

امروز شما

متولدین فروردین: امروز هر قدر هم که تعداد مسئولیت ها و کارهایی که در انتظاران هستند زیاد باشند، حال و حوصله انجام آنها را ندارند و ترجیح می دهند وقتشان را به تنبلی کردن و یا در بهترین حالت ممکن به تفریح اختصاص بدهند.

متولدین اردیبهشت: امروز فضای اطرافتان خیلی گرم و صمیمی است و این موضوع با شخصیت شما خیلی سازگار است و حالتان را خوب کرده است. با ارتباط برقرار کردن با اطرافیان آرامش و قدرت خودتان را افزایش دهید؛ آنها بزرگترین منبع قدرت شما هستند، پس با آنها با احترام و مهربانی رفتار کنید.

متولدین خرداد: خردادی های عزیز، به جایی که دعوت نشده اید بروید و چیزی که به شما تعارف نشده است را برنارید. احترام به قوانین و حد و مرزها کلید داشتن روابط دوستانه و صمیمی و در عین حال سالم است.

متولدین تیر: امروز روز درخشش شماست، پس به شخصیت واقعبینانه اجازه بدهید تا بدرخشد و خود واقعبینان را از دیگران مخفی نکند. شاید بعضی چیزها پیش بیایند که معادلهتان را به هم می زنند، اما خیلی زود خواهید فهمید این دقیقاً همان چیزی بوده است که لازم داشته اید.

متولدین مرداد: شما باید این واقعیت را بپذیرید که برای فتح های بزرگ باید برخی چیزها را قربانی کرد. کارها همیشه دقیقاً همان طوری که شما می خواسته اید و رویایش را در سر داشته اید پیش نمی روند و این بخشی از واقعیات اجتناب ناپذیر این دنیاست.

متولدین شهریور: هر آنچه که در اطرافتان می بینید و هرچه برایتان اتفاق می افتد تنها انعکاسی از خود شماست و به گفته ها و کرده های خودتان و آنچه در ذهنانتان می گذرد بستگی دارد. اگر بتوانید این واقعیت را بپذیرید خواهید توانست با دنیای اطرافتان ارتباط تازه ای برقرار کنید و نتایج خارق العاده به دست بیاورید.

متولدین مهر: با وجود اینکه ترجیح می دهید سرعت پیشرفت کارها را امروز اندکی کمتر کنید تا بتوانید سر حوصله برنامه هایاتان را دوباره از نظر بگذرانید و تغییرات لازم را در آنها انجام داده و نظم و ترتیبی به اوضاع بدهید، امروز چنین کاری به شما توصیه نمی شود.

متولدین آبان: با دیگران در رویارویی های هدفمندشان همراه شده و در بحث های الهام بخش و انگیزشی شرکت کنید. شما با افکار و اعتقادات خود تنها نیستید و خیلی ها در اطرافتان هستند که طرز فکری شبیه به شما دارند، پس سعی کنید آنها را پیدا کنید و همگام با هم به سوی رسیدن به اهداف و تحقق بخشیدن به آرمان هایاتان گام بردارید، اکنون زمان خیلی خوبی برای شنیده شدن است.

متولدین آذر: از احساس سبکی و انرژی فوق العاده ای که اطرافتان را فرا گرفته است استفاده کنید و با نفس های عمیق شور و نشاط و سرزندگی را به خودتان هدیه کنید. سعی کنید با انجام ورزش هایی مثل یوگا ذهنانتان را آرام و باز کنید تا بتوانید ایده ها و رویاهایی که در درونتان متولد می شوند را با روی باز پذیرا باشید.

متولدین دی: امروز اگر برایتان امکان پذیر است کمی از دیگران فاصله گرفته و در دنیای خیال و رویاهایتان که خیلی هم برایتان خوشایند و لذت بخش است غرق شوید. با خودتان خلوت کنید و تنها به رستوران بروید و یا خودتان را به یک ناهار خوشمزه در یک رستوران خوب دعوت کنید.

متولدین بهمن: امروز در دست گرفتن کنترل اوضاع کمی دشوار به نظر می رسد، پس خودتان را خیلی درگیر این نیکبختی که بخواهید همه چیز را مهار کرده و تحت فرمان خود در بیاورید.

