■ 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)

سه‌شنبه ۳۱ اردیبهشت ۱۳۹۸ | ۱۵ رمضان ۱۴۴۰ | ۲۰ صفحه | سال بیستم - شماره ۵۳۸۹ | استان تهران و البرز ۱۰۰۰ تومان - دیگر استان‌ها ۵۰۰ تومان | Tuesday - 2019 May 21

حدیث روز: تحف‌العقول

امام حسن (ع): بین حق و باطل به اندازه چهار انگشت فاصله است، آنچه با چشم ببینی حق است و چه بسا که باطل زیادی را با گوش بشنوی.

پلک احساس: سعدی

گرچه شب مشتاقان تاریك بود اما
نومید نباید بود از روشنی بامی

دعای روز پانزدهم ماه مبارك رمضان

أَللّهُمَّ ارْزُقْنی فیهِ طاعَةَ الْخاشِعینَ؛ وَاشْرَحْ فیهِ صَدْری بِإِنابَةِ الْمُخْبِتینَ بِأَمانِكَ یا أَمانَ الْخآئِفینَ.

خداوندا در این روز، طاعات بندگان فروتن را روزی‌ام فرما و با توبه فروتنان، سینه‌ام گشای، به حق پناهت ای پناه بیمناکان.

اوقات شرعی:

اذان ظهر: ۱۳/۰۱ | غروب آفتاب: ۲۰/۰۷
اذان مغرب: ۲۰/۲۷ | نیمه‌شب شرعی: ۰۰/۱۱
اذان صبح (فردا): ۴/۱۴ | طلوع خورشید(فردا): ۵/۵۵

پیش‌بینی آب و هوا چهارشنبه

تهران	اهواز	اردبیل	بندرعباس	بیرجند	ساری	سمنان	یزد
۲۶ / ۱۷	۴۰ / ۲۶	۲۲ / ۸	۳۴ / ۲۶	۲۲ / ۱۱	۲۴ / ۱۶	۲۴ / ۱۷	۲۸ / ۱۸

امروز در تاریخ:

- ولادت امام حسن مجتبی(ع)(۳ ه ق)
- آزمایش اولین بمب هیدروژنی آمریکا در جزیره بی‌کینی (۱۹۵۴م)

خودنویس

یادداشتی از حامد عسکری
شاعر و نویسنده

سفرنامه دمعشق...

صبح روز پنجم است، می‌رویم توی شهر بچرخیم. سیدهاشم خودش امروز گرفتار است، غصان را فرستاده است، راننده است شکسته بسته هم فارسی صحبت می‌کند، می‌نشینیم توی ماشین، توی شهر تابی می‌خوریم، طبق معمول بچه‌ها دارند مثلا عربی حرف می‌زنند، از یك الف و لام اضافه کردن به همه چیز بگیرید تا اهدنا الصراط المستقیم گفتن برای راه صاف رفتن، پیاده می‌شویم در خیابانی که گردنم بشکند اسمش را نپرسیدم، زندگی جریان دارد، میوه‌فروش‌ها، سبزی‌فروش‌ها... کیف وکفش و تونیك و شلوار و بقالی ... همه را چشم می‌چرانم و نخودی می‌خندم، توی سرم صدای عود پخش می‌شود، یك خواننده مرد با صدایی بم شعرهایی از نزار می‌خواند، ساختمان‌های شهر همه بتن مسلح است، زیرساخت داشته‌اند، شب‌ها کافه‌های پر رونقی دارند، چای و قهوه و قلیان‌های میوه‌ای معطر مهم‌ترین آیتم‌هایی هستند که در منو کافه‌ها انگشت رویشان گذاشته می‌شود.

