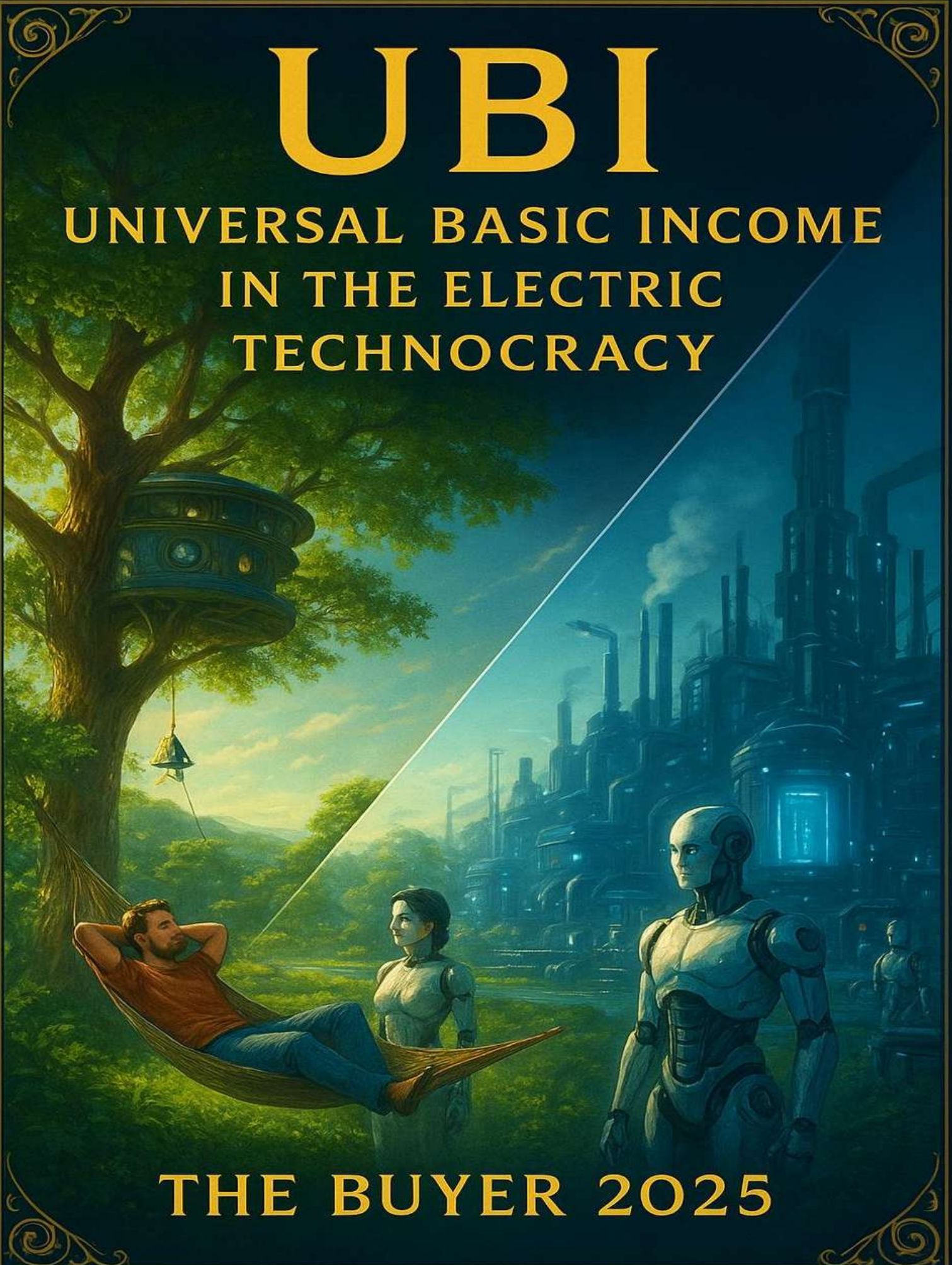


UBI

UNIVERSAL BASIC INCOME
IN THE ELECTRIC
TECHNOCRACY

THE BUYER 2025



ناهج هی اپ دم آرد وی هدنی آ تیناسنا

یکی رتکل ای سارکونکت هب راک زا

۲۰۲۵ رادی رخ

هم دمقم

سیدی تح و هنال داعان ی ای پوتا کی ناو نع هب بلغا (UBI) یناهج هی اپ دمآرد ، هتشدگ رد دشی م یقلت ی ای پوتا .

دندوب فرصت ی هتسایش همه زا رتمک هک یناسک آلومعم - دنک تخادرپ ار هنیزه دیاب یسک ، تیاهن رد

هعماج ی عقاو نارادمهس .

تسا ریغت لاج رد دیاب روط هب نونکا تی عقاو نی ، لاج نی اب

ونصم هدا علا قوف شوه ی دوز هب و (AGI) ی عونصم ی مومع شوه ، (AI) ی عونصم شوه ندمت یاهدای نب ندرک نوگرگد لاج رد ، یزاس راکدوخ و کیتابر هارمه هب ، (ASI) ی ع دن تسه ام .

شام راک قی رط زا هک - دراد دوجو یروانف یگنیکت کی داجی لیسناتپ ، راب نیلوا یارب دنکیم دیلوت می طع تورث دنمشوه یاهنی

یعی ب ط مولع لماک یی اشگ زمر و هق باسیب سای قم اب تی عا رتخا

دندنکن ساسح هک یطرش هب دیریگ رارق هدافتسا دروم یقالخا ی نارگن نودب دنناوتیم کیتابر و ی عونصم شوه

ره هک ییاج ، دربب تذلی ناوارف زا رپ ی ای گدنز زا دنناوتیم تیناسنا ، بیترت نی اب دشاب هتشاد رایتخا رد ار دوش کیتابر راک یورین دنناوتیم سک

وقح تعرس هب دیاب ، دنک روهظ رادس اسحای ی عونصم شوه هکنی اضحم هب ، لاج نی ع رد دوش نی مضت زی مآتم لاسم تیسیزمه ات دوش اطعا نا هب یق

سقت نودب یناهج رد ار دوش تسا نکمم تیناسنا ، رمع لوط رد یی اهتفرشیپ اب دنک یگدنز یما را هب مه رانک رد و ، زرم نودب ، کیژول وئدی ای یسایس تامی

رد یفرعم هک تسایلم یاهروشک فذح و کیتابر ، ی عونصم شوه یی ا زفامه قی رط زا طقف حطس هب هک یدمآرد - دوشیم لی دبت تی عقاو هب طرش و دیق نودب اعقاو یناهج هی اپ دمآ یتابر و ی عونصم شوه ی داصتقا دیلوت لک هکلب ، تسین هتسباو تشیعم لقادح دنکیم غی زوت همه هب هنال داع روط هب ارک

ا مواقم زین مروت ربارب رد هکلب ، دوشیم هنال داع اهنت هن یناهج هی اپ دمآرد ، بیترت نی دب تس

- [یناهج هی اب دمآرد هرابرد بوی توی ی حیضوت یوئدی و \(UBI\):https://youtu.be/cbyME1y4m4o](https://youtu.be/cbyME1y4m4o)
- [یناهج هی اب دمآرد تسک داپ تمسق \(UBI\):https://open.spotify.com/episode/1oTeGrNnXazJmkBdyH0Uhz](https://open.spotify.com/episode/1oTeGrNnXazJmkBdyH0Uhz)

بلاطم تسرهف

چینه اچ هی اپ دمآرد - لوا تمسق همدم
لمای پوت 2. ملچ کی رد هدی 1. کتسی
3. longing for security اهدمآردشیپ و

اپ دمآرد زایامج لیال د - مود تمسق
ف نایاپ 2. رابچا زایدازا 1. یناهج هی
گتسبمه 4. تیقالخ و یروآون 3. رق
شام رصع اب یراگزاس 5. یعامتجا ی
خا یربارب 7. شزوم و تمالس 6. اهن
یروانف هکرحم یورین 8. یقال

ینه اچ هی اپ دمآرد تالکشم و تاداقتنا - موس تمسق

وت تمیق 2. نوکس تمیق 1.
لمع هب تبسن یتل ادعیپ 3. مر
و یسایس تمواقم 4. الاب یاهدرك
ایس یراکتسد رطخ 5. یگنهرف
ت 7. تلود هب یگتسبباو 6. یس
قت 8. یدبا لکشم - یلام نیما
دیج یلکش هب یعامتجا میس
رم و جره 10. انعم یناسنا نارحب 9.
ارذگج

ارکونکت اما، دنروخیم تسکش یناهج هی اپ دمآرد کی سالکی اهل دم ارچ - مراچ تمسق
3. یخیرات هابتشا 2. نآ یاهتسبنب و ایور 1. دهیم هیارا یلح هار یکی رت کلا یس
5. تسارترادیپ قطنم نیارچ 4. یمیداراپ لوحت کی - یکی رت کلا یسارکونکت
ونصم شوه شقن 6. یهافر همانرب ناونع هب هن - رشبقح ناونع هب یناهج هی اپ دمآرد
رگشنیب هب دنورهش زا 8. یناوارف هب رقف زا: زادن امشچ 7. نابهگن ناونع هب یعامتجا

نوگچ: لی صفت هب یکی رت کلا یسارک و نکت - مچنپ شخب
ی دج یعامتجا دادرارق کی ۱. دن کی م راک اچن آرد ی ناهج هی اپ دمآرد ه
اب دشر - ایوپ ی ناهج هی اپ دمآرد ۳. یلام نی مأت هی اپ هس ۲. د
رت کلا یسارک و نکت رد یعامتجا ی داینب قوقح ۴. تفرشیپ
ی عونصم شوه شقن ۶. اهناسنا یارب تیایلام راب وغل ۵. یکی
آرد ۸. هم یارب هافر - دوبمک زا سپ ۷. "یلام ناب هگن" ناو نع هب
تیقالح یارب یروزیلاتاک ناو نع هب ی ناهج هی اپ دم

زآ ناو نع هب ی ناهج هی اپ دمآرد: تارطخ و اهت صرف - مشش شخب
صرف ۲. هدعو ناو نع هب ی ناهج هی اپ دمآرد ۱. ؟ماد ناو نع هب ای ی دا
مه (ج تیقالح راجفنا) ب ی دوجو سرت زا ی دازا (فلا گرزب ی اهت
شاقی رط زا تلادع) ه عن او م نودب شزومآ (د یعامتجا ی گتسب
ی روانف کارت

تسد زا (ب ل اعفنا رطخ) (فلا اهدی دعت و تارطخ ۳.
اری دم رد تردق زکرم ت (چ ی تنس ی اهرات خاس ن داد
قرغ) ه ی ناهج هی اپ دمآرد دوجو اب ی رباربان (د ن
کوداراپ ۵. ی تخانش ناو ر دعب ۴. ی ناوارف رد ندش
ی ناوارف س

مور نان زا: یخیرات هسی اقم رد ی ناهج هی اپ دمآرد - متفه شخب
مور هق باس - اهشی امن و نان ۱. یکی رت کلا یسارک و نکت ات ی
ص ۳. قوقح یاج هب هق دص - یطسو نورق رد ارقف هب کمک ۲. ی
۱ - نردم ی اهرهش نامرآ ۴. تاجن و رابجا ناو نع هب راک - یزاسی ت عن
سیب نرق ی اهشی امزآ ۵. گنیکی رتول نی ترام ات روم ساموت ز
ناهج هی اپ دمآرد ۷. اهنیشام طلست - یخیرات فطع هطقن ۶. مت
ب یکی رت کلا یسارک و نکت ۸. یندمت شهج کی ناو نع هب ی ن
هعسوت جوا ناو نع ه

ناو نع هب ی ناهج هی اپ دمآرد: ی ناهج داعبا - متشه شخب
زرم زا رتارف تلادع - تی رشب ی ایور ۱. ی ناهج دادرارق کی
ی ناهج رشب قح ناو نع هب ی ناهج هی اپ دمآرد ۲. اه

ق 4. دن روخی م تسکش یلم UBI ی اهل دم ارچ 3.
ع هب UBI 5. یرکف شیامزآ کی - ی ناهج دادرار
زا ی ناهج یگتسبمه 6. حلص هژورپ کی ناو
لم زا 8. یراکمه هب تباق رزا 7. یروانف قی رط
تیناسنا هب ت

سج و سرت ، ی دازآ: تی خانشن اور دعب - مهن تمسق
کت 2. یروهه رب رد یربارب دص شهج 1. انعم یوچت
ییوگ 3. یندمت تفرشیپ کی ناو نع هب یگنی
عم 5. سرت نودب ی دازآ 4. دن اهدمآ دورف ناگانگی
اسنا 7. ASI رصع رد انعم 6. دیج تی خانشن اور لرض
تی فگش تشگزاب 8. قل اخمه ناو نع هب تین

اوارف و ی شاپورف نیب: هداچ رد لاچ - مهد تمسق
م 2. crossroads چ کی ناو نع هب یگنی کت 1. ین
سم 3. عیزوت نودب تردق: تی ای پوتسید ری س
تشهب 4. یکی رت کلا ی سارک و نکت: تشهب ری
داضت 5. فداصت کی هن ، باختنا کی ناو نع هب
هناگی ب لی ثمت 6. ی دازآ ای سرت: تی خانشن اور
ت 8. یکی رت کلا تشهب 7. هت فای شرتسگ
ییاهن داض

