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

مجازات ریختن آبروی مؤمن

علامه طباطبایی (ره):
کسی که نیت کند آبروی مؤمنی را ببرد در اصل خود را آماده می‌کند برای جنگ با خدا...!
ریختن آبروی مؤمن از گناهانی است که در دنیا و آخرت آبروی انسان را می‌برد و بسیار زود آثار آن ظاهر می‌شود.

رهبر اپوزیسیون ونزوئلا مزدور و نوکر امریکا

ابن حوا توییت کرد: ماریا کورینا ماچادو، رهبر اپوزیسیون ونزوئلا و نسخه خارجی نرگس محمدی برنده جایزه شیطانی نوبل صلح ۲۰۲۵ شد. گواهی‌های لازم که برای این جایزه گذرونده:
- سکوت محض در مورد جنایات غزه
- حمایت‌های همه جانبه از اسرائیل
- عامل آشوب و اغتشاش کشورش
- و مزدوری و نوکری امریکا

جداندر جد محصول بیگانه

سیدمحمد حسینی با درج این تصویر نوشت: پدربزرگ، محصول کودتا و دست‌نشانده انگلیس؛ پدر، مدیون کودتای ۲۸ مرداد و نوکر امریکا، پیر کودک، غلام حلقه به‌گوش رژیم صهیونیستی و احمق‌تر و خائن‌تر از این سه مزدور بیگانه آنها که سنگ‌شان را به سینه می‌زنند!

بدا به این جایزه که یاسر عرفاتم گرفته ولی من نه

حسین دارابی با درج این تصویر از ترامپ در ایتنا نوشت: رهبر مخالفای ونزوئلایی را من حمایت کردم، خودم بالا آوردم، اون وقت به اون نوبل می‌دید به من نه...
اصن تف تو این جایزه که یاسر عرفاتم گرفته ولی من نه!

حماس زنده است و زنده خواهد ماند

محسن مقصودی با درج این تصویر از یحیی سنوار نوشت: آتش‌بس برقرار شد و ۲هزار اسیر فلسطینی با ۲۰ اسیر اسرائیلی مبادله خواهند شد. امریکا با همان حماسی توافق کرد که به دنبال نابودی‌اش بود! اسرائیل در افکار عمومی دنیا منفورترین شد. با این بذر نفرت و نسل‌کشی، اسرائیل هرگز روی آرامش را نخواهد دید. حماس زنده است و زنده خواهد ماند.

کاربران شبکه‌های اجتماعی به جریمه‌ها و مصادره‌های جدید اموال ملی ناظر بر پرونده نفتی کرسنت واکنش نشان دادند

بازهم کرسنت، باز هم غارت اموال ملی

ادامه مصادره اموال کشور این‌بار با ساختمان شرکت ملی نفت ایران در لندن و نیز مبالغی در یک بانک مالزی در ازای جریمه پرونده کرسنت بار دیگر کاربران شبکه‌های اجتماعی را به واکنش واداشت.

■ **سیدنظام‌الدین موسوی**
بخندم یا بگریم؟!
۱۰ سال پیش دولت روحانی پرداختن به پرونده کرسنت را ممنوع کرده بود و من به عنوان مدیرعامل خبرگزاری فارس به دلیل درج مطالبی در این باره دادگاهی شدم.
اما خود این پرونده فساد تاکنون بلاتکلیف مانده! امروز هم خبر آمد که ساختمان شرکت نفت در لندن با شکایت کرسنت مصادره شد!

