کافه کتاب

چگونه کمال‌گرا نباشیم؟

نویسنده: استفان گایز
مترجم: نرگس محمدی
انتشارات شمشاد

پیام آشنا: کتاب چگونه کمال گرا نباشیم؟ اثر استفان گایز نویسنده کتاب معروف خرده‌عادت‌ها، راهی جدید به سوی خودباوری، زندگی بدون ترس و رهایی از کمال گرایی به شما نشان می‌دهد.

درباره کتاب چگونه کمال گرا نباشیم؟
شاید فکر کنید کمال گرا بودن صفت خیلی خوبی است ولی واقعیت این است که این صفت می تواند آسیب‌های جدی به شـــما بزند. اما کمال‌گرایی چیست و چگونه در انسان ایجاد می‌شود؟
از سال‌های ابتدایی زندگی یک کودک، به او گفته می شود که داخل خطوط رنگ‌آمیزی کند و اگر از خط بیرون بزند، به او می گوییم که نقاشی‌اش غیرقابل قبول است. این همان کمال گرایی و همان طرز فکر محدود کننده است. برخلاف آن، معمول گرایی به ما اجازه می‌دهد که بیرون از خطوط و حدوحدود از پیش تعیین شده، رنگ‌آمیزی کنیم، آن جا که موقعیت‌های رسیدن به موفقیت بی‌شمار است، اشتباهات مجازند و قضاوت در مورد خود، به حداقل می‌رسد.
کمال گرایی، در دنیایی پر از ناکاملی‌ها، همچون تله‌ای است که انســـان را گرفتار توهم برتر بودن کرده و او را از قدمی به جلو برداشتن، باز می‌دارد. شاید فکر کنید ایده‌ای آرمانی است، اما فقط فکری بازدارنده است. فکر برتر بودن و در حد کمال بودن، آن چنان ذهنتان را اسیر خود می‌کند که از ترس آن که نتوانید آنچه در ذهن دارید را در حد کمال اجرا کنید، حتی قدمی هم در آن مسیر بر نمی‌دارید. این طرز فکر، همان مانعی است که نویسنده این کتاب و یا بسیاری از افراد را برای سال‌ها در یک نقطه نگاه داشته است. تصویر زیر کاریکاتوری از مجله نیویورکر است که به خوبی بلایی که کمال گرایی بر سر آدم می‌آورد، نشان می‌دهد!
استفان گایز، نویســـنده کتاب چگونه کمال‌گرا نباشیم؟ چگونه کمال‌گرا نباشـــیم؟ چگونه کمال‌گرا نباشیم؟ ، از مسیری که برای مقابله با کمال گرایی طی کرده می‌گوید و تجربیات خود را با ما به اشتراک می‌گذارد.
همه چیز برای گایز از آن‌جا شـــروع شد که هدف بزرگ انجام ۵۰ حرکت شـــنای روی زمین را از ذهن خود پاک کرده و تصمیم گرفت به جای برداشتن لقمه‌ای فوق‌العاده بـــزرگ، آن را به چندین لقمــــه کوچک‌تر و قابل هضم‌تر تقسیم کند. به جای آن که هر روز تمریناتش را به شرایط ایده آل رفتن به باشگاه، پوشیدن لباس ورزشی و داشتن بهترین شرایط روحی و جسمی محدود کند، همان‌جا روی تختخواب، بدون هیچ پیش شرط ذهنی و ایده‌ای آرمانی، شـــروع به انجام حرکت شنای روی زمین می کند و فقط تصمیم می گیرد به جای خیال پـــردازی و ترتیب دادن شـــرایطی در حد کمال، بسیار ساده و هر کجا که هست، فقط شروع به