدگی ساختار فضا–زمان در اطراف جسم پرجرم است.

یعنی وقتی زمین در مداری به دور خورشید در گردش است از دید نسبیتی به‌دلیل انحنای فضا–زمان اطراف خورشید در این مسیر هدایت می‌شود. نظریه اینشتین، پیش‌گویی می‌کند که موارد دیگری به‌جز ماه و سیاره‌ها نیز، تحت تاثیر خمیدگی فضا–زمان قرار می‌گیرند. مثلا فوتون‌ها، باید در فضای خمیده حرکت کنند. اگر باریکه نوری که از ستاره‌ای دور سیر می‌کند، مسیر آن از نزدیکی خورشید بگذرد، خمیدگی فضا–زمان در نزدیکی خورشید موجب می‌شود که این مسیر اندکی به طرف خورشید خمیده شود. اینشتین توضیح جالبی برای گرانش آورده‌است. او فضا و زمان را به‌صورت خطوط عمود بر هم در نظر گرفته و اسم‌شان را «خطوط فضا–زمان» گذاشته‌است و اجسام هر یک به اعتبار جرم‌شان انحنایی در فضا–زمان ایجاد می‌کنند.

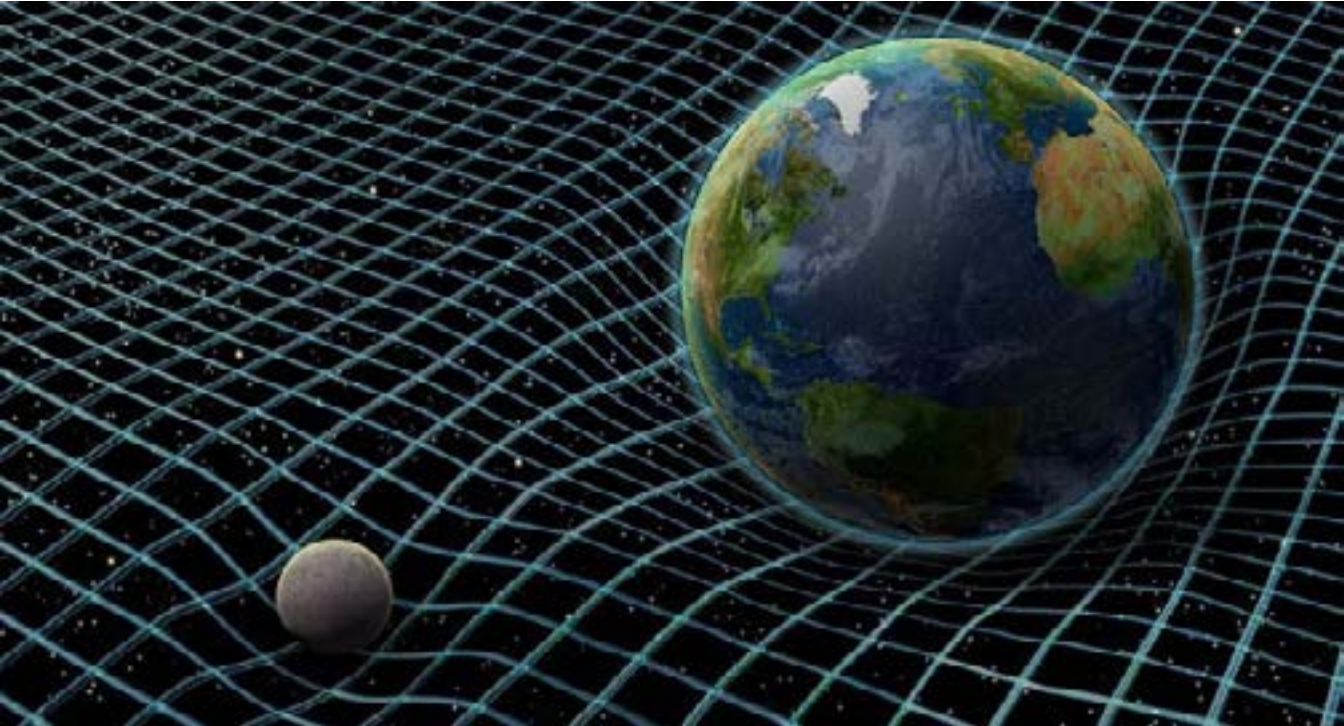
برای تصور این توضیحات می‌توانید چهار گوشه یک تکه پارچه را به‌عنوان فضا–زمان درنظر بگیرید. بعد یک جسم با جرم قابل ملاحظه‌ای روی پارچه

قرار دهید، خمیدگی قسمتی از پارچه که جسم روی آن قرار گرفته، همان خمیدگی فضا–زمان است. کاملا واضح است که وقتی یک جسم کوچک‌تری روی پارچه قرار دهیم، به سمت جسم قبلی که سنگین‌تر است می‌رود. این درواقع دلیل کشش یک جسم به سمت جسم سنگین‌تر است، مثلا کشش زمین به سمت خورشید. شاید بگویید بنا به این تعریف هر یک از ما هم برای خودمان جرمی داریم پس باید چیزهای دیگر را به سمت خود جذب کنیم؛ که این کاملا صحیح است.

فوتون‌ها نیز مانند ماه و سیاره‌ها، تحت تاثیر خمیدگی فضا–زمان قرار می‌گیرند

همین الان هر کجا که نشست‌اید دارید اجسام آنجا را تحت تاثیر خود قرار می‌دهید و آنها را به سمت خود می‌کشانید و البته آنها هم همین

حرف T همچنین به‌عنوان تانسور نیروی فشار نیز شناخته می‌شود. حرف G در سمت چپ معرف جزییات حاصل از نحوه پاسخگویی فضا–زمان به این ماده و چگونگی گسست و خمیدگی در آن است. تانسور نیروی فشار سرنخی در مورد نحوه کارکرد این معادله است. جرم، نیرو و رفتار آنها (چرخشی، محرکه، ایستا) بر فضا–زمان فشار ایجاد می‌کنند که واکنشی مطابق خصوصیات درونی آن به همراه دارد. دسته‌ای از ثابت‌های فیزیکی در سمت راست معادله میدان پاسخی به ما می‌دهد. حرف G معمولی در اینجا تنها به معنای ثابت جاذبه‌ای نیوتن و c سرعت نور است. اگر ما مقادیر اندازه‌گیری‌شده برایشان را وارد نمائیم، معادله میدان ناگهان شکل متفاوتی به خود می‌گیرد. معنی آن این است که از دید ما میزان بسیار زیادی فشار روی فضا–زمان نیاز است تا گسست و خمیدگی (G) محسوسی ایجاد شود. در حقیقت اجسامی مانند زمین در فضا–زمان تنها تا سطحی که ما آشنایی



کامل با آن داریم ایجاد گسست می‌کنند.

برای ایجاد گسست به‌منظور ساخت چیزی مانند سیاهچاله، کیهان باید ماده و نیرو را به حد شگفت‌آوری متراکم سازد. به بیان دیگر، میزان عظیمی فشار باید ایجاد شود. به‌عنوان مثال، ساخت سیاهچاله‌ای به جرم زمین نیازمند این است که تمام این کیلوگرم‌ها در ناحیه‌ای که به سختی به اندازه یک سکه می‌شود، فشرده تا فشار موضعی مورد نیاز تولید شود. مشخص شده که فضا–زمان بسیار سخت و انعطاف‌پذیر است اما امکان مغلوب شدنش در برابر فشار هست و اینطور هم می‌شود. این امر باعث خرسندی است زیرا در نبود کمی گسست، ستاره‌ها و سیاره‌ها وجود نداشتند.

ادامه دارد ...

https://www.zoomit.ir/

عجیب‌ترین ماشین‌های جهان

برخی طراحی‌های خودرو با قضاوت‌های متفاوتی روبرو می‌شوند و از این رو عجیب توصیف می‌شوند. مثلاً درحالی‌که برخی خودروها را به‌عنوان زشت‌ترین اتومبیل‌های جهان می‌شناسند برخی دیگر آنها را شاهکار هنری می‌دانند که تمایزی جدی در طراحی داشته‌اند.

سرویس خودرو طراحان اتومبیل به دنبال خلق طرح‌های جدید، متناسب با توسعه صنایع، برای پاسخگویی به نیازهای مردم و رقابت شدید با رقبای هستند. از همین رو امروزه برخلاف گذشته که چندان محدودیت‌های مصرف انرژی و استانداردها دستان طراحان را نبسته بود، خودروهایی با ریخت و قیافه‌های متفاوت طراحی می‌کردند.

برخی از طراحی‌ها که زمانی شگفت‌انگیز بودند، باگذشت زمان حیرت ایجاد کردند، درحالی‌که برخی دیگر تمایز خود را حفظ کردند و در حافظه کسانی که آنها را به دست آوردند ماندگار ماندند.

این عجیب‌ترین ماشین‌ها و طرح‌های جهان از زمان ظهور اتومبیل‌ها در اوایل قرن بیستم است:

نورمن تمپس

این اتومبیل با طراحی عجیب‌وغریب خود یکی از زیباترین اتومبیل‌های جهان به‌حساب می‌آید. جلو آن طولانی است و در ندارد و همین امر باعث شده‌است که آن وارد لیست ۱۰ اتومبیل عجیب جهان شود و این نام از نام طراح آن «تمپوس» گرفته شد. نورمن تمپس برای ساخت آن ۳ سال وقت صرف کرد.

استات اسکورپین Stout Scorpion

استات اسکورپین Stout Scorpion که به زبان فارسی به معنی عقرب تنومند است اولین اتومبیل کوچکی بود که در دهه ۱۹۳۰ به معرض دید قرار گرفت و دارای قسمت جلویی نسبتاً کوچک و فاصله دو



محور گسترده‌ای بود و به دلیل طراحی خاصش محبوبیت گسترده‌ای پیدا نکرد و فقط ۱۲ دستگاه از آن تولید شد.

بوگاتی ۵۷

اگرچه این شرکت هزاران مدل تولید می‌کند اما بوگاتی ۵۷ عجیب‌ترین مدل است که با موتور دو میل بادامک و چرخ‌دنده آن متمایز شده‌بود.

فورد اسپیدستر

این خودرو در سال ساخت بسیار مهم نبود و جلب‌توجه نکرد، اما هنگامی‌که صاحب آن، خودرو را در سال ۲۰۱۶ برای نمایش دوباره بیرون آورد، بسیاری را تحت تأثیر قرارداد و یک نسخه از این نوع فورد به قیمت ۷۷۰ هزار دلار فروخته شد.

بیل B 50

بیل B به‌عنوان کوچک‌ترین اتومبیل در جهان وارد کتاب رکوردهای جهانی گینس شد و با طراحی منحصربه‌فرد خود با سه‌چرخ و ساختار کج به شکل اسباب‌بازی‌های کودکان متمایز شد اما امروزه برخی از شرکت‌ها در حال شبیه‌سازی ساختار آن هستند. به‌ویژه مدل‌هایی که از سیستم برقی استفاده می‌کنند.



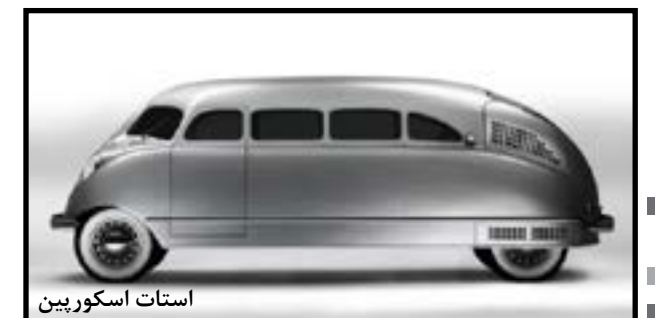
بوگاتی ۵۷



فورد اسپیدستر



نورمن تمپس



استات اسکورپین



بیل B 50



تاسکو

تاسکو (TASCO 1948)

طراحی این خودرو نیز با الهام از هواپیما انجام شد، زیرا در کابین بسته خلبانش معروف بود، جایی‌که راننده و سرنشینان می‌توانستند پانل‌های شیشه را از بالا بلند کنند، بنابراین آن‌ها می‌توانند خارج شوند. همان‌طور که در عکس‌ها مشهود است، چهارچرخ کاملاً پوشیده شده‌بود.

