کافه کتاب

هنر ظریف رهایی از دغدغه‌ها

نویسنده: مارک منسون
مترجم: میلاد بیشه‌ری
انتشارات: میلکان

پیام آشنا: کتاب هنر ظریف رهایی از دغدغه‌ها، اثر مارک منسون، کتابی جذاب و غافلگیر کننده است که روشی نوین برای خوب زندگی کردن را به ما می‌آموزد. این کتاب به شما یاد نمی‌دهد چگونه به دست بیاورید، بلکه قصد دارد نشان دهد که چطور بیازید و رها کنید.

درباره کتاب: هنر ظریف رهایی از دغدغه‌ها

مارک منسون در کتاب هنر ظریف رهایی از دغدغه‌ها به این موضوع اشاره می‌کند: حقیقت پنهان زندگی این است: چیزی به نام رهایی از دغدغه‌ها واقعاً وجود ندارد. بالاخره باید دغدغه چیزی را داشته باشید. بخشی از زیست‌شناسی ماست که همیشه به چیزی اهمیت بدهیم و در نتیجه دغدغه‌ای داشته باشیم. پس سؤال این است که دغدغه چه‌چیز را داشته باشیم؟

مارک منسون در کتابش هنر ظریف رهایی از دغدغه‌ها، با نثری روان و خواندنی، مفاهیم پیچیده‌ای را بیان کرده است. او این مفاهیم را با آوردن مثال‌های مختلف از زندگی واقعی افراد مختلف به خواننده منتقل می‌کند. نویسنده، زندگی خودش را هم در متن کتاب وارد می‌کند و همین موضوع باعث می‌شود که خواننده با کتاب احساس نزدیکی کند. هنر ظریف رهایی از دغدغه‌ها، مفاهیمی مثل رنج، درد، دغدغه، مرگ و زندگی را به‌صورت واقعی و ملموس روایت و واکاوی می‌کند و همه‌طور که در متن کتاب هم آمده، شعارش به کلمه است: «صداقت».

کتاب هنر ظریف رهایی از دغدغه‌ها، کتابی است که به شما می‌آموزد چطور می‌توانید در زندگی روی همه‌چیز به جز مهم‌ترین‌ها خط بکشید.

کتاب هنر ظریف رهایی از دغدغه‌ها را به چه کسانی پیشنهاد می‌کنیم

کتاب هنر ظریف رهایی از دغدغه‌ها، برای تمام افرادی است که دوست دارند آگاهانه انتخاب کنند که به چه چیزهایی فکر کنند.

جملاتی از کتاب هنر ظریف رهایی از دغدغه‌ها

مشکل واقعی این است: جامعه امروز ما از طریق عجایب فرهنگ مصرف‌گرا و شبکه‌های اجتماعی و خودنمایی و هی، ببین زندگی من خیلی از زندگی تو جذابتر است. و نسلی را پرورش داده که عقیده دارد داشتن تجربیات منفی‌ای مانند اضطراب، ترس، گناه و... اصلاً خوب نیست. منظورم این است که اگر به خرمایه (فید) فیس‌بوکتان نگاه کنید می‌بینید همه کسانی که آنجا هستند اوقات فوق‌العاده خوبی دارند. هشت نفر این هفته ازدواج کردهاند، شانزده‌سالهای در تلویزیون ماشین فراری برای تولدش هدیه گرفت، یک بچه دیگر با ابداع برنامه‌ای برای دستمال توالت و تجدید خودکار آن در صورت تمام شدن، دو میلیارد دلار پول به جیب زده است.

حالا این طرف شما در خانهٔ خودتان مشغول تمیز کردن لای دندان گربه‌تان هستید و به این فکر می‌کنید که زندگی‌تان حتی بیشتر از آنچه فکر می‌کردید نارا حت‌کننده است.

معرفی نویسنده

مارک منسون (مارک منسن) وبلاگ‌نویس آمریکایی است که کتاب‌های خودیاری او در سراسر دنیا پرفروش و محبوب هستند. در ایران هم از هر کتاب او چندین ترجمه وارد بازار شده و به خاطر صمیمت و خودمانی بودن آنلاش، کتاب‌هایش خیلی زود مخاطب‌های زیادی پیدا کردهاند و پیش از اینکه تبدیل به نویسندهی کتاب‌های خودیاری شود، یک بلاگر شناخته‌شده و تاثیرگذار بود که محتواهایی درمورد فرهنگ پیدا کردن شریک عاطفی دلخواه، روابط انسانی، بهبود مهارت‌های ارتباطی، تصمیم‌گیری و... تولید و منتشر می‌کرد.

