کافه کتاب

زندگی خود را دوباره بیافرینید

نویسنده: جفری یانگ-جنت کلوسکو
مترجم: رضا اکبری
انتشارات میلکان

پیام آشنا: کتاب زندگی خود را دوباره بیافرینید نوشتهٔ جفری یانگ و جنت کلوسکو که انتشارات میلکان آن را منتشر کرده است، جای بسی خوشحالی است که جفری یانگ و جنت کلوسکو با بهره‌گیری از اصول و روش شناخت درمانی، به موضوع پرنرخ مشکلات شخصیتی پرداخته‌اند. این دو نویسنده با فراهم آوردن جعبه ابزاری فنرمند و قرار دادن آن در اختیار عموم به منظور ایجاد تغییرات اساسی در زندگی شخصی و شغلی، دست به کار دیدنی زده‌اند.

درباره کتاب زندگی خود را دوباره بیافرینید

اختلالات شخصیتی، گلوهای خود مخرب و دیوهایی‌اند که دردسرهای مصیبت باری را برای بیماران به همراه می‌آورند. افرادی که دچار اختلالات شخصیتی‌اند، علاوه بر تنش‌های روشنی از بیماری مثل افسردگی و اضطراب در زندگی هم با مشکلاتی طولانی‌مدت دست‌به‌گریبان‌اند. اغلب از روابط صمیمی خود ناخشنودند یا پیوسته در زمینه شغلی‌شان از قافله عقب می‌مانند. کیفیت کلی زندگی‌شان معمولاً کمتر از چیزی است که خواهان آن هستند. شناخت درمانی توسعه‌یافته است تا یافتی به چالش موجود در درمان این گلوهای مزمن و پیچیده باشد. در درمان مشکلات شخصیتی، نه‌تنها توجه‌مان را به شماری از نشانه‌های بیماری از جمله افسردگی، اضطراب، حملات اضطرابی، اعتیاد، اختلالات کم یا پرخوری، مشکلات جنسی و بی‌خوابی معطوف می‌کنیم، بلکه به طرح‌واره‌های نهفته باورهای کنترل کننده نیز توجه می‌کنیم. منظور یانگ و کلوسکو از طرح‌واره‌ها همان «تله‌های زندگی» است. بیشتر بیماری که برای درمان مراجعه می‌کنند، طرح‌واره‌های اولیه و مشخصی دارند که خود را به‌صورت نشانه‌های بیماری در زمینه‌های متعدد نشان می‌دهند. پرداختن به این طرح‌واره‌های اولیه، در درمان می‌تواند نتایج سودمندی داشته باشد و در شماری از جنبه‌های زندگی بیمار می‌تواند منشأ اثر گردد. شناخت درمانگرها متوجه شده‌اند بعضی از نشانه‌ها بر احتمال وجود مشکل در سطح طرح‌واره دلالت می‌کنند.

معتقدیم زندگی خود را دوباره بیافرینید شکاف قابل تأملی را که در کتاب‌های حال حاضر در مورد خودسازی وجود دارد پر می‌کند. به همان میزان که رویکردهای مؤثر درمانی وجود دارند، کتاب‌های خودیاری بسیار خوبی هم هستند. باین‌حال، اکثر آنها محدودیت‌هایی دارند. بعضی از کتاب‌ها تنها به مشکلی خاص مثل هم‌وابستگی، افسردگی، تنش‌زا، صراحت یا ضعف در انتخاب همسر می‌پردازند. برخی به چند مشکل می‌پردازند اما فقط از یک ابزار تغییر، مثل روش کودک درون، تمرینات زوج‌ها یا شیوه‌های شناختی رفتاری استفاده می‌کنند. کتاب‌های دیگر انگیزشی‌اند یا به تفصیل درباره مشکلی عام، مثل فقدان (شخص با هر چیزی در زندگی)، صحبت می‌کنند اما راه‌حل‌هایی که ارائه می‌کنند چنان مبهم است که با وجود انگیزه تغییر، نمی‌دانیم چگونه آنها را انجام دهیم.

