کافه کتاب

انعطاف پذیری هیجانی

نویسنده: سوزان دیوید
مترجم: سوما فتحی
انتشار: نیلگان

پیام آشنا کتاب انعطاف پذیری هیجانی نوشته سوزان دیوید و ترجمه سوما فتحی است و انتشارات میلکان آن را منتشر کرده است. موضوع این کتاب رهایی از قید و بندها و قدرت پذیرش تغییر است.

درباره کتاب انعطاف پذیری هیجانی

انعطاف‌پذیری هیجانی فرایندی است که به شما امکان می‌دهد در لحظه بیاندیشید، رفتارهای خود را تغییر یا ادامه بدهید تا به شیوه‌ای که سازگار با اهداف و ارزش‌های شماست زندگی کنید. فرایند نادیده‌گرفتن هیجان‌ها و افکار مشوش نیست، بلکه آسان‌گرفتن آن هیجان‌ها و افکار، رویه‌رویشان با آن‌ها با شجاعت و شفقت و بعد پشت‌سرگذاشتن آن‌هاست تا اتفاق‌های بزرگی در زندگی شما رخ دهند.

فرایند کسب انعطاف‌پذیری هیجانی در چهار اقدام اساسی بیان می‌شود:

رویارویی

بیش از آن یک بار گفت که هشتاد درصد موفقیت فقط ظاهرشدن بین مردم است. در این کتاب «رویارویی» به این معناست که با افکار، هیجان‌ها و رفتارهای خود با رغبت، کنجکاوی و مهربانی روبه‌رو شویم. برخی از این افکار و هیجان‌ها برای آن لحظه صحیح و مناسب‌اند برخی دیگر نگاه‌هایی قدیمی‌اند که در روزتان گیر کرده‌اند، مانند آن آهنگی که چندین هفته آنت تلاش می‌کنید از ذهنتان خارجش کنید.

درصورت، چه این افکار و هیجان‌ها برایتان صحیح باشند یا تحریف‌هایی مضر، بخشی از هویتمان هستند و می‌توانیم یاد بگیریم به آن‌ها ببردازیم و بیش برویم.

فاصله‌گرفتن

عنصر بعدی، پس از رویارویی با افکار و هیجان‌ها فاصله‌گرفتن و مشاهده آن‌هاست برای دیدن هویت واقعی‌شان است. آن‌ها فقط فکر و هیجان‌اند، با این کار فضای باز و بدون قضاوت فراتکل را بین هیجان و واکنشمان ایجاد می‌کنیم. همچنین می‌توانیم هیجان‌های مشوار را در حین تجربه کردن، شناسایی کنیم و راه‌های مناسب‌تری برای واکنش به آن‌ها پیدا کنیم. این مشاهده بالفاصله ملغ می‌شود که تجربه‌های گذرای ذهنی کنترلمان کنند.

دید وسیع‌تری که با فاصله‌گرفتن به دست می‌آوریم به‌معنای این است که یاد بگیریم خودمان را مثل صفحه شطرنج پر از امکان ببینیم، نه مثل مهره‌های روی صفحه بازی که به حرکات پیش‌بینی‌شده‌ای محدودند.

دنبال کردن ارزش‌ها و اهداف

پس از متوقف‌کردن و آرام‌کردن فرایندهای ذهنی و ایجاد فضای لازم بین افکار و دارنده افکار، می‌توانیم شروع کنیم به تمرکز بیشتر بر تمام آنچه واقعاً هستیم: ارزش‌های درونی‌مان، مهم‌ترین اهدافمان، شناسایی، پذیرش و سپس فاصله‌گرفتن از هیجان‌های ترسناک، آزاردهنده یا مخرب به ما توانایی می‌دهد که بیشتر «ویژه» را ببینیم؛ چیزی که افکار و احساسات را با ارزش‌ها و آرمان‌های بلندمدت انعام می‌کند و کمک می‌کند راه‌های جدید و بهتری برای رسیدن به آن‌ها پیدا کنیم.

شما هر روز هزاران تصمیم می‌گیرید. آیا بعد از کاربه بانگاه بروید یا به‌خاطر سلفت تخفیف فروشه در گاه از آن صرف‌نظر کنید؟ آیا باید تماس دوستی را که احساسات شما را جریحه‌دار کرده پاسخ دهید یا بگذارید به پیام‌گیر منتقل شود؟ ارزش‌های درونی مانند قطب‌نمایی عمل می‌کنند که شما را در مسیر درست قرار می‌دهند.

