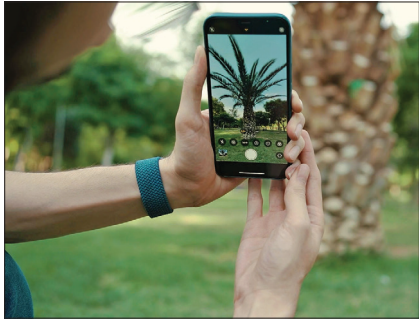


هر هفته یک مهارت

چگونه در سفر عکس متفاوت بگیریم؟

همان قدر که تماشای دیدنی‌های سفر لذت دارد، ورق زدن آلبومی از عکس‌های مسافرت هم می‌تواند یاد آور خاطرات خوب و تکرار کننده لذت آن باشد. عمر سفر کوتاه است و چیزی که بعد از یک سفر دلچسب باقی می‌ماند، خاطرات آن هستند. عکس‌ها مهم‌ترین ابزار برای ماندگار کردن خاطرات هستند و چه بهتر که یادگیری مهارت عکاسی، یادگیری‌های بهتری از سفرتان برجا بگذارد. برای اینکه عکس‌های خوبی در سفر بگیرید، لازم نیست حتما دوره‌های عکاسی را گذرانده باشید یا دوربین حرفه‌ای همراهتان باشد، با رعایت کردن بعضی نکات می‌توانید با یک دوربین معمولی یا حتی گوشی موبایل، عکس‌های خوب و باکیفیت بگیرید.



دوربین عکاسی باشد یا گوشی موبایل فرقی نمی‌کند. بنا هر وسیله‌ای که عکس می‌گیرید، سعی کنید قبلاً تنظیمات مختلف آن را امتحان کنید و با گزینه‌های متنوع آن آشنا شوید. منوهای دوربین را مرور کنید و با مفاهیمی مثل نوردهی، سرعت شاتر، دیافراگم و فرمت فایل آشنا باشید. شناخت ویژگی‌های دوربین با امکانات مختلف گوشی موبایل می‌تواند در ثبت عکس‌های متفاوت به شما کمک کند.

عکاس‌ها به تیربینی و داشتن نگاه هنری معروفند. اگر قصد دارید از مناظر و دیدنی‌های سفر عکاسی کنید، داشتن نگاه متفاوت و ویژه به سوزها تمرین کنید. قبل از شما مسافران زیادی از همان منظره عکس گرفته‌اند اما تفاوت هر عکس، به متفاوت بودن زاویه نگاه افراد بستگی دارد. خلاقیت داشته باشید و مناظر را از قاب نگاه شخصی خود ببینید. از لحظه‌ای که به ثبت سفر از خانه خارج می‌شوید، می‌توانید عکاسی را آغاز کنید. برای یادکردن سوزها با دقت به اطراف خود نگاه کنید. اگر پیش از سفر، مطالعه‌ای درباره مقصد داشته باشید، سوزهای عکاسی را بهتر پیدا خواهید کرد و در زمان‌تان هم صرفه‌جویی می‌شود. سوزهای می‌توانند مناظر طبیعی، بناها و معماری خاص، غذاهای محلی، فرهنگ و آداب و رسوم، پوشش مردم محلی و صنایع دستی آنجا باشد.

حتما شما هم دوست دارید عکس‌هایتان در مقایسه با دیگران متفاوت و غیر تکراری باشد. اگر دوست دارید عکس‌هایی از خودتان یا همسفران در طبیعت بگیرید، بد نیست چرخه در اینترنت بزبند و ژست‌های مناسب عکاسی را ببینید تا عکس‌هایتان تکراری و کلیشه‌ای از آب در نیاید. البته حواستان باشد رفته‌اید مسافر که لذت ببرید، نه اینکه تمام مدت مشغول عکس گرفتن باشید! حواستان به ثبت خاطرات باشد اما در عکس گرفتن افراط نکنید. اگر هدفتان از سفر، فقط گرفتن عکس نبوده، خودتان را از لذت سفر محروم و البته همسفران‌تان را با عکس گرفتن افراطی کلافه نکنید.