خواندن کتاب زندگی خود را دوباره بیافرینید را به چه کسی پیشنهاد می‌کنیم؟

همه انسان‌ها نیاز دارند که با طرح‌واره‌های خود آشنا شوند. این کار باعث می‌شود که انسان‌ها به حل و مدیریت این احساس‌ها و تلاه‌ها در زندگی خود بپردازند؛ بنابراین در هر جایگاه و شرایطی هستید، می‌توانید از مطالب مفید کتاب زندگی خود را دوباره بیافرینید استفاده مفید داشته باشید.

درباره جفری یانگ

جفری یانگ روان‌شناس مطرح آمریکایی است که در سال ۱۹۵۰ متولد شد. او نبیل گذار مؤسسه شناخت درمانی نیویورک و مؤسسه طرح‌واره درمانی است. جفری یانگ خوش طرح‌واره درمانی را بنیان گذاری کرده و توسعه داده است. او چندین کتاب مهم در زمینهٔ نظریه شناختی رفتاری و طرح‌واره درمانی نوشته است. او همین طور به عنوان مدرس در دانشکده روان‌شناسی کالج دانشگاه کلمبیا نیز فعالیت می‌کند. دکتر یانگ با جست‌وجو در ریشه‌های مشکلات ذهنی مبتنی بر احساسات و روابط قرار، اقدام به درمان آن‌ها می‌کند.

دکتر یانگ تحصیلات ابتدایی خود را در دانشگاه ییل آمریکا به پایان رساند و پس از آن مدرک دکترای خود را از دانشگاه پنسیلوانیا دریافت کرد. مدرک پسا دکترای خود را نیز در مرکز شناخت درمانی دانشگاه پنسیلوانیا به همراه دکتر بک تکمیل کرد و پس از آن به‌عنوان مدیر بخش آموزش و پژوهش شروع به فعالیت کرد. دکتر یانگ بیش از ۲۴ سال سابقه سخنرانی‌های بین‌المللی در زمینه‌های شناخت درمانی و طرح‌واره درمانی دارد. او مقالات بسیار زیادی در شاخه‌های شناخت و طرح‌واره درمانی دارد. همچنین دو کتاب مطرح طرح‌واره درمانی، راهنمای تمرین برای متخصصین سلامت روان» و «زندگی خود را دوباره بازبیافرینید» که کتابی مطرح در زمینه خودشناسی مبتنی بر طرح‌واره درمانی است، را منتشر کرده است. دکتر یانگ علاوه بر نویسنده بودن به‌عنوان راهنما و مشاور در بسیاری از مؤسسات و پژوهشکده‌های طرح‌واره و شناخت درمانی فعالیت می‌کند. همچنین دکتر یانگ در نوشتن کتاب «مقابله ترخیصی شناخت درمانی در مقابله با داروهای ضدافسردگی» نیز همکاری کرده است.

بخش‌هایی از کتاب زندگی خود را دوباره بیافرینید

ولت همسر هنتر از دست او بسیار عصبانی است. ولت می‌خواهد بیرون برود و به کارهایش برسد. او می‌گوید درست هم می‌گوید محروم ماندن، بی‌اعتنایی در حق اوست. هر روز پیش از پیش کارها را بدون هنتر انجام می‌دهد. والدین هنتر شدیداً در مراقبت از او زیاده‌روی کرده‌اند. والدینش بازماندگان هولوکاست‌اند و بیشتر دوران کودکی‌شان را در اردوگاه‌های زمان جنگ گذرانده‌اند. به قول خودش، والدینش با او مثل عروسک چینی رفتار کرده‌اند. آنها مرتباً او را از تهدیدات احتمالی (اما غیرمحتمل) که متوجه آسایش او بود برحذر می‌داشتند. شاید ناتالیه بگیرد در مترو گرفتار شود، غرق شود یا در میان آتش‌گیر بیفتد. جای تعجب ندارد که او بیشتر وقتش را در وضعیت درخناک اضطراب می‌گذراند و در تلاش است به خودش اطمینان دهد که دنیای خودش امن و امان است. در این اوضاع، تقریباً تمام چیزهای لذت‌بخش دارند از زندگی او بیرون می‌روند. هنتر قبل از اینکه به ما مراجعه کند در دوره‌ای سه‌ساله چندین داروی ضدافسردگی را امتحان کرده بود. دارو رایج‌ترین درمان برای افسردگی است. بعتازگی به روان‌پزشک مراجعه کرد و برایش آنیوان تجویز شد. هر روز قرص مصرف می‌کرد و دارو کمی به او آرامش می‌داد. حال بهتر و اضطراب کمتری را «حساس» می‌کرد. زندگی شیرین‌تر نشده بود. گرچه استفاده از دارو به او این احساس را می‌داد که بهتر می‌تواند با همه چیز کنار بیاید، همچنان از اینکه به بیرون از خانه برود امتناع می‌کرد. شوهر او گله می‌کرد که داروها تنها توانسته‌اند او را در چهاردیواری خانه خوشحال‌تر نگه دارند. مشکل جدی دیگر این بود که هنتر احساس می‌کرد به آنیوان وابسته شده است.

