



ویژه نامه مرداد ماه ۱۴۰۴ * هفتمین نسخه * صفحه ۲ از ۲ * آگاهی نامه ماهانه پارسان

تبریک باهم می‌گوییم



علی کریمی



یاسمن موسوی



شهلا رضوانفر

باهم یاد می‌گیریم

زندگی ما را انتخاب ها و رفتارهایمان می سازد



چند روز پیش با کتابی آشنا شدم که خیلی دوستانه و صمیمانه در مورد رفتار آدم‌ها صحبت کرده بود فکر کردم شاید برای دوستانم در شرکت پارسان نیز جالب و جذاب باشه که پیام این کتاب رو با هم مرور کنیم و یاد بگیریم.

اگر بخوام از همین ابتدا پیام اصلی کتاب رو بگم راجع به تاثیرات رفتار ما بر زندگیمان و مسئولیت ما در برابر رفتارمان است. اینکه توی مسیر زندگی، ما مسئول رفتارهایمان هستیم و باید بپذیریم که هر رفتاری که از ما سر میزنه تاثیری دارد و تاثیر آن در زندگی ما حتما و قطعا آشکار خواهد بود. شاید شما هم بارها شنیده باشید که هرچیزی که در ذهن شماست قطعا به حقیقت خواهد پیوست ولی اینکه یک رویا در ذهن داشته باشی و فقط بهش فکر کنی هیچ وقت محقق نخواهد شد و برای رسیدن به آن حتما باید تلاش کرد. هفت نکته طلایی در مسیر تغییرات در زندگی مهم و ضروریه که نباید نادیده گرفته بشن:

((مایلم)) ((برای برنده شدن ساخته شده ام)) ((می توانم)) ((از عدم اطمینان استقبال میکنم)) ((شخصیت من را اعمالم مشخص میکند نه افکارم)) ((خستگی ناپذیرم)) ((همه چیز ارامی پذیرم))

اگر می خواهید زندگی خاصی داشته باشید باید خودتان دست به کار شوید اگر تمایلی به عمل کردن و ایجاد تغییر نداشته باشید زندگی با هیچ تفکر، عبادت، برنامه ریزی و داروهای ضد افسردگی بهبود نخواهد یافت نمی توانید بنشینید و منتظر این باشید که زندگی تغییر پیدا کند. ابتدا مسیر خودتون ترسیم کنید اهداف را مشخص کنید ولی نه اهداف دور از واقعیت و برای رسیدن به آنها تلاش کنید اگر واقعا مایل به انجام کاری باشید آن را به تعویق نخواهید انداخت و به مسئولیتهایی که پذیرفته اید بی توجهی نخواهید کرد. واقعیت این است که شما برای برنده شدن آفریده شده اید و در زندگی کنونی خود برنده اید مرز پیروزی‌های خود را پیدا کنید و برای پیروزی‌هایتان برنامه ریزی کنید. به مشکلاتتان واقع بینانه نگاه کنید تمام مشکلات حل شدنی است با آنها یکی یکی روبه رو شوید و برای رفع آن زمان و نیروی لازم صرف کنید. شخصیت هر فرد را رفتارش مشخص میکند. اینکه ما مدام در افکار خود غرق در تعریف و تمجید از خود باشیم مشکلی حل نخواهد کرد دست به کار شو رفتارت را اصلاح کن و روی اعمال تمرکز کن تغییر از همینجا آغاز می شود. این رو بدون هر شکست درس تازه ای برای توست از شکست‌ها درس بگیر. عدم اطمینان نقطه ی شروع چیزهای جدید است باید بپذیریم که باید حرکت کنیم تا تغییر رخ دهد.