تکنولوژی مدام در حال پیشرفت است. اگر می‌خواهید از تمام قابلیت‌های دوربین موبایل‌تان در عکاسی با موبایل در سفر بهره ببرید، برنامه پیش‌فرض نصب شده روی خود گوشی را نادیده بگیرید و از یکی از برنامه‌های مخصوص عکاسی با موبایل که کم تعداد هم نیستند استفاده کنید. برای اینکه چیزهای بیشتری درباره عکاسی یاد بگیرید، ویدئوهای آموزشی ببینید. تعداد زیادی از این ویدئوها در فضای مجازی وجود دارد که می‌تواند به شما ایده‌ها و نکات جدید یاد دهد.

شاید باورتان نشود اما یکی از مهم‌ترین نکاتی که برای داشتن عکس‌های باکیفیت باید رعایت کنید این است که لنز دوربین خود را تمیز کنید! بلکه همین نکته ساده می‌تواند سرنوشت کیفیت عکس‌هایی را که می‌گیرید عوض کند. با یک لنز کثیف، حاصل زحمات‌تان تعدادی عکس تار و کدر می‌شود که مجبورید آنها را از حافظه دوربین‌تان حذف کنید.

البته که لازم نیست تجهیزات کامل عکاسی داشته باشید اما داشتن ابزارهای جانبی کمک می‌کند عکس‌های بهتری بگیرید. اگر سه پایه همراه داشته باشید، عکاسی از سوزهای خاص یا موقع تاریکی هوا راحت‌تر می‌شود. یکی دیگر از ابزارهای ضروری، شارژر و باتری است تا تمام شدن باتری دوربین، شما را از ثبت خاطرات جا نگذارد.

هر چند شما عکاس حرفه‌ای نیستید اما عجله نکنید و با گرفتن عکس‌های پشت سر هم، دقت را فدای سرعت نکنید. کادربندی، تنظیم نور و دقت به زاویه عکاسی وقتی عجله دارید فراموش می‌شود و در نهایت عکس‌هایی تکراری، با کادری نامناسب و بی‌کیفیت ثبت می‌شوند.

نور مهم‌ترین عنصر عکاسی است و نور گرم صبحگاهی تصاویر شگفت‌انگیزی را خلق می‌کند پس سعی کنید در سفر زود بیدار شوید

سرگرمی

حکایت سر به فلک کشیده‌ها

روایت ساخت نخستین سازه‌های مسکونی بلندمرتبه پایتخت که خواندنش تازگی دارد

یک گونی پول برای بالاترین طبقه

وقتی بلوار کشاورز فعلی که آن زمان بلوار الزیبات نام داشت، ساخته شده، مردم بیشتری هم به این مسیر هزار و ۷۰۰ متری تردد داشتند. تا آن زمان ساختمان‌های زیادی در جنوب میدان وجود داشت اما اواخر دهه ۴۰، عبدالعزیز فرمانفرمایان از معماران شهر تصمیم به ساخت بنایی متفاوت در این محدوده از تهران گرفت. به همین دلیل سال ۱۳۴۸ رهگذران حفاری وسیعی را در ضلع شمال این خیابان شاهد بودند؛ جایی که هر چه می‌گذشت به تعداد طبقه‌هایش اضافه و هر ۱۰ روز یک طبقه آن ساخته می‌شد. کمی که گذشت مردم به جای یک برج، ۲ ساختمان بلندمرتبه دیدند و از همان زمان نامش را «دوقلوهای الزیبات» گذاشتند؛ دوقلوهایی که هر چه بالاتر می‌رفت، اطرافش شلوغ‌تر می‌شد و از دانشجویان تا استادان اطرافش در تردد بودند. سرانجام ۲۱۰ روز پس از شروع فعالیت، سال ۱۳۴۹ برج ۷۲ متری با ۲۲ طبقه تکمیل شد. روز افتتاحیه مردم بسیاری برای تماشای برج‌های دوقلو رفته و خیلی‌ها مشتاق بودند تا در یکی از خانه‌ها ساکن شوند. چون شنیده بودند که از واحد ۴۰ تا ۲۰۰ متری دارد و ملک‌های با وسعت بالا حتی با یک کارگر و اتاق جداگانه و دوش طراحی شده است. در خاطرات برخی از معماران و کارگران اینجانب آمده‌مردی با یک گونی پول آمده بود و می‌گفت: ما بالاترین طبقه را می‌خواهیم و به این موضوع اصرار داشت اما وقتی به بالاترین نقطه رفت، ترسید. ساختمان‌های دوقلو بعدها به دلیل موقعیتش طرفداران زیادی پیدا کرد و این روزها به برج‌های دوقلوی سلمان معروف است که از پارکینگ ۳ طبقه مسکونی‌اش در دوران جنگ تحمیلی، به جای پناهگاه هم استفاده می‌شد.