اکس تریم لاین ایکس گیلدا (X Gilda)

این ماشین با الهام از سفینه فضایی اولین ماشین مجهز به توربو بود. ضمن اینکه دارای یک بدنه آلومینیومی زیبا بود.

فراری 512

همچنین خودروی فراری به شکل فضایی‌هایی که در فیلم‌های علمی تخیلی ظاهر شد، فراری ۵۱۲ یک ماشین مخروطی شکل بود؛ هم از جلو و هم از عقب. این مدل از فراری دارای لاستیک‌های کمی بلند است.

<https://www.tahlilbazaar.com/>



اکس تریم لاین ایکس گیلدا



فراری 512

از من درباره تخفیف‌هایی بپرسید که به کاهش هزینه‌هایتان کمک می‌کنند.

برای دریافت رایگان استعلام قیمت و اطلاع از انواع پوشش‌های متناسب شما



Mehrdad Malekjamshidi
Ahunatic- BC 317
9256 Boul. De L'acadie
438-793-9168
mmalekjamshidi@allstate.ca



Allstate Insurance
از جمله: بیمه آتش‌سوزی، بیمه سرقت، بیمه تصادم، بیمه مسئولیت مدنی، بیمه کلاهبرداری، بیمه سرقت، بیمه کلاهبرداری، بیمه سرقت، بیمه کلاهبرداری




Brand: ReMi King
Price: \$25
10 Mask Lanyards & 4 Mask Storages



Brand: ReMi King
Price: \$25
4 Mask Storages & 4 Mask Lanyards



Brand: ReMi King
Price: \$25
10 Face Shields with Glasses



Brand: ReMi King
Price: ~~\$49.99~~ \$39.99
Automatic Hand Sanitizer & Soap Dispenser



Brand: ReMi King
Price: \$1080
Professional Handpan Drum




Brand: ReMi King
Price: \$49
Professional Kalimba



Brand: ReMi King
RGB Ring Light 12" with Stand: \$95
LED Ring Light with Stand: \$75



Brand: ReMi King
Price: \$78
UVC Light Sanitizer Wand



Brand: ReMi King
Price: \$280
Hydraulic Piano Bench



Brand: ReMi King
Price: \$17
Adjustable Guitar Foot Stool



Brand: ReMi King
Price: \$25
Turntable Photography



Brand: ReMi King
Price: \$38
Light Box Photography



چگونه شاد باشیم



و شاد زندگی کنیم؟

هم‌چنین وقتی کسی از زندگی‌اش راضی نیست، اما شاد و خندان است، می‌گوییم «الکی خوش» است (چرا باید در این حال و احوال، خوشحال باشد؟). ما هر وقت نتوانیم علت شاد بودن یا شاد نبودن یک نفر را بفهمیم، او را الکی خوش یا افسرده می‌نامیم. درحالی‌که منظورمان این است که: او با توجه به مترها و معیارهایی که من تعریف می‌کنم، الان باید شاد باشد، یا شاد نباشد. در حال حاضر، بر اساس معیارهای من، او به اشتباه شاد است، یا بی‌دلیل، ناشاد است.

هدف‌گرایی یا لذت‌گرایی

در ذهن بسیاری از ما، این نگرانی وجود دارد که «آیا اساسا درست است که من برای شاد بودن تلاش کنم؟ آیا بهتر نیست من فقط برای رسیدن به هدف‌هایم تلاش کنم و در اثر دستیابی به آن هدف‌ها، شاد شوم؟»

حرکت آونگی در زندگی: دنبال هدف هستید یا لذت؟

اگر بخواهیم تنها یک محور کلیدی برای کتاب طراحی شادمانی پاول دولان تعریف کنیم، آن محور را می‌توان نوسان میان هدف و لذت دانست. مفهومی که دولان آن را با عنوان PPP یا Pleasure Purpose Principle بیان می‌کند. او می‌کوشد با استفاده از استعاره آونگ، PPP را توضیح دهد و می‌گوید: «زندگی هر یک از ما درست مانند آونگی است که پیوسته میان جستجوی لذت و تعقیب اهداف در نوسان است. بعضی از کارهایی که ما انجام می‌دهیم برای رسیدن به هدف‌های مشخص هستند و برخی دیگر برای تجربه لذت.»

البته وقتی در این بحث از هدف و هدفمندی صحبت می‌کنیم، منظورمان این نیست که بسیار جدی بنشینید و فکر کنید و تحلیل کنید که: «در این لحظه مشخص من چقدر در جستجوی یک هدف مشخص هستم؟» بلکه در الگوی PPP دولان، هدفمندی یک احساس و ادراک شخصی است: «آیا حس می‌کنید الان در حال حرکت به سمت یک هدف مشخص هستید یا خیر؟»

رابطه شادی و هدف گذاری: مدال نقره را ترجیح می‌دهید یا برنز؟

خیلی سریع فکر کنید و بگویید که به نظرتان در یک رقابت ورزشی، کسی‌که مدال نقره آورده شادتر است یا آن کس که مدال برنز را به‌دست آورده‌است؟ در نگاه نخست به نظر می‌رسد که کسب مدال نقره باید شادی بیشتری به همراه داشته باشد. اما مطالعه‌ای که در المپیک تابستانی بارسلونا در سال ۱۹۹۲ انجام شد نشان داد که متوسط شادی کسانی که مدال برنز کسب کرده‌اند بیشتر است. پاول دولان در کتاب طراحی شادمانی به این مسئله پرداخته و توضیح می‌دهد که یکی از علت‌ها را می‌توان این دانست که برنده مدال نقره، به این فکر می‌کند که می‌توانست الان مدال طلا بر گردن داشته باشد. اما برنده مدال برنز فکر می‌کند که ممکن بود اصلا روی سکو نباشد. در واقع این انتظارات ما و آلترناتیوهای قابل‌تصور هستند که

مشخص می‌کنند ما از هر دستاورد و نتیجه‌ای چقدر شاد می‌شویم.

درک این نکته که «موفقیت بزرگ‌تر الزاما شادی بیشتر به همراه ندارد» دشوار نیست؛ اما به شرطی که سیستم تحلیل‌گر مغز ما کاملا فعال باشد و این محاسبات را انجام دهد.

تحلیل ما از آینده، با خطا همراه است

یکی از کسانی‌که در زمینه شادی و شادمانی در زندگی، کارها و مطالعات ارزشمندی انجام داده دن گیلبرت است. او معتقد است که ما انسان‌ها، آینده را به‌درستی تحلیل نمی‌کنیم. مثلا فکر می‌کنیم خانه بزرگ‌تر و ماشین بهتر، شادمانی بسیاری به همراه خواهد داشت. به خاطر این شادمانی زیاد، خودمان را گرفتار اضافه‌کاری و بدهی و فرض می‌کنیم، اما در نهایت، ماشین و خانه تازه ما را برای مدت کوتاهی شاد می‌کنند و سپس، عادت به سراغمان می‌آید. البته دن گیلبرت نمی‌گوید که هیچ تلاشی برای تغییر نکنیم و همه‌چیز را همان‌طور که هست حفظ کنیم، اما حرفش این است که ما به‌درستی متوجه نمی‌شویم که با رنج و زحمتی که امروز متحمل می‌شویم، فردا چقدر شادمانی برابمان به همراه خواهد آورد.

بحث و گفتگو

رابطه شادمانی با شیوه نگاه به گذشته، حال و آینده

معمولا جمله‌هایی که در دعوت به گفتگو به بحث گذاشته می‌شوند، بیشتر حرف‌هایی برخاسته از تجربه‌گوینده هستند که ممکن است ما با آنها موافق یا مخالف باشیم. این جمله‌ها صرفا تلنگری برای اندیشیدن می‌باشد. وقتی از اوضاع اطراف خود راضی نیستید یا حس خوبی را تجربه نمی‌کنید، با چنین گزاره‌هایی چه می‌کنید؟ آیا از جمله کسانی هستید که به چنین حرف‌هایی می‌خندید و از کنارش عبور می‌کنید؟ آیا آن را به عنوان یک واقعیت می‌پذیرید؟ واقعا گذشته و حال و آینده را چنان‌که پانیول می‌گوید دیده‌اید و می‌بینید؟

«دلیل اینکه آدم‌ها به دشواری شاد می‌شوند این است که همواره **گذشته** را بهتر از آنچه بوده، **حال** را بدتر از آنچه که هست، و **آینده** را نامشخص‌تر از آنچه خواهد بود می‌بینند.»
مارسل پانیول

با خاطرات بد خود چه می‌کنید؟

اتفاقی‌ها و رویدادهای تلخ و نامطلوب، بخش اجتناب‌ناپذیر زندگی همه ما هستند: خواه از دست دادن یک رابطه؛ خواه اجبار به استعفا؛ و خواه شکست در پروژه‌ای که برایمان بسیار مهم بوده‌است. اما چگونه باید از کنار این رویدادها عبور کنیم؟ بعضی از ما در این مواقع، به سراغ نوشتن می‌رویم و خودمان را با نوشتن خالی می‌کنیم. برخی دیگر حرف زدن را ترجیح می‌دهند. عده‌ای هم، مدام آن خاطره تلخ را در ذهن خود مرور می‌کنند تا بالاخره رنگ ببازد و فراموش شود. سونیا لیوبومیرسکی (-Sonja Lyubo mirsky) از محققان مطرح در زمینه شادمانی و زندگی شاد، مجموعه‌ای از مطالعات و تحقیقات را در این زمینه انجام داده و به این پرسش پرداخته‌است که: با خاطرات خوب و بد چه باید کرد؟

نوشتن، حرف زدن یا فکر کردن؟ کدام بهتر است؟ شاید برایتان جالب باشد که بررسی‌ها نشان می‌دهند از بین سه فعالیتِ نوشتن و حرف زدن و فکر

کردن، نوشتن و حرف زدن می‌توانند حال ما را بهتر کنند. اما فکر کردن به آن رویداد منفی، حال‌مان را بدتر خواهد کرد.

اصل مسئله (تأثیر مثبت نوشتن و حرف زدن و تأثیر منفی فکر کردن) با تحقیق اثبات شده‌است. اما علت آن، بیشتر بر حدس و گمان استوار است.

با رویدادهای مثبت و پیروزی‌ها چه کنیم؟

در این‌جا ماجرا برعکس می‌شود. وقتی درباره رویدادهای مثبت می‌نویسیم، یا از آنها حرف می‌زنیم، آنها را به زیر تیغ منطق می‌بریم و از یک تجربه گسترده و چند وجهی با مجموعه‌ای از تصاویر و احساسات خوب، به یک روایت خطی ساده و بی‌روح تبدیل می‌کنیم. هر چقدر ما دوست داریم ذهن‌مان سریع‌تر از شرّ رویدادهای منفی و شکست‌ها خلاص شود، احتمالا به همان اندازه دوست داریم خاطرات خوب و پیروزی‌ها و احساسات مثبت، در ذهن‌مان باقی بمانند. پس بد نیست این بار بعد از اتفاق‌های خوب و پیروزی‌های بزرگ، روش مرور کردن مکرر در روزهای متوالی را امتحان کنید. چند دقیقه را کاملا خالی کنید و به هیچ کاری دیگری اختصاص ندهید. با خودتان خلوت کنید و بنشینید و به آن اتفاق خوب یا پیروزی ارزشمند فکر کنید. به گذشته، حال، آینده، به همه افرادی که با موفقیت شما گره خورده‌اند، به آن‌چه بوده‌اید و آن‌چه هستید و آن‌چه می‌خواهید باشید فکر کنید.

