

امام صادق(ع):

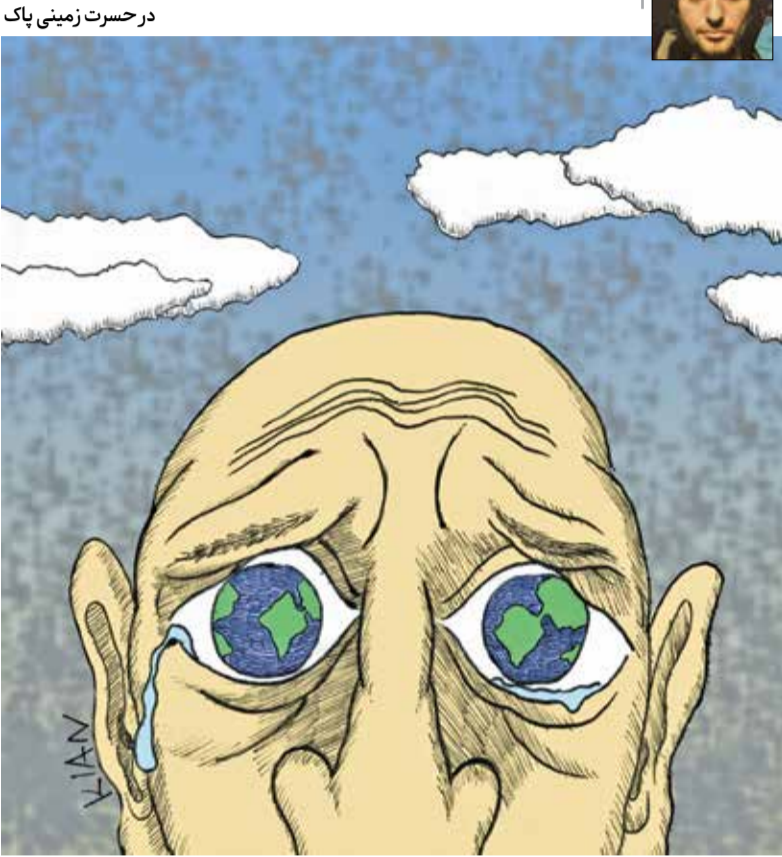
چون بلا بر بلا فراید، (نشانه) رهایی از بلا شد.

سخن روز

تحف العقول، ص ۳۵۷

نگاره

کیان رادپویان



هنرمندان در فضای مجازی

تنها ۶۴ روز به پایان سال ۱۴۰۰مانده است و به همین دلیل جای تعجبی ندارد که صفا اکران فیلم‌ها شلوغ باشد. موضوعی که می‌توان از صفحه هنرمندان سینمایی در فضای مجازی به آن پی برد.



■ **چهره ها**

بهرام افشاری در صفحه خود خبر داده است که همزمان با رونمایی از دومین تیزر فیلم «صحنه زنی» به کارگردانی علیرضا صادمی با استقبال مخاطبان، به فروش یک میلیاردی رسید. او در ادامه نوشت: «اکران این فیلم سینمایی روایتی ناگفته از ماجرابی ملتخب از خشونت و عشق را در زیر پوست شهر به تصویر می‌کشد.»

محسن تنابنده با زیرگرم در صفحه خود پوستر فیلم «عنکبوت» به کارگردانی ابراهیم ایرج‌زاد را منتشر کرده است و خیراکران این فیلم را از ۲۳ بهمن ماه داده است: «باتوجه به اینکه «عنکبوت» فیلمی در ژانر جنایی است و کمتر فیلمی در این ژانر در سینمای ایران ساخته و اکران می‌شود، پیش‌بینی می‌شود اکران موفق‌تر پشت سر بگذارد. فیلم قبلی ابراهیم ایرج زاد با نام «تابستان داغ» در سی و پنجمین جشنواره فیلم فجر رکورددار نامزدی بود.»

محمدرضا سرشار برای تسلی یادآور قصه‌های روز جمعه است. این نویسنده این روزها در صفحه بزم اسرار که صفحه‌ای مربوط به متن خوانی حکایات ادبیات پارسی است حکایت‌هایی از گلستان سعدی را می‌خواند. حکایت‌هایی که درباره تأثیر تربیت است.