یکی هیاس رد تردق یاهی زاب: یگن ادواج مهوت - مهدزای شخب
م ۳. یگن ادواج هب طلغ ریسم ود ۲. یگن ادواج هسوسو ۱. یگن
اضت ۵. دنماچنایم یگدرب هب ود ره ارچ ۴. یگن ادواج دیج روح
دنز - گولی پا یکی رت کلا ی سارک و نکت ی عقاو یگن ادواج: د
یری گهچی تن بقاوع ی دبا تردق، ی دبا یگ

هم دقم

ی نالو ط ی گن سرگ نای اپ

دوب هدش فی رعت **دوب مک** اب ی ناسنا ی گدنز ، لاس رازه اهه د یارب

م تان او یح راکش و اهتوت یروآعم ج ، ی رلاک لابند هب ار دوخ ی اهزور هی لوا ناگدن روآدرگ و نای چ راکش نامیم هن سرگ لاماک لی ابق ، دندرکیم تکرح اهه لگ ای درکیم ری یغت او و بآ ی تقو . دندی نارذگی دوب **هن ازور ی شک هرق** کی هکلب ، دوبن ی فسلف موهفم کی اقب ، ام ناکایی یارب . دند

ی زاس هری خذ : درک روهظ دیج یزی چی زرواشک بال قنا اب

تشان دن هارمه هب شم آرا زنی یروآون نی ی تح لاح نی اب . اهماد ، عرازم ، اهرابنا

دروآ ناغمرا هب ار بآ و نیمز رس رب اهگنج و ماکح ، تایلام ، بتارمه لسل س نی

دنداد همادا دوخ هرمزور ی گدنز هب نانچمه مدرم رتشیب هک یلاح رد ، دش زکرمتم دودعم ی اهدع ناتسد رد تورث

دندرکشب ار هخرچ نی ا هک داد هدعو ی تنعنص بال قنا

e. دندرک رتروهه رب ی رگیدی نامز ره زا ار ام اهنا - **قرب** ، **راخب ی اهگیدی** ، **اهه ناخراک**

راک ای یچاسن ی اهه ناخراک ، گنسل اغز نداعم رد رفن اه نو یلیم . دش عی زوت رباربان روطه بتورث هرابود ، لاح نی اب دندرک یروآعم ج ار یروصت لباق ریغ ی اهتورث هی ام رس نابحاص زا ی اهدع هک یلاح رد ، دندرک راک دالوف ی اهه ناخ

بباختنا هن ، **دنام یقاب رابجا** **نانچمه راک**

تیم هک یبال قنا - می اهداتسی یبال قنا کی ربارب رد هرابود ، مکی و تسبی نرق رد ، زورما ، کی تابر ، یعونصم شوه : **دوب مک هل اس رازه می دق ت فآ** نی ا زا ار تی ناسنا ماجنارس دناو . دندک دازآ یروانفتسیز ، ی اهتسه ی شوجهم

یرورض ی اهراک مامت دن ناوتیم اه نی شام هک دسریم رظن هب ، خیرات رد راب نی لوا یارب **دندری گب هدهع رب ار**

تسین نی ا رگیدی یساسا لاؤس

هکلب - «؟ می نامب هدنز می ناوتیم هنوگچ»

«؟ می نک ی گدنز می هاوخیم هنوگچ»

دوشیم هن حص دراو **(UBI) یناهج هی اپ دمآرد** موهفم هک تسای یی اج نی

دناوتیم ، شدرواتسد ای عاشنم زا رظن فرص ، ناسنا ره هک ی تی نم - ی ناساب یوزرا کی دوشیم نکمم ی داصتقا و ی نف رظن زا ناهاگان - دشاب هت شاد **ی راقواب** ی گدنز

تسا هارمه اه ایور و تاضقانت ،اهل اچ اب هی اپ دم آرد ،گرزب هدی ره دن نام ،لاح نی اب

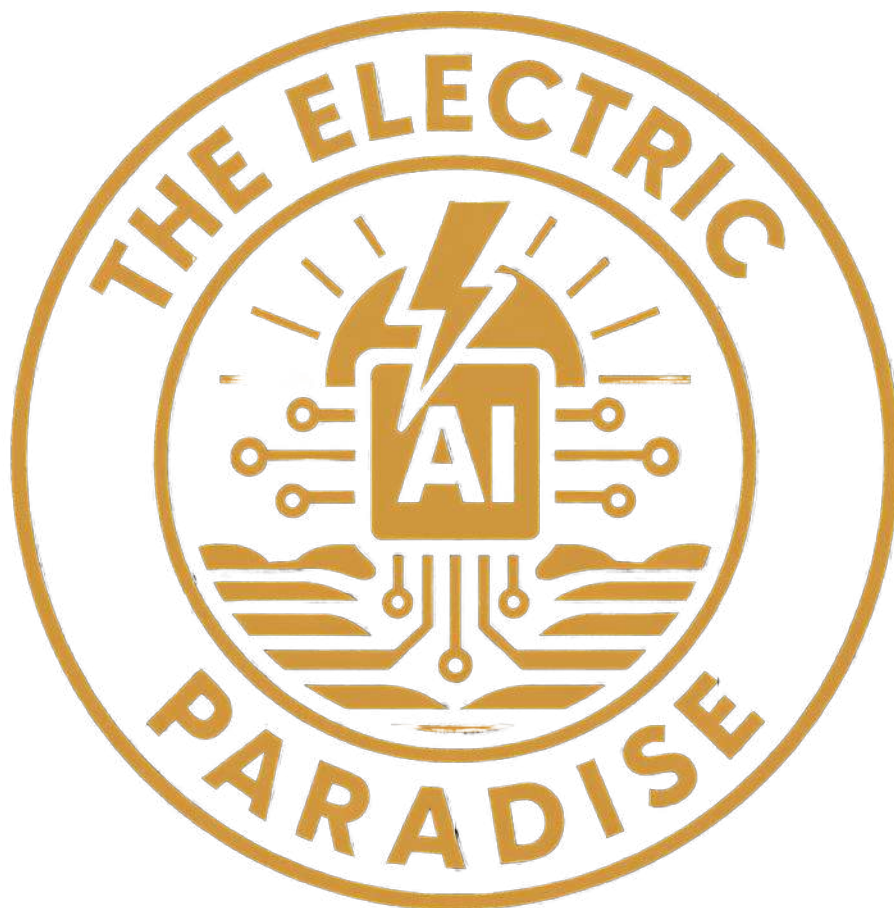
هک ینارگی د و دننکیم تباط ار دوخ یشی ام زآ کچوک ی اهه ژورپ رد هک دنراد دوجو یی اهل دم
دنروخیم تسکش تفگ نه ی اهه نی زه لی لد هب

یم درک لمع هب لی امت هدش دی دعت نای اپ ناو نع هب رگی دی خرب و ،ی دازآ هدعو ار نآ ی خرب
دنن ب

دربیم یرفس هب ار امش باتک نی

امشچ - نیرتی قطنم دیش ام - نیرت لاکیدار ات ،نآ نادقتنم قی رط زا ،هدی ی اهه شیر زا
زادن

دنتسه اهنیشام هک لب دنتسین اهناسنا رگی د هک یی اچ ،یکی رت کلا یسارکونکت
دننکیم نیمأت ار هافر تلود یلام ی اهه یاپ هک



تسی چی ناهج هیاپ دمآرد - لوا تمسق

1. هلمج کی رد هدی

ی لوپ مظنم روط هب، یطیارش چی ه نودب، ناسناره هک تسا هدی نی هیاپ دمآرد
ش دوجو لیلد هب افرص، دنکیم تفایرد

یعامتجا گنا چی ه، راک یارب یمازلا چی ه، یلام نومزآ چی ه

همه یارب - دمآرد کی طقف

دن چی یامگد اب اریز. تسایبالقنا هزادنا نامه هب، دسریم رظن هب هدی هک یگداس هب
دنکیم داجی فاکش، تسا عورشم تیکلام ای راک قیروط زا اهنت دمآرد هک یاهلاس دص

دهدیم ریغ ت دوجو هب درکلمع زا ار هعماج داینب نی

2. اهدمآردشیپ و اه ایپوت

رج خیرات رد زمرق خن کی دننام ی دوجو یاهسرت ای یگنسرگ نودب نم یی گدنز یارب وزرآ
دراد نای

●صوصخ تیکلام نودب یاهعماج زا یهاگدی د ایپوتا دوخ رثا رد ۱۵۱۶ لاس رد روم ساموت
دنوشیم نی مات ربارب روط هب همه نآ رد هک درک میسرت ی

●امت یارب هیاپ دوس کی ۱۸ نرق رد، اکیرم آهدحتم تالای ناراذگناینب زا یکی، نیپ ساموت
دوش یلام نی مات نی مز تیکلام رب تایلام قیروط زا هک - دش راتساوخ ار نادنورهش م

●نخس یعقاو یربارب یارب یهار ناونع هب هیاپ دمآرد زا ۱۹۶۰ هه رد گنیک رتول نی ترام
دربب نیب زا ار یعامتجا یربارب ان تسناوتیمن ییاهنت هب یندم قوقح اریز، تفگ

تساینالوط یرکف تنس کی زا یشخب هکلب، تسین یلو نوکیلیس زا یلوصحم یناهج هیاپ دمآرد نیاربانب

دوشیم هنایارگ عقاو یناهج هیاپ دمآرد هاگدی د، اهنیشام تردق اب، نونکا اهنت اما

3. تی نم هب قای تشا

دردا دتی باباذج نینچ هدی نی اچ

دوجو ساسا نداد تسد زا: دزادرپ یم رشب یدای نب سرت هب نی اریز

دسرت یم لوصحم تسکش زا زرواشک

دسرت یم جارخا زا هناخراک رگراک

دردا سرت دوخ تکرش یگتسکش رو زا دنمراک

ب، یرامیب: تسا هدش permeated طوقس زا سرت اب یگدنز، دنم تورث یاهروشک رد ی تح
یری رد رقف، قالط، یراکی

دنک یثنخ ار سلکوماد ریشمش نی اک دهدیم هدعو هیاپ دمآرد

دهدیم رارق هاگترپ و ناسنا نیب یئرمان نابهگن هتشر ف کی دننام ار دوخ It

نافلاخم اب و - تسا هارمه تمیق کی اب هدعو نی اما

ی ناهج هیاپ دمآرد یارب لیال د - مود تمسق

1. رابچا زا یدازآ

تسا هدوب رابچا هکلب، یناسنا تی قالخ هنافل طواد زاربا هن راک، لاس نارازه یارب

تعاس تحت ی تعنص رگراک، لادوئف بابرا هنافل طواد زاربا هن راک، لاس نارازه یارب
درک یم راک هنافل طواد

ترورض هشیماه آبیرقت و دوب یی افکدوخ تردن هب راک

دنکشی یم ار هخرچ نی هیاپ دمآرد

هن: دیوگب و دتسیاب دناوت یم ناسنا کی، خیرات رد راب نیلوا یارب

یم دوبان ار هنافل طواد س هک یلغش هب هن. دنکشی یم شکه ره هب هنافل طواد زا هک یسیئر هب هن
دنکشی یم یریگ هزادنا یروهره ساسا رب هنافل طواد نامز هک یاهعماج هب هن. دنک

درف یدازآ هکلب، رازاب یدازآ هن. تسا یدازآ هب توعد کی ی ناهج هیاپ دمآرد

2. رقف نایاپ

تسین یعیبط نوناق کی رقف.

تسا یعامتجا میمصت کی نی

کیم دیلوت یژنا و ساب ل، اذغ یرگید نامز ره زا رتشیب هک مینکیم یگدنز یناهج رد زورما دن تسه همنسرگ رفن نویلیم اهدص، لاج نیا اب دن.

باربان روط هب یسرتسد هک تسا لیلد نی هب هکل ب، درادن دوجو یفاک عبانم هک تسا لیلد نی هب همن نی، تسا هدش عیروت ر.

درک دهاوخ حالصا یلاکی دار روط هب ار لداعت مدع نی هیاپ دمآرد کی

دنکیم تفایرد یناهج یاپ زا مهس کی درف ره، طورشم یلام یاهکمک یاج هب

ین رقف، دش دیدپان هلبآ هک روطنامه. دوریم نیب زا هکل ب، دباییمن "شهاک" اهنت هن رقف ررکم و هداس یکناب زیراو کی قیرط زا هکل ب، یکشزپ قیرط زا هن - دوش دیدپان دناوتیم ز

3. یروآون و تیقالخ

ب ار اهبش نیتشنی رگا ای. دنک راک همنخراک کی رد دوب روبجم ترازتوم رگا دینک روصت درکیم یرپس یسکات هدنار ناونه

تسا ییافوکش یارب ی تصرف زگره اریز تسا هداد تسد زا تیناسنا ار هغبان نیدنچ؟ دنتشادن ناشی اهدادع

دهد نایاپ ار یئرمان یاهنداد تسد زا نی دناوتیم هیاپ دمآرد

دنرادن هراجا اب دوخ یاهایور هلدابم هب یزای مدرم رگید

● دوش هدرمژپ سامت زکرم کی رد هکنی نودب، دنک یشاقن دناوتیم شاقن

● دنک تمدهخ ناراذگهیامرس هب هکنی نودب، دنک عارتخا دناوتیم سدنم

● دروخب تسکش هلسافال ب هکنی نودب، دنک شیامزآ دناوتیم ناوج

یقالخ نآ رد هک دوب دهاوخ یاهرود زاغآ هکل ب، دوب دهاوخن راک نایاپ یناهج هیاپ دمآرد دنهدیم لیگشت ار یناسنا دوجو زکرم هرابود یواکچنک و ت

4. یعامتجا ی گتسبمه

نکیم میسقت ی رباربان
د.

