

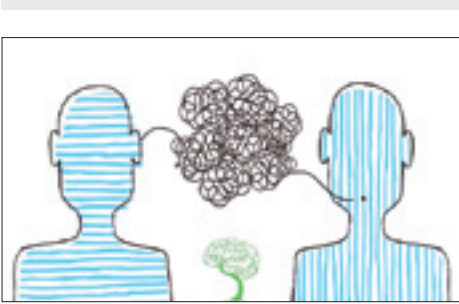
این صفحه پیام‌ها، متن‌ها، عکس‌نوشت‌ها و خبرهای کوتاه منتشر شده در فضای مجازی را باز نشر می‌دهد. تلاش بر این است که دیدگاه‌ها و نظرات کاربران اندیشمند شبکه‌های اجتماعی در عرصه مکتوب هم دیده شود.

## آینه نفس



## ۳ چیزی که حیوان نفس را سر به زیر می‌کند

آیت‌الله حاج آقا مجتبی تهرانی (ره): پیغمبراکرم(ص) فرمود: «لَوْلَا تَلَاةُ فِي آيِنِ آدَمَ مَا طَأَطَأَ أَسْنَهُ شَيْءٌ»؛ عجب تعبیری است! اگر سه چیز در انسان و فرزند آدم نبوده، هیچ چیزی نمی‌توانست سر این حیوان را پایین بیاورد. سه چیز موجب شده است که دیگر نمی‌تواند کر کری بخواند، «الْمَرْءُ»؛ بیماری. «وَالْمَوْتُ» و «وَالْفَقْرُ وَ كَلْبُهُنَّ فِيهِ وَ إِنَّهُ مَعَهُنَّ لَوْثَاتٌ»؛ همهٔ مواردش همگانی است. اینجاست که انسان به عجز می‌رسد. اینکه بلا مُذْکَر است، روی این جهت است که موجب می‌شود انسان غفلت نکند. اگر بنا شود انسان همیشه در راحتی باشد، غفلت می‌آورد و غفلت هم باعث گناه می‌شود. برای اینکه او را متوجه بکند، گرفتار بلایش می‌کند. همهٔ آنها لطف خداوند نسبت به مؤمنین متوسلین است. منبع: کانال تلگرامی «حاج آقا مجتبی تهرانی رحمة‌الله علیه»



## کسانی که در زندگی به سرانجام می‌رسند

هایده خسروزاد نوشت: همه آدم‌ها قواعدی برای بازی دارند! بازی زندگی را می‌گویم و هر کسسی قاعده خودش را بهترین و کامل‌ترین می‌داند! چیزی که آدم‌ها را از هم متفاوت می‌کند رفتار آنها با بر هم زندگی قواعدهشان است؛ یکی آنقدر پافشاری می‌کند تا جایی که قاعده‌اش را حاکم کند و یکی بی‌سرو صدا همه چیز را راه می‌کند و می‌رود! در این بین تنها آنهایی به سرانجام می‌رسند که هنر گفت‌وگو را آموخته‌اند.



## ازدواج رادر مادیات آسان و در اعتقادات سخت بگیرید

کاربری بانام «مصطفی» در توثیتی نوشت: در مورد ازدواج همون قدر که فرمون در مادیات و ظواهر آسان بگیرید، فرمون در امور فکری و اعتقادی سخت بگیرید، از امام صادق (ع) روایت شده «بسیار مراقبت کن درای چه کسی رو شریک عقیده و فکرت می‌کنی.» چه عقاید و دین‌ها و ایدیت‌هایی که در ازدواج‌ها تیار شد.



## چرا چشمه زیبایی شناسی خشکیده‌است؟

حمیدرضا حسینی در کانال تلگرامی خود نوشت: دو پنجره از دو ساختمان همسایه در بولوار کشاورز، یکی شاید برای حدود هفتاد سال پیش و دیگری برای همین سالیان اخیر. آدم اینها را که می‌بیند با خودش فکر می‌کند چرا چشمه زیبایی شناسی در جامعه امروز خشکیده‌است؟
چطور آهنگر هفتاد سال پیش توانسته با خم کردن چند قطعه آهن در ساده‌ترین شکل ممکن به اوج زیبایی دست یابد و خُلفِ امروزی او با مصرف مقدار معتنابهی فلز و به کارگیری انواع فرم‌ها و در هم تنیدن آنها، چیزی جز آشفتنگی ذهن خود را به نمایش نگذاشته‌است؟! هنوز هم هنرمندان با ذوق، خصوصاً میان نسل جوان کم‌نیستند که بتوانند در عین سادگی به زیبایی برسند. پس این طبع بازاری پسند از کجا آمده که زشت‌ترین‌ها را برمی‌گزیند و برای خلق شان سراغ ناشی‌ترین‌ها می‌رود؟! چرا این همه امکانات و ارتباطات در جامعه امروز، «ذوق عامه» را کمی و فقط کمی پرورش نداده‌است؟!

