

# REMI



I

نقاشی



موسیقی



سال دوم

شماره ۱۳

فروردین ۲۰۱۸

موسیقی

وایگان



موسیقی



Arezou Gatmiri  
Courtier Immobilier Résidentiel  
(514) 561-3-561  
arezougatmiri@gmail.com

- ارائه خدمات تخصصی برای انتخاب ملک مورد نظر شما
- مشاوره رایگان برای شروع مسیر درست موفقیت
- ارزیابی رایگان ملک شما در بازار امروز



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

# EXPERTFX

Bureau de Change  
Currency Exchange



(514) 844-4492

1405 Boul De Maisonneuve O,  
Montreal QC, H3G 1M6

[info@expertfx.ca](mailto:info@expertfx.ca)  
[www.expertfx.ca](http://www.expertfx.ca)

ارائه خدمات ارزی:

- سریعترین و مطمئن ترین روش انتقال ارز با استفاده از کارتهای بانکی ایران
- بهترین نرخ روز
- ارسال حواله جات ارزی مبالغ بالای \$40000
- کانادا طبق قوانین و مقررات بانکی کانادا

## فارکس الیت صرافی

انتقال فوری ارز به ایران و برعکس

و با تضمین بهترین نرخ روز

انتقال سریع ارز از طریق  
خودپردازهای ایران

### انتقال ارز

با مدیریت یحیی هاشمی پور

۲۳ سال سابقه خالصانه، بی دریغ در خدمات شماست؛

قبل از هر تصمیمی با ما مشورت کنید.

Tel: 514 989 - 2229

Tel: 514 289 - 9003

Toll Free: 1 - 866 989 2229

E-mail: GIT110@yahoo.ca

1449 St. Catherine W. Montreal, QC. H3G 1S6



Sun Life Financial

Financial Advisor at Sunlife Financial

راهنمای شما در:

- "حفظ سرمایه" و "مراقبت مالی" از خانواده در صورت وقوع حوادث پیش بینی نشده
- داشتن بازنشستگی مرفه بیمه های:
- مسافرتی (شما و والدین)
- عمر
- بیماری های خاص
- وام مسکن



Zari Jafari

438.877.5861

[Zari.jafari@Sunlife.com](mailto:Zari.jafari@Sunlife.com)





RE/MAX بيمه منحصر به فرد Tranquilli-T تنها با RE/MAX

# هايک هارتونيان

## Hayk Hartounian MBA

Residential Real Estate Broker

فروش خرید اجاره

\$349 000	Laval	• آپارتمان دو خوابه
\$ 429 000	CartierVille	• دوبلکس
\$ 399 000	Parc-Extention	• تریبلکس
\$ 749 000	Ahuntsic	• تریبلکس
\$ 1 350 000	Ahuntsic	• زمین ۲۴۱۷ مترمربع



پرداخت هزینه محضر، هدیه RE/MAX

• مشاور و متخصص املاک مسکونی در مونترال بزرگ

• ارزیابی و مشاوره رایگان - تهیه 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

# PIANO LESSONS

REMI ACADEMY

514.703.4020



## CUSTOMIZED AND PERSONALIZED MAKEUP

### آرایش شفصی و سفارشی

توسط کارشناس، متخصص و هنرمند گریم شفصیتها و ستارههای مشهور

## BY JANET DOMAN

celebrity makeup artist & master mixologist



سازنده محصولات آرایشی و سفارشی ساخته شده توسط مواد معدنی

MINERAL CUSTOM BLEND FOUNDATION, POWDER & CONCEALER

## GET YOUR PERCECT MATCH



JANET DOMAN

(514) 702-1278

contact@janetdoman.ca



@monteintsurmesure for «before/after»

www.janetdoman.ca



# Painting classes

## REMI

## ACADEMY

### کلاس‌های نقاشی

### آکادمی رِ می

www.remiacademy.com

remiacademy@gmail.com

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

برای همه گروه‌های سنی

514.703.4020

514.996.1620



## فهرست مطالب

- ۸ ..... چه چیزی درباره خطرات هوش مصنوعی می‌دانیم؟  
۱۲ ..... کمپ فصل بهار  
۱۶ ..... ۶ ترفند برای عکاسی پرتره خلاقانه  
۱۸ ..... بیوگرافی بیل گیتس  
۲۴ ..... کیک مخملی قرمز مخصوص ولنتاین  
۲۷ ..... از دست دادن وزن یا از دست دادن چربی؟

- ۲۸ ..... مقدمه‌ای بر تاریخچه نجوم و اخترشناسی  
۳۶ ..... تاریخچه روز ولنتاین  
۳۸ ..... سپندارمذگان  
۴۰ ..... کتاب‌هایی که «بیل گیتس» خواند نشان را پیشنهاد داده است  
۴۲ ..... مروری بر پیدایش سبک‌های مختلف موسیقی در کپک  
۴۵ ..... کنسرت‌های مونترال



- ۴۶ ..... ۱۲ تابلو برتر و هنری جهان  
۵۰ ..... کشف راز گرم شدن حمام شیخ‌بهای با یک شمع  
۵۲ ..... شرح تیپ‌های نه‌گانه مجموعه تخصصی تیپ‌شناسی شخصیت  
۵۶ ..... چی‌کنگ  
۵۸ ..... فیلم‌هایی که در سال ۲۰۱۷ نادیده گرفته شده‌اند  
۶۳ ..... فال

صاحب امتیاز و مدیر مسئول: علیرضا فخاریان  
سردبیران: مروارید معماریان و مرضیه گودرزی  
طراحی روی جلد، گرافیک و صفحه‌آرایی: مرضیه گودرزی و مروارید معماریان  
طراحی لوگو: فریبا فخاریان



۱. مسئولیت محتوای مطالب چاپ شده با نویسندگان است و چاپ آن‌ها الزاماً به معنی تأیید از سوی ماهنامه ر-می نمی‌باشد.
۲. ژورنال 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 ماهنامه ر-می، نیاز به کسب اجازه دارد.
۵. هنرمندان و علاقمندانی که تمایل به همکاری با ما را دارند، از طریق راه‌های ارتباطی زیرمی‌توانند با ما در تماس باشند.

3333 Cavendish Blvd., Apt. 250, 285 & 290. Postal code: H4B 2M5

Tel: (514) 996-1620

Email: journal.remi@gmail.com

## ReMi Academy

## Guitar Lessons

## آموزش گیتار

POP,  
CLASSIC  
FLAMENCO

پاپ  
پاپ کلاسیک  
فلامنکو

3333 Cavendish Blvd.,  
Suite 285, H4B2M5



(514) 996-1620

(514) 703-4020



# چه چیزی درباره خطرات هوش مصنوعی می دانیم؟

ترجمه: امیر حسین سلیمانی

تیتیر سی‌ان‌ان این بود: «کره شمالی را فراموش کنید، هوش مصنوعی جنگ جهانی سوم را آغاز خواهد کرد» و در ادامه بحث که با ایلان ماسک شروع می‌شد ترس‌های زیادی از پی‌آمدهای ناخواسته توسعه الگوریتم‌هایی نشان داده شد که معلوم نیست بتوانیم کنترل‌شان کنیم یا نه.

همان‌طور که سم هریس در یکی از سخنرانی‌هایش اشاره کرده، زمانی‌که یک فناوری جدید معرفی می‌شود دیگر نمی‌توان آن را مخفی کرد یا به حالت قبل از اختراع برگرداند. او ادعا می‌کند که نمی‌توان جلوی آهنگ پیشرفت را گرفت، حتی اگر بشریت بتواند به صورت دسته‌جمعی چنین تصمیمی بگیرد. در حالی‌که بیل گیتس، استیون هاکنینگ و افراد متعدد دیگری به شدت با ماسک و هریس موافق هستند، بعضی از متفکران برجسته در صنعت می‌گویند که هوش مصنوعی (مثل هر فناوری دیگری) به لحاظ ارزشی خنثی یا بی‌اثر است. هر چه باشد باروت هم برای اولین بار در آتش‌بازی‌ها استفاده می‌شد.

برای مثال ری کرزویل ادعا می‌کند که «هوش مصنوعی فناوری اساسی در دستیابی پیشرفت (انسانی) است. برای تشخیص این وعده یک الزام اخلاقی داریم، البته باید خطرات آن را هم کنترل کنیم.» از نظر او بشریت وقت زیادی برای توسعه راهبردهای اخلاقی و استانداردهای نظم‌دهنده دارد. هم‌چنانکه جهان به سمت مرزهای تکینکی می‌رود، فناوری آینده محدود به بهبود تجربیات انسانی است و این بر گردن ماست تا مطمئن شویم برای فردایی بهتر باشد.

منتقدان و هواداران هوش مصنوعی بر سر یک چیز توافق دارند: انفجار هوش مصنوعی، دنیا را فراتر از تصورات تغییر خواهد داد. وقتی به آینده فکر می‌کنم، استعاره ورنور وینچ از برنامه پادکست Invisibilia در ذهنم تداعی می‌شود: «ادغام کامپیوترها با ما و بدن‌هایمان چنان قابلیت‌های ما را تغییر خواهد داد که یک روز، امروز خود را مثل ماهی‌قمر می‌بینیم.» اگر این وسعت واقعی مورد توقع از فرگشت با نیروی محرکه‌ای چون فناوری باشد، آن‌وقت عرف و هنجارهای فعلی ما کاملاً دست‌خوش تغییر خواهند شد.

حتی اگر پیش‌بینی‌های دقیق هم ناموفق باشند، نباید حداقل تلاش کنیم تا خطرات فناوری‌های نمایی را به کار بگیریم تا فرضیات پایه‌ای خود را بررسی کرده، بنیان‌های رفتار انسانی را زیر سوال برده و تشکیلات اجتماعی خود را موشکافی کنیم؟ وعده هوش مصنوعی می‌تواند یک آخرالزمان یا سعادت‌ی ابدی یا چیزی بین این دو باشد. زمانی‌که راجع به خروجی‌های کار گمانه‌زنی می‌کنیم قضاوتی ارزشی هم انجام می‌دهیم. اینجاست که باید قابلیت سوگیری فراکنکی (projection bias) خود را تشخیص بدهیم که ما را ترغیب می‌کند چهارچوب فکری امروز را در آینده اعمال کنیم.

با قرار دادن واژه‌های جنگ و هوش مصنوعی در یک جمله، جنبه انسانی برای آن قائل شده‌ایم. وقتی راجع به بیکاری انبوهی که توسط ربات‌ها و ماشین‌ها ایجاد می‌شود ابراز نگرانی می‌کنیم، باید بدانیم که این نوع اضطراب تنها در صورتی توجیه می‌شود که نیروی انسانی یک لازمه اقتصادی باقی مانده باشد. وقتی می‌گوییم پیشرفت خارج از کنترل فنی، نابرابری‌های بیشتری درست می‌کند، تصور می‌کنیم که ایده دارایی شخصی، ثروت و پول از انقلاب چهارم صنعتی جان سالم به در برده است. تعریف عبارات بنیادی از زیر سوال بردن آن‌ها کار دشوارتری است ولی شاید اجرای چند عدد از سناریوها بتواند تمرین خوبی در دور زدن سوگیری فراکنکی را ثابت کند.

## رقابت و همکاری

هسته انتخاب طبیعی، رقابتی چندبعدی از ویژگی‌ها و رفتارها است و خود را به صورت یک ذات رقابتی اصلی نشان می‌دهد که انسان‌ها همگی با آن آشنا هستند. روان‌شناسی فرگشتی فرض می‌کند که نیروی محرکه (گرداننده) رفتار انسان، نیازی برای جاودان ساختن ژن‌های یک نفر است. بنابراین انسان‌های خردمند رشد کردند تا برای جفت رقابت کرده و برای منابع بچنگند تا فرزندان خود را سیر کنند؛ همگی با یک هدف تا احتمال انتقال ژن خود را به حداکثر برسانند.

از سوی دیگر طبق گفته‌های ادوارد او. ویلسون، ما «یکی از چند خطوط حیوانی‌ای هستیم که بالاترین حد از تشکیلات جامعه‌جویی را توسعه می‌دهند، سطح اصلی بعدی از سازمان‌های زیستی بالای سازواره‌ای. در آن‌جا اعضای گروه در طی دو یا چند نسل در کنار هم می‌مانند، همکاری می‌کنند، از جوانان خود مراقبت و کارها را تقسیم می‌کنند...» به عبارت دیگر شاید مجبور باشیم موفقیت خیره‌کننده گونه‌هایمان را به تعادل ظریفی که بین گزینه‌های رقابت و همکاری حفظ می‌کنیم نسبت بدهیم.

چه هوش ماشینی کلی، قریب‌الوقوع یا حتی دست‌یافتنی باشد، ایده اقتصاد پساکمیایی (post-scarcity) در حال به‌دست آوردن پایه و اساس است. هرگاه خودکارسازی تقریباً همه‌چیز، دنیایی درست کند که در آن نیروی انسانی فراوان باشد، پی‌آمدهای وسیع‌تر برای سیستم ارزشی و تشکیلات اجتماعی‌مان چه خواهد بود؟ وقتی الگوریتم‌ها در تصمیم‌گیری بهتر از انسان عمل کنند و بخش اعظمی از استقلال خود را به آن‌ها واگذار کنیم، گزینه رقابتی ما چطور خواهد شد؟

هدف رقابت منابع در دنیایی از فراوانی چه خواهد بود؟ آیا این احتمال وجود خواهد داشت که گزینه ما برای رقابت به عنوان یک ساختار مفید به آهستگی از بین برود؟ آیا می‌توانیم بدون آن زندگی کنیم؟ برخلاف مورچه‌ها و زنبورهایی که براساس تشریفات سفت و سخت همکاری می‌کنند، ما انسان‌ها در قابلیت‌های همکاری‌مان به طرز خارق‌العاده‌ای وفق‌پذیر هستیم. طبق گفته‌های یووال هراری، این چیزی است که در نهایت زیرساخت قیام انسان‌های خردمند در حکم‌فرمایی بر زمین را ایجاد کرد. آیا می‌توان تصور کرد وقتی تغییر شکل‌های فنی که توسط کرزویل توصیف شد کم‌کم شکل مادی به خود بگیرد، احتیاج به رقابت به یک نیاسانی (نیاکان‌گرایی) تبدیل شود؟

## اقتصاد

چطور می‌توانیم مطمئن باشیم که ارکان تفکرات اقتصادی‌مان (مثل دارایی شخصی، مالکیت، سرمایه، ثروت و امثال آن) از پساکمیایی جان سالم به در ببرند؟ در ۱۰۰ سال آینده، آیا کسی به بهره‌وری کار انسانی اهمیت می‌دهد؟ وقتی تمام بشریت از «تلاش‌های» ماشین‌ها بهره‌وری بی‌هزینه می‌برد، سیاست‌های مشوقانه اشتغال ما چقدر وابسته و مربوط خواهد بود؟ وقتی بنیان عرضه و تقاضا به لرزه در بیاید، چه چیزی برای ما باقی می‌ماند؟

برای شخصی که امروز به اشتغال مشغول است و از آن سود می‌برد، چشم‌انداز اوقات فراغت نامحدود، بیشتر از





## شروع ثبت نام کلاس‌های کر به سرپرستی علیرضا فخاریان



Photo by Studio Theobald  
(514) 996-1620

کنسرت سالانه آکادمی ر می اسکار پیترسون اپریل ۲۰۱۶

**Re-Mi**  
Academy of  
**MUSIC**

Music For Children  
Solfège Piano Flute  
Guitar RCM Preparation  
Violin Music Theory  
Composition Painting

(514) 996 1620  
(514) 703 4020  
www.remiacademy.com

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

## دعوت به همکاری از ترانه‌سرایان جهت تولید آلبوم موسیقی



(514) 996 - 1620

علیرضا فخاریان



باقی‌مانده و با تلاش‌های انسانی، احتیاجات و خواسته‌هایمان را برطرف کرده است. اگرچه با کنار گذاشتن تکینگی، آن نیروهای بنیادی مشخصاً به وسیله آهنگ در حال شتاب‌گیری پیشرفت‌های فنی مورد تهدید قرار گرفته‌است.

ایده‌های مطرح شده در این مقاله شاید آرمانی و ساده‌لوحانه به نظر برسند. در پایان شاید حق با ایلان ماسک باشد: اختراع هوش مصنوعی می‌تواند پایان نژاد بشری را کلید بزند. بنابراین این مسئولیت شگفت‌انگیز انسان‌ها است تا نظارت مناسبی بر طراحی هوش مصنوعی داشته و قبل از این‌که در آن غرق شویم به عواقبش فکر کنیم. با این حال باید از محدودیت‌های درک خود، آگاه باشیم و از این رو از تخیلاتمان استفاده کنیم؛ مشخصه‌ای کاملاً انسانی. حداقل برای امروز.

منبع:

سایت علمی بیگ بنگ  
futurism.com  
<http://bigbangpage.com/science-content>

آن‌که یک موهبت باشد بیشتر شبیه یک مصیبت است. اگر از دیدگاه انتخاب طبیعی نگاه کنیم این احساس با عقل جور در می‌آید: در گذشته همکاری‌های اقتصادی توسط افرادی که قادر به این کار بودند نسبت به بیکاری و بیهودگی ارجح بوده‌است. ولی آیا باید همین گرایش را برای آینده هم در نظر بگیریم؟ شاید چیزی که امروز انحطاط و تنزل در نظر می‌گیریم در دنیایی که دیگر با نیروهای اقتصادی که فعلاً شناخته‌شده، پشتیبانی نمی‌شود، به طرز کاملاً متفاوتی تعبیر شود.

تصورات کاری این است که هر طور باشد یک نفر باید مالک دستگاه‌ها بوده و برای سرویس‌ها و اجناس پول خرج کند. با این حال دارایی و پول چیزی بیشتر از یک ساختار اجتماعی نیست. اگر مالکیت دیگر اهمیتی نداشته باشد و پول دیگر واحد معتبری برای معامله نباشد، چطور می‌توانیم به‌صورت جمعی وضعیت یا پایه و مقام را تعریف کنیم؟

سوالات زیاد و جواب‌ها کم هستند. به شخصه در جایگاهی نیستیم که پیشنهادهایی منسجم بدهیم یا از استدلال‌های نظری دفاع کنیم. حرف آخر این است که ما با عزمی راسخ در مسیر براندازی نیروهای فرگشت هستیم که از آغاز حیات گرداننده‌های اصلی رفتار ما بوده‌اند. اصول و عقاید سیاسی و دینی تغییر کرده‌است ولی اصل بنیادی اقتصاد



**ESSGO Carpets**  
the largest selection of rugs in Quebec

Persian,  
Oriental, modern,  
shags, cowhides,  
custom rugs  
and much more  
Cleaning evaluation  
and  
repair services



DECARIE SQUARE 6900 BOUL DECARIE MONTREAL.  
514 731 6131  
WWW.ESSGOCARPETS.COM



فرش ایرانی  
شرقی، مدرن  
پرزدار بلند، پوست گاو  
فرش سفارشی  
و انواع تمیز کردن  
ارزیابی و خدمات تعمیر دیگر





# کمپ فصل بهار



آکادمی موسیقی ر می پس از سه سال تجربه موفق در کمپ تابستانی و یک دوره کمپ فصل بهار (March Break)، امسال دومین دوره از کمپ فصل بهار خود را برگزار می‌کند. هدف از برگزاری این کمپ در روزهای تعطیلی مدارس (۵-۹ مارچ)، آشنایی کودکان ۵ تا ۱۲ سال با برنامه‌های هنری، موسیقی، علمی و ورزشی می‌باشد. کلاس‌ها در پنج روز از ساعت هشت صبح تا پنج عصر برگزار می‌شود. هر روز کودکان در ۳ کلاس آموزشی حضور خواهند داشت و در کنار آن به انجام فعالیت‌هایی در اتاق بازی و دیدن فیلم می‌پردازند.

کلاس‌های این کمپ به شرح زیر خواهد بود:  
ورزش صبح‌گاهی، کاراته، تایچی، موسیقی، نقاشی، کاردستی و خلاقیت هنر، رقص زومبا، زبان انگلیسی، ریاضی و آزمایش‌های علمی  
برای آگاهی از شرایط آن و اطلاعات بیشتر در مورد کلاس‌های کمپ فصل بهار می‌توانید با شماره‌های زیر تماس حاصل نمایید:

۴۰۲۰ - ۷۰۳ (۵۱۴)

۱۶۲۰ - ۹۹۶ (۵۱۴)





# MARCH BREAK

Early drop off and late pick up is offered

We accept early drop off as early as 8:00 am and late pick up as late as 17:00 for your convenience.

## English / French



### Facilities, safety and security

Every 5 children are accompanied by a trained adult for outdoor activities and every 7 children are accompanied by a trained adult for indoor activities. Our teachers are expert and experienced in their fields and are supervised by an educated and professional children educator. We also have many facilities for educational purpose ranging from all musical instruments to art equipment and materials.



## Dance/ Sport

Karate- Zumba - Hip Hop - TaiChi

### Contact Us!

For more detailed information please visit our website. For any questions about our programs, schedules, registration, payment methods, discount options , etc. please contact us .

Phone:  
514.703.4020 (French, English and Persian)  
514.996.1620 (Persian)

Email: remiacademy@gmail.com

# REMI ACADEMY



## How to register!

In person at school by filling out the registration form

Payment Methods: Debit, Check, Cash

## Art

handicraft-painting-visual art



## Our Rates And Discounts!

weekly registration	\$ 125
Daily registration	\$ 30
Babysitting registration -Daily (8:00 - 9:00 And 16:00 - 17:00)	\$ 7
Half day (9:00 am-12:00 noon)	60%
More than one Child	10%

## Music

Music Instrument- Choir - ....



## Re-Mi Academy of Music

3333 Cavendish Blvd., Suite 285,  
Monreal, QC., Canada, H4B 2M5

## Mathematics



## Science Experiments







# ۶ ژرفند برای عکاسی پرژژه خلافتانه

توسط سامه گل‌زاده

بدون در نظر گرفتن نوع عکاسی، پرژژه (تمام قد، پرسنلی، هنری، سیاسی، تبلیغاتی، خانوادگی)، یکی از جذابیت‌های عکاسی، خلافتانه بودن آن است. حالا به‌طور خاص می‌خواهیم به عکاسی پرژژه خلافتانه بپردازیم.



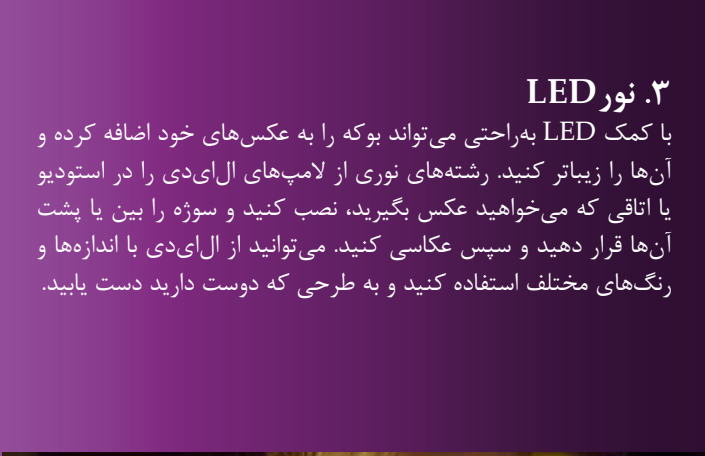
## ۱. پس‌زمینه با فویل

چند ورقه آلومینیوم را بردارید و آن‌ها را چروک کنید. سپس آن‌ها را روی یک پایه کنار یکدیگر قرار دهید. عمق میدان خود را کم کنید و به مدل بگویید جلوی این فویل‌ها قرار بگیرد. خواهید دید که فویل‌ها پس‌زمینه‌ای روشن با نورهایی لرزان خواهند داشت که مدل شما را درخشان‌تر نشان می‌دهد.



## ۲. بوکه با فویل چروکیده

اگر آلومینیوم به اندازه کافی نداریم هم اشکالی ندارد. هنوز هم می‌توانید با همان مقدار کم آلومینیوم عکاسی پرژژه خلافتانه داشته باشید. ورقه آلومینیوم چروکیده را به تکه‌های کوچک ببرید. سپس از یک نفر بخواهید که در لحظه ثبت آن‌ها را در هوا پرتاب کند. نتیجه بوکه‌های نقره‌ای و براقی خواهد شد که به عکس و سوژه شما زیبایی دو چندان می‌بخشد.



## ۳. نور LED

با کمک LED به‌راحتی می‌تواند بوکه را به عکس‌های خود اضافه کرده و آن‌ها را زیباتر کنید. رشته‌های نوری از لامپ‌های ال‌ای‌دی را در استودیو یا اتاقی که می‌خواهید عکس بگیرید، نصب کنید و سوژه را بین یا پشت آن‌ها قرار دهید و سپس عکاسی کنید. می‌توانید از ال‌ای‌دی با اندازه‌ها و رنگ‌های مختلف استفاده کنید و به طرچی که دوست دارید دست یابید.



## ۴. اسنوت سینمایی بسازید.

اسنوت یک قطعه ساده و لوله‌ای است که نور فلاش یا پروژکتور را کنترل می‌کند و به عکاس اجازه می‌دهد تا میزان و جهت پرتو نور را به‌طور دلخواه، هدایت و کنترل کند. اسنوت‌ها ممکن است مخروطی، استوانه‌ای و یا مستطیلی شکل باشند.

از اسنوت‌های سینمایی می‌تواند برای عکس‌های حرفه‌ای و عکاسی پرژژه خلافتانه استفاده کرد. شما می‌توانید به سادگی و با چند تکه فوم دور فلاش متحرک، جلوه‌ای مشابه در عکس‌هایتان خلق کنید.



## ۵. قاب پنجره مصنوعی

اگر می‌خواهید به عکس حس شخصی‌تری بدهید می‌توانید با ایجاد محیطی شبیه یک محل خاص این حس را ایجاد کنید. مثلاً می‌توانید با کمک یک تکه فوم و برش آن به شکل مستطیلی یک پنجره بسازید. وقتی نور را از درون این پنجره بتابانید سایه‌ای از آن‌را روی دیوار به‌وجود خواهید آورد که علاوه بر حس گفته شده، به ترکیب‌بندی عکس نیز زیبایی دو چندان می‌بخشد.