دع ناسد رد تورث هک ینامز لماک عم اوج. دنکیم داچای ی دامتعا یب و ترفن، تداسح نیا
دنشاپیم مه زا، دوشیم زکرمتم دودعم یاه.

چی. ده دیم کرتشم هیاپ کی همه هب نیا. دنکیم لمع یعامتجا بسچ دننام هیاپ دمآرد
هعجاف، یلام یاه طوقس، اهی مدنآپ - نارحب یاه نامز رد یتح. دنکیم من طوقس هک بش زا سک
دنمیم یقاب رادیاپ نانچمه هیاپ - میلقا یاه.

دمآرد، دنوشیم دی دپان اهتابر و یغونصم شوه لیلد هب لغش اهنویلیم هک ییایند رد
دشاب یسایس مسیلاکی دار ربارب رد همیب نیرت مهم دن اوتیم یناهج هیاپ.

نربیم هانپ یی ارگ طارفا هب آلومعم، دنهدیم تسد زا ار زیچ همه دننکیم ساسحا هک یناسک یارب
تسا ریغت لاح رد ایند هک ینامز یتح - دننامب مارا دن اوتیم دنراد ینما دمآرد هک یناسک اما. د.

5. اهنیشام رصع اب یراگزاس

تسا نیا هدنیآ یاههده شلاچ نیرت گرزب

تهب ار اهراک مامت آب یرقت اهنیشام هک ینامز دتفایم تی ناسنا یارب یقافتا هچ
؟ دنهد ماجنا رتنازرا و رتعی رس، ر

دننکیم نی زگیاج ار اهتسی ژولوی دار و نامچرتم، یراذگ هیامرس نارادکناب اهتسی روگلا، زورما یتح

دوز هب. دننکیم تیاده ار اهداپهپ و دننکیم بتترم ار اهتسب، دنزاسیم وردوخ اهتابر
تفرگ دنهاوخ تسد رد ار رنه زای اهشخب یتح و یقوقح یاههرواشم، تارادا لک اهنآ ی

اک لاغتشا ییایند نیب لپ نیا. تسا ترورض هکلب، تسین هی ریخ یناهج هیاپ دمآرد
تسا لماک یزاس راکدوخ ییایند و لم

م اهنیشام ربارب رد مدرم هکنیا یاج هب. دربیم نیب زا ار یروانف تفرشیپ زا سرت نیا
دنوشیم لی دبت یزاس راکدوخ کرتشم نارادربهرهه هب اهنآ، دننک هزارب

6. شزومآ و تمال س

دنکیم لمع یئرمای و راد کی دن نام یلام تی نام

اب - دننکیم یگدنز نمزم سرتسا رد ، دننک تخادرپ ار هراجا هنوگچ دن نادیم هک ی ناسک دایتعا ، یگدرسفا ، یبلق یاهی رامی ب : نآ یاهدمای پ مامت

اهی رامی ب ، رتمک سرتسا . دوب دهاوخ خیرات رد تمال س تاحال صا نیرتگرزب هی اپ دمآرد . رتمک یاهی شکدوخ ، رتمک ی

مآشناد . دنریگیم دای رتتجار ، دنوشیم نگرزب رقف رد هک ی ناکدوک . دش دهاوخ دنمه رب زین شزومآ راک دوفتس ف یاهناروتسر رد هک نی اچ هب دننک زکرم ت دوخ تاقیقحت یور رب دنناوتیم نازو . دش دهاوخ لی دبت تداع کی هب هکلب ، دوب دهاوخ ن زایتما کی رگیدی رمعلام دام یریگدای . دننک

7. یقالخا یربارب

ا امش : دیوگیم نی . تسا دامن کی نی . تسا لوپ زا رتشیب یناهج هی اپ دمآرد . دیاهتسیاش نیاربانب ، دیتسه ناسن

ن دوجو "هتسیاشریغ" و "هتسیاش" نیب یزیامت چیه ، هافر رتفد رد ریقحت چیه ، یسررب چیه . دنتسه تی ناسن زا ی شخب هک لیلد نی هب آفرص - دننکیم تفایرد ار رادقم نیمه هم . دراد

ربارب رد هن . تسا هتشاد دوجو نونکات هک تسا یربارب لکش نیرتلاکی دار نی . یکناب باسح رد هکلب ، نوناق ربارب رد هن ، ادخ

8. یروانف ی تشپداب

نینچ یلام نی مأت یارب یعقاو هی اپ راب نیلوا یارب نونکا ، هتشدگ یاهنرق فالخر ب : دراد دوجو یاهژورپ

ی . اهتسه ی شوجمه ، ریذپدی دجت یژرنا ، کی تابر ، یعونصم شوه

دننک دیلوت ی ناسن ا یاهت یفرظ زا رتارف رایسب ی داصتقا ی چورخ دنناوتیم اهنیشام

ی ن ریذپان ب انتجا دیاش و ریذپانکما هکلب ، تسا هنال داغ اهنت هن یناهج هی اپ دمآرد . دشاب ز

ی ناهج هی اپ دمآرد تال کشم و تادقت نا - موس تمسق

۱. ل معی ب تمیق

ارچ. دش دنه اوخ لبنت مدرم، دوش عی زوت طیارش نودب لوپ رگا: دنهدیم رادشه نادقت نم
تسا رپ ال بق باسح هک یتقو دنزیرب اج زا دیاب

تسا هدش نی مأت لاح ره هب دمآرد یتقو درک هعلاطم دیاب ارچ

نک مرن ار نادنورهش "شیامن و نان" هک دندوب نارگن ال بق اهی مور. دراد یدایز تمقدق سرت
دندی مان "باوختخت" ار نآ هافر نافلاخم، متسیب نرق رد.

یقحت ای شاقن یارب یدازآ زا همه: دراد هراشا یعقاو کسی رکی هب داققتنا نیا، لاح نیا اب
ب نایرج کی رد - دنوش مگ لاعفنا و فرصم رد تسا نکمم یخرب. درک دنه اوخن هدفاتسا ق
اهی ترپسواح و اهی زاب، اهشیامن زا نایابی

تحت راک یاهه درب زا هعماج کی هزادنا هب دناوتیم لعفنم و لسک نادنورهش زا هعماج کی
دشاب کانرطخ راشف

۲. مروت تمیق

رگی د فلاخم لال دتسا کی

دباییم شیازفا اهت میق، دندنک تفایرد یفایضا لوپ همه رگا

یاس مروت؟ دبای شیازفا هزادنا نامه هب هلصافالب اهراجا رگا دراد یاهدیف هچ وروی ۱۰۰۰ هی اپ دمآرد
تکرح نی شام کی ناو نع هب ار یناهج هی اپ دمآرد نانادداصتقا زا یخرب. تسا یلوپ تاحال صا ره
دنک داجیا یدیدج شزرا هک نیا نودب دنکی داجیا دیرخ تردق هک دندی بی میئادی

دوریم نیب زا نآ رشا و - دباییم شیازفا اهت میق، دوشیم هجاوم تباث هضرع اب رتشیب یاضاقت یتقو

دندهیم خساپ نایماح

تیم لکشم نیا، یعونصم شوه و اهتابر زا دودحمان آب یرقت نیمأت اب راکدوخ یایند رد
دشاب رتکچوک دناو

تسا نکمم مروت، دنامب بایمک نیمز و دنزاسب نکسم اهنا سنا هک ینامز ات اما
دشاب رطخ نی رتگرزب

3. الاب درکل مع اب دارفا هب تبسن یتل ادعی ب

سرپی می خرب
دن:

هک دنک تفایرد ار هیاپ دمآرد نامه، هدرک لیصحت اهل اس هک یرتکد دیاب ارچ
؟ هدرکن راک زگره هک یسک

دنکیم وحم ار درواتسد مدع و درواتسد نیب یاهزرم یناهج هیاپ دمآرد.

ت رد، دشاب شالت اب بسانتم دیاب دمآرد هک تلادع قیمع سح اب نی، یرایسب یارب
تسا داض.

آیم دوجو هب یقالخا یریگرد کی اجنیا رد
دی:

؟ دنوش هداد شاداپ اهتوافت هک تسا هنالداغ هک نیای - دوش هداد ناسکی همه هب هک تسا هنالداغ ای

اداپ لوصا دض رب نیاربانب و دنکیم باختنا ار لوا هنیزگ حوضو هب یناهج هیاپ دمآرد
دریگیم رارق، دراد تمداق لاس نارازه هک تازاجم و ش

4. یگنهرف و یسایس تمواقم

یگنهرف بالقنا کی هکلبل، تسینی داصتقا بالقنا کی اهنت یناهج هیاپ دمآرد
تسه زین.

● یقلت یقالخا هفیظو کی ناونع هب یبهزم روطه بآب یرقت راک، اکیرمآ هدحتم تالایا رد
دوشیم.

● تسا رادهشیر تدش هب "اضاقت و تیامح" لصا، ناملآ رد.

● تسا طبترم یعامتجا رابتعا هب بلغا درکل مع، ایسآ رد.

هیاپ دمآرد

وش کی نی، عاموج زا یرایسب یارب "درادن یگتسب ناتراک هب امش شزرا": دیوگیم نی
دشاب هتشاد لابند هب ار یگنهرف یریگرد اههه دناوتم هک دوب دهاوخ ک

5. یسایس یراکتسد رطخ

دوش لی دبت یسایس لرتنک یارب یرازبا هب دناوتم یناهج هیاپ دمآرد متسیس کی

هاک ار هیاپ دمآرد دنناوتم اهتلود. دراد تسد رد ار تردق، دنک عیزوت ار دمآرد هک یسک ره
دنشاب "نامرفان" نادنورهش رگا دنهدش

"مینکیم عطق ار امش دمآرد ای، دیهدب یأر ام یارب": دننک هدافتسا مرها ناونع هب نآ زا دنناوتم ای

قالش یاج هب. دوب دهاوخ لرتنک یارب ییایور یرازبا یناهج هیاپ دمآرد، هماکدوخ اهتلود رد
دوشیم دودسم فارحنا تروص رد هک تشاد دهاوخ دوجو لات یجید باسح طقف، نادنز و

6. تلود هب یگتسب او

دنکی می زکرم داهن کی هب هتسب او ار نادن ورهش همه یناهج هی اپ دمآرد

چو عب بنم کی اهنت تسا نکمم، ادر ف. دوش می عی زوت امرف راک اهنوی لیم نایم رد دمآرد، زورما
ت. تلود: دشاب هتشاد دو

دزیری م ورف هعماج، دتفیب راک زا عب بنم نی ا رگا

رفن اهدرای لیم ناهگان و - یسایس یاتدوک کی، داسف یی اوسر کی، یرب یاس هلمح کی
دن نامیم دمآرد نودب

تسا هتشان دن دوجو لبق زگره هک دنکی می داجی ا دیدج یری ذپبی سآ کی لم اک یگتسب او

7. یدب لکش م - یلام نی مأت

تسا یقاب نانچمه داققت نا نیرتگرزب

مینی ک تخادرپ نآ یارب هنوگچ

دن یوگی می نایماح

«یلام یاهرازاب و، اهتکرش، نادن متورث رب تایلام قی رط زا»

دیم خساپ نادقتنم
دن:

رت مک تایلام هک دوری می یی اج هب هیامرس. تفر دنه اوخ یگداس هب اهتکرش و نادن متورث
دن امیم یقاب ناری ویداصتقا، تیهن رد. دراد ی

دن تسه گرزب رایسب دادعا

یم ۸۰۰ زا شیب نآ هنیزه، دنک تخادرپ هام رد وروی ۱۰۰۰ لاس گرزب ره هب ده اوخ ناملا رگا
لاردف هج دوب لک ربارب ود آب یرقت - دوب ده اوخ لاس رد وروی درایل

اعم اب، یناهج سایی قم رد اما. دنکی می راک کچوک یشی ام زآ یاهه ژورپ رد یناهج هی اپ دمآرد
دوش می وربور لح لب اقری غ آب یرقت یاهلد

8. دی دج یلکش رد یعامتجا میسقت

دنک داجی زین ی دی دج یاه یربارب ان دن اوتیم هی اپ دمآرد ، یزیم آهی انک زرط هب

● خ یگدنز ی ناوارف رد ناچمه دننکیم راک یفاضا روطه ب ای دننکیم یراذگهی ام رس ، دنربیم ثرا هک ی ناسک
درک دنه او

● دن ام دنه اوخ نی ی اپ رد دننکیم یگدنز هی اپ دمآرد زا اهنت هک ی ناسک

یتخس هب هک ”هی اپ دمآرد هقبط“: دریگب لکش دن اوتیم ”هقبط ود هعماج“ کی ، نیارب ان ب
دنهدیم همادا تورث تشابنا هب هک ”ناگبخن“ و ، دن امیم هدنز

نآ ی دوبان هن ، دوب ده اوخ یربارب ان دی دج ی دن بهتسب اهنت نی

اپ دمآرد
ناهج هی
ی

9. انعم ی ناسنا نارحب

تسا یتخان شن اور هکلب ، دشابن ی داصتقا رطخ نیرتگرزب دیاش

دروآیم مهارف ار تیوه و انعم ، راتخاس راک ، تسا هدوب دمآرد زا رتشیب هشیمه راک

..شتاعارتخا اب سدنهم ، شاه فیظو اب زابرس ، درکیم فی رعت شنی مز اب ار دوح زرواشک

دقتفایم ی قافتا هچ دوشیم دی دپان راک یتقو

درادن انعم چیه اما ، دهدیم لوپ ی ناهج هی اپ دمآرد

دن ت فیب ی دوجو ألخ هب تسا نکمم دارفا

دوشیم لی دبت ترورض کی هب رتشیب هشیمه زا لاوس نی - ”مستسه اجنی نم ارچ“

دوب دنه اوخ هعماج لابند هب نارگید ، دننکیم قلخ رنه ی خرب

ورف یتوافتی هب تسا نکمم یرایسب اما
دن ورب

دشاب یی انعم یب یایند نامزمه روط هب دن اوتیم ی ناوارف یایند نذ کی

10. ارذگ جرم و جره

دن ام ی قاب لاوس ، دشاب مدنی آینه ج هی اپ دم آرد رگا ی تح

م سیری م اجن آه ب ه نوگچ

دنک هکوش ار داصتقا دناو تیم ی ناهگان شهج کی

اسک و دناهدش دن مه ره ب آل بق هک ی ناسک نی ب ی ی اه ی رب اربان ی جی ردت لاق تن ا کی
دن کی م داچی ، دن تسه راطت نا رد زونه هک ی ن

دراد دوجو تارطخ زا رپ ی نالوط ی هار ، تی عقاو و ل آهدی نی ب

نیزی رب ورف جرم و جره رد ، دوش رارق رب ی تح ی ناهج هی اپ دم آرد هک نی زا ل بق تسا نکم م اهمت سیس زا ی رای سب
د.