## مهم این است که در جریان باشی

نیلوفر الهوردی در توثیتی نوشت: رفتن به رستوران ربطی ندارد، مهم در مسیر بوده؛ برد و باختی وجود ندارد. شکست و موفقیت در پی هم و در مسیر با تو هستند. مهم اینه در جریان باشی و گر نه را اکت میشی و می‌گندی.

چهارشنبه ۱۶ شهریور ۱۴۰۱ | ۱۰ صفر ۱۴۴۴ | روزنامه جوان | شماره ۶۵۷۱

# گایبران



# واکنش کاربران شبکه‌های اجتماعی به انتشار تصاویری از خشکی دائمی دریاچه ارومیه آخرین نسلی که دریاچه ارومیه را دید

انتشار تصاویر جدید و برخی از تصاویر جغرافیایی که نشان دهنده خشکی تمام دریاچه ارومیه است باز هم کاربران شبکه‌های اجتماعی را به یاد غصه در دناک خشکسالی و خشکی دریاچه‌های با قدمت انداخت. کاربران از خشکی این دریاچه‌ها و تبعات زیست‌محیطی آنها همچون مسئله ریزگردها برای ارومیه و حتی استان‌های مجاور ابراز نگرانی کردند و

### محمدمالی:

این که یک سرنوشت تلخ برای دریاچه ارومیه، تالاب هورالعظیم و گاوخونی رقم می‌خورد یعنی مدیریت منابع آب در این کشور یا ناآگاه‌است یا خائن. هر چه که باشد باید زد زیر میز این مدیریت مافیایی که به جز سد، تونل و کانال‌سازی تجویز دیگری ندارد، تا مافیازنده زیر میز ایران.

### فریدزاوه:

امروز دریاچه ارومیه، فردا خوزستان و شهرکرد و همدان و کمی دیگر گیلان و مازندران از بی‌آبی خواهند مرد تا سیب جای انگور بکاریم؛ فولاد و کاشی در کویر تولید کنیم و هیرکانسی را به مجتمع‌های زشت آبار تمانی تبدیل کنیم! ما خود کمر به قتل خود بسته‌ایم!

### هادی یوسفوند:

بخشی از خشکی دریاچه ارومیه حاصل تغییر اقلیم اما بخشی هم حاصل بی‌تدبیری‌های در تخصیص منبع آبی ومسئالی از این دست‌است. باید کارگروه‌های دانشگاهی و علمی سهم هر یک‌را مشخص کنند تا فکر احیاباشیم وگر نه این خشکی خیلی چیزها را نابود می‌کند.

### برویز پرتوکیا:

شاید برای اکثر شما که دریاچه ارومیه را فقط در عکس‌ها دیدید خشک شدنش تأثیر روحی زیادی نزاره، ولی برای ما مردم آذربایجان خشک شدن دریاچه یعنی حذف بخشی عظیمی از خاطرات دوران کودکی ما، انگار پارک محله تون رو که توش بزرگ شدین و اونجا با پدر و مادرتون خاطره دارید یا به کل تخریب کنند.

### کیان مهزاد:

هشتک دریاچه ارومیه را دنبال کنید، معلوم می‌شود برای خیلی‌ها اصلاً خشک شدن دریاچه و دلایل آن و راه حل‌هایش معنایی ندارد و بیشتر دنبال فحش دادن به نظام هستند. این یعنی برخورد سیاسی با یکی از پیچیده‌ترین مسائل که نیازمند کار علمی است. با این رویکرد مطالبه‌گری ۱۰ دریاچه دیگر هم خشک می‌شود.

