



هفته نامه
هفت نگاه

۲۳ بهمن ماه ۱۴۰۲ - شماره ۳۷۵
قیمت: ۱۰۰۰۰ تومان

شکم درد با کسے شوخے ندارد

یک روز خوب و آرام را تصور کنید که حال تان خوب است و مثل هر روز کارهای تان را انجام می دهید. همه چیز عادی به نظر می رسد و قرار نیست اتفاقی بیفتد، اما ناگهان دل تان درد می گیرد؛ آن هم چه دردی، انگار شمشیری فر و گردماند وسط شکم تان. اول فکر می کنید چیز مهمی نیست. روی صندلی می نشینید و سعی می کنید آرام بمانید، اما درد خیال ندارد آرام شود. دوستان و همکاران هم متوجه می شوند و می خواهند کمک تان کنند، نبات و عرق نعناع می آورند، پالتویی روی پهلو و شکم تان می اندازند و هر کاری از دستشان بر بیاید انجام می دهند تا بلکه درد کمی آرام بگیرد. آنها همه کار می کنند. تماس گرفتن با اورژانس یا رساندن بیمار به بیمارستان، چرا که دل درد از نظر آنها مشکل مهمی نیست و جای نگرانی ندارد. البته این طرز فکر فقط مربوط به اطرافیان شما نیست، خیلی ها هستند که دردهای شکمی را چندان مهم نمی دانند؛ در حالی که همین دردهای به ظاهر ساده که تصور می شود با عرق نعناع و نبات و موادی از این دست بهبود خواهد یافت، گاهی حتی می تواند ناشی از مشکلات قلبی باشد که نادیده گرفتنش هم ممکن است جان بیمار را تهدید کند.



دردهایی شدید و ناگهانی

ناگهانی بروز می کند، اهمیتش هم بیشتر می شود. دکتر شهاب دولتشاهی، فوق تخصص گوارش توضیح می دهد: دردهای شکمی حاد، دردهایی است که به صورت ناگهانی و در زمان کوتاهی ایجاد می شود و معمولاً هم شدید است. البته این دردها، دردهای مهمی است و حتماً باید مورد توجه قرار گیرد.

درد یک نشانه است؛ نشانه ای که باید به آن توجه کرد تا به کمک آن عامل ایجاد کننده درد هم تشخیص داده و به موقع درمان شود. حالاً زمانی که این دردها به طور حاد و

این دردها خطرناک است

دردهای شکمی معمولاً خیلی جدی گرفته نمی شود و بسیاری از افراد تصور می کنند در صورت بروز چنین دردهایی نباید کار خاصی انجام داد. در حالی که دردهای شکمی می تواند نشانه ای از مشکلات جدی و خطرناک باشد که متأسفانه گاهی نادیده گرفته می شود.

دکتر دولتشاهی با تأکید بر این که پزشکان هم باید به این موضوع توجه داشته باشند که ممکن است درد ناشی از مشکلات قلبی باشد، توضیح می دهد: در صورتی که این احتمال نادیده گرفته شود، ممکن است به اشتباه بررسی های گوارشی برای بیمار انجام شود و طی آن، زمانی که بیمار به داروهای مخصوص برای برگردان عروق قلب نیاز دارد، از دست برود. مسلماً چنین شرایطی می تواند خطرات زیادی داشته باشد. از طرف دیگر، در بسیاری از موارد هم خود بیمار آن دیر مراجعه می کنند و این دردها را خیلی جدی به حساب نمی آورند. وی در این زمینه توصیه می کند: بیماری که با درد حاد و ناگهانی در ناحیه شکم مواجه می شود، بلافاصله باید به پزشک مراجعه کند و در صورتی که در آن زمان از روزه به پزشک دسترسی نداشته باشد باید خودش را به اورژانس بیمارستان برساند. در این شرایط، اما خیلی ها به جای این که به پزشک مراجعه کنند، از درمان های خانگی کمک می گیرند که به گفته این فوق تخصص گوارش، چنین درمان هایی مبتنی بر شواهد نیست.

البته چنین طرز فکری خیلی هم به سطح سواد و دانش افراد ارتباط پیدا نمی کند و در هر قشری از جامعه ممکن است مشاهده شود. ولی این فوق تخصص گوارش می گوید: باید به این موضوع توجه داشته باشیم که بهبود بیمار با استفاده از این روش های درمانی چندان مهم نیست و در مقابل آنچه مهم محسوب می شود این است که چنین درمان هایی می تواند درمان اساسی را به تعویق بیندازد. به عبارت دیگر، در این موقعیت ممکن است زمان طلایی درمان از دست برود.

علامت خطر را بشناسید

دکتر دولتشاهی می گوید: اگر بیمار همراه با درد شکم، تب هم داشته باشد تشخیص مان به این سمت می رود که شاید یک ضایعه التهابی عفونی در شکم اتفاق افتاده است. به عنوان نمونه اگر دردهایی که در ناحیه بالا و وسط شکم رخ می دهد، با تب بروز کند ممکن است ناشی از پانکراتیت باشد. همچنین درد ممکن است بر اثر درگیری کیسه صفرا و مجاری صفراوی ایجاد شده باشد که همراه با تب و حتی مختصری زردی نمایان می شود. بنابراین می توان گفت وجود تب از نظر بیماری هایی که ممکن است داخل شکم اتفاق افتاده باشد، موضوع را بسیار مهم تر می کند.

این دانشیار دانشگاه علوم پزشکی تهران یادآور می شود: درد شدید، درد خنجری، دردی که به پشت می زند، دردی که توام با استفراغ یا استفراغ خونی باشد، درد همراه با تب، همراه با زردی، دردی که بیمار را بی قرار کند و دردی که با تغییر رنگ ادرار همراه است، همگی مواردی هستند که باید به حساب می آید.

دکتر دولتشاهی توصیه می کند: افرادی که دچار درد ناگهانی در ناحیه شکم می شوند، حتماً بلافاصله به پزشک مراجعه کنند و این موضوع را به تعویق نیندازند. چون در صورتی که تاخیری در درمان ایجاد شود، ممکن است خطرانی بیمار را تهدید کند. به عنوان نمونه در مورد زخم اثنی عشر یا زخم معده باره شده اگر در همان مراحل اولیه و قبل از ۲۴ ساعت، مشکل تشخیص داده و اقدامات درمانی لازم برای بیمار انجام شود، ممکن است عمل جراحی در همان مرحله کفای باشد، اما اگر این زمان از دست برود و مواد داخل معده و ترشحات شیره معده داخل شکم بپرزد، بروز التهاب و عفونت ها می تواند موجب افزایش خطر مرگ و میر شود و از طرف دیگر، درمان قطعی را هم به تعویق می اندازد. بنابراین در افراد مختلف و سنین متفاوت حتماً باید به این دردها توجه ویژه ای شود و به هیچ عنوان نباید آنها را شوخی گرفت.

علل مختلف برای دردهای متفاوت

خیلی ساده و مختصر می گویم دل درد داریم، اما همین دل درد به ظاهر ساده می تواند به شکل های متفاوت و با علل مختلفی بروز کند که گاهی خیلی هم ساده و پیش یافتاده نیست. دکتر دولتشاهی در این باره توضیح می دهد: در صورت بروز دردهای شکمی حاد بر اساس محل درد و همین طور سن و جنس بیمار می توانیم تشخیص های مختلفی مطرح کنیم. به عنوان نمونه اگر در چند ساعت اخیر دردی شدید و ناگهانی در قسمت بالا و وسط شکم فردی مسن که سابقه بیماری هایی مانند فشار و چربی خون نیز دارد، ایجاد شده باشد به اولین مشکلی که باید فکر کرد، بیماری های قلبی است. بنابراین قبل از هر چیز باید احتمال بروز مشکلات قلبی را در این شرایط بررسی کنیم و در صورتی که مسائل و مشکلات قلبی مطرح نباشد، موضوع بیماری های گوارشی مهمی مانند زخم های معده یا اثنی عشر مطرح می شود که با پاره شده است یا تمایل به پارگی دارد. علاوه بر اینها، ممکن است درد مربوط به پشت معده و لوزالمعده باشد. در واقع، التهاب لوزالمعده یا پانکراتیت می تواند موجب بروز دردی شدید شود که طی آن، بیمار در حالت خم شده به جلو احساس بهتری پیدا می کند.

دانشیار دانشگاه علوم پزشکی تهران می افزاید: پانکراتیت به علل مختلفی مانند مصرف دارو، سنگ، چربی بالای خون و... می تواند ایجاد شود. زخم معده و اثنی عشر هم به علت های متفاوتی بروز می کند؛ مصرف داروهای مسکن ضدالتهابی مانند بروفن یا نوافل میکروب معده که بر اثر آنها زخم ایجاد شده و به سمت پارگی رفته باشد از جمله مواردی است که می تواند موجب درد حاد در این ناحیه شود.

دکتر دولتشاهی ادامه می دهد: اگر دردی ناگهانی در ناحیه پایین و راست با جیب شکم خاکی در دوره بارداری ایجاد شود، حتماً ابتدا باید احتمال حاملگی های خارج از رحم را بررسی کنیم. کیست های تخمدانی هم می تواند موجب بروز چنین دردهایی شود که باید مورد توجه قرار گیرد.

وی می افزاید: اگر درد ناگهانی با درد خفیفی که بتدریج شدید می شود، در قسمت پایین و راست شکم اتفاق بیفتد، حتماً باید به یادبسیست فکر شود که البته ممکن است با تب، تهوع و بی اشتها هم همراه باشد. در صورتی که درد در قسمت مقابل، یعنی پایین و چپ شکم بروز کند نیز بیماری های التهابی روده مطرح می شود مانند دیورتیکولیت.

هفت نگاه

عضو انجمن صنفی مدیران رسانه
و شرکت تعاونی مطبوعات کشور

توزیع :
شرکت نامه امروز
آدرس: خیابان فاطمی، کوچه هولیفی (دوم)، پلاک ۱۰، طبقه
منفی یک

خبرنگار: هادی نوربخش
چاپ: گنجینه مینیا تور

صاحب امتیاز: موسسه مطبوعاتی پیک نامه امروز
مدیر مسئول: سالم نوربخش
سرمدیر: عاطفه توحیدی
دبیر سرویس: محیا نوربخش

چاقی و بلوغ زودرس در دختران



محققان احتمال می دهند که علت بلوغ زودرس در دختران، چاقی مفرط در دوران کودکی باشد. به نقل از سایت «MSN»، محققان معتقدند: دخترانی که دچار اضافه وزن هستند، دچار تغییرات فیزیکی می شوند و برنامه غذایی نادرست می تواند در ساعت بیولوژیکی بدن اختلال ایجاد کند؛ در نتیجه در تعادل هورمون های بدن تغییراتی به وجود می آید. نظریه دیگر این است که بافت چربی اضافه بدن در تولید هورمون هایی که باعث آغاز شدن بلوغ می شود، موثر است.

میزان ورزش کردن و مواد شیمیایی موجود در محیط نیز می تواند در این امر نقش داشته باشد. محققان معتقدند، بلوغ زودرس ممکن است خطراتی را برای فرد در پی داشته باشد. از آن جا که با بلوغ زودرس، بدن سال های بیشتری در معرض تولید استروژن قرار می گیرد، خطر بروز سرطان سینه و سرطان های دیگر نیز افزایش پیدا می کند.

تزریق واکسن آنفلوآنزا برای شیرخواران زیر ۶ ماه ممنوع است

تزریق واکسن آنفلوآنزا برای افرادی که سابقه واکنش آلرژیک به تخم مرغ، فرمالدئید و جنتاما پسین یا سابقه ابتلا به «سندروم گیلن باره» را دارند و شیرخواران زیر ۶ ماه ممنوع است. به گزارش فارس، صفورا محبی، معاون غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی فسا با بیان این مطلب گفت: با شروع فصل پاییز سوالات زیادی درباره لزوم تزریق واکسن آنفلوآنزا و چگونگی تزریق آن مطرح می شود.

آنفلوآنزا بیماری است که به سرعت شیوع می یابد و از طریق سویه های مختلفی که هر سال تغییر می کند ایجاد می شود به همین دلیل است که هر سال به تزریق واکسن جدید نیاز است. محبی افزود: بیشترین زمان احتمال ابتلا به آنفلوآنزا ماه های مهر تا اسفند است. اگر چه برخی علائم بیماری سرماخوردگی و آنفلوآنزا مشابه است ولی این واکسن در مقابل سرماخوردگی از محافظت نمی کند. واکسن آنفلوآنزا ۲ تا ۳ هفته پس از تزریق علیه سه سویه از ویروس ها محافظت می کند بنابراین دقیقاً قبل یا بعد از واکسیناسیون احتمال درگیری با سویه های بیماری زا وجود دارد. به گفته وی بر اساس دستور سازمان بهداشت جهانی اولویت تزریق واکسن به این ترتیب است: بیماران دیالیزی و پیوند کلیه، بیماران تالاسمی مزمن، بیماران کبدی شامل: سیروز و پیوند کبد، بیماران سرطانی که تحت شیمی درمانی یا رادیوتراپی قرار دارند و در آخر کارکنان بهداشتی درمانی. معاون غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی فسا در پاسخ به این سوال که آیا می توان واکسن آنفلوآنزا در دوران بارداری و شیردهی تزریق کرد، گفت: واکسن های آنفلوآنزا در تمام مراحل بارداری قابلیت مصرف دارد. اطلاعات عمده تری درباره بی خطری این دارو در سه ماهه دوم و سوم نسبت به سه ماهه اول بارداری در دسترس است. همچنین واکسن آنفلوآنزا می توان در دوران شیردهی تجویز کرد.



وقتی «سینما» پای «خانواده» می ایستد از «شوکران» تا «عطر آلود»

نخستین جشنواره بین‌المللی فیلم «حوا» از ۲۰ تا ۲۳ تیر در ۱۳ شهر از جمله سینما فرهنگ تهران در حال برگزاری است و فیلم‌های تولید شده با محوریت خانواده و زن در آن حضور دارند. انواع فیلم‌ها در گونه‌های مختلف کوتاه، سینمایی و مستند که شالوده اصلی همگی این آثار بر پایه تحکیم خانواده و مسائل آن است.



سال جاری بوده است که در قالب فیلم‌های «عطر آلود»، «در آغوش درخت» و اثر تاریخی «اخت الرضا» به آن پرداخته‌ایم.

نگاه به کارنامه سازمان سینمایی حوزه هنری در سال‌های گذر از جنگ و بازگشت مردم به زندگی عادی نشان می‌دهد حرکت به سمت آثار اجتماعی و خانواده محور، ایده اصلی این نهاد برای تزیق جریان تازه در سینمای ایران بوده و تا حد خوبی نیز موفق شده است. این جریان با ساخت آثاری همچون «مردبارانی» ابوالحسن داودی، «آب و آتش» فریدون جیرانی، «ساحره» داود میرباقری، «شوکران» بهروز افخمی، «دختری با کفش‌های کتانی» رسول صدرعاملی شروع شد و با فیلم‌های «بید مجنون» و «بدوک» مجید مجیدی، «خواهران غریب» کیومرث پوراحمد، «دیدار» و «مرد عوضی» محمدرضا هنرمند، «مهمان داریم» محمد مهدی عسگرپور، «حوض نقاشی» مازیار میری و «یه حبه قند»، «به همین سادگی» و «خیلی دور، خیلی نزدیک» رضا میرکریمی به اوج خود رسید.

اکنون حوزه هنری در بازگشتی به هویت گذشته خود، تمرکز بر جریان خانواده و گرمی حضور افراد در یک خانه را محور دوباره تولیدات سینمایی خود قرار داده است.

سازمان سینمایی سوره امسال با ۴ فیلم سینمایی شامل «در آغوش درخت»، «هناس»، «عطر آلود» و «اخت الرضا» سهم قابل توجهی از آثار بخش مسابقه سینمایی نخستین جشنواره فیلم «حوا» را در اختیار دارد. در ادامه به بهانه برگزاری جشنواره فیلم حوا، به ردپای خانواده و زن در هر کدام از این آثار می‌پردازیم:

«هناس»

دومین ساخته حسین دارابی به تهیه‌کنندگی محمدرضا شفا، «هناس» نام دارد که در جشنواره چهلم فیلم فجر نیز حضور داشت. حسین دارابی در این فیلم، به سراغ روایت واقعی از زندگی داریوش رضایی نژاد رفته است.

اما نکته قابل بررسی سیاست‌های کلی سازمان سینمایی، شوراهای ساخت، نهادها و ارگان‌های دولتی تولید فیلم در ایران در راستای جریان تولید به نفع خانواده و در راستای مضمون خانواده است. بر خلاف آنچه تصور می‌شود همانگونه که در جریان تولید فیلم برای کودکان در سال‌های اخیر شاهد کاهش چشمگیر و افول بی‌سابقه بوده‌ایم تا جایی که برگزاری هر ساله جشنواره فیلم کودک و نوجوان را تحت الشعاع خود قرار داده و با وقفه روبه‌رو کرده است، در حوزه زنان و خانواده نیز این خلأ بیش از پیش احساس می‌شود. تا این حد که برگزاری جشنواره‌ای با رویکرد زن و خانواده را با این سوال روبه‌رو کرده که آیا سیاست حمایت جشنواره‌ای از موضوع خانواده، پیش از این و در سال‌های قبل توسط نهادهای تولید کننده فیلم دنبال شده است که بتوان امروز میوه آن را چید؟

بررسی و مرور اجمالی روند تولید فیلم‌های مورد حمایت نهادهای مختلف در جشنواره فجر گذشته به خوبی تصویر روشنی از ریل‌گذاری کلی تولید فیلم در این نهادها را به تصویر می‌کشد. ساخت فیلم بدون برخورداری از تنوع ژانری و تمرکز بر سینمای دفاع مقدس یا تاریخ معاصر، بیشترین وجه مشترک مضامین این سال‌های ارگان‌های دولتی بوده است.

تمرکز «سوره» بر «سینمای خانواده»

سازمان سینمایی سوره حوزه هنری سال گذشته ۳ فیلم متقاضی خود در جشنواره فیلم فجر را با تمرکز بر سینمای خانواده که وجه تمایز کارنامه این نهاد در دهه‌های ۷۰ و ۸۰ بود پیش برد. تا جایی که محمد ساسان، مدیر مرکز تولیدات سازمان سینمایی سوره پیش از جشنواره فیلم فجر در گفتگویی با مهر درباره سیاست تولید این نهاد گفته بود: ما برای حضور در این دوره از جشنواره فیلم فجر، از مدت‌ها قبل چند اثر سینمایی را برای تداوم و حمایت از جریان تولید در دستور کار قرار داده بودیم. محوریت «خانواده و زن» در هر سه فیلم مادنبال می‌شود و این موضوع یکی از اولویت‌های مضمونی مادر

البته قهرمان اصلی «هناس»، شهید رضایی نژاد نیست؛ بلکه همسر او، شهره پیرانی است که دوربین، بخشی از پیچ و تاب‌های زندگی او را به نمایش در آورده، «هناس» در ستایش عشق زنی به همسر، فرزندش و حتی کشورش است.

در طول فیلم، مامی بینیم که کاراکتر زن، به همه چیز چنگ می‌زند تا از کانون خانواده حمایت کند و در نهایت، مادر پیروز میدان جدال با دنیای بیرون آشفته است.

«هناس» در سال ۱۴۰۱ به صورت عمومی و آنلاین اکران شد. مریلا زاری و بهروز شعبی در کاراکترهای شهره پیرانی و شهید داربوش رضایی نژاد نقش آفرینی کردند.

«در آغوش درخت»

«در آغوش درخت» ساخته بابک لطفی خواجه پاشا، در چهل و یکمین دوره از جشنواره فیلم فجر به نمایش درآمد و توجه بسیاری از منتقدان را به خود جلب کرد. این فیلم، داستان جدایی زن و مردی با دو فرزند را روایت می‌کند که در ارومیه زندگی می‌کنند. کیمیا (با بازی مارال بنی‌آدم) و فرید (با بازی جواد قامتی) در جریان جدایی با دو فرزندشان، به چالش‌های برمی‌خورند. کارگردان در روند قصه‌گویی «در آغوش درخت» ما را به دنیای زنانه کیمیا می‌برد که در تلاش نجات فرزندش است.

«در آغوش درخت» تلاش کرده است از کلیشه خانواده و زندگی شهری دوری کند و بیننده را به دل طبیعت ببرد و طبیعت را استعاره از مادر در ذهن مخاطب جا بیندازد.

«عطر آلود»

هادی مقدم‌دوست در آخرین ساخته خودش به سراغی مضمونی با محوریت

خانواده رفته، این نویسنده و کارگردان در «عطر آلود»، سینمای معناگرایی را به تصویر کشیده است که آدم‌های قصه برای لمس عشق و علاقه در زندگی دست و پا می‌زنند.

علی رزاقی (مصطفی زمانی) عطرساز است که عاشق عاطفه (هدی زین‌العابدین) می‌شود که پس از ازدواجشان، زندگی روی ناخوش خودش را به آنان نشان می‌دهد.

در مرکز قصه «عطر آلود»، یک مرد قرار دارد و این جهت کمی با دو فیلم قبلی، یعنی «هناس» و «در آغوش درخت»، تفاوت دارد.

البته در این فیلم، این مرد قصه است که برای بقای خانواده می‌جنگد و در طول فیلم، درونیات انسان در سختی‌ها را به ما نشان می‌دهد.

«عطر آلود» نیز در جشنواره فیلم فجر (دوره چهل و یکمین) حضور داشت و یوسف منصوری تهیه‌کننده این اثر بود که هم‌اکنون در جشنواره بین‌المللی فیلم «حوا» حضور دارد.

«اخت الرضا (س)»

این فیلم سینمایی به کارگردانی و تهیه‌کنندگی مجتبی طباطبایی روایتی تاریخی و جاده‌ای در مسیر حرکت حضرت معصومه (س) از عراق تا ایران است.

این فیلم که از آثار متقاضی حضور در چهل و یکمین جشنواره فیلم فجر بود، روایتی از گوشه‌ای از زندگی حضرت معصومه (س) است که در همکاری مشترک از سوی کشور عراق و شبکه تلویزیونی کربلا (آستان مقدس حسینی) و تولیت حرم حضرت معصومه (س) در ایران با سازمان سینمایی سوره و به صورت دو زبانه عربی-فارسی تولید شده و به صورت رسمی برای نخستین بار در جشنواره فیلم حوا به نمایش درمی‌آید.



نگاهی به دلایل نامگذاری فیلم‌هایی که در عناوین‌شان یک عدد مشخص وجود دارد

راز این اعداد سینمایی

فیلم‌های زیادی را به خاطر داریم که در عنوانشان یک عدد دیده می‌شود. کارگردان‌های مختلف برای استفاده از اعداد در نامگذاری آثارشان دلایل مختلفی داشته‌اند. به بهانه اکران فیلم سینمایی «ستون ۱۴» به کارگردانی امیر حسین همتی، نگاهی داریم به دلایل مختلف نامگذاری فیلم‌ها با اعداد.



بسیار بدی را تجربه می‌کنند تا اینکه هفت دقیقه مانده به تولد دختر فوت شده، تصمیم می‌گیرند مشکلات را کنار بگذارند و فقط به تولد فکر کنند. علت نامگذاری فیلم «سیزده ۵۹» به کارگردانی سامان سالور این است که در سال ۱۳۵۹ رزمندگانی به کما می‌روند و بعد از سی سال به هوش می‌آیند و دنیا را طور دیگری می‌بینند. «چهارشنبه ۱۹ اردیبهشت» به کارگردانی وحید جلیوند فیلمی سه اپیزودی درباره سه شخصیت مختلف است که زندگی‌شان به واسطه یک آگهی که روز چهارشنبه ۱۹ اردیبهشت منتشر شده، بهم ربط پیدا می‌کند. عدد پنج در فیلم «ساعت ۵ عصر» به کارگردانی مهران مدیری، به زمان تعطیلی بانک اشاره دارد و شخصیت اصلی باید تا قبل از این ساعت خانه‌اش را نجات دهد. در فیلم «بیست و یک روز بعد» به کارگردانی محمد رضا خردمندان، پسری بیست و یک روز فرصت دارد تا برای بیماری مادرش آمپول جور کند و فیلم «۳۳ روز» جمال شورجه هم براساس وقایع جنگ سی‌وسه روزه اسرائیل و حزب الله لبنان ساخته شده. در فیلم

تعداد آثاری که در عناوین‌شان به عددی خاص اشاره شده بیش از اینهاست اما سعی کرده‌ایم مهم‌ترین آنها را از قلم نیندازیم. در گزارشی که در ادامه می‌خوانید اسامی فیلم‌هایی که یک عدد در اسامی آن‌ها مورد استفاده قرار گرفته را در دسته‌بندی‌های مختلف مورد بررسی قرار داده‌ایم.

اشاره به زمان مشخص حضور بعضی اعداد در عناوین فیلم‌ها به زمان خاصی مثل یک روز یا ساعت مشخص اشاره دارد. در فیلم «عصر روز دهم» به کارگردانی مجتبی راعی، دکتری به خاطر بیماری مادرش تصمیم می‌گیرد همراه با یک کاروان هلال احمر به عراق برود تا خواهر گمشده‌اش را پیدا کند. او در روز اول ماه محرم به عراق می‌رسد و ماجراهای زیادی را تا عصر روز دهم از سر می‌گذراند. علت نامگذاری فیلم «بیست» به کارگردانی عبدالرضا کاهانی، به خاطر مدت زمانی است که صاحب تالار برای کارکنان تعیین می‌کند تا برای خودش آن دنبال جا بگردند. در فیلم «هفت دقیقه تا پاییز» به کارگردانی علیرضا امینی، دختری فوت می‌شود و پدر و مادر حال

«رحمان ۱۴۰۰» منوچهر هادی هم آبدار چی یک شرکت بزرگ تصمیم می‌گیرد کاری کند که به دست پسر رئیس شرکت به قتل برسد تا خانواده‌اش با پول دبه زندگی خوبی داشته باشند اما پسر رئیس او را نمی‌کشد و از سر دلسوزی به او یک چک می‌دهد برای سه سال بعد که می‌شود ۱۴۰۰.

اشاره به مکان خاص اعداد استفاده شده در اسامی فیلم‌ها بعضی اوقات به مکان خاصی اشاره دارند. مثل فیلم «خانه‌ای در خیابان چهل و یکم» به کارگردانی حمیدرضا قربانی که ماجراهایی را در خانه‌ای با پلاک ۴۱ روایت می‌کند. یا فیلم «شیار ۱۴۳» که آبیاری آن را از عنوان یک گودالی در منطقه جنگی گرفته و پیکر شهید شخصیت اصلی در همان جا تفحص شده است. در فیلم «۵۰ قدم آخر» کیومرث پوراحمد، قطع ارتباط در ۵۰ قدم آخر اجرای عملیات باعث سرگردانی شخصیت می‌شود و این مسئله تحولی در زندگی او به همراه دارد. در فیلم «ستون ۱۴» به کارگردانی امیر حسین همتی که چند روزی است در سینماها اکران شده هم عدد ۱۴ به مکان خاصی اشاره دارد. در پایان فیلم وقتی شخصیت جلال مجبور می‌شود در ساختمان نیمه‌کاره، روی ساناز اسلحه بکشد، روی تیر آهنی که ساناز به آن بسته شده، عدد ۱۴ حک شده است. درباره جزئیات فیلم توضیحی نمی‌دهیم فقط در همین حد می‌شود گفت که این ستون از این جهت که به تحول شخصیتی جلال می‌انجامد اهمیت دارد.

اشاره به تعداد، وزن، اندازه یا درجه حرارت بعضی اوقات علت استفاده از یک عدد در فیلم به خاطر اشاره به وزن، تعداد یا درجه حرارتی است که در ارتباط با مسئله مهمی در فیلم هستند. مثلاً در فیلم «۳ درجه تب» به کارگردانی حمیدرضا صلاح‌مندی «۳ درجه تب» از تب تند گرایش به تغییرات برای تبعیت از مدت تأکید دارد. از آنجایی که سه درجه تب، به معنای تب ۴۰ درجه (رسیدن به نقطه بحرانی) است از این اسم برای موج قدرتمند تب مدگرایانه استفاده شده است. در فیلم «۵۰ کیلو آلبالو» به کارگردانی مانی حقیقی اشاره مستقیمی به عدد پنجاه کیلو نمی‌شود. به نظر می‌رسد استفاده از حجم پنجاه کیلو اشاره به تأثیر پررنگ آلبالو در داستان فیلم دارد. در فیلم «یک کیلو و بیست و یک گرم» به کارگردانی رحیم طوفان، درباره دیه‌ای ۳۰ میلیون است که همسر یک مرد مجبور می‌شود به خاطر آن نوزاد داخل شکمش را بفروشد و این وزن نوزاد نارس است که مرده به دنیا می‌آید. عنوان «۲۳ نفر» در فیلم مهدی جعفری به تعداد رزمندگان نوجوانی است که در سال ۱۳۶۱ به اسارت نیروهای عراقی درآمدند. فیلم «برلین منفی ۷» درباره سختی‌های پناهندگی است و این درجه هم به سرما و سختی شرایط اشاره دارد. «۳۶۰ درجه» سام قریبیان هم از چرخش ۳۶۰ درجه و رسیدن به نقطه شروع برداشته شده است.

