رفقا سلام!
سلام و صد سلام رفقای باحال جوانه! حال و احوال‌تون چطوره؟! یه سوال! اگه قرار بود شما نویسنده مطالب جوانه باشین، چه موضوعاتی روبه این صفحه اضافه می‌کردین؟ دوست‌داشتین از چی براتون بیشتر بنویسیم؟ منتظر جواباتون هستیم. راستی ستون‌های «پیشنهاد» و «آثار شما» منتظرند که مطالبِ همیشه‌خفن شما روبا رفقاتون به‌اشتراک بذارن.

شماره پیامک ۲۰۰۰۹۹۹
شماره تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶
تلفن تحریریه ۰۵۱۳۷۶۳۴۰۰۰

گالری

یک پروانه در باغ قونیه ترکیه

عکس از: theguardian.com

اطلاعات عمومی

# جواب «چرا»هایی که نمی‌دانیم!

**بعضی وقت‌ها تا چراغ اتاق را خاموش می‌کنیم، هزار و یک سوال عجیب‌وغریب در ذهن‌مان ایجاد می‌شود. سوالاتی که حتی شاید قبل از این، یک بار هم به آن فکر نکرده بودیم. خب در این مواقع تکلیف‌مان چیست؟ سوالات اجازه نمی‌دهند بخوابیم و جواب‌شان را هم نمی‌دانیم. اطلاعات عمومی این هفته آمده است تا جواب بعضی از این چراهای پرتکرارِ بی‌موقع را بدهد. هم به دانسته‌هایتان اضافه می‌شود و هم راحت خواب‌تان می‌برد!**

## چرا کبوترها مدام سرشان را تکان می‌دهند؟

اگر کبوترها را هنگام راه رفتن تماشا کنید، می‌بینید که دایم سرشان را تکان می‌دهند. آن‌ها با انجام این کار بهتر می‌بینند زیرا می‌توانند تصویر را روی شبکیه چشم‌شان تثبیت کنند. کبوترها وقتی راه می‌روند، سر خود را نسبت به بدن‌شان به جلو هل می‌دهند و جهان را از زاویه خاص خود تماشا می‌کنند. مطالعات نشان می‌دهد کبوترها برخلاف انسان‌ها که به حرکات چشم‌شان تکیه می‌کنند به حرکت‌های سرِ خود، اهمیت می‌دهند و خودشان را با آن تنظیم می‌کنند.

## چرا چشم‌هایمان در عکس‌ها، قرمز می‌افتد؟

بیشتر وقت‌ها وقتی فلاش دوربین روشن باشد شبکیه چشم تحت تاثیر آن قرار می‌گیرد و چشم‌ها در عکس قرمز می‌افتند. احتمال این اتفاق در محیط‌های پرنور بیشتر است و رنگ قرمز هم به دلیل وجود رگ‌های خونی در شبکیه ظاهر می‌شود. به زبان ساده، مردمک چشم ما نمی‌تواند در زمان کوتاه، از انعکاس نور توسط رگ‌های خونی داخل چشم جلوگیری کند. برای این که چشم‌هایتان در عکس قرمز نیفتد به صورت مستقیم رو به لنز و نور نایستید.

## چرا جلد کتاب‌ها در سری اول و دوم فرق دارد؟

وقتی می‌خواهند کتابی را برای اولین بار چاپ کنند، با این که هزینه بردارتر است جلد کالینگور (جلد سخت) را انتخاب می‌کنند. دلیلش هم این است وقتی قرار است یک اثر جدید به بازار بیاید، مردم آماده‌اند تا سریع کتاب بخوانند و حاضرند بابتش پول بیشتری هم بپردازند. این طور ناشر و نویسنده سود بیشتری از فروش کتاب می‌برند. چاپ اول که تمام شد برای نوبت‌های بعدی به سراغ جلدهای شومیز می‌روند تا خریداران بیشتری داشته باشند.

## چرا رنگ‌های خمیر دندان با هم مخلوط نمی‌شوند؟

دیده‌اید که خمیر دندان‌ها چند لایه سفید و رنگی دارند. شاید هم برایتان سوال شده که جریان چیست و چرا این رنگ‌ها با هم مخلوط نمی‌شوند. در هنگام تولید خمیر دندان، یک دستگاه مخصوص، لایه‌های رنگی مختلف را به طور همزمان وارد تیوب، می‌کند. چون خمیرهای سفید و رنگی از نظر قوام و ترکیبات شیمیایی متفاوت هستند، لایه‌های مختلف در خمیر دندان با هم مخلوط نمی‌شوند و ما آن‌ها را مرتب می‌بینیم.

## چرا بعضی‌ها اصلا شبیه پدر و مادرشان نیستند؟

درست است که جنین DNA را از پدر و مادر خود می‌گیرد اما معنی‌اش این نیست که نوزاد باید دقیقا شبیه پدر و مادرش باشد. بعضی ژن‌ها غالب و بعضی مغلوب هستند یعنی در ظاهر شما و والدین‌تان دیده نمی‌شوند اما به فرزندان‌شان به ارث می‌رسد. حتی بسیاری از ژن‌ها روی هم اثر گذارند و باعث تقویت، کاهش یا از بین رفتنِ کامل آثار آن می‌شود. بنابراین حتی با تجزیه و تحلیل دقیق ژن والدین باز هم نمی‌شود به طور دقیق همه ویژگی‌های کودک را پیش‌بینی کرد.

