



سفر مردم |  
پخشیه ۲۷ خرداد ۱۳۹۷ |  
سال دوم شماره ۱۲۶ |  
safirmardom.ir

گفتگوی سفیر مردم با حمیدرضا حسن شاهی استاد خوشنویسی  
**خروش خط خوش**



صفحه ۷

افتتاح شد. در حال حاضر رئیس انجمن خوشنویسان ارسنجان هستم. در طول سال دو ترم کلاس برگزار می کنیم. در پایان ترم از هنرآموزان آزمون گرفته می شود و برگه ها به تهران ارسال می گردد. بعد از بررسی اگر هنرآموز نمره قبولی دریافت کند مدرک آن دوره توسط انجمن خوشنویسان تهران صادر میگردد. بطور کلی دوره های خوشنویسی شامل مراحل مقدماتی، متوسط، خوش، عالی، ممتاز و فوق ممتاز است. ما هنرجویان خوبی در ارسنجان داریم که تا مرحله ممتاز جلو رفته اند. اما بطور کلی چون خوشنویسی در مقایسه با سایر هنرها پرکار و دیربازده است به همین دلیل مهجور مانده است. چه پیشنهاد و توصیه ای برای فراگیر شدن هنر خوشنویسی در شهرستان دارید؟

اخیرا خط کتابهای درسی دانش آموزان تغییر کرده و این یک اتفاق بسیار خوب است. اما لازم است آموزش و پرورش در مدارس معلم مخصوص درس هنر و خوشنویسی داشته باشد. چه اشکال دارد که معلمان آموزش و پرورش خصوصا در مقطع ابتدایی آموزش خط ببینند. قبلا هم به آموزش و پرورش پیشنهاد همکاری داده ام و درخواست کردم که از هنرجویان و خطاطان در ساعات هنر برای آموزش خوشنویسی به دانش آموزان استفاده کنند.

این کار علاوه بر آموزش عمومی خوشنویسی به دانش آموزان منجر به استعدادیابی در بین آنها خواهد شد. امیدوارم در آینده خوشنویسان شهرستان از نظر کمی و کیفی به حدی برسند که در خور شهر کاتبان وحی باشد.

است و همچنین اکثر تابلوها با ترجمه انگلیسی به خط کاپرلیت بود.

**در بین کارهای شما ادعیه و شعر زیاد دیده می شود. دلیل خاصی دارد؟**

وقتی در یک تابلو خوشنویسی از ادعیه و اشعار پر معنی استفاده می شود علاوه بر اینکه زیبایی خط چشمنواز است بیننده را به تفکر در معنا و مفهوم دستنوشته ها وا میدارد.

مثلا دعاهای صحیفه سجادیه سرشار از مضامین اخلاقی رفتاری و متناسب با نیازهای روز جامعه است.

**الان کامپیوتر هم فونت نستعلیق دارد آیا تفاوتی بین خطی که کامپیوتر می نویسد با خطی که خطاط می نویسد وجود دارد؟**

بله، برنامه کامپیوتر به نحوی است که با یک سایز و کشیدگی ثابت می نویسد. در حالیکه یکی از نکات اصلی در زیبایی و جذابیت یک خط چیدمان و اندازه کشیدگی حروف و محل قرار گرفتن نقطه هاست و فقط یک خطاط می تواند یک چیدمان زیبا از حروف، کلمات و نقاط را خلق کند.

**در مورد انجمن خوشنویسان ارسنجان بفرمایید.**

۱۰ سال قبل یک شعبه مستقل انجمن خوشنویسان ارسنجان

ارزیابی می کردند. از کارهای من خصوصا تابلوی زیارت عاشورا خیلی استقبال کردند. در همان نمایشگاه از من دعوت شد تا نمایشگاه مستقل از کارهای خودم برگزار کنم. استاد خروش به من گفت تابلوها و کارهای نمایشگاهی معمولا برای صاحب اثر نمی ماند و توسط بازدید کنندگان خریداری می شود، به فکر نوشتن یک کتاب باش. کتاب های زیادی را بررسی کردم. دیوان شعرای زیادی را دیدم و در نهایت تصمیم گرفتم متن فارسی صحیفه سجادیه را بنویسم.

