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

زهد ورزی برای دنیا!

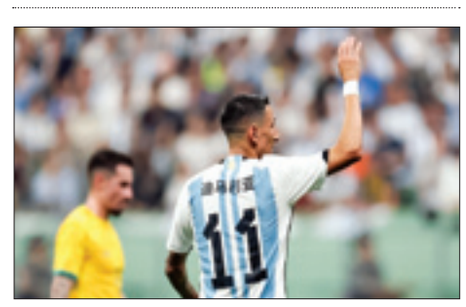
علامه ملااحمد نراقی(ره):
زهدورزی و بی‌رغبتی به دنیا در صورتی فضیلت و مصداق عفت است که خود، به گونه‌ای دیگر برای دنیا نباشد. کسانی هستند که انگیزه آنان از ترک لذات دنیوی، دست یافتن به نوعی دیگر از لذات دنیوی است که در ذائقه آنان لذیذتر است. چنین کسانی «زاهد» نیستند و چنین صفتی زهد، فضیلت و عفت نیست. همچنین کسی که لذتی دنیوی را به دلیل دسترسی نداشتن به آن، یا برای ترس از بیماری، یا رسوایی، یا به خاطر دل‌زدگی ناشی از کثرت بهره‌برداری از آن یا به خاطر عدم اطلاع از لذت بخش بودن آن ترک کند، زاهدِ صاحب فضیلت نیست.
منبع: کانال «آیت‌الله بهجت(ره)» در ایتا به نقل از کتاب نردبان سعادت، ص ۶۲

هر کس به کوبیدن دری اصرار ورزد عاقبت وارد خواهد شد

حسین شریفی در کانال شخصی خود در پیامرسان ایتا نوشت: مداومت و خستگی‌ناپذیری و اصرار بر مطلوب، حتماً نتیجه‌بخش است. امیرمؤمنان(ع) می‌فرماید: «مَنِ اسْتَدَامَ قَرْعَ الْبَابِ وَلَجَّ وَلَجَ؛ هر کس به کوبیدن دری ادامه دهد و اصرار ورزد، عاقبت از آن در وارد خواهد شد.» (تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، ص ۱۹۳) اگر حقیقتاً خواستار چیزی باشیم حتماً راهی برای رسیدن به آن می‌یابیم. سستی و یأس و کسالت و بهانه‌تراشی مربوط به جایی است که واقعاً چیزی را نمی‌خواهیم.

کندی: جانسون عامل امریکایی در بر هم زدن صلح در اوکراین بود

عطار اینانلو در توئیتی نوشت: رابرت اف کندی، نامزد انتخابات امریکا، در واکنش به افشاگری ولادیمیر پوتین در مورد نقش غرب برای جلوگیری از توافق صلح روسیه و اوکراین در بهار ۲۰۲۲ نوشت: جانسون، نخست وزیر سابق انگلیس، عاملی برای ایجاد مانع در تحقق صلح از سوی امریکا بود. موضوع مردم اوکراین نبود بلکه ادامه جنگ علیه مسکو بود.



به دیپلماسی ورزشی توجه داریم؟

کاربری با نام «یوسف» نوشت: ابتکار جالب چینی‌ها در بهره‌مندی از دیپلماسی ورزشی؛ نکته جالب میزبانی چین از آرژانتین، نوشتن اسامی بازیکنان به زبان چینی پشت لباس‌ها بود. بعد از قطر و عربستان، این بار چین داره از دیپلماسی ورزشی برای افزایش قدرت نرم خودش بهره می‌بره. آیا در ایران کسی به دیپلماسی ورزشی توجه داره؟!

خمره‌های معروف به کف اژدری

صفحه توئیتری «میراث فرهنگی بوشهر» نوشت: خمره‌های معروف به کف اژدری محلی برای نگهداری مایعات و اجساد در دوران ساسانیان بوده که فرهنگی نهادینه شده در این عصر بوده است. محل کشف: گورستان شغاب بوشهر. محل نگهداری: موزه منطقه‌ای خلیج‌فارس. این خمره‌ها نماد پیوند تاریخ، فرهنگ و تمدن ایران زمین هستند.