آمادگی البرز برای برگزاری یادواره ملی سرلشکر شهید ولی‌الله فلاحی

مدیرکل بنیاد شهید و امور ایثارگران استان البرز گفت: تمهیدات لازم برای برگزاری با شکوه نخستین یادواره ملی شهید امیر سرلشکر «ولی الله فلاحی» در این استان فراهم شده است.

به گزارش پیام آشنا، سلیمان رستمیان روز شنبه در نشست خبری دست اندرکاران نخستین یادواره شهید امیر سرلشکر ولی‌الله فلاحی، فرمانده نیروی زمینی ارتش جمهوری اسلامی که در سالن شهدای مدافع حرم بنیاد شهید و امور ایثارگران استان البرز برگزار شد، افزود: این یادواره با حضور فرماندهان ارشد نظامی و انتظامی و مسوولان کشوری روز چهارشنبه ۲۴ آبان‌ماه جاری در تالار شهیدان نژاد فلاح کرج برگزار می‌شود. وی اظهار کرد: به طور معمول در طول تاریخ تمام اقوام و ملت‌ها با قهرمانان خود شناخته می‌شوند و با پرداختن به ابعاد شخصیتی آنان مسیر خود در زندگی را بر اساس اسوه، الگو و رفتار آن قهرمان طی می‌کنند.

رستمیان ادامه داد: در تاریخ کسانی در سرنوشت فرهنگی، اجتماعی و علمی ملت‌ها تاثیر گذار بوده اند که در کشور ما هم با توجه به بروز و ظهور یک انقلاب ارزشی، کسانی مانند شهید فلاحی به رغم جو حاکم بر کشور با مجاهدت‌های خود سرنوشت این سرزمین اسلامی را رقم زدند.

مدیرکل بنیاد شهید البرز افزود: مجاهدت های شهید فلاحی در اوایل انقلاب اسلامی و تشکیل نظام اسلامی بر هیچ کس پوشیده نیست.

رستمیان بیان کرد: ارتش در این برهه با رهبری حکیمانه امام(ره) با مجاهدت شهدایی همچون شهید فلاحی مأموریت خود را در انقلاب به خوبی به‌عنوان یک ارتش مردمی ادا کرد. وی با بیان اینکه مولفه اصلی انقلاب ما در پیشبرد اهداف و آرمان ها، شهادت طلبی، مجاهدت و از خودگذشتگی اقشار مختلف ایران در طول تاریخ این مرز و بوم بوده، اظهار کرد: این سرزمین با وجود مجاهدان و ایثارگرانی جان برکف دوران های پرافتخاری در تمام عرصه ها داشته است.

وی قلم اصحاب رسانه را اثرگذار در بطن جامعه و افکار و اعتقادات لایه های مختلف اجتماعی دانست و گفت: اصحاب رسانه کمک کنند تا لایه های پنهان زندگی این شهید سرافراز که تاکنون بیان نشده و به آن پرداخته نشده، نمایان شود.

مدیرکل بنیاد شهید و امور ایثارگران استان البرز افزود: شهید فلاحی توانمندی نظامی و فکری بالایی در دوران خدمت خاطره دوانش که در دوران طاغوت به دلیل اعتقاداتش از رشد و پیشرفت این شهید جلوگیری شد.

