روزنامه اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی

همشهری

یکشنبه ۱۷ تیر ۱۴۰۳ ■ سال سی‌ودوم ■ شماره ۹۱۴۴

جهش تولید با مشارکت مردم

■ حضرت امیر المؤمنین علی(ع):
هر که جوینده چیزی باشد، به تمام یا قسمتی از آن می‌رسد.

■ اذان ظهر: ۱۲:۰۹ ■ غروب آفتاب: ۱۹:۲۳
■ اذان مغرب: ۱۹:۴۴ ■ نیمه شب شرعی: ۲۳:۱۷
■ اذان صبح فردا: ۳:۱۱ ■ طلوع آفتاب فردا: ۴:۵۶

حافظ
سرم به دنیی و عقبی فرو نمی‌آید
تبارک الله از این فتنه‌ها که در سرِ ماست

صفحه‌آرا: علیرضا بهرامی

■ پذیرش آگهی: ۸۴۳۲۱۰۰۰
■ چاپ: همشهری
■ تلفن: ۴۸۰۷۵۰۰۰

■ توزیع و اشتراک:
موسسه نشرگستر امروز نوین
■ تلفن: ۹۱۳۰۴۱۴۲

■ دفتر مرکزی: تهران، خیابان ولیعصر (عج)، کوچه شهید سیدکمال قریشی، شماره ۱۴
■ کدپستی ۴۵۹۵۶-۱۹۶۶۶ ■ تهران، صندوق پستی ۱۹۳۹۵/۵۴۴۶
■ تلفن: ۲۳۰۲۳۰۰۰، نمابر: ۲۲۰۴۶۰۶۷

■ همشهری: www.hamshahrionline.ir
■ سایت روزنامه: newspaper.hamshahrionline.ir

صفحه آخر

■ صاحب امتیاز: مؤسسه همشهری
■ مدیر مسئول: محسن مهدیان
■ سردبیر: دانیال معمار
■ دبیر تحریریه: مهدی علیپور
■ معاونان سردبیر: شهرام فرهنگی، علی عمادی، شاهین امین، حامد فوقانی
■ مدیر فنی: حامد یزدانی
■ مدیر هنری: مهدی سلامی
■ دبیر عکس: امیر پناهپور

سیاسی و دیپلماتیک:
■ مدیر: حسین ارجلو
شهرنگار:
■ مدیر: پروانه بهرام‌نژاد
■ دبیر: مریم باقرپور
اقتصاد:
■ مدیر: محسن امین
■ دبیر: مریم موسی‌پور
تماشاگر:
■ مدیر: امیر محمد یعقوب‌پور
■ دبیر: لیلی خرسند

ایرانشهر:
■ دبیر: زهرا عباسی
تندرستی:
■ مدیر: عیسی محمدی
■ دبیر: مریم سرخوش
سرنخ:
■ مدیر: جواد عزیزی
■ دبیر: محمد جعفری
دانستنیها:
■ مدیر: ساسان شادمان
■ دبیر: زهرا خلجی
سرزمین من:
■ مدیر: محمد باریکانی

فرهنگ شهر:
■ دبیر: فهیمه طباطبایی
گزارش:
■ مدیر: مسعود میر
■ دبیر: فاطمه عسگری‌نیا
۲۴ (سینما و تلویزیون):
■ مدیر: سعید مروتی
■ دبیر: علیرضا محمودی
صفحه آخر:
■ دبیر: جواد نصرتی
طرح و گرافیک:
■ دبیر: محمدعلی حلیمی

یاحسین

قاب حسینی

تکیه ایران

حمیدرضا محمدی

پایتخت‌نشینان عصر قاجار، به‌ویژه زمانه ناصری، آیین سوگواری شهادت سرور و سالار شهیدان(ع) را با تکیه دولت تجربه کردند؛ جایی که عموما محل و مکانی برای برگزاری مجلس تعزیه بود. احداث آن که ۲۰هزار نفر گنجایش داشت و از ۳۰ کیلومتری نمایان بود، نزدیک به ۶ سال زمان برد و ساختش که دوستعلی‌خان معیرالممالک بر آن نظارت داشت، ۳۰۰ تومان خرج برداشت و از سال ۱۲۹۰ قمری، یعنی ۲۳ سال آخر سلطنت سلطان صاحبقران، میزبان عزاداران حسینی بود.
شاه قاجار در پی آن بود تا رویال آلبرت هال لندن را ایرانیزه کند و جایی بسازد برای روضه‌خوانی. تکیه دولت که در جنوب‌شرقی کاخ گلستان، جنوب غربی شمس‌العماره، شمال سبزه‌میدان، روبه‌روی مسجد شاه و در فاصله میان کاخ ابیض و عمارت الماس جای داشت، پس از مشروطه رو به افول نهاد و در دوره پهلوی اول و به‌خصوص پس از حکم ممنوعیت عزاداری در سال ۱۳۱۴، جز ویرانه‌ای از آن باقی نماند تا آن که در نیمه دهه ۲۰، برای ساختن شعبه بانک ملی در بازار تهران بقایایش از میان برداشته شد. باشکوه‌ترین نما از آن را کمال‌الملک به تصویر کشیده است؛ بنایی مدور با ایوانچه و طاق و سکو که در این عکس اواخر قاجار، پر است از چراغ و چلچراغ با دیوارهایی از پارچه‌های سیاه و مردانی در جلو و زنانی که پوشیه‌پوش در انتهای عکس ایستاده‌اند، اما عکاس آن هویدا نیست.