اشاره به عیار و قیمت ادر بعضی اسامی فیلم‌ها از عدد برای اشاره به عیار یا قیمت کالایی استفاده شده. مثلاً در فیلم «عیار ۱۴» به کارگردانی پرویز

شهبازی، نام فیلم از این جهت انتخاب شده که شخصی به خاطر طلای تقلبی با عیار ۱۴ زندانی می‌شود و پس از آزادی‌اش دنبال فردی می‌رود که او را لو داده. فیلم «ده رقصی» همایون اسعدیان، درباره یک دزد خرده‌پاست که یک مرتبه یک میلیارد تومان به دست می‌آورد و نام فیلم به ده رقصی بودن یک میلیارد اشاره دارد. سعید روستایی علاقه ویژه‌ای به استفاده از اعداد در نام فیلم‌هایش دارد. بعد از فیلم «ابد و یک روز»، اسم فیلم دومش «متری شیش و نیم» را هم مرتبط با اعداد انتخاب کرد. نام فیلم برگرفته از خاطره ناصر خاکزاد، متهم پرونده مواد مخدر است که در بخشی از سکانس دادگاه روایت می‌کند که کفن برادرش را متری شش و نیم خریده‌اند.

اشاره به سن اعددها در مواردی هم به خاطر تمرکز روی سن و سال یک شخصیت در جایگاه عنوان فیلم قرار گرفته‌اند. مثل فیلم «چهل سالگی» علیرضا رئیس‌یان که براساس داستانی به همین نام نوشته ناهید طباطبایی ساخته شده و حول محور بحران چهل سالگی یک زن روایت می‌شود. در فیلم «سیزده» هومن سیدی هم علت نامگذاری فیلم به تمرکز روی مرحله حساس نوجوانی و اینکه بروز مشکلاتی در این سن می‌تواند روی شخصیت نوجوانان اثر فراوانی بگذارد اشاره دارد و درباره پسری است که در سیزده سالگی درگیر جدایی پدر مادرش می‌شود.

اشاره به اصطلاح یا ضرب‌المثل ادر بعضی از فیلم‌ها انتخاب اسم عدد به خاطر قرار داشتن آن در یک اصطلاح یا ضرب‌المثل بوده است. مثلاً فیلم «شیش و بش» بهمن گودرزی از اصطلاحی در تخته‌نرد گرفته شده و زمانی آن را به کار می‌برند که فردی سخت مشغول فکر برای انجام کاری باشد یا اینکه در انجام دادن یا ندادن کاری سرگردان بماند. در فیلم «صد سال به این سال‌ها» به کارگردانی سامان مقدم که هیچ‌گاه امکان اکران به دست نیامورد، روی ضرب‌المثل «صد سال به از این سال‌ها» دست گذاشته شده از آنجایی که مشکلات و مصائب زنی را در مدت سه دهه روایت می‌کند می‌تواند به این معنا باشد که صدسال بهتر از آنچه گذرانده‌ای پیش رویت باشد. عنوان فیلم «چهار انگشت» حامد محمدی روایتی است که از زبان یکی از شخصیت‌ها شنیده می‌شود: «فاصله بین بهشت و جهنم چهار انگشت است.» که بیشتر به همان اصطلاح «تا قبر آ آ آ آ» مش قاسم در «دایی جان ناپلئون» اشاره دارد.

اشاره به رمز یا کد اعناوین دارای اعداد گاهی اوقات به یک رمز یا کد خاص اشاره دارند. مثلاً در فیلم «روز صفر» به کارگردانی سعید ملکان عدد صفر اشاره به نام عملیات تروریستی عبدالملک ریگی در اسفند سال ۱۳۸۸ دارد. یا در فیلم «شماره ده» به کارگردانی حمید زرگر نژاد، داستان درباره اسیری جنگی به نام رمزی شماره ۱۰ است که بارها برای فرار تلاش می‌کند و نهایتاً موفق می‌شود اسامی اسرای ثبت‌نشده در یک اردوگاه مخفی عراقی را به صلیب سرخ اطلاع دهد و از قتل عام آنها توسط فرمانده عراقی جلوگیری کند.



شمسی فضل‌اللهی، بانوی مهربان و خوش صدا

شمسی فضل‌اللهی بانوی مهربان و خوش صدای رادیو، تئاتر، سینما و تلویزیون ولی همچنان در هفتاد و چند سالگی بسیار بانگیزه نقش انواع و اقسام مادران را بازی می‌کند.

در زندگی به شدت به تمیزی و نظافت اعتقاد دارم و از کثیفی و نامرتبی بدم می‌آید و حداقل هفته‌ای یک بار کارگر به خانه‌ام می‌آید و تحت نظر با دقت خانه را تمیز می‌کند.

با تمیزی و آراستگی خانه انرژی‌م دوچندان می‌شود. مواقعی که خانه بر اثر آمدن مهمان شلوغ و درهم می‌شود، استرس پیدا می‌کنم و تلاش می‌کنم وضعیت خانه سریع به حالت اولیه‌اش برگردد. معمولاً برخی از روزها که فرصت و تمرکز کافی داشته باشم و حالم هم خوب باشد جلسات فردوسی خوانی و حافظ خوانی در جمع دوستان و آشناها داریم.

چند دوست هستیم که جمع می‌شویم و بعضی روزها با هم اشعار این دو بزرگ را می‌خوانیم که خیلی لذت‌بخش و جذاب است. به هر حال فردوسی و حضرت حافظ دو نام بزرگ در شعر ایران در دو سبک مختلف هستند و در خانه ایرانیان شاهنامه و دیوان حافظ پیدا می‌شود.

صبح‌های زود هم پیاده روی و ورزش‌های سبک انجام می‌دهم تا بیماریم تحت کنترل باشد و سلامتیم وجود داشته باشد. برای سن ما برای اینکه بتوانیم شایسته کار کنیم، ورزش کردن یک ضرورت مهم است.

از تجربیات تازه بازیگری تان بگوئید.

«دور دست‌ها» به کارگردانی جواد ارشاد آخرین سریالی است که با بازی من از شبکه سوم پخش شد.

در این مجموعه خانوادگی در نقش مادر بازی کردم که در عین حال مادر بزرگ است و نگران اختلاف میان دختر و دامادش است اما با بینش و شناختی که دارد دخترش را راهنمایی می‌کند و در نهایت تصمیم‌گیری را به عهده دخترش قرار می‌دهد. سریالی آموزنده و خانوادگی که به اهمیت کیان خانواده تأکید داشت و دانیال حکیمی، فاطمه گودرزی، سیامک اطلسی و هومن برق‌نورد در آن بازی داشتند.

از میان آثاری که تا به حال بازی و دوبله کرده‌اید به کدامیک علاقه بیشتری دارید؟

همه کارهایی را که در این شش دهه بازی کرده‌ام با علاقه و عشق انتخاب کرده‌ام. اما از بازی در آثاری مثل «یه حبه قند»، «عطر گل یاس»، «امیر کبیر»، «عملیات مهد کودک» و «دایی وانیا» و دوبله «بامزی» راضی هستم. در این آثار نقش‌های متفاوتی مثل مادر بزرگ، زن خارجی و مادر سنتی و مدرن بازی کرده‌ام.

کار تون «بامزی» یا «قوی‌ترین خرس دنیا» برای کودکان دهه شصت، با وجود صدای شما خیلی خاطره‌برانگیز است.

به صورت کاملاً اتفاقی در دوبله «بامزی» حضور پیدا کردم. حضور در تیم دوبله «بامزی» پیشنهاد ناصر ممدوح بود و در همان موقع درگیر بازی در سریال «امیر کبیر» در نقش یک زن انگلیسی‌زبان بودم و این همزمانی کار را سخت کرده بود ولی خوش‌بختانه کار تون «بامزی» کار موفقی شد و هنوز خیلی از مردم من را با دوبله این کار تون می‌شناسند.

این کار تون ساختارش از زمان تولیدش جلو تر بود و همین حالا هم



اغلب بزرگانی که در دهه‌های سی و چهل به کار بازیگری در مدیومهای مختلف می‌پرداختند این روزها بازنشسته شده‌اند و یا سالهاست که دیگر در حوزه هنری فعالیتی ندارند. شمسی فضل‌اللهی هر چند سابقه ایفای نقش‌های متفاوت را هم داشته و به عنوان مثال در اوایل انقلاب در سریال «امیر کبیر» نقش یک زن سیاست‌مدار و مقتدر انگلیسی را به شایستگی بازی کرد اما اغلب مخاطبان فضل‌اللهی را در نقش مادران و مادر بزرگان مهربان و دوست داشتنی ایرانی می‌شناسند مثلاً در بزرگ مهربان و عاشق پیشه سریال «باغ سرهنگ» یا فیلم «یه حبه قند».

فضل‌اللهی با اغلب بزرگان بازیگری از قبیل جمشید مشایخی، داریوش اسدزاده، محمدعلی کشاورز و علی نصیریان همبازی بوده است. این بانوی دوست داشتنی با دوبله کار تون «بامزی» برای نسل کودکان دهه شصتی بسیار خاطره ساز است. شمسی فضل‌اللهی از جمله بازیگرانی بود که خودش را محدود به بازیگری در سینما نکرد و سالها در رادیو و صحنه تئاتر به درخشش ادامه داد.

«امیر کبیر»، «عملیات مهد کودک»، «دایی وانیا»، «عاشق»، «بندر مه آلود»، «صبح روز چهارم»، «دانی و من»، «بینوا یان»، «مرا بشناس»، «عطر گل یاس»، «امیر کبیر»، «آینه»،

«بانی چاو» و «سایه همسایه» از جمله آثار ماندگار کارنامه بازیگری فضل‌اللهی در حیطه‌های مختلف از سینما تا تئاتر و تلویزیون محسوب می‌شوند.

مواقعی که مشغول بازی کردن نیستید چه کارهایی انجام می‌دهید. آیا اهل خانه‌داری هم هستید؟

می تواند با انیمیشن های جذاب و پر زرق و برق ژاپنی و آمریکایی رقابت کند.

البته در سالهای قبل تر هم دوبله شخصیت کار تونی «بامبی را انجام داده بودم. در زمینه کارهای کودک در دهه پنجاه مجموعه پر مخاطب «خانه کوچک» را نیز دوبله کردم. همیشه کار کردن برای کودکان برایم جذابیت داشته است.

تداوم کاری یکی از مهمترین خصیصه های کارنامه شماست. چه عواملی باعث شده در این سالهای طولانی بتوانید در کارتان تداوم داشته باشید؟

انتخاب هایم درست و صحیح بوده و در کنارش سالم زندگی کرده ام و به دنبال مسائل حاشییه ای نبودم و وارد هیچ باند و گروهی نشدم و اتکایم فقط به توانایی های خودم بود.

به همین دلیل توانسته ام در کارم موفق باشم. علاوه بر این، من برای شهرت سراغ بازیگری نرفتم و نیامده بودم که برای تشویق و جایزه گرفتن بازی کنم؛ بازیگری عشق و علاقه ام بود.

به دوران پیری و روزهایی که پیش رو دارید چگونه نگاه می کنید.

این مسئله بسیار مهمی است و توجه به هنرمندان پیشکسوت بسیار مهم است و اینکه امروز موسسه هایی نظیر موسسه پیشکسوتان هنرمند تشکیل شده اند تا به هنرمندان در دورانی که امکان فعالیت زیاد ندارند کمک کند.

این اقدام بسیار قابل تقدیر است و سایر نهادها مثل خانه سینما، خانه تئاتر، سازمان فرهنگی هنری شهرداری، وزارت ارشاد و غیره باید در این قضیه سهیم باشند و مشارکت کنند تا بازیگران با سابقه در هنگام بازیگری نگران آینده خودشان نباشند. نباید این طور باشد که تازه موقعی که بازیگران با سابقه از دنیا می روند به فکرشان بیفتند.

درباره خودم دوران پیری روزهای بدی نیست؛ خدا را شکر حقوق بازیگری وجود دارد و هر از گاهی بازی هم می کنم و با مدیریت درآمد تلاش می کنم دچار مشکلات مالی نشوم.

در این چند سال بارها مورد تقدیر قرار گرفتید. کدامیک از این تقدیرها برایتان جذاب تر بود؟

مرداد ماه سال قبل در نخستین جشنواره فیلم و عکس مادر که در پردیس چارسو برگزار شد به پاس یک عمر فعالیت هنری و همچنین ایفای نقش مادر در فیلم های مختلف با اهدای لوح تقدیر و تندیس از من تقدیر شد و این برایم خیلی ارزنده بود که در جشنواره ای که نام مادر دارد مورد تقدیر قرار گرفتم. به نظرم همه ما باید قدر دان مادران خود باشیم. پنج سال قبل هم در جشنواره کودک و نوجوان اصفهان مورد تقدیر قرار گرفتم و به عنوان یک خدمتگزار کوچک سینمای کودک خوشحال شدم که در این عرصه فعالیت می کنم و با کودکان خوب و مهربانی کار کرده ام و زحماتم برای کودکان و نوجوانان دیده شد.

از زندگی خانوادگی خود بگویید. در چه سالی ازدواج کردید و چند فرزند دارید؟

در سال ۴۳ ازدواج کردم و دو فرزند و یک نوه دارم و چون در آن زمان خیلی زود مادر شدم، پرکاریم در دوبله و بازیگری امکان پذیر نبود و علاقه داشتم بیشتر به خانواده و فرزندانم رسیدگی کنم و برایشان مادر مهربانی باشم. خوشحالم که در کنار هنر، زندگی خانوادگی پر مهربانی را تجربه کردم.

این روزها کم نداریم بازیگرانی را که تازه وارد این عرصه شده اند و دوست دارند خیلی زود هم پیشرفت کنند. توصیه تان به تازه کارها

چیست؟ برای موفقیت در بازیگری باید چه کارهایی انجام داد؟
در وهله اول باید عاشق این شغل بود و بدون عشق قطعاً هیچ بازیگری نمی تواند در کارش استمرار و تداوم و موفقیت داشته باشد.
یک بازیگر نباید از بی مهربی ها و سختی های کارش بترسد. توانایی در حوزه بازیگری باید در درون آدم باشد و بعد با تمرین و ممارست می شود آن را شکوفا و بالفعل کرد.

بازنشستگی برایتان چه جایگاهی دارد؟ آیا تا به حال به بازنشستگی از بازیگری فکر کرده اید تا بتوانید کارهای مورد علاقه تان را انجام بدهید؟

در کار بازیگری نمی توانم به بازنشستگی فکر کنم زیرا بازیگری در من انگیزه و اشتیاق و امیدواری ایجاد می کند که هنوز می توانم متمرثم باشم و برای مردم نقش های مختلف را بازی کنم. بازنشستگی از بازیگری برای من در حکم خودکشی است و افسرده ام می کند.

در کلیت اعتقاد دارم یک هنرمند و یا یک بازیگر با کارهایش معنی و مفهوم و احساس مفید بودن پیدا می کند. بزرگترین لذت برای من بازی کردن است که با هیچ چیز دیگر عوض نمی کنم.

خیلی از بازیگران پیشکسوت مدتها هستند بیکار هستند. آیا برای شما هم بیکاری موقت یا طولانی رخ داده است؟

البته دوستان کارگردان و برنامه ساز به من لطف دارند و پیشنهادات کاری تا حد مناسب دارم اما به علت بیماری نتوانستم خیلی از این پیشنهادات را قبول کنم؛ متأسفانه این مشکل بیکاری برای برخی از همکاران با تجربه وجود دارد که باید بررسی شود و برای حل آن چاره اندیشید.

از آن طرف امنیت شغلی هم برای ما بازیگران وجود ندارد. به دفعات پیش آمده حین کار در فیلمی یا مجموعه ای دچار آسیب و دردی شده ایم اما کسی از اعضای گروه نپرسیده که بهتر است شما را به بیمارستان ببریم و درمان بشوید و تحت نظر پزشک باشید و بجایش مجبور شده ایم با هزینه شخصی درمان کنیم.

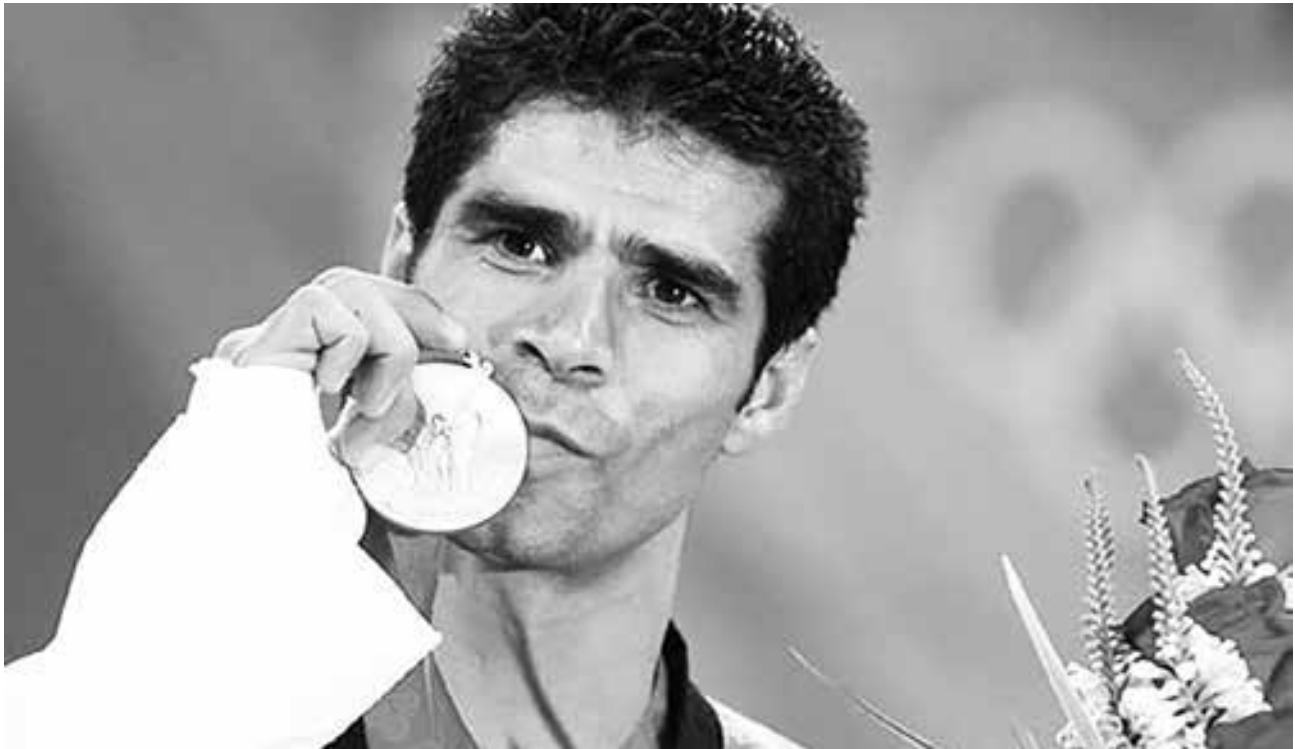
این مسائل آدم را آزرده خاطر می کند. خوب نیست موقعی که کات آخر داده می شود، همه دنبال کارشان می روند و همه چیز فراموش می شود.

انسانیت حکم می کند که بیرون از دایره حرفه ای هم دوست و همدرد باشیم.



هادی ساعی، از تکواندو تا بازیگری

نیاز به معرفی ندارد. نامش با قهرمانی گره خورده و سال‌ها، پرچم افتخار کشورمان را در دنیا به اهتزاز در آورده است. کافی است نام «هادی ساعی» را در مرورگر اینترنت تایپ و جست‌وجو کنید تا انبوهی از افتخارات و مقام‌های ملی و جهانی در صفحه مانیتور نمایان شود: «خرداد ماهی، متولد شهر ری، قهرمان تکواندوی جهان و المپیک و عضو شورای اسلامی شهر تهران...»



نیاز به معرفی ندارد. نامش با قهرمانی گره خورده و سال‌ها، پرچم افتخار کشورمان را در دنیا به اهتزاز در آورده است. کافی است نام «هادی ساعی» را در مرورگر اینترنت تایپ و جست‌وجو کنید تا انبوهی از افتخارات و مقام‌های ملی و جهانی در صفحه مانیتور نمایان شود: «خرداد ماهی، متولد شهر ری، قهرمان تکواندوی جهان و المپیک و عضو شورای اسلامی شهر تهران...»

چرا؟ مگر برنامه خاصی برای تعطیلات آخر هفته دارید؟
یک باشگاه سوارکاری دارم که روزهای پنج‌شنبه و جمعه معمولاً به صورت تمام‌وقت در باشگاه هستم و این دو روز یا تدریس می‌کنم یا اینکه مشغول برگزاری مسابقه سوارکاری هستم، اما روز شنبه تقریباً مشغله کاری کمتر و اوقات فراغت بیشتری دارم.

برای روزهای شنبه چطور برنامه‌ریزی می‌کنید؟
راستش آنقدر در طول هفته بیرون از خانه مشغول هستم که گاهی دلم برای خانه تنگ می‌شود و دوست دارم تمام وقت را در خانه باشم. به همین دلیل سعی می‌کنم روزهای شنبه را در خانه و با همسر و فرزندم بگذرانم و برای گردش و خوردن غذا به پارک یا رستوران برویم.

رابطه شما با سفر کردن چطور است؟ آخرین جایی که به آن سفر کرده‌اید کجا بوده؟

سفر جزو جدانشدنی زندگی من است. در حال حاضر در چند کشور از جمله مکزیک، آلمان، هلند و استرالیا، تکواندو تدریس می‌کنم. به همین دلیل دائم در حال سفر به این کشورها هستم. هفته گذشته به مکزیک رفتم.

نیاز به معرفی ندارد. نامش با قهرمانی گره خورده و سال‌ها، پرچم افتخار کشورمان را در دنیا به اهتزاز در آورده است.

کافی است نام «هادی ساعی» را در مرورگر اینترنت تایپ و جست‌وجو کنید تا انبوهی از افتخارات و مقام‌های ملی و جهانی در صفحه مانیتور نمایان شود: «خرداد ماهی، متولد شهر ری، قهرمان تکواندوی جهان و المپیک و عضو شورای اسلامی شهر تهران...» او که اولین مدال و مدال طلای ایران در ورزشی غیر از کشتی و وزنه‌برداری را از المپیک آتن برای ایران به ارمان آورد، در ۱۴ آبان ۱۳۸۷ خداحافظی خود را از دنیای قهرمانی اعلام کرد.

۱۸ آبان ۱۳۸۷ پس از انجام یک مسابقه نمادین در خانه تکواندو چهار گوشه تشک را بوسید و به‌طور رسمی از رقابت‌های تکواندو کنار رفت و نیرو و پشتکار خود را با عضویت در شورای شهر تهران برای خدمت به مردمش به کار گرفت تا در کنار القاب و عناوین قهرمانی، مسئولیت سنگین دیگری نیز به دوش بگیرد. او صاحب یک باشگاه سوارکاری حرفه‌ای نیز هست و به گفته خودش، این ورزش را به صورت حرفه‌ای انجام می‌دهد.

با صبر و حوصله به تک‌تک سوالات پاسخ گفت و با وجود تماس‌های مکرر با تلفن همراهش، تمام وقتش را در اختیار ما گذاشت و پاسخ زنگ‌های تلفن را به‌زمانی بعد از مصاحبه موکول کرد. البته از یک قهرمان با اخلاق چیزی جز احترام به مردم انتظار نمی‌رود. گپ و گفت ما با هادی ساعی را در ادامه بخوانید.

معمولاً تعطیلات آخر هفته برای شما چطور تعریف می‌شود؟

این سفرها با فعالیت شما در شورای شهر تداخلی ندارد؟
خیر. معمولاً طوری برنامه‌ریزی می‌کنم که هر هفته در جلسات شورای شهر حاضر باشم.

زمانی هم که تکواندو کار می‌کردم برای رفع خستگی از فشار تمرینات و مسابقات فشرده، تنها کاری که باعث آرامش من می‌شد سوار کاری و ارتباط با اسب و حضور در باشگاه بود.

چقدر به مطالعه علاقه‌مند هستید و آخرین کتابی که خوانده‌اید چه بوده؟

به دلیل سفرهای متعددی که به کشورهای خارجی دارم نیازمند تسلط به زبان انگلیسی هستم. به همین دلیل کتاب‌هایی را بیشتر مطالعه می‌کنم که به زبان انگلیسی باشند.

دنیای امروز، دنیای فضاهای مجازی است. چقدر از زمان خود را صرف دنیای مجازی می‌کنید؟

فرصت زیادی برای گشت و گذار در فضای مجازی ندارم، به ویژه زمانی که در ایران هستم. اما معمولاً هنگام سفر و در طول اقامت در کشورهای خارجی فرصت بیشتری برای استفاده از دنیای مجازی دارم.

اگر قرار باشد جایی از ایران را که دیده‌اید برای سفر به دیگران توصیه کنید، از کجا نام می‌برید؟

با وجود این که تا به حال به بیش از ۱۰۰ کشور خارجی سفر کرده‌ام، اما متأسفانه موفق به ایران گردی نشده‌ام. البته از شهرهای زیادی در ایران بازدید کرده‌ام و بزرگوارم از همه دوست دارم. امیدوارم که فرصت سفر به همه نقاط ایران را نیز به دست آورم.

فرض کنید قرار است با یکی از هنرمندان تلویزیون و سینما همسفر باشید. با چه کسی و به کجا دوست دارید سفر کنید؟

آقای پرویز پرستویی. رابطه دوستی ما بسیار خوب و مستحکم است و من مطمئن هستم در کنار ایشان هر کجا که باشم اوقات بسیار خوشی را می‌گذرانم. تفاوتی ندارد در سفر باشیم یا خانه یا رستوران یا هر جای دیگر.

شما متولد شهر ری هستید. با توجه به مشغله کاری تان چقدر فرصت می‌کنید سری به محله قدیمی بزنید؟

سعی می‌کنم به طور مرتب به شهر ری سر بزنم. آخرین بار، پیش از سفر به مکزیک، شهر ری بودم.

چه چیزی برای شما در محله قدیمی بیش از هر چیز لذت بخش است؟ عزاداری ماه محرم در هیات‌مان در شهر ری برای من بسیار لذت بخش است به ویژه اگر مداحی به زبان ترکی باشد.

چقدر اهل فوتبال و تماشای آن هستید؟

خیلی فوتبالی نیستم، اما فوتبال خوب را نگاه می‌کنم.

تیم غیر ایرانی مورد علاقه شما کدام تیم است؟ معمولاً بازی‌های رئال مادرید را بیشتر دوست دارم.

و بازیکن مورد علاقه شما؟

طبیعتاً بازی رونالدو در تیم رئال مادرید.

در میان مشغله‌های روزانه، چه اتفاقی معمولاً باعث آرامش و به در رفتن خستگی شما می‌شود؟

سوار کاری و حضور در باشگاه سوار کاری به من آرامش خاصی می‌دهد. حتی

بنابراین اگر تکواندو کار نبودید حتماً قهرمان سوار کاری می‌شدید؟ شاید اگر تکواندو کار نبودم و در هر رشته دیگری فعالیت می‌کردم به همان میزان تکواندو پشتکار داشتم و به قهرمانی می‌رسیدم، اما قصه سوار کاری با دیگر رشته‌های ورزشی فرق دارد. جدای از این که یک سوار کار باید توانایی لازم را داشته باشد خوب بودن اسب نیز ملاک مهمی در این ورزش است. سوار کاری در حد قهرمانی شرایط خاص خود را می‌طلبد.

کسی که قرار است در حد قهرمانی المپیک سوار کار باشد نیاز به حداقل سه تا چهار اسب درجه یک و خوب دارد. اگر تکواندو کار نبودم شاید هر رشته دیگری هم می‌رفتم همین اندازه موفق می‌شدم اما در سوار کاری نه.

صحبت از قهرمانی شد. در ماه یا در سال چند بار فیلم‌های قهرمانی خودتان را نگاه می‌کنید؟

اصلاً نگاه نمی‌کنم. چرا که هیچ فیلمی از مسابقات خودم ندارم. در واقع نیازی به دیدن آنها ندارم.

شما هنر پیشگی را نیز تجربه کرده‌اید. چه شد که وارد سینما و سپس تلویزیون شدید؟

واقعیت این است که من به خواست و علاقه خودم وارد این عرصه نشدم. اولین کار من فیلم سینمایی «پی ۲۲» بود. این فیلم داستان یکی از فرماندهان تکاور نیروی دریایی است که در اوائل جنگ تحمیلی نقش مهمی در حفظ مرزهای آبی ایران و جلوگیری از حمله رژیم بعثی به ایران داشت. اگر چه تمایلی به بازی در این فیلم نداشتم، اما احساس کردم این افراد به گردن همه ما حق بزرگی دارند و بنابراین برای تکریم و تشکر از آنها باید تا زنده هستند قدمی برداریم. به همین دلیل ایفای نقش در این فیلم را پذیرفتم.

از تجربه و استرس بازی جلوی دوربین بگوئید.

نه! من اصلاً با دوربین مشکلی ندارم. در واقع استرس سال هاست که درون ما مرده است. شاید به جرات بگویم که تاکنون بیشتر از خیلی از بازیگران تلویزیون جلوی دوربین بر نامه زنده قرار گرفته‌ام. علاوه بر این که این تجربه یک فیلم سینمایی بود که فرصت جبران اشتباه در نقش را داشت، اما بدون شک نقش بسیار دشوار و نیازمند آمادگی جسمانی و نیروی بدنی قوی بود.



علاوه بر این که امکانات مخصوص این نوع از فیلم‌ها نیاز است. در یک فیلم رزمی و اکشن فقط حضور یک رزمی کار مهم نیست، چرا که طرف مقابل نیز باید رزمی کار و آشنا به فنون رزمی باشد.

در فیلم پی ۲۲ همه تکاورها جودو کار بودند اما من از تکواندو کارها برای نقش مقابل استفاده کردم در واقع تکواندو کارها در کار بهتر معنا و مفهوم حرکات یکدیگر را می‌فهمند و پاسخ درست‌تری می‌دهند.

از بازی خودتان به عنوان بیننده راضی بودید؟
بله! راضی‌ام.

یعنی هیچ انتقادی به بازی خودتان ندارید؟

فکر می‌کنم یکی از ضعف‌های کار، صداگذاری‌هایی بود که بعد از کار انجام شد؛ یعنی دیالوگ‌هایی گفته شد که باید بعد از آن تغییر می‌کرد. ایراد کوچکی که به کار دارم، همین است. البته دیگران باید بازی‌ام را ببینند و نقاط ضعف و قوت را به من گوشزد کنند.

