

هدف کلی: آشنایی با هدف آفرینش انسان مبتنی بر انسان شناسی و خداشناسی و توانایی تبیین آن

اهداف آموزشی

توانایی تبیین ویژگی های انسان در حوزه کمال و کمال طلبی
توانایی تبیین علت تمایز و تفاوت اهداف انسان از سایر موجودات
توانایی تبیین نسبت میان هدف برتر زندگی و اهداف جامع



طراح: مجتبی محمودی
دبیر دین و زندگی شهرستان ایذه
سال تحصیلی: ۱۴۰۰-۱۳۹۹

هدف زندگی

درس اول

«... در عالم یک چیز است که آن فراموش کردن نیست؛ اگر جمله چیزها را فراموش کنی و آن را فراموش نکنی، تو را باک نیست و اگر جمله را به جا آری و آن را فراموش کنی، هیچ نکرده باشی؛ همچنان که پادشاهی تو را به ده فرستاده برای کار معین، توفیقی و صد کار دیگر گزاردی، چون آن کار را که برای آن رفته بودی نگزاردی، گویی که هیچ نگزاردی. پس آدمی درین عالم برای کاری آمده است، و مقصود آن است، چون آن نمی گزارد، پس هیچ نکرده باشد.

اگر تو گویی اگر چه آن کاری که خدا مرا برای آن آفریده نمی کنم، در عوض، چندین کار دیگر انجام می دهم، گویم آدمی را برای آن کارهای دیگر نیافریده اند. همچنان باشد که توشمشیر جواهر نشانی که قیمت نتوان بر آن گذاشت. و تهادر خزان ملوک از آن بتوان یافت. آورده باشی و آن را ساطور گوشت گندیده ای کنی و یاد دیگر زین را بیاوری و در آن شلغم پیزی و بگویی که من اینها را معطل نگذاشته و به کار گرفته ام! جای افسوس و خنده نباشد؟

حق تعالی نیز تو را ارزش بسیار داده است. پس ببین که برای چه تو را خلق کرده و برای چه کار فرستاده است»!

جهان هدفمند

پاسخ

سوال ← چرا در پس خلقت تک تک موجودات این جهان هدفی وجود دارد؛ (زیرا خالق آنها خدایی حکیم است؛ یعنی خدایی که هیچ کاری را بیهوده انجام نمی دهد)؟ **نکته** ۱
 و آفرینش جهان را «حق» می داند. از آن جمله می فرماید: **پیام ایه:** هدفمند بودن خلقت جهان آفرینش

سوال ← ایه وَ مَا خَلَقْنَا السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ

و ما آسمانها و زمین

وَ مَا بَيْنَهُمَا لِاعْبِيْنَ

و آنچه بین آنهاست را به بازیچه نیافریدیم،

مَا خَلَقْنَاهُمَا إِلَّا بِالْحَقِّ دَلَالَتِ بِر چه موضوعی دارد؟ آنها را جز به حق خلق نکردیم. ۱

نکته مهم ← **حق بودن آفرینش آسمانها و زمین به معنای هدف دار بودن خلقت آنهاست** (این آیه به خوبی دلالت بر این دارد که جهان آفرینش بی هدف نیست و هر موجودی بر اساس برنامه حساب شده ای به این جهان گام نهاده است و به سوی هدف حکیمانه ای در حرکت است)

* فیلم (۱)

بعد از دیدن این فیلم کوتاه که از سوی سازمان ناسا تهیه شده است، احساس خود را بیان کنید.
 (تمامی فیلم هایی که در این کتاب معرفی می شوند، در سایت گروه قرآن و معارف اسلامی به آدرس <http://quran-dept.talif.sch.ir> در بخش «فیلم های کوتاه» موجود است).

