

فصلنامه

شماره دوم / پاییز ۱۴۰۱
قیمت: ۴۰ هزار تومان

الندان؛ جشنواره طبیعت

چهارمین جاده زیبای جهان

خاطره‌انگیزترین مسیر ایران

نام هراز را بارها شنیده‌اید؛

دیو سپید نزدیک است

چرتان در چورت می‌پرد

انار مفرغی سه هزار ساله در بهشهر

یاقوت‌های سرخ اشرف



فراخوان ششمین جشنواره منطقه ای تأثیر افراد دارای معلولیت کاسپین

محل و زمان برگزاری

استان مازندران - بابلسر
اسفندماه ۱۴۰۱

با مشارکت

استان های گیلان، گلستان
سمنان و خراسان شمالی

بخش های جشنواره

صحنه ای، شورایی، خیابانی و محیطی
کودک و نوجوان، نمایشنامه نویسی
نشست های تخصصی
و کارگاه های آموزشی

کسب اطلاعات بیشتر

www.mazandaran.behzisti.ir



سازمان بهزستی مازندران
سازمان بهزستی خراسان شمالی



کاسپین





فصلنامه

صاحب امتیاز: مدیرمسئول و سردبیر:
زهرا اسلامی

تحریریه:
عباس مهدوی، صبورا اسلامی، شبنم اسلامی و
سارا ربیعی

عکس:
بهروز خسروی، مصطفی شانه‌چی، فرشید
سگار، مهدی محبی‌پور، ابراهیم فلاح و احسان
فضلی اصانلو

صفحه‌آرایی:
سید روح‌الله شجاعی کیاسری

آدرس دفتر نشریه: ساری. انتهای خیابان پژمان،
مجتمع میلاد نور، واحد ۵

ارتباط با ما:
تلفن تماس: ۰۹۳۵۲۴۸۰۷۱۷
Email: armon717@yahoo.com

چاپ: چاپخانه دیجیتال تابان (مازندران)



انار مفرغی سه هزار ساله در بهشهر
بیاقوت‌های سرخ اشرف/۳۴

تیرماه سیزده‌شو(جشن تیرگان)/۲۴
هم‌نشینی طبیعت، شعر و تعزیه

روایت کهن و ناب محرم در تلاؤک/۲۶
رسم ناب سورکی‌ها

سفره میزبانی با طعم خدمت و عشق/۲۸



شماره دوم / پاییز ۱۴۰۱

فهرست

نام هراز را بارها شنیده‌اید؛
دیو سپید نزدیک است/۱۲



نورگوهون/۱۶
(آتش زدن گون)

مرال‌های دوست‌داشتنی سمسکنده/۱۷

تنها بازمانده عصر یخبندان در ساری/۱۸

چرت‌تان در چورت می‌پرد/۱۹

جادوی گردشگری سلامت در دودانگه/۲۰

سراغ خلاقیت را در این خانه‌ها بگیرید/۲۱



چهارمین جاده زیبای جهان

خاطره‌انگیزترین مسیر ایران/۲



یک فنجان چای در کاخ ملوکانه/۶



محور فیروزکوه

محسور جاده ۸ / ۷۹

چهارمین جاده زیبای جهان خاطره‌انگیزترین مسیر ایران

گزارش: زهرا اسلامی

روزنامه نگار

به یادماندنی برایتان بسازند. وارد چالوس که شدید دستتان برای انتخاب باز است؛ از آبشار «اکاپل» همجوار با دریاچه‌ی ولشت در دل جنگل‌های سردی چال و آبشار هریجان در بالای روستای هریجان نزدیکی گردنه هزارچم جاده تهران - چالوس با بیش از ۹ متر ارتفاع و چشم‌اندازی از جنگل و کوه تا پارک فین در هفت کیلومتری چالوس - تهران.

● نمک‌آبرود زیبا

پارک جنگلی نمک‌آبرود، ۱۲ کیلومتری چالوس، با شمشاد‌های ۷۰۰ ساله رایادتان نرود. با تله‌کابین به دل جنگل بروید و از بازی‌های هیجان‌انگیزی که برایتان فراهم شده، لذت ببرید. تفرجگاه ساحلی نمک‌آبرود جنب هتل آزادی هم نزدیک است. اگر کوهنورد هستید می‌توانید بزرگترین مجموعه‌ی یخچالی ۶۰ میلیون ساله خاورمیانه در دل علم کوه و تخت سلیمان را در این مسیر به نظاره بنشینید. در جاده ۵۹، کاخ چای خوران، کاخ زیبای ۱۰۰ ساله برای نوشیدن چایی خوش‌عطر، میل کردن غذایی خوشمزه و دقایقی استراحت وجود دارد؛ ساده با گچ‌بری‌ها و کاشی‌های زیبا که نفوذ معماری اروپایی در مصالح سنگ و آجر و سادگی بنا دیده می‌شود.

بنای تاریخی ناهارخوران کندوان در ۴۵ کیلومتری چالوس، سواحل چپکرو، ییلاق کلاردشت در ۴۸ کیلومتری چالوس، دره رودبارک در کلاردشت، آب معدنی دلیر، پارک‌های ورگاویج، بنفشه و فین اطراف چالوس، دریاچه ولشت در روستای سنار ۳۰ کیلومتری شهر، یخچال طبیعی حصار چال

به چهارمین جاده هیجان‌انگیز و رویایی دنیا برای رانندگی به انتخاب نشریه بی‌ام‌دبلیو دعوت شدید. بعید است گذرتان به این جاده پریچ و خم و مملو از تونل درمان‌ندان نیفتاده باشد یا لااقل نقل آن را نشنیده باشید. هنردوست که باشید محال است شعرها و ترانه‌هایی که شاعران و ترانه‌سرایان برای این جاده سروده‌اند را با صدای خواننده‌های پرتعدادی مثل رضا یزدانی، مسعود سعیدی، روزبه بمانی، علی پارسا، حجت اشرف‌زاده و... نشنیده باشید؛ از گذشته‌های دور تا همین روزها.

اگر به ادبیات و فیلم علاقه‌مند باشید حتماً تأثیر اسم و رسم این جاده را در آنها دیده‌اید. فیلم تأثیرگذار «درباره‌الی» اصغر فرهادی که یادتان هست؛ از همین جاده شروع شده بود. خوشبختانه این لیست پرو پیمان است، ولی پرداختن به یک یک آنها ممکن است حواس ما را از سفر دور کند. تا از خاطرم نرفته، کتاب «نینجاهای جاده چالوس» را لایلا جوشقانی برای نوجوانان نوشته که خواندنی است.

● دست‌تان باز است

جاده ۵۹ آنقدر رویایی و جذاب است که خیلی‌ها بخشی از سفر را در آن سپری می‌کنند. اگر همیشه به خاطر فرصت کم از جاده «چالوس» تنها برای رفتن و بازگشتن استفاده و یا به ماندن در ویلا، هتل و تنفس هوای تازه بسنده کرده‌اید، این بار در فرصتی فراخ، به جذابیت‌های پرشمار جاده دل بدهید. هرکدام از فرعی‌های جاده ۹۰ ساله «چالوس» شما را به منطقه‌ای زیبا می‌رساند؛ جاذبه‌هایی که هرکدام از آنها می‌توانند سفر را کامل و تعطیلاتی

انبوه و مه گرفته قرار دارد. اینجا همه چیز رنگ مرگ به خود گرفته است. اگر شجاعت سفر به این نقطه را دارید پا در راه تالاب ارواح بگذارید. پارک‌های سی سنگان و نگین، محور تاریخی لاشک پول با فاصله ۷۰ کیلومتر از شهر، ساحل و بندر و باغ اکولوژی در مرکز نوشهر از نقاط دیگر گردشگری این شهر است. در ایام مختلف سال خاصه در نوروز نمایشگاه‌های صنایع دستی در این شهر بندری برپا می‌شود. چنانچه قصد شب ماندن در نوشهر دارید، تا دلتان بخواهد اقامتگاه‌ها و هتل‌هایی با ستاره‌های متفاوت و خدمات متنوع از شما به گرمی استقبال می‌کنند. نوشهر پر است از کارگاه‌های جواراب بافی، نمد مالی، خراطی، شیشه و گره چینی. گل‌های ارکیده در نوشهر زبانزد هستند؛ بهمن ماه که میهمان نوشهری‌ها باشید، می‌توانید در جشنواره «ارکیده» شرکت کنید.

● قاب گل‌های وحشی



بین دو کوه دماوند و علم کوه، کجور استوار قد علم کرده است. خلق و خوی مردمان این دیار با مهربانی عجین است. این منطقه به علت داشتن آب و هوای مناسب، پوشش گیاهی و جنگلی انبوه، دشت‌های مرتفع و علفزارها، دارای جانوران متنوعی است که بسیاری از آنها کمیاب یا حتی نایاب هستند. اینجا آب و هوا کوهستانی است. کجور معدن صنایع دستی است. می‌توانید کارگاه‌های نمد مالی و لاک تراشی را پیدا کنید. در کجور در قاب زیبایی گل‌های وحشی عکس‌های زیبا ثبت و با طعم شیر و پنیر و عطرنان محلی، لذت یک مسافرت رویایی را حس کنید. در کجور به خانه «مینا و پلنگ» بروید. این خانه پراز داستان‌ها و افسانه‌های شنیدنی است. کجور در ۷۰ کیلومتری نوشهر است.

● نور، تابلوی گردشگری

نوشهر را که رد کنید، پیچ جاده‌ها، شما را به تابلوی گردشگری مازندران

علم کوه (دومین قله بلند ایران) ۲۰ کیلومتری جنوب غربی کلاردشت و آبگرم معدنی پیش ترک بین روستاهای رودبارک و مجل کلاردشت از دیگر جاذبه‌هایی است که می‌توانید برای آنها در شهرستان چالوس برنامه‌ریزی کنید. در این مسیر تعداد فراوانی آبگرم معدنی، آبشار، چشمه، پارک جنگلی و ساحل در فاصله‌ای کوتاه از هم وجود دارد که می‌توان با خیالی آسوده‌تر در روزهای غیر تعطیلات و زمان خلوت بودن جاده‌های درون و بین شهری، به تماشای آنها رفت. در تعطیلات هم با تمهیدات لازم می‌شود سفری خوش ساخت.

● یک دل سیر در نوشهر

چالوس که به انتها رسید وارد نوشهر می‌شوید، اینجا آنقدر وسعت جاذبه‌ها زیاد است که یک روز برای یک دل سیرگردش کم است. پرآب‌ترین چشمه‌ی غرب مازندران در روستای سنگ‌تجن با مناظر طبیعی، آب شرب



نوشهر و چالوس و روستاهای اطراف را تامین می‌کند. «دیوچشمه» در روستای آستانک رود بخش بیلاقی و کوهستانی کجور، ۵۰ کیلومتری نوشهر قرار دارد. کسانی که به موزه‌گردی علاقه دارند، پیشنهاد ما موزه کندلوس در روستایی به همین نام، ۶۰ کیلومتری نوشهر است؛ موزه‌ای که با محوریت آثار بومی و با الهام از داستان‌های شاهنامه برای زنده نگه داشتن فرهنگ و سنت مردم کجور ساخته شده است. این مجموعه، اولین موزه روستایی در جهان است که اسناد تاریخی، کتاب‌های خطی، نقاشی‌های پشت شیشه، اشیاء فلزی، ظروف سفالی، سکه‌های باستانی و بافته‌های مردم روستاها را در خود جای داده است.

● روح‌های سرگردان

اگر دلتان کمی ماجراجویی می‌خواهد تالاب ارواح در نوشهر را از دست ندهید. در پنج کیلومتری شمال روستای چلندر دریاچه‌ای در دل جنگل



خواهد برد. دلبری های نور، بلده، رویان، چمستان و ایزد شهر مجنون تان می کند و لیلی وار پا در رکاب گشت و گذار در این نقطه می گذارید. پارک جنگلی نور با بیش از ۴۰۰ هکتار متر مربع مساحت، از بزرگترین پارک های خاورمیانه و مامن گونه های گیاهی مانند افرا، توسکا و انجیلی است. رستوران، آلاچیق، پارک بازی کودکان، مسجد، سرویس های بهداشتی و زمین های ورزشی، امکان اقامت کوتاه برای گردشگران را فراهم ساخته است. آبشار «آب پری» یازده کیلومتری شهر رویان با گذر از میان دره، جنگل و شیب کوه، منظره ای شگفت انگیز را به شما نشان می دهد. آب گرم «لاویج» در روستای لاویج، ۳۵ کیلومتری نور برای بیماری های مفصلی و پوست خاصیت درمانی دارد. ابتدای جاده آسفالته لاویج در محور چمستان به آمل، هم نشینی پارک کشپل با رودخانه و برخورداری از امکانات تفریحی - اقامتی، امکان حضور و لذت از طبیعت را فراهم کرده است.

ساخت شهر کنونی محمودآباد، به حاج محمد حسن خان اصفهانی، پدر محمد حسین امین الضرب، در دوره ی ناصرالدین شاه بازمی گردد. ساحل سنگی محمودآباد جاذبه ی محبوب مسافران است. این مکان مناسب زوج های جوان برای ماه عسل است و عکس های دونفره در کنار ساحل کم نظیر خواهد شد. «آهومحله» محله ای قدیمی در غرب محمودآباد، به دلیل وجود آهوان بسیار در سال های نه چندان دور، به این نام شناخته شده است. روستای تلکسر در جنوب محمود آباد قرار دارد و از محله های قدیمی و مهم شهر پس از دست رفتن مرکزیت اهلم و باغبان است. پارک جنگلی مجهز طاهباز ۶۰۰ متری میدان اصلی محمودآباد، جنگل تشبندان در جاده آمل، آبنندان جنگلی سوراخ مازو، ساحل های ورزآه محله سرخورد، چاکسر و خشت سر در مرکز شهر، سقانفار اورتشت در سرخورد و بقاع متبرکه ی امامزادگان در روستاها از دیگر جاذبه های این شهرستان است.

● خانه امید

قدمت فریدون کنار طبق آثار تاریخی که تاکنون کشف شده حداقل ۳۸۰۰ سال است. قصر فریدون شاه، جم نوه جمشید پیشدادی شاخص ترین مدرک این ادعا است که هم اکنون آثار آن میان شالیزارهای جنوب شرق این شهرستان به قلاکتی مشهور است. فریدون کنار در نوار ساحلی دریای خزر قرار دارد. ساحل ماسه ای حدود ۱۰ کیلومتری همراه با جاذبه های گردشگری و توریستی، دامگاه پرندگان ازباران و سوته، بازار روز شهر و بازارچه سنتی هفتگی شنبه بازار، مسجد جامع بهرامی در مرکز شهر، سقانفارهای روستای جزین، بالانویای محله و اسبوکلای کریم کلا، حمام تاریخی در روستای سوته



● خانه شاعر «آی آدم ها...»

اگر به شعر علاقه دارید سری به خانه «نیما» در یوش، ۷۰ کیلومتری نور بزنید. هوای اینجا بوی شعر می دهد. این خانه در سال ۱۱۲۸ با خشت، گل و چوب در روستای یوش به سبک معماری قاجاری ساخته شده است. شاعر «آی آدم ها...» در این خانه آرمیده است. از دیگر جاذبه های نور می توان به بقعه آقا شاه بالو زاهد، بقعه جمشید کیا سلطان، آبشار سواسره بلده، غار پیرزن روستای اوکلاو نور، بقعه سلطان احمد، پل خشتی در مرکز شهر، کاخ تمیشان در پنج کیلومتری شرق نور و قلعه پولاد بلده اشاره کرد. برای اقامت شبانه و لذت بردن از جاذبه های گردشگری شهرستان نور، می توانید از هتل چهار ستاره نارنجستان تا اقامت در مجتمع گردشگری دشت نور بهره ببرید. اگر اهل امتحان غذاهای محلی و متفاوت هستید، در کیلومتر دو نور به محمودآباد یک وعده غذا در رستوران «چاشت» میل کنید. در روستاهای میونا، جوربند، لاویج و هم صفا چمستان، روستاهای حسن آباد و هندومرز نور و شهرهای رویان و نور می توانید از کارگاه های لاک تراشی، سفالگری، زیورآلات سنتی، گلیم، جاجیم، محصولات چرمی، منبت و محصولات چرمی دیدن کنید.

● ساحل در محمودآباد

شهر بندری محمودآباد وارث تمدن منطقه ای به نام «اهلم» است و



محمد در جاده کیاکلا به قائم شهر، مقبره سید ابوالحسن انوری مشهور به امامزاده غریب آقا، مدفن سلطان محمد طاهر از فرزندان امام موسی کاظم (ع) در کیاکلا و ده‌ها بقعه‌ی متبرکه دیگر در روستاهای شهرستان سیمرغ امکان گردشگری مذهبی در این منطقه را فراهم کرده است.

● پایتخت کشتی جهان

در ادامه محور چالوس می‌توانید به ساحل آرام جویبار بروید و از بازار محلی «جمعه بازار» این شهر خرید کنید. در روزهای شلوغ تعطیلات، می‌توان روی اقامتگاه‌های ساحلی جویبار حساب کرد. اگر به اینجا آمدید از پل خشتی آزان در روستایی به همین نام، سواحل چپ‌کرد در ۱۵ کیلومتری شهر، تکیه کردکلا و تپه‌های باستانی دیدن کنید. اگر علاقه دارید به کارگاه سفال در کلاگرمحله بروید. بزرگترین مزرعه پرورش ماهی خاویاری جهان در منطقه قره‌برون جویبار قرار دارد. شاید کنجکاو شدید و خواستید مزرعه را ببینید. جویبار به «پایتخت کشتی جهان» معروف است؛ به خاطر پهلوانان و قهرمانان بی‌بدیلی که در رشته کشتی دارد.

و آستانه مبارکه امامزاده قاسم قبل از روستای کاردگرمحله (اثر حفاظتی مربوط به اوایل دوران قاجار) جزو اماکن گردشگری این شهر است. زیستگاه بین‌المللی «امید»، درنای سبیری که در ایران تنها زیستگاه و در جهان جزء چهار زیستگاه درنای سبیری است در جوار فریدون‌کنار قرار دارد. اقامتگاه‌های خزرشهر و تعدادی هتل و هتل آپارتمان در فریدون‌کنار، فرصت اقامت را برای شما فراهم می‌کند. از بازارهای فریدون‌کنار ماهی و برنج ارگانیک و خوش‌عطر «طارم» سوغات بخرید.

● نوستالژی ایرانیان

اگر تاکنون نرفته‌اید، در یکی از سفرهایتان به شمال به سراغ بابلسر بروید. بافت این شهر، قدیمی است. بابلسر، نوستالژی ایرانیان بسیاری است. ساحل در کنار آبی آرام خزر، اینجا را تبدیل به مکانی دوست‌داشتنی کرده است. تا دلتان بخواهد سوئیت، پلاژ هتل و رستوران پیدا می‌شود. سری هم به فروشگاه‌های صنایع دستی بزنید. قایق سواری در بابلرود، تماشای غروب و طلوع آفتاب در اسکله ساحلی، دیدن از منطقه نمونه گردشگری «میرود» بهنمیر، زیارت بقعه امامزاده ابراهیم و بقعه بی‌بی رقیه پیشنهاد ماست. ممکن است نمایندگی برندهای مختلف لباس، کفش و کیف هوس خرید به سرتان بزند. مجتمع تفریحی «میزبان» شامل هتل پنج ستاره با ۳۵ تخت‌خواب، رستوران پانوراما، رویال سوئیت، و... مکانی آرامش‌بخش است. مجموعه «میزبان» دارای پنج رستوران با غذاهای بین‌المللی، دریایی، گیاهی، سنتی و فست‌فود است.

● سیمرغ، نوپا اما تاریخی

سیمرغ از شهرهای تازه تاسیس مازندران است. وجود تپه‌های باستانی اکوک و آغوزدین و قلعه‌ای قدیمی در یکی از روستاهای کیاکلا، دلالت بر پیشینه و زندگی در این منطقه از هزاره نخست پیش از میلاد دارد. امامزاده



یک فنجان چای در کاخ ملوکانه

دست نیست. اینجا احتمالاً جایی برای تفریح بوده است. از علت نامگذاری این عمارت بیش از ۱۰۰ ساله هم سند معتبری وجود ندارد، اما می‌توانیم حدس بزنیم ممکن است همسایه‌گی کاخ با زمین‌های بخش شمالی، که مزرعه ۱۶ هکتاری چای بود و وسعت آن تا میدان معلم چالوس امتداد داشت، دلیل این امر باشد. در دوره پهلوی اول، این بنا محل استراحت و پیگیری اداری رضاشاه هنگام سرکشی از پروژه‌های در دست احداث منطقه مثل جاده چالوس و کارخانه حریربافی بود.

«چای خوران» در دامنه کوه و در ارتفاع بیشتری از شهر قرار دارد. چالوسی‌ها این منطقه را به

«محوطه کاخ» می‌شناسند. محوطه، محصور در سبزی جنگل است. این اثر در اوایلین روزهای سال ۱۳۵۳ با شماره ثبت ۱۰۴۵ به عنوان یکی از آثار ملی ایران به ثبت رسیده است. در سال‌های اخیر به خاطر فقدان توجه، از شکوه و زیبایی عمارت خبری نبود و چیزی نمانده بود تا «چای خوران» به خاطره‌ها بپیوندد. خوشبختانه در سال ۱۳۹۷، با درایت صندوق احیای اماکن تاریخی، «چای خوران» نیمه ویران به یکی از علاقه‌مندان آثار تاریخی اجاره داده شد. اکنون چهار ماهی از گشایش درب‌های کاخ به روی شهروندان و گردشگران می‌گذرد و جلوه گذشته به این عمارت برگشته است.



گزارش: زهرا اسلامی

روزنامه نگار

یک فنجان چای هل دارِ قند پهلوی. لازم نیست حتماً عاشقانه‌ای در میان باشد، همین که یکی برایت یک فنجان چای بریزد و تو روی ایوان دلگشا حواست را بدهی به حوضی آبی و سبزی جنگل رو به رو، کفایت می‌کند. نه! از خاطر نبردم تابستان است و گرما و هوای مرطوب مازندران می‌تواند آدم را تا مرز تن سپردن به دریا پیش ببرد. اما تابستان است و سفر و وقت دلداری روح و جان.

اصلاً سفر است و حضر و چایی که هر لحظه می‌چسبد. اهل چای نیستید؟ میانه‌تان با آشامیدنی خنکِ تگری چطور

است؟ شربت نعنای در این اوضاع، انتخاب ایرانی و عالی است. به نوشیدنی‌های به روز هم که علاقه داشته باشید، برایتان مهیا می‌شود. دست‌تان را بدهید تا به چالوس برویم و چای با عطر گل سرخ را در کاخ قشنگ «چای خوران» بنوشیم. کاخ نونوار شده و تر و تمیز، حال خوبی می‌دهد، خاصه اگر دم غروب نم بارانی بیارد و بوی خاک را بلند کند و یا صدای سازی در محوطه بپیچد و خواننده‌ای، تصنیفی عاشقانه بخواند.

● «چای خوران» را قجرها ساخته‌اند نه پهلوی‌ها

مطابق سنگ‌نوشته موجود، احداث کاخ «چای خوران» در سال ۱۲۹۸ ه.ش زمانی که هنوز قجرها در این مملکت حکومت می‌کردند و احمدشاه قاجار، شاه بود به پایان رسید. اطلاع دقیقی از کاربرد این کاخ در آن دوره در





● با مصوبه هیات وزیران، این عمارت واگذار شد

علی اصغر کسنوی یزدی، سرمایه‌گذار و بهره‌بردار است که «چای خوران» را اجاره کرده و سرو سامان خوبی به این اثر ملی داده است. او با بیان اینکه کاخ «چای خوران» دقیقاً ۵۲۰۰ مترمربع مساحت دارد، می‌گوید: «۴۶۰ متر از این سطح، مجموعه ساختمان کاخ و بقیه محوطه زیبای آن است. «رمپ» یکی از امتیازات و ویژگی‌های خاص این کاخ محسوب می‌شود. آب‌نما و حوض که جزو سنن و نماد فرهنگ ایرانی است زمان احداث کاخ بنا نشده و طی سال‌های گذشته توسط اداره میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی چالوس احداث شده است.»