### محمودنقدی‌پور:

کارون، زاینده رود، دریاچه ارومیه و... بحران آب برای سرزمین عزیزمان مخاطره بسیار بزرگی است؛ اما مخاطره بزرگ‌تر، بحران مدیریت آب است. سرمایه‌گذار ی و توسعه فناوری‌ها، اصلاح الگوی کشت و به حاشیه راندن بخشی‌نگری در مدیریت منابع آب

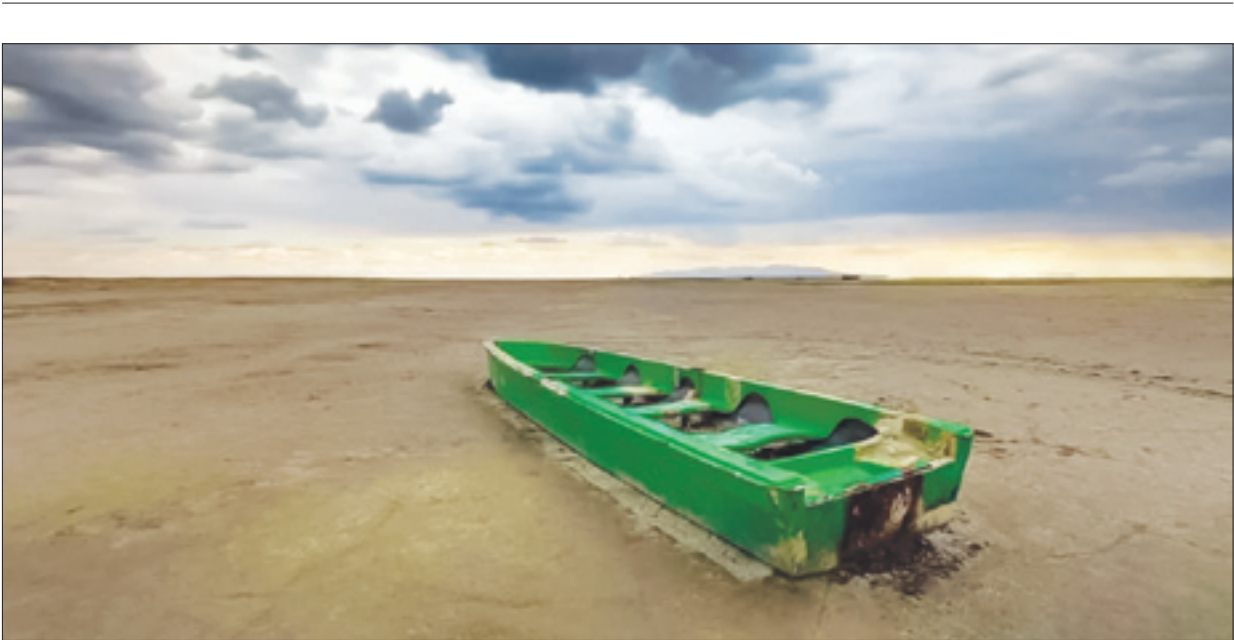
# برند ملی و توسعه اقتصادی



فروش و خدمات پشتیبانی (انتهای منحنی) در سوی دیگر را پرارش‌افزوده‌ترین سطوح زنجیره تأمین می‌داند. بخش میانی این منحنی نیز تولید و مونتاژ کالا قرار دارد که کم‌ترین ارزش افزوده را می‌آفریند.

اهمیتی که این مسئله در توسعه اقتصادی پیدا می‌کند این است که شرکت‌های «برند» کشورهای توسعه‌یافته، سطوح پرارزش افزوده زنجیره تأمین کالا را برعهده دارند و سطوح کم‌ارزش افزوده (تولید و مونتاژ کالا) را به کشورهای در حال توسعه برون‌سپاری کرده‌اند. گفته می‌شود در سال ۲۰۰۹ ارزش افزوده چین در زنجیره تأمین آیفون، تنها ۳۱/۶ درصد از صادرات ۱۱ میلیارد دلاری آیفون به امریکا را در بر می‌گیرد. در حقیقت، چین در کم‌ارزش‌ترین فعالیت زنجیره تأمین آیفون (سرهم‌بندی) قرار دارد و ما همچنان فکر می‌کنیم سرهم‌بندی قطعات آیفون نیروی محرکه توسعه چین بوده است.

اگر به مثال آیفون بیشتر توجه کنیم در



## واکنش کاربران شبکه‌های اجتماعی به انتشار دائمی دریاچه ارومیه

# آخرین نسلی که دریاچه ارومیه را دید

از مسئولان خواستند یا رو یک‌ردی علمی، هر چه سریع‌تر به داد مشکلات زیست‌محیطی برسند. برخی از کاربران هم تأکید کردند که نباید به این مسئله به چشم سیاسی‌نگریست و آن را دستمایه‌ای برای تبلیغات قرار داد بلکه مسئله‌ای ملی است که با ید هر چه سریع‌تر به آن رسیدگی کرد. در ادامه بخش‌هایی از واکنش‌های کاربران مرور شده است.