انسان نیز مانند موجودات دیگر، از این قاعده کلی جدا نیست و قطعاً هدفی از آفرینش او وجود داشته است. و گام نهادن او در این دنیا، فرصتی است که برای رسیدن به آن هدف به او داده شده است. از این رو، حضرت علی علیه السلام هر گاه که مردم را موعظه می کرد، معمولاً سخن خود را با این عبارات آغاز می کرد:

ای مردم ... هیچ کس بیهوده آفریده نشده تا خود را سرگرم کارهای لَهو کند و او را به خود وا نگذاشته اند تا به کارهای لغو و بی ارزش پردازد. ۲
 سخن امام علی علیه السلام در رابطه با هدفمند بودن خلقت انسان

البته میان هدف انسان و موجوداتی همچون حیوانات و گیاهان، تفاوت هایی وجود دارد. تفاوت هایی که به ویژگی های خاص انسان و تمایز او از سایر موجودات باز می گردد. برخی از این تفاوت ها عبارت اند از:

۱- انسان خود باید هدف از خلقت خود را بشناسد و آن را انتخاب کند و به سوی آن گام بردارد؛ در حالی که گیاهان به صورت طبیعی و حیوانات به صورت غریزی به سوی هدف خود حرکت می کنند. مثلاً

۱- سوره دخان، آیات ۲۸ و ۲۹
 ۲- نهج البلاغه، حکمت ۳۷۰
 * فیلم های کوتاهی که در برخی درس ها قرار داده شده است، صرفاً جهت یادگیری هر چه بهتر درس می باشد و نباید از محتوای آن در ارزشیابی مستمر و پایانی سؤال طراحی شود.

دانه گندم به صورت طبیعی در جهت رسیدن به هدف نهایی خود یعنی تبدیل شدن به خوشه‌ای با ده‌ها دانه حرکت می‌کند و یا نهال کوچک خرما در مسیر رسیدن به نخلی تنومند پیش می‌رود.

۲- انسان برخلاف حیوانات و گیاهان که استعدادهای محدود مادی دارند، مجموعه‌ای فراوان از استعدادهای مادی و معنوی است. به همین دلیل، به دنبال انتخاب هدف‌هایی است که از طریق آن، استعدادهای گوناگون خویش را به کمال رساند.

۳- انسان دارای روحیه‌ای بی‌نهایت طلب است و عطش او در دستیابی به خواسته‌هایش نه تنها کم نمی‌شود، بلکه روز به روز افزون می‌گردد. او به دنبال چیزی است که هرگز پایان نمی‌پذیرد و تمام نمی‌شود. این (انسان بی‌نهایت طلب، در زندگی خود همواره در حال انتخاب هدف است؛ هدف‌هایی پایان‌ناپذیر و تمام‌نشده‌نی. درحالی که حیوانات و گیاهان هدف‌های محدودی دارند و هنگامی که به سرحدی از رشد و کمال می‌رسند، متوقف می‌شوند؛ چنان‌که گویی راهشان پایان یافته است.)²

2- تفاوت انتخاب هدف در انسان بی‌نهایت طلب با حیوانات و گیاهان در چیست؟

اختلاف در انتخاب هدف

وقتی به دنیای انسان‌ها می‌نگریم، با دنیای حیرت‌انگیزی مواجه می‌شویم؛ چنان اختلافی در هدف‌ها وجود دارد که ابتدا سردرگم می‌شویم که به‌راستی، کدام انتخاب درست و همسو با میل بی‌نهایت طلب انسان و استعدادهای فراوان مادی و معنوی اوست و کدام یک این گونه نیست؟ کسانی به دنبال پول و ثروت‌اند، برخی دل به کشف اسرار جهان سپرده‌اند، برخی به دنبال جاه و مقام‌اند، دسته‌ای خدمت به خلق را سرلوحه زندگی خود قرار داده‌اند، گروهی به هنرمندی و نقش‌آفرینی در عرصه‌های هنری می‌اندیشند، گروهی نیز در آرزوی قهرمانی در ورزش، پیوسته می‌کوشند و

فعالیت کلاسی

به نظر شما منشأ این اختلاف‌ها در انتخاب هدف چیست؟

این اختلاف ریشه در نوع تفکر و نگرش انسان دارد

3 (هرکس با بینش و نگرش خاص خود به سراغ هدفی می‌رود. اگر کسی چنین بیندیشد که کمک به دیگران ارزشمند است و می‌تواند روحیه بی‌نهایت طلب او را سیراب کند و پاسخگوی استعدادهای گوناگونش باشد، می‌کوشد به دیگران کمک کند. کسی هم که فکر می‌کند با داشتن شهرت می‌تواند به این نتایج برسد، همه زندگی خود را در مسیر رسیدن به شهرت قرار می‌دهد. پس این اختلاف در هدف‌ها، ریشه در نوع نگاه و اندیشه انسان دارد.)³