هزینه نگهداری کاخ سنگین و از عهده دولت خارج بود. طی مصوبه هیات وزیران، از حسن اتفاق، این عمارت و بسیاری از آثار تاریخی کشور به بخش خصوصی واگذار و اجاره داد شد.

کسنوی یزدی می‌گوید: «ما سه سال پیش این عمارت که تقریباً ویرانه بود را طی قراردادی با صندوق احیای اماکن تاریخی، که صاحب مجموعه است به مدت ۱۱ سال اجاره و حدود ۱۲ میلیارد تومان برای بازسازی آن هزینه کردیم. همچنین با هماهنگی، نظارت و مشاوره این صندوق، یک آشپزخانه، سرویس بهداشتی، نمازخانه و چند آلاچیق چوبی و شیشه‌ای با سازه‌های سبک احداث شد که در صورت نیاز به راحتی می‌توان آنها را جا به جا کرد.»

به گفته او، در سال ۱۳۵۳ که کاخ، ثبت ملی شد از آن به صورت خصوصی بهره‌برداری می‌کردند و بنیاد پهلوی زمین‌های ضلع شمالی «چای خوران» را فروخته بود که بعد از انقلاب از خریداران پس گرفته شد.

از کاخ «چای خوران» بعد از انقلاب اسلامی به مدت ۲۵ سال به عنوان کتابخانه استفاده می‌شد و به همین دلیل در چالوس هنوز از این عمارت به عنوان کتابخانه نام می‌برند و یا آن را می‌شناسند. تمام بخش‌های بالای کاخ که اکنون مجموعه آموزشی، فرهنگی، پذیرایی امامت است جزو تفرجگاه کاخ بود که جنگل است.

«چای خوران» یک طبقه است و زیرزمین هم دارد. عمارت، دارای دو ورودی اصلی در ضلع‌های شرقی و غربی است.

کسنوی یزدی می‌گوید: «تنها در قسمت شاه‌نشین عمارت، امکان

اقامت وجود دارد و سایر بخش‌های کاخ فاقد چنین ویژگی است. اتاق‌های داخل کاخ که اکنون ما به عنوان کافی شاپ و کانتراژ آن استفاده می‌کنیم، جایی برای پذیرایی از میهمانان بوده است. ورودی کاخ از ضلع جنوبی، در دوره پهلوی دوم به وجود آمد و اصولاً این عمارت در این دوره به عنوان خانه و محل اسکان استفاده می‌شد. باند مخصوص هواپیماهای کوچک در بخش بالای کاخ و استخرها و نه‌هایی نیز در اطراف و جنوب وجود دارد که در اختیار مجموعه امامت است.»

او ادامه می‌دهد: «کاخ دارای سه تالار بزرگ، یک شاه‌نشین و یک آبدارخانه است که ما از آبدارخانه به عنوان روشویی استفاده می‌کنیم.»

● منوی خوشمزه «چای خوران»

بام بنا شیروانی و عمده مصالح به کار رفته در کاخ، سنگ و آجر است. یحتمل در دیدار کاخ، از تماشای گچ‌بری‌ها و تزئینات چشم‌نواز تالارهای مستطیل شکل حظ خواهید برد. و اگر میل به غذا داشتید منوی «چای خوران» جواب‌گوی ذائقه‌های مختلف و خوشمزه است. به گمانم به یک بار امتحان کردن می‌ارزد.

به قول کسنوی یزدی، «کاخ» «چای خوران» احتمالاً اکنون تنها کاخ رستوران کشور است که از لحاظ رده‌بندی جزو کاخ‌هاست ولی می‌شود در آن مراسم نیز برگزار کرد. در واقع از آن بهره‌برداری برای امور فرهنگی داشت.»

این عمارت اکنون در قالب مجتمع تاریخی، گردشگری و پذیرایی با رستورانی لوکس، کافی شاپ و چایخانه‌ای دلچسب، پذیرای علاقه‌مندان است. همچنین فضایی تدارک دیده شده تا از کاخ به عنوان لوکیشن عکاسی، فیلم‌برداری و مراسم خاص و... استفاده شده و بدین وسیله خاطرات خوبی برای مردم سرزمین ما رقم بخورد.

چای‌تان را نوش جان کردید؟ از دریا برگشته بودید یا قصد دریا کرده‌اید؟ شما که غریبه نیستید، اجازه بدهید بگوییم، امیدواریم از بین شما که دست‌تان را داده‌اید، هم سفر چالوس شدید و یک فجان چای، میهمان «چای خوران» بودید، مشتاقانی پیدا بشوند، عمارت‌ها و آثار تاریخی را اجاره کنند و حال خوش را به آنها برگردانند. برای این کار شاید لازم باشد یک فنجان قهوه در کاخ فجری «چای خوران» بنوشید. کسی چه می‌داند.

محسور جاده ۷۹

گزارش: زهرا اسلامی

روزنامه نگار

شاهکار معماری عصر شاه عباس صفوی رخ می‌نماید. ورودی که در قسمت شمال غربی بناست شبیه دالان بزرگی است که در دو طرف آن ایوان‌های متعددی تعبیه شده است. وسط حیاط کاروانسرا که برسید هنوز رد شتران و اسبهای کاروان را از پس سالیان دور می‌توانید حس کنید.

یکی از خوشمزه‌ترین تجربه‌های عبور از جاده فیروزکوه، خوردن آش محلی در گردنه گدوک است که لذت سفر را دو چندان می‌کند. آشی که با دوغ محلی و سبزیجات کوهی این منطقه در سرمای نافذ گدوک، گرما را به درون جانتان می‌دهد.

● سه خط طلا

از گدوک به بعد وارد منطقه «سوادکوه» سرزمین زیبایی و تمدن می‌شوید. یکی از جذابترین جاذبه‌های این منطقه وجود راه آهن و قطارهایی با سبک و سیاق قدیمی است. سفر با قطارهای قدیمی از میان جنگل‌های مخمل‌گون و کوه‌های سر به فلک کشیده «سوادکوه» می‌تواند خاطره‌ای زیبا را برای سالها در خاطرتان به جا بگذارد. در کمتر نقطه‌ای از جهان چنین جاذبه‌ای را می‌توان به تجربه نشست؛ رقص قطار در پیچ و تاب جنگل، صخره و «پل ورسک» که پیوند و نقطه اتصال این دو است. در این مسیر از دیدن «سه خط طلا» غافل نشوید.

● کوچک‌ترین کلیسای جهان

شاید به ذهنتان خطور نکند که در جاده فیروزکوه می‌توانید کوچکترین کلیسای جهان را به نظاره بنشینید. در پشت رستورانی روبروی ایستگاه راه‌آهن

«جاده فیروزکوه» یا همان «جاده ۷۹» یکی از مهمترین دروازه‌های ورود به مازندران است. جاده‌های سرشار از شگفتیهای بی‌پدیل آفرینش که لذت سفر را برای مسافران دو چندان می‌کند. در گذشته به دلیل کوهستانی بودن جاده هزاران بیشتر مردم عبور از جاده «فیروزکوه» را ترجیح می‌دادند. مسیر راه آهن تهران به ساری نیز در این محور مازندران می‌گنجد که بی‌تردید جذاب‌ترین مسیر ریلی ایران و برای بسیاری به تنهایی مقصد سفر است.

● ایستگاه اول؛ تنگه واشی

در ایستگاه اول ورود به جاده «فیروزکوه» آبشاری وجود دارد که وای همه آبشارهای کشور است. «تنگه واشی» در فاصله ۱۲۰ کیلومتری تهران و در مسیر جاده «فیروزکوه» قرار دارد. این تنگه در منطقه ساواشی علاوه بر جاذبه‌های طبیعی، دارای جاذبه‌های تاریخی نیز هست. برای رفتن به تنگه ساواشی در دو کیلومتری جاده فیروزکوه - تهران، پس از ورود به یک جاده فرعی و طی حدود ۹ کیلومتر، روستای «جلیزجند» نمایان می‌شود. بعد از عبور از روستا و مسافت چهار کیلومتری، محل پیداده روی تنگه ساواشی شروع می‌شود. برای عبور از این تنگه باید کفش مناسب به پا داشته باشید؛ مسیر ناهموار و پرآب است. در محل تنگه واشی کتیبه‌ای از دوران قاجار وجود دارد که دارای قدمت ۱۸۵ ساله است.

● صدای جرس کاروان‌ها

در ۱۷ کیلومتری جاده فیروزکوه به سوادکوه، در ۱۸۵ متری جنوب جاده،

«سرخ‌آباد» کنار جاده اصلی با فاصله دو کیلومتر از ورسک، کوچکترین کلیسای جهان در انزواروزگار می‌گذرانند. این کلیسا در اوایل دوره پهلوی برای انجام مراسم مذهبی کارکنان راه‌آهن توسط مهندسين مسیحي ایتالیایی که برای ساخت راه‌آهن به سوادکوه آمده بودند، احداث شد.

● اسپهبد خورشید

پس از عبور از «ورسک» در ارتفاعات کوه البرز و تنگه تلاقی رود «دوآب» به فاصله یک و نیم کیلومتر از جاده سوادکوه-تهران بر سینه خطیرکوه طاقی از غار «اسپهبد خورشید» دیده می‌شود. حرکت به سوی آن، تحت تأثیر طبیعت مغرور، ابهت کوه‌ها، عظمت غار و تاریخ غنی منطقه قرار می‌گیرید؛ انگار که



یکبار به هزار سال پیش و زمانی که این فرمانفرمای جوان در اوج شکوه و قدرتش می‌زیسته پا گذاشته‌اید. اینکه انسان یک هزاره قبلتر، چگونه توانسته بدون استفاده از خودرو در دل کوه چنان درزی بسازد که پس از قرن‌ها هنوز پا برجا مانده، شگفت‌انگیز است. قبل از ورود به شهر پل سفید دو انتخاب دارید؛ یا به راهتان در سوادکوه ادامه دهید و یا به سمت شرق بپیچید و راهی دودانگه‌ی ساری شوید.

● شورمست

اگر قصد استراحت و سپس طی طریق دارید، بهترین مکان برای تفریح و بهره بردن از آرامش، دریاچه «شورمست» است. بعد از گذشتن از پل «ورسک» به شهر «پل سفید» که رسیدید در مرکز شهر، مسیر آسفالتی به سمت



روستای شورمست می‌رود. با ورود به این مسیر و عبور از پل کوچک ابتدای آن و طی مسیر پنج کیلومتر به دوراهی می‌رسید که راه سمت راست به روستای

شورمست و سمت چپ به دریاچه‌ی شورمست می‌رسد. انعکاس کوه‌های پوشیده از درخت در چشمان زلال این عروس زیبا، چشم‌اندازی با طمأنینه خلق کرده است.

● دعوت به بهشت

اگر زمان بیشتری در اختیار دارید و می‌خواهید سفری خاطره‌انگیز و جذاب برای خود و خانواده رقم بزنید پیشنهاد ما اقامت در شهرمه‌آلود، «آلاشت» است. طبیعت سرسبز، آسمان مه‌گرفته، کوچه‌های باریک و خانه‌های روستایی نوید سفری فوق‌العاده را می‌دهند که نه یک بار و دوبار، بلکه بارها سفر به آن تازگی دارد. در جاده فیروزکوه، پنج کیلومتر بعد از «پل سفید» به یک پاسگاه پلیس راه خواهید رسید، اینجا آغاز مسیر فرعی آلاشت است. طبق تابلوی راهنما از جاده اصلی خارج شوید و به سمت خروجی سمت چپ بروید. این مسیر ۲۶ کیلومتری را با احتیاط برانید؛ جاده باریک و پرپیچ و خم است. در این مسیر فرعی، در نیمه راه، جاده دو شاخه می‌شود، شما باید راه سمت راست را انتخاب کنید. آلاشت، این جاذبه دیدنی هم خنک است، هم سبز. بافت سنتی شهر با خانه‌های خشتی شیروانی دار و کوچه‌های سنگفرش و تنگ آشتی‌کنان است. این شهر با مه پیوندی دیرینه دارد. در بازدید از موزه مردم‌شناسی آلاشت با معماری بومی، نیز ابزارهای زندگی سنتی اهالی قدیم مازندران آشنا می‌شوید. «جاجیم» آلاشت یکی از معتبرترین محصولات صنایع دستی این خطه است که در کنار آن محصولات و بافته‌های دیگری هم عرضه می‌شود؛ بنابراین خریدن سوغاتی برای شما در آلاشت کار راحتی خواهد بود. «رصدخانه» با آن شکل گیرایش از مکان‌های دیدنی شهر است که در بخش



مرتفع و قسمت شرقی احداث شده است. یکی از جذابترین مکانهایی که خانمها در آلاشت می‌توانند از آن دیدن کنند و ورود آقایان به آن ممنوع است زیارتگاه «دختر پاک» است. بافت آلاشت در فهرست میراث فرهنگی ثبت شده و یکی از جاذبه‌های اصلی سوادکوه به شمار می‌آید. امامزاده «عبدالحق» زیرآب در مرکز شهر قرار گرفته و به همراه امامزاده عبدالله آمل و تکیه پهنه کلای ساری جزو جاذبه‌های زیارتی مازندران است. محوطه این بقعه شامل، صحن، مسجد، حسینیه و مهمانپذیر است.

● سه شنبه بازار

اگر سه شنبه از شهر زیرآب در حال عبور هستید سری به «سه شنبه بازار»، آن بزنید. از شیر مرغ تا جان آدمیزاد در این بازار محلی پیدا می‌شود. می‌توانید غسل کندوبی، کشک، ترشی و انواع مربا را به عنوان سوغات بخرید.

● برج لاجیم

در مرکز شهر زیرآب میدانی وجود دارد که سمت شرق آن به جاده‌های جنگلی و در نهایت چند روستای زیبا می‌رسد. کمی که وارد این مسیر شوید و سربالایی‌های آن را طی کنید، وارد جنگل‌های «بهمنان» می‌شوید. در انتهای این مسیر و پس از پشت سر گذاشتن روستای «آتو»، روستای زیبایی به نام «لاجیم» وجود دارد که برج تاریخی آن باعث شهرتش شده است. بنایی هزار ساله باقیمانده از حکمرانی آل زیار برمازندران که ۸۵ سال پیش در فهرست آثار ملی ثبت شد.

● گزو

برای علاقه‌مندان به طبیعت‌گردی یکی از خارق‌العاده‌ترین جاذبه‌ها، آبشار «گزو» است. بعد از «پل سفید» و «زیرآب» به روستای جمشیدآباد که رسیدید از اینجا دیگر مرکب‌های ماشینی به کارتان نمی‌آید و باقی راه را باید پیاده بروید. پس از طی ۲۸ کیلومتر جاده خاکی در جنگل به دوراهی می‌رسید. تابلوی «به طرف امامزاده گزو» مسیر را نشان می‌دهد. بعد از پیاده روی‌های چند ساعته به بقعه سه برادر در دل جنگل می‌رسید. برای رسیدن به آبشار گزو نیم ساعتی باید در جنگل پیش بروید. آبشار «گزو» با بیش از ۴۰ متر بلندا و دیواره‌ای سنگی قوسی شکل مورد توجه سنگ‌نوردان و کوهنوردان قرار دارد. وقتی به مقصد می‌رسید بهترین کاری که می‌شود انجام داد گوش دادن به صداهاست...



اگر خانوادگی سفر می‌کنید یکی از مکان‌های اطراق برای کمی شاد بودن و لذت بردن در کنار هم، پارک جنگلی «جوارم» است. این پارک ۳۶۵ هکتاری دارای امکانات اقامتی است. برای رسیدن به «جوارم» باید شش کیلومتر از زیرآب به سمت شیرگاه خارج شوید.

● شهر نقی معمولی

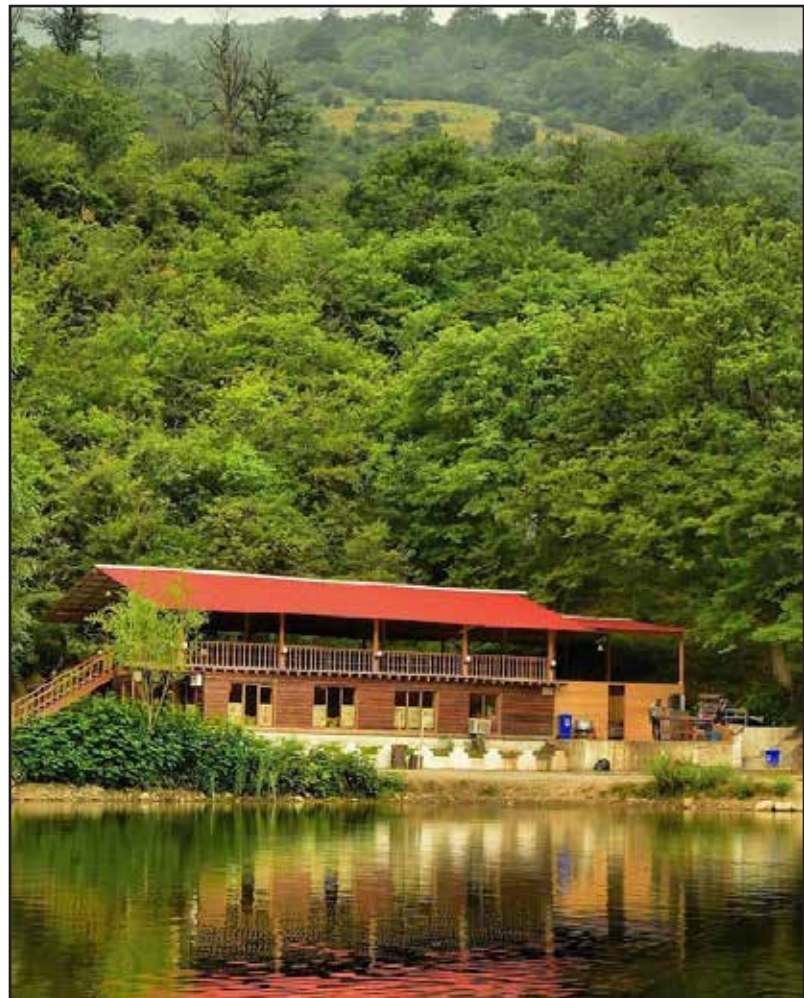
پس از عبور از زیرآب، به شیرگاه می‌رسید؛ همان شهری که سریال پایتخت برای آن سرنوشتی جالب رقم زد و بسیاری برای دیدن لوکیشن‌های این سریال به شیرگاه سفر کرده‌اند. شیرگاه به دلیل وجود پلهای تاریخی و زیبا به شهر «پلها» معروف است. در شیرگاه سه پل قوسی فلزی، شاه عباسی و راه آهن در کنار هم بر روی رودخانه کسلیان احداث شده است. پل‌های تاریخی شاپورو دختر در روستای چالی هم از پل‌های معروف این منطقه است. عسل اینجا نظیر ندارد و می‌تواند جزو بهترین سوغات این منطقه در سید خریدهای شما باشد. به علاوه وجود رودخانه‌های متعدد باعث ایجاد حوضچه‌های پرورش ماهی شده است. می‌توانید از طعم ماهی قزل‌آلای درجه یک لذت ببرید. از پاسگاه نگهبانی منابع طبیعی حدود ۱۳ کیلومتر جاده خاکی که با ماشین حدود یک ساعتی طول می‌کشد را باید طی کرد تا به پلنگ دره رویایی برسید.

● رستوران ماهی لفور

رستوران «ماهی لفور» یکی از دنج‌ترین و آرام‌ترین رستوران‌هایی است که می‌توانید در شلوغی‌های پرمهمان‌پذیرترین استان کشور پیدا کنید. در فروشگاه این مجموعه محصولات لبنی، مواد غذایی و انواع ترشیجات محلی رایج در سوادکوه عرضه می‌شود. درمنوی رستوران علاوه بر غذاهای معمول، ماهی قزل‌آلا از محصولات حوضچه کنار رستوران است. این رستوران در شارقلت لفور پس از امامزاده شاه‌کلا در کنار رودخانه خروشان لفور قرار دارد.

● ماهیگیری در سنبل رود

اگر علاقه‌مند به ماهیگیری هستید می‌توانید در کنار تماشای سد، از این لذت کم نظیر بهره‌مند شوید. سد سنبل رود در پنج کیلومتری جاده شیرگاه به بابل کنار واقع شده است. سد با ۷۲ متر ارتفاع در دهستان لفور سوادکوه شمالی در منطقه‌ای به نام «دئوتک» ساخته شده است. دیدن دریاچه‌ای بزرگ در دل جنگل‌های انبوه تجربه‌ای نیست که در هر نقطه از ایران بتوانید کسب کنید. حواس‌تان باشد که زیبایی این دریاچه و محیط اطرافش شما را برای شناکردن پشت سد وسوسه نکند؛ این تصمیم می‌تواند سفر را برای شما به تلخ‌ترین تجربه زندگی خود یا همراهانتان تبدیل کند.



آن پیدا کرد. به بابل که رفتید از امامزاده قاسم (بقعه آستانه)، مساجد جامع و محدثین، کیجا تکیه، برج دیده بانی، پل محمد حسن خان، گنجینه (موزه) در شهر و از سد شیباده برای ماهیگیری و قایقرانی، آبگرم معدنی و روستای آزو، پارک جنگلی طبیعت بابلکنار (بزچفت)، بقعه شیخ موسی و امامزاده عبدالله در اطراف شهر دیدن کنید. مناطق بیلاقی بابل در همه‌ی فصول سال دلپذیرند. می‌توانید صنایع دستی هم در این شهر تهیه کنید. هتل مرجان در بابل اقامتگاه خوبی است. اگر با خانواده و دوستان به مازندران آمدید، مجتمع تفریحی سرگرمی پردیس بابل بعد از پل محمد حسن خان - حد فاصل ترک محله و متی کلا، یکی از بزرگترین مجتمع‌های تفریحی شمال کشور شامل پارک آبی سرپوشیده، شهر بازی، پیست کارتینگ، فضاهای بازی روباز، بانجی جامپینگ، پینت بال، اسکیت و... قطعاً سفری هیجان‌انگیز برایتان رقم خواهد زد. اردیبهشت بابل بعد از باز شدن شکوفه‌های درختان نارنج مثال زدنی است.

● سفر ریلی

با قطار که به مازندران آمده باشید در مسیر تهران - ساری ۹۵ تونل را پشت سر می‌گذارید که تونل «گدوک» در بلندترین نقطه ۲۸۸۷ متر طول دارد. حدود ۱۵۰۰ پل را می‌بینید که معروف‌ترین آن «ورسک» است. این راه حدود هفت ساعت طول می‌کشد. اگر می‌خواهید از اسپهبد خورشید دیدن کنید در ایستگاه «سیمین دشت»، برای شورمست در ایستگاه «پل سفید» و جوارم، دریاچه سد البرز و برج لاجیم در ایستگاه «زیرآب» از قطار پیاده شوید.



● اقامتگاه بوم‌گردی اسپرز

تمامی روستاهای این خطه مکان مناسبی برای بوم‌گردان است. پیشنهاد ما اقامتگاه بوم‌گردی اسپرز است. با حضور در این اقامتگاه و تجربه زندگی روستایی به همراه غذاهای سنتی مازندرانی سرزندگی را تجربه می‌کنید. این اقامتگاه در یکی از مراتع جنگلی در ۱۹ کیلومتری شیرگاه و دو کیلومتری روستای کالیکلا واقع شده و دارای دو کیلومتر مسیر شوسه روستایی است. با خروج از شیرگاه و ورود به قائمشهر به مسیر انتهایی جاده فیروزکوه نزدیک می‌شویم. قائمشهر شهری برآمده از تاریخ است که در گذشته‌های دور مسیری مهم برای کاروانهای تجاری و زیارتی محسوب می‌شده است.

