شماره ۱۶۸۱ | دوره جدید
شماره مسلسل ۲۴۱۹ | چهارشنبه ۲۰ خرداد ۱۳۹۴ | ۲۲ شعبان ۱۴۳۶ | ۱۰ ژوئن ۲۰۱۵
صاحب امتیاز دانشگاه آزاد اسلامی
مدیرمسوول احسان مازندرانی
سردبیر مهران کرمی
سازمان آگهی‌ها ۱۸ و ۶۶۳۴۸۰۴۶
۶۶۷۶۰۵۰۱ - ۶۶۷۲۶۰۴۷ | دفتر مدیرمسوول ۶۶۳۴۸۰۱۶
تحریریه ۱۸۲-۶۶۷۶۰۱۸۰ | الو فرهیختگان ۶۶۳۴۸۰۱۹
۱۰۰۰۰۱۲۸۸۲۳۰
نشانی خیابان حافظ بعد از پل دوم حافظ | توزیع پیام‌رسان پیروز
روبه‌روی ساختمان بورس | چاپ سازمان چاپ دانشگاه آزاد اسلامی
ساختمان فرهیختگان طبقه سوم

تهران TEHRAN	شیراز SHIRAZ	مشهد MASHHAD	اصفهان ISFAHAN	تبریز TABRIZ
35 ↑	36 ↑	35 ↑	36 ↑	32 ↑
26 ↓	23 ↓	17 ↓	22 ↓	18 ↓

کلام معصوم (ع)

امام علی (ع):
خوشا کسی که پرداختن به عیب خویش، او را از عیب دیگران باز دارد.

امروز		فردا	
غروب آفتاب	۲۰:۲۰	اذان صبح	۴:۰۲
اذان مغرب	۲۰:۴۱	طلوع آفتاب	۵:۴۸
نیمه شب شرعی	۰۰:۱۱	اذان ظهر	۱۳:۰۴

نوش دارو

نوشیدنی‌ای برای خنک کردن دل

زیبا مغربی
z.maghrebi@fdn.ir

نمی دانم از کی بود که یادمان رفت به صدای دل‌مان گوش بدهیم، اما می‌دانم درست از همان زمان بود که خوب شنیدیم که چه کارها و چه چیزهایی دل بقیه را می‌سوزاند، این بود که گوش دادن به صدای دل دیگران را خوب فراگرفتیم. این روزها می‌دانیم چه چیزهایی مد روز است، چه کسانی کجا می‌روند و چه چیزهایی می‌نوشند، چه وقت‌هایی تشنه‌شان می‌شود و چقدر پول بالای آن می‌دهند اما کمتر کسی هست که هنوز یادش باشد دل خودش چه می‌خواهد.

در این فصل داغ وقتی به حرف دلم گوش می‌دهم، می‌شنوم که با صدای بلند می‌گوید «خاکشیر». خوشبختانه همه ما تجربه خوردن خاکشیر یا خاکشی را داشته‌ایم و می‌دانیم خوردن آن در گرمای حول‌وحوش ۴۰ درجه لذتی وصف‌ناپذیر دارد. خاکشیر هزار و یک خاصیت دارد که ذکر آن در این مجال اندک نمی‌گنجد و اگر علاقه‌مند باشید، به لطف دنیای مجازی، فقط کافی است کلمه آن را در گوگل جست‌وجو کنید تا هزاران صفحه در باب هزاران خاصیت بی‌نظیرآن پیدا کنید. درست کردن خاکشیر کار ابدا سختی نیست فقط طبق آخرین آمار به دست آمده از عطاری‌های دور و نزدیک، قیمت یک کیلوی آن چیزی حدود ۲۲ تا ۳۵ هزار تومان تخمین زده می‌شود که براساس نوع و با ریگ بودن یا نبودن آن متغیر است. با این حال لازم نیست حتی زحمت خرید و درست کردن آن را به خودتان بدهید بلکه کافی است در یکی از دکه‌های سرراهی، یک دو هزار تومانی ناقابل خرج کنید تا بتوانید از طعم این شربت گوارا، لذت ببرید. خوشبختانه خاکشیر چیزی نیست که بابت فساد یا ماندگی آن نگرانی به دل‌تان راه دهید؛ فقط باید کمی حواس‌تان به وجود ریگ در خاکشیر باشد.

