



دکتر ستارح فریدوسی - تحلیلگر کسب و کار
 کلاهبردار هزار میلیاردی
 در فریسی بازداشت شد



به بهانه بازگشت لمپارد به چلسی؟

چه سرنوشتی در انتظار فرانکی است؟

نگاهی به اسطوره‌های دیگری که روزی به عنوان سرمربی به تیم سابقشان بازگشتند



تحریف‌های مشهور تاریخ سینما!
 از «ذهن زیبا» تا
 «اگه می‌تونم منو بگیر»

تاحالا دقت کرده‌اید، فیلم‌هایی که با جمله «بر اساس یک داستان واقعی» آغاز می‌شوند، در همان ثانیه‌های آغازین از جذابیت بیشتری برای مخاطبان برخوردار هستند؟ اگر نمونه‌های ساختار شکن را کنار بگذاریم که در ابتدای فیلم به دروغ و برای بازی با ذهن مخاطب این جمله را می‌نوشتنند، تاریخ سینما مملو از فیلم‌هایی است که این ویژگی را دارا هستند. اما آیا تمام ۱۰۰ درصد این فیلم‌ها واقعی هستند؟ این چیزی است که در مطلب پیش رو قصد داریم چند نمونه مشهور آن را معرفی کنیم که چندان هم از واقعیت تمام و کمال بهره نرفتند و فیلمساز در جایی که دلش خواسته واقعیت را تحریف کرده است..

ادامه در صفحه ۶



ان ال پی چیست؟

چقدر با این مفهوم آشنایی دارید؟

آیا خاطرات تلخ گذشته شما را اذیت می‌کند؟

۳۲۰ طلاق از هر ۱۰۰۰ ازدواج!
 هشدار: «طلاق»
 در راه تبدیل
 به یک مصیبت
 عظیم اجتماعی!



اینجا فقط چای
 نمی‌نوشید؛
 کافه به مثابه‌ی یک
 فضای شهری



سیده حمیده زرآبادی:
 واحدهای تولیدی
 واگذار شده شرایط
 نامطلوبی دارند





۳۲۰ طلاق از هر ۱۰۰۰ ازدواج!

هشدار: «طلاق» در راه تبدیل به یک مصیبت عظیم اجتماعی!



رضا نواضعی

همین چند روز پیش بود که آماری حیرت انگیز از نسبت میزان طلاق به ازدواج در یکسال نشان داد که در سال گذشته عملاً تمام کوردهای پیشین در این زمینه شکسته شده و در مقابل هر هزار ازدواج نزدیک به ۳۲۰ طلاق

ثبت شده است که واقعا هشدار وضعیت قرمز است. شخصا اعتقاد دارم این مسئله از سال ها قبل به مرز هشدار آمیزی رسیده بود ولی حالا ما دیگر وارد فاز بحرانی در این مسئله شده ایم و جدا باید فکری فوری در این باب اندیشه شود که اگر چنین نشود و این روند با همین شیب به حرکت خود ادامه دهد تبعات آشکار و واضح آن را به شکلی گل درشت و زمخت در جامعه خواهیم دید. تبعاتی که قطعا سقوط قهقرانی جامعه در عرصه های اخلاقی را به شکلی زننده بر آفتاب خواهد افکند و این تبعات اخلاقی، حتی در عرصه های امنیتی هم خود را بروز خواهد داد.

اما چگونه می شود در مقابل این مسئله بفرنج که می رود به یک مصیبت عظیم تبدیل شود ایستاد و نگذاشت این رویه خطرناک به یک فاجعه ختم شود؟

معمولا در این باب مظلونین همیشگی چون بیکاری و اعتبار و شرایط بد اقتصادی و... اولین متهمان هستند که بنده هم منکر تاثیر گذاری آن بر این روند نیستم. اما مسائل و آیتیم های دیگری هم در این رویه به شدت تاثیر گذار هستند که متاسفانه از سوی مردم کاملا مغفول واقع شده اند و چه بسا در کسر بزرگی از طلاق هایی که به خصوص در میان طبقات مختلف شهری اتفاق می افتد علت العلیل اصلی است.

یکی از این مسائل که کمتر به آن بها داده می شود همانا ندیدن ازدواج در قامت یک مفهوم سنتی است که پایه و اساس آن در مفاهیم سنتی و دینی ما نهفته است و آمیختن آن با مفاهیم وارداتی شبه مدرن نه تنها کوچک ترین کمکی به قوام و دوام زندگی مشترک ندارد که حتی باعث در هم ریختگی و اعوجاج ساختار این سنت عظیم و ارزشمند اجتماعی می شود.

بگذارید خیلی کپسوله و موجز در این باب بگویم. مثلا وقتی نقش بزرگان را در ازدواج کم می کنیم و یا پای مساوات جنسیتی را به میان سنتی چون ازدواج می آوریم که اساسا بر طبق یک پارادایم مردانه تعریف می شود و یا با رفتارهای شبه روشنفکرانه ای از قبیل پوشش های پرده درانه و هنجار شکن با گذاره هایی چون «به روز بودن» و «آزادی» حتی در سطح خانواده ها برخورد می کنیم تا خود آگاه عمر این ازدواج ها را کوتاه می کنیم.

مطمئن باشید همانطور که با رسیبی و طرز تهیه پن کیک نمی شود حلوا درست کرد با مغلظه های شبه مدرنی هم که وارد ازدواج کرده ایم نمی توانیم زندگی مشترک طولانی و سرزنده ای داشته باشیم. مسائل وارداتی شاید برای یک خوش باشی کوتاه مدت و بولهوسانه کار ساز باشد ولی قطعا در مقام حفاظت از زندگی مشترک نه تنها هیچ کار کردی ندارد که بسیار مخرب است. مسئله ای که باید به جوانان این سرزمین با ادبیاتی درست و موشکافانه آموزش دهیم تا قسمتی از این مشکل غامض از این راه، راهکاری بیاید...



سیده حمیده زرآبادی:

واحدهای تولیدی واگذار شده شرایط نامطلوبی دارند



نماینده مردم قزوین، آبیک و البرز در مجلس می گوید زرمه های مبنی بر انتقال تولی پرس به شهرستان اشتهارد شنیده می شود و این واحد تولیدی به صورت نامحسوس در حال تعطیل شدن است.

زمینه استرداد واحدهای تولیدی واگذار شده فراهم شود

این نماینده مردم در مجلس دهم قزوین، آبیک و البرز در مجلس با اشاره به مشکلات شرکت تولی پرس، گفت: به دلیل سوءمدیریت، کارگران تولی پرس با مشکلاتی بسیاری مانند عدم انعقاد قرارداد دست و پنجه نرم می کنند از سوی دیگر زرمه هایی مبنی بر انتقال تولی پرس به شهرستان اشتهارد شنیده می شود و این واحد تولیدی به صورت نامحسوس در حال تعطیل شدن است.

واحدهای تولیدی واگذار شده شرایط نامطلوبی دارند

نماینده مردم قزوین، آبیک و البرز در مجلس شورای اسلامی افزود: اگرچه بیشتر واحدهای تولیدی که بر اساس اصل ۴۴ واگذار شدند پزند بوده و جزو بنگاه های تولیدی با سابقه هستند اما به دلیل سوءمدیریت وضعیت نامناسبی دارند و حق کارگر به راحتی در این واحدها تضییع می شود.

عضو کمیسیون صنایع و معادن مجلس ادامه داد: شرکت تولی پرس (سهامی عام) در سال ۱۳۵۲ با ظرفیت سالانه تولید ۷۵ هزار تن انواع مواد شوینده شروع به فعالیت کرد و در ابتدای دهه ۶۰ به دلیل تقاضای بالای بازار و ظرفیت پایین تولید پودر در کشور شرکت تولی

پرس اقدام به افزایش ظرفیت تولید تا ۱۵۰ هزار تن در سال کرد. زرآبادی با بیان اینکه در سال ۷۹ با پذیرش و عرضه سهام تولی پرس در سازمان بورس اوراق بهادار تهران از سهامی خاص به سهامی عام تبدیل شد، تصریح کرد: کارخانه تولی پرس از ۲۷ مرداد ۹۷ به دلیل مشکل در تهیه مواد اولیه تعطیل شد و پس از آن در ۱۴ مهر ۹۷ بازگشایی شد اما به دلیل سوءمدیریت مجددا در ۲۸ مهر تعطیل شد.

وی با اشاره به تعداد کارگران شاغل پرس اقدام به افزایش ظرفیت تولید تا ۱۵۰ هزار تن در سال کرد. زرآبادی با بیان اینکه در سال ۷۹ با پذیرش و عرضه سهام تولی پرس در سازمان بورس اوراق بهادار تهران از سهامی خاص به سهامی عام تبدیل شد، تصریح کرد: کارخانه تولی پرس از ۲۷ مرداد ۹۷ به دلیل مشکل در تهیه مواد اولیه تعطیل شد و پس از آن در ۱۴ مهر ۹۷ بازگشایی شد اما به دلیل سوءمدیریت مجددا در ۲۸ مهر تعطیل شد.

پرس اقدام به افزایش ظرفیت تولید تا ۱۵۰ هزار تن در سال کرد. زرآبادی با بیان اینکه در سال ۷۹ با پذیرش و عرضه سهام تولی پرس در سازمان بورس اوراق بهادار تهران از سهامی خاص به سهامی عام تبدیل شد، تصریح کرد: کارخانه تولی پرس از ۲۷ مرداد ۹۷ به دلیل مشکل در تهیه مواد اولیه تعطیل شد و پس از آن در ۱۴ مهر ۹۷ بازگشایی شد اما به دلیل سوءمدیریت مجددا در ۲۸ مهر تعطیل شد.

وی با اشاره به تعداد کارگران شاغل پرس اقدام به افزایش ظرفیت تولید تا ۱۵۰ هزار تن در سال کرد. زرآبادی با بیان اینکه در سال ۷۹ با پذیرش و عرضه سهام تولی پرس در سازمان بورس اوراق بهادار تهران از سهامی خاص به سهامی عام تبدیل شد، تصریح کرد: کارخانه تولی پرس از ۲۷ مرداد ۹۷ به دلیل مشکل در تهیه مواد اولیه تعطیل شد و پس از آن در ۱۴ مهر ۹۷ بازگشایی شد اما به دلیل سوءمدیریت مجددا در ۲۸ مهر تعطیل شد.

