

به نام خدا

منبر در قاب؛ رسالت طلبگی در جهان مجازی

مؤلف :

فاطمه نشابوری قلعه شیری

انتشارات ارسطو

(سازمان چاپ و نشر ایران - ۱۴۰۵)

نسخه الکترونیکی این اثر در سایت سازمان چاپ و نشر ایران و اپلیکیشن کتاب رسان موجود می باشد

Chaponashr.ir



سرشناسه : نشابوری قلعه شیرى ، فاطمه ، ۱۳۷۱
عنوان و نام پدیدآور : منبر در قاب؛ رسالت طلبگی در جهان مجازى / مولف: فاطمه نشابورى قلعه
شیرى
مشخصات نشر : انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)، ۱۴۰۵.
مشخصات ظاهرى : ۱۳۵ ص.
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۱۲۹-۴۶۸-۸
وضعیت فهرست نویسى : فیا
یادداشت : کتابنامه.
موضوع : منبر در قاب- رسالت طلبگی - جهان مجازى
انضباط و انگیزه دانش آموزان
رده بندى کنگره : TP ۹۸۳
رده بندى دیوبى : ۶۶۸/۵۵
شماره کتابشناسى ملی : ۹۹۸۵۴۱۲۳
اطلاعات رکورد کتابشناسى : فیا

نام کتاب : منبر در قاب؛ رسالت طلبگی در جهان مجازى
مولف : فاطمه نشابورى قلعه شیرى
ناشر : انتشارات ارسطو (سازمان چاپ و نشر ایران)
صفحه آرایى، تنظیم و طرح جلد: الهام غفارى
تیراژ : ۱۰۰۰ جلد
نوبت چاپ : اول - ۱۴۰۵
چاپ : زیر جلد
قیمت : ۲۳۰۰۰۰ تومان
فروش نسخه الکترونیكى - کتاب رسان :
<https://chaponashr.ir/ketabresan>
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۱۲۹-۴۶۸-۸
تلفن مرکز پخش : ۰۹۱۲۰۲۳۹۲۵۵
www.chaponashr.ir



chaponashr.ir



iran.porhale.com



تقدیم به:

خداوند متعال که توفیق خدمت به دینش را عطا کرد

حوزه علمیه نرجس (سلام الله علیها) - تربت جام

که مرا در آغوش مهربانش پروراند

و از من یک طلبه ساخت با همه ضعفها و قوت‌هایش

اساتید گرانقدرم،

به ویژه آن اساتیدی که با صبر و حوصله، مسیر پرپیچ‌وخم طلبگی را به من

آموختند

و در روزهای سخت که دلم گرفته بود، دستم را گرفتند و از غرق شدن

نجاتم دادند

همه طلاب عزیزی که در عصر دیجیتال،

رسالت طلبگی را به دوش می‌کشند و از جان مایه می‌گذارند

و با وجود همه سختی‌ها و ناامیدی‌ها، چراغ امید را در دل‌هایشان روشن

نگه داشته‌اند

و به همه بانوان طلبه‌ای که در محراب علم و فضیلت،

چراغ هدایت را روشن نگه داشته‌اند،

با امید اینکه این کتاب اندکی از مسیر پرغبارشان را هموار کند

و برایشان روشنایی بخشد.

و به تو ای خواننده عزیز...

که با خواندن این کتاب، قدمی برای خودسازی و تبلیغ دین برداشتی.

امیدوارم که این سطرها، مثل یک دوست قدیمی و مهربان، در گوشه‌ای از
دلت بنشینند

و تو را در این مسیر همراهی کنند.

