■ روزنامه فرهنگی، اجتماعی صبح ایران ■ صاحب‌امتیاز: سازمان صداوسیمای جمهوری اسلامی‌ایران ■ مدیر مسؤول: سید علیرضا شریفی ■ نخستین موسسه فرهنگی مطبوعاتی کشور دارای گواهینامه بین‌المللی ISO9001:2008

جام جم

■ شاپا: ISSN1735-3637
■ پایگاه اطلاع‌رسانی: www.jamejamdaily.ir
■ پست الکترونیکی: info@jamejamdaily.ir

■ تهران، بلوار میرداماد، جنب مسجد الغدیر، شماره ۱۲۹
■ تلفن: ۲۳۰۰۴۰۰۰ - ۰۲۱ ■ دورنگار تحریریه: ۲۲۲۲۶۲۵۲
■ سازمان شهرستان‌ها: ۴۵۸۹۷ ■ کد پستی: ۱۹۱۱۶۱۸۴۱۳
■ امور مشترکین: ۴۴۰۲۹۳۰ ■ سازمان آگهی‌ها: ۲۳۰۰۴۰۳۲
■ پیامک: ۳۰۰۰۱۱۲۴۰ ■ روابط عمومی: ۲۲۲۶۲۱۴۲
■ چاپ: به‌صورت همزمان در تهران و شهرستان‌ها (چاپخانه‌های روزنامه جام جم)

یکشنبه ۹ تیر ۱۳۹۸ | ۲۶ شوال ۱۴۴۰ | ۲۰ صفحه | سال بیستم - شماره ۵۴۱۸ | استان تهران و البرز ۲۰۰۰ تومان - دیگر استان‌ها ۱۰۰۰ تومان | Sunday - 2019 Jun 30

حدیث روز: کافی

امام صادق (ع)

بهترین راحتی و آسودگی بی‌توقعی از مردم است.

پلک احساس: حافظ

باورم نیست زبدعهدی ایام هنوز
قصه غصه که در دولت یار آخر شد

امروز در تاریخ:

- قیام مردم عراق به رهبری آیت‌ا... شیرازی علیه استعمار انگلیس (۱۲۹۹ ش)
- کشف عناصر رادیواکتیو اورانیوم توسط هانری بکرل فرانسوی (۱۸۹۶م)
- پایان رسمی نظام غیرانسانی تبعیض نژادی در کشور آفریقای جنوبی (۱۹۹۱م)

اوقات شرعی:

اذان ظهر: ۱۳/۰۸ | غروب آفتاب: ۲۰/۲۴
اذان مغرب: ۲۰/۴۵ | نیمه‌شب شرعی: ۰۰/۱۵
اذان صبح (فردا): ۴/۰۶ | طلوع خورشید(فردا): ۵/۵۲

پیش‌بینی آب و هوا دوشنبه

تهران	اهواز	اردبیل	بوشهر	رشت	زاهدان	زنجان	شهرکرد
۳۸ / ۲۳	۴۷ / ۲۹	۱۵ / ۵	۳۸ / ۳۰	۲۱ / ۱۸	۴۰ / ۲۴	۲۵ / ۱۱	۳۵ / ۱۲

حکمت ۲۱۴: نهج‌البلاغه

کسی که درخت شخصیت او نرم و بی‌عیب باشد، شاخ و برگش فراوان است.

گفت‌وگو با سودابه آقاجانیان، مجری تلویزیون درباره مدیریت حضور در شبکه‌های اجتماعی

فضای مجازی بداخلاقمان کرده است

طاهره آشیانی
روزنامه‌نگار

مل رابینز یکی از استادان موفقیت و نویسنده کتاب «قانون پنج ثانیه» در همه سخنرانی‌ها، ویدئوهای آموزشی و کتاب‌هایش تاکید زیادی بر مدیریت استفاده از شبکه‌های اجتماعی دارد. او بر این باور است که اگر صبح‌ها درست بعد از بیدار شدن از خواب سراغ گوشی هوشمند رفته و شبکه‌های اجتماعی را رصد کنیم یعنی از همان ابتدای صبح به مغز دستورات لازم برای سپری کردن یک روز بسیار مزخرف را داده‌ایم، چون شبکه‌های اجتماعی پر هستند از مطالب و عکس‌های بسیار سطحی که ما را به عقب‌ماندگی و زندگی بسیار سطح پایین و بیهوده عادت می‌دهند. مل رابینز مثل بقیه اساتید موفقیت از جمله دارن هاردی تاکید می‌کند به هیچ عنوان شب‌ها و موقع خواب تلفن همراه را کنار رختخواب قرار ندهیم و در یک کلام از این منبع حواس‌پرتی و ایجاد کننده استرس به‌شدت دوری کنیم.

