



۵۳	SHAHRARANEWS.IR
۴شنبه	۱۸ بهمن ۱۴۰۴
۵۵	۲۴ ۰۷ ۲۴
۱۴۰۳	صفحه ۴۴ صفحه روزنامه ۲۰۰۰ صفحه کوله پستی ۸۰۰ صفحه شهر از محله ۱۴۲۷۰ شماره ۵۰۰۰ تومان

به دنبال پیگیری شهرآرامحله
مشکل قدیمی نبود روشنایی
در خیابان شاهد۶۸ حل می شود

چشم همسایه های نهر گناباد روشن!

محله ۹۰هـ

یادداشت

**همه در مدیریت
مصرف آب همراه باشیم**

حسین اسماعیلیان
مدیرعامل شرکت آب و فاضلاب مشهد

مشهد، پیشرو در استفاده از آب های خاکستری

با اجرای طرح استفاده از این آب ها، آبیاری درختان، شست و شوی خیابان و... بدون استفاده از آب شرب انجام می شود

۳ ←

امام حسین(ع) دعای خانواده آقای حسینی را با اهدای ۳ فرزند به آن ها اجابت کرد

برکت های خانه آقاسید

۱۳ ←



عکس: محسن باستانی/شهرآرامحله



خانه آرزوها سفیرانی دارد که
تمام هم و غمشان برآورده کردن
خواسته های بچه هاست

آرزوهات رو صدا کن

محله ۹۰هـ

نارضایتی اهالی عصری از پارک خودروهای
مسافران هتل آپارتمان ها در پیاده روها

عنصر ایجاد ترافیک در «عصری»

۴

تدبیر برقی برای تداوم روشنایی

با هدف صرفه جویی، اصناف از امروز به مدت
۲۰ روز موظف به تعطیلی چهار ساعته هستند

۲

گزارشی از نشست عکاسی مقاومت
با حضور محمدحسن شحدادی، عکاس لبنانی

ثبت امید و زندگی در دل جنگ و آوارگی

۱۱

خطر به کارگیری سم پاش های بدون مجوز
کمتر از عقرب و پشه موذی آندس نیست

آفت کشی یا آدم کشی؟

۸

استرس را از روی خانه بردارید

درباره راه های مدیریت اضطراب در خانه

۱۲

مشاور عالی شهردار مشهد تأکید کرد

تدوین نقشه راه دیپلماسی شهری نیازمند همراهی ارکان مدیریت شهری



وی با اشاره به ابلاغ برنامه هفتم توسعه کشور گفت: برنامه هفتم که چندی قبل از طرف مجمع تشخیص مصلحت نظام ابلاغ شد، به عنوان سند بالادستی مورد استفاده برنامه ریزان شهری قرار دارد. ابلاغ برنامه هفتم این فرصت را ایجاد کرد تا شهرداری بتواند خودش را با الزامات مدیریت شهری که در برنامه هفتم مدنظر است هماهنگ کند، اما آنچه مدیریت شهری در این نشست رقم زده و قرار است استمرار یابد، بازنگری و بازبینی برنامه عملیاتی شهرداری در حوزه دیپلماسی در تمامی مجموعه های مختلف مدیریتی شهرداری اعم از خدمات شهری، حمل و نقل و ترافیک و... است.

مشاور عالی شهردار مشهد بر لزوم هم افزایی و همکاری مجموعه های مختلف مدیریتی شهرداری مشهد در تدوین نقشه راه حوزه دیپلماسی شهری تأکید کرد.

محمد سهیلی بیان کرد: در خصوص برنامه عملیاتی، شهرداری مشهد یک دوره بیست ساله را در بحث تدوین چشم انداز، برنامه ریزی و برنامه عملیاتی پشت سر گذاشته است و می توانیم بگوییم که از این حیث و در این حوزه، صاحب سبک است. علاوه بر اینکه از رویکرد متوازن برخوردار بوده و در برنامه عملیاتی ۱۴۰۵-۱۴۰۱ بر برنامه ریزی تعاملی تأکید دارد.

وی افزود: در رویکرد برنامه ریزی تعاملی، در واقع آنچه می خواهد در حوزه مدیریت شهری اتفاق بیفتد، بدون ارتباط، هماهنگی و تعامل با دیگر دستگاه ها میسر نخواهد شد. شهرداری مشهد، در این رویکرد همه چالش ها و آشفتگی ها را در برنامه تعاملی مدنظر قرار داده و شناسایی کرده است، به نحوی که شبکه ای از مسائل شهری شکل گرفته و تبدیل به برنامه عملیاتی شده است.

بازنگری در برنامه عملیاتی سالانه

سهیلی در ادامه با اشاره به اینکه در حال حاضر در شهرداری مشهد نگاه مدیریتی بر بازنگری برنامه عملیاتی سالانه است، گفت: مقرر شده تا برنامه عملیاتی همه ساله مورد بازنگری قرار گیرد و به افق برنامه یک سال افزوده شود. امسال هم به افق برنامه یک سال افزوده می شود. به این ترتیب، هیچ وقت با اتمام و خلأ برنامه روبه رو نمی شویم.

خبر

رئیس کمیسیون ویژه سامان دهی حاشیه شهر شورای اسلامی شهر خبر داد

ورود ۲۰ اتوبوس جدید به مشهد با اولویت حاشیه شهر



رئیس کمیسیون ویژه سامان دهی حاشیه شهر شورای اسلامی شهر مشهد گفت: بیست دستگاه اتوبوس جدید به مشهد

می آید که اولویت با حاشیه شهر است. مجید طهوریان عسکری در نشست با اهالی محله مهرآباد در مسجد ابوالفضل در خیابان فرزین با موضوع تقدیر از خادمان محرم، اظهار کرد: اخیراً ۱۰ دستگاه اتوبوس وارد شهر مشهد شد که همه این اتوبوس ها به خط کمربندی اضافه شد تا مسافران مناطق حاشیه شهر را جابه جا کند. همچنین ۱۰ تا ۲۰ اتوبوس دیگر وارد شهر می شود و اولویت این است که به حاشیه شهر اختصاص یابد تا وضعیت سرویس دهی مطلوب تر شود.

نشست مردمی

رئیس کمیسیون ویژه سامان دهی حاشیه شهر و مجید طهوریان عسکری در نشست با اهالی محله مهرآباد در مسجد ابوالفضل در خیابان فرزین با موضوع تقدیر از خادمان محرم، اظهار کرد: اخیراً ۱۰ دستگاه اتوبوس وارد شهر مشهد شد که همه این اتوبوس ها به خط کمربندی اضافه شد تا مسافران مناطق حاشیه شهر را جابه جا کند. همچنین ۱۰ تا ۲۰ اتوبوس دیگر وارد شهر می شود و اولویت این است که به حاشیه شهر اختصاص یابد تا وضعیت سرویس دهی مطلوب تر شود.

رکورد آسفالت ریزی در شهر شکست

وی گفت: هم اکنون ۲ هزار دستگاه اتوبوس فعال در شهر است که میانگین عمر آن ها ۹ سال است و در مقایسه با سایر کلان شهرها از جمله تهران، وضعیت مطلوب تری دارد. رکورد آسفالت شهر در تمام سنوات نیز شکسته شد و ۴ میلیون مترمربع از معابر شهر آسفالت شد.

رئیس کمیسیون ویژه سامان دهی حاشیه شهر افزود: در ضلع شمالی بولوار کرامت دو حسینه به نام حضرت علی اصغر^(ع) ایجاد می شود. پایانه ای در میدان جمعه بازار در دست اقدام است که تا دوماه آینده به اتمام می رسد و

رئیس گروه بیماری های واگیر معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مشهد اعلام کرد

خراسان رضوی، عاری از مالاریا



خبر روز

رئیس گروه بیماری های واگیر معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مشهد گفت: خراسان رضوی جزو مناطق پاک از بیماری مالاریا است و بیماران شناسایی شده مسافران و زائران از سایر مناطق کشور و کشورهای همسایه بودند که شناسایی شده و تحت درمان قرار گرفته اند. دکتر زهرا نهیدانی در گفت و گو با «وبدا»، با اشاره به اینکه خراسان رضوی از مناطق پاک بیماری مالاریا از سال ۸۲ است و در این استان انتقال محلی مشاهده نشده است. اما موارد مالاریا از کشورهای همسایه و استان های آلوده وارد شده اند. ادامه داد: در برخی موارد، فرد بیمار بدون علامت وارد استان می شود و بعد از ورود دچار علائم می شود که بر این اساس خدمات مورد نیاز را در مراکز بهداشتی درمانی دریافت می کند.

ثبت ۴۵ مورد مالاریا در سال گذشته

وی با بیان اینکه در سال گذشته، ۴۵ بیمار مبتلا به مالاریا در مناطق زیرپوشش شناسایی شد که اکثر سربازان، رانندگان ترانزیت و نیروهای کادر نظامی بودند که در مناطق مرزی دچار بیماری شده بودند، گفت: همچنین از ابتدای امسال تاکنون نوزده بیمار غریبومی مبتلا به مالاریا در مناطق زیرپوشش شناسایی شدند و تحت درمان قرار گرفتند.

خبر روز

رئیس گروه بیماری های واگیر معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مشهد با اشاره به اینکه درمان های بیماری مالاریا در صورت بستری و سربایی رایگان است و هیچ هزینه ای برای تشخیص، درمان و پیگیری های بعدی از بیمار دریافت نمی شود، گفت: خوشبختانه ناقلان آلوده نیستند و تاکنون انتقال محلی ثبت نشده است.

پیکر پدر شهیدان واحدی در مشهد تشییع شد



پیکر مرحوم حاج غلامرضا وحیدی (واحدی)، پدر شهیدان حسین و حسن واحدی، در مشهد تشییع شد. به‌گزارش روابط عمومی بنیاد شهید استان، مرحوم وحیدی در ۸۶ سالگی به علت کِهولت سن، بیماری و پس از تحمل درد ورنج دوری از فرزندان رشیدش، دعوت حق را لبیک گفت و به شهیدانش پیوست. آیین تشییع و تدفین پیکر پاک مرحوم وحیدی دیروز از محل مهدیه مشهد تا بارگاه ملکوتی امام رضا(ع) برگزار و در جوار مضجع منور رضوی بر پیکر این مرحوم نماز اقامه شد و پیکر این پدر گران قدر پس از تشییع در صحن کوثر حرم مطهر رضوی، به بهشت رضای مشهد انتقال داده شد تا در قطعه صالحین و در جوار گلزار شهدای هشت سال دفاع مقدس به خاک سپرده شود.

آزادسازی ۱۲۰ هکتار از زمین های کشاورزی شهرستان مشهد

رئیس امور اراضی جهاد کشاورزی مشهد گفت، ۱۲۰هکتار از زمین های کشاورزی در روستای «زاک» شهرستان مشهد با اجرای حکم قضایی آزادسازی شد. به‌گزارش روابط عمومی جهاد کشاورزی مشهد، حسین خواجوی افزود، این اقدام امروز با دستور قضایی و با حضور همه اعضای شورای حقوق بیت المال، نیروی انتظامی و یگان حفاظت جهاد کشاورزی مشهد انجام گرفت. وی اضافه کرد، در قالب این عملیات ۱۲۷ مورد بی‌کنی، پنج مورد استخر و ۶مورد محوطه سازی غیرمجاز تخریب شد.

جلوگیری از ۴۷۶ سقط جنین سالم در خراسان رضوی

مدیر جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس دانشگاه علوم پزشکی مشهد گفت، ۴۷۶ مادر باردار که در یک سال اخیر در این استان قصد سقط جنین سالم خود را داشتند، با حمایت های مرکز «نفس» مشهد از این اقدام منصرف شدند. به‌گزارش وبدا، دکتر محمد احمدیان افزود، ۶۰درصد از مجموع این مادران باردار منصرف شده از سقط جنین در شهرستان مشهد زندگی می‌کردند و این شهر میان شهرستان های استان خراسان رضوی بالاترین آمار پیشگیری از سقط جنین را ثبت کرده است.

اخبار

بارش های رگباری در خراسان رضوی

کارشناس مرکز پیش بینی هواشناسی خراسان رضوی گفت، آسمان این استان، به ویژه در مناطق شمالی، با نفوذ جریان های کم فشار از عصر امروز نیمه ابری و همراه با بارش های رگباری پیش بینی شده است.

به‌گزارش روابط عمومی هواشناسی استان، سارا حکمی افزود، حجم ابرها در مناطق شمالی استان بیشتر است که این وضعیت موجب وقوع بارش های رگباری توأم با رعدوبرق در این مناطق خواهد شد.

آغاز به کار مراکز مشاوره در کتابخانه های عمومی استان

سرپرست اداره کل کتابخانه های عمومی خراسان رضوی گفت، مرکز خدمات روان شناختی و مشاوره ای «راه زندگی» در راستای انعقاد تفاهم نامه همکاری مشترک نهاد کتابخانه های عمومی کشور و کمیته امداد امام خمینی (ع) در کتابخانه مرکزی مشهد آغاز به کار کرد. به‌گزارش ایرنا، حسین نوربخش افزود، این مرکز در راستای توجه به رسالت جدید کتابخانه ها به عنوان پایگاه های اجتماعی راه اندازی شده است.

وی افزود: تلاش می شود با توجه به ظرفیت کتابخانه ها این رسالت و وظیفه را بیشتر، مؤثرتر و عملی تر به نمایش بگذاریم.

مدیرکل کمیته امداد امام خمینی (ع) خراسان رضوی نیز اظهار کرد: تعاملات و همکاری بین این نهاد و کتابخانه های عمومی از گذشته بوده و این مرکز نیز در روند ادامه این همکاری ها در حال فعالیت است.

رضا سلم آبادی افزود : استفاده از مشاوره در بسیاری از مواقع مانعی برای سقوط خانواده ها و افراد شده است.

عدد خبر

۳۰۰ متر انسداد

فرمانده گروه مهندسی ۴۴۴ نیروی زمینی ارتش از انسداد سبید کیلومتر از مرزهای شرق ایران با احداث دیوارهای چهارمتری خبر داد و گفت: طرح انسداد مرزهای شمال شرق کشور با چهار گروه مهندسی ارتش و قرارگاه سازندگی خاتم الانبیا(ع) در حال انجام است. به‌گزارش تسنیم امیر سرتیپ دوم ستاد احمد اکبری اظهار کرد، در مدت زمان اجرای این طرح، مراحل مختلف انجام آن در جنوب و شمال مرز دوغانرون پیشرفت فیزیکی خوبی داشته و زیرساخت های لازم برای ادامه آن در این نقطه از کشور نیز با استفاده از توان و ظرفیت های داخلی فراهم شده است. وی ادامه داد: دیوارهای این طرح هرکدام چهار متر ارتفاع و سه متر و هفتاد سانتی متر طول دارد و ضخامت آن ها به یک متر و ۱۰ سانتی متر می رسد و برای به سرانجام رسیدن این طرح ملی از همه فرصت ها در حوزه های مختلف استفاده کرده ایم و در این راستا هم افزایش خوبی در بین دستگاه های متولی ایجاد شده است.

شهریار

شنبه ۴ خرداد ۱۴۰۳
۱۸ خرداد ۱۴۴۴
شماره ۲۲۷۰



خبر

خبر

گزارش خبری



روزنامه نگار سدیده آل ابراهیم

خردادماه امسال، مدیرعامل برق منطقه ای خراسان از برنامه هایی که وزارت نیرو با هماهنگی صنایع، بخش کشاورزی و دستگاه های اداری انجام داده است، خبر داد و هدف این

همکاری مشترک را مدیریت مصرف خواند تا در جریان اتصال برق برای مردم وقفه ای رخ ندهد، حال در نخستین روزهای مردادماه، معاون دادستان عمومی و انقلاب مرکز استان خراسان رضوی اعلام کرده که قرار است از امروز، چهارشنبه، همه اصناف به مدت بیست روز از ساعت ۱۳ تا ۱۷ واحد صنفی خود را تعطیل و در همه ساعات روز نیز تابلوهای تبلیغاتی خود را خاموش کنند. این اقدام نیز برای جلوگیری از گسترش قطع برق به سایر حوزه های مصارف است.

این در حالی است که تیرماه امسال فیروز ابراهیمی، رئیس خانه صنعت، معدن و تجارت خراسان رضوی، نیز انتقادی به قطع برق صنایع داشت، او با بیان اینکه طبق ماده ۲۵ قانون بهبود فضای کسب وکار که بر اساس آن در شرایط کمبود تولید نباید گزینه اول قطع باشد، ادامه داد: اما همین امسال سه برابر سال قبل قطع برق داریم، سال گذشته دوازده ساعت

آگهی مزایده عمومی شماره ۸۰۱۴۰۳۰۱۵۱

موضوع:

بهره برداری از مجموعه ورزشی شهید جهاد مغنیه

کلیه مراحل دریافت اسناد از طریق درگاه سامانه تامین کنندگان شهرداری مشهد به نشانی http://oldvendor.mashhad.ir و http://oldets.mashhad.ir انجام خواهد شد.

امور قراردادهای و پیمان های شهرداری منطقه ۸

شماره مزایده سامانه ستاد: ۲۰۰۳۰۹۴۵۱۰۰۰۰۰۴

آگهی مزایده عمومی املاک و مستغلات شهرداری مشهد مقدس

موضوع:

برای کسب اطلاعات بیشتر به سایت https://tamam.mashhad.ir و oldets.mashhad.ir جهت دریافت اسناد و شرکت در مزایده ، به سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) به آدرس www.setadiran.ir مراجعه نمایید. این آگهی در روزنامه رسمی به آدرس www.rfk.ir نیز درج می گردد.

تذکر : مزایده گران مکلف به ثبت نام در سامانه تدارکات الکترونیکی دولت (ستاد) می باشند.

آیت...ا.علم‌الهدی در مراسم اولین مرحله طرح جهادگران تبیین:

مقابل جریان های زاویه دار با امام زمان (عج) می ایستیم

باشند.



وقف امام زمان (عج) باشیم، بیان کرد: اگر فردی وقف امام شود، سعادتمند است. اگر وقف امام زمان (عج) شویم، همه ظرفیت وجودی مان در خدمت ایشان درمی آید. همه بسیجیان در هر عرصه ای باید وقف امام زمان (عج)

است. نماینده ولی فقیه در خراسان رضوی با بیان اینکه باید در عرصه خدمتگزاری

دبیر شورای امر به معروف و نهی از منکر مرکز رسیدگی به امور مساجد خراسان رضوی گفت: طرح شنبه های امر به معروفی در مساجد شهر مشهد اجرا می شود و اکنون سیصد مسجد در این طرح فعالیت دارند. به‌گزارش روابط عمومی امور مساجد

اجرای شنبه های امر به معروفی در مساجد مشهد

استان، حجت الاسلام والمسلمین مصطفی حیدری گفت: مقدمات طرح شنبه های امر به معروفی انجام و هر هفته با موضوع احیای امر به معروف و نهی از منکر، پنج دقیقه بعد از اقامه نماز ظهر یا مغرب در مساجد، توسط امام جماعت برگزار می شود. وی افزود، برگزاری دوره آموزش

پایه امر به معروف و نهی از منکر، دوره ضمن خدمت، جشنواره مفلحون، طرح چهل مسجد، چهل منبر، احصای یک معروف و یک منکر تخصصی و اولویت دار مرکز رسیدگی به امور مساجد و... از دیگر برنامه های ابلاغی در حوزه امر به معروف است.