فهرست

- پیشگفتار: یک اعتراف کوچک ۷
- فصل اول: فضای مجازی؛ از یک ابزار ساده تا یک عالم پیچیده ۱۱
- یک گفتگوی کوتاه با یک طلبه تازه کار ۱۹
- فصل دوم: احکام حضور در فضای مجازی (لاک لاک پستی یا شیر بیشه؟) ۲۱
- حالت اول: در آن گناه می کنی ۲۲
- حالت دوم: علم داری که گول می خوری ۲۳
- حالت سوم: اسراف می کنی ۲۴
- حالت چهارم: از واجبات باز می مانی ۲۵
- پاسخ به سه پرسش پرتکرار طلاب ۲۷
- فصل سوم: آفت‌های نهفته در سایه روشن شبکه‌ها ۲۹
- فصل چهارم: از صفر تا صد؛ مهارت‌هایی که باید بلد باشی ۳۷
- معرفی چند نرم‌افزار مفید برای طلبه مجازی ۴۱
- فصل پنجم: از جلسات اخلاق تا فضای مجازی؛ گسترش پیام دین ۴۳
- فصل ششم: شبهات، دیوار بلند دشمن (نسخه کامل و مفصل) ۴۹
- پاسخ به پنج شبهه واقعی ۵۳
- فصل هفتم: آینده از راه رسیده؛ هوش مصنوعی و متاورس ۵۹
- فصل هشتم: خانواده و حریم خصوصی در عصر دیجیتال ۶۳
- فصل نهم: اخلاق طلبگی؛ حتی در اوج گمنامی ۶۷
- فصل دهم: مدیریت زمان؛ فرماندهی بر عمر ۶۹

فصل یازدهم: چرا بعضی‌ها بعد از مدتی خاموش می‌شوند؟	۷۳
فصل دوازدهم: حسرتِ ندیدن؛ وقتی از کنار زیبایی‌ها می‌گذریم	۷۵
فصل سیزدهم: فضای مجازی و اضطراب پنهان	۷۷
فصل چهاردهم: وقتی فضای مجازی، طلبه را از طلبگی دور می‌کند	۷۹
فصل پانزدهم: هنر نه گفتن به محتوای سمی	۸۰
فصل شانزدهم: شبیه‌سازیِ معنویت؛ آیا ممکن است؟	۸۳
فصل هفدهم: سواد رسانه، واجبِ فراموش‌شده	۸۵
فصل هجدهم: فقهِ مجازی؛ پاسخ به نیازهای نوپدید	۸۷
فصل نوزدهم: شبکه‌های اجتماعی داخلی؛ فرصتی که باید قدرش را بدانیم (نسخه کامل و مفصل)	۸۹
فصل بیستم: وقتی خانواده، اولین مخاطبِ توسست	۹۳
فصل بیست‌ویکم: معنای واقعی «تبلیغِ چهره به چهره» در عصر مجازی	۹۷
فصل بیست‌وپنجم: چطور در فضای مجازی، «خودِ واقعی‌مان» باشیم	۱۰۹
فصل بیست‌وششم: از روضه تا متن؛ چطور احساسات را منتقل کنیم؟	۱۱۳
فصل بیست‌وهفتم: چطور با مخاطبِ بدحال برخورد کنیم؟	۱۱۷
فصل بیست‌وهشتم: چطور از خستگی «تولید محتوا» نجات پیدا کنیم؟	۱۲۱
فصل بیست‌ونهم: فضای مجازی و آسیب‌های اجتماعی؛ چشم‌هایمان را باز کنیم	۱۲۳
فصل سی‌ام: این پایان نیست؛ تازه اولِ راه است	۱۲۷
منابع و مآخذ (کتاب‌نامه دقیق)	۱۳۱
سخن پایانی کتاب	۱۳۴

پیشگفتار: یک اعتراف کوچک

چند سال پیش، خودم گرفتار همان چیزهایی بودم که در این کتاب از آنها سخن گفته‌ام. شاید برایت عجیب باشد که نویسنده یک کتاب درباره مدیریت فضای مجازی، روزگاری غرق در همین فضا بوده و از آن آسیب دیده است. اما راستش را بخواهی، همین گرفتاری‌ها و آسیب‌ها بود که مرا به فکر نوشتن این کتاب انداخت. من نمی‌خواهم از جایگاه یک استاد یا کارشناس با تو حرف بزنم. می‌خواهم مثل یک همراه، که خودش این راه را رفته، تجربه‌هایش را با تو در میان بگذارد.

ساعتها در فضای مجازی می‌گشتم. استوری چک می‌کردم. لایک می‌زدم. کامنت می‌گذاشتم. گوشی را که زمین می‌گذاشتم، احساس پوچی عجیبی مرا فرا می‌گرفت. انگار چیزی از دست داده بودم، اما نمی‌دانستم چیست. یک جور خستگی عجیب، یک بی‌حالی عمیق که ریشه‌اش را نمی‌شناختم. با خودم می‌گفتم مگر چه کار سختی کردم که اینقدر خسته‌ام؟ اما خستگی جسمی نبود؛ خستگی روحی بود، خستگی ذهنی بود، خستگی از هزاران محرک کوچکی که بی‌اختیار به ذهنم هجوم آورده بودند و آرام‌آرام، جانم را می‌گرفتند.