خواندن این توصیه‌ها یعنی بالا بردن سواد رسانه‌ای و مدیریت استفاده از شبکه‌های اجتماعی. بیشتر ما در طول روز با این دست از مطالب مواجه می‌شویم، اما ۹۹ درصد ما هر چند می‌دانیم عمل به این توصیه‌ها یعنی قدم گذاشتن در راه موفقیت اما به آنها عمل نمی‌کنیم! مثل خیلی چیزهای دیگر که می‌دانیم بر علیه ماست، اما به جای دور شدن از آنها بیشتر به آنها نزدیک می‌شویم، شاید به این دلیل که عادت کرده‌ایم خودمان را نابود کنیم. خود در اینجا به معنای روان و ذهن و مغز است که فرمانده ماست. ما می‌دانیم نباید از شبکه‌های اجتماعی برای خودافشایی زندگی خصوصی استفاده کرده و خودمان را در معرض آسیب‌ها و قضاوت‌ها قرار دهیم، اما این کار را می‌کنیم! می‌دانیم گشت زدن در شبکه‌های اجتماعی و در معرض تنش‌های متفاوت قرار گرفتن یعنی ذهن و روان را در معرض نابودی قرار دادن، اما باز هم این کار را می‌کنیم چون معتاد شده‌ایم و ترک اعتیاد اول آگاهی می‌خواهد و بعد اراده که امیدوارم همین امروز همه ما تصمیم بگیریم و وارد کمپ ترک اعتیاد دنیای مجازی شویم! و از این همه تنش‌های بیهوده که روزانه به خودمان وارد می‌کنیم، دور شویم؛ تنش‌هایی مانند ازدواج مجدد یک بازیگر یا سبک زندگی لاکچری یک سلبریتی که اعتماد به نفس ما را نشانه می‌گیرد و آن را تخریب می‌کند. افراد معروفی که باید به اعتماد مردم احترام بگذارند، اما این ابتدایی‌ترین منش انسانی را رعایت نمی‌کنند. با سودابه آقاجانیان، مجری قدیمی تلویزیون هم‌صحبت شدم تا از تجربه‌هایش در زمینه اجرا و معلمی استفاده کرده و برای این سؤال، جواب پیدا کنم که مرز اخلاق و بی‌اخلاقی در شبکه‌های اجتماعی کجاست؟



کافه میرداماد

مراقب خودویرانگری باشیم!

آقاجانیان معتقد است که فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی به یکباره وارد سبک زندگی ما شدند و ما هنوز سواد حضور و استفاده از آنها را نداشتیم که دچارشان شدیم. شاید به همین دلیل است که این شبکه‌ها که می‌توانند در برخی موارد موثر خوب هم باشند به پدیده‌ای تقریبا مخرب در جامعه ما تبدیل شده‌اند.

این مجری می‌گوید: کسانی که زندگی خصوصی و شخصی خود را به صورت مداوم در شبکه‌های اجتماعی منتشر می‌کنند فقط برای جلب توجه است. آنها نیاز دارند دیده شوند و این نیاز آن‌قدر قوی است که گاهی از دستشان در می‌رود و از زندگی خود برای مورد توجه قرار گرفتن سوءاستفاده می‌کنند. این خودویرانگری کاملا به این ربط دارد که چه تعریفی از خودمان و شبکه‌های اجتماعی داریم. به نظرم تا وقتی رسانه‌ها و شبکه‌های اجتماعی را نشناخته‌ایم در آنها حضور نداشته باشیم بهتر است، حداقل به خودمان آسیب نمی‌زنیم.

به آقاجانیان می‌گویم به نظر می‌رسد در دنیای امروز می‌توان با نگاهی به صفحات افراد در فضای مجازی به شخصیت و سبک زندگی آنها پی برد و دیگر مثل قدیم به رزومه نیاز نیست.

این مجری می‌گوید: این قضیه درباره بیشتر افرادی که در شبکه‌های اجتماعی فعال هستند، صدق نمی‌کند. به باور من آدم‌ها در دنیای مجازی این قابلیت را دارند که خود جعلی و دروغین خود را به نمایش بگذارند و اصلا نمی‌توان از روی پست‌هایی که به اشتراک می‌گذارند آنها را شناخت. البته شاید اگر روان‌شناس زبده یا رفتارشناس متخصص این صفحات را ببیند، پی به شخصیت اصلی آنها را ببرد، اما عموم مردم نمی‌توانند مرز بین خود واقعی و واقعیت آدم‌های فعال در دنیای مجازی را بشناسند.

