

**حدیث روز:**

پیامبر اسلام (ص) مؤمن، خوش ذات و بزرگوار است و فاسد، مکار و پست. بهترین مؤمنان، کسی است که مایه الفت مؤمنان باشد. در کسی که الفت نمی‌گیرد و الفت نمی‌پذیرد، خیری نیست.

**پلک احساس:**

دارم امید عاطفتی از جناب دوست کردم جنایتی و امیدم به عقو اوست

**اوقات شرعی:**

اذان ظهر: ۱۳/۰۰ غروب آفتاب: ۱۹/۱۴  
اذان مغرب: ۱۹/۲۳ نیمه‌شب شرعی: ۰۰/۱۸  
اذان صبح (فردا): ۵/۲۲ طلوع خورشید(فردا): ۶/۴۶



**خانم کمالی!**  
**دعاگویتان بودم**

شام غریبان  
سیدالشهداست،  
گوشه حرم حضرت  
زینب نشست‌ام غرق  
در بهت و تماشایم،  
چراغ‌های آفتابی و  
مہتابی رنگ را خاموش  
کرد‌اند، چراغ

ال ای‌دی‌های شلنگی قرمز که دور قاب و ستون‌های کاشی‌کاری‌های رواق و حیاط کار شده، روشن است. غم و غربت از در و دیوار شره می‌کند. عود عربی روشن کرده‌اند و آبدارخانه حرم قهوه عربی‌کاندزی می‌دهد. گله‌گله نظامی‌ها از فاطمیون و زنبیون و ایرانی‌ها و پاکستانی‌ها با لباس پیکسلی نشست‌اند و سر پایین انداخته اند و دل سپرده اند به نوحه عربی محزونی که از باند‌های حرم پخش می‌شود و فقط واحسینایش را می‌فهمم. از سنگینی قضا استخوان دردم. یک مودم همراهه سوری در جیب دارم، آخر‌های باتری‌اش است. یک لحظه روشنش می‌کنم، ببینم دانیال و محمد رضا کجایند. آنها سیم‌کارت دارند، پیام می‌دهم که کجا نشست‌ام و پیدایم کنند، نت که وصل می‌شود نوتیف‌ها هوریز می‌کنند. یک پیام یقه‌ام را می‌گیرد: هتاک ی بازیگر سینما و تلویزیون به سیدالشهدا!... یک عکس اسکرین شات گرفته شده از پیج اینستاگرامش است! می‌خوانم دوباره سه باره چند باره، می‌روم توی اینستاگرام سرچش می‌کنم، می‌یابمش کامنت‌ها اکثرا تقیبش کرده‌اند و مذمتش. زل می‌زنم به گنبد زیر نورهای سرخ و غمبار. دندان کرم خورده‌ام را می‌مکم دندان قروچه می‌روم، عصبانی نیستم، یک چیز عادی است که هر سال محرم عده‌ای در فشان‌ی کنند در باب این دستگاه با جبروت، چیز تازه‌ای نیست. این‌که خانم بازیگر به آقای مظلومان جهان بگوید ختری که مرتکب خودکشی شده از تو مظلوم تر است، بیشتر از سر جهل و کم خردی است تا عناد و حسین ستیزی. خیلی باید بیچاره باشی یکی ارکه خودکشی کرده از حسین شهید مظلوم تر بدانی. در مقاتل هست که پیکر نیمه جان حسین در گودال بود، ۱۷ نفر تک تک رفتند که کار را یکسره کنند حسین علیه‌السلام باهاشان حرف زد و گفت تو یکی نه تو برگرد توکه پدرت پدرم را دوست داشت، تا این‌که نوبت به‌شمر رسیدو...

می‌دانید خانم کمالی می‌شد یک یادداشت بنویسم با قلمی خشن تر و برنده‌تر و جسورتر... ننوشت‌م و به‌آفریننده قلم سوگند در حرم حضرت زینب دعایتان کردم، شما و همه‌اتهایی که از سر جهل و نه عناد با این خاندان کنایه ورزی می‌کنند و مثلا خیلی روشنفکرند! عناد دارا حسابشان با ابوقاضل است، نه که من از شما مومن ترم و امام حسینی‌تر که اگر این‌گونه ببندیشم خاک بر دهنم، دعا کردم حب حسین یک کاری با دلتان بکند که گنبدش را که ببینید اشک مهمان چشم‌هایتان شود. امیدوارم عشق حسین یک کاری با دلتان بکند که خواب و قرار از دلتان ربوده شود. خانم صبا کمالی من در دمشق شب شام غریبان در حرم حضرت زینب خیلی برایتان دعا کردم.

