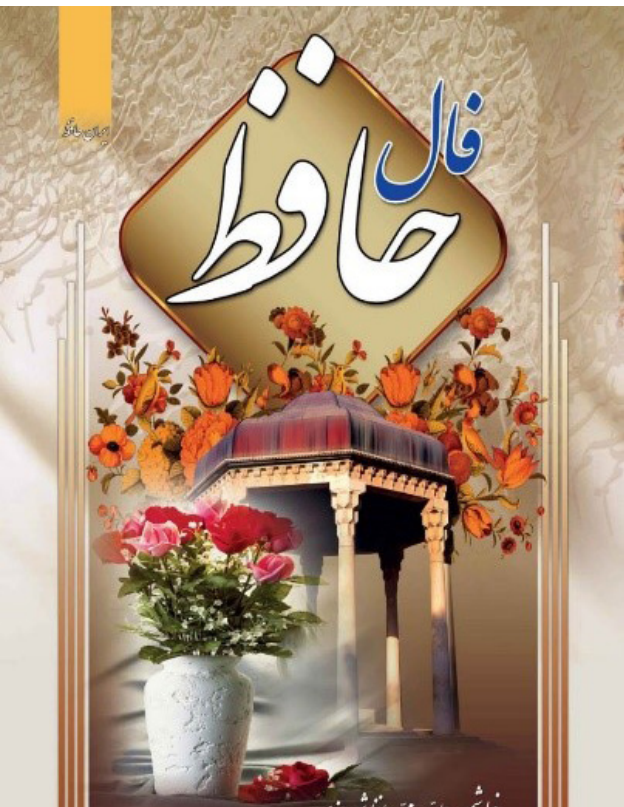




امروز شما



فروردین اگر کاری را فکر می کنی درست است، انجام بده و به حرف دیگران گوش مده.

اردیبهشت اگر دلسرد نشوی و دوباره شروع کنی هرچند که دیگر آن موقعیت اول را نداری ولی باز مطمئن باش که به خوشبختی می رسی.

خرداد از فراق دوری زجر می کنی و آن قدر آشفته هستی که نمی دانی چه کنی. بدان هر کس سرنوشتی دارد دعا کن تا خداوند سرنوشت ترا خوب رقم زده باشد.

تیر کسی را دوست داری که از تو دور است، نگران نباش که به زودی و سلامت باز می گردد فقط باید کمی صبر و تحمل داشته باشی.

مرداد اگر فکر می کنی راه درستی را انتخاب کرده ای، حتی اگر شکست خوردی مایوس نشو و به راهت ادامه بده و سعی کن خودت آینده خودت را بسازی.

شهریور اشتباه شما باعث شده که مورد سرزنش دیگران قرار بگیری که قبلاً به شما سفارش کرده بودند و چون به سفارش آنها توجه نمودی شکست خوردی.

مهر از تنهایی و بی کسی نالایی، غم و غصه داری، می خواهی تا روزگار بر وفق مرادت شود تا دمی آسوده باشی.

آبان به خاطر صبر و تحملی که داشته ای آن چیزها که آرزو داشتید بر آورده می شود و زندگی موفق خواهید داشت.

آذر بدان که هیچ کاری با زور درست نمی شوی پس برای پیشرفت دست از ستیز بردار و سعی کن که با عقل و تدبیر کارت را ادامه دهی.

دی قبل از اینکه فرصت به دست آمده از دست برود از آن نهایت استفاده را ببر چرا که اگر غفلت کنی جبران آن برایت مقدور نخواهد بود.

بهمن اگرچه در این ایام حوصله کاری را ن داری و از طرف کسی ناراحت شده ای ولی به زودی فرجی در کار حاصل خواهد کرد.

اسفند روزگار سختی را گذرانده ای ولی گرفتاری ها و غم های شما به پایان می رسد.

ظهور یک هیولا در ساحل سنگاپور



به گزارش پایگاه خبری نشان - شهروندی اسکاتلندی که در سنگاپور زندگی می کند گفت که یک موجود عجیب در این منطقه یافت شده و باعث وحشت بسیاری از ساکنان ساحل دریاچه مک کریچی شده است. کارن لینگوی ۳۱ ساله افزود که این موجود عجیب به نظر می رسد مربوط به دوران ماقبل تاریخ باشد.