تدبیر برقی برای تداوم روشنایی

با هدف صرفه جویی در برق، اصناف از امروز به مدت ۲۰ روز موظف به تعطیلی چهار ساعته هستند

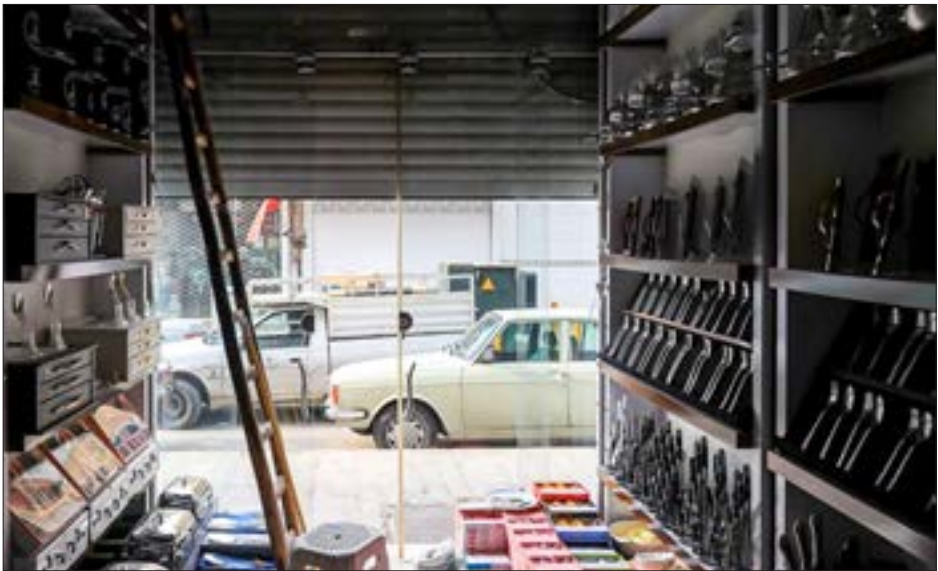
جلوگیری از گسترش قطع برق به سایر حوزه های مصارف، جلسه ای با حضور مسئولان اتحادیه های صنفی مشهد تشکیل شد.

سید هادی شریعت یار اظهار کرد: از روز چهارشنبه، سوم مردادماه، به مدت بیست روز (ایام پیک مصرف برق و ورود سامانه گرمایشی در کشور) از ساعت ۱۳ تا ۱۷ همه صنف به استثنای آن هایی که به علت شرایط خاص و ویژه مستثنی شده اند، بدون اینکه برقشان قطع شود، اقدام به تعطیلی واحد صنفی خود کنند.

وی با اشاره به اینکه اسامی اصنافی که شرایط خاصی دارند، توسط اتاق اصناف اعلام شده است، اضافه کرد: باید همه واحدهای صنفی، بدون هیچ گونه استثنا تابلوهای تبلیغاتی (نشون و...) سردر و داخل محیط

صنفی خود را در بازه زمانی از ۳ تا ۲۳ مردادماه در همه ساعات شبانه روز خاموش کنند. شرکت توزیع نیروی برق مشهد نیز موظف شد گزارش کاهش مصرف برق به دلیل اجرای مصوبات فوق و میزان همکاری واحدهای صنفی در این خصوص را به صورت روزانه به این معاونت، اتاق اصناف و فرمانداری مشهد ارسال کند.

شریعت یار افزود، اتاق اصناف نیز علاوه بر نظارت لازم از طریق بازرسان اتحادیه ها، میزان همکاری انجام شده در راستای کاهش مصرف برق را به اتحادیه ها به نحو مقتضی منعکس



قبل با مدیریت مصرف به حدود ۳ هزار و ۲۰۰ مگاوات رسید و پیش بینی برای امسال این است که ۳ هزار و ۹۰۰ مگاوات تولید انرژی داشته باشیم که وظیفه تأمین آن برعهده نیروگاه های حرارتی، تجدیدپذیر، تولید پراکنده و...

ورود دستگاه قضا برای کاهش مصرف در همین راستا، معاون دادستان عمومی و انقلاب مرکز استان خراسان رضوی درباره اتخاذ تدابیر لازم در خصوص کاهش مصرف برق اصناف، بیان کرد: با توجه به کمبود برق در کشور و به منظور پیشگیری از قطع برق واحدهای تولیدی، صنعتی و

می آید که به همین دلیل نیز قطع برق خانگی به یکی از پرتکرارترین سؤالات خبرنگاران از مسئولان مربوط تبدیل شده است. پیش از این نیز هواشناسی استان بیشترین میزان گرمای هوا را مربوط به نیمه دوم تیرماه تا نیمه اول مردادماه اعلام کرده بود و مدیرعامل برق منطقه ای استان نیز پیش بینی کرده بود که مصرف برق امسال استان به ۴ هزار و ۳۰۰ مگاوات برسد و البته بیشتر اوج بار احتمالی مربوط به مردادماه خواهد بود که باید در این بازه زمانی مدیریت بار انجام شود، ضمن اینکه طبق گفته حسین محمودی، مدیرعامل برق منطقه ای خراسان، مصرف بار استان در سال

قطع برق داشتیم، اما امسال این میزان به ۳۶ ساعت رسیده است.

● مجاری قطع برق از سال ۱۴۰۰ تا امسال مدیریت مصرف حتی در سال های گذشته نیز کار را به خاموشی خانگی کشاند و تابستان سال ۱۴۰۰ بود که گرمای هوا، افزایش مصرف برق را در پی داشت و به دنبال آن خاموشی های پراکنده ای را در بخش خانگی شاهد بودیم، مشهدی ها به طور روزانه جدول های رنگی قطع برق در نقاط مختلف شهر را پیگیری می کردند تا از قطع برق محله شان بی خبر نمانند. پس از آن هر سال با شروع تابستان، بیم قطع برق در اوج گرما به وجود

صاحبان مشاغل اشخاص حقیقی

۱۵ مرداد آخرین مهلت استفاده از تبصره ماده ۱۰۰ ق.م.م و یا تسلیم اظهارنامه مالیاتی

My.tax.gov.ir

روابط عمومی اداره کل امور مالیاتی خراسان رضوی

مرکز ارتباط مردمی ۱۵۲۶

سند راهبردی آموزش و فرهنگ عمومی پسماند تدوین می‌شود

شهردار مشهد در جلسه شورای سازمان مپ، این سازمان را در کشور به عنوان پیشرو و الگو معرفی کرد و گفت: سازمان مدیریت پسماند به عنوان یک الگو در کشور باید سند راهبردی آموزش و فرهنگ عمومی در این حوزه را تهیه و تدوین کند.

محمد رضا قلندر شریف تصریح کرد: به منظور پیاده سازی یک برند ملی و اثر بخشی بهتر خدمات درحوزه مدیریت پسماند باید سند راهبردی آموزش و آماده سازی عمومی در این

حوزه تهیه و تدوین شود، چرا که مقوله مدیریت پسماند از جمله حوزه هایی است که تمام مردم به شکل مستمر در شبانه روز درگیر آن هستند و این سازمان، سازمانی علمی و اجرایی است و تاکنون اقدامات مؤثر و مطلوبی در



سطح ملی انجام داده است. وی با اشاره به این موضوع که در معاونت خدمات شهری اقدامات خوبی صورت گرفته است و همواره این سازمان در گزارش ارزیابی و عملکرد در زمره سازمان های برتر در شهرداری است، بیان کرد: از این معاونت، سازمان مپ، شورای سازمان و هیئت مدیره آن قدردانی می‌کنیم، چرا که بخش مهمی از حفاظت و پاکیزگی شهر مرهون تلاش این سازمان است.

● موفقیت نرم افزارهای جمع آوری هوشمند پسماند وی همچنین افزود: در مقوله نرم افزارهای جمع آوری هوشمند پسماند های اقدامات مؤثری انجام گرفته شده است که با ظرفیتی که در حوزه سازمان مدیریت پسماند وجود دارد، تهیه و تدوین این سند کمک شایانی به کشور خواهد کرد. وی یادآور شد: همواره با تهیه و تدوین این سند، مسئولیت های اجتماعی هر بخش، یعنی وظایف شهروندان، شهرداری و سازمان مپ مشخص می‌شود و شاهد گسترش فرهنگ تفکیک زباله از مبدا به طور کامل در شهر مشهد خواهیم بود.

مشهد، پیشرو در استفاده از آب های خاکستری

با اجرای طرح استفاده از این آب‌ها، آبیاری درختان، شست‌وشوی خیابان و ... بدون استفاده از آب شرب انجام می‌شود

گزارش خبری



خشک سالی های طولانی مدت سال های اخیر و توزیع نامناسب منابع آبی، اوضاع و احوال وضعیت منابع آبی در ایران و از قضا در مشهد و استان را

مدت هاست که قرمز کرده است و در این وضعیت وخیم، تقریبا تنها راه چاره ای که پیش روی مسئولان آبی قرار دارد، جست وجوی منابع جدید آبی و حفظ همان منابع قبلی است. استفاده دوباره از بخشی از پساب خانگی که در اصطلاح به آن آب خاکستری گفته می‌شود و تصفیه و استفاده از آن برای برخی از مصارف خاص مثل آبیاری درخت ها و گیاهان همان مجموعه و حتی خیابان، شست‌وشوی حیاط و... یکی از همان منابع و راه های جدید برای حفظ منابع آبی است که مدت هاست در دنیا به مرحله اجرا رسیده و حسابش را هم پس داده است، اما در ایران به تازگی پا گرفته و به آن بها داده شده است. با توجه به شرایط بحرانی آب در مشهد و خشک سالی که خیلی وقت است با آن دست و پنجه نرم می‌کنیم، و از طرف دیگر قابل تصفیه بودن تقریبا ۸۰ درصد از پسابی که یک واحد مسکونی در کل سال تولید می‌کند، ماجرای اجرا و الزام برخی از ساختمان ها به باز چرخانی و تصفیه آب های خاکستری در شهر از سال ۱۳۹۷ آغاز شد و حالا ساختمان های گروه «د» ملزم به اجرایی کردن این طرح هستند و سایر مردم هم در صورت اجرا کردن این سیستم از شهرداری مشوق می‌گیرند. اول آبان ۱۳۹۷ شورای اسلامی شهر مشهد لایحه ای با عنوان مدیریت

مصرف آب، جداسازی و باز چرخانی فاضلاب خاکستری در ساختمان ها را تصویب کرد که در آن شهرداری مکلف به اجرای طرح های مدیریت مصرف آب با همکاری آبفا و اجرا کردن باز چرخانی فاضلاب خاکستری در ساختمان های شهر شده بود. براساس مهم ترین بندهای این مصوبه، همه ساختمان های گروه «د» ، شامل هتل ها، بیمارستان ها، ساختمان های دولتی، دانشگاه ها، مجموعه های تجاری، ادارات در زمان صدور پروانه ملزم به رعایت جداسازی آب خاکستری شدند و شورا در بند ششم این مصوبه، به شهرداری اجازه داد تا به شهروندانی که از طریق باز چرخانی آب خاکستری باغ بام، فضای سبز معابر فرعی و... را آبیاری می‌کنند، برای هر ملک مسکونی تا سقف ۵ میلیون تومان هدیه اعطا کند.

حدود یک سال بعد آیین نامه اجرایی جداسازی و باز چرخانی آب خاکستری به شورای شهر رسید و تصویب شد تا کار در این حوزه به صورت رسمی آغاز شود و خرداد ماه ۱۳۹۹ تفاهم نامه باز چرخانی آب در ساختمان های مشهد بین شهرداری و آبفا و نظام مهندسی امضا شد تا مشهد اولین شهر کشور باشد که این طرح را اجرایی می‌کند.

● آبیاری بخش زیادی از فضای سبز مشهد با آب خاکستری معاون مهندسی آب سازمان پارک ها و فضای سبز شهرداری مشهد در گفت وگو با شهرآرا با اشاره به پیشرو بودن مشهد در زمینه استفاده از آب های خاکستری برای آبیاری فضای سبز گفت: همین حالا بخش زیادی از آبیاری فضای سبز مشهد با آب های خاکستری انجام می‌شود و تأمین آب جهت نگهداری و حفظ فضای سبز در مشهد به اقدامات مبتکرانه و به روز نیاز دارد.

داریم به کسانی که از باز چرخانی آب استفاده می‌کنند تسهیلات می‌دهیم و کمک می‌کنیم. سلطان احمدی در بخش دیگری از صحبت هایش از الزام سازمان های مختلف برای همکاری با شهرداری در اجرایی شدن این طرح خبر داد و بیان کرد: مصوبه سال ۱۳۹۷ شورای شهر، سازمان های مختلف را ملزم به همکاری با مدیریت شهری برای اجرای طرح بازگردانی آب های خاکستری می‌کند، به عنوان نمونه سازمان نظام مهندسی مکلف به طراحی و تدوین چک لیست هایی برای حصول اطمینان از اجرای طرح در زمان صدور پایان کار شده است.

● مصوبه به روز خواهد شد مصوبه شش سال پیش شورای شهر مشهد برای آب های خاکستری و مشوق های آن به روز خواهد شد یا نه ؟ معاون مهندسی آب سازمان پارک های شهرداری مشهد در پاسخ به این سؤال گفت: همان طور که قبلا



● از کمک فنی تا تسهیلات ۵ میلیون تومانی

عبدالله احمدی به مصوبه سال ۱۳۹۷ شورای شهر با موضوع آب های خاکستری اشاره کرد و افزود: سازمان پارک ها و فضای سبز شهرداری مشهد به متقاضیان اجرای طرح آب های خاکستری تسهیلات می‌دهد که رقم آن براساس مصوبه شورا، برای هر واحد مسکونی ۵ میلیون تومان است. البته اجرای طرح جداسازی و استفاده از آب های خاکستری باید از ابتدای احداث ساختمان های مسکونی آغاز شود.

وی ادامه داد: شهرداری علاوه بر تسهیلاتی که شهرداری مصوب کرده است، در ماجرای استفاده از آب های سطحی هم در بحث جمع آوری کمک می‌کند و هم کمک فنی ارائه می‌دهد و همین الان هم به صورت مداوم

لزوم بازیابی در طراحی بوستان های ویژه بانوان



عضو هیئت رئیسه شورای اسلامی شهر مشهد گفت: یکی از تأکیدات ما بازیابی روی طراحی پروژه های بوستان بانوان است، طراحی، رنگ بندی و کالبد این پروژه ها باید از کیفیت مطلوب برخوردار باشد و متناسب با بانوان و جامعه مخاطب باشد.

فاطمه سلیمی افزود: پروژه احداث سایت بانوان بوستان «بسیج» نیز در زمینی به مساحت

حدود ۲۵ هکتار پیش بینی و تعریف شده که در حال اجراست و در سایت بانوان این بوستان، امکاناتی چون زمین های ورزشی متنوع، اتاق مادر و کودک، فضای بازی بزرگ سالن، نوجوانان و کودکان، فضای گفت وگو و ... تعریف و جانمایی شده است، علاوه بر این، رینگ ۶۰۰ متری دو چرخه سواری و رینگ سلامت به طول ۱۰۵ کیلومتر از دیگر امکانات پروژه است.

هر کدام دارای قسمت های متنوع و مختلف است. وی درباره اقدامات در حال انجام در قسمت اول این پروژه اظهار کرد: احداث مخزن هزار مترمکعبی، اجرای معابر سطح پروژه به مساحت ۲۲ هزار و ۶۰۰ مترمربع، جمع آوری جدول های فرسوده و اجرای جدول به متر از کل ۶ هزار و ۱۰۰ متر طول، محوطه سازی محدوده اطراف مسجد، اجرای کانال لوله گذاری برای جمع آوری آب های سطحی از اقدامات این بخش از پروژه است.

معاون محیط زیست و خدمات شهری شهرداری مشهد خاطرنشان کرد: تأمین آب فضای سبز از چاه داخل بوستان انجام می‌شود که با توجه به سیستم آبیاری طراحی شده (آبیاری شلنگی) یک مخزن ۱۰۰۰ مترمکعبی جهت ذخیره آب به همراه موتورخانه در نظر گرفته شده است.

● از باغ فرهنگ تا باغ آرامش و باغ تفریح وی اظهار کرد: به طور کلی فاز اول بوستان جهان شهر دارای بخش های مختلفی همچون باغ فرهنگ، باغ آرامش، باغ تفریح و هیجان، باغ قدم های کهن، راسته هنر و خاطره، قسمت ورودی و معابر است که

اهمیت توجه به سرعت و کیفیت در پروژه های شهری



بر تعریف پروژه های عمرانی است. عمده این پروژه ها با هدف ارتقای سطح کیفی زیست شهری در مناطق حاشیه شهر و کم برخوردار هستند تا سرانه های خدماتی و سطح رفاه ساکنان در این پهنه ها افزایش یابد. البته این تسریع در روند اجرایی باید هم زمان با لحاظ دقت و کیفیت در اجرای پروژه باشد تا رضایت مندی عمومی را بیش از پیش، ارمغان آورد.

رئیس کمیسیون شهرسازی و معماری شورای اسلامی شهر مشهد گفت: یکی از اصلی ترین تأکیدات شورای شهر به شهرداری، تسریع در اجرای پروژه های شهری، در عین توجه به کیفیت و دقت در اجرا آن هاست. حمید ضمیری تأکید کرد: رویکرد و سیاست گذاری شورای ششم که تجلی و برون داد آن را در بودجه سنواتی شاهدیم، تأکید جدی

معاون شهردار مشهد جزئیات احداث باغ های متنوع در بوستان «جهان شهر» را تشریح کرد

تحول سبز برای بوستان جهان شهر در راه است



معاون محیط زیست و خدمات شهری شهرداری مشهد با بیان اینکه پروژه سامان دهی اراضی پادگان لشکر ۷۷ با همکاری بین شهرداری مشهد، ارتش جمهوری اسلامی ایران و سپاه پاسداران انقلاب اسلامی پس از طی مراحل تغییر کاربری و تحویل و تحول اراضی در خرداد ماه سال ۱۴۰۱ آغاز شد. افزود: در این مرحله معابر اتصالی بین خیابان ثامن الائمه و شهید نامجو بازگشایی و فضای سبز موجود به مساحت حدود ۴۰ هکتار سامان دهی و ایمن سازی شد و در اختیار شهروندان قرار گرفت و فضای سبز و تأسیسات مرتبط با اینند و

شهرداران

احداث ۱۰ مجموعه ورزشی روباز چمن مصنوعی در منطقه ۳



شهردار منطقه ۳ سیدعلی حسینی

در سه سال اخیر در این منطقه، هفت مجموعه ورزشی روباز چمن مصنوعی احداث و سه زمین ورزشی کیفی سازی شده است. از ابتدای سال ۱۴۰۱ تا کنون پنج زمین ورزشی شادی، شهید میرزایی، بهمن، شهید محبی و عترت در محلات خواجهریبع، گاز، بهمن، دروی و مهرگان با صرف اعتبار ۲۵۰ میلیارد ریال به بهره برداری رسیده اند. هم اکنون زمین مهرمارد واقع در محله مهرمارد و فاز دو مهرگان در محله مهرگان با اعتبار ۱۲۰ میلیارد ریالی در حال ساخت هستند. همچنین بنا به درخواست شهروندان، بهسازی و کیفی سازی سه زمین یاس، رسالت و مهرگان در محله های طبرسی شمالی، دروی و مهرگان با اعتبار ۷۰ میلیارد ریال در دستور کار شهرداری منطقه قرار گرفت و خوشبختانه عملیات آن ها انجام شد.

پیشرفت ۷۰ درصدی ساخت انبار حوادث غیرمترقبه توس

پیشرفت فیزیکی ساخت انبار حوادث غیرمترقبه توس در منطقه ۱۰ به ۷۰ درصد رسید. این پروژه با مساحت ۳۲۰ مترمربع در آینده ای نزدیک به بهره برداری می‌رسد. این انبار در راستای مدیریت و کاهش خسارت های حوادث غیرمترقبه و ایجاد آمادگی برای مقابله با مخاطرات طبیعی در حال ساخت است. در پی بارش نزولات آسمانی و تأمین ملزومات جهت از بین بردن لغزندگی معابر بزرگراه ها، بولوارها و خیابان ها این انبار احداث می‌شود. پروژه انبار حوادث غیرمترقبه توس با اعتبار ۷۰ میلیارد ریال در خیابان شهید حشمتی ۳ جنب بوستان بنفشه واقع شده است.

توس ۱۹۹ آسفالت شد



شهردار منطقه ۱۲ مهدی خدائشاس

از ابتدای سال حجم فعالیت های عمرانی و اجرایی در محدوده منفصل شهری توس و همین طور در محدوده متصل (الهیة) در حوزه آسفالت، پیشرفت و افزایش درخورتوجهی داشته است. در این راستا و برای رفاه حال هر چه بیشتر شهروندان در محدوده منفصل شهری توس، توس ۱۹۹ نیز آسفالت شد. آسفالت این معبر خاکی با متر از ۷۰۰ مترمربع و اعتباری بالغ بر ۴۵۰ میلیون تومان انجام شد.