استفاده از ظرفیت فرهنگ و هنر و رسانه البرز برای شناساندن شخصیت شهید فلاحی

مدیرکل فرهنگ و ارشاد اسلامی استان البرز نیز در این نشست خبری گفت: یادواره ها مراسمی برای پاسداشت و قدردانی از زحمات ایثارگران ومجاهدانی است که برای امنیت و اقتدار کشور جان خود را فدا کردند. سعید جابری انصاری با تاکید بر اینکه اصحاب فرهنگ، هنر و رسانه آمادگی خود را برای هر چه باشکوهتر برگزار شدن این یادواره اعلام می کنند، افزود: همچنین تبلیغات تلویزیون های شهری و تابلوهای تبلیغاتی به این امر اختصاص می یابد تا در جریان سازی این رویداد رسانه ای نقشی موثر داشته باشیم. وی جریان سازی فرهنگ ایثار و شهادت از طریق رسانه های سمعی و بصری باالهمیت برشمرد و اظهار کرد: با تولید محتوا می‌توان اثرگذاری این مراسم را بیشتر کرد.

جابری انصاری تصریح کرد: برگزاری این مراسم کار بسیار ارزشمندی است که باید هر کس به سهم خود قدمی در راستای برگزاری آن بردارد.

بر اساس این گزارش، تیمسار سرلشکر شهید «ولی‌الله فلاحی» زاده سال ۱۳۱۰ در شهرستان طالقان استان البرز بود که تحصیلات ابتدایی و متوسطه خود را در طالقان و دبیرستان نظام تهران گذراند و پس از اخذ دیپلم در مهرماه سال ۱۳۳۰ وارد دانشکده افسری شد و با درجه ستوان دومی و رسته زرهی از آن دانشکده فارغ‌التحصیل شدو سپس در لشکر ۹۲ زرهی خدمت خود را شروع کرد.

فلاحی به دلیل مخالفت‌هایش با حکومت پهلوی از سال ۱۳۳۰ تا ۱۳۵۲ چهار بار به زندانی شد ولی به دلیل تفکر و دانش بالا همواره مورد احترام فرماندهان ارتش قرار داشت.

این شهید بزرگوار با درجه سرهنگ دومی به همراه گروهی از افسران ایرانی به عنوان ناظر صلح سازمان ملل در آتش‌بس ویتنام، از سال ۱۳۵۱ تا اواسط ۱۳۵۳ را در این کشور گذراند.

وی در ۱۲ مهرماه ۱۳۵۷ پس از گرفتن درجه سرتیپی به شیراز منتقل شد و به عنوان معاون فرماندهی مرکز پیاده شیراز به کار خود ادامه داد.

فلاحی در سال ۱۳۵۷ و پس از پیروزی انقلاب اسلامی به عنوان نخستین فرمانده نیروی زمینی ارتش جمهوری اسلامی منصوب شد و در سال ۱۳۵۹ به عنوان رئیس ستاد مشترک ارتش جمهوری اسلامی معرفی شد و سرانجام در مهرماه سال ۱۳۶۰ همراه با تنی چند از فرماندهان در اثر سقوط هواپیما به شهادت رسید.

فعالیت‌های پرورشی باید در میدان واقعیت اثر گذار باشد

معاون پرورشی و فرهنگی آموزش و پرورش استان البرز گفت: فعالیت‌های پرورشی اگر در میدان واقعیت اثرگذار نباشد، بیهوده است.

به گزارش پیام آشنا، سردار فتح‌اللهی صبح شنبه در حاشیه بازدیدهای دوره‌ای از فعالیت‌های پرورشی و فرهنگی مدارس استان البرز اظهار کرد: معاونت پرورشی و فرهنگی اداره کل آموزش و پرورش استان البرز به دنبال سه مأموریت اصلی خود با عنوان برنامه فراگیر پرورشی، برنامه ملی نماد و ثبت فعالیت‌ها در سامانه نورینو در سال تحصیلی جاری، اقدام به تشکیل کارگروه نظارت تخصصی در راستای بازدید از نحوه‌ی اجرایی سازی این برنامه‌ها در مدارس استان نموده است.

وی افزود: این بازدیدها به دنبال اجرایی سازی و استناد دادن فعالیت‌های پرورشی و فرهنگی از ستاد به کف مدرسه است؛ ما به همان اندازه که می‌بایست برای تبیین برنامه‌های پرورشی تلاش کنیم، می‌بایست با بازدیدهای مستمر و دوره‌ای، بتوانیم این سیاست‌ها را در مدرسه به مرحله اجرا درآوریم.