خاکشیر براساس طب سنتی طبیعت گرم و تر دارد، بنابراین برای آدم‌هایی با طبع سودایی؛ یعنی کسانی که طبیعت خشک و سرد دارند بسیار مناسب و معتدل‌کننده است. علاوه‌بر این خاکشیر برای صفرامزاج‌ها نیز مناسب است زیرا به عبارتی صفرابُر بوده و کاهنده حرارت کبد است. خاکشیر همراه با سکنجبین، آب لیمو یا آب هندوانه درمان دردهای کبد است، البته برای این منظور باید با شکر کمتری مصرف شود. یک نکته جذاب دیگر درباره خاکشیر این است که اگرچه به‌طور معمول این دانه گیاهی به‌عنوان یک ملین شناخته می‌شود اما زمانی که بو داده و با عسل و آب استفاده شود، دقیقا برعکس عمل کرده و دارویی برای درمان اسهال می‌شود. اگر علاقه‌مند به درست کردن آن در منزل هستید فقط کافی است مقداری از خاکشیر، حدود سه قاشق غذاخوری را یک ربع ساعت در آب بخیسانید تا ریگ‌های احتمالی آن ته‌نشین شود و بتوانید آن را از باقی‌اش جدا کنید و پس از آن می‌توانید با کمی شکر ترکیب کرده و نوش جان کنید. روایت جذاب دیگری هم وجود دارد که می‌گوید اگر ترنجبین را به مدت پنج تا شش ساعت در آب خیس کنید و پس از صاف کردن با دو قاشق خاکشیر ترکیب و دو هفته‌ای به‌طور مرتب مصرف کنید، از شر بدبویی دهان خلاص شده، پوستی باز، بدون لک و مویی بدون شوره خواهید داشت.

اگر حرارت تابستان نیامده طاقت‌تان را طاق کرده یا حتی رفتارهای دوستان و نزدیکان‌تان دل‌تان را سوزانده است، می‌توانید یک لیوان خاکشیر خنک همراه با گلاب یا لیموترش بنوشید زیرا خاکشیر واقعا دل و جگر شما را خنک می‌کند و حال می‌آورد، اما مطمئنا به درد سوزاندن دل بقیه نمی‌خورد.

خبر آخر

زندگی آقای محمودی و بانو برای کودکان کار

انجمن حمایت از کودکان کار، تقریبا دو سال است که هر ماه یکی از آثار منتخب سینما و تئاتر ایران را به صورت فیلم اکران می‌کند و تمام عواید آن به نفع کودکان کار جمع‌آوری می‌شود.

این ماه قرار است فیلم «زندگی مشترک آقای محمودی و بانو»، همزمان با روز جهانی مبارزه با کار کودک، شنبه ۲۳ خرداد ۹۴ ساعت ۱۸:۰۰ در فرهنگسرای اندیشه اکران شود. به گزارش روابط‌عمومی انجمن حمایت از کودکان، در حاشیه این اکران قرار است گردهمایی‌ای در زمینه مبارزه با کار کودک به همراه چهره‌های هنری و سرشناس که سال‌ها همراه و همیار انجمن بوده‌اند، برگزار شود. در این مراسم کودکان کار روایتی از زندگی‌شان را روی صحنه می‌برند. این برنامه از ساعت ۱۷:۰۰ تا ۱۸:۰۰ در فرهنگسرای اندیشه برگزار خواهد شد و ورود برای عموم آزاد است.

عکس خانه

در آستانه رقابت بزرگ

کنکوری‌ها این روزها در حال شمارش معکوسند. برخی‌شان دیگر کتاب و دفترها را رها کرده‌اند تا استراحتی به خود بدهند و برخی دیگر نیز به دنبال این هستند که در این چند روز باقیمانده شانس قبولی‌شان را بالا ببرند.