پیش‌رفتن

اصل تغییرهای کوچک

راهکارهای متداول خودیاری معمولاً تغییر را در اهداف بزرگ و تحول کامل می‌بینند، اما تحقیقات خلاف این را تأیید می‌کنند؛ اینکه تغییرهای کوچک و آگاهانه، که با ارزش‌های شما پیوند خورده‌اند، می‌توانند تفاوت زیادی در زندگی ایجاد کنند. این امر به‌ویژه زمانی درست است که عادات‌های روزمره و همیشگی زندگی را عمگذاری کنیم که با انگیزه روزانه لغرم فوق‌العاده‌ای برای تغییر فراهم می‌آورد.

اصل الاکلنگ

زندگی‌های تراز اول با چابکی و عضلات قوی بالاتنه ـ عضله‌های مرکز ولنشان ـ حرکات دشوار را طوری انجام می‌دهند که آسان به نظر می‌رسد. وقتی چیزی تعادلشان را به هم می‌زند، عضلات مرکزی بدن کمک‌شان می‌کنند تا دوباره متعادل شوند. اما برای رفاقت در سطوح عالی، باید تلاش کنند فراتر از منطقه امن بروند تا حرکات دشواتری را انجام دهند. مانیز باید تعادل بسیار خوبی بین چالش و توانمندی برقرار کنیم، تا نه از خودرضایی بالشیم و نه مستأصل، بلکه به‌واسطه چالش‌ها برانگیخته، مشتاق و سرزنده باشیم.

هدف نهایی انعطاف‌پذیری هیجانی، زنده و فعال نگه‌داشتن حس چالش و رشد در طول زندگی است.

کتاب انعطاف‌پذیری هیجانی راهنمایی است برای تغییر واقعی رفتار ـ روشی جدید از عملکرد که کمک می‌کند به زندگی مطلوبتان برسید و آزارهنده‌ترین احساساتتان به منبع انرژی، خلاقیت و بینش تبدیل شوند.

بخشی از کتاب انعطاف پذیری هیجانی

موفقیت و شکست هر فیلمنامه هالیوود در گرو این است که چقدر ما را «اسیر» ماجرای خودش می‌کند؛ فرض منطقی ساده‌ای که توجه مخاطب را به خود جلب می‌کند داستان را به جریان می‌اندازد و ماجرا را به جلو می‌راند. این «اسیر» کردن لزوماً شامل کشمکش است و دیدن این که چگونه این کشمکش حل می‌شود؛ همان دلیلی که وقتی اسیر ماجرای یک فیلم می‌شویم ما را درگیر می‌کند و به تماشاگرت ادامه می‌دهیم.

من روان‌شناس متوجه شدم کتاب‌ها و فیلم‌هایی که بیش از همه اسیرم می‌کنند همان‌هایی اند که تمام کشمکش ما دست کم‌بیشتر آن ـ درون قهرمان است. بازیگری نامطبق زنان را درک نمی‌کند تا این که به‌خاطر احتیاج شدید به یک شغل، وانمود می‌کند زن است (توتسی)، دختر ساده‌ای که از تعهد می‌ترسد (هویس فراری)، یا در یکی از محبوب‌کننده‌ترین فیلم‌های تاریخ ـ قاتلی حرفه‌ای به سرش ضربه‌ای وارد می‌شود. وسط یک درگیری مسلحانه بیدار می‌شود و نمی‌داند کیست و چه می‌خواهد (هویت بورن).

ما ممکن است با خودروهای بدون سقف از کنار درختان نخل عبور نکنیم یا با ستارگان سینما جلسه نداشته باشیم، اما هریک، به روش خودمان، فیلمنامه هویس هالیوودیم. به این دلیل که هر طبقه از هر روز مشغول نوشتن متن هایی هستیم که در مجتمع سینمایی درون ذهنمان نمایش داده می‌شوند. اما در داستان‌های زندگی خودمان، اسیرشدن به‌معنای آن برانگیختگی میخکوب‌شدن پای تلویزیون نیست، بلکه به معنی اقناعی به دست هیجان، تفکر یا رفتارهای خودبرانگیزاند.

ذهن انسان ماشینی معتاد است و بخش بزرگی از انسان‌بودن تلاش برای درک میلیاردها اطلاعات حسی است که هرروزه از هر سو دریافت می‌کنیم. روش ما برای درک کردن این است که تمام تصاویر و صداها و تجربه‌ها و ریطمی را که در اطرافمان وجود دارند به‌شکل روایتی یکپارچه دربیاوریم. این متم، سوژن، که دارم بیدار می‌شم من توی تختخوابم این پستاندار کوچیکی هم که داره بالا و پایین می‌پره بسیرم نوا، است من قبلاً در ژوهانسبورگ زندگی می‌کردم، اما حالا در ماساچوست زندگی می‌کنم. فردوز باید بلندم و برای به جلسه آماده بشم. کارم همینه من روان‌شناس هستم و با افراد مراقات می‌کنم تا حالشون کمک کنم.