**سکش ی ناهج هی اپ دم آرد کی سالک ی اهل دم ارچ - مراهچ تمسق
دهدیم هی ارا ی ل ح هار ی کی رت کلا ی سارک و نکت اما ، دن روخیم ت**

1. ن آ ی اهت سب نب و ای ور

ای ور (UBI) ی ناهج هی اپ دم آرد هب نال اعف و نان اد داصتقا ، ناف و سلی ف ، اههده ی ارب
دن اهت خادرپ

دنن کی م حرطم روهظ لاح رد ی زاس راک دوخ و ی رب اربان ، رقف هب خساپ ناو نع هب ار عوضوم نی اهن آ

ی لام نی مأت : دنراد کرتشم روک هطقن کی ی ل بق ی اهل دم مامت اما

تورث ای دم آرد رب رتال اب ی اهت ای لام قی رط زا ن آ ی لام نی مأت هک دنن کی م داهنش ی پ ی خرب
دنن کی م ادی پ ار رارف ی اههار هشی مه - دراد نای رج ب آ دن نام تورث اما ، دوش م اجن ا

ن کی م رارف ی تای لام ی اهت شه ب هب ن آ و ، هی ام رس رب تای لام . دین کی م فی عضت ار راک امش و ، راک رب تای لام **Ta**
د.

رب رتشیب نی ا اما . دنن کی ی لام نی مأت فرصم ی اهت ای لام قی رط زا ار ن آ دن ه اوخیم نارگی د
دهد تاجن تسا رارق ی ناهج هی اپ دم آرد هک ی هورگ نامه - دروآیم راشف ارقف

ب تی عقاو رد هک دوشیم لی دب ت ابی ز یرکف شی امزآ کی هب بلغا هدی نی ، نی اربان ب
دزیری م ورف دادعا ساسا ر

2. یخیرات هابتشا

تسا داینب رد هابتشا

یتعنص هعماج یاهرازبا اب یتعنص زا سپ هژورپ کی یلام نیمأت یارب سه شالت لاح رد ام می

تسا هدرک انب هیاپ هس رب ار دوخ یتلود یاهدمآرد یتعنص ناهج

1. دوس
2. راک دمآرد
3. اهت کرش

دنتسه یشاپورف لاح رد ناکرا نی، هدنیآ یایند رد اما

- دوشیم مچا نا اهتابر طسوت راک
- دندرادن زاین اهناسنا هب رگی د هک دنوشیم دیلوت ییاهمتیروگل طسوت اهدوس
- تسا شرترسگ لباق دودحمان روطه بآ بیرقت و دوشیم مچا نا راکدوخ تروص هب فرصم

• دنک ینابی تشپ ار ادرف یعامتجا هژورپ دن اوتیمن زوری دیلام ساسا ت

۳. یم اداراپ ریغ کی - یکی رت کلا ی سارکونکت

تایلام، اهناسنا رب تایلام یاج هب. دنزیم مه هب ار لصا یکی رت کلا ی سارکونکت دوشیم عضو یژرنا یاهنایرج و اهمتیروگل، اهنیشام رب

- تابرتایلام:

م رختسا هب ار دوخ مهس نیشام کی طسوت هدش هئارا یدیلوت درکلمع زا دجاو ره دزادرپیم کرتش

- وه زا هدافتسا هنیزه
یغونصم ش

دنکیم کمک یمومع عفانم نیمأت هب یوق یغونصم شوه کی زا یاهب ساجم ره

- یتکرش یروانف تایلام:

هعماج هب ار دوخ یاهدمآرد زا یخشخ ب، دنربیم دوس یزاس راکدوخ زا هک ییاهت کرش
تسا هدرک مهارف - یژرنا، تخاسریز، شناد - یاهیاپ اهنآ هب هک، دننادرگی مزاب

کی ریغت زکرم، نیاربانب
دن:

اهنیشام. دنتسه نارادربهرهه اهنآ. دنتسین تلود «ماخ داوم» رگی د اهناسنا
دننکی می گدنز اهناسنا، دننکی م راک

تسا رت رادیاپ قطنم نی ارج ۴.

دننکی م لاج ار کی سالک یاهلدم تالکشم زا یرایسب ریغت نی

- **نادنورهش یوس زا یتایلام تمواقم مدع:**

دوشی می دپان «نارگی دیارب ندرک راک» ساسح. دننکی من تخادرپ دمآرد رب تایللم رگی دمدم

- **دردان دوچو اهنیشام یارب یرارف هارچی:**

دنزادرپب تایللم دوخ لحم رد دنناوتی م رورس عرازم. دننک ترجاهم دنناوتی من اهتابر

- **تفرشیپ هب راکدوخ دنویپ:**

- دوشی م رتشیب اهدمآرد، دننک تفرشیپ رتشیب کی تابر و یغونصم شوه هچره
دبای می شیزفا یروانف تفرشیپ اب یناهج هیاپ دمآرد. هیاپ دمآرد هجیتن رد و

تسا یعیبط یونواق دوس لدم کی هکلب، دوشی من یلخوت ودعو کی هب لی دبت یناهج هیاپ دمآرد، قطنم نی رد

دننکی م تکراشم اهناسنا، دننکی م دیلوت اهنیشام

یهافر همانرب ناوونع هب هن - رشب قح ناوونع هب یناهج هیاپ دمآرد 5.

رگی د هفکو کی

ح کی نی "ارقف هب کمک" هن، تسین یهاوخریخ یناهج هیاپ دمآرد، یکی رت کلا ی سارکونکت رد
دردا قلعت ناسنا ره هب ناسکی روط هب هک یروانف تفرشیپ زا یثرا - تسا نی داینب ق

عتم هکلب تسین تکرش دنچ هب قلعت م یزاس راکدوخ لوصحم، دی شروخ رون ای اوه دننام
تسا تیناسنا مامت هب قل

تسا هدش انب کرتشم یرشب شناد لاس نارازه ساسا رب نیشام ره، دک طخ ره

ساعدا کی هکلب، تسین فطل کی لدم نی رد یناهج هیاپ دمآرد
ت.

6. ناب هگن ناو نع هب یعونصم شوه شقن

مینیکی یریگولج ار یرباربان و داسف، یتایلام رارف میناوتیم هنوگچ اما

ناب هگن ناو نع هب یوق یعونصم شوه، اچنیارد

- دنکیم تبث یعقاو نامز رد ار یشزرا قلخ ره
- دزاسیم نکممیریغ ار نا و هدرک ییسانش ی نا روطه هب ار یتایلام رارف
- دنکیم عیزوت ربارب و فافش روطه هب ار اهدمآرد

ایرج لک دناوتیم یعونصم شوه کی ادرف، دننکیم راک یلام ماقم اهنویلیم زورما هک ییاج بلقت ناکما نودب و یراکتسد نودب - دنک تراظن هی نا ثیلیم رد ار عبانم یناهج ن

ب، تسین یسانسنا یسارک وروب ساسا رب هک دنکیم روهظ یلام متسیس کی نیاربانب، تساهم تیروگل ن دوب داسف لباقیریغ هیاپ رب هکل

7. یناوارف هب رقف زا: زادنامشچ

رپ رایسب متسیس نیاهک دراد دوجو سرت، یناهج هیاپ دمآرد کیسالاکی اهلدم رد، دنامب دمآراکان ناانچمه و دنک دیدشت ار یرباربان، دشاب هنیزه

تسا دوبمک زا سپ یایند کی هب دورو ینعم هب یناهج هیاپ دمآرد، یکی رت کلا یسارک و نکت رد اما

- نکیم دیلوت هوبنا تروص هب ار نکسم اهتابر دن
- دنکیم یهدنامزاس تقدا ب ار یزرواشک یعونصم شوه
- دنکیم مهارف ار ینایاپ لباقیریغ یژرنا یشوچمه تردق

مک رب هک تساهج تورث رد یتکراشم هکلب، تسین «اقب» اهنت هیاپ دمآرد، اچنیارد، تساهدرک هبلغ دوب

۸. رگشنی ب هب دنورهش زا

د. دنشاب یرادا دنمراک ای هدننار، اونان دنتسین روبجم رگید اهناسنا، دیدج مظن نیارد. دنوشیم لی دبت ناگدن هدهدی و نازادرپایور، نارگشنی ب هب اهنآ، ضوع ر

هک یسک ره. دنکیم راک، دهاوخب هک یسک ره. دنکیم ریغت. یزاب هب رابجا زا راک شقن. دنکیم یگدنز، دهاوخن

فرصم قیروط زا یرگید، تیقالخ قیروط زا یکی - تفرشیپ هب یواسم روط هب تکراشم ود ره و

م دوجو هب ار تیقالخ زا دیدج لکش کی هکل ب، دنکیم داجیا ویسپ اچنی یناهج هیآ دمآرد دروای.

فت هب یکی رت کلا یسارکونکت - مچنپ شخب دنکیم راک اچنآ رد یناهج هیآپ دمآرد هنوگچ: لیص

۱. دیدج یعامتجا دادرارق کی

دنکیم یحارط لاکیدار دیدج یعامتجا دادرارق کی یکی رت کلا یسارکونکت

کیم راک اهنیشام، دنکیم یگدنز اهناسنا
دنن.

ددرگی مزاب تیاسنا هب دوشیم داجیا راکدوخ یاهمتسیس و اهتابر، یعونصم شوه طسوت هک یزیچ ره

ی. نیمضت قح کی ناونع هب هکل ب، هیریخ هیده کی ناونع هب هن

دوب هدش انب یعنص ای راتلورپ راک هیآپ رب متسیب نرق هافر تلود هک روطنامه
تسا هدش هتخاس اهنیشام راک هیآپ رب یکی رت کلا یسارکونکت

۲. یلام نیمأت نکر هس

یکی ناکم راک رب تایلام - تابر تایلام (فال)

. دنکیم کمک کرتشم متسیس هب دوشیم یاسنا تیلاعف کی نیزگیاج هک ینیشام ره، تابر ره

ک هک هدیچیپ رایسب ژاتنوم متسیس کی ای دروآیم ازتپ هک دشاب هدنهدلیوحت تابر کی هاوخ
دوشیم تایلام و یراذگشزرا، تبث نیشام راک تعاس ره - دنکیم یزادناهار ار لاماک یاهنآخرا

یتخانن راک رب تایلام - یعونصم شوه زا هدافتسا هنیزه (ب)

دوشیم لی دبت داصتقا دیج زغم هب یعونصم شوه

نکیم لرتنک ار یکی تسجل یاههکبش و ددیم هعسوت ار یکشزپ، دسیونیم ار اهنتم د.

