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.

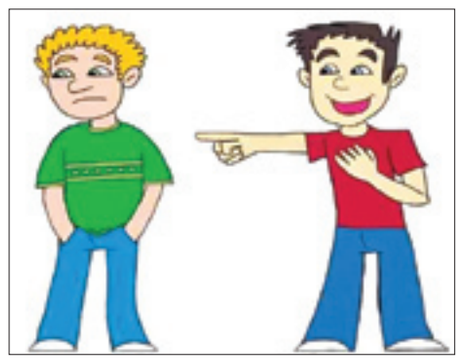
آیینه نفس

آهن آب‌دیده

آیت‌الله حائری شیرازی(ره):
در روز شهادت شهید رجایی [و چند ساعت قبل از شهادتش] که با وی، کلاس هفتگی [اخلاق] داشتم، گفتم عبور از هر مرحله مثل وضع حمل است. شیرازی‌ها این حالت درد کشیدن را که می‌بینند، می‌گویند: «خدا بدتری بدهد». خدایش رحمت کند، یکه‌ای خورد اما خود را جمع کرد. نمی‌دانم چه چیزی به یادش آمده بود.
آهنی که از آن شمشیر ساخته شود، زیر ضربات پتک مرتباً از آن ریزش می‌کند و از ماده آن کاسته می‌شود اما صورت، به رسالت و غایت کامل خود نزدیک می‌شود. با هر ریزش، برندگی و با هر ضربه، صلابت آن بیشتر می‌شود و با هر سفری بین آب و آتش آبدیده‌تر می‌شود.
منبع: کانال «نکات ناب و حکمت‌های آیت الله حائری شیرازی» در ایتا

۳ خصلت اهل نفاق

کانال تلگرامی «یادنامه» بیانی از امام صادق(ع) را به اشتراک گذاشت. حضرت فرموده‌اند: سه خصلت علامت نفاق است، گرچه صاحبش اهل نماز و روزه باشد: دروغ گویی، خلف وعده و خیانت در امانت. (تحف‌العقول، ص ۲۲۹)



هیچ کسی آنقدر بزرگ نیست که دیگری را تحقیر کند

احسان محمدی توئیت کرد: هیچ‌کس آنقدر بزرگ و مهم نیست که دیگری را با کلام و نگاه و رفتار تحقیر کند. تحقیر در هر سطح، به هر شکلی و از طرف هر کسی، شرم‌آور و غیرقابل دفاع است. هیچ انسان سالمی، تکرار می‌کنم هیچ انسان سالمی امکان نداره انسان دیگه رو تحقیر کنه.

شرط هر تحولی در آموزش‌وپرورش

امیرحسین روزبهانی در توئیتی نوشت: بازتعریف جایگاه معلم در جامعه و ارتقای منزلت معنوی او، شرط لازم برای هرگونه اصلاح و تحول اساسی در نظام آموزش‌وپرورش است. تا زمانی که این عنصر بنیادین نادیده گرفته شود، ساختارها و قوانین نوین نیز توان به ثمر نشستن اصلاحات پایدار را نخواهند داشت!

سؤال پرتکرار زائران حرم رضوی

حسین سعیدی در توئیتی نوشت: در ازدحام همیشگی زائران حرم، یک پرسش بیش از همه شنیده می‌شود: «مزار شهید رئیسی کجاست؟» تکرار این پرسش، نشانی از ارادت به «خادم‌الرضا» است که حالا در جوار امامش آرام گرفته است.

مروری بر نوشته‌های کاربران شبکه‌های اجتماعی در سالروز شهادت شهدای خدمت

جایگاه ریاست جمهوری را به ریل انقلاب برگرداند

در روز ۳۰ اردیبهشت، سالروز سقوط بالگرد هشتمین رئیس جمهور ایران و هیئت همراهشان که منجر به شهادت ایشان شد، کاربران شبکه‌های اجتماعی یاد شهدا را گرامی داشتند و از خدمات آنها به‌ویژه خصلت‌ها و مجاهدت‌های شهید آیت‌الله سید ابراهیم رئیسی نوشتند. کاربران مردمی بودن، دلسوز بودن و تلاش بی‌خستگی را اصلی‌ترین ویژگی‌های آیت‌الله رئیسی دانستند که باید الگویی برای سایر مدیران کشور باشد. آنها همچنین به ذکر خاطراتی از مجاهدت‌های شهید و دستاوردهای دولت او پرداختند. در ادامه بخش‌هایی از واکنش‌های کاربران را مرور کرده‌ایم.