### کیان مهزاد:

هشتک دریاچه ارومیه را دنبال کنید، معلوم می‌شود برای خیلی‌ها اصلاً خشک شدن دریاچه و دلایل آن و راه حل‌هایش معنایی ندارد و بیشتر دنبال فحش دادن به نظام هستند. این یعنی برخورد سیاسی با یکی از پیچیده‌ترین مسائل که نیازمند کار علمی است. با این رویکرد مطالبه‌گری ۱۰ دریاچه دیگر هم خشک می‌شود.

### محمودنقدی‌پور:

رئیس‌جمهور قبل وعده داده بود که دریاچه ارومیه را احیا می‌کنند. یک بار هم به برجام گره‌ش زد. اما حالا باز خشکی‌اش را می‌بینیم. این نتیجه سیاست‌بازی با یک مسئله مهم، ملی و علمی است. باید متخصصان را از سراسر جهان به کار گرفت تا این مشکل حل شود.

### محمدعابدی:

دریاچه ارومیه خشک شدن تلخ‌ترین خبر برای ساکنان آن و همه ما است.

## چرا شب‌ها قبل خواب بهتره کتاب بخونیم؟

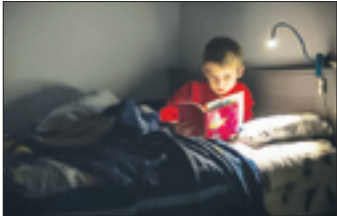
صفحه اینستاگرامی کتابخوان «فیدیو» به ذکر نکاتی درباره مطالعه قبل از خواب نوشت؛ نکات اشاره شده عبارتند از:

۱) **کاهش استرس:** آگه نگرانی‌ها، برنامه خواب شما رو بهم ریخته، خواندن کتاب قبل خواب می‌تونه تفاوت قابل‌ملاحظه‌ای در شرایط ذهنی شما ایجاد کنه. نیم ساعت مطالعه می‌تونه به اندازه انجام یوگا برای مدت زمان مشابه، استرس رو کاهش بده.

۲) **بهبود کیفیت خواب:** در یک تحقیق آنلاین، از ۴۹۶ شرکت‌کننده خواسته شد قبل خواب کتاب بخوانند و از ۴۹۶ شرکت‌کننده دیگه هم خواسته شد قبل از خواب کتاب نخوانند. ۴۲ درصد از کسانی که در گروه مطالعه‌کنندگان بودند احساس کردند که کیفیت خوابشون بهبود داشته. در مقابل، تنها ۲۸ درصد از افرادی که کتاب نخونده بودند، خواب بهتری رو گزارش کردند.

۳) **کاهش مشکلاتی خوابی:** کتاب خواندن قبل خواب هنگامی که با درمان‌های بی‌خوابی همراه بشه، می‌تونه به کاهش برانگیختگی شناختی کمک کنه. در واقع می‌تونه فرآیند «تحریک‌زدایی» از مغز رو قبل از خواب انجام بده.

۴) **افزایش مدت خواب:** ممکنه شما مشکلی برای به خواب رفتن نداشته باشید ولی نتوانید تمام شب رو راحت بخوابید. آگه هر شب برای مدت کوتاهی قبل از خواب مطالعه کنید می‌تونید خوابی با کیفیت‌تر و تجربه کنید.



## پای فرانسه در میان است

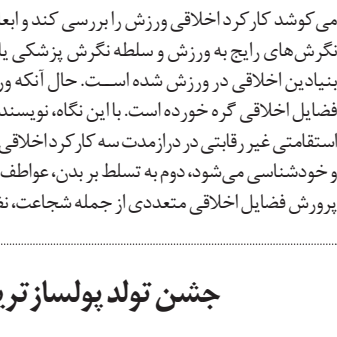
رحمان قهرمانپور، کارشناس مسائل بین‌الملل، در رشته توثیتی نوشت: دعوی یونان و ترکیه تاریخی است. این دو همدیگر را دشمن و دگر هویتی می‌دانند. با عنایت به تنگنای ژئولیتیک ترکیه در مدیترانه که محصول معاهده سور است، اروپا (و اکنون فرانسه) با کمک یونان سعی

