

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.



چرا بدترین جنایات در تاریخ از سوی خشکه مقدسان صورت گرفته است؟

استاد شهید مرتضی مطهری(ره):

به طور کلی افرادی که به دین می‌گروند و سپس بیرون می‌روند از افرادی که از اول گرایش پیدا نکردند خشن‌تر و ضدانسان‌تر می‌شوند، زیرا دین به حکم نیروی عظیم خود همه عواطف دیگر انسانی را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد و اگر رفت همه آنها را که در خود هضم و جذب کرده بود نیز با خود می‌برد. این است که افرادی که زمانی متدین بوده و سپس بی‌دین شده‌اند از بی‌دین‌های اولی خشن‌تر و بی‌عاطفه‌تر و خطرناک‌تر می‌شوند. اما خطرناک‌تر از این طبقه، متدینان منحرف شده و کج‌سلیقه خشکه مقدس‌اند. این طبقه علاوه بر اینکه عواطف انسانی‌شان تحت‌الشعاع عاطفه دینی قرار گرفته و از تأثیر مستقل افتاده، نیروی دین به حکم اینکه منحرف شده اثر خود را نمی‌بخشد و از آن طرف چون زائل نشده و به صورت انحرافی کار می‌کند به همان قدرت که مقتضای نیروی دین است فعال است. اینها دیگر از هر سبع خطرناک‌تر و وحشتناک‌ترند. تاریخ نشان می‌دهد بی‌رحمانه‌ترین جنگ‌ها، کشتارها، زجر و شکنجه‌ها به وسیله خشکه مقدسان صورت گرفته است. بزرگ‌ترین نمک‌شناسی‌ها را اینها انجام می‌دهند، زیرا «یُخْسِنُونَ أَثْمَهُمْ یُخْسِنُونَ ضَعْفًا». جنگ‌های صلیبی، جنگ‌های خوارج، حتی فاجعه کربلا ساخته دست این طبقه است.

منبع: **کانال رسمی «بنیاد شهید مطهری» در اپنا به استناد کتاب پاسخ‌های استاد به نقدهایی بر کتاب مسئله حجاب، صص ۷۵- ۷۴**



زبان پارسی، حقیقتی باشکوه

وحید یامین‌پور در کانال شخصی خود در اپنا نوشت:
اگر می‌دانستیم زبان پارسی چه حقیقت باشکوهی است و چگونه قرن‌ها والاترین گنجینه‌های متعالی ستمدی را بر شانه‌های خود حمل کرده و به ما رسانده، گروه گروه در خیابان‌ها راه می‌افتادیم و فریاد می‌زدیم: «جام فدای پارسی»
زبان، مادر ماست. ما در زبان چشم باز می‌کنیم و به سخن می‌اییم. هستی ما از زبان می‌جوشد.



شوخی یک آینه است

بایک فتح‌اللهی توییت کرد: شوخی‌های آدم‌ها به جور لو رفتن ناخودآگاهه. از چیزی که بهش میخندن میشه قهמיד چقدر خلاقن، چقدر باهوشن، چه فرهنگی دارن، چقدر محترم‌ن و حتی سطح اجتماعشون چطورره، شوخی به آینه‌است، حواست باشه چی توش مینیبینی.



مهم‌ترین وظایف یک خانواده‌امن

کاربری با نام «حاشاک» نوشت:
به‌نظر من مهم‌ترین وظیفه یک خانواده امن بعد از تهیه سرپناه و غذا، دادن عزت نفس به فرزندان‌شونه. بچه‌ای که بدون عزت نفس بزرگ بشه، در بزرگسالی اگه نگیم غیر ممکن ولی واقعاً به سختی بتونه جبران مافات کنه.

سخت‌ترین شکل تنهایی

کانال تلگرامی «معنا و فلسفه زندگی» نوشت:
سخت‌ترین شکل تنهایی، این است که چنان تغییر کنی که نتوانی دنیای جدیدت را برای اطرافیان قدیمی شرح دهی. و هنوز هم فرصت نکرده باشی دوستان و اطرافیان جدیدی برای زندگی تازه‌ت بیابی!