مرز میان ریاکاری و صداقت

از آقاجانیان می‌پرسم حضور عموم مردم در شبکه‌های اجتماعی جای اما و اگر زیادی ندارد اما افراد معروف چون زیر ذره‌بین هستند حضورشان در فضای مجازی بر روان و ذهن مردم و حتی سبک زندگی آنها موثر است، اما بیشتر این افراد هم گویا تعریفی از سواد رسانه‌ای ندارند و گاهی چیزهایی می‌گویند و پست‌هایی منتشر می‌کنند که مردم به آنها واکنش نشان می‌دهند و آنها را قضاوت می‌کنند. در این شرایط افراد معروف شاکی می‌شوند که چرا به زندگی شخصی ما ورود می‌کنید. این تناقض را چگونه می‌شود مدیریت کرد؟

آقاجانیان می‌گوید: افراد معروف اتفاقا باید با حساسیت و آگاهی کامل وارد فضای مجازی شوند. آنها نباید در رسانه‌ها و حوزه‌های فرهنگ و هنر فعال باشند و حرف‌هایی را بزنند، اما جور دیگر زندگی کرده و از افشای آن در شبکه‌های اجتماعی پروایی نداشته باشند. مردم نگاهشان به چهره‌های معروف است.

باید قبول کنیم رصد می‌شویم و باید بپذیریم مردم ما را قضاوت خواهند کرد. باید به اصطلاح سنگ‌هایمان را با خودمان وابکنیم و بدانیم با خودمان چند - چند هستیم. واقعیت این است رسانه‌ها در ریاکاری و بداخلاقی چهره‌ها بی‌تقصیر نیستند. مدیریت رسانه‌ها می‌دانند فلان بازیگر یا مجری چه سبک زندگی ای دارد، این سبک زندگی کاملا شخصی است و به خود او مربوط می‌شود، اما وقتی از این فرد معروف خواسته می‌شود نقشی را بازی کند که اصلا شبیه باورهای او نیست یا اجرای برنامه‌هایی را به عهده بگیرد و به مردم توصیه‌هایی کند که اصلا به آنها باور ندارد، یک جایی به اصطلاح دم خروس بیرون می‌زند و در اینجا، هم اعتبار آن فرد زیر سؤال می‌رود و هم باور و اعتماد مردم.

به باور من باید با خودمان بیشتر صادق باشیم. جامعه و ترازهای اخلاقی و اعتماد را بشناسیم و برای پول و دستمزد آن چنانی برنامه‌ای را به نام خودمان ثبت نکنیم، چون مردم هوشمندند و به هرحال روزی پی به واقعیت ما می‌برند و آن روز دیگر هیچ اعتباری برایمان باقی نمی‌ماند و از طرفی به مردمی که نگاهشان به ماست، ریاکاری و دورویی را آموزش می‌دهیم.

از طرفی یاد بگیریم اگر دچار چنین تناقضی شدیم و مردم متوجه آن شدند، عذرخواهی کنیم، یک معذرت‌خواهی شرافتمندانه خیلی بهتر از زندگی در فضای دروغ و ریاکاری است، اما متاسفانه در جامعه ما تنها چیزی که در هیچ قشر و رده‌ای وجود ندارد، عذرخواهی است.

مقطع حساس کنونی

حکایت عبرت‌آموز مرد و همسرش و خرش



امید مهدی‌نژاد
طنزنویس

مردی تصمیم گرفت همراه همسرش با خر از شهر خودشان به شهر مجاور که در نزدیکی شهر خودشان قرار داشت، بروند. پس هر دو سوار خر شدند و به راه افتادند. در راه، جمعی از مردم که در مسیر ایستاده بودند با دیدن آنها شروع به حمایت از حقوق حیوانات کردند و گفتند این زوج ستمگر را ببین که دو نفری بر خر سوار شده‌اند و وی را از طریق اضافه‌بار مورد آزار قرار می‌دهند. مرد و همسرش با شنیدن این سخن متاثر شدند و زن از خر پیاده شد و به‌طور پیاده به ادامه مسیر ادامه داد. در ادامه راه، جمع دیگری از مردم که در مسیر ایستاده بودند، با دیدن آنها شروع به حمایت از حقوق زنان کردند و گفتند این مرد بی‌ملاحظه را ببین که سوار خر شده است و همسرش پیاده در کنار او راه می‌رود. مرد با شنیدن این سخن منقلب و از خر پیاده شد و همسرش را سوار خر کرد و خودش پیاده به مسیر ادامه داد.

