

هشدار! گاهنامه پسران ویژه بزرگسالان بوده و محتوای این مجله برای افراد زیر ۱۸ سال مناسب نمی باشد!

گاهنامه ویژه پسران همجنسگرا

سال اول | شماره ۴ | آبان ۱۳۹۶

گاهنامه

پسران

آنچه در این شماره میخوانید ...

▶ مصاحبه اختصاصی با
محمد خردادیان

▶ کودک آزاری
مسئله همه ماست

▶ آیا فرد پُر مویی
هستید؟

▶ آموزش ماساژ
جنسی بدن

▶ فوت فتیش
چیست؟

+ دهها مطالب دیگر

▶ اگر زیاد دوش
میگیرید بخوانید ...

▶ همجنسگرایی
در گذر تاریخ

▶ آموزش امنیت
اینستاگرام

چطور دوست
همجنسگرا
پیدا کنیم؟

جهت اشتراک در مجله پسران یک ایمیل بفرستید:

PesaranMag@gmail.com

مجله اینترنتی پسران

گاهنامه ویژه پسران همجنسگرا
سال اول ، شماره ۴ ، آبان ۱۳۹۶



صاحب امتیاز:

مهرمانه

مدیر مسئول:

مهرمانه

طراح گرافیک و صفحه آرا:

مهرمانه

لینک دانلود مجله

www.t.me/PesaranMagBot

اشتراک در خبرنامه

PesaranMag@gmail.com

آنچه در این شماره میخوانید ...

صفحه	فهرست عناوین
۳	هدف و اعتقاد نامه مجله پسران
۵	مصاحبه اختصاصی با محمد خردادیان
۱۱	دسترسی کاربران ایران به کانال مجله مسدود شد
۱۳	داستان مصور یوسف و فرهاد
۲۰	تولد آبان ماهی ها مبارک باد
۲۱	حق خواهی از ایران در موضوع دگرباشان
۲۴	همه چی با یه رویا شروع میشه
۲۵	۵ نکته برای کسانی که زیاد دوش میگیرند
۲۸	کاریکاتور
۲۹	آیا فرد پرمویی هستید؟
۳۷	حقایقی در باره بوی خوش و رایحه ها
۴۰	اشتراک در مجله پسران
۴۱	همجنسگرایی در گذر تاریخ
۴۳	کودکان کار را دریابیم
۴۵	همه چیز درباره امنیت اینستاگرام
۵۱	معرفی کتاب
۵۵	معرفی فیلم
۵۷	پیام های رنگین کمانی
۵۹	آموزش ماساژ جنسی بدن
۶۸	روش های دریافت مجله پسران
۶۹	نقاط حساس در تحریک جنسی مردان
۷۱	تو شبیه دیگران نیستی!
۷۳	کودک آزاری مسئله همه ی ماست
۷۷	فتیش پا چیست؟
۸۳	راهنمای انتخاب مناسب ژاکت و کاپشن مردانه
۸۷	چگونه دوست همجنسگرا پیدا کنیم؟

هدف و اعتقاد نامه مجله پسران

ما همه جا هستیم آزاد و برابر...

وقت آن رسیده که آزادانه عشق آدمیزاد به آدمیزاد را زندگی کنیم.

- با بردن پرچم رنگین کمان به همه جا به فرهنگ سازی پیرامون هویت های جنسی همجنس خواه و تراجنسیتی و عادی سازی حضور پررنگ و مداوممان در کنار دیگر گروه ها و گونه ها عینیت ببخشیم.

- با پیام های شخصی حمایت خود را از ایران آزاد و برابر برای دگرباشان جنسی اعلام کنیم.

- با بیان روایاتمان از خشونت و اظهار آرزوهایمان به شکل گیری تصویری حقیقی از زندگی دگرباشان ایرانی در داخل و خارج ایران کمک کنیم.

- با ایجاد گفتگو در درون جامعه ایرانی به بالا بردن سطح دانش و آگاهی همه در رابطه با هویت های جنسی و رفتار جنسی سالم کمک کنیم.

- با ترویج فرهنگ صداقت، حمایت و یکپارچگی به ایجاد جریان سراسری ایران آزاد و برابر پیوندیم.

مجله اینترنتی

پسران



پرچم ما همیشه بالاست

محمد خردادیان

و پیامدهای آشکار ساختن همجنسگرایی

آقای خردادیان یکی از معدود چهره های مشهور ایرانی است که روزی در یک برنامه تلویزیونی حاضر شد و با صراحت در پاسخ به پرسش های مصاحبه کننده گفت که یک همجنسگراست.



همجنسگرا بودن و همزمان زندگی کردن در خاورمیانه با جوامع محافظه کارش، آسان نیست؛ موضوعی که بارها در لا به لای گزارش های سازمان های مدافع حقوق همجنسگرایان به آن اشاره می شود.

اما در همین خاورمیانه محافظه کار، محمد خردادیان، هنرمند ایرانی که برخی او را «مهم ترین رقصنده» ایرانی، در سال های اخیر می خوانند، دو سالی است که بعد از اعلام عمومی همجنسگرا بودنش، زندگی تازه ای را شروع کرده است.

آقای خردادیان یکی از معدود چهره های مشهور ایرانی است که روزی در یک برنامه تلویزیونی حاضر شد و با صراحت در پاسخ به پرسش های مصاحبه کننده گفت که یک همجنسگراست.

او که سال ها در لس آنجلس زندگی کرده، مدتی است که به دبی مهاجرت کرده و آنجا فعالیت های هنری خود - از جمله آموزش رقص - را پی می گیرد.

این در حالی است که در قوانین امارات متحده عربی نیز مانند بسیاری کشورهای دیگر در

خاورمیانه، همجنسگرایی رسماً «جرم» است و مجازات پنج سال حبس نیز برای آن در نظر گرفته شده است.

در قوانین امارات متحده عربی نیز مانند بسیاری کشورهای دیگر در خاورمیانه، همجنسگرایی رسماً «جرم» است و مجازات پنج سال حبس نیز برای آن در نظر گرفته شده است.

پس از آنکه در سال ۲۰۰۶، ۱۱ مرد به جرم برپایی جشن عروسی برای چند همجنسگرا در ابوظبی پایتخت امارات، هریک به پنج سال زندان محکوم شدند، شماری از دیسکوهایی که پاتوق همجنسگرایان بودند در سراسر این کشور تعطیل شدند.

در همان زمان مجوز کار محمد خردادیان رقصنده ۵۱ ساله ایرانی نیز که مدیریت کاباره کوچینی را در دبی بر عهده داشت، به مدت دو سال لغو شد.

با این حال وی که پس از گذراندن دوران محرومیت خود توانست مجدداً مجوز کار در دبی را بگیرد، این شهر بندری را یکی از آزادترین نقاط خاورمیانه برای «همجنسگرایی غیر رسمی» می داند.

او که به گفته خودش در دو سال اخیر سنگ صبور بسیاری از همجنسگرایان ایران بوده، در مصاحبه ای با مجله پسران، از شرایط «زندگی تازه» خود می گوید.

مجله پسران: آقای خردادیان، شما دو سال پیش گفتید که زندگی مشترکی را با مردی آغاز کرده اید. کمی درباره این ماجرا برایمان بگویید.

محمد خردادیان: من با یک پسر ۲۱ ساله در ایران دوست شدم. شاید او نخواهد من نامش را ببرم ولی یکی از اعضای فامیلان بود که در یک عروسی برای اولین بار دیدمش.

یک ماه با هم بودیم و من برگشتم دبی و برای بار دوم فقط به خاطر او رفتم ایران و حتی به زندان هم افتادم، چون فکرمی کردم دیگر از تنهایی بیرون می آیم و کسی را برای خودم پیدا کردم.

به عشق او همه زندگی ام را در آمریکا فروختم و آمدم به دبی و یک زندگی جدید را با هم شروع کردیم. به اسمش خانه خریدم، برایش اقامت گرفتم و کلی دردرس دیگر تا بتوانم ویزای آمریکا را هم برای او بگیرم تا برای همیشه به آمریکا برویم.

سرانجام توانستم ویزای یک ساله کار در آمریکا را برایش بگیرم. در آنجا تقاضای گرین کارت دادیم و وقتی که دادگاه



عکس های ما را با هم دید و به خاطر اینکه من در ایران به زندان افتاده بودم خیلی سریع به او گرین کارت دادند.

اما پس از آن وضع زندگی ما بد شد و من را ترک کرد تا من دوباره تنها بمانم.

واکنش خانواده شما پس از اینکه فهمیدند شما همجنس گرا هستید چه بود؟

من از دو سال پیش وقتی که در مصاحبه ای که با آقای امیرقاسمی در تلویزیون پیش داشتم و گفتم که همجنسگرا هستم به طور ناخواسته تبدیل به الگوی همجنسگرایی در ایران شدم .

خب من قطعا از لحظه تولد همجنسگرا بودم و وقتی خانواده ام متوجه شدند هیچ وقت به من چیزی نگفتند و خیلی راحت با این موضوع مواجه شدند، چون زمانی بود که من سی و چهار ساله بودم و دیگر بچه نبودم و حق انتخاب داشتم.

از اینکه همجنس گرا هستید، خجالت می کشیدید؟

بله اوایل خجالت می کشیدم

ولی الان دیگر نه، خجالت نمی کشم.

آقای احمدی نژاد در یک سخنرانی که در دانشگاه کلمبیا ادعا کرد که در ایران همجنسگرا یا به قول ایشان «همجنس باز» نداریم . به نظر شما این ادعا درست است؟

من فکر می کنم منظور ایشان این بود که در ایران همجنسگرایی به آن مفهومی که در غرب رواج دارد، وجود ندارد.

چون در غرب این مسئله آزاد است و افراد همجنس گرا دارای حقوق های خاص خود هستند.

تفاوت و تشابه زندگی زناشویی با زندگی مشترک همجنسگرایان در چیست؟

همجنس گراها هم مثل دوتا آدم با هم زندگی می کنند . مثل دو تا زن و شوهر . ولی من نمی دانم چرا همیشه مردم با شنیدن این واژه [همجنسگرایی] به فکر سکس می افتند . ببینید از این مقوله سکس که بیاییم بیرون، می بینیم که دو نفر با هم زندگی می کنند و از بودن با هم لذت می برند ، با هم همفکرند ، کوهنوردی یا سوارکاری می روند.

توی خانه هم همینطور، کارها را تقسیم می کنند. درست مثل دو تا دانشجو که با هم همخانه هستند. یکیشان آشپزی می کند آن یکی خرید می کند، یکی رخت ها رو می شورد و همین طور زندگی را ادامه می دهند.

شما الآن که تنها هستید لزوما دنبال یک رابطه بلند مدت هستید؟

بله، من نمی خواهم هر روز با یک نفر باشم. دوست دارم فقط یک نفر در زندگی ام باشد و با هم زندگی کنیم. چون که نیازهای همدیگر را پر می کنیم. البته من بیشتر نیازهای روحی دارم تا اینکه به سکس فکر کنم ولی به هر حال سکس هم بخشی از زندگی است و همه اش نیست

چه معیارهایی برایتان در انتخاب شریک زندگی اهمیت دارد؟

من عاشق ایرانی هستم و می خواهم شریک آینده زندگی ام یک مرد ایرانی باشد. به تیپ های ورزشکاری خیلی علاقه دارم

چون خودم ورزشکارم، آدم چاق دوست ندارم و کسی را می خواهم که به سر و وضع خودش برسد و در کل کسی که مثل خودم فکر بکند. چون من یک بار در عشق شکست خورده ام، دیگر نمی خواهم این تجربه تلخ را تکرار کنم.

بعضی خبرها حاکی از آن است که همجنسگراهای ایرانی برای زندگی به کشورهای غربی می روند تا به مشکلات قانونی در داخل کشور برخورد نکنند.

آیا این افراد برای ادامه زندگی و فرار از وضعیت ایران به دبی هم می آیند؟

بله، من خیلی ها را دیده ام. البته اینجا هم یک کشور اسلامی است و رسماً کسی نمی تواند همجنسگرا باشد، ولی چند تا پاتوق شناخته شده برایمان در دبی وجود دارد. مثلاً یک کافی شاپ در سیتی سنتر هست که همیشه پر از همجنسگراست، یا اینکه یک دیسکوی فیلپینی که همیشه هم شلوغ می شد، ولی همین تازگی ها پلیس آنجا را بست. حتی در بین مردم محلی دبی هم همجنسگرا فراوان است. این موضوع اینجا رواج دارد ولی

نه به طور رسمی. اجازه کار دیسکوی خود من در دبی هم برای دو سال باطل شد ولی دوباره توانستم آن را بگیرم و قرار است که کار رقاصی را دوباره شروع کنم.

اعلام عمومی همجنسگرایی شما چه پیامدهایی برایتان داشته است؟

من از دو سال پیش وقتی که در مصاحبه ای که با آقای امیرقاسمی در تلویزیون پیش داشتم و گفتم که همجنسگرا هستم به طور ناخواسته تبدیل به الگوی همجنسگرایی در ایران شدم .

از آن زمان به بعد خیلی ها از ایران به من زنگ می زنند و مشکلاتشان را با من در میان می گذارند. از همه جای ایران از زنجان، بندرعباس ، میاندوآب و هرجایی که فکرش را بکنید به من زنگ می زنند . هم مردها و هم زنهار.

بعضی ها پشت تلفن گریه می کنند و می گویند که تصمیم به خودکشی دارند و نمی توانند فشار خانواده شان را تحمل کنند و تن به ازدواج یا یک سری چیزهای دیگر بدهند .

من هم تا آنجایی که اطلاعات دارم به آنها کمک می کنم و سعی می کنم راه گشای آنها باشم. مثلا به آنها می گویم که اگر می توانند ثابت بکنند که جانشان در ایران در خطر است به دفتر سازمان ملل در ترکیه بروند و خودشان را به آنجا معرفی بکنند تا شاید بتوانند به یکی از کشورهای غربی بروند.

در ایران متأسفانه معنای همجنسگرایی مترادف شده است با تجاوز به یک پسر بچه و این مسئله خیلی مشکل ساز شده است، در صورتی که اصلا این طور نیست و مقوله همجنسگرایی در بین افراد بالغ شکل می گیرد و خیلی شبیه به ازدواج یک مرد با یک زن است .

ممنون از وقتی که برای خواننده های مجله پسران گذاشتید. امیدواریم که در زندگیتان شاد و موفق باشید و روزهای رنگین کمانی را برای شما آرزو میکنیم.

من هم همینطور برای شما و مخاطبین مجله آرزوی خوشبختی دارم.



با توجه به استقبال
بی نظیر شما رنگین کمانی ها

دسترسی

کاربران ایران به

کانال تلگرام مجله پسران

از مهر ماه مسدود شد!

کانال تلگرام مجله پسران مسدود شد!

با توجه به استقبال بی نظیر شما رنگین کمانی های عزیز از مجله پسران ، متاسفانه در ماه گذشته دسترسی کاربران را به کانال تلگرام مجله مسدود کردند و ما به دنبال راههای جدید برای رساندن مجله به دست شما هستیم. اینترنت آزاد حق هر انسان است و بنابراین کاربران ایرانی به خصوص رنگین کمانی ها نیز از این قاعده مستثنی نیستند.

از این پس در کانال تلگرام مجله پسران فعالیت نخواهیم داشت و هیچ گونه کانال دیگری نیز در تلگرام نداریم.

