



۱۰ کابوس مشترک انسان‌ها در خواب

نتایج پژوهش موسسه آزمايشگاه خواب «مانهايم» آلمان نشان می‌دهد که شکست، تعقیب شدن، مرگ، جروبخت، هجوم خرنده‌ها و... از رایج‌ترین کابوس‌ها در خواب است

تجربه خواب‌دیدن برای همه ما بارها اتفاق افتاده است. بعضی از این خواب‌ها، کابوس هستند مثلاً خواب می‌بینید در حال دویدن هستید ولی به جایی نمی‌رسید، در حال سقوط از بلندی هستید اما به زمین برخورد نمی‌کنید، در گذشت عزیزان‌تان را می‌بینید ولی هیچ کاری از دست شما بر نمی‌آید. دانشمندان می‌گویند کابوس‌های مشترک انسان‌ها محدود به این موارد نمی‌شود. «مایکل شردل»، رئیس آزمایشگاه خواب در موسسه مرکزی سلامت روان «مانهايم» آلمان و همکارش در مطالعه‌ای از شرکت‌کنندگان خواستند آخرین خواب ناراحت‌کننده‌ای را که دیده‌اند به یاد بیاورند. آن‌ها سپس بیش از ۱۲۰۰ کابوس را در چند موضوع دسته‌بندی کردند تا ببینند مشترکات آن‌ها چیست. در ادامه به ۱۰ موضوعی که در اغلب کابوس‌ها تکرار شده است، اشاره می‌شود.

اغلب شاهد دعوای غیرفیزیکی یا مواردی نظیر آن است. کارشناس می‌گویند این قبیل کابوس‌ها می‌توانند نمادی از اضطراب اجتماعی شما در باره رابطه شخصی باشند و نمایانگر هراس‌تان از مکالمه پرتنشی که قبلاً داشته‌اید.

۷ احساس نگرانی آیا شده مطمئن باشید که موضوعی مهم و بزرگ را فراموش کرده‌اید، ولی نمی‌توانید به خاطر بیاورید که آن چیز چیست؟ بسیاری از مردم در باره این احساس خواب می‌بینند.

۸ فجایع آتش‌سوزی، سیل، انفجار هسته‌ای و... از موضوعات رایج کابوس‌های بسیاری از مردم است. به گفته دکتر کورلی از دانشگاه استنفورد، دیدن این‌ها می‌تواند نشانه‌هایی از نگرانی کلی برای آینده باشد؛ زیرا مغز به کمک آن‌ها راهی برای فکر کردن به آنچه نگرانش هستند پیدا می‌کند.

۹ بختک یکی دیگر از کابوس‌های مشترک میان افراد، احساس حضور یک روح، یک بیگانه یا شیطان در نزدیکی است. به گفته

کلینیک کلیولند، این نوع توهم در خواب اغلب افراد مبتلا به «فلج خواب» را آزار می‌دهد. این اختلال خواب ناراحت‌کننده زمانی اتفاق می‌افتد که ارتباط میان قسمت‌هایی از مغز که شمارا در طول خواب بی‌حرکت نگه می‌دارد و قسمت‌هایی که شمارا در خواب نگه می‌دارد، به هم می‌خورد. در این حالت مردم اغلب گزارش می‌دهند که یک «بختک» روی قفسه سینه‌شان نشسته‌و آن‌ها بر ای‌رها شدن از دستش تقلا می‌کنند.

۱۰ هجوم خرنده‌ها هجوم حشرات یا خرنده‌گان به داخل خانه در واقعیت به اندازه‌ای هراس‌انگیز است که می‌تواند در خواب به شکل یک کابوس خود را نشان دهد. به همین خاطر دانشمندان تصور می‌کنند خواب‌دیدن هجوم خرنده‌ها یا موجودات پلیدر که کدار می‌تواند حاصل ترس واقعی یا نمادین باشد. دکتر شردل در این باره می‌گوید: «اگر نمادین باشد، این هجوم می‌تواند ترس از بیماری یا هر چیز دیگری را نشان دهد که شما شخصاً با موش‌ها یا سوسک‌ها مرتبط می‌دانید. این موضوع همچنین می‌تواند نمونه‌ای از این باشد که شما در خانه‌تان حس ناامنی یا ناراحتی می‌کنید».