به غصان میگویم چرا ساختمان‌هایتان پارکینگ ندارد، همین‌جایی هم که اسکان داریم یك واحد از یك ساختمان چهار طبقه است که همه ماشین‌هایشان را توی کوچه پارك می‌کنند، مثل غصان توضیح بدهم نمی‌فهمید، فارسی‌اش می‌شود: سیاست حزب بعث است، این را هم بگویم که حزب بعث سوریه را با حزب عراق قاطی نکنید، خانه‌ها پارکینگ هم ندارند، چیزی پنهان نباید وجود داشته باشد، سوری‌ها به داخل خانه‌شان بیشتر فکر می‌کنند تا نمای بیرونش، ممکن است یك واحد آپارتمانی را از بیرون ببینید و بگویید چه جوری زندگی می‌کنند اینجا ولی داخل که می‌روی اعلاترین سرامیك‌ها و کابینت‌های تمام‌چوب و شیرآلات ایتالیایی و لوسترهای چك و مبلمان گردوی صدف‌کاری شده، فکت را به مور مور بیاندازد. سوری‌ها یك دمنوش هم دارند که اسمش مته است، بله مته، می‌گویند دوای کلیه است و نشاط‌آور، می‌پرسم حلال؟ می‌گوید نعم حلال! آداب خوردن خاصی هم دارد، یك قاشقك بانمك دارد، یك قاشق چایخوری را در نظر بگیرید که دسته‌اش لوله است. بعد کفچه قاشق دو لایه است و سوراخ‌های ریزی دارد. مته را میریزی توی لیوان و یك آب را از رویش رد میکنی و بعد آب‌جوش و بعد با همان قاشقك از کف لیوان شروع می‌کنی به مکیدن نی و سوراخ‌های قاشقك باعث می‌شود تفاله وارد دهان مبارکتان نشود، الان هم یك مته تیار کرده‌ام یادداشت امروزم که تمام شد بنوشم، می‌ترسم یخ کند از دهان بیافتد، مته به خشخاش نگذارید، باز هم می‌نویسم برایتان.

ادامه دارد

استرس با روده‌ها چه می‌کند؟

محققان به‌تازگی دریافتند که استرس می‌تواند رفتار باکتری‌های روده را تغییر داده و باعث بروز اختلالاتی در دستگاه ایمنی شود.

به گزارش فارس، محققان با تجزیه و تحلیل ژنتیکی باکتری‌ها نشان دادند آنها به پاتوژن‌های مخربی تبدیل شدند که توانایی بیشتری برای انتقال از طریق بدن و تاثیر بر بافت‌ها را دارند. از طرفی بررسی‌های بیشتر از گره‌های لنفی موش‌های با استرس این ارتباط را تایید کرد و محققان سطوح بالایی از پاتوژن‌های باکتری‌ها و غلظت سلول‌های ایمنی مرتبط با اختلالات خودایمنی را پیدا کردند.

در نهایت نتایج نشان داد که یك درصد از باکتری‌های مفید روده موش‌های با استرس به پاتوژن‌ها تبدیل شده و بافت‌هایشان را آلوده کرده و در نتیجه باعث شده سیستم ایمنی به بدن حمله کند.

کافه میرداماد

گفت‌وگو با احمد علوی، شاعر اهل بیت در زادروز امام حسن (ع)

کریمِ غریب

باران باستانی
روزنامه‌نگار

ای غریبی که غربت چشمت / غزل ناب آشنایی شد
حس و حالت به شعر جان بخشید / حُسن تو آیتی خدایی شد
چهل و هفت گردش کامل سهم توست از دنیا / اما دل آنقدر حول محورت چرخید که دل آسمان هوایی شد...

آنچه خواندید بخشی از یکی از غزل‌های احمد علوی در توصیف امام دوم شیعیان، امام حسن‌مجتبی(ع) است که در سال سوم قمری متولد شدند. القاب زیادی به اولین پسر امیرالمومنین(ع) داده‌اند که یکی از معروف‌ترین آنها کریم اهل بیت است، کریم به معنای کسی که زیاد می‌بخشد. صلح امام حسن(ع) با معاویه مهم‌ترین اتفاق زندگی ایشان بوده هرچند بسیاری از مورخان بر این باورند که این صلح از جنگ هوشمندانه‌تر بوده. حضرت قاسم(ع) پسر امام حسن(ع) در واقعه عاشورا در کنار امام حسین(ع) حضور داشت و به شهادت رسید. شهادت امام حسن(ع) یکی از مظلومانه‌ترین شهادت‌های تاریخ تشیع بوده. او به دست همسر خود مسموم شده و در ۴۷ سالگی به شهادت می‌رسد.