● چغازنبیل مازندران

تپه «گردکوه» قائمشهر مکان مناسبی برای رفع عطش کنجکاوهای تاریخی شماست. این تپه در دشت مازندران در بخش مرکزی جنوب شهر قائمشهر، جنب بیمارستان رازی منطقه «ترک محله» قرار دارد. گردکوه شامل سه تپه بزرگ باستانی است که بلندترین آنها ۲۶ متر بلند است و دیرینگی آنها تا عصر آهن تخمین زده شده است. «گردکوه» در مقایسه با چغازنبیل خوزستان در پنج طبقه، سازه دیگر در کاشان با ارتفاع ۱۰ متر و تورنگ تپه گرگان با ارتفاع هفت متر، سازه بی نظیری است.

● جاده نظامی

جاده نظامی در ورودی غربی قائمشهر در انتهای جاده بابل که بر روی رود «تلاز» ساخته شده به طرف جنوب از جاده اصلی جدا شده و در موازات رود امتداد می‌یابد. پارک جنگلی تلاز در فاصله‌ی هفت کیلومتری شهر در انتهای جاده‌ی نظامی قرار دارد. همسایگی جنگل، رود، دریاچه‌ی جاده نظامی و امکانات اقامتی و رفاهی این پارک را به یکی از جاذبه‌های منطقه تبدیل کرده است. منطقه حفاظت شده خیبوس، سد زمزم و جنگل‌های کوتنا و بقاع متبرکه امامزادگان «سید ابوصالح، عباس رضا، موسی، سید زرین نوا، یوسف رضا، سید نظام‌الدین و محمد» و بقاع متبرک «درویش داود و موسی بن احمد»، چشمه هزاران در روستای واسکس سه کیلومتر بعد از خروج از قائم شهر به طرف تهران و آرامگاه عالم جلیل‌القدر «شیخ طبرسی» از جمله اماکن دیدنی قائمشهر است.

● بابل؛ شهر بهار نارنج

اگر بنا باشد شهری را در محورهای مازندران جا نگذاریم باید در امتداد فیروزکوه به بابل یکی از شهرستان‌های مرکزی مازندران واقع در غرب آمل اشاره کنیم. بازار محلی بابل هنوز سرپاست و انواع خوردنی‌های محلی را می‌توان در



نام هراز را بارها شنیده‌اید:

دیو سپید نزدیک است



کوهنوردان و علاقه‌مندان صعود به دماوند باید از راهنمایان حرفه‌ای در این راه استفاده کنند. روزملی دماوند با نام «تیرماه سیزده شو» در شب سیزدهم آبان ماه در دامنه دماوند برگزار می‌شود. اگر بنا دارید اردیبهشت، مسافرمزندان شوید شرکت در مراسم «ورف چال» که در مرتع آسک و ش بین رینه و پلور انجام می‌شود، پیشنهاد ماست. در فصل بهار برف‌های باقی مانده از زمستان در دامنه دماوند جمع و در گودالی ریخته می‌شود. این آیین سنتی تا حدودی مردانه است. در «ورف چال» زن‌ها در روستای آسک می‌مانند و مراسم و جشن مربوط به خود را برگزار می‌کنند.

اگر به همراهی با تور و امتحان ورزش‌های آبی علاقه دارید، تور رفتینگ هراز را از دست ندهید. رفتینگ یا قایق‌رانی در رودخانه قطعاً هیجان‌انگیز و ماجراجویانه است. با تورهای رفتینگ می‌توانید خودتان را به امواج رودخانه دائمی هراز بسپارید. قایق سواری از مسیر پارک میرزا کوچک خان جنگلی تا آمل دو سه ساعتی طول می‌کشد. درجه‌ی امواج هراز تا قبل از گزنک، برای افراد سالم مناسب است. اما بخش‌هایی از این رودخانه که امواج بیش از چهار متر دارند، برای قهرمانان رفتینگ و قایقرانان حرفه‌ای مساعد است.

● غوطه‌ور در مه

روستای عجیبی در امتداد جاده هراز وجود دارد که در آن مه به دست‌بوسی زمین می‌آید. «فیلیند» ملقب به بام شرقی مازندران یکی از مرتفع‌ترین و بیلاقی‌ترین روستاهای مازندران است که بی‌شک روح بی‌قرار و خدای ناکرده جسم بیمارتان در کنار آن آرام یافته و گویی دوباره متولد شده‌اید. برای رسیدن به روستای فیلیند مسیر ۲۵ کیلومتری حد فاصل آمل - هراز را در پیش بگیرید. پس از عبور از روستای سنگچال، چشم‌انداز خیره‌کننده روستای فیلیند را می‌بینید. برای اقامت در فیلیند می‌توانید چادر بزنید و یا خانه‌ای روستایی اجاره کنید.

نام «هراز» را بارها شنیده‌اید؛ نامی که ممکن است بیشترین خاطره‌ی شما را در جاده‌های شمال رقم زده باشد. ترانه‌سرایان و خوانندگان هم به «هراز» کم توجه نکرده‌اند. پیشنهاد می‌کنیم یک بار «هراز» را نه به عنوان جاده، که دنیایی پرماجرا در خاطرات سفر ثبت کنید. این بار که قصد سفر به شمال کردید، یک روز از برنامه‌تان را در خود جاده بگذرانید؛ جاده‌ای سرشار از پدیده‌های طبیعی.

● آب گرم لاریجان

اگر اهل آب‌درمانی، روستا و طبیعت‌گردی هستید چشمه‌های آب گرم لاریجان همین جاست. آب‌های گرم معدنی لاریجان با حرارتی حدود ۶۲ درجه سرشار از مواد گوگردی، برای درمان انواع بیماری‌های پوستی، دردهای استخوان، مفاصل و روماتیسم مفید است. پس از غوطه‌ور شدن در خزینه‌های آن به اعجاز این آب پی خواهید برد. برای رسیدن به این چشمه، ابتدای جاده‌ی هراز که تهران را به آمل وصل می‌کند پس از طی ۷۰ کیلومتر، به جاده‌ی فرعی رینه میرسید، در انتهای این راه باریک، روستای آبگرم لاریجان قرار دارد. می‌توانید صبح به روستا بروید و از ساعت ۱۰ صبح تا شش بعدازظهر، از آبگرم استفاده نمایید. شرایط اقامت و استراحت با اجاره اتاق یا سوئیت وجود دارد.

● یادگاری با دیو سپید

در میان دشت‌های پهناور ایران، «لار» بهترین مکان برای عکاسی و تماشای دیوسپید پای در بند، بلندترین کوه خاورمیانه و بلندترین قله آتشفشانی آسیا، «دماوند نازنین» اساطیری است که پذیرای گل‌های زیبا و چشمه‌ساران است. این دشت رنگین در قسمت جنوبی قله دماوند خودنمایی میکند و اواخر بهار گل‌های شقایق، چادری سرخ و جلوه‌ای محشر به تصویر می‌کشند. سه راهی پلور تا پست ورودی پاسگاه محیط بانی دلچای (ورود شرقی پارک ملی لار) امتداد یافته و دسترسی به پارک ملی لار از طریق جاده آسفالت، ممکن می‌سازد.

● شاهاندشت

آبشار «شاهاندشت» با ارتفاع ۵۰ متر، بلندترین آبشار مازندران و دومین آبشار بلند ایران است. در ۶۵ کیلومتر جاده هراز، در حالی که هنوز ۹۵ کیلومتر تا آمل فاصله دارید، آبشار شاهاندشت را سمت راست جاده می بینید. این آبشار در روستایی به نام شاهاندشت قرار دارد و برای رسیدن به آن باید نیم ساعت در مناظر زیبای روستا و طبیعت کوهستانی پیاده روی کنید. اگر به آبشار شاهاندشت سفر کردید سری به قلعه «ملک بهمن» بزنید. بالای آبشار شاهاندشت، قلعه ملک بهمن که به قلعه «ملکه قلاع» مشهور و نام تاریخی آن قلعه «فرشته» است واقع شده و از بزرگترین قلاع کوهستانی البرز ایران است که از سنگ و ساروج ساخته شده است. این قلعه سه هزار ساله در ۹۶ کیلومتری جاده هراز، روستای انا، بخش لاریجان شهرستان آمل و مشرف به روستای شاهاندشت و در ۶۵ کیلومتری جنوب آمل قرار دارد.

● آلمستان اعجاب انگیز

تماشای درختان سر به فلک کشیده و گوش سپردن به صدای پرندگان و نوازش نسیمی که با هر بار وزش، تازگی را برایتان به همراه می آورد، نشانه‌ی یک مقصد است؛ مقصدی که در میان روزمرگی هایمان به معجزه می ماند. جنگل «آلمستان» یکی از رویشگاه‌های طبیعی گیاه الیماست که ارزش خوراکی دارد. برای رسیدن به جنگل آلمستان باید از آمل به کیلومتر ۲۰ بروید و با دیدن تابلوی امامزاده قاسم یا امامزاده لهاش وارد جاده فرعی سمت راست شوید. در اوایل این فرعی به یک دو راهی می رسید. باید راه خود را از جاده سمت چپ ادامه دهید. پس از حدود هفت کیلومتر رانندگی در جاده آسفالت به باریک به روستای «لهاش» و پس از ادامه مسیر در جاده خاکی به روستای آلمستان می رسید. حالا باید از خودرو پیاده شده و از روستا بگذرید تا به جنگل برسید.

● غار گل زرد

اگر به ماجراجویی علاقه مندید پیشنهاد ما بازدید از غار «گل زرد» است. این غار یکی از تماشایی ترین غارهای مازندران است. جایی در حوالی جاده هراز، با ورودی باریک، چندین حوضچه و دریاچه، با یک دنیا چکیده و چکنده‌های

آهکی و ستونی که از میانه‌ی غار بیرون آمده است. مراتع سرسبز منطقه «سنجد» و «تیلار» کنار چشمه «آب کلیه» و چادرهای عشایری و گله‌های گوسفندان بخشی از دیدنی‌های مسیر است. اگر هوا مه آلود باشد، تمام این زیبایی‌ها دو چندان می شود. اگر قصد سفر به این غار را دارید در جاده هراز چند کیلومتر بعد از گردنه امامزاده هاشم (ع)، به روستای «منظریه» برانید. در روستا خودرویتان را کنار کارخانه آب معدنی دماوند پارک کنید و پیاده در جاده خاکی منتهی به دره گل زرد بروید. جاده را ادامه دهید تا حدود ۲۰۰ متر بعد از یک باغ شخصی که در انتهای جاده قرار دارد، به یک دره نه چندان فراخ با دیواره‌های صخره‌ای می رسید. بعد از ۳۰۰ متر راهپیمایی در سمت راست دره، دهانه غار را خواهید دید که با یک سنگچین و تابلوی راهنمایی و رانندگی علامتگذاری شده است. از جاده هراز تا دهانه غار حدود یک ساعت و نیم راهپیمایی سبک دارید. تجهیزات مناسب غارنوردی و دوربین عکاسی را فراموش نکنید.

● امامزاده عبدالله

امامزاده عبدالله (علیه السلام) که در شهرستان آمل مازندران واقع شده، یکی از زیارتگاه‌ها و جاذبه‌های مذهبی این منطقه است. کسانی که اهل زیارت هستند می توانند در این مکان متبرکه روح را جلا دهند. این امامزاده در بخش مرکزی آمل، دهستان بالا خیابان لتکوه و فاصله ۱۴ کیلومتری آمل در مسیر بزرگراه هراز و در حاشیه جنگل قرار دارد. قبل از رسیدن به امامزاده عبدالله حدود ۴۵ کیلومتری آمل، سمت چپ جاده می توانید به روستای محل تولد و آرامگاه نیما یوشیج، شاعر نوسرای مازندرانی «یوش» بروید.

● دشت آزو

سفر به روستای «نوا» و دشت «آزو» با چشم اندازهای کم نظیر همراه با تنفس هوای پاک و سبک کوهستانی، حکایت دیگری است. برای رفتن به روستای نوا پس از امامزاده هاشم و پلور به آب اسک، پنج کیلومتر جلوتر تابلوی رینه را سمت چپ می بینید. کمی بعد از این تابلو و جلوتر از رستوران سالاری یک خروجی سمت راست شما قرار دارد که به نوا می رود. در مسیر به چهار سه راهی بر می خورید. از سه راهی اول و دوم که به روستای کندلو می روند عبور کرده





● بازاری باستانی

بازار آمل از پیشینه تاریخی و تنوع ویژه در شمال کشور برخوردار است. بازار آمل همزمان بازارهای دائمی، بازارچه‌های محلی، نیز بازار هفتگی دارد. ساخت بازار آمل به زمان ساسانیان برمی‌گردد و هنوز هم پا برجا مانده است. از این بازار پرهیجان دیدن و لذت خرید را تجربه کنید. امکانات بهداشتی و درمانی در این شهر با وجود بیمارستان فوق تخصصی «شمال» در بلوار مدرس کامل است.

شهر آمل جاذبه‌های متفاوتی دارد؛ می‌توانید یک صبح تا غروب از پل دوازده چشمه، اثر ملی آرامگاه میرحیدر آملی، بقعه شمس آل رسول، آتشکده در محله پایین بازار، مسجد جامع، بنای تاریخی مشهد میربزرگ، آرامگاه ناصرالحق، موزه تاریخ آمل، عمارت شهرداری، مسجد حاج علی کوچک، مسجد امام حسن عسگری که کهن‌ترین خانقاه ایران است، دخمه و فجه عالی در محله راست‌گوی، امامزاده ابراهیم و قاسم، عمارت منوچهری، خانه شفاهی، برج هشتل و... در این شهر تاریخی و باستانی بازدید کنید. در این محور مجموعه‌ی متنوع گردشگری «اکسین» هم برای خرید مناسب است هم اقامت. اگر کودکی دارید، نشانی «مزرعه کودک» اکسین را بگیرید. احتمالاً به ما حق می‌دهید اگر بگوییم ممکن است یک روز برای آمل‌گردی کم باشد.

● کجا، چی بخورید؟

اگر طبیعت‌گرد هستید و یا به بوم‌گردی علاقه دارید مناسب‌ترین غذای همان غذای محلی است. اما اگر طبیعتان به غذای محلی نمی‌کشد قدم به قدم در جاده هراز، اماکن پذیرایی و رستوران خودنمایی می‌کند. ولی اگر بهترین‌ها را می‌خواهید، چندین گزینه روی میز است؛ اگر فست‌فود خور حرفه‌ای هستید فست‌فود نارنجستان یکی از معدود فست‌فودهای این جاده است که با فضایی بزرگ و جالب میزبان شما خواهد بود. رستوران‌های آریا، کاپیلا، دربوک و روگلی نیز برای سنتی‌خورها مناسب‌اند. در آمل نیز رستوران «حاج محسن» حرف اول را می‌زند.

و مسیر روستای گیلان را در پیش بگیرید. پس از روستای گیلان یک سه‌راهی وجود دارد که می‌بایست در آن به سمت راست بپیچید و سه‌راهی بعدی را به سمت چپ. با ادامه مسیر به روستای نوامی رسید که در امتداد «آزو» واقع شده است. تابستان از گیلان‌های این منطقه میل کنید که عالی است.

● دخمه‌های سنگی هراز

اگر علاقه‌مند به مکانهای رازآلود و وهم‌انگیز هستید، غارهای دست‌کند محور هراز مکان مناسبی برای ارضای حس کنجکاوی شماست. محلی‌ها به این دخمه‌های سنگی «کافرکلی» می‌گویند؛ فضاهای دست‌کندی که در محور هراز و نقاط مختلف منطقه بالا لاریجان، در میان بندها و پرتگاهها تراشیده شده است. این حفره‌های دست‌کند در طول دره هراز از آبادی اسک، مرکز قدیم بالا لاریجان شروع و تا روستای پنجاب به طول ۴۲ کیلومتر در ارتفاعات مشرف به دره هراز و در چند دره فرعی حد فاصل این دو محل قرار دارد. بنابراین راه چندان هموار نیست. اکثر این کلونی‌های دست‌کند دارای اتاق‌های متعدد همراه با نورگیرها، مکانهای دیده‌بانی، سرویس بهداشتی و آشپزخانه است. اشتباه نکنید؛ برای اقامت مناسب نیستند!

● دهکده‌ای طلایی

دهکده طلایی آمل مکانی برای یک تفریح خانوادگی در داخل شهر آمل، بزرگترین پارک مازندران است و عنوان یکی از زیباترین بوستان‌های ایران را با خود یدک می‌کشد. اگر قصد اقامت دره‌های باز دارید این مکان به دلیل امکانات و زیبایی، مناسب‌ترین نقطه برای جانمایی چادر است. دریاچه مصنوعی و قایق، شهر بازی برای بزرگسالان و خردسالان، بیست اسکیت، پلاژ، پارکینگ، باغ وحش، فست‌فود، مغازه‌ها و رستوران‌های متعدد و امکانات رفاهی بهداشتی از داشته‌های این دهکده است. پارک جنگلی میرزا کوچک خان در ۲۰ کیلومتری آمل مجهز به امکاناتی مانند آب، برق، سرویس بهداشتی، آلاچیق، سکوی چادر و وسایل بازی کودکان است. دریاچه ساهون، پارک جنگلی هلموسر، روستای لیبران، آبگرم استراباکو، دریاچه دوخواهران از دیگر جاذبه‌های مسیر جاده هراز است.

● بازاری باستانی

بازار آمل از پیشینه تاریخی و تنوع ویژه در شمال کشور برخوردار است. بازار آمل همزمان بازارهای دائمی، بازارچه‌های محلی، نیز بازار هفتگی دارد. ساخت بازار آمل به زمان ساسانیان برمی‌گردد و هنوز هم پا برجا مانده است. از این بازار پرهیجان دیدن و لذت خرید را تجربه کنید. امکانات بهداشتی و درمانی در این شهر با وجود بیمارستان فوق تخصصی «شمال» در بلوار مدرس کامل است.

شهر آمل جاذبه‌های متفاوتی دارد؛ می‌توانید یک صبح تا غروب از پل دوازده چشمه، اثر ملی آرامگاه میرحیدر آملی، بقعه شمس آل رسول، آتشکده در محله پایین بازار، مسجد جامع، بنای تاریخی مشهد میر بزرگ، آرامگاه ناصرالحق، موزه تاریخ آمل، عمارت شهرداری، مسجد حاج علی کوچک، مسجد امام حسن عسگری که کهن‌ترین خانقاه ایران است، دخمه و فجه عالی در محله راست‌گوی، امامزاده ابراهیم و قاسم، عمارت منوچهری، خانه شفاهی، برج هشتل و... در این شهر تاریخی و باستانی بازدید کنید. در این محور مجموعه‌ی متنوع گردشگری «اکسین» هم برای خرید مناسب است هم اقامت. اگر کودکی دارید، نشانی «مزرعه کودک» اکسین را بگیرید. احتمالاً به ما حق می‌دهید اگر بگوییم ممکن است یک روز برای آمل‌گردی کم باشد.

● کجا، چی بخورید؟

اگر طبیعت‌گرد هستید و یا به بوم‌گردی علاقه دارید مناسب‌ترین غذاها همان غذاهای محلی است. اما اگر طبیعتان به غذاهای محلی نمی‌کشد قدم به قدم در جاده هراز، اماکن پذیرایی و رستوران خودنمایی می‌کند. ولی اگر بهترین‌ها را می‌خواهید، چندین گزینه روی میز است؛ اگر فست‌فود خور حرفه‌ای هستید فست‌فود نارنجستان یکی از معدود فست‌فودهای این جاده است که با فضایی بزرگ و جالب میزبان شما خواهد بود. رستوران‌های آریا، کاجیلا، دریوک و روگلی نیز برای سنتی‌خورها مناسب‌اند. در آمل نیز رستوران «حاج محسن» حرف اول را می‌زند.

و مسیر روستای گیلاس را در پیش بگیرید. پس از روستای گیلاس یک سه راهی وجود دارد که می‌بایست در آن به سمت راست بپیچید و سه راهی بعدی را به سمت چپ. با ادامه مسیر به روستای نوا می‌رسید که در امتداد «آرو» واقع شده است. تابستان از گیلاس‌های این منطقه میل کنید که عالی است.

● دخمه‌های سنگی هراز

اگر علاقه‌مند به مکانهای رازآلود و وهم‌انگیز هستید، غارهای دست‌کند محور هراز مکان مناسبی برای ارضای حس کنجکاوی شماست. محلی‌ها به این دخمه‌های سنگی «کافرکلی» می‌گویند؛ فضاهای دست‌کندی که در محور هراز و نقاط مختلف منطقه بالالاریجان، در میان بندها و پرتگاهها تراشیده شده است. این حفره‌های دست‌کند در طول دره هراز از آبادی اسک، مرکز قدیم بالالاریجان شروع و تا روستای پنجاب به طول ۴۲ کیلومتر در ارتفاعات مشرف به دره هراز و در چند دره فرعی حد فاصل این دو محل قرار دارد. بنابراین راه چندان هموار نیست. اکثر این کلونی‌های دست‌کند دارای اتاق‌های متعدد همراه با نورگیرها، مکانهای دیده‌بانی، سرویس بهداشتی و آشپزخانه است. اشتباه نکنید؛ برای اقامت مناسب نیستند!

● دهکده‌ای طلایی

دهکده طلایی آمل مکانی برای یک تفریح خانوادگی در داخل شهر آمل، بزرگترین پارک مازندران است و عنوان یکی از زیباترین بوستان‌های ایران را با خود یدک می‌کشد. اگر قصد اقامت در هوای باز دارید این مکان به دلیل امکانات و زیبایی، مناسب‌ترین نقطه برای جانمایی چادر است. دریاچه مصنوعی و قایق، شهر بازی برای بزرگسالان و خردسالان، پیست اسکیت، پلاژ پارکینگ، باغ وحش، فست‌فود، مغازه‌ها و رستوران‌های متعدد و امکانات رفاهی بهداشتی از داشته‌های این دهکده است. پارک جنگلی میرزا کوچک خان در ۲۰ کیلومتری آمل مجهز به امکاناتی مانند آب، برق، سرویس بهداشتی، آلاچیق، سکوی چادر و وسایل بازی کودکان است. دریاچه ساهون، پارک جنگلی هلومسر، روستای بلیران، آبگرم استراباکو، دریاچه دوخواهران از دیگر جاذبه‌های مسیر جاده هراز است.



نورگوهون (آتش زدن گون)



که نکند که ضحاکیان با کشتن فریدون و یارانش او را از بند رها نیده باشند. مردم به بلندترین نقطه روستا به قلاپیش (جلوی قلعه) رفته و چشم به دماوند دوختند. در حالی که آفتاب آرام آرام غروب می‌کرد و تاریکی همه جا را فرا می‌گرفت از علامت آتشین خبری نبود. تا آنکه اوایل شب ناگهان نور آتش از سوی دماوند درخشید و مردم نوا نیز در پاسخ آن آتش، گون‌ها را بر سر طناب‌ی بسته و پس از آتش زدن، آنرا بالای سر به گردش در آوردند تا پاسخ دلگرم کننده‌ای باشد برای یاران فریدون.

