

# افغان بیسیم

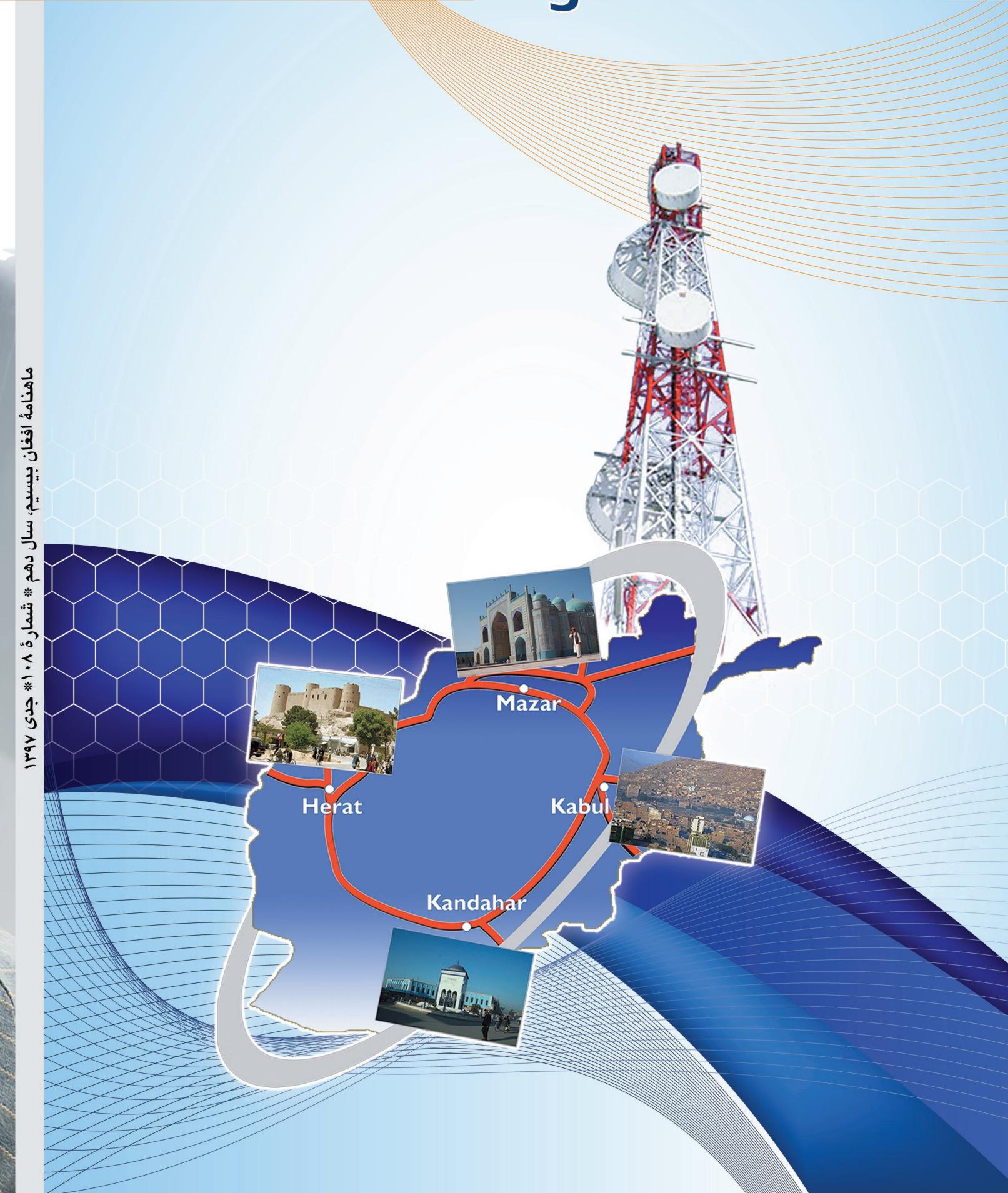
ماهنامه‌یی در گستره فرهنگ، اجتماع، اقتصاد و معلومات



Economic, Scientific, Cultural & Social Magazine

# Afghan Wireless

ماهنامه افغان بیسیم، سال دهم \* شماره ۱۰۸ \* جدی ۱۴۰۷





# افغان بیسیم

در گستره فرهنگ، اجتماع، اقتصاد و معلومات  
سال دهم ♦ شماره ۱۰۸ ♦ جدی ۱۳۹۷

## فهرست مطالب

۲	چشم انداز
۳	مصاحبه با محترم محمد طاهر زهیر؛ والی بامیان
◀ تکنالوژی معلوماتی ◀	
۷	چگونه نرم افزارهای مخرب را با کروم...
۹	په ساینسی برخو کې دنوبل جایزی ګټونکوبخو شمېر...
۱۳	چشم انسان چند مگابیکسل دارد؟
۱۴	یافته جدید: زنبورها مفهوم عددی صفر را درک...
۱۶	په کمپیوټر کې دویروس دشتون نښی نښانې
۱۸	ابداع سیستمی بى سیم برای ارتباط هواپیماها و...
۲۰	ساخت خورشید مصنوعی در چین؛ تبدیل های درون...
۲۱	چگونه از حریم خصوصی خود در ویندوز ۱۰ ...
◀ اقتصادی ◀	
۲۳	استفاده از شبکه های اجتماعی برای کسب و کار کوچک
۲۵	د استعفا ګولو پر وخت ارین تکي
۲۷	راهنمای جامع ویزا
۳۰	مزایای کار گروهی در کسب و کار
۳۴	چطور نرخ تبدیل به مشتری را برای خودتان...
۳۷	سیستم کانبان (Kanban)
◀ فرهنگی ◀	
۴۱	گلشن شعر
۴۳	مصاحبه با محترم جهانگیر ضمیری؛ شاعر و نویسنده
۴۷	البیرونی؛ دمنخنیو پریومعاصر متکرسراینسپوه
۵۰	آیا ممکن است زبان مادری خود را فراموش کنیم؟
۵۳	التوهای هدف محور
۵۵	انارشیزم
۵۷	د زمریانو مماثل دهیواد د پاچاهانو په لقبونو او...
◀ معلومات عمومی ◀	
۶۱	درباره آزمون آیلتس (IELTS) بدانید
۸۰	دریچه تصاویر

# چهاردهمین شماره

صاحب امتیاز

شرکت مخابراتی افغان بیسیم

مؤسس

امین رامین

هیأت تحریر

ولی محمد سلطانی

سید ذکریا هاشمی

عبدالرحیم داشن

محمد ناصر ناصری

مدیر مستوفی

نقیب الله فلک

ویراستار

عبدالحق سمون

طراح و گرافیست

عصمت الله احراري

تاپی و کمپیوټر

کلیم الله نیازی

عنکاس

رامین اکبری

آدرس

شرکت مخابراتی افغان بیسیم، خواجه ملا، سرک  
دار الامان، حجاری نجاری ساقله، کابل - افغانستان.

وب سایت

[www.afghan-wireless.com](http://www.afghan-wireless.com)

تماس با ما

(۰۰۹۳) ۰۰۳۱۸۱۸۱۸

[magazine@afghan-wireless.com](mailto:magazine@afghan-wireless.com)

پادآوری

• دفتر مجله افغان بیسیم، از آثار نویسنده‌گان، فرهنگیان و  
قلم بدستان استقبال می‌کند.

• دفتر مجله افغان بیسیم، در قبول کردن، رد کردن، تغییر  
و اصلاح مطالب، بدون هرگونه اطلاع به نویسنده آن، دست  
باز دارد.

• دفتر مجله افغان بیسیم، پذیرای پیشنهادات، نظریات و  
انتقادات سالم خوانندگان خود می‌پاشد.

• بجز چشم انداز و گزارشات، مسؤولیت سایر نوشتہ‌ها  
بدوش نویسنده‌گان آن می‌پاشد.

مجله شرکت مخابراتی افغان بیسیم که بیشتر تمرکز خود را روی نوشت و جاگذاری مطالب مخابراتی دارد، علاوه بر آن، نویسندهان و همکاران مجله افغان بیسیم مطالب فرهنگی، اجتماعی و اقتصادی را برای غنامند سازی اخلاق اجتماعی و یادگیری آموزه های اقتصادی و فرهنگی تهیه و ترتیب می نمایند تا بدست چاپ سپرده شده و از این رو خوانندگان محترم مجله افغان بیسیم در عرصه های گوناگون مطالب ارزشمندی را مطالعه نمایند.

در این نوبت چاپ خوانندگان محترم مجله افغان بیسیم در صفحات نخست با مصاحبه محترم محمد طاهر زهیر؛ والی بامیان آشنا شده و در بخش مطالب مخابراتی موضوعات چون؛ چگونه نرم افزارهای مخرب را با گوگل کروم حذف نمایم، چشم انسان چند میگا پیکسل دارد، زیورها مفهوم عددی صفر را درک می کنند، نشانه های موجودیت ویروس در کمپیوتر، ابداع سیستم بیسیم برای ارتباط هواییها و زیر دریایی ها، ساخت خورشید مصنوعی در چین، چگونه از حریم خصوصی خود در ویندوز ۱۰ محافظت کنیم، گنجانیده شده است که بر داشت خوانندگان محترم مجله افغان بیسیم خواهد افزود. در بخش مطالب اقتصادی؛ استفاده از شبکه های اجتماعی برای کسب و کار کوچک، تبلیغات آنلاین بهترین و مؤثر ترین راه برای رشد کسب و کار، راهنمایی جامع ویزا، مزایایی کارگروهی در کسب و کار که از جمله مهم ترین مطالب اقتصادی اند، شماره ۱۰۸ مجله شرکت مخابراتی افغان بیسیم به نشر سپرده شده است.

در بخش فرهنگی ضمن اشعار زیبا از شاعران کشور، مصاحبه با محترم جهانگیر ضمیری؛ شاعر و نویسنده داشتیم، تا باشد مردم عزیز کشور با شاعران خود که نماد از احساس و همگرایی اند، بیشتر آشنا شوند. هم چنان مطالب چون؛ الپرونی یکی از پیشستاز ترین ساینس دان متغیر جهان اسلام، آیا ممکن است زبان مادری خود را فراموش کنیم، روان شناسی مثبت وغیره مطالب مهم در این بخش گنجانیده شده است. از این رو علاقه مندان مجله افغان بیسیم می توانند معلومات بسا مزید و ارزشمندی را دریافت نموده تا پیشرفت در عرصه فرهنگی شان باشد.

ضمن موارد فوق، شما هم چنان می توانید در برگه های ماهنامه افغان بیسیم، از فعالیت های وسیع شرکت مخابراتی افغان بیسیم، اولین شرکت مخابراتی و بنیانگذار خدمات مخابراتی بیسیم در کشور، نیز اطلاع حاصل نموده و از بسته های خدمات صوتی و اینترنتی نیز آگاهی کامل داشته باشید.

دفتر مجله شرکت مخابراتی افغان بیسیم، کوشاست تا بهترین معلومات روز را در اختیار شهروندان کشور قرار دهد و از طرفی بهترین مشوق نهادینه سازی فرهنگ مشترک در کشور باشد. بنا بر این مجله افغان بیسیم از تمام خوانندگان محترم و منتقدین نهایت عزیز کشور، تقاضا می نماید که حین مطالب نشر شده در ماهنامه افغان بیسیم، هرگاه به کدام کم کاری و اشتباه روبرو می شوند و یا کدام پیشنهاد داشته باشند، احترامانه تقاضا می نمایم که تا از طریق ایمیل رسمی مجله که در صفحه اول آن است، با ما شریک ساخته ممنون سازند.



## مصاحبه با محترم محمد طاهر زهیر؛ والى باميان

درجه دوم ارتفا پیدا کرد ولی عملاً بسیاری از امتیازاتی که می باید برای یک ولایت درجه 2 در نظر گرفته شود، نشده است.

باميان، دارای هفت واحد اداري (ولسوالی)، بنام هاي ورس، پنجاب، يکهولنگ، يکهولنگ 2، سیغان، کهمرد و شیبر است

**سؤال:** در طول مدتی که شما والى باميان هستید، چه دست آوردهایی داشته اید و همچنان کدام تلاش هایی برای رسیدن به اهداف تان انجام داده اید؟

من مدت سه سال و شش ماه است که منحيث والى اين ولایت ايفا وظيفه می نمایم به لطف خدا و همکاری مردم، دولت مرکزی و جامعه جهانی توانسته ام در بخش های مختلف دست آوردهای خوب و قابل ملاحظه داشته باشم و در وضعیت عمومی زندگی مردم تغییرات نسبی بیاورم که مهمترین این دستاوردها عبارتند از:

در بخش زیربنایی:

1. شروع کارهای عملی مشاهراه های يکهولنگ-دره صوف و باميان- دوشى
2. افتتاح و بهره برداری از سرک میدان شهر- باميان به صورت

**سؤال:** در ابتدا لطف نموده به خوانندگان مجله افغان بیسیم، خود را معرفی نماید.

محمد طاهر زهير فرزند حاجي بختياری، در سال 1353 در ولسوالی دره صوف بالا ولایت سمنگان متولد شده ام. لیسانس و ماستری را در رشته‌ی جامعه‌شناسی از دانشگاه خصوصی کاتب به دست آورده ام. از سال 1380 تا 1383 بحیث رئیس ارکان فرقه 34 باميان ایفای وظیفه کرده ام. پس از آن، از سال 1389 تا 1390 نماینده مردم سمنگان در ولسوی جرگه بودم. همچنان از سال 1390 تا 1393 به حیث مشاور سیاسی معاونیت دوم ریاست جمهوری و از آغاز ماه جوزای سال 1394 خورشیدی بدینسو، بحیث والى باميان ایفای وظیفه می کنم.

**سؤال:** ولایت باميان از لحاظ تشکیلات اداری در کدام درجه قرار دارد و همچنان درباره تشکیلات اداری این ولایت معلومات مختصر را ارایه نماید.

ولایت باميان، به لحاظ تشکیلاتی یک ولایت درجه سوم است، هر چند در زمان رئیس جمهور کرزی، این ولایت به ولایت



## گردد.

14. صدها کیلومتر سرک از طریق احیا و انکشاف دهات در سطح ولایت ایجاد، ترمیم، نوسازی و بازسازی شده است.
15. 2800 ذخیره خانه برای نگهداری کچالو ساخته شده است.
16. 20 پروژه زیربنایی در بخش زراعت تطبیق شده است. از قبیل کanal، بندهای آب و ...
17. سالانه بیشتر از 2 میلیون نهال مثمر و غیر مثمر غرس شده است.
18. 3500 جریب زمین باع احداث شده است.
19. برای بیشتر از 12 هزار دهقان تخم اصلاح شده و کود کیمیایی توزیع شده است.
20. تعمیر اداری، پیاده روهها و سایه بان ها برای توسعه گردشگری در بند امیر، پارک ملی، ساخته شده است.
21. برای یск هزار خانواده فسارم های مرغداری ترویج و حمایت شده است.
22. خدمات میکانیزه زراعتی، از قبیل توزیع تراکتور و دیگر ماشین آلات، توزیع و توسعه داده شده است.
23. بهره برداری از دوپل ۱۵ متره در غرغري و دهن نگاويرگ و لسوالی پنجاب.
24. اعمار، افتتاح و بهره برداری از ده ها پروژه دیگر، در

3. قیر ریزی سرک داخل شهری جاده حکیم ناصر خسرو
4. ایجاد سرک اساسی و قیر ریزی شده قانون اساسی
5. افتتاح و بهره برداری از شفاخانه مجہز و معیاری بامیان
6. ساختن دروازه های شرقی و غربی شهر بامیان، با استفاده از بودجه انکشافی شاروالی
7. توری جاده های داخل شهری در شهر جدید بامیان و کارتیه صلح، با استفاده از برق آفتابی
8. اعمار، افتتاح و بهره برداری از 14 باب مکتب و 8 باب مکتب دیگر تحت کار است که بسزوادی کارش تکمیل و مورد بهره برداری قرار می گیرند.
9. هشت باب کلینیک صحی تکمیل و 4 باب دیگر تحت کار است
10. هفت تعمیر اداری تکمیل و 2 تعمیر دیگر بروزی تکمیل و مورد بهره برداری قرار میگیرند.
11. چهار لیلیه و تعمیر اداری برای دانشگاه بامیان کارش تکمیل و 2 تعمیر لیلیه تحت کار است.
12. ترمیم استadioom ورزشی شهید مزاری و سربزی آن با چمن مصنوعی.
13. تزدیک به یک هزار کیلومتر سرک تحت حفظ و مراقبت های دورانی قرار دارند، که هر کدام نوبتی ترمیم و جعل اندازی می



3. راه اندازی جشنواره گل کچالو
4. تداوم جشنواره نوروزی
5. راه اندازی مسابقات زمستانی، از قبیل اسکی در بخش های دختران و مردان
6. راه اندازی مسابقات باسکتبال رانی برای دختران و پسران
7. راه اندازی مسابقات بین المللی دوش ماراتن، با حضور بیش از 500 دونده از کشورهای مختلف جهان
6. پذیرایی از گروه های ورزشی و گردشگری در بخش های کوه نوردی، باسکتبال رانی، اسکی و دیگر رشته های ورزشی

**سوال:** گفته می شود، در چند هفته گذشته تعداد کثیری از باشندۀ های ولسوالی مالستان و جاغوری ولایت غزنی به ولایت بامیان مهاجرت نموده اند. شما چقدر تدبیر جهت آسایش آنان فراهم نموده اید؟

در این واخر، به دلیل جریان جنگ های که در ولسوالی جاغوری و مالستان، ۱۲۲۴ فامیل که در حدود ۴۵۰۰ نفر می شد، به شهر بامیان پناه آورده بودند و اداره محلی بامیان، به کمک و همکاری مردم و نهادها و موسسات همکار ملی و بین المللی خود، برای بیجاشدگان آنچه در توان داشتند کمک کردند.

اداره محلی بامیان، در راستای انجام خدمات بهتر و سریعتر برای بیجاشدگان، در نخستین روز ورود آنها، کمیته ای را تحت نام کمیته رسیدگی و پذیرایی از بیجاشدگان ایجاد کرد و این کمیته

سطح ولایت، که بالغ بر میلیون ها افغانی ارزش داشته است.  
بخش حکومتداری خوب:

۱. در امر مبارزه با فساد اداری، جدی و قاطع برخورد شده است و در سه و نیم سال اخیر دورنیس قبلی معارف، رئیس زراعت، رئیس صحت عامه و چند تن از ساربانوالان به مراجع عدلی و قضائی معرفی و دوسيه های نسبتی شان تحت دوران است.

۲. تأمین شفافیت و سلامت کمیته استخدام ولایت، با افزایش ناظرین و تقویت سیستم نظارتی.

۳. برگزاری سالانه کنفرانس گزارشده ای اداره محلی به مردم در مرکز ولسوالی ها.

۴. برگزاری جلسات منظم و دوامدار مقام ولایت با جامعه مدنی، شورای ولایتی، احزاب سیاسی، بازاریان، شورای علمای دین و نهادهای اجتماعی، به صورت ماهوار.

۵. حمایت از اقشار آسیب پذیر، مخصوصاً زنان و اطفال، از طریق جلسات منظم و دوامدار کمیسیون منع خشونت علیه زنان، سپن، حکومتداری و ... که در این راستا با پیگیری مصوبات این جلسات از تطبیق و عملی شدن قوانین و مصوبات اطمینان حاصل می گردد.

بخش توسعه گردشگری و برنامه های فرهنگی:

۱. تداوم جشنواره فرهنگی - هنری راه ابریشم
2. راه اندازی جشنواره دمبوره

امکانات اولیه و همچنان بود یک هوتل معیاری، چالش های است که توریست های داخلی و خارجی به آسانی حاضر نمی شوند، از پارک ملی بند امیر دیدن نمایند، شما در این عرصه چه تدابیر را روی دست گرفته اید؟

مشکلات سرک، امکانات و تسهیلات لازم برای گردشگران، به رغم پیشرفت هایی که در دو سال اخیر داشته، وجود دارند ولی در قسمت هوتل های معیاری من موافق پرسش شما نیستم. زیرا فعلاً در بامیان، ۶ هوتل معیاری فعالیت می کنند که هر کدام از این هوتل ها با بهترین هوتل های کابل رقابت می کنند و به مراتب خدمات هوتلداری شان بهتر از هوتل های نامدار در کابل است.

**سؤال:** فعالیت شرکت های مخابراتی و بالخصوص خدمات شرکت مخابراتی افغان بیسیم را در ولایت بامیان چگونه ارزیابی می کنید؟

شرکت های مخابراتی در بامیان، به دلیل کوهستانی بودن و زندگی غیر متراکم مردم در قراء و کوه پایه ها، حضور و فعالیت نسبی دارند و تمام ساحات این ولایت را تحت پوشش ندارند.

شرکت مخابراتی افغان بیسیم، کمترین پوشش را در بین سایر شرکت ها دارند که به استثنای مرکز این ولایت، سایر ولسوالی های هفتگانه این ولایت را تحت پوشش مخابراتی خود قرار نداده است. امیدوارم، شرکت مخابراتی افغان بیسیم، با توجه به کیفیت بالایی که دارند و یک شرکت افغانی است و از خود افغان ها است، پوشش مخابراتی اش را گسترش دهد.

گسترش ساحات تحت پوشش شبکه افغان بیسیم، تنها توسعه خود شبکه نیست، بلکه در کنار آن، مردم می توانند از رادیو و تلویزیون آریانا و آریانا نیوز نیز بهره مند می شوند.

**سؤال:** اگر شما را به حیث یک باشندۀ ولایت بامیان در نظر بگیرم، به کارهای والی تان چند نمره میدهید؟

فعلاً من والی بامیان هستم و نمره دادن کار مردم است. بناءً خودم نمی توانم به خود نمره بدهم.

**سؤال:** به عنوان سؤال آخر، درباره زندگی شخصی تان بگویید، آیا ازدواج نموده اید؟ ثمرة ازدواج تان چند فرزند است؟

بلی، ازدواج نموده ام و ثمرة ازدواج ام شش فرزند می باشد.

وظیفه داشت، تا در هماهنگی با مردم و نهادهای ملی و بین المللی فعال در بامیان، امور رسیدگی و پذیرایی از بیجاشدگان را پیش ببرد.

هیچ بیجا شده ای بدون سرپناه نماند، برای تمامی بیجاشدگان کمک های غذایی و غیر غذایی از قبیل؛ کمپل، برنج، روغن، بسته ای از ظروف آشپزخانه، بسته ای از لباس طفلانه، کمک های نقدی بین ۱۳ تا ۲۴ هزار افغانی برای هر فامیل، بسته های صحی، بخاری، ذغال و چوب، توزیع گردید.

در کنار کمک هایی که عرض کردم، ما چهار تیم سیار صحی فعال کرده بودیم، که در چهار ناحیه شهری بامیان توظیف شده بودند تا به امور صحی بیجاشدگان رسیدگی نمایند.

**سؤال:** سالانه چقدر توریست از ولایت بامیان دیدن می نمایند و عملده ترین چالش ها فارروی آن ها چیست؟

در دو سال اخیر، با توجه به راه اندازی برنامه های فرهنگی و هنری و همچنین افزایش امکانات و تسهیلات در مرکز بامیان و بند امیر، مابیشتر از ۳۰۰ هزار گردشگر داخلی و خارجی را پذیرایی می کنیم.

**سؤال:** درباره مجسمه بامیان بگویید، آیا فعلاً به طور کلی بازسازی شده است و همچنان عواید سالانه که ازین مجسمه به خزانه دولت می رود، حدود چقدر است؟

متأسفانه مجسمه های تخریب شده بودا، به حالت خود باقی است و هنوز در بخش ترمیم و بازسازی این پیکره عظیم تاریخی تصمیم نهایی اتخاذ نشده است.

هر چند تلاش هایی در این راستا از سوی اداره محلی بامیان و دوستان ملی و بین المللی ما جریان دارد.

**سؤال:** پارک ملی بند امیر که یکی از عجایب طبیعی افغانستان شمرده می شود، هدف تبدیل نمودن آن به پارک ملی چه بوده است؟

هدف آن بیشتر جنبه توریستی و محیط زیستی دارد، تا از یک طرف ما بند امیر را به عنوان یک سرمایه ملی مطرح کیم و از سوی دیگر با افزایش حمایت ها و همکاری های مالی و تخصصی ملی و بین المللی، بتوانیم این منظره زیبای طبیعت را در تمام ابعاد و اشکال آن حفاظت کنیم.

**سؤال:** گفته می شود جاده های تخریب شده، کمبود



## چگونه نرم افزارهای مخرب را با کروم (Chrome) پیدا و حذف کنیم؟

خبر نداشتید بگردید.

برای دسترسی به ابزار پاکسازی کروم فقط کافیست عبارت «chrome://settings/cleanup» را در نوار آدرس ها وارد کنید تا در عرض چشم برهم زدنی چیزی که دنبالش بودید در مقابلتان ظاهر شود.

حال برای پیدا کردن نرم افزارهای مخرب روی کلیک کنید. البته اگر دوست ندارید جزئیات نتایج این پروسه برای گوگل ارسال شود پیش از شروع هر کاری گزینه Report Details to Google را غیرفعال کنید.

به محض اینکه روی Find کلیک کنید، کروم پروسه اسکن کمپیوتر شما را آغاز می کند. این پروسه مدتی به طول می انجامد و باید برای دریافت نتیجه نهایی کمی منتظر بمانید. اما در پایان اگر کروم از حضور نرم افزار مخربی روی سیستم آگاه شود از شما

همانند تمام مرورگرهای کروم هم مدام مجبور است با یک سری افزونه مخرب دست و پنجه نرم کند. با این حال خوشبختانه این مرورگر محبوب اخیراً به یک ابزار پاکسازی قدرتمند مجهر شده که می توان به کمک آن امر پیدا و حذف کردن برنامه های مخرب را بهبود بخشد.

### پیدا و حذف کردن نرم افزارهای مخرب

نکته جالب در مورد ابزار پاکسازی گوگل کروم این است که به خوبی در دل تنظیمات این مرورگر جای گرفته و شما نیازی نیست که برای دسترسی به آن چیز خاصی را دانلود و نصب کنید. حتی استفاده از این ابزار کاربردی نیز بسیار آسان است و شما تنها با کلیک روی یک کلید ساده می توانید در اعماق مرورگر خود به دنبال برنامه های مخرب و افزونه هایی که اصلاً از وجودشان هم

HOW TO

## DETECT AND REMOVE MALWARE



GOOGLE CHROME



## تغییرات عجیب و غریب صفحه هوم

آیا صفحه هوم کرومتان هر از چند گاهی تغییر می‌کند؟ یا اینکه به جای بالا آمدن موتور جستجوی همیشگی خود، یک موتور جستجوی ناآشنا در مقابل تان قرار گرفته؟ اگر دارید چنین چیزهایی را تجربه می‌کنید باید آرام آرام نگران شوید. چراکه این اتفاقات چیزهایی نیستند که به شکل طبیعی اتفاق بیفتد. پس به سراغ ابزار پاکسازی کروم بروید و بینید که مشکل از کجاست.

## نمایش پاپ‌آپ‌ها و تبلیغات عجیب

نمایش مدادیم پاپ‌آپ‌ها و تبلیغات عجیب و غریب نیز یکی دیگر از چیزهاییست که باید به خاطرشنان نگران امنیت سیستم شوید. اگر با چنین مشکلاتی رو به رو هستید حتماً به سراغ ابزار پاکسازی کروم بروید و بینید که بعد از پایان پروسه اسکن مشکل برطرف می‌شود یا نه.

## پایین آمدن سرعت کروم

علاوه بر تمام این‌ها اگر می‌بینید که سرعت کروم به صورت غیر معمولی کم شده بد نیست که موضوع را با ابزار پاکسازی کروم بررسی کنید. چراکه احتمال این وجود دارد که پایین آمدن بیش از اندازه سرعت کروم به خاطر فعالیت یک سری نرم افزار مخرب باشد.

منبع: [www.digiato.com](http://www.digiato.com)

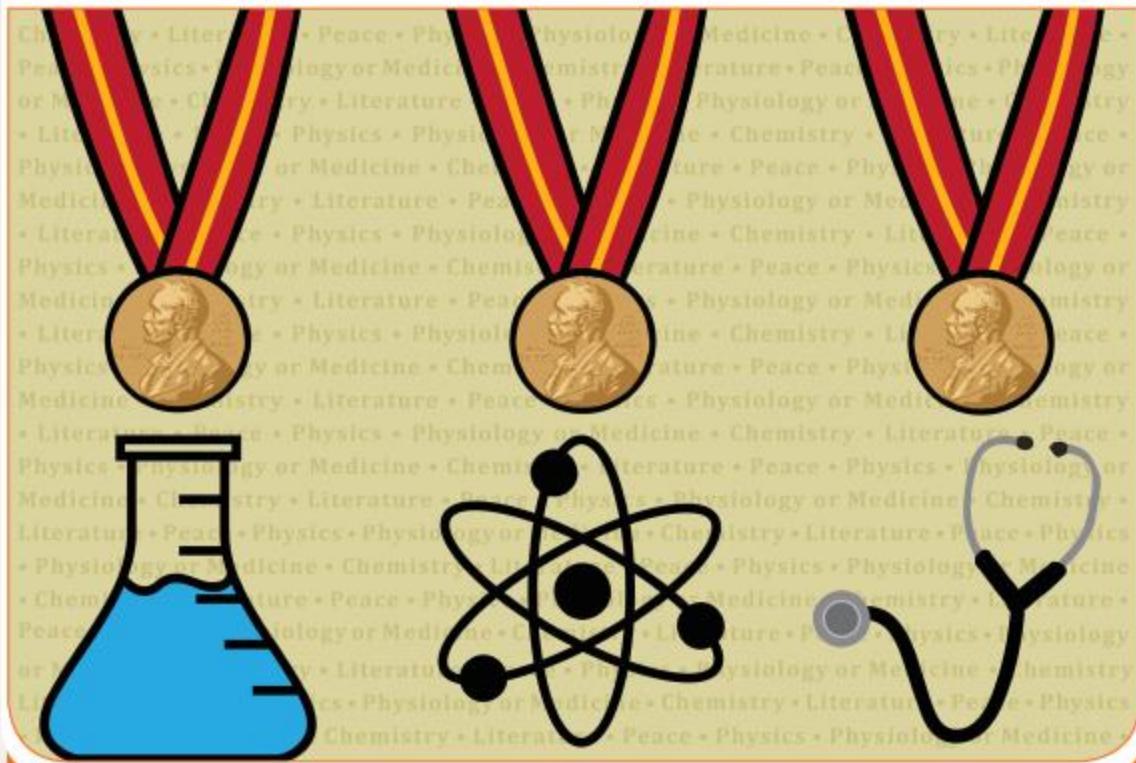
می‌پرسد که قصد حذف آن را دارید یا نه. برای امنیت سیستمان هم که شده روی Remove کلیک کنید تا از شر آن نرم افزار آسیب رسان خلاص شوید.

## چه زمانی به سراغ ابزار پاکسازی کروم برویم؟

از اولین روز کاری کروم تا امروز، این مرورگر معنی داشته با قدرت در مقابل حملات مختلف و خرابکاری بدافزارها بایستد. پس به همین خاطر بعید است که نیاز باشند به صورت روزانه از ابزار پاکسازی تازه آن استفاده کنند. اما اگر به مرور دیدید که روی سیستم دارد یک سری اتفاق عجیب و غریب رخ می‌دهد حتماً به سراغ ابزار پاکسازی سیستم بروید و مشکل را از طریق آن جویا شوید.

## افزونه‌هایی که پاک نمی‌شوند

تا حالا برایتان پیش آمده که یک افزونه تازه نصب کنید و آن کارایی مورد نظر را نداشته باشد؟ در چنین شرایطی مسلماً برای حذف آن اقدام خواهید کرد. اما اگر امکان حذف آن وجود نداشته باشد چطور؟ آن وقت باید احتمال دهید که با یک افزونه ساده و بی‌آلایش طرف نیستید و چیزی که در مقابلتان است بدافزاریست که باید هر چه سریع تر برای حذف آن اقدام کنید. اینجاست که ابزار پاکسازی کروم به کارتان می‌آید و می‌توانید برای حذف بدافزارهای مخرب اقدام کنید.



## په ساینسی برخو کې د نوبل جایزې گتونکو بشخو شمېرولې کم دی؟

هدایت الله ظاهر

ارنو لاد په کیمیا خانګه کې د نوبل جایزې وکړله. په بشخینه وو کې (په تېره بیا د ساینس برخه کې) د نوبل جایزې کم ګټل، هغه خه دی چې شنونکو یې په تحصیلی او علمی کارونو کې د بشخو پر وراندې د محرومیت عمده دلیل بولی. په وروستی پېړی کې بشخینه وو شېړونکو د تحصیل په دکر کې زیاتې هسکې - ژورپ طې کړي دی، خو بیاهم داسې شواهدتر سترګو کېږي، چې په پیلایپول علمی، تکنالوژیکی، انجینئري او ریاضیاتو برخه کې د بشخینه وو استازیتوب کم رنګه بشکاره کوي.

څېړنې جو توي، چې بشخې له نارینه وو سره په موازي توګه، په علمی کارونو کې په خوراکلک هود راډانګي، خو تبعیض او خورونه هغه خه دي، چې د بشخووندې یې په علمی کارونو کې بوازې د خارونکو تر بریده محدوده کړي ده.

نړۍ کې د پوهې په برخه کې پرمختګ ته په کتو، هره ورخ د هغور بشخو په شمېر کې زیاتوالی راخې، چې دکترا (Ph.D) کوي، خو پونښنه داده، چې د پوهې دی لوړې سطحې ته په رسپدو، بیاهم ولی مېرمن Donna Strickland بوازې درېمه بشخه ده، چې د تاریخ په اوړدو کې په فزیک برخه کې د نوبل جایزه گئي؟

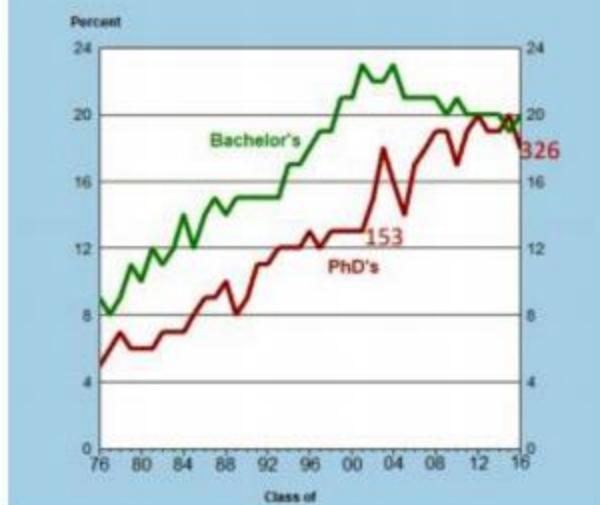
آغلې دونا سترېکلنډ په 2018 ز، کال کې د فزیک برخه کې د نوبل جایزه پوره. که خه هم د دې جایزې پورل اسانه کار ندي، خو له دې سره سره بیاهم زیاترو خبرې سرنکو په دی تمرکز کړي، چې ولې آغلې سترېکلنډ له ماري کیورې (1903) او له هغې 60 کاله وروسته (1963) ماریا مایر پسې بوازې درېمه بشخه ده، چې په یاده برخه کې د نوبل جایزه وری.

البته د 2018 کال نوبل جایزو ورونکو بشخو له دلي فرانسیس

د متحده ایالات د فزیک اداری د شمپرتو له مخي د یاد هبود د پوهنتون فزیک برخی ۲۰٪ لیسانس او ۱۸٪ دکترا رونکي بنسخي تشکيلوي.

دا شمپرنه په داکه کوي، چې د ۱۹۷۶ ز. کال په پرته، په ۲۰۱۶ کال کي دا سلنډ دوه برابره لوره شوي ده. الته په ۱۹۷۶ ز. کال کي پورته شمپرنه په لیسانس کي ۱۰٪ او په دکترا کي ۵٪ وه.

**Percent of Physics Bachelors and PhDs earned by Women, Classes of 1976 through 2016.**



هر کال د نړۍ په کچه زیات شمپر بنسخي د دکترا (Ph.D) له برخو فارغېږي او کارخایونو ته لاسرسى پیداکوي، خو کله چې هم د پرمختګ په پوري و پښه ردې، له خورا زیات لوړو ژورو سره مخ کېږي، چې په پایله کي د وړاندې تک پرخای تسلیمي ته غاره ردې.