انجام کار و یا تمرین کند و فقط شروع کند! با اســـتمرار این حرکت و جایگزین کردن ایده «معمولی بودن» و «در شـــرایط معمولی کاری را انجـــام دادن» با «در حـــد کمال بودن» و «در شـــرایط حد کمال کاری را انجام دادن»، شـــاهد پیشرفت‌های بسیاری در زندگی‌اش بود. پس از آنکه متوجه شد مشکل متوقف ماندن، از طرز فکر خودش ریشه گرفته بود، تصمیم گرفت ایده طلایی «معمولی بـــودن» را به دیگران منتقل کند و راهکارهای عملی خود را با تمام کسانی که با چنین طرز فکر محدود کننده‌ای دست و پنجه نرم می‌کنند، به اشتراک بگذارد.
می‌توان گفـــت، گایز چاره «مشـــکل کمال‌گرایی» را در به‌کارگیـــری راهـــکار «خرده‌عادت‌ها» می‌دانـــد. تفاوت راهکارهـــای او با دیگر راهکارهایی که این روزها توســـط نویسندگان و سخنرانان دیگر ارائه می شود این است که او عمل کردن را راه رسیدن به هدف می‌داند و نه با انگیزه شدن را! سال‌هاست که در مورد راهکارهای انگیزشی بسیار شنیده ایم اما مشکل اینجاست که چطور خود را با انگیزه کنیم؟ و آیا می‌توان برای رسیدن به هدفی بلند مدت، هر روز در پی جرقه‌ای احساسی و انگیزشی باشیم تا خود را تشویق به انجام کاری کنیم؟ استفان گایز از شما می‌خواهد که برای قدمی برداشتن منتظر انگیزه نباشید. فقط از جای خود برخیزید و کاری را شروع کنید.
کتاب چگونه کمال‌گرا نباشـــیم؟ به تک تک دغدغه ها و موانـــع فکری یک کمال گرا می‌پـــردازد و برای هر کدام، چندین راه‌حل آســـان و عملی ارائه مـــی دهد؛ انتظارات غیرواقعی، نشـــخوار ذهنی، نیاز به تایید شدن، نگرانی از ارتکاب اشتباه و غیره، از جمله محدودیت‌های ذهن یک کمال‌گرا است. اینکه بدانید مشکل‌تان، کمال گرایی است و نگرش‌تان را نســـبت به نحوه انجام کارها تغییر بدهید (طرز فکر دوگانه به جای قیاســـی)، همان راه‌حل کلیدی اســـت که نگرانی از ارتکاب اشـــتباه را در وجودتان از بین می‌برد. با راهکار تنظیم معیارها، می‌توانید اعتماد به نفس تان را بالا ببرید و با انجام حرکت شورشـــی، نیاز به تایید را در وجودتان می کشـــید تا راه زندگی خود را آنگونه که خاص خودتان است، برگزینید و لذت دستیابی به موفقیت با برداشتن گام‌هایی آهسته اما پیوسته را فدای ایده پوچ کمال گرایی نکنید.
اســـتفان گایز در ۹ فصل اول با جزئیات کامل به مفاهیم می‌پردازد تا بتوانیم آن‌ها را بفهمیم و در فصل آخر، تمام راه‌حل‌های عملی و کاربردی را جمع بندی، طبقه بندی و خلاصه می‌کند. همین باعث می‌شود بتوان به سرعت به کتاب مراجعه کرد.
کتاب چگونه کمال‌گرا نباشـــیم؟ مورد توجه و تحســـین منتقدان و کاربران گودریدز و روزنامه‌ها و مجلات زیادی بوده است.

