

ایران

صاحب امتیاز:
خبرگزاری جمهوری اسلامی
سردبیر:
کمیل نقیپور

آدان شهر ۱۳۲۰ | آدان مغرب ۲۰/۰۶ | نیمه شب شرعی ۰۰/۱۶ | آذان صبح فردا ۰۴/۴۴ | طلوع آفتاب فردا ۶/۱۶

امام صادق علیه‌السلام:

هر کس در ماه رمضان صدقه‌ای بدهد، خداوند هفتاد نوع بلا را از او برمی گرداند.

سخن روز

ثواب الاعمال: ص ۱۷۱ ح ۱۹



نگاره
نیما شاه‌میری



پورس، سبزیوش شد



هنرمندان در فضای مجازی
اهالی فرهنگ و هنر، بهار هنری خود را آغاز کرده‌اند و با اشتراک گذاشتن کارهای تازه خود در صفحه مجازی شان، فعالیت‌هایشان را با علاقه‌مندان و مخاطبان‌شان به اشتراک می گذارند.

چهره‌ها



رضا داوودنژاد تیزری از بخش‌هایی از فیلم «الامینور» منتشر کرده که در آن به ایفای نقش پرداخته و از اکران این فیلم سینمایی خبر داده که گویا زمان آن ۷ اردیبهشت ماه است.

«الامینور» به کارگردانی داریوش مهرجویی و تهیه‌کنندگی رضا درمیشیان و با هنرنمایی علی نصیریان است. درمیشیان هم در صفحه مجازی خود ضمن انتشار اولین پوستر این فیلم، نوشته «الامینور» امروز در سینماهای سراسر کشور اکران عمومی خواهد داشت.



مهرداد صدیقیان از نمایش فیلم «تصور» در فستیوال کن خبر داده و در این باره نوشته: «فهرست فیلم‌های شصت‌ویکمین دوره بخش جنبی هفته منتقدین کن ویژه فیلم‌های اول و دوم کارگردانان اعلام شد و فیلم سینمایی «تصور» ساخته علی بهراد به تهیه‌کنندگی جواد نوروزبینگی و با نقش آفرینی ایلا حاتمی و مهرداد صدیقیان یکی از هفت فیلم بلند بخش مسابقه این بخش است. فیلم «تصور» با نام انگلیسی (Imagine) یک فیلم جاده‌ای است که در تهران فیلمبرداری شده و نخستین تجربه حضور سینمای ایران در بخش جنبی هفته منتقدین در ۲۰ سال اخیر است.»



ابراهیم حقیقی، طراح گرافیک نام آشنای ایران قرار است بزودی نمایشگاهی از آثار خود با نام «دل‌تنگی» در گالری اعتماد برپا کند. این نمایشگاه نقاشی پاستل است و ۱۶ اردیبهشت ۱۴۰۱ بازگشایی می شود و تا ۲۷ اردیبهشت از ساعت ۱۲ تا ۸ شب میزبان علاقه‌مندان خواهد بود. لازم به ذکر است این گالری دوشنبه‌ها تعطیل است.



پوریا رحیمی سام، عکسی از خودش در کنار علی عمرانی منتشر کرده که اشاره دارد به بازی این دو هنرمند در فیلم «خسوف» به کارگردانی مازیار میری و در شرح آن نوشته: «در کنار علی آقا عمرانی بزرگوار که بسیار آموختم و لذت بردم از حضورشون.»



کوروش بابایی، نوازنده کمانچه عکسی منتشر کرده از تجدید دیدارش با دوستان قدیمی، همایون نصیری، علی بوستان، علی رحیمی، علیرضا عصار و... و در شرح آن نوشته: «امروز به اتفاق دوستان خویم علی بوستان، علی رحیمی و درشن به تمرین گروه علیرضا عصار عزیز رفتم و بعد از مدت‌ها دوری، با دوستان و همکاران خویم دیداری تازه کردیم. برای

همگی بهترین‌ها را آرزو دارم.»