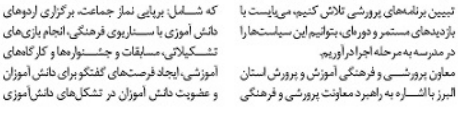
معاون پرورشی و فرهنگی آموزش و پرورش استان البرز با اشاره به راهبرد معاونت پرورشی و فرهنگی وزارت آموزش و پرورش مبنی بر کاهش برنامه‌ها به لحاظ تعداد و تنوع و در مقابل پوشش دهی وسیع آن، اظهار کرد: اسناد هشت برنامه اصلی در دستور کار قرار دارد، که می‌بایست حداقل ۷۰ درصد دانش آموزان را تحت پوشش قرار دهند؛ یکی از این برنامه‌ها، اجرایی سازی برنامه فراگیر پرورشی در مدارس است، که شامل: برپایی نماز جماعت، برگزاری اردوهای دانش آموزی با سناریوی فرهنگی، انجام بازی‌های تشکیلاتی، مسابقات و جشنواره‌ها و کارگاه‌های آموزشی، ایجاد فرصت‌های گفتگو برای دانش آموزان و عضویت دانش آموزان در تشکل‌های دانش‌آموزی است.

وی ادامه داد: برنامه دیگر که بسیار مورد توجه است، برنامه ملی نماد است که می‌بایست مدیران مدارس، اهتمام ویژه در اجرای آن به عمل آورند تا بتوانیم از آسیب‌های اجتماعی موجود در بین دانش‌آموزان بکاهیم.

فتح‌اللهی تصریح کرد: فعالیت‌های پرورشی اگر در میدان واقعیت اثرگذار نباشد، بیهوده است اما رویکرد جدید، نقش تربیتی مدیران مدارس را تقویت کرده و این توجه می‌تواند ما را برای رسیدن به عدالت آموزشی و پرورشی و نیز تحقق ساحت‌های تربیتی یاری کند.

نمایشگاه ملی هنرهای تجسمی ماهور گشایش یافت

آیین گشایش نمایشگاه ملی هنرهای تجسمی در تمامی گرایش‌های هنری با عنوان ماهور با ۳۵ اثر از مجموعه آثار هنرمندان و پیشکسوتان هنرهای تجسمی در تاریخ جمعه ۱۹ آبان ماه ۱۴۰۲ در محل نگارخانه نقش ناب برگزار شد.



به گزارش پیام آشنا، مریم فضلی مدیر مسئول نگارخانه نقش ناب و کیوریتور این نمایشگاه گفت: هدف از برگزاری این نمایشگاه گرداوری آثار نفیس و ارزشمند اساتید و هنرمندان در تمامی گرایش‌های هنرهای تجسمی از کشور عزیزمان و به نمایش درآوردن این آثار است.

وی در بخش دیگری اظهار کرد: در این نمایشگاه ۳۵ اثر از ۲۰ هنرمند پس از داوری به نمایش درآمده است. اسدپور، به برپایی این گونه نمایشگاه‌ها عاملی برای کمک به اقتصاد هنر و رونق بازار هنری در کشور عزیزمان باشیم.

فضلی در خصوص ساعات و روزهای بازدید علاقه‌مندان به این نمایشگاه نیز گفت: هنردوستان می توانند همه روزه از ساعت ۱۶ الی ۱۹ برای بازدید این نمایشگاه به نگارخانه نقش ناب به نشانی: تقاطع بزرگراه ستاری، خیابان مخبری، جنب شیرینی فروشی گلستان، خیابان سوسن آبادی، بن بست اول، پلاک ۸، واحد ۲ مراجعه کنند. (نگارخانه سه شنبه و چهارشنبه تعطیل است). همچنین اختتامیه این نمایشگاه ۲۲ بهمن ماه ۱۴۰۲ ساعت ۱۶ الی ۱۹ برگزار خواهد شد.