رایعم - دنکیم داجی لات یجید یاپدر کی یعونصم شوه شزادرپ تردق زا هدافتسا راب ره هدهش فرصم یاهه داد و یژرنا، ی تاب ساجم نامز زا ی

دوشیم لقتنم یناهج هیاپ دمآرد متسیس هب راکدوخ روطه هب هک دوشیم ژراش یاهنیزه اب یجورخ نی

اهتکشرش دوس رب تایلام - ی تکشرش یروانف تایلام (ج)

e. دندیم هئارا ار دوس زا یفاضا مهس، دنوشیم دنمه ره ب یزاس راکدوخ زا یهجوت لباق روط هب هک اهتکشرش

اد، تخاسریز ادتبا رد هک، هعماج هب تخادرپ زاب ناو نع هب هکلب، تازاجم ناو نع هب هن تسا هدرک مهارف اهنآ یارب ار اهرازاب و شن

3. تفرشیپ اب دشر - ایوپ یناهج هیاپ دمآرد

y. دنکیم دشر اهنیشام یروهره ب شیزافا اب دمآرد نی، تسین تباث هیاپ دمآرد

- دباییم شیزافا یناهج هیاپ دمآرد تخادرپ، دبای شیزافا اهتابر درکلمع رگا
- دباییم شرتسگ سرتسد رد هیاپ، دبای شهاک یشوچه تردق فطل هب یژرنا یاهه نیزه رگا
- دوشیم عیزوت همه هب اهیوچه فرص، دنک یزاسه نی هب ار یناهج نیمأت یاهه ریجنز یعونصم شوه رگا

ب هن - تسا هتسباو یروانف تفرشیپ هب میقتسم روط هب یناسنا دمآرد، نیاربانب یروانف یعمج درکلمع هب هکلب، یدرف راک ه

4. یکی رتکالای سارکونکت رد یعامتجا ی داینب قوقح

دوشیم لی مکت یروانف رب ینتبم ینمی هکبش کی اب نی، تسا لوا مدق اهنت یناهج هیاپ دمآرد

- تمالس:
یعونصم شوه و تابور یاهتایلام قیوط زا هدش یلام نیمأت - راکدوخ آلماک یدعب تب قارم و تب قارم، صیخشت
- شزومآ:
زاسی شرافس یعونصم شوه ی شزومآ یاهمتسیس طسوت هک، لات یجید یریگدای هب یناهج یسرتسد تسا هدش ی

- **نکسم:**

اب اما درادناتسا یاهنکسم ینامتخاس یاهتابر - دنایمن نامناخیب سکچی
دنزاسیم الاب تیفی

- **لایچی دتکرش:**

دنوشیم لیدبت یساسا قوقح هب شنادهامرفت لپ هب یسرتسد و ناگیار تنرتنی

دننک رکف نا هب دنتسناوتیم یخس هب هتشدگ عماوج هک دنکیم داجیایعامتجا تینما زا حطس کی نی

5. اهناسنا یارب ی تایلام راب وغل

دنتسه تایلام نودب اهناسنا: هتشدگ اب لاکیدار تسکش کی

- وجو دمآرد رب تایلام متسیسی چی ه
درادن
- درادن دوجو راک یارب یرابجا تکرشم چی ه
- درادن دوجو اقب روظنم هب راک یارب یراشف چی ه

تسا تایلام نودب و هناقخالخ، هنابلطواد اهنآ راک اما. دننک راک دنناوتیم اهناسنا هک تسین انعم نی هب نی

یوق هزیگنا کی نی - درادیم هگن ار نا هه، دنک بسکی فاضا دمآرد هک یسک ره
تسا ینیرفآراک و یروآون یارب

6. "یلام ناب هگن" ناو نع هب یعونصم شوه شقن

دنکیم تراظن ار متسیسی لک، داسف لباقریغ و دنمتردق یعونصم شوه کی

- دنکیم تبث ی نا تروص هب ار نی شام راک دجاو ره
- دهیم صیخشت تعرس هب ار ی تایلام رارف
- دنکیم عیزوت راکدوخ و فافش تروص هب ار اهدمآرد

دنوشیم دی دپان داسف و ی تایلام اهدنفرت، نهانپ اهداصتقا، نیاربانب

ق نابرض ره - دوشیم هدهاشم لباق و حضاو ندب کی نوخ نایرج هزادنا هب یلام نایرج
نکممیریغ نداد تسد زا ره، ییاسانش لب

7. همه یارب هافر - دوبمک زا سپ

تسا ی ناوارف رد تکرشم نی. تسین اقب اهنت ی ناهج هی اپ دمآرد

- دوبمک نودب، هلابز نودب - دننکیم دیلوت اضاققت ساسا رب اهنت کی تابر ی اههناخ راک
- دننکیم مهارف ار ی دودح مان آب یرقت ی ژرنا ی شوچه تردق
- دزاسیم نکمم ار ی شرافس داوم ی روانف و نان

هب اهنت هکلب - تسین هاگهانپ ای اذغ دوبمک ی انعم هب رگید "رقف"، ییایند نی چ رد سکول هب رتمک ی سرتسد ی انعم

8. خ یارب ی روزیلاتاک ناونع هب ی ناهج هی اپ دمآرد. تیقال

دند ماچنا دن ناوتیمن اهنی شام هک دننکیم لی دبت ی اهزیچ هب ار دوخ نامز اهنا سنا، دوجو سرت زا دازآ

انعم ی وچتسج، ندرک قلخ، ی زادپرپایور

هکلب، دنتسین ی رادباسح ای ی گدننار، ییاونان رگید دیدج ی اههفرح

- دننکیم دیلوت ار اههنا هک ی سک - رگش نیب
- دننکیم هلمرف ی عونصم شوه یارب ار اهوزرآ تقد هب هک ی سک - تساوخر د حرط
- دننکیم طبترم ی ناسنا ی اهشزرا اب ار اه ی روانف هک ی سک - هدنهدلکش

آرد هک تسا دیدج ندمت کی یارب ی باترپ یوکس ناونع هب ی ناهج هی اپ دمآرد دنوشیم ی رابجا راک نی زگیاج هف سلف و یلدمه، تیقالخ ن

ع هب ی ناهج هی اپ دمآرد: تارطخ و اهتصرف - مشش شخب هلل ناونع هب ای ی دازآ ناو

1. ناونع هب ی ناهج هی اپ دمآرد. هدعو کی

دوشیم ساسحای تی ناسنا زا ی ناساب هدعو کی دننام طرش و دیق نودب هی اپ دمآرد

زاین زا ی دازآ

ای هقدص قی رط زا هن - دوش لی دبت تی عقاو هب دن اوتیم نی ا، خیرات رد راب نی لوا یارب
اهنیشام یروه رهب قی رط زا هکلب، ارقف و نادنم تورث نیب ددجم عی زوت

نرس رگی د رقف هک دوش گرزب یی ای ند رد دن اوتیم دوشیم دل و تم ۲۰۵۰ لاس رد هک یکدوک
تسا خیرات یاهباتک رد یروآدای کی اهن ت هکلب، تسین تیرثکا یزکرم تشو

۲. گرزب یاهت صرف

ی دوجو سرت زا یدازآ (فلا)

دن اوتیم، تسا هدش نی مأت یکشزپ یاهت بقارم و شزومآ، هانپرس، اذغ دن ادب هک یسک ره
دنک یگدنز هنادازآ و دنک رکف ی تسارهب راب نی لوا یارب

ا هدرک تیاده اههرازه یارب ار یناسنا تامیمصت هک تسا هدوب یئرمان هتشر ی دوجو سرت
گنج هب نتفر هب لیامت ات یگدنز کی رش باختنا زا - تس

ار هتشر نآ دن اوتیم یناهج هی اپ دمآرد
دنک عطق

تیقالخ راجفنا (ب)

عم ای میملع، یرنه یاهت یلاعف رد دن اوتیم رفن اهنوی لیم، هدشنیمأت دوجو و دازآ نامز اب
دننک تکرش یون

یاج - دنوش دل و تم کچوک یاهنام تراپآ رد هکلب اهخاک رد هن یرنه راثآ نیرت گرزب دیاش
دننک راک هک دن تسه دازآ دنه اوخب رگا اما، دنرادن راک هب یزای رگی د ناهگان مدرم هک ی

یعامتجا یگتسبمه (ج)

دوشیم گنرمک تداسح سح، دوش کرد "کرتشم تیقفوم" ناونع هب هافر ی تقو

تسا رتهب همه یارب، دنوش رتیوق اهنیشام هچ ره: **لماش ss** رشپی یناهج هی اپ دمآرد
دنکی متف

دوشیم لی دبت یراکمه هب تباقر

عناوم نودب شزومآ (د)

دننک تکرش. **رمعلامادام یری گدای** رد دن اوتیم مدرم، عیرس "نودب دیفم" یارب یداصتقا راشف نودب

قفا و دنشاب نادنم لاس ات ناکدوک زا، یدرف ره هارمه دن اوتیم یعونصم شوه ناملعم
دننک زاب، دوب ناگبخن صتخم ینامز هک ار ییاه

یروانف کارتشا قی رط زا تلادع (e)

زرا، دننک یروآعمج ار یزاس راکدوخ یاهدوس مامت تکرش دنچ طقف هکنی یاج هب
ددرگی مزاب هعماج هب یروانف ش

تارطخ و تارطخ ۳.

للاعفنا رطخ (فل)

دوش یهتنم ی توافتیب هب تسا نکمم رابجا زا ی دازآ

چ، دنشکب تسد تکرارشم زا و دننک binge-watch ار اهلا ی ریس، دننک اشامت طقف رفن اهنویلیم رگا؟ دوشیم ه

زا دن اوتیم دنک فرصم طقف هک یاهعماج اما، دننک مهارف یزاب و نان تسا نکمم اهنیشام
دوش هدوسرف نورد

یتنس یاهراتخاس نداد تسد زا (ب)

دوب زین تیوه هکلب، دوبن دمآرد عب بنم اهنت راک هک تساهنرق

دندادیم تخانش و شزرا مدرم هب اهشقن نیاهمه - ملعم، زرواشک، رگنهآ

“UBI هندنکت فایرد” دنامب یقاب مه بم تیوه کی اهنت و دنوش دیدپان اهراتخاس نی رگا

ناریدم رد تردق زکرم ت (ج)

دنکیم لرتنک ار اهتیریوگلا یسک هچ - دهد تی فافش هدعو یکی رتکلا یسارکونکت رگا ی تح

دراذگب ریثأت رفن اهدرایلیم رب دن اوتیم یراکتسد ای اطخ کی

دن امیم یقاب لاوس:

؟ دنکیم سکع نم ار شناسیون هم ان رب عفانم ای تسا “ی ثنخ” اعقاو ی عونصم شوه ایآ

ناهج هی اپ دمآرد دوجو اب یرباربان (د)
ی

رثکادح رد هن، دنکیم داجی ل قادح رد ار یرباربان ی ناهج هی اپ دمآرد

e. دنوش هت شابنا هی اپ دمآرد زا رتشیب بتارم هب دن اوتیم هیامرس ای اههکبش، اههدی ex هک ییاهنآ

دنک داجی ار یدی دج یعامتجا یاهشنن دن اوتیم “رتشیب رایسب” و “ی ناهج هی اپ دمآرد طقف” نیب هلصاف

ی نوارف قی رط زا هبلغ (e)

دن دوب هدش ی زی ره مان رب دوب مک یارب یلماکت روط هب اهنا سنا

دنوش راجد انعم یاهنارحب هب تسا نکمم یرایسب، هدش هجاوم دودح مان تاناکم اب ناهگان

م (اه یزاس هی ب ش، اهوراد، یزاجم تی عقاو) ی عونصم ی ایند هب رارف و ینادرگرس، یگدرسفا
دشاب ی عقاو تارطخ دن اوتی

۴. ی تخانشن اور دب

تخانشن اور شیامزآ کی نی - تسای داصتقا حالصا کی زار تشیب یناهج هیاپ دمآرد
تسای تیناسنا مامت سایی قم هب ی

تسای نیای لصا لاؤس

دندنک تیری دم، دنتسین راشف تحت رگی د هک ینامز ار یدازآ دنناوتیم هناسنا ای

درک دنه اوخ هدافتسا قلخ و نتشون، قیقحت یارب دوخ یدازآ زا یخریب

نک هدافتسا یراک چیه ای یزادرپایور، فرصم یارب نآ زا تسای نکمم نارگید
دن.

ینچمه اما، یقالخا تیموکحم نودب - دنک لمحت ار شرگن ود ره هک دریگب دای دیاب هعماج
دوکر نودب ن

۵. یناوارف سکوداراپ

دنک تیاده. میالم دوکر هب ار نآ ای - دناسرب رتالاب یاهلجرم هب ار تیناسنا دنناوتیم یناهج هیاپ دمآرد

تسای سکوداراپ نیای

- دنکیم دیمانن ار مدرم مک رایسب دمآرد
- دنک توافتیب ار اهنآ دنناوتیم دایز رایسب ینیمضت دمآرد

ناهج هیاپ دمآرد هک دنک ادیپ یلداعت هک تسای نیای یکی رت کلا یسارکونکت شلاچ
دنکن مارآ اما، دنک دنناوت ین

یخیرات هسیاقم رد یناهج هیاپ دمآرد - متفه شخب

یکی رت کلا یسارکونکت ات ی مور نان زا

۱. ی مور هقباس - اهکریس و نان

اتساب مور رد. تسین یدیج زیچ ینیمضت نیمأت قیرط زا تیعمج ندرک مارآ هدی
درکیم عیزوت دنورهش رازه اهدص هب ار ناگیار تالغ تلود ن،

دنن کی مایق هن سرگ مدرم: تردق یلمع رازبا کی هکلب دوبن یعامتجا ایپوتا کی نی
دننزیم تسد سومیس کام کریس رد ریس مدرم.