■ **مجید شاکری:**
شهید رئیسی شخصی بود به غایت مردمی، انقلابی به معنای واقعی کلمه، بسیار بسیار کوشا. روز تلخ و پر تعلیق شهادت او از ذهن نخواهد رفت.

■ **مصطفی موفق:**
این روزها، روزهای دل‌تنگی است. خداوند شهید رئیسی عزیز رو با اولیای خودش محشور کنه. آقای رئیسی، جایگاه ریاست‌جمهوری رو به ریل انقلاب برگردوند. با رهبری در قول و فعل اصطکاک نداشت. پی‌گیر، پرتلاش، متوجه به مردم در داخل. در مسائل خارجی مقتدر و باج نده. جای کرنش در برابر غرب، ظرفیت‌های سیاسی و اقتصادی در تعامل با کشورهای علاقه‌مند به همکاری با ایران خلق کرد.

■ **احمد قصری:**
پسرم رو بردم بیمارستان و خداوشکر بدون پرداخت ریالی درمان شد! شادی روح شهید رئیسی که این امر مهم رو عملی کرد صلوات بفرستید.

■ **محمدصالح سلطانی:**
حالا یک سال است که نبودن شما رنج مدام ماست اما خیلی خیلی بیشتر از یک سال فراق، دلتنگ‌تان هستیم، آقای رئیس‌جمهور متواضع، دوست‌داشتنی، مخلص و مردم‌دار، آقای #رئیسی عزیز.

■ **سید پویان حسین‌پور:**
روح مرحوم شهید رئیسی و سایر شهدای همراهش شاد باشه ان‌شاءالله. کاش نفری یک صلوات بفرستیم و هدیه کنیم به روح مطهر این شهدا که حقیقتاً دنبال درمان دردهای مردم بودند و عاقبت هم در همین راه جان‌شون رو تقدیم کردند...

■ **حسین حسن‌خانی:**
شهید رئیسی توانمندترین رئیس‌جمهور ایران از بسیاری جهات بود. رضوان و رحمت الهی بر او و شهید امیر عبداللهیان بزرگوار. ان‌شاالله اندوه ما در فراق این دو شهید دستمایه شفاعت‌مان از سوی آنها در روز محشر باشد.

■ **عبدالله گنجی:**
اگر از بنده بپرسند قله صفات و نقاط قوت این جمع سفر کرده را در یک کلمه بیان کن، خواهم گفت «صالح» بودند. صالح بودن در ابعاد اخلاقی، اقتصادی و سیاسی امروزه به مثابه اکسیر است. جمهوری اسلامی میلیاردها دلار هزینه کند بعید است بتواند تراز این جنس افراد را تربیت کند. رحمت و رضوان الهی بر شهدای خدمت باد. ان‌شاءالله.

■ **سیدعلی موسوی:**
بهترین توصیف را رهبر انقلاب داشت: «رئیسی عزیز خستگی نمی‌شناخت.» حجت‌الاسلام آل هاشم امام جمعه محبوب و معتبر تبریز، جناب آقای امیر عبداللهیان، وزیر خارجه مجاهد و فعال، جناب آقای مالک رحمتی استاندار انقلابی و متدین آذربایجان‌شرقی و گروه پروازی و دیگر همراهان نیز به رحمت الهی پیوستند.