تکنیک کاربردی ۶ کلاه تفکر

کانال تلگرامی «تفکر استراتژیک» نوشت: تکنیک شش کلاه تفکر (six thinking hats technique) یکی از مهم‌ترین تکنیک‌های خلاقیت است. ابداع کننده این تکنیک، ادوارد دوبونو (پدر تفکر خلاق) است. در این تکنیک به‌طور کلی با استفاده از شش سبک فکری، موضوع یا مسئله مورد نظر، بررسی می‌شود. برای هر یک از شش سبک فکری نیز یک کلاه با رنگی مخصوص در نظر گرفته شده است. در واقع رنگ کلاه‌ها نمایان‌گر طرز تفکر و نگرش افراد می‌باشد. دوبونو با ارائه تکنیک شش کلاه تفکر، سعی می‌کند به کسانی که دورهم جمع می‌شوند، بیاموزد که تک‌بعدی فکر نکنند. به تفکر خود وسعت دهند و آنگاه به راه‌های خلاق بیندیشند. در نهایت با یک هماهنگی مدبرانه نتایج را طبقه‌بندی کرده و در تصمیم‌گیری از آن استفاده کنند.

در این تکنیک افراد با گذاشتن هر یک از کلاه‌ها بر سرشان، سبک فکری‌شان را براساس رنگ کلاه‌شان تغییر می‌دهند. در واقع این افراد سعی می‌کنند نقش بازی کنند. یکی از مهم‌ترین موانع تفکر در زمینه‌های مختلف، عملکرد تدافعی ماست. ما با گذاشتن هر یک از کلاه‌ها بر سرمان، این فرصت را به خودمان می‌دهیم تا بدون تعصب و پیش‌داوری، در نقش خصوصیات فردی آن کلاه، درباره موضوعات مختلف فکر کنیم و حرف بزنیم.

■ کلاه سفید

کلاه سفید مربوط به واقعیت‌ها، اطلاعات و ارقام ملموس می‌شود. سفید، رنگی خنثی و منفعل است. کلاه سفید با موضوعات و شکل‌های انفعالی سر و کار دارد. کسی که این کلاه را بر سر گذاشته، واقعیت‌ها را بدون هیچ‌گونه قضاوتی مورد کنکاش قرار می‌دهد. مثل یک کامپیوتر که بدون دخالت دادن احساسات و عواطف، و فقط براساس داده‌ها عمل می‌کند و نتیجه را ارائه می‌هد. فردی که این نقش را بازی می‌کند واقعیت‌ها را بی‌طرفانه بیان کند و به تفاسیر و تحلیل‌ها کاری نداشته باشد.

■ کلاه قرمز

کلاه قرمز برعکس کلاه سفید، متکی بر احساسات است. رنگ قرمز نشانه خشم، شور و هیجان است. در کلاه قرمز بینش هیجانی و جنبه‌های احساسی و غیراستدلالی مدنظر می‌باشد. در واقع این رنگ کلاه ابزار مناسبی برای بیرون ریختن احساسات است. این احساسات است که تفکر ما را شکل می‌دهد و آن را با نیازهای ما و مقتضیات زمانه متناسب می‌کند. استفاده از کلاه قرمز به متفکر فرصت ارائه احساساتش در مورد موضوع بحث را می‌دهد.

■ کلاه سیاه

در تکنیک شش کلاه تفکر، کلاه سیاه به‌طور خاص روی نظرات منطقی منفی تأکید دارد. رنگ سیاه نشانه منفی‌نگری و افسردگی است. بنابراین فردی که با این رنگ کلاه در جلسه حضور پیدا می‌کند، جنبه‌های منفی و بدبینانه موضوع را ابراز می‌کند. صاحب کلاه سیاه یادآوری می‌کند که موضوع مورد بحث با تجارب یا دانش موجود در آن زمینه سنخیت ندارد. او دلایل عدم موفقیت و شکست را برمی‌شمرد.