## ۶. بافتی از اسپری آب

یک راه ساده دیگر استفاده از اسپری آب برای روشنایی و درخشندگی بخشیدن به تصویر است. از یک همکار بخواهید تا آب را در مقابل سوژه بپاشد. قطره‌های ریز آب نور را دریافت می‌کنند و بافتی ایجاد می‌کنند که زیبایی تصویر را دوچندان می‌کند.





# بیوگرافی پیل گیتس

## نویسنده: رامین پنجه

بیل گیتس ثروتمندترین مرد جهان است که ۱۱ سال متوالی برنده این عنوان بوده و دارایی او در حدود ۵۱ میلیارد دلار تخمین زده می‌شود. گیتس در سن ۴۳ سالگی ثروتمندترین مرد جهان بود. او از سن بیست سالگی تاکنون رییس شرکت مایکروسافت بوده است که ارزش آن چیزی در حدود پنجاه میلیارد دلار است.

## تولد و کودکی بیل گیتس



ویلیام هنری گیتس سوم، مشهور به بیل گیتس (Bill Gates) رئیس و مؤسس شرکت مایکروسافت، در ۲۸ اکتبر ۱۹۵۵ در یک خانواده متوسط و در کنار دو خواهرش در شهر سیاتل آمریکا متولد شد. والدینش به خاطر وجود کلمه سوم در نامش او را «تری» نامیدند و اعضای خانواده هرگز او را با نام دیگری صدا نکردند. گیتس متفکری استثنایی بود

به طوری که در سن ۸ یا ۹ سالگی دانشنامه خانوادگی را از اول تا آخر می‌خواند. گیتس در کودکی بیشتر وقت خود را در کنار مادر بزرگ خود گذراند و از او تاثیر بسیار گرفت. او از همان دوران کودکی خود روحیه رقابت طلبی خود را نشان داد و سعی می‌کرد تا در هر زمینه‌ای از دوستان خود پیش باشد. گیتس در خانواده‌ای به دنیا آمد که از



تاریخی غنی در تجارت و سیاست و خدمات اجتماعی سرشار بود. پدرش ویلیام هنری گیتس دوم وکیل دادگستری و یکی از سرشناسان شهر سیاتل بود و مادر او آموزگار مدرسه و یکی از اعضای هیأت مدیره یونایتد وی اینترنشنال (United Way International) بود که در امور خیریه نیز فعالیت داشت. گیتس از همان دوران کودکی روحیه رقابت‌طلبی خود را نشان داد و سعی می‌کرد در هر زمینه‌ای از دوستان خود پیش باشد.

## مدرسه و دبیرستان

گیتس تحصیلات ابتدای خود را در مدرسه عمومی Lakeside پشت سر گذاشت و در آنجا بود که با کامپیوتر آشنا شد. گیتس که دانش‌آموزی برجسته و باهوش بود برخلاف بیشتر کودکان باهوش، به نظر می‌رسید که در هر کاری که انجام می‌دهد بی‌ظنیر است. شور و شوق وی برای بردن و برنده شدن از همان سنین اولیه معلوم و آشکار بود. در لیک ساید، در مدرسه خصوصی و نخبه‌گرای سیاتل که برخی از تیزهوش‌ترین

دانش‌آموزان را در وست کوست آمریکا جذب می‌کند عشق وی به ریاضیات سبب دل بستگی و اشتغال ذهن او به کامپیوتر گردید. حتی در لیک ساید، بیل گیتس برجسته و ممتاز بود. از این‌رو بچه‌ها سر به سر او می‌گذاشتند زیرا او آشکارا خیلی باهوش‌تر از بقیه دانش‌آموزان بود. در آغاز یکی از سال‌های تحصیلی مسئولان مدرسه Lakeside تصمیم گرفتند با کمک خانواده دانش‌آموزان، یک ترمینال کامپیوتر اجاره کنند و در اختیار دانش‌آموزان قرار بدهند.

در این هنگام بیل گیتس با کامپیوتر آشنا شد و به سرعت در استفاده از آن مهارت کسب کرد و در سیزده سالگی اولین نرم‌افزار خود را که یک بازی ساده بود نوشت. گیتس به همراه دوست خود پل آلن (Paul Allen) که دو سال از گیتس بزرگتر بود و در زمینه سخت‌افزار کامپیوتر هم مهارت داشت، بیشتر وقت خود را به برنامه‌نویسی در اتاق کامپیوتر Lakeside می‌گذراند.



به طوری که جیمز والاس و جیم اریکسون در کتابشان به نام هارد درایو خاطرنشان می‌کنند: «حتی در محیطی مثل لیک ساید که بچه‌های باهوش در خور احترامند، دانش‌آموزی به تیزهوشی گیتس از سوی تعدادی دیگر از دانش‌آموزان مورد تمسخر قرار می‌گیرد.» بنا به گفته یکی از همکلاسی‌های گیتس که اکنون یک معمار برجسته در سیاتل است: «گیتس اغلب با بچه‌ها در اتاق کامپیوتر معاشرت می‌کرد.» او از نظر اجتماعی بی‌عرضه و در بین دیگران معذب بود. ذهن این پسر کاملاً مشغول علاقه او به کامپیوتر بود. به ندرت دیده می‌شد که تنیس بازی کند ولی نه زیاد چیز دیگر.

تا سال سوم دبیرستان گیتس از نظر کامپیوتر بازان جوان‌تر لیک ساید چیزی در حد یک کارشناس کامپیوتر محسوب می‌شد. او

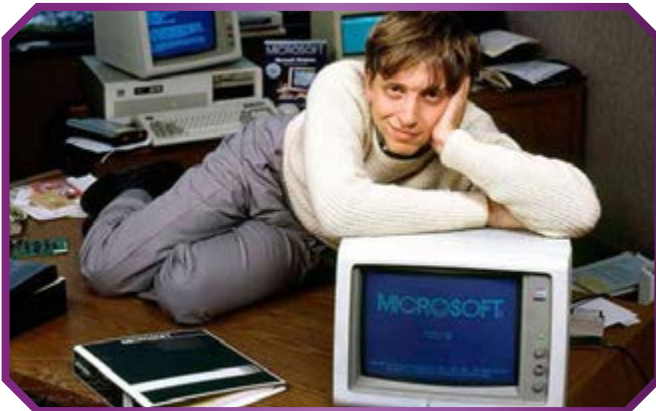
اغلب در اتاق کامپیوتر ساعت‌ها جلسه دادگاه برگزار می‌کرد و داستان‌هایی درباره مزاحمان بدنام کامپیوتری بیان می‌کرد. گیتس و برخی از دوستان کامپیوتری‌ش گروه برنامه‌نویسان لیک ساید را که اختصاص به یافتن فرصت‌های پولسازی برای استفاده از مهارت‌های تازه به دست آمده برنامه‌نویسی کامپیوتر داشت تشکیل دادند. اکنون الگویی در حال پیدایش بود. همانطور که بعداً گیتس اظهار داشته: «من طرح‌دهنده بودم. من فردی بودم که گفت بیایید دنیای واقعی را فراخوانیم و سعی کنیم که چیزی را به آن بفروشیم.» در آن موقع او ۱۳ ساله بود. گیتس، آلن، کنت ایوانز و ریچارد وی‌لند- دو عضو دیگر گروه برنامه‌نویسان لیک ساید- اغلب در تمام طول شب ابتدا به یک کامپیوتر کوچک (Minicomputer) که مالک آن جنرال الکتریک بود متصل بودند و بعداً به کامپیوتر شرکت کامپیوتر سنتر متصل گردیدند گاهی اوقات تا ساعات اولیه صبح به خانه نمی‌رسیدند. گیتس جوان که وقتش را این‌چنین صرف می‌کرد والدینش را نگران سرگرمی جدید پسرشان نمود. برای مدتی فعالیت‌های او را از ترس اینکه مبدا لطمه‌ای به درسش بزند متوقف کردند. تقریباً به مدت یکسال تمام، گیتس امتناع نمود. به‌عنوان نشانه‌ای از اشتباهی سببی‌ناپذیر وی به دانش، توجه خود را به موضوع‌های دیگر معطوف کرد. در این دوره، او شماری زندگی‌نامه از جمله زندگی‌نامه ناپلئون و فرانکلین روزولت را خواند. او گفت می‌خواستم بدانم که شخصیت‌های بزرگ تاریخ چگونه فکر می‌کردند. او همچنین کتاب‌های مربوط به کسب و کار، علوم و رمان را مطالعه نمود. یکی از کتاب‌های مورد علاقه وی «گیرنده در چاودار» نام داشت که او بعداً گزیده‌های بلندی از کتاب را برای دوست‌هایش از بر خواند. هلدن کالفیلد که شخصیت اصلی بود یکی از قهرمان‌های او شد. ولی اجالتا هرگونه طرحی را که بیل جوان ممکن بود برای تشکیل یک شرکت نرم‌افزاری با دوست دبیرستانی‌اش و رفیق کامپیوتر بازش به کار برد موقتاً متوقف گردید.

## دانشگاه

والدینش اصرار داشتند که او باید به دانشگاه برود؛ آن‌ها احساس می‌کردند که همراه بودن او با دانشجویان دیگر برایش خوب است. ضریب هوشی بالا و شور و شوق زیاد







# MICROSOFT

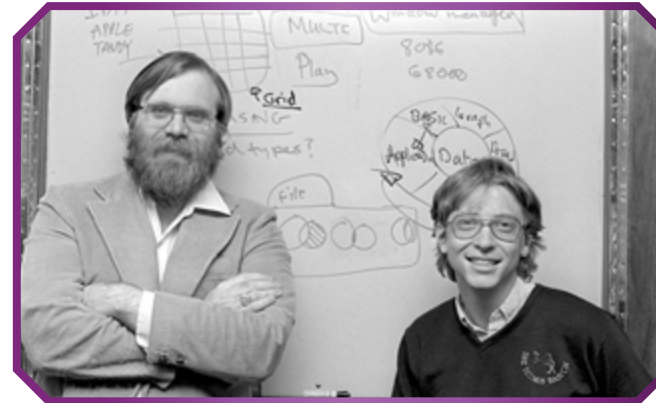
۸۰۸۸ شرکت اینتل استفاده می‌کرد. بنابراین مایکروسافت برای فروش زبان‌های برنامه‌سازی خود به یک سیستم عامل ۱۶ بیتی نیاز داشت.

در آن زمان شخصی به نام تیم پاترسون در کارگاه خانه خود یک کامپیوتر ۱۶ بیتی کوچک ساخته بود و برای آن یک سیستم عامل ساده ۱۶ بیتی نوشت که نام DOS ۸۶ را برای آن انتخاب کرده بود. بیل گیتس کلیه حقوق سیستم عامل DOS ۸۶ را با قیمت ۷۵ هزار دلار به دست آورد. بیل گیتس و پل آلن سیستم DOS ۸۶ را متناسب با کامپیوترهای شخصی IBM تغییر دادند و امکانات بیشتری را به آن افزودند و از آن یک سیستم عامل قوی ۱۶ بیتی ساختند. مایکروسافت این سیستم عامل را MS-DOS نامید. بر روی کامپیوترهای شخصی IBM جای گرفتند و IBM درصدی از فروش کامپیوترهای PC خود را برای استفاده از MS-DOS به مایکروسافت می‌پرداخت. رفته رفته امپراتوری آقای بیل گیتس بر روی MS-DOS بنیان نهاده شد.

بعدها مایکروسافت با تولید سیستم عامل گرافیکی Windows و محصولات موفق دیگر گام‌های بزرگتری به سوی موفقیت برداشت. طبق آخرین آمار بیش از ۹۵ درصد از دارندگان کامپیوترهای شخصی در سراسر جهان از محصولات مختلف مایکروسافت استفاده می‌کنند. درحال حاضر بیل گیتس با بیش از ۵۰ میلیارد دلار، ثروتمندترین مرد دنیا شناخته شده‌است.

او این مقام را چندین سال است که حفظ کرده‌است. یکی از دلایل موفقیت مایکروسافت به گفته خود گیتس استخدام افراد باهوش در این شرکت است. گیتس زمانی که فقط ۱۹ سال داشت مایکروسافت را مدیریت می‌کرد. او به قدری کار می‌کرد که حتی گاهی چند روز محل کار خود را ترک نمی‌کرد و به همراه کارمندان خود به سختی بر روی پروژه‌های مختلف و سفارش مشتریان کار می‌کرد.

بیل گیتس در ژانویه ۱۹۹۴ میلادی با خانم ملیندا فرنچ از کارمندان مایکروسافت ازدواج کرد. ملیندا اهل دالاس در ایالت تگزاس آمریکا است. این زوج دارای سه فرزند به نام‌های جنیفر کترین گیتس (۱۹۹۶ میلادی)، روری جان گیتس (۱۹۹۹ میلادی) و فوب ادل گیتس (۲۰۰۲ میلادی) هستند.



گیتس ورود او را به دانشگاه هاروارد حتمی نمود. در پاییز سال ۱۹۷۳ بدون این که سمت و سوی واقعی او مشخص باشد وارد معتبرترین محل یادگیری یعنی کمبریج، ماساچوست گردید. بعداً او گفت که هاروارد رفت تا از افرادی که باهوش‌تر از او بودند چیز یاد بگیرد... و دل‌سرد و ناامید شد. گیتس در سال ۱۹۷۳ وارد دانشگاه هاروارد شد و در آنجا با استیو بالمر (Steve Ballmer) که در حال حاضر رئیس قسمت اداری مایکروسافت است آشنا شد.

اظهارنظر احتمالاً به همان اندازه که در مورد خود عقیده بیل گیتس گفته می‌شود درباره هاروارد هم وجود دارد. گیتس با انتخاب اولیه حقوق به عنوان رشته اصلی دانشگاهی ممکن است انتظار داشته که رد پای پدر حقوقدانش را دنبال کند. ولی در واقع، او علاقه چندانی به حرفه حقوق نداشت و پدر و مادرش در مورد اینکه پسر سرسخت آن‌ها راه خود را خواهد یافت کمی شک داشتند. با وجود این، در رویاهای پرهیجان خود، هیچکدام از آن‌ها نمی‌توانستند تصور کنند که چه راهی در پیش روی پسرشان خواهد بود. همچنان که معلوم شد گرفتن مدرک از هاروارد مدنظر نبود.

## تاسیس شرکت مایکروسافت

در سال ۱۹۷۵ در حالی که هنوز در دانشگاه بود، گیتس برای یک نسخه از زبان بیسیک (Basic) که نوعی زبان اولیه در برنامه‌نویسی کامپیوتر است بار دیگر گروه خود را با پل آلن تشکیل داد. گیتس در سال ۱۹۷۷ با توجه به آمادگی دنیای جدید تصمیم گرفت که هاروارد را رها کند و به طور تمام وقت در شرکت کوچک نرم‌افزار کامپیوتر که با دوستش تاسیس کرده بود کار کند.

این شرکت مایکروسافت نامیده شد.

در آن زمان مایکروسافت فقط ۴۰ کارمند داشت که شبانه روز بشدت کار می‌کردند و کل فروش آن فقط ۲٫۴ میلیون دلار در سال بود. در سال ۱۹۸۰ شرکت IBM برای این که از بازار کامپیوترهای شخصی عقب نماند تصمیم گرفت تا کامپیوتر خود را که PC نام گرفت و کامپیوترهای امروزی نیز مبتنی بر آن هستند، بسازد و وارد بازار کند. IBM تصمیم گرفت تا کار نرم‌افزار آن را به عهده شرکت دیگری بگذارد. این بود که شاهین خوشبختی بر دوش مایکروسافت نشست و IBM قراردادی با شرکت کوچک مایکروسافت بست تا نرم‌افزارهای سازگار با کامپیوترهای شخصی IBM تولید کند. کامپیوترهای جدید IBM از پردازنده‌های ۱۶ بیتی



## خانه بیل گیتس

خانه بیل گیتس یکی از مدرن‌ترین و گران‌ترین خانه‌های جهان بوده که در کنار تپه می‌باشد و منظره‌ای رو به دریاچه واشنگتن در مدینا واقع در واشنگتن دارد. بر طبق برآورد مجموعه خانه و زمینش معادل ۱۲۵ میلیون دلار ارزش دارد و مالیات آن در حدود ۱ میلیون دلار در سال می‌باشد. همچنین در بین دارایی‌های بیل گیتس، مجموعه‌ای از نوشته‌های لئوناردو داوینچی موجود می‌باشد که او در سال ۲۰۰۴ به مبلغ ۳۰.۸ میلیون دلار در یک حراجی خریداری کرده‌است. آدرس ایمیل بیل گیتس به‌طور گسترده‌ای در دنیا پخش شده‌است و در حدود ۴ میلیون ایمیل در سال ۲۰۰۴ دریافت کرده‌است که بیشتر آن‌ها اسپم می‌باشند. به گفته او در بین ایمیل‌های دریافتی تعداد زیادی مربوط به پیشنهادهایی برای پولدار شدن می‌باشد که اگر آزردهنده نباشند حداقل خنده‌دار است. بیل گیتس به‌همراه همسر خود چندین موسسه خیریه در سراسر دنیا تاسیس کرد. هم‌اکنون بیل گیتس همراه همسر و فرزندان خود در شهر سیاتل ساکن است.

## تمرکز بر فعالیت‌های انسان دوستانه و مقابله با فقر

بیل گیتس که از عمق وجودش هکر و گیگ نوآوری است، در ۲۱ سال گذشته، ۱۶ بار در صدر فهرست ثروتمندترین فرد جهان نشسته است. اما او از جمله ثروتمندانی است که قلبش برای دنیایی که در آن زندگی می‌کند می‌تپد و به همین خاطر بیش از ۹۵ درصد از ثروت ۷۹ میلیارد دلاری خود را به خیریه و فعالیت‌های انسان دوستانه اختصاص داده‌است. او همچنین وصیت کرده که سه فرزندش هم نفری ۱۰ میلیون دلار از این ثروت نجومی به ارث ببرند و زندگی خود را بسازند، زیرا معتقد

است که ثروت میلیاردری برای آینده آن‌ها مناسب نخواهد بود. او به آینده خوش‌بین است و می‌گوید سیر نابودی بیماری‌های مهلک سریع‌تر از هر زمان دیگری در تاریخ است و حتی بیماری مرگ‌آوری نظیر مالاریا هم تا سال ۲۰۳۰ کاملاً ریشه کن خواهد شد. یکی از اهداف این بنیاد این است که نرخ مرگ کودکان زیر پنج سال در سراسر جهان را تا بیش از نصف کاهش دهد و فلج اطفال را ریشه کن کند. او با ۲۹ میلیارد دلار سرمایه، بنیاد خیریه بیل و ملیندا را تاسیس کرد.

سال ۲۰۰۶ گیتس اعلام کرد از جولای ۲۰۰۸ کار در مایکروسافت را رها می‌کند ولی به دلیل علاقه زیاد در کارهای برنامه‌نویسی مایکروسافت کمک خواهد کرد.



## نکات بسیار جالب درباره بیل گیتس و مایکروسافت

۱- آیا می‌دانستید دارایی بیل گیتس به قدری است که اگر روزی یک میلیون دلار خرج کند، نزدیک به ۲۱۸ سال زمان می‌برد تا دارایی‌هایش به اتمام برسد؟!!

۲- در هر ثانیه ۲۵۰ دلار به درآمد بیل گیتس افزوده می‌شود؛ به عبارت دیگر درآمد او در هر دقیقه ۱۵ هزار دلار و روزانه ۲۰ میلیون دلار است. اگر بیل گیتس می‌توانست کشوری مستقل باشد، سی و هفتمین کشور ثروتمند جهان می‌بود. با این همه، او کسی است که کسر بزرگی از این درآمد شگفت‌انگیز را صرف بهبود وضعیت محرومان و زندگی شرافتمندانه‌تر در این کره خاکی می‌کند

۳- اگر به دفتر بیل گیتس نگاه کنید کاغذ زیادی در آن نمی‌بینید. بیل گیتس: روی میز ۳ صفحه نمایش دارم که مجموعه آن‌ها با هم یک دستکتاب واحد را تشکیل می‌دهند. من می‌توانم چیزها را از یک صفحه به صفحه دیگر بکشم. اگر شما یک بار تجربه کار با یک صفحه نمایش بزرگ را تجربه کنید، دیگر به گذشته بر نمی‌گردید، چون اثر مستقیمی روی کارایی شما خواهد گذاشت. صفحه نمایش چپ، لیست ایمیل‌هایم را نشان می‌دهد، صفحه نمایش وسط ایمیلی را که می‌خوانم و به آن جواب می‌دهم را نمایش می‌دهد و مرورگرم روی صفحه نمایش راست قرار می‌گیرد.

۴- در مایکروسافت ایمیل رسانه انتخابی است و بیشتر از تماس‌های تلفنی، بلاگ، اسناد و بولتن‌های خبری و یا نشست‌ها از آن‌ها استفاده می‌شود. (میل‌های صوتی و فکس‌ها در ایمیل‌ها ادغام شده‌اند).

۵- بیل گیتس روزانه ۱۰۰ ایمیل دریافت می‌کند، البته بعد از فیلتر ایمیل‌های ناشناس وی چنین تعداد ایمیلی دارد.

۶- نرم‌افزار SharePoint، یکی از نرم‌افزارهای محبوب بیل گیتس برای تماس با کارکنان و مدیریت پروژه‌هاست.

۷- بیل گیتس سعی می‌کند، مطمئن شود وقتش را روی ایمیل‌هایی که اهمیت بیشتری دارند متمرکز کند.

۸- تنها وسیله‌ای که گیتس در دفترش دارد و تکنولوژی پایی‌نی دارد، "وایت بوردش" است. وی از ماژیک‌های خوش‌رنگی استفاده می‌کند. در مایکروسافت، می‌شود از روی وایت‌بوردها عکس برداشت و به رایانه‌ها ارسال کرد، به این ترتیب آن‌ها شبیه یک Tablet pc بزرگ می‌شوند، من در حال حاضر چنین وایت بوردی ندارم، شاید سال بعد یک وایت‌بورد دیجیتال برای خودم تهیه کنم.

۹- کاغذ در زندگی روزانه من نقشی ندارد، من ۹۰ درصد اخبار را آنلاین دریافت می‌کنم، وقتی برای نشستی می‌روم برای اینکه چیزی را به بقیه نشان دهم از tablet pc استفاده می‌کنم، این کامپیوتر با رایانه دفترم کاملاً در ارتباط است و من به همه فایل‌هایی که به آن‌ها نیاز دارم، دسترسی دارم. یک نرم‌افزار یادداشت‌برداری به نام OneNote هم روی این رایانه دارم، بنابراین همه نوشته‌هایم به شکل دیجیتال هستند.

۱۰- گیتس معمولاً به جای اینکه برای پیدا کردن فایلی در داخل فولدرها دنبال آن‌ها بگردد، آن‌ها را جستجو می‌کند، این کار را پیدا کردن آدرس‌های میل و شماره‌های تلفن هم انجام می‌دهد.

۱۱- ابزار دیجیتالی دیگری که اثر زیادی روی کارایی من داشته‌است، نرم افزار جستجوی دستکتاب است، این ابزار دسترسی من را به اطلاعات روی رایانه شخصی، سرور و اینترنت تغییر داده‌است، با هاردهای بزرگتر و افزایش پهنای باند، من چندین گیگابایت اطلاعات به شکل ایمیل، اسناد، فایل‌های رسانه‌ای، دیتابیس تماس‌ها و غیره دارم.

۱۲- مایکروسافت بیش از ۵۰ هزار کارمند دارد، بنابراین وقتی به این مطلب فکر می‌کنم که "آینده پرداخت آنلاین چگونه خواهد بود" و یا "چه کار جالبی خواهد بود که خاطرات دوران کودکی را بشود ذخیره کرد"، یا هر چیز جدید دیگر، آن‌ها را می‌نویسم، بعد کارکنان می‌توانند آن‌ها را ببینند و بگویند: "نه، تو اشتباه می‌کنی" یا اینکه "می‌دانی چنین کاری اینجا و اینجا انجام شده‌است؟"

«او امسال در چهلمین سالگرد راه اندازی مایکروسافت، در نامه‌ای خطاب به کارکنان این کمپانی نوشت: «تکامل تکنولوژی در ۱۰ سال آینده حتی سریع‌تر از همیشه خواهد بود. ما همین حالا هم در جهانی چندپلت فرمی زندگی می‌کنیم اما نفوذ سیستم‌های کامپیوتری در زندگی‌های ما حتی از این هم بیشتر خواهد شد. ربات‌ها و کامپیوترها به‌زودی می‌توانند ببینند و حرکت کنند و با محیط اطرافشان تعاملی طبیعی داشته باشند؛ موضوعی که کارکردهای نوین بسیاری خواهد داشت و مردم جهان را هر روز توانمندتر از دیروز خواهد کرد.»

