■روزنـامه فرهنگی، اجتمـاعی صبح ایـران■صاحب‌امتیاز: سازمان صداوسیمای جمهوری اسلامی‌ایران■مدیر مسؤول: مهدی عرفاتی■نخستین موسسه فرهنگی مطبوعاتی کشور دارای گواهینامه بین‌المللی ISO9001:2008

# جام جم

■شاپا: ۳۶۳۷-ISSN۱۷۳۵
■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: ۴۹۱۰۵۰۰۰
■پیامک: ۳۰۰۰۱۱۲۴۰ ■روابط عمومی: ۲۲۲۶۲۱۴۲
■چاپ: به‌صورت همزمان در تهران و شهرستان‌ها (چاپخانه‌های روزنامه جام‌جم)

شنبه ۲۸ دی ۱۳۹۸ | ۲۲ جمادی الاول ۱۴۴۱ | ۲۰ صفحه | سال بیستم - شماره ۵۵۷۹ | استان تهران و البرز ۲۰۰۰ تومان - دیگر استان‌ها ۱۰۰۰ تومان | Saturday - 2020 January 18

**حدیث روز:** تحف‌العقول

از امام حسن(ع) سؤال شد: کرم چیست؟ فرمود: خویشتن‌بانی در سختی و خوشی.

**پلک احساس:** حافظ

درد ما را نیست درمان الغیاث
هجر ما را نیست پایان الغیاث

**امروز در تاریخ:**

- پیشنهاد بختیار به حضرت امام خمینی(ره) درباره تشکیل شورای حکومت ملی (۱۳۵۷ ش)
- درگذشت همایون خرم آهنگساز و آخرین بازمانده مکتب ابوالحسن خان صبا (۱۳۹۱ ش)
- درگذشت عباس کی منش معروف به مشفق کاشانی، شاعر معروف (۱۳۹۳ ش)
- درگذشت ماکسیم گورکی نویسنده روس (۱۹۳۶م)

**اوقات شرعی:**

اذان ظهر: ۱۲/۱۵ غروب آفتاب: ۱۷/۱۷
اذان مغرب: ۱۷/۳۶ نیمه‌شب شرعی: ۲۳/۳۱
اذان صبح (فردا): ۵/۴۵ طلوع خورشید (فردا): ۷/۱۲

**پیش‌بینی آب و هوا یکشنبه**

| تهران | اهواز | ارومیه | اراک | بندرعباس | رشت | زاهدان | یاسوج |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| ۵ / ۱ | ۲۲ / ۱۰ | ۰ / ۴- | ۷ / ۳- | ۲۴ / ۱۴ | ۷ / ۵ | ۱۵ / ۴ | ۸ / ۲- |

**حکمت ۴۸:** نهج‌البلاغه

پیروزی در دوراندیشی و دور اندیشی در به کار گیری صحیح اندیشه و اندیشه صحیح به راز داری است.

