



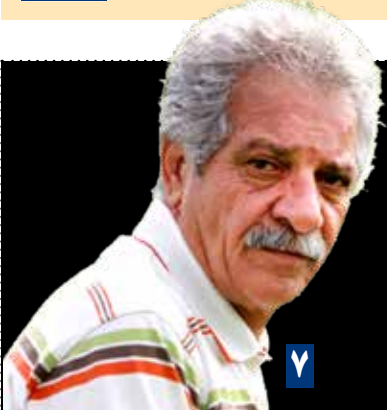
## پرونده‌ای کوچک برای مردی بزرگ

# اصغر فرهادی

# پرافتخارترین فیلمساز حال حاضر ایران

- ❖ عاشقانه ای برای فرهادی / حدیث جان بزرگی
- ❖ بیوگرافی و فیلمشناسی
- ❖ گزیده حرفها
- ❖ جدول ارزشگذاری نویسندگان بر آثار
- ❖ به روایت قلم (معرفی کتابها)
- ❖ ستارگان سینمای فرهادی / احمد شاهوند
- ❖ آثار به روایت تصاویر ...

۴-۵



## خدا حافظی با مرد پرافتخار فوتبال

❖ با یادداشتی از حمیدرضا صدر

۷

## دیدارمان به قیامت ...

❖ با یادداشتی از امید نجوان

۱



## چرا باید با دوربین موبایل عکاسی کنیم؟

فناوری

## اجبی

- تریا / (داستان کوتاه، نسترن کیوان پور)
- مکاتب ادبی دنیا: رئالیسم
- با هنرمندان جوان البرز / (محمد کرد)
- نگاهی به چند رمز و راز عرفانی در ادبیات

## ویژه

## پیاده تابشت ...

همه چیز درباره پیاده روی اربعین

- چگونه آماده شویم؟
- آخرین اخبار

## ورزشی

- بانوی داور کرجی در گذشت
- دوچرخه سواران کارگر البرزی چهارم شدند
- لیست ۲۳ نفره تیم ملی فوتبال اعلام شد
- اعلام ۲۳ نامزد برترین بازیکن سال ۲۰۱۶

## اخبار

حسینی کاشانی:

## البرز جایگاه مناسبی در تولید فیلم ندارد

چگونه خود را به نمایشگاه مطبوعات برسانیم؟

## یادداشت

محسن سیف، منتقد و نویسنده سینمایی پیشکسوت که به دلیل بیماری کبد ماهها در بیمارستان رسول اکرم بستری بود، صبح روز جمعه ۱۴ آبان بعد از تحمل چند ماه بیماری در بیمارستان درگذشت. سیف از منتقدان با دانش و پیشکسوت سینمای ایران بود که نقد فیلم را از دهه چهل آغاز کرد. تجربه «گوهردشت» در گذشت این منتقد آرام و بی حاشیه را به خانواده وی و جامعه نویسندگان سینمایی ایران تسلیت می گوید. امید نجوان برای زنده یاد سیف یادداشتی نوشته که خواندنش خالی از لطف نیست.

\*\*\*

برای زنده یاد محسن سیف

## دیدارمان به قیامت ...



امید نجوان

نویسنده و منتقد

یادش به خیر، سال‌ها پیش (وقتی در تهران پارس زندگی می کردم) با محسن سیف هم‌محلای بودم. از سال‌ها قبل می‌شناختمش اما دوستی مان از روزی شروع شد که توی شلوغی یک مینی‌بوس هم‌مسیر شدیم. تا به فلکه‌ی دوم برسیم و سوار اتوبوس به طرف مرکز شهر (خیابان جمهوری و دفتر مجله‌ی فیلم) حرکت کنیم، زلف‌هایمان دیگر به هم گره خورده بود. نشانی خانم‌هاش را داد؛ که بعد از ظهرها وقتی یک فلکه و دو چهارراه پیاده می‌روم تا روزنامه بخرم سری هم به او بزنم و گاهی دو روزنامه می‌گرفتم که بکشی اش هم از بازگشت پیروزمندی‌های من به سمت خانه بود. سهم من اما گاهی دو سه استکان چای و شنیدن خاطراتی از سینما و مطبوعات بود. جیره‌ای که در درازمدت با باز شدن پای خانمی به زندگی «آقای سیف» کم‌تر و کم‌تر شد و با خروج آن خانم از زندگی‌اش تقریباً به صفر رسید. بعد که هر کداممان محل و محله‌های دیگری برای زندگی برگزیدیم و از هم خیلی دور شدیم. در سال‌های اخیر گاهی فقط در روزهای برگزاری جشنواره و سایر برنامه‌های فرهنگی می‌دیدمش. می‌گفت: «جواد (منظورش جواد آقای طوسی بود) میداد دنبالم. طفلی راهشو به خاطر من دور می‌کنه.» پیش می‌گفتم: «خوش به حال ایشان که بچه‌محل مثل شما داره.» و یاد گذشته‌های دور می‌کردیم. وقتی شنیدم در بیمارستان بستری است، من هم در جای دیگری از شهر و در بیمارستانی دیگر مشغول رسیدگی به عزیز دیگری بودم و خیلی غمگین شدم که نمی‌توانم به دیدارش بروم. همین دو روز پیش بود که گذارم افتاد به جایی در همان حوالی (که بستری بود). با وجود زمان محدودی که داشتم خودم را رساندم به بیمارستان، اما هرچه اصرار کردم اجازه ندادند. گفتند: «ملاقات ممنوعه، فعلاً توی مراقبت‌های ویژه‌ست.»

وقتی داشتم از بیمارستان دور می‌شدم، از آن سوی خیابان به اتاق‌های طبقاتی بالا نگاه کردم و حس گنگی بهم گفت که: «هنل همیشه دیر رسیدی!» یاد دیدارهایی افتادم که دیگر هیچوقت تازه نشده و خروچنگ بغض، چنگال‌هایش را در گلویم فشار داد. امروز که خبر رسید «محسن سیف هم پر کشید» یاد جیره‌ی چای و روزنامه‌ی آن سال‌ها افتادم و در حالی که داشتم از پشت پنجره به شهر دودگرفته نگاه می‌کردم زیر لب زمزمه کردم: «دیدارمان به قیامت، آقای سیف.»



## کاهش قابل ملاحظه نرخ بیکاری در البرز

وی خاطرنشان کرد، یکی از مهم‌ترین دستاوردهای برجام، انعقاد قرارداد با ۱۲ شرکت خارجی است. استاندار البرز اظهار کرد، در همین زمینه شمار فراوانی نیروی آموزش دیده و تکنولوژی‌های جدید وارد استان شده‌اند. در مقایسه با سایر استان‌ها در البرز اقبال زیادی برای سرمایه‌گذاری وجود دارد و به‌علت کمبود آب به دنبال راه‌اندازی صنایع کم‌آبر هم‌چنین صنایع پاک هستیم.

استاندار البرز گفت: ظرف سه سال و چهار ماه از دولت تدبیر و امید بیش از ۴۰ هزار اشتغال در استان ایجاد شده که نشان از عملکرد خوب دولت در البرز دارد. طهائی با اشاره به اهداف طرح‌های البرز برای سفر هیئت دولت، گفت: هم‌اکنون اهتمام لازم برای حفظ اشتغال موجود در البرز وجود دارد و به جد درصد افزایش فرصت‌های شغلی از طریق سرمایه‌گذاری داخلی و خارجی هستیم.

استاندار البرز گفت: استان البرز پیش از آغاز به کار دولت تدبیر و امید نرخ رشد بیکاری بیش از ۲۲ درصد را تجربه می‌کرد، اما با تلاش‌های صورت گرفته در دولت فعلی و ایجاد ۴۰ هزار شغل این رقم کاهش قابل ملاحظه‌ای داشت که با توجه به مهاجرپذیر بودن استان، تلاش‌ها برای ایجاد اشتغال پایدار ادامه دارد. به گزارش گوهردشت به نقل از روابط عمومی استانداری البرز، سیدحمید طهائی

استاندار البرز گفت: استان البرز پیش از آغاز به کار دولت تدبیر و امید نرخ رشد بیکاری بیش از ۲۲ درصد را تجربه می‌کرد، اما با تلاش‌های صورت گرفته در دولت فعلی و ایجاد ۴۰ هزار شغل این رقم کاهش قابل ملاحظه‌ای داشت که با توجه به مهاجرپذیر بودن استان، تلاش‌ها برای ایجاد اشتغال پایدار ادامه دارد. به گزارش گوهردشت به نقل از روابط عمومی استانداری البرز، سیدحمید طهائی



## نمایشگاه علم و فناوری در البرز برپا می‌شود

ارائه شده است.

کامکار در ادامه با اشاره به نزدیک بودن زمان برگزاری اجلاس سراسری نماز در البرز گفت: برگزاری اجلاس سراسری نماز در البرز فرصتی مهم در اختیار ما قرار می‌دهد که ظرفیت‌های خود را دارد. وی افزود: مرکز آموزشی امام خمینی (ره) به عنوان محل برگزاری اجلاس سراسری نماز انتخاب شده که اقدامات لازم برای میزبان هر چه شایسته‌تر در این محل در حال اجرا است.

باید با قوت و شکوه هرچه بیشتر نسبت به سال‌های گذشته برگزار شود. وی ادامه داد: هفته گذشته در جلسه‌ای با حضور جمعی از مسئولان دولت در تهران ۲۹۳ طرح به عنوان فرصت آماده سرمایه‌گذاری در البرز معرفی شد. توان پرداختی برای اجرای ۴۰ طرح صنعتی و ۱۹ طرح کشاورزی از سطح اختیارات و سقف تسهیلاتی در سطح استان البرز خارج بوده که برای بررسی در هیأت دولت به مسئولان

است تا بسترهای انجام تحقیق و پژوهش را در مدارس و دانشگاه‌ها ترویج دهیم. معاون استاندار البرز تأکید کرد: طی دو سال گذشته با توجه به نامگذاری البرز به نام استان مهد علم و فناوری این استان از لحاظ برپایی نمایشگاه‌های عرضه دستاوردهای علمی و فناوری پر فروغ ظاهر شده است. کامکار در ادامه با تشریح وظایف دستگاهها و نهادهای مختلف استان البرز در هفته پژوهش اظهار کرد: ارسال نیز هفته پژوهش

معاون توسعه مدیریت و منابع انسانی استاندار البرز از برگزاری نمایشگاه علم و فناوری در البرز خبر داد و گفت: این نمایشگاه هم‌زمان با هفته پژوهش در این استان برگزار می‌شود. عبدالله کامکار در جلسه هماهنگی هفته پژوهش اظهار داشت: باید برنامه‌ریزی‌های دقیق و اصولی برنامه‌های دقیقی را برای هفته پژوهش در نظر بگیریم. وی ادامه داد: هفته پژوهش فرصت مناسبی

