دلایل حرف زدن در خواب

حرف زدن در خواب یک اختلال خواب است که باعث می‌شود افراد در زمان خواب به زبان نامنسجم صحبت کنند یا حتی فریاد بزنند. در خواب حرف زدن در میان بزرگسالان و کودکان پدیده رایجی است اما گاهی ممکن است باعث ایجاد احساس خجالت و شرمندگی در افراد شود. صحبت کردن در خواب ممکن است در هر مرحله‌ای از خواب رخ دهد اما هنوز مشخص نیست که حرف زدن در خواب ارتباطی با خواب دیدن افراد دارد یا نه. حرف زدن در خواب می‌تواند باعث خنده یا گاهی ترسیدن افراد شود. هنوز علت دقیق حرف زدن در خواب مشخص نشده است اما ویژگی اصلی صحبت کردن در خواب این است که فرد هنگام بیدار شدن، صحبت کردنش را در خواب به خاطر نمی‌آورد. صحبت کردن در خواب می‌تواند بی‌معنی یا شبیه گفتار عادی باشد. افرادی که در خواب صحبت می‌کنند معمولا بیش از ۹ ثانیه در یک زمان صحبت نمی‌کنند و اغلب بسیار کمتر است. علت اصلی این امر که چه فعل و انفعالاتی در مغز رخ می‌دهد که شخص در خواب شروع به صحبت کردن می‌کند هنوز مشخص نشده است، با این حال رایج‌ترین عواملی که ممکن است باعث بروز خواب‌گویی شود، عبارت است از: خستگی روز، تب یا سرماخوردگی، کم‌خوابی، استرس، فشار عصبی و... با این حال این اختلال خطری با خود به همراه ندارد اما در صورتی که در خواب حرف زدن شما ادامه‌دار باشد و باعث خستگی، عدم تمرکز و ایجاد مزاحمت برای اطرافیان شود، توصیه می‌کنیم به دکتر روان‌شناس مراجعه کنید.

حجاب استایل‌ها به‌دنبال تغییر خرده‌فرهنگ‌ها

پدیده حجاب استایل چند سالی است که در فضای مجازی به شکل گسترده‌ای دنبال می‌شود، ایجاد این پدیده را با مدیر گروه مطالعات زن و خانواده پژوهشکده امر به معروف و نهی از منکر بررسی کرده‌ایم

تهمینه سبحانی‌شاد
گروه جامعه

«با حجاب هم می‌توان زیبا و جذاب بود»، «بهت یاد میدم چطوری هم محجبه باشی، هم خوش‌تیپ و جذاب»؛ اینها بخشی از صحبت‌های بلاگرهای حجاب یا همان حجاب استایل‌هاست. در سال‌های اخیر بسیاری از بلاگرها در کنار پرداختن به سایر موضوعات، مد و فشن را به بحث حجاب وارد کردند و استانداردهایی را بر اساس تفکر خودشان برای حجاب و عفاف در نظر گرفتند. استانداردهایی که با موضوع حجاب آمیخته و در بین مردم ترویج داده می‌شود. صفحات بلاگرهایی که شاید از آنان به عنوان یک بانوی مذهبی یاد شود علاوه بر رعایت حجاب و پوشیدگی لباس، به دنبال ست و هماهنگ کردن روسری، ساق دست، کیف و کفش خود هستند. گروهی که هدف آنها ترویج و تبلیغ حجاب و سبک زندگی اسلامی بود، اما حالا آن روی سکه حجاب استایل‌ها چیز دیگری را نشان می‌دهد. جریانی که منجر به فاصله گرفتن بخشی از اقشار مذهبی از فلسفه حجاب نیز شده و باورهای آنان را هم کمی سست کرده است. برای بررسی بیشتر این موضوع در ادامه با دکتر ریحانه حقانی، مدیر گروه مطالعات زن و خانواده پژوهشکده امر به معروف و نهی از منکر به گفت‌وگو نشسته‌ایم.