■ **علی قلهکی**
با ابعاد خسارت مادی و معنوی مصادره ساختمان شرکت ملی نفت ایران در لندن بیشتر آشنا شوید!
با رأی دادگاه استیناف لندن، ساختمان HOUSE NIOC (متعلق به شرکت ملی نفت) در ازای جریمه پرونده کرسنت (عدم اجرا) به طرف اماراتی واگذار شد.
چند نکته درباره تأیید خسارت جدید پرونده کرسنت برای ایرانی‌ها:
۱. خسارت معنوی پرونده کرسنت (تحقیر) کمتر از خسارت مادی آن نیست؛ حدود ۱۵ میلیون پوند هزینه تعمیرات و دیزاین اساسی ساختمان شرکت ملی نفت در لندن شده بود. نکته مهم اینکه «ساختمان لندن شرکت ملی نفت»، قبل از انقلاب (۵۰سال قبل) با دستور ملکه انگلیس به شرکت ملی نفت ایران فروخته (بنا به روایتی اهدا) شده بوده و بر اساس دارایی‌های ملکی انگلیس، ساختمانی با «مالیات تقریباً صفر»، «محل استراتژیک در قلب لندن» و «ارزش معنوی بالایی» بوده است! ساختمان شماره ۴ خیابان ویکتوریا (شرکت ملی نفت)، یک ساختمان اداری از دهه ۱۹۷۰ میلادی است که شامل هشت طبقه به‌علاوه زیرزمین بوده و در موقعیتی بسیار حساس، در مرز محدوده میراث جهانی یونسکو واقع شده است. این ساختمان روبه‌روی کلیسای وست‌مینستر، میدان پارلمان و کاخ وست‌مینستر قرار دارد.
۲. اعتراض ایران به رأی تجدید نظر (دادگاه استیناف) به نظر نتیجه ندهد و همین رأی به احتمال قوی در دیوان عالی انگلیس تأیید می‌شود. نگارنده با توجه به سوابق پرونده‌های مشابه می‌گوید احتمالاً همین رأی در دیوان عالی انگلیس نیز تأیید می‌شود.
۳. یک ساختمان مهم دیگر روبه‌روی کاخ باکینگهام (پنج طبقه) متعلق به ایران در حال از دست رفتن است، لااقل این یکی را دریابیم! گفته می‌شود این ساختمان متعلق به شرکت «بازرگانی پتروشیمی ایران» است.
۴. به نظر می‌رسد پرونده‌های کلان کشور که اگر رسیدگی نشود، خسارت کم‌نظیر مادی و معنوی برای ایران دارد، متولی خاصی ندارد! خسارت این پرونده‌ها از جیب تک تک مردم ایران پرداخت می‌شود.
۵. نمونه «پرونده کرسنت» یک مصداق مهم برای گره کوچکی است که در «حکمرانی» کشور به پرونده‌ای با خسارات بی‌پایان تبدیل شده! مردم در آن دخیل نیستند ولی همه ملت چوبش را می‌خورند.
۶. در افکار عمومی و محافل تخصصی نام دو مقام ارشد سابق به عنوان مقصر احتمالی دیده می‌شود. اگر دغدغه، ایران باشد یکی از مصوبات اصلی نشست آتی سران قوا، یافتن مقصر اصلی پرونده زشت کرسنت است، البته اگر دغدغه، «ایران» باشد!

■ **محمدامین سلیمی**
خبر از مصادره اموال کشور در لندن به بهانه کرسنت منتشر شده. حالا ما اینجا زنگنه را نقد کنیم آنها هم بگویند دیگری مقصر است. بعد یک دور با هم مانور مناظره برگزار می‌کنیم و مدتی هم اینجور می‌گذرد و خلاص.
تنها نهادی که می‌تواند برای همیشه این مناقشه را تمام کند دستگاه قضاست.

■ **سلمان معمار**
۲۰ سال از دولت خاتمی میگذره و هنوز داریم بابت فساد کرسنت هزینه میدیم، بعد سگ‌های سایبری روول می‌کنن که بهترین دولت، پاک‌ترین دولت، بهترین اقتصاد و...

■ **احمد سجادپور**
نه ببین، اصلاً تقصیر اونی که قرارداد کرسنت رو با رشوه امضا کرد و تا آخر دولت خودش هم اجراش نکرد نیست. تقصیر اونی هست که شش سال بعد اومد و گفت این قرارداد فاسد و با رشوه بسته شده، دادگاه هم قبول کرد ولی فاسدان دوباره برگشتن و دادگاه گفت این دیگه چه مسخره بازیه؟

■ **علی محمدزاده**
کرسنت امروز به قیمت یک ساختمان مجلل در لندن و فردا شاید با دهها میلیارد دلار جریمه از جیب مردم ایران!
آیا قوه قضائیه هنوز هم اراده‌ای برای رسیدگی به پرونده بانیان این قرارداد خسارت‌بار ندارد؟!