■ **کاربری با نام «حاج حسن»:**
پارسال این موقع با قلبی مالامال از اندوه و اضطراب، لابلای قرآن و دعا، زیر لب می‌گفتم «هر کجا هست خدایا به سلامت دارش» امسال پیش امام رضا و امام حسین ما رو دعا کنید. #شهید_رئیسی #شهید_امیر_عبداللهیان

■ **ا. مهدی‌پور:**
آخرین دیدارش با فرهنگیان، ۱۹ روز قبل از شهادتش بود. همان روز برنامه‌هایش را لغو کرد تا جلسه‌ای را پیرامون مشکلات #دانشگاه_فرهنگیان تشکیل دهد و در همان جلسه چند دستور مهم را هم به مسئولان جهت مرتفع کردن مشکلات داده بود. وی از پیشگامان توجه به دانشگاه فرهنگیان بود. #شهید_رئیسی

■ **نیلوفر عباس‌زاده:**
خدمت در آستان قدس و ایجاد تحول‌های بنیادین. خدمت در قوه قضائیه و ایجاد تحول در قوه. خدمت در قوه مجریه و اصلاح ساختارها و تغییر در مدل مدیریتی. هر مسئولیتی داشتی تحول ایجاد کردی و ثابت کردی. خادم حرم ایران هستی. البته که از شاگرد استادی مثل بهشتی جز این انتظار نمی‌رفت.

■ **لیا آبنوس:**
من منتقد رئیسی بودم. توئیت‌هام هنوز هست سرچ کنید. یادم نمیاد از کارهاش تعریف کرده باشم. می‌گفتم وظیفشه و همیشه بهش نقد می‌کردم اما تمام قد می‌ایستم به احترام مسئولی که برای رفاه مردم و حین مأموریت جونش رو داد... #شهید_رئیسی

شاید فایده کتابی که امروز می‌خوانید، ۳۰ سال دیگر معلوم شود

کانال تلگرامی «ترجمان» خلاصه‌ای از مقاله «ممکن است، فایده کتابی که امروز می‌خوانید، ۳۰ سال دیگر معلوم شود» را به اشتراک گذاشت. این مطلب نوشته جاشوا راتمن است و محمد مهدی‌پور آن را ترجمه کرده است. در این مطلب می‌خوانیم: جاشوا راتمن، نویسنده امریکایی، به یاد می‌آورد که سال دوم دانشگاه بود که رمان میدل‌مارچ را خواند و او هم مثل بسیاری از همکلاسی‌هایش از آن خوشش نیامد. میدل‌مارچ، رمانی پیچیده درباره عشق، ازدواج و آرمان‌گرایی است اما از نظر راتمن رمان اعصاب‌خوردکنی بود با شخصیت‌های احمق. بالاخره یکجا استادشان کفری شد و گفت: «معلومه که درک و فهم‌تون بهش نمی‌رسه، بذارید ۴۰ سالتون بشه، یک ازدواج و طلاق را از سر بگذرانید، بعید می‌گید آهان! حالا فهمیدم!.»
خیلی وقت‌ها، آموزش مفاهیم علوم انسانی، به دانشجویان ۱۸ تا ۲۲ ساله چالش‌برانگیز است. همان‌طور که کودک درکی از رانندگی ندارد، جوانان بی‌تجربه هم درکی از مشکلات، حسرت‌ها و پشیمانی‌های بزرگ زندگی ندارند.
بااین‌حال، خواندن آثار بزرگ ادبی و فلسفی در عنفوان جوانی دلیلی دارد: این کتاب‌ها الگوهای فکری‌ای را شکل می‌دهد بعدها شاکله ذهن‌مان را می‌سازند و ما را برای زندگی آماده می‌کنند. این روند دقیقاً شبیه سال‌ها کارآموزی در یک شاخه علمی مثل پزشکی یا حقوق است. شما در دوران تحصیل

