کافه کتاب

چگونه کمال گرا 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 خودیاوری، 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 شما بزند. اما کمال گرایی 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. بر خلاف آن، معمول گرایی به ما اجازه می‌دهد که بیرون از خطوط و حدودحود از پیش تعیین شده، رنگ‌آمیزی کنیم، آن جا که موفقیت‌های رسیدن به موفقیت‌بی‌شمار است. اشتباهات مجازند و قضاوت در مورد خود به حداقل می‌رسد.

کمال گرایی، در دنیایی پر از ناکامل‌ها، همچون تلهای است که انسان را گرفتار توهم برتر بودن کرده و او را از قدمی به جلوبرداشتن، 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 می کند که از ترس آن که نتوانید آنچه در ذهن دارید را در حد کمال اجرا کنید، حتی قدمی هم در آن مسیر برنمی‌دارید. 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 بلاتی که کمال گرایی بر سر آدم می‌آورد، نشان می‌دهد!

استفان گایز، نویسنده کتاب چگونه کمال گرا نباشیم؟ چگونه کمال گرا نباشیم؟ چگونه کمال گرا نباشیم؟ ، از مسیری که برای مقابله با کمال گرایی طی کرده‌می گوید و تجربیات خود را با ما به اشتراک می گذارد.

همه چیز برای گایز از آن جا شروع شد که هدف بزرگ انجام ۵۰ حرکت شنای روی زمین را از ذهن خود پاک کرده و تصمیم گرفت به جای برداشتن لقمه‌ای فوق‌العاده بزرگ، آن را به چندین لقمه کوچک‌تر و قابل هضم‌تر تقسیم کند. به جای آن که هر روز تمرینانش را به شرایط ایده آل رفتن به باشگاه، پوشیدن لباس ورزشی و داشتن بهترین شرایط روحی و جسمی محدود کند، همان جا روی تختخواب، بدون هیچ پیش شرط ذهنی و ایده‌ای آرمانی، شروع به انجام حرکت شنای روی زمین می کند و فقط تصمیم می گیرد به جای خیال پردازی و ترتیب دادن شرایطی در حد کمال، بسیار ساده و هر کجا که هست فقط شروع به انجام کار و یا تمرین کند و فقط شروع کند!

یا استمرار این حرکت و جایگزین کردن ایده «معمولی بودن» و هر شرایط معمولی کاری را انجام دادن» یا هر حد کمال بودن» و هر شرایط حد کمال کاری را انجام دادن»، شاهد 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 بودن» 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 گفت، گایز چاره «مشکل کمال گرایی» را در به کارگیری راهکار «خرده‌عادت‌ها» می‌داند. تفاوت راهکارهای او با دیگر راهکارهایی که این روزها توسط نویسندگان و سخنرانان دیگر ارائه می شود این است که او عمل کردن را راه رسیدن به هدف می‌داند و نه یا انگیزه شدن را. سال‌هاست که در مورد راهکارهای انگیزشی بسیار شنیده‌ایم اما مشکل اینجاست که چطور خود را با انگیزه کنیم؟ و آیا می‌توان برای رسیدن به هدفی بلند مدت، هر روز در پی چرقه‌ای احساسی و انگیزشی باشیم تا خود را تشویق به انجام کاری کنیم؟ استفان گایز از شما می خواهد که برای قدمی برداشتن منتظر انگیزه نباشید. فقط از جای خود برخیزید و کاری را شروع کنید.

کتاب چگونه کمال گرا نباشیم؟ به تک تک دغدغه‌ها و مواضع فکری یک کمال گرا می‌پردازد و برای هر کدام، چندین راه‌حل آسان و عملی ارائه می دهد. انتظارات غیرواقعی، نشخوار ذهنی، نیاز به تأیید شدن، نگرانی از ارتکاب اشتباه و غیره از جمله محدودیت‌های ذهن یک کمال گرا است. اینکه بدانید مشکل تان، کمال گرایی است و نگرش تان را نسبت به نحوه انجام کارها تغییر بدهید (طرز فکر دوگانه به جای قیامی)، همان راه‌حل کلیدی است که نگرانی از ارتکاب اشتباه را در وجودتان از بین می‌برد. با راهکار تنظیم معیارها، می‌توانید اعتماد به نفس تان را بالا ببرید و با انجام حرکت شورشی، نیاز به تایید را در وجودتان می‌کشید تا راه زندگی خود را انگونه که خاص خودتان است برگزینید و لذت دستیابی به موفقیت با برداشتن گام‌هایی آهسته اما پیوسته را فدای ایده پوچ کمال گرایی نکنید.