## ۱۵ فیلم پر فروش سینماهای ایران در سال ۱۳۹۵ (تا پایان روز یکشنبه ۱۶ آبان)

منبع: سایت سی نت Cinetmag.com

نام فیلم	نام کارگردان	ارزشگذاری نویسنده‌گان از ۴	تاریخ اکران	افتتاحیه (تومان)	هفته نمایش	روز نمایش	فروش تهران (تومان)	فروش شهرستان‌ها (تومان)	مجموع فروش (تومان)
۱ من سالوادور نیستم	منوچهر هادی	★	۵ اسفند ۱۳۹۴	۲۰۴,۰۰۰,۰۰۰	۱۸	۱۲۱	۷,۰۵۵,۷۰۰,۰۰۰	۸,۶۵۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۵,۷۰۵,۷۰۰,۰۰۰
۲ ۵۰ کیلو آلبالو	مانی حقیقی	★	۲۶ اسفند ۱۳۹۴	۱۴۵,۰۰۰,۰۰۰	۱۲	۸۳	۷,۶۰۹,۲۰۰,۰۰۰	۷,۲۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۴,۸۰۹,۲۰۰,۰۰۰
۳ فروشنده	اصغر فرهادی	★★★★	۱۰ شهریور	۱,۲۷۵,۰۰۰,۰۰۰	۹	۶۲	۸,۳۹۸,۴۰۰,۰۰۰	۵,۹۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۴,۲۹۸,۴۰۰,۰۰۰
۴ ابد و یک روز	سعید روستایی	★★★★	۲۶ اسفند ۱۳۹۴	۲۱۲,۷۰۰,۰۰۰	۲۱	۱۴۳	۶,۷۲۰,۶۰۰,۰۰۰	۴,۴۳۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۱,۱۵۰,۶۰۰,۰۰۰
۵ بارکد	مصطفی کیایی	★★★	۱۹ خرداد	۳۷۰,۳۰۰,۰۰۰	۱۴	۹۴	۶,۷۲۰,۶۰۰,۰۰۰	۲,۷۲۰,۰۰۰,۰۰۰	۱۱,۴۴۰,۶۰۰,۰۰۰
۶ یادگار	ابراهیم حاتمی کیا	★★★	۲۶ اسفند ۱۳۹۴	۱۷۲,۵۰۰,۰۰۰	۱۵	۱۰۱	۴,۳۳۵,۶۰۰,۰۰۰	۲,۷۲۰,۰۰۰,۰۰۰	۷,۰۵۵,۶۰۰,۰۰۰
۷ لانتوری	رضا درمیشیان	★★★	۱۳ مرداد	۶۶۷,۵۰۰,۰۰۰	۱۲	۸۰	۴,۳۳۵,۶۰۰,۰۰۰	۲,۱۵۰,۰۰۰,۰۰۰	۶,۴۸۵,۶۰۰,۰۰۰
۸ زاپاس	برزو نیک نژاد	★	۹ تیر	۱۰۶,۰۰۰,۰۰۰	۱۳	۸۴	۲,۷۲۰,۶۰۰,۰۰۰	۲,۳۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۵,۰۲۰,۶۰۰,۰۰۰
۹ ناردون	فریدون حسن پور	★	۲۰ مرداد	۱۶۹,۱۰۰,۰۰۰	۱۱	۷۳	۲,۱۵۱,۸۰۰,۰۰۰	۲,۰۵۰,۰۰۰,۰۰۰	۴,۲۰۱,۸۰۰,۰۰۰
۱۰ دراکولا	رضا عطاران	●	۹ تیر	۴۴۲,۱۰۰,۰۰۰	۹	۶۲	۲,۵۹۳,۷۰۰,۰۰۰	۱,۳۹۰,۰۰۰,۰۰۰	۳,۹۸۳,۷۰۰,۰۰۰
۱۱ دختر	سیدرضا میر کریمی	★	۲ تیر	۹۵,۵۰۰,۰۰۰	۱۳	۸۷	۲,۰۸۳,۸۰۰,۰۰۰	۱,۱۱۰,۰۰۰,۰۰۰	۳,۱۹۳,۸۰۰,۰۰۰
۱۲ رسوایی ۲	مسعود ده نمکی	★	۱۵ اردیبهشت	۱۹۸,۶۰۰,۰۰۰	۱۱	۷۵	۱,۵۱۸,۱۰۰,۰۰۰	۱,۳۵۰,۰۰۰,۰۰۰	۲,۸۶۸,۱۰۰,۰۰۰
۱۳ من	سهیل بیرقی	★★	۲۷ مرداد	۱۶۲,۸۰۰,۰۰۰	۱۰	۶۶	۱,۵۸۰,۶۰۰,۰۰۰	۸۷۰,۰۰۰,۰۰۰	۲,۴۵۰,۶۰۰,۰۰۰
۱۴ ازدها وارد می شود	مانی حقیقی	★★★	۸ اردیبهشت	۱۰۹,۳۰۰,۰۰۰	۱۰	۶۶	۱,۵۶۵,۴۰۰,۰۰۰	۶۰۰,۰۰۰,۰۰۰	۲,۱۶۵,۴۰۰,۰۰۰
۱۵ عادت می کنیم	ابراهیم ابراهیمیان	★★	۱۲ خرداد	۱۶۰,۲۰۰,۰۰۰	۱۰	۶۳	۱,۴۰۱,۹۰۰,۰۰۰	۵۵۰,۰۰۰,۰۰۰	۱,۹۵۱,۹۰۰,۰۰۰

### زمان دقیق سفر هیئت دولت به استان البرز مشخص نیست

معاون هماهنگی امور عمرانی استانداری با تأکید بر اینکه زمان دقیق سفر هیئت دولت به استان البرز مشخص نیست، گفت: رئیس جمهور تا یک ماه دیگر به استان البرز سفر می کند. هیرید معصومی در گفتگو با مهر و با اعلام این خبر، اظهار کرد: زمان دقیق سفر هیئت دولت به استان البرز مشخص نیست و رئیس جمهور حداکثر تا یک ماه آینده به البرز سفر می کند. پیش از این اعلام شده بود هیئت دولت شانزدهم آبان ماه به استان البرز سفر می کند، طی روزهای اخیر زمان سفر به بیست و ششم ماه جاری تغییر پیدا کرده است، معصومی در این خصوص گفت: زمان قطعی سفر هنوز مشخص نیست و به ما هم اعلام نشده است.

معاون هماهنگی امور عمرانی استانداری البرز در خصوص سفر هیئت دولت در روز بیست و ششم آبان ماه که چند روز پیش از اربعین است، گفت: بعید می دانم سفر در این تاریخ انجام شود ولی به طور قطع رئیس جمهور تا یک ماه آینده به البرز سفر می کند. وی با تأکید بر اینکه مجموعه استان آمادگی لازم برای انجام این سفر را دارد، گفت: همه پروژه های که در این سفر قرار است افتتاح شود مشخص شده است.

معصومی اظهار امیدواری کرد که سفر هیئت دولت به استان البرز توسعه و عمران این استان را به دنبال داشته باشد.

### نمایش «پس لرزه» راهی جشنواره تئاتر کودک و نوجوان شد

نمایش «پس لرزه» به کارگردانی محمد اسماعیل زاده به جشنواره تئاتر کودک و نوجوان را یافت، ایسنا نمایش به زودی در کرج اجرا می شود.

نمایش «پس لرزه» از استان البرز به بیست و سومین جشنواره بین المللی تئاتر کودک و نوجوان راه یافت این جشنواره با حضور گروه های نمایشی ایرانی و خارجی، آذرماه در استان همان برگزار می شود.

نمایش «پس لرزه» نوشته سینا شفیع و کارگردانی این اثر به عهده محمد اسماعیل زاده است. قصه این نمایش به سه نوجوان اختصاص دارد که با تشنه طرز فکر و نیازهای متفاوت دست و پنجه نرم می کنند و هر یک به شکل مختلفی دچار بحران هویت شده اند.

اسماعیل زاده کارگردان این نمایش به مهر گفت: این نمایش به دنبال دیدار کردن تخیل تماشاگر است. در این اثر قاب هایی وجود دارد که توسط تماشاگر نقاشی می شود.

وی درباره تمرین های بازیگران این اثر گفت: از بهمن ماه سال گذشته تمرین ها به صورت مداوم آغاز شده و طی اجرای مختلف نمایش به کیفیتی رسیدیم که امروز می توانم خود را در لیست بیست و سومین جشنواره بین المللی تئاتر کودک و نوجوان ببینم.

کارگردان نمایش «پس لرزه» بازیگران این نمایش را معرفی کرد و گفت: علی برنگی، محمدرضا رشتنوی، نیما نوروزی و علیرضا چکینی در این نمایش ایفای نقش می کنند.

به گفته اسماعیل زاده این نمایش به زودی دور سوم اجراهای عموم خود را قبل از عزیمت به جشنواره بین المللی تئاتر کودک و نوجوان همدان، در کرج آغاز می کند.

### بارش برف در ارتفاعات البرز

هواشناسی استان البرز برای محور کوهستانی چالوس بارش باران و برای ارتفاعات استان بارش برف پیش بینی کرد.

منصور رحمانیان در گفتگو با مهر ضمن اعلام وضعیت جوی استان، اظهار کرد: بر اساس تحلیل آخرین نقشه های پیش یابی هواشناسی با عبور امواج تراز میانی از غرب و مرکز کشور و نفوذ جریان های شمالی در نوار شمالی از روز گذشته در استان البرز رگبار باران، گاهی رعدوبرق، وزش باد بودیم. وی در ادامه اضافه کرد: در مناطق کوهستانی و سردسیر بارش ها به صورت برف است.

مدیرکل هواشناسی استان البرز تأکید کرد: از امروز به تدریج از میزان بارش ها در سطح استان کاسته خواهد شد.

رحمانیان وضعیت جوی شهرستان های استان را نیمه آبری در بعضی ساعات همراه با بارش باران و وزش باد اعلام کرد و گفت: وضعیت جوی دیزین مه آلود همراه با وزش باد و باران است و در حال حاضر دمای هوا در این منطقه به منفی ۲ درجه سانتی گراد رسیده است.

وی در ادامه وضعیت جوی محور چالوس را نیمه آبری تا آبری همراه با بارش باران گلهی رعدوبرق در پارهای نقاط مه آلود خواند و گفت: ماکزیمم سرعت وزش باد در این محور ۲۶ کیلومتر بر ساعت است.

مترو - ایستگاه مصلی در مسیر خط یک مترو (ورودی شمالی مصلی) - ایستگاه شهید بهشتی در تقاطع خطوط ۱ و ۲ (ورودی جنوبی مصلی)

خطوط BRT خط پنج اتوبوس های تندرو (پایانه بیهقی - پایانه علم و صنعت)

توصیه - استفاده از خودروی شخصی به دلیل شلوغی بزرگراه ها و خیابان های محدوده مصلی برای بازدید از نمایشگاه توصیه نمی شود. (هرچند امکانات و تسهیلاتی به منظور پارک خودروهای شخصی نیز در نظر گرفته شده است).

پارکینگ ها - پارکینگ شهید بهشتی (ضلع جنوبی مصلی) با ظرفیت ۶۰۰ خودرو - پارکینگ بزرگ لجستیک با دسترسی از خیابان شهید مفتاح شمالی، قبل از دانشکده الهیات دانشگاه تهران با ظرفیت سه هزار دستگاه خودرو

\* پارکینگ گلگشت با دسترسی از بزرگراه رسالت، قبل از سازمان فرهنگ و ارتباطات اسلامی با ظرفیت ۷۰۰ دستگاه خودروی سواری و ۵۰۰ دستگاه اتوبوس - بیست و دومین نمایشگاه مطبوعات و خبرگزاریها تا ۲۱ آبان ماه همه روزه در مصلی امام خمینی (ره) از ساعت ۹ و ۳۰ تا ۲۰ پر است.



### حسینی کاشانی:

## البرز جایگاه مناسبی در تولید فیلم ندارد

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان البرز با تأکید بر اینکه وضعیت استان البرز در تولید فیلم جایگاه مناسبی نیست، گفت: این مهم به دلیل هم‌مرز بودن با استان تهران و نزدیک بودن به پایتخت است و همین مسئله باعث شده است تاکنون در البرز شاهد تولید فیلم نباشیم. سید موسی حسینی کاشانی در گفتگو با مهر، در خصوص وضعیت سینما و فروش فیلم در استان، اظهار کرد: آمارها نشان می دهد استان البرز در مقایسه با دیگر استان های کشور جایگاه مناسبی در تولید فیلم ندارد. نگاهی به وضعیت تولید فیلم در کشور این موضوع را به خوبی آشکار می سازد. این مهم به دلیل هم‌مرز بودن با استان تهران و نزدیک بودن به پایتخت است و همین مسئله باعث شده است تاکنون در البرز شاهد تولید فیلم نباشیم.

حسینی کاشانی با اشاره به فعالیت ۱۳ سالان سینما در البرز با ظرفیت سه هزار و ۷۲ صندلی، گفت: طی سال گذشته ۳۳۲ هزار نفر تماشاگر البرزی از ۱۱۷ عنوان فیلم اکران شده در سالن های سینمای استان استقبال کرده اند. مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان البرز میزان فروش سینماهای استان در سال گذشته را ۲۶ میلیارد ریال اعلام کرد و گفت: این میزان در مقایسه با دیگر استان های کشور بهتر است و طبق اعلام سازمان سینمای کشور استان البرز دارای رتبه دوم کشوری نسبت تماشاگران سینما به جمعیت استان را دارد. حسینی کاشانی اضافه کرد: وضعیت استقبال تماشاگران البرزی از تماشای فیلم خوب است و همین منظور باید برای توسعه و گسترش سینماها و سالن های سینمایی تلاش کنیم.

### گزارش تصویر



## پاکسازی کوه عظیمیه توسط بانوان ورزشکار

این روزها در جای جای کشور خیر از طرح های حمایت محیط زیست به گوش می رسد. طرح هایی با اهداف پاکسازی طبیعت، حمایت از جنگل ها و فضای سبز و ... به گزارش خبرنگار گوهر دشت، این طرح ها که معمولاً به صورت خودجوش و مردم نهاد در جامعه اجرا می شود، علاوه بر ایجاد حس همدلی در پاکیزه کردن طبیعت پیرامونمان، به فرهنگ سازی در این زمینه نیز بسیار کمک می کند. در این بین، هم استانی های همواره پیشرو البرزی نیز از قافله عقب نمانده و برگی زرین در این دفتر به یادگار نقش زدند. هفته گذشته جمعی از ورزشکاران رشته باراوسل طرح پاکسازی کوه عظیمیه را اجرا کردند. در این طرح که به سرپرستی مرجان

افتخاریان (مریی باراوسل کرج و نماینده رئیس کمیته این رشته در کرج) انجام شد، بالغ بر سی نفر از ورزشکاران باشگاه ارنگ بانوان حضور داشتند و در گروه های دوفنری به تفکیک و جمع آوری زباله ها پرداختند. شایان ذکر است گروه های متعددی تحت عنوان «باراوسل سبز» به سرپرستی هنگامه امیدی رئیس کمیته باراوسل ایران در همان روز در شهرهای مشهد، تبریز، اصفهان، شیراز و کیش به این اجرای این طرح پرداختند. نکته ای که شاید دانستنش خالی از لطف نباشد این است که در بین گروه های شهرهای مذکور، تیم کرج به عنوان گروه نمونه در انتخاب شد.



