ابتکار
روزنامه صبح ایران
روزنامه سیاسی، اجتماعی، اقتصادی، ورزشی، فرهنگی صبح ایران
صاحب امتیاز و مدیر مسئول:
محمدعلی وکیلی
دفتر مرکزی: تهران، زرتشت غربی
نرسیده به بیمارستان مهر، پلاک ۶۶، طبقه دوم
تلفن: ۸۸۹۷۵۷۱۰-۸۸۹۹۴۶۰۹
فاکس: ۸۸۹۷۵۷۰۹
سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۶۰۰۰۴۰۴۰۰۰
ebtekarnews@gmail.com
سازمان آگهی ها:
بلوار آیت الله کاشانی، بین رامین شمالی و گلستان شمالی، ساختمان فربد، پلاک ۲۵۸، واحد یک
۴۴۰۱۹۸۰۵ - ۴۴۰۱۹۸۰۶ - ۴۴۰۱۹۸۰۷
سازمان شهرستان‌ها: ۰۹۱۲۲۷۱۷۵۰۳
توزیع: شرکت نشرگسترامروز - ۶۱۹۳۳۰۰۰
چاپ: صمیم / ۳-۶۵۵۸۶۸۰۱
پنجشنبه / ۱۰ خرداد ۱۴۰۳ / شماره ۵۶۵۱
۲۱ ذی‌القعده ۱۴۴۵ - ۳۰ می ۲۰۲۴
سال بیستم / ۸ صفحه

سبک زندگی

۵ عبارت رایج کسانی که فقط تظاهر به خوشحالی می‌کنند

به گزارش پایگاه خبری اخبارخوب به نقل از geediting، بسیاری از ما تبحر زیادی در تظاهر به شادی داریم و از عبارات خاصی برای گمراه کردن اطرافیان خود استفاده می کنیم. در اینجا عباراتی آورده شده است که مردم اغلب برای پنهان کردن احساسات واقعی خود از آنها استفاده می کنند.

من فقط خسته‌ام

یکی از رایج ترین موقعیت‌هایی که تظاهر به شاد بودن تقریباً یک هنجار است، در تعاملات اجتماعی ماست.

برای افراد راحت است که احساسات واقعی خود را پنهان کنند، به خصوص زمانی که واقعاً آنقدر که در ظاهر به نظر می رسند خوشحال نیستند.

این یک راه ساده و در عین حال موثر برای منحرف کردن توجه از احساسات واقعی آنهاست. اما به یاد داشته باشید، اگرچه تشخیص آن ممکن است دشوار باشد، توجه به این عبارات مهم است زیرا ممکن است فریادی برای کمک باشد که در پشت لبخند پنهان شده است.

بنابراین دفعه بعد که کسی به شما می گوید "خسته است"، کمی عمیق تر نگاه کنید. آنها ممکن است به اندازه ای که وانمود می کنند خوشحال نباشند.

خوبم، واقعا

گفتن اینکه حالم خوب است می‌تواند از افراد در برابر سؤالات کنجکاو و همدردی ناخواسته محافظت کند.

بنابراین، وقتی می شنوید که کسی اصرار می کند که حالش خوب است ... شاید خوب است. یا شاید آنها فقط در تظاهر به خوشحالی بسیار خوب هستند.

من فقط گرفتارم

عبارت دیگری که اغلب توسط افرادی که تظاهر به خوشحالی می کنند استفاده می کنند این است که "من فقط گرفتارم".

این عبارت روشی هوشمندانه برای کنار گذاشتن مسائل شخصی است. آنها با تمرکز بر فعالیت ها یا حجم کاری خود، حواس دیگران را از پرسیدن بیشتر در مورد وضعیت عاطفی خود منحرف می کنند.

این یک سیگنال ظریف است که آنها از مشغله به عنوان مکانیزم مقابله استفاده می کنند و احساسات خود را در زیر انبوهی از وظایف و مسئولیت ها دفن می کنند.