با این حال، بعداً معلوم شد که این موجود عجیب چیزی نیست جز ماهی تمساح که متعلق به آمریکای جنوبی نیست، به این معنی که این ماهی هیولا در ۱۶ هزار کیلومتری خانه اصلی خود پیدا شده است. گفته شده است که این هیولا ماهی یا ماهی تمساح یک شکارچی بزرگ است و تخم های سمی تولید می کند و حضور چنین ماهی مهاجمی می تواند آثار مخربی بر اکوسیستم های طبیعت داشته باشد.

کشف موجود عجیب و غریب در ساحل سنگاپور

در بیانیه مشترک، آژانس آب شهری و شورای پارک های ملی سنگاپور گفتند که این موجود شگفت انگیز یک نوع تمساح معروف به تمساح لورل است؛ و به آن تمساح فسیل زنده نیز گفته می شود، زیرا می توان قسمت عمده ای از ترکیب بیولوژیکی آن را

چالش های پیش روی یک خبرنگار برای ساخت مستندی درباره عشق



مادی به هر شکل ممکن به اشتراک می گذاشتم و این را عشق می دانستم.

بعد از چندین سال به این نتیجه رسیدم که راه و روش درستی برای دستیابی به چنین موضوع مهمی انتخاب نکرده ام. در همان زمان اولین نشانه های بیماری جدیدم پارکینسون بروز کرد. در نهایت به لطف درد و بیماری، رفته رفته تلاش کردم آرامشی که یک عمر از خود دریغ کرده بودم را بازیابم.

آن آرامش، مرا با سکوت آشنا کرد و این نیز مقوله ای بود که سالها از نعمت آن محروم بودم. برای خبرنگار پر حرف و زبانه گویی چون من که بیست سال به خاطر کار در بزرگترین سازمان های خبری و رسانه های جهان فرصت اظهار نظر درباره همه چیز را در موقعیت های مختلف در اختیار داشت، سکوت پیشه کردن، ساده نبود.

تحمل درد بیماری، اعتراف به نادانی و در پی آن تحمل سکوت را امکان پذیر ساخت و همان سکوت، «کلید واژه» ورود به دروازه ای بود که از سالها پیش، آن را «سرزمین عشق ناب» می خواندم ولی با شرمساری باید اعتراف کنم که حرف دل مردمانش را نشنیده بودم.

وقتی سکوت کردم، آنچه خود در دل داشتم و سالهای مدید در کتاب های نویسندگان بزرگ جهان خوانده بودم ولی در زیر آوار سنگین روزمرگی دفن شده را به زیبایی از زبان انسان های ساده و شریفی شنیدم که بهتر است سکوت کنم. سال گذشته تقریباً در همین روزها، سه ماه می شد که از ایران به ژاپن رفته بودم و قصد داشتم ضمن تکمیل فیلمبرداری از یک پیرمرد ۹۳ ساله فعال ژاپنی که دو سال از تمام جنبه های زندگی اش تصویر گرفته بودم، برای مصرف یک سال خودم دارو ذخیره کنم و بی درنگ برگردم ایران و چند پروژه فیلم نیمه کاره را سر و سامان دهم. اولویت من این بود که از یک تدوینگر حرفه ای خواهش کنم تا با استفاده از تصاویر مختلفی که در مدت حدود ۱۰ سال در سفرهای مختلف به چهار گوشه ایران ضبط کرده ام و بر اساس دغدغه های ذهنی من در رابطه با مفهوم عشق در فرهنگ و زبان فارسی، یک فیلم مستند یک ساعته تدوین کند؛ اما در عرض مدت کوتاهی تمامی پروازها لغو و جهان به کلی تعطیل شد ... همان زمان در یادداشتی نوشتم که بحران کرونا اگرچه درد و رنج های بی سابقه ای را به مردم سراسر دنیا تحمیل کرده است، می تواند یک فرصت تاریخی نیز برای بشر باشد.

افشین والی نژاد خبرنگار مستقلی است که به تنهایی پوشش خبری سونامی ژاپن را بعد از رفتن تمام خبرنگاران به دلیل خطر نشت تاسیسات هسته ای انجام داد او توانست ۴۰۰ هزار عکس از این فاجعه تلخ ثبت کند. او این روزها ساخت مستندی را پس از ۱۰ سال به اتمام رسانده که هنوز عنوانی هم برایش انتخاب نکرده اما مفهوم آن درباره عشق است.

به گزارش ایسنا، افشین والی نژاد سابقه کار در رسانه های چون «آسوشیئد پرس» و «ان.اچ.کی» را دارد، همچنین در دهه هفتاد در ایران خبرنگار روزنامه های «جامعه» و «توس» بوده است. او سالها در ژاپن اقامت داشته و روزگاری در بخش رادیو NHK WORLD گوینده خبر بوده است.