خبر چین

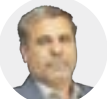
تدوین بسته برنامه های شهروندی فرهنگ سراها

در راستای ارتقای فرهنگ شهروندی و بویایی فرهنگ سراهای مشهد، برنامه های متنوع و مختلفی در جلسات مشترک مسئولان فرهنگ سراها و اداره توسعه و ترویج اخلاق تدوین شد و در روزهای آتی برای اجرا به فرهنگ سراها ابلاغ خواهد شد. با هدف افزایش کیفیت زندگی در سطح شهر، متناسب با اخلاق و سبک زندگی اسلامی، بسته برنامه های شهروندی و توانمند سازی در قالب برنامه های رویدادی، جشنواره ای، مسابقات و همایشی پیش بینی شده است. این برنامه های آموزشی در حوزه های موضوعی ترافیک، محیط زیست، حقوق شهروندی، کارآفرینی و مهارت، اخلاق در خانواده و ... است که برای تمامی شهروندان قابل استفاده است.

شست و شوی تابستانه درختان در معابر اصلی شهر

شست و شوی درختان با هدف کنترل و مبارزه با آفات شایع همچون کنه، کمک به افزایش فتوسنتز درختان از طریق پاک سازی سطوح برگ ها از آلاینده های محیطی، افزایش رطوبت نسبی و کاهش دمای پیرامون درختان به منظور جلوگیری از تنش آبی و گرمایی صورت می‌گیرد. براساس برنامه ریزی های انجام شده توسط ادارات فضای سبز مناطق و اداره جنگل داری شهری سازمان پارک ها و فضای سبز، گونه های درختی همچون چنار، نارون و صنوبر در محوره های اصلی سطح شهر به صورت شبانه با تانکرهای آبیاری مجهز به پمپ فشار قوی و دستگاه های مه پاش سازمان مدیریت پسماند شست و شو می‌شوند.

جمع آوری افراد کارگر نما از شهر مشهد



حسین گلبدری مدیرعامل سازمان خدمات شهری و فراورده های کشاورزی

شهرداری با استفاده از ظرفیت های داخلی و پیگیری های مستمر توانسته ضمن هماهنگی با حوزه قضایی، طرح هایی تحت عنوان «جمع آوری و هدایت افراد کارگر نما» اجرا کند که تأثیرات مثبتی نیز در پی داشته است. تاکنون بالغ بر ۱۳ هزار و ۵۰۰ نفر به عضویت طرح سامان دهی کارگران ساختمانی و موقت درآمد اند که تعداد سه هزار نفر از آنان کارگران فعال به شمار می‌روند. البته برخی افراد از روستاها و شهرهای پیرامون به مشهد آمده اند و در این شهر به صورت دائمی مستقر نیستند و برخی متکدی و کارگر نما هستند، از این رو اقابلی به حضور در ایست کارها ندارند.

بررسی چالش های زیست محیطی حاشیه مشهد و کشف رود



سید رحمان میرزاییان مدیرکل حفاظت و نظارتی شهری شهرداری مشهد

در نشست ایده گفت وگو، چالش و مسائل زیست محیطی حاشیه شهر کشف رود مشهد، بررسی شد. در این نشست طبق هماهنگی و هم افزایی با استادان دانشگاه و نخبگان علمی، مقرر شد شناسایی و اولویت بندی شبکه مسائل به لحاظ حوزه زیست محیطی توسط دانشگاه آزاد اسلامی مشهد و مسائل زیست محیطی به صورت علمی احصا شود. گردهم آمدن نخبگان و کنشگران فضای علمی نیز کمک می‌کند تا مسائل مرتبط با موضوع حاشیه نشینی در ابعاد مختلف به صورت علمی مطرح و چاره اندیشی شود.

۱۷ هزار بلیت رایگان استخر پارک ملت برای شکل های حاشیه شهر



سید حسن غیانی معاون سلامت و تربیت بدنی سازمان فرهنگ و اجتماعی شهرداری مشهد

۱۷ هزار بلیت رایگان استخر روباز پارک ملت به تشکل ها و مساجد حاشیه شهر مشهد، برای استفاده عموم داده شد. استخر روباز پارک ملت، یکی از استخرهای قدیمی مشهد است که قدمتی ۵۴ ساله دارد. این استخر که زیر نظر مدیریت شهری اداره می‌شود، هر ساله هم زمان با فصل گرما در اختیار عموم شهروندان قرار می‌گیرد. نوبت های صبح این استخر به هیئت ها، تشکل های ورزشی و مساجد اختصاص دارد.

خبر

تیم داری مشهد در لیگ برتر کشتی رسمی شد

تیم صنایع غذایی معینی پور مشهد برای حضور در لیگ برتر کشتی آزاد ثبت نام کرد. با اعلام اسماعیل حسن زاده، رئیس هیئت کشتی استان خراسان رضوی، این تیم به عنوان نماینده مشهد در این دوره از رقابت ها حاضر خواهد بود و ثبت نام اولیه را انجام داده و وجه ورودی هم به حساب فدراسیون واریز شده است. این تیم مشهدی دو فصل پیش در لیگ دسته اول همراه با گروه ساختمانی جاودانی مشهد به لیگ برتر صعود کرد، اما هر دو تیم به علت مشکلات مالی نتوانستند در فصل گذشته رقابت های لیگ برتر به میدان بروند. حالا قرار است تیم صنایع غذایی معینی پور مشهد با هدایت علیرضا رضایی در این آوردگاه به میدان برود.



آزادکار مشهدی در رقابت های قهرمانی آسیا دوم شد

نقره باقری در آوردگاه آسیایی

مجید باقری، آزادکار وزن ۷۹ کیلوگرم تیم ملی جوانان ایران، در جریان رقابت های قهرمانی آسیا به مدال نقره رسید.



فعالیت ویژه پاسور راه اندازی کانون های

مشهدی در والیبال مشهد

آکادمی حسینی در حاشیه شهر



پاسور و ملی پوش اسبق تیم ملی والیبال به دنبال راه اندازی کانون های والیبال در شهر زادگاهش است. امیر حسینی که سال ها نامش در بالاترین سطح والیبال ایران می درخشید و به عنوان پاسور تیم ملی فعالیت می کرد، حالا با بازگشت به زادگاهش مشهد مقدس، به دنبال راه اندازی آکادمی و کانون های والیبالی در حاشیه شهر مشهد است تا بتواند از این طریق دینش را به ورزش مشهد ادا کند. امیر حسینی در این باره به شهرارورزشی می گوید: من والیبال را از تیم شهرداری مشهد آغاز کردم و به نوعی خودم را مدیون والیبال مشهد می دانم. امدم تا دینم را به والیبال شهرم ادا کنم و می خواهم باره اندازی این کانون ها به والیبال شهرم و امر استعدادیابی در رده های پایه کمک کنم. در این زمینه جلسه ای را با دوستان در شهرداری مشهد گذاشتم و آن ها هم قول های مساعدی برای کمک داده اند که امیدوارم با همکاری این دوستان بتوانیم این کار ارزنده را در والیبال مشهد آغاز کنیم.

ستاره سال های نه چندان دور والیبال مشهد درحالی به دنبال فعالیت در این زمینه است که تا چهل و چهارسالگی والیبال بازی کرد و بعد از آن هم تجربه سرمربیگری در تیم سایپا را از سر گذراند، اما حالا و در آستانه شروع لیگ برتر به دنبال فعالیت در این حوزه است و می خواهد از طریق کانون های والیبالی به والیبال شهرش خدمت کند.

ورزش بانوان



۲ دختر فوتسالیست مشهدی در اردوی ملی آسیایی

مژده رنگیان

یک فوتسالیست مشهدی دیگر به فهرست بیست نفره اردوی ملی اضافه شد.

پس از بازگشت تیم ملی فوتسال بانوان از تورنمنت چین و کسب نتایج ضعیف، کادرفنی تیم ملی فوتسال بانوان تصمیم گرفت چهره های جدیدی را به تیم ملی دعوت کند تا بتوانند نقاط ضعف تیم را پوشش دهد و ترکیب جدید با انجام تمرینات مداوم، خود را برای حضور در بازی های داخل سالن آسیا آماده کند.

طبق اعلام فروزان سلیمانی، سرمربی تیم ملی فوتسال بانوان، در این اردو در کنار فاطمه حسینی، ملی پوش مشهدی که در دو سال گذشته در کنار تیم ملی بوده است، هفتمه قنبری نیز راهی اردو می شود. این اولین بار نیست که قنبری، بازیکن جوان فوتسال مشهد، در تمرینات ملی حاضر می شود، اما این فرصت را دارد تا بتواند نظر کادرفنی را برای حضور در مسابقات قهرمانی آسیا و حتی جام جهانی جلب کند. قنبری فصل گذشته در لیگ برتر و در تیم مبلمان کلاسیک مشهد حضور داشت.

در این دوره مهسا کمالی و نسترن مقیمی به دلیل مصدومیت حضور ندارند. فرشته کریمی نیز پس از مدت ها دوری به دلیل مصدومیت و گذراندن دوره نقاهت خود قرار است به جمع ملی پوشان اضافه شود. زهرا لطف آبادی، دروازه بان لژیونر، نیز سرانجام به اردوی ملی فراخوانده شد. اردوی آماده سازی تیم ملی فوتسال بانوان از یازدهم مرداد در مرکز ملی فوتبال آغاز می شود و تا شانزدهم مرداد ادامه خواهد داشت.

شمشین دوره بازی های آسیایی داخل سالن آسیا از سی ام آبان تا دوازدهم آذر ۱۴۰۲ به طور مشترک در دو شهر بانکوک و چونیوری برگزار می شود و ورزشکاران آسیایی در ۳۶ رشته اصلی و دو رشته نمایشی و در قالب ۳۶۵ رویداد به مصاف هم خواهند رفت. تیم ملی فوتسال بانوان ایران هم پس از چند سال دوری از مسابقات رسمی بین المللی قرار است با ترکیبی متشکل از بازیکن های جوان و باتجربه در این رویداد شرکت کند. در ادامه، اولین جام جهانی نیز پیش روی دختران ایران است.

تابلو اعلانات

برنامه مسابقات فوتبال کمتر از ۱۵ سال دسته دوم مشهد	
هفته چهارم - زمین چمن لشکر	
چهارشنبه ۴ مرداد ۱۴۰۲	
تکنیک برتر - یوزتک	۰۹:۰۰
سنگجولی - بارثاوا	۱۱:۰۰
برنامه مسابقات فوتبال کمتر از ۱۳ سال دسته اول مشهد	
هفته اول - محل برگزاری متعاقبا اعلام می گردد	
پنجشنبه ۴ مرداد ۱۴۰۳	
ستارگان خراسان - حسین پاس	۰۹:۰۰
پرسپولیس - ستاره ساز	۱۱:۰۰
نسل جوان - نسل آریا	۱۳:۰۰
فدک - فولاد	۱۵:۰۰
جمعه ۵ مرداد ۱۴۰۳	
مهرداد پیشرو - آریا	۰۹:۰۰
عالی مقام - آفرین	۱۰:۴۵
اطلس زرین - امید سپهر	۱۲:۳۰
شادمهر - پیشگامان	۱۳:۴۵
یاران خداداد - استعداد برتر	۱۵:۰۰

درباره زوج بسکتبالیست مشهدی که یک فصل را در لیگ برتر لبنان سپری کردند

زوج لژیونر



برای تماشای این مستند کد روبه رو را اسکن کنید

مرتضی اخوان



آن ها زوج ورزشکاری هستند که به عنوان لژیونر هم زمان در یک باشگاه خارجی حضور داشتند: زن و شوهری که در نخستین سال های تجربه زندگی مشترک به این توفیق رسیده اند و با هم به یک باشگاه

بسکتبال لبنانی رفته اند تا رویاهایشان را در آنجا جست و جو کنند. پیمان ولی پور و غزل هزبر زوج مشهدی بسکتبال ایران هستند که هنوز مهر گذرنامه شان پس از بازگشت از لیگ برتر لبنان به ایران خشک نشده است. آن ها که هر دو از آکادمی و باشگاه بسکتبال فرش مشهد هستند، چندی پیش به دعوت باشگاه NSA لبنان به این کشور رفتند تا در لیگ برتر آن کشور بازی کنند؛ زوجی که یکی در قامت مربی و دیگری در قامت مربی بازیکن لژیونر بسکتبال مشهد تلقی می شوند. خواندن قصه زوج بسکتبالیست مشهدی و آنچه پیش و پس از لژیونر شدن بر آن ها گذشته است، خالی از لطف نیست.

پرواز از فرش تا عرش

پیمان ولی پور متولد سی امین روز از شهریور سال ۱۳۷۲ است. او که حالا ۳۱ سال دارد، پسر هوشنگ ولی پور و برادرزاده مجید ولی پور، دو چهره نام آشنای بسکتبال خراسان رضوی است. او درباره ورودش به ورزش بسکتبال گفت: از یازده سالگی به بسکتبال علاقه داشتم و کارم را از کلاس های اوقات فراغت آغاز کردم. اولین باشگاه حرفه ای من باشگاه فرش مشهد بود. کارم را از این باشگاه آغاز کردم و اولین تیم حرفه ای هم که در لیگ دسته یک با آن

حاضر شدم، تیم «مهدیار شرق» بود.

ولی پور به گفته خودش بعدتر برای کاله آمل، پارسای مشهد، اویژه صنعت و پدافند هوایی دزفول بازی کرده است. او با کاله و اویژه سابقه صعود به لیگ برتر را داشته است و پس از دوران خدمت بسکتبالش را خیلی زود کنار گذاشت. او در این باره اظهار کرد: سالی که سریاز شدم، به تیم رعد پدافند دزفول رفتم، اما به علت پارگی ACL در دوره حضورم در کاله دیگر نتوانستم بسکتبال را ادامه بدهم و خیلی زود آن را کنار گذاشتم. ولی پور بلافاصله پس از دوران بازی به سمت مربیگری رفت. او در این باره اذعان کرد: پیش از اینکه دوره بازی ام تمام شود، مدارک مربیگری درجه ۲ و ۳ را گرفته بودم و پس از جراحی و کنار گذاشتن بسکتبال به سمت مربیگری رفتم. اولین تجربه سرمربیگری ام در تیم پدافند مشهد بود که در لیگ دسته دوم بازی می کرد، اما متأسفانه پس از شش بازی که با چهار پیروزی برای تیمم همراه بود، کرونا شایع شد و مسابقات نیمه تمام ماند. سال بعدش هم به عنوان دستیار در لیگ دسته یک در تیم لیگ یکی اویژه با قیاسی کار کردم و سال بعدتر به تیم اصلی اویژه در لیگ برتر رفتم و کمک دوم سرچان ایوانوویچ شدم.

قهرمانی لیگ برتر با طعم پیشرفت

غزل هزبر، همسر پیمان ولی پور، هم مثل شوهرش بسکتبالیستی تمام عیار است. شاید به بتوان او را تمام عیارتر دانست؛ با نوبتی مشهدی که در بیست و چهارسالگی، هم قهرمانی لیگ برتر به عنوان بازیکن را در کارنامه می بیند و هم توانسته است با همسرش لژیونر شود و تجربه بازی در لیگ خارجی را کسب کند. غزل هزبر درباره ورودش به رشته ورزشی

بسکتبال گفت: متولد چهاردهم فروردین ۱۳۷۹ هستم و از دوران مدرسه به بسکتبال علاقه مند بودم. در پست ۳ بازی می کنم و از چهارده سالگی به تیم لیگ برتری مشهد رفتم. سه سال با تیم هیئت بسکتبال خراسان رضوی در لیگ برتر بازی و کسب تجربه کردم. پس از آن بود که به تیم ملی کمتر از هجده سال دعوت شدم و حضورم در اردوهای ملی موجب شد تا توجه تیم های تهرانی را جلب کنم و پایم به صورت جدی تر به لیگ برتر باز شود.

هزبر با اشاره به دوران طلایی حضورش در تیم های لیگ برتری بسکتبال بانوان، یادآور شد: سه سال در تیم های نارسینا و گروه بهمن بازی کردم و در سال ۱۴۰۱ توانستم با تیم گروه بهمن عنوان قهرمانی لیگ برتر بسکتبال بانوان را به دست آورم.

سفر پرماجرا به لبنان

ولی پور و هزبر پارسال به دعوت باشگاه NSA لبنان راهی این کشور شدند. پیمان به عنوان دستیار سرچان ایوانوویچ، سرمربی وقت این تیم، و غزل هم در قامت بازیکن مربی تیم اصلی بانوان این باشگاه و آکادمی مشغول فعالیت شدند. ولی پور در این باره به شهرارورزشی گفت: وقتی سرچان به لبنان رفت، با من تماس گرفت و گفت به عنوان دستیار به او ملحق شوم. لیگ لبنان لیگ خوبی است و ۱۰ تیم در آن رقابت می کنند. وقتی جنگ لبنان حادث شد، سرچان قراردادی را با این باشگاه فسخ کرد و به ایران آمد، اما من و غزل آنجا ماندیم و دو مربی دیگری که در آن برهه هدایت تیم را به عهده گرفتند، هردو از ما می خواستند که با تیم ادامه بدهیم، اما وضعیت جنگی و نگرانی های خانوادگی باعث شد هردو مان به کشور بازگردیم.

غزل هزبر هم درباره سفر پرماجرایشان به لبنان اظهار کرد: تجربه خوب و جدیدی بود. بسکتبال لبنان به بسکتبال ایران خیلی نزدیک است و شاید تنها مشکلی این است که در آنجا فقط یکی دو تیم خوب دارند و بقیه تیم ها سطحشان متوسط است.

ولی پور، همسر هزبر، درباره بسکتبال لبنان اظهارات جالبی دارد. او در این باره گفت: بسکتبال ورزش اول لبنان است و روزهای بازی مردم لبنان کار و زندگی شان را تعطیل می کردند. در لبنان سالن های بسکتبال مدارس این کشور به مراتب از سالن سجاد (خانه بسکتبال خراسان رضوی) ما مجهزتر و بهتر است!

آینده پیش روی زوج جوان

زوج جوان پس از بازگشت به ایران روزهای پرهیاهویی را سپری می کنند. ولی پور در قامت آنالیزور تیم ملی بسکتبال جوانان در کنار سرچان ایوانوویچ است و هزبر در آکادمی باشگاه فرش مشهد به دنبال پرورش استعداد های آینده بسکتبال بانوان مشهد است. غزل هزبر بیست و چهارساله درباره اینکه آیا دیگر بازی کردن را به طور کامل کنار گذاشته است یا خیر، اظهار کرد: مجبور شدم به سمت مربیگری بروم. واقعیت آن بود که با بازی کردن در لیگ ایران از نظر مالی حمایت نمی شدم و اولش با انگیزه های مادی به سمت مربیگری رفتم، اما حالا برایم علاقه ایجاد شده است. با وجود این فکر می کنم هنوز ۱۰ سال دیگر می توانم بسکتبال بازی کنم و بعد مربیگری ام را ارتقا بدهم. امیدوارم بتوانم امسال دوباره در سوپرلیگ بازی کنم. پیمان ولی پور هم درباره آینده اش بیان کرد: دهم شهریور با تیم ملی مسابقات کاپ آسیا را در اردن در پیش داریم و پس از آن هم به یکی دو پیشنهادهی که از لیگ لبنان دارم، فکر می کنم.



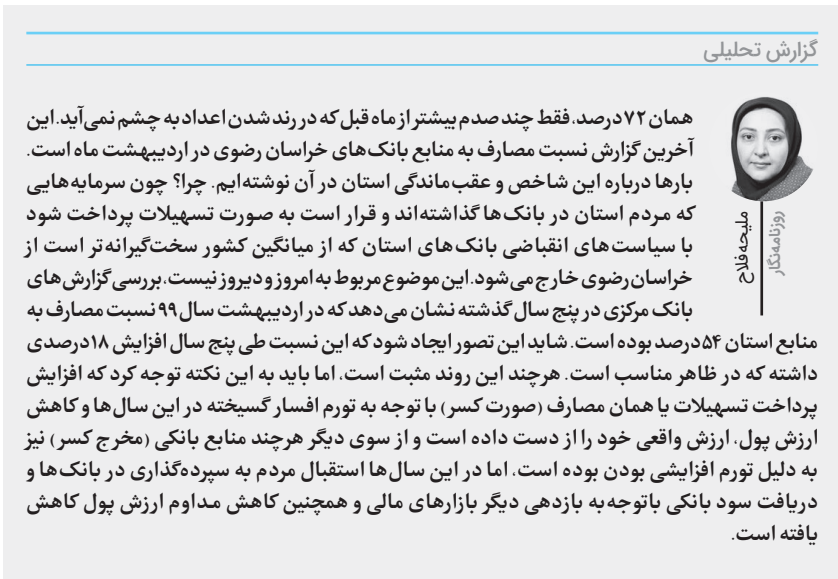
فوتبال پایه
۴شنبه ها

رقابت های هفته چهارم لیگ دسته دوم فوتبال کمتر از پانزده سال مشهد هم از دیروز آغاز شده است؛ لیگی که آن هم در دو گروه برگزار می شود و فاتحانش فصل آینده در همین لیگ یک بازی می کنند و مغلوبانش باید به دسته پایین تر بروند.