تجربه شادی و گاوداری زندگی

قبل از این‌که بخواهیم کارهایی انجام دهیم که شادی آینده ما را تأمین کنند، آیا از تمام ظرفیتی که همین لحظه برای شاد بودن در اختیار دارم استفاده کرده‌ایم؟ این موضوع را در قالب استعاره یک گاوداری به بحث می‌گذاریم:

افزایش تعداد گاوها یا حذف اتلاف در فرایند تولید؟ فرض کنید مدیریت یک کارخانه تولید شیر بر عهده شماست و کل فرایند را هم به مالکیت خود در آورده‌اید. به عبارت دیگر، از دوشیدن گاو تا پخش و توزیع بر عهده خودتان است. حالا فرض کنید حجم شیر تولیدی رضایت شما را تأمین نکرده و می‌خواهید ظرفیت تولید کارخانه را افزایش دهید. نخستین راهی که به نظر می‌رسد، افزایش تعداد گاوهاست. اما یک سوال مهم در این‌جا وجود دارد که باید قبل از زیاد کردن تعداد گاوها بپرسیم:

آیا فرایند فعلی به درستی کار می‌کند؟ آیا مطمئن هستیم که در وضعیت فعلی، اتلاف نداریم؟ آیا می‌دانیم که هیچ لوله‌ای نشتی ندارد؟ آیا از همه فرصت‌های بهینه‌سازی خط تولید فعلی استفاده کرده‌ایم؟ در یک کلام: آیا یقین داریم که با همین تعداد گاو، شیر بیشتری نمی‌توان تولید کرد؟ همین استعاره را می‌توان به فضای «شادی و تجربه شادی» هم آورد:

وقتی برای افزایش تجربه شادی، به یک مهمانی تازه می‌رویم، یک وسیله تازه می‌خریم، برای یک سفر تازه برنامه‌ریزی می‌کنیم، در پی دوستان تازه می‌گردیم، یا به یک دوره آموزشی یا کلاس مهارتی تازه می‌رویم، شبیه کسی هستیم که برای افزایش حجم شیر، یک گاو تازه به گاوداری‌اش اضافه می‌کند. قطعاً افزودن گاو تازه به گاوداری، می‌تواند ظرفیت تولید را افزایش دهد. اما این سوال هم‌چنان پابرجاست که: «آیا از دِل تجربه‌های شادی‌آفرین قبلی خود، به اندازه کافی شادی استخراج کرده‌ایم؟ آیا از تمام

ظرفیت آنها استفاده کرده‌ایم؟ آیا ما هم بلدیم به همان اندازه که دیگران، از یک خرید، از یک سفر، از یک مهمانی، از یک جمع تازه، شاد می‌شوند و شادی می‌آفرینند، شادی و لذت بیافرینیم؟»

نکات و تکنیک‌هایی برای شادی در زندگی

حرف اصلی ما این است که قرار نیست برای شاد بودن، کارهای شگفت‌انگیز و دشواری انجام دهیم (افزایش تعداد گاوها). بلکه قرار است روش انجام کارها و شیوه فکر کردن خود را تغییر دهیم (دنبال این باشیم که چرا شیری که از همین گاوها می‌دوشیم، کم است و تلف می‌شود).

آیا در تصمیم‌گیری‌ها به شادی توجه می‌کنیم؟

تحقیقات نشان می‌دهد کسانی که از گام‌سنج برای سنجش تعداد قدم‌های روزانه خود استفاده می‌کنند، در مقایسه با کسانی‌که از چنین ابزاری استفاده نمی‌کنند، بیشتر راه می‌روند. هم‌چنین بررسی‌ها نشان داده کسانی که پیوسته فشار خون خود را کنترل می‌کنند در مقایسه با گروه مشابهی که فشار خون خود را کنترل نمی‌کنند، از نظر فشار خون در وضعیت بهتری قرار دارند. حالا که به نظر می‌رسد بسیاری چیزها را می‌توان با کنترل و پایش دائمی به سطح مطلوب نزدیک‌تر کرد، آیا چنین کاری را نمی‌توان در مورد شادی و شادمانی انجام داد؟

ما می‌توانیم نتیجه تصمیم‌ها را ثبت کنیم. پاول دولان در این زمینه یک پیشنهاد جایگزین دارد: حالا که قبل از انجام یک کار یا در حین تصمیم‌گیری، نمی‌توانیم برآوردی از میزان شادی و شادمانی داشته باشیم، حداقل می‌توانیم بعد از اقدام، نتیجه آن تصمیم را، از منظر شادمانی، ثبت کرده و به عنوان بازخورد استفاده کنیم. شاید ثبت نتیجه بعد از تصمیم‌گیری، کمی دیر باشد و نوشداروی بعد از مرگ سهراب به نظر برسد، اما به مرور زمان، آگاهی ما از تبعات تصمیم‌هایمان افزایش پیدا می‌کند و به تدریج می‌توانیم تصمیم‌های بهتری بگیریم (از نظر شادی‌آفرینی).

عادت کردن، لذت بردن را دشوار می‌کند

عادت کردن، یکی از ویژگی‌های انکارناپذیر ما انسان‌هاست. ما به همه چیز عادت می‌کنیم: به چیزهای خوبی که به دست می‌آوریم؛ به اتفاق‌های بدی که می‌افتد؛ به آن‌چه از دست می‌دهیم. فکر می‌کنیم که ورود به دانشگاه، باید چهار سال شادی و خوشحالی به همراه داشته باشد. اما پس از چند هفته، همه چیز به حالت عادی بازمی‌گردد. فکر می‌کنیم خرید ماشین جدید باید ماه‌ها ما را خوشحال کند. اما پس از چند روز و حداکثر چند هفته، هیچ احساس خاصی نسبت به ماشین جدید نداریم و دوباره زندگی روند عادی خود را پیدا می‌کند. عادت کردن، خیلی وقت‌ها برای ما مفید است. مثل زمانی‌که به گم شدن پولمان، به ورشکستگی، به از دست دادن شریک عاطفی یا به بیماری‌مان عادت می‌کنیم. اما مشکل این‌جاست که عادت کردن به اتفاق‌های خوب، لذت آنها را کم می‌کند و از فرصت‌های شاد بودن ما می‌کاهد.

بشقابی پر از انواع غذاها، تکنیک‌های تجربه شادی بیشتر

دوستی داریم که همیشه در مجالس و مهمانی‌ها و عروسی‌ها، از دیدن کسانی که بشقابی پر از غذاهای گوناگون دارند تعجب می‌کند. او بر این

باور است که این افراد، هنوز نمی‌دانند چه غذایی دوست دارند و چه غذایی دوست ندارند. تنها فرضی که می‌توان در نظر گرفت این است که شخصی با بشقاب غذاهای متنوع، آن‌قدر تجربه خوردن غذاهای مختلف مجلسی را نداشته است که بتواند به صورت قطعی و مطمئن در مورد بهترین غذای روی میز تصمیم بگیرد. آیا شما با این استدلال موافقید؟

پاول دولان در بحث مشابهی، با توجه به قانون نزولی بودن مطلوبیت نهایی به ما یادآوری می‌کند که این نوع تحلیل و استدلال درست نیست و اتفاقاً این نوع شیوه تحلیل، از جمله دلایلی است که ما شادی را، آن قدر که باید و شاید، تجربه نمی‌کنیم.

نقش موسیقی در افزایش شادمانی

همچنان لازم است بیش از پیش به نقش موسیقی در شادمانی و حال خوب بپردازیم. موسیقی هم، از جمله هنرهایی است که با توسعه تکنولوژی چنان ساده و ارزان در اختیار ما قرار گرفت که ارج و قرب خود را از دست داد و عملاً از آن محصول فاخر و معجزه‌آفرین دست‌ساز بشر، به ابزاری تبدیل شد که از طریق هدفون، عموماً در گوش ما نواخته می‌شود تا صرفاً دیواری بین ما و دیگران باشد.

مقایسه، حسادت و رقابت، شادی ما را کاهش می‌دهند

همه ما این تجربه را داریم که مقایسه و حسادت و رقابت، چگونه می‌توانند تجربه‌های شیرین‌مان را تلخ کرده و یا لافل، خنثی کنند.

تأثیر مقایسه بر شادمانی، کبوتر با کبوتر، باز با باز

شاید شما هم، آزمایشی که در دوران دبستان رایج بود را به خاطر داشته باشید. انگشت یک دست خود را در آب سرد فرو می‌کردیم و انگشت دیگر را در آب گرم. سپس هم‌زمان هر دو انگشت را در آب ولرم قرار می‌دادیم. یک انگشت احساس سرما می‌کرد و انگشت دیگر احساس گرما و ما از اینکه دو انگشتمان در یک آب، دو دمای مختلف را احساس می‌کنند، شگفت‌زده می‌شدیم.

چنین می‌شود که در گوشه‌ای از این شهر، یک نفر یک خودرو SUV میلیاردی می‌خرد و با آه و افسوس، از این‌که واردات خودرو با حجم بالای موتور مجاز نیست حرف می‌زند و از این‌که ماشین‌اش «راه نمی‌رود» گله می‌کند. اما در گوشه‌ای دیگر، یک نفر برای ماشین ده سال کارکرده‌ای که به تازگی خریده و اگر چرخ‌ها و درها و موتورش را عوض کند، ممکن است راه برود، اسفند دود می‌کند تا از چشم بد در امان بماند!

شادن فرویده، خوشحال شدن از ناراحتی و شکست دیگران

هنگام عبور از کنار دکه روزنامه‌فروشی، با دیدن طرح جلد یکی از مجلات، می‌بینید دو نفر از بازیگران مشهور سینما از یکدیگر جدا شده‌اند. نخستین جمله‌ای که در دل تان می‌گویید چیست؟

دوستان در یک شرکت معتبر و شناخته‌شده کار می‌کند و معمولاً در مهمانی‌های دوستانه، درباره شغل و افتخارات شغلی‌اش حرف می‌زند. اما امروز متوجه شده‌اید که آن شرکت چند ماه است حقوق و مزایای او را پرداخت نکرده‌است. چه احساسی پیدا می‌کنید؟

مطالعات متنوع و گسترده‌ای درباره این حس انجام شده‌است. اما اگر بخواهید یک جمع‌بندی خوب درباره آن را بخوانید، کتاب The Joy of Pain (لذتِ درد) نوشته ریچارد اسمیت یکی از بهترین گزینه‌هاست.

ارتباطات اجتماعی و ثروت زمانی

حال دوستِ دوستِ شما چطور است؟

نه. اشتباه نکنید. در عنوان مطلب، خطای نگارشی وجود ندارد. می‌خواهیم کمی در مورد حال دوست دوستان فکر کنیم. مسری بودن احساسات، پدیده‌ای است که همه ما آن را تجربه کرده‌ایم. حجم گسترده‌ای از تحقیقات علمی هم آن را تایید و پشتیبانی می‌کنند. اما تا چه حد، این واقعیت واضح را، در تصمیم‌های مرتبط با زندگی روزمره خود مورد توجه قرار می‌دهیم؟

ثروت زمانی شما چقدر است؟

«وقت طلاست.» این جمله را همه شنیده‌ایم. معمولاً منظور از به کار بردن این جمله آن است که «زمان خود را هدر ندهید و قدر لحظه‌لحظه آن را بدانید.» همه برنامه‌های مدیریت زمان و تکنیک‌های برنامه‌ریزی و نوشتن فهرست کارهای روزانه و انواع نرم‌افزارها و اپلیکیشن‌های افزایش بهره‌وری هم با تکیه بر چنین فرضی تهیه و تنظیم می‌شوند. چنین به نظر می‌رسد که اگر کسی تمام روز را به شکلی دقیق و منظم برنامه‌ریزی کند و بیشترین خروجی را از ساعات بیداری‌اش بگیرد و احتمالاً کمی هم از ساعت استراحت و خوابش بزند، قدر لحظه‌ها را دانسته و از وقت، این منبع تجدیدناپذیر، به درستی استفاده کرده‌است.