منبع: rooziato

مسیر

# «روان‌شناسی»؛ شناخت قصه‌ها، مرهم غصه‌ها

تلخ و شیرین رشته روان‌شناسی که با ورود به روان آدم‌ها می‌تواند آن را مرور و مطالعه کند و برای آن راه‌حل بدهد

**اکرم انتصاری** | روزنامه نگار

## من کی‌ام؟

من زینب سیارفرد هستم ۲۶ ساله دانش‌آموخته ارشد روان‌شناسی شناختی از دانشگاه تربیت مدرس. هم‌اکنون به عنوان مدرس دوره و کارگاه‌های مرتبط با روان‌شناسی و مشاوره‌های تحصیلی مشغول فعالیت هستم و با توجه به علاقه شخصی‌ام به توسعه فردی، دوره‌های ماهانه‌ای را در این باره، برگزار می‌کنم.

## در رشته روان‌شناسی چه خبر است؟

رشته روان‌شناسی با داشتن گرایش‌های مختلف می‌تواند بسیار جذاب باشد. در مقطع ارشد تنوع گرایش‌ها را می‌بینید که هر کدام سعی می‌کنند با نوع نگاه‌شان انسان را از یک زاویه خاص بررسی کنند. می‌توانید تک‌تک این گرایش‌ها را در دفترچه کارشناسی ارشد یا سایت‌های مربوط بشناسید. من گرایش روان‌شناسی شناختی خوانده‌ام که بخشی از حوزه علمی وسیع‌تری به نام علوم شناختی است و سعی می‌کند به صورت تخصصی ذهن و فرایندهای ذهنی یا شناختی انسان را بررسی کند.

## دانش روان‌شناسی شناختی که شما آن را خوانده‌اید، در زندگی روزمره ما چه نقشی دارد؟

از آن جایی که موضوع اصلی روان‌شناسی شناختی، بررسی ذهن و فرایندهای ذهنی ماست، خیلی مشخص است که چقدر می‌تواند در زندگی روزمره ما، کاربردی باشد. از آن جا که ما انسان‌ها، ذهنی با فرایندهای شناختی خودمان داریم؛ شناخت این ذهن می‌تواند در زندگی فردی و اجتماعی کمک کند تا به نحو بهتر و کارآمدتری مسائل مختلف را پیش ببریم. به همین دلیل می‌توانیم بگوییم از انتخاب یک محصول که در فروشگاه روی آن دست می‌گذارید تا نحوه یادگیری دروس‌تان و گفتاری که می‌خواهید برای محل کار ارائه دهید، می‌تواند کاربرد داشته و همراه‌تان باشد.

## این رشته به درد چه کسانی می‌خورد؟

روان‌شناسی برای افرادی مناسب است که کنجکاوند. جست‌وجوگرند، پویا هستند و جسارت رویارویی با دنیای پرابهام را دارند. از آن جا که ما در این رشته، روان انسان را می‌خواهیم بررسی کنیم باید جسارت پذیرش یک سری از واقعیت‌ها را داشته باشیم یا به دست بیاوریم. خستگی‌ناپذیر باشیم چون به تلاش و دانستن‌های مداوم نیاز داریم. انسان ماهیت پویایی دارد، علم روان هم همین طور. شاید نظریه‌ها دایم در حال تغییر باشند و علم در حال به‌روزشدن باشد. به همین دلیل فردی که وارد این حوزه می‌شود باید جست‌وجوگر باشد. به نظرم افرادی که از شناختن، معاشرت و ارتباط گرفتن با انسان‌ها لذت نمی‌برند بهتر است سمت این حوزه نیایند چون چیزی که در این رشته رقم می‌خورد ارتباط است. باید بدانیم و آگاه باشیم افرادی که وارد این حوزه می‌شوند باید این ارتباط را ابداند و بلد باشند.

## روان‌شناسی چه چیزی پیش روی شما می‌گذارد؟

روان‌شناسی ورود به دنیای روان آدم‌هاست. شناخت قصه‌ها و فراز و نشیب‌هایی که افراد در مسیر زندگی‌شان طی کردند. شناخت داستان‌هایی است که شما هیچ نقشی در آن نداشتید اما باید به عنوان یک شنونده خیلی خوب و دقیق جزبه‌جز آن را مطالعه و مرور کنید. روان‌شناسی از این نظر می‌تواند خیلی شیرین باشد و هم چالش‌برانگیز. چون اتفاقاتی که در دنیای روانی و مسیر زندگی افراد رقم می‌خورد، گاهی اوقات آن قدر پیچیده و غیرقابل باور است که شاید شنیدنش هم به ظرفیت روانی ویژه‌ای نیاز داشته باشد. از این نظر باید به عنوان یک روان‌شناس، روی ظرفیت‌های روانی خودتان کار کنید و در مرحله اول از یک روان‌شناس و درمانگر کمک بگیرید. درمانگران و روان‌شناسان می‌توانند به طور خیلی موثری سلامت روان افراد جامعه را تغییر دهند و بهبود ببخشند.