3- منشأ و علت اختلاف انسانها در انتخاب هدف چیست؟ با ذکر مثال توضیح دهید؟



معیارهای انتخاب هدف های اصلی

با توجه به تفاوت نگاه و اندیشه انسان ها، برای اینکه بتوانیم با نگاهی درست، هدف های خود را انتخاب کنیم، نیازمند معیار و ملاک هستیم: (معیاری که بتوانیم به وسیله آن، هدف های همسو با میل بی نهایت طلب و استعداد های متنوع انسان را مشخص کنیم. بدین وسیله، هدف های زندگی را به درستی بر خواهیم گزید و عمر خود را برای رسیدن به آنها صرف خواهیم کرد.)
 خدای رحیم و مهربان که از همه به ما مهربان تر و از خود ما به نیاز های ما آگاه تر است، در این مورد ما را هدایت و راهنمایی کرده و معیار انتخاب هدف را مشخص فرموده و آثار و نتایج آن را نیز یاد آور شده است.

تدبّر

برای رسیدن به معیار های انتخاب هدف، در ترجمه آیات تدبّر کنید و با تأمل در آنها و ارتباط دادن آنها به یکدیگر، پیام های صفحه بعد را تکمیل کنید و آیاتی را که این پیام ها از آنها استخراج می شوند، مشخص نمایید.

■ آن کس که تنها زندگی زودگذر دنیا را می طلبد، آن مقدار از آن را که بخواهیم - و به هر کس اراده کنیم - می دهیم؛ سپس دوزخ را برای او قرار خواهیم داد تا با خواری و سرافکندگی در آن وارد شود.
 سوره اسراء، آیه ۱۸

و آن کس که سرای آخرت را بطلبد و برای آن سعی و کوشش کند و مؤمن باشد، پاداش داده خواهد شد.
 سوره اسراء، آیه ۱۹

■ بعضی از مردم می گویند: خداوندا به ما در دنیا نیکی عطا کن. ولی در آخرت هیچ بهره ای ندارند.

سوره بقره، آیه ۲۰۰

و بعضی می گویند: پروردگارا به ما در دنیا نیکی عطا کن، و در آخرت نیز نیکی مرحمت فرما و ما را از عذاب آتش نگاه دار.
 سوره بقره، آیه ۲۰۱

اینان از کار خود نصیب و بهره ای دارند؛ و خداوند سریع الحساب است.
 سوره بقره، آیه ۲۰۲

■ آنچه به شما داده شده، کالای زندگی دنیا و آرایش آن است و آنچه نزد خداست بهتر و پایدارتر است؛ آیا اندیشه نمی کنید؟
 سوره قصص، آیه ۶۰

آیات مرتبط با پیام	پیام
آیه 18 سوره اسراء	<ul style="list-style-type: none"> برخی از هدف‌ها و دل‌بستگی‌ها محدود و پایان‌پذیر هستند و تنها پاسخگوی برخی از استعداد‌های مادی ما هستند.
آیه 18 سوره اسراء	<ul style="list-style-type: none"> اگر کسی این هدف‌ها را به‌عنوان هدف اصلی برگزیند، ممکن است به مقداری از آن برسد.
آیه 18 سوره اسراء	<ul style="list-style-type: none"> اگر کسی فقط این هدف‌ها را انتخاب کند در آخرت هیچ بهره‌ای ندارد
آیه 60 سوره قصص	<ul style="list-style-type: none"> برخی هدف‌ها پایان‌ناپذیر و همیشگی‌اند و پاسخگوی استعداد‌های مادی و معنوی بیشتری در وجود ما هستند.
آیه 19 سوره اسراء	<ul style="list-style-type: none"> اگر کسی این هدف‌ها را به‌عنوان هدف اصلی برگزیند و تلاش کند به هدف خود خواهد رسید.
آیه 19 سوره اسراء و آیه 60 قصص	<ul style="list-style-type: none"> هدف‌های پایان‌ناپذیر همان هدف‌های اخروی هستند.
آیه 18 سوره اسراء و آیه 60 قصص	<ul style="list-style-type: none"> هدف‌های پایان‌پذیر همان هدف‌های دنیوی هستند.
آیه 202 سوره بقره	<ul style="list-style-type: none"> اصل قرار گرفتن هدف‌های اخروی، مانع بهره‌مندی انسان از نعمت‌های دنیایی نمی‌شوند.
آیه 18 سوره اسراء و آیه 20 سوره بقره	<ul style="list-style-type: none"> اگر هدف‌های دنیوی اصل قرار گیرند، مانع رسیدن به هدف‌های اخروی می‌شوند.
<p>نتیجه: برنامه‌ریزی انسان باید دربرگیرنده اهداف اخروی و اهداف دنیوی باشد و به‌گونه‌ای تنظیم شود که اهداف اخروی اصل قرار گیرند و هدف‌های دنیوی فرعی و تابع آنها باشند.</p>	