طرح آموزشی و اطلاع رسانی بصیرت مجازی در البرز آغاز شد

رئیس بسیج رسانه استان البرز از آغاز طرح آموزشی و اطلاع رسانی بصیرت مجازی در این استان با هدف افزایش سطح آگاهی در مقابل آسیب‌های اجتماعی خبر داد.

به گزارش پیام آشنا، ابراهیم نوروزی فرافزود: دراجرای این طرح به مدت ۲ روز علاقه‌مندان با حضور در کلاس‌های آموزشی بیشی بینی شده می‌توانند با آسیب‌های ناشی از عدم استفاده صحیح فضای مجازی آشنا شوند.

وی بیان کرد: رفتارشناسی کاربران فضای مجازی، فرصت‌ها، ظرفیت‌های فضای مجازی، استراتژی تولید محتوا و مدیریت شبکه‌های اجتماعی، سواد رسانه‌ای از جمله محورهای آموزشی پیش بینی شده در طرح بصیرت مجازی است.

رئیس بسیج رسانه استان البرز تاکید کرد: این طرح ویژه اصحاب رسانه و روابط عمومی‌ها بوده و روزهای سه شنبه ۲۰ شهریور و چهارشنبه ۲۱ شهریور در دانشکده کشاورزی منابع طبیعی دانشگاه تهران واقع در شهرستان کرج درحال برگزاری است.

وی باد آورشد: با توجه به اهمیت بصیرت مجازی در شرایط فعلی این طرح با محورهای موضوعی بیشتری درآینده ادامه پیدا خواهد کرد.

نوروزی فر گفت: دشمن در فضای مجازی از انواع ترفندها و فناوری‌ها برای مهندسی ذهن، گمراهی و تحریف واقعیت استفاده می‌کند بنابراین آمادگی در عرصه جنگ نرم در فضای مجازی برای مقابله با آن حائز اهمیت است.

رشد سینمای ایران مستلزم اجتناب از کشمکش‌های درون صنفی است

رئیس سازمان سینمایی در آستانه روز ملی سینما طی پیام تبریکی نوشت: سینمای ما برای اینکه از قافله جهش‌های حیرت آور دنیا جا نماند نیاز به فراروی از کلیشه‌های کهنه و جنبره سنتی دارد و برای پیوستن به شتاب رشد این صنعت، بگذلی و اجتناب از کشمکش‌های درون صنفی ضروری اجتناب ناپذیر است.

به گزارش پیام آشنا به نقل از اداره کل روابط عمومی سازمان سینمایی؛ در متن پیام محمد خزایی به مناسبت روز ملی سینما آمده است: سینما یکی از جلوه‌های زیبای هنری ذهن حقیقت‌جو و کمال گرای انسان معاصر است؛ هنری شکوهمند، جذاب و چشمگیر که با اکسیر آگاهی و احساس، شتاب و کیفیت تکاملی انسان مدرن را دستخوش تحول ساخته است و در روند بهسازی زیستبوم جوامع امروز، جایگاه ویژه‌ای دارد. این معجزه قدرتمند قرون جدید مسیر حرکت تاریخ بشر را هم، تحت تاثیر قرار داده است.

وی افزود: هر جامعه و کشوری که از راهبردها و کاربردهای این هنر نوین در جهت رسیدن به اهداف خود استفاده کند، به رشد و شکوفایی آن، در ساحت‌های مختلف کمک کرده است.

خزایی ادامه داد: تصور جامعه‌ای بدون سینما در دنیای امروز، تقریبا محال است. سینما به همان اندازه که توانسته خودش به رشد و پویایی برسد، این قابلیت را داشته است که وجوه اجتماعی، سیاسی، اقتصادی و فرهنگی ملت‌ها را نیز، توسعه و بسط دهد.

