

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 عرصه‌مکتوب دیده شود.

آینه‌نفس



در خیمه حضرت صاحب(عج)

آیت‌الله محمدباقر تحریری:

شخص منتظر ظهور همانند کسی است که در خانه‌اش انتظار رسیدن میهمان را می‌کشد، بنابراین باید خود و محیطش را آماده آمدن او سازد، از این روی انسان منتظر هم در جنبه فردی و هم در جنبه اجتماعی تلاش می‌کند، رضایت امامش فراهم شود و این اثر انتظار است که فرد به خودسازی پرداخته و به دنبال آن درصدد تبدیل جامعه به مدینه فاضله توحیدی است. از این روامام صادق(ع) در مورد اجر انتظار می‌فرماید: «هر کسی از شما بپیرد، در حالی که منتظر این امر است همانند کسی است که با امام قائم(عج) در خیمه آن حضرت باشد – پس از سکوتی می‌فرماید– بلکه [بالاتر] همانند کسی است که همراه او بر دشمن شمشیر زند، سپس فرمود: نه به خدا قسم همانند کسی است که همراه با پیامبر اکرم(ص) جنگیده باشد.»

منبع: کانال «صراط مستقیم» درایتا بر گرفته از کتاب عهد عاشقی



هر کس خود را شناخت خوش از خدا بیشتر شد

کانال «علامه حسن-زاده‌آملی» در ایـتـا، بیانی از مرحوم علامه(ره) را به اشتراک گذاشت. ایشان بیان داشته‌اند: بزرگ‌ترین چهل چهل انسان است به نفس خویش. بزرگ‌ترین حکمت معرفت انسان است به نفس خویش و بزرگی انسان به مقدار همان معرفت اوست. برترین عقل، معرفت انسان به نفس خویش است؛ پس کسی که نفس خویش را شناسد عاقل بود و کسی که آن را نشناسد، جاهل. برترین معرفت، معرفت انسان به نفس خویش است. آنکه نفس خویش را بهتر شناسد، خوشش از خدایش بیشتر باشد.



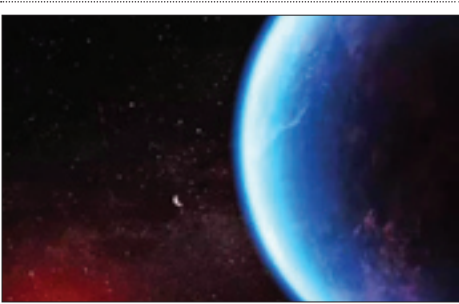
ناراحت نباشید، شما یک مادر خوب هستید

کانال «ایامانام» نوشت: اگر امروز بچتون به خاطر اینکه بهش نه گفتید یا از چیزی که صلاح نبوده محرومش کردید، دوستتون نداره، حس بدی نداشته باشید. وظیفه شما دوست‌داشتنی بودن نیست، وظیفه شما بزرگ کردن یه انسان خوب، مهربون و مسئولیت‌پذیره.



از ناراحتی‌های‌تان به همسرتان بگوئید

کانال «هنر گزار روانشناسی» در ایـتـا نوشت: اگر از دست همسرت ناراحتی، این ناراحتی رو به درستی و سنجیده بزرز بده و بگذا. همسرت این ناراحتی رو بفهمه! وقتی غصه‌هاات رو می‌ریزی تو دلت، همسرت هیچ خبر از حال تو نداره و رفتار عادی خودش رو ادامه میده! اون وقت تو با خودت فکر می‌کنی: «من اینقدر ناراحت‌م و همسرم انگار نه انگار.» و این خیلی خطرناکه! اگر می‌خوای زندگی‌ آرومی داشته باشی، هیچ‌وقت به این نقطه برسی.