از راه دور آمدم



«هنوز کامل نشده بودند و جرئیل‌ها مدام رویشان می‌چرخیدند، اما در جنوبی‌ترین نقطه تهران هم که بودید، سه آسمانخراش می‌دیدید که هر روز بیشتر به سمت آسمان می‌رفتند و کوه پشتش کم می‌شد... این روایت مردمی است که دهه ۴۰ها وجود شروع برج‌سازی‌ها در پایتخت، هنوز تماشای چگونگی ساخت بلندمرتبه‌ها برایشان جذاب بود و حتی از همان فاصله‌های دور می‌ایستادند و عکس می‌گرفتند. نمونه‌اش هم عکسی است که در دهه ۵۰ها ساخت مجموعه اسکان ثبت شده است. این مجموعه که به ساختمان‌های سه‌گانه معروف است و از ۴ طبقه تجاری همگن‌تر زمین ۲۲ طبقه مسکونی روی آن تشکیل می‌شود و عنوان اولیه سازه‌های بلندمرتبه پایتخت را به خود گرفته است. در واقع مجموعه اسکان بین سال‌های ۱۳۵۱ تا ۱۳۵۶ ساخته شده تا دهه ۷۰ مشهورترین برج بلند تهران بود چون در این برج برای تمام واحدها پارک در نظر گرفته شده و در فضای داخلی پلان سالن‌ها همگی یکسان بودند. همچنین مردم شنیده بودند که همه واحدهای برج اسکان یک اتاق مجزا در فضای ورودی دارند که به‌عنوان اتاق مهمان یا اتاق مطالعه و کار با اتاق دستمکار قابل استفاده است.

سه قلوه‌های افسانه‌ای



هنگام شروع ساختش نه بزرگراهی بود و نه خیابانی. اما تا چشم کار می‌کرد زمین خاکی بود. حتی بعد از تکمیل و روزی که ۳ برج ۲۳ طبقه کنار هم قد علم کردند، در عکس هوایی خبری از سازه‌های نیست. اما این روزها اطراف برج‌های «آ.اس.پ» شلوغ است. ساخت این مجموعه به دهه ۴۰ برمی‌گردد. سال ۱۳۴۴ شرکت ساختمانی نسبی کمپانی و شرکا زمین این مجموعه را که در آن زمان زمین کشاورزی بود، برای ساخت مجتمعی از صد کمپانی، حسین علیزاده کاغذچی و اکرم الملوک حاجی معتمد خریدند. سهامداران اصلی این شرکت افرادی با ناهای اسدی، سلطانی و پناهی بودند. آنها با انتخاب حرف اول نام خانوادگی لاتین خودشان نام شرکت و بعد برج‌ها را «آ.اس.پ.» گذاشتند که هر کدام به یکی تعلق داشت. سال ۱۳۴۸ شرکت «آ.اس.پ.» که در آن زمان برای ساخت این مجتمع تأسیس شده بود، به‌عنوان پیمانکار، ساخت این مجتمع را به همراه مهندسان معمار شروع کرد و در نهایت در دوره‌ای که تهران به سمت مدرن شدن پیش می‌رفت، برج (A) با نام آسمان در ۸۹ واحد؛ برج (S) با نام سیمرغ در ۱۶۸ واحد؛ و برج (P) با نام پرند در ۱۲۲ واحد شکل گرفتند.

