این صفحه پیام‌ها، متن‌ها، عکس‌نوشت‌ها و خبرهای کوتاه منتشر شده در فضای مجازی را بازنشر می‌دهد. تلاش بر این است که دیدگاه‌ها و نظرات کاربران اندیشمند شبکه‌های اجتماعی در عرصه مکتوب هم دیده شود.

آینه نفس

پس این همه نماز، عمره، روزه و زیارت چه شد؟!

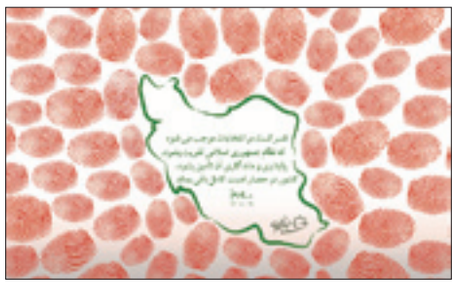
آیت‌الله فاطمی‌نیا:
فرد وارد قیامت می‌شود، فکر می‌کند خبری است! تعجب می‌کند! می‌گوید خدایا پس این همه نماز، عمره، روزه و زیارت چه شد؟! می‌گویند تو دل شکستی! ریا کردی! زهر زبان ریختی و بنده‌های خدا را تحقیر کردی!
جوانانی داریم که به ظاهر هم متدین هستند، اما وقتی در مورد او سؤال می‌کنی، هیچ‌کس از او راضی نیست! به راحتی دل می‌شکنند! به راحتی دیگری را تمسخر و تحقیر می‌کند! در خانه بداخلاقی می‌کند! عزیز من پس چرا جلسه رفته بودی؟! چرا درس اخلاق رفته بودی؟! وقتی اخلاقت را اصلاح نمی‌کنی، استاد دیگر چه فایده دارد؟!
منبع: کانال تلگرامی «در محضر استاد فاطمی‌نیا»

عاقبت مال خوب‌هاست

علی مهدیان در توئیتی نوشت: جایی دعوتم کرده بودند، هر چی استدلال بلد بودم گفتم. پیرمردی بود تو جمع، احساس کردم حرفی میخواد بگه. بعد از جلسه اومد گفت حاج آقا! ببین درست میگم؟ خدا میگه العاقبه للمتقین. عاقبت مال خوب‌هاست. مردم ایران مردم خوبین پس عاقبت کارشون درست میشه. این رو که گفت احساس کردم دل من هم آروم شد.

رشد ۱۰ درصدی حمله به مسلمانان در کانادا

ستاد حقوق بشر جمهوری اسلامی ایران در توئیتی نوشت: حمله تروریستی به خانواده مسلمان در انتاریو نتیجه قوانین و رویکرد اسلام‌ستیزانه دولت کانادا در محروم کردن مسلمانان از خدمات حمل و نقل عمومی و سلامت و انفعال دولت نسبت به قتل و کشتار مسلمانان در مسجد کبک و تورنتو در سال‌های ۲۰۱۷ و ۲۰۲۰ و بی‌توجهی به رشد ۱۰ درصدی حمله به مسلمانان است.



جهاد «یک به یک» برای افزایش مشارکت

یکی از راه‌های افزایش مشارکت در انتخابات، نهضت دعوت از آشنایان است. هر کس خود را موظف بداند که حداقل یکی از اقوام یا دوستان خود را که قصد شرکت در انتخابات ندارد به هر طریق ممکن برای رأی دادن همراه کند. این یک جهاد همگانی است؛ یک با یک.

تصویر منتخب

مصطفی حنگو | میزان

واکنش کاربران شبکه‌های اجتماعی به پیشنهاد حسام‌الدین آشنا برای مناظره رئیس جمهور مستقر با نامزدهای ۱۴۰۰

مناظره ۹۲ و ۹۶ روحانی را دیدیم، بس است!