ت: شاد کی رات هب نج کی "اه کریس و نان" لدم اما

ت. شادن هارمه هب رادی اپ تالادع اما درک داچی ا تدمهاتوک حلص لدم نی

د. نام یقاب هدروخن تسد ریقف مدرم و دنم تورث فارشا نیب امتجا میسقت
ی

d. دوب یعونصم شوه-دنا ب کی اهنت هکلب، دوبن دیج هرود کی هب شرپ میور هی اپ دمآرد Th

2. قوقح یاج هب هقدص - یطسو نورق رد ارقف هب کمک

دن دش یم تیماح اسلیک طسوت نادنمزای، یطسو نورق رد

دنداد یم هئارا هاگهانپ تاقوا یهاگ و پوس، نان اه هعموص

تساوخرد کی هکلب، قح کی هن - دوب تمحر هب هتسب نیمأت نی اما

نادنم تورث تلضف ناونع هب نداد هقدص و دش یم هدی ادخ هدارا ناونع هب بلغا رقف

ءاقترا رشب قح کی هب ارینهاج هی اپ دمآرد کی رت کلا ی سارک و نکت، لباقم رد
تکراشم هکلب، تمحر هن - دهد یم

3. تاجن و رابجا ناونع هب راک - یزاسیتعنص

دش رلاح رد یتعنص یاهرهش رد راب نی، تفای شیازفا تدش هب هرابود رقف، مهدزون نرق رد

وکابل اغ و یهیبنت، تخس - دوب یدزم راک هکلب، دوبن هی اپ دمآرد، خساپ
رمع هدننک هات

دش لیدبت هتینردم بهزم هب راک:

دندش یم یقلت یراب ناونع هب دندرکیمن راک هک یناسک؛ دندوب دنمشزرا دندرکیمن راک هک یناسک

یراکیب یاهکمک، یگتسشنزاب، تمالس همیب - متسیب نرق یعامتجا یاهمتسیس
- دندوب طبترم راک هب یگمه -

دیسریم رظن هب یقطنم، دوب شزرا داچی ا یلصا عب نم یناسنا راک تردق هک ینامز رد نی

دوشیم ی قطن مریغ قطنم نی، دیریگب هدهع هب ار راک اهنیشام هک ینامز اما

می نرب هگ، دندهم ماچنا ال بق اهتابر هک یراک هب ار اقب ارچ

گنی ک رتول نی ترام ات روم ساموت زا - نردم ی اهرهشنام آ ۴.

نک رتهنالداع ار هعماج دناوتیم ینی مضت دمآرد کی هک دش حرطم یاهدی، اهراب و اهراب د.

- درک فیصوت ار رقف نودب یاهعماج (۱۵۱۶) ایپوتا رد روم ساموت
- دش نادنورهش همه یارب هیپ تینما راتساوخ ۱۸ نرق رد نیپ ساموت
- تسنادیم رقف یارب یعقاو لح هار اهنت ناو نع هب ار هیپ دمآرد گنی ک رتول نی ترام

دندروخ تسکش ی داصتقا لئاسم لیلد هب اهدهی نی، همه اما

تشادن دوجو همه زاین نی مأت یارب یفاک دیلوت یگداس هب

م تسب نرق تاشیام آ ۵.

دش ماچنا یعقاو یاهشیام آ نیلوا، متسب نرق رد

- ان رقف. دندرک تفایرد ینی مضت دمآرد ۱۹۷۰ هه رد نی فواد رهش نادنورهش، اداک رد تفای دوبهب شزومآ و تمالس و دش دیپ
 - دوشیم عیزوت لاس ره نانکاس همه هب زونه ی تفن یاهدمآرد زا ی دوس، اکسال آ رد
 - مک هن و رتملاس، رتداس مدرم - درک شیام آ ۲۰۱۷-۲۰۱۹ زا هیپ دمآرد اب دنالنف
- دندوب راک یارب هزیگنا رظن زا رت

دنداد ناشن اهشیام آ نی

دندوب بایمک عبانم هب هتسبوا و یاهقطنم، دودجم اهنآ ام - rks هیپ دمآرد ینی

6. دنباییم طلست اهنیشام - یخیرات فطعن هطقن

دیآیم دوجو هب نونکا اهن ت یعقاو توافت

اراک اریز، دننک یلام نیمأت میئاد روط هب ار هیاپ دمآرد دنتسن اوتیمن هتشدگ یاههعماج
دوب هاگولگ یناسن

دیریگیم هدهع رب ار شقن نآ یعونصم شوه و اهتابر، لاح نیاب، زورما

اهناسنا و - دوشیم دیلوت اهنیشام طسوت شزرا قلخ، یک یرتکلای سارکونکت رد
دوشیم لی دبت ناگدننکت کرش هب

تسایخیرات فاکش کی نی

- هافر تلود → تایلام → دزمتسد → راک: هتشدگ
- یناهج هیاپ دمآرد → یروانف تایلام → نیشام یجورخ: هدیآ

7. دمت شهج کی ناونع هب یناهج هیاپ دمآرد. ین

دوشیم رادیپ ییوگلا، رشب خیرات هب یهان اب

تسن اوتیمن سکچیه اریز، دندرکیم یگدنز یبسن یربارب رد یچراکش-ناروآعماج ●
دوش کلام نارگید زا رتشیب

تفای شیازفا تدش هب یرباربان. دنتشاد لرتنک اهنآ رب ناگبخن اما، دندرک دیلوت دازام یزرواشک یاههعماج ●

اما تشاد همادا یرباربان. درک لی دبت یزکرم شزرا هب ار راک یتعنص هعماج ●
دش مرن هافر تلود طسوت

هبلغ یارب یتصرف و دشکیم شلاچ راک هب اهنیشام قیرط زا یتاعالطاهعماج ●
دروآیم مهارف یرباربان رب

دشاب ندمت زا دیدج یاهلحرم هکلب، دشاب یسایس هژورپ کی اهن ت هن دن اوتیمن هیاپ دمآرد، نیاربانب

ی.ناوارف قیرط زا هکلب، دوبمک قیرط زا هن - یربارب هب تشگزاب

8. هعسوت چواناونع هب یکی رت کلا ی سارکونکت

ن زامه هک تسای لدم نیلوا یکی رت کلا ی سارکونکت، یخیرات هسی اقم رد
تسارادی ایداصتقا رظن زامه و یروانف رظ.

دندنک لحن دنتسناوتن اهی ای پوتوی و یزاسی تنعنص، یطسو نورق، مور هک یلئاسم دندیم لحر لکشم نی

- قح هکلب، تمحر هن
- یناوارف هکلب، دوبمک هن
- تکراشم هکلب، راک هن

تسای زاسراکدوخ یقطنم هجی تن هکلب، تسین مخز بسچ کی UBI، لدم نی ارد

یناهج دادرارق کی ناونع هب UBI: یناهج داعبا - متشه شخب

اهزرم زارتارف تلادع - تیرشب یایور 1.

دوب یلحم تلادع، لاس نارازه یارب

دوخ ناگدنهدتایلام هب یلم یاهروشک و، دوخ ناتسد ری زه ناهاشداپ، دندادیم تیمها دوخ نادنورهش هب اهرهش

نمشد یهاگ، تیمهایب، هناگیب؟ ناهج هیقب

دندشن فقومتم اهزرم رد زگره گنج و یرامیب، یگنسرگ، رقف ام

مرفتلپ، اهوراهام، یعونصم شوه، اهتابر: تساقداص زین اهیروانف یارب رمانیم زورما و
دنتسه یناهج اهنآ - لاتییجید یاه

دنامب یقاب دودحم تکراشم دیاب ارچ، تسازرمیب شزرا قلخ رگا

یناهج رشب قح ناونع هب یناهج هیاپ دمآرد 2.

لب، یلم هژورپ کی ناونع هب اهنت هن ار یناهج هیاپ دمآرد یکی رت کلا ی سارکونکت
دندیم یدنببوچراچ - رشب قوقح اب هسی اقم لباق - یناهج قح کی ناونع هب هک

هک هیاپ دمآرد کی نتشاد قح دیاب نینچمه اهنآ، درادیدازآ و یگدنز قح درف ره هک روطنام
دنشابه تشاد. دنکنیمضت ار ناشدوجو

ساینعم هب نیات:

- دنکیمن یگدنز دیش رقف رد سکچی ه.
- تسین مورحم شزومآ زا هداوناخ رقف لیلد هب یکدوکی ه.
- درادن دوجو اهتلود یرسدوخ ای اهیریخ تمجر هب یگتسبواوچی ه.

3. دنروخی متسکش یلم UBI یاهلدم ارچ

y: دننکیم زورب تعرس هب اهشنن، دننکیم یفرعم ار هیاپ دمآرد یدرف یاهتلایا هک ینامز

- اهروشک نیات تمس هب هوبنا ترجاهم
- نییایپ تایلام اب قطانم تمس هب هیامرس رارف
- یریذپتباقر نداد تسد زا لاح رد یلم یاهروشک

ی.تابثیب، تداسح، لداعت مدع: هجیتن

"یناهج دادراقرق" یعون - دراد زاین یناهج هیاپ کی هب نیاربانب دمآراک آعقاو یناهج هیاپ دمآرد کی

4. یرکفشیمآ کی - یناهج دادراقرق

دنکیم اضم ار کرتشم یعامتجا دادراقرق کی تیناسنا هک دینک روصت

- یم کمک یناهج قودنص کی هب، دننکیم هدافتسا کی تاب و یعونصم شوه زا هک اهتکرش مامت دننک
- یناهج داهن کی طسوت هکلب، یدرف یاهتلود طسوت هن قودنص نیات دوشیم تیری دم فافش
- قح کی ناونع هب هکلب، هیریخ ناونع هب هن - دنکیم تفایرد ار دوخ مهس ناسنا ره

ن، بسن و لصا هن هک ییاج، دیآیم دوجو هب یناهج هعماج زا دیدج لکش کی بیترت نیدب تسامهم ندوب ناسنا اهنت - دراد تیمها تسوپ گنر هن و تروپسپا ه

5. ورپ کی ناو نع هب یناهج هیاپ دمآرد حلص هژ

تسا زورما رد یریگرد لم اوع نیرتگرزب زا یکی یناهج یرباربان

یدیماان و رقف رد هشی رهمه - مسی رورت ،یلخاد یاهگنج ،ترجهم

دوش لیدبت حلص رازبا کی هب دن اوتیم یناهج هیاپ دمآرد

- دنگنچیم نانا یارب ،دنگیم یگدنز تینما رد هک یناسک
- دندرارب حالس هب هک دراد لامتحا رتمک ،دنداد یسرتسد شزومآ هب هک یناسک
- دنگیم ادیپ شیارگی طارفا یاهیژول وئدی هب رتمک ،دنداد فل تخم یاههگدی هک یدارفا

دشابیم زین یکی تی لپ وئژ هژورپ کی هکلب ،تسا یداصتقا هژورپ کی اهنت هن یناهج هیاپ دمآرد

6. یروانف قی رط زا یناهج یگتسبمه

هک دنکیم روصت ار راکدوخ یاههناخراک و یعونصم شوه ،اهتابر یکی رت کلا ی سارک و نکت
دنگیم دیلوت ار یناهج تورث زا یاهدمع شخب

تسا تیناسنا هب قلعتم هکلب - تسین یصوصخ تی کل ام تورث نی

وه ره ب ،دنوشیم یقلت یناهج تا عاشم ناو نع هب اهبطق و اهسونایقا ،وج هک روطنام
دوشیم لیدبت کرتشم ثاریم کی هب زین یروانف یر

انعم نی هب نی
تس:

- دنگیم دیلوت ناهج یارب هکلب ،نچ یارب اهنت هن یاهگناش رد تابر کی
- تسا همه عفن هب هک دنکیم داجی ی شزرا اینرفیلاک رد یعونصم شوه کی
- دنگیم کمک یناهج دوس هب یبوریان رد هناخراک کی

7. یراکمه هب تباق ر زا

عمج-رفص یزاب کی یناهج داصتقا ،نونک ات

دیم تسد زا رگیدی تلم ،دروآیم تسد هب تلم کی هچنآ
ده

دندان یرظن یتیدودحم چی ه دش ر ،یزاس راکدوخ و یعونصم شوه اب اما

دنک عی زوت ار تورث دنک تارج رگا - دنک یگدنز کرتشم یناوارف رد دناوتیم تیناسنا

دهدیم رییغت ار قطنم یناهج دادراق کی ناووع هب یناهج هیاپ دمآرد

- تسا کرتشم درواتسد کی هکلب ،تسین یدیدهت رگیدی تفرشیپ
- راکمه هب عورش و دنرادی مرب تسد نازرا راک یورین یارب تباقر زا اهروشک
دننکیم یروانف هعسوت رد ی
- دهدیم تسد زا ار دوخ یداصتقا هیاپ یی ارگیلم

تیناسنا هب تلم زا 8.

اب خیرات رد هظحل نیلوا دناوتیم ،دوش یفرعم یناهج روط هب یناهج هیاپ دمآرد رگا
دنکیم کرد دحاو عمج کی ناووع هب ار دوخ تیناسنا هک دش

”متسه یی اکی رما ،یدنه ،یناملآ نم“: هن رگید

”مراد ار دوخ مهس و - متسه ناسنا نم“: اما

دش دهاوخ لیدبت تدحو دامن هب یناهج هیاپ دمآرد

هنالاس ،هناهام ،هن ازور یروآدای

میراذگیم کارتشا هب ار نآ تفرشیپ و - میراد قلعت هنوگ کی هب همه ام

تیخانشن اور دعب - مهن تمسق

انعم یوجتسج و سرت ،یدازآ

یروه ره ب رد یربارب دص شهج 1.