منبع

<https://mashrooh.com/>







Gâteau Doré

**Gâteau Doré**  
Shower, Anniversaire, Tiançaille,...

Www.Gateaudore.com • Facebook: Gâteau Doré  
Gateau.dore@yahoo.com • Instagram: Gateau.dore  
• (438)401.8546



## کیک مخملی قرمز مخصوص ولنتاین

مواد اولیه :  
آرد: دو و یک دوم فنجان  
نمک: ۱ قاشق چایخوری  
شکر: ۲ فنجان  
کره: ۱ فنجان  
تخم مرغ: ۲ عدد  
پودر کاکائو: ۱ قاشق غذاخوری  
رنگ قرمز خوراکی: یک و یک دوم قاشق غذاخوری  
دوغ: ۱ فنجان  
وانیل: ۱ قاشق چایخوری  
جوش شیرین: یک دوم قاشق چایخوری

مواد لازم برای کرم پنیر :  
پنیر خامه‌ای: ۲۲۵ گرم  
کره: ۱ فنجان  
وانیل: ۲ قاشق چایخوری  
پودر شکر: ۴-۵ فنجان

طرز تهیه :

فر را روی ۱۸۰ درجه سانتی‌گراد روشن می‌کنیم. آرد و نمک و جوش شیرین را با هم الک می‌کنیم و مواد را کنار می‌گذاریم. در یک کاسه دیگر کره و شکر را آنقدر با همزن می‌زنیم تا رنگ کره رو به روشنی برود. بعد وانیل را هم به مواد اضافه می‌کنیم و سپس تخم‌مرغ‌ها را دانه دانه به مواد اضافه می‌کنیم و بعد از اضافه کردن هر تخم مرغ مواد را خوب با هم می‌زنیم تا کیک لطیف‌تری داشته باشیم. سپس دوغ را کم کم به آرد اضافه می‌کنیم و مواد را کنار می‌گذاریم. در یک کاسه کوچک یک قاشق غذاخوری پودر کاکائو و ۱ و ۱/۲ قاشق غذاخوری رنگ قرمز را با هم خوب مخلوط می‌کنیم تا پودر کاکائو کاملا در رنگ حل شود. بعد مواد را به مخلوط کره و شکر اضافه می‌کنیم. بعد مخلوط آرد و دوغ را هم به مواد اضافه می‌کنیم. مواد را فقط در همین حد به هم می‌زنیم که آرد خوب مخلوط شود. یک قالب گرد ساده برمی‌داریم و قالب را روغنی می‌کنیم و بعد قالب را آردی می‌کنیم تا وقتی که کیک پخت، راحت و تمیز از قالب بیرون بیاید. مواد را درون قالب می‌ریزیم و کیک را به مدت ۲۵ تا ۳۰ دقیقه در فر می‌گذاریم تا بپزد.

در این فاصله، کرم بین کیک را آماده می‌کنیم. در یک کاسه متوسط پنیر خامه‌ای و کره و وانیل را خوب مخلوط می‌کنیم تا کاملا نرم و یکدست شوند. سپس پودر شکر را کم کم به مواد کیک اضافه می‌کنیم و همین‌طور هم می‌زنیم تا مواد کرکی شکل شود. وقتی کیک پخت، آن را از فر بیرون می‌آوریم و اجازه می‌دهیم سرد شود. در این فاصله روی کاغذ روغنی شکل یک قلب را می‌بریم و بعد الگویی که با کاغذ روغنی درست کردیم را روی کیک می‌گذاریم و شکل قلب را در می‌آوریم.

<http://www.sooran.com/>







## از دست دادن وزن با از دست دادن چربی؟

وقتی که ما کالری‌ها را کاهش می‌دهیم، بدن ما مجبور است منابع دیگری از سوخت را پیدا کند. متأسفانه این به معنی سوختن پروتئین عضلانی همراه با ذخیره چربی است. در اصل یک برنامه فعالیت بدنی منظم همراه با رژیم غذایی ما می‌تواند مقدار عضله‌ای که از دست می‌دهیم را کاهش دهد زیرا متابولیک عضله بیشتر از چربی فعال است. مقابله با از دست دادن عضلات می‌تواند به جلوگیری از کاهش میزان متابولیسم که در هنگام از دست دادن وزن اتفاق می‌افتد کمک کند، که سبب کاهش وزن و جلوگیری از کاهش میزان متابولیسم می‌شود. علاوه بر این، بسیاری از مزایای فعالیت بدنی منظم نه فقط کاهش وزن، بلکه سلامت کلی و سلامت متابولیک بدن است.

حتی اگر ما وزن کم نکنیم، ممکن است به جای آن از دست دادن عضلات و ایجاد چربی اضافی جلوگیری کنیم.

به همین دلیل مقیاس اندازه‌گیری درصد چربی دور کمر و بدن، می‌تواند به مرور زمان مفید باشد.

هنگامی که ما وزن کم کنیم، می‌خواهیم بیشترین میزان از دست دادن چربی را در طی مرور زمان داشته باشیم و میزان از دست دادن عضلات را کاهش دهیم.

اثرات ورزش بر کاهش وزن یا افزایش وزن از فرد به فرد متفاوت است.

اگر چه اکثر افرادی که ورزش می‌کنند در طولانی مدت وزن خود را کنترل می‌کنند، بعضی افراد متوجه می‌شوند که وزن آن‌ها باقی می‌ماند و تعداد کمی از مردم حتی وزن اضافه می‌کنند.

با این حال، برخی از کسانی که وزن می‌گیرند، در واقع عضله را جذب می‌کنند، نه چربی.

با این حال، موثرترین راهبرد رژیم غذایی و ورزش همزمان است. زیرا پاسخ بدن به فعالیت بدنی منظم یا ورزش بین افراد مختلف متفاوت است.

گردآورنده: شیرین بهرام

### کلید از دست دادن چربی اضافی چیست؟

برای از دست دادن وزن، ما باید کالری کمتری مصرف کنیم. فعالیت بدنی منظم یا ورزش می‌تواند به ما کمک کند تا با کم کردن کالری اضافی، این کار را انجام دهیم. با این حال، برخی از مردم ادعا می‌کنند که فعالیت بدنی منظم به تنهایی برای کاهش وزن موثر نیست. این ممکن است به این دلیل باشد که ورزش در برخی افراد گرسنگی را افزایش می‌دهد و باعث می‌شود که کالری بیشتری مصرف کنند نسبت به آنچه در طول تمرین ورزشی سوزانده‌اند.

### آیا فعالیت بدنی منظم واقعا برای کاهش وزن مفید است؟

فعالیت بدنی منظم یک روش درمانی هست و فقط تنها یک وسیله برای کاهش وزن نیست. از مزایای ورزش، بهبودی عمل بدن و مغز می‌باشد. فعالیت بدنی منظم می‌تواند خطر بسیاری از بیماری‌ها، از جمله بیماری‌های قلبی، دیابت، چاقی، پوکی استخوان و برخی از سرطان‌ها را کاهش دهد.

در واقع، افرادی که به صورت منظم فعالیت بدنی دارند، تا پنجاه درصد خطر مبتلا شدن به بسیاری از این بیماری‌ها کاهش می‌یابد.

ورزش نیز فوق‌العاده برای سلامت روان ما خوب است و می‌تواند به ما در کنترل استرس کمک کند. این را در ذهن داشته باشید که ورزش علی‌رغم کاهش وزن مزایای مهم دیگری برای بدن دارد. با فعالیت بدنی منظم در اصل شما چرب خطرناک بدن را از دست داده‌اید.

ورزش معمولا برای کاهش وزن توصیه می‌شود، اما افراد بایستی هدف را از دست دادن چربی‌ها در نظر بگیرند.

اگر مصرف کالری خود را برای کاهش وزن کاهش دهیم، بدون تمرین، احتمالا عضله و چربی را از دست می‌دهیم. در واقع، تخمین زده شده‌است که وقتی افراد وزن خود را از دست می‌دهند، حدود یک چهارم وزن عضله آن‌ها از دست می‌رود.

# شراره شاکری

مترجم رسمی، عضو کانون مترجمان رسمی کبک

۱. ترجمه رسمی تمامی مدارک  
۲. تکمیل کلیه فرم‌ها  
۳. تایید رسمی مدارک

Tel: (514) 895-7997  
shakeri.sharareh@gmail.com

Address: 2444 Benny-Crescent, #602  
Montreal, QC, H4B 2R3

## REMI VIOLIN LESSONS

514.996.1620  
514.703.4020

دفتر ترجمه رسمی فرهنگ  
Bureau de Traduction Farhang  
Farhang Translation Office

ترجمه رسمی کلیه اسناد و مدارک  
گواهی امضاء و کپی برابر اصل  
ترجمه شفاهی در محاکم و ادارات  
تنظیم دعوت نامه رسمی  
تکمیل فرم های مختلف  
اخذ ویزای توریستی

---

شعبه کانادا 1650 Maisonneuve West, #202, Montreal, H3H 2P3  
Tel.: +1-514 691 4383  
Toll Free from Iran: (021) 853 128 32  
Email: r.davoudi@farhang.ca

---

شعبه ایران تهران: کارگرمالی، تقاطع بلوار کشاورز، نبش کوچه گیتی، پلاک ۱۱۷۲ - طبقه ۲، واحد ۷  
+۹۸ ۲۱ ۶۶۴۲ ۱۵۱۱  
+۹۸ ۲۱ ۶۶۹۴ ۸۱۵۴  
Email: h.davoudi@farhang.ca

دفتر ترجمه رسمی فرهنگ

## Le Beauté

### Microblading & cils

هاشور ابرو، اکستنشن مژه  
لمینیت مژه و رنگ مژه

Address: 1430 boulevard Rome,  
Brossard, QC, J4W 2T4  
Salon de Coiffure Jeanlou 514.973.5259





## مقدمه‌ای بر تاریخچه نجوم و اخترشناسی (۲)

رضا اصغرزاده

### تمدن اسلام

تا حدود هزار سال بعد هم نجوم در میان اخترشناسان مسلمان رواج داشت و در واقع نجوم عمدتاً از یونان به کشورهای اسلامی انتقال یافت. بسیاری از کتاب‌های اخترشناسی از یونانی به عربی ترجمه شدند؛ از جمله «مجسطی» که مهم‌ترین کتاب نجومی در میان اخترشناسان مسلمان به شمار می‌رفت. یکی از دلایل گرایش مسلمانان به نجوم، نزدیکی کانون نجوم یونان به سرزمین‌های اسلامی بود. دیگر این‌که بسیاری از فریضه‌های دینی اسلام با پدیده‌های نجومی ارتباط دارد. همان‌طور که می‌دانید، ادای فریضه نماز، با پدیده‌های نجومی مانند طلوع و غروب خورشید، سپیده صبح و ... ارتباط دارد.

منجمان مسلمان برای تعیین جهت قبله و محاسبه زمان دقیق نمازها، به مثلثات کروی نیاز داشتند. البته مثلثات کروی در دیگر محاسبات نجومی نیز کاربرد داشته‌است و دارد. بطلمیوس برای محاسبات مربوط به مثلثات کروی از شیوه نادقیقی استفاده می‌کرد. به‌نظر می‌رسد که از شش رابطه جدید مثلثاتی (یعنی سینوس، کسینوس، تانژانت، کتانژانت، سکانت و کسکانت)، پنج مورد از آن‌ها در ریاضیات و نجوم دوره اسلامی ریشه دارند و فقط سینوس خاستگاه هندی دارد.

ابوریحان بیرونی منجم مشهور ایرانی در قرن چهارم هجری برای نخستین

بار مثلثات کروی را به صورت علمی مستقل ارائه داد.

در تقویم مسلمانان، آغاز ماه‌های قمری به رویت هلال در آغاز هر ماه بستگی دارد. البته در مورد پدیده‌هایی مانند طلوع و غروب، روش‌های محاسباتی منجمان یونان در دسترس مسلمانان بود، اما در مورد رویت هلال، در نجوم یونان کاری انجام نشده بود. منجمان مسلمان با رصدهایی به ضابطه‌های گوناگونی در زمینه رویت هلال دست یافتند.

یکی از مهم‌ترین کارهای منجمان مسلمان، نامگذاری ستاره‌ها بود. بسیاری از نام‌های امروزی ستاره‌های نیز مستقیماً عربی است، و با به نوعی تغییر شکل یافته از عربی، همچنان کاربرد دارند. این نام‌ها در کتاب «صورالکواکب» از عبدالرحمن صوفی، منجم بزرگ ایرانی قرن چهارم هجری قمری آمده‌است. او در این کتاب، موقعیت ستاره‌ها را مشخص کرده و از صورت‌های فلکی نقاشی‌هایی کشیده‌است (شکل در صفحه بعد).

از دیدگاه کلی، منجمان مسلمان بیشتر پیرو منجمان یونان بودند. آن‌ها فرضیه زمین مرکزی بطلمیوس را پذیرفتند؛ اما با گذشت زمان و طی قرن‌ها، خطاهای مدل بطلمیوسی در پیش‌بینی موقعیت سیارات جمع و زیاد شد. آن‌ها کوشش می‌کردند با تغییراتی، مدل بطلمیوس را برای عصر خود تصحیح کنند. به‌این ترتیب، نقدها و مدل‌های جدیدی از هیات

بطلمیوسی عرضه شدند که البته همه آن‌ها، زمین مرکزی بودند.

منجمان مسلمان نتیجه رصدهای نجومی را که انجام می‌دادند، در جدول‌هایی وارد می‌کردند. آن‌ها مجموع این جدول‌های و روش‌های محاسباتی را در کتاب‌هایی به نام «زیج» جمع‌آوری می‌کردند. برخی از مهم‌ترین زیج‌های دوره اسلامی عبارتند از: «زیج صابی» ازبتانی حدود ۲۹۰ هجری قمری (۵۰۰ ق)، «زیج جامع کوشیار» از کوشیار گیلانی حدود ۳۹۰ ه.ق، «زیج ایلخانی» از خواجه نصیرالدین طوسی حدود ۶۴۰ ه.ق،



«زیج خاقانی» از غیاث‌الدین جمشید کاشین حدود ۸۲۰ ه.ق و «زیج الغ بیگ» حدود ۸۴۰ ه.ق.

### انقلاب کپرنیک در اخترشناسی

نیکولاس کوپرنیک، اخترشناس لهستانی در قرن شانزدهم، تحولی بنیادی در اخترشناسی پدید آورد. فرضیه زمین مرکزی از بطلمیوس برای حدود ۱۵۰۰ سال تنها نظر معتبر درباره توصیف عالم بود و کلیسا به شدت از آن دفاع می‌کرد. هرکس در نظرات ارسطو و بطلمیوس تردید می‌کرد، مورد اذیت و آزار قرار می‌گرفت.

کپرنیک در زمان تحصیل در کالج به اخترشناسی علاقه‌مند شد. در

آن سال‌ها، او نظرات بطلمیوس را مورد تردید قرار داد و این عقیده را مطرح کرد که «خورشید در مرکز عالم قرار دارد و سیارات به دور آن می‌گردند». البته او هم مانند اخترشناسان یونانی تصور می‌کرد که «ستاره‌ای بر کره‌ای ثابت و بدون حرکت قرار دارند؛ اما به دلیل حرکت وضعی زمین به نظر می‌رسد که به دور زمین می‌گردند». بر این اساس، نظریه «خورشید مرکزی» او صحیح بود؛ اما تصور کلی او از عالم درست نبود.

کپرنیک با کلیسا ارتباط نزدیکی داشت و برای این که از آزار کلیسا در امان بماند، نظراتش را فقط به صورت دست‌نوشته‌هایی در میان دوستان نزدیکش توزیع کرده‌بود. او چند سال از وقت خود را برای نوشتن کتابی به نام «گردش اجرام آسمانی» صرف کرد. کپرنیک ویراستاری نهایی محاسبات ریاضی کتاب را در پایان عمر و در هنگام بیماری انجام داد. متأسفانه او صورت نهایی کتاب چاپ شده را ندید و از دنیا رفت.

کپرنیک در کتابش، نادرست بودن نظریه بطلمیوس را ثابت نکرد؛ چون در آن زمان، شواهدی برای رد آن شناخته نشده بود. نکته جالب توجه این بود که روش محاسبه کپرنیک و بطلمیوس برای موقعیت سیارات، هر دو به اندازه دو درجه خطا داشتند. تفاوت در این بود که کپرنیک، خورشید را در مرکز منظومه شمسی می‌دانست و عقیده داشت که سیارات در مدارهایی به دور آن می‌گردند. کپرنیک به این نکته پی برد که اگر سیارات نزدیک‌تر به خورشید، سریع‌تر و سیارات دورتر آهسته‌تر به دور خورشید بگردند، می‌توان حرکت بازگشتی (رجوعی) سیارات دورتر از زمین (مانند مریخ) را بدون در نظر گرفتن فلک تدویر توضیح داد. در آن زمان، برتری نظریه خورشید مرکزی کپرنیک نسبت به نظریه بطلمیوس فقط صورت ساده‌تر و زیباتر آن بود.

### گالیله، مدافع کپرنیک

گالیلئو گالیله در سال ۱۵۶۴ میلادی در پیزای ایتالیا متولد شد. او در آغاز ورود به دانشگاه در رشته پزشکی تحصیل می‌کرد، اما علاقه واقعی او به ریاضیات، مکانیک و نجوم بود. تردیدی نیست که گالیله در ریاضیات با استعداد بوده‌است؛ چون چهار سال پس از رها کردن رشته پزشکی، به درجه استادی ریاضیات در دانشگاه پیزا رسید. در سال ۱۶۰۹ میلادی او با استفاده از چند عدسی، یک تلسکوپ ساخت؛ البته او نخستین سازنده تلسکوپ نبود؛ اما او نخستین کسی بود که با تلسکوپ به مشاهده اجرام آسمانی پرداخت. کشف‌هایی که او با تلسکوپ انجام داد، بسیار جالب توجه بودند و مسیر دانش اخترشناسی را تغییر داد. گالیله، ماه را رصد کرد و متوجه شد که سطح ماه، صاف و هموار نیست.



او حتی ارتفاع کوه‌های ماه را از روی سایه آن‌ها محاسبه کرد. از مهم‌ترین کشف‌های گالیله با تِلکسوپ، مشاهده شکل‌های هلالی زهره (شبیه شکل‌های هلالی ماه) بود. این کشف چند نتیجه داشت؛ اول این که نشان داد سیارات از خود نوری ندارند. دیگر این‌که براساس نظر بطلمیوس، زهره در میان زمین و خورشید قرار دارد و به دور زمین می‌گردد. اگر این نظر درست بود، شکل‌های هلالی زهره همواره نازک دیده می‌شدند. اما گالیله شکل‌های هلالی نیمه (تربیع) و نزدیک به کامل از زهره مشاهده کرد. به این ترتیب نتیجه گرفت که زهره در مسیری میان زمین و خورشید، به دور خورشید می‌گردد. این، یکی از شواهدی بود که پیروزی نظریه خورشید مرکزی کپرنیک را بر نظریه زمین مرکزی بطلمیوس نشان داد.

افزون بر این، گالیله با تلسکوپ، قمرهای مشتری را رصد کرد. او پس از چند شب رصد، متوجه شد که آن‌ها به دور مشتری می‌گردند. این کشف نیز اهمیت زیادی داشت. چون برخی از مخالفان نظریه کپرنیک اعتقاد داشتند که ”اگر زمین به دور خورشید بگردد، ماه از زمین جدا می‌ماند!“. این کشف نشان داد که ممکن است در حین حرکت جسم، اجرامی نیز به دور آن بگردند.

گالیله لکه‌های خورشید را نیز رصد کرد و متوجه شد که آن‌ها در سطح خورشید پدیدار و ناپدید می‌شوند. او با این کشف، نظر ارسطو را مبنی بر این که اجرام آسمانی ثابت و بی تغییرند، رد کرد.

گالیله در سال ۱۶۰۱ میلادی کتابی را با عنوان ”پیک آسمانی“ منتشر کرد. او در آن کتاب، اجرامی را که با تلسکوپ مشاهده کرده بود، توصیف کرد و نشان داد که رصدهایش نظریه خورشید مرکزی کپرنیک را تایید می‌کنند. پس از این، کتاب دیگری را با عنوان ”گفت و گویی درباره دو مجموعه اصلی جهان“ منتشر کرد. این کتاب گفت و گویی میان سه دوست درباره نظریه بطلمیوس و کپرنیک بود. گالیله در سال ۱۶۳۳ میلادی به دلیل نظراتش از سوی دستگاه تفتیش عقاید کلیسا مورد بازجویی قرار گرفت. آن‌ها گالیله را مجبور کردند که خود را گناهکار بدانند و عقیده‌اش را انکار کند. برای مجازات، گالیله را به وطنش تبعید کردند و او ده سال پایان عمرش را در آنجا گذراند.

مدت زمان میان مرگ کپرنیک و گالیله ۹۹ سال است که آن‌را می‌توان مرحله گذر از نظریه بطلمیوس به کپرنیکی دانست. در این دوره، نجوم جدید پایه‌گذاری شد.

## تیکو براهه

سه سال پس از انتشار کتاب کپرنیک، اخترشناس مشهور دانمارکی به نام تیکو براهه (۱۶۰۱ – ۱۵۴۶ میلادی) به دنیا آمد. تیکو رصدگر دقیقی بود. او پی برد که موقعیت‌های واقعی سیارات با موقعیت‌های محاسبه شده آن‌ها در جدول‌ها، بسیار متفاوت است و برای نظریه‌پردازی درباره

حرکات سیارات، به رصدهای طولانی‌تر و دقیق‌تر نیاز است. فردریک دوم، پادشاه دانمارک از تیکو حمایت کرد و او توانست رصدخانه بزرگی را در جزیره هاوِن بنا کند. تیکو ۲۰ سال در این جزیره به رصد پرداخت. مشاهدات رصدی او تا ده بار دقیق‌تر از رصدهای پیشین بود. او نظریه خورشید مرکزی کپرنیک را رد کرد و عقیده داشت که سیارات به دور خورشید می‌گردند؛ اما خورشید به همراه سیارات و ماه، همگی به دور زمین می‌گردند. البته محاسبات موقعیت سیارات در روش تیکو و کپرنیک شبیه به هم است.

## یوهانس کپلر

یوهانس کپلر (۱۶۳۰ – ۱۵۷۱ میلادی) در آلمان متولد شد. کپلر با گالیله هم عصر بود و با وی مکاتباتی هم داشت. کپلر از طرفداران نظریه کپرنیک بود. او یک سال پیش از مرگ تیکو به صورت دستیار با او همکاری می‌کرد. پس از مرگ تیکو در سال ۱۶۰۱ میلادی، او جانشین تیکو شد و در طول ۲۵ سال بعد، مشاهدات تیکو را تحلیل کرد. بررسی ویژه او درباره مریخ بود. چون تیکو قبلاً رصدهای زیادی در این‌باره انجام داده بود، کپلر به مدت یک دهه کوشش کرد که حرکت این سیاره را با مدارهای دایره توجیه کند، اما نتیجه نگرفت. سرانجام متوجه شد که با مدارهای بیضی شکل می‌توان حرکت مریخ (و دیگر سیارات) را به خوبی توصیف کرد. کپلر با تحلیل رصدهای تیکو، سه قانون مهم را درباره حرکت سیارات کشف کرد.

در سال ۱۶۲۸ میلادی جدول‌های نجومی که نتیجه رصدهای تیکو و تحلیل‌های بعدی کپلر بود، منتشر شدند. این جدول‌ها را به احترام امپراتور رادولف، ”جدول های رادولفی“ نامیدند. جدول‌های رادولفی بر مبنای نظریه خورشید مرکزی کپرنیک و طرح مدارهای سیاره‌ای بیضی شکل کپلر تهیه شدند. کپلر با استفاده از این جدول‌ها توانست عبور سیارات عطارد و زهره را از مقابل قرص خورشید در سال ۱۶۳۱ میلادی پیش‌بینی کند.

## ایزاک نیوتون

ایزاک نیوتون (۱۷۲۷ – ۱۶۴۳ میلادی) حدود یک سال پس از مرگ گالیله در انگلستان متولد شد. او در سال ۱۶۶۵ میلادی از کالج ترینیتی کمبریج درجه لیسانس علوم انسانی را اخذ کرد. در سال ۱۶۶۵ بیماری طاعون در لندن فراگیر شد و به همین دلیل نیوتون به شهر زادگاهش بازگشت و در خلال چند سال درباره ریاضیات، نور و مکانیک مطالعه و پژوهش کرد؛ اما او نتایج کارهایش را منتشر نکرد. اخترشناس معرف، ادموند هالی از کسانی بود که نیوتون را تشویق کرد تا نتایج تحقیقاتش را منتشر کند.

نیوتون در سال ۱۶۸۷ میلادی کتابی به نام ”فلسفه طبیعی اصول ریاضیات“ منتشر کرد. او در این کتب برای نخستین بار نشان داد که برخی از قوانین اساسی حرکت، جهانی هستند. نیوتون سه قانون را درباره حرکت به شرح زیر مطرح کرد:

۱. اگر نیرویی از خارج وارد نشود، اندازه حرکت یک دستگاه ثابت می‌ماند.