استفان 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 می کند. همین باعث می‌شود بتوان به سرعت به کتاب مراجعه کرد.

کتاب چگونه کمال گرا نباشیم؟ مورد توجه و تحسین منتقدان و کاربران گودریدز و روزنامه‌ها و مجلات زیادی بوده است.

خواندن کتاب چگونه کمال‌گرا نباشیم؟ را به چه کسانی پیشنهاد می‌کنیم

اگر فکر می کنید شما هم به مشکل کمال گرایی دچار هستید و این مشکل جلوی پیشرفتتان را گرفته است، حتما این کتاب کاربردی 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 دیزنی لند زندگی می کند.

بررسی امکان ایجاد سایت موزه در تپه تاریخی دشت بهشت البرز

مدیر کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی البرز از امکان‌سنجی ایجاد سایت موزه و ساماندهی تپه تاریخی دشت بهشت با همکاری شهرداری محمد شهر خبر داد.

به گزارش پیام آشنا، رحیم خاکی با اشاره به برگزاری جلسه ساماندهی و احیای تپه دشت بهشت که با حضور مدیر کل، معاون و کارشناسان میراث فرهنگی استان و همچنین شهردار محمدشهر و تنی چند از معاونان ایشان برگزار شد گفت: امکان‌سنجی ایجاد سایت موزه در محل تپه تاریخی دشت بهشت در حال بررسی و انجام است.

مدیر کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی البرز افزود: مقرر است دراین خصوص نشست‌های مشترک و جلسات کارشناسی بیشتری در آینده صورت گرفته و طرح آن در شورای فنی استان و وزارت متبوع بررسی شود. خاکی ادامه داد: در سال ۹۸ تعیین عرصه و حریم این تپه تاریخی صورت گرفته و امسال نیز به سبب مشکلات حقوقی برای تعدادی از مالکان، نقشه مجددا مورد بازنگری قرار گرفت که به زودی اصلاح و ابلاغ می‌شود. به گفته مدیر کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی استان البرز ساماندهی محوطه‌های تاریخی ارزشمند استان، ظرفیت خوبی برای رونق گردشگری تاریخی و فرهنگی در استان البرز ایجاد می کند.

خاکی ابراز امیدواری کرد: برنامه مطالعات و سپس اجرای ساماندهی و احیای تپه دشت بهشت به زودی انجام شود و گفت: هرگونه اقدام در این زمینه بر اساس ضوابط اختصاصی میراث فرهنگی در محدوده‌های تاریخی انجام می‌شود.

این تپه مربوط به دوران پیش از تاریخ و اسلامی است که در تاریخ ۱۰ دی ۱۳۸۱ با شماره‌ی ثبت ۶۵۶۹ در فهرست میراث ملی به ثبت رسیده است.

حمام تاریخی روستای هلجرد کرج ساماندهی می‌شود

سرپرست معاونت میراث فرهنگی البرز گفت: به زودی دیواری به عنوان حصار در اطراف حمام تاریخی روستای هلجرد کشیده می‌شود تا از آسیب بیشتر به آن جلوگیری کنیم.

به گزارش پیام آشنا، مهدی ارباب‌نیا با اشاره به اینکه به دنبال ساماندهی حمام تاریخی روستای هلجرد کمالشهر هستیم، اظهار کرد: این حمام جزو حمام‌های سالم استان است و خوشبختانه آسیب چندانی ندیده است.

وی ادامه داد: موضوعی که این حمام را تهدید می کند، دیوی زباله اهالی منطقه در این مجموعه و زباله سوزی در اطراف آن است که با همافندگی یا یکشنبه‌ای یا شده ظرف چند روز آینده این زباله ها جمع آوری شود.

