

■ روزنامه فرهنگی، اجتماعی صبح ایران ■ صاحب‌امتیاز: سازمان صداوسیمای جمهوری اسلامی‌ایران ■ نخستین موسسه فرهنگی مطبوعاتی کشور دارای گواهینامه بین‌المللی ISO9001:2008

حدیث روز: از امام حسن(ع) سؤال شد: توانگری چیست؟ فرمود: خرسندی به روزی تقسیم شده‌که نصیبش شده، هرچند کم بوده باشد.

پلک احساس: دلبرو یار من تویی رونق کار من تویی باغ و بهار من تویی بهر تو بود بود من

اوقات شرعی:
اذان ظهر: ۱۷/۵۳ غروب آفتاب: ۱۶/۵۱
اذان مغرب: ۱۷/۱ نیمه‌شب شرعی: ۲۳/۸۹
اذان صبح (فردا): ۵/۲۶ طلوع خورشید(فردا): ۶/۵۵

شنبه ۹ آذر ۱۳۹۸ | ۳ ربیع‌الثانی ۱۴۴۱ | ۲۰ صفحه | سال بیستم - شماره ۵۵۳۷ | استان تهران و البرز ۲۰۰۰ تومان - دیگر استان‌ها ۱۰۰۰ تومان | Saturday - 2019 November 30

■ شایه: ۳۵-۱۱۷۳۵۰۰-۳۶۳۷۰
■ پایگاه اطلاع‌رسانی: www.jamejamdaily.ir
■ پست الکترونیکی: info@jamejamdaily.ir

تهران، بلوار میرداماد، جنب مسجد الغدیر، شماره ۳۹

تلفن: ۰۲۱ - ۲۳۰۴۰۰۰ | دوزنگار تحریریه: ۲۲۲۴۶۲۵۲

سازمان شهرستان‌ها: ۴۵۸۹۷ | کد پستی: ۱۹۱۶۱۸۴۱۳۰

امور مشترکین: ۴۴۲۶۹۳۰ | سازمان آگهی‌ها: ۴۹۱۰۵۰۰۰

پیامک: ۰۳۰۰۱۱۲۴۰ | روابط عمومی: ۲۲۲۶۲۱۴۲

چاپ: به‌صورت همزمان در تهران و شهرستان‌ها (چاپخانه‌های روزنامه جام‌جم)

پیش‌بینی آب و هوا یکشنبه



تهران

۱۶ / ۶



ایلام

۱۵ / ۳



بوشهر

۲۴ / ۱۵



تبریز

۱۱ / ۳



رشت

۱۹ / ۱۰



زاهدان

۲۰ / ۳



زنجان

۱۰ / -۱



همدان

۱۲ / ۰

خودنویس
علیرضا رافتی
روزنامه‌نگار

✎ شیشه جلوی ماشین‌گوش تا گوش شکسته است. از گوشه بالا سمت راست. آنجا که کاغذ چسبانده‌اند نرخی مصوب‌کرایه انقلاب به آزادی فلان ریال . بگیر و همین‌طور بیا تا گوشه پایین سمت چپ و از گوشه پایین سمت چپ شیشه بگیر تا صورت راننده و چانه‌اش و از آنجا تا قفسه سینه... دروغ چرا؟ پلپور دست بافتش نگذاشت بفهمم شکستگی شیشه تا کجای قفسه سینه‌اش ادامه پیدا کرده است. یک پلپور دست بافت با کاموای سبز و زرد تیره تنش کرده که یقه گرد تیشرت قرمزاش از زیر یقه پلپور بیرون زده. پلپوراش جوری شل و وا رفته بر تنش نشسته که پوشیدنش فقط یک دلیل می‌تواند داشته باشد؛ بافت دست کسی باشد که دوستش دارد.



سر صبح چای ناشتا را که سر کشیدم اول سوییج ماشین را از روی میز برداشتم، اما بعد خبر آلودگی هوا را که روی صفحه‌گوشی خواندم تصمیم گرفتم با تاکسی بروم سر کار. دست‌کم این‌طور خیالم راحت است که آه پیرزنی که بر اثر آلودگی هوا یک‌روز کمتر زندگی کرده نمی‌نشیند روی زندگی‌ام. با خودم گفتم من مسوؤل همه ماشین‌های شهر و کارخانه‌های آلوده‌سازی هوا نیستم. من مسوؤل همین پژوی مدل هشتاد و هفت هستم و می‌توانم به سه‌م خودم روشنش نکنم.