## دانش‌آموخته این رشته با توجه به حجم زیاد روان‌شناس‌نماها و روان‌شناسی‌های زرد چطور می‌تواند به موفقیت برسد؟

فردی که در این حوزه قدم می‌گذارد، باید اصول علمی را خیلی دقیق یاد بگیرد و به آن پایبند باشد. به نظرم اگر دانش‌آموختگان این رشته به این اصول پایبند باشند، برای یادگیری بیشتر جست‌وجوگر باشند و از منابع بیشتر استفاده کنند تا علم خودشان را افزایش دهند، می‌تواند نقطه تمایزی باشد که آن‌ها را از روان‌شناس‌نماها و روان‌شناسی زرد جدا کند. البته علم به تنهایی کافی نیست. نیاز است دانش‌آموختگان علاوه بر علم و تلاش در عمل هم فعال باشند. یعنی اگر دانش‌آموخته‌ای با مدارج علمی بالا در جامعه فعالیتی نکند، حرفی نزند و علمش را به جامعه انتقال ندهد، بی‌فایده است. به نظرم علم و عمل و فعالیت در اجتماع و در این عرصه می‌تواند روان‌شناسان زرد را از این حوزه رفته‌رفته، حذف کند.

> [•••]
> **روان‌شناسی برای افرادی مناسب است که کنجکاوند. جست‌وجوگرند، پویا هستند و جسارت رویارویی با دنیای پرابهام را دارند. اتفاقاتی که در دنیای روانی و مسیر زندگی افراد رقم می‌خورد، گاهی اوقات آن قدر پیچیده و غیرقابل باور است که شاید شنیدنش هم به ظرفیت روانی ویژه‌ای نیاز داشته باشد**

سفرنامه

# بورانو؛ دهکده کارت پستالی

«بورانو» دهکده‌ای کوچک در کشور ایتالیا و بخشی از شهرداری ونیز است. مسیر رسیدن به این جزیره از سفر به آن جذاب‌تر است؛ گردشگران برای رسیدن به بورانو باید مسافت هفت کیلومتری بی‌نظیری را از ونیز تا جزیره طی کنند.

اطراف این دهکده را آب گرفته و به دلیل وجود خانه‌های رنگی‌رنگی و موقعیت‌های عکاسی جذاب، مقصد مورد علاقه گردشگران است. البته بد نیست بدانید که دلیل رنگین بودن ساختمان‌های این دهکده تنها جذب گردشگر نبوده بلکه در گذشته، رنگی بودن خانه‌ها به ماهی‌گیران کمک می‌کرده است تا موقع بازگشت به خانه در هوای مه‌آلود، مسیر خود را راحت‌تر پیدا کنند. اهالی بورانو چندان علاقه‌ای به استفاده از فناوری‌های نوین ندارند و سبک زندگی سنتی خود را حفظ کرده‌اند؛ ماهی‌گیران صبح به دریا می‌زنند و غروب با ماهی‌های صید شده به خانه بازمی‌گردند. هم‌اکنون حدود ۲ هزار نفر ساکن بورانو هستند و بیشتر درآمد مردمان این ناحیه از گردشگری و صنعت توربافی تأمین می‌شود. یکی از ویژگی‌های جذاب این دهکده، بافت تورهای ظریف ماهی‌گیری و مکان‌های مخصوص ماهی‌گیری با استانداردهای بالاست؛ چرا که در این دهکده حرفه ماهی‌گیری از گذشته، از اهمیت بالایی برخوردار بوده است. بازدید از موزه تخصصی ماهی‌گیری با به نمایش گذاشتن تورها و وسایل ماهی‌گیری برای علاقه‌مندانِ این حرفه جذابیت زیادی دارد. بورانو همچنین دارای یک برج کج دیدنی است که در گذشته برج ناقوس بوده و موقعیت مناسبی برای عکاسی است. این برج یکی از اولین چیزهایی است که هنگام ورود با قایق به جزیره، توجه را جلب می‌کند.

> [•••]
> **دلیل رنگی‌بودن خانه‌های بورانو فقط زیبایی نیست و در گذشته راهی بوده‌است تا ماهی‌گیران در هوای مه‌آلود، راه‌شان را پیدا کنند**

کلاس زبان

# اصطلاح

## Have a finger in every pie
نخود هر آش بودن

**مثال:**
She's very helpful but she has a finger in every pie.

**ترجمه:** او به همه کمک می‌کند ولی نخود هر آش است.

## Keep one's nose out of something
فضولی کردن، دخالت بی‌جا کردن

**مثال:**
She can't keep her nose out of other people's business.

**ترجمه:** او نمی‌تواند در چیزهایی که به او مربوط نیست، دخالت نکند.

برگ سبز یک دستگاه تراکتور داخلی مدل دودیفرانسیل ITM۲۸۵ به رنگ قرمز مدل ۱۳۹۳ و به شماره پلاک ۶۸-۶۹۸ک۱۱ و به شماره موتور LFW06973A و با شماره شاسی N3HKSAA2CDEN21336 به نام همایون فتاح گودرزی مفقود گردیده و اعتبار ندارد.

برگ سبز پراید ۱۳۲ مدل ۹۰ سفید روغنی به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۳۲۲هـ۲۷ به شماره موتور ۳۹۱۹۶۵۳ و شماره شاسی S۵۴۲۰۰۹۰۰۳۲۴۳۹ بنام محمد حسین باغ نظری مفقود و فاقد اعتبار است ۳۹۹۷۳

اینجانب عباس رضائی شاد مالک خودرو پژو PARS XU۷ به شماره شاسی NAAN۰۱CA۵DK۸۲۸۳۲۷ شماره موتور ۱۲۴K۰۱۸۱۲۹۵ بعلت فقدان اسناد فروش تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است. لذا چنانچه هرکس ادعایی در مورد خودروی مذکوردارد ظرف ده روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۴۰۰۱۱

برگه سبز پراید 131SE سفید روغنی شماره موتور M13/6062529 شماره شاسی NAS411100J1088914 و شماره پلاک ۲۶-۲۳۳ د ۲۹ به نام هادی غلامپور مفقود و فاقد اعتبار است.