بنابراین، اگر کسی دائماً به شما می‌گوید که مشغول است، ممکن است ارزش این را داشته باشد که بررسی کنید که آیا همه چیز واقعاً با او خوب است یا خیر. فقط به یاد داشته باشید که با حساسیت و درک به موضوع نزدیک شوید.

می‌توانست بدتر هم باشد

همه ما زمانی این جمله را شنیده ایم. مردم اغلب از «می توانست بدتر هم باشد» به عنوان راهی برای کم‌اهمیت جلوه دادن گرفتاری‌ها یا ناراحتی خود استفاده می کنند.

به جای اعتراف به اینکه احساس خوبی ندارند، از این عبارت به عنوان راهی برای متقاعد کردن خود و دیگران استفاده می‌کنند که وضعیتشان آنقدرها هم بد نیست.

اما اغلب، این ماسکی برای احساسات واقعی آنهاست. این راهی است برای کنار زدن ناراحتی و ایجاد توهم رضایت.

بنابراین دفعه بعد که می‌شنوید کسی می‌گوید «می توانست بدتر هم باشد»، به یاد داشته باشید که این ممکن است راه او برای تظاهر به خوشحال‌تر از آنچه واقعا هستند باشد. همیشه ارزش این را دارد که گوش همدلانه داشته باشید و نشان دهید که در کنار آنها هستید.

خوب خواهم شد

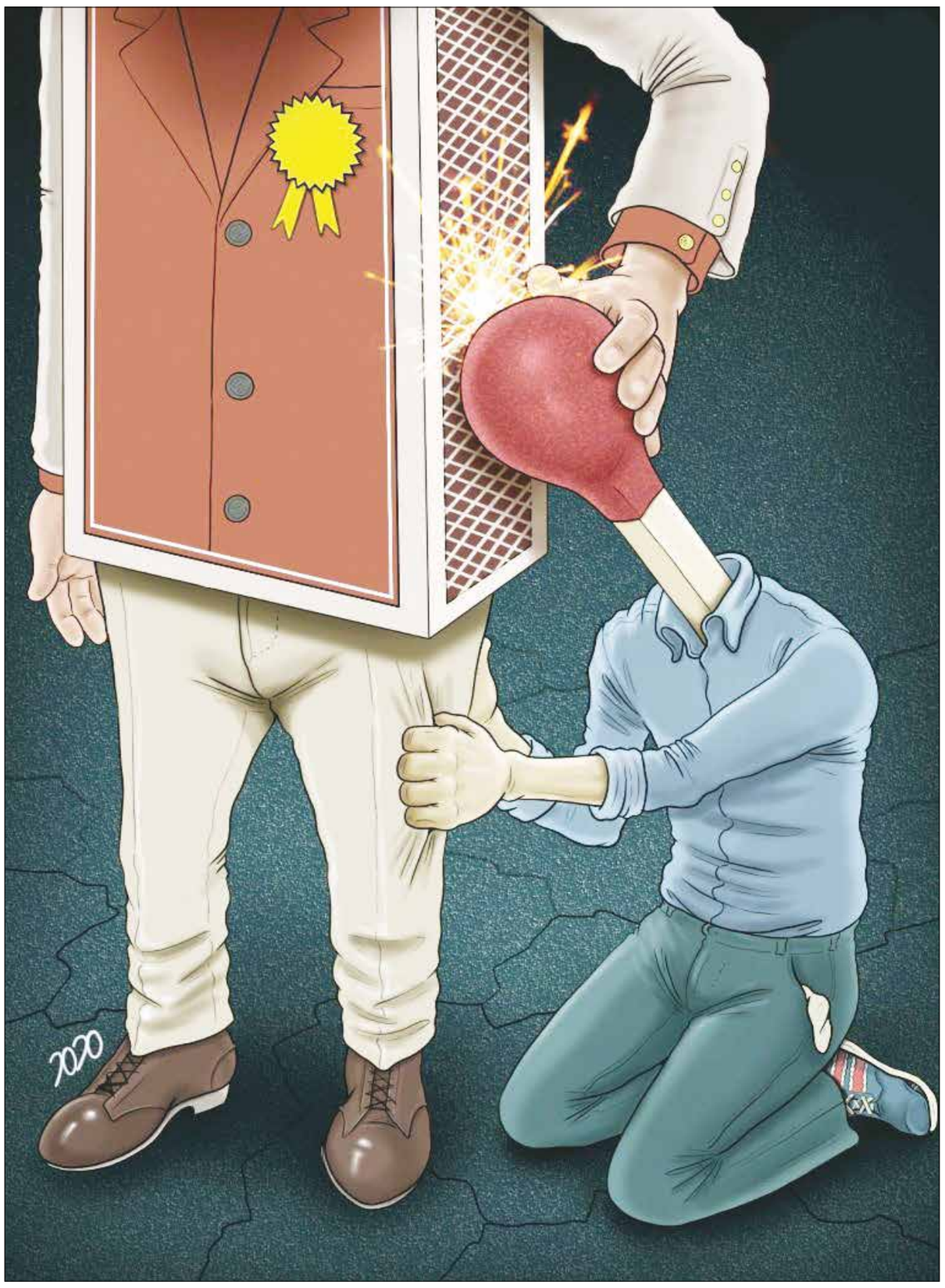
"من خوب خواهم شد" عبارتی است که وزن زیادی دارد. این یک اطمینان است، نه فقط برای اطرافیان، بلکه برای خودمان.