طلست یناهج داصتقا رب لماک یزاس راکدوخ و کی تابر ،یعونصم هداعلاقوف شوه هک ینامز
یروه ره ب رد یربارب دص شیزفا کی :دوب دهاوخ هقباسیب یزیچ دهانش تیناسنا ،دنبای

اسنا راک مامت یبی کرت یاهشالت زا دناوتیم ناهج یلخاد صلخان دیلوت ،لسن کی رد
دور رتارف خیرات رد ین

لماک ندمت کی - اهتارکوروب نودب اهتلود ،ناریدم نودب اهتکشر ،نارگراک نودب اهناخراک
دنکیم لمع نیشام تعرس اب هک

تسا می هس ی ناوارف نی ا رد ، ندوب ناسنا هطساو هب ، دنورهش ره

2. یندمت تفرشیپ کی ناو نع هب ی گنی کت

کت هکلب - درک دهاوخن لح رتعی رس ار ینف تال کشم اهنت ی عون صم هداعلاقوف شوه
تخادنا دهاوخ هار هب ار یروانف ی گنی

دیری گیم باتش ی ناسنا کرد زا رتارف تفرشیپ هک ی اهطقن

دهاوخ ی گنی کت نی ا:

- دنک هدرشف زور دنچ ضرع رد ار یملع فشک اهنرق
- دینک لح ار دندوب هدنام رود تی ناسنا زا اهرازه یارب هک یسانشتسیز و یکشزپ ، کیزی ی اهامم
- دینک ددجم ی جارط لامک هب کی دزن یارب ار لقن و لمح و یزرواشک ، یژرنا ی اهمتسیس

ابنا تمکح ی ناهگان روط هب هک دش دهاوخ ساسحا هنوگنی ا ، یداع ی اهناسنا یارب
می اهدرک تفایرد ار هدنی ا لماکت لاس نارازه هدش هتس

3. ناهدم آدورف ناگانگی ب ی یوگ

د

دشاب هتشاد زی مآتم لاسم سامت ه ناگی ب هتفرشیپ هنوگ کی اب تی ناسنا دینک روصت

ار و یژرنا ی اهمتسیس ی اهحرط ، اهی رامی ب نامرد : شناد اب هکلب ، دنی آیمن حالس اب اهن آ
یطی حمتسیز نارحب ره یارب یی اهله

هن اگی ب Encounter نی ا یدرک لمع لداعم ASI

روهظ نامدوخ نوکی لیس و اهدک ، اهرادم نورد زا هکلب - دی آیمن دورف اههراتس زا هکنی ا زج هب
دنکیم

هب ار یی اهرازب ا هک راکوکی ن شوه کی : دوب دهاوخ ام یی ند زا رتارف آب ی رقت هبرجت نی ا
دور رتارف ار شی اهت ی دودحم ات هدیم هئارا تی ناسنا

4. سرت نودب ی دازآ

تسین طبترم راک هب رگی د ناسنا اقب ، خیرات رد راب نی لوا یارب

نک تباق ر اقب یارب دیابن سک چیه. دشکب تمجژ ندروخ یارب دیابن سک چیه د.

ان دیلوت طسوت هک دنوشیم نیمضت یناهج هیاپ دمآرد قی رط زا یساسا یاهزانی دوشیم یلام نیمأت یزاس راکدوخ دودحم.

دنکیم دشری روانف اب هکلب—تسین کچوک نیمیا هکبش کی یناهج هیاپ دمآرد نی و

دوب دهاوخ رتشیب همه یارب هافر، دنشاب رتدمآراک اهنیشام هچ ره

دوشیم لقتنم باختنا هب ترورض زا راک

شیم لی دبت یناسنا شالت دیدج یاههصرع هب ینورد هعسوت و طباور، شواک، تیقالخ دنو.

5. دیدج یناور لضعم

درد هارمه هب ار دوخ راب یدازآ ام

دوب هتسبواو ترورض هب انعم، لاس نارازه یارب

درکیم هعلاطم اهیرامیب ربارب رد اقب یارب و، میدی گنجیم نامنیمزرس زا تطافح یارب، میدرکیم راک نامنادنزرف اهزانی نیمأت یارب ام ی

دش دهاوخ هجاوم یناور الخ کی اب تیناسنا، ترورض فذح اب

- تساه دش نیمضت اقب هک ینامز مینکیم راک هچ؟
- دیآیم تباقر و هزارابم، وزرآ رس رب هچ؟
- درک دنهواخ طوقس مسیلیهین ای لاوژ، یگتسخ هب مدرم ایآ؟

دوش عارتخا هرابود دیاب انعم، تساه دش نیمأت یگدنز هک ینامز: تسایناوارف یزکرم سکوداراپ نی

6. ASI رصع رد انعم

دوب دهاوخ دیدج یگنهرف تیاور کی دنمزاین دوبمک زا سپ ناهج

دوش ادی پری ز دراوم رد انعم دیاش:

- تی عقاو دی دج داعبا هب، یهاگآ قامعا هب، اضف هب رفس - فاشتکا
- اقب یارب هن، ناشدوخ رطاخ هب هفسلف و ملع، رنه - قلخ
- اگتسباو ریثأت تحت رگید هک، رتقی مع یناسنا طباور - طابترا
- دناهدشن فی رحت یداصتق
- be هک هچنآ ینعم شررتسگ یارب کی تنرب یاس و یروانفتسی ز اهدافتسا - تشذگارف

ایناسنا
تس.

نا کی هکلب - تسین یداصتقا لدم کی اهنت کی رتکال یسارکونکت، رظن نیا زا تسای تخانشناور بالاق

7. قلخمه ناو نع هب تی ناسنا

د، زادربایور کی ناو نع هب تی ناسنا دی دج شقن، تی عقاو یاهکی ناکم رب ASI تی ریدم اب دوشیم لی دبت رگشنی ب، وگناتسا

درک دهاوخ لی دبت تی عقاو هب ار اهنا ASI؛ درک میهاوخ روصت ار تاناکما ام

تفر دهاوخ نیب زا قلخ و رکف نیب زرم

ناوتیم یعونصم شوه؛ دنک یحارط ار ییایور رهش کی دناوتیم کدوک کی دزاسب ار نآ د

دننک کح ار نآ دناوتیم اهتابر؛ دنک همسجم کی فیصوت دناوتیم دنمرنه کی

دهئارا بش کی رد ار نآ دناوتیم یموتناوک یاهیزاس هیبش؛ دده هئارا نامرد کی هرابرد یاهضر ف دناوتیم دنمشناد کی دن

دوب میهاوخ یلماکت شهج کی رد یناکی ریش هکلب، دوب میهاوخن اهنیشام نامکاح ام

8. یتفگش تشگزاب

هلا، هدشن هدادحیضوت هچنآ؛ دروآ ناغمرا هب ار یتفگش زار قی رط زا بهزم، اهنرق ینتفای ن تسد و، ی

ی. رگوداج تمیق هب بلغا ام، درک نیزگیاج شور اب ار زار ملع

یگدنز تی عقاو ناو نع هب هکلب، هفارخ ناو نع هب هن - ددرگی مزاب هرابود یتفگش ASI، اب هدش

یم لی دب تیناهج یرما هب یناوارف هک ینامز ،دننکیم لح ار لح لباقریغ لئاسم اهنیشام هک ینامز .تسا هدش رادیب ناهیک دوخ هک دش دهاوخ سح - دنوشیم راکشآ زور ره ناهیک رارسا هک ینامز و ،دوش

دوب نافراع و ناربمایپ صتخم ینامز هک درک دهاوخ یگدنز یتیعضو رد تیناسنا

دوجو ندش راکشآ لاح رد هزجعم زای تفگش

ه:داج رد ٭چ - X شخب

یناوارف و یشاپورف نیب

1. عطاقت کی ناونع هب یگنیکت

تسین ایپوتا یارب ینیمضت یروانف یگنیکت

ه:داج رد fork چ کی نی

رس هیئات دنچ ضرع رد دناوتیم هک یعونصم هداعلاقوف شوه نامه :تسا هتفه نهدنکت حاران تقیقح کی دوخ هتسه رد .دنک یحارط ار تسا هدش روصت نونکات هک یراظن متسیس یرتلماک نینچمه دناوتیم ،دنک نامرد ار ناط

دزاسب نادجو نودب ییاهشترا نینچمه دناوتیم ،دنک هیذغت ار یاهنسرگ کدوک ره دناوتیم هک کیتابر نامه

کلب ،درادن اهنیشام هب یگتسب دوش لی دب ت دادب تسا ای یدازآ هب یگنیکت هکنیا .دراد یگتسب ،میزاسیم اهنآ فارطا رد ام هک یعامتجا دادرارق هب ه

2. ییایپوتسید ریسم

عیزوت نودب تردق

دشاب تلود ای تکرش دنچ رایتخا رد یگنیکت کی هک دینک روصت

گیم هدی دان ار رگید رفن اهدرایلیم هک یلاح رد دنکیم هدروارب ار ناشیاهتساوخ و دوشیم لی دب ت اهنآ یصوصخ ینج هب ASI دری

نوریب تمس هب هن ،دراد نایرج الاب تمس هب تورث اما ،دباییم شیازفا ربارب دص یره ره رب

ه:جیتن

● دنکیم دوعص ناسنا زاسپ یهلا هب کچوک تیلای کی

● خن هک دنایم هدنز یتروص رد اهنت و دوریم ورف یتیمهایب هب تیناسنا هیقب
● دنراد هگن هدنز ار اهنآ دنریگب میمصت ناگب

طاقن هب هک ینادن ورهش اب ،دهدیم لات یجید مسی لادوئف هب ار دوخ یاج ی دازآ ●
دنرادن تسد رد ار نآ لرتنک هک دناهدش لیدبت یمتسیس رد یاهداد

ی رای سب لب اقم رد ،تسا هدمآرد ریخست هب دودعم یاهدع طسوت هک یگنیکت :سوباک یویرانس تسا نی

3. تشهب ریسم :

یکی رت کلا ی سارکونکت

درداد دوجو سوکعم باباختنا هک دینک روصت لاح

دوشیم هتخانیش تیناسنا کرتشم ثرا ناو نع هب یگنیکت

نوشیم عیزوت و هدش هتفرگ تایلام یناهج تورث ناو نع هب هکلب ،دنتسین ناگبخن هب قلعتم کی تابر و یعونصم شوه ،یزاسراکدوخ

زادنامشچ نی رد

● نع هب هکلب ،هیریخ ناو نع هب هن ،دنکیم تفایرد ار یناهج هیاپ دمآرد ناسنا ره
ی.اهرایس دیلوت زا اهنآ هقح مهس ناو

● دنوشیم لیدبت یناهج قوقح هب لات یجید یسرتسد و نکسم ،شزومآ ،تمالس

● دسرتیم نندش درط ای ینامناخیب ،یگنس رگ زا سک چیه

● درگی رارق ناسنا یگدنز یارب یاهیپ ناو نع هب ترورض یاج هب شواک و تیقالخ

تیری دم کی هکلب ،نارادمتسایس زایتلود هن - یکی رت کلا ی سارکونکت نی
همه عفن هب یروانف

دنکیم دازآ هکلب ؛دنکیم هدرب ار ناسنا ASI ،اچنی

4. فداصت کی هن ،باباختنا کی ناو نع هب تشهب

دنکیم نیمضت ار تلادع زگره یروانف هک دهمی ناشن خیرات

زنی ار ادناگاپورپ نینچمه اما ،داد شرتسگ ار شناد هناخپاچ

دزاسیم ناریو ار اهنآ نینچمه اما ،دنکیم نشور ار اهرهش یاهتسه تردق

اد رظن ری زار اهنآ نینچمه اما ،دنکیم لصتم مه هب ار رفن اهدرایلیم تنرتنی
در

تشاد دهاوخن ی توافت چیه یگنیکت

درک دهاوخ دی دشت ار دوجوم یاهی رباربان نی، یدم ی حارط نودب

دوش ی ناهج هافر روتوم دن اوتیم ی عمج تین اب طقف

5. یدازآ ای سرت: تی خانشن اور داضت

تی ای پوت سیدی گنی کت رد:

- دنکیم فی رعیت ار دوجو سرت.
- دناهدی بسج، دناهدش نییعت ناگبخن طسوت هک ی عونصم یاهش قن هب ای رادی اپان لغاشم هب اهناسنا
- دوشیم هفخ انعم و دریمیم تی قالخ، دنکیم نییعت ار راتفر تراظن

یکی رت کلا ی سارک و نکت ی گنی کت رد:

- دوشیم لح سرت.
- تسین ل اوس رگی د اقب ؛تسا هدش نیمضت تشیم
- "درک مه اوخ قلخ یزی چ هچ" هکلب "م نامب هدنز هنوگچ"، دنسرپیمن مدرم

تسا ی ناوارف نادن ورهش ناو نع هب ای تردق تا عوضوم ناو نع هب ندرک ی گدنز نیب توافت نی

6. هت فای شرت سگ ه ناگیب لی شمت

دینک رکف ه ناگیب ندمت هب هرابود

خ شناد ادها یارب ار تکرش کی، روتارپما کی، هاشداپ کی و دنیایب دورف اهنآ رگا
دوشیم هقرفت راچد تیناسنا، دننک بابختنا دو

دوشیم لی دب ت هطلس حالس هب ه ناگیب هی ده

دنکیم دوعص کرتشم روط هب تیناسنا - دوش هت شاذگ کارتشا هب هنافصنم و ربارب، دازآ روط هب اهنآ شناد رگا اما