خودنویس

## آرزوهای زیبای دخترکان سیستانی

حامد عسکری
شاعر و نویسنده

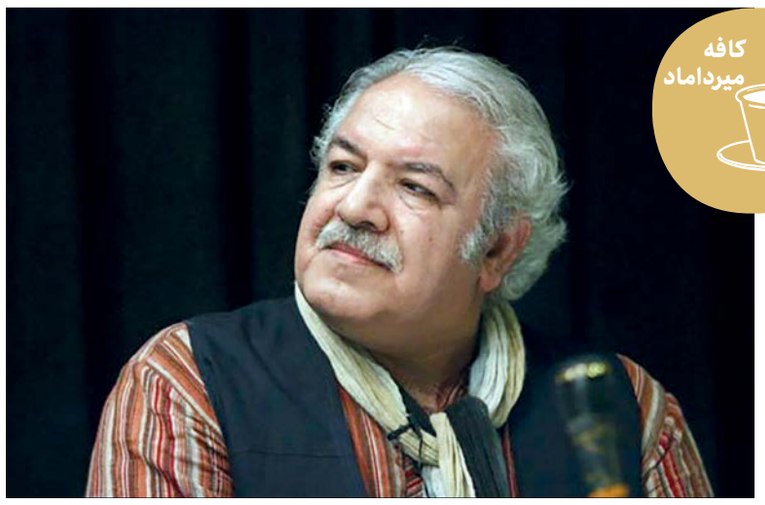
با آمنه گرم صحبتم، ده سال دارد. می‌گویم عروسك داری می‌گوید دارم. اسمش را می‌پرسم. می‌گوید گندم. می‌گویم می‌خواهی بزرگ شوی چه کاره شوی؟ با مکث می‌گوید: پزشك زنان و زایمان... می‌گویم: چرا؟ می‌گوید ما توی پلان پزشك زنان نداریم. خاله من می‌خواست بچه به دنیا بیاره باید خیلی دورها می‌رفتن. می‌خوام دکتر خانم‌ها بشم... از صلابتش خوشم می‌آید... از آمنه فاصله می‌گیرم و چندتا کارتن آذوقه جابه‌جا می‌کنم و یك کارتن را که می‌برم سمتشان باز چشمم به دخترکی دیگر می‌افتد. از سر و وضع دخترك وخانواده معلوم می‌شود توی همان روستا خیلی وضعشان وخیم است. ته جیبم یك گُل سر هنوز مانده، دختر را صدا می‌کنم که گل سر را بدهم بهش. نزدیك می‌آید. خدای من وحشتناك سرش شپش دارد... تخم‌های شپش به وضوح توی موهایش دیده می‌شود... دلم ریش می‌شود. گل سر را می‌دهم به دخترك و می‌خندیم...

کار توزیع آذوقه‌ها هنوز نیمه کاره است. صدای هلیکوپتر وحشتناك بلند است. کاپیتان اشاره می‌کند سریع برگردیم. اگر به تاریکی بخوریم، نمی‌شود برگردیم. می‌نشینیم توی هلیکوپتر و بلند می‌شویم. دخترك هنوز محو تماشای هلیکوپتر است... دشت آبگرفته آیینه‌ای شده که خون سرخ خورشید بر آن پاشیده است. خسته ایم خیلی... با مرتضی ومحسن و حامد قرار است برگردیم. یکی از ماشین‌هایمان برگشته وفقط یك تویوتا مانده که وانت است. مرتضی وهادی می‌روند عقب و برمی‌گردیم چابهار... توی راه با راننده هم‌صحبت می‌شوم. لنج دار است و صیادی می‌کند. این چند روز آمده برای کمك به هم استانی‌هایش و خب البته دمش گرم... می‌رویم به محل اسکانمان. جواد موگویی هم هست و جعفر یکتا... جعفر می‌گوید خیلی استان پهناوری است و همین کار امداد رسانی را سخت کرده. بسیاری از روستاها راه‌های ارتباطی شان قطع شده و خودشان سالمند و همین نرسیدن ونداشتن آذوقه باعث دردسر و اذیتشان شده... به نظر می‌رسد بهترین کمك برای سیل سیستان پول باشد یا همان کمك‌های نقدی، چابهار به علت دور بودنش از مرکز ارسال کمك‌های غیر نقدی و اقلام جنسی وآذوقه‌ای دیر به دست مردمانش می‌رسد، حتی به نظر صاحب این قلم دایر کردن آشپزخانه‌ها و رساندن غذای گرم به روستاهای آسیب دیده هم غیر منطقی به حساب می‌آید و تحویل بسته‌های خام خوار و بار به این خانواده‌ها... زمین‌های زیر کشت بسیاری را سیل شسته و برده، ملاخیرا... می‌گفت پنج هکتار هندوانه کاشته بودم نه پول بذرش را داده بودم نه سم وکودش را همه اش را گذاشته بودم بعد از محصول؛ یك قاچ هندوانه هم نمانده که بتوانم بفروشم خاکستر نشین شده ام. بسیارند مردمانی از این دست که شاید شکل ظاهری زندگی شان نقص وعیبی نکرده باشد، اما کم نیستند امثال ملا که این‌گونه به خاك سیاه نشسته‌اند. ..سیل سیستان هنوز آنچنان که باید در رسانه خوب واگفت نشده و خوب است با همت و مدد مردم و مسؤولان فکری اساسی به حال این مردمان نازنین کرد.