گایبران

چهارشنبه ۲۲ اسفند ۱۴۰۳ | ۱۱ رمضان ۱۴۴۶ | روزنامه جوان | شماره ۷۲۶۶

کاربران شبکه‌های اجتماعی به پویش پیشگیری از تصادفات ایام نوروز پیوستند

برای ایران و برای هموطنان‌مان: #نه_به_تصادف

محترم، وزرا و همکاران ارجمند دولت همراه شد. امیدوارم با همراهی همه مسئولان و هممیهنان عزیزم امسال سفرهای نوروزی امن‌تر و بانشاطی را تجربه کنیم».
کاربران شبکه‌های اجتماعی با وجود انتقاداتی از این پویش به آن پیوستند و از آن نوشتند. البته آنها تأکید داشتند این پویش نباید مانعی برای مطالبه وظایف دستگاه‌ها در ایمن‌سازی جاده‌ها و ارتقای کیفیت خودروها باشد. در ادامه بخش‌هایی از واکنش‌های کاربران را مرور کرده‌ایم.



■ **روح‌الله صدیق:**

لطفاً یک جمله در حمایت از پویش #نه-

به- تصادف بنویسید، شاید در خطاری حک

بشه و جانی رو حفظ کنه؛ به قول قدیمیا، هر کسی نفسی داره.

■ **محمد مهدی ابراهیمی:**

پویش «نه به تصادف» با هدف کاهش تلفات جاده‌ای و ارتقای ایمنی سفرها آغاز شد، با همراهی مردم، دولت و نهادهای مرتبط، می‌توان با آموزش و اصلاح رفتارهای رانندگی و بهبود زیرساخت‌ها، گامی مؤثر در کاهش حوادث رانندگی برداشت. #نه- به- تصادف #ایمنی #تصادف

■ **عادل مصدقی:**

با توجه به اهمیت ایمنی سفرهای نوروزی از مردم و دستگاه‌های اجرایی استان می‌خواهیم با پیوستن به پویش #نه- به- تصادف و #شیش- دنگ- برانیم اهتمام جدی برای کاهش تصادفات سفرهای نوروزی داشته باشیم. با اهتمام جدی خواهیم توانست آمار کاهشی ۶۱ درصدی تصادفات نوروز ۱۴۰۳ را به حداقل برسانیم.

■ **مینا مهرنوش:**

به عنوان یک کارآفرین ملی، معتقدم پیشرفت کشور در گروی ایمنی و سلامت همه مردم است. از همه دعوت می‌کنم تا در پویش #نه- به- تصادف شرکت کنند. با ارتقای فرهنگ رانندگی و توجه به ایمنی جاده‌ها، می‌توانیم جان عزیزان‌مان را نجات دهیم و برای آینده‌ای بهتر تلاش کنیم.

■ **علیرضا رحیمی:**

به عنوان معاون امور جوانان وزارت ورزش و جوانان، از همه مسئولان، جوانان، کارمندان، کارگران، اقشار مختلف جامعه و همه مردم عزیز کشور دعوت می‌کنم تا

در پویش #نه- به- تصادف شرکت کنند. تصادفات جاده‌ای تهدیدی جدی برای جان و سلامت هموطنان‌مان است. همه ما باید در ارتقای فرهنگ رانندگی و ایمنی جاده‌ها سهیم باشیم.

■ **علی کلاهی:**

مسئولیت و وضعیت اسفناک آموزش رانندگی با کیست؟ آموزش رانندگی در ایران واقعاً بی‌کیفیت و فاقد هرگونه ارزشیه! #نه- به- تصادف

■ **زهرابهروز آذر:**

ایران را باید دید و نوروز بهترین زمان برای تجربه سفر است. همه ما هم در پویش #نه- به- تصادف مشارکت و خاطره ایرانگردی نوروز را شیرین‌تر ثبت کنیم.

■ **محمد رضا فرهادپور:**

۲۰هزار کشته و ۸۰۰هزار مجروح و معلول در سال ۱۴۰۲، فاجعه‌ای ملی است. با پیوستن به پویش #نه- به- تصادف و رعایت قوانین رانندگی مایل‌ها فاجعه را سلب هم‌میهن‌هایمان در سال جدید بشویم.