■ **اسما کریمی**
آقای اژه‌ای اگر این پرونده مرموز کرسنت کل کشورو مصادره کنه راضی میشید بهش رسیدگی کنید؟ تا کی میخوای بذاری خاک بخوره؟
آنقدر لفت میدید زنگنه بمیره بعد که مرد بگید دیگه پرونده هوا شد؟!
این پرونده برای زمان ریاست جمهوری خاتمی چرا باید تا الان خاک بخوره؟
کاش یه توضیحی به افکار عمومی بدید.

■ **سعید مهربان**
زنگنه خواست فرار رو به جلو کنه اما نشد. شکایتش از سعید جلیلی از سوی دستگاه قضایی رد شد. حالا نوبت قوه قضائیه‌ست به اتهامات زنگنه در کرسنت ورود کنه تا یک بار برای همیشه متهمان این قرارداد خسارت‌بار محکوم بشن.

■ **حسین صارمی**
خاک بر سر ما اگر به خاطر پرونده کرسنت حداقل ۵۰ نفر از مقصران اعدام نشوند. سرمایه ملی ارثیه پدرتان نیست که برخورد مؤمنانه در قبال متخلفان داشته باشید...

■ **حسین عباسی فر**
چند تا نکته در مورد این ساختمون NIOC بگم اطلاعات عمومیتون زیاد بشه و بیشتر حرص بخورید. شاید مثل این ساختمون به لحاظ مکان استراتژیک در لندن پیدا نشه. تنها ساختمان غیردولتی است در این منطقه.
سمت چپ عکس وزارت تجارت و صنعت رو می‌بینید، سمت راست اسکاتلند یارده.
خیابون اصلی هم ویکتوریا رُد است.
اون طبقه بالای بالا نمازخونه است (البته نمازخونه بود) روبه‌روی این ساختمون مجلس انگلستانه.
و چسبیده به مجلس انگلستان کلیسای مجلسه که خیلی از پادشاهان بزرگ بریتانیا در آن دفنند.
عمود بر این هم خیابان وایت هال هست که خیلی از وزارتخونه‌های انگلیس اونجاست.
دهه ۷۰ عربستان میخواسته با یک قیمت بسیار بالا این ساختمون رو بخره که ایران نداده و گفته این جزء اموال ملت ایرانه.
و در نهایت با وزیر شدن زنگنه این ساختمون شد یک لقمه چرب و تمام...

■ **مالک شریعتی**
موضوع شکایت آقای زنگنه از بنده، انتشار این توییت درباره متهمان داخلی پرونده کرسنت بود که بحمدالله رد شد.
اکنون نوبت اعلام نتیجه محاکمه متهمان این خسارت عظیم مالی، انرژی، سرزمینی و حیثیتی به ملت ایران و انتقام‌گیری سخت از باج‌گیران بین‌المللی این پرونده است.

■ **اعظم سادات سید مومنی**
بیژن زنگنه در خسارت زدن به کشور طوری رکورد زد که قاجار جلوش روسفید شد! در تازه‌ترین اتفاق ۳/۲ میلیارد دلاری که سال‌ها وجودش در بانک FIIB انکار می‌شد، حالا توسط کرسنت مصادره و یک دروغ بزرگ دیگه از وزیر نفت سابق برملا شد!

مراقب باشید پاییز افسرده‌تان نکند!

کانال تبیان در ایتا نوشت: فصل پاییز برای برخی افراد می‌تواند با احساسات غم و افسردگی همراه باشد. در صورتی که علائمی مانند خستگی مفرط، تغییرات اشتها و اختلال در خواب را تجربه می‌کنید، بهتر است با روش‌های طبیعی نظیر نوردرمانی، ورزش منظم و تغذیه سالم به مقابله با این وضعیت بپردازید. با رعایت نکات ضروری و توجه به سلامت روان می‌توانید این فصل را با انرژی و آرامش بیشتری سپری کنید.