خواندن کتاب چگونه کمال‌گرا نباشـــیم؟ را به چه کسانی پیشنهاد می‌کنیم
اگر فکر می‌کنید شما هم به مشـــکل کمال‌گرایی دچار هستید و این مشـــکل جلوی پیشرفتتان را گرفته است، حتما این کتاب کاربـــردی را بخوانید. و به توصیه‌هایش عمل کنید.

درباره استفان گایز
استفان گایز، بلاگر، نویسنده و کارآفرین بین المللی است که کتاب خرده عادت‌هایش از پرفروش‌های دنیای موفقیت بوده و مدت ها در لیست پرفروش های آمازون و نیویورک تایمز قرار داشته است. کتاب‌های گایز تاکنون به ۱۸ زبان دنیا ترجمه شده‌اند. او نزدیک دیزنی‌لند زندگی می کند.

مدیر کل آموزش و پرورش البرز:

توسعه هنرستان‌ها در دستور کار آموزش و پرورش البرز است

مدیـــرکل آموزش و پـــرورش البرز گفت: توســـعه هنرستان ها در دستور کار آموزش و پرورش استان البرز است.

به گزارش پیام آشنا، علی حجرگشت در نشست شـــورای آموزش و پرورش استان البرز که با حضور عبداللهی اســـتاندار البرز و سایر مسئولین استانی برگزار شد، گفت: توسعه هنرستان‌ها در دستور کار آموزش و پرورش استان البرز است.
مدیرکل آموزش و پرورش استان البرز ضمن عرض تسلیت برای شـــهادت مجاهد بزرگ و رهبر جبهه مقاومت لبنان شهید سید حسن نصرالله افزود: صبح امروز در تمامی مدارس استان یاد و خاطره این شهید بزرگوار گرامی داشته شد.
حجرگشـــت در ادامه با اشاره به برنامه هفتم توسعه کشور و لزوم گسترش هنرستان‌ها در استان افزود: بنابر برنامه هفتم توسعه در پایان این برنامه باید ۵۰ درصد دانش آموزان در رشـــته‌های فنی و حرفه‌ای تحصیل کننـــد و از این نظر تکلیف ما گســـترش آموزش هنرستانی در استان است؛ وزارت آموزش و پرورش این درصد را ۴۵ درصد تعیین کرده اســـت که اســـتان البرز در حال حاضر با ۴۶ درصد نسبت به درصد اعلام شـــده از سوی وزارت آموزش جلوتر قرار دارد.
وی در ادامه با اشـــاره به توسعه هنرستان‌های جوار گفت: استان البرز یکی از استان‌هایی صنعتی کشور است و کارخانجات زیادی در استان حضور دارند که با ایجاد هنرستان‌های جوار، هم زمینه ایجاد مهارت شغلی برای دانش آموزان و هم تأمین نیروی کار ماهر برای صنایع استان ایجاد می‌شود.

دو حکم دیگر در وزارت ارشاد در راه است

تازه‌ترین خبرها از وزارت ارشاد حکایت از قطعی شدن حضور رائد فریدزاده به عنوان رئیس سازمان سینمای و نیکنام حســـین‌پور برای ریاســـت روابـــط عمومی و اطلاع‌رسانی وزارت فرهنگ دارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از تسنیم، بیش از یک هفته ازصـــدور آخرین حکم ســـیدعباس صالحی در وزارت فرهنگ و ارشـــاد اسلامی می‌گذرد، با این حال هنوز تکلیف معاونت‌های وزارتخانه مشخص نشده است، این در حالی اســـت که اهالی فرهنگ و هنر همچنان منتظر گزینه‌های سیدعباس صالحی برای کلیدی‌ترین پست‌های ساختمان بهارستان هستند.
پیگیری‌های نشـــان می‌دهد که با وجود مطرح شدن گزینه‌های بســـیار برای معاونت‌های فرهنگی، هنری، مطبوعاتـــی و قرآنی هنـــوز گزینه‌ای نهایی نشـــده و بررســـی‌های صالحـــی و همراهانش در وزارت ارشـــاد همچنان ادامه دارد. در میان گزینه‌های مطرح شـــده، حضور نیکنام حســـین‌پور به سمت رئیس مرکز روابط عمومی و اطلاع رسانی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی و رائد فریدزاده به عنوان رئیس سازمان سینمایی نهایی شده است. در معاونت مطبوعاتی نام رضا نوروزپور مطرح و در معاونـــت فرهنگی نیز گزینه‌هایـــی از جمله نادره رضایی، همایون امیرزاده و... مطرح بوده‌اند، اما هیچ یک از این گزینه‌ها جدی نشده‌اند.

مد و لباس دریچه نفوذ فرهنگی

میحث دفاع و امنیت بـــه حوزه‌های مختلفی از جمله سیاسی، روابط بین‌الملل، اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و...وابسته اســـت. این درحالی است که تهدیدات حوزه فرهنگی، امنیت ملی کشور را نیز آسیب‌پذیر می‌کند. نظام سلطه‌گر غرب در سال‌های اخیر بارها و بارها از این حربه استفاده کرده است که مصادیق آن را می‌توانیم در بخش‌های مختلف کشور شاهد باشیم.