خانم دکتر چند سالی هست که برخی از بلاگرها از جمله حجاب استایل‌ها، موضوع حجاب را به حاشیه کشاندند، به نظر شما این افراد چگونه معنای حجاب را تغییر دادند؟

حجاب استایل‌ها در راستای اهداف و موازین شرعی و دینی ما حرکت نمی‌کنند. بحث تبرج و شکل و شمایلی که زن باید بیرون از خانواده داشته باشد توسط حجاب استایل‌ها رعایت نمی‌شود. به گونه‌ای که آنها، خودشان را به شکل جلوه‌گری مدرن دینی به اجتماع عرضه می‌کنند. در صورتی که مواضع دینی به ما می‌گوید، زمانی که بانوان وارد اجتماع می‌شوند در عین حال که می‌توانند فعالیت‌های تاثیرگذار و بسزایی داشته باشند، باید حضور شرعی و ارتباطات‌شان را هم در نظر بگیرند. بنابراین حجاب استایل‌ها در راستا و وجود مواضع دینی ما حرکت نمی‌کنند.

فکر می‌کنید پیاده‌روی اربعین به عنوان یک اجتماع بزرگ، چگونه تحت تاثیر تبلیغات این حجاب استایل‌ها قرار گرفته است؟

حجاب استایل‌ها فراتر از این‌که خودشان چه شکل و شمایلی از فرهنگ و دین ارائه می‌کنند که خیلی هم درست نیست، آسیب‌هایی هم در کنار این موضوع به جامعه وارد می‌کنند.

گاهی اوقات این آسیب‌ها مربوط به خودشان است اما زمانی هم تاثیراتی در یک بازه زمانی خاص همچون اربعین دارد که منجر به تغییر در خرده‌فرهنگ‌ها می‌شود. حجاب استایل‌ها در ایام نزدیک به اربعین حسینی، بانوان را به حجاب و پوششی ترغیب می‌کنند که مد نظر خودشان است. در این راستا هم ویدئو و کلیپ‌های متعددی را تهیه کرده که با مدل‌هایی که هدف‌شان عشوه‌گری و جلوه‌گری است، هیچ تفاوتی ندارند و فقط مدل پوشش‌شان متفاوت است. در پوشش هم به همین صورت یعنی مدل پوشش و چادری که برای اربعین ترویج می‌کنند هم با دلایلی همچون «اربعین سخت می‌شه» و با کنار گذاشتن چادر، آن را تبدیل به عبا کردند.

گویی حجاب استایل‌ها حجاب را به نوعی تجاری‌سازی کرده‌اند، این موضوع چه آسیب‌ها و پیامدهایی به دنبال دارد؟

بسیاری از اوقات حجاب استایل‌ها در صحنه‌ها و مکان‌های دیگر اصلا پوششی ندارند. پس آسیب‌هایی را به سبب تغییر در خرده‌فرهنگ‌ها و سبک زندگی‌ها ایجاد می‌کنند. از طرفی در مباحث فرهنگی و دینی ما هم در حال تغییر دادن مدل‌ها هستند. کم‌کم غیرت دینی را کمرنگ می‌کنند و به جایی می‌رسانند که تا چند سال دیگر هم می‌گویند که پوشش چادر، ضرورتی ندارد. به نظر من حجاب استایل‌ها یک ترفند و یک شبیخون فرهنگی در بین قشر متدین‌اند و خواهان تغییر باورهای دینی و مذهبی آنان هستند که این مورد نیز باید مورد توجه قرار گیرد زیرا ما مخالف زیبایی و کنشگری صحیح در فضای مجازی نیستیم اما این مدل کنشگری درستی نیست.

