

امروز شما

فروردین: این روزها دوست دارید زمان بیشتری را به مطالعه کتاب اختصاص دهید. این کار نه تنها شما را سرگرم خواهد کرد، بلکه اطلاعاتتان را نیز افزایش خواهد داد. پس بر این عادت خود تا می توانید پافشاری کنید زیرا از هر لحاظی به نفع تان است.

اردیبهشت: می خواهید فردی را ملاقات کنید اما دودل هستید که به او این پیشنهاد را بدهید یا خیر. توصیه ما این است این کار را کمی به تأخیر بیندازید زیرا در حال حاضر شرایط او چندان مساعد نیست و امکان شنیدن جواب منفی از او زیاد است. با کمی صبر همه چیز طبق خواسته شما پیش خواهد رفت.

خرداد: به زودی به یک میهمانی، که شاید از طرف یکی از همسایگان تان باشد، دعوت می شوید. در این میهمانی با افراد زیادی ارتباط برقرار خواهید کرد و دوستان زیادی خواهید یافت. هر چه بیشتر در بحث ها شرکت کنید، بیشتر به نفع تان خواهد بود.

تیر: مدتی است که منتظر تغییری در زندگی تان هستید اما به زودی شرایط به نفع شما تغییر می کند. مدت هاست به فکر ایجاد تغییری در زندگی تان هستید اما جرأت برداشتن قدم های اول را نداشتید. دوستی سر راه شما قرار می گیرد و انگیزه لازم را به شما می دهد.

مرداد: امروز روز فوق العاده ای برای بیرون رفتن از خانه و خرید لباس است. کارهای تان را رها کنید و به زندگی تان کمی هیجان بدهید. به زودی شخصی به شما علاقمند خواهد شد، قبل از هر جوابی به او، علاقه فکر کنید و تمام جوانب را در نظر بگیرید تا تصمیمی به سراغ تان نیاید.

شهریور: رک بودن یکی از خصوصیات بارز شماست اما امروز کمی تغییر رویه می دهید و الگوهایی را که برای خود ساخته بودید، زیر پا می گذارید. ترجیح می دهید قبل از بیان کلمات آنها را به خوبی بسنجید.

مهر: مدتی است با عشق زندگی تان تنها نبوده اید. پیشنهاد می کنیم که با او تماس بگیرید و یک قرار ملاقات عاشقانه بگذارید. در این گفتگو چیزهایی خواهید شنید که خوشحالی تان را تکمیل خواهد کرد.

آبان: به فکر تغییر شغل هستید تا نه تنها درآمدتان را افزایش دهید بلکه کاری بیابید که واقعاً به آن علاقه دارید. توصیه ما این است که این راه را حتماً دنبال کنید چون پیشرفت تان قطعی است.

آذر: برای خودتان هم عجیب است اما امروز پر از عشق هستید طوری که با شریک زندگی تان طور دیگری رفتار می کنید. طرز فکر، احساسات و خواسته های او برایتان اهمیت یافته و دوست دارید بیش از همیشه با او در ارتباط باشید.

دی: این روزها مهربانی در خانه شما برپاست و شما به خوبی می توانید با دیگر اعضای خانواده تان ارتباط برقرار کنید. شاید این حالت برایتان کمی عجیب به نظر آید اما لحظات خوبی را برای شما به ارمغان خواهد آورد.

بهمن: امشب در یک مراسم شرکت خواهید کرد اما تمایلی به حرف زدن ندارید. ترجیح می دهید که گوشه ای بنشینید و حرف های دیگران را بشنوید. آنچه برایتان اهمیت دارد، آرایش است نه بحث یا دیگران. خیر خوبی در راه است که شرایط مالی شما را تغییر خواهد داد.

اسفند: با یکی از دوستان تان حرف تان شده اما او امروز شما را با هدیه ای سورپرایز خواهد کرد. اگر چه هدیه او کوچک است اما ارزش زیادی برایتان دارد. این اتفاق ارتباط شما را بیشتر از قبل و سوء تفاهم هایی را که برایتان پیش آمده بود، به کل برطرف خواهد کرد.

گفت و گو با شراره رخام؛ بهترین گزینه برای اهدای عضو هستیم



پیردازند؟
اول تمرکز روی جامعه است. همکاران ما صاحب فکر و اندیشه هستند و هر یک سفرای فرهنگی محسوب می شوند. اما هماهنگ کردن آنها به دلیل حضورشان در پروژه های مختلف سخت است. مثلاً من خودم باید می رفتم خارج از کشور، اما مجبور شدم به خاطر فعالیت های ورزشی سفرم را لغو کنم. نمی توانم روزی که بازی دارم در تیم فوتسال هم باشم. هماهنگ کردن بازیگران هم به دلیل این که در فیلم های مختلف حضور دارند، سخت است.