وی توضیح داد: سرمایه گذاری از بخش خصوصی برای مرمت و احیای این حمام اعلام آمادگی کرده و قرار است در جلسه‌ای به نماینده یکشنبه‌ای توافقی در خصوص نحوه احیاء و بهره برداری بخش خصوصی از این حمام تاریخی انجام شود.

سرپرست معاونت میراث فرهنگی البرز افزود: احتمالا بعد از مرمت و احیای این مجموعه، سرمایه گذار امکان بهره برداری چند ساله از این حمام را پیدا می کند.

ارباب‌نیا گفت: به زودی دیواری به عنوان حصار در اطراف این حمام کشیده می‌شود تا از آسیب بیشتر به آن جلوگیری کنیم.

فضای سبز اطراف پل دختر کرج ساماندهی می‌شود

سرپرست معاونت میراث فرهنگی اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی البرز همچنین از توافق برای ساماندهی فضای سبز اطراف پل دختر کرج خبر داد.

ارباب‌نیا با اشاره به بازدید از پل دختر (خاتون) کرج که به همراه شهردار منطقه ۱۰ صورت گرفت، اظهار کرد: با توجه به آسیب رطوبت به پی پل مقرر شد شهرداری فضای سبز اطراف این بنا را تا چند متر جمع آوری کند.

وی افزود: همچنین جدول گذاری و ساماندهی رمپ ورودی به زیر پل برای جلوگیری از نفوذ آب باران به بدنه پل انجام می‌شود.

سرپرست معاونت میراث فرهنگی اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی البرز ادامه داد: به این ترتیب طراحی مسیر آب به گونه‌ای صورت می گیرد که آبهای سرازیر شده از اطراف به سمت پل یا استفاده از جدول گذاری و مسیرهای انحرافی کنترل شود. وی تصریح کرد: همچنین رمپ ورودی به زیر پل برای ایمنی افراد از فاصله حدود دو و نیم متری بنا جمع آوری می‌شود.

گفتنی است پل دختر کرج که با نام پل شاه عباسی هم شناخته می‌شود از سازه‌های دوره صفویه محسوب می‌شود که بر یقایای پلی کهن‌تر منسوب به دوره سلجوقی و به نام پل خاتون ایجاد شده است و بازسازی آن در دوره صفوی به این سازه نمای پل‌های دوره صفوی را داده است. پل شاه عباسی کرج یا عنوان پل دختر در سال ۱۳۷۹ در لیست آثار ملی ایران با شماره ۳۵۰۱ به ثبت رسید.

وبینار «فلسطین محور اتحاد جهان اسلام» برگزار می‌شود

به همت معاونت امور ایران مجمع جهانی تقریب مذاهب اسلامی وبینار "فلسطین محور اتحاد جهان اسلام "۲۴ آبان ماه برگزار می‌شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایسنا وبینار "فلسطین محور اتحاد جهان اسلام " با حضور جمعی از علمای اهل سنت و شیعه کشورمان چهارشنبه ۲۴ آبان ماه برگزار می‌شود.

دراین وبینار مولوی نذیر احمد سلامی نماینده مجلس خبرگان رهبری، حجت الاسلام والمسلمین سید مهدی قریشی نماینده ولی فقیه و امام جمعه ارومیه، ماموستا عبدالرحمن مرادی امام جمعه اهل سنت کرمانشاه، ماموستا مامد کلشی نژاد امام جمعه اهل سنت ارومیه، ماموستا دکتر عبدالسلام امامی امام جمعه مهاباد، مولوی خیرالله یعقوبی امام جماعت مسجد خاتم الانبیاء قره تپه بهشهر، ماموستا شیخ عزیز بابایی امام جمعه اهل سنت صادقیه تهران، شیخ ابراهیم ابراهیمی امام جمعه اهل سنت کنار سیاه قشم، مولوی غلام نبی توکلی امام جمعه اهل سنت تایباد و ماموستا محمود ابن الخیاط امام جمعه سقز سخنرانی می کنند.

علاقمندان می‌توانند این وبینار را در ساعت ۱۵:۰۰ چهارشنبه ۲۴ آبان ماه به صورت زنده از Live taqrib.ir دنبال کنند.