برگ سبز موتورسیکلت کثیر KG۲۰۰ مدل ۱۳۹۲ پلاک ۳۲۳-۵۴۱۶۹ ش موتور NB۱-۲۰۰۲۰۰۵۲۶۱ ش شاسی NB۱***۲۰۰G۹۲۲۰۰۷۳ بنام علیرضا شیرازی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۳۹۹۸۱

اینجانب سکینه قربانی مالک پژو۴۰۵ جی ال ایکس آی ۱/۸ مدل ۹۰ نقره ای متالیک به ش انتظامی ۱۲ ایران ۷۵۵م۶۷ به ش موتور ۱۲۴۹۰۱۲۱۰۸۳ و ش شاسی NAAM۰۱CA۱BR۶۳۹۸۶ به علت فقدان اسناد فروش (سند کمپانی) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۳۹۹۷۹

برگ سبز خودرو سواری پراید مدل ۱۳۸۹ به شماره پلاک۹۸۷ ص ۵۱ ایران ۳۲ و شماره موتور ۲۵۸۱۹۱۴ و شماره شاسی S۱۴۲۲۲۸۹۱۷۷۴۰۱ به نام عابده پوره مفقود گردیده و اعتبار ندارد ۳۹۹۷۰

برگ سبز و سند و کلیه مدارک موتور سیکلت بی کلاچ همتاز نقره ای مدل ۱۳۹۲ به شماره انتظامی ۷۶۸ - ۴۶۶۲۶ شماره موتور ۲۵۳۶۷۱ و شماره بدنه ۹۲۰۳۸۹۲ به نام یاسین احمدی نیا مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۳۹۹۸۰

برگ سبز و سند کمپانی پیکان سواری مدل ۸۳ به ش پلاک ایران ۲۶-۱۵۷ب۵۵ به ش موتور ۱۱۲۸۳۰۷۷۰۵۱ به ش شاسی ۰۰۸۳۴۵۰۴۶۶ بنام مرتضی آهی طراقی مفقود و فاقد اعتبار است ۳۹۹۹۶

برگ سبز خودرو ریو سفید مدل ۸۶ به شماره انتظامی: ۴۸۸ ل ۳۵ ایران ۱۲ و شماره موتور ۱۰۳۲۹۲۳ و شماره شاسی NAS۶۱۰۰۲۲۷۱۱۳۴۶۳۷ به نام محمد جلیل صالحی مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۰۰۱۷

برگ سبز، سند کمپانی و کارت خودرو پراید ۱۳۱SE مدل ۱۳۹۵ پلاک ایران ۷۴ - ۷۲۷ ب ۳۸ ش موتور M۱۳/۵۶۷۱۹۹۷ ش شاسی NAS۴۱۱۱۰۰G۱۲۶۸۲۶۳ بنام راضیه قربانی سلیمانی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۳۹۹۰۵

سند کمپانی و کارت خودرو مزدا دو کابین مشکی مدل ۱۳۸۴ پلاک ایران ۱۲- ۲۴۶ م ۳۴ ش موتور ۴۸۰۰۳۸ ش شاسی ۸۲NDPE۰۳۲۹۸ بنام مهدی بابائی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۳۹۹۹۸

برگ سبز خودروی نیسان آبی مدل ۱۳۸۹ به شماره انتظامی ایران ۹۴-۳۵۳ ب ۴۴ شماره موتور ۵۵۳۸۴۸ به شماره شاسی NAZPL۱۴۰TIN۲۶۰۵۸۷ به نام اسمعیل ذاکری مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۰۰۱۵

برگ سبز و سند کمپانی خودرو چری آریزو قرمز متالیک مدل ۹۶ به شماره پلاک ۱۲ ۱۷۸ ص ایران ۷۴ و شماره شاسی [illegible] و شماره موتور: [illegible] به نام اسماعیل ابراهیمی کهنه قوچان مفقود و فاقد اعتبار است ۴۰۰۰۷

برگ سبز خودرو تیبا مدل ۱۳۹۳ به شماره پلاک ۲۱۶ ط ۶۱ ایران ۴۲ و شماره موتور ۸۱۰۶۶۴۰ و شماره شاسی NAS۸۱۱۱۰۰F۵۷۶۰۴۹۰ به نام نصرت اله آبرومند مفقود گردیده و اعتبار ندارد ۳۹۹۷۱

برگ سبز و سند کمپانی خودرو نیسان مدل ۱۳۸۶ پلاک ۳۴۳ هـ ۸۶ ایران ۴۲ ش موتور ۳۹۰۳۲۳ ش شاسی K۱۰۲۵۰۳ بنام علی براتی قلعه نواختگان مفقود شده و فاقد اعتبار است ۳۹۹۷۸

برگ سبز، سند کمپانی و کارت موتورسیکلت تیزپرتوس مدل ۹۱ پلاک ۷۶۷- ۱۲۴۶۷ ش پلاک ۷۶۷-۱۲۴۶۷ ش موتور ۱۲۵N۳N۰۰۰۴۹۴ ش شاسی N۳N***۱۲۵T۹۱۳۷۹۱۷ بنام قاسم پهلوان بهاری مفقود شده و فاقد اعتبار است ۳۹۹۹۴

