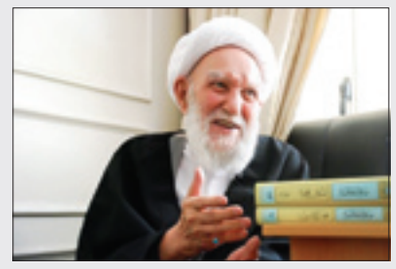
این صفحه پیام‌ها، متن‌ها، عکس‌نوشت‌ها و خبرهای کوتاه منتشر شده در فضای مجازی را بازنشر می‌دهد. تلاش بر این است که دیدگاه‌ها و نظرات کاربران اندیشمند شبکه‌های اجتماعی در عرصه مکتوب هم دیده شود.

آیینه نفس



خودت حساب خودت را برس

آیت‌الله ناصری(ره):

مخصوصاً موقع خواب، ببینیم صبح تا حالا چه کار کرده‌ایم. روایت دارد حَاسِبُوا أَنْفُسَكُمْ قَبْلَ أَنْ تُحَاسَبُوا یعنی خودت حساب خودت را برس. قبل از اینکه به حسابت برسند. قبل از خواب، دو سه دقیقه، ببین صبح تا حالا چه کار کردی. اگر برای خدا کاری کردی، شکر خدا را بکن. تشکر بکن که موفق شدم. اگر هم گناه کردی استغفار و توبه بکن. خداوند می‌بخشد کریم است. «کریم العفو» است. « حسن التجاوز» است. «غفار الذنوب» است. محبت خود نسبت به اهل بیت (علیهم السلام) را با انجام واجبات و ترک محرمات و گفتن یابن‌الحسن در جمیع مشکلات، نگه بدارید. اگر این سه کار را ما بکنیم - خدا شاهد است - این نور ولایت باقی می‌ماند و سبب سعادت و تکامل و قرب ما به حق خواهد بود ان شاءالله.

منبع: کانال رسمی آیت الله ناصری در ایتا

شوک مسی به الهلال با پیشنهادی عجیب

کانال‌های ورزشی تلگرام در خبری اعلام کردند: نشریه «الوئام» عربستان درباره جزئیات مذاکره اخیر باشگاه الهلال با مسی پرده برداشت و نوشت: مسی در آخرین مذاکره با الهلال درخواست عجیبی کرده است. قهرمان جام جهانی قطر از الهلال درخواست دستمزد سالیانه ۲/۲ میلیارد ریالی (بیش از ۲ تریلیون) کرده و این درخواست نجومی مسئولان الهلال را وارد شوک کرده است.

از کجا بدونم آماده ازدواج هستم یا نه؟

اعظم عباسیان، روانشناس و مشاور، در پاسخ به سؤال «از کجا بدونم آماده ازدواج هستم یا نه؟» نوشت: این سؤالات رو از خودت بپرس: چقدر خودت رو می‌شناسی؟ به نقاط ضعف و قوتت آگاهی؟ چقدر می‌تونی متعهد و مسئولیت‌پذیر باشی؟ چقدر توانایی حل مشکلات رو داری؟ چقدر اهل مشورت و کمک گرفتن از متخصص هستی؟ توانایی مدیریت مالی و پس‌انداز داری؟ چقدر می‌تونی احساسات و علاقه‌ات رو به طرف مقابل ابراز کنی؟ چقدر توان درک متقابل داری و می‌تونی به طرف مقابلت حق بدی؟

اعتراف مدیر شبکه من‌وتو به شکست

کیوان عباسی، مدیر شبکه سلطنت‌طلب من‌وتو، در توئیتی نوشت: در عرض چند ماه، از اون همه اتحاد در خارج از کشور، رسیدیم به این وضعیت اسفناک.

با اهل مطالعه ازدواج کنید

کاربری با نام «پطروس» توئیت کرد: با کسی ازدواج کنید که اهل مطالعه باشه و ذهن مستقلی داشته باشه؛ کسی که همه سبک زندگیش‌رو از اینستاگرام و تلگرام بگیره، به زیبایی هر چه تمام‌تر روانیت می‌کنه.

واکنش کاربران شبکه‌های اجتماعی به دعوت براندازان به آشوب و خشونت در ایران

شورای ویرانی ایران!