فرجام «من و تو» و مرام ما

manoto

خبر رسید که شبکه ماهواره‌ای «من و تو»، به زودی تعطیل می‌شود. البته در بیانیه‌ای که صاحبان شبکه منتشر کرده‌اند، صراحت در اعلام تعطیلی، دیده نمی‌شود که نشان از غیرحرفه‌ای بودن یا عدم صداقت آنان با مخاطبان‌شان دارد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، اما پیش از آنکه این بیانیه و عملکرد شبکه را به طور اجمال بررسی کنیم، نکته‌ای که مهم تر از آن است را لازم است بیان کنیم. ما مسلمانیم. مرام و مشی ما، در برخورد با رویدادهای پیرامونی، همانی است که مرشد مهربان مان به ما آموزنده است. ما هنوز در همه زمان ها و مکان ها، به رفتار پیامبر اسلام(ص)، با منتقدان و مخالفان افتخار می کنیم. هنوز قصه آن مرد یهودی که همسایه حضرت محمد(ص) بود و هر روز بر سر ایشان خاکستر همراه با آتش می ریخت را فراموش نمی کنیم. روزی که دیگر خبری از خاکستر و خاکروبه نشد، پیامبر(ص) سراغ همسایه را می گیرند و یاران می گویند که مریض شده است. ایشان به عیادت اش می روند و با مهربانی رفتار می کنند. آن مرد یهودی، از پیامبر مهربان ما می پرسند: «آیا این برخورد جزء برنامه دین توست، یا از اخلاق شخصی‌ات؟» پیامبر می فرمایند: «جزء برنامه دین اسلام است.» ما نیز به پیروی از آن بزرگ سترگ و براساس وظیفه مسلمانی مان، چنین خواهیم کرد. در آیین مسلمانی، نفرت و کینه، پایدار نیست و انسان در هر دین و اندیشه ای، برای ما قابل احترام است. به قول مولانا: «من بد کنم و تو بد مکافات دهی/ پس فرق میان من و تو چیست بگو».

اما تحلیل محتوای بیانیه شبکه من و تو: روز سیزدهم تومبر ۲۰۲۳ و در سیزدهمین سال فعالیت من و تو، صاحبان این شبکه در بیانیه ای نوشتند: «در همان ماه های ابتدایی، درآمد تلویزیون ما از محل پخش تبلیغات، فراتر از انتظارمان بود و بیش از پیش ما را به موفقیت مدل تجاری تلویزیون امیدوار کرد. اما تداوم بی ثباتی سیاسی و نابسامانی اقتصادی در منطقه، ادامه این مدل تلویزیون تجاری را ناممکن کرد و ما را از رشد، گسترش و درآمدزایی در این صنعت در حال تحول ناتوان ساخت.» تنظیم کننده بیانیه، توضیح نمی دهد «بی ثباتی سیاسی» و «نابسامانی اقتصادی در منطقه»، برای شبکه ای که ادعای مستقل بودن دارد و منابع مالی اش را غیردولتی می داند، چقدر می تواند تعیین کننده باشد. در واقع، این دو مولفه، برای سیستمی اثرگذار است که وابستگی تشکیلاتی و سازمانی دارد.

یا در بخش دیگری از این بیانه آمده است: «از ابتدای آغاز به کار تلویزیون، تعیین خط و مشی مستقل شبکه و پایبندی به اصول، برای ما نه تنها یک اصل، بلکه خط قرمزی غیرقابل تخطی بوده است.» در مورد «خط و مشی مستقل» در این شبکه، باید گفت که با آنچه ما از برنامه های آن شاهد بوده ایم، منافات و تناقض آشکاری دارد. مثلا بخش عمده ای از برنامه های آن، طی این سال ها، تبلیغ دورانی ست که دیگر نیست. دوران حکومت پهلوی از دریچه نگاه این شبکه تلویزیونی، یک آرمانشهر است. دوره ای است که همه چیز در حد نهایت آن، درست و خوب و بی اشکال بوده. اما در واقع، تاکجاآبادی را به تصویر می کشد که بر قاعده «فراموشی» و «ناآگاهی» مخاطب، سوار است. گویی در آن دوران، فقر و تبعیض و تحقیر و تحمیل و تهدید، برای مردمان، خوشایند بوده است. از سوی دیگر، آنچه که مردم امروز ایران، انجام می دهند سراسر بی ارزش است و از آنجا که صاحبان من و تو، با حکومت ایران مشکل دارند، هر آنچه که در چهل و چندساله به وقوع پیوسته است، خرابی و ویرانی است. از جاده و پل و شهر و سدهای بسیار گرفته تا پیشرفت های علمی شگفت آور، ذره ای برای مدعیان مستقل در خط و مشی ارزشی ندارد.

