

هشتگ روز

بوی پیراهن یوسف

فیلمه طباطبایی | روزنامه نگار

۱ بیست و چهارم مرداد ۱۳۶۹ مثل همه بیست و چهارم مرادهای قبل، آفتاب تیز می تابید و هوا گرم بود. کشور در دلنتگی مردان و زنان پیر و جوانی بمسر می برد که رفته بودند برای حفاظت از خاک وطن بجنگند اما برنگشته بودند؛ دلآورانی که حالا عنوانشان اسیر بود.

۲ مادران و پدران روزها را می شمردند، ۲ سال و ۲۳ روز از امضای قطعنامه و پایان جنگ می گذشت و فرزندانشان زنگ در خانه را نزنده بودند که اخبار صبح رادیو خبری خوانده به زیبایی خبر آزادی خرمشهر؛ اسرای ایرانی ۲ روز بعد یعنی ۲۶ مرداد آزاد می شوند. خبر مثل نغمه خوش بلبل ها، سارها و قناری ها در سطح شهر پیچید؛ رفتگان باز می گشتند.

۳ مرز خسروی دیگر یک مرز نبود؛ دروازه ای بود به روی آزادی، نقطه صفر انتظار بود و صدای خنده جای گلوله را گرفته بود. کاروان آزادگان با آن اتوبوس های بنز سفید معروف با خانواده های پر جمعیتی که برای استقبال آمده بودند، ترافیک بلندی در قصر شیرین ایجاد کردند؛ زیباترین ترافیک جهان که هر بیننده ای دوست داشت طولانی تر شود؛ اصلا انقدر ادامه پیدا کند که تیش را کسی نتواند ببیند.

۴ به روایت سردار حسین علایی در جلد دوم کتاب تاریخ تحلیلی جنگ ایران و عراق، ۲۹ هزار و ۱۷۰ ایرانی در جنگ با عراق به اسارت در آمده بودند که در ۷۰مرحله تبادل شدند و این جدا از ۵۷۴ اسیری بود که در زندان های عراق به شهادت رسیدند. کوچک ترین اسیر ایرانی ۹ سال و سالمندترین آنها ۹۸ سال داشت.

۵ هنوز از مرز خسروی و قصر شیرین بوی آزادی می آید؛ عطر شیرین بازگشت به خانه در اوج ناامیدی و یاس؛ بوی پیراهن بوسه هایی که به کتغان بازگشته و کوجه به کوجه این وطن را غرق در خوشحالی کردند.



برف شادی

کوهنورد زردپوش، باهایش تا بالای فوکز در برف سفید فرو می رود و این طرف، دل ما از خوشحالی خنک می شود. داستان به برفی برمی گردد که ۲ بار یکی در هفته گذشته و دیگری دیروز در قله دماوند

بارید و دل های عطش زده تهرانی ها را خوشحال کرد؛ برفی که از نظر محیط زیستی ها شاید بی موقع و نشان از تغییرات اقلیمی آب و هوا در جهان باشد اما برای ما که این روزها دچار وحشت کم آبی هستیم، هر بارشی

ولو در حد سفید کردن قله دماوند روزنه امیدی است برای زندگی؛ امیدواری از اینکه وقتی سر به سمت قله شرقی تهران می اندازیم، گنبد گیتی را با لباس سفید عروس ببینیم.

پهلوان با یک کروموزوم اضافه

درباره پهلوانان نخستین تیم پارازورخانه ای پایتخت که سندرم داون، اُتیسمی یا کم توان ذهنی هستند

گزارش

سحر جعفریان عصر | روزنامه نگار | استانی کارند:

بعضی شان با ۴۶ و یک کروموزوم و بعضی دیگر شان با چند ژن و عصب رشدی ناهنجار (سندرم داون، اتیسم، کم توان ذهنی)، همگی شان اما عادت دارند پیش از ورود به زور خانه جهان پهلوان تختی اول به سردیس سنگی پوریای ولی که سمت چپ در زور خانه جانمایی شده، سلام کنند و رخصت بطلبیند و بعد انگار که پور یای ولی بهشان بگوید «رخصت؛ پهلوان» یکی یکی داخل شوند. خودشان در پیش و همراهان (بیشتر مادر و کمتر، بقیه اعضای خانواده) در پس. سفارش های آقای مربی اغلب آویزه گوش شان است؛ به ویژه «پهلوان باید فروتن و افتاده باشه»؛ سفارشی که تا از سر همان