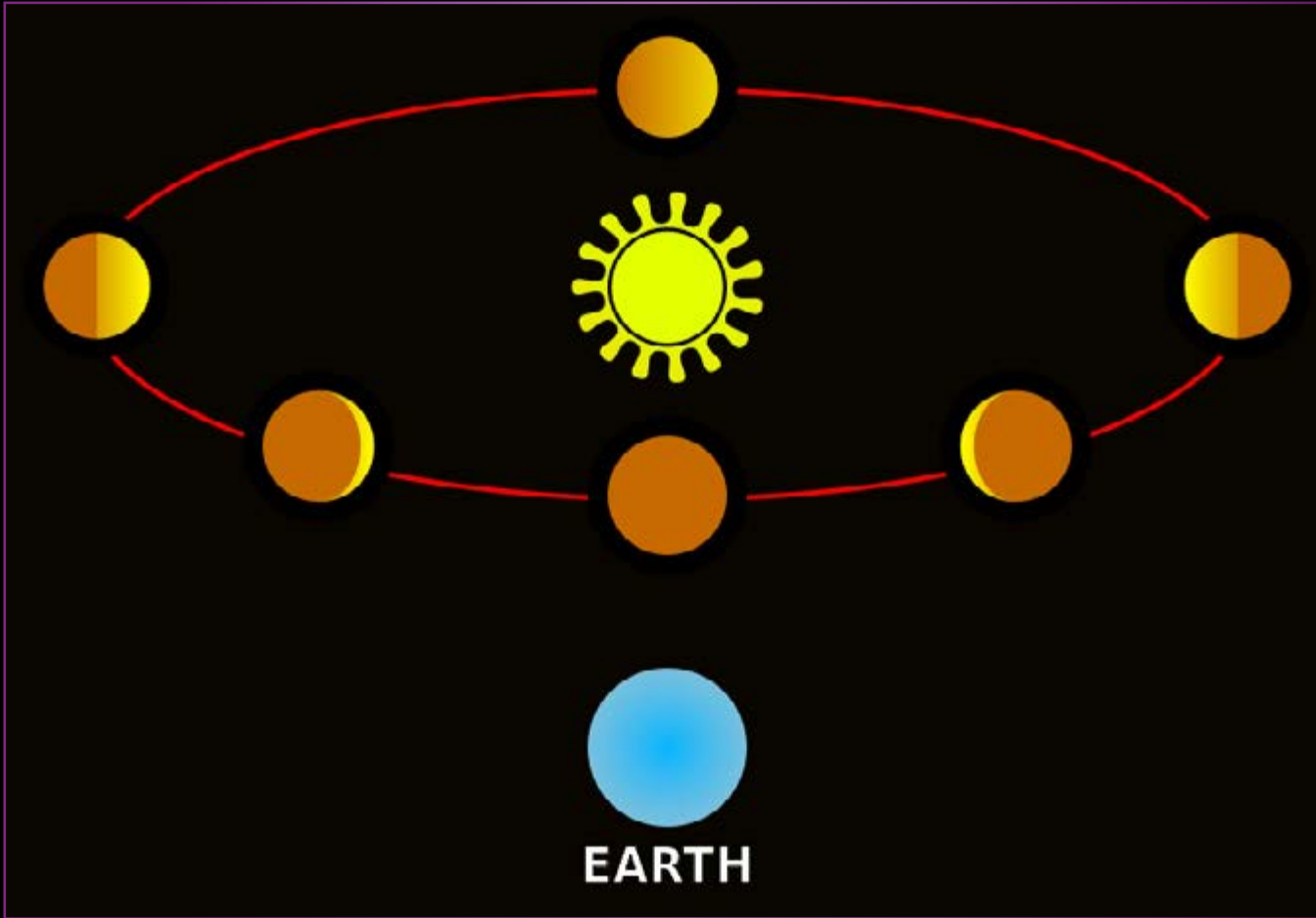
۲. اگر نیرویی بر جسمی وارد شود، جسم در جهت نیرو شتاب می‌گیرد و اندازه حرکت آن جسم به نسبتی تغییر می‌کند که از نظر عددی با آن نیرو برابر است.

۳. نیروها همیشه متقابل هستند. بنابراین اگر نیرویی بر جسم وارد شود، آن جسم با نیرویی مساوی و مخالف با آن نیرو واکنش نشان می‌دهد.

نیوتون ثابت کرد که سه قانون کپلر، روابطی هستند که آن‌ها را براساس قانون گرانش می‌توان تعریف کرد. او صورت کاملتری از قانون سوم کپلر مطرح کرد. کار جالب نیوتون در زمینه نورشناسی، اختراع تلسکوپ بازتابی (آینه‌ای) در سال ۱۶۶۸ میلادی بود. امروزه، بزرگ‌ترین تلسکوپ‌های جهان از گونه بازتابی هستند. نیوتون را می‌توان پایه‌گذار فیزیک جدید دانست و او بود که کاربردهای این علم را در اخترشناسی نشان داد.

منبع: کتاب شناخت مبانی نجوم

www.techrato.com/





# REMI ACADEMY

3333 Cavendish Blvd., Apt. 250, 285 & 2  
 Postal Code: H4B 2M5  
 Tel: (514) 996-1620  
 Email: remiacademy@gmail.com



- سه‌تار از: \$ ۲۸۰
- تنبور از: \$ ۲۸۰
- سنتور: \$ ۶۸۰
- سنتور دو مهر سالاری: \$ ۱۱۰۰
- دف طلقی: \$ ۹۵
- دف پوستی طرح‌دار: \$ ۱۳۰
- نی: \$ ۶۵
- لوازم جانبی تار، سه‌تار، سنتور و ...
- پوست، سیم خرد، پرده و ...
- گیتار یاماها ۴/۴: \$ ۱۸۹,۹۹
- گیتار یاماها ۳/۴: \$ ۱۵۹,۹۹

3333 Cavendish Blvd., Apt. 250, 285 & 290.  
 Postal code: H4B 2M5 Tel: (514) 996-1620 Email: remiacademy@gmail.com

## آموزش

تار  
 سه‌تار  
 دَف  
 تنبور  
 سنتور  
 تنبک

# آکادمی رمی

3333 Cavendish Blvd., Suite 285.  
 Montreal H4B 2M5  
 Remiacademy@gmail.com

(514) 996-1620  
 (514) 703-4020



## آگهی استخدام



آکادمی رمی جهت تکمیل کادر اداری خود، با شرایط زیر استخدام می‌نماید:

- داشتن سابقه کار کانادایی

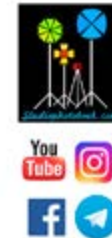
- تسلط کامل به زبان انگلیسی و فرانسه

- مسلط به ویندوز، نرم‌افزارهای ماکروسافت افیس (ورد، اکسل و ...)

واجدین شرایط می‌توانند رزومه خود را به آدرس ایمیل [remiacademy@gmail.com](mailto:remiacademy@gmail.com) ارسال نمایند.

## Studio Photobook

ارائه کننده بهترین خدمات  
 عکاسی و فیلمبرداری حرفه‌ای



تصویربرداری حرفه‌ای 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 ویدئوکلیپ با کیفیت 4K

**(514)984-8944**

فقط با وقت قبلی

A Gateway to Introduce  
 your Business to Iranian &  
 Non-Iranian Communities



(514) 703-4020

دریچه‌ای به سوی معرفی بیزنس  
 شما به جامعه ایرانی و غیر ایرانی

بزرگترین جامعه مجازی تخصصی و حرفه‌ای ایرانیان مونترال کانادا  
[www.facebook.com/groups/business.montreal](http://www.facebook.com/groups/business.montreal)  
 گروه بیزنس 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

المنشأ كل د مونترال





# در قلب مونتreal رستوران و کافی شاپ

## هایلار

Pizza  
Sandwiches  
Pastries  
Milkshakes  
Varieties of Persian Tea  
Herbal Tea

*We Look Forward to Serving You With  
Our Delicious Homemade Pastries & Food  
in a Warm and Friendly Environment.*



@ChezHailar

1612 Sherbrooke W, Montreal, QC, H3H 1C9

www.chezhailar.com

(514) 846-0000



/ChezHailar

Dine-in | Delivery | Catering







## تاریخچه روز ولنتاین

### روز ولنتاین: روز عشق و دوستی

در پایان قرن پنجم، زمانی که پاپ جلاسیوس (Gelasius) ۱۴ فوریه را روز ولنتاین مقدس معرفی کرد، لوپرکالیا (Lupercalia) از قیام اولیه دین مسیحیت جان سالم به‌در برد اما هنوز غیرقانونی بود زیرا "غیرمسیحی" تلقی می‌شد. با این حال زمان زیادی طول نکشید تا این روز به‌عنوان روز عشق و دوستی شناخته شد. در ایام قرون وسطی، در انگلستان و فرانسه کاملاً معتقد بودند که روز ۱۴ فوریه فصل جفت‌گیری پرندگان است، و این باور به ایده انتخاب روز میانی ماه فوریه برای روز ولنتاین و عشق و دوستی اضافه شد.

تبریکات روز ولنتاین به دوره قرون وسطی برمی‌گردد، هرچندکه نوشته‌های ولنتاینی تا پس از سال ۱۴۰۰ میلادی هنوز ظاهر نشده بود. قدیمی‌ترین نوشته مربوط به ولنتاین که وجود دارد مربوط به شعری است که توسط چارلز، دوک اورلئان، در سال ۱۴۱۵ به همسرش نوشته است زمانی که در برج لندن پس از دستگیری در نبرد آگینچور زندانی شد. (این تبریک امروزه بخشی از مجموعه دست‌نوشته‌های کتابخانه بریتیش در لندن می‌باشد). چندین سال بعد، این اعتقاد وجود دارد که پادشاه هانری پنجم، نویسنده‌ای به نام جان لیگیت (John Lydgate) را استخدام نمود تا نت ولنتاین را برای کترین والویز (Catherine of Valois) بنویسد.

### تبریکات رایج روز ولنتاین

در اکثر نقاط دنیا، روز ولنتاین جشن گرفته می‌شود. روز ولنتاین در بریتانیای بزرگ از حدود قرن ۱۷ میلادی به بعد به‌صورت عمومی جشن گرفته شد. اواسط قرن ۱۸ میلادی، این روز برای دوستان و عشاق تمامی طبقات جامعه معمول شد تا به یکدیگر دست‌نوشته‌های دوستی خود را بدهند و در سال ۱۹۰۰ میلادی، کارت‌های چاپ شده با توسعه تکنولوژی صنعت چاپ، جای خود را با نامه‌های دست‌نویس تعویض کرد. کارت‌های نوشته‌شده آماده به راه آسانی برای ابراز احساسات افراد در زمانی که عواطف آنان به‌طور مستقیم ضربه خورده بود، تبدیل شد. نرخ‌های ارزان پست همچنین به افزایش ارسال تبریکات ولنتاین کمک نمود.

در آمریکا در ابتدای دهه ۱۷۰۰ میلادی، کادوهای دست‌ساز مربوط به ولنتاین مرسوم بود. در دهه ۱۸۴۰ میلادی، استرای. هاوولد (Esther A. Howland) به فروش هدایای ولنتاین که به‌صورت انبوه تولید می‌شد شروع نمود. هاوولد که به "مادر ولنتاین" شناخته‌شده‌است، ساخته‌های زیبایی که با توری واقعی، روبان و عکس‌های رنگی درست شده‌بود، عرضه کرد. امروزه، برطبق گفته سازمان کارت پستال (Greeting Card Association)، حدود ۱ بلیون کارت در روز ولنتاین ارسال می‌شود که این روز را به دومین روز ارسال کارت تبریک در سال معرفی می‌کند. (حدود ۲٫۶ بلیون کارت برای تبریک کریسمس ارسال می‌شود). حدوداً خریدار ۸۵ درصد هدایای ولنتاین زنان می‌باشند.

<http://www.history.com/>

هر ساله در روز ۱۴ فوریه در اکثر نقاط دنیا، شکلات، گل و کادوهای بسیاری در میان عشاق به نام ولنتاین رد و بدل می‌شود. اما قدیس ولنتاین سحرآمیز چه کسی می‌باشد و ریشه این رسوم از چه چیزی برگرفته شده‌است؟ در این‌جا در مورد تاریخچه ولنتاین بررسی می‌شود.

### افسانه قدیس ولنتاین

تاریخچه روز ولنتاین و داستان قدیس ولنتاین در پرده‌ای از رمز و راز است. برایمان روشن است که ماه فوریه برای مدت زمانی طولانی ماه عشق و دوستی بوده‌است. روز ولنتاین آن‌طور که امروزه شناخته شده‌است، حاوی ریشه‌های هر دو سنت مسیحی و رومی باستان است.

### اما قدیس ولنتاین کیست و چه رابطه‌ای با این سنت قدیمی دارد؟

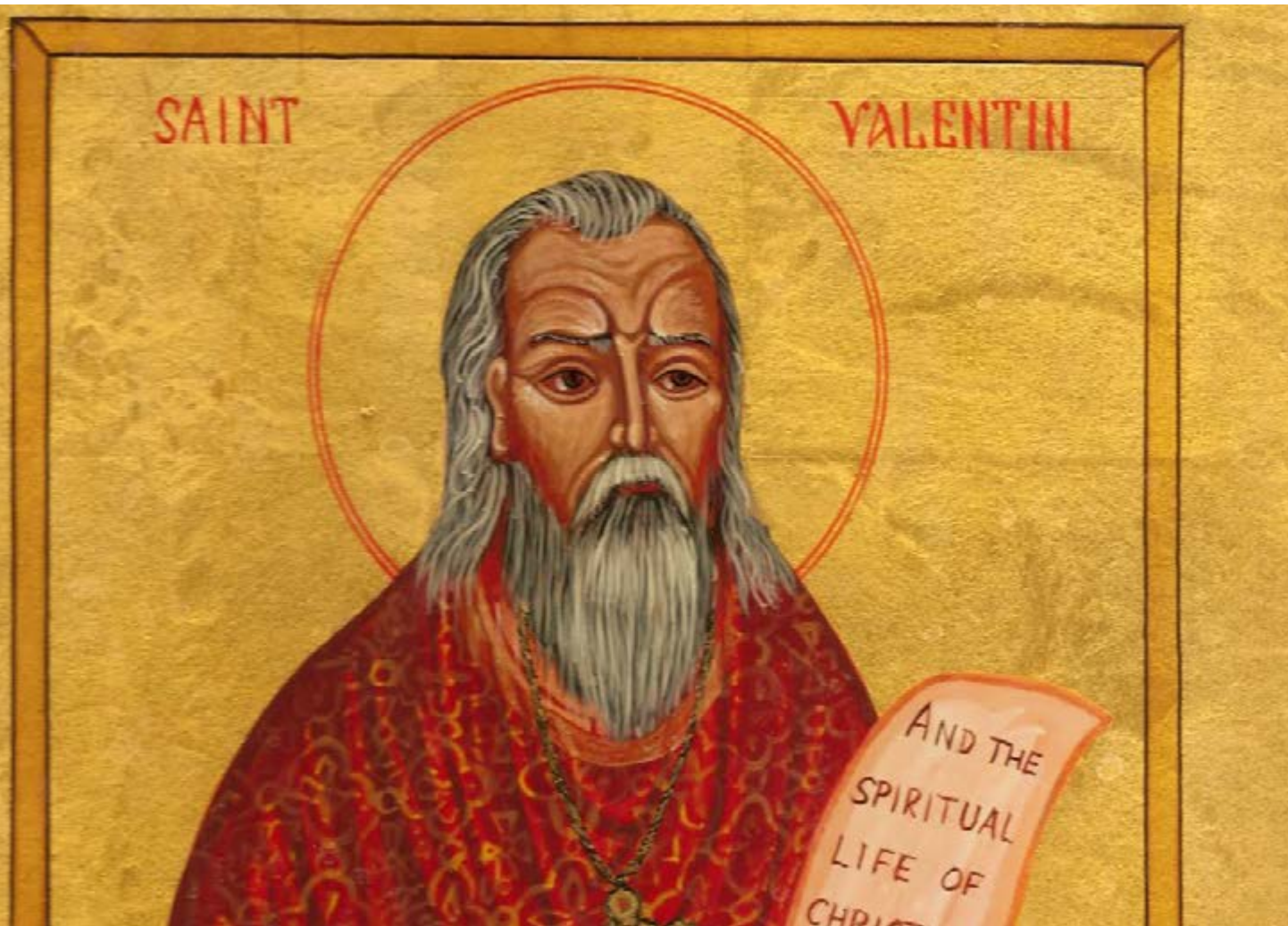
کلیسای کاتولیک حداقل سه قدیس به نام ولنتاین یا ولنتاینوس که شهید شده‌اند را معرفی کرده‌است. یک افسانه می‌گوید که ولنتاین، کشیشی در قرن سوم در روم بوده‌است. زمانی که امپراتور کلادیوس دوم، اعلام کرد مردان مجرد نسبت به مردان متأهل با زن و فرزند، سربازان بهتری برای کشور هستند، ازدواج ممنوع شد. ولنتاین با توجه به این بی‌عدالتی، تصمیم گرفت به‌صورت پنهانی معشوق‌ها را با یکدیگر وصلت دهد و به این ترتیب با فرمان امپراتور به مبارزه برخاست. زمانی که عمل پنهانی ولنتاین برملا گردید، کلادیوس فرمان اعدام او را صادر کرد.

داستان‌های دیگری وجود دارند که مرگ ولنتاین را به تلاش او برای فراری دادن زندانیان مسیحی فراری از زیر شکنجه مربوط می‌دانند. طبق افسانه‌ای، ولنتاین محبوبس در زندان اولین ملاقات "ولنتاینی" تاریخ را پس از این‌که عاشق دختر زندانبان خود شد، رقم زد. گفته

می‌شود او قبل از مرگ خود، نامه‌ای به دختر محبوبش با امضای "از طرف ولنتاین تو" نوشته‌است، اصطلاحی که امروزه رواج دارد و استفاده می‌گردد. هرچندکه حقیقت پشت پرده افسانه ولنتاین در حاله‌ای از ابهام است، داستان‌ها همگی بر این تاکید دارند که او انسانی دلسوز، قهرمان و بیشتر از همه سمبل عشق و دوستی بوده‌است. در قرون وسطی، به‌خاطر محبوبیت ولنتاین، او یکی از معروفترین قدیس‌ها در انگلستان و فرانسه بود.

### ریشه روز ولنتاین: یک فستیوال در ماه فوریه

درحالی‌که عده‌ای بر این باورند که روز ولنتاین که در میانه ماه فوریه جشن گرفته می‌شود برای یادآوری سالگرد مرگ ولنتاین، که به‌احتمال زیاد حدود ۲۷۰ پس از میلاد مسیح رخ داده‌است، می‌باشد، عده‌ای دیگر نیز معتقدند که کلیسای مسیحیت تصمیم گرفته‌است که روز جشن ولنتاین را در میانه فوریه برگزار کند تا بدین‌صورت جشن لوپرکالیا (Lupercalia) غیرمسیحی را مسیحی جلوه دهد. لوپرکا جشنواره باروری مربوط به فانوس (Faunus) همان خدای رومی کشاورزی است و همین‌طور مربوط به رومولوس (Romulus) و روموس (Remus) بنیانگذاران رم می‌باشد که در میانه ماه فوریه جشن گرفته می‌شود. برای شروع این جشن، اعضای لوپرسی (Luperci)، دسته‌ای از کشیشان رومی، در یک غار مقدس گرد هم می‌آمدند، جایی که به‌نظر می‌رسد نوزادان رومولوس (Romulus) و روموس (Remus)، موسسان رم، توسط گرگ ماده یا لوبا (lupa) نگهداری می‌شده‌اند. کشیشان یک بز را برای باروری و سگی را برای تطهیر قربانی می‌کردند. آن‌ها سپس پوست بز را به نوارهایی برش داده و به خون مقدس آغشته کرده و به خیابان‌ها می‌بردند و به‌آرامی به زن‌ها می‌زدند و زمین را با پوست بز مفروش می‌کردند. زنان بدون هیچ نترسی از لمس پوست بز احساس خوشایندی داشتند زیرا بر این باور بودند که سبب باروری بیشتر آن‌ها در سال آینده خواهد گردید. پس از این مراسم، بر طبق افسانه‌ها، تمامی دختران جوان شهر، نام خود را در یک کوزه بزرگ می‌گذاشتند. پسران مجرد نیز هر کدام نامی از درون کوزه انتخاب کرده و با دختر منتخب نامزد می‌شدند. اغلب این انتخاب‌ها منجر به ازدواج می‌گشت.





طبق سالنامه زرتشتی، روز پنجم از ماه اسفند که روز اسفند نام دارد و بنابر تقویم امروزی، ۲۹ بهمن ماه، روز سپاسداری از جایگاه زنان و مادران است که مظهر مهر و پاکی و فروتنی هستند. این جشن مربوط به امشاسپند ۱ سپندارمذ ۲ است که حامی زنان درستکار و پارسا است. از این رو ماه اسفند و به‌خصوص این روز (سپندارمذ) جشن زنان بوده و در این روز مردان به زنان هدیه می‌دانند. این روز متعلق به سپندارمذ یا سپنته آرمئیتی است و چون نام روز و نام ماه با هم موافق می‌شوند، جشن می‌گیرند. این فرشته در عالم مینوی نماد عشق، محبت، تواضع، بردباری، جانبازی و فداکاری است و در جهان مادی پاسبان و حامی زنان نیک و پارسا است و تمام خوشی‌های روی زمین در دست اوست. این فرشته گذشته از پاسبانی زنان پارسا، نگهبان و حامی زمین هم است. این جشن را به‌دلیل نزدیکی کشت و کار و فصل بهار به‌نام "برزگران" نیز می‌گویند. در آیین زرتشت، به دلیل برخی ویژگی‌های مشترک زمین با زن هم‌چون آفرینندگی و زاینندگی، این روز به‌نام "زن و زمین" نام گرفته‌است.

### دیرینگی و آیین‌های باستانی

ابوریحان بیرونی می‌گوید: «اسفندارمذ ماه، روز پنجم آن روز اسفندارمذ است و برای اتفاق دو نام آن را چنین نامیده‌اند و معنای آن عقل و حلم (بردباری) است و اسفندارمذ فرشته موکل به زمین است و نیز بر زن‌های درستکار و عقیف و خیرخواه موکل است و در زمان گذشته این ماه به ویژه این روز عید زنان بوده و در عید مردان به زنان بخشش می‌کردند و هنوز این مراسم در اصفهان و ری و دیگر بلدان پهل (غرب و مرکز ایران) باقی مانده و به فارسی مزدگیران می‌گویند و در این روز افسون

## سپندارمذگان

می‌نویسند و عوام مویز را به دانه انار می‌کوبند و تریاقی خواهد شد که از زیان گزیدن کژدم‌ها دفع می‌کند و از آغاز سپیده دم تا طلوع آفتاب این رقیه (افسون) را به کاغذهای چهارگوش می‌نویسد. (...) و بر سر دیوار خانه می‌چسبانند و دیواری را که مقابل با صدرخانه است خالی می‌گذارند و می‌گویند: اگر به دیوار چهارم از این کاغذها بچسبانیم هوام و حشرات سرگردان می‌شوند و راهی نمی‌یابند که از آن خارج شوند و سرهای خود را به قصد خروج از خانه بلند می‌کنند و خاصیت این طلسم این بود که ذکر شد. «ابوریحان بیرونی در کتاب "التفهیم" از این روز به‌عنوان "مزدگیران یا مزدگیران" یاد کرده که در این روز زنان از مردان هدیه دریافت می‌داشته‌اند و در واقع این جشن به زنان اختصاص داشته‌است. از این‌رو، آن‌را "روز زن در ایران باستان" نامیده‌اند. حکیم توس در این‌باره در شاهنامه چنین آورده‌است:

سپندارمذ پاسبان تو باد  
ز خرداد روشن روان تو باد  
در سفره این جشن، جامی از شیر و تخم‌مرغ که نشانه ماه بهمن است قرار دارد. به‌جز آن‌ها میوه‌های فصل به‌ویژه انار و سیب، شاخه‌های گل، شربت و شیرینی، برگ‌های خشک آویشن با دانه‌هایی از سنجد و بادام در چهار گوشه سفره قرار می‌دهند و مواد خوشبو و کندر بر روی آتش می‌گذارند و مقدار کمی از هفت گونه حبوبات و دانه‌ها که در جشن مهرگان برای سفارش کاشتن در آن فصل در سفره جشن مهرگان قرار داده‌اند می‌گذارند. از ویژگی‌های این جشن، استراحت کامل زنان از کار و تلاش و کوشش و فرمانبرداری کامل مردان از زنان بوده‌است. در این روز به پاس تلاش یک ساله زنان، مردان وظایف ایشان را بر دوش گرفته و با این کار، فعالیت‌های یک زن را تجربه می‌کردند و در عین حال در این روز هدیه دادن به زن خانه از آداب و رسوم اصلی این جشن به‌شمار رفته‌است. به این ترتیب از محبت و مهربانی زنان سپاسگزاری می‌شود. در این روز خاص، هم‌چنین انجام کارهای خانه بر عهده مردان است و زنان با پوشیدن لباس‌های نو، مورد تکریم قرار می‌گیرند. در مراسم جشن اسفندگان در آیین زرتشت هم‌چنین زنان پاکدامن و پرهیزگار که به تربیت فرزندان نیک پرداخته‌اند و این فرزندان به‌عنوان شخصی نیک شناخته شده‌اند، تشویق می‌شوند. مطابق عقاید و اصول مذهبی زرتشتیان، سپندارمذ در عالم

معنوی نماد مهر و محبت و در جهان خاکی فرشته‌ای است نگهبان زمین. به‌همین منظور ایرانیان، در ماه اسفند اقدام به امور اجتماعی و عمرانی عام‌المنفعه می‌کردند و به حفر قنوت و خشکانیدن مرداب‌ها و باتلاق‌ها و آباد کردن زمین‌های بایر به‌وسیله سدبندی رودخانه‌ها و کشت و زرع و نشاندن درخت می‌پرداخته‌اند و اجرای این امور را جزء فریاض دینی خود به حساب آورده و ایمان داشتند که اگر کسی چنین کارهای نیکو کند، پس از مرگش در بهشت جاویدان خداوند منزل خواهد گرفت. در فرهنگ زرتشتی، شش فروزه و صفت بین انسان و خداوند مشترک است به‌گونه‌ای که انسان می‌تواند با بهره‌مندی و به‌کارگیری هر یک از این صفت‌ها به اهورامزدا نزدیک‌تر شود. در بین این ویژگی‌ها چهارمین صفت و فروزه سپنته آرمئیتی نام دارد. این واژه که فروتنی و بردباری معنی می‌دهد یکی از فروزه‌های اهورایی است که انسان نیز می‌تواند آن‌را در خود پرورش دهد. در باور ایرانی، مرد دارای قدرت مردانگی و تفکر و خردورزی بیشتری است، در برابر آن زن نیز دارای مهرورزی، عشق پاک، پاکدامنی و از خودگذشتگی فراوان‌تری است که هر یک از این دو به تنهایی راه به جایی نبرده و حتی روند پویایی گیتی را هم به ایستایی می‌کشاند. اگر مردان بدنه هواپیمای خوشبختی‌اند، زنان موتور آن‌اند که پیکره بی‌موتور و موتور بی‌بدنه هیچ‌کدام به تنهایی به اوج سعادت نمی‌رسند بلکه ذره‌ای حرکت و جنبش هم برایشان ناممکن است. در گاهان ستوده شده، اشوزرتشت خوشبختی بشر را وابسته به میزان دانش و خرد انسان می‌داند نه جنسیت و قومیت و رنگ و نژاد و از دیدگاه وی همه انسان‌ها، همه زنان و مردان، دارای حقوق برابرند. او دختران را در گزینش همسر آزاد شمرده و عشق پاک و دانش نیک را دو معیار اصلی می‌داند و خوشبختی همسران جوان را در زندگی زناشویی در این می‌داند که هر یک بکوشند تا در راستی از دیگری پیشی جویند. از بین زنان و مردان، کسی که برابر آیین راستی ستایشش بهتر است، مزدا اهورا از آن آگاه است. این‌گونه زنان و مردان را ما می‌ستاییم... این زمین را با زنانی که بر روی آن زندگی می‌کنند می‌ستاییم. ای اهورامزدا، می‌ستاییم زنانی را که در اثر درستکاری و راستی نیرومند شده‌اند ... ما می‌ستاییم مردان و زنان نیک‌اندیشی را که در هر کشور با وجدان نیک بر ضد بدی قیام کرده یا می‌کنند ... کدبانوی خانه را که اشو و سردار اشو هستند می‌ستاییم. زن پارسایی را می‌ستاییم که بسیار نیک‌اندیش، بسیار نیک‌گفتار، بسیار نیک‌کردار، فرهیخته و یاری‌رسان شوهر خود و اشو باشد. ای اهورامزدا ما می‌ستاییم زنان یاری‌رسان را این هماهنگی و میانه‌روی، بسیار ارزشمند و قابل توجه است. در زمانی که در بسیاری از سرزمین‌ها و فرهنگ‌های جهان باستان، دختر منفور خانواده بود و حتی گاهی پس از زایش بی‌درنگ زنده زنده به گور می‌رفت، در ایران باستان، زن همکار و همفکر مرد در زندگی زناشویی و حتی گاهی در زمینه حقوقی، دینی و مذهبی، جنگ و پهلوانی بوده‌است. در افسانه‌های پیش از زرتشت، سپندارمذ دختر اهورامزداست و در سمت چپ او می‌نشیند و بهمن پسر اهورامزداست و سمت راست او قرار می‌گیرد. در گاهان از او چون پرورش‌دهنده آفریدگان یاد می‌شود. (یسنا، ۴۶ بند ۱۲) و مردم از طریق اوست که تقدس می‌یابند. (یسنا، ۵۱ بند ۲۱) نام او اغلب مترادف نام زمین است. (وندیداد، ۲ بندهای ۱۸ و ۲۰) چون زمین زیر نظر اوست می‌گوید که به چهارپایان چراگاه می‌بخشد. سپندارمذ وقتی که دزدان و مردان بد و زنان بی‌ملاحظه آزادانه روی زمین راه می‌روند، آزرده می‌شود، اما وقتی فرزند پارسایی زاده می‌شود،

شادمان می‌گردد. هماورد داخلی او ترومیتی (Taromaiti) "گستاخی" و پرمیتی (Pairimiti) "کج اندیشی"‌اند. آرمئیتی، سپندارمذ به‌معنی محبت سود رساننده و حلم و تواضع است. این مقام شریف مقدس را که پسندیده خود اوست، اهورامزدا به امشاسپند آرمئیتی عطا فرموده و او را خلاصه برای بروز این صفات در زمین مامور و منصوب داشته تا از آبادی زمین و پرورش آن‌چه متعلق به زمین است و زمین در صفات مذکور مطیع آرمئیتی و سود رساننده به اهل زمین و نسبت به اهلس حلیم و متواضع باشد و تمامی آن صفات در پروردگان زمین بروز می‌کند، زمین را آباد، بدی‌ها و قتل و غارت را معدوم می‌سازد و زمین که آباد شود ارزاق لایق آفریدگان که روزی‌دهنده حقیقی مقرر کرده فراهم می‌شود و زمین که آباد شود روح انسان را شاد و مفرح می‌نماید.