مارک منسون در ۹ مارس ۱۹۸۴ متولد شد و در آستن تگزاس پرورش پیدا کرد و در نوجوانی و اوایل جوانی مثل خیلی از آدم‌ها در این دنیا از اینا نمی‌دانست که چه استعداد و علاقه‌مندی‌هایی دارد. بنابراین با به رشته‌های متعددی (علوم مالی، روابط بین‌الملل و...) گذاشت که نتایج موفقیت‌باری را هم برای او به ارمغان نیاورد. مثلا در سال ۲۰۰۷ از دانشگاه یوستون آمریکا در رشته‌ی علوم مالی فارغ‌التحصیل شد. این رشته برای او چندان موفقیتی به همراه نیاورد و خودش هم خیلی خوب می‌دانست که در دنیای علوم مالی فرد موفقی نخواهد بود.

منسون کمی پس از فارغ‌التحصیلی یک وبلاگ برای خودش دست و پا کرد و دست به نوشتن و انتشار نوشته‌هایش زد. مارک زمان زیادی از وقتش را به بلاگ کردن و تولید محتوا اختصاص می‌داد و به طور منظم در فضای وب، مطلب منتشر می‌کرد. نظم و استمرار او در نوشتن و انتشار نوشته‌ها باعث شد که در مدت نه چندان طولانی (حدودا دو سال) مخاطب‌های نوشته‌های او در وبلاگش به بیش از یک میلیون نفر برسد. مخاطب‌های وبلاگ منسون در حال حاضر چیزی بیش از ۱۵ میلیون نفر هستند که روزانه به مطالب او سر می‌زنند و دیدگاه او را دوست دارند.

تولید محتوا و انتشار برای مارک منسون آنقدر آورده داشت تا جایی که در سال ۲۰۱۵ توانست مدرسه‌ی آنلاین (The Subtle Art School) و برند شخصی خودش را سر و شکل بدهد. او در این مدرسه‌ی آنلاین کارگاه‌ها و دوره‌های ویدیویی را برگزاری می‌کرد و افرادی که قبلا از مطالب مارک استقبال کرده بودند با پرداخت مبلغی می‌توانستند از این دوره‌ها هم بهره‌مند شوند.

یکی از موفقیت‌های مارک منسون تحت عنوان نویسنده این است که کتاب‌های او به بیش از ۶۵ زبان دنیا ترجمه و حدودا ۱۴ میلیون نسخه از کتاب‌های او در سراسر دنیا فروخته شده‌اند که همین هم می‌تواند ثروت مالی زیادی را برای او به همراه آورده باشد.

نام مارک منسون را حداقل سه بار در میان پرفروش‌ترین مولفان نیویورک تایمز می‌بینیم و همین موضوع باعث می‌شود که فروش حداکثری این کتاب‌ها در ۱۶ کشور دیگر را رحتتر درک کنیم! از طرفی کتاب هنر ظریف رهایی خیلی در سال ۲۰۱۷ توانست لقب «خوانده‌شده‌ترین کتاب غیرداستانی» را از سایت آمازون دریافت کند که این مورد هم چیزی نیست که به راحتی از کنار آن گذر کرد.

مجله‌ی «Men's health» به آنار خودیاری مارک لقب به طرز اعصاب‌خردکنی خوش‌خون را داده و مجله‌ی «Sun-day time» درمورد او و نوشته‌هایش اینطور می‌گوید: «کاز که یک بچه‌محل مست بخش زیادی از عمرش را در بخش کتاب‌های فلسفی کتاب‌فروشی‌ها گذرانده باشد».

خود مارک منسون آنقدر از این توصیف خوشش آمده که به عنوان یک تعریف در سایت شخصی‌اش هم منتشر کرد و گفت که از خواندن چنین چیزی درمورد خودش به وجد آمده است! علاوه بر تمام این موارد مارک با مداومت و نوشتن هر روزه توانسته در طول این سال‌ها علاوه بر وبلاگ شخصی‌اش و انتشار کتاب‌های پرفروشی مثل اوضاع خیلی خراب است، عشق کافی نیست، شاد بودن کافی نیست و هنر ظریف بی‌خیالی، در روزنامه‌های مشهوری مثل «گاردین» «تایم‌مگزین»، «نیویورک تایمز»، «نیویورک پست» مطلبی منتشر کند و با شبکه‌هایی مثل «سی‌ان‌ان»، «بی‌بی‌سی» و «فاکس نیوز» مصاحبه داشته باشد.

