

## امروز شما

**فروردین**  
اگر امروز کسی شما را به خاطر کارهایتان مورد انتقاد قرار دهد به شدت عصبانی شده و واکنش نشان خواهید داد، تا جایی که ممکن است تصمیم بگیرید خودتان را از تمام فعالیت‌های گروهی کنار بکشید، اما تسلیم شدن در حال حاضر اصلاً بهترین راه حل محسوب نمی‌شود.

**اردیبهشت**  
امروز شاید مخفی کردن نیازهایتان به نظر خودتان سیاست قابل اعتمادی باشد. شما فکر می‌کنید که اگر در مورد این که واقعاً چه می‌خواهید صحبت نکنید همه فکر خواهند کرد که همه چیز دارد به خوبی و طبق نقشه‌هایتان پیش می‌رود.

**خرداد**  
امروز شما آتقدر آرام هستید که دیگران نمی‌توانند به آنچه دارد در درونتان می‌گذرد پی ببرند. در واقع شما ترجیح می‌دهید به جای این که وقتتان را با توضیح خواسته‌هایتان به دیگران تلف کنید خودتان برای به دست آوردن آنها دست به کار شوید.

**تیر**  
امروز احساس می‌کنید که انگار در یک دام گرفتار شده‌اید. از طرفی دوستانتان سعی دارند شما را تحت تأثیر قرار داده و به سمتی که خودشان می‌خواهند بکشانند، از طرفی هم خانواده‌تان شما را با باورهای دیگری پرورش داده‌اند و انتظار دارند که به آنها وفادار باشید.

**مرداد**  
امروز شما ترجیح می‌دهید که فقط بر اساس برنامه‌های خودتان پیش بروید، زیرا برنامه‌های دیگران به نظرتان خیلی مسخره و بی‌معنی می‌آیند. شاید تصمیم بگیرید که با یکی از همکاران خود به طور مشترک کار کنید، اما خیلی زود و با دیدن تفاوت‌های زیادی که در اهدافتان وجود دارند بیخیال این کار خواهید شد.

**شهریور**  
شما در حال حاضر علاقه‌ی چندانی ندارید که در مورد مسائل حرفه‌ای خود با کسی صحبت کنید، نه اینکه از کار خودتان خجالت بکشید و یا چیزی وجود داشته باشد که بخواید از دیگران مخفی کنید، فقط دوست دارید زندگی شخصی و حرفه‌ای‌تان از هم جدا باشد و چه خوب یا چه بد، شخصیتان از روی کارتان مورد قضاوت قرار نگیرد.

**مهر**  
تسلطی که شما روی ذهن و افکار خود دارید و توانایی‌تان در حفظ نظم در راه رسیدن به اهدافتان واقعاً تأثیرگذار است. دیگران هم شما و تلاش‌هایتان را بیش از هر زمان دیگری تأیید و تحسین می‌کنند.

**آبان**  
امروز بین شما و عشقتان فاصله افتاده است و هیچ کدام از شما هم حاضر نیست کوتاه بیاید و تسلیم شود. اگر بخواید همین قدر سرسخت بمانید هیچ راه حلی برایتان وجود نخواهد داشت. سعی کنید راه میانه‌ای پیدا کنید که هر دو طرف را حداقل تا حدودی راضی نگه دارد.

**آذر**  
امروز هر چیزی به غیر از کار کردن توجه شما را به خود جلب می‌کند و برایتان جذاب و هیجان‌انگیز است. اگر می‌خواهید زودتر کارهایتان تمام شوند و بتوانید به کارهایی که دوست دارید برسید بهتر است از صبح خیلی زود دست به کار شوید.

**دی**  
امروز برای شما روز دشواری خواهد بود و شما احساس می‌کنید که تحت فشار هستید. کارهایی هستند که باید انجام دهید اما تردید و دودلی ذهن شما را به خود درگیر کرده‌اند و نمی‌گذارند آن طور که می‌خواهید کارهایتان را پیش ببرید.

**بهمن**  
امروز دیگران برای به دست آوردن آنچه می‌خواهند با اصرار و پافشاری خود شما را خسته خواهند کرد، اما شما به هیچ وجه نمی‌خواهید آتقدر سخاوتمند باشید که در حق خودتان ظلم کرده باشید. هیچ اشکالی ندارد اگر هر از گاهی به انتظارات ناچای دیگران جواب «نه» بدهید، هر کسی باید حد خودش را بداند.