حرم حضرت احمدین موسی الکاظم سومین قطب مذهبی کشورمان است

چراغ آسمان فارس

حرم برادر امام نوف

حضرت سیدامیر احمد(ع) که با نام شاهچراغ(ع) شناخته می‌شود، پسر ارشد امام موسی کاظم(ع) و برادر امام رضا(ع) است که بعد از شهادت امام هفتم(ع)، مردم مدینه با این تصور که پسر ارشد آن حضرت جانشین پدرش می‌شود، به در خانه امام‌احمد (مادر شاهچراغ) و به اتفاق سیدمیر احمد به مسجد رفتند تا با او پیمان ببندند. اما سیدالسادات به آنها اعلام کرد که بعد از پدرم، علی بن موسی(ع) ولی خداست و همه ما باید از او بیروی کنیم. او در مسیر پیوستن به برادرش به دستور مأمون و توسط قتلخ خان در شهر شیراز به

میراث اتابکان

تاریخچه بنای حرم حضرت شاهچراغ(ع) را به دوران عضدالدوله دیلمی از سلاطین آل بویه نسبت می‌دهند که به حدود سال‌های ۳۲۸ تا ۳۴۸ هجری شمسی برمی‌گردد. در دوران حکومت این شاه، محل دفن آن حضرت تنها یک تل خاک بود. بنای شاهچراغ در قرن ششم هجری قمری و در دوره اتابکان فارس ساخته شد. این بنا در سال ۷۴۵ هجری قمری توسط ملکه تاشی خاتون، حاکم فارس، مرمت و بازسازی شد. در سال ۹۱۲ هجری قمری، نیز شاه اسماعیل صفوی این مقبره را بازسازی کرد، اما تقریباً ۸۵ سال بعد، وقوع یک

قطب گردشگری شیراز

حرم شاهچراغ(ع)، قطب گردشگری مذهبی شیراز و استان فارس است. این بارگاه هر سال مقصد گردشگران پر تعدادی است که از دورترین شهرهای ایران، خودشان را به شیراز می‌رسانند، به همین دلیل هم از حرم شاهچراغ(ع) به‌عنوان سومین مکان مذهبی پر بازدید کشورمان یاد می‌شود. در این سال‌ها صحن حرم شاهچراغ(ع) و وسعت یافته و بخش‌های جانبی دیگری به این زیارت‌گاه اضافه شده تا امکانات متنوعی در اختیار گردشگران باشد. یکی از این بخش‌ها، موزه شاهچراغ(ع) است که در ساختمانی ۲ طبقه به

وسعت هزار و ۷۰۰ مترمربع در ضلع جنوبی حرم قرار دارد. در این موزه بیش از ۸ هزار اشیای تاریخی و با ارزش وجود دارد که مربوط به دوره‌های مختلف است. بسیاری از این اشیاء قدمت تاریخی دارند و گرانبها هستند. کتابخانه این حرم هم جزو منابع مطالعاتی غنی و مجهز کشور است.

همیشه‌ری

ترفندهای سفر

اینطور به دل طبیعت بزنیم؟

هوای بهاری و سرسبزی طبیعت، جان می‌دهد برای اینکه به جای اقامت در هتل و ویلا، شکل دیگری از سفر را تجربه کنید، چادر زدن در دل طبیعت. اگر اهل سفر به طبیعت باشید، حتماً تا به حال و سوسه شده‌اید که یک شب در دل طبیعت چادر بزنید. چادر زدن در طبیعت، یکی از روش‌های محبوب برای گردشگران است که هم تجربه شیرینی را رقم می‌زند، هم کم‌هزینه است. اما همه چیز به این راحتی هم نیست. چادر زدن در مسافرت ترندها و نکاتی دارد که اگر رعایت نکنید، دچار چالش می‌شوید. به شوق بیدار شدن با زیباترین مناظر طبیعی و خنکای دلچسب اول صبح، این ترندها را یاد بگیرید.