مدیر کل حفظ آثار دفاع مقدس البرز:

نیروهای مسلح ایران یک روح واحد در چند کالبد هستند

سردار اسلامی گفت: نیروهای مسلح ایران مانند یک روح در یک کالبد هستند، اما همگی آن‌ها تا پای جان از حریم مقدس ولایت، مرزهای مقدس جمهوری اسلامی ایران و امنیت مردم دفاع خواهند کرد و دست از هر متجاوزی به آرمان‌های ملت بزرگ ایران را از آستین قطع خواهند کرد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از دفاع‌پرس، سردار سرتیپ دوم پاسدار ابوالفضل اسلامی حمدیر کل حفظ آثار و نشر ارزش‌های دفاع مقدس استان البرز- در چهارمین نشست هماندیشی فرماندهان ارشد نیروهای مسلح استان البرز که با حضور فرماندهان و مسئولان ارشد نظامی سپاه، ارتش، فراجا و فرماندهان ادوار سپاه و پیشکسوت دفاع مقدس با هدف وحدت رویه، نزدیکی دیدگاهها و بررسی مسائل گوناگون استان البرز در مجموعه فرهنگی پذیرایی مشکات محمدشهر استان البرز برگزار شد، اظهار کرد: مشورت و هم اندیشی علاوه بر اینکه سفارش دین مبین اسلام است از کار اصل مهم پیروزی در هر میدانی است و در جنگ تحمیلی نیز هم اندیشی و وحدت فرماندهان مختلف نظامی به ویژه فرماندهان ارتش و سپاه نقش مهمی در پیروزی در عملیات‌های مختلف داشت.

مدیرکل حفظ آثار و نشر ارزش‌های دفاع مقدس استان البرز با اشاره به اینکه هم اندیشی فرماندهان نیروهای مسلح در تبادل تجربه، تبادل اندیشه و وحدت رویه و برادری آن‌ها بسیار موثر است، تصریح کرد: نیروهای مسلح ایران همگی در هر رسته و گروهی یک هدف و یک آرمان را دنبال می‌کند و آن جان بر کف بودن در برابر ولایت، کشور و مردم ایران است.

وی با بیان اینکه تبادل نظر فرماندهان پیشکسوت با فرماندهان جوان تر نیروهای مسلح می‌تواند نقش بسیار موثری در انتقال تجربیات به عهده داشته باشد، افزود: نیروهای مسلح ایران اسلامی باید همانند یک کوه پشت یکدیگر بایستند تا دشمن از عظمت وحدت و برادری آن‌ها بر خود بلرزد.

سردار اسلامی با تاکید بر تداوم راه شهدا خواستار حضور و مشارکت نیروهای مسلح استان البرز در جهت جمع آوری میراث شفاهی و معنوی شهدا و تولید محتوا درباره شهدا شد و بیان کرد: حضور فعالانه نیروهای مسلح استان البرز اعم از سپاه، ارتش، بسیج، فراجا و... در تولید محتوا در باغ موزه دفاع مقدس استان البرز که به یاری پروردگار تا پایان سال تا آینده به بهره برداری خواهد رسید یک ضرورت است.

در این نشست فرماندهان ارشد نظامی استان البرز ضمن گفتوگو پیرامون مسائل مختلف، و مهم استان البرز به تبادل نظر و هم اندیشی پرداختند.

این نشست با میزبانی سپاه امام حسن مجتبی(ع) استان البرز برگزار شد.

یک روز بدون کیف و کتاب در مدارس ابتدایی استان البرز

معاون آموزش ابتدایی آموزش و پرورش استان البرز از اجرای طرح "یک روز بدون کیف و کتاب" در مدارس ابتدایی این استان خبر داد.

به گزارش پیام آشنا به نقل از اداره اطلاع رسانی و روابط عمومی آموزش و پرورش استان البرز؛ حسینی با اشاره به فرمایشات مقام معظم رهبری مبنی بر تحول در مدارس دولتی گفت: در راستای عملیاتی نمودن اهداف سند تحول بنیادین در مدارس و نیز قرارگیری دانش آموزان در محیط های یادگیری مبتنی بر ساحت‌های تربیتی بر اساس برنامه های تحولی مقام عالی وزارت، طرح یک روز بدون کیف و کتاب در مدارس ابتدایی استان البرز اجرا خواهد شد.

حسینی افزود: در این روز آموزش تعطیل نیست و معلم می‌تواند به خلق موقعیت‌های یادگیری جدید، با توجه به سبک‌های یادگیری موجود در کلاس خود بپردازد.