خبرروز

دادستان فردیس عنوان کرد:

کلاهبردار هزار میلیارد ریالی در فردیس بازداشت شد



مدعی شده است با ارتباطاتی که دارد می تواند تعدادی حواله خرید خودرو به قیمت کارخانه را در اختیار نزدیکان قرار دهد و با این ادعا و پس از اینکه تعدادی خودرو را به این روش تهیه و در اختیار شکات قرار داده اقدام به جلب اعتماد و جمع آوری مبلغی در حدود بیش از هزار میلیارد ریال از اطرافیان خود کرده است.

دادستان عمومی و انقلاب فردیس اضافه کرد: متهم پس از طرح شکایت توسط شکات بازداشت و به دلیل عدم توانایی در تودیع وثیقه دو هزار میلیارد ریالی روانه زندان شد؛ دستورات قضایی برای شناسایی اموال متهم

دادستان عمومی و انقلاب فردیس گفت که یک متهم با وعده فروش حواله خرید خودرو اختصاصی به کارگران یک شرکت خودروسازی اقدام به کلاهبرداری هزار میلیارد ریالی کرده است.

حسن جهانشاهلو با اعلام بازداشت یک کلاهبردار هزار میلیارد ریالی در این شهرستان گفت: با راجع پرونده به شعبه سوم بازپرسی و پیگیری های متعدد صورت گرفته فردی که بیش از ۱۰۰ شاکلی داشت بازداشت و روانه زندان شد. وی درباره اتهام این فرد توضیح داد: این متهم از کارمندان یکی از خودروسازهای بزرگ کشور بوده و

بروز جرایم این چینی می شود و به مردم هم توصیه می کنیم در مقابل وعده های وسوسه انگیز این چینی بررسی های دقیق داشته باشند تا این گونه متضرر نشوند.

در داخل و خارج از کشور صادر شده است. وی در پایان تاکید کرد: متاسفانه نبود نظارت کافی درون سازمانی وجود رانت های متعدد در کشور منجر به

احتکار ۵۰۷ تن شکر توسط یک شرکت تولید آدامس

برآوردهای صورت گرفته، ارزش این مقدار شکر ۳۰ میلیارد ریال برآورد شده است و در این رابطه یک نفر دستگیر شد.

وی گفت: مردم هرگونه حمل و نگهداری کالای مشکوک به قاچاق، غیرمجاز و غیربهداشتی را از طریق تماس با مرکز فوریت های پلیسی ۱۱۰ به مأموران اطلاع دهند.

شکر دولتی کشف کردند. سردار محمدیان با بیان اینکه در مجموع ۵۰۷ تن شکر احتکار شده دولتی از این انبار کشف شد، گفت: احتکار این شکرها با هدف افزایش قیمت و فروش خارج از عرف بازار انجام شده است. فرمانده انتظامی استان البرز خاطر نشان کرد: بر اساس

شهرک صنعتی اشتهارد، پیگیری موضوع در دستور کار پلیس آگاهی استان البرز قرار گرفت. وی اضافه کرد: مأموران در بازرسی از داخل این انبار متروکه که مجوز تولید آدامس را داشته بدون مجوز اقدام به انبار شکرهای دولتی کرده بود، مقدار ۲۲۸ تن شکر و در محوطه بیرون انبار نیز ۲۷۹ تن

فرمانده انتظامی البرز گفت: با تلاش مأموران مبارزه با کالای قاچاق کالا و ارز پلیس آگاهی شهرستان اشتهارد در این استان، ۵۰۷ تن شکر دولتی احتکار شده کشف شد. به گزارش «دنیای هوادار»، سردار عباسعلی محمدیان گفت: در پی دریافت گزارش های مردمی مبنی بر دپو مقادیر زیادی شکر در انباری در

اخبار

پاسخ شهردار تهران به حساسیت برخی مسئولان به زیست شبانه



پیروز حناچی در حاشیه جلسه چهارشنبه ۱۲ تیر هیات دولت در جمع خبرنگاران درباره حساسیت برخی مسئولان نسبت به مسئله زیست شبانه در تهران اظهار کرد: زیست شبانه یعنی همان طور که شهر در روز زنده است در شب هم زنده باشد، نه به آن معنا که تمام مغازه‌ها باز باشد.

به گزارش دنیای هوادار، پیروز حناچی ادامه داد: در سایر کشورها که شهرهای آنها زیست شبانه دارند این گونه نیست که همه مغازه‌ها یا مراکز باز باشد و مثلاً فروشگاه‌های زنجیره‌ای باز است یا در شب نورپردازی می‌شود برای این که زیبایی شهر دیده شود. با این نگاه به مسئله، حساسیت‌ها نسبت به زیست شبانه کم خواهد شد.

شهردار تهران در ادامه درباره تلاش‌های شهرداری برای تأمین واگن‌های مترو برای توسعه حمل و نقل عمومی بیان کرد: تمام تلاش ما در این زمینه این است که هم منابع تأمین کنیم و هم ظرفیت‌های داخل را فعال کنیم. در همین راستا هفته گذشته قراردادی با معاونت علمی ریاست جمهوری داشتیم که هدف آن داخلی سازی تولید واگن‌های متروست. همچنین درگیر هستیم تا منابع مالی نیز تأمین کنیم که البته این کار در شرایط تحریم کار سختی است.

حناچی همچنین گفت: قرارداد تأمین ۵۰۰ دستگاه مینی بوس فیات را بستیم که بخش خصوصی آن را تأمین می‌کند. در حال بازسازی اتوبوس‌های دو کابین نیز هستیم که در خطوط BRT استفاده می‌شود.

اجرای بزرگ‌ترین پروژه دفن بهداشتی زباله در تبریز

معاون فنی و عمرانی شهردار تبریز گفت: عملیات اجرایی بزرگ‌ترین پروژه دفن بهداشتی زباله در این کلان‌شهر دو میلیون نفری آغاز شد.

به گزارش دنیای هوادار، محمدحسین اسحقی روز سه‌شنبه در جمع خبرنگاران ارزش این پروژه را ۵۰۰ میلیارد ریال اعلام و اضافه کرد: عملیات اجرایی این طرح که مهم‌ترین پروژه زیست محیطی شهرداری است با توسعه مرکز دفن بهداشتی پسماند و تکمیل تصفیه‌خانه مرکزی دفن زباله آغاز می‌شود.

وی اظهار گفت: در اجرای این پروژه سلول‌های کنونی شماره‌های ۱ تا ۵ مرکز دفن بهداشتی پسماند، خاکبرداری یا احداث و در کنار آن، تصفیه‌خانه مرکز دفن زباله نیز تکمیل می‌شود.

اسحقی با بیان این که سلول شماره ۱ مرکز دفن بهداشتی پسماند شهرداری تبریز در حال تکمیل است، ادامه داد: به دنبال آن، احداث سلول‌های شماره ۲ و ۳ در اولویت قرار دارد.

وی گفت: تصفیه‌خانه شیرابه موجود در مرکز دفن مطابق با استانداردهای جهانی است اما میزان شیرابه تولیدی در این مرکز پاسخگو نبوده و باید نسبت به توسعه و تکمیل آن اقدام شود.

اسحقی طرف قرارداد شهرداری و مجری این پروژه را قرارگاه خاتم اعلام کرد که نظارت بر اجرای آن به سازمان مدیریت پسماندهای شهرداری تبریز واگذار شده است.

وی ابراز امیدواری کرد تا پایان امسال شاهد اجرای کامل و بهره‌برداری از این پروژه بود. روزانه به طور متوسط در تبریز یک هزار و ۲۰۰ تن زباله در تبریز تولید می‌شود.



اینجا فقط چای نمی‌نوشید؛

کافه به مثابه‌ی یک فضای شهری

چون فضاهایی برای ارتباط، دیدار و شبکه‌های اجتماعی به چنین فضاهایی روی می‌آورند. به عبارتی زمانی که تقاضا برای این فضاها افزایش یافته، کافه‌دارها نیز به فکر عرضه افتاده‌اند. به این ترتیب کافه‌ها نیز کارکردهایی چون مسائل فرهنگی و هنری را مد نظر قرار داده و اقشار مختلف را جذب کرد.

در کتاب کافی‌شاپ و زندگی اجتماعی آمده است: مردم در کافه‌ها حضور می‌یابند تا به تجربه‌های متفاوت دست پیدا کنند. کافه با محیط خانه متفاوت است و برای آنان تجربه‌های اجتماعی حاصل از گردهمایی به ارمغان می‌آورد. البته برخی برای «با خودبودن» به کافه می‌روند که البته این نوع تنهایی با تنها بودن در خانه و پارک فرق دارد، زیرا در جمع، تنها بودن و در فضایی نمادین و پست مدرن، این تنهایی از جنس برقراری دیالوگ‌های درونی است.

تحول کافه‌ها در ایران و ادغام محیط تفریح و آرامش با فرهنگ، ویژگی قابل‌اعتنایی است که کافه‌ها را به فضاهای شهری دارای سقف و چارچوب بدل کرده است. شاید در برهوت مطالعه و سرانه‌های پایین کتاب‌خوانی در ایران، چنین روندی، کورسوی امیدوی باشد برای آشتی دوباره‌ی شهروندان با مقوله‌ی فرهنگ. چرا که تجربه‌ی سال‌های اخیر کافه‌داران نشان داده که مردم حتا در محیط کافه‌ها و در میان نوشیدنی‌های رنگارنگ، گویا بیش‌تر به دنبال جرقه‌های فرهنگ هستند که در فضاهای دیگر به آن دست‌نمی‌یابند!

آشتی دوباره‌ی مردم با مقوله‌ی فرهنگ

تمام این موارد نوظهور در کافه‌ها، نشان از تحول و دگرگونی مفاهیم مربوط به حوزه‌ی گذران فراغت دارد. گویا بخش فرهنگ و هنر جایگاه خود را در این میان گشوده و با استقبال نیز مواجه شده است. به همین دلیل، کافه‌ها کارکردی با محوریت پرکردن زندگی روزمره‌ی شهروندان یافته‌اند و حضور اقشار مختلف در آن‌ها، دلیلی بر این مدعاست.

