■ روزنامه فرهنگی، اجتماعی صبح ایران ■ صاحب‌امتیاز: سازمان صداوسیمای جمهوری اسلامی ایران ■ مدیر مسؤول: سید علیرضا شریفی ■ نخستین موسسه فرهنگی مطبوعاتی کشور دارای گواهینامه بین‌المللی ISO9001:2008

جام جم

■ شاپا: ISSN۱۷۳۵-۳۶۳۷
■ پایگاه اطلاع‌رسانی: 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: به‌صورت همزمان در تهران و شهرستان‌ها (چاپخانه‌های روزنامه جام‌جم)

شنبه ۷ اردیبهشت ۱۳۹۸ | ۲۱ شعبان ۱۴۴۰ | ۲۰ صفحه | سال نوزدهم - شماره ۵۳۶۸ | استان تهران و البرز ۱۰۰۰ تومان - دیگر استان‌ها ۵۰۰ تومان | Saturday - 2019 April 27

حدیث روز: تحف‌العقول

امام رضا(ع): گناهان کوچك، راهی به سوی گناهان کبیره است. هر کس که در گناهان کوچك از خدا نترسد، در مورد گناهان بزرگ و بسیار هم از او نمی‌ترسد.

پلک احساس: حافظ

بر در میخانه عشق ای ملك تسبیح‌گوی
کاندر آن جا طینت آدم مخمر می‌کنند

امروز در تاریخ:

- آغاز نخست‌وزیری دکتر محمد مصدق در نوبت اول (۱۳۳۰ ش)
- امضای قرارداد کمك‌های تسلیحاتی شوروی به رژیم عراق در جریان جنگ (۱۳۶۳ ش)
- درگذشت عباس حری، استاد برجسته کتابداری (۱۳۹۲ ش)
- کشته شدن فرناندو ماژلان، دریانورد پرتغالی (۱۵۲۱ م)

اوقات شرعی:

اذان ظهر: ۱۳/۰۲ | غروب آفتاب: ۱۹/۴۷
اذان مغرب: ۲۰/۰۶ | نیمه‌شب شرعی: ۰۰/۱۶
اذان صبح (فردا): ۴/۴۴ | طلوع خورشید(فردا): ۶/۱۶

پیش‌بینی آب و هوا یکشنبه

تهران	اهواز	ایلام	اصفهان	اردبیل	رشت	مشهد	یزد
۲۱ / ۱۱	۲۶ / ۱۶	۱۹ / ۳	۱۸ / ۶	۱۹ / ۴	۲۲ / ۱۲	۱۹ / ۱۰	۲۶ / ۱۳

حکمت ۱۵۳: نهج‌البلاغه

انسان شکیبا، پیروزی را از دست نمی‌دهد، هر چند زمان آن طولانی شود.

خودنویس

یادداشتی از حامد عسکری شاعر و نویسنده

از یافت‌آباد تا خان طومان

یکی بوده عین خود ماها، شاید عین ماها بعضی نماز صبح‌هایش هم قضا می‌شده. شاید همان‌طور که توی قهوه‌خانه پا روی پا انداخته بوده و نعنا دوسیبش را کام می‌گرفته، توی اینستاگرامش یك کلیپ را هم کلیك می‌کرده و می‌دیده که نباید می‌دیده، با خالکوبی‌هایش کلی توی محل بین بچه‌ها پز می‌داده و لاتی‌اش را پرمی‌کرده، ولی یك هو تصمیم گرفته، یك تصمیم بزرگ. یك تصمیم بزرگ که خودش برود توی ستینگ مغزش و همه چی را برگرداند به تنظیمات کارخانه، همان‌قدر پاك، همانقدر بی‌باگ و ویروس، یك هو از گنده لات محله یافت‌آباد بشود شیر بیشه خان طومان. برود بجنگد بعد جنازه‌اش بعد از چهار سال برگردد و شهر را به هم بریزد.