### نیایش

در کتاب گات‌ها، سروده‌های جاودانه اشوزرتشت از فروزه سپنته آرمئیتی بارها یاد شده و ویژگی‌های آن برشمرده شده است: ای آرمئیتی، ای مظهر ایمان و محبت، آن پرتو ایزدی که پاداش زندگانی سراسر نیک منشی است به من ارزانی دار (گات‌ها، ۴۳ بند ۱) پروردگارا مرا به‌سوی راستی و پاکی که نهایت آرزوی من است رهبری کن تا با پیروی از آرمئیتی مظهر ایمان و محبت به رسایی نایل آیم (هات، ۴۳ بند ۳) آرمئیتی نور محبت و ایمان را در دل رادمردان روشن کرده آنان را به سوی حقیقت رهبری خواهد کرد (هات، ۴۳ بند ۶)

### پی‌نوشت‌ها:

۱\_ امشاسپند = مفرد کلمه امشاسپندان به‌معنی پاکان بی‌مرگ است. بهمن، اردیبهشت، شهریور، سپندارمذ، خرداد و امرداد.  
۲\_ سپندارمذ، چهارمین امشاسپند سپندارمذ یا سپنته آرمئیتی است. از دو جزء تشکیل شده، سپنته = پاک، آرمئیتی = مهر و عشق. آر + مئیتی = رسا و درست و موافق + اندیشه (ی) در آخر این کلمه علامت تانیث است. (در زبان اوستایی و همچنین زبان‌های فرانسه و عربی صفاتی که برای زنان به‌کار می‌رود دارای علامت ویژه‌ای است که به آن علامت تانیث می‌گویند.) سپنته + آر + مئیتی = پاک + درست + اندیشه = فروتنی عشق پاک و اندیشه رسا صفتی برای زنان

<http://seemorgh.com/>



# کتاب‌هایی که «پیل گیتس» خواندشان را پیشنهاد داده‌است

## INTERVENTIONS: A LIFE IN WAR AND PEACE (از کوفی عنان (مداخلات: زندگی در جنگ و صلح)

خلاصه کتاب: این کتاب داستان عنان است، زمانی که در مرکز صحنه جهانی بود.

چرا بیل گیتس این کتاب را توصیه می‌کند؟

تنها بعد از خواندن کتابی که به تازگی به اشتراک گذاشته بود متوجه شدم کار عنان چقدر دشوار بوده. به عنوان یک سازمان داوطلبانه که از ۱۹۲ کشور تشکیل شده، آسان است که اثر بخشی UN را مورد انتقاد قرار داد، اما بدون آن مشکلات حال حاضر شاید خیلی بیشتر از این‌ها بود.

## WHERE GOOD IDEAS COME FROM (ایده‌های خوب از کجا می‌آید: تاریخ طبیعی نوآوری) از استیون جانسون

خلاصه کتاب: پرینتر، خودکار، سیفون توالت، باطری، همه این‌ها ایده‌های بزرگی است، اما از کجا آمده‌اند؟

چرا بیل گیتس این کتاب را توصیه می‌کند؟

من این کتاب استیون جانسون را با کمی شک و تردید برداشتم. کتاب‌های زیادی درباره اختراعات است، موضوع کمی کهنه به نظر می‌آید، اما کتاب استیو جانسون مثال‌های بسیار خوبی از این‌ها که چطور می‌توان فضای برای تشویق ایده‌های خوب ایجاد کرد، آورده بود.

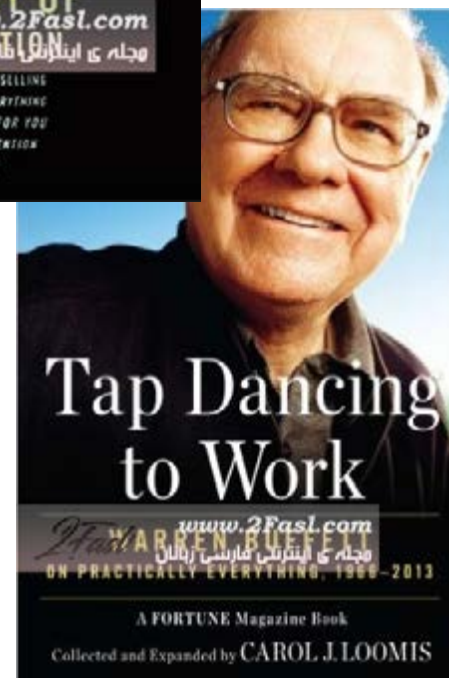
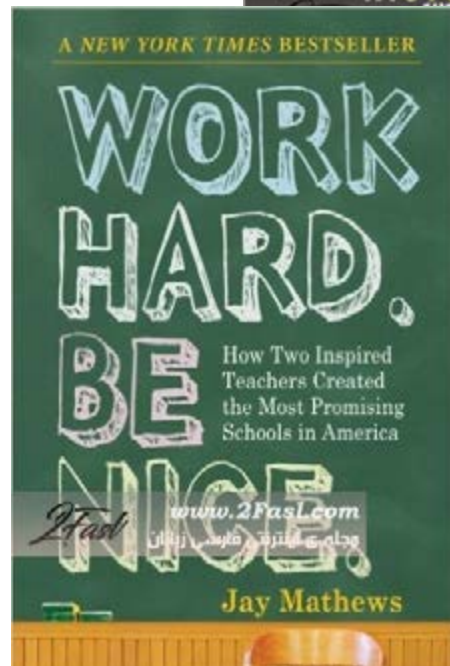
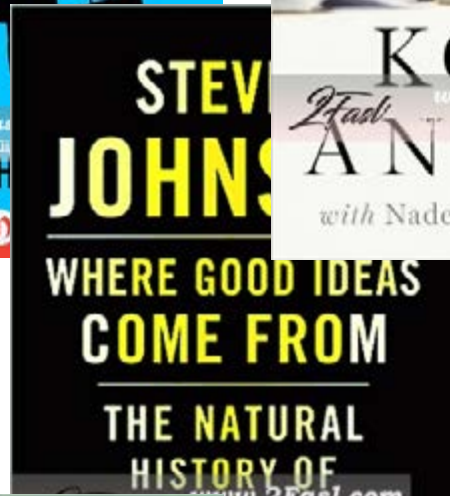
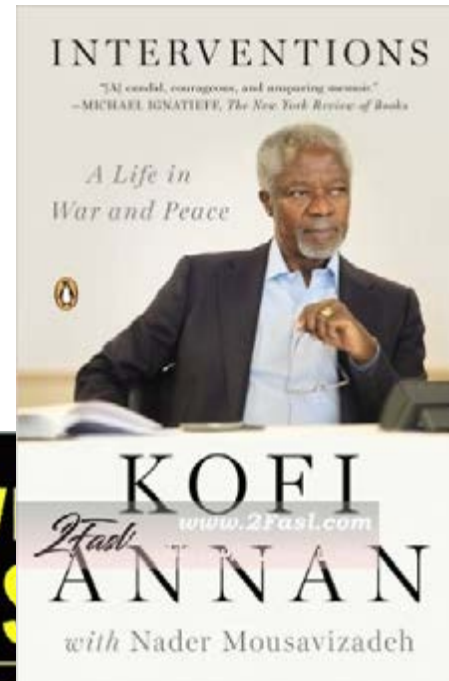
## WORK HARD. BE NICE (سخت کار کن، خوب باش) از جی متیوز

خلاصه کتاب: وقتی مارک فینبرگ و دیو لوین، درست بعد از دانشگاه خود برای تدریس ثبت نام کردند با شکست مطلق در کلاس درس مواجه شدند. سپس آن‌ها قول دادند خود را برای تبدیل شدن به مربیانی برتر بازسازی کنند.

چرا بیل گیتس این کتاب را توصیه می‌کند؟ جی کارش در نوشتن این کتاب عالی بوده‌است. این کتاب به ما نشان می‌دهد تدریس خوب به چه مقدار تلاش سخت و تمرکز احتیاج دارد.

سخن پایانی

کدامیک از این کتاب‌ها را اول می‌خواهید مطالعه کنید؟ من خودم ابتدا کتاب Tap Dancing To Work را خواندم، اما اصلاً مهم نیست کدام را اول می‌خوانید، فقط یکی را انتخاب و شروع به خواندنش کنید. مهمترین کاری که می‌توانید برای تبدیل شدن به یک کارآفرین موفق بکنید این است که خود را آموزش دهید، و لازمه این کار خواندن کتاب‌هایی از این قبیل است.



یک رهبر هستید؟ فردی تاثیر گذارید؟ و یا تازه سفر خود به سمت یک کارآفرین شدن را آغاز کردید؟ مهم نیست کجای این راه هستید، راهی است که گذشت از آن دشوار است. نقشه یا چارتری وجود ندارد، فقط کار سخت و دقیق مهم است. اما این ماجراجویی را از کجا شروع کنیم؟ این سوالی است که مرا سال‌ها درگیر خود کرده‌است. من آموختم که نمی‌شود برای جواب این سوال صبر کرد فقط باید شروع کنیم.

یکی از بهترین منابعی که مرا در مسیر کارآفرین شدن یاری کرد آموزش دادن خودم بود. شروع به خواندن کتاب‌هایی کردم که توسط افراد بزرگی توصیه شده‌بود. این افراد در جایگاهی بودند که من می‌خواستم به آنجا برسم. بیل گیتس یکی از افرادی است که بسیار از او تاثیر گرفتم و به گونه‌ای مربی مجازی‌ام حساب می‌شود. می‌خواهم ۵ کتابی که او توصیه کرده را به شما هم معرفی کنم. این کتاب‌ها به من خیلی کمک کردند امیدوارم بتوانند به شما هم در مسیرتان کمک کنند.

## TAP DANCING TO WORK از کارول لومیس

خلاصه کتاب: کارول لومیس بهترین مقالات وارنر بوفت را که در بین سال‌های ۱۹۶۶ تا ۲۰۱۳ پخش شده بود جمع آوری و به‌روز رسانی کرده است. علاوه بر این‌ها سیزده داستان و چندین نوشته که برای خود بوفت بود نیز در این کتاب جای داده‌است.

چرا بیل گیتس این کتاب را توصیه می‌کند؟

من فکر می‌کنم هر شخصی که این کتاب را از اول تا آخر بخواند دو واکنش نشان می‌دهد: اول، چگونه وارنر این قدر در استفاده از چشم‌انداز خود و اصول سرمایه‌گذاری در مدت زمان کار خود ثبات داشته‌است. و دوم، آنالیز و درک او از کسب و کار و بازار بی‌نظیر است.

## BUSINESS ADVENTURES (ماجراجویی‌های کسب و کار: ۱۲ داستان کلاسیک از دنیای وال استریت) از جان بروکس

خلاصه کتاب: بحران ۳۵۰ میلیون دلاری کمپانی موتور فورد، رشد سریع و فوق‌العاده Xerox، رسوایی باورنکردنی در جنرال الکتریک و تگزاس گولف سولفور چه چیز مشترکی با هم دارند؟ این کتاب درباره نقاط تاثیرگذار در تاریخ این کمپانی‌ها می‌گوید.

چرا بیل گیتس این کتاب را توصیه می‌کند؟

امروز تقریباً ۲۰ سال از روزی که وارنر این کتاب را به من قرض داد می‌گذرد و بیش از ۴۰ سال پس از اولین انتشارش، و همچنان این کتاب از بهترین کتاب‌هایی محسوب می‌شود که در زمینه کسب و کار خواننده‌ام. جان بروک همچنان نویسنده محبوب من است.



## Comic Songs

حضور موسیقی کمیک بر می‌گردد به سال‌های قبل از ۱۹۶۰ اما در آن دوران مورد استقبال عمومی قرار نداشت اما بعد از انقلاب آرام در کبک (Quiet Revolution) مجال بیشتری برای حضور بین عموم شنوندگان کبکی پیدا کرد و هنرمندانی چون Les Cyniques, Paul et Paul, Sol et Gobelet, Ding et Dong معرفی شدند.

## Songs for Children

پیدایش موسیقی کودک در کبک با برنامه تلویزیونی Passe-Partout که مجموعه برنامه سرگرمی کودکان به زبان فرانسه بود، آغاز شد (۱۹۸۰). از هنرمندان فعال در این زمینه می‌توان به Carmen و Nathalie Simard Campagne, Annie Brocoli, Caillou, Shilvi, and Arthur L'Aventurier اشاره نمود.

ادامه دارد.....

Reference: UC BELLEMARE  
, PUBLISHED 02/25/08, HISTORICA  
CANADA, Pop Music in Quebec and French  
Canada

پیدا نمود. Grim Skunk, Groovy Aardvark, Kermess, Anonymus, BARF, TSPC از جمله هنرمندانی بودند که توانستند شنوندگان جوان را به متال و آلترنیتیو علاقه‌مند کنند.

## Rap and Hip-Hop

سبک رپ در اوایل معرفی خود بیشتر در حاشیه شهرها رواج داشته است و خیلی دشوار می‌توان مشخص کرد از کدام قسمت کبک این سبک ظهور کرده‌است ولی حدس زده می‌شود که رپ در حدفاصل مونترال و نیویورک در کبک برای اولین بار در اوایل دهه ۱۹۸۰ معرفی شده باشد. Ça rend rap by Rock et belles oreilles از اولین قطعات شناخته شده رپ در کبک است که در سال ۱۹۸۴ با استقبال عمومی روبرو شد. در دهه ۱۹۹۰ رپ به سمت هیپ‌هاپ تغییر جهت داد و هنرمندانی چون the LMDS, Jodie Resther, K-Mar, KC و هنرمندانی LMNOP شناخته شدند.

## Techno and Electronic Music

مبدا شروع تکنو در کبک را می‌توان مراسم Solstice evening at the Musée d'Art در سال ۱۹۹۳ دانست. DJ Tiga از هنرمندان موثر در تکنو در کبک بویژه مونترال در آن دوران بود. امروزه هنرمندانی چون DJ Champion, Plaster, Millimetrik, Misstress و Barbara, the DJ Maus, Freeworm and Les jardiniers در این حوزه فعالیت می‌کنند. همچنین موسیقی الکترونیک را هنرمندانی چون Laymen Twaist, Bran van 3000, Lili Fatale, Ariane و Moffatt در کبک معرفی کردند.

فرانسوی همچون Alfred Fertinel, Henri Cartal and Victor Ocellier می‌باشد.

در ذیل به لیستی از خوانندگان مشهور در کبک به تفکیک سبک موسیقی اشاره خواهد شد:

## Folk Music, Country-Western, Traditional, Néo-trad and World Music

از اشخاص شناخته شده در موسیقی محلی کبک می‌توان به Charles Marchand, Eugène Daignault, Ovila Légaré, Conrad Gauthier, Les Troubadours de Bytown, Madame Bolduc and le Quatuor Alouette اشاره نمود. همزمان با این دوران موسیقی فیلدر رواج پیدا کرد و خوانندگانی همچون Joseph Allard, Arthur-Joseph Boulay به انتشار موسیقی‌های شاد همراه با رقص پرداختند که تا امروز نیز طرفداران خود را دارد. CPR Festivals از فستیوال‌های شناخته شده در سال‌های ۱۹۲۷ تا ۱۹۳۰ بود که تمرکز آن بر معرفی موسیقی محلی بود.

بدون شک موسیقی کبکی تاثیر بسیاری از موسیقی آمریکایی گرفته‌است اما به واسطه زبان فرانسه، شروع پیدایش این موسیقی در کبک به صورت عمده از موسیقی اروپایی به ویژه موسیقی فرانسوی الهام می‌گرفته است اما با مرور زمان دستخوش تغییراتی بوده است. با گذشت دهه‌ها، هنرمندانی همچون La famille Soucy, Les Cailloux, Les Cabestans کمک کردند تا با حضور در برنامه‌های تلویزیونی (La soirée canadienne) این موسیقی را به موسیقی پاپ آن دوران تبدیل کنند و آن را در بین اقشار مختلف و نسل جدید زنده نگه دارند. در دهه ۱۹۷۰ هنرمندان منظم‌تر و فکر شده‌تر به ترکیب و تلفیق موسیقی‌های موجود در جامعه پرداختند. تا نهایتاً در دهه ۱۹۹۰ نسل جدید موسیقی تلفیقی از سبک‌های پاپ موجود و محلی که به آن‌ها رسیده بود ارایه کرد که با نام‌های trad و néo-trad شناخته می‌شوند، از جمله هنرمندان شناخته شده در این دوران می‌توان به Mes Aïeux, Les Batinsés, Michel Faubert اشاره نمود.

## Rock and Roll, Yé-yé, Pop-Rock, Progressive Rock and Metal

در دهه ۱۹۵۰ برای اولین بار سبک Rock and Roll کبکی که ترکیبی از موسیقی کانتری با ریتم‌های جز و بلوز بود توسط هنرمندانی چون The Beau-Marks, Les Jérolas معرفی گردید. اما این نوع موسیقی جای خود را به Yé-yé در دهه ۱۹۶۰ داد. Yé-yé بیشتر به‌عنوان یک نوع موسیقی پاپ که ترکیبی از موسیقی ایتالیایی، فرانسوی، اسپانیایی و پرتغالی است در آن دوران شناخته می‌شد. از هنرمندان فعال در آن دوران می‌توان به Les Classels, Les Hou-Lops, Les Gendarmes اشاره نمود.

معرفی موسیقی راک در کبک برای اولین بار در دهه ۱۹۷۰ توسط هنرمندانی چون Beau dommage, Harmonium, Offenbach, Corbeau, Octobre, Au'Chose, Maneige انجام شد و با گذشت زمان این نوع موسیقی با موسیقی پاپ در آمیخته شد. همچنین تنوع موسیقی به راک و پاپ/راک محدود نشد و همزمان با استقبال جهانی از موسیقی متال، طبیعتاً متال طرفداران خود را در کبک نیز



## مروری بر پیدایش سبک‌های مختلف موسیقی در کبک

### گردآورنده : سعید سالیانی

اساس و پایه موسیقی کبکی بر ویولن و رقص‌های موزون بر آن نهاده شده‌است. در شماره قبل با مختصری از مقدمه بر موسیقی کبکی آشنا شدیم حال در این شماره به تحقیق و تفحص پیرامون تاریخچه سبک‌های مختلف موسیقی کبکی که در طول سالیان شکل گرفته و گروه‌های مشهور کبکی در هر سبک می‌پردازیم. از گروه‌های پیشگام در کبک در اوایل قرن نوزدهم که خود متأثر از موسیقی بریتانیایی بودند Woodwind ensembles و همچنین گروه‌های موسیقی نظامی آن زمان نام برد. همچنین می‌توان از Charles Sauvageau به عنوان اولین تولیدکننده موسیقی و معلم موسیقی در کبک (۱۸۴۹ – ۱۸۰۷) نام برد. همزمان، انتشار و معرفی آثار موسیقی در مجلات تخصصی هنری مانند l'Album littéraire et musical و Le Ménestrel باعث بهتر شناخته شدن موسیقی در کبک گردید.

از اولین موسیقی‌های ثبت و شناخته شده در آن دوران می‌توان به George-Étienne! Ô Canada! mon pays! mes amours از Charles Sabatier و Le Drapeau de Carillon از Cartier که متأثر از موسیقی اروپا و از نظر سبک شبیه موسیقی کلاسیک بود و بسیار متفاوت از موسیقی کبکی شناخته شده دوران بعد از خود است. در سال ۱۸۸۰ موسیقی که O Canada (lyrics by Adolphe- music by Calixa Lavallée) Basile Routhier به عنوان نسخه فرانسوی موسیقی کانادا معرفی گردید.

همزمان با پیدایش تکنولوژی ضبط صدا و موسیقی در اواخر قرن نوزدهم Emile Berliner اولین کمپانی کانادایی ضبط و تولید موسیقی را در مونترال بازگشایی نمود و مدتی بعد پسر وی اولین استودیو ضبط در کانادا را در شهر مونترال افتتاح کرد. بر همین اساس که اکثر موسیقی‌های ثبت شده در اوایل قرن بیستم متعلق به خوانندگان

REMI ACADEMY  
شروع ثبت نام  
کلاس‌های ارکستر  
آکادمی رمی

YOUTH & CHILDREN ORCHESTRA  
CLASSES

www.remiacademy.com  
3333 Cavendish Blvd., #285  
Montreal, QC, H4B 2M5

514-966-1620  
514-703-4020

مینو اسلامی  
مشاور املاک در مونترال بزرگ - مسکونی و تجاری

تیمه وام مسکن برای دانشجویان و تازه واردان  
کام به کام با شما تا پایان قرارداد  
ارزربانی رایگان

**Mino Eslami**  
Real estate broker  
meslami@sutton.com  
Sutton  
9515 Lasalle Boul. Lasalle

Cell: 514 967 5743  
Office: 514 364 3315



## سرود ملی کانادا

گردآورنده : سعید سالیانی

در این شماره در مورد سیر تکاملی موسیقی در کبک صحبت کردیم و دانستیم یکی از نقاط آغازین موسیقی کبک قطعه O Canada است که در اواخر قرن نوزدهم معرفی شد. قطعه‌ای ساده و جذاب برای هنرجوهای سازهای مختلف که می‌تواند اولین گام برای آشنایی با فرهنگ موسیقی کانادا برای مهاجرین باشد.

### O Canada

O Ca-na-da! Our home and na-tive land! True pa-triot love in  
Ô Ca-na-da! Ter-re de nos aî-eux, Ton front est ceint de  
b-a-C! a-Γ - σ . a - > C! Λ - εd - 7 - ũ a -  
all thy sons com-mand. With glow-ing hearts we see thee rise, The  
fleu-rons glo-ri-eux! Car ton bras sait por-ter l'é-pé-e, Il  
εε - Π - <εb - < - >ε. < - εεε - ε - εε - ε - ε - ε - Π, ε -  
True North strong and free! From far and wide, O Ca-na-da, We  
sait por-ter la croix! Ton his-toire est une é-po-pé-e, Des  
εεε - ε - ε - Πε - ε. ε - εεεb - > - J, ε b - a - C, Γ -  
stand on guard for thee. God keep our land glo-rious and  
plus bril-lants ex-ploits. Et ta va-leur, de foi trem-  
< - σ - εε - ε - Π. ε b - a - C! . a - εε - ε -  
free! O Ca-na-da, we stand on guard for thee.  
pée, Pro-té-ge-ra nos foy-ers et nos droits.  
<! a - εεεb - > - J Γ - < - σ - εε - ε - Π,  
O Ca-na-da, we stand on guard for thee.  
Pro-té-ge-ra nos foy-ers et nos droits.  
ε b - a - C, ε - ε - Γ - εε - εd - a!