■ کلاه زرد

کلاه زرد تفکر سازنده مثبت را نمایندگی می‌کند. زرد نشانه آفتاب و مثبت است. تفکر فرد صاحب کلاه زرد بر محاسن و مزایا استوار است. وی همیشه جنبه‌های مثبت و خوشبینانه موضوع مورد بررسی قرار می‌دهد. می‌توان گفت که گرایشات کلاه زرد درست نقطه مقابل تمایلات کلاه سیاه است. هر چه کلاه سیاه منفی‌نگر کلاه زرد مثبت‌اندیش است.

■ کلاه سبز

کلاه سبز سمبل تفکر خلاق و تفکر جانبی است. رنگ سبز نشانه رویش و باروری است. به همین جهت از کلاه سبز برای ابراز ایده‌ها و راه‌حل‌های جدید و خلاقانه استفاده می‌شود. صاحب کلاه سبز از نظرات کهنه و تکراری گریزان است و از نظرات نو و متفاوت استقبال می‌کند. این کلاه به تغییر علاقه‌مند است و بنابراین روی تغییر و تحول متمرکز می‌شود.

■ کلاه آبی

کلاه آبی آخرین کلاه تکنیک شش کلاه تفکر است. این کلاه روی تفکر متمرکز است. بنابر این وقتی کسی کلاه آبی را بر سر می‌گذارد دیگر در مورد یک «موضوع» فکر نمی‌کند، بلکه در مورد «تفکر درباره یک موضوع» فکر می‌کند. این کلاه کنترل کننده و سازمان دهنده اندیشه‌هاست. در واقع کسی که این کلاه را بر سر گذاشته، نظرات بقیه کلاه‌ها را مورد ارزیابی قرار داده و سازماندهی می‌کند.

چرا اسب‌ها ایستاده می‌خوابند؟

مجله الکترونیکی «زومیت» نوشت: اسب‌ها در بیشتر مواقع بدون آنکه زمین بخورند، روی پاهایشان به خواب می‌روند؛ اما چرا آنها چنین نحوه خوابیدنی را ترجیح می‌دهند؟ اگر تابه‌حال در هنگام شب از کنار مزرعه اسب‌ها عبور کرده باشید، احتمالاً متوجه شده‌اید که آنها به‌ندرت دراز می‌کشند تا بخوابند. بنابراین، چرا این پستانداران ایستاده می‌خوابند؟

پاسخ این است که اسب‌ها به‌خاطر بقا ایستاده می‌خوابند. اسب‌ها در حالت ایستاده می‌خوابند تا هم به نیاز خواب خود پاسخ دهند و هم در برابر تهدید شکارچیان آماده باشند. خوابیدن به حالت ایستاده در اسب‌ها که به تباری دیرینه از حیوانات شکار شونده در خانواده اسبان (Equidae) تعلق دارند، نوعی سازگاری در برابر شکار شدن است. کارن ویت، متخصص اسب در دانشگاه ایالتی میشیگان به‌نقل از لایوساینس می‌گوید: «ایستاده خوابیدن نسبت به حالت دراز کشیده، به اسب‌ها شانس بیشتری برای فرار از شکارچیان می‌دهد.»

اسب‌ها حیوانات بزرگی هستند و برای اینکه از زمین بلند شوند، به زمان و انرژی نیاز دارند. بنابر این، اسبی که ایستاده است، بهتر می‌تواند به محض بیدار شدن از خواب فرار کند. همین امر در مورد گیاه‌خواران بزرگ دیگری که حیوانات گوشتخوار آنها را شکار می‌کنند مانند گورخر، گاومیش کوهان‌دار، فیل و زرافه نیز صدق می‌کند که همگی می‌توانند ایستاده بخوابند.

اسب‌ها دارای خصوصیات آناتومیکی ویژه‌ای هستند که آنها را قادر می‌سازد هنگام خواب روی سم‌های خود بمانند. به گفته ویت، این ویژگی‌ها شامل مجموعه‌ای از تاندون‌ها و رباط‌ها (بافت‌های نرمی که به ترتیب، عضله را به استخوان و استخوان را به استخوان متصل می‌کنند) معروف به «دستگاه ایستایی» می‌شود که در پاهای پشتی و پاهای عقبی وجود دارد. وقتی اسب عضلات پای خود را شل می‌کند، رباط‌ها و تاندون‌های دستگاه ایستایی به‌عنوان نوارهای کششی عمل می‌کنند و مفاصل شانه، زانو و مچ پا را تثبیت می‌کنند. این امر به اسب کمک می‌کند تا بدون ایجاد تنش زیاد در عضلاتش، ایستاده بماند.