از فیلم و سریال که بگذریم، چه فصلی را بیشتر دوست دارید؟
فصل بهار را بیشتر از فصل‌های دیگر دوست دارم. رابطه خوبی با سرما و فصل سرد سال ندارم.

اهل کوهنوردی در فصل بهار هستی؟
خیر! به خاطر زانوهایم زیاد اهل کوهنوردی نیستم.

بزرگ‌ترین آرزوی یک قهرمان برای خود و مردمش چیست؟
همیشه و همه جا بزرگ‌ترین آرزوی من سلامتی برای همه انسان‌هاست. من معتقدم اگر سلامتی باشد، انسان‌ها به هر آنچه آرزو دارند می‌توانند با تلاش و پشتکار دست پیدا کنند.

از سوی دیگر گریم این نقش بسیار سنگین بود و هر روز سه تا چهار ساعت زیر گریم بودم و برای دو دوره زندگی شخصیت اصلی فیلم، در جوانی و پیری، باید گریم می‌شدم.

نگران نیستید که با ورود به عرصه سینما و تلویزیون، با خطر حاشیه‌سازی روبرو شوید؟

به نکته خوبی اشاره کردید. چرا! دقیقاً همین‌طور است. شاید بسیاری از افراد سودای شهرت و رسیدن به جایگاه اجتماعی را داشته باشند و برای رسیدن به آن وارد عرصه سینما شوند، اما من از مسیر ورزش به این جایگاه رسیده‌ام و اکنون در شرایطی قرار دارم که بیش از هر چیز باید به فکر حفظ این جایگاه باشم.

شاید به همین دلیل است که سعی می‌کنم در مورد پیشنهادهای ایفای نقش در فیلم و سریال با وسواس و دقت زیادی پاسخ بدهم. مردم از اسطوره‌ها و قهرمانان خود انتظاری فراتر از دیگران دارند.

پیش از این که در این عرصه فعالیت کنید، در زمینه بازیگری آموزش هم دیده‌اید؟

کلاس بازیگری نرفتم، اما دوستانی در این عرصه دارم که خیلی به من کمک کردند. به عنوان مثال، آقایان داریوش فرهنگ و امین حیایی و استادانی که توانستم از آنها خیلی فوت و فن‌های بازیگری را یاد بگیرم؛ به خصوص کارگردانی که توانستند من را در این مسیر هدایت کنند. البته فکر می‌کنم خودم هم آدم باهوشی هستم.

به نظر شما فیلم‌های اکشن در ایران چه جایگاهی دارند؟

حقیقت این است که در سینمای ایران جای کارهای اکشن خالی است؛ چرا که ساخت چنین فیلم‌هایی کار ساده‌ای نیست. باید بازیگرش وجود داشته باشد و فیلمبردار متخصص باشد.





sms

کس در همه آفاق به دلتنگی من نیست، گلگشت چمن با دل آسوده توان کرد. آزرده دلان را سرگلگشت چمن نیست.
۰۹۱۷-۲۸۸۲

✉ تا مقصد عشاق رهی دور و درازست یک منزل از آن بادیه عشق مجاز است در عشق اگر بادیه‌ای چند کسی طی بینی که درین ره چه نشیب و فرازست.
۰۹۱۷-۲۸۸۲

✉ تو عزیزترین، ماه‌ترین، خوشگل‌ترین، دوست داشتنی‌ترین دوستی که داری کیه؟ خوب معلومه دیگه منم.
۰۹۱۶-۷۹۶۰

✉ الهی، مگر چه درویشم ولی دارا تر از من کیست که تو دارایی منی.
۰۹۳۶-۲۴۷۵

✉ تمام چیزی که باید از زندگی آموخت تنها یک کلمه است (می‌گذرد).
۰۹۳۵-۵۸۸۲ (لیلا جباری)

✉ منتظر باش اما معطل نشو، تحمل کن اما توقف نکن، صریح باش اما گستاخ نباش، بگو آره اما نگو حتما، بگو نه اما نگو ایذا.
۰۹۳۶-۱۹۰۰ (فروغ ظهراپی نیا)

✉ دل هیچکس نمی‌سوزد برای حال غمناکم، مگر سوزد همان شمع‌ی که می‌سوزد سر خاکم.
۰۹۱۶-۲۱۰۲ (سعید کیانی)

✉ هوانسانی گفت: برف زود هنگام باعث یخ زدن گلها شده، اس‌ام‌اس زدم ببینم حال کلم چطور؟
۰۹۱۱-۹۱۷۸

✉ زندگی تجربه تلخ فراوان دارد، دوسه تا کوچه و پس کوچه و یک عمر بیابان دارد.
۰۹۱۹-۴۲۳۹ (سما حیات العین)

✉ دیوانه اولی: ببینم، مگه تو کری که جواب سلام منو نمی‌دی؟! دیوانه دومی: نه اون داداشمه که کره، من لایم!
۰۹۱۸-۷۳۶۵



sms

ایینه از جنس دعا همه تقدیم شما.
۰۹۳۶-۹۸۸۶

✉ همیشه بیادتم تا تو هم لحظه‌ای به یاد کسی که به یادت هست باشی.
۰۹۳۶-۷۱۳۴

✉ تو ای مادریکه یک عمره دلت با غصه دمساز صبورهات منو به گریه میندازه.
۰۹۳۵-۱۶۳۶

✉ عاشقی چیزی برای هدیه نیست، طرح دریا و غروب و گریه نیست، عاشقی یک کلبه ویرانه نیست، صحبت از شمع و گل و پروانه نیست، عاشقی تنهای تنها یک تب است، بی‌تو ماندن در سکوت یک شب است.
۰۹۳۶-۸۲۳۵

✉ روز سیری شد به امیدي که شب آید، شب آمد و دیدم به دلم تاب و تب آمد، ای دوست دعا کن من بیچاره مبادا، درحسرت دیدار تو جانم به لب آید.
۰۹۳۶-۸۲۳۵ (اسماعیل افخمی)

✉ زندگی را مثل تکه یبازی دیدم که هر تکه آن را باز کردم، اشکم را در آوردم!
۰۹۳۵-۱۶۳۶

✉ آرزوهایت را به جا یاداشت کن و یکی، یکی از خدا بخواه، خدا یادش نمیره، ولی تو یادت میره چیزی که امروز داری آرزوی دبرورت بود.
۰۹۱۶-۱۶۰۱ (علی علیزاده)

✉ میخوام بگم دوست دارم نه به ۲۱ زبان دنیا بلکه به زبان قلبم، تالاب تولوب.
۰۹۱۶-۰۷۰۲ (عبدالله کریمی نژاد)

✉ دریا طوفانی میشه آرام میشه اما هیچ‌گاه نمی‌میره.
۰۹۱۸-۱۳۹۲

✉ یادته گفتم خشت دیوار دلم تو منو شکستی، ولی اشکالی نداره حالا خاک زیر پاتم.
۰۹۱۲-۵۸۰۸

✉ دلتنگم و با هیچ کسم میل سخن نیست،



sms

✉ برای شکستن من به اخم کافیه نیازی به فریادت نیست، واسه اشک ریختنم سکوتت کافیه نیازی به قهر نیست، برای مردنم حرف رفتنت کافیه نیازی به انجامش نیست.
۰۹۱۹-۵۲۷۸ (فهمیده یاری)

✉ بوی گیوی تو را نیمه شب آورده نسیم، تازه شده در دل من یاد رفیقان قدیم.
۰۹۱۴-۲۰۰۴ (صمد خیری)

✉ در مرام ما اسیران عاشقی رسمی ندارد، دوستی را می‌پرستیم چونکه پایانی ندارد.
۰۹۱۶-۶۲۸۷ (مجتبی آسوار)

✉ تنها قدرتی که می‌تواند انسانها را از اندوه و غصه نجات دهد خداوند بزرگ است.
۰۹۳۶-۰۳۷۳

✉ خواهم که به زیر قدمت زار بمیرم، هر چند کنی زنده، دگر بار بمیرم، من طاقت نادیدن روی تو ندارم، مپسند که در حسرت دیدار بمیرم.
۰۹۳۶-۰۳۰۰ (علی بابازاده)

✉ سوال هوش: از به نفر میبوسن به نظر تو بهترین وسیله برای کشیدن آب از چاه چیه؟ میگه: آبکش!
۰۹۳۶-۲۴۴۵

✉ آنقدر شکست خوردم که شکست دادن را آموختم.
۰۹۳۵-۶۸۵۴

✉ گریه کردم تا بدونی زندگی بی‌غم نمیشه، اگه دستمرو بگیری از غرورت کم نمیشه.
۰۹۳۵-۶۸۵۴

✉ زیر پلکت سایه بانم می‌دهی؟ سوختم آیا پناهم می‌دهی؟ آنتی افتاده بر جان و دلم، قطره آبی بر لبانم می‌دهی؟ میهمان جان جانان گر شوم، میزبانی را نشانم می‌دهی؟ تا بباسایم دمی در پای عشق، زیر چترت سر پناهم می‌دهی؟ ای جواب پرسش بی‌پاسخم، عشق را آیا نشانم می‌دهی؟
۰۹۳۶-۹۸۸۶

✉ یک نفس یاد خدا، یک سید خاطر آسوده و شاد، یک بغل شبنم آرامش صبح، یک هزار



گوشه گیری علامت نگران کننده‌ای است؟

کودکی که بسیار حساس و عاطفی است به هنگام حسادت به نوزاد، نیاز به محبت و اطمینان خاطر دارد و باید حتی بیشتر از کودکی که احساساتش را با پر خاشگیری بروز می‌دهد مورد توجه قرار بگیرد کودکی که جرأت نمی‌کند صراحتاً نشان دهد که از چه چیزی ناراحت است و افعاً به کمک شما نیاز دارد تا حالش بهتر شود شما می‌توانید حال او را بفهمید و بگویید من می‌دانم که تو گاهی اوقات از دست من به خاطر این که از او مراقبت می‌کنم عصبانی هستی. اگر کودک پس از مدت کوتاهی واکنش نشان نداد سعی کنید موقتاً برای نگهداری از نوزاد از کودک کمک بگیرید و به کودک نان توجه بیشتری بکنید تا او بار دیگر اشتیاقش را برای زندگی، بازی و معاشرت با دیگران به دست آورد و به او آن قدر محبت کنید تا عقده‌های دلش را خالی کند.

برای بدغذایه کودکان چه کنیم؟

وقت غذا خوردن را دلپذیر کنید. قرار نیست کودک را وادار کنید که غذا بخورد بلکه قرار است کاری کنید که اشتیاق طبیعی او بر گردد و بخواد غذا بخورد سعی کنید درباره غذا خوردن چه با لحن نه‌دید آمیز چه به صورت تشویقی حرف نزنید. یعنی او را برای این که زیاد غذا خورده تشویق نکنید و یا اگر کم غذا خورده قیافه مایوس و در مانده به خود نگیرید. تمرین کنید حتماً این کار را یاد می‌گیرید به خودتان گوشزد کنید که باید فکر کردن در این مورد را تمام کنید و افعاً کار ساز است. هنگامی که کودک احساس کرد دیگر فشاری روی او نیست بر اساس اشتیاق خود عمل خواهد کرد. گاهی اوقات این نصیحت را می‌شنوید که غذا را جلوی بچه بگذارید حرفی نزنید. ظرف غذا برای نیم ساعت جلوی او باشد بعد مهم نیست که چقدر غذا خورده یا نخورده، ظرف را از جلوی او بردارید و تا وعده بعدی به او چیزی ندهید. این درست است که کودکان هنگامی که گرسنه هستند غذا می‌خورند. این نصیحت صحیح است به شرط اینکه نه عصبانی شویم نه تنبیه کنیم و با روحیه خوب آن را انجام دهیم. پدر یا مادر در موقع غذا خوردن سر و صدای زیاد نزنند تا بچه با آرامش غذايش را بخورد.

گاز گرفتن کودک:

گاز گرفتن در کودکان در حدود یک سالگی طبیعی است که کودک بخواد گونه مادرش را گاز بگیرد. دندان در آوردن باعث می‌شود که کودک دلش بخواد گاز بگیرد و هنگامی که خسته می‌شود این تمایل در او شدیدتر هم می‌شود در فاصله ۲-۱ سالگی گاز گرفتن کودک دیگر اهم از اینکه دوستانه یا با عصبانیت باشد معنی خاصی ندارد. کودکان در این سن نمی‌توانند احساسات خود را با کلمات بیان کنند بنابراین این خشم یا اشتیاق خود برای تسلط بر دیگران را به شکل‌های از جمله گاز گرفتن نشان می‌دهند. از این گذشته آنها نمی‌توانند خود را به جای قربانی‌شان بگذارند و در نتیجه متوجه نمی‌شوند که چقدر به طرف مقابل صدمه می‌زنند اگر کودکی دست یا لب شما را گاز گرفت باید او را زمین گذاشت و خیلی محکم به او بگویید اذیت نکن و این کار را نکن عزیز دلم و او می‌فهمد که شما از کار او ناراحت هستید و خودش این را درک می‌کند.

سوپ بسیار مفید قصل سرما مخصوص کودکان:

سوپ اسفناج

مواد لازم: یک دسته اسفناج - یک عدد سیب زمینی - مقداری نمک

اسفناج‌ها را بعد از شستن به همراه سیب زمینی خرد شده بگذارید به مدت ۲ ساعت روی حرارت ملایم بپزد. اگر کودک تان بیشتر از ۶ ماه دارد ۱ ساعت برای زمان پخت کافی است. اسفناج غنی از ویتامین B و C، پد، فسفر، پتاسیم و منیزیم است و مانند هویج ویتامین کاملی دارد و بیوست کودک شما را از بین خواهد برد.



قهوه در کاهش بیماری آلزایمر موثر است

کارشناس مسوول بهداشت خانواده دانشگاه علوم پزشکی کاشان گفت: رابطه مستقیمی بین مصرف کافئین و تاثیر آن بر بیماری آلزایمر در این تحقیقات نشان داده شده است. وی تاکید کرد: محققان دریافته اند وقتی به موش هایی که مستعد ابتلا به آلزایمر بودند آب حاوی کافئین داده شده، پس از گذشت دو ماه عملکرد ذهنی آنها در تست های حافظه بهبود پیدا کرده است.

وی گفت: علت این امر این بود که با مصرف کافئین که ماده اصلی موجود در قهوه است از میزان پلاک های مخرب در مغز کاسته می شود.



مغز کاهو را نخورید

دکتر «فرشاد دشتی» عضو هیئت علمی دانشکده کشاورزی دانشگاه بوعلی سینا گفت: تجمع نیترات در سبزی هایی مانند کاهو و اسفناج بیشتر از سایر سبزی ها است. میزان نیترات موجود در اندام های مختلف سبزیجات نیز متفاوت بوده، به طوری که میزان آن به ترتیب در ساقه، دم برگ، پهنک برگ، اندام های زیرزمینی، پیاز، ریشه ها و غده ها بیشتر است. دشتی تاکید کرد: در میوه ها و سبزی های میوه ای، مشکل زیادی از نظر تجمع نیترات وجود ندارد و مشکل اصلی بیشتر در سبزی هایی است که اندام رویشی آن ها مصرف می شود. نیترات باعث بیماری هایی از قبیل کم خونی، سقط جنین و انواع سرطان ها می شود و میزان مجاز ورود نیترات به بدن هر فرد ۶۵/۳ میلی گرم بر هر کیلوگرم وزن بدن در روز است. با توجه به اینکه میزان مجاز آن نسبت به وزن بدن سنجیده می شود مقدار مصرف آن در کودکان هم حائز اهمیت است.

وی با بیان این که پرورش سبزی ها در باغچه منازل، بهترین شیوه برای کنترل نیترات است به شهروندان توصیه کرد، تاجایی که امکان دارد سبزی ها را خودشان پرورش دهند و یا این که از محصولات ارگانیک استفاده کنند. هم چنین از بخش هایی که نیترات زیادی دارند استفاده نکنند و در اسفناج ساقه و دم برگ و در کاهو ساقه و وسط را مصرف نکنند. دشتی افزود: نگهداری سبزی ها به صورت پخته در فریزر نیز باعث ترکیب نیترات با اسیدهای آمینه می شود که ماده ای به نام نیتروز آمین تولید می کند. این ماده سرطان زا است و فرآیند تولید آن در یخچال و فریزر رخ می دهد.



هرگز گوش خود را تمیز نکنید

جرم موجود در گوش دارای خاصیت چربی و اسیدی است. چربی موجود در گوش از ترک خوردن پوست گوش جلوگیری کرده و سبب نرمی آن می شود. خاصیت اسیدی جرم موجود در گوش از رشد قارچ ها و باکتری ها در گوش نیز پیشگیری می کند. پاک کردن گوش با چوب کبریته گوش پاک کن یا شیای دیگر سبب می شود تا خاصیت ماده اسیدی طبیعی گوش از بین برفته و فرسترس شده باکتری ها و قارچ ها داده شود به گفته پزشکان در گوش تورم مجاری گوش خاز جی، تب خفیفه، ترشح چرک سفید رنگ بدون بو از گوش و تنگی و گرفتگی گوش از جمله علائم شایع عفونت گوش خارجی هستند یک متخصص گوش حلق و بینی نیز به افراد توصیه کرد تا از پاک کردن گوش حتی با گوش پاک کن ها پرهیز کنند و کتر سید حسین یوسفی گفت: گوش سالم با نشستن ساختمان طبیعی، خودش را تمیز می کند و نیازی به پاک کردن ندارد وی افزود پاک کردن گوش معمولاً می تواند به دلیل التهابی (عفونی) موضعی ای ایجاد شود.

دکتر یوسفی با اشاره به پارگی هایی که بر اثر عفونت گوش میانی به صورت حاد ایجاد می شود، اظهار داشت: پرده گوش راهی برای خروج چرک و ترشحات گوش میانی است و پارگی آن در اغلب اوقات به محض قطع شدن ترشح چرک گوش در عرض یکی دو روز خود به خود جوش می خورد. اگر این پارگی به صورت مزمن در آید و به طور مداوم عفونت از گوش خارج شود، باید با مراجعه به پزشک، عاملی را که باعث تداوم بروز چرک از گوش است از بین برد و نقص ایجاد شده در پرده گوش را با پیوند پرده گوش اصلاح کرد. از جمله پارگی های دیگر پارگی پرده گوش بر اثر فرو کردن شیای خارجی در آن است. استفاده از گوش پاک کن که بین افراد تقریباً همه نیز شایع تر است، علاوه بر غیر بهداشتی بودنش به دلیل اینکه موانع طبیعی را از سر راه ورود عوامل خارجی و میکروب ها بر می دارد، توصیه نمی شود. به گفته وی، با تمیز کردن گوش و خارج کردن ماده زرد رنگ و چسبناک از گوش راه ورود عفونت و میکروب به داخل گوش هموار می شود.

این افراد در مقابل درد تحمل زیادی دارند

بزرگواران معتقدند که تجربه درد در ورزشکاران متفاوت بوده و مشابه افراد عادی نیست. در حقیقت آستانه درد در همه افراد اعم از ورزشکار یا غیر ورزشکار یکسان اما تحمل درد متفاوت می باشد. آستانه درد حداقل شدتی از درد است که فرد پیام درد را احساس می کند (نقطه آغاز احساس درد) اما تحمل درد، حداکثر میزان دردی است که فرد قادر به تحمل آن است. برای انجام این مطالعه ۳۳۱ فرد عادی و ۵۶۸ ورزشکار زن و مرد از کاتادا، استرالیا، اروپا و ایالات متحده امریکات انتخاب شدند. رشته های ورزشی مختلف از جمله ورزش های استقامتی، قدرتی، رقابتی و انعطافی مورد ارزیابی قرار گرفتند. نتایج نشان داد که ورزشکاران در مقایسه با سایر افراد، تحمل بالاتری نسبت به درد دارند. میزان تحمل آنها بر حسب نوع ورزشی که انجام می دهند متفاوت است. در ورزشکارانی که ورزش های قدرتی انجام می دهند، تحمل درد در سطح متوسط است. در حالی که در ورزشکارانی که به ورزش های رقابتی اشتغال دارند، تحمل درد نسبت به سایر ورزشکاران بیشتر است. همچنین مشخص شد که ورزشکاران مقاومتری تحمل درد یکسانی دارند زیرا شرایط جسمی و روحی آنها اغلب مشابه است. اما کسانی که به ورزش های رقابتی می پردازند از لحاظ جسمی و روحی متفاوت هستند. بنابراین این تحمل درد در آنها یکسان نیست. محققان امیدوارند که با استفاده از نتایج این مطالعه بتوانند اثرات جسمی و روانی ورزش مداوم را در احساس درد مورد بررسی قرار داده و ورزش های موثر در تسکین درد را شناسایی کنند. متخصصان معتقدند که ورزش و روشی ایمن، بی خطر و بدون عوارض جانبی برای تسکین دردهای مزمن در بیماران است.

آشنایی

مهدیس! تو خجالت نمی کشی با این گوشی داغون توی دانشگاه و محل کار صحبت می کنی؟
خسته نشدی ازش؟!

مهدیس نگاهش به گوشی خراشیده شده و رنگ و رو رفته اش انداخت و گفت:

- چرا خسته بشم ازش؟ الان چهار ساله پا به پام اومده! می دونی، صد تا خبر خوب بهم داده، خدایی دوستش دارم مانی!

مانی دستش را دراز کرد و گوشی را برداشت و کمی با دکمه هاش ور رفت و گفت:

- چی چی رو دوست داری؟! نگاهش کن! یکی در میون دکمه هاش کار نمی کنه! خدایی چطور می تونه می شه دستت بگیرم! اینجا رو نگاه! با چسب بهم وصلش کردی یا ...

مهدیس گوشی را از مانی گرفت و گفت:

- اولاً دوستش دارم. بعدش هم بهش عادت کردم. در ثانی پولم کجا بود؟! الان گوشی به درد بخور قیمتش سر به فلک کشیده!

این را گفت و بدون اینکه نگاهش به گوشی اش بکند خیلی سریع پیامک نوشت و فرستاد.

مانی دهانش باز مانده بود.

- تو چطور می تونی با این گوشی در پیت پیامک می فرستی؟
یه پیش نهاد دارم بیای این روبنده مامان، بنده خدا با همین در پیتم کارش راه می افته تو هم یه گوشی خوب بخر! مهدیس از جایش بلند شد و گفت:

- حالا واسه ما کلاس نذار. فعلاً با این گوشی در پیت هم کارم راه می افته، بذار درسم تموم بشه و از سر برداخت شهریه های آن چنانی راحت بشم اون وقت یه چیزایی می خرم که دهنت باز بمونه.

این را گفت و از اتاق بیرون رفت.

نگاهی به گوشی اش انداخت. مانی دلش را از گوشی اش زده بود!

راست می گفت گوشی اش حسایی درب و داغون شده

بود. دلش می خواست یک گوشی خوب بخرد ولی همین که بابا شهریه دانشگاهش را می داد کافی بود و خجالت می کشید تقاضای بیشتری داشته باشد.

همان طور که توی رختخواب دراز کشیده بود دستی دراز کرد و گوشی اش را برداشت، تعجب کرد. صبح کله سحر چه کسی برایش پیامک فرستاده است؟! مانی بود. اول صبح پیامک زدم بگم اون گوشی رو تو بنده مامان به جای گوشت کوب بازش استفاده کنه! خدایی آخر شه، اون مانی تورو که نگار، به دور باسیم ظرفشویی شسته شده! برو توی کتابخونه یه چیزی گذاشتم برش دار ... راستی

توووووووول دددت مبارک!

خواستم اولین نفری باشم که تولدت رو بهت تبریک می گم!

لبخندی زد، اول صبحی پیامک دادی که اولین نفر باشی، خواب رو از سرم بپرونی؟!

خوابش می آمد.

دوست نداشت از رختخوابش بیرون بیاید و حالش را نداشت سراغ کتابخانه برود.

فکر کرد مثل دو سال قبل لنگ دمپایی برایش کادو بیج کرده و یا مثل پار سال سنگ پاو یک جفت جوراب! ولی نتوانست جلوی کنجگاویش را بگیرد و رفت

سراغ کتابخانه!

یک جعبه بزرگ بود که از کارتین تخم مرغ درست شده بود، فکر کرد تخم مرغ برایش گرفته یا جوجه رنگ شده!

ولی وقتی در جعبه را باز کرد، چشم هایش گرد شد، یک گوشی شیک سفید رنگ و گران قیمت!

یک کارت کوچک هم توش بود که نوشته بود:

- ت... ت... ت... تولدت مبارک!

فوری سیم کارت را انداخت و به مانی زنگ زد و گفت:

- خیلی غافلگیرم کردی! داداش گلم... الهی فدات بشم... حالا چه جور می جبران کنم؟!

فوری رفت توی منوی گوشی و دفترچه اش را آورد.

هم رم می خورد و هم بلوتوث و دوربین و هزار جور بند و بساط دیگه داشت که مهدیس بهش وارد نبود. چند تا عکس از قاب عکس های روی دیوار گرفت و بعد که کیفیت بالا پیش رو دید کلی ذوق زده شد.

تا غروب که مانی آمد تمام سوراخ سنبه هایش را پیدا کرد و گوشی قدیمی اش را توی کمد گذاشت تا بعداً به قول مانی به مادر بزرگش بدهد!

شب که داشت دفترچه تلفن اش را تکمیل می کرد احساس کرد صفحه اش دارد بولش بولش سیاه می شود. یک بار روشن؛ خاموش کرد و باتری اش را در آورد و دوباره جا انداخت اما فایده ای نداشت.

صفحه کاملاً سیاه شد! مانی هم سیم کارت خودش را انداخت و یکی دو بار سعی کرد درستش کند ولی نشد.

- مانی مگه این گارانتی نداره؟ بپر پیش فروشنده اش و عوض کن!

مانی کش و قوسی به بدنش داد و بایی حوصلگی گفت: - کی حالش رو داره اون طرف شهر بره؟! فردا می دمش یکی از همکارام این کاره اس. یه نگاه بهش بندازه.

فردا حوالی ظهر مانی زنگ زد و گفت:

- مهدیس این آدرس رو بنویس. همکارم نتوونست کاری بکنه! دادم یه مغازه نزد یک خونه، رسیدی یه زنگ بهم بزن خودم هماهنگ کنم بهت بده!

مهدیس لباسش را پوشید و دوباره گوشی قدیمی اش را برداشت و راه افتاد.

آدرس را که مانی گفته بود رفت.

دو - سه نفری توی مغازه بودند.

پسر جوانی که سرش توی کارش بود و داشت یک گوشی را وارسی می کرد. سرش را بالا آورد.

مهدیس با همتات خاصی گفت:

- ببخشید آقا ... خسته نباشید... من اومدم گوشی آقای محمودی رو ببرم، همونی که مانی تورو سیاه

می شد!

پسر جوان دستش را کرد توی کمد که کنارش بود. گوشی را در آورد. تست کرد و گفت:
- مشککش رو حل کردم. نگاه کنیید.

بعد گوشی را به مهدیس نشان داد و با سرعت برق و باد سیم کارت را از آن خارج کرد.

مهدیس گوشی را که گرفت، حس کرد خیلی عوض شده است. زبر و رویش کرد انگار قابش رنگ و روورفته بود. گوشی را بالا آورد و جلوی نور گرفت. چقدر مانیتورش خط خط بود! قابش را باز کرد و باطری اش را چک کرد. درست حدس زده از باتری گوشی می شد حس زد که خیلی وقت است کار کرده!

آقا ببخشید... فکر می کنم اشتباهی شده چون این گوشی من نیست!

چی؟ عوض شده؟

بعد پوز خندی زد و گفت:

نگاه کنید اینجا من یادداشت کردم مانی محمودی! مدل گوشی اش هم همین!

بعد از توی دفترش اسم مانی و مدل گوشی را که نوشته بود را نشان داد.

مهدیس با لحنی جدی تر و صدایی بلندتر گفت:
آقای محترم! من اطمینان دارم این گوشی عوض شده! گوشی من نو بود.

هنوز سه چهار روز نیست که خریدمش! شما این خش ها رو ببینید که افتاده روی مانیتورش، انگار مال به گوشیه که حداقل به سال تو دست بوده! این گوشی من نیست! من این گوشی رو نمی برم!

- نیر خانوم! مگه شما گوشی رو آوردید که می خوای ببری؟ عجب گیری افتادیم! بفرمایید خانوم! بفرمایید به هر کی آورده بگید خودش بیاد گوشی رو تحویل بگیره!

مهدیس از شدت ناراحتی و عصبانیت دستانش به وضوح می لرزید و صورت سفیدش سرخ شده بود. این چه طرز برخوردش آقا؟! گوشی من رو عوض کردید تازه حرف هم دارید؟!!

می گم این گوشی من نیست.

شما عوضش کردید، این باطری مال گوشیه که به هفته نیست کار کرده؟! من فاکتور دارم که تازه خریدمش. پسر جوان با بی حوصلگی گوشی را گرفت و گذاشت توی کمد و گفت:

- بفرمایید خانوم! من حوصله جر و بحث ندارم، ما کارمون رو بلدیم. اگه بخواهیم چیزی رو عوض کنیم این کار رو باه گوشی می کنیم که بی ارزشه! آخه این گوشی مفت هم گروه!

آقا درست صحبت کنید! توهین نکنید! ادب داشته باشید! من به زبون خوش باهاتون حرف می زدم. از تون باید شکایت کنم تا یاد بگیرید که چطور با مشتری برخورد کنید.

حرف و حدیث بالا گرفت، مهدیس از معاززه بیرون رفت و به مانی زنگ زد.

