



معمای
تصویری
کار آگاه وودی و
دزد الماس !

همشهری سلام



توصیه هایی ساده و کم خرج
برای زیباسازی فضای
دورهمی امشب

مشاوره



چند داستانک کوتاه
و خواندنی برای
شیرین شدن یلدای شما

یک دقیقه
داستان

سلامت



«گوهر خیراندیش»،
در گفت وگو با زندگی سلام، از
خاطرات یلدایی اش می گوید

سلامت

یلدا شب کبریا

امروز، پاییز را با تماشای آخرین غروبش بدرقه می کنیم و چشم به راه اولین طلوع دی ماه می مانیم. این یکی شدن ماه و آفتاب، این فرصت سالانه برای گره زدن دسته جمعی تاریکی به نور، برایمان عزیز و مختتم است. با سرخوشی به استقبال زمستان سرد و تاریک و کшدار می رویم تا بدانند و بدانیم که حریف دل های گرممان نخواهد شد، تا بدانند و بدانیم که «زمستان می رود، ایام شادی پیش می آید». یلدای امشب - هرطور که باشد- شلوغ و پر از مهمان یا خودمانی و صمیمانه، پای میزهای مفصل رنگین یا سر سفره های کوچک، قرار است قوت جان و روح ما باشد برای روزهای پیش رو. ما، امسال هم مثل سه سال گذشته یلدا را کنار شما جشن می گیریم. پرونده ویژه امروز، گفت وگوهای خواندنی با هنرمندان محبوب شماست: زندگی سلام امروز را کنار عزیزانتان، ویژه بخوانید. راستی، یلدا مبارک!

داریوش اسدزاده؛ بازیگر

یادی از یلداهای قدیم...

داریوش اسدزاده، بازیگر پیش کسوت کشورمان که بازی دوست داشتنی اش در نقش های شیرین بیش از ۱۰۰ اثر سینمایی و تلویزیونی، از یادمان نمی رود، یک ماه قبل، اول آذر، جشن تولد ۹۴ سالگی اش برگزار شد و اتفاقا همین شنبه آینده هم، پرونده ای درباره یک عمر فعالیت هنری اش خواهیم داشت. او درباره یلداهای قدیم می گوید: «قدیمی ها معتقد بودند زمستان دارای چله بزرگ و چله کوچک است. به یلدا، چله بزرگ می گفتند و تمام ما مردمان سرزمین کهن سال ایران، در شب یلدا دور هم، زیر کرسی می نشستیم. مادرم مجمعه مسی کنگره داری پر از میوه، آجیل و شیرینی روی کرسی می گذاشت که چشم از آن بر نمی داشتیم. آن زمان برق نبود و بهترین وسیله برای روشنایی خانه، چراغ گردسوز روسی بود که مادر آن را روشن

نیوشا ضیغمی؛ بازیگر

مهم ترین رکن زندگی، خانواده است

نیوشا ضیغمی، بازیگر ۳۷ ساله سینما که بازی اش در فیلم هایی چون «حسن پنهان»، «پار کوی»، «توفیق اجباری» و مجموعه های تلویزیونی مثل «در چشم باد» و «راستش را بگو»، هنوز در یادهاست، درباره یلدا و ضرورت برگزاری رسوم در کنار خانواده می گوید: «هر کشوری فرهنگ و آداب و رسوم دارد که در حقیقت هویت و شناسنامه آن سرزمین است و اگر این آداب از بین برود، هویت آن کشور کمرنگ می شود. چه خوب است مردم، با وجود مشکلات و دغدغه ها هنوز به سنت ها پای بند هستند. من هم همیشه سعی کردم به آداب و رسوم کشورم احترام بگذارم، چون جزئی از هویت ایرانی بودنم است. ضمن این که همیشه دوست داشتم در تمام دورهمی های این چنینی، کنار خانواده ام باشم. فرقی نمی کند شب یلدا باشد یا چهارشنبه سوری و عید نوروز؛ در کنار خانواده بودن را دوست دارم. چون به نظرم اساسی ترین و مهم ترین رکن زندگی و اجتماع، خانواده است. این شعار نیست. عمیقاً معتقدم اگر خانواده در جامعه ای ضعیف شود، زیرساخت آن جامعه متزلزل خواهد شد و همیشه در تمام مصاحبه ها و فضای مجازی هم گفته ام که کاملاً خانواده محورم و برای خانواده، ارزش و احترام ویژه ای قائلم و تمام تلاشم را می کنم تا ارزش های آن حفظ شود و دلم می خواهد اگر روزی یلدا چهارم شدم، این روحیه را به او هم منتقل کنم. دلم می خواهد حتی اگر در خانه هم نبوم، می یلدا و سفره هفت سین بچینم تا فرزندم یاد بگیرد به آداب و رسوم شب یلدا به عنوان رسمی جذاب و ایرانی احترام بگذارد.»