وقتی مردم از این عبارت استفاده می کنند، اغلب سعی می کنند خود را متقاعد کنند که وضعیت فعلی شما موقتی است و این که آنها این قدرت را دارند که بر هر چیزی که باعث دردشان می شود غلبه کنند.

اما نکته اینجاست – اشکالی ندارد که خوب نباشید. همه ما روزهای سختی را پشت سر می گذاریم، و این کاملا طبیعی است که احساس ناراحتی کنیم.

بنابراین وقتی می شنوید که کسی می گوید "خوب خواهم شد"، به یاد داشته باشید که حمایت خود را ارائه دهید. گاهی اوقات، فقط بودن در آنجا می تواند برای کسی که تظاهر به خوشحالی می کند، دنیای متفاوتی ایجاد کند.

ابتکار تفنن



بدون شرح

طرح: محمد طحانی

«اپ»تکار

آنر ۲۰۰ و ۲۰۰ پرو با دوربین ۵۰مگاپیکسلی و نمایشگر ۱۲۰هرتزی معرفی شدند

این دو گوشی با وجود شباهت‌های بسیار، دارای تفاوت‌های کلیدی نسبت به یکدیگر هستند.

دو گوشی جدید آنر ۲۰۰ و ۲۰۰ پرو سرانجام در چین معرفی شدند. این دو دستگاه از نظر ظاهری شبیه یکدیگر هستند و حتی در بخشی از مشخصات فنی نیز با هم اشتراکاتی دارند، اما تفاوت‌هایی نیز به‌خصوص در بخش دوربین میان آن‌ها دیده می‌شود. در ادامه با این محصولات بیشتر آشنا می‌شویم.

آنر ۲۰۰ و آنر ۲۰۰ پرو هر دو دارای نمایشگر ۶٫۷ اینچی OLED با وضوح FHD+ و نرخ نوسازی ۱۲۰ هرتزی هستند. این دو دستگاه انرژی خود را از باتری‌های ۵۲۰۰ میلی‌آمپرساعتی می‌گیرند که از شارژ سریع ۱۰۰ واتی پشتیبانی می‌کنند.

مشخصات و قیمت آنر ۲۰۰ و ۲۰۰ پرو

قلب تپنده آنر ۲۰۰ پرو تراشه اسنپدراگون ۸s نسل ۳ است و از شارژ بی‌سیم ۶۶ واتی بهره می‌برد، درحالی‌که مدل استاندارد به تراشه اسنپدراگون ۷ نسل ۳ مجهز شده و فاقد شارژ بی‌سیم است. آنر ۲۰۰ پرو همچنین یک تراشه اختصاصی Honor C1+ دارد که به ارتباطات بی‌سیم و سلولی کمک می‌کند.

