روزنامه اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی

همشهری

شنبه ۲۲ شهریور ۱۴۰۴ ■ سال سی‌وسوم ■ شماره ۹۴۸۵

سرمایه گذاری برای تولید

■ حضرت امیر المؤمنین علی(ع):
ثروتی چون عقل و فقری چون جهل و میراثی چون ادب و پشتیبانی همچون مشورت نیست.

■ اذان ظهر: ۱۲:۰۰ ■ غروب آفتاب: ۱۸:۱۴
■ اذان مغرب: ۱۸:۳۳ ■ نیمه شب شرعی: ۲۳:۱۷
■ اذان صبح فردا: ۴:۲۱ ■ طلوع آفتاب فردا: ۵:۴۶

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

■ توزیع و اشتراک: موسسه نشر گستر امروز نوین
■ تلفن توزیع: ۶۱۹۳۳۰۰۰
■ تلفن اشتراک: ۶۱۹۳۳۱۱۴

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

حافظ
آن پیک نامور که رسید از دیار دوست
آورد حرز جان ز خط مشکبار دوست

صفحه آخر

صفحه‌آرا: علیرضا بهرامی

■ صاحب امتیاز: مؤسسه همشهری
■ مدیر مسئول: محسن مهدیان
■ سردبیر: دانیال معمار
■ دبیر تحریریه: شهرام فرهنگی
■ معاونان سردبیر: علی عمادی، شاهین امین
■ 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: حسین لطفی
■ دبیر: مریم موسی‌پور
تماشاگر:
■ مدیر: امیر محمد یعقوب‌پور
■ دبیر: لیلی خرسند
گزارش:
■ مدیر: فهیمه طباطبایی

سرزمین من:
■ مدیر: سیده زهرا عباسی
■ دبیر: زهرا رفیعی
تندرستی:
■ مدیر: جواد نصرتی
■ دبیر: مریم سرخوش
سرنخ:
■ مدیر: جواد عزیزی
■ دبیر: محمد جعفری
دانستنیها:
■ مدیر: ساسان شادمان
■ دبیر: زهرا خلجی

جامعه:
■ مدیر: مسعود میر
■ دبیر: فاطمه عسگری‌نیا
۲۴ (سینما و تلویزیون):
■ مدیر: سعید مروتی
■ دبیر: علیرضا محمودی
صفحه آخر:
■ دبیر: عیسی محمدی
سرگرمی:
■ دبیر: فرزام شیرزادی
طرح و گرافیک:
■ دبیر: محمدعلی حلیمی

■ سردبیر آنلاین: اسماعیل سلطنت‌پور
■ معاونان آنلاین: مجتبی صادقی، کامران بارنجی، حامد فوقانی
■ مدیر فضای مجازی: زهراسادات بهشتی
■ مدیر پخش زنده: امیرحسین محمددوست
■ مدیر تولید تلویزیون: الهه‌سادات بهشتی

دور دنیا

نفس نکش تا بیشتر غواصی کنی!

تابه‌حال نفس خود را حبس کرده‌اید؟ ۱۰ ثانیه... ۲۰ ثانیه.... یک دقیقه چطور؟ حالا اگر در این زمینه ادعا دارید، بد نیست کمی از رقبای خود خبردار شوید. این روزها یک غواص اهل کرواسی، رکورد حبس کردن نفس زیر آب را شکسته و توانسته ۲۹دقیقه و ۳ثانیه زیر آب بماند و نفس نکشد!

اطمینان دارم حالا دیگر در این زمینه ادعایی نخواهید داشت؛ چون به شکل طبیعی یک انسان معمولی سالم بعد از دو دقیقه زیر آب ماندن یا حبس کردن نفس، سرخ و سفید می‌شود و اگر کله‌شقی کند و به کارش ادامه دهد، حتما چشمان مبارکش سیاهی می‌رود؛ اما ویتومیر ماریچیچ با تمرین توانسته رکورد جهانی را حدود ۵ دقیقه افزایش دهد و آن را در کتاب رکوردهای گینس ثبت کند. او یک غواص آزاد است و به‌خاطر شغلش مجبور است ریه‌های خود را همیشه پر از اکسیژن کند تا اگر زیر آب بدون اکسیژن شد، بتواند به کارش ادامه دهد.