عشق شما به ورزش به چه زمانی برمی گردد؟

از بچگی ورزشکار بودم. پدرم به دلیل ابتلا به دیابت سکنه مغزی کرد. در عرض سه روز فوت کرد. اول به کما رفت و بعد هم متأسفانه فوت کرد. پدرم از ورزشکاران قدیمی بود. قدیم ها ورزش باستانی بود. من هنوز عکس پدرم و جهان پهلوان تختی را دارم. یاد هست در مدرسه یک دستم شکسته بود اما با یک دست شکسته والیبال بازی می کردم. یک بار در یک سخنرانی در دانشگاه شهید بهشتی گفته بودم من مورد مناسبی برای اهدای عضو هستم، چون همه اعضای داخلی من سالم است. خدا کند زودتر تا بمریم تا اعضای بدنم به دیگران اهدا شود. اگر اعضای بدنم به فردی اهدا شود به نظر ۲۰۰ سال عمر می کند.

شما بجز بازیگری، در دانشگاه زبان روسی هم خوانده اید. هیچ وقت از رشته تحصیلی تان بهره ای برده اید؟

من دو لیسانس نامربوط گرفتم؛ یکی مترجمی روسی و یکی کارگردانی و بازیگری. طرح من این بود بروم مسکو در زمینه پزشکی درس بخوانم. پدرم گفت قدری تحقیق کنم. هدف این بود که پزشک شوم، اما بعد بازیگر شدم.

هنوز هم چیزی از زبان روسی در خاطراتان مانده است؟
زبان بسیار فراری است، حتی در انگلیسی هم فراموش می کنید. روسی زبانی سخت است. من خیلی از لغات را فراموش کردم. مگر بروم مسکو و دوباره یادآوری شود. اما به طور کل دیگر از آن استفاده نکردم.

شراره رخام بازیگر سینما، تلویزیون و تئاتر است. آن هنرمندان ورزش دوست و ورزشکار است. او همزمان در چند تیم ورزشی بانوان هنرمند عضویت دارد و کاپیتان تیم های فوتسال و والیبال هم هست. او معتقد است خدا این بدن را به ما امانت داده است و هر چه بیشتر مراقبش باشیم، بیشتر خدا را شکر کرده ایم. با این هنرمند گفت و گویی انجام داده ایم که در ادامه می خوانید.

از آخرین فعالیت های تان برای مخاطبان ما بگویید.
بازی در یک فیلم با عنوان «۳۶۰» درجه به کارگردانی حامد شایسته و تهیه کنندگی محسن کبیری را به پایان رساندم. ضمن این که در تیم های ورزشی هنرمندان هم فعالیت دارم. از جمله در تیم های فوتسال و والیبال و بهکاپ هنرمندان را داریم. در تیم های فوتسال و والیبال افتخار کاپیتانی تیم را دارم. همین طور تیم تنیس روی میز بانوان هنرمند را جدیداً راه اندازی کردیم و قرار است مسابقات بین المللی داشته باشیم. تصمیم داریم تیم موتورسواری را راه اندازی کنیم، که فعلاً در حال مذاکره با حامی مالی هستیم. سریالی به اسم «چهارسو» را هم برای پیش از شبکه سه بازی کردم که دقیقاً نمی دانم چه زمانی پخش می شود. برای تئاتر هم نمایشی را پیش رو دارم که قرار است حداقل یک ماه روی صحنه باشد؛ نمایشی بسیار تأثیرگذار که همه بازیگران آن از بانوان هستند. فیلم «آرزوهای ناتمام» هم فیلمی بود که تهیه کنندگی

خبرگزاری

انتقاد برد پیت از ترامپ به زبان طنز



برد پیت با حضور در نقش کارشناس هواشناسی به زبان طنز نقاط مختلف جهان روی نقشه اعلام کرد که در تمام نقاط دمای هوا افزایش خواهد یافت. او در پاسخ به پرسش مجری درباره پیت با حضور در برنامه جیم جفری همه را غافلگیر کرد. «آینده ای وجود ندارد» به این ترتیب برد پیت به زبان طنز از سیاست های محیط زیستی دونالد ترامپ و تصمیم او برای خروج از معاهده پاریس انتقاد کرد. برد پیت در حال تبلیغ فیلم جدیدش در همکاری با تفلیکس است. برد پیت در این فیلم با نام «ماشین جنگ» نقش یک ژنرال چهار ستاره ارتش آمریکا را بازی می کند.