کشف نشانه‌هایی از حیات در سیاره‌ای دور دست

کانال تلگرامی «کیهان‌شناسی» خبر داد: دلیلی مایل می‌نویسد دانشمندان نشانه‌هایی از حیات را در سیاره‌ای پوشیده از اقیانوس در فاصله ۱۲۴ سال نوری از زمین یافته‌اند. منظور وجود ترکیباتی است که در شرایط زمینی فقط از سوی موجودات زنده مانند فیتوپلانکتون تولید می‌شوند. این سیاره که K2-18b نام دارد، به دور یک کوتوله قرمز در صورت فلکی شیر می‌چرخد، دو برابر زمین است و یک‌سال در روی آن فقط ۳۳ روز طول می‌کشد.

شنبه ۲ اردیبهشت ۱۴۰۴ | ۲۳ شوال ۱۴۴۶||| گاه‌پوران |روزنامه جوان |شماره ۷۲۸۶



کاربران شبکه‌های اجتماعی در روز بزرگداشت سعدی از این شاعر پر آوازه ایران نوشتند

جان برافشانم اگر سعدی خویشم خوانی

گویی هوش دار | تا نباشد در پس دیوار

گوش (گلستان سعدی؛ باب هشتم؛ در آداب صحبت) اول اردیبهشت روز سعدی مبارک.

محراب کریمی:

یک روز به شیدایی در زلف تو اویزم | زان دو لب شیرینت صد شور برانگیزم

احسان شاهی‌سینی:

نشان عاشق آن باشد که شب با روز پیبوند اتو را گر خواب می‌گیرد نه صاحب درد عشاقی

میثم طالبی‌زاده:

سعدی اگر عاشقی مثل وصال چراست؟ |اِهر که دل دوست جست مصلحت خود نخواست

علیرضا مافی:

ما را هر آینه خاموش بودن اولی تر | که چهل

پیش خرمند عذر نازان است

مهدی محمدی:

هر کسی را ز لبت خشک تمنای هست | جان خود این بخت ندارم که زبانهام باشد | جان برافشانم اگر سعدی خویشم خوانی | سر این

دارم اگر طالع آید باشد

راضیه صیدی:

عشق داغیست که تا مرگ نباید نرود |اِهر که بر چهره از این داغ نشانی دارد

صفحه «لاله واژگون»:

چهار عنصر (آب، آتش، خاک، باد) را در این تکبیت از شعر سعدی بزرگ ببینید: «هرروز چه دانی تو که در آتش و آیم | چون خاک شوم باد به گوشت برساند» وه که چقدر زبان پارسی زیباست!

ماز یار بالایی:

گر از جفای تو روزی دلم بی‌بازار | کمند شوق کشانم به صلح باز آرد | ز درد عشق تو دوشم امید صبح نبود | اسیر عشق چه تاب شب دراز آرد؟ | دلی عجب نبود گر بسوخت کاتش تیز | چه جای موم که بولاد در گداز آرد | تویی که گر بخرامد درخت قامت تو | ز رشک سرو روان را به اهتزاز آرد

محمد کلهر:

ثنا و حمد بی‌پایان خدا را | که منعش در وجود آورد ما را

بنت‌الهدی قلی‌زاده:

هر که از یار تحمل نکند یار مگویش | وان که در عشق ملامت نکشد مرد مخواش

محمدجعفر محمدزاده:

در سخن با دوستان آهسته باش | تا ندارد دشمن خونخوار گوش | پیش دیوار آنچه

غرغروها از جان ما چه می‌خواهند؟!



کنیم، ذهن ما برای حفظ بقای خودش به سمت منفی‌گرایی میل می‌کند. در این الگو فرد می‌خواهد باور کند آنچه اتفاق افتاده است، قاعده‌ای خارج از کنترل او بوده است. به این طریق، ذهن فاجعه را به بیرون می‌راند و آن را گردن دیگران می‌اندازد. از نظر روانشناسان فراکنشی ناشی از «ذهنیت قربانی» خردکننده است، چراکه حس عمیق فقدان کنترل بر زندگی، زندانی خودخواسته» می‌سازد که فرد را در

یونگ از اولین روان‌شناسانی بود که به ذهنیت قربانی پرداخت. او نوشت: «در داور است که ببینی چگونه یک نفر آشکارا زندگی خود و دیگران را ویران می‌کند و چون قادر نیست بفهمد تمامی این درد ناشی از خودش است، پیوسته به آن پروبال می‌دهد و حفظش می‌کند.»