### د ژوندانه هسکې - ژوري

بنسخي په علمي کارونو کي له زیاتو خندونو سره مخ کېږي. د جنسیتی تربکنۍ و سرپیره، معمولاً د اکادمیکو علومو جورښت هم د بنسخو کاري ژوند کي د پرمختګ په وړاندې خنده ګرځبدلی دی. د لابراتوارنو خینې چاري او علمي تجربې، د ګلونو په خنده کار ته اړیا لري او دهري بنسخي کورني مسؤولیتونه لري، چې دوي یې د ورته کارونو د سرته رسپولو خڅه ناتوانه کړي دي. په دی مانا چې د کورني و مسؤولیتونو له کبله نشي کولای د لابراتوارو په خنده چاري په دوامداره توګه ترسره کړه. د کور کارونو سرپیره، د ماشومانو پالنه

هغه خه دي، چې بنسخي یې په درسي تولکي، لابراتوار خونو او په توله کي د نړۍ والو جايزو کټلو په نومړي کي له ننکونو سره مخ کړي دي؟

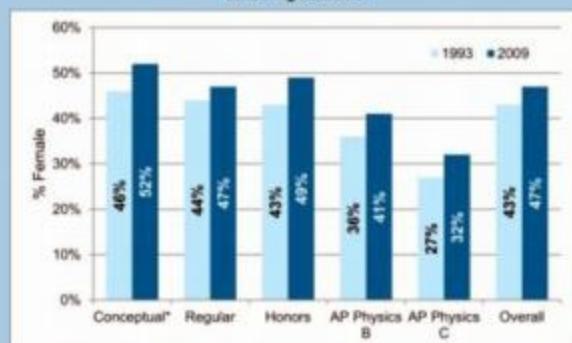
### بې پښته کلپشه ګانې

د بنسخو او سرپيره و به منځ کې خينې ستې او کلیشه یې روایتونه شتون لري، چې کنې بنسخي ریاضي ته خوبشوی یا په کافې کچه په علمي کارونو کې بنسبي ندي او یاهم پسه دي برخه کي لازم مهارت نلري، خو خېږونکو دا کاپيشنې یې لیدلوری تر خېږنې لاندې نبولي دي. همدي خېږنوبنسلوی چې په پلاپلوا پامسو له علمي چارو د بنسخو او نځونو لري ساتل، د دوي طبیعې نیمکړیتا، بلکې په علمي سېستمونو، روزنیزو سیاستونو، کلتوري زمینې او د ژوندانه په نورو برخو کي د پورته دول کلپشه یې لیدلورو شتون دي، چې دوي یې له سیالی غور خولې دي.

په دی وروستي و خو لسیزو کي، په پلاپلوا علمي خانګو کي د بنسخود په راخه کډون لپاره زیاتې هشې شوي دي، چې په ترڅ کې یې د هغه نځونو شمېر دېر شوی، چې علمي سېستمونو ته په ننټو هالته تر پایه پاتې شوې دي. دې برnamو چې له لومړنۍ و تولکي و تر پوهنتون دورې پوري دوام لري، د پام ور نتیجه ورکړي دي.

ددې هڅو پرمت، په پوهنتونو کي د علمي چارو او بنسټېزو کارونو له تجربه کولو سره د بنسخو خوبنې زیاته شوي دي. که خه هم په اوسم وخت کې د اړواپوهنې او تولنیزو علومو زیاتره کارونه د بنسخو په غاره دي او په دې برخه کي د دوي ونډه لاهم په پراخیدو ده، خو کمپیوټر او ریاضي هغه خانګي دي، چې د بنسخو ونډه پکې د نړو برخو په پرته پکه ده.

**Representation of Female Students among Physics Students by Type of Course All US High Schools**



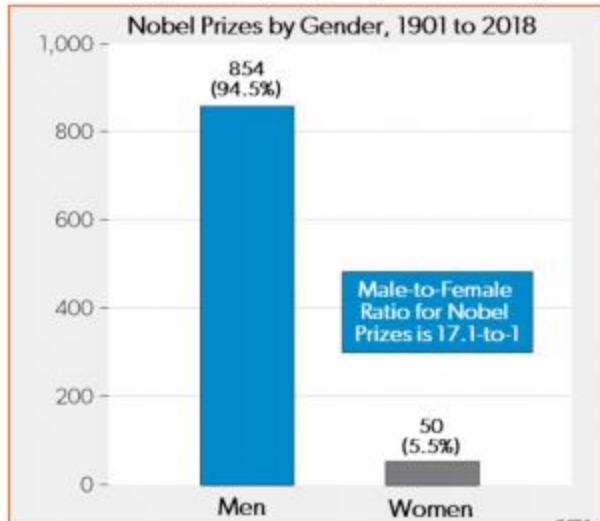
\* Includes data for both Physics First and Conceptual Physics for 2009.  
Physics First data was not collected separately in 1993.



او د دوي له چېرنيز و چارو ملاتر کول شامل دي.

### تولنيزی ستونزی

له عامسو خلکو رانیولي تر رسنی و، د پوهنتونو کارکونکو، زدکړیالانو او بنسوونکو هر یوه ځخه د نوبل جایزې ګټلو تمه کېدای شي، داچې کابو 95 سلنډ د نوبل جایزې ګټونکي سربې دي، نو هرومورو دا پوښته رامنځته کېږي، چې په ولې د بنسخونه په پورته سلنډ کې حتی تر خلورمه برخې پوري هم نه رسپړي؟



څېرنو په داکه کېږي ده، چې په اکادميکو چارو کې د بنسخو

هغه شهه دي، چې بنسخو ته په د علمي کارونو په ترسوہ کولو کې لوی خندونه رامنځته کري دي او نهريباً خينې وخت په د ناشوتنيا تر بریده رسولي دي.

ددې هرڅه سرهېره، په هغه خایونو او کاري چاپېرېالونو کې چې د سرو شمېر زیات وي، بنسخي پکې ګوبنې احساس لري او ارامي په زیانمنوی، په خینو حالاتو کې خو په لوی لاس بنسخې له شبکو او تولنيز و سېمسټمونو شانه غورخوں کېږي او په پایله کې د علمي او اکادميکي چارو او همداشان د لابراتوارونو له کاري بهيره وروسته پاتې کېږي.

کله چې ددې نشکونو پر وراندي حتی ۱۵٪ بنسخي هم د نيوکې گوتې پورته کري، تو دېر کم داسې پېښېږي، چې د دوي د دفاع غږ اوورېدل شي. له همدي کېله دوي خانونه د بوې تولني په لېکې وکې شمېري.

بنسخي د تولني د لېکې وکې توګه د چارو د ترسراوي په موخه، په ژوندانه کې دېر فشارونه زغمي.

خینو پوهنتونو او د لورو زدکړو فدرالي موسسو ددې ستونزو د له منځه ورلو لپاره، پوشمېر چاري ترسوہ کېږي دي، چې پکې د دوستانه او کورني سیاستونو رامنځته کول، د معاشاتو په ورکه کې لازم سپیناواي، د بنسخينه پوهانو لپاره ملاتري پروګرامونه، د بنسخينه پوهانو لپاره د څېرنو وخت برابرول او همدادارنګه د بنسخينه وو استخدام

جایزه‌کم ورل هغه خه دی، چې تل بشخې د دی جایزې د کټلو له  
کبله تعجب کوي.

دونا سترپکلنډ د هڅونې په موخه په بشخو غړکوي، چې نور نو  
د پخوانې سنتي پېر شخه راوه خې او په علمي خایيونو کې د سرو له  
شتون شخه ناخښې خرگنډه نکري. له همدي کبله نوموري وابې:  
”هه په داسې نړۍ کې ژوند کوم، چې د سرروول پکي له بشخو دېر  
زیست دی، خوبیا هم ددې حالت په لیدو هېڅکله د حیرانی او  
ناراحتی احساس نه کوم.“

یادونه به بې پده به نه وي، چې تر 2018 ز. کال پوري، د نوبل  
جایزه کټونکو هېډاو په سر کې د امریکا متحدده ایالتونه په 377  
جایزه کټلو لوړۍ خای، برتانیه په 130 جایزو دویم او جرمني  
په 108 جایزو سره درېم خای لري. لاندې جدول کې لس هغه  
هېډاوونه بشودل شوي، چې تردې مهاله بې تر تولوزیاتې جایزې  
کټلې دي.



په وړاندې یو منفي ذهنیت شتون لري او دا ذهنیت هغه وخت بشه  
خرکنډېږي، کله چې د بشخو او سرو مهارتونه او علمي کجه یو له بل  
سره پرتله کېږي.

یوه لویه سستونزه چې بشخې ترې رنځ وری، هغه په اکادمیکو  
دندو کې د بشخینه وود استخدام لپاره معمولاً د علمي مهارتونه  
پرخای، د هغوي ظاهري خېږي او شخصي مالوماتو ته دېره پاملنډه  
ده. بشخینه وونه د دندو وړاندیز، زیاتره وخت د همدي فکټرونوله  
کبله منفي پایلې لري.

### نه هڅونه

همدارنګه د تولنو نوع هم هغه بل مهم فکټور دی، چې د بشخو  
په هڅونو او جایزو ورلو کې لویه اغږه لري. په کاري چاپېر بالونو کې  
د بشخو او سرو د هڅونې، جایزو ورکړو او حق الزحمو ترمنځ یو لوړ  
ټوپير شتون لري. له دې تولو دا خرکنډېږي، چې په توله کې د بشخو  
علمي چارو ته هاغو مره چې باید وشي، د قدر په سترګه نه کتل کېږي.

په خینسو تولنو کې، چې کله بشخه په لوړۍ درجه نریوالې  
څېړنپوهی بدلهېږي، نود هغه تولنې عامه ذهنیت نوموري ته بشه  
راغلاست نشي ویلای او دا سستونزه ددې سبب کېږي، چې نوموري  
څېل افکار او لاسته راورنې له نورو سره شریک نکړي. په پاپله کې نه  
دنوبل په خېر جایزې ورای شي او نه هم په نېک پار خبرې سرتکي  
جورولای شي.

د فزيک د بشخونکې په توګه د نوبل جایزې ورونو کې سترپکلنډ  
وابې: ” بشخې د نارینه وو هم مسلکو په پرتله، له زیاتو سختي و سره  
مخ دې او دا د شرم خبره ده.“

د بشخو په وړاندې پلایپلو تولیزی او اکادمیکو ناخواهو ته په کتو،  
کله چې له آغلې سترپکلنډ د نوبل جایزې کټلو له کبله د هغې د  
احساس پوښته وشه، نو نوموري ووبل، چې د بشخو له خوا د نوبل

### اخخونه:

1. د زومت ویبانه
2. د تدبیر او امېد انتېټې پانه
3. [www.aip.org/statistics](http://www.aip.org/statistics)
4. [www.theguardian.com/science/2018/oct/20/nobel-laureate-donna-strickland-i-see-myself-as-a-scientist-not-a-woman-in-science](http://www.theguardian.com/science/2018/oct/20/nobel-laureate-donna-strickland-i-see-myself-as-a-scientist-not-a-woman-in-science)
5. [www.epws.org/nobel-prize-and-gender-diversity/](http://www.epws.org/nobel-prize-and-gender-diversity/)
6. [www.amrank.info](http://www.amrank.info)
7. [www.en.wikipedia.org/wiki/List\\_of\\_female\\_Nobel\\_laureates](http://www.en.wikipedia.org/wiki/List_of_female_Nobel_laureates)



دید تنها یک نقطه را دارد، مجبور است که در محیط پجرخدن تا آن ثبت کند. بنابراین یک نگاه لحظه‌ای به محیط رزولوشن تصویر دریافت شده از به ۵ الی ۱۵ مگا پیکسل می‌رساند.

چشم انسان ضعف‌های زیادی دارد که وجود آنها در یک کمره به هیچ وجه قابل قبول نیست. تنها برتری انسان نسبت به کمره آنها ریزولوشن بسیار بالای آن در ثبت تصویر یک نقطه‌ی به خصوص است. بدین ترتیب مردمک نیاز دارد که در کل تصویر روپروری پجرخدن تا بتواند اطلاعات لازم برای تکمیل تصویر را ثبت کند. این مسئله بدین علت است تا نقش سیستم بینایی را حل نماید.

با این وجود اینکه چشم انسان چندمگاپیکسلی است سوال اشتباہی است چرا که نمی‌توان مقایسه درستی میان این دو به عمل آورد. چرا که چشم بیشتر از آنکه تصویری را ثبت کند، همانند یک کاراگاه در تصویر می‌گردد و سرنخ‌های زیادی از محیط پیرامون خود تهیه می‌کند تا تصویر کلی توسط پردازنده‌های مغز ثبت شده و جلوی دیدگان فرد قرار گیرد.

منع: وبسایت دیجیاتر

شاید برای بسیاری از شما سوالاتی به وجود آید که آیا چشم انسان در مقابله با کمره‌های پیشرفته‌ی کنونی می‌تواند کیفیت بهتری برای مشاهده به ارمغان آورد؟ یا اینکه چشم انسان چند مگاپیکسلی است؟ آیا

اکنون بهتر نیست همانند بسیاری از فلم‌های علمی-تخیلی، با یک عمل جراحی دو دوربین را جایگزین چشم‌هایمان کنیم؟ حال یک دانشمند و عکاس معروف پس از برسی این مسئله بالاخره جوابی برای این سوالات یافته است.

بر اساس گفته‌های دکتر راجر کلارک، چشم انسان رزولوشنی معادل ۵۷۶ مگاپیکسل دارد که کمره ۱۲ مگاپیکسلی آیفون ۷ یا حتی دوربین ۴۱ مگاپیکسلی نوکیا ۸۰۸ فاصله قابل توجهی با آن دارد. حال سوال اساسی اینجاست آیا این مسئله بدین معنی است که چشم انسان نسبت به کمره‌ها برتری دارد؟ رزولوشن ۵۷۶ مگاپیکسلی بدین معنی است که تصویر مشاهده شده با این رزولوشن بقدری وضوح و کیفیت بالایی خواهد داشت که نمی‌توان پیکسل‌هارا از یکدیگر تشخیص داد. البته برای گرفتن تصویری با این حجم نیاز است که این مقدار پیکسل را در زمینه دید خود ثبت کنید.

دکتر کلارک مدعی شده که از آنجایی چشم انسان توانایی

## چشم انسان چند مگاپیکسلی دارد؟

4

3

2

1



وقتی غذا در بشقاب جلوی روی شما نیست. این مرحله، احتمالاً در مراحل اولیه‌ی پردازش تصویری فعال می‌شود.

مرحله‌ی دو: صفر به معنی وجود نداشتن در مقابل وجود داشتن؛ مانند وجود یا عدم وجود نور در یک آتاق. وجود نداشتن در مقوله‌ی مفهومی و رفتاری در نظر گرفته می‌شود.

مرحله‌ی سه: مفهومی که دارای ارزش عددی است و به جایگاه انتهایی ترین عدد مثبت تعلق دارد. برای مثال،  $<2 < 3 < 4 < \dots$  (به معنی کمتر از است).

مرحله‌ی چهار: صفر به عنوان نشانه‌ی نمادین استفاده شود؛ در ریاضی و محاسبات مدرن از این مفهوم استفاده می‌شود. برای مثال  $1 - 1 = 0$ . پژوهش جدید نشان می‌دهد

که زنبور عسل به مرحله‌ی سوم از درک مفهوم صفر رسیده است. زنبور عسل، اکتون در دسته‌ی بسیار کم جمعیت گونه‌های نخبه‌ای قرار می‌گیرد که مفهوم صفر را در این مرحله‌ی پیشرفت‌هه درک کرده‌اند. میمون رزوس، میمون وروت، یک نوع شامپانزه و یک طوطی خاکستری آفریقایی نیز قابلیت درک یا یادگیری مفهوم صفر را از خود نشان داده‌اند. با این حال، این نخستین بار است که چنین سطح بالایی از پردازش اعداد در مرحله‌ی شناختی در یک حشره مشاهده شده است.

### چرا درک مفهوم صفر مهم است؟

اهمیت صفر در تمام طول تاریخ بشر نباید دست کم گرفته شود. چوب‌های شمارش چینی از یک فضای خالی برای نشان دادن

زنبور عسل در زمرةی نادرترین موجوداتی قرار می‌گیرد که قادر به درک مفهوم صفر هستند. اما این جمله به چه معناست و چه کاربردی دارد؟

سکارلت هاوارد، دانشجوی دکتورا از دانشگاه RMIT، آدریان دایر، دانشیار از دانشگاه RMIT و اورنوره اورارگوس ویر، پژوهشگر Universite de Tulus III - پل ساباتیر، به تازگی پژوهشی در مورد زنبور عسل انجام داده‌اند که در THE CONVERSATION منتشر شد.

در وهله‌ی اول، کسی به مسائل مربوط به زنبورها اهمیتی نمی‌دهد. اما این پژوهش جدید نشان می‌دهد که زنبور عسل، مقدار ارزش هیچ را درک می‌کند؛ زنبورها، عدد صفر را نیز در ردیف اعداد پیوسته قرار می‌دهند.

این نخستین بررسی علمی است که نشان می‌دهد مغز یک حشره قادر به درک مفهوم عدد صفر است و روند پیچیده‌ی تکامل یافتن پردازش اعداد برای انسان را نیز توضیح می‌دهد. علاوه‌بر این، به طراحی بهتر راه حل‌های هوش مصنوعی برای به کار بستن در محیط‌های پیچیده نیز کمک می‌کند.

### اما منظور از مفهوم صفر چیست؟

چهار مرحله برای درک مفهوم صفر در فرهنگ، تاریخ، روانشناسی و یادگیری حیوانات در انسان وجود دارد. مرحله‌ی اول: صفر به معنی عدم وجود داشتن یک مورد؛ مانند



مشروع آزمایش یکی از دو عدد ارائه شده را انتخاب کند. برای مثال در طول رویدادهای یادگیری بسیار، هر مرتبه دو رقم جدید (۲ در مقابل ۱، ۴ در مقابل ۲، ۵ در مقابل ۶ و غیره) به زنبور ارائه می‌شود تا این که حداقل ۸۰ درصد دقت در فرود پیدا کند و سپس کمترین رقم را انتخاب کند.

وقتی یک زنبور توانست رقم درست را پیدا کند، با یک محرك غیرقابل مشاهده موجود از پیش یعنی یک مجموعه خالیکه نشان دهنده مقدار صفر است

روبرو می‌شود. در این زمان زنبورهای که با قانون کمتر از آموزش داده شده‌اند، به طور شگفت‌انگیز، رفتن به مجموعه خالی را انتخاب می‌کنند و به سراغ مقدار عددی بالاتر نمی‌روند. این حرکت نشان می‌دهد زنبورها متوجه می‌شوند که ارزش عددی مجموعه خالی کمتر از یک مجموعه دارای عناصر واقعی است.

زنبورهای دیگر طی آزمایش‌های بیشتر، توانایی خود در قرار دادن صفر در پایین ترین جایگاه زنجیره‌ی عددی و تاثیرات فاصله‌ی اعداد را نشان دادند. تاثیرات فاصله‌ی عددی با افزایش فاصله میان دو عدد در زمان افزایش دقت مشاهده می‌شوند.

این پژوهش نشان داد که زنبورها تفاوت صفر و یک را تشخیص می‌دهند؛ همچنین وقتی اعداد بیشتر از هم فاصله داشته باشند، برای مثال در نمونه‌ی صفر در مقابل ۶، عملکرد بهتری از خود نشان می‌دهند.

گام بعدی پژوهش در مورد پردازش صفر مربوط به نحوه درک میزان صفر از لحاظ عصبی در مغز موجودات کوچک و ساده‌ای مانند این زنبورها است. آندریاس نیدر، یک متخصص شایستگی عددی در حیوانات از داشنگاه تیبنینگن آلمان است. شایستگی عددی، میزان کارایی و سودمندی یک وسیله را برای کاربرد معین نشان می‌دهد. او می‌گوید:

مهارت‌های عددی پیشرفتی زنبورها و حیوانات دیگر، این پرسش را مطرح می‌کند که چگونه مغز این موجودات، هیچ را به مفهوم انتزاعی صفر تبدیل می‌کند.

پژوهش حاضر در مورد زنبورها، سوالات بسیاری را در این زمینه ایجاد کرده است؛ همچنین روش کرده است که اندازه و پیچیدگی مغز کاملاً نمی‌تواند مشخص کننده میزان هوش و به طور خاص توانایی درک عددی باشد.

منبع: [www.telexiran.com](http://www.telexiran.com)

محل مقادیر استفاده می‌کردد و ارزش کمی عدد صفر برای قرن‌ها نادیده گرفته شد. برای مثال، اعداد رومی نمادی برای نشان دادن ارزش صفر ندارند.

تا پیش از سال ۶۲۸ میلادی، هیچ نشانه‌ای از محسوب کردن صفر به عنوان یک عدد دیده نشده؛ براهما گوپتا، ریاضی‌دان هندی در کتاب خود به نام Brahmasputha Siddhanta از صفر با مقدار کمی درست خود استفاده کرده است. این نخستین نشانه از مکتوب کردن صفر در تاریخ است که قوانین استفاده از صفر برای انجام محاسبات را ارائه می‌کند.

اولین نشانه از ثبت نمادین صفر (۰) به صورتی که ما امروزه می‌شناسیم، از روی کتیبه‌ای هندی روی دیوار یک معبد در گوالیور هند (در سال ۸۷۶ میلادی) دیده شده است. اعداد عربی که به صورت همزمان با ایسده‌ی مدرن از صفر به روز شده بودند، تا سال ۱۲۰۰ میلادی به غرب نرسیدند.

جالب اینجا است که برای انسان‌ها، قرن‌ها طول کشید تا مفهوم صفر را به کاملی درک کنند و در فرهنگ خود مورد استفاده قرار دهند؛ در حالی که زنبورهای عسل با استفاده از داشت عددی پیشین خود در طول یک روز که مورد آموزش تیم ما قرار گرفتند، توانستند شناخت خود از اعداد را توسعه دهند.

### ازیایی زنبورها برای درک صفر چگونه حاصل شد

زنبورها همیشه در محیط‌های پیچیده در حال جستجوی منبع تغذیه هستند و به راه حل‌های پردازش تصویری برای سازگاری با این نوع زندگی تکامل بخشیده‌اند. این تیم پژوهشی، پردازش عددی زنبورها را به وسیله‌ی آموزش جدآگاهه‌ی آن‌ها با دستگاه مخصوص جمع آوری پاداش شیرینی تست کرده است؛ همچنین آموزش قوانین مربوط به کمتر از، با در نظر گرفتن اعداد ۱ تا ۶ نیز صورت گرفته است. در این آزمایش، زنبور ملزم است که در زمان برگشت به نقطه‌ی

# په کمپیوتر کې د ویروس د شتون نبېي نښانې



## نوموری نښانې په دی دول دي:

۱- ستاسو په کمپیوتر کې د لکبدلی هارد دېسک خالي خای ورخ په ورخ کمېري.

ددې لپاره ویروس خپل خان ریپلېکټ (کېت مت د خان په خبر د بل ویروس تولیدول) کوي. په کمپیوتر کې د (com) یا (exe) فایلونو سره خان سربنیسو او دا کار نوموری ویروس خو خوله تکراروي. د ویروس ددې کار له امله د نومورو يادو شوو فایلونو کچه (سایز) دېره لویېږي، له همدي امله نوموري فایلونه په هارد دېسک باندي دېر خای نيسې.

له همدي کبله که داسې ویروس په خپل وخت ونه نیوں شي، نو د نوموري ویروس د وار په وار ریپلېکشن شخه د هارد دېسک خای له کمبېت سره مخامنځ کېږي.

که چېړې ستاسو په کمپیوتر کې د (کېد) وروستاري لرونکي

## د کمپیوتر ویروس بو دېر زیانمن شی دي

خکه دېر خله د کمپیوتر کاروونکي ته د ویروس د شتون معلومات نه کېږي او کله چې کاروونکي د ویروس په شتون پوه شي، نو وخت له وخته تېرو وي او ویروس خپل کار کړي وي.

داسې دېړې نبېي نښانې شته، چې له کبله یې تاسې په کمپیوتر کې د ویروس د شتون شک کولای شي.

لاندېتني نبېي نښانې اړینه نه ده، چې خامخا به د ویروس له شتون نه پیداشوې وي، خکه داسې نور دېر عوامل هم شته چې په کمپیوتر کې دا راز نبېي نښانې رامنځته کړي.

خو که چېړې تاسو په خپل کمپیوتر کې یوه هم له دغۇ نبېسو خخه ومونده، نوبه به وي چې د یوه بهه انتې ویروس پر مت خپل کمپیوتر (سکپن) کړي.

کوي، ترخو Boot شي او يا هم که چېږي ستاسود Ms-Word پروگرام مخکي په یوه دقیقه کې چالاندلو او اوس په دېر خند چالاپري، نود و یروس د شتون دېره کره نښه کېدلای شي. له همدي امله اړينه ده، په کمپيوتر کې نصب Antivirus و چلوي. دا یوه دېره کره او تاکيزه نښه ده، چې دېر دوستان له دي ستونزي خخنه شکایت کوي.

۴- بې له کوم سببې د فایلونو خراپیدل او يا هم له منځه تمل: په عامو حالاتو کې نه کوم فایسل له یوه خایه بل خایه ته خي او نه هم په خپله له منځه خي، حتی که چېږي په هارد دېسک کې Bad Sector هم شتون ولري، نو بيا هم د کوم فایيل د خراپيدو او يا له منځه تللو شتونيا دېره کمه ده.

ویروس دا دول کارونسه دېر کوي، په دي مانا چې کولای شي، فایيل په بشپړه توګه له منځه یوسې او يا یسي هم تر دي بریده خواب کري، چې د کارولو ورنه وي. که چېږي تاسو هم له دي راز کارونو سره مخ کېږي، نو د ستاسو په کمپيوتر کې د خورا زيانمن ویروس د شتون نښه ده، اړينه ده چې له هرڅه وراندي خپل Antivirus و چلوي.

۵- دېر خله کمپيوتر په تېه درېپري (Hang): دېر هغه پوستکالي چې Bags لري، کمپيوتر په تېه دروي. همدا راز د Mother Board او یسا Memory د خرائی له امله هم کمپيوتر وار وار په تېه درېپري او همداراز د ویروس شتون هم کولای شي، کمپيوتر په تېه دروي. په دي حالت کې هم خپل Antivirus و چلوي. منبع: رنگارنگ و پیمانه

دي، چې درنا ورکونکي توب مانا تري اخښتني شو.

ستاسود کمپيوتر په منځه کې پو وروکۍ خراغ شتون لري، چې د هارد دېسک په نښان سره بنوول شوي.

اوس نو کله چې تاسو کوم پروگرام يا پوستکالي کاروی، يعني د پوستکالي په کارولو بوخت یاست او یا مو کوم پوستکالي تازه چالان کري وي، ترخو کار تري واخلسي، په دي دوارو و ختونو کې د هارد Activity LED باید و پرکېږي، یانې (فلشپنگ) باید وکري. خو که چېږي تاسو په پورتیو دوارو و حالتونو کې قرار نه

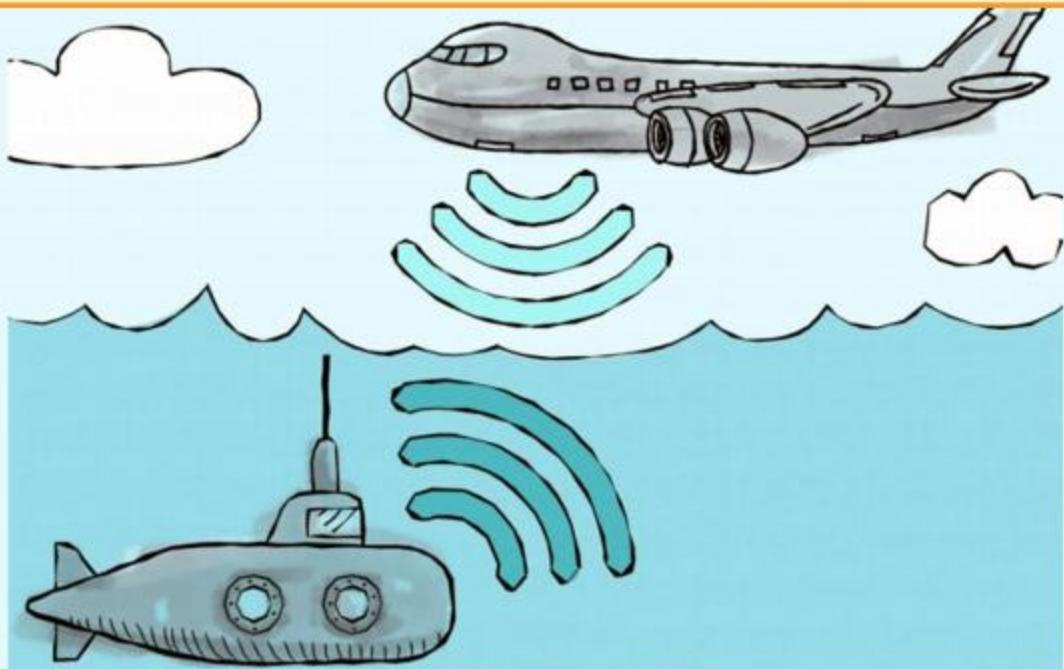


لري او یسا هم د هارد دېسک Activity LED په وار وار پرکېږي، نو گمان کېږي چې ویروس Replication پیل کري او دوام لري. په دي حال کې هم د Antivirus د پوستکالي چلول اړین برپښي.

۳- کمپيوتر ورخ په ورخ پخېږي: که چېږي تاسو فکر کسو، چې کمپيوتر مسوروخ په ورخ پخېږي، په دي مانا چې که چېږي ستاسو کمپيوتر مخکي په دوه دقیقوکې Boot کېدلسو او اوس دېر خند

سافتويير او یسا هم د (گرافيكس) لپاره کاروونکي سافتويير شتون ولري، نودا هم ستاسود هارد دېسک دېر خایه نيسې. په هر حال د دغې پورتني نښې له پنکاره کېدلو سره په خپل کمپيوتر باندي اتفې ویروس و چلوي.

۲- د هارد دېسک اكتيويتي ليد په له کوم سببې پرکېدل: دېر و بنساغلو او آغلو په پورتني جمله کې (اكتيويتي) د فعالیت او (لید) د (لايست ايميدېنک دیوو) په مانا



## ابداع سیستمی بیسیم برای ارتباط هواپیماها و زیردریاییها

در زیردریایی، یک آتن رادیویی هم قرار دارد که باعث ارتباط با دیگر زیر دریایی ها و کشتی ها می شود. یک پرسکوپ هم وجود دارد که به کمک آن می توان سطح آب را دید. بدنه زیردریایی دو پوسته دارد که وسط آنها خالی است و به آن مخزن بالاست می گویند؛ به طوری که هوا و آب می توانند به داخل این مخزن نفوذ کنند. برای اینکه زیردریایی روی آب شناور بماند، باید وزن زیردریایی و مخزن بالاست کمتر از نیروی شناوری آب دریا باشد. اما برای اینکه زیر دریایی به داخل آب برود مخزن بالاست پر از آب می شود تا وزن زیردریایی بیشتر از نیروی شناوری آب شود.

زیردریایی ها به دلیل محدودیت هایی که سیگنال های آن ها ایجاد می کنند، نمی توانند با هر چیزی که در بالای سطح آب قرار دارند، ارتباط برقرار کنند. اما پژوهشگران

پژوهشگران MIT سیستمی را ابداع کرده اند که قادر است زیردریایی ها و هواپیماها را مستقیماً به یکدیگر، مرتبط کنند.

زیردریایی ها از شگفت انگیز ترین اختراقات بشر هستند. طی صدها سال دریانوردان فقط می توانستند روی عرضهی کشتی ها کار کنند. اختراع زیردریایی به انسان اجازه داد تا بتواند همانند موجودات دریایی برای مدت طولانی در زیر دریا زندگی کند. زیردریایی ها امروزه در نقش اسکورت ناو، ناو شکن های جنگی، حفاظت از آبهای اختصاصی، حفاظت از سواحل مهم، گشت، عملیات های اتمی، رهگیری و... مورد استفاده قرار می گیرند. قسمت های بیرونی زیردریایی از یک بدنهی استوایی، دو بال افقی در جلو، دو بال عمودی در عقب، سکان، پروانه در دم و یک بادیان تشکیل شده است.



سریع ترند؛ ولی این مودم‌ها فقط به صورت یک طرفه اطلاعات را منتقل می‌کنند. تکنولوژی فعلی MIT هنوز به تکامل نرسیده است و راه زیادی در پیش دارد، اما ایده‌ی کلی پروژه، کارآمدی خود را ثابت کرده است. پژوهشگران MIT می‌گویند که تا به امروز سیستم TARF را در تانک آب آزمایشگاه و استخراجی که شناگران در حال شنا در آن بوده‌اند، آزمایش کرده‌اند. با این حال، سیستم آنها با دقت هرچه تمام‌تر قادر به تشخیص سیگنال‌های سونار بوده است.

البته استخراج با اقیانوس تفاوت بسیار دارد و پژوهشگران می‌گویند سیستم TARF فعلاً در روزهای آرام آزمایش می‌شود تا برای فازهای بعدی آماده شود. پژوهشگران دانشگاه MIT امیدوارند که با پیشرفت کارکرد این دستگاه، استفاده از آن در امواج دریا را میسر سازند. با استفاده از سیستم جدید، زیردریایی‌ها قادر خواهند بود یافته‌های خود را مستقیماً به پهپادها و هواپیماهایی که بالای دریا در حال پروازند، ارسال کنند. با وجود سیستم TARF دیگر نیاز دیگر نیازی به استفاده از قایق به عنوان واسطه، نخواهد بود. این مقاله هنوز در ژورنال منتشر نشده، اما در کنفرانس بوداپست ارائه شده بود.

منع: زومت

دانشگاه (MIT) سیستمی را اختراع کرده‌اند که زیردریایی‌ها را نه تنها با کشتی‌های روی آب، بلکه با هواپیماها مستقیماً مرتبط می‌کند. این سیستم ارتباطی که TARF نام گرفته است، سیگنال سونار را به سطح آب می‌فرستد؛ جایی که ارتعاشات کوچک در فرکانس‌های مختلف با صفر و یک‌های داده‌های باینری مرتبط هستند. ناوبری یا سونار، دستگاه رذیاب زیردریایی است که با استفاده از انتشار امواج صوتی، کار می‌کند.

در بالای آب یک رادار با فرکانس بسیار بالا (۳۰۰ تا ۳۰۰ گیگاهرتز) تغییرات مختلف در زوایای سیگنال را که مربوط به بیت‌های داده است، دریافت می‌کند. سپس این سیستم سیگنال‌ها را پردازش و به داده‌های ارزشمند تبدیل و همچنین از فرکانس‌های امواج دریا استفاده می‌کند تا تفاوت میان امواج بزرگ و کوچک را مشخص کند تا پژوهشگران موجی را که مدنظرشان است، انتخاب کنند. این سیستم در هر حال حاضر نمی‌تواند تصاویر یا گزارش‌های پر از جزئیات را منتقل کند و فقط می‌تواند اطلاعات را با سرعت چندصد بیت در ثانیه، مخابره کند.

مودم‌های دایل آپ برای انتقال اطلاعات از این سیستم

# ساخت خورشید مصنوعی در چین؛ تبديل هایdroجن به انرژی تجدیدپذیر



خورشید مصنوعی در چین ساخته شد. گفته شده که دمای این خورشید مصنوعی ۶ برابر هسته خورشید است. این خورشید توانایی تبدیل هایdroجن به انرژی تجدیدپذیر را دارد.

به گزارش تکراتو، محققان چینی یک خورشید مصنوعی ساخته‌اند که دمای آن به ۱۰۰ میلیون درجه سانتیگراد می‌رسد و قادر است از هایdroجن، انرژی تجدیدپذیر ارزان تولید کند.

این خورشید مصنوعی در واقع یک راکتور است که فرایند خورشید را تقلید می‌کند. این دستگاه بخشی از پروژه‌ای است که هایdroجن را به انرژی تجدیدپذیر و کم هزینه تبدیل می‌کند.

دمای این دستگاه مصنوعی برای نخستین بار در هفته جاری به ۱۰۰ میلیون درجه سانتیگراد (۱۸۰ میلیون درجه فارنهایت) رسید که نقطه عطفی در این پروژه است. دانشمندان که معتقد‌اند همچو شیوه هسته‌ای در این دما اتفاق می‌افتد مدت‌هاست که در سراسر جهان برای ساخت نخستین راکتور همچو شیوه هسته‌ای واقعی جهان در حال رقابت با یکدیگر هستند.

این پروژه منبع نامحدودی از یک انرژی پاک را ایجاد می‌کند که به اعتقاد دانشمندان می‌تواند زمین را از تغییرات آب و هوایی نجات دهد. به گفته دانشمندان دمای این راکتور ۱۰۰ میلیون درجه سانتیگراد است در حالی است که دمای هسته خورشید ۱۵ میلیون درجه سانتیگراد است.

منبع: [www.techrato.com](http://www.techrato.com)



# چگونه از حریم خصوصی خود در ویندوز ۱۰ محافظت کنیم

مکانی تان را زیر نظر داشته باشد می توانید این سیستم را غیرفعال نمایید. روند کار به این صورت است که:

• وارد **Settings** ویندوز ۱۰ شوید و به آدرس <[Change Location settings](#)> مراجعه نمایید. بر روی گزینه **Change** کلیک کرده و بر روی صفحه پیش رو، نوار مشاهده شده را از حالت **Off** به **On** تغییر دهید. با انجام این کار، ردیاب مکانی برای هر نرم افزاری که از سیستم شما استفاده نماید، غیرفعال می گردد.