قبل از هر چیز باید با انواع چادرهای مسافرتی آشنا شوید تا بتوانید چادر مناسب خودتان را انتخاب کنید. چادر در انواع مختلف و برای کاربری‌های متفاوتی تولید شده و مورد استفاده قرار می‌گیرند. بعضی چادرها برای کوهنوردی، دیوارنوردی و صعودهای بلند در ارتفاعات پوشیده از برف طراحی و ساخته شده‌اند و از نوع تخصصی هستند. چادرهایی که در تعطیلات تابستان و نوروز و آخر هفته‌ها در کنار سواحل و حاشیه جنگل به چشم می‌آید، فتری هستند که معمولاً وزن بالایی دارند اما کار با آنها راحت است. باز کردن و جمع کردن این چادرها وقت کمی می‌برد و حمل‌ونقل آنها هم آسان است.

انتخاب چادر مناسب، به عوامل مختلفی بستگی دارد اما در نظر گرفتن آب و هوا و شرایط جوی محل مورد نظر، مهم‌ترین نکته‌ای است که باید در نظر بگیرید. اگر قصد دارید در طبیعت چادر بزنید باید چادر خود را متناسب با اقلیم منطقه انتخاب کنید، اما در هر صورت همراه داشتن یک چادر ضد آب با پوشش اضافه برای چادر محتاطانه‌تر است. ابعاد و وزن چادرهای مسافرتی هم تنوع دارد. انتخاب نوع چادر بستگی دارد به مکانی که قرار است از چادر خود استفاده کنید. مثلاً چادر مسافرتی خانوادگی با چادر مسافرتی کوهستانی متفاوت است.

بعد از اینکه چادر مورد نظر خود را تهیه کردید، باید بدانید که نمی‌توانید هر کجا دلخواهتان بود آن را برپا کنید! انتخاب محل مناسب برای چادر زدن هم اهمیت دارد. برای استقرار چادر سطحی صاف و بدون سنگریزه و خار را انتخاب کنید تا هم از پاره شدن چادر جلوگیری کنید و هم خواب راحت‌تری داشته باشید. شب محل استقرار چادر بهتر است بیشتر از ۱۰ درجه نباشد. اگر هوا ابری بود و احتمال بارندگی وجود داشت، حتماً قبل از خواب، دور چادر را شیار باریکی حفر کنید تا آب را به سمت دیگری هدایت کنید.

برای اینکه دچار حوادث ناخواسته نشوید، چادر را کمی دورتر از آتش مستقر کنید. جنس پارچه چادر بسیار قابل اشتعال است و امکان آتش‌سوزی در اثر وزش باد وجود دارد. پلی‌استر، پلیمر و برزنت، موادی هستند که در ساخت چادرها به کار می‌روند و اشتعال‌پذیری چادرها را به شدت افزایش می‌دهند.

امنیت محل برپایی چادر را در نظر بگیرید. در حریم رودخانه‌ها و هر جایی که خطر سنبل وجود دارد، نمی‌توانید چادر خود را برپا کنید. برای چادر زدن از محل‌های مجاز برای کمپ‌زدن استفاده کنید تا هم امنیت بیشتری داشته باشید و هم به زیستگاه حیوانات و پوشش گیاهی منطقه آسیب نزنید.

از باترجه‌های طبیعت‌گردی مشورت بگیرید تا بدانید چه فضایی برای چادر زدن مناسب‌تر است. اگر گروهی سفر می‌کنید، چادرها را نزدیک به هم و به شکل دایره یا نیم‌دایره مستقر کنید تا بیشترین امکان ارتباط با یکدیگر و بیشترین میزان امنیت را داشته باشید. کمپ خود را زیر دیوارها و صخره‌ها مستقر نکنید.

هرگز اجاق گاز را در داخل چادر روشن نکنید. این کار می‌تواند هم منجر به آتش‌سوزی شود و هم خطر مرگ ناشی از خفگی را به دنبال داشته باشد.