اسامی شرکت کنندگان در این نمایشگاه به شرح ذیل است: مرحوم دکتر حبیب‌الله صادقی، حسین شکرابی، امیر حسن طلایی بزاز، شراره صبور، ارزو رزاق نژاد(استان گلستان)، الهام شکوری، لیلا صادقی، فاطمه یارمحمدی، روژین عزیزاده لسدی(استان کردستان)، مریم حسین آبادی(استان سمنان)، سمیه عمویی، رویا علی محمدی (استان کردستان)، پریسا هادی، لادن منصوری مقرب(استان البرز)، میناصفوری(استان آذربایجان شرقی)، نفیسه رجبی، شهناز صالحی، سوگل مولاییان، المیرا سعادتی، سهیلا رباحی، سودا سلمانی.

آغاز «یک ملاقات ساده» در تئاترشهر

برنامه اجراهای آبان و آذرماه تالارهای نمایشی مجموعه تئاترشهر با میزبانی از ۹ نمایش صحنه‌ای و محیطی، اعلام شد که «حقایقی درباره سگ‌ها و گربه‌ها» به اتمام می‌رسد و اجرای «یک ملاقات ساده» در این مجموعه آغاز می‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی مجموعه تئاترشهر، برنامه اجراهای آبان‌ماه تالارهای نمایشی مجموعه با ۹ نمایش در تالارهای اصلی، چهارسو، قشقایی، سایه، کارگاه نمایش و کافه‌تریای اصلی اعلام شد.

در تالار اصلی، نمایش «پدر» نوشته فلوریان زلر و کارگردانی اروند دشت‌آرای، از ۱۷ مهرماه، ساعت ۱۸:۳۰ با مدت زمان ۸۰ دقیقه، قیمت ۲۰۰ و ۱۰۰ هزار تومان در سالن اصلی به صحنه رفته است. رضا کیانیان، مارین ون هولک، سعید چنگیزیان، سوگل خلیق، شیما خلیق، بهزاد کریمی و پریسا شاملویان در این نمایش ایفای نقش می‌کنند.

نمایش «پدر» تجربه‌ای درخناک اما انسانی از زوال عقل (آلزایمر) یک پدر و مشکلات ارتباطی او با دخترش پس از این بیماری است.

همچنین از روز یکشنبه، هفتم آبان‌ماه، نمایش «آواز عاشقانه دختر دیوانه» به کارگردانی آروند دشت آرای و مارین ون هولک و بازی انناز شاکردوست، نوید پورفرج، خسرو پسیانی و مارین ون هولک، ساعت ۲۰:۳۰ با مدت زمان ۹۰ دقیقه و قیمت بلیت ۱۰۰ تا ۲۵۰ هزار تومان در سالن اصلی به صحنه رفت.

نمایشنامه «آواز عاشقانه دختر دیوانه» توسط طلا معتضدی برلاس رمان «ریش آبی» نوشته آمیلی نوتوم و ترجمه ویدا سامعی نوشته شده است.

تالار چهارسو نیز از نهم آبان ماه میزبان نمایش «این دنیا به کنسرت ریکی مارتین به من بدهکاره» نوشته و به کارگردانی سهند خیرآبادی، بازی امیرمهدی ژوله و الیکا عبدالرزاقی، ساعت ۲۰، با مدت زمان ۶۵ دقیقه و قیمت بلیت ۱۸۰ هزار تومان شده است. این نمایش درباره مردی میان‌سال است که تصمیم گرفته بحران‌های زندگی خود را با مخاطب در میان بگذارد.

همچنین نمایش «یادگار» نوشته و به کارگردانی مهرداد کوروش‌نیا از ۱۶ آبان ماه ساعت ۱۸:۳۰ با مدت زمان ۵۰ دقیقه در تالار چهارسو به صحنه می‌رود. نسیم ادبی به عنوان بازیگر در این نمایش حضور دارد و قیمت بلیت آن ۱۲۰ هزار تومان در نظر گرفته شده است. «یادگار» رواینگر عاشقی و دلدادگی، دلبستگی و فراق با نگاهی متفاوت است.

تالار قشقایی نیز از روز جمعه- ۲۱ مهرماه میزبان نمایش «تله و زیون» نوشته عبدالحی شملسی و کارگردانی الهه پورجمشید شد. این نمایش ساعت ۱۸ با مدت زمان ۷۰ دقیقه و قیمت بلیت ۱۲۰ هزارتومان به صحنه می‌رود و درباره زن و شوهر فقیری است که بچه خود را به خاطر خرید یک تلویزیون می‌فروشند و پس از آن دچار چالش‌هایی می‌شوند. در نمایش «تله و زیون»، نادیا فرجی، محسن زرآبادی، محمود موسوی، هدیه طاهری و علی خاتمی به ایفای نقش می‌پردازند.