حسام‌الدین آشنا، رئیس سابق مرکز بررسی‌های استراتژیک ریاست‌جمهوری که در هشت سال گذشته به عنوان مشاور رسانه‌ای حسن روحانی، رئیس‌جمهور شناخته می‌شد، در توئیتی نظرسنجی‌ای را به اشتراک گذاشته است. او پرسیده است: «آیا با مناظره رئیس‌جمهور فعلی با نامزدهای ریاست جمهوری موافق هستید؟» در این نظرسنجی بیش از ۱۵هزار نفر شرکت کرده‌اند که ۸۳/۵ درصد اعلام موافقت و ۱۶/۵ درصد اعلام مخالفت کرده‌اند. وجه اشتراک موافقان و مخالفان لزوم پاسخگویی دولت روحانی به عملکرد هشت سال گذشته خود است. موافقان می‌گویند این فرصت خوبی برای پاسخگویی است و مخالفان می‌گویند امروز دیگر برای رئیس‌جمهور مستقر فرصت مناظره گذشته و وقت پاسخگویی است. در ادامه بخش‌هایی از واکنش‌های موافقان و مخالفان را در این خصوص می‌خوانید.

■ احمد نظام‌زاده:
جناب آشنا گفته: آیا موافق مناظره روحانی با کاندیداهای فعلی هستید؟ آقای آشنا وقت مناظره برای ایشان گذشته است. امروز، روز پاسخگویی است نه مناظره. منتظریم به خاطر وضعیت بورس و قیمت دلار، تورم ۴۵ درصدی، فقر، بیکاری و... که نتیجه عملکرد ایشان است پاسخگوی ملت و نهادهای ذیصلاح باشند.

■ رضا آذر:
اگر رئیس‌جمهور فعلی خود کاندیدا نباشد عرف نیست در دنیا چنین چیزی صورت گیرد بلکه صددرصد اغتشاش در آرام و بی‌دغدغه نگه داشتن فضای انتخابات در جامعه ایجاد خواهد کرد. شدیداً مخالفم.

■ کیان مهزاد:
وقت مناظره برای آقای روحانی گذشته است. این مناظره جز تشنج و زدن حرف‌های بی‌پایه مثل مناظرات ۹۲ و ۹۶ چه دارد؟ اگر آقای روحانی دوست دارند یا بین مردم بیایند و بگذارند مردم آزادانه حرف دلشان را بزنند یا به صورت زنده در تلویزیون در جمع کارشناسان حاضر و اجازه نقد و بررسی عملکردشان را بدهند.

■ کاربری با نام «آرش»:
رئیس‌جمهوری که شب بخوابه صبح ببینه قیمت بنزین بالا رفته درباره چی میخواد مناظره کنه؟ آهان! در مورد آب و صابون که می‌خواست روی عده‌ای رو بشوره، در مورد چطور ما از رکود گذشتیم، چطور صد روزه اقتصاد کشور رو درست کرد، کاری کرد که مردم به یارانه ۴۵هزار تومانی نیاز نداشته باشند و...

■ حبیب ازغدی:
مناظره نامزدهای ریاست‌جمهوری با رئیس‌جمهور، ایده‌ای بود که ۲ اردیبهشت ۱۴۰۰ در گفت‌وگو با برنامه جدال پیشنهاد کردم. روزنه امیدی است که عضو شورای نظارت بر صداوسیما، پژواک این صدا شده است. باید هم‌صدا شد تا به بسط جمهوریت رسید.

■ محمدمهدی شیرمحمدی:
با مناظره همزمان و سه گانه هر داوطلب با رئیس‌جمهور مستقر و رئیس‌جمهور سابق موافق هستم. سعی کنید که محقق شود. البته باید زمینه فرهنگی، اجتماعی و ملاحظات امنیتی آن را هم در نظر بگیرید. مثل ماجرای بنزین نشود که آقای روحانی صبح جمعه بیدار شود و ببیند مناظره کرده بود!