فاضلی در این زمینه معتقد است: کافه‌ها در زندگی روستایی نمود و معنا ندارند. اما ساختار اجتماعی، سیاسی زندگی شهری موجب گسترش این محیط‌ها را فراهم کرده است. چرا که شهروندان با نیازهای گوناگونی

رسمی بسیار مناسب است. از گروه پسران جوانی که دور یک میز نشسته و با لپ‌تاپ‌هایشان مشغول نقشه‌کشی هستند، پرسش می‌کنم. دانشجوی معماری هستند و محیط این کافه را بسیار آرام و مناسب برای تبادل اطلاعات می‌دانند. یکی از آن‌ها می‌گوید: کارهایی را که می‌توانیم در کتابخانه انجام دهیم، بسیار مطلوب‌تر، با موسیقی ملایم و نوشیدنی این‌جا انجام می‌دهیم. این کار استرس کم‌تری به ما می‌دهد و گاه ساعت‌ها شده بدون خستگی، مشغول انجام کار و درس خواندن باشیم. گروه دیگر، متشکل از افرادی با سنین مختلف و علاقه‌مند به شعر و موسیقی است. آن‌ها به صورت ماهانه دور هم جمع می‌شوند و آثار خود را برای نقد در اختیار دیگر اعضا قرار می‌دهند. صحنه‌هایی مقوی با ظاهری هیجان‌انگیز از دیگر سرویس‌هایی است که مدتی‌ست در کافه‌های کرج به چشم می‌خورد، به این ترتیب، قشر کارمند و دانشجوی نیز فضایی در اختیار دارند که پیش از شروع کار یا درس، هم صبحانه‌ای مطبوع صرف کنند و هم ساعتی به مطالعه‌ی اجمالی نشریات بپردازند.

نعمت... فاضلی؛ جامعه‌شناس و انسان‌شناس و نویسنده‌ی کتاب کافی‌شاپ و زندگی شهری، کافی‌شاپ‌ها را متعلق به بستری اجتماعی می‌داند و در گفت و گویی در خیرگزاری کتاب ایران، می‌گوید: اهمیت کافه‌ها را باید در بستر شهر، شهرنشینی و طبقه‌ی متوسط جدید شهری و تحولات فرهنگی امروز ایران، جست و جو کرد. کارشناسان مسائل فرهنگی، مطبوعات و رسانه‌ها به کافی‌شاپ‌ها توجه ویژه‌ای داشته‌اند. به این ترتیب، گفتمان عمومی درباره‌ی کارکردها و اهمیت و ابعاد این پدیده شکل گرفته است.

فاضلی به این ترتیب کافی‌شاپ‌ها را فضای فرهنگی شهری می‌داند که جوانان با توجه به موقعیت و محیط‌های اجتماعی کمی که در اختیار دارند، می‌توانند در آن‌ها چهره‌ای دیگر از خود عرضه کنند و به عبارتی این فضاها، برای تعاملاتی غیر

دیگر فضاهای شهر دلزده شده‌اند؟ آنچه از فضاهای شهری و ارتباط با دیگر شهروندان انتظار دارند، در فضاهای باز شهر یا فضاهای تجاری تفریحی نیافته و به کافی‌شاپ‌ها روی آورده‌اند؟

کافه‌ها گویا به زندگی روزمره‌ی همه‌ی ما راه یافته‌اند. دیگر تنها محلی برای نوشیدن چای، قهوه، آبمیوه و گوش دادن به موسیقی ملایم نیستند، بلکه بحث‌ها و میزگردهای ادبی، فرهنگی و هنری، نمایشگاه‌های صنایع دستی، نقاشی و غیره در آن‌ها به چشم می‌خورد. سالن‌های خشک و بی‌روح برای مراسم رونمایی از کتاب‌ها و آثار هنرمندان مختلف نیز جای خود را به محیط گرم و صمیمی کافه‌ها داده است؛ مراسم و نمایشگاه‌هایی که دیگر تنها برای قشری خاص برگزار نشده و عموم مردم جذب آن‌ها می‌شوند. آن‌هایی که ممکن است از خواندن فراری باشند یا به دلیل مشغله‌ی کاری زمانی برای مطالعه نداشتند باشند، فضای کافه‌ها را برای ارتقای سطح آگاهی خود یا حتا اخبار روز مناسب می‌دانند.

نعمت... فاضلی؛ جامعه‌شناس و انسان‌شناس و نویسنده‌ی کتاب کافی‌شاپ و زندگی شهری، کافی‌شاپ‌ها را متعلق به بستری اجتماعی می‌داند و در گفت و گویی در خیرگزاری کتاب ایران، می‌گوید: اهمیت کافه‌ها را باید در بستر شهر، شهرنشینی و طبقه‌ی متوسط جدید شهری و تحولات فرهنگی امروز ایران، جست و جو کرد. کارشناسان مسائل فرهنگی، مطبوعات و رسانه‌ها به کافی‌شاپ‌ها توجه ویژه‌ای داشته‌اند. به این ترتیب، گفتمان عمومی درباره‌ی کارکردها و اهمیت و ابعاد این پدیده شکل گرفته است.



نسترن کیوانپور
Nastaran.keyvanpour@gmail.com

مردم برای آشنایی با دیگران و بهره‌مند شدن از تجارب جدید زندگی اجتماعی به محیط‌ها و فضاهای شهری مختلفی مراجعه می‌کنند. هجوم زندگی ماشینی، آنان را بیش از پیش به سوی یافتن راه گریزی از شتاب شهرنشینی وادار می‌کند که گاه در این جست و جو، سر از کافه‌ها و کافی‌شاپ‌هایی در می‌آورند که در کوچه پس‌کوچه‌های شهر، جا خوش کرده‌اند و با موسیقی ملایم، نوشیدنی‌های متنوع و کتاب‌ها و مجلات بهروز، آن‌ها را به گذران ساعتی خوش و آرام، به دور از هیاهوی خیابان‌ها دعوت می‌کنند. کافی‌شاپ‌ها طی دهه‌ی گذشته از محبوبیت بالایی میان گروه‌های سنی مختلف به ویژه جوانان برخوردار شده‌اند. نکته‌ی جالب این‌جاست که اگر تا چند سال گذشته، تنها گروه‌های جوانان و نوجوانان را در اوقات فراغت از درس و دانشگاه، در چنین محیط‌هایی می‌دیدید، اکنون اوضاع کمی تغییر کرده است.

هفته‌ی گذشته به همراه یکی از دوستان در کافی‌شاپی در کرج بودم که گروه‌های سنی مختلفی را در آن دیده می‌شدند: دختران جوان، پسران جوان، خانواده‌ها و پیرمردی تنها که گویا از مشتریان ثابت کافه است. چنین منظره‌ای این سوال را در ذهن متبادر می‌سازد که آیا کافی‌شاپ‌ها و کافه‌ها نیز در طول زمان، روندی تکاملی می‌پیمایند؟ آیا کافی‌شاپ‌داران به تدریج دریافته‌اند که اگر خدماتی متناسب با سنین و اقشار مختلف و به عبارتی عمومی‌تر ارائه دهند، مشتری‌های بیشتری جذب خواهد شد؟ و یا مردم از

ان ال پی چیست؟ چقدر با این مفهوم آشنایی دارید

دنیای



تاریخچه ی پدید

به طور تقریبی ۵۰ سال از تاریخچه ی شروع این مبحث می گذرد. در سال ۱۹۵۶ رچارد بندلر (Richard Bandler) با همکاری یکدیگر توانستند یک روش ابداع کنند.

آن ها معتقد بودند که بین فرایندهای عصبی و الگوهای کلامی و رفتاری این دو پس از تحقیقات فراوان نام (Linguistic programming) خود برگزیدند.

کلمه ی Neuro که این دو در نام گذاری مدلشان از آن استفاده کرده و حواس پنجگانه مان و درک دنیای بیرون، دنیای درونمان را خلق کرده و Linguistic به شما می گوید در این شیوه از زبان و کلام به روش خاص Programming برای سازمان دهی ذهن و اندیشه ی خود باید آن را حس کرده و بدان ها عمل می کنند.

به طور خلاصه باید بگوییم، ان ال پی یا برنامه ریزی عصبی کلامی به شما دست می آورد. این دانش باعث شده تا رفتار تان تغییر کرده و انعطاف پذیری



علی بهرام پور - آیا صحنه های دردناک از یک اتفاق، مدام در ذهنتان به مانند یک فیلم مرور شده و شما را به شدت ناراحت می کند؟ جرات عبور کردن از مسافت های بلند و مرتفع را نداشته و ترس از ارتفاع دارید؟ شاید هم نسبت به حیوانات و یا پرندگان عکس العمل شدید از خود نشان داده و فوبیا دارید؟

ان ال پی به شما کمک می کند تا از همه ی این مسائل عبور کرده و آن ها را حل کنید!

«ان ال پی» یا «برنامه ریزی عصبی کلامی» یکی از بهترین شیوه های سازمان دهی ضمیر ناخودآگاه است که با تغییر افکار و رفتار فرد نتایج مطلوبی را برایش به ارمغان می آورد. در ان ال پی تکنیک هایی وجود دارد که حالت ترس و رنج را تبدیل به لذت می کند و حالت شرطی تان را تغییر می دهد.

پیروان ان ال پی سعی می کنند با الگوبرداری از افراد موفق پی به رموز موفقیت شان ببرند. آن ها با دقت و تفحص در افکار و اعمال این افراد به نتایج بسیار مناسبی رسیده و برای خود الگوسازی می کنند و با اجرای دقیق آن الگوها به هر آنچه می خواهند، می رسند.

از صفات بارز انسان های موفق این است که از "کاه کوه نمی سازند"

این افراد استعداد های خود را شناخته و مدام در حال تلاش و پیکار با مسائل پیش آمده در زندگی هستند و هرگز ناامید نشده و با حس مثبت با مسائل پیش آمده برخورد می کنند.

برنارد شو می گوید: «وقتی جوان بودم، متوجه شدم از هر ده کاری که انجام می دهم نه بار با شکست مواجه می شوم و چون نمی خواستم تسلیم شوم و شکست را بپذیرم، آموختم که هر کار را ده بار انجام دهم»



پیش فرض های NLP

آیا خورشید می تواند نورش را فقط به یک قسمت زمین ساطع کرده و بقیه را محروم کند؟ قطعاً نه! ما هم نمی توانیم با تعداد معدودی ارتباط برقرار کرده و بقیه را نادیده بگیریم! مسئله ای که در اینجا وجود دارد، ارسال پیام نادرست است که با حرکات بدن و صورت خود به اطرافیانمان ارسال می کنیم. ما باید تلاش کرده تا این پیام های ناخودآگاه را کنترل کنیم.