البته ویتومیر اعتراف کرده برای رسیدن به این رکورد، تمرین‌های فراوانی انجام داده. از تمرین‌های تنفس دیافراگمی گرفته تا ورزش‌های جسمی، قلبی و عروقی، تمرین‌های ذهنی و حتی مدیتیشن.

او می‌گوید: «بعد از مدتی تمرین اوضاع به خوبی پیش نمی‌رفت، به‌خصوص برای دریچه‌های دیافراگم قلبم؛ اما از نظر ذهنی می‌دانستم که تسلیم نخواهم شد.» ویتومیر پس از ثبت این رکورد به خبرنگاران گفت که در روز رکوردگیری، حبس کردن نفسش در عمق استخر ۳متری تا ۲۰ دقیقه اول سخت گذشت، اما بعد از آن همه‌چیز آسان‌تر شد، لااقل از نظر ذهنی.او در گذشته می‌توانست نفس خود را ۸ تا ۱۰ دقیقه زیر آب نگه دارد، اما علاوه بر تمرین، راه جدیدی را هم آزمایش کرده بود تا بتواند این زمان را افزایش دهد؛ او قبل از رکوردگیری، حدود ۱۰ دقیقه اکسیژن خالص تنفس کرده بود و با این کار، تا ۵ برابر سطح اکسیژن خونش افزایش یافته بود و به او کمک کرد تا بتواند برای مدت طولانی‌تری نفس خود را حبس کند. البته نکته مهم دیگر علاوه بر نفس‌نکشیدن برای غواصان زیر آب‌های عمیق نترسیدن است. یعنی یک غواص علاوه بر تمرین‌های تنفسی، باید ترس و اضطراب خود را هم مدیریت کند که البته کار سختی است.

حکایت پلاس

لطفا نخرید!

چند روز پیش، بعد از سال‌ها برای یک سفر درون‌شهری، منت مار خوش‌خط‌وخال مترو را کشیدم تا مرا از ایستگاه دروازه‌دولت به مفتح ببرد. واقعا جناب مترو هم سنگ‌تمام گذاشت و با واگن‌های خنکش روزهای تابستانی اواسط شهریور را برایم بهاری که حتی زمستانی کرد و خلاصه در نهایت امنیت و آرامش به مقصدم رساند.

اما در همان بدو ورود به ایستگاه دروازه‌دولت، بساط مردی دستفروش در پلکان‌های ورودی ایستگاه توجهم را به‌خود جلب کرد که البته در حال چیدمان بود. البته ساعت تردد من انگار زمان خلوتی مترو بود و مسیر تردد ورودی ایستگاه، هر قدر تنگ هم می‌شد، دردسری برای مسافران خسته از راه ایجاد نمی‌کرد، اما در مسیر برگشت، آن یک‌ردیف جوراب و مسواک و لیف و باتری و زیره کفش، تبدیل به ۳ردیف شده بود و مرد دستفروش هم با خوشحالی به کسب‌وکار حلال خود می‌پرداخت.

در حین بازگشت و عبور دوباره از پله‌های خروجی مترو، حجم مسافرها بیشتر شده بود و اجناس دستفروش محترم البته مسافران را به‌سختی می‌انداخت، اما بدتر از آن، خریدارانی بودند که جلوی بساط دستفروش ایستگاه دروازه‌دولت توقف می‌کردند تا چه می‌دانم، شاید جوراب‌ها را سایز بزنند یا جنس مسواک‌ها را بررسی کنند. خلاصه دستفروش و جوراب‌ها و مسواک‌ها و خریداران، معبر ورود و خروج ایستگاه مترو را چنان تنگ کرده بودند که نگو!