پیکان ۳ بر۰ ایران خودرو را برد، نساجی در دیداری یک طرفه و عجیب و غریب ۸ بر۰ شهر فوتبال را شکست داد و توس نوین هم در بازی مشابه پرگلی ۱۰ بر۲ برابر پیام پیکان ۱۱ بر۲ امید سپهر را برد و خلیج فارس ۲ بر۰ نواندیش را بازنده به خانه فرستاد.

داستان دنباله‌دار خروج منابع بانکی از استان

بانک‌های خراسان رضوی با سیاست‌های سخت‌گیرانه خود، تسهیلات کمتری نسبت به میانگین کشوری پرداخت می‌کنند



گزارش تحلیلی

همان ۷۲ درصد. فقط چند صدم بیش‌تر از ماه قبل که در رند شدن اعداد به چشم نمی‌آید. این آخرین گزارش نسبت مصارف به منابع بانک‌های خراسان رضوی در اردیبهشت ماه است. بارها درباره این شاخص و عقب‌ماندگی استان در آن نوشته‌ایم. چرا؟ چون سرمایه‌هایی که مردم استان در بانک‌ها گذاشته‌اند و قرار است به صورت تسهیلات پرداخت شود با سیاست‌های انقباضی بانک‌های استان که از میانگین کشور سخت‌گیرانه‌تر است از خراسان رضوی خارج می‌شود. این موضوع مربوط به امروز و دیروز نیست. بررسی گزارش‌های بانک مرکزی در پنج سال گذشته نشان می‌دهد که در اردیبهشت سال ۹۹ نسبت مصارف به منابع استان ۵۴ درصد بوده است. شاید این تصور ایجاد شود که این نسبت طی پنج سال افزایش ۱۸ درصدی داشته که در ظاهر مناسب است. هرچند این روند مثبت است، اما باید به این نکته توجه کرد که افزایش پرداخت تسهیلات با همان مصارف (صورت کسر) با توجه به تورم افسار گسیخته در این سال‌ها و کاهش ارزش پول، ارزش واقعی خود را از دست داده است و از سوی دیگر هرچند منابع بانکی (مخرج کسر) نیز به دلیل تورم افزایشی بودن بوده است، اما در این سال‌ها استقبال مردم به سپرده‌گذاری در بانک‌ها و دریافت سود بانکی با توجه به بازدهی دیگر بازارهای مالی و همچنین کاهش مداوم ارزش پول کاهش یافته است.

بی‌پولی تولید و خروج منابع یکی از دلایل اهمیت افزایش نسبت مصارف به منابع بانکی موضوع چالش تولیدکنندگان در تأمین سرمایه در گردش است. طبق آخرین گزارش پایش محیط کسب‌وکار در استان نمره فعالان اقتصادی به دشواری‌های تأمین مالی از بانک‌ها ۷٫۶۲ بوده است. (این عدد هرچه به ۱۰ نزدیک‌تر باشد به معنی نامساعدتر بودن شرایط است.) تورم و افزایش هزینه‌های تولید باعث شده که فعالان اقتصادی نیاز به افزایش سرمایه برای ادامه حیات داشته باشند، اما از طرفی سپرده‌های بانکی با همان منابع از استان خارج می‌شود و از طرفی فعالان اقتصادی، یکی از مهم‌ترین گره‌های فعالیت خود در استان را تأمین سرمایه در گردش می‌دانند.

بر اساس گزارش مرکز پژوهش‌های مجلس، در سال‌های اخیر موضوع تأمین مالی حدود ۳۹ درصد از مشکلات بنگاه‌های کوچک و متوسط را به خود اختصاص داده است. موضوع آنجا برای استان ما اهمیت پیدا می‌کند که سهم صنایع کوچک و متوسط خراسان رضوی از نظر تعداد ۹۶ درصد، اشتغال ۶۷ درصد و سرمایه‌گذاری بیش از ۴۵ درصد از مجموع صنایع استان است.

اکنون براساس گزارش بانک مرکزی میزان پرداخت تسهیلات در اردیبهشت امسال نسبت به مدت مشابه سال قبل ۳۶ درصد بوده است. از آنجا که رشد تسهیلات تناسبی با رشد نرخ تورم در سال گذشته

حذف شبکه دلالی در «روستابازار»

روستابازار با هدف عرضه مستقیم محصولات کشاورزی در مشهد افتتاح شد

فرماندار مشهد در جریان افتتاح این روستابازار با بیان اینکه یکی از فرصت‌هایی که در دولت سیزدهم ایجاد شد، این بود که برای روستاییان فرصت عرضه محصولات فراهم شود. گفت: در این زمینه وام‌هایی داده شد که روستاییان محصولاتشان را فراوری و در بازار عرضه کنند. این اتفاق در سه بخش مرکزی، رضویه و احمدآباد انجام شد. محسن داوری با اشاره به اینکه باید فرصتی برای معرفی محصولات به مردم فراهم می‌کردیم، بیان کرد: روستابازار با هدف ارائه محصولات بدون واسطه و با قیمت مناسب به مردم افتتاح شد که اگر استقبال شود، قطعا در سطح شهر تکرار خواهد شد. داوری در ادامه افزود، ویژگی محصولات ارائه شده در این بازار مجوزدار بودن و ارگانیک بودن آن هاست.

سهل‌انگاری دارند (تهدیدی که هیچ‌گاه عملی نشد و بی‌نتیجه ماند) ختم شد، هنوز شاخص مصارف به منابع بانکی استان ما با میانگین کشوری فاصله ۱۳ درصدی دارد. میانگین کشوری این شاخص معادل ۸۵ درصد است و قرار بود استان ما نیز طی یک سال گذشته به این عدد نزدیک شود، اما هنوز تا رسیدن به این وعده فاصله زیاد است.

نسبت مصارف به منابع بانکی در اردیبهشت سال قبل ۶۸ درصد بوده که اکنون به حدود ۷۱ درصد رسیده که البته این تغییر ۴ درصدی چندان چشمگیر

وضعیت منابع و مصارف بانک‌های خراسان رضوی				
رتبه	سپرده‌هایسی از کسر سپرده قانونی (هزار میلیارد تومان)	تسهیلات (جاری و غیر جاری) (هزار میلیارد تومان)	نسبت مصارف به منابع استان	نسبت مصارف به منابع کشور
۲۷	۳۴۷	۲۵۰	۷۲ درصد	۸۵ درصد
۲۶	۳۴۳	۲۴۶	۷۲ درصد	۸۴ درصد
۲۵	۲۷۱	۱۸۴	۶۸ درصد	۸۳ درصد
۲۵	۱۱۲	۶۱	۵۴ درصد	۷۷ درصد



نبوده است. همچنین با توجه به گفته‌های مسئولان احتمالا بخش درخور توجهی از رقم افزایش پرداخت تسهیلات با توجه به وعده فرزین در سفر خود به مشهد برای پرداخت کمک هزینه ازدواج به همه کسانی که در صف انتظار هستند، احتمالا مربوط به پرداخت تسهیلات تکلیفی و وام ازدواج بوده است. طبق آخرین آمار بانک مرکزی، میزان سپرده‌های استان پس از کسر سپرده قانونی بیش از ۳۴۷ هزار میلیارد تومان و میزان تسهیلات پرداختی حدود ۲۵۰ هزار میلیارد تومان است؛ یعنی حدود ۹۷ هزار میلیارد تومان از منابع بانکی خراسان رضوی از استان خارج می‌شود. بد نیست برای بررسی تأثیرات تورم بر سپرده‌های بانکی به این آمار در پنج سال گذشته نگاهی داشته باشیم.

در اردیبهشت سال ۹۹ میزان سپرده‌های استان پس از کسر سپرده قانونی بیش از ۱۱۲ هزار میلیارد تومان و میزان تسهیلات پرداختی حدود ۱۱۶ هزار میلیارد تومان است، یعنی حدود نیمی از منابع بانکی خراسان رضوی از استان خارج می‌شده است. هرچند طی این سال‌ها این روند کاهشی بوده، اما طبق توضیحاتی که پیش از این بیان شد، هنوز تا رسیدن به مطلوب فاصله زیادی داریم و سخت‌گیری بانک‌های استان در پرداخت تسهیلات و خروج سپرده‌ها ادامه دارد.



عکس: عبدالصمد گامی‌شهرآراز

۳۰ هزار میلیارد تومان وام در سال گذشته فرماندار مشهد با بیان اینکه به همه این واحدهای تولیدی قبلا وام داده شده است، تصریح کرد: این وام‌ها با این هدف داده می‌شود که این واحدها بتوانند محصولاتشان را تولید کنند. مواردی هم که متقاضی وام هستند بررسی خواهد شد و به محض تکمیل پرونده وام داده خواهد شد. داوری افزود: در سال گذشته ۳ هزار میلیارد تومان وام ارزان قیمت در سطح شهرستان به روستاییان و مشاغل خانگی داده شده است.

۳۰ درصد ارزان‌تر از بازار فرماندار مشهد در روز بازار عرقیجات بهار فرخند، عطاری

خبر

تورم خوراکی‌های خراسان رضوی همچنان بیشتر از کشور

محسن موسوی زاده‌ابراساس اعلام مرکز آمار ایران، نرخ تورم نقطه به نقطه تیرماه خراسان رضوی به ۳۴٫۹ درصد رسید. این رقم در کشور، ۳۲٫۲ درصد بوده است. نرخ تورم سالانه خراسان رضوی هم ۳۷٫۸ درصد بوده که ۲٫۳ درصد بیشتر از میانگین کشوری بوده است. در حالی تورم نقطه به نقطه مواد خوراکی کشور در تیرماه، ۲۶٫۳ درصد بوده که این رقم در خراسان رضوی ۳۰٫۹ درصد بوده است. در خرده‌دماه امسال نیز تورم مواد غذایی در خراسان رضوی بیشتر از میانگین کشور بوده است.

براساس اعلام مرکز آمار ایران، شاخص قیمت (تورم) مصرف‌کننده خانوارهای کشور در تیر ماه امسال به عدد ۲۵۵٫۲ رسیده است که نسبت به ماه قبل، ۲۰٫۲ درصد افزایش، نسبت به ماه مشابه سال قبل، ۳۲٫۲ درصد افزایش و در دوازده ماهه منتهی به ماه جاری نسبت به دوره مشابه سال قبل، ۳۵٫۵ درصد افزایش داشته است. منظور از تورم نقطه به نقطه، درصد تغییر عدد شاخص قیمت نسبت به ماه مشابه سال قبل است.

در تیرماه ۱۴۰۲ تورم نقطه به نقطه خانوارهای کشور، ۳۲٫۲ درصد بوده است، یعنی خانوارهای کشور به طور میانگین، ۳۲٫۲ درصد بیشتر از تیر ماه ۱۴۰۲ برای خرید یک «مجموعه کالاها و خدمات یکسان» هزینه کرده‌اند.

تورم نقطه به نقطه تیرماه ۱۴۰۲ در مقایسه با ماه قبل، ۰٫۳ واحد درصد افزایش داشته است. همچنین در تیرماه ۱۴۰۳ تورم ماهانه خانوارهای کشور برابر ۲۰٫۲ درصد محاسبه شده است. تورم ماهانه برای گروه‌های عمده «خوراکی‌ها، آشامیدنی‌ها و دخانیات»، ۱۰٫۶ درصد و برای گروه عمده «کالا‌های غیر خوراکی و خدمات»، ۲۰٫۵ درصد بوده است.

روی خط اقتصاد

● آغاز به کار نمایشگاه تخصصی میلمان در مشهد شهر آران‌پور از سرپرست نمایشگاه بین‌المللی مشهد از آغاز فعالیت دوازدهمین نمایشگاه تخصصی میلمان، لوس‌تر، کالای خواب، معماری و دکوراسیون داخلی مشهد خبر داد. فرزین سلطانی گفت: این نمایشگاه از ۲ تا ۵ مردادماه جاری در محل نمایشگاه بین‌المللی مشهد فعالیت دارد. سرپرست نمایشگاه بین‌المللی مشهد درباره تعداد مشارکت‌کنندگان این نمایشگاه گفت: تعداد کل مشارکت‌کنندگان ۱۲۰ شرکت است که تعداد مشارکت‌کنندگان داخل خراسان رضوی ۳۷ شرکت و همچنین تعداد مشارکت‌کنندگان خارج از استان خراسان رضوی ۸۳ شرکت از استان‌های تهران، لرستان، اصفهان، قم، فارس و البرز است. این نمایشگاه از دوم مردادماه آغاز و تا پنجم مردادماه ادامه خواهد داشت علاقه‌مندان می‌توانند همه روزه از غرفه‌های متعدد این نمایشگاه از ساعت ۱۶ تا ۲۲ بازدید کنند.

● جزئیات دریافت ارز اربعین

شهرآرانپوراز بانک مرکزی از تاریخ هفتم مرداد ماه امسال و در راستای تسهیل شرایط زائران اربعین ۱۴۰۳، با هدف تأمین ارز برای زائران اقدام به فروش ارز عتبات عالیات تا سقف ۲۰۰ هزار دینار عراق می‌کند. مشمولان دریافت این ارز افراد بالای پنج سال (متولدان پیش از یک شهریور ۱۳۹۸) هستند که با نرخ ارز تالار معاملات مرکز مبادله ارز و طلای ایران می‌توانند ارز اربعین را خریداری کنند. در سال‌های گذشته، ارز اربعین تنها به افراد بالای هجده سال که در سامانه سماح ثبت‌نام کرده‌اند تعلق می‌گرفت که این سن به پنج سال تغییر کرده است.

● خرید و فروش مسکن با سکه و ارز غیرقانونی است تسنیم‌دبیر کارگروه تنظیم و کنترل بازار املاک و مستغلات وزارت راه از انجام معاملات املاک در برخی بنگاه‌ها با سکه و طلا خبر داد و گفت: این کار مصداق پول شویی است. دست‌معالچیان اظهار کرد: در بازرسی از برخی بنگاه‌های معاملات املاک گاهی قراردادهایی تنظیم می‌شود که ثمن معامله با وجه رایج کشور انجام نمی‌شود. وی با بیان اینکه مطابق قانون، انجام این قبیل کارها تخلف است و می‌تواند مصداق پول‌شویی باشد، ادامه داد: استفاده از پول رایج کشور در هنگام عقد انواع قراردادها در بنگاه‌های معاملات املاک ضروری است و چنانچه سکه، طلا و اموال آن، ثمن معامله قرار گیرد غیرقانونی بوده و باید قبل از معامله تبدیل به ریال شود و ریال آن از طریق شبکه بانکی مبادله شود.

● آغاز فروش برخی محصولات سایپا مهراسایپا در راستای افزایش عرضه محصولات و تنظیم بازار در نظر دارد فروش برخی محصولات خود را ویژه متقاضیان عادی، طرح جوانی جمعیت و حمایت از خانواده و جایگزینی خودروهای فرسوده را از ساعت ۱۰ صبح امروز از طریق سایت فروش اینترنتی محصولات گروه خودروسازی سایپا به آدرس saipa.iranecar.com تا زمان تکمیل ظرفیت آغاز کند. متقاضیان می‌توانند برای تسهیل در فرایند ثبت‌نام، قبل از زمان شروع ثبت‌نام به آدرس یاد شده مراجعه کرده و نسبت به ثبت یا به روز رسانی اطلاعات شخصی و دریافت کد کاربری و رمز عبور اقدام کنند. ثبت‌نام در این طرح فروش، صرفاً از طریق آدرس فوق‌الذکر امکان‌پذیر است و در صورت استفاده از سایر آدرس‌های اینترنتی، عواقب آن برعهده متقاضی خواهد بود.

● کیف قیمت دلارچه رقمی است؟

خبرآنلاین:سیدکمال سید علی، معاون ارزی اسبق بانک مرکزی، درباره وضعیت بازار ارز گفت: عرضه و تقاضا، قیمت ارز را تعیین می‌کند. در کشور ما با توجه به کمبود منابع ارزی، اگر تقاضا بیشتر شود، قیمت ارز افزایش یافته و اگر عرضه به نسبت تقاضا افزایش یابد، قیمت کاهش پیدا می‌کند، ولی طی یک‌ماه اخیر عرضه ما افزایش نداشته و تا حدودی قیمت نفت هم ارزان‌تر شده، پس فرضیه تزریق بانک مرکزی به بازار و به دنبال آن کاهش قیمت ارز محتمل است. به گفته او کف مقاومتی قیمت ارز نهایت، ۲ تا ۳ هزار تومان کمتر از رقم فعلی است و کاهشی کمتر از این نخواهیم داشت. در غیر این صورت ادامه روند کاهش مصنوعی قیمت ارز، متقاضیان را تحریک خواهد کرد و پیامد دارد.

● آگهی تغییرات شرکت سهامی خاص آران ماشین توس به شناسه ملی ۱۰۳۸۰۶۰۹۳۹۵ و به شماره ثبت ۱۵۶۲ به استناد صورتجلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۴۰۳/۰۴/۱۸ تصمیحات ذیل اتخاذ شد موسسه حسابرسی ارکان سیستم به شناسه ملی ۱۰۰۵۴۰۰۵۴۰ به سمت بازرسی اصلی موسسه حسابرسی و خدمات مدیریت رهیافت و همکاران به شناسه ملی ۱۰۳۸۰۰۷۶۴۶۰ به سمت بازرس علی‌البدل برای یک سال مالی انتخاب گردیدند روزنامه کثیرالانتشار شهرآراز جهت نشر آگهی‌های شرکت تعیین گردید. صورتهای مالی منتهی به ۱۴۰۲/۱۲/۲۹ به تصویب رسید. اداره کل ثبت اسناد و املاک استان خراسان رضوی مرجع ثبت شرکت‌ها و موسسات غیرتجاری قوچان (۱۷۳۴۶۸)



۴شنبه
۳ مرداد
۱۴۰۳
شماره ۳۳۷۰

۵۹



اقتصاد

قیمت اجاره مسکن در منطقه ۱۰ مشهد

تاخت وتاز بازار اجاره در رکود بازار فروش مسکن

بازار رهن و اجاره خانه، هم‌اکنون از بازار خرید و فروش پیشی گرفته و بیشتر واسطه‌های ملکی فعالیت در بازار اجاره را در پیش گرفته‌اند، چراکه بازار خرید و فروش همچنان خالی از معامله‌گران است. جدا از قرار داشتن در فصل داغ جابه‌جایی‌ها، این شرایط نشان می‌دهد که بسیاری از مردم توان خرید خانه را ندارند و اجاره‌نشینی بیشتر از قبل افزایش یافته است و بنابراین، این امر سبب شده تا بازار اجاره بروقن‌تر از بازار خرید و فروش مسکن باشد؛ واسطه‌های ملکی نیز به دلیل کاهش تعداد معاملات خرید و فروش، بیشتر به سمت فعالیت در بازار اجاره گرایش پیدا کرده‌اند.

امامیه ۹۰.۶۶ متر، ساخت ۲۰۱۳۹۶، خواب، طبقه یک	۱۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اجاره ماهانه	۸,۵۰۰,۰۰۰
شریعی ۱۰۰.۶۰ متر، ساخت ۲۰۱۳۹۰، خواب، طبقه ۳	۴۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اجاره ماهانه	۳,۰۰۰,۰۰۰
حجاب ۸۵.۹۵ متر، ساخت ۲۰۱۳۹۵، خواب، طبقه ۳، آسانسور ندارد	۱۰۰,۰۰۰,۰۰۰	اجاره ماهانه	۸,۰۰۰,۰۰۰



خبر

با توجه به نام‌گذاری امسال به نام «جهش تولید با مشارکت مردم» توجه به تولیدات داخلی، یکی از فرصت‌های ایجاد مشارکت برای تولیدکنندگان است. در همین راستا «روستابازار» با هدف ارائه محصولات ارگانیک و طبیعی و به صورت بی‌واسطه و مستقیم توسط تولیدکنندگان در روستاهای حومه مشهد، روز گذشته با حضور استاندار خراسان رضوی و فرماندار مشهد در چهارراه مخابرات قاسم‌آباد افتتاح شد.