فراخوان‌های براندازان برای چهارشنبه آخر سال سرشار از خشم و خشونت و جنگ‌طلبی بود. آنها در پست‌های مختلف به دنبال آن بودند که مردم ایران را به تخریب اموال عمومی، حمله به مکان‌های دولتی و آسیب‌رساندن به نیروهای امنیتی تحریک کنند. کاربران شبکه‌های اجتماعی این فراخوان‌ها را اسنادی مهم برای ویرانی‌طلبی مدعیان براندازی دانستند؛ کسانی که خود با پول‌های دستگاه‌های امنیتی غربی در رفاه به سر می‌برند و مردم ایران را به خشونت فرامی‌خوانند. برخی از کاربران نیز با هم‌زمانی بارش باران با چهارشنبه سوری و فراخوان براندازان شوخی کردند. در ادامه بخش‌هایی از واکنش‌های کاربران را مرور کرده‌ایم.

فائزه موسوی:

حمید فرخ‌نژاد و علی کریمی طرفداران خودشون رو دعوت به کشتن نیروهای امنیتی کردند! این استوری‌ها رو داشته باشید تا اگه کشت و کشتاری شد دوباره هشتک و توئیت نزنن کار خودشونه...!

دانیال معمار:

براندازها گفتند بعد این همه شکست، بهترین فرصته که این چهار تا ترقه‌بازی چهارشنبه‌سوری رو به نام خودشون بزنند که بگن که هنوز هستند. بارون اومد و آروم‌ترین شب چهارشنبه آخر سال رقم خورد.

میکائیل دیانی:

به علی کریمی و حمید فرخ‌نژاد باید بگی یه سری از جووناسالیان سال است که چهارشنبه سوری آتیش بازی می‌کنند؛ در همه این سال‌ها هم به غیر فحش و نفرین مادر و پدرهاشون و مردم و دست و بال سوخته چیزی عایدشون نشده! لذا این رو برای خودتون فاکتور نکنید

امین موسوی:

معاون درمان وزارت بهداشت: «از ابتدای اسفند تاالان ۱۷ نفر براثر انفجار مواد محترقه و نارنجک‌بازی فوت شده‌اند و تعداد مصدوم‌ها ۵۰۱ نفر است» وزارت بهداشت باید همین امروز نام فوت‌شدگان را منتشر کند تا براندازان دوباره با یک اسم و چند عکس و ایجاد فضای احساسی، هجمه رسانه‌ای ایجاد نکنند

محمد شاهی:

من از براندازان خواهش می‌کنم هر روز فراخوان بدن؛ چون هر وقت اینا فراخوان میدن یا برف میاد یا بارون

محمد صادق عبداللهی:

فراخوان‌ها برای جنگ، آتش‌افروزی و خشونت! این طور می‌خواهند ایران را به آزادی و آبادی برسانند؟ جنس کنش براندازان جالب است: مذاکره برای فشار اقتصادی بیشتر، تلاش برای ممانعت از هر گشایشی، دعوت به آشوب و جنگ داخلی، اتحاد با تجزیه‌طلب‌ها، خرابکاری شرافتمندانه. #شورای_نابودی_ایران

حسن رشوند:

این چهار تا دلقک برانداز خارج نشین مکرر چهار تا عکس از چشم‌های آسیب دیده دو سه دختر به عنوان آسیب‌دیدگان مثلاً انقلاب‌شان میذارند که این جنایت جمهوری اسلامی است، از اون طرف به بهانه چهارشنبه سوری فراخوان میدند که بریزید به خیابان چنین و چنان کنید تا ده‌ها چشم را با آتش افروزی کور کنند.

علی آجالی:

این اکلیل سرنج‌ها به مأمور بخوره، برانداز رو خوشحال می‌کنه اما اگه به مردم بخوره، برانداز رو خوشحالتر می‌کنه. می‌دونی چرا؟ چون می‌شه پیراهن عثمان. #علی_کریمی_تروریست

احسان مردانی:

فراخوان‌های براندازان در این روزهای اخیر دستشان را برای همه رو کرد. رسماً مردم را به جنگ داخلی دعوت کردند. شاید خودشان هم نمی‌فهمند که با پول سرویس‌های جاسوسی و امنیتی غربی دارند به اسم آزادی، ایران را به ویرانه تبدیل می‌کنند. کور خواندید.