البته ماجرای قانونی و وظایف ارگان‌های مربوطه به‌جای خود، اما اگر چنین سد معبرهایی از نگاه مسافران آزاردهنده است، شاید بهترین کار ممکن نخریدن باشد؛ یعنی نخریدن به‌سادگی مشکل سدمعبر ورودی ایستگاه‌های متروی پایتخت را برطرف و دستفروشان عزیز را به مکان‌هایی بهتر هدایت می‌کند.

عکس: همشهری/حسین اینانلو

سینما تهران

نگاهی به مکان‌هایی که نام و خاطره سینما را در پایتخت زنده نگه داشته‌اند

فاطمه عباسی | روزنامه‌نگار | دیروز، ۲۱ شهریور، روز ملی سینما بود؛ روزی برای گرامیداشت هنری که بیش از یک قرن با رؤیاها، اشک‌ها و لبخندهای ما زیسته است. سینما تنها به پرده نقره‌ای و سالن‌های تاریک خلاصه نمی‌شود؛ روح آن در کالبد شهر نیز دمیده شده و در گوشه‌وکنار پایتخت ردپایی از خود به یادگار گذاشته است. از کوچه‌هایی که حالا نام بزرگان این هنر را بر پیشانی خود دارند تا خانه‌هایی که روزگاری محل زندگی و خلق هنری استادان سینما بوده و امروز به موزه تبدیل شده‌اند تهران میزبان میراث هنر هفتم است. در روزی که گذشت بسیاری از سینمادوستان شاید در سالن‌های سینما به تماشای فیلمی نشستند یا در جشن‌های روز سینما شرکت کردند، اما امروز می‌خواهیم سفری متفاوت را آغاز کنیم؛ سفری در خیابان‌ها و مکان‌هایی که نام و خاطره سینماگران را برای همیشه در حافظه شهر ثبت کرده‌اند. این مکان‌ها از خیابان انتظامی تا موزه سینما در باغ فردوس تنها نام یا بنایی بر نقشه نیستند؛ اینها ایستگاه‌هایی برای ادای احترام به هنرمندانی هستند که با هنرشان به زندگی ما معنا و خاطره بخشیده‌اند و حالا نامشان بر تن شهر جاودانه شده است.

۱ ستارگان بر تابلوی خیابان‌ها

شهرها حافظه دارند و خیابان‌ها و کوچه‌های تهران بخشی از این حافظه را به نام سینماگران و بازیگران بزرگ این سرزمین ثبت کرده‌اند تا یاد و نامشان در تردد روزمره شهروندان زنده بماند.

در سال ۱۴۰۱، کوچه‌ای در قلب شهر، حد فاصل خیابان فلسطین جنوبی و برادران مظفر به نام زنده‌یاد خسرو شکیبایی، صاحب صدای ماندگار سینما ثبت شد. پیش از آن در سال ۱۳۹۸، در تهران ۳خیابان مهم به نام ۳بازیگر سرشناس مزین شد: خیابانی در ابتدای مقدس اردبیلی به نام استاد جمشید مشایخی، خیابانی در نزدیکی نیاوران به نام آقای بازیگر، استاد عزت‌الله انتظامی و خیابانی در سعادت‌آباد به نام استاد محمدعلی کشاورز. در سال ۱۳۹۹ نیز خیابان معارف در منطقه ۲ به نام زنده‌یاد داوود رشیدی مزین و سردیس او در آنجا نصب شد. همچنین خیابان نیلوفر به نام استاد علی نصیریان، خیابان برنا در پارک هنرمندان به نام بانوی هنرمند، جمیله شیخی، خیابانی در منطقه تجریش به نام کارگردان شهیر، عباس کیارستمی، کوچه‌ای به نام منتقد و تهیه‌کننده فقید، علی معلم و خیابانی به نام استاد تئاتر و سینما، حمید سمندریان مزین شده است.