گفت و گو با رسول نجفیان در روزی که ۶۸ ساله شد

# رسم زمونه رسم مهربانی است

کافه میرداماد



طاهره آشیانی
روزنامه‌نگار

یک جمله قدیمی هست که می‌گوید: عزت دست خداست، به هر کسی بخواهد، می‌دهد... اتفاقی که برای رسول نجفیان با ترانه «عجب رسمیه، رسم زمونه» افتاد. نجفیان قبل انتشار این آلبوم بیشتر به عنوان بازیگر شناخته می‌شد اما بعد از این آلبوم تقریبا همه مردم صدایش را شنیدید. در دهه ۷۰ که این آلبوم منتشر شد، صدای نجفیان را در کوچه و خیابان و مناسبت‌های مختلف شنیده می‌شود که می‌خواند: عجب رسمیه، رسم زمونه ... میرن آدما...

حالا بعد از گذشت چند دهه و در روزی که رسول نجفیان، وارد ۶۹ سالگی می‌شود، می‌گوید در حوزه‌های مختلف فرهنگ و هنر فعالیت داشته و دارد اما هنوز هم به برکت همان ترانه مردم او را می‌شناسند و به او محبت ولطف می‌کنند.

همه هستی از خداوند است؛ از روزی بگیر تا محبت و عزت و بقیه اتفاقات خوب زندگی هر آدمی. گفته‌های نجفیان را که گوش می‌کنم به این نتیجه می‌رسم که خدا بنا به صداقت و شفافیت قلبی که او داشته، بهش عزت داده و به او کمک می‌کند که این عزت و مقبولیت بین مردم همچنان ادامه داشته باشد.

نجفیان در این باره می‌گوید: مردم آنقدر به من لطف دارند که شرمنده‌ام می‌کنند. گاهی برای کار به شهرستان می‌روم و در هتل اقامت می‌کنم؛ اما مردم می‌آیند و مرا به خانه‌شان می‌برند. این اعتماد برایم مهم‌ترین سرمایه‌ای است که دارم. مردم مرا مهمان خانه‌هایشان می‌کنند که خانواده خودشان در آنجا زندگی می‌کند.

### پدرم بزرگ‌ترین حامی‌ام بود

از نجفیان می‌پرسم، تاثیرگذارترین آدم‌های زندگی‌تان چه کسانی بوده‌اند، آدم‌هایی که راه نشان‌تان بدهند و از شما حمایت کنند؟

این بازیگر به پدر و مادربزرگش (مادر پدرش) اشاره می‌کند و می‌گوید: پدرم مرد زحمتکشی بود که سواد چندانی نداشت اما به صورت فطری می‌دانست که باید از فرزندش حمایت کرده و به او کمک کند به آرزوها و اهدافش برسد. ده ساله بودم که پدرم متوجه علاقه‌ام به موسیقی شد، پول قرض گرفت و برایم سنتور خرید. می‌توانست بگوید پول ندارم، چرا باید قرض کنم و برای تو سنتور بخرم؟! یادم هست یک بار یکی گفت برای پسرت سنتور خریده‌ای، مطرب می‌شود! پدرم گفت: نه! پسر من مطرب نمی‌شود! پدرم همه تلاشش را کرد تا من استقلال فکری و تصمیم‌گیری را بیاموزم. همه جوره از من حمایت کرد، سال چهارم دبیرستان که رشته ریاضی درس می‌خواندم مردود شدم اما آمد مدرسه از من حمایت کرد انگار ته قلبش می‌دانست که من به چه رشته‌ای علاقه مندم و کار و حرفه‌ام در فرهنگ و هنر است.