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام‌جم آنلاین، مسأله بســـیار مهمی که مقام معظم رهبری نیـــز در دیدار اخیرشان با پیشکسوتان و فعالان دفاع‌مقدس و مقاومت آن را مطرح کردند و فرمودند: «این پرچم، پرچم نفوذ فرهنگی و سبک زندگی دشمن و وسوسه‌های خصمانه دشمن نباید در داخل کشور و در دستگاه‌های مختلف ما برافراشته شود. باید مراقبت کرد. همه موظفند.» ایشان همچنین مسئولان بخش‌های مختلف به‌خصوص وزارت آموزش‌وپرورش، وزارت علوم، وزارت بهداشت، مطبوعات و صداوسیما را به مراقبت در مقابل نفوذ توصیه مؤکد کردند.
مینو اصلانی، رئیس اندیشـــکده زن و خانواده دانشگاه جامع امام‌حســـین(ع) بر این باور است که تبیین نفوذ دشـــمن برای مردم از جمله راهکارهـــای موثر در این خصوص است.
خانم اصلانی با توجه به بیانات اخیر مقام معظم رهبری و تاکید ایشـــان بر مســـأله نفوذ فرهنگی، از نظر شما برافراشته‌شدن پرچم نفوذ فرهنگی دشمن دارای چه مصادیقی است؟
حضرت‌آقا بســـیار دقیق و عمیق این موضوع را مطرح کردند. ما هم در جنگ ســـخت پیروز میدان بودیم و هستیم، اما طبیعی است دشمن زمانی که از این مسیر نتوانسته کاری انجام دهد، دست به نفوذ فرهنگی می‌زند و از این طریق جامعه را تحت تاثیر قرار می‌دهد. مصداق این نفوذ چند وجه دارد و از زوایای مختلف شکل گرفته است. تغییر در سبک پوشش جامعه ما یکی از همان نفوذهاست، چراکه نوع پوشش، نوع نگرش را شکل داده و فرهنگ جامعـــه را تحت تاثیر قرار می‌دهد. فرهنگ اصیل انقلاب اســـلامی و ایرانی ـــ اسلامی ما در حوزه پوشش همیشه یک فرهنگ حیامدارانه بوده است. حتی در جمع‌هـــای خصوصی و عمومی به‌عنوان یک ارزش ایرانی ــ اســـلامی نوع و سبک پوشش برای جامعه ما بسیار مهم بوده و نشانگر آن رفتارهای عفاف‌گرانه بوده است.

یعنی نظر شما بر این است که در حوزه پوشاک غفلت کرده‌ایم؟
بله، در بخش پوشاک غفلت‌های اساسی صورت گرفته است. قاچاق کالا در این حوزه و تغییر ذائقه نسل جوان نسبت به پوشش یکی از مظاهر نفوذ است که به‌عینه شاهد آن هستیم. به‌هرحال جوان ما طالب زیبایی و تنوع و دارای سلایق مختلف است. اما به‌جای این‌که سلیقه این قشـــر را در قالب فرهنگ بومی ما به‌درستی پاسخ داده شـــود، این تنوع را بـــا خوانش از فرهنگ غرب در جامعه رواج می‌دهیم. اگر به فرهنگ خودمان در صنعت پوشاک می‌پرداختیم، طراحان می‌توانستند ذائقه نسل امروز را برمبنای یک تنوع زیبا و دلنشین و توام با یک شـــخصیت حیامدارانه رقم بزنند. اما در این حوزه واقعا یک نفوذ عجیبی داریم که کافی است فقط مسئولان سری به بازار پوشاک بزنند و شاهد کالاهای وارداتی با سبک‌های مختلف باشند. بعضا برخی از لباس‌ها با توجه به نشان‌های حک‌شـــده روی آنها و گذشته از آیین و مذهب، با شأن انسانیت در تضاد است. بنابراین یکی از مصادیق نفوذ در حوزه مد و لباس است، به گونه‌ای که هیچ‌گونه نظارتی بر آن صورت نمی‌گیرد.