از این پس میتوانید از روبات تلگرام مطالب مجله را دنبال کنید. برای عضویت در روبات تلگرام از لینک زیر اقدام کنید:

www.t.me/PesaranMagBot

همچنین می توانید برای دریافت لینک دانلود شماره های قبلی مجله یک ایمیل خالی به آدرس زیر ارسال نمایید:

PesaranMag@gmail.com

داستان دو همجنسگرا در ایران

یوسف و فرهاد

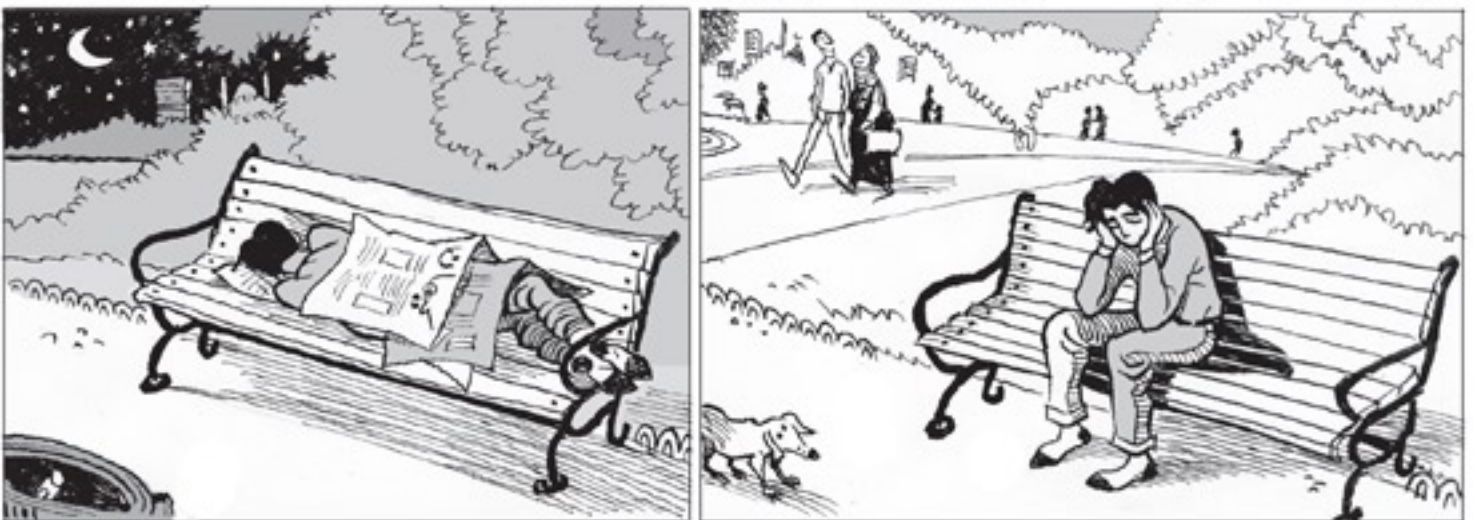
تلاشی برای پذیرفته شدن از سوی خانواده

قسمت دوم















به خانواده و دوستان عزیزم،
 وقتش رسیده که خدایمافضی کنم.
 حقیقتش را بخواهید سال‌هاست که مُرده‌ام.
 همیشه هم می‌دانستم که چنین روزی بلاخره فرا می‌رسد.
 از وقتی که ده ساله بودم این را می‌دانستم. از وقتی ۱۲ ساله بودم این را
 می‌دانستم، و در ۱۶ سالگی هم این را می‌دانستم.
 هر وقت عاشق می‌شدم،
 می‌دانستم که سرانجام با چنین لحظه‌ای روبرو خواهم شد.
 بارها و بارها، عشقم را کشتم. آن‌قدر آن را کشتم که خود مرگ شدم.
 زندان و زندانی خودم شدم.

با کیش و آیینی مرا بزرگ کردید که پای حقیقت بایستم و از حق نترسم:
 که دروغ را نپذیرم و دو رو نباشم. با این‌حال، هر روز از من خواستید تا حقیقتم
 را پایمال کنم و به دروغ پناه ببرم. همه‌اش هم به اسم همین دین و اخلاق.
 تبدیل شدم به یک فردی مجهول و نقاب‌دار.
 حالا دیگر این نقاب به صورتم دوفته شده. شده‌ام خود این نقاب.
 سایه‌های مرگ هم بر پوستم دوفته شده‌اند.
 امروز، پرده آخر این تئاتر بود. برای آخرین نمایش، می‌خواهم این
 نقاب سنگین را بشکنم و از این دنیایی که جز تابوتی برایم
 نیست (ها شویم).

هر چیزی و هر کسی که دوستش داشتم از من گرفته شد.
 هر روز در میان شما نابود می‌شوم. هر روز در نفرت‌تان، هر روز
 در ترس‌تان و هر روز در سکوت‌تان می‌میرم.

افسوس و بدرود



بدر
 لطفا این را به دست
 فرهاد برسانید

ادامه داستان در شماره بعدی مجله ...



آبان به ماه نیست
آبان به مدل غرور جذابه
آبان طلسمون آرمای جذابه
تولدت مبارک آبان ماهی

حَقِّ خِوَاهَمِي از ايران در موضوع دگر باشان جنسي

هیچ جریانی در جامعه شکل نمی‌گیرد، مگر اینکه نامی بر خود داشته باشد. نسل من، نسلی بود که باید نامی برای خودش انتخاب می‌کرد. نام‌های مختلفی عرضه شدند و در نهایت در گذر زمان، این نام بیشتر از بقیه دیده شد و باقی ماند: دگرباشان جنسی

زمانی این عبارت را ترجمه‌های بر کلمه‌ی کوئیر در نظر گرفته بودند. کوئیر در آن زمان به معنای همجنس خواه در فرهنگ غرب استفاده می‌شد، ولی هم‌اکنون معنایی گسترده‌تر و متفاوت یافته است. دگرباشی جنسی هم در این فاصله متحول شده است، فقط دیگر معادلی بر کلمه‌ی کوئیر نیست.

به تمامی اقلیت‌های جنسی اطلاق می‌شود. امروز دگرباشان جنسی یا همان (LGBT) به تمام اقلیت‌های جنسی اطلاق می‌شود.

همجنس‌گرایان زن و مرد، دوجنس‌گرایان، تراجنسی‌ها و تراجنسیتی‌ها، دوجنس‌ها و مانند آن می‌شود. موافق‌های استفاده از دگرباشان جنسی کم نیستند، مخالف‌هایش هم کم نیستند. برخی ترجیح می‌دهند به جایش عبارت «اقلیت‌های جنسی» را باب کنند.

با تمامی این‌ها، در نهایت این

بحثی است که به نتیجه‌ای مشخص نمی‌رسد، چون در یک بحث اجتماعی، هرگز نمی‌توانید تمامی گروه‌ها و جریان‌های حاضر را راضی نگه دارید. اینکه این بحث به نتیجه‌ای نمی‌رسد، مختص به فارسی نیست و در فرهنگ غرب هم هنوز مانده‌اند چه عبارتی می‌تواند به شکلی درست به معنای اقلیت‌های جنسی باشد. هرچند اقلیت جنسی هم عبارتی است که سؤال برایش مطرح است: اگر بگوییم اقلیت‌های جنسی، پس قائل به اکثریت جنسی شده ایم. اکثریت جنسی در جامعه کجاست؟

در نهایت امر، باید توجه کرد که این فقط یک نام است. درحقیقت، یک قرارداد اجتماعی است که طول عمر مشخصی دارد. در آینده هم، عبارت و کلمه‌ای بهتر، جایگزین آن خواهد شد. همچنین باید به این موضوع توجه داشت که گرایش و هویت جنسی یک فرد، درست‌تر است که در موضوع جنبش اجتماعی مانند جنبش دگرباشان جنسی قرار می‌گیرد، ولی فارغ از تمامی مسائل، این موضوعی فردی برای یک انسان است. ما انسان‌هایی برابر هستیم و حق فردیمان است تا نظر شخصی خودمان را در این



موضوع داشته باشیم. نظر شخصی ما، می تواند اسمی دیگر از دگرباش جنسی، یا اقلیت جنسی، یا همجنس گرا یا همجنس خواه یا مانند آن باشد.

هرگز فراموش نکنیم ما برای نام نمی جنگیم، ما برای برابری، برای آزادی، برای حقوق بشر تلاش می کنیم. دگرباش جنسی یا اسمی دیگر، هدف را متفاوت از قبل نمی کند. هرچند اهداف کلی ثابت می مانند، ولی جزئیات همیشه تغییر می کنند، همانطور که جامعه متحول میشود.

فقط بایستی امیدوار باشیم که در آینده، انسان ها رنج هایی را نکشند که نسل من و نسل های قبل از آن کشیدند.

سخن سردبیر
آبان ۱۳۹۶

همه چي بايه روا شروع مسنه

IT ALL START WITH DREAM





**۵ نکته برای کسانی که
زیاد دوش می گیرند...**

قدرتی برتر برای اینکه خودتان را به دیگران نشان دهید

لیف چیست؟ همین سؤال را کردید؟ لیف در اصل مانند یک اسفنج خشک است. ممکن است در بین وسایل حمام تمام دخترها یکی از آنها را دیده باشید. آن را بر روی پوست خود بمالید تا تمام منافذ باز شود و مانند یک لایه بردار برای پوست عمل کند. این کار مانند یک ماساژ برای پوست است که سبب می شود احساسی خوب و شکل ظاهری خوبی داشته باشید.

۱

لیف خود را دوست داشته باشید!

۲

دما را بررسی کنید!

با یک مشت آب گرم شروع کنید. دوش را روی سرتان بگیرید و آب سرد را باز کنید. اجازه دهید آب بر روی پاهای شما جریان داشته باشد و به بالا به سمت بازوی راست و چپ شما برود. اگر به اندازه کافی شجاع هستید، کمی خودتان را تکان دهید و به عقب و جلو کج شوید. این حرکت را سه یا چهار بار تکرار کنید تا احساس تازگی و نشاط کامل داشته باشید و در تمام طول روز تا شب احساس شادابی کنید.

بین آب گرم و سرد کمی فاصله در نظر بگیرید تا فشار آب کم شود و به خوبی کف درست شود. به آرامی ژل حمام را ماساژ دهید تا به یک کف سبک و گرم مانند تبدیل شود و حداکثر تأثیر تمیزکنندگی و نرم کنندگی را بر روی بافت پوست بگذارد و احساس خوبی در تمام قسمت های بدن خود داشته باشید. همچنین به شما کمک می کند تا جریان خون را تحریک کرده، کل بدن را تحریک می کند تا انرژی تازه ای داشته باشید.

۳

تمام بدن خود را از کف بپوشانید

چه کسی می گوید که فقط زن ها می توانند چند کار را همزمان انجام دهند؟ اصلاح کردن در زیر دوش حمام روش فوق العاده ای برای صرفه جویی در وقت است و دیگر لازم نیست وقت خود را در اطراف سینک بگذرانید. علاوه بر آن، گرمای حاصل از آب دوش سبب می شود که منافذ پوستی شما باز شود، الیاف و تارهای مو نرم شده و اصلاحی کامل تر داشته باشید. یک آینه می تواند به شما کمک کند اما چندان هم ضروری نیست، با وجود آینه می توانید بر تمام زوایای پوست خود تمرکز داشته باشید. سپس با آب بسیار خنک صورت خود را بشویید تا منفذها دوباره بسته شوند و موها در زیر پوست رشد نکنند.



اصلاح در زیر دوش حمام

بدون برخی از پیرایش های خاص پس از حمام کردن، هیچ حمامی نمی تواند به تنهایی کامل باشد. ابتدا بدنتان را به طور کامل با حوله خشک کنید. توصیه می کنیم که از یک لوسیون مرطوب کننده مناسب برای بدن استفاده کنید که توازن رطوبت طبیعی را برای یک پوست سالم و زیبا به شما باز می گرداند. از یک تمیزکننده و مرطوب کننده متفاوت از پوست صورت خود استفاده کنید. اگر اصلاح کرده اید می توانید از یک بالم یا اسپری افترشیو استفاده کنید. اکنون زمان فوق العاده ای برای استفاده از دئودورانت است، زمانی که بدن شما در تمیزترین حالت خود قرار دارد. فراموش نکنید دندان های خود را مسواک بزنید، موهای خود را حالت دهید و یا کمی به خودتان عطر بزنید، سپس آماده هستید!



مراقبت پس از حمام کردن





آیا فرد
پرموویسی
حسبیتید؟



در گذشته پرمویی مردان نمادی از قدرت و مردانگی آنها بود. موهای قفسه سینه، پاها و پشت بدن. هرچه میزان مو بیشتر بود، تأثیر مثبت بهتری داشت.

اما در قرن بیست و یکم رشد موها در قسمت های مختلف بدن نه تنها زشت و نازیباست بلکه تا حدی مضحک و عجیب و غریب نیز هست. سلیقه ها عوض شده اند و نمونه های مدرن مردانگی نیز بدن هایی کم مو مانند کودکان است، فرقی نمی کند که یک فوتبالیست، ستاره سینما یا بازیگر فیلم های سکسی باشید.

در اینجا به شما نشان می دهیم که چگونه موهای زائد خود را به طور مؤثر و بصورت ایمن کوتاه کنید و در چه قسمت هایی لازم است که از حجم موها کم کنید. اصلاح موهای زائد بدن مردان می تواند کار دشواری باشد. اولین دلیل و اشتیاق برای انجام این کار "کم کردن حجم موهایی است که دیگران آنها را می بینند". با اصلاح کردن می توانید حجم این موها را کاهش دهید. اما اگر اصلاح فک و آرواره ها را نمی توانید به راحتی انجام دهید، تصویر کنید که اصلاح سایر بخش ها ممکن است چقدر دشوار باشد. برای اینکه بتوانید موهای زائد را اصلاح کرده و ظاهر مردانه خود را نیز به خوبی حفظ کنید، چندین روش ارائه کرده ایم که ممکن است آنها را بپسندید.

قفسه سینه

قفسه سینه می تواند مثال خوبی باشد. کسانی که عضله های قفسه سینه برآمده ای ندارند و شکم آنها عضله ای نیست باید با احتیاط نسبت به اصلاح موها اقدام کنند زیرا بدنی بدون مو می تواند کمی شوک برانگیز باشد. اگر مرتباً تمرینات بدن سازی برای کنترل وزن خود انجام می دهید، بهترین روش برای نمایش نتیجه بدن سازی این است که پوست خود را برق بیندازید.

امروزه در بسیاری از سالن ها برق انداختن پوست آقایان انجام می شود و بر خلاف تصور اکثر افراد و زنان، این کار چندان هم دردناک نیست. اگر بتوانید در برابر ضربه هایی که در باشگاه به بدنتان می خورد مقاومت کنید، می توانید درد برق انداختن را نیز تحمل کنید.

مانند اصلاح کردن، نکته مهم در برق انداختن موفق فقط سرعت یا روش مورد استفاده نیست بلکه کارهایی که پس از برق انداختن انجام می دهید نیز از اهمیت بسیاری برخوردار است. برای اینکه در پایان کار دانه هایی بر روی سطح پوست ایجاد نشود، از دوش گرفتن با آب گرم و استفاده از مواد

شیمیایی که ایجاد حساسیت می کنند خودداری کنید (در استخرهایی که در آن کلر استفاده شده وارد نشوید)، همچنین پس از برق انداختن برای مدت ۲۴ ساعت ورزش نکنید. این امر به دلیل آن است که برق انداختن سبب باز شدن منافذ می شود و احتمال ایجاد حساسیت بیشتر خواهد بود. در صورت عرق کردن یا افزایش دمای بدن به هر شکل سبب می شود که نمایش قفسه سینه برق انداخته شده در بین افراد چندان دلچسب نباشد.

برای مردانی که قفسه سینه آنها بسیار پرموست، اصلاح کردن به سادگی نمی تواند جایگزینی برای برق انداختن باشد زیرا لبه های پوست ممکن است پر از مو باشند. همچنین رشد مجدد موها ممکن است با خارش بسیار زیادی همراه باشد. نه تنها در نتیجه مالش پوست یا قرارگیری در معرض تابش نور خورشید حساسیت بیشتری در پوست ایجاد می شود، بلکه مانند زمانی که پوست صورت خود را اصلاح می کنید، این احتمال وجود دارد که موها در زیر پوست رشد کنند، پوستتان را ببرید و باکتری پنهان بین تیغ ها را پخش کنید.



برای سایر افراد، اصلاح موهای قفسه سینه برای اینکه حالت ورزشکاری ایجاد شود معمولاً بهترین گزینه است. گیره های برقی دارای شانه های قابل تنظیمی هستند که بر روی سر دستگاه سوار می شوند تا قسمتی از موها که بیشترین حجم را دارد اصلاح کنند. بجای اینکه با تیغه شماره ۱ شروع به اصلاح کنید، توصیه می کنیم که قبل از کم کردن درجه از یک تنظیم طولانی تر استفاده کنید تا زمانی که به طول دلخواه خود برسید.