روان و بدن با یکدیگر لحظاتی که پس اندامتان توجه شما خواهند شد حتی خشم و فضا صدایتان هم تاثیر و انمود می کند کند که شاد باش معیار کیفیت پاسخ واکنش اط برمی گردد. هر ع دهند نشان از ک

هر رفتاری نیت مثبت و سازنده دارد

پذیرش این مسئله که هر رخداد تلخ یک نتیجه ی مثبت برای ما دارد، کار سختی است.

فرض کنید یک رفتار یا عادت نامطلوب مثل خشم، ترس، وسواس و... می تواند نیت سازنده داشته باشد! ضمیر ناخودآگاه ما به گونه ای طراحی شده که پیام های خود را از طریق بیماری و دردهای مختلف نشان می دهد. اگر شما از ارتفاع نمی ترسیدید، شاید دچار سقوط می شدید.

هر رفتار به ظاهر نامطلوبی حامل پیام سازنده ای است که باید آن را درک کرده و بدان رسید.

بنابراین به قول جیمز هالیس: "رنج ها و دردها حرفی برای گفتن به شما دارند"

شکستی وجود ندارد

انسان ها در جایگاه های مختلف زندگی نتایج متفاوتی کسب می کنند که اگر مطابق میلشان نباشد به آن ها نسبت شکست می دهند.

اما پیروان مکتب ان ال پی به آن به عنوان یک تجربه نگاه

هر مکتبی بر ستونی استوار شده که اصول و پایه های آن مکتب را می سازد. ان ال پی هم بر ۱۰ پایه استوار است که برای شما آن ها را به ترتیب بازگو خواهیم کرد:

هر ایده و یا نقشه ای واقعیت ندارد

به تعبیر ریچارد بندلر انسان ها جهان را از پشت عینک خود نگاه می کنند و تمام وقایع را از همان نگاه دیده و برنامه ریزی می کنند.

ما هیچ وقت نمی توانیم مدعی باشیم که این نگاه درست و کامل است و درک درستی از دنیا داریم. ما در این روش واقعیت های اطراف را با توجه به نقشه ی ذهنی خود می سنجمیم

تمام انسان ها منابع کافی برای تغییر را دارند

برخی انسان ها موفقیت را شانس دانسته و بهانه های زیادی را برای تلاش نکردن می آورند.

ان ال پی معتقد است که انسان ها به مانند کامپیوتر هستند که همه سخت افزار مورد نیاز را دارند و فقط باید برنامه ریزی مناسب (نرم افزار) را در موردشان اعمال کرد.

همه قدرت انجام کارهای مختلف را دارند و محدودیتی وجود ندارد

اگر کسی می تواند کاری را با موفقیت انجام دهد، قطعاً شما هم می توانید. تکنیک های NLP به شما کمک می کند با الگوبرداری درست از این افراد موفق به نتایج مشابهی برسید

همه می توانند ارتباط برقرار کنند

کاربرد های متنوع و کارآمد ان ال پی

فرض کنید که می خواهید یک قرارداد بسیار پرسود بسته و یک مذاکره ی موفق دیگر را در کارنامه ی خود ثبت کنید. می توانید از این تکنیک کارآمد استفاده کرده و شیوه ی بیان و حتی رفتار خود را تغییر دهید به گونه ای که که سخنرانی تان برای طرف مقابل جذاب باشد و شما را به نتیجه ی دلخواه تان برساند.

فرض کنید که با مدیرتان مشکل دارید. او از شما خواسته تا پایان روز گزارشی برایش تهیه کنید.

شما کار را به اتمام می رسانید. اما فرصت انجام بقیه امور را نداشته، بنابراین آن ها را انجام نمی دهید.

مدیرتان از شنیدن این مسئله بسیار خشمگین می شود. قطعاً چنین موقعیتی به شدت آزار دهنده است.

اما این داستان همیشه دو سو دارد. با تکنیک های ان ال پی می توانید موقعیت رئیس تان را درک کنید و در نتیجه ارتباط بهتری با یکدیگر برقرار کرده و به شکلی سازنده مشکل را حل کنید.

یک مثال کاربردی دیگر که می توانید بسیار از آن استفاده کنید در میانه ی یک بحث جدال انگیز در محل کار و یا خانه، ان ال پی بهترین روش برای مدیریت این تعارض است.

این روش هم به مانند مثال بالا، به شما کمک کرده تا خود را جای طرف مقابل گذاشته و انگیزه های او را بهتر درک کنید.

وقتی می خواهید به جمع بندی برسید می توانید به جای برخورد سریع هیجانی تمامی ابعاد قضیه را بررسی کرده و سپس به نتیجه ی نهایی برسید.

می توان از این دانش کاربردی برای کنترل بروز احساسات، گفتگوهای ذهنی، تمرکز بر استعدادها و توانایی های فردی، افزایش اعتماد به نفس و یا بالا بردن ارتباط های فردی با دیگران، افزایش عزت نفس، غلبه بر خاطرات منفی گذشته، افزایش تمرکز، ایجاد درک متقابل میان شما و مراجعین استفاده کرد.

بد؟ آیا خاطرات تلخ گذشته شما را اذیت می کند؟

موادار

بد آمدن ان ال پی

ان ال پی در ۱۹۷۰ در کالیفرنیا آقایان جان گریندر (John Grinder) و ریچارد

نورون (Neuro) که به اختصار ان ال پی (NLP) نامیده می شود، برای روش

اند، به معنای عصب است. همان طور که قبلا هم گفته شد، ما از طریق

بر اساس آن برنامه ریزی می کنیم. و متفاوت استفاده می شود.

ها را در ذهن برنامه ریزی کرد. در این قسمت اثرات کلامی استفاده شده

ما یاد می دهد که از یک موقعیت خاص چه می خواهید و همان را هم به

پذیر باشید.



در ان ال پی

تکنیک هایی وجود دارد که حالت ترس و رنج را تبدیل به لذت می کند

www.alibahrampour.com



ان ال پی چه نوع مهارتی است؟

ان ال پی یک مهارت عملی است که می تواند تفاهم دوجانبه ی موفق بین شما و طرف مقابلتان ایجاد کند. در این تکنیک تقلید کردن از تن صدا، زبان بدن و حتی سرعت حرف زدن طرف مقابل می تواند رابطه ای بهتری میان شما برقرار سازد. با کمک این تکنیک آگاهی و شناخت تان از زبان بدن حریف بیشتر گشته و می توانید الگوهای مختلف را در او شناسایی کرده و به درک رفتار انسان های پیرامونتان بپردازید. پس از این علم و هنر برای رسیدن به کمال و موفقیت استفاده کرده و دامنه ی انتخاب و کیفیت زندگی خود را ارتقا بخشید. ان ال پی را زندگی کنید تا زندگی لذت بخشی داشته باشید.

کلام آخر:

حتما شما هم به مانند ما، این جمله ها را بارها شنیده اید «می دونم چی می گی»، «می تونم تصور کنم» و... همه ی ما کسانی که شبیه خودمان هستند را بیشتر دوست داریم چون با آن ها احساس نزدیکی بیشتر کرده و در کنارشان احساس امنیت خواهیم کرد. با حرف زدن به زبان دیگران نیز می توان با آن ها ارتباط برقرار کرد. این مهارت یکی از ویژگی های دیگر این دانش نوین است که به فرد کمک می کند تا زبان حسی طرف مقابلش را درک کرده و در صورت لزوم از آن استفاده کند.

NLP و میزان رضایت از زندگی

ان ال پی به شما کمک می کند که خواسته هایتان را به طور کامل روشن و واضح برای ضمیر ناخودآگاه خود مشخص کرده و تفاوت میان عملکرد خودآگاه و ناخودآگاه تان را پیدا کنید. بنابراین با کمک این مهارت شما می توانید از ضمیر ناخودآگاه خود به درستی کمک گرفته و به آرزوی قلبی تان برسید. به طور مثال اگر هوس استیک کرده اید، دیگر یک ظرف خوراکی دل و جگر برای شما نمی آورند و به همان استیک تان می رسید! علاوه بر این، می توانید از این روش برای بالا بردن توان مندی هایتان هم استفاده کنید. زیرا به راحتی قادر است در عادت های رفتاری و باورهایتان تغییر ایجاد کند.

روش کار تکنیک برنامه ریزی عصبی کلامی یا NLP بر مغز
ان ال پی به مانند یک دفترچه ی راهنمای مغز، شما را با زبان مغزتان دوست و همراه می کند.

این شیوه همان طور که قبلا هم بدان اشاره شد به شما کمک می کند تا خواسته ی واقعی خود را بدانید چیست و روش رسیدن به آن را هم می گوید. در این تکنیک با کمک حواس پنجگانه تان اطلاعات را از محیط دریافت کرده، براساس اطلاعات و باورهای قلبی آن را تجزیه و تحلیل کرده و در ذهنتان جا گذاری می کنید و براساس اطلاعات جدید رفتار خواهید کرد.

این تکنیک دو مزیت دارد:

اطلاعاتی که در ذهنتان دارید را اصلاح کرده و رفتار مناسب را جایگزین می کنید. اثر دیگری که این تکنیک می تواند بر شما بگذارد، تغییر نگرش شما است. این روش به شما کمک خواهد کرد تا اطلاعات مناسب را از محیط پیرامونتان بگیرید و چشم انداز مطلوبی برای خود ایجاد کنید. بدین صورت رفتار بهتری از شما سر می زند.

سختکس اعتقادی ندارند. در این روش شما بد و یا تجربه کسب می کنید.

بی راه حلی داریم

بد برخی مشکلات راه حلی ندارد باید در نظر کنید.

کدیگر از تباط مستقیم داریم

بیار ناراحت هستید به زبان بدن و فرم

نید، اطرافیان به راحتی متوجه ی ناراحتی

شارهای روحی عصبی در نحوه ی بیان و

بر می گذارد. زمانی که شاد هستید و یا

که شادید، ذهنتان این پیام را دریافت می

ه جدید و نو وجود دارد

م می دهید نتیجه ی مثبتی ندارد، قطعا

وجود دارد که می تواند شما را به نتیجه

به انعطاف پذیری تان برمی گردد.

ص اصرار و پافشاری نکرده و شیوه های

ان کنید.