قیمت‌ها به تومان است

استقبال بی نظیر مردم از

قطعه «تکیه کوچیک»، اثر

عاشورایی محسن چاوشی

عشق آقای خاص به محرم

نگار راد

چهره روز

محسن چاوشی رامی توان یکی از خوانندگان محبوب پاپ کشور دانست؛ خواننده‌ای که در سال های فعالیت حرفه‌ای اش همواره تلاش کرده است پیشرو و مستقل باشد و حس و حال خوبی را به طرف دارانش منتقل کند. او که حدود دودهمه می شود به صورت جدی در بازار موسیقی کشور فعالیت می‌کند. اخلاق های متفاوت و خاصی

دارد. برای مثال بنا به دلایلی که چندان مشخص نیست، هیچ تمایلی به برگزاری کنسرت واجرای زنده ندارد و ترجیح می دهد فقط روی انتشار قطعات جدید و همچنین فعالیت های خیرخواهانه ازجمله آزادسازی زندانیان تمرکز کند. چاوشی همچنین جزو خوانندگانی است که پای باورهای دینی اش ایستاده و بارها با انتشار آثار مذهبی، ارادش را به ائمه اطهار^(ع) به ویژه امام حسین ^(ع) نشان داده است. این خواننده خوزستانی تاکنون قطعاتی به نام های «غریب مادر»، «راه گریلا»، «دل خون»،

«حسین ^(ع)»، «عباس ^(ع)»، «ظهر عطلش»، «غدیر خون» و «آوازخون» را برای ایام محرم منتشر کرده است که همگی از کیفیت قابل قبولی برخوردار بودند. جدیدترین قطعه محرمی او نیز که در روزهای گذشته در دسترس مردم قرار گرفته است، «تکیه کوچیک» نام دارد؛ قطعه‌ای که به سرعت در فضای مجازی دست به دست شد و مخاطبان این

خواننده از آن استقبال کردند. براساس آمار ثبت شده در کانال رسمی محسن چاوشی در آپارات، بازدید از قطعه «تکیه کوچیک» بعد از گذشت ۲۲ساعت از انتشار، از ۱۰۳هزار بازدید عبور کرده است که رکوردی قابل توجه محسوب می شود.

گزارشی از نشست عکاسی مقاومت با حضور محمدحسن شحادی، عکاس لبنانی، در مشهد

ثبت امید و زندگی در دل جنگ و آوارگی

شکیبا اخمیی راد

گزارش روز

نشست عکاسی با موضوع عکاسی مستند و عکاسی حوزه مقاومت در جنوب لبنان با حضور محمدحسن شحادی، هنرمندلبنانی، در حوزه هنری انقلاب اسلامی خراسان رضوی برگزار شد. این عکاس و طراح گرافیک لبنانی همراه با دیگر هنرمندانی از کشورهای بحرین، امارات، هند، عراق و ترکیه برای حضور در دومین آفرین واژه «راوی عشق» که از ۲۳ تا ۳۰ تیر در استان زنجان برگزار شد، به ایران آمده بود تا از مراسم محرم عکاسی کند. در این بین، فرصتی هم پیش آمد تا شحادی به مشهد بیاید و کارگاهی با موضوع عکاسی مستند و عکاسی حوزه مقاومت و جنوب لبنان برای علاقه مندان برگزار کند. او مدترک کارشناسی ارشد در رشته پژوهش هنر دارد و دوره های تخصصی مختلفی را در سطح ملی و بین المللی گذرانده است. این هنرمند که سابقه فعالیت در زمینه های مختلف رسانه ای را در کارنامه دارد و در دانشگاهی در لبنان نیز تدریس می‌کند، تا امروز عکس های ویژه ای از جنگ ۳۳ روزه لبنان، مراسم تشییع شهدا که در جنوب لبنان برگزار می شود و همچنین مراسم عزاداری محرم و صفر در نقاط مختلف را به ثبت رسانده است. او برخی از این آثار را در این کارگاه در مشهد به نمایش گذاشت و توضیحاتی درباره آن ها ارائه داد. البته متأسفانه حوزه هنری استان نتوانسته بود برای این نشست مترجمی متخصصی هماهنگ کند تا محمدحسن شحادی توضیحاتش را به راحتی ارائه دهد و جلسه پرسش و پاسخ خوبی شکل بگیرد. از این رو این برنامه آن طور که حضاران انتظار داشتند، پیش نرفت.

- نمایش مجموعه عکسی از زلزله حلب

اولین مجموعه عکسی که شحادی در این نشست به نمایش گذاشت، عکس هایی از شهر حلب در سوریه بود. او دو سال پیش بعد از وقوع زلزله به این شهر رفته و تصاویری را ثبت کرده بود. در این مجموعه، عکس هایی از دو رنمای شهر حلب بعد از زلزله، فوتبال بازی کردن کودکان، سکونت مردم زلزله زده در قبرستان و مسجد دیده می شد. شحادی این عکس ها را به درخواست کشور لبنان برای چاپ در روزنامه ها گرفته بود. او همچنین مجموعه عکسی با عنوان «انعکاس تصویر افراد زلزله زده در آینه» را در این کارگاه ارائه داد. مجموعه عکسی که پس زمینه اش خرابی بود، ولی در آینه امید و آرزوی مردم زلزله زده دیده می شد. درواقع در این عکس ها زندگی با وجود همه مشکلات جریان داشت. شحادی برای ثبت این مجموعه عکس با دست چپ آینه و با دست راست دوربین را گرفته و همچنین تلاش کرده است عمق میدان در آینه با پس زمینه عکس برابر باشد.

- جریان داشتن امید به جای غم در تصاویر

شحادی که تلاش می کند در عکس هایش دخل و تصرف نکند و همان چیزی را که در لحظه ثبت کرده است، به مخاطبش ارائه دهد، در بخش بعدی کارگاه مجموعه عکس هایی از جنوب لبنان و بیروت را به نمایش گذاشت. او از تظاهراتی که بعد از طوفان الاقصی در بیروت برگزار شده بود و همچنین روضه الشهداء، بیروت که محل دفن شهدای جدید لبنان است، عکاسی کرده است. از میان عکس هایی که شحادی از مراسم تشییع شهدا در مناطق مختلف لبنان

ریحانه موسوی

دورودی نگارخانه رادین راهروباریکی قرار دارد که چندین تابلو خوش نویسی شده به قلم ابوالفضل حسینی روی دیوار آن نصب شده

است. پس از آن وارد فضای چندبعدی نگارخانه می شویم. آنجا تعداد زیادی تابلو وجود دارد و همان گونه که از نام نمایشگاه برمی آید، قالب هایی مشتمل بر خط، رنگ، شعر و نقش وجودنمایی می کنند. در این تابلوهای خوش نویسی شده رنگ هایی به کار رفته است که عمدتا شاد هستند و مخاطب را به خود جذب می کنند. در گوشه ای از نگارخانه، این آثار به وسیله دینا پروژکتور روی دیوار نمایش داده می شود، چون تعداد آثار زیاد است و با وجود بزرگ بودن فضای نگارخانه، هنرمند نتوانسته است همه آن ها را در نمایشگاه قرار دهد. در حاشیه نمایشگاه آثار خط، رنگ، شعر و نقش با عنوان «الواح» از آثار ابوالفضل حسینی، با او گفت و گو کردیم که در ادامه می خوانید.

- خدمت در منطقه محروم، زمینه ساز حرکت به سمت هنر ابوالفضل حسینی که دانش آموخته مقطع دکتری رشته داروسازی است، بیست سالی می شود که در یکی از مناد محروم استان خراسان رضوی در شهرستان بجستان داروخانه دارد و زیستش در آن منطقه را در هنری که ارائه داده است، بی تأثیر نمی داند. این هنرمند گنابادی بیان می کند: مطالعه در حوزه هنر و ادبیات از ابتدا از ضروریات تربیتی ما بود، من به هنر علاقه مند بودم و در دوران تحصیل نیز کارهای

- همیشه دوربینم همراه ام است

شحادی درباره حضور مردم در مناطق جنوبی لبنان نیز گفت: مردم با وجود آنکه در روستاهای نزدیک به فلسطین ساکن نیستند، برای شرکت در مراسم تشییع شهدا به این مناطق می روند تا نشان دهند که از اسرائیل نمی ترسند. آن ها پیش از شروع مراسم به خانه های تخریب شده شان سر می زنند و وسایلی را که نیاز دارند، برمی دارند و حتی در کنارهم دقایقی در میان آوارها می نشینند. این هنرمند با نشان دادن عکس دخترپچه ای که تصویری از سیدحسن نصرا... در دست داشت نیز گفت: مردم این مناطق وقتی عکسی از سیدحسن نصرا... را از زیر آوار پیدا می کنند، بسیار خوش حال می شوند. شحادی با بیان اینکه همیشه سعی می کند دوربینش همراهش باشد، یادآور شد: به طور معمول خودم شخصا برای عکاسی به مناطق مختلف می روم، اما در این سال ها گاهی هم پیش آمده است که به درخواست حزب... لبنان از برخی مناطق و مراسم ها عکاسی کرده باشم. او در پایان این کارگاه عکس هایی از برگزاری مراسم عاشورا در شهرهای جنوب لبنان و همچنین تصاویری را که از مراسم عزاداری در زنجان و روستای ارمغانخانه گرفته بود، به حضاران ارائه داد.

گزارشی از نمایشگاه «الواح» در نگارخانه رادین

نقش با ترکیبی از رنگ، خط و شعر



و چندبعدی تری به مسائل داشت.

- آثارم محصول پژوهش است

حسینی با بیان اینکه چهل تابلو از آثارم در نمایشگاه «الواح» وجود دارد، بیان می کند: این نمایشگاه بخشی از یک پروژه بزرگ تر است که بعد از یک پژوهش در مبانی خوش نویسی و فرم های بصری هنرهای تجسمی ایرانی به دست آمده است. او درباره انتخاب اشعار اظهار می کند: می دانیم که انتخاب شعر در خوش نویسی یکی از مراحل کمال اثر هنری است و حتی باید جزو مراتب کمال خوش نویس نیز باشد. در هنرهای تجسمی ما، هر چیزی لیاقت آنکه نگاشته شود به ویژه با خط خوش را ندارد و حتما از یک پالودگی برخوردار بوده است. بنابراین یافتن این محتوا نیز

در حاشیه کارگاه عکاسی در حوزه هنری، فرصتی

پیش آمد تا با محمدحسن شحادی، عکاس لبنانی، گفت وگویی کوتاه درباره عکاسی مقاومت داشته باشیم. از او در ابتدا پرسیدیم که یک

عکاس مقاومت چه ویژگی هایی باید داشته باشد تا در رقابت با رسانه های غربی موفق عمل کند که گفت: اولین نکته مهم این است که فردی که می خواهد در زمینه عکاسی مقاومت فعالیت کند، باید ارتباطی با موضوع برقرار کرده باشد، برای مثال از اهالی مناطق جنگ زده باشد یا احساساتش با اتفاقاتی که رخ می دهد، برانگیخته شده باشد. درواقع وقتی این وقایع در قلب عکاس اثر بگذارد، او می تواند بهترین اثرش را به ثبت برساند. این هنرمند درباره چالش های پیش روی عکاسان مقاومت نیز گفت: عکاسان مقاومت باید بدانند که همیشه در معرض خطر هستند. همچنین باید این موضوع را هم مدنظر داشته باشند که از مراسم و مناطقی عکس برداری می کنند که درد و رنج زیادی را به آن ها منتقل خواهد کرد، مانند مراسم تشییع شهدا یا مناطقی که بمباران شده اند. شحادی که سال هاست برای عکاسی به مناطق مختلف جنگ زده می رود، با اشاره به کم بودن تعداد علاقه مندان به عکاسی مقاومت در لبنان یادآور شد: تعداد عکاسان فعال در حوزه های مختلف در لبنان بسیار زیاد است، ولی از آنجایی که تلویزیون و رسانه های لبنان با مقاومت و مردم

خودش بخشی از تربیت هنرمند مشرق زمین است.

- خطاطی ماهیت همه آثارم است
- حسینی ادامه می دهد: ماهیت آثار موجود در این نمایشگاه خطاطی است. این کارها محصول جانی یک پژوهش بوده است که در آن ابتدا نوشته و نقش ایجاد می شود، و ی درباره آثارش بیان می کند: کاری که من انجام دادم، این بود که از فرم هایی که هر یک از حروف، کلمه ها، سطرها و قطعات فراهم کرد و در اختیار من قرار داد، استقبال کردم و آرام به جست و جوی این ها رفتم. این پروژه مانند یک باستان شناس که تکه ها را کنار هم قرار می دهد، در جست و جوی رگ ها و ریشه های هنر، ادبیات و شعر سرزمین ماست. وی این هنر را در شمول نقاشی خط نمی داند و درباره دلیل آن بیان می کند: نقاشی خط در ساختار خط دست می برد. اینجا ما زیاد با ساختار خط کار نداریم، بلکه سعی کرده ایم ببینیم اجزای این خط و حروف چه امکاناتی به ما می دهند تا کارهای بصری را در مقیاس بزرگ تر از واژه، سطر و بعد کل قطعه اقتباس و نقشی را ایجاد کنیم. حسینی یادآور می شود: این آثار از یک افق تاریخی، اجتماعی و فرهنگی مشترک یعنی دوره سبک خراسانی می آیند، بنابراین می بینیم که تقریبا رنگ بندی متحدی دارند که همه گزینه ها و رنگ ها در کنار هم قرار می گیرند: فارغ از اینکه یک ارزش زیبایی شناسی بیاید و حکم کند که کدام رنگ است و کدام نقش. به بیان دیگر نوعی بدویت در رنگ، نقش و فرم دیده می شود که به کهنه بودن یا عتیق بودن آن محتوا، ادبیات و هنرهای تجسمی ایرانی مربوط است.

اخبار هنری مشهد

فیلم «پیام» برگزیده جشنواره بین المللی کوثر شد



فیلم کوتاه «پیام»، کار مشترک مؤسسه فرهنگی شهرآرا و باشگاه فیلم رویش، برگزیده جشنواره بین المللی کوثر شد. به گزارش شهرآرانئوز، «پیام» به نویسندگی و کارگردانی سعید ملتجی و تهیه کنندگی مرتضی ملتجی کار مشترک

مؤسسه فرهنگی شهرآرا و باشگاه فیلم رویش، بهترین فیلم داستانی کوتاه بخش بین الملل پنجمین جشنواره کوثر شد. فیلم «پیام» با موضوع شهدای خبرنگار غزه درپی حملات وحشیانه رژیم صهیونیستی تولید شده است. در خلاصه داستان این اثر آمده است: در میان بمباران شدید اسرائیل در مناطق مسکونی غزه سلماقصد داردموری دوربین همکار شهیدش در خبرگزاری را به دست فؤاد برساند. فیلم کوتاه «پیام» پیش از این هم در بیستمین دوره «رقابت جهانی فیلم آکولاد» در آمریکا به عنوان فیلم برگزیده، برنده نشان شایستگی این رویداد شده بود.

تماشاخانه

«شابلون» روی صحنه پردیس تئاتر مستقل



تئاتر «شابلون» به نویسندگی و کارگردانی نوید اسدیان از روز گذشته ساعت ۲۱ در پردیس تئاتر مستقل مشهدروی صحنه رفته است. «شابلون» داستان مهاجرت دود ختر است که گرفتار سرنوشتی نامعلوم شده اند و کارگردانی قصد دارد تئاتری

درباره آن ها بسازد، اما در این راه به مشکلاتی برمی خورد. در این نمایش سارا ابراهیمی، صبا سرهنگی، نادیا محمدیان و مهدیه نقدی به ایفای نقش می پردازند.

ایستگاه خبر

برگزاری نمایشگاه «روضة هنر» در دانشگاه الزهراء(س)



نمایشگاه «روضة هنر» از آثار دانشجویان دانشگاه الزهراء(س) با محوریت محرم در این دانشگاه در حال برگزاری است. در این نمایشگاه آثاری از سیده نسرین وزیرى، فاطمه محمدزاده، ریحانه نرگسی، هلیا قربانی، فاطمه زهدی، زهرا

رمضان پور، کونترسادات هاشمی و مهرو تشکری به نمایش گذاشته شده است. مسئول برگزاری نمایشگاه «روضة هنر» درباره برگزاری این رویداد گفت: این نمایشگاه به همت دانشجویان دانشگاه الزهراء(س) با محوریت محرم آغاز به کار کرده است و سعی کرده ایم در آثار به آموژه های واقعه کربلا اشاره کنیم. سیده نسرین وزیرى در گفت وگو با ایسنا افزود: در نمایشگاه «روضة هنر»، همچنین به موضوع قدس، غزه و ظلمی که وجود دارد، اشاره شده است. به این دلیل، تصمیم گرفتیم با کمک دانشجویان با بهره گیری از هنر نقاشی مظلومیت کودکان غزه را به تصویر بکشیم. وی درباره آثار نمایشگاه اضافه کرد: مجموع آثار حاضر در نمایشگاه «روضة هنر» ۱۲۴ اثر نقاشی در ابعاد مختلف است که حاصل کار ۷ نفر از دانشجویان دانشگاه الزهراء(س) و ۳ هنرمند مشهدی است که خارج از حوزه دانشگاه آثارشان را در معرض دید عموم قرار داده اند. همچنین اکرولیک، رنگ روغن، نقاشی خط، کالیگرافی و تذهیب تکنیک های استفاده شده در آثار هنرمندان است.

چارسوق هنر

پخش مداحی های جدید در «شور شیدایی»



برنامه «شور شیدایی» با هدف اقامه عزای سیدالشهدا^(ع)، ترویج عزاداری صحیح و ارائه الگوی عزاداری درست تا پایان ماه محرم روی آنتن می رود. به گزارش ایسنا، این برنامه از ساعت ۱۱ تا ۱۲:۳۰ به تهیه کنندگی محمدحسن جلالی واز

ساعت ۱۷ و ۱۹:۳۰ به تهیه کنندگی روح...! اسماعیلی پخش می شود. «شور شیدایی» برنامه ای مبتنی بر تعامل و ارتباط با مخاطب است.

«حبس مجرد» در جمع ۸ فیلم پرفروش «هنر و تجربه»



فیلم سینمایی «حبس مجرد» به کارگردانی محمدحسام حدادیان به جمع هشت فیلم پرفروش داستانی تاریخ «هنر و تجربه» پیوست. «حبس مجرد» پیش از این در جشنواره لیفت آف لندن و لیفت آف توکیو حضور داشت. در این فیلم مهدی کوشکی، سیاهش چراغی پور، وحیدنیک راد، پیمان مقدمی، مهرداد ضیایی، یلدا عباسی، سید جواد یحیوی و ثریا قاسمی بازی می کنند.

فان راز سلامتی با سرکه سیب



شادفر

سرکه سیب یک نوع سرکه است که از تخمیر آب سیب به دست می آید. از این سرکه در تهیه سس های سالاد، ترشی ها، نگهدارنده های غذا و چاشنی ها استفاده می شود. از طرفی فایده های سرکه سیب برای سلامتی بسیار چشمگیر است. توصیه های زیاد طب سنتی و شواهد علمی نشان می دهد که این ماده به کم کردن وزن، پایین آوردن کلسترول، کاهش سطح قند خون و بهبود دیابت کمک می کند و به طور کلی اختلالات سلامتی را تسکین می دهد. در اینجا می خواهیم بخشی از فایده های سرکه سیب برای حفظ سلامتی را یادآوری کنیم. ولی پیش از مصرف و با مشورت گرفتن از متخصصان متین را یادآوری چقدر باید از آن استفاده کنید. همچنین مطمئن شوید که فقط سرکه سیب رقیق مصرف می کنید تا از تحریک یا سوزش گلو به دلیل غلظت بالای اسید استیک جلوگیری کنید. افرادی که دچار مشکلات گوارشی هستند یا برای کنترل قند و فشار خون دارو مصرف می کنند و همچنین کسانی که به این ماده خوراکی حساسیت دارند پیش از مصرف خود سرانه سرکه سیب با پزشک مشورت کنند تا از فایده های آن به درستی بهره مند شوند.