دوربین اصلی آنر ۲۰۰ پرو ۵۰ مگاپیکسلی با سنسور سفارشی H9000 است که اندازه ۱/۳/۱ اینچی دارد. این سنسور اساساً همان سنسور مورداستفاده در آنر مجیک ۶ پرو است که پیکسل‌های ۱٫۲ میکرومتری، دیافراگم ۱٫۹/f و لرزشگیر اپتیکال دارد. آنر ۲۰۰ اما از سنسور ۵۰ مگاپیکسلی IMX906 سونی با اندازه ۱/۵۶/۱ اینچی، دیافراگم ۱٫۹۵/f و لرزشگیر اپتیکال استفاده می‌کند.

دو گوشی جدید آنر یک سنسور ۵۰ مگاپیکسلی تله‌فوتوی IMX856 با زوم اپتیکال ۲٫۵ برابری، دیافراگم ۲٫۴/f و لرزشگیر اپتیکال هم دارند. آنر با شرکت فرانسوی Harcourt همکاری داشته است تا حالت عکاسی پرتره مخصوصی را ارائه کند که به ثبت تصاویر بسیار جذاب کمک می‌کند.

دوربین سوم این خانواده ۱۲ مگاپیکسلی فوق‌عریض با فوکوس خودکار و یک حالت ماکرو ۲٫۵ سانتی‌متری است. آنر ۲۰۰ و ۲۰۰ پرو در بخش سلفی یک دوربین ۵۰ مگاپیکسلی دارند. نرم‌افزار این دستگاه‌ها نیز MagicOS ۸٫۰ برپایه اندروید ۱۴ است.

آنر ۲۰۰ با قیمت تقریبی ۳۷۲ دلار برای مدل پایه با ۱۲ گیگابایت رم و ۲۵۶ گیگابایت حافظه داخلی و ۴۴۲ دلار برای مدل ۱۶ + ۵۱۲ گیگابایتی عرضه می‌شود. قیمت آنر ۲۰۰ پرو برای مدل پایه ۱۲ + ۲۵۶ گیگابایتی ۴۸۳ دلار و برای مدل مجهز به ۱۶ گیگابایت رم و ۱ ترابایت حافظه داخلی ۶۲۱ دلار اعلام شده است. این شرکت ۲۳ خرداد رویدادی در پاریس برگزار می‌کند تا اطلاعات مربوط به عرضه جهانی این دستگاه‌ها را ارائه کند.

ماشین بازی

استون مارتین ونتیج کوپه و GT3؛ تحول بزرگ با مدل ۲۰۲۵

جدیدترین محصولات استون مارتین، نسخه‌ی جاده‌ای و مخصوص پیست از ونتیج هستند که با تغییر چهره و تجهیزات فنی، نیمه دوم سال ۲۰۲۴ تحویل مشتریان خواهند شد.

شاسی بلند DBX و کوپه اسپرت ونتیج، تولیدات بسیار مهم استون مارتین برای افزایش فروش عمومی هستند. ونیتج برای برند انگلیسی، ارزان‌ترین محصول محسوب می‌شود و البته رقبای پرتعداد از کشورهای مختلف دارد. هم‌اکنون آستانه قیمت استون مارتین DB۱۲ به ۲۵۰ هزار دلار رسیده؛ اما هزینه خرید ونتیج ۲۰۲۵ حدود ۱۹۰ تا ۲۰۰ هزار دلار است. مکلارن ۵۷۰S و پورشه ۹۱۱GT۳ در کلاس قیمتی استون مارتین ونتیج هستند.