هنوز هم لالایی‌ها و زمزمه‌های مادربزرگم را به یاد دارم. بعدها که درس خواندم و با شاهنامه فردوسی و کلیله و دمنه آشنا شدم، متوجه شدم او بدون این که سواد خواندن و نوشتن داشته باشد همه آنها را حفظ بوده و برای من زمزمه می‌کرده، مادربزرگم شاید که از مادربزرگش آموخته بود و پدرم از مادرش و من از هر دوی آنها. فرهنگ سینه به سینه به ما منتقل شده بود و دلیل ماندگاری‌اش در ذهن و قلب من همین بود.

### شعور از خانواده آغاز می‌شود

نجفیان معتقد است آنچه باعث قوام و بقای یک ملت می‌شود، فرهنگ و شعوری است که باید از نسلی به نسل دیگر منتقل شود. این بازیگر می‌گوید: فرهنگ و شعور اصلا ربطی به تحصیلات و مدرک دانشگاهی ندارد. مدرک شاید پل بیانی بین آدم‌ها باشد اما دلیلی برای ارتباط خوب و موثر بین آدم‌ها یا آدم‌ها و پیرامونشان نیست. شاید فردی مدرک فوق دکترا داشته باشد اما بلد نباشد با دیگران رابطه درست و موثری برقرار کند. شاید نیاموخته باشد نباید به حریم و حقوق دیگران تجاوز کند. درس، صنعت و علم را در مدرسه و دانشگاه یاد می‌دهند اما انسانیت، فرهنگ و شعور از خانواده آغاز می‌شود و اصلا ربطی به میزان تحصیلات و ثروت ندارد. شاید یک نفر آنقدر پولدار باشد که کفش پنج میلیون تومانی بپوشد اما اگر فرهنگ و شعور نداشته باشد، کفش را برای راحتی خودش نمی‌پوشد، بلکه برای به رخ کشیدن و خودنمایی می‌پوشد. فرهنگ خریدنی نیست که بروی مغازه آن را بخری یا دارو نیست که دکتر برایت تجویز کند و تو بخوری و با فرهنگ با شعور شوی. فرهنگ ادبیات غنی ماست که از بچگی در گوش ما زمزمه‌اش می‌کنند. شعور رفتار و کردار والدین است که انجام می‌دهند و بچه‌ها می‌بینند و یاد می‌گیرند. وقتی سنگ بنای فرهنگ محکم باشد، اگر صدها جنگ هم رخ دهد باز هم فرهنگ زنده می‌ماند و در رفتار و گفتار مردم می‌توان رد آن را دید. ژاپن در جنگ جهانی دوم کلا نابود شد، اما مردمانش فرهنگ کهن و قدیمی کشورشان را حفظ کردند و با همین ذخیره کشورشان را دوباره ساختند از قبل هم بهتر.

برخی از والدین امروزی شاکی‌اند که چرا مثلا فرزندانشان فحاشی می‌کنند یا پرخاشگرند. دلیلش را فقط باید در خودشان پیدا کنند. بچه‌ها به همان راهی می‌روند که والدین می‌روند. بچه‌ها آنقدر هوشیار و باهوش هستند که محبت خالص و بی‌دریغ را از محبت ناخالص تشخیص می‌دهند. والدین من هرگز فحاشی نمی‌کردند، توهین نمی‌کردند و مهر و محبتشان واقعی بود و فقط برای حمایت از ما بود. الان شاید والدین برای فرزندانشان همه جور وسیله لوکس و شیک بخرند اما محبتشان واقعی نباشد، فقط از روی وظیفه باشد در این شرایط بچه‌ها می‌فهمند که این محبت و توجه قلبی نیست از روی وظیفه است و به آن جواب رد می‌دهند.

باز هم تاکید می‌کنم، مردم برای زیستن خوب به فرهنگ غنی نیاز دارند. آفریقایی‌ها گرسنه‌اند و تشنه، کمک‌های بین‌المللی می‌رسد و آنها را سیر می‌کند، پس سوء تغذیه غذایی و نبود پوشاک را می‌توان به امدادرسانی جبران کرد؛ اما اگر فرهنگ دچار سوءتغذیه شود هیچ کمک و امدادی نمی‌تواند تبعات آن را جبران کند.