کم کردن وزن

افزایش وزن زمانی اتفاق می افتد که کالری بیشتری نسبت به نیاز بدنشان مصرف کنید. مصرف سرکه سیب و ورزش معقول می تواند به کم شدن چربی بدن کمک کند و در عین حال توده عضلانی بدن را حفظ کند. بنابراین، می توانید سرکه سیب را در رژیم غذایی خود بگنجانید و در عین حال غذای سالم بخورید.

کنترل قند خون

افراد مبتلا به دیابت باید همیشه قند خون خود را با حفظ یک سبک زندگی سالم کنترل کنند. ماده ای که به کاهش سطح قند خون کمک می کند سرکه سیب است. زیرا جذب گلوکز را در سلول ها بهبود می بخشد و مقاومت به انسولین جلوگیری می کند. کنترل بهتر قند خون با پیشگیری از چاقی مؤثرتر است.

درمان کبد چرب

کبد چرب یک بیماری مزمن است که در صورت جدی نگرفتن درمان آن، بیمار را با عوارض جدی روبه رومی کند. سرکه سیب با دفع سموم و رفع چربی های جمع شده از بدن سبب بهبود عملکرد کبد و کم کردن نشانه های می شود. همچنین یکی دیگر از خواص سرکه سیب این است که ورم کبد را بهبود می بخشد.

بهبود بیماری های قلبی

سرکه سیب مانند جادو در پاک کردن مواد زائد سمی از شریان ها عمل می کند. به این معنی که این سرکه کلسترول بد LDL را جذب می کند. از طرفی سرکه سیب برای بهبود سطح کلسترول خون هم مؤثر است. مشکلاتی مانند بالا رفتن فشار خون و بیماری های قلبی با سطح کلسترول بالا ممکن است خطراتی برای سلامتی ایجاد کند. ورزش و یک رژیم غذایی خوب بهترین راه های توصیه شده برای بهبود سطح کلسترول هستند. با این حال، شواهد نشان می دهد که یکی از مهم ترین فواید سرکه سیب، بهبود سطح کلسترول کل است.

پیشگیری از رفلاکس اسید معده

رفلاکس اسید معده زمانی اتفاق می افتد که مقداری از اسید موجود در معده به مری بازگردد. نشانه های آن هم سوزش سر دل، نارسایی یا مشکل در بلع است. یک درمان خانگی رایج برای بهبود رفلاکس اسید، استفاده از سرکه سیب مطابق دستور پزشک است.

توصیه ها

زمان مصرف را رعایت کنید

بهترین زمان برای مصرف سرکه سیب پیش از غذا است. این کار به هضم غذا و جذب مواد مغذی کمک می کند.

رقیق کنید

سرکه سیب را پیش از مصرف با آب رقیق کنید. اسید موجود در سرکه سیب می تواند به تنهایی قوی باشد و سبب سوزش دهان، گلو و معده شود. به طور کلی یک قاشق غذا خوری سرکه سیب را با یک لیوان آب مخلوط کنید.

از کم شروع کنید

با مصرف مقدار کمی سرکه سیب شروع کنید و بعد کم مقدار آن را به اعتدال برسانید.

دندان هایتان را بشویید

سعی کنید سرکه را در آب رقیق کنید و با نی بنوشید تا به مینای دندان هایتان آسیب نرسد.

حساسیتان را بشناسید

حساسیت و آلرژی نسبت به سرکه سیب بین افراد شایع نیست، ولی اگر یکی از نشانه های حساسیت را داشتید مصرف سرکه سیب را فوری قطع کنید.

سیر سیاه، سیر سفید تخمیر شده است



سیر سیاه همان سیر معمولی است که از طریق فرایند تخمیر طبیعی و با قرار دادن سیر تازه در شرایط رطوبت و حرارت متناوب برای زمانی طولانی تهیه می شود. این فرایند سبب تغییر رنگ سفید سیر به رنگ سیاه و تغییر در طعم و عطر آن می شود. سیر تخمیر شده شیرین و با بافتی جویدنی و ژله مانند است. مطالعات نشان می دهد سیر سیاه عملکرد متفاوتی نسبت به سیر سفید در بدن دارد. همچنین فرایند تخمیر باعث شده است تا مقدار مواد مغذی در سیر افزایش و جذب آن ها در بدن آسان تر شود.

استرس را از روی خانه بردارید

درباره راه های مدیریت اضطراب در خانه



دو سال بحرانی را که دیگر کرونا بودیم به خاطر بیاورید. برخی در آن دوره با زدن یک عطسه به هم می ریختند و ماتم داشتند که یعنی به ویروس کرونا مبتلا شده اند. نتیجه این اضطراب هم سخت گیری های بیش از اندازه در خانه بود. هر بسته بندی که از بیرون وارد خانه می شد باید ضد عفونی می شد، چند ساعتی در برابر نور خورشید قرار می گرفت و بعد مجوز استفاده از آن صادر می شد.

استرس های مثبت و منفی

نمونه های بالا فقط سه نمونه کوچک از نگرانی هایی است که در هر خانه ای وجود دارد. استرس های مثبت و منفی. استرس های مثبت مانند ازدواج فرزند و خرید خانه یا خود رو، کیفیت و ماهیت مثبتی دارند و استرس های منفی ماهیتی منفی دارند. مانند رویه روشن شدن با خانه ای که دزد زده یا آتش گرفتن خودرو. در هر دو این شرایط تغییرات روان شناختی در فرد ایجاد می شود مثل اینکه تپش قلب پیدا می کند، دست و پایش می لرزد، صدایش می گیرد و... اگر استرس ها ماندگار شوند تبدیل به اضطراب می شوند.

تعریف استرس

برای اینکه بتوانیم راهکارهای مدیریت استرس و اضطراب را به کار ببریم باید با تعریف استرس آشنا شویم. بر خلاف تصور بیشتر مردم استرس، نگرانی، ترس و اضطراب با هم یکی نیستند. استرس یعنی شوک ناگهانی که سبب تغییرات روانی در انسان می شود. خبرهای ناگهانی مانند تصادف، فوت، زلزله و... از این جمله هستند. ولی اضطراب را ممکن است در طول روز داشته باشیم و دلیل مشخص آن را هم ندانیم. امروزه همه ما درصدی اضطراب داریم برای همین آن را به دو دسته میکرو استرس یعنی استرس های کوچک و ماکرو استرس یا بزرگ استرس ها تقسیم می کنند. برای نمونه شما به میهمانی دعوت شده اید و ترافیک نمی گذارد که به موقع برسید، قصد دارید همین امروز حساب بانکی مشتری برای خودتان و دخترتان باز کنید و ساعت کار بانک رو به پایان است. همه این نمونه ها میکرو استرس هستند و قابلیت این را دارند که در لحظه ما را به هم بریزند.



راهکارهایی برای تغییر سبک زندگی

نخستین قدم برای مدیریت اضطراب، پذیرش است، یعنی نباید با آن مقابله کنید. باید بپذیرید که دچار اضطراب شده اید و برای مدیریت آن بهتر است دست به عمل بزنید. از طرفی تحلیل شما از موقعیت های اضطراب را نیز مهم است. دانش آموز کنکوری را فرض کنید که برخلاف تلاش رتبه خوبی به دست نیاورده است. این دانش آموز می تواند دو نوع تحلیل از شرایط داشته باشد. یک تحلیل این است که به خودش بگوید من بدبخت شده ام و راهی جز فرو رفتن در افسردگی ندارم. ولی در مقابل تحلیل دیگر این است که چند روز به هم بریزد و بعد به خودش بگوید من تلاش خودم را کرده ام. می توانم یک سال دیگر منتظر بمانم یا رشته دیگری را انتخاب کنم و زندگی را از سر بگیرم.

افرادی که پیوند های اجتماعی محکمی دارند در مقایسه با کسانی که این پیوندها را ندارند با مشکلات زندگی به شکل بهتر و سالم تری کنار می آیند. پیوندهای اجتماعی جدیدی برقرار کنید تا دیگران از شما پشتیبانی کنند. احساس تنهایی ممکن است برای سلامتی شما خطرناک تر از چاقی باشد و می تواند طول عمر شما را مشابه کشیدن پازنده سیگار در روز کم کند.

ممکن است فکر کنید بین آنچه می خورید و احساس می کنید ارتباطی وجود ندارد. ولی ثابت شده است برخی غذاها و نوشیدنی ها مانند شکر تصفیه شده و خوراکی های کافئین دار می توانند اضطراب را شدید کنند. به جای زیاده روی در مصرف این مواد که سبب افزایش اضطراب، افسردگی و عصبانیت می شوند، آب زیاد بنوشید و غذاهایی با ترکیب میوه ها و سبزیجات، غلات سبوس دار و پروتئین بدون چربی بخورید. رژیم غذایی خود را با مواد تازه و ماهی و لوبییا و آجیل و روغن های سالم تکمیل کنید تا به سلامت روان شما کمک کند. همچنین اگر مستعد اضطراب هستید از مصرف نوشابه، قهوه، چای و شکلات جدی خودداری کنید.

وقتی دچار اضطراب می شوید میزان اکسیژن در مغز قلب و ریه پایین می آید و به همین دلیل عضلات دست و پایتان دچار لرزش و گرفتگی می شود و عرق می کنید. برای اینکه بتوانید اضطراب خودتان را کنترل کنید ضروری است تمرین های تنفسی انجام دهید. این راهکار ساده هیچ خرجی ندارد. از راه بینی ۳ ثانیه نفس بگیرید. یک ثانیه نفستان را نگه دارید و ۶ ثانیه با بازدم آن را رها کنید. اگر با این روش چهار پنج تنفس عمیق انجام دهید، آرامش می گیرد. روش دیگری هم برای این کار پیشنهاد می شود.

فضایی آرام پیدا کنید که بتوانید در آن تنها و بدون حواس پرتی باشید.

روی یک صندلی بنشینید. دست هایتان را روی دسته های صندلی یا پایتان قرار دهید.

به آرامی از راه بینی تنفس کنید. ۴ ثانیه بشمارید و ۲ ثانیه نفستان را حبس کنید. سپس نفستان را رها کنید و همه هوای ریه هایتان را از راه دهان بیرون بدهید.

در زمان رها کردن هوای داخلی، شکمتان را شل کنید. این کار را دوباره تکرار کنید. شش تا هشت چرخه تنفس در دقیقه برای رفع اضطراب مؤثر است.

البته فراموش نکنید تنفس عمیق فقط در شرایطی که اضطراب را تجربه می کنید نباید انجام شود. بلکه این تمرین را بهتر است روزانه انجام دهید تا نشانه های اضطراب در خودتان را مدیریت کنید.

افرادی که پدر و مادر مضطرب دارند به صورت ژنتیکی بستر اضطراب را هم دارند. به این معنی که اگر عده ای فقط در شرایط استرس زا و به دلیل هیجان های منفی یا مثبت، مضطرب می شوند. افرادی که زمینه ژنتیکی دارند در بیشتر موقعیت های زندگی و خیلی شدید به هم می ریزند. از طرفی آن هایی که نیمکره راست هستند مانند آدم های احساسی و هیجانی که فوری گریه می کنند بیشتر از دیگران در اتفاق های استرس زای زندگی آسیب می بینند.

کمبود خواب می تواند اضطراب و اضطراب می تواند اختلال خواب ایجاد کند. برای کنترل اضطراب خودتان هر شب دست کم هفت ساعت بخوابید. سعی کنید به برنامه خوابتان پایبند باشید و هر شب در یک زمان مشخص بخوابید تا صبح ها نیز در یک زمان مشخص بیدار شوید.

فعالیت بدنی سبب ترشح هورمون آندروفین می شود که مُسکن های طبیعی بدن ما هستند. در نتیجه ورزش منظم می تواند استرس را کنترل کند. پزشکان توصیه می کنند هر روز ۳۰ دقیقه ورزش کنید. اگر نمی توانید ۳۰ دقیقه را در یک زمان ورزش کنید آن را به قسمت های کوچک تر تقسیم کنید. برای نمونه در سه زمان ۱۰ دقیقه ای ورزش کنید. پیاده روی، آهسته دویدن و هر فعالیتی که می توانید انجام دهید و به آن متعهد باشید. برای کم شدن اضطراب مفید است.

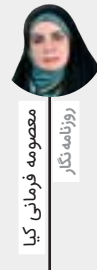
توکل داشتن به خدا و خواندن قرآن در کم شدن اضطراب مؤثر است. افرادی که باورهای اعتقادی قوی دارند نوع نگاهشان به مشکلات و موضوعات مختلفی می تواند حالشان را خوب کند. برای نمونه وقتی فردی اعتقاد داشته باشد در ازای تحمل دشواری های یک کار، اجر اخروی دریافت می کند خیلی راحت تر با آن موضوع کنار می آید و بنابراین کمتر دچار اضطراب می شود.

حسین سلیمان پور، روان شناس: نخستین قدم برای مدیریت اضطراب، این است که بپذیرید دچار اضطراب شده اید و برای مدیریت آن بهتر است دست به عمل بزنید



برکت های خانه آقاسید

امام حسین (ع) دعای خانواده آقای حسینی را با اهدای ۳ فرزند به آن ها اجابت کرد



روزنامه نگار
معصومه فرمونی

دعوت مبارای همراهی باتولیت آستان قدس رضوی بازهم ناگهانی و غافلگیرانه بود، آن هم برای همراهی در دیدار خانواده ای که چند فرزند قدونیم قد را به سرپرستی قبول کرده اند. روی خوش و گپ و گفت حجت الاسلام و المسلمین احمد مروی با بچه های قدونیم قد آسایشگاه معلولان شهید فیاض بخش در بازدید از این مجموعه، هنوز از خاطرم آن نرفته است و تأکید حاج آقا بر نکته ای خاص با این مضمون که «اگر و پاداش آن هایی که دست بر سر کودک یتیمی می کنند، بی حساب و کتاب است». این عبارت هنوز نوی گوشمان زنگ می زند. قصه این بازدید اما روایت دیگری دارد. شما هم فرصت کردید، همراهی مان کنید تا ببینید خوشی و عشق واقعی زیر سقف چه خانه هایی است که آدم از تماشا کردنش سیر نمی شود؛ پشت همان پنجره هایی که هر شب قوس ماه، خودش را به شیشه آن ها می چسباند.



محبت های بی ریا و تمام نشدنی برای ما، برای تک تک ما که از زمانی که چشم باز کرده ایم، گوشمان به دو واژه شیرین و ناب «پدر و مادر» عادت کرده و دقیقه ها و روزها و سال هایمان پیوند خورده است به نام آن ها و این عشق در سلول سلول تیمان ته نشین شده و در حرفه حرفه روحمان جا خوش کرده است، عشق به این دو واژه به ظاهر ساده هیچ وقت کم نمی شود. همه روزها و شب های بدون آن ها یعنی سوگاری محض. اصلاً زندگی بدون آن ها مفهومی ندارد.

بزرگ و کوچک ندارد و فرقی نمی کند در چه سن و سالی باشیم، شما فکر کنید کودکی هستیم محتاج محبت های افراطی پدر و مادر، همان هایی که اجازه نمی دهند آب توی دلمان نکان بخورد، همان هایی که ریشه محبتی را در دلمان می کارند که تا ابد با هیچ ضربه ای تکان نمی خورد. اما روزگار گاه چنان بی رحم می شود که نگاه نمی کند تو کودک هستی و دنیا برایت جای وحشت انگیزی است و نیاز به تکیه گاهی محکم و امن داری، به محبت عمیق پدر و مادر.

از زیارت کربلا شروع شد

نتیجه فشردن زنگ پلاک ۱۲۳ در کوچه پس کوچه های رسالت، باز شدن در خانه ای است که از داخل آن دو پسر بچه قدونیم قد، لیخند زنان به استقبالمان می آیند. بچه ها بازیگوش و شیطانند و منتظر بابا و مامان نمی مانند. محمدکیان و آرش که مدام اسم هایشان را با هم قاتی می کنیم، تا داخل پذیرایی همراهی مان می کنند.

به خنده ها و خوشی های کودکانه شان که واقعی است، حسودی مان می شود. مادر مشغول آماده کردن یونس کوچولو برای میزبانی از میهمانان امروز است. اما

تا به محض رسیدن به مشهد پیگیری این کار باشیم.

چرا ۳ تا بچه؟

همسران راضی بودند؟ این پرسش ما باعث می شود آقاسید علی که در حال آرام کردن محمدکیان و آرش است، لیخندی بزند و قاطع و مطمئن بگوید: خیلی....

آدم های مؤمن همیشه برایمان حسادت برانگیز بوده اند؛ آن ها که تکلیفشان با خودشان و دنیا و خدا مشخص است. آن هایی که انگار وصل شده اند به یک منبع آرامش عظیم و بالاپایین های دنیا حالشان را به هم نمی ریزد. پشت بندش سریع و فوراً می پرسیم حالا چرا سه تا؟

نرجس خانم می خندد و می گوید که «ما جرایش مفصل است». بعد هم محمدکیان را محکم در آغوش می گیرد و این طور تعریف می کند: همه چیز برمی گردد به حضور محمدکیان که زندگی مان را زیربورد کرد. شنیده بودیم مادر محمدکیان به خاطر اعتیاد شدید صلاحیت نگهداری از او را ندارد. ما او را به صورت موقت و میهمان به خانه مان آوردیم. این ماجرای که تعریف می کنم، به سال ۱۴۰۱ برمی گردد. آن موقع کیان تقریباً دو سال و چند ماه داشت. خیلی تودل برو و دوست داشتنی بود. غیر از من و پدر و خواهرهایش، زینب و امینه، خانواده من و آقا سید هم به او عجیب وابسته شده بودند. پنج ماه از حضور او در خانه ما می گذشت که مادرش درخواست برگشت او را داد و بهزیستی هم این موضوع را تأیید کرده بود و ما باید او را تحویل می دادیم. نمی توانم برایتان تعریف کنم پنج ماه زندگی با این بچه چقدر دلبستگی ایجاد کرده بود. صبح و شبمان فقط گریه شده بود. من افسرده شدم، تا اندازه ای که همسرم به فکر جایگزینی بچه دیگری افتاد، آن هم به صورت موقت و میهمان. این بار آرش را به صورت موقت به خانه آوردیم اما کیان که نبود، انگار تکه ای از وجودم را با خودش برد برد. محال بود اسمش به زبان بیاید و گریه نکنم. آرش به جمع خانوادگی ما پیوسته بود اما عجیب دلتنگ محمدکیان بودم. یک روز اسباب بازی ها و لباس هایش را جمع کردم و با پدرش به محل آدرسی رفتیم که از او در روستای میامی داده بودند و پدیدایش کردیم. مادرش در منزل نبود و خانمی، او و دو خواهرش را نگهداری می کرد. محمدکیان آشفته بود؛ انگار نه انگار که ما را می شناسد. اصلاً انتظارش را نداشتیم. مجبور بودیم برگردیم اما خواب و خوراک نداشتیم. چرا آن بچه شاداب و بازیگوش این طوری شده بود؟ صحبت هایش را این طور بی می گird: در این فاصله با مسئولان و متولیان مجموعه شوق زندگی در ارتباط بودم. می دانستند چقدر این مسئله روح و روان مرا به هم ریخته است و به همین دلیل خواستند فرزندای را به صورت دائم قبول کنیم تا این مشکلات را نداشته باشیم اما درحقیقت ما وضعیت مالی آن چنانی نداریم. هم خانه و هم محل کسب همسرم، استیجاری است و دو فرزند هم خودم دارم. گفتم با این شرایط غیرممکن است با درخواست ما موافقت کنند اما انگار قسمت بود پسر بچه ای

که در شیرخوارگاه تهران نگهداری می شد، هم به جمع خانواده مان اضافه شود. آن ها گفتند اگر بچه بیمار خواسته باشیم، به صورت دائم می توانیم نگهداری اش کنیم.

یونس مشکل تکلم داشت و از بیست روزگی رها شده بود و کسی را نداشت. این بود که با همسرم به تهران رفتیم. با چند نفری که مشورت کردم، گفتند با گفتار درمانی این مشکل برطرف می شود. توکل به خدا کردم و یونس را به فرزندخواندگی دائم گرفتیم و در همین کش و قوس برای بهزیستی ثابت شده بود که خانواده آرش، صلاحیت نگهداری فرزندشان را ندارند و کارهای او هم در حال انجام است که شناسنامه اش به نام من و همسرم صادر شود. می ماند محمدکیان؛ این طور که من شنیده ام، مادرش با اعتیاد شدید به تارگی صاحب فرزند دیگری شده است و امیدواریم نام کیان هم که به تارگی دوباره به جمع خانواده ما پیوسته است، در شناسنامه ما بنشیند.

