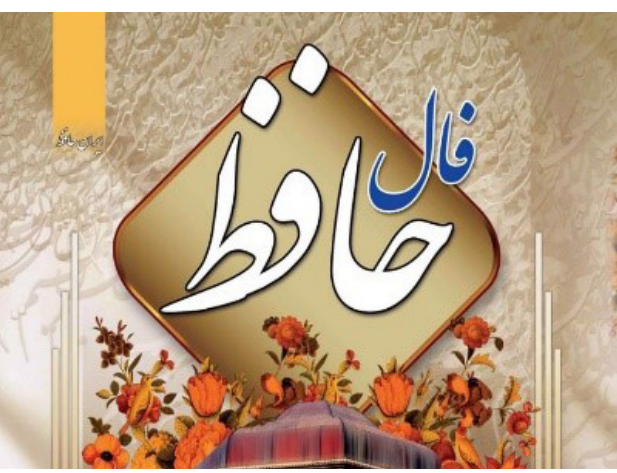




امروز شما



فروردین

باید همیشه امیدوار و سرشار از انرژی بود. این انرژی مثبت و نیرومند به تو این امکان را می‌دهد تا از موانع عبور کنی و به هدف ت برسی. هرگز هدف ت را فراموش نکن.

مهر

باید بتوانی احساسات خود را بی‌پروا و صریح با دوست یا همسرت در میان بگذاری. شفافیت و روراستی، موجب تحکیم دوستی‌ها می‌شود و اگر رابطه‌ای را برهم زد نباید نگران آن بود.

اردیبهشت

باید حساسیت خود را نسبت به اطرافیان کاهش دهی. بعضی مواقع علاقه بیش از حد باعث می‌شود که از هر چیزی برداشت‌های مختلفی برای خودت بکنی. نباید زود تحت تأثیر صحبت‌ها قرار بگیری.

آبان

تو در عشق و دوستی پاکباز و صمیمی هستی و باید مواظب باشی به کسی که علاقمند می‌شود ارزش تو را داشته باشد.

خرداد

کسی که تو را دوست دارد برایت نقشه‌های زیادی می‌کشد اما تا می‌خواهد که آنها را عملی کند با رفتار پیچیده تو، پشیمان می‌شود. بهتر است کمی در برخوردت مراقب باشی و ملاحظه موقعیت‌ها را بکنی.

آذر

نهایت منتظر دیگران بود! باید آستین‌ها را بالا زد و دست به کار شد. اگر این فرصت از دست برود دیگر به این زودی باز نخواهد گشت. از موقعیت‌ها باید استفاده کرد.

تیر

وقتی عشق آدمی را تسخیر می‌کند کمتر می‌توان از او انتظار انجام کارهایی عاقلانه داشت. این مسئله‌ای طبیعی است اما تو سعی کن هرگز چراغ عقل را از دست ندهی تا گرفتار تاریکی نشوی.

دی

به خاطر بعضی اشتباهات دچار شکست می‌شوی. وقتی که حساب همه احتمالات را نکرده باشی دچار حوادث غافلگیرکننده‌ای می‌شوی. باید شناختت را در مورد اطرافیان و دوستانت بیشتر کنی.

مرداد

اگر بخواهی این بند نازک هم قطع نشود باید با هشیاری و دقت عمل کنی. به راحتی می‌توان رابطه‌ای را قطع کرد اما به دشواری می‌توان دوباره آن را ساخت. پس حفظ روابط از هر چیز مهمتر است.

بهمن

وقتی می‌بینی شرایط برعکس خواسته‌های تو حرکت می‌کند، بدبین می‌شوی و آینده را تیره و تار می‌بینی. بهتر است در از این منطق‌نگری برداری و برای بدست آوردن اهداف تلاش کنی حتی اگر پایان کار طبق خواسته‌ات نباشد. حداقل تو تلاشت را کرده‌ای.

شهریور

عشق در همسایگی توست؛ اما تو هنوز نمی‌دانی چه می‌خواهی و چه نمی‌خواهی! بنابراین حیرت و ناکامی ادامه دارد. باید زمان بگذرد تا تو متوجه بعضی حقایق بشوی.