تحریف های مشهور تاریخ سینما؛ از «ذهن زیبا» تا «اگه می تونی منو بگیر»

محمدحسین سیفی - تاحالادقت کرده اید، فیلم هایی که با جمله «بر اساس یک داستان واقعی» آغاز می شوند، در همان ثانیه های آغازین از جذابیت بیشتری برای مخاطبان برخوردار هستند؟ اگر نمونه های ساختار شکن را کنار بگذاریم که در ابتدای فیلم به دروغ و برای بازی یا ذهن مخاطب این جمله را می نوشتند، تاریخ سینما مملو از فیلم هایی است که این ویژگی را دارا هستند. اما آیا تمام ۱۰۰ درصد این فیلم ها واقعی هستند؟ این چیزی است که در مطلب پیش رو قصد داریم چند نمونه مشهور آن را معرفی کنیم که چندان هم از واقعیت تمام و کمال بهره نرفتند و فیلمساز در جایی که دلش خواسته واقعیت را تحریف کرده است.

طریق دستشویی که در فیلم نشان داده شده است.

من تونیا هستم (کریگ گیلسپی، ۲۰۱۷)
فیلم داستان اسکیت بازی به نام «تونیا هاردینگ» و رقابتش در برابر «انسی کریگان» که نه تنها هم تیمی او بود، بلکه سرسخت ترین رقیب او نیز محسوب میشد. در ژانویه ۱۹۹۴ همسر سابق تونیا به نانسی حمله کرد و اگرچه تونیا هرگونه دخالت در تجاوز را رد کرد، با این حال هنوز هم محکوم شد. او همچنین از ورزش حرفه ای اسکیت منع شد. این فیلم همچنین به بی گناهی تونیا کمک می کند، اما با این حال نظرات مخالف را نیز ارائه می کند. به این ترتیب، این فیلم به بیننده اجازه می دهد تا انتخاب کند تا سخنان کدام طرف را بپذیرد.

به فینال داستان فیلم است، جایبکه راستون در واقعیت دو مسافر را می بیند و فقط به آن ها چند تکنیک کوهنوردی را نشان می دهد و آن ها را مثل فیلم به سوی تالاب پنهان نمی فرستد.

اگه می تونی منو بگیر (استیون اسپیلبرگ، ۲۰۰۰)
فرانگ آبیگنل، شخصیت اصلی در زندگی واقعی از خانه فرار می کند و هرگز دوباره پدرش را نمی بیند. با این حال، اسپیلبرگ آن را در فیلم تغییر داد. این موضوع به افزودن درام به فیلم با نشان دادن روابط او و پدرش کمک کرد. تفاوت دیگری که بین واقعیت و فیلم وجود داشت، راهی بود که فرانگ در مسیر پرواز برگشت به آمریکا از فرانسه برای فرار استفاده کرد. فرانگ از طریق قسمت عقبی هواپیما فرار کرد نه از

خانگی پذیرفتند که در فیلم حذف شدند. پایان فیلم هم با واقعیت تطابق نداشت. فیلیپ به مراکش به جایی که دوباره طعم عشق را چشید، نقل مکان کرد و با زنی که دو دختر داشت ازدواج کرد. هم چنین عبدالعلی تولو که برای نگه داری از فیلیپ استخدام شد دارای اصیبتی الجزایری نبود نه سنگالی.

۱۲۷ ساعت (دنی بویل، ۲۰۱۰)
«آرون راستون» مردی که پشت قضیه این داستان وحشتناک قرار دارد، ادعا کرده است که فیلم چنان دقیق و از روی واقعیت ساخته شده است که می توان آن را یک مستند واقعی نامید. تغییرات بسیار کوچکی در داستان داده شد. یکی از آن ها مربوط

اما در فیلم او سخنرانی می کند. او همچنین هیچ همکاری با وزارت دفاع ایالات متحده نداشت. این فیلم همچنین او را به عنوان یک پدر نمونه معرفی می کند، در حالی که که این دور از حقیقت بود. او یک پسر داشت که هیچ گاه از او مراقبت نکرد.

دست نیافتنی ها (الیور ناکاشه و اریک تولدانو، ۲۰۱۱)

در فیلم، «فیلیپ پوزو» مردی است که همسر خود را از دست داده چهار حادثه شد و فلج شد، هنوز هم با همسر خود زندگی می کرد. همسر فیلیپ یک زن ثروتمند بود و ۳ سال بعد از حادثه ای که برای فیلیپ اتفاق افتاد، فوت کرد. هم چنین آن ها دو کودک را به فرزند

با این حال، صحنه هایی که در زندان الکتراز فیلم برداری شدند، دارای تغییرات کمی بودند. سلول هایی که در فیلم نشان داده می شود همان سلول های اصلی زندانیان نبودند. هم چنین اگر موفق به دیدن زندان الکتراز بشوید می توانید حفراهی که آن ها موفق به فرار از آن شدند را ببینید.

یک ذهن زیبا (ران هاوارد، ۲۰۰۱)

این فیلم که با بازی راسل کرو ساخته شده است، زندگی برنده جایز نوبل «جان فوربس نش» را نشان می دهد. با این حال، این فیلم قسمت هایی را دارد که به طور کلی واقعی نیستند. برای مثال، نش هنگامی که برنده جایزه نوبل اقتصاد شد، سخنرانی نکرد

فرار از آلتارتاز (دان سیگل، ۱۹۷۹)

این فیلم، یکی دیگر از فیلم ها بر اساس داستان های واقعی است که تقریباً تماماً بر اساس اتفاقات واقعی ساخته شده است. این موضوع ممکن است به این دلیل باشد که در این مورد، واقعیت تقریباً از داستان پیشی می گیرد، بنابراین نیازی به افزودن اتفاقات غیر واقعی به فیلم نبود. این فیلم داستان فرانک موریس، جان انگلین و برادران کلارنس است که موفق شدند از زندان الکتراز فرار کنند. تا به حال هیچ کس به طور دقیق نمی داند که آیا آن ها زنده ماندند یا نه. با این حال چند سال بعد یک نامه پیدا شد که ادعا شد توسط جان انگلین نوشته شده است و در آن نامه او تایید کرده بود که ۳ نفر از آن ها توانستند زنده بمانند.



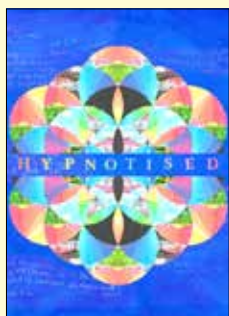
معرفی موسیقی

«کالتیدوسکوپ»

:: کلدپلی ::

«کالتیدوسکوپ» ، در کارنامه ی کلدپلی این مینی آلبوم بیشترین شباهت را با مینی آلبوم ضمیمه ی «ویولاویدا» یعنی «Prospekt's March» دارد. البته تفاوت هایی هم بین این دو وجود دارد.

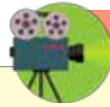
Prospekt's March محصول نوشته ها و تمرین هایی بود که به «ویولاویدا» منتهی شد؛ در همان سال منتشر شد و حاوی ریمیکس باورزن های متفاوتی از قطعات آلبوم



اصلی بود. اما «کالتیدوسکوپ» تقریباً با ۱۸ ماه فاصله از «ذهنی پر از رویا» منتشر شده است. در این مینی آلبوم، ورژنی از «چیزی شبیه به این» وجود دارد، که البته آن چیزی نیست که انتظارش را دارد. شیوه های آن که در «نوکیور ریمیکس» استفاده کرده بودند تکرار نکرده اند، که در واقع نسخه ی اجرای زنده ی گروه بود اما تفاوت هایی با اجرای استودیویی داشت و آن تفاوت هیجان و تنظیم متفاوت و دقیق قطعه در اجرای زنده در تور دور دنیای گروه بود. باید اقرار کرد که کلدپلی قطعات انگشت شماری دارد که می تواند با وجود صدای همخوانی هزاران نفر همزمان باز هم شنیدنی باشد.

همکاری دوباره با برابان اتو و تهیه کننده مارکوس در اوس در قطعه ی «بیگانه ها»، اثری درباره ی بحران مهاجران در اروپا همان چیزی است که این آلبوم را درخشان می کند. مار تین هیچ وقت نمی تواند به سطح یک ترانه نویس متوسط روه بالا برسد اما در این قطعه در عبارت های نخستین آن توانسته با ساختن تصویری از خانواده ای که برای بقا در حال فرارند، تاثیر گذاری غیرمنظورهای رارقم بزند.

«فقط به تو فکر می کنم» بر این مبنا که بیشتر شبیه یک اثر کلاسیک کلدپلی است، اثر شنیدنی فی است.

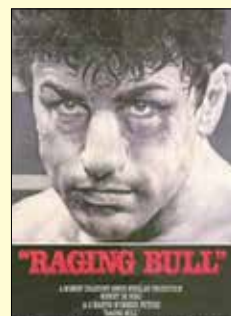


معرفی فیلم

«گاوخشمگین»

:: مارتین اسکورسیزی ::

با این که ساخته ی درام ورزشی مارتین اسکورسیزی را اکثر عاشقان سینمای خواستی او دیده اند، اما Raging Bull یکی از آن فیلم هایی است که باید در لیست آثار سینمایی تماشاشده توسط همه ی دنبال کنندگان جدی هنر هفتم، به چشم بخورد. فیلمی که داستان تلاش یک بوکسور برای رسیدن به قهرمانی را روایت می کند و با عاشق کردن او، به چالش کشیدن افکارش



و نمایش دادن صعود و سقوط های تمام ناشدنی اش، تماشاگر را به اوج همراهی با وی می رساند. همه ی این ها اما در حالی است که خود لاموتا می گوید داستان زندگی من، در بهترین حالت صرفاً تصویری بود از حیات یک بوکسور متوسط که از مشکلات شخصی بسیار بسیار زیادی رنج می برد. ولی اسکورسیزی، از این داستان یکی از بهترین فیلم های تمام ادوار را بیرون آورد.