همیشه شکرگزار

سیده زینب و سیده امینه، دخترهای بزرگ تر خانواده، در تکاپو هستند تا شرایط را برای حضور میهمانان آماده کنند. بچه ها از سروکول علی آقا، پدر خانواده، بالا می روند. به حالشان حسرت می خورم؛ هم به حال بچه ها که نه مفهوم زندگی را می دانند نه وزن و عمق رنجی را که ناخواسته باید در این جهان به دوش بکشند و هم به حال علی آقا که با وجود خانه و مغازه اجاره ای و پنج فرزند قدونیم قد، هیچ وقت ناشکر نبوده است و همه این ها را نعمت و برکت الهی می داند. نرجس خانم می خندد و می گوید: زینب هم در دوران نامزدی به سر می برد و باید به فکر تهیه جهیزیه اش باشیم.

حرف های آن ها مجبورمان می کند همان جا توی دلمان توبه کنیم از همه ناشکری هایی که صبح تا شب فکرمان را آشوب می کند؛ هرچند که می دانیم

توبه موقت و سطحی فایده ای ندارد. شیرین کاری بچه ها تمامی ندارد. یونس کوچولو چای را به دستمان می دهد و قند را توی دهانمان می گذارد و با عباراتی که برایمان نامفهوم و گنگ است، می گوید جای سرد نشود! من و مادرش خنده مان می گیرد. نرجس خانم می گوید خوشبختانه مشکل گفتاری یونس رو به بهبود است و بعد قربان صدقه اش می شود؛ درست عین مادرهای خونی و واقعی.

دست محبت

چیزی نمی گذرد که تولیت و جمع همراهش از راه می رسند. تمام شوق و ذوقی که به زندگی معنای می دهد، در این روایت با هم جمع می شود. بچه ها پست و مقام و... نمی شناسند و عشق کاشیدن دستی از روی محبت به سرشان را دارند و حالا حاج آقا یک به یک آن ها را می بوسد؛ صمیمی و راحت. محمدکیان نمی گذارد حاج آقا بنشیند. می گوید دو چرخه آبی بزرگ می خواهم و تمام انگشت هایش را بازمی کشد تا به خیال خودش، بزرگی دو چرخه را نشان حاج آقا بدهد. خواسته یونس خیلی کوچک و شیرین است؛ «شکلات دارید؟» حاج آقا و جمع همراه دست پر آمده اند و هرچه بچه ها اراده می کنند، آماده دارند. چشم های یونس از شوق شکلات هایی که داخل مشت کوچکش جا گرفته است، می درخشد. عجیب مهربان است؛ سراغ داداش کیان را می گیرد تا شکلات ها را با او تقسیم کند. نرجس خانم می گوید: باورتان نمی شود خدا خودش همه چیز را جفت و جور می کند؛ بچه ها این قدر همدیگر را دوست دارند که هرچه داشته باشند، با هم تقسیم می کنند.

تعجب نکنید. این بچه ها مهم ترین اتفاق های زندگی سید علی حسینی و نرجس محمودی اند که با دست های خالی، پراز شادی های ناب دنیا هستند؛ آن ها که در یک خانه معمولی و کوچک، آن هم اجاره ای زندگی می کنند اما

دل به معصومیت بچه هایی داده اند که ایمان دارند برکت برای زندگی شان به ارمغان آورده اند.

دنیا در برابر عظمت روح شما کوچک است تولیت آستان قدس رضوی هم مثل ما از این همه ایثار و فداکاری مبهوت است. همان ابتدا خطاب به علی آقا و نرجس خانم می گوید: «دنیا در برابر عظمت روح شما، کوچک و ناچیز است» و چند بار پشت سر هم تکرار می کند: «خوش به سعادت و حال خوش شما!». حاج آقای مروی ادامه می دهد: خداوند هر کسی را لایق این ایمان قوی و همت بزرگ نمی داند. شما ببینید چه کاری انجام داده اید که سزاوار این مقام شده اید. با وجود اینکه خودتان فرزند داشتید، این کار سخت و دشوار را قبول کردید. این ها خبرکثیر و بی انتها هستند. خدا را شاکر باشید که این لطف را در حق شما کرد تا دست نوازش به سر و روی کودکانی بکشید که از داشتن محبت پدر و مادر محروم هستند.

آرزو هایی که برآورده شد

حالا نوبت برآورده شدن آرزوی بچه هاست. دو چرخه های یک به یک می رسد. همان طوری که دوست دارند؛ بزرگ و شیک و قشنگ. محمدکیان و آرش و یونس، یک شب خاطره انگیز را کنار تولیت آستان قدس رضوی و خادمان حرم مطهر امام هشتم^(ع) تجربه می کنند. تولیت به رسم یادبود، هدیه ای به پدر و مادر و زینب خانم می دهد. وقت اذان است و فرصت تنگ... توی خیابان صدای اذان بلند است و چقدر آرام بخش! هم زمان زمزمه می کنیم خدایا! جز تو معبودی نیست و تو چقدر با عظمتی! حالا داریم تند تند کلمه ها را برای نوشتن این روایت تایپ می کنیم. می دانیم آواها و کلمه های ما آن قدر ناقص است که نمی تواند هیچ حسی از این روایت را انتقال بدهد اما شما باور کنید هنوز هم آدم های مؤمن و حسرت برانگیز توی دنیای ما زیاند، خیلی زیاد.





موضوع: ۵

نقش بانوان در کریا چند وجه و بُعد داشت، یک بعد، همراهی با کاروان حضرت ابا عبد...الحسین^(ع) در مدینه به مکه و از مکه به سوی کوفه بود که شامل اولیای خان دختران بی‌هاشم، همسران اصحاب و گاه کنش‌های می‌شد. مهم‌آنکه در طول مسیر مهم تعدادی از بانوان، داوطلبانه به کاروان سیدالشهدا^(ع) پیوستند، مثل مادرانی که فرزندان‌شان را این‌روز به شهادت رسانده بود. داوطلبانِ این‌ها ماندن در مسیر و تشریفات و پاپی‌ن کشیدن، از ویژگی‌های بانوان بود. در دیگر نقش آفرینی‌های به هنگام واقعه در کریا، بارمی‌گردد، به‌طوری‌که در تاریخ نیامده است حتی یکی از بانوان از کاروان جدا شده باشد، بلکه حتی اها که از بنی‌هاشم بودند گفتند می‌خواهیم کنار دخت علی^(ع)، مانیم. این بانوان هم اول شدند و هم در همه آن مصائب، جز وعز و ابراز تألم نکردند، مثل مادران ایرانی با همسر و مادر عربین خُشاده که خود همسر و فرزندان را راهی اشجاعت، بی‌باکی و استقامت و همراهی از ویژگی‌های زنان در قیام

● **راویان واقعه کربلا، بانوان هستند**

ما مهم‌ترین وجه حضور زنان در ماجرای کربلا، مربوط به بعد از واقعه عاشورا می‌شود. آن زمان که دیگر مردی نیست، جز بدن تباردار حضرت سیدالسادجین^(ع). دیگر زننده‌ای باقی نمانده است. کاروان‌ساز در آن شرایط بحرانی، یک بانوست^(۱۰) و ۱۲ زن و بچه در اسارت را مدیریت می‌کند؛ زناتی که در ایاور و باور و استقامت هرچشم‌بین اظهار تحقیر و تسلیم و تألم و مستی در ادامه راه در آن‌ها مشاهده می‌شود و نه تنها نمی‌هراسند، بلکه دشمن را نیز به ترس وامی‌دارند. خطبه‌های حضرت زینب^(ع)، شعرهای حضرت سکینه خاتون^(ع)، مقاومت سایر بانوان اسیر و روشنگری و تبیین و افشاکاری آن‌ها، همگی نشان می‌دهد که روابیان واقعه کربلا، بانوان هستند؛ مثل خانم رباب^(ع) که بعد از اربعین به مدینه بازمی‌گردد، بلکه کثرت مضع حسینی می‌ماند و برای کاروان‌ها، روایت و تبار عاشورا افشاکاری و روشنگری می‌کنند.

● امتداد عاشورا در تبیین‌های زینی

متفاد عاشورا در حرکت و تبیین زینب کبری (س) جلوه‌گری می‌کند؛ یعنی علاوه بر مصادیق و روایتی سازدافانه، م‌ج‌اهدت تبیین‌گرانه هم داشتند و همان طور که به تعبیر امام حسین (ع) «خون قلب خود را دادند تا ا‌م‌ت از چهل نجات ی‌اب‌د» (۱) زی‌ن‌ب کبری (س) هم با جهاد تبیین از تاریخ، جهالت‌زدایی و حیرت‌زدایی و با آن حرکت امتدادی و تبلیغی و بیانی، تاریخ را مدین خود کردند و ما نیز به ایشان که هم دختر، هم مادر، هم خواهر و هم عمه شهید هستند، دست‌زدینیم.

● کنشگری علمی اجتماعی

از این رو، حرکت زینب کبری (ع) محدود در ۱۷۰ روز کر بلا نیست؛ بلکه حرکتی عالم‌نازه، شگرت‌ناز، فعال و مؤثر اجتماعی است. همه زندگی ایشان تجلی ایمان، مجاهدت و شجاعت است. چنان‌که با بانوی زر بگوار از زبان خلبه حضرت زهرا (ع) بودند. همراهی با پدر در کوفه، مجاهدت بودن و پاسخگویی به سؤالات احکام (تشکر علمی اجتماعی)، بازگشت از کوفه به مدینه و مجدداً پاسخگویی به مردم در مدینه و... در سیر زندگی حضرت زینب (ع)، ایشان با بانوی عالم، فاضل و آگاه به زمان، جغرافیه‌شناس و متفکر و معرّفی می‌کند؛ این خصوصیتی مدبر که محصور به زمان، جغرافیه‌شناس خاص نمی‌شود و برای همه اعصار و نسل‌ها الگویی است و تاریخ را مدیون خود کرده است.

اشارات

به انتظار تو

پایانه عامل نیکا هنوز مجالس روضه حسینی برپاست و شب‌ها و روزها می‌توانیم در مجالس شرکت کنیم و بای منبر بشنیم. حرف در فضای حجازی و چه در کالاهای مسانه‌های مخربت از عرادهای حسینی، حرف زده می‌شود و نتیجه‌اش اقامه عزاداری و بعد از نظر گذاشته می‌شود. این روزها از عملکرد یک مداح برای گرم کردن تصویری دست به دست می‌شود که انتقادهای زیادی دریافت کرده است. تصویری باعث شد اشارت امروز را به پنهان آن بنویسم. برای ما محرم و صفر آدابی وجود دارد که با رعایت آن‌ها مردم از اقامه عووف حسیتیم هم اگر خدا بخواهد در موضعی مدام زمان بماند. می‌توانیم رؤسیدی باشیم.

مباح نباید به هر قیمتی و به بهانه مجلس گرم کردن دست به هر کاری بزند. آنچه از قلمه عزادار سپروست انچه بیان شده است با جزئیات و روشن است. در سال های متعددی مراسم عظیم رهبری نیز به وفاداری مدحان و عواظ به متون و آداب بوده شده در روایات کتاب بسیار داشته اند و اصل کرده اند: «اگر برای ذکر مصیبت، کتاب نفَس المہموم» مرحوم محدث قمی را باز کنید و از رو بخوانید، برای مستمع گریه آور دست و همان عواطف جوشان را به وجود می آورد. چه ازومی دارد که ما به خیال خود و خودمان، برای مجلس آرایبی کاری کنیم که اصل مجلس عزاز فلسفه و آقیعایش دور باشد؟ (۱۳۷۲/۳/۱۷)

همان‌طور که حتماً دیده‌اید روضه‌ها و مجالس ذکر مصیبت کربلا به خودی خودی برخیزد. هر دل‌خوار تأثیر می‌گذارد بنابراین حسیت از مواردی که در مقاتل و سندهای تاریخی ذکر نشده است در مجالس عزاداری درست نیست. کم‌نیمت اشعار و مرثیه‌هایی که می‌توان به آن‌ها رجوع کرد تا در کمال ادب در ساحت امام عصر^(ع) به اقامه عزای پیرا پرداخت. به غیر از ثبت دوربین‌های تلفن همراه هیچ چیز از چشم‌های بینا پنهان نمی‌ماند.

پردار و

بخوان

من می گویم، شما بگریید!

«از کوکبی در دسته‌های سینه‌زنی و عزاداری گمی می‌شدم. هنوز هم گم شده‌ام آن دسته‌هایم. این سال‌های آخر، شعرهایی از اینچا و آنچا از برخی مداحان آشنا و نام‌آشنا می‌شنوم که به جای آنکه دل را بارانی کند، آن را به درد می‌آورد. برخی نیز داعیه خودنمایی دارند. اهل آنکه اصل در کریکلام شدن است و به اصل خویش رسیدن. همین آنجندازی شد تا این اشعار را در دفتر می‌فراهم آورم و هدیه‌اش کنم به مداحان سوخته دل آل...؛ به خصوص آنان که به لحن عاشورا تکلم می‌کنند و خنجره‌شان وقف امام حسین^(ع) و یاران اوست». این ایده شاعر روزگار ما، علیرضا قزو، منجر به چاپ کتابی شد به نام «من می‌گویم، شما بگریید».

گردآورده، عناوین فصل هارابه این صورت نام گذاری کرده است: فصل اول: این حسین کیست؟ باکرهٔ احسین^(ع)؛ فصل دوم: ای پدرجان همراهما بستانند...؛ فصل سوم: ناله عشق است و آتش می‌زند(دمی) با صاحب‌فادار(امام)؛ فصل چهارم: گودال قتلگاه پر از بوی سیب بود(یک شب و روز عاشورا)؛ و فصل پنجم: زینب اسیری رفت و ما بر جای بودیم (بعد از عاشورا)؛ هر فصل با شاعرانی آورده شده است که مرثیه‌ای در این باره سروده‌اند.

بررسی فلسفه و آثار زیارت در متون دینی

دل را به ضریح تو
گره زده ایم

حرم‌های اهل بیت^(ع) ندارد و اساساً هم انتخاب اولش، بودن در کنار امامان و تنفس زیر
 سال و انس می‌رساند؛ به همین دلیل هم زیارت مرقد مطهر ائمه^(ع) یا زیارت آن‌ها از راه
 ندیم و هیچ چیز حتی بحرانی مثل کرونا نمی‌تواند پای دلمان را از رفتن به آن بازدارد.

زیارت امام رضا(ع) آثار خاص و منحصره فردی دارد. از ایشان روایت است: «هر که مرا که از منزل و کاشانه به دور افتاده‌ام زیارت کند، در روز قیامت در سه جایگاه به سرعش می‌روم تا او را تسبیح و سستی از من بخواهد». خلاصه اینست: هنگام دادن نامه اعمال به دست راست و چپ و در هر یک از صراط و نزد حسابرسی و میزان، (من لایحضره الفقیه، ج ۲، ص ۵۸۴) این حدیث، رأفت بی حد و حصر امام مهربانی‌ها را به زائران خود نشان می‌دهد که در چه مواضع سستی به داد آن‌ها می‌رسند؛ جایی که هیچ فریادری برای آدمی نیست.

در زیارت آگاهانه و از روی معرفت ائمه معصوم^(ع)، به عنوان انسان های کامل و اولیای خداوند، باز سفر می بندیم و راهی آستان آن حضرات می شویم. دین فلسفه های زیارت می توان گفت چیزی جز محبت نیست. اهل^(ط)، محب و محبوب خدا هستند و محب محبوب خدا، حب خداست. لذا زیارت مرقد مطهر اهل بیت^(ع)، جلوه ای از این عشق، محبت و دلدادگی است. علاوه بر این، زیارت نوعی تجدید پیوند است با ارامن های ائمه^(ع) و نیز آسودن ما به عنوان انسان و باز زیارت در مقابل خدا و دین او اظها و تواضع و تسلیم می کنیم و از این باب هم زیارت آثار بسیار دارد.

یکی دیگر از آثار شگفت آور و انگیزه بخش زیارت امام رضا^(ع) حاجت روائی زائران است. ایشان خود فرموده اند: «اگاه باشید من ظالمی نیستم که شهید خواهم شد و بر سرزمین غربت دفن خواهم گردید. پس کسی که برای زیارت من بارونه خود را ببندد و من زیارت من بیاید». دعايش مستجاب و گناهانش آمرزیده شود» (بحار الانوار، ج ۱۰۲، ص ۳۶). این هره جلوه ای دیگر از محبت و افت راضی را نشان می دهد که با یک زیارت چنین برکاتی را نصیب زائر خود و مسیر رسیدن او به خواسته هایش فراهم می کند.

زیارت کارکردهای متنوع دارد و تنها یک سفر و عرض ارادت و توسل و حاجت
آوستن نیست؛ زیارت امام شناسی را در ماقبوتی الهی و شناختی که مقدمه
شناخت خداست، هدف و مقصد نهایی در زیارت، لقای الهی و قابلیت دیدن
رحمت اوست؛ به همین دلیل، زیارت الوابی الهی مقدمه زیارت خدا و ارتباط
و تعلق وجودی به او محسوب می‌شود. زیارت نوعی ادای دین به روشنگری
و هدایت با ائمه^(ع) نیز هست. وقتی آن‌ها همه هستی خود را برای هدایت
و بندگداشتن ما، نیز باید تلاش کنیم. قدری از بدیشان را ادکیم که در روز
در این راه به ما کمک می‌دهند. زیارت ابراز توبه و تیری به به‌شمار می‌آید.

نکته مهم آنکه همه این آثار که برای زیارت امام حسین^(ع) و امام رضا^(ع) برشمریم، صرفاً محدود به زیارت آن نزدیک و حضور در حرم مطهر آن حضرات نیست، بلکه می‌توان از راه دور هم دل را به ضیاع آن جگه زد و عرض ائمه^(ع) کرد. اهل بیت^(ع) این زیارت برای راه دور را به ما یاد داده‌اند تا اگر کارمان گره خورده و پنهانی نداشتیم، با یک سلام و یک زیارت عاشورا، امین. با جماعه کبیره، زائر آن حضرات شومیم و خود را در فضای زیارت قرار دهیم. فضایی که تنفس در آن، حیات آدمی را خوب می‌کند.

زیارت آثار فردی و اجتماعی فراوانی دارد که مرور کوتاه آن ها هر آدمی را وسوسه می‌کند. در این میان، درباره زیارت امام حسین^ع و امام رضا^ع روایات خاص تری وجود دارد. امام باقر^ع می‌فرماید: «شیعیان را به زیارت امام حسین^ع و امام رضا^ع امر کرده‌اند و زیارت روزی را از روزی نمی‌کند، عمر را طولانی می‌گرداند و بلاها و بدی ها را می‌برد» (تهذیب الاحکام، ج ۶، ص ۴۲). زیارت امام رضا^ع نیز درباره او و امام حسین^ع می‌فرموده‌اند: «که عابدان... از آنگار شط فرات زیارت نکنند، مانند شخصی است که خداوند در دریای عنبر زیارت کرده است» (تهذیب الاحکام، ج ۶، ص ۴۶).

همان‌ها که در راحت و رنج، انفاق می‌کنند و خشم خود را فرومی‌خورند و از مردم درمی‌گذرند و خدا نیکوکاران را دوست دارد.

روشنا

الَّذِينَ يُنْفِقُونَ فِي السَّرَّاءِ وَالضَّرَّاءِ وَالْكَاطِمِينَ الْغَيْظَ وَالْعَافِينَ
عَنِ النَّاسِ وَأ... يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ. (سورة آل عمران، آية ١٣٤)

ماجرای منچستر و آبگوشت

و جواد می‌مونیم» حاج آقا چند تا می‌زند پیشش و بعد می‌گوید: «شما بفرا، من با جواد آقا کار دارم و منم که دوست می‌کشدی یور سرم که «ایرین» که ول نخور آقا جان! بابا بگفت بیا، نه که بگرفت، نه که گوشه‌اش، از ترس یا خجالت آرام می‌گیرم همه فتند اما روی من نشود صورتم را از عبا» حاج آقا پدردارم حاج آقا می‌گوید: «شما دست و کردی بابا، آمدی مسجد! شادی است و دیگرن قسمت کردی، آفرین! الحق که دل رو باد کردی»

و بعد می‌راز از خودش جدا می‌کند و اداما می‌دهد: «آفرین! سرت و بگیر بالا بابا جان چرا خجالت می‌کنشی؟ بهت نمی‌خندم»

تا صورت چرب و چپلی اما می‌گرم بالا می‌زنند خنده خند نامان نمی‌شود.