وی تاکید کرد: قدرت بی‌مانند سینما را در اعتلای یک جامعه نباید نادیده بگیریم چرا که به واسطه شعاع فراگیری که دارد هم، می‌تواند انسان تربیت کند و هم جوامع را متحول سازد. مضافا اینکه، سویه دیگر سینما، می‌تواند ویرانگر و مخرب باشد، چنانچه‌بی‌توجه‌مبانی تمدنی‌بنیان‌های انسانی و نظام اخلاقی به سرانجام برویم، می‌تواند خطرساز و آسیب‌زننده باشد اگر منافع ملی، شرافت و نجابت انسانی و عدالت اجتماعی را در فرآیند آن، نادیده بگیریم.

خزایی ادامه داد: سینما در کشور ما هم، تاریخ پرنشیب و فرازی دارد. بیش از چهار دهه پس از انقلاب اسلامی قدم‌های بلندی برای توسعه و شکوفایی آن برداشته شده و اکنون، نمره این نگاه، سرمایه ارزشمند خاطرات جمعی و مشترک ما از گرمای حضور سینما طی چند دهه گذشته است.

وی افزود: باورمان این است که مهم‌ترین ثروت سینمای ایران سرمایه انسانی آن است که در عرصه ملی و بین‌المللی به آن، تشخص مضاعف بخشیده است. و از همین رو، سینمای ایران به خاطر کارنامه درخشانش از مهم‌ترین سینماهای منطقه و جهان به شمار می‌آید.

رئیس سازمان سینمایی تصریح کرد: سیر نزولی سینمای ایران به سمت ابتذال در برخی ادوار، هم مدیران فرهنگی و هم، صاحب‌نظران و دغدغه‌مندان این عرصه را نگران کرده و هنوز هم، علیرغم بالایش‌ها و تحولات بسیار، این نگرانی در بزرگان و پیشکسوتان سینما وجود دارد و تا رسیدن به آن سینمای آرمانی فاصله زیادی داریم؛ به عنوان عضو کوچکی از خانواده بزرگ سینمای ایران معتقدم همچنان، با تقویت همدلی و وفاق شکل گرفته در سینما، مسئولان فرهنگی و مردم رسیدن به آن نقطه دور از دسترس نیست.

وی افزود: سینما پس از مقطع کرونا و برخی رخدادهای اجتماعی، در این سال‌ها، رخ‌ها برداشته و بحران‌های سختی را تجربه کرده؛ و مسیر دشواری برای ترمیم آن تا به امروز، طی شده است.

خزاعی ادامه داد: بازگشایی و توان‌بخشی به بدنه آسیب‌دیده سینمای پس از کرونا، جلعه‌شناسی سینما و شناخت سلایق و ژانرگرایی و استفاده‌دار دسازی فعال‌سازی دیپلماسی منطقه‌ای، کمک به رشد سینمای ملی، فرهنگی و اجتماعی، بازشناسی مسیرهای آشتی خانواده‌ها با سالن‌های سینما، نگاه جدی با هدف احیای ظرفیت‌های سینمایی استان‌ها جوان‌گرایی و احترام به اصل چرخش نخبگانی، توجه و تاکید به جایگاه و منافع واقعی مجموعه‌های صنفی، شناسایی و جلب سرمایه‌گذاری برای توسعه زیرساخت‌ها با بهره‌گیری از ظرفیت‌های بخش‌های دولتی، خصوصی و ارگانی، توجه به فناوری‌های نوین در صنعت بخش و اکران، و رونق اقتصاد سینما گوشه‌ای از اقدامات و دستاوردهای جمعی خانواده سینما در این دوره است.

وی افزود: بدون‌شک، سینمای ایران بدون حمایت تمام اهالی سینما و مخاطبان فرهیخته آن، قطعا، نمی‌توانست به جایگاه امروزش دست یابد. سینما با عبور از گذرگاه‌های پرخطر، رو به افق‌های تازه دارد. خروج از لندار، لنگارهای سنتی و روزمرگی به فداکاری و شهامت فعالان این عرصه نیاز دارد. دنیا با انقلاب تکنولوژیکی در صنعت سینما، وارد قلیم‌های جدیدی شده و ورود هوش مصنوعی و توان‌فزایی آن به صنعت سینما، این حوزه را با جهش‌های حیرت‌آور، همراه کرده است.

خزاعی تاکید کرد: معتقدم سینمای ما برای اینکه از این قافله جا نماند نیاز به فراروی از کلیشه‌های کهنه و جنبره سنتی دارد و برای پیوستن به شتاب رشد این صنعت، بگذلی و اجتناب از کشمکش‌های درون صنفی ضروری اجتناب ناپذیر است. روز سینما مجالی است برای یادآوری جایگاه این هنر پرمخاطب و تجربه این روزمانی را به قاطبه اهالی فرهنگ و هنر و به خصوص خانواده بزرگ سینما تبریک می‌گویم.