نیم ساعت بعد مانی هم رسید و هر کاری کردند پسر زیر بار نرفت و قبول نمی کرد که گوشی عوض شده. شب توی خانه بحث بر سر این بود که شکایت بکنند

یا نه؟! مهدیس می گفت:

- بحث گوشی نیست ماما! این پسره خیلی بد برخورد کرده باید حق اش رو بذاریم کف دستش که یا یکی دیگه از این کارا نکنه!

حالا خون خودت رو کثیف نکن، حالا بگیرم که شکایت کردی، چه فایده ای داره؟ به جوری میگی شکایت که انگار همین فردا مشکل ات حل می شه! تازه دو برابر پول اون گوشی رو هم باید خرج کنی! فردای آن روز مهدیس و مانی رفتند و از سروش مرادی شکایت کردند و تشکیل پرونده دادند.

مردی که داشت شکوایه را تنظیم می کرد گفت: اگه جرمت ثابت بشه و خیانت در امانت باشه خیلی اذیت می شه. قانون با کسی شوخی نداره!

بپتره ببرید و باهاتون دو کلام حرف حساب بزنید اینجوری بپتره تا برید دادگاه! من کارم اینه!

این جور شکایت ها اثباتش طول می کشه ولی اگه ثابت بشه طرف بدبخت می شه رسماً!

مانی برگشت و گفت:

مهدیس بیا به بار دیگه بریم پیش اون پسره! همین حرفارو بهش بزنیم شاید کوتاه اومد!

مهدیس اصلاً دوست نداشت دوباره با اون پسر قد بلند و خوش تیپ و از خود راضی رو به رو بشه. وقتی حتی فکورش را هم می کرد که باید دوباره اون پسر جوان را ببیند قلبش می لرزید.

اما مانی اصرار کرد و مهدیس هم بالاخره قبول کرد. پسر جوان تنها در تعمیرگاه موبایل نشسته بود و داشت با فاکتور و ماشین حسابش چیزی را محاسبه می کرد.

سلام!

- سلام! خوب هستید! ببخشید خانم! من به عذرخواهی به شما بدهکارم!

مهدیس پوز خندی زد و گفت:

- من که گفتم مطمئن هستم قاب گوشی ام عوض شده!

پسر با متانت خاصی گفت:

نه! منظورم گوشی نبوداراستش رو بخواید اون روز حالت خوب نبود دو تا چک ام برگشت خورده بود!

مال مشتری بوده، خیلی ناراحت بودم. اما بابت گوشی باید بگم که من شرمندم! اما حق با شماست، نمی دونم چطوری باید معذرت خواهی کنم.

فقط شما نیستید تو این هفته دو تا مشتری مثل شما داشتیم که من...! خدا من رو ببخشه! چقدر قسم و آیه خوردم!

راستش رو بخواید بعضی وقتا که مشتری مون زیاده، گوشی های تعمیر کنه واسه مون، همکار مونه!

توی این یک ماه چند نفر مثل شما ایراد گرفتن، دو سه تا شون بعد گفتند گوشی خود شونه ولی بقیه خیلی ناراحت شدند!

من دیروز پیگیری کردم دیدم حق با شماست. همکار مون گفت که کارگرش به میلیون پول از

تعمیرگاه و کلی وسایل و گوشی های مشتری هارو برداشته و رفته! اونجا به تعمیرگاه مرکزیه و روزی هزار تا گوشی می ره زیر دستشون!

الان دیکه شک ندارم حق با شماست خانوم!

من شرمندم! ام!

این جریان تقصیر من بود، وظیفه دارم جبران کنم. این مدل گوشی شمارو نداریم ولی شما توی ویترو نگاه کنید هر کدوم را که خواستید به روی چشم!!!

مهدیس گوشی خودش را روی میز گذاشت و گفت:
- اگه ممکنه به قاب اصل براتش پیدا کنید... این هم شکوایه ی ما.

این را گفت و بر گه شکایت را روی میز گذاشت! هر سه نفر خندیدند.

روز بعد سروش تماس گرفت و گفت برای تحویل گوشی بروند، مهدیس رفت و گوشی را عین روز اول نو و ترو تمیز گرفت.

این موضوع باعث آشنایی بیشترشان شد و از آن روز به بعد هر کسی گوشی می خواست مهدیس برایش جفت و جور می کرد تا این که سروش از مهدیس خواستگاری کرد.

این وسط هم مانی شروع کرد به مخالفت کردن که از کجا معلوم این پسره خوب باشه و بی خود کرده خواستگاری کرده و از این جور حرف ها!!

حالا تو چرا حسودیت می شه مانی! خب خودت هم به دختر خوب پیدا کن برو خواستگاری!

ناراحتی که خواهرت نداره از این خونه می ره و تنهایی شی! پس زود باش! بجنب!

مانی از روی شیطنت خنده ای کرد و گفت:

- خب حالا که این طوریه! بریم خواستگاری الناز.

مهدیس که چشمانش گرد شده بود پرسید:

- نکنه همکلاسی منومی گی؟!!

مانی قهقهه ای زد و گفت:

- خب مگه چی می شه؟

مهدیس با حرص گفت:

دیوونه اون نامزد داره!

مانی لیوان چای را هورت کشید و ادامه داد:

خب بریم خواستگاری اون یکی دوست، همون دختر قد بلنده، چشم روشنه، اونیه که اون روز برای اش نذری با مادرش اومده بود، هم خوشگل بود و هم با کلاس.

مهدیس خنده ای کرد و سیب قرمزی را برداشت و شروع کرد به گاز زدن.

- بریسا رو می گی؟ داداش گلم! به لقمه کوچیک تر بردار!

مادر خنده ای کرد و گفت:

دو تاتون دست به کار بشین! قول می دم ده تا موبایل بهتون هدیه بدم.

مانی خنده ای کرد و گفت:

مگه میشه روی شمارو زمین انداخت!

و بعد از کلی خنده و شادی قرار قرار خواستگاری برای روزهای پنج شنبه و جمعه گذاشته شد.

بریم خواستگاری اون یکی دوست، همون دختر قد بلنده، چشم روشنه، اونیه که اون روز برای اش نذری با مادرش اومده بود و هم با کلاس.

زندگه مالے مان را چگونه کنترل کنیم؟



کنترل و مدیریت مسائل مالی بسیار آسان
تر از آن چیزی که تصور می کنید و لازم
نیست برای این منظور از مشاور مالی کمک
بگیرید. برای کنترل خرج و در آمد خود می
توانید از راهکارهای زیر استفاده کنید تا
بودجه دقیق خود را تعیین و بر اساس آن به
موفقیت های مالی دست پیدا کنید.

۳- با پرداخت به موقع قسط ها، از پرداخت دیر کرد و جریمه پرهیز کنید
با مدیریت پول های خود سعی کنید همه هزینه ها را در وقت و زمان تعیین
شده پرداخت کنید تا به پرداخت دیر کرد یا جریمه مجبور نشوید. نرم افزاری
روی گوشی تلفن همراه با کامپیوتر خود نصب کنید که تاریخ پرداخت قسط
یا کرایه را به شما یادآوری کند تا اگر به هر دلیلی آن را فراموش کرده بودید،
مجبور به پرداخت دیر کرد نشوید.

۴- برای روز عیدادا و عوایق بحرانی نیز پس انداز داشته باشید
کاملا واجب و ضروری است که هر ماه مبلغی هر چند
ناچیز را برای روز به اصطلاح مبادا پس انداز کنید.
هیچ فردی از آینده خبر ندارد. اینکه از زمان
حال خود لذت ببریم کاملا درست است اما
همه زندگی به لحظه های کنونی محدود
نمی شود و باید برای آینده نامعلوم خود
پول پس انداز کرد. اگر بتوانید ۱۰ یا
۱۵ درصد از درآمد ماهانه خود را کنار
بگذارید که بسیار عالی است. اما اگر
نمی توانید، دست کم ۲،۵ تا ۵ درصد
از درآمد ماهانه خود را پس انداز کنید.
با این کار در انتهای سال مبلغ قابل
توجهی در اختیار خواهید داشت.



۱- بیشتر از میزان قسط وام خود کار کنید تا بتوانید هر چه سریع تر
وام را تسویه و پول های خود را پس انداز کنید
زندگی این روزهای بیشتر زوج های جوان با پرداخت قسط های سنگین وام
های گوناگون سبزی می شود. هر دو زن و مرد، سخت کار می کنند تا بتوانند
از عهده هزینه های خانه بر بیایند و هر دو آرزو دارند که ای کاش این قسط
های کمر شکن هر چه سریع تر تمام شوند و آنها روی آسودگی را ببینند. برای
خلاصی از هیولای قسط ها، بهتر است هر چه سریع تر آنها را تسویه کنید. یا
اگر چنین چیزی ممکن نیست، دست کم، وام دیگری به وام های خود اضافه
نکنید. اگر هر چه در می آورید را هزینه کنید، پس از سال ها متوجه می شوید
پس از این همه سال کار کردن، آه در بساط ندارید همه تلاش خود را بکنید
تا هر ماه بیشتر از مبلغ قسط را پرداخت کنید تا مدت پرداخت زمان قسط ها
کوتاه شود و مثلا وام چهارساله را سه ساله تسویه و خودتان را راحت کنید.

۲- در آمد و هزینه خود را بودجه بندی کنید تا بی برنامه خرج نکنید
اینکه برای درآمد و هزینه های ثابت خود برنامه ریزی داشته باشید و به صورت
ماهانه، ریز مخارج خود را یادداشت کنید، باعث می شود تا متوجه شوید هر ماه
بابت چه چیزهایی پول خرج کرده اید. این مساله همچنین کمک می کند تا
به مرور زمان متوجه خرج های اضافه بشوید و از آنها پرهیز کنید.
با حساب و کتاب کردن و نوشتن همه مخارج این آگاهی را پیدا می کنید که
نباید بیشتر از درآمد خود خرج کنید. زیاد رستوران رفتن یا انجام تفریحات
گران قیمت برای شمایی که قسط زیادی دارید چندان جالب نیست و بهتر
است با تعداد آنها را کم یا جایگزین های ارزان قیمتی برای آنها پیدا کنید. با
یک ساندویچ یا غذای حاضری ساده نیز می توان در کنار دوستان خوش گذراند
و به رفتن به رستوران های مشهور و گران نیازی نیست.
آخر ماه که حساب و کتاب می کنید و نیست مخارج را می بینید، متوجه می
شوید چه خرج های الکی روی دست خود گذاشته اید که می توانستید آنها را
حذف و در عوض قسط وام را پرداخت کنید! با این عذاب وجدان ها به مرور می
آموزید که باید با حواس جمع پول خرج کرد.

شرح در متن نویسندگان خارجی		نویسنده روسی	مادر گرامری (ص)	شاعر نروژی	شاعر آلمانی
تک تک	پرنده تنها	قناب	فرزندان	خاله عروسک	خالق
وسله	تلف	نمدار	جنک و صلح	فراز حیوان	فاوست
سه کیلو	گل تاجریزی	ضمیر غایب	انتها		نویسنده بلژیکی
	آهنگ نظامی	شهر زیبای شمالی	کلام پریشی	خالص	راز بزرگ ساز جنوبی
	ساز شاکلی		گنجه لباس	پا قوت	
نویسنده روسی شهرمان دوران		آتش از حیوب	پیرگویی نویسنده فرانسوی آسترلیسی		پسوند شباهت
نویسنده آمریکایی برهنه و قرن ها		اهلی پشت سر		معمولی	مردمک چشم
					حرف تعجب نویسنده روسی چشمه
	نام مستعار دهخدا سست		روزگار شدت و سختی	ابریمنی دویار هم قد	شگرد کار
واحد سطح		خاندان رمل آخر		عشو شنوایی تلخ	سائل عسورونده
جوبه قالی		دیرین کشته راه خدا		پاد گرفتن من و تو	
	اشاره نزدیک شمیر غایب	غذای ساده نوعی میمون		شیوا و بلند داستان بلند	رطوبت محبوب
		محلله ای در نیویورک از رنگ ها		خجستگی شهرت و حیثیت	
نوعی شلوار همراه دوخت				نویسنده فرانسوی روح الفوانین چوپان	
مته دشت		نخته بازی نوعی شیرینی			محصول صابون پیر حرفی
	نویسنده یونانی ایلینا پسندیده		تله نت سوم		
فلز چهره		سترون حشره چسبناک		متقارب علامت کالا	نام کلفت ناپیدا
	یکی از دو جنس ویتامین خون	نوعی بستنی پایه		حرف گزینش گنک و شانه	
			نویسنده فرانسوی مکتبین جوزعی		خواب خوش پدر حضرت ابراهیم (ع)
		انکار کننده			نویسنده آلمانی گرگ بهابان



دل دارم که دلدارش تو هستی

در پشت بام ایستاده بود، یک محکمی به سیگارش زد و نه آن را با لبه گلدان خاموش کرد. باد سال های گذشته افتاد. او عاشق و دلباخته پونه بود. در تمام سال هایی که سبزی شد او لحظه ای از یاد و خاطره پونه غافل نبود. پونه دختر زیبایی بود که کل محل همه پسران و دختران از زیبایی او سخن می گفتند. زیبایی او زیانزد عام و خاص بود. حتی دختران هم عاشق و دلباخته او بودند و دوست داشتند که ساعت ها به او نگاه کنند و با او حرف بزنند. وقتی آن ها هر دو در دانشگاه درس می خواندند امیر برای نشان دادن عشق اش به پونه روزهای سختی را سپری کرد. هر بار که به پونه نزدیک تر می شد حس و حال بهتری داشت اما پونه این عشق و علاقه را نمی توانست درک کند او آن قدر خود شیفته و مغرور بود که با کمال پرویی همیشه به همه اعلام می کرد که من زیباترین دختر روی زمین هستم. وقتی امیر در دانشگاه با دسته گل زیبایی به استقبالش رفت با پوز خندی دسته گل را جلوی همه بچه ها به طرفش پرتاب کرد و گفت: -چی فکر کردی تو آخه؟ این دسته گل برای من هیچ ارزشی نداره. به کم به اطرافت نگاه کن من دختر به این زیبایی واقعا حاضر می شم که این دسته گل را از تو بگیرم. زیبایی که من دارم هیچ کس توی این دانشگاه نداره

هیچ دختری به زیبایی من نیست. همه آدم های زشت این دنیا، باید جلوی پای من زانو بزنند شاید نیم نگاهی به آن ها بکنم. امیر هرگز حرف های آن روز پونه رو در دانشگاه فراموش نکرد او آن قدر با اعتماد به نفس با امیر حرف زد و او را زیر پایش له کرد که هر کس دیگری جای او بود، دیگر حاضر نمی شد لحظه ای به پونه فکر کند. امیر دسته گلی را که پونه پرت کرده بود را از روی زمین بلند کرد. پونه رفته بود و همه بچه های دانشگاه هم که به امیر خیره شده بودند تک تک از کنار او گذشتند. امیر دسته گل را بر داشت و آهسته از در دانشکده بیرون رفت. آن روز، روز بسیار بدی برای امیر بود. توی همه این سال ها امیر خیلی سعی کرد تا دوست داشتنش را ثابت کند ولی پونه نتوانست این عشق را به خوبی درک کند. پونه دختر زیبا اما سرکش بود که زیبایی اش او را مغرور و خود خواه کرده بود. او آن قدر گستاخ و بی ادب شده بود که قاطعانه با کمال پرویی به همه می گفت که من زیباترین دختر روی زمین هستم. پونه سال آخر رشته پزشکی بود و امیر هم یک ترم از پونه عقب تر بود. پونه را با همه بد اخلاقی ها و خودخواهی هایش دوست داشت حتی آن روز که پونه دسته گل اش را پرت کرد امیر با عشق آن را دوباره از روی زمین

برداشت و درست در همان روز بود که آن اتفاق افتاد. ○○○○
پونه با همان غرور خاص همیشگی اش از درب دانشگاه بیرون آمد. ستاره یکی از دوستانش با عجله به سمت او آمد و گفت: -پونه این چه کاری بود کردی؟ تو دسته گل امیر را پرت کردی؟ نمی خوای باهالش حرف بزنی. باشه حرف نزن ولی دیگه چرا جلوی بچه های دانشگاه این کار را کردی؟ امیر یکی از بهترین و مودب ترین دانشجویهای رشته پزشکی است. پونه اخمی کرد و در حالی که چشمان زیبایی اش را جمع کرده بود گفت: -عزیزم به من ربطی نداره اون کیه؟ اون جیه؟ من از همه پسرها و دخترهای دانشگاه... ستاره حرف اش را قطع کرد و گفت: -بله خانم می دونیم تو از همه زیباتر و خوشگل تری، اینو که همه می دونن ولی پونه جان زیبایی در جای خود، سعی کن اخلاقی ات را هم کمی خوب کنی تا همه به سمت تو بیایند. تو همش با همه در جنگ و جدالی و آن قدر بی تفاوتی که هیچ کس حاضر نیست تو را به عنوان دوست انتخاب کند. پونه لیخندی زد و سوتیخ ماشینش را از کیفش در آورد و به سمت ماشین حرکت کرد حتی لحظه ای به معنی و مفهوم حرف های ستاره توجهی نکرد. پونه سوار ماشین شد و با سرعت از آنجا دور شد. در طول مسیر هرزگانهی پاد امیر می افتاد. سپس

لبخندی می زد و دوباره به رانندگی اش ادامه می داد. سر بیچی که وارد اتوبان می شد سر عتش آن قدر بالا بود که نتوانست خودش را کنترل کند و با سرعت بسیاری به جدول های اتوبان بر خورد کرد و دیگر هیچ نفهمید.

ماشین اش چند دور چرخید. شدت برخورد آن قدر بالا بود که ماشین پس از چند دقیقه بعد آتش گرفت.

هر که از دور صحنه برخورد این ماشین را می دید و نیز لحظه انفجارش را با خود می اندیشید که صاحب ماشین صددرصد در آن آتش می سوزد و یاز بین می رود.

پونه در همان لحظات آتش گرفتن ماشین به بیرون پرت می شود.

صورتش محکم به زمین برخورد می کند. او دیگر نفهمید که چه اتفاقی افتاده است.

اما همه عالم فهمیدند کسی که روزی زیبایی اش در هیچ جایی ناشناخته نبود، امروز پس از این تصادف شد بد کسی نبود که با ترس به صورت او بنگرد.

خداوند آن چه را که به او عطا نموده بود به راحتی و آسانی از او گرفت.

وقتی پونه از بیمارستان مرخص شد چهره اش همه را متعجب کرد.

او زنده ماند اما از آن صورت زیبا آن چشمان فشنگ آن دندان سفید و مرتب آن بینی فشنگ دیگر چیزی باقی نمانده بود.

دندان هایش همه از بین رفته بود فک اش تکان خورده بود صورتش اصلاً حالت عادی نداشت در کل پونه ای که همیشه زیبایی اش را به رخ می کشید دیگر حس و حالی نداشت.

او ماه ها روی تخت دراز می کشید و به سقف خیره می شد.

حاضر نبود خودش را برای تائیه ای در جلوی آینه ببیند.

افسرده و پریشان حال شده بود. خودش را توی اتاق زندانی کرده بود.

تنها ستاره دوستش بود که هر گاهی به دیدنش می آمد و او را دلداری می داد.

خبر تصادف هولناک پونه و دگرگونی چهره اش در کل دانشگاه پیچید.

امیر که خبر تصادف پونه را شنیده بود تاب و توانش را از دست داده بود برای دیدن او حاضر بود هر کاری بکند او پونه را بی نهایت دوست داشت.

وارد اتاق شد. به همه سال هایی که گذشته بود فکر کرد. گوشه اش را برداشت.

شماره ستاره را گرفت و گفت:

-سلام ستاره خانم خوبید؟ من خیلی فکر کردم راستش تصمیم گرفتم برای دیدن پونه همراه شما بیایم می دونم خیلی سخت است ولی من واقعاً دلم می خواهد که ببینمش.

سلام امیر آقا خسته نباشید، خیلی سخت است خودتان وقتی ببینید تازه متوجه می شوید که من چی می گفتم ولی باور کنید او خیلی تنها شده است احتیاج زیادی به یک هم صحبت دارد من وقتی پیش

او می روم همش گریه می کند دیگر حاضر نیست به دانشگاه بیاید از همه دنیا ناامید شده است و احساس می کند دنیا به آخر رسیده است.

امیر گوشه را قطع کرد همه فکر و ذهنش سوی پونه رفته بود.

او چطور می توانست او را به زندگی امیدوار کند آن ها با هم قرار گذاشتند تا فردا بعد از ظهر به دیدن پونه بروند.

ولی ستاره قول گرفت که چیزی به او نگوید فقط با پدر و مادر پونه هماهنگ کرد و آن ها را در جریان قرار داد که امیر برای دیدن پونه به خانه شان خواهد آمد.

پونه داخل اتاقش نشسته بود از پنجره نگاهی به بیرون انداخت.

دلش می خواست برای لحظه ای از خانه بیرون رود ولی دلش برای خودش سوخت.

احساس عجیبی داشت دلش برای دانشگاه و بچه های دانشکده تنگ شده بود.

زنگ خانه به صدا در آمد، گوش هایش را نیز کرد تا صدای کسی را که وارد خانه شده بود را بشنود ستاره بود.

ستاره و امیر از پله ها بالا رفتند.

پشت در اتاق ایستادند و چند تائیه ای گذشت.

پونه متعجب شد، ستاره وارد اتاق نشده بود آرام از جایش بلند شد و نزدیک در اتاق شد.

در اتاق را آرام باز کرد.

منتظر دیدن ستاره بود که امیر را در چهار چوب در دید.

صحنه بسیار حساسی بود، امیر و پونه بعد از مدت ها همدیگر را دیدند.

آخرین بار همان روزی بود که پونه دسته گل امیر را پرتاب کرد و بعد از آن در راه دانشکده آن تصادف اتفاق افتاد و حالا امیر پس از آن روز و آن

اتفاق اندوهناک رویه روی پونه، دختری که چهره اش قابل توصیف نبود ایستاده بود.

پونه با دیدن امیر جیغ بلندی کشید و در را محکم بست و با صدای بلند فریاد زد: از اینجا برو و اسه چی

اومدی اینجا؟ کی گفته بیایی؟ اومدی خوار و ذلیل شدن من رو ببینی، اومدی تا ببینی به چه روزی افتادم.

پونه که متوجه شده بود امیر به همراه ستاره آمده است با ناراحتی گفت:

ستاره برای چی آقای دکتر را اینجا آوردی؟ آوردی من رو معاینه کنه؟

امیر در اتاق را آرام باز کرد.

به سمت پونه رفت و گفت:

من خودم خواستم بیام اینجا. با پای خودم اومدم... تو هیچ وقت نفهمیدی که من چقدر تو را دوست دارم... زیبایی و خوشگلی تو برام مهم نبود حتی حالا هم مهم نیست.

دسته گلی را که آن روز پونه به شویش پرتاب کرد را به طرف اش گرفت و گفت:

نگاه کن این همان دسته گلی است که برایت خرید

بودم و تو آن را از من نگرفتی، شاید کمی خشک شده باشد، شاید دیگر بوی خوشی ندهد ولی کسی که برای خریدن این گل و هدیه دادش به تو وجود داشت هرگز تغییر نکرده است.

آن حس همان حس است من هنوز شما را دیوانه وار دوست دارم به نظرم عشق و علاقه واقعی چیزی نیست که با گذشت زمان از بین برود این رودرک کن.

پونه با شنیدن صدای امیر کمی آرام گرفت حسی که چند دقیقه قبل داشت کم کم از بین رفت.

ستاره پشت در اتاق ایستاده بود و به حرف هایش گوش می داد.

امیر که دسته گل را به سوی او گرفته بود ادامه داد:

پونه عزیزم این دسته گل را اگر امروز هم پرتاب کنی ناراحت نخواهم شد فقط ازت می خوام که خودت را از این اتاق بیرون بکشی.

بسه دختر؛ دنیا به پایان نرسیده است تا شقایق هست زندگی باید کرد.

باید فهمید که هیچ چیز در دنیا پایدار نیست اما عشق و علاقه و محبت این ها تنها حسی هایی هستند که هرگز از بین نخواهند رفت.

امید به آینده در هر شرایطی، انسان را محکم تر و پخته تر خواهد کرد پونه سرش پایین بود و تنها گوش می کرد.

مادر پونه با سینی جای از پله ها بالا آمد و در چهار چوب در ایستاد و گفت:

چرا شما ایستاده اید، تو رو خدا بفرمایید بنشینید.

ستاره جان شما هم بیاد داخل بشین خسته می شید.

سپس سینی چایی را روی میز کامپیوتر گذاشت و آهسته راهی شد.

پونه و ستاره و امیر چند ساعتی با هم گرم گفت و گو شدند. پونه اصلاً متوجه نشد که

زمان چطور می گذرد امیر سعی می کرد پونه را بخنداند و تا حدودی موفق به انجام این کار شد بعد از مدت ها لبخندی بر گوشه لب پونه نقش بست.

امیر دسته گل را دوباره به سوی او گرفت و گفت:

من دلداه وجود توام، دلم برای تو می تپد و جسم و جانم و روحم در راه رسیدن به تو و زندگی با تو مدام در تلاطم و اضطراب بوده است.

این دسته گل را از من بگیر و بدان عشق من مثل این دسته گل نیست که روزی خشک شود عشق من به پاکتی و لطافت این گل هاست.

پونه با همه زیبایی اش به خانم دکتری تبدیل شد که هیچ زیبایی نداشت ولی دلش همیشه پاک و مهربان بود و همه آدم ها را دوست می داشت.

آن قدر مهربانی کرده بود و مهربانی دیده بود که هیچ کس باورش نمی شد این پونه همان پونه قبل از تصادف است.

گاهی یک اتفاق به ظاهر ساده دنیای آدم ها را دگرگون می کند و این امیر بود دگرگون شده پونه را دگرگون تر کرده بود.

خداوند آن چه را که به او عطا نموده بود به راحتی و آسانی از او گرفت.

شرح در متن یک غذای ایرانی



			رنگ ناخن	برف ترکی جستجو		۱
		خرقه کهنه		میوه نارس پر قیمت		۲
	شوخی و ظریف			پارکینگ گردنده		۳
	وسیله دست باغبان		کار و کردار سلاح قدیمی	برداشت محصول		۴
مخالفت کردن			دم حیوان معلوم و آشکار	نوشته انگلیسی موکت پر	افشرد خشک آلو برنا	۵
		موی بلند پهلوان		موجود سرنیزه		۶
		نت نشیم همسر خلیل الله		آب میوه پاکتی معروف معتمد	دفعه و مرتب ضامن شدن	۷
	لگن ظرفشویی		فیلسوف هلندی قهوه خانه مدرن			۸
			سپاره بهرام کجاوه		فرمانروایی عروس آذری	۹
		ضمیر متکلم شهر فرانسه		طریق کوتاه از ظروف		۱۰
		بز کوهی افیون		مرکز کره جنوبی دریچه قلب	مرکز یونان نبرد رنگ آبی	۱۱
	سخن بیهوده		هدایا مرجع معروف			۱۲
			تخته باز ماهر تکه گوشت گلوسرخ شده			۱۳
		هستی و عالم جوش ریز		از حروف روسی چین و شکن	بزرگترین عصب شهر آلمان	۱۴
			شهرانار جد رستم		اسب چاپار	۱۵
					چرخ خودرو	
					زیارت کننده	
					نیزه کوچک	



شرح در متن نویسندگان خارجی

نگ تک	پرنده تنها	طناب طرف آبخوری	فرزندان	نویسنده روسی جنگ و صلح انتها	مادر گرامس (بیامیر) (ص) کشوری برهنگی	شاعر نروژی خانه عروسک فرار حیوان	شاعر آلمانی خالق فلاوست
سه کیلو							
	گل تاجریزی		شمیر غایب				نویسنده بلژیکی راز بزرگ ساز جنوبی
	آهنگ نظامی		شهر زیبای شمالی	کلام پرسشی گنجه لباس		خالص پادقوت	
	ساز شاکی بی حرکت		آتش از حیوب	آزگویی نویسنده فرانسوی آسترلیس			پسوند شباهت مردمک چشم حرف تعجب نویسنده روسی چشمه
نویسنده روسی قهرمان دوران		اهلی پشت سر			معمولی		
نویسنده آمریکایی برهنه و قرن ها							
	نام مستعار دهخدا سست		روزگار شدت و سختی		ابرزمیشی دوپار هم قد		شگرد کار
	واحد سطح چوبه قالی		خاندان رمق آخر		عنسو شتوایی لایح		سائل عضو رونده
		دبرین کشته راه خدا				یاد گرفتن من و تو	
	اشاره نزدیک شمیر غایب		غذای ساده نوعی میمون		شیوا و بلند داستان بلند		رطوبت محبوب
			محلله آن در نیویورک از رنگ ها		عجستگی شهرت و حیثیت		
	نوعی شلوار همراه دوخت					نویسنده فرانسوی روح القوانین چوپان	
	منه دشت		تخته بازی نوعی شیرینی				محصول صابون پر حرفی
		نویسنده یونانی ایلیاد پسندیده		تله نت سوم			
فلز چهره		سترون حشره چسپناک			متقارب علامت کالا		نام کلفت ناپیدا
	یکی از دو جنس ویتامین خون		نوعی پستی پایه		حرف گزینش کتف و شانه		
				نویسنده فرانسوی باشین جیروخی			خواب خوش پدر حضرت ابراهیم (ع) نویسنده آلمانی گرگ بیابان
		انکار کننده					

«گذار»، مردی که هالیوود را به هم ریخت

بر اساس کارنامه سینمایی «ژان لوک گذار» می توان گفت، وی در عین حال فیلم نامه نویس، دیالوگ نویس، کارگردان و مونتاژ کننده تمام ساخته هایش است. گذار علاوه بر فعالیت های پشت صحنه در برخی فیلم هایش نیز در نقش های کوچک مقابل دور بین قرار گرفته است. با این حال فعالیت هنری این چهره نامدار به ساخت فیلم و حضور در مراحل ساخت آن خلاصه نمی شود، زیرا گذار در کنار نویسندگی و تهیه کنندگی در دنیای هنر هفتم، به عنوان نظریه پرداز و منتقد نیز شناخته می شود.