Raging Bull فیلمی است که هم منتقدان بزرگی چون راجر ایبرت و هم کارگردان های سینماناس و کم مثل و ماندی همچون فرانسیس فورد کاپولا، آن را یکی از ده فیلم برتر زندگی شان معرفی کرده اند و با این که ممکن است دیدن تصاویر سیاه و سفید برخی سکانس هایش باعث شوند نسبت به لذت بخش بودن آن برای تان شک پیدا کنید، یقیناً در دل دنیایش غرق می شوید. چون قبل از هر چیزی فرصت همراهی مطلق با شخصیت اصلی اش را به دست می آورید و به دنبال آن، دائماً می خواهید داستان او را بشنوید. از دنیو که برای بازی در نقش لاموتا در خطوط زمانی گوناگون ورزش را هم به شکل دیوانه واری تغییر داد تا جو پشی دوست داشتنی در نقش برادر لاموتا که در زمان ساخت Raging Bull هنوز ناشناخته بود و اسکورسیزی از استعداد نهفته اش استفاده کرد



معرفی کتاب

«خشکسالی»

:: جین هارپر ::

کیبورا، زادگاه آرون فالک، دو سال است که درگیر خشکسالی شده است. شهری زراعی با خانواده هایی که اکثر زندگی خود را از طریق کشاورزی می گذرانند، اما خشکسالی تنها راه درآمد و امرار معاش را از ساکنان خود گرفته است. آرون بیست سال است زادگاه خود را ترک کرده و یا شاید بهتر است بگوییم به اجبار زادگاه خود را ترک کرده بود اما با دریافت نامه ای ناچار به بازگشت می شود.



کتاب با مقدمه ای کوتاه ولی به اندازه کافی ترسناک آغاز می شود. مقدمه ای که در آن نویسنده خشکسالی استرالیا را به خوبی نشان می دهد و پس از ترسیم یک فضای گرم و خفه کننده، به صحنه جرم می پردازد و از جسد هایی می نویسد که توسط مگس ها احاطه شده اند. در فصل های مختلف کتاب، نویسنده به گذشته نیز اشاره می کند و اتفاقات بیست سال پیش را به شکل کوتاه برای خواننده روایت می کند و این مخاطب است که باید همه این تکه های کوچک را در کنار هم قرار دهد تا به حقیقت پی ببرد. رمان خشکسالی به واقع داستانی قدرتمند و رازآلود است که تا آخرین صفحات شما را غرق در شک و تردید نگه می دارد و بارها و بارها شما را به شخصیت های متفاوت مظنون می سازد. در واقع هر آنچه از یک رمان معمایی - پلیسی انتظار دارید، این کتاب در اختیار شما قرار می دهد.

این داستان جنایی مانند بیشتر کتاب های مشابه، در درون خود آموزه های روانشناختی دارد و شما را به فکر فرو می برد. فکر این که چه ناهنجاری ها و محدودیت هایی برخی شخصیت ها را وادار به انجام برخی کارها می کند. اما هنگامی که تکه های پازل را در کنار هم قرار می دهیم و با شخصیت فرد بیشتر آشنا می شویم، متوجه خواهیم شد که ریشه مشکل دقیقاً کجا بوده است.



۱۲ راه پیشگیری از دیابت

دیابت یک بیماری مزمن است که در حال حاضر میلیون ها نفر در سراسر دنیا به آن مبتلا هستند. موارد کنترل نشده این بیماری می تواند منجر به نابینایی، نارسایی کلیه، بیماری قلبی و... گردد. قبل از تشخیص دیابت مدت زمانی میزان قند خون در حد بالایی قرار دارد اما نه به میزانی که سبب تشخیص این بیماری گردد. این مرحله از بیماری، پیش دیابت نامگذاری گردیده است. تخمین زده میشود که در حدود ۷۰ درصد مردم در صورت تغییر ندادن عادات غذایی و سبک زندگی در این مرحله به دیابت نوع دوم مبتلا می گردند. اگرچه فاکتورهایی در این بیماری نظیر سن، ژن ها و عادات های گذشته دخیل است اما راهکارهایی جهت کاهش ریسک ابتلا به این بیماری وجود دارد که در ادامه ۱۲ مورد ذکر می شود.

۱- قطع مصرف شکر و کربوهیدرات های تصفیه شده

مانند نان سفید

۲- ورزش کردن بطور منظم

۳- ارجحیت نوشیدن آب بر سایر نوشیدنی ها

۴- کاهش وزن در صورت داشتن اضافه وزن یا چاقی مفرط

۵- ترک سیگار

۶- داشتن یک رژیم غذایی کم کالری

۷- استفاده از وعده های کم حجم غذایی

۸- پرهیز از تنبلی و کم کاری فیزیکی

۹- استفاده از رژیم پر فیبر سبزیجات

۱۰- بهبود سطح ویتامین D

۱۱- کمینه کردن میزان استفاده از غذاهای فرآوری شده

۱۲- نوشیدن چای یا قهوه

ترجمه: وحید نجاتی
healthonline-uk.com

عوارض نوشیدن چای بعد از غذا؛

از خار پاشنه تا ناراحتی قلبی!

مصرف چای پس از صرف وعده های غذایی می تواند مضرات بسیار زیادی را برای سلامتی شما به همراه داشته باشد.

برخی از عوارض نوشیدن چای بعد از غذا عبارتند از:

- * ناراحتی قلبی و کلیوی
- * بیوست
- * کم خونی و فقر آهن
- * خار پاشنه
- * ریزش مو
- * چربی خون
- * ساییدگی استخوان و آرتروز

لازم به یادآوری است، گذشته از مقید یا مضر بودن مصرف چای، نوشیدن روزانه، مستمر و مداوم چای باعث وابستگی و اعتیاد به این نوشیدنی می شود که خود این امر به تنهایی عوارض متعددی را در درازمدت برای ما ایجاد خواهد کرد.

از سوی دیگر وابستگی به مصرف صرفاً چای سیاه از میان صدها نوع چای مقید و پرخاصیت ایرانی و خود را مقید کردن به نوشیدن چند لیوان از چای سیاه به صورت روزانه، مساوی با محروم شدن ما از امکان سوق یافتن به مصرف سایر دمنوش ها و چای های مختلف (بهار نارنج، بادرنجبویه، دارچین، گل گاوزبان، کاکوتی و...) است که این امر نیز به هیچ عنوان مطلوب نیست.

تاریخچه تکنولوژی تولید برق خورشیدی

این نکته اشاره کرد که در صورت استفاده از محصولات تولید کنندگان مطرح این صنعت عمر متوسط پنل ها حداقل ۲۵ سال می باشد همچنین به هنگام خرید به این نکته توجه کنید که خرید محصولات ارزان قیمت در کوتاه مدت اقتصادی می باشد اما در مدت زمان طولانی سبب ضرر و زیان می گردد. نظر به مطالب بیان شده در بالا و با توجه به داشتن حداقل ۳۰۰ روز آفتابی در کشور ایران تصمیم به تغییر شبکه ی تولید نیرو از حالت صرفاً مبتکی

قطعاً مذكور دارای عمر بالا و استهلاک بسیار پایین می باشند که در کنار قابل اطمینان بودن، هزینه تعمیر نگهداری پایینی هم دارند. از ویژگی های این پنل ها می توان به عدم محدودیت در مقیاس نصب آنها اشاره نمود. استفاده از این تکنولوژی این امکان را به ما میدهد تا با احداث سایت های تولید الکتریسته در نزدیکی مکان مصرف آن هزینه های انتقال و کابل کشی برق را به حداقل برسانیم. از دیگر مزایای این تکنولوژی می توان به

زایی نور خورشید (فتولتائیک) گردید. مدتها بعد در سال ۱۹۴۱ میلادی راسل اوئل اولین پیل خورشیدی را ابداع نمود. همانطور که میدانید تولید الکتریسته توسط این روش می تواند بدون ایجاد هر نوع پسماند یا آلودگی هوا انجام پذیرد. این بدان معنی است که تولید الکتریسته بدون هیچ گونه نیاز به سوخت های فسیلی نظیر مازوت، گاز و ... انجام شده همچنین بدلیل نبود قطعات متحرک مانند توربین، انواع پمپ ها و ... در پنل های خورشیدی

بر سوخت های فسیلی به نور آفتاب می توانند سبب ایجاد تحولات عظیم در محیط زیست و منابع جبران ناپذیر آن گردد. از اینرو بجای Overhaul, Retrofit, و Modernization، نبروگاه های فرسوده کشور که تعداد آنها هم کم نیست با هزینه های گزاف و ایجاد بدهکاری به بانک های کشورهای خارجی به سمت ایجاد شبکه تولید برق مبتکی بر انرژی خورشیدی امری معقول و پسنیدیده از هر لحاظ می باشد.



وحید نجاتی

تاریخچه تکنولوژی تولید برق خورشیدی به سال ۱۸۳۹ میلادی باز میگردد که الکساندر ادمنوند بکول متوجه اثر برق

آگهی ابلاغ وقت به جهت تحریر ترکه

شماره کلاسه: ۹۸۰۳۷۶
وقت رسیدگی: ۹۸/۵/۲۶ ساعت ۹ صبح

خواهان: ناهیده بهشتی لنگرودی
خواسته: تحریر ماترکه اموال مرحوم عطاله منصور اعم از منقول و غیر منقول خواهان دادخواستی تسلیم دادگاه عمومی کرج نموده است که پس از ارجاع به شعبه ۳۴ در این شعبه ثبت و در حال رسیدگی می باشد بنا به درخواست خواهان مبنی بر خواسته قرار تحریر ترکه با استناد به مواد ۲۰۹ و ۲۱۰ قانون امور حسبی قرار تحریر ترکه صادر و برای اجرای قرار تحریر ترکه در وقت تعیین شده و نسبت به نشر آگهی در یکی از روزنامه های کثیرالانتشار هزینه خواهان اقدام و از کلیه ورثه یا نمایندگان قانونی آنها، بستانکاران، مدیونین به متوفی و هرکسی که حقی نسبت به ترکه متوفی دارد برای تحریر ترکه در مؤتد مقرر حاضر شود در غیر اینصورت دادگاه تصمیم مقتضی اتخاذ نمود.

ف/۹۸/۸۶۴۰

رئیس حوزه ۳۴ شورای حل اختلاف استان البرز

آگهی مزایده اموال غیر منقول (نوبت اول)

نفع دولت ضبط و مزایده تجدید می گردد کلیه هزینه های نقل و انتقال به عهده محکوم علیه است و از محل فروش پرداخت خواهد شد طرفین می توانند ظرف یک هفته از تاریخ مزایده نسبت به نحوه انجام مزایده اعتراض نمایند که در این صورت تا رسیدگی به اعتراض از سوی دادگاه مورد مزایده به نام خریدار منتقل نخواهد شد ضمناً طالبین به شرکت در مزایده می توانند ظرف پنج روز قبل از مزایده با اطلاع این اجرا از مال مورد مزایده بازدید نمایند.

