

ناراحت نباش که وقتی زمین خوردی، کسی دستت رو نگرفت یا در شادی هایت کسی کنارت نبود. یاد بگیر خودت بلند شی، خودت اشک هات رو پاک کنی، خودت برای موفقیت هات جشن بگیری و خودت برای خودت کافی باشی. این یعنی قوی بودن، یعنی ساختن خودت با تمام خوشی ها و ناخوشی هایی که اطرافت را گرفته. پناه امن خودت باش.

اونجا که شهریار میگه:

دل اگر خداشناسی، همه در رخ علی بین
به علی شناختم من به خدا قسم خدا را

گیاهانی برای زیباتر شدن فضای باز

اگر فضای بالکن، روف گاردن، آلاچیق یا حیاط خانه تان کوچک است و می خواهید آنجا را با گیاهان رونده و پیچکی زیبا کنید، کاشت گیاهانی که در ادامه معرفی می شوند، گزینه مناسبی برای شماست.

گل کاغذی

گل کاغذی برای مناطق گرم و مرطوب مناسب است. اگر در منطقه ای سرد زندگی می کنید، می توانید این گیاه را در گلدان بکارید و در فصل زمستان جای آن را تغییر دهید. گل کاغذی یک درختچه رونده با رشد سریع است که دارای شاخ و برگ های رنگارنگ و زیباست و گل های کوچکی آن را احاطه کرده اند. فقط توجه داشته باشید که گل کاغذی خود را در مکانی با آفتاب کامل بکارید، زیرا نور کامل خورشید باعث افزایش سرزندگی و تعداد شکوفه های این گیاه در طول سال خواهد شد.

نیلوفر پیچ

گل نیلوفر پیچ یکی از گیاهان فوق العاده جذاب است که اغلب به عنوان یک گیاه رونده روی دیوار منازل مورد استفاده قرار می گیرد. این گیاه در تمام دنیا با سرعت رشد بالا و گل های بزرگ و رنگارنگش شناخته می شود. چون به راحتی با استفاده از شاخه های بلند خود به سطوح مختلف می چسبد و معمولاً در تابستان گل می دهد. نیلوفر پیچ به آفتاب زیاد نیاز دارد و در خاک های مرطوب و خوب زهکشی شده رشد بهتری دارد.

گل یاس یا یاسمن

نوع دیگری از گل های رونده، یاسمن است که به خاطر عطر کم نظیر و گل های ستاره ای شکل و جذابش در سراسر جهان شناخته می شود. منشأ این گیاه از ایران است و از همینجا به نقاط دیگر دنیا معرفی شده است. گل یاسمن گیاهی قوی و پر رشد است که به نور متوسط، خاک همیشه مرطوب و رطوبت بین ۷۰ تا ۹۰ درصد نیاز دارد. تنها برای گلدهی یاسمن به صبر و حوصله نیاز دارید، زیرا ممکن است گلدهی آن از سال دوم کاشت آغاز شود.

گل آبشار طلایی

گل آبشار طلایی را همه شما در بهار دیده اید. این گیاه مناسب فضاهای باز مانند حیاط، باغ و باغچه است. با این حال، برخی افراد با شرایط خاص، از این گیاه در گلدان های بزرگ در داخل منزل نیز نگهداری می کنند. نگهداری از گل آبشار طلایی نیازمند شرایط پیچیده و خاصی نیست. در دو سال اول پس از تولد اولین ریشه، باید توجه ویژه ای به آن داشته باشید. پس از این مدت، گیاه به خوبی با محیط خود سازگار می شود.

پیچ گلیسین

پیچ گلیسین را همه شما در ماه های اردیبهشت و خرداد در کوچه و خیابان ها دیده اید. یک گیاه رونده یاسی رنگ و برگریزه شکوفه های خیره کننده اما سمی دارد. بهترین زمان برای کاشت پیچ گلیسین اوایل بهار یا اوایل پاییز است و نیازی به کود ندارد. این گیاه به علت ظاهر زیبایی که دارد در محیط های باز نگهداری می شود و می توان آن را در محیط های متفاوتی غیر از داخل خانه کاشت و از زیبایی بی مثال آن لذت برد.

پیشنهادهای دیدنی و شنیدنی

در این بخش، چهار پیشنهاد با کیفیت برای دیدن و شنیدن به شما ارائه می دهیم که هم سرگرم کننده و هم آموزنده است. خوانندگان عزیز «چاردیواری»، شما هم می توانید پیشنهادهای خود را درباره این که چگونه از آخر هفته به بهترین نحو استفاده کنیم، با ما به اشتراک بگذارید. پس از تایید، پیشنهادها با نام شما منتشر خواهد شد.