از همه اینها مهم تر، رسیدن به عدم وابستگی اقتصادی به منابع زیرزمینی و رهایی از نفرین نفت، برای سیاستگزاران «من و تو»، نه تنها یک افتخار ملی و مردمی نیست، بلکه نشانه بی کفایتی و بی عرضه‌گی هم هست! آنها هیچ‌گاه نمی گویند که یک حکومت؛ چه ضعیف و چه قوی، بخشی از ملک و ملت است و جمهوری اسلامی ایران هم برای مردم ایران است. برنامه های شبکه من و تو، این موضوع را القا می کند که در این چهل و چندسال پس از انقلاب، مردم نازنین ایران، در خانه نشسته اند و جمعی کوچک اما ظالم و بی‌رحم به نام حکومت، ظهور و بروز داشته‌اند. تلاش شبانه روز این همه کارگر و کارمند و دانشجو و استاد و نخبه و فنا‌ور و متخصص، در تگاه من و تویی ها، یعنی هیچ! حتی یک خبر کوتاه از دستاورد یک فنا‌ور یا مخترع، در همه برنامه هایشان یافت نمی شود. طوری اخبار ایران را بارتاب می‌دهند که انگاری فقط در ایران، آدم‌ها به وضعیت حقوق شان معترض هستند و همه جای جهان به غیر از ایران امروز، فارغ از مشکل است.

گردانندگان من و تو، در بیانیه اخیرشان، به «پایبندی اصول» هم تاکید دارند اما نگفته‌اند که اصول شان دقیقا چیست. چون معمولا، «اصل» در زندگی انسان ها یا سازمان ها، چیزهای مهم و پذیرفته شده ای است. آیا نادیده گرفتن واقعیت های ایران، از اصول شبکه «من و تو» است؟

من و تویی ها، همواره داشتن خلاقیت و نوآوری در برنامه سازی را سرلوحه کارشان اعلام کرده اند. با حفظ جانب انصاف، باید گفت که این شبکه تلویزیونی، در فرم توانسته است استانداردها را رعایت کند که البته، حاصل کپی برداری از برنامه های موفق خارجی بوده است. در واقع، آنها در عرصه اجرای فرم، موفق بوده اند. اما مشکل بزرگ آنان، گسست رنج آوری بود که با فرهنگ و واقعیت های داخل ایران داشتند. آنها دنبال سبک سازی و الگوسازی بودند و فراموش کرده بودند که ایرانی جماعت، خاک و خانه اش، در هر شرایطی، از زرق و برق های دیگران، بارزش تر است و جان ها برای حفظ ذره ای از داشته هایش می دهد. آنچه برنامه های من و تو، ارائه گل و بلبل نشان می داد و دوره جمهوری اسلامی را سراسر بدبختی، هیچ دل آگاه و عقل آزادمای، چنین بی‌عدالتی را نمی‌توانست و نمی‌تواند که تاب بیاورد. تعطیلی و فراموشی، آخر کار چنین تفکر و رویه‌ای است و عبرتی برای همه ما.

اجمالی می تواند داشت:

۱. آنها با حامیان «سیاسی‌شان» به مشکل برخورده اند و به نشانه قهر و تاز، چنین راهی را پیش گرفته اند.

۲. مدتی است که دیگر از حامی «سیاسی» خبری نیست و حامیان «اقتصادی» هم نمی خواهند که روی اسب مرده، شرط بندی کنند. بنابراین، این بیانیه را در مسیر بازار گرمی و مظلوم نمایی، منتشر کرده اند و به دنبال حامی جدیدی می گردند.