جوانترها به رقص و پایکوبی مشغول شدند و شیرینی پخش کردند. از آن شب تا کنون این مراسم به جشنی پر شور تبدیل شد و هر سال قبل از شامگاه بیستم تیرماه خورشیدی همه در قلاپیش گرد هم می‌آیند، گون‌های خشک را آتش زده و به دور سر می‌چرخانند و دامن باشکوه دماوند را چراغانی می‌کنند. خانواده‌های نوایی حتی آنهایی که سالها از نوا مهاجرت کرده‌اند و در ایران هم سکونت ندارند تیرماه که از نیمه می‌گذرد خودشان را به روستا می‌رسانند تا در جشنی دیرینه سال منطقه شرکت کنند. مردم در شب جشن میهمانی می‌دهند و باهم غذای شب را میل می‌کنند. بعضی‌ها به یمن این شادی به هم هدیه می‌دهند خاصه نامزدها.

این آیین زیبا که با شوق و شور و با این ایده که به استقبال پایداری در برابر ظلمت می‌روند، یکی از اصلی‌ترین آیین‌های مازندرانی است که با کمترین تغییر و دخل و تصرف برگزار می‌شود.

آدرس: مازندران، شهرستان آمل، روستای نوا

باید «نوا» این روستای زیبای کهنسال را که ده‌ها چشمه تماشایی و دشت‌های با طراوت در آغوش کوه‌های عبرت، رئیس کوه، خورته (خورشید) کوه و سیوکوه (سیاه کوه) آرام گرفته را از نزدیک ببینیم تا درک کنیم چطور این آبادی با اسطوره‌ها و افسانه‌های ایرانی عجین شده است.

«نورگون» یا گون‌های شعله‌ور جشنی است که در مناطق کوهستانی مازندران در روز بیست و یکم تیرماه به عبارتی در ۲۶ نوروزماه تبری و از حوالی عصر برگزار می‌شود. محل تولد این جشن روستای نواست. نام مصطلح و رایج این جشن «نورگوهون» است (گون در لهجه محلی گوهون نامیده می‌شود).

روایت‌های متعدد اما نزدیک به هم درباره زمینه پیدایش این سور شادمانه عصر پیشدادی در نوا وجود دارد که یکی از آنها که نوایی‌ها بیشتر بدان معتقدند؛ فریدون بعد از شکست ضحاک و از آنجایی که باید او را در غاری در کوه دماوند به زنجیر بکشد به سمت قله دماوند به راه افتاد، اما طرفداران ضحاک نیز در تلاش برای رها نیدن او بودند و بارها به لشکریان فریدون شبیخون زدند و او ضمن شکست آنان به سمت قله می‌رفت تا زمانی که به روستای نوا که درست مقابل دماوند بود، رسید.

بعد از چند شب و روز استراحت و رفع خستگی، فریدون و لشکریانش به همراه ضحاک ماردوش روانه قله دماوند می‌شوند و قرار می‌گذارند که بعد از به بند کشیدن ضحاک، در دامنه کوه آتش روشن خواهند کرد تا همگان بدانند که کار ضحاک به پایان رسیده است. علی‌رغم فاصله کم نوا تا دماوند هر چه مردم منتظر ماندند اثری از آتش نبود و همه نگران بودند

مرال‌های دوست‌داشتنی سمسکنده



کم‌یاب‌ترین گونه‌های پستاندار یعنی گوزن زرد ایرانی "persian fallow deer" در ساری تجربه شد.

پناهگاه حیات وحش دشت ناز ساری با مساحتی حدود ۵۵ هکتار، در کیلومتر ۲۰ شمال شرق ساری واقع شده است. این منطقه به عنوان اولین مرکز تکثیر گونه‌های حیات وحش در کشور، با احیای جمعیت گوزن زرد ایرانی، مرهون زنده‌گیری، انتقال به این محل و نگهداری و تکثیر در این پناهگاه شاخص است. دشت ناز همچنین سند و گواهی برای گستره رویشگاه جنگل در جلگه‌های آبرفتی ناحیه خزری است. در دهه‌ی چهل، شش رأس از این گونه از حاشیه رودخانه‌ی کرخه و دز برای جلوگیری از انقراض، طبیعی زنده‌گیری و به دشت ناز ساری منتقل شد. تا چند دهه پیش تصویری شد که نسل این حیوان منقرض شده است، ولی با مشاهده چند شاخ تازه در شوش، این تصور از بین رفت و دو رأس از آن‌ها توسط "ورنرتنس" آلمانی زنده‌گیری شده و در سال ۱۳۳۷ به باغ وحش اپل انتقال داده شد. بعد از تکثیر شش رأس به دشت ناز ساری فرستاده شد تا همچنان شاهد نفس کشیدن این موجود دلربا باشیم.

گردشگرانی که قصد تماشای منطقه‌ی حفاظت‌شده‌ی دشت ناز را دارند می‌توانند با هماهنگی اداره کل محیط زیست مازندران به دیدن گوزن‌های زیبا بروند.

پناهگاه حیات وحش سمسکنده با مساحت ۹۳۷ هکتار در جنوب شرقی شهر ساری واقع شده و به صورت دامنه‌های جنگلی کم ارتفاع است. "مرال" از خانواده گوزن‌ها و از بزرگ‌ترین گونه‌های جانوران علف‌خوار کشور به شمار می‌رود. جنگل‌های هیرکانی، زیستگاه طبیعی این گونه است. مرال (گوزن قرمز) بزرگ‌ترین گونه‌ی گوزن ایران است و در گستره جنوبی دریای خزر یعنی مناطق جنگلی استان‌های گیلان، مازندران و گلستان زندگی می‌کند. مرال‌ها بعد از تکثیر، در زیستگاه‌های اصلی مانند گلستانک نوشهر و یا در مناطق بالادست دودانگه و چهاردانگه رهاسازی می‌شوند.

پناهگاه حیات وحش سمسکنده از نظر ذخیره‌گاه ژنتیکی و حفاظت از گونه‌های گیاهی و جانوری مناطق جلگه‌ای خزر، همچنین تکثیر گونه‌ی در معرض خطر انقراض مرال (گوزن قرمز)، از سال ۱۳۵۴ به عنوان یکی از مناطق حفاظت‌شده کشور شناخته شد. این منطقه با توجه به نزدیکی به مرکز استان و امکان دسترسی، دارای قابلیت استفاده‌های علمی و آموزشی، اجرای پروژه‌های تحقیقاتی و حفاظت از ذخایر ژنتیکی و گونه‌های گیاهی و جانوری منطقه هیرکانی از جمله مرال و شوکا است.

● ناز گوزن‌ها در دشت ناز

اولین مرکز تکثیر در اسارت حیات وحش کشور برای یکی از





تنها بازمانده عصر یخبندان در ساری

جهانی آن به شمار می رود. از مهم ترین گونه های گیاهی در جنگل های هیرکانی بین درختان، راش، ممرز، بلوط، توسکا، انجیلی، افرا، نمدار، بارانک، نارون، زبان گنجشک، انجیر، لرگ و سرخدار و بین گونه های درختچه ای، آلوچه ی وحشی، انار، شمشاد، ولیک، ازگیل، جل، خاس، گالش انگور، سیاه تنگرس طبی و خرمندی هستند. در میان نمونه های جانوری می توان به پلنگ، گراز، خرس، گرگ، مرال، روباه، شغال، سمور، سیاه گوش، خرگوش، موش جنگلی، راسو، قوچ، سنجاب، شوکا، کل، بز و از بین ساکنان آسمانی زیباترین جنگل های زمین، یعنی پرندگان می توان به توکا، دارکوب، سار، سینه سرخ، سسک، چرخ ریسک، قرقاول، سهره، بلدرچین، قوش، کرکس، کبک، اردک نوک پهن و اردک اره، کبوتر جنگلی، عقاب و جغد اشاره کرد.

در روز پنجم جولای ۲۰۱۹ برابر با چهاردهم تیر ۱۳۹۸، در چهل و سومین اجلاس کارگروه میراث جهانی، سازمان آموزشی، علمی و فرهنگی ملل متحد (یونسکو) که در باکو، پایتخت جمهوری آذربایجان برگزار شد، مناطقی از جنگل های هیرکانی یا جنگل های شمال، با نام میراث طبیعی ایران، و تأیید اتحادیه بین المللی حفاظت از طبیعت (IUCN) ثبت جهانی شد و در فهرست میراث جهانی قرار گرفت. بخش مهمی از این جنگل ها در شهرستان ساری واقع شده است.

جنگل های هیرکانی تنها بازمانده دوران عصر یخبندان و دوره سوم زمین شناسی هستند و به لحاظ پایداری و قدمت از اهمیت بسیاری برخوردارند. دانشمندان این جنگل ها را نمادی از فسیل های زنده دنیا می دانند و وجود جنگل های پهن برگ خزان کننده ی باستانی در این ناحیه ی رویشی، با وجود از بین رفتن مشابه آن در سایر نقاط دنیا، از جمله علل ثبت





چرتان در چورت می پرد

شکوه و شگفتی های این منطقه احساس خوشایند و غیرقابل وصفی به تماشاگران هدیه می کند. این روستا هنوزم از اصالت بومی و معماری برخوردار است. زندگی هنوز بر پایه کشاورزی، دامداری و زنبورداری است. اقامتگاه شبانه هم وجود دارد. ویژگی جذاب این روستا مسیر پیاده روی کوتاه تا دریاچه است که می تواند مقصد جذابی باشد. پیشنهاد می کنیم برای رسیدن به دریاچه حتماً پیاده روی گروهی داشته باشید. استفاده از دوچرخه کوهستان هم برای عبور از این مسیر پیشنهاد می شود.

روستای «چورت» که در حد فاصل ساری-کیاسر قرار گرفته، دارای یک برکه یا دریاچه طبیعی است. به دلیل رانش زمین مسیر چشمه مسدود شد و به یک مانداب بزرگ در میان جنگل های انبوه و وهم انگیز تبدیل شد. گذر از جاده هایی سبز و پر پیچ و خم، بالاخره دریاچه چورت یا میانشه را نمایان می کند. با نزدیک شدن به دریاچه، سمفونی قورباغه های ساکن در آن که بی خستگی و با تمام وجود صدا سر می دهند، شنیدنی است. باقیمانده تنه درختان در وسط دریاچه گواه این است که در سال هایی نه چندان دور این تکه از زمین سکونتگاه این درختان بوده و دریاچه بعداً آنها را احاطه کرده است.





جادوی گردشگری سلامت در دودانگه

جنگل، رود و دشت را اینجا در اوج زیبایی تماشا خواهید کرد. رودخانه‌ی شیرین رود دودانگه نیز برای بسیاری از گردشگران نامی آشناست و به دلیل طبیعت پرجاذبه‌ی خود محل پررفت و آمدی است. آب رودخانه چون از دل جنگل‌های به هم تنیده‌اش، انجیلی و ممرز عبور می‌کند و نور آفتاب به آن نمی‌تابد، بسیار سرد است. مناسب‌ترین ماه‌های سال برای شنا در این رودخانه، تیر و مرداد است. مجموعه آب‌درمانی و تفریحی گرگین‌آباد (ورگینه‌وا) که در میان درختان انبوه هیرکانی و حاشیه رودخانه اشک واقع شده دارای چشمه‌های متعدد درمانی است. چشمه‌هایی گوگردی که جلابخش جسم و جان و درمانگر انواع بیماری‌های پوستی و مفصلی است.

بخش دودانگه یکی از بخش‌های شش‌گانه شهرستان ساری است که با مرکز استان ۶۵ کیلومتر از طریق جاده ساری - تاکام - فریم فاصله دارد. «فریم صحرا» از کهن‌ترین دشت‌های میان‌کوهی به لحاظ قدمت تاریخی در این منطقه است که از شالیزارها، برکه‌ها، آب‌بندان‌ها و کوه‌های صخره‌ای که در حد فاصل دودانگه، سوادکوه و سمنان قرار دارد، تشکیل و موجب شده در برخی از فصل‌های سال شاهد برف در کوه‌های صخره‌ای باشیم. منطقه‌ی سحرانگیز و چشم‌نواز دودانگه ساری، مکانی نیست که به راحتی بتوانید از آن دل بکنید. هر تصویری که در چشمتان نقش می‌بندد کارت‌پستالی ست از زیبایی تحسین‌برانگیز خالق هستی. هم‌نشینی کوه،



سراغ خلاقیت را در این خانه‌ها بگیرید



و تمدن، چه یادمان‌های هنری دارد؟ از سال‌های خیلی دور تا امروز روز، ایران را در جهان به عنوان یکی از برجسته‌ترین مناطق صادرکننده آثار هنری و صنایع دستی می‌شناسند. کشف آثار هنری باستانی ساخته دست انسان در بناهای تاریخی، ارتباط تنگ و ظرفیت هنر و صنایع دستی با تمدن این پهنه را خبر می‌دهد.

بافت و نساجی سنتی از قدیمی‌ترین صنایع دستی ایران و مازندران به شمار می‌رود، کشف دوک نخ‌ریسی در بهشهر با قدمت چند هزار ساله موید این ادعاست. صنعت نساجی در امتداد رفع نیاز انسان به پوشش و بعضی اقسام مورد نیاز روزمره شکل گرفت و به شاخه‌های مختلفی تقسیم شد. اکنون صنعت نساجی سنتی یکی از متنوع‌ترین صنایع کشور است. هنوز که هنوز است گوش ما با گبه‌بافی، جاجیم‌بافی، ابریشم‌بافی، چادرشب‌بافی، مخمل‌بافی، پرده‌بافی، خوس‌بافی، نواربافی، شمدبافی، گلیج‌بافی و... آشناست و از حسن اتفاق، چشمان ما هم به روی زیبا و رنگ و رنگ‌شان روشن است.

اقسام گوناگون فرش ایرانی، پرفروش‌ترین محصول صنایع دستی ماست. ایران با فعالیت در ۳۷۰ رشته از ۶۰۰ رشته صنایع دستی شناخته شده در جهان، از فعال‌ترین کشورها در این حوزه به شمار می‌رود.

● هنرمندان پیش‌تاز اصفهانی

صنایع مسی، سفالگری، نمد، قلم‌کاری و میناکاری بازار پرونقی دارند و در خبرها آمده بود: «سال ۱۳۹۶ صنایع دستی ایران رتبه دوم صادرات و رتبه اول صادرات غیرنفتی را از آن خود کرده بود.» اصفهانی‌ها با ثبت ۱۳۰ رشته هنری در فهرست دارندگان صنایع دستی جهان، جایگاه ویژه‌ای دارند و در بخش صادرات نیز بلامنازع و بی‌رقیب، پیش‌تازند.

ایران با ۱۱ شهر و سه روستا در صدر فهرست صاحبان صنایع دستی ثبت شده کشورها در دنیا قرار دارد. شورای جهانی صنایع دستی، زیر نظر سازمان یونسکو فعالیت می‌کند و کشورهای مختلف برای ثبت آثار و صنایع دستی خود پرونده این آثار را به این شورا می‌فرستند. نام شهرها و روستاهای ایران بین سال‌های ۲۰۱۵ تا ۲۰۲۰ میلادی در این شورا به ثبت رسیده است.

به نقل از کارشناسان این رشته: «آنچه مقوله صنایع دستی را از هنر کاردستی متمایز می‌کند، هدف از ساختن آنهاست. صنایع دستی لوازمی هستند که قرار است مورد استفاده قرار گرفته و کهنه، پوسیده و... شوند. موارد کاربرد آنها بیش از یک‌تزیین ساده است. صنایع دستی، اغلب کارهای

این گزارش را با یک سوال آغاز می‌کنم؛ اگر قرار بود فرزند یا فرزندان‌تان را برای فراگیری حرفه، صنعت و یا یک فن، به دوره‌ای آموزشی بفرستید، موضوع آن چه بود؟ تا به حال به آن فکر کرده‌اید؟ اقدامی انجام داده‌اید؟ بچه‌های شما به غیر از کلاس زبان، موسیقی و ورزش به کدام رشته علاقه نشان داده‌اند؟ بیایید صادق باشیم؛ چقدر به این فکر کرده‌اید که کاش دخترتان یک دوره آموزش کاشت ناخن ببیند و یا تاتو زدن بلد باشد و بتواند گلیم خودش را از آب بکشد بیرون؟ خاصه در دوره و زمانه‌ای که زیبایی، هر مدل و نوع آن توی بورس است و هر که اسم و رسمی در این رشته‌ها پیدا کرده باشد، پول پارو می‌کند!

چقدر خدا خدا می‌کنید پسر دل‌بندتان پزشک شود و برود در کار انواع و اقسام کاشت و برداشت مو و ابرو، تزریق و... پول در بیاورد و شما قند در دلتان آب بشود و هم به پسر پزشک‌تان افتخار کنید و هم از درآمد خوبش و رفاهی که دارد خوشحال باشید؟

چرا چند قدم جلو برویم، ممکن است خودتان به هر دلیلی که این گزارش را تا اینجا خوانده‌اید، جزو کسانی باشید که به کسب درآمد از راه‌هایی که ذکر شده فکر کرده‌اید، در آنها اشتغال دارید و...

حالا نه اینکه این فن‌ها و هنرها بد باشد، نه! دارم از جهانی حرف می‌زنم که به مدد یک عدد تلفن همراه، همه‌مان با خبریم در آن چه می‌گذرد.

همانطور که به یاری فضای مجازی تاکنون مطلع شده‌اید، سفر نیز کم در اولویت مردم دنیا قرار ندارد و صنایعی که مرتبط با آن است؛ از جمله صنایع دستی که گردشگران و متقاضیان تفریح و تفریح از آنها سوغات و یادگاری برمی‌دارند و یا به عنوان مایحتاج خود خریداری می‌کنند.

حالا با توجه به تغییر رویکرد اقتصاد جهان و رونق اقتصاد خلاق، نوآوری دارد حرف اول را در بسیاری از اقتصادها می‌زند. موافق نیستید؟ خدمات نوین مبتنی بر محیط دیجیتال را دوباره ببینید. این بار به فکر فرو خواهید رفت، اگر تاکنون نرفته باشید.

● قاعده‌هایی که برهم می‌خورد

روزگاری شده که انواع روش‌های مدرن و حتی هوش مصنوعی دارد بسیاری از سبک‌ها را از میان می‌برد و قاعده را برهم می‌زند. امروزه ایده، پرورش انسان‌هایی که خلاقیت دارند و تولید محصولات نوآورانه، ارزشمند است.

کسی هست نداند ایران با گذشته‌ای مملو از شکوه و افتخار در فرهنگ



درخشندگی و البته ثروت در پی خواهند داشت که با طیبِ خاطر، فرزندان هنرمند و یا علاقه‌مندان را به فراگرفتن صنایع دستی تشویق خواهید کرد.

● پشتیبانی از ایده‌ها

در آستانه آماده شدن دومین خانه خلاق صنایع دستی مازندران در شهر رویان، مدیر آموزش صنایع دستی اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی مازندران با بیان اینکه خانه‌های خلاق در حقیقت وظیفه تسهیل و سرعت بخشیدن به ایده و طرح‌های خلاقانه‌ای که منجر به کسب و کارهای خلاق و تجاری‌سازی محصولات صنایع دستی می‌شوند را برعهده دارند، می‌گوید: «این خانه‌ها با عرضه خدمات و امکانات به ایده‌ها و پروژه‌ها از آنها پشتیبانی می‌کنند.»

دکتر عاطفه شعبانی از خانه‌های خلاق به عنوان جاذبه‌های گردشگری که می‌تواند از سوی گردشگران مورد بازدید قرار بگیرند، یاد می‌کند و می‌گوید: «این خانه‌ها به شناسایی استعدادها و بالفعل نمودن خلاقیت‌ها می‌پردازند. خانه‌های خلاق بستری برای تاسیس شرکت‌های خلاق و دانش بنیان صنایع دستی هستند که با هدف ایجاد اشتغال، خلق ارزش افزوده، توسعه بازار و رونق اقتصاد خلاق در کشور مورد حمایت قرار می‌گیرند. این حمایت‌ها از سوی پارک علم و فناوری و ادارات کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی انجام می‌شود.»

او کاهش هزینه تولید شغل، زودبازده بودن، کاهش آلودگی محیط زیست، تناسب با ویژگی‌های اقلیمی و بومی، اثربخشی فرهنگی و اقتصادی به طور توأمان، حراست از هویت ملی در کنار توسعه سبک زندگی ایرانی اسلامی را از ویژگی‌های خانه‌های خلاق می‌کند.

شعبانی تولید محتوای خلاقانه، ارائه آموزش‌های تخصصی درباره تولید، بازرگانی، فروش، خلق ارزش افزوده، بسته‌بندی، تجاری‌سازی نوآورانه و... را از اهداف تاسیس این خانه‌ها می‌داند.

فرهنگی و مرسوم تلقی می‌شوند زیرا به عنوان بخشی از الزامات زندگی روزمره مطرح هستند در حالی که هنر و کاردستی بیشتر یک فعالیت سرگرمی گونه و ارائه بی‌نقص از یک تکنیک خلاقیت است.»

تا اینجا واقفیم صنایع دستی که هم مورد استفاده مردم و شهروندان است و هم در سفر، مورد اقبال گردشگران قرار می‌گیرد، با خلاقیت و کاربردی شدن در زندگی مدرن امروز، زنده مانده‌اند و دارند نفس می‌کشند و فعالان این صنعت که قریب به اتفاق شان عاشق هنر و صنایع دستی هستند، با نوآوری و ابداع توانسته‌اند در این حرفه و صنعت بمانند و از آن کسب درآمد کنند.

● راه‌اندازی خانه‌های خلاق صنایع دستی

در سال‌های اخیر در گوشه و کنار ایران که سومین تولیدکننده صنایع دستی در جهان محسوب می‌شود، خانه‌هایی به نام خانه «خلاق» راه‌اندازی شده که اهدافی مثل نوآوری در حوزه‌های ادبیات، فرهنگ، هنر، آموزش، یادگیری، اسباب‌بازی، فیلم، پویانمایی، تندرستی، نوآوری‌های اجتماعی، انیمیشن، گیم، مُد، پوشاک، رسانه‌ها و کسب و کارهای مجازی را دنبال می‌کنند. متقاضیان دارای ایده، می‌توانند وارد خانه خلاق و نوآوری شده و در یک دوره شتاب‌دهی قرار بگیرند. مریبان به افراد دارای ایده کمک می‌کنند تا ایده‌شان تبدیل به محصول یا خدمت شود. توسعه بازار و محصول، تسهیلات مالی و حقوقی، مشاوره‌های فنی و در نهایت بازاریابی و ورود ایده‌ها به بازارهای جهانی در خانه‌های خلاق انجام می‌شود.

خانه خلاق چالوس نیز یکی از این خانه‌هاست که در بخش صنایع دستی فعالیت می‌کند. احتمالاً در روزهایی که به نام هفته دولت نامگذاری شده با افتتاح و بهره‌برداری از چنین خانه‌هایی روبرو شده‌اید. خانه‌هایی که اگر از اهداف متعالی خود فاصله نگیرند به یقین، اتفاقات مثبت‌تأثیرگذاری را برای اقتصاد مرتبط با صنایع دستی رقم خواهند زد و احتمالاً آنقدر شکوفایی،



بین‌المللی هستند.»

مریم جمشیدی از صنایع دستی چوبی، بافته‌های داری، نساجی سنتی و مینای فلز به عنوان بیشترین صنایعی نام می‌برد که از مازندران صادر می‌شوند و مورد اقبال خریداران قرار می‌گیرند. خانه‌های خلاق قادرند بر فقدان برنامه‌ریزی منسجم و متمرکز به منظور حمایت از شرکت‌های فعال در صنایع خلاق غلبه کنند، اگر راه‌آمده را برنگردند.

● یک نمونه خلاق

سپیده منادی، کارشناس هنرهای اسلامی توانست در نخستین رویداد ملی صنایع دستی جنگل‌های هیرکانی، عنوان برتر را از آن خود کند. او که از رامسر در این رویداد شرکت کرده بود درباره طرح خلاقانه خود می‌گوید: «تولید کاغذ مورد استفاده هنرمندان رشته‌های نگارگری، خوشنویسی، نقاشی و... از ساقه‌های برنج که معمولاً در مزارع دور ریخته می‌شوند را به انجام رساندم که ویژگی ارزنده این کاغذ، مقاومت در برابر آب و شستشو است که منجر به استفاده چند باره از آن می‌شود.»