در طول سال ۱۳۹۹ ارزش ریال چقدر افت کرد؟

پویان ناظران در کانال تلگرامی «وقایع اقتصادیه» از تحولات اقتصادی در سال ۹۹ نوشت. بخشی از یادداشت او را می‌خوانید:
کاهش ارزش پول یا همون تورم، به طور مستقیم قابل مشاهده نیست. پس با تحلیل نرخ ارز، طلا و قیمت سبد کالاهای مختلف سعی می‌کنیم میزان کاهش ارزش پول رو تخمین بزنیم.

■ طلا و دلار در سال ۱۳۹۹
سکه امامی با ۸۶ درصد رشد از ۰۳/۶ میلیون تومن رسید به ۲۴/۱۱ میلیون تومان. طلای ۱۸ عیار با ۸۱ درصد رشد از ۶۰۰ تومن رسید به ۱۰۸۵ تومان. طلای ۲۴ عیار هم ۸۱ درصد رشد داشت. اما همه رشد طلا انعکاس تورم نیست، بلکه بخشی به خاطر رشد قیمت جهانی طلاست. یک اونس طلا با ۱۸ درصد رشد از ۱۴۷۶ دلار رسید به ۱۷۴۵ دلار. پس طلای ۱۸ و ۲۴ عیار ۶۳ درصد و سکه امامی ۶۸ درصد بیشتر از رشد قیمت جهانی طلا رشد کردند. این انعکاسی از کاهش ارزش ریاله. دلار هم با ۶۱ درصد رشد از ۱۴۹۰۰ تومن رسید به ۲۳۹۶۰ تومن که انعکاس دیگه‌ای از کاهش ارزش ریاله.
در مقایسه رشد طلا و دلار می‌بینیم که قیمت طلای ۱۸ و ۲۴ عیار ۲ درصد بیشتر از دلار رشد کرد و سکه ۷ درصد بیشتر از دلار رشد کرد. از اونجا که خرید سکه برای پس‌انداز کننده خرد آسون‌تر و کم‌ریسک‌تره، در گذشته هر زمان ریسک سیاسی-اقتصادی در کشور رو به افزایش بوده، رشد سکه سریع‌تر از سایر اشکال طلا بوده. یعنی ۵ درصد اختلاف سکه و طلا رو میشه به اندکی افزایش ریسک سیاسی-اقتصادی تعبیر کرد.
این پدیده همواره در مورد نیم سکه و ربع سکه شدیدتر بوده، چون برای پس‌اندازهای خرد در دسترس‌تر هستند. در سال ۹۹ نیم سکه ۱۲۰ درصد رشد کرد که ۳۹ درصد بیشتر از طلاست و ربع سکه ۱۴۴ درصد رشد کرد که ۶۳ درصد بیشتر از طلاست. این یعنی پس‌انداز کننده‌ای که به اندازه خریدن سکه تمام پول نداره، به‌طور وحشتناکی از سقوط اقتصادی کشور می‌ترسه.

■ پایه پولی در سال ۹۹
پایه پولی ۲۹ درصد رشد کرد، پول (اسکناس+ سپرده‌های جاری) ۶۲ درصد رشد کرد و نقدینگی (اسکناس+ همه سپرده‌های بانکی) ۴۱ درصد رشد کرد. روند بلندمدت تورم حدود «نقدینگی منهای رشد اقتصادی» است. هنوز رشد اقتصادی زمستان منتشر نشده اما با توجه به رشد ۹ ماهه اول سال، رشد اقتصاد سال ۹۹ رو منفی یک درصد تخمین می‌زنم. لذا تخمینم از سهم سال ۹۹ در تورم بلندمدت ۴۲ درصد است.
روند کوتاه‌مدت تورم، بیشتر تابع رفتار «پول» است. بی‌دلیل نیست که می‌بینیم در سالی که دولت توان سرکوب ارزی نداشت، رشد ۶۱ درصدی دلار، رشد ۶۳ درصدی طلا و رشد ۶۲ درصدی پول اینچنین به هم نزدیک بودند. در اقتصاد سالم آنچه مهمه تورم بلندمدته، اما در اقتصادی با ساختار شکننده، تورم کوتاه‌مدت بالا آژیر خطر برای چالش‌های بلندمدته.