پشت و شانه ها

هرچند که برخی از همجنسگرایان از سینه های پرمو خوششان می آید، اما تعداد کمتری ممکن است این حس را نسبت به موهای پشت داشته باشند، موها در این قسمت اصلاً خوشایند نیستند. هرچند که با برق انداختن برای مدت شش هفته موهای قسمت پشت اصلاح می شود، لازم است که موهای این قسمت را به صورت دائمی از بین ببریم زیرا از نظر عموم افراد پسندیده نیست. چندین روش برای حذف دائمی موها وجود دارد، استفاده از لیزر و IPL (Intense Pulse Light) از پیشرفته ترین و مؤثرترین روش ها هستند. هر درمانی می تواند به طور خاص میزان رشد موها را کاهش دهد و برای اکثر افراد نیز هیچ دردی ندارد. در عملیات لیزر، ملانین موجود در موها (رنگ طبیعی) جستجو می شوند و منبع تغذیه خون به فولیکل ها مسدود می شود؛ در نهایت رشد موها به طور کامل متوقف می شود.

مزیت استفاده از لیزر و IPL این است که موها در سه مرحله رشد می کنند (آناژن - هنگامی که قابل مشاهده هستند؛

کاتازن / تلژن - کمون). بنابراین تمام موهای پشمی در همه زمان بر روی پوست قابل مشاهده نخواهند بود. در حقیقت میزان موهای موجود در هر بخش از بدن متفاوت است (به عنوان مثال در حدود ۸۰ درصد بر روی بازوها)، از این رو زمانی که موها از ریشه در حال بیرون آمدن هستند، نیاز به مراقبت بیشتری دارند. و با صرف هزینه در هر جلسه برای موهای پشتتان، این کار می تواند پرهزینه و طولانی باشد. اما اگر بتوانید هزینه آن را تقبل کنید، ارزشش را دارد.



موهای پشت و اطراف ناحیه تناسلی

اصلاح موهای پشت و ناحیه تناسلی ممکن است کمی دردناک باشد. اصلاح موها در این قسمت ها می تواند تأثیر بسیاری داشته و کم خطر نیز باشد. در گذشته برای اصلاح موی این قسمت از بدن لازم بود که از دیگران کمک بگیرید و بدون خود را به آنها نشان دهید، اما امروزه با حفظ حریم شخصی خود می توانید این کار را به خوبی انجام دهید.

اگر فکر می کنید که برای انجام چنین کاری آمادگی لازم را ندارید، می توانید به یک چشمه آب معدنی بروید و به جای آن استفاده از روش های سنتی برق انداختن از آب گرم برای برق انداختن بدن خود استفاده کنید. موم گرم در ریشه موها قرار می گیرد به گونه ای که به راحتی می توان آنها را جدا کرد. در این روش نه تنها لازم نیست که زیاد درد بکشید، بلکه نیازی هم نیست که بدن خود را در معرض دید دیگران قرار دهید.

بر خلاف این باور معروف در بین متخصصین در امر دوچرخه سواری، اصلاح موی پاها هیچ ارتباطی با آیروودینامیک ندارد. درحقیقت هیچ تحقیقات آکادمیکی نشان نمی دهد که پاهایی بدون مو سرعت حرکت بیشتری در مقایسه با پاهایی پرمو دارند. احتمال وجود چنین حالتی بسیار کم است و حتی اگر متخصصین دوچرخه سواری درباره آن نظری بدهند، این امر تنها می تواند نوعی تلقین باشد تا شما ظاهر و احساسی ورزشکاری داشته باشید (می توانید به لباس های مخصوص شنا با رنگ های متنوع و ابزارهایی جالب نگاهی داشته باشید و نیازی به پوشاندن هیچ بخشی از بدن خود نداشته باشید). اینها تنها تصورات و خیالات شماست.

تنها دلیل موجه برای اصلاح موی پاها این است که پوستتان در طول مسیر دچار حساسیت و خارش نشود و در شرایط سختی که بدشانسی به سراغ شما می آید و ممکن است دچار برخورد و تصادم شوید، به راحتی زخم های شما بررسی و پانسمان شود. اگر پاهای پرمویی داشته باشید این کار ممکن است به راحتی

انجام نشود و یا بعداً کندن چسب با درد همراه باشد. روش اصلاح موی پاها بسیار شبیه به روش اصلاح صورت است و ممکن است در حمام بتوانید این کار را ساده تر انجام دهید. فراموش نکنید که هنگام رویش مجدد موها ممکن است کمی احساس ناراحتی کنید، اما مطمئناً با یک بار اصلاح کردن دیگر نمی توانید این کار را متوقف کنید.



آنقدر بوسیدمش تا خسته شد

خسته از بوسیدن پیوسته شد

خواست تا لب بر شکایت بشکفت

لب نهادم بر لبش تا بسته شد

A close-up, profile view of a man's face and neck. He is looking to the left. He is holding a small, clear perfume bottle with a silver nozzle and spraying it onto his neck. The background is a plain, light-colored wall.

حقایقی درباره بوی خوش و رایحه‌ها

حقایق درباره بوی خوش و رایحه‌ها

تاریخچه استفاده از روغن های خوشبو به یونان و رم باستان باز می گردد، زمانی که ورزشکاران از آنها قبل و بعد از مسابقه برای تقویت عضله های خود استفاده می کردند. بنابراین با شروع ماساژ ورزشی، بوهای بسیار خوبی در اطراف اتاق ماساژ به مشام می رسید که این بوها نه تنها برای تأثیر مثبت بلکه برای درمان نیز مورد استفاده قرار می گرفت و از همین روغن ها برای درمان کشش عضلات و کم کردن درد حاصل از جراحی های ورزش استفاده می شود. استفاده از روغن های مخصوص ماساژ بعد از ورزش می تواند سموم جمع شده را پخش کند، اسید لاکتیک را پخش کرده و سبب تخلیه دستگاه لنفاوی شود.

هر روز با استفاده از رایحه هایی مانند نعنا و اوکالیپتوس می توانید خستگی ماهیچه ها را که پس از یک فعالیت فیزیکی طولانی ایجاد می شوند، از بین ببرید.

حفره بینی

در دوران کودکی و زمان طولانی قبل از اینکه بتوانیم صحبت کنیم، این سیستم شکل می گیرد. این یک بانک حافظه اطلاعاتی است که تمام خاطرات مربوط به شادی، غم، اندوه، ترس، خوشحالی و ناراحتی را در خود ذخیره می کند و هر احساسی را به محرک های مختلفی ربط می دهد. از آنجایی که بوها می توانند مستقیماً به سیستم لیمبیک برسند، ممک است احساسات خاصی را به صورت غیرارادی تحریک کنند که به گذشته ما باز می گردد.

نورون گیرنده بویایی

در حفره بینی ما در حدود ۴۰ میلیون گیرنده نورون بویایی وجود دارد که منتظر هستند تا بوهای مختلفی را دریافت کرده و آنها را به پیاز بویایی ارسال کنند. چرخه هرکدام از نورون های گیرنده بویایی به مدت ۴۰ روز است. بنابراین پس از این مدت سلول های جدید در حفره بینی ایجاد می شوند.



پیاز بویایی

پیاز بویایی به عنوان یک واسط بین بینی شما و مغز شما عمل می کند و به صورت دائمی اطلاعات بویایی را منتقل می کند، در نتیجه به شما کمک می کند تا بوهای اصلی را از سایر بوهایی که به صورت همزمان به بینی شما می رسند تشخیص دهید. بنابراین یک بخش جدانشدنی از غریزه انسانی است که به ما کمک می کند تا مواد خوراکی را از مواد غیرخوراکی و بدبو تشخیص دهیم.

حفره بینی

بخش بزرگی از این حفره هیچ ارتباطی با بو ندارد. عملکرد اصلی آن این است که هوای استنشاق شده را قبل از رسیدن به شش های ما تصفیه کند. بنابراین رطوبت موجود در حفره بینی سبب حل شدن ذرات بود و تبدیل به شک یک مایع می شود تا نورون های گیرنده بویایی بتوانند آنها را شناسایی کنند.

ضربه های مغزی

حس بویایی تنها حسی است که مستقیماً به سیستم لیمبیک متصل است، مرکز کنترل احساسات ما. سایر احساسات مانند لمس کردن یا مشاهده قبل از اینکه شناسایی شده و پاسخی را ایجاد کنند لازم است که "رمزگشایی" شوند. این اتصال مستقیم به این معناست که بویها دارای توانایی های خاصی هستند تا در خاطرات ما ثبت شوند و به طور غیرارادی بر حالات، افکار، احساسات و حتی عملکرد ذهنی ما تأثیر بگذارند. به عنوان مثال اگر با مشاهده کلمه های بروکلی در سر میز شام در پنج سالگی خود احساس ناخوشایندی داشتید، این احتمال وجود دارد که در بزرگسالی نیز بوی سبزیجات حالت مشابهی را در شما ایجاد کنند.

حافظه

تابحال متوجه شده اید که عطر اولین عشقتان به سرعت یادآور تمام خاطرات "فراموش شده" گذشته است؟ با یک "بانک خاطرات" در انسان ها که از ۲۰۰۰ تا ۶۰۰۰ رایحه تشکیل

شده است، ورود به یک حافظه بزرگ تنها با کمک یک رایحه ساده و به تصویر کشیدن خاطرات گذشته به راحتی امکان پذیر خواهد بود.

تأثیر "جادویی" رایحه بر ناخودآگاه شما به این دلیل است که پیاز بویایی در فاصله بسیار نزدیکی با سیستم لیمبیک قرار دارد، محلی که تمام خاطرات خوب، بد و زشت و زیبایی ما در آن نگهداری شده است.



پسران

برای اشتراک در مجله
پسران ایمیل بفرستید:

PesaranMag@gmail.com



شهرستان گورستان در گذر تاریخ

گورستان و زیارتگاه خالد نبی

واقع در شهرستان گنبد کاووس سنگ
مزارهای این گورستان از سنگ‌های
یک پارچه تراشیده شده و به شکل
آلت تناسلی مردان هستند.

همچنین، طول سنگ قبرها بسته به جایگاه آن شخص بلندتر یا کوتاه‌تر ساخته شده اند، قبر زن‌ها نیز به شکل سینه و سینه بند زنانه است و سطحی تخت دارد و همه گورهای زنانه رو به شمال قرار گرفته‌اند. گفته می‌شود این گورستان متعلق به عصر پارینه سنگی می‌باشد.



در شرق بقعه عالم بابا و بر روی یک رشته تپه‌های خاکی که ارتفاع آن به مراتب کمتر از ارتفاع محل زیارتگاه خالد نبی است، گورستان وسیع با منظره خیره کننده و عجیبی می‌باشد که سنگ قبرهای آن به شکل استوانه‌هایی به ارتفاع ۲ متر و بیشتر دیده می‌شود. به نظر می‌رسد بیش از ۶۰۰ سنگ مزار در گورستان خالد نبی یافت می‌شود. پراکندگی این سنگ‌ها در دامنه کوه مرکزی، دامنه شرقی کوه‌است و برخی دیگر از مجموعه سنگ مزارها بصورت های منفرد در پته‌های اطراف که مسلط به هزار دره می‌باشد، قرار گرفته‌اند.

دیوید استروناخ در سال ۱۹۷۹ و ۱۹۸۰ بیش از ۶۰۰ سنگ ایستاده یافت که در چندین محل گسترش یافته بودند. سنگ مزارهای این گورستان از سنگ های یک پارچه تراشیده شده و به شکل‌های استوانه‌ای و صلیبی هستند. در رسانه‌های عمومی سنگ‌ها اغلب به عنوان نمونه‌هایی از معماری وابسته به آلت جنسی معرفی می‌شود و یکی از جاذبه‌های مهم توریستی توصیف شده است. بازدید کننده‌ها، سنگ مزارهای استوانه‌ای را به عنوان آلت مرد توصیف کرده‌اند.



کودکان ، نمی توانند متوقفش کنند ... اما شما می توانید ...

کودکان کار را دریابیم ...

پسران

دانشگاه



UN.ORG



STOP CHILD LABOUR
کار کودک را متوقف کنید

Signature

همه چیز درباره امنیت اینستاگرام و راهکارهایی برای جلوگیری از هک شدن اکانت شما

اینستاگرام به عنوان یک سرویس اشتراک گذاری تصاویر و ویدیو امروزه در بین کاربران ایرانی نقش بسیار مهمی را ایفا می کند. شاید بتوان دلیل محبوبیت اینستاگرام شیوه اطلاع رسانی و ایجاد ارتباط در آن دانست که برقراری ارتباط در آن با دیگر کاربران بصورت تصویری و نه بر پایه ارتباط متنی صورت می گیرد. محبوبیت اینستاگرام نشان داده است که قدرت تصویر در بیان احساسات بیشتر از قدرت متن است. اما اینستاگرام با کلی کاربرد و ویژگی هایی که دارد ممکن است باعث دردسر شما شود اگر امنیت آن را جدی نگیرید. قابلیت هایی در این سرویس وجود دارد که ممکن است تا حد زیادی امنیت اطلاعات و حریم خصوصی شما را تا حد زیادی در معرض خطر قرار دهد و البته که آگاهی کاربران معمولا در این زمینه کمتر است و همین موضوع باعث می شود تا هک اکانت اینستاگرام شما ساده تر از مسنجر های دیگر شود و حتی متوجه هک شدن هم نشوید! اما در این نوشته قصد داریم آموزشی کامل و جامع در زمینه جلوگیری از هک اینستاگرام و روش های افزایش امنیت اکانت اینستاگرام را بصورت تصویری ارائه کنیم.



آیا اینستاگرام امنیت دارد؟ ابزار های جلوگیری از هک اینستاگرام چیست؟

به طور کلی می توان گفت که اینستاگرام امنیت دارد ولی اگر قرار باشد تا امنیت اینستاگرام را با مثلا برنامه تلگرام مقایسه کنیم باید گفت که شاید نسبت به تلگرام از امنیت کمتری برخوردار باشد. البته همچنان اینستاگرام فاکتور های مهمی که می تواند در افزایش امنیت آن موثر باشد را داراست که نیاز است تا شما ابتدا به عنوان یک کاربر از این فاکتور ها اطلاع داشته باشید و به جهت ایمن ساختن یا به اصطلاح ضد هک کردن اکانت اینستاگرام خود قدم بردارید. برای مثال اینستاگرام قابلیت Two-Factor Authentication یا تایید دو مرحله ای را داراست که یکی از راه های جلوگیری از هک اینستاگرام است و با استفاده از این قابلیت تا حد زیادی خطر هک شدن اکانت اینستاگرام شما از بین می رود. اما اینستاگرام به طور ذاتی قابلیت هایی را دارد که ممکن است شما خواهان آن نباشید و اطلاعات شخصی شما که معمولا هم شامل تصاویر و ویدیو است در معرض دسترسی

افراد ناشناس قرار بگیرید.

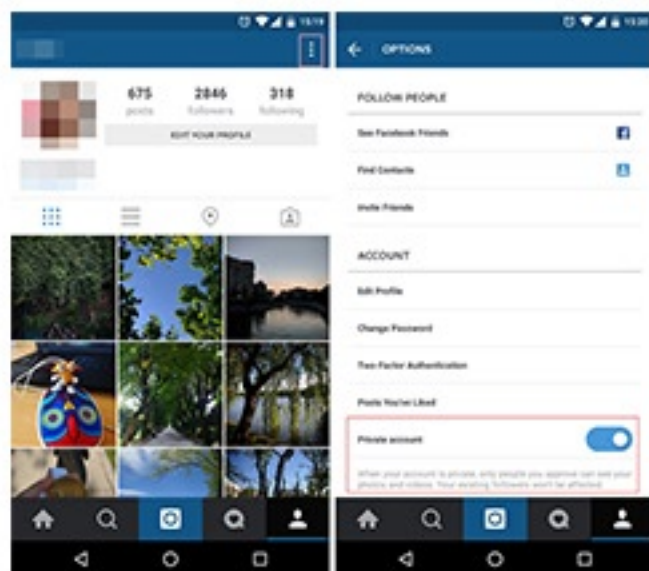
روش های جلوگیری از هک اینستاگرام

اما در ادامه تمامی روش هایی را که می توان در برای جلوگیری از هک شدن اینستاگرام پیاده سازی کرد و به این طریق از حریم خصوصی خود در برابر افراد هکر یا پیگانه حفاظت کنید را خواهیم گفت.