مجید قصه ما یك تصمیم گرفت و با این تصمیم تکلیف خودش و خیلی‌های دیگر را روشن کرد. تصمیم گرفت برود سر بخورد توی بغل خدا و خدا عزتش داد. همین شد که یك شهر برای برگشتنش آب و جارو شد. همین شد که تصاویر لبخندهایش شد زینت طاقچه‌های شهر. این‌که فلان پایگاه بسیج و فلان نهاد فرهنگی بنر عکس و مراسمش را توی شهر کارکند خیلی امر دور از ذهنی نبود ولی تصویری منتشر شد که رفقای قهوه‌خانه‌ای و بر سیاق سابق مجید هم دم در قهوه‌خانه برایش حجله زدند و عکسش شد زینت ورودی قهوه‌خانه.

شیر بچه قصه ما خوب برای مادرش علی اکبری کرد. رفت و ارباب برگشت و حسرت دامادی‌اش حالا چهار سال است که بر جگر مادرش خال انداخته است. ویدئوها می‌رسد. مادرش چادر رنگی سرش کرده است. یك سبد گل پر پر شده و یك کیك دو طبقه هم گذاشته‌اند روی تابوت. زن کل می‌کشد. بغض می‌کنم. این بخش داستان بردار کردن حسنك وزیر از تاریخ بیهقی با صدای محمود دولت‌آبادی توی کله‌ام پخش می‌شود: مادر حسنك زنی بود سخت جگرآور، چون این بشنید، هیچ جزع نکرد و ماتم پسر سخت نیکو بداشت...

عبور مرد نابینا از اقیانوس

رسانه‌های محلی ژاپن، خبر شگفت‌انگیزی درباره شخص نابینایی منتشر کردند که توانسته سوار بر یك قایق بادبانی از اقیانوس آرام بگذرد!

به گزارش تابناك، «میتسوهیرو ایواموتو» ۵۲ساله، توانست روی قایق بادبانی که ۱۲ متر طول داشت، از سَن دیِگوی کالیفرنیا در سواحل غربی ایالات متحده، پس از گذشت بیش از یك ماه و نیم، در روز شنبه به بندر فوکوشیما برسد. میتسوهیرو تصمیم گرفت به این ماجراجویی خطرناك وارد شود تا با این روش پول به‌دست بیاورد و آن را در امور خیریه به کار ببرد و برای از بین بردن بیماری‌هایی که منجر به از دست رفتن بینایی می‌شود، استفاده کند.

او نخستین نابینایی است که با قایق بادبانی از اقیانوس آرام عبور می‌کند. او این سفر را همراه داگ اسمیت، دریانورد آمریکایی انجام داد. اسمیت شفاهی به او کمك می‌کرد و اطلاعات لازم از جمله جهت بادها را به او می‌داد.

این دومین تلاش دریانورد ژاپنی بود، او شش سال پیش هم نخستین سفر خود را انجام داد اما چند ساعتی از آغاز آن نمی‌گذشت که قایقش با یك نهنگ برخورد کرد و غرق شد.

اما در این سفر ۴۰۰۰ کیلومتر را با موفقیت پیمود و این در حالی است که به محض ورود به فوکوشیما برایش جشنی برپا کردند.

این مرد ژاپنی در ۱۶ سالگی، بینایی خود را از دست داد و برای جمع‌آوری پول و کمك به نابینایان دست به چنین ماجراجویی زد.