**کدام ویژگی کارهای شما در نمایشگاه رضا عباسی بیشتر مورد توجه قرار گرفت؟**

همانطور که میدانید خطاطی بر خلاف طراحی و نقاشی قابل اصلاح نیست یعنی اگر حین خوشنویسی، خطایی رخ دهد باید آن کار را کنار گذاشت و از اول نوشت. نکته ای که خیلی مورد توجه قرار گرفت پرکار بودن تابلوهای من بود. اساتیدی که از تهران آمده بودند میگفتند ما معمولا یکی دو بیت را انتخاب می کنیم که اگر حین نوشتن خط، اشتباهی رخ داد وقت زیادی نرفته باشد. اما تابلوهای شما بسیار پرکار است. مثلا در یکی از تابلوها دعای کامل خوشنویسی شده

**حمیدرضا حسن شاهی کارشناس ارشد زمین شناسی کارمند و مدرس دانشگاه آزاد ارسنجان، با درجه فوق ممتاز خوشنویسی خط نستعلیق یکی از هنرمندان سرآمد شهرستان ارسنجان است که تلاش زیادی برای رسیدن به این مهم انجام داده است. علت گرایش به این هنر و شرح فعالیت های استاد حسن شاهی را از زبان خودش بخوانید:**

**چطور شد که به خوشنویسی علاقمند شدید؟**

میرزا نصرالله ابراهیمی، عموی بنده خوشنویس چیره دستی بودند و به نوعی خوشنویسی در گذشته فامیل وجود داشته است. مدت کوتاهی نزد میرزا نصرالله آموزش دیدم. اما کهولت سن ایشان اجازه نداد بیشتر از کلاس استاد استفاده کنم. مدت کوتاهی هم شاگرد استاد دیرین، رئیس انجمن خوشنویسان شیراز بودم و بیشترین آموزش را نزد استاد حمیدرضا ابراهیمی، پسرعمویم دیدم.

**اولین نمایشگاه خود را چه زمان و در کجا برگزار کردید؟**

در دوران دانشجویی نمایشگاههای زیادی در دانشگاههای تهران و تبریز و شهر ارسنجان برگزار کردم. اما یکی از آشنایان ما در تهران نمونه کار من را به استاد خروش نشان داده بود و از این طریق برای ارائه کارهایم در نمایشگاه تهران دعوت شدم. در موزه رضا عباسی در گالری استاد خروش چند تابلو را به نمایش گذاشتم. اساتیدی از تهران آنجا بودند که کارها را



## آرش کشاورز با خونه تکونی می آید

هنرمند زیبایی ها، شگفتی ها، عجائب و ظرایف این عالم را به ما نشان می دهد. گویی دست قدرت خدا در جان آنان، دقت و ظرافتی قرار داده که از زاویه دیگری به این عالم می نگرند و آن چه را که ما نمی بینیم و نمی شنویم، به ما می شناسانند. یکی از هنرمندان جوان شهرستان پاسارگاد آقای کشاورز است که در دو رشته بازیگری و موسیقی چند سالیست فعال است. در ادامه، گفتگوی خبرنگار سفیرمردم را با ایشان دنبال کنید.



**جناب کشاورز لطفا در ابتدا خودتان را معرفی بفرمایید.**

با عرض سلام و ادب خدمت مخاطبان محترم سفیر مردم و همشهریان عزیزم، آرش کشاورز هستم، متولد اسفند ۶۳ در سعادتشهر و فارغ التحصیل مهندسی مکانیک دانشگاه آزاد شهر مجلسی اصفهان، هم اکنون ساکن شیراز هستم. پیش از ورود جدی به موسیقی، سه سال بازیگری را در شیراز دنبال کردم و در بین کارهایی که انجام دادم، حضور کوتاهم در سریال پایتخت را، از افتخارات زندگی خود می دانم.

**\*آیا در بازیگری یا خوانندگی آموزش هم دیده اید؟**

من در شیراز در عرصه بازیگری با کارگردانان خوبی در ارتباط بودم و کار کردم. پیشنهاد اکثر دوستان این بود که برای آموزش به تهران بروم. متأسفانه به دلیل مشکلاتی که پیش آمد این مهم محقق نگردید و ترجیح دادم در شیراز به صورت تجربی و خواندن کتاب اطلاعاتم را بالا ببرم. قطعاً اگر شرایط محیا شود برای شرکت در دوره های حرفه ای به تهران خواهم رفت چون اعتقاد دارم، هنرمند در کنار تجربه نیازمند دانش هم هست. در موسیقی نیز با توجه به اینکه مقطع کوتاهی وارد این عرصه شدم دوره کوتاهی را نزد استاد حسین میری یکی از برترین اساتید استان گذراندم.