نقاشی مشهور کمال الملک از تکیه دولت

> پایتخت‌نشینان عصر قاجار به‌ویژه زمانه ناصری، آیین سوگواری شهادت سرور و سالار شهیدان(ع) را با تکیه دولت تجربه کردند

محرم‌نامه

محرم آمد به گذشته رفتم

حامد فوقانی

همه کارها از اول با نوحه‌خوانی انجام می‌شد؛ از همان موقع که می‌خواستیم دو تا چوب بلند را به هم پیچ کنیم و بعدش تیغه‌هایی که جنس‌شان از آلومینیوم بود، شال‌های بته‌جقه، پنجه‌ها، ۲نماد هدهد، آویزهای دیگر، پر طلاووس و دست آخر عکس شهید حمیدرضا دهقان را روی علامت نصب می‌کردیم. پسرعمویم که پسرخاله شهید دهقان می‌شد، برای اینکه تیغه‌های علامت، فولادی نبود و کمی وزن علامت را بالاتر ببرد، زیر شال‌ها و چسبیده به شاسی چوبی، چند میله سنگین را هم اضافه می‌کرد. پرچم عزای امام حسین(ع) همزمان با اینکه کار تزئینات علامت تمام می‌شد، بر سر در خانه ما و عمو برافراشته می‌شد و مادر ۲ پیراهن مشکی را برای من و پسرعمو می‌آورد تا به تن کنیم. بوی محرم در محله می‌پیچید؛ بعد از علامت، با بچه‌های محل، هیئت کوچکی مخصوص کودکان و نوجوانان برپا می‌کردیم و من به مادر یادآوری می‌کردم که «شب هفتم، ساندویچ الویه به عهده ماست. بچه‌ها خیلی دوست دارن.»
شب سوم محرم، جمعیت عزادار تکیه چیذر، جلوی در خانه بشیر جمع می‌شدند تا با نوحه‌خوانی و سینه‌زنی، علامت را از حیاط خانه آنها به صحن تکیه بیاورند. از ۳۶سال پیش که ماه محرم در تابستان بود، پاتیل‌های شربت که در روز تاسوعا و عاشورا از میدان ندا تا میدان امامزاده علی‌اکبر(ع) برقرار بودند، کاغذهای کوچک شعرهای دسته عزاداری، بوی اسپند و دم‌گرفتن اساسی یادگارهای جبهه و جنگ با میانداری حاج‌اصغر چیذری و راهنمایی مهربانانه قدیمی‌های تکیه با کوچک ترهای جمعیت سینه‌زن را خوب به یاد دارم. ظهر روز عاشورا ما (بچه‌های ۷تا ۱۲ساله) از نردبانی ۴طرفه بالا می‌رفتیم و صحنه‌های بی‌بدلیل و حزن‌انگیزی که به یاد سیدالشهدا(ع) و یاران باوفایش هنگام چرخاندن نخل عزا رقم می‌خورد را نظاره‌گر بودیم. حاج آقا روی منبر مقتل می‌خواند و به محض اینکه اسم رمز را می‌گفت، جمعیتی به صحن می‌آمد و عده‌ای زیر نخل را می‌گرفتند و همگی نوای «ای وای کشته شد حسین» سر می‌دادند. عصر روز عاشورا، چشمم به پدر یا برادر بزرگ‌تر بود که بیایند تکه سیبی را بدهند و بگویند: «این سیب نخله...» نخل تکیه چیذر در میدان امامزاده برای سکون جمعیت و عزاداری با نوحه خوانی حجت کسری و حسن میرزایی کنار در ورودی امامزاده آرام می‌گرفت و سپس طوق بالایش را به نشانه شهادت امام می‌انداختند. همزمان نذر سیب‌هایی که در چند نقطه آن قرار داده بودند، بین جمعیت تقسیم می‌شد. تصویر جلوی نخل عزاداری تکیه چیذر، حدود ۲دهه پیش به نقاشی مرحوم جهانبخش صادقی، مزین شد؛ او که نقاشی معروف عصر عاشورا اثر استاد محمود فرشچیان را با امضای خودش بازآفرینی کرد، حالا محرم دوباره از راه رسیده و نخل چیذر و نقاشی بالای آینه آن، من را به چند دهه پیش می‌برد. دیروز عکس‌هایی که از سال ۱۳۶۷ به دستم رسیده را به دقت نگاه می‌کردم و تعدادی از آشناها را می‌دیدم که دیگر در میانمان نیستند. چند فریم عکس هم از مراسم تشییع پیکر مطهر شهدای جنگ هستند که در امامزاده علی‌اکبر(ع) به خاک سپرده شده‌اند. دیروز همکاری ویدئویی از عملکرد هوش مصنوعی را به نمایش گذاشت که می‌تواند تصاویر قدیمی را به نوعی زنده و تبدیل به ویدئو کند. حتما چندتا از تصاویر مراسم محرم آن سال‌ها را با کمک این هوش مصنوعی تبدیل به ویدئو خواهم کرد.