همان‌طور که با تدبّر در آیات دیدید، اینجا سخن از هدف‌های اصلی و فرعی است، که هر دو خوب می‌باشند و برای زندگی ما ضروری هستند. (مهم این است که هدف فرعی را به‌جای هدف اصلی قرار ندهیم و آن‌قدر به اهداف فرعی دل‌نبنیم که مانع ما در رسیدن به اهداف اصلی شوند و از رفتن به سوی کمالات بازدارند. تلاش برای رسیدن به نعمت‌های دنیا نه تنها بد نیست، بلکه ضروری و خوب است. فقط باید توجه کنیم که برای رسیدن به نعمت‌های دنیا مرتکب گناه نشویم و آن‌قدر سرگرم آنها نباشیم که از زیبایی‌های پایدار بازمانیم.)¹

1- در رابطه با اهداف اصلی و فرعی مهمترین کار چیست؟

فیلم (۲)

- به نظر شما چه چیز باعث شد ادواردو آتیلی، فرزند مدیر و مالک کارخانه‌های اتومبیل‌سازی فیات، فراری و مازراتی و صاحب باشگاه یوتوس به همه این دارایی‌ها پشت کند؟
- ارتباط این فیلم را با بحث هدف‌های اصلی و فرعی بیان کنید.

با دقت در حالات اطرافیان و شنیده‌هایتان از احوال دیگران، فهرستی از اهداف انسان‌های مختلف تهیه کنید و با توجه به آنچه از فعالیت تدبّر آموختید، آنها را در جدول زیر تفکیک کنید.

اهداف و دل‌بستگی‌های اصلی	اهداف و دل‌بستگی‌های فرعی
..... ۱- ۱-
..... ۲- ۲-
..... ۳- ۳-
..... ۴- ۴-
..... ۵- ۵-
..... ۶- ۶-
..... ۷- ۷-
..... ۸- ۸-

۱- فعالیت‌هایی که با علامت (✽) مشخص شده‌اند، فعالیت‌های واگرا هستند و فقط برای ارزشیابی مستمر استفاده می‌شوند و در امتحانات پایانی و آزمون‌های ورودی دانشگاه‌ها نباید از آنها سؤال طرح شود.

برترین هدف

حتماً این مصرع از شعر زیبای مولوی را شنیده‌ای که می‌گوید:

مفهوم مصرع چون که صد آمد نود هم پوش ماست چیست؟

(این مصرع را به صورت یک ضرب‌المثل در جایی که یک چیز، جامع و در بردارنده چیزهای دیگر است، استفاده می‌کنند.)

برخی هدف‌های زندگی، نیز این گونه‌اند؛ (یعنی در بردارنده هدف‌های دیگر نیز هستند و رسیدن به آنها برابر با دستیابی به سایر اهداف نیز هست. به میزانی که این گونه هدف‌ها برتر و جامع‌تر باشند، هدف‌های بیشتری را در درون خود جای می‌دهند.)