## برگزاری همایش بزرگ خانواده ها در فرهنگسرای ولایت

از برنامه ریزی برای تأثیر فرهنگی این سریال ها در عادی سازی خیانت زوجین به یکدیگر می گویند. افزون بر شبکه های ماهواره ای ما مواجه با سیل عظیم دی وی دی های سریال های خارجی هستیم که بخش عمده این سریال ها در مقوله زن و خانواده با ترویج فرهنگی بی حیایی و بی عفتی و عادی سازی مقوله خیانت، عشق های ضربداری، مثلی و... قصد همسراه کردن مخاطب با خود را دارد و ممکن است مخاطب با دریافت پیام این سریال ها، با محتوای ارائه شده آنها احساس هم ذات پنداری کند. وی گفت: راهکارهایی برای ایمنی از آسیب های فضای مجازی برای خانواده ها وجود دارد که به اختصار می توان به آموزش مهارت های لازم به نسل جوان، همراهی خانواده با فرزندان، ایجاد فضای صمیمی در خانواده، ایجاد رابطه اعتماد بین والدین و فرزندان، نکشاندن روابط فضای مجازی به فضای واقعی، پرهیز از وبگردی های بی هدف، مطرح نکردن اسرار خانوادگی و مشکلات زندگی خود در فضای مجازی، عدم انتشار اطلاعات شخصی و خانوادگی اشاره کرد. امید است با ورود خانواده ها به فضای مجازی و ارائه آموزش های لازم به فرزندان، تکنولوژی عصر حاضر که می تواند برای خانواده ها مفید و مثمر نم باشد تبدیل به تهدید و مشکل برای خانواده ها نشود. در پایان با توجه به اهمیت زیارت اربعین حسینی و تأکیدات مقام معظم رهبری و علمی برجسته به آن چند دقیقه ای هم به این بحث پرداخته شد.

ششمین دوره همایش خانواده ها ویژه والدین دانش آموزان با موضوع مشکلات و مضللات اجتماعی فضای مجازی نوجوانان و جوانان با حضور اساتید دانشگاه تهران در فرهنگسرای ولایت برگزار شد. به گزارش گوهر دشت، جان محمد خوب پور، سرپرست اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی شهرستان فردیس گفت: فضای مجازی نسل جدیدی از فضای روابط اجتماعی است که با اینکه عمر خیلی زیادی ندارد، توانسته به خوبی در زندگی مردم جا باز کند. مردم بسیاری در سنن مختلف و از گروه های اجتماعی متفاوت در فضای مجازی کنسار هم آمده اند و از فاصله های بسیار دور در دنیای واقعی، از این طریق با هم ارتباط برقرار می کنند. وی گفت: امروزه خانواده ایرانی در سبب فرهنگی خود با شبکه های ماهواره ای، فضای مجازی، رسانه های مدرن و... مواجه است که هر کدام به نوبه خود بخشی از فرآیند تأثیر گذاری در خانواده را هدف گرفته اند. پیام مشترک بعضی از شبکه های ماهواره ای که به طور تخصصی تمام تمرکز خود را بر مقوله خانواده گذاشته اند، عبارتی است: ترویج خانواده های بی سامان و لجام گسیخته در مقابل ساختار خانواده عادی سازی خیانت همسران به یکدیگر، عادی جلوه دادن روابط جنسی دختر و پسر پیش از ازدواج، ترویج فرهنگ هم باشی به جای ازدواج و... دغدغه های بسیاری را برای جامعه کارشناسی ایجاد کرده است. خوب پور افزود: بسیاری از کارشناسان خانواده و بهداشت جنسی

## برگزاری مسابقه عکاسی با موضوع نماز

خصوص است. اما این فراخوان باید به صورت خاص و برای هنرمندان عکاس برگزار شود. اگر فراخوان به صورت عام برگزار نشود می توان از افراد تعیین شده و هنرمند برای استفاده از آثار هنری بهره مند شد.

رسول اولیازاده در بخش دیگری از سخنانش گفت: اگر هدف از استفاده از آثار عکاسی با موضوع نماز تهیه کتاب با عکس های برتر رسیده به دبیرخانه این فراخوان است، باید زودتر اعلام شود تا بتوان مقدمات انجام این کار را صورت داد.

دومین جلسه رسمی ستاد اجرایی اجلاس نماز و فعالیت های هنری با حضور سید موسی حسینی کاشانی مدیر کل فرهنگ و ارشاد اسلامی البرز، مهدی ابدالی مشاور مدیر کل و رئیس اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی کرج، سیده مریم شفیع معاون اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی کرج، مجید صالحی مدیر مسئول انتشارات شانی، رسول اولیازاده رئیس انجمن شیدنگاران البرز، سلجوقی از اتحادیه تشکل های قرآنی البرز، فرانک ژین نائب رئیس انجمن هنرمندان نقاش البرز، سجاد فروغی رئیس هنرستان هنرهای زیبای پسران، علی شهبازی رئیس انجمن سینماگران البرز، بهارک زرگر وفا نائب رئیس انجمن شیدنگاران البرز، کامبیز بزرگمهر مسئول ستاد مبارزه با بازی های غیرمجاز رایانه ای البرز، مرادی از دانشگاه علمی کاربردی هنر، زیار از ستاد اقامه نماز و جمعی از کارمندان اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی کرج برگزار شد.



دومین جلسه رسمی ستاد اجرایی اجلاس نماز و فعالیت های هنری با حضور اعضای این کمیته در اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی کرج و با حضور سید موسی حسینی کاشانی مدیر کل فرهنگ و ارشاد اسلامی البرز برگزار شد. به گزارش گوهر دشت به نقل از روابط عمومی اداره فرهنگ و ارشاد اسلامی کرج: رئیس انجمن شیدنگاران و رئیس مجموعه خانه عکاسان جوان البرز در خصوص برنامه های خود در خصوص ارائه کارهای عکاسی با موضوع نماز در نمایشگاه گفت: برگزاری فراخوان عکاسی با موضوع نماز و تأثیر آن در پیشگیری از آسیب های اجتماعی از برنامه های پیش بینی شده در این

همه چیز از هنر و ورزش البرز GohardashtOnline.ir @gohardasht\_weekly



**مکاتب ادبی دنیا:**

## رئالیسم

اوایل قرن نوزدهم قهرمانان تخیلی از لابلای سطور داستان‌ها بار سفر بستند و رفتند و مردم عادی کوچه و بازار در داستانها

ظهور کردند. و طبیعت جاری با تمام زشتیها و زیبایی هایش جای کاخ های افسانه‌ای را گرفت.

درلغت، رئالیسم به معنی واقع گرایی و حقیقت نویسی است.

واقعیاتی که گاه انسان را می‌گریاند و گاه می‌خنداند. نویسنده زلال در خلق اثر خود بی طرف است و هرگز خود را وارد داستان

نمی‌کند.مانند یک نقاش زبردست فقط از طبیعت و مظاهر طبیعی با دیدگاهی ژرف نگر عکس می‌گیرد و بعد آن تصاویر را عینا در داستانش منعکس می‌کند.

حقیقت جویی و حقیقت بینی شیوه ی یک رئالیست است و هرگز به کاخ های افسانه‌ای ارمانتیک وارد نمی‌شود. یک

## SHORT STORIES



نسترن کیوان پور

† nastaran.keyvanpour@gmail.com

نسترن کیوان پور

نسترن کیوان پور

واقعن به کمک شما نیاز دارد.
حالم خیلی بده.»
احتمال مشکل عاطفی داشتند.
از این دخترهای نازپرورده‌ای که نمی‌دانند یا پولشان چه کار کنند.
دستش را گرفت.
نمی‌دانست چه بگوید.
به قدری استرس داشت که حس کرد فشارش افتاده.
دختر جوان با چشمانی که پلک نمی‌زد و التماس در آن‌ها موج می‌زد نگاهش می‌کرد.
سعی کرد اعتماد به نفسش را بازیابد.
با خودش فکر کرد که فالگیرها چه می‌گویند در این موقعیت؟
به دست زن نگاه کرد و بعد به چشمانش.
گفت خط عمرت بلند است.
دختر جوان عکس‌العملی نشان نداد.
گفت از نظر خانوادگی در وضعیت خوبی به سر می‌بری.
دختر جوان باز عکس‌العملی نشان نداد.
سعی کرد از ظاهر دختر اطلاعاتی را حدس بزند.
چو سنگین شده بود و سکوت برقرار بود.
همه چیز داشت لو می‌رفت تا نگاهش روی جای حلقه‌ی دختر ثابت ماند.
پوست آن قسمت از انگشتش، کمی روشن‌تر بود.
دل را به دریا زد و گفت: تازه از همسرت جدا شدی! دختر جوان با خوشحالی گفت بله!
اعتماد به نفسش را بازیافت.
گفت عاشقت بودی و هنوز هم هستی.
اطلاعات کلی داد و دختر با خوشحالی سرسر تکان می‌داد.
بزه را گول زده بود و خوش حال بود.
به او گفت به زودی عشقت برمی‌گردد.
منظرت باش!
گفت چه‌کار کنم؟
سرا پا گوش بود تا بگوید.
فی‌البدهه هرچه به ذهنش می‌رسید به زبان آورد.
استخوان سگ، پونه و هزار و یک چیز دیگر که توی فیلم دیده یا شنیده بود شد؛ ملغمه‌ای که برای ساختن معجون عشق به کار بُرد.

دختر از خوشحالی گریه کرد.
گفت از دوستانم شنیده بودم که کاران خوب است.
یک تراول صد هزار تومانی روی میز گذاشت و رفت.
زن نفهمید دور و برش چه می‌گذرد.
درست می‌دید؟
برای سه چهار تا دروغ، پاداش گرفته بود.
مقدار بسیار بیش‌تری پول نیاز داشت اما حس کرد درست نیست که با گول زدن مردم پول دربیاورد.

سه روز بعد از خانه خارج نشده بود.
تراول هنوز روی میز بود و نمی‌توانست به آن دست بزند.
در سر دو راهی مانده بود و احساس عجز و ناتوانی داشت.
هم به آن پول نیاز داشت و هم نمی‌توانست و می‌گوید:
ثُریا!

## نگاهی به چند رمز و راز عرفانی در ادبیات

یعنی «من» در او محو می‌شود، و دیگر خود را مانند دیگران «من» درک نمی‌کند.

در مثنوی آمده است:

آن یکی آمد در باری بزد / گفت یارش کیستی ای معتمد؟

گفت: «هن» گفتش برو هنگام نیست / بر چنین خوانی مقام خام نیست چون تویی تو هنوز از تو تریفت / سوختن باید تو را در نار تفت خام را جز آتش هجر و فراغ / کی بزدی کنی وارهاند از نفاق رفت آن مسکین و سالی در سفر / در فراغ دوست سوزید از شرر پخته گشت آن سوخته، پس باز گشت / بازگرد خانه‌ی اینباز گشت حلقه زد بر در به صد تیرس و ادب / تا بنجهد بی‌ادب لفظی زلب بانسگ زد یارش که بر در کیست آن؟ / گفست بر در هم تویی ای دلستان

گفت اکنون چون منی، ای من درآ / نیست گنجایی دو من را در سرا چون یکی باشد همه، نبود دویی / هم منی برخیزد آنجا هم تویی

اگر محو شدن به حدی برسد که آثار «من» نیز محو شود محق نامیده

**خلوت:** راز و نیاز پنهانی با خداوند است.

**فنا:** حالتی که بنده هیچ فعلی را از خود نبیند.

**ملکوت:** عالم مادیات.

**ملکوت:** علم ماوراء طبیعی.

**قیض و بسط:** «قیض» یعنی حالت گرفتگی روح عارف و «بسط» حالت شگفتگی روح.

**ذوق و شسرب و وی و سکر:** ذوق چشیدن لذت است. ذوق عرفانی

یعنی درک حضوری لذات حاصل از تجلیات و مکاشفات. چشیدن ابتدایی «ذوق» است ادامه یافتن آن «شسرب» نوشتن» است و سرخوش شدن «سکر» است و بردشن از آن «ری» سی‌راب شدن» است.

بعضی از عرفا معتقدند آنچه از ذوق دست می‌دهد تساکر است نه

سکر و آنچه از شرب دست می‌دهد «سکر» است ولی حالت حاصل از بردشن، به خود آمدن «صحو» است.