چه مصداق دیگری از نفوذ فرهنگی دشـــمن را متاسفانه در کشور شاهد هستیم؟
از دیگر مصادیق حوزه شعر و موسیقی است. به‌هرحال ما در این حوزه صاحب سبک‌های زیبایی بوده و هستیم. سبک موسیقی ایرانی که مبتنی بر فرهنگ کشور است، اما امروزه شـــاهد تولید آثار زیرزمینی داخلی و وارداتی هســـتیم و آبشـــخور آن از فرهنگ‌های سکولاریسم ناشی می‌شـــود. فرهنگ‌هایی که ارتباط انسان‌ها را از یکدیگر قطع می‌کننـــد و یک نوع فردگرایی را به دور از جامعه‌پردازی رونق می‌دهد.

برای مواجهه با چنین نفوذهایی از جانب دشمن، چه‌مقابله‌ای راهگشاست؟
راهکارهای مهمی در این خصوص وجود دارد. از جمله راهکارها در موضع حکمرانی است و باید این آسیب‌ها جدی گرفته و ریل‌گذاری شـــود. باید ســـازوکار لازم برای یک نظارت همگانی در حوزه‌های نفوذ فرهنگی مخصوصا در بخش پوشاک صورت پذیرد و از سوی دیگر، با سازماندهی‌های کلان مقابله شود. از طرفی موضوع تبیین هم که مقام معظم رهبری به آن اشاره فرمودند، برای خانواده‌ها و رسانه‌ها مطرح شود. تبیین نفوذ دشمن از طریق شبکه‌های مجازی و انجمن اولیا و مربیان در مدارس، باید برای جامعه عنوان شود، چراکه بحث تبیین فراتر از توصیف و تحلیل اســـت. زمانی که موارد نفوذ برای جامعه تبیین و برایش زنگ خطری ایجاد شود و برای باقی‌ماندن این فرهنگ اصیل، باید بتوانیم راه‌های مقاومت را بیاموزیم و آن را به دنیا هدیه کنیم. امروزه دنیا به این فرهنگ و مفاهیم اصیل محتاج است. البته رهبر انقلاب هم می‌فرمایند که وقتی دین باشـــد در پناه آن احساس آرامش برای مردم رخ می‌دهد. لذا تبیین این مسأله به‌صورت گسترده و از طرق مختلف و بیشتر از همه به‌صورت چهره‌به‌چهره، بسیار موثر است.

آفت نمایش خانگی؛ باور کن کپی برابر اصل نیست ...