باهم به اشتراک می‌گذاریم



گوهر تاجدینی

کتاب تقلا مارتی نیومایر

باهم کتاب بخوانیم



احسان شفیعی

داستایوفسکی در کتاب جنایت و مکافات می گوید <<هرکس باید بتواند به جایی پناه آورد، چون مواردی پیش می‌آید که حتما لازم است انسان بتواند به یکجا، به هر کجا که باشد برود>>

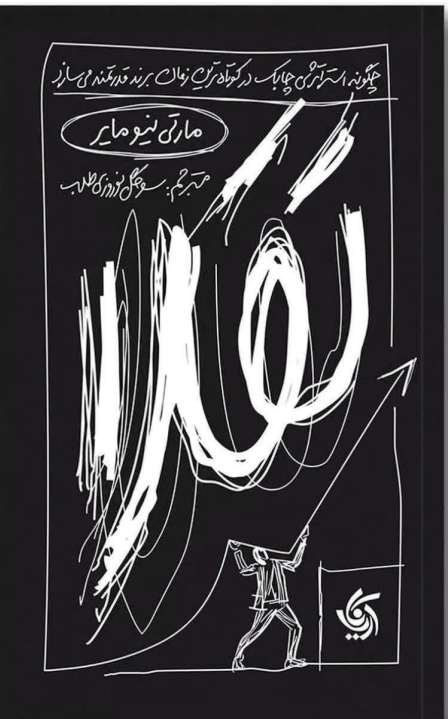
سال ۹۶ وقتی برای اولین بار بدون کوچیکترین تجهیزات پا به سفر طبیعت‌گردی گذاشتم نمیدونستم قراره رویای کودکیم رو زندگی کنم. بچه که بودم دیدن تصویری از انیمیشن هایدی در کوه‌های آلپ سوئیس برای من که در یک شهر بندری کوچک زندگی می‌کردم رویای دست‌نیافتنی بود که حالا به واقعیت پیوسته و لمس طبیعت نقطه اتصال من با تمام زندگی شد. طبیعت گردی را انتخاب کردم. نوعی از گردشگری که دهه‌های اخیر بین افراد مرسوم شده برای پیوند با طبیعت و لذت بردن از مناطق بکر طبیعی.

زمانی که پا برهنه توی جنگل راه میری یا خودتو دست آب‌های نیمه خروشان رودخونه می‌سپاری، حرکت ماه لابلای شاخه‌های درختان رو دنبال می‌کنی، صدای یک پرندۀ ناشناخته را برای اولین بار می‌شنوی، موجودات کوچکی رو از نزدیک می‌بینی که از فلسفه وجودشان بی‌خبری، و پس از یک پیاده روی طولانی سعی داری با کمترین امکانات غذای خوشمزه‌ای پیزی و همزمان گرمای سوختن چوب خستگی رو از تنت درمیاره، پیوند عمیقی با طبع برقرار میشه که حس آزادی مطلق داره.

این آزادی همه جای این سفر نمود پیدا میکنه. زمانی که توی بحران بهترین و سریع‌ترین تصمیم را باید بگیری، زمانی که باید به فرهنگ محلی احترام بگذاری، زمانی که باید مراقب طبیعت باشی حتی اگر خودت در خطر باشی، زمانی که باید نسبت به همسفرت مسئولیت‌پذیر باشی، همه اینها نمودی از تجربه آزادی است. دقیقا چیزی که روح آدمای ماشینی امروزی بهش نیاز داره. و سفر کردن این آزادی رو به شما میده و با سفر در طبیعت متوجه می‌شویم چه جای کوچکی در این دنیا را اشغال کرده‌ایم.

پس از ۸ سال طبیعت‌گردی باید بگم که این سبک از سفر و زندگی سختی‌های مخصوص به خودش روداره که داشتن امکانات لازم و همینطور روحیه ای مسئولیت‌پذیر و منعطف لازمه این سفره. البته علاقه به این سبک از سفر حرف اول رو می‌زنه.

من هرچه بیشتر این نوع سفر رو تجربه کردم متوجه شدم طبیعت گردی صرفا سبک زندگی من نیست درواقع فلسفه زندگی منه، مسیر رشد زندگی منه و در یه قدم فراتر میشه گفت پناه منه. دقیقا همون پناهی که داستایوفسکی ازش حرف می‌زنه.