۲ میراث آقای بازیگر

در میان تمام خانه‌های اهالی سینما تنها یک خانه است که درهایش به روی مردم باز است تا میراث صاحب‌نامش را به نمایش بگذارد: خانه-موزه استاد عزت‌الله انتظامی. این خانه که در خیابان اندرزگو واقع شده، محل زندگی آقای بازیگر از میانسالی تا سال‌های پایانی عمر پربارش بود. استاد انتظامی در زمان حیات خود این ملک را به شهرداری تهران واگذار کرد تا پس از او به مرکزی فرهنگی برای فعالیت‌های هنری و موزه‌ای برای نمایش یادگارهای شخصی و هنری‌اش تبدیل شود. امروز این خانه آجری زیبا نه تنها میزبان وسایل شخصی، اسناد، عکس‌ها و جوایز این هنرمند بزرگ است، بلکه با داشتن یک سالن تئاتر کوچک به پاتوقی برای هنرمندان جوان و اجرای نمایش‌های تجربی تبدیل شده است. خانه-موزه انتظامی نمونه‌ای درخشان از پیوند عمیق یک هنرمند با مردم و فرهنگ جامعه‌اش است.

۳ گنجینه هنر هفتم

وقتی صحبت از تاریخ سینما در ایران می‌شود، هیچ مکانی بهتر از موزه سینما در باغ فردوس نمی‌تواند این قصه صد و چندساله را روایت کند. این موزه که در یکی از زیباترین باغ‌ها و عمارت‌های قاجاری تهران قرار گرفته، گنجینه‌ای بی‌نظیر از تاریخ، تجهیزات، افتخارات و خاطرات سینمای ایران است. بازدیدکنندگان در این موزه سفری تاریخی را آغاز می‌کنند؛ از نخستین تجهیزات فیلمبرداری و نمایش فیلم در ایران، مانند دستگاه سینماتوگراف تا پوسترها، عکس‌های پشت صحنه، فیلمنامه‌ها و جوایز بین‌المللی سینماگران ایرانی در این موزه قرار دارد. هر تالار از این موزه به دوره‌ای خاص یا بخشی از فرایند تولید فیلم اختصاص دارد و ویترین‌های آن پر از یادگارهایی از فیلم‌های خاطره‌انگیز و ستارگان محبوب سینماست. موزه سینما فقط مکانی برای تماشا نیست، بلکه فضایی زنده با سالن‌های سینمای فعال است که گذشته و حال سینما را در کنار هم به مخاطب عرضه می‌کند.

۴ کارخانه رؤیاسازی

شهرک سینمایی و تلویزیونی ایران که با نام شهرک سینمایی غزالی شناخته می‌شود، کارخانه بزرگ رؤیاسازی سینما و تلویزیون ایران است. این شهرک عظیم در سال ۱۳۵۸ به همت کارگردان فقید، علی حاتمی برای ساخت سریال «هزاردستان» بنا شد و از آن زمان تاکنون لوکیشن اصلی بسیاری از فیلم‌ها و سریال‌های تاریخی و معاصر بوده است. قدم زدن در این شهرک مانند سفر در زمان است، از خیابان لاله‌زار و گراند هتل تهران قدیم گرفته تا میدان بهارستان و دکورهای شهر کوفه که برای سریال «امام علی(ع)» ساخته شد. هر دکور و هر بنای این شهرک داستانی از یک اثر سینمایی یا تلویزیونی را در خود پنهان کرده است. شهرک غزالی تنها یک لوکیشن فیلمبرداری نیست، بلکه یک میراث فرهنگی زنده است که بخش مهمی از حافظه تصویری ملت ایران در آن شکل گرفته و همچنان به تولید خاطرات جدید برای نسل‌های آینده ادامه می‌دهد.

