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

جام جم

■ شاپا: ۳۶۳۷-ISSN۱۷۳۵
■ پایگاه اینترنتی: www.jjo.ir
■ www.jamejamdaily.ir
■ پست الکترونیکی: info@jamejamdaily.ir

■ تهران، بلوار میرداماد، جنب مسجد الغدیر، شماره ۱۲۹
■ تلفن: ۲۳۰۰۴۰۰۰ - ۰۲۱ ■ دورنگار تحریریه: ۲۲۲۲۶۲۵۲
■ سازمان شهرستان‌ها: ۴۵۸۹۷ ■ کد پستی: ۱۹۱۱۶۱۸۴۱۳
■ امور مشترکین: ۴۴۲۰۲۹۳۰ ■ سازمان آگهی‌ها: ۲۳۰۰۴۰۳۲
■ پیامک: ۳۰۰۰۱۱۲۴۰ ■ روابط عمومی: ۲۲۲۶۲۱۴۲
■ چاپ: به صورت همزمان در تهران و شهرستان‌های اصفهان، اهواز تبریز ساری و همدان (چاپخانه‌های روزنامه جام جم)

شنبه ۱۰ آذر ۱۳۹۷ | ۲۳ ربیع‌الاول ۱۴۴۰ | ۲۰ صفحه | سال نوزدهم - شماره ۵۲۶۱ | استان تهران و البرز ۱۰۰۰ تومان - دیگر استان‌ها ۵۰۰ تومان | Saturday - 2018 Dec 1

حدیث روز: کنزالعمال

پیامبر اسلام (ص):
حق را بگو و در راه خدا از ملامت هیچ ملامت‌گری نهراس.

پلک احساس: مولانا

من مرغ لاهوتی بدم، دیدی که ناسوتی شدم
دامش ندیدم ناگهان در وی گرفتار آمدم

امروز در تاریخ:

- شهادت عالم نستوه و مجاهد آیت‌ا... سیدحسن مدرس به دستور رضاخان و روز مجلس (۱۳۱۶ش)
- لغو قرارداد دارسی مربوط به نفت جنوب توسط ایران (۱۳۱۱ ش)
- روز جهانی مبارزه با ایدز

اوقات شرعی:
اذان ظهر: ۱۱/۵۳ | غروب آفتاب: ۱۶/۵۱
اذان مغرب: ۱۷/۱۱ | نیمه‌شب شرعی: ۲۳/۰۹
اذان صبح (فردا): ۵/۲۷ | طلوع خورشید (فردا): ۶/۵۶

پیش‌بینی آب و هوا یکشنبه

تهران	اهواز	ارومیه	رشت	زنجان	مشهد	قزوین	کرمان
۱۶ / ۷	۲۵ / ۱۴	۱۲ / ۰	۱۳ / ۸	۱۱ / ۰	۱۷ / ۱۴	۱۴ / ۳	۲۰ / ۰

حکمت ۳۴۲: نهج‌البلاغه

بزرگ‌ترین توانگری، چشم نداشتن به مال مردم است.

راپورت‌های میرزا ادریس

قانون بازنشستگی و چسبیدن به میز و آبگوشت ظهر جمعه...

دیروز جمعه از خواب بیدار گشتیم، خشایار در خواب بود. دیشب با عده‌ای از رفقایش گویا در مهمانی‌ای بودند دیر آمد ما هم پا پی‌اش نشدیم که کدام گوری بودی و با که بودی؟ ما به احوالات جوانان فوق‌النهایه مطلعیم و بدان احترام می‌گذاریم به همین دلیل در را از پشت قفل کردیم که یکی دوساعتی در این هوای خنك و مطبوع پشت در عمارت قدم زده و شامی را که حناق کرده، هضم کند بعد در را باز کردیم و آمد کپه مرگش را گذاشت. صبح کمی اسکندرنامه خواندیم و چای نوشیدیم و به خشایار که بیدار شده بود امر فرمودیم آبگوشت بار بگذارد و سنگك و سبزی خوردن ابتیاع کند که ناهار را آبگوشت بزنیم. دیدیم سر می‌جنباند، فرمودیم چه مرگت است؟

عارض شد: قربان مدتی است در ممالك محروسه قانونی گویا رجال سیاسیون وضع فرموده‌اند که بازنشسته‌ها را از کار بازنشست کرده و جوانان بر سرکار امورات مملکتی گذارده شوند.