وی اظهار کرد: روز بدون کیف و کتاب ماهی یک بار در کلاس و مدرسه قابل اجرا است، چرا که از نگاه اسناد بالادستی محور در هدایت یادگیری، معلم و مربی همتراز سند تحول بنیادین است.

معاون آموزش ابتدایی آموزش و پرورش استان البرز تصریح کرد: آموزگاران می‌توانند تجارب زیسته خود را در قالب کلیپ‌های کوتاه برای اکران در صدا و سیمای البرز، به معاونت آموزش ابتدایی مناطق و شهرستان‌های خود ارسال نمایند.

احمدوند: مجوز چاپ کتاب همانند سابق محدودیت زمانی ندارد

معاون فرهنگی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی با تاکید بر اینکه مجوز چاپ کتاب مانند سابق محدودیت زمانی ندارد، توضیح داد: تا زمانی که ناشر اعلام کند که متن کتاب تغییر کرده یا اینکه کتاب را به ناشر دیگری واگذار کند، نیاز به گرفتن مجوز جدید برای تجدید چاپ وجود ندارد، مگر اینکه هیات نظارت برای کتاب خاصی ورود و اعلام کند که کتاب باید مجدد بررسی شود.

به گزارش پیام آشنا به نقل از ایرنا، یاسر احمدوند درباره شبهاتی که درباره اعطای مجوز چاپ کتاب ایجاد شده بود، گفت: مجوزها تغییری پیدا نکرده است، تا زمانی که ناشر اعلام کند که متن کتاب تغییر کرده یا اینکه در نظر دارد کتاب را به ناشر دیگری واگذار کند، نیاز به گرفتن مجوز جدید برای تجدید چاپ وجود ندارد.

معاون فرهنگی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی تنها دلیل برای محدودیت زمانی مجوز چاپ کتاب را نظر هیات نظارت اعلام کرد و توضیح داد: اگر هیات نظارت برای کتاب خاصی ورود و اعلام کند که کتاب باید مجدد بررسی شود، کتاب مورد بررسی مجدد قرار میگیرد، در غیر این صورت مجوزها مانند سابق و دائمی است و تا زمانی که ناشر بخواهد ویرایش جدید کتاب را منتشر کند، اعتبار دارد.

احتیاجی به گسترش گروه نظارت بر آثار وجود ندارد

احمدوند درباره گروه پشتیبان سامانه نظارت بر کتاب‌های منتشر شده، بیان کرد: در این سامانه نظرها باید تخصصی و منطبق با مواد مصوبه اصلاحی باشد، همچنین فرد خود را به طور کامل معرفی، شماره ملی و همراه خود را اعلام کند؛ به همین دلیل نظرهای غیردقیق در آنجا اعلام نخواهد شد و افرادی که نکته مهمی داشته باشد، برای ثبت در این سامانه اقدام می‌کنند. معاون فرهنگی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی با اعلام اینکه مسئولان در اداره کتاب، وظیفه پشتیبانی از سامانه نظارت بر کتاب‌های منتشر شده را برعهده دارند، افزود: احتیاجی به گسترش گروه نظارت بر آثار وجود ندارد.

همچنین قرار است این سامانه به سیستمی برای بازخورد نظرات مردم درباره کتاب تبدیل شود؛ یعنی افراد کتاب خوبی را آنجا معرفی می‌کنند یا نقدی را درباره کتاب می‌نویسند تا بتوانند با ناشر و نویسنده تعامل کنند، زیرا برای اینکه فرآیند بررسی یک کتاب تکمیل شود باید نظرهای بیشتری در دسترس باشد.

برای جلوگیری از سرقت اطلاعات روش‌های امنیتی را جدی بگیرید

هوش مصنوعی؛ فرصت یا تهدید

امروزه استفاده از هوش مصنوعی به‌طور فراگیری بالا رفته است؛ به‌طوری‌که نمی‌توان زندگی‌ای را تصور کرد که ردی از هوش مصنوعی نداشته باشد. هوش مصنوعی مانند دارویی است که یا وجود این‌که برای آزمیدن درد بیماری مفید است، باید هنگام مصرف به عوارض جانبی آن توجه داشت.