اکانت اینستاگرام خود را Private کنید

اگر قصد ندارید که تصاویری که توسط شما منتشر می شوند را همه کاربران عضو در اینستاگرام ببینند، می توانید اکانت خود را خصوصی یا Private کنید. به این معنا که تنها افرادی امکان دیدن تصاویر و ویدئو های شما را دارند که درخواست Follow آنها را پذیرفته باشید. برای خصوصی کردن اکانت اینستاگرام مراحل زیر را در برنامه اینستاگرام طی کنید.

مواردی که ممکن است باعث نقض امنیت اکانت اینستاگرام شما شود همین فالوور هایی هستند که هیچ شناختی از آنها ندارند ولی آنها را برای دیدن تصاویر خود می پذیرید! پیشنهاد ما این است که فقط درخواست فالوو افرادی که کاملاً می شناسید را بپذیرید تا از مشکلات آینده جلوگیری کنید. حتی اگر اکانت خود را خصوصی کرده باشید همچنان تصاویر و ویدیوی ها شما به فالوور ها نمایش داده می شود، بنابراین برای بلاک کردن فالوور در اینستاگرام می توانید مراحل زیر را طی کنید.



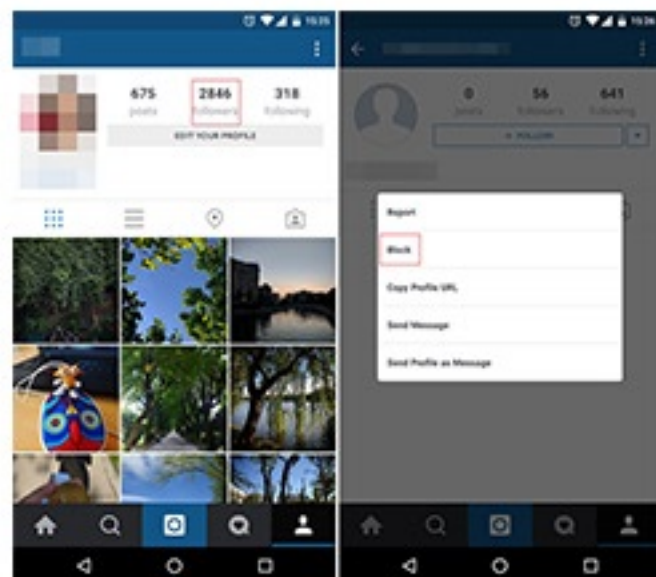
۱. به صفحه پروفایل اینستاگرام خود بروید.

۲. بر روی نماد سه نقطه در بالا سمت راست صفحه لمس کنید.

۳. در پایین صفحه گزینه Private Account وجود دارد که باید آن را فعال یا روشن کنید که به رنگ آبی در می آید.

فالوور های ناشناس را بلاک کنید

بسیاری از کاربران در اینستاگرام به محز عضویت برای افزایش فالوور های خود هر درخواستی که از راه می رسد را Accept می کنند یا می پذیرند! چرا که فکر می کنند افزایش فالوور به این طریق باعث بیشتر دیده شدن می شود. اما باید توجه داشته باشید که یکی از



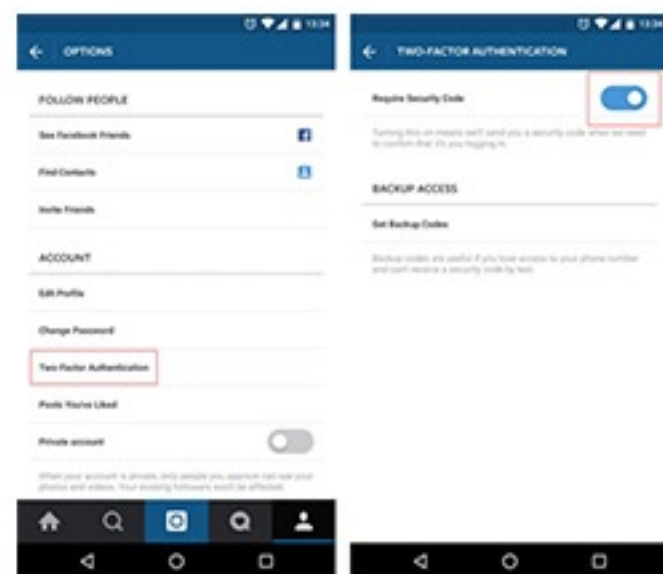
۱. در برنامه اینستاگرام به فهرست Followers بروید و ببینید که چه کسانی شما را فالوو کرده اند.

۲. روی کاربری که می خواهید بلاک کنید لمس کنید.

این موضوع در تصاویر جدید
ارسالی موقعیت مکانی را اضافه
نکنید.

تایید دو مرحله ای را فعال کنید

تایید دو مرحله ای قابلیت
است که به تازگی و در سال ۲۰۱۶
توسط فیسبوک معرفی شد و
بسیار مورد توجه قرار گرفت.
تایید دو مرحله ای به عنوان
یک سپر مضاعف برای افزایش
امنیت اکانت اینستاگرام شما
عمل می کند. در صورتی که
شخصی مانند یک هکر پسورد
اکانت اینستاگرام شما را داشته
باشد در صورت فعال بودن
تایید دو مرحله ای باز هم نمی
تواند به اکانت شما دسترسی
داشته باشد چرا که نیاز به
پسورد دیگری هم دارد!



در برخی مواقع تایید دو مرحله
ای با استفاده از یک پیامک
جداگانه ای که در هنگام لاگین
کردن در اکانت برای شما ارسال
می شود، صورت می گیرد. در
این پیامک کد امنیتی درج
شده است که برای لاگین
کردن در یک دستگاه جدید می
بایست آن را نیز جدای از پسورد
اصلی اکانت وارد کنید. برای
فعال کردن تایید دو مرحله ای
در اینستاگرام مراحل زیر را دنبال
کنید.

۱. در برنامه اینستاگرام موبایل
به صفحه پروفایل بروید.

۲. بالا سمت راست صفحه روی
گزینه تنظیمات یا Settings لمس
کنید.

۳. در منویی که می بینید روی
گزینه Two-Factor
Authentication لمس کنید.

۴. این گزینه را فعال کنید. از
شما شماره موبایلتان خواسته
می شود وارد کنید تا کد
تاییدی به آن پیامک شود.

حالا از این به بعد برای وارد
کردن اکانت اینستاگرام در یک
دستگاه جدید نیاز به یک کد
دوم دارید که از طریق پیامک از
سمت اینستاگرام برای شما



Instagram

فرستاده می شود. شاید از خود پرسید اگر شماره موبایل خودم در آینده در دسترس نباشد چه؟! نگران نباشید در همین بخشی که هستید کد بازیابی به شما داده می شود که با هر کدام از این کدها می توانید حتی بدون نیاز به دریافت پیامک وارد حساب خود شوید. این کد را در جای امن یادداشت کنید.

شما چه تجربه ای در این زمینه دارید؟ آیا تا به حال از اکانت اینستاگرام شما سواستفاده شده است؟ چه تدابیری را برای جلوگیری از هک شدن اکانت خود اندیشیده اید؟

نظرات و پیشنهادات خودتان را برای ما به ایمیل Pesaranmag@gmail.com ارسال کنید.

در شماره ی بعدی در رابطه با افزایش امنیت ایمیل آموزش خواهیم داد. اگر سوالی داشتید میتونید تا ماه آینده از کارشناسان مجله پسران پرسید.



میتونم این فالوور کنم

میتونم از هم تو بلدم

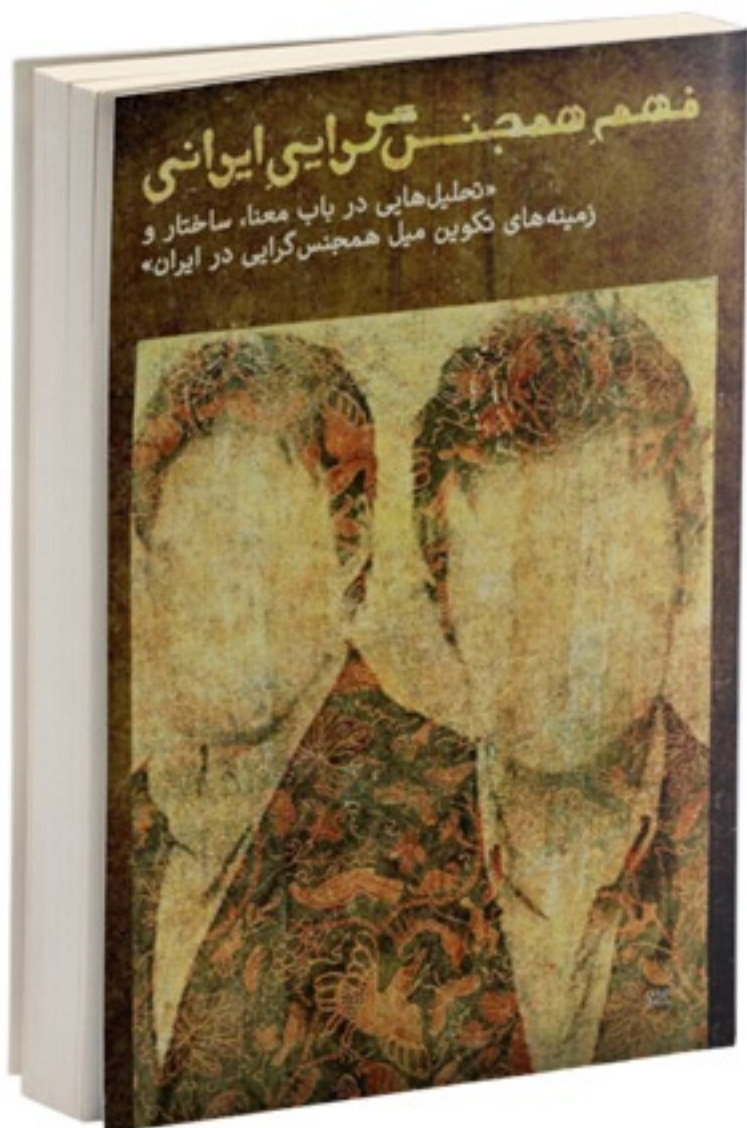
تو از فصل پاییز زیباتری

من از فصل پاییز تنگاترم

علیرضا آذر

معرفی کتاب

فهم همجنس‌گرایی ایرانی



برای جامعه‌ی ایرانی که در آغاز فهم همجنس‌گرایی به عنوان یک گرایش زیستی است درک چنین فاجعه‌های انسانی بسیار انتزاعی است. طلب هر نوعش ترحم و دلسوزی از هموطنان فرهیخته‌مان، در شرایطی که فرهنگ ایرانیان به شدت همجنس‌گراهراس است، هنوز زود به نظر می‌رسد. اگرچه برای برانگیختن مردم برای هر اقدامی هم همیشه دیر است. پیش‌تر این فجایع رخ داده‌اند. لاجرم در زمانی دیر و ازدست رفته باید سخن از فهم همجنس‌گرایی ایرانی زد. در اوضاعی که دین، فرهنگ و رژیم سیاسی حاکم دست به دست هم داده‌اند که اساسن شرایط چنین فهمی به وجود نیاید و در این زمان که دیر است، پیش از هر کاری نوشتن در مورد همجنس‌گرایی کاری است که می‌توان کرد.

این اثر مجموعه‌ی مقالاتی است که پیش‌تر در نشریات همجنس‌گرا و یا رسانه‌های حامی حقوق همجنس‌گرایان منتشر شده است. وجهی که

این تحقیقات و تحلیل‌ها را به یکدیگر پیوند می‌زند تلاشی است که در هر یک برای معرفی ساختار، زمینه و معنای همجنس‌گرا بودن در ایران وجود داشته است. در اینجا صرفن مجموعه‌ی مقالات مرتبط خود را کنار یکدیگر گذارده و تلاش کرده‌ام تا به نحوی معنادار آن‌ها را استنتاج کنم. در نظم جدیدی که به این مقالات داده شد برخی مقالات و برخی تصحیحات انجام شده و سیاقی دیگر برای آنها پی گرفته‌ام.

● در مقاله‌ی نخست که به شیوه تحقیقات فوکو در مورد جنسیت نزدیکی دارد، شرایط تاریخی تحقق آنچه امروزه در ایران می‌توان همجنس‌گرایی خواند را تعقیب کرده‌ام. این مقاله مدعی است که همجنس‌گرایی در ایران امروز پدیده‌ای معاصر است که آن را نمی‌توان با انگاره‌های جنسی پیشین آمیخت. لاجرم باید شأن دیگری از گرایش جنسی قایل باشیم که در طی تطور مادی تاریخ معاصر به همجنس‌گرایی کنونی منجر شده است.

● در مقاله‌ی دوم فتح بابی برای نقد کوپیر از آثار را دنبال کرده‌ام. در این نقد بر حسب تجربه زیست کوپیر آنچه پیش فرض‌های هوموفوبیک کتاب «شاهدبازی در ادبیات فارسی» بوده است را استخراج کرده و بررسی کرده‌ام. شمیسا نویسنده‌ی این اثر یکی از نخستین آثار مستقل در مورد تاریخ میل همجنس‌گرا را در زبان فارسی نگاشته است. این مقاله او را به عنوان محقق‌ی معرفی می‌کند که با پیش فرض‌های هوموفوبیک، قاصر از بررسی محققانه مساله بوده است. اگرچه این امر در جهت غنی‌تر کردن ادبیاتی است که در این زمینه نگاشته می‌شود.

● در مقاله‌ی سوم در ادامه‌ی نقد آثار از موضع کوپیر این بار بیان‌های منفردی را از روشنفکران ایرانی برگزیده‌ایم که می‌تواند به تنهایی نشانه‌ای از وجود انگاره‌های هوموفوبیک ایشان باشد. این روشنفکران عمومن مورد احترام جامعه دگراندیش ایرانی‌اند و اغلب هزینه‌ای جهت مبارزات سیاسی خود داده‌اند. امید این نوشته این است که این نقد زمینه‌ی روشنگری و خودانتقادی بیشتری در میان روشنفکران را فراهم سازد و برخی از بیان‌های منفرد و گاه باورهای راسخ و آگاهانه‌ای که در آثار ایشان نشانه‌های بی‌زاری از همجنس‌گرایان است، همچون سایر ارزش‌های منفی حقوق بشری، کنار نهاده شود.

● در مقاله‌ی چهارم تلاش کرده‌ام در عنوان همجنس‌گرا تمایزی را وارد سازم که بر اساس آن بتوان میل مدرن همجنس‌گرا را از آنچه در گرایش‌های فاشیستی و بنیادگرا به صورت یک مردستایی مطرح می‌شود جدا سازم. من پیشنهاد کرده‌ام این نوع همجنس‌خواهی را به صورت «همجنس‌ستایی» مشخص کنیم که در آن بی‌زاری از زنانگی و ظرافت به سود یک مردستایی و زیبایی‌شناسی

مردانگی قربانی می‌شود. زیبایی‌شناسی‌ای که میان فاشیست‌ها و بنیادگرایان اسلامی عمومن به طور مشترک یافت می‌شود. این زیبایی‌شناسی زمینه‌ی ارضای میل همجنس‌خواه و اشکال مبهمی از هومواروتیسیسم است و از همجنس‌گرایی به مثابه یک جنبش مدرن رهایی‌بخش در مفهوم متمایز است.

در مقاله‌ی بعدی طرحی از یک توصیف پدیدارشناسانه از همجنس‌گرایی ارائه می‌شود. طرحی که در مورد جامعه همجنس‌گرا در فضای مجازی بیشتر بسط پیدا کرده است. در این رویکرد تلاش شده است تا آنچه در مقاله نخست به صورت یک پدیده معاصر عرضه شد بیشتر تحلیل شود و معنای همجنس‌گرایی آنگونه که در زیست جهان جدید ایشان وجود دارد را آشکار سازد.