برگ سبز موتورسیکلت پارت به شماره انتظامی ۷۶۸-۲۵۶۱۲ به شماره تنه ۸۵۶۳۷۱۰ به شماره موتور ۳۶۰۲۱۰۸۵ به نام برات علی تائیدی آقکاریز مفقود و فاقد اعتبار است ۳۹۹۹۲

واحد صفحه‌آرایی روزنامه خراسان سفارش می پذیرد
layout@khorasannews.com ۰۵۱۳۷۰۰۹۳۹۰

برگ سبز خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۸۴ به شماره پلاک ایران ۳۲- ۱۶۵ ب ۵۱ و شماره موتور ۰۱۰۵۵۰۴۵ شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۳۴۴۱۹۴۹ به نام علی احیایی مفقود و فاقد اعتبار است ۳۹۹۸۵

برگه سبز ،کارت خودرو دوو اسپرو ۲۰۰۰ قرمز مدل ۱۹۹۴ به نام حسن سخی ش پلاک ۷۴ ایران ۴۲۳ص ۶۶ ش شاسی ۷۲۴۲۰۰ ش موتور ۶۷۳۵۸۰ مفقود و فاقد اعتبار می باشد ۳۹۹۹۹

برگ سبز موتور سیکلت SYM سری دینو وایند ۲۰۰ به شماره انتظامی ۱۳۶-۹۷۳۹۲ به شماره موتور ۰۱۶۹NBY۰۰۰۶۸۳ و شماره شاسی NBYNJ FGLMJ1 L۰۰۲۴۴ بنام حسین فدایی کاشانی مفقود و فاقد اعتبار است ۳۹۹۸۸

---

سینماتوگراف

# مونولوگ چیست و کجا به کار می‌آید؟

**تا به حال چیزی درباره «مونولوگ» شنیده‌اید؟ این یک روش نمایشی برای بیان دیالوگ‌هاست که از قرن ۱۹ میلادی شروع شد و الان در بسیاری از فیلم‌ها، نمایش‌ها و سریال‌ها استفاده می‌شود. مونولوگ یک نوع صحبت است که فرد در آن احساسات، افکار درونی و انگیزه‌هایش را، رو می‌کند. به احتمال زیاد تا به حال در پویانمایی‌ها هم به این مورد برخورده باشید. اگر می‌خواهید درباره این روش سینمایی بیشتر بدانید سینماتوگراف این هفته و ۴ نکته‌ای که در ادامه آورده‌ایم، خوراک شماست.**

## ۱ مونولوگ چیست؟

مونولوگ همان‌طور که از اسمش پیداست، یعنی یک نفر قرار است حرف بزند. اما چه حرف‌هایی و چطور؟! گفتن مونولوگ دو شیوه دارد. نوع اول، رویکرد بیرونی است. نوعی برون‌ریزی افکار با صدای مشخص برای یک یا چند شنونده است اما در مونولوگ درونی، ما شاهد واگویه‌های درونی شخصیت هستیم که در تنهایی‌اش می‌گذرد. برای مثال وقتی در پارک قدم می‌زند و یک سوال در ذهنش به‌وجود می‌آید. ما آن را با صدای بازیگر می‌شنویم و می‌فهمیم در سرش چه می‌گذرد. نوشتن مونولوگ می‌تواند برای نویسنده سخت باشد و بیشتر نویسنده‌ها وقتی قرار است مونولوگ بنویسند آن را با صدای بلند می‌خوانند تا مطمئن شوند، مطلبی را که می‌خواستند، به مخاطب رسانده‌اند. گاهی هم سوال‌هایی را در مونولوگ قرار می‌دهند تا فضایی را برای پاسخ ایجاد کنند. سوالی که شاید پاسخش در مونولوگ نیاید و در یک سکانس دیگر مشخص شود اما ذهن مخاطب را درگیر نگه‌دارد.

## ۲ چرا از مونولوگ استفاده می‌کنند؟

مونولوگ در فیلم‌نامه، فضا را صمیمی‌تر و مخاطب را با شخصیت‌ها و داستان همراه‌تر می‌کند، در یک لحظه مهم به عنوان راهی برای کمک به ایجاد و توسعه داستان و روایت است. از آن‌جایی که مونولوگ را یک شخص واحد، اجرا می‌کند می‌تواند احساسات شخصیت را نسبت به یک موضوع یا نقطه خاص بیان کند. دیالوگ‌ها و مونولوگ‌ها باید به هم مرتبط باشند تا با هم کار کنند و طرح داستان را پیش ببرند. برای مثال وقتی یک راننده تاکسی که شخصیت مهمی دارد در فیلم‌نامه با خودش صحبت می‌کند، می‌تواند نشان‌دهنده میزان احساسات او و بیشتر ارتباط گرفتن ما و آن شخصیت باشد. در واقع این کار ما را به دریچه ذهنی او می‌برد و با افکارش آشنا می‌کند چون شش‌دانگِ حواسِ مخاطب در زمان مونولوگ‌گویی به بازیگر است.