علی انصاریان؛ فوتبالیست سابق

یلداهای کودکی، از ظهر آجیل می خوردم تا نصفه شب!

علی انصاریان، بازیکن ۴۰ ساله و سابق تیم فوتبال پرسپولیس که در سال های اخیر به دنیای هنر رزآورده و در مجموعه ها و تله فیلم های تلویزیونی زیادی از جمله «کیمیا»، «کلاف» و «حسن خوب زندگی» ایفای نقش کرده، درباره حال و هوای شب چله های کودکی اش و دغدغه یلداهای این سال هایش می گوید: «یادم است بچه که بودم، روزی که به شب یلدا منتهی می شد، با برادرم محمد از ظهر شروع به خوردن آجیل می کردیم و تا نیمه شب مشغول بودیم! به نظرم به شکل کلی، هر لحظه در کنار خانواده و عزیزان زندگی مان بودن، زیباست، حتی اگر به صرف یک فنجان چای تلخ باشد و ما ایرانی ها هم رسم های زیادی داریم که بهانه ای برای دور هم جمع شدن و باهم بودن و پر از مفاهیم و جزئیات جالب است. مثلاً در زمان قدیم، مردم اعتقاد داشتند سرخی آزار و هندوانه، نماد نور و گرمی است و با خوردن این میوه ها در شب چله، بیماری و سرما و تاریکی از وجود و زندگی شان دور می شود. ضمن این که مهم است چنین شب هایی، یادی کنیم از هموطنانی که به هر دلیلی در زندان هستند اما تهکار نبینند. عزیزی که در بیمارستان بستری هستند و پدران و مادران در خاک خفته و سالمندانی که در آسایشگاه ها چشم انتظار عزیزانشان نشسته اند. در پایان برای تمام ایرانی ها، آرزوی سلامتی می کنم، چون نعمتی بالاتر از سلامتی نیست.»



سوکل طهماسبی؛ بازیگر

یاد یلداهای اهواز به خیر

سوکل طهماسبی، بازیگر ۳۲ ساله مجموعه های تلویزیونی محبوبی مثل «روزگار قریب» و «کیمیا»، درباره شب یلدا، نکات و خاطرات خواندنی و جالبی می گوید: «شب یلدا به طور معمول در تمام نقاط ایران با دورهمی زیر کرسی و خوردن آجیل و تنقلات، حافظ خوانی و شاهنامه خوانی جشن گرفته می شود. منتهاً تنها تفاوتی که یلداهای شهر زادگاهم اهواز با جاهای دیگر دارد، این است که ما هیچ وقت دور کرسی جمع نشدیم، چون هیچ وقت هوأ آن قدر سرد نمی شد که زیر کرسی بنشینیم. شب های چله، همیشه در خانه پدر بزرگ و مادر بزرگم گرد هم می آمدیم و هر کسی برای این شب تدارکی می دید؛ خاله یک ظرف انار دانه کرده می آورد، دایی هندوانه می خرید و مادرم آجیل تهیه می کرد؛ یادش به خیر. شاید جالب باشد بدانید ما اهوازی ها، برای تمام دورهمی ها به خصوص شب یلدا یک شیرینی خاص داریم به اسم «کلوچه دزفولی». این کلوچه بارزانه و خرمای زیاد تهیه می شود و جزو خوراکی هایی است که مادرم همیشه برای شب یلدا می پزد. رسم قشنگ دیگری که اهالی اهواز برای شب چله دارند، مربوط به نوعروسان است. به احترام نوعروسی که اولین شب یلدای زندگی مشترکش را جشن می گیرد، همه در خانه پدر شوهرش جمع می شوند و در سینی بزرگی، هدایایی مثل کلوچه، میوه و طلا و جواهر به تازه عروس پیشکش می شود و پدر و مادر داماد، یک هدیه ارزشمند تقدیم به نوعروس شان می کنند.»