خانم حقانی از نگاه شما، چه نوع رویکردی در برابر این افراد موثرتر است؟

در حوزه سیاست‌گذاری، مدیران فرهنگی باید حجاب استایل‌ها را کنترل و حتی فعالیت‌های آنان را رصد و هدایت کنند. از سوی دیگر می‌توان از این تهدید به عنوان یک فرصت استفاده کرد. کسانی که به‌عنوان بلاگر فعالیت می‌کنند، اگر به درستی توسط سیاست‌گذاران شناسایی شوند و برای آنان خوراک مناسب در نظر گرفته شود، اتفاقا این افراد می‌توانند بازوهای ترویج دین باشند و در قالب خودشان ذائقه مردم امروزی را ارائه دهند چرا که برخی از همین بلاگرها از تاثیرگذاری بالایی به سبب در اختیار داشتن فضای مجازی برخوردار هستند. اما سیاست‌گذاری و آن هدایت باید به درستی رخ دهد و از طرفی حدود نیز باید رعایت شود. در حوزه فضای مجازی هم طبیعتا افرادی که خطر ایجاد می‌کنند و حدود را زیر پا می‌گذارند باید به لحاظ امنیتی مورد رصد قرار گیرند و با آنان برخورد شود. در مقابل این افراد باید برنامه‌های بانوان و شخصیت‌های شاخص و اثرگذار را به عنوان جلوه و حقیقت‌های یک بانوی تراز دینی، به حجاب استایل‌ها معرفی کرد.

درنگ

تناقض بین حجاب و استایل!

اساسا فلسفه وجودی حجاب برای حفظ حریم، حیا و عفاف است تا روابط بین زن و مرد را تنظیم کند اما مدتی است که شاهد کنار هم بودن حجاب و مد یا استایل در جامعه هستیم؛ در واقع یک نوع پوششی که در قالب حجاب و در کنار حجاب اسلامی از آن استفاده می‌شود. بلاگرها و گردانندگان این صفحات در فضای مجازی، عمدتا دخترانی هستند که جز پوشیدگی، مرز دیگری برای حجاب اسلامی قائل نیستند. آنها دوست دارند در عین پوشیدگی، شیک، جذاب و متفاوت به‌نظر برسند. شاید به همین علت است که درخصوص این موضوع تناقض ایجاد می‌شود. این تلقی ساده‌انگارانه در حقیقت به‌جای تبلیغ حجاب به تحریف بلکه استحاله حجاب می‌انجامد چرا که اساسا تبلیغ هر سبکی از پوشش اسلامی که با هدف بیشتر دیده شدن زن مسلمان صورت پذیرد، خلاف حکم شرعی حجاب است. بسیاری از این حجاب‌استایل‌ها معتقدند همین که مو و بدن دیده نشود، حجاب رعایت شده است. در واقع رنگ و پارچه‌های خاص در کنار آرایش‌های غلیظ به نوع پوشش آنها اضافه و به نام تبلیغ حجاب وارد عرصه شده که این حتی از بدحجابی و بی‌حجابی هم بدتر است. حجاب‌استایل‌ها مرزها و معیارهای حجاب را مخدوش کرده و همین امر باعث می‌شود که گاهی محجبه‌های واقعی نیز نتوانند حجاب و مزایای آن را به‌درستی انتقال دهند؛ چرا که این گونه رفتار حجاب‌استایل‌ها به‌نوعی تضاد یا دوگانگی فرهنگی ایجاد می‌کند. از این‌رو حجاب در تعریف اسلامی فقط اختصاص به پوشیدگی سر و تن ندارد بلکه حجاب در گفتار و رفتار را هم شامل می‌شود. بنابراین کسی را که در ظاهر حدود شرعی حجاب را رعایت می‌کند اما صدایش با ناز، کرشمه و عشوه‌گری همراه است، می‌توانیم مسلمان بنامیم اما محجبه نه.

فراخوان مناقصه عمومی یک مرحله‌ای

مناقصه شماره ۱۴۰۳۰۶۱۸-ن

شرکت صنایع خاک چینی ایران (سهامی عام)

در نظر دارد نسبت به خرید ۵۰،۰۰۰ عدد پالت چوبی

از طریق مناقصه عمومی یک مرحله‌ای و مشخصات فنی مندرج در اسناد مناقصه به شرح ذیل اقدام نماید:

شرکت صنایع خاک چینی ایران (سهامی عام)

۱- مبلغ و نوع سپرده شرکت در مناقصه: مبلغ ۶،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال (شش میلیارد ریال) به صورت ضمانت‌نامه بانکی معتبر با حداقل ۳ ماه اعتبار یا چک تضمین شده بانکی و یا واریز نقدی به حساب مناقصه‌گزار

۲- جزئیات مورد مناقصه وفق مندرجات اسناد مناقصه می‌باشد.