سعی می‌کنم سرم را بباندام پایین و به رویه‌رو نگاه نکنم. شکستگی شیشه جلو روی اعصابم است، اما راننده‌جوری به خیابان خیره مانده و رانندگی می‌کند که انگار این رد ترک روی شیشه جزئی عادی از نمای دید هر روزش است. نمی‌دانم نبود تاکسی اول صبح دلیل خوبی برای سوار شدن این پراید شکسته بود یا نه اما یا خودم فکر می‌کنم، چرا این مرد مثل من تصمیم نگرفته که به نوبه خودش ماشینش را در روز آلوده تهران خاموش نگه دارد.

خودم را جای مرد می‌گذارم. در روزی که شاخص آلودگی هوا از مرز سوزش چشم و گلو گذشته و به مرز احتضار روح رسیده باید دلیل موجهی داشته باشی که صبح تا شب خیابان را نفس بکشی. صبح که پلپور دست بافت همسرت را می‌پوشی و پیشانی دخترت را در خواب می‌بوسی به چه فکر می‌کنی؟ به این که شب که به خانه برگردی و دخترت سلام کند، قبل از سلامش و کلامش دهانش را می‌بینی. اگر یک نان سنگک را لای روزنامه نیپیچیده باشی تا بوی نان تازه و جوهر نامرغوب را به خانه برسانی روی کلید توی در انداختن راننداری.

با خودم فکر می‌کنم روا نیست آه آن پیرزنی که بر اثر آلودگی هوا یک‌روز کم‌تر زندگی می‌کند بنشیند روی زندگی مردی که مجبور است هر روز با بنزین آزاد ماشینش را راه بیندازد. از شیشه بغل به شهر نگاه می‌کنم. هوا آن قدر آلوده است که نمی‌توانم درست ببینم آه پیرزنی که یک‌روز کم‌تر زندگی می‌کند کجا نشسته است. ✎

گفت‌وگو با عباس حسین نژاد درباره زنده‌یاد ابوالفضل زرویی نصرآباد

آقای نصرآباد شما هنوز زنده‌اید!

✎ طاهره آشتیانی
روزنامه‌نگار

سال گذشته به مناسبت درگذشت زنده‌یاد ابوالفضل زرویی نصرآباد در همین صفحه و همین‌جا مصاحبه‌ای از او بازنشر کردیم که هفده سال قبل با روزنامه جام‌جم انجام داده بود با این تیترو: می‌ترسم بمیرم و کسی یادم نباشد! تیترو غم‌انگیزی بود که از متن مصاحبه انتخاب شده بود. الان که آن مصاحبه را دوباره خواندم و یک سال از درگذشت آقای طنز ایران گذشته، متوجه شدم که جواب‌هایش چقدر تلخ بوده، هجده سال قبل! و در همه این سال‌ها چرا کمتر کسی فکری کرد برای اندوه مردی که به طنازی شهرت دارد؟ آنقدر این اندوه و غم را ندیدند تا زرویی نصرآباد در ۱۱ آذر ۹۷ پشت میز کارش در تنهایی، انزوا و خلوت خود خواسته از دنیا رفت و دو روز بعد او را یافتند، اول برادرش او را دید و بعد دوستانش؛ در حال کتاب خواندن از این دنیا به دنیایی حتما بهتر مهاجرت کرده بود.