## اخراج بزرگ

شرکت تاکسی آنلاین اوبر حدود ۴۳۵ نفر از کارکنان خود را کاهش داده است. به گزارش فارس، به نظر می‌رسد این روند ادامه دارد و اوبر تصمیم ندارد اخراج کارکنان خود را متوقف کند. شرکت تاکسی آنلاین اوبر در بیانیه‌ای به تل‌گراچ گفت: این شرکت تصمیم دارد به روش غیر متمرکز استخدام روی آورد تا از آن بیشترین بهره را ببرد. حالا این شرکت تصمیم دارد با کمترین نیروی استخدامی بیشترین بازدهی را داشته باشد. با افزایش محبوبیت شرکت‌هایی چون اوبر، بسیاری از شرکت‌های دیگر مدل کسب و کار آن را تکرار کرده و این روند به «اوبری سازی» مشهور شده است.

**پیش‌بینی آب و هوا یکشنبه**



عکس: میزان

پرنده‌های مهاجر در منطقه حفاظت شده امیرکلايه - گیلان

# ج‌ام‌دیلی

شاپا۳۵-ISSN۱۷۳۶۳۷۰  
پایگاه اطلاع‌رسانی:  
www.jamejamdaily.ir  
پست الکترونیکی:  
info@jamejamdaily.ir



شنبه ۲۳ شهریور ۱۳۹۸ | ۱۴ محرم ۱۴۴۱ | صفحه ۲۰ | سال بیستم - شماره ۵۴۷۷ | استان تهران والبرز ۲۰۰۰ تومان - دیگر استان‌ها ۱۰۰۰ تومان | Saturday - 2019 September 14

عکس: دیپهم خان پیشا

## خیمه‌عزا در نجفِ تهران

هر سال، مراسم مشعل گردانی از هفتم تا دهم محرم در محله دولت آباد برگزار می‌شود



درویش حرف زد. مردمی که سخت‌شان بود فارسی حرف بزنند و تا می‌فهمیدند عربی بلد ی حس خویشاوند پیشان می‌جوشید. در من بغضی است مثل بغض کسی که دلش برای رفیق قدیمی‌اش تنگ شده.



علیرضا رافتی

روزنامه‌نگار

### کوچه‌های عربی دولت‌آباد

دولت‌آباد محله‌ای است در جنوب شرقی تهران. از سمت غرب که می‌روی می‌شود بعد از شهری و محله حضرت عبدالعظیم (ع). در کوچه پس‌کوچه‌هایش که قدم می‌زنی سخت باورت می‌شود در ایران هستی. اگر دست کم یکی از کشورهای عربی را دیده باشی بوی ادکلن‌ها و غذاهای عربی را در کوچه‌های دولت‌آباد استشمام می‌کنی. گاهی با تابلوهای خیابان‌ها و سر در مغازه‌ها که فارسی روی‌شان نوشته به خودت می‌آیی که اینجا هم یکی از محله‌های تهران است. دانسته‌هایم از دولت‌آباد هم تاریخ شفاهی است و گزارش‌های میدانی. بیروت زیر پایم بود. باد بهار تهران در تنم می‌پیچید اما پیراهنم از شرعی شارجه خیس بود. آن روزها زیاد دولت‌آباد می‌رفتم. تنها جایی بود که در تهران می‌شد هوای عربی را نفس کشید، شاورما خورد و با صاحب دکان به عربی دم گرفت. تنها جایی بود که می‌شد با پیر و جوان هایش قهوه عربی ریخت و درباره محمود



## خانه‌های قوطی کبریتی سانفرانسیسکو

اخیرا موسسه ای که کوچک‌ترین آپارتمان‌های سانفرانسیسکو را اجاره می‌دهد بسیار محبوب شده است. این آپارتمان‌ها ترکیبی از یک حمام، توالت و سینک ظرفشویی را در مجاورت نشیمن قرار می‌دهد. به گزارش انتخاب، قابل توجه‌ترین ویژگی آپارتمان‌های بسیار کوچک سانفرانسیسکو، توالت ترکیبی با دوش و سینک است. آشپزخانه نیز بسیار کوچک است و از یک سینک کوچک و کمد تشکیل شده

