

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 اندیشمندان شبکه‌های اجتماعی در عرصه مکتوب هم دیده شود.



فریکاری جهان مدرن در برابر زنان

میکائیل دبانی توثیت کرد: از پیچیدگی‌های جهان مدرن اینه که خودش زن رو کار گر ارزان قیمت دوران صنعتی کرده؛ زن رو تبدیل به کارگر برده جنسی کرده؛شان جایگاه زن رو لگدمال کرد و خودش هم برای زن روز جهانی درست کرد که زن‌ها گل مصائب‌شون رو در اون یک روز بگن و مُسکینی باشه تا در ۲۴ روز دیگه از شون سوءاستفاده کنه!



به سوره یه آزاد خوش آمدید!

سید امیر حسین هاشمی در توثیتی نوشت: در سوره یه شرایط خیلی عجیب و وحشتناکی درحال سیری شدن است. رسماً باقتل عام طرفیم. هر کس که علوی‌ست توسط مزدوران الجولائی اعدام میشه. هزار عیسی و خواهرش نور (دانشجویان دارسواز)، زینّه و شیندا (دانشجویان پزشکی)، مسخر صادم و دو پسرش، احمد حروفوش به همراه پسرش ابراهیم و دخترش رولا و نوزادش کرم و نوه و داماد و... همگی به جرم علوی بودن کشته شدند. راستی به «سوره یه آزاد» خوش آمدید!



هوای روزه‌اولی‌ها را داشته باشیم

سید مصطفی موسوی در توثیتی نوشت: هوای روزه‌اولی‌ها رو داشته باشیم. با یه هدیه، به تشویق و به التماس دعا گفتن می‌تونیم تأثیر زیادی روشون بذاریم! اونم تو این وضعیتی که شاید یه عده حتی مسخره‌شون هم بکنند.

سهمینه ۲۱ اسفند ۱۴۰۳ | ۱۰ رمضان ۱۴۴۶

گایبران

روزشنامه جوان | شماره ۲۲۶۵

رنگ‌ها چگونه می‌توانند حال ما را خوب کنند؟

زندگی ما را لذت‌بخش تر و هیجان‌انگیز تر می‌کند. در ادامه به استناد گزارشی از پایگاه تحلیلی «سواد زندگی» به قلم مریم طرزی با استفاده از علم روانشناسی رنگ به تأثیر رنگ‌ها بر حال‌مان و کاربردهای عملی آنها در زندگی روزمره پرداخته‌ایم.



رنگ‌های خنثی‌ترین‌ها، آبیاری از تکانه‌های عصبی را تحریک می‌کند که به بخش‌هایی از مغز می‌رسد که در درک نور و رنگ نقش دارند و به این ترتیب، ما رنگ و شکل آن جسم را درک می‌کنیم. درک رنگ‌ها رنگ‌بخشی جدایی‌ناپذیر از محیط‌ما هستند و نقش مهمی در شکل‌دهی به احساسات و رفتارهای ما ایفا می‌کنند. نخستین بار اسحاق نیوتن نشان داد نور سفید شامل تمام رنگ‌های طیف نور مرئی است؛ نیوتن در این آزمایش، نور سفید را از یک منشور عبور داد و طیف رنگ‌های تشکیل‌دهنده آن را جدا کرد و نشان داد نور سفید از هفت رنگ به وجود آمده است. سپس با ترکیب کردن این نورها، نورهای اصلی را نیز از بین آنها جدا کرد، بنابراین می‌توان گفت هر جسمی نور را در مقادیر مختلف جذب و منعکس می‌کند و دنیای رنگارنگ ما را شکل می‌دهد. به‌عنوان مثال یک برگ، سبز به نظر می‌رسد چون طیف سبز را منعکس می‌کند درحالی‌که بقیه رنگ‌ها را هم جذب می‌نماید.

روانشناسی رنگ‌به‌بررسی اینکه چگونه رنگ‌ها بر رفتار و احساسات انسان تأثیر می‌گذارند، می‌پردازد. تحقیقات نشان می‌دهد رنگ‌ها می‌توانند واکنش‌های روانی و فیزیولوژیکی را تحریک کنند و بر حالت روحی و وضعیت ذهنی تأثیر بگذارند. به‌عنوان مثال مطالعه‌ای که در مجله Appl Research Color Psychology Environmental of انجام گرفت نشان می‌دهد که رنگ‌ها می‌توانند تأثیر قابل‌توجهی بر واکنش‌های احساسی افراد بگذارند.