**\*در بین صحبتتون گفتید دوستانی هستند که دلسوزانه در عرصه هنر کار میکنند ممکن است بیشتر توضیح بدهید؟**

بله، برای مثال آقای احسان رضایی با این امکانات کم در خانه فرهنگ زحمت هایی کشیدند که منجر به شکوفایی استعداد های زیادی در شهرستان شده است، یا آقایان جلال محمودی، محمد ترکی و هادی امیری و اسماعیل شهوند از اساتید خوب این شهرستان که شاهد فعالیت های هنری این عزیزان بوده ایم. و عزیزان هنرمند زیادی که مجال بیان نام و فعالیت همه آنها نیست.

**\*از آرزوها و دغدغه هاتون برامون بگید؟**

آرزوی من رسیدن به جایگاه مناسب هنریست و دغدغه هایی که خیلی از هنرمندان دارند قاطی شدن بیزینس و موسیقی، ترانه های آبکی، نبود اسپانسر و تهیه کننده است، امیدوارم شاهد حمایت بیشتر مسئولین از هنرمندان باشیم.

**\*در حال حاضر مشغول تهیه کار جدیدی هستید؟**

بله در حال ساخت کار جدیدی هستم به اسم خونه تکونی. ترانه سرای این کار برادرم داریوش کشاورز ملودی و آهنگسازی این کار به عهده هادی امیری است. به زودی این کار منتشر خواهد شد.

**\*در زمینه هنر، شهرستان پاسارگاد چه جایگاهی دارد و پیشنهاد شما به جوانان در این زمینه چیست؟**

هنرمندان در شهرستان پاسارگاد خیلی مظلوم واقع شدند، واقعا استعدادهای خیلی خوبی در این شهرستان وجود دارد و دوستانی هستند که دلسوزانه در این شهرستان کار میکنند که امیدوارم از طرف مسئولین و مردم حمایت شوند. پیشنهادم به جوانان این است که در کنار هنر حتما به یک حرفه هم بپردازند و اشتباهی که خیلی ها کردند را تکرار نکنند.

**\*به عنوان سخن پایانی اگر صحبتی دارید، بفرمایید؟**

از شما تشکر میکنم بخاطر این وقت با ارزشی که در اختیارم گذاشتین. تشکر ویژه از خانواده ی عزیزم بخاطر حمایت های همیشگی شون و از مسئولین خواهش میکنم به هنر و هنرمندان بیشتر اهمیت دهند. این روزها خیلی از جوانها به راههای دیگه ای کشیده میشوند که قطعاً استعدادهای زیادی در زمینه ی هنر دارند. وقتی میبینند مورد توجه قرار نمیگیرند سرد میشوند. در حالیکه میشود از این استعداد خدادادی استفاده های مثبت بسیار خوبی کرد. امیدوارم بیش از گذشته شاهد توسعه فرهنگ و هنر در شهرستان پرافتخار و تاریخی پاسارگاد باشیم.

### ۱۰ نکته ارزشمند

#### در مورد صرفه جویی در مصرف آب

**۱** دوش های کم مصرف در حمام نصب نموده و سعی کنید زمان باز بودن شیر حمام را به حداکثر چهار دقیقه محدود کنید.



**۲** ماشین ظرف شویی را به طور کامل پر نمایید و در صورت امکان، تنظیمات آن را روی حالت "Eco" قرار دهید.



**۳** زباله های خود از جمله دستمال کاغذی استفاده شده و ته سیگار را درون چاه توالت نیندازید. در عوض از سطل زباله برای این منظور استفاده کنید.



**۴** تمامی نشت های موجود در سرویس های بهداشتی، شیرآلات و لوله ها را به سرعت مورد بازرسی و تعمیر قرار دهید.



**۵** از آب ریز دو مرحله ای برای سرویس بهداشتی استفاده کنید.



**۶** در این مواقع نیازی به باز بودن دائم شیر آب نیست:



مسواک زدن



اصلاح کردن



شستن ظروف

**۷** آبیاری گیاهان باغچه یا اطراف منزل خود را در اول صبح و یا عصر و شب انجام دهید، زمانی که کمترین میزان تبخیر صورت میگیرد.