■ **دیگه چه خبر**

اجرای نمایش «وُیتسک» به نویسندگی و کارگردانی محمدرضا آگاه در سالن اصلی پردیس تئاتر شهزاد شروع شده است. این نمایش که با اقتباسی از متن گئورگ بوشنر نوشته شده است، درباره سرباز فقیری است که تنها وظیفه او ترارشیدن ریش سراوان و تنها دارایی او همسرش ماری است. ماری در انتها وُیتسک را رها می‌کند و این، شروع یک پایان است. این خبر را کوروش شاهونه در صفحه خود داده است. او به همراه سجاد افشاریان یکی از تهیه‌کنندگان نمایش است.

مدرسه مشق در صفحه خود عکسی از جلال ستاری اسطوره شناس منتشر کرده است. در این صفحه بخشی از یادداشت این پژوهشگر درباره کتاب «هزار و یکشب» آمده است: «هزار و یکشب به صورتی که فعلا در دست است، تألیف یک تن و یک قوم و ملت نیست. این کتاب طی قرن‌های متوالی در تمام عالم گردش کرده و در این گردش طولانی و پایان‌ناپذیر خویش بر گرد ربع مسکون، بسیار عجایب و نوادر دیده و از آن توشه‌ها اندوخته و هر قوم و قبیله‌ای به تناسب ذوق خویش چیزی بدان افزوده و گاه کتابی مستقل و داستانی دراز یک‌باره در آن درج شده و در مدتی نسبتاً دراز بدین کمال رسیده است.»

■ **پیشنهاد روز**

اگر دوست دارید که صدای دیپلورهای قدیمی را با تصویر شان بشنوید، بد نیست به صفحه جواد پزشکیان سر بزیند. این مدیر دوبلاژ قدیمی در صفحه خود برخی از کارهای خودش را منتشر می‌کند. کوبنده نقش‌های اولیوبر هاردی، اسکروچ در انیمیشن «سرود کریسمس میکی‌ها»، سر هیسب در انیمیشن «رابین هود» عکس‌های جدید و قدیمی همکاران خودش را نیز منتشر می‌کند.

کامران شیردل: ما برای جشنواره و جایزه فیلم نمی‌ساختیم
--

در زمستان ۴۴ به ایران برگشتم تا خانواده‌ام را ببینم و به اصطلاح پایم بگیر.کرد. فردای روزی که رسیدم از سفارت ایتالیا به مه پیشنهاد کاری برای ساخت اثر درباره یک شرکت اکتشاف نفتی ایتالیایی دادند. یک شب با مدیر آن شرکت شام می‌خوردیم، به او گفتیم من مستند نساخته‌ام، او بامن قرارداد دادی امضا کرد، در روزهای بعد به من زنگ زد و گفت همزمان با من آن شرکت با کارگردانی ایتالیایی نیز برای ساخت مستند صحبت کرده و او برناردو برتولوچی است. من گفتم او دوست من است. ما شاگرد پازولینی بودیم و او چشم ما را به دنیا باز کرد. مادر دورانی فیلم ساختیم که چندان جشنواره و جایزه بردنی در کار نبود و این درد نسل امروز سینماگراست. مانهایتامی خواستیم با فیلم‌های مان جواب استادان خود را بدهیم که آیا آنها کار مارا دوست خواهند داشت یا نه و برای جشنواره‌ها فیلم نمی‌ساختیم.

بخشی از سخنان این مستندساز در مراسم رونمایی از چاپ جدید کتاب «تنها در قاب» / ایرنا