■ **علائم اصلی افسردگی فصلی چیست؟**
- احساس غمگینی یا اضطراب زیاد
- کمبود انرژی و احساس خستگی
- اختلال در خواب (خواب زیاد یا کم‌خوابی)
- تغییرات اشتها (خصوصاً افزایش مصرف کربوهیدرات‌ها)
- کاهش علاقه به فعالیت‌های روزمره

■ **چرا در پاییز افسرده می‌شویم؟**
کاهش نور خورشید: اختلال در تولید سروتونین (هورمون شادی) و ملاتونین (هورمون خواب)
تغییر ساعت بیولوژیکی: خواب‌آلودگی یا بی‌خوابی با کاهش نور خورشید
عوامل ژنتیکی و محیطی: سابقه افسردگی خود فرد یا خانواده، سرما و انزوا

■ **راه‌های طبیعی مقابله با افسردگی پاییزی**
نور طبیعی: روزانه ۳۰ دقیقه در معرض نور خورشید برای تنظیم ساعت بیولوژیکی
فعالیت بدنی: ورزش هوازی در فضای باز برای افزایش ترشح اندورفین و بهبود خلق‌وخو
تغذیه سالم: غذاهای حاوی امگا- ۳ مانند ماهی و گردو و ویتامین D (مکمل در صورت نیاز)
ارتباطات اجتماعی: معاشرت با خانواده، دوستان و... برای کاهش احساس تنهایی و اضطراب
مدیریت استرس: دعا، تنفس عمیق و خواب منظم با ساعات ثابت
نوردرمانی: روش مؤثر قرار گرفتن در معرض لامپ ۱۰هزار لوکس به مدت ۳۰- ۲۰ دقیقه
بهترین زمان: صبح‌ها
فواید: تنظیم چرخه خواب، افزایش سروتونین و بهبود خلق‌وخو
نکته: استفاده از دستگاه‌های استاندارد و با مشورت پزشک

■ **چه زمانی باید به پزشک مراجعه کرد؟**
اگر علائم بیش از دو هفته طول کشید، مانع انجام فعالیت‌های روزمره شد و با افکار انزوای شدید همراه بود، درمان‌های موجود برای افسردگی پاییزی تجویز می‌شود:
- دارودرمانی مانند ضدافسردگی‌ها
- نوردرمانی
- مشاوره روان‌شناختی مانند درمان شناختی - رفتاری

■ **چگونه از افسردگی پاییزی پیشگیری کنیم؟**
برنامه‌ریزی برای فعالیت‌های لذت‌بخش: سفرهای کوتاه، تفریحات در فضای باز و سرگرمی‌های هنری
حفظ روتین روزانه: داشتن زمان‌های مشخص برای خواب و بیداری
مصرف غذاهای حاوی آنتی‌اکسیدان (میوه و سبزی): برای تقویت سیستم ایمنی و بهبود خلق‌وخو

پسر ترامپ در یک قدمی هدایت تیک‌تاک!

کانال فارس نیوز به نقل از مینت نوشت: بارون ترامپ که به‌خاطر نقش مؤثرش در کمک به پدرش برای جلب رأی جوانان شناخته می‌شود، ممکن است پس از انتقال مالکیت تیک‌تاک به کنترل امریکایی‌ها، وارد تیم مدیریتی این پلتفرم شود. «جِیک اَدِونت»، مدیر سابق شبکه‌های اجتماعی ترامپ که او را «تیک‌تاک جک» صدا می‌زنند، گفته است: «امیدوارم رئیس‌جمهور ترامپ پسرش بارون و دیگر جوانان امریکایی را به هیئت‌مدیره تیک‌تاک منصوب کند تا این برنامه همچنان برای نسل جوان جذاب بماند.» در جریان انتخابات ریاست‌جمهوری ۲۰۲۴ امریکا، بارون ترامپ نقشی کلیدی در استراتژی تبلیغاتی پدرش داشت. او به‌عنوان مشاور پادکست، پیشنهاد داد تا تمرکز کارزار انتخاباتی از مصاحبه‌های تلویزیونی سنتی به پادکست‌ها منتقل شود. این تغییر، تأثیر زیادی بر ارتباط ترامپ با نسل جوان گذاشت. «جیسون میلر»، یکی از مشاوران ارشد کمپین ترامپ، درباره او گفت: بارون ترامپ با هر پیشنهادش توانسته است بازتاب گسترده‌ای در فضای مجازی ایجاد کند. در اواخر شهریور ۱۴۰۴، دونالد ترامپ فرمان اجرایی جدیدی را امضا کرد که طبق آن فروش دارایی‌های امریکایی تیک‌تاک که در آن زمان در مالکیت یک شرکت چینی بود، به سرمایه‌گذاران امریکایی و جهانی، مطابق با الزامات امنیت ملی ایالات متحده انجام خواهد شد. او در ویدئویی خطاب به کاربران جوان تیک‌تاک گفت: «من تیک‌تاک را نجات دادم، پس حالا بدهکار منید! روزی یکی از شما روی همین صندلی در دفتر ریاست‌جمهوری می‌نشیند و کار بزرگی انجام می‌دهد.»