به شما حق می‌دهم اگر هنوز هم مصمم باشید خودتان و یا فرزندان در رشته‌های مرتبط با زیبایی چهره و پیکر فعالیت و کسب درآمد کنید. راستش عاشق و هنرمند صنایع دستی بودن دیگر کافی نیست؛ خلاقیت می‌خواهد و دید باز و گسترده.



● تولیدات کیفی تر و ثروت افزایی بیشتر

او می‌افزاید: «خانه‌های خلاق با اقدامات پژوهشی، علمی، آموزشی و ابتکار باعث می‌شوند در فرایند تولید و خدمات صنایع دستی اتفاقات مثبتی رقم بخورد و منجر به ثروت‌افزایی، اشتغال و ارزش افزوده شوند. به طور مثال اگر یک محصول صنایع دستی در کارگاهی معمولی با کیفیت و میزان مشخصی تولید شود، این تولیدات در خانه‌های خلاق آسیب‌شناسی شده و اگر مشکل طراحی تولید، بسته‌بندی برای تجاری‌سازی و... داشته باشند با حضور تیم تخصصی، مشکلات رفع و محصول برای تولید کیفی تر و ثروت‌افزایی بیشتر آماده می‌شود.»

مدیر آموزش صنایع دستی اداره کل میراث فرهنگی، گردشگری و صنایع دستی مازندران با بیان اینکه طرح خانه‌های خلاق در صورت همراهی مسئولان و افزایش سطح اطلاعات و دانش آنها، می‌تواند به اهدافش نزدیک شود، ادامه می‌دهد: «با حمایت و پشتیبانی مدیران از جوانان نوآور، می‌توان به موفقیت در عرصه تولیدات و عرضه درست صنایع دستی امیدوار بود، چراکه در ادامه، خانه‌های خلاق منجر به تشکیل شرکت‌های خلاق و دانش‌بنیان خواهند شد. خوشبختانه در مازندران این حمایت انجام می‌شود و امکانات دولتی در اختیار صنعت‌گران صنایع دستی قرار می‌گیرد.»

سورنا ستاری معاون علمی و فناوری رییس‌جمهور از خانه‌های خلاق به عنوان مکانی برای ترویج و اطلاع‌رسانی در رابطه با ظرفیت‌های صنایع دستی و ارتقاء جایگاه اقتصادی و تجاری این حوزه‌ها نام می‌برد و یادآوری می‌کند: «شتاب‌دهنده روی کار سرمایه‌گذاری می‌کند نه حقوق افراد، تا جایی که به خلق نوآوری برسد.»

معاون صنایع دستی و هنرهای سنتی کشور نیز معتقد است: «باید با حفظ اصالت و ماهیت صنایع دستی، بتوانیم ایده‌های نو و دانش روز را به آن اضافه کنیم و صنایع دستی را از رخوت یا فریز شدن در گذشته نجات دهیم.» اکنون بیشتر از هر زمان دیگری صنایع دستی ما نیازمند تقویت برندها، بازاریابی درست، صادرات و همکاری‌های بین‌المللی است.

کارشناس ترویج صنایع دستی استان تعداد رشته‌های فعال صنایع دستی مازندران را ۸۰ رشته از ۱۲۰ رشته صنایع دستی ملی عنوان می‌کند و می‌گوید: «صنایع دستی مازندران دارای ۹۵ نشان ملی مرغوبیت کالا و ۱۳ نشان



تیرماه سیزده‌شو (جشن تیرگان)

● شگون «چوب خوردن»

شگون «چوب خوردن» یکی از برنامه‌های مخصوص این جشن است؛ شخصی با لباس مبدل، دستمالی به سر بسته و صورتش را سیاه می‌کند و مانند لال‌ها با کسی حرف نمی‌زند. این شخص که او را «لال‌مار» (لال‌مادر) می‌گویند با همراه چند لال وارد خانه‌های محل می‌شود و با «لال‌شیش» (چوب و ترکه‌ای) که در دست دارد، ضربه‌ای به ساکنان خانه می‌زند. مازندرانی‌ها آمدن لال را به خانه و کاشانه خود به فال نیک می‌گیرند و باور دارند که لال هرکس را بزند تا سال دیگر مریض نمی‌شود. فال گرفتن با دیوان حافظ در شهرها، روستاها و تقریباً همه خانه‌های این منطقه در این شب مرسوم است.

کسانی نیز در شب این جشن بر بام خانه هم می‌روند و از روزه بام شال درازی را که به سر آن یک دستمال بسته‌اند، درون اطاقی که اهالی خانه نشسته‌اند، می‌اندازند. صاحب‌خانه از همان طعمی که برای میهمانان مهیا کرده در دستمال می‌گذارد و آن را می‌بندد. بعد کسی که بر بام نشسته و شال را فرو انداخته، آهسته آهسته شال را بالا می‌کشد.

فال سنجاق هم در شهرستان بابل متداول است؛ سنجاق یا سوزنی را در دامن نیت‌کننده فرو کرده و سپس زن یا مردی چند شعر محلی می‌خواند و حاضرین داوری می‌کنند که فال خوب است یا بد. بابلی‌ها به فال «آغوز» (گردو) هم اعتقاد دارند؛ یک نفر چند گردو را برای صاحب فال در بین دستان خود می‌چرخاند سپس به زمین ریخته. نیت‌کننده یکی را برداشته و می‌شکند. اگر مغز آن سالم باشد، فال نیکو است.

در غروب تیرماه سیزده‌شو بعضی زنان سر چهارراه فال‌گوش می‌ایستند؛ اگر از رهگذر کلامی بشنوند غمگین می‌شوند، در غیر این صورت شاد شده و به خانه می‌روند. افرادی که نامزد دارند مثل بیشتر اعیان این سرزمین، هدیه‌ای را برای شگون و یادآوری به خانه همسر آینده خود می‌فرستند که به آن «سیزده‌ی» می‌گویند.

طبیعت خرامان برگ‌ریزان مازندران وقتی آفتاب تابان فرو می‌افتد، همه‌ی اسباب سوز و شادی را فراهم می‌کند تا بزرگی‌گران بعد از ماه‌ها کوشش بی‌قغه، روی خوش زندگی و دمی آسودن را در آغوش بگیرند. در جشن «تیرماه سیزده‌شو»، به عید نوروز مازندرانی‌ها دعوت می‌شویم؛ این همان ضیافت تیرگان ایرانیان باستان است که در تاریخ باستانی تبری مصادف با دوازدهم آبان ماه و نیمه دوم «اونه ماه» (آبان ماه) تقویم مازنی است.

برای تاریخچه این جشن روایات مختلفی وجود دارد؛ برخی پیروزی کاوه بر ضحاک را مبنای جشن تیرماه سیزده‌شو می‌دانند و پاره‌ای دیگر معتقدند تیرگان شب تولد حضرت علی (ع) است. مازندرانی‌ها در تیرماه سیزده‌شو که به «لال‌لای شو» هم معروف است، با برپایی آیین‌های گش و نیکو و آماده کردن خوراکی‌های سیزده‌گانه به استقبال سال نوی تبری می‌روند.

در شب جشن همه خانواده بلکه اهالی هر محل دور هم جمع می‌شوند و تا نیمه شب به خوردن تنقلات و گوش دادن به قصه و افسانه‌های بزرگ‌ترها سپری می‌شود. از سر شب جوانان با در دست داشتن ترکه‌ای بلند که کیسه‌ای به انتهای آن بسته شده است، همراه کودکان به در خانه‌ها رفته و با سرو صدای کوبیدن چوب به درها و لال‌بازی از صاحب‌خانه تقاضای هدیه می‌کنند و میزبان اغلب به آنها پول، میوه و شیرینی می‌دهد. در این شب علاوه بر خوراک‌هایی که مناسب مهمانی است بنا بر رسم هر منطقه خوردنی‌های ویژه با محصولات و تولیدات روستای محل سکونت تدارک دیده می‌شود. این خوردنی‌ها که به آنها «خارجی» می‌گویند شامل انواع نان بومی، گندم بوداده، گردو، سنجد، بائودونه و بسته‌زیک است.

بعد از شام که در مناطق مختلف متفاوت است و اغلب رد پای مرغابی یا ماهی شکم‌پرو و غذاهایی که با دانه و رب‌انار ترش جنگلی مزه‌دار شده‌اند را می‌توان پیدا کرد، شیرینی‌ها و میوه‌های پرتعداد از جمله انار، پرتقال، ارگیل، خرمالو و... را داخل سینی بزرگی به اسم «مجمعه»، روی کرسی می‌گذارند و افراد خانواده و میهمانان دور آن جمع می‌شوند. مراسم با گپ و گفت و نقل خاطره‌های شاد و قصه‌های محلی آغاز می‌شود.

● نظر ابوریحان بیرونی

ابوریحان بیرونی درباره این جشن می‌گوید: «روز سیزدهم تیرماه این عید به دو علت برگزار می‌شود؛ یکی آنکه افراسیاب چون به ایران غلبه کرد، منوچهر از او خواست که از کشور ایران به اندازه‌ی پرتاب یک تیر به او بدهد. یکی از فرشتگان که نام او اسفندارمذ بود حاضر شد و منوچهر را امر کرد که تیر و کمان بگیرد، چنانکه در کتاب اوستا آمده، (آرش) را حاضر کردند. او نیز تیر را تا بناگوش خود کشید و خود پاره پاره شد. خداوند باد را امر کرد که تیر او را از کوه رویان بردارد و به اقصای خراسان که میانه فرغانه و تیرستان است پرتاب کند و تیره درخت گردوی بزرگی خورد ولی بعضی‌ها می‌گویند که تا آنجا هزار فرسخ بود و منوچهر و افراسیاب به همین مقدار زمین با هم صلح کردند و این قصه در چنین روزی بود و مردم آن را عید گرفتند.

دلیل دوم آنکه (دهوفذیه) که معنای آن حفظ دنیا و فرمانروایی در آن (دهقنه) یعنی عمارت دنیا و زراعت و قسمت آن است، با هم هستند که عمران و قوام عالم بدانهاست و فساد عالم، با این دو اصلاح می‌پذیرد. اما دهوفذیه از هوشنگ صادر شده و دهقنه را برادر دیگر او رسم کرده و نام این

● شماره ثبت:

آدرس: شهرستان سوادکوه، روستای بورخانی

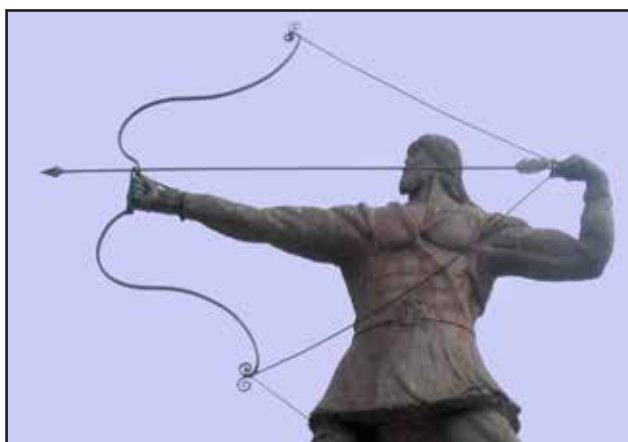
سوادکوه، شهر آلاشت

شهرستان نکا، بخش هزارجریب، روستای استخرپشت

روستای کندلوس

روز تیر است و این روز است که هوشنگ نام برادر خود را بزرگ گردانید و دهقنه را به او داد و این روز را راه اجلال عید گردانید و هوشنگ به مردم امر کرد که این روز را گرامی دارند که تا روزگار گشتاسب مردم در این روز غسل می‌نمودند.» تیرماه سیزده‌شو از روزگاری که چندان دور نیست با ایجاد شور در دل روستاییانی که در تمام طول سال به فعالیت کشاورزی و دامداری می‌پردازند، آنها را به هم پیوند می‌زند و این کوشش‌گران خستگی‌ناپذیر در می‌یابند که زندگی و عمر، تنها کار کردن محنت‌بار زیر خورشید تابستانی نیست، بلکه می‌توانند لحظات خوش را با هم بسازند و شادمانه به استقبال فصل نو بروند. اینگونه رنج زندگی برایشان قابل تحمل‌تر می‌شود. موسیقی محلی نقش در اکثر برنامه‌های این آیین نقش دارد.

تیرماه سیزده‌شو با تفاوت اندکی که حاصل خلاقیت اشخاص و قدرت بداهه‌پردازی تعدادی از آنهاست و مهارت‌های فردی در نحوه اجرا، در نقاط مختلف استان اندکی متفاوت است؛ اما در کلیت رسم هیچ مغایرتی وجود ندارد. پاییز به بزم مهرگان مازندرانی‌ها دعوت دارید از هر کجای جهان که بخواهید شادی در دلتان ریشه کند.





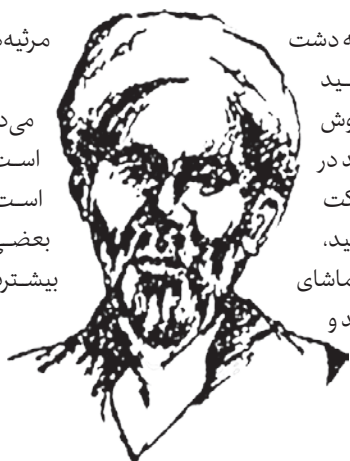
هم نشینی طبیعت، شعر و تعزیه

روایت کهن و ناب محرم در تلاؤک

مرثیه‌ها روی آورد.

فدایی خود را پیرو محتشم کاشانی و صباحی بیدگی می‌دانست و سراینده نخستین مکتب منظوم در زبان فارسی است. این مکتب ۳۷۱۸ بیتی طولانی‌ترین ترکیب‌بند فارسی است که دارای چهار «نظام» یا بخش است، به همین دلیل بعضی ادبا آن را «چهار نظام فدایی» می‌نامند. فدایی سراینده بیشترین تعداد ترکیب‌بند در تاریخ ادبیات فارسی ست، اما شاعر تلاؤک سروده‌های دیگری در سایر قالب‌های شعری دارد که قصیده ۳۱۴ بیتی باردیدف تشنه، یا قصیده «روبهان اُرس» در توصیف جنگ روس‌ها علیه ایران، از آن جمله‌اند.

سروده‌های فدایی، حزن‌انگیز است و در روزهای محرم و سوگواری امام سوم در مساجد و تکایای مازندران خوانده می‌شود؛ اشعاری ساده و دلنشین. باید سروده‌هایش را بخوانیم تا باور کنیم این دشت و کوهستان چنین فرزند ادیب بی‌نظیری در دامان خود پرورانده است. فدایی بیش از ۸۰۰ بیت درباره عاشورا سروده است؛ ابیاتی که سرشار از صور خیال عاشورایی است. اشعار را که بخوانید می‌توانید عاشورا را تصویر کنید؛ طبع روان در ستایش، مناقب و دلوری‌های سرور شهیدان، یادکرد حماسه حسینی و نمایش صفوف و رویارویی جنگاوران، دیدنی است. مکتب منظوم فدایی با ۳۷۱۸ بیت به عنوان یکی از ممدخل‌های دانشنامه جهان اسلام ثبت شده است:



صبح مه‌آلود «تلاؤک» در دامن کوه‌های بلند مشرف به دشت فریم، هر صاحب‌دلی را به خود می‌خواند؛ مسافر که باشید صفای روستا بیشتر به چشم می‌آید و ممکن است فراموش کنید برای چه به دودانگه آمده‌اید. اگر به هر دلیلی نتوانستید در یکی از رسم‌های مازندرانی‌ها در روزهای تاسوعا و عاشورا شرکت کنید، و یا در حال برنامه‌ریزی برای سفر در ماه محرم هستید، هنوز فرصت هست، می‌توانید یازدهمین روز از محرم را به تماشای نمایشی آئینی در روستای کوهستانی تلاؤک ساری بنشینید و تکاپوی بی‌وقفه و دریغ‌اهالی را ببینید.

این رسم را دو قرن پیش یکی از بنیان‌گذاران تعزیه در مازندران و شاعران و مرثیه‌سرایان این روستا «میرزا محمود فدایی تلاؤکی» که از زبان شعری شیوا و استواری برخوردار است، پایه گذاشت.

شاعر گرانقدر تلاؤک سال ۱۲۰۰ در این روستا در خانواده‌ای کشاورز به دنیا آمد و همین جا به مکتب‌خانه رفت و اوایل عمرش را به آموختن علوم قرآنی و درس و بحث مکتبی در زادگاهش گذراند. سپس برای تحصیل در علوم مذهبی به ترتیب به ساری، قم، و سپس کربلا و نجف رفت.

این عارف بعدها در روستای محل تولدش و روستاهای اطراف به روضه‌خوانی و نشر فرهنگ عاشورا پرداخت، در مکتب‌خانه‌های محلی تدریس کرد و به ثبت و تنظیم تعزیه‌نامه‌ها و به نظم درآوردن مکتب و

یکسورها تیر از کمان

یکسو زندش از سنان

یکسو ز تیغ جان ستان

این یک طرف، آن یک طرف

صف بهر جنگش می زند

یکسو خدنگش می زند

یکجا ز سنگش می زند

این یک طرف، آن یک طرف

آن از سرش افسر کشد

وین رختش از پیکر کش

آن جوشنش از بر کشد

این یک طرف، آن یک طرف

بر دور آن شه کشتگان

تن بر زمین، سر بر سنان

این غرقه خون، آن خون چکان

این یک طرف، آن یک طرف

کلثوم و زینب، رو به رو

آشفته و ژولیده مو

این سینه زن، آن نوحه گو

این یک طرف، آن یک طرف

...

غروب های سرخ فام تلاوک هر دارنده ی قریحه و ذوقی را با خود همنشین و شاعر می کند. روح که هوای پاک بخورد، همسفر حسین (ع) که بشود، ارباب که یاری کند... فدایی تلاوکی ظهور می کند؛ بی بدیل! حالا همولایتی های این شاعر ارادتمند ابا عبدالله (ع)، عزاداری ماه محرم را به آیینی ستودنی بدل کرده اند. با نزدیک شدن ماه محرم، خادمین و بزرگان روستای تلاوک برای تدارکات و هزینه مراسم، برگزاری آیین های عزاداری، مکان های اجرا، مسیر دسته روی ها

و... برنامه ریزی می کنند.

روایت شده که فدایی تلاوکی در روز عاشورا از دنیا می رود. از سالمرگ او که تاریخ دقیق آن مشخص نیست (محمد طاهری (شهاب) در مجله ارمنان می نویسد: «در حاشیه یکی از صفحات کتاب چهار نظام، به خط شخص دیگری تاریخ درگذشت شاعر را سال ۱۲۸۲ هـ.ق نوشته اند.»). تلاوکی ها مراسم اصلی شان را روز یازدهم محرم برگزار می کنند. ارج نهادن واقعه کربلا و بزرگداشت عاشورا با اجرای تعزیه و استفاده از اشعار شاعر تلاوک، مهم ترین و دیدنی ترین برنامه ی یازدهمین روز نخستین ماه قمری در روستای دشت دودانگه است.

همدلی و اتحاد زنان و مردان روستا و خلوص باطنی شان مثال زدنی است. همچنین آگاهی عمومی مردم از تاریخ منطقه، هویت عرفا و دانشمندی مثل ابوسهل کوهی، فدایی و... که زادگاه و آرامگاه شان در این منطقه است، شایسته تحسین است. ظهر فردای عاشورا، با فرجام یافتن نمایش سوزناک و نوحه خوانی ها، اطعام دهی میهمانان و عزاداران آغاز می شود. بعد از ناهار هیئت های عزادار پراکنده نمی شوند و تا شامگاه سوگواری ها ادامه دارد.

شاعر تلاوک در بخشی از نظام اول منظومه اش، خجستگی تولد حسین بن علی (ع) و بعد شهادتش را روایت و از بی وفایی کوفیان گله کرده و در پی آن، مسیر حرکت حسین بن علی و کاروانش از مدینه به کوفه و کربلا را ترسیم می کند. از بند بیستم، صحنه های تاسوعا و عاشورا و نبردها را به تصویر می کشد. از بند چهلم به تنهایی و بی یاری امام (ع) و صحنه رویارویی با دشمنان و شهادتش می پردازد، سوز و گدازها و مرثیه های فدایی اوج می گیرد...

یادآور می شوم، از ابتدای ماه محرم می توانید میهمان تلاوکی ها، و با رسم ها و آیین هایشان همراه شوید، اما تعزیه و مراسم روز یازدهم، سنت و شیوه دیگری است که به شماره ۵۸۰ در سال ۱۳۹۱ به ثبت ملی رسیده است. تلاوک ۶۰ کیلومتری جنوب ساری در منطقه دودانگه واقع شده است و حدود ۱۱۵۰ متر از سطح دریا ارتفاع دارد. این روستا یکی از جاذبه های توریستی دودانگه است که در تمام فصول سال ویژه در بهار، مناظر زیبایی کم مانند و هوای مطبوع و دلکشی دارد.



آدرس: جاده سمنان: مازندران، کیاسر، بخش دودانگه، دهستان بندرج، روستای تلاوک
جاده فیروزکوه: ۲۸ کیلومتری شمال شرقی شهر پل سفید، شش کیلومتری شمال شرقی محمدآباد، مرکز بخش دودانگه، روستای تلاوک
ساری: کیلومتر ۶۰ جنوب شهر ساری (مرکز مازندران)، دودانگه، روستای تلاوک



رسم ناب سورکی ها

سفره میزبانی با طعم خدمت و عشق

کردن اسپند و پاشیدن گلاب، به استقبال عزاداران می روند. بعد از رسیدن دسته های عزادار، هر کدام از گروه ها در مقابل عزاداران سورک با علم های خود و هیئت های سینه زنی و زنجیرزنی در فاصله ای از هم می ایستند. علم های دو طرف در جلوی دسته قرار می گیرند و به رسمی دیرینه شروع به «سوال و جواب» به این شرح می کنند:

آغاز سلام از طرف میهمانان است که یک نفر با صدای رسا و بلند یک مصرع سوال می پرسد و جوابش از طرف میزبان داده می شود:

سوال: سلام ما به شما جملگی عزاداران

جواب: علیک ما به شما باد از ره احسان

سوال: عزای کیست که دارید جمله شیون

جواب: عزای شاه شهیدان

و در چند بیت به صورت مثنوی، شرح واقعه سوزناک کربلا بیان می شود و در پایان

سوال: اجازه هست بیاییم ما در آن محضر

جواب: اجازه هست و بفرمایید جملگی یکسر

در این لحظه، اول علم ها شروع به سلام دادن می کنند و بعد دسته عزاداران در حال سینه زنی وارد حسینیه شده، نماز ظهر و عصر اقامه می شود. سپس میزبانان از میهمانان عزادار در خانه های خود (هر خانواده بنا به توان مالی که دارد و میزان طعامی که تدارک دیده)، پذیرایی می کنند. درب

یکی از باشکوه ترین وداع ها با آزاده ترین مرد همه ی تاریخ را اهالی شهرستان میاندورود مازندران برگزار می کنند. مردم مهربان اینجا از دهه های گذشته که تاریخ دقیق آن معلوم نیست، شیوه ای برای عزاداری در ماه محرم، خاصه روزهای تاسوعا و عاشورا برگزیدند که در نوع خود منحصر به فرد است؛ طعام دهی «فرما بزوئن».

در روز نهم محرم که به تاسوعای حسینی و بزرگداشت مقام حضرت عباس (ع) معروف است ساکنان عزادار شهرها و روستاهای میاندورود که از نخستین روزهای ماه محرم در تدارک میزبانی هستند، از صبح، عزاداری را به صورت دسته های زنجیرزنی و سینه زنی آغاز کرده و تا اذان ظهر به پایان می رسانند. نماز در تمامی تکایای روستاهای بادله، اسرم، لایم، جام خانه و... به جماعت برپا می شود و عزاداران که از گوشه و کنار کشور حضور دارند به صرف ناهار در خانه های اهالی دعوت می شوند.