دیگه‌چه‌خبرا

یکی دوروز گذشته خبری منتشر شد مبنی بر توقف اجرای نمایش «آن سوی آینه» به کارگردانی علی سمرانی در تالار وحدت. این کارگردان ضمن عذرخواهی از مخاطبان در صفحه خود اشاره داشته که قرار است این نمایش با تعامل به وجود آمده با مرکز هنرهای نمایشی، سه‌شنبه ۶ اردیبهشت ساعت ۱۵ بازمینی مجدد شود و در صورت تأیید گروه بازمینی دوم، این اجرا امشب روی صحنه می‌رود.

روز دوشنبه در کانادا؛ محمدعلی اسلامی ندوشن درگذشت

محمدعلی اسلامی ندوشن نویسنده، شاعر و منتقد ادبی روز دوشنبه ۵ اردیبهشت در کانادا درگذشت. روز گذشته زرمزه‌هایی مبنی بر درگذشت این چهره ادبی شنیده شد که با تأیید آن‌ها مشخص شد اسلامی ندوشن روز دوشنبه ۵ اردیبهشت در کانادا درگذشته است.

این چهره ادبی، متولد سال ۱۳۰۴ در ندوشن از توابع استاد بزد بود که با مهاجرت به تهران در دبیرستان البرز و سپس دانشکده حقوق تهران تحصیل کرد. پس از دریافت مدرک کارشناسی به فرانسه رفت و در رشته حقوق بین‌الملل، مدرک دکترای خود را از دانشکده سوربن دریافت کرد. اسلامی ندوشن سال ۲۴ به ایران بازگشت و مدتی را به‌عنوان قاضی سبری کرد اما با رهاکردن مشاغل حقوقی به تدریس حقوق و ادبیات رو آورد.

او در ادامه، زندگی خود را در مسیر ادبیات پیش برد و با چهره‌ها و مجلات ادبی همکاری کرد. از اسلامی ندوشن، مجموعه‌مقالات، مجموعه اشعار، یادنامه‌ها و نوشته‌های مختلف ادبی به جا مانده است. سال ۹۹ همزمان با ۹۵ سالگی این چهره ماندگار ادبیات معاصر، خیابانی در حوالی دانشگاه تهران به‌نام او نامگذاری شد.

شهلا ناظریان، گوینده‌ای که دنبال پول نبود

خسرو خسروشاهی: شهلا ناظریان را از باشعورترین دوبلورها می‌دانم. او واقعاً گوینده خلاقی بود که علاوه بر گویندگی، در سال‌های اخیر کار مدیر دوبلاژی هم انجام می‌داد و بسیاری کارهای تمیزی هم تحویل دوبله داده ؛ اما متأسفانه بر اثر عرضه‌های که برایش پیش آمد، کنار رفت و چندین سال بود اصلاً حتی از خانه خارج نمی‌شد و همین باعث شد شوک‌سنگی اش بود. گوینده‌ای بود که در هر فیلمی هم صحبت نمی‌کرد؛ یعنی دنبال پول جمع کردن و ماشین و خانه جدید خریدن برای خودش نبود. خدا رحمتشان کند. من در فیلم‌های زیادی با خانم ناظریان در نهایت تفاهم و دوستی کار کردم و خاطرات بسیاری از ایشان دارم. اکنون درگذشت ایشان را ضایعه بزرگی برای کاروان دوبله ایران می‌دانم که عملاً ایشان چندین سال بود که در آن حضور نداشت. من و خانم ناظریان تقریباً با هم به فاصله دو الی سه ماه وارد کار دوبلاژ شدیم و از همان اوایل جوانی پله‌ها را خیلی سخت بالا رفتیم. آن زمان در دوبله دستیابی به جایگاه مناسب کار سختی بود و مثل الان نبود که در دوبله هر اتفاقی بیفتد.