اولین مدل ونتیج، به شکل نسخه‌ای از استون مارتین DB۲، سال ۱۹۵۱ تولید شد. این شرایط تا ۲۰۰۳ ادامه داشت و خودروی ونتیج، زیرمجموعه‌ی سری DB بود؛ اما از سال ۲۰۰۵ تا امروز، جایگاه مستقل در سبد محصولات استون مارتین کسب کرد. ونتیج، موتور جلو میانی، دیفرانسیل عقب و دو نفره است، متفاوت از DB۱۲ که امکان حمل ۴ سرنشین فراهم می‌کند.

استون مارتین ونتیج با ۷۴ سال سابقه‌ی تاریخی، از ۲۰۱۸ تا امروز تغییر نسل نداده است. از سویی دیگر، مدل ۲۰۲۵ چهره‌ی متفاوت از نسخه‌ی قبلی ارایه می‌دهد و بهبود فنی قابل توجه دارد. نمای اصلی خودرو با چراغ‌های کشیده در راستای بدنه، جذاب به نظر می‌رسد. دستگیره‌های مخفی‌شونده، خطوط حجم‌دهنده روی درهای ورودی، چرخ‌های ۲۰ اینچ و نمای خاص کاپوت عقب، ونتیج ۲۰۲۵ را متفاوت از نسخه‌ی قدیمی نشان می‌دهد.

در کابین، نمایشگر لمسی زیر خروجی هوا نصب شده است تا دید راننده و دیگر سرنشینان را محدود نکند. این بخش، با افزایش ارتفاع کنسول و جوی استیک، قابلیت دسترسی بسیار خوبی دارد. فرمان و بخش اصلی داشبورد، چرم دست‌دوز دارند و ادوات فیبرکربن با کلیدهای سیاه‌رنگ، حس یک خودروی لوکس اسپرت را به خوبی فراهم می‌کنند.

پیشرانه مرسدس بنز برای ونتیج جدید، ۶۵۶ اسب بخار قدرت و ۸۰۰ نیوتن‌متر گشتاور تولید می‌کند. موتور ۴ لیتر V۸ توربوشارژ AMG، حالا ۱۵۳ اسب بخار قوی‌تر از ونتیج ۲۰۲۴ است و مدل جدید را در زمان ۴/۳ ثانیه به سرعت صد کیلومتر برساعت می‌رساند. گیربکس ۸ سرعته ساخت ZF نیز برای ونتیج ۲۰۲۵ بازطراحی شده است تا ترکیب مهم‌ترین تجهیزات فنی برای این خودروی اسپرت انگلیسی، مهندسی آلمانی داشته باشد. نهایت سرعت ونتیج جدید، ۳۰۵ کیلومتر برساعت خواهد بود.

استون مارتین از تغییرات گسترده در شاسی ونتیج ۲۰۲۵ خبر داده است. این بخش، عملکرد عالی هنگام مانورهای پیچیده خواهد داشت و کیفیت رانندگی را بهبود خواهد داد. همچنین ساختار فنربندی و سیستم تعلیق نیز متحول شده است تا فرمان‌پذیری خودرو، خصوصا برای لذت از پیست مسابقه، کاملا توسط راننده احساس شود.

ونتیج GT۳ با کیت بدنه‌ی اختصاصی و بال عقب بزرگ، کاملا متمایز از نسخه‌ی اصلی به نظر می‌رسد. این خودرو وارد مسابقات کلاس GT۳ اروپا خواهد شد و احتمالا نماینده استون مارتین در لمان خواهد بود. طبیعتا ونتیج GT۳ مطابق قوانین فدراسیون جهانی اتومبیل‌رانی (FIA) پیشرانه مشابه نسخه‌ی جاده‌ای خواهد داشت؛ اما تنظیمات مورد تایید مسابقات استقامت (WEC) شامل قدرت ۵۰۰ تا ۶۰۰ اسب بخار با وزن خالص ۱۲۰۰ تا ۱۳۰۰ کیلوگرم فراهم خواهد کرد.

تولید انبوه استون مارتین ونتیج ۲۰۲۵ با آستانه قیمت ۱۹۰ هزار دلار، تابستان ۲۰۲۴ آغاز خواهد شد. پیش‌بینی می‌شود مدل کروک (کانورتیبل) هم به زودی رونمایی شود.