به بهانه برگزاری دومین نمایشگاه مجازی کتاب تهران در بهمن ماه سال جاری

راهکاری برای حفظ تعامل میان مردم با اهالی نشر

محدودیت‌های کرونایی امسال هم اجازه برپایی نمایشگاه کتاب تهران به شکل فیزیکی سابق را نداد؛ از همین رو تا چندی دیگر شاهد میزبانی اهالی نشر از علاقه‌مندان کتاب بر بستر فضای مجازی خواهیم بود. این اتفاقی است که سال گذشته، تجربه‌ای جدید را برای عرصه کتاب‌مان رقم زد. از همین رو در سال جاری هم باید توقعات معقولی از چگونگی برپایی این رویداد فرهنگی داشته باشیم. برگزاری مجازی نمایشگاه در شرایطی که همچنان با ضرورت‌های بهداشتی اعلام شده از سوی ستاد ملی مبارزه با کرونا روبه هستیم اتفاق خوبی است که باید آن را به فال نیک گرفت. حداقل از این طریق ارتباط مردم با کتاب قطع نمی‌شود و بخشی از سرمایه ناشران هم بازمی‌گردد. با این حال نمی‌توان فراموش کرد که در فضای مجازی امکان تعامل میان اهالی کتاب و مردم وجود ندارد. هر چند که حتی در خلال برگزاری نمایشگاه کتاب تهران- به صورت حضوری- هم خواه ناخواه ما بیشتر با یک فروشگاه‌بزرگ روبه‌رو هستیم تا یک نمایشگاه. این البته نقد جدیدی نیست، از سال‌ها قبل درباره چگونگی برگزاری نمایشگاه کتاب تهران گفته می‌شود. آن هم در شرایطی که دیگر نمایشگاه‌های بین‌المللی کتاب تهران به معنای واقعی نمایشگاه هستند. همین نمایشگاه بین‌المللی کتاب فرانکفورت را ببینید. چند روز ابتدایی برگزاری‌اش جنبه نمایشگاهی دارد و تنها یکی- دو روز انتهایی آن به شکل فروشگاه‌ی میزبانی علاقه‌مندان را به عهده دارد. در دوره‌ای فرصت حضور در نمایشگاه کتاب فرانکفورت را پیدا کردم. آنجا خبری از نمایشگاه به معنای فروشگاه‌ی‌اش نبود. ناشران و اهالی کتاب در خلال برنامه‌های



اکبر محرابی نویسنده ادبیات داستانی

از پیش تعیین شده دست به‌تعامل می‌زدند. از ارتباط گرفتن ناشران و نویسندگان کشورهای مختلف با یکدیگر گرفته تا قراردادهای خرید و فروش رایب کتاب. اتفاقی که ما در نمایشگاه کتاب تهران کمتر شاهد آن هستیم. در نمایشگاه‌های خارجی کتاب، با اغلب فروش‌ندارند یا اینکه فروش در حاشیه برگزاری آنها جای دارد و چندان پررنگ نیست. از این طریق مردم تنها با تازه‌های نشر و تحولات آن آشنا می‌شوند و در صورت علاقه‌مندی به خرید کتاب همچنان به کتابفروشی‌ها مراجعه می‌کنند. آن وقت دیگر آسیبی متوجه این بخش مهم نشرمان نمی‌شود. البته نمی‌توان منکر شد که به‌هر حال در شکل حضوری نمایشگاه کتاب تهران هم تا حدی شاهد برگزاری برخی نشست‌ها به منظور بررسی مشکلات نشر و از سویی تعامل میان صاحبان آثار با مردم بودیم؛ اتفاقی که در شرایط فعلی که نمایشگاه به فضای مجازی آمده حذف شده است. به گمانم در شرایط فعلی که همچنان از امکان برگزاری حضوری نمایشگاه کتاب محروم هستیم می‌توان با برخی برنامه‌ریزی‌ها تا حدی فقدان این تعامل را برطرف کرد. در زمانی که ستاد ملی مبارزه با کرونا اجازه برگزاری نمایشگاه کتاب تهران به شکل سابق را بدهد می‌توان طی برگزاری نمایشگاه مجازی کتاب تهران، هر روز زمانی را برای برگزاری جلسات آنلاین در نظر گرفت. از طریق شبکه‌های اجتماعی می‌توان دست به برگزاری نشست‌های آنلاین زد، این جلسات می‌توانند موضوعات مختلفی داشته باشند؛ از جلسه پرسش و پاسخ میان مردم با نویسندگان و مترجمان گرفته تا حتی جلسه نقد و بررسی کتاب. بخشی از این برنامه‌ها هم می‌تواند به صحبت علاقه‌مندان کتاب با ناشران اختصاص پیدا کند. از این طریق برای ناشران و دیگر فعالان حوزه کتاب هم فرصتی برای اطلاع از نظرات مردم فراهم می‌شود. امیدوارم برای نشر ما هم بتدریج شرایط برگزاری نمایشگاهی این رویداد عرصه کتاب فراهم شود، هرچند که نمی‌توان منکر برخی تفاوت‌ها و ضرورت‌های پیش‌رو شد.

برای ایران آینده



ایران آینده عنوان مجله ویژه نامه دوازدهمین جشنواره مردمی فیلم عمار است که بتازگی منتشر شده است. این ویژه نامه به همت محمد احسان پورصفا، پوریا عصار و سید محمد هاشمی که از اعضای شورای سردبیری هستند، منتشر شده است. در این ویژه نامه تصویر پیشرفت‌های گذشته، نقشه جهش‌های آینده به قلم محمد احسان پورصفا و نیز بررسی کارکرد هنر و رسانه در آینده‌سازی به قلم پوریا عصار را می‌خوانیم. این مقاله برداشتی از کتاب «ایران آینده به سوی الگویی مردم‌شناختی برای ابرقدرتی ایران» نوشته دکتر ابراهیم فیاض است.