آب» رانیز گذار با همکاری فرانسوا تروفو ساخت. «از نفس افتاده» نخستین فیلم بلند گذار است که وی آن را در سال ۱۹۵۹ کارگردانی کرد. این فیلم نه تنها موفقیتی بزرگ برای گذار به حساب می آمد، بلکه به یکی از فیلم های شاخص شروع کننده جریانی در سینمای فرانسه مبدل شد که بعدها به «موج نو» در سینمای فرانسه شهرت یافت. گذار همچنین در سال ۱۹۶۰ فیلم بلند دیگری را با نام «سرباز کوچک» با موضوع جنگ الجزایر ساخت و سپس کمدی موزیکال «زن، زن است» را کارگردانی کرد. وی در این سال ها فعالیت سینمایی اش را به سرعت ادامه داد و طی هفت سال فیلم های موفق دیگری چون «زیستن زندگی اش»، «تفنگدارها»، «زن شوهر دار»، «آل فاول»، «مونث، مذکر»، «زن چینی» و «آخر هفته» را تا سال ۱۹۶۷ ساخت. هفت سال فعالیت بی وقفه و جدی در سینمای فرانسه گذار را به کارگردانی شناخته شده تبدیل کرد که نه تنها نخستین کارگردان مهم دنیا در آن زمان به شمار می آمد، بلکه نامش به عنوان یکی از چهره های پیشرو در جهان هنر و روشنفکران در دنیای هنر مطرح شد. اما در همین هنگام نمایش برخی فیلم های گذار موجب نمایان شدن تعارض بین ساخته های وی و ساختار سینما بود و این امر باعث شد گذار در عرصه سیاست و نمایش آن در فیلم هایش به عنوان فردی رادیکال شناخته شده و به حاشیه رانده شود. پس از این زمان، گذار با همکاری «ژان پیر گری» سینمای سیاسی را

نظرات منتقدان درباره فیلم های گذار و به ویژه سینمای وی پس از «از نفس افتاده» کمی ضد و نقیض به نظر می آید؛ برای مثال «فرانسوا تروفو» به مناسبت نمایش فیلم «چند چیزی که من درباره او می دانم» درباره گذار گفته است: گذار تنها کارگردانی نیست که فیلم با او زندگی می کند، بلکه کسی است که سینما با او بهتر زندگی می کند. او سرعت عمل روسلینی، حس موسیقایی اورسن ولز و تاثیر گذاری هیچکاک را دارد و در عین حال به عنوان یک انسان بسیار گستاخ است. با این حال «فیلیپ راث»، رمان نویس آمریکایی به عنوان فردی که در واقع از سینمای گذار نفرت دارد تفاوت زیادی با نظر پیشین دارد. در عین حال با اینکه وی سبک فیلم سازی گذار را بدون شک سبکی غیر قابل تحمل می داند، اما با این حال فیلم «از نفس افتاده» را استثنایی بر این قاعده می بیند. «ژان لوک گذار» روز سوم دسامبر ۱۹۳۰ در پاریس در خانواده ای ثروتمند چشم به جهان گشود. فعالیت سینمایی اش را به همراه کارگردانان بزرگ دیگری چون «اریک رومر»، «فرانسوا تروفو» و «ژاک ریوت» در سال های ۱۹۵۰ و با نوشتن نقد در مجلات مشهوری مانند «کایه دو سینما»، «هنرها» و «روزنامه فیلم» شروع کرد. در همین زمان گذار شروع به ساخت فیلم های کوتاهی با فرمت ۱۶ میلی متری کرد. وی مستند کوتاه «عملیات بتن» را در سال ۱۹۵۴ پیرامون فرایند ساخت سد «دیکسنس» در سوییس کارگردانی کرد. همچنین فیلم «شارلوت و ورونیک» حاصل همکاری وی با اریک رومر است و «تاریخچه

پایه گذاری کرد و فیلم هایشان را در مجموعه‌ای تحت نام مستعار «گروه ژینگاور توف» منتشر کرد. در واقع فیلم‌هایی که گذار در این دوران کارگردانی کرده بود کمتر به صورت رسمی منتشر شدند. در نهایت گذار در سال ۱۹۷۴ با ساخت ویدیو و همکاری با تلویزیون از دنیای سینما فاصله گرفت.

این چهره سرشناس بار دیگر در سال ۱۹۸۰ با ساخت فیلم «هر کی، هر کی» یا «زندگی» به دنیای هنر هفتم بازگشت. ساخت این فیلم به تنهایی توانست اعتبار و نقش پررنگی را که وی در سال‌های ۱۹۶۰ در سینما به دست آورده بود بار دیگر به او برگرداند.

در سال‌های پایانی ۱۹۸۰ گذار فعالیت سینمایی‌اش را بر ساخت مجموعه سینمایی به نام «تاریخچه سینما» معطوف کرد که به روایت تاریخ فیلم سینمایی می‌پرداخت. ساخت این مجموعه در سال ۱۹۹۸ به پایان رسید.

گذار در سال‌های ۲۰۰۰ با فیلم‌های «در ستایش عشق»، «آهنگ ما» و «سوسیالیسم» فعالیت سینمایی‌اش را ادامه داد. وی همچنین در این سال‌ها یک نمایشگاه از ماکت‌هایش را در مرکز «ژرژ پمپیدو» در پاریس برپا کرد.

ژان لوک گذار در سال ۱۹۶۵ خرس طلای جشنواره برلین را برای فیلم «آلفاویل» کسب کرد. وی همچنین دو نشان افتخار سزار را در سال‌های ۱۹۸۷ و ۱۹۹۸ و یک شیر طلای جشنواره ونیز را در سال ۱۹۸۲ برای مجموعه

فعالیت‌های سینمایی‌اش و یک شیر طلای دیگر را در سال ۱۹۸۳ برای فیلم «نام کوچک؛ کارمن» در جشنواره ونیز کسب کرد. علاوه بر آن، در سال ۲۰۱۰ یک اسکار افتخاری نیز برای قدردانی از تمام فعالیت‌های سینمایی گذار به وی اعطا شد.

ژان لوک گذار علاوه بر ساخت فیلم، نمایشنامه، کتاب و رمان‌های بسیاری را نیز نوشته است. با نگاهی به کارنامه هنری و سینمایی گذار می‌توان پی برد که اوج فعالیت سینمایی وی در سال‌های ابتدایی ورود وی به دنیای سینما و در

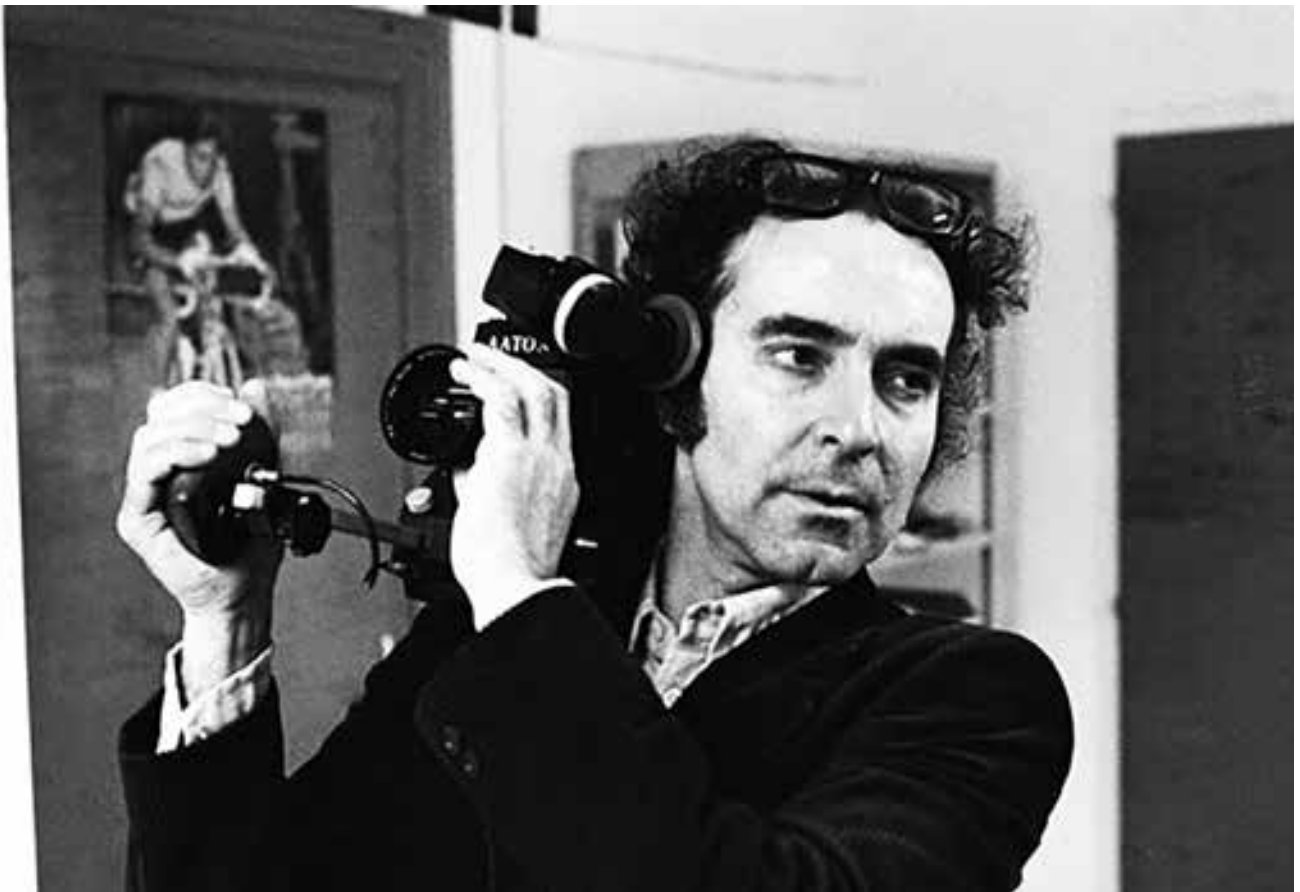
سال‌های ۱۹۶۰ اتفاق افتاده بود. بر اساس رتبه‌بندی IMDb، فیلم «زیستن زندگی‌اش» بهترین فیلم وی محسوب می‌شود که روایتی ۱۲ اپیزودی از داستان زندگی مساله‌دار یک زن پاریسی را بیان می‌کند.

با اینکه گذار هرگز در هیچ‌یک از فیلم‌هایش به شکل مستقیم به روایت زندگی‌اش نپرداخته، با این حال با دقت در برخی از فیلم‌هایش می‌توان عناصری در رابطه با زندگی شخصی او یافت. برای مثال شخصیت «میشل پوآکار» در فیلم «از نفس افتاده» با سرعت پول از یکی از دوستانش «لیلیان»، در واقع به نوعی یکی از وجوه شخصیت گذار را در جوانی به نمایش می‌گذارد و علاوه بر آن شخصیت اصلی فیلم «سرباز کوچک» نیز با تعصبات سیاسی خاص و علاقه به خودروهای گرانبه در واقع شخصیتی بسیار نزدیک با خود ژان لوک گذار را به تصویر می‌کشد.

همچنین گذار در فیلم «نام کوچک؛ کارمن» در نقش عمو جان، فیلم‌سازی که در بیمارستان روانی بستری می‌شود را به تصویر کشیده است. وجه مشترک عمو جان با شخصیت اصلی خود گذار آن است که گذار نیز در سال ۱۹۵۳ برای مدتی در بیمارستان روانی بستری شده بود.

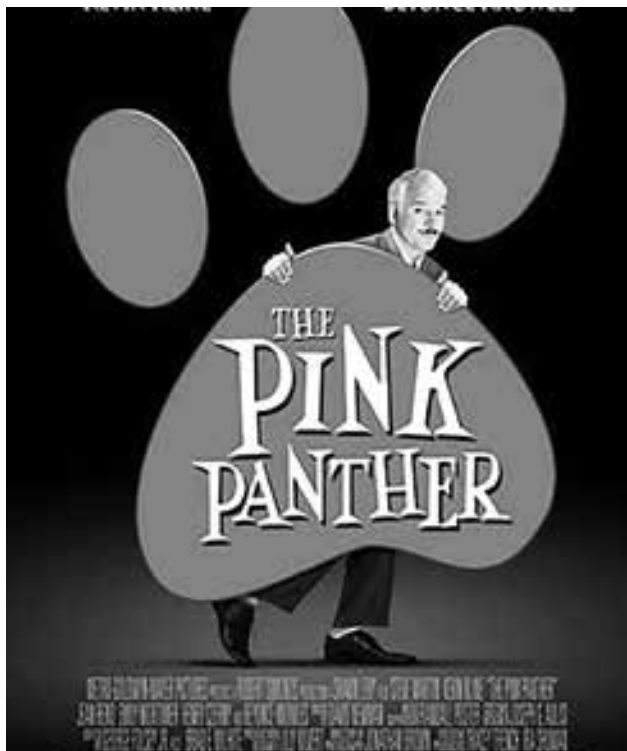
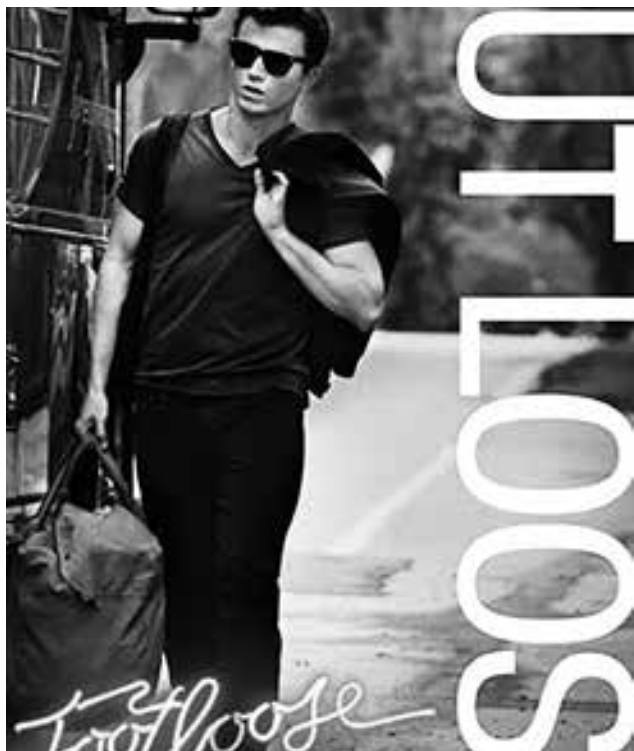
گذار در باره سبک فیلم‌سازی‌اش توضیح می‌دهد: نحوه فیلم‌سازی من همانند شیوه‌ای است که دو یا سه نوازنده جاز آهنگ می‌سازند. در واقع لزوماً هیچ سناریوی نوشته‌ای وجود ندارد، بلکه ما موضوعی را انتخاب می‌کنیم سپس بازیگران آن را ایفا می‌کنند و در نهایت فیلم‌ساز مان یافته و تدوین می‌شود. هیچ دیالوگ از پیش تعیین شده‌ای در کار نیست و تنها چند گلاژ و یادداشت وجود دارد که پیوند آنها به ساخت یک فیلم می‌انجامد.

سینمای گذار در عرصه سینمای جهان منبعی برای سایر کارگردانان دیگر محسوب می‌شود، اما گذار نیز در فیلم‌هایش تلاش کرده از سکانس‌های فیلم‌های پیش از خود و علاوه بر آن نقاشی‌نقاشانی چون «رنوا» و دیگر نقاشی‌های معروف در طراحی صحنه‌های فیلم‌هایش بهره ببرد.



بدترین بازسازی‌های تاریخ سینما

در ظاهر همه چیز برای یک موفقیت خیره کننده در مقیاس و اندازه‌های هالیوودی فراهم بود؛ چند ستاره جوان و قدیمی، خاطره خوب از یک فیلم کلاسیک فیلمسازی با سابقه درخشان در دو سوی اقیانوس و تماشاگرانی که در میانه‌های یک تابستان گرم، در پی دیدن یک درام تاریخی در سالن خنک و تاریک بودند.



پلنگ صورتی - شاون لوی ۲۰۰۶

اگر حرف زدن شخصیت بازرس کلوزو به گویش فرانسوی در فیلم انگلیسی زبان در سال ۱۹۶۳ یک امتیاز و ترفند هوشمندانه بود، قطعاً در اوایل هزاره سوم نمی‌توان با همین حربه تماشاگران را به سالن سینما کشاند. آنچه در مجموعه فیلم‌های قدیمی «پلنگ صورتی» بیش از همه به چشم می‌آید، حضور پیتر سلرز در نقش بازرسی است که ناخواسته و در کمال آرامش همه چیز را به نابودی می‌کشاند اما تقریباً تمام کارهای استیو مارتین در فیلم تازه از روی آگاهی و هدفمند است. نتیجه برنامه ریزی برای خلق شلوغی و هرج و مرج می‌شود قرار گرفتن در فهرست بدترین بازسازی‌ها! هزینه تولید: ۸۰ میلیون دلار فروش: ۱۶۰ میلیون دلار

آزاد - کریگ بریور ۲۰۱۱

بیا بید تظاهر کنیم کاین نسخه بازسازی یک فیلم خوب نیست. فیلم سال ۱۹۸۴ به کارگردانی هربرت راس اثری مهمل و جوان پسندانه در اوج دوره ریگان بود که اگر هیچ چیز هم نداشت، می‌شد به خاطره بازی آن بانمادهای ارزش در دهه ۱۹۵۰ آمریکادل خوش کرد. «آزاد» اصلی البته یک موسیقی متن خوب داشت که هنوز هم شنیدنی به نظر می‌رسد. در عوض، کریگ بریور با سابقه کارگردانی فیلم تحسین شده «شتاب و طغیان» چنان بادقت فراوان سراغ نسخه اصلی «آزاد» رفته که انگار با متنی مقدس طرف است. نتیجه اینکه فیلم دیگر مهمل نیست اما تماشای آن آدم را خفه می‌کند!

این یک پرسش اساسی است که پاسخ دقیق به آن می‌تواند ادامه راه را برای ما روشن کند: آیا باید «بن حور» تازه را یک فاجه سینمایی بدانیم؟ بهتر است فعلاً این فیلم شکست خورده را یک اشتباه بزرگ بنامیم و ببینیم چرا ترکیب کارگردانی تیمور بکمامیتوف با سابقه ساختن «نگهبان شب» در روسیه و «تحت تعقیب» و «آبراهام لینکلن: شکارچی خون آشام» در آمریکا با بازیگرانی چون جک هیوستن و مورگان فریمن به چنین نتیجه‌ای انجامیده است.

«بن حور» تقریباً تمامی عوامل مودر نیاز را برای رقم زدن بدترین بازسازی‌های تاریخ هالیوود در خود دارد. برای کسب جایگاهی ممتاز در فهرست شرم آورترین‌ها، یک پروژه باید تمام تلاش خود را برای نابود کردن خاطره‌های خوش گذشته به کار بگیرد و تولیدکنندگان «بن حور» با تمام توان این راه را رفته و خوب یا بد، به نتیجه رسیده‌اند. البت این قاعده شامل بازسازی فیلم‌هایی نمی‌شود که چندان خاطره ساز نبوده‌اند؛ از جمله «رولربال» و «یادآوری کامل».

با این مقدمه کوتاه و به مناسبت شکست شگفت‌انگیز «بن حور» ۲۰۱۶ در گیشه جهانی، می‌رویم سراغ بدترین بازسازی‌های تاریخ سینما از نگاه روایتی، نسخه اصلی و مورد نظر ما، همان «بن حور» است که سال ۱۹۵۰ به کارگردان ویلیام وایلر ساخته شد، «چارلتن هستن» در آن نقش اصلی را ایفا کرد، با ۱۵ میلیون دلار هزینه حدود ۷۵ میلیون دلار در گیشه فروخت و ۱۱ جایزه اسکار از جمله بهترین فیلم، بهترین کارگردان و بهترین بازیگر مرد را برد.

هزینه تولید: ۲۴ میلیون دلار
فروش: ۶۴ میلیون دلار

فروش: ۱۱ میلیون دلار

شهر فرشتگان - براد سیلبرلینگ ۱۹۹۸

بیا بید همین اول کار کمی صریح باشیم و در سلامت روانی کسانی که تصمیم گرفتند «زیر آسمان برلین» ویم وندرس را بازسازی کنند، شک کنیم! هر چند برخی معتقدند جز فرشته‌هایی که انسان‌ها را می‌بینند و روایت داستانی عاشقانه، ارتباط و شباهتی میان نسخه ۱۹۶۷ با «شهر فرشتگان وجود ندارد. شاید بتوان ایراد اصلی را به نیکلاس کیچ گرفت که اندکی پس از گرفتن اسکار با «ترک کردن لاس و گاس»، در فیلم سیلبرلینگ به نقش فرشته ظاهر شد. البته او اینجا به جای تحرک بیش از اندازه، بسیار آرام بود! مگ رایان هم نقش یک جراح را ایفا کرد که مرگ بیمارش، ایمان او را خدشه دار می‌کند.

هزینه تولید: ۶۶ میلیون دلار

فروش: ۱۹۹ میلیون دلار

کار تر را بگیرد - استفن کی ۲۰۰۰

در نسخه ۱۹۷۱ به کارگردانی مایک هاجز، مایکل کین در یکی دیگر از افسانه‌های هنرنمایی‌های خود به نقش گنگستری ظاهر شده که برای یافتن دلیل و علت اصلی مرگ برادر خود، به زادگاهش باز می‌گردد. این یکی از تریلرهای نمونه‌ای بریتانیا در اوایل دهه ۱۹۷۰ و نشان دهنده تاثیر عمیق دوران جدید هالیوود بر سینمای جهان است. حالا فقط کافی است جای کین را با سیلوستر استالونه عوض کنید تا سفر او دیسه‌ای قهرمان داستان برای رسیدن به حقیقت، جای خود را به صحنه‌های تعقیب و گریز در خیابان و زد و خورد های گونه منحصر به فرد استالونه بدهد.

هزینه تولید: ۶۴ میلیون دلار

فروش: ۱۹ میلیون دلار

همسران استیفور د - فرانک آز ۲۰۰۴

در این مورد خاص اصلا قرار نیست درباره بازی بازیگران و توانایی کارگردان و موارد فنی و هنری بحث کنیم. داستان نخسه اصلی که سال ۱۹۷۵ به کارگردانی برایان فوربس ساخته شده، در شهری کوچک به نام استیفور د می‌گذرد، جایی که مردها به جای همسران خود، روبات‌هایی ساخته‌اند تا طبق نظر آن‌ها رفتار کنند. این ایده علمی خیالی در درون خود یک کمدی سیاه هم دارد. در حالی که همین داستان در اوایل هزاره سوم دیگر چندان تخیلی نیست و می‌توان خیلی راحت آن را باور کرد. مشکل اینجاست که انگار مردها تصمیم گرفته‌اند علاوه بر زنان، نسخه بدلی همه چیز را بسازند!

هزینه تولید: ۹۰ میلیون دلار

فروش: ۱۰۲ میلیون دلار

سگ‌های پوشالی - رادلوری ۲۰۱۱

نسخه اصلی سال ۱۹۷۱ را اسم پیکن پا و نسخه بازسازی رادلوری ساخته است. در فیلم اول، داستین هافمن و در فیلم دوم جیمز مارسدن نقش اصلی را ایفا کرده‌اند. «سگ‌های پوشالی» پکین پا همزمان با «پر تقال کوکی» استنلی کوبریک، «ارتباط فرانسوی» ویلیام فریدکین و «هری کشیف» دان سیگل اکران و از نظر میزان خشونت با آن‌ها مقایسه شد و نسخه بازسازی با... مشکل اینجاست که «سگ‌های پوشالی» جدید می‌خواهد همزمان هم خشن باشد، هم متمدن، هم خون آلود باشد هم منزله و البته به روح پکین پا هم وفادار بماند! به نظر شما می‌شود؟

هزینه تولید: ۲۵ میلیون دلار



تمام فیلم‌های گونه وحشت

آه ای وحشت! وقتی بخواهیم برای بازسازی‌های فیلم‌های گونه وحشت یک فهرست فراهم کنیم، انبوه نام‌هایی یادمان می‌آید؛ از بازسازی «هالووین» و «جمعه سیزدهم» تا بازسازی «کابوس در الم استریت»، «تپه‌ها چشم دارند»، «کریسمس سیاه»، نخستین بازسازی «گودزیلا» و «موجود». اصلاً کسی به خودش زحمت نمی‌دهد که ببیند آنچه دارد تماشا می‌کند، بازسازی است یا نسخه اصل مگر اهمیت هم دارد؟ به نظر می‌رسد برای بازسازی فیلم‌های وحشتناک مطلقاً ضرورتی احساس نمی‌شود. زمانی تصور می‌شود بازسازی «کشتار باره برقی در تگزاس» شبیه ساختن قسمت دوم «همشپهری کین» باشد اما این اتفاق سال ۲۰۰۳ افتاد و ۱۰ سال بعد دوباره تکرار شد.

خرس‌های بدخبر - ریچارد لینکلتر ۲۰۰۵

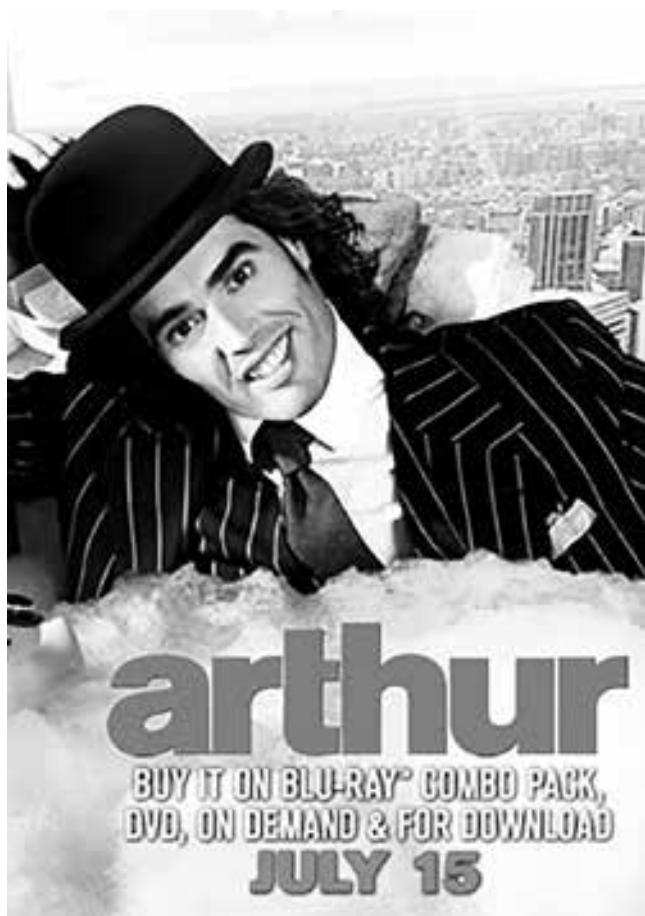
فیلم‌هایی که مشتاقانه به یادشان می‌آوریم، بیشتر نکته‌ای را از زمانه و دوران خود ماندگار کرده‌اند و ویژگی نسخه اصلی کمدی هجوآمیز «خرس‌های بدخبر» به کارگردانی مایل ریچی، به تصویر کشیدن دوران گذار از ۱۹۷۶ در قالب تیم بیسیال با بدترین بازیکنان بود. حضور بچه‌ها و روحی که با حضور آن‌ها در فیلم دمیده می‌شد، تماشای آن را با بازی والتر متیو لذتبخش می‌کرد اما فیلمی که ریچارد لینکلتر، ۳ دهه بعد با بازی بیلی باب تورنتن ساخت، عجیب‌ترین پروژه کارنامه اوست، نه نشان‌دار، نه نشانی از تقابل فرهنگی که ویژگی فیلم ریچی بود. کسی نیست بپرسد یکی از بدترین کمدی‌های ۱۹۷۶ مگر بازسازی می‌خواهد؟
هزینه تولید: ۳۵ میلیون دلار
فروش: ۳۴ میلیون دلار

آرتور - جیسن واینر ۲۰۱۱

نسخه اصلی یک کمدی عاشقانه سبک به کارگردانی استور گوردن در دوره ای بود (۱۹۸۱) که لیزامینه لی همچنان قامت یک ستاره را داشت و ماجراها پیرامون شخصیت دادلی مور روایت می‌شود. در فیلم تازه قرار است راسل برند یادآور دیوانه بازی‌های مور باشد اما «آرتور» در عوض همه را به این نتیجه می‌رساند که چرا نمی‌توان و نباید برند را یک ستاره سینما دانست! نخستین بار که صدایش را می‌شنوید، احساس می‌کنید بامزه است اما تا پایان فیلم او تقریباً تمام دیالوگ‌ها را با همان لحن ادای می‌کند تا همه را ناامید کند. به همین دلیل، تماشا کردن «آرتور» واینر، یک تجربه طاقت فرساست.
هزینه تولید: ۴۰ میلیون دلار
فروش: ۴۶ میلیون دلار

روانی - گاس ون سنت ۱۹۹۸

بازسازی نما به نما، خط به خط، واو به واو و رونوشت برابر اصل گاس ون سنت از شاهکار آلفرد هیچکاک فیلمی بود که ناگزیر و بدون درنگ در همه جای دنیا مورد لعن و نفرین قرار گرفت. ضمن اینکه نباید جسورانه بودن این اقدام را فراموش کنیم اما شاید بتوان این کار ون سنت را یک تجربه علمی خیالی دانست؛ آیا اگر تمام موارد مورد نیاز در آزمایشگاه رعایت شود، نتیجه کار بازسازی یک فیلم کلاسیک قدیمی می‌شود؟ پاسخ در یک کلام منفی است و فیلم را هم می‌توان فرانکنستین بازسازی‌های تاریخ سینما به شمار آورد؛ موجودی که راه می‌رود، حرف می‌زند و زنده به نظر می‌رسد اما در واقع روح است.
هزینه تولید: ۶۰ میلیون دلار
فروش: ۳۷ میلیون دلار



آشنایی با کشورهای صاحب سبک در سینما: آلمان

آلمانی‌های صنعتگر این شانس را داشتند که زودتر از بقیه همسایگان و شاید همپای فرانسوی‌ها به اهمیت تصاویر متحرک یا همان سینما پی ببرند. از حدود ۱۸۹۶ در مونیخ تجار باواریایی دستگاه سینما توگراف را وارد آلمان کردند و تنها ۵ سال پس از آن هنرمندان تئاتر نیز بیشترین اقبال را در بازی جلوی این دستگاه جدید از خود بروز دادند. از ۱۹۰۵ تا ۱۹۲۱ اوج و شکوه سینمای واقعی آلمانی‌هاست و این روند به ۲ علت به وقوع پیوست:



شدند. اما در این سال‌ها فیلم‌های تبلیغاتی عظیم لنی ریفنشتال موسوم به پیروزی اراده و المپیا معروف‌ترین کارهای آن دوران به شمار می‌آید. جلای وطن بزرگان سینمای آلمان پس از ۱۹۴۵ نیز بشدت ادامه یافت با این همه نباید حضور بازیگران غولی مثل کنراد ویت، مارلن دیتریش و آنتون والبروک در این سینما را از یاد برد. در دهه ۱۹۵۰ تا ۱۹۷۰ سینمای آلمان؛ چه آلمان غربی و چه آلمان شرقی در افول مطلق به سر می‌برد. آلمان شرقی اگرچه تا ۱۹۹۵ در این خلسه‌ی ناگزیر قرار داشت اما غربی‌ها در دهه ۷۰ با ظهور بزرگانی مثل ورنر هرزوغ دوباره جرقه‌هایی از استعداد را نمایش دادند. با این همه در خلال این دو دهه نباید از اهمیت جشنواره فیلم برلین بسادگی گذشت. جشنواره بین‌المللی فیلم برلین که از سال ۱۹۵۱ آغاز به کار کرد به محفلی برای ارتباط سینمای آلمان با دیگر کشورها تبدیل شد و حداقل باعث شد سینمای این کشور از مرگ حتمی نجات یابد و به توسعه سال‌های بعدی امیدوار باقی بماند. سینمای آلمان هرگز عظمت گذشته را بازیافت و در مصاف با تلویزیون همواره شکست خورد. در سال‌های اخیر بازیگر قدر آلمانی کریستوف والتس (برنده دو اسکار بهترین بازیگر نقش دوم مرد برای فیلم‌های حرامزاده‌های لعنتی و جانگو) به ترتیب در سال‌های ۲۰۰۹ و ۲۰۱۳ در سطح اول سینمای دنیا غوغا و برای آلمان بسی افتخار کسب کرد. اما همین موفقیت‌ها نشان از آن دارد که هنوز هم که هنوز است سینمای آلمان بزرگانش را تا به هالیوود قرض ندهد خودش توانایی استفاده از آنها را به خوبی ندارد.