شیطنت ورزشکاران بارزورخانه ای وسط گود

وقت سرنوازی (نرمش و گرم کردن) است و مرشد با ریتمی کند و پابین، ضرب می گیرد. ترهنده میان گود چرخ می زند؛ «به نام نامی حیدر، شروع کن...». باستانی کاران نوجوان و جوان، پی هم روی خط مورب کف گود، گرم می گردند. سرعت شان کم است که ترهنده به صدا درمی آید: «چینب پسر...جلد باش». آنها اما نمی چنبنند و جلد نمی شوند. باهمان سرعت کم همچنان می گردند و تازه، شیطنت بعضی شان مثل حسین که اتیسم دارد گل هم می کند؛ مدام قلعه عضله بازویش را به مهرداد که نفر جلویی است نشان می دهد و می گوید: «ترس...یا تو کاری ندارم...». و بعد ریز و نخودی می خندد. ترهنده دلش به بداخلاقی نیست. پس سعی دارد طوری دیگر میاندازی کند: «هر کی بازوبند پهلوونی می خواد بره تخته شنوی خودش رو بپاره». این یعنی، مرشد باید ضرب ۴/۲ یا ۴/۴ بگیرد؛ «به این گود و میدان که دارد نشان از علی؛ بگواز دل و جان یاعلی...»

میاندازان بی مزدا مایبور

مهدی، سنن و سالش از همه اعضای تیم پارازورخانه ای بیشتر است اما حالا سر ناسازگاری گذاشته که نمی خواهد به فرمان آقای میانداز، حرکت شنرا انجام دهد: «تشنه ام...آب». سارا، صدی، مدیر گروه جهادی سسرای امید را بانیان اصلی تشکیل این تیم منحصربه فرد زورخانه ای است. مادر مهدی نیز هست و دل نگران است مبداا پسرش بهانه گیر شود. پاورچین از سکوی غرفه تماشاگران و مهمانان پایین می آید و نزدیک لبه گود، بطسری آب را تعارف مهدی می کند. خاطر ۳ سال پیش که به پیشنهاد سعید روشنی، رئیس هیأت ورزش های پهلوانی و زورخانه ای شهرری، عضوگیری تیم پارازورخانه ای از میان نوجوانان ناتوان ذهنی و علاقه مند محله ظهیر آباد آغاز شد به سرش می آید: «اگر مربیان صبور نبودند همان هفته اول که چندمشت و لگداز سر بی قراری بجهما خوردند، بی خیال می شدند.به خصوص اینکه می زد و اجرت، وقت و انرژی گذاشته اند.»

چاره باستانی کاران حساس

هنوز هم ذوق مدال طلایی را که ۲ ماه قبل در نخستین دور مسابقات پارازورخانه ای کشور در قم بر گزار شده بود، دارند؛ این از همان مدال که هر بار به تمرین می آیند و به گردن دارند، پیداست. ترهنده سراغ داوطلب برای اجرای حرکات کنده زدن، پای جنگلی (ضربدری به عقب و جلو)، میل گیری، چرخ زدن شلاقی و تک پز می گیرد. همگی شان بی درنگ دست بالا می برند و داوطلب می شوند: «من...من...آقا علیرضا به من رخصت بدید...». سخت ترین قسمت میاندازی ترهنده همین جاست؛ چون خوب می داند نوبت اول را به هر کس بدهد بقیه ناراحت و چه بسا پر خاشگر هم می شوند، پس، زود و فرز چاره می کند: «یوالله به همه تون که شیرید...نوبت اول هر حرکت، برای یک نفره...مر ترضی، بیا وسط برای چرخ». مرشد، دست به پوست سفت ضرب می کشد و ریتم سه تایی و چهار تایی می نوازد تا مرتضی وسط گود حاضر شود. مرتضی با لیخندی پهن و احتیاط شروع به چرخ زدن می کند.

به وقت کبابه کشی

مامان منو بیبن

سیدحسن لیوان های شربت پرتقال را در سینی چیده و میان مهمانان می گرداند. یکی دو نفر از مهمانان، اسکناس های چند ده هزار تومانی به سردم او می اندازند. نوبت میل گیری و کبابه کشی میثم است. یاعلی گویان و زور زنان، میلی ۱۰ کیلوپی را بالای سر می برد و فریاد می زند «مامان، منو بین...». و اشک، چشم های مادرش را که لایه لای جمعیت تماشاگران نشسته، تر می کند. صدای اذان که می آید یعنی پایان تمرین های یک روز در هفته باستانی کاران پارازورخانه ای است.

