

از هشتی های قدیمی تا آشپزخانه های کنونی

# زمستان نشینی

## خاطرات

علوی

از پیچ و خم دالان باریک و کم نور به خانه باغی بزرگ می رسی که دورتادور آن اتاق های کوچک و بزرگ قرار دارد. در وسط حیاط بزرگ آن حوض کاشی کاری آبی وجود دارد که هر بیننده ای را در بدو ورود میخکوب می کند. خانه های قدیمی با آن بوی خشت خام و کاهگل که پس از هر باران بسیار دیدنی بود فقط به خاطره ای تبدیل شده است. ایوان های بزرگ خانه ها با سرسراهای نقش و نگار خورده اش محل بازی بچه های کوچک تر بود که اجازه نداشتند از ترس افتادن در داخل چاه به حیاط خانه بروند.

در ورودی برخی خانه های قدیمی آن زمان سکوهایی یکی در طرف چپ و دیگری در سمت راست بود تا رهگذران خسته دمی روی آن ها بنشینند یا مهمانان نفس بریده و مسنی که می خواستند به خانه بروند تا باز شدن در روی آن ها بنشینند و استراحت کنند. مهمانانی که می خواستند وارد خانه شوند باید هر کدام کلون مخصوص به جنسیت خود را به صدا در می آوردند تا صاحبخانه بداند مهمان پشت در، خانم است یا آقا و زنان خانه فرصت داشته باشند در را باز کنند.

در این میان یکی از بزرگ ترها یکی از کودکان را صدا می کرد و از او می خواست در را باز کند. پس از گشودن در، مهمان از دالان خانه عبور می کرد تا به صحن ایوان یا حیاط برسد و در این مدت میزبان فرصت داشت خانه خود را مرتب و خود را مهیای پذیرایی از مهمان کند. هشتی، دالان، ایوان، گودال باغچه، بام، زمستان نشین، تابستان نشین، بهار خواب، اتاق کرسی و... نام برخی نقاط خانه و سازه های قدیمی است که هر یک کاربری خاص خود را داشت.

می گفتند در کنار اتاق نشیمن نباشد و در جایی دورتر از اتاق نشیمن و مهمان خانه باشد، به همین دلیل دو دست ساختمان در دو سوی حیاط دیده می شد که یک بنا به آشپزخانه اختصاص داشت و بنای دیگر مربوط به اتاق نشیمن و مهمان خانه بود. بانو «رسولی» خاطرنشان می کند: آشپزخانه اغلب مربع یا مستطیل بود و در نزدیکی آب انبار و چاه آب ساخته می شد، درون آشپزخانه محل هایی برای پخت و پز، ذخیره چوب و تنور پخت نان و روی دیوار طاقچه ای برای قرار دادن وسایل آشپزی تعبیه می شد.

وی اضافه می کند: در بیشتر خانه ها دستشویی و حمام در سطح پایین تری از اتاق ها قرار داشت تا دسترسی راحت دیوارهای بسیار قطوری داشتند که جنس آن ها اغلب از سنگ یا خشت خام با رو کشی از گل یا کاهگل بود. «برائی» ادامه می دهد: سقف بناهای قدیمی بیشتر از نوع شیروانی بود و در مواردی هم سقف ساختمان ها را با کاه گل اندود می کردند تا از نفوذ رطوبت جلوگیری کنند.

وی به وجود پنجره های ارسی در برخی ساختمان ها نیز اشاره می کند و می افزاید: در برخی از ساختمان ها پنجره ها دارای ارسی بودند و شیشه های رنگی، نور صبح گاه را به رنگ های متفاوت به درون عمارت پخش می کردند. وی بیان می کند: خانه های قدیمی دارای اتاق مهمان بودند که به آن «مهمان خانه» می گفتند.

همچنین یک اتاق هم به عنوان نشیمن بود که همه اهل خانه در بیشتر اوقات روز در آن جا جمع می شدند. یکی از بانوان کهسنال که اکنون ۷۳ سال دارد، بیان می کند: قدیمی ها خانه های خود را طبق اصولی خاص بنا می کردند و عقیده داشتند آشپزخانه که در زمان قدیم به آن «مطبخ»

تجمع اقوام از آن استفاده می شد. به گفته وی، حیاط های قدیمی بیشتر چهار گوش بود و هر حیاط به طور معمول یک حوض و چند باغچه داشت که بسته به شرایط مختلف محلی نظیر آب و هوا و عوامل فرهنگی اشکال متفاوتی پیدا می کرد.

بانوی کهسنالی دیگر هم بیان می کند: در ساختن خانه های قدیمی بیشتر سعی می شد که اتاق ها رو به قبله باشد تا از نور کافی در تابستان و زمستان بهره مند شود. بانو «مقدسی» ادامه می دهد: یکی از بخش های خاطره انگیز خانه در زمان قدیم پشت بام بود که در تابستان بیشتر اهالی خانه به ویژه مردها به پشت بام می رفتند و آن جا رختخواب شان را پهن می کردند و می خوابیدند.

وی ادامه می دهد: ایوان های خانه های قدیمی اغلب بزرگ بود با این که سقف آن ها از تیرهای چوبی ساخته می شد اما به دلیل قطور بودن دیوارها از استحکام زیادی برخوردار بود و شب های تابستان جای خواب مناسبی برای اهل خانه به ویژه خانم ها و بچه ها بود که بیم داشتند برای خوابیدن به پشت بام بروند. وی مطبخ های قدیمی را واقع شده در حیاط می داند و می گوید: در زمان قدیم عقیده داشتند که نباید بوی پخت و پز به مشام مهمانانی که داخل اتاق ها هستند برسد و از این رو مطبخ در جایی خارج از فضای خانه، مانند حیاط یا در بخشی از ایوان درست می شد. در برخی خانه ها نیز تنور در گوشه ای از حیاط قرار داشت و بانوان خانه صبح خروس خوان کنار تنور می رفتند.