آموزش‌هایی را می‌بینید که در همان لحظه به‌دردتان نمی‌خورد، ولی همان‌ها تعیین می‌کند که در آینده، پزشکی حاذق یا وکیلی موفق می‌شوید یا نه. ذهن انسان سال‌ها قطعاتی را کنار هم می‌چیند که معلوم نیست به چه کار می‌آید اما بعدها به شکلی اعجاب‌انگیز آن را با هم ترکیب می‌کند.
این قابلیت ترکیب کردن قطعاتی از گذشته دور و نزدیک و به‌کاربستن آنها در مواجهه با موقعیت‌های پیچیده، قابلیتی است که انسان را از پیشرفته‌ترین هوش‌های مصنوعی متمایز می‌کند. لزلی والینت این تمایز را با مفهوم «آموزش‌پذیری» توضیح می‌دهد.
والینت که دانشمند علوم کامپیوتر و برنده جایزه معتبر تورینگ است می‌گوید: ذهن انسان دارای انعطاف‌پذیری خارق‌العاده‌ای است که هوش مصنوعی فاقد آن است. افزایش داده‌ها هوش مصنوعی را دقیق‌تر می‌کند اما نمی‌تواند باعث شود، «بصیرتی» ناگهانی به او دست دهد. فقط انسان‌ها می‌توانند با ترکیب هزاران چیز بیاموزند که انتخاب‌های عاطفی ممکن است به شکست بینجامد و شکست اگرچه دردناک، مرحله‌ای از رشد است. آموزش‌پذیری فراتر از هوش است. ذهن آموزش‌پذیر از هر چیزی یاد می‌گیرد و دانش قدیمی را برای اهداف جدید به کار می‌برد.
همین «آموزش‌پذیری» است که باعث می‌شود در هنگام بیماری، به جای گفت‌وگو با هوش مصنوعی، پیش پزشک بروید. چون پزشک علاوه بر داده‌های پزشکی از طیف وسیعی از ایده‌ها و ارتباط‌هایی استفاده می‌کند که نتیجه سال‌ها یادگیری‌اش باشد.
آموزش‌پذیری است که انسان‌ها را توانمند می‌کند تا «سؤالات هوشمندانه» بپرسند. مثل پزشکی که شاید از روی رنگ چهره یا لحن حرف‌زدنتان، سؤال دقیقی بپرسد که اثری کلیدی در تشخیصش داشته باشد. از نظر والینت، ارتباط‌ها، ترکیب‌ها و کاربردهای جدیدی که لازمه آموزش‌پذیربودن‌اند تا حدی به این دلیل مفیدند که اتفاقاً واضح و سرراست نیستند. برخی‌اوقات، درسی را در جایی از زندگی‌مان یاد می‌گیریم که جایی به کارمان می‌آید که اصلاً انتظارش را نداریم. خواندن کتاب‌هایی که معلوم نیست به چه دردی می‌خورند نیز چنین‌اند.

قدیم‌ها کولر نبود اما معماری خانه‌ها هم این نبود

کاربری با نام «فرهاد» در توئیتی نوشت: قدیم کولر و پنکه نبود ولی خونه‌ها حیاط داشت. حوض داشت، درخت داشت. پنجره‌ها باز بود کسی به خانه مشرف نبود. قدیم ساختمان‌ها اینقدر بلند نبود که جلوی جریان باد رو بگیره. قدیم شورای عالی شهرسازی نبود که این بلا رو سرمون بیاره.

حق با آقای رئیس‌جمهور است

حسین درودیان در توئیتی نوشت: حق با آقای رئیس‌جمهور است که مصرف کولر در دمای ۳۴ درجه ضرورت ندارد. این یک نوع مصرف‌گرایی است که به محض اندکی گرم‌شدن هوا همه می‌رویم سراغ کولر. خودم تا الان فقط با باز گذاشتن پنجره از هوای بیرون استفاده می‌کنم.