اگر موفق نشه، نه تنها جایگاه خودش را به‌عنوان مدیرعامل از دست می‌ده، بلکه آینده شرکت هم در خطر نابودی قرار می‌گیرد. همین محدودیت زمانی و ریسک بالا باعث می‌شه داستان کتاب حالتی هیجان انگیز و پرتنش پیدا کند. در این مسیر، دیوید با چند تیم تخصصی سروکار دارد (بازاریابی، طراحی، مالی، عملیات و...) و مجبور می‌شه بین روش‌های سنتی و کند و رویکرد چابک که رویکرد جدید و خلاقانه است یکی رو انتخاب کنه. در واقع کشمکش اصلی داستان هم همین تضاد رویکرد ها است، ادامه دادن راه قدیمی یا امتحان کردن راهی تازه.

در این قالب داستانی جذاب، خواننده به راحتی با مفاهیم پیچیده درگیر می‌شود و در پایان، نویسنده چارچوبی کاربردی و خلاصه ای عملی از این فرآیند را ارائه می‌دهد.

دوست عزیز و همکار محترم هفتمین نسخه باهم رو با کمک شما منتشر کردیم و منتظر نظرات، انتقادات، پیشنهادات و اعلام آمادگی شما عزیزان برای ساختن

باهم بهتر هستیم. لطفا نظرات و بازخورد های خود را در خصوص این آگاهی نامه با گوهر تاج الدینی دبیر آگاهی نامه باهم در میان بزارید.





ویژه نامه مرداد ماه ۱۴۰۴ * هفتمین نسخه * صفحه ۲ از ۲ * آگاهی نامه ماهانه پارسان



امیرحسین
مطیعی

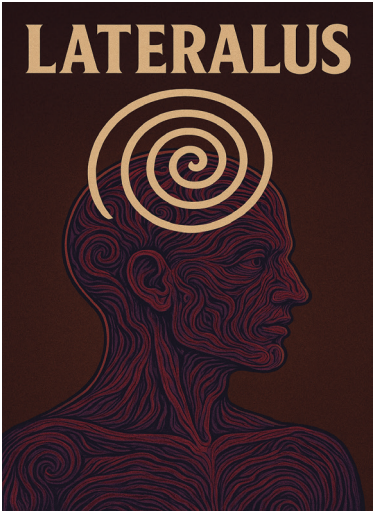
باهم موسیقی

بشنویم

گوش دادن به آهنگ "Lateralus" از گروه "Tool" شبیه قدم گذاشتن توی یه تونل تاریک و پر از پیچ و خم ناشناخته‌ست. صدای درام‌ها مثل تپش قلب اول سفر شروع می‌شه و کم‌کم گیتار و بیس روی هم می‌لغزن، مثل موجی که بالا میاد و تو رو با خودش می‌بره. اعضای "Tool" هرکدوم نقشی دارن؛ ماینارد با صدای مرموزش راهنمای سفره، آدام جونز گیتارش رو مثل قلم نقاشی روی بوم تاریکی می‌کشه، جاستین چنسلر با بیس عمیقش زمین رو محکم نگه می‌داره و دنی کری با درام‌های پیچیده‌ش زمان رو خم می‌کنه. این ترکیب باعث می‌شه "Lateralus" فقط یه آهنگ نباشه، بلکه تبدیل بشه به تجربه‌ای چندبُعدی. نکته‌ی جالب اینجاست که شعر آهنگ بر اساس دنباله فیبوناچی نوشته شده؛ همون الگویی که توی گل آفتابگردون یا مارپیچ صدف می‌بینی. انگار "Tool" می‌خواد بگه رشد ذهنی و روحی آدم هم مثل طبیعته: یه نظم پنهون داره که باید کشف بشه. وقتی ماینارد می‌خونه "Spiral out, keep going"، حس می‌کنی دعوت می‌کنه از مرزهای تکراری زندگی بیرون بزنی و به سمت ناشناخته‌ها حرکت کنی.