Ref. : [https://en.wikipedia.org/wiki/O\\_Canada](https://en.wikipedia.org/wiki/O_Canada)

## کنسرت‌های مونترال

### ارکستر سمفونی مک‌گیل



هرساله، ارکستر سمفونی مک‌گیل، موسیقی ارکستری مربوط به کلاسیک‌های اوایل قرن ۱۸ تا آهنگسازان معاصر برجسته را نمایش داده و به اجرا می‌گذارد. مکان برگزاری در Pollack Hall دانشگاه مک‌گیل می‌باشد و همچنین به‌طور مرتب در مکان‌های دیگری همچون Église St. Jean-Baptiste و Montreal's remarkable Maison symphonique اجرا دارد. معیارها و استانداردهای بسیار بالایی برای نوازندگان ارکستر مورد نیاز است، زیرا یکی از اهداف این است که موسیقی‌دانان و نوازندگان جوان بتوانند اجراهای موفقیت‌آمیزی با ارکسترهای بزرگ در سراسر دنیا داشته باشند. همراه با دو اجرا هرکدام از ۶ برنامه کنسرت، فعالیت‌های سالانه ارکستر سمفونی مک‌گیل شامل این موارد نیز می‌باشد: همکاری با اپرای مک‌گیل، همکاری با برندگان رقابت‌های کنسرت مدرسه، اعضای برجسته دانشکده موسیقی شولیک (Schulich School of Music faculty) و همچنین هنرمندان مشهور بین‌المللی مانند Jane و Joseph Rouleau و Ida Haendel. Archibald در میان دیگر هنرمندان.

قیمت بلیط: ۳۹ دلار (برای دانش‌آموزان با ارائه کارت شناسایی: ۳۴ دلار و برای سالمندان بالای ۶۵ سال: ۳۴ دلار)  
زمان: سه‌شنبه ۱۳ فوریه ۲۰۱۸، ساعت ۷:۳۰ شب

### MAHLER'S "TITAN"



بهزاد رنجبران شعر سمفونیک الهام گرفته از فرهنگ ایرانی و سفارش شده توسط علی یزدانفر، باس اصلی خانه سمفونیک مونترال، را نمایش می‌دهد. سپس کل ارکستر به اجرای تجسم واگنر مربوط به یک افسانه آلمانی و همچنین سمفونی شماره ۱ ماهر به نام "Titan" می‌پردازد.

قیمت بلیط: از ۴۵ دلار

زمان: چهارشنبه ۱۴ فوریه و پنج‌شنبه ۱۵ فوریه ۲۰۱۸، ساعت ۸ شب  
مکان: خانه سمفونی مونترال

### کنسرت در تاریکی: یک تجربه صوتی



با ارکستری پنهان در پشت پرده و سالنی که در تاریکی فرو رفته، شما تنها با صدای موسیقی به دهه ۱۹۶۰ خواهید رفت و کنار دیگران و با آن‌ها به صدای یکی از کارهای برجسته گیتار الکتریکی و ارکستر که توسط جان آنتونی لنون (John Anthony Lennon) اجرا می‌شود، گوش فرا داده و در آن غرق می‌شوید.

قیمت بلیط: از ۴۵ دلار

زمان: جمعه ۱۶ فوریه ۲۰۱۸، ساعت ۹ شب

مکان: خانه سمفونی مونترال

### BRUNO PELLETIER GETS CARTE BLANCHE



یکی از نوازندگان مشهور به هنرمندانی که الهام دهنده او برای ایجاد شبی جذاب همراه با آواز هستند می‌پیوندند. لحظاتی گرم و دوستانه در کنار عزیزان و Bruno به اشتراک بگذارید!

قیمت بلیط: از ۴۵ دلار

زمان: سه‌شنبه ۲۷ فوریه و چهارشنبه ۲۸ فوریه ۲۰۱۸، ساعت ۸ شب

مکان: خانه سمفونی مونترال





# ۱۲ تابلو برنر و هنری جهان

تصاویر زیر مربوط به شاهکارهای هنری است که اغلب بعد از مرگ آفریننده آن به شهرت رسیده و برخی از ابعاد آن‌ها تنها طی سال‌های اخیر و ابداع تکنولوژی‌های روز کشف شدند. قیمت این آثار بسیار گران است و تعیین ارزش مالی بیشتر آن‌ها برای کارشناسان بسیار دشوار است.

### مونالیزا

**اثر:** لئوناردو داوینچی

**محل نگهداری:** لوور، پاریس: ۱۵۰۳

این چهره با لبخند مرموز خود با هنر مترادف شده‌است و قطعا مشهورترین نقاشی‌ای است که همه می‌شناسیم و تقریبا تاثیرگذارترین پرتره در طول تاریخ نیز بوده‌است.

### شب پرستاره

**اثر:** ونسنت ون گوک

**محل نگهداری:** موزه هنرهای معاصر، نیویورک: ۱۸۸۹

بی‌شک این اثر هنری بهترین دوست داشتنی‌ها را به نمایش گذاشته و اما نوابغ را نیز به دردسر انداخته است. گویا هنرمند قصد داشته در طول نیم قرن یا بیشتر با استفاده پرمعنی‌اش از رنگ، نوابغ و هنرمندان سراسر جهان را تحت تاثیر قرار دهد.

### گل‌های آفتابگردان

**اثر:** ونسنت ون گوک

**محل نگهداری:** لندن، گالری ملی: ۱۸۸۸

ون گوک بعد از ترک کردن زادگاهش، هلند، به قصد جنوب فرانسه برای تشکیل انجمن هنری، این گل‌های آفتابگردان را نقاشی کرده است. او این اثر را برای تزئین اتاق خواب دوستش پل گوگن نقاشی کرد. ون گوک سال بعد یعنی سال ۱۸۸۹ کپی دیگری نیز از این نقاشی کشید و شاید هم کپی دیگری در سال بعدتر. کپی‌ها و نسخه‌های متفاوت دیگری از این تابلو نیز به شاگردان او نسبت داده شده است. این گل‌های هنری

معروف در قلبشان نمونه ساده‌ای از ایجاز زندگی را به نمایش می‌گذارند؛ آن‌ها چرخه‌های متفاوت زندگی ما هستند، شکوفه‌های شاداب و باطراوت تا پژمردگی و نابودی…

### موج نهم

**اثر:** ایوان آیوازوفسکی

**محل نگهداری:** موزه دولتی روسیه، سن پترزبورگ ۱۸۵۰

تابلوی موج نهم شاهکاری واقعی است. آیوازوفسکی در این نقاشی که تلاش نافرجام گروهی را برای نجات یافتن از امواج بی‌رحم اقیانوس نشان داده، به کمال تکنیکی ناب خویش دست یافته‌است. با وجود این قوی‌ترین بخش این کمپوزیسون در مرکز نقاشی قرار دارد که مرموزترین و عرفانی‌ترین بخش و نمایش دهنده تشعشعات خورشید می‌باشد و به صحنه با طیفی از رنگ‌های قوی سبز و صورتی روشنایی بخشیده است. همچنین بارها از این نقاشی به اسم زیباترین نقاشی روسی نام برده شده‌است.

### گالری علوفه

**اثر:** جان کنستابل

**محل نگهداری:** گالری ملی، لندن: ۱۸۲۱

این تابلو به‌عنوان بزرگترین نقاشی بریتانیایی ارزشمند و مورد تقدیر واقع می‌شود، اما وقتی‌که برای اولین بار در سال ۱۸۲۱ در آکادمی سلطنتی نمایش داده شد (با عنوان: نیم روز)، در پیدا شدن خریدار ناکام ماند. ولی زمانی‌که در فرانسه تئودور ژریکو این اثر را تحسین کرد بیشتر مورد توجه قرار گرفت. بالاخره در یک سالن در پاریس همراه با تابلوهای دیگر کنستابل، شور و هیجان بیشتری را برانگیخت (گفته شده که حضور داشتن نقاشی‌های دیگر کنستابل در این نمایشگاه یک هدیه برای ژریکو که خیلی زود و در همان سال فوت کرد، به‌شمار می‌آمده). در این نمایشگاه تابلوی گالری علوفه به‌طور قطع به‌عنوان برنده مدال طلائی که توسط چارلز ایکس از فرانسه اهدا می‌شد انتخاب شده بود. آثار کنستابل در این نمایشگاه تحت تاثیر و الهام گرفته از نقاش‌های فرانسوی مثل اوژن دولاکروا بود.

### برج بابل

**اثر:** پیتر بروگل مهتر

**محل نگهداری:** موزه کانستیتستوریس، وین: ۱۵۶۳

موضوع این نقاشی سازه برج بابل است؛ در کتاب مقدس آمده که این برج ساخته دست بشر برای رسیدن به بهشت بوده‌است. بروگل در نشان‌دادن معماری برج بابل با طاق‌های بی‌شمار و نمونه‌های دیگر از مهندسی رومی، عمدا کلسئوم روم را تداعی کرده است. هدف او از این نقاشی این بوده که خطرات غرور بشر و شاید هم زیانبار بودن عقلانیت کلاسیک در مواجه با الوهیت را نشان دهد.

### آزادی هدایتگر مردم

**اثر:** اوژن دولاکروا

**محل نگهداری:** موزه لوور، پاریس: ۱۸۳۰

آزادی هدایت‌گر مردم اثری است، در سبک نفوکلاسیک از اوژن دولاکروا که در سال ۱۸۳۰ میلادی، با رنگ روغن و بر روی بوم خلق شد. این اثر که یکی از تاثیرگذارترین آثار مربوط به انقلاب ۱۸۳۰ فرانسه است، زنی را که سمبل آزادی است به همراه پرچم فرانسه در یک دست و اسلحه‌ای در دست دیگر در صف اول انقلابیون نشان می‌دهد. وی با پر کردن جای انقلابیون کشته‌شده، جمعیت را به سوی «پیروزی» راهنمایی می‌کند.

### تمرر جنگجو به آخرین لنگرگاهش کشیده می‌شود

### تا از هم باز شود

**اثر:** جی. إم. دبلیو ترنر

**محل نگهداری:** گالری ملی، لندن: ۱۸۳۸

تمرر جنگجو به آخرین لنگرگاهش کشیده می‌شود تا از هم باز شود، یکی از آثار نقاش رمانتیسیسم انگلیسی، ویلیام ترنر است که در سال ۱۸۳۸میلادی و در اوج زندگی هنری این نقاش خلق شده‌است. در این اثر، ناو جنگی تمرر که به دلیل نبرد ترفالگر با فرانسه و نقش متمایزش در این نبرد به شهرت رسید، در سمت چپ کار ثبت شده‌است در حالی‌که به آخرین لنگرگاهش در شرق لندن به سال ۱۸۳۸ میلادی یدک می‌شود. شاهکار ترنر که هم‌اکنون متعلق به نگارخانه ملی در لندن است، در سال ۲۰۰۵ به‌عنوان «مهم‌ترین تابلوی نقاشی در نگارخانه‌های هنر بریتانیا» دست یافت.

### گشت شبانه

**اثر:** رامبرانت وان رابن

**محل نگهداری:** موزه ملی، آمستردام: ۱۶۴۲

از این نقاشی به‌عنوان بهترین کار رامبرانت نام برده شده است، چرا که این اثر تمام الگوهای نقاشی را به گونه‌ای شکسته که تمام نقاشان چهره آن دوران از خلق این اثر ابراز نگرانی و ناراحتی کردند. این نقاشی به تازگی به نمایش گذاشته شده و به‌عنوان یکی از بهترین آثار اروپای

شمالی به بازدیدکنندگان ارائه می‌شود.

### اتحاد زمین و آب

**اثر:** پیتر پال روبنز

**محل نگهداری:** موزه ملی روسیه، سن پترزبورگ: ۱۶۱۸

روبنز برای این‌که دو عنصر آب و زمین را با هم به تصویر بکشد، فیگورها را از اساطیر باستانی انتخاب کرد. فردی که نیزه سه شاخه در دست دارد، نپتون، خدای دریا و نماینده آب است، در حالی‌که کوبله (مادر خداها) که شاخه‌ای پر گل را در دست دارد، زمین است.

### خوک چران، بریتانیایی

**اثر:** پل گوگن

**محل نگهداری:** موزه هنر شهر لس آنجلس: ۱۸۸۸

گوگن یکی از نقاشان پیشرو پست امپرسیونیست به شمار می‌آید. این نقاشی رنگین نسبت به نقاشی‌های دیگر گوگن به سبک پخته خاص خودش فضاهای رئال بیشتری دارد. «خوک چران» با کشاورز و خوک‌هایش و پس‌زمینه‌ای از خانه‌های کوچک روستایی و آسمان، از پیش‌زمینه‌ای متفاوت برخوردار است. رنگ‌های قوی و تکه تکه یکی از سبک‌های خاص و متعلق به گوگن است.

### دو خواهر (روی تراس)

**اثر:** پیر آگوست رنوار

**محل نگهداری:** موسسه هنری شیکاگو: ۱۸۸۱

تجلیل از زیبایی بهار و پیمان‌های دوران جوانی، در تابلوی دو خواهر (روی تراس) سبک تکنیکی و کمپوزیسیون درست، نمایش هنرمندانه رنگ‌های لرزان و باطراوت به‌خوبی مشهود است. اکثر تصاویر نقاشی در اندازه واقعی، فضایی سطحی را در جلوی تراس اشغال کرده‌اند؛ در پشت آن‌ها فضایی پرنشاط و پر از برگ مورد توجه قرار می‌گیرد که به‌نحو بسیار شدیدی روی فرم‌ها و شکل‌های نقاشی‌شده فوکوس می‌کند. صورت دو دختر به‌شدت بر اصول نقاشی جدید رنوار تاکید داشته و آن‌را آشکار می‌کند و رنگ صورت‌ها تحت تاثیر سایه‌ها یا بازتاب‌ها قرار نگرفته‌است. رنگ چشم‌های دختر کوچک بسیار شفاف و واضح، به رنگ آبی ترنسپرنِت و شفاف، ما را به تماشا کردن جهان با نگاهی تازه و از دید چشمانی بی‌گناه دعوت می‌کند.

*https://www.afjibtarin.com/*





آزادی هدایتگر مردم



مونالیزا



اتحاد زمین و آب



برج بابل



تمرر جنگجو به آخرین لنگر گاهش کشیده می شود تا از هم باز شود



خوک چران، بریتانیایی



موج نهم



دو خواهر (روی ترانس)



گل های آفتابگردان



گالری علوفه



گشت شبانه



شب پرستاره



# کشف راز گرم شدن حمام شیخ بهایی با پک شمع

بنا بر نقلی مشهور زمانی که تعدادی محقق انگلیسی می‌خواستند راز گرم شدن این حمام به کمک شمع را بفهمند با دستکاری در معماری بنا باعث شدند که شمع حمام نیز با مشکل مواجه شود و از آن زمان دیگر این شمع روشن نشده است.

## راز حمام شیخ بهایی چه بود؟

ساختمان حمام شیخ بهایی مربوط به دوره صفوی - قاجار است و در تاریخ ۲۹ تیر ۱۳۷۷ با شماره ثبت ۲۰۶۳ به عنوان یکی از آثار ملی ایران به ثبت رسیده است. این حمام با استفاده از یک سیستم پیچیده مهندسی به مدت طولانی تنها با یک شمع روشن می‌شده است. درباره چگونگی گرم شدن این حمام به کمک شمع شایعات فراوانی وجود دارد، اما تنها نظریه قابل قبول درباره این حمام این است که یک سیستم سفالینه لوله‌کشی زیرزمینی در حد فاصل آبریزگاه مسجد جامع و این حمام وجود داشته که با روش مکش طبیعی، گازهایی مانند متان و اکسیدهای گوگردی را به مشعل خزینه حمام هدایت می‌کرده و این گازها به عنوان منبع گرما در مشعل خزینه می‌سوزخته است. این احتمال وجود دارد که این گازها به طور مستقیم از مواد زاید دفع شده در خود حمام جمع‌آوری می‌شده است. در جریان مرمت خانه شیخ بهایی که در نزدیکی گرمابه قرار دارد در کف زمین تن پوشه‌های سفالی و چاه‌های مرتبطی پیدا شده که احتمال دارد مربوط به طراحی حمام باشد.

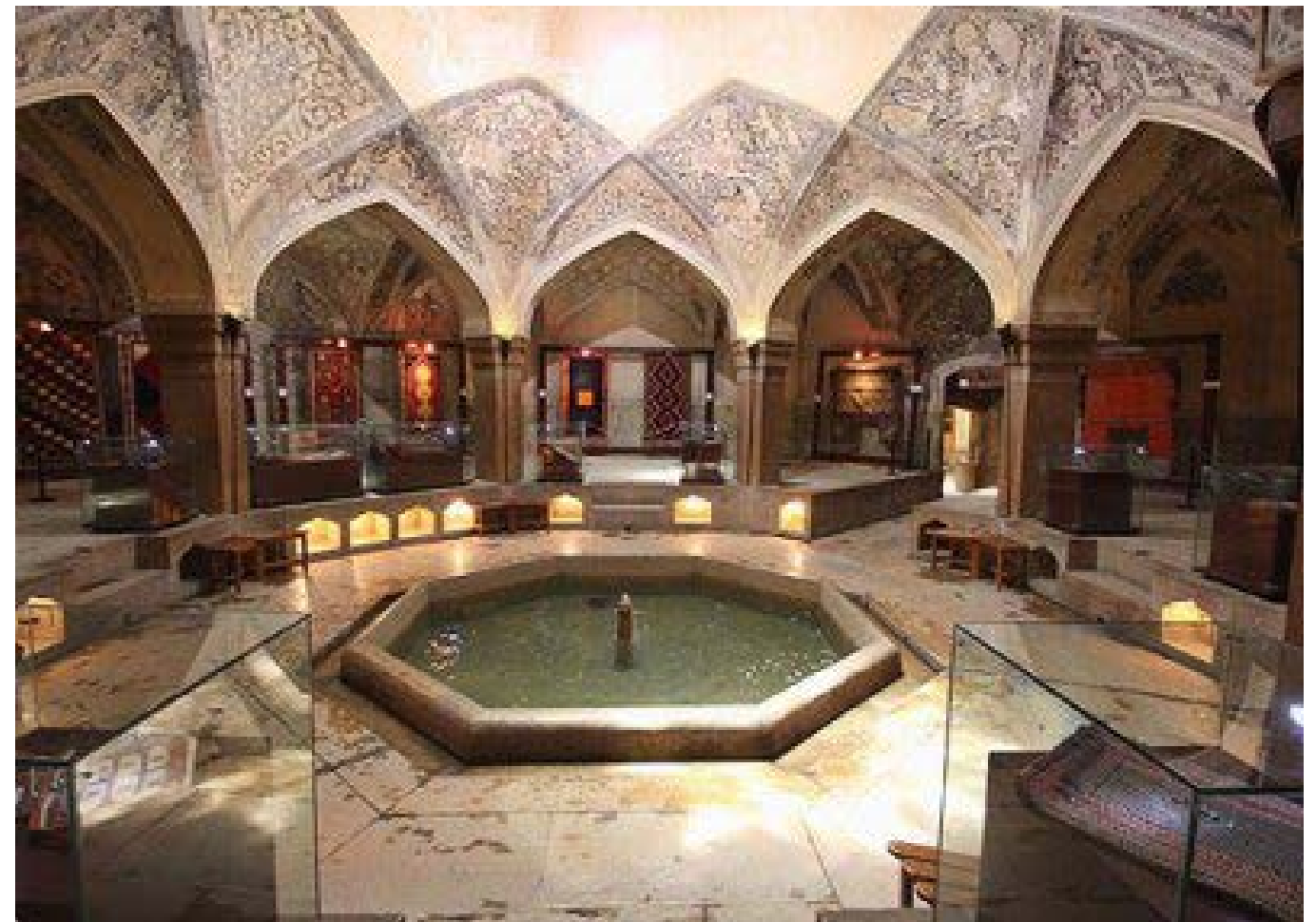
همچنین با مطالعات باستان‌شناسی در این منطقه مشخص شد که فاضلاب شهر اصفهان توسط لوله‌های جمع‌آوری فاضلاب وارد خزینه حمام می‌شده است. در واقع، شیخ بهایی طبق محاسبات دقیقی خزینه حمام را به گونه‌ای طراحی کرده بود که فاضلاب این مکان تبدیل به گاز متان شود. همچنین بخشی از لجن‌های ته‌نشین شده در این مکان برای تولید بیوگاز مورد استفاده قرار می‌گرفت، بدین شکل که شیخ بهایی با محاسباتی حجم لجن مورد نیاز برای تولید بیوگاز را مشخص کرده بود و گاز تولید شده به وسیله شعله‌هایی مخزن آب حمام را گرم می‌کرد. بنابراین آب این حمام با سیستم "دم و گاز" یعنی به کمک گاز متان فاضلاب مسجد جامع و چکیدن روغن عصارخانه شیخ بهایی (عصارخانه محلی برای تهیه روغن از دانه‌های روغن بوده است) در مجاورت حمام روشن می‌شده است.

## چگونه یک شمع می‌تواند یک مخزن آب را گرم کند؟

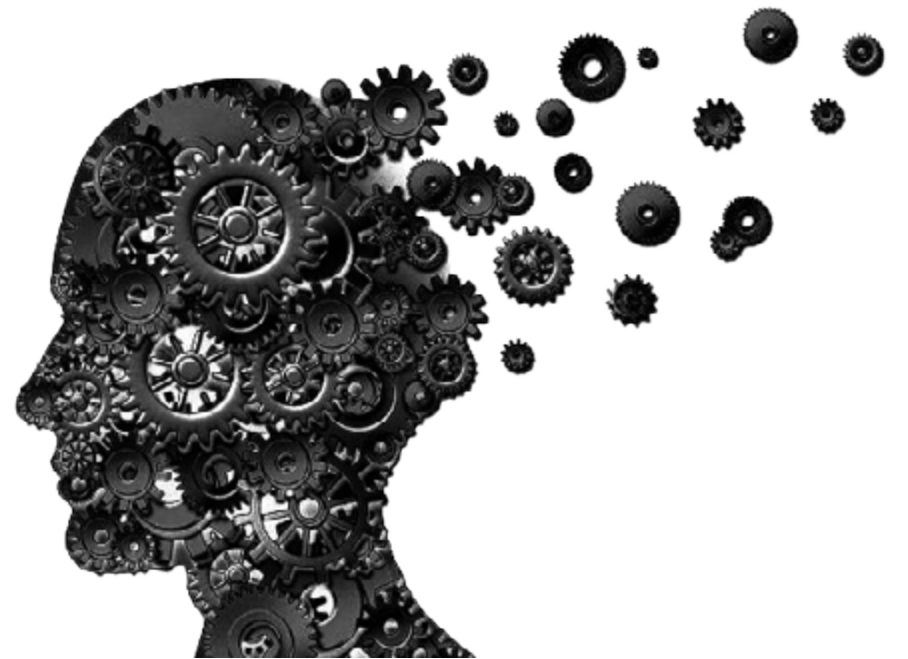
در سال‌های اخیر یک مخترع مشهدی پس از ۳۰۰ سال با شبیه سازی حمام شیخ بهایی به راز این موضوع پی برد. علی اصغر برهمند، رئیس انجمن مخترعان خراسان رضوی و طراح شبیه سازی حمام شیخ بهایی مدعی شد که منبع آب این گرمابه از طلا بوده و با توجه به این که طلا رساناترین فلز انتقال گرما است، با حرارت کم انرژی زیادی تولید و آب منبع گرم می‌شده است. در طرح شبیه‌سازی شده به علت دسترسی نداشتن به طلا از مس استفاده شده که در حمام منازل هم قابل استفاده است و موجب صرفه‌جویی ۳۰ درصدی در مصرف سوخت می‌شود.

این اثر پژوهشی که به تایید انجمن مخترعان خراسان رضوی رسیده موفق به کسب دو نشان طلای سوئیس در سال ۲۰۰۶ و مدال طلای مسکو ۲۰۰۷ شده است.

<http://www.beytoote.com/>







## شرح تیپ‌های نه‌گانه مجموعه تخصصی تیپ‌شناسی شخصیت تیپ چهار: فردگرا The Individualist



دکتر مرتضی ایرانی‌راد و گروه پژوهشی زی‌نو

- هنرمند The Artist
- شیدایی The Romantic
- افسرده The Melancholic
- جمال پرست Aesthete
- قربانی محزون The Tragic Victim
- انسان ویژه The Special One
- حساس The Sensitive
- بیان‌گر The Expressive
- متغیر The Temperamental

## فضای کودکی تیپ چهار

افراد این گروه در دوران کودکی احساس طرد شدن از طرف یکی و یا هر دو والد (خصوصاً پدر) خود را دارند. آن‌ها احساس تنهایی و پیوند بریدگی از منبع قدرت را در دوران کودکی دارند که دلیل آن را اصلاً متوجه نمی‌شوند و در تمام دوران زندگی، به دنبال پدر یا مادر نداشته‌اشان می‌گردند. آن‌چه که از دوران کودکی خود می‌گویند اینست که با پدر یا مادر خود هیچ رابطه‌ای نداشته‌اند و به درستی نیز مورد تعلیم و تربیت قرار نگرفته‌اند: یا به قولی کودکی گم شده‌ای داشته‌اند. حتی فانتزی دوران کودکی برخی از آن‌ها این است که در بیمارستان عوض شده‌اند و دلیل آن را این‌گونه بیان می‌کنند که شباهتی به افراد خانواده ندارند. اما دلیل اصلی آن این است که این افراد عمدتاً در دوران کودکی توسط والدینشان دیده نشده‌اند؛ برای همین بسیار تمایل داشته و دارند که دیده شوند و به واسطه کارهایی که انجام می‌دهند از آن‌ها قدردانی شود. چون آن‌ها احساسی می‌کنند که شبیه هیچ کدام از والدینشان نیستند و انعکاسی خودشان را در آن‌ها نمی‌بینند، این سوال بنیادین در آن‌ها شکل می‌گیرد که «پس من کیستم؟». این مشکل نیز سبب می‌شود که باور کنند، چیزی در خود و روابط با دیگران کم دارند. احساس می‌کنند از سوی والدین خود طرد شده‌اند و این احساس را نیز با خود، در دوران بلوغ و بزرگسالی به همراه دارند. این نیز ممکن است که آن‌ها در دوران کودکی خود، عزیز یا والدی را از دست داده باشند. آن‌ها احساس می‌کنند «عمیقاً چیزی باید در مورد آن‌ها اشتباه باشد». همیشه حس می‌کنند چیزی کم دارند و یا از دست داده‌اند؛ بنابراین شدیداً به دنبال خود می‌گردند و این حس در ارتباط با خودشان و دیگران بسیار مشهود است. نسبت به هویت خودشان تردید دارند و برای جلب توجه و همچنین مورد عشق و محبت قرار گرفتن، عادت دارند بازی «پنهان شدن» و «جستجو شدن» را با دیگران داشته باشند. آن‌ها عملاً از نظرها پنهان می‌شوند، به امید اینکه دیگران متوجه غیبت آن‌ها و عدم حضور آن‌ها گردند، تیپ چهار از همان دوران کودکی به دنبال کسی می‌گردند که حمایتشان کند و توجهی که به دنبالش هستند را دریافت کنند و او را به عنوان ناجی خود می‌دانند، به منظور کامل کردن خود یا ترسی که از تنها شدن دارند به طرف کسانی جلب می‌شوند که در آن‌ها خوبی، عشق و زیبایی را می‌بینند. به طور کلی کسانی که نتوانند احساسات و عواطف قوی را در آن‌ها به وجود آورند، به نظرشان واقعی نمی‌آیند.