عکس: مهدیه باقرزاده|ایرنا

روی خط خبر

مارادونا می‌خواهد فیفا را پاک کند

فرهیختگان| کناره‌گیری سپ بلاتر از ریاست فیفا و موج افشاگری‌ها درباره فساد در این سازمان، روزهای شیرینی را برای دیگو مارادونا رقم زده است. مارادونا از همان دورانی که به‌عنوان بازیکن در زمین حضور داشت همواره منتقد سیاست‌های فیفا بوده است. بسیاری انتخاب شدن پله را به‌عنوان بهترین بازیکن قرن بیستم در رقابت با مارادونا نتیجه درگیری‌های این ستاره آرژانتینی با مدیران فیفا دانسته‌اند. این درگیری تنها به دوران سپ بلاتر هم خلاصه نمی‌شود. او در جام‌جهانی ۱۹۹۰ به هنگام دریافت مدال نقره حاضر نشد با ژئو هاولانژ رئیس برزیلی فیفا دست بدهد. مارادونا درباره اتفاقات اخیر فیفا گفت: «من فکر می‌کنم که بلاتر از FBI و پلیس سوئیس ترسید و برای اینکه او را در مقر فیفا دستگیر نکنند، استعفا داد.» او که رابطه خوبی با شاهزاده علی بن حسین یکی از نامزدهای فیفا دارد، افزود: «اگر شاهزاده علی بخواهد، می‌توانم نایب‌رئیس فیفا شوم. اگر این اتفاق بیفتد همه را در فیفا پاک می‌کنم». یکی از کاربران سایت‌های ورزشی در واکنش به این خبر نوشت: «اون وقت با مصاحبه‌های بیخود و الکیش هر روز رو اعصاب جهانیان رژه میره.»

مرز باریک میان جنون و نبوغ

فرهیختگان| لوسیوس سنکا، فیلسوف ایتالیایی بیش از ۲۰۰۰ سال پیش نوشته بود: «نبوغ بدون دیوانگی وجود ندارد.» اکنون به نظر می‌رسد صحت گفته این اندیشمند بیش از قبل خود را در معرض نمایش می‌گذارد. به گزارش وب‌سایت ایندیپندنت، مطالعه‌ای که روی ۱۵۰ هزار نفر صورت گرفته نشان می‌دهد بیمارانی که تحت‌تاثیر بیماری‌های روانی مانند شیزوفرنی یا اختلال دوقطبی هستند، بیش از سایر افراد عادی می‌توانند در مشاغل خلاقانه‌ای همچون بازیگری، نوازندگی، هنرمندان بصری یا نویسندگی موفق باشند. محققان هنوز مطمئن نیستند که چه میزان از این خلاقیت به روابط خانوادگی، شرایط رشد و محیط وابسته است، اما آنها توانسته‌اند رابطه مستقیمی میان انسان‌های خلاق و بیمارانی که از بیماری‌های شیزوفرنی (افسردگی-شیدایی) و اختلال دوقطبی رنج می‌برند، پیدا کنند. یک تحقیق مشابه که پیش از این روی ۸۶ هزار ساکن ایسلند انجام شده بود، نشان از وجود نزدیک به یک سوم از ویژگی‌های ژنتیکی اختلال دو قطبی و شیزوفرنی در بین این افراد دارد. این محققان در بین هزار عضو مجمع هنرمندان، بازیگران، موسیقیدانان و نویسندگان به دنبال ژن‌هایی مشابه گشتند و دریافتند که احتمال بروز این بیماری در این مشاغل ۱۷ درصد بیشتر از سایر مشاغل است. این دانشمندان پس از این یافته‌هایشان را با چهار مطالعه دیگر در کشورهای هلند و سوئد مقایسه کردند و ۳۵ هزار نفر دیگر را مورد بررسی قرار دادند. در این مطالعه مشخص شد تفکر متفاوت، به‌عنوان یکی از نشانه‌های خلاقیت شناخته می‌شود و به همین خاطر است که نبوغ در سراسر تاریخ، از ونگوگ گرفته تا جان نش، ریاضیدان به نوعی با آنچه «جنون» خوانده می‌شود، در ارتباط است. متفکران و اندیشمندان بزرگ تاریخ همچون ارسطو و شکسپیر گفته‌اند که نبوغ، خلاقیت و جنون اغلب با داشتن احساسات نامتعارف همراه بوده است. سال ۲۰۱۱ تیم تحقیقاتی موسسه کارولینسکا نشان داد هنرمندان و دانشمندان معمولا از خانواده‌هایی هستند که در آنها بیماری دوقطبی و اسکیزوفرنی (روان-گسیختگی) رواج بیشتری دارد. آنها سپس با در نظر گرفتن سایر بیماری‌ها نظیر افسردگی، بی‌اشتهایی عصبی، سندروم اضطراب، اوتیسم، بیش‌فعالی-کم‌توجهی، سوءاستعمال مشروبات الکلی و خودکشی به این نتیجه رسیدند که خلاقیت و مشاغل خلاق در میان مبتلایان به این بیماری‌ها بیش از سایر افراد است.