■ **مهدی هادی:**

وقتی می‌گوییم هشتگ #نه- به- فلان چیز یعنی عده‌ای به فلان چیز مضر علاقه یا عادت دارند و با هشتگ، درخواست عمومی را برای نفی یا ترک آن مطرح می‌کنیم. آیا کسی به تصادف عادت یا علاقه دارد که

■ **آسیب و از دست رفتن جان است.** #نه- به-

خودروی- بی‌کیفیت

■ **محمد کاظم جعفری:**

هر چند پویش‌سازی کار دولت نیست، اما به خاطر جان ارزشمند مردم و در پیش بودن تعطیلات، ترویجش کنیم. #نه- به- تصادف. دولت-حکومت باید قبل از هر چیز اولویت‌های سیاست/بودجه را اصلاح کند و به جاده‌ایمن/خودرو استاندارد/ارامش راننده بپردازد.

■ **میثم مهدیار:**

زمانی که می‌گوییم هشتگ #نه- به- فلان چیز یعنی عده‌ای به فلان چیز مضر علاقه یا عادت دارند و با هشتگ، درخواست عمومی را برای نفی یا ترک آن مطرح می‌کنیم. آیا کسی به تصادف عادت یا علاقه دارد که آسیب و از دست رفتن جان است. #نه- به- تصادف بزنیم؟! شاید نه به سرعت بالا و از این دست مناسب‌تر بود.

راه‌هایی برای کاهش مصرف میکروپلاستیک‌ها از طریق غذا و نوشیدنی‌ها

■ **از مصرف غذاهای فوق فرآوری شده خودداری کنید**

غذاهای فوق فرآوری شده حاوی میکروپلاستیک‌های قابل توجه بیشتری نسبت به غذاهای کم فرآوری شده هستند. یک مطالعه میکرو پلاستیک‌ها را در تمام ۱۶ محصولات پروتئینی که محققان نمونه‌برداری کردند، یافت. ناگت‌های مرغ بسیار فرآوری شده حاوی ۳۰ برابر میکروپلاستیک در هر گرم سینه مرغ بودند. به عنوان یک قانون کلی، هر چه مواد غذایی فرآوری شده یا فوق فرآوری شده‌تر، میکرونانو پلاستیک‌های بیشتری تولید می‌کنند.

میکروپلاستیک‌ها نیز ممکن است در کاپینت ادویه‌جات شما پنهان شوند. یک مطالعه که سال ۲۰۲۳ مقادیر زیادی پلاستیک را در نمک نشان داد. در این مطالعه هفت نمک در این جمله نمک خوراکی، نمک دریا و نمک صوری میمبلیا مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. هر نمک مقداری میکروپلاستیک قابل اندازه‌گیری داشت، اما نمک صوری

هیمالیا درشت و نمک سیاه دارای بالاترین غلظت قطعات میکروپلاستیک بودند. در این بین نمک پیدار کمترین میزان را داشت. ■ **چای کیسه‌ای را کنار بگذارید**

چای کیسه‌ای می‌تواند بیش از ۱۱ میلیارد میکروپلاستیک و ۲ میلیون دره‌فلوئوپلاستیک در هر سانس متری مربع آزاد کند. گرما باعث مهاجرت میکروپلاستیک‌ها می‌شود، بنابراین از قرار دادن مواد غذایی داغ در بسته‌بندی‌های پلاستیکی خودداری کنید و مطمئن شوید در نور خورشید یا سایر محیط‌های گرم نگهداری نمی‌شوند.



که از ظروف وارد غذا می‌شوند. کنسرو مواد غذایی و نوشیدنی‌ها یکی دیگر از مسیرهای آلودگی پلاستیکی برای انسان‌ها هستند. قوطی‌ها اغلب با پلاستیک‌هایی پوشانده می‌شوند که می‌توانند میکروپلاستیک‌ها را داخل غذا وارد کنند.

■ **از ظروف شیشه‌ای در مایکروویو استفاده کنید**

یک مطالعه نشان داد که مایکروویو کردن مواد غذایی در ظروف پلاستیکی و کیسه‌های مواد غذایی قابل استفاده مجدد می‌تواند تنها در ۳ دقیقه بیش از ۴میلیون میکروپلاستیک و ۲ میلیارد دره نانوپلاستیک در هر سانس متری مربع آزاد کند. گرما باعث مهاجرت میکروپلاستیک‌ها می‌شود، بنابراین از قرار دادن مواد غذایی داغ در بسته‌بندی‌های پلاستیکی خودداری کنید و مطمئن شوید در نور خورشید یا سایر محیط‌های گرم نگهداری نمی‌شوند.