### ما به حمایت مردم نیازمندیم

به نجفیان می‌گویم، شما سال‌هاست در زمینه‌های مختلف فرهنگ و هنر فعالید و بی‌حاشیه. کمتر شنیده‌ایم که شما غرولند کنید یا شکایت. این رفتار به همان تربیت خانوادگی و فرهنگی که در آن بزرگ شده‌اید ربط دارد؟

می‌گوید: خدا را همیشه شاکرم. همیشه می‌گویم خدا قبل از این که به ما چیزی بدهد، جنبه‌اش را به ما بدهد. نباید تا دری به تخته خورد و ما عزت دیدیم و به جایگاهی رسیدیم دیگر فکر کنیم تافته جدا بافته هستیم و نباید به مردم اعتنا کنیم. مردم اگر از ما حمایت نکنند و کارهای ما را نبینند ما هیچی نیستیم. نمی‌گویم که شرایط مالی خیلی خوبی دارم و همه امورات بر وفق مراد است، من متولد و بزرگ شده تهرانم اما هنوز مستاجرم. اگر می‌خواستم می‌توانستم وارد بازی‌های لابی‌گری شوم و الان نصف تهران مال من باشد اما من با این باور رشد کرده‌ام که «ما بدین ره نه پی حشمت و جاه آمده‌ایم / از بد حادثه اینجا به پناه آمده‌ایم»

## اولین شاسی بلند جنسیس

شرکت جنسیس از زیرمجموعه‌های هیوندایی که در زمینه تولید خودروهای لوکس فعالیت می کند، از تولید نخستین خودروی شاسی بلند خود به نام جی وی ۸۰ خبر داده است.

به گزارش فارس، رونمایی از نخستین شاسی بلند جنسیس در شهر سئول انجام شده است. GV80 موتور شش سیلندر دیزلی دارد و از سیستم تعلیق پیشرفته‌ای نیز برخوردار است.

برای ارتقای توان ناوبری این خودرو از فناوری واقعیت افزوده استفاده شده است و صندلی‌های این خودرو برای تغییر شرایط از انعطاف زیادی برخوردارند.

**عکس: ایسنا**

سیل، کودکان محروم سیستان و بلوچستان را محروم‌تر کرد - روستای عورکی

## گاو بازی به سبک هندی‌ها

جشنواره گاوبازی موسوم به جالیکاتو در شهر پالامدوی هند برگزار شد.

به گزارش فرارو، حدود ۷۰۰ گاو نر در این فستیوال جنجالی شرکت داده شدند. در هند از این جشنواره به عنوان یک ورزش یاد می‌کنند. این جشنواره به طور سنتی هر ساله در فصل درو محصولات کشاورزی برگزار می‌شود.

در ۲۰۱۴ گاوبازی در هند از سوی دادگاه عالی ممنوع شده بود اما دولت در پی تظاهرات گسترده در اعتراض به حکم دادگاه، مجوز برگزاری این مراسم را صادر کرد.

فعالان حقوق حیوانات می‌گویند گاوهای رها شده در جمعیت، در مقابل جمعیت انبوهی که می‌خواهند بر آنها سوار شوند، تحت فشار شدید عصبی قرار می‌گیرند. به گفته فعالان حقوق حیوانات، این کار باعث زخمی شدن گاو و همچنین افراد می‌شود.

در مقابل بسیاری در تامیل نادو مخالف ممنوعیت این سنت دیرینه هستند؛ زیرا آن را بخشی از میراث فرهنگی خود می‌دانند. آنها همچنین معتقدند با این کار گاوهای قوی برای پرورش شناسایی می‌شوند.