گفت‌وگو با نجم‌الدین شریعتی درباره حال خوب مناجات شعبانیه

بگو مگوی عاشقانه بنده با خدا

کافه میرداماد

طاهره آشیانی
روزنامه‌نگار

بار خدایا، روزی که در آن میان بندگانت حکم می‌کنی، مرا به دیدارت خوشحال کن... خدایا بر خوشبینی‌ام ناامیدی و یأس را چیره نسازم و امیدم از زیبایی کرمت نَبُرد. خدایا گر خطاهایم مرا از نظرت انداخته، به خاطر حسن اعتمادم بر تو از من چشم‌پوشی کن. خدایا، اگر گناهان از جایگاه مکارم لطفت مرا پایین آورده، اما یقین به کرم عنایتت هوشیارم نموده... آنچه خواندید بخشی از دعای شعبانیه است که طبق اسناد و به روایت ابن خالویه دعایی است که امیرالمومنین (ع) و دیگر امامان شیعه آن را در ایام شعبان می‌خواندند. دعایی که گفت‌وگویی زیبا و عاشقانه است بین خدا و بنده‌اش. بنده می‌نشیند در درگاه خداوند، خداوندی که به باور بنده، آقایی است که می‌داند بنده گناهکار است اما او را می‌پذیرد و می‌نوازد و می‌بخشد. دعای شعبانیه آنجا عاشقانه‌تر می‌شود که بنده، خدا را آقای خود می‌نامد، گویا یاد گرفته که از چه دری و با چه زبانی وارد شود تا پروردگار او را دریابد و اجابتش کند. وقتی به چنین جایگاهی رسید، دیگر کار به سرانجام رسیده و تسلیم و رضا چنان در هم می‌آمیزد که هیچ گرهی در آن پیدا نخواهد شد. در آستانه ماه رمضان و در روزهایی که باید ذهن و دل را آماده ورود به ماه روزه و صبر کرد، دعای شعبانیه می‌تواند باب خوب و مطمئنی باشد. با نجم‌الدین شریعتی، مجری برنامه سمت خدا هم صحبت شدم تا از تاثیر دعا بر قلب و روان بگوید و این‌که چقدر می‌توان با ادعیه مختلف حال دل را خوب کرد.

می‌گویند دعا و نیایش عبور آدمی است از حال بد به حال خوب. چگونه می‌توان از این مسیر رد شد و به ساحل آرامش رسید؟

به نظرم دعا کردن نعمت بزرگی است که خداوند امتیاز آن را به ما داده. این اختیار به ما عطا شده که نیازها و خواسته‌هایمان را در قالب دعا با خدا در میان بگذاریم. اما متاسفانه ما معمولا با روح دعا ارتباط برقرار نمی‌کنیم. دعا فقط وسیله‌ای شده برای بیان نیازهای مادی و دنیوی. در صورتی که افقی که دعا به ما می‌دهد، افق بسیار شگفت‌انگیزی است که از ازل تا ابد و نهایت آرزو و جایگاه را برایمان تصویرسازی می‌کند. فرهنگ دعا از امام سجاد (ع) به ما رسیده است. امام خمینی (ره) تعبیر خوبی از دعا دارند، ایشان می‌گویند دعا قرآن صاعد است. یعنی همان‌طور که قرآن از بالا به زمین آمده، دعا از زمین به آسمان می‌رود و به دست خدا می‌رسد. صحیفه سجادیه، پر از تعالیم بزرگی است که در قالب دعا به ما عرضه می‌شود. برای مناسبت‌های مختلف هم ادعیه‌ها داریم که زلفی به آنها گره زده و حالمان را خوب می‌کند. مناجات شعبانیه یکی از زیباترین ادعیه‌هاست که مضمون و فرازهای شگفت‌انگیزی دارد که همه امامان در ماه شعبان آن را می‌خوانده‌اند و خدا را هزار مرتبه شکر که این ادعیه به ما رسیده است.

برخی برای دعا زمان و مکان خاصی در نظر می‌گیرند اما دعا و ذکر را در هر جا و هر مکانی می‌توان به زبان آورد و حال خود را خوب کرد....