«ذهنیت قربانی» اغلب بعد از تجربه‌های قربانی معمولاً هنگام مواجهه با تغییر یا مشکل، احساس فلاکت و بیچارگی می‌کند.



حال دینی براندازان

سیدعطاالله مهاجرانی در توثیتی نوشت: حال و روز مهرهای تبلیغاتی صهیونیست و براندازان در مواجهه با مذاکرات در رم تماشایی است. به روایت مولانا جلال الدین بلخی: «زان که هر بدبخت خرمن سوخته | کو نخواهد شمع کس آفروخته» اینان دشمنان کشور و ملت ایران، دشمنان انقلاب و نظام جمهوری اسلامی‌اند. ترامپ ستاره آخر امیدشان بود.

شرط زیست اخلاقی



سوی زندگی خوبان و تأسی و تبعیت از آنان سوق می‌دهد.

معجزاتی و کراماتی خفی | برزند بر دل ز پیران صفی | که درونشان صد قیامت نقد هست | کمترین آنک شود همسایه مست | پس جلیس الله گشت آن نیک‌بخت | کو به پهلوی سعیدی برد خت (مولوی، مثنوی معنوی، دفتر ششم)

همانطور که از تباط با بدان و ذکر دائمی بدی‌ها یا مشاهده دائمی گناه و معصیت، ناهنجاری‌ها و ردایل اخلاقی را برای انسان عادی می‌کند یا دست‌کم آدمی را در یک حدی از ارتقای معنوی متوقف می‌کند و به جای تأمل و تفکر در تعالی بیشتر دالما از خود متشکر می‌شود که او گرفتار چنان گناهانی نشده است.

قبل از تصمیم‌های مهم بخوابید

کانال تلگرامی «مهارت‌های کسب‌وکار» به اشتراک گذاشت: روبرت گانتز در کتاب خود به نام «۵۲ اصل تصمیم‌گیری» می‌نویسد: ممکن است توصیه به خوابیدن کافی قبل از تصمیم‌گیری‌های مهم، کمی شبیه به نصیحت‌های مادر بزرگ‌ها به نظر برسد، ولی واقعیت این است که محققان

زیادی این نصیحت مادر بزرگانه را تأیید کرده‌اند. مطالعات نشان می‌دهند، دانش آموزانی که قبل از امتحان به اندازه کافی می‌خوانند، حتی اگر به اندازه بقیه درس نخوانده باشند در نهایت نمره بهتری به دست می‌آورند. این مطالعات به ما یادآوری می‌کنند که کم‌خوابی می‌تواند به تصمیم‌گیری‌های فاجعه‌آمیز بینجامد. برای مثال، فاجعه انمی در ایالت پنسیلوانیای آمریکا در شیف شب به وقوع پیوست. با برخی از مدیران ناسا در پروژه چلنجر که با تصمیمات‌شان باعث سقوط این موشک شدند از ۷۲ ساعت قبل از روز موعود خوب نخوابیده بودند. مطالعات پلیس امریکا هم نشان می‌دهد که پس از حدود ۲۲ ساعت کم‌خوابی یا بدخوابی، سیستم محر که و ماهیچه‌های بدن به گونه‌ای رفتار می‌کنند که گویی الککل ۸درصد خون را فرا گرفته است. برای همین است که دکتر دیوید دینگز، رئیس دیارتمان خواب‌و خواب‌آلودگی دانشگاه پنسیلوانیا می‌گوید: «هیچ وقت تصمیم‌های مهم‌تان را در زمان خستگی، بی‌حوصلگی و خواب‌لودگی اتخاذ نکنید.»