ترامپ اخراج دانشجویان حق طلب را آغاز کرد

الهام عابدینی در توییتی نوشت:
محمود خلیل، یکی از فراغ‌التحصیلان دانشگاه کمبلیا که از رهبران تظاهرات دانشجویان آمریکایی علیه رژیم اسرائیل بود، بازداشت شد و با اینکه گرین کارت داره، قراره اخراجش کنند. ماه قبل رئیس‌جمهور آمریکا فرمان اجرایی اخراج دانشجویان حامی فلسطین رو امضا کرده بود و گویا رسماً فریندش آغاز شده.

چه کسی از آثار روزه‌داری بهره می‌برد؟

کاتال رسمی آیت‌الله‌نصری(ره) در اپنا بیانی از ایشان در خصوص روزه‌داری در ماه مبارک رمضان به اشتراک گذاشت. آیت‌الله‌نصری(ره) فرموده‌اند:
آثاری برای روزه بیان شده است. برای مثال فرموده‌اند کسی که روزه بگیرد، دعایش مستجاب است. کسی که روزه بگیرد، میهمان خداست. کسی که روزه



بگیرد، خود خدا مزد اوست. اما سؤال این است که آیا همه این آثار برای همه روزه‌دارهاست؟
جواب این است که روزه بر سه قسم است و هر قسمی، اثری دارد. روزه عام، روزه خاص و روزه خاص‌الخاص. روزه عام این است که از ۹ چیزی که روزه را باطل می‌کند- که بزرگان در رساله‌ها نوشتند- خودداری شود. آن وقت این روزه، آثاری حداقلی دارد. مثلاً موجب سلامتی بدن است. زکات بدن شمرده می‌شود و موجب تخفیف گناهان و نجات از عذاب الهی است. همچنین سبب رفع تکلیف روزه است و دیگر قضا و کفاره هم ندارد. چنین شخصی عذاب هم نمی‌شود. روزه خاص چیست؟ روزه خاص، این است که از این ۹ چیز پرهیز کند و اضافه بر آن، اعضا و جوارحش هم از گناه پرهیز کنند، مثلاً چشمش هم روزه باشد و به نامحرم نگاه نکند. زناش هم روزه باشد و دروغ نگوید، غیبت نکند، فحاشی نکند. پایش هم روزه باشد و در هر مجلسی حاضر نشود. آثار روزه خاص چیست؟ اثرش این است که مثلاً عملش مقبول است. یک نمازش، ثواب ۷۰ نماز در ماه‌های دیگر را دارد. این روزه است که سبزی برای آتش جهنم می‌شود. تمام جوارحش پاک می‌شود. تمام گناهانش آمرزیده می‌شود. صفای قلب می‌آورد.

قسم سوم، روزه خاص‌الخاص است. این خیلی مهم است، یعنی هم از آن ۹ چیز پرهیزی می‌کند و هم اعضایش روزه هستند و گناه نمی‌کنند و اضافه بر آن صفات ردیله‌اش را هم از بین برده است. قلبش هم از غیر حق روزه است، یعنی همیشه منوجه حق است. ابتدا معصیت نمی‌کند حتی فکر معصیت هم نمی‌کند. غرق خداست... این قسم سوم روزه‌داری چه اثری دارد؟ اینها هستند که خواشان عبادت، نفس کشیدنشان تسبیح، عملشان مقبول و دعایشان مستجاب است. این افراد، هر چه از خدا بخواهند به ایشان می‌دهد. بعضی همه ثواب‌ها را برای همه روزه‌دارها می‌دانند در حالی که این حساب‌ها نیست. درست است که خدا، ارجم‌الرحمین است، اما عادل و حکیم و قهار هم هست.