ویترین

کتاب «پانزده سال دارم و نمی‌خواهم بمیرم...» به چاپ دوم رسید

کتاب «پانزده سال دارم و نمی‌خواهم بمیرم...؛ زندگی آنقدرها هم آسان نیست» نوشته کریستین آرنوتی با ترجمه قاسم صنعوی توسط انتشارات سروش به چاپ دوم رسید.

به گزارش خبرگزاری مهر، کتاب «پانزده سال دارم و نمی‌خواهم بمیرم...؛ زندگی آنقدرها هم آسان نیست» نوشته کریستین آرنوتی با ترجمه قاسم صنعوی به‌تازگی توسط انتشارات سروش به چاپ دوم رسیده است.

کریستین آرنوتی از سن پانزده سالگی خود، در سال ۱۹۴۵، داستانی تکان‌دهنده از وحشت، مرگ، گرسنگی، تشنگی و تجاوز می‌گوید. از روزهایی که او و خانواده‌اش از ترس رژه نظامی ارتش آلمان و روس در دوران محاصره بوداپست در زیرزمین خانه خود پنهان شده بودند. دعا برای زنده ماندن، پرسیدن مداوم این سوال از خود که آیا روزی این تجربیات هولناک پایان خواهد یافت، سوگواری برای از دست دادن دوستان پناهنده در زیرزمین و ناگهان، دست یافتن به آرامش افکار و رویاها، به آرزوهای همیشگی زندگی. کریستین آرنوتی (۲۰ نوامبر ۱۹۳۰-۶ اکتبر ۲۰۱۵) یک نویسنده فرانسوی متولد بوداپست بود. او تا به حال کتاب‌های زیادی، از جمله «پانزده سال دارم و نمی‌خواهم بمیرم...؛ زندگی آنقدرها هم آسان نیست» نگاشته است. او «پانزده سال دارم و نمی‌خواهم بمیرم...؛ زندگی آنقدرها هم آسان نیست» را براساس دفترچه خاطرات خود که تجربه‌های دوران نوجوانی‌اش در زمان محاصره بوداپست در سال ۱۹۴۵ است، نوشته است. او به همراه والدینش از مجارستان گریخت. وقتی وارد فرانسه شد، دفترچه خاطراتش تنها چیزی بود که هنوز در اختیار داشت. این کتاب در سال ۱۹۵۶ در مجله هارپر نقد شد. قاسم صنعوی مترجم کتاب در سال ۱۳۱۶ در مشهد زاده شد، وی ابتدا از دانشگاه فردوسی مشهد در رشته زبان و ادبیات فرانسه و سپس از دانشگاه تهران در رشته حقوق قضائی لیسانس گرفت؛ اما به کارهای فرهنگی روی آورد، از جمله: معاون اداره کل رایزنی‌ها و نمایندگی‌های فرنگی خارج از کشور، مدیرکل همکاری‌های فرنگی-هنری و نیز مدیرکل روابط بین‌الملل وزارت فرهنگ و هنر. صنعوی برای چند سال سردبیر مجله فرهنگی سخن بود، او همچنین به عنوان مدیر مسؤول مجله رودکی نیز فعالیت کرده است. چاپ دوم «پانزده سال دارم و نمی‌خواهم بمیرم...؛ زندگی آنقدرها هم آسان نیست» با ۳۲۶ صفحه، شمارگان ۱۰۰ نسخه و قیمت ۳۱۰ هزار تومان عرضه شده است.

تازه‌های علمی

ژاپن از اولین ماهواره چوبی جهان رونمایی کرد

دانشگاه کیوتو و جنگلداری سومیتومو روز سه‌شنبه از تکمیل اولین ماهواره مصنوعی چوبی جهان به نام لینگوست خبر دادند.

به گزارش ایسنا، لینگوست(LignoSat) در ماه سپتامبر از مرکز فضایی کندی در فلوریدا به ایستگاه فضایی بین‌المللی پرتاب می‌شود.