چند سال قبل تیم کاسر (Tim Kasser) با مقاله خود و پس از او بن شاهار (Ben-Shahar) با کتاب خود (Happier) این نوع نگاه را به چالش کشیدند. به این معنا که به سمت دیگر ماجرا توجه کردند: مگر باید همه وقت برای افزایش بهره‌وری و خروجی گرفتن و کسب درآمد و پول درآوردن خرج شود؟ اتفاقاً همه آن تلاش‌ها و برنامه‌ریزی‌ها و پول درآوردن‌ها برای این است که وقت‌هایی را برای خودمان آزاد کنیم.

ثروت زمانی بر این اساس تعیین می‌شود که شما حس می‌کنید چقدر زمان برای پیگیری «فعالیت‌های معنادار شخصی، فکر کردن و اوقات فراغت» در اختیار دارید. در مقابل فقر زمانی به این معناست که دائماً احساس کنید وقت کم است و عجله دارید و تحت استرس باشید و احساس کنید اگر نشتابید، از زندگی عقب می‌مانید.

ویژگی‌های یک زندگی خوب

تعریف زندگی خوب ساده نیست. اصطلاحات متعددی در میان روانشناسان برای توصیف «زندگی خوب» به‌کار می‌رود که یکی از آنها Well-be-ing است (این اصطلاح را در ادبیات رسمی و دانشگاهی، معمولاً به‌صورت به‌زیستی ترجمه می‌کنند). یکی از مطالعات شناخته‌شده در این زمینه، توسط ریف و سینگر (Ryff & Singer) انجام شده که در آن کوشیده‌اند ویژگی‌های زندگی خوب را با مراجعه به آراء اندیشمندانی مانند ارسطو، گوردون آلپورت، ویکتور فرانکل، آبراهام مزلو، کارل راجرز، یاهودا و یونگ بررسی کرده و طبقه‌بندی کنند.



شش ویژگی یک زندگی خوب

ریف و سینگر پس از بررسی نظریه‌های اندیشمندان مختلف و ترکیب آنها، در نهایت یک مدل شش بخشی را برای به‌زیستی پیشنهاد کرده‌اند:

– پذیرش خود (Self-Acceptance) به این معنا که اقدام‌ها، انگیزه‌ها و احساسات خود را بشناسیم و درک کنیم و مهم‌تر از آن: «بپذیریم».

– رابطه مثبت با دیگران (Positive Relations with Others) به معنای توانایی ایجاد رابطه‌های دوستانه، صمیمانه و عاطفی عمیق مبتنی بر محبت و همدلی است.

– رشد شخصی (Personal Growth) نیاز به توضیح چندانی ندارد. تقریباً تمام آن‌چه امروزه به عنوان «توسعه فردی» مطرح می‌شود، زیرمجموعه این مولفه قرار می‌گیرد. می‌دانیم که توجه به رشد شخصی، جایگاه ویژه‌ای در ادبیات روانشناسی دارد و روانشناسان بسیاری به آن پرداخته‌اند. از جمله این روانشناسان می‌توان به آبراهام مزلو اشاره کرد که خودشکوفایی را در رأس هرم نیازهای انسان قرار داده‌است و در توصیف خودشکوفایی می‌گوید: «یکی از ویژگی‌های افراد خودشکופا این است که می‌کوشند پتانسیل‌های خود را به توانمندی‌های واقعی مبدل کنند.»

– زندگی هدفمند (Purpose in Life) هم از جمله موضوعاتی است که بیشتر نظریه‌پردازان کیفیت زندگی به آن پرداخته‌اند.

احساس این‌که «زندگی من معنا و هدفی دارد» باعث می‌شود که فرد، در راستای محقق کردن آن معنا و دستیابی «مأموریتی که برای خود تعریف می‌کند» تلاش کند. این حرف را به زبان‌های مختلف از بزرگان و اندیشمندان شنیده‌ایم که انسان‌ها عمق زندگی را زمانی تجربه می‌کنند که برای چیزی بزرگ‌تر از «خودشان و روزمرگی‌هایشان» تلاش کنند. به همین علت است که معمولاً بخشی از برنامه‌های توسعه فردی به کشف رسالت شخصی اختصاص پیدا می‌کند.

– تسلط بر محیط (Environmental Mastery) به این معناست که فرد بخواهد و بتواند محیط خود را (از محل و سبک زندگی تا دوستان و اطرافیان) بر اساس آن‌چه خود می‌خواهد بچیند و طراحی کند. بخش مهمی از این فاکتور به این ویژگی باز می‌گردد که فرد دارای مرکز کنترل درونی باشد. بخش دیگر هم به این‌که ابتکار عمل داشته باشد و در برابر وضعیت زندگی‌اش، موضع منفعل نگیرد. ضعف در برنامه‌ریزی و نظم شخصی هم می‌تواند یکی از علت‌های کاهش تسلط ما بر محیط و زندگی‌مان باشد.

– خودمختاری (Autonomy) به این اشاره دارد که فرد به سطحی از بلوغ برسد که دیگر نیازمند تأیید دیگران نباشد و بتواند بر اساس اصول و ارزش‌هایی که خود دوست دارد و می‌پسندد زندگی کند. این خودمختاری کمک می‌کند که هر فردی به‌تدریج، لذت «اصلت» را نیز تجربه کند و لذت زندگی رها از تحمیل محیطی را بچشد. بخشی از این خودمختاری به شرایطی فرهنگی و محیطی باز می‌گردد و این‌که عرف جامعه تا چه حد این «فردیت» را می‌پسندد و تحمل می‌کند. اما بخش دیگری هم به ویژگی‌های خود فرد ربط دارد. این‌که آیا برای خود چنین حقی قائل است که متفاوت از اکثریت بیندیشد و زندگی کند؟

https://motamem.org/

تقویت سیستم ایمنی بدن برای مقابله با ویروس کرونا

ترس از ویروس کرونا منجر به افزایش جستجوهای آنلاین شده‌است و اطلاعات نادرست زیادی در مورد چگونگی تقویت سیستم ایمنی بدن مشاهده می‌شود. در ادامه بخوانیم که راهکار درست چیست و البته راهکار نادرست چیست.

آیا غذاهایی وجود دارد که بتوانند سیستم ایمنی بدن ما را تقویت کنند؟ آیا ویتامین‌ها می‌توانند کمک کنند؟ سیستم ایمنی، شبکه پیچیده از سلول‌ها، ارگان‌ها و بافت‌ها است که با هم همکاری می‌کنند تا از بدن در برابر عفونت محافظت کنند. در حالی که ژتیک نقش بسیار مهمی دارد، اما از مطالعه دوقلوها می‌دانیم که قدرت سیستم ایمنی ما تا حد زیادی تحت تاثیر فاکتورهای غیروراثتی است. میکروب‌هایی که در طول زندگی در معرض آنها هستیم و فاکتورهای سبک زندگی، مانند استرس، خواب، رژیم غذایی و ورزش نقش بسیار مهمی را در تقویت واکنش سیستم ایمنی ما ایفا می‌کنند.

اصل اساسی: هیچ‌گونه داروی معجزه‌آسا یا غذای به‌خصوصی وجود ندارد که بتواند سیستم ایمنی بدن شما را ناگهان تقویت کند و شما را در برابر ویروس کرونا جدید محافظت کند. با این‌حال، روش‌های دیگری وجود دارند که شما می‌توانید با آنها از خودتان محافظت کنید و به سیستم ایمنی خودتان بیشترین شانس را برای انجام وظیفه خود در برابر یک بیماری تنفسی بدهید.

استرس خود را کاهش دهید

نگرانی در مورد ویروس کرونا، اقتصاد کلان، بازار سهام و فروپاشی یک زندگی بر سطح استرس ما افزوده‌اند؛ و می‌دانیم که استرس همچنین باعث می‌شود شما در برابر بیماری تنفسی آسیب‌پذیر شوید.

در یک‌سری مطالعات گسترده در طول ۲۰ سال برنامه شاهد کارنگی ملون Carnegie Mellon، داوطلبان در معرض ویروس سرماخوردگی (با استفاده از قطره بینی) قرار گرفتند و سپس برای انجام مشاهدات، قرنطینه شدند. دارندگان دریافتند افرادی که استرس کمتری در زندگی خود گزارش کرده بودند، به احتمال کمتری علائم سرماخوردگی را از خود بروز می‌دادند. یک‌سری مطالعات در دانشگاه اوهاйо دریافت که اختلافات خانوادگی برای سیستم ایمنی سم است. در یک‌سری مطالعات دیگر، محققان زخم‌های کوچکی را روی پوست داوطلبان ایجاد کردند و سپس از زوجها خواستند در مورد مسائل خوشایند و ناخوشایند صحبت کنند. هنگامی‌که زوجها جر و بحث می‌کردند، خوب شدن زخم‌های آنها به‌طور متوسط یک روز کامل بیشتر از زمانی طول می‌کشید که آنها در مورد چیزی خوشایند صحبت می‌کردند. در میان زوج‌هایی که سطح خشونت بیشتری را نشان می‌دادند، خوب شدن زخم‌ها دو روز بیشتر طول می‌کشید.

اصل اساسی: بدن شما، هنگامی‌که در معرض استرس نباشد، بهتر می‌تواند با بیماری‌ها بجنگد و زخم‌ها را درمان کند. یادگیری



تکنیک‌های مربوط به مدیریت استرس، مثل مدیتیشن، تلفظ کنترل شده و صحبت کردن با مشاور روانشناس همگی روش‌هایی برای کمک به حفظ توانمندی سیستم ایمنی شما هستند.

بهبود عادت‌های خواب

یک سیستم ایمنی سالم می‌تواند با عفونت بجنگد. سیستم ایمنی اگر با کمبود خواب مواجه باشد، به‌درستی کار نخواهد کرد. در یک مطالعه جالب توجه، محققان ۱۶۸ مرد و زن را را در معرض ویروس سرماخوردگی قرار دادند اما همه افراد بیمار نشدند. با این حال، کسانی‌که کمتر می‌خوابیدند (یعنی کسانی‌که به‌طور منظم کمتر از ۶ ساعت و دیرتر از ساعت ۱۰ شب می‌خوابیدند) به احتمال ۴.۲ بار بیشتر از کسانی‌که بیش از ۷ ساعت می‌خوابیدند در معرض سرماخوردگی بودند. این ریسک برای کسانی که کمتر از ۵ ساعت در طول شب می‌خوابیدند، باز هم بیشتر بود.

اصل اساسی: تمرکز روی عادت‌های خواب بهتر می‌تواند روش مناسبی برای تقویت سیستم ایمنی بدن شما باشد. میزان مناسب خواب در طول شب، شش تا هشت ساعت است. زمان رفتن به رختخواب و زمان بیدار شدن باید منظم باشد. از نگاه کردن به صفحه نمایش و خوردن غذا پیش از خواب اجتناب کنید.

سطح ویتامین D خودتان را چک کنید

درحالی‌که مطالعات بیشتری در مورد رابطه میان ویتامین دی و سلامت سیستم ایمنی مورد نیاز است، اما برخی تحقیقات نشان داده‌اند که استفاده از مکمل‌های ویتامین دی می‌تواند به بدن شما کمک کند که به جنگ بیماری‌های تنفسی بروید. در یک مطالعه روی ۱۰۷ بیمار مسن، برخی از بیماران، دوز بالایی از ویتامین D دریافت کردند، درحالی‌که برخی دیگر، دوز استاندارد را دریافت کردند. پس از یک سال، محققان دریافتند افرادی که در گروه دوز بالا قرار داشتند، ۴۰٪ عفونت‌های تنفسی کمتری را در طول سال در مقایسه با افراد حاضر در گروه دوز استاندارد متحمل شده بودند. یک مطالعه جدید با ۲۵ کارآزمایی کنترل شده رندوم روی ۱۱ هزار بیمار نشان‌دهنده اثر محافظتی کلی مکمل‌های ویتامین دی در برابر عفونت‌های شدید بافت تنفسی بود، البته داده‌ها در این زمینه قطعی نیستند.