بخشی از صحبت‌های این دوبلور پیشکسوت درباره مرحوم شهلا ناظریان



ایران ؛ عامل همبستگی فرهنگی میان مردم

زمانی است که عوامل تفرقه‌زای داخلی و خارجی باعث جدایی ایرانیان از یکدیگر شود و به طور حتم این عوامل در زمان بحران‌های اقتصادی و تنگناهای اجتماعی شیوع می‌یابد، لذا ضرورت دارد تا ملت ایران با احساس تعلق خاطر به هویت خود و افتخار به ایرانی بودن خود، به وحدت و همدلی بیشتر در راستای شکوفایی هر چه بیشتر این سرزمین کهن قدم بردارند. رسانه‌های جهان در دو دهه گذشته در معرض مجموعه‌ای از تغییرات قرار گرفته‌اند که نتیجه مستقیم روند شتابان جهانی شدن است. بدین سان ایجاد احساس تعلق به هویت ایرانی درحالی که جهانی شدن را به‌عنوان یک فرایند می‌بیند، به تأثیر متقابل فرهنگ بومی و جهانی اذعان دارد و دربرابر استحاله فرهنگی امری ضروری است؛ چراکه پیشتانان نظام سلطه در مقابله با جمهوری اسلامی ایران، با تمام توان خود کوشیده‌اند پس از اتخاذ دکتربین‌های گوناگون نظامی و امنیتی در مرزها و داخل خاک کشورمان ورود کنند و همزمان با استفاده از تمام توان دیپلماتیک خود در عرصه‌های بین‌المللی برای اعمال فشار به شیوه‌هایی متکثر، از دیپلماسی‌های عمومی در یک تغییر روش، دست به اعمال شکستن مقاومت ملی و تسلیم شدن در مقابل خواست نظام سلطه و مخدوش کردن امنیت جامعه ایرانی، هدف از این استحاله است که با تمام توان در اجرا کردن این اهداف شوم قدم برمی‌دارند. در این میان، بخش زیادی از عملیات استحاله فرهنگی ایرانیان، برعهده رسانه‌های تصویری فارسی‌زبان گذاشته شده که پیکان حملات خود را بر مفاهیم اسلام، ایران، نظام اسلامی، رهبران و مردم استوار کرده‌اند. برنامه‌ریزان رسانه‌های تصویری فارسی‌زبان بیگانه، با تعریف استراتژی‌هایی گاه متضاد و به کار بردن تکنیک‌های متعدد برای خواص جامعه و اتحاد مردم ایران، در پی استحاله فرهنگی جامعه ایران برآمده‌اند. حرکت‌های اجتماعی محدود که با بزرگنمایی در رسانه همراه است، مقدمه فرآگردی تازه در پیدایش رسانه‌های ترکیبی و چالش‌آفرین خواهد بود که ضرورت توجه به موضوع هویت ایرانی با کلیدواژه‌هایی چون ایران من را چند برابر می‌کند.

خماری؛ نمایشی تأثیر گذار باتم روانشناسی

نمایش «خماری» که روی صحنه تالار قشقایی تاتار شهر به نمایش درآمد، اثری ارزشمنند است که از حیث متن، کارگردانی و بازی، قابل توجه است. این نمایش نگاهی روانشناسانه به مسائل زندگی دارد. تماشاگر به آسانی می‌تواند با آن همذات‌پنداری کند و خود را به جای بازیگران بگذارد و غرق تماشای لحظات سنجیده آن شود و با این نمایش، در لحظه زندگی کند و در لذت درک، گذشت زمان را از یاد ببرد. خماری، نمایشی است که نشان از دقت در نویسندگی و کارگردانی امین بهروزی دارد. نمایش خماری، هم از انتهای آدم‌ها می‌گوید، هم از عشق و دوست داشتن و دوست داشته شدن روایت می‌کند و هم نشان می‌دهد ما آدم‌ها چگونه اشتباهاتی مرتکب می‌شویم و چگونه در زندگی خود تغییر می‌کنیم و دستخوش رفتارهای دیگران، اتفاقات و رخدادها می‌گردیم.