شما می توانید این قابلیت را بر اساس کاربران نیز غیرفعال نمایید؛ به این صورت که اگر چندین نفر با حساب های کاربری مختلف از یک دستگاه استفاده نمایند، هر کدام می تواند گزینه **location tracking** را برای خودشان فعال و یا غیرفعال نمایند. به منظور فعال نمودن گزینه **location tracking** برای هر کدام از حساب های مستقل، در ابتدا باید وارد حساب کاربری موردنظر شوید؛ به منظور انجام این فرآیند:

وارد پخش تنظیمات ویندوز ۱۰ شوید و با کلیک بر روی گزینه

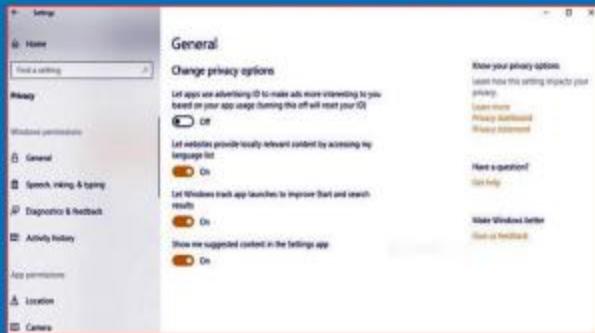
این روزها محافظت از حریم خصوصی یکی از اصل های اساسی در فضای مجازی و اینترنت می باشد. کمپنی مایکروسافت یکی از کمپنی های فعال در زمینه‌ی راه اندازی ساخت افزار و نرم افزار و تولید تکنولوژی های نوین است که محبوبیت بالایی در سراسر دنیا دارد. اکنون این کمپنی در زمینه‌ی امنیت نیز در تلاش است تا بهترین خود را عرضه نماید. در این مقاله تصمیم داریم تاروش های محافظت از حریم خصوصی در ویندوز ۱۰ را برایتان معرفی نماییم.

اساساً این روزها یکی از نگرانی های امنیتی کاربران در خصوص ویندوز ۱۰، جمع آوری اطلاعات خصوصی و کاربردی کاربران می باشد. اگر تصور می کنید که سیستم عامل کمپنی مایکروسافت از مزه های حریم خصوصی تان عبور نموده است و یا قصد دارید از میزان امنیت اطلاعات خصوصی خود اطمینان حاصل نمایید؛ با چندین روش ساده و فقط طی چند دقیقه ممکن توانید امنیت حریم خصوصی تان را در این سیستم عامل افزایش دهید.

## غیرفعال نمودن سیستم ردیابی مکانی (**Location** (Tracking)

اساساً ویندوز ۱۰ به طور معمول از موقعیت مکانی کاربران خود آگاه می باشد. این مسئله برای بعضی از افراد مهم نیست؛ زیرا ایس قابلیت به منظور دریافت اطلاعاتی نظری آب و هوای منطقه، رستوران های نزدیک و ... استفاده می نماید ولی در شرایطی که دوست ندارید این نسخه از سیستم عامل مایکروسافت موقعیت

advertising ID مشاهده نمایید؛ گزینه‌ی privacy options را کنترول می‌نمایید. نوار لغزان را پایس از On به Off تغییر دهید. احتمال دارد بازهم تبلیغاتی را حتی در این شرایط دریافت کنید ولی تمامی این تبلیغات، عمومی قر از تبلیغات هدفمند می‌باشند و به طورکلی به علاوه فرد ارتباطی ندارند.



به منظور اطمینان یافتن از عدم ردیابی شما از سوی کمپنی مایکروسافت در زمان استفاده از ویندوز 10 و غیرفعال نمودن فرآیند Ad Settings جمیع آوری داده برای تبلیغات هدفمند وارد بخش Internet-based ads: Microsoft account در بالای صفحه شده و نوار لغزان آن را از On به Off تغییر دهید. در قسمت Internet-based ads: This browser لازم به ذکر است که برای هر نوع مرورگری که استفاده می‌نمایید، باید مطمئن شوید که نوار لغزان قسمت Personalized ads in this browser بر روی Off تنظیم شده باشد. منبع: زوم تک

ی Change نوار لغزان موجود در زیر کلمه‌ی آن را از Location خالی On به حالت Off تغییر دهید.

شاید تصمیم داشته باشید که در برخی از شرایط گزینه‌ی location tracking را بر اساس نوع برنامه هسا غیرفعال نمایید. در صورتی که قصد دارید موقعیت مکانی شما فقط برای برخی از برنامه‌ها فعال گردد، اطمینان حاصل کنید که گزینه‌ی location tracking می‌باشد و سپس وارد بخش Choose appsthat can use your precise location شوید. در این شرایط فهرستی از برنامه‌ها برای شما نمایان خواهد شد که می‌توانند از موقعیت مکانی کاربر استفاده نمایند. به منظور فعال نمودن سیستم ردیابی مکانی برای برخی از برنامه‌ها نظیر News Weather یا News لغزان خود را به سمت on پکشید.

با غیرفعال نمودن گزینه‌ی location tracking هنوز مشاهده می‌کنید که ویندوز 10 مواردی از تاریخچه‌ی موقعیت‌های قبلی شما را نمایش می‌دهد. به منظور حذف کردن تاریخچه‌ی مکانی تان وارد قسمت Location History شده و بر روی Clear کلیک نمایید. در صورتی که از سیستم location tracking نمایید، می‌توانید به طور منظم history خود را حذف کنید؛ هیچ سیستم خودکاری به منظور پاک کردن این قسمت وجود ندارد.

## غیرفعال نمودن سیستم ردیابی تبلیغات (Tracking)

یکسی از اولویت هسای اصلی کاربران در خصوص حریم خصوصی، اطلاعات جمع آوری شده در زمان و بگردی می‌باشد. طبق اطلاعات بررسی شده، یک پروفایل از علایق کاربر ایجاد می‌شود؛ کمپنی‌های مختلف می‌توانند از این اطلاعات به منظور شکل دادن تبلیغات هدفمند استفاده نمایند. سیستم عامل ویندوز ۱۰ با گزینه‌ی ID advertising ID تمامی این داده‌ها را جمع آوری می‌نماید. به طورکلی کار این ID جمع آوری اطلاعات کاربران در مدت زمان محدود وب نیست بلکه در زمان استفاده از نرم افزارهای ویندوز ۱۰ این کار انجام می‌گیرد.

شما می‌توانید گزینه‌ی advertising ID را نیز غیرفعال نمایید. در ابتدا Windows 10 Settings را اجرا نمایید و سپس وارد مسیر Privacy > General Change فهرستی از انتخاب‌هایتان را زیر عنوان شوید.





The Only **HD™**  
**VOICE**  
Network

یگانه شبکه  
با شفافترین صدا



HD  
VOICE



@myawcc

[www.afghan-wireless.com](http://www.afghan-wireless.com)

152  
(24 HRS)

# 399

افغانی / 30 روز

# کهکشان کامبو

## یک جهان امکانات

4.75G+

افغان بیسیم  
AFGHAN WIRELESS

HD  
VOICE

1000  
دقیقه  
تماس

از افغان بیسیم  
به افغان بیسیم

500 MB



1000



کهکشان  
KAHKASHAN COMBO

\*255\*399\*1# اشتراک:

نام پیشکش	قیمت (افغانی)	مدت اعتبار	امتیازات پیشکش			
			پیسیم (امین)	پیام های کتبی از افغان بیسیم به افغان بیسیم	دقائق تماس از افغان بیسیم	دقائق تماس به افغان بیسیم
کهکشان کامبو	220	روز 30	600	600	600	600
کهکشان کامبو	399	روز 30	1000	1000	1000	1000
کهکشان کامبو	15	ساعت 24	20	20	20	20
کهکشان کامبو	30	ساعت 24	60	60	60	60



Certified Network



@myawcc

[www.afghan-wireless.com](http://www.afghan-wireless.com)

152  
(HRD 24)



## استفاده از شبکه های اجتماعی برای کسب و کار کوچک



توضیح دهم، یا حتی یک ابزار شبکه سازی.

چند بار وارد یک جمع شده اید و خود را معرفی کرده اید، و گفته اید این چیزی است که باید بخریم؟ شرط من بندم هیچ وقت.

اما اگر شما به جمیع ملحق شوید، شاید برای مدتی گوش دهید، سپس نظر مفید در آن جمیع بدھید. سپس بیشتر به جمیع توجه کنید، باز هم گوش دهید. به این فکر کنید با توجه به این جمیع چه کار مناسبی می توانید انجام دهید.

این روش مناسبی است که شما باید از آن در شبکه های اجتماعی هم استفاده کنید.

همانطور که در قبل گفته شد اندازه گیری در رسانه های اجتماعی در مورد میزان فروش نیست، بلکه در مورد رشد در شبکه اجتماعی و تعامل در آن است.

پس چرا کسب و کارهای کوچک در ورود به شبکه های اجتماعی دچار چالش می شوند؟

آن ها به دنبال نتایج کوتاه مدت هستند و شاخص های اشتباہی را اندازه گیری می کنند.

◆ حضور شخصی یا کسب و کاری در شبکه های اجتماعی

اول از همه، مهم ترین چیز حضور در شبکه اجتماعی

شبکه های اجتماعی به عنوان بازاریابی و ارتباط با مشتریان بالقوه گزینه مناسبی است.

با این تفاوت که، سنجه های مخصوصی برای اندازه گیری موفقیت در آنها وجود دارد.

به تحریه ثابت شده است که از دلایل چالشها تعیین و اندازه گیری ارزش استفاده از شبکه های اجتماعی است.

در اغلب کسب و کارها میزان اثربخشی شبکه های اجتماعی با بودجه بازاریابی اندازه گیری می شود.

افزایش فروش یک سنجه معمولی در بازاریابی به شمار می رود.

با این حال، در شبکه های اجتماعی حجم تعامل و اندازه دنبال کننده ها گزینه مناسب تری است.

بگذارید بیشتر توضیح دهم: به منظور تولید نتایج ملموس، شبکه های اجتماعی به میزان زیادی از تلاش در مدت زمان طولانی نیاز دارند. شبکه های اجتماعی با ماهیت اجتماعی بودن، یک جامعه ارتباطی است نه یک فروشنده!

من دوست دارم شبکه های اجتماعی را به عنوان یک حزب

### شبکه اجتماعی اصلی:

LinkedIn: لینکدین که به عنوان کanal اجتماعی B2B شناخته می‌شود توانایی ارائه بسیاری از انواع واسطه‌ها را دارد. لحن لینکدین بر کسب و کار مرکز است. بنابراین پیام‌رسانی در لینکدین باید کسب و کاری بیشتری داشته باشد و از ویژگی‌ها، رویدادهای شرکتی، اخبار صنعت و غیره صحبت کند.

شخصی تان است، اگر شما محصول یا سرویسی ارائه می‌دهید که نتیجه مربوط به تجربیات شخصی شما باشد.

### دو دلیل اصلی برای جذاب نگه داشتن حضور شخصی و کسب و کاری:

- لحن شخصی شما و برنده کسب و کار شما پیکسان نیست، بنابراین اختلاط آن باعث ایجاد سردگمی برای مشتریان احتمالی خواهد شد.

- اگر نظرات و افکار شخصی خود را در شبکه‌های اجتماعی کسب و کار با هم مخلوط کنید، اساساً به این معنی است که کسب و کارتان با شمامطابقت دارد. و این می‌تواند خطرناک باشد!!!

### موقعیت شبکه‌های اجتماعی - محظوظ و پیام‌های مختلف

شبکه‌های اجتماعی مختلف پیام‌های متفاوتی را طلب می‌کنند. این مهم است که بدانید چه موقع باید از چه شبکه اجتماعی استفاده کنید.

همه شبکه‌های برابر خلق نشده‌اند. علت و روشی که مردم در آن وقت صرف می‌کنند متفاوت است. دانستن این به آن معنی است که ما نیاز داریم محتوای خود را برای هر شبکه آماده کنیم، تا اطمینان حاصل کنیم که مخاطبان ما به شیوه‌ای صحبت می‌کنیم که مخاطبان ما انتظار دارند و به دنبال آن هستند.

شبکه‌های اجتماعی که شما به عنوان بخشی از استراتژی بازاریابی خود انتخاب می‌کنید باید براساس موارد زیر باشد:

- محتوایی که قبلاً داشته اید و می‌خواهید ایجاد کنید.

- چقدر وقت صرف مدیریت رسانه‌های اجتماعی می‌کنید.

### انتظارات محتوایی در چند



شگفت‌انگیز را از این دهد اینستاگرام می‌تواند گزینه مناسبی باشد.

Snapchat: آخرین و بزرگترین برای بازاریابان. یک پلت فرم محتوایی کوتاه است. شما یک محدوده توجه کوتاه برای کار در استپ چت دارید. بنابراین ارسال سریع محتوای داستانی، ویدیو و تصاویر مهم است. با اینحال، مدیریت استپ چت چالش‌های خود را دارد. شما نیاز به صرف زمان زیادی برای فعل شدن در استپ چت دارید.

شبکه‌های اجتماعی بسیار بیشتری وجود دارند، اما به عنوان صاحب کسب و کار کوچکی که در حال کار بر روی شبکه اجتماعی است، به شبکه‌های اصلی اشاره کردم. منبع: www.ibazaryabi.com

Twitter: همه ما می‌دانیم که توییتر، شبکه اجتماعی متن‌های کوتاه است. با این حال، از آنجا که فرمت محتوای در آن گسترش می‌یابد، سطح پیام‌گذاری کمی عمیق‌تری را می‌طلبد. همانطور که گفته شد، توییتر هنوز مکانی برای مطرح کردن نظر شما و به موقع با تحویل محتوای شما است. یک مکان عالی برای افزایش مخاطب، انتشار اخبار، تبلیغات حساس به زمان، توصیه‌ها، رویدادها و غیره.

Instagram: مناسب برای کسب و کارها در همه اندازه‌ها. همانطور که می‌دانید اینستاگرام شبکه اجتماعی عکس محور است. اگر مخصوصی دارید که جذاب است، یا خدماتی که یک نتیجه



سخت زیان و رواروی او دخلکو په منځ کې محبوبیت له لاسه ورکړي. که د استغفار کولو په اړه پېښي باوري ین او هر دول بدچلندا ته موږه بنې کړي وي، نو تره رخه ورلاندې تاسو ته سپارښته کېږي، چې مېز مو خالی کړي. دا خکه چې بشایې هلتنه نور د کار لپاره تاسو ته فرصت برابر نشي. بهلے داچې بشایې له مېزه د سامانو راټولو بشایې ستاسو د اداري د مشر زړه نرم کړي او د استغفار په وروستيو شېبو کې جوړ جاري ته ورسپړي او په دې توګه په دنده کې پاتې شن.

### تل مژدب او سن

څرګنده خبره ده، چې د استغفار کولو پر خوت مژدب پاتې کېدل لپه مستوفیز من دي، خوبیا هم په ورته حالاتو کې مژدبانه چلندا کول، هرو مرمو ستاسو په ګټه تمامېږي. د استغفار کولو پر مهال تر تولو ارین تکی دادی، چې له استغفار کولو ورلاندې بشایې ادارې ته د خپلې پېکړي په اړه وواین. که چېږي له مخکنې اطلاع پرته استغفار وکړي، نو دا کار به مو په کاري سوانحو (سې وي) کې یو تور تکی وي، چې بشایې د بلې دندې په ترلاسه کولو کې هم تاسو ته سرخوردي جوړ کړي. که چېږته له استغفار کولو ورلاندې اداره هم په جوړیان کې واچوی او همدارنګه د استغفار پر مهال هم مژدبانه چلندا وکړي، نو دا کار به ستاسو په کاري سوانحو کې د منفي تکو په مخنیوی کې ستر

طبعی خبره ده، چې به یوه دفتر کې ستاسو شتون د تل لپاره نه وي او بشایې کومه ورخ د خپلو شخصی غوبښتو او یا هم د کاري چاپېریال د یولپه نورو ستونزو له کبله، د دندې پر پښودو ته اړ شن. خینې اشخاص له دندې خخه د استغفار پر مهال دېر بد وضعیت کوي، چې اصولاً په کاري چاپېریال کې د دا دول بد وضعیتی لپاره خای نشتہ. بشایې تاسو هم یوله هغه کسانوین، چې د استغفار پر خوت مو مېز په سوکانو وهلمی وي او یا مو هم په لور غړ چغې وهلمی وي.

سره له دی چې خینو کسانو ته ورته دول استغفار کول بشایې تر یسو خه بریده خوندوري وي، خو بیاهم تاسو ته ورلاندې کېږي، چې د استغفار کولو پر مهال تر تولو مژدب حالت غوره کړي. دا خکه چې بشایې ستاسو بدرفتاري، د ارونډه ادارې د مشر لاس ستاسو تر کړو پانه در ورسوی.

په دې اړه په خواله رسنیو کې زیات شمېر ویدیوګانې شته، چې همدي حالت ته په کتو جوري شوې دی او په یادو حالتونو کې ستاسو د بدچلندا مخنیوی کولای شي. نو داچې د خپلې کاري مودې تر تولو بنې استغفار مو ورلاندې کېږي وي، لاندې اړینو تکو ته پام وکړي:

### له هرڅه ورلاندې مو مېز خالی کړي

لومړۍ داچې، په هیڅ حالت کې د استغفار کولو پر مهال بدچلندا کولو ته زړه مه بشئه کوي. دا کار مو بشایې اکادمیک شخصیت ته

## د استغفا منن پر کاغذ ولیکن

د استغفا کولو پرمهال هرومرو دراماتیک دیالوگونه کهپری، چې پایله کې په احساساتي چلنډ پای ته رسپری. که د کاغذ پر خای په همدي دراماتیکو دیالوگونو تمکز وکړئ، نوښایي بوخت هیڅ په یاد و نلري، چې په کوم دلیل موله اړونډه ادارې خنځه استغفا کړي وه؟ له همدي کبله د خپل استغفا دلایل د کاغذ پر مخ په واضح توګه یادداشت کړئ. د همدي کاغذونو یوه کاپې خپل مشر او دويمه کاپې ېې د بشري منابعو مدیر ته ورکړئ. هغوي به ستاسود استغفا دلایلر ته په کټور د خپل ادارې نیمکې تياوو ته متوجه شي او وبه موږي چې کومې تهروتني د دوى د ادارې کوونکي له دوى خنځه خوابدي کړي؟ همدارنګه د استغفالیک یوه بله کاپې له خان سره هم وساتۍ، ترڅو مو په یاد وي، چې کومو ستونزو تاسو استغفا کولو ته اړ ایستي وئي؟

## لپ تر لپه دوه اونې صبر وکړئ

که د دندې پرمهال هر دول کرنې ستاسود قهر سبب شي او په پایله کې بې دې ته اړ شن، چې نور نو باید له دې دندې لاس په سر شن، لمپ تر لپه باید دوه اونې صبر وکړئ. که په دوه اوینو کې کارونه بېرته د معمول په خېر شول او یا هم پکې لابنه والي راغې، نوبه تر بنه او که ستونزې لاهم پر خای پاتې وي، د ادارې مشر ته یادونه وکړئ، چې تاسو دوه اونې وروسته نور له نوموري ادارې سره خدای پاماني کړئ. په دې کار سره به مود اړونډه ادارې د بشري سرچينو اصول هم مراعات کړي وي او هم به مو خان ته کوم بل مناسب خای پیداکړي وي.

## د یادونې پور ده، چې زیارتہ ادارې خپلو

کارکونکو ته اصولاً یوه میاشت وخت ورکړي، ترڅو د استغفا یا دندې پرپنسپدو پرمهال ورته خبر ورکړي. په دې یوه میاشت کې نوموري ادارې ته دا فرصت پیداکړې، ترڅو ستاسو په نه شتون کې ستاسو خای ناستي پیداکړي. که داسې ونکړئ، نو باده اداره به ستاسو په ناخاپې استغفا کولو ستاسو تشه دومره ژر دکه نشي کړاي او ستاسو تک به ورته یوه کاري ضربه ورکړي، چې په پایله کې نوموري اداره حق لري، ترڅو تاسو ته د ستاینليک یا کاري تجربې سند له ورکولو دده وکړي.

له همدي کبله د استغفا کولو خنځه یوه میاشت وراندي خپله اداره په جريان کې واچوئ، ترڅو اداره مو په یاده موده کې ستاسو دندې اعلان ته وسپاري او پرخای مو بل خوک په دندې وکوماري او په دې توګه ستاسو کاري تشه دکه کړي.

## له ویدیو روایي خخه خان و ئغورئ

که خه هم د تولیزیو رسنیو پراختیا ګن شمېر ګټې او اسانیتاوی رامنځ نه کړي دي، خود دې ترڅنګ د خواله رسنیو چټک پر مختنک او اغېزمنټیا ته په کتو، باید ددې رسنیو له کارونې سره احتیاطي چلنډ وشي. دا خبره هم په یاد ولري، چې په هر دفتر کې ستاسو خواخورې او ترڅنګ یې ستاسو پر ضد اشخاص شتون لسرې. خواخورې اشخاص به مود کار د وراثې لپاره هم توجیه لټوي او هڅه به کوي، چې ستاسو شخصیت ته زیان ونه رسپرې، خوبل پلو هغه اشخاص چې ستاسو پر ضد وي، ستاسو په بنسو کارونو کې به هم د تهروتني رامنځ نه کولو هڅه کوي.

له همدي کېله د استغفا کولو پر مهال باید خپل چلنډ ته دېر پام وکړئ، چې د کوم دېمن د کمرې بنګار نه شن او ستاسو په کاري شخصیت بدنه اغېره ونکړي. په یاد ولري، که د استغفا پر مهال د بد



چلنډ ویدیو بنګار شوئ، له نه جبرانپدونکي رسایي سره به مخ شن. دا خکه چې په تولیزیو رسنیو کې د ویدیو پا تصویر خبر پدل، دېر زړ لاس په لاس کېږي او د خوئانیو یا دقیقو په موده کې د زړګونو خلکو لاس رسی ته رسپرې.

که په لنډه توګه موضوع را لنډه کړو، نو تر تولسو اړینه خبره د استغفا کولو پر مهال په خپل چلنډ تمرکز کول دي. د ادارې له مشر سره د استغفا دیالوگونه باید دومره جدي نه وي، چې خبره تر جنجاله او تاوتریخوالی ورسپرې.

همدارنګه د استغفا کولو یوه میاشت وراندي خپل ادارې ته خبر ورکول، ستاسو د ادارې مسلم حق دي او په دې اړه ستاسو ناغيرې په هیڅ توګه توجیه کېدای نشي.



## راهنمای جامع ویزا

### ◆ تقاضوت ویزا و پاسپورت

گذرنامه یکی از اوراق هویتی است که از جانب دولت هر کشوری برای شناسایی هویت و ملیت شهروندان خود در سطح بین المللی صادر می شود و شامل اطلاعاتی مانند عکس، نام، تاریخ تولد، جنسیت و سایر اطلاعات فیزیکی است. در حالی که ویزا به مجوز ورود، عبور یا اقامت برای مدتی معین در کشوری دیگر گفته می شود که از طرف مراجع قانونی برای دارنده پاسپورت صادر شده و در یکی از صفحه های آن درج می شود.

### ◆ انواع کشورها از نظر صدور ویزا

کشورهای جهان بر اساس سیاست خارجی، روابط بین المللی و... شرایط متفاوتی را برای صدور ویزا وضع می کنند. به عبارت دیگر، شرایط ویزا برای سفر به کشورهای خارجی دو صورت است؛ کشور مزبور از شهروندان سایر کشورها درخواست ویزا می کند یا به

زمانی که سخن از سفر خارجی به میان می آید، بدون تردید دیدنی های جذاب و شاید هزینه های گراف به ذهن همه خطور می کند، ولی دریافت ویزا مهم ترین بخش این سفر محسوب می شود.

ویزا یا روادید یکی از مهم ترین ملزوماتی است که قبل از هر سفر خارجی باید برای تهیه آن اقدام شود. در واقع، ویزا مندرج است که توسط نمایندگان قانونی دولت هر کشور مانند سفارتخانه یا کنسولگری برای شهروندان سایر کشورها صادر می شود و طبق آن درخواست اتباع خارجی برای ورود، عبور یا اقامت در کشور متبوع آن سفارت به تائید رسیده است. البته باید در نظر داشت که افسران مهاجرت می توانند به دلایل مختلف این تقاضاها را رد کنند. همچنین، صدور ویزا از جانب سفارتخانه ها یا کنسولگری ها منوط به ارائه مدارک و پرداخت وجه به منظور بررسی درخواست متقاضی است.

(از چند ساعت تا ۱۰ روز) بسته به طول مسیر در کشور واسطه است. این ویزا اغلب توسط خدمه ناوگان حمل و نقل (هوایپیما، کشتی و...)، رانندگان، قایق‌های ماهیگیری و... استفاده می‌شود.

### ◆ ویزای اقامت کوتاه مدت یا ویزای توریستی

بسیاری از کشورها بنا به دلایل مختلف این ویزا را به گروه‌های مختلف طبقه‌بندی می‌کنند؛

۱) ویزای توریستی یا به عبارتی روادید گردشگری (Tourist visa): ویزای توریستی یکی از متداول‌ترین روش‌های فر و پرتفاصلات‌ترین انواع ویزا است که برای مدتی محدود به منظور گردش در کشور مقصد صادر می‌شود و دارندگان این ویزا مجاز با کار یا ادامه تحصیل در کشور مقصد نیستند.

۲) ویزای اختصاصی (Private visa): که به وسیله ارسال دعوت‌نامه از طریق یکی از شهروندان کشور مقصد برای بازدید صادر می‌شود.

۳) ویزای پزشکی یا درمانی (Visa for medical reasons): این نوع ویزا برای بیمارانی است که برای ادامه درمان به خارج از کشور اعزام می‌شوند.

۴) ویزای تجاری (Business visa): این نوع از ویزای برای انجام مبادلات تجاری صادر می‌شود.

۵) ویزای کار در تعطیلات یا ویزای تبدیل فرهنگی (Cultural exchange visa / Working holiday visa): این نوع از ویزا در مورد خاصی برای کار (یا در برخی مواقع برای تحصیل) به منظور تأمین هزینه‌های سفر صادر می‌شود. این نوع از ویزا اغلب توسط جوانان اهل سفر و جهانگردی مورد استفاده قرار می‌گیرد و هدف از آن تشویق به سفر و تبادل فرهنگی میان کشورهای امضاکننده تفاهم‌نامه است.

۶) ویزای زیارتی (Pilgrimage visa): این ویزا برای انجام سفرهای زیارتی و انجام مناسک مذهبی در کشورهای مانند عربستان، عراق و ایران صادر می‌شود. ویزای حج و ویزای اربعین نمونه‌های این نوع ویزا هستند.

موجب قراردادهای فی‌ماین، شهروندان کشورهای طرف تفاهم‌نامه از دریافت ویزا معاف یا ملزم به اخذ مجوز ورود و روادیدی جامعه هستند.

### ◆ مدارک مشترک برای درخواست ویزا

عموماً سفارتخانه‌ها بنا به قوانین داخلی خود مدارک متفاوتی را از متقاضیان برای صدور ویزا درخواست می‌کنند، ولی تعدادی از موارد لیست مدارک درخواستی تقریباً برای همه کشورها مشترک است؛ برای مثال، گذرنامه دارای اعتبار (حداقل شش ماه)، تکمیل فرم تقاضا، مدارک مالی (پرینت گردش حساب بانکی)، عکس،



مدارک شغلی (جواز کسب، گواهی اشتغال به تحصیل و...)، تکت رفت و برگشت، واچر هوتل و بیمه مسافرتی.

### ◆ انواع ویزا بر اساس نوع سفر

طبقه‌بندی‌های متفاوتی در کشورهای مختلف برای ویزاها وجود دارد، ولی بهطور معمول ویزاها را بر اساس هدف سفر می‌توان به گروه‌های زیر تقسیم کرد:

### ◆ ویزای ترانزیت

دارندگان این ویزا می‌توانند از کشور ثالث (یا میانجی) به منظور رسیدن به مقصد اصلی عبور کنند. این ویزا دارای اعتباری محدود

• ویزای چندیار ورود یا مالتیپل (Multiple visa) دارنده این ویزا می تواند تازمانی که ویزا از نظر تاریخ دارای اعتبار است به دفعه های مکرر به کشور مقصد وارد و خارج شود.

• ویزای صفر بار ورود یا ترانزیت فرودگاهی (Airport transit visa) بعضی از کشورها برای تعویض هواپیما در فرودگاه آن کشور نیز درخواست ویزا می کنند. دارنده این ویزا حق خروج از فرودگاه را حتی برای چند دقیقه ندارد و در حقیقت، این ویزا مجوز خارج شدن از هواپیما، رفتن به سالن ترانزیت و سوار شدن به هواپیما به کشور بعدی است.

### ◆ انواع ویزا بر اساس روش درخواست

کشورها بر اساس مراحل صدور ویزا نیز به گروه های مختلفی تقسیم می شوند؛

(۱) کشورهای معاف از ویزا کشورهایی هستند که برای سفرهای



توریستی نیازی به دریافت ویزا وجود ندارد.

(۲) کشورهایی که پیش از سفر به آن ها باید برای تهیه ویزا اقدام کرد.

(۳) ویزادر بسدو ورود (visa on arrival): برای دریافت این ویزا نیازی به تعیین وقت یا مراجعة حضوری به سفارت وجود ندارد و صرفا در زمان ورود به کشور مقصد ضمن پرداخت وجه (بعضی از کشورها نیاز به یک سری مدارک نیز دارند) مهر یا برچسب ویزا در پاسپورت درج می شود.

(۴) ویزای الکترونیک (e-Visa) در این نوع ویزا کلیه اطلاعات از طریق شماره گذرنامه دریافت شده و تمامی مراحل صدور ویزا به صورت اینترنتی انجام می شود؛ همچنین، تا پیش از سفر هیچ گونه برچسب یا مهری در گذرنامه درج نمی شود.

منبع: مجله گردشگری کجا رو

### ◆ ویزاهای بلند مدت

این ویزاهای نسبت به ویزاهای کوتاه مدت از مدت اعتبار بیشتری برخوردار هستند، ولی ویزای اقامت دائم محسوب نمی شوند.

(۱) ویزای تحصیلی (Student visa): برای ادامه تحصیل دانشجویان در کشوری دیگر صادر می شود. البته ویزای تحقیقاتی (Research visa) نیز زیرمجموعه ویزای تحصیلی محسوب می شود و دارندگان آن می توانند برای انجام کارهای تحقیقاتی در مدتی معین در کشور مقصد اقامت کنند.

(۲) ویزای کار موقت (Temporary worker visa): دریافت این نوع ویزا مشکل است، ولی نسبت به ویزای تجاری از مدت اعتبار بیشتری برخوردار است. نکته قابل توجه اینکه ویزای خبرنگاری (Journalist visa) نیز زیرمجموعه ویزای کار موقت محسوب می شود و دریافت آن از جانب سازمان های مربوطه برای کارکنانی که برای مأموریت به برخی کشورها اعزام می شوند، الزامی است.

(۳) ویزای اقامت (Residence visa): این نوع ویزا برای اقامت طولانی مدت در کشور میزان صادر می شود.

### ◆ ویزاهای مهاجرتی

ویزای مهاجرتی (Immigrant visas) ویزه افرادی است که با هدف تغییر محل زندگی قصد مهاجرت به کشور دیگری را دارند؛ ازدواج با شهروند تابعه کشور مقصد نیز زیردسته ویزای مهاجرتی است.

### ◆ ویزاهای رسمی

ویزای رسمی یا ویزای دیپلماتیک (Official visas) ویزه مقام های رسمی و افرادی است که برای انجام مأموریت های دیپلماتیک عازم کشورهای خارجی می شوند.

### ◆ انواع ویزا بر اساس تعداد ورود و خروج

• ویزای یکبار ورود یا سینگل (Single visa) اعتبار این ویزا پس از یکبار ورود و خروج به کشور مقصد حتی در صورت وجود تاریخ و اعتبار از بین می رود.

• ویزای دوبار ورود یا دابل (Double visa) دارنده این ویزا می تواند تازمانی که ویزا از نظر تاریخ دارای اعتبار است، دوبار به کشور مقصد وارد و خارج شود.



## مزایای کار گروهی در کسب و کار

### ◆ کار گروهی باعث تقویت خلاقیت و یادگیری بیشتر و بهتر می شود

هنگامی که مسردم در کنار هم کار گروهی انجام می دهند، قوه خلاقیت شان بیشتر شکوفا می شود. وقتی فکرهای مان را روی هم می گذاریم، از ورود ایده های کهنه و نظرات شخصی به تصمیمات - که غالباً از کار کردن به تنها بیشتر نشأت می گیرند - جلوگیری می شود. ترکیب دیدگاه های منحصر به فرد اعضای گروه باعث ارتقاء راهکارهای بهتر و مفروضات صرفه تری می شود.

طبعتاً چیزی که شما از تجربه های شخصی خودتان آموخته اید کاملاً با همسکاران تان متفاوت است. بنابراین

اگر مصراج و بیت بالا به گوش تان نخورده باشد، حتماً این عبارت قدیمی را شنیده اید که می گوید «یک دست صدا ندارد». همه این اشعار و امثال و حکم در جهت تشویق ما به کار گروهی سینه به سینه به عصر حاضر انتقال پیدا کرده اند، اما آیا واقعاً می دانید که کار گروهی چه منافع و مزایایی دارد؟ البته به خصوص در فضای کسب و کار، رقابت می تواند باعث پیشرفت فردی کارکنان شرکت شود، اما گاهی استفاده از کار گروهی راهبرد بهتری برای پیشرفت پرستل و همچنین پیشبرد اهداف و رشد کسب و کار محسوب می شود. ما در اینجا به ۶ مورد از مهم ترین مزایای کار گروهی در فضای کسب و کار اشاره می کنیم.



## ◆ کار گروهی اعتماد

### آفرین است

نکیه کردن بر دیگران، اعتماد به وجود می آورد و کار گروهی رابطه های قوی و مستحکمی را بین کارکنان ایجاد می کند. علیرغم اختلافات گاه و بسی گاه، اعضای یک گروه کارآمد از کار کردن در کنار هم لذت می برند و به تدریج پیوند عمیقی بین آنها ایجاد می شود. هنگامی که به همکاران اعتماد می کنید، در واقع بنیان رابطه ای را پی ریزی می کنید که می تواند در برابر اختلافات جزئی دوام بیاورد.

اعتماد به هم تیمی ها احساس امنیتی را بسی وجود می آورد که امکان ابراز نظر و رشد ایده ها را فراهم می کند. این اعتماد به احساس راحتی بیشتر اعضای گروه با یکدیگر و بیسان آزادانه نظرات نیز منجر خواهد شد. ارتباط آزاد و راحت یکی از مولفه های حیاتی کار گروهی است و باعث تولید راهکارهای کارآمد در پروژه های گروهی دشوار می شود.

گروه در غیاب اعتماد از هم می پاشد و نمی تواند پروژه های محول شده را با موفقیت به سرانجام برساند. فضای سرشار از اعتماد گروه باعث رشد و تقویت اعضا شده و از این طریق، انسجام گروه نیز تقویت می شود.

کارکنان کسب و کار با همکاری با یکدیگر در می یابند که همگی سوار بر یک کشتی هستند و پیروزی و شکست بر همه اعضای گروه تاثیر می گذارد. اساساً

یافته های فردی با سایر اعضا به کارکنان هیجان می دهد و باعث رشد دانش فردی و گروهی می شود.

## ◆ مهارت های مکمل را در هم

### می آمیزد

کار گروهی به کارکنان شرکت این امکان را می دهد تا از استعدادها و توانایی های همکاران خود استفاده کنند. مثلاً در حالیکه شاید نقطه قوت شما تکر خلاق تان باشد، احتمالاً همکاران در سازماندهی و برنامه ریزی عملکرد درخشانی دارند. لذا در بذل توانایی های خود به گروه تردید به خودتان راه ندهید.

غالباً گروهی عملکرد بهتری دارد که اعضا آن بیشتر به توانایی های یکدیگر وابسته هستند. از این طریق، موهبت ها و امتیازات فردی با هم ترکیب شده و تیم قوی تری به وجود می آید.

به علاوه، هر بار که رویکرد متفاوتی نسبت به یک موضوع در گروه مشاهده می شود، فرصت تازه ای برای جرح و تعدیل و بهبود روش ها و رویکردهای کسب و کار پدید می آید.

ترکیب این آموزه ها فضایی را به وجود می آورد که باعث یادگیری مهارت های جدیدی می شود که می تواند برای پیشرفت فردی اعضا هم کارساز باشد. کار گروهی فرصتی را برای تقویت و رشد مهارت های شاخصی مانند موارد زیر فراهم می کند:

- نظم و سازماندهی
- تقویض اختیار
- ارتباط موثر
- همکاری
- رهبری
- دنباله روی
- پیگیری

همکاری روی یک پروژه، اشتیاقی را نسبت به یادگیری و کسب اطلاعات بیشتر به وجود می آورد که معمولاً کار انفرادی فاقد آن است. امکان به اشتراک گذاشتن



کار گروهی مستلزم اعتماد هر یک از اعضای گروه به توانایی های خواسته ها، توانایی ها و مهارت های متفاوت سایر اعضا است.

### ◆ کار گروهی باعث تقویت مهارت در حل اختلافات می شود

بروز اختلاف در گروهی که هر یک از اعضای آن نظرات، ویژگی ها، نیازها، خواسته ها، توانایی ها و مهارت های متفاوتی دارند یک پدیده غیر قابل اجتناب و طبیعی است. کارکنان هر شرکت معمولاً پیشینه، تجربه ها و مبک و سیاق و عادت های متفاوتی دارند. با وجود اینکه وجود این تفاوت ها می تواند به عامل مهمی در جهت موفقیت هر چه بیشتر گروه تبدیل شود، اما در عین حال می تواند رنجش و دلخوری هایی را هم به وجود بیاورد که به اختلاف و مشاجره می انجامد.