رنگ‌های گرم در مقابل رنگ‌های سرد

رنگ‌ها معمولاً به دو دسته گرم و سرد تقسیم می‌شوند. رنگ‌های گرم مانند قرمز، نارنجی و زرد با انرژی، هیجان و گرما مرتبط هستند. در مقابل، رنگ‌های سرد مانند آبی، سبز و بنفش به آرامش، سکون و راحتی مرتبط‌اند.

۱. رنگ‌های گرم: رنگ‌های گرم تمایل دارند احساس گرما و راحتی را تحریک کنند، اما اگر بیش از حد استفاده شوند، ممکن است احساس خشم یا خستگی را نیز برانگیزند. به‌عنوان مثال قرمز معمولاً با احساسات قوی مانند عشق و شور و شوق مرتبط است اما می‌تواند ضربان قلب را افزایش دهد و حس فوریت ایجاد کند.

۲. رنگ‌های سرد: رنگ‌های سرد معمولاً آرامش‌بخش و تسکین‌دهنده هستند. آبی باعث



معمولاً در بخش‌های اطفال برای ایجاد جوی دلگرم‌کننده برای کودکان استفاده می‌شود.

– **انتخاب لباس:** رنگ‌هایی که ما انتخاب می‌کنیم نیز می‌توانند بر حالت روحی ما و تصورات دیگران از ما تأثیر بگذارند. پوشیدن رنگ‌های روشن مانند زرد یا نارنجی می‌تواند اعتمادبه‌نفس و مثبت‌اندیشی را افزایش دهد، درحالی‌که سایه‌های تیره‌تر ممکن است احساس غم یا جدیت را القا کنند.

■ **دیدگاه‌های فرهنگی درباره رنگ**

قرمز که معمولاً نشانه عشق و هیجان است در آلمان یا یمن به شمار می‌رود. با وجود این بعضی از اثرات رنگ‌ها جهان‌شمولند و براساس تأثیراتشان در طول زمان به‌نمادهایی از احساسات درونی و حالت شخصیتی و اجتماعی تبدیل شده‌اند. رنگ‌ها در هر فرهنگ نماد و نشان خاصی دارد. به‌طور کلی در فرهنگ‌های متفاوت، برای مثال:

– **دکوراسیون منزل:** انتخاب رنگ‌های مناسب برای فضای زندگی شما می‌تواند تأثیر زیادی بر حالت روحی‌تان داشته باشد. برای مثال:

– **قرمز:** در فرهنگ‌های غربی، قرمز معمولاً نماد عشق یا خطر است، درحالی‌که در برخی فرهنگ‌های آسیایی، نمایانگر خوشبختی و شادی است.

– **سفید:** در بسیاری از فرهنگ‌های غربی، سفید نماد پاکی و معصومیت است، درحالی‌که در برخی فرهنگ‌های شرقی با سوگواری مرتبط است.

درک این تفاوت‌های فرهنگی هنگام استفاده از رنگ در یک زمینه جهانی بسیار مهم است.

■ **سخن پایانی**

رنگ‌ها به‌طور عمیق بر احساسات، ادراکات و رفتارهای ما تأثیر می‌گذارند. با درک اثرات روانشناختی رنگ‌های مختلف می‌توانیم محیط‌هایی را ایجاد کنیم که رفاه را ترویج و کیفیت زندگی‌مان را افزایش دهند و به بهبود حالت روحی و سلامت روانی کلی منجر شوند. با ادامه تحقیقات در زمینه روانشناسی رنگ، به‌طور فزاینده‌ای مشخص می‌شود که بهره‌برداری از قدرت رنگ ابزاری مؤثر برای ارتقای وضعیت عاطفی ماست.

تهران تشنه‌تر از همیشه راهکارها به جای هشدارها



اصلاح فوری شبکه انتقال و کاهش هدررفت آب: بیش از ۲۰ درصد آب شرب تهران در شبکه فرسوده توزیع هدر می‌رود، یعنی آبی که با هزینه‌های گزاف تأمین و تصفیه می‌شود، قبل از رسیدن به مصرف‌کننده، از بین می‌رود. اجرای پروژه‌های بازسازی و نوسازی خطوط انتقال باید در اولویت قرار گیرد.