اما چرا ویتامین D منجر به کاهش ریسک بیماری‌های تنفسی می‌شود؟ بدن ما به مقدار کافی از ویتامین دی نیاز دارد تا پروتئین‌های ضدمیکروبی کشنده ویروس‌ها و باکتری‌ها را تولید کند. دکتر ادیت گیند، پروفیسور پزشکی اورژانس دانشکده پزشکی دانشگاه کلرادو و محقق اصلی تحقیق می‌گوید «اگر شما مقدار کافی از ویتامین D در گردش خون خود نداشته باشید، بدن شما کارایی کمتری در تولید این پروتئین‌ها و آسیب‌پذیری

بیشتری در برابر عفونت خواهد داشت. این پروتئین‌ها در بافت تنفسی بسیار فعال هستند.»

توجه به این امر اهمیت دارد که هیچ‌گونه پیشنهاد بالینی برای استفاده از ویتامین دی جهت تقویت سیستم ایمنی ارائه نشده‌است، هرچندکه پیشنهادات استاندارد برای سلامت استخوان، دریافت ۶۰۰ تا ۸۰۰ واحد بین‌المللی از ویتامین دی در طول روز است (و این سطحی است که در بیشتر مولتی ویتامین‌ها مشاهده می‌شود). در مطالعه بیماری‌های تنفسی و ویتامین D، این دوز هم ارز حدود ۳،۳۳۰ واحد بین‌المللی در روز می‌باشد.

ویتامین دی می‌تواند در روغن ماهی، مانند سالمون، و در شیر یا غذاهای تقویت‌شده با ویتامین D یافت شود. سطح ویتامین D در بدن ما تحت تاثیر قرارگیری در معرض نور خورشید، شکل پوست، و عرض جغرافیایی منطقه زندگی است. افرادی که در مناطق شمالی قرار دارند، کمتر در معرض نور خورشید در زمستان قرار می‌گیرند و در نتیجه ویتامین دی کمتری دریافت می‌کنند. آزمایش خون برای بررسی سطح ویتامین دی مورد نیاز است. کمتر از ۲۰ نانوگرم ویتامین دی در هر میلی‌لیتر، سطح پایینی تلقی می‌شود، و بالاتر از ۳۰ میلی‌گرم بهینه است.

اصل اساسی: اگر نگران سلامت و تقویت سیستم ایمنی بدن خودتان هستید، باید سطح ویتامین دی خود را چک کنید و با پزشک خود در مورد استفاده از مکمل‌ها مشورت کنید.

از مصرف بیش از حد الکل بپرهیزید

مطالعات بسیاری نشان داده‌اند که ارتباطی در میان مصرف بیش از حد الکل و عملکرد سیستم ایمنی وجود دارد. تحقیقات مشخص کرده‌اند افرادی که بیش از حد الکل مصرف می‌کنند، بیشتر در معرض بیماری‌های تنفسی و ذات‌الریه قرار دارند و زخم‌ها و عفونت‌های آنها دیرتر بهبود پیدا می‌کند. الکل منجر به تغییر تعداد زیادی از میکروب‌ها در میکروبیوم روده می‌شود (میکروبیوم جامعه ای از میکروارگانیسم‌هاست که روی سیستم ایمنی اثر می‌گذارند). الکل بیش از حد باعث تخریب ریه می‌شود و سیستم ایمنی مخاطی را مختل می‌کند، در حالی‌که آنها در کمک به بدن در تشخیص پاتوزن و مقابله با عفونت اهمیت زیادی دارند.

استفاده از یک رژیم غذایی متعادل

یک رژیم غذایی سالم و ورزش اهمیت زیادی برای ساخت یک سیستم ایمنی قدرتمند دارند. با این‌حال، هیچ غذا یا داروی طبیعی وجود ندارد که منجر به تقویت سیستم ایمنی شخص یا از میان رفتن بیماری شود. مطالعات کوچکی وجود داشته‌اند که مزایایی را برای برخی از این مواد غذایی در نظر می‌گیرند، اما شواهد دقیقی در مورد آنها وجود ندارد. به‌عنوان مثال، در یک مطالعه در سال ۲۰۰۰ نشان داده شد که خوردن سوپ مرغ می‌تواند منجر به کاهش علایم عفونت دستگاه تنفسی فوقانی شود. برخی از مطالعات مشخص کرده‌اند که سیر به ارتقای عملکرد سیستم ایمنی منجر می‌شود.

مکمل‌های روی و قرص‌های مکیدنی از داروهای رایج برای مقابله با سرماخوردگی و بیماری‌های تنفسی هستند. برخی مطالعات دریافته‌اند که قرص‌های مکیدنی روی می‌توانند به کاهش طول مدت سرماخوردگی در حدود یک روز کمک کنند، و همچنین تعداد عفونت‌های سیستم تنفسی فوقانی را در کودکان کاهش دهند، با این‌حال داده‌های مربوط به روی هنوز دقیق نیستند. اگر روی را از رژیم غذایی خود به میزان کافی دریافت می‌کنید، مشخص نیست که آیا استفاده از مکمل می‌تواند مفید باشد یا خیر.

دکتر کریستینا وودز، اپیدمی‌شناس و مدیر پیشگیری از عفونت در مونت سینای وست Mount Sinai West می‌گوید: «محصولات بسیاری وجود دارند که برای تقویت سیستم ایمنی، سروصدا کرده‌اند، اما فکر نمی‌کنم هیچ کدام از آنها به لحاظ پزشکی اثبات شده باشند. برخی افراد می‌گویند «من بعد از اینکه فلان چیز را مصرف کردم، احساس بسیار بهتری داشتم.» شاید این هم درست باشد، اما از نظر علمی در پشتیبانی نیست.»

اصل اساسی: اگر از استفاده از مواد غذایی که به عنوان تقویت‌کننده سیستم ایمنی تبلیغ می‌شوند لذت می‌برید، مانعی در استفاده از آنها به‌عنوان بخشی از یک رژیم غذایی متعادل وجود ندارد. تنها چیزی که مهم است آن است که پیشنهادات تایید شده مربوط به سلامت را در ارتباط با محافظت در برابر بیماری‌های ویروسی نادیده نگیرید (مثل شستن دست‌ها و دست نزدن به صورت).

https://www.darmankade.com/

• **تنوع ارسال**

• **نجاری - شخصی**

• **ایران - کانادا - آمریکا**

• **خدمات Door to Door**

Shipping Services

حمل و نقل داخلی و

بین‌المللی در کانادا

8198003388 **shipixer.com**

خدمات ویژه ارسال از ایران و چین

ویژه صاحبان کسب و کار

معیارهای عجیب زیبایی در طول تاریخ



یا این‌که از روش‌های مدرن‌تری چون سولاریوم استفاده می‌کنند، اما در زمان رنسانس، پوست سفید معیار زیبایی زنان بود. در واقع زنانی که پوست روشنی داشتند زنانی ثروتمند به حساب می‌آمدند، از این‌رو که مجبور نبودند بیرون از خانه کار کنند و پوست‌شان را از نور آفتاب محفوظ نگه می‌داشتند.

در زمان الیزابت، آنقدر پوست روشن برای زنان اهمیت داشت که به روش‌های گوناگون متوسل می‌شدند. به عنوان مثال آنها به روش فصد که نوعی روش خونگیری در طب سنتی است، منافذ پوستی‌شان را باز می‌کردند. البته زیبایی آنها تنها به رنگ پوست محدود نمی‌شد، بلکه رگ‌های برآمده و واضح نیز از دیگر عوامل جذابیت زنان محسوب می‌شد. برای این منظور برخی از زنان خط‌هایی با رنگ آبی روی پوست‌شان می‌کشیدند تا وضوح رگ‌های خود را تشدید کنند.

اگرچه اندام متناسب و لاغر برای زنان غربی معیار زیبایی قلمداد می‌شود، اما زنان دوران رنسانس اندامی چاق و شکمی بزرگ را عامل زیبایی می‌دانستند. در واقع شکم‌های گرد بر آمده نمادی از زنانگی محسوب می‌شد. علاوه بر زنانگی، شکم بزرگ نشانه‌ای از ثروت نیز بود. مردم آن دوران اعتقاد داشتند که زنان با شکم بزرگ پسرانی سالم به دنیا خواهد آورد.

چین: پاهای کوچک، ناخن بلند و ابروهای مدل‌دار و رنگی



استانداردهای زیبایی در طی تاریخ مدام از شکلی به شکل دیگر تغییر پیدا کرده ولی برخی از محبوب‌ترین معیارهای زیبایی آن زمان اکنون وحشتناک‌ترین و یا حتی خطرناک‌ترین محسوب می‌شوند. در واقع برخی از معیارهایی که در گذشته برای زیبایی زنان در نظر می‌گرفتند آنقدر امروزه عجیب به نظر می‌رسد که باور کردنش سخت است.

قرون وسطی و رنسانس: پیشانی بلند و صورتی بی‌مژه

امروزه بسیاری از زنان، برای این‌که پیشانی بلند خود را بپوشانند، از چتری استفاده می‌کنند اما در زمان قرون وسطی و رنسانس، پیشانی بلند خود معیار زیبایی شناخته می‌شد. در حقیقت آنها به عمد موهای خود را با سمت بالا می‌کشیدند و می‌بستند تا پیشانی‌شان بلندتر به نظر آید. صورت گرد و پیشانی بلند نمادی از ظرافت و زیبایی زنان بود.

البته این معیار در زمان رنسانس شدت بیشتری گرفت به‌طوری‌که زنان برای داشتن پیشانی بلند دست به هر کاری می‌زدند. به‌عنوان



مثال گاهی با سنگ فرق موهایشان را می‌ساییدند یا حتی موهای زائد صورتشان را با مواد شیمیایی می‌سوزاندند، گاهی هم بیشتر ابروهای خود را بر می‌داشتند تا به این معیار جذابیت دست یابند.

برای زنان اروپایی در دوره رنسانس و یا قرون وسطی زیبایی تنها به عقب بردن خط رویش موها و پهن نشان دادن پیشانی محدود نبود بلکه داشتن مژه یکی از نشانه‌های نازیبا محسوب شده و چهره‌ای کاملا عاری از هرچیزی، جذاب‌تر در نظر گرفته می‌شد. بنابراین زنان اغلب کاملا مژه‌های خود را جدا می‌کردند که حتی فکر آن نیز دردناک به نظر می‌رسد!

رنسانس: پوست سفید و رنگ‌های برآمده با شکم بزرگ

امروزه خانم‌ها برای برنزه کردن پوستشان ساعت‌ها زیر آفتاب می‌نشینند

بستن پاها شاید یکی از ناخوشایندترین شکل‌های تغییر فرم بدن در طول تاریخ باشد که ریشه اصلی آن نامشخص است ولی می‌دانیم که این سبک زیبایی در قرن سیزدهم توسط زنان و دختران اشراف‌زاده شایع شده بود و در نهایت این رسم در بین جامعه بیشتری شیوع پیدا کرد. در این سبک وقتی دختری در بین پنج تا هفت سال داشت پاهایش محکم بانداژ می‌شد تا از رشد آن جلوگیری شود. این کار موجب شکسته شدن استخوان شده و در نهایت پاشنه پا به سمت انگشتان پا خم می‌شد. این رسم دردناک و فلج‌کننده برای ایجاد پاهای کوچک که در آن زمان زیبا به نظر می‌آمد، انجام می‌شد.

چین تاریخچه بلند بالایی از ناخن‌های بلند دارد. هم مردان و هم زنان در سلسله چینگ ناخن‌های خود را ۲۰ تا ۲۵ سانتی‌متر بلند می‌کردند و برخی زنان نیز از حفاظ‌های طلایی استفاده می‌کردند تا مانیکورهایشان را از شکستن حفظ کنند. این نشانگر آن بود که آنها آنقدر ثروتمند هستند که نیازی به کار با دست‌هایشان نداشته و در عوض خدمه کارهای آنها از جمله لباس پوشاندن و غذا خوراندن به آنها را انجام می‌دهند.