هنگامی که در گروه اختلاف به وجود می آید، اعضای گروه مجبور هستند که به جای مراجعته به مدیریت، خودشان آن را حل و فصل کنند. یاد گرفتن مهارت حل اختلاف از طریق تجربه مستقیم، قدرتی را به کارکنان شرکت ارزانی می کند که می توانند در آینده برای تبدیل شدن به مدیران کارآمد و تاثیرگذار از آن استفاده کنند.

کنار می رود و فضای بازتری برای آزادی عمل، خلاقیت و پیشرفت ایجاد می شود. البته منظور این نیست که مدیریت میانی تحت هر شرایطی باید کار گذاشته شود، بلکه بر عکس، تحقیقات گوگل نشان می دهد که برخلاف تصور اولیه موسسان آن مبنی بر اینکه می توان فضایی را در کسب و کار به وجود آورد که هیچ کس رئیس دیگری نباشد، وجود مدیران میانی در شرکت ضروری است. با این حال، بسته به ساختار سازمانی هر بخش، معمولاً احتمال موفقیت گروهی که آزادی عمل بیشتری دارد بیشتر است.

### ◆ کار گروهی احساس مالکیت و مسئولیت پذیری بیشتری به وجود می اورد

انجام پروژه های گروهی با وجود اینکه کار را آسانتر می کند، اما به تعداد بیشتری از کارکنان شرکت این فرصت را می دهد تا به کمکی که به بهبود کسب و کار کرده اند افتخار کنند. پشت سر گذاشتن موانع و ارانه یک کار تحسین برانگیز باعث ایجاد حس رضایتمندی در کارکنان می شود، به علاوه، شرکت امکان درگیری فعل در شرکت را

همکاری در قالب کار گروهی در راستای تحقق اهداف شرکت باعث می شود که حس نزدیکی و پیوند کارکنان با شرکت تقویت شود. این باعث شکل گیری حس وفاداری می شود که به نوبه خود رضایت شعلی و احسان تعهد بالاتری را در میان کارکنان به وجود می آورد.

کار گروهی فقط برای کارکنان شرکت سودمند نیست، بلکه در بلندمدت به نفع کارفرما نیز واقع خواهد شد. احتمال ماندن کارکنانی که احسان وابستگی به محیط کاری خود دارند در شرکت به مراتب بیشتر است. با وجود اینکه بسیاری از کارکنان دلایلی همچون کم بودن حقوق و مزايا را برای ترک شغل خود ذکر می کنند، اما یکسی از رایج ترین اعتراضات آنها دیده نشدن کارشان است. کار گروهی به کارکنان شرکت امکان درگیری فعل در شرکت را

در واقع، یکی از مزایای کار گروهی همین ساختار نایاب (Lean Structure) است که در برابر ساختار سلسله مراتبی حاکم بر فضای کسب و کار به وجود می آورد. از این طریق، مدیریت میانی (نقریباً)

بخش های مختلف، مثل بخش های طراحی و مهندسی، گروهی مشکل از کارکنان آن بخش ها تشکیل می دهند. چنانچه مشکلی پیش بیاید، کل تیم می تواند روی آن کار کند و لذا کار سریع تر پیش خواهد رفت.

### ◆ کار گروهی تعاملات و ارتباطات را گستره تر می کند

کار گروهی فرصت فوق العاده ای برای آشنایی با سایر کارکنان و تقویت انسجام و یکپارچگی شرکت است. از این طریق، تعاملات بین بخش های مختلف افزایش پیدا می کند و جریان اطلاعات در میان بخش های مختلف سیر روان تری به خود می گیرد.

### ◆ حرف آخر

شاید کلمه «من» در تیم معنایی نداشته باشد، اما کار گروهی می تواند برای تک اعضای گروه نیز نافع و سودمند باشد. بنابراین اجازه ندهید که غریزه رقابت طلبی مزاحم رشد شما در فضای کار شود. در عوض، نحوه مدیریت و حل اختلافات را یاد بگیرید و به هم گروهی های خود اعتماد داشته باشید تا بتوانند بهترین ایده ها را عرضه کنند. لذا از هم گروهی های خود کمک بگیرید و به کمک مهارت های یکدیگر، نتایج بهتری را برای کسب و کار رقم بزنید.

منبع: [www.gooyait.com](http://www.gooyait.com)

و پشتونه دارند، راحت تر ریسک می کنند. از طرف دیگر، سهمیم شدن در موفقیت به عنوان یک تیم نیز به نوبه خود باعث تقویت پیوند میان اعضای گروه می شود. به محض اینکه گروه به موفقیتی دست پیدا می کند، اعضای آن در جلسات هم اندیشی خود ایده های تحول آفرین و ریسک آمیز بیشتری را با تردید کمتری ارائه می دهند. نکته جالب توجه این است که در بسیاری از موارد، این مخاطره آمیزترین ایده ها هستند که بیشترین رشد و پیشرفت را برای کسب و کار به ارمغان می آورند.

### ◆ سرعت پیشرفت کار را افزایش می دهد

کار گروهی می تواند به کسب و کار کمک کند تا به انجام پروژه های کاری خود سرعت بدهد. با گرد هم آوردن کارکنان بخش های مختلف برای کار بر روی یک پروژه، می توان مشکلات یا تنگناها را بهتر و سریع تر حل و فصل کرد. به عنوان مثال، گاهی موتورسازان برای طراحی اتوموبیل از این روش استفاده می کنند. آنها به جای مرحله بندی کردن طراحی و ارجاع آن به

از ساختار کسب و کار تبدیل می کنند.

### ◆ کار گروهی باعث تقویت روحیه ریسک پذیری می شود

معمولآ هیچ فردی به تهایی حاضر نیست که به خاطر ایده تحول آفرینی که ریسک بالایی دارد موقعیت خودش را به خطر بیندازد، چرا که اگر پروره مزبور در نهایت شکست بخورد، همه تقصیرها متوجه همان یک نفر خواهد بود. در این میان، اگرچه در کار گروهی تمام موفقیت ها به پای یک نفر نوشته نمی شود، اما در صورت عدم موفقیت باعث تقسیم مسئولیت ها خواهد شد.

لذا از آنجایی که اعضای گروه می دانند که در صورت شکست تنها نیستند





## چطور نرخ تبدیل به مشتری را برای خودتان حساب کنید؟

وقتی به دنبال مدیریت بازگشت سرمایه گذاری یا بطور ساده‌تر بازگشت سرمایه یا عملکرد یک وبسایت هستیم، مشخص کردن اهدافی در رابطه با تبدیل (تبدیل بازدید کننده به مشتری) یکی از ساده‌ترین و بهترین روش‌ها برای اندازه‌گیری نتایج است. اهداف ساده‌در رابطه با تبدیل به مشتری می‌تواند توسط ابزارهایی از قبیل گوگل آنالیتیکز مقرر شود. یک فرایند "تبدیل به مشتری" می‌تواند هر بار که یک بازدید کننده از وبسایت شما کار خاصی را در وبسایت شما انجام می‌دهد، مورد اندازه‌گیری قرار بگیرد.

### هدف از مقرر کردن تبدیل به مشتری

هدف از این کار دنبال کردن رخدادهای منحصر به فرد یا آستانه رخدادهای اینچنینی است که به عنوان معیاری برای عملکرد وبسایت شما در نظر گرفته می‌شود. بطور ایده‌آل، این تبدیل‌ها باید به عنوان معیاری از چگونگی عملکرد حداقلی کسب و کار شما در نظر قرار بگیرد. به عنوان مثال، اگر وبسایتی در طول یک ماه 100 مورد تبدیل به مشتری را تجربه کند، مدیر آن وبسایت یا مسئول بازاریابی آن اصولاً انتظار بالاتری برای آن ماه بعدی خواهد

به مشتری بر اساس وارد شدن مشتری به یک صفحه خاص برای تسویه حساب، بازاریابان می‌تواند هر ماه یا هر سال میزان کل فروش خود را به راحتی اندازه‌گیری کنند تا از میزان رشد مشتری فروش خود اطمینان کسب کنند.

### تحلیل تبدیل به مشتری به عنوان یک ابزار بازاریابی

این فرایند می‌تواند برای بازاریابان فرستی باشد تا روند حرکت آنها از معروفی تا تبدیل به مشتری شدن را مرور کنند. یعنی بررسی کنند و ببینند آن دسته از افرادی که به مشتری تبدیل شدند، چگونه و از چه روندی به آدرس صفحه تسويه حساب سبد خرید خود رسیده‌اند. از این طریق بفهمند از چه منابعی بیشترین ورودی بازدید کننده را داشته‌اند و سرمایه‌گذاری‌های بیشتری را بر روی آن منابع داشته و از صرف سرمایه و تبلیغات در منابع دیگر که اثربخشی ندارند، خودداری کنند. یا مثلاً بررسی کنند و ببینند که کدام بازدید کنندگانی که تبدیل به مشتری شدند چه مقدار خرید کرده‌اند و چه رفتاری از لحظه ورود به سایت تا زمان وارد شدن به صفحه تسويه حساب داشته و چه کارهایی را انجام داده‌اند و بر اساس آن اقدام به برنامه ریزی برای بازاریابی و تبلیغات خود بکنند.

این موضوع تحلیل می‌تواند برای مثلاً یک وبسایت خبری، بجای تحلیل مقدار خرید یا ... تحلیل مدت زمان

داشت.

اگر هر زمانی آنها شاهد افت نرخ تبدیل به مشتری برای این وبسایت باشند، این افت نرخ می‌تواند نشانه‌ای مبنی وجود استباهی در پیام وبسایت، فرایند هدایت مشتری به محصول، تجربه کاربر یا نایرگذاران بیرونی از قبیل افت رتبه در نتایج موتورهای جستجو باشد.

### شناسه‌های تبدیل به مشتری

"تبدیل به مشتری" می‌تواند توسط موارد چندی بر اساس اهمیت آنها طبق نظر مدیر وبسایت یا تیم بازاریابی و همچنین بر اساس اهداف تعریف شده برای وبسایت مشخص شود. یک تبدیل به مشتری می‌تواند شامل رویدادهای مختلف از قبیل پرشدن یک فرم آنلاین توسط یک بازدید کننده، یک خرید یا معیار دیگری مثل مدت زمان بازدید از تعداد صفحاتی معین در نظر گرفته شود.

به عنوان مثال، یک وبسایتی که به فروش لباس زنانه مشغول است ممکن است، معیار اصلی تبدیل به مشتری خودش را فروش‌های خودش در نظر داشته باشد یا تعداد دفعاتی را در نظر داشته باشد که یک نفر سبد خرید خود را تسويه کرده است. با قرار دادن یک هدف معین برای تبدیل





باقی ماندن در سایت یا بازدید از تعداد صفحات خاصی از سایت باشد که در نتیجه می‌تواند به تهیه گزارشی ختم شده که به سفارش دهنده‌گان تبلیغات ارائه شود. در مجموع یک فرایند تبدیل به مشتری می‌تواند به عنوان معیاری برای هر هدف کوتاه مدت یا بلند مدت بازاریابی در نظر گرفته شود. این موضوع بستگی به بازاریاب مورد نظر دارد که توجه داشته باشد که اهداف مرتبط با تبدیل می‌شوند به مشتری همگی بخشی جامع از یک طرح بازاریابی دیجیتال است.

### چگونه نرخ تبدیل به مشتری شدن را برای خودتان محاسبه کنید؟

نرخ تبدیل به مشتری وبسایت شما برابر با تعداد بازدید کنندگانی است که به سایت شما آمدده و چیزی را خریداری می‌کنند. در واقع فرایند تبدیل یک بازدید کننده به یک خریدار است. به منظور محاسبه نرخ تبدیل به مشتری خودتان، پایس فرایند پیگیری بازدید کننده در وبسایت داشته باشید تا اطلاعات مورد نیاز شما در وبسایت جمع آوری شود.

### روند انجام کار

ابتدا باید مشخص کنید که نیاز به محاسبه نرخ برای تولید سرخ دارید یا فروش محصولات. سپس باید اطلاعات مورد نظر را از طریق ابزار تحلیل آماده شده بر روی وبسایت جمع آوری کنید. سپس در قدم بعدی از طریق فرمول ارائه شده در زیر نرخ تبدیل را برای خودتان محاسبه کنید.

### فرمول بر اساس تولید سرخ

تعداد سرخ های بدست آمده / مجموع ترافیک سایت \* 100 = نرخ تبدیل

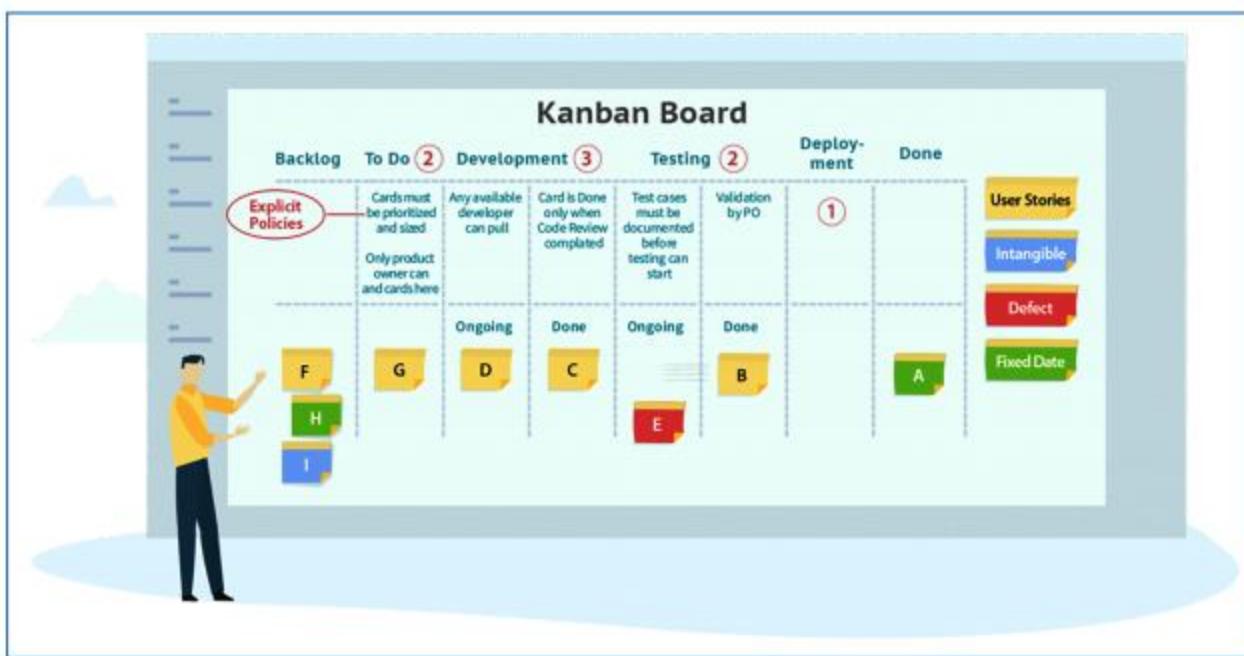
### فرمول بر اساس فروش

تعداد فروش انجام شده / تعداد بازدید کننده از وبسایت \* 100 = نرخ تبدیل.  
منبع: وبسایت بازاریابی



# (Kanban) کانبان سیستم

عبدالقاهر مدیر



وارد فضای مدیریت شد. کانبان از دو کلمهٔ چاپانی "کان" (دید) "بان" (کارت یا تخته) مشتق شده است و عبارت است از یک تکه کاغذ کوچک یا پلاستیک و اشکالی از این قبیل که روی آن اطلاعات، در مورد مواد و قطعه مورد نظر نوشته شده است که درون پاکت پلاستیکی شفاف قرار دارند. در واقع این کارت‌ها، جانشین فورم‌هایی شده‌اند که در محیط غیر بهنگام برای گردش اطلاعات استفاده می‌شدند.

در سال ۱۹۳۰ هنگامی که گروه تویوتا عملیات تولید موتور را آغاز کرد. کیچیرو تویودا (Kiichiro Toyoda) دست به اقدام جدیدی زد و برای مطالعه سیستم هنری فورد به امریکا سفر کرد و با یافته‌های جدید به کشیورش بازگشت. سیستم ارائه شده از سوی او، تولید و حمل به طور همزمان در تمام مراحل تولید (Just-In-Time Manufacturing) بود. بنابراین کیچیرو تویودا مقدمات تولید بهنگام را فراهم نمود. مهندس تایچی اوهو (Taiichi Ohno)

معمولًا برای گردش اطلاعات و ارسال کالا بین انبار و یا مراحل مختلف تولید، یک سیستم گردش اطلاعات وجود دارد که از فورم‌های مختلف مانند؛ درخواست کالا، سفارش خرید کالا یا مواد خام، برنامه تولید وغیره استفاده می‌شود. به طور مثال؛ یک شرکت تولید به مواد خام نیاز داشته باشد، اول فورم درخواست کالا از انبار و توسط مقام‌های مجاز امضا می‌شود، سپس معمولًا این فورم‌ها در چند نسخه تهیه و بعد از تکمیل شدن امضاهای مجاز و دریافت کالا از انبار، توسط قسمتی که عهده دار این امر است، به بخش‌های مختلف شرکت مانند انبار، تولید، حسابداری وغیره ارسال می‌گردد. این امر ضرورت به کار دفتری زیاد دارد که در شرکت‌ها امر معمولی شده و جزیی از سیستم و کار روزانه آن‌ها را تشکیل می‌دهد. اما در شرکت‌های پیشرفته و محیط JIT (تولید بهنگام)، گردش اطلاعات و روش ارسال و تحويل مواد به وسیله کانبان صورت می‌گیرد. کانبان (Kanban) اولین بار توسط شرکت چاپانی تویوتا (Toyota)

کانبان‌ها و جداول زمان‌بندی کانبان‌ها در کانون توجه تحقیقات زیادی درباره سیستم‌های کانبان بوده‌اند.

کانبان سه وظیفه عمده دارد: سیستم اطلاعات، مجوز گردش مواد و مجوز تولید.

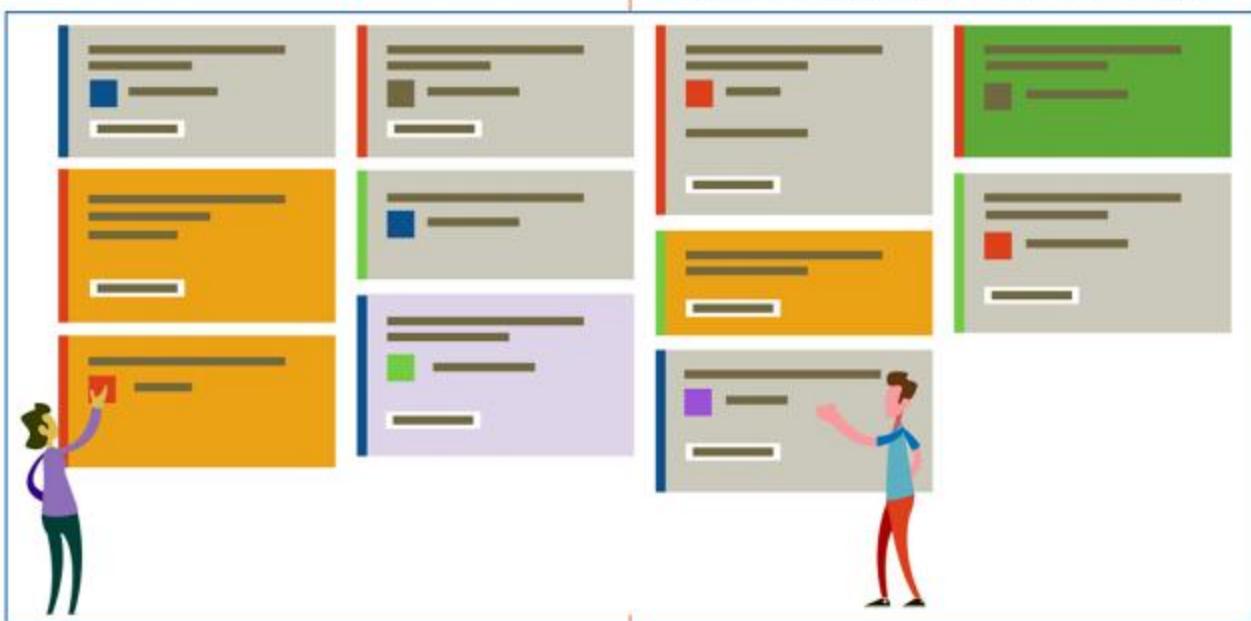
**سیستم اطلاعات:** کانبان به عنوان سیستم اطلاعات عمل می‌کند و گردش مواد در قسمت‌های مختلف شرکت را در هر لحظه از زمان، منعکس می‌نماید.

جوز گردش مواد یا کالا: کارگاه‌ها و قسمت‌های مختلف شرکت، برای دریافت قطعات و مواد مورد ضرورت خط تولید، از انبار یا کارگاه‌های دیگر و یا حتی از سازندگان و فروشنده‌گان طرف قرارداد شرکت از کانبان استفاده می‌کنند. این کار به وسیله نوعی کانبان به نام کانبان دریافت مواد انجام می‌گردد.

**جوز تولید:** یکی از وظایف کانبان ابلاغ دستور یا سفارش

معاون اجرایی سیستم تولید توپوتا با سفری که در سال 1956 به امریکا داشت، دیدگاه کاملاً جدیدی نسبت به تولید بهنگام پیدا کرد. او در این سفر با سیستم تولید و عرضه، به روش سوپرمارکیت آشنا شد. او از اینکه می‌دید مشتریان دقیقاً نوع و مقدار جنس مورد نیاز خود را انتخاب می‌کنند، میهوش شده بود و این روش را تحسین می‌کرد. سال‌ها بعد او هنوز سیستم تولید خود را به سوپرمارکت امریکایی تشبیه کرد. هر خط، مشتری قبلی خود سوپرمارکیتی برای خط بعدی خود شد. خط بعدی فقط و فقط قطعاتی را که لازم داشت انتخاب می‌کرد و خط قبلی قطعاتی را که خط بعدی انتخاب کرده بود، تولید و جایگزین می‌کرد. این وضعیت سیستم کششی نام گرفت. او هنوز تعدادی ابزار برای به کار انداختن طرح تولیدی خود ایجاد نمود. معروف ترین این ابزار کانبان (Kanban) است که امکان انتقال اطلاعات را در بین و درون فرآیند، ایجاد می‌نماید.

کانبان یک فرآیند کششی (Pull System) کنترل کننده



تولید است که توسط کانبان تولید انجام می‌گردد. تازمانیکه این نوع کانبان در محل مخصوص خسود در کارگاه مربوطه قرار نگیرد هیچ قطعه‌ای تولید نخواهد شد.

کانبان روشی است که به وسیله آن هر مرحله، مواد و قطعات مورد نیاز خود را از مرحله قبلی یا انبار مواد اولیه و یا از تولید کنندگان خارج از شرکت که با آنها قرار داد دارند، دریافت می‌کند. معمولاً دو نوع کانبان برای گردش مواد، مورد استفاده قرار می‌گیرد. یکی کانبان تولید یا کانبان کالایی مراحل تولید در گردش است. این کانبان از یک مرحله به مرحله قبلی می‌برد و در برگشت مواد و قطعاتی را که این کانبان مربوط به آنها است با خود بر می‌گرداند. ولی کانبان تولید

تقاضا است که هماهنگی جدول زمان‌بندی تولید را از محصول نهایی به هر مرحله از تولید، تا ورود مواد خام ملزم می‌دارد. کانبان نشان میدهد که چه محصولی، در چه زمانی و به چه مقدار باید تولید گردد. این روش تغییرات کوچک و تصاعدی را به سیستم حال حاضر شما القا می‌کند و نیازی به راه اندازی و یا پرسه خاصی برای اجرا ندارد. در حقیقت کانبان سعی می‌کند که از نوسانات تقاضا یا مقدار تولید از مرحله بعدی، به مرحله قبل جلوگیری کند. همچنین نوسانات موجودی را در هر مرحله، به حداقل می‌رساند. بنابراین می‌توان گفت که نظارت دقیقی بر سیستم توسط کانبان وجود دارد. موضوعاتی نظری تغییر تعیین تعداد کانبان‌ها، تعیین پارامترهای عملیاتی



به آنجا ارسال شود یک کابینان تولید نصب شده است. به هر پالت پر از مواد و قطعات نیم ساخته که در قسمت مواد اولیه مرحله‌ای  $n+1$  قرار دارد (تولید مرحله ۱ است و از آنجا دریافت شده است) و آماده است تا وارد محوطه تولید این مرحله شود یک کابینان دریافت نصب شده است.

بدون وجود کابینان تولید در محل مخصوص این نوع کابینان، به هیچ وجه کالایی، تولید نمی‌شود. برای شروع تولید باید کابینان تولید وجود داشته باشد.

همه کابینان‌های مربوط به یک قطعه یا محصول بین‌گلر تعداد مشخصی از آن قطعه هستند که در همه کابینان‌ها مقداری استاندارد و مساوی هم است.

### انواع سیستم کابینان:

در این راستا دو نوع سیستم؛ یک کارتی و دو کارتی وجود دارد. در سیستم یک کارتی کابینان تولید، کابینان برداشت بوده و درین نوع سیستم قابلیت سیستم باید آنقدر بالا یاشد تا بتواند در حین تولید محصول، زیر مونتاژی‌ها؛ هم‌زمان با آن تولید شوند. اما در سیستم دوکارتی، کابینان تولید مشابه با کابینان برداشت بوده با این نفایت که تنها اطلاعات مربوط به تولید قطعه را دربر خواهد داشت (مقدار تولید، نام واحد درخواست کننده و ارسال کننده). در سیستم تولیدی کابینان دو کارتی، جریان اطلاعات، همیشه با دو کارت به نام‌های کابینان تولید و کابینان دریافت انجام می‌شود. هر ایستگاه دارای دو

از مرحله یا کارگاه که مربوط به آن است خارج نمی‌شود و در داخل همان کارگاه در گردش است. کابینان دریافت یک مجوز برای نقل و انتقال مواد، و کابینان تولید مجوز برای شروع کار و تولید قطعه مربوطه است.

برای توضیح بهتر از طرز استفاده از کابینان و گردش آن، لازم است پنج قسمت و یا محلی را که در یک مرحله یا کارگاه تولید وجود دارد مورد بررسی قرار دهیم.

محل کابینان تولید: محلی است که کابینان‌های تولید را برای مدت کوتاه، در آنجام قرار می‌دهند.

محل کابینان‌های دریافت: محلی است که کابینان‌های دریافت شده را برای مدت کوتاهی در آنجا قرار می‌دهند.

محوطه تولید: فضایی است که عملیات تولید و کاربر روی قطعات در آنجا انجام می‌شود.

بخش مواد اولیه: محل نگهداری کالا یا قطعات نیم ساخته‌ای است که از مراحل قبل آورده شده و آماده ورود به محوطه تولید است.

بخش کالای ساخته شده: محل نگهداری کالا یا قطعات نیم ساخته‌ای است که توسط این مرحله تولید شده استند.

چهار قاعده را در گردش کابینان به خاطر داشته باشیم:

به هر پالت (مجموعه اقلامی از محصول که به منظور حمل، بسته بندی یا عدل بندی شده اند) که پر از کالای ساخته شده است و در مرحله یا کارگاه  $n$  در قسمت کالای ساخته شده قرار دارد و آماده است تا در صورت درخواست مرحله  $1-n$  (مرحله بعدی)



دیگر مدت زمانی که یک پالت یک دور کامل گردش می کند؛ یعنی فاصله‌ی زمانی بین ورود یک پالت از قسمت مواد اولیه به محوطه‌ی تولید، طی کردن

محوطه‌ی تولید تا قسمت کالای ساخته شده، به علاوه زمانی که برای جایگزین کردن یک پالت مواد اولیه لازم است.

C: تعداد قطعات هر پالت، که مقداری استاندارد است و معمولاً کمتر از 10 واحد مصرف روزانه آن قطعه است.

a: ضریبی که بیانگر سیاست و خط مشی مدیریت در مورد مقدار موجودی است. در ضمن بیانگر کارایی سیستم نیز میباشد. هر قدر که به صفر نزدیکتر باشد کارایی سیستم بیشتر است.

مزایای فرآیند کابنان:

یک فرآیند سپار ساده و قابل فهم

عرضه اطلاعات مفید و سریع

هزینه کمتر برای انتقال اطلاعات

کاهش نیاز به موجودی انبار و

بهبود جریان تولید و جلوگیری از تولید اضافی

ایجاد کنترول در سطح عملیاتی

#### محدودیت‌های کابنان:

می باشیتی به عنوان یکی از اجزاء JIT کار کند.

اگر زمان تولید ایستگاه بالا باشد کابنان بی معنی است.

قطعات تولیدی هر مرحله باید روزانه مصرف شوند.

در تويوتا اندازه پالت کمتر از یک دهم مصرف روزانه است.

قطعاتی گران و قطعاتی که به ندرت استفاده می شوند باید به روش دیگری برنامه ریزی شوند.

این سیستم در سیستم تولید پیوسته مانند صنایع رنگ، پتروشیمی و... کاربرد ندارد.

موجودی ورودی و خروجی می باشد. خروجی هر ایستگاه، ورودی ایستگاه بعدی می باشد. کابنان دریافت و کابنان تولید به ترتیب به موجودی های ورودی و خروجی تعلق دارند. اگر تقاضایی برای محصول نهایی وجود داشته باشد، به شرط اینکه تقاضا برآورده شود، کابنان تولیدی جدا خواهد شد و محصول از سیستم خارج خواهد شد و کابنان های جدا شده در پشت کابنان تولیدی قرار خواهد گرفت. در غیر اینصورت تقاضا باید منتظر بماند تا زمانی که برآورده می شود. اگر کابنانی در پشت کابنان تولیدی وجود داشته باشد، واحد جدید از محصول، تولید خواهد شد. مقدار مورد نیاز محصولات ورودی، از موجودی ورودی برداشت خواهد شد و کابنان دریافت، جدا می شود و در محل کابنان دریافت قرار خواهد گرفت و به وسیله جدا شدن یک کابنان تولید، از پشت کابنان تولیدی، تولید آغاز می شود. البته پیاده سازی فرهنگ استفاده از کارت ها نیاز به آموزش های ویژه ای خواهد داشت. لازم به ذکر است سیستم کابنان برای سازمان هایی که از سیستم کششی استفاده می کنند قابل اجرا است و در صورت استفاده از سیستم فشاری این امر امکان پذیر نیست. تعداد کابنان: تعداد کابنان موجود در سیستم تعیین کننده مقدار موجودی کالای در جریان ساخت و یا ساخته شده می باشد. هر قدر تعداد کابنان زیادتر باشد مقدار موجودی سیستم نیز بیشتر می شود. تعداد کابنان برای هر محصول و هر مرحله با توجه به تقاضای آن مرحله از رابطه زیر تعیین می شود:

$$N = \frac{DT(1+a)}{C}$$

N: تعداد کابنان (پالت)

D: مقدار مصرف در مرحله n ام

T: متوسط زمان انتظار برای جایگزین کردن قطعات، به عبارت

# 4.75G+

زندگی سریعتر  
زندگی بهتر



# بهترین، بزرگترین و سریعترین بسته های اینترنتی





سریعتر  
بزرگتر  
بهتر

6 بسته عالی



## کاهکشان از بسته های جدید انترنتی کامبو لذت ببرید!

KAHKASHAN COMBO

کود فعال سازی	مدت اعتبار	امتیازات پیشکش	قیمت (افغانی)
*477*198*1#	30 روز	1 جن بس انترنت + 30 دقیقه تماس + 300 پیام کتبیں	199
*477*349*1#	30 روز	2 جن بس انترنت + 60 دقیقه تماس + 600 پیام کتبیں	349
*477*499*1#	30 روز	4 جن بس انترنت + 120 دقیقه تماس + 1200 پیام کتبیں	499

\* از افغان بیسیم به افغان بیسیم

از بسته های انترنت فوق الذکر (نصف آن برای استفاده عادی و نصف دیگر آن) بین 12:00 شب الی 7:00 صبح قابل استفاده میباشد.

## بسته های عادی

کود فعال سازی	مدت اعتبار	بسته ها	قیمت (افغانی)
*477*4*1#	30 روز	(1024 MB) 1 جن بس	250
*477*5*1#	30 روز	(3072 MB) 3 جن بس	400
*477*6*1#	30 روز	(5120 MB) 5 جن بس	600



@myawcc

[www.afghan-wireless.com](http://www.afghan-wireless.com)

152  
(HRS 24)

### چهاربیتی از بابا طاهر عریان

فلک در قصد آزارم چرایی  
گلم گرنیستی خارم چرایی  
ته که باری ز دوشم برنداری  
میان بار سربارم چرایی

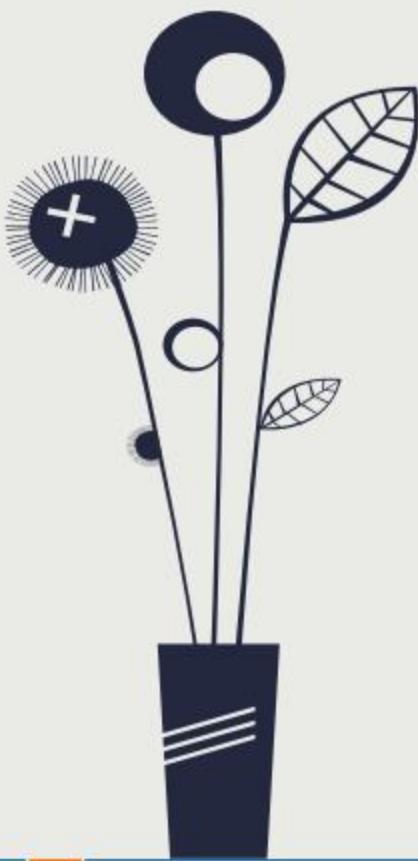
\*\*\*

شب تاریک و سنگستان و مو مست  
قدح از دست مو افتاد و نشکست  
نگهدارندهاش نیکو نگهداشت  
وگرنه صد قدح نفتاده بشکست

# کلشید

### صوفی غلام نبی عشقی

عشق میخواهد بحدی پاس دلبر داشتن  
کز ادب دور است بر رویش مژه برداشتن  
بس جگر در بیشه های عشق نگذاری قدم  
در نیستان باید خوی غصنفر داشتن  
با پلاس کهنه میسازو خدارا یاد کن  
رنجهها دارد قبای مشک و زعفر داشتن  
یکدمی از خواب گاه مرگ خود هم یاد کن  
تابکی از ابده و کمخاب بستر داشتن  
چون نداری جرئت و مردانگی های مصاف  
پس چه لازم در کمر شمشیر و خنجر داشتن  
بر همه گردن کشان روی عالم لازم است  
پاس کلبان در ساقی کوثر داشتن  
عشقی داری حضور شاه مردان آرزو  
آشنایی باید همراه قمبر داشتن





## گل پاچا الفت

خه گورم؟

گورم جهان کې خوک کعبه خنې بوتان جوروی  
غله پوهه له سپې خنې شیطان جوروی  
د سرو کار دی چې د خپل وطن کارونه کړي جور  
نجونه او پېغلي سینګارونه کوي خان جوروی  
تهذیب ضرور دی نظافت او بنه لباس دی په کار  
فېشن چې زیات شي له خلمو بازینگران جوروی  
د ودانی اميد له هر چانه کېدلی نشي  
له خاورو گنيو بنه کورونه معماران جوروی  
چې انسانی رنا پیدا شي په مغزو کې د چا  
هغه کوبنښ کړي په عالم کې انسانان جوروی  
دېر تفاوت شته په انسان کې د معنا په لحاظ  
واره مشغول دي خینې خان خینې جهان جوروی

## جلال امرخیل

ستا د ستړګو په اثر شي، رانه هېړه  
څېله خپریکه د پهړ شي، رانه هېړه

کله کله مازیګر شي، رانه هېړه  
نېغه لاره د ګودر شي، رانه هېړه

د روغجن نه يم، هېرجن يم، سودابي يم  
چې وعده وکړم اکثر شي، رانه هېړه

خه خبره مې په زړه وي؛ خو ستا مخ ته  
يو ناخاپه شم اوږد، شي رانه هېړه  
خدای خو مه کړه چې د ژوند په ازماښت کې  
تماشه دي د نظر شي، رانه هېړه

زه د عشق له شرکه سل خله تو به کم  
خو چې را شم ستا په ور، شي رانه هېړه

هسي نه د شرنګېدلې شعر له غمه  
ملګرتیا د خور هنر، شي رانه هېړه



## مصطفی جهانگیر ضمیری؛ شاعر و نویسنده

پرسش: در آغاز می‌شود که خود را به خوانندگان مجله افغان بی سیم معرفی کنید؟

من جهانگیر ضمیری استم، ذهن زمین، جامعه و فرهنگ، با توجه به حجم اندکی که دارم به اندازه‌ی یک سکه فلزی مرا در خود جا داده است. در حوالی نیم قرن پیش، هنگامی که خون نافم حنای دست دهکده‌ام شد، با چند جیغ و هشدار محکم حضور را در زادگاهم "زردیو و سرگیلان" که امروز به اسم ولسوالی "شهدا" تغییر نام داده و یکی از ولسوالی‌های ولایت بدخشان است، اعلام کردم. این که بعد چه کردم و چه شد، پرداختن به آن همه، ظرف این مصاحبه کوتاه را لبریز خواهد کرد و بیم دارم که مشیشه‌ی این گفت و شنود دوستانه ترک بردارد.