## جهان بینی تیپ چهار

افراد دارای تیپ شخصیتی چهار، فردگرا نامیده می‌شوند؛ زیرا خود را کاملاً متفاوت با دیگران دانسته و تصور می‌کنند، آن‌ها هیچ شباهتی بین خود با بقیه افراد نمی‌بینند؛ به همین دلیل نیز فکر می‌کنند کسی نمی‌تواند آنان را درک کرده و یا دوستشان بدارد. آن‌ها خود را فردی استثنایی و با توانایی‌های خاص می‌بینند و از سوی دیگر به عیب‌های خود نیز واقفند. با اینکه خود را کاملاً متفاوت از دیگران می‌پندارند، از تنهایی، زیاد خوششان نمی‌آید و حقیقتاً می‌خواهند با افرادی که بتوانند احساسات آن‌ها را درک کنند، رابطه داشته باشند. چون این افراد در تمام طول زندگی احساس می‌کنند چیزی را از دست داده‌اند و چیزی کم دارند، سودا زده و غمگین هستند. نوعی غم درونی که احساس غبطه و حسادت را در آن‌ها ایجاد می‌کند؛ چرا که آن‌ها باور دارند چیزی

که آن‌ها ندارند را دیگران همه دارند و برای همین آن‌ها خوشحال‌تر هستند. بنابراین، انگیزه اصلی تیپ چهار غبطه است. همین تفکر موجب می‌شود که تیپ چهار به دیگران حسادت کند. جدا از علت این تفاوت، تیپ چهار، دائم خود را با دیگران مقایسه می‌کند و معتقد است که دلیل اینکه دیگران خوبند، به‌خاطر تحولات دوران کودکی و یا داشتن والدین خوب و یا محیط بهتر و متفاوت‌تر بوده‌است و اگر او هم گذشته‌ای بهتر داشت، می‌توانست خوشبخت‌تر باشد. برای همین آن‌ها دنیا را در گذشته جستجو می‌کنند و بسیار در گذشته غور می‌کنند. وجود حسادت و غور در گذشته، تیپ چهار را به این نتیجه می‌رساند که تغییر شرایط موجود، غیرممکن است. تیپ چهار به دلیل اینکه باور دارند دارای عیب و ایراد بسیار اساسی هستند، نمی‌توانند به خود اجازه بدهند که از صفات بسیار خوب خویش لذت برده و یا حتی آن‌ها را تجربه کنند. زیرا پذیرش صفات خوب، به معنای از دست دادن هویت خود، خواهد بود. بنابراین تیپ چهار خودش را با یک زخم و یا کمبود بنیادی هویت بخشی می‌کند و همیشه خود را با این کمبود بیان می‌کند. آن‌ها برای این منظور داستان‌سرایی هم می‌کنند. نتیجه همه این‌ها به هم ریختن احساسی و واکنش به شرایط بیرون است. این رفتارها، ذهنیت خاصی را برای آن‌ها درست می‌کند و آن این‌است که در زندگی خود قربانی شده‌اند. بنابراین پرسپکتیو تیپ چهار از دنیای اطرافش این است که «من چیزی را کم دارم ولی همه آن را دارند و به همین دلیل کنار گذاشته شده‌ام» و باور پنهانی تیپ چهار از خود این است که «من با دیگران خیلی متفاوت هستم و احساس می‌کنم در هیچ گروهی جای نمی‌گیرم».

## ویژگی‌های تیپ چهار

تیپ چهار ظاهری متفاوت به خود می‌گیرد تا این کمبود درونی را به نحوی کاهش دهد و گاهی اوقات سعی می‌کند کمبود خود را با یک ظاهر فرهیخته بپوشاند. آداب و حرکات مودبانه و تشریفات خاصی دارد. عتیقه‌جات همیشه تیپ چهار را جذب می‌کند که در اینجا هم پوشش کمبودهایش مطرح می‌شود. مسایل گذشته ذهن او را اشغال کرده‌است و لذا فرصت برای پرداختن به آینده را ندارد. وقتی به بعضی از آرزوهایش می‌رسد، از آن دلسرد می‌شود چون زخم کهنه‌اش التیام نمی‌یابد. انگار جستجو برایش بیشتر از داشتن، اهمیت دارد. دایم سعی می‌کند از نظر عقیده و داشته‌ها و آرزوها فراتر از زندگی عادی برود و همین باعث وجود خلاقیت و دید زیباشناسانه در او می‌گردد. تیپ چهار نیز مانند تیپ سه، در مرکز احساس قرار دارد. مانع بزرگی که در پیش روی فعالیت‌های مرکز احساس آن‌هاست، باعث می‌شود که به خیال بافی و رویاپردازی بپردازد تا بتواند عواطف خود را تحریک کرده



و هویت خود را به این شکل تجربه کند. او به نوعی نازک نارنجی است و افسردگی، گرفتاری عام تیپ چهار است و در این شرایط قدرت هیچ فعالیتی را در خود نمی‌بیند. تیپ چهار خیلی دوست دارد (مخصوصا موقعی که در شرایط افسردگی است) که دیگران به او توجه کنند. او زندگی روزمره را نمی‌پذیرد و به دنبال تحول در زندگی خودش است. همیشه این احساس را دارد که سهم زندگی که به او رسیده، خیلی کم است؛ به همین دلیل بیشتر دوست دارد با کسانی رفت و آمد کند که مثل خودش دارای مشکلات و درد هستند. ظواهر بیرونی برای تیپ چهار اعتماد به نفس می‌آورد. آن‌ها همیشه می‌خواهند فرد خاص و ویژه‌ای باشند و این خاص بودن، به آن‌ها احساس خوبی می‌دهد. بسیاری بر این باورند که افراد با تیپ چهار، تحت سلطه احساسات خود هستند و نمی‌توان روی آن‌ها حساب کرد. اما در واقع تیپ‌های چهار علی‌رغم احساسات عمیق‌شان، اغلب استوار و ثابت می‌مانند و تا زمانی که فعالیتی آن‌ها را برانگیخته کند به موفقیت‌های زیادی می‌رسند. آن‌ها حتی برای غیر عادی کردن یک چیز عادی استعداد فراوانی دارند. زمانی که تیپ چهار در یک جمع خود را قابل ارزیابی نکند، احساس خجالت می‌کند. او از طرد شدن و آشکار شدن کمبودش، وحشت دارد و سعی می‌کند خودش را از چشم دیگران مخفی نگه دارد. وی به شدت به تحقیر شدن، مخصوصا در جمع، حساسیت دارد و در عین حال دوست دارد شناخته شود و به او احترام بگذارند. وقتی تیپ چهار به این نتیجه می‌رسد که به بن بست رسیده‌است و دیگر چیزی برایش اهمیت ندارد، دچار یاس و تلاطم می‌شود. بقای این‌ها موجب می‌شود که با بی‌پروایی و شتاب‌زده‌گی به سراغ هر چیزی بروند. تجملات و مصاحبت‌های با معنا، غبطه او را برای مدتی فروکش می‌کند. به طور کلی می‌توان خصوصیات کلی تیپ چهار را این چنین خلاصه کرد که افرادی هنرمند، عاشق، خودآزار، زیبایی‌شناس، وسواسی و استثنایی هستند.

### عوامل موفقیت تیپ چهار

تیپ چهار در روابط یک به یک، همدل و دلسوز است و از طرفی دارای احساسات عمیق است؛ به همین دلیل برای حفظ رابطه، بسیار تلاش می‌کند و سعی می‌کند شرایط را در کنترل خود در بیاورد. از طرفی رقابت‌جو است، برای همین، آن‌ها از شریک خود در شرایط رقابتی، خواهان توجه ویژه هستند. افراد این گروه متمایل به چیزهای استثنایی هستند و از طرفی استعداد خلاقانه زیادی دارند؛ بسیاری از هنرمندان و

افرادی که خلاقیت‌های بدیع داشته‌اند در زمره این گروه هستند. برداشت تیپ چهار از رویدادهای طبیعی و چگونگی ساختارهای انسانی بسیار واقعی و دقیق می‌باشد، بدین معنی که آن‌ها را بسیار متحرک و متغیر می‌دانند.

### تیپ چهار در حالت متعادل

بسیار در روابط خود گرم هستند. افرادی درست و نیکوکارند. شخصیت خود را کند و کاو کرده و صادقانه با آن برخورد می‌کنند. بسیار پاک سرشتند و یک منش درونی دارند که می‌توانند حال دیگران را تشخیص دهند. عمیقا خلاق‌اند و در این خلاقیت، دیدگاه‌های شخصی و جهانی‌اشان را ابراز می‌کنند که احتمالا به یک اثر هنری فوق العاده تبدیل می‌شود؛ زیرا آن‌ها می‌توانند امور شخصی خود را به شکل هنری و زیبا و مطلوبی نمایش دهند. نسبت به احساساتشان و انگیزه‌های درونی‌اشان آگاه‌اند و احساسات خود را می‌پذیرند. نسبت به خودشان و دیگران حساس‌اند و در این زمینه بصیرت دارند. بسیار حمایتگر و قویا عاطفی هستند و به دیگران کمک می‌کنند. تیپ چهار در حالت تعادل، در برملا کردن مسایل خصوصی خود، حتی اگر شرم آور هم باشند، واهمه‌ای ندارند. چون مایلند حقایق را در مورد آنچه تجربه کرده‌اند بدانند تا هویت خود را دریابند. دیدگاه جالب و طنز گونه‌ای از خود و زندگی دارند و خود واقعی‌شان را که خوش رو، دوستانه و مخصوص به خود می‌باشد، به دیگران معرفی می‌کنند. توانایی دارند در عین جدیت بسیار خنده‌دار نیز عمل کنند.

### تیپ چهار در حالت نامتعادل

افکار خود برتر بینی پیدا می‌کنند و فکر می‌کنند از دیگران متمایز هستند و با آن‌ها متفاوتند. احساس می‌کنند که نوع زندگی که هر کس دیگری دارد بی ربط است و آن‌ها نمی‌خواهند آن‌گونه باشند. افسردگی دارند و احساس سردی نسبت به زندگی دارند. وقتی رویا و تخیلات آن‌ها با شکست مواجه می‌شود، نسبت به خود و دیگرانی که از ایشان حمایت نکرده‌اند، بسیار خشمگین می‌شوند و سعی می‌کنند شدت خشم خود را بروز ندهند، به همین دلیل بیشتر کناره‌گیر می‌شوند؛ که اضطراب و افسردگی پیامد آنست. از دنیا طلبکارند. نسبت به خود دلسوزی و ترحم دارند و حسادت به دیگران، حس زیاده‌خواهی‌شان را به جلو می‌راند. در مقابل ارضاء خواسته‌ها و امیالشان، ناتوان هستند. به طور فزاینده‌ای غیرعملی و اجرایی می‌شوند و توانایی خلق و تولید را از دست می‌دهند.

نیروی خود را از دست می‌دهند و رفتارهای مصنوعی دارند. خیلی مواظب خود هستند و در مقابل دیگران معمولا جلیقه‌های دفاعی می‌پوشند. خجل و شرمنده از خود هستند. خسته و درمانده‌اند و قادر به انجام هیچ کاری نیستند. دایم احساس گناه می‌کنند و خودشان را نمی‌بخشند. خیلی اخلاقی‌اند و وسواس پیدا می‌کنند. کله‌شقی و یک‌دنده می‌شوند. دمدمی مزاج هستند و حالات آن‌ها به‌طور دوره‌ای تغییر می‌کند. خیلی در عالم خود فرو می‌روند. وقتی رویاهایشان در هم می‌شکند، خودشان را از همه چیز و همه کسی منع می‌کنند و از دست خودشان عصبانی می‌شوند. افسرده می‌شوند و با خود و دیگران بیگانه می‌شوند و در خودشان قفل می‌شوند و از نظر عاطفی و احساسی فلج می‌گردند. نخوت، ناامیدی و بیهودگی بر آنان غلبه می‌کند و احتمال دارد دست به خود آزاری بزنند، از قبیل توسل به مواد مخدر و الکل. در مرحله بسیار ناسالم، می‌توانند اقدام به جنایت و یا خودکشی کنند.

### تیپ چهار در یک نگاه

پیام ناخودآگاهی که در دوران کودکی از محیط دریافت شده: این خوب نیست که احساسات و هویت خودت را داشته باشی

پیامی که در دوران کودکی از محیط دریافت نشده: تو به خاطر آنچه که هستی دیده شده‌ای

ترس بنیادی: بی‌هویت بودن و نداشتن ارزش‌های شاخص فردی

ایگوی نهادینه شده: غم‌زدگی

مصادیق رفتاری ایگو: مقایسه تمایز، قضاوت، هویت‌یابی، تمایز طلبی و نقش بازی کردن

هوای نفس: رشک و حسد

تمایل اصلی: هویت داشتن و خودش باشد

تمایل اصلی که ناخواسته تبدیل به: خودپرستی و خودکامگی

در جستجوی: هویت

به نظر می‌رسد به دنبال: منحصر به فرد بودن

اجتناب از: معمولی و متوسط بودن

حل کردن تضاد با: هوشیاری و حساس بودن

شکایت پنهانی: من واقعا مناسب این جایگاه نیستم و من با همه متفاوت هستم

برخی از افراد مشهور این تیپ: فروغ فرخزاد، سهراب سپهری، مایکل جکسون، مولانا جلال الدین بلخی، میکلائژ، وینسنت ونگوگ، لورنس عربستان،

جانی دپ، باب دیلان، کریس آنجل، رابرت دنیرو، کورت کوبین، …



ادامه دارد ...

Office: 514.388.1588  
Cell: 514.660.7135  
Toll free: 1.866.Skylawn  
Email Address:  
shadim.sky@gmail.com

**شادی محمدی**

Address:  
433 Chabanel Oues†, Suite 111  
Montreal, QC, H2N 2J3

**SKYLAWN**

## بهترین قیمت‌ها برای مسافرت به ایران و از ایران به تمامی نقاط جهان

**Best guaranteed prices for packages for: Cuba, Dominican Republic, Mexique, etc.**

		<b>بیمه عمر</b>	<b>Life Insurance</b>
	<b>نیره امداد</b>	<b>بیمه مریضی‌های لاعلاج</b>	<b>Critical Illness Insurance</b>
	در صورت تماس با شماره 1 (866) 650-4641	<b>بیمه ازکارافتادگی</b>	<b>Disability Insurance</b>
	و با بیان کد M29779 از پروموشن بیمه خانه و ماشین بهره‌مند شوید.	<b>بیمه وام مسکن</b>	<b>Mortgage Insurance</b>
		<b>بیمه مسافرتی</b>	<b>Travel Insurance</b>
		<b>حساب پس‌انداز تحصیلی کودکان</b>	<b>RESP</b>
		<b>حساب معاف از مالیات</b>	<b>TFSA</b>
		<b>حساب بازنشستگی</b>	<b>RRSP</b>
<b>nayereh.emdad@agc.inalco.com</b>		مشاوره امور مالی و بیمه (514) 473-5395	
<b>www.ia.ca/nayereh.emdad</b>		<b>https://t.me/insurance_investment</b>	



# 氣功

## Qi Gong چی کنگ هنر تنظیم انرژی درونی

حامد کاتوزی  
نینا آسیایی

### ۲. ضرورت و اهمیت شناخت و تمرین چی کنگ

از این دیدگاه تأثیرگذاری این علوم در لایه انرژی انجام می‌شود و درمان عمیق‌تر خواهد بود. با توجه به توضیحات فوق، می‌توان به طور مختصر گفت که به دلیل آلودگی‌ها و عدم تعادل در شیوه زندگی و گرہ خوردن بیماری‌های جسمانی و روانی، کلاف پیچیده‌ای به‌وجود آمده که در لایه جسمانی معمولاً به طور کامل درمان و سلامتی صورت نمی‌گیرد. اما از آنجایی که طب چینی براساس تأثیرگذاری روی لایه انرژی و ایجاد تعادل در آن عمل می‌کند و احتمال بیشتری را برای قرارگیری در مسیر سلامت کامل را فراهم می‌کند.

البته نکته حائز اهمیت در اینجا، این است که تأکید علوم اصیل و طب کهن چین بر پیشگیری و اصلاح شیوه زندگی است. به‌خصوص روش تای چی و چی کنگ

کاملاً بر پیشگیری و روش‌های سلامت زیستن تأکید دارند، نه درمان. به همین دلیل در زندگی روزمره امروز چون شناخت بیماری، پس از بروز علائم جسمانی اتفاق می‌افتد، می‌توان گفت که درون‌نگری‌ها بسیار کم شده‌است و انسان‌ها از علائم درونیشان فاصله گرفته‌اند در حقیقت در اکثر مواقع فرصت پیشگیری از دست‌رفته است و بیمار درگیر علائم جسمانی بیماری شده‌است، به همین دلیل طب رایج و طب امروزی غرب همچنان جایگاه خود را دارد.

یکی از تأثیرات اساسی تای چی و چی کنگ، قرارگیری در مسیر سلامت است و در حقیقت براساس هماهنگی با ریتم‌ها و قوانین طبیعت، شیوه زندگی ما را اصلاح کرده و سلامت زیستن را به ما می‌آموزد.

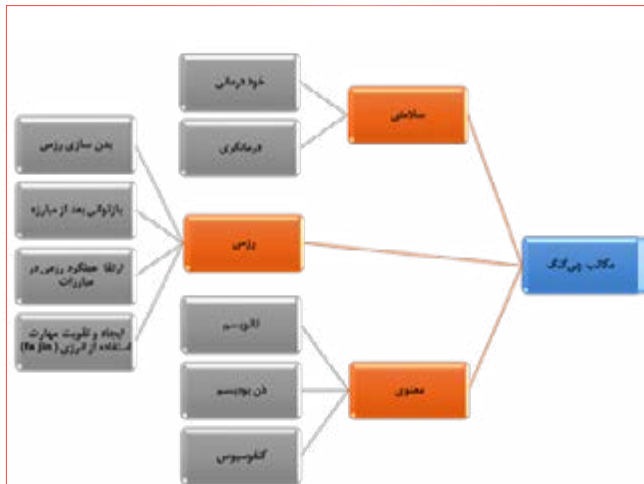
در ضمن تای چی، روش کهنی است که در طول صدها سال قدمت خود، تأثیرات خود را اثبات کرده و مراحل آزمون را سپری کرده‌است، که این نتایج را در زندگی و بینش اساتید این رشته می‌توان مشاهده کرد، تای چی در طول قدمت اصیل خود کاربردها و تأثیرات مختلفی داشته‌است که عبارتند از: سلامتی، توانایی رزمی در بالاترین سطوح هنرهای رزمی درونی، ایجاد تعادل ذهنی، روحی و انرژی و همین‌طور دریچه‌ای برای شناخت و ادراک ریتم‌های طبیعت.

### ۳. تفاوت‌های طب شرق با طب غرب

سلامتی: تعادل و هماهنگی با طبیعت در لایه‌ها و سطوح مختلف ”بینش / نگرش“ ذهنی (روح). ..... ”عواطف“ انرژی. .... لایه جسمانی، سه لایه اصلی در علوم کل‌نگر و میدانی، میدان چیزبست که از جمع جبری تمام اجزای خودش بیشتر باشد و اینجا ذهن چیزی بیشتر از ۲ لایه دیگر است. اگر روح مشکل داشته باشد مستقیماً روی انرژی تأثیر می‌گذارد و بعداً در لایه جسمانی ظهور می‌یابد. عکس این چرخه را هم داریم؛ اگر مشکل جسمانی داشته باشیم روی ذهن تأثیر می‌گذارد. سلامت کامل در سطح ذهن اتفاق می‌افتد. حتی در پشت عارضه چاقی هم تفکر غلط وجود دارد که با انواع ابزارهای جانبی جهت لاغری هم برطرف نمی‌شود. یعنی زمانی که به بدن کم‌توجهی شده باشد و موضوع حل نشده باقی‌مانده باشد حتی با کمک انواع جراحی، قرص و... چاقی برطرف نمی‌شود. وقتی درگیر درد و ناراحتی باشیم قدرت تفکر نداریم. بیماری یک پیام است برای اینکه ما مشکل را حل کنیم. ناخودآگاه برای رساندن پیام به هر کاری دست می‌زنند و بیماری‌های مهلک نیز به همین صورت عارض می‌شوند. (سرطان یک پیام معنوی به همراه دارد).

### ۴. مکاتب مختلف چی کنگ

همان‌طور که پیشتر بیان گردید، چی کنگ علمی گسترده است که در آن هدف اصلی تسلط و بکارگیری انرژی می‌باشد. در طول زمان چند هزار ساله رشد و توسعه این هنر، اساتید این علم براساس این که بکارگیری انرژی برای چه مقصودی انجام می‌گیرد، بخش‌های مختلفی از آن‌را توسعه داده‌اند. بنابراین بر اساس حوزه کاربرد انرژی، تکنیک‌ها و مکاتب چی کنگ قابل تفکیک به دسته‌های زیر می‌باشند.



شکل ۱: مکاتب مختلف چی کنگ

### ۴-۱ چی کنگ درمانی Medical

در این حوزه هدف، ارتقا سطح سلامت و افزایش کیفیت زندگی و درمان بیماری‌ها می‌باشد. تکنیک‌ها و کارهایی که در این دسته انجام می‌شوند بر محور کارکردهای زیر هستند:

۱- پاکسازی بدن از عوامل بیماری‌زا:

a. عوامل داخلی، مثل عواطف

b. عوامل خارجی، مثل باکتری و ویروس

۲- تقویت بدن و میدان انرژی بدن، جهت ایجاد مقاومت بیشتر

۳- برقراری تعادل و توازن در میدان انرژی بدن

همچنین جهت‌گیری تکنیک‌ها و تمرینات این حوزه از نظر محدوده تمرکز به دو دسته تقسیم می‌شود:

۱- خود درمانی: به معنای کارها و تمریناتی است که یک فرد برای ارتقا سطح سلامتی و کیفیت زندگی شخصی خود انجام می‌دهد.

۲- درمانگری: مجموعه تکنیک‌ها و کارهایی است که با هدف درمان و معالجه شخص دیگر و توسط درمانگر انجام می‌شوند. علوم مختلف درمان مانند طب سوزنی، طب فشاری، انرژی درمانی و... نمونه‌هایی از توسعه و نفوذ چی کنگ در حوزه درمان می‌باشند.

### ۴-۲ چی کنگ رزمی Martial

هنرهای رزمی از زمان‌های بسیار دور در کشور چین مورد توجه بوده و توسعه داده شده‌اند. به گونه‌ای که در حال حاضر تعداد بسیار زیادی سبک در هنرهای رزمی چینی وجود دارد. در این میان سبک‌هایی هستند که برای افزایش قدرت و اثربخشی تکنیک‌های خود، سعی نمودند از انرژی استفاده نمایند. بر این اساس انواع مختلفی از تکنیک‌های تسلط و بکارگیری انرژی در حوزه هنرهای رزمی توسعه پیدا کرده‌اند.

تمرینات این حوزه به گروه‌های زیر تقسیم می‌شوند:



شکل ۲: انواع تکنیک‌های چی کنگ رزمی

همچنین تکنیک‌های این حوزه از نظر نقطه تمرکز در سه دسته تقسیم‌بندی می‌شوند:

۱. Ming jing: پرورش انرژی جینگ که در عضلات و استخوان‌ها و

ساختارهای محکم بدن جریان دارد.

۲. An jing: پرورش و مدیریت نیروی جینگ که در تاندون‌ها و رباط‌ها جریان دارد.

۳. Hua jing: پرورش و مدیریت نیروی جینگ پنهان در مراکز انرژی

خاص مانند دان‌تین که توسط ذهن فعال می‌شود.

### ۴-۳ چی کنگ معنوی (Spritual)

این حوزه از تکنیک‌های چی کنگ متمرکز بر پرورش روح، ارتقا سطح معنوی فرد و شناخت و درک عمیق‌تر از طبیعت می‌باشند. تکنیک‌های این حوزه که بیشتر در معابد توسعه داده شده و مورد استفاده قرار گرفته‌اند، براساس ایدئولوژی و مکتب اصلی دارای شکل‌ها و روش‌های متفاوتی می‌باشند. بر این اساس، این تکنیک‌ها در گروه‌های زیر تقسیم می‌شوند.

۱. تائوایسم

۲. ذن بودیسم

۳. کنفوسیوس

نکته مهم: آنچه که در این مجموعه مقالات مورد توجه و تمرکز می‌باشد، در حوزه چی کنگ سلامتی و به‌ویژه در بخش خود درمانی، قرار دارد. سایر حوزه‌ها به ویژه حوزه معنوی، خارج از محدوده این مقالات می‌باشند.