فرمودیم: بازنشستگی چه صیغه‌ای‌ست؟ در دوره مملکت‌داری ما این خبرها نبود؟

عارض شد: یعنی سن حضرات که بالا برود باید غزل خداحافظی با میز ریاست خوانده و اثاث جمع کرده مرخص شوند.

فرمودیم: خب این چه ربطی به آبگوشت جمعه ما دارد؟

عارض گشتند: همین دیگر تصدقت گردم، شما سن و سالی ازتان گذشته و به استراحت نیاز دارید. طبق قانون مملکت من یومنا هذا بازنشسته شده امورات عمارت همایونی را به ما بسپارید و بعد از این ما دستور می‌دهیم، شما امورات را رتق و فتق کنید.

سر پایین افکنده ریش خارانده چشم گرداندیم یك پاره‌آجر کنار در بود طوری که نفهمد برداشتیم و حیف که پرتاب کردنمان را دید و قسر در رفت اما مرحمتی خدا پاره‌آجر به کمرش خورده و عین مار بیل‌خورده لختی در اتاق به خودش پیچید و بعد در پستوی خودش خزید.

پدرسوخته‌ها چه جلافت‌ها یادگرفته‌اند این امروزی‌ها، آدم اختیار عمارت خودش را هم ندارد!

تاثیر یوگا بر مغز سالمندان

طبق نتایج یك تحقیق، زنان مسنی که یوگا کار می‌کنند دارای ضخامت بیشتر در نواحی مغزی درگیر در حافظه و توجه هستند.

به گزارش مهر، محققان دریافتند حتی در مقایسه با زنان سالم و پرتحرك هم‌سن و سال، معمولا در زنان یوگاکار قشر پیشانی سمت چپ مغز دارای ضخامت قشری بیشتری بود.

این خبر بسیار خوب است، چراکه به گفته محققان، معمولا اختلال شناختی ناشی از افزایش سن با حجم کمتر در مناطق قشری مغز مرتبط با مهارت‌های توجه و کاهش حافظه همراه است.

این یافته‌ها مبتنی بر اسکن مغز حدود ۵۰ زن بوده و هنوز اثبات نشده است که یوگا در تغییر ساختار مغز افراد تاثیر دارد.

به گفته محققان، به نظر می‌رسد تمرین یوگا دارای تاثیرات نوروپلاستیك بر مغز است که می‌تواند به سایر فواید سلامت نظیر خلق و خو و شناخت بهتر منجر شود. نوروپلاستی به توانایی مغز در سازماندهی مجدد خودش و ایجاد اتصالات جدید در بین سلول‌ها در طول عمر اشاره دارد.

به گفته محققان، فواید یوگا بر مغز به خاطر تسکین استرس روزانه بوده یا ممکن است تمرینات یوگا تاثیر مستقیم‌تری بر تناسب مغز داشته باشد.

کافه میرداماد

گفت‌وگو با حجت‌الاسلام اسماعیل پورموسی

روحانی کیاشهری که مهربانی و شادی توزیع می‌کند

لوطی باش اما با وقار!

طاهره آشیانی
روزنامه‌نگار

ساده و بی‌شیله، پیله! شبیه روحانیونی که در محله‌ها و شهرها و روستاها کنار مردم زندگی می‌کنند. اسماعیل پورموسی، ساکن بندر کیاشهر، روحانی تحصیلکرده‌ای است که هم در حوزه درس خوانده و هم در دانشگاه و چند سالی است به خاطر بیماری پدر از قم به زادگاهش بندرکیاشهر که در نزدیکی آستانه اشرفیه است، برگشته و در زمین‌هایش کشاورزی می‌کند و در باغش، درخت مرکبات دارد. دامداری هم می‌کند و باشگاه ورزشی هم دارد. در کنار همه اینها با مردم هم به اصطلاح می‌جوشد و دم خور است. به مشکلات آنها رسیدگی کرده و تا جایی که از دستش برمی‌آید تلاش می‌کند باری از دوش نیازمندان بردارد. او به شادی اعتقاد دارد و تلاش می‌کند شادی در بچه‌ها نهادینه شود و با آنها به بزرگسالی‌شان راه یابد.