چند باور اشتباه وجود دارد که من نمی‌دانم ریشه آنها در کجاست. دعاهایی که مانند گنج همیشه همراه ما هست و روز و شب و در همه مکان‌ها می‌توانیم از آنها استفاده کنیم اما محصورشان کرده‌ایم حتی دعای کمیل که نیمه شعبان نازل شده و قرائتش شب‌های جمعه فضیلت دارد اما خوب است فرازهایی از همین دعا را در قنوت و سجود نمازهای پنج‌گانه ذکر کنیم یا فرازهایی از دعای شعبانیه که بسیار زیباست. اگر حس خوب و حال خوب را در همه اوقات شبانه روز می‌خواهیم بهتر آن است که فرازهایی از ادعیه مختلف را زیر لب بخوانیم. دعای ابوحمزه، دعای سحر، دعاهای مفاتیح و ... همه حالمان را از سمت غم و اندوه به سمت شادی می‌برد. دعاها مثل عریضه‌های زیبا و مفیدی است که امامان شیعه برای ما نوشته‌اند و ما فقط کافی است دلمان را صاف کنیم و از روی آنها بخوانیم تا اجابت شویم.

به ماه رمضان نزدیك می‌شویم و بزرگان می‌گویند که اوقات سحر را دریابیم تا حالمان «به» شود و روز خوبی را آغاز و به سرانجام برسانیم.

خدا رحمت کند جناب حافظ را که فرمود: هر گنج سعادت که خدا داد به حافظ / از یمن دعای شب و ورد سحری بود. در قرآن هم ذکر شده آنهایی که اهل سحر هستند و این وقت را درك می‌کنند، رستگار می‌شوند. به نظرم سحر وقتی است که فاصله بین خالق و مخلوق به کمترین حد خود می‌رسد. در دل شب و سکوت با خدا صحبت کردن، حتما به اجابت نزدیك‌تر است. خدا سحر را دوست دارد و مباهات می‌کند به بنده‌هایی که از خواب شیرین صبح بیدار می‌شوند و او را صدا می‌زنند. آنهایی که دوست دارند، خدا زودتر جوابشان را بدهد، فرصت سحر را از دست ندهند.

در همه فرازهای مناجات شعبانیه با این مضمون روبه‌رو می‌شوی که خدایا من خیلی ایراد دارم اما تو خیلی بزرگواری. کل دعا این را به ما یادآوری می‌کند که چنین نیست اگر ما اشتباهی کردیم برای همیشه مورد غضب و قهر خدا قرار می‌گیریم.

مناجات شعبانیه به نظرم دریایی وسیع و عمیق از رحمت خداوند است. به باور من این دعا به نوعی نازکردن بنده برای خداست. مدام می‌گویی خدایا، می‌خواهی مرا نادیده بگیری، تو که بزرگی، می‌خواهی مرا از درگاهت برانی. خدایا اگر تو مرا به جرمم بگیری من، تو را به عفوت می‌گیرم. اگر مواخذه‌ام کنی، می‌گویم تو که مغفرتت خیلی بزرگ است، چرا مرا نمی‌بخشی. بگو مگویی عاشقانه و توام ناز بنده با خدا در این دعا شکل می‌گیرد که بی‌نظیر است. آخر دعا هم که وارد مباحث عظیم عرفانی می‌شود که مفسران باید درباره آن صحبت کنند. در انتهای دعای شعبانیه خودت را در آغوش خدا می‌بینی و به نظرم آخر این گفت‌وگوی عاشقانه این است که خدا به بنده می‌گوید بیا پیش خودم تو مال خودم هستی، هر کاری کردی، گذشت و تمام شد حالا در پناه من آسوده باش. به باور من باید در دنیای دعا غواصی کرد تا دریچه‌های جدیدی از معرفت به روی ما باز شود.