نگاه

مد عجیب ۱۳۰۰ یورویی

در دنیای پر زرق و برق و اغلب عجیب مد، گاهی مرز بین خلاقیت و پوچی آن‌قدر باریک می‌شود که تشخیص آن برای مخاطب عام تقریبا غیرممکن است. به‌تازگی، یکی از برندهای مطرح و لوکس جهانی که به طراحی‌های آوانگارد و گاه جنجالی‌اش شهرت دارد، از جدیدترین محصول خود رونمایی کرده است: کیفی که در نگاه اول تفاوتی با کیسه پلاستیکی معمولی، از همان‌ها که برای دور ریختن زباله استفاده می‌شود، ندارد. اما تفاوت اصلی جایی آشکار می‌شود که برچسب قیمت آن را می‌بینیم: ۱۳۰۰یورو! این پدیده بیش از آنکه دربردارنده نوآوری در طراحی باشد، یک پرسش اساسی در ذهن ایجاد می‌کند: چه چیزی به یک شی «ارزش» می‌بخشد؟ آیا صرفا الصاق نام برندی مشهور به کالایی پیش‌پاافتاده می‌تواند آن را به اثر هنری یا کالای لوکس تبدیل کند؟ این رویکرد که در سال‌های اخیر بارها توسط برندهای بزرگ تکرار شده، به نظر می‌رسد بیشتر از آنکه به‌دنبال زیبایی‌شناسی باشد، نوعی بازی روان‌شناختی با مفهوم «انحصار» و «تمایز» است. گویی این برندها به مخاطبان ثروتمند خود می‌گویند: «شما آن‌قدر خاص هستید که می‌توانید چیزی را حمل کنید که در دست دیگران زباله تلقی می‌شود، اما همه می‌دانند که شما برای این تمایز هزینه‌ای گزاف پرداخته‌اید.»

این روند یادآور داستان معروف «لباس جدید امپراتور» است، جایی که همه از ترس متهم شدن به نادانی تظاهر به دیدن لباسی می‌کنند که وجود خارجی ندارد. امروز نیز شاید بسیاری از منتقدان و دنبال‌کنندگان مد از ترس اینکه «از قافله عقب نمانند» این کیسه پلاستیکی ۱۳۰۰یورویی را تحسین کنند. اما واقعیت این است که هر چیزی که مد می‌شود لزوما زیبا یا ارزشمند نیست. گاهی مد تنها مضحکه‌ای گران‌قیمت برای به چالش کشیدن عقل سلیم ماست و به ما یادآوری می‌کند که شاید امپراتور واقعا هیچ لباس نویی بر تن ندارد.

عکس خانه

صد خانه روی دیوار

معماری مدرن اغلب با برج‌های شیشه‌ای و سازه‌های غول‌پیکر تعریف می‌شود، اما گاهی خلاقانه‌ترین معماری‌ها در ساده‌ترین ایده‌ها نهفته است. در یکی از خیابان‌های شلوغ تبریز، دیوار جانبی یک ساختمان مسکونی به جای سنگ‌های لوکس یا کامپوزیت‌های براق با صد لانه کوچک و رنگین برای پرندگان تزیین شده است. این پروژه که به ابتکار یک مهندس ساختمان تبریزی اجرا شده، پاسخی هوشمندانه به یک چالش بزرگ شهری است: چگونه می‌توان فضای زندگی شهری را با دیگر موجودات زنده تقسیم کرد؟ این اقدام که در فضای مجازی نیز پربازدید شده و توسط کاربران مورد تقدیر قرار گرفته، فراتر از حرکتی نمادین، راهکاری عملی برای حمایت از پرندگان شهری است که با گسترش ساخت‌وسازها زیستگاه‌های طبیعی خود را از دست داده‌اند. هر یک از این خانه‌های کوچک پناهی در برابر سرما، گرما و خطر است و به پرندگان این فرصت را می‌دهد که با آرامش در قلب شهر لانه‌گزینی کنند. این دیوار درسی برای شهرسازان و معماران است، درسی که می‌گوید زیبایی و انسانیت را می‌توان با ساده‌ترین عناصر به کالبد بی‌جان شهر تزریق کرد. این صد خانه صد پنجره امید است که رو به آسمانی آشتی‌جویانه باز می‌شود و ثابت می‌کند که توسعه پایدار با احترام به تمام اشکال حیات آغاز می‌شود.