پرسش: شعرگفتن را از کدام سن آغاز نموده‌اید و چه نوع شعر را دوست دارید؟

این که چه زمانی چلچله‌ی شعر بر کریستال روح سرکش من نوک زده است، بر می‌گردد به کودکی‌هایم و همان جیغ‌ها و هشدارهای محکم لحظه‌های نخستین. من هرگز اتهام شاعربودن را به خود نیستم. ولی، جامعه‌ی افواه‌پسند، این گمانه را که من از کودکی شاعر بوده‌ام، تقویت کرده است. از صنف نهم مکتب به بعد، سیه‌مشق‌هایم در زبان‌های همگن‌نام جاری بودند و در جریده‌ی "بدخشان" بی‌سروصدا چاپ می‌شدند و بعد، در بیشترین نشریه‌ها در مرکز و شهرها. هر شاعری که عشق به آزادی و مهربانی را بی‌هیچ مرز و مرضی با شعریت و زیبایی تمام سرووده باشد، در نزد و جدان شاعرانی



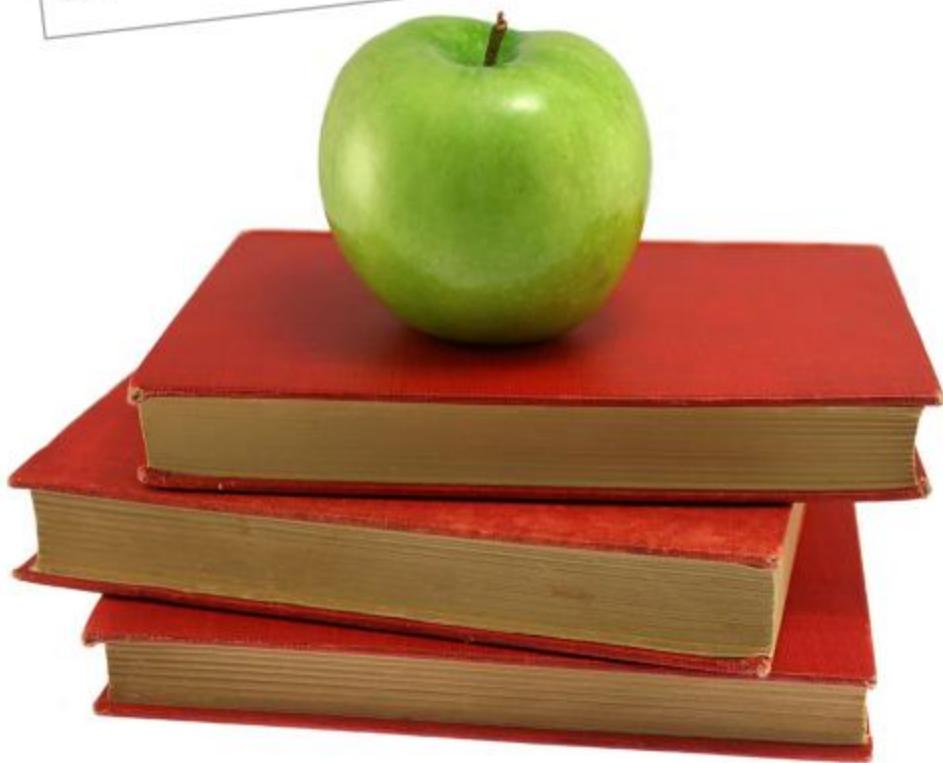
من فزون مرتبه است و شعرش خواندنی و ماندنی و هر شاعری که عادت‌هاراشکسته و سنت‌هارا برای ایجادگری و آسمان‌سازی برهم زده است، بزرگ است و یکی از قله‌ها و مستون‌پایه‌ها در حوزه شعر و ادبیات شمرده می‌شود. برای من، یدک کشیدن زبان گذشتگان ناپسند است. شعر خوب، شعر زمان است که زبان و بیان و پیامش امروزین باشد. این می‌تواند گونه‌های غزل مدرن، مثنوی، غزل‌مشنوی، چارانه‌ها، دویتی‌ها، تکیتی‌ها، نیمازی‌ها و سپیدهای قشنگ را شامل شود. شاعر و نویسنده‌ای که پشت هر آستانی دکان بزند، قلم و زبان را به مدح کسی و یا کسانی بی‌آاید، شاعر و نویسنده نیست؛ مداح، دوره‌گرد و مزدیگیر است.

**پرسش: انگلیزه‌ای که شما را به سروden شعر واداشت، چه بوده و در این راستا آیا مشوق هم داشته‌اید؟**

شاعر، انگلیزه، مسوءه و حرکت خود را از طبیعت، زیبایی و درد جامعه‌ی خود می‌گیرد. شاعر، مانند هر انسان دیگر مولود و زاده‌ی دامان طبیعت و دالان اجتماع خود است. نخستین استاد و انگلیزه‌ده من، طبیعت دلکش زادگاه من، و دومین آن، درشتی‌ها و نابرابری‌های انسانی و اجتماعی است. از این دو تأثیر پذیرفتهم و برآتم که به این دو تأثیر بگذارم. اما برای نخستین بار، شاعر آزاده و فرزانه زنده بیاد سید شربت باقری بالب خند استادانه و رفیقانه، به کشف این کوچک آستین‌بالا زد و با انگشت صمیمی‌ترش راه آسمان را به سویم اشاره کرد.

**پرسش: شعر با فرهنگ چه قدر تزییدیکی دارد؟**

شعر و فرهنگ مکمل یک دیگر اند. شعر در گلستان و گستره فرهنگ به بالندگی می‌رسد و مانند بخش‌های



شعر و شاعران دیگر را با تجربه‌های تازه، از دهلیز و پنجه‌های خود به سمت مقابل عبور داد.

**پرسش:** چرا در دوره‌های پسین شاعران نامدار چون:  
**مولانا، سعدی، حافظ و امثال آن‌ها ظهر نکرده است؟**

قله‌های شعر فارسی، از بطن بزرگ چند مرحله‌ی تاریخی زاده شده‌اند. مولانا، سعدی، حافظ و... دیگران محصول زمان و زبان و زمانه‌های خود بودند و هنوز بر زمان و زبان و زمانه‌ی ما به دلیل خردورزی، هنروری و انسان‌مداری از راه آثار گران‌سنگشان اشراف دارند. مادرگیتی دیرمی زاید اما پخته! هر چند دوره بارداری او، چند نسل را بر کوهرهای انتظار، پیر و کور کرده است. اما؛ کور شود چشمی که استاد و اصف باختی را در رده‌ی قله‌های سترگ شعر معاصر فارسی نبیند.

**پرسش:** از زندگی شخصی خود کمی معلومات دهید  
و یکی از محبوب‌ترین شعرتاتن کدام است؟

در گلستان خانواده‌ی ما پنج فرزند رویده است؛ دو پسر و سه دختر. پشت شانه‌های این شاعر عاشق و دردمد، کوهی از مهرو شکیبایی قرار دارد. او، استاد نجیب‌ضمیری است؛ دوست و همسر من. منوچهر و فروهر دانشگاه می‌خوانند. نگین و انوشه دیبرستان و بهروز کوچولو صنف آمادگی، محبوبیت و درجه‌بندی با توجه به ویژگی، ساختار، اندیشه و پیام هر شعر متفاوت است، نمی‌توانم بگویم که کدام یک محبوب‌ترین است. شعر، جان‌بخشی شاعر به اشیاست و هر شعر شاعر، آواز خسون او و عطر نفس‌های اوست، اما می‌توان مشت نمونه‌ی خروار، این پنج نمونه را برگزید:

به گوش ساقی بگویید  
که جام قسمت ما را به پای تاک بریزد  
که من ز مستی کاذب  
که من ز خوردن خون  
که من ز کندن جان درخت بیزارم،  
شراب خواره‌ی دردم  
شراب خواره‌ی عشق

دیگری از دانش و هنر بشری از ارکان و هم‌وندان اوست. فرهنگ پویا، شعر و شاعر را به اوج گاه می‌رساند و فرهنگی میرا و مبتذل این هردو را در چاهه‌گنمایی و هرزو پروری محبوس می‌کند.

**پرسش:** در باره‌ی آثار شعری تان کمی حرف بزنید. تا به حال چند اثر شعری را چاپ نموده‌اید؟

من در مورد شعرهایم حرفی نخواهم زد، هرچه من بگویم و یا دیگران، چیزی را سبک و سنتگین نخواهد کرد. بگذار شعرهایم خود بگویند که چه مقدار خون شعریت، بالندگی و پایندگی را در رگ‌های خود تلمبه کرده‌اند. از من تا هنوز چهار دفتر شعری چاپ و منتشر شده است: - یک کهکشان ستاره - آواز پای خورشید - مرا نهی نکید از غم زمانه من - عطر لبخند خدا و آثار چاپ‌ناشده: - چراغ خون (مجموعه شعر) - من برای آزادی می‌رزمم (تجسarb کار مردمی) - دریافت‌های من (مقالات سیاسی - اجتماعی)

**پرسش:** عصر مدرن را، عصر تکنالوژی می‌نامند؛  
پیشرفت تکنالوژی چه اثرات را بالای شعر دارد؟

بی‌تودید ما در عصر شگفتگی‌های فناوری، رسانه‌ها و انفحار اطلاعات به سر می‌بریم. خوب و بد دنیا در یک پلک زدن چشم شاعر امروز را در هر کجا بی کنه نفس بکشد، پُر می‌کند. از این لحظه‌نها شاعر که همه انسان‌ها در پیوند به دستاوردها و رویدادها به روز استند. فناوری، جهان را به یک دهکده تبدیل کرده است. می‌شود گفت که دیگر توسعه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی در نبود تکنالوژی ناممکن است. شاعران عصر فناوری، این دستاوردهای بشری را به دیده قدر می‌نگرند و از سمهولت‌های آن که مهم‌ترین آن‌ها ذخیره کردن و بایگانی آثار شاعران و نویسنده‌گان است بی‌دریغ بهره می‌برند. در حقیقت فناوری امروز، نه تنها شاعران را که همه اندیشمندان را با آثار گران‌سنگشان، از دستبرد حوادث و فراموش شدن نجات داده است. در نبود فناوری، شعر و شاعر مانند آفرینه‌های دیگر بشر، محکوم نظامها و جغرافیای ویژه و در بسته‌ی سیاسی و اجتماعی بودند. تکنالوژی این فضای بسته را در هم شکست، شاعر و داشته‌هایش را هم‌زمان به جهان معرفی کرد و او را از زندان گنمایی بیرون کشید. از سوی دیگر





تابه کم خُم شدن از بی خبری، هی مردم!

\*\*\*

از گور

\*\*\*

از عدم

از دور

یک مشت استخوانی که پوسیده زیر

ناصبور

خاک

شتاپان به سوی باع

آید به سوی تاک

این

خون خواره را بین که به دستش هنوز

دلواپسی چرا؟

جام!

این جا هنوز قامت بالای مولوی

\*\*\*

حرام می شود به من

تا دورهای دور

حرام!

صد جنگل خداست

شیر مادرم

چون تک درخت خم شده از های

ولو برای لحظه بی

وهی باد

به اتفاق گر به بی

بی ریشه نیستیم

به چشم طعمه بنگرم

ای دست های سرخ!

حضور یک پرنده را.

\*\*\*

بادبادک

### پرسش: فعالیت های شرکت مخابراتی افغان بی سیم را چه گونه ارزیابی می کنید؟

شرکت مخابراتی افغان بی سیم (AWCC)، برای نخستین بار نکالوژی معاصر را به مارکیت افغانستان عرضه کرد و وارد خانه خانه مردم ساخت. بی تردید می توان گفت که شرکت مخابراتی افغان بی سیم، قفل سنگین دروازه های افغانستان را کلید زد تا جهان بداند که در این گوشة زمین چه می گذرد؟ این شرکت، در پهنه معرفی فناوری در افغانستان از پیش گامان است و تاریخ معاصر افغانستان با نام شرکت مخابراتی افغان بی سیم گره خورده است. از سوی دیگر شرکت مخابراتی افغان بی سیم میلیون ها مشترک دارد و این بر می گردد به کارکرد رهبری سالم و مدیریت موافقانه جناب امین رامین؛ رئیس شرکت مخابراتی افغان بی سیم و گروهه کاری او، من می خواهم من حیث یکی از مشترکان این شرکت، از جناب امین رامین سپاسگزاری کنم.

بت نسازید ز هر بی جگری، هی مردم!

رخش رستم نشود نره خری هی مردم!

بادبادک به هوا هرچه که بازی بکند

است بازیچه ز بی بال و پری هی مردم!

نقش پای تو اگر نقشه راهی نشود

می کشد قافله را در بهدری هی مردم!

اسم و رسم تو خدایی است، نگهدار چو جان

اصل تان گم شود از بی پدری، هی مردم!

شاخه گر سوخت ولی، ریشه به دریا جاری است

بی جهت دسته مکن هر تبری هی مردم!

حبس در دانه هی کوچک تکرار مشو

باز کن پنجه را تا نگری هی مردم!

ما چرا بارکش جهل مُرَكَب شده ایم؟



## البیرونی؛ د منخنیو پېرىيۇ معاصر متفرگ ساینسپوه

**وروستى بىرخە** لىكوال: داكتىر محمد تىنها

سره را تول او چاپ كرل [26].

### د ساینس فلسفە او طبىعى علوم

البیرونی د ابو على سیناد زمانى ساینسپوه وو خو، د ابو على سینا پر خلاف بى د ساینسى خېرنو لپاره يو خانگىرى او له هغە وخت خىخە تر اوسە پورى د كار ور تجربىي، عملى او عصرى مىتىود درلود. ده ابو على سینا يورىاضىي بىوه او فيلسوف بلل نه يو ساینسپوه او د فزيك په اړه بى د ارسسطو نظریاتو باندى له ابو على سینا سره په ليکلى بىه او پوره بحثونه کول. د ابو على سینا په کډون د البیرونی د وخت او تر ده دمەخه ساینسپوهانو به د هري موضوع په اړه شېرنه کې لمرى له سترو پوښتو پيل کاوه او پاي کي به بى د موضوع کره توب لپاره تجربىي کولى خو البیرونی د دوى پر خلاف د هري ورني او غقىي موضوع د حل لپاره لمرى د يوې تجربىي ديزايئنلولو په اړه فکر کاوه. دى په لنده کي يو تجربوي ساینسپوه وو چې دا مىتود بى د خىلولىكتو او موندنو په هره بىرخە کې كارولى، ده له ابو على سینا سره د خىلولو بحثونو لرى دكتاب په بىنه چاپ كرله [27].

د فزيك په بىرخە کې البیرونی د ارسسطو نظریاتو سخت مخالف

نومورى د هندوستان او عربىي دېنىتىلە مطالعىي او پېرتلىپى وروستە پىدى باور، چې هر خايى كى چې فوسيلونه وي؛ دا مانا چې دغە سىيمە يو وخت او بىولاندى كىرى وه او د وخت په تېرىپدا سىرە وچە او آن دېنىتى شۋىپدە. د عربىو دېنىتىكى د فوسيل انزىي يانقتو وفترت د البیرونى دې زر كىلن نظر باندى د تائىيد مهر لىكوى. البیرونى د سىترو اقلىيمى بىلۇنۇنوا د هواسىرپدا او تۈدپدا په اړه داسې عصرى نظر درلود لىكە نن چې بى د يوېشىتمى پېرىي پوهاند لرى. دى پىدى باور وو چې كله د عربىو سىيمە تر او بىولاندى و د دېنىتى عرب د يەمن په غۇرۇنۇ كىي او سېپدل او هەمدا راز د آمو سین يو وخت د كىسىپىن له سەمندر سره نېتىي وو او د قره ۋەرم دېنىتى يو وخت له او بىولىكتى وي. البیرونى دغە مالومات د كوردېتاتو په نامه خېل لىكل شىوي كتاب كې را تول او چاپ كرل [25].

البیرونی د مەرالۇنۇ پېزىندىنى په بىرخە كې د خېل وخت تر تولو ساینسپوهانو كره او د تجارت پېرىتىت و لار نظریات درلودل. ده په پىلاپلو مەرالۇنۇ او قىمتى تېپو تجربىي خېرنىي وکرىي چې په پايىلە كىي بى د رىنگ، بوى، كىافت، سخنلى درجي او وزن په اساس د مەرالۇنۇ پىلاپلە دولونە تشخيص او د "كتاب الجوادر" په نامە كتاب كې بىي

Islam: An illustrated introduction / by Howard R. Turner, University of Texas Press, Austin, 1997.

[2] W. John Noble, The New York Times (20 May 2011).

[3] J. Lyons, Bayt al-hikmah, 1st ed., al-Dār al-‘Arabiyyah lil-‘Ulūm Nāshirūn, Bayrūt, 2010.

[4] J.G. Gheverghese, Indian Mathematics: Engaging With The World From Ancient To Modern Times, World Scientific Publishing Company, 2016.

[5] Afghanistan and central Asia, Google Maps, 2018.

[6] A.C. Sparavigna, The Science of al-Biruni, ijSciences -1 (12) (2013) 52–60.

[7] M.i.A. Al-Biruni, Kitāb al-Tafhīm li-awā'il ḫinā’at al-tanjīm, Intishārāt-i Bābak, Tīhrān, 1362 1983 or 1984.

[8] H. Alain, Astrolabe, available at <http://jalle-astro.fr/wp/wp-content/uploads/2013/09/35082.jpg>.

[9] H. Raab, Revolving star chart (Planisphere), available at [https://en.wikipedia.org/wiki/Planisphere#/media/File:Philips\\_Planisphere.jpg](https://en.wikipedia.org/wiki/Planisphere#/media/File:Philips_Planisphere.jpg).

[10] Encyclopedia Britannica, Armillary sphere, from Plate LXXVII, available at [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:EB1711\\_Armillary\\_Sphere.png](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:EB1711_Armillary_Sphere.png).

[11] W. Durant, The Age of Faith: The Story of Civilization, Simon & Schuster, 2011.

[12] S.H. Nasr, Islamic science: An Illustrated Study, World of Islam Festival Pub. Co, S.l., 1976.

[13] F.R. Stephenson, Historical eclipses and Earth’s rotation, Cambridge University Press, Cambridge, 2008.

[14] B. Martin, Waywiser, Van Leest

وو. ارسسطو پدی نظر وو چې غتې کتلي خيل خوخښت او جاذبه پخچله تعینوي او د بل عامل تابع ندي خواپړونی او سني عصری نظر ته ورته نظر درلود او ویل پې چې د غتو او ورو کتلو خوخښتونه او غبرکونونه له نورو د اسې عواملو سره تړلې چې یوازې د کتلي په اندازه پورې نه محدوده پې. همداراز دی د پلپلولو تېرو، سرو، تدو او مالکینو او بود وزنونو په کره اندازه کولو سره د خيل وخت تر تولو مشهور اندازه کوونکي وو، په مایعاتو کې د کتلو اچولو طریقه باندي وزن کول چې ارشمیدس ته اړونده بلل کېږي هم د الپړونی تجربوي میتود کنل شوی [28,29].

الپړونی لمرنې کس، چې تعجبيل يا بېره پې د غیر منظم سرعت زېړنده بلله. دا اصل د نیوتن د حرکت دویم قانون جوړو.



الپړونی او ابن الهیشم د فزیک په تاریخ کې لمرنې ساینسپوهان وو، چې درنا یا نور په اړه پې ننۍ مدرنې نظرې دلودې. دوی په کله دا ویل چې د نور سرعت لایتهای نه، بلکې محدود دی او الپړونی دا پېسي ورزیاته کړه چې نور تر غر چټک حرکت کوي. ددې ترڅنګ الپړونی په تولنیزو علومو، اسلامي انسان پېژندنه، یوتانی، فارمسي، فلسفه، ادبیاتو، ریاضیاتو، تاریخ، دینپوهنه، د ادیانو پر تلیزه مطالعه، قانون او زیبونه کې ۱۴۶ کتابونه لیکلې، چې دی پې پخچله په ۱۲ برخوویشي. دغه کتابونه تر نیما یې زیات پر ستور پېژندنه او هغه پورې اړونده ریاضي محاسباتو باندي لیکل شوی [30]. الپړونی ۱۰۴۸ د زېړدیز کال د دیسامبر په ۱۳ مه د غزنې بنشار کې د ۷۵ کلونو په عمر و مر او په همدې بنشار کې خښ کړا شو [31].

### اخځلایکونه

[1] H.R. Turner, Science in medieval

Antiques, London, 1810, available at <http://www.vanleestantiques.com/product/waywiser-b-martin-london-c-1810/>.

[15] Z. Salah, Astronomical Observatories in the Classical Islamic Culture, available at <http://muslimheritage.com/article/astronomical-observatories-classical-islamic-culture>.

[16] S. Pines, The Semantic Distinction between the Terms Astronomy and Astrology according to al-Biruni, *Isis* 55 (3) (1964) 343–349.

[17] Pingree, Aw-Biruni – Wikipedia, available at [http://wikien4.appspot.com/wiki/Al-Biruni#cite\\_note-FOOTNOTEPingree1989-37](http://wikien4.appspot.com/wiki/Al-Biruni#cite_note-FOOTNOTEPingree1989-37) (accessed on July 31, 2018).

[18] Abu al-Rayhan Muhammad ibn Ahmad, Al-Biruni, *Kitab al-qanun al-Mas'udi fi al-hay'ah wa-al-nujum: The Masudic canon*, Sultan Massud Ghaznawi, Ghazni, Afghanistan, 1036.

[19] D. Chad, Supplemental-Rounding the Earth: Al-Biruni's Classic Experiment on How to Calculate the Radius of the Earth, available at <http://thescientificodyssey.typepad.com/my-blog/2016/03/episode-361-supplemental-rounding-the-earth.html>.

[20] M.N. Ardi, F.B. Abdullah, S.A. Tamimi, Al-Biruni: A Muslim Critical Thinker, *Int. J. Nusantara Islam* 4 (1) (2016) 1.

[21] S.F. Starr, The Invention of World History 67 (7) (2017).

[22] Al-Biruni, Muhammad ibn Ahmad Abū al-Rayhn, *The Chronology of the Ancient Nations*, Ghazni, Afghanistan, 1000 AD.

[23] M.S. Khān, M.S. Khan, al-Bīrūnī and the Political History of India, *Oriens* 25 (1976) 86.

[24] M.A. Saleem Khan, *Al-Biruni's discovery of India: An interpretative study*, IAcademic Books, Denver, CO, 2001.

[25] M.i.A. Al-Biruni, J.e.a.t. Ali, *The determination of the coordinates of positions for the correction of distances between cities: A translation from the Arabic of Kitāb tāḥdīd nihāyāt al-amākin litaṣḥīh masāfāt al-masākin / by Jamil Ali*, American University of Beirut, Beirut, 1967.

[26] Al-Biruni, Muhammad ibn Ahmad Abū al-Rayhn, *Kitāb al-jamāhir fī ma'rīfat al-jawāhir*, Institute for the History of Arabic-Islamic Science at the Johann Wolfgang Goethe University, Frankfurt am Main, 2001.

[27] S.Z. Hasan, *Al-as'ilah wa'l-ajwibah/ questions and answers: Including the further, Abjad Book Designers & Bu, [Place of publication not identified]*, 1997.

[28] M.M. Hosseini, Negareh: Persian Scholars Pavilion at United Nations Vienna (2016).

[29] M. Jammer, *Concepts of Mass in Classical and Modern Physics*, Dover Publications, 1997.

[30] A. S. Maqbul, *Geodesy, Geology, and Mineralogy, Geography and Cartography, in History of Civilizations of Central Asia*, 2nd ed., Motilal Banarsi Dass, 2003.

[31] B. Gaforov, Al-Biruni, a universal genius in Central Asia a thousand years ago: Astronomer, historian, botanist, pharmacologist, geologist, poet, philosopher, mathematician, geographer, humanist June (1974) Whole.

# کنیم؟ فراموش مادری خود را زبان نمی‌بایست



دانشمندان می‌گویند، ممکن است زبان مادری خود را حتی در بزرگسالی فراموش کنید. اما چگونگی و چرایی چنین رخدادی، پیچیده و اغلب غیرحسی است.

فردی را تصور کنید که پس از سال‌ها اقامت در یک کشور خارجی نمی‌تواند، پیام متی که از یکی از اعضای خانواده‌اش دریافت کرده را درک کند. احساس بیگانه بودن با زبان مادری، کمی دردناک است، اما بیشتر مهاجرانی که سال‌هاست در کشورهای خارجی زندگی می‌کنند، به چنین مشکلی برخورده‌اند. شاید به نظر برسد که چنین اتفاقی نتیجه یک فرایند ساده است و با دوری بیشتر از کشور مادری، زبان بیشتر تحت تأثیر قرار می‌گیرد. اما فرایند فوق کاملاً ساده نیست.

در حقیقت توضیح علمی اینکه چگونه، چرا و از چه زمانی زبان مادری خود را فراموش می‌کنیم، پیچیده و اغلب غیرحسی است. اما پژوهش‌های نشان می‌دهد که مدت زمانی دوری از سرزمین مادری، همیشه مهمترین عامل برای فراموشی زبان اول نیست.

فرایند فراموشی زبان تنها مختص به مهاجرانی نیست که مدت طولانی از کشور خود دور بوده‌اند، بلکه تا حدی همه‌ی افراد دو زبانه با این مشکل برخورد دارند.

مونیکا اشمید، زبان‌شناسی از دانشگاه اسکس در انگلستان می‌گوید:

از لحظه‌ای که شروع به یادگیری زبان دوم می‌کنید، دو سیستم (زبانی) شروع به رقابت با یکدیگر می‌کنند.

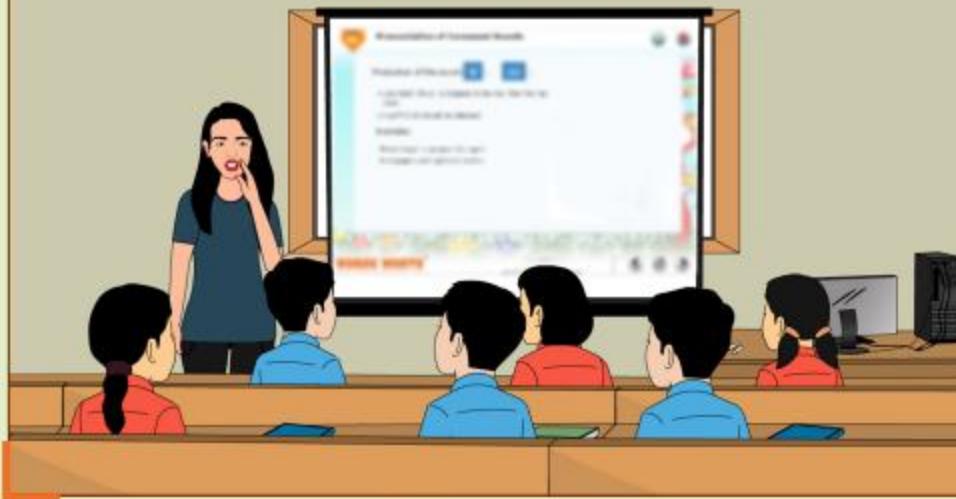
اشمید یکی از پژوهشگران بر جسته در زمینه‌ی فرسایش زبانی (Language Attrition) است، فرضیه‌ای که نشان می‌دهد، فرد ممکن است، به مرور زبان مادری خود را فراموش کند. در کودکان، توضیح این پدیده تا حدودی ساده‌تر است، زیرا مغز کودکان، عموماً انعطاف‌پذیرتر و قابل اطباق‌تر است. تا سن حدود ۱۲ سالگی، مهارت‌های زبانی، نسبت به تغییرات نسبتاً آسیب‌پذیرند. بررسی‌های انجام‌شده روی مهاجران مختلف نشان می‌دهد که حتی افراد ۹ ساله

تکزبانه و دو زبانه در این است که از چه زمانی تبدیل به فردی دو زبانه شده است. افراد دو زبانه، نیاز به نوعی کنترول برای تعویض بین زبانها دارند.

اشمید، مثال می‌زند، هنگامی که چیزی را در مقابل خود می‌بیند، ذهن او می‌تواند بین دو کلمه انتخاب کند و به عنوان مثال، بین دو کلمه‌ی Desk و Schreibtisch (اشمید آلمانی است) یکی را انتخاب کند. در واقع، در موقعیتی که باید انگلیسی صحبت کند، مغز او Desk Schreibtisch را پس می‌زند و Desk را انتخاب می‌کند و بالعکس. اما اگر این مکانیسم کنترولی ضعیف باشد، فرد ممکن است، تلاش کند که کلمه درست را پیدا کند یا از زبان دوم خود استفاده کند.

در واقع رابطه بیشتر با دیگر افراد هم‌باش خارج از کشور هم می‌تواند، به ضعیفت شدن مهارت‌های زبان مادری فرد کمک کند، چرا که در این شرایط، فرد انگیزه‌ی کمتری برای استفاده از یک زبان دارد و نتیجه آن هم، غالب یک ترکیب زبانی است.

در لندن، یکی از شهرهای چندزبانی جهان، این نوع ترکیب زبانی بسیار رایج است، حتی گاهی این زبان ترکیبی، شبیه به یک گویش عامیانه به نظر می‌رسد. در این شهر که مملو از خرد فرهنگ‌های مختلف است، بیش از ۳۰۰ زبان صحبت می‌شود و بیش از ۲۰ درصد ساکنان لندن را افرادی تشکیل می‌دهند که زبان اول آن‌ها زبانی غیر از انگلیسی است. اشمید می‌گوید که در طول یک روز تعطیل، از یکی از پارک‌های شمال لندن عبور می‌کرد که به دهان‌نفر از این دست افراد از لهستانی‌ها تا کره‌ای‌ها برخورده که همه زبان انگلیسی متفاوتی داشته‌اند. اشمید می‌گوید، به عنوان مثال، یک زوج ایتالیایی را در پارک دیده که



آشکار است که این امر، نتیجه ضربه‌های روحی روانی آن‌ها بوده است.

اگرچه زبان آلمانی، زبان دوران کودکی، خانه و خانواده آن‌ها محسوب می‌شود؛ اما زبان خاطرات دردناک هم بود. بیشتر پناهندگان صدمه‌دیده از این لحظه دچار مشکل شده‌اند. به عنوان مثال، یکی از این پناهندگان می‌گوید:

احساس می‌کنم، آلمان به من خیانت کرد. آمریکا کشورم و انگلیسی زبانم است.

### تعویض بین زبان‌ها

اما، چنین آسیب قابل توجهی استشناست. در بیشتر مهاجران، زبان مادری بیشتر یا کمتر به همراه زبان جدید وجود دارد. و میزان حفظ زبان مادری، بیشتر به استعداد ذاتی فرد بستگی دارد. افرادی که به طور کلی در زبان خوب هستند، صرف نظر از اینکه چه مدت از وطن خود دور بوده باشند، در حفظ زبان مادری خود خوب هستند. اما تسلط به زبان مادری هم تا حد زیادی به نحوه مدیریت زبان‌های مختلف در مغز مرتبط است.

اشمید می‌گوید:

تفاوت اساسی بین مغز یک فرد

هم می‌تواند با مهاجرت از کشور خود، زبان مادریشان را فراموش کند. اما در بزرگسالان، بعيد است که زبان اول، مگر در برخی شرایط خاص، به کلی فراموش شود.

اشمید، پناهندگان مسن آلمانی / یهودی دوران جنگ دوم جهانی در انگلستان و ایالات متحده را تجزیه و تحلیل کرده است. او دریافت، عامل اصلی که روی مهارت‌های زبانی این افراد تاثیر گذاشت، مدت طولانی که از کشور خارج شده‌اند یا مسن بودن نبوده؛ بلکه بیشتر میزان ضربه‌های روحی این قربانیان ناشی از اذیت و آزارهای نازی‌ها تاثیرگذار بوده است.

کسانی که در اوایل دوران رژیم هیتلر (پیش از جنایات نازی‌های علیه یهودی‌ها) کشور را ترک کردند، با وجودی که مدت زیادی از کشور خود دور بودند، بیشتر آلمانی صحبت می‌کردند. اما کسانی که پس از سال ۱۹۳۸ و رویدادهای موسوم به شب‌های بلورین (Kristallnacht)، که طی آن به جان بسیاری از یهودیان آلمان سوء قصد شد، آلمانی را با دشواری صحبت می‌کردند یا اینکه احتملاً آلمانی صحبت نمی‌کردند.

اشمید گفت:

سایر اسپانیایی زبان‌های میامی بودند. به عبارت دیگر، کوبایی‌ها بیشتر مانند کلمبیایی‌ها یا مکزیکی‌ها صحبت می‌کردند.

در واقع، زمانی که دومینگز پس از اقامت خود در ایالات متحده، به اسپانیا بازگشت، جایی که او دوستان مکزیکی زیادی داشت، دوستانش به او گفتند که کمی شیبیه مکزیکی‌ها صحبت می‌کند. فرضیه او این است که هر چقدر بیشتر با زبانی آشنا شوید، احتمال تغییر در زبان مادری شما هم بیشتر می‌شود. او این سازگاری را مثبت می‌داند.

دومینگز گفت:

نمی‌توانیم، فرسایش زبانی را تاثیر منفی تلقی کنیم، بلکه فرسایش زبانی، تنها یک فرایند طبیعی است. این افراد (کوبایی‌ها) تغییراتی را در زبان خود داده‌اند که با واقعیت جدیدشان سازگاری داشته است. هر چیزی که به فرد امکان یادگیری یک زبان (جدید) را می‌دهد، به همین ترتیب، به او اجازه می‌دهد که چنین تغییراتی را اعمال کند.

خوشبختانه به لحاظ زبان‌شناسی، چیزی به نام فراموشی کامل زبان مادری وجود ندارد. تضعیف زبان مادری، حداقل در بزرگسالان، قابل برگشت است و معمولاً یک سفر به کشور مادری، به این موضوع کمک می‌کند. با این حال، برای بسیاری از ما، زبان مادری، با هویت، خاطرات و احساساتمان عجین است.

منبع: وبسایت زومت

یکی از این دو، گفت: «I forgot to close la finestra» (ترکیبی از انگلیسی و ایتالیایی: یادم رفت پنجره (به ایتالیایی) را بیندم!)»

در مورد دیگر، اشمیت در یک زمین بازی، سه زن را دیده که داشتند با هم اسنک می‌خوردند و عربی صحبت می‌کردند، در این بین، پسر کوچکی به سوی یکی از آن‌ها آمد و گفت: «عبدالله با من بدرفتاری کرده!» اما مادرش قبل از اینکه به عربی با او صحبت کند، جمله خود را با عبارت Listen شروع کرد که نشان می‌دهد، فرایند تعریض زبان در این فرد، تا حدی، ضعیف شده است. البته تعریض زبان با فراموش کردن آن متفاوت است. اما اشمیت می‌گوید که با گذشت زمان، این تغییر زبان برای مغز دشوارتر می‌شود تا بتواند روی یک مسیر زبانی واحد متتمرکز باشد.

او گفت:

در این وضعیت، فرد متوجه می‌شود که در یک مارپیچ پرشتاب تعریض زبانی بهدام افتاده است.

تكلم به زبانی مادری

لورا دومینگز، زبان‌شناسی از دانشگاه ساوتهمپتون در انگلستان، با مقایسه دو گروه از مهاجران طولانی مدت، اسپانیایی‌ها در انگلستان و کوبایی‌ها در ایالات متحده، متوجه اثر مشابهی شده است. دومینگز می‌گوید، اسپانیایی زبان‌هایی که در نقاط مختلف انگلستان زندگی می‌کردند، اغلب انگلیسی صحبت می‌کردند. اما کوبایی‌هایی که در میامی (شهری با جمعیت زیادی از آمریکای لاتین) زندگی می‌کردند، همیشه به زبان اسپانیایی صحبت می‌کردند. به لحاظ زبان‌شناسی، چیزی به نام فراموشی کامل زبان مادری وجود ندارد

دومینگز گفت:

همهی متکلم‌های اسپانیایی در انگلستان، عبارت معمولی که در شرایط تضعیف زبان مادری به کار برده می‌شود، مانند، «کلمات را فراموش کرده‌ام» یا «برای پیدا کردن کلمه‌ی درست مشکل دارم» را به کار می‌برند. دومینگز می‌گوید که به عنوان، اسپانیایی که اکثر زندگی خود را در خارج از کشور گذرانده، این مستعلمه را به خوبی درک می‌کند.

با این حال، هنگامی که دومینگز، دواطلبان آزمایش خود را تجزیه و تحلیل کرد، متوجه یک تقاضاوت قابل ملاحظه شد. اسپانیایی‌های مهاجر کاملاً دستور زبان خود را حفظ کرده بودند. اما کوبایی‌ها که به طور مداوم از زبان مادری خود استفاده می‌کردند، برخی از خصوصیات زبان خود (لهجه و تا حدی دستور زبان) را فراموش کرده بودند. اما عامل تأثیرگذار زبان انگلیسی نبود، بلکه





با منطق بایت چارتز  
در سال ۱۹۲۴ برای تدوین  
درسی مبتنی بر هدف پایش گذاشت  
واز ارزش تحلیل فعالیت‌های بهره‌برد. این  
روش با تفاوت در چسکات «تحلیل وظیفه» به صورت  
امروزی در رسیدن به هدف برنامه ریزی منابع انسانی کاربرد  
وسعی داشته و از آن در رسیدن هدف‌های آموزشی، سازمانی  
به خوبی استفاده برده می‌شود.

