

امروز شما

فروردین
امروز دوست دارید در خانه بمانید، شاید به دلیل خستگی باشد، شاید هم به خاطر کارهایی که روی سرتان تلنبار شده است، در هر صورت از ارتباط برقرار کردن با دیگران نیز گریزانید و ترجیح می دهید که زمان خود در تنهایی بگذرانید.

اردیبهشت
شوکه نشوید از این که امروز به طور ناگهانی یکی از دوستان یا همکاران قدیمی تان را ملاقات کردید. این دیدار تأثیر زیادی روی شما می گذارد و باعث می شود که به روزهای رفته بیشتر بیاندیشید. شاید هم باعث شود که از شرایط کنونی تان ناامید شوید و خودتان را برای کوتاهی هایی که کرده اید، سرزنش کنید.

خرداد
اگر چه شما علاقه زیادی به شریک زندگی تان دارید اما گاهی رفتار تان خلاف این را ثابت می کند، شاید بد نباشد کمی بیشتر به رفتارهایتان بیاندیشید تا سوء تفاهمی رخ ندهد.

تیر
دوستی با شما تماس می گیرد و شما را به جایی دعوت می کند. سعی کنید با تمام مشغله هایی که دارید، به او پاسخ مثبت دهید. زندگی شما احتیاج به یک تنوع دارد که آن را در کنار دوستان تان به دست خواهید آورد.

مرداد
برای رابطه عاطفی تان نقشه ها کشیده اید اما برای رسیدن به آنها باید موانع زیادی را پشت سر بگذارید. البته این موانع به سختی آنچه در ذهن شما می گذرد، نیست. در نهایت با اعتماد به نفس به توانایی های تان تمام موانع را رد خواهید کرد و به مراد دلتان خواهید رسید.

شهریور
امروز نتیجه سختی هایی که در کلاس های تان گذرانده اید را خواهید گرفت. بالاخره سخت کوشی های تان در محیط کار جواب می دهد و شما به درجات بالاتری خواهید رسید. اگر همین گونه ادامه دهید به زودی مدیر یک شرکت خواهید شد.

مهر
اخیرا به صحبت کردن با شریک زندگی تان تمایلی ندارید. شاید حوصله بحث های جدی را نداشته باشید، اما بدانید که عاقبت خوبی ندارد. صحبت کردن صمیمیت را به رابطه شما باز می گرداند.

آبان
اگر مجرد هستید، تمام نشانه ها حاکی از آن است که به زودی نیمه گمشده تان را پیدا می کنید. این فرد شاید توسط یکی از دوستان تان به شما معرفی شود شاید هم یکی از دوستان قدیمی تان باشد که این بار با زاویه دید دیگری رابطه با او را آغاز خواهید کرد.

آذر
اگر چیزی از نظر شما اشتباه است، دلیلی ندارد که برای دیگران هم غلط باشد. اصرار بیش از حد شما برای فهماندن آنها تنها موجب سوء تفاهم می شود. پس تمرکزتان را روی زندگی خودتان بگذارید.

دی
تمام چیزی که برای از بین بردن مشکلات روابط عاطفی تان احتیاج دارید کمی اعتماد است. بی اعتمادی شما به شریک زندگی تان باعث بحث های زیادی بین تان شده که بهتر است هر چه زودتر به آن خاتمه دهید، البته اگر رابطه تان را دوست دارید.

بهمن
اگر تمام تلاش تان را به کار گیرید، زودتر از آنچه فکرش را بکنید به مراد دلتان خواهید رسید. پس حتی اگر مجبورید که شب ها بیدار بمانید، این کار را انجام دهید، هیچ تلاشی بی نتیجه نخواهد ماند. دوستی قدیمی بار دیگر بر سر راهتان سبزی می شود و با حضور سبزی و شادابی را به زندگی شما برخواهد گرداند.

اسفند
شما پر از انرژی و خوش بینی هستید. امروز هر آنچه اراده کنید را می توانید انجام دهید بنابراین دست به کار شوید و از این زمان نهایت استفاده را به خصوص در زمینه شغلی بکنید.

خواندنی

مردی ۲۰ سال است لباس خواهرش را می پوشد



مرگ دخترش دچار بیماری روانی شد نقش خواهر از دست رفته اش را برای مادر بازی می کند. وی گفته است که «بار اولی که لباس خواهرم را پوشیدم مادرم خیلی خوشحال شد و از آن به بعد ۲۰ سال با پوشیدن لباس های خواهرش نقش او را برای مادرش بازی می کرد.