برای نوشتن این مطلب «یورونیوز فارسی» کمک گرفته شده است

۱ شکست و درماندگی رتبه اول و گسترده‌ترین موضوع کابوس‌ها که بین انسان‌ها مشترک است، به شکست و درماندگی ارتباط دارد. این موارد در مجموع شامل همه چیز می‌شود؛ از شکست در رسیدن به هدف تا دیر رسیدن، گم شدن، ناتوانی در صحبت کردن، اشتباه کردن، از دست دادن یا فراموش کردن چیزی. به گفته موسسه مرکزی سلامت روان مانهايم آلمان، هرچند دلیل دیدن چنین کابوس‌هایی می‌تواند بسیار متنوع باشد، با این حال توضیح رایج این است که شما در باره توانایی خود در خانه یا محل کار یا در به یاد آوردن رویدادی ناراحت‌کننده و خاص احساس راحتی نمی‌کنید.

۲ پرخاشگری فیزیکی در این قبیل کابوس‌ها، فرد ممکن است ببیند که هدف حمله قرار گرفته، در یک دعوا شرکت کرده یا شاهد دعوای افراد دیگر باشد. «مایکل شردل» می‌گوید: «معمولاً این نوع کابوس می‌تواند منعکس‌کننده اضطراب اجتماعی، ترس واقعی از خشونت یا نگرانی در باره آسیب‌پذیر بودن در برابر انتقادات دیگران باشد».

۳ حوادث این دسته گسترده از رویاها شامل مضامینی نظیر سقوط، خرابی خودرو، غرق شدن و موارد دیگر است. این کابوس‌ها ممکن است واقعی‌تر از آن چیزی باشند که فکر می‌کنید و ترس از ارتفاع، رانندگی یا خفگی را در شما نشان دهند. آن‌ها همچنین می‌توانند نشان‌دهنده احساس کنترل نداشتن بر زندگی، ترس از مرگ یا احساس ناتوانی را بازتاب دهند. **تعقیب شدن** در این قبیل کابوس‌ها ممکن است توسط یک انسان، یک حضور شیطانی یا حتی چیزی که نمی‌توانید ببینید تعقیب شوید. رویاهایی که در آن‌ها تحت تعقیب قرار گرفته‌اید معمولاً به این معنی است که شما نگران چیزی هستید که احتمالاً دارید از آن اجتناب می‌کنید.

۵ بیماری و مرگ در این نوع کابوس‌ها، فرد خود یا یکی از عزیزانش را می‌بیند که از بیماری رنج می‌برد یا می‌میرد. هرچند این کابوس‌ها می‌توانند دلایل متعددی داشته باشند، ترس کلی از بیماری و مرگ یا احساس نداشتن سلامت می‌تواند باعث دیدن چنین خواب‌هایی شوند.

جروبخت اختلاف نظر بین افراد در رده ششم پرسامدترین کابوس‌ها قرار می‌گیرد. در این سناریوها، ببینده خواب



نسل جدید باتری خودروهای برقی، چشم در چشم آینده

فناوری جدید باتری‌های توپوتا که از سال ۲۰۲۶ وارد خط تولید خواهد شد، بهروری خودروهای برقی را چندین برابر خواهد کرد

جدیدترین اخبار خودرو مربوط به یک فناوری باتری انقلابی ژاپنی برای خودروهای الکتریکی است. توپوتا، شرکت پیشگام در زمینه تولید خودروهای هیبریدی، با رونمایی از خط تولید باتری‌های جدید خود قصد دارد صنعت خودروهای الکتریکی را متحول کند. باتری‌های جدید این غول ژاپنی نوید افزایش برد و کاهش مدت زمان شارژ را می‌دهند تا نگرانی اصلی مالکان خودروهای برقی را برطرف کنند. فناوری باتری انقلابی توپوتا در واقع پیامدهای مهمی برای آینده خودروهای الکتریکی دارد. این فناوری پیشگامانه با بهبودهای فراوانی نسبت به باتری‌های کنونی همراه شده که در ادامه به مرور هر یک به نقل از «گجت نیوز» می‌پردازیم.