**محو، محق و صحو:** مقصود از «محو» این است که عارف به جایی می‌رسد که محو در ذات حسق می‌گردد و از خود فانی می‌شود.

آشنایی با اصطلاحات هر علم و فنی شرط اساسی فهم آن است. اصطلاحات یک علم، زبان آن علم است و آشنایی که زبان‌دان نیست «حُمّ بَنَمَ عُمی» است و در نتیجه مشمول «فَهْم لا یَزُجْعون» است. علم عرفان در این زمینه وضعیت ویژه‌ای دارد، یعنی فهم صحیح اصطلاحات عرفانی تنها راه فهم نسبی صحیح مقاصد عرفا به شمار می‌رود و فهم اصطلاحات آنان هم کاری است دشوار که «مرد کهن» می‌طلبد.

در این مقال با چند نمونه از اصطلاحات ابتدای عرفان با ما همراه باشید.

**خواطر:** القاتی را که بر قلب عارف وارد می‌شود. (واردات و آن گاهی به صورت قیض یا بسط یا سرور یا حزن است. عرفا معتقدند که خواطر، گاهی رحمانی است و گاهی شیطنی و مقیاس اساسی این است که ببینیم که آن خاطره به چه چیزی امر و از چه چیزی نهمی می‌کند. اگر امر و نهمی‌اش بر خلاف امر و نهمی شرعت باشد قطعا شیطنی است.) **موت:** ریشه‌کن ساختن هواهای نفسانی که جهاد اکبر است.

**سابقه:** عنایت ازلی.

که باید باشد!.. از پیشگامان مکتب رئالیسم «بازاک» در فرانسه، «چارلز دیکنز» در انگلیس، و تولستوی و داستایوفسکی را در روسیه می توان نام برد.

«جنگ و صلح» لئون تولستوی و «وارثی گرانده» بازاک و «وارثولو» ی استندال، از شاخص ترین آثار رئالیستی است.

## خوهردشت ۳

هفته نامه هنری / ورزشی البرز - شماره سوم - سه شنبه ۱۸ آبان ۱۳۹۵

**با هنرمندان جوان البرز**



**محمد کُرد** (شاعر)

**گزیده حرفه‌ها:**

بی شک هر انسانی درون خود یافته هایی دارد که تا هنگامی که در عرصه حقیقت آنها گنجا نمی‌ند، به سر انجامشان نمی رسد. زندگی من مثل کتابی بی خط و بی نوشته است که در مقدمه آن جمله ای ایجاب شده «هر قدم برای آموختن» در حقیقت من آنقدرها علاقمند به ادبیات نبودم ولی بعد هسا آنهم به عنوان یک سرگرمی ذیاتی را به مطالعه نوشته های زیبا و شعرهایی از اهالی قلم می گذراندم و هر چه از زمان این مصاحبت می گذشت به فشردن قلم در میان انگشتان مستعدتر می شدم و هر لحظه بیشتر این حضانت را در خود جویا می شدم. هر چه باشد قلم مبلغ اندیشه به تحریر است.

**شعر می گویم و شاعر نیستم / در طلب ماندم و طالب نیستم**

در واقع من خود را شاعر نمی دنام و هیچ علاقه ای به انبساط بیرونی آن در خود نمی بینم. سرودن بیشتر برابم وسوسه هذیان دلنتگی است که به کاند دچار می شوم و الا نان عاشق دلنتگی است و وسوسه اش دیدار.

به عقیده من مسئولان باید بستری برای بلوغ آماده سازند تا بتوانند نقش خود را در جامعه نمایان تر کنند. برای یک ذهن مستعد شرایط مساعد ایجادگر هدفی متمالی است. افرادی که به سن بنده دچار می شوند تقریبا نمی از راه را سبری کرده اند و تا حدودی مسیر را برای ادامه یافته اند اما با این حال حمایت پشتوانه همت است. باید دانست که هنرمند به نوعی یک واقف است که آشناع اش ضمیر نوع دوستی ست. \*\*\*

**شعر منتخب:**

فرصت بده تا به دریا بنگرم  
به مهتاب بی آرزو  
به سهم خورشید از روشنی  
به دیدار فصل ها از زندگی  
به آنچه میان من و توست  
که بی تعبیر می ماند  
بی توقف  
بی هیچ فاصله ای  
می دانی  
در دورنگار من  
تو آنچه بایدی  
هرگز به تو نمی اندیشم  
که در تو زنده ام  
زندگی می کنم ...

### پندانه

#### داستان ضرب المثل «بادنجان دور قاب چین»

افراد متملق و چاپلوس را به این نام و نشان می‌خوانند و بدین وسیله از آنان و رفتار خفت آمیزشان به زشتی یاد می‌کنند.

**اما ریشه ی تاریخی آن:**

آن چه که مخصوصا در آشپزان سرخه حصار در زمان ناصرالدین شاه قابل توجه بود و برای شناخت متملقان و چاپلوسان ریاکار که در هر عصر و زمان به شکل و هیئاتی خود نمایمی می‌کنند آموزندگی داشت، موضوع سبزی پاک کردن و بادنجان دور قاب چیند از طرف وزرا و امرا و رجال قوم بود که باین عمل و رفتار خویش جلالت و بی مزگی در امر تملق و چاپلوسی را تا حد پستی و دنائت طبع می رسانیدند.

کسانی که در امر طبخ و آشپزی مطلقا چیزی نمی دانستند و کاری از آن‌ها ساخته نبود، این عده که در صدر آن‌ها صدر اعظم قرار داشت دو وظیفه ی مهم و خطرناک بر عهده داشتند:

یکی آن که چهار زانو بر زمین بنشینند و مثل خدمه های آشپزخانه بادنجان را پوست بکنند.

دیگر آن که این بادنجان‌ها را پس از پخته شدن در دور و اطراف قاب های آش و خورش بچینند.

شادروان عبدا.. مستوفی می نویسد : «هن خود عکسی از این آشپزان دیده ام که صدر اعظم مشغول پوست کردن بادنجان، و سایرین هریک به کاری مشغول بودند.» این آقایان رجال بزرگان کشور طوری حساب کار را داشتند که بادنجان‌ها را موقعی که شاه سری به چادر آن‌ها می زد به دور قاب می چینند و مخصوصا دقت و سلیقه به کار می بردند که بادنجان‌ها را به طرز زیبا و شاه پسند دور قاب‌ها بچینند تا مسرت خاطر ناصرالدین شاه فراهم آید و نسبت به مراتب اخلاص و چاکری آن‌ها اظهار تقدق و عنایت فرمایند.

دکتر فریویه طیبب مخصوص ناصرالدین شاه می نویسد: «علی‌حضرت مرا هم دعوت کرد که در این آشپزان شرکت کنم. من هم اطاعت کردم و در جلوی مقداری بادنجان نشستم و مشغول شدم که این تغل جدید خود را تا آن جا که می توانم به خوبی انجام دهم. در همین موقع ملیچک به شاه گفت

بادنجان‌هایی که به دست یک نفر فرنگی پوست کنند شوه نجس است. شاه امر را به شوخی گذراند و محمد خاں پدر ملیچک تمام بادنجان‌هایی را که پوست کنند بادم جمع کرد و عمدتاً آن‌ها را با نوک کارد بر می چید تا دستش به بادنجان‌هایی که دست من به آن‌ها خورده بود نخورد. بعد

بادنجان‌ها و سینی و کارد را با خود بیرون برد ...»

در هر صورت اصطلاح بادنجان دور قاب چین از آن تاریخ ناظر بر افراد متملق و چاپلوس گردیده رفته رفته به صورت ضرب المثل درآمده است.

### ریشه شناسی لغت

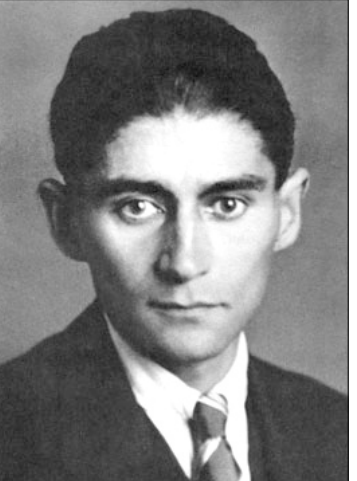
#### معنی کلمه «آبان»

اسم: آبان

نوع: پسرانه

ریشه اسم: فارسی

**معنی:** نام ماه هشتم از سال شمسی، نام فرشته نگهبان آب، نام روز دوم از هر ماه شمسی در ایران قدیم
**آبان:** نام فارسی شده ایزد آب‌ها یا آناهیتا است که در اوستا (آردوی سور اناهیتا) یعنی رودخانه نیرومندی اودگی نامیده شده است.ناهیتا که کوتاه شده این نام اوستایی است نام الهی نی نماینده بر آب‌های روان بوده و یشی که در اوستا به مناسبت این الهه سروده شده آبان یشت نام دارد. نامگذاری آبان به این مناسبت بوده که این ماه آغاز بارندگی بوده است. به سخن ساده تر آبان یعنی ماه بارش باران و ماه آب‌ها.









چه خوشبویی ای خاکدا در روز قیامت قومی از تو بپا خیزند که بدون حساب و بی درنگ به بهشت روند.

زمین کربلا در روز رستاخیز، چون سستاره مروریدی می درخشد و ندا می دهد که من زمین مقدس خدایم، زمین

### اخبار اربعین

#### ر کورده ثبت‌نام روزانه در سماح شکست

سعید اوحدی، رئیس سازمان حج و زیارت از ثبت‌نام بیش از ۷۰۰ هزار نفر از مشتاقان زیارت اربعین در سامانه سماح خبر داد و گفت: تعداد ثبت‌نام کنندگان در سماح نسبت به مقطع زمانی مشابه در سال گذشته افزایش ۴۰ درصدی داشته است.

وی در سخنانش به استقبال کم‌نظیر مشتاقان زیارت اربعین برای نام‌نویسی در سامانه سماح طی روزهای گذشته اشاره کرد و افزود: امیدواریم بر اساس پیش‌بینی ستاد مرکزی اربعین، پذیرای حداقل ص دو میلیون زائر در ایام اربعین اِمسال باشیم.

رئیس سازمان حج و زیارت با اشاره به اینکه این روزها، رکورد ۷۰ هزار نفری ثبت‌نام در سامانه سماح در یک روز را شاهد بوده‌ایم، گفت: به نظر می‌رسد در روزهای آینده ترافیک زیاد مراجعه‌کنندگان به سامانه ثبت‌نام را داشته باشیم که البته با تمهیدات اندیشیده‌شده تاکنون مشکل فنی در این سامانه وجود نداشته و در آینده نیز وجود نخواهد داشت.

#### هر روز ۴۲ هزار گذرنامه صادر می شود

سرهنگ نقد علی شریفی، رئیس اداره صدور گذرنامه افزود: آمار تقاضای صدور گذرنامه هم‌زمان با آغاز محرم امسال در هر روز حدود ۲۵ هزار تن بوده که این تقاضا در زمان حاضر به ۴۲ هزار تن در روز رسیده است.

رئیس اداره صدور گذرنامه افزود: صدور گذرنامه نسبت به سال گذشته افزایش داشته است؛ همچنین فرایند صدور آن از زمان تحویل مدارک به دفاتر پلیس ۱۰۰ تا تحویل به متقاضیان ۲۲ ساعت و زمان می‌برد.

وی گفت: زوار توجه کنند که مدت اعتبار گذرنامه کمتر از ۶ ماه نباشد و کسانی که قصد اقدام برای اخذ یا تمدید گذرنامه دارند این روند را به روزهای نزدیک به راهبیمایی بزرگ اربعین موکول نکنند.

شریفی همچنین در ادامه افزود: امکان جعل و تقلب با الکترونیکی شدن روند صدور گذرنامه در این فرایند به حداقل رسیده است؛ ضمن اینکه لازم است هموطنان از قرار دادن گذرنامه در همجواری دستگاه های دیجیتالی خودداری کنند چراکه در گذرنامه شناسه ای به شکل تراشه وجود دارد که ممکن است همجواری با دستگاه های دیجیتالی این شناسه را مخدوش کند.



#### ساخت موکب ثامن الحجج با گنجایش ۱۵۰۰۰ زائر

حجت الاسلام والمسلمین سیدجعفر علم الهدی مسئول دفتر نمایندگی بعثه مقام معظم رهبری در نجف به همراه جواد شاد مدیرکل حج و زیارت خراسان رضوی از موکب در حال ساخت حضرت ثامن الحجج علیه السلام بازدید کردند.

این موکب که به نام امام هشتم علی بن موسی الرضا علیه السلام نام گذاری شده، در زمینی به مساحت ۱۲۰۰۰ مترمربع یا ۸ سوله بمتراز ۷۰۰۰ مترمربع با طراحی شکل الله و ترمارو ما به قبله در حال ساخت است.

در این بازدیدی حامد صادقی نماینده مستشرق از شهرداری مشهد از اسکان ششی ۱۵۰۰۰ زائر در این موکب خبر داد و گفت: ۲۵۰ چشمه سرویس بهداشتی در ۴ نقطه برای این موکب پیش بینی شده است.