مطر عبايش بوى آبگوشت راز ناغ می برد
 می دانم اما مطعل است که حاجا قارایم
 دنداندارى درست و حسابى به من بدهد اما
 حاجا قارایم طور که مرا گرفته است، بگوید که
 قدم عقب می رود و رو به باباوسایراهای محل
 می گوید: آبگوشت که کاسه های آبگوشتش رو
 می سالمه، بقیه همین کاسه ها و تونو هارو
 ببرن توى حیاط مسجد کهن کنن، ما موجودا قافا
 تمیز کنیم بقیه سفره رو می دیم»
 بن قدر جدی است که همه بدون حرف
 می روند. صورت من عباى سفید است
 حتم دارم که لباس روز عیدش حسابی
 جرب و چپلی شده است. آقا جان این بابا
 آن ای می کند و می گوید: این
 نمى شه حاجا! شامه دین.

دست هایم و برعکس وارد مسجد می شوم
 «مستمر بود دریم...» اما پیش از آنکه
 حمله ام تمام شود، فراد می بینم وسط سفره
 ایگوش، آن هم با قو و خونی و تر خیس است
 عرق چشم هایم را می بندم و صدای... اکبر
 ملت می پیچد توی گوشم. چشم هایم را
 باز می کنم. آقایان به همراه جمعه اهل محل
 بالای سرم ایستاده اند. از ترس زبانم بنده
 آمده است و نمی دانم چه کنم که آقای ترابی
 پیش نماز مسجد، قبل از همه مستم دست
 دراز می کند که، «به به پهلوان! پا شو تا قاتی
 تلپته ها نخوردیم!»
 دستش را که انگار برسمان الهی است، چنگ
 می زنم و خودم را از نهر ایگوش و
 سبزی خوردن بیرون می کشم.

صیغه ذاکری اظهار است و ما یعنی تیم محله
این بالاخره تیم منجستری محله بالاخره شاکست
دا ایم از این برد تاریخی آن قدر مست
ندام که بوق و رزگشا به دست تو ی کوچه
می چرخم و بعد از چند ثان و افخارتو ی کوچه
کافا می نباشد. بیه تیم شکسته وسنه هان
اشیر می کنم که (ای جوری می نمی فیمد
چه کردیم چه چا! بالاخره مسجد و آنجا به
روج خودی نشان بدیم، وگرنه فردا کی
می کند ما بالاخره این منجستری را رال
ندام، به سمت مسجد می دوم، به پله های
مقابل مسجد که می رسم، به بچه های می گویم
بالاخره ورمه تکان بیدار، اینجا زانی دان
نار سلطان است یا ه منجستری می هر دوم
می شود که محض خود شیرینی می یازد

شنیدنی

احكام

یاداموات

فرمودند: «امام علی (ع) فرمودند: هر که از زیارت شما شاد می‌شود، روزی می‌شود».

مستحب است زائر دست خود را بر روی قبر بگذارد و هفت بار سوره قدر، سه بار حمد، سه بار ناس و فلق و آیه الکرسی را بخواند.

با «قاری رحمت... واضح»، مسلمان اهل سنتی که ۱۴۳ سال پیش به زیارت حرممطهر رضوی آمده است

مبارک سفری از بخارا تا مشهدالرضا(ع)

فریبا فرخدا| کوچه پس کوچه های مشهد قدیم در طول قرن های متمادی، به ویژه از زمان دفن بیکر مطهر حضرت رضا(ع)، آدم های بسیاری را از بلاد دور و نزدیک جهان به خود دیده است؛ آدم هایی که با پای دل آمده اند و با چشم جان آستان مقدس امام هشتم(ع) را به تماشا نشسته اند. در این میان، آنان که دستی بر آتش نوشتن داشته اند، دیده ها و مشاهدات خود را در کتج اوراق کاهی سیاه کرده و به یادگار گذاشته اند. قاری رحمت...! واضح، از شعرا و دانشمندان بنام قرن ۱۳ قمری، یکی از این افراد است که در سال ۱۳۰۳قمری از راه مکه به موطنش، بخارا، باز می گردد اما رحل اقامت پهن نمی کند، از طریق راه سرخس، خودش را به ارض اقدس می رساند و زائر کوی امام رضا(ع) می شود. سطرهای بعدی گزیده ای از گزارش او از مشهد قرن ۱۳۰۰ قمری است.

● اهل سنتی که عاشقانه به زیارت مشهد آمد

یک نکته جالب درباره قاری رحمت...! واضح وجود دارد و آن نکته این است که او اهل سنت است؛ با این همه عاشق امامان شیعه است. آن چنان که پس از زیارت مشهد به عتبات عالیات می رود و چند صبحی را هم در جوار کربلا، نجف و سامرا گذران عمر می کند. او چنان شیدای علی(ع) و پسرانش است که در مسیر کربلا، دو قصیده بلند می سراید و در سفرنامه اش یکی را به امام علی(ع) و دیگری را به امام حسین(ع) تقدیم می کند. او برای امام رضا(ع) شعری نسرده اما متن سفرنامه تاریخی اش پر از جمله هایی است که نشان از عشق و ارادتش دارد. قاری واضح در ماه مبارک رمضان به مشهد می رسد اما چون زمستان بوده است، ماندگار می شود و آن قدر می ماند که نوروز را هم می بیند.

این شاعر و دانشمند علوم اسلامی هم مثل همه زائران قدیم، پیش از ورودش به مشهد، گنبد مطهر حضرت را از روی تپه سلام مشاهده و آن را این طور توصیف می کند: «روز جمعه بعد از طل دو فرسخ راه، به موضعی رسیدیم که مستقا به تپه سلام است و آن تلی [[تپه]] است مختصر که از بالای آن، گنبد طلای حضرت امام ضامن غریبان نمودار می گردد، همه رفقا و زوار از اسب ها پیاده شده، بر بالای تل مذکور برآمده، گنبد فیض آثار آن بزرگوار را مشاهده نمودیم که مثل آفتاب می درخشید. سلام بر آن حضرت فرستاده، از دور زیارت نمودیم، از این موضع تا مشهد مقدس سه فرسخ راه بود. سوار شده، به تعجیل و شوق تمام تا بعد ظهر همان روز جمعه که اوّل ماه مبارک رمضان المبارک بود و مردم شهر همه صائم بودند، تاختم تا اینکه داخل بلده طیبه رضویه [[سرزمین پاک رضوی]] ا شدیم.»

این مسافر زائر، گرد راه از تن نتکانه، بی آنکه لحظه ای استراحت کند، دوان دوان خودش را به حرم مطهر می رساند و آداب زیارت را به جا می آورد. او پس از این، به تماشای حرم مطهر رضوی می نشیند و هر آنچه را می بیند، توصیف می کند. توصیف قاری واضح از گنبد طلای حرم آغاز می شود که شنیده است ۷ هزار و ۷۷۷ خشت طلا در آن نصب کرده اند. از کنار سقاخانه اسماعیل طلای می گذرد و به مسجد گوهرشاد می رسد؛ «و در جانب شرقی صحن کهنه، ایوان کاشی کاری است که از بناهای شاه عباس صفوی ماضی است و در پشت ایوان مذکور که طرف شرقی می باشد، مدرسه میرزا جعفرخان است که در خوبی عمارت و کاشی کاری از مشاهیر مدارس است. حجرات آن دو آشیانه است و اوقاف آن زیاده بسیار است و طرف شمالی حرم مدرسه پربردار، کنیز گوهرشاد خانم است و آن مدرسه بر سر بازار که چت فروشی [[احتمالا چیت فروشی]] است، واقع شده و از درون مسجد گوهرشاد راهی باریک است که به درون صحن نو داخل می شوند و در این راه باریک، خانه ای است بزرگ که مرقد شیخ بهاء الدین عاملی صاحب خلاصه الحساب در آنجا است.»

● آینه کاری حرم و قصه خواب دیدن هنرمند آینه کار

آینه کاری های حرم مطهر یکی از جاذبه هایی است که این سیاح بخارایی را حیران کرده است، آن چنان که از نام و نشان آینه کاری می پرسد. یکی از خدام هم برایش تعریف می کند که گویا استاد ی که این کار را انجام داده، به دستور امام رضا(ع) مأمو ر این کار شده است. ماجرا را از این فراتر است که این آینه کار، امام رضا(ع) را شبی در خواب می بیند و از او می خواهد تا بخشی از هنرش را در حرم مطهر به یادگار بگذارد؛ «و دیوارهای اطراف ضریح امام، آینه کاری است و بالای آینه ها، نقش ها و گل های بدیع وضع کرده اند که مهندس عقل از آن حیران می ماند و ابزار دیوارهای حرم به قدر قامت آدمی بالا، کاشی کاری و طلا کاری و مینا کاری کرده اند که همه اتفاق دارند که هرگز به این قسم مینا و کاشی مقدور کسی از استادان ماهر نمی باشد. حکایت و استاد این کار در خواب از طرف آن جناب مأمو ر شده که حیف دریغ از هنرمندی و صنایع تو که به جهت

● دفن میت در صحن عتیق

اود را این گشت و گذار ها به چند نکته جالب اشاره می کند که در سفرنامه دیگر سیاحان چندان به آن ها پرداخته نشده است. نخستین آن ها این است که خبر از دفن اموات در صحن عتیق می دهد و مردمی که بر سر مزار عزیزانشان فرش پهن کرده اند و مشغول گریه هستند؛ «و روی این صحن ها همگی قبرهای مردم است که به جهت تیمّن بر سر راه زوار و جوار بزرگوار، جسد خود را فرش نموده، خوابیده اند و بر بالای هر قبری، قطعه سنگی نهاده نام صاحب قبر را بر آن نقش نموده اند.»

● پردهای با نخ های طلا و نقره

توصیف روضه منوره و پرده جواهری که بر بالای ضریح مطهر کشیده اند، از دیگر سطرهای جذاب سفرنامه واضح است. او می نویسد که مرقد امام رضا(ع) از طلای خالص است و بر آن پرده ای جواهر دوزی است که نخ های آن از

تصویری نادیده و نادر از سنگاب مسجد گوهرشاد

مرضیه ترابی| سنگاب قطعه سنگی یکدست و تراشیده شده به شکل طرفی بزرگ است که در گذشته آن برای نگهداری آب استفاده می کردند. دلیل این بهره برداری، بهداشت بودن سنگاب ها و قابلیت آن ها برای حفظ کیفیت آب نسبت به موارد مشابه بود. در حرم رضوی، استفاده از سنگاب پیشینه ای طولانی دارد. قدیمی ترین سنگاب حفظ شده در حرم مطهر امام رضا(ع)، امروزه با نام «سنگاب خوارزمشاهی» در ورودی موزه مرکزی آستان قدس رضوی نگهداری می شود و میراث مهم تاریخی مربوط به دوره پیش از حمله مغول است. از دیگر سنگاب های شناخته شده و موجود حرم، می توان به سنگاب سقاخانه اسماعیل طلائی (دوره افشاریه) و سنگاب سقاخانه صحن نو (دوره قاجاریه) اشاره کرد. وجود دو سنگاب اخیر در حرم رضوی و کیفیت نصب و نگهداری آن ها، این ذهنیت را ایجاد می کند که اصولا باید بر فراز این ابزارهای نگهداری آب، به دنبال سازه های کلاه فرنگی مجلل باشیم. اما انتشار تصاویر جدید الیوم های کاخ موزه گلستان، این ذهنیت را تا حدود زیادی بر طرف کرد. در یکی از این عکس ها که در الیوم شماره ۱۴۲۹ نگهداری می شود و امروز سوژه مطلب پیش روی شماست، سنگابی نصب شده در ضلع جنوبی مسجد گوهرشاد مشاهده می شود و بر فراز آن سایبانی -احتمالا از جنس کرباس- قرار داده اند. عکس مذکور که حاصل طبع هنری عبد... قاجار است، نشان می دهد که



سنگاب در گوشه صفه مسجد پیرزن در صحن مسجد گوهرشاد پیداست

طلا و نقره است. واضح حتی ارزش ریالی این پرده را هم می پرسد و می گوید که «قیمت آن را ۷ هزار تومان گفته اند.» او در ادامه نیز دیگر اشیای بالای ضریح را که گویا برای عموم رؤیت پذیر بوده است، این طور توضیح می دهد: «قرانی بسیار مزین و مکتوب به خط خوب بر بالای سر ایشان [[بر بالای ضریح]] نهاده ۷ هزار تومان، شمشیری مرصع به جواهر، قیمت آن نیز ۷ هزار تومان.»

● ۷ مټفټرک در داخل ضریح

واضح در داخل ضریح نیز هفت کفن را که روی آن ها عبارت قرآن نقش خورده است، می بیند و می گوید که «هرسال، نوروز، این کفن ها را که برای تبرک و تیمن بر روی قبر مبارک حضرت رضا(ع) گذاشته اند برداشته و برای شاه ایران می فرستند تا در صورت فوت نزدیکان درباری استفاده شود.» البته خادمان آستانه، این هفت کفن را زیر صندوقی که روی سنگ مطهر امام قرار داشته است، می گذاشته اند که هر سال، دوباره جایگزین کفن های قبلی می شده و این کفن های جایگزین شده در صورت عدم نیاز تا سال بعد در ضریح می مانده است. ضریح در سفرنامه واضح نیز چنین بوده است؛ «و از بیرون این قبر، صندوقی دیگر از فولاد جوهردار مرصع به جواهر وضع نموده اند و به جهت حفظ جواهر مذکوره، روی آن را به برنج اندوده اند و از بیرون این صندوق نیز پنجره ای از نقره است.»



۴شنبه
۳ مرداد ۱۴۰۳
۱۸ خرداد ۱۴۴۴
شماره ۲۲۰

۱۵



تاریخ و هویت

تاریخ
حرم

معمای نخستین ورود

امام رضا(ع) به سناباد



محلۀ نوغان. نمایی از سمت حرم مطهر رضوی دهه ۵۰ قرن ۱۴ خورشیدی

ترابی| در بررسی های تاریخی مربوط به ورود امام رضا(ع) به اراضی سناباد، عموما توجه بر واقعه شهادت آن حضرت تمرکز دارد؛ به این معنا که ما معمولا عادت داریم موضوع ورود امام رضا(ع) به شهادتگاهشان را به عنوان روایت اصلی ورود امام(ع) به این منطقه فرض کنیم و به دیگر شواهد تاریخی توجهی نداشته باشیم. این در حالی است که طبق گزارش های موجود، امام رضا(ع) دو بار به این منطقه وارد شدند؛ یک بار هنگام عزیمت به مرو و بار دوم هنگام خروج مامون از مرو و ورود وی به کاخ خمید بن قحطبه طائی که نهایتا به شهادت جان سوز ثامن الحجج(ع) انجامید. در این نوشتار مختصر قصد داریم شواهد مربوط به نخستین ورود امام رضا(ع) را به منطقه ای که امروزه مشهد نامیده می شود، بررسی کنیم.

● گزارش تاریخی شیخ صدوق

احتمالا قدیمی ترین گزارش مربوط به ورود نخست امام رضا(ع) به منطقه نوغان و اقامت موقتی آن حضرت در این حدود را شیخ صدوق، محدث نامدار جهان تشیع، در کتاب مشهور «عیون اخبار الرضا(ع)» نقل کرده است.

شیخ در فصول آخر کتاب و ذیل باب «خروج الرضا(ع) من نيسابور الی طوس و منها الی مرو» به اقامت کوتاه امام در این منطقه اشاره می کند و به نقل از «عبد السلام بن صالح هروی»، مشهور به اباصلت هروی، می نویسد: «چون [[امام رضا(ع)] به سناباد وارد شد، تکیه به کوهی که امروزه از آن دیگ سنگی می سازند کرد و گفت: خداوند! این کوه را آن طور قرار ده که از آن نفع برند و برکت ده آنچه در آن می پندند و آنچه از آن می سازند.»

سیس دستور داد که برای حضرت از سنگ آن کوه چند دیگ ساختند و می فرمود، در ظرف دیگری برای من چیزی نپزید مگر در همین ظرف های سنگی.» (*) روایت کتاب عیون اخبار الرضا(ع) درباره ورود نخست آن حضرت به منطقه سناباد، به همین گزارش محدود نمی شود. اباصلت در ادامه روایت خود، تأکید می کند که امام رضا(ع) «دَخَلَ دَارَ خُمَيْدِ بْنِ قُحْطَبَةَ الطَّائِي» [[وارد خانه حمید بن قحطبه طائی شد]]؛ جایی که حدود هفت سال پیش از آن، در سال ۱۹۳ قمری، هارون عباسی درگذشته و مدفون شده بود.

اباصلت می گوید: «[[امام(ع)] با دست مبارکش بر کنار قبر هارون خطی کشید و فرمود: این مکان محل قبر من است و در اینجا دفن خواهم شد و خداوند این مکان را محل زیارتگاه و آمد و شد شیعیان من و دوستانم قرار خواهد داد. به خدا سوگند زائری مرا زیارت نکند و سلام دهنده ای بر من سلام نفرستد جز آنکه آمزش و رحمت خداوند به شفاعت ما اهل بیت(ع) نصیب او گردد.»

● بررسی گزارش

هدف ما بیان این روایت ویژه، بررسی سندیت حدیث یا محتوای آن نیست، بلکه قصد داریم به استناد گزارشی تنظیم شده در حدود سال ۳۵۲ قمری، یعنی قریب به ۱۵۰ سال بعد از واقعه شهادت امام رضا(ع) درباره ماجرای نخستین ورود امام به سناباد و شهادتگاهشان، به دیدگاهی مستند و تاریخی در این باره دست باییم. گزارش دادن ماجرای این ورود و شهرت آن ۱۵۰ سال بعد از شهادت امام رضا(ع)، گواه آن است که شیعیان و احتمالا مردم ساکن سناباد و نوغان، به چنین ورودی باور داشته اند.

در محتوای گزارش، برخلاف برخی گزارش های دیگر – مثلا دیدار خُمَید بن قحطبه با امام رضا(ع) که به دلیل مرگ خُمَید، سال ها قبل از ورود امام به سناباد، چندان محل اعتماد نیست – تضاد های تاریخی به چشم نمی خورد. خانه خُمید محل دفن هارون بود و طبق نظر برخی پژوهشگران، احتمالا اصل بنا، محل استقرار «کنارنگ» (فرمانروای محلی) توس در دوره ساسانی بوده است. این ادعا البته نیازمند بررسی دقیق تری است، به هر حال در سال ۱۹۳ قمری، هارون عباسی که برای سرکوب برخی قیام ها در خراسان، راهی این خطه شده بود، به شدت بیمار شد و مرگ در سناباد، در ۴۷ سالگی، به سراغ وی آمد. او را -ظاهرا طبق وصیتش- در سرداب کاخ حمید بن قحطبه دفن کردند و این با روایت تاریخی ورود امام رضا(ع) به مکان دفن هارون، مغایرت و تقابلی ندارد.

از سوی دیگر در گزارش اباصلت هروی، به ماجرای دیگ های سنگی اشاره شده است؛ محصولی که فروش بسیار خوبی در نوغان داشت و ظاهرا حتی پیش از ورود اسلام به این منطقه نیز، ساخته و عرضه می شد. طبق گزارش اباصلت، امام استفاده از این ظروف را که امروزه در مشهد با عنوان «هرکره» (هرکاره) شهرت دارد، سفارش فرمودند و خودشان نیز در آن ها غذا تناول می کردند. با این حال انطباق کوه مورد اشاره در روایت با کوهسنگی مشهور مشهد، نیازمند اسناد و شواهد بیشتری است.

گفتیم که استفاده از این ظروف در محدوده توس قدیم عمومیت داشته است و در نوغان سنگ تراشان خبره ای به این کار اشتغال داشته اند.

پی نوشت:

* ترجمه فرازهایی از کتاب شریف عیون اخبار الرضا(ع) از متن ترجمه جلد دوم این کتاب به قلم علی اکبر غفاری و حمیدرضا مستفید گرفته شده است.