متولدین اسفند: امروز برای شما روزی فوق العاده خواهد بود که در آن کارهای آن که مجبور باشید تلاش زیادی کنید و تقریباً به صورت خودکار رویه راه می شوند، اگر در ارتباط با دیگران ذهنی باز داشته باشید و تفاوت ها را بپذیرید و فکرتان محدود نباشد ارتباطات مهم و موثری با دیگران برقرار خواهید کرد.

گفت و گو با پرستو گلستانی، بازیگر: جراحی زیبایی، سونامی شده است



می گذرانم. نمی گویم دوست و رفیق ندارم، اما بیشتر با خانواده و قتم را سپری می کنم.

نظر شما درباره این همه عمل جراحی زیبایی بازیگران چیست؟

واقعا سونامی است. البته این سونامی فقط مخصوص بازیگران نیست. موضوعی است که گریبان جامعه ما را گرفته؛ چه خانم ها و چه آقایان. این که می خواهند زیبا باشند و این که فکر می کنند اگر جراحی کنند یا تغییراتی در صورتشان بدهند، اتفاق وحشتناکی است.

چطور باید این خلاء را پر کرد؟

مستلزم یک فرهنگ سازی و آگاهی بخشی است که در جامعه باید رخ دهد. از کودکی باید این اتفاق بیفتد. در این زمینه خانواده ها، مدارس و دولت نقش مهمی دارند. باید ببینند چه خوراکی باید به نوجوانان و جوانان بدهند که این حس خلاء را نداشته باشند. وقتی جوان ما از ابتدا از نظر فرهنگ، هنر، موسیقی و مسائل معنوی خالی است، رو به این چیزها می آورد. زیبایی در روح و فکر قشنگ است. این فرهنگ سازی را باید در خانواده و مدارس ایجاد کرد، نه با فشار و زور و زیر منگنه گذاشتن جوان ها. شاید هم جوان ها به دلیل فشارهایی که روی آنها هست، احساس خلاء می کنند. اگر فضای امن برای جوان ها باشد، فکر کنم این نیاز برطرف می شود و دیگر خیال نمی کنند به صرف داشتن زیبایی، می توانند زندگی موفقی داشته باشند، ازدواج موفقی کنند یا انسان موفقی در جامعه شوند.

مساله دیگری که با آن مواجهیم، استفاده بی رویه از شبکه های اجتماعی است.

استفاده از این شبکه ها چیز بدی نیست. شبکه های اجتماعی می تواند خبرساز باشد و همه را در جریان اخبار قرار دهد و افراد از طریق آن می توانند مطالعات خود را گسترش دهند؛ به شرطی که فرهنگ درست استفاده کردن از آن را هم بلد باشند. الان بسیاری از جوان ها در شبکه های اجتماعی وقت تلف می کنند. همه اینها به دلیل این است که فرهنگ استفاده از امکانات نیست. ما یاد نگرفتیم و کسی به ما یاد نداده است. خانواده ها و مدارس شاید بلد نباشند راه و روش درست استفاده کردن از فضاهای مجازی را آموزش دهند، و گرنه فضای مجازی و شبکه ها می توانند به ما کمک کنند. مثل این که ما مانده ایم از ماشین داشته باشیم و این وسیله باید ما را برسد سر کار یا خانه ام اما به جای این که چنین استفاده ای را کنیم، الکی به خیابان بروم و مدام بچرخم.

شما خواهرزاده مرحوم مهدی اخوان ثالث هم هستید. به نظر شما اخوان ثالث به اندازه ای که بایسته باشد، خواننده یا فهم شده است؟

به نوعی بله و به نوعی نه. کلا ادبیات ما، ادبیاتی است که نسل جوان خیلی با آن آشنایی ندارد. نه فقط اخوان، متأسفانه جوان های ما با ادبیات بیگانه شده اند، همان طور که خیام، فردوسی و مولوی را نمی شناسند. این ربطی به یک فرد ندارد و به یک مساله کلی در جامعه تبدیل شده است.

چقدر وقت خود را با خانواده می گذرانید؟

اگر کار نداشته باشم اکثر وقت را با خانواده

خواندنی

روش عجیب ماساژ در ژاپن



در کاهش دردهای عضلانی ناشی از فعالیت های مداوم بدنی و یا کارمندی که ساعت ها با نشست مداوم و عدم تحرک به اصطلاح شوند و دست کم ۲۰ دقیقه در این حالت می مانند به گزارش جام جم آنلاین به نقل از عصر ایران ژاپنی ها معتقدند روش «اتو ناماکی» یا همان «قنناق بزرگسالان» می تواند هم نزدیک و فشرده می شود.