خمیر درست شده و ور آمده را صاف می کردند و داخل تنور می گذاشتند تا مشام همه اهل خانه را با نان تازه که بوی آن تا هفت خانه آن طرف تر می رسید، بنوازند. این بانوی کهسنال ادامه می دهد: در وسط



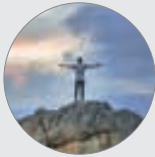
گیاهان دارویی



### رفع کننده دردهای روماتیسمی

**علوی-** گیاه بوته ای «فاشرا» از خانواده کدو دارای مواد دارویی مانند گلی کوزیدهای مختلف، فیتوسترول، بریونل، آلکالوئید، روغن فرار و تانن است. یک کارشناس گیاهان دارویی، مصرف این گیاه را برای درمان دردهای روماتیسمی مفید می داند و می گوید: علاوه بر آن، این گیاه، ادرارآور و معرق است و در استعمال خارجی هم از آن استفاده می شود. «مسعود معماریانی» ادامه می دهد: این گیاه سمی است و باید زیر نظر پزشک مصرف شود. وی درباره چگونگی استعمال خارجی این گیاه بیان می کند: از آن جایی که این گیاه سمی است بیشتر در استعمال خارجی و همراه با داروهای دیگر برای رفع کجلی مورد استفاده قرار می گیرد. به گفته وی، مصرف روزانه ۲ بار به مقدار یک دهم تا نیم گرم از این گیاه به صورت جوشانده ملایم مناسب است.

بیشتر بدانیم



### افزایش اعتماد به نفس

**علوی-** بیشتر والدین تمایل دارند فرزندانی با اعتماد به نفس بالا و مستقل بار بیاورند اما راه آن را نمی دانند. برخی تصور می کنند با خرید هدایای مختلف و قرار دادن امکانات زیاد در اختیار کودکان می توانند اعتماد به نفس آن ها را افزایش دهند در حالی که این شیوه بسیار اشتباه است و کودکان را در آینده با چالش های زیادی مواجه می کند. کودکانی که خود ساخته اند، احساس خوبی در مورد خودشان دارند، آن ها کودکانی هستند که والدین به جای آن ها کارهای شان را انجام نمی دهند بلکه آن ها را راهنمایی می کنند تا خودشان کارهای مورد نظر را انجام دهند حتی اگر به قیمت خراب کردن کارها یا اشتباه انجام دادن آن ها باشد. یک کارشناس ارشد روان شناسی در این باره بیان می کند: والدینی که بیش از حد هوای کودکان شان را دارند و به آن ها اجازه و فرصت تجربه کردن را نمی دهند نباید توقع داشته باشند آن ها در آینده دارای اعتماد به نفس بالایی باشند. «محمدی» ادامه می دهد: یکی از مهم ترین راه های افزایش اعتماد به نفس کودکان این است که والدین به آن ها اطمینان بدهند که حتی اگر کارهای محوله را نتوانند به خوبی انجام دهند باز هم آن ها را دوست دارند. این محبت کردن بی قید و شرط خیال کودکان را راحت می کند و به آن ها انرژی می دهد تا سعی کنند کارهای شان را بی عیب و نقص انجام دهند. وی خاطرنشان می کند: برخی از والدین فرصت فکر کردن و جبران اشتباه را به کودک شان نمی دهند و بلافاصله اشتباه او را می گویند در حالی که کودک باید خودش تجربه کند و فرصت اشتباه و تصحیح کردن را داشته باشد زیرا اشتباه کردن جزئی از پروسه یادگیری است. وقتی کودک خودش اشتباه اش را تصحیح کند اعتماد به نفس اش افزایش پیدا می کند.

باطری محسن

همیشه شارژ باصیر!!

یک پیشنهاد ویژه

**تخفیف ویژه برای خرید هر باطری تا پایان بهار ۹۷**

تخفیف

نماینده فروش و خدمات سوزوکه، اوربیتال طلایه، پوشیتا واتمیک توربو با گارانتی ۱۵ ماهه

خرید انواع باطری های فرسوده بانکه

بجنورد - نیروگاه - روبرو بانک صادرات

مدیریت: محسن منصور

مدیر فروش عمده: ایمان رضایی مقدم

خدمات پس از فروش: بهروز سلیمی

۰۹۱۵۱۸۴۱۰۱۹

۰۹۱۵۱۰۷۱۵۳۸

۰۹۱۵۷۱۶۴۴۱۷

دارنده دستگاه ضد چروک در خراسان شمالی

شستشوی واقعی را با ما تجربه کنید

تالشویی صرف

عضو رسمی اتحادیه

مرکز تخصصی شستشوی فرشهای ماشینی و دستیاف

تجهیز شده به دستگاه های روز

با استفاده از فناوری نانو

دارای گرمخانه مرکزی

دارنده دستگاه های چهار مرحله ای شستشو

۰۳۲۲۴۹۰۶۲ - ۰۳۲۴۱۳۹۰۲ - ۰۹۱۵۲۵۸۴۳۴۲

دفتر: خیابان حسینی معصوم - مدیریت: رحیمی