■ تورم سبد مصرف خانوار
مرکز آمار ۴۹ درصد رشد در قیمت سبد مصرف خانوار گزارش کرده. غذاهای درون سبد ۶۷ درصد رشد قیمت داشته و بقیه سبد ۴۱ درصد رشد داشته. این اختلاف طبیعیه، چراکه معمولاً رشد قیمت قابل تجارت‌ها (مثل غذا) نزدیک رشد نرخ ارزه و رشد قیمت غیرقابل تجارت‌ها (خدمات و غیرمنقول‌ها) متناسب با تورم بلندمدت.
سال ۹۹ تورم غذا و تورم «مبلمان و لوازم منزل» بیشتر از تورم کل سبد مصرفی بوده و بین گروه‌های غذایی، تورم گوشت و روغن بیشتر از بقیه و حدود ۸۰ درصد بوده. از اون طرف تورم محصولات خدماتی کمتر از تورم کل سبد بوده. این اختلاف به این معنی نیست که این محصولات کاهش ارزش ریال متفاوتی تجربه کرده‌اند. ریال به یک میزان کاهش ارزش داره، منتها قیمت‌های نسبی هم تغییر کردن. سیاست‌های مداخله‌ای دولت در کالاهای اساسی از سویی و افزایش ریسک‌های سیاسی و اجتماعی از سوی دیگه باعث شدند قیمت غذا و لوازم منزل نسبت به دستمزد و قیمت خدمات افزایش بیشتری داشته باشه.
احتمالاً خواهید شنید که در دولت روحانی بیش از ۳۰۰۰ هزار میلیون تومان نقدینگی خلق شده، در حالی که در دولت قبلی کمتر از ۴۰۰ هزار میلیون تومان نقدینگی خلق شده بود. این حرف اگرچه درست، اما گمراه کننده است! چرا؟
نقدینگی اسفند ۹۹، ۳۴۷۶ هزار تومان بود، اسفند ۹۱، ۶/۴۶۰ هزار تومان بود، اسفند ۸۳، ۵۸/۶۸ هزار تومان بود، اسفند ۷۵، ۶۵/۱۱ هزار تومان بود و اسفند ۶۷، ۵۶۹/۱ هزار تومان بود. یعنی در هشت سال اخیر (روحانی) رشد سالانه نقدینگی ۷/۲۸ درصد بوده، در هشت سال قبلش (احمدی‌نژاد) ۸/۲۶ درصد بوده، در هشت سال قبل‌تر (خاتمی) ۶/۲۴ درصد بوده و در هشت سال پیشتر (رفسنجانی) ۴/۲۸ درصد بوده. پس در حالی که رشد نقدینگی در هشت سال اخیر بیشترین و در هشت سال خاتمی کمترین بوده، اما تفاوت اندک بوده است.

■ خلاصه:
۱) سهم سال ۹۹ از تورم بلندمدت قدری بیش از ۴۰ درصد بوده. ۲) منتها به خاطر چالش‌های سیاسی-اقتصادی کشور، تورمی که عموم خانواده‌ها تجربه کردند نزدیک‌تر به ۶۰ درصد بوده است. ۳) برخی به‌جای تأکید بر سرعت و درصد رشد نقدینگی، بر میزان رشدش تأکید می‌کنند که تحلیلی گمراه‌کننده است.

مسلح شدن کرانه باختری را بیشتر می‌بینیم

حسین دلیریان در توئیتی نوشت: اوضاع امنیتی در سرزمین‌های اشغالی دوباره به‌هم ریخته است و در چند شهر، درگیری گزارش شده، اما مهم‌تر از همه، کرانه باختری است که این روزها بیشتر از قبل مسلح‌شدنش را خواهیم دید.