یک مرد چینی برای کمک به مادر خود که دچار اختلال روانی است، ۲۰ سال لباس خواهرش را می پوشد.

به گزارش جام جم آنلاین، این مرد چینی برای کمک به مادر مبتلا به بیماری روانی اش به مدت ۲۰ سال با پوشیدن لباس های خواهرش نقش او را برای مادرش بازی می کرد.

بر اساس گزارش تلگراف، نام این مرد چینی که به خواسته خودش فاش نشده در «گولین» (Guilin) در منطقه «گوانگژی» (Guangxi) زندگی می کند. وی از زمانی که مادرش به دلیل «شوم»

این خانم ۷۹ ساله مسن ترین راننده فرمول یک است

رز ماری اسمیت با ۷۹ سال مسن ترین راننده فرمول یک به شمار می رود.

به گزارش جام جم آنلاین، علاقه به رقابت های اتومبیلرانی و به خصوص فرمول یک سن و سال نمی شناسد. حالا رز ماری اسمیت ۷۹ ساله به عنوان یکی از پر و پا قرص ترین هواداران رقابت های فرمول یک مسن ترین راننده تاریخ این رقابت ها نیز به شمار می آید. رز ماری در سال ۱۹۳۶ در شهر دوبلین ایرلند به دنیا آمده است. نکته بسیار جالب درباره این بانوی ایرلندی این است که تا ۶۰ سالگی به کار دیگری مشغول بود و مالکیت یک فروشگاه لباس در دوبلین را بر عهده داشت اما علاقه او به فرمول یک باعث شد تا به طرف این رقابت ها کشیده شود.

او می گوید: «هیچ تصور را نمی کردم که بالاخره این فرصت نصیب من شود تا بتوانم به راننده

فریده سپاه منصور، بازیگر سینما و تلویزیون: هر صبح رو به آینه لبخند بزنیم

می کنند. اگر کمی از تجملات و خرج های بیهوده کم کنیم شاید لازم نباشد شبانه روز کار کنیم و حتی فرصت چند ساعت با هم بودن را هم از دست بدهیم.

و این را اسمش را می گذاریم در جستجوی زندگی بهتر؟

این روش اصلا زندگی بهتر نیست، داریم با خودمان لج می کنیم و با خواسته های قلابی از خودمان انتقام می گیریم. می گویند پول نداریم، حقوق کارمندی جواب زندگی را نمی دهد، اما اگر دقت کنیم، می بینیم با حقوق کارمندی بچه خود را می فرستند مدرسه غیرانتفاعی که پسر را به فامیل بدهند. حتی در نحوه آموزش بچه ها دچار چشم و هم چشمی شده ایم. مگر مدارس غیرانتفاعی چه کاری انجام می دهند که مدارس دولتی نمی کنند. چرا



حرف های خود را به آنها می گویند، وقتی بزرگ می شوند با اقوام و اطرافیان هم ارتباط خوبی خواهند داشت. باید به بچه ها این اعتماد و اطمینان را داد که همه مشکلات خود اعم از اقتصادی، اجتماعی و... را در خانواده مطرح کنند. باید برای بچه ها گوش شوا داشت. فرزندان که در محیط خوب خانوادگی بزرگ می شوند زیاد دنبال دوست و رفیق در بیرون از چارچوب خانواده نیستند. شاید پدر و مادر در خانواده هایی که ارتباط خوبی باهم دارند، از نظر فناوری و ارتباطات امروزی از بچه ها عقب تر باشند اما فرزندان مقابل والدین شورش و بی احترامی نمی کنند.

گفتید برای داشتن زندگی بهتر نباید سخت گرفت. اما مردم امروزی جامعه ما عصبانی هستند و با تلنگری از کوره در می روند، با این خشم پنهان و آشکار چه باید کرد؟

اگر مرد و زنی اصلا درآمد ندارند، ایراد و مشکل از خودشان است. اما باید یاد بگیرند که درآمدشان را چطور مدیریت کنند. نمی توان با حقوق مثلا ماهی صد هزار تومان، ماهی یک میلیون تومان هزینه کرد. به نظرم ما بیش از آن که با واقعیت زندگی کنیم با توهم روزگارمان را سپری می کنیم. مخارج زندگی را بیهوده زیاد کرده ایم. یاد بگیریم این اضافات را دور بریزیم و بار خودمان را در زندگی سبک کنیم تا راحت تر پیش برویم. لذت های زندگی را کشف کنیم و یاد بگیریم حال خودمان را با واقعیت های ملموس و دست یافتنی و همه دماغشان را عمل می کنند. وارد مسابقه ای می شویم که آخرش برنده ای ندارد. برای تأمین تریج زندگی، زن و مرد چهار جا کار

همیشه لبخند می زند و زمان صحبت کردن کلمات را به دقت انتخاب می کند، همین نشان می دهد کتاب بسیار خوانده و دایره واژگانی که در ذهن دارد، زیاد است.