اول روح ماجراجوی صنعتگران و مخترعان آلمانی که مدام ابزار تازه برای دوربین‌های ساختند و استودیوها را مجهز می‌کردند و دیگری حضور کارگردانان بزرگ تئاتر که پیشینه‌گراند خود را به سینمای نوظهور هدیه دادند. اما سال ۱۹۱۴ از راه رسید و طی ۴ سال بعد از آن بساط امپراطوری پروس و قیصر را به باد فنا داد و از اثرات جنگ همین بس که مردم را سخت به ناامیدی فرو برد. با این همه بهترین دوره سینمای آلمان سال‌های پس از جنگ جهانی اول است. همان سال‌های ناامیدی که کارگردانان را به ساختن فیلم‌های سیاه می‌کشاند. فیلم‌هایی نام‌آشنایی از قبیل گولم؛ دفتر کار دکتر کالیگاری و نوسفراتو از مهم‌ترین آثار این دوره‌اند. اما ناگفته نماند که بسیاری از کارگردانان همین آثار مهم به هالیوود رفتند و بیشتر تاثیر را بر آن سینما موجب شدند. اما مهم‌ترین یادگاری سینمای آلمان در ابتدای دهه ۲۰؛ ظهور سبک انتزاعی و بسیار خاص اکسپرسیونیسم (German Expressionism) بود که در چهره‌ی نو به لحاظ بصری به روی سینما باز کرد. در این میان غول‌های سینمای آلمان یکی یکی رشد کردند. فریتز لانگ به تعبیری قدرتمندترین آنها بود. لانگ کاوشگر دنیای جنایتکاران و افسانه‌های قدیمی آلمان نیز بود. از ۱۹۲۱ به بعد اکسپرسیونیسم کم‌کم رنگ باخت و رئالیسم نوین جایگزین آن شد. چرا که زمانه‌ی ناامیدی به سر رسیده بود و آلمان‌ها بدنبال احقاقی گذشته خود بودند. تا ابتدای دهه ۳۰ عمدتاً به همین ساخت و سازهای خانوادگی مربوط می‌شود تا اینکه در ۱۹۳۳ با روی کار آمدن هیتلر کلابساط فرهنگ آلمان در اختیار رایش سوم قرار می‌گیرد. با حضور و قدرت یافتن هیتلر بسیاری از استعدادها مجبور به جلای وطن



sms

شاخ بید تقدیم تو باد، تنها دل ساده‌ایست
دارایی ما، آنهم ایام عید تقدیم تو باد.
۰۹۱۸-۸۶۳۵

تحمیل تنهایی بهتر از گدایی محبت است.
۰۹۳۶-۲۶۶۰ (زهرا عطایی)

من زیاد به خیابونا وارد نیستم شما میشه
بگی از کدوم طرف قربونت برم.
۰۹۳۶-۲۲۹۰

من به دنبال خودم می‌گردم چند
روزبست که من گمشده‌ام، شاید از خانه که
راه افتادم، وارد خاته مردم شده‌ام، دوستاتم
نگرانند همه زودتر باید پیدا بشوم.
۰۹۳۶-۶۳۳۸ (مهبد مدنی)

گفته بودی که چرا محو تماشای منی،
آنچنان مات که حتی مزه بر هم نزنم، مزه بر
هم نزنم تا که ز دستم نرود ناز چشم تو به قدر
مزه بر هم زدنم.
۰۹۱۸-۴۴۳۶

انسالی که در نبرد زندگی می‌خندد قابل
ستایش است.
۰۹۳۵-۷۳۶۵

برای دیدن نور به خورشید نگاه کن،
برای دیدن عشق به ماه نگاه کن، برای دیدن
زیبایی به طبیعت نگاه کن، برای دیدن امید
به آینده نگاه کن.
۰۹۳۵-۵۰۲۰

همیشه از خوبیهای آدمها واسه خودت
دیوار بساز پس هروقت در حقت بدی کردند،
فقط به اجر از دیوار بردار اشتباه اگه دیواررو
خراب کنی!
۰۹۱۲-۰۰۲۵

سلام، این چه اخلاق بدیه که توداری؟ چرا
هر چی از آدم برمیسداری دیگه نمیدی، نمی‌گی
من دلمولارم دارم؟
۰۹۱۶-۷۲۶۵

سکوتی بود بر قلبم که با آن می‌زدم
فریاد اگر از شهر غم رفتی سرا هرگز مبر
از یاد.
۰۹۱۲-۴۴۲۴



sms

به این سایت امکان پذیر نمی‌باشد.
۰۹۱۸-۶۵۸۴

گر چه دوری ز برم، همسفر جان منی،
قطره اشکی و در دیده گریان منی، این
مبتداری که یادت برود از نظرم، خاطرمت جمع
که در قلب بریشان منی.
۰۹۳۵-۵۵۸۸

خواهم که قلب گرمت آماج غم نگردد،
باغ دلت الهی دشت ستم نگردد، اشک ندامت
ای جان از چشم تو نبارد، دنیای آرزویت
مرداب غم نگردد، تقدیم به فاطمه عزیزم از
طرف عمه سیمه.
۰۹۳۵-۵۵۸۸

تو قلب من عزیزم هیچکس جایی نداره
دل عاشقم بحر تو کسی‌رو دوست نداره.
۰۹۳۵-۵۵۸۸

هرستاره نشانه آغاز یک زندگی جدید است.
۰۹۳۶-۲۸۱۰ (محمد مهدی بهپوری)

اگه به شایرک دنبال به گل می‌گشت
تورو خدا نگو من کجام باشه!
۰۹۱۶-۹۸۱۵

چوب را آب فرو نمی‌برد حکمتش
جیست؟ شرمش آید ز فرو بردن پرورده
خویش.
۰۹۱۸-۱۱۹۶ (راجله بیات)

میدونی به درخت هر چقدر بر برگ
باشه، بالاخره به روزی یکی یکی برگاش
می‌ریزه و تنها میشه.
۰۹۱۲-۰۰۵۳۷ (خاصیان پور)

وقتی رفتی بی‌کسی را تازه فهمیدم، با
رفتنت دلواپسی را تازه فهمیدم، بغضی غریب
از جنس باران در گلویم مانده، من ماندم یک
آسمان فانوس دلتنگی.
۰۹۱۵-۱۵۹۷

به امید چتر فردایت خیس بارانم از طلوع
عشق تا غروب سرنوشت دوستم دارم.
۰۹۳۶-۷۱۳۴ (دلشاد بی‌پوش)

یک شاخه رز سفید تقدیم تو باد، رقصیدن



sms

نفرین به اون کسایی که روی دلا با
می‌گذارن تا که می‌بینن عاشقی مبرن و
تنهات می‌گذارن نفرین به آدمایی که تو
سینه‌ها دل ندارن عاشق عشق کشین، رحم
و مروت ندارن.
۰۹۱۸-۶۵۸۴

فریاد من از داغ توست، بیهوده خاموشم
مکن، حالا که یادت می‌کنم، دیگر فراموشم
مکن، هم‌رنگ دریا کن مرا، یکبار معنا کن مرا،
۰۹۳۶-۱۶۸۵

زندگی سرسره است، می‌کسی دل از
خاک، پله پله تا اوج، می‌روی تا پرواز، بعد از
آن بالا، می‌خوری سر آرام، ذره ذره تا خاک.
۰۹۳۲-۷۲۳۶

تو باییزی مکن صحن و سارا، بی‌از من بگیر
این غصه‌هارا، به گوش من نخوان آهنگ رفتن،
پرستویت منم، آری منم من.
۰۹۱۸-۸۲۵۲

زندگی درک همین امروز است، ظرف دیروز
پراز بودن توست، شاید این خنده که امروز در بغم
کردی، آخرین فرصت همراهی ماست.
۰۹۳۵-۷۳۶۵

به نام خدایی که هستی را با مرگ،
دوستی را بی‌رنگ، زندگی را با رنگ، عشق را
رنگارنگ، رنگین‌کمان را هفت رنگ، شایرک را
صد رنگ و من را دلتنگ دوستان آفرید.
۰۹۱۷-۹۲۵۴

چشم‌هایت به من اموخت که با آخرین نگاه
اولین رنج آغاز می‌شود.
۰۹۳۵-۵۰۰۲

یه نفر رنگ میزنه به دوستش، اهسته می‌گه:
من الان توی جلسه‌ام، بعدا باهات تماس می‌گیرم!
۰۹۱۴-۶۳۵۴

اون چیه که ماست می‌ریزن توش بعدشم
باهاش شلیک می‌کنن؟ خوب معلومه دیگه
تفنگ! ماست هم نکته انحرافی بود!
۰۹۳۲-۷۲۶۵

میدونید پر بیننده‌ترین سایت تو ایران
چه سایتیه؟ جواب: مشترک گرامی دسترسی

خاویر باردِم، بازیگری که سینما به وجودش می‌بالد

واقعیت این است که ما هم مثل خودش نمی‌دانیم که اگر نقاشی را ادامه داده بود و وارد حرفه آبا و اجدادی اش نمی‌شد، چه اتفاقی می‌افتاد. مثلاً آیا حالا داشتیم از نقاشی نابغه حرف می‌زدیم که رنگ و بوی تازه‌ای به جهان نقاشی اضافه کرده است؟ خودش در جوابی مشابه به این سوال به خبرنگاری گفته است که خیلی از اوقات به این موضوع فکر می‌کند و مطمئن نیست که اگر اتفاق، برعکس این بود و مثلاً همان آرتیستی می‌شد شبیه به نقشش در «ویکی»، «گریستینا»، «بارسلونا»، نشسته در گالری و لابلای رنگ و بوم آیا حالا حسرت می‌خورد که چرا سینما را انتخاب نکرده است؟



برای بیان اکتور بودنش از واژه «ویژگی» استفاده می‌کنیم و باز به همین سبب است که داورانی با طیف سلیقه‌ای بسیار گوناگون، از کن و ونیز تا اسکار و گلدن گلوب با اشتیاق به او رأی می‌دهند و انتخابش می‌کنند و فیلمسازانی از ایالات متحده تا آسیا برای همکاری با او پیش قدم می‌شوند.

باردم تعریف استریوتایپ گونه‌ای از کار بازیگری ندارد که محدودش کند؛ زیرا نشان داده که هر نقش را مستقل از نقش‌های قبل و بدون خیال پردازی از نقش بعدی اجرا می‌کند. پس می‌تواند «خوان آنتونیو»ی سبک خوش وودی آلنی باشد یا کاراکتری «اکسبال» گونه در نقش بی‌نهایت سختی از پروژه ایناریتو، کوئن هازاو «چیگور»ی بی‌نهایت ترسناک بسازند و اصغر فرهادی برایش شخصیتی متفاوت در یک درام اجتماعی بنویسد.

مرور بازیگری باردِم به همین دلیل جذاب و سخت است زیرا مجبورت می‌کند با ذره بین، جزئیات یک نقطه را در نمای دور بررسی کنی. او را قبول داریم چون توانمند است، کلیشه‌گریز است و بازیگری را مفهومی و رای نقش اصلی و فرعی می‌داند. باردِم کارش را درست انجام می‌دهد.

خاویر باردِم بازیگر انتخابگری است و انتخابگر بودن تا حد زیادی به ریسک‌پذیری نیاز دارد. خودش در مصاحبه‌ای می‌گوید که علاقه مند به رانندگی نیست و گواهی نامه ندارد اما در اکشن‌هایش پشت رل عجیب و غریب‌ترین ماشین‌ها می‌نشیند. زبان مادری اش اسپانیولی است اما سال‌هاست فیلمنامه‌های انگلیسی‌زبان به دستش می‌رسد. از گریم‌های سنگین و ترسناک روی چهره فرار نمی‌کند و خود را با آن چنان وفق می‌دهد که از یک جایی به بعد او را همان شکلی قبول می‌کنیم تا فیلم بعدی که ببینیم

نوشتن از خاویر باردِم برای من روزنامه نگار کار سختی است. نه چون بازیگر محبوب است و نه چون نمی‌خواهم به دلیل این علاقه در توصیفش اغراق کنم، بلکه دقیقاً به این خاطر که او از جمله افرادی است که بیش از مورد علاقه بودن، مورد قبول است و این کار را سخت می‌کند؛ چرا که در موقعیتی قرارمان می‌دهد که دیگر از زاویه یک فیلم و یک کاراکتر به او نگاه نمی‌کنیم و خیلی دورتر می‌ایستیم.

انگار که روی گوگل مپ از یک خیابان شروع کنیم و اینقدر به عقب برویم تا به اتمسفر برسیم و آنجا کره زمین را به اندازه یک نقطه در اکستریم لانگ شات قضاوت کنیم و این کار بسیار سختی است.

خاویر باردِم مشخصاً در چنین وضعیتی قرار دارد. هیچ وقت نمی‌دانیم وقتی فیلمی با اسمش در تیتراژ شروع می‌شود، با چه نوع شخصیت پردازی از او روبرو هستیم؛ قرار است یک شیطان مجسم باشد یا مردی رمانتیک و اغواگر؟ اسلحه به دست گرفته تا قاتلی عجیب و غریب شود یا مردی خواهد بود نجور، بیمار و جفا دیده از روزگار؟

هویت «اکت» و «ویژگی» «اکتور» (با تاکید بر کلمه ویژگی) دقیقاً این است و دقیقاً همین جاست که تعریف کلاسیکی مثل «فلان بازیگر استاد ایفای بهمان نقش هاست» به هم می‌ریزد و دیگر نمی‌شود با توسل به الگوهای قدیمی شخصیت‌ها را جمع‌زد و معدل گرفت.

خاور باردِم مشخصاً از جمله بازیگرانی است که بررسی اش مشمول این خصلت بازیگری است و جمع و تفریق ندارد؛ چرا که در مفهوم شخصیت پردازی، در بیشتر مواقع مجازاً هویت فیلم قابل ارزیابی است و به این دلیل

باز چه بر سرش آورده اند!

بازیگری قله دارد که اگر کسی به آن دست پیدا کند، طی کردن بقیه راه راحت تر می شود و آن درک زیست در جهانی چند مفهومی است؛ مفاهیمی که گاه بسیار متناقض و پیچیده. بازیگر اگر به جایی برسد که درک کند قرار است هر لحظه در شرایطی متفاوت و جایگاهی متمایز باشد، یعنی اگر این فهم بازیگری را داشته باشد که او را از بسیاری از هم صنفان لوکس خود متمایز می کند، می تواند «آن» را در بازی خود بروز دهد و از نقشی به نقش دیگر جایبایش کند. مرور کارنامه خاویر باردم نشان می دهد که او خیلی زود و در اواسط دهه ۹۰ کم کم مسیر درست را پیدا می کند و در اواخر این دهه تا همین امروز روی غلتک است. در «دریای درون» در نقش «رامون» قطع نخاع شده ظاهرا نقشی ایستا و در اجرا، نقشی بی نهایت پویا از مفهوم زندگی را ایفا می کند که تماشاگر هر بار به ذات حیات و حق ادامه یا توقف آن بر می گردد. چیزی برای کشف شدن دارد.

انگار که فیلم و بازی عمیق باردم هیچ گاه در ذهن مخاطب تمام نمی شود. سه سال بعد تمام نشانه های نقش های قبلی را پاک می کند و موجودی کاملا متفاوت می شود؛ قاتلی بی نام و نشان به نام «آنتون» در «پیرمردها جایی ندارند» که در همان دقایق اول تماشاگر را شوکه می کند.

از اسلحه عجیبش تا سفیدی بی خون چهره. از سکوت تمام نشدنی اش تا آن رفتار و سواسی در قبال جراحی پا، این بار ما با آدم خبیث بی گذشته ای مواجهیم که معلوم نیست از کجا آمده، چرا آمده و دردش چیست. باردم تا انتها عالی پیش می رود و تماشاگران را به وجد می آورد. آنتون اما تمام می شود. دقیقا مثل رامون و مثل باقی شخصیت ها. حالا او را در نقش «اکسبال» در «بیوتیفول» می بینیم، با رفتاری کاملا اسپانیایی؛ با حرکات دست و سر، تحرک، جمله بندی سریع، آفریننده اضطراب و ویرین غمگینی از جهان بی نهایت کثیف در قلب اروپا به گونه ای که مخاطب مجبور شود مدام با اسم فیلم در ذهنش کلنجار برود.

باردم در «بیوتیفول» معنای فوق العاده ای از فاصله گذاری را در سکانس های کنار خانواده لت و پار و فصل های تنهایی خود با بیماری و تجربه درد آن در دستشویی کذایی، شکل می دهد. از نظر من «بیوتیفول» یک تجربه پادشاهی در بازیگری است و باردم هر چه از این فضا و بازیگر و دکور پیدا می کند، برای این پادشاهی به غنیمت بر می دارد؛ کوله بار سال ها تجربه زیست در زادبوم و رشد در حرفه بازیگری در این فیلم به هم می رسند تا نقش اکسبال را به یکی از به یادماندنی ترین نقش های سینما تبدیل کنند و جوایز بسیاری از جمله فستیوال کن را برای این بازیگر توانمند تدارک ببینند.

بعد از «بیوتیفول»، شکل بازیگری باردم تغییرات اساسی ماندگاری پیدا کرد. آن ویژگی «انرژی دار» در متدش جهش حرفه ای تری ایجاد کرد که بعدها مثلا در نقش «فیلیپ» در بخور، عبادت کن، عشق بورز ظاهر شد؛ نقشی آرام و خونسر در دل طبیعت با نگاهی معناگرا. اینجا با خاویر باردمی ساده و بدون پیچیدگی روبرو هستیم و با داستانی مشخص در مورد زندگی؛ نفس زندگی. در یک کنفرانس خبری در مورد این فیلم از او پرسیدند که آیا به نظرش انتخاب این نقش برای خاویر باردم کم نبوده و پاسخ او به نظرم نشان می دهد که کجای حرفه اش ایستاده و چقدر نگاهش به شغلش فلسفی و پخته است. باردم می خندد و می گوید قصد ندارد هیچ وقت برای هیچ نقشی کرومتر دست بگیرد.

در «اسکال فال» بار دیگر در نقش منفی جذابی ظاهر می شود که جیمز باند جدید ساخته سام مندس را حسابی دست بیندازد. بازی اش مورد توجه رسانه هاست و جوایز متعددی می گیرد. شکل ادای کلمات، شوخی ها و خشمش تازگی دارد و حرکات بدنی اش تسلط او را بر هماهنگی و کنترل همه اجزای بدن نشان می دهد. باردم از جمله معدود بازیگرانی است که برای نقش های فرعی و منفی هم به اندازه نقش اصلی نوآوری دارد. می گوید برای نقش «رائول سیلوا» حتی ایده هایی به گرمور پیشنهاده داده که بسیار در اجرای نقش

کمکش کرده است.

می گوید که از مادر بزرگش آموخته که بیشتر کار کند و کمتر حرف بزند. شاید برای همین است که زندگی شخصی اش با پنه لوپه کروز هم آنچنان در تیتراژ اخبار پاپراتزی ها نیست و به قول خودش ترجیح می دهد عکس هایشان در آلبوم عکس های خانوادگی باشد و در این مورد اسپانیایی و آنالوگ رفتار کند. در مصاحبه دیگری صراحتا اعلام می کند که چهره های سینمایی به دلیل داشتن تریبون باید ارتباط گران صلح باشند و این کار سختی نیست.

او بارها دولت اسپانیا را بابت رکود اقتصادی و بحران بیکاری مورد نقد جدی قرار داده و در سال ۲۰۱۴ نیز با انتشار بیانیه ای اقدامات اسرائیل در غزه را «نسل کشی» خواند که به مذاق بسیاری از سرمایه داران هالیوود خوش نیامد و البته باردم در واکنشش به آنان و این بار با صراحتی بیشتر، جمله تلاپی «وحشیگری در هیچ جای جهان را درک نمی کنم و محکوم کردن آن راحق خود می دانم» را می گوید.

این روزها سر آقای بازیگر محبوب شلوغ است. از یک سو در ارتباط با فراهادی است و از سوی دیگر درگیر پروژه جدید دارن آرونوفسک. انگار آن تئوری قدیمی «آدم های باهوش همدیگر را پیدا می کنند»، در مورد باردم خوب جواب داده است و حرفه های زیرک جهان کم و بیش در حال گفت و شنود با او هستند.

باردم تا اینجا جای راه خوب جلسورفته و اعتبار حرفه اش را محترمانه ارتقا داده است. معتقد است که «بازیگری دهکده مورد علاقه اوست» و هنگام ایفای نقش به رد پشه ای در هوای این دهکده هم اهمیت می دهد اما هرگز نمی خواهد از نقش جلو بزند؛ چرا که هر بار، در هر شخصیت و هر کاراکتر چیزی را شروع می کند و با خود او خاتمه می دهد.

واقعیت این است که ما هم مثل خود خاویر باردم نمی دانیم که اگر نقاشی را ادامه داده بود و وارد حرفه آبا و اجدادی اش نمی شد، چه اتفاقی می افتاد. مثلاً آیا حالا داشتیم از نقاشی نابغه حرف می زدیم که رنگ و بوی تازه ای به جهان نقشی افزوده است؟ شاید؛ شاید هم نه. کسی نمی داند. تنها چیزی که واضح است این است که «سینما» اینقدر خوش شانس بود که چنین بازیگر فوق العاده ای جهانش را انتخاب کند. یا حداقل من ممنونم که آقای باردم دومی را ترجیح داد!



۲۰۰۰

پیش از آن که شب برسد (Before Nigh Falls)

خاویر باردِم یکی از مهم ترین و البته اولین بازیگران اسپانیایی زبان است که نامزد دریافت اسکار بهترین بازیگر مرد شد. «پیش از آن که شب برسد» توانست این افتخار را برای باردِم به ارمغان بیاورد و او را از بازیگری اسپانیایی به چهره‌ای سرشناس و بین‌المللی تبدیل کند. این فیلم داستانی زندگینامه‌ای داشت و سرگذشت نویسنده‌ای کوبایی را تعریف می‌کرد.

باردِم در این درام نامتعارف زحمت زیادی کشید تا نحوه راه رفتن و حرف زدنش به رینالدو ارناس شبیه شود و حس و حال او در دهه‌های ۶۰ و ۷۰ را به خوبی نمایش بدهد. باردِم برای این نقش هم باید انگلیسی را به خوبی اسپانیایی حرف می‌زد و هم چهارده کیلوگرم از وزنش کم می‌کرد.

۲۰۰۴

شریک جرم (Collateral)

اولین تصویری که از «شریک جرم» به یاد می‌آوریم شاید ظاهر غیرمنتظره تام کروز باشد. شاید هم تصویر جیمی فاکس به یادمان بیاید که با چهره‌ای مبهوت و هراسان سعی می‌کند خودش را از مخمصه‌ای که در آن گرفتار شده نجات دهد. در کنار اینها اما باید تصور خاویر باردِم با گریم و لهجه عجیبش هم در ذهن مان مانده باشد که در سکانس روبرو شدن با جیمی فاکس ابهت زیادی به نمایش می‌گذارد و تمام توجه را به خود جلب می‌کند. باردِم با کنترل اجزای صورت، نگاه‌های تاثیرگذار و بیان حساب شده، کاری می‌کند که بازی اش در این نقش فرعی به یکی از بهترین بازی‌های کارنامه اش تبدیل شود و اعتبار خودش و فیلم را چند پله بالا ببرد.

۲۰۰۴

دریای درون (The Sea Inside)

الخاندرو آمنه بار بعد از کش و قوس‌های فراوان فرصتی برای باردِم فراهم کرد تا یکی از مهم ترین نقش‌هایش را در «دریای درون» بازی کند. باردِم در این

فیلم در قالب مردی فرو رفته که به دلیل وضعیت جسمی بغرنجش خواستار اتانازی است. او در طول فیلم، جسمی از کار افتاده دارد و با تمرکز کامل روی صورت و چشم‌هایش کار خودش را پیش می‌برد. «دریای درون» که قصه رنج ۳۸ ساله این شخصیت را تعریف می‌کرد، موفق به دریافت اسکار بهترین فیلم خارجی زبان شد و نام و چهره باردِم را به عنوان نقش اول آن بیشتر از گذشته بر سر زبان‌ها انداخت.

۲۰۰۶

اشباح گویا (Goyas Ghosts)

«اشباح گویا» فرصتی برای همکاری باردِم در آن زمان ۳۷ ساله با میلو ش فورمن و ناتالی پورتمن و استلان اسکار سگار د فراهم کرد. در یک درام تاریخی که در قرن شانزدهم می‌گذشت و باردِم به خاطرش مجبور بود لباس‌هایی پر زرق و برق به تن کند و با موهای بلند جلوی دوربین ظاهر شود. «اشباح گویا» اگر چه به یکی از فیلم‌های خوب فورمن تبدیل نشد و منتقدان هم چندان فیلم را تحویل نگرفتند اما به باردِم فرصت داد نقش چالش برانگیز جدیدی را تجربه کند. او در یک پروژه پر هزینه و پر حاشیه خودی نشان داد و حتی در فیلم و فیلمنامه نه چندان بی‌عیب و نقص، کیفیت بازی خودش را حفظ کرد.

۲۰۰۷

پیر مرد ها جایی ندارند (No Country for Old Men)

«پیر مرد ها جایی ندارند» بهترین فیلم انگلیسی‌زبانی بود که باردِم تا سال ۲۰۰۷ بازی کرد و شاید هنوز هم همین طور باشد. فیلمی که به باردِم فرصت داد در قالب هیولایی مخوف و کم حرف فرو برود و با موهای صاف و اسلحه‌ای عجیب و بی‌صدا، قربانی‌هایش را یکی یکی از سر راه بردارد.

شخصیت آنتون در این فیلم در فهرست شرورترین شخصیت‌های تاریخ سینما جایگاه منحصر به فردی دارد و در میزان تاثیرگذاری و شهرت با شرورهای کلاسیک برابری می‌کند. اعضای آکادمی اسکار احتمالاً به همین دلیل از کنار بازی باردِم در این نقش نگذشتند و اولین جایزه اسکار زندگی اش را به





ادری اش اسپانیولی صحبت کند.

۲۰۱۲

اسکای فال (Skyfall)

یک نقش منفی دیگر و یک پروژه هالیوودی دیگر در بیست و سومین فیلم از مجموعه جیمز باند انتخابی جدید بود که باردم به استقبالش رفت. او در آنجا یک مامور سابق ام ای ۶ است که با موهای زرد و چهره ای آفتاب سوخته سودای انتقام از رییس این مجموعه را دارد و می خواهد با توانایی هایش در هک سیستم های رایانه ای به یک تروریست سایبری تبدیل شود.