در هر شغلی می‌توان حال دیگران را خوب کرد

فاطمه فردوس با انتشار تصویر فوق نوشت: تو هر شغل و جایگاهی که هستی اگه بخوای میتونی باعث حال خوب دیگران بشی. فقط کافیه دلت صاف باشه و خلاق باشی.
#نانوای_مهربون

مأموریت ویژه رأی اولی‌ها

محسن مهدیان در کانال تلگرامی خود نوشت: گذشت دورانی که برخی رأی اول را رأی مجانی می‌دانستند. امروز رأی اولی‌ها، رأی پرقدرتند. رأی پرقدرت فراتر از یک رأی است چون هم متعصب است و هم رأی ساز.
-واقعیت این است که به سه دلیل رأی اولی‌ها، رأی پرقدرتند و اگر موتورشان روشن شود قدرت اثرگذاری و موج‌آفرینی بیشتری دارند.
دلیل اول) آرای آرمانی: رأی اولی‌ها کمتر وارد مادیات شدند و آرمانی‌ترند. آرمان‌خواهان بیشتر قدرت تحریک اجتماعی دارند تا واقع‌گراهای رخوت زده.
دلیل دوم) آرای امیدوار: رأی اولی‌ها به دلیل سنین نوجوانی و جوانی آینده را روشن‌تر می‌بینند و امیدوارترند. انسان امیدوار همیشه و همه جا موتور محرکه است نه مثل چریک‌های پیر و افسرده به گل نشسته و خسته.
دلیل سوم) آرای تغییر: نوجوان و جوان اهل تغییر است. اهل متوقف نشدن. اهل اصلاح و تحول. آرای تغییر، آرای نه به وضع موجود است. آرای معترض و بسنده نکردن به آنچه هست.
رأی اول، بروز دوران اعتمادبه‌نفس سیاسی و اجتماعی است. اگر به ظرفیت رأی اولی‌ها واقف باشیم و این استعدادهای درونی را زنده کنیم، قدرت برانگیختگی اجتماعی‌شان شورانگیز است.
رأی اول، جشن تکلیف سیاسی است و یوم‌الله. باید قدر دانست.
مأموریت ویژه این اعتمادبه‌نفس جمعی و جشن تکلیف اجتماعی- سیاسی، فراتر از رأی دادن، رأی ساختن است. با این سه ویژگی کلیدی در رأی اولی‌ها، می‌توان انتظار شگفتی داشت.
این چند روز باقیمانده با لشکر رأی اولی‌ها می‌توان نهضت توزیع و انتشار محتوای انتخاباتی مجازی و گفت‌وگوهای چهره به چهره و خیابانی راه انداخت. این مأموریت را به دست رأی اولی‌ها برسانید.