حسین مهدوی‌نیا:

رهبران ما فراخوان می‌دادن خودشونم تو میدون بودن، یکی‌شون پسرشو داد یکی‌شونم دستش رو اما شما یه تار موتونم تو این چندماهی که فراخوان دادید کم نشده می‌دونید چرا؟ چون شما دلالان انقلابید نه رهبران انقلاب. #فراخوان_چهارشنبه_سوری

سیده زهرا عبداللهی:

خوب شد امشب بارون اومد و یادشون داد فراخوان دادن و این بچه‌بازیا فقط مضحکه عام و خاصشون کرده و لاغیر....:)

محمد اکبرزاده:

ولی این بارون چهارشنبه سوری اصلاً طبیعی نیست! جا داره یه «کار خودشونه» سنگین‌ترند بشه!

استدلالی اخلاقی علیه آزمایش‌های حیوانی

آنچه در ادامه از نظر می‌گذرد، خلاصه ترجمه‌ای از محمدرسول علیزاده اصلی، است که در وب‌سایت صدانت منتشر شده است: سوءاستفاده عامدانه و مکرر از حیوانات حس‌مندِ بی‌گناه توأم با ستم، درد، رنج، محبس‌های دلهره‌آور، استفاده ابزاری، تجارت، و مرگ باید تصورناپذیر باشد. اما آزمایش‌های حیوانی دقیقاً همین طور است: «عادی‌سازی امر تصور ناپذیر». تعداد حیواناتی را که سالانه در آزمایش‌های حیوانی استفاده می‌شوند ۱۱۵/۳ میلیون برآورد می‌کنند. با توجه به ستم، درد، رنج، و مرگی که بر آنان می‌رود، آزمایش حیوانی یکی از بزرگ‌ترین معضلات اخلاقی عصر ماست.

این عادی‌سازی مبتنی بر نگرش بی‌اعتباری است که می‌گوید حیوانات صرفاً ابزاری‌اند در خدمت بشر، راهکاری‌اند برای برآوردن اهداف انسان، اقلامی‌اند تعویض‌پذیر، و کالاهایی‌اند که انسان می‌تواند هر طور که مناسب می‌بیند با آنان رفتار کند و کنارشان بگذارد. در چهل سال اخیر، آثار فکری فراوانی در باب جایگاه اخلاقی حیوانات منتشر شده است. این آثارِ جدید به مصاف نگرش‌هایی از این دست می‌رود که ۱- در تفکرات اخلاقی، انسان همواره باید از اولویتِ مطلق برخوردار باشد (اخلاقِ انسان‌محور)، ۲- حیوانات برای انسان وجود دارند، محض برآوردن منافع و خواسته‌هایشان (ابزارانگاری)، و ۳- انسان‌ها را باید، در یک نوع دوگانهٔ «ما» و «آنها»، از سایر حیواناتِ متمایز و جدا کرد، که حیوانات در آن مسلماً فروتر انگاشته می‌شوند (دوگانه‌انگاری).

پیش‌بینی ناپذیری محیط‌های آزمایشگاهی، ناهمخوانی بیماری‌های انسان با «مدل‌های حیوانی» بیماری‌ها، فیزیولوژی و عملکرد ژنتیک متفاوت بینا‌گونه‌ای، و پیدایش آزمایش‌های مرتبط با انسان که قدرت پیش‌بینی بیشتری دارند. نتیجه اینکه، اکنون دیگر درست یا منطقی نیست (اگر هیچ‌گاه بوده باشد) که بگوییم یگانه انتخاب اخلاقی‌مان بین آزمایش‌های حیوانی و کنارگذاشتن پیشرفت علمی است.

این عادی‌سازی را تفکر اخلاقی تازه‌ای به چالش می‌کشد که حول محور سه موضع می‌چرخد: ۱- فردفردِ حیوانات از ارزش برخوردارند. ۲- با توجه به حس‌مندی‌شان، هیچ مبنای منطقی‌ای برای نادیده گرفتن حس‌مندی حیوانات یا محروم کردنشان از ملاحظات اخلاقی ابتدایی‌ای که به انسان‌ها اعطا می‌کنیم وجود ندارد. و ۳- متعاقباً جفاکردن به هر حیوانی (مگر در مواقعی که به نفع خود حیوان باشد، مثلاً در عمل پزشکی)، اگر نگوییم مطلقاً ناروا است، دست‌کم به توجیه اخلاقی سفت‌وسختی نیاز دارد. البته که برخی معتقدند جفاکردن به موجودات حس‌مندِ معصوم (یعنی موجودات اخلاقاً بی‌تقصیر) مطلقاً ناروا است.

این عادی‌سازی با موانعی منطقی روبه‌روست که توجه اخلاقی ویژه‌ای برای حیوانات می‌طلبد.