گفته می شود باردم در ابتدا خیلی مشتاق بازی در این نقش نبود اما سام مندس کارگردان که هنگام نوشتن فیلمنامه به او فکر کرده بود، با اصرار زیاد باردم را پای قرارداد کشاند و نامش را در فهرست عوامل گنجانده. مندس آنقدر از نتیجه راضی بود که در گفتگوش با مجله امپایر بعد از ساخته شدن فیلم، باردم را یکی از بهترین شخصیت های منفی مجموعه باند در تاریخ سینما دانست.

۲۰۱۶

آخرین چهره (The Last Face)

در میان پروژه های جدید خاویر باردم، «آخرین چهره» کنجکاوی برانگیز است. فیلمی که شان پن کارگردانی کرده و شارلیز ترون در کنار باردم در آن بازی می کند. «آخرین چهره» بهار امسال در جشنواره کن برای اولین بار به نمایش عمومی درآمد. این فیلم پروژه ای بود که رابین رایت بسیار مشتاق تولیدش بود و از قرار معلوم خودش ایده ساخت آن را با پن و باردم در میان گذاشت اما بعد از طلاقش از پن، پروژه به سمت دیگری رفت و با دعوت مجدد از باردم، فیلم را به سبک دلخواهش فیلمبرداری کرد. گفته می شود منتقدانی که فیلم را در کن دیده اند زیاد از آن استقبال نکرده اند و به تعریف و تمجید از بازی های باردم و ترون بسنده کرده اند.



نامش زدند. اسکار نقش مکمل مرد که باردم به خاطر این فیلم گرفت، او را در جایگاه یکی از بازیگران بین المللی جهان تثبیت کرد.

۲۰۰۸

ویکی کریستینا بارسلونا (Vicky Cristina Barcelona)

باردم درست یک سال بعد از بازی در نقش مخوفی که برادران کوئن در «پیرمردها جایی ندارند» برایش در نظر گرفته بودند، دعوت وودی آلن را برای بازی در درام عاشقانه «ویکی کریستینا بارسلونا» پذیرفت. او در این فیلم نقش مردی عاشق پیشه را دارد که در روابطش آدمی جاه طلب است. حس و حال سرخوشانه اولین فیلمی که آلن در اسپانیا ساخت به باردم اجازه داد کمی از کلیشه شخصیت های نامتعارف و عجیب فیلم های قبلی اش فاصله بگیرد و در نقش آدمی معمولی اما جذاب و شوخ و شنگ فرو رود. نامزد شدن برای دریافت جایزه گلدن گلوب بهترین بازیگر مرد کمدی یا موزیکال نتیجه همین تلاش باردم بود که تا حد زیادی به ثمر نشست.

۲۰۱۰

بیوتیفول (Beautiful)

باردم بعد از چند تجربه پر سروصدا با فیلمسازان بزرگی مثل کوئن ها و وودی آلن نیاز به یک تغییر فاز اساسی داشت. دلش می خواست نه به هیولای فیلم کوئن ها شبیه باشد و نه به مرد خوش سر و زبان فیلم وودی آلن. الخاندو گونزالس ایناریتو با پیشنهاد فیلمنامه «بیوتیفول» حساسی باردم را سر ذوق آورد. ایناریتو که هنگام نوشتن فیلمنامه هم باردم را در ذهن داشت، از او می خواست این بار در نقش مردی فرو برد که به لحاظ احساسی فروپاشیده است و دلخوشی های زندگی برایش بی معنی شده اند. باردم به خاطر بازی در این درام عاشقانه برای دومین بار نامزد اسکار بهترین بازیگر نقش اول مرد شد. «بیوتیفول» همچنین به باردم فرصت داد بعد از مدت ها در فیلمی به زبان

۵۰ شرور بزرگ سینمای جهان

با اکران فیلم «جوخه انتحار» دوباره بحث قهرمان‌های شرور تاریخ سینما داغ شد. این فیلم اگر چه با باز خورد منفی منتقدان همراه بود اما حضور این همه شرور در قامت قهرمان باعث جذابیتی مخاطب‌پسند شد تا فروش این اثر کامیک بوکی بالا برود.

از یک قتل «می شناسید و می دانید که چقدر بد بودن به چشمان و فکش می آید! حالا اگر فیلمنامه ای را تارانتینوی خون ریز بنویسد و او بازی کند، می شود حتی بدون دیدن فیلم هم فهمید که وینچنزو کوکوتی در واقع چه نوع کاراکتری است! دیاپلگ برگزیده: من از سال ۱۹۸۴ هیچ کسی را نکشته‌ام!

۲۴- تراویس بیکل

رابرت دنیرو (راننده تاکسی، ۱۹۷۶) چرا دنیرو این قدر راحت می تواند بدمن باشد؟! تنها بازیگری که اسمش برای سومین بار در لیست می آید. دنیرو که با آن بیانات شدیدالحنش علیه دونالد ترامپ شاید مدتی مجبور به گوشه گیری شود، یار غار مار تین اسکورسیزی خصوصا در دهه هفتاد بود. او با «راننده تاکسی» توانست در سالی که جایزه به پیتر فینچ برای «شبکه» سیدنی لومت رسید، نامزد اسکار بهترین بازیگر نقش اول مرد شود. «مرد تنهای خدا» احتمالا یکی از شاخص ترین روانی های مکتب نیویورک به حساب می آید. شاید روانی تریشان. دیاپلگ برگزیده: تو داری با من صحبت می کنی!؟

۲۳- کلنل کرنز

مارلون براندو (اینک آخرالزمان، ۱۹۷۹) شاید اگر سال ۱۹۷۲ وقتی آکادمی تصمیم گرفت جایزه اسکار بهترین بازیگر نقش اول مرد را به براندو برای بازی ماندگارش در «پدر خوانده» دهد، این بازیگر نام آشنای آمریکایی، اعتراض را کنار می گذاشت و به جای آن زن سرخ پوست، شخصاً برای گرفتن اسکار و تشکر روی سن می رفت، می توانست برای «اینک آخرالزمان» هم جایزه ای بگیرد. ساخته سال ۱۹۷۹ فرانسیس فورد کاپولا در ۸ رشته نامزد جایزه اسکار شد. بهترین فیلم، فیلمنامه، کارگردانی، بهترین بازیگر نقش مکمل مرد، اما نه بهترین بازیگر نقش اول مرد. در سالی که ویتور یوستورارو، اولین مجسمه اسکار از سه گانه اش را دریافت کرد، براندو کاملاً در حاشیه ماند. دیاپلگ برگزیده: ترس و ترور روحیه دوستانان هستند!

۲۲- بچه گیر شرور

رابرت هلپمن (چیتی چیتی بنگ بنگ، ۱۹۶۸) سر رابرت هلپمن بدون شک یکی از مهم ترین بازیگران تاریخ سینما، تیاتر و باله استراليا است. روز اول ژانویه ۱۹۶۸ او به خاطر خدماتش به باله توانست لقب شوالیه را دریافت کند و در ۱۶ دسامبر همان سال با «چیتی چیتی بنگ بنگ» به پرده سینماها رفت. او در یکی از معدود فیلمنامه هایی که توسط رولد دال نوشته شد، ایفای نقش کرد. داستان اصلی این اثر نوشته یان فلمینگ (نویسنده و خالق جیمز باند) است و تیم موسیقی این اثر موزیکال هم برادران شرمین («مری پاپینز») بودند. بازی دیک ون دایک هم به بهتر دیده شدن این اثر کمک کرد. هر چند منتقدان در مجموع چندان دل خوشی از «چیتی چیتی بنگ بنگ» نداشتند. دیاپلگ برگزیده: بیا، آب نبات رو بگیر!



مجله «ایمپایر» به مناسبت اکران این فیلم نگاهی انداخته به ۵۰ شرور بزرگ تاریخ سینما. بد نیست فیلمنامه نویسان نگاهی تخصصی تر به این فهرست ببندند تا در آثار بعدیشان کیفیت ضد قهرمان هایشان را افزایش دهند. بزرگ ترین تفاوت لیست ۵۰ نفره ای که پیش رویتان است با سایر رتبه بندی ها و نظر سنجی ها این است که مخاطبین، کارشناسان و منتقدان این لیست را انتخاب نکرده اند. بلکه خود بازیگرانی که نقش های منفی فیلم های سینمایی و سریال های تلویزیونی را بر عهده داشته اند، به این ۵۰ شخصیت رای داده اند. در مطلب پیش روی شما به فهرست ایمپایر کمی مفصل تر پرداخته شده تا شاید برای برخی از فیلم ها و کاراکتر هایشان بتوان نکات ظریف تری پیدا کرد.

۲۵- وینچنزو کوکوتی

کریستوفر واکن (رمانس واقعی، ۱۹۹۳) یک فیلم پر ستاره دیگر از تونی اسکات و یک شکست دیگر برای او! فیلمنامه ای که کوینتین تارانتینو برای اسکات نوشت انگار فقط برای واکن کار کرد و در نهایت هم «رمانس واقعی» نتوانست جایی برای خودش در تاریخ سینما دست و پا کند. حتی با وجود پاتریشیا آرکت، برد پیت، ساموئل ال جکسون، وال کیلمر، گری الدمن و... واکن اگر چه در کارنامه کاریش نقش های مثبت زیادی هم دارد اما اگر از طرفداران پرو پاقرص جیمز باند باشید، احتمالاً او را با کاراکتر مکس زورین در «نمایی

۱۶- تامی ا دو

مادرش در تاریخ سینما آن قدر محبوب شدند که بارها در آثار مختلف مورد ادای دین قرار می گرفتند. آخرین بار در سال ۲۰۱۳ در مورد زندگی آنها یک سریال به نام «متل بیتس» ساخته شد. جالب است بدانید در تاریخ سینما و تلویزیون بیش از هزار بار به این فیلم ارجاع داده و نزدیک ۱۹۰ ورژن کمدی آن هم ساخته شده است.

دیالوگ برگزیده: بهترین دوست یه پسر مادرشه!

۱۳- جانی فرنلی

لی جی کاب (در بار انداز، ۱۹۵۴) لی جی کاب (در بار انداز، ۱۹۵۴) ساخته الیا کازان نامزد ۱۲ جایزه اسکار شد و ۸ جایزه از جمله اسکارهای بهترین فیلم، بهترین کارگردانی، بهترین بازیگر نقش اول مرد، بهترین فیلمنامه و بهترین بازیگر نقش مکمل زن را به خودش اختصاص داد. با وجود این که هم مارلون براندو و هم اوماری سنت توانستند اسکار بگیرند، دست لی جی کاب از جایزه کوتاه ماند. خیلی ها معتقدند به خاطر حوادث مربوط به مک کار تیزم کاب نتوانست جایزه اسکار را بگیرد. او که متهم به داشتن عقاید کمونیستی شده بود، دو سال از حضور در برابر سناتور جوزف مک کارتی سر باز زد تا این که نامش در لیست سیاه هالیوود قرار گرفت. در نهایت کارش را از دست داد و هیچ پولی برای گذران زندگی نداشت تا این که سال ۱۹۵۳ به دادگاه رفت و مثل خود الیا کازان ۲۰ نفر از اعضای حزب کمونیست را معرفی کرد. با این حال آمریکایی ها هیچ وقت به یک کمونیست اسکار نمی دهند. مگر این که به شیوه دالتون ترامبو آن را ببرید.

دیالوگ برگزیده: شما بچه ها کجا دارین می رین؟ یه دقیقه صبر کنید! این یادم می مونه. تک تک شما یادم می مونین! من بر می گردم! فراموش نکنید! من بر می گردم!

۱۲- فرانک

هنری فوندا (روزی روزگاری در غرب، ۱۹۶۸) سر جیولئونه، هنری فوندا را بر خلاف تصویری که در هالیوود داشت برای یک کابوی قاتل انتخاب کرد. فوندای آرام و قهرمان، در «روزی روزگاری در غرب» تبدیل به خلافتکاری بی رحم و خون ریز شد. صحنه معرفی فوندا در این فیلم، به راحتی از یادها نخواهد رفت و چشم های آبی سردش، سال ها کابوس بچه هایی شدند که صحنه معروف تیراندازی او به بچه را دیده بودند.

دیالوگ برگزیده: مردم وقتی دارن می میرن بهتر می ترسند!

۱۱- ساحره بدجنس غرب

مارگارت همیلتون (جادوگر از، ۱۹۳۹) اگر چه سال ها از ساخته کلاسیک ویکتور فلمینگ گذشته اما این اثر روز به روز مشهور تر شده است. با این که در زمان اکران کامل از بی سایه «برباد رفته»، دیگر ساخته ویکتور فلمینگ قرار گرفت و در نهایت رقابت بهترین فیلم اسکار را هم به همین اثر واگذار کرد اما «جادوگر از» نقطه عطفی در کارنامه خیلی از عوامل خود شد. از جمله باید اعتراف کرد که جودی گارلند عملاً با این فیلم به شهرت رسید. در طول این سال ها اما کمتر به مارگارت همیلتون اشاره می شود. حتی با این که دزدیده شدن کفش های قرمز گارلند در این فیلم توانست به صدر اخبار رسانه ها برسد اما باز کمتر از مارگارت همیلتون شنیده ایم. اما باید توجه داشته باشیم شاید یکی از دلایلی که سال ها در همه کتاب های کودک، جادوگران بدجنس با صورت سبز و خال روی دماغ تصویر می شدند، گریم تاثیر گذار همیلتون در این فیلم بود. جالب این که در فیلم این جادوگر سنگ دل بیشتر از آن که عمل کند، تهدید می کند اما برای مخاطب تارانتینو ندیده آن روزگار، تهدید به غرق کردن توتو و آتش زدن مترسک، خود به اندازه انجام آن عمل زشت و وحشتناکی بود!

دیالوگ برگزیده: این کارها باید بسویار ظریف انجام بشوند... والا به طلسم

ریچارد ویدمارک (بوسه مرگ، ۱۹۴۷) اگر فقط بگوییم که این نخستین فیلم ریچارد ویدمارک به حساب می آید، به خودی خود دلیل خوبی برای حضور وی در فهرست ۵۰ بدمن تاریخ هست اما این همه ماجرا نیست. ویدمارک به خاطر این فیلم موفق شد در سال ۱۹۴۸ جایزه گولدن گلوب بهترین ستاره در حال ظهور را ببرد و نامزدی در اسکار را هم به عنوان نقش مکمل مرد در کارنامه اش ثبت کند. «بوسه مرگ» منبع الهام فیلمی به همین نام محصول سال ۱۹۹۵ هم شد اما با وجود بازی ستاره هایی مثل ساموئل ال جکسون و نیکلاس کیج، تقریباً هیچ جایی از تاریخ سینما قرار نگرفت تا ارزش های ویدمارک بیش از پیش مشخص شود.

دیالوگ برگزیده: تو می دونی با یه خائن چی کار می کنم!؟

۱۵- هنری اف. پاتر

لایونل بریمور (چه زندگی شگفت انگیزی، ۱۹۴۶) لایونل بریمور (چه زندگی شگفت انگیزی، ۱۹۴۶) برای ساختن یک بدمن خوب راه های گوناگونی هست. اما یکی از عملی ترین شیوه ها آن است که شخصیت مثبتتان، آن قدر جذاب و معصوم باشد که مخاطب حتی از فکر رفتن یک خار در پای او احساس ناراحتی کند. حالا اگر فردی پیدا شود که او را اذیت کند، به راحتی نام خودش را در لیست سیاه ذهن مخاطبان ثبت کرده است. برای جورج بایلی فیلم «چه زندگی شگفت انگیزی» (بازی جیمز استوارت) هم دقیقاً همین اتفاق رخ می دهد تا آقای پاتر یکی از بدترین های تمام ادوار باشد. با این تفاوت که او واقعاً بد هم هست! سال ۲۰۰۳ نام او در رتبه ششم بدترین شرورهای تاریخ سینمای انیستیتوی فیلم آمریکا قرار گرفت. معروف است که مت گرونینگ، خالق مجموعه «سیمپسون ها»، برای خلق کاراکتر پول پرست آقای برنز، از آقای پاتر الهام گرفته است.

دیالوگ برگزیده: مرده ات بیشتر از زنده ات ارزش داره!

۱۴- نورمن بیتس

آنتونی پرکینز (روانی، ۱۹۶۰) می توان مطمئن بود که خیلی ها تمام فهرست را رد کرده اند تا به نام نورمن بیتس و آلفرد هیچکاک برسند. متل دار روان پریشی که قتل ها را گردن مادر بیمارش می انداخت اما در نهایت وقتی راز آنها گشوده شد، همه مخاطبانی که کتاب را خوانده بودند، از آلفرد هیچکاک بازی خورند. نورمن بیتس و





صدمه می زیند!

شدن ریچارد III داشته است. آن قدر که گاهی به نظر می رسد بقیه بازیگران خارج از صحنه بازی می کنند. دیالوگ برگزیده: من اون رو دارم اما زیاد نگهش نمی دارم!

۱۰- تامی دویتو

جو پشی (رفقای خوب، ۱۹۹۰)

اگر کودکی شما هم بادو گانه «تنهادر خانه» سپری شده باشد، حتما جو پشی را برای همیشه در خاطر تان به عنوان یک ابر شرور نگه می دارید. اما مارتین اسکورسیزی، خالق «راننده تاکسی» در دهه ۹۰ به جو پشی در «دوستان خوب» هم بازی می دهد تا یک شرور دیگر را در فیلم های خودش خلق کرده باشد. به نظر منتقدان و اعضای آکادمی هم جو پشی در «رفقای خوب» واقعا از پس کارش به خوبی برآمده. این فیلم نامزد ۶ جایزه اسکار از جمله جوایز بهترین فیلم، کارگردان، فیلمنامه و بازیگر نقش مکمل زن می شود اما از میان همه این جوایز فقط جو پشی توانست جایزه اسکار بهترین بازیگر نقش مکمل مرد را برای این اثر کسب کند.

دیالوگ برگزیده: چطوری بامزه؟! من چطوری بامزه ام!؟

۹- ریچارد III

لارنس الیویر (ریچارد III، ۱۹۵۵)

بعد از رابرت دنیرو که بارها نام خودش را در این فهرست ثبت کرده، نوبت یک بازیگر کلاسیک می شود که بار دیگر به بهانه یکی دیگر از نقش هایش اورا صدا بزنیم: لارنس الیویر! او در دهه ۵۰ اثری از ویلیام شکسپیر را به کارگردانی خودش ساخت و نقش اول آن را هم ایفا کرد. اتفاقا به خاطر بازی در فیلم خودش توانست نامزد جایزه اسکار بهترین بازیگر نقش اول مرد هم بشود که پنجمین نامزدی او به حساب می آمد. الیویر در طول کارنامه کاریش در نهایت تا سال ۱۹۷۸ موفق می شود نامزد ۱۳ جایزه اسکار شود که بخش قابل توجهی از این جوایز و نامزدی هارآمدیون آثار شکسپیری خودش، «هملت» و «هنری V» است. اگر چه شاید دیالوگ های ویلیام شکسپیر برای به اوج رساندن یک ابر شرور کافی باشد اما بدون شک تجربه و بازی این بازیگر و کارگردان مشهور سینما، تلویزیون و تئاتر بریتانیا تاثیر فراوانی در سینمایی

۸- جک ویلسون

جک پالانس (شین، ۱۹۵۳)

تا قبل از این که پالانس در «شین» ظاهر شود، همه چیز ایده آل بود اما به محض ورود او به شهر و قرار گرفتنش در برابر قهرمان فیلم، آلن لد، همه توجهات را به خود جلب کرد. این بازیگر او کرایینی الاصل متولد پنسیلوانیا در ۳۴ سالگی مقابل دوربین جورج استیونز در «شین» قرار گرفت و هنوز برنده اسکار، گولدن گلوب و امی به حساب نمی آمد اما بازی او نوید روزهای خوبی را برایش می داد.

دیالوگ برگزیده: ثابتش کن!

۷- آنتون چیگور

خاویر بارد (جایی برای پیرمردها نیست، ۲۰۰۷)

این شخصیت از رمان کورمک مک کارتی استخراج شده اما ظاهرش با آن مدل موی عجیب، اورجینال برادران کوئن است. اما نباید فراموش کنیم که او با تصویر خاویر بارد روی پرده سینماها جان گرفت. بدون شک آن خونسردی فوق العاده چیگور در کشتن آدم ها با روش های عجیبش یکی از مهم ترین دلایلی است که او توانسته در رتبه هفتم امپایر قرار بگیرد. یادمان باشد که از بین کاراکترهای بدمن قرن جدید فقط سه نفر توانسته اند در این فهرست باشند. یکی مریل استریپ با «شیطان پرادا می پوشد»، دوم هیث لجر در نقش جوکر «شوالیه تاریکی» و سوم خاویر بارد در فیلم «جایی برای پیرمردها نیست». بارد در نهایت موفق شد به خاطر بازی در این اثر اسکار بهترین بازیگر نقش مکمل مرد را به خودش اختصاص دهد. مثل هیث لجر. با این تفاوت که او هنوز زنده است.

دیالوگ برگزیده: حدس بزن!



sms

دورتر، تقسم تنگ تر، بگذار چشم آهسته آهسته ندیدنت را بی آموزد.

۰۹۱۸-۹۱۴۵

عشق را وارد کلام کنیم تا به هر عابری سلام کنیم و به هر چهره‌ای تیسیم داشت ما به آن چهره احترام کنیم زندگی در سلام و پاسخ اوست عمر را صرف این پیام کنیم عابری شاید عاشقی باشد پس به هر عابری سلام کنیم.

۰۹۱۷-۹۴۲۶

بستهام در خم ابروی تو امید دراز، آن میادا که کند دست طلب کوتاهم، با من راه نشین خیز و سوی میگذه ای، تا در آن حلقه بیستی که چه صاحب جاهم.

۰۹۳۵-۷۲۶۵

قل مراد داشته با یا غذا درست می کرده ازش پرسیدن: چو با یا آشیزی می کنی؟ جواب داد: آخه دست پختم خوب نیست.

۰۹۳۵-۷۲۵۶

به روز قل مراد سوار تاکسی می شه، موقع پیاده شدن راننده بهش میگه: دستت لای در گیر نکنه، قل مراد میگه: جاگرتیم... سورت لای در گیر نکنه.

۰۹۳۵-۶۴۹۵

قل مراد میگه: مامان شما مدرسه می رفتید؟ مامان میگه: بله پسرم! قل مراد میگه: بابا هم مدرسه می رفت؟ مامان میگه: بله پسرم! قل مراد یکدفعه داد میزنه: پس وقتی هم شما مدرسه بودید هم بابا کی از من مراقبت می کرد؟

۰۹۱۸-۸۳۲۴

به روز قل مراد بلیت هواپیما می گیره... میره ایستگاه قطار، سوار اتوبوس می شه، با دو چرخه میره مسافرت.

۰۹۱۲-۲۲۹۸

قل مراد دعا می کرده می گفته: خدا یا مهربانم... ازش می پرسن چرا اینجوری دعا می کنی؟ میگه: دارم شکسته نفسی می کنم!

۰۹۳۵-۴۳۶۹

چیزی که نمی تونی با دست بلند کنی با چنگ و دندون بلند کن!

۰۹۳۵-۳۵۸۴



sms

می رهیدی، یادم آمد که روزی در این راه ناشکیبا مراد بر بی خویش می کشیدی.

۰۹۳۵-۹۱۵۴

امروز قلبم درد گرفته بود فکر کنم به کمی تیل شدی و جات تنگ شده.

۰۹۱۲-۹۴۲۲

هستم ولی نیستم هر لحظه کنارت نیستم ولی هستم هر لحظه به یادت.

۰۹۱۶-۷۷۲۳

اگر دنیای ما دنیای سنگ است بدان سنگینی سنگ هم فشنگ است، اگر دنیای ما دنیای درد است بدان عاشق شدن از بهر و رنج است اگر عاشق شدن یک گناه است پس دل عاشق شکستن صد گناه است.

۰۹۱۹-۹۲۵۴

افسوس که عشق جاودانه نیست، عشق گل سرخیست که طافت طوفان را ندارد. عشق یک خاطره سبز است که از آمدن پاییز می ترسد.

۰۹۱۵-۴۳۶۹

اگر کسی را دوست داری، به او بگو، زیرا قلبها معمولاً با کلماتی که ناگفته می ماند، می شکنند!

۰۹۱۱-۳۳۷۸

با بال شکسته پر کشودن هتر است این راهمه پرندگان می دانند.

۰۹۱۵-۸۱۶۵

دروغ مثل برف است که هر چه آن را بغلتانند بزرگتر می شود.

۰۹۱۷-۷۷۱۶

من به اندازه چشمان تو غمگین ماندم و به اندازه هر برق نگاهت به نگاهی نگران، تو به اندازه تمام تنهایی من شاد بمان.

۰۹۳۵-۸۰۲۶

رفتت آغاز ویرانیت حرفش را تزن، ابتدای یک پریشانی است حرفش را تزن، دوست داری بشکنی قلب پریشان مرا، دل شکن کار آسانی است حرفش را تزن.

۰۹۱۸-۴۶۲۵

حالا که می روی! آهسته بسرو... هر قدمت



sms

روزی که تو آمدی به دنیا عربان مردم همه خندان و تو بودی گریان، کاری بکن ای دوست به وقت رفتن، مردم همه گریان و تو باشی خندان. (سما حیات العین) ۰۹۱۹-۴۲۳۹

هر که به ما می رسد گوید که یارت یار نیست، بار عشقش را بکش هر چند که بارش بار نیست.

۰۹۱۹-۴۲۳۹

هر که در این دهر مقربتر است، جام بلا بیشترش می دهند، هر چه در این دهر نشانت دهند گر نستانی به از آنت دهند.

۰۹۱۹-۴۲۳۹

به دریا بزن قایقت می شوم حقیقم ولی لایقت میشم، من عاشق شدن را بلد نیستم تو یادم بده عاشقت میشم، بی نهایت دوست دارم.

۰۹۳۵-۳۹۷۶

امشب رحمت دوست چار بست مانند رود نه مانند باران، اگر دلتان لرزید، بغضتان ترکید، کسی اینجا محتاج دعاست.

۰۹۱۸-۸۸۴۵ (زهره ملک احمدی)

کی چه گلی دوست داره؟ نجار: میخک، دزد: شب بو، قصاب: گل گاو زبون، پارچه فروش: اطلسی، دندون پزشک: مینا، و من... من تو رو دوست دارم، تو زیباترین گلی هستی که من دوستش دارم.

۰۹۳۲-۵۵۲۸

عشق چیست؟ به کوه گفتم عشق چیست؟ لرزید به ابر گفتم عشق چیست؟ بارید به یاد گفتم عشق چیست؟ وزید به پروانه گفتم عشق چیست؟ نالید به گل گفتم عشق چیست؟ پرپر شد به انسان گفتم عشق چیست؟ اشک از دیدگانش جاری شد و گفتم: دیوانگیست.

۰۹۳۶-۸۳۹۶

کاش می شد قلب ما از یاس بود، تک تک گلبرگ آن احساس بود، پاک و سبز و ساده و بی ادعا، کاش می شد بهتر از العسل بود، کاش می شد عشق را تفسیر کرد، عاشقی را با محبت سپر کرد.

۰۹۱۷-۴۹۳۶

دیدگان تو در قاب اندوه سرد و خاموش خفته بودند، زودتر از تو ناگفته‌ها را با زبان نگاه گفته بودند، از من و هر چه در من نهان بود می رمیدی

شرح در متن فوتبالیست های خارجی

ماه	مهاجم بایرن مونیخ سروراز	کنت و شاه هافبک برنالی منچستر	خصلت شوخی	خلبان مهاجم فرانسوی چلسی	بی حرکت بازیکن برزیلی آت میلان	مادر ورزش ها رنگ موی فوری	دروازه بان تیم ملی ایتالیا هافبک بوئنوس
		اتسان نابود کننده					
هافبک رنال مادرید		قید زمان گل بتونه			نماینده حرف ندا		سایه گاه زدنی در فوتبال
	سخندان	راضی خواهان شهری در آذربایجان				کم و ناچیز تنهایی	
		یونده اش سرد کن برنده ای شگزی		پدر			لازم و ضروری دشمنی
		سائل دروازه بان پارسلونا			گل شهیدان		
		مدیر اسم ترکی		نوعی پقه			ملقون ابدی کر بلا نکوهش انبی
	صنم بلیغ		موی گردن شیر		گل خوشبو فرار حیوان		
دفاع چلسی				فاسد و پیک بزرگداشت			پانچخت تاورو عسوی در صورت
		دفاع آت میلان نت سوم	پدر از دست داده			بزرگ مهاجم رنال مادرید	
		محل اتصال بازو و ساعد منقار کوتاه			قرص خواب آور عسری		
	قمر برجیس هزار کیلو				نظریه		پر نمک جزیره ای در عراق
زاتو ترسان		همراه شلوار نمایش			لباس شنا طریقه		
		کشتی جنگی دشنام	بنشن ریز نت ششم				خواب خوش متجدد
	هرگز نه اشوب		از خود راضی غیبگو			نام مهاجم پارسلونا ملید	دفاع فوتبالی
جوش ویز بدن		تکرار حرف دوم همراه اصول		نمدن باستانی حقه		دود اروهایی خرما	
		زبان دار بی زبان ضمیر غایب		در مقابل ویتامین انعقاد خون		راندن مزا جم شلوار چین	واحد سطح
			نام مهاجم والنسبا				واحد نگری دفاع تیم بوونتوس

بری جنکینز: «مهتاب» را در ۱۰ روز نوشتم!