دوربین که به سمت کارشناس هواشناسی چرخید همه غافلگیر شدند چرا که برد پیت را در قامت کارشناس هواشناسی روبه روی نقشه ای از جهان دیدند، که حرارت در سراسر آن قابل مشاهده بود.

دستمال توالت ۶ میلیارد تومانی!



به گزارش جام جم آنلاین، یک عیار ساخته شده، عرضه کرده کمپانی استرالیایی نوعی دستمال که ثروتمندان جهان بتوانند از آن توالت که تماماً از طلای ۲۴ استفاده کنند!

از نگاه دوربین: تابستان، گرما، پرندگان، آب و مهربانی با طبیعت



گزارش سان و دیلی میل از قلعه جوقین؛ بانوان نینجای ایران

احترام بگذارند. کارآموزان یاد می گیرند از سلاح هایی مانند کمان، شمشیر، نانچیکو و شوریکن استفاده کنند.

تپه جوقین از جمله آثار باستانی دوران ساسانی در شهریار است. قلعه ای عظیم که با همه عوامل ویرانگر مقابله کرده و با عظمت و شکوه دیرینش استوار مانده است. تپه و قلعه جوقین در ۱۰ کیلومتری جنوب غرب شهریار در شهر وحیدیه واقع شده است.

تپه جوقین یکی از مهم ترین و بزرگترین بناهای خشتی منطقه است که برج و باروهای آن و مصالح و خشت های استفاده شده در آن آثار معماری پیش از اسلام را نشان می دهد. سفالینه های کشف شده در تپه جوقین نیز نظر به اینکه هیچکدام از آن ها دارای لعاب نیست حائز اهمیت دیرین و سپس به ورزش نینجوتسو شناسانه است.

کیلومتری) تهران آموزش های لازم را برای مقابله با دشمنان می بینند.

بنا به این گزارش باشگاهی که این نینجاکاران در آن آموزش می بینند در سال ۱۹۸۹ (۱۳۶۷ شمسی) تأسیس شد و در ۲۵ مایلی تهران در «قلعه جوقین» واقع شده است. این باشگاه ۴ هزار کارآموز زن دارد که در آینده به نینجاکارهای حرفه ای تبدیل می شوند. آنها یاد می گیرند از دیوارها بالا بروند و پایین بپرند، در کوه ها پنهان شوند و با دشمنان مبارزه کنند.

به گزارش جام جم آنلاین، پایگاه نشریه «سان» و روزنامه «دیلی میل» تصاویری از زنان ایرانی که برای تبدیل شدن به نینجاهای حرفه ای تمرین می کنند را منتشر کرده این زنان تمرینات نظامی و حرفه ای را با سلاح های مرگبار انجام می دهند. در مطلب منتشر شده این رسانه ها آمده است زنان نینجای ایرانی در حالی که پوشش کامل اسلامی دارند در ۲۵ مایلی (۴۰

به عقیده یکی از مربیان هنر رزمی «نینجوتسو» در ایران، این هنر به دلیل حفظ تعادل میان ذهن و بدن انسان برای زنان مناسب است. در ایران خدمت سربازی برای مردان از ۱۸ سالگی اجباری می شود؛ اما زنان از خدمت اجباری معافند. به همین دلیل وجود مراکز برای آموزش نینجاهای زن مفید خواهد بود.

این مربی می گوید: «مهم ترین درس ها در هنر نینجوتسو احترام و فروتنی هستند». این زنان ابتدا می آموزند به خود و موجودیشان و سپس به ورزش نینجوتسو

باشگاهی که این نینجاکاران در آن آموزش می بینند در سال ۱۹۸۹ (۱۳۶۷ شمسی) تأسیس شد و در ۲۵ مایلی تهران در «قلعه جوقین» واقع شده است. این باشگاه ۴ هزار کارآموز زن دارد که در آینده به نینجاکارهای حرفه ای تبدیل می شوند. آنها یاد می گیرند از دیوارها بالا بروند و پایین بپرند، در کوه ها پنهان شوند و با دشمنان مبارزه کنند.

به گزارش جام جم آنلاین، پایگاه نشریه «سان» و روزنامه «دیلی میل» تصاویری از زنان ایرانی که برای تبدیل شدن به نینجاهای حرفه ای تمرین می کنند را منتشر کرده این زنان تمرینات نظامی و حرفه ای را با سلاح های مرگبار انجام می دهند. در مطلب منتشر شده این رسانه ها آمده است زنان نینجای ایرانی در حالی که پوشش کامل اسلامی دارند در ۲۵ مایلی (۴۰