وی خاطرنشان کرد: این موکب که مدیریت آن به واحد اربعین شهرداری مشهد واگذار شده است در انتهای صحن حضرت زهرا سلام الله علیها پایین پله برقی کنار شارع حولی قرار دارد و در آن ۳ سالن مجزا برای اسکان ۳۵۰۰ نفر ویژه خواهران تعبیه شده است.

مسئول دفتر نمایندگی بعثه مقام معظم رهبری در نجف پس از بازدید از اِسن پروژه، از فعالیتهای بی وقفه مجریان طرح به ویژه مهندس ناظر آن تشکر کرد و گفت: هر کس در این مسیر و خدمت سه زائران ابا عبدالله الحسین علیه السلام قدمی بردارد و آجری روی آجر بگذارد اجر خواهد برد.

#### مشخص شدن روز اربعین در عراق

طی تماس تلفنی با دفتر آیت الله سیستانی، ماه صفر برای ایشان اثبات نشده و روز اربعین در عراق دوشنبه ۱۴ آذر خواهد بود.

بین مردم عراق مشهور است که بر اساس نظر آیت الله سیستانی و برخی علمای دیگر مدت زیارت اربعین ده روز است. از ده تا بیست صفر و کسی که در این مدت زیارت کند، ثواب زیارت اربعین را برده است.

#### پروژه هالیوود برای پیاده روی اربعین

هالیوود در نظر داد با تولید مستند اربعین بزرگ آن را در سطح جهان اکران شود.

به گزارش العالم، رسانه های عراقی اعلام کردند هالیوود این فیلم را با هزینه ای بالغ بر ۲۰۰ میلیون دلار تولید خواهد کرد.

در همین راستا، کاترین بیگلو، کارگردان آمریکایی، به برصره خواهد آمد تا از نزدیک شاهد گنجره بزرگ اربعین باشد و در آن مشارکت کند. کاترین بیگلو اولین زنی است که جایزه اسکار کارگردانی را به دست آورده است. قرار است او به برصره بریابد و ۶۰۰ کیلومتر تا مرقد امام حسین (علیه السلام)، با زائران اربعین، همراهی کند.

بیگلو در این سفر سه‌بارۀ بن بادیس، روزنامه نگار بریتانیایی – الجزایری را در کنار خود دارد. گفته می‌شود او شرکت سونی پیکچرز را برای تهیهٔ این فیلم قانع کرده است، به ویژه اینکه پس از سرنگونی صدام، راهبیمایی میلیونی اربعین با توجه گستردهٔ رسانه های عربی و جهانی همراه شده است.

پاک و مبارکی که پیشوای شهیدان و سالار جوانان بهشت را در بر گرفته است.

علامت های مومن (شیعه) پنج چیز است: خواندن پنججاه و یک رکعت نماز در شبانه روز (نمازهای یومیه و نافله)، زیارت

#### همه چیز درباره پیاده روی اربعین

## پیاده تا بهشت...

رخ داده و جاودان شده.

نام مبارک امام حسین (ع) آنچنان گره ای با محرمّ خورده که این ماه برای شیعیان و عاشقان سالار شهیدان تا به امروز، ماه حزن و اندوه بوده و بر ذهن ها آنچنان حک شده که با هیچ رخدادی قابل قیاس نیست.

در حقیقت، ما شیعیان، انس عجیبی با عطر و بوی تربت کربلا داریم، آنجا که خاک کربلا را در کنار تسبیح و سجاده مان می گذاریم؛ از سر یقین و عبادت بر آن معترف و آگاهیم و از سر صدق و اطاعت است و بس...

امام صادق (ع) در این باره می‌فرماید: «همانا سجود بر تربت حسینین (ع) حجابهای هفتگانه را پاره می‌کند» که همانا مراد از «حجاب» در کتاب و سنت، همان



الهام آموکاشی

نویسنده

نام بعضی روزها و مناسبت ها آنچنان بسر تارک ذهن می نشینند و با تار و پود وجودت عَجین می شود که گویی برگگی از تاریخ است که هرگز در طول زمان، تکرار نمی شود و هیچگاه هیچ کس در هیچ مکانی از یاد نخواهد برد؛ آنچه

اربعین، انگشتر به دست راست کردن، پیشانی را در سجده بر خاک نهادن، بلند گفتن بسم .ل. الرحمن الرحیم در نماز:

امام حسن عسکری (ع) هر کس با ترس به زیارت قبر حسین (ع) بیاید، خداوند او را از ترس و وحشت، در روزی که مردم برای پس دادن حساب به

خداوند جهانیان برمی خیزند، در امان نگه می‌دارد.

امام صادق (ع) کسی که از منزلش بیرون آید و قصدش زیارت قبر حضرت حسین ابن علی (ع) باشد، خداوند منان به هر قدمی که برمی‌دارد یک حسنه برایش نوشته و یک گناه از او محو می‌فرماید.

امام صادق (ع) زیارت قبر رسول خدا زیارت مزار شهیدان و زیارت مرقد امام حسین(ع) معادل است با حج مقبولی که همراه رسول خدا(ص) به جا آورده شود.

امام باقر (ع)



حجاب‌هایی اسست که بین بنده و خالق حایل شده و او را از شهود خداوند محجوب می‌سازد که در مرحله اول، حجاب‌های ظلمانی و در مرحله دوم، حجابهای نورانی بر طرف می‌شود اما مراد از حجابهای هفتگانه، ظاهرا حجابهای ظلمانی است.

و اربعین، نامی که هزار عاشق اباعبدا... را از روزها قبل، پیاده به سمتش می‌کشاند، حالتی که در هیچ چله‌ای یافت نمی‌شود. معنایی که باید عارف باشی و اصل، تا بفهمی به چه معناست و بتوانی از روزها قبل، پیاده روی به سمت بارگاه اباعبدا... را آغاز کنی.

وقتی در اخبار، آمار ثبت نام بیستش از ۲.۵ میلیون نفر زائر برای پیاده روی به سمت بارگاه امام حسین(ع) را می‌شنوی

## برای پیاده روی اربعین چگونه آماده شویم؟

طول مسیر نجف تا کربلا ۸۲ کیلومتر است که بین دو تا ۵ روز طول می‌کشد. مسیر پیاده‌روی از شارع الرسول شروع می‌شود و در عمود ۱۸۰ النجف، پیاده‌روی در شهر نجف تمام می‌شود. بعدازآن دوباره پیاده‌روی را از عمود ۱ در جاده نجف به کربلا شروع می‌کنید و تا حرم حضرت عباس (ع)، ۱۴۵۲ عمود در پیش دارید. حتما بعد از نماز صبح پیاده‌روی را شروع کنید و بین ساعت ۵-۳ موکی را برای



گرم‌تان را حتی‌الامکان طوری انتخاب کنید که دکمه یا زیپ داشته باشید و قابلیت کم یا زیاد کردن لباس‌هایتان را در طول مسیر داشته باشید.
داروهای مورد نیازتان برای ۱۰ روز را همراه داشته باشید.
کفش راحت و سبک بپوشید. به‌هیچ‌وجه برای پیاده‌روی اربعین کفش نو تهیه نکنید یا حداقل آن را از یک ماه قبل بپوشید و یک و نیم تا دو ساعت در روز با آن پیاده‌روی کنید. کفشی را انتخاب کنید که کیفی مناسب داشته باشد و عرق نکند. در غیر این صورت ممکن است کوفتگی عضلانی و تاؤل در پاها شما را آذیت کند.

می‌توانید یک قرآن، دعا و زیارت جیبی و یا مداحی موردعلاقه‌تان را همراه داشته‌باشید. البته بهتر است این‌ها را در موبایل خود داشته‌باشید تا در حال پیاده‌روی بتوانید گوش بدهید یا بخوانید. از بین خوراکی‌های همراه، آجیل و نان‌های خشک سیوس‌دار به سیستم گوارشی خیلی کمک می‌کنند. کشمش، میوه‌های خشک، نخودچی و شکلات به همراه داشته باشید. شکلات شیرین باعث ایجاد تشنگی می‌شوداما شکلات تلخ انتخاب خوبی برای یک پیاده‌روی طولانی است. دروابع شکلات تلخ برای تأمین انرژی بسیار مفید است.

گرم‌تان را حتی‌الامکان طوری انتخاب کنید که دکمه یا زیپ داشته‌باشید

داروهای مورد نیازتان برای ۱۰ روز را همراه داشته‌باشید.
کفش راحت و سبک بپوشید. به‌هیچ‌وجه برای پیاده‌روی اربعین کفش نو تهیه نکنید یا حداقل آن را از یک ماه قبل بپوشید و یک و نیم تا دو ساعت در روز با آن پیاده‌روی کنید. کفشی را انتخاب کنید که کیفی مناسب داشته‌باشد و عرق نکند. در غیر این صورت ممکن است کوفتگی عضلانی و تاؤل در پاها شما را آذیت کند.

می‌توانید یک قرآن، دعا و زیارت جیبی و یا مداحی موردعلاقه‌تان را همراه داشته‌باشید. البته بهتر است این‌ها را در موبایل خود داشته‌باشید تا در حال پیاده‌روی بتوانید گوش بدهید یا بخوانید. از بین خوراکی‌های همراه، آجیل و نان‌های خشک سیوس‌دار به سیستم گوارشی خیلی کمک می‌کنند. کشمش، میوه‌های خشک، نخودچی و شکلات به همراه داشته‌باشید. شکلات شیرین باعث ایجاد تشنگی می‌شوداما شکلات تلخ انتخاب خوبی برای یک پیاده‌روی طولانی است. دروابع شکلات تلخ برای تأمین انرژی بسیار مفید است.

گرم‌تان را حتی‌الامکان طوری انتخاب کنید که دکمه یا زیپ داشته‌باشید

داروهای مورد نیازتان برای ۱۰ روز را همراه داشته‌باشید.
کفش راحت و سبک بپوشید. به‌هیچ‌وجه برای پیاده‌روی اربعین کفش نو تهیه نکنید یا حداقل آن را از یک ماه قبل بپوشید و یک و نیم تا دو ساعت در روز با آن پیاده‌روی کنید. کفشی را انتخاب کنید که کیفی مناسب داشته‌باشد و عرق نکند. در غیر این صورت ممکن است کوفتگی عضلانی و تاؤل در پاها شما را آذیت کند.

مناسب‌ترین وسیله‌و راه را انتخاب کنید:برای پیاده‌روی اربعین می‌توانید مسیر نجف به کربلا یا بغداد به کربلا را انتخاب کنید. برای سفر هوایی، از شهرهای تهران، اهواز، اصفهان، مشهد، ساری، کرمان، شیراز و تبریز پرواز مستقیم به نجف و بغداد وجود دارد. برای سفر زمینی، می‌توانید از مرز مهران، شلمچه و چراهبه حرکت کنید. البته ممکن است ساعات زیادی منتظر بمانید، پس برای اقامت در مرز آمادگی داشته‌باشید. از آنجایی‌که مسیر کم‌کم شلوغ می‌شود، به‌محض زیارت حرم حضرت علی (ع) پیاده‌روی را شروع کنید. موکب‌ها (به زبان عربی همان هیئت) محل استراحت زائران در مسیر هستند، سرویس بهداشتی و محل استراحت دارند و صلواتی از شما پذیرایی می‌کنند. فاصله هر موکب تا موکب بعدی ۵۰ متر است.

#### خرم آن لحظه که مشتاق به یاری برسد

روز اربعین

یادتان باشد که مهم‌ترین اتفاق این سفر، فرصت پیاده‌روی در طول این مسیر است. پس اگر قدرت بدنی و بنیه کافی برای حضور در ازدحام جمعیت- به ویژه زیر قبه امام حسین (ع)- را ندارید، سعی کنید از زیارت صرف‌نظر کنید.
از آداب ایسن روز، زیارت حرم حضرت اباعبدا... (ع)، خواندن زیارت اربعین و خواندن دو رکعت نماز این روز است.

#### خدا حافظ ای شعر شب های روشن

در راه بازگشت

درراه بازگشت، برای رفتن به مهران، کاظمین یا بغداد، از گاراژ بغداد ماشین کرایه کنید. برای رفتن به نجف، جزایه، شلمچه یا فرودگاه نجف از گاراژ نجف یا میدان «ساحت الزهرا»، خود را به عمود ۶۷۲ برسانید و بعد از آنجا نسبت به تهیه وسیله نقلیه اقدام کنید.

اگر می‌خواهید به‌صورت هوایی خارج شوید، حتما ۸ ساعت قبل از پرواز اقدام به خروج از کشور کنید. چون اکثر مردم عراق در بعدازظهر اربعین به شهرهای خود برمی‌گردند، بهتر است در روز اربعین برای بازگشت به کشور اقدام نکنید. اگر بعد از اربعین هم قصد ماندن دارید، حتماً ارز کافی همراه داشته‌باشید.

وبازهم صبر، صبر، صبر!