به گزارش پیام آشنا به نقل از جام‌جم آنلاین، AR که مخفف آرتیفیشل اینتلیجنس (artificial intelligence) یا همان هوش مصنوعی است، در سال‌های اخیر در حوزه‌های مختلفی از جمله نظارت تصویری، پیشرفت‌های چشمگیری داشته است. هوش مصنوعی از حواسی همچون چشم و گوش برخوردار بوده و قادر است با استفاده از قوه بینایی زندگی ما و تمام الحاقاتش را زیر نظر داشته باشد. این تکنولوژی تمام اتفاقات روزمره‌ای که برایمان رخ می‌دهند: انسان‌هایی که ملاقات می‌کنیم، وسایل نقلیه‌ای که سوار می‌شویم و تمامی اشیایی را که از آنها استفاده می‌کنیم، زیر نظر دارد و همگی آنها را در دوربین‌های نظارت تصویری و شناسایی خود پردازش می‌کند. هوش مصنوعی می‌تواند با استفاده از تجزیه‌وتحلیل رفتاری الگوهای غیرمعمول یا مشکوک را در تصاویر دوربین‌های نظارت تصویری تشخیص دهد و درصورتی که به‌درستی استفاده شود، قادر است برای اهداف مختلفی از قبیل امنیت، ترافیک، بازاریابی و... مورد استفاده قرار گیرد یا جلوی جرم و جنایات را بگیرد.

نقض حریم خصوصی و امنیت

درعین‌حال هوش مصنوعی از محدودیت‌هایی نیز برخوردار است، چراکه ممکن است در شناسایی چهره‌ها یا اشیا در شرایط نوری یا زاویه‌ای خاص دچار خطا شود یا امکان دارد تحت تاثیر اطلاعات نادرست یا جعلی، به‌نتایج غلط یا حتی خطرناک برسد. علاوه‌براین، استفاده از هوش مصنوعی در نظارت تصویری می‌تواند به نقض حریم خصوصی، حقوق‌بیشتر و اخلاق منجر شود و این زمانی است که این هوش برای جاسوسی، دستکاری، تبعیض یا سرکوب افراد یا گروه‌های خاص استفاده شود؛ اما این نکته را نباید فراموش کرد که هوش مصنوعی به‌واسطه پیشرفت‌های زیادی که در سال‌های اخیر کسب کرده می‌تواند برای اهداف مفید یا مخرب مورد استفاده قرار گیرد. بنابراین، لازم است که ما از این تکنولوژی به‌طور مسئولانه و اخلاقی استفاده و نظارت و قوانین لازم را برای جلوگیری از سوءاستفاده از آن ایجاد کنیم. گوگل یکی از شرکت‌های پیشرو در حوزه هوش مصنوعی است که از آن برای ارائه خدمات مختلفی مانند جست‌وجو، ترجمه، مپ، فوتو، یوتیوب و... استفاده می‌کند. گوگل با استفاده از الگوریتم‌ها و مدل‌های پیشرفته هوش مصنوعی، قادر است به سؤالات و نیازهای کاربران به‌طور دقیق و سریع پاسخ دهد. گوگل همچنین با دسترسی به داده‌های بزرگ و متنوع کاربران، می‌تواند رفتار، علاقه، سلیقه و نوع شخصیت آنها را تحلیل و پیش‌بینی کند. این امر می‌تواند برای ارائه خدمات بهتر و شخصی‌سازی‌شده به کاربران مفید باشد، اما همچنین می‌تواند به نقض حریم خصوصی و امنیت آنها نیز منجر شود. از این رو می‌توان گفت که گوگل با استفاده از هوش مصنوعی، می‌تواند کاربران را به‌خوبی بشناسد و بر آنها نظارت داشته باشد؛ اما این نکته را نباید فراموش کرد که گوگل نمی‌تواند احساسات، ارزش‌ها، خاطرات و روابط کاربران را درک کند. گوگل صرفاً یک موتور جست‌وجوست که براساس یک سری از داده‌ها و الگوریتم‌ها کار می‌کند و یک ابزار کارآمد و بسیار کاربردی است. درواقع باید گفت که دامنه استفاده از هوش مصنوعی چنان وسیع است که نه‌تنها گوگل یک دانیستاگرام، چاتباب و فیسبوک همگی از هوش مصنوعی برای جمع‌آوری و تحلیل داده‌های کاربران خود استفاده می‌کنند.