آیا غربال‌کردن را جایگزین انبارکردن می‌کنیم؟

شهرام حلاج در کانال تلگرامی خود نوشت:
۱) در آموزش دانش و فناوری، آن الگوی ارتباطی که بر نگرش ما سایه انداخته و بلکه چیره شده است، قالب «پرسش و پاسخ» است. یعنی چنین گمان یا عادت کرده‌ایم که راه همین است: «کسی نمی‌داند و می‌پرسد و دربرابر، کس دیگری می‌داند و پاسخ می‌دهد.»
۲) در دانش‌ورزی و هم‌اندیشی، الگو یا روش‌های حل مسئله، برای بیشتر ما ناشناخته و ناآشناست. شاید از نامش استفاده کنیم اما در میدان عمل با آن غریبه‌ایم. به تجربه دیده‌ام که الگوی حل مسئله در آموزش، بسیاری از ما را گیج می‌کند، حوصله‌مان را سر می‌برد و کلافه‌مان می‌کند. تحملش نمی‌کنیم. این تجارب عملی نشان می‌دهد: الگوی یافتن یا فراهم‌ساختن راه در چالش‌ها، برای ما الگوی آشنایی نیست. اینکه کسانی با گردآوری داده‌ها و نیز دقت در آنها و با روش سنجشگرانه، با مهارت رفت‌وبرگشت میان اجزا و مهارت «آزمون و تصحیح» داده‌ها، راه‌حلی را طراحی و تدوین کنند، برای بیشتر ما رفتاری ناآشناست.
۳) در «مدارس» آموزش و پرورش عمومی ما و حتی در بسیاری ساختمان‌های موسوم به «دانشگاه» ما، همیشه یک دانا را نشانمان داده‌اند که پاسخ نادانان را در حافظه داشته است یا کتابی مجلد نشانمان داده‌اند که پاسخ‌ها در آن چاپ شده‌است، تا جایی که بسیاری گمان می‌کنند هر سخن چاپی برابر است با دانش.
۴) اکثر ما خو کرده‌ایم به اینکه کسی بپرسد و کس دیگری پاسخ گوید. ما تمرین نکرده‌ایم که کسانی با یکدیگر راهی فراهم سازند. به پرسش یا سؤال خو کرده‌ایم. با چالش یا مسئله غریبه هستیم.
۵) اغلب اگر سراغ دیگری می‌رویم، برای آن است که ما بپرسیم و او پاسخ بدهد. گویا اساساً هیچ رابطه مؤثر دیگری را نمی‌شناسیم اما روش‌های دیگری نیز وجود دارند که بسیار مؤثرترند.
۶) در ارتباط‌های دانشی و پژوهشی خود با دیگران، گویا نیاز، خواست و کوششمان این نیست که در فرصت همکاری با دیگری، شیوه‌های پیشین خود در فراهم‌سازی راه‌ها را بهبود دهیم.
۷) در بسیار از کارگروه‌های سازمانی، هنگامی که کسی به کارگروه ما می‌پیوندد، گمان می‌کنیم باید پاسخ‌ها را آورده باشد. بسیاری از ما اصلاً نمی‌توانیم تصور یا فهم کنیم که روشی جز اینکه کسی انبانی از پاسخ‌ها را بیاورد نیز وجود دارد. روشی که می‌توانیم آن را همکاری و هم‌افزایی برای حل مسئله بنامیم.

۴ اثر مثبت سکوت

کانال تلگرامی «هدهد» نوشت: سکوت موجب کاهش استرس و تنش می‌شود: براساس نتایج تحقیقات، آلودگی صوتی عامل فشار خون بالا و حمله قلبی است و موجب کاهش شنوایی و افت سلامت عمومی بدن می‌شود. صداهای بلند با تحریک بخش آمیگدال مغز که وظیفه درک احساسات را برعهده دارد، باعث افزایش استرس و تولید هورمون کورتیزول می‌شوند، در حالی که سکوت دارای آثار مخالف آلودگی صوتی است و تنش را از مغز و بدن دور می‌کند. براساس تحقیقاتی که در سال ۲۰۰۴ در نشریه Heart منتشر شد، ۲ دقیقه سکوت موجب از بین رفتن تنش می‌شود و به آرامش فرد کمک می‌کند.
سکوت توان ذهنی را بازیابی می‌کند: در زندگی روزمره، دائماً اطلاعات حسی به مغز ارسال می‌شوند و فرآیند تصمیم‌گیری، حل مشکل و کنترل امور روزمره، بخش عمده‌ای از مغز را درگیر می‌کند. با اجرای مکرر این فرآیندها، توجه و توان مغزی کاهش می‌یابد و احتمالاً هنگام تمرکز، حل مسئله و ارائه ایده‌های جدید با مشکل مواجه می‌شویم. زمانی که از محرک‌های صوتی رهایی می‌یابیم، مغز برای بازسازی و بازیابی توان خود فرصتی به دست می‌آورد.
در سکوت شبکه پیش‌فرض مغز فعال می‌شود: هنگامی که به تمرکز یا مدیتیشن می‌پردازیم، شبکه پیش‌فرض مغز فعال می‌شود. شبکه پیش‌فرض مغز در واقع شبکه‌ای از بخش‌های مختلف مغز است که با یکدیگر تعامل دارند و فعالیت آنها به شدت با یکدیگر ارتباط دارد. این شبکه زمانی بیشترین فعالیت را دارد که شخص به دنیای خارج توجهی نداشته باشد. این حالت مغزی امکان درک کامل تجارب، همدردی با سایرین، خلاقیت بیشتر و بهبود وضعیت روحی و روانی را فراهم می‌کند. سکوت امکان بازسازی سلول‌های مغز را فراهم می‌کند: براساس تحقیقاتی که در سال ۲۰۱۳ روی موش‌ها انجام گرفت و نتایج آن در نشریه Brain منتشر شد، دو ساعت سکوت روزانه به شکل‌گیری سلول‌های جدید در هیپوکامپ منجر می‌شود. این بخش از مغز مسئولیت یادگیری، حافظه و کنترل احساسات را برعهده دارد.