در مقاله‌ی ششم و تحلیل نهایی برای مقالات پیشین از شکل دیالکتیکی که در تاریخ تکوین مفهوم همجنس‌گرایی ایرانی وجود داشته است سخن گفته ام. این تحلیل نشان می‌دهد که نوعی فرآیند معنادار از تحقق سوژه‌ی همجنس‌گرا در تاریخ جنسیت ایرانی وجود دارد

که در آن تضاد میان میل و فرهنگی که در پی خود دارد نوعی روند رهایی را حکایت می‌کند که در صورت جدید هویت کویر تحقق پیدا می‌کند. هویتی که هنوز در حال شدن است. پیداست که این نگاه خوشبینانه‌ای نسبت به هویت کویر است اما نه به جهت خوشبختی نسبت به فرایند عقلانیت تاریخی بلکه تنها به جهت خوشبینی به پیش‌روندگی میل همجنس‌گرا.

در سراسر این نوشتارها به جهت محدودیت نویسنده در شناخت دنیای همجنس‌گرایان مرد، محور توصیف‌ها و تبیین‌ها شواهد و تجربیات زیسته در میان همجنس‌گرایان مرد بوده است. هرچند اشاره‌هایی به داده‌های مربوط به همجنس‌گرایان زن نیز وجود دارد، اما تجربه‌ی همجنس‌گرایان مرد محدودی اجرای این تحقیق است.

این نوشتار در صدد نشان دادن این است که اولن همجنس‌گرایی در ایران مانند سایر پدیده‌های ایرانی خصلت منطقه‌ای دارد. اگرچه تحولات آن متأثر از تحولات این مفهوم در جهان بوده است، اگرچه ما در ایران همجنس‌گرایی مدرن را

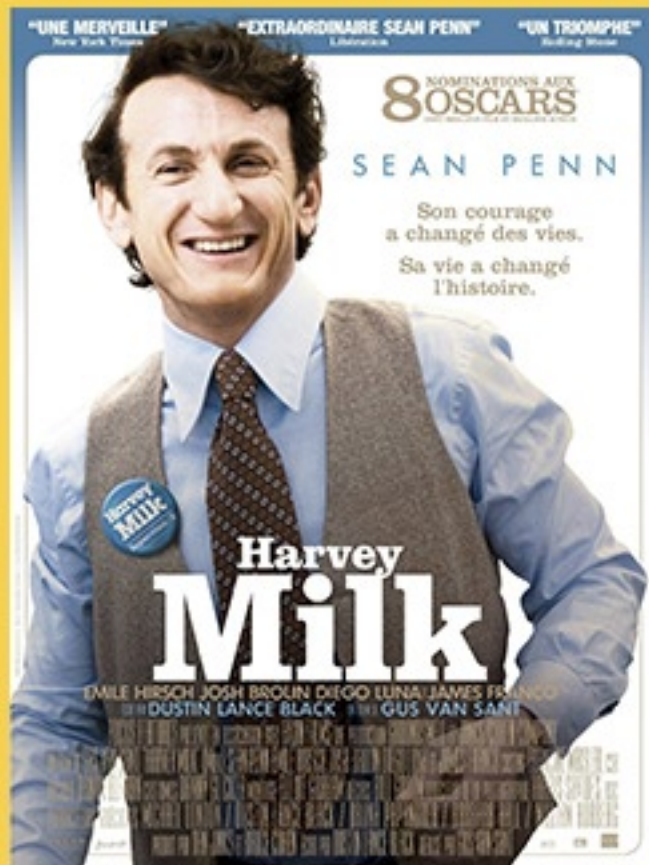
نیز تجربه می‌کنیم، اما حتی در مدرن‌ترین و پیشروترین شکل آن نیز این همجنس‌گرایی باید در زمینه‌ی خود شناخته شود. چنین کاری مستلزم شناخت همجنس‌گرایی ایرانی از درون است و چنین ماموریتی مستلزم کنار گذاشتن رویه‌های شبه عملی و تقلیل‌گرایانه‌ی است که قاصر از شناخت تجربه‌ی زیسته‌ی همجنس‌گرایان است. پیش از آنکه هر تعمیم و تحلیلی انجام شود، شناخت این حوزه مستلزم کاربرد روش‌های تاریخی و کیفی و در مجموع تفسیری است. ثانیاً فهم همجنس‌گرایی ایرانی نیاز به فرض تمایزهایی مفهومی دارد که بر حسب آن باید اشکال مختلف میل همجنس‌خواه را از یکدیگر بازشناخت. همجنس‌ستایی، همجنس‌گرایی، شاهد دوستی و شاهدبازی و نیز کوییر بودن اشکال یکسانی از این میل نیستند و این هویت‌های مختلف هر یک در ظرف تاریخی و مادی مشخصی شکل گرفته‌اند.



برای دانلود این کتاب به روبات تلگرام مجله مراجعه کنید:

www.t.me/PesaranMagBot

معرفی فیلم



میلک (به انگلیسی: Milk) نام یک فیلم زندگینامه‌ای آمریکایی محصول سال ۲۰۰۸ به کارگردانی گاس ون سنت و نویسندگی داستین لنس بلک است. این فیلم به زندگی هاروی میلک، نخستین سیاست مدار همجنس‌گرای آمریکایی می‌پردازد. هاروی در دهه هفتاد میلادی با اعلام آشکار گرایش جنسی‌اش، به عضویت انجمن شهر سان فرانسیسکو انتخاب شد. میلک، در ۲۶ نوامبر ۲۰۰۸، پیش از فرارسیدن سی امین سالروز قتل هاروی میلک اکران شد.

کارگردان
گاس ون سنت
تهیه‌کننده
دن جینکس
بروس کوئن
نویسنده
داستین لنس بلک
بازیگران
شان پن
امیل هرش
جاش برولین
دیه‌گو لونا
جیمز فرانکو
آکیسون پیل
موسیقی
دنی الفمن
تاریخ‌های انتشار
۲۶ نوامبر ۲۰۰۸
مدت زمان
۱۲۸ دقیقه
کشور
آمریکا
زبان انگلیسی
هزینه فیلم
۲۰ میلیون دلار
فروش گیشه
۵۴,۵۸۶,۵۸۴ دلار

که میلک در آنجا فعالیت کرد، استفاده شده است. در این فیلم افزون بر بازیگران سرشناسی همچون جیمز فرانکو و امیل هرش، بسیاری از دوستداران و همکاران هاروی میلک به‌عنوان بازیگر و سیاهی لشکر حضور دارند.

جایزه‌ها و نامزدی‌ها

انتخاب به‌عنوان بهترین فیلم سال ۲۰۰۸ از سوی اتحادیه تهیه‌کنندگان آمریکا
نامزد دریافت جایزه در ۸ رشته از سوی انجمن رسانه‌ای منتقدان فیلم (BFCA)، از جمله بهترین فیلم، بهترین بازیگر نقش اول مرد و بهترین کارگردان
نامزد دریافت جایزه گلدن گلوب برای بهترین بازیگر مرد درام (شان پن)
هشتاد و یکمین مراسم اسکار (۲۰۰۹)

برنده: بهترین فیلمنامه غیر اقتباسی - داستین لنس بلک
برنده: بهترین بازیگر نقش اول مرد - شان پن

شما هم می‌توانید فیلم‌هایی را که دوست دارید به ما معرفی کنید تا در مجله منتشر کنیم.

این فیلم در چارچوب داستانی واقعی، به زندگی هاروی میلک می‌پردازد. میلک در دهه ۷۰ میلادی در راه‌اندازی یک مغازه دوربین فروشی، فعالیت‌های خود را در راه پشتیبانی از حقوق همجنس‌گرایان آمریکا آغاز کرد. او با تلاش زیاد و پس از چندین بار نامزدی، سرانجام موفق شد در سال ۱۹۷۷ به دفتر هیئت حاکمه شهر سان فرانسیسکو راه پیدا کند. در پی افزایش قدرت سیاسی میلک، حضور دن وایت هم‌تای او در شهرداری، رنگ باخت و در نتیجه او را به همراه شهردار به قتل رساند.

فرایند تولید

ون سنت، در برخی از صحنه‌های میلک، از فیلم‌های مستند مربوط به رویدادهای واقعی، را در میان صحنه‌های ساختگی به کار برده است. یکی از این منابع، فیلم مستندی است که در سال ۱۹۸۴ برنده جایزه اسکار شد. این فیلم در شهر سان فرانسیسکو فیلم‌برداری شده است و حتی برای ساخت برخی سکانس‌ها، از همان مغازه دوربین فروشی خیابان کاسترو،

پیام های رنگین کمانی

نظرات گرم شما عزیزان را دریافت کردیم و از این همه لطف و اعتمادی که به مجله ی خودتون دارید سپاسگزاریم. برخی از پیام های شما را در زیر آورده ایم. شما هم میتوانید نظرات خودتون را به ایمیل pesaranmag@gmail.com ارسال کنید تا در شماره های آینده در مجله قرار دهیم.

سلام خسته نباشین من عکاس و ادیتورم خیلی دوس دارم به حرکت هم حسام کمک کنم خوشحال میشم اگه بتونم تو شماره های جدید یاری گر شما باشم.

دوست عزیزم سلام ،
ممنون از پیامت و تبریک میگیرم این احساس مسئولیت شما را در قبال هم حس های رنگین کمانی ، میتوانید سوژه های خود را عکاسی کنید و برای ما به ایمیل PesaranMag@gmail.com بفرستید تا در شماره های بعدی مجله از آثار شما استفاده شود. مشتاقانه منتظر کارهای شما هستیم.

سلام یه بخش مربوط با بهترین روش اصلاح موهای زائد میتونید بزارید در مجله بعدی؟

دوست عزیزم سلام ،
در همین شماره ی چهارم در این مورد مقاله ای نوشتیم و بسیار جامع راجع به اصلاح موهای زائد بدن توضیح داده ایم. شاد باشی

با سلام
از شما و تیم تون خیلی سپاسگذارم بخاطر مجله تون، واقعا بی نقص و عالی هست و ایده ای بی نظیر هست.
بعنوان پیشنهاد لطفا توی قسمت های بعدی درباره روابط عاطفی یا چیکار کنیم که رابطه بهتری داشته باشیم یا مثل اونا قرار بدید ...

دوست عزیزم سلام ،
خوشحالیم که مجله پسران مورد توجه شما قرار گرفته است. در همین شماره مقاله ای در همین مورد نوشتیم.

پیام های رنگین کمانی

سلام چرا امکانات ربات رو کم کردید و اینکه اگه میشه لینک دانلود اون فیلمها و کتابهایی رو که تو مجله تبلیغ کردید رو هم برامون اینجا بزارید با سپاس

دوست عزیزم سلام ،
از پیامی که فرستادی ممنونم و امیدوارم که خوب و شاد باشی ، در حال به روز رسانی روبات تلگرام هستیم و به زودی بخش کتابخانه و دیگر بخش ها را به روز میکنیم و در روبات قرار میدهیم.

سلام و خسته نباشید
در ایران کانال تلگرامتون بسته شده و خیلی مشتاق هستم که هنوز بتونم شماره های جدید مجله را دنبال کنم از کجا باید دانلود کنم و یا مطلع بشم ؟

دوست عزیزم سلام ،
بله درسته کانال تلگرام مجله بسته شده است و راههای امن و بهتری را برای رساندن مجله به دست شما انتخاب کردیم. برای اشتراک در خبرنامه یک ایمیل به PesaranMag@gmail.com ارسال کنید تا هر ماه شماره های جدید برای شما ارسال شود.

سلام باعرض خسته نباشید ،واقعا دستمیزاد به شما برای راه اندازی مجله پسران اولین مجله ای هست که بسیار با کیفیت و در سطح بالا منتشر میشه در زمینه همجنسگرایان و امیدوارم که ادامه داشته باشه ... ممنون میشم هیچوقت فعالیت مجله را مثل مجله های دیگه متوقف نکنید.

دوست عزیزم سلام ،
خوشحالیم که تونستیم قدمی هر چند کوچک برای اطلاع رسانی و حق خواهی جامعه همجنسگرایان ایرانی برداریم و با حمایت شما عزیزان فعالیت مجله ادامه خواهد داشت و سعی داریم تا مجله روز به روز کیفیت بهتری پیدا کرده و با محتوای جذاب در خدمت شما رنگین کمانی های عزیز باشیم.
میتوانید نسخه ی های قبلی را از روبات تلگرام مجله دانلود کنید:
www.t.me/PesaranMagBot

آموزش ماساژ جنسی بدن



ماساژ جنسی، نوعی عشق ورزی و روندی درمانی است که موجب آزاد شدن کششهای بدن و فشارهای روحی است، همچنین ماساژ جنسی به فرد اجازه می دهد تا با آزادی بیشتری از رابطه دو طرفه دلخواه لذت ببرد. چنانچه دو طرف یکدیگر را به نوبت ماساژ دهند، هر دو می توانند لذت تقسیم نقش را در دادن و گرفتن خوشی فرا گیرند.

ماساژ جنسی وسیله مناسبی جهت برقرار کردن رابطه فیزیکی در زمانی است که شهوت یکی از طرفین کم است، و یا زمانی که اختلالی جنسی و یا شرایط فیزیکی خاصی وجود دارد که باعث محدودیت و یا ممانعت از رابطه جنسی کامل بین دو طرف می‌گردد. با ادامه لمس طرف مقابل، احساسات اولیه که در پی تماسهای فیزیکی به جنبش در آمده ادامه میابد، و موجب جلوگیری از بروز حس ناامیدی و ایجاد نیاز و حس تنهائی خواهد شد.

ماساژ جنسی به ایجاد اعتماد فیزیکی و روانی کمک می‌کند زیرا یکی از طرفین خود را در احاطه دستهای دیگری قرار می‌دهد. در هنگام ماساژ جنسی باید به عکس العمل کلامی و بدنی شریکتان خوب توجه کرده و با توجه به میزان رضایت و نیاز او به ماساژ سایر قسمت‌های بدنش ادامه دهد.

اصول ماساژ جنسی و شهوانی:

• بهتر است ماساژ جنسی روی یک پارچه نرم و لطیف و روی زمین انجام شود. تخت خوابهای فنری برای اینکار مناسب نیستند.

• برای انجام ماساژ جنسی باید محیط شما راحت و امن بوده و نگران آمد و رفت سایرین و مزاحمت دیگران نباشید.

• قبل از شروع ماساژ جنسی دستهای خود را تمیز شسته و آنها را گرم کنید.

• مواظب باشید که روغن ماساژی که استفاده می‌کنید خیلی گرم یا خیلی سرد نباشد.

• در هنگام ماساژ جنسی ساعت مچی انگشتر و زیورآلات خود را خارج کنید تا به پوست او آسیبی نرسد.

• همیشه اول روغن ماساژ را روی دستهای خود ریخته بعد به بدن همسرتان بمالید. گاهی اگر روغن یا لوسیون ماساژرامستقیماً روی بدن بریزید آزاردهنده خواهد بود.

• از شروع ماساژ جنسی تا پایان آن هیچ وقت هردو دست خود را باهم از بدن او برندارید.

• همیشه با نرمی و صرف وقت ماساژ دهید و هیچگاه عجله نکنید.

اگر هر دو شما پی برده اید که

ماساژ جنسی، مقدمه ای با شکوه برای عشق‌بازی است. آنگاه یکبار که تمایل جنسی زیادی داشته و تمام بدنتان در حالت آرامش است، می‌توانید با نوازش قسمت تحریک‌شونده شریکتان، موجب افزایش حالت جنسی وی شوید.

مهیا شدن جهت ماساژ جنسی:

هرگاه که آماده انجام یک ماساژ جنسی و باشکوه هستید، برای خلق یک جو عاشقانه وقت بگذارید تا شریک شما بفهمد که این یک موقعیت خاص است. جهت ایجاد یک محیط خوشبو و معطر، دور تا دور اتاق را بوسیله گلهای خوشبو تزئین کنید و برای ایجاد یک محیط عاشقانه از تعدادی شمع کمک بگیرید، البته آنها را در فاصله ای امن از محل ماساژ قرار دهید.