کرده است از این تنگنا برای مهار بلندپروازی‌های ترکیه استفاده کند. یونان در سال‌های اخیر برخلاف توافق‌های موجود تعداد مدارس اقلیت ترک‌نبار در یونان را کاهش داده و معلم‌های این مدارس را هم از بیسن یونانی‌ها انتخاب می‌کند. در ترکیه هم با تشدید احساسات ناسیونالیستی سیاستمداران این کشور آشکارا به مقامات یونانی حمله و حتی آنها را تحقیر می‌کنند. برخی می‌گویند در تنش‌های اخیر ترکیه با یونان پای فرانسه در میان است. مجادلات لفظی اردوغان با مکرون و دادن سلاح‌های نظامی فرانسه به یونان آن هم به رایگان بخشی از این تنش است. ترکیه به‌صورت سنتی روابط خوبی با بریتانیا داشته ولی روابط آن با فرانسه اغلب با تنش همراه بوده است.



## ورزش چوانا پرورش فضایل اخلاقی

سیدحسن اسلامی اردکانی چکیده مقاله‌ای با عنوان «ورزش چوانا پرورش فضایل اخلاقی» را در کانال تلگرامی خود به اشتراک گذاشت. در چکیده این مقاله آمده است: در حالی که غالباً از منظر سلامتی یا تأکید بر جنبه‌های اقتصادی به ورزش نگاه می‌شود، در این مقاله، نویسنده



می‌کوشد کارکرد اخلاقی ورزش را بررسی کند و ابعاد آن را نشان بدهد. وجود برخی الگوها و نگرش‌های رایج به ورزش و سلطه نگرش پزشکی یا تجاری به آن مانع از توجه به جنبه‌های بنیادین اخلاقی در ورزش شده است. حال آنکه ورزش، به‌خصوص هورزی و غیر رقابتی، با فضایل اخلاقی گره خورده است. با این نگاه، نویسنده این آندیشه را پیش می‌کشد که ورزش استقامتی غیر رقابتی در درازمدت سه کارکرد اخلاقی دارد. نخست مایه خودفهمی، خودآگاهی و خودشناسی می‌شود، دوم به تسلط بر بدن، عواطف و هیجانات می‌انجامد و سوم آنکه موجب پرورش فضایل اخلاقی متعددی از جمله شجاعت، نظم، تحمل درد و حکمت می‌گردد.

## جشن تولد پولسازترین رمان تاریخ

کانال «دنیای اقتصاد» نوشت: طرفداران هری پاتر در یک ایستگاه مترو جمع شدند؛ هری پاتر احتمالاً پولسازترین رمان تاریخ ادبیات است هم برای نویسنده و هم برای ناشر و کمپانی‌هایی که با خرید امتیاز این اثر ادبی، محصولاتی به ترتب با قسه و شخصیت‌های آن تولید کرده‌اند.

بازارهای حاشیه‌ای هری پاتر، از عروسک کاراکترهای قصه تا امتیاز ساخت فیلم، انیمیشن و موسیقی و... جرخش مالی میلیارددلاری ایجاد کرده و از همین گذرگاه جی کی رولینگ، نویسنده رمان هم سرمایه بسیاری به دست آورده است.

تاکنون بیش از ۱۲۰ میلیون نسخه از رمان هری پاتر و سنگ جادو در سراسر جهان به فروش رسیده است. مجموع درآمد رولینگ نیز از فروش این کتاب بیش از ۱۲۰ میلیون پوند بوده است. این کتاب ۷۶هزار و ۹۴۴ واژه دارد که با احتساب مبلغ ۱۲۰ میلیون پوند، او تاکنون برای هر واژه بیش از ۱۵۶۰ پوند دریافت کرده است. با احتساب نرخ ۲۵هزار تومانی پوند، می‌توان گفت نویسنده هری پاتر تاکنون بیش از ۴۲۰۰هزار میلیارد تومان فقط از محل فروش رمان‌های هری پاتر درآمد داشته است.

### تصویر منتخب



❖ **محل وکتی کسبیت کوچیکه، اما فاکت بزرگ**
|از صفحه توثیتری «سعودی»|



### هزینه‌های زایمان را تدبیر کنید

محمد بیگی در توثیتی نوشت: برای به دنیا آمدن اگر بخوام درست و حسابی خرج کنم با هزینه بیمارستان خصوصی به چیزی حدود ۵۰ تا ۶۰ میلیون می‌شه. حالا اگر نداشته باشی هی باید از کیفیت بچهداری بزنی. این هزینه‌ها نه باهدای زمین درست می‌شه نه با خودرو. بهتر نیست برای بحران جمعیت‌فکری برای هزینه‌های زایمان کرد؟