برد بهبودیافته: توپوتا با معرفی باتری‌های جدید که برد ۶۰۰ کیلومتر تا بیش از ۱۰۰۰ کیلومتر ارائه می‌دهند، به یکی از نگرانی‌های اصلی مالکان خودروهای الکتریکی که اتمام شارژ در حین سفر است، پاسخ می‌دهد. برد طولانی‌تر باعث می‌شود وسایل نقلیه الکتریکی برای سفرهای طولانی مدت نیز کاربرد داشته باشند.

کاهش زمان شارژ: با قابلیت شارژ سریع این باتری‌ها که ظرف کمتر از ۳۰ دقیقه به ۸۰ درصد ظرفیت می‌رسند، وقت بسیار کمتری برای شارژ خودروی الکتریکی صرف خواهد شد. شارژ سریع‌تر به معنای زمان خاموشی کمتر برای شارژ است و وسایل نقلیه الکتریکی را برای استفاده روزانه کاربردپذیر می‌کند.

کاهش هزینه: تلاش‌های توپوتا برای کاهش ۲۰ تا ۴۰ درصدی هزینه‌های تولید این باتری‌ها می‌تواند خودروهای الکتریکی را مقرون به صرفه‌تر کند. کاهش هزینه همچنین می‌تواند مصرف‌کنندگان بیشتری را تشویق کند تا وسایل نقلیه الکتریکی را به عنوان جایگزین مناسب خودروهای احتراقی در نظر بگیرند.

باتری‌های حالت جامد: معرفی باتری‌های حالت جامد نشان‌دهنده جهشی قابل توجه در فناوری باتری توپوتا است. زمان شارژ سریع، برد طولانی و دوام بالای آن‌ها می‌تواند وسایل نقلیه الکتریکی را برای طیف وسیع‌تری از مصرف‌کنندگان جذاب‌تر کند.

تأثیرات زیست محیطی: با افزایش دسترسی و کاهش قیمت خودروهای الکتریکی، پتانسیل کاهش قابل توجه انتشار گازهای گلخانه‌ای و بهبود کیفیت هوا نیز ایجاد می‌شود. وسایل نقلیه الکتریکی تولید آلاینده‌های خروجی را صفر کرده و به تلاش‌ها برای مبارزه با تغییرات آب و هوا و کاهش آلودگی هوا کمک می‌کنند.

بهره‌وری انرژی: خودروهای الکتریکی ذاتاً نسبت به هم‌تایان بنزینی خود از نظر انرژی کارآمدتر هستند. این افزایش بهره‌وری می‌تواند مصرف کلی انرژی و وابستگی ما به سوخت‌های فسیلی را کاهش دهد.

پایداری: توسعه این باتری‌های پیشرفته با اهداف پایداری گسترده‌تر صنعت خودرو هماهنگ است. باتری‌های بادوام‌تر و در نتیجه کاهش هزینه‌های تولید می‌تواند به طول عمر و پایداری زیست محیطی خودروهای الکتریکی کمک کند.

به طور خلاصه، پیشرفت‌های فناوری باتری توپوتا این پتانسیل را دارد که چشم‌انداز خودروهای الکتریکی را با رفع نگرانی‌های کلیدی، کاربردی‌تر و مقرون به صرفه‌تر ساختن وسایل نقلیه الکتریکی و کمک به حمل‌ونقل پاک‌تر و پایدارتر، تغییر دهد. از مزایای زیست محیطی گرفته تا تغییرات در ترجیحات مصرف‌کنندگان و پویایی صنعت، این تحولات پیامدهای گسترده‌ای به همراه خواهد داشت.

آمبولانس پر حاشیه و تسلط کریس به اعداد فارسی



۳.۹ M views

امضا و اثر انگشت رونالدو

۳.۴ M views

امضای رونالدو با عدد فارسی! یک آگهی با قیمت بالا که در آن ادعا می‌شود مربوط به امضا و اثر انگشت رونالدو است پربازدید شده؛ هرچند مشخص نیست این آگهی شوخی است یا جدی اما ۲ نکته جالب دارد، اول این‌که در همه جای دنیا از سلبریتی‌ها امضا می‌گیرند نه اثر انگشت! دوم این‌که عدد ۷ داخل امضا هم به انگلیسی نوشته نشده است.