همچنین دکتر علی احمدی پژوهشگر جغرافیای فرهنگی نیز یادداشتی با عنوان ظرفیت‌های بومی، مسیر رسیدن به تمدن اسلامی نوشته که به توان‌های بومی برای شکوفایی و بازپایی تمدن اسلامی ایرانی نگاه داشته است. خیال، شاه کلید سینمای تمدن‌ساز نیز عنوان گزارشی از سخنرانی استاد «حسن رحیم‌پور ازغدی» در سینما فلسطین است که در حاشیه اکران‌های دوازدهمین جشنواره مردمی فیلم عمار صحبت شده است.

گزارشی از کارگاه «سوژه‌های روایت پیشرفت» با حضور مجتبی قافله‌باشی و پژمان عرب که از سلسله نشست‌های تخصصی دوازدهمین جشنواره عمار برگزار شد و نیز گفت‌وگو با مسعود ملکی عضو انجمن این روایت، سرفصل‌هایی است که در این ویژه‌نامه می‌بینید. لازم به ذکر است عناوین حق محوری به جای سرمایه محوری، مکتبی‌رؤیایی به‌نام جهاد سازندگی، باید به سوی مردم رفت، استقلال صنعتی در پرتو فرصت آفرینی برای خبگان، جهانی‌پر از انسان گرسنه، مسجدی خواهم ساخت و اعتکاف نتفلیکس در مسجد جوادالائمه(ع) از جمله مطالب ویژه‌نامه دوازدهمین جشنواره مردمی فیلم عمار است.



باشی و پژمان عرب که از سلسله نشست‌های تخصصی دوازدهمین جشنواره عمار برگزار شد و نیز گفت‌وگو با مسعود ملکی عضو انجمن این روایت، سرفصل‌هایی است که در این ویژه‌نامه می‌بینید.

لزام به ذکر است عناوین حق محوری به جای سرمایه محوری، مکتبی‌رؤیایی به‌نام جهاد سازندگی، باید به سوی مردم رفت، استقلال صنعتی در پرتو فرصت آفرینی برای خبگان، جهانی‌پر از انسان گرسنه، مسجدی خواهم ساخت و اعتکاف نتفلیکس در مسجد جوادالائمه(ع) از جمله مطالب ویژه‌نامه دوازدهمین جشنواره مردمی فیلم عمار است.

ای‌بی‌خبریکوش که صاحب‌خبرشوی تا راهرو نباشی کی راهبر شوی در مکتب حقایق پیش ادیب عشق های پسر یکوش که روزی پدر شوی

دیوان حافظ

تاب‌آوری در زندگی روزمره (۱)

کلید طلایی مدیریت استرس

اولین باری که از خودم پرسیدم چگونه می‌شود این همه سختی و رنج را تاب آورد، زمانی بود که تنها ۲۴ ساعت بعد از واقعه زلزله بم همراه یک گروه از هنرمندان از طرف وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی به قلب فاجعه رفته بودیم؛ از درجه کوچک پنجره اتوبوس مردمی را می‌دیدم که بیش از هر چیز متحیر بودند و بهت‌زده در توقف کوتاهی در قبرستان سردی را دیدم که نمی‌دانم چند نفر از اعضای خانواده‌اش را به خاک سپرده بود و همین‌طور ایستاده بود به خاک نگاه می‌کرد. هیچ هیجانی در چهره‌اش نبود! او چگونه می‌توانست تاب بیآورد؟ ما چگونه داشتیم دیدن این همه ویرانی را تاب می‌آوریم؟ ما ناظران شوری اشک‌هایمان را در دهان با طعم خاک حس می‌کردیم.

اسفند ۹۸ یک روز صبح از خواب بیدار شدیم و دیدیم آمدن یک ویروس کوچک زندگی را در تمام ابعاد زندگی از شناخت تا هیجان، از رفتار تا انگیزه‌ها تغییر داد و حالا سؤال این بود که هر کدام از ما قرار است چگونه این میزان تغییر و ابهام همراه با استرس را تاب بیاوریم؟ حالا چه می‌شود، سؤال هر روزمان بود(هست). امروز دی ماه ۱۴۰۰ است و هنوز ویروس نرفته است ولی هر زمانی هم که برود چیزهایی را عمیقاً در زندگی روزمره تغییر داده است.