شب‌ها با هزاران فکر پراکنده به رختخواب می‌رفتم و صبح‌ها با همان آشفتگی و دل‌گیری از خواب بیدار می‌شدم. زندگی‌ام شده بود یک چرخه

تکراری خسته‌کننده از نگاه کردن، اسکرول کردن، و خالی شدن. انگار هر روز، قطره‌ای از جانم در این فضای بی‌انتها ناپدید می‌شد. من دیگر از خودم راضی نبودم، از رابطه‌ام با خدا راضی نبودم، از ارتباطم با خانواده راضی نبودم. همه چیز در من داشت فرو می‌ریخت.

یک روز استاد اخلاق به من فرمود: «اگر نتوانی وقت خود را مدیریت کنی، وقت تو را می‌دزدد.» آن جمله ساده، مثل تیری به هدف نشست. تا آن روز فکر می‌کردم منم که دارم از وقت استفاده می‌کنم. اما در واقع، وقت بود که از من استفاده می‌کرد. من افسار زمان را به دست خودش داده بودم و او هم مرا هر جا که می‌خواست می‌کشاند، مثل یک برگ در مسیر سیل.

آن روز بود که فهمیدم فضای مجازی، هم می‌تواند بهترین دستیار یک طلبه باشد، هم خطرناک‌ترین دشمن او. تنها یک چیز این دو را از هم جدا می‌کند: خود من. نه گوشی، نه اینترنت، نه الگوریتم‌ها. همه اینها ابزارند. این خود من هستم که تصمیم می‌گیرم از آنها چطور استفاده کنم. مثل چاقوی تیزی که در دست یک جراح، جان‌بخش است و در دست یک مجرم، مرگ‌آفرین. تفاوت در ابزار نیست، در نیت و اراده انسان است.

این کتاب حرف دل من است. نه یک رساله خشک فقهی، نه یک جزوه مهارتی سرد و بیروح. حرف‌هایی که خودم به آنها رسیده‌ام. بعضی را تجربه کرده‌ام، بعضی را از شکست‌های تلخم آموخته‌ام، و بعضی را از نگاه دقیق به زندگی طلبه‌های موفق و ناموفق اطرافم کشف کرده‌ام. این کتاب، حاصل سالها درگیری من با این جعبه کوچک جادویی است. روزهایی که در آن

غرق بودم و روزهایی که از آن فرار می کردم، تا اینکه بالاخره راه میانه را پیدا کردم. نه ادعای کامل بودن دارد، و نه خود را درمان همه دردها می داند. اما اگر یک جمله از آن به کارت آید و راهگشایت شود، برای من بسی کافی است.

حالا بگذار با تو صادق باشم. نوشتن این کتاب برای من سخت ترین کار ممکن بود. چون مجبور شدم بارها و بارها به خودم نگاه کنم و اشتباهاتم را با همه تلخی شان بپذیرم. بارها پیش آمد که مطلبی می نوشتم و ناگهان یاد روزهایی می افتادم که خودم دقیقاً خلاف آن را انجام می دادم. اما باور کن ارزشش را داشت. حالا نوبت توست. فقط کافی است صفحه ای را ورق بزنی و با من همراه شوی. نیازی به کار خاصی نداری؛ فقط بیا با دلت. بیا با همان دل هایی که گاهی برایش گریه کرده ای، همان دل هایی که گاهی از غربت دین به تنگ آمده اند.

فاطمه نشابوری قلعه شیری

بهار ۱۴۰۵ - تربت جام

فصل اول

فضای مجازی؛ از یک ابزار ساده تا یک عالم پیچیده

چند سال پیش، یکی از دوستان طلبه‌ام که از شاگردان ممتاز حوزه بود، برایم تعریف می‌کرد که یک روز تصمیم گرفت برای مطالعه یک کتاب مهم و عمیق، گوشی خود را خاموش کند و آن را در اتاق دیگری بگذارد. دو ساعت بعد، وقتی با ذهنی باز و آرام و قلبی سبک به سراغ گوشی رفت تا ببیند چه خبر است، با صحنه‌ای روبرو شد که او را عمیقاً به فکر فرو برد: ۴۷ پیام و اعلان روی صفحه نقش بسته بودند. پیام‌هایی از گروه‌های مختلف، اعلان‌های شبکه‌های اجتماعی، ایمیل‌های تبلیغاتی، و چند تماس از دست رفته. با خودش گفت: «چه می‌شود اگر یک روز کامل را بدون این وسیله بگذرانم؟ آیا واقعاً به همه این پیام‌ها نیاز دارم؟ آیا این همه سر و صدا، ارزش از دست دادن تمرکز را دارد؟»