توسعه تصفیه‌خانه‌های پساب و باز چرخانی آب: کشورهای خشک و کم‌آب دنیا مثل امارات و... سال‌هاست به سمت بازیافت و استفاده مجدد از آب‌های خاکستری (فاضلاب تصفیه‌شده) رفته‌اند. تهران هم نیاز دارد به‌جای اتکا به منابع سطحی و زیرزمینی، سیستم‌های تصفیه پیشرفته را در مقیاس وسیع‌تر توسعه دهد.

هوشمندسازی شبکه مصرف و قیمت‌گذاری پلکانی تصاعدی: هنوز هم بسیاری از مشترکان بر مصرف، آب را به قیمت یارانه‌ای استفاده می‌کنند. اجرای نظام تعرفه‌گذاری پلکانی واقعی و استفاده از کنتورهای هوشمند برای مدیریت مصرف می‌تواند رفتار شهروندان را به سمت مصرف



شاهکاری از دوران مختلف معماری ایرانی – اسلامی

صفحه توثیتری «میراث فرهنگی اصفهان» با انتشار تصویر فوق نوشت: میراث جهانی مسجد جامع عتیق اصفهان شاهکاری از دوران مختلف معماری ایرانی-اسلامی است که می‌توان در آن ساعت‌ها محو تماشای انواع طاق‌ها و قوس‌ها و تزئینات وابسته به معماری شد. (عکس از داریوش فردی‌پور)

القاب برخی علمای شیعه

علی سراج در کانال شخصی خود در پیام‌رسان «بله» القاب برخی علمای شیعه(رحمه‌الله علیهم) را به اشتراک گذاشت. در این مطلب آمده است:

– به مرحوم کلینی «ثقة الإسلام»

می‌گفته‌اند بنه این خاطر که وی در حفظ و نگهداری آثار اهل بیت و احادیث، متبحر بوده است.

– به میرزا حسین نوری و شیخ عباس قمی «محدث» و به مرحوم صدوق «رئیس المحدثین» می‌گفته‌اند.

– به مرحوم سید محمد مهدی طباطبائی به خاطر گستردگی علم و دانش لقب «بحر العلوم» داده‌بودند.

– مرحوم حسن بن یوسف حلی از جهت جامعیت در کمالات مختلف و دانش فقهی و کلامی بسیار به «علامه» اشتہار داشته است.

– مرحوم طبرسی، صاحب مجمع البیان به «امین الإسلام»، مرحوم اردبیلی به «مقدس»، مرحوم شفتی به «حجت‌الاسلام»، شیخ طوسی به «شیخ الطائفة»، صاحب کفایه به «آخوند» و ابوالقاسم نجم‌الدین جعفر بن محمد صاحب شرایع به لحاظ تحقیقات عمیق و تیزبینی در مسائل به «محقق» شهرت یافت.

پای هوش مصنوعی پالانتیر به ارتش امریکا باز شد

کانال «زاویه» در پیام‌رسان بله خبر داد: شرکت فناوری پالانتیر نخستین سامانه‌های هوش مصنوعی خود با نام «نود دستری سه‌هفتمند اطلاعات تاکتیکی» یا «TTAN» را به ارتش ایالات متحده تحویل داد. این سامانه‌ها که به عنوان ایستگاه‌های زمینی سیار فعالیت می‌کنند، قادر هستند با بهره‌گیری از فناوری هوش مصنوعی و داده‌های جمع‌آوری شده از حسگرهای فضایی، دقت و سرعت تصمیم‌گیری نیروهای نظامی را در میدان نبرد افزایش دهند. اکاش جین، رئیس و مدیر ارشد فناوری شرکت پالانتیر، این توافق را نقطه عطفی مهم در تقویت توانایی نرم‌افزاری ارتش آمریکا توصیف کرد. ارزش قرارداد میان پالانتیر و ارتش آمریکا ۱۷۸ میلیون دلار اعلام شده است. این نخستین‌بار است که یک شرکت نرم‌افزاری به عنوان پیمانکار اصلی در یک پروژه با چنین ابعادی در حوزه دفاعی ایالات متحده نقش آفرینی می‌کند. براساس مفاد این قرارداد، پالانتیر در مجموع ۱۰ سامانه «TTAN» را به ارتش ایالات متحده ارائه خواهد داد. هر سامانه شامل چندین ایستگاه زمینی متفاوت برای پوشش نیازهای عملیاتی متنوع بوده و قابلیت مهم آنها پردازش و تحلیل مستقل داده‌ها بدون نیاز به اتصال ابری است.