۳- مهلت دریافت اسناد مناقصه از تاریخ انتشار فراخوان تا پایان وقت اداری (ساعت ۱۶) روز پنجشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۶/۰۱

۴- مهلت تحویل پاکت‌ها تا پایان وقت اداری (ساعت ۱۶) روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۶/۱۱

۵- خرید اسناد مناقصه: مبلغ ۱،۰۰۰،۰۰۰ ریال (غیر قابل استرداد) به شماره حساب ۱-۱۱۰-۸۸۴۰۳-۱۶۰۳ بانک پاسارگاد به‌نام شرکت صنایع خاک چینی ایران (سهامی عام) واریز و اصل فیش واریزی جهت دریافت اسناد مناقصه به دبیرخانه کارخانه یا دفتر تهران ارائه گردد.

۶- محل تحویل پاکت‌ها: دبیرخانه محرمانه حراست کارخانه به آدرس: استان آذربایجان شرقی، مرند، کیلومتر ۵ جاده مرند- جلفا، شرکت صنایع خاک چینی ایران، کدپستی ۵۴۳۷۱۶۶۸۶۱، تلفن: ۴-۰۴۱۴۲۳۵۰۷۷۲ و یا دفتر تهران به آدرس: تهران، خیابان آفریقا، بالاتر از چهارراه اسفندیار، خیابان شهید رحیمی، شماره ۲ طبقه ۶، کدپستی ۱۹۶۷۹۱۶۹۷۴، تلفن: ۹-۰۲۱۲۲۰۱۸۱۰۷

۷- زمان گشایش پاکت‌ها روز یکشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۶/۱۸.

۸- هزینه انتشار آگهی به عهده برنده مناقصه خواهد بود.

۹- شرکت در قبول و یا رد پیشنهاد(ها) مختار است.

۱۰- در صورتی که برنده مناقصه یا نفر دوم ظرف مدت مقرر حاضر به انعقاد قرارداد انجام معامله نشود، سپرده آن‌ها به نفع شرکت ضبط خواهد شد.

امور تامین و قراردادها شرکت صنایع خاک چینی ایران (سهامی عام)

فراخوان مناقصه عمومی دو مرحله‌ای همراه با ارزیابی کیفی و تشخیص صلاحیت

مناقصه شماره ۱۴۰۳۰۶۱۹-ن

شرکت صنایع خاک چینی ایران (سهامی عام)

در نظر دارد نسبت به خرید، نصب و راه‌اندازی یک دستگاه سنگ شکن هیدرولیکی مدل ۳۶-۸ و خطوط انتقال مواد به همراه متعلقات و تجهیزات کامل

واجد شرایط از طریق مناقصه عمومی دو مرحله‌ای و مشخصات مندرج در اسناد مناقصه به شرح ذیل اقدام نماید:

شرکت صنایع خاک چینی ایران (سهامی عام)

۱- مبلغ و نوع سپرده شرکت در مناقصه: مبلغ ۱،۰۰۰،۰۰۰،۰۰۰ ریال (یک میلیارد ریال) به صورت ضمانت‌نامه بانکی معتبر با حداقل ۳ ماه اعتبار یا چک تضمین شده بانکی و یا واریز نقدی به حساب مناقصه‌گزار.

۲- جزئیات مورد مناقصه وفق مندرجات اسناد مناقصه می‌باشد.

۳- مهلت دریافت اسناد مناقصه از تاریخ انتشار فراخوان تا پایان وقت اداری (ساعت ۱۶) روز پنجشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۶/۰۱

۴- مهلت تحویل پاکت‌ها تا پایان وقت اداری (ساعت ۱۶) روز شنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۶/۱۷

۵- زمان گشایش پاکت‌ها روز دوشنبه مورخ ۱۴۰۳/۰۶/۱۹

۶- خرید و دریافت اسناد مناقصه: مبلغ ۱،۰۰۰،۰۰۰ ریال (غیر قابل استرداد) بشماره حساب ۱-۱۱۰-۸۸۴۰۳-۱۶۰۳ بانک پاسارگاد به‌نام شرکت صنایع خاک چینی ایران (سهامی عام) واریز و اصل فیش واریزی جهت دریافت اسناد مناقصه به دبیرخانه کارخانه یا دفتر تهران ارائه گردد.