خوش خبر

هر هیئت، آزادی یک زندانی

هر سال با آغاز ماه محرم، مسئولان ستاد دیه و گروه‌های مردمی شرایطی را فراهم می‌کنند تا اگر کسی نذری داشت یا می‌خواست کار خیری انجام بدهد، آزادی زندانیان را در اولویت قرار دهد. امسال هم ستاد دیه استان یزد پویش نذر حسینی با عنوان «هر هیئت، آزادی یک زندانی» را برای پنجمین سال متوالی در این استان اجرا می‌کند. این پویش با هدف فرهنگسازی در زمینه بخشش و گذشت با شعار «به عشق حسین(ع) می‌بخشم» و همین‌طور کمک به آزادی زندانیان جرائم غیرعمد در استان یزد از اول تا پایان ماه محرم اجرا خواهد شد. خبر خوب اینکه تاکنون بسیاری از مسئولان، مداحان، ورزشکاران و هنرمندان به این پویش پیوسته‌اند تا با همت هیئت‌های حسینی و اهالی حسینیه ایران زمینه آزادی مددجویانی را از زندان فراهم کنند که به‌دلیل جرائم غیرعمد و محکومیت‌های مالی در زندان‌های استان به‌سر می‌برند. این پویش فقط ویژه استان یزد نیست و در بسیاری از استان‌های دیگر نیز اجرا می‌شود.

اطعام و احسان حسینی

پویش ملی اطعام و احسان حسینی و پویش «به عشق حسین(ع)» از ابتدای ماه محرم آغاز شده تا خیران نذرهای خود را در قالب این پویش به‌دست نیازمندان برسانند. پویش به عشق حسین برای جذب حامیان طرح اکرام ایتام و محسنین و پویش اطعام و احسان حسینی با هدف توزیع غذای گرم میان خانواده‌های نیازمند، در ایام ماه محرم و صفر با مشارکت مراکز نیکوکاری و هیئت‌های مذهبی و مساجد در سراسر کشور اجرا می‌شود و تا پایان ماه صفر ادامه دارد. اگر مایلید در این ماه عزیز در این پویش‌ها شرکت کنید، می‌توانید با ارسال عدد یک به سرشماره ۳۰۰۰۳۳۳۳ و یا مراجعه به پایگاه اینترنتی Ekram.emdad.ir به جمع شهروندان نیکوکار بپیوندید. همچنین می‌توانید از طریق کد دستوری #۱۲* و شماره‌گیری #۸۸۷۷* و یا شماره کارت ۶۰۳۷۹۹۷۹۰۰۰۰۴۰۲۰ در این پویش‌ها مشارکت کنید.

عکس روز

آتش و گرما

آتش سوزی ها در روزهای اخیر کالیفرنیا در آمریکا را درگیر خود کرده و حالا مقامات هشدار داده اند که با ورود موج نگران کننده گرما، ممکن است شرایط در روز های پیش رو بدتر هم بشود. / عکس ها: AFP، گتی ایمیجز

خنک بمان

۴ راهکار کاربردی برای مقابله با موج گرمای تابستان

فاطمه عباسی

تابستان هنوز به چله نرسیده اما دارد همه زورش را می‌زند تا بیشترین دمای ممکن را نثارمان کند تا هر روز از ترس گرما به کولر پناه ببریم و حالتی بین گرمای طاقت‌فرسا و گرمازدگی را تجربه نکنیم. با این همه نمی‌شود ۳ماه تمام در خانه ماند و باید برای بیرون رفتن و ذوب نشدن از گرما و خنک ماندن فکری کرد. خیلی‌ها معتقدند که در چنین شرایطی باید مقدار زیادی آب بنوشیم؛ در سایه بمانیم یا یک پنکه کوچک همراهمان داشته باشیم؛ با اینکه این کارها هم مؤثر است اما ما چند مورد از بهترین روش‌های ساده و علمی خنک ماندن را به شما معرفی می‌کنیم تا به سلامت از تابستان عبور کنید.