در بازگشت از سفر اربعین و در صفوف زمینی ممکن است معطل شوید. سعی کنید بیشتر از هر چیز برای شروع این سفر شکیبایی و صبر را تمرین کنید.

برای دیدار با سوریه:

### لیست ۲۳ نفره تیم ملی فوتبال اعلام شد

لیست ۲۳ نفره تیم ملی برای اردوی مالزی و دو دیدار برابر گینه و سوریه اعلام شد که نام های جالب توجهی را به خود اختصاص داده است.

به گزارش گوهردشت به نقل از سایت رسمی فدراسیون فوتبال، کارلوس کیروش اسامی ۲۳ بازیکن برای دیدار برابر گینه (دیدار دوستانه) و همچنین دیدار مقابل سوریه در انتخابی جام جهانی را اعلام کرد.
این لیست با توجه به مصدومیت علیرضاپیرانوندو همچنین محرومیت سردار آزمون و احسان حجازی نکات جالب و سورپرایزهای ویژه ای را به خود

# خداحافظی بامردپُرافتخار فوتبال ایران

منصور پورحیدری مدافع پیشین تیم ملی فوتبال ایران و استقلال که سابقه سرمربیگری در هر دو تیم را هم در کارنامه داشت و به افتخارات زیادی هم دست پیدا کرده بود، پس از تحمل یک دوره بیماری سخت روز جمعه ۱۴ آبان در سن ۷۱ سالگی چشم از جهان فرو بست و به دیار باقی شتافت.

منصور پورحیدری بهممن سال ۱۳۴۴ به دنیا آمد. تیم فوتبال دارایی نخستین باشگاه رسمی پورحیدری در سن ۱۷ سالگی بود و در سال ۱۳۴۵ به تاج (استقلال) آمد و تا سال ۱۳۵۴ به طور رسمی بازی کرد و از آن به بعد در کسوت کمک مربی، سرمربی و مدیر فنی در خدمت استقلال بود.

پست پورحیدری دفاع راست بود و ۹ سال در تیم تاج (استقلال) بازی کرد و با این تیم در سال ۱۳۴۹ عنوان قهرمانی باشگاههای آسیا را کسب کرد.

وی با ۵ دوره حضور در رقابت‌های آسیایی با ۳۲ مسابقه به عنوان سرمربی، رکورددار تاریخ باشگاه استقلال است. در این ۵ دوره، یک مقام قهرمانی، یک مقام نایب قهرمانی و یک مقام سومی جام باشگاههای آسیا و همچنین دو مقام چهارمی جام در جام باشگاههای آسیا را با تیم استقلال در کارنامه دارد.

### یادداشتی برای در گذشت اسطوره استقلال؛

# آن چروک‌های عمیق

#### پسری از قلپک

پورحیدری بر خلاف اکثر فوتبالیست های آن عصر نه در جنوب و شرق تهران بلکه در شمال پایتخت شکوفای شد. پدرش تاجر شناخته‌ای شده بود و ورزش را می ستود. علی پورحیدری، پسر عمویش در تیم جعفری بسازی می کرد و مهدی، برادر بزرگش کاپیتان تیم قلپک بود. روزی دیدار دو تیم محلی قلپک و سلطان‌آباد، همسایه های جنگجو، در زمین «پایتخت» (حوالی خیابان فرشته کنونی) به خوننث گرمید و با مصدوم شدن یکی از بازیکنان قلپک همه چشم ها به سوی مسطور ریزنش. او وارد شد و طی پیروزی ۲ بر ۰ قلپک، بانوایی هایش را به رخ کشید آن پسرک کمی بعدتر با رفتن برادرش به آمریکا جای او را گرفت و به نوجوان جنگنده زمین خاکی های قلپک، برگزیده و یخچال بدل شد. کمی بعد در دبیرستان تمدن کنار کارو حق وردیان، مجید روستا و ناصر نبوی بازی کرد و شانزده ساله بود که پیراهن دخانیات را کنار بازیکن بااستعداد دیگری پوشید: غلام وفاخواه.

#### از دارایی به تاج

هفده ساله بود که همراه حمید امینی خواه راهی دارایی شد و در صف مدافعین ایستاد. به تعبیری پورحیدری «دارایی چی» به ششام می رفت و نه «تاجی». چنان که طی پیروزی دارایی برابر دهپیم، یکی از تیم های زیر مجموعه تاج، زمینه ساز به ثمر رسیدن تک گل دیدار شد؛ بازی بدون گل پیش می رفت تا او در اواخر دیدار، توپ را از جناح راست سانتتر کرد و اکبر افتخاری دروازه را گشود. قهرمانی دارایی در باشگاه های تهران سال ۱۳۴۶ با حضور او در خط دفاعی شکل گرفت: ۱۲ بازی و فقط ۴ گل خورد.

اتحال دارایی در بهار ۱۳۴۷ زمینه ساز کوچ پورحیدری، جلال طالبی و اکبر افتخاری به تاج شد. علی دانایی فرد از پورحیدری مشتاقانه استقبال کرد. مدافعان کناری آن دوران تاج، از رضا

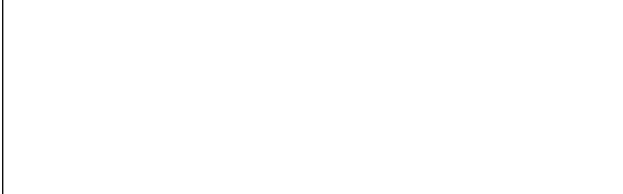
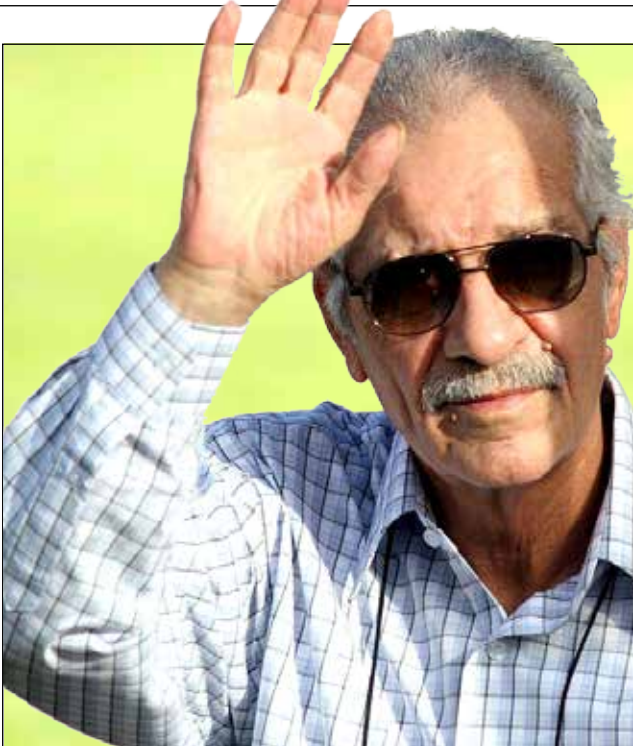
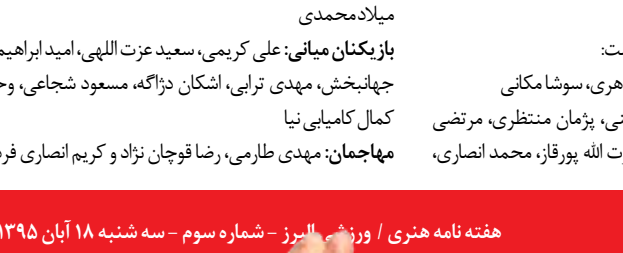
میلادمحمدی
بازیکنان میانی: علی کریمی، سعید عزت الهی، امید ابراهیمی، علیرضا جهانبخش، مهدی ترابی، اشکان دزآگه، مسعود شجاعی، وحید امیری، کمال کامیابی نیا
مدافعان: رامین رضاییان، حسین ماهینی، پژمان منتظری، مرتضی پورعلی گنجی، سعید جلال حسینی، عزت الله پورقاز، محمد انصاری،

اختصاص داده است.

اسامی بازیکنان دعوت شده به این شرح است:

**دروازه بانها:** محمدرضا اخباری، رشید مظاهری، سوشا مکائی

**مدافعان:** رامین رضاییان، حسین ماهینی، پژمان منتظری، مرتضی پورعلی گنجی، سعید جلال حسینی، عزت الله پورقاز، محمد انصاری،



زمینی گرفته تا محمد نجاری و فتح اله حسن بیگی، کارساز نبودند و پورحیدری در دفاع راست ایستاد و عزت جان ملکی آمده از کبان در دفاع چپ تا دو منطقه کناری را در انقیاد خود در آورند. پرویز قلیچ خانی و مهدی لوسانی مدافعان میانی بودند، کارو حق وردیان، احمد منشی زاده و علی جباری در میانه زمین می دویند و طالبی و افتخاری در خط حمله قراز داشتند. کمی بعد رایگف وارد شد و خانه تکایی بزرگ تاج را آغاز کرد. خیلی ها رفتند، ولی پورحیدری جایی نرفت، او آبی پوش باقی ماند.

#### قهرمان آسیا

او طی قهرمانی تاج در آسیا برابر هایونل در فروردین ۱۳۴۹ ، دو سال پس از قهرمانی ایران در آسیا، کنار اکبر کارگرجم و مسعود معینی، وظایفش در دفاع را بی نقص انجام داد. مهار بوریا گوش چپ سریع و زهردار هایونل آسان نبود. آن قهرمانی به عنوان اولین افتخار باشگاهی ایران در آسیا همه را سر ذوق آورد. تاج باشگاهی بود با ساختاری سنجیده و امکانات زیرساختی بی مانند. همان شب طباطبایی گوینده امجدیه در تب و تاب پیروزی تاجی ها؛ از بلندگو اعلام کرد « : فوتبال ایران به زودی پروفشونیولی (حرفه‌ای) خواهد شد» و چند هفته بعد ویکن آوازی خواند با شعری از ایرج جنتی عطایی در ستایش از آن بازیکنان « : یازده مرد جون.. واسه بازی موبان میدون.. دو دروازه با یه زمین .. آی بچه ها گل بزنین.. بچه ها متشکریم، بچه ها متشکریم.»

#### مدافع کناری بی ادعا

اوج گیری پورحیدری به عنوان مدافع راست همزمان بود با درخشش مدافعان کناری بزرگ – از جمله محراب شاهرخی، مصطفی عرب و ابراهیم اشقیانی – و فرصت بازی در تیم ملی را از او گرفت. چنان که حضور قلیچ خانی و سپس علی جباری در تاج فرصت بستن بازیونند کاپیتانی را به او نداد؛ هرچند وقتی آبی پوش ها در پاییز ۱۳۵۰ جام میلز را در هند فتح کردند او جام

میلادمحمدی

بازیکنان میانی: علی کریمی، سعید عزت الهی، امید ابراهیمی، علیرضا جهانبخش، مهدی ترابی، اشکان دزآگه، مسعود شجاعی، وحید امیری، کمال کامیابی نیا

**مهاجمان:** مهدی طارمی، رضا فوجان نژاد و کریم انصاری فرد

# FIFA WORLD CUP RUSSIA 2018

## خوهر دشت ۷

### اخبار ورزش البرز

### بانوی داور کرجی در گذشت



سمیه جعفرپور، بانوی جوان عرصه داورى كرج روز گذشته از میان ما رفت.

به گزارش گوهردشت سخنگوی کانون داوران فوتبال ایران در رابطه با مرگ نایبتگام سیمه جعفرپور، بانوی جوان عرصه داورى به انتشار مطلبی پرداخت:

«سمیه جعفرپور داور جوان استان البرز، از میان ما رفت. این عزیز متولد سال ۱۳۷۰ در قسمت فوتسال با درجه دو سوت می زد و کارمند یک شرکت بیمه در شهر کرج بود.

بندبه به نیابت از پدر بزرگوار ایشان خبر فوت این عزیز را منتشر کردم و از عموم داوران عزیز دعوت می کنم در مراسم تشییع و تحريم شرکت کرده تا مرهمی هر چند اندک برای والدین و خانواده محترمشان باشيم. روحش شاد و یادش گرامی.»

مرحومه سیمه جعفرپور بر اثر عارضه مغزی، صبح دیروز دارفانی را وداع گفت

### دوچرخه سواران کارگر البرزی چهارم شدند

مدیر امور اجتماعی و رفاه اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان البرز از کسب رتبه چهارم تیم دوچرخه سسواری کارگران البرز در مسابقات قهرمانی کارگران کشور خبر داد.

به گزارش «گوهردشت» بهنقل از روابطعمومی اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان البرز، حسین فلاح‌نژاد اظهار داشت: در مسابقات دوچرخهسواری قهرمانی کارگران کشور که از ۱۰ تا ۱۲ آبان‌ماه به میزبانی استان یزد برگزار شد، تیم دوچرخهسواری کارگران استان البرز با حضور ۶ کابیزن موفق به کسب ۶ مدال و با ۳۱ امتیاز، مقام چهارم تیمی را کسب کردند.