راستش را بخواهید، من هم روزهای زیادی را تجربه کرده‌ام که دقیقاً همین حس به من دست داده. روزهایی که گوشی را زمین می‌گذارم و با خودم فکر می‌کنم کاش می‌توانستم یک روز تمام را بدون این جعبه کوچک زندگی

منبر در قاب: رسالت طلبگی در جهان مجازی

کنم. اما وابستگی‌ام آنقدر زیاد بود که حتی یک ساعت هم برایم سخت می‌نمود. شاید شما هم این حس را تجربه کرده‌اید. آن لحظه‌ای که ناگهان متوجه می‌شوید نیم ساعت است که بی‌هدف در یک پیج یا کانال خاصی در حال گشت‌وگذار هستید، بدون اینکه حتی به خاطر بیاورید چطور وارد آن شدید و اصلاً برای چه به آنجا رفته بودید.

این اتفاق برای همه ما کم و بیش پیش آمده. آن حس که انگار هزاران رشته نامرئی، ما را به یک جعبه کوچک متصل کرده و هر لحظه ممکن است یکی از آنها بکشد و ما را به سمت خودش بکشاند، بی‌اختیار. اما این «جعبه» که ما آن را گوشی هوشمند می‌نامیم، واقعاً چیست؟ آیا یک وسیله ساده است، مثل یک خودکار یا یک کتاب؟ یا چیزی فراتر از یک ابزار، چیزی شبیه به یک جهان دیگر؟ آیا می‌توانیم آن را فقط یک وسیله ارتباطی بدانیم، در حالی که هر لحظه زندگی‌مان را تحت تأثیر قرار می‌دهد، خلق‌وخوی ما را تغییر می‌دهد، روابط‌مان را سرد یا گرم می‌کند، و حتی باورهای عمیق‌مان را شکل می‌دهد و تغییر می‌دهد؟

بگذارید یک خاطره دیگر هم برایتان بگویم. یک شب، پس از یک هفته کاری فشرده و درگیرهای ذهنی، خانواده دور هم جمع شده بودیم. همه اعضای خانواده، از پدر و مادر گرفته تا برادرها و خواهرها، هر کدام در گوشه‌ای نشسته بودند و با گوشی‌هایشان کار می‌کردند. من هم در میان آنها بودم، غرق در یک مطلب اینستاگرامی که به نظرم جالب و سرگرم‌کننده آمده بود.

ناگهان پدرم که معمولاً اهل گلایه نیست، با لحنی که بوی دلخوری و غم می‌داد، گفت: «همه دور هم جمع شده‌ایم، اما انگار هرکس در دنیای خودش است. هیچکس به دیگری نگاه نمی‌کند. ما کنار هم هستیم، اما با هم نیستیم.»

آن شب، وقتی گوشی را کنار گذاشتم و به اطراف نگاه کردم، دیدم چقدر این وسیله کوچک، میان ما و عزیزانمان دیوار کشیده است. دیواری نامرئی، اما بسیار بلند و ضخیم. همان لحظه تصمیم گرفتم که این ابزار را دیگر فقط یک وسیله نبینم. برایم روشن شد که فضای مجازی یک «عالم» است؛ یک جهان موازی که ما را از جهان واقعی و انسانی دور می‌کند و قوانین خاص و پیچیده خودش را دارد.

اگر از من بپرسید که فضای مجازی چیست، می‌گویم این فضا، تازه‌ترین و عجیب‌ترین «عالمی» است که بشر تا به امروز ساخته است. شاید در ابتدا برایتان سؤال پیش بیاید که چرا من از کلمه «عالم» استفاده می‌کنم، در حالی که بسیاری آن را فقط یک «ابزار» می‌دانند. پاسخ در این است که «عالم» یعنی یک نظام مستقل با قوانین خاص خود. درست مانند عالم طبیعت که قوانین فیزیک و شیمی دارد، یا عالم ذهن که قوانین روان‌شناسی دارد، فضای مجازی هم قوانین منحصر به فرد خود را دارد که در هیچ عالم دیگری دیده نمی‌شود و قابل قیاس نیست.