مقطع حساس کنونی

حکایت مرد کشاورز و ماجرای فوق‌العاده جالبش

امید مهدی‌نژاد
طنزنویس

کشاورز فقیری هرروز در مزرعه کوچك خودکار می‌کرد تا معاش خود و خانواده‌اش را تامین کند و در ساعات استراحت که کلا ۲۰ دقیقه بود در خیال و رویا فرو می‌رفت و در آنجا می‌دید که گنجی بزرگ پیدا کرده است و زندگی اشرافی و مرفهی دارد و در کنار پنجره پنت‌هاوس خانه خود روبه‌روی شومینه روی صندلی راحتی نشسته و از کانال‌های خبری، آخرین تحولات نرخ ارز و سکه را دنبال و سود روزانه‌اش را محاسبه می‌کند. او با این تصورات، انرژی می‌گرفت تا به ادامه کار طاقت‌فرسای خود در مزرعه بپردازد. روزی وقتی برای استراحت زیر سایه درختی دراز کشیده بود، با خود گفت: اگر فرشته بخت من هم مثل فرشته بخت بعضی‌ها فعال و پرکار و دارای روابط عمومی بالا بود، من نیز دست به هرچیز می‌زدم طلا می‌شد، نه این‌که این جور. در این هنگام صدایی به گوشش رسید که گفت: من فرشته بخت جدید تو هستم. فرشته بخت اصلی‌ات برای مدتی به مرخصی استعلاجی رفته و تا وقتی برگردد، من وظایف او را انجام خواهم داد و اینك به‌عنوان شیرینی روز نخست کارم، آرزویت را برآورده کردم. از امروز دست به هرچه بزنی طلا خواهد شد. کشاورز که متعجب شده بود به اطراف نگاهی کرد و گفت: واقعا؟ و سپس دستش را دراز کرد و سنگریزه‌ای برداشت و در کمال شگفتی، سنگریزه در دستش به طلا تبدیل شد. سپس سنگریزه دیگری و بعد از آن کلوخی و بعد کلنگی و سپس دسته بیلی برداشت و به طلا تبدیل کرد و وقتی باورش شد که دست به هرچیز بزند طلا می‌شود، با خود گفت: الان به شهر می‌روم و خاك‌ها و سنگ‌ها و در و دیوار را به طلا تبدیل می‌کنم و همه را می‌فروشم و پولدارترین شخص بشریت می‌شوم. در این لحظه برخاست تا به شهر برود، اما احساس گرسنگی و ضعف کرد. از داخل بقچه‌اش لقمه نان و پنیرش را برداشت تا بخورد، اما همین‌که لقمه را به دهان برد، لقمه در دهانش به طلا تبدیل شد. آنگاه قمقمه آبش را برداشت تا جرعه‌ای آب بنوشد که دید آب داخل قمقمه به طلای مذاب تبدیل شده است. کشاورز در این مرحله باید به این نتیجه می‌رسید که پولدار بودن ارزش آن را ندارد که آدم نتواند آب و غذا بخورد و زندگی طبیعی و عادی‌اش را ادامه دهد و بهتر است از آرزوی خود منصرف و مشغول زندگی نکبت‌بار و خاطره‌انگیز خود شود، اما به این نتیجه رسید که از همین امروز آدم‌هایی استخدام کند تا آب و غذا در دهانش بگذارند و کارهای شخصی‌اش را انجام دهند و او مثل بقیه پول مفت‌دارها بجز در اوقاتی که قصد طلاسازی دارد به سیاه و سفید دست نزند. در این لحظه بر اثر صدایی ناگهانی که متعلق به کره‌الاغ کدخدا بود از خواب پرید و از آنجا که از این خواب انرژی زیادی گرفته بود، خاموش شد و تا شب مثل خر کار کرد.

جنگل‌های استوایی در آستانه نابودی

نتایج یك بررسی نشان می‌دهد در سال ۲۰۱۸ حدود ۱۲ میلیون هکتار از جنگل‌های استوایی جهان از بین رفته است. به گزارش ایسنا، محققان موسسه منابع جهانی با بیان این‌که طی سال گذشته میلادی حدود ۱۲ میلیون هکتار از جنگل‌های استوایی جهان به وسعت کره شمالی از بین رفته است، عنوان کردند: سلامت کره زمین در معرض خطر است و مناطق جنگلی در جهان در وضعیت اضطراری قرار دارند. بررسی‌ها نشان می‌دهد تخریب جهانی پوشش درختان شامل از بین رفتن حدود ۳/۶ میلیون هکتار از جنگل‌های استوایی اولیه است که از درختانی تنومند، کهنسال و دست‌نخورده برخوردار است و میزان کربن بیشتری را جذب می‌کند.