والی نژاد مدتی است با وجود بیماری و شرایط کرونا به ایران آمده است تا ساخت مستند خود با مفهوم عشق را به پایان برساند. او درباره ساخت این مستند می کند: اگرچه برای این فیلم هزینه ها و زمان زیادی صرف کرده ام، اما تصمیم دارم که نام خودم را در این فیلم ثبت نکنم و اصولاً فیلم را بدون تیتراژ آغاز و پایان ارائه بدهم و حتی در صورت موفقیت فیلم در آینده و بر فرض مطرح شدنش حتی در صحنه جهانی، هرگز در هیچ برنامه و مراسمی برای آن شخصاً حضور پیدا نکنم؛ چرا که هدف من از ساخت و ارائه علنی این فیلم، کسب شهرت برای خودم نیست، بلکه تنها و تنها یک اتفاق است: زمینه سازی برای «ثبت واژه عشق» (به زبان فارسی) به عنوان میراث معنوی جهانی بشر توسط سازمان ملل متحد».

والی نژاد گفت: آرزوی من بوده است که مردم در سراسر جهان این واقعت را به رسمیت بشناسند که «عشق فقط عشق است، نه ترجمه دارنده تفسیر» و این را می توان در رفتار، گفتار، کردار و پندار ملت ایران مشاهده کرد. به همین علت علاقه دارم در صورت تحقق این رؤیای دیرینه ام، به جای نام من، نام ملت ایران ثبت شود که این «عشق» فراتر از یک واژه در فرهنگ و زبان و دین و دنیایشان ریشه دارد.

آنچه در ادامه می خوانید روایت این خبرنگار است از شرایطی که در این مدت، خصوصاً در روزهای دشوار کرونا و ساخت این مستند از سر گذرانده است:

در سال های میانی دهه چهل سالگی قرار داشتم. پیشینه ام را مرور کردم تا ببینم که بودم؟ که هستم؟ که می خواهم باشم؟ تاکنون چه کرده ام و از این به بعد چه می خواهم بکنم؟ آیا برای آینده خود برنامه ای دارم؟ پرسش هایی که احتمالاً اینقدر بدیهی هستند انسان هیچگاه از خود نمی پرسد اما هنگامی که بی پروا در برابر آنچه می شنید تا باطن و نه ظاهر خود را در آن ببیند متوجه می شود که پاسخ آنها را به خوبی نمی داند.

متوجه شدم که بیش از بیست سال گمشده ای در ذهنم وجود داشته است که متأسفانه بی اعتنا از کنار آن عبور کرده بودم: مفهوم عشق مصمم شدم که از جاه طلبی های شغلی (پول و شهرت) بگذردم و به دنبال درک معنا و مفهوم واقعی عشق باشم. برای چند سال به بخش های مختلفی از ایران سفر کردم و سعی داشتم میهن خودم را زیبا و هم میهنان خودم را شریف و لبریز از عشق نشان دهم. فقط از زیبایی های ایران تصویر می گرفتم و بدون هیچگونه چشمداشت

خوانندگی

پرطرفدارترین و خوشمزه ترین غذاهای ایرانی در بین جهانیان



دلایل پرطرفدار بودن این غذا استفاده از زرشک خشک تفت داده شده در کنار مرغ و تلفیق آن با برنج زعفرانی است.

افراد پیشنهاد شده است.

به گزارش رکنه، پرطرفدارترین غذاهای ایرانی از دید گردشگران خارجی، غذاهایی که در سفر به ایران حتماً باید امتحان کنید از نگاه آشپزهای معروف جهان و البته پرطرفدارترین غذاهای ایرانی از نظر خود ایرانیان از نمونه این صدها لیستی است که نشان می دهد غذاهای ایرانی طرفداران بسیار زیادی دارند. در فرهنگ و پیشینه ایرانیان به نکاتی مثل نحوه پخت غذاهای ایرانی، ظرفی مناسب برای پخت انواع غذا، نحوه سرو غذاهای ایرانی، چاشنی های کنار غذا و حتی محل مصرف غذا توجه زیادی شده است. ظروف مسی برای پخت انواع خورشت، ظروف سفالی و سنگی برای تهیه دیزی و آبگوشت از نمونه این نکات هستند.