۷- محل تحویل پاکت‌های مناقصه: دبیرخانه محرمانه حراست کارخانه به آدرس: استان آذربایجان شرقی، مرند، کیلومتر ۵ جاده مرند- جلفا، شرکت صنایع خاک چینی ایران، کدپستی ۵۴۳۷۱۶۶۸۶۱، تلفن: ۴-۰۴۱۴۲۳۵۰۷۷۲ و یا دفتر تهران به آدرس: تهران، خیابان آفریقا، بالاتر از چهارراه اسفندیار، خیابان شهید رحیمی، شماره ۲، طبقه ۶، کدپستی ۱۹۶۷۹۱۶۹۷۴، تلفن: ۹-۰۲۱۲۲۰۱۸۱۰۷

۸- هزینه انتشار آگهی به عهده برنده مناقصه خواهد بود.

۹- شرکت در قبول و یا رد پیشنهاد(ها) مختار است.

۱۰- در صورتی که برنده مناقصه یا نفر دوم ظرف مدت مقرر حاضر به انعقاد قرارداد انجام معامله نشود، سپرده آن‌ها به نفع شرکت ضبط خواهد شد.

امور مهندسی تامین و قراردادها شرکت صنایع خاک چینی ایران (سهامی عام)

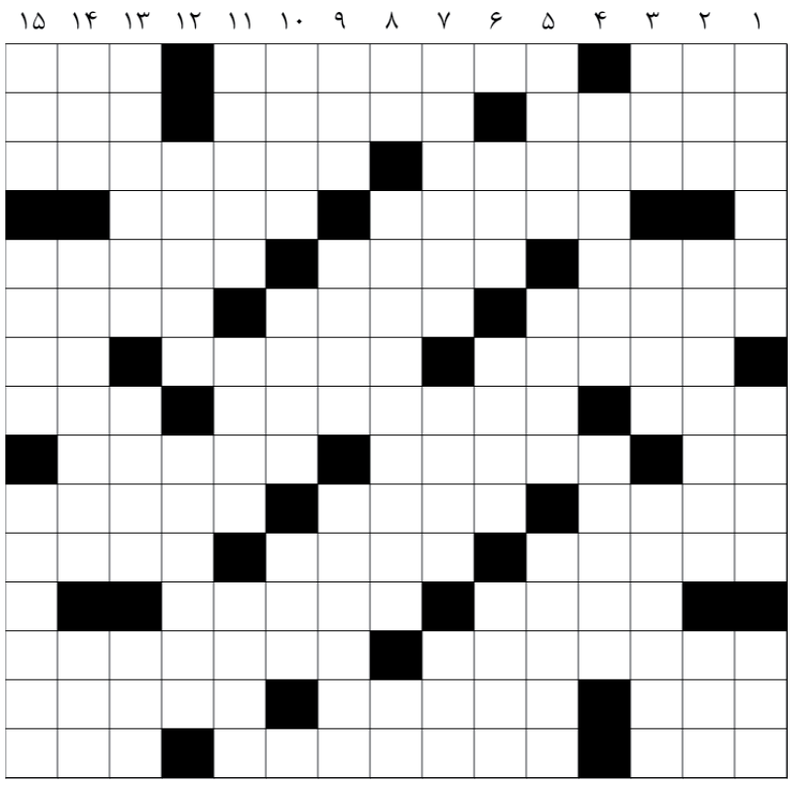
طراح: بیژن گورانی

جدول ۶۷۹۱

جدول عادی

افقی: ۱) پسوند شباهت - نام مادر کوروش هخامنشی - خاطر۲) نوعی آبگوشت - داروی تزریقی - زمین آماده کشت۳) غذای گیلانی با بادمجان - هزارتو۴) برانگیختن - در بیان علت به کار می‌رود۵) جالب توجه - کمربند مسیحیان - ساختن زینت‌آلات طلا۶) ناگزیر - رها - بتن مسلح۷) بالادست - همزمان - ضمیر سوم شخص۸) از اجزای شلوار - مشتاق - فاقد برندگی۹) اشاره به دور - از پوشاک زمستانی - قبیله‌ها۱۰) نامی پسرانه - از واحدهای ذخیره‌سازی اطلاعات در کامپیوتر - ماه میلادی ۲۸ روزه۱۱) پاره‌کردن و چاک دادن - ایستاده و بی‌حرکت - برادر شیرازی۱۲) خوابیده - خوراکی از اسفناج۱۳) گرم‌ترین نقطه زمین - نفیس۱۴) آن سوی سقف - خیابان مشجر - پایان۱۵) سفید مایل به زرد - اتاقک دربسته فلزی برای حمل اجناس - خرده‌سنگ.