فریده سپاه منصور سال هاست نقش های مختلف را به زیبایی بازی می کند. نقش هایی که به یادمان مانده است؛ از فیلم سینمایی هممان مامان بگیر تا کتاب قانون و سریال مرگ تدریجی یک رویا.

با سپاه منصور هم صحبت شدیم تا برآیم از احساس رضایت از زندگی بگویید.

من چند باری زندگی شما را از نزدیک دیدم معمولا حالتان خوب است و سرحال هستید، حال خوب را چطور می شود، پیدا کرد؟

زندگی را ساده بگیریم!

اما گاهی زندگی سخت می شود و ساده نمی گزید؟

بخشش به این مربوط است که نگاه ما به زندگی چگونه باشد. همه چیز از درون به بیرون است. تجربه ۷۰ سال زندگی به من ثابت کرده که شرایط زندگی کاملا بستگی به این دارد که ما چطور می بینیم. حضرت حافظ می گوید: «گفت آسان گیر بر خود کارها کز روی طبع / سخت می گردد جهان بر مردمان سخت کوش».

اگر برای نداشته ها سخت بگیریم، زندگی بسیار دشوار خواهد شد. اگر درگیر چشم هم چشمی، پخل، حسد و... نشویم زندگی زیبایی هایش را به ما نشان می دهد.

بخشی از این نوع نگاه به تربیت خانوادگی بستگی دارد؟ این که ما خانواده چه چیزهایی را برای ما ارزشمند کرده و به ما عزت نفس را آموخته است؟

به این گفته چندان اعتقاد ندارم! آدم ها در مسیر زندگی به جایی می رسند که خوششان باید برای زندگی شان تصمیم بگیرند. همیشه نمی توان اتفاقات خوب و بد زندگی را به خانواده ربط داد. وقتی بزرگ می شوی باید بنشین و خودت آنچه را از جاهای مختلف (خانواده، مدرسه، جامعه و...) کسب کرده ای، سبک و سنگین کنی و به این نتیجه برسی که با کدام می توانی زندگی بهتری برای خودت بسازی. اثرات تجربه های زندگی در ذهن ما باقی می ماند اما یک جایی باید از خودت بپرسی من قرار است چگونه آدمی باشم؟ چه راهی بروم و به کجا برسم.

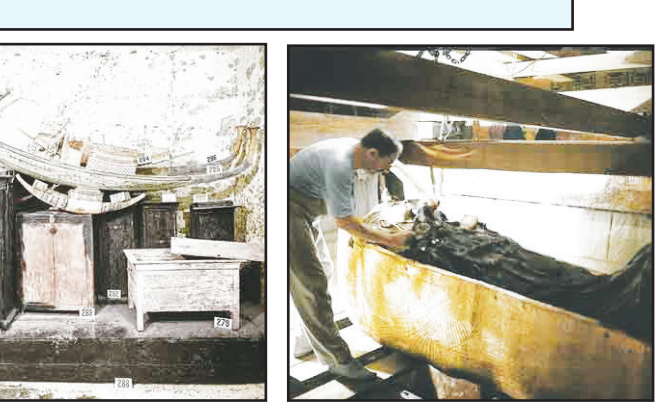
عکاس: محمدرضا نوکام



کازرون - گل کاسنی



تصاویر دیدنی از کشف مقبره فرعون و اشیاء داخلش



به تازگی تصاویری کمتر دیده شده از مقبره فرعون توت عنخ آمون منتشر شده است که برای نخستین بار در سال ۱۹۲۲ کشف شد و اشیاء داخلی آن نیز بی نظیر بوده است.

به گزارش جام جم آنلاین، در اوایل قرن بیستم، هاوارد کارتر مصرشناس انگلیسی، سال ها در یک محل دفن سلطنتی واقع در ساحل غربی شهر باستانی تیس مصر به کاوش مشغول بود. زمانی که کارتر در سال ۱۸۹۱ به مصر رسید، متقاعد شد که حداقل یک آرامگاه ناشناخته از توت عنخ آمون کوچک وجود دارد که