ادعای عجیب زنی که شبیه گربه است؛ حتی پول خرید غذا ندارم!



ژاکلین دایلدنستن زنی است که به دلیل ظاهر گربه مانندش شهرت زیادی پیدا کرده. این زن که حالا به نام زن گربه ای شناخته می شود به دلیل عمل های جراحی پلاستیک و زیبایی این ظاهر عجیب را پیدا کرده.

چون انجام عمل جراحی زیبایی وقتی به اوج رسید که او در سال ۹۹ میلادی در آستانه جدایی از همسرش قرار گرفت. او برای به دست آوردن دل همسرش مدت هاست مبلغ ماهیانه او را قطع کرده اند و او حتی دیگر توان خرید غذا را هم ندارد! حتی اگر قطع شدن مبلغ ماهیانه او درست باشد ادعای او مبنی بر ناتوانی در خرید غذا بسیار عجیب به نظر می رسد. او زنی ثروتمند است، این را نفقه ۹۰ هزار پوندی در ماه نشان می دهد. حتی اگر این مبلغ قطع شده باشد او در این مدت هرگز چیزی پس انداز نکرده است؟ بسیاری بر این عقیده اند که ژاکلین دایلدنستن به دلیل عمل های جراحی پلاستیکی تا حدودی دچار زوال عقل شده به خصوص اینکه چهره او چهره طبیعی یک انسان نیست.

کمال تبریزی: به حذف «جناب خان» از «خندوانه» راضی نشوید

کمال تبریزی از حضور بازیگران جدید در فاز سوم مجموعه تاریخی «سرزمین کهن» خبر داد و درباره وقعه ای که در پخش این مجموعه پیش آمد، به بیان نکاتی پرداخت.

این کارگردان و تلویزیون همچنین خواستار بازگشت جناب خان به «خندوانه» شد و گفت: منصفانه باید گفت اگر ایشان نباشند برنامه دچار خسارت جدی خواهد بود و مثل این است که بخشی از قلب و مغز کسی را برداشته باشند! جسارتا به نمایندگی از سوی مخاطبان «خندوانه» تقاضا می کنم حضور جناب خان را جدی بگیرند و به سادگی راضی به حذف او از برنامه نشوند! کمال تبریزی در پاسخ به اینکه علت وقفه در پخش سریال «سرزمین کهن» چیست؟ اظهار کرد: در واقع وقعه ای وجود ندارد. قاعده تلویزیون بر این است که همزمان دو پروژه و سریال پرهزینه را در دستور کار پخش قرار ندهد؛ بنابراین سریال «سرزمین کهن» که می بایست سالها پیش به اتمام و پخش می رسید، با همت مدیران کاربلد و نکته سنج سابق سازمان سیما چنان به تعطیلی کشانده شد که حالا باید منتظر اتمام پخش کارهایی باشد که خیلی بعد از آن شروع شده و به پایان خواهند رسید! این کارگردان در پاسخ به اینکه آیا تلویزیون همچنان نگران پخش این سریال تاریخی است و حساسیت در پخش این سریال همچنان محل مناقشه است؟ توضیح داد: موضوع فیلمنامه به نحوی است که این حساسیت را به طور طبیعی ایجاد می کند و سالم ماندن سریال در مرحله پخش نیاز به سعه صدر بیشتری از سوی مدیران دارد که امیدوارم با توجه به سوابق پروژه و اظهار نظر مساعد صاحب نظران معتبر در خصوص آن و البته تغییراتی که در صداگذاری خواهیم داشت [!] مرحله پخش آن با کمترین میزبانی روبرو شود و مردم بتوانند برای یک بار هم که شده نسخه اصل یک پروژه تلویزیونی را آنچنان که در ابتدا به تصویب و مرحله ساخت رسیده است؛ ببینند! تبریزی در پاسخ به اینکه آیا بازیگران جدیدی قرار است به مجموعه سرزمین کهن اضافه شوند؟ گفت: بازیگران جدید به پروژه اضافه شده و مرحله انتخاب بازیگران اصلی در فاز ۳ به پایان رسیده است. خانها گلچهره سجادی، پرویش نظری، لیلیا برخوردار، عطیه غبیشاوی و آقایان سعید

از نگاه دوربین: بخش خشت و کنار تخته عکس: داود کشاورز