مهلت ارسال اثر به هجدهمین جشنواره «سینماحقیقت» تمدید شد

علاقه‌مندان برای شرکت در هجدهمین جشنواره بین‌المللی فیلم مستند ایران «سینماحقیقت» تا ۳۱ شهریورماه ۱۴۰۳ مهلت دارند آثار خود را در سایت جشنواره بارگذاری کنند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی مرکز گسترش سینمای مستند، تجربی و پویامایی، با توجه به درخواست تعدادی از صاحبان آثار برای آماده شدن نسخه نهایی فیلم‌های خود، شورای برگزاری هجدهمین جشنواره بین‌المللی «سینماحقیقت» مهلت دریافت آثار را تمدید کرد.

بخش‌های جشنواره عبارتند از: مسابقه ملی، مسابقه بین‌الملل، جایزه شهید آهنی «فغزه فلسطین، مقاومت»، بخش‌های جنبی ملی و بین‌الملل و بزرگداشت. ثبت نام در سایت panel.irandocfest.ir برای حضور در جشنواره «سینماحقیقت» امکان‌پذیر است.

در مقدمه، فرلخوان این دوره از جشنواره آمده: «دنیای امروز، دنیای عبور از یکجانبه‌گرایی و تک‌صدایی است؛ جهان روزهای سخت و لحظه‌های غریب‌آفرین. «سینماحقیقت» فرصتی برای شنیده شدن روایاک جهان چندصدایی است. با این رویکرد، امسال در بخش «فغزه فلسطین، مقاومت» که آثاری با موضوع مقاومت، فجایع انسانی و نسل کشی در غزه توجه خواهیم کرد. همچنین می‌کوشیم کلاف استعدادهای تازه و آثار خلاقانه و تماشایی در سینمای مستندپویا» در بخش ملی آثاری می‌توانند متقاضی حضور در جشنواره باشند که بعد از فروردین ۱۴۰۲ تولید شده باشند.

تو تقدیر هم در جشنواره «سینماحقیقت» انجام خواهد شد.

علاقه‌مندان فیلمسازان و متقاضیان ارسال اثر برای حضور در هجدهمین جشنواره «سینماحقیقت» می‌توانند برای کسب اطلاعات بیشتر به دبیرخانه جشنواره در تهران، خیابان سهروردی شمالی، میدان شهید قندی، شماره ۱۵، مرکز گسترش سینمای مستند، تجربی و پویامایی، طبقه اول (کدپستی: ۱۶۶۳۱۵۵۹) ، مراجعه کرده یا با تلفن ۸۸۵۲۸۲۱۴ تماس بگیرند.

هجدهمین جشنواره بین‌المللی فیلم مستند ایران «سینماحقیقت» آذرماه ۱۴۰۳ برگزار می‌شود.

اجرای موسیقی «سینما پاراديزو» تا «ابن سینا» در «نوای آفتاب»

قطعات ارکستر «نوای آفتاب» به رهبری امین سلامی با اجرای موسیقی مطرح‌ترین فیلم‌های سینمای ایران و جهان مشخص شد که موسیقی فیلم‌های «سینما پاراديزو»، «پدرخوانده» و سریال «ابن سینا» از جمله آنهاست.

به گزارش پیام آشنا به نقل از روابط عمومی ارکستر نوای آفتاب، این ارکستر شنبه و هفته مهرماه با اجرای قطعاتی از فیلم‌های مطرح سینمای ایران و جهان در تالار وحدت روز صحنه می‌رود و فروش بلیت این کنسرت از روز شنبه آغاز شده است.

امین سلامی رهبر ارکستر «نوای آفتاب» گفت: برای این کنسرت که به صورت بی‌کلام اجرا خواهد شد، ۹ قطعه از قطعات اجرایی کنسرت گذشته و هشت قطعه جدید، نیز از دیگر برگزیده‌های مطرح سینمای ایران و جهان انتخاب شده است و در این اجرا، چهار قطعه ایرانی، یک قطعه اجرای یک قطعه از سینمای ترکیه و مابقی قطعات از سینمای جهان هستند.