## ۳ چطور مونولوگ می‌خوانند؟

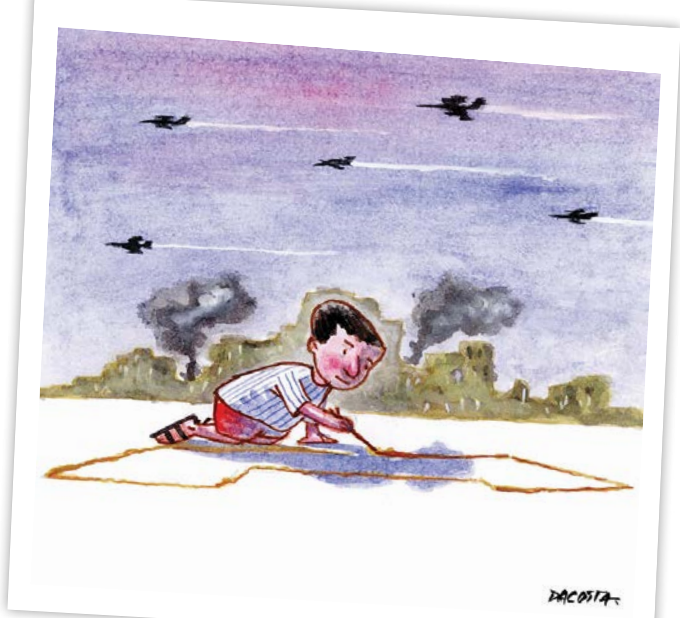
بازیگران برای اجرای مونولوگ روی صحنه یا در سکانس‌ها، کار سختی دارند. کسانی که هنوز اول راه هستند این کار را جلوی آینه تمرین می‌کنند تا مهارت‌شان را بالا ببرند. این کار، اعتمادبه‌نفس زیادی می‌خواهد. اگر قرار است در یکی از تئاترهای مدرسه شرکت کنید و مونولوگ بخوانید بهتر است متن خود را با صدای بلند تمرین کنید. با صدای رسا صحبت و کلمه‌ها را درست ادا کنید تا همه متوجه آن شوند. البته این موضوع نباید جوری اجرا شود که مخاطب احساس کند یک نفر صرفا می‌خواهد با صدای بلند چند جمله را به گوش آن‌ها برساند. مِن‌مِن کردن را کنار بگذارید و از گفتن کلماتی مثل «آآآآ»، و «اِاِ» بپرهیزید. روی تن صدای خود کار کنید و حواس‌تان به نحوه بیان جملات باشد. برای مثال اگر جمله سوالی است باید آن را سوالی بخوانید و اگر جمله‌تان خبری است آن را با همین لحن تمرین و تکرار کنید.

## ۴ چگونه مونولوگ بنویسیم؟

کاربرد مونولوگ تنها به صحنه‌های تلویزیونی و سینمایی ختم نمی‌شود. اگر اهل نوشتن داستان هستید، شعر می‌گویید یا حتی انشایی قرار است بنویسید می‌توانید از مونولوگ استفاده کنید. برای نوشتن مونولوگ چند نکته را رعایت کنید. یادتان باشد آغاز را با یک جمله جذاب شروع کنید که مخاطب را درگیر کند و به اصطلاح قلاب داشته باشد. در مرحله بعدی زاویه دید قدرتمندی به مونولوگ‌تان بدهید یعنی وقتی از آن استفاده کنید که شخصیت‌تان، حرف مهمی برای زدن داشته باشد. با این که مونولوگ‌گویی، کوتاه است باز هم برای آن طرح داشته باشید و پارامترهای خود را مشخص کنید. برای مثال اگر می‌خواهید شاعرانه باشد به ریتم و آهنگ آن توجه کنید. تک‌گویی‌ها معمولا باید ۱۵۰ کلمه‌ای باشند. حواس‌تان باشد وقت گذاشتن برای پایان به اندازه شروع مونولوگ، مهم است.

منبع: industrialscripts

بدون شرح



اثری از osvaldo

آثار شما

# شور پاییزی

**هلیا فرزادمهر** | خبرنگار افتخاری جوانه

**پاییز امسال هم از خزینه درآمد و به جایگاه نشست، امسال هم پاییز سوغات‌هایش را آورد، باز هم برگ‌ها را ریخت و به زمینِ از تابستان گذشته، باران زد. پاییز آمد و ما برای استقبال از مهر، آبان و آذر معروفش شومینه‌ها را روشن کردیم و درختان را تماشا کردیم. پاییز که می‌شود همه از خش‌خش برگ‌ها می‌گویند، از عشق و دوست‌داشتن‌ها حرف می‌زنند اما کسی چه می‌داند تفاوت پاییز در چیست که این همه خواهان دارد؟ کسی چه می‌داند چه بر سر پاییز آمده است که حالا زمزمه‌اش این‌قدر پُرشور شنیده می‌شود، کسی چه می‌داند شاید اولین روز پاییز برگ درخت مجنون افتاد و در دره‌ای دور تبعید شد. اصلا شاید برگ‌ها هر سال به یاد بید مجنون از درخت دل می‌کنند و به‌زمین می‌افتند. شاید پاییز، فصلی رنگارنگ با هوای شاد بهاری بود اما از دوری، سرد و سردتر شد و باران پاییزی، داغ یک عشق کهنه باشد که به‌زمین می‌بارد. آه، کسی چه می‌داند؟ این پاییزِ از پاافتاده، پاییز که می‌شود چه می‌کِشد!**