۲.۴ M views

ویرانی‌های سیل آستارا لایه‌های اخبار مربوط به حضور کریس رونالدو در تهران، تصاویر تلخی هم از سیل آستارا منتشر شد اما آن‌طور که باید مورد توجه قرار نگیرد؛ یک مورد از این تصاویر را می‌بینید.



۳.۴ M views

آمبولانسی که از آنس شد

کاربری با انتشار تصویری از این آمبولانس نوشت: «این آمبولانس امروز در حالی‌که مدام با بلندگو از دیگران می‌خواست کنار برود، از مسیر اتوبان کرج وارد باگری شد. ساعت ۱۷:۱۰ برای پیاده کردن خانمی جلوی هایپرمارکت توقف کرد که با خداحافظی گرمی از دیگر سر نشینان جدا شد. بعد دوباره آژیرکشان به اتوبان برگشت. آمبولانس‌ها سرویس شخصی شده‌اند؟»



۲.۴ M views

پاسخ صادقانه

ویدیوی کوتاهی از برنامه شبکه ۵ پخش شده که در آن مجری از نوجوانی می‌پرسد بابت بازگشایی مدارس خوشحالی؟ و نوجوان خیلی صادقانه پاسخ می‌دهد نه. چون امتحانات سخت است!



۳.۹ M views

زندان خانوادگی در اسپانیا تصاویری از زندانی خانوادگی در اسپانیا پخش شده که اولین زندان در نوع خود است. زندانی که برای دورهم نگه داشتن خانواده‌ها طراحی شده است. گفته می‌شود این زندان تنها زندان در جهان است که سلول‌هایی مخصوص خانواده‌ها دارد و کودکان نوپا می‌توانند در آن به مهد کودک بروند و بازی کنند و در عین حال با پدر و مادر قاتل و قاچاقچی مواد مخدر خود در داخل زندان بمانند. واحدهای بزرگ که «سلول‌های پنج ستاره» نامیده می‌شوند، دارای تختخواب‌های پچگانه و تصاویر شخصیت‌های کارتون روی دیوارها هستند.



۲.۸ M views

خانواده پلنگ

ثبت ویدئویی از حضور یک خانواده جدید پلنگ ایرانی که در پارک ملی تندوره درگز در حال آب خوردن و بازی هستند، مورد توجه کاربران قرار گرفته است. مهدی الهیپور، مدیر کل حفاظت محیط زیست خراسان رضوی در این باره گفت که محیط‌بانان پارک ملی «تندوره» درگز در پایش و رصد این پارک، موفق به ثبت حضور این خانواده جدید پلنگ ایرانی با کمک دوربین‌های تله‌ای شدند.



۲.۴ M views

آرامش نوزاد تازه متولد شده

ویدئویی کوتاه که زمان و مکان آن مشخص نیست در شبکه‌های اجتماعی منتشر شده که در آن نوزاد تازه متولد شده‌ای در حال گریه کردن است اما به محض این‌که کنار مادر برده می‌شود و مادر بوسش می‌کند، نوزاد گریه‌هایش را قطع می‌کند و آرامشی لذت‌بخش به دست می‌آورد.



۳.۱ M views

ماهگیر شریف

کلیپی کوتاه از اقدام جالب و تحسین‌برانگیز یک ماهگیر شریف بوشهری منتشر شده که وقتی می‌بیند یک دلفین در کنارش می‌شود ماهگیری‌اش گیر کرده، تور را پاره می‌کند تا دلفین را قبل از ایجاد مشکل داخل آب ببیند.د.

عینکی هوشمند با اسپیکر قوی

با عینک هوشمند هواوی Eyeware 2 می‌توانید هم آهنگ گوش کنید، هم مکالمه کنید

مثل نسخه قبلی کنترل‌های لمسی را کنید یا ساعت مکالمه کنید. سرعت شارژ بسیار بالایی هم دارد. به طوری که فقط ۱۰ دقیقه زمان لازم است تا ۳ ساعت از دستگاه استفاده کنید. شارژ کامل عینک هواوی هم فقط در ۵۰ دقیقه انجام می‌شود. این عینک هوشمند از طریق بلوتوث به دستگاه‌های آی‌اواسی و اندرویدی و همین‌طور ویندوزی متصل می‌شود. قیمت آن هم حدود ۲۵۸ دلار خواهد بود.