مراقبت از چادر نیز مهم است چون باید آن را تا آخر سفر و البته برای طبیعت‌گردی‌های بعدی سالم نگه دارید. بندهای چادر را بیش از حد نکشید؛ چون این کار ممکن است باعث پاره شدن بندها و بدنه چادر شود. بندها باید در حدی کشیده شوند که چادر را در مقابل باد ثابت نگه دارند. برای چادر خود حتماً یک زیرانداز تهیه کنید. زیرانداز، چادر شما را از کثیف یا پارگی در اثر تماس با خار و سنگ حفاظت می‌کند.

گزارش

مریم باقر پور
روزنامه‌نگار

این روزها دیدن برج‌ها و ساختمان‌های بلند مرتبه در محدوده‌های مختلف شهرها چیز عجیبی نیست. اما در روزگاری که این سازه‌ها قد علم می‌کردند، مردم به تماشای‌شان می‌ایستادند و کلاه از سرشان می‌بردند و حتی سکونت در آسمانخراش‌ها با ترس و هیجان همراه بود؛ برج‌های قدیمی که ساخت هر یک روایت و حکایت جالب خودش را دارد که حالا در گوشه و کنار پایتخت به‌عنوان بخشی از هویت این شهر جا خوش کرده‌اند.

گزارش

نیلوفر ذوالفقاری
روزنامه‌نگار

در میان جاذبه‌های مذهبی کشورمان بعد از بارگاه امام هشتم(ع) در خوسان و حرم حضرت معصومه(س) در قم، حرم شاهچراغ(ع)، برادر امام رضا(ع)، برپا شد. این زیارت‌گاه معنوی، علاوه بر اینکه مقصد دل‌های مومن برای زیارت، عبادت و دعاست، از نظر تاریخی هم از زحمات و ویژگی‌های معماری منحصر به فردی دارد. در تقویم رسمی کشورمان که امروز ۵ خرداد به نام بزرگداشت حضرت احمدین موسی شاهچراغ(ع) سند خورده، عرض ارادتی داشته‌ایم به این آستان.

چرا شاهچراغ؟

در باره نام شاهچراغ روایت مشهوری وجود دارد که در کتاب «قیام سادات علوی» شرح داده شده است. تازمان امیر عضدالدوله دیلمی کسی از محل خاکسپاری حضرت احمدین موسی(ع) اطلاعی نداشت و آنچه روی قبر را پوشانده بود تل خاکی بیش به‌نظر نمی‌رسید. پیرزنی در پایین آن تل، خانه‌ای گلی داشت و در هر شب جمعه، می‌دید چراغی در نهایت روشنایی در بالای تل خاک می‌درخشد و تا طلوع صبح روشن است. چند شب جمعه مراقب بود و دید روشنایی چراغ به همین کیفیت ادامه دارد. با خود اندیشید شاید در این مکان مقبره یکی از امامزادگان یا اولیای خدا باشد، بهتر آن است که امیر عضدالدوله را آگاه کند. اما امیر و حاضران از بیانش تعجب کردند. امیر که مردی روشن ضمیر بود و باطنی پاک و خالی از غرض داشت گفت: نخستین شب جمعه شخصاً به خانه پیرزن می‌روم تا از موضوع آگاه شوم. وقتی شب جمعه رسید امیر به خانه پیرزن آمده و دور از خدم و حشم آنجا خوابید و به پیرزن گفت هر وقت چراغ روشن شد مرا بیدار کن. تلک آخر شب شد و پیرزن بر حسب معمول روشنایی پرتوی قوی‌تر از دیگر شب‌های جمعه مشاهده کرد و از شدت شغفی که به او دست داده بود بر بالین امیر عضدالدوله آمد و بی‌اختیار آرم‌تبه فریاد زد: «شاه! چراغ». از آن به بعد بود که این مزار به شاهچراغ معروف شد.

تاریخ ثبت ملی:
۲۰ خرداد ۱۳۲۱

قدت بنای شاهچراغ قرن نهم هجری قمری و در دوره اتابکان فارس ساخته شد.

شماره ثبت ملی:
۳۶۳