بیاید نگاهی به این قوانین عجیب و گاهی ترسناک بیندازیم. اول از همه، «زمان» در فضای مجازی، رفتاری کاملاً متفاوت دارد. تو فکر می‌کنی فقط پنج دقیقه در یک شبکه اجتماعی وقت گذاشته‌ای، اما وقتی سر بلند می‌کنی، می‌بینی دو ساعت از عمرت گذشته است و نمی‌دانی این دو ساعت کجا رفت و با تو چه کرد. این خاصیت کشسانی زمان در فضای مجازی، شاید یکی از بزرگترین شگردهای آن برای به دام انداختن ماست. انگار که یک تونل زمانی در گوشی شما وجود دارد که با هر بار باز کردن آن، شما را به سفری بی‌پایان می‌برد که پايانش را خودتان هم نمی‌دانید.

بارها برای من پیش آمده که با نیت مطالعه یک مطلب علمی یا دینی وارد یک شبکه شده‌ام، اما زنجیره‌ای از ویدیوهای پیشنهادی، کلیک‌های بی‌هدف و مطالب حاشیه‌ای، مرا به جایی کشانده که نه تنها هیچ سودی نداشته، بلکه از هدف اصلی‌ام هم دور شده‌ام و حس پوچی به من دست داده است.

«مکان» هم در فضای مجازی معنی دیگری پیدا کرده است. تو در یک شهر کوچک مثل تربت جام نشسته‌ای، اما با کسی در کانادا، استرالیا، یا حتی کشوری که اسمش را هم نشنیده‌ای، گفتگو می‌کنی و احساس نزدیکی می‌کنی. مرزهای جغرافیایی که قرن‌ها برای بشر یک واقعیت انکارناپذیر بود، در این عالم جدید، به سادگی ناپدید شده‌اند. شما می‌توانی در یک گروه، با افرادی از پنج قاره مختلف هم‌صحبت شوی، تجربیاتت را به اشتراک بگذاری، و از نظرات آنها استفاده کنی. این گستردگی، در هیچ دوره تاریخی برای بشر

ممکن نبوده است. حتی در دوران اوج امپراتوری‌های بزرگ، ارسال یک نامه از شهری به شهر دیگر، هفته‌ها و گاه ماه‌ها طول می‌کشید. اما حالا، در یک چشم به هم زدن، صدها پیام رد و بدل می‌شود و اخبار لحظه‌ای به همه جای جهان می‌رسد.

یک نفر می‌گفت فضای مجازی مثل یک خیابان شلوغ است. هم می‌شوی به آن طرف بروی و کار خیر بکنی، هم ممکن است توی یک کوچه پس‌کوچه، دزدی یا مزاحمتی ببینی. خیابان که بد نیست، این ما هستیم که یا مراقبیم یا غافل. این حرف از بسیاری جهات درست است، اما یک تفاوت اساسی میان خیابان واقعی و فضای مجازی وجود دارد: در خیابان، همه چیز روبروست. چشم‌هایت می‌بینند، گوش‌هایت می‌شنوند، و حواس پنجگانه‌ات، تو را در جهان واقعی راهنمایی می‌کنند. اما در فضای مجازی، بسیاری از چیزها پشت یک صفحه شیشه‌ای پنهان است. شما صدای گوینده را می‌شنوی اما نمی‌دانی که او چه حالی دارد، چشمانش چه می‌گوید، یا آیا اصلاً همان کسی است که ادعا می‌کند. چهره‌ای را می‌بینی که شاید ده سال پیش گرفته شده باشد. مطلبی را می‌خوانی که نویسنده آن یک ربات است یا یک فرد با هویت جعلی. این پنهان‌کاری، فضای مجازی را به عجیب‌ترین و در عین حال خطرناک‌ترین عالمی تبدیل کرده که بشر تا کنون تجربه کرده است.

شاید به همین خاطر است که بسیاری از ما، گاهی در آن «جا می‌مانیم». یعنی قوانینش را نمی‌دانیم، آفاتش را نمی‌شناسیم، و در نتیجه، مانند یک