● استقبال از عزاداران با اسپند و گلاب

در روز عاشورا مردم عزادار شهر کوچک اما زیبای «سورک» در قالب دسته های سینه زنی و زنجیرزنی همراه با علم های خود برای عرض تسلیت شهادت سیدالشهدا (ع) و یارانش در امام زاده این شهر گردهم می آیند تا عزاداران روستاهای منطقه و میهمانان برسند. برای کم کردن غبار راه، زنان در حالی که گوشه های چارقششان را به چشم های تر می کشند، با دود

خانه‌های این شهر در این روز باز است و روی صاحبان آنها گشاده‌تر از همیشه.

● خانه‌های عطرآگین زعفران و مهربانی

هرکس می‌تواند به میل خود وارد خانه‌ها شود. سورکی‌ها معتقدند: سفره روز عاشورا مخصوص امام حسین (ع) است و اهالی این شهر خدمتگزار آقا هستند. علاوه بر این، در ورودی شهر، کوچه و خیابان‌های سورک، مردم گروهی و انفرادی با فروتنی و روی باز از عزاداران برای صرف ناهار در منزلشان دعوت می‌کنند و به اصلاح «فرما» (تعارف و خوش آمدگویی) می‌زنند. و چه فرما زنی، خانه‌ها را عطر زعفران و مهربانی پر می‌کند. زمان در این روز برای سورکی‌ها به تندی می‌گذرد.

این سنت دیرینه نسل به نسل هر سال منسجم‌تر از پارسال تکرار می‌شود بی‌آنکه رنگ تکرار به خود بگیرد. در این شهر پدران به فرزندان وصیت می‌کنند تا رسم را پا بر جا نگه دارند. از چند نسل پیش تاکنون خانواده‌ها و بزرگترهای هر قوم، بخشی از شالیزارها و باغ‌های خود را وقف امام حسین (ع) و این رسم کرده‌اند تا نسل بعدی اگر به هر دلیلی توان طعام‌دهی نداشته‌اند، بخشی از درآمد باغ و مزرعه را صرف آیین فرما بزنند. وقف نیز در این منطقه سنت بسیار پررنگی است و ریشه‌ای دیرینه دارد. طعام‌دهی نیز باعث پیوندی محکم، یگانه و همبستگی بین مردم منطقه شده است.

این آیین پسندیده آنقدر مشهور شده که به روستاها و شهرهای دیگر نیز تسری یافته است. تا آنجا که تمام روستاهای اطراف، تاسوعا و عاشورا پذیرای ده‌ها هزار نفر عزادار در منازل خود هستند و البته به این رسم و میزبانی عزاداران سالار شهیدان افتخار می‌کنند. در سالهای اخیر در روز عاشورا، سورکی‌ها به جمعیتی حدود ۷۰ تا ۱۰۰ هزار نفر طعام می‌دهند. غذا که برنج محلی مازندران، گوشت قربانی گوساله، گوسفند، مرغ و مرغابی است با سبزی شکم‌پر، انواع ماست از جمله ماست ذلال سرو می‌شود.

● بانوان مسئول برگزاری فرما بزنند

این سنت از محدود آیین‌هایی است که زنان، آن را برگزار کرده و توسط آنها اجرا می‌شود. اما در سالهایی که دور نیست، با توجه به شهرت «فرما بزن» و ازدحام جمعیت در روز عاشورا، به مردان هم اجازه داده شده این مراسم را به جای آورند و حامی بانوان باشند. با این حال مسئولیت اصلی برگزاری سنت با زنان است. آیین مذهبی طعام‌دهی و سوگواری مردم منطقه برای پیشوای سوم شیعیان در فضایی صمیمی و همدلانه آنقدر به نحو احسن، دلنشین و بی‌ریا انجام می‌شود که حالا به یک نوع هویت جمعی تبدیل شده است. عده زیادی از دیگر نقاط مازندران و ایران به اعتبار این مراسم و کرامت‌های آن، نذر و در آن شرکت می‌کنند. هستند کسانی که حال ناخوب‌شان با شور متواضعانه سورکی‌ها در روز وداع خوب می‌شود.

علاقه‌مندان به آیین‌های محلی از جای جای ایران و گاهی در قالب تورهایی به صورت گروهی و با حضور گردشگران خارجی که مشتاق شرکت در چنین رسم‌هایی هستند، در این روز میهمان سورکی‌ها می‌شوند و این همه شور و دل‌بستگی آنها به برپایی سنت‌های به جا مانده از ماداران‌شان، آنها را به تعجب وامی‌دارد.

نوکری و عشق به امام حسین (ع) آنقدر میان اهالی اینجا پررنگ و ریشه‌دار است که اگر میزبانی نتواند آن تعداد میهمان که در نظر دارد را به خانه ببرد و رسم طعام‌دهی را به درستی به جا آورد، غمگین و ناراحت می‌شود و بعضی اوقات تا عاشورای سال بعد این افسوس با او و خانواده‌اش خواهد بود. آیین «فرما بزن» سال ۱۳۹۱ با شماره ۵۷۶ به ثبت ملی رسید.

شهرستان میاندورود در جوار ساری مرکز استان مازندران قرار دارد. فرودگاه دشت‌ناز نیز با سورک که مرکز میاندورود است، فاصله کمی دارد.



این غذا در هیچ رستورانی سرو نمی شود

همراه با سبزی‌های معطر چرخ و یا ساییده شده و نمک) خورده می شود. گاهی نیز آشپزها، برنج را در دیس و روی آن کشمش و کره می ریزند و دور یا وسط آن گوشت خرد شده، قرار می دهند. این غذا را معمولاً در رستوران‌های مازندران نمی توان پیدا کرد. اما اگر در شب‌ها و روزهای محرم و تاسوعا و عاشورا میهمان بابل‌ها باشید و در آیین‌های عزاداری این منطقه از مازندران شرکت کنید، حداقل یک وعده «طعام پلو» دعوت هستید؛ غذایی که مزه و طعم منحصر به فردی دارد.

زبانم لال، اگر به مراسم درگذشت عزیزی هم در این بخش از مازندران بیایید حتماً این غذا را روی سفره‌های ناهار و شام که برای تازه درگذشته خیرات کرده‌اند، می بینید.



بابل‌ها جزو مازندرانی‌هایی هستند که به طبع غذاهای محلی با سبک و سیاق گذشته پایبندی بیشتری دارند. آنها علاوه بر طعام پلو، «شیره پلو» که با عنوان «ترشه پلا» هم شناخته می شود و غذای لذیذ و اصیلی است (و این روزها خیلی هم گران تمام می شود)، از عزاداران امام حسین (ع) در ماه محرم پذیرایی می کنند. این غذا در تکایای شهرهای بابل و امیرکلا غذای اصلی محرم محسوب می شود.

● «شیره پلو» بهانه است

اگر به غذاهایی با طعم ملس علاقه مندید، پیشنهاد می کنم «شیره پلو» را امتحان کنید. این پلو با نوعی شیره خوشمزه و برنج آبکش شده پخته می شود. شیره پلویی از مخلوط شکر قهوه‌ای (شکر حاصل از نیشکر)، رب انار، شربت آلبالو، زیره کوبیده، زعفران، گلاب، آب غوره و ... درست می شود و کار هر کسی نیست؛ مهارت و تجربه لازم دارد. شیره مهیا شده را در ظروف شیشه‌ای و در جای تاریک و خنک نگه می دارند.

وقتی سرگذشت طبع غذا در روزها و شب‌های ماه محرم به عنوان «نذری» را بررسی می کنم با روایت‌ها و قصه‌های مختلف مواجه می شوم که یکی از قدیمی ترین آنها چنین می گوید: «نخستین غذای رایج در این ایام، پلو ساده و گوشت به همراه ادویه بوده است. این نذریه خاطر کمبود برنج در آن زمان (دوره صفویه)، به گروه خاصی از مردم و به اصطلاح اعیان‌ها اختصاص داشت که توانایی خرید این محصولات را داشتند. برای ادای نذریه صبح زود برنج و گوشت را می پختند و بین مردم تقسیم می کردند.»

تقسیم غذای نذری محرم هم اشکال متنوعی داشته و دارد که دیرینه‌ترین مدل آن، این گونه بود: «گروهی، ظرف‌هایشان را از قبل برای نذری دهنده می فرستادند. بعد از آماده شدن غذا، صاحب نذری‌ها را پر و برای صاحبانش راهی می کرد.»

● غذای نذری میان نیازمندان توزیع می شد

سابق بر این، بخش زیادی از غذای نذری میان نیازمندان توزیع می شد و گویا اصل فلسفه نذریه نیز همین بود؛ توجه به افراد کم بضاعت جامعه. دادن غذا به عنوان نذری که بسیاری، زنان را بدعت‌گزار آن می دانند، نوعی ابراز ارادت و عشق نسبت به معصومین و ویژه امام حسین (ع) است که ده‌ها سال بین ایرانیان رواج داشته و حالا جایگاه مخصوص خود را نزد عزاداران و محبان اهل بیت دارد.

در هر خطه و منطقه از ایران نیز با تفاوت‌هایی اندک، این سنت حسنه در طول سال و مناسبت‌های مذهبی انجام می شود. درباره خوشمزه‌ترین و متداول‌ترین غذای نذری ایرانی که همان «قیمه» است روایت شده، در مراسم عزاداری که معمولاً توسط بانوان مدیریت می شود، زنان برای اینکه نیاز به حضور مردان نداشته باشند تا گوسفند را قربانی و گوشت را آماده پختن کنند، از گوشت ذخیره شده‌ای به نام «قورمه»، استفاده می کردند که بیشتر مناسب قیمه بود. لپه هم در تمام طول سال وجود داشت و مثل مواد اولیه سایر خورش‌ها مربوط به فصل خاص نبود.

مازندرانی‌ها همانند سایر اقوام ایرانی با نذری دادن و طبع انواع غذاها که قریب به اتفاق آنها محلی است، در سوگواری و عزاداری سالار شهیدان مشارکت و از عزاداران پذیرایی می کنند.

● تدارک «طعام پلو» در بابل

یکی از غذاهای سنتی و قدیمی شهر و روستاهای بابل که در مراسم مذهبی و سوگواری‌ها تدارک دیده می شود «طعام پلو» است که اجزای آن عبارتند از برنج، گوشت مغزبان گوسفند یا سینه مرغ، کشمش پلویی، کره محلی، زعفران و دارچین.

بعد از دم کشیدن برنج، دو تا سه کفگیر از برنج را با زعفران، کره و کشمش مخلوط می کنند که در مازندران به آن «بکروم» می گویند. برای سرو غذا، برنج را در ظرف‌ها کشیده و روی آن یک ردیف گوشت خوب پخته و خرد و ریش شده، سپس بکروم قرار می دهند.

«طعام پلو» با ماست بورانی، سبزی خوردن و یا ماست دلالی (ماست



آشپزها برنج را کمی زودتر و به اصطلاح کال برمی دارند و آبکش می کنند و روغن، زرد چوبه و زعفران مرغوب را کف دیگ های بزرگ می ریزند. در بعضی مناطق، برنج سفید را زیر قابلمه و برنج مخلوط شده با شیره را در ردیف بالا قرار داده و برنج را دم می دهند و موقع کشیدن، آنها را با هم مخلوط می کنند. تعدادی از آشپزها هم شیره رقیق شده با کره محلی و کشمش را حسابی با برنج ترکیب کرده و سپس داخل ظرف ها می کشند و مرغ و گوشت را کنار برنج مخلوط با شیره قرار می دهند و با کشمش تزیین می کنند. این شیره مخصوصاً معمولاً بانوان در خانه و یک بار در سال آماده کرده و بیشتر آن را برای ماه محرم نگه می دارند. صاحبان مجالس و کسانی که نذر دارند نیز هر سال مقدار زیادی از این شیره تهیه می کنند.

دلدادگی و ارادت به امام آزاده و یاران وفادارش، واژه نیست که به یک روز و یک ماه ختم شود، همدلی مردم و یکرنگی شان در این روزها و شب ها چه پای دیگ های بزرگ و سماورها باشند چه میان سینه زنان، کودک باشند یا سالمند، ستودنی است. «طعام پلو» و «شیره پلو» بهانه است تا عشق به حسین بن علی (ع) را زمزمه کنند.

الندان؛ جشنواره طبیعت

غنی تر از دریاچه های کشور سوئیس دارد. در فصل تابستان و بهار می توان شب ها چادر زد و در کنارش ماند.

نزدیک ترین راه رسیدن به این آب بندان از طریق روستای «ازنی» است. جاده تا روستای ازنی آسفالت و از آنجا تا آب بندان، یک و نیم کیلومتر راه، خاکی است.

در جاده ساری- سمنان، در فاصله ی سه کیلومتر مانده به کیاسر، جاده الندان به سمت غرب جدا می شود. بعد از عبور از دوراهی کیاده در سمت راست خودتان تابلوی راهنمای دریاچه را خواهید دید.

اگر در حال عبور از دامنه البرز مرکزی و بخش چهاردانگه شهرستان ساری روی تابلویی خواندید: «الندان»، توصیه می کنیم بی معطلی مسیرتان را کج کنید.

اگر به این پیشنهاد عمل کنید همان اول راه خواهید فهمید که سرنوشت، چه جور پایتان را باز کرده است به سرزمین عجایب؛ به «الندان» فریبا! دریاچه ای ۱۷ هکتاری که آبش فقط از طریق باران و برف تامین می شود و هیچ رودخانه ای به سمت آن جریان ندارد. این دریاچه از جاذبه های طبیعی مازندران است که بنا به باور کارشناسان، اکوسیستمی



IRNA
Ehsan Fazli

آوای ندامت از بابل به گوش می‌رسد؛ بعد از عاشورا، روز واقعه به آیین «گرب‌زنی»، به مراسم حسرت و پشیمانی اقوام شمالی ایران

تغییر کرب‌ها بعد از روز واقعه

و در تاریخ مذهبی تشیع حسین بن علی (ع) است. سیاووش در فرهنگ ایران شخصیت مذهبی به شمار می‌رفت و جنبه روحانی و

معنوی داشت.

با مرگ سیاووش اسطوره شهادت و قداست او در بطن فرهنگ ایران شکل می‌گیرد و هزاران سال مردم بخارا برکشتن سیاووش نوحه‌سرای می‌کردند و شبیه او را می‌ساختند و در محملی می‌گذاشتند و بر دوش می‌گرفتند و مویه‌کنان و سینه‌زنان در گذرگاه‌های شهر می‌گردانند. با گسترش اسلام و رخ دادن واقعه عاشورا، امام حسین (ع) شکلی تازه در فرهنگ و دین به وجود آورد و پاسخی در خور به خواست‌ها و آرزوهای مردم شیعه قهرمان جوی ایران داد.

کرب، قطعه چوبی از درخت آفراسنت تراشیده به اندازه‌ای که در کف دست جا می‌گیرد و سطح بیرونی آن صاف است. در پشت آن بندی قرار دارد که به پشت دست می‌افتد. کرب را کف دست قرار می‌دهند و انگشتان دور آن حفاظ می‌شود. عزادارن یک جفت کرب را در دست می‌گیرند و به آهنگ نوحه‌ای که می‌خوانند، آنها را برهم می‌کوبند. این آیین سمبلیک با دو قطعه سنگ هم انجام می‌شود.

خراطان، چوب‌های کرب را تهیه می‌کنند که دسته‌های گرد آن باعث می‌شود تا موقع استفاده، دست موقعیت راحتی داشته باشد. کرب دو لبه صاف دارد که مثل سنج به هم زده می‌شود. نوحه‌ای که در مراسم کرب‌زنی خوانده می‌شود ۲۱ ضرب دارد که از تک ضرب شروع شده و به ضرب بیست و یکم فرجام می‌یابد. در برخی مناطق، گروهی عزادار، وسط دایره کرب‌زنی می‌ایستند و وقتی مداح شروع به خواندن کرده و به ضرب بیست و یکم می‌رسد، گروه در مرکز دایره با حرکتی هماهنگ و رو به بالا به طوری که گویی به آسمان پرواز می‌کنند و سپس از پشت سر و از زیر پاها، کرب را می‌زدند. این سنت بانندگی تفاوت در نقاط دیگری از ایران از جمله ناحیه شرقی استان گیلان و بخش‌هایی از استان‌های آذربایجان و هرمزگان اجرا می‌شود.

برای شرکت در این مناسک که یک روز از مراسم عزاداری بعد از عاشورا را به خود اختصاص می‌دهد، باید به مازندران، شهرستان بابل، منطقه بندی شرقی و روستاهای کوهپایه سرا، قلعه، ابوالحسن کلا و اطاق سرا برویم. کرب‌زنی که در سال ۱۳۹۱ در فهرست آثار ملی ایران ثبت شد از دهه‌های پیش از سال ۱۳۵۰ در بیشتر روستاهای مازندران برگزار می‌شد. ریتم زنده و پرمغز و شبیه این گونه عزاداری، احساس را برمی‌انگیزد. شاید با شرکت در این نمایش مذهبی، جوهر وجودمان تلنگری دوباره خورد و معرفت تازه‌ای کسب کردیم.

آدرس محل برگزاری آیین: مازندران، شهرستان بابل، بندی شرقی

در روستاهای بندی بابل دعوت می‌شوید. ندبه و آهنگی که از دسته‌ها بلند می‌شود شعری حقیقی است؛ جانسوز عزاداران که اغلب‌شان مرد هستند دست‌ها را تا بالای شانه‌ها بالا می‌برند کرب‌ها را در زیر پا و پشت سر خود در حالی که خم و راست می‌شوند با ضرب آهنگی یکنواخت به هم می‌کوبند و می‌گیرند.

می‌گویند؛ این رسم نماد ابراز پشیمانی اقوام ساکن دشت نینواست. این اقوام صحرانشین در جوار خیمه‌گاه‌های اهل بیت حسین (ع) سکنی داشتند. آنها در ابتدا از طرفداران امام حسین (ع) بوده و از وی حمایت می‌کردند اما پس از آنکه لشکریان امام، او را ترک کرده و تعدادشان به هفتاد نفر رسید، این اقوام از نظرشان برگشته، بر آن شدند که بی‌طرف بمانند و خود را به مخاطره نیافکنند. پس از فتوای یزید، نینوایی‌ها نه تنها از امام سوم روگردانند، بلکه جانب ظلم را گرفتند و به لشکریان یزید پیوستند و به هنگام وقوع نبرد در عاشورا، به سوی یاران امام، سنگ‌های ریز و درشت افکندند تا بدین وسیله «بر حسین» و «با یزید» بودن را به اثبات برسانند. اما همین طوایف پس از پایان نبرد وقتی به صحرای کربلا و میدان نبرد پا نهادند و پیکرهای مطهر را بی‌سر و دست دیدند، از کرده خود نام شدند. آنها در حین ملحق نمودن سرهای بریده به پیکر شهدا و تدفین‌شان، همان سنگ‌هایی که به سوی امام حسین (ع) و یارانش پرت کرده بودند را به سر و سینه خویش کوفتند و برای مظلومیت آن امام بزرگوار و حقانیتش سوگواری کردند.

اما دو داستان دیگر نیز درباره این آیین آهنگین مازندرانی‌ها روایت کرده اند؛ «این رسم بر جا مانده از دوران سیاووش است. آن روز که پیکر خونین سیاووش را از توران به ایران می‌آوردند سوگواری که در پی او روان بودند سنگ بر هم کوفته و مویه می‌کردند.»

همچنین «هنگامی که حضرت زینب (س) می‌خواست برای اهل کوفه سخنرانی کند، عده‌ای به دستور ابن زیاد سنگ‌هایی را برهم می‌زدند تا صدای حضرت زینب به مردم نرسد. در این وقت حضرت فرمودند: اُسکت (ساکت شو) که بعد از این دیگر هر چه سنگ‌ها را برهم زدند فایده‌ای نداشت و صدایی بر نمی‌خاست.»

از آنجایی که مازندران آخرین نقطه‌ای از ایران است که مردم به اسلام روی آوردند، هنوز رد پای عناصر آیین‌های باستانی در مناسک مذهبی دیده می‌شود؛ از جمله مراسم کرب‌زنی. در فرهنگ ایران زمین، پیوسته، قهرمانی برتر و انسانی کامل حضور داشته است. نمونه این انسان کامل در تاریخ اسطوره‌ای ایرانیان سیاووش، پورکاووس و دست پرورده جهان‌پهلوان رستم





«گهره‌بندی»، آیینی برای سوگواری شش ماهه کربلا

دیده می‌شوند که با سربند یا علی اصغر در آغوش مادرانشان و یا با پای پیاده نوحه‌خوان و زنجیرزان همراه کاروان در حرکتند. آنها کودکانی هستند که حاجت مادران‌شان به این گهواره برآورده شده است. گهره‌بندی‌ها پس از خواندن مصیبت‌نامه از حسینیه خارج می‌شوند تا به تکیه‌های روستاهای همجوار بروند و عزاداری را ادامه دهند.

دیوایی‌ها بعد از گرداندن اسب ذوالجناح در روستا در پایان مراسم، تعزیه‌خوانی انجام می‌دهند و نماز جماعت اقامه می‌شود. یکی از ویژگی‌های این روستا مقداری زمین کشاورزی است که روستاییان وقف امام حسین (ع) کرده‌اند تا بخشی از درآمد حاصل از فروش محصولات آن به اطعام دهی ماه محرم اختصاص یابد. قسمت دیگر هزینه اطعام عزاداران توسط اهالی به صورت داوطلبانه تامین می‌شود. زنان روستا که در روز عاشورا میهمانان زیادی دارند بعد از طبخ غذا بر روی آتش، غذاها را در مجمعه می‌گذارند و گروهی به سمت حسینیه روستا حرکت می‌کنند. در آنجا غذاها در گوشه‌ای چیده می‌شود و زمانی که عزاداری به پایان رسید، متولیان حسینیه شروع به پخش کردن غذاها بین میهمانان می‌کنند.

با کم‌فروغ شدن جاذبه تعزیه‌خوانی، جوامع محلی جایگزین مناسبی برای تعزیه‌خوانی تدارک دیده‌اند که این امر در روستای دیوا نمایش گهواره‌بندی، سوگی است نمادین برگرفته از مرگ سیاوشان، اما این بار برای حضرت علی اصغر (ع).

گهره‌بندی از دیرباز زمینه اتحاد و همدلی میان اعضای منطقه بدون توجه به مناسبات اجتماعی و موقعیت اقتصادی، نیز ارتباط بین نسل‌ها از سالمندان تا خردسالان را فراهم کرده است. در سالهای اخیر گهواره‌بندی در قالب تجمعات بزرگ شهری در سراسر کشور انجام می‌شود.

علی‌رغم اینکه تعدادی از خانواده‌های دیوا از روستا به شهر مهاجرت کرده‌اند و تعداد کودکان روستا کم شده است اما سنت دیرینه گهره‌بندی هنوز به قوت خود پابرجاست و دیوایی‌ها هر کجا که باشند، عاشورا، خود را به روستا می‌رسانند و ماتم غم شهادت طفل کربلا را به گهواره می‌بندند. این رسم و آیین به عنوان میراثی معنوی به ثبت ملی رسیده است.

آدرس: مازندران، شهرستان بابل، بندپی غربی، روستای دیوا

در آیین‌های عاشورایی همه عاشقان امام سوم شیعیان ارادت‌شان را خالصانه عرضه می‌دارند؛ هر یک به زبانی. زنان این سرزمین پا به پای مردان محبت خود را به انحاء مختلف از پخت غذای نذری تا زنده کردن سنت و رسمی با توسل به امام حسین (ع) و خانواده معصوم‌اش، نشان می‌دهند.