نامه‌نگاری ترامپ هم شرافتمندانه نیست!

محمد ایمانی در کانال شخصی خود در پیام‌رسان اپنا نوشت: نامه‌نگاری سیاسی میان مقامات کشورها، آداب خود را دارد: نامه را مودبانه تقدیم طرف مقابل می‌کنند و منتظر جواب می‌مانند. اینکه یک مقام سیاسی، پیش از تحویل نامه به طرف مقابل، از موضع تحکم ادعا کند نامه‌ای را فرستاده و آن کشور باید خواست او را بپذیرد، خلاف عرف و آداب اولیه دیپلماتیک است. وقتی که دولتمرد آمریکایی نمی‌تواند حداقل آداب دیپلماتیک را درک کند، همین می‌شود که هنوز نامه وی به مقصد نرسیده، پاسخ رفتارش را دریافت می‌کند؛ آن هم با بی‌محلی تمام و حتی بدون اسم آوردن از نویسنده بی‌سروپای نامه: «اصرار برخی از دولت‌های قلدر برای مذاکره، به منظور حل مسائل نیست، بلکه برای تحکم و تحمیل توقعات خودشان است. جمهوری اسلامی ایران، قطعاً توقعات آنها را نخواهد پذیرفت.»

توبی که مثلاً قرار بود به زمین ایران پرتاب شود، به مانع خورده و به زمین خود آمریکا کمانه کرده است. تحلیلگران نکته سنج دنیا، معنای این روند را می‌فهمند: در حالی که بسیاری از دولت‌ها مجبورند التماس ترامپ را بکنند، ترامپ هر چند با لحن قدری از ایران التماس می‌کند، اما چون منتقل زور گوئی بر ادبیات او حاکم است، عقب رانده می‌شود. این چیرگی زبان حکمت و عزت، بر زبان بدوی زور و گردنکشی است.

استعاره فیل و فیل سوار

کانال تلگرامی «تفکر استراتژیک» نوشت: یک فیل را در نظر بگیرید که شخصی روی آن سوار است و افسار فیل را کاملاً در دست دارد. اگر از شما بپرسند برای جهت یابی و تعیین مسیر، تصمیم‌گیری بر عهده کدام است احتمالاً پاسخ خواهید داد شخص سوار کار مسیر را مشخص می‌کند. این فیل و این سوار کار، استعاره‌ای از ذهن شما هستند. بخش تحلیلگر و منطقی ذهن شما همان شخص سوار بر فیل و بخش احساسی، خود کار و غیر منطقی ذهن‌تان همان فیل است. این نظریه از سوی جاناتان هاید، روانشناس آمریکایی و نویسنده کتاب «فرضیه خوشحالی» به خوبی تفسیر شده است. به نظر می‌رسد شخص سوار بر فیل که افسار حیوان را در دستش گرفته، رئیس و راهبر است، اما کنترل شخص سوار بر حیوان متزلزل است. هر بار که فیل شش تنی و سوار ۶۰ کیلوگرمی بر جهت حرکت مخالف باشند، شخص سوار بر فیل خواهد باخت. تمام دفاعاتی که باشگاه ثبت‌نام کرده اما نرفته‌اند، تمام نصف شب‌هایی که به افرادی که نباید، پیام داده‌اید، تمام دفاعاتی که با شنیدن بوی غذا رژیم خود را شکسته‌اید، برای انتخاب مسیر، فیل ذهن شما تصمیم گرفته است. البته بخش سومی هم در این استعاره وجود دارد و تأثیر گذار است: شکل مسیر. اگر می‌خواهید کنترل فیل‌تان برایتان راحت‌تر باشد، باید مسیری را انتخاب کنید که خلاف میل فیل‌تان نباشد یا حرکت در آن مسیر برایش طاق‌فرا و غیر ممکن نباشد. در نهایت، راهکار رسیدن به موفقیت در این مسیر این است که همیشه فیل و شخص سوار بر آن را با هم حرکت دهید. دو بخش احساسی و منطقی را به تعادل برسانید.



▲ اگر خوب نگاه کنید این فقط یک عکس است بر گرفته از شبکه‌های اجتماعی