اما در حالی که اسب‌ها باید بیشتر در حالت ایستاده بخوابند، برای خواب احیاکننده به دراز کشیدن نیاز دارند. سارا متلاک، مربی ارشد رفتار اسب‌ها در دانشگاه ایالتی کلرادو به لایوساینس گفت: «اسب‌ها در بیشتر مواقع در حالت ایستاده می‌خوابند، اما در حالت ایستاده به خواب REM دست پیدا نمی‌کنند.»

در طول خواب حرکت سریع چشم (REM) در انسان، زمانی که چشمان فردِ در حال خواب زیر پلک‌های بسته‌اش با سرعت حرکت می‌کند، رویا دیدن می‌تواند اتفاق بیفتد. در این مرحله از خواب، ماهیچه‌ها به‌طور موقت فلج می‌شوند تا ما در واکنش به خواب‌هایی که می‌بینیم، عملی انجام ندهیم.

در طول خواب REM، مغز همچنین اطلاعات جدید را در قالب خاطرات طولانی‌مدت پردازش و تثبیت می‌کند. افرادی که خواب REM کافی ندارند، ممکن است مشکل تمرکز و تنظیم خلق و خو، ضعف سیستم ایمنی و رشد سلولی کمتر داشته باشند.

اگر اسب‌ها دراز نکشند و نخوابند، ممکن است دچار کمبود خواب شوند که می‌تواند خطری جدی برای سلامتی آنها باشد. کمبود خواب می‌تواند اسب را در معرض خطر جراحت‌های ناشی از افتادن قرار دهد. متلاک گفت: «اسب‌هایی که خواب REM کافی ندارند، ممکن است به اشتباه مبتلا به اختلال نارکولپسی (حمله خواب) تشخیص داده شوند و ممکن است وقتی سوار آنها هستید، بیفتند.» از آنجا که ایستادن در هنگام خواب نوعی سازگاری برای اجتناب از شکارچیان است، اسب‌ها برای اینکه بتوانند دراز بکشند و بخوابند باید احساس راحتی و امنیت کنند. در جمعیت‌های اسب وحشی، اگر چندین اسب به‌طور همزمان برای خواب REM دراز بکشند، همیشه حداقل یک اسب ایستاده می‌ماند تا مراقب شکارچیان احتمالی باشد. اگر آنها در محیط خود احساس امنیت نکنند یا تنها باشند، احتمال اینکه دراز بکشند و بخوابند کمتر است.

خودباوری مهم‌ترین عامل پیشرفت

محمدعلی سمیعی توئیت کرد: از افتخارات خوبمون اینکه بچه‌های دانشگاه فردوسی تونستن خودروی فرمول یک تمام ایرانی بسازن. خودباوری مهم‌ترین عامل پیشرفت کردنه...

فرش‌ها روح دارند

فاطمی یوسفی در توئیتی با انتشار تصاویر فوق نوشت: حس می‌کنم فرش‌ها روح دارن، با آدما حرف می‌زنن، نگاهشون که می‌کنی انگار دارن داستان رج به رج بافته شدنشون رو واست تعریف می‌کنند.