پلتفرم‌های نمایش خانگی این مهم را مورد توجه قـــرار دهند که هر قصه یا هر موضوعی که یکبار موفق شده است هیچ تضمینی وجود ندارد تکرار آن با چند بازیگر دیگر یا حتی همان تیم منجر به موفقیت‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از عصر ایران، توجه به شبکه نمایش خانگی در ایران از زمان کرونا به بعد با یک جهش مواجه شـــد و در روزگار امروز تبدیل به یکی از پایه‌های ثابت ســـبد فرهنگی خانواده‌ها شده است. مخاطبان یا از طریق خود پلتفرم‌های نمایش خانگی یا از طریق دانلود این محصولات را پیگیری می‌کنند حال ممکن است سریال داستانی باشد یا برنامه‌های گفتگو محور، مسابقه محور و ...
آنچه که در این روزها به چشم می‌آید این است که بیشـــتر تولیدات در حال تکرار ســـریال‌ها یا برنامه‌هایی هســـتند که در گذشته موفق عمل کرده‌اند و به نوعی پرچمدار بوده‌اند. برای مثال پر بیننده شدن سریال پوست شیر باعث شده است تعداد زیادی سریال‌های پلیسی (جنایی-معمایی) تولید شود که همگی سعی دارند همان راه سریال پرچمدار را دوباره طی می کنند. یا سریال جیران باعث توجه به دوران قاجار و علی الخصوص حرم و دربار ناصر الدین شاه قاجار را پیش کشید که البته محصولات بعدی هیچ گاه نتوانست به آن توجه و اقبال بینندگان دست پیدا کنند.
در ســـینمای ایران هم ما هر چند سال به شکل دوره‌ای فیلم‌هایـــی را داشـــته‌ایم که بر اســـاس موفقیت فیلم‌های دیگر ساخته شدند، مثلا دوره تقلیـــد از فیلم‌های عباس کیارســـتمی و اصغر فرهادی که به دلیل موفقیت‌های جهانی که در جشنواره‌های جهانی به دست آورده بودند تعداد زیادی فیلمساز سعی کردند که از آنها کپی کنند ولی الان که دوبـــاره به آن مقطع نگاه می‌کنیم می‌بینیم که آن فیلم‌ها فقط کپی برداری بودند و حتی فیلمسازان زیادی بودند که بعدتر کاملا رویکردی متفاوت با آن فیلم‌ها پیدا کردند. الان هم در نمایش خانگی همین رویه در حال تکرار اســـت و برای مثال از همین الان می‌توان حدس زد بنابر موفقیتی که اخیرا مثلا سریال در انتهای شب به دســـت آورد چند ماه دیگر حتما تعداد معتنابهی سریال خواهیم دید که بر اساس همان فرمول و متکی بر روابط بین زن و شوهر در مرز جدایی خواهند بود. حتی این قضیه بر تولیدات بر محصولات تلویزیون هم اثر گذاشته است و مثلا سریال طوبی که همین الان در حال پخش است در چارچوب داستان و روند ماجراها تیم نگاهی به ســـریال زخم کاری داشته است. اما واقعیت این است که در نمایش خانگی به دلیل این که مانند تلویزیون بودجه آن از بیت المال تامین نمی‌شود و بهرحال حیـــات آن به بینندگان و ادامه جذب مخاطب بسیار وابسته است، هر برنامه یا سریالی که توانایی جذب مخاطب را نداشته باشد از گردونه رقابت حذف خواهد شد.
چه بسا سریال‌هایی که حتی تولید شدند و دیگر ادامه پیدا نکردند و یا حتی بعد از چند قسمت با یک سرهم بندی عجیب و غریب پایان آنها را اعلام کردند به دلیل اینکه نتوانسته بودند با مخاطب ارتباط برقرار کنند و ادامـــه دادن به آن به هیچ عنوان از طرف پلتفرم سازنده به صرفه نبود.
حسن این اتفاق این است که سازندگان مجبور خواهند شد در تولیداتشان دقت عمل بیشتری به خرج دهند والا به سرعت با عکس العمل مخاطب مواجه خواهند شد.
بـــه هرجهت مهمتریـــن قضیه این اســـت که پلتفرم‌های نمایش خانگی این مهم را مورد توجه قـــرار دهند که هر قصه یا هر موضوعی که یکبار موفق شده است هیچ تضمینی وجود ندارد تکرار آن با چند بازیگر دیگر یا حتی همان تیم منجر به موفقیت شـــود. برای مثال سریال داریوش که در شاکله اصلی آن همان بازیگران و تیم سازنده پوست شیر قرار دارند اما اصلا نتوانست آن تجربه را دوباره تکرار کند.
در جهـــان امروز که از طـــرف پلتفرم‌های بزرگ جهانی مانند نتفلیکس، آمـــازون، اچ بی او، اپل، اف ایکس، هولو و ... هر روز یک ســـریال جدید در دسترس هر مخاطبی در هر جای جهان قرار می‌گیرد واقعا توانایی رقابت بسیار سخت است.
در پایـــان باید این را گفت کـــه مخاطب ایرانی همیشه نشان داده است که نسبت به آثار داخلی بسیار توجه بیشتری دارد و اگر سازندگان سریال‌ها و برنامه‌ها یک موضوع جـــذاب و غیر تکراری با ساختاری اســـتاندارد را به او عرضه کنند حتما از آن اســـتقبال می کنند برای مثال در این اواخر برنامه‌هایی چون صداتو، گل یا پوچ، جوکر، شبهای آهنگی و ... یا سریال «در انتهای شب».
ســـازندگان داخلی هرچه مخاطب امـــروزی را جدی‌تر و باهوش‌تر فرض کنند و برای بیننده‌ای که سریال‌ها و برنامه‌های مختلف جهانی را رصد می‌کند، محصول تولید کنند، شانس موفقیتشان بیشتر می‌شود.