نمایش «نفرین رزالین» برلساس نمایشنامه «رومئو و ژولیت» شکسپیر و کارگردانی مسعود طیبی از ۱۶ آبان ماه ساعت ۱۸ با مدت زمان ۶۰ دقیقه و قیمت بلیت ۱۲۰ هزارتومان در تالار قشقایی به صحنه می‌رود و در آن کیوان بهرامی، روژین پناهی، محمدجواد شیخ و یگانه محمدی ایفای نقش می‌کنند.

از روز دوشنبه-هشتم آبان‌ماه در تالار سایه نمایش عروسکی بزرگسال «مامان» نوشته و به کارگردانی الهام سلج محمودی، ساعت ۲۰:۳۰، مدت زمان ۳۵ دقیقه و قیمت بلیت ۱۰۰ هزار تومان به صحنه رفت و در آن مرجان نامورآزاد، رویا ناصری، علی بلوتی، صبا قدیمی و معصومه آروژ در این نمایش به عنوان بازی‌دنده عروسک حضور دارند. این نمایش درباره انتخاب در شرایطی است که انسان بین مسوولیت و انتخاب‌شخصی، قرار می‌گیرد.

کارگاه نمایش نیز از روز ۱۴ آبان‌ماه ساعت ۱۹ میزبان نمایش «زندگی من، یک من ساده!» نوشته شراره پورخراسانی و کارگردانی حمدعلی زمانی با مدت زمان ۶۰ دقیقه و قیمت بلیت ۸۰ هزار تومان شده است. در این نمایش، سمیه انصاری، ارغوان رهین، رضا برزین، پویا فلاح و رویا نوغری به ایفای نقش می‌پردازند.

این نمایش درباره زنی است که عاشق تئاتر و نقاشی است و زمانی که به تئاتر پا می‌گذارد اتفاقاتی برای او رخ می‌دهد که زندگیش را عوض می‌کند.

از روز یکشنبه- ۲۱ آبان‌ماه- نمایش «یک ملاقات ساده» نوشته و کار جواد تولمی ساعت ۱۶:۳۰ مدت زمان ۴۰ دقیقه و قیمت بلیت ۵۰ هزار تومان در کافه‌تریای اصلی تئاترشهر به صحنه می‌رود. در این نمایش سبا سلیمانی، عباس علیرضا و مطهره قدسی‌زاده ایفای نقش می‌کنند. «یک ملاقات ساده» نمایشی است بر پایه روابط و مناسبات بینانسلی با رویکردی روانشناسانه که به اختلافات و شکاف بین دونسل و گسست خانواده می‌پردازد.

سینمای ایران

رکورد فروش و مخاطب روزانه سینمای ایران شکسته شد

سینمای ایران در هفته‌ای که گذشت پرمخاطب‌ترین و پرفروش‌ترین روزهای خود را گذراند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی مؤسسه سینماشهر، سه‌شنبه ۱۶ آبان ۲۷۴ هزار و ۱۲۰ نفر به سینما رفتند که این حضور باعث شد رکورد پرمخاطب‌ترین روز سینما شکسته شود.

جمعه ۱۹ آبان با حضور ۱۹۱ هزار و ۶۳ نفر مخاطب و فروش ۱۰۵ میلیارد و ۴۳۴ میلیون و ۳۲۷ هزار و ۵۰۰ ریالی رکورد پرفروش‌ترین روز سینمای ایران شکسته شد. همچنین پنجشنبه ۱۸ آبان با ۱۷۳ هزار و ۸۷۹ نفر مخاطب و فروش ۹۷ میلیارد و ۹۲۲ میلیون و ۵۲۰ هزار ریال، دومین روز پرفروش سینمای ایران محسوب می‌شود.

جشنواره چه خبر

جشنواره «کتاب و رسانه» فراخوان داد

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی خانه کتاب و ادبیات ایران، بیست‌ویکمین دوره جشنواره «کتاب و رسانه» در سه حوزه «مطبوعات و خبرگزاری‌ها»، «پخش رادیویی و تلویزیونی» و «رسانه‌های اجتماعی» را به این جشنواره ارسال کنند.