اثرات خشکسالی بر رشد اقتصادی در سطح جهانی

کانال تلگرامی «دورنمای اقتصاد» به استناد گزارشی جدید از بانک جهانی نوشت: در این گزارش تلاش شده است تأثیرات سطوح مختلف خشکسالی به ویژه شوک‌های ناشی از خشکسالی‌های شدید، بر رشد اقتصادی ۸۲ کشور دنیا در بازه زمانی ۱۹۹۰ تا ۲۰۱۴ مورد بررسی قرار گیرد. بر مبنای یافته‌های این گزارش، کشورهای با درآمد کم و متوسط در مقایسه با کشورهای با درآمد بالا، بیشتر تحت تأثیر قرار گرفته و سطح تولید ناخالص داخلی سرانه آنها بیشتر کاهش یافته است. خشکسالی‌های متوسط تا شدید، رشد تولید ناخالص داخلی سرانه را به طور متوسط بین ۰/۳۹ تا ۰/۸۵ واحد درصد کاهش می‌دهد، که بستگی به سطح توسعه‌یافتگی کشورها و شرایط آب و هوایی پایه دارد، در حالی که کشورهای با درآمد کم و متوسط در مناطق خشک بیشترین کاهش نسبی را تحمل می‌کنند. مطالعه این گزارش جهت اطلاع از آثار اقتصادی ناشی از خشکسالی‌ها و شوک‌های مرتبط و سیاستگذاری درست جهت انجام سرمایه‌گذاری‌های مناسب در حوزه سازگاری با شرایط مذکور و کاهش اثرات اقتصادی توصیه می‌گردد.

استفاده از هوش مصنوعی در آینده پژوهی

سعید غفاری در کانال تلگرامی خود نوشت: هوش مصنوعی در حال حاضر در بسیاری از زمینه‌های مختلف مورد استفاده قرار می‌گیرد، از جمله صنعت، سلامت، حمل و نقل، آموزش، بازی‌های رایانه‌ای و بسیاری دیگر. با این حال، استفاده از هوش مصنوعی در آینده پژوهی نیز یکی از کاربردهای مهم آن است که می‌تواند به پژوهشگران در تحقیقات‌شان کمک کند. برخی از کاربردهای هوش مصنوعی در آینده‌پژوهی عبارتند از:

۱) روش‌های پژوهشی پیشرفته‌تر: یکی از کاربردهای هوش مصنوعی در آینده پژوهی، بهبود و پیشرفت روش‌های پژوهشی است. همانطور که می‌دانیم، پژوهشگران در تلاشند تا با استفاده از روش‌های پژوهشی مناسب، به دانش جدید و نتایجی عالی دست یابند. با استفاده از هوش مصنوعی، این روش‌های پژوهشی به طور چشمگیری پیشرفت خواهند کرد. برای مثال، با استفاده از هوش مصنوعی می‌توان بهبود روش‌های پژوهشی برای پیش‌بینی و تحلیل داده‌های بزرگ داشت. همچنین، با استفاده از هوش مصنوعی می‌توان بهبود روش‌های پژوهشی برای شبیه‌سازی پدیده‌های پیچیده و تحلیل شبکه‌های پیچیده داشت.

۲) دسترسی به داده‌های بزرگ: یکی دیگر از کاربردهای هوش مصنوعی در آینده پژوهی، دسترسی به داده‌های بزرگ است. با رشد سریع داده‌ها در دهه‌های اخیر، پژوهشگران به دنبال راهکارهایی هستند که به آنها کمک کنند تا به داده‌های بزرگ دسترسی داشته باشند. با استفاده از هوش مصنوعی، می‌توان به داده‌های بزرگ دسترسی پیدا کرد و آنها را تحلیل کرد. این کاربرد هوش مصنوعی در آینده پژوهی، به پژوهشگران کمک می‌کند تا از داده‌های بزرگ استفاده کرده و نتایج بهتری در پژوهش خود به دست آورند. همچنین، می‌توان با استفاده از هوش مصنوعی، داده‌های بزرگ را به صورت خودکار تحلیل کرد و نتایجی دقیق‌تر و قابل اطمینان‌تر به دست آورد.

۳) تشخیص الگوهای جدید: هوش مصنوعی می‌تواند به پژوهشگران در تشخیص الگوهای جدید کمک کند. با استفاده از هوش مصنوعی، می‌توان الگوهای پیچیده‌تر را شناسایی کرد و درک بهتری از پدیده‌های پیچیده داشت. به طور مثال، می‌توان با استفاده از هوش مصنوعی، الگوهای جدید در داده‌های پزشکی و بیولوژیکی شناسایی کرد و درک بهتری از بیماری‌ها و فرآیندهای زندگی داشت.