پخت پرطرفدارترین غذاهای ایرانی، با این که شاید در نگاه اول ساده به نظر می رسد، توانایی و دقت بسیار زیادی لازم دارند که هرکسی نمی تواند این کار را به خوبی انجام دهد. همچنین احتیاج به فضای باز برای پخت بعضی از این غذاها دلیل تأسیس رستوران هایی تخصص پخت و سرو غذاهای پرطرفدار ایرانی است که با زمان پخت نسبتاً طولانی گردو آسیاب شده، رب انار غلیظ و پیاز در کنار هم تهیه می شود. این غذا معمولاً با مرغ پخته می شود اما در بعضی از مناطق با گوشت چرخ کرده گرد شده (اصطلاحاً قلقلی) و پرطرفدارترین غذاهای ایرانی که در بین تمام منابع مشترک هستند؛ زرشک پلو با مرغ، ته دیگ، خورشت فسنجان، باقالی پلو با گوشت، خورشت قورمه سبزی و دیزی است.

زرشک پلو با مرغ

یکی از خوراکی هایی که در ایران به روش های مختلف پخته می شود، غذا با مرغ و برنج است. از انواع غذا با مرغ و برنج می توان به جوجه کباب با برنج، کوبیده مرغ با پلو، باقالی پلو با مرغ و بسیاری دیگر اشاره کرد. با این وجود، زرشک پلو با مرغ طرفداران بسیار زیادی دارد. این خوراک با بیشترین تزئینات با خوراکی هایی مثل زرشک سرخ شده، پولوی زعفرانی، انواع خالاهای پسته و بادام، به عنوان غذای مجلسی در مهمانی ها و مراسم سرو می شود.

دستور پخت زرشک پلو با مرغ، با این که ساده به نظر می رسد، نکات ظریفی دارد که طعم ویژه آن لا به لای همین نکات ظریف است. سرخ کردن مرغ در کره محلی و استفاده از چاشنی رب و زعفران به مرغ عطر و طعمی خاص می دهد. برنج این خوراک پرطرفدار نیز با کره پخته می شود. اضافه کردن انواع مواد با طعم ترش به غذا از تخصص طعمی استثنایی به فرد ایرانیان است و قطعاً یکی از

خورشت فسنجان

ماده اصلی خورشت فسنجان ، گردوی له و آسیاب شده است. این خورشت قهوه ای رنگ که بیشتر شبیه یک سس بسیار غلیظ است که با زمان پخت نسبتاً طولانی گردو آسیاب شده، رب انار غلیظ و پیاز در کنار هم تهیه می شود. این غذا معمولاً با مرغ پخته می شود اما در بعضی از مناطق با گوشت چرخ کرده گرد شده (اصطلاحاً قلقلی) و پرطرفدارترین غذاهای ایرانی که در بین تمام منابع مشترک هستند؛ زرشک پلو با مرغ، ته دیگ، خورشت فسنجان، باقالی پلو با گوشت، خورشت قورمه سبزی و دیزی است.

زرشک پلو با مرغ

یکی از خوراکی هایی که در ایران به روش های مختلف پخته می شود، غذا با مرغ و برنج است. از انواع غذا با مرغ و برنج می توان به جوجه کباب با برنج، کوبیده مرغ با پلو، باقالی پلو با مرغ و بسیاری دیگر اشاره کرد. با این وجود، زرشک پلو با مرغ طرفداران بسیار زیادی دارد. این خوراک با بیشترین تزئینات با خوراکی هایی مثل زرشک سرخ شده، پولوی زعفرانی، انواع خالاهای پسته و بادام، به عنوان غذای مجلسی در مهمانی ها و مراسم سرو می شود.

دستور پخت زرشک پلو با مرغ، با این که ساده به نظر می رسد، نکات ظریفی دارد که طعم ویژه آن لا به لای همین نکات ظریف است. سرخ کردن مرغ در کره محلی و استفاده از چاشنی رب و زعفران به مرغ عطر و طعمی خاص می دهد. برنج این خوراک پرطرفدار نیز با کره پخته می شود. اضافه کردن انواع مواد با طعم ترش به غذا از تخصص طعمی استثنایی به فرد ایرانیان است و قطعاً یکی از

عکس های روز:



جدال زلزله زدگان سی سخت با سرما

شهروند عکاس

عکس های حرفه ای خود را با کیفیت

مطلوب به آدرس ایمیل روزنامه طلوع

ارسال toloudaily@gmail.com

کنید تا در روزنامه درج گردد