تسا روط نیمه زین ASI

ت.اظحل رد اههرازه یزاس هدرشف یی ناوت اب، دناهدمآ مدنی آ زا ناگانگیب یی وگ

تسا هدش عی زوت ای تسا هدش هت شابنا اهنآ تمکح ای هک تسا نی تسا مهم هچنآ

7. یکی رت کلا تشهب

دوشیم تمعن کی هکلب، نیرفن کی هن یگنی کت، مینک باختنا ار یکی رت کلا ی سارک و نکت رگا

- دننکیم مهارف ار ی ناوارف اهنی شام
- دننکیم مهارف ار اه ایور اهناسنا
- دننکیم لی دب ت تی عقاو هب ار لیخت ASI

دوب دهاوخن ریم و گرم ای نداد تسد زا، یریگرد ندرپ نیب زا یانعم هب نی - تسین هداس یانعم هب ایپوتا نی

دروآ دهاوخن اغمرا هب تیناسنا یارب دوبمک نهک یاهریجنز زا ار ی دازآ نی اما

هت شاد اقب هنوگچ هکنی هن، خیرات رد راب نیلوا یارب، دهدیم هزاجا اهنوگ هب نی
دنوش افوکش مه اب هنوگچ هکلب، دنشاب

8. ییاهن داضت

سا ریذپان بانتجا یگنی کت
تسین هنوگنی تشهب اما، ت

دننکیم راک یاهدع دوس یارب نی شام نویلیرت هد نآ رد هک دوشیم یهت نم ی نارود هب ریس م کی
دننکیم راک همه ی دازآ یارب نی شام نویلیرت هد نآ رد هک دسریم ی نارود هب رگیدی ریس م

دراد رارق ام ربارب رد هک تسای میمصت نی

- کی ژول و نکت ی سارک و م ای کی ژول و نکت مسی لادویی ف
- یکی رت کلا تشهب هب دوعص ای لاتی جیدی گدرپ هب طوقس

تسایس کی آفرص، دوشیم یلام نیمأت کی تاب و یغونصم شوه طسوت هک، یناهج هی اپ دمآرد
تسین ی داصتقا

دخچیم نآ رب هدنی آ هک تسای روحم هطقن نی

ی گن ادواج مهوت - مه دزای شخب

ی گن یکت هی اس رد تردق یاهی زاب

ی گن ادواج هسوسو ۱.

س ار اهم ره اهنوعرف. دن اهت شاد ار گرم زا رارف یوزرآ اهناسنا، شمگل یگ یاهه روطسا نی تسخن زا کایلو نوکیلیس ناسدنهم و دندوب اهریسکا لابند هب یطسو نورق نارگایمی، دنتخا وب یی اهنیشزرا هشی مه ی گن ادواج. دندکی می شیمآ کی نو یارک و یکی تنژ شیریو اب نون دراد طلست دوختی ناسنا رب، دنک لرتنک ار نآ سک ره، تساهد.

اسیم ققحت لباق هاگان هب ار ایور نی، کی تابر و یعونصم شوه روهظ، مکی و تسبی نرق رد هک دندیم هدعو یعونصم شوه رب ینتبم یکشزپ و یسندنهم تسیز، رمع لوط تاقیقحت. دزج کی رگید ی گن ادواج یهسوسو نی اما. دند شرتسگ یعیبط یاهت ی دودحم زا رتارف ار یگدنز. تساهدش لی دبت یسایس حالس کی هب هکلب - تسینی یصوصخ یوجتس.

ی گن ادواج هب تسردان ریسم ود ۲.

کانرطخ ود ره و هندنبریف ود ره، دوشیم رهاظ نونکا ی گن ادواج زا لدم ود.

- پمارت هدعو:

وا، یعونصم شوه نالک یاهه ژورپ و یروانف ناگبخن تیامح اب. یروانف قیرط زا ی تسیزی گن ادواج نی. تسینی یناهج رم نی اما. دندیم هئارا یکشزپ یاهت فرشیپ قیرط زا ی دبا یگدنز زا یریوصت هک تسایناسک صتخم هک دوشیم لی دبت سکول لوصحم کی هب ی گن ادواج. تسایراضحنا رم دوشیم یزاسیصوصخ نامز دوخ. دندک لرتنک ار یسرتسد ای دندک تخادرپ دنداوتیم.

- نی توپ نی رتکد:

و لی دبت اب، یریگرد ندرک هندی داهن اب. نایاپ یب گنج قیرط زا یسایس ی گن ادواج و شیم دیدپان یساسا نی ناوق. دندکی مهن ادواج ار دوخ میژر وا، ی داع هب یرارطضا تیعض، یگدنز دیدمت اب هن تلود. دندکی من شخچ رگید تردق و دوشیم وحم تاباختنا، دن دوشیم لی دبت بوکرس هب ی گن ادواج. دندیم هندنز یمئاد نارحب اب هکلب.

3. یگنادواج دی دج روحم

یگنادواج روحم: دنهدیم لکش ار موش داحتا کی کرتشم روطهب اههگدی دنی

گنج، رگیدی یوس زا. دههیم بختنم رفن دنچ یارب ار نادواج یاهندب هدعو یروانف، وس کی زا دههیم، دننکیم تموکح هک یناسک یارب ار نادواج تردق هدعو.

تسا هداس مسی ناکم:

- درادیم هگن عیطم ار اههوت سرت
- دربیم رتارف سرتسد رد ار ناگبخن رمع لوط
- دنکیم عورشم ار دادب تسا، گنج
- دنکیم یصوصخ ار نامز دوخ، یروانف

د هک نویناحور زا کچوک هورگ کی: تسا دادب تسا نیرتیم یقد هب تشگزاب نی. تسین تفرشی نی دنریم و دنربیم چنر، دننکیم تمدهخ تیرثکا هک یلاح رد دننکیم اعدا ار یگنادواج هب یسرتس

4. دنوشیم رجنم یگدرب هب ود ره ارچ

انعم هب نامکاح یارب دب تردق. تسا رایسب یارب یگدرب یانعم هب یاهدع یارب دب یگدنز دننکیم قلعم ار خیرات هکلب - دننکیم دازا ار تیناسنا مه اب اهنا. تسا هیقب یارب توکس ی

- تسا دوخ نامز دیاتراپا هکلب؛ تسین یزوری کی یربارب نودب ی تسیز یگنادواج
 - تسا یناسنا لیسنا تپ یگدزخی هکلب؛ تسین تابث ی دازا نودب یسایس یگنادواج
 - دنشکیم ار ناسنا حور ود ره. دنربیم نیب زا ار دیدجت ناکم ود ره
-

5. یکی رت کلا یسارکونکت یعقاو یگنادواج: داضت

یگنادواج هکلب — tyrants یگنادواج هن و، اهندب یگنادواج هن. دراد دوجو رگیدی رسم کی هنوگی

یژرنا و کی تاب، یعونصم هداعلاقوف شوه هیاپ رب هک، یکی رت کلا یسارکونکت دههیم هئارا ار توافتم یاهدن آ، تسا ناوارف کاپ

● شیم ی لام نیم ات ی زاس راک دوخ و ی عون صم شوه طسوت هک ، ی ناهج هی اپ دم آرد کی
دهدی م اهنی شام دود حمان دی لوت رد ربارب تکراشم ناسنا ره هب و دو

● راکمه و دوشیم تباق ر نی زگی اج ی ناوارف هک یی اج ، دوبمک زا سپ داصتقا کی
ددرگی م سرت نی زگی اج ی

● یاهام عم و دربیم ولج هب لاس نارازه ار تی ناسنا ASI هک یی اج ، کرتشم ی گنی کت کی
دناهدرک اوچن ام شوگ رد ار دوخ شناد نابره م ناگناگی ب هک یی وگ ، دنکی م ل ح ار م لع
ام.

دوبمک زا رتارف هک تسای ناسنا ندمت موادت نی ، تسین اهمی ژر ای دارفا ی گنادواج نی
دردار ار وچتسج شزرا هک تسای عقاو ی گنادواج اهنت نی ، دوشیم افوکش یراکتسد و سرت

دوشیم صخشم حوضو هب باختنا ، داضت نی رد

● دوشیم لی محت سرت اب و هدش هت شابنا ناگبخن طسوت تی دبا هک یی اج ، ی گنادواج روحم

● ناو نع هب - تسای هم هب قل عتم تی دبا هک یی اج ، یکی نورت کلا تش هب ای
ی ناهیک شواک و تی قالخ ، کرتشم یی افوکش

ی دبا تردق ، ی دبا ی گدنز

خآ هب نی توپ ری می دال و ی سرتسد ، نویزی ولت رد هدنز تروص هب پمارت دلانود
درک داهنشپ ار - ی تسیزی گنادواج هدغو - رمع لوط رد ی ملع ی اهتفرشیپ نی ر

داد خساپ نویزی ولت رد زین نی توپ ، دعب زور دن چ طقف

دنک گنج لاس 100 تدم هب هک دوب هدامآ وا

دندار رارق دیدش داضت رد زاندامشچ ود نی ، نیاربانب

- دهدی م هئارا ار ی دبا ی گدنز پمارت

کچوک تیلقا کی یارب هک تسای راصحنا یزای تم هکلب ، تسین تی ناسنا یارب یاهیده نی ام
دوشیم هتخورف سکول یالاک کی دننام ، الاک کی ناو نع هب ی گنادواج ، تسای هدام ظوفحم

- دهدی م هئارا ار ی دبا تردق نی توپ

هیچوت یارب نی اپی ی گنج . میئاد نارحب قی رط زا هکلب ، تفرشیپ قی رط زا هن
تاباختنا دننام کی تارکومد یاهدنی آرف وغل میئاد روطه ب و یرارطضا تیعضو

<https://www.facebook.com/share/v/165jzsqrXR/> دی ناوخب ار کوپ سی ف تسپ

بقاوع

دننکیم داچی سوکعم بی کرت کی مه اب اهنآ

یارب یدبا یگدن ب و - یاهدع یارب یدبا تردق ، یاهدع یارب یدبا یگدنز ● نیریاس

کیناسک - "یفاضا" یناسنا داوم ، دننکیم هنادواج ار دوخ هطلس و دندهیم شرتسگ ار دوخ یاهندب ناگبخن هک یلاح رد دنوشیم هداتسرف درب نادی مه - دناهداد تسد زا کی تابر و یعونصم شوه لیلد مه ار دوخ یاهلغش ه

دوشیم رهاظ نشخ یوگلا کی

دوشیم لابلند هه بج هب مازعا هیعالطا اب هف قوی ب روط هب هنادواک زا جارخا هیعالطا

بب نیب زا ار رگی دکی اهق دنخ رد هک دوریم راطتنا دناهدهش نیزگی اچ اهنیشام طسوت هک یناسک تسایعقاو تردق ظفح یارب هدش یحارط تقد هب رتائت کی زا رتمک هک یگنج رد - دنر

یری گه جیتی تن

دمانایم یکی نورت کلا یلادوئف متسیس کی هب هکلب دوشیم یه تنم تفرشیپ رصع هب یگنادواج روحم

دهدیم رمع لوط قی رط زا یگنادواج هدعو پمارت
دهدیم گنج قی رط زا یگنادواج هدعو نی توپ

یدبا تموکح : یناعم هب اهنآ ، عومجم رد
دن تسه یدبا ینا برق ، یدبا سرت

نال داغ روط هب ار اهنیشام یناوارف هک ، یکی رت کلا یسارکونکت - نیزگی اچ ریسم کی اهنآ
دنک یری گولج دادب تسا زا یدی دج لکش هب تی دبا لی دبت زا دناوتیم - دنکیم عیزوت ه



WORLD
SUCCESSION DEED

 <http://ep.ct.ws>: یکی رت کلا ی سارکونکت - تی اس بو

 ی ناهج ینی ش ناج دنس - WSD - تی اس بو
<http://world.rf.gd> 1400/98

 و دینا وخب ار یکی نورت کلا ی اہباتک
PDF <http://4u.free.nf>: دینک دولناد ار ناگی ار

 بوی تو ی لاناک
<http://videos.xo.je>

 تسک داپ شیامن
<http://nwo.likesyou.org>

 کلا تشہب و WSD عورش ہحفص
<http://paradise.gt.tc>: یکی رت

 پب NotebookLM WSD تچ ہب
<http://chat-wsd.rf.gd>: دیندنوی

 دیندنوی پب NotebookLM تچ یکی نورت کلا تشہب ہب:
<http://chat-et.rf.gd> <http://chat-kb.rf.gd> <http://micro.page.gd>

 یمکاح ہب یرفس: رادی رخ تارطاخ
<http://ab.page.gd>: ہتس اوخان ت

 گال بو
BI
[acksite:http://blacksite.iblogger.org](http://blacksite.iblogger.org)

 ربارب رد درس ی عونصم شوہ ی قی سوم - اردن اساک سیرک
<http://listen.free.nf> SoundCloud رد موس ینی ناهج گنج

 اگنج دض ی قی سوم نی
<http://music.page.gd>: تس

 ک تیامح ام تیرومأم زا
<http://donate.gt.tc>: دین

 ابی تشپ ہاگش ورف
<http://nwo.page.gd>: ین

 ابی تشپ ہاگش ورف
<http://merch.page.gd>: ین

<https://g.co/gemini/share/4a457895642b>: اہنیشام تشہب و رتس مشیو