در سالگرد درگذشت این طنز از بی‌ظنری یک روز قبل سالم‌گرش با یکی از نزدیک‌ترین دوستانش؛ عباس حسین نژاد هم‌صحبت شدم تا به آقای زرویی نصرآباد بگویم، تترسید آقای نصرآباد، شما یک‌سال است، رفته‌اید، اما ما شما را فراموش نکرده‌ایم، نگران سال‌های بعد هم نباشید شما همیشه در خاطره‌ها زنده خواهید بود. نه به این دلیل که نویسنده بوده‌اید، نه به این دلیل که پژوهشگر بوده‌اید، نه به این دلیل که بهترین طنزها را نوشته‌اید... همه اینها در فرع ماجرا هستند، شما در تاریخ کشور ما زنده می‌مانید چون معروفید به «مهربانی». دوستانتان این خصلت شما را برای دیگران بازگو می‌کنند و این ویژگی منحصر به فرد سینه به سینه نقل و بازگو خواهد شد و شما جاویدان خواهید ماند به نام نامی (محبت).

در توصیف این ویژگی منحصر به فرد که روزبه‌روز در دنیای امروز ما نایاب‌تر می‌شود همین بس که وقتی از دوست دیرینه شما، آقای حسین نژاد می‌خواهم شما را از زاویه نگاه خودش توصیف کند، می‌گوید: پشت آن سیبل‌ها، مادری مهربان زندگی می‌کرد که همه را دوست داشت، به شدت و حدت مهر مادری.

شنا با نهنگ غواص

یک عکاس در اقدامی ماجراجویانه با نهنگ‌ها در اقیانوس آرام جنوبی شنا کرد و عکس‌های خیره‌کننده‌ای از فاصله نزدیک از این آفریbian غول‌پیکر گرفت.

به گزارش فرارو، گرانت توماس این کار را در آب‌های مجمع‌الجزایر تونگا در اقیانوس آرام جنوبی انجام



نقش زنده

باور کن چیزی توی چای نریخته‌ام. بوی گل و گیاه رومی‌زی است، آن موقع هم که نسیم می‌خورد توی صورتت باور نکردی که پنجره را باز نکرده‌ام و نسیم باغ گل فرش است که می‌وزد. تو که همه نقش و نگارهای خانه‌ات ماشین‌نی است نباید هم باور کنی. روی فرش که ماشین یافته رومی‌زی که دست‌گاه چاپ کرده نباید هم عطر چای را بفهمی. دست آدمیزاد فرق دارد. دروح دارد. دست هر آدمی جان و بوی خودش را دارد. پارچه‌های قلمکاری اصفهان هر کدام بوی خاصی می‌دهند. آمیخته‌ای از بوی کتان زنده و چوب گلابی یا زانزالک که نقش‌ها را با آن می‌زنند و بوی دست زده‌ای که نقش را جان می‌بخشند. گل‌های روی این پارچه‌ها زنده‌اند.



عکس: ایرنا

✎ عبیدزمانه

به حسین نژاد می‌گویم، چندین سال قبل از آقای صابری (گل آقا) درباره آینده طنز ایران می‌پرسند، می‌گویند: زنده است و زنده خواهد ماند چون عبید زاکانی زمانه‌ای دارد به نام ابوالفضل زرویی نصرآباد. به نظرتان چرا آقای نصرآباد را به عبید زاکانی تشبیه کرد؟

می‌گویند: عبید زاکانی چند قرن قبل زندگی می‌کرده، اما طنزهای عبید از نظر اخلاقی آن‌طور نباشد که بتوان آنها را جلوی خانواده خواند و تعریف کرد. شاید برخی بگویند عبید بی‌ادب بوده. اما نمی‌توان تیزی و تندری و تاثیرگذاری طنز او را نادیده گرفت. آقای نصرآباد مرزهای اخلاقی را در طنز رعایت می‌کرد. اما قوت قلمش زیاد بود و تاثیرگذاری‌اش بی‌ظنیر هم در شعر طنز مسلط بود هم در نثر. آن قدر این قوت غالب بود و چشمگیر که رهبر معظم انقلاب در یکی از شب‌های شعر بیت درباره یکی از طنزهای نظم آقای زرویی به او گفتند: این خوب است، اما آن نثرتان یک چیز دیگر است. آقای زرویی را به معنای تام کلمه می‌توان کتاب‌بخار دانست. او درباره همه چیز مطالعه می‌کرد، می‌خواند، می‌خواند و می‌خواند. اطلاعاتش خیلی زیاد بود، منظوم از اطلاعات، اطلاعات عمومی و سطحی نیست بلکه معلومات عمیق است. ۳۰ ساله بود