پادکست

زندگی آدم ها الگو و منبع قابل اتکایی برای یادگیری است. از طرفی این امر به خواندن و بررسی کتاب های متعددی نیاز دارد که در صحت و سقم آنها اما و اگرهای فراوانی وجود دارد. امروزه با پیشرفت فناوری، پادکست های مختلف این وظیفه سنگین را به دوش گرفته اند و خاصه در پادکست های تاریخی روایت آدم ها و اتفاقات مختلف به زبانی گویا و رسا در اختیار مردم قرار گرفته است. کتاب «صلحی که همه صلح ها را بر باد داد» با جزئیات به بررسی فروپاشی امپراتوری جنگ جهانی اول می پردازد و تأثیری که این فروپاشی بر وضعیت خاورمیانه امروزی گذاشته. جنگ جهانی اول که به آن جنگ بزرگ می گفتن، قرار بود خط پایانی بر تمام جنگ ها در جهان باشد اما این اتفاق نیفتاد. در فصل اول پادکست بی پلاس اپیزود دهم، خلاصه این کتاب «صلحی که همه صلح ها را بر باد» تعریف شده است. اگر طرفدار با پادکست تاریخی باشید شنیدن این پادکست لذت بخش است و اگر خیلی اهل پادکست تاریخی نیستید باز هم پیشنهاد می کنیم خلاصه این کتاب را از دست ندهید.

تجسمی

در اینجا گزیده ای از گالری هایی که اخیراً افتتاح شده اند را به شما معرفی می کنیم. امیدوارم تفرصت باقی است لذت تماشای شان را از دست ندهید.

■ زیرزمین داستان / گروهی / نااندام
کیورتور: سامان نقی فام
تا ۴ بهمن

■ گالری ایت کیوب / گروهی / تن مرده
طراح و اجرای پروژه: عماد خانکشی پور
تا ۵ بهمن

■ گالری نگر / شاهین نوروزی / درباره تاریخ انقضا / کیورتور: عیسی جباری
تا ۲۸ دی

■ گالری شریف / سه گانه شماره دوازده مجموعه ای از نمایشگاه های گروهی
تا ۲۸ دی

■ گالری اچ / سولماز نباتی / هبوط نمایشگاه انفرادی
تا ۲۸ دی

تئاتر

در اینجا گزیده ای از نمایش های کودک و نوجوان به شما معرفی می شود که تا دیر نشده دست بچه های تان را بگیرید و به تماشای آنها بروید.

■ مهمن ناخوانده / زهرا مریدی
کانون پرورش فکری (پلاتو آینه)
تا ۳ بهمن

■ آرزوی الاغ / محمدحسین داداش نیا
تماشاخانه سبحان
تا ۳ بهمن

■ قهرمان کوچک / عاتکه حسینی
فرهنگسرای ابن سینا
تا ۳ بهمن

■ السا ملکه برف ها / علیرضا دهقانی
فرهنگسرای ابن سینا
تا ۳ بهمن

■ هتل ترانسیلوانیا / امین گلستانه
پردیس تئاتر شهرزاد
تا ۳ بهمن

■ شش پنگوئن کوچک
تالار هنر / رضا عبدالعلی زاده
تا ۵ بهمن

سینما

فیلم سینمایی «معجزه پروین» که بعدها به «پروین» تغییر نام داد به نویسندگی و کارگردانی محمدرضا ورزی و تهیه کنندگی محمدرضا شریفی نیا این روزها بر پرده سینماهاست. فیلمی لطیف که از جوانی شاعره پروین اعتصامی

تا لحظه درگذشت او را روایت می کند. این فیلم برای نخستین بار در جشنواره فیلم فجر پارسال نمایش داده شد و بازنگرانی چون مارال بنی آدم، آریانا حاجیان، محمدرضا شریفی نیا، محمدعلی نجفی، امیرحسین صدیق، رامین ناصر نصیر و رضا فیاضی در آن بازی می کنند. پروین را می توان تنها پرتنه از زندگی یک زن هنرمند معاصر ایران دانست. زنی که در جامعه مردسالار آن دوران افعال را کنار می گذارد و با حضور مستمر خود در جامعه تصویری تازه در تاریخ معاصر ایران رقم می زند. جالب است بدانید که مارال بنی آدم برای بازی در نقش «پروین» در این فیلم سینمایی نامزد دریافت جایزه بهترین بازیگر نقش اول زن از جشنواره فیلم فجر شد و در نهایت توانست این جایزه را با خود به خانه ببرد.