تابلویی از رنگ‌های گوناگون در «سحابی کالیفرنیا»

ایسنا خبر داد: عکس روز ناسا «سحابی کالیفرنیا» را به نمایش می‌گذارد که با رنگ‌های خیره‌کننده در دل فضا می‌درخشند. طرح کلی ابر مولکولی فضایی در عکس روز ناسا به طور تصادفی شبیه به طرح کلی ایالت کالیفرنیا در امریکاست و از این رو «سحابی کالیفرنیا» خوانده شده است. به گزارش ناسا، خورشید ما خانه خود Orion را در «لارژی شکارچی» Orion Arm کهکشانش را شکاری دارد که فاصله آن از سحابی کالیفرنیا تنها حدود هزار سال نوری است. این سحابی گمشدنی کلاسیک که با نام «ان‌جی‌سی ۱۴۹۹»(NGC 1499) نیز شناخته می‌شود، حدود ۱۰۰ سال نوری طول دارد. برجسته‌ترین درخشش سحابی کالیفرنیا در این عکس، نور قرمز رنگ مشخصه ام‌های هیدروژن است که با الکترون‌های از دست‌رفته در بلندمدت ترکیب می‌شوند و توسط نور پرتازی ستاره‌ها از بین می‌روند (یونیزه می‌شوند). ستاره‌ای که به احتمال زیاد نور ستاره پرتازنی را فراهم می‌آورد و بیشتر گاز سحابی را یونیزه می‌کند، ستاره درخشان داغ و آبی‌رنگ در سمت راست سحابی است. سحابی کالیفرنیا که یک هدف معمولی برای عکاسان نجومی به شمار می‌رود، با یک تلسکوپ میدان وسیع به سمت صورت فلکی «برساش»(Perseus) نه چندان دور از «خوشه پروین»(Pleiades) قابل مشاهده است.



توصیه‌هایی برای درس خواندن در ماه رمضان

کاتال تلگرامی «علیرنیز» نوشت:
ماه رمضان روزه‌داری یعنی یاد‌روش‌های خاصی رو برای درس خواندن انتخاب کنی تا عصر و بعداز افطار هم به برنامه‌ت برسی.
۱.چند نمونه از این راهکارها و توصیه‌ها در ادامه آمده است!
۲.برنامه‌ریزی انعطاف‌پذیر: زمان مطالعه رو بعد از افطار یا قبل از سحر



بچین؛ مثلاً از ۸ تا ۱۰ شب وقتی انرژی برمیگرده، شروع کن.
استراحت‌های هوشمندانه: اگه عصر دلت نمیخواد درس بخونی، یک استراحت فعال داشته باش؛ چند دقیقه قدم بزن یا حرکات کششی انجام بده تا انرژی شی.
- تغذیه مغذی بعد افطار: غذای سبک و مغذی مثل سالاد، سوپ یا میوه و پروتئین مصرف کن تا انرژی لازم برای مطالعه رو داشته باشی.
- استفاده از تکنیک‌های مدیریتشمن کوتاه: قبل از شروع مطالعه یاد زمان‌های خالی، چند دقیقه تنفس عمیق یا مدیتیشن انجام بده تا استرست کاهش پیدا کنه و تمرکزت افزایش پیدا کنه.
- محیط مطالعه رو بهینه کن: یک فضای آرام و بدون حواس‌پرتی درست کن؛ موبایلت رو کنار بذار و فقط به درس فکر کن. با این روش هامیتونی تو ماه رمضان هم بدون خستگی درس بخونی و به برنامه‌ت برسی!

شما چه کارهایی را بلد نیستید؟

امیرعلی بنی‌اسدی در کانال تلگرامی خود نوشت:
آدم‌ها همیشه میدونن چی بلدن ولی خیلی وقت‌ها نمیدونن چی بلدنیستن؛ همین‌هم‌زندگیشون رو سخت میکنه. برای همین هم هر آدمی باید به لیست از کارهایی که بلد نیست داشته باشه، به لیست از چیزهایی که در موردش سوادی نداره. این دو لیست رو هم باید بذاره به جایی جلوی چشمش که هر روز ببینه. بعد هم هر روز این لیست رو مرور کنه تا سراع هر کاری نره و در هر موردی حرف نزنه. بدبختی‌های آدم بیشترش به خاطر اینه که حواش به این دو تالیست نیست. چاره‌ش هم همینه که گفتم.

■ **تصویر منتخب**



► پرواز فلایمنیگوها در میانکاله

از صفحه توییتتری محمد کلهر