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

تهران، بلوار میرداماد، جنب مسجد الغدیر، شماره ۳۹  
تلفن: ۰۲۱ - ۲۳۰۴۰۰۰ ■ دوزنگار تحریریه: ۲۲۲۲۶۲۵۲  
سازمان شهرستان‌ها: ۰۲۱ - ۴۵۸۹۷ ■ کد پستی: ۱۹۱۹۱۸۴۳  
امور مشترکین: ۰۲۱ - ۴۴۲۲۹۳۰ ■ سازمان آگهی‌ها: ۰۲۱ - ۴۹۰۵۰۰۰  
پیامک: ۰۳۰۰۱۱۲۴۰ ■ روابط عمومی: ۲۲۶۲۱۲۴  
چاپ: به‌صورت همزمان در تهرـان و شهرستان‌ها (چاپخانه‌های روزنامه جام‌جم)

### سنت نجفی در تهران

حالا این فرهنگ خوشبو که آمیخته‌ای از فرهنگ ایرانی و عربی است هر سال سه شب آخر دهه اول محرم برای امام حسین (ع) اقامه عزا می‌کند. اقامه عزایی که خاص این فرهنگ است و دست کم من سراغ ندارم جایی دیگر در تهران برپا شود. سنت «مشعل گردانی» یک سنت عزاداری نجفی است. نجفی‌ها رسم دارند در عزای ائمه مشعل به پا می‌کنند. در عزای امیرالمؤمنین روی سرشان مشعل فتیله دار کوچکی روشن می‌کنند و به سمت حرم می‌آیند اما مراسم عزای امام حسین‌شان متفاوت است. مردم دولت‌آباد می‌گویند قدیم نجف چهار دروازه داشت و حرم حضرت امیر(ع) در مرکز شهر واقع شده بود. شب‌های عزا شش مشعل از چهار دروازه شهر حرکت می‌کردند و جلوی حرم به هم می‌رسیدند و اقامه عزا می‌کردند. حالا اما حدود ۱۰ مشعل در عزای سنتی نجف وجود دارد و دولت‌آباد هم شب‌های محرم می‌شود یک نجف کوچک در گوشه جنوب شرقی تهران.

رسیده‌ایم جلوی حسینیه کاظمینی‌ها. راسته خیابان مثل طریق نجف به کربلای اربعین است. قدم به قدم موکب‌هایی که چای عراقی و قلاقل و شاورما نذری می‌دهند. جلوی هر کدام از پنج شش موکب آخر یک سازه مشعل دار که بی شباهت به چلچراغ نیست، گذاشته‌اند. مشعل‌ها خاموش است و عزاداران در سکوت به انتهای خیابان چشم دوخته‌اند. از یکی‌شان می‌پرسم: منتظر چه هستید؟ می‌گویند: منتظریم که عزا برسد! ناگهان چند مرد سیاه‌پوش با پرچم‌های سیاه و طبل و سنخ مخصوصی که اسم‌های محلی‌شان را نپرسیدم از انتهای خیابان رو به ما حرکت می‌کنند و عزا را با خودشان می‌آورند. به جمعیت که می‌رسند مداح بالای بلندی می‌رود و نوحه عربی‌را دم می‌دهد. مردم به سر و سینه می‌زنند و اشک می‌ریزند و نوحه رادم می‌گیرند. ناگهان طبال‌ها ضرب آه‌ها رانند می‌کنند و جمعی سراغ مشعل‌ها می‌روند و با آتش روشن‌شان می‌کنند. جمعی دیگر زیر مشعل‌های روشن می‌روند و بلندشان می‌کنند و بین جمعیت می‌چرخند. شور عزا به اوج خودش می‌رسد و مشعل‌ها کنار هر کدام از موکب‌ها می‌روند و به نشانه تبرک گوشه سازه مشعل را به موکب می‌زنند. مردم با مشعل‌گردان‌ها به سمت انتهای خیابان عزاداری می‌کنند و با تمام شدن خیابان و موکب‌ها، مشعل‌ها خاموش می‌شوند و عزاداری پایان می‌گیرد.

از مراسم عزای پدر رفیق قدیمی‌ام برمی‌گردم و به این فکر می‌کنم که من تا به حال چقدر با این رفیق قدیمی غریبه‌بود‌ام.

**امروز در تاریخ:**

تجمع سوگواران شهدای ۱۷ شهریور در بهشت زهرا و تظاهرات آنان علیه رژیم پهلوی (۱۳۵۷ش)  
درگذشت هانیبال الخاص، نقاش و مجسمه‌ساز ایرانی (۱۳۸۹ش)  
استفاده از بالن برای نخستین بار در مطالعات هواشناسی در فرانسه (۱۸۰۴م)  
امضای منشور سازمان کشورهای صادرکننده نفت موسوم به اوپک (۱۹۶۰م)

**حکمت ۹۰:**

فقیه کامل کسی است که مردم را از آموزش خدا مایوس و از مهربانی او ناامید نکند و از عذاب ناگهانی خدا ایمن نسازد.