تشک یا سطحی را که بر روی آن قصد انجام ماساژ جنسی را دارید، بوسیله ملحفه‌های تمیز و پاک پوشانده و همچنین ملحفه‌های اضافی و حوله‌های تمیز برای مواقعی که شریک شما احساس سرما می‌کند در کنار خود داشته باشید. بعنوان

موسیقی پس‌زمینه در ماساژ، یکی از موسیقی‌های سبک‌مورد علاقه خود را انتخاب کنید، اما مراقب باشید که صدای زیاد موسیقی سبب برهم خوردن ریتم طبیعی حرکات ماساژ شما نشود.

در یک ماساژ جنسی کامل (بر روی تمام بدن)، هر دو شریک به یک زیرانداز محکم مانند یک لایه فوتن (Futon)، یا لایه ای از اسفنج، و یا یک تشک محکم نیاز دارند که بتواند وزن بدن آنها را در زیر فشارهای مالش و حرکات ماساژ تحمل کند. البته پتوهای تاشده، کیسه خوابهای پوشیده شده بوسیله ملحفه، و یا بالشهای محکم قرارگرفته بر روی زمین نیز کفایت می‌کنند. حوله‌ها و روغنهای ماساژ جنسی باید در کنار و دسترس شما باشند.

ماساژ جنسی پیش‌بینی نشده

مکان‌ها و موقعیتهای مختلف می‌توانند ماساژ را به عملی لذت‌بخش تبدیل کنند. بعنوان مثال، وقتی که در حال حمام کردن با هم هستید، شما بهترین فرصت را جهت یک

ماساژ فی البداهه دارید، خصوصاً اگر تماس پوست به پوست بین شما، حس طبیعی لذت بخش و آزادانه ای را ایجاد می کند.

روشهای انجام ماساژ جنسی:

۱. انتخاب روغن مناسب بسیار در ماساژ جنسی موثر است اولین قدم، چرب کردن موضع ماساژ است. مقدار کمی روغن را در کف یک دست ریخته و سپس هر دو دست را بهم بمالید تا قبل از گسترده کردن آن بر روی بدن بوسیله حرکات نرم و ملایم و با بکار بردن بخش نرم کف دست آن را گرم کرده باشید. در کنار خود دستمال یا حوله ای به منظور پاک کردن دستهای خود و یا روغنهای ریخته شده داشته باشید. در صورتیکه شریک شما مالیدن روغن بر روی پوست خود را دوست ندارد، از لوسیون های بدن که حالت مغذی برای پوست دارند استفاده کنید.

حرکات روان شما در حین گسترده روغن بر روی پوست، سبب گرم شدن عضلات و تسهیل جریان گردش خون

شده و بافتهای بدن را برای سایر مالشها آماده می کند. در این مرحله از ماساژ جنسی نباید عجله کرد، چون به هر دو شما فرصت آرامش می دهد. توجه خود را معطوف یکدیگر کنید.

۲. دنبال کردن برجستگیها در حین ماساژ جنسی تمامی تنشها را از دستانتان خارج کنید تا بتوانند بر روی برآمدگیها و فرورفتگیهای بدن شریکتان ماهرانه بلغزند و سر بخورند و ذوب شوند و بدین طریق تفسیر واضحتری از فرم و ساختمان بدن هم برای شما و هم برای او به ارمغان آورند.

۳. در ماساژ جنسی باید تماس نزدیکی با همسرتان داشته باشید

با قرار گرفتن به صورت باز بر روی کمر شریکتان می توانید به راحتی وی را احاطه کرده و تمامی سطح پشت وی را به وسیله یک حرکت مالشی طولانی و چارو مانند دستانتان خود در طول شانه ها و پشت وی مالش دهید. نزدیکی فیزیکی شما، بر جنبه تحریکی ماساژ جنسی می افزاید، اما مراقب باشید وزن بدنتان را در یک محل متمرکز نکنید.

۴. در ماساژ جنسی باید حرکات دورانی داشته باشید حرکت در ماساژ جنسی تحریکی باید ملایم و دورانی بوده هرگز نباید به طور ناگهانی در نیمه بدن ختم شوند. همیشه دستان خود را در حول برآمدگی های بدن به نرمی حرکت دهید. تمامی تنش هائی را که ممکن است داشته باشد، از یاد ببرد و برای احساس لمس دستان شما پذیرا و آماده تر شود. با به حرکت در آوردن دستهایتان از ناحیه کمر به سمت ساقها و به شکل حرکات ساده نوازشگرانه و یا، هنگامی که قسمت جلویی بدن را از ناحیه ران به سمت شکم مالش می دهید، شما قادرید تا یک حس یگانگی و کمال را در بدن شریکتان پدید آورید.

۵. مالشهای بادبزنی و دایره ای مالشهای بادبزنی و دایره ای در حین ماساژ جنسی باعث خارج شدن تنش و آزاد کردن فشارها از بافتهای نرم بدن گشته، یک حرکت هیپنوتیزم کننده و یک جریان دلپذیر و لذت بخش را در یک ماساژ جنسی به همراه می آورند.

مالشهای دایره ای برای کلیه مناطق با سطح گسترده در بدن مانند، کمر و کناره های قفسه

سینه، ران ها، شکم و سینه بکار میروند. رمز اثر این مالشها آن است که آنها را بطور غیر منقطع و بدون وقفه بر روی پوست بدن بصورت پیچشی انجام دهید تا آنکه آماده ادامه ماساژ و دنبال کردن آن با حرکت بعدی شوید.



۶. مالش های بادبزی یکی از روش های ماساژ جنسی می باشد

حرکات بادبزی می توانند به سمت بالا و یا پائین انجام شوند. در یک حرکت رو به پائین وقتی که دستان شما به قاعده کمر رسید، با لغزاندن دستها به سمت بالا و در طول لبه های قفسه دنده ها، به بالای ستون مهره ها باز گردید.

۷. مالش های دایره ای جهت انجام ماساژ جنسی بصورت مالش های دایره ای، هر دو دست را صاف و بطور موازی بر روی بدن قرار دهید، بطوریکه انگشتان دستها حالت دور شونده از هم داشته باشند. وجود فاصله ای در حدود ۱۰ سانتیمتر بین دستان شما کافی است. در حالیکه دست راست حالت تقدم دارد، با یک فشار یکنواخت بر روی کمر، مالش را در جهت حرکت عقربه های ساعت انجام دهید، البته باید دست راست در جلوی دست چپ حرکت کند.

۸. مالشهای قدرتی مالشهای قدرتی به ماساژهای جنسی شما تنوع بخشیده، موجب لذت بخش شدن آن میگردد. این مالشها دارای یک اثر طراوت بخشی بر روی بدن

بوده، جریان خون را تسهیل می کند، و همچنین شل شدن عضلات گرفته و سفت را در پی داشته و بافتها را از سموم بدام افتاده در بافت خلاصی می بخشد.

شریک شما از تأثیر تحریکی و حسی فشارهای مختلف موجود در این مالشها لذت میبرد. پس از آنکه ماهیچه ها گرم و شل شدند، مالشهای اصطکاکی، ورز دادنی، و ضربه ای را انجام دهید.

جهت تسکین پوست ناحیه مورد ماساژ، باید حرکات قدرتی بوسیله نوازشهای حسی دنبال شده و ادامه یابند. حرکات اصطکاکی باعث سائیده شدن و مالش محکم پوست گشته و جهت آزاد کردن برخی از اعضای بدن از فشارها و تنشها بی نظیر هستند. فشار در این مالشها باید به آرامی و با احساس از طریق قسمتهای ابتدائی کف دست (قسمت نرم کف دست)، شست ها، انگشتان و یا حتی بندهای انگشتان دست اعمال گردد.

حرکت قدرتی می تواند بصورت یک مالش مداوم، یک کشیدگی کوتاه، و یا یک حرکت مدور انجام شود که طی آن، فشار بر

روی نیمه خارجی دایره بیشتر است. حرکات اصطکاکی و سایشی را زمانی انجام دهید که در نواحی مجاور استخوان مانند طول ستون مهره ها، در حوالی تیغه شانه ها، زیر و روی جمجمه، و یا بر روی دستها، پاها و صورت در حال کار کردن هستید.

۹. مالشهای تسکین دهنده مالشهای با دایره بزرگ بر روی شکم بسیار تسکین دهنده بوده، به شریک شما کمک میکند تا عمیق تر نفس بکشد، بطوریکه بیشتر در تماس با احساس جنسی و عاطفی خود قرار میگیرد. همیشه آرامی به شکم نزدیک شوید چون شکم، ناحیه ای آسیب پذیر است.

۱۰. تمدد اعصاب کمری

ستون مهره ها معمولاً یکی از پر تنش ترین نواحی بدن است. حرکات اصطکاکی گسترده تر و شدیدتر بر روی عضلات و رباطات در طول ستون مهره ها به آزاد شدن تنش و سختی عضلات از ناحیه پشت شریک شما کمک کرده، وی را قادر میسازد تا عمیق تر تمدد اعصاب نموده و از ماساژ جنسی لذت ببرد.

در این حرکت، بالشتک شستها بآرامی در ناحیه بالائی کمر و در شیار ناودانی طرفین ستون مهره ها فشار میآورد، در حالیکه دستها بقیه نواحی پشت را ماساژ میدهند. در حالیکه شستهای خود را به سمت پائین کمر حرکت می دهید، وزن خود را بطور یکنواخت بر روی حرکات مالشی در ماساژ وارد نمائید.

سپس بمنظور تکرار کامل حرکت و با مقدار بیشتری فشار، دستان خود را در اطراف باسن و ران، بالای سطح کناری قفسه دنده ای و بر روی شانه ها بلغزانید. برای تنوع بخشیدن به مالشها، یک حرکت دایره ای کوچک را بوسیله شستها خود و با حرکت دادن در قسمت پائینی دو طرف ستون مهره ها انجام دهید.

عمل مالیدن و ورز دادن جهت ماساژ قسمت های گوشتی بدن مانند شانه ها، پهلوها، باسن، و رانها انجام می شود. ورز دادن، همانطور که از نام آن پیداست، به عملی گفته می شود که نانوا جهت مالیدن و آماده کردن خمیر انجام می دهد، و بوسیله حرکات مشت کردن و چلانیدن بخش گوشتی در بین انگشتان دست، کف دست، و

شستهای یک دست، قبل از منتقل کردن آن به دست دیگر صورت می گیرد.

سپس دست در حال انتظار، همین حرکات را تکرار می کند و بدین طریق، بخش گوشتی در بین انگشتان ورز داده می شود. جهت کار کردن بر روی یک قسمت، باید مچ ها و شانه ها در حال استراحت باقی بمانند تا وقتی که ورز دادن بصورت حرکت موجی و روان بطرف مچ ها و سپس شانه ها برسد.

۱۱. مناطق گوشتی

همانطور که مالشهای قدرتی، به آزاد کردن استرس از عضلات بزرگ کمک کرده و آنها را در تحریک اعصاب حسی و تسریع پاسخ جنسی یاری می دهند، حرکات ورز دادنی نیز جهت مناطق گوشتی تحریک شونده باسن ها و رانها بسیار مناسب و عالی اند. بهنگام ماساژ باسن ها، از حرکات لغزشی و نرم بر روی برآمدگیها شروع کرده و سپس ماساژ را با عمل ورز دادن پیش ببرید.

۱۲. مالشهای چابک

حرکات منقطع و سریع در عمل ضربش می توانند به عنوان یک بخش مفرح و لذت افزا در ماساژ جنسی انجام شوند.

بخصوص آنکه بدلیل ایجاد حالت طراوت و حیات بخشی به پوست بر روی باسن ها و ران ها، می تواند حس جنسی شریک شما را تحریک نماید.

در هر حال چنانچه شریک شما بواسطه این حرکات، احساس آسیب پذیری کند و یا در شرایطی که حالت ماساژ یک حالت آرامشی و نه تحریکیست، بهتر است که این حرکات را برای وقتی بگذارید که قصد از ماساژ، ایجاد تحریک و یا انجام مالشهای قدرتی باشد.

۱۳. حفظ حالت و فرم صحیح

در حین ماساژ دادن، ممکن است زانو زده، نشسته، و یا ایستاده باشید، اما همیشه این نکته مهم را بیاد داشته باشید که در حین ماساژ جنسی، حالت صحیح و درستی بخود گرفته و هرگاه احساس خستگی و فشار کردید، نفس عمیقی بکشید. با بی حرکت شدن و شل کردن بدن خود و تنفسی عمیق، حالت سرزندگی و فرم خود شما نیز در طول ماساژ جنسی حفظ می شود.

این امر، افزایش لذت شما برای ماساژ دادن را در پی داشته و بدین وسیله می توانید گرما، آسایش و طراوت را در دستان

خود ریخته و به شریکتان
هدیه کنید. پیامد داشتن
حالت صحیح در حین ماساژ
دادن، افزایش کیفیت حرکات و
مالش های ماساژ است.

بیاد داشته باشید که کارهای
فوق را هر دو طرف، می توانند
برای شریک خود انجام داده و
لذت ببرند و یک ماساژ جنسی
عالی داشته باشند.



روش دریافت مجله

رنگین کمانی های عزیز برای دریافت شماره های قبلی مجله یک ایمیل خالی به آدرس PesaranMag@gmail.com ارسال کنید تا لینک دانلود مجله برای شما ارسال شود. منتظر نظرات و پیام های گرم شما هستیم.



A photograph of a muscular man with curly hair, shirtless, looking out a window. He is leaning on a white ledge with his hands. The background is bright and out of focus.

نقاط حساس در تحریک جنسی مردان

سر: جهت تحریک جنسی مردان از نوازش سر و موهایشان به راحتی عبور نکنید. آنها بخصوص عبور انگشت از بین موها لذت می‌برند. رهاسازی هورمون اندورفین در اثر ماساژ پوست سرموجب لذت در آنها می‌شود.

لبها: فقط به بوسیدن لبها اکتفا نکنید بلکه آنها را مکیده و بخورید! نوک زبانتان را درون دهان شریک جنسی خود قرار دهید و آنرا با ولع بمکید.

گردن: بوسیدن ناحیه زیر فک تا پایین گردن فراموش نشود، این عمل در تحریک جنسی بسیاری از مردان بسیار موثر است.

سینه‌ها: خیلی از مردان بوسیله نوازش، نیشگون گرفتن، زبان زدن یا آهسته گاز گرفتن سینه شان به تحریک جنسی بالایی می‌رسند.

کیر و تخم‌ها: بیضه‌ها، بیخ آلت در بالای بیضه، سر آلت از مناطق بسیار حساس اندام جنسی هستند که تحریک آنها با دست زبان و بوسیدنشان خیلی موثر است.



لاله گوش: بوسیدن، زبان زدن، مکیدن و خوردن لاله گوش برای مرد لذت بخش است.

پشت: شانه پشت و کمر او را بصورت گرد و با انگشت شصت ماساژ دهید. بعد مهره های کمر او را از بالا تا پایین بوسید.

ناحیه باسن: کفل و ناحیه مقعد مرد پایانه های حسی زیادی دارد. این ناحیه را نوازش کرده و مقعد او را با انگشت ملایم تحریک کنید.

پا و ران ها: تعدادی از مردان عاشق تحریک پا بوده و از نوازش و بوسیدن پاهایشان لذت می برند.


شما چطور از نظر جنسی تحریک می شوید؟ چه چیزی باعث تحریک شما میشود؟ برای ما از تجربه های خود به ایمیل pesaranMag@gmail.com بفرستید تا در شماره های آینده از آنچه شما دوست دارید بنویسیم ...



تو سید ریلران نیستی!

ریلران حرف می‌زنند، راه می‌روند، نفس می‌کشند...

تو نه حرف می‌زنی، نه راه می‌روی و نه می‌گذاری نفس بکشم!