مال مورد مزایده و بهای آن طبق نظر کارشناس بدین شرح است: ملک واقع در کرج محمدشهر بلوار گلستانک کوچه امام رضا پلاک ۴۴۴

الف - مشخصات بنا: بنای موضوع پرونده ساختمانی یک طبقه به انضمام همکف و زیرزمین دارای اسکلت آجری با ستونهای فلزی در میانه، سقف طاق ضربی و فاقد نماسازی بوده و انشعابات آب، برق و گاز وصل می باشد. مطابق مدارک ارائه شده توسط محکوم له، این ساختمان در تجمع غیر رسمی ۲ قطعه زمین شامل قطعه ۴ تفکیکی به مساحت ۱۲/۸۰ مترمربع با پلاک ثبتی ۳۵۲ فرعی از ۳۶۲ اصلی و قطعه ۵ تفکیکی به مساحت ۹۹/۳۷ متر مربع با پلاک ثبتی ۳۵۲ فرعی از ۳۶۲ اصلی واقع گردیده است. اعیانی های موجود در این ساختمان به شرح ذیل می باشد:

نفع دولت ضبط و مزایده تجدید می گردد کلیه هزینه های نقل و انتقال به عهده محکوم علیه است و از محل فروش پرداخت خواهد شد طرفین می توانند ظرف یک هفته از تاریخ مزایده نسبت به نحوه انجام مزایده اعتراض نمایند که در این صورت تا رسیدگی به اعتراض از سوی دادگاه مورد مزایده به نام خریدار منتقل نخواهد شد ضمناً طالبین به شرکت در مزایده

بموجب پرونده کلاسه ۹۸۰۳۷۶ مطروحه در این اجرا و با عنایت به صدور اجرائیه صادره از شعبه ۷ دادگاه حقوقی له آقای جلال فتوحی پستکان با وکالت آقای وحید میرزاده و علیه خانم سمیه مومیوند محکوم علیه محکوم است به پرداخت ۹/۶۶۰/۸۳۸/۰۰۰ ریال. و نیز پرداخت مبلغ ۲۱۳/۰۰۰/۰۰۰ ریال نیم عشر دولتی که در این راستا پلاک ثبتی ۱۷۰/۴۲۹۷۴ به میزان قدر السهم به میزان ۳/۲۷ صدم دانگ از شش دانگ پلاک ثبتی مذکور متعلق به محکوم علیه توقیف و توسط کارشناس رسمی دادگستری به شرح زیر توصیف و ارزیابی شده مقرر است در مورخ ۹۸/۴/۳۱ ساعت ۹ الی ۱۰ در محل اجرای احکام مدنی از طریق مزایده به فروش می رسد، مزایده از قیمت پایه نظریه کارشناس شروع می شود و به هر شخص حقیقی و

سیستم سرمایه اش اسپیلت و سیستم گرمایش شوفاژ مرکزی است. از نظر معماری این واحد به مساحت ۱۹۲ متر مربع دارای سه اتاق خواب، هال، پذیرایی، آشپزخانه، بالکن و سرویس بهداشتی کامل است. به این ملک پارکینگ و انباری در همکف و انشعابات آب و گاز مشترک و برق مجزا تعلق گرفته است. ملک در زمان بازدید به حالت تخلیه بود.

۳- نظریه کارشناسی: بدون در نظر گرفتن جریمه ها، مطالبات و تعهدات احتمالی و با توجه به مساحت، موقعیت محلی و وضعیت بازار، ارزش پایه شش دانگ ملک مورد بازدید به میزان ۱۷/۷۰۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال معادل یک میلیارد و هفتصد و هفتاد میلیون تومان برآورد و تقدیم می گردد.

ف/۹۸/۸۶۳۸
سعادت - دادورز اجرای احکام مدنی

آگهی مزایده اموال غیر منقول (نوبت اول)

می توانند ظرف پنج روز قبل از مزایده با اطلاع این اجرا از مال مورد مزایده بازدید نمایند.

مال مورد مزایده و بهای آن طبق نظر کارشناس بدین شرح است: پلاک ثبتی ۱۷۰/۴۲۹۷۴

۱- **نشانی ملک:** مهرشهر - خیابان ۲۱۲ غربی - پلاک ۶۲۵ ساختمان نیلگون - طبقه سوم غربی - واحد ۷

۲- **مشخصات ملک:** ملک مورد نظر در اعیانی چهار طبقه (همکف سالن ورزشی، ورودی، موتورخانه، پارکینگ و انباری، سه طبقه بالاتر با نه واحد مسکونی)، اسکلت بتنی، نمای سنگ، آسانسور، ایفون تصویری و در ریموت پارکینگ واقع شده است.

واحد مورد بازدید دارای کف پارکت، دیوار کاغذ دیواری و رنگ، کابینت MDF، پنجره UPVC، در ضد سرقت

حقوقی که بالاترین قیمت را پیشنهاد نماید فروخته خواهد شد ده درصد وجه مزایده فی المجلس بصورت وجه نقد یا چک بانکی تضمینی از خریدار اخذ و الباقی ظرف یک ماه از وی وصول خواهد شد پس از انجام مراحل قانونی و صدور حکم تملیک مورد مزایده بنام خریدار منتقل خواهد شد در صورتیکه در مهلت مقرر خریدار وجه مزایده را پرداخت ننماید سپرده وی پس از کسر هزینه های مزایده به نفع دولت ضبط و مزایده تجدید می گردد. کلیه هزینه های نقل و انتقال به عهده محکوم علیه است و از محل فروش مزایده خواهد شد. طرفین می توانند ظرف یک هفته از تاریخ مزایده نسبت به نحوه انجام مزایده اعتراض نمایند که در این صورت تا رسیدگی به اعتراض از سوی دادگاه مورد مزایده به نام خریدار منتقل نخواهد شد ضمناً طالبین به شرکت در مزایده

بموجب پرونده کلاسه ۹۸۴۲۹۹ مطروحه در این اجرا و با عنایت به صدور اجرائیه صادره از شعبه ۷ دادگاه حقوقی له آقای جلال فتوحی پستکان با وکالت آقای وحید میرزاده و علیه خانم سمیه مومیوند محکوم علیه محکوم است به پرداخت ۹/۶۶۰/۸۳۸/۰۰۰ ریال. و نیز پرداخت مبلغ ۲۱۳/۰۰۰/۰۰۰ ریال نیم عشر دولتی که در این راستا پلاک ثبتی ۱۷۰/۴۲۹۷۴ به میزان قدر السهم به میزان ۳/۲۷ صدم دانگ از شش دانگ پلاک ثبتی مذکور متعلق به محکوم علیه توقیف و توسط کارشناس رسمی دادگستری به شرح زیر توصیف و ارزیابی شده مقرر است در مورخ ۹۸/۴/۳۱ ساعت ۹ الی ۱۰ در محل اجرای احکام مدنی از طریق مزایده به فروش می رسد، مزایده از قیمت پایه نظریه کارشناس شروع می شود و به هر شخص حقیقی و

بررسی گزینه محبوب استرماچونی برای خط حمله: قاتل یووه و پاری سن ژرمن در استقلال؟

شیخ دیاباته با سابقه بازی در سری آ قرار است به ایران بیاید. همان جایی که استقلال، مامه تیم را از آن خرید. با این تفاوت که او، بر خلاف تیم کارنامه گلزنی خوبی هم در ایتالیا دارد. سال هاست مالکیت دیاباته، در اختیار باشگاه عثمانلی اسپور ترکیه است. دیاباته در ترکیه آمار خوبی ندارد و در عوض، همه این سالها هر بار توسط عثمانلی اسپور به تیم دیگری قرض داده شده، عالی کار کرده است.

او در فصل ۱۸/۱۹ بعد از یک نیم فصل ناموفق در عثمانلی، مسافر ایتالیا شد و پیراهن بنونتو را پوشید. بنونتو که تازه به سری آ آمده بود، نیم فصل اول نتایج ضعیفی گرفت و نیم فصل دوم، دیاباته را به ترکیب تیمش اضافه کرد. کارنامه دیاباته در سری آ، فوق العاده بود. او در ۱۱ بازی با پیراهن بنونتو، ۸ گل زد.

فصل پیش، دیاباته در لیگ امارات بازی می کرد و آنجا هم کارنامه خوبی داشت. او از هفته پنجم به امارات اضافه شد و در ۱۹ بازی که برای این تیم به میدان رفت، ۱۰ گل زد و ۲ گل هم ساخت. آمار خوب دیاباته به همین دو فصل محدود نمی شود. فصل ۱۶/۱۷ هم عثمانلی اسپور پس از یک نیم فصل بدون گل در سوپر لیگ ترکیه، دیاباته را به لیگ فرانسه فرستاد. او نیم فصل دوم پیراهن متر را پوشید و در ۱۴ بازی توانست ۸ گل بزند.

قیمت او، بزرگترین مانع حضورش در ایران خواهد بود. بر حسب گرانقیمت، روی بازیکنی که در فرانسه و ایتالیا بیشتر از مهاجمان فعلی استقلال در ایران گل می زند.

گزارش جنجالی مارکا؛ خلیفی نمی خواهد نیمار به بارسا بر گردد

در حالی که همه جا صحبت از بازگشت احتمالی نیمار به بارسلونا است، سران پاری سن ژرمن چندان با این ایده موافق نیستند و تکلیف آن را شفاف نمی بینند. نشان به این نشان که ناصر الخلیفی تاکنون در دو نوبت، نیمار را به رئال مادرید پیشنهاد داده است. پیشنهادی که البته دیر از راه رسید چون کهکشانیها فعلا برنامه ای برای جذب نیمار ندارند و آن را اولویت باشگاه نمی دانند. رئال اعتقاد دارد حداقل در فاز تهاجمی کمیود مهره ندارد و حتی اکنون فروش یک یا چند مهاجم تیم، ضروری تر از خرید نیمار است. اگر بیل با رقم خوبی فروش برود شاید موضع سفیدپوشان هم عوض شود ولی فعلا انتقال نیمار به برنابئو منتفی است.