عمودی: ۱) فروختن جنس بنجل - پارسا - پرنده‌ای لذیذگوشت۲) کیفر - فیلمی به کارگردانی داریوش مهرجویی - پسوند شباهت۳) شتر عربی - نوعی سس غلیظ - کمترین مقدار۴) کشف‌کردن - اندیشه باطل۵) تشبیه‌شده - شیوه و روش - از سازهای بادی محلی موسیقی ایران۶) رد پا - نزدیک - سرور و آقا۷) نمی‌بیند - زیارت‌کنندگان - گلخن حمام۸) خون - دریاچه‌ای در مرز استان‌های سیستان‌وبلوچستان و کرمان - گوشت آذری۹) سیب انگلیسی - نویسنده - فاقد تازگی۱۰) جانشینان - خردمند - مخفف دیگر۱۱) رشته کوه بلند شمال ایران - پشت سر هم - لقب امپراتوران روم بود۱۲) دوستان - محل فیلمبرداری۱۳) یاری‌کننده - مفید و موثر - واحد اندازه‌گیری طول۱۴) ضمیر اشاره - خیال‌پرداز و احساساتی - بازداشتن۱۵) جلگه - قوم حضرت موسی(ع) - نوعی سوسیس بلند.



جدول ویژه

افقی: ۱) دایه - نوعی پلیمر برای ساخت الیاف مصنوعی - برنج پخته نرم۲) گودی - لقب‌ها - قسمتی از پا۳) شاخه‌ای از خانواده زبان‌های هندواروپایی - اقتصاد۴) آماسیده - زبان بسته۵) عبوس - عصاره غلیظ شده انگور - از پیامبران بنی‌اسرائیل۶) دوره هزار ساله - آهنربا - دشنامگو۷) گازی قابل اشتعال - قلندر - سرای محبت۸) بت - توانایی به‌کارگیری قدرت در میان جمعی - مطهر۹) صدای گوسفند - درخشندگی - نور اندک۱۰) گوشه‌ای در دستگاه ماهور - جوجه اردک همراه پینوکیو - در نزدیکی۱۱) آنچه وجود واقعی دارد - زمین زراعی که آبیاری نمی‌شود - نوعی اسباب بازی۱۲) حمام لاغری - پیامبر ایرانی۱۳) داستانی از جان کریستوفر، نویسنده علمی-تخیلی انگلیسی - فقیر۱۴) فهرست غذای رستوران - سازمان اطلاعات و امنیت پهلوی - به طور یکپارچه۱۵) بادام - طایفه‌ای از قریش - گل ته‌حوض.