زیبا روی و خوش صدا و کریم

در سالروز تولد امام دوم شیعیان با احمد علوی که از شاعران اهل بیت است هم‌صحبت شدم تا او درباره صفات و سبک زندگی امام حسن مجتبی (ع) بیشتر برایمان بگوید.

عبادی می‌گوید: مادرم علاقه عجیبی به امام حسن(ع) داشت. او به مدت ۳۵ سال هرپنجشنبه صبح به نیت ایشان در خانه ما مراسم روضه‌خوانی برگزار می‌کرد. حتی زمانی که روز عاشورا، همزمان با پنجشنبه می‌شد باز هم از آقای روضه‌خوان می‌خواست که روضه امام حسن (ع) را بخواند. به باور مادرم ایشان بسیار مظلوم و غریب بوده و مادرم می‌خواست با این روضه‌خوانی‌ها ادای احترام کند به امام دوم ما شیعیان. من در دامان چنین مادری بزرگ شدم و به امام حسن مجتبی (ع) علاقه خاصی پیدا کردم که در شعرهایم نیز نمود دارد.

این شاعر درباره کریم بودن امام حسن (ع) می‌گوید: در روایات چنین نوشته شده که ایشان سه بار همه دار و ندار خود را بین فقرا تقسیم کرده است. می‌گویند امام حسن (ع) چهره بسیار زیبایی داشته‌اند، چنان‌که در میان اهل بیت زیباترین صورت را دارا بوده‌اند. ایشان صدای بسیار زیبایی نیز داشته‌اند و زمان تلاوت قرآن هر رهگذری که صدای ایشان را می‌شنیده، می‌نشسته و به تلاوت ایشان گوش می‌داده. تنها نسلی از سادات که به امام حسن (ع) می‌رسند، سادات طباطبایی هستند که به داشتن چشمان و ابروهای زیبا شهرت دارند. نمونه قابل درک آن حضرت علامه طباطبایی بودند که جمال بسیار زیبایی داشتند. خوشبختانه در یکی، دو دهه اخیر به کرامت امام حسن مجتبی توجه ویژه‌ای شده و افراد مختلف و خیرین به نیت ایشان سفره‌های کرامت و مهربانی پهن می‌کنند. امیدوارم از سر سفره کرامت امام حسن (ع) کسی دست خالی برنگردد.

جنگاوری که زبانزد اعراب بود

به عبادی می‌گویم، درباره تبحر امام حسن (ع) در جنگاوری هم سخن بسیار است.

اگر ایشان صلح با معاویه را انتخاب کرد به این دلیل بود که یار و سربازی نداشت که مقابل معاویه بجنگد.

این شاعر می‌گوید: طبق نوشته تاریخ نویسان، صلح امام حسن (ع) شهامت‌مندانه‌ترین صلح تاریخ است. وقتی می‌بینی حقی پایمال می‌شود، اولین راه‌حل این است که شمشیر دست بگیری و بجنگی یا پیروز شوی یا کشته. اما سکوت را امام حسن (ع) از پدر خود آموخته بود. به خاطر مصالح اسلام سکوت کردند هرچند امام حسن (ع) حتی هفت تا سرباز هم نداشت که بتواند با کمک آنها با معاویه بجنگد. اما جنگاوری و شهامت امام حسن (ع) در آن زمان زبانزد اعراب بوده. ایشان رزم را از پدر خود آموخته بودند و در جنگ جمل چنان شجاعتی از خود نشان دادند که همه را متحیر کردند.

هزار و چهارصدمین سال شهادت امیرالمومنین (ع)

نیمه ماه رمضان است و کم کم به شب‌های قدر نزدیک می‌شویم از علوی می‌خواهم درباره تاثیر توسل به معصومین بر زندگی و روحیه آدم‌ها بگوید.