مقطع حساس کنونی

## حکایت حکیم دانشمند و استاد مدعی

امید مهدی‌نژاد
طنزنویس

در روستایی در سرزمین چین حکیمی دانشمند زندگی می‌کرد که مریدان زیادی داشت و هرروز آنها را به سرچشمه‌های حکمت و معنویت رهنمون می‌شد. روزی به وی خبر دادند در روستای آن‌سوی رودخانه شخصی پیدا شده که ادعا می‌کند استاد شما بوده و درس معرفت را او به شما آموخته است. حکیم دانشمند پوزخندی زد و گفت: سلام مرا به استاد برسانید و بگویید خوشحالم که به همسایگی ما آمده است. وی افزود: من تعدادی از شاگردان خود را نزد ایشان می‌فرستم تا از محضرشان کسب فیض کنند و درس معرفت را به طور مستقیم از استاد اصلی فرابگیرند. سپس چندتن از شاگردان ورودی جدید را نزد استاد مدعی فرستاد. استاد مدعی طی یك ترم سلسله مباحث حکیم دانشمند را عین به عین به شاگردان تدریس کرد تا آن‌که ترم تمام شد و موعد آزمون عملی راه رفتن روی آب فرارسید. حکیم دانشمند به همراه شاگردان به لب رودخانه رفتند و استاد مدعی نیز همراه شاگردان از سمت مقابل به لب رودخانه آمدند. حکیم دانشمند از دور به استاد مدعی تعظیم کرد و کفش‌هایش را درآورد و روی آب راه رفت. شاگردان حکیم نیز به دنبال او روی آب راه رفتند و به سمت دیگر رودخانه رسیدند. شاگردان استاد مدعی نیز وارد رودخانه شدند و روی آب راه رفتند و به سمت دیگر رودخانه رسیدند. استاد مدعی نیز پس از آخرین شاگرد وارد رودخانه شد، اما همین که به قسمت عمیق رسید در آب فرورفت و جریان رودخانه او را با خود برد و هرچه شاگردان تلاش کردند نتوانستند او را نجات دهند. در این هنگام شاگردان دور حکیم دانشمند جمع شدند. یکی از شاگردان پرسید: چرا شاگردان استاد مدعی توانستند روی آب راه بروند؟ حکیم دانشمند گفت: اصول معرفت فراتر از شخص عارف است. یکی دیگر از شاگردان پرسید: استاد مدعی مباحث شما را از کجا بلد بود؟ حکیم دانشمند گفت: از فایل‌های صوتی که در کانال منتشر می‌کنیم برداشته بود. یکی دیگر از شاگردان پرسید: چرا استاد مدعی با این‌که می‌دانست تقلبی است، سعی کرد روی آب راه برود. حکیم دانشمند گفت: وقتی دیگر شاگردانش روی آب راه رفتند غره شد و خیال کرد خبری است. او خیال می‌کرد جذابیت درس من به خاطر شخص من است در صورتی که جذابیت شخص من به خاطر درس من است. وی سپس از شاگردان پرسید: استاد مدعی وقتی آب او را با خود می‌برد جملاتی گفت. آن جملات چه بود؟ شاگردان گفتند: گفت من بلد نیستم. حکیم دانشمند گفت: بیچاره یك جمله راست گفت، اما حیف که دیر شده بود و خاموش شد.

## شیر کم‌چرب بخورید

نتایج یک تحقیق نشان می‌دهد: نوشیدن شیر کم‌چرب فرآیند پیری و فرسودگی را کند می‌کند.

به گزارش ایسنا، در این بررسی آمده است: افرادی که از شیر کم چرب مصرف می‌کنند در مقایسه با افرادی که شیر پر چرب مصرف می‌کنند برای چند سال کمتر آثار پیری را تجربه می‌کنند. در این مطالعه محققان آمریکایی رابطه بین طول تلومر (پایانه فیزیکی کروموزوم‌های خطی) و میزان و نوع شیر مصرفی را بررسی کردند. تلومرها همچون ساعت بیولوژیک عمل می‌کند و ارتباط نزدیکی با سن دارد. بنابراین، هرچه سن فرد بیشتر می‌شود طول تلومرها کوتاه‌تر می‌شود. بررسی‌ها نشان داد هر چه افراد میزان بیشتری از شیر پرچرب مصرف کنند طول تلومر کوتاه‌تری خواهند داشت و عمرشان کوتاه‌تر خواهد شد.