پیشنهاد

# کتک‌خور سلطنتی

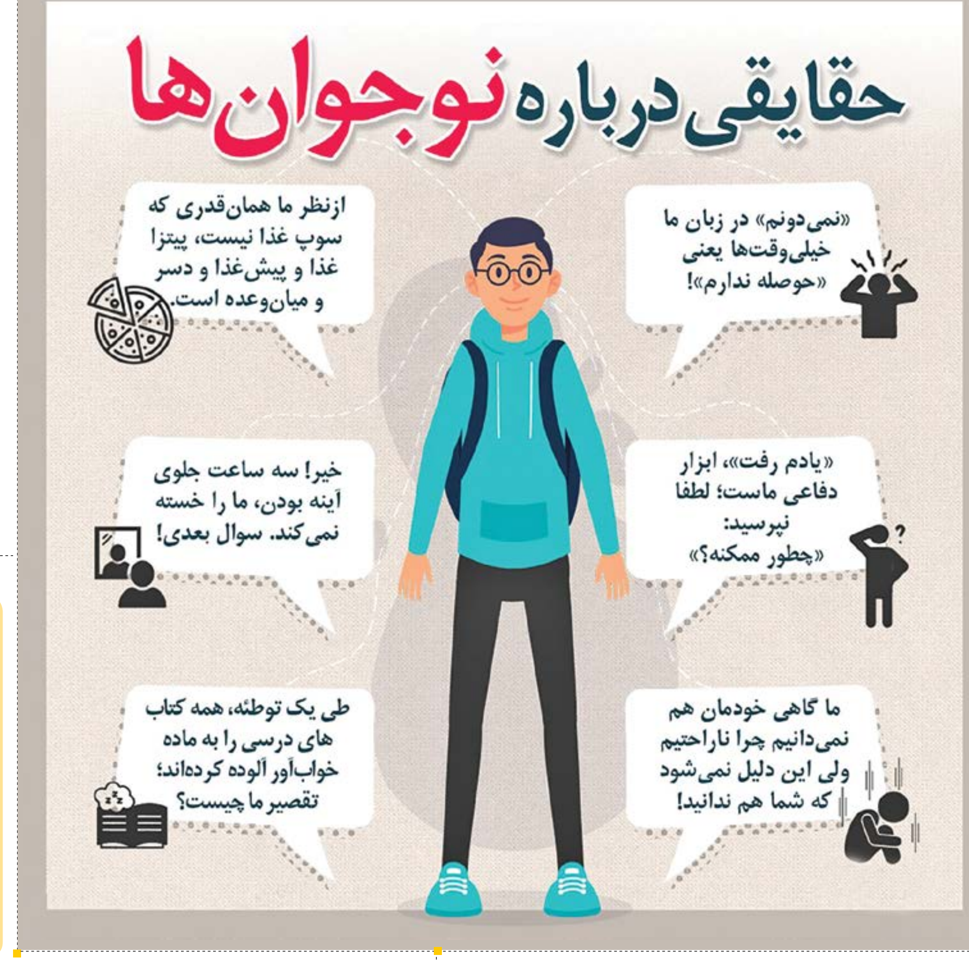
**نویسنده:** سید فلاش‌من
**مترجم:** نسرین نوش امینی
**تصویرگر:** مریم جاودانی
**انتشارات:** هوپا

**عفت زینلی** | روزنامه نگار

در روزگاران گذشته، در بعضی از دربارهای سلطنتی، پسرهای کتک‌خوری نگهداری می‌شدند تا اگر شاهزاده اشتباهی کرد به جای شاهزاده، تنبیه شوند. جمی اسم پسربچه‌ای است که قبلا ولگرد بوده و در خیابان‌ها زندگی می‌کرده است. او حالا کتک‌خورِ دربار است. شاهزاده نوجوان آن‌قدر موذی و آب‌زیرکاه است که او را به اسم شازده مارمولک می‌شناسند. حتی گربه‌های وحشی هم جرئت ندارند سر راه شاهزاده سبز شوند. او در انجام تکالیف درسی هم خیلی تنبل و سربه‌هواست. او حتی هنوز بلد نیست اسم خودش را بنویسد. شاهزاده دوست دارد جمی کتک بخورد و التماس کند. جمی با این که درد می‌کشد هنگام کتک‌خوردن نه فریاد می‌کشد و نه التماس می‌کند، او زندگی قبلی‌اش را به زندگی در قصر ترجیح می‌دهد. یک شب که شاهزاده، حوصله‌اش سر رفته و می‌خواهد یک کار جدید بکند، جمی را بیدار می‌کند تا همراه هم از قصر فرار کنند و این آغاز ماجراهای جالب و هیجان‌انگیز این دو نوجوان است.

شاهزاده می‌فهمد مردم پشت سرش چه چیزهایی می‌گویند؟ آیا جمی و شاهزاده با هم دوست می‌شوند؟ آیا شاهزاده دست از مردم‌آزاری برمی‌دارد؟ جواب این سوالات و ماجراهای جالب سفر شاهزاده و جمی را در کتاب «کتک‌خور سلطنتی» بخوانید و لذت ببرید.