**اسفند**  
امروز شما به هیچ عنوان دوست ندارید که برنامه‌های خودتان را به خاطر یک نفر دیگر به هم بزنید. در واقع شما انتظار دارید که دیگران خودشان را با برنامه‌های شما هماهنگ کنند، با این حال اگر می‌بینید که کمی کنار آمدن با دیگران به نفع شما خواهد بود با خودتان و دیگران تجدید و این فرصت را از خودتان نگیرید.

گفت‌وگو با الهام باوه‌نژاد که این روزها خانه اولش تئاتر است

## با مرسدس تغییر کردم!



الهام باوه‌نژاد پس از تجربه کارگردانی نمایش کافه پولشری، از ابتدای تیرماه در نمایشی به کارگردانی علیرضا کوشک جلالی به نام سیستم گرون هلم روی صحنه رفت.

این نمایش، دور سوم اجرای خود در تهران را تجربه کرده است. باوه‌نژاد در این نمایش با سینا رازانی، امیرحسین رستمی و رضا مولایی همبازی بوده است. گفت‌وگوی ما با او درباره این نمایش است.

**جنس بازی در سیستم گرون هلم سیال است و چون مدام بازی‌ها عوض می‌شود و شخصیت‌ها گویبی بازی می‌خورند و بازی می‌دهند، گرهای بی‌دربی را می‌بینیم. کنترل حس‌ها در ایفای چنین نقش‌هایی طبعاً سخت است، نه؟**

سخت‌تر این است که چون دست به بازآفرینی بازی‌های زده‌ایم که جوان‌ها امروز با آن آشنا هستند، نمی‌توانیم دست به قضاوت نقش‌ها بزنیم. این البته به ما کمک می‌کند، چون به ما یاد می‌دهد وظیفه‌مان نیست نسبت به کاراکتری که می‌سازیم، احساسات شخصی‌مان را بروز بدهیم. مثلاً از او پدمان یا خوششان بیاید. اگر بازیگر بتواند در حال زندگی کند و ورودش به بحران‌ها و گرهای قصه مصادف با ورود تماشاگر شود، موفق خواهد بود.

**نقش خودتان چطور؟ در مرسدس بارها تماشاگر را حین اجرا غافلگیر می‌کنید.**

زنی که من نقشش را بازی می‌کنم، یعنی مرسدس، زنی قدرتمند است و چون بلندپرواز است کارهایی می‌کند که غافلگیرکننده است. از همین روست که واکنش‌های این شخصیت در عین غافلگیری غیرقابل باور نیست.

**نمایش سیستم گرون هلم پیش از این هم دو بار روی صحنه رفته بود. به نظر شما ضرورت اجرای سوم چه بود؟**

اسمال که دوباره با بهتر است بگویم سه‌باره تصمیم گرفتیم سراغ اجرای این نمایش بگیریم، برای ما همچنان جذاب و دیدنی به نظر رسید. این متن، یکی از بهترین نمایشنامه‌هایی است که در روزگار ما نوشته شده است. نمایشی است که بخوبی دغدغه‌های آموزشی انسانی و اجتماعی را بازتاب داده است. هر متنی با توجه به این ملاحظات نوشته شده باشد، می‌تواند همچنان جذاب باشد.

**آیا نمایش نسبت به دو اجرای قبلی، تغییراتی را هم به خود پذیرفته است؟**

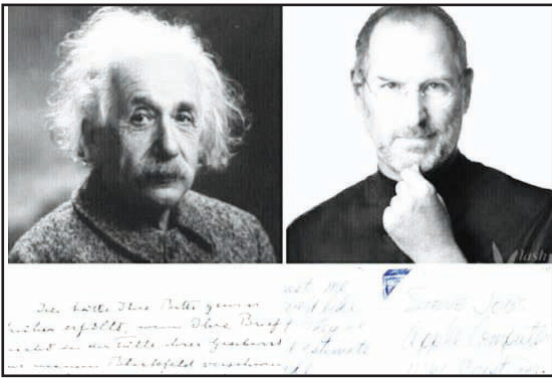
به لحاظ طراحی باید بگویم، تقریباً همه‌شان تغییر کرد. این جسارت جلالی بود که حتی از صحنه‌هایی که می‌دانست دو بار پیشین بسیار مورد استقبال قرار گرفته است، استفاده نکرد تا مخاطب با نمایش نسبتاً جدیدی مواجه شود.