**۸** برای مصارف سرویس بهداشتی و باغبانی خود میتوانی از یک مخزن جمع آوری آب استفاده نمایید.



**۹** شیر آب را به منظور آشامیدن آب فیلتر باز نگه ندارید و در عوض از آب فیلر یغمال استفاده نمایید.



**۱۰** برای شست و شوی زمین و پنجره ها از سطل استفاده کنید.



# ۷ راز برای حفظ گرمای ازدواج



خواه تازه ازدواج کرده باشید خواه مدت‌ها از زندگی شما سپری شده باشد، باید بدانید هر ازدواجی فراز و نشیب‌های خود را دارد و هر زوجی دوره‌ای از تنش‌ها و درگیری‌ها، گسستگی و پیچیدگی‌ها، ارتباط و قهر و آشتی‌ها را تجربه می‌کند، اما با این حال همگی اذعان داریم پویایی و سلامت زندگی مشترک درست مانند هر رابطه دیگری، نیازمند توجه، کار و انرژی زیادی است، پس به راستی رموز یک ازدواج شاد و موفق چیست؟

در ادامه به ۷ راز زندگی مشترک رضایت بخش اشاره کرده‌ایم.

## شنونده خوبی باشید

گوش دادن؛ کلید اصلی ازدواج‌های موفق و شاد است؛ روان‌شناسان تاکید فراوانی بر فراگیری این مهارت دارند و وجود این ویژگی را چه در شخصیت زنان و چه در شخصیت مردان بسیار حائز اهمیت تلقی می‌کنند. هنر شنونده‌ای فعال بودن را تمرین کنید که بی تردید حضور قلب یکی از مهم‌ترین ارکان‌های گوش دادن فعال است. هنگام گفت‌وگو با همسر، دریچه‌های قلب‌تان را بگشایید، با جان‌ودل به صحبت‌های همسران گوش دهید و گفته‌هایش را بشنوید حتی اگر لازم است گاهی با تکرار جملات و عبارت‌هایش یا با تکان دادن سر، او را مطمئن کنید که حرف‌هایش را به خوبی می‌شنوید. فعالانه گوش دادن باعث می‌شود همسران اطمینان خاطر پیدا کند که به وقت ناراحتی، کسی را در کنارش دارد که بدون هیچ قضاوت منفی به درد و دل‌هایش گوش فرا می‌دهد. هنگام گوش دادن به حرف‌های همسران، برای مشکلاتش راه حل ارائه ندهید، چه بسا او تا حدودی راه حل مسائلش را می‌داند اما در این زمان، فقط می‌خواهد شنیده شود، پس سرو پا گوش شوید.

## همسران را همان‌طور که هست، بپذیرید

بسیاری از زوجین مدتی بعد از ازدواج، انگار فراموش می‌کنند که روزی همسرشان را به‌خاطر آنچه بود و اکنون هست، انتخاب کرده و تن به ازدواج با او داده‌اند. به عنوان یک زوج موفق باید به خاطر داشته باشید که شما نه‌تنها هرگز نمی‌توانید همسران را تغییر دهید بلکه حتی وقتی مصمم به تغییر باشید و او را مجبور به تغییر رفتار کنید، بیشتر بر مشکلات‌تان دامن خواهید زد و به جای اصرار به حضور نداشته‌هایی که بودن آنها در شخصیت همسران اندکی مجال و غیرممکن است، بر ویژگی‌های مثبت قابل مشاهده و عیانی از شخصیت همسران تمرکز کنید که تقویت آنها راه را برای فراگیری عادت‌های جدید میسر خواهد کرد.