زنان چینی آرایش‌های مبتکرانه‌ای روی ابروها داشتند. آنها ابروها را به رنگ‌های مشکی، آبی یا سبز رنگ‌آمیزی کرده و طبق مد آن زمان آنها را شکل می‌دادند. برای مثال در طول سلسله هان، ابروهایی با نوک بسیار تیز مد بود و یا در دوره دیگر ابروهای کوتاه و فوق‌العاده بالای صورت محبوب شده بود.

ژاپن: دندان‌های سیاه

ژاپن با مدهای عجیب و غریب بیگانه نیست. اگر چه زنان امروزی هزینه‌های زیادی را می‌پردازند تا دندان‌هایی مرتب و سفید داشته باشند، اما ژاپنی‌ها در زمان‌های قدیم دندان سیاه را ترجیح می‌دادند و در واقع یک معیار



زیبایی برای آنها قلمداد می‌شد. هزاران سال زنان ژاپنی به طور دائم پس از ازدواج دندان‌هایشان را سیاه می‌کردند. این کار تا قرن ۱۹ نیز ادامه داشتو یکی از نشانه‌های زیبایی و تعهد در نظر گرفته می‌شد.

مایا باستان: شکل دادن به جمجمه کودک

در ۱۰۰۰ سال قبل از میلاد مسیح، مردم مایا باستان شروع به شکل دادن جمجمه نوزادان می‌کردند. سر کودک را یک تخته و یا چیزهای دیگر می‌بستند تا جمجمه به شکل دیگری شکل پیدا کند. این کار را هم برای



نوزادان پسر و هم دختر انجام می‌دادند و بر این باور بودند که این کار روی رتبه اجتماعی آنها تاثیر گذاشته و نشانه‌ای از زیبایی محسوب می‌شد.

اسپارت: موهای کوتاه



آنهایی که با جنگ تروآ آشنا هستند می‌دانند که هلن، ملکه اسپارت، به زیبایی شهرت داشت. اما معیار زیبایی در آن زمان با آنچه شما در حال حاضر فکر می‌کنید، زمین تا آسمان فرق دارد.

ملکه هلن، که ۳۵۰۰ سال قبل زندگی می‌کرد، روی چانه و گونه‌هایش تتویی به رنگ قرمز نقش بسته بود. موهای او نیز در دوران نوجوانی از ته زده شده بود. در یونان باستان اما این معیارهای زیبایی کمی دگرگون شد. مردها موهایشان را بلند می‌کردند و آنچه برای زن‌ها جذابیت داشت، موهایی کوتاه بود. در واقع زن‌ها موظف بودند که هنگام ازدواج موهایشان را کوتاه کنند و باقی عمرشان را با موهایی کوتاه بگذرانند.

ایرلند باستان: لاک قرمز

برای ارزیابی زیبایی یک زن در ایرلند باستان، به ناخن‌های او نگاه می‌کردند. در آن زمان پوست روشن و موهای طلایی معیار زیبایی بود اما زمانی‌که می‌خواستند اصالت یک دختر را بسنجند، به ناخن‌هایش نگاه می‌کردند: دست‌هایی تمیز با ناخن‌هایی مرتب و سوهان کشیده شده. زنان طبقه بالای جامعه، باید ناخن‌هایی گرد و قرمز رنگ می‌داشتند. در واقع رنگ قرمز نمادی از زیبایی زنان درایرلند باستان بود.

We Inspect Homes

Like we're Buying them Ourselves



HOME INSPECTION

CALL TODAY 438-929-6645

WHY CHOOSE MAJINSPECT BUILDING INSPECTION?

RELIABILITY GUARANTEED

NO JARGON

NO FINE PRINT

TIMELY REPORTS

DELIVER OVER 150 INSPECTIONS PER YEAR TO THE QUEBEC COMMUNITY!

MAJID AGHABOZORGI

Phone: +1 438-929-6645

E-Mail: majid.a@majinspect.ca

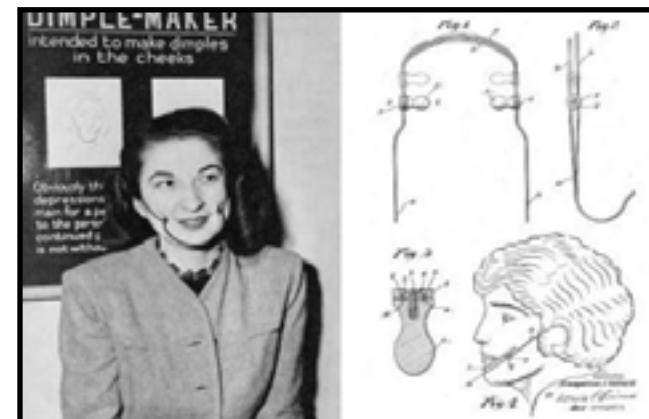
Website: www.MAJINSPECT.ca



خال به شکل پیکان: نمایش عشق
خال به شکل کالسکه: رضایت برای فرار مشترک
خال در بالای لب بالا: نماد مجرد بودن
خال در گونه سمت راست: نماد متاهل بودن
خال روی گونه چپ: نماد بیوه بودن

قرن بیستم میلادی: چال گونه

در قرن ۲۰ میلادی زیبایی زنان بدون چال گونه مفهومی نداشت. به همین خاطر، در آن دوره زمانی، دستگاهی که در تصویر می بینید اختراع و ثبت



شد. این وسیله در پشت گوش ها و زیر چانه قرار گرفته و دو بازوی آهنی و محکم که دو برجستگی گنبدی شکل ریز در دو انتهای خود دارند، در دو طرف لبها قرار گرفت و به صورت فشار وارد می کرد. به موجب این فشار، چال گونه ظاهر شده و زنان می توانستند به این ترتیب خود را زیباتر نشان دهند.

<https://persianv.com/>

<https://rooziato.com/>

<https://www.samatak.com/>

<https://www.bartarinha.ir/>



ایران دوره قاجار: سبیل

امروزه زنان به طرق مختلف موهای صورت خود را می گیرند اما در ایران در دوران قاجار، سبیل یکی از معیارهای زیبایی بود. در واقع زنان مانند مردان برای برداشتن موهای بدن خود هیچ اقدامی نمی کردند. سبیل نازک و باریک یکی از نشانه های زیبایی زنان بود که حتی در عکس ها و نقاشی های آنها نیز مشهود است. حتی زنان کم مو، از سایه های مشکی برای بالای لب شان استفاده می کردند تا سبیل شان بیشتر به چشم آید.

دوره ویکتوریا: لباس های سبز



در دوره ویکتوریا، رنگی موسوم به سبز Scheele مد شده بود که تقریباً همه زنان لباس های خود را به آن رنگ انتخاب می کردند. این رنگ از ترکیب آرسنیک و مس به دست می آمد و به تدریج موجب مرگ فردی می شد که آن را می پوشید. رنگ لباس به غشا مخاطی نفوذ کرده و باعث ایجاد خراش می شد. با اینکه همه از خطرات این رنگ آگاه بودند اما حتی برای نقاشی دیوارهای داخلی خانه هم از آن استفاده می شد.

قرن ۱۸: اروپا: خال

هنگامی که به زنان اجازه آرایش کردن داده شد، آنها برای زیبایی بیشتر به کشیدن خال مصنوعی روی صورت خود اقدام کردند. خال در آن دوره، جزئی از آرایش به شمار می رفت و زنان برای دلربایی بیشتر روی گونه، زیر لب، زیر چشم و ... خال می گذاشتند.

خال به شکل هلال ماه: دعوت برای یک ملاقات شبانه

گفتگو با «دیوید لمتی» وزیر دادگستری و دادستان کل کانادا و عضو کابینه دولت لیبرال کانادا

گروه نویسندگان کنپارس

این روزها خبر انتخابات در کانادا داغ است. انتخاباتی که قرار بود اکتبر ۲۰۲۳ برگزار شود اما به سپتامبر ۲۰۲۱ رسید.

«دیوید لمتی» وزیر دادگستری و دادستان کل کانادا از افراد تاثیرگذار و برجسته حزب لیبرال و نماینده پارلمان است. او که خود فرزند مهاجر است، ۲۰ سال در دانشگاه مک گیل استاد حقوق بوده‌است و اکنون به عنوان یک سیاست مدار لیبرال فعالیت می‌کند.

به این بهانه، علی مختاری مدیر شرکت مهاجرتی کنپارس گپ و گفتی را با «دیوید لمتی» ترتیب داده‌است که محور اصلی آن دغدغه‌ها و چالش‌های مهاجران در کانادا می‌باشد.

مدیر کنپارس در آغاز این گفت‌وگو تصریح کرد: جامعه فارسی‌زبان ایرانی-کانادایی همواره تمایل به حمایت از حزب لیبرال‌ها داشته‌است. و امروز یکی از مهم‌ترین موارد نگرانی این جامعه موضوع مهاجرت می‌باشد.

متاسفانه ما تجربه خوبی را با دولت محافظه‌کار نداشته‌ایم. محافظه‌کاران در انتخابات سال ۲۰۰۸ و ۲۰۱۱ از موضوع مهاجرت به عنوان یک ابزار برای جلب آرای مهاجرین استفاده کرد، وزیر مهاجرت دولت محافظه‌کار طی سخنرانی‌های متعدد در جمع مهاجرین به آنها وعده کوتاه شدن پروسه مهاجرت را داد. وعده‌ای که هرگز به آن عمل نکرد. دولت محافظه‌کار از سال ۲۰۱۱ تا ۲۰۱۵ نیز عملا پرونده‌های ایرانیان را مسکوت گذاشت به خصوص پرونده‌های تجاری و از سوی تحریم را که برای افراد تعریف نشده‌بود به متقاضیان مهاجرت تعمیم داد و برای رسیدگی پرونده‌های تجاری صحت از دریافت مجوز از وزارت خارجه می‌کرد. البته این مجوزها را حتی با وجود درخواست‌ها صادر نمی‌کردند.

در اکتبر سال ۲۰۱۵ که این حزب شکست خورد تا سال ۲۰۱۶ که حزب لیبرال به روی کار بیاید شروع به صدور مجوزها کردند.

از زمانی‌که لیبرال‌ها قدرت را به دست گرفتند بسیاری از موانع را برطرف نمودند و رسیدگی به پرونده‌ها از وضعیت رضایت‌بخشی برخوردار بود. از سال ۲۰۱۷ به بعد دوباره این روند کند شد و پاندمی کووید به عنوان عذری دیگر برای به درازا کشیدن روند پرونده‌ها مطرح گردید. در حال حاضر نیز رخداد هر اتفاقی در هر گوشه‌ای از دنیا بهانه جدبدی است برای اداره مهاجرت که پرونده‌ها را به تعویق بیندازد.

با توجه به این مقدمه، وزیر دادگستری کانادا در پاسخ به این سوال که عملکرد حزب لیبرال در حوزه مهاجرت چگونه بررسی و تاخیر



در رسیدگی پرونده‌ها را توجیه می‌کند، پاسخ داد: «تفاوت اساسی بین ما و حزب محافظه‌کار این است که مهاجرت در «دی ان ای» ماست و ما به درستی به عنوان حزب طرفدار مهاجرت شناخته می‌شویم. هر ملیت و فردی که به کانادا می‌آید، یک فرهنگ جدید می‌آورد که باعث بقای کشور ما شده است.»