بهداد سلیمی؛ وژنه بردار

پس از سال ها، امسال یلدا کنار خانواده ام هستم

بهداد سلیمی، وژنه بردار ۲۸ ساله کشورمان که در سال ۲۰۱۲، موفق به کسب مدال طلای وژنه برداری رقابت های المپیک لندن شد، درباره یلداهای سال های گذشته و برنامه شب چله امسالش می گوید: «متأسفانه چند سالی است به دلیل حضور در اردوهای تیم ملی، فرصت نشده شب یلدا را در جمع صمیمی و مهربان خانواده ام بگذرانم. یادم است چندین سال پیش، زمانی که آقای توکلی مربی ما بودند، برنامه ویژه ای در این شب پیدا کرد. اما ایشان با خرید کیک و شیرینی و میوه، برنامه ویژه ای در این شب برایمان تدارک دید. تمام بچه های تیم را به بهانه شب یلدا دور هم جمع کرد و آن شب را با گرفتن فال حافظ، مرور خاطرات مشترک و خنده و شوخی پشت سر گذاشتیم. این حرکت به جا و قشنگ آقای توکلی، باعث شد همه ما که دور از خانواده بودیم، در این شب دلگتگی و سرگرمی داشته باشیم و از این شب در ذهنم تداعی شود و یکی از پیاپی های زندگی ام باشد. امسال اما فکر می کنم این سعادت را داشته باشم تا شب یلدا را در کنار همسر و دختر عزیز و خانواده ام بگذرانم. برای هموطنانم آرزوی حال خوب، موفقیت، سرزندگی و سلامتی دارم و ان شاء... عمرشان ماندن شب یلدا طولانی باشد.»



علیرضا پاکدل؛ کارتونیس

کاریکاتور و کارتون، یک هنر شیرین اما غریب

علیرضا پاکدل، کاریکاتوریست و کارتونیس ۳۶ ساله مشهدی که برنده چندین جایزه بزرگ و معتبر جهانی در رشته اش است و تاکنون، چندین نمایشگاه مستقل از آثارش برگزار شده، درباره دورهمی های خانوادگی و ماجرای شگرفا شدن استعدادش در زمینه کارتون و کاریکاتور و البته ملاحظات و مشکلات این حرفه می گوید: «از همان ایام کودکی، مهمانی دادن و مهمانی رفتن، در خانه و خانواده ما رسم بود و من نه تنها به این دورهمی ها علاقه مندم، بلکه جالب است بدانید کاریکاتوریست شدنم را به همین جمع ها مدیونم. چون پای ثابت این جمع ها، مجله دوست داشتنی گل آقا بود و تصاویر طنز گل آقا مرا به این دنیا علاقه مند کرد. البته بد نیست بدانید همه دلشان می خواهد کاریکاتورشان کشیده شود ولی بعد از تمام شدن کار، گله می کنند و ناراحت می شوند که ما این شکلی نیستیم! شاید دلیلش این باشد که هنر کاریکاتور و کارتون، هنوز بین مردم و حتی مسئولان، خیلی غریب است و زیاد این که در دنیا قدمت زیادی دارد ولی هنوز در کشورمان نسبت به آن، بی مهری وجود دارد، جوری که بیشتر کاریکاتوریست های ایرانی، در دنیا شناخته شدند ولی در کشور خودشان احساس غریبی می کنند.»



محمد لقمانیان؛ عروسک گردان و صدایشه

قبلا جمع بچه ها جمع بود ولی این روزها بچه ها تنها شده اند

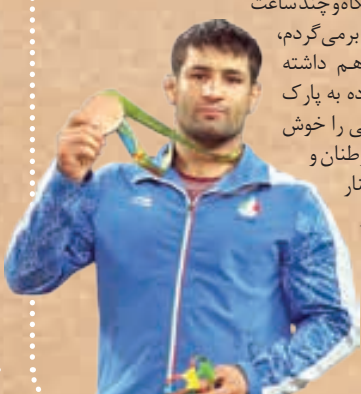
حتماً این روزها دایسمش های بانمک محمد لقمانیان، هنرمند ۳۲ ساله و عروسک خواستنی اش، «لقمه» را در فضای مجازی، دیده اید. این جوان قزچانی که عروسک گردان عروسک «فامیل دور» و صدایشه «بچه فامیل»، دو کاراکتر برنامه کلاه قرمزی هم هست، دوست ندارد معروف شود، برای همین می گوید: «این که توی خیابان مردم من را می شناسند و می خواهند با من عکس بگیرند، معذم می کند و خجالت می کشم. بیشتر از معروف شدن، دوست دارم با کارهای خوب محبوب باشم و کاری برای شادی مردم انجام دهم.» او درباره سابقه اش در ساختن دایسمش هم می گوید: «من از زمان تحصیل و با لب خوانی یکی از آهنگ های آقای مهرداد کاظمی سر صف، ناخواسته با دایسمش آشنا شده بودم. الان برای دایسمش خوب ساختن، باید فکر، استعداد و خلاقیت داشت و اصول بازیگری و میمیک چهره را شناخت.» لقمانیان درباره دورهمی های دوران کودکی اش در شب های یلدا و مناسبتهای این چنینی می گوید: «آن زمان از بس تعداد بچه های خانواده و فامیل زیاد بود، ما خوشحال می شدیم به خانه اقوام برویم و بقیه را ببینیم؛ به خصوص در هنگام بارش برف های سنگین قوچان و دور کرسی جمع شدن ها. گاهی پیش می آمد وقتی به خانه اقوام می رفتیم، شب خودمان را به خواب می زدیم تا همان جا بمانیم و برنگردیم! منتهای این روزها تک فرزندی و آپارتمان نشینی، بچه ها را تک و تنها کرده مجبوریم باروش های اینترنتی، آن ها را دور هم جمع کنیم!»