سیرسم از نگاه این درم
باید نذاری ستمون واسه
چوری بیدارن منوشاید
این آخرین باینرین باشه

در گزارش جهانی سال ۲۰۱۶ درباره خشونت علیه کودکان، یونیسف از اجرای "موفقیت‌آمیز" دو پروژه آزمایشی وزارت بهداشت ایران در سال ۲۰۱۳ برای آموزش کادر درمانی و اطلاع‌رسانی عمومی خبر می‌دهد. اما در همین گزارش آماری (بجز موارد قتل) در مورد ایران وجود ندارد. در مورد افغانستان اما می‌دانیم ۷۴ درصد کودکان تنبیه خشن، ۶۹ درصد تنبیه بدنی و ۶۲ درصد خشونت روانی را تجربه کرده‌اند. این آمار برای تاجیکستان به ترتیب، ۷۸، ۶۰ و ۷۳ درصد است.



کودک آزاری

مسئله همه ماست

کودک‌آزاری در ایران معاصر اولین‌بار توجه جامعه را در سال ۱۳۷۶، در بهار مطبوعات، با ماجرای دلخراش آراین گلشنی به خود جلب کرد. برای بسیاری این پدیده‌ای تازه بود، پدیده‌ای که حتی در دوره آموزش پزشکی کلمه‌ای در باره آن گفته نمی‌شد.

بعد از آن کودک‌آزاری واژه‌ای آشنا تر شد، اما برای بسیاری با شکنجه‌های دلخراش و وحشتناک پیوند خورد، کودک‌آزاری برای بسیاری تداعی اتفاقی دردناک شد که فقط برای معدودی کودک بداقبال رخ می‌دهد، "ما از آن مصون و دوریم".

هر وقت خبر تکان‌دهنده موردی از کودک‌آزاری راه خود را به سر تیت‌ر رسانه‌ها باز می‌کند، این باور بیشتر تقویت می‌شود که این اتفاقات دردناک به عموم مردم مربوط نمی‌شود. واکنش به کودک‌آزاری معمولا تقبیح پدر و مادر یا سرپرست کودک‌آزار است و دلسوزس و همدردی عمیق.

آنچه در این میان مطرح نمی‌شود یا کمتر مطرح می‌شود این است که مدت‌ها شکنجه و عذاب و درد و رنج این کودکان با وجود نشانه‌های متعدد و واضح نظر هیچکس را جلب

نکرده، نه دوست و آشنا و فامیل، نه معلم و مربی، نه پزشک و پرستار، نه نهادهای اجتماعی، نه دستگاه قضایی نه پلیس.

کودک‌آزاری برای بسیاری محصول قصور پدر و مادر، یعنی سرپرستی ددمنش است که یا به بیماری‌های روحی روانی مبتلا است یا معتاد است یا مشکلاتی دیگر دارد.

اما واقعیت این است که کودک‌آزاری مسئله ای بسیار گسترده تر از این هاست، مسئله مسئله همه ماست. همه ما حتی اگر کودکی در دور و بر خود نداریم، خود روزی کودک بوده‌ایم.

کودک‌آزاری مسئله سلامت اجتماع است. عوارض کودک‌آزاری می‌تواند تمام عمر سلامت جسمی، روانی و رفتاری فرد را به خطر بیندازد. جامعه نمی‌تواند به این حساس نباشد که نسل‌های بعدی خود را متلاشی از تجربه کودکی به عرصه اجتماع می‌فرستد یا انسان‌های سالمی را پرورش می‌دهد. در قبال کودک‌آزاری همه مسئولند. کودک‌آزاری تنها مسئله حاشیه‌نشینان اجتماع و محرومان نیست.

صد البته که فقر "بآسانی احتضار فضیلت است" اما

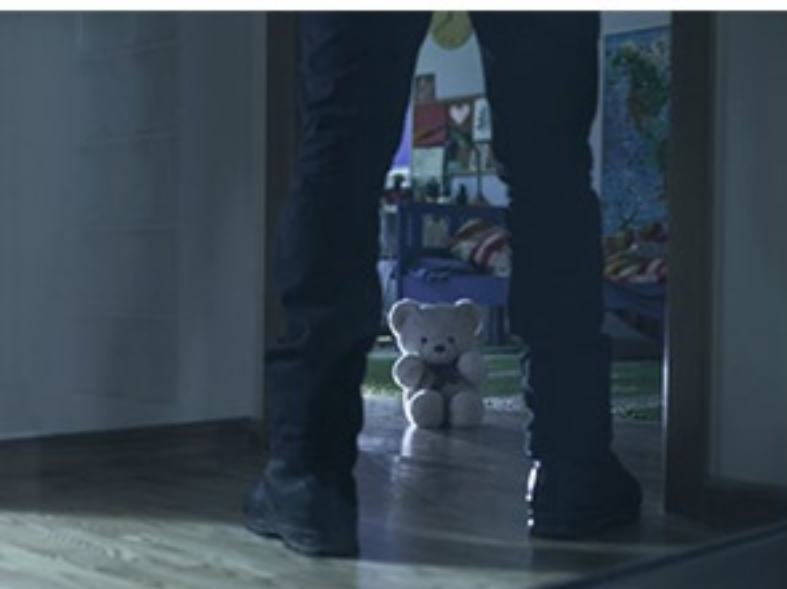
کودک‌آزاری مرز و ملیت و قومیت و طبقه اجتماعی و دارایی و مقام و منزلت نمی‌شناسد، کودک‌آزاری همه‌جا می‌تواند حی و حاضر باشد، حتی در خانه ما، با درجات متفاوت از شدت و پیچیدگی. کودک‌آزاری حتی در توسعه‌یافته‌ترین جوامع هم پدیده‌ی شایعی است.


برای بسیاری کودک‌آزاری مترادف با آزار جنسی یا شکنجه بدنی است و از این رو تصور می‌شود که فقط از مجانین و جنایتکاران برمی‌آید. برای همین هم شاید وقتی از کودک‌آزاری می‌شنویم، مسئولیتی را متوجه خود نمی‌بینیم، چون فکر می‌کنیم که برخورد با آن وظیفه دولت است و مجلس و دستگاه قضایی و پلیس. کودک‌آزاری از ما دور است و اصلاً در این دور و برها دیده نمی‌شود.

اما کودک‌آزاری فقط محصول بی‌رحمی و بدخویی نیست، چه بسا که ناخواسته باشد و ما حاصل ندانستن، می‌تواند محصول فرهنگی باشد که نسل به نسل منتقل می‌شود، محصول این باشد که حقوق کودک را نمی‌شناسیم، که به این معنی است که حقوق خود، حقوق یک انسان را نمی‌شناسیم یا به آن احترام نمی‌

گذاریم، شاید حتی محصول این باشد که واژه "کودک" را فقط برای فرد خردسال به کار می‌بریم و فراموش می‌کنیم که تا هجده سالگی دوره کودکی و نوجوانی است و از آن به بعد است که فرد رسماً وارد بزرگسالی می‌شود.

اما از سوال سخت مسئولیت که بگذاریم به سوال‌هایی سخت‌تر و حتی دردناک می‌رسیم. آیا من هم قربانی کودک‌آزاری شده‌ام؟ آیا من هم کودک‌آزاری کرده‌ام، اگر خواهر و برادری داریم، بخصوص اگر از ما کوچک‌ترند، آیا ما هم عامل آزار او بوده‌ایم؟ آیا در زندگی روزمره شاهد کودک‌آزاری نیستیم؟





رای دیروز دیوان عالی
آمریکا در قانونی اعلام
کردن ازدواج همجنسگرا
ها اتفاقی تاریخی بود،
شاید به اندازه لغو
برده داری ... از لینکلن
تا اوباما ...

بهران رادان - بازیگر سینما
۲۷ ژوئن ۲۰۱۵

فتیش پا چیست؟

Foot Fetish

در این مقاله به تعریف فتیش پا یا فوت جاب یا پاپرستی یا پودوفیلیا و ارضاء جنسی توسط پای شریک جنسی میپردازیم و پاسخ خواهیم داد که آیا این رفتار و تفکر بیماری و انحراف هست یا خیر؟

فتیش پا چیست ؟

عطر پاها، تعامل حسی با پاها (بوییدن، لیسیدن، بوسیدن، قلقلک دادن و غیره). انواع مختلفی از فتیش پا وجود دارد مانند فتیش با جوراب، فتیش با کفش، فتیش با پاهای چرک و گل آلود، که از این میان فتیش پا مورد توجه بیشتری قرار دارد.



فتیش پا، پاپرستی، فوت فتیش (Foot Fetish) یا پودوفیلیا (Podophilia) به هرگونه اظهار تمایل چشمگیر و غیرطبیعی نسبت به پا گفته می‌شود. در میان اجزای غیرجنسی و دیگر قسمت‌های بدن، فتیش پا شایع‌ترین نوع میل جنسی‌ای است که ارتباطی با اعضای جنسی بدن ندارد. این عمل از نظر روانشناسی، اختلال و انحراف جنسی محسوب نمی‌شود.

مشخصه

فتیش پا به داشتن هر گونه میل جنسی چشمگیر به پا یا پاپوش مانند کفش و جوراب گفته می‌شود. زیگموند فروید، رسم بستن پاها در چین باستان را هم گونه‌ای از فتیش پا می‌داند. برای کسی که فتیش پا دارد، نکات قابل توجه و جذاب عبارتند از شکل و اندازه پاها و انگشتان (انگشت‌های بلند، انگشت‌های کوتاه، ناخن‌های براق و جلا داده شده، قوس‌های بلند ساق پا و غیره)، جواهرات زینتی (انگشتر پا و پابند) حالت پوشیدگی پاها (پابرهنه، چکمه و غیره)، بو و

برای تخمین تعداد تقریبی فتیش‌ها، محققین دانشگاه بولونیا ۳۸۱ گفتگوی اینترنتی در بین گروه‌های فتیشی را بررسی کردند که در آن حداقل ۵/۰۰۰ نفر شرکت داشتند. محققین شیوع انواع مختلف گرایش‌های فتیشی را بر طبق موارد زیر برآورد کردند:

تعداد گروه‌های گفتگو در مورد یک فتیش خاص تعداد افراد شرکت‌کننده در گروه‌ها تعداد پیام‌های مبادله شده از این بررسی این نتیجه به عمل آمد که رایجترین فتیش‌ها، فتیش‌های مرتبط با اعضای بدن یا فتیش‌های مرتبط با اشیائی است که معمولاً در ارتباط با اعضای بدن هستند (۳۳ و ۳۰ درصد به ترتیب). در بین کسانی که اعضای بدن را می‌پسندیدند، فتیش پا و انگشت دارای بالاترین میزان بود و ۴۷ درصد اشخاص شرکت‌کننده به این فتیش علاقه داشتند. در بین اشخاصی (عموماً مردها) که بیشتر اشیاء مرتبط با اعضای بدن را می‌پسندیدند، پاپوش‌ها (کفش، چکمه و ...) با ۶۴ درصد دارای بیشترین طرفدار بودند.

افراد معروفی که فتیش پا داشتند

جاکومو کازانووا
یوهان ولفگانگ گوته
توماس هاردی
الویس پریسلی
اندی وار هول
کوئنتین تارانتینو
مرلین منسون
کوری تیلور
انریکه ایگلسیاس
فارل ویلیامز
و ...

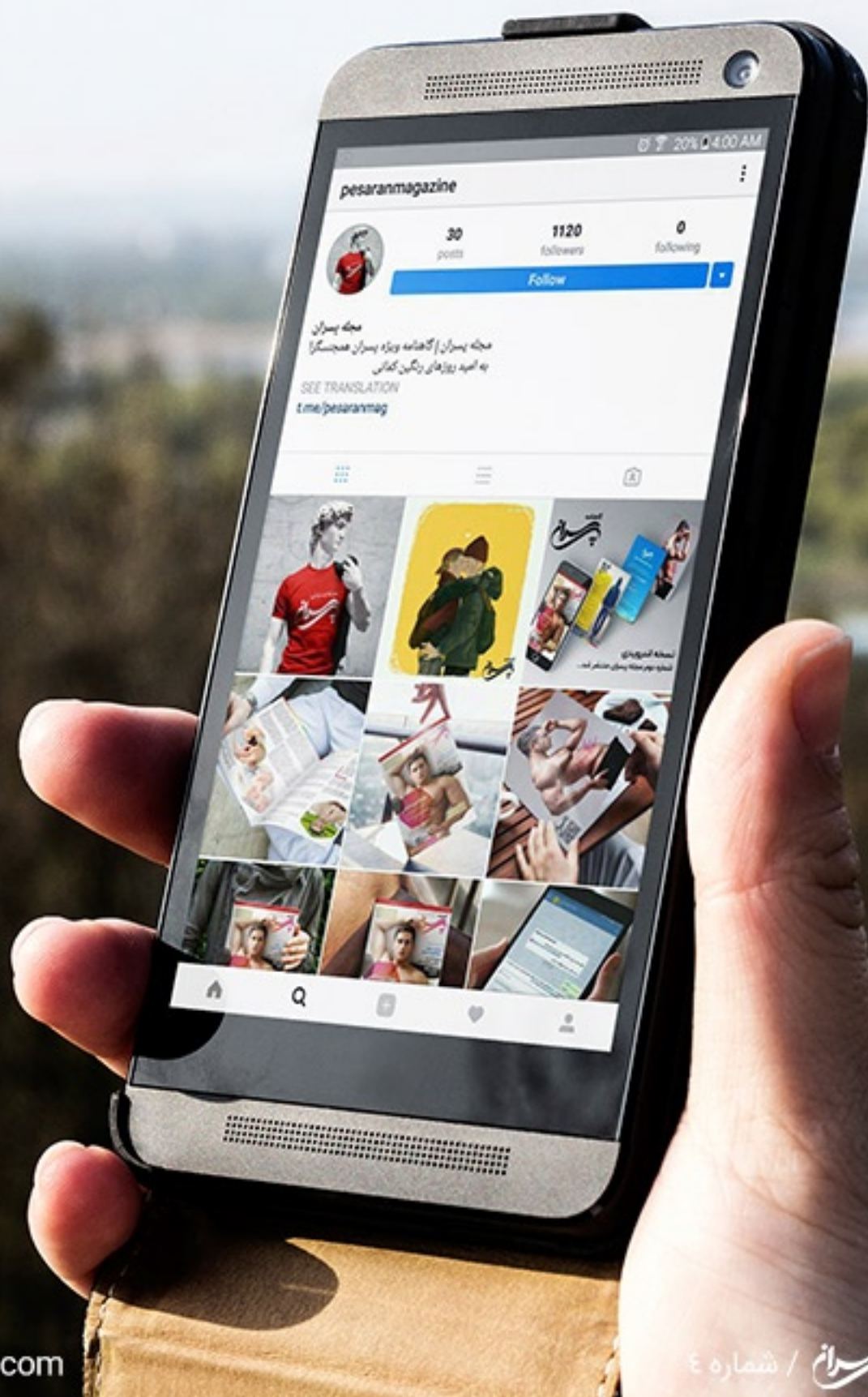
اگر شما هم با دیدن این عکس تحریک می شوید فتیش پا دارید؛ و این حس را هزاران نفر در سراسر دنیا دارند و به هیچ وجه بیماری و یا انحراف نبوده و اگر طرفین بهداشت فردی را رعایت کنند انجام این عمل با رضایت طرفین هیچ مشکلی نخواهد داشت و به جز لذت جنسی هیچ ضرری به کسی وارد نخواهد کرد.

جوڑی روپس راستہ بائس ...

کہ باراشن تو تلافی ہمہ کی سکتی ہے ای نہ لُسیدہ بود روز دنیا بلیرہ



اینستاگرام مجله پسران را فالوو کنید:
[instagram.com/PesaranMagazine](https://www.instagram.com/PesaranMagazine)





راهنمای انتخاب مناسب ژاکت و کاپشن مردانه



این موضوع را مد نظر داشته باشید.

استایل و مدل ژاکت

این که بخواهیم انتخاب کنیم که طبق روند روز پیش برویم یا از مدل های کلاسیک استفاده کنیم، دهن خود را با این مسائل درگیر نکنید. به سادگی فقط بدانید که چه چیزی نیاز دارید. اگر می خواهید در طول زمستان فقط یک ژاکت داشته باشید، بنابراین از مدل کلاسیک آن انتخاب کنید. اما اگر می خواهید علاوه بر لباس های زمستانی کنونی ژاکت اضافه تری به آن بیافزایید بنابراین آزادی بیشتری در انتخاب مد های روز دارید. اما حساب بانکی خود را در نظر بگیرید!