درمان بیماری با قصه‌گویی در بیمارستان جندی شاپور

مجیده میرزایی در کانال تلگرامی «حواس پرت» با اشاره به کتاب «قصه و قصه‌گویی» اثر «زهرا مهاجری» نوشت: از آنجا که امراض روحی و جسمی با یکدیگر در ارتباط است از این جهت قصه گویی می‌تواند حتی بر امراض جسمی نیز مؤثر واقع شود و مرهمی باشد، مرهمی که در طول تاریخ بسیاری بدان آویخته و سلامت خود را بازیافته‌اند. بر اساس آنچه تاریخ مدون در اختیار ما می‌نهد از قصه‌گویی به صورت هنری درمانگر در بیمارستان جندی شاپور از سوی پرستاران برای بی‌خوابی بیماران و پریشانی و رنج و ناراحتی آنان خبر داریم. این مهم در کتب قدیمی مربوط به طب نیز ذکر شده است. چنانکه در تقویم الصحه ابن بطلان آمده است. در این اثر، قصه‌گویی فنی است که به‌وسیله فردی «خوش سخن و نوادرگوی» پی گرفته می‌شود و قصه‌گوی در لحن و «قطع و وصل و اختصار و بسط» قصه باید دقت کند تا در شنونده نشاط پدید آورد و هضم غذا را آسان گرداند و خون را صاف و دل را آسوده کند.

چرا گاردین هنوز زنده است؟

«دنیای اقتصاد» نوشت: ماندگاری «گاردین» وقتی ماه پیش جشن ۲۰۰ سالگی این رسانه برگزار شد، برای کارکنانش اتفاق عجیبی نبود... سردبیر گاردین راز سرزندگی روزنامه ۲۰۰ ساله را «رعایت پنج اصل حرفه‌ای» می‌داند. روزنامه گاردین قدمتی بیش از کشور آلمان دارد. روزی که گاردین نخستین شماره خود را منتشر کرد، چارلز دیکنز ۹ ساله بود و هنوز نیم قرن تا برگزاری نخستین فینال جام‌حذفی بریتانیا زمان باقی مانده بود. تحریریه این روزنامه، دو جنگ جهانی، یک رکود بزرگ، ظهور و سقوط بریتانیا به‌عنوان موطن صنعت و عصر سفر به فضا را به چشم دیده است. گاردین شاهد زنده انقلاب صنعتی چهارم و پیشرفت‌های حوزه هوش مصنوعی و بیوتکنولوژی است. گاردین همواره به پنج اصل وفادار مانده و آن را سرلوحه «روزنامه‌نگاری در دوران پرآشوب» قرار داده است:
۱- توسعه ایده‌ها نه تنها برای نقد وضع موجود بلکه برای کمک به بهبود جهان
۲- همکاری با خوانندگان برای اثرگذاری بیشتر
۳- تنوع‌بخشی برای ارائه گزارشی غنی‌تر و پربارتر
۴- معنادار بودن هر آن چیزی که انجام می‌شود.
۵- گزارش منصفانه از مردم و اهالی قدرت و کشف حقایق