به باور این شاعر شب قدر، همان شبی است که قرآن به سر می‌گیریم و طلب مغفرت می‌کنیم. خداوند ما را خواهد بخشید و حاجاتمان را برآورده خواهد کرد اما برای رسیدن به مقصد راه میانبری به ما نشان داده که همان توسل به معصومین است. واسطه قرار دادن ائمه یعنی این‌که از یک بزرگی که در پیشگاه خداوند ارج و قرب دارد، می‌خواهیم واسطه شود تا خداوند به ما زودتر نظر کند. همه روزها و شب‌های ماه رمضان گرانقدر هستند اما از همین امروز که تولد امام حسن مجتبی(ع) است تا شب‌های قدر می‌توان به امامان معصوم(ع) متوسل شد، ان‌شاءا... که بعد از شب‌های قدر و آخر ماه رمضان دست همه ما پر باشد.

اعداد و ارقام رازهای زیادی دارند شب‌های قدر امسال که مصادف است با شب ضربت خوردن و شهادت امیرالمومنین، هزار و چهارصدمین سال شهادت امام علی (ع) است. از خدا می‌خواهم نیابت ایشان از مومنان را بپذیرند و شب‌های قدر امسال ناب‌ترین و بهترین اتفاقات زندگی برای ما رقم بخورد.

شکفتن ۷ میلیون لاله در یك باغ

پارك کوکنهوف، باغی است تماشایی با وسعتی بیش از ۳۲ هکتار که در جنوب هلند قرار دارد. هرساله هفت میلیون پیاز گل‌های هلندی در این باغ با دست و بدون کمك ماشین‌آلات کاشته می‌شود که پس از شکفتن گل‌ها، این پارك منظره‌ای بدیع به خود می‌گیرد.

به گزارش خبرآنلاین، در این باغ لاله‌های محبوب هلندی با بیش از ۸۰۰ گونه به نمایش گذاشته می‌شود، اما در میان آنها گل سنبل و گل نرگس نیز وجود دارد که همه به شکل رودخانه‌ای مرتب و رنگارنگ کاشته شده‌اند. سالانه بیش از صد نفر از گروه تدارکات سلطنتی در این جشنواره شرکت می‌کنند و هرکدام بهترین پیاز گل‌ها را برای کاشت به همراه می‌آورند.

عکس: فارس

جزءخوانی قرآن - مصلای شهرکرد

سیگاری‌ها بخوانند

گروهی از محققان چینی دریافتند استعمال سیگار خطر سکته‌های مغزی متعدد را افزایش می‌دهد.

به گزارش ایسنا، محققان چینی بر این باورند که افراد سیگاری که یك بار دچار سکته مغزی شده‌اند در صورتی که مصرف آن را کنار نگذارند یا حداقل کاهش ندهند بیشتر احتمال دارد مجدد دچار سکته مغزی شوند.

محققان همواره بر ارتباط بین استعمال سیگار و افزایش خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی-عروقی و حمله قلبی و سکته مغزی تاکید داشته‌اند.

هر چند در این مطالعه جدید بر این نکته تاکید شده که چگونه استعمال سیگار بر خطر سکته مغزی دوم در افرادی که پیش از این سابقه سکته داشته‌اند، تاثیرگذار است. از میان ۳۰۶۹ نفری که پس از سکته مغزی جان سالم به در برده بودند، ۴۸ درصد مصرف‌کننده فعلی سیگار هستند و ۹ درصد دیگر سابقه استعمال سیگار داشته‌اند. همچنین از میان افرادی که مصرف سیگار داشته‌اند ۶۲ درصد توانستند در مدت چندماه پس از سکته مغزی سیگار را ترك کنند. محققان مشاهده کردند افراد سیگاری بیش از افرادی که سابقه استعمال سیگار نداشته‌اند احتمال دارد دچار دومین سکته مغزی شوند.