**در نقش شما هم ظاهراً تغییر عمده‌ای رخ داده است؟**

بله، در بخش پایانی، در واقع از آنجا که مشکل اصلی برای مرسدس پیش می‌آید، بازی من کلاً تغییر کرده است. در دور قبلی اجراها، با نگرش و

## خوارگندگی

### چرا نابغه‌ها بدخط هستند؟



شواهد نشان داده بسیاری از نوابغ فیزیک و روان افراد به دست‌خط خوبی ندارند، زیرا مغزشان سریع‌تر از دستشان عمل می‌کند. این اعتقاد نیز وجود دارد که دست‌خط می‌تواند از جمله ویژگی‌های موروثی محسوب شود. گرچه این باور نیز با توجه به تلاش‌هایی که افراد مختلف در بهبود دستخطشان تا سطح حرفه‌ای نشان می‌دهد حالات روحی اشخاص در نوع دستخطشان تأثیر مستقیم دارد و حتی می‌تواند گویای مطالب و نکات مهمی در خصوص سلامت فیزیکی‌شان باشد. مثلاً افراد باهوش و نوابغ سریع‌تر از دستشان عمل می‌کنند. به عنوان مثال اینشتین از جمله دانشمندانی بود که دستخط خوبی نداشت و یا حتی استیو جابز، مخترع، بنیانگذار و مدیر اجرایی ارشد شرکت اپل، در گروه افراد باهوش اما بدخط قرار دارد. با این اوصاف می‌توان این فرآیند، شیوه نگارش حروف و کلمات، فاصله میان آنها و همچنین میزان فشار و انرژی اعمال شده در نگارش، اطلاعات مهمی درباره تحلیل دستخط با عنوان علمی گرافولوژی شناخته شده است. طی این فرآیند، شیوه نگارش حروف و کلمات، فاصله میان آنها و همچنین میزان فشار و انرژی اعمال شده در نگارش، اطلاعات مهمی درباره

## مسابقه‌ای تند و آتشین!



چین برگزار می‌شود که شرکت کنندگان در آن باید درون حوضی پر از آب و فلفل قرار گرفته و ظرف یک دقیقه فلفل قرمزهای تند و آتشین را بخورند. برنده نهایی این مسابقه کسی بود که می‌توانست فلفل بیشتری را در مدت زمان یک دقیقه بخورد.

مسابقه فلفل خوری در چین بسیار پرطرفدار و محبوب است. به گزارش جام جم آنلاین، هر ساله مسابقه‌ای در کشور

## از نگاه دوربین

## تابستان و باران



## لئوناردو، «داوینچی» می‌شود!



مرحله تولید می‌شود، لئوناردو دی‌کاپریو در قالب لئوناردو داوینچی ظاهر می‌شود. کمپانی پارامونت در تدارک تولید این فیلم است، که فعلاً با نام موقت «داوینچی» شناخته می‌شود. شرکت فیلمسازی دی‌کاپریو به نام آپیان وی هم در ساخت فیلم مشارکت دارد. این فیلم براساس داستان نول والتر ایساکسون ساخته می‌شود. در داستان این کتاب، به یک اندازه به هنرمند و دانشمند بودن داوینچی پرداخته می‌شود. زمان وقوع داستان فیلم، در دوران رنسانس است و تماشاگران دی‌کاپریو را در قالب مردی فعال و سختکوش خواهند دید که تعدادی از مهم‌ترین کارهای زمان خود را انجام داد. تماشاگران سینما می‌توانند مطمئن باشند نحوه ترسیم تابلوی معروف مونالیزا هم

نام هر دوی آنها یکی است، اما در دو دوران مختلف و در دو حرفه متفاوت هنری کار کرده‌اند، اما حالا این دو نام در هم ترکیب شده و یک فیلم سینمایی براساس آن خلق می‌شود. منظور نام لئوناردو است، یکی داوینچی و دیگری دی‌کاپریو! شاید بسیاری فکر می‌کردند لئوناردو دوم باید در فیلمی سینمایی نقش لئوناردوی اول را بازی کند. صنعت سینما بالاخره به این فکر افتاد که این اقدام را عملی کند. در درام شرح حال گونه اجتماعی تازه‌ای که بزودی وارد