سینماک ایران

فیلم‌های مستند جشنواره فیلم کوتاه معرفی شدند

آثار مستند راه‌یافته به بخش مسابقه ملی چهل و یکمین جشنواره بین‌المللی فیلم کوتاه تهران به انتخاب کتایون جهانگیری، مهدی شامحمدی و معین کریم‌الدینی معرفی شدند.

به گزارش پیام آشـــنا به نقل از ســـتاد خبری جشنواره، دبیرخانه چهل و یکمین جشنواره بین‌المللـــی فیلم کوتـــاه تهران فهرست ۱۷ مستند کوتاه راه یافته به رقابت جشنواره را از میان ۲۴۲ اثر ثبت نام شـــده در این بخش بدون اولویت و به شرح زیر منتشر کرد:
۱. «سرنوشت» به کارگردانی یاسر طالبی از ساری
۲. «گاهی عشق زیباست» به کارگردانی الهام آقالری از تهران
۳. «جشـــن ســـیاه» به کارگردانی آرمان قلی‌پور دشتکی از شهرکرد
۴. «زیبای خفته در دریا» به کارگردانی فرشید ایران‌پرست از بندرعباس
۵. «آخرین خداحافظی» به کارگردانی احســـان صبوری از تهران
۶. «در پناه نیزار» به کارگردانی حبیب علوانی از آبادان
۷. «فرشته‌ها» مهدی زمان‌پور کیاسری از تهران
۸. «حلقه» به کارگردانی مشـــترک رایحه مظفریان و زهرا دشت بشی از شیراز
۹. «این خانه و جـــذام مادرم» به کارگردانی نوید صادقی از تبریز
۱۰. «هادی رســـتم بـــود» به کارگردانی عبـــاس بلوچی از رفسنجان
۱۱. «پورزال» به کارگردانی مشترک احسان فرخی‌فرد و ماریا ملوتی از تهران
۱۲. «کتایون» به کارگردانی محمد ناصری راد از شیراز
۱۳. «با قید محرمانگی» به کارگردانی شروین وحدت و پیام عزیزی از تهران
۱۴. «نوروزنامه» به کارگردانی داریوش نجفی گول از ارومیه
همچنین ســـه فیلم کوتاه مســـتند به‌عنوان آثار منتخب جشنواره‌های منطقه‌ای سینمای جوان به طور مستقیم به رقابت چهل و یکمین جشنواره بین‌المللی فیلم کوتاه تهران راه یافتند که عناوین‌شان بدون اولویت به شرح زیر است:
۱. «کوهســـتان یک روایت زنانـــه» به کارگردانـــی ریبوار محمودپور از مریوان (دارنده تندیس شـــصت و هشـــتمین جشنواره منطقه‌ای مشگین‌شهر-ساوالان)
۲. «بازگشـــت به لوگا» به کارگردانی محســـن شیرزایی از زاهدان (دارنده تندیس شصت و نهمین جشنواره منطقه‌ای مشهد-مهروشید)
۳. «شـــرور» به کارگردانی پارســـا انصاری از تهران (دارنده تندیس هفتادمین جشنواره منطقه‌ای قزوین-رازیا)
کتایون جهانگیری، مهدی شامحمدی و معین کریم‌الدینی مسئولیت انتخاب و داوری فیلم‌های کوتاه مستند جشنواره چهـــل و یکم را برعهـــده دارند. چهل و یکمین جشـــنواره بین‌المللی فیلم کوتاه تهران به دبیری مهدی آذرپندار ۲۷ مهر تا ۲ آبان ۱۴۰۳ برگزار خواهد شد.