نقطه

گردهمایی شاگردان الخاص در گالری لاله

فرهیختگان| جمعه این هفته نمایشگاهی از آثار شاگردان هانیبال الخاص در گالری لاله برگزار می‌شود که بخشی از فروش آن قرار است برای پی‌ریزی بنیاد الخاص صرف شود. در این نمایشگاه نام‌های آشنایی از هنرمندان مطرح عرصه تجسمی ازجمله رضا بانگیز، بهرام دبیری، رزیتا شرف‌جهان، نیلوفر قادری‌نژاد، احمد وکیلی، علی ندایی، ناصر محمدی، مسعود سعدالدین، کتایون مقدم، ترانه صادقیان، هادی ضیاءالدینی و حامد صحیحی دیده می‌شود که آثار خود را در زمینه نقاشی، چیدمان، عکس و مجسمه به نمایش خواهند گذاشت.

این نمایشگاه به مناسبت هشتاد و پنجمین سالروز تولد هانیبال الخاص برپا می‌شود و چون فرزند او هیچ‌کدام از آثار پدرش را در اختیار نداشته، از شاگردان او دعوت کرده است تا این نمایشگاه را ترتیب بدهند.

این نمایشگاه تم یا موضوع خاصی ندارد. برخی از آثار چهره‌نگاری از هانیبال الخاص است و باقی آنها نیز موضوعاتی آزاد دارند. در کنار این نمایشگاه روز دوشنبه ۲۵ خردادماه نیز نشستی تحلیلی با موضوع جریان نقاشی هانیبال الخاص در گالری لاله برگزار می‌شود که بعضی از شاگردان قدیمی او در این باره حرف خواهند زد.

نقطه سر خط

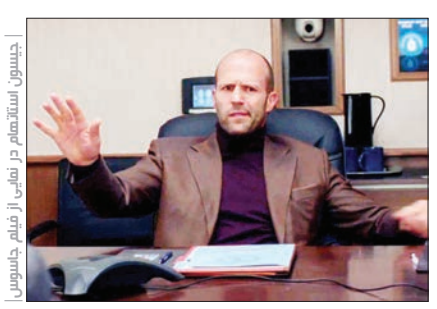
پالتی‌ها دوباره برای دانشجویان می‌نوازند

گروه موسیقی «پالت» جمعه ۲۲ خرداد دومین کنسرت دانشجویی خود را در تالار وحدت روی صحنه می برد. این گروه پرطرفدار موسیقی پیش از این دوشنبه ۱۱ خرداد اجرایی ویژه دانشجویان را در تالار وحدت روی صحنه برد که به دلیل استقبال بیش از حد دانشجویان از این برنامه، برخی موفق به تهیه بلیت نشدند. البته نام همه این افراد در فهرستی نوشته شد تا در اجرای بعدی این گروه بتوانند حضور داشته باشند.

حالا براساس گزارشی که «موسیقی» ما منتشر کرده، با همه این افراد برای تهیه بلیت تماس گرفته شده و قرار است دومین اجرای دانشجویی پالت، ساعت ۲۲ جمعه ۲۲ خرداد در تالار وحدت اجرا شود. این در حالی است که ارکستر ملی در همان روز قرار است آخرین شب کنسرت خود را روی صحنه ببرد. اما به دلیل نزدیک شدن به ماه رمضان و روزهای شلوغ تالار وحدت، گروه پالت تصمیم گرفت هر طور شده به قول خود وفا کند و در نتیجه جمعه با طرفداران خود دیداری را تدارک دید. البته به علت کمبود زمان - به دلیل اجرای ارکستر ملی در سانس اول جمعه- گروه پالت اعلام کرد که نمی‌تواند دکور اصلی برنامه‌های پالت در تالار وحدت را داشته باشد.