جذابیت "Lateralus" توی همین تضادهاست؛ سخت و نرم، طوفان و آرامش، ریاضی و احساس. یه لحظه غرق پیچیدگی ریتم می‌شی و لحظه بعد ملودی ساده‌ای بهت آرامش می‌ده. انگار داری از کوهی بالا می‌ری؛ هر بار که فکر می‌کنی به قله رسیدی، مسیر تازه‌ای باز می‌شه.

در نهایت، "Lateralus" مثل قطب‌نمایی نامرئی‌ه که یادآوری می‌کنه زندگی خطی ساده نیست؛ مارپیچی بی‌پایانه، پر از پیچ و خم. و تنها راه فهمیدنش اینه که چشمتو ببندی، ترست رو کنار بذاری و اجازه بدی صدا مثل بادی مواج دورت بیپچه. شاید اونوقت بفهمی که قله‌ای وجود نداره؛ خودِ مسیر، خودِ صعود، همون حقیقتیه که همیشه دنبالش بودی.



عرشیا
شیرزاد

باهم ایران

رامی شناسیم



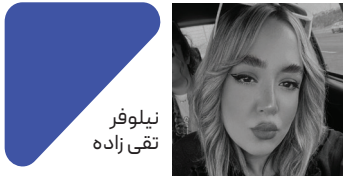
میلاد
حسین خانی

باهم مرور

می‌کنیم

تشخیص علائم سرطان حنجره
با هوش مصنوعی

دانشمندان اعلام کردند هوش مصنوعی می‌تواند تنها با تحلیل صدای افراد، علائم اولیه سرطان حنجره را شناسایی کند. این فناوری بر پایه بررسی ویژگی‌هایی مانند زیر و بمی، شدت صدا و نسبت هارمونیک به نویز توسعه یافته است. نتایج تحقیق روی بیش از ۱۲ هزار ضبط صوتی نشان داد AI قادر است ضایعات حنجره از جمله مراحل ابتدایی سرطان را تشخیص دهد. تشخیص زود هنگام اهمیت بالایی دارد زیرا نرخ بقا در سرطان حنجره از ۳۵ تا ۹۰ درصد متغیر است. پژوهشگران امیدوارند این روش غیرتهاجمی به‌زودی به ابزاری کاربردی و در دسترس برای غربالگری سریع تبدیل شود.



نیلوفر
تقی‌زاده

باهم فیلم

ببینیم

Boy Swallows Universe اقتباسی از رمان تحسین‌شده ترنت دالتون | محصول نتفلیکس | ژانر: درام، جنایی، رازآلود
سریال Boy Swallows Universe داستان یه پسر نوجوانه به اسم «الی» که در یکی از محله‌های پایین شهر بریزبین استرالیا بزرگ می‌شه. نابغه نیست، ولی نگاه دقیقی به زندگی داره؛ تخیلش قویه، ولی دنیای اطرافش پر از خشونتته. مادرش معتاده، ناپدریش تو کار مواد، برادرش کم‌حرف، و خودش درگیر فهمیدن دنیاییه که هیچی توش ساده نیست. سریال با این‌که درباره‌ی یه پسره، ولی در واقع درباره‌ی زخم‌های خانوادگی، تلاش برای بقا، و امیدِ پنهان در دل تاریکی‌هاست. رشد شخصیت‌الی آهسته و دردناکه. چون نه معلمی دلسوز هست، نه سیستمی حامی. اون فقط با تکیه به ذهنش، برادرش، و چند آدم عجیب‌وغریب تو زندگیشه که سعی می‌کنه سقوط نکنه. بازیگر نقش‌الی کاملاً حس درونی این بچه رو منتقل می‌کنه: نه قهرمانه، نه قربانی، فقط یه پسر واقعی. روایت سریال غیرخطی نیست، ولی تخیل‌الی باعث می‌شه بعضی لحظات مرز بین واقعیت و خیال محو بشه. این یکی از نقاط قوت سریاله. دنیای ذهنی یه بچه‌ی در حال رشد، در کنار واقعیت تلخ زندگی تو طبقه پایین جامعه، ترکیب خاصی درست کرده که نه شبیه سریال‌های نوجوانانه‌ست، نه صرفاً اجتماعی.