نکته مهم این است، که الگوهای هدف محور در جهت  
سازندگی یک جامعه تعین کنند و حیاتی محسوب می‌شوند.  
پیشینه تاریخی که هدف مندانه به آموزش و پرورش پرداخته  
باشد، به منطق تایلر برمی‌گردد، که در مطالعه هشت ساله  
(1933-1941) به منظور دست یافتن به یالندگی آموزشی  
برنامه هدف مندان را پیرامون ارزیابی آموزش و پرورش نوین  
با آموزش و پرورش سنتی به دست نش سپرد. این در واقع  
آغاز روی کرد بوده که بر متحول شدن طیف‌ها و طبقاتی  
اجتماعی می‌انجامید. تعیین هدف نخستین گام است که به  
طرف پیروزی برداشته می‌شود، این امر بیشتر به مولفه‌های  
سازنده جامعه اهمیت دارد؛ زیرا با تعیین هدف در پی فراهم  
آوری ابزار رسیدن به هدف می‌شود، در واقع با دانستن راه  
کارهای جدید بر می‌خورید، و ادار می‌شود یا موزید تا به  
هدف برسید. با این حال پای تربیت افراد خبیر و کارداران در رسیدن به  
هدف کشانده می‌شود، این فرایند لزوماً به برنامه‌های مبتنی بر هدف

برای درک بهتر هدف،  
الگوهای معرفتی پرکاربرد تلقی می‌  
شوند، یعنی الگوهای شناخته شده و به تجربه  
گرفته شده برای پیش برد هدف کار ساز خواهد بود.

الگوهای هدف محور طیف‌های از اجتماع، فرهنگ، سیاست،  
آموزش و پرورش، اقتصاد و پیوندهای زبانی و نژادی را نیز بر می‌  
تابد. با این حال پی‌گیری ارزش‌های مبتنی بر هدف به نام رالف  
تايلر گره خوده است. اما قبل از همه فرانکلین بایت مفهوم هدف  
را در سال ۱۹۱۸م. به منظور حصول نتیجه مطلوب در فرایندهای  
آموزشی بیان کرد. الگوهای آموزشی مبتنی بر هدف مبنای مدل  
توسعه یافته‌گی در حوزه‌های اقتصادی، سیاسی و اجتماعی تأثیر  
شایانی از خود به جا می‌گذارند. مبنی بر این الگووارگی نظریه  
مشروعیت سیاسی به این ملزمومیت است، که مرزهای قومی نباید  
مرزهای سیاسی را قطع کنند و به ویژه مرزهای قومی در یک کشور  
خاص نباید قدرت مندان را از پیچه جدا سازند، نباید این هدف پویا  
مستلزم پایابی این است که کشور و فرهنگ باید به هم مرتبط باشند،  
در واقع الگوهای هدفمندانه فرهنگی آموزشی پایابی سیاسی و  
اقتصادی را به خوبی تضمین می‌کند.

هدف ارزشیابی مبتنی بر تناسب روابط اجتماعی در یک  
جامعه در زمین فرهنگ و آموزش آن جامعه می‌روید، ریش می‌زند،  
ساقه‌های نیرومد می‌سازد و به ثمر می‌نشیند، که در واقع ثمر این  
فرایند، مبتنی بر الگوهای هدف محور جامعه مرغه اقتصاد معطوف  
به سعادت، سیاست معطوف به رفاه را در قبال خواهد داشت. همسو

۱۹۹۶

یک فرایند چهار مرحله‌ای نیاز مندیم، یعنی این چهار مرحله اساس رسیدن به هدف تعیین شده گفته می‌شود:

- هدف گذاری تربیتی
- انتخاب تجارت تربیتی
- سازماندهی تجارت تربیتی
- و ارزشیابی تجارت تربیتی است.

در واقع سیاست، اقتصاد معطوف به رفاه خواسته از اراده معطوف به هدف تربیتی است. در توسعه‌های سیاسی-اجتماعی بر مؤلفه‌های اقتصادی اثکا می‌گردد، اما مؤلفه‌های اقتصادی بر کدام تکیه گاه استوار است؟ پاسخ این خواهد بود، که آموزش و تربیت لازم مبتنی بر هدف. آنچه در حال حاضر در گردش موتور اجتماعی سیاسی انرژی فراهم می‌نماید آموزش و تربیت معطوف به هدف است. شاید کسی این پاسخ را داشته باشد، که اقتصاد در این امر حرف نخست را دارد، من احتراماً با اندکی تأمل می‌گویم نه، آموزش و تربیت، به قوت بنیه‌های اقتصادی کار سازند و در پی آن چرخه‌های اجتماعی سیاسی می‌توانند به راه خویش ادامه دهند.

سراتجام الگوهای هدف محور در جهان کم نیست، که تا با الگوبرداری از آن‌ها، نهادهای مستنول و دست اندکاران امور برای رسیدن به یک جامعه مرفه و یک سیاست معطوف به رفاه و یک آموزش پرورشی مبتنی بر هدف را پایه ریزی نموده متناسب به زمان و خواسته‌های کشور به منظور شگوفایی و تعیین مشی کار ساز راه به پیش برده شود.

گره می‌خورند و از فرضیه بهره مند می‌شود، که این گونه بیان شده است «تریبت فرایند تغییر الگوهای رفتاری افراد است» خاطر نشان باید کرد، که این باور در حال حاضر رواج کثیف‌ای دارد و تربیت را تغییر در رفتار در حوزه‌های شناختی، عاطفی و حسی-حرکتی می‌خوانند. الگوهای مطالعات مبتنی بر هدف اساساً در برگیرنده‌ای مشخص ساختن اهداف، جمع آوری و تحلیل اطلاعات مربوط، به منظور تعیین کیفیت تحقق اهداف گفته می‌شود. پاشاری تایلر براین است که طیف وسیعی از روابط‌های ارزیابی اهداف و عملکرد باید به کار گرفته شود، زیرا به تشریح انتخاب اهداف مدد واقع می‌گردد. مسه حوزه جدا از هم دولت، جامعه مدنی و خانواده هرچند با ساختارهای منحصر به فرد وجود دارند، اما به لحاظ سیاسی و اجتماعی مرتبط به هم‌اند. این حوزه در نکات دیگر نیز با هم گیره می‌خورند، در تربیت افراد، در مسایل آموزش پرورش، در مسایل اقتصادی خیلی با هم آمیخته‌اند. این با هم آمیختگی برنامه‌های آموزشی، تربیتی، فرهنگی، اقتصادی، اجتماعی و سیاسی معطوف به سعادت می‌طلبند. همان طوریکه در بالا داشتیم زمین این پذر، فرهنگ و جامعه بوده، آموزش و تربیت در امر اقتصادی، سیاسی و اجتماعی معطوف به هدف عمل می‌نماید. بنا براین الگوهای هدف محور در رسیدن به سیاست معطوف به رفاه کار ساز و ارزشمند واقع می‌گردد.

ابزارها و فنون تحقق اهداف معیارهای تحقق اهداف و ارزیابی تحقق اهداف از موارد مهم رسیدن به هدف تلقی می‌شوند. در واقع آنچه این بحث در پی آن است شناخت هدف و مشخص کردن آن است. با این وجود می‌توان گفت الگوهای مبتنی بر هدف در پی پاسخ به چهار پرسش اساسی مورد نیاز است:

- 1- نهاد‌ها باید در پی کدام اهداف تربیتی و آموزشی باشند؟
- 2- کدام الگوهای هدف منسدن را می‌توان فراهم نمود که در پی تحقق اهداف معین شده باشند؟
- 3- چگونه می‌توان الگوهای هدف محور را به صورت اثر بخش سازماندهی نمود؟
- 4- چگونه می‌توان تحقق اهداف را معین کرد؟

به منظور ارایه پاسخ به پرسش‌های مذبور به



عبدالله قادری

# انارشیزم



وودکاک نویسنده پرآوازه انارشیزم از جمله کسانی است، که انارشیزم را در میان مکتب‌های سیاسی از هرج و مرج بودن در میان عموم بیرون آورده و به مکتب انارشیزم صورت بندی جامع تر و درست‌تر می‌بخشد. از آنجایی که "فور" اشاره دیگری به انارشیزم دارد و بیان می‌نماید که: "هدف غایی انارشیزم همیشه دگرگونی اجتماعی است و گرایش بارز آن محکوم کردن جامعه است، حتی اگر از دیدگاهی فردگرایانه نسبت به سرشت آدمی ناشی شده باشد؛ شیوه اش همیشه همان شورش اجتماعی است خواه به صورت خشونت آمیز و خواه غیراز آن. اما وودکاک از این نیز فراتر می‌رود و با انتکابه تحلیلی تاریخی-مفهومی انارشیزم را به رغم انواع سیارش، در این معنا و مفهوم برسی می‌کند" نظام اندیشه اجتماعی که هدفش ایجاد دگرگونی‌های اساسی در ساختمان جامعه و به ویژه جایگزین کردن حکومت اقتدارگرا با یکی از اشکال تعاوون غیرحکومتی میان افراد آزاد است. و همین نکته عنصر مشترکی است که همه اشکال انارشیزم را به هم می‌پیوندد.

انارشیزم یک تئوری جهان بینی خاص ارائه نمی‌دهد و مانند دیگر نظریه‌ها در حال تغییر است. آنطور که مکتب‌های دیگری چون لیبرالیسم و مارکسیسم در میان پژوهشگران و دانشگاهیان راوج دارد، انارشیزم در میان ایشان دیده نمی‌شود، بلکه انارشیزم را بیشتر مورد توجه غیردانشگاهیان و نویسنده‌ای داستانی می‌توان دید. برخی ها معتقد اند که آموزه آنارشیستی به همان میزان که برای گروهی جذابیت دارد، امکان تحقق خارجی ندارد و همین امر سبب شده که به انارشیزم در بهترین حالت، به شکل خیال و تصور نگریسته شود که بر نفی استوار است. بشر به همه انتقاداتش بر حکومت بدون آن

سباسینین فور می‌گوید: "هر کس اقتدار را انکار کند و به آن به ستیز برخیزد، آنارشیست است." به قول وودکاک پر ارجمند نویسنده آنارشیزم این تعریف به جهت سادگی اش اغوا کننده است، اما سادگی نخستین چیزی است که هنگام نوشتن تاریخ انارشیزم باید در برابر ش به هوش بود.

انارشیزم ریشه در زبان یونانی دارد، در زبان لاتینی و سایر زبان‌های اروپایی با ریشه لاتینی استعمال شده، این واژه در اصل ترکیب از an-archos است. archos و دیگر هم وند آن archy به معنی مرکز، سروریس است و با آوردن an، در اصل واژه بار منفی و سلبی به خود می‌گیرد. پس انارشیزم را می‌توان آموزه معتقد به بی‌سری دانست، چون مهمترین نهاد مبتلورسر، حکومت است، از این‌رو انارشیزم نوع اعتقاد به بی‌حکومتی است. انارشیزم را در لای کتاب های علمی به معنایی چون فقدان قوای قهریه، نبود دولت سیاسی، نبود فرماندهی رهبران، نبود سازمان‌های سیاسی صاحب اقتدار، اقتدارگریزی، سروری‌ستیزی، در زبان سیاسی به معنای نظامی اجتماعی و سیاسی بدون دولت، یا به طور کلی جامعه‌ای فاقد هر گونه ساخت طبقاتی یا حکومتی می‌توان یافت. انارشیزم در برابر اقتدار سیاسی، همانند بی‌خدایی در برابر اقتدار مذهبی و مشک‌گرایی در برابر اقتدار علمی است.

در اعتقاد عمومی انارشیزم را، خواهان "هرچ و مرچ" و جامعه "بدون نظم" می‌دانند، در حالیکه اینطور نیست، بلکه همکاری داوطلبانه را درست می‌داند، که بهترین شکل آن ایجاد گروه‌های خودمختار است. بر این اساس، نظام اقتصادی نیز در جامعه‌ای آزاد و بدون اجرایی قدرت سازمان یافته بهتر خواهد بود که عمل نماید.

گلدمون، نوام چامسکی، هربرت رید، هوارد زین و اخیراً متفکران آزادی طلب و محافظه کاری با گرایش آنارشیستی مانند هانس هرمان هوپ و موری روپیارد نام برد. آنارشیزم از نظر روش‌های اجرایی به دو دسته تقسیم می‌شوند:

- آنارشیزم انقلابی

2- آنارشیزم مسالمت‌جو

آنارشیست‌های رادیکال (انقلابی) طرفدار ترور، اعتصاب و برانداختن ناگهانی تشکیلات دولت هستند. در سده ۱۹ آنها سیاست مداران و پادشاهان سیاری را ترور کردند.

آنارشیست‌های مسالمت‌جو مانند لو تولستوی، طرفدار عدم خشونت هستند و گفته می‌توانیم که تعصباتی از آنها در جمع آنارشیست‌های آرمان گرا به حساب می‌آیند، گریز از چهارچوب حکومت در شرایط مختلف زمانی به نحوی در جمع آنارشیست‌ها رقم داده شده‌اند.

کشور افغانستان که بدون شک از تمام جریان‌های شکل گرفته در جهان در اصار مختلف تأثیر پذیرفته است بدون شک در پیکره نظام اجتماعی جهان شامل می‌باشد، از تأثیرات مکتب سیاسی آنارشیزم به دور نبوده و خواه و ناخواه تأثیرات را داشته است، اما تمام مکتب‌های شکل گرفته در کشورهای پیشترفت، به پختگی خود میرسند و در جریان زوال خود می‌باشد که در کشورهای عقب مانده نشانه‌های آن دیده می‌شود؛ زیرا ساختارهای اجتماعی جوامع با هم فرق دارند و در کشورهای عقب مانده در واقع به آن زودی اندیشه‌های شکل گرفته تأثیر نمی‌گذارد. آنارشیزم نیز به عنوان یک مکتب سیاسی اجتماعی که در میان اندیشه‌های پشتیت شکل گرفت و از پروردن آغاز و تا ودکاک در میان اندیشه‌وران جاافتاده شده، افغانستان نیز از این طرز دیدگاه خالی نبوده و در میان روش‌نگران و قلم بدستان کشور ما نیز اندیشه‌انارشیزم دست به دست شده است. چیزی که تعمق آن مهم پنداشته می‌شود چگونه تلقی شدن اندیشه‌های آنارشیستی در میان مردم ما می‌باشد.

در افغانستان گسروه را تحت نام مکتب خاصی که خود را آنارشیست عنوان کرده باشند دیده نمی‌توانیم، اما بیشتر کسان است که تقاضان حکومت پنداشته می‌شوند، آنان که در حکومت اند و قدرت دولتی دارند از روی تعرض و کم اهمیت شمردن تقاضان حکومتی به آنها آنارشیست خطاب می‌نمایند، و گاه از سوی برخی ها ادعا می‌شود که دیموکراسی در کشورهای که از لحاظ ذهنیت‌ها و فرهنگ اجتماعی آماده دیموکراسی نیست به هرج و مرچ می‌رود (آنارشیزم)، از این‌رو در کشور ما قبل از اینکه به آنارشیزم به مثابه دیدگاه ودکاک نگرسته شود به مفهوم بی‌نظمی و از هم پاشیدن شیرازه اجتماعی نگاه می‌شود.

هم زندگی کردن را دشوار می‌داند، زیرا به قول معروف "فروید" انسان حیوان در بند کشیده است، این حرف فروید اشاره به بند حکومت‌ها دارد و تاریخ جهان نشان میدهد، که نظام‌های بدون حکومت زود به زوال می‌رسند و یا اینکه هیچ به جایگاه اصلی خود دست یافته نمی‌توانند.

اولین استفاده شناخته شده از کلمه آنارشیزم در سال ۱۵۳۹ میلادی بود و انقلابیون در اوایل قرن نوزدهم اصول آنارشیستی نسل جدید را داشتند: ولیام گادوین و ولیلهم وايتینگ اما آنها از واژه آنارشیزم یا آنارشیست در توضیح عقاید خود استفاده نکردند. پیر جوزف پرودون اولین فیلسوف سیاسی ای بود، که خود را آنارشیست نامید. پرودون یک آنارشیست فردگرا بود و آنارشیزم به شکل یک جنبش اجتماعی با کتاب "مالکیت چیست" او آغاز شد. پرودون با مالکیت مخالف نبود، بلکه توجه اکتساب و بهره‌برداری از آن را نیازمند اصلاح می‌دانست و این تولد رسمنی آنارشیزم در اواسط قرن نوزدهم در فرانسه بود.

پرودون در یک بیانی اعتراضی اینگونه بیان می‌نماید: تحت یک حکومت بودن، چیزی نیست مگر ذکر شدن، ثبت شدن، مالیات دادن، مهر خوردن، اندازه گیری شدن، شمرده شدن، ارزیابی شدن، مجوز گرفتن، تایید شدن، نصیحت شنیدن، منع شدن، تغییر یافتن، اصلاح شدن و تنبیه شدن در هر کنش و هر فعالیت. تعلیم یافتن، غارت شدن، استعمارشدن، تحت احصار در آمدن، شکنجه شدن، فشرده شدن، فربی خوردن و مال باختن، به بهانه انتفاع عمومی و منفعت جمع. آنگاه، با کوچکترین مقاومت و نحسین و از گان اعتراض، سرکوب شدن، جریمه شدن، تحقیر شدن، آزار دیدن، تعقیب شدن، مورد سوء استفاده قرار گرفتن، به چار میخ کشیده شدن، خلع سلاح شدن، شوکه شدن، به زندان افتادن، محکمه شدن، محکوم شدن، تیرباران شدن، تبعید شدن، اعدام شدن، فروخته شدن، خیانت دیدن؛ و فراتر از همه، به سخره گرفته شدن، بی حرمت شدن و بی‌آبرو شدن. این حکومت است؛ این عدالت است؛ این اخلاق است.

بیانات پرودون به عنوان یک آنارشیست بیانگر این است که این مکتب در گریز با حکومت قرار دارد و به اصطلاح دولت نا مطلوب است و شیطان و دولت به قول آنارشیست‌ها بی‌عدالتی را در میان جوامع ترویج می‌کنند.

آنارشیست‌ها در فلسفه "بگذار انجام دهنند" با هم اشتراک نظر دارند؛ اما در تئوری به دسته‌های آنارشیزم تحول خواه، آنارشیزم کمونیست، و آنارشیزم فردگرا تقسیم می‌شوند. از اندیشمندان که بیشتر برای آنارشیزم کار نموده اند می‌توان؛ ماکس اشتبرنر، لو تولستوی، میخائیل باکونین، پetr کروپوتکین، الیزه رکلوز، ماری بوخین، اما

لیکنډ: پوهاند راڙقی نړیوال

# د زمریانو مماثل د هېواد د پاچاهانو په لقبونو او بودایي اثارو کې

- اروانیاد عبدالحی حبیبی په خپل اثر «پنځوس مقالې» کې په  
دی باب لیکلې دی:

”د بامیانو د شہر انو د پاچاهی لري په زیات احتمال سره چې  
د گوشانی یفتلي عصر له پاتې شونو خخه ده، هغه چې د بامیانو د  
تاریخ په یوه دوره کې یسي د بودایي اینې پیروان واکمنان درلودل او د  
عربو تر فتوحاتو وروسته په د اسلام دین قبول کړ. کله چې مژر خان  
د افغانستان ددي سیمه ایزو واکمنانو خخه یادونه کوي، نو همدا  
مطلوب تری اخلي.“

د یادونې ور ده چې د شہر انو له دې مفهوم خخه د اسلام په  
لومرنیو کې له بامیان خخه پرته، په نړۍ او ګاونديو ملکونو کې هم  
یادونه شوي ده. د بناغلي ظفر پیمان د اثر «بامیان در عصر یفتی ها»  
په حواله په دې اړه لیکلې شوی دي: وروستيو کتونوښو ده چې د  
احتمال له مخي د ککرک د درې د بودا مجسمې د دیوالې نقشونو  
سره چې په دغه وخت کې کښل شوي دي، پرته د شاه شکاري درې د  
نامړ نقش خخه چې ملي موزیم ته سپارل شوي او سنې کذاري شوي  
۷۲۰ ميلادي کال کې ددي د پاچا د تاج د هغه دریو هلالونو سره د  
مقایسي ور دي، چې د پاچاهی شخصیت د تاج سره په همدي دول  
د بامیانو د درې (۷۲) نومړي له رواهه تلاسه شوي دي.

البته بامیانو د زمریانو سود پاچاهانو تاج او د هغه درې کړیزو  
هلالونه یواخې د بامیانو په ۵۴ متریز بت کې بشکل شوی. لندې دا  
چې، کله د بامیانو لرغونې تاریخ تر کتنې لاندې نیول کېږي، نو د  
هغه د ککرک دورې اروند د بامیانو زمریان (شہران شار) او د اسامې نور  
مفاهیم خامخا پکې د یادونې ور دي. (۲)



زمری په درې کې د شہر او په عربی کې د اسد په معنا د یوزورور  
او خواکمن خنکلې حیوان نوم دي، چې نور حیوانات په د مقابلې  
تسوان نه لري او په خنکل کې د ټولسو حیواناتو پاچا ورته ویل کېږي.  
په بشري تولنو کې یو شہر کسان د شہر او زمری او اسد خالص  
او ترکیبی نومونه په اولادونو بدی او حتی په تاریخ کې یو شہر  
پاچاهانو خپلې پاچاهی کورنې دي نوم ته منسوب کړي دي او دېره  
د پام ور موضوع داده، چې د شہر مفهوم مذهبی عقیدو نه هم لار  
پیداکړي او اغبر منتاواوو په هنري پدیدو کې انعکاس موندلې دي.  
دلته یسي د ټولیز و زعامتو نه دلې، د بامیانو د شہر انو د پاچاهی د  
کورنې د ویارنې او د بدېې لقب او د سمبول په توګه او د بودایي آئين  
په هنري پدیدو کې د بودیز د ولې توب او په خانکړي توګه د بودا د  
مذهبی لور شخصیت د عقیدتمندی او ستایاني لور مقام ته د درنافي  
او پیروی په مماثلو کې په بیلکېز دول یادوو:



شوي دي، چې پېلکې بېپ نه يواخې په باختر، بلکې د هند د موریابی او گوپتایي په پیلابلو مدنیتونو کې هم لیدلې شوې دي.

دلته گسورو چې د زمری دغه ممائل ورو ورو د بودایي اين مفاهيمو او هنري پدیدو ته لار پیداکوي، لکه په پوخې قرارکاوو او د پخو کلاکانو په پوريو کې چې پاچاد مقابلي او جګړي په حال کې د کندهارا په هنري پدیدو کې زمری د بودا پښوته د تسلیمپدو په حال کې لیدل کېږي او د سیدار تاکوتاما را یعنې بودا پښې بشکلوي.

درزگسری له پلهو د باختر د طسلا کاري په صنعت کې، په طلا تې کې سوار کار شهززادکان بنېي، چې د زمری د پاسه د فلزی قبضو او پیش بندو تو د جګړه ایزې زرې او وسلې سره په زمری سپاره دي. د زمری تمثال د باختريانو د یونانيانو تر واکمنۍ دوه پېړي وروسته سر له نوي په خینو شیانو کې کارول شوي دي.

د یوناني پهلوان هراکلس (هراکل، هرکول) په واستله د زمری تابع کول او یا یې په کیفومتو او لوکې د زمری پوستکې اچول، د هغه د فرق العاده زیات زور او خواکمنۍ استازیتوب کوي. لکه خنګه چې باختري شهززاده چې زیاته د شمال او یا اسه پورگان (جوزجان) د سیمې د کوشانيانو له خوزاده دي، پر زمری واکمن او د سرو زرو په کمر بندونو کې بې د تحفود تامپونو سره تبارز کري دي. لنهه دا چې په باختر کې د زمری تمثال چې د اسکایي او کوشاني شهززادکانو د

که د یو واقعيت په توګه وویل شسي، نو خرنګه چې د بامیانو په اروندو کوشاني سېمو کې د بودایي اين او صنعت اغېز منتبی پوره مسلطه وه، نو د پاچا هانو په سرونو کې د تاجونو کارونه د یوې عنعنې په توګه رواج درلود، لکه د ککرک په ورو کې د یو بشکاري پاچا انخور کېدل، چې د بودایي په گروهمن معبد کې اېنسو دل شوي ڏ او د بودا سره د هغه پاچا د خبرو صحنه داسي بنېي، چې زیاتې بې له بشکار کولو او د حیوانانو له وزنو خڅه لاس اڅښتی او توبه بې ایستالې ده.

ددغه بشکاري پاچا پر سر یو تاج دي، چې تزئيني ترتیبات لري. درې هلاله (سپورې) او درې کړي بې په سر تومبل شوي دي. په یوه تخت ناست دي او تکيه بې وهلي ده، طبیعي ده چې د بامیانو د شپرانو په ادرس سیکې هم وهل شوي وي.

په همداي ترتیب د زور، قوت او خواکمنیو د ممثل په توګه د زمری مفهوم د هخامنشسي امپراتورانو لکه: داریوش او کوروش د بدېي خلبدونکي او جګړه ماري تمثيلونکي هم و په قرارکاوو او د چمشید تخت په پوريو کې کېبل کېډه، چې په جګړه کې بې د پاچا بریالیتوب ته لکه د زمری غونډي تجسم ورکاوه.

د هغه سندونو له مخې چې تراسمه شوي، دا تمثالونه د هخامنشيانو له اثروي او بابل خڅه او حتا یوناني ولسن خڅه او د هغې امپراتوري د بدېي لپاره زمری د امپراتوري پرتم وثيقه غوره

ستركى د بيلابلو قومونو په نزد د هغوى د عقيدو يوه برخه ده چې همسپيتايانو، لومنريبو هندىانو، اشوريانو، هخامنشيانو او نورو د خپل هنر له مخي د زمرى شكل حك کرى دى، خوبيا هخامنشيانو په خپل هنري اثارو کې د زمرى نقش ايستلوله پوره ارزښت ورکرى او هغه يې بشپړ کرى دى.

د پورتني موضوع د لاوضاحت لپاره به د طلاتپې د (۳۰ مخ) په حواله «تمثال شبر د هنر» د بحث پښتوژبارې ته مراجعه وکرو؛ د هخامنشسي هنر اغېزمتیاد باخته پر هنر سلطه ده او داسې فکر کېږي، داسمه ده چې زمرى د هخامنشسي امپراتوريو لکه داريوش او كوروش د جګري، دېبې او برجسته توب تمیلولونکي و، چې د جمشيد د تخت په نظام قراول (مساتونکي جزوئام) او پوريو کې نقش شوی، چې د زمرى په مقابلک کسې پر خپرونکو حيوناتو لکه زمرى د پاچا د جګري بريا تمیلولوي. بنسابې ووبل شي، چې د پاچا سره د حيوناتو یا د زمرى د پاچا د جګري بريا تمیلولوي او یا داچې له پاچا سره د حيوناتو یا د زمرى د حيون ممائل د ايکولو گرافى (د مجسم پېژندنې علم) له پلوه نه یواخې د هخامنشي ايران، بلکې تر دي دمځه تر په لسممه او شپږمه مېلا دي پېړي کې په مس گريت د پېړگون په معبدونو کې هم په هماغه هيښت او عظمت جور او موندل شوی او همدارنګه د اسوريانو او مصريانو په هنر کې هم ليدل شيوي دي. د هغو ستدونو پر بنا چې شته دي، هخامنشيانو دا ممائل له س سوريانو، بابل او حتی له یونان او مسن خخه اخپستي دي او د خپلسي امپراتوري د پرتم لپاره يې د امپراتوري د برم وشيقه زمرى غوره کرى دى. په داسې حال کې زمرى نه یواخې په باخته کې د تولو پاچاهانسو او واکمانو د تاريخي



او بله یې په د تخت یا چوکۍ بهه خانته نېولي ده، هنرمند دومره زيار ايستلوله ده، چې دا زمرى په خپل پوره اهمیت سره مجسم کري.

د زمرى ستراكى چې کونکي (کاتي) پې راوتلي د حملسي او د غضب په حالت کې ليدل کېږي، هغه خه چې د هنرمند پوره مهارت پکي بشکارپوري، د زمرى وزرونه دي، چې په یو عجیب هنري بولاسمى او زيات هنري ظرفیت سره یې په حقیقت کې په دېره ترسیم کري او کارول یې دېره ستونزمنه موضوع ده.

په یوبل اثر کې د خم زرکر د زمرىانو د شکلونو په باب ليکلې شوي دي، د کاپيسا د خم زرکر زمریان چې د ګربکوبديک د صنعت له جملې خخه دي او یا که په بشه توګه ووبلائي شسي باختري بوداډي صنعت د کوشانيانو په دوره کې خپلې لوري کچې ته رسپدلى دي. لکه چې یو ایراني لرغون پېژندونکسې ليکي، چې د کاپيسا زمریان د هخامنشسي له هنره اغېز من ده، خوبيا بشاغلي نظر محمد عزيزى ليکي، چې د زمریانو شکلونه واړه خوله له کولکو راونټې

کامپیاپي او بریالیتوب تمثال دي او د همدې سیچې پورې تراو لري؛ د پاملرنې ور ګنډ کېږي او دا خکه چې د زمرى تمثاليونه په باخته کې د هخامنشسي د هنر د اغېز منټوب

په پوره رازونو اطلاقيداي نه شي. د هندوکش يعني پارو پاميزاد اسمنان ته ورھسک شوي غرونه د زمریانو او نورو حيوناتو په پیداينښت کې یې اغېزې نه دي. لکه چې دمځه ورته هم اشاره وشوه، د باميانو د شپرانو په سیکو کې هم د زمریانو ممائل ليدل کېږي.

له باميانو پرته د کاپيسا- بکرام په خينو سیمو کې د زمرى یو شمېر ممائل هم شتون لري، لکه د بکرام د عاجوله توټو خخه يوه توټه، چې ۲۵\*۱۷ سانتي مترو کې ده، یوه پېغله په وزر لرونکي زمرى سپهه ده او د یوبھري حیوان له خولي خخه توب وه او هغه وینځه چې د زمرى پر پنجو ولاړه ده، د سوار کار پښه یې کلکه نېولي ده.

د کاپيسا- بکرام د خم زرکر په لرغونو اشارو کې دېړینې خوکې هم شماملي دي، چې د زمرى په شکل توپل شسي ده، دا زمرى چې ترشا یې دېړينه تخته اېښو دل شوې ده، وروستي برخه یې د زمرى په شان



پرتم تمثيلونکي کېدای شي، بلکي د هند د موربائي او گوپتالي پلابلپو مدنېتونو کې هم ليدل شوي دي. د زمري تمثال د هغه پاچا د تخت يعني .... ساتونکو د دلي د مقر او پوريو کې چې نوموري په جګړه او جدل بوخت دي، هم شتون درلود. د کنداها را پر هنر کې زمري بودا ته د تسلیمېدو پر مهال د سیدارتا ګوتاما را (بودا) پښي بنکلوي او د باختر د زرگري او د طلا کاري په صنعت کې، په طلاتپه ((التين تپه)) هغه سوارکار شهرزادگان بشني، چې د فلزی رکابونو او پيش بندونو يعني د جګړي د زرهې او وتلي سره پر زمري سپاره ليدل کېږي. زمري لکه زين کړي آس بشکاري او د زمري د ملا د ترلو تسمې (پتی) بنکلې او په ملاک کې دنداني لرونکي غونډي معلومېږي، باختر یانو د زمري تمثال د یونانيانو تر تسلط دوه پېړي وروسته بيا له سره، د اړیتا ور چاروکې وکارواه.



ددې لام شو، چې کوشاني شهرزادگانو او جنگیاليانو زمرى د یو تابع شسوی حيوان په توګه د کوشاني پاچاهي کورنۍ د پرتم په ورلاندي پبلکه وکنل شي.

بشني ويول شي چې د بکرام او ګلبهار اروند بودابي سيمود معبدونو په ستوبو کې د زمري دوه شکلونه په دبرو کې حک ليدل شوي او ممکن د معبد ساتونکي وي.

همدارنگه د ننگرهار د لرغونو سيمو په جمله کې د (۱۴ نمبر) په یوه سستو په کې یورام شوی زمري حک شوي، چې په خپله ژبه د بودا پښي ختي.

که په پاپله کې ويول شي چې په يادو شوو لرغونو سيمو کې د زمري تول مماثل، چې زياته پې بودا او کوشاني شهرزادگانو ته د متابعت په اړه دي، د هغوي یو واحد ماہيت او مفهوم افاده کوي.

اخخونه:

۱- پنجاهه مقاله، عبدالحسى حبیب، اکادمي علوم، مطبعه تعليم و تربيه - سال ۴۲۲، ۱۳۶۲، ص ۴۲۲

۲- بامیان زمره د هېسود تاریخي اعجوښه، رازقۍ نریوال، میوند خپرندویه تولنه - ۱۳۹۴ کال، ۱۵۵-۱۵۹ مخونه

۳- همدا اثر ۱۶۰ مخ

۴- پورتني اثر، ۱۵۷-۱۵۸ مخونه

۵- کاپيسا- بکرام، زمونې د فرهنگي تاریخ زرنې پاڼې، رازقۍ نریوال، تر چاپ لاندې - ۶۳- ۶۴ مخونه

۶- همدا اثر ۷۷- ۷۸ مخونه

۷- جوزجان تاریخي، ساحات و اثار باستانی آن، رازقۍ نریوال، انتشارات کتب بېهقى - سال ۱۳۹۷، مطبعه دولتى، ص ۵۷-۵۵

۸- کاپيسا- بکرام پورتني اثر، ۸۴ مخ

۹- د ننگرهار لرغونی سيمې

رسپدلونکي غرونه د زمريانو او داسي نورو حيواناتو په پيداينست کې پې اغېزې نه دي، نو ويلاي شو چې نه یواخې د هخامنشي هنر مستقيمي اغېزې، بلکې په باختري هنر د هلنستيک هنر اغېزې او د یونان او باختر دوابرو فرهنگونو او مدنېتونو ګډوالې د هندوکش (پارو پاميزاد) اسمان ته د پورته

د هراکلس يا هراکل یوناني اتل له خوا د زمري تسخیر بدل، ددې مثال لري لکه یو جګړه مار باختري شهرزاده چې په اصل کې د شمال د کوشانيانو يا د اسه بورکان (جوزجان) د سيمې د خوزاده پوري تراو لسرې. نوله دي امله ويول کېدای شمې چې د هخامنشيانو هنر د ګریکو- باختر سره د اغېزمنتیا په نسبت په اصطلاح سره په دي برخه کې د خېږنې او خېږنې کلمه کارولای شو.

له دي خايه په باخترس کې د زرگري د صنعت شتون د هخامنشي هنر اغېزمنتیا او د زمري تمثال چې د اسكالابي او کوشاني شهرزادگانو چې دا دواړه د خپل محل محل سره تراو لري د بريالېتوب او کاميابي تمثال دي. د غور ور موضوع ده، خکه چې په باختري د هخامنشي هنر د اغېزمنتیا د رازونو بشپړ اطلاقول د زمري د تمثالونو سره وکنل شي.

بزرگتر

سریعتر

بهرتر



افغانستان بیلیسیم  
AFGHAN WIRELESS

ارتباط دهنده افغانستان  
Connecting Afghanistan

# اجی بی

بسٰتہ انترنٰتی هفتہ وار

125 افغانی

مدت اعتبار 7 روز

فعال سازی: #\*477\*23\*1#

غير فعال سازی: #\*477\*23\*2#



4G  
LTE



SWIFI  
AND WiFi

HD  
VOICE



@myawcc

[www.afghan-wireless.com](http://www.afghan-wireless.com)

152  
(24 HRS)



# خدمات آهنگ من

برای راجستر نمودن:

8282 را دایل کنید و یا "REG" را از طریق پیام کتبی به 8282 ارسال نمایید.

هزینه:

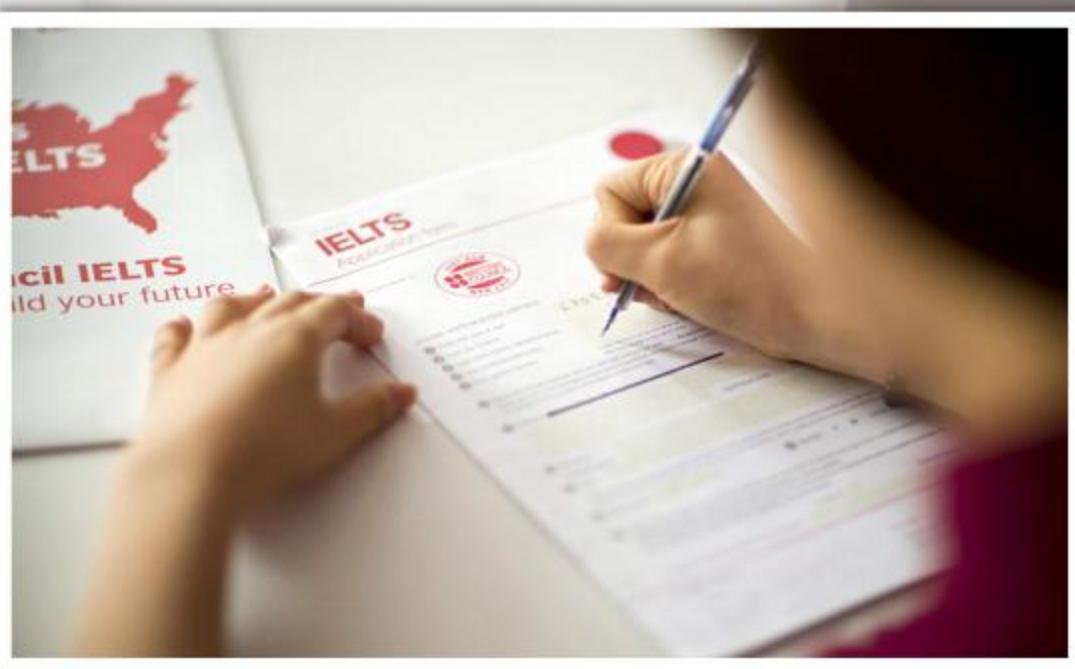
بسته ماهانه 20 افغانی، بسته روزانه 1 افغانی و از دانلود محتویات هزینه اضافی اخذ می گردد.