او در ادامه گفت :«ما بر این باوریم که چالش‌هایی که ما با آن روبه‌رو می‌شویم رابطه مستقیمی با منابع انسانی ما دارد و این مشکلات بدان معنا نیست که ما نیاز به مهاجر نداریم بلکه کاملا بر عکس می‌باشد و ما نیاز به مهاجران داریم. درواقع ما می‌دانیم که در سیستم ما تاخیر وجود دارد. برخی از مشکلات به دلیل کمبود نیروی منابع انسانی است و برخی از مشکلات به دلیل بدشانسی از وجود ویروس کروناست. شخص من همه انتقادات در این زمینه را قبول دارم. سیستم می‌توانست خیلی سریع‌تر و بهتر کار کند.» نماینده پارلمان خاطر نشان کرد:«با چالش‌های مهاجران آشنا هستم و قبول دارم که در همه زمینه‌های مهاجرت باید بهتر عمل می‌کردیم.» این عضو حزب کابینه دولت لیبرال کانادا اضافه کرد: «ما در برنامه انتخاباتی حزب لیبرال راهکارهایی پیشنهاد دادیم که سرعت بیشتری در روند بررسی پرونده‌ها دهیم. مانند تسریع در پرونده‌های اسپانسرشیپ، قرار گرفتن اعضای خانواده در کنار یکدیگر که یکی از اهداف سیستم مهاجرت است. همچنین برای سرعت بخشیدن بررسی پرونده‌های مهاجرتی هم پیشنهاد دادیم تا از زیرساخت‌های بیشتر استفاده شود. ما باید سیستم را سریع‌تر و کارآمدتر کنیم.» وزیر دادگستری گفت: «ما تخصص‌های خاص را مانند متخصصان در حوزه تکنولوژی برای سیستم مهاجرت به کانادا هدف قرار داده‌ایم. البته ما به نیروهای غیرمتخصص و اقتصادی هم نیاز داریم و باید مهاجران بیشتری جذب کنیم .» وی تاکید کرد: «وزیر مهاجرت این موضوع را در نظر دارد که بعد از پاندمی کرونا ما نیاز بیشتری به مهاجرین داریم تا اقتصاد کانادا را دوباره احیا کنیم.» دانستان کل کانادا تاکید کرد:«سیستم مهاجرتی تعریف شده، برای کمک به اقتصاد کاناداست. همچنین حزب لیبرال بر این عقیده است که برای رونق اقتصادی به نیروی متخصص و غیرمتخصص نیاز دارد. ما به انواع مهاجر نیاز داریم تا بتوانیم نیاز بازار کار کانادا را تامین کنیم.»

علی مختاری در ادامه این نشست صمیمانه گفت: متقاضیان مهاجرت و وکلای آنها احساس می‌کنند صدای آنها به خوبی در دادگاه‌های کانادا شنیده نمی‌شود و تصور بر این است مهاجرین قربانی پیچ و خم‌های اداری می‌شوند.

آیا می‌دانید بیش از ۷۵ درصد موارد مرتبط با مهاجرت در دادگاه‌های فدرال رد می‌شوند؟

شما به عنوان وزیر دادگستری در این زمینه چه نظری دارید؟

«یکسری پروسه‌های اداری داریم که از مسوولیت‌های وزارت مهاجرت است و بعد پروسه تجدید نظر و بازبینی حقوقی وجود دارد.

استانداردهای رسیدگی قضایی در زمینه‌های مختلف حقوق توسعه یافته از جمله حوزه مهاجرت.

این استانداردها در پی این نیستند که نظر قضات، جایگزین نظرات افسران مهاجرت شود، بلکه در صد آن هستند که رویه‌ها و استانداردها و اشتباهات را تصحیح کنند. یک خط ظریف بین این دو موضوع وجود دارد و زمان زیادی صرف شده تا این ظرافت تعریف شود.

خطی بین سیستم اداری و سازمان‌های دولتی مانند اداره مهاجرت و سیستم قضایی در مرحله رسیدگی قضایی به پرونده‌های اداری وجود دارد که به نوعی تعادل ایجاد می‌کند.

من بر این باورم که مشکل اصلی در خود سیستم مهاجرت است مثل تاخیرهای غیر قابل قبول، همچنین استانداردهای تعریف شده در دادگاه‌های ما همیشه جای بهتر شدن دارد.

با توجه به آنچه که گفته شد این وظیفه من است که اطمینان حاصل کنم. کلیت سیستم به درستی کار می‌کند و به خصوص در دادگاه‌های فدرال که ما دائم در حال بهبود سیستم هستیم.»

مدیر کنپارس پرسش خود را از وزیر دادگستری کانادا این گونه مطرح کرد:

راه حل داوری در دعاوی مربوط به مهاجرت در سیستم دادگستری کانادا چیست؟

تاکید می‌کنم باید تلاش کنیم پروسه‌های نیمه رسمی و یا کمتر رسمی را وارد سیستم کنیم تا عملکرد بهتر شود. ما با وزیر مهاجرت در این راستا کار خواهیم کرد و شاهد تحولات مثبتی در سیستم خواهیم بود.

علی مختاری ادامه داد: با توجه به اینکه معمولا دادگاه‌ها در پی تصمیمات

دولت هستند، آیا دادگستری کانادا می‌تواند در مورد تاخیرهای غیرقابل قبول در سیستم مهاجرتی نقشی داشته باشد؟

«ما در صدد آن نیستیم که دولت را در سیستم قضایی محافظت و یا حمایت کنیم. این یک ارزیابی نه چندان عادلانه است. سازمان‌های اداری از جمله سازمان مهاجرت نوعی سیستم تخصصی را ایجاد کرده که می‌توانند پرونده‌ها را ارزیابی و مقررات را بر آنها اعمال کنند. دادگاه‌های فدرال در بازبینی تصمیمات در پی آن است که اطمینان حاصل کنند استانداردها و قوانین رعایت شده‌است. اما قرار نیست دادگاه‌های فدرال تمام تصمیمات اداره مهاجرت را لغو کنند. این طبیعت حقوق اداری کاناداست.

این موضوع نه تنها در حوزه مهاجرت، بلکه در تمامی حوزه‌های حقوقی وضعیت به همین منوال است. باید یادآور شوم این یکی از اصول حقوقی اداری کاناداست که به تخصص سازمان‌های اداری بها می‌دهد.»

وی اضافه کرد: «در عین حال ما می‌توانیم سیستم دادگاه‌های فدرال را کارآمدتر کنیم و من به عنوان وزیر دادگستری در این زمینه کاملا آماده هستم.

وزیر دادگستری در پایان خاطر نشان کرد: «ما حزبی هستیم که به مهاجرت اعتقاد داریم و در کابینه بسیاری از افراد مهاجر و یا فرزند یک مهاجر هستند. همچنین در کابینه افرادی داریم که پناهنده بودند. منشی من نیز یک پناهنده است و خود من هم فرزند یک مهاجر هستم. به راستی در کدام کشور یا کدام حزبی چنین چیزی وجود دارد؟»

او تاکید کرد: «این روش حزب کاناداست که به سنت مهاجر پذیری کانادا ادامه می‌دهد و همیشه به مهاجرین خوش‌آمد می‌گوید.»

فیلم کامل این مصاحبه را می‌توانید به زبان فارسی و انگلیسی در پرنیان تی وی مشاهده کنید.





فال فصل پاییز ۲۰۲۱



تعادل پاییزی در روز ۲۲ سپتامبر رخ داده‌است. در این روز، خورشید روی خط استوا می‌تابد و به ما تعادل برابر بین تاریکی و نور را می‌بخشد. همچنین آغاز فصل میزان نیز می‌باشد که به دادن آرامش و تعادل فکری و احساسی معروف است.

اعتدال‌های پاییزی فرصتی شگرف برای خوداندیشی و برداشت و بهره‌برداری فراهم می‌کند. بسته به سبک زندگی‌تان، برداشت می‌تواند به این معنی باشد که شما به معنای واقعی کلمه چیزهایی را از باغ خود برداشت می‌کنید، یا ممکن است به این معنی باشد که چیزهایی را که قصد انجام آنها را در زندگی‌تان دارید، برداشت خواهید کرد. با این وجود، زمان بسیار مهمی از سال برای همه است.

و در اعتدال پاییزی امسال، تأثیرات ستاره شناسی قدرتمندی وجود خواهند داشت. قوی‌ترین تأثیر ناشی از واپسگرایی مریخ و چیزی که ستاره شناسان آن را T-Square می‌نامند خواهد بود؛ یعنی زمانی که سه سیاره یکدیگر را به چالش می‌کشند. چالش تنگاتنگی بین سیاره‌های مریخ، عطارد و پلوتو وجود خواهد داشت. این به این معناست که این زمانی برای تغییرات حیاتی زندگی خواهد بود و زمانی برای یافتن تعادل بین حوزه‌های مختلف زندگی‌مان.



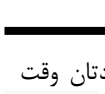
فروردین (۲۱ مارس - ۱۹ آوریل)

اعتدال پاییزی برای شما بسیار قابل توجه خواهد بود، زیرا مریخ در نشانه شما عقب رفته و معکوس است. این دوره زمانی بسیار حیاتی برای شماست تا واقعا اقدامات گذشته خود را مرور کرده و در آنها تأمل کنید و بفهمید چه پروژه‌ها یا کارهایی را می‌خواهید اجرا کنید. در این مدت، احتمالاً احساس خواهید کرد که تحت فشار قرار گرفته‌اید تا بین رابطه‌تان با خودتان، رابطه‌تان با دیگران، و شغل‌تان یا به طور کلی، ایده‌تان در این باره که می‌خواهید به چشم دنیا چطور به نظر بیایید، تعادلی پیدا کنید. این زمان را به فکر کردن به این اختصاص دهید که برای مسیر زندگی‌تان واقعا چه چیزی می‌خواهید. و توجه داشته باشید که در حال حاضر درگیری با دیگران برای شما بیشتر می‌شود.



اردیبهشت (۲۰ آوریل - ۲۰ می)

مریخ در حال پس روی در ناحیه‌ای از زندگی شماست که به خوداندیشی، معنویت، و انزوا مربوط می‌شود. احتمالاً اخیراً بسیار در فکر بوده‌اید و دوست داشته‌اید که بیشتر در خودتان باشید. اگر احساسات پنهانی وجود داشته باشد که آنها را سرکوب می‌کرده‌اید یا خشم فرو خورده‌ای داشته‌اید، حالا ممکن است سر باز کنند و بروز پیدا نمایند. همچنین زمانی است که شما واقعا می‌توانید بین زمانی که برای تفکر به خود، کارهای روزانه، و جستجوی خرد و دانش اختصاص می‌دهید، تعادل بیشتری پیدا کنید. در این دوره ممکن است در کار سرتان شلوغ شود، ولی یادتان



باشد این مهم است که برای خودتان وقت بگذارید.

خرداد (۲۱ می - ۲۰ جون)

شما احتمالاً اخیراً واقعا اجتماعی بوده‌اید، زیرا مریخ در حال انتقال ناحیه‌ای از زندگی شماست که مربوط به دوستان و محافل است. از این زمان بهره ببرید، و تمرکز خود را برای به دست آوردن ارتباطات جدید یا پایان دادن به فصل‌هایی با دوستان قدیمی بگذارید. این اعتدال پاییزی از شما می‌خواهد تا بین روابط خود با دوستانتان، رابطه خود با فرزندان و یا شریک عشقی‌تان، و رویکردتان در مدیریت دارایی‌ها یا امور مالی مشترک با دیگران تعادل پیدا کنید. بدانید که برای همه اینها جا هست، اما برای ایجاد نوع تعادلی که دوستش دارید ممکن است مجبور باشید دانسته و انعطاف پذیر باشید.



تیر (۲۱ جون - ۲۲ جولای)

اخیراً حرفه‌تان مهم‌ترین مرکز توجه شما بوده‌است، و شما به عمل کردن دعوت شده‌اید. ممکن است مواردی در مورد شغل‌تان و موقعیتتان در جهان باشد که آنها را مورد ارزیابی مجدد قرار داده باشید. زمان آن است که عمیقاً فکر کنید می‌خواهید واقعا چطور ظاهر شوید. این اعتدال پاییزی همچنین فرصتی است تا شما در نظر بگیرید که چگونه می‌توانید بین حرفه‌تان، رابطه‌تان با دیگران، و با خانه و خانواده‌تان تعادل و هماهنگی ایجاد کنید. زیاده‌روی در یکی از اینها هرج و مرج و بی‌ثباتی بیشتری ایجاد می‌کند.