۱ غوطه ور در آب
اغلب ما وقتی از اوج گرما وارد خانه شده و با پنکه روبه‌رو می‌شویم، اول سعی می‌کنیم صورتمان را مقابل پنکه بگیریم تا خنک شویم؛ اما به گفته دانشمندان، این سریع‌ترین راه برای کاهش دمای بدن نیست. بدون شک، نسیم خنک پنکه که به‌صورت شما می‌وزد، گیرنده‌های سرمای صورت را تحریک می‌کند و به شما احساس راحتی زیادی می‌دهد. اما در واقع، گرما را از بدن شما خارج نمی‌کند. استراتژی خنک‌کننده بهتر این است که دستان خود را به‌مدت ۱۵ تا ۲۰ دقیقه در آب سرد فرو کنید. وقتی دمای مرکزی بدن شما بالا باشد، بدن شما خون را به اندام‌هایی می‌فرستد که از قلب دور هستند (مثل دست و پا) تا گرما را از دست بدهد؛ بنابراین غوطه‌ور دست‌ها در آب سرد، حتی سریع‌تر از حمام یخ شما را خنک می‌کند.

۲ دوش آب ولرم
احتمالا بعد از ماندن در گرمای طاقت‌فرسا، نخستین چیزی که به ذهنتان می‌رسد، رفتن زیر دوش آب سرد باشد، اما جالب است بدانید که خیس کردن ناگهانی کل بدن با آب سرد، روش بسیار کندی برای خنک کردن بدن در موج گرماست. در واقع قرار دادن یک ناحیه از بدن در آب سرد خوب است، اما اگر سطح زیادی از بدن را خیس کنید، بدن شما مقدار خونی را که به پوست می‌رسد، محدود می‌کند. راز خنک شدن این است که خون را به سطح پوست برسانید و سپس گرما را به آرامی از بین ببرید. پس، از حمام یخ صرف‌نظر و به‌جای آن دوش آب ولرم را انتخاب کنید.

۳ چای و باز هم چای
شاید دیده باشید که مردم در جنوب کشور، زیر آفتاب سوزان و در دمای بالای ۵۰درجه هم مرتب چای می‌نوشند. دلیلش همان است که قدیمی‌ها گفته‌اند که نوشیدنی گرم، سریع‌تر از آب یخ آدم را خنک می‌کند. مسئله این نیست که تلاش کنیم بدن را مستقیماً خنک کنیم، بلکه مسئله فعال کردن سیستم‌هایی مانند تعریق و انتقال خون به سمت پوست است. نوشیدنی داغ همین کار را می‌کند. البته این به آن معنا نیست که فقط باید مایعات گرم بنوشید، بلکه هیدراته ماندن بدن با آب و با هر دمایی، به خنک شدن بدن از طریق تعریق و انتقال گرما از بافت‌های فعال به پوست کمک می‌کند. فقط این را بدانید که بعید است با خوردن آب یخ یخچال به سرعت دمای داخلی بدن شما پایین بیاید.

۴ آشتی با باد خنک
یکی دیگر از کارهایی که می‌تواند از گرمازدگی نجاتتان بدهد، خنک کردن بدن با باد است. این کار باعث می‌شود هوای گرم دیگر با پوست شما تماس نداشته باشد و احساس خنکی کنید. اما بهتر است برای این کار، کل بدن را در مجاورت باد کولر یا پنکه قرار دهید.

عکس خانه

اگر توی کوچه‌پس‌کوچه‌های شهر قدم بزنی و تیغ آفتاب از گرما سرت را بسوزاند و چشم بگردانی تا یک مغازه پیدا کنی تا نوشیدنی بخری و کام تشنه‌ات را تر کنی و بدنت را خنک، اما مغازه‌ای آن اطراف نباشد، ارزش کار این همشهری مان خوب می‌فهمی. خیر امواتش، خیر روح بلند اباعبدالله(ع) کاری کرده که مردم در تابستان تشنه نمانند. کاسب خیابان شهید مسافری در نقده، همیشه یک کلمن آب سرد با لیوان یک‌بار مصرف جلوی مغازه‌اش می‌گذارد تا رهگذران را سیراب کند.