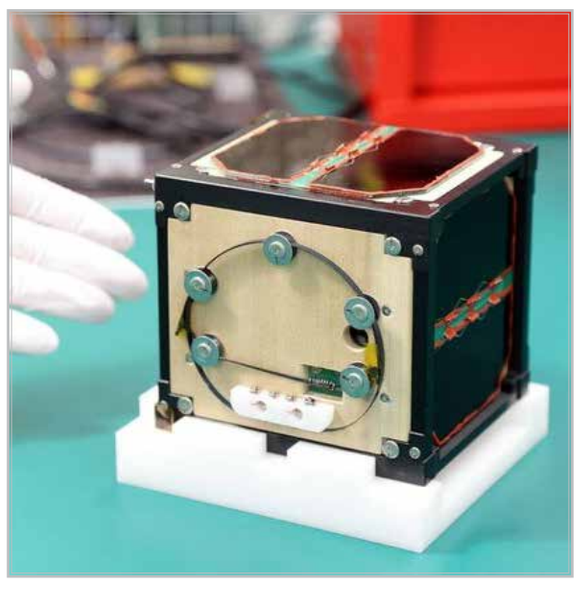
به نقل از ژاپن‌تایمز، این ماهواره که توسعه آن در ماه آوریل سال ۲۰۲۰، آغاز شد از چوب ماگنولیا ساخته شده است. استحکام و کارایی درخت ماگنولیا پس از انجام آزمایش‌های قرار گرفتن در معرض محیط فضا انتخاب شد. برای این آزمایش چوب درخت گیلاس، درخت توس و ماگنولیا روی یک تراشه قرار داده شد و به فضا رفت. این چوب توسط شرکت جنگلداری سومیتومو (Sumitomo Forestry) تهیه شده است.

این کاوشگر ۱۰ سانتی‌متر مکعبی با استفاده از روش سنتی ژاپنی که نیازی به پیچ یا چسب ندارد ساخته شد و مجهز به صفحات خورشیدی خارجی است. آزمایش‌های زمینی تأیید کرد که چوب بر سلامت و ایمنی فضانوردان و همچنین تجهیزات دقیق و اجزای نوری تاثیر منفی نمی‌گذارد.

پروژه لینگوست با هدف مبارزه با شلوغی فضا و ترویج فعالیت‌های فضایی دوستدار محیط زیست انجام شده است.

قوانین بین‌المللی کنونی الزام می‌کند که ماهواره‌ها پس از ماموریت‌های خود دوباره وارد جو شوند تا از تبدیل شدن به زباله‌های فضایی جلوگیری شود. ماهواره‌های معمولی به دلیل داشتن ذرات فلزی تولید شده در هنگام ورود مجدد، خطرات آلودگی هوا را به همراه دارند. انتظار می‌رود ماهواره‌های چوبی که پس از ورود مجدد به جو می‌سوزند، این اثر را کاهش دهند.

تاکائو دوی(Takao Doi) استاد دانشگاه کیوتو و فضانورد گفت: گسترش پتانسیل چوب به عنوان یک منبع پایدار بسیار مهم است.

طی ۶ ماه پس از پرتاب، داده‌های مربوط به انبساط و انقباض چوب، دمای داخلی، ژئومغناطیس و عملکرد تجهیزات الکترونیکی جمع آوری خواهد شد. این داده‌ها که توسط ایستگاه ارتباطی دانشگاه کیوتو دریافت می‌شود، از توسعه دومین ماهواره به نام لینگوست-۲ خبر می‌دهد.

جنگلداری سومیتومو همچنین نتایج را برای درک نحوه تجزیه چوب در سطح نانو با هدف توسعه فناوری‌هایی برای جلوگیری از تخریب چوب و ایجاد کاربردهای جدید برای چوب، از جمله ساخت مواد بسیار بادوام برای نمای بیرونی ساختمان، مطالعه خواهد کرد.