دیپ‌فیک نشوید

این داده‌ها می‌توانند شامل محتوایی باشند که کاربران در رسانه‌های اجتماعی به اشتراک می‌گذارند جست‌وجوهایی که در مرورگر خود انجام می‌دهند، پیام‌هایی که با دیگران تبادل می‌کنند و حتی صدای آنها که از طریق میکروفن گوشی‌شان ضبط می‌شود. شرکت‌های برنامه‌های فوق، ادعا می‌کنند که از این داده‌ها برای ارائه خدمات بهتر و شخصی‌سازی‌شده به کاربران استفاده می‌کنند، اما درعین حال ممکن است از این داده‌ها برای تبلیغات هدفمند، تحقیقات بازار، یا حتی فروش به شرکت‌های دیگر استفاده کنند. این رفتار نه‌تنها به نقض حریم خصوصی کاربران منجر می‌شود، بلکه ممکن است برای امنیت و اعتبار آنها نیز خطرناک باشد. برای مثال، اگر صدای کاربری بدون اجازه او ضبط و ذخیره شود، ممکن است برای ساختن یک نمونه صوتی جعلی از کاربر که می‌تواند برای ارتکاب جرم یا انتقال اطلاعات حساس استفاده شود، مورد سوءاستفاده قرار گیرد. این تکنیک به‌عنوان دیپ فیک (Deep-fake) شناخته می‌شود. دیپ فیک فناوری در حال تکامل و جدیدی است که از هوش مصنوعی نشأت می‌گیرد. به‌وسیله این فناوری می‌توان تصاویری ساخت که هرگز اتفاق نیفتاده‌اند. مثلا چهره‌های سرشناس و مشهور از قبیل بازیگران، فوتبالیست‌ها و سیاستمداران در ویدئوهایی ظاهر می‌شوند و جملاتی را بیان می‌کنند که هرگز از دهان آنها خارج نشده است. با استفاده از قابلیت هوش مصنوعی، می‌توان صدا، تصویر، یا ویدئوی یک شخص را به گونه‌ای تغییر داد که به نظر واقعی برسد.

تجربه گفت‌وگو با یک هوش مصنوعی

چت جی‌پی‌تی یکی دیگر از ابزارهای هوش مصنوعی است که می‌تواند براساس موضوع و محتوای گفت‌وگوی کاربران به آنها پاسخ مناسب دهد. این ربات که با استفاده از تکنولوژی پردازش زبان طبیعی، قادر است به سؤالات و مشکلات مطرح‌شده به‌خوبی پاسخ دهد، فقط یک ماشین است که براساس داده‌ها و الگوریتم‌هایی که توسط برنامه‌نویسان طراحی شده‌اند، عمل می‌کند و قادر نیست احساسات، ارزش‌ها، خاطرات و روابط انسان را درک کند. او فقط یک ابزار کارآمد و کاربردی است و به‌خاطر حافظه کوتاه‌مدتی که دارد، مکالمات طولانی‌مدت را فراموش می‌کند. این چت‌بات براساس برخی از اطلاعات که کاربران هنگام استفاده به آن داده‌اند، از یک حافظه موقت برخوردار است که به او اجازه می‌دهد صرفا اطلاعات مربوط به گفت‌وگوی فعلی را ذخیره کند. در حالی که بنا بر ادعای این موتور جست‌وجو او کسی را تحت کنترل ندارد یا از اطلاعات کسی سوءاستفاده نمی‌کند، هرچند که این بات اخیرا از قابلیتی به‌نام پیش‌نمایش یا Preview برخوردار شده است که گفت‌وگوهای قبلی را در اختیار دارد. این بخش به‌منظور سهولت کار کاربران برای اعمال تغییرات احتمالی در گفت‌وگوهاست که باعث می‌شود در زمان و انرژی صرفه‌جویی شود و تجربه گفت‌وگو با یک هوش مصنوعی را بهبود ببخشد. چت جی‌پی‌تی از اطلاعات کاربران فقط برای ارائه پاسخ‌های بهتر و مرتبط استفاده و قوانین و مقررات مربوط به حفاظت از داده‌های شخصی را رعایت می‌کند و بدون اجازه کاربران داده‌های آنها منتقل نمی‌کند یا برای اهداف ناشروع استفاده نمی‌کند.