در ادامه راه، جمع دیگری از مردم که در مسیر ایستاده بودند با دیدن آنها شروع به مردسالارانگاری کردند و گفتند این زن بی‌حیا را ببین که سوار خر شده است و شوهرش و تاج سرش پیاده در کنار او راه می‌رود. ایشان افزودند تف به این روزگار. زن با شنیدن این سخن مکدر و از خر پیاده شد و در کنار شوهرش پیاده به مسیر ادامه داد. در ادامه راه، جمع دیگری از مردم که در مسیر ایستاده بودند، با دیدن آنها شروع به نقد منطقی و عملگرایانه کردند و گفتند این زن و شوهر را ببین که به‌جای آن‌که یکی از آنها یا هردوی آنها سوار خر شوند، دارند پیاده راه می‌روند و خر هم برای خودش راه می‌رود. مرد و همسرش که واقعا قاطی کرده بودند با چوب به خر زدند که فرار کند و برود تا با پاک کردن صورت مسأله از شر قضاوت‌های رنگارنگ مردم خلاص شوند. در این لحظه خر که از ابتدا شاهد ماجرا بود به‌طرز معجزه‌آسایی زبان باز کرد و گفت: ای مرد، من که خرم و حرجی بر من نیست. اما تو به‌جای زدن من، خودت را بزن، که عوض آن‌که به تشخیص خودت عمل کنی، به قضاوت‌های مردم بیکار توجه می‌کنی و مدام راهبرد زندگانی خود را بر اساس قضاوت اشخاص بیکار تغییر می‌دهی. مرد که حقیقتا توقع این یکی را دیگر نداشت، بار دیگر خر را به‌طور محکم‌تری زد تا فرار کرد و بلافاصله به‌طور مخفیانه و بدون اطلاع همسرش با یکی از هنرجویان جوانش ازدواج کرد و تلاش کرد تا پایان عمر به خوبی و خوشی با او زندگی کند.

نفرت‌انگیزترین شکارچی



مدیر بریتانیایی یک مجموعه طبیعت‌گردی (سافاری) در آفریقای جنوبی و زیمبابوه برای کشتن شیرها و اسب‌های آبی که در اسارت پرورش یافته‌اند، هزاران پوند جایزه پرداخت می‌کند.

به گزارش فرادید، عکس‌های نفرت‌انگیزی که از الکس گراس منتشر شده، او را در کنار جسد دو شیر نشان می‌دهد که در آفریقای جنوبی شکار و سلاخی شده‌اند.

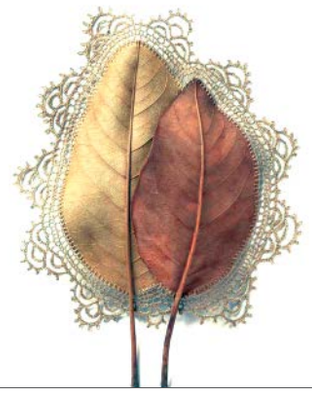
گراس آشکارا نوعی تفریح را سازماندهی کرده است که فعالان محیط‌زیست آن را «شکار کنسروی» می‌نامند؛ به این معنی که او شیرهایی را که در اسارت پرورش یافته و در میان نرده‌ها محصور هستند، تعقیب و شکار می‌کند. گراس، مالک و مدیر «بلکتورن سافاری» است که یا مشغول تیراندازی به پرندگان و گوزن‌ها در انگلستان است یا در آفریقای جنوبی و زیمبابوه شیر شکار می‌کند. عکس‌هایی که در وب‌سایت شخصی او منتشر شده است، او را در کنار حیوانات مرده‌ای مثل کروکدیل، اسب‌آبی، بوفالو، یک جفت گورخر و شیرهای نر و ماده نشان می‌دهد. او همچنین شکار فیل و پلنگ را در سافاری خود پیشنهاد می‌دهد. مشتریان سافاری بلکتورن برای یک شکار پنج روزه تا ۱۳ هزار پوند پرداخت می‌کنند. مهمانان این سافاری افرادی ثروتمند هستند که در صحرای کالاهاری و در یک کلبه پنج ستاره که «قطعه‌ای از بهشت» توصیف شده است، اقامت می‌کنند.

قلاب‌بافی روی برگ

راه‌های متنوعی برای احترام گذاشتن به طبیعت وجود دارد؛ یک هنرمند آلمانی ساکن انگلستان احترام خود به طبیعت را از طریق قلاب‌بافی با برگ نشان داده است.