برای لغو اشتراک: در پیام DREG نوشته و به 8282 ارسال نمایید



تماس تان بیان نمایید.

احساس تانرا با آهنگ



## درباره آزمون آیلتس (IELTS) بدانید

اما مدرک آن در همه کشورهای دنیا مورد تائید بوده و مورد پذیرش سازمان‌ها، دانشگاه‌ها، موسسات و... می‌باشد. در این خصوص، مدرک آیلتس به منظور زندگی، تحصیل و همچنین کار در ۱۳۵ کشور دنیا مورد قبول است و برخلاف تافل به شکل یک آزمون کتبی برگزار می‌گردد.

نمره نهانی این آزمون ۱۳ روز پس از امتحان کتبی همراه با کارنامه‌ای با عنوان فرم گزارش آزمون و یا به طور اختصاری (TRF) اعلام می‌گردد. بعد از آماده شدن نهانی نتایج، برگه‌ی کاغذی برای داوطلبان ارسال می‌گردد، البته قابلیت پیگیری انتزاعی نتیجه‌ی آزمون نیز برای افراد فراهم گشته است. دانشجویان متضاضی به منظور تحصیل در دانشگاه‌های کشورهای خارجی در طول ۱ ماه بعد از دریافت مدرک آیلتس می‌توانند ۵ نسخه از اصل این مدرک بین المللی را به صورت رایگان دریافت کرده و نمره آیلتس خود را به پنج دانشگاه متفاوت ارسال نموده و نتایج را پیگیری نمایند.

**آزمون آیلتس از چه بخش‌هایی تشکیل شده است؟**

اساساً این آزمون از دو بخش تشکیل می‌شود: آیلتس عمومی و یا General که برای افراد غیر دانشجویی می‌باشد که به منظور کار و مهاجرت اقدام نموده‌اند و آیلتس آکادمیک Academic

در شرایط کنونی کشور، مهاجرت به کشورهای اروپایی و حتی کشورهای آسیای شرقی در میان افراد بسیار مطرح می‌گردد ولی در این میان برای پذیرش یک سری شرایط و ضوابط مطرح می‌باشد. در ابتدا هر فرد باید یک مدرک زبان بین المللی نظری آیلتس را دریافت نماید که برای هر کشور دارای رتبه‌های مختلفی می‌باشد. به طور کلی هر کشوری برای پذیرش مهاجر به یک رتبه‌ی خاص در این آزمون احتیاج دارد.

همانطور که اشاره کردیم آزمون‌های متفاوتی در زمینه‌ی زبان وجود دارد ولی آزمون آیلتس یکی از آزمون‌های بسیار معتبر و بین المللی است که از سایر مدارک ارزش بالاتری دارد که علاوه بر پذیرش‌های تحصیلی، برای دریافت پذیرش‌های مهاجرتی کاربردهای بیشتری دارد و لانه افراد بسیار زیادی از سراسر جهان برای دریافت مدرک آیلتس (IELTS) اقدام می‌نمایند.

**آزمون آیلتس (IELTS) چیست؟**

آزمون آیلتس (International English Language Testing System) یکی از کاربدی‌ترین سنجش‌های مهارتی زبان انگلیسی می‌باشد. اساساً IELTS یک آزمون اروپایی به حساب می‌آید و مرکز اصلی برگزاری آن در کشور انگلیس می‌باشد

# IELTS™

English for International Opportunity

The world speaks IELTS

داوطلبین در گفتارهای عمومی و موضوعی با مصاحبه کننده در طی 11 تا 14 دقیقه بررسی می شود. آزمون مهارت گفتاری دارای 3 قسمت اصلی می باشد:

- در قسمت اول سوالات تمامی درخصوص فرد داوطلب و یا بحث های کلی نظر کار، خانواده، تحصیل و یا علاقه شخصی فرد مطرح می گردد.
- در قسمت دوم کارتهای داوطلبین ارائه می گردد که در آن بحث خاص درج گردیده است. داوطلبین اساساً زمانی در حدود 2 دقیقه در اختیار دارند تا بر روی مبحث تمرکز نموده و به 1 یا 2 پرسش مصاحبه کننده پاسخ نمایند.

- در قسمت سوم سوالات بیشتری درخصوص موضوع مطرح شده در کارت قسمت دوم فرد مصاحبه گر مطرح می گردد و داوطلبین این امکان را دارند تا درخصوص آن بحث نمایند. زمان این قسمت نیز در حدود 4 تا 5 دقیقه می باشد.

### مهارت شنیداری (listening)

قسمت شنیداری (listening) آیلتس دارای 4 قسمت می باشد؛ در هر کدام از این قسمت ها گفتگو پخش می گردد که توسط گویش گر بومی زبان قرأت گردیده است:

- بخش اول: گفتگویی دو نفره درخصوص مطالب روزمره
- بخش دوم: مونولوگی درخصوص مطالب روزمره
- بخش سوم: گفتگویی 4 نفره درخصوص مسائل آموزشی آکادمیک.
- بخش چهارم: مونولوگی درخصوص یکسی از بحث های

منبع: www.zoomtech.ir

برای آن دسته از افرادی است که تصمیم به تحصیل در دانشگاه ها و آموزشگاه های آموزش عالی دارند. به طورکلی، آزمون آیلتس نظری آزمون تافل، مهارت های چهارگانه‌ی فرد در زبان انگلیسی مورد آزمون قرار می گیرد.

### مهارت خواندن (Reading)

آزمون مهارت خواندن (Reading) در آزمون Academic و General متفاوت می باشد. در آزمون آیلتس آکادمیک 40 سوال به شکل سه متن به منظور سنجش مهارت های اشخاص در زمینه ای خواندن متن های انگلیسی مطرح می گردد. اساساً این متن از منابع متفاوت نظری کتاب ها، روزنامه ها، مجلات و ... با موضوعات مختلف و سبک های نوشتاری متفاوت انتخاب می گردد. سوالات احتمال دارد درخصوص ایده اصلی متن، جزئیات متن، عقاید نویسنده ای متن، هدف متن و یا ... مطرح گردد. همچنین، افراد در مدت زمان ۶۰ دقیقه باید به تمامی این سوال ها پاسخ بدهند. نکته ای که باید به آن توجه کنید این است که سوال ها باشکل های متفاوتی نظری چهار گزینه ای، سوالات تحلیلی و ... مطرح می گردد و هر سوال تنها یک نمره می باشد.

سنجیدن مهارت Reading در آیلتس عمومی هم دارای 40 سوال در شکل سه قسمت می باشد که داوطلبان نظری آیلتس Academic باید تنها در مدت 1 ساعت به آن ها پاسخ دهد. فقط تفاوت این قسمت با آیلتس آکادمیک در انواع متن هایی می باشد که به منظور سنجیدن توانایی های داوطلب در مهارت های خواندن متن های انگلیسی ارائه می گردد؛ بر همین اساس که قسمت اول احتمال دارد دارای 2 یا 3 متن کوتاه و یا از تعداد بالاتری متن های کوتاه تشکیل شده باشد. قسمت دوم هم شامل 2 متن می باشد و در قسمت سوم یک متن بلند ارائه می گردد.

### مهارت نوشتاری (Writing)

در این قسمت علم افراد در نوشتن متن های تحلیلی General و همچنین تحلیل نمودارهای ارزشیابی می گردد. در آزمون آیلتس داوطلب باید در 1 ساعت به 2 سوال پاسخ می دهد. در چالش نخست (task 1) باید بر اساس نمودارهایی که نمایش داده می شود، تحلیل های خود را درخصوص موضوع مورد نظر در 20 دقیقه و در شکل 150 کلمه ارائه نماید. در چالش دوم (task 2)، از داوطلب درخواست می گردد تا تحلیل های خود را درخصوص موضوعات ارائه شده در شکل 250 کلمه و در 40 دقیقه یادداشت کند.

### مهارت گفتاری (Speaking)

در قسمت سنجش مهارت های گفتاری (Speaking)، علم

# ۳۷ راز مثلث برمودا تا سال ۱۸۲۰



که احتمالاً چیزی جز شهاب سنگی بزرگ و آتشین نبوده است.

## ۴- چه کسی مثلث برمودا را کشف کرد؟

کریستوف کلمب اولین نفری بود که در مورد این مثلث اطلاعاتی به مردم داد. در واقع او ایندا به غیر عادی بودن این محل اشاره کرد و بعد از سال ها غرق شدن کشتی ها، موجب شدند نظر او جدی تر گرفته شود.

## ۵- قطب نمایی عجیب در مثلث برمودا

در مثلث برمودا قطب مغناطیسی شمال و قطب حقیقی شمال وجود دارد و این می تواند به گمراهی کشتی ها بینجامد.

## ۶- از کار افتادن قطب نما در مثلث برمودا ثابت شده است

در این بخش از کره زمین قطب نما، در حالت طبیعی خود نیست. در این باره کریستوف کلمب اعلام کرده بود که نمایشگر قطب نمایش مثل بقیه جاهای زمین نیست.

## ۷- مثلث برمودا عامل خلق آثار هنری

این مثلث چنان مهم شده که شکسپیر نمایش نامه ای می نویسد و نام آن را طوفان می گذارد. همه معتقدند این نمایشنامه مربوط به برمودا است و البته این مثلث رویایی موجب اعتیار بیشتر آن شده است.

جغرافیا برای بسیاری از افراد، درس ناخوشایندی بود اما زمانی که معلم های مکتب حرف از مثلث برمودا می زدند، هیجانی مملو از ترس در ما شکل می گرفت و بدین صورت سال ها حتی بعد از اینکه خبری از جغرافیا نگرفتیم، همیشه به فکر این مثلث عجیب و غریب بودیم و با خود می گفتیم راستی چرا این قسمت از اقیانوس همه چیز را در خود می بلعد؟ راستی کسی هم از چنگ او فرار کرده است؟ و حتی آرزو می کنیم که هیچ وقت پاییمان به این مخزن مرگ باز نشود! در باره مثلث برمودا تا کنون حقایق زیادی آشکار شده که در این مطلب برای اطلاع کلی به آن می پردازیم.

## ۱- مثلث برمودا، ترکیبی که مثلث نیست

مثلث برمودا در حقیقت در منطقه ای اشتراکی بین سه بخش مهم به نام های برمودا، میامی و پورتو فرانز گرفته است اما نام برمودا برای آن در نظر گرفته شده است.

## ۲- مثلث برمودا نام های عجیب و غریب هم دارد

علاوه بر نام مشهور مثلث برمودا به این منطقه مثلث شیطان هم گفته می شود که به رعب انگیز تر بودن آن کمک می کند

## ۳- سقوط شی نورانی در مثلث برمودا

دانستان مثلث برمودا از آن جا شروع شد که یک شب کریستف کلمب مشاهده می کند که یک شی نورانی به داخل این بخش افتاد

بعد از رخداد ۱۳۴۱، در سال ۱۳۴۵ یک بالگرد، با سرنشیان زیادی برای کشف لاسه ها، به بالای این مثلث قرار گرفت اما این بالگرد هم تا پیدید شد و گزارش های بعدی به گونه ای بود که چنان کشتی ها و بالگرد ها در این منطقه غرق می شوند و ناپدید می شوند که گویی، به سفری فرازمنی رفته اند.

#### ۱۴- باد های گرمسیری عامل تخریب های برمودا؟ مگر می شود؟

برخی از دانشمندان معتقدند علت تا پیدید شدن کشتی ها طوفان های گرمسیری است و هیچ ارتباطی با این مثلث عجیب غریب ندارد! شما چه فکر می کنید؟

**۱۵- از مثلث برمودا خطرناک تر هم وجود دارد**  
با وجود این که این نقطه از زمین دارای رمز و راز هایی است که برای بشر زمینی قابل هضم نیست، دانشمندان و گارد ساحلی ایالات متحده معتقدند که هنوز نمی توان گفت که این مثلث خطرناک ترین بخش اقیانوس است.

**۱۶- گاز متان در مثلث برمودا واقعی است**  
نظریه خاصی توسط دانشمندان ارائه شده و گفته شده که در این قسمت از اقیانوس بوی گاز متان به مشام می رسد و علت غرق شدن و ناپدید شدن کشتی ها، حباب های گاز متان بوده است.

**۱۷- دوازده مکان مثلث برمودا در دنیا است**  
مثلث برمودا تنها مکانی نیست که در زمین موجب تا پیدید شدن چیزها شده است. در حقیقت بعد از تحقیقات زیاد گفته شده که این مثلث سیطانی یکی از ۱۲ مکانی است که تا کنون به بلعیدن و تا پیدید کردن اشیا شهرت یافته است.

**۱۸- مثلث برمودا در لیست مسیر های خطرناک نیست!**  
حدود ۵ سال پیش یعنی در سال ۲۰۱۳، صندوق جهانی طبیعت مسیرهای خطرناک اقیانوس ها و دریاها را اعلام کرد که به طور جالبی توانستیم نامی از مثلث برمودا را در آن بینیم.

**۱۹- مثلث برمودا دروغی بیش نیست!**  
بسیاری از افراد معتقدند که جریان سازی حواشی مثلث برمودا در واقع یک جریان سازی رسانه ای و احساسی جهت کسب پول بیشتر رسانه هاست و چیزهایی که در باره آن گفته می شود، واقعیت ندارد.

**۲۰- کشتی سالم با سرنشیانی که تا پیدید شدند**  
بعد از گم شدن کشتی های متعدد، حدود سال ۱۳۵۵ بود که یک کشتی بادبانی، بعد از گذشت سه هفته که از طوفان ها رها شده بود و جان سالم به در برده بود کشف شد اما تمام سرنشیان و خدمه های آن ناپدید شده بودند! بقیه در شماره بعدی...

#### ۸- تعطیل شدن زمان، در مثلث برمودا

نمونه های زیادی وجود دارد که افراد ادعای این را داشته اند که بر بالای این قسمت از کره خاکی و آبی ما، زمان معنی ندارد. به همین دلیل، نظریه های فرا زمانی مثل پرش زمانی یا سفر چند بعدی از این حقیقت نشات گرفته است.

#### ۹- اولین حاده در مثلث برمودا با ۳۰۰ نفر ناپدید

اولین باری که خطروناک بودن این مثلث بر همه محز شد زمانی بود که یک کشتی با ۳۰۰ نفر در آن غرق شدند. هیچ نشانه ای از هیچ کدام از سرنشیان و حتی لاسه های کشتی کشف نشد، و حتی کشتی در این منطقه، و در نزدیکی های آن هیچ گونه هشدار خطری به مرکز کنترول ارسال نکرده بود.

ریس چمهور آن زمان آمریکا به نام وودرو ولیسون گفته است: "نهای خدا و دریا می داند که چه اتفاقی برای آن کشتی بزرگ رخ داده است."

#### ۱۰- غرق شدن پایی کشتی ها در برمودا

در سال ۱۹۴۱ بود که بعد از آن حادثه بزرگ، دو کشتی دیگر نیز



در این مثلث غرق شدند و باز هم چیزی از آن ها کشف و ضبط نشد.

#### ۱۱- برمودا ۵ کشتی ناوبری را هم باعید

این مثلث کماکان برای بشر روی زمین مخرب بوده تا جایی که ۵ کشتی ناوی با ۱۴ سرنشیان نیز در نزدیکی آن با اختلال در قطب نما و مسیر شناسی، چهار کمبود سوخت شدند. این موضوع نیز موجب بدنامی و البته هراس انگیز تر شدن برمودا شد.

#### ۱۲- پس دادن لاسه برخی کشتی ها در برمودا

بعد از این که کشتی های متعددی در این مکان نابود شدند، لاسه هایی از چیزهایی شبیه به باره های کشتی ها در ساحلی بافت شد اما از سرنشیان خبری نشد.

#### ۱۳- مثلث برمودا حتی به بالگرد هم رحم نمی کند

## ۷ راه جلوگیری از سرطان سینه



نمی کند.

وارنر می افزاید: "سویا ماده خوبی است." تحقیقات نشان می دهد پروتئین سویا و ترکیبات آن خطر ابتلا به سرطان پستان را کاهش می دهد.

وارنر می گوید دلایل زیادی برای مصرف غذای ارگانیک وجود دارد اما سرطان سینه جزو این دلایل نیست. او مطالعه ای در مورد تغییرات شیوه زندگی انجام داد تا کاهش خطر ابتلا به سرطان را بررسی کند.

بر اساس بررسی وارنر و برخی تحقیقات جدید دیگر، در اینجا همه چیزهایی که می توانند انجام دهید تا از بازگشت سرطان پستان جلوگیری شود ذکر شده است.

### ۱. ورزش کنید

دکتر وارنر می گوید: ورزش منظم - حداقل ۲ و نیم ساعت در هفته - در کاهش خطر ابتلا به سرطان بسیار مهم است. متأسفانه فقط ۱۳٪ از بازماندگان سرطان سینه در ایالات متحده ورزش می کنند. ممکن است ورزش پس از رهایی از سرطان کاری دشوار

با وجود همه پول و زمانی که محققان در مطالعه سرطان سینه اختصاص داده اند، پیش بینی زمان و علت آن هنوز مشخص نشده است.

کارشناسان می دانند چگونه سرطان سینه دوباره اتفاق می افتد. پس از درمان اولیه سرطان، به اصطلاح "سلول های بدزدی" می توانند از پستان به سایر قسمت های بدن مهاجرت کنند. در هر کجا که این سلول ها توقف کنند، سلول های سرطانی جا خوش می کنند و گاهی اوقات سال ها طول می کشد تا دوباره سرطان دیده شود.

در حالیکه کارشناسان هنوز هم به دنبال تشخیص مکانیزم هستند، تحقیقات به تغییر سبک زندگی و رفتارهایی که ریسک سرطان را پایین می آورد، متمرکز شده اند.

الن وارنر، مدرس، استاد پزشکی در دانشگاه تورنتو و داشمند وابسته در موسسه تحقیقاتی Sunnybrook. می گوید: "زنان چیزهایی را می شنوند که به آنها کمک می کنند تا ریسک سرطان را کاهش دهد اما لازم نیست." او می گوید اجتناب از لبپیات، کربوهیدرات ها و سویا به هیچ عنوان کمک

صرف مکمل ویتامین C می‌تواند میزان خطر ابتلا به سرطان سینه را کاهش دهد. مقدار پایین ویتامین D همچنین باعث بدر شدن سرطان سینه می‌شود، بنابراین صرف مکمل ویتامین D ممکن است سودمند باشد. گرچه نتیجه تحقیق در این مورد قطعی نیست.

## ۶. الگوی غذا خوردن خود را

### تغیر دید

شواهد بیشتر نشان می‌دهد روزه گرفتن یا اجتناب از خوردن غذا، می‌تواند مزایای زیادی برای سلامتی داشته باشد. در یک مطالعه در ۲۰۱۶ در JAMA Oncology، بیماران مبتلا به سرطان پستان که هر روز بیش از ۱۳ ساعت یا بیشتر غذا نمی‌خورند، در مقایسه با افرادی که روزه نمی‌گیرند خطر ابتلا به سرطان کمتری دارند. این ساده تر از آن است که به نظر می‌رسد: اساساً، شما ۱۳ ساعت یا بیشتر بین آخرین غذایی که شب خورده اید تا اولین غذایی که صبح خورده اید فاصله گذاشته اید. از ساعت ۸ بعد از ظهر خوردن را متوقف کنید، و می‌توانید صبح روز بعد ۹ صبح صبحانه بخورید.

### ۷. چای سبز بنوشید

۸. باز هم تحقیق ناقص است. اما زنان مبتلا به سرطان سینه که چای سبز زیاد صرف می‌کنند، سه فنجان یا بیشتر در روز، بهتر در مقابل بازگشت بیماری در برابر افرادی که چای سبز نمی‌نوشند، محافظت می‌شوند.

۹. یکی از مطالعات جاپانی نشان می‌دهد در خانم‌هایی که چای سبز می‌خورند احتمال خطر سرطان به میزان ۳۱٪ کاهش یافته است. گفتنی است، مشخص نیست که آیا افزایش چای سبز باعث افزایش حفاظت می‌شود یا خیر.

منبع: مجله سلامت

کم" - یعنی سه یا چهار نوشیدنی در هفته - معقول و بی خطر است. اما از صرف روزانه مشروبات باید اجتناب شود.

یک مطالعه در سال ۲۰۱۶ در مجله Between the National Cancer Institute نشان می‌دهد افرادی که بیش از یک نوشیدنی در روز می‌خورند ۲۸ درصد بیشتر از سایرین در معرض برگشت سرطان هستند.

### ۴. داروهای تجویز شده را

### صرف کنید

دکتر پورت می‌گوید: "سازگاری با داروهای تجویز شده برای کاهش احتمال

باشد. اما از آن جایی که ورزش باعث کاهش التهاب و سطوح هورمون‌های مرتبط با بازگشت سرطان می‌شود، به نظر می‌رسد بهترین راه دفاع باشد.

### ۲. وزن مناسب

دکتر وارنر می‌گوید: از دست دادن وزن با کاهش خطر ابتلا به سرطان سینه مرتبط نیست. اما شواهد خوبی وجود دارد مبنی بر اینکه اجتناب از افزایش وزن و انداخت یک رژیم سالم در طول و پس از درمان سرطان پستان در جهت بهبود شما موثر است.



خطر بیماری بسیار مهم است". مطالعات متعدد، از جمله یک مقاله در مجله پزشکی نیوانگلند، عوامل ضداستروژن را نشان داده است. مهار کننده‌های آروماتاز می‌توانند از بازگشت سرطان پستان جلوگیری کنند. دکتر پورت می‌گوید: به دلیل عوارض جانبی و سایر عوامل، بسیاری از زنان از صرف این داروها جلوگیری می‌کنند.

### ۵. صرف ویتامین C و D بیشتر

بازنگری‌های وارنر نشان می‌دهد

متخصصان دیگر نیز موافق هستند. Elisa Port Pستان در مرکز پستان Dubin Breast Hospital و پژوهشگر بنیاد تحقیقات سرطان سینه می‌گوید: "زن دارای اضافه وزن و چاقی بیشتر از افرادی که وزن سالم دارند، در معرض خطر سرطان هستند."

### ۳. از صرف بیش از اندازه

مشروب پرهیزید

دکتر پورت می‌گوید: "نوشیدن در حد

## روش‌های رانندگی در برف و جاده‌های برف‌گیز



بررسی تکنیک‌های رانندگی در برف و بخ پرداخته و به ذکر نکات مهم این مبحث اقدام نماییم.

### در ابتدا چند توصیه مهم در فصل سرما

قبل از سفر با تهیه چک لیست، موارد مهمی همچون سیستم گرمایش، لوله‌های سیستم گردش آب، ضد بخ، برف پاک کن، ترمومتر (زمستانی)، زنجیر چرخ و یا لاستیک بخ شکن و... را بازیابی و از سلامت آنها اطمینان حاصل نمایید. سفر در فصل سرما، باید با لوازم کافی و به عبارت بهتر وسایلی بیش از نیاز خاص این فصل انجام پذیرد. لباس‌های گرم و ضد آب، دستکش ضد آب، کلاه، کیسه‌های گرمایشی (جهت شرایط اضطراری)، کفش ساق بلند و ضد آب، جوراب پشمی و... همیشه به خاطر بسپارید که بیش از مدت زمان سفرتان وسایلی مثل پوشак و مواد غذایی و آشامیدنی به همراه داشته باشید. دارندگان موتورهای دودیفرانسیل بدانند که: این تصور که موتور دودیفرانسیل نیاز به زنجیر چرخ ندارد را از ذهن خود خارج کنید و بدانید که بالا رفتن از هر سرپالایی، پایین آمدنی دری خواهد داشت.

رانندگی در شرایط مختلف، لوازم، ادوات و تکنیک‌های خاص خود را می‌طلبند. وجود عوامل و لوازم متعدد سخت افزاری مربوط به هر یک شاید مهم ترین ملزمات یک سفر به حساب آید.

### تکنیک‌های رانندگی در برف و بخ

رانندگی در شرایط مختلف، لوازم، ادوات و تکنیک‌های خاص خود را می‌طلبند. وجود عوامل و لوازم متعدد سخت افزاری مربوط به هر یک شاید مهم ترین ملزمات یک سفر به حساب آید. لیکن به اذعان و اعتراض بسیاری از بزرگان فن و حرفة‌ای‌های موتورانی، نوع رانندگی است که مهمترین و تعیین کننده ترین عامل در ماندن یا موقوفیت در ادامه حرکت موتور است. جسارت و روحیه‌ی مجازه طلبی، دقت، مهارت و آگاهی از فنون و تکنیک‌های رانندگی در شرایط گوناگون عواملی هستند که دست به دست هم داده و یک راننده‌ی حرفة‌ای می‌سازند. علاوه بر این، موارد آگاهی از خصوصیات و توانایی‌های موتور، عکس العمل‌های آن در شرایط خاص و اشراف بر قدرت و نکات فنی موتوری که راننده آن را می‌راند، بسیار مهم و تعیین کننده است. اکنون به مناسبت فصلی که در آن هستیم، بنا داریم به

مسیر باز بمانید. اگر در هنگام عبور احساس کردید مانعی که در مقابل شماست سنگی بزرگ است و عبور از آن باعث لیز خوردن و امکان عدم عبوری موفق وجود دارد، در صورت مساعد بودن مسیری دیگر مسیر را عوض کرده و از کنار آن بگذرد. از تصمیم گیری‌های عجلانه پرهیزید که عامل بسیاری از حوادث و صدمات جبران نایذر است. در مسیرهای سخت و صعب العبور با سرعت بسیار پایین حرکت کنید. این توصیه را که همیشه برای عبور از مسیرهای دشوار با چند موتور همراه شوبد را که از خاطر نبرده اید؟ گروهی یا حداقل به اتفاق چند نفر که بتوانند به شما یاری برسانند اقدام به این گونه سفرها نمایید. در شرایط حاد باید یک نفر به صورت پیاده در جلو موتور حرکت کند تا مشاهده‌ی مسیر به شما فرمان صحیح دهد که البته این شخص باید خود به اصول رانندگی آگاهی کافی داشته باشد. دنده‌ها را طوری انتخاب نمایید که با سرعتی یکسان حرکت کنید و با کم یا زیاد کردن حداقل دور موتور راهنمای را بپیمایید. حتی المقدور از کمک سنگین استفاده نکنید و تنها با استفاده از کمک سبک و قفل دیفرانسیل‌ها مسیرتان را ادامه دهید.

### سرشیبی و سربالایی + برف و بیخ

رانندگی در چنین شرایطی را می‌توان شبیه به قرار گرفتن در گل و لای دانست. شما باید برای صعود از یک سربالایی با استفاده از دنده سنگین، و همچنین با بدست اوردن سرعت اولیه‌ی مناسب اقدام به صعود نمایید. از کم یا زیاد کردن گاز خودداری نموده و در صورت عدم موفقیت در صعود سعی در توقف در مسیر نداشته باشید. با ترمز به این کار مبادرت نکنید چون ترمز جز جواب عکس چیزی را عاید نخواهد کرد. در صورت توقف بر روی سربالایی، در سریع ترین زمان ممکن دنده را در حالت عقب قرار داده و بدون ترمز فقط و فقط فرمان را صاف نگه دارید. هر زمان موتور شروع به حرکت عرضی نمود با اضافه کردن گاز موتور را به حالت اولیه بازگردانید و دوباره بدون گاز و ترمز اجازه دهید موتور به پایین باز گردد. برای عبور از سربالایی حتماً مسیر مستقیم را انتخاب کرده از صعود از مسیرهای زاویه دار جدا خودداری نمایید. برای پایین آمدن نیز دنده را در حالت سنگین و قرار داده بدون استفاده از ترمز اجازه دهید موتور خود ادامه‌ی مسیر دهد. بازی اضافی با فرمان و همچنین حرکت‌های عرضی تعادل اتومبیلتان را برهمن خواهد زد و احتمال واژگون شدن را فراهم می‌آورد. در صورت حرکت عرضی، انتهای موتور را با اضافه کردن کمی گاز و فرمان مخالف به حالت اولیه باز گردانید. زمانی که در چنین شرایطی

موتور بدون زنجیر چرخ در زمستان و نواحی کوهستانی و برفی، هر چند دارای دودیفرانسیل باشد در حرکات مختلف و کاهش سرعت مشکل ساز و حادثه‌آفرین خواهد بود.

به خاطر داشته باشید در سرعت ۲۰ مایل (۳۲ کیلومتر) حدود ۵ متر از زمان ترمز‌گیری طول می‌کشد تا موتور بايستد. این مسافت بر روی مسیر بخی به طرز چشمگیری افزایش باقته و باهمان سرعت قبلی یعنی ۲۰ مایل یا ۳۲ کیلومتر این فاصله به ۴۵ متر افزوده شده و تقریباً ۹ برابر بیشتر می‌گردد که حتی با زنجیر چرخ این فاصله ۲۲ متر می‌شود. پس کاهش سرعت در مسیر برف و بیخ باید با حوصله و به آرامی صورت پذیرد.

هرگز برای پاک کردن شبشه‌های بوشیده از برف به وسیله‌ی آب گرم مبادرت نکنید. این کار باعث وارد آمدن شوکی شدید به شبشه شده و آن را خواهد شکست. برای پاک کردن شبشه‌ی موتور از دستعمال یا برس استفاده نمایید. سپس برف پاک کن را به حرکت درآورید. همچنین می‌توانید از محلول شبشه شوی ضد بخ استفاده کنید تا در هنگام حرکت تیغه‌ی برف پاک کن شما بخ نزند و شما را دچار مشکل نسازد.

قبل از ورود به مناطق برفی اقدام به نصب زنجیر چرخ نمایید زیرا در شرایط برفی این کار به سختی انجام می‌گیرد.

به خاطر داشته باشید در موتورهای دودیفرانسیل باید هرچهار چرخ مجهز به زنجیر چرخ شود زیرا اگر به ۲ چرخ جلو یا عقب زنجیر چرخ بسته شود عملاً موتور را به یک موتور یک دیفرانسیل تبدیل کرده اید و ...

### رانندگی در برف و بیخ

لغزندگی این گونه مسیرها حالتی شبیه رانندگی در گل و لای را تداعی می‌کند. پس برخی توصیه‌ها و تکنیک‌ها بین این دو حالت مشترک هستند البته تفاوت‌هایی وجود دارد که در جای خود بیان خواهد شد.

اصولاً رانندگی در فصل سرما به ویژه در کوهستان و مسیرهای جنگلی و برف گیر دشوار بوده و گاهی سبب به وجود آمدن موقعیت‌های خطرناکی می‌گردد که یادگیری تکنیک‌های مربوط به رهایی از این شرایط الزامی است. هرگز در هنگام عبور از روی تخته سنگ‌ها و محلهای عبوری با سنگ‌های ریز و درشت بازی اضافی با پدال گاز انجام ندهید. این کار اصطکاک را کم و چرخها را دچار هرزگردی خواهد کرد و بدترین حالت زمانی است که شما از ادامه‌ی

قرارمی‌گیرید، شاید کمی استرس سراغتان بیايد ولی سعی کنید با حفظ خونسردی به اتخاذ تصمیمی صحیح و سریع نائل شوید تا از بروز حادثه جلوگیری نمایید. همیشه به خاطر داشته باشید فرق راننده حرفة ای و آماتور در عکس العملهای سریع مشخص می‌گردد. راننده ای حرفة ای در کمترین زمان ممکن تصمیم گرفته و سپس همزمان آن را به انجام می‌رساند ولی راننده ای آماتور جسارت تصمیم گیری و انجام آن را ندارد.

### مسیر پوشیده از برف

در مسیرهایی که از برف پوشیده اند و پستی‌ها و بلندی‌های آن به وسیله برف پوشده است هرگز با سرعت بالا حرکت نکنید. تا از شرایط مسیر به خوبی مطلع نشده اید و اطمینان به عدم وجود آبگیر و پستی‌ها و بلندی‌ها ندارید آرام و با سرعت مطمئنه برآیند و از انجام حرکاتی با ریسک بالا پرهیز کنید. لاستیک یخ شکن یا زنجیر چرخ در چنین مسیرهایی ضروری بوده و حرکت بدون آن‌ها شما را دچار مشکل خواهد کرد. هرگاه در مسیری احساس کردید موترتان به اصطلاح گاز هرز می‌خورد و به سرعت آن اضافه نمی‌شود دندۀ را سبک کرده و سعی کنید در مسیرهای برفی و یخی از سبک ترین دندۀ ای ممکن استفاده نمایید. این حالت باعث می‌گردد بیشترین چسبندگی حاصل شده و کمترین هرزگردی را داشته باشید. هرگز در مسیرهای برفی برای دور زدن فرمان را تا انتهای نگه ندارید این کار قدرت عمودی موترتان را کم کرده و باعث هرزگردی و عدم توانایی در دور زدن خواهد شد. دایره‌ای بزرگ را برای این کار در نظر بگیرید تا بتوانید با کمک سرعت مناسب و با چرخاندن کم فرمان این کار را انجام دهید.

### ماندن در برف

با در نظر گرفتن تمام جوانب از طرف شما و رعایت اصول رانندگی، امکان گیرکردن در برف برای هر فردی وجود دارد. همواره به یاد داشته باشید زمانی که در مسیر برفی از ادامه راه بازماندید با اضافه کردن گاز کار را برای خود دشوارتر نسازید. توقف کرده بیاده شوید وضعیت را کاملاً بسنجید. با استفاده از بیلچه جلوی چرخ‌ها را از برف خالی کنید تا حرکت مجدد به راحتی انجام پذیرد. پس از رهایی با سرعت یکسان و دندۀ مناسب به حرکت ادامه دهید و از کم کردن سرعت خودداری نمایید.

ممکن است در مسیری مستقیم به علت لغزنندگی به طرفین راه

منحرف شده و در شیب طرفین جاده گرفتار گردد. در چنین موقعیتی اگر اطراف مسیر باز باشد، موتور را جابجا کرده و با دندۀ عقب نسبت به مسیر، زاویه‌ی ۹۰ درجه را انتخاب نمایید و با شتاب گیری و دندۀ سبک به مسیر بازگردید. اگر بخواهید به وسیله‌ی حرکت جانی به مسیرتان باز گردید، کاملاً در اشتباه هستید. در این حالت قدرت بین چرخ‌ها به علت فشار روی دوچرخ جانی به درستی تقسیم نمی‌شود و تنها دو چرخ بدون حاصل هرزگردی می‌کنند. اگر کتاره‌های مسیر به علت باریک بودن و محدودیت مثلاً وجود درخت و یا مانع طبیعی، قابل دسترسی نبود باید به وسیله موتورهای دیگر اقدام به بکسل کردن موتور نمایید. استفاده از وینچ نیز بسیار مؤثر خواهد بود. اگر در مسیری تنها هستید و چنین شرایطی برایتان پدید آمد، اتصال به درخت یا هر جسم سنگینی که در جهت مقابل جاده قرار دارد (مثلاً اگر به سمت راست منحرف شده اید اتصال باید در سمت چپ جاده باشد) و با استفاده از دندۀ سنگین و سرعتی یکسان و بدون کم بازیاد کردن دور موتور می‌توانید به راحتی از مهلکه بگریزید.

در مسیرهای برفی ممکن است آب شدن تدریجی در طی روز به علت افزایش دما و یا تابش خورشید و یخ زدن آب‌های حاصل از این جریان طبیعی به علت پایین آمدن دما در شب، عبور را از مسیر برفی سخت تر کند. برای عبور از مسیرهای یخی دقت شما نسبت به جاده‌های برفی باید دوچندان گردد. تمام اصول و تکنیک‌هایی که بر روی برف مورد استفاده قرار می‌گیرند در مسیرهای یخی نیز باید با دقت و حوصله‌ای مضاعف انجام پذیرد. استفاده از لاستیک‌هایی که بخشکن کمک بزرگی به شما خواهد نمود. و باز تکرار این نکته که موتورهای دو دیفرانسیل به زنجیر چرخ و لاستیک یخ شکن نیاز ندارند را باید از ذهنتان دور ببریزید و بدانید که درست است که هر دو دیفرانسیلی عملکرد بهتری در برف نسبت به موتورهای سواری دارد ولی حتی در شهر و جاده‌های آسفالتی موتورهای دو دیفرانسیل به علت وزن بیشتر عمل ترمزگیری در آن‌ها سخت تر صورت می‌گیرد و این وسیله‌ی تقلیلی نیز باید مجهز به لاستیک یخ شکن و در شرایط خاص و سخت به زنجیر چرخ باشد.

توصیه‌ها و موارد ذکر شده، اصول اولیه برای رانندگی در شرایط برفی و یخی است و بسیاری از ریزه‌کاری‌ها فقط در هنگام قرار گرفتن در موقعیت است که پدید آمده و راه حل آن را می‌شود ارائه کرد. با فراغیری و رعایت اصول اولیه رانندگی می‌توانید دیگر موارد را از دل آن خارج و در شرایط بحرانی با استفاده از راه کارهای مناسب از رانندگی لذت ببرید.