این اقدام پاری سن ژرمن بیش از پیش سردی روابط این باشگاه و بارسلونا را نشان می دهد. پاریسیها اصلا دوست ندارند نیمار به بارسلونا برگردد و آن حتی عملی هم نمی دانند چون دو باشگاه رابطهای با هم ندارند. رابطهای که از چندین سال قبل تنشزا بوده است. از داستان علاقه بارسا به وراتی تا انتقال رکوردشکن نیمار به پاریس و این اواخر هم مذاکره بارسا با رابئو.

به بیان دقیق تر اگر تصمیم گیری در این پروسه تنها با مدیران پاری سن ژرمن باشد، نیمار هرگز راهی بارسلونا نخواهد شد اما از آنجا که آنها می دانند باید نیمار را به فروش برسانند و فعلا هم تیم دیگری جز بارسلونا مهیای خرید او نیست، نمی توانند همه درها را ببندند. پاریسی می داند که شاید بتواند در قبال نیمار، کویتینو را به خدمت بگیرد ولی اصلا دوست ندارد معامله ای با بارسا داشته باشد. شرایطی کاملا متفاوت با روابطی که آنها با رئال مادرید دارند.



به بهانه بازگشت لمپارد به چلسی؟ چه سرنوشتی در انتظار فرانکی است؟

بیش از پنج سال از آخرین باری که «فرانک لمپارد» پیراهن چلسی را بر تن کرده می گذرد و در تمام این سال ها باشگاه چلسی دچار تغییر و تحولات متعددی چه روی نیمکت و چه داخل زمین به خودش دیده است که آخرین آن جدایی «مائوریسیو ساری» پس از یک سال هدایت آبی پوشان لندن بود. حالا اما لمپارد و چلسی دوباره به یکدیگر رسیدند و از این هفته اسطوره آبی های لندن، هدایت این تیم را برای سه سال بر عهده گرفت.

بازگشت لمپارد به باشگاهی که در آن به اسطوره تبدیل شد خبر هیجان انگیزی برای هواداران چلسی به حساب می آید و آن ها از همین حالا بی صبرانه منتظر اولین تجربه «فرانکی» روی نیمکت چلسی هستند. با این همه نباید فراموش کرد که این اولین بار نیست که اسطوره یک باشگاه برای هدایت آن تیم دوباره باز میگردد و تجربه های تلخ و شیرینی متعددی تاریخ فوتبال به خودش دیده است. در این مطلب قصد داریم چند نمونه از این بازگشت ها را مرور کنیم؛



محمدحسین سفیدی

داد. در ۵ فصل حضور در موناکو او یک بار قهرمان لیگ یک شد و عنوان بازیکن جوان فوتبال فرانسه را هم از آن خود کرد. در فصل ۹۸-۱۹۹۷، او یکی از بازیکنانی بود که موناکو را تا رسیدن به نیمه نهایی لیگ قهرمانان هم همراهی کردند.

در اکتبر ۲۰۱۸ و بعد از گذراندن دوره ای در کنار روبرتو مارتینز روی نیمکت تیم ملی بلژیک، در نخستین تجربه سرمربیگری خود هدایت موناکویی را به دست گرفت که در رده هجدهم جدول حضور داشت. آنری برای کسب اولین پیروزی خود بیش از یک ماه انتظار کشید و در نهایت در ژانویه ۲۰۱۹، در شرایطی اخراج شد که موناکو در رده نوزدهم لیگ یک بود. در این وضعیت موناکویی ها لئوناردو ژاردیمی را بازگرداندند که ۳ ماه قبل، آنری را جانشین او کرده بودند! موناکو در ۲۰ بازی تحت هدایت آنری تنها ۴ بار برنده شد و در ۱۱ مسابقه شکست خورد.

به نظر شما، فرانک لمپارد به سرنوشت کدام یک از این اسطوره ها دچار خواهد شد؟

سپری کرد و به همراه کهکشانیها یک قهرمانی در لالیگا و یک قهرمانی در جام بین قاره ای را تجربه کرد.

زیدان در سال ۲۰۱۰ در پستی مشاوری ای به رئال بازگشت و در سال ۲۰۱۳ به عنوان دستیار کارلو آنچلوتی روی نیمکت رئال حضور پیدا کرد. او در ادامه سرمربی رئال کاستیا شد و سرانجام در نخستین روزهای سال ۲۰۱۶ و به دنبال اخراج رافائل بنیتس، هدایت رئال را به دست گرفت. شاید عجیب باشد اما زیدان در طول ۲ فصل و نیم هدایت رئال این تیم را ۳ بار قهرمان اروپا کرد. او به همراه رئال در فصل ۱۷-۲۰۱۶ قهرمان لالیگا هم شد و دو بار هم قهرمانی در جام جهانی باشگاه ها را تجربه کرد.

تیری آنری (موناکو)

احتمالا همگان آنری را با روزهای شیرین هایبری به یاد آورند، اما پیش از آرسنال، او در موناکو به یک اسطوره تبدیل شده بود. آنری در ۱۳ سالگی به موناکو پیوست و اولین بازی حرفه ای خود را تنها ۲ هفته بعد از تولد ۱۷ سالگی اش برای این تیم انجام داد.

یاد برد. او در سال ۱۹۷۳ از آژاکس به بارسلونا پیوست و اگر چه در رده تیمی سال های موفقی را نداشت (بارسلونا در ۵ فصل حضور کرویف، تنها یک بار قهرمان لالیگا و یک بار هم قهرمان کوپا دل ری شد) اما او از نظر انفرادی سال های درخشانی را سپری کرد و دو بار فاتح توپ طلا شد.

او در سال ۱۹۸۸ به عنوان سرمربی به بارسلونا بازگشت و در طول ۸ سال، «تیم رویایی» خود را به دنیای فوتبال معرفی کرد. بارسای کرویف از سال ۱۹۹۱ تا ۱۹۹۴ برای ۴ سال متوالی قهرمان لالیگا شد و در سال ۱۹۹۲ برای اولین بار در تاریخ خود بر بام اروپا ایستاد.

زین الدین زیدان (رئال مادرید)

فلورنتینو پریز یک سال بعد از انتقال جنجالی لوئیز فیگو، در تابستان ۲۰۰۱ به سزاق زین الدین زیدان رفت و با پرداخت ۴۶۶ میلیون پوند به یوونتوس، او را به گرانترین بازیکن تاریخ فوتبال تبدیل کرد. تا سال ۲۰۰۶ و بازنشستگی از دنیای فوتبال، زیدان ۵ فصل را با پیراهن رئال

پپ گواردیولا و یوهان کرایف (بارسلونا)

گواردیولا ۱۳ ساله بود که به بارسلونا پیوست و در ۲۰ سالگی، به بازیکن ثابت آبی اناری ها تبدیل شد. او در جریان فینال جام باشگاه های اروپا ۱۹۹۲ در میلان و مقابل سمپدوریا، ۱۱۲ دقیقه با پیراهن شماره ۱۰ به میدان رفت و عضوی ثابت در جریان اولین قهرمانی اروپایی تاریخ بارسا بود. او تا سال ۲۰۰۱ پیراهن بارسا را به تن داشت و در ۳۸۲ بازی، ۱۱ گل هم برای این تیم به ثمر رساند.

گواردیولا که یک فصل را به عنوان سرمربی بارسلونای بی پشت سر گذاشته بود، برای فصل ۰۹-۲۰۰۸ به سمت سرمربیگری بارسلونا رسید و ۴ فصل این تیم را هدایت کرد. او بارسا را به ۳ قهرمانی لالیگا، ۲ قهرمانی در لیگ قهرمانان، ۲ قهرمانی در کوپا دل ری و ۲ قهرمانی در جام جهانی باشگاه ها رساند و در سال ۲۰۱۲، این باشگاه را با چهره ای اسطوره ای تر از قبل ترک کرد.

وقتی صحبت از گواردیولا می شود، نمی توان نخستین سرمربی او در بارسا یعنی یوهان کرویف فقید را از یاد داشت. او همان اول هم می شد انتظار داشت فصل نقل و انتقالات تابستانی رونق زیادی نداشته باشد اما کسی فکر نمی کرد که پس از رقم خوردن چند انتقال مهم، حالا تنور چنان سرد باشد که چگونگی استفاده اینتر از بازیکنان جوانش سوژه اصلی رسانه های ایتالیایی باشد!

در دایره بازیکنان، بازار بیش تر در انحصار اینتر و یوونتوس قرار دارد. اینتر ۳۱ بازیکن جدید در لیست خودش

آنچه در فصل نقل و انتقالات رخ داده است؛ دانه درشت ها در تور لالیگا

ازای ۷۵ میلیون یورو راهی بارسلونا شد. باین مونیخ برای جذب لوکاس هرناندس ۸۰ میلیون یورو پرداخت و رودری با ۱۰ میلیون یورو کم تر از این مبلغ راهی منچستر سیتی شد. تاتنهام پس از ۲ تابستان بدون خرید، جبران کرد و با جذب اندومبله گران ترین خرید تاریخش را انجام داد. ۲ چهره پرسروصدای فصل نقل و انتقالات، لوکا یوویچ و ون بیساکا به ترتیب راهی رئال مادرید منچستر یونایتد شدند.

اما گران ترین انتقال تابستان توسط رئال مادرید انجام شد؛ آن هم با صد میلیون یورو برای جذب ادن هازار از چلسی. همشهری رئال یعنی اتلتیکو هم برای عقب نماندن از قافله بر خلاف فلسفه خودش عمل کرد و ژائو فیلیکس، پدیده بنفیکا را با پرداخت ۱۲۶ میلیون یورو به خدمت گرفت. بارسلونا هم از این خوان گسترده بی نصیب نماند و سومین خرید پرسروصدای تابستان را رقم زد. دی یونگ، ستاره فصل قبل آژاکس در

دارد؛ از بازیکنان بزرگی مانند گودین و تاتوسوهایمانی مانند لاسارو، سنسی و بریتونی. بزرگترین انتقال هم بازگشت بوغون به یوونتوس پس از یک فصل ناموفق در پاری سن ژرمن بود. برنامه او، یک فصل حضور به عنوان دروازه بان دوم و سپس خداحافظی از فوتبال و حضور در کادر فنی تورینی هاست. یووه علاوه بر بوغون، رمزی و رابیوت را هم جذب کرده و به نظر می رسد کامل تر از فصل قبل باشد.