علیرضا رافتی

یادت هست پسرم؟ همیشه اول دستم و تنت را با گلاب می‌شستم، بعد با حوصله بند قنداقت رو گره می‌زدم. دستم نمی‌لرزید. با حوصله بند قنداقت را گره می‌زدم. هزار بار این کار را کرده‌ام نمی‌دانم، چرا این بار این قدر دستم می‌لرزد. نمی‌دانم چرا نمی‌توانم با حوصله بند کفنت را باز کنم. بوی گلاب از لابه‌لای این پارچه‌ها صورتم را می‌نوازد. این چند تکه استخوان کفن پیچ شده نباید سنگین‌تر از قنداقی که روی دوشم این‌ور و آن‌ور می‌بردم، باشد. لابد مشکل کمر من است که توان قبل را ندارد. اما نگاه کن، این همه آدم آمده‌اند که بارم را به دوش بکشند. آمده‌اند که پایت را زمین نگذاری. مثل همه قهرمان‌ها روی دوش مردم به خانه‌ات برسی. تشییع پیکر شهید مدافع حرم مجید قربانخانی

برش سرد

عکس: فارس

تاثیر ورزش‌های گروهی بر افسردگی

تحقیقات جدید نشان می‌دهد، پسرانی که در ورزش‌های گروهی شرکت می‌کنند، علائم کمتری از افسردگی را نشان می‌دهند.

به گزارش فارس، محققان اعلام کردند ورزش‌های فردی تاثیری بر روحیه کودکان ندارد. محققان دانشگاه واشنگتن معتقدند ورزش می‌تواند اثرات ضد افسردگی در نوجوانان داشته باشد. نتایج جالب این تحقیق، سرنخ‌های مهمی را در مورد چگونگی فواید ورزش بر روحیه کودکان فراهم می‌کند و نشان می‌دهد جنسیت نقش مهمی در نحوه تاثیرگذاری ورزش بر افسردگی داشته و ارتباط میان ورزش و کاهش افسردگی تنها در پسران مشاهده شده است. محققان با استفاده از تصویربرداری از مغز، ثابت کردند ورزش کردن با افزایش حجم بیوکامپ مرتبط است. بیوکامپ ناحیه مهمی در مغز است که وظیفه پاسخ به استرس و حافظه را به‌عهده دارد. پیش از این محققان ارتباط میان ورزش و حجم بیوکامپ را در بزرگسالان کشف کرده بودند اما اکنون تحقیقات جدید روی بیش از ۴۰۰۰ کودك ۹ تا ۱۱ سال انجام شده و برای نخستین بار رابطه میان ورزش و سلامت برروحیه و رشد مغز کودکان اثبات شد.

فیس‌بوك در انتظار جریمه میلیاردی

طبق گزارش درآمد سه ماهه اول سال ۲۰۱۹ فیس‌بوك، این شرکت تخمین می‌زند سه تا پنج میلیارد دلار جریمه بپردازد. به گزارش مهر، سال گذشته روند رشد فیس بوك کاهش یافت. اما با تمام این اوضاع و مشکلات اخیر این شبکه اجتماعی، درآمد سه ماهه نخست ۲۰۱۹ آن ۱۵/۱ میلیارد دلار گزارش شده است. این رقم نشان‌دهنده رشد سالانه ۲۶ درصدی است. اما نکته جالب آن‌که فیس بوك در گزارش خود تخمین می‌زند سه تا پنج میلیارد دلار جریمه پرداخت کند. این جریمه مربوط به تحقیقات ادامه دار FTC (کمیسیون تجارت فدرال) درباره روش‌های اشتراك‌گذاری اطلاعات کاربران در فیس بوك است. با در نظر گرفتن جریمه سه میلیارد دلاری سودآوری کل فیس بوك در سه ماهه نخست سال ۵۱ درصد نسبت به سال گذشته کاهش می‌یابد. جریمه سه تا پنج میلیارد دلاری در صورت تأیید بیشترین میزان جریمه‌ای است که یك شرکت حوزه فناوری می‌پردازد.