۴) پیش‌بینی نتایج: هوش مصنوعی می‌تواند به پژوهشگران در پیش‌بینی نتایج کمک کند. با استفاده از هوش مصنوعی، می‌توان پیش‌بینی دقیق‌تری از نتایج پژوهش‌ها داشت و در نتیجه، به دانش جدید و بهبود روش‌های پژوهشی دست یافت. به طور مثال، می‌توان با استفاده از هوش مصنوعی، پیش‌بینی دقیق‌تری از اثرات داروها در بدن انسان داشت و با این اطلاعات، بهبود درمان بیماری‌ها را داشت.

از دیپلماسی اقتصادی تا سفره مردم

یعقوب ربیعی نوشت: یکی از نقاط قوت دولت افزایش تحرک در عرصه دیپلماسی و تنوع سبد ارتباط با کشورهاست؛ برای مثال راه‌اندازی کریدور شمال به جنوب می‌تواند در آینده ایران را به مسیر جایگزین کانال سوئز برای برخی کشورها تبدیل کند. تبدیل ایران به هاب گازی و غلات می‌تواند دو مشکل دیرین ما یعنی کمبود انرژی و غلات را حل کند. در کنار آنچه گفته شد پیگیری اموراتی که در سفر به امریکای جنوبی مانند پالایشگاه و کشت فراسرزمینی انجام شد مایه امیدواری است و می‌تواند موجب بازارسازی نفت و تأمین مایحتاج کشور مانند ذرت، سویا و... گردد. اما دو نکته‌ای که باید مدنظر قرار بگیرد این است:

۱) تناسب بین کار بنیادین و فعل روزمره: ممکن است در هر دولت کارهای زیربنایی صورت پذیرد که اثرات آن در آینده قابل مشاهده باشد اما آنچه وجود دارد این است که جامعه اسیر واقعیت‌های آنی و شرایط فعلی جامعه است و باید برای شرایط فعلی در کنار برنامه‌ریزی‌های آینده‌محور تلاش صورت پذیرد. بر این اساس، رهبر معظم انقلاب می‌فرمایند: «شما که امروز چه در زمینه نفت، راه، صنعت، کشاورزی و چه در زمینه بازرگانی و... تلاش می‌کنید، کارهای ماندگاری انجام می‌دهید که بالاخره سه، پنج یا ۱۰ سال دیگر در زندگی مردم منعکس خواهد شد و مردم نتیجه کار شما را بلاشک در سفره، خانه و جیب خودشان حس خواهند کرد؛ لیکن این کارها علی‌العجاله کارهای بلندمدت و سازنده قواره کلی کشور است. اما نوع کار دوم، کارهای روزمره است که به نظر من ظرافتش بیشتر از کارهای اساسی و بنیادی است.» لذا باید بین کارهای زودبازده و تأثیرگذار در معیشت و امید مردم و اقدامات اساسی و بنیادین دیربازده تناسب برقرار نمود.

۲) تناسب بین احساس و عمل: برای مسئله امیدآفرینی می‌توان دو ساحت عمل و احساس را تعریف کرد. در واقع در ساحت عمل، مخاطب امیدآفرینی مسئولان، متولیان و کارگزاران هستند و در ساحت بازنمایی و ایجاد احساس، مخاطب امیدآفرینی «رسانه» اعم از بنگاه‌های خبری تا فرد رسانه‌هاست. طبیعتاً اگر هر کدام از این دو ساحت مأموریت خود را به درستی انجام ندهند امیدآفرینی به درستی شکل نخواهد گرفت. چه اینکه اگر کاری شود بدون پیوست رسانه‌ای، مردم آن را آن گونه که باید نخواهند دید؛ همان‌طور که اگر کاری انجام نشود و رسانه گزارشی غیرواقعی از آن رویداد را بازنمایی کند، خروجی ندارد جز رشد بی‌اعتمادی.
لذا امروز دولت در مسیر امیدوارکننده‌ای قدم برداشته که احساس آن در کف جامعه مقدمات و الزاماتی دارد که باید برای آن تلاش و برنامه‌ریزی صورت پذیرد.

تصویر منتخب

طرحی از استاد حسن روح‌الامین
در سالروز شهادت امام جواد(ع)