بدانیم


حقایقی درباره نوجوان‌ها
«نمی‌دونم» در زبان ما خیلی‌وقت‌ها یعنی «حوصله ندارم»!
ازنظر ما همان‌قدری که سوپ غذا نیست، پیتزا غذا و پیش‌غذا و دسر و میان‌وعده است.
«یادم رفت»، ابزار دفاعی ماست؛ لطفا نپرسید: «چطور ممکنه؟»
خیر! سه ساعت جلوی آینه بودن، ما را خسته نمی‌کند. سوال بعدی!
ما گاهی خودمان هم نمی‌دانیم چرا ناراحتیم ولی این دلیل نمی‌شود که شما هم ندانید!
طی یک توطئه، همه کتاب‌های درسی را به ماده خواب‌آور آلوده کرده‌اند؛ تقصیر ما چیست؟

**دنیای نوجوان‌ها گاهی پیچیده می‌شود، طوری که بدون آن بخواهند رفتارشان چیزی نیست که بزرگترها ترجیح می‌دهند، شاید لازم است که هر دو طرف با درک بهتر به دنیای هم نزدیک شوند**

پا به توپ

# لامین یامال، ۱۶ ساله‌ای که رکوردها را درو می‌کند

دنیای ورزش حرفه‌ای بر مبنای عملکرد بازیکنان به آن‌ها بها می‌دهد، برای همین به‌ندرت پیش می‌آید یک نوجوان فرصت درخشش در تیم‌های بزرگسالان را داشته باشد. اما طی چند ماه اخیر یک نوجوان ۱۶ ساله اسپانیایی به نام لامین یامال با درخشش بی‌نظیری توجهات را به خود جلب و ثابت کرده است نوجوانان هم می‌توانند در تیم‌های بزرگی مثل بارسا بازی کنند. یامال در حالی که فقط ۱۶ سال دارد، زوج خط حمله بارسا در کنار بازیکن بزرگی چون لواندوفسکی است. جالب است بدانید بین این دو نفر حدود ۱۹ سال اختلاف سنی وجود دارد. یامال که متولد سال ۲۰۰۷ است، حالا رکورد جوان‌ترین بازیکن تاریخ بارسا را در اختیار دارد. همین‌طور او با ۱۶ سال و ۵۷ روز جوان‌ترین بازیکن و گلزن تاریخ تیم ملی اسپانیا هم محسوب می‌شود. اما فقط این‌ها نیست. او در بین تمامی تیم‌های اروپایی، جوان‌ترین گلزن یک بازی مقدماتی مسابقات یورو هم محسوب می‌شود. این که نوجوانی همسن و سال شما فوق ستاره فوتبال شده، جالب نیست؟

شماره پیامک زندگی سلام ۲۰۰۰۹۹۹

آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده نوبت سوم
شرکت تعاونی مسکن آب منطقه ای خراسان رضوی
جلسه مجمع عمومی فوق العاده نوبت سوم شرکت تعاونی مسکن آب منطقه ای خراسان رضوی در روز شنبه مورخ ۱۴۰۲/۸/۱۳ ساعت ۱۰ صبح درمحل دفتر شرکت تعاونی واقع در بلوار سازمان آب- خیابان هجرت ساختمان امور آب مشهد برگزار می گردد از اعضای محترم دعوت می گردد جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات زیر در جلسه حضور یابند.
اعضای متقاضی نمایندگی به همراه وکیل مورد نظر خود باید از ساعت ۹ الی ۱۳ روزهای ۱۴۰۲/۸/۱ الغایت ۱۴۰۲/۸/۱۰ به دفتر شرکت مراجعه تا پس از تایید وکالت نامه ها توسط مقام مجاز، ورقه ورود به مجمع برای فرد نماینده صادر گردد که در این صورت تعداد آرای وکالتی هر عضو حداکثر ۳ رای و هر شخص غیر عضو تنها یک رای خواهد بود.
دستور جلسه:
۱- تصویب انحلال شرکت تعاونی
۲- تعیین نشانی هیئت تصفیه شرکت تعاونی
۳۹۹۷۵ هیئت مدیره

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده نوبت دوم
شرکت تعاونی مسکن آب منطقه ای خراسان رضوی
جلسه مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده نوبت دوم شرکت تعاونی مسکن آب منطقه ای خراسان رضوی در روز شنبه ۱۴۰۲/۸/۱۳ ساعت ۱۲ در محل دفتر شرکت تعاونی واقع در بلوار سازمان آب خیابان هجرت ساختمان امور آب مشهد برگزار می گردد. از اعضای محترم دعوت می گردد جهت اتخاذ تصمیم نسبت به موضوعات زیر در جلسه حضور یابند.
اعضای متقاضی نمایندگی به همراه وکیل مورد نظر خود باید از ساعت ۹ الی ۱۳ روزهای ۱۴۰۲/۸/۱ لغایت ۱۴۰۲/۸/۱۰ به دفتر شرکت مراجعه تا پس از تایید وکالت نامه ها توسط مقام مجاز ورقه ورود به مجمع برای فرد نماینده صادر گردد که در اینصورت تعداد آرای وکالتی هر عضو حداکثر ۳ رای و هر شخص غیرعضو تنها یک رای خواهد بود.
دستور جلسه:
۱-تصویب صورت های مالی سال های ۱۴۰۰ و ۱۴۰۱ پس از ارائه گزارش هیئت مدیره و بازرس
۲-طرح و تصویب بودجه پیشنهادی مصوب سال ۱۴۰۲
۳-انتخاب هیئت تصفیه و ناظر تصفیه
۴-تعیین حق الزحمه هیئت تصفیه
۳۹۹۷۷ هیئت مدیره