عمودی: ۱) خشمگین - روزنامه چاپ ترکیه - نشانه‌ای تغییردهنده در نت‌نویسی موسیقی۲) نوعی کبک - آلبومی با آواز علی رستمیان - خودروی فرانسوی۳) فیلمی ساخته دیوید فینچر - عزاداری - ویژگی سیال ناروان که سخت حرکت کند۴) اشتهار - دو استخوان بالای سینه۵) تخته رنگ - ماه نو - هماهنگی اجزا۶) زادگاه نیما - زاده چارپایان - گازی قابل اشتعال۷) فراوان‌ترین کبوتر - فرزند - شوهر۸) خاندان - رمانی نوشته توماس مان آلمانی - سودای ناله۹) مأمور تقسیم آب - مربوط به هنر - قاره کریستف کلمب۱۰) پول بنگلادش - نوعی ساز بادی - دریدن۱۱) خدایی - قوم حضرت موسی(ع) - سیب‌زمینی ترشی۱۲) سرزنش - کنسرت یک نفره۱۳) نوعی سنگ معدنی که در سنگ‌های آذرین یافت می‌شود - صندوقخانه - با کلید باز می‌شود۱۴) تمام - تذکر - دومین حرف یونانی۱۵) گوارا - پرنده‌ای با پاهای بلند - عاشق و شیدا.

حل جدول عادی ۶۷۹۰

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ر	ا	ه	ر	و	■	ک	ر	ا	ک	ر	■	م	ل	ک
۲	ا	ل	ا	ب	ا	م	ا	■	د	ی	ج	ت	ی	ا	ل
۳	ب	ب	■	ا	ح	ت	ر	ا	م	■	ل	و	ب	ی	ا
۴	ر	س	ل	■	ه	ن	د	ی	ک	م	■	ش	ا	ن	س
۵	و	ی	ه	ی	■	ف	ک	ه	■	د	ع	■	ی	م	■
۶	ک	■	و	ا	ک	ر	■	ا	ژ	ی	ر	■	ن	ب	ا
۷	خ	ر	ا	ب	ی	■	ا	م	ا	ز	و	ن	■	و	ن
۸	■	ا	ن	ی	ل	ی	ن	■	پ	ب	ی	د	ا	ی	ش
۹	ه	ش	■	ل	و	س	ی	و	ن	■	ک	ر	ا	ن	ی
۱۰	ا	ی	ا	■	ی	ا	س	ر	■	ا	ر	س	ی	■	و
۱۱	ج	■	م	ا	ی	و	■	س	ت	م	■	ا	س	ا	ن
۱۲	و	ی	ر	ل	■	ا	ا	د	ر	ی	■	ن	ا	ل	و
۱۳	و	ی	ر	و	س	■	ب	ی	ا	ب	ا	ن	■	ف	ل
۱۴	ا	ت	و	س	ک	و	■	پ	ب	خ	ر	س	ق	ط	ب	ی
۱۵	ج	ا	ه	■	ر	ا	ز	گ	ل	■	ا	ب	ی	ا	ت

حل جدول ویژه ۶۷۹۰

	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰	۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱	ن	ی	م	ک	ت	■	ن	ی	م	ر	خ	■	ر	س	ا
۲	س	ن	ک	ت	ر	ا	ش	■	ا	ت	ش	پ	ا	ر	ه
۳	ی	ب	■	ب	س	ب	ا	س	ه	■	ب	ر	د	ا	ن
۴	م	و	ز	■	ا	ن	د	ر	و	ا	■	ر	ی	ن	ک
۵	و	غ	ی	د	■	م	ر	س	■	ح	ف	و	ا	■	غ
۶	ص	■	ر	ا	م	ا	■	ب	س	ت	و	■	ن	و	ش
۷	ل	ه	ی	د	ه	■	ح	ز	ی	ر	ا	ن	■	ا	ق
۸	■	ا	ن	ر	م	ا	ل	■	ن	ا	ص	ر	ی	ه	■
۹	ه	■	ا	ب	■	س	ا	ل	و	م	ه	■	ی	و	م	ی	ه
۱۰	م	ل	س	■	ن	م	ا	د	■	ی	ل	د	ا	■	م
۱۱	و	■	ر	س	ی	د	■	ی	د	ک	■	ا	ن	م	ی
۱۲	ز	ا	د	ن	■	ی	و	ن	ی	س	ف	■	ی	و	ن
۱۳	ک	و	ا	ت	ر	■	ب	ه	ا	ر	ل	و	■	ا	ک
۱۴	ا	ر	ش	ی	د	و	ک	■	ب	ه	ا	ن	ه	ج	و
۱۵	ه	ا	ی	■	ا	د	م	ی	ت	■	ت	ج	ر	ب	ی