## اختلاف نظر حتمی است

با یکدیگر خوب بودن، هرگز به معنای توافق همیشگی و همراه بودن نیست. معمولاً اغلب زوج‌ها نگرش‌ها، عقاید و باورهای متفاوت و حتی در برخی موارد اختلاف سلیقه فاحشی دارند اما نحوه برخورد زوج‌های موفق و عاشق با این تفاوت‌ها با دیگر زوج‌ها متفاوت است. آنها به دیدگاه‌های یکدیگر احترام می‌گذارند و حتی اختلاف نظر را به شوخی می‌گیرند و اختلافی کوچک را به شکافی عمیق تبدیل نمی‌کنند. آنها به خوبی می‌دانند هر دو درست می‌گویند اما اگر اختلافی هست تنها به دلیل تفاوت سلیقه آنهاست.

## مسئولیت پذیر باشید

پذیرش مسئولیت از دیگر رازهای زندگی مشترک موفق است، متأسفانه بسیاری از زوجین به وقت ناکامی، از پذیرش مسئولیت خطاهای سهوی و عمدی خود شانه خالی می‌کنند و دیگری را مسبب اصلی بروز مشکلات زندگی مشترک‌شان می‌شناسند. زندگی مشترک‌تان را مانند یک پروژه مشاهده کنید، همان‌طور که وقتی در پروژه‌های مشارکت دارید، در موفقیت‌ها و ناکامی‌هایش سهم دارید، در زندگی مشترک نیز چنین است. وقتی شما و همسران بر سر مسأله‌ای توافق یا اختلاف نظر دارید، سعی کنید حتماً مسئولیت گفته‌ها یا

اقدامات‌تان را بپذیرید، بخصوص اگر کلام یا رفتار غیرمنطقی، ناراحت‌کننده یا اختلاف برانگیزی داشته‌اید.

## یکدیگر را نادیده نگیرید

بی‌توجهی و نادیده گرفتن همسر، سمی‌ترین نیشی است که زهر کشنده آن به‌طور کاملاً مودیان‌های، ارکان زندگی مشترک را از بیخ و بن سست و ناپایدار می‌کند. گرچه شاید نادیده گرفتن چیزی که به آن عادت کرده‌ایم یا برایمان آشنا یا در زندگی دائماً همراه مان است، بخشی از ذات انسانی‌مان باشد اما در زندگی مشترک، هرگز نباید به جایگاهی برسیم که طرف مقابل را باری به هر جهت فرض کنیم. در هر شرایطی، به همسر خود احترام بگذارید، هرگز او را مورد قضاوت قرار ندهید و تا حد امکان همیشه به او یادآور شوید که در همه حال دوستش دارید و برای شادی و نشاط او از انجام هیچ کاری دریغ نخواهید کرد.

## بی‌واسطه عشق بورزید

شناخت زبان عشق مهم‌ترین راز رابطه‌ای شاد و موفق است؛ با آگاهی از زبان عشق همسران و با دانستن اولویت‌ها و عادت‌های شخصیتی و اخلاقی او می‌توانید از استعاره‌ها و رفتارهایی برای خوشحالی همسران بهره بگیرید که او بیشتر دوست دارد. عده‌ای به زبان آوردن کلمات و عبارات احساسی را عشق تعریف می‌کنند، برخی از روی عشق

و علاقه کاری را انجام دادن، عده‌ای دیگر نامه نوشتن و پیامکی عاشقانه ارسال کردن و بعضی‌ها نیز در آغوش گرفته شدن و بوسیدن را بهترین شیوه ابراز علاقه می‌دانند. زبان عشق همسران را بفهمید و به این زبان با او صحبت و عشق ورزی کنید. برای انجام این کار فقط کافی است کمی نگاه تان را عاشقانه کنید و عشق واقعی تان را با خریدن شاخه گلی زیبا، گذاشتن یادداشتی زیبا روی میز یا داخل کیف، دعوت به یک رستوران، حتی تماشای غروب آفتاب و... نثار تنها همسفر زندگی تان کنید.

## صمیمیت جنسی

رابطه جنسی لازمه تداوم زندگی مشترک است. همراه با هم و با توافق با یکدیگر به رابطه جنسی خود نظم دهید و بنابر توصیه درمانگران هرگز از این رابطه، به عنوان اسباب یا ملعبه‌ای برای تادیب و تنبیه همسران استفاده نکنید.

توصیه می‌کنیم به وقت ناخوشی و ناراحتی، حتماً با همسران ارتباط جنسی داشته باشید و حتی تا جایی که ممکن است به این رابطه تنوع ببخشید.