گردانندگان «من و تو»، در بیانیه شان از اگر و اما برای تعطیلی و وضعیت امروزشان، استفاده کرده اند و این موضوع، فضای حاکم بر تحلیل‌های بالا را می تواند تصدیق کند. با این حال، نباید فراموش کنیم که با تعطیلی این شبکه تلویزیونی، به جز عده ای که عضو فرقه های معاند و خائن هستند و خط و مشی تادرست و کینه توزانه با ایران دارند، مابقی کسانی هستند که از مسیر تخصص و فن یا اجبار و فریب، با این شبکه وارد همکاری شده اند. ضمن آنکه، تامینی اقتصادی و شغلی برای اینان، می‌تواند مسیرهای پیشمان کننده‌ای را پیش روی این فریب خورده‌ها باز کند. مسوولان ارشد نظام، بارها گفته‌اند که درهای ایران به روی همه ایرانیان باز است. این خاک پاک، با همه ساکنان و ریشه داران اش، مهربان و سخاوتمند است. مرام ما ایرانیان همانی است که عارف نامی؛ شیخ ابوالحسن خرقانی بر سردر سرای‌اش نوشته بود: «هر که در این سرا در آید تاش دهید و از ایمانش مپرسید، چه آن کس که به درگاه باریتعالی به جان ارزد البته بر خوان بوالحسن به نان ارزد.»

شبکه تلویزیونی من و تو، از همان ابتدای کار، نشان داده بود که برای مردم ایران نیست. گر چه مشهور شد و در دوره‌ای، بیننده‌هایی هم پیدا کرد. اما واقع اش این بود که در بهترین حالت، شبکه ای بود که به زبان فارسی از جهانی غیرفارسی صحبت می‌کرد و لابه لای آن، دوره پهلوی را گل و بلبل نشان می داد و دوره جمهوری اسلامی را سراسر بدبختی. هیچ دل آگاه و عقل آزادمای، چنین بی‌عدالتی را نمی‌توانست و نمی‌تواند که تاب بیاورد. تعطیلی و فراموشی، آخر کار چنین تفکر و رویه‌ای است و عبرتی برای همه ما.

درباره کلیت انتشار این بیانیه، دو تحلیل

اهدای خون، اهدای زندگی

کوتاه از فرهنگ

۱۰ عنوان کتاب در حوزه پروین‌شناسی رونمایی می‌شود

۱۰ عنوان کتاب در حوزه پروین شناسی به مناسبت سی و یکمین هفته کتاب در اولین همایش بین المللی پروین اعتصامی رونمایی می‌شوند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، ۱۰ عنوان کتاب در حوزه پروین شناسی به مناسبت فرا رسیدن سی و یکمین هفته کتاب در اولین همایش بین المللی پروین اعتصامی رونمایی می‌شوند.

اولین همایش بین المللی پروین اعتصامی به‌عنوان برنامه مشترک بنیاد ادبی استاد شهریار و دانشکده زبان و ادبیات فارسی دانشگاه علامه طباطبایی برگزار می‌شود.

جواد وندنوروز رئیس بنیاد ادبی استاد شهریار با اعلام این خبر گفت: تاکنون ۴۲۰ مقاله به دبیر خانه این همایش رسیده است که در بخش بین الملل نیز شاهد ارسال مقالاتی از کشورپاکستان، ترکمنستان، ترکیه، هندوستان هستیم که پس از داوری، در کتاب مجموعه مقالات همایش به چاپ می‌رسد.

رئیس ستاد اجرایی اولین همایش بین المللی پروین اعتصامی افزود: در این همایش ۱۰ عنوان کتاب در حوزه پروین شناسی رونمایی می‌شود. همچنین کتاب لرج نامه پروین اعتصامی که مجموعه یادداشت‌های استادان دانشگاه‌های کشور در حوزه پروین شناسی است در این همایش رونمایی می‌شود.

اولین همایش بین المللی پروین اعتصامی روز چهارشنبه ۲۴ آبان به میزبانی بنیاد ادبی استاد شهریار و دانشگاه علامه طباطبایی در محل دانشکده زبان و ادبیات فارسی دانشگاه علامه طباطبایی برگزار می‌شود.

هفته کتاب

طرح عضویت رایگان در کتابخانه‌های عمومی اجرا می‌شود

همزمان با آغاز سی و یکمین دوره هفته کتاب طرح عضویت رایگان و و بخشودگی جرایم دیرکرد بازگشت منابع در کتابخانه‌های عمومی سراسر کشور اجرا می‌شود.