۱- حیوانات نمی‌توانند رضایت یا مخالفتشان را ابراز کنند. ۲- نمی‌توانند از منافعشان دفاع کنند یا آن را به زبان آورند. ۳- نمی‌توانند دلیل رنج کشیدنشان را درک یا تبیین کنند. ۴- اخلاقاً معصوم یا بی‌تقصیرند. ۵- آسیب‌پذیر و نسبتاً بی‌دفاع‌اند. این ویژگی‌ها توجیهِ ستم‌کردن به حیوانات را (چون ستم‌کردن به نوزادان) به‌شدت دشوار می‌کند.

این عادی‌سازی مدام از طریق این ادعا توجیه می‌شود که منافع انسان انجام چنین آزمایش‌هایی را می‌طلبد، اما باید پرسید که آیا انسان هرگز با سوءاستفاده از حیوانات به سودی می‌رسد یا نه. انسان‌ها می‌توانند با سوءاستفاده از حیوانات آسیب [روانی] ببینند - مثلاً با بی‌حس‌شدگی، از بین رفتن حس همدلی، خوپذیری، و انکار. اکنون می‌دانیم که پیوند محکمی بین سوءاستفاده از حیوانات و ارتکاب خشونت علیه انسان‌ها وجود دارد. همچنین، یافته‌های جدید علمی باید ما را به زیرسؤال بردن ادعای سودمندی این آزمایش‌ها وادارد، زیرا اکنون می‌دانیم که بسیاری از این آزمایش‌ها ما را به نتایج گمراه کننده یا غلطی رسانده است. افزون بر آن، همان منطقی که انجام آزمایش روی حیوانات را توجیه می‌کند می‌تواند انجام این کار روی انسان‌ها را نیز توجیه کند. والبته یادمان نرود که اسرای جنگی، مردم رنگین‌پوست و کودکان در زمرهٔ کسانی بوده‌اند که طعم تلخ این آزمایش‌ها را چشیده‌اند.

پی‌نوشت: آنچه خواندید ترجمه فارسی جمع‌بندی کتاب استدلالی اخلاقی علیه آزمایش‌های حیوانی بود، که در سال ۲۰۱۸ به سردبیری اندرو لینزی (Andrew Linzey) و کلر لینزی (Clair Linzey) در انتشارات دانشگاه ایلینوی منتشر شده است.

چرا اسپانسر اینترنشنال با جمهوری اسلامی توافق کرد؟

علیرضا تقوی‌نیا در توئیتی نوشت: عربستان اگر یک درصد در مشورت با متحدانش احتمال می‌داد جمهوری اسلامی در وضعیت متزلزل و بی‌ثباتی است آیا به توافق با این نظام تن می‌داد؟ مگر اپوزیسیون و ایران اینترنشنال ادعا نمی‌کنند نظام در حال سقوط است؟ چرا اسپانسر ایران اینترنشنال دست دوستی به سوی جمهوری اسلامی دراز می‌کند؟

خالق برنج هاشمی درگذشت

فرهاد چاره‌دان در توئیتی نوشت: یوسف هاشمی‌زاده کاشف برنج هاشمی در سن ۷۴ سالگی بر اثر بیماری فوت کرد. بیش از ۶۰ درصد از شالیزارهای گیلان زیر کشت این محصول می‌رود. او از کشاورزان فعال اهل روستای چاپارخانه خمام بود که با مشاهدات میدانی و تجربی خود توانسته این برنج پرطرفدار گیلانی را خلق کند.