چند منظوره بودن ژاکت ها

برای خرید یک ژاکت مانند ویزا ! باید در نظر بگیرید با آن کجا می توانید بروید. پاسخ این سوال به شما در انتخاب بسیار کمک می کند. اگر قادر به صرف هزینه بیشتری هستید این موضوع برای تان اهمیت کمتری پیدا می کند.

پارچه های ژاکت مردانه برای تمام فصول

کاپشن و ژاکت ها متفاوت از شلوار جین هستند. شما می توانید با داشتن یک شلوار جین مورد علاقه تان با رنگ تیره و اسلیم فیت تقریبا در هر موقعیتی آن را استفاده کنید. ژاکت ها و کاپشن ها همه کاره نیستند و باید هر کدام را در موقعیت مناسب و طبق شریط به تن کنید.

یک کاپشن چرم پر از زیپ و جیب مناسب دوره می های دوستانه می خورد نه محل کار.

آنچه شما نیاز دارید که به عنوان یک آقای خوش پوش در موقعیت های مختلف بدانید؛ با دنبال کردن مقاله زیر به شما کمک می کند.

متناسب بودن سایز

از اینجا شروع کنیم که بالاترین اولویت وقتی هر لباسی را انتخاب می کنید تناسب آن است. ژاکت و کاپشن هم تفاوتی نمی کند. این لباس باید پوست دوم شما به نظر برسد؛ بنابراین در انتخاب آن دقت کنید.

کاپشن و ژاکت در زمستان و از روی لباس های دیگر پوشیده می شوند پس دقت کنید و



پارچه یک بخشی از استایل لباس است. بخشی از عملکرد آن : دقیقا عملکرد ! می تواند زبر، ضدآب، گرم و ... باشد. بهترین حالت این است که این پارچه بتواند بخش زیادی از این مزایا را پوشش دهد. شما با برخی از این پارچه ها آشنایی دارید. چرم، جیر، پنبه و ... اما بسیاری از الیاف و پارچه هایی هستند که ارزش در نظر گرفته شده دارند.

توضیح مختصری درباره پارچه ها را مرور می کنیم:

پارچه کاپشن تفلون :



با تکنولوژی پارچه های تفلون می توانید خیلی راحت تر از قبل و بدون دغدغه از کثیف و خاکی شدن و ... استفاده کنید. پارچه های تفلون دارای محافظ خاک، لکه و ... بدون از بین بردن و آسیب به بافت پارچه وجود دارد. این پارچه ها خیلی به ما در نظافت آن ها کمک می کنند.

لغت «کاپشن» از زبان روسی وارد زبان فارسی شده است و در زبان انگلیسی با عنوان «Jacket» یا «Winter Coat» شناخته می شود. در تعریفی ساده، کاپشن یک نوع کت زمستانی است که برای گرم نگه داشتن بالاتنه استفاده می شود. این نوع پوشش در گذشته بیشتر از جنس چرم بود و امروزه از الیاف مصنوعی مانند پلی استر و نایلون هم تولید می شود. کاپشن ها معمولا کلاه دارند تا بتوانند گرمای سر را هم به خوبی حفظ کنند.



پارچه های پلی استر: پلی استر ، زنجیره ی بلندی از پلیمرهاست. پارچه های پلی استر بسیار مقاوم هستند، هم پنین طول عمر بالاتری دارند و در برابر تغییرات شیمیایی، کش آمدن و خیس شدن ، چروک و .. مقاوم اند.



پلی استر هیدروفوبیک است و به آسانی شسته و به زودی خشک می شوند. شکل خود را از دست نمی دهد و بهترین گزینه برای انتخاب برای لباس های بیرون است.

از نظر شما چه معیاری برای تهیه کاپشن و ژاکت مهم تر هست ؟ قیمت ؟ کیفیت ؟ مارک و برند بودن ؟ و یا کاربرد و گرم بودن آن ؟ نظرات خود را با ما در میان بگذارید ...

PesaranMag@gmail.com

رویه یا لایه ی بیرونی یک کاپشن از قسمت های مهم آن بوده؛ زیرا لایه ی اول محافظ شما در برابر، باد، برف، آب و سرماست. شرکت های تولیدی به طور معمول در رویه ی کاپشن ها از الیاف نایلونی و پلی استری به همراه تکنولوژی های گوناگون استفاده می کنند تا ضدآب شوند و در نتیجه به شما اجازه ی خیس شدن ندهند. البته بهتر است در انتخاب کاپشن مناسب تنها به این نکته بسنده نکنید؛ زیرا در بسیاری از مناطق خشک و کویری، ضدآب بودن اهمیتی ندارد و بیشتر باید به عایق بودن کاپشن دقت کرد. در همین حال در مناطقی که هوای معتدل و مرطوب دارند، کاپشنی نیاز است که حتما رویه ای ضدآب داشته باشد و عایق آن چندان اهمیتی پیدا نمی کند. باید هنگام پوشیدن کاپشن در کنار آتش مواظب بود؛ زیرا کوچک ترین جرقه نیز ممکن است باعث ایجاد سوراخ روی کاپشن شما شود.

چگونه دوست همجنسگرا پیدا کنیم؟

بیشتر مردم می‌دانند که داشتن دوست مهم است، اما دقیقا نمی‌دانند تا چه حدی! دانشمندان معتقدند داشتن دوستانی که به ما اهمیتی بدهند امری حیاتی است. آن‌ها می‌توانند سلامتی، موفقیت، خوشحالی و ... برای ما به ارمغان بیاورند. اگر از زندگی اجتماعی و دوستان خود راضی نیستید، حتما این مطلب را مطالعه کنید. این مقاله به شما کمک می‌کند از وضعیتی که در آن از دوستان خود رضایت چندانی ندارید، به وضعیتی برسید که مشتاق دیدن دوستان خود باشید، برای‌شان در دسترس باشید و با آن‌ها دوست‌های تازه‌ای پیدا کنید.



برای اینکه ببینیم چگونه دوست پیدا کنیم، اول باید بدانیم که فرد مقابل هم در دوستی نیازهایی دارد. چه به دنبال دوستی ساده یا دوستی صمیمی باشید، باید به خواسته‌ی دیگران هم توجه کنید. به عنوان مثال اگر کسی به اندازه‌ی کافی دوست صمیمی دارد و به دنبال دوست ساده است، در حالی که شما به دنبال دوستی صمیمی هستید. این باعث ایجاد عدم مطابقت در خواسته‌های‌تان می‌شود. شما باید بفهمید دیگران چه نوعی از دوستی را می‌خواهند و به آن احترام بگذارید.

تبدیل یک غریبه به دوست

اگر شما نفهمیدید دوستی چگونه آغاز می‌شود، پس در حال قمار کردن بر سر یک زندگی اجتماعی خوب هستید. در اینجا می‌خواهیم شما را با مفهومی تحت عنوان «فرمول دوستی» آشنا کنیم که شامل یک سری از مراحل و الزاماتی است که منجر به شروع دوستی می‌شود.

این مراحل در تمام دوستی‌ها اتفاق می‌افتند، ولی بیش‌تر مردم از آن آگاه نیستند. زیرا در

سطح ناخودآگاه به وقوع می‌پیوندد. اگر شما از این مراحل آگاه شوید و آگاهانه از آن استفاده کنید، می‌توانید به روند دوستی سرعت دهید. این مراحل در زیر آمده است.

محیط باید شما را به یکدیگر برساند

دوست شدن با افرادی که در مدرسه، محل کار یا در باشگاه می‌بینید آسان است. این زمینه‌ای است که موجب شروع دوستی می‌شود. دلیل اینکه نمی‌توانید با فردی که در خیابان دیده‌اید دوست بشوید هم همین است. شما نیاز به زمینه‌ای دارید تا شما را در کنار همدیگر قرار دهد تا فرصت دوستی بین‌تان پیش بیاید.

وضعیت باید مناسب باشد

هم شما و هم فرد مقابل باید زمان و انرژی داشته باشید تا به منظور ایجاد دوستی بین‌تان صرف شود. هم‌چنین هر دوی شما باید این فرصت را داشته باشید تا یکدیگر را در آینده دوباره ببینید. به عنوان مثال اگر یکی از شما قصد نقل مکان به شهری دیگر را داشته باشد، چرا با ایجاد دوستی

وقت خود را تلف کنید؟

شما نیاز به یک مکالمه ی اولیه‌ی خوب دارید

مکالمه‌ی اول بین شما مهم است. به این علت که می‌تواند باعث برقراری حس راحتی و اعتمادی بین شما شود که در سایه‌ی آن از بودن در کنار طرف مقابل حس خوشایندی پیدا کنید. این حس خوب همراهی می‌تواند انجام سایر فعالیت‌ها مانند استراحت یا تفریح را نیز خوشایندتر کند.

شما باید خوش‌مشرب و علاقه‌مند باشید

به منظور ایجاد دوستی با فردی جدید، هر دوی شما باید مکالمه‌ای متعهدانه داشته باشید که در آن از خود حرارت و علاقه نشان دهید. اگر هر کدام از شما پاسخ‌های کوتاه بدهد یا نسبت به نظرات، واکنش‌ها یا حالات دیگری توجه چندانی نکند، پایه‌ای محکم برای پیش بردن دوستی‌تان نخواهید داشت.

وجوه مشترک بین خودتان را پیدا کنید

یکی از مهم‌ترین مسایل در مسیر دوستی با دیگران یافتن

علائق مشترک یا تشابهاتی در نظرها، سرگرمی‌ها، عادات یا فعالیت‌هاست. یافتن تشابهات ارتباط و ایجاد دوستی بین شما را آسان‌تر می‌کند.

باید اعتماد اولیه‌ای به یکدیگر داشته باشید

شما و فرد مقابل باید در روندی قرار بگیرید که در آن بتوانید اطلاعات شخصی‌تان را برای یکدیگر بازگو کنید. می‌توانید با اطلاعات نه چندان مهم شروع کنید. با عمیق شدن دوستی، این اعتماد افزایش می‌یابد و برخی از رازهای‌تان را می‌توانید با او در میان بگذارید.

چگونه این کارها را انجام دهید؟

ادامه‌ی این مقاله در این خصوص است که چگونه به هر یک از این شرایط دست پیدا کنید. شما را راهنمایی می‌کنیم تا بتوانید در هر شرایط به سرعت و به آسانی عکس‌العمل مناسب داشته باشید، حتی اگر در سطح مبتدی باشید. وقتی آموختید چگونه روند پیدا کردن دوست را تسریع کنید، یک قدم پیش می‌رویم و به شما در دسترس بودن، ملاقات

مردم و ساختن حلقه‌ی اجتماعی را می‌آموزیم.

کجا افراد جدید را ملاقات کنیم

اگر می‌خواهید افراد خوبی را ملاقات کنید، منتظر سرنوشت نباشید تا این کار را برای‌تان انجام دهد. ما به شما مکان‌هایی را پیشنهاد می‌کنیم که در آنها می‌توانید افراد جدید را ملاقات کنید. اگر این کار را به درستی انجام دهید، می‌توانید با افرادی جالب و هیجان‌انگیز که شما را درک می‌کنند ملاقات کنید.

چگونه جاهای مناسب برای ملاقات با افراد مناسب را پیدا کنیم

یک جای مناسب برای پیدا کردن دوست جایی است که افراد هیجان‌انگیز و جالبی را به سرعت و آسانی وارد زندگی‌تان کند. این کار آسان است. تلاش کنید تا به جمعیت یا اجتماعاتی که در محل زندگی شما وجود دارد بروید و ببینید که به قدر کافی مناسب هستند یا خیر. پیش از این کار چند نکته‌ای است که باید به آن توجه کنید. اگر مکان یا

جمعیتی که به آن می‌روید این ویژگی‌ها را داشت، به همان‌جا بچسبید تا افراد مناسبی را در مسیر زندگی‌تان وارد کند. در ادامه ویژگی‌های جاهای مناسب را بیان می‌کنیم.

جاهای مناسب، نیاز به انگیزه‌ی خیلی زیادی برای رفتن ندارند

به ندرت پیش می‌آید که شما انگیزه‌ی بسیار زیادی پیدا کنید که بیرون بروید و دوستان جدید بیابید. پاسخ به این مسئله در این است که باید انجمن یا جمعیتی را پیدا کنید تا بتوانید خود را در آن حل کنید. شما مسئولیت برخی کارها را به عهده می‌گیرید و در ازای آن هیچ یک از رویدادها را از دست نخواهید داد.

جاهای مناسب، محیطی دوستانه برای غریبه‌ها دارند

یک جای خوب برای ملاقات افراد جدید جایی است که در آن افراد غریبه برای رفتن حس بدی نداشته باشند و بتوانند خودشان را معرفی کنند. شما باید به دنبال محیط یا جمع‌هایی باشید که در آن ملاقات افراد جدید با یکدیگر یکی از اهدافش باشد.

جاهای مناسب، مرتبط با علایق شما هستند

قرار گرفتن در جمعی از افراد که با شما تشابهاتی دارند ایده‌آل است. این جمع می‌تواند گروهی از افرادی باشد که دور هم جمع می‌شوند تا در مورد سرگرمی، هنر، فرهنگ، کتاب، ورزش یا حتی بازی‌های ویدیویی صحبت کنند. برای پیدا کردنش می‌توانید از دیگران پرس‌وجو کنید یا در گوگل جستجو کنید.

جاهای مناسب، همیشه اعضای جدید دارند

جای مناسب برای ملاقات با افراد جدید جایی است که افراد جدیدی به آن مراجعه کنند. در بعضی جاها همیشه یک عده‌ی خاص حضور دارند. این مکان‌ها برای یافتن دوستان جدید چندان ایده‌آل نیستند. جستجو کنید و دنبال جایی کاملاً بی‌نقص نگردید.

جاهای مناسب، دورهمی‌های منظم دارند

جای مناسب جایی است که حداقل هر ماه شما را دور هم جمع کند. اگر سالی یک بار همدیگر را ملاقات کنید و در سایر اوقات فقط از طریق اینترنت صحبت کنید، این مکان به زندگی اجتماعی شما کمک چندانی نخواهد کرد.

جاهای مناسب، افرادی با دیدگاه باز دارند

در برخی از جمع‌ها افراد به دنبال دوستانی می‌گردند که عیناً شبیه خودشان باشند. دنبال جمع‌ها و گروه‌هایی باشید که افرادی منعطف بوده و دید بازی داشته باشند.

توجه

بگردید تا مکانی مناسب برای ملاقات مردم بیابید. نکاتی که گفتیم تنها قوانینی کلی بود. اگر بر مبنای این ویژگی‌ها در مکان‌ها و جمع‌های اطرافتان بگردید، شانس خوبی برای ملاقات افراد جدید و دوست شدن با آنها را خواهید داشت.

اولین حلقه‌ی دوستان تان

آخرین گام برای اینکه بدانیم چگونه دوست پیدا کنیم، این است که یک حلقه خودمانی بسازیم. بهتر است از ابتدا با ساخت گروهی سه نفره (شامل خودتان) شروع کنید. این به شما اطمینان می‌دهد که افرادی هستند که می‌توانید با آنها بیرون بروید. این افراد دوستانی می‌شوند که هر زمان کاری داشتید، می‌توانید با آن‌ها تماس بگیرید. باید آن‌ها را دو سه باری دعوت کنید تا

همدیگر را ببینید. اگر آنها بی بهانه آمدند، نشان می‌دهد که نسبت به یکدیگر حس خوبی دارند. برخی از افراد خوب با هم ترکیب نمی‌شوند و شاید شما مجبور باشید ترکیب دیگری از دوستان را ایجاد کنید. پس از ساخت حلقه‌ای مقدماتی از دوستان می‌توانید با آوردن افراد دیگری به این گروه حلقه‌ی دوستان خود را گسترش دهید.



عکس برگزیده

پساران





مجله اینترنتی
پساران



PesaranMag@gmail.com