خماری به‌روزی از جنس اعتیاد به مواد مخدر و خماری ناشی از آن نیست؛ از این خماری، از وابستگی‌ها و خماری آدم‌ها در روابط سخن می‌گوید، روابطی که الزاماً عاشقانه و احساسی هم نیست؛ همین ارتباطات ساده روزمره و هر روزی است، که گاه تلخ و کلافه‌کننده می‌شود و پریشان‌حالی و رنج و ناامیدی به همراه دارد.



این تئاتر، درون‌مایه‌ای جامعه‌شناسی و روانشناسی دارد؛ از این‌رو، ملموس و دلنشین و پذیرفتنی است و با مخاطب، ارتباطی نزدیک و تنگناگن برقرار می‌کند. خماری، نه رنک تاریخی دارد، نه صبغه سیاسی و گویی بیشتر به سراغ روابط عاطفی و میان‌فردی رفته است، که آدم‌ها همواره با آن درگیر هستند و در ناملایمات آن رنج می‌کشند. فضای این نمایش، بیشتر در خیابان‌های تهران اتفاق افتاده است. رفتارها در آن، امروزی است؛ نام‌ها امروزی و قصه‌ها، قصه آدم‌های معمولی امروزی است و این خود سبب برقراری ارتباط بیشتری با مخاطب می‌شود. نمایش «خماری» ۱۴ فروردین روی صحنه رفت. سهیلا گلستانی، محسن حسن‌زاده، پردیس شیروانی، محمدرضا نجفی و ایمان دبیری بازیگران این نمایش هستند. من به کسانی که اهل تاتار هستند یا می‌خواهند دوستانشان را با تاتار آشنا کنند، پیشنهاد می‌کنم که این نمایش تأثیر گذار و تأمل برانگیز را هم در شمار انتخاب‌های اوقات فراغت خود قرار دهند.

عکس نوشت

آذان ماندگار و **تاریخ محرم رحیم مؤذن‌زاده اردبیلی** از **مدحان خوشنام و فقید کشورمان توسط محسن حسینی نوازنده سنتور و پژوهشگر موسیقی ایرانی نت‌نویس و اجرا شد.**
عکس: مهر

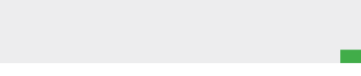
دعای روز

بیست و پنجم

ماه مبارک رمضان

اللّٰهُمَّ اجْعَلْنِي فِيهِ مُجَبًّا لَّوَلِيَانِكَ و مُعَادِيًا لَّأَعْدَائِكَ مُسْتَتًّا بِسُنَّةِ خَاتَمِ انْبِيَاءِكَ يَا عَاصِمَ قُلُوبِ النَّبِيِّينَ

خدايا مرا در اين ماه دبسته اوليا و دشمن دشمنانت قرار ده و آراسته به راه و روش خاتم پيامبرانت گردان، اي نگهدارنده دل هاي پيامبران



روز بیست و پنجم

ماه رمضان

یک دقیقه با خدا

ای پروردگار صبر و سکوت و سخاوت اگر گوش شنوایی باشد، حرف‌های زیادی در سکوت نهفته است این را می‌توان از نیایش درخت‌ها فهمید. از تجوای رود و زمزمه لاله‌ها و آفتابگردان‌ها. و این سکوت را تو به آنها آموخته‌ای که از هر فریادی برتر است.

...و من چقدر حرف‌های ناگفته به تو بده‌کارم. چه سحرهایی که می‌توانستم روبه‌رویت بنشینم و با لهجه باران با تو حرف بزنم اما پنهان خواب، مرا از تو دور کرد.

ای پروردگار زیبایی‌ها! در بیست و پنجمین روز از ضیافت ماه عزیزم رمضان، آغوش مهربانیت را به روی ما باز کن و ما را ببخش و بیامرز.