سعید عبدولی؛ کشتی گیر

این که مردم دوستم دارند، اوج خوش شانسی است

سعید عبدولی، کشتی گیر فرنگی کار ۲۸ ساله کشورمان است که یک روز با اشک های او بابت ناداوری ها و شکست، اشک ریختیم و روز دیگر با شادی و پیروزی اش، احساس غرور کردیم و خندیدیم. این عضو دوست داشتنی تیم ملی کشتی ایران، درباره احساسش به هموطنان و جایگاهش می گوید: «شاید برخی به دلیل چند بار ناداوری که در حق من صورت گرفت، احساس کنند آدم بدشانسی هستم، اما خودم فکر می کنم همه این ها اتفاقاتی است که در دنیای حرفه ای ورزش می افتد. من فکر می کنم این که مردم دوست داشته باشند و حتی وقتی در مسابقه ای شکست می خوری، تو را درک کنند و باز هم به تو احترام بگذارند، به تنهایی می تواند اوج خوش شانسی یک آدم باشد. بعضی ها به من می گویند تو قهرمان هستی، ممکن است دشمن داشته باشی، تنها از خانه بیرون نرو! اما نه من و نه خانواده ام به هیچ کدام از این حرف ها اهمیت نمی دهیم. ما این که وقتی از باشگاه چند ساعت تمرین سخت و نفس گیر به خانه برمی گردم، خسته ام و شاید مصدومیتی هم داشته باشم اما معمولاً همراه با خانواده به پارک یا طبیعت می رویم و چند ساعتی را خوش می گذرانیم و از این که کنار هموطنان و همشهری هایمان باشیم و در کنار آن ها خوش بگذرانیم، حس بسیار خوبی داریم. من شاید در نظر اول کمی اخمو باشم اما این بد اخلاقی فقط وقت ورزش است و بس! در بقیه موارد آدم شاد و خندانی هستم.»



ساتیار امامی؛ عکاس

همه چیز های معمولی پیرامونم را به شکل ویژه نگاه می کنم

ساتیار امامی، عکاس و مستندساز ۴۲ ساله شمالی که از نوجوانی، عکاسی را شروع کرده و سابقه همکاری با بیشتر رسانه های معتبر کشورمان را دارد و این روزها سرگرم اکران اولین فیلم مستندش در جشنواره سینما حقیقت است، با خوش رویی درباره تب داغ عکاسی میان جوانان، ماجرای انتخاب حرفه عکاسی و البته دشوارترین سوژه سال های اخیرش می گوید: «هر کسی بتواند عکسی بگیرد که تأثیر گذار باشد و توجه مخاطب را جلب کند، خوب است. اما لزوماً هر کسی دوربین داشته باشد و عکاسی کند عکاس نیست؛ عکاس بودن نیاز به تجربه و دانش عکاسی دارد. جوری که وقتی اسم فردی که عکس گرفته است را می شنویم، یاد که به وسیله عکس، با مخاطب ارتباط برقرار کنیم و از طرفی به عنوان مخاطب، تکنیک و حال و هوای کسی که عکسی را گرفته به خاطر بسپاریم. آدم ها حس های مختلفی دارند. برای من حس بصری و دیدارام از بقیه قوی تر و بر دیگران هم برسانم. و اما بدقلق ترین و سخت ترین سوژه عکاسی ام در این سال ها آقای «محمود احمدی نژاد» بود که واقعا عکس خوب گرفتن از ایشان برای بیشتر عکاسان سخت بود.»