این روزها

پرفروش و کم‌فروش‌ترین‌های اکران جهانی



جیسون استاتهام در نمایی از فیلم «جاسوس»

فرهیختگان| این روزها با گرم شدن هوا، بازار سینماها در سراسر جهان داغ و داغ‌تر می‌شود. فیلم «جاسوس» به کارگردانی «پل فیگ» با بازی «جود لاو»، «جیسون استاتهام» و «ملیسا مک‌کارتی» با ۳۰ میلیون دلار فروش طی سه روز گذشته در صدر گیشه سینماهای آمریکای شمالی قرار گرفت. این فیلم با این میزان فروش توانسته بر فیلم صدرنشین «سن آندریاس» غلبه کرده است و این فیلم را به مقام دوم جدول فروش برساند.

اما فیلم پرسروصدای «سن آندریاس» اگر در آمریکا از صدر پایین آمده است در انتظار شکستن رکوردها در دومین بازار بزرگ جهان یعنی چین است. به گزارش وب‌سایت ورایتی، بعد از گذشت شش روز، این فیلم توانسته درآمدی بیش از ۵۱ میلیون دلار کسب کند و رتبه یک در این زمینه را به خود اختصاص دهد.

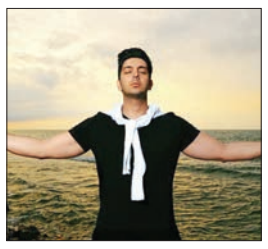
از سوی دیگر و به گزارش یورونیوز، فیلم «احساسات متحد» که با هزینه ۹۰ درصدی فیفا ساخته شده و بین ۲۵ تا ۳۲ میلیون دلار صرف تبلیغات آن شده، در جدول فروش آمریکا و در اکران روز اول تنها ۶۰۷ دلار فروش داشته است. این فیلم داستان شکل‌گیری فیفا را از ابتدا نشان می‌دهد و تیم راث هم نقش سپ بلاتر را در آن بازی می‌کند. وی جایزه بفتا را برای این فیلم دریافت کرد. این فیلم در جشنواره کن پارسال اکران شد و حالا ۱۰ سینما را در آمریکا برای اکران در اختیار دارد. یکی از این سینماها در فینیکس ادعا کرده است که تنها یک بلیت برای این فیلم به فروش رسانده است و کل فروش فیلم در اولین روز اکران ۹ دلار بوده است.

امین منتظری
کمبود ۲۰۰ هزار پرستار در بیمارستان‌ها

از روی دیوار به روایت فرهیختگان

حسن معجونی که از آن تئاتری‌های استخوان‌دار است و این روزها با حضور در مجموعه تلویزیونی «شمعدانی» بر تعداد دنبال‌کنندگان و طرفداران خود اضافه کرده است، دیروز برای اینکه نشان بدهد از آن بازیگر خلاق‌هاست و با بازیگرهایی که همش منتظرند که گل‌های باغچه‌شان گل بدهد و آن را سریع در اینستاگرام‌شان هوا کنند، فرق دارد، این عکس را روی صفحه‌اش گذاشت و در توضیح نوشت: «لحاف»، او یک دستمال را به‌گونه‌ای تا کرده و لای انگشتانش گرفته که به نظر بیاید لحاف است تا دنبال‌کنندگان با دیدن آن بگویند: «وای چه خلاق!» یکی از این دنبال‌کنندگان نوشته است: «واوو مرسی خلاقیت نیمه‌شب». دیگری گفته است: «من و بابام عاشقتیم هنرمند». آن یکی هم معلوم نیست به شوخی یا جدی گفته است: «بار هنری عکس آنقد زیاده کمرم داره میشکنه ولی خدایی دور از شوخی عکساش جالبه». این عکس در ۱۲ ساعت، هزار و ۶۶۴ بار پسندیده شده است.