بهرتر است درباره چیزهایی که بیشتر به شما لذت می‌دهد، صحبت کنید یا با تغییر مکان یا وضعیت رابطه، ارتباطی صمیمی و هیجان‌انگیز ایجاد کنید.

نسرین صفری - روان‌شناس بالینی

## داستان

### خاله خدیجه و گوسفندان

خاله خدیجه توی ده چنارک زندگی میکرد. چون خاله سختگیری میکرد و کمی غرغر بود مردم ده به او خاله غرغرو می گفتند. خاله خدیجه، لباسهای محلی گلدار و رنگارنگ می پوشید و همیشه موهای سفیدش از کنار چارقش بیرون می زد. چندتا خال در صورتش داشت که صورتش را جذاب تر می کرد. خاله در خانه ی کوچک و نقلی اش، تنها زندگی می کرد. در گوشه ای از حیاط خانه اش، از چند مرغ و خروس و چند گوسفند نگهداری می کرد. خاله در وسط حیاط خانه اش یک درخت سیب داشت که سیب های خوش رنگ و خوشمزه ای می داد. هر وقت که میوه های درخت می رسید، خاله از این میوه ها، مقداری به همسایه می داد.

خاله غرغرو، در خانه یک دار قالی هم داشت. او هر روز صبح کمی از قالی را می بافت، خانه را آب و جارو می کرد، به مرغ و خروس ها دانه می داد و گوسفندان را برای چرا به صحرا می برد و غروب بعد از برگشتن از صحرا، شیرشان را می دوشید و با آن، ماست، دوغ، کره، پنیر و ... درست میکرد. یک روز صبح، وقتی خاله گوسفندان را به چرا می برد، در راه گل نسا خانم را دید. گل نسا خانم هم گوسفندان را به چرا می برد، وقتی از ده خارج شدند، خاله غرغرو، دید که همه ی مردم ده با گوسفندانشان به طرف دشت شقایق می روند. خاله غرغرو با تعجب از گل نسا پرسید:

چه خبر شده؟ چرا همه ی مردم به طرف دشت شقایق می روند؟

گل نسا خانم گفت: مگه یادت رفته! امروز روز جشنواره ی گوسفندان است که بهترین نژاد گوسفند و بهترین نوع پشم را انتخاب می کنند. خاله در حالی که به مردم نگاه می کرد گفت:

«وای رسم روستا را یادم نبود. بیا با هم برویم.» وقتی همه در دشت شقایق جمع شدند ...

این داستان ادامه دارد..

### فاطمه نعمت الهی



### معرفی کتاب

هر چیزی را دور نریز پیشنهادی بسیار جدی است اما ساده و جالب به بچه هاست، نویسنده معتقد است برای این که جهان پاکیزه ای داشته باشیم، به کمک همه ی آحاد جامعه نیاز است، این کتاب راه های مشارکت بچه ها را نشان می دهد، همه ی ما آرزو داریم خانه ای زیبا، شهری زیبا، کشوری زیبا و سرانجام جهانی زیبا و دور از آلودگی داشته باشیم، اما فقط داشتن آرزو کافی نیست، باید از همین لحظه و از خودمان شروع کنیم. هر کجا هستیم به راستی سبز باشیم هر چیزی را فوری توی سطل زباله نیندازیم. به چیزهای دور ریختنی دوباره نگاه کنیم و ببینیم چه طور می شود از آن ها چیزی به درد بخور و زیبا بسازیم این جوری می توانیم با بازیافت اشیا دور ریختنی سبز باشیم و در ساختن جهانی سبز و پاک با دیگران همراه شویم. این کتاب کوچک نشان می دهد چگونه می توان در تحقق ایده های بزرگ و با اهمیت جهان سهیم شویم.

تا با نام شما در هفته نامه چاپ شود.

همراه با عکس خودتان برای ما ارسال کنید.

شعر بگوئید و داستان بنویسید.



ای امید غنچه ها  
من تورا ندیده ام  
باغبان پیر ما  
صبر کن نرو نرو  
ای امید غنچه ها  
بی تو خشک می شود  
چشمه های آسمان  
بی تو خنده می رود  
از لب ستارگان  
لحظه ای درنگ کن  
من تورا ندیده ام  
ای امید زندگی  
باغبان پیر ما

شاعر : مجید ناصری