مقطع حساس کنونی

حکایت چهار جمله تاثیرگذار مخصوصا چهارمی

امید مهدی‌نژاد
طنزنویس

در روزگاران قدیم در ناحیه بلخ و فاریاب حکیمی زندگی می‌کرد که بسیار دانشمند و مردمدار بود و علاوه بر برگزاری جلسات سخنرانی با حضور عموم مردم به‌جهت ارتقای فرهنگ عمومی و تعالی معنوی جامعه، به حل مشکلات مردم و ریش‌سفیدی میان آنها به‌جهت رفع اختلاف و ترویج فرهنگ مدارا نیز می‌پرداخت. روزی خبرنگار مجله معنویت و موفقیت پس از هماهنگی تلفنی برای انجام مصاحبه‌ای مطبوعاتی به نزد حکیم رفت. حکیم پس از آن‌که شرط کرد محصول نهایی مصاحبه را قبل از انتشار مشاهده کند، آماده شنیدن پرسش‌های خبرنگار شد. خبرنگار گفت: «ای حکیم، لطفا چهار جمله تاثیرگذار را که تاکنون شنیده‌اید برای مخاطبان بیان کنید.» حکیم گفت: «با نام و یاد خداوند متعال، نخست جمله‌ای که یك خواننده زیرزمینی به من گفت. از کنار او رد شدم و تلاش داشتم با وی در یك کادر نباشم. او به من گفت: معلوم نیست در زمستان امسال نخواهی با هم در یك کادر باشیم. دوم جمله‌ای که یك مصرف‌کننده مواد مخدر صنعتی به من گفت. برای بازدید به منطقه آسیب‌های اجتماعی رفته بودیم. یکی از آسیب‌دیدگان در حال افتادن توی جوب بود. به او گفتم نیفتی. گفت: تو نیفتی که اگر بیفتی جماعتی با تو می‌افتند. سومین جمله را کودکی به من گفت. شمعی در دست داشت. به او گفتم این نور از کجا آمده؟ شمع را فوت کرد و گفت: اگر راست می‌گویی بگو حالا کجا رفته.» و خاموش شد. خبرنگار گفت: «ای حکیم، فرمودید چهار جمله.» حکیم گفت: «بلی.» خبرنگار گفت: «سه‌تا گفتید.» حکیم گفت: «الان که دقت کردم سه‌تا بود. اما برای این‌که لفظ آمدم، جمله‌ای را که اخیرا شنیدم می‌گویم. این جمله هم مرا تکان داد و اکنون نیز در حال تکان خوردن هستم.» خبرنگار گفت: «آن جمله چه بود؟» حکیم گفت: «جمله دونالد ترامپ بود، در مورد پایان ایران.» خبرنگار گفت: «چه چیز آن شما را تکان داد؟» حکیم گفت: «تکان‌دهندگی آن.» خبرنگار گفت: «تکان‌دهنده‌ای‌اش در کجایش بود؟» حکیم گفت: در سمت چپش.» خبرنگار گفت: «مزاح می‌کنید؟» حکیم خندید و گفت: «بلی.» و پس از بیان عباراتی چون مزلف و درپیت، فحش‌های زشتی به زبان انگلیسی داد. آن‌گاه هردو خاموش شدند و تا مدتی خاموش بودند تا آن‌که خودشان به نوبت روشن شدند.

تولید سوسیس گیاهی

بعد از سه سال تلاش و فروش همبرگرهای گیاهی، محققان برای اولین بار موفق به تولید سوسیس‌های گیاهی شده‌اند. به گزارش فارس، پژوهشگران آمریکایی می‌گویند سوسیس گیاهی یادشده خواص غذایی ارزشمندی دارد و می‌توان آن را همراه مواد غذایی دیگری مورد استفاده قرار داد. ترکیبات این سوسیس گیاهی تنها به میزان اندکی با همبرگر گیاهی تفاوت دارد. بخش اصلی این سوسیس را هام یا heme تشکیل می‌دهد که نوعی لگمگلووبین با خواص مشابه سویاست. البته پروتئین سیب زمینی که در همبرگر گیاهی وجود دارد از این سوسیس حذف شده است. دیوید لیپمن، یکی از افرادی که در تولید این نوع سوسیس گیاهی مشارکت داشته، می‌گوید: این سوسیس از نظر طعم و مزه تفاوت چندانی با سوسیس‌های عادی ندارد و ترکیبات آن تا حد زیادی مشابه سوسیس معمولی است.

ویژه‌نامه استانی
اردبیل
ضمیمه رایگان امروز
جام جم
نیازمندی استان‌های قم و اصفهان