اسفند

تو با کارهای اعتماد او را از بین برده‌ای و برای جبران راه زیادی در پیش داری. در رفتار و اعمال باید همه جوانب را در نظر بگیری.

بلندترین کوه‌های ایران در کدام استان‌ها هستند؟

لست سکتند: تا به حال فکر کرده‌اید که ناهمواری‌های ایران چه نقش مهمی در جغرافیای بازی می‌کنند؟ اگر ایران زمینی هموار و بدون ارتفاعات بود با توجه به قرار گرفتن روی کمربند بیابانی دنیا، احتمالاً هواپاش مثل عربستان حالت بیابانی می‌شد، اما ارتفاعات یکی از دلایل مهم تغییرات اقلیمی ایران محسوب می‌شوند. حالا از بین ارتفاعاتی که در ایران قد برافراشته‌اند کدام‌ها بلندتر هستند؟ آیا می‌دانید بلندترین کوه‌های ایران در کدام مناطق ایران هستند؟ در این متن می‌خواهیم با بلندترین کوه‌های ایران آشنا شویم و کمی بیشتر درباره آنها بدانیم.

نکته جالب درباره بلندترین کوه‌های ایران این است که اگر در استان‌ها و اساطیر محلی بگردید، می‌بینید این کوه‌ها برای مردم آن مناطق مقدس بودند. به عنوان یکی از جلوه‌های مهم طبیعت، کوه‌های مرتفع در نظر مردم گذشته جلوه خاصی داشتند و برایشان داستان‌های متعددی در نظر می‌گرفتند؛ معمولاً این کوه‌های مقدس را جایی مرتبط با ملکوت و معنویت می‌دانستند. خود کوه برایشان زنده بود و بسیاری از وقایع را ممکن بود از چشم همین کوه‌های مرتفع ببینند. البته اینجور داستان‌ها فقط به فرهنگ ایران محدود نمی‌شود و سایر ملل هم برای کوه‌های مرتفعشان، اسطوره می‌ساختند؛ مثل روایت‌هایی که درباره کوه المپ و اساطیرش وجود دارد.

۱. دماوند: تنها قله بالای ۵۰۰۰ متری ایران



دماوند از آن کوه‌های ویژه‌ایست که نه فقط در جغرافیای ایران بلکه در فرهنگ مردم ایران هم نقش مهمی داشته است. کوهی که داستان‌های اسطوره بسیاری به آن گره می‌خورند و برای همه مردم ایران، جنبه مقدس داشته است. در واقع دماوند را می‌توان معروفترین کوه ایران نامید که به عنوان اثر ملی ایران هم به ثبت رسیده است.

اگر از جایگاه همیش میان مردم ایران بگذریم، دماوند با ارتفاع ۵۶۱۰ متری، بلندترین قله ایران است و تنها قله‌ای است که بالای ۵۰۰۰ متر ارتفاع دارد. ویژگی دیگر دماوند، خصلت آتشفشانی بودن آن است که سال‌هاست نیمه خاموش است اما جزو کوه‌های آتشفشانی ایران هم محسوب می‌شود. بعضی می‌گویند علت نامگذاری آن به دماوند هم به همین سبب است و دماوند از ترکیب: دم + آوند تشکیل شده که اشاره به بخارهایی که از آن متصاعد می‌شود دارد.

دماوند بلندترین قله رشته کوه البرز، در استان مازندران قرار گرفته و برای صعود به آن مسیرهای مختلفی وجود دارد، اما به دلیل دشواری و طولانی بودن مسیر، بعضی راه‌ها برای صعود کوهنوردان میخیز شده است. مثلاً از میان جبهه‌های آن، مسیر جنوبی مجهزتر است و امکانات بیشتری دارد.