عبد خدا و شهر خدا

محمد منان رئیسی، در کانال شخصی خود در پیام‌رسان ایتا نوشت: حکایتی از تواضع و بندگی مرحوم آیت‌الله بهجت به نقل از فرزندشان: هفت بار رساله آقا را بی‌اسم چاپ کردیم. راضی نبودند اسم‌شان را بنویسیم. وقتی هم که با اصرار زیاد راضی شدند، فقط اجازه دادند بنویسیم: «العبد، محمدتقی بهجت»، آن هم با اکراه. کتاب مناسک حج ایشان را که چاپ کردیم، نوشتیم: «آیت‌الله بهجت»؛ خیلی جدی در حضور بزرگان توبیخ‌مان کرد!
هنگامی که رساله‌اش چاپ شد، یک روز مرا کنار کشیدند و فرمودند: «علی آقا! تو هر کسی می‌خواهی باشی باش! می‌خواهی حجت‌الاسلام باشی باش! می‌خواهی آیت‌الله باشی باش! می‌خواهی آیت‌الله‌العظمی باشی باش! می‌خواهی مرجع تقلید باشی باش! می‌خواهی اعلم‌فقها هم باشی، هیچ مانعی ندارد. پدرت یک طلبه معمولی بیشتر نیست!» می‌فرمودند راضی نیستم درباره‌ام سخنی بگویی یا خدای ناکرده، در فکر تبلیغ و جذب کسی باشی، رساله را هم به کسی نده!
ردپای این مشی عابدانه را در معماری و شهرسازی اسلامی ایرانی نیز می‌توان مشاهده نمود، به نحوی که ادب معمارانه، هم در فرم و ارتفاع و هم در تونالیته و رنگ‌بندی شهر رعایت می‌شد تا در چنان شهر متواضعی، با سکوت کالبدی سایر ابنیه، صرفاً بیوت الهی و بقاع متبرکه امکان تشخص و رفعت بیابند. به این ترتیب، چنان شهر متواضعی، زمینه‌ای بود برای تجلی معمارانه ادب الهی: «یا أَیُّها الَّذِینَ آمَنُوا لَا تَرْفَعُوا أَصْواتَکُمْ فَوْقَ صَوْتِ النَّبِیِّ: ای مؤمنان! صدای‌تان را بلندتر از صدای پیامبر نکنید.» (حجرات/۲.)

در پی توانمندسازی باشیم

کانال تلگرامی «مدرسه کسب‌وکار» نوشت: توانمندی عملکرد بهینه‌سازی مستمر یک فعالیت است. بر این اساس تصمیم‌گیری فرد و تلاش همه کارکنان در سراسر سازمان، حول یک هدف مشترک، توانمندی است. با توجه به تعریفی که از توانمندی ارائه شد، سه اصل بسیار مهم در توانمندانه زیستن وجود دارد:
اصل اول: فعالیتی را می‌توان توانمندانه انجام داد که بتوان پیوسته آن را تکرار کرد. این اصل نشانه‌ای قابل پیش‌بینی در عملکرد فردی است.
اصل دوم: ضروری است که در همه جنبه‌های کار خود «توانمند» باشیم تا بتوانیم آن را با برتری نسبت به دیگران انجام دهیم.
اصل سوم: تنها با ارتقای توانمندی‌ها و نه صرفاً تمرکز بر رفع کاستی‌ها، می‌توان به برتری رسید یعنی سرمایه‌گذاری در رفع کاستی‌ها را هدف خود قرار ندهیم.
افراد موفق می‌آموزند، با کاستی‌های خود بسازند و ضمن رها شدن از این بند، توانمندی‌های خود را قاطع‌تر و مؤثرتر کنند (یعنی افراد موفق کاستی‌های خود را فراموش نمی‌کنند، ولی به جای پرداختن به آنها، فعالیتی بس مؤثرتر را پی می‌گیرند). روی توانمندی‌های‌تان سرمایه‌گذاری کنید – هر چه باشند – و کاستی‌هایتان را مدیریت کنید، هر چه هستند.

زیاد نخوابید!

کانال «ایتنا» گزارش داد: ما پیش‌تر می‌دانستیم کمبود خواب کارکرد شناختی را مختل می‌کند، باعث ضعف در حافظه، کاهش تمرکز و حتی افزایش خطر ابتلا به بیماری‌هایی مانند آلزایمر شود. اما اکنون دانشمندان دانشگاه علوم پزشکی تگزاس سن آنتونیو نشان داده‌اند، خواب بالای حد متوسط (بیش از ۹ ساعت در شب) نیز می‌تواند به کارکرد شناختی آسیب بزند. این مطالعه با تحلیل داده‌های هزار و ۸۵۳ شرکت‌کننده در مطالعه قلب فرامینگهام- یکی از گسترده‌ترین مطالعات سلامت قلب و مغز- نشان داد، خواب زیاده از حد با کاهش توانایی‌های تصمیم‌گیری، ضعف حافظه و افت کارکرد اجرایی مرتبط است. این تأثیرات به‌ویژه در افراد مبتلا به افسردگی شدیدتر دیده شد، فارغ از اینکه آیا آنها داروی ضدافسردگی مصرف می‌کنند یا نه.
این یافته‌ها بیانگر آن است که تنظیم مناسب مدت زمان خواب برای حفظ سلامت شناختی ضروری است و می‌تواند به پیشگیری از زوال شناختی کمک کند.