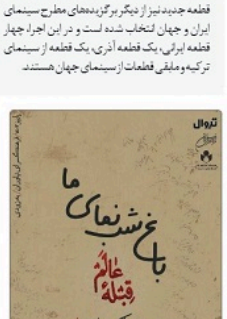
وی افزود: قطعات فیلم‌های سینمایی «چشم ببر» با آهنگسازی دان پیرسون، «سینما پاراديزو» با آهنگسازی لیو موریکونه، «افسون حرفه‌ای» با آهنگسازی اریک سرا، «پدرخوانده» با آهنگسازی نینو روتا، «ماری تاج و تخت» با آهنگسازی رامین جوادی، فیلم سینمایی «عصر جدید» با آهنگسازی چارلی چاپلین، سریال «ابن سینا» با آهنگسازی فرهاد فخرالدینی، فیلم «قیصر» به آهنگسازی لفندیار منفرد زاده در این کنسرت اجرا می‌شوند.

فیلم «۳:۱۰ به یوما» با موسیقی مارکو بلترامی، «اتابیتک» به آهنگسازی جیمز هورنر، سریال «یو آر» با آهنگسازی کریستوفر گلینگ و تیتون مک کیان، فیلم سینمایی «داستان عشق» با آهنگسازی فرانسیس لِه «ومنو ژولیت» با موسیقی نینو روتا، «لیزا» با آهنگسازی تیوکار اینیشکی، «آرتیس مال آلان» با موسیقی کوئینر حاجی بیگ و دو قطعه آخر از فیلم‌های سینمایی «گرگها» و «امارد» خواهد بود.

کنسرت مایستر داریوش حجازی و مدیر ارکستر جلیر ماجدی هستند و تنظیم و ارکستراسیون قطعات توسط محمدرضا آقایی و امین سلامی صورت گرفته است که هر دو تهیه‌کننده برنامه نیز هستند.

در این اجرا ۳۶ نوازنده می‌نوازند که بخش کلاسیک مشتمل بر ارکستر زهی و فلوت و پیلو، بخش باب شامل گیتار کلاسیک گیتاریس، اینوک و هارمونیکا و ساکسفون، درامز و کونگا و برکلس و گروه سازهای ایرانی شامل تار، سه‌تار، سنتور، قانون، تمبک و دف است.

«قبله عالم» با حضور فرزانه کابلی از اول مهر در نیاوران



نمایش «قبله عالم» به کارگردانی هادی مرزبان بر مبنای نمایشنامه «باغ شب نمای ما» نوشته زنده‌یاد اکبر رادی از اول مهر ماه اجرای خود را در سالن خلیج فارس فرهنگسرای نیاوران آغاز می‌کند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مشاور رسانه‌ای، این نمایش تازه‌ترین ساخته هادی مرزبان است که روایتی از زندگی و مرگ ناصرالدین شاه قاجار را با زمانی طنزآمیز به نمایش می‌گذارد.

در خلاصه داستان این اثر آمده است: «قبله عالم» به اطرافیان، همسران و به ویژه ملیجک خود مشغول بوده و از صدای اعتراضی که جلش را تهدید می‌کند، غافل شده است.

ایرج راد، فرزانه کلیلی، فرشید صمدی‌پور، آیه قبادیان، سپیده آرمان، محمدرضا بختیاری، حسام قریشی، علی بیکی، ستاره آقائی، هانا رفیعی، حمیدرضا زاله، کسرا ریاحی وفا، لیدا معتمد، گلبرز ابراهیم، آرش لازمی‌زاده، محمدرضا خلج، امیرحسین رستم خانی، امیررضا محرابی، بهروز بختیاری، غزال سیاج، محمدحسین لحافی بازیگرانی هستند که در این نمایش به ایفای نقش می‌پردازند.

از دیگر عوامل این اثر می‌توان به: شهرزاد پورفرد، آزیتا خرمی (دستیار کارگردان)، وحید لاری (طراح صحنه)، منیره ملکی (طراح لباس)، کیمیا نوری (منشی صحنه)، امیر کوروش امرایی (عکاس، ساخت تیزر)، فرناز مزین (طراح پوستر و لوگو تایپ) و حامد قریب (مدیر روابط عمومی و مشاور رسانه‌ای) اشاره کرد. نمایش «قبله عالم» از اول مهر ماه اجرای خود را آغاز کرده و هر شب ساعت ۲۰:۳۰ در سالن خلیج فارس فرهنگسرای نیاوران میزبان مخاطبان است.

علاقه‌مندان به تماشای این اجرا می‌توانند از سایت تیوال نسبت به خرید بلیت آن اقدام کنند.