با پورموسی که برخی از فعالیت‌هایش را در اینستاگرامش به اشتراك می‌گذارد هم‌صحبت شدیم تا با حال و هوایش بیشتر آشنا شویم.

از باحال بودن این روحانی که متولد سال ۵۸ است همین بس که وقتی می‌پرسم چند تا بچه دارید، می‌گوید: فعلا یکی اما تا چند روز دیگر دومی هم به دنیا می‌آید و الان اختلاف من و همسرم بر سر این است که اسمش را بگذاریم، زینب یا نازنین زهرا! بعد از من می‌پرسد: شما کدام اسم را می‌پسندی؟ می‌گویم: زینب! خوشحال می‌شود و می‌گوید: شما الان کار بسیار نیکی انجام دادی و باعث شدی من به پیروزی نزدیك‌تر شوم!

برای معرفی اندیشه و تفکر خود در اینستاگرام نوشته‌اید: عاشق شکوفه‌های بهارم. عموم مردم و بخصوص جوان‌ها کمتر باور می‌کنند که یك روحانی به اصطلاح اهل دل باشد و خودش را چنین معرفی کند...

شاعرم و شعر می‌گویم و ذوق هنری زیادی دارم. تلاش می‌کنم قواعد خشك را بشکنم و به مردم نزدیك شوم. به قهوه‌خانه‌ها، زورخانه، باشگاه و کنار دریا می‌روم و با مردم صحبت می‌کنم. برخی‌ها مرا نقد می‌کنند و این شیوه زندگی و رفتارم را نمی‌پسندند اما من معتقدم ما با مردم فرقی نداریم، ما هم ورزش می‌کنیم، تفریح می‌کنیم، شعر می‌گوییم و... ما که روحانی هستیم باید به روز باشیم و چهره واقعی اسلام را به مردم معرفی کنیم. بر این باورم که روحانیون باید فرزند زمان خودشان باشند و نباید به این گمانه دامن بزنیم که روحانیون از مردم سوا هستند.

مخالف تعصب و تحجرم. شعارم این است: لوطی باش اما با وقار! در دوره‌ای که دشمنان بر طبل جدایی روحانیون با مردم می‌کوبند، لازم است ما بیشتر قاطی مردم شویم. همیشه به جوان‌ها می‌گویم: رفیق بقال، کشاورز، مهندس، دکتر و... داری یك رفیق آخوند هم داشته باش شاید جایی گیر کردی و کاری داشتی، بتوانی به او تلفن کنی. نباید مساجد به خانه سالمندان تبدیل شود. باید روحانیون و طلبه‌ها جوری رفتار کنند و بین مردم باشند که آنها ترغیب شوند و به مسجد بیایند.

کار خوبی که شما انجام می‌دهید توجه به بچه‌هاست. دلیل این‌که به این گروه سنی نزدیك شده و با آنها شادی را تمرین می‌کنید، چیست؟

وقتی می‌گویم من عاشق شکوفه‌های بهارم، یعنی عاشق هر چیزی هستم که مردم را زنده و شاد کند. ما نباید با رفتار و گفتارمان مردم و جوانان را از دین دلسرد کنیم. همه تلاشم را می‌کنم که مثبت‌گرا، شادی‌بخش و دستگیر نیازمندان باشم.

به مدارس می‌روم و سعی می‌کنم در ذهن بچه‌ها این تفکر را نهادینه کنم که دین چهره زشت ندارد. خدا، خدای شادی‌ها و زیبایی‌هاست. انرژی مثبت دادن در هر شرایطی نیاز مردم است، بخصوص الان که شرایط زندگی برای مردم دشوار شده، کار و وظیفه روحانیون سخت‌تر شده چون باید بیشتر در بین مردم باشند و اعتماد آنها را جلب کنند. به دبستان‌ها، مهدهای کودك و مدارس می‌روم و خوبی‌های دین را ترویج می‌کنم. خدا به انسان حق حیات داده که در چارچوبی آزادانه زندگی کند.

وظیفه ما این است که زیبایی‌های این چارچوب را به درستی به مردم معرفی کنیم چون دین اسلام دین زشتی نیست.