این یه داستان درباره‌ی نجاته! اما نه نجاتی که از بیرون بیاد. نجاتی که باید از درون ساخته بشه. الی تلاش می‌کنه توی دنیایی پر از فروپاشی، خودش رو گم نکنه.

قدرت سریال اینجاست: به‌جای قهرمان‌سازی یا قربانی‌سازی، الی رو همون‌طور که هست نشون می‌ده. بچه‌ای واقعی که گاهی می‌ترسه، گاهی اشتباه می‌کنه و گاهی شجاع می‌شه.

نتفلیکس تونسته از رمان ترنت دالتون چیزی بسازه که هم واقع‌گرایانه‌ست و هم شاعرانه؛ ترکیبی از تاریکی جامعه و روشنایی ذهن یک کودک. پیشنهاد می‌کنم حتما ببینین



پادکست جافکری

چند سال پیش ویدیویی از دنیای تکنولوژی و نوآوری خیلی ترند شد. نه به خاطر فناوری نو، بلکه به خاطر اینکه این بار فناوری تلنگری شده بود برای زندگی مدرن ما انسان‌ها. هزاران کیلومتر آن طرف‌تر، رباتی که یک شاکله پیچیده و استوانه‌ای شکل داشت در یک جعبه شیشه‌ای بزرگ، در آزمایشگاهی بزرگ‌تر نگهداری می‌شد. ربات تک و تنها، اما مصمم، مثل یک قهرمان ایستاده بود میان برکه‌ای از مایعی سرخ رنگ و سعی می‌کرد به کمک تنها چیزی که می‌توانست – بازوی بزرگی متصل به تنش که سری شبیه طی داشت – جان‌مایه‌اش را به تن خسته‌اش برگرداند. اما با هر تلاش، قسمتی را برمی‌گرفت و قسمتی دیگر از او دور می‌شد. مثل کودکی که اسباب‌بازی‌هایش را هراسان به سمت دامن خودش جمع می‌کند تا آرام بگیرد، اما افسوس که اسباب‌بازی‌ها بسپارند و دامن کودک، کوچک. نقدی که جافکری بر این ویدیو نوشته بود برای من تأمل‌برانگیز بود. هر کدام از ما انگار همان ربات شده‌ایم؛ به زعم خویش قدرتمند، اما چنان‌که می‌نماید، ترسیده و بیچاره، به هر دری می‌زنیم! رد این نقد را گرفتم تا رسیدم به مبدأ: پادکست جافکری. اول با خودم فکر کردم: «لابد از این ادایی‌هاست، می‌خواد واسه همه نسخه زندگی بیپچه. آره، من بار هزارمه دارم زندگی می‌کنم ولی شما بار اول‌تونه face_with_rolling_eyes:». اما همچنان عنوان اپیزودها وسوسه‌کننده بود. چندتایی را که بیشتر به احوالات من می‌خوردند گوش دادم. رفته‌رفته فهمیدم لابه‌لای گفتگوهای مجری و مهمان، درس‌هایی برای یاد گرفتن هست. همین شد که مخاطب شدم و گاه و بیگاه، چه موقع راندگی و چه توی اتوبوس، اپیزودهای مختلف را می‌شنیدم. از آن زمان، جافکری با دعوت از مهمانان متخصص در زمینه‌های مختلف سعی کرده شهر فرنگی باشد برای آنهایی که گرداگردش نشسته‌اند؛ از مدیریت مالی تا آداب معاشرت، از سواد رابطه و التیام روان زخم‌دیده تا شخصیت کارآفرینی... از هر دری سخنی! به نظرم ارزشش را دارد که سری به پادکستش بزنید و حتی یک اپیزود هم که شده بشنوید. برای شروع، اپیزود شماره ۱۶۴ در Castbox را پیشنهاد می‌کنم. شاید شما هم به جمع دو میلیون شنونده جافکری بپیوندید .