یادداشت اختصاصی

به مناسبت ۲۱ شهریورماه، روز سینما

بانی ورود نخستین دوربین فیلمبرداری و نمایش فیلم در ایران، مظفرالدین شاه و اولین فیلمبردار ایرانی هم، ابراهیم خان عکاس‌باشی است. این رویداد، درست پنج سال بعد از اختراع دستگاه سینما توگراف به دست برادران لومیر در پاریس صورت گرفت. نمایش فیلم دختر لر، نخستین فیلم ناطق فارسی، با کوشش عبدالحسین سپنتا در هندوستان فراهم شد و در سال ۱۳۱۳ شمسی، اولین بار در سینما مایاک و سینما سپه تهران به نمایش عمومی گذاشته شد که با فروش فوق العاده روبه‌رو شد.

روز شنبه ۲۸ دسامبر سال ۱۸۹۵ میلادی، همزمان با ۷ دیماه ۱۲۷۴ شمسی، برادران لومیر دستگاهی را در زیرزمین گران‌کافه راه انداختند و آن را «سینما توگراف» نامگذاری کردند. سینما توگراف، عکس‌های متحرک را نشان می‌داد. همهٔ مردم می‌توانستند با پرداخت یک فرانک، بیست دقیقه عکس متحرک تماشا کنند.

سینما توگراف، دستگاه پیچیده‌ای بود که اولی لومیر با چرخاندن دستهٔ آن، عکس‌های متحرک را روی پردهٔ سفیدی نشان می‌داد. برادران لومیر، برای جهانی کردن پدیدهٔ ظهور خود، نمایندگانی به کشورهای مختلف جهان فرستادند تا آن‌ها را نیز با دستگاه‌های نمایش عکس متحرک آشنا کنند.

نخستین ایرانیانی که با این اختراع نوظهور آشنا شدند، سفرا و تاجرانی بودند که به قصد سیاحت و تهیهٔ اجناس و لوکسالی که در ایران خریدار داشت، به اروپا و آمریکا و آسیا سفر می‌کردند. ابراهیم صحاف‌باشی تهرانی، از همان نخستین ایرانیان بود. سه سال بعد از او، مظفر الدین شاه و میرزا ابراهیم عکاس‌باشی، در اروپا با دستگاه سینما توگراف آشنا شدند و دستگاه نمایش را با خود به ایران آوردند تا اهل حرم و نوکرها را با این پدیده آشنا سازند.

قاجاریه اگر چه دولتی مقتدر در عرصهٔ فرهنگ و سیاست نبود، اما ورود کالاها و آلاتی مانند پیکو، دوربین عکاسی و یا دوربین فیلمبرداری فاصلهٔ کوتاهی را خترانع آن کالا در دنیا نداشت. مشکل از آنجا شروع شد که این کالا و ابزار مدرن در فضای کشور ما تولید نمی‌شد و از غرب وارد ایران می‌شد و برای ایرانیان به لحاظ زمینه‌های فرهنگی مفهوم نبود. این باعث می‌شد که کالایی جدید وارد ایران شود و تأخر فرهنگی به وجود آید؛ یعنی کالا و فناوری آمده بود، اما زمینه‌های استفاده، فرهنگ استفاده و کاربری آن به طور اصولی مشخص نبود. به هر حال زمینهٔ ایجاد سینما در ایران، دستگاه سینما توگراف بود. فاصلهٔ ورود آن با زمانی که برادران لومیر در فرانسه از این دستگاه در سالن کوچکی به نام سینما استفاده کردند، فقط ۵ سال بود.

سینما، این جادوی قرن، وقتی پا به عرصهٔ وجود گذاشت، جنان طوفان سهمگینی به پا کرد که ظهور هر آنچه را تا پیش از آن هنر می‌نامیدند، با درهم پیچید یا به خدمت خود در آورد؛ بنابراین تقدیر این بود که سینمای ایران، روز ۲۷ مرداد ۱۲۷۶ شمسی در پیلاد فرنگ متولد شود و نخستین فیلم بلند ایرانی، تقلیدی از یک فیلم فرنگی باشد و بدین ترتیب، نخستین فیلم‌های ناطق به زبان فارسی در لستود، روی پرده‌ی ساخته شد و این واقعهٔ تاریخی، سرآغاز شکل‌گیری پدیده‌ای در سرزمین ما شد که در دهه‌های بعد، تأثیرهای بسیاری بر فرهنگ مردم گذاشت و اینک صدایش در دیناطنین انداخته است.