ادامه دارد ...





# گاردین:

# فیلم‌هایی که در سال ۲۰۱۷ نادیده گرفته شده‌اند

در آستانه پایان سال، منتقدان روزنامه گاردین تعدادی از فیلم‌های مهجور و کمتر دیده شده سال ۲۰۱۷ را معرفی کرده و توضیح مختصری درباره علت دل‌بستگی‌شان به فیلم مورد نظر طرح کرده‌اند که در این فهرست «وارونگی» بهنام بهزادی نیز به چشم می‌خورد. از پیتر برداشو و پاملا هاجینسون گرفته تا گای لاج و جردن هافمن و بنجامین لی و ... گزینه‌های دیگری دربارۀ فیلم‌های محبوب‌شان در سال ۲۰۱۷ نوشته‌اند که خلاصه‌اش را می‌توانید در ادامه دنبال کنید.

## وارونگی Inversion

«وارونگی» ممکن است مضمونی مشابه فیلم‌های اخیر سینمای ایران را داشت باشد اما این فیلم مانند عنوانش چیزی عمیق‌تر برای عرضه به مخاطب دارد. هوای غبارآلودی که در حال خفه‌کردن تهران و ساکنانش است به عنوان استعاره‌ای برای محروم شدن زنی از حقوق اولیه‌اش به تصویر درآمده است. این که چگونه این محرومیت به زندگی شخصی، خانوادگی و عاشقانه این زن راه می‌یابد داستانی است که نباید تماشایش را از دست داد. «وارونگی» فیلمی صرفاً درباره سرکوب یا خشم نیست بلکه نمایشگر مقاومت و انعطاف‌پذیری است. سحر دولت‌شاهی اعتمادی کارزماتیک در نقش نیلوفر شخصیت محوری فیلم به نمایش می‌گذارد؛ زنی که می‌کوشد استقلالش را حفظ کند، به عشق امیدوار است و شادی‌اش را مزه مزه می‌کند. منتقد گاردین می‌نویسد از زمانی که به تماشای «وارونگی» نشسته است ذهنش مدام درگیر شخصیت نیلوفر است که بعد از پایان فیلم عاقبتش به کجا رسیده و همچنین موسیقی‌ای که در هنگام سفر مشغول شنیدنش بود در خاطرش مانده است.

## نامطمئن Uncertain

در دورانی که چنین تحولات بنیادینی در دنیای فیلم مستند رخ داده و از چشم‌انداز سینمای هنری به جایی رسیده که مخاطبان نتفلیکس آخر هفته‌ها آثار مستند را تماشا می‌کنند، خیلی عجیب است که این مستند خوش ساخت به کارگردانی ایوان مکنیکول و آنا سندلیندز تا این حد نادیده گرفته شد و نتوانست توجه‌ها را به خود جلب کند. این فیلم ۸۱ دقیقه‌ای جایزه «آلبرت میزلز» را به عنوان بهترین





دریایی سر از کاباره‌ای در می‌آورد و در حالی که یکی‌شان به دنبال تجربه عشق و عاشقی با انسان‌هاست، دیگری تشنه به دندان کشیدن نسل انسان‌های ساکن شهر است.

## دختر عمویم ریچل My Cousin Rachel

این فیلم یکی از بهترین اجراهای کارنامه ریچل وایس بازیگر ۴۷ ساله انگلیسی است که به کارگردانی راجر میچل با اقتباس از رمان ۱۹۵۱ دافنه دوموریه فیلمبرداری شده‌است. این دومین بار است که اقتباسی سینمایی از یکی از بهترین آثار دوموریه ساخته می‌شود و عجیب است که چنین فیلم رازآمیز و خوش‌ساختی تا این حد نادیده گرفته شده‌است.

## داوسون سیتی زمان یخزده Dawson City Frozen Time

جدیدترین ساخته بیل موريسون به عنوان یک مستند آرشیوی به موفقیتی مثال‌زدنی دست یافته است. هرکس که به تاریخ و سینما و به‌ویژه تاریخ سینما علاقه دارد نباید به هیچ وجه تماشای این فیلم را از دست بدهد. این فیلم تاریخی واقعی اما عجیب و غریب کلکسیونی از ۵۰۰ فیلم را به نمایش می‌گذارد که تاریخ تولیدشان به سال‌های دهه ۱۹۱۰ تا ۱۹۲۰ بر می‌گردد. این فیلم‌های صامت بیش از نیم قرن گم شده بودند تا آن‌که مدفون در استخری واقع در داوسون سیتی کانادا کشف می‌شوند.

## هیچ‌کس نگاه نمی‌کند Nobody's Watching

فیلم خولیا سولومونف فیلم‌ساز آرژانتینی درباره کشمکش تبعیدی خودخواسته است؛ این‌که چطور لذت ناشناس بودن و رهایی و آزادی با حس تنهایی و فقدان در تضاد است و به تجربه مهاجرت شکل می‌دهد. درست است کم نبودند فیلم‌هایی که در یک سال اخیر با مضمون مهاجرت در سینماها و جشنواره‌های دنیا به نمایش درآیند اما روایتی که این فیلم دارد یکی از شخصی‌ترین سفرهای انسانی است که از زاویه‌ای تازه به این مضمون آشنا نگاه انداخته است.

## برنزگی Suntan

آرگریس پاپادیمیتروپولوس فیلم‌ساز یونانی است که کارهایش در مقایسه با یورگوس لانتیموس کم‌تر شناخته شده‌اند اما در همان فضای مطلقاً پوچ‌گرایی هیستریایی و هم‌زمان کم‌دی سیاه اتفاق می‌افتد. اما او به حق سزاوار این است که بیش از این‌ها شناخته شود و "برنزگی" او تصویری رئالیستی و خارق‌العاده را از فروپاشی مردی در آستانه بحران میان‌سالی نمایش می‌دهد.

کارگردان مستند جشنواره فیلم تراییکا از آن خود کرد. "نامطمئن" اولین تجربه کارگردانی سازندگان است که به اندازه یک فیلم داستانی جذابیت دارد و تصویری روشن و زنده از شخصیت‌هایش را به تصویر می‌کشد.

## شهر گمشده زی The Lost City of Z

اگر در جنگلی متروک، هیچ‌کس نباشد که صدای فرو افتادن درختی را بشنود، آیا معنایش این است که هیچ‌سر و صدایی ایجاد نشده‌است؟ درام تاریخی خوش ساخت جیمز گری دقیقاً گواه همین موضوع است. فیلمی مهیج که به سبک بنایی تاریخی به تصویر کشیده شده‌است و حتی با وجود این‌که عامه تماشاگران برای تماشای این فیلم صف نبسته‌اند اما همچنان بعد از یک‌سال، تماشای این فیلم جذابیتش را از دست نداده است. کاملاً می‌توانید رد پای دیوید لین و ورنر هرتسوک را در این فیلم حس کنید. هیچ‌کس بهتر از چارلی هانام نمی‌توانست نقش اکتشاف‌گر انگلیسی «پرسی فاست» را ایفا کند که در آرزوی تحقق بخشیدن به رویای کشف الدورادو راهی سفری ماجراجویانه می‌شود و لو دادن داستان نیست اگر بگوییم این رویا هیچ‌وقت به حقیقت نمی‌پیوندد. به همان اندازه که جای تعجب دارد چرا عامه تماشاگران برای تماشای این فیلم صف نبستند، به همان اندازه باید تحسین و تمجیدش کرد.

## فارغ‌التحصیلی Graduation

موج نو سینمای رومانی که از سال ۲۰۰۷ و با دیده شدن فیلمی مانند (۴ ماه ۳ هفته و ۲ روز) شروع شد هیچ‌وقت نتوانست به جریان اصلی سینما بدل شود اما تمرکز کریستین مونجیو کارگردان رومانیایی همچنان با ثبات قدمی مثال‌زدنی بر ساخت فیلم‌هایی مشابه است که به تحلیل کشمکش و تقلا می‌پردازند و ظهور رومانی جدید را از دل ویرانه‌های نظامی دیکتاتوری مانند شوروی به تصویر می‌کشند. از آن زمان به این سو، "فارغ‌التحصیلی" سومین فیلم بلند مونجیو شمرده می‌شود که شاید به اندازه (۴ ماه ...) مسحورکننده نباشد اما همچنان فضایی که از اروپای پس از سلطه کمونیسم ترسیم می‌کند از شفافیتی غریب برخوردار است.

## اغوا The Lure

آن دسته از عشاق فیلم‌های موزیکال که به دنبال فیلمی تماماً عکس "لا لاند" هستند بهتر است سری هم به تولیدات اخیر سینمای لهستان بزنند. جدیدترین ساخته آگنیشکا اسموچینسکا ملغمه‌ای عجیب و غریب از الکتروپانک است که می‌توان آن را به نسخه‌ای از داستان "پری دریایی کوچک" هانس کریستین آندرسن تعبیر کرد. قضیه این است که در ورشو، یک جفت خواهر پری







**ACCOUNTING  
MONTREAL**

Updating & Controlling accounts  
Bookkeeping & Accounting Services  
GST/QST remittances  
Payroll Services  
Financial Statements  
Individual & Corporate tax returns

**Ian Singer  
Ardehir Moinafshari**

**(514) 458-7599**

**acc.mtl.acc@gmail.com**

**بروز رسانی و کنترل حساب‌ها**

**امور دفترداری و حسابداری**

**گزارشات خرید و فروش**

**خدمات حقوق و دستمزد**

**تهیه و تنظیم صورت‌های مالی**

**مالیات اشخاص و شرکت‌ها**

**یان سینگر**

**اردشیر معین افشاری**

# کلید خانه رویایی شما در دست من است

*مهدی رفعت‌پناه*

- اگر از خرید خانه با من راضی نباشید، ملک شما را تا یک سال پس از خرید بدون دریافت کارمزد برایتان خواهم فروخت.
- اگر ملک شما در مدت قرارداد با من به فروش نرسد، آن را شخصاً خواهم خرید.
- همراه با شما تا پایان پرونده خرید یا فروش ملک مورد نظرتان.

**مشاوره و ارزیابی رایگان برای سرمایه‌گذاری در از مدت**



**Mehdy Rafat Panah**

*Courtier immobilier / Real Estate Broker*

**514-730-9-307**

**mpanah@sutton.com**



**فالمه فوریه ۲۰۱۸**

**متولد فروردین (۲۱ مارس - ۱۹ آوریل)**

همان‌طور که مارس، سیاره فرشته‌نگهبان شما، به سمت بلندپروازی، مسئولیت، نظم و انضباط حرکت می‌کند، و برج جدی که در جهت موفقیت قرار دارد، شما متوجه خواهید شد که به راحتی می‌توانید به سمت قله آرزوهای خود پرواز کنید. روش معمول شما به این صورت است که احساسات و خواسته‌های خود را به صورت ناخودآگاه و بدون دوراندیشی زیاد دنبال می‌کنید. مارس در برج جدی، به طبیعت پیشرو، شجاع، جسور و واضح شما، نظم و انضباط و عمل را اضافه می‌کند. همان‌طور که شما صورانه هر قدمی را برمی‌دارید، باید مراقب باشید که قدم‌های خود را با احتیاط و عزم جدی بردارید تا به این ترتیب با اطمینان کامل به قله صعود کنید.

بهتر از خورشید ماه شما و یک برنامه مرتب و تعهد، چیز دیگری باعث اجرای خواسته‌های شما نمی‌شود.

**متولد اردیبهشت (۲۰ آوریل - ۲۰ می)**

اکنون زمان کاشت دانه است و باید تصمیم بگیرید که در زندگی حرفه‌ای خود خواستار چه چیزی هستید. در حالی که شما به آسایش فیزیکی و احساسی خود بیشتر از هر چیز دیگری اهمیت می‌دهید، ماه جدید بخشی از وجود شما را فعال می‌کند تا به این ترتیب تغییراتی را که مدت‌های زیادی به تعویق انداخته شده‌اند را تجربه کنید. می‌دانید شما چقدر عاشق تغییرات هستید! که البته یک شوخی هست! شما این‌را به خوبی و بهتر از همه می‌دانید که تغییرات سبب به هم زدن آرامش شما می‌شود ولی بعد از این‌که تغییری به وجود می‌آید هیچ چیز باعث توقف شما از ادامه نمی‌شود.

**متولد خرداد (۲۱ می - ۲۱ ژوئن)**

مریخ، سیاره شور و جنبش در عرصه روابط در جدول زندگی شما قرار دارد. بر روی منابعی که واقعا به آن اعتقاد دارید سرمایه‌گذاری کنید. در حالی که ممکن است بحث‌ها و اختلافاتی با اطرافیان نزدیکتان داشته باشید به خصوص جایی که آن‌ها حتی نسبت به زندگی خود مسئولیتی ندارند، ولی هم‌چنان برای شما موفقیت اعتماد و نزدیکی با آن‌ها وجود دارد اگر که واقعا قصد دارید صادق باشید. اگر می‌خواهید هوای تازه استنشاق کنید، اکنون زمان آن رسیده است. همچنین شما زمانی که تماس با خانواده خود را که مدتی با آن بیگانه بودید را تجدید می‌کنید، به وضوح خواهید فهمید که چه چیزی سبب امنیت شما می‌شود.

**متولد تیر (۲۲ ژوئن - ۲۲ ژوئیه)**

شما حساس‌ترین نشانه زودیاک را دارید و متفردید ازین‌که قایق را در روابطتان به خاطر ترس از ترک کردن و عدم پذیرش حرکت دهید. شما باید بدانید که پدر و مادر خودتان هستید و آگاه باشید که فقط خود شما هستید که مراقب کودک درونتان می‌باشید. این مربوط به خود شماست اگر کودک درونتان احساس عشق می‌کند یا حس خوبی ندارد و زخم‌خورده و رنجیده می‌شود. گذشته را در دوران گذشته رها کنید. خیلی مهم است که به خاطر داشته باشید که در زمینه ارتباطات، برای شما این موقعیت وجود دارد که برای آن چه می‌خواهید ایستادگی کنید. در عین این‌که به خاطر درگیری‌ها ممکن است احساس راحتی نکنید زیرا فکر می‌کنید امنیت شما را به مخاطره می‌اندازد، اگر به خودتان تکیه کنید احساس اعتماد به نفس و خودکامگی بیشتری دارید.

**متولد مرداد (۲۳ ژوئیه - ۲۲ اوت)**

اکنون زمان آن است که روابط خود را دوباره ایجاد کنید. با توجه به این‌که سیاره ونوس هم در ماه شما دیده می‌شود به آن‌چه در روابط فردی شما اهمیت گذاشته می‌شود نیز توجه کنید.

ممکن است شما بی‌بیرید آن‌چه که شما را جذب می‌کند دیگر وجود ندارد. یا از طرف دیگر، این امکان هم وجود دارد که شما جذب فردی یا چیزی جدید شوید. خورشید، سیاره فرشته‌نگهبان شما، باعث شده که شما انرژی خود را به طور عاطفی، مالی و احساسی با دیگران ترکیب کنید. با نزدیکان خود، با صداقت رفتار کنید و روراست باشید. زمان آن است که با آن‌چه می‌خواهید به نزدیکترینتان بدهید و دریافت کنید در صدر نشینید.

**متولد شهریور (۲۳ اوت - ۲۲ سپتامبر)**

روابط شما به آرامی پیش خواهد رفت. بیشتر از آن‌که هر جزئیاتی را تحلیل کنید، اکنون زمان آن رسیده است که اعتماد کنید و به خصوص در روابطتان روان و جاری باشید.

در بالاترین حد توصیف، در این ماه، زمین و بهشت در کنار یکدیگر خواهند بود. این ماه کامل برای شما این شرایط را ایجاد می‌کند که به وضوح تصمیم بگیرید که چه زمانی بایستید و چه زمانی رها کنید تا به پیش برود.

**متولد مهر (۲۳ سپتامبر - ۲۲ اکتبر)**

تمامی دوستان عجیب و برگزیده شما اکنون بیرون خواهند آمد و شما عاشق آن می‌باشید، زیرا آن‌ها اینه بخشی از وجود شما هستند که می‌خواهد رسم و رسوم و عقاید قدیمی را به چالش بکشد. موقعیت بسیار خوبی برای شما برای بازنگری و تأمل بر روی روابطتان وجود دارد که اکنون ابتدا فرصت آن است که با رابطه خودتان با خودتان شروع کنید و نه تنها در مورد روابط با دیگران صدق می‌کند بلکه شامل رابطه با کار، ثروت، سلامتی، ماشین و ... نیز می‌باشد. اکنون بسیار مهم است که توازن بین کودک درونتان با فرد بالغتان ایجاد کنید. در پایان باید اشاره کرد که وجود شما در این جهان به این جهت است که توازن، هارمونی و کار گروهی ایجاد کنید.

**متولد آبان (۲۳ اکتبر - ۲۱ نوامبر)**

در این ماه، این انتخاب شماست که چگونه قدرت سحر و جادوی خود را بیان کنید. در این ماه برای شما این انرژی وجود دارد که هر چیزی را خلق کنید. ممکن است شما در پیله و غار خود وارد شوید و از جهان بیرون فاصله بگیرید تا به این ترتیب به بررسی و تأمل عمیق روح خود برای تغییر بپردازید. افکار و خاطرات گذشته را در آغوش بگیرید و بدانید که می‌توانید یک زندگی جدید با احساسی قوی‌تر داشته باشید اگر که کوله‌بار احساسات منفی خود را که همیشه با خود حمل می‌کنید، تغییر دهید. تمام گذشته شما به‌غیر از زیبایی از بین رفته است و چیزی غیر از برکت برای شما باقی نمانده است.

**متولد آذر (۲۲ نوامبر - ۲۱ دسامبر)**

در این ماه شما متعجب خواهید شد که چرا وفور و فراوانی و اشتیاق همیشگی در زندگی شما افول کرده است. در تمامی اوقات، شما به راحتی نیمه پر لیوان را می‌بینید زیرا می‌دانید که در پس هر اتفاقی معنی و هدفی وجود دارد، اما اکنون پیام جهان برای شما این است که به درون هر چیزی عمیق‌تر از گذشته تمرکز کنید همان‌طور که شما می‌خواهید معنی زندگی را متوجه شوید.

اکثر جواب‌های خود را در خانه و روابط خانوادگی خود پیدا خواهید کرد. در حالی که شما همیشه عاشق آزادی و سفر به بیرون هستید ولی اکنون شاید به درون خود سفر کنید.

**متولد دی (۲۲ دسامبر - ۱۹ ژانویه)**

در این ماه شما رهبری می‌کنید یا دنباله‌رو هستید و یا از راه خودتان فاصله می‌گیرید. معمولا شما برای فتح قله موفقیت در آمد و شد هستید اما اکنون به‌طور توقف‌ناپذیری رو به جلو می‌روید. زمانی که مارس در علامت ماه شما وجود دارد، زمان آن است که با شور و اشتیاق خود درآمیخته شوید و کمتر از آن انجام ندهید. مراقب باشید که شما می‌توانید به‌آسانی بقیه را کنار بزنید تا به هدف خود برسید. در این ماه شما ممکن است به راه دیگری غیر از راه معمول همیشگی خود که راهی جدی برای انجام امورتان بوده‌است روانه شوید، زیرا شما تصمیم گرفته و آگاه شده‌اید که راه‌های مبتکرانه دیگری برای استفاده از منابع و استعداد‌های شما وجود دارد.

**متولد بهمن (۲۰ ژانویه - ۱۸ فوریه)**

این ماه، ماهی برای درخشیدن شماست، زمانی است که شما هر ساله سفر زندگی خود را دوباره آغاز می‌کنید. به خودتان فرصت دهید که عاشق شوید و قبل از این‌که به بیرون روید و برای هر کس دیگری کیفیت زندگی را بهتر کنید، خودتان را برای ایجاد یک تغییر تحسین کنید. به خاطر داشتن نگرش بی‌همتا به دنیا و ایجاد تغییراتی که به همه سود می‌رساند، خودتان را تحسین کنید.

بذر خود را بکارید تا شجاعت این را داشته باشید که انقلابی در زندگی خود به‌وجود آورید که هر چیزی در طبیعت را نیز تحت تأثیر قرار می‌دهد. قبل از این‌که کاری کنید که برای دنیا بهتر باشد مهم است که بدانید چه چیزی شما را خوشحال خواهد نمود. عملکرد شما در اجتماعاتی بسیار خوب است که هر کسی تشویق می‌شود که خود واقعیش باشد.

**متولد اسفند (۱۹ فوریه - ۲۰ مارس)**

در این ماه ممکن است برای شما واضح نباشد که در چه اقیانوسی شناورید. شما معمولا طبیعت درونگرایی دارید، اما همان‌طور که شما به خودتان اجازه می‌دهید که از تمام اتفاقات سال گذشته قبل از تولدتان رها شوید ممکن است که در خودتان فرو روید. سیاره عشق ونوس در ماه شما قرار دارد و تمام دنیا گویی حیاط پشتی خانه شماست. حس شما به دیگران در حال ارتقا است و این بدان معنی است که اکنون از تمامی اوقات مهم‌تر است که محدودیت‌ها و مرزهای شخصی خود را مشخص کنید در عین این‌که احساسات شما همچنان بروی دیگران باز است. به یاد داشته باشید که شما وظیفه هر کسی را حس می‌کنید. بنابراین عاشق این احساس باشید، به آن احترام بگذارید و سپس رهاش کنید.



ENGLISH

انگلیسی  
ر می

بزرگسالان  
و کودکان

For more  
information,



آموزش زبان های  
آکادمی

فرانسه  
FRENCH

Please Call Us:

(514) 996-1620



## Clinique Dentaire Lachine

The family clinic helping Montrealers achieve their whiter, brighter, beautiful, healthy smiles

### Dental Services

- Allograft
- Bruxism (teeth grinding)
- Dental crown
- Dental implants
- Fixed bridge
- Gingivitis and periodontitis
- Halitosis (bad breath)
- ...

معالجه لته، روکش های چینی، سفید کردن دندان  
درمان بیماری های ریشه دندان، دندان های مصنوعی  
دندان اطفال، جراحی دندان عقل  
کاشتن دندان Implant

قبول  
کلیه بیمه های مدیکال  
استفاده از پیشرفته ترین سیستم های  
ضد عفونی و استریلیزاسیون

بیماران جدید پذیرفته می شوند  
We Warmly Welcome New Patients



### Our Team

- Dr. Razieh Razavynia
- Dr. Sara O'Hadi
- Dr. Eduardo Aparicio
- Dr. David Phan
- Dr. Joel Marcil

649, 32e Avenue,  
Lachine, H8J 3G6

E-mail: [info@dentistlachine.com](mailto:info@dentistlachine.com)  
Tel: (514) 634-7281

## مریم رمضانلو مشاور وام مسکن

CIBC

با بهترین نرخ بهره، در سریع ترین زمان  
و مکان مورد نظر شما

Conseillère mobile en prêt hypothécaire  
Mortgage advisor

Email: [maryam.ramezanloo@cibc.com](mailto:maryam.ramezanloo@cibc.com)

Tel: (438) 926-5626

- تازه واردین
- خریداران منزل برای اولین بار
- خوداشتغالی ها
- دانشجویی
- تمدید وام مسکن و پرداخت بدهی
- سرمایه گذاری





هر چهارشنبه مشاوره رایگان حضوری تک نفره و چهار نفره در داون تاون و یا وست آیلند  
 هفت روز هفته مشاوره رایگان تلفنی **514 969 2492**

**مهاجرین عزیز**  
 آیا می دانید که خریداران نیازی به پرداخت پورسانت ندارند؟  
 هدیه ما به خریداران: ۱۲۰۰ دلار هزینه محضر  
 اخذ وام برای مهاجرین با کمترین پیش پرداخت و بهره

- در وست آیلند WestIsland خانه سه خوابه با ۲۵ ۱۹۹۱ / Bathroom فقط ۳۱۹ هزار دلار.
- آپارتمان تک خوابه ۲۰۱۴ در Laval نزدیک Metro با پارکینگ - فروشی
- در وست آیلند WestIsland آپارتمان چهار خوابه با ۲ Bathroom / فقط ۱۴۰۰ دلار ماهیانه
- خانه پنج خوابه در Beaconsfield با 9000-sqf زمین - فروشی



**نادر خاکسار**  
 مشاور املاک

**Arezou Gatmiri**  
 Courtier Immobilier Résidentiel  
 (514) 561-3-561  
 arezougatmiri@gmail.com



- مشاوره و ارزیابی رایگان
- به صورت تلفنی و حضوری
- خدمات ۱۰۰٪ رایگان برای خریداران
- تا پایان پروسه خرید "حتی هزینه محضر"
- همکاری با مشاورین بانکها جهت دریافت وام مسکن

**BUREAU DE CHANGE APADANA** **صرافی آپادانا**



با مدیریت حمیدرضا خلیفی  
 انجام خدمات ارزی  
 کلیه مبادلات ارزی به ایران و برعکس  
 با دستگاه کارتخوان ایران

کلیه مبادلات با سریعترین راههای موجود با اعتبار و اطمینان بخشی بالا  
 1970 RUE STE-CATHERINE OUEST MONTREAL, QC H3H 1M4  
 CELL: 514-839-7318  
 TEL: 514-933-1719

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





Remi Re-Mi

Academy of

MUSIC

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

(514) 996 1620  
(514) 703 4020

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

Izadpanah  
PLASTIC SURGERY

Ali Izadpanah

MD, CM, MSC, FRCSC

Plastic & Aesthetic Surgeon  
Chirurgien Plastic et Esthétique

**ENHANCE YOUR NATURAL BEAUTY**

جراح پلاستیک و زیبایی



زیبایی اندام، لیپوساکشن، تزریق انواع بوتاکس و ژل  
زیبایی صورت، بینی، فیس لیفت و زیبایی چشم

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

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

(514) 935-3238



Drizadpanah.com



Izadpanah.aesthetic@gmail.com