خط چشم» در خانه هنرمندان

اجرای نمایش «خط چشم» به کارگردانی نازنین سالاری فر و تهیه کنندگی سجاد افشاریان از عصر یکشنبه ۲۶ مرداد در تماشاخانه انتظامی خانه هنرمندان ایران آغاز می شود. متن «خط چشم» براساس نمایشنامه «کودک مدفون» اثر «سم شیرد» نوشته شده است.



برگزاری کارگاه قصه گویی ویژه کودکان

کارگاه «سفر به دنیای داستان ها» از ۲۸ مرداد در کتابخانه کودکان و نوجوانان کتابخانه ملی برگزار می شود. این کارگاه با محوریت قصه گویی، گفت وگو با کودکان و ایفای نقش در قالب شخصیت های داستانی و با هدف تقویت مهارت های زبانی و پرورش تخیل در فضایی تعاملی و شاد برگزار می شود.



کتاب «اعتیاد» نوشته واتسال تاکار، کتابی در حوزه روانشناسی و سلامت است که به ماهیت چندوجهی اعتیاد در افراد از نظر جسمی، روانی و اجتماعی می پردازد. به بیان نویسنده، اعتیاد صرفاً فقدان اراده نیست بلکه یک بیماری مزمن است که نیاز به درمان و حمایت همه جانبه دارد. سبک نوشتار کتاب به نحوی است که هم برای متخصصان و هم خوانندگان عمومی قابل استفاده باشد. تاکار ابتدا به مکانیسم های بیولوژیکی زمینه ساز اعتیاد می پردازد. او بحث می کند که چگونه مواد و رفتارهای خاص می توانند فرایندهای شیمیایی مغز را تغییر دهند و منجر به وابستگی شوند. موضوع فصل دوم کتاب عوامل روانشناختی اعتیاد از جمله اختلالات سلامت روان مانند افسردگی و اضطراب است. فصل سوم کتاب به تأثیرات محیطی و اجتماعی در شکل گیری اعتیاد می پردازد. تاکار بحث می کند که چگونه وضعیت خانواده، فشار همسالان و وضعیت اجتماعی-اقتصادی می تواند بر احتمال ابتلای فرد به اعتیاد تأثیر بگذارد. پس از این مباحث تاکار به معرفی و توضیح انواع اعتیاد پرداخته است. از جمله اعتیاد به مواد (به عنوان مثال، الکل و مواد مخدر) و اعتیادهای رفتاری (مانند قمار و استفاده از اینترنت). تاکار توضیح می دهد که چگونه انواع مختلف اعتیاد ویژگی های مشترک دارند و البته برخی ویژگی های منحصر به فرد خود را نیز دارند. فصول پایانی کتاب نیز به مباحثی درباره درمان و بهبود انواع مختلف اعتیاد و پیشگیری از ابتلای به آن پرداخته است. انتقادات نگاه این کتاب را با ترجمه شهاب غدیری در ۱۳۶ صفحه، به بهای ۱۲۵ هزار تومان منتشر کرده است.

جدول اعداد | ۵۱۱۴

اعداد ۱ تا ۹ را طوری در خانه های سفید قرار دهید که هر رقم در سطر ها، ستون ها و مربع های کوچک ۳ در ۳ یکبار دیده شود. پاسخ ها در ادامه آمده است.

		۴		۶	۲				
						۷		۵	
			۱					۹	
۲					۱				
			۷		۶				
			۳						
					۴			۹	
				۵					۴

سخت

۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵	۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰
۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵	۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵	۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰
۴۱	۴۲	۴۳	۴۴	۴۵	۴۶	۴۷	۴۸	۴۹	۵۰
۵۱	۵۲	۵۳	۵۴	۵۵	۵۶	۵۷	۵۸	۵۹	۶۰
۶۱	۶۲	۶۳	۶۴	۶۵	۶۶	۶۷	۶۸	۶۹	۷۰
۷۱	۷۲	۷۳	۷۴	۷۵	۷۶	۷۷	۷۸	۷۹	۸۰
۸۱	۸۲	۸۳	۸۴	۸۵	۸۶	۸۷	۸۸	۸۹	۹۰
۹۱	۹۲	۹۳	۹۴	۹۵	۹۶	۹۷	۹۸	۹۹	۱۰۰