گزارش گوگل از یک حمله هکری گسترده در سطح جهانی

یک حمله هکری گسترده مربوط به شرکت اوراکل در جریان است که منابع زیادی را هدف گرفته است و مقامات هنوز در حال بررسی ابعاد آن هستند. رویترز گزارش داد: گوگل اعلام کرده است احتمالاً بیش از صد شرکت در یک کارزار بزرگ هکری که به محصولات تجاری شرکت «اوراکل» مرتبط است، مورد حمله قرار گرفته‌اند. به گفته گوگل، این عملیات از حدود سه ماه پیش آغاز شده و در جریان آن «مقادیر عظیمی از داده‌های مشتریان» به سرقت رفته است. کارشناسان امنیتی گوگل گفته‌اند سطح سرمایه‌گذاری و پیچیدگی این حمله نشان می‌دهد عاملان آن پیش از آغاز نفوذ، تحقیقات گسترده و دقیقی انجام داده‌اند. گوگل که زیرمجموعه شرکت آلفابت است و در کنار موتور جست‌وجو، ایمیل و ویدئو خدمات گسترده امنیت سایبری نیز ارائه می‌دهد، در یک پست وبلاگی توضیح داده گروه هکری موسوم به «کلُپ» پشت این حملات قرار دارد. این گروه پیش‌تر نیز در نفوذهای بزرگ به شرکت‌های ارائه‌دهنده نرم‌افزار یا خدمات شخص ثالث نقش داشته است. یکی از تحلیلگران گوگل در گفت‌وگو با خبرگزاری رویترز گفته است: «ما تاکنون از چندین قربانی مطلع شده‌ایم، اما انتظار داریم تعداد آنها بسیار بیشتر باشد. بر اساس سابقه حملات پیشین کلُپ، احتمالاً شمار قربانیان از صد شرکت هم فراتر می‌رود.» در این حمله، هکرها مجموعه نرم‌افزارهای «ای- بیزینس سوئیت» شرکت اوراکل را هدف قرار داده‌اند؛ نرم‌افزارهایی که برای مدیریت مشتریان، تأمین‌کنندگان، تولید، تدارکات و سایر فرایندهای تجاری استفاده می‌شوند. شرکت اوراکل هنوز به درخواست اظهارنظر پاسخ نداده، اما پیش‌تر تأیید کرده بود برخی مشتریانش هدف فعالیت‌های اخاذی سایبری قرار گرفته‌اند. گروه کلُپ نیز در واکنش گفته بود به‌زودی روشن می‌شود «اوراکل در محصول اصلی خود خطاهای جدی دارد.»