شما به نیازمندان هم کمك می‌کنید. خودتان دست به کار می‌شوید یا از مردم هم کمك می‌گیرید؟

اول خودم وارد میدان می‌شوم و بعد دیگران هم می‌آیند و کمك می‌کنند؛ علاوه بر مردم اطرافم که مرا می‌شناسند، خیلی از همشهری‌هایم که در خارج از کشور زندگی می‌کنند، کمك می‌کنند. برخی از هنرمندان هم همراهند. اینستاگرام و دیگر شبکه‌های اجتماعی فضای خوبی برای تبلیغ کارهای انساندوستانه به وجود آورده‌اند. برخی به من می‌گویند تو ریاکار هستی! اما ریا در ذات من وجود ندارد.

در دوره‌ای که انسانیت وارد دوره یخبندان شده ما باید کارهای خوب و انسان‌دوستانه را تبلیغ کنیم. برخی که با ما مخالفند سم‌پاشی می‌کنند که مگر می‌شود آخوند هم غم مردم را بخورد! ما با کارهایمان باید خلاف گفته‌های آنها را ثابت کنیم. کار روحانیون، علمداری کار خیر است.

تجربیات زیادی در زندگی دارید و با آدم‌های زیادی از نزدیك حشر و نشر دارید. برایمان بگویید آدم‌ها چگونه می‌توانند به حال خوبی دست پیدا کنند که دائمی باشد و با کوچك‌ترین تلنگری دگرگون نشود؟

به نظرم تا در این دنیا هستیم، سعی کنیم آدم مفیدی باشیم. دین اسلام به ما می‌گوید: خوب و شاد باش و اینها را با مردم تقسیم کن. بدی‌ها را رها کن، بدی‌ها را فراموش کن و خوبی‌های مردم را به یاد بیاور.

اگر می‌خواهیم به صبر و شادی دائمی برسیم، فقط خودمان را نبینیم و هر چه داریم با مردم به اشتراك بگذاریم. وقتی بیمار و نیازمندی در محله و شهر ما زندگی می‌کند، چگونه می‌توانیم بی‌خیال و بی‌غم زندگی کنیم. ما باید صادرکننده شادی به قلب همه مردم باشیم.

موجود فضایی در ساحل نیوزلند

در ساحلی در نیوزلند یك حیوان عجیب دریایی کشف شده که شبیه موجودات فضایی است!

به گزارش مهر، بتازگی اسکلت یك موجود دریایی عجیب در سواحل نیوزلند توجهات را به خود جلب کرده است. این موجود عجیب در ساحل کانتربری نیوزلند کشف شده است.

هانا مری و مادرش این موجود عجیب را کشف کرده‌اند. آنها در ابتدا تصور می‌کردند این اسکلت یك موجود فضایی است.

آنها عکس اسکلت را در فیسبوك منتشر کرده‌اند تا کاربران دیگر در کشف این موجود به آنها کمك کنند.

عکس: باشگاه خبرنگاران جوان

اولین دوره المپیاد استعدادهای برتر ورزشی در رشته موتور کراس- تهران

نوه‌های نجات‌دهنده!

دو برادر هفت و ده‌ساله آمریکایی با سی.پی.آر جان مادربزرگ را نجات دادند.

به گزارش ایلنا، این دو برادر با انجام سی‌پی‌آر توانستند جان مادربزرگ خودشان را نجات دهند.

مادر آنها که پرستار است در تابستان سی‌پی‌آر را به فرزندان خود آموزش داده بود. شنبه‌شب بود و این دو برادر پیش مادربزرگشان آخر هفته را سپری می‌کردند. Grayson wu و هفت ساله به سی.بی.سی گفت: «من از مادربزرگم اسنك خواستم و او هیچ جوابی به من نداد. متوجه شدم که از حال رفته و بی‌هوش شده است و برادرم را صدا کردم.» برادر بزرگ‌تر که Kian نام دارد، می‌گوید: «به مادربزرگ که نگاه کردم انگار مرده بود! آب دهانش به بیرون می‌ریخت و چشمانش را بسته بود.» برادرها اول به پدر و مادرشان زنگ زدند، ولی آنها جواب ندادند. سپس به ۹۱۱ زنگ زدند. برادر بزرگ‌تر سی‌پی‌آر را شروع کرد. بعد از چند دقیقه فشار دادن قفسه سینه مادربزرگ، تنفس مصنوعی را انجام داد. بعد از گذشت هفت دقیقه پارامدیك‌ها و نیروهای امدادی از راه رسیدند. مادربزرگ نجات پیدا کرد و زندگی‌اش را مدیون نوه‌هایش است. مشخص شد که او سکته قلبی کرده و سی‌پی‌آر بموقع باعث شده تا زنده بماند.