جواب احتیاط را بسنجند

باید توجه داشت این خطرات هنگامی کاربران را تهدید می‌کند که این ابزارها برای ضبط و پردازش صدای کاربران از میکروفن گوشی‌شان استفاده می‌کنند اما این بدان معنی نیست که آنها همیشه و بدون اجازه کاربران میکروفن را فعال و صدای آنها را شنود کنند. این ابزارها فقط زمانی که کاربران از آنها استفاده می‌کنند و عملیات خاصی انجام دهند، میکروفن را فعال می‌کنند. برای مثال، زمانی که کاربری یک پیام صوتی در واتساپ می‌فرستد یا یک دستور صوتی در گوگل می‌دهد، آنها صدای کاربران مورد نظر را ضبط می‌کنند و برای ارائه خدمات به آنها پردازش می‌کنند. اما زمانی که کاربران از این ابزارها استفاده نمی‌کنند یا گوشی‌شان خاموش است، میکروفن غیرفعال می‌شود و صدایی ضبط نمی‌شود. با تمام ادعاهایی که انواع مختلف هوش مصنوعی مبنی بر حفظ حریم خصوصی کاربران دارند، لازم است که کاربران هنگام استفاده از تمامی ابزارها و برنامه‌های موجود در گوشی و رایانه جوانب احتیاط را بسنجند و نسبت به حفظ حریم خصوصی و امنیت خود از تنظیمات و قوانین مربوط به داده‌های شخصی خود آگاه باشند.

روش‌های امنیتی برای جلوگیری از سرقت اطلاعات

یکی از راه‌های مراقبت از حریم خصوصی این است که کاربران باید مراقب مطالب به‌اشتراک‌گذاشته در اینترنت و برنامه‌های نصب‌شده روی گوشی خود باشند. برخی از راه‌هایی که کاربران به‌وسیله آنها می‌توانند از خود در برابر این تهدیدات محافظت کنند عبارتند از:

استفاده از رمز عبور قوی و منحصربه‌فرد برای حسابهای خود و تغییر آنها به‌صورت دوره‌ای

فعال کردن تأیید هویت دومرحله‌ای برای حسابهای خود

غیرفعال کردن میکروفن گوشی وقتی از آن استفاده نمی‌شود

مراقبت از دسترسی برنامه‌ها به داده‌های شخصی خود مانند مخاطبان، عکس‌ها، موقعیت مکانی و...

پاک کردن تاریخچه مرور گر خود به‌صورت منظم

استفاده از یک VPN برای مخفی کردن آدرس IP خود و رمزگذاری ترافیک اینترنتی خود

اجتناب از ارسال یا دریافت اطلاعات حساس یا محرمانه از طریق رسانه‌های اجتماعی یا پیام‌رسان‌ها

اطمینان حاصل کردن از اعتبار و امنیت برنامه‌ها قبل از نصب آنها روی گوشی خود

اطلاع از قوانین و حقوق خود در مورد حفاظت از داده‌های شخصی خود.

موسیقی چه خبر

آثار بزرگان در «بادها» شنیدنی شد

به گزارش پیام آشنا به نقل از مهر، آلبوم «بادها» در قالب لوپن اثر رسمی مجموعه «بادها۲ تریو» با هنرمندی احسان کلهر نوازنده دیوان، سهیل حسنوی نوازنده سنتور، امیر خیری نوازنده تمبک منتشر شد.

هیات اصفهان» مشتمل بر اجرای مقدمه اثر فضل الله توکل، «بداهه نوازی» تصنیف «پریشان» اثر همایون خرم و «رنگ ابر» اثر اسدالله ملک، هیات ترک» مشتمل بر مقدمه اثر ابوالحسن صبا «بداهه نوازی»، تصنیف «خاطره یک شب» اثر علی نجویدی، «رنگ» اثر اسماعیل مهرنائی، «حسه گاه شوشتری» مشتمل بر «مقدمه قدیمی»، «بداهه نوازی»، تصنیف «توبه بمانی» اثر پرویز یاحقی، «رنگ» اثر عباس خوشدل «دشتی» مشتمل بر مقدمه اثر اسدالله ملک، «بداهه نوازی» تصنیف «اوجه باغ» اثر حسن یوسف زمانی و «رنگ» اثر موسی معروفی قطعاتی هستند که در این آلبوم گنجانده شده‌اند.

در توضیحات تکمیلی این اثر موسیقایی آمده است: «نوازندگان این گروه از سال ۹۷ تاکنون فعالیت‌های موسیقایی مشترک خود را در قالب بداهه‌نوازی، کنسرت و انتشار چند تک‌آهنگ و موزیک‌ویدیو ارایه کرده‌اند.

رویکرد گروه در آن آلبوم، بازنوازی و اجرای آثاری از آهنگسازان قدیمی موسیقی ایرانی و احیای شیوه‌ای از نوازندگی است که در برنامه‌های رادیویی دهه چهل و پنجاه از جمله «تکنوازان» و «گل‌ها» رواج داشته و عمدتا بر پایه بداهه‌نوازی استوار است.