پا زدن کفش با هوش مصنوعی گوگل ممکن شد

به لطف هوش مصنوعی، اکنون می‌توانید کفش‌های مورد نظر را در فروشگاه‌های اینترنتی در حالی که روی مبل دراز کشیده‌اید، امتحان کنید. کانال ایسنا در فضای مجازی نوشت: گوگل اخیراً به کاربران اجازه داده بود با بارگذاری عکسی از خود و سپردن باقی کارها به هوش مصنوعی، لباس‌ها را به راحتی در خانه خود پرو کنند. اکنون کاربرانی که در ایالات متحده هستند، می‌توانند همین کار را با کفش‌ها انجام دهند. برای این کار نیازی به ثبت و ارسال یک عکس با نمای نزدیک از پاهای برهنه کاربر نیست، در عوض، وقتی کاربر در حال جست‌وجوی کفش است، روی جفتی که می‌خواهد امتحان کند ضربه می‌زند و یک عکس تمام‌قد از خودش بارگذاری می‌کند. سپس گوگل هر کفشی را که کاربر در عکس اصلی پوشیده است، با کفش‌هایی که به خرید آن علاقه‌مند است، جایگزین می‌کند، بنابراین می‌تواند ببیند کفش‌ها با انواع لباس‌هایش چگونه به نظر می‌رسند. گوگل برای کسب بهترین نتیجه توصیه می‌کند عکس‌های تک نفره که در آنها صاف ایستاده‌اید، با نورپردازی خوب و پس‌زمینه‌ای که خیلی شلوغ نیست، بارگذاری کنید. همچنین لباس کاربر نباید خیلی گشاد باشد و طبیعتاً گوگل هشدار می‌دهد فقط از عکس‌های خودتان یا عکس‌هایی که اجازه استفاده از آنها را از شخص دیگری دارید، استفاده کنید. ضمن اینکه عکس کودکان را قبول نمی‌کند.

آیا قطره‌های چشمی جایگزین عینک مطالعه می‌شوند؟

محققان گزارش دادند قطره‌های چشمی مخصوص که دو تا سه بار در روز استفاده می‌شوند، ممکن است روزی جایگزین عینک مطالعه به عنوان وسیله‌ای برای مقابله با کاهش بینایی مرتبط با سن شوند. کانال باشگاه خبرنگاران جوان نوشت: قطره‌های چشمی مخصوص که دو تا سه بار در روز استفاده می‌شوند، ممکن است روزی جایگزین عینک مطالعه به عنوان وسیله‌ای برای مقابله با کاهش بینایی مرتبط با سن شوند. محققان گفتند اکثر افرادی که از این قطره‌ها استفاده می‌کنند می‌توانند بینایی بهتری داشته باشند. طبق گزارش مدیسن نت، علاوه بر این، نتایج نشان می‌دهد بهبود بینایی آنها تا دو سال ادامه داشته است. «جیووانا بنوزی»، محقق اصلی و مدیر مرکز تحقیقات پیشرفته پیرچشمی در بوئنوس آیرس آرژانتین در یک بیانیه خبری گفت: «تقریباً همه بیماران بهبودهای مثبتی در مورد بینایی نزدیک تجربه کردند، اگرچه میزان بهبود به وضعیت بینایی آنها قبل از درمان بستگی داشت.» محققان در یادداشت‌های پیش‌زمینه گفتند افراد به طور طبیعی با افزایش سن نزدیک‌بین می‌شوند، وضعیتی که پیرچشمی مرتبط با سن نامیده می‌شود. این قطره‌های چشم حاوی ترکیبی از دو ماده فعال هستند: پیلوکارپین، دارویی که مردمک چشم را منقبض می‌کند و عضله مسئول کنترل تمرکز دید نزدیک را منقبض می‌کند و دیکلوفناک، یک داروی ضدالتهاب غیراستروئیدی که التهاب و ناراحتی مرتبط با پیلوکارپین را کاهش می‌دهد.

تصویر منتخب

باغ موزه نیاوران
باغ نیاوران از آثار تاریخی تهران است که قدمت اولیه آن به دوران فتحعلی شاه قاجار برمی‌گردد. در محل قرارگیری این کاخ، در ابتدا بنای ساده‌ای توسط فتحعلی شاه ساخته شد؛ سپس با پادشاهی آقامحمدخان قاجار بنای کوچک دیگری در کنار آن ساخته شد و در نهایت این ساخت و ساز توسط ناصرالدین شاه قاجار گسترش یافت و دستور ساخت عمارت باشکوه صاحبقرانیه صادر شد. پس از این محمدرضا شاه پهلوی دستور تخریب بناهای کوچک را داد و دستور ساخت کاخ نیاوران را صادر کرد تا همراه خانواده در آن زندگی کنند.