که آقای صابری به او لقب بهترین طنز نویس ایران را داد. استعداد شگرفی داشت و با استفاده از ذوق و قریحه‌اش به نگاه ریزبینش همه اتفاقات را رصد می‌کرد و درباره آنها می‌نوشت؛ عالی هم می‌نوشت، تاثیرگذار و فرارگر. از حسین نژاد درباره خلوت‌گزینی آقای زرویی می‌پرسم، می‌گویند: بدنه فرهنگی و مسؤولان فرهنگی با آقای نصرآباد خوب تا نکرد. از آن همه معلومات و سواد و بینش و دیدگاه از آن قلم بی‌ظنیر استفاده نشد. کم‌کم او به نزا کشیده شد و این اواخر دیگر کاملاً در تنهایی غرق شده بود، حتی تلفنش را هم به ندرت جواب می‌داد. باید به حال خودمان تاسف بخوریم که به شخصیت‌هایی مانند زرویی نصرآباد آنقدر بی‌توجهی می‌کنیم تا از دستشان می‌دهیم و فقط دریغ و حسرت می‌ماند برایمان. از این نویسنده می‌پرسم، آیا آقای نصرآباد برخلاف قلم طنزای که داشتند، درون غمگین و تلخی داشتند؟ می‌گویند کم‌دین‌ها و طنانان چنین هستند:

این‌فعال فرهنگی می‌گوید: از امام‌علی(ع) روایت داریم که می‌گوید: شادی مومن بیرونی است و اندوهش درونی. طنزنویس حتماً بیشتر از دیگران سیاهی‌ها را می‌بیند برای همین می‌تواند به زبان طنز آنها را روایت کند. درون تلخ و غمگین، ذات طنزنویسی است. آقای نصرآباد، طنزای بود که تلخی‌ها را به شیرینی روایت می‌کرد. روحش شاد. ✎

تراکتورهای معترض در خیابان‌های پاریس

کشاورزان و دامداران معترض فرانسوی با تراکتورهای خود به خیابان‌های پاریس و لیون، پایتخت و دومین شهر بزرگ فرانسه آمدند تا این دو شهر را دچار ترافیک شدید کنند. به گزارش فرادید، کشاورزان فرانسوی می‌گویند خریدار محصولات عمده آنها که شرکت‌های زنجیره‌ای بزرگ هستند با آنها ازان حساب می‌کنند و همین محصولات را در فروشگاه‌های زنجیره‌ای خود بسیار گرانتر از قیمت خرید اولیه توزیع می‌کنند. کشاورزان معترض اعلام کرده‌اند که در ماه‌های اخیر در مذاکره برسر قیمت محصولات خود همواره شرکت‌های بزرگ برنده شده‌اند و آنها هم ناگزیرند محصولات خود را به پایین‌ترین قیمت ارائه دهند. در همین راستا هزار کشاورز با تراکتورهای خود خیابان‌های استان ایل دو فرانس به مرکزیت پاریس را مسدود کرده یا با عبور از کمربندی‌های پاریس ترافیک عجیبی در سراسر شهر ایجاد کرده‌اند. این کشاورزان از استان‌های شمالی و غربی به پاریس آمده‌اند. آمارها نشان می‌دهند که بین سال ۲۰۱۰ تا ۲۰۱۸ درآمد این کشاورزان کاهش ۷۵ درصدی داشته و این در حالی است که فروشگاه‌های زنجیره‌ای بزرگ نه تنها کاهش سود نداشته‌اند، بلکه با افزایش درآمد مواجه بوده‌اند.

امروز در تاریخ:

✎ روز بزرگداشت شیخ مفید
✎ تصویب تأسیس بانک ملی توسط مجلس شورای ملی (۱۲۸۵ ش)
✎ مارک تواین، نویسنده آمریکایی (۱۸۳۵م)
✎ درگذشت عبدالباسط محمد عبدالصمد، قاری بزرگ قرآن اهل مصر (۱۹۸۸م)

حکمت ۴۵۷:

✎ دو گرسنه هرگز سیر نشوند، جوینده علم و جوینده مال.