سؤال ← اینکه معمولاً آدم‌های زیرک و هوشمند هدف‌های خود را به گونه‌ای انتخاب می‌کنند که به قول معروف «با یک تیر چند نشان بزنند». یعنی چه؟

حال به نظر شما در میان هدف‌های اصلی، برترین و کامل‌ترین هدف کدام است؟ هدفی که رسیدن به آن مساوی رسیدن به هدف‌های دیگر نیز باشد؟ 2- چه زمانی هدفی را که انسان انتخاب کرده است، کامل تر است؟

2) با توجه به دو ویژگی «متنوع بودن استعدادهاى انسان» و «بی‌نهایت طلبی او»، اگر هدفی را که انتخاب می‌کنیم، بهتر بتواند پاسخگوی این دو ویژگی باشد، آن هدف، کامل تر است (بنابراین برترین هدف اصلی ما آن هدفی است که همه استعدادهاى متنوع ما را دربرگیرد و در جایی متوقف نشود و نهال وجود ما را به درختی پربار و زیبا تبدیل کند به طوری که سراسر وجود ما را شادایی، بالندگی و شور و نشاط فرا گیرد.) 3

3- برترین هدف اصلی ما کدام هدف است؟

امیرالمؤمنین علی علیه السلام را ببینید! ایشان رشد و تکامل خود را زیر نظر و با تربیت پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله آغاز کرد و جلوه‌گاه همه کمالات و زیبایی‌ها شد. وقتی به شخصیت ایشان می‌نگرید، می‌بینید که ایشان در میدان علم و دانش، رشادت و جنگاوری، سخنوری و خطابه، مهربانی و دوستی، پهلوانی و جوانمردی، نیایش و عبادت، حق‌طلبی و عدالت، پس از رسول خدا صلی الله علیه و آله بی‌نظیر است. راستی ایشان چه چیزی را مقصود و هدف خود قرار داده که به همه این زیبایی‌ها دست یافته است؟

فیلم (۳)

بعد از دیدن این فیلم کوتاه، به سؤال زیر پاسخ دهید:

خدا ما را خلق کرد تا به کجا برسیم؟

هر کس اندکی تأمل کند، می بیند که در ذات خود در جست و جوی سرچشمه خوبی ها و زیبایی هاست و تا به آن منبع و مبدأ نرسد، آرامش نیافته و از پای نخواهد نشست. (این سرچشمه، همان خداوند است که خالق همه کمالات و زیبایی هاست؛ او که خود نامحدود است و کمالات و خوبی هایش حد و اندازه ندارد. هر کمال و خوبی از او سرچشمه می گیرد و در جهان گسترده می شود.)

پس مقصود و هدف نهایی ما خداوند است. به راستی جز او چه کسی و چه چیزی می تواند برترین و اصلی ترین هدف ما باشد؟ چه کسی جز او می تواند روح پایان ناپذیر انسان را سیراب کند و زمینه شکوفا شدن استعداد های متنوع مادی و معنوی انسان را فراهم آورد؟ اگر روح انسان بی نهایت طلب است و خوبی ها را به صورت بی پایان می خواهد، شایسته است که تنها تقرب و نزدیکی به خدای بزرگ مقصد

نکته مهم

2- نزدیکی و تقرب به خدای بزرگ به چه معناست؟

2) البته نزدیکی و تقرب به خداوند، نزدیکی مکانی و ظاهری نیست. چه بسا دو نفر در یک مکان در کنار هم باشند ولی هیچ نزدیکی به هم احساس نکنند. نزدیکی به خدا یک نزدیکی حقیقی است، همان طور که دوری از او هم بدترین نوع دوری است. خدا سرچشمه زیبایی ها و خوبی هاست و انسان ها به میزانی که زیبایی ها و خوبی ها را کسب کنند به خدا نزدیک تر می شوند. 2

3) افراد زیرک با انتخاب خدا به عنوان هدف اصلی خود، هم از بهره های مادی زندگی استفاده می کنند و هم از آنجایی که تمام کارهای دنیوی خود را در جهت رضای خدا انجام می دهند، جان و دل خود را به خداوند نزدیک تر می کنند و سرای آخرت خویش را نیز آباد می سازند. 3

پیام آیه: برای رسیدن به نعمت و پاداش دنیا و آخرت باید هدف اصلی ما خداوند باشد

مَنْ كَانَ يُرِيدُ ثَوَابَ الدُّنْيَا

فَعِنْدَ اللَّهِ ثَوَابُ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ

هر کس نعمت و پاداش دنیا را بخواهد

نعمت و پاداش دنیا و آخرت نزد خداست. 1

البته این هدف، به همان میزان که بزرگ و ضامن خوشبختی ماست، همت بزرگ و اراده محکم می طلبد؛ همان طور که دستیابی به گوهر های گران قدر دریاها، پشتکاری شگرف می خواهد.