هواوی میزبان رویدادی در بارسلونای اسپانیا بود که طی آن از جدیدترین گجت پوشیدنی خود رونمایی کرد. این گجت که عینک هوشمند هواوی Eyeware 2 است، دومین نسل Eyeware محسوب می‌شود که دو سال پیش معرفی شده بود. حالا نسل جدید با امکاناتی پیشرفته‌تر و طراحی به روز تر آماده

ورود به بازار شده است. سازنده چینی از یک فریم تیتانیومی سبک وزن که فقط ۴/۷ گرم است برای این عینک استفاده کرده تا وقتی آن را روی چشم می‌گذارید، بدون دغدغه و اذیت شدن از آن استفاده کنید. لنزهای به کاررفته روی آن هم از برند پراو Zeiss هستند. این عینک هوشمند همچنین از گواهی ضد آب IP54 برخوردار است تا برای استفاده روزمره کاربران در تمام شرایط آب‌وهوایی مناسب باشد. روی دسته این دیوایس

آگهی دعوت مجمع عمومی عادی نوبت دوم شرکت تعاونی کشاورزی تولیدکنندگان گل و گیاه خراسان رضوی

بدینوسیله به استناد سیصد و نود و هشتمین جلسه هیات مدیره به اطلاع کلیه سهامداران محترم شرکت تعاونی می‌رساند جلسه مجمع عمومی عادی نوبت دوم دوشنبه مورخ ۱۴۰۲/۲/۳ ساعت ۱۹ در مسجد محسن واقع در خیام ۴۰ مقابل بلارگل برگزار می‌گردد از تمامی اعضا محترم تقاضا می‌شود شرکت نمایند.

دستور جلسه

- ۱- استماع گزارش هیات مدیره و بازرسان و رسیدگی و اتخاذ تصمیم درباره ترانزنامه و حساب سودوزیان سال مالی ۱۴۰۰ و ۱۴۰۱
- ۲- بررسی و تصویب پیش بینی بودجه سال مالی ۱۴۰۲ و ۱۴۰۳
- ۳- انتخاب ۵ نفر اعضاء اصلی و ۲ نفر اعضاء علی‌البدل هیئت مدیره برای مدت سه سال.
- ۴- انتخاب دو نفر بازرس برای مدت یک سال.
- ۵- انتخاب دو نفر معتمد جهت تعیین صلاحیت کاندیدها

توضیحات:

- ۱- اعضایی که مایل به کاندیدا شدن در سمت بازرس و اعضاء هیات مدیره میباشند درخواست خود را به صورت مکتوب حداقل ۵ روز قبل از تاریخ برگزاری مجمع عمومی به دفتر شرکت تعاونی تحویل نمایند.
- ۲- چنانچه عضوی قادر به حضور در مجمع نمیشاند میتواند حق رای خود را به موجب وکالت به عضو دیگر واگذار نماید. بدینی است هر عضوی نمی‌تواند علاوه بر رای خود بیش از سه رای وکالتی داشته باشد و ارائه هرگونه وکالت جهت حضور در مجمع منوط به حضور موکل در دفتر شرکت می‌باشد.

هیئت مدیره شرکت تعاونی کشاورزی تولیدکنندگان گل و گیاه خراسان رضوی

آگهی مزایده شرکت تولید قطعات خاور

در نظر دارد اقلام ضایعاتی و اسقاطی و مازاد بر نیاز خود را از طریق مزایده عمومی به فروش برساند. از علاقمندان دعوت میشود تا پایان وقت اداری شنبه ۱۴۰۲/۰۷/۱ جهت بازدید و دریافت فرم به آدرس ذیل مراجعه فرمایند.

مشهد، بزرگراه پیامبر اعظم بین ۶۹ و ۷۱
شماره تماس: ۰۵۱۳۶۶۵۲۷۵۳ همراه: ۰۹۱۵۵۱۶۰۳۷۴

خبرنامه

زودتر با خبر شوید ...

www.mozayedemonaghese.com

واحد تبلیغاتی و سایت ۰۲۱-۴۹۱۰۵۴۲۵