بری جنکینز به غیر از «مهتاب» در کارنامه‌اش تنها یک فیلم بلند سینمایی دیگر دارد، اثری با نام «دارویی برای مالیخولیا» محصول سال ۲۰۰۸. اثری متوسط که حتی برای سال‌ها جنکینز را از جریان سینمای اصلی دور کرد. جنکینز با نگارش و ساختن فیلم‌های کوتاه، هشت سال میان این دو فیلم را پشت سر گذاشت و در نهایت با ارائه فیلمنامه‌ای اقتباسی نه تنها خود را برنده جایزه اسکار بهترین فیلمنامه در این رشته کرد بلکه موفق شد «مهتاب» را به بهترین فیلم سال تبدیل کند. در حقیقت بری جنکینز با ارائه فیلم «مهتاب» از یک تازه‌کار به نامی معتبر در سینما تبدیل شد.



به این سادگی در همان ابتدای کار به یکی از مهم‌ترین رکن‌های فیلم تبدیل می‌شود. با این پیش‌زمینه با اشرافی کامل‌تر می‌توان به استقبال مصاحبه فیلم‌میکر مگزین با بری جنکینز خالق «مهتاب» رفت.

● در همین ابتدای کار باید بگویم که من فیلم‌های زیادی برگرفته از یک نمایشنامه دیدم، هیچ‌کدام از آن‌ها قدرت «مهتاب» را در به دست آوردن استقلال تصویری و سینمایی نداشت. چگونه موفق شدید به چنین درک سینمایی از این نمایشنامه برسید؟ آیا در مورد آن نگران نبودید؟

نه نگران نبودم، آن هم به خاطر نگاهی است که به فیلم‌ها دارم. اولین بار که نمایشنامه را خواندم فکر کردم که چقدر جلوه‌های بصری خارق‌العاده‌ای درون خود دارد! بار دوم وضعیت متفاوت بود، روایت نمایشنامه غیر خطی بود و تارل مک‌کارنی از نشانه‌های زیادی که خود من به‌عنوان پسر بچه‌ای سیاه‌پوست با آن بزرگ شده بودم، استفاده کرده بود.

به ناگهان همه چیز در ذهنم طبقه‌بندی شد و فضای مناسبی برای به تصویر کشیدن نمایشنامه یافتم. این تصاویر به اندازه‌ای برایم وضوح داشت که من پیش‌نویس اولیه فیلمنامه را تنها طی ۱۰ روز نوشتم. با این که فیلمنامه اقتباسی است ولی ۱۰ روز باز هم مدت زمان بسیار کمی برای آن محسوب می‌شود. به قول چارلی کافمن، در ذهنم ساختن فیلم

او نمایشنامه تارل مک‌کارنی را با همکاری خودش مبدل به یکی از بهترین اقتباس‌های سینمایی از روی یک نمایشنامه کرد. و جوه تصویری که جنکینز در برابر سطرهای دشوار نمایشنامه ارائه می‌دهد حتی گاهی از منبع اصلی اثر پیشی گرفته و ذهن را سوی خود می‌کشاند. در حقیقت سینمای سیاه‌پوستان آمریکا تا به امروز چنین تصویر دقیقی از جامعه رنگین‌پوستی ندیده است. فیلم با دقت مشکلات سیاه‌پوستانی را که با فقر دست‌وپنجه نرم می‌کنند بررسی و پیامدهای آن را بازگو می‌کند. فیلم «مهتاب» در مورد سه مقطع مختلف زندگی سیاه‌پوستی خلافاً کار است. شخصی که در آینده‌ای نه‌چندان دور به فروش مواد مخدر رو می‌آورد و برای خود تشکیلاتی گرد می‌آورد اما دوران کودکی و نوجوانی بسیار سختی را با توجه به زورگویی‌های مادر و سایر افراد جامعه پشت سر گذاشته است. زندگی این فرد با سه اسمی که روی تصویر نوشته می‌شود از هم متمایز شده و به قسمت‌های کوچک (الکس هیبرت)، شرون (اشتون سندرز) و در نهایت بلک (تروانت رودز) تقسیم می‌شود. فیلم مانند اکثر آثار برجسته امسال حال‌وهوایی غمگین دارد و در همان ابتدای کار از دهان یکی از شخصیت‌های محوری داستان با نام جوان (با نقش آفرینی ماهرشالا علی که برای این نقش برنده جایزه اسکار بهترین نقش مکمل شد) پیام خود را این‌گونه بیان می‌کند؛ پسرهای سیاه‌زیر نور مهتاب آبی‌رنگ هستند. آبی که نشانه اندوه در رنگ‌شناسی است

شروع شده بود و تصاویر متحرکی را می‌دیدم.

که سلیق مشترک با خودش دارند کار کند. در جلسه‌ای او را دیدم و تاکید داشت که برایش دلایل و بهانه‌های من اهمیتی ندارد و کار نکردن من در حقیقت تقصیر خودم است.

در نهایت من تمام ایده‌هایی که داشتمم برای او فرستادم که یکی از آن‌ها فیلمنامه «مهتاب» بود. من تا آن زمان با کمپانی‌ها و تهیه‌کننده‌های زیادی کار کرده بودم اما هیچکدام از آن پروژه‌ها به سرانجام نرسیده بود. ادل وقتی متوجه جدی بودن من و تارل درباره «مهتاب» شد با سرعت تمام کارها را پیش برد و شروع به جذب سرمایه‌گذار کرد. زمانی خبر رسید که کمپانی پلن بی‌وای ۲۴ قصد سرمایه‌گذاری روی این پروژه را دارد ما متوجه شدیم این کار دیگر به سرانجام خواهد رسید و تبدیل به اثری سینمایی خواهد شد.

● **فیلم این حس را به آدم می‌دهد که اشخاصی مدت زمان زیادی را صرف فکر کردن به تمام پلان‌ها و حتی نماهای فیلم کرده‌اند و هیچ لحظه‌ای در فیلم وجود ندارد که اضافه باشد. شما نیز نسبت به این حس که به مخاطبان انتقال داده می‌شود همین حس را دارید؟**

باید جواب مثبت بدهم زیرا وقتی زمان زیادی را در حال ساختن یک پروژه هستید حس می‌کنید تمام زوایای آن را می‌دانید، بیشتر خلاقیتی که دیگران در مورد آن حرف می‌زنند از حس‌های طبیعی من و دوستانم بیرون آمده است. چیزی که از سطرهای این داستان حس کردیم و به تصویر کشیدیم. فکر نمی‌کنم در آینده هم فیلمی بسازم که این حس را نسبت به آن داشته باشم، «مهتاب» جزوی از هویت من است و از صرف کردن این مدت زمان طولانی برای ساخت آن لذت برده‌ام.

● **چگونه تارل مک‌کارنی را درگیر پیش‌نویس خود کردید؟**
پیش‌نویس را نشانه‌گذاری کرده بودم و در ابتدا از تارل خواستم برای اقتباس مقصودهایم به من کمک کند. از طرفی دوست داشتم صدای او در فیلمنامه‌ام حفظ شود و به نقطه‌ای رسیدم که به تنهایی قادر به نوشتن فیلمنامه نبودم. تارل یک نابغه است، او سکان هدایت فیلمنامه را در دست گرفت و آن را به مقصد رساند. پس از مدتی به میامی رفتم تا برای اولین بار او را ببینم، پس مدتی هم به من گفت که به من اعتماد دارد و خدا یارم باشد. همین مکالمه کوتاه باعث شد که متوجه شوم تارل حرف‌های زیادی برای اضافه کردن به فیلمنامه دارد و مشغول به کار شدیم.

● **هشت سال فاصله میان فیلم اول شما و «مهتاب» وجود دارد، آیا در این مدت سعی کرده بودید اثر دیگری را بسازید؟! بله رفیق؛ سعی کرده بودم. بله.**

● **چه تفاوت‌هایی بین این اثر و پروژه‌های دیگرتان وجود داشت که ادل رومانسکی و کمی بعدتر کمپانی‌ای ۲۴ حاضر شد روی آن سرمایه‌گذاری کند؟**
جالبه که به اسم ادل اشاره کردید، چون در حقیقت او بود که باعث شکلگیری این پروژه شد، او هر چند وقت یکبار با من تماس می‌گرفت و من را به خاطر کار نکردنم شمتام می‌کرد. هر دو هفته در میان او پیامی در جی‌چت برای من می‌فرستاد و یادآوری می‌کرد که علاقه دارد با اشخاصی



این شرایط را حفظ کنم، میانگین تعداد اشخاصی که در پشت صحنه «مهتاب» مشغول به کار بودند نزدیک به ۲۵ تا سی نفر بیشتر نبود. از طرفی می‌خواستیم به بازیگران برای حس‌های بهتر و دقیق‌تر فضای آزاد بیشتری بدهیم و به‌هیچ‌عنوان اجازه ندادیم تعداد اعضای گروه از این تعداد بیشتر شود.

البته چنین رویکردی باعث شد فرآیند فیلمبرداری ما بیشتر شود و همین امر بودجه کار را بالاتر برد. همین خلوت بودن صحنه فیلمبرداری بود که شرایط را برای بازی‌های عالی بازیگران آماده کرد و معمولاً ما دو تا سه برداشت مفید داشتیم که می‌توانستیم از میان آن‌ها به راحتی بهترین را انتخاب کنیم.

● در پایان می‌توانید لحظه‌ای از مراحل فیلمبرداری «مهتاب» را نام ببرید که از کنترل شما خارج شده باشد؟ با نگارش و ساختن «مهتاب» چه تجربیاتی کسب کردید؟

چند صحنه بود که ما آن‌را با شیوه‌های معمول فیلمبرداری نکردیم و حتی در مرحله تدوین هم نسبت به آن شک داشتیم. اما در نهایت همه چیز درست پیش رفت و توانستم نمای مورد پسند خودم را پیدا کنم. در کل بهترین لحظاتی که هنگام ساخت «مهتاب» تجربه کردم مربوط می‌شد به استفاده صحیح از سکوت‌ها و تعلیق‌ها. شیوه ساختن فیلم بر همین اساس پایه‌ریزی شده بود و من با الگوبرداری از زندگی واقعی موفق به انجام این کار شدم.

نکته جالب این جاست که این ویژگی در میان تمام اعضای گروه (مخصوصاً بازیگران) به وضوح دیده می‌شد، حتی یکبار در طول ساختن فیلم پیش‌نیماد که حفظ کردن سکوت یا مدت زمان آن را به آن‌ها یادآوری کنم و همه چیز از چشمه درون تمام تیم نشات می‌گرفت.

فیلم برای من و بسیاری از دوستان سیاه‌پوستم که در ساخته شدن آن دست داشتند به مسئله‌ای بسیار شخصی تبدیل شده بود. حتی می‌توانم به این موضوع اشاره کنم که نقش مادر قصه که توسط نانومی هریس ایفا شد قسمتی از خصوصیات شخصی مادر خودم را دارد، این در حالی بود که تارل نیز می‌گفت این کاراکتر شبیه به مادر او نیز هست. این‌گونه می‌شود که حافظه شفاهی بسیاری از سیاه‌پوستان آمریکا که از فقر رنج می‌برند در نقطه‌ای به هم می‌رسد.

● فکر می‌کنم فیلم اول شما با مبلغی نزدیک به ۲۵ هزار دلار ساخته شد، درست است؟ بله؛ تقریباً درست است.

● فکر می‌کنم «مهتاب» با رقمی بسیار بیشتر ساخته شده است. بله همین‌طور است، رقمی بسیار متفاوت اما نه با اختلافی فاحش، با اختلافی معمولی (می‌خندد).

● با این اوصاف زمانی روز اول سر صحنه فیلمبرداری رفتید و حشت زده نشدید؟ تعداد عوامل یک پروژه بزرگ با پروژه‌های کوچک بسیار متفاوت است و این می‌تواند برای شما که به ساختن فیلم کوتاه عادت داشتید و حشت آور باشد.

نه این‌گونه نبود، زیرا من اول سال گذشته آگهی‌های تبلیغاتی ساخته بودم که تعداد عوامل حاضر در پشت صحنه بسیار بیشتر از «مهتاب» بودند. البته من بسیار با تعداد عوامل کم و گروه کوچک‌تر راحت‌تر هستم. برای مثال فیلم کوتاه آخرم با نام «دارو» را تنها با پنج نفر ساختم. طی روزهای فیلمبرداری «مهتاب» هم سعی کردم



گیاهان ضد اضطراب را بشناسید

استرس، اضطراب، فشارهای روحی، نگرانی و دلهره، نگرانی از دیر رسیدن، نگرانی از عدم موفقیت، ترس از آینده، ترس از بی‌پولی، استرس‌های شغلی و تحصیلی و هزار و یک دلیل دیگر که باعث می‌شوند اضطراب تمام وجود آدم را بگیرد و آمانش را ببرد. اما گویی در دنیای امروزه با این زندگی‌های پر تنش به خصوص در شهرهای بزرگ اضطراب و استرس جزو جدایی‌ناپذیر از زندگی روزمره است و باید به نوعی با آن کنار آمد. استرس یکی از بیماری‌های جدی زمانه‌ی ماست. خوشبختانه این روزها روش‌های متعددی برای غلبه بر استرس و فشارهای روحی وجود دارد مانند یوگا، ریلکسیشن، ماساژ و غیره. علاوه بر این‌ها یک روش کاملاً طبیعی دیگری نیز وجود دارد که به کنترل احساسات منفی و اضطراب کمک می‌کند. بله استفاده از گیاهان. حتماً شما هم شهرت گل گاوزبان را در کاهش استرس شنیده‌اید. باید بدانید که علاوه بر گل گاوزبان گیاهان دیگری هم هستند که استرس و اضطراب را از شما دور می‌کنند.



زانزالک

زانزالک خواص آرام بخشی دارد. کیسول‌های این گیاه تپش قلب، حالت‌های عصبی، زودرنجی یا احساسات افراطی را کاهش داده و ضربان قلب را تنظیم می‌کنند. تمام این‌ها هم باعث می‌شود که آرامش ناانرا باز یابید و اضطراب تان کمتر شود. در این صورت خواب راحتی هم تجربه می‌کنید.

اسطوخودوس

اسطوخودوس یک گیاه ضد اضطراب است. این گیاه به راحتی می‌تواند اعصاب تان را آرام و عضلات تان را شل کند. می‌توانید روزانه دو تا سه فنجان دم کرده‌ی اسطوخودوس میل کنید. از این گیاه مفید برای رفع اختلالات خواب، سردرد و ناراحتی‌های عصبی نیز استفاده می‌شود. در واقع دم کرده این گیاه مانند یک مسکن عمل می‌کند که سیستم عصبی را آرام کرده و اختلالات خواب را رفع می‌کند. روغن یا افشردی خوراکی اسطوخودوس نیز برای کاهش و درمان استرس و فشارهای روحی توصیه می‌شود. البته استفاده از افشردی‌های خوراکی برای زنان باردار، شیرده و کودکان توصیه نمی‌شود.

گیاه جینسینگ

گیاه جینسینگ برای مقابله با استرس و تقویت سیستم ایمنی بدن فوق‌العاده است. این گیاه به طور موثر با اضطراب مقابله کرده و خواب راحتی را برای شما به ارمغان می‌آورد. می‌توانید از کیسول‌های ۲۵ تا ۵۰ میلی‌گرمی عصاره‌ی خشک جینسینگ استفاده کنید. دکترو داروساز می‌تواند در مورد میزان مصرف آن توضیحاتی به شما بدهد. توجه داشته باشید که دوره‌ی درمانی با این گیاه نباید بیش از ۳ ماه طول بکشد.

بادرنجبویه

بادرنجبویه خواص آنتی‌اکسیدانی دارد و دم کرده‌ی آن نیز آرامش بخش است و با اضطراب مقابله می‌کند. به عقیده‌ی محققان این گیاه اختلالات عصبی مانند بی‌خوابی، نگرانی و آشفتگی را برطرف می‌کند. از روغن این گیاه نیز برای رفع تنش‌های عصبی استفاده می‌شود.

سنبل‌الطیب

سنبل‌الطیب یک درمانگر همه‌کاره است. دم کرده یا کیسول‌های آن آرام بخش اعصاب است، حالت‌های عصبی را کاهش داده و کیفیت خواب شمارا بهبود می‌بخشد. در واقع این گیاه خواب راحتی برای شما فراهم می‌کند بدون اینکه بعد از مصرف آن دچار خواب‌آلودگی شده باشید.

بابونه

بابونه هم یکی از آن گیاهان همه‌کاره هست. علاوه بر اثر مفیدی که روی پوست می‌گذارد آرام بخش، ضداسهاسم، ضد التهاب، ضد عفونی کننده، بادشکن و برطرف کننده‌ی جراحات می‌باشد. اگر دچار حالت‌های عصبی شده‌اید، مضطرب، نگران، آشفته، بی‌خواب هستید و سردردهای عصبی و میگرنی گرفته‌اید بابونه را دریا بید. این گیاه به جذب مواد معدنی کمک زیادی می‌کند. توصیه می‌کنیم از عطار یا دکترو داروساز نحوه‌ی مصرف این گیاه را بر حسب نوع نیازتان جویا شوید.

گیاه رازک

رازک قدمتی هزاران ساله دارد. این گیاه آرام بخش و خواب‌آور طبیعی است. ۱۵ گرم گیاه رازک را در یک لیتر آب جوش بریزید و اجازه دهید به مدت حدود ۱۰ دقیقه بجوشد. سپس بگذارید محلول به دست آمده خنک تر شود و سپس آن را صاف کنید. می‌توانید روزانه ۲ تا ۳ فنجان از این دم کرده میل کنید. مصرف این جوشانده برای درمان دل شوره، نگرانی و استرس بسیار مفید است.

بهترین ورزش برای افراد مبتلا به دیابت

بهترین ورزش برای افراد مبتلا به دیابت ورزش های هوازی است که به صورت دویدن ملایم یا پیاده روی تند با نظر پزشک معالج انجام شود.

دکتر سید منصور رایگانی رئیس انجمن طب فیزیکی و توانبخشی با بیان این مطلب در گفت و گو با ایرنا افزود: بیمارانی که در مرحله ابتدایی بیماری دیابت هستند با توصیه پزشک معالج می توانند با انجام ورزش های هوازی مانند پیاده روی تند، دویدن آهسته، دوچرخه ثابت هفته ای سه روز و به مدت ۴۰ دقیقه یا هفته ای چهار روز به مدت ۳۰ دقیقه به درمان خود کمک کنند.

به گفته وی برای اینکه ورزش هوازی اثر مطلوب خود را در بدن بگذارد، باید حداقل ۲۰-۳۰ دقیقه در طول روز به طور مداوم انجام شود.



لوازم آرایش در دوران بارداری استفاده نشود

دکتر نصرت پورسینا متخصص پوست و مو در گفت و گو با ایسنا با بیان این مطلب گفت: پوست در زمان بارداری دچار تغییرات فیزیکی می شود این امر به خصوص برای خانم هایی که برای اولین بار بارداری را تجربه می کنند قابل توجه است. وی ادامه داد: به عنوان مثال مو در دوران حاملگی پر پشت تر به نظر می رسد و فرد احساس می کند ریزش موی او متوقف شده است. این موضوع به این دلیل است که هورمون های مخصوص حاملگی باعث بروز تغییراتی در چرخه مو می شود و موها بیشتر در فاز رشد (آنژن) قرار می گیرند بنابراین در دوران بارداری ریزش مو کاهش می یابد و فرد احساس می کند موهایش پر پشت تر شده است. همچنین رشد ناخن هادر حاملگی بیشتر می شود. وی همچنین گفت: در این دوران فرد به علت ادم یا ورم حاملگی احساس می کند صورتش بازتر شده و چون قابلیت غده چربی پوست در حاملگی زیادتر می شود پوست چرب تر می شود بنابراین خانم های باردار باید به این نکات در زمان حاملگی توجه کنند.



بیش از ۲ کیلوگرم در ماه وزن کم نکنید

کاهش بیش از ۲ کیلوگرم وزن در ماه، به بدن آسیب می رساند. به گزارش انجمن پیشگیری و درمان چاقی ایران، دکتر حسین دلشاد فوق تخصص غدد درون ریز و متابولیسم با بیان این مطلب یاد آور شد: اضافه وزن و چاقی، زمینه ساز بسیاری از بیماری های است. بروز بیماری های متابولیک و غیر متابولیکی از جمله دیابت، فشار خون، اختلال چربی، اختلالات تنفسی و گوارشی مثل کبد چرب، بیماری های قلبی و عروقی به ویژه سکنه های قلبی و مغزی و ابتلا به برخی سرطان ها در افراد چاق شیوع بیشتری دارد. وی تخریب مفاصل به صورت آرتروز به ویژه در زانو ها را از جمله عوارض اضافه وزن دانست و گفت: علاوه بر این با افزایش بی رویه وزن در زنان اختلالات هورمونی نیز به وجود می آید که از جمله آنها بیماری پلی کیستیک تخمدان را می توان نام برد. این بیماری به علت اختلال در تخمک گذاری باعث ناباروری در زنان چاق می شود. رئیس مرکز تحقیقات چاقی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی افزود: رژیم غذایی باید حاوی مواد غذایی کم کالری و کم حجم باشد. مواد قندی و چربی ها پر کالری است و ضروری است افراد چاق برنامه غذایی مناسب تحت نظر متخصصان یا کارشناسان تغذیه داشته باشند. به گفته وی حذف وعده غذایی راه خوبی برای کاهش وزن نیست، همچنان که رژیم خودسرانه و افراط در سرعت دهی به کاهش وزن نیز مضر است.



۲۶ میلیون ایرانی در معرض خطر ابتلا به دیابت

آمار مبتلایان به دیابت در حال حاضر در دنیا به ۳۸۲ میلیون رسیده است که نسبت به پیش بینی ها شیوع بیشتری پیدا کرده است. در ایران نیز ۲۵ میلیون نفر دچار چاقی هستند و ۲۶ میلیون نفر در معرض خطر ابتلا به دیابت قرار دارند. به گزارش ایسنا، دکتر علیرضا استقامتی در نشست خبری که در زمینه هفته دیابت برگزار شد، با بیان این مطلب، افزود: تصور می شد تا سال ۲۰۲۵ آمار مبتلایان به دیابت به ۳۸۰ میلیون نفر در دنیا برسد، ولی طبق آخرین آمار که از طریق IDF منتشر شده است، این بیماری در بین جوانان شیوع یافته است.

این عضو کمیته کشوری دیابت با بیان اینکه شیوع دیابت در زنان بیشتر است، عنوان کرد: چاقی یکی از زمینه های بروز دیابت است و با توجه به اینکه چاقی در زنان بیشتر است، دیابت نیز به دنبال آن بیشتر می شود. همچنین طبق مطالعات، شیوع دیابت در مردم شهر نشین بیشتر از مناطق روستایی است و ایران نیز جزو کشورهایایی است که دیابت در آن شیوع بالایی دارد. همچنین در کشورهای اروپایی و آمریکایی شیوع دیابت حدود هفت درصد است و در کشورهای عربی حوزه خلیج فارس ۱۷ تا ۲۰ درصد مردم درگیر بیماری دیابت هستند.





sms

☞ سامان غزلهایم از اوست بی سرو سامانیم
را حس نکرد.

۰۹۱۷-۲۳۶۹

☞ وقتی اشکهایم روی زمین ریخت تو
هرگز ندیدی که چگونه می‌گریم. تو دلم را با
بی‌کسی تنها گذاشتی و چشمانم را به انتظار
نگاهت گریبان گذاشتی.

۰۹۱۴-۶۸۵۹

☞ تمام را پدرم انتخاب کرد. نام خانوادگی
ام را یکی از اجدادم! دیگر بس است! راهم
را خودم انتخاب خواهم کرد. (دکتر علی
شریعتی)

۰۹۳۶-۳۶۶۳

☞ اگه می‌بینی اینقدر دوست دارم. اگه
می‌بینی فدات میشم. اگه می‌بینی تو دنیا با
هیچ کس عوض نمی‌کنم. باور کن تو توهمی.
۰۹۱۲-۵۴۵۶

☞ مشترک گرامی این اس ام اس را تنها
افراد خوششپ می‌توانند بخوانند
"reCjVCS"

☞ چیه؟ نکنه توقع داری بتونی بخونیش؟!
۰۹۳۶-۲۳۳۱

☞ زندگی را از تو نام برده‌اند! ز: زاویه نگاه
تو. ن: نوای کلام تو. د: درگاه ابروی تو. گ:
گیسوی پریشان تو. ی: یارو سرکاری!
۰۹۱۶-۶۵۸۷

☞ زندگی کوناوتر از آن است که به خصوصت
بگذرد و قلبها گرامی تر از آنند که بشکنند فردا
طلوع خواهد کرد حتی اگر ما نباشیم.
۰۹۱۷-۷۳۵۶

☞ سلام. ببخشید بد موقع مزاحم شدم... راستش
را بخواهید به سوالی داشتم خیلی وقت بود
ذهنم را مشغول کرده بود. می‌خواستم ببرسم...
می‌خواستم... اصلاحش کن. بگذار برای بعد،
خوب؟! (اس ام اس مخصوص نیمه شب)
۰۹۳۵-۸۰۲۶

☞ به نفر برای همدردی با متعلق بدون گاز
نه تنها بخاریها را خاموش کرده بلکه کولرها را
نیز روشن کرده.

۰۹۳۶-۵۵۴۲



sms

اینو برای همه گل‌های دنیا که عطرشون رو
دوست داری بفرست.

۰۹۳۵-۸۰۲۶

☞ به چشمی اعتماد کن که به جای صورت
به سیرت تو می‌نگرد. به دلی دل بسپار که جای
خالی برایت داشته باشد و دستی را بپذیر که باز
شدن را بهتر از مشت شدن بلد است.
۰۹۱۸-۵۵۶۲

☞ عشق رومیشه تو دستای خسته پدر دید و تو
نگاه نگران مادر، نه تو دستای منتظر به غریبه!
۰۹۱۶-۶۶۱۴

☞ طبقه ۱ طبقه ۲ طبقه ۳ طبقه ۴
با اسانسور قلمم ور نرو اون تو گمر می‌افتی!
سامان ارشادی از بزد

☞ اگه تو رو خواستن اشتباهه. اگه با تو
بودن اشتباهه. اگه عاشق تو بودن اشتباهه.
اگه واسه تو مردن اشتباهه پس تو بهترین و
فشنگترین اشتباه زندگی من هستی.
۰۹۱۷-۴۲۳۲

☞ شبی از شبها توبه من گفنی که شب باش: من:
که شب بودم و شب هستم و شب خواهم بود به
امیدی که تو فاتوس شب من باشی.
۰۹۱۸-۶۸۴۲

☞ هیچ کس اشکی برای ماتریخت. هر که با ما بود
از مامی گریخت. چند روزی است حالم دیدنیست.
حال من از این و آن پرسیدنیست. گاه بروی زمین
زل می‌زنم. گاه بر حافظ ثقال می‌زنم. حافظ قائم
را گرفت. یک غزل آمد که حالم را گرفت: ماز
پاران چشم یاری داشتیم. خود غلط بود آنچه
می‌پنداشتیم.
۰۹۳۵-۶۵۵۶

☞ من نبردمت از یاد لحظه زیبایی که تو من را
به فراسوی نگاه بردی و در آن لحظه رویدن
عشق من فقط غرق در آهنگ صدایت بودم ولی
افسوس که بردی از یاد قلب تنها و ترک خورده
من که فقط مال تو بود.
۰۹۱۵-۷۷۱۴

☞ هیچکس تنهاییم را حس نکرد لحظه
ویرانیم را حس نکرد در تمام لحظه‌هایم
هیچکس وسعت حیرانیم را حس نکرد آن



sms

☞ فقط موجهای دریا هستند که عاشقن آره
فقط اونا هستن با اینکه می‌دونن اگر برسن به
ساحل می‌میرن بازم بیقرار رسیدن.
۰۹۱۸-۴۲۳۶

☞ می‌دونی اگه نوبی یک جیبیت ۸۰ هزار تومان و
توی جیب دیگرت به چک پول پاشه چی می‌شه؟
ایات داد می‌زنه می‌گه: چرا اسلوار منو پوشیدی؟
۰۹۳۶-۶۸۳۲

☞ یادته به روز بهم گفتی: هروقت خواستی گریه
کنی بروز بر بارون که نکنه نامردی اشکاتو بسینه و
بهت بخته. گفتم: اگه بارون نبود چی؟ گفتی: اگه
چشمای قشنگ تو بباره اسمونم گریش می‌گیره.
گفتم: به خواهش دارم. وقتی اسمون چشمام
خواست بباره تنهام نگذار. گفتی: به چشم. حالا
امروز من دارم گریه می‌کنم اما اسمون نمی‌باره...
تو هم اون دور دور ایستادی.
۰۹۱۸-۸۴۳۶

☞ من برای سالها می‌نویسم سالها بعد که
چشمان تو عاشق می‌شوند افسوس که لقصه
مادر بزرگ درست بود همیشه یکی بود و یکی
نمود. در عرض یک دقیقه می‌شه یک نفر رو
خرد کرد. در یک ساعت می‌شه یک نفر رو
دوست داشت و در یک روز فقط یک روز
می‌شه عاشق شد ولی یک عمر طول می‌کشه
تا کسی رو فراموش کرد.
۰۹۱۶-۶۷۴۵

☞ دو نفر که همدیگر را خیلی دوست
داشتند و یک لحظه نمی‌توانستند از هم جدا
باشند. با خواندن یک جمله معروف از هم
جدا می‌شوند تا یکدیگر رو امتحان کنند
و هر کدام در انتظار دیگری همدیگر را
نمی‌بینند. چون هر دو به صورت اتفاقی و به
جمله معروف ویلیام شکسپیر برمی‌خورند:
عشق را رها کن. اگر خودش برگشت. مال تو
است و اگر برگشت از قبل هم مال تو بوده.
۰۹۱۲-۶۴۸۱

☞ به دنیایی که نامردان عضا از کور می
دزدند. من از خوش باوری آنجا محبت
جستجو کردم.

۰۹۱۸-۷۳۶۳

☞ امروز روز ملی گلپهست روزت مبارک.



sms