ای دوست، شکر بهتر یا آن که شکر سازد؟
خوبی قمر بهتر، یا آن که قمر سازد؟
ای باغ تویی خوش تر یا گلشن و گل در تو؟
یا آن که برآرد گل، صد نرگس تر سازد؟

این در حالی است که موفقیت و رستگاری ما تنها از طریق رشد متناسب همه استعدادهایمان میسر می‌شود و این امر وقتی تحقق پیدا می‌کند که ما در طول زندگی خود در مسیری قدم برداریم که در آن مسیر بتوانیم همه استعدادهای خود را شکوفا کنیم و نقایص و کاستی‌هایمان را برطرف کنیم. و این مسیر همان مسیر قرب به خداست که جامع و دربردارنده همه خوبی‌ها و کمالات است؛ زیرا خداوند خود کامل است و همه خوبی‌ها را در حد کمال خود دارد و کسی که در مسیر نزدیک شدن به او گام بردارد، می‌تواند رنگ و بویی خدایی بگیرد و همه استعدادهای خود را به صورت متناسب رشد دهد.

صِبْغَةَ اللَّهِ وَ مَنْ أَحْسَنُ مِنَ اللَّهِ صِبْغَةً وَ نَحْنُ لَهُ عَابِدُونَ

رنگ خدایی بپذیرید و چه رنگی از رنگ خدایی بهتر است و ما تنها او را عبادت می‌کنیم.^۱

۱- این مصرع درجایی به کار می‌رود که یک چیز، دربردارنده چیزهای دیگر است، حال اگر ما خداوند را به عنوان برترین هدف در زندگی خویش قرار دهیم می‌توانیم به سایر اهداف نیز دست پیدا کنیم

اندیشه و تحقیق

۱- شعر «چون که صد آمد، نود هم پیش ماست» چه ارتباطی با موضوع هدف زندگی دارد؟

۲- دلیل بیاورید :

الف) زیرک‌ترین افراد این جهان، مؤمنان هستند. زیرا خداوند را به عنوان هدف اصلی زندگی خود انتخاب کرده‌اند

ب) کسی که هدف اصلی زندگی خود را ثروتمند شدن قرار دهد، دچار خسران می‌شود.

۳- شخصی می‌گوید: «لازمه تقرب به خدا این است که کارهایی مانند کسب مال و ثروت که از امور

فرعی هستند، کنار گذاشته شود» با او موافقید یا خیر؟ چرا؟ خبر، اهداف اصلی و فرعی هر دو خوب هستند، مهم این است که ما هدف فرعی را به جای هدف اصلی قرار ندهیم و به اهداف فرعی دل نبندیم

۴- حکایت زیر را بخوانید و با توجه به آن به سؤال پاسخ دهید.

«مسافری در سفر خود به یک دو راهی رسید. از پیرمردی که در آنجا نشسته بود پرسید: من از

کدام یک از این دو راه باید بروم؟ پیرمرد گفت: قصد داری به کجا بروی؟ مسافر جواب داد: نمی‌دانم!

پیرمرد گفت: وقتی نمی‌دانی به کجا می‌خواهی بروی، تفاوتی نمی‌کند که کدام راه را انتخاب کنی!»

به نظر شما این حکایت، با کدام یک از بخش‌های درس در ارتباط است؟ چرا؟

داشتن برترین هدف در زندگی، زیرا فردی که در زندگی خود هدفی نداشته باشد، نمی‌تواند برای زندگی خود برنامه ریزی کند و همه عمر گرانبهای خود را به باد می‌دهد

با توجه به آیه ۳۷ سوره سبأ بیان کنید که خداوند چه چیز را عامل قُرب انسان‌ها به خود می‌داند؟

مخاطب	انتشارات	نویسنده	نام کتاب
معلم	کانون اندیشه جوان	عبدالله نصری	۱- فلسفه خلقت انسان
دانش‌آموز / معلم	جامی	ژرژ گاموف	۲- راز آفرینش جهان
دانش‌آموز / معلم	آستان قدس رضوی	جان هاتون	۳- در جست‌وجوی خدا
دانش‌آموز	بنیاد شهید چمران	شهید مصطفی چمران	۴- خدا بود و دیگر هیچ
معلم	بوستان کتاب	سید رضا صدر	۵- نشانه‌هایی از او