داستان پسر فقیر و دکتر حاذق و چندن

✎ پسر فقیری که برای امرار معاش و تأمین مخارج تحصیل خود جـوراب پشمی می‌فروخت، روزی در اثر عدم فروش اجـناس خود نتوانست غذایی برای

خود تهیه کند. پسر فقیر از شدت گرسنگی در خانه‌ای را زد و به دختر جوانی که گفت کیه، گفت: گرسنه هستم، می‌شود یک تکه نان به من بدهید؟ یک دقیقه بعد دختر جوان درحالی‌که یک ساندویچ بزرگ کنتل در لای نان بربری در دست داشت در خانه را باز کرد و ساندویچ را به پسر فقیر داد. پسر فقیر گفت: ممنونم. چگونه محبت شما را جبران کنم؟ دختر جوان گفت: مادرم به ما یاد داده است که در مقابل محبت توقعی نداشته باشیم.

سال‌ها از آن ماجرا گذشت. روزی زن میانسالی که دچار بیماری سخت و نادری شده بود برای درمان به بیمارستان مرکزی شهر رفت. پزشکان پس از معاینات و آزمایش‌های تخصصی دریافتند زن به یک عمل جراحی سنگین نیاز دارد که کار هرکسی نیست و هزینه آن هم بسیار بالاست و کارتخوان هم ندارند. حادث‌ترین پزشک شهر برای معاینه زن میانسال بر بالین وی حاضر شد و به‌محض دیدن او، وی را شناخت. سپس گفت: من حاضر این زن را عمل کنم.

پزشک حاذق و تیم همراهش طی یک عمل موفقیت‌آمیز ۱۲ ساعته موفق شدند خطر را از زن میانسال دور کنند. وقتی عمل انجام شد و دوران نقاهت یک‌ماهه زن میانسال به پایان رسید، تقاضا کرد صورتحساب دکتر را برایش بیاورند. او یقین داشت که باید خانه و زندگی خود را بفروشد تا بتواند خرج عمل را بدهد. اما در کمال تعجب مشاهده کرد که در صورتحساب عمل او نوشته است: هزینه عمل قبلاً با یک ساندویچ کنتل در لای نان بربری پرداخت شده است. زن میانسال به یاد آورد که وقتی جوان بود پسر فقیری در خانه آنها رازد و بعد از آن‌که او گفت کیه، گفت پسری گرسنه هستم، می‌شود یک تکه نان به من بدهید و یک دقیقه بعد او در حالی‌که ساندویچ کنتل داخل نان بربری در دست داشت در خانه را باز کرد و ... در این لحظه صورتحساب مخارج بیمارستان را نیز برای زن آوردند و زن میانسال خانه و زندگی خود را فروخت و از آنجا که کارتخوان نداشتند به‌صورت نقد هزینه‌های بیمارستان را پرداخت کرد و از بیمارستان مرخص شد و تا پایان عمر نزد مادرش در سلامت کامل زندگی کرد. ✎

یوگا، راهی برای مقابله با افسردگی

تحقیق دانشگاه بوستون نشان می‌دهد انجام یوگا و ورزش‌های تنفسی می‌تواند موجب بهبود علائم افسردگی و اضطراب در بلندمدت و کوتاه‌مدت شود. به گزارش مهر، در این مطالعه ۳۰ بیمار مبتلا به افسردگی به دو گروه تقسیم شدند. هر دو گروه در یوگا آیانگار و تنفس منسجم شرکت کردند و تنها فرقی‌شان در تعداد جلسات آموزشی و خانگی آنها بود. در طول مدت سه ماه، یک گروه ۱۲۳ ساعت و گروه دیگر ۸۷ ساعت را در جلسات شرکت کردند. نتایج نشان داد در طول یک ماه، کیفیت خواب هر دو گروه به شکل قابل توجهی بهبود یافته بود. همچنین آرامش، مثبت اندیشی، خستگی جسمی و علائم اضطراب و افسردگی به شکل قابل توجهی در هر دو گروه بهبود یافته بود. تحقیق نشان داد تلفیق درمان و دارو به مراتب موفقیت‌آمیزتر از به‌کارگیری هر یک از این درمان‌ها به تنهایی است.