فرزاد فرزین عکسی در ژانر «ای وای من چه عمیقم» از خود گرفته و روی اینستاگرامش گذاشته و در توضیح هم سعی کرده است از خود جمله قصار در کند. او زیر این عکس نوشته است: «آنهایی که شکست‌ها و اشتباهات خود را نادیده می‌گیرند هرگز طعم آرامش‌بخش موفقیت را در زندگی نخواهند چشید». یکی از دنبال‌کنندگان صفحه او نوشته است: «تولدتون پیشاپیش مبارک». جدیدا در اینستاگرام مد شده است که دنبال‌کنندگان روزها و حتی ماه‌ها زودتر تولد ستاره‌های مورد علاقه خود را تبریک می‌گویند تا این‌گونه بتوانند در ذهن‌شان بگویند: «اول!» گفتنی است فرزاد جان متولد سوم تیر ماه است. اما این پست مصادف شده با ۳۰۰ هزارتایی شدن دنبال‌کنندگان صفحه فرزین. از همین رو تعدادی از همین دنبال‌کنندگان ۳۰۰ هزارتایی شدن را به خود و ستاره موسیقی پاپ ایران تبریک گفته‌اند. یکی هم خواسته متفاوت با انبوه دنبال‌کنندگان رفتار کند و گفته است: «اصلا باهات حال نمی‌کنم».



هادی کاظمی عینک قشنگه‌اش را زده و با تی‌شرت سبزش عکسی گرفته و روانه صفحه اینستاگرامش کرده و زیر آن نوشته است: «سلام دوستان گل و مهربونم. تو این روزا، این دعا تو قلبم. خواستم شما هم بی‌بهره نباشین. زیباترین دعا. خدایا مرا به وسیله حلالت از حرامِ خویش بی‌نیاز کن و با فضل و بخشش خودت از هر چیز غیر خودت بی‌نیاز کن... آمین». و به راستی چه می‌شود گفت جز اینکه: «آمین و باز هم آمین». یکی از دنبال‌کنندگان صفحه او نوشته است: «مهربان هنرمند، میشه پسرم رو فالو یا لایک کنید. ممنون میشم». دیگری پرسیده: «آقا دوستام میگن شبیه شما هستم!!! درسته!؟» آن یکی خواسته مزه وزن‌دار و ریتمیک بریزد: «یه دونه باشی برای نمونه باشی». دنبال‌کننده دیگری تشخیص داده است: «ذاتن بانمکی به‌شدت. مخصوصن توی شاهگوش. یه دونه باشی». یکی هم گفته است: «آخه کی تو رو بازیگر کرده؟» این عکس تاکنون ۱۳ هزار و ۷۷ بار پسندیده شده است.

کیوسک

اعتراض فعالان محیط‌زیست به اسپیلبرگ

شماری از فعالان حقوق حیوانات به فیلمبرداری فیلم جدید استیون اسپیلبرگ اعتراض کردند. به گزارش مهر به نقل از اینترنشنال اسکرین، فعالان حقوق حیوانات می‌گویند بیش از ۳۵ هزار نفر بیانیه‌ای را امضا کرده‌اند که از استیون اسپیلبرگ می‌خواهد تا فیلمبرداری فیلم جدیدش را که با اقتباس از اثری از رولد دال انجام می‌شود، در جزایر فارو آغاز نکند. این گروه خواستار این کار هستند تا به این ترتیب به شکار نهنگ‌ها در این جزایر اعتراضی کرده باشند. این افراد از دریم ورکز و والدن میدیا خواسته‌اند تا کار تولید این فیلم را که از ماه دیگر شروع می‌شود، در این منطقه متوقف کنند. آنها با این کار به برنامه شکار سالانه نهنگ‌ها و به‌ویژه دولفین‌های پهلو سفید در جزایر آتلانتیک شمالی اعتراض می‌کنند. گروه «کر ۲» در وب‌سایتش نوشته است: «این پستانداران باهوش، مهربان و حساس نباید با چنین خشونتی بمیرند و خون‌شان آب‌ها را رنگین کند. این در حالی است که این حیوانات برای نیاز زندگی مردم فارو کشته نمی‌شوند، چون مردم این جزیره هم از استاندارد زندگی اروپاییان برخوردارند و گوشت کافی هم برای تغذیه دارند.» برمبنای گزارش‌ها بیش از ۱۵۰ نهنگ پایلوت تنها در روز شکار ۶ ژوئن در آب‌های تحت کنترل دانمارک کشته شدند.

روی صحنه

نمایش	کارگردان	بازیگران	سالن	قیمت بلیت (تومان)
ایستادن بر فراز یک اتفاق	روزبه اختری	مهدی میرزاییان، هدی آهنگر، مونا موسوی و روزبه اختری	تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۶ آذر، جنب تالار مولوی، تالار ناصرخسرو	۱۵,۰۰۰