بدبینی افراطی در دیدباخوش بینی افراطی؟

می‌گفت: خواهرم مدام به من می‌گوید دست از گله و شکایت بردارم و همه تقصیرها را گردن سرنوشت بیندازم و رو به آینده پیش بروم. اینها حرف‌های قشنگی است. من هم دلم می‌خواهد این همه اضطراب نداشته باشم اما

آنقدر خواستم بلند شوم و شکست خوردم که اصلاً حوصله بلند شدن ندارم. دوست دارم صبح‌ها در تخت بمانم. فکر کنم افسردگی‌ام درمانی ندارد. من همیشه با کلی انرژی مثبت و رؤییا به دنبال خواسته‌هایم می‌روم و شکست می‌خورم و بدتر می‌شوم.

خیلی از ما در روزهای زندگی با ابر سیاه افسردگی روبه‌رو می‌شویم. هر چند این افسردگی که عموماً با خلق پایین و بی‌حوصلگی و رخوت همراه است با اختلال افسردگی متفاوت است.

موضوع این است که بسیاری از ما دچار دو نوع سوگیری شناختی هستیم که هر دو می‌توانند به ناامیدی و درک شکست منتهی شود. یکی سوگیری خوش‌بینی است و دیگری سوگیری بدبینی. دست‌کم گرفتن احتمال وقوع اتفاقات منفی در آینده به خوش‌بینی افراطی می‌انجامد. هر چند در ابتدا افسردگی و اضطراب را کاهش می‌دهد. خصوصاً در روابط اجتماعی ما این سوگیری بسیار خطرناک است چون به شکل افراطی با عدم نگاه و پذیرش نقص در رفتار دیگران وارد رابطه شدن چیزی جز ناکامی هنگام روبه‌رو شدن با کمترین کاستی در رفتار دیگری ندارد.

در سوگیری بدبینی فرد خطرات آینده را آنقدر بزرگ در نظر می‌آورد که اصلاً حرکتی نمی‌کند. این افراد بیشتر در مقابل افسردگی آسیب‌پذیر هستند.

برای شناخت خود و افزایش خودآگاهی مرور کنید که چقدر دچار سوگیری بدبینی یا خوش‌بینی هستید و در کجاها بیشتر آن را می‌بینید؟ فکر پیام‌هایی این نگاه برای شما به همراه داشته است. باید بتوانید مانند یک ناظر خودتان را ببینید. برای سوگیری‌زدایی می‌توانید از ارزیابی دیگران در برنامه‌های تان کمک بگیرید و متوجه شوید چقدر خوشبینانه یا بدبینانه است. اگر هنوز دست‌رسی به افکار و احساسات خود به شکلی آگاهانه ندارید از متخصصان کمک بگیرید.

در مسیر خودآگاهی که انتهای برای آن نیست، خوشبختانه قدم‌های اولی وجود دارد. همان‌طور که قبلاً در این ستون به آنها اشاره شده شناخت سیستم روانی، شناخت دفاع‌های روانی و شناخت خطاهای شناختی قدم‌های اول است. وقتی می‌توانید مطمئن شوید در مسیر خودآگاهی قدم گذاشته‌اید و تنها به‌صورت سطحی به آن نگاه نمی‌کنید که در رفتار و نتیجه تعاملات و زندگی روزمره خود تغییر را احساس کنید. ممکن است این تغییر در روحیه و حال و هوای درونی شما باشد. مثلاً حالا دیگر کمتر دچار نشخوارهای فکری شده‌اید چون ریشه این دوباره کردن خود و گفت‌وگوی دو بخش درونی را می‌دانید.

هر چند این مسیر عموماً بدون کمک روانشناس پیش نمی‌رود اما کتاب‌های بسیار مفیدی وجود دارد که در مسیر خودآگاهی می‌توانند کمک‌کننده باشد. یادتان باشد اسیر کلاس‌های سطحی خودآگاهی نشوید که شما را چند پله عقب‌تر می‌برد.