رسم «گهره‌بندی یا گهواره‌بندی» که از آیین تعزیه نشأت می‌گیرد یکی از روش‌های زنان برای دست به دامان ائمه معصوم خاصه حضرت علی اصغر (ع) فرزند شش ماهه امام حسین (ع) شدن و سوگواری برای ایشان است.

روستا «دیوا» در بخش بندپی غربی شهرستان بابل استان مازندران قرار دارد. در این روستا که بافت قدیمی منطقه بیلاقی زنده است. درباره وجه تسمیه دیوا روایت شده دیو به معنای پهلوان و انسان‌های قوی و چالاک و الف آن پسوند مکان است، بنابراین دیوا یعنی منطقه‌ای پهلوان‌نشین. این روستا از شمال به روستای دولت‌رودبار، از جنوب به جنگل، از غرب به روستای شیاده و از شرق به رودخانه کلارود متصل است. تکیه روستای دیوا قدمتی ۱۲۰ ساله دارد و معماری آن قاجاری است.

دو طایفه ملک‌شاه و عمران در بخش‌های بالامحله و پایین محله روستا سکونت دارند. در روز عاشورا این دو طایفه همدل و هم‌صدا در سایه درختان توسکا و انجیلی به عزاداری می‌پردازند. گهواره‌بندی در روز عاشورا رسمی به یاد طفل شهید کربلاست. ساخت و تزئین گهواره توسط کودکان روستا انجام می‌شود و مادران آنها را همراهی می‌کنند.

هیئت‌های سینه‌زنی از بالامحله و پایین محله به سمت حسینیه روستا می‌روند. آخرین گروه عزاداران عده‌ایی از زنان و کودکان روستا هستند که گهواره نمادین حضرت علی اصغر (ع) را بر دوش کشیده و با فریادهای یا حسین و یا علی اصغر آن را به میان عزاداران می‌برند. «گهره» با پارچه سبز و سفید و عروسک‌هایی که نماد آن حضرت است، تزئین می‌شود. گاه طفلی حدود شش ماه را داخل گهره قرار می‌دهند. خانواده‌هایی که فرزند بیمار دارند، کودک را به نیت شفا، دقایقی درون این گهواره می‌خوابانند. مردم نذورات خود را داخل آن می‌گذارند و زمانی که در آرزوی فرزند هستند به نیت بارور شدن به گهواره دخیل می‌بندند. در بین این جمعیت کودکانی



انارمفرغی سه هزار ساله در بهشهر

یاقوت‌های سرخ اشرف

گزارش: صبورا اسلامی

روزنامه‌نگار

شهرستان بهشهر به دلیل شرایط جغرافیایی، از دیرباز مکان مناسبی برای رشد و کاشت

گونه‌های وحشی و اهلی میوه انار بوده است. فراوانی این میوه ارزشمند در این شهرستان به مرور زمان سبب فراهم آوردن مشاغل و کسب فنون مختص با کاشت، برداشت و فرآوری این میوه به شیوه سنتی شده است.

انار، درخت کوچکی است که ارتفاع آن حداکثر تا شش متر می‌رسد و در مناطق نیمه گرمسیری می‌روید. گل‌های انار، درشت به رنگ قرمز اناری ولی بی‌بو و میوه آن کروی با اندازه‌های مختلف دارای پوستی قرمز رنگ است. انار از گیاهان بومی ایران به شمار می‌آید و امروزه به صورت وحشی در تمام سواحل دریای شمال می‌روید. در شهرستان بهشهر گونه‌های وحشی انار ارگانیک به عمل می‌آید و آمار فعلی و سرانگشتی نشان از برداشت آن در ۳۵۰ هکتار است. علاوه بر این موارد که متمرکز است، در حاشیه مزارع و باغ‌ها هم انارهای خودروی پرشماری وجود دارد.

۷۶۰ رقم انار در ایران و ۲۹ رقم آن در مازندران می‌رویند. براساس تحقیقاتی که به عمل آمده، بیشترین و بهترین عملکرد در هکتار را انار منطقه بهشهر دارد. محصول طبیعی انار منطقه به طور میانگین حدود ۱۰ تن در هکتار و کیفیت انار بهشهر و درصد شیرینی و ماندگاری آن در انبار بالاست.

● دانه‌های جنگلی «ناردان»

شمال ایران مرکز بزرگ گونه‌های وحشی انار ترش در جهان است. به دانه‌های جنگلی «ناردان» می‌گویند.

رشد تکنولوژی و تغییر سبک زندگی بشر به سمت و سویی سوق پیدا کرده که هر ساله بسیاری از آداب و فنون زندگی با تغییر چهره ظاهری خود به سمت ماشینی شدن پیش می‌رود. فرآوری انار بهشهر نیز از این قاعده مستثنی نبود.

روزگاری شاخه‌های انار بر شانه دیوارهای کاه‌گلی خودنمایی می‌کرد و گل‌ها و برگ‌های خوش‌رنگ آن دست هر نقاش چیره‌دستی را به سمت ترسیم زیبایی‌های خود سوق می‌داد. مهم نبود حیاط خانه‌ها چه اندازه بود، مهم این بود که در گوشه‌ای از منزل حتی شده یک درخت انار بکاربید و از سرسبزی برگ‌ها و ترش و شیرینی میوه‌هایش لذت ببرید. پشت بام خانه‌ها و ایوان‌ها پر بود از ریشه‌های انار و دانه‌هایی که روی پارچه‌های نخی و مجمعه‌ها در ظل آفتاب می‌درخشیدند و می‌خشکیدند تا چاشنی غذاهای اصیل و سنتی شوند.

اگرچه دیگر از آن خانه‌های کاه‌گلی کمتر خبری هست، اما این سنت هنوز هم در برخی نقاط شمال مثل مازندران، به ویژه مرکز و شرق آن دیده می‌شود.

● جشنواره «انار اشرف»

کاشت و برداشت و فرآوری انار در بین عموم بهشهری‌ها خاصه کشاورزان و روستاییان رواج دارد. طی سالیان گذشته به دلیل اهمیت این موضوع و گستردگی و اطلاع‌رسانی آن، در فصل پاییز همزمان با رسیدن انارها، جشنواره‌ای با عنوان «انار اشرف» (نام قدیم بهشهر) برگزار می‌شود.

انار وحشی، درختی است تک‌پایه و خاردار با گل‌های قرمز و زیبا و میوه‌ای ترش و شیرین که در مناطق مدیترانه‌ای و نیمه مدیترانه‌ای می‌روید و شمال



گویش مازندرانی به «دله هاگردن» معروف است و سپس تهیه رب مشغول می شوند.

این امر نشان دهنده همت جمعی است که به وسیله هم نشینی و حلقه‌های که این افراد ایجاد می کنند، نسبت به سایر مراحل کار، ملموس تر است. بانوان شروع به تعریف خاطرات و قصه کرده، آوازهای محلی می خوانند و یا ذکر دعا می کنند. پس از دانه کردن انار، آنها را شسته و در دیگ بزرگی ریخته و مقداری آب به آن افزوده و بر روی آتش قرار می دهند.

پس از آن که محتویات دیگ به جوش آمده و آب و گوشت انار از هسته آن جدا شد، محتویات دیگ را آبکش کرده و توسط نوعی کدو (کدوقلیون) آن را از صافی عبور داده، به طوری که تنها هسته‌های آن باقی بماند، سپس آب انار به دست آمده را مجدداً بر روی آتش قرار داده و تا حدی میجوشانند که رب دلخواه حاصل شود.

در این مرحله تجربه آشپز حائز اهمیت است که چه زمان مشخصی دیگ را از روی آتش بردارد؛ این امر تأثیر زیادی در کیفیت رب انار دارد. زمانی که رب هنوز به صورت سفت در نیامده، می توان مقداری از آن را جدا و بر روی سینیهای بزرگ پهن کرد و در آفتاب خشکاند که پس از مدتی لواشک انار خوشمزه‌ای به دست می آید. معمولاً بسته به انواع انار، سه نوع رب تولید میشود که شامل رب انار شیرین، ترش و ملس است.

مردان نیز در این بین به جنگل‌های اطراف رفته و به جمع‌آوری هیزم برای روشن نگه داشتن آتش مورد نیاز برای پخت رب مشغول می شوند.

ابزارهای وابسته به این موضوع محدود و هنوز تا حدودی ابتدایی است که با توجه به مراحل کار از ابتدا به پایان شامل نردبان، تیلنگی (چوبی با سر خمیده برای جا به جایی و کشیدن شاخه‌های درخت)، کیسه مخصوص و مقاوم برای نگهداری انار، وسایل نقلیه برای حمل انار، تبر برای تهیه هیزم و وسایلی چون دیگ، کفگیر، آبکش، چاقو، چوب کوتاه و مخصوص برای ضربه زدن به انار و دانه کردن آن و کدو قلیان (برای کمک به صاف کردن و جدا کردن هسته انار).

سنت چیدن انار در شبه جزیره حفاظت شده میانکاله به شهر نیز منحصر به فرد است؛ این منطقه رویشگاه گونه انارهای وحشی بسیار ترشی است که تنها در این ناحیه وجود دارد. معمولاً افراد از روستاهای اطراف به صورت دسته جمعی به میانکاله می روند و اقدام به برداشت انار میکنند، از لحاظ تکنیک فرآوری نیز مشابه موارد مطرح شده رفتار می کنند.

ایران یکی از رویشگاه‌های عمده این گونه وحشی است، به گونه‌ای که در بیشتر نقاط مازندران درختچه‌های وحشی انار ترش به صورت ارگانیک به عمل می آید.

به شکوفه‌های درخت انار که در فصل پاییز زیبایی مازندران را دوچندان می کنند در گویش محلی «تی تی» می گویند. این گونه از گیاه هیچ دورریزی ندارد؛ از شکوفه‌های آن تا پوستش بهره‌برداری مفید می شود.

شکوفه انار با منظره چشم‌نواز و روح‌افزای خود گوی سبقت را از دیگر شکوفه‌ها می رباید. ریشه این گونه‌ی وحشی علاوه بر صرفه اقتصادی و تزئین حاشیه جاده‌ها در جلوگیری از فرسایش خاک هم کاربرد دارد.

مناطق جلگه و کوهپایه‌های شهرستان بهشهر به دلیل شرایط جغرافیایی، مأمّن مناسبی برای رشد و نمو گونه‌های مختلف میوه انار است که در دو نوع وحشی (خودرو) و اهلی (دست‌کاش) قابل تقسیم‌بندی هستند.

انار، میوه اصلی بهشهر است و در بیشتر باغات و خانه‌های حیاط‌دار می توان سراغ آن را گرفت. با رشد دانش کشاورزی و استفاده صحیح از اراضی، کاشت این میوه در بهشهر رو به فزونی رفت. انار در بیشتر شهرستان‌های استان مازندران وجود دارد، اما در بهشهر، انار از کمیت و کیفیت بالاتری برخوردار است.

● دله هاگردن دسته جمعی

هر ساله در مهر و آبان بیشتر فعالیت‌های کشاورزی این منطقه معطوف به برداشت انار از باغات و رویشگاه‌های طبیعی و جنگلی می شود. پس از برداشت اولیه انار، پاره‌ای از محصولات وارد بازار شده و قسمت بیشتری نیز در مراحل فرآوری قرار می گیرد. این بخش عموماً به صورت جمعی و کارگروهی است که در روستاهای کوچکتر عمومیت بیشتری دارد. بدین صورت که قرار معینی در میان کشاورزان گذاشته میشود و بر این اساس تمام باغداران و خانواده‌های آنها که اکثراً بانوان هستند در روز مشخصی به امورات یکی از باغ‌ها رسیدگی می کنند. به عبارت دیگر همه افراد هر روز در باغ یکی از این اعضا جمع شده و امور مربوط به برداشت را انجام می دهند و در روز بعد نوبت به باغدار دیگر می رسد.

به این شیوه بخش اعظمی از هزینه‌های مربوط به حقوق کارگران صرفه‌جویی شده و مالکین سود بیشتری کسب می کنند. پس از این مرحله بانوان در مکان مشخصی گرد هم می‌آیند و شروع به دانه کردن انار که به

۳۰۰۰ سال پیش به شکل انار پیدا شده که تولید بومی منطقه بوده است. این شی نشان از وجود و اهمیت انار در منطقه بهشهر از دیرباز دارد. ناصرالدین شاه نیز در سفرنامه خود به درختان فراوان انار در میانکاله و شهر اشرف اشاره داشته است.

از آنجایی که درخت انار برخلاف بیشتر محصولات باغی در شیبهای تند کوهپایه خوب به عمل می‌آید، بسیاری از اراضی بلااستفاده منطقه به زیر کشت انار رفته که این امر در جلوگیری از رانش زمین در نواحی با شیب زیاد موثر است. درخت انار نیاز به آب کمی دارد و این موضوع در حفظ محیط زیست و نبود نیاز به حفر چاه‌های عمیق و نیمه عمیق در منطقه مفید است. همچنین درخت انار بسیار کم نیاز به سم یا کود شیمیایی دارد که این امر در حفظ محیط زیست سالم کمک فراوانی کرده است. انار اشرف به دلیل ارگانیک بودن برای سلامتی جسم سودمند و عالی است.

وجه تمایز رب انار بهشهر با بقیه نمونه‌های مشابه تولید شده در سراسر کشور در سفت بودن آن است که دارای غلظت بالایی است. همچنین به دلیل تنوع گونه‌های وحشی و اهلی انار در این منطقه (انار شیرین، شکر، نادری، آلك، سیاه انار، ملس، ملس ممتاز، گل انار، لمسری انار، کابدار شیرین، کابدار ترش، کلباد نار، یوسف خانی، ترش، ترش انار جنگلی و ترش انار میانکاله) طیف وسیعی از انواع رب در طعم‌های مختلف در بهشهر وجود دارد که از لحاظ تقاضا، خواهان بسیاری در سراسر کشور دارد.

● انار مفرغی سه هزار ساله در بهشهر

بهشهر در زمان صفویان و به دستور شاه عباس اول پایتخت دوم اعلام شده بود. قدمت اولین نمونه‌های انار اشرف مشخص نیست، اما طی کاوش‌های باستان‌شناسی تپه باستانی گوهرتپه بهشهر شی مفرغی با قدمت



امضاء تفاهم نامه همکاری دانشگاه‌های علوم پزشکی مازندران و ولگاگراد



وارد شده است و بنا دارد این مسیر را با افزایش تعداد دانشجویان کشورهای بیشتر، پُربارتر کند.

دانشگاه علوم پزشکی مازندران از حدود سه سال قبل با راه‌اندازی واحد بین‌الملل و رایزنی با کشورهای مختلف سعی کرد تا در ابتدا با جذب دانشجوی خارجی و پس از آن تبادل اساتید با دانشگاه‌های جهان در این مسیر حرکت کند.

این دانشگاه امسال ۵۶ دانشجو از کشورهای هندوستان، عراق و افغانستان پذیرش کرد و این دانشجویان با آغاز سال تحصیلی جدید در رشته‌های مختلف این دانشگاه تحصیل خود را آغاز کرده‌اند.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی مازندران در این باره گفت: «بین‌المللی شدن یکی از اهداف و برنامه‌های بلندمدت این دانشگاه است که برای این منظور ضمن جذب دانشجوی خارجی برای تحصیل، تبادل اساتید را مورد نظر داریم.»

دکتر فرهاد غلامی افزود: «با اجرای این برنامه‌ها موضوع خواهرخواندگی دانشگاه علوم پزشکی مازندران با دانشگاه‌های جهان را پیگیری می‌کنیم.»

وی ادامه داد: «حضور دانشجویان خارجی در کشور موجب رشد و اعتلای دانشگاه‌ها می‌شود و علاوه بر این در بهبود مالی نیز موثر است.»



قرارداد تفاهم همکاری بین‌المللی در زمینه فعالیت‌های مشترک علمی، آموزشی و تحقیقاتی بین دانشگاه‌های علوم پزشکی مازندران و علوم پزشکی ولگاگراد روسیه به امضاء روسای این دانشگاه‌ها رسید.

دکتر فرهاد غلامی رئیس دانشگاه علوم پزشکی مازندران با اعلام این خبر گفت: «این تفاهم‌نامه در راستای بین‌المللی کردن آموزش عالی و توسعه تبادلات دانشگاهی و فرهنگی در زمینه‌های آموزشی و پژوهشی و همکاری در تبادل دانشجو، استاد، بازدید از مراکز تخصصی، فوق تخصصی، آموزش الکترونیک با استفاده شبیه سازهای پیشرفته و انتقال تجربیات طرفین در این زمینه توسط روسای دانشگاه‌ها منعقد شده است.

دکتر ولادمیر شکارین رئیس دانشگاه علوم پزشکی ولگاگراد روسیه نیز ضمن اظهار خرسندی از این رویداد ارزشمند اظهار امیدواری کرد دو طرف زمینه‌های همکاری برنامه‌های مشترک را تقویت کنند.

رئیس دانشگاه علوم پزشکی مازندران و هیات همراه با حضور در محل یادبود پزشکان کشته شده در جنگ که در دانشگاه علوم پزشکی ولگاگراد بنا شده است با اهدای شاخه گل ادای احترام کردند.

بازدید از بیمارستان فوق تخصصی آنکولوژی ولگاگراد

در آخرین روز سفر هیئت اعرامی دانشگاه علوم پزشکی مازندران به روسیه برای دیدار با مسئولین و عقد تفاهم‌نامه با دانشگاه دولتی علوم پزشکی ولگاگراد، دکتر فرهاد غلامی رئیس دانشگاه علوم پزشکی مازندران و هیئت همراه با حضور در بیمارستان هوشمند آنکولوژی ولگاگراد، از بخش‌های بیمارستان سرطانی، آزمایشگاه‌های تشخیصی، اتاق‌های عمل، بخش‌های بستری و رادیوتراپی بازدید کردند و ضمن بررسی روند پذیرش و درمان بیماران، درباره نحوه استفاده از تکنولوژی روز دنیا به تبادل اطلاعات پرداختند.

بیمارستان فوق تخصصی و کاملاً هوشمند آنکولوژی ولگاگراد و مراکز اقماری آن، میزبان بیماران زیادی از حوزه جنوب و جنوب غرب روسیه است. ورود دانشگاه علوم پزشکی مازندران به جمع دانشگاه‌های بین‌المللی دانشگاه علوم پزشکی مازندران با سابقه فعالیت ۴۶ ساله در سال تحصیلی جاری با پذیرش ۵۶ دانشجو از سه کشور به مسیر بین‌المللی شدن



وی افزود: «به ازای هر دوره تحصیل یک ساله هر دانشجوی خارجی چهار الی پنج هزار دلار ارزآوری برای کشور دارد که دانشگاه علوم پزشکی مازندران با پذیرش ۵۶ دانشجو توانسته است ۱۴۰ هزار دلار ارزآوری کند.»

وی ادامه داد: «دانشگاه علوم پزشکی مازندران در برنامه ریزی آینده به دنبال این است که علاوه بر افزایش رشته، مقطع تحصیلی، تعداد دانشجو و تنوع ملیت دانشجویان، ظرفیت بین‌المللی شدن را ارتقا دهد.»

به گفته رمضانی هم‌اکنون برای رزی‌های انجام شده با لبنان، غنا، تاجیکستان، ترکمنستان، روسیه، قرقیزستان، پاکستان و عمان جذب دانشجو از این کشورها در سال‌های آینده رقم خواهد خورد.

وی رتبه‌بندی علمی مورد تایید دانشگاه علوم پزشکی مازندران از سوی دیگر کشورها و در اختیار گذاشتن امکانات رفاهی و خوابگاهی مناسب برای دانشجویان خارجی را از دلایل گرایش دانشجویان خارجی به این استان اعلام کرد.

کسب رتبه برتر دانشگاه علوم پزشکی مازندران

در جشنواره ملی مدیریت دانش

نقیسه نیکو سرپرست مدیریت توسعه سازمان و تحول اداری دانشگاه علوم پزشکی مازندران گفت: «در چهارمین همایش معاونین توسعه مدیریت و منابع دانشگاه‌ها، دانشکده‌ها و سازمان‌های وابسته وزارت بهداشت، از دانشگاه علوم پزشکی مازندران به عنوان یکی از دانشگاه‌های برتر در زمینه ثبت تجربیات موفق مدیریت و مهار کرونا، قدردانی شد.»

وی با بیان این‌که دانشگاه علوم پزشکی مازندران با ارائه ۱۵ تجربه همکاران حوزه معاونت توسعه مدیریت، منابع و برنامه‌ریزی در سطح استان در این جشنواره شرکت کرد گفت: «با انتخاب ۸ تجربه موفق از بین تجارب ارسالی به جشنواره مدیریت دانش در زمینه مدیریت و مهار کرونا، دانشگاه علوم پزشکی مازندران جزو دانشگاه‌های علوم پزشکی برتر کشور قرار گرفت.»

وی از رونمایی کتاب مجموعه تجربه‌های معاونت توسعه مدیریت و منابع دانشگاه‌ای علوم پزشکی کشور در این زمینه خبر داد و اظهار کرد: «این دانشگاه با انتخاب و ثبت ۸ تجربه از ۸۷ تجربه موفق دانشگاه‌ها و دانشکده‌های علوم پزشکی کشور، بیشترین سهم را از تجارب موفق و منتخب در این کتاب به خود اختصاص داد.»

رییس دانشگاه علوم پزشکی مازندران گفت: «حضور و ورود هر دانشجوی خارجی در این دانشگاه باعث کسب درآمدهای مالی می‌شود. علاوه بر این، در فضایی که ایران هراسی و انقلاب ستیزی وجود دارد حضور دانشجویان خارجی نشان دهنده وجود شرایط آرام در کشور است که دانشجویان خارجی وارد ایران می‌شوند. همچنین حضور دانشجویان خارجی باعث تبادل افکار و فرهنگ ایران با دیگر کشورها خواهد شد.»

وی ادامه داد: «دانشگاه علوم پزشکی مازندران از نظر سطح علمی جزو دانشگاه‌های تیپ یک کشور به شمار می‌رود که ۱۰ دانشگاه در سطح کشور در این تیپ قرار دارند.»

به گفته رئیس دانشگاه علوم پزشکی مازندران، این دانشگاه از نظر جایگاه بین‌المللی نیز در بین ۲۵۰ تا ۳۰۰ دانشگاه‌های جهان قرار دارد.

۱۴۰ هزار دلار ارزآوری در سال جاری

مدیر امور بین‌الملل دانشگاه علوم پزشکی مازندران نیز در این مورد گفت: «این دانشگاه با سابقه ۴۶ ساله و جایگاه‌های علمی و دانشگاهی که در سطح کشور و جهان دارد تاکنون به امور بین‌الملل ورود پیدا نکرده بود اما با رایزنی‌ها و اقداماتی که انجام شده، اکنون این دانشگاه به جمع مجموعه‌های بین‌الملل کشور اضافه شده است.»

دکتر محسن رمضانی افزود: «از ۲۴۲ دانشجوی خارجی متقاضی تحصیل در دانشگاه علوم پزشکی مازندران با انجام مصاحبه و بررسی مدارک، ۵۶ دانشجو مورد پذیرش قرار گرفتند و تحصیل خود را در این دانشگاه آغاز کردند.»

وی با اشاره به اینکه این دانشجویان از کشورهای هندوستان، افغانستان و عراق هستند، گفت: «از این تعداد، هشت دانشجوی در مقطع دکتری پزشکی، دندانی پزشکی، داروسازی جذب و چهار دانشجوی خارجی در مقطع کارشناسی ارشد رشته‌های روان‌پرستاری و بیوشیمی پذیرش شدند.»