مهر (۲۳ سپتامبر - ۲۲ اکتبر)

این فصل، فصل شماسست، بنابراین شما در مرکز این اعتدال پاییزی هستید. با پس روی مریخ به بخش مشارکت نمودار ستاره شناسی شما، زمان آن است که رابطه‌تان را با دیگران دوباره ارزیابی کنید. در همین حال، نیاز دارید که بین روابط خود با دیگران، رابطه‌تان با خودتان، و زندگی‌تان و خانوادگی‌تان تعادل پیدا کنید. از این زمان استفاده کنید و هدف خود را تعیین کنید که چگونه می‌توانید وقت خود را در آن سه حوزه نامبرده شده مدیریت کنید.



آبان (۲۳ اکتبر - ۲۱ نوامبر)

اعتدال پاییزی همیشه برای شما زمان ساکت‌تری از سال است، چرا که خورشید در حوزه‌ای از زندگی شما جریان دارد که مربوط به خوداندیشی و انزوا است. این زمان خوبی برای مراقبه و تمرین خودآزمایی است. این اعتدال پاییزی زمان خوبی است تا بتوانید در ارتباطتان با دیگران، زمان مراقبت از خودتان، و تأثیر برنامه‌های روزمره‌تان بر زندگی‌تان تأمل کنید. اکنون فرصت مفیدی برای شماسست تا در سلامتی بیشتری باشید تا بتوانید سبک زندگی بهتری داشته باشید.



آذر (۲۲ نوامبر - ۲۱ دسامبر)

زندگی عاشقانه شما داغ بوده و داغ هم می‌ماند! با این حال، حرکت واپسگرایی مریخ شما را ایجاب می‌کند که زندگی عاشقانه‌تان را دوباره ارزیابی کنید. این اعتدال پاییزی زمان خوبی برای شماسست تا در مورد چگونگی برقراری تعادل بین زندگی عاشقانه، امور مالی شخصی، و روابطتان با دوستانتان تأمل کنید.



دی (۲۲ دسامبر - ۱۹ ژانویه)

خانه و خانواده برای شما مرکز توجه مهمی بوده‌اند، چرا که مریخ در حال انتقال از ناحیه از زندگی شماست که نشان‌دهنده این مسائل داخلی است. ممکن است نقل مکان کرده باشید، یا ممکن است در حال رسیدگی به تغییراتی در زندگی خانوادگی خود باشید. این اعتدال پاییزی زمان مهمی است که شما در این باره تأمل کنید که چطور می‌توانید بین زندگی خانوادگی‌تان، شغل‌تان، و رابطه‌تان با خودتان تأمل کنید.



بهمن (۲۰ ژانویه - ۱۸ فوریه)

منظور خود را به زبان بیاورید و آنچه را به زبان می‌آورید باور داشته باشید! این حرکت

واپسگرایی مریخ شما را ایجاب به حرف زدن کرده‌است - اما شما ممکن است در این که دقیقاً چه بگویید و آن را چطور بیان کنید بسیار دقیق باشید. در طول این اعتدال پاییزی، این زمان را اختصاص دهید تا در مورد چگونگی تعادل برقرار کردن بین ارتباط با دیگران، زمان مراقبت از خود و تأمل، و دیدگاه‌ها و عقاید شخصی‌تان عمیقاً فکر کنید. همچنین این نکته را به خاطر داشته باشید که: چگونگی رساندن پیامتان به طرف مقابل ممکن است تأثیر بیشتری از کلمه‌هایی که به زبان می‌آورید داشته باشد.



اسفند (۱۹ فوریه - ۲۰ مارس)

این حرکت واپسگرایی مریخ شما را بر آن می‌دارد که منابع مالی خود را بررسی کنید. زمان آن است که توجه کنید ورودی و خروجی و دخل و خرج‌تان چگونه است. همانطور که به اعتدال پاییزی نزدیک می‌شویم، همچنین زمان آن است که شما در مورد چگونگی یافتن تعادل بین امور مالی شخصی، روابطتان با دوستانتان، و روابط صمیمی‌تان با دیگران نیز تأمل کنید. از خودتان بپرسید: چطور می‌توانم برای همه آن زمینه‌های مختلف زندگی‌ام جا باز کنم؟

آرش شاکر
مشاور رسمی املاک مسکونی

• مشاوره تخصصی املاک در امتداد جهت سرمایه‌گذاری • دسترسی به پیش‌فروش VIP در مناطق مختلف

• خانه ویلایی و کانالو در Montreal / Laval / South Shore • دریافت وام تضمینی

برای مشاوره رایگان با ما تماس حاصل نمایند 514 730 3909

اجاره | فروش | خرید

High Seller of The Year 2018, 2019, 2020 | Broker of The Year 2019 | Group of The Year 2020

با اهدای شعبه هرتز اسکس
جویند ویا فروش
از حوزه DANS LARUE
عملیات جواهرگر کرد

با پرداخت سالانه 150 دلار به بزرگترین بانک اطلاعاتی بیزینسهای مونترال پیوند پیدا!



یلدا
چاشنر زندگی

اولین زیتون پرورده
با مجوز MAPAQ

عرضه شده در فروشگاه های الامانه، آریا، سن لوران، بازار، میزان

متین تیره دست
مشاور امور مالی، انواع بیمه ها و حساب های پس انداز

Matin TirehDast
Financial Advisor at Industrial Alliance

Financial Group
Life insurance-Mortgage insurance-Critical insurance-Disability insurance
RESP-RRSP

514.690.6181 / www.ia.ca



تعمیرات و نوسازی ساختمان
مسکونی و تجاری

(514) 441 4295
Facebook: Ben Reno
benrenovations@gmail.com

Ben Reno

نیره امداد
مشاوره امور مالی و بیمه
RESP, TFSA, RRSP
Life Insurance, Critical illness,
Travel Insurance, Disability

Financial Group

(514) 473-5395
nayereh.emdad@agc.ia.ca

علیرضا زواره
مشاور املاک
514-712-2615

ROYAL LePAGE
GLOBAL AGENCY IMMOBILIERE



Samaneh Mansour, CPA
Accounting & taxation

CPA COMPTABLE PROFESSIONNELLE AGREEE

سمانه خامنه منصور
عضو رسمی کانون حسابداران کانادا

متخصص در امور مالیاتی
و حسابداری

514-662-5950
با بیش از ۱۰ سال سابقه

Chartered Professional Accountant
samaneh.mansour@hotmail.com
www.SamanehMansourCPA.com

Financial Group

(514) 473-5395
nayereh.emdad@agc.ia.ca

2081 Saint-Charles Blvd, Kirkland, QC H9H 1R5

آگهی خود را به ما
بسیارید
۵۱۴-۹۹۶-۱۶۲۰

فروش ایران
خرید، فروش، سرویس، اجاره و رهن
توسط استناد کار ایرانی با بیش از ۱۰ سال سابقه
با سلامت و دقت در رایگان
(514) 815-1002

Growing RESP's securely.

Morvarid Memarian
Knowledge First Financial Inc.
Sales Representative

مشاور تخصصی حساب پس انداز تحصیلی کودکان

Tel. (514) 778-7377
Email: Morvarid.Memarianpour@kff-pfs.ca
www.knowledgefirstfinancial.ca

knowledgefirst
FINANCIAL

مهدیه سلیمی
متخصص در امور مالیاتی و حسابداری

MAHDIH SALIMI
MSHIFOTO@GMAIL.COM
514-886-7471



مشاور املاک مسکونی و تجاری

21 CENTURY 21 UNIQUE

برنده جایزه مشاوران و کارشناس مجرب املاک در سراسر کانادا

نینوس گیورگیزنیا
عضو دائمی کانون بین المللی مهندسين نفت

- مشاوره و ارزیابی رایگان با تجربه های طولانی بین المللی در امور سرمایه گذاری و مدیریت
- برای خرید ساختمان های مسکونی، تجاری، صنعتی، هتل و مزرعه با ما تماس بگیرید
- اخذ وام بانکی با بهترین نرخ و کمترین پیش پرداخت حتی برای تازه واردین

Ninous Givargiznia B.Sc
Cell: 514-816-4080
Professional Real Estate Broker
Residential & Commercial

www.century21.ca/ninous.givargiznia
ngivargiznia@gmail.com
203 Boul Hymus, Suite 208, Pointe-Claire, Qc, H9R 1E9, Canada

صابر جلیل زاده
آموزش سنتور (در کلیه سطوح)

ابتدایی
مقدماتی
ردیف

Saber.jalilzadeh@yahoo.ca

514-549-4697



فستیوال بزرگ نوروزی

مونترال

مونترال



همراه با برنامه های جذاب
جهت رزرو میز با ما تماس بگیرید

(514)812-1744

(514)996-1620

Saturday March 19, 2022

Hotel evo

777 Boulevard Robert- Bourassa

ورودی برای تمامی علاقه مندان به نوروز رایگان

در هتل باشکوه EVO

شنبه 19 مارس 2022

از 10 صبح



Sutton

Courtier immobilier agréé / Certified Real Estate Broker

- مشاور ارشد املاک در مونترال و حومه
- خرید و فروش املاک مسکونی، تجاری-صنعتی و کشاورزی
- تهیه انواع وام های مسکونی و تجاری
- تهیه وام برای تازه واردین به کانادا
- مشاوره در امور سرمایه گذاری در املاک در آمد زا
- خرید و فروش انواع بیزینس



با ۳۵ سال سابقه کسب و کار در کانادا و ۱۵ سال تخصص در مشاوره املاک
مونترال مسکونی-تجاری

ارزیابی رایگان - تهیه وام مسکن

فیروز همتیان

Cell: (514) 827-6364

Bur: (514) 364-3315

9515 Lasalle Boul. Lasalle, QC H8R2M9

fhemmatian@sutton.com

علی خاقانی

CONSTRUCTION MKD INC.
RESIDENTIAL & COMMERCIAL
SINCE 1988

مدیریت و اجرای پروژه های ساخت و ساز
با گارانتی ۵ ساله خانه های نوساز



- نوسازی و تعمیر داخلی و خارجی ساختمان های
- مسکونی و تجاری (آشپزخانه، حمام، پله، بالکن)
- تعمیر و نوسازی خرابی های ناشی از نفوذ آب همراه
- با فاکتور جهت گزارش به بیمه
- طراحی و تغییر نقشه داخلی ساختمان

Ali Khaghani
Entrepreneur General

mkd.inc@gmail.com

Cell: (514) 574-5743

مینو اسلامی

مشاور املاک در مونترال بزرگ
مسکونی و تجاری

- تهیه وام مسکن برای دانشجویان و تازه واردان
- گام به گام با شما تا پایان قرارداد
- ارزیابی رایگان

Minoos Eslami
Real Estate Broker



meslami@sutton.com

9515 Lasalle Boul. Lasalle

Cell: (514) 967 - 5743

Office: (514) 364-3315

Cours de Musique à l'académie de ReMi

(514) 703 4020

Music Courses at ReMi Academy

3333 Cavendish Blvd.,
Suite 285, Montreal, QC.
H4B 2M5

(514) 996 1620
(514) 703 4020

www.remiacademy.com
journal.remi@gmail.com

علی ایزدپناه

MD, CM, MSC, FRCSC

Plastic & Aesthetic Surgeon

Chirurgien Plastic et Esthétique

ENHANCE YOUR NATURAL BEAUTY

جراح پلاستیک و زیبایی

زیبایی صورت، بینی، فیس لیفت و زیبایی چشم

زیبایی اندام، لیپوساکشن، تزریق انواع بوتاکس و ژل

(514) 935-3238

Drizadpanah.com

Izadpanah.aesthetic@gmail.com

Centre de Chirurgie Plastique de l'île-des-Soeurs

Bureau 210, 8 Place du Commerce, île-Des-Soeurs, QC, H3E 1N3

مهاجرت...؟ کنپارس



CanPars

Professional Services

www.canpars.ca

(514) 700 26 12

Ali Mokhtari, LL.M, R.C.I.C