۲. علم کوه: دومین کوه مرتفع ایران

علم کوه به عنوان دومین نقطه مرتفع ایران، فاصله چندانی با دماوند ندارد. علم کوه هم در رشته کوه البرز و استان مازندران واقع شده و ارتفاعش ۴۸۵۰ متر است و یکی دیگر از معروفترین کوه‌های ایران است. معمولاً کسانی که تصمیم صعود به دماوند را می‌گیرند، علم کوه



خوانندگی

امید روحانی:
پزشک نمونه شدم،
خودم را بازیگر نمی‌دانم



امید روحانی، بازیگر «ساختمان» پزشکان» که پزشک و منتقد هم هست می‌گوید خودم را بازیگر نمی‌دانم اما من و هم نسل‌هایم آموزشیم که باید جامع‌الاطراف باشیم یعنی همه‌چیز را بدانیم. بفرهیم و بخوانیم. به گزارش جام جم آنلاین به نقل از ایسنا، امید روحانی پزشک متخصص بیهوشی و بازیگر ایرانی مجازی در سریال «ساختمان» پزشکان» را هم در کارنامه خود دارد، اظهار کرد: چیزی که من دیده و شنیده و خوانده‌ام این است که باید روی یک رشته خاص متمرکز باشی. اینکه من سه چنان متفاوت را همزمان باهم به پیش بردم برایم سخت و شیرین گذشت اما باعث شد که کمال هر سه را تجربه نکنم. با اینکه پزشکی نمونه شدم و این نقطه اوج برای یک پزشک است اما باز هم چیزی که در ذهن من از کمال پزشکی بود چیزی فراتر بود. در زمینه نگارش و تدوینم به کمالی که مدنظر بود برسم. در زمینه هنر و بازیگری هم خودم را بازیگر نمی‌دانم. به هر حال من و هم نسل‌هایم آموزشیم که باید جامع‌الاطراف باشیم یعنی همه‌چیز را بدانیم بفهمیم و بخوانیم. فلسفه مدرن می‌گوید باید همه‌چیز را بدانی.

او افزود: با اینکه پیش بردن دو دنیای متفاوت با یکدیگر به صورت همزمان بسیار سخت است اما این کار دشوار را انجام دادم که هر دو را در کنار هم پیش ببرم. روحانی گفت: با حسن روحانی نسبتی ندارم او فامیلیش را عوض کرد ما جد اندر جد روحانی بوده‌ایم!

وی با لحنی طنزآلود درباره انتخاب مسیر زندگی‌اش بیان کرد: یک رشته جزئی به کمال برسد و بهتر خدمت کند. طب به تدریج به این مرحله رسیده و من هم هنوز می‌گویم کاش می‌توانستم در آن زمان یک رشته تخصصی‌تر و جزئی‌تر را انتخاب کنم و در آن کار دیگر در پیش گرفت. پدرم دکتر داروساز بود و مادرم مدیر مدرسه بود؛ به خاطر همین فرهنگ

در خانواده ما رخنه کرده بود. از بچگی کتاب می‌خواندم و از دوران کودکی مجله خریدن را یاد گرفتم. درس خوان بودم و به خاطر همین به طبابت رفتم. خیلی بچه بودم که کتاب‌های بزرگ ادبی را می‌خواندم. برای اینکه می‌گفتند از هنر نمی‌توان پول درآورد. برای درآمد به پزشکی رفتم و بعد برای علاقه‌ام به سراغ هنر رفتم. این منتقد سینما که مهمان برنامه «شب‌نشینی» تلویزیون بود، درباره شیوه نقد سینمایی ادامه داد: وقتی هر روز در صفحه اینستاگرامی یک زندگی فرهنگی پیش روی

عکس روز:

درباره چورت ملازندان

شهروند عکاس

عکس‌های حرفه‌ای خود را با کیفیت
مطلوب به آدرس ایمیل روزنامه طلوع
toloudaily@gmail.com ارسال

کنید تا در روزنامه درج گردد

لازم به ذکر است؛ برنامه «شب‌نشینی» از دوشنبه تا جمعه هر هفته ساعت ۲۳:۳۰ به وقت تهران و ۲۱ به وقت وین بر روی آنتن شبکه جهانی جام جم می‌رود. محمد سلوکی و عبدالرضا امیراحمدی مجریانی هستند که هر کدام در شب‌های مختلف برای مخاطبان فارسی زبان سراسر دنیا «شب‌نشینی» را اجرا می‌کنند و تهیه‌کنندگان این برنامه نیز کاوه امیری جاوید و یوسف بجاری هستند. اطلاعات بیشتر درباره شیوه نقد سینمایی ادامه داد: وقتی هر روز در صفحه اینستاگرامی یک زندگی فرهنگی پیش روی