## ۴۰ روز گذشته بود...



امید مهدی‌نژاد

شاعر و نویسنده

۴۰ روز از روز حسین گذشته بود که جابر بن عبد... انصاری به مقتل حسین رسید در کربلا و عطیه بن حارث کوفی با او بود. پس نزدیک کرانه فرات شدو تن شست و پیراهن و ردآ نو کرد و عطر تن و خویشتن را عطر ببرد و پای‌پوش از پای به در کرد و به‌سوی خاک حسین شتافت. چون به خاک حسین در رسید عطیه بن حارث را گفت: دستم بر خاک حسین گذار و او را ببینای نبود. پس عطیه دستش بر قبر نهاد. جابر چون دست بر قبر حسین بسود، مدهوش بر خاک حسین افتاد. عطیه آب برگرفت و روی جابر ریخت و چون مدهوش شد، سه بار گفت: یا حسین. آنگاه خاموش شد.

پس گفت: دوست، دوست را پاسخ نمی‌گویدی؟ پس گفت: چه‌سان پاسخ‌گویی، که خونت بر شاهات ریختند و سر از تنت برگرفتند. من گواهم که تو فرزند خاتم پیغامبران و فرزند مهتر مؤمنانی، فرزند آن که عهد تقوا نگاه داشت و خالص هدایت بود و پنجمینی از همنشینان کسای پیامبر، فرزند سرور پیشوایانی و فرزند فاطمه مهتر زنان. خوش زیستی و خوش درگذشتی، جز این‌که دل‌های مؤمنان در فراق تو خوش نیست، گرچه هرچه در تو رسید، نیک بود و خیر. سلام خدا بر تو باد و رضوانش. و گواهم که به همان راه رفتی، که یحیی بن زکریا رفت. برادرت. پس جابر به گرداگرد خود نگریدست و گفت: و سلام بر شما، ای روح‌هایی که گرد حسین گرفتید و در غم‌غش بار افکندید. من گواهم که شما نماز برای داشتید و زکات دادید و به معروف امر کردید و از منکر نهی و با ملحدان جهاد آوردید و خدای را پرستیدید تا دیدید آنچه دیدید. سوگند به آن‌که محمد (ص) را گرانگیزخت به حق، در آنچه بدان درآمدید شریکیم با شما. عطیه گفت: ای جابر، این چگونه باشد، که ما نه کوه و دره‌ای پیمودیم و نه شمشیری زدیم، و اینان سر از تن‌شان برگرفتند و اولادشان یتیم شدند و زنا‌شان اسیر جابر گشت: ای عطیه، شنیدم که حبیبم، رسول خدا گفت: آن‌که دوست بدارد قومی را با ایشان برانگیزد، خواهد شد و با ایشان معاشر خواهد بود و آن‌که کار قومی را دوست بدارد، شریک کار ایشان خواهد بود و سوگند به آن‌که محمد را برانگیزخت به حق، در دل من و یارانم، همان است که حسین و یارانش بر آن رفته‌اند.

## کنترل قند خون با بادام

متخصصان تغذیه معتقدند به‌دلیل وجود چند ماده مغذی در بادام، بدن در برابر بسیاری از بیماری‌ها محافظت می‌شود. به گزارش ایلنا، تحقیقات نشان می‌دهد مصرف بادام قند خون را کنترل می‌کند، به‌همین دلیل بادام جزو بهترین میان وعده‌ها برای بیماران دیابتی است. بادام منبع منیزیم است. بیشتر بیماران مبتلا به دیابت نوع ۲ از این نظر دچار کمبود هستند و با مصرف این ماده غذایی مقدار کافی از آن را دریافت می‌کنند، به همین دلیل سطح انسولین در بدن آنها ثابت می‌ماند. بیماران دیابتی ممکن است دارای مشکلات پوستی هم باشند، بنابراین این ماده غذایی از آنها در برابر این مشکل محافظت می‌کند. متخصصان تغذیه معتقدند که خوردن یک مشت بادام (۱۷ تا ۱۵ عدد) در روز برای سلامتی مفید است و ۲۸ گرم بادام خام در روز ۱۶۴ کالری انرژی، ۶ گرم پروتئین و ۳.۵ گرم فیبر به رژیم غذایی شما اضافه می‌کند.