سینماک جهان

فلسطین مهمان افتخاری جشنواره فیلم شارجه ۲۰۲۴ است

یازدهمین دوره جشنواره بین المللی فیلم کودکان و نوجوانان شارجه (SIFF) اعلام کرد فلسطین کشور مهمان این دوره از جشنواره است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ورایتی، جشنواره بین‌المللی فیلم کـــودکان و نوجوانان شـــارجه با هدف پرورش استعدادهای هنری و تبادل فرهنگی و برای حمایت از فیلمسازان نوظهور و تثبیت شده و در عین حال بستری برای نمایش آثار خلاقانه آن ها برگزار می شود.
در این جشـــنواره که از ۶ تا ۱۲ اکتبر (۱۵ تا ۲۱ مهر) در مرکز شهر الزاهیه شارجه برگزار می‌شود، امسال ۹۸ فیلم از ۱۸ کشور برای نمایش در جشـــنواره انتخاب شده‌اند. این فیلم‌ها از بین ۱۸۳۴ فیلم ارسالی از ۷۳ کشور، انتخاب شده‌اند.
در عین حال حضور فلسطین به عنوان مهمان افتخاری به شرکت کنندگان فرصتی منحصر به فرد برای کاوش در تاریخ متنوع و داستانی فیلمسازی فلسطینی که به خاطر غنای زیبایی‌شناختی و کمک‌هایش به سینمای عرب مشهور است، می‌دهد.
شیخه جواهر بنت عبدالله القاسمی، مدیر جشنواره بین‌المللی فیلم کودکان و نوجوانان شـــارجه، با ابراز خوشحالی از حضور فلسطین به عنوان مهمان افتخاری، اظهار کرد: امسال، فلسطین و ویژگی‌های متمایز فیلم‌های آن را جشن می گیریم که از دهه ۱۹۲۰ بر سینمای عرب تأثیر گذاشته است. سینمای فلسطین همچنان به ارائه آثار قابل تامل و بصری جذابی که نبض جامعه فلسطین را منعکس می کند، ادامه می دهد.
در این جشنواره فیلم‌های مختلفی از کشورهایی از جمله عمان، مصر، فرانسه، ایران، روسیه، عربستان سعودی، کره جنوبی، اسپانیا و آلمان به نمایش گذاشته می‌شود.
«۷۶۰۰» ساخته بهروز باقری ۹۵ دقیقه و «در آغوش درخت» ساخته بابک خواجه پاشا ۸۲ دقیقه از ایران از فیلم‌هایی هستند که در بخش فیلم بلند جشنواره نمایش داده می‌شوند.
در بخش «فرش سبز» ۴ فیلم برای اولین بار نمایش داده می شـــوند که شامل «آماکور» فیلمی کویتی به کارگردانی احمد الخـــدری، «مربیان»، فیلمی ایتالیایی بـــه کارگردانی آندره آ جاپلیـــن، «معلم» فیلمی عربی به کارگردانی فرح نابلســـی و «دیپلودوکوس» فیلمی ماجرایی محصول مشترک اسلواکی، جمهوری چک و لهستان می‌شود.
هیئت داوران جشـــنواره شـــامل ۱۸ کارگردان و صاحب نظر صنعت، فیلم‌ها را در چند دسته ارزیابی خواهند کرد که شامل فیلم‌های دانشجویی با ۱۹ فیلم، فیلم کوتاه بین‌المللی با ۱۱ فیلم، فیلم کوتاه عربی با ۱۷ فیلم، فیلم کوتاه انیمیشن با ۱۴ فیلم، فیلم بلند انیمیشن با ۴ فیلم، فیلم بلند با ۱۲ فیلم، فیلم‌های ساخته شـــده توسط کودکان و نوجوانان» با ۱۰ فیلم و فیلم مستند با ۱۱ فیلم است.
علاوه بر این، این جشنواره همچنین پذیرای مهمانانی از امارات، منطقه و فراتر از آن خواهد بود. عمر الملا کارگردان اماراتی، عمر الرمال کارگردان فلسطینی، یسرا بازیگر مصری، جابر تغموش بازیگر اماراتی و ســـواد ال-عبـــدالله بازیگر کویتی از جمله این چهره‌ها هستند.