به گزارش فرارو، سوزان بائر، ده سال است که برگ‌های مورد علاقه خود را طی سفرهایش جمع کرده و با آنها قلاب‌بافی می‌کند. یکی از برگ‌های مورد علاقه او، برگ درخت ماگنولیاست. او می‌گوید، این برگ‌ها شکلی کلاسیک دارند و رگ‌برگ‌هایشان بسیار محکم است. استودیوی او همیشه پر از برگ و باقی‌مانده‌هایی از طبیعت است.

او می‌گوید: این برگ‌ها با زبان خودشان با من صحبت می‌کنند. من شیفته جزئیات، رنگ‌ها، بافت‌ها و ترکیباتی هستم که در طبیعت پیدا می‌کنم.



علی رئوف

عملیات تهران

بچه‌های تفحص هم خوش خیالند. هر بار که آثاری از شهیدی پیدا می‌کنند این کشف را می‌زنند به نام خودشان. غافل از این که آن شهید خودش اجازه داده که پیدا شود. وقتی شهادت را یک مقام می‌دانیم، باید بدانیم هر مقامی امتیازات و اختیاراتی هم دارد. رفقایی که با هم تصمیم گرفتند در خلوت خودشان بمانند و به شهر برنگردند حتما برای خودشان دلایلی داشتند. حالا هم که برگشتند حتما دلایلی دارند. شاید حس کردند بعد از سی و چند سال باید به این شهر کم حافظه یادآوری کرد که آنها فقط اسم خیابان نیستند. رفقایی که هنوز از عملیات‌های فاو و خرمشهر و شلمچه خسته و خاکی‌اند، راهی عملیات تهران شدند بل که چیزهایی را یادکسانی بیاورند.

بررسد



تشییع شهدا در سمنان/عکس: فارس

پل دست‌ها در ونیز

لورنزو کوئین، پسر آنتونی کوئین مجسمه ساز معروف، بار دیگر و با یک اثر به یاد ماندنی پیروزمندانه به ونیز باز می‌گردد. شش جفت دست، از روی آبگیر تاریخی آرسنال، عبور کرده و در میان راه به هم رسیده‌اند و به این ترتیب، پل اتحاد را به وجود آورده‌اند.



به گزارش ایلنا، "Building Bridges"، با ۱۵ متر ارتفاع و ۱۹/۵ متر عرض، علاوه بر این‌که یک مورد به نقاط شاخص و چشمگیر شهر اضافه کرده، شرکت در جشنواره دو سالانه ونیز را هم تجربه کرده است.

این اثر، برای خود لورنزو کوئین هم یک نمونه کار تماشایی به حساب می‌آید که به دیگر اثر هنری او با نام حمایت (مجسمه غول پیکری از یک جفت دست، که از کانال بزرگ ونیز بیرون آمده و انگار یک ساختمان را نگه داشته است) که سال ۲۰۱۷ در ونیز ساخته شده بود، اضافه شده و تحسین‌های بسیاری را از سراسر جهان نصیب او کرده است.

Building Bridges، تماما روی نگرشی مثبت تمرکز کرده است. در دورانی که دیوارها بلند و بلندتر می‌شوند تا ما انسان‌ها را از هم جدا کنند، کوئین به دنبال اشاعه پیام وحدت، یکپارچگی و صلح در شهری است که گویی روی پل‌ها ساخته شده است.

فرانسه داغ شد

دماسنج‌ها در جنوب فرانسه با ثبت گرمای ۴۵/۹ درجه سانتی‌گراد که تقریبا برابر ۱۱۵ درجه فارنهایت است، گرم‌ترین روز در تاریخ هواشناسی فرانسه را ثبت کردند. به گزارش ایسنا، قاره اروپا طی چند روز گذشته با موجی از گرمای بی‌سابقه روبه‌روست. روز جمعه روستای گلاگی لمونته در جنوب فرانسه در حالی گرمای ۴۵/۹ درجه سانتی‌گراد را شاهد بود که رکورد قبلی در این ناحیه ۴۴/۱ درجه سانتی‌گراد بوده و در خلال مستقر شدن جبهه هوای گرم سال ۲۰۰۳ ثبت شده بود. در جریان آن موج گرما، هزاران نفر در اروپا جان خود را از دست دادند. اگنس بوزان، وزیر بهداشت و سلامتی فرانسه هشدار داده که «همه مردم در خطرند.» سیستم هواشناسی فرانسه در اقدامی بی‌سابقه برای چهار منطقه جغرافیایی در این کشور بالاترین درجه هشدار هواشناسی یعنی قرمز صادر کرده است. همه این نواحی در جنوب فرانسه هستند هرچند مابقی این کشور هم با هشدار نارنجی گرما روبه‌روست که فقط یک سطح با قرمز (بالاترین سطح) فاصله دارد.