در این مجموعه آثار ماندگار و خاطره‌انگیزی از اساتید ابوالحسن صبا، موسی معروفی، علی نجویدی، همایون خرم، پرویز یاحقی، اسدالله ملک، فضل الله توکل، عباس خوشدل، اسماعیل مهرنائی و حسن یوسف زمانی در چهار مایه مختلف (پیات اصفهان، بیات ترک سه گاه/شوشتری و دشتی) اجرا شده که هر دستگاه با آواز، از چهار قسمت (پیش‌درآمد، بداهه آوازی، تصنیف و رنگ) تشکیل شده است.

ضبط این آلبوم هم در سال ۹۹ در استودیو پاییز با صادرداری حسن خدایی نیا انجام شده و میکس و مسترینگ آن توسط احمد میرمعصومی در استودیو نغمه سازان دل‌نشین انجام شده است.

سینمای جهان

گاتهام ۲۰۲۳ برندگانش را شناخت «زندگی‌های گذشته» بهترین فیلم شد

به گزارش پیام آشنا به نقل از ورایتی، در حالی جوایز گاتهام ۲۰۲۳ در مراسمی که برگزار شد برندگانش را شناخت که جایزه بهترین فیلم خود را به «زندگی‌های گذشته» سلین سانگ اهدا کرد.

همین حال چارلز ملتون برای بازی در نقش مکمل در «می دسامبر» تاد هینز و لیلی گلادستون برای بازی در «کشور ناشناخته» جوایز بازیگری را کسب کردند.

امسال فیلم «همه ما غریبه‌ها» ساخته اندرو هیگ، میدان‌دار گاتهامز بود که چهار نامزدی کسب کرد. «زندگی‌های گذشته» سلین سانگ و «هنزر و یک» راکول هر یک با سه نامزدی در رده بعدی قرار داشتند. هر ۲ درام در کنار «همایش»، «گذرها» و «واقعیت» نامزد بهترین فیلم بلند بودند. در بخش بهترین فیلم بین‌المللی هم «همه ما غریبه‌ها»، «آناتومی یک سقوط»، «بیچاره‌ها»، «توتم» و «منطقه مورد علاقه» مدعیان کسب جایزه بودند.

اگرچه گاتهام از فیلم‌های مستقل تجلیل می‌کند اما سقف بودجه ۲۵ میلیون دلاری را حذف کرد؛ با این حال بیشتر مدعیان هنوز هم فیلم‌های مستقل یا هنری بودند، هرچه برخی تولیدات بزرگتر ماندند «باربی» هم وارد رقابت شدند. گاتهام همچنین دسته‌بندی خود را برای جوایز بازیگری تغییر داد و از سال ۲۰۲۱ دیگر بر اساس جنسیت به بهترین بازیگر جایزه نمی‌دهد.

لیست کامل برندگان چنین است:

بهترین فیلم: «زندگی‌های گذشته»

بهترین بازیگر: لیلی گلادستون برای «کشور ناشناخته»

بهترین بازیگر نقش مکمل: چارلز ملتون برای «می دسامبر»

بهترین فیلمنامه: «آناتومی یک سقوط» نوشته ژوستین تریه، آرتور هراری

بهترین فیلم بین‌المللی: «آناتومی یک سقوط»

بهترین فیلم مستند: «چهار دختر» ساخته کوترین هنیه

بهترین کارگردان: ای وی راکول برای «هنزر و یک»

بهترین بازی در یک سریال جدید: الی وانگ برای «بیف»

سریال تلویزیونی بیش از ۴۰ دقیقه: «یک نور کوچک» ساخته تونی فلان

سریال تلویزیونی زیر ۴۰ دقیقه: «بیف» لی سونگ چین

علاوه بر جوایز رقابتی، جوایز گاتهام همان طور که پیشتر اعلام کرده بود از چند فیلم نیز تجلیل کرد: «قاتلان ماه کامل» نشان تاریخی گاتهام و ادای احترام به خالق را دریافت کرد، «باربی» با نماد جهانی و ادای احترام به خالق، «فراری» با جایزه نماد نوآوری، «راستین» با جایزه نماد فرهنگی و احترام برای عدالت اجتماعی، «ایر» نماد ویژه‌ری و «مایسترو» با نشان فرهنگی و تجلیل خالق تجلیل شدند.

در این مراسم مایکل مان که جایزه خود را از دست آدام درایور بازیگر «فراری» دریافت کرد، آن را به توری کندی مارتین فیلمنامه‌نویس فقید این فیلم اهدا کرد و گفت: او واقعا قلب و هسته اصلی نوآوری این فیلم بود.