## بررسی منشاء پیدایش آب در زمین



ایزوتوپ هایدروژن سنگین تر نسبت به هایدروژن معمولی، یکی از نشانه هایی است که این موضوع را تایید می کند چرا که هایدروژن موجود در اقیانوس ها بر اساس نسبت دوتربیوم به آنچه در خرده سیارک ها یافت می شود، شباهت بیشتری دارد. به گفته محققان، اقیانوس ها ممکن است توانند کل داستان هایدروژن زمین را نقل کنند.

استیون دش، استاد فیزیک دانشکده زمین شناسی و اکتشافات فضایی دانشگاه ایالتی آریزونا و یکی از نویسندهای مطالعه جدید، به سرپرستی پیر بوسک گفت: «وقتی که دانشمندان نسبت دوتربیوم هایدروژن آب اقیانوس ها را اندازه گیری می کنند و می بینند که به آنچه در سیارک ها دیده می شود بسیار نزدیک است، به این نتیجه می رسند که این آب از خرده سیارک ها آمده است.»

تحقیقات اخیر نشان می دهد که هایدروژن - موجود در اقیانوس های زمین نشان دهنده هایدروژن موجود در کل - سیاره زمین نیست. نمونه هایی از هایدروژن موجود در عمق درون زمین، در نزدیکی مرز بین هسته و گوشته، به طور قابل توجهی دارای دوتربیوم بسیار کمتری است، که نشان می دهد این هایدروژن ممکن است از خرده سیارک ها نیامده باشد. گازهای هیلیوم و نیون نیز با امضاهای

بر طبق تحقیقات جدید آب موجود در زمین ممکن است از خرده سیارک ها و گازهای خارجی بجای مانده از تشکیل خورشید به وجود آمده باشد. یافته های جدید به دانشمندان کمک می کند تا بتوانند نحوه شکل گیری سیارات دیگر و پتانسیل زیست پذیری آنها را درک نمایند.

به گزارش بیگ بنگ، محققان بیان نمودند که برای بررسی رمز و راز منشاء آب زمین به نظریه جدیدی دست یافته اند. مطالعه جدید، ایده های پراکنده ای را در مورد هایدروژن موجود در آب های زمین مطرح می کند و بیان می دارد که این عنصر بخشی از ابرهای گرد و غباری و گازهای باقی مانده از تشکیل خورشید است که سحابی خورشیدی نام دارد. برای شناسایی منابع آب موجود بر روی زمین، دانشمندان به جای اکسیجن منابع هایدروژن را مورد بررسی قرار دادند، زیرا این مولکول دوم تشکیل دهنده آب است در سیستم خورشیدی بسیار فراوان می باشد.

بسیاری از دانشمندان نظریه ای را مطرح کرده اند که از لحاظ تاریخی بسیار مستدل است. آنها بیان می دارند که تمام آب های زمین از خرده سیارک ها آمده اند، چرا که شباهت زیادی بین آب اقیانوس ها و آب موجود در خرده سیارک ها وجود دارد. بر اساس نسبت دوتربیوم،



ذوب شده اقیانوس مانگما حل شد. هایدروجن به وسیله فرآیندی که تکیک ایزوتوبی نامیده می شود به سمت مرکز زمین جوان کشیده شد. هایدروجن، که در آهن حل شده بود، توسط آهن وارد هسته زمین شد، در حالی که بسیاری از ایزوتوب‌های سنگین‌تر، نظیر "دوتربیوم" در مانگما باقی ماندند و در نهایت سرد شدند و به گوشته تبدیل گردیدند. این مدل جدید، گازهای نجیب موجود در عمق گوشته و نسبت دو تربیوم هایدروجن پایین موجود در هسته را نسبت به پوسته و اقیانوس‌ها نشان می دهد.

نویسنده‌گان از این مدل برای تخمین مقدار هایدروجن هر منبع استفاده نمودند. آنها نتیجه گرفتند که بیشتر هایدروجن از خرده سیارک‌ها به جای مانده است، اما برخی از آب‌های زمین از سحابی خورشیدی آمده است. جون وو، استاد تحقیقات دانشکده علوم مولکولی و اکتشاف زمین‌شناسی فضایی دانشگاه ایالتی آریزونا و نویسنده اصلی این مطالعه گفت: «یکی از هر ۱۰۰ مولکول آب موجود در زمین، از یک یا دو سحابی خورشیدی آمده است.» جزئیات بیشتر این پژوهش در نشریه *Geophysical Research: Planets* منتشر شده است.

منبع: [www.bigbangpage.com/astronomy](http://www.bigbangpage.com/astronomy)

ایزوتوبی که نشان می دهد از سحابی خورشیدی به ارت رسیده‌اند در گوشته زمین یافت می شوند. در مطالعه جدید، محققان مدل نظری جدیدی از شکل گیری زمین را ارائه نموده‌اند که می تواند تقاضات بین هایدروجن موجود در اقیانوس‌های زمین و مرز پوشش هسته و همچنین حضور گازهای نجیب در عمق این سیاره را توضیح دهد.

### مدل‌سازی پیدایش زمین

با توجه به مدل جدید محققان، چند میلیارد سال پیش، خرده سیارک‌های بزرگ مملو از آب در سیاره‌ها پدید آمدند، در حالی که سحابی خورشیدی هنوز هم در اطراف خورشید می چرخید. این خرده سیارک‌ها، که بعنوان جنین‌های سیاره‌ای شناخته می شوند، به سرعت به هم برخورد کرده و بزرگتر شدند و در نهایت، انرژی لازم را برای ذوب کردن سطح بزرگترین جنین در اقیانوس مانگما به دست آوردند. این جنین بسیار بزرگ در نهایت به زمین تبدیل شد.

گازهای سحابی خورشیدی، از جمله هایدروجن و گازهای نجیب، تحت پوشش جنین بزرگ پوشیده از مانگما قرار گرفتند و اتمسفر اولیه را تشکیل دادند. هایدروجن سحابی که حاوی دو تربیوم کمتر است و سبک‌تر از هایدروجن خرده سیاره‌ای می باشد، در آهن

## چه غذاها و نوشیدنی‌هایی در هواپیما مجاز است؟



مجاز: شیرخشک، شیر مادر، و آبمیوه را می‌توان در کیف همراه یا بکس حمل کرد.

ممنوع: تنها شرط لازم برای حمل این مواد خوارکی این است که از یک حدی بیشتر نباشد.

### ۲. پنیر

مجاز: تمام پنیرهای جامد اجازه حمل، هم در کیف همراه و هم بکس را دارند، اما برای بررسی از شما می‌خواهند که آن را خارج کنید. پنیرهای خامه‌ای را می‌توان بدون هیچ محدودیتی در بکس حمل کرد.

ممنوع: شما فقط اجازه دارید حدود ۹۶ گرام یا کمتر پنیر خامه‌ای در کیف همراهتان داشته باشید.

### ۳. چاکلت

مجاز: حمل چاکلت جامد هم در کیف همراه و هم در بکس مجاز است. چاکلت مایع را می‌توان بدون هیچ محدودیتی در بکس نگه داشت.

ممنوع: شما تنها مجاز به حمل حدود ۹۶ گرام یا کمتر، چاکلیت مایع در کیف همراهتان هستید.

### ۴. دیپ خامه‌ای یا پخشینه (هرچه که روی نان بتوان مالید)

آیا می‌دانید چه غذاها و نوشیدنی‌هایی را نباید با خود به فرودگاه ببرید؟ فهرست زیر غذاها و نوشیدنی‌هایی که اجازه عبور از امنیت فرودگاه را ندارند به شما یادآور می‌شود.

یکی از بهترین بخش‌های سفر، غذاهایی جدیدی است که تجربه می‌کنیم. گاهی طعم یک غذا را آنقدر دوست داریم که می‌خواهیم آن را با خود به خانه ببریم. بسته به نوع آن خوارکی یا نوشیدنی، ممکن است اجازه حمل آن را در بخش امنیت فرودگاه به شما ندهند. پس بهتر است پس از رزرو تکت هواپیما درباره این نوع خوارکی‌ها بیشتر بدانیم.

همه مسافران طبق عادت، بطری‌های آب و نوشابه خود را پیش از رسیدن به امنیت فرودگاه دور می‌اندازند. نوشیدنی‌های مختلف قوانین مختلفی هم دارند و حتی برخی خوارکی‌ها هستند که از ممنوع بودشان تعجب می‌کنید. اگر مواد خوارکی جزو این لیست نباشد پس می‌توانید براحتی آن‌ها را همراه داشته باشید. البته در قسمت امنیت از شما می‌خواهند تا آن را خارج کنید و بررسی اش کنند. جدای این فهرست، همیشه پس از رزرو تکت از قوانین هواپیمایی و کشورهای مبدأ و مقصد اطلاع کسب کنید.

### ۱. غذای بچه

مجاز: امنیت با آوردن لابستر یا شاهمیگوی زنده به عنوان حیوان خانگی و قرار دادن آن در بکس یا کیف همراه هیچ مشکلی ندارد. حتی اگر حیوان خانگی هم نباشد و بخواهید آن را بخورید ابراد نمی گیرد.

ممنوع: حتیماً پیش یا پس از ریزرف تکت هواپیما با هوایپمایی خود تماس بگیرید و از اینکه می توانید یک لابستر زنده در کیف همراه داشته باشید مطمئن شوید.

#### ۱۲. شیره درخت افرا

مجاز: شما مجاز هستید هر مقدار شیره درخت افرا که می خواهید در بکس تان حمل کنید.

ممنوع: تنها حدود ۹۶ گرام یا کمتر می توانید در کیف همراه خود شیره درخت افرا داشته باشید.

#### ۱۳. روغن زیتون و سرکه

مجاز: هر مقدار که مایل باشید می توانید روغن زیتون و سرکه در بکس حمل کنید.

ممنوع: تنها حدود ۹۶ گرام یا کمتر می توانید در کیف همراه خود روغن زیتون یا سرکه داشته باشید.

#### ۱۴. کره بادامز مینی

مجاز: هر مقدار کره بادامز مینی که مایل باشید (یا هر کره آجیل دیگری) می توان داخل بکس قرار داد.

ممنوع: تنها حدود ۹۶ گرام یا کمتر می توانید در کیف همراه خود کره بادامز مینی داشته باشید.

#### ۱۵. چکنی سالاد، سالسا و دیگر چکنی ها

مجاز: هیچ محدودیتی برای حمل این چکنی ها در بکس وجود ندارد.

ممنوع: تنها حدود ۹۶ گرام یا کمتر می توانید در کیف همراه خود چکنی سالاد، سالسا و دیگر انواع چکنی داشته باشید.

#### ۱۶. سوپ

مجاز: هرچقدر مایل هستید سوپ در بکس نگه دارید.

ممنوع: از نظر امنیت سوپ مانند هر هر مایع دیگری چون آب محسوب می شود. تنها حدود ۹۶ گرام یا کمتر می توانید در کیف همراه خود سوپ داشته باشید.

#### ۱۷. ماست

مجاز: داشتن هر مقدار ماست در بکس مجاز است.

ممنوع: تنها حدود ۹۶ گرام یا کمتر می توانید در کیف همراه خود ماست داشته باشید.

منبع: [www.kojaro.com](http://www.kojaro.com)

مانند مربا، خامه، کره، پنیر) مجاز: هرچقدر که می خواهید می توانید دیپ و پخشینه، در بکس داشته باشید. ممنوع: تنها حدود ۹۶ گرام دیپ و پخشینه می توانید در کیف همراه حمل کنید.

#### ۵. بخ

مجاز: بخ های کاملاً بسته و یخ زده، پک های بخ، بخ خشک و ژل یخی منجمد را می توان هم در کیف همراه و هم در بکس حمل کرد.

ممنوع: امنیت بخ های آب شده را جدا می کند زیرا شما مجاز نیستید که در کیف همراه آب داشته باشید. پک های ژل بخ آب شده را هم نمی توان در کیف همراه حمل کرد.

#### ۶. گریوی

مجاز: آیا پس از عید شکرگذاری به وطن برمی گردید؟ تمام گریوی های باقی مانده سر میز را داخل بکس بگذارید.

ممنوع: فقط حدود ۹۶ گرام یا کمتر می توانید در کیف همراه داشته باشید.

#### ۷. عسل

مجاز: هیچ محدودیتی درباره میزان حمل عسل در بکس وجود ندارد.

ممنوع: تنها حدود ۹۶ گرام یا کمتر می توانید در کیف همراه خود عسل داشته باشید.

#### ۸. حمص (نخود ارده)

مجاز: هرچقدر که دوست دارید داخل بکس تان حمص ببریزید.

ممنوع: تنها حدود ۹۶ گرام یا کمتر می توانید در کیف همراه خود حمص داشته باشید.

#### ۹. بستنی

ممنوع: اگر بستنی آبکی باشد، بجای اینکه آن را در کیف همراه بگذارید خیلی سریع آن را میل کنید زیرا اجازه عبور نخواهد یافت. بستنی های آب شدنی را می توان در بکس حمل کرد اما اگر آب شود که دیگر مزه ای ندارد.

#### ۱۰. مربا

مجاز: هرچقدر که دوست دارید بکس خود را پر از مربا کنید.

ممنوع: تنها حدود ۹۶ گرام یا کمتر می توانید در کیف همراه خود مربا یا ژله داشته باشید.

#### ۱۱. لابستر زنده



## دريچه تصاویر



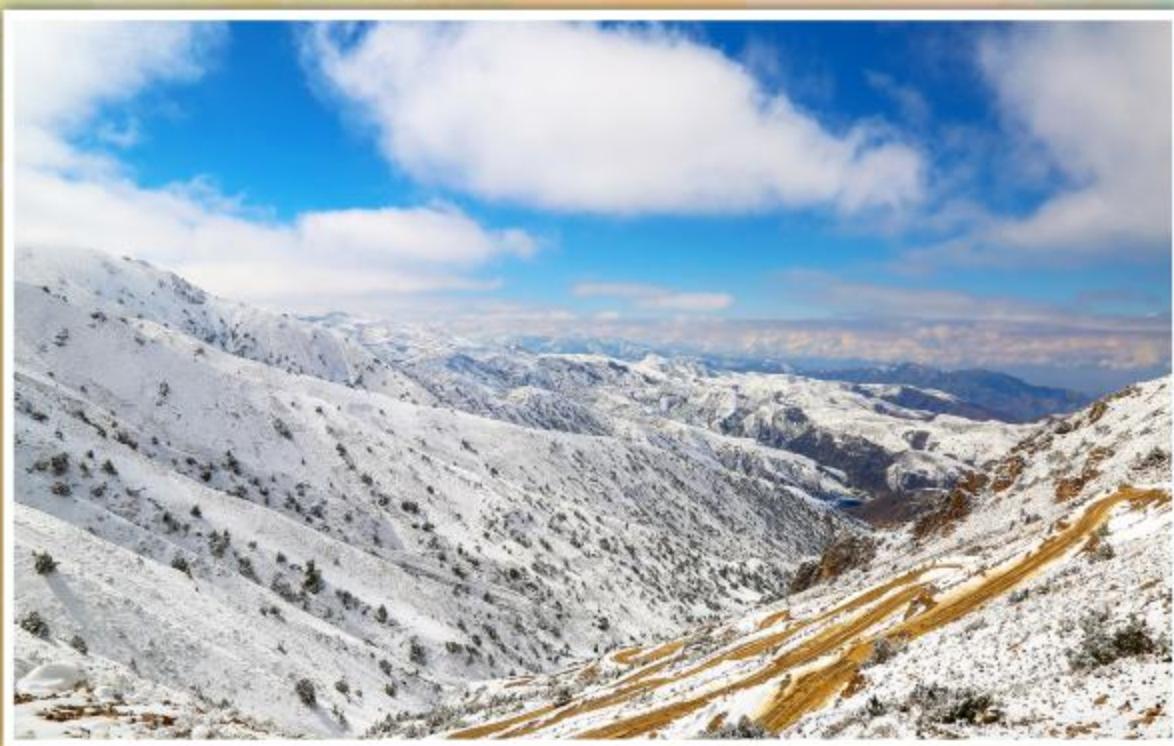
کابل، باغ بالا، زمستان ۱۳۹۵



کابل، شهرک حاجی نبی، زمستان ۱۳۹۶



کابل، سر کوتل



کوتل پلنی خوست و فرنگ، زمستان ۱۳۹۷



افغان بیسیم  
AFGHAN WIRELESS

کمتر پرداخت کنید  
بیشتر صحبت نمائید!



\*233\*2\*1#

برای غیر فعال سازی: \*233\*2\*2#



VOICE



[www.afghan-wireless.com](http://www.afghan-wireless.com)

152  
(24 HR)

کمتر پرداخت کنید  
بیشتر صحبت نمائید!



ماهانه

1200 دقیقه  
300 افغانی

\*233\*4\*1#

برای غیر فعال سازی: \*233\*4\*2#



VOICE



FREE WiFi



Certified Network



@myawcc

[www.afghan-wireless.com](http://www.afghan-wireless.com)

152



**Concessionaire**

AWCC

**Founder**

Amin Ramin

**Board of Editors**

Wali Mohammad Sultani  
 Sayed Zakaria Hashimi  
 Abdul Rahim Danish  
 Mohammad Nasir Nasiri

**Chief Editor**

Naqibullah Falak

**Editor**

Abdul Haq Samoon

**Graphic Design**

Esmatullah Ahrary

**Type in Computer**

Kaleemullah Niazi

**Photographer**

Ramin Akbari

**Add**

Khwaja Mula, Darul Aman Road,  
 Hajari Najari Bus station. Kabul - Afghanistan.

**Website**[www.afghan-wireless.com](http://www.afghan-wireless.com)**Contact No**

+93 (0) 703 181818

[magazine@afghan-wireless.com](mailto:magazine@afghan-wireless.com)**Annotation**

- Afghan Wireless monthly magazine office most welcomes articles from writers, social workers and essayists.
- Afghan Wireless monthly magazine office holds the rights to accept, reject, change or modify any article without informing its writer.
- Afghan Wireless monthly magazine office accepts your sound suggestions, comments and feedbacks.
- Except editorial and reports, for all other articles, their writers are responsible.



# Afghan Wireless Monthly

## Cultural, Social, Economic and Scientific

Tenth year - 108<sup>th</sup> Edition  
 January 2019

**Table of contents**

4 Tips That Will Help You Prepare For A Successful New Year	<b>2</b>
Things that happen to your body when you wait too long to pee	<b>4</b>
12 Sites That Will Teach You Coding for Free	<b>6</b>
5 Tools to Help Your Team Collaborate Better Than Ever	<b>9</b>
15 COMMON ENGLISH IDIOMS AND PHRASES WITH THEIR MEANING	<b>10</b>



## 4 Tips That Will Help You Prepare For A Successful New Year



With the end of the year fast approaching, it's easy to feel overwhelmed. The holidays are often the busiest time of year and there's the added pressure of trying to finish up everything before December 31st. What's often overlooked, however, is the valuable opportunity this time of year offers. The last month of the year is the prime time to look back at the previous 12 months and set goals for the next 12.

There are four tasks that can help you set yourself up for business success in the upcoming year. The more time you can spend on these tasks, the better, but you don't need a lot of time to see results. If you dedicate as little as one hour each week, you'll have completed all of the tasks by the end of December.

### ◆ **Review and reflect on the past 12 months.**

The best thing about the end of the year is that you're already primed and ready to be in reflection mode. You're most likely starting to think about New Years' resolutions as well as reminiscing about times past with your family and friends during the holidays. Just as you reflect on your personal life and set goals, you should do the same in your career and business.

When reflecting, take a look back at both the good and the bad sides of things. Take stock of where you are in your career in regard to where you want to be, evaluate what went well for you professionally, and areas in which you can improve. Ask your managers and colleagues for feedback as well your own self-reflection. Be thorough in your reflections, as the more detailed they are, the better you'll be able to reflect on them. This directly correlates to the next task.

### ◆ **Make a game plan for the next 12 months.**

Once you've done your reflecting, it's time to turn that into action. That action comes in the form of setting goals. Create a broad goal for the entire year, plus smaller goals that complement and help

you reach your main goal. From there, create an outline of how you'll reach those goals, when you want to accomplish them, and ways that you can ensure you stay on track. This becomes your action plan for the year.

You'll want to revisit your goals and your action plan at least four times a year. Your goals can change throughout the year for a number of reasons. Perhaps you decided to change jobs or got an unexpected promotion, or maybe you were laid off. Your goals shouldn't stay the same if your circumstances have changed.

#### ◆ **Clean up your inbox.**

An overflowing inbox is one of the biggest sources of stress at work. Leave this stress behind in the new year by starting off with a fresh, uncluttered inbox. This is not the time to simply select all of your emails and mark them as read. Thoroughly go through your messages keeping two things in mind – is it urgent and can it be deleted? Reply right away to any urgent messages and remove yourself from email chains that you don't need to be a part of. From there, create filters to help keep your inbox as clutter free as possible.

To keep this momentum going, don't leave your next big inbox clean up until the end of

the next year. Schedule a time to do it once per month, or at least once per quarter. Inbox zero is nearly impossible, but having control of your inbox is well within reach.

#### ◆ **Finish as many small tasks as possible.**

The more small tasks you can check off your to do list, the better you'll be prepared to hit the ground running in the new year. Take 20 extra minutes to reply to emails or tie up any loose ends on a project. File the paperwork that you've been putting off. It's the little things that matter the most in this case. Taking care of those tasks will ensure that you start the year off focusing on the bigger things and not playing catch up. In other words, don't procrastinate and leave things until January. Yes, this is much easier said than done, but it's also the most important.

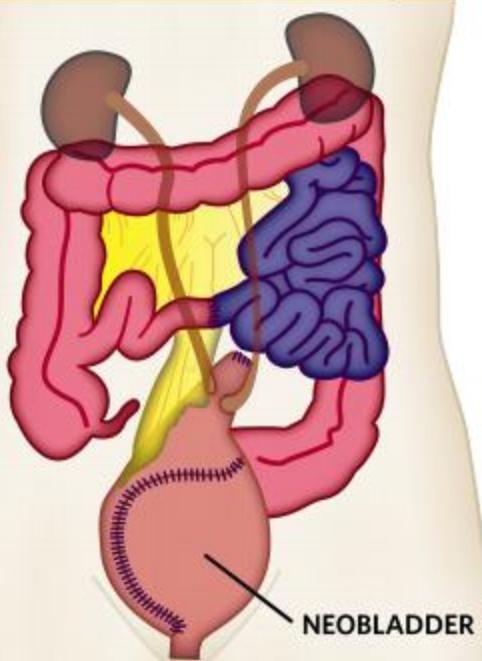
If you're ready to take hit the ground running next year, make time to complete each of these tasks. Spread them out over the whole month or tackle them all in one sitting, it's up to you. Completing them is all that matters. Want an even better next 12 months? Make the time to complete these tasks all year round.

Source: [www.forbes.com](http://www.forbes.com)





## Things that happen to your body when you wait too long to pee



As newborns, infants and toddlers, we eventually start to learn how to control our bladders. Our brain only knows that when we have to go, it's time to go, and for many of us, we'll need to go around 6 or 7 times a day.

After some training we learn to control when we go, and how long we're able wait before we get to a bathroom. And sometimes we wait a little too long. There may not be facilities nearby, or we're just too busy. But holding it in isn't necessarily a bad thing, until it becomes a habit. That's when problems begin to arise, some more severe than others.

### ◆ Your bladder can only take so much

Your bladder is only capable of holding so much - roughly two cups of water (16 ounces) - comfortably. For kids it's even less: only four ounces.

Think of your bladder as a muscle because, well, that's exactly what it is. When your bladder is overworked, it can affect other things: for example, your pelvic floor. Your pelvic floor muscle is what controls whether or not you're going to keep urine in, or let it out. (Imagine going back to your infant days!) So, you want your bladder to be in great shape.

### ◆ Your brain won't know it's time to go

Believe it or not, the more you put off emptying your bladder, the more it stretches out. Dr. Chamandeep Bali, a naturopathic doctor at the Toronto Naturopathic Health Clinic told the Huffington Post that once the bladder stretches, your brain can lose its ability to know when you have to go.

That critical message your bladder sends to your brain when it's time to go, can go unnoticed.

### ◆ You could actually pee your pants!

Now that would be embarrassing, and in my opinion, could possibly be a worst-case scenario. OB/GYN, Lauren Streicher M.D. told Redbook, "As your bladder gets fuller and fuller, there's a

good chance you aren't going to make it to the bathroom on time." Yikes!

Many of us have been there: that "just barely made it" scenario, where the bathroom line may have been just slightly too long, after you sprinted to get there. It's more likely to happen to young children and the elderly, but that doesn't mean it can't happen to you if you push your bladder too far. (Cue the adult diapers!)

#### ◆ vYou could get a U.T.I.

About half of all women have had a Urinary Tract Infection (UTI) at least once in their lives. These infections occur because bacteria has made its way into the urinary tract, which then causes symptoms like burning, the need to urinate frequently, and pelvic pain, among others.

But UTI's aren't actually a direct result of holding in your pee. If you don't empty your bladder enough, your body becomes a breeding ground for bacteria which can then cause a UTI.

#### ◆ Bacteria can create other problems

UTIs aren't the only thing that can occur if bacteria makes itself at home in your urinary tract. Different adverse effects can include further infections, fever, pain, cramping, and more. It's definitely a domino effect. Save yourself the hassle and just go!

#### ◆ Other organs can become damaged

Your bladder connects to your urinary system, which includes your kidneys. The kidneys create urine from the excess water in the blood stream, and by filtering waste. The Kidney

and Urology Foundation says that if urine travels back up the tubes that connect your bladder to your kidneys, it can cause infections and kidney damage.

New York Urologist Alex Shteynshlyuger, M.D. also explained in an interview that in long term cases of holding in your pee, elastic tissue can become damaged and eventually be replaced by scar tissue, which then can cause kidney damage down the road.

#### ◆ Your muscles could stay clenched

Not only will you cause yourself discomfort by holding in your urine, but the muscle doing all the work can end up staying clenched. Streicher explained, "I see a lot of people who come in with lower abdominal pain and think that something is seriously wrong, and one of the things I look for is does the person have normal bladder habits. And a lot of times, they don't. Well, that causes pain that may stick around for awhile."

Source: [www.thelist.com/67668/happens](http://www.thelist.com/67668/happens)





# 12 Sites That Will Teach You Coding for Free

There was a time when knowing how to program was for the geekiest of geeks. That's not exactly the case today. As most entrepreneurs, freelancers and marketers will tell you, learning how to program can help you succeed. Over the past year, I've been learning to code. It's helped me to become a much better entrepreneur -- I can dive in when my team needs to fix a few bugs on the site.

You don't even need to shell out a ton of money or put yourself in debt to learn how to code, either. These 12 places offer coding courses for free:

## 1. **CodeAcademy**

One of the most popular free places to learn coding is CodeAcademy. In fact, more than 24 million people have already learned how to code through this educational company's engaging experience. At CodeAcademy, you can dive right in and take courses that teach you everything from HTML & CSS, JavaScript, jQuery, PHP, Python and Ruby.

## 2. **Coursera**

Founded in 2012, Coursera has grown into a major for-profit educational-technology company that has offered more than 1,000 courses from 119 institutions. While you can pay for certain programs to receive a certificate, there are a number of free





# KHANACADEMY

introductory programming courses in various specializations from universities such as the University of Washington, Stanford, the University of Toronto and Vanderbilt.

### 3. edX

EdX is another leading online-learning platform that is open source instead of for-profit. It was founded by Harvard University and MIT in 2012, so you know that you'll learn about cutting-edge technologies and theories. Today, edX includes 60 schools. You probably can't go wrong with the free Introduction to Computer Science from Harvard University.

### 4. Udemy

Founded in 2010, Udemy is an online learning platform that can be used as a way to improve or learn job skills. While there are courses you have to pay for, there are plenty of free programming courses, which are taught via video lessons, such as Programming for Entrepreneurs - HTML & CSS or Introduction to Python Programming.

### 5. aGupieWare

aGupieWare is an independent app developer that surveyed computer-science programs from some of the leading institutions in the U.S. It then created a similar curriculum



# codecademy



based on the free courses offered by Stanford, MIT, Carnegie Mellon, Berkeley and Columbia. The program was then broken into 15 courses: three introductory classes, seven core classes and five electives.

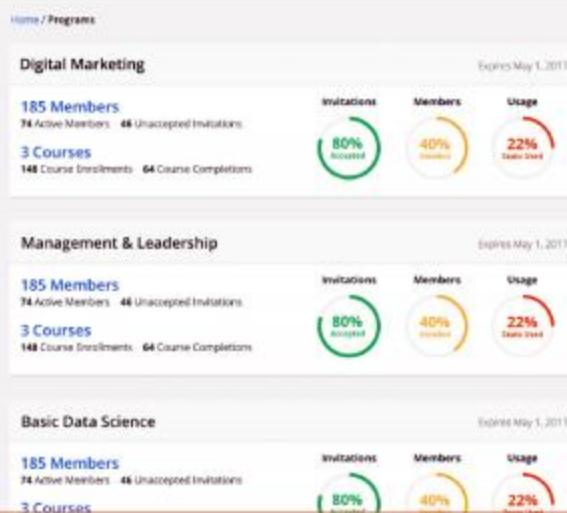
While you won't actually receive credit, it's a perfect introductory program for prospective computer programmers.

### 6. GitHub

Sometimes, you need to recall a reference book when you're stuck on a problem. That's GitHub. You can find more than 500 free programming books that cover more than 80 different programming languages on the popular web-based Git repository hosting service, which means that it's frequently updated by collaborators.

### 7. MIT Open Courseware

If you've already learned the basics, and went to get into something a bit heavier--such as exploring the theory behind coding -- take advantage of MIT's free courseware site that includes classes such as Introduction to Computer Science and Programming, Introduction to Programming in Java and



## Practical Programming in C.

### 8. Hack.pledge()

This is a community of developers, which include some high-profile developers such as Bram Cohen, the inventor of BitTorrent. There, you can perfect your programming skills by learning from some of the leading developers in the world.

### 9. Code Avengers

Based out of New Zealand, Code Avengers provides fun and interactive programming courses that will teach you how to code games, apps and web sites using JavaScript, HTML and CSS. Each course takes just 12 hours to complete and is available in English, Russian, Dutch, Spanish, Italian, Turkish and Portuguese.

### 10. Khan Academy

Created in 2006 by educator Salman Khan, Khan Academy is one of the original free online-learning institutions. With step-by-step video tutorials, you can learn how to program drawings, animations and games

using JavaScript and ProcessingJS, or learn how to create webpages with HTML and CSS.

### 11. Free Food Camp

Here you'll learn HTML5, CSS3, JavaScript, Databases, DevTools, Node.js, Angular.js and Agile by networking and joining a community of professionals and students. You'll even work together on your coding skills so that you can build apps for free. Here's the catch: you're learning those skills and building helps to help solve real-world problems. Code is available to nonprofits.

### 12. HTML5 Rocks

This Google project launched in 2010 to counter Apple's HTML5. The site is full of tutorials, resources and the latest HTML5 updates. It's open source, so developers can play around with HTML5 code. Because this is more advanced than most introductory courses, you may want to gain some knowledge and experience before jumping in.

Learning code used to require access to expensive books and classes, but no longer. I highly recommend that every entrepreneur learns to code. Still wondering if you need to code? Here is a programmer guide I put together to show you every step I took to become an entrepreneur that codes!

Source: [www.entrepreneur.com/article](http://www.entrepreneur.com/article)



## 5 Tools to Help Your Team Collaborate Better Than Ever

Make sure you get the most out of in-house and remote teams with these effective tools.

Collaboration can mean the difference between success or failure in an organization. In fact, one survey found that 86 percent of people attribute workplace failures to lack of collaboration.

In today's era of distributed teams and remote workers, technology plays an essential role in collaboration; it can shake up the status quo in a good way. For instance, tools employing artificial intelligence remove the drudgery and add predictive suggestions, making collaboration faster and easier. And today there are new types of collaboration tools which weren't around a few years ago.

Here are five collaboration tools that will disrupt your business in the best way possible.

### ◆ Video Conferencing Tools

Not that long ago, video conferencing was hard to set up and thus used infrequently. Fast forward to today, and it's becoming a routine way of collaborating. Some small businesses and departments use it daily, because the

cost of the apps has come down, bandwidth and network speed has increased making connectivity more reliable, and the ease of use has improved.

The best part is, today's video conferencing tools are nearly device agnostic. You can now participate in a conference on your smartphone, tablet, computer, or television. Popular tools include WebEx and Zoom which are full featured solutions for businesses of all sizes. GoToMeeting, Join.me, and Skype for Business are alternatives. And if you want to disrupt things even further, share your video meeting with a group on Facebook Live -- apps like Zoom let you broadcast instantly to your Facebook Page.

### ◆ Voice Collaboration Tools

There are multiple times throughout the day when you just need a fast answer from someone. But what if you're on another floor or in another town?

Sure, you can pick up your landline or smartphone, or send an email, but then you may get voicemail or have to wait hours for



a reply. Today's enterprising entrepreneurs instead turn to cloud voice messaging applications. These applications can remain open and persistent on your desktop while you work. They typically show whether the person you want to reach is available, and they offer both instant text messaging and voice calling.

Add in the ability to share screens and send files, and they're easier to use than email or phone calls when you need fast answers throughout the day. Nextiva has such an application for fast voice collaboration, but you can also take a look at Skype and GoogleHangouts. Voice collaboration tools like these make your company nimbler and faster--minimizing countless small delays each day.

#### ◆ Project Collaboration Tools

The earliest project management tools were essentially glorified calendars and spreadsheets, mainly used to track deadlines and responsibilities. Today's project management tools still help manage deadlines and responsibilities, but do much more by integrating sophisticated collaboration features, including shared file storage, places for team members to leave comments and ask questions, as well as instant messaging, screen sharing and conferencing--all in one virtual workspace.

These improved tools can bring team members together no matter how spread out in the real world, so everyone knows what everyone else is doing with scheduling, communications, file management and coordination features in a single dashboard. Slack revolutionized this space by taking the friction out of project workflows, through collaboration features. Trello and Basecamp

also place heavy emphasis on collaboration.

#### ◆ Visual Design Collaboration Tools

Are you still going through the time-consuming process of back and forth calling, traveling and lugging around blueprints and sketchbooks, or individually emailing mockups? Whether you are a developer designing a website or an app, or a photographer, architect, landscaper or interior designer, visual design collaboration tools have the power to transform how you work with clients.

One of the challenges creative professionals face is finding common ground with their clients and other team members during the iterative design process. Effortless collaboration and the ability to easily obtain feedback on visual work product is key. GoVisually, InVision, Mural, Concept Board, and Prevue are examples of today's visual design collaboration tools.

#### ◆ Mobile Collaboration

Today's mobile collaboration solutions are able to exploit features on smartphones and tablets so you can collaborate from almost anywhere.

You can push email, contacts, calendar, and tasks with continuous sync across devices while monitoring projects and assigning and sharing tasks on the spot. Avaya Mobile Collaboration and IBM Mobile Collaboration Services offer robust solutions, but you can also try 8X8, Asana and Huddle for more affordable options.

Finally, remember there are many collaboration solutions in the marketplace. Do some research into what's available and you might just change the way you and your team work with others--for the better.

Source: <https://www.inc.com/comcast>



# IDIOMS

## 15 COMMON ENGLISH IDIOMS AND PHRASES WITH THEIR MEANING

1. ‘The best of both worlds’ – means you can enjoy two different opportunities at the same time.

“By working part-time and looking after her kids two days a week she managed to get the best of both worlds.”

2. ‘Speak of the devil’ – this means that the person you’re just talking about actually turns up at that moment.

“Hi Tom, speak of the devil, I was just telling Sara about your new car.”

3. ‘See eye to eye’ – this means agreeing with someone.

“They finally saw eye to eye on the business deal.”

4. ‘Once in a blue moon’ – an event that happens infrequently.

“I only go to the cinema once in a blue moon.”

5. ‘When pigs fly’ – something that will never happen.

“When pigs fly she’ll tidy up her room.”

6. ‘To cost an arm and a leg’ – something is very expensive.

“Fuel these days costs an arm and a leg.”

7. ‘A piece of cake’ – something is very easy.

“The English test was a piece of cake.”

8. ‘Let the cat out of the bag’ – to accidentally reveal a secret.

“I let the cat out of the bag about their wedding plans.”

9. ‘To feel under the weather’ – to not feel well. “I’m really feeling under the weather today; I have a terrible cold.”

10. ‘To kill two birds with one stone’ – to solve two problems at once.

“By taking my dad on holiday, I killed two birds with one stone. I got to go away but also spend time with him.”

11. ‘To cut corners’ – to do something badly or cheaply.

“They really cut corners when they built this bathroom; the shower is leaking.”

12. ‘To add insult to injury’ – to make a situation worse.

“To add insult to injury the car drove off without stopping after knocking me off my bike.”

13. ‘You can’t judge a book by its cover’ – to not judge someone or something based solely on appearance.

“I thought this no-brand bread would be horrible; turns out you can’t judge a book by its cover.”

14. ‘Break a leg’ – means ‘good luck’ (often said to actors before they go on stage).

“Break a leg Sam, I’m sure your performance will be great.”

15. ‘To hit the nail on the head’ – to describe exactly what is causing a situation or problem.

“He hit the nail on the head when he said this company needs more HR support.”

Source: [www.englishlive.ef.com](http://www.englishlive.ef.com)