مدیر امور اجتماعی و رفاه اداره کل تعاون، کار و رفاه اجتماعی استان البرز در مورد نحوه رقابت‌ها در این دوره از مسابقات خاطرنشان کرد: در این رقابت‌ها بیش از ۵۰ دوچرخه‌سوار از ۱۴ استان در سه رده سنی زیر ۳۰ سال، ۳۱ تا ۴۰ سال و ۴۰ سال به بالا با یکدیگر به رقابت پرداختند که پس از پایان مسابقات تیمهای بیشگمان کویر یزد با ۸۷ امتیاز، استان تهران با ۵۳ امتیاز و استان خراسان رضوی با ۴۰ امتیاز موفق شدند مقام‌های اول تا سوم را بالا بگیرند و تیم‌های البرز از ۳۱ امتیاز و کرمان با ۱۸ امتیاز به مقام‌های چهارمی و پنجمی بسنده کردند.

فلاح‌نژاد با اعلام نتایج مدال‌آوران کارگر استان البرز در مسابقات دوچرخهسواری کارگران کشور گفت: ابراهیم وطن‌پور در رده سنی ۴۰ ساله با بالا کسب ۴ مدال طلا در ماده تاپ‌تریل ۴۰۰ متر، در ماده دور حذفی و در ماده استقامت، مقام اول را کسب نمود همچنین حسین محمدی‌ها در رده سنی ۲۰ تا ۲۹ ساله کسب مدال نقره مقام دوم و محمدرضا الماسی در رده سنی ۴۰ ساله به بالا با کسب دو مدال برنز در ماده استقامت جلدو ۸۰ کیلومتر و در ماده ۲۵ کیلومتر مقام سوم را کسب کردند.

### قوتاه از فوتبال جهان

### برای دیدار با سوریه؛

### ۲ ستاره رئال و بارسا در خطر

### از دست دادن ال کلاسیکو

۱۳ آذر بارسلونا در توکمپ میزبان رئال مادرید خواهد بود؛ نبردی که اگر دو تیم تا قبل از آن، بازی های خود را با برد بیشست سر گذاشته باشند، حساسیتی مضاعف پیدا خواهد کرد. فاصله رئال و بارسا فعلا ۲ امتیاز است.

رونالدو و کروس، جزو خطایر های بازی برابر لگانس که دوزر پیش برگزار شد، بودند و بدین ترتیب هافبک ارزشمند آلمانی رئال که در این فصل کمتر از همه اختراست کرده، ۴ اختاره شد و خیالش از بابت حضور در ال کلاسیکو و سپس با خیخون بازی دارد. کروس در صورتی که در بازی با خیخون کارت بگیرد، دیدار برابر بارسلونا را از دست خواهد داد.

پیش بینی می شود که او در دربی مادرید خود را ۵ اختاره کند. بارسلونای در زمین سویا ۱-۲ پیروز شد. سوارز در این بازی با گرفتن یک کارت زرد دیگر، ۵ اختاره شد و خیالش از بابت حضور در ال کلاسیکو را راحت کرد. همچنین نیمار نیز شب گذشته ۴ اختاره شد و حالا او در خطر از دست دادن ال کلاسیکو قرار دارد. بارسا دو هفته بعد در توکمپ میزبان مالاگا است؛ سپس باید به زمین سوسیداد برود. طبیعی این است که نیمار برابر مالاگا ۴ اختاره شده و بدون مشکل به ال کلاسیکو برسد.

### اسامی نامزدهای بهترین مربی سال ۲۰۱۶ اعلام شد

کمیته فنی سایت فیفا یک روز بعد از اعلام اسامی ۱۰ نامزد بهترین مربی زن سال، اکنون نامزدهای اولیه بهترین مربی مرد سال ۲۰۱۶ را

نیز اعلام کرد که به شرح زیر است:
زين‌الدين زيدان (رئال مادرید)
ديگو سيمونه (اتلتيكو مادرید)
فرناندو سانتوس (تیم ملی بر تغال)
کلودیو راتیری (استریتیتی)
مائوریسیو پوچیتینو (اتنهام)
لوتیس آن‌ریکه (بارسلونا)
یورگن کلوپ (لیورپول)
پپ گواردیولا (بایرن مونیخ – منچستر سیتی)
ددیده دشان (تیم ملی فرانسه)
کریس کولمن (تیم ملی ولز)



او درباره پیشنهاداتش از کشورهای مختلف گفته: «هملنا انتخاب من ایران است، چرا که بازیکنان و والیبالی ایران پتانسیل بالایی برای پیشرفت دارند و می‌توان روی آن‌ها کار کرد. همان طور که بارها گفتام ولاسکو رفته است اما باید یک میراثی از او بر جای بماند.»

## اعلام ۲۳ نامزد برترین بازیکن

## سال ۲۰۱۶ از سوی فیفا

فیفا اسامی ۲۳ بازیکن را به عنوان نامزد های عنوان بهترین فوتبالیست سال ۲۰۱۶ اعلام کرد.	
پس از جدایی فرانس فوتبال و فیفا، از اسمال جایزه توپ طلا به بهترین بازیکن سال دنیا و جایزه بازیکن برتر سال از سوی فیفا، با یکدیگر تفاوت خواهند داشت.	
فیفا اعلام کرده است که ۹ نوبه در مراسمی ویژه، بازیکن و مربی سال دنیا را معرفی خواهد کرد. عنوان جایزه بهترین فوتبالیست سال فیفا The BEST خواهد بود. برنده نهایی بر اساس آرای کاپیتان ها و مربیان تیم های ملی، ۲۰۰ خبرنگار برجسته از کشورهای مختلف و نیز نظرسنجی اینترنتی مشخص خواهد شد. رای گیری تا ۱۸ روز دیگر نیز ادامه خواهد داشت.	
در این فهرست ۵ بازیکن از رئال و ۴ بازیکن از بارسا حضور دارند:	
سرخیو آگوئرو(منچسترسیتی،آرژانتین)	لئومسی(بارسلونا و آرژانتین)
گرت بیل(رئال و ولز)	لوکا مودریچ(رئال و کرواسی)
جی جی بوفون(یوونتوس و ایتالیا)	مانوئل نویر(بایرن و آلمان)
کریستیانورونالدو(رئال و پرتغال)	نیمار(بارسلونا وبرزیل)
کوین دی بروین(سیتی و بلژیک)	مسوت اوزیل(آرمنال و آلمان)
آنتوان گریزمان(اتلتيكو وفرانسه)	دیتمتری پایت(وستهام وفرانسه)
زلاتان ابراهیموویچ(یووناپاند و سوئد)	پل پوگبا(یوناپاند و فرانسه)
آندرس اینیستا(بارسلونا واسپانیا)	سرخو راموس(رئال و اسپانیا)
انگولو کانته(فرانسه)	الکسیس سانچس(آرمنال و شیلی)
تونی کروس(رئال و آلمان)	جیمی واردی(استر و انگلیس)
روبرت لواندوفسکی(بایرن و لهستان)	لوتیس سوارز(بارسلونا و اروگوئه)
ریاض محرز(استر و الجزایر)	





## سینماها ایران و جهان

با اتمام ۷۰ درصد فیلمبرداری؛

### فیلمبرداری «زیر سقف دودی»

به وردآورد رسید



**فیلمبرداری فیلم سینمایی «زیر سقف دودی» جدیدترین اثر اجتماعی «پوران درخشنده» با اتمام ۷۰ درصد فیلمبرداری در لوکیشن‌های مختلف در تهران؛ به کارخانه‌های در منطقه وردآورد کرج رسید.**

به گزارش گوهردشت، فیلمبرداری فیلم سینمایی «زیر سقف دودی» به نویسندگی، تهیه‌کنندگی و کارگردانی پوران درخشنده، با مدیریت فیلمبرداری مسعود سلامی با اتمام ۷۰ درصد فیلمبرداری در لوکیشن‌های مختلف در تهران؛ روز گذشته یکشنبه ۱۶ آبان ماه جاری با بازی فرهاد اصلانی، هادی مرزبان، فرشید زارعی فرد و ابوالفضل میری به کارخانه مواد اولیه در منطقه وردآورد کرج رسید و فیلمبرداری آن تا روزهای دوشنبه و سه‌شنبه ۱۷ و ۱۸ آبان ماه نیز در این لوکیشن ادامه خواهد داشت و پس از آن گروه ساخت این پروژه، برای ادامه فیلمبرداری به تهران باز خواهند گشت.

«زیر سقف دودی» به موضوع طلاق عاطفی میان زوج‌ها می‌پردازد و تاکنون تعدادی از بازیگران سرشناس سینمای ایران، از جمله فرهاد اصلانی، مریم زارعی، هوشنگ توکلی، مریم یوبانی، هادی مرزبان، فریبا متخصص، شهرام حقیقت دوست، رسول نجفیان و نقیسه روشن جلوه‌های خود را در این فیلم ۷۰ درصد فیلمبرداری آن در دو خانه واقع در منطقه الهیه، یک خانه در منطقه جردن، در دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم و تحقیقات واقع در منطقه پونک و همچنین یک خانه در منطقه فرشته تهران به پایان رسیده است.

در پروژه «زیر سقف دودی» تعدادی دیگر از بازیگران سینمای ایران از جمله آریتا حاجیان، حسام نواب صفوی و فرشید زارعی فرد به ایفای نقش می‌پردازند و همچنین در این فیلم، ابوالفضل میری و لاله مرزبان معرفی می‌شوند.

## آغاز آکران فیلم محمد رسول ...

### در روسیه و عراق از ۲۰ آبان

**محمد رضا صابری می گوید که بدنیاال آکران موفق فیلم «محمد رسول ... (ص)» ساخته مجید مجیدی در ترکیه بزودی آکران این فیلم در روسیه و عراق آغاز می شود.**

به گزارش گوهردشت به نقل از روابط عمومی شرکت نور تابان، محمدرضا صابری مدیر عامل شرکت سینمایی نور تابان تهیه کننده و پخش کننده فیلم سینمایی محمد رسول ... (ص) با اعلام این مطلب افزود: آکران فیلم محمد رسول ... (ص) در ترکیه با استقبال خوبی همراه شده است و تاکنون ۳۳۰ هزار نفر به تماشای فیلم نشستند اند و تعداد سالنهای نمایش دهنده فیلم به ۴۰۰ سالن رسیده است.

وی ادامه داد: از روز ۲۷ آبان و با برگزاری مراسم فرش قرمز فیلم محمد رسول ... آکران فیلم در داغستان روسیه آغاز می شود. در این مراسم رئیس جمهوری منطقه خود مختار داغستان، مجید مجیدی و گروهی از عوامل فیلم حضور دارند و بدنیاال آن آکران فیلم در روسیه ادامه پیدا می کند.

وی ادامه داد: قرار است فیلم محمد رسول ... به دو شکل دوبله به زبان روسی و با زیر نویس به نمایش در بیاید.

صابری همچنین از آکران این فیلم در عراق خبر داد و افزود: شهر بغداد ۲۰ سالن سینما دارد که ظرفیت یکی از آنها هزار نفر است و از روز ۲۰ آبان ماه در دو سالن سینمایی در شهر بغداد فیلم به نمایش در می آید. همچنین با هماهنگی لازم و خرید تجهیزات قرار شده است که فیلم محمد رسول ... در سه شهر کربلا، نجف و اربیل نیز با دوبله عربی و زیرنویس به نمایش در بیاید.

مدیر عامل شرکت سینمایی نور تابان با اشاره به اینکه بزودی آکران فیلم محمد رسول ... بصورت گسترده آغاز می شود گفت: با یکی از بزرگترین شرکتهای پخش در آسیا در حال مذاکره هستیم و توافقات اولیه نیز برای نمایش فیلم با دوبله و زیر نویس صورت گرفته است.

## گلدن گلوب از مریل استریپ تجلیل می کند



ماریل استریپ بازیگر برنده سه جایزه اسکار و هشت جایزه گلدن گلوب، جایزه سیسیل بی. دمیل را نیز به فهرست افتخارات خود اضافه می کند.

به گزارش وریانی، انجمن مطبوعات خارجی هالیوود اعلام کرد مریل استریپ برنده سه جایزه اسکار در هفتاد و چهارمین دوره جوایز سالانه گلدن گلوب تجلیل می شود.

بازیگر سرشناس سینما برای خدمات چشمگیرش به دنیای سرگرمی، جایزه سیسیل بی دمیل گلدن گلوب اسمال را دریافت خواهد کرد.

ماریل استریپ همچنین به خاطر توانایی‌اش در زمینه کمدی و نیز اجرای موفق در فیلم اخیرش «فلورانس فاستر جنکینز» ساخته استیون فریزر این جایزه را دریافت می کند.