به یاد مرحوم استاد آیت‌الله فاطمی‌نیا

محمدمهدی وکیلی، داماد آیت‌الله فاطمی‌نیا(ره)، نوشت: ترجیع‌بند اغلب منابرش این بود: اگر دین اسلام منحصر به مستحباتی چون کوتاه کردن ناخن و سلام به دیگران بود، صرف نداشت امام حسین(ع) برایش شهید شود! همیشه از تنگ‌نظری گله‌مند بود و آن را مانع دستیابی به صفات عالیه می‌دانست. می‌گفت آدم نظر تنگ به‌جایی نمی‌رسد. از ادا واطوار مرسوم به کلی فاصله داشت. در مصیبت‌ها چون کوه مقاوم بود، هیچ‌گاه ندیدم در عزای کسی سیاه بپوشد و در مرگ عزیزانش بی‌تابی و جزع کند. همزمان با جشن عروسی پسرم - نوه ایشان - یکی از بستگان نزدیک به رحمت خدا رفت. به‌رغم این که آن مرحوم از فضلا و صالحین به شمار می‌رفت و بسیار به ایشان نزدیک بود و علاقه وافری به او داشت، اجازه نداد مراسم جشن به تعویق بیفتد و با دیگرانی که نیامدند همنوا نشد. ملاکش در زندگی تنها و تنها سیره و سنت اهل‌بیت (علیهم‌السلام) و تعالیم قرآن بود. می‌گفت اربعین مخصوص سیدالشهداء است، حتی برای رحلت پیامبر هم اربعین نداریم، چه رسد به ابنای روزگار. ابنای روزگار که اگر سرشان برود سنت‌های بی‌منطق‌شان به هر طریقی باید برگزار شود را نکوهش می‌کرد و به کارهای آنان لقب «ابنایی» می‌داد، چیزی در ردیف عوامانه، البته قدری پایین‌تر! یکی از خطوط قرمزشان آبروی افراد بود. اوایل انقلاب برخی را که از واژه «مسئله‌دار بودن» برای اتهام و تخطئه دیگران استفاده می‌کردند مخاطب قرار می‌داد و می‌گفت: این چه رویه غلطی است که دائم می‌گویید فلان کس مسئله دارد، بهمان کس مسئله دارد؟ شما خودتان توضیح‌المسائل‌اید! سرک کشیدن به کار و زندگی مردم را از گناهان کبیره می‌دانست و مردم را از این بیماری مهلک بر حذر می‌داشت. خدایش بیامرزد و با اولیاء کرامش محشور نماید.

داستان پیدایش آتش و جشن سده

محمدجعفر محمدزاده در کانال تلگرامی خود نوشت: در همه تمدن‌های بزرگ داستان کشف آتش کمابیش آمده و هر کدام آن را به تمدن خود نسبت داده‌اند، شاید بیان دقیق و انتساب آن به یک فرهنگ و تمدن کار آسانی نباشد؛ تمدن ایران نیز مانند تمدن‌های بزرگ یونان، مصر، هند، چین و... در شاهنامه که سند هویت ملی ماست چنین ادعایی دارد و در منابع پیش از شاهنامه و در متون پهلوی هم داستان کشف آتش وجود دارد. نقل فردوسی مربوط می‌شود به دوره پادشاهی هوشنگ، فرزند سیامک و نوه کیومرث که در دوره اساطیری شاهنامه پادشاه پیشدادی است و داستانش را چنین می‌خوانیم:

یکی روز شاه جهان سوی کوه | گذر کرد با چند کس همگروه | پدید آمد از دور چیزی دراز | سیه‌رنگ و تیره‌تن و تیزتاز | نگه کرد هوشنگ با هوش و سنگ | گرفتش یکی سنگ و شد تیزچنگ | به زور کیانی رهانید دست | جهانسوز مار از جهانجوی جست | برآمد به سنگ گران سنگ خرد | همان و همین سنگ بشکست گُرد | فروغی پدید آمد از هر دو سنگ | دل سنگ گشت از فروغ آذرنگ | نشد مار کشته ولیکن ز راز | ازین طبع سنگ آتش آمد فراز.

بر پایه این داستان از برخورد دو سنگ کوچک و بزرگ آتشی پدیدار شد و هوشنگ چون آتش را دید دستور داد که آن آتش را روشن نگهدارند و نگذارند خاموش شود. از همین داستان است که بعضی به‌غلط ایرانیان را آتش پرست خوانده‌اند، حال آنکه پرستاری از آتش مقصود نگاهداری و مراقبت از آتش است که آن را فروغی ایزدی دانسته‌اند. و در همین جای داستان، هوشنگ پس از این کشف خداوند جهان‌آفرین را نیایش می‌کند:

جهاندار پیش جهان‌آفرین | نیایش همی کرد و خواند آفرین

و به شکرانه این کشف و این هدیه ایزدی جشنی برپا می‌شود که ایرانیان آن را جشن سده نام گذاشته‌اند:

ز هوشنگ ماند این سده یادگار | بسی باد چون او دگر شهریار

محصولات گوگل ممکن است به زودی به قابلیت‌های هوش مصنوعی مجهز شوند

کانال تلگرامی «مجله هوش مصنوعی» نوشت: گوگل، شرکتی که در پس پرده پروژه‌های هوش مصنوعی و یادگیری ماشینی مانند Tensor Flow، Magenta و Imagen قرار دارد، برای به نمایش گذاشتن ابزارهای هوش مصنوعی خود لحظه‌شماری می‌کند. پس از اینکه OpenAI با ابزارهای هوش مصنوعی مولد مانند Dall-E و ChatGPT تخیل جهان را برانگیخته است و در حالی که مایکروسافت همچنان میلیاردها دلار سرمایه به کار گرفته و کنترل استراتژیک روی ابزارهای OpenAI به دست آورده است، گوگل حرارت رقابت بی‌سابقه‌ای را احساس می‌کند. اکنون، این شرکت تصمیم گرفته قابلیت‌های هوش مصنوعی را در محبوب‌ترین محصولات خود به کار گیری کند. طبق گزارش بلومبرگ، یک پیام کد داخلی قرمز به کارمندان این شرکت اطلاع داده است که «همه محصولات مهم آن - که بیش از یک میلیارد کاربر دارند - باید تا چند ماه آینده بتوانند از هوش مصنوعی مؤلد استفاده کنند.» برای مبارزه با تهدید فزآینده یک مرورگر جست‌وجوی بینگ مجهز به ChatGPT، گوگل اخیراً نسخه خاص خود به نام Bard را معرفی کرده است.

با نگاهی به نیستی، هستی ما معنا پیدا می‌کند

«برای ساختن چرخ، محورها را به هم وصل می‌کنیم و این فضای تهی میان چرخ است که باعث چرخش آن می‌شود. از گل کوزه‌هایی می‌سازیم، اما این خالی درون کوزه است که آب را درون کوزه جای می‌دهد. از چوب خانه‌ای بنا می‌کنیم، اما این فضای خالی درون خانه است که برای زندگی سودمند است. مشغول هستی‌ایم! در حالی که با نگاهی به نیستی، هستی ما معنا پیدا می‌کند.» (تائو ته چینگ)

دقیقاً فضای خالی که در زندگی‌مان با از دست دادن و با نیست بودنِ رابطه‌ها، آدم‌ها و موقعیت‌ها به وجود می‌آید می‌تواند به ما کمک کند با ورژنِ پخته‌تری از خودمان آشنا شویم. یعنی همیشه «نیست» بودنی در کار است فقط کافی است توجه کنیم و «رشد» همچون جوانه‌ای ظریف از دل همان فضای خالی دردناک سربر می‌آورد و در طی زمان تبدیل به «آگاهی» می‌شود. از دل همان فضای خالی دردناک، معناها، رشدها، حرکت‌ها و هدف‌های ما جوانه می‌زنند. و انکارِ «نیست‌ها» یا مبارزه و خشمگین بودن از «نیست‌ها» زندگی‌مان، رشد درونی ما را متوقف می‌کند و ما را اسیر گذشته و حسرت‌هایی می‌کند که در آن «درد» نمی‌تواند به ما کمک کند که خودش را تبدیل به جوانه‌ای کند! بلکه درد گیر می‌کند و جوانه‌ها نابود می‌شوند.

زندگی همه ما در همین لحظه و همین اکنون مملو از نیست‌ها و هست‌هاست. در همین لحظه ما چیزی را از دست داده‌ایم و چیزی را به دست آورده‌ایم. در همین لحظه فضای خالی «نیستی» وجود دارد و آنکه این جملات را می‌خواند با «هستی»اش می‌خواند! این هماهنگی بین «نیست‌ها» و «هست‌ها» است که ما را به جلو خواهد برد.

آنچه را از دست رفته است به گذشته بسپاریم، «نیست» بودنش را و درد جاری در آن فضای خالی را بپذیریم تا «هست» بودنمان جریان پیدا کند. درد تبدیل به جوانه‌ای از آگاهی شود و در دل اکنون‌مان بپیچد.

با پذیرش فضاهای نیستی است که دردها، تبدیل به گنج‌های درونی‌مان می‌شوند. به همین علت آدم‌هایی که از دردهایشان فرار نکرده‌اند، تکه‌هایی از آگاهی را در خودشان احساس می‌کنند که ریشه‌هایش در دردهایشان شکل گرفته و درست به همین علت هم هست که آدم‌های هم سو با چرخه نیستی و هستی، همان‌هایی هستند که هیچ‌گاه حسرت ندارند و گذشته‌شان و اشتباهات و از دست دادن‌هایشان را دوست دارند چون می‌دانند درست همان «نیست»‌ها به آنها کمک کرده‌اند که اکنون این «هست» بودن را تجربه کنند. «هست بودنی» آگاه‌تر، رشد یافته‌تر، صبورتر و با معناتر.