زمانی بود که واژه «تاب‌آوری» در مقاله‌های پژوهشی و نهایتاً در ذهن روان‌شناسان معنا و مفهوم داشت؛ با آنکه این واژه یکی از کلیدی‌ترین مؤلفه‌های روان‌شناختی زندگی است. حالا شاید یک دهه بیشتر است که اهمیت این مؤلفه بیشتر شناخته شده است و بعد از تجربه روزگار کرونا می‌توان گفت این تجربه که «آسیب» از آنچه فکر می‌کنیم به ما نزدیک‌تر است، این مؤلفه را به مهم‌ترین مؤلفه زندگی روزمره تبدیل کرده باشد.

استرس و حتی برخی اختلال‌های اضطرابی ناشی از تحمل استرس‌های طولانی مدت و یا ضربه‌های استرس‌زا، جزئی از زندگی روزمره ماست. از اینها گذشته مشکلات اقتصادی و تبعات آن را که این روزها بر زندگی مردم تحمیل شده است نیز باید به این فهرست اضافه کنیم. چه بسا زندگی در دنیای امروز را باید سبک «زندگی توأم با استرس» نامید. این روزها حتی نمی‌توان نسبت به وقایعی که در کشورهای همسایه رخ می‌دهد بی‌تفاوت بود و به‌واسطه تکنولوژی هر روز در معرض انواع خبرهای جنگ و درگیری در منطقه و دنیا قرار داریم. در این روزگار کلید طلایی مدیریت استرس چیزی جز افزایش تاب‌آوری نیست. از اسفند ۹۸ تا امروز و فرادها چیزی که تغییر نمی‌کند و می‌توان رد اثرش را در زندگی تک‌تک آدم‌ها دنبال کرد و یک تقسیم‌کلی هم داشت: کسانی که تاب‌آوری بالایی دارند و کسانی که تاب‌آوری پایینی دارند. در اینجا یک حقیقتی نهفته است: ما انسانی بدون تاب‌آوری نداریم!

حتماً اگر نه به تجربه عینی که در تصاویر دیده‌اید درختانی را که در طوفان و زیر شلاق باد به خود پیچیده‌اند، خم شده‌اند اما نشکسته‌اند! اینها درختانی هستند که بعد از طوفان دوباره برمی‌خیزند. حتماً اگر نه خودتان، که در اطرافتان دیده‌اید کسی را که با وجود رشد در یک محیط نچندان مناسب رشدی و با تجربه تروماها به موفقیت‌های خوبی در زندگی دست یافته باشد؟ چرا برخی افراد در برخورد با استرس و انعطاف‌پذیری دارند و دوباره و دوباره برمی‌خیزند؟ آیا این ویژگی‌ها آموزشنی است؟

واقعیت این است که برای مشکلات و سختی‌هایی که ممکن است در زندگی همه ما وجود داشته باشد، هیچ پیشگویی وجود ندارد؛ این‌خودمان هستیم که این قدرت را برای آنان معنا می‌کنیم. ما انتخاب می‌کنیم که تفسیرمان از هر رویداد را چگونه در ذهن مرور کنیم و به حافظه بسپاریم. آنچه در مواقع استرس به ما قدرت می‌دهد و از درونمان سرچشمه می‌گیرد با یکی از ویژگی‌های مهم روانی به‌نام «تاب‌آوری» ارتباط پیدا می‌کند. تاب‌آوری در مورد کسانی به‌کار می‌رود که در معرض خطر قرار می‌گیرند ولی دچار اختلال نمی‌شوند. از این‌رو شاید بتوان نتیجه‌گیری کرد که مواجه‌شدن با خطر شرط لازم برای آسیب‌پذیری است اما شرط کافی نیست. این را به یاد داشته باشید تا بیشتر درباره‌اش حرف بزنیم.



عکس نوشت

«**دختر ایران» به کارگردانی سید جلال اشکذری و به تهیه‌کنندگی مشترک حامد بامروت‌نژاد و سید جلال اشکذری روز پنجشنبه ۲۳ دی ماه در جشنواره عمار به نمایش در آمد. این پروژه سینمایی متفاوت‌ترین اثر اشکذری است که در حال و هوای شهریزد جلوی دوربین رفت. کوروس تهامی و گلاره پیری از بازیگران اصلی این فیلم سینمایی هستند.**