لورنزو سورا رییس انجمن مطبوعات خارجی هالیوود در این باره گفت: جای تعجب ندارد که مریل استریپ برای دریافت جایزه سیسیل بی دمیل ۲۰۱۷ انتخاب شده است. مجموعه درخشان کارهای این بازیگر در ۴۰ سال در ژانرهای مختلف الگویی برای نسل‌های جدید است، او همیشه در فیلم‌هایی بازی کرده که نقش زن آنها بسیار قوی است و تصویرگر حقیقت آدم‌ها بر پرده بزرگ بوده است، او پیشگام راهیایی زنان به تلویزیون، سینما و صحنه تئاتر بوده است و گلدن گلوب مفتخر به اهدای این جایزه به وی است.

# ۹ فاکتور که شخصیت شما بر اساس آن قضاوت می‌شود



غالب هستند.

### ۷. انتخاب حیوان خانگی

برخی افراد ممکن است شخصیت شما را بر اساس حیوان خانگی‌تان قضاوت کنند. برای مثال یکی از کاربران کورا معتقد است افرادی که علاقه‌ای به نگهداری گربه‌ها ندارند، افراد کنترل‌طلبی هستند و علاقه‌ای به کسانی که سگ‌پسند هستند ندارند. در واقع این افراد تمایل چندانی به رابطه‌های طولانی مدت ندارند. در عین حال، نتایج یک مطالعه نشان می‌دهد علاقمندان به نگهداری سگ، در کل پرنرزی‌تر هستند و علاقه بیشتری به گذراندن وقت در خارج از خانه دارند. در حالی که افرادی که گربه‌ها را به عنوان حیوان خانگی بیشتر می‌پسندند، درونگرا و حساس‌ترند. در همین مطالعه نشان داده شده که افراد گرمه‌دوست، به مراتب باهوش‌تر از بقیه‌اند.



### ۸. نوع پرسش سوال

در صورتی که کسی در ملاقات‌ها کم‌حرف‌تر از سایرین باشد، باز هم می‌توان شخصیت آنها را تشخیص داد. یکی از کاربران کورا در همین رابطه می‌گوید در اولین برخورد با یک شخصی، دقت کنید که چه زمانی اولین سوال را از شما می‌پرسد. در این صورت می‌توانید متوجه شوید طرف مقابل‌تان تا چه حد 'دهنده' یا 'گیرنده' است. این به شما کمک می‌کند افرادی که بیشتر شبیه خودتان هستند را بهتر شناسایی کنید و با آنها بهتر و بهینه‌تر ارتباط برقرار کنید.



### ۹. جویدن ناخن

به گفته‌ی یکی از کاربران کورا که بسیار روی جویدن ناخن تأکید دارد افرادی که ناخن خود را می‌جویند، بیشتر خودخوری می‌کنند تا حرف خود را به زبان بیاورند. در عین حال یک مطالعه نشان می‌دهد کسانی که تمایل به جویدن ناخن‌های خود - یا بازی با موهای خود یا کشیدن پوست خود- دارند، معمولاً افراد کامل‌گرای هستند و کمتر پیش می‌آید که کاملاً احساس راحتی کنند.

BusinessInsider



### ۴. رنگ مورد علاقه

بر اساس یک تئوری، رنگ مورد علاقه شخصیت شما را تا حدود زیادی نشان می‌دهد. برای مثال، اگر رنگ مورد علاقه‌تان قرمز است فردی عملگرا هستید. در صورتی که رنگ زرد رنگ مورد علاقه‌تان است، دارای شخصیتی قوی هستید و توانایی برنامه‌ریزی خوبی دارید. برناردو تیرادو (Bernardo Tirado) -روشنشناس صنعتی- این ساختار را اندکی متفاوت و ریزتر می‌بیند. در مقاله‌ای که از او در Psychology Today منتشر شده اشاره کرده است که افراد علاقمند به رنگ قرمز سرسخت‌تر از سایر افراد هستند در حالی که کسانی که رنگ زرد را می‌پسندند از یادگیری لذت بیشتری می‌برند و به راحتی شاد می‌شوند.



### ۵. سلیقه‌ی موسیقایی

یکی از کاربران سایت کورا در ادامه بحث یادشده اشاره کرده که شخصیت افراد را -با توجه به نتایج یک مطالعه- بر اساس سلیقه‌ی موسیقایی آنها قضاوت می‌کند. در این مطالعه افرادی که به موزیک‌های پیچیده و خاص گوش می‌دهند، تمایل بیشتری به کسب تجربه تازه دارند و از لحاظ سیاسی به لیبرال‌ها تمایل بیشتری نشان می‌دهند. در مقابل، افرادی که به موزیک‌های شاد و پر از واژه گوش می‌دهند بیشتر خصوصیات افراد برون‌گرا و ورزشکاری در خود دارند.



### ۶. ارتباط چشمی

کاربری در سایت کورا، کسانی که نمی‌توانند ارتباط چشمی خوبی برقرار کنند در کنترل خود به خوبی عمل نمی‌کنند و نیاز دارند شخصی دیگر آنها را راهنمایی کند. در مقابل، آدریان فارنهام (Adrian Furnham) -دکترای روانشناسی- در مقاله‌ای در Psychology Today اشاره کرده که افراد برون‌گرا بیشتر و بهتر از برون‌گراها ارتباط چشمی برقرار می‌کنند. و در کل افرادی که با دوستان خود ارتباط چشمی بیشتری برقرار می‌کنند اعتماد به نفس بیشتری دارند و در اجتماعات بر دیگران

هنگام آشنایی و دست دادن به افراد دیگر، کمتر خجالتی یا عصبی هستند



### ۲. دقت

پیش آمده که دیرتر از موعد به یک قرار برسید؟ این مساله به صورت ناخودآگاه جلوه‌ای منفی از شخصیت شما را در ذهن شخصی که منتظر‌تان بوده ایجاد می‌کند. یک کاربر کورا در مورد این فاکتور اشاره کرده که: «یک شخص فعال باید دقت کافی را در مورد زمان داشته باشد. به این خاطر که دارای انگیزه کافی و آرامش روانی است و زمان برای او اهمیت خاصی دارد. به همین دلیل به جای به تعویق انداختن کارها می‌تواند به راحتی امور را مدیریت کند و به موقع بر سر قرارهای خود حضور پیدا کند.»

### ۳. دست‌خط

فرقی نمی‌کند که در حال نوشتن یک لیست از کارهای خود باشید یا یک نامه عاشقانه بنویسید. دست‌خط شما می‌تواند بسیاری از صفات شخصیتی شما را به دیگران نشان دهد.

کاربری در سایت کورا در همین رابطه معتقد است: «افرادی که به هنگام نوشتن فشار زیادی را به قلم یا کاغذ می‌آورند، معمولاً لجباز و یکدنده‌تر از دیگران هستند و اعتماد به نفس بسیار بالایی دارند.» در عین حال کاتی مک‌نایت (Kathi McKnight) - متخصص گرافولوژی (علم بازشناسی شخصیت از روی دست‌خط) - می‌گوید کسانی که حرف‌ها را بزرگ‌تر از سایرین می‌نویسند، تمایل بیشتری به ایجاد برقراری با سایرین دارند، در حالی که کسانی که حرف‌ها را کوچک‌تر از دیگران می‌نویسند، اشخاصی درون‌گرا هستند. اگر شما حرف‌ها را کج می‌نویسید یعنی حساسی و دوست‌تانه‌تر با دیگران رفتار می‌کنید و در صورتی که حرف‌ها را صاف می‌نویسید، شخصی عملگرا هستید. کج نوشتن حروف انگلیسی به سمت چپ هم نشانه‌ای از درون‌گرایی است.



امیر صادقبور

نویسنده

از لحظه‌ای که دو نفر یکدیگر را ملاقات می‌کنند، شاخص‌هایی مثل توانایی‌ها، صداقت، هوش و همدلی را در یکدیگر برآورد می‌کنند. اما این شاخص‌ها چه اهمیتی دارند و چه بازخوردی به افراد اطراف ما می‌دهند؟ در ادامه با دیجی کالا مگ باشید تا در این مورد بیشتر بدانید.

در یک جلسه، مصاحبه یا قرار نکت ریزی از شخصیت هر یک از طرفین به دیگری منتقل می‌شود که تصویری از شخصیت دیگری را در ذهن‌شان می‌سازد. از دست دادن گرفته تا شیوه و تناوب چک کردن گوشی، هر یک می‌تواند نشانه‌های خاصی را منتقل کند.

در پاسخ‌های سوالی که در همین زمینه با عنوان «چه فاکتورهایی می‌توانند جنبه‌های شخصیتی یا روانی افراد را بروز دهند؟» در سایت کورا پرسیده شده، به مواردی اشاره شده که در ادامه به مهم‌ترین آنها اشاره شده است. نکاتی که ممکن است دانستن آنها به شما کمک کند که افراد در دیدار اول یا دیدارهای بعدی قضاوت بهتری نسبت به شما داشته باشند.



### ۱. دست دادن

بسیاری از کاربران سایت کورا به نوع دست دادن به عنوان یک فاکتور مهم اشاره کرده‌اند. یکی از کاربران نوشته: محکم دست‌دادن معمولاً شما را قوی و شخصی با اعتماد به نفس بالا به دیگران نشان می‌دهد؛ در حالی که دست‌دادن بدون توجه و ضعیف می‌تواند اعتماد به نفس پایین یا عدم وجود این فاکتور را در شما به شخص مقابل بازتاب دهد. به طوری که اگر در دست‌دادن به خوبی عمل نکنید، طرف مقابل تصور می‌کند شما همیشه به دنبال پیدا کردن سادهدترین راه‌ها جهت انجام کارها هستید و اعتماد به نفس کافی برای انجام امور یا ایجاد ارتباط مقابل با دیگران را ندارید. نتیجه تحقیقات نیز نشان داده که نوع دست‌دادن می‌تواند بازتابی از شخصیت شما باشد. نتایج تحقیقی در همین باره نشان داده کسانی محکم دست می‌دهند اغلب برون‌گرا و تاثیرگذار عمل می‌کنند و

# چرا باید با دوربین موبایل عکاسی کنیم؟



**عکاسی پر تیره و منظره، ویرایش عکس‌ها و بسیاری نکات دیگر بپردازیم. درس اول نقش آشنایی با عکاسی موبایل و به ویژه مزیت‌های آن را خواهد داشت. با ما همراه باشید همراه ما باشید.**

### ● عکاسی موبایل یعنی گرفتن عکس‌های بیشتر

به احتمال زیاد مهم‌ترین راحتی عکاسی با دوربین گوشی موبایل این است که دوربینتان را همیشه همراه دارید. همراه داشتن همیشه دوربین به این معنی است که شانس بیشتری برای عکاسی نصیب شما خواهد شد. هر چه بیشتر عکاسی کنید، مهارت شما بیشتر خواهد شد. به همین سادگی! هر چه بیشتر گوشی را از جیب بیرون بکشید و عکس بگیرید، توانایی‌های شما هم سریع‌تر رشد خواهد کرد.

این موضوع به ویژه در مورد یکی از اصول بنیادی عکاسی صدق می‌کند: ترکیب‌بندی. قطعاً دوربین گوشی موبایل به قدرتمندی دوربین نیکون D810 نیست؛ ولی این موضوع بدین معنی نیست که نمی‌توانید با گوشی موبایل اصول گرفتن یک عکس خوب را تمرین کنید. در واقع دوربین گوشی موبایل برای تمرین ترکیب‌بندی یک ابزار کاملاً ایمنال محسوب می‌شود، چرا در مقایسه

بسا دوربین‌های حرفه‌ای تنظیمات فنی کمتری دارد. این یعنی مجبور هستید برای ساختن یک تصویر خوب، به نگاه عکاسانه‌ی خود متکی باشید. در نتیجه برای بالا بردن جذابیت بصری تصویر بیشتر به دنبال عناصری نظیر نور و سایه، رنگ و کنتراست، خطوط و بافت‌ها خواهید گشت. این موضوع چیز خوبی است.

### ● عکاسی موبایل یعنی دریافت کردن بازخورد‌های بیشتر

دومین مزیت استفاده از دوربین گوشی موبایل برای فرا گرفتن عکاسی این است که راحت‌تر می‌توانید نظر دیگران را نسبت به عکس‌های خود دریافت کنید. عکسی بگیرید و بلافاصله آن را به دوستان خود نشان دهید تا نظر آن‌ها را بفهمید. اندکی عکس را ویرایش کنید و سپس آن را در اینستاگرام، توییتر یا فلیکس به اشتراک بگذارید تا نظر فالوورهایتان را در مورد کارتان ببینید. یا حتی می‌توانید شانس خود را برای گرفتن نظر افرادی که در عکاسی سرمشق شما هستند امتحان کنید. آن‌ها را در یکی از بست‌هایتان نگ کنید تا ببینید آیا واکنشی نسبت به آن نشان می‌دهند. گوشی موبایل علاوه بر این که دریافت کردن بازخورد را آسان‌تر می‌کند، اجازه می‌دهد با افرادی از ارتباط باشید که آن‌ها هم به

## کانال قدیم‌ترین سایت فعال سینمای ایران

Cinetmag

سے نت