به گزارش پیام آشنا، همزمان با آغاز سی و یکمین دوره هفته کتاب طرح عضویت رایگان و بخشودگی جرایم دیرکرد بازگشت منابع در کتابخانه‌های عمومی سراسر کشور اجرا می‌شود.

علاقمندان تا پنجشنبه ۲۵ آبان فرصت دارند با مراجعه به سامانه سامان و پرتال‌های کتابخانه‌ای و دریافت کد تخفیف عضویت رایگان، به عضویت کتابخانه مورد نظر خود درآیند.

همچنین اعتبار کدهای تخفیف عضویت رایگان تا روز چهارشنبه ۲۴ آذر است و فهرست پرتال کتابخانه‌های عمومی در سامانه مدیریت کتابخانه‌های عمومی نیز در نشانی www.samanplir در دسترس است.

سینمای جهان

دنزل واشینگتن، هانیبال می‌شود

دنزل واشینگتن در نقش هانیبال، جنگجوی کارتاژ که با فیل به روم حمله کرد، بازی می‌کند.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ددلاین، یک همکاری دوباره بین دنزل واشینگتن و آنتوان فوکوا، این بار برای ساخت فیلمی درباره هانیبال رقم می‌خورد.

حالا که اعتصاب بازیگران تمام شده چرا با یک جاعطلبی به اندازه فیل جبران سکوت ۱۱۸ روزه نشود؟ انگلیس دنزل واشینگتن را برای ایفای نقش ژنرال تاریخی کارتاژی هانیبال در یک درام حماسی با آنتوان فوکوا همراه کرده است.

برای ساخته شدن این درام حماسی فعلا بدون نام، بازیگر سرشناس هالیوودی و کارگردانی که برای نخستین بار سال ۲۰۰۱ در «روز آموزش» همراه شده بودند و البته واشینگتن برای آن بازی برنده اسکار شد، پس از سومین قسمت از مجموعه «کوالایز» دوباره همکار می‌شوند.

جان لوگان که ۳ نامزدی اسکار، یک جایزه تونی و یک جایزه گلدن گلوب در کارنامه دارد نویسنده فیلمنامه‌های «هوانورد» و «هوگو» اسکورسیزی، «هوییتی تاله» تیم برتون، «شکای فل» سم مندس است و نویسنده «کلادیاتور» ریدلی اسکات هم بوده و به اندازه کافی درباره حماسه شمشیر و رسوایی می‌دانند، فیلمنامه این فیلم را می‌نویسد.

برای واشینگتن، این فیلم به معنی برآورده شدن آرزویی است که او بیش از ۲۰ سال پیش داشت، اما فاکس زمانی را انتخاب کرده بود که واشینگتن نمی‌خواست برای مدت طولانی دور از فرزندانش باشد.

هانیبال سوار بر فیل از کوه‌های آلپ عبور و از شمال به روم حمله کرد. آن زمان این بزرگترین تهدید برای جمهوری روم بود. هانیبال یک نظامی با تاکتیک قوی بود که سربازانش را جایی که تونس کنونی واقع شده است و چندان از سیسیل دور نبود، گرد آورده بود. پیروزی‌های نظامی او در طول جنگ دوم پونیک افسانه‌ای است و داستان هانیبال چیزی است که هالیوود برای دهه‌ها مجذوب آن بوده و وین دیزل هم زمانی در پی ایفای این نقش بود، اما تعداد کمی از بازیگران توانایی مالی برای ساختن این پروژه پرهزینه را دارند.

این پروژه با تمرکز بر نبردهای محوری هانیبال علیه جمهوری روم در طول جنگ دوم پونیک (۲۱۸-۲۰۱ قبل از میلاد) در شرکت فوکوا برای انگلیک ساخته می‌شود.

واشینگتن اکنون در حال بازی در فیلم «کلادیاتور ۳» به کارگردانی ریدلی اسکات است که تولید آن به دلیل اعتصاب متوقف شده بود و به زودی تولید را از سر می‌گیرد و تاریخ اکرانش برای روز شکرگزاری ۲۰۲۴ تعیین شده است.