بر اساس این فراخوان، آثاری که از اول مهرماه ۱۴۰۱ تا سی‌ویکم شهریورماه ۱۴۰۲ منتشر شده باشند، در بیست‌ویکمین دوره جشنواره «کتاب و رسانه» قابل پذیرش خواهند بود و اهالی رسانه می‌توانند در هر محور سه اثر ارسال کنند.

در این دوره از جشنواره «کتاب و رسانه» از «بهترین وبترین کتابفروشی‌ها»، «شخصیت فعال رسانه‌ای کتاب» و «خانم فعال در استفاده از بسترهای رسانه‌ای» در بخش جایزه ویژه تقدیر خواهد شد و به برگزیدگان در محورهای ۱۹ گانه، تندیس، لوح تقدیر و جایزه نقدی اهدا خواهد شد.

علاقه‌مندان برای شرکت در بیست‌ویکمین دوره جشنواره «کتاب و رسانه» از بیستم آبان‌ماه تا پنجم آذرماه ۱۴۰۲ به‌مدت ۱۵ روز فرصت دارند تا با مراجعه به پایگاه اینترنتی جشنواره به نشانی resane.ketab.ir نسبت به مطالعه آیین‌نامه و ارسال آثار خود اقدام کنند.

کوتاه از موسیقی

گروه «مهربانی» با ۱۵۰ هنرمند به صحنه می‌رود

کنسرت گروه «مهربانی» به آهنگسازی و رهبری ارکستر سلمان سالک با حضور ۱۵۰ خواننده و نوازنده در تالار وحدت به صحنه می‌رود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از امور رسانه‌ای پروژه کنسرت گروه «مهربانی» به آهنگسازی و رهبری سلمان سالک با هنرنمایی ۱۵۰ خواننده و نوازنده از سازهای سنتی و محلی و با همکاری ارکستر فرهنگ و هنر - مرکز علمی کاربردی فرهنگ و هنر واحد ۴۶ روی صحنه می‌رود.

این کنسرت که توسط موسسه فرهنگی هنری آوای مهربانی برگزار می‌شود، در تاریخ‌ها ۲۲ و ۲۴ آبان ۱۴۰۲ در تالار وحدت به اجرا در خواهد آمد.

بخش نخست این برنامه به اجرای آثار کُرال ایرانی ساخته سلمان سالک روی اشعاری از مولانا و سایه اختصاص دارد. در این بخش ارکستری بزرگ متشکل از ۱۲۰ نوازنده و ۳۰ خواننده روی صحنه حاضر خواهند بود. بخش دیگر این برنامه به اجرای ۱۰ قطعه از موسیقی نواحی ایران با ارکستری متشکل از ۳۵ نوازنده و خواننده اختصاص دارد.

سلمان سالک نیز درباره این اجرا گفت: آنچه پیش‌روی مخاطبان قرار می‌گیرد، تجربه‌ای حاصل کنار هم قرار گرفتن سازهای زهی، مضرابی، بادی، کوبه‌ای و آواز ایرانی است. همه این‌ها در کنار هم، در قالب ارکستری بزرگ نواخته و خوانده می‌شود. در این کنسرت قطعاتی با فواصل موسیقی دستگاهی به صورت چندصدایی برای سازها و همخوانان موسیقی ایرانی، توسط اینجانب ساخته و تنظیم شده است.

وی با اشاره به استقبال مخاطبان از اجرای این کنسرت تاکید می‌کند: در ابتدا قرار بود کنسرت گروه «مهربانی» در یک سالس و در تاریخ ۲۲ آبان برگزار شود. با توجه به استقبالی که از این اجرا شد، کنسرت را برای ۲۳ آبان تمدید کردیم اما این تاریخ به دلیل برنامه‌هایی که در تالار وحدت قرار بود اجرا شود، به روز ۲۲ آبان تغییر کرد.

سالک افزود: خوشبختانه استقبال علاقه‌مندان به موسیقی از این اجرا به گونه‌ای بود که بلیت‌های نخستین اجرای ما در کمتر از ۷ ساعت به فروش رفت و در حال حاضر سالسی که تمدید کردیم هم کل بلیت‌هایش به فروش رفته است.