رمضانی مجوز پذیرش و تحصیل دانشجویان خارجی در دانشگاه علوم پزشکی را وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی اعلام کرد و گفت: «براساس مجوز این وزارتخانه، دانشگاه علوم پزشکی مازندران می‌تواند تا ۲۰ درصد دانشجویان خود را از بین دانشجویان خارجی جذب کند که این رقم به عدد یک هزار و ۲۰۰ دانشجو می‌رسد.»

مازندرانی‌ها، تنها شهروندان ایرانی دارای تیم سلامت اختصاصی هستند

مازندران برای حدود دو میلیون و ۶۰۰ هزار نفر در حال خدمات‌رسانی است، اظهار کرد: «این افراد تحت پوشش پزشک خانواده هستند.»

وی افزود: «برای ارائه خدمات دارای زیرساخت‌ها و ساختارهایی هستیم که در روستاها خانه بهداشت و در شهرها مراکز خدمات جامع شهری و پزشک خانواده داریم و ۲۸۲ مرکز خدمات جامع سلامت شهری و روستایی در مازندران به مردم ارائه خدمت می‌کنند.»

دکتر علیپور گفت: «در مجموع ۸۰ مرکز خدمات جامع سلامت شهری و ۲۰۲ مرکز خانه جامع روستایی در مازندران وجود دارد که ۱۸۲ مرکز فعال هستند.»

این مسئول افزود: «در حال حاضر ۵ مرکز خدمات جامع سلامت شبانه روزی روستایی و ۲۱ مرکز خدمات جامع سلامت شبانه روزی شهری در مازندران وجود دارد.»

دکتر علیپور با بیان اینکه مازندران از حیث پراکندگی مراکز ارائه خدمات در روستاها جزو گسترده‌ترین استان‌های کشور است، یادآور شد: «یک هزار و ۸۶ خانه بهداشت فعال در مازندران وجود دارد و ۵ مرکز مشاوره بیماری‌های رفتاری، ۵ مرکز مراقبت معلولان و حدود یک هزار و ۶۴۵ بهورز در استان مازندران فعالیت دارند.»

رئیس مرکز بهداشت استان گفت: «در برنامه پزشک خانواده روستایی، ۳۷۸ پزشک و در برنامه پزشک خانواده شهری نیز ۵۴۹ پزشک فعالیت دارند و در روستاها ۳۱۶ ماما خانواده به روستاییان ارائه خدمات می‌دهند.»

وی مطرح کرد: «عمر پزشک خانواده در استان مازندران و فارس به یک دهه می‌رسد و مازندران تنها استانی است که تمامی شهروندان شهری و

روابط عمومی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی مازندران در راستای ارتقاء سطح سواد سلامت مردم و نهادینه کردن سبک زندگی سالم و پیشگیری از بیماری‌ها، با استفاده از ظرفیت رسانه‌ها اقدام به ترویج فرهنگ خودمراقبتی و بررسی مؤلفه‌های مؤثر بر سلامت در استان مازندران نموده است. در گزارشی که می‌خوانید موضوعاتی از حوزه سلامت استان شامل پزشک خانواده، دیابت، آنفلوانزا، پرونده الکترونیک، سگ‌های ولگرد، خودمراقبتی و روز داوطلب در گفتگو با دکتر عباس علیپور معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مازندران مورد بررسی قرار گرفته است. توجه به سلامت و افزایش بهداشت در جامعه مساله مهمی است که نمی‌توان به راحتی از کنار آن عبور کرد. در همین راستا بهداشت از ارکان اصلی حکمرانی سلامت و یکی از مهمترین بخش‌های سیاست‌گذاری کلان در کنار آموزش، رفاه و تامین اجتماعی و محیط زیست است به همین دلیل بر توسعه آن همواره تاکید شده است.»

دکتر عباس علیپور معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مازندران در گفتگو با خبرنگاران که با حضور مدیران گروه این مجموعه و جمعی از خبرنگاران رسانه‌ها برگزار شد به موضوعات مهمی شامل پزشک خانواده، دیابت، آنفلوانزا، پرونده الکترونیک، سگ‌های ولگرد، خودمراقبتی و روز داوطلب پرداخت.

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مازندران با اشاره به سابقه ۱۰ ساله فعالیت طرح پزشک خانواده در استان مازندران گفت: «۳۰ درصد مردم زیر پوشش این دانشگاه در این مدت حتی یک بار هم به پزشک خانواده خود مراجعه نکردند.»

دکتر علیپور با اعلام اینکه در حوزه بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی



روستایی دارای یک تیم سلامت اختصاصی است.»

وی یکی از اشکالات پزشکی خانواده به عدم اطلاع کافی شهروندان عنوان کرد و گفت: «در بررسی میدانی مشاهده شد که ۳۰ درصد مردم حتی یک ویزیت پزشکی خانواده ندارند. نظرسنجی، راه‌اندازی پرونده الکترونیک سطح یک، آموزش، پایش و ارزیابی پزشکان، ارائه برنامه خدمات، ظرفیت‌های قوانین موجود و پزشک محله‌محور، هفت سیاستی است که برای بهبود رضایت مردم از پزشکان خانواده در دستور کار قرار دارد.»

وی با بیان این که در راستای احصاء مشکلات پزشک خانواده، پرونده الکترونیک سلامت سطح یک، سامانه <http://myehr.ir> راه‌اندازی شده است، اظهار کرد: «هدف از راه‌اندازی این بستر، آگاهی هر فرد از اطلاعات سلامت خود است و اینکه برای رسیدن به اهداف نظام سلامت، منتظر عملکرد سایر دستگاه‌ها نماندیم و به صورت ابتکاری این سامانه را راه‌اندازی کردیم.»

رئیس مرکز بهداشت استان افزود: «معیارهای سابق پایش و ارزیابی پزشکان چندان مطلوب و دقیق نبود و اکنون این معیارها در کنار بازدید میدانی، به روز و دقیق است. همچنین هر فرد می‌تواند در سال دو الی سه بار پزشک خانواده خود را عوض کند و هیچ منع قانونی وجود ندارد.»

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مازندران با اعلام اینکه استاندارد تعداد جمعیت مردم به پزشک در ایران، به ازای هر دو هزار و ۵۰۰ نفر یک پزشک عمومی و یک مراقب ماماست، خاطر نشان کرد: «در نسخه جدید که در دست تدوین است بناست تا به ازای هر ۳ هزار نفر یک پزشک و دو مراقب داشته باشیم که هنوز عملیاتی نشده است.»

۱۸۱ هزار نفر از مازندرانها مبتلا به دیابت

وی افزود: «در استان طی سال گذشته، ۱۷۴ هزار و ۱۹۴ نفر مبتلا به دیابت ثبت و گزارش شد که این رقم در نیمه نخست امسال به ۱۸۱ هزار و ۸۰۳ مورد رسید.» دکتر علیپور گفت: «در خصوص بیماری‌های خاص، صعب‌العلاج و نادر بناست بیماران ابتدا در سامانه شهروندی بیمه سلامت ثبت نام و بیماری آنان از سوی معاونت درمان تأیید شود و سپس هزینه درمان آنان تا سقف ۵۰ میلیون تومان از سوی بیمه سلامت پرداخت شود.» معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مازندران همچنین یادآور شد: «تعداد مبتلایان فشارخون از رقم بیش از ۲۷۵ هزار نفری سال گذشته به رقم ۲۸۶ هزار نفر طی نیمه نخست امسال رسیده است.»

طغیان بیماری‌های ناشی از آلودگی‌های آب در مازندران

وی با اشاره به طغیان بیماری ناشی از آلودگی آب مازندران اظهار کرد: در شش ماهه نخست امسال ۲۸۲ مورد طغیان بیماری ناشی از آب داشتیم. متأسفانه سامانه آب‌رسانی ما در بسیاری از روستاهای استان و حتی برخی از شهرهای کوچک تحت پوشش آب و فاضلاب نیست و توسط شوراهای مدیریت می‌شود که شوراهای وظیفه خود را به خوبی انجام نمی‌دهند.» رئیس مرکز بهداشت استان خاطر نشان کرد: «متأسفانه معمولاً در روستاها نگهداری و کلر زنی آب به خوبی صورت نمی‌گیرد به همین دلیل شاهد رشد بیماری متاثر از مصرف آب آشامیدنی هستیم.»

این مسئول با بیان اینکه اکنون بیش از ۳۰ درصد سامانه‌های آب‌رسانی استان تحت پوشش آبفا نیست و موجب بروز معضلات بسیاری شده است، گفت: «طی سال جاری شاهد دو طغیان بزرگ در غرب استان در شهر کلاردشت و یکی از روستاهای چالوس بودیم که در هر کدام از این دو مورد بیش

از ۵۰۰ نفر دچار بیماری شدند و همچنان نیز ادامه دارد و خاتمه طغیان بیماری را اعلام نکرده‌ایم.»

سگ‌های ولگرد عامل اصلی افزایش کانون بیماری هاری در مازندران

رئیس مرکز بهداشت استان اعلام کرد: «وجود سگ‌های ولگرد یکی از معضلات فوق‌العاده حاد در مازندران است که امسال به نسبت سال قبل، ۶۰ تا ۷۰ درصد واکسن و سرم بیشتری تزریق کردیم و متأسفانه امسال دو مورد فوتی ناشی از بیماری هاری نیز داشتیم. متأسفانه برای نخستین بار در استان شاهد انتقال بیماری هاری به سگ‌های چوپان و دام اهلی نظیر گاو هستیم که بسیار خطرناک است و جای نگرانی دارد.»



این مسئول با اشاره به شناسنامه‌دار بودن سگ‌هایی که توسط مسافران به مازندران وارد می‌شوند، اظهار کرد: «این سگ‌ها باید حتماً دارای شناسنامه باشند و واکسن هاری زده باشند و این موارد جزو مطالبات جدی است، سهل‌انگاری در این مسئله می‌تواند برای استان خطرآفرین باشد.» دکتر علیپور با اشاره به افزایش روزافزون تعداد سگ‌های ولگرد در مازندران گفت: «شهرداری متولی اصلی ساماندهی و جمع‌آوری سگ‌های ولگرد است و متأسفانه این ساماندهی به خوبی انجام نمی‌شود و ممکن است این مسئله موجب بروز مشکلات جبران‌ناپذیر شود.»

وی افزود: «سرایت بیماری هاری به انسان و دام فاجعه‌بار است و هم‌اکنون تمامی واحدهای بیماری هاری ما در سراسر استان به صورت شبانه‌روزی در حال ارائه خدمات هستند و سالانه در مازندران نزدیک به ۱۰۰ میلیارد تومان بابت سرم و واکسن بیماری هاری هزینه می‌شود.»

معاون بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مازندران گفت: «مراجعه همراه با تاخیر بیمارانی که دچار گزیدگی از سوی سگ‌های ولگرد می‌شوند متأسفانه منجر به عفونت و بیماری هاری می‌شود که تاکنون در دنیا درمانی برای آن یافت نشده است و در نهایت منجر به مرگ بیمار می‌شود.»

این مسئول یادآور شد: «افرادی که دچار گزیدگی سگ می‌شوند باید ابتدا سریعاً به مدت ۲۰ دقیقه محل گزیدگی را با آب و صابون شستشو دهند و سپس بدون درنگ به مراکز درمانی و بهداشت مراجعه کنند.»



STOP AIDS

تشخیص ابتلا به بیماری ایدز تنها از طریق آزمایش

رویکرد فردی، سازمانی، اجتماعی و خودیاری انجام می‌شود. «عنایتی ادامه داد: «در نوع خودمراقبتی فردی خودمان از سلامتی خود، در نوع سازمانی یک سازمان از سلامتی پرسنل و در نوع اجتماعی نیز تمام افراد مورد مراقبت قرار می‌گیرند.» رئیس گروه آموزش و ارتقای سلامت معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مازندران با اشاره به اینکه در گروه خودیاری افراد دارای درد مشترک با همدلی درد خود را کاهش می‌دهند، افزود: «همه ما در ترویج فرهنگ خودمراقبتی در جامعه نقش داریم و با اطلاع‌رسانی می‌توانیم از افزایش بیماری پیشگیری کنیم.» وی با بیان اینکه بیش از ۳۵۰ هزار نفر سفیر سلامت خانوار در استان داریم، گفت: «این افراد با فراگیری آموزش‌های لازم آن را به خانواده خود ارائه می‌دهند. همچنین بیش از ۷ هزار داوطلب سلامت محله در مازندران داریم که این افراد بین ۵ تا ۲۰ خانوار را تحت پوشش قرار دارند که آموزش و خدمات لازم را به خانواده‌هایی که واجد داوطلب سلامت نیستند، ارائه می‌دهند.» بهداشت علم پیشگیری از بیماری‌ها، طولانی کردن عمر و بالابردن سلامتی به وسیله کوشش‌های اجتماعی است، بر همین اساس، به بهداشت فردی، عمومی، روانی کمک می‌شود، لذا نمی‌توان منکر نقش کلیدی بهداشت در سلامت جامعه شد و همین امر لزوم توجه همگانی به نقش کلیدی بهداشت را چند برابر می‌کند که نباید از آن غفلت کرد.

دکتر آریتا دلیلی مدیر گروه بیماری‌های واگیر معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مازندران نیز با اشاره به روز اول دسامبر روز جهانی ایدز گفت: «با توجه به اینکه ۲ سال درگیر شیوع بیماری کرونا بودیم نیاز است تا دوباره اطلاع‌رسانی کنیم که ایدز یا (HIV) یک بیماری عفونی هست و با درمان، امکان افزایش عمر فرد وجود دارد.» وی افزود: «مراکز مشاوره رفتاری دانشگاه علوم پزشکی در تمام شهرستان‌ها فعال هستند که مردم می‌توانند به آنجا مراجعه کنند.» دلیلی با اشاره به اینکه ایدز به سیستم دفاعی بدن حمله می‌کند و از طریق خون و ترشحات منتقل می‌شود، اضافه کرد: ایدز از طریق تماس جنسی، سرنگ و مادر به فرزند منتقل و تشخیص ابتلا به بیماری ایدز تنها از طریق آزمایش انجام می‌شود. برای نشان دادن علائم این بیماری بین دو هفته تا ۳ ماه زمان است.»

بیش از ۳۵۰ هزار نفر سفیر سلامت خانوار در مازندران

زری عنایتی رئیس گروه آموزش و ارتقای سلامت معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مازندران در ادامه با بیان اهمیت خودمراقبتی در بهبود بیماری، گفت: «۶۵ درصد از مرحله درمان به خودمراقبتی مربوط می‌شود و خودمراقبتی اعمالی است که در راستای مراقبت از خودمان و اعضای خانواده انجام می‌دهیم. برنامه خودمراقبتی با

مصرف گاز در مازندران به مرز هشدار رسید



مدیرعامل شرکت گاز مازندران خبر داد: «مصرف گاز استان به علت سرمای هوا در هفته سوم آذرماه از ۳۲ میلیون مترمکعب عبور کرد.»

به گزارش روابط عمومی شرکت گاز مازندران، قاسم مایلی رستمی مدیرعامل این شرکت با بیان اینکه مصرف گاز استان به علت سرمای هوا در روز گذشته از ۳۲ میلیون مترمکعب عبور کرد و به مرز هشدار رسیده است گفت: «تاب آوری شبکه هم در صورت افزایش مصرف خواهد شکست و شبکه با آفت مواجه خواهد شد.»

وی افزود: «اگر مصرف گاز در استان از مرز ۳۶ میلیون مترمکعب در روز عبور کند در مرحله نخست گازمشترکان صنعتی قطع می شود.»

مایلی رستمی با اشاره به اینکه امسال ۵۰ هزار مشترک خانگی و ۳۰۰ واحد صنعتی به مشترکان استان اضافه شد، گفت: «افزایش مشترکان و سرمای هوا از دلایل افزایش مصرف گاز در استان است.»

مدیرعامل شرکت گاز مازندران با اشاره به اینکه تمامی ادارات و نهادها باید یک ساعت قبل از پایان ساعات کاری خود وسایل گرمایشی را خاموش کنند، ادامه داد: «بازرسان این شرکت به صورت نامحسوس تمامی دستگاهها را زیر نظر دارند و در صورت مشاهده تخلف در مرحله نخست اخطار و در مرحله بعدی گاز این ادارات قطع می شود.»

مایلی رستمی با بیان اینکه مازندران و استان های شمالی در انتهای خط شبکه گازرسانی کشور قرار دارند از مشترکان خانگی خواست دمای خانه خود را بین ۱۸ تا ۲۱ درجه تنظیم کنند.

وی تصریح کرد: «از ۲ هزار ۹۸۸ روستای مازندران که قابلیت گازرسانی دارند تاکنون ۲ هزار و ۵۴۶ روستای استان از نعمت گاز بهره مند شدند.»

مایلی رستمی افزود: «امسال بیش از ۱۰۰ روستا گازرسانی انجام خواهد شد و تا سال ۱۴۰۳ تمامی مناطق مازندران از نعمت گاز بهره مند می شوند.»

وی با اشاره به سهم ۹۲ درصدی مشترکین خانگی این شرکت از گاز



برگزاری المپیاد ورزشی شرکت ملی گاز ایران پنج عنوان قهرمانی از آن ورزشکاران شرکت گازمازندران شد

مری: حامد عباس پور سرپرست: مصطفی احمدی

اسامی نفرات تیم والیبال:

حسین لطفی، سیدعسگری غفاری، فریبرز اسماعیلی، علی اصغر نائیجی، نورمحمد ویسی، مصطفی شکرالله نیا روشن، علی صفری، سیدمجتبی حسینی، مهدی بابایی، سعید اسلامی، سیدحسام نبوی و کامران رضانی
مری: محمدرضا هدایتی سرپرست: مجتبی بابایی هماهنگ کننده: محمد کمالی

اسامی نفرات تیم تیراندازی:

علی اصغر شیری، عبدالکریم شعبانی، مجتبی روشنایی، سجاد ذوالفقاری، اسماعیل قربانی و حسن رحیمی
مری: علی مصطفی رجبی سرپرست: علی گلی اسکاردی

روابط عمومی شرکت گازمازندران با تبریک این پیروزی ارزشمند به مدیر سازمان، همکاران و یکایک قهرمانان این مسابقات، از تلاش های ثمربخش همه مربیان، دست اندرکاران و مسئولین امر ورزش سازمان قدردانی کرده و سرافرازی همه کارکنان را در عرصه های تلاش و رقابت راز درگاه خداوند منان مستلثت دارد.

در المپیاد ورزشی کارکنان مرد ۴۴ سال و کمتر شرکت ملی گاز ایران، تیم های والیبال، آمادگی جسمانی، کشتی آزاد و فرنگی و تیراندازی شرکت گاز استان مازندران به عنوان قهرمانی دست یافتند.

به گزارش روابط عمومی شرکت گاز استان مازندران، این دوره المپیاد ورزشی کارکنان شرکت ملی گاز ایران از ۱۷ تا ۲۴ آبان ماه با حضور تیم های ورزشی شرکت های گاز استانی، پالایشگاه ها و مناطق عملیاتی برگزار شد که عناوین کسب شده تیم شرکت گاز استان مازندران در این مسابقات به شرح زیر است:

اسامی نفرات تیم آمادگی جسمانی:

محمد یوسفی، میثم جعفری، سهیل شفیق زاد و قاسم مهدادی
مری: جمال محمدی سرپرست: علی ابراهیمی دبیر هیأت: محمد علی گلی
اسامی نفرات تیم کشتی آزاد:
ابوذر ابراهیم زاده، روح الله صفری، غلامرضا کاردر، امین ولی زاده، حسن ابادری و رضا خادم لو
مری: مجید محمدی سرپرست: رمضانعلی آذری
اسامی نفرات تیم کشتی فرنگی:
حسین زکی زاده، محمد حسن نوروزی، روح ا... فارابی، یاسر محمودی، حسن رضایی و محمدرضا کمالی



پیام مدیرکل بهزیستی مازندران برای روز جهانی افراد دارای معلولیت تحقق شعار «معلولیت مانع پیشرفت نیست»

پیشرفت نیست» را محقق نمایند.

هدف از گرامی داشت این روز، یادآوری تلاش در جهت عدالت اجتماعی، برابری با دیگر آحاد جامعه و انعکاس انتظارات بر حق افراد دارای معلولیت بوده و فرصت مناسبی است تا با اصلاح نگرش حاکم بر جامعه و افزایش آگاهی عمومی نسبت به موضوع معلولیت، شرایط را برای رشد و سطح رفاه این عزیزان در هر یک از جنبه‌های اجتماعی، فرهنگی و اقتصادی فراهم آوریم. شعار امسال روز جهانی افراد دارای معلولیت با عنوان «راه حل‌های تحول‌آفرین برای توسعه فراگیر، نقش نوآوری در ایجاد جهانی دسترس‌پذیر و برابر، مسئولیتی سنگین را به دوش متولیان و دستگاه‌های مختلف اجرایی گذارده تا در کنار همه‌ی برنامه‌ریزی‌ها و اقدامات تحول‌آفرین خود، راه‌های ایجاد جامعه‌ای توسعه‌یافته و پایدار با مشارکت خلاق افراد دارای معلولیت را در کانون توجه قرار دهند.

تردیدی نیست که دستیابی به این امر مهم و توانمندسازی معلولان و ارتقای سلامت جسمانی، روانی و اجتماعی آنان تنها در گرو اقدامات سازمان بهزیستی نبوده و نخواهد بود، بلکه بستراین توانمندسازی می‌بایست در سطوح مختلف جامعه و همیاری مجدانه سمن‌ها، سایر نهاد‌های اجرایی، تصمیم‌ساز و نظارتی فراهم شود.

اینجانب ضمن گرامی داشت روز جهانی و هفته ملی افراد دارای معلولیت و قدردانی از همت تمامی خودباوران این عرصه و خانواده‌های محترم و صبور آنان، همچنین سپاسگزاری از زحمات بی‌دریغ همکاران پرتلاشم در اداره کل بهزیستی استان مازندران و تمامی خیرین، خادمین و حامیان مراکز غیردولتی نگهداری و حمایت از افراد دارای معلولیت، امیدوارم این عزیزان در کنار سایر افراد جامعه، زندگی را با آرامش و بالندگی در تمامی حوزه‌ها تجربه نمایند. از درگاه ایزد منان توفیق روزافزون و سربلندی همگان را مسالت دارم.



دکتر فریبا بریمانی مدیرکل بهزیستی استان مازندران در پیامی روز جهانی و هفته ملی افراد دارای معلولیت را گرامی داشت. به گزارش روابط عمومی اداره کل بهزیستی مازندران متن پیام به شرح ذیل است:

بسم الله الرحمن الرحيم

سوم دسامبر مصادف با دوازدهم آذرماه روز جهانی افراد دارای معلولیت، فرصتی است برای تکریم و بزرگداشت افرادی که با وجود بسیاری از مشکلات با تکیه بر خودباوری و عزمی استوار و با حضور در عرصه‌های گوناگون اجتماع ثابت کرده‌اند که می‌توانند با تلاش و همتی مضاعف، شعار «معلولیت مانع





هواپیمایی وارش
VARESH AIRLINES

با شکوه نام ایران در طلوع آرامش
بر فراز آسمان ها می درخشد نام «وارش»



دفتر ساری

میدان شهدا - به سمت ملامجدالدین -
شرکت هواپیمایی وارش
۰۱۱۳۳۲۶۸۶۷۹ - ۰۱۱۳۳۲۰۰۱۳۰

دفتر تهران

اکباتان - خیابان نفیسی - خیابان کیوان - پلاک ۴
۴۴۶۶۸۵۲۹
۴۴۶۷۱۰۳۲
۴۹۷۴۳

www.varesh.aero



فرصتی به سود شما همراه با امتیازهای ویژه بخشودگی ۶٪ جرائم دیرکرد برای تسویه بدهی



مرکز ارتباط سبزل: ۰۲۱-۸۱۳۰۱
اداره کل روانه عمومی و همگامی های بین المللی
keshavarzibank
www.bki.ir