از ۲۸ آبان سال ۱۳۱۲ شمسی، فیلم دختر لر به عنوان نخستین فیلم ناطق ایرانی، با امکانات کم‌مالی امپرسال فیلم، در هند، ساخته شد و در سینما مایاک تهران به نمایش در آمد. فیلم دختر لر را یک نفر هندی و یک نفر ایرانی به نام عبد الحسین سپنتا ساخته‌اند. عبد الحسین سپنتا جوانی که شیفتهٔ فرهنگ ایران باستان بود، در سفری پژوهشی به هندوستان با ارشیر ایرانی، صاحب مهنه فیلم‌سازی امپرسال فیلم آشنا می‌شود. این آشنایی، با مقدمه‌ای که سپنتا با تفکر و بازنگری داشت و مهری که در دل ارشیر ایرانی به زادگاه اجدادش بود، آن دو را مصمم به تهیهٔ یک فیلم ناطق فارسی می‌کند. تهیهٔ فیلمنامه و ایفای نقش اول، به عهده سپنتا واگذار می‌شود. او همچنین، به عنوان دستیار و مشاور کارگردان، به جستجو برای یافتن بازیگران ایرانی و مکان‌هایی که با طبیعت ایران همخوانی داشته باشد، می‌پردازد. تلاش سپنتا برای پیدا کردن زن فارسی زبان که حاضر به بازی در فیلم باشد، به جائی نمی‌رسد و به ناچار دست به دامن همسر رقیبا ارشیر خان می‌شود. صدیقهٔ سامی نژاد، به عنوان اولین هنرپیشهٔ زن وارد تاریخ سینمای ایران می‌شود. فیلم دختر لر با دلسان ساده و همه‌پسند، با صحنه‌هایی مشوش و با خصوصیاتی که حال و هوای زندگی ایرانی را داشت، صمیمانه به دل ایرانیان نشست. این فیلم، آن طور که عادت آن روزهای مردم بود؛ خیالی زود به نام شخصیت‌های اصلی‌اش یعنی به نام جعفر- گلنار مشهور شد و با این مشخصات عرضه شد.

می‌توان گفت نخستین سالن سینما در سال ۱۲۷۹ با نام «سینما سولی» در شهر تبریز تأسیس شد. در تهران نخستین سالن نمایش فیلم در سال ۱۲۸۳ در خیابان چراغ گاز تهران و به دست ابراهیم خان صحاف‌باشی افتتاح شد. چندی بعد در سال ۱۲۹۱ سالن نمایش «آرتیس پالماگریان» در خیابان علاءالدوله تأسیس شد و یک سال بعد سالن نمایش «نزرز السافیاف» در مقابل سینما افشر خان کار خود را آغاز کرد. در سال ۱۲۹۶ سالن «سینمای زنان» را خان‌باباء معتضدی تأسیس کرد و پس از آن «سینما نیو» به نمایش پرداخت. سالن سینمای نیو که سالن مخصوص خانواده در آن در نظر گرفته شده بود و نظم در آن برقرار بود. سینما «خورشید» نخستین سالن سینمایی در خیابان لاهزار تهران بود و پس از آن میهدی روسی خان سالن سینمایی به همراه رستوران و کافی شاب در لاهزار تأسیس کرد.

ورود سینما به شهرهای کوچک و بزرگ ایران، فاصلهٔ کمی با تهران و تبریز داشت. در اصفهان، اولین سینما با نام «ایران» در سال ۱۳۱۵ افتتاح شد. در حالی که تا قبل از ایجاد این سالن در اصفهان، تعداد کمی از قهوه‌خانه‌ها با دریافت سی شاهی، فیلم‌های کوتاه صامت نشان می‌دادند و با توجه به استقبال بی‌نظیر شهروندان، در سال ۱۳۲۲ در نخستین سینمای اصفهان، شرایط جدیدی محیاشد تا زنان بتوانند به تماشای فیلم بنشینند. در این سینما، زنان سمت چپ و مردان سمت راست سالن می‌نشستند و چادر مشکی بزرگی میان آنها کشیده می‌شد. پس از آن سینما مایاک و همایون نیز در چهارباغ اصفهان راه‌اندازی شد. در فاصلهٔ سال‌های ۱۳۴۰ تا ۱۳۵۶ سالن‌های سینمایی با کیفیت بهتر و بزرگتری در اصفهان ساخته شد.

سینما، هنر هفتم، در میان هنرهای هفتگانه جهان است. هنری که امروز از محبوبیتی ناتمام برخوردار است. بر همین اساس؛ در سال ۱۳۷۹ و همزمان با بزرگداشت صدمین سال ورود سینما به ایران، روز ۲۱ شهریورماه به عنوان «روز ملی سینما» شناخته شد و ۲۱ شهریور ماه به عنوان روزی نمادین وارد تقویم ایران شد.

نجمه سیددخت