معرفی یک مستند

حسین مهدی‌زاده در کانال شخصی خود در ایـتـا نوشت: ایـن روزها که مسئله اعدام حشدا لشعبی در ارتش عراق مطرح است و در لبنان نیز تلاش جدی در جریان است که قدرت نظامی مقاومت متحل شود، تماشای مستند «جمال» از دوست عزیزم آقای محمد حبیبی را اکیدا توصیه می‌کنم. من سواد سینمایی ندارم که بگویم مستند خوش ساخت است یا نه، اما دو دسته اطلاعات مهم در این مستند لازم است که از سوی ما دیده شود:

۱) استعمال انگلستان و سپس امریکایی، بدون هیچ وقفه‌ای، از تأسیس عراق تا امروز تمام تلاش خود را کرده‌اند که آتش در این سرزمین روشن بماند. ۲) حشدا لشعبی، تنها نیرویی است که یک‌بار اقرار تاوانسته آتنی که استعمار روشن کرده را خاموش کند. مقاومت در این سال‌ها به نرم افزار تأمین امنیت، بیرون از برنامه امریکایی و حتی در مقابل آن دست پیدا کند، پس مقاومت فراتر از پهباد و موشک در حوزه مدیریت امنیت هم حرف جدیدی است. جملات طلایی و تاریخی از شهید المهندس در این مستند برای اولین بار منتشر شده که این مسئله را توضیح می‌دهد.

هلیو داسیلوا و رؤیای سبز:

تبدیل زمین‌های بایر به پارک نیکواتیرا

کانال تلگرامی «ورنمای اقتصاد» نوشت: هلیو داسیلوا، مردی با اراده‌ای آهنین و عشقی عمیق به طبیعت، رؤیایی بزرگ در سر داشت: زنده کردن زمین‌های خشک و بایر در قلب شلوغ و صنعتی ساائو پائولو، او که از شرایط نامساعد محیط‌زیست شهری ناراضی بود، تصمیم گرفت به جای انتقاد دست به کار شود. در طول ۲۰ سال تلاش خستگی‌ناپذیر او بیش از ۴۰ هزار درخت از ۱۶۰ گونه مختلف کاشت و پروژه کوچکش به یکی از بزرگ‌ترین و مهم‌ترین پارک‌های شهری برزیل تبدیل شد: پارک نیکواتیرا!! ساائو پائولو، به عنوان یکی از بزرگ‌ترین کلانشهرهای جهان با مشکل آلودگی هوا، کاهش فضای سبز و گرمایش شهری دست‌وپنجه نرم می‌کند. هلیو داسیلوا متوجه شد که زمین‌های بایر و بی‌استفاده می‌توانند به جای زباله‌آبانی یا ساخت‌وسازهای بی‌رویه به ریه‌های تنفسی شهر تبدیل شوند. او با کاشت درختان بومی و ایجاد اکوسیستمی پایدار، نه تنها چهره منطقه را تغییر داد، بلکه به کاهش دمای محیط، جذب دی‌اکسیدکربن و حفظ تنوع زیستی کمک شایانی کرد. امروز، پارک نیکواتیرا بیش از یک پارک شهری است؛ این نمونه‌ای از پایداری محیط‌زیست و قدرت اقدام فردی است. این پارک نه تنها محلی برای تفریح و استراحت شهروندان بلکه به پناهگاهی برای پرندگان، حشرات و حیوانات کوچک تبدیل شده است. گونه‌های گیاهی که هلیو کاشت، امروز بخشی از هویت اکولوژیکی ساائو پائولو هستند و الگویی برای پروژه‌های سبز دیگر در سراسر جهان ارائه داده‌اند. داستان هلیو داسیلوا به ما یادآوری می‌کند که تغییرات بزرگ همیشه با قدم‌های کوچک آغاز می‌شوند. او با عزم و راسخ و صبری بی‌پایان، اثری ماندگار خلق کرد. در دنیایی که بحران‌های زیست‌محیطی روز به روز شدیدتر می‌شوند، اقداماتی مانند این نشان می‌دهد که هر فرد می‌تواند نقشی در نجات سیاره زمین داشته باشد. هلیو داسیلوا ثابت کرد که رویاهای می‌توانند ریشه بدهانند– البته اگر به آنها آب تلاش و زمان بدهیم. پارک نیکواتیرا امروز نه تنها مکانی برای آرامش، بلکه نماد امید و مقاومت در برابر نابودی طبیعت است.

تصویر منتخب



دوگوزن در حال مبارزه | از صفحه توییتری «ماه»