یک سال رفت اما رئیسی نرفت

محمدرضا کائینی در کانال شخصی خود در پیام‌رسان ایتا نوشت: رجال سیاسی با توفیق مطلق، یا دوری مطلق از خطا، در تاریخ ماندگار نمی‌شوند. چه اینکه اساساً در میان غیرمعصومان، چنین کسی وجود ندارد. آنان تنها به جامعه نشان می‌دهند، حداکثر صداقت و ایضاً حداکثر تلاش خود را برای خدمت به کار گرفته‌اند. دوری از خودنمایی و خدعه، به خودی خود آنها را به چشم خلق‌الله می‌آورد، قاعده‌ای که سیاستمداران ریاکار، هنوز به درستی آن را نیاموخته‌اند. سال گذشته در چنین روزهایی، بالگرد حامل سید ابراهیم رئیسی و چند نفر از همگنانش، در جایی حوالی ورزقان آذربایجان شرقی گم شد! در حالی که به عادت مألوف و با گذر از کنار تهدیدات متنوع امنیتی، به تکاپوی دائمی خویش بود. شواهد نشان می‌داد در یک سال پایانی مسئولیتش، اغلب شاخص‌های اقتصادی و به تبع آن اعتماد و علاقه عمومی به وی رو به پیشرفت گذاشته بود. مردمی که در سفرهای استانی، به شکل محسوسی استقبال از او را پررونق‌تر از گذشته می‌خواستند، می‌دیدند این مرد بر خلاف رطب و یابس مخالفان، به رضایت و رفاه بیشتر ایشان می‌کوشد. او سایه سیاه کرونا، موج تعطیلی مداوم واحدهای تولیدی و صنعتی، سریال کلنگ‌زنی‌های نمایشی، زنجیره قطعی برق و گاز، شرطی کردن اقتصاد به اداواطوار امریکا و اروپا و... الخ را از رو برده و از بقیه مشکلات نیز طاعون ابدی و لاعلاج نساخته بود. سید هنگامی در فلان قریه گمنام و بهمان کارخانه متروکه، به ابطال طلسم مدیریت برج عاج نشین، سنگین وزن، خواب‌آلوده و گرمازده می‌پرداخت که عده‌ای از دشمنان، رقیبان و دوستان سابق، هنری جز هجو و هزلش نداشتند! وی که در طول سال‌ها مسئولیت قضایی، اینگونه حقه‌های اهل سیاست را خوب می‌شناخت، آنها را به هیچ می‌گرفت و همچنان ولی‌نعمتان اصلی کشور و نظام را برمی‌داشت.
وداع غیرمنتظره و بهت‌انگیز وی را به هرچیز از جمله قدرناشناسی و نعمت‌زوالی خود ربط دهیم، همچنان باید شاکر حضرت حق باشیم. چه اینکه در پی هر محرومیتی، تنبهی است و هشداری. به او امیدهای فراوان بسته بودیم، هرچند که تقدیر ماجرایی دیگر در چنته داشت! تنها می‌ماند این تذکار که مانایی نمادهای خدمت، به طول مسندنشینی آنان نیست که به عرض آن است. رجایی اندکی کمتر از یک سال نخست وزیر بود و اندکی بیش از ۲۰ روز رئیس‌جمهور. رئیسی نیز کمتر از سه سال به خدمت خلایق بود. اما مردم آنان را بسا بیش از پیرانی که دو دوره ریاست جمهوری را پر کردند و خود و فرزندان‌شان کاندیداهای دائمی و حرفه‌ای شده‌اند، به خاطر می‌آورند. یادشان گرامی باد.

تصویر منتخب

میدان امیرچخماق یزد | عکس از صادق میری
از صفحه توئیتری میراث فرهنگی استان یزد