همبازی اوشین مُرد

یکی از بازیگران قدیمی سینما و تلویزیون ژاپن که برای تماشاگران ایران با بازی در سریال اوشین شناخته می‌شد، در ۹۴ سالگی درگذشت.

به گزارش فردا نیوز، هارو آکاگی که در سه سال اخیر به علت عوارض ناشی از ابتلا به پوکی استخوان و پارکینسون تحت مراقبت بود، سرانجام روز پنجشنبه در بیمارستانی در توکیو به دلیل نارسایی قلبی از دنیا رفت.

او ۱۹۲۴ در منچوری به دنیا آمد و نخستین بار ۱۹۴۰ مقابل دوربین رفت.

آکاگی از اعضای گروه بازیگرانی بود که در جریان جنگ جهانی دوم به پایگاه‌های ارتش امپراتوری ژاپن می‌رفتند و برنامه اجرا می‌کردند؛ روندی که به حضور در فیلم‌های تلویزیونی و مجموعه‌های تلویزیونی انجامید و با ایفای نقش در سریال بسیار محبوب اوشین محصول ۱۹۸۳ به اوج رسید. آکاگی یکی از نقش‌های مهم این مجموعه را بازی کرد که از آوریل ۱۹۸۳ تا مارس ۱۹۸۴ در ۲۹۷ قسمت ۱۵دقیقه‌ای روی آنتن رفت.

کشف درخت ۵۰۰ ساله نادر

یك درخت نادر در حال انقراض در جنگلی واقع در استان جیانگشی چین کشف شد که ۵۰۰سال سن دارد.

به گزارش فارس، در طول بررسی جنگلی در بخش «لان» شهر «فوجو» در شرق استان «جیانگشی» چین، یك درخت در حال انقراض با میوه‌های زرد و قرمزرنگ نادری کشف شد. این درخت همیشه سبز و بلند در جنوب‌شرقی چین رشد می‌کند و دارای ۳۰۰ میوه زرد و قرمز است. طبق تشخیص اولیه توسط یك کارشناس از دانشگاه کشاورزی جیانگشی، این درخت نوع متفاوتی از درختان سرخدار چینی است. برآوردهای انجام شده نشان داد که این درخت با ارتفاع ۲۰ متر و قطری ۱/۶ متری، ۵۰۰ سال سن دارد. از سال ۱۹۹۰ و پس از این‌که دانشمندان دریافتند این درخت ویژه قادر به تولید «پاکلیتاکسل» (مفید برای درمان سرطان) است، تعداد آنها کاهش یافت.

دهکده ۵ یورویی

دهکده تاریخی «پولینیانو ا. ماره» در سواحل آدریاتیك، اخیرا به منظور جلوگیری از ازدحام در روزهای تعطیل، از هر گردشگر، پنج یورو ورودی دریافت می‌کند.

به گزارش تسنیم، بتازگی در ورودی یك دهکده تاریخی در ساحل دریای آدریاتیك درهای گردانی نصب شده که گردشگران برای عبور از آنها و ورود به داخل شهر باید پنج یورو بپردازند. این اقدام که در آستانه آغاز تعطیلات سال نوی میلادی صورت گرفته اعتراضات بسیاری را به همراه داشته است.

منتقدان، این رویکرد مادی‌گرایانه را مغایر با بخشندگی و حسن‌نیتی می‌دانند که انتظار می‌رود در ایام کریسمس به نمایش گذاشته شود. اما شهردار «پولینیانو ا.ماره» مدعی است دریافت ورودی در روزهای جشن سیاستی است که باهدف برقراری امنیت ساکنان و جلوگیری از ازدحام در فصل شلوغ سال اتخاذ شده است.

در اولین تعطیلات آخر هفته‌ای که دریافت ورودی به اجرا گذاشته شد، ۱۲ هزار گردشگر از این دهکده بازدید کردند. با این حساب، این شهر ساحلی طی دو روز ۵۰ هزار یورو عایدی داشته است.

به این ترتیب انتظار می‌رود این منطقه تاریخی طی تعطیلات سال نوی میلادی صدها هزار یورو درآمد داشته باشد.