

درخت همیشه سبز ارغوان

دست باف‌های راحله در این سال‌ها به اندازه‌ای زیبا بوده که دوست و همسایه و آشنا، همه به دنبال کارهای او بوده‌اند، اما او این هنر را برای همه شهر عرضه کرده است و در طرح‌های استقبال از بهار، کارهایش روی سازه‌های فلزی شهری و فنس‌ها جای گرفته است. راحله تعریف می‌کند: از ۱۰ سال قبل تا کنون این شانس را داشته‌ام که با معرفی طرح‌های بافت در فضای آرایشی‌های شهری نقش داشته باشم. در این مدت بیش از ۲۵ طرح را برای خانه هنرمندان و سازمان پارک‌ها اجرا کرده‌ام که بسیاری از مردم از کنار آن‌ها گذر کرده یا با آن‌ها عکس گرفته‌اند.

طراحی درخت ارغوان و جای دادن بافت‌هایی با رنگ شاد بهاره روی تنه آن، این اثر او را در سطح شهر ماندگار کرده است. این درخت که ساخت آن به سه سال قبل برمی‌گردد، چند مرحله ترمیم شده است و اکنون می‌توان آن را در مقابل هتل هما و ابتدای بولوار سجاد دید.

در برنامه‌های استقبال از بهار ۱۴۰۳ هم بافت‌های سوزن دوزی و شماره دوزی راحله روی فنس‌های بولوار و کیل‌آباد و پل‌های شهر جای گرفت که آثاری زیبا بود. طرح‌های چند رنگی که زیبایی بخش شهرمان شد. استفاده از طرح‌های سنتی و نقش‌ونگارهایی مربوط به خطه خراسان در این بافت‌ها جزو اولویت‌های کاری راحله بوده است که در این باره توضیح می‌دهد: خوشبختانه امسال چند طرح من پذیرفته شد. این حس خوبی به من می‌دهد که می‌توانم با طرح‌هایم شهر را زیباتر کنم. با توجه به علاقه‌ام به اصالت هنر در ایران عزیز، طرح‌ها را هم متناسب با فرهنگ و اقلیم ایران و خراسان انتخاب کرده‌ام و از نقش‌های گلیم‌های قدیمی عشایری یا نقش قالیچه‌های اصیل دست‌باف مانند خروس استفاده کرده‌ام.

دوست دارم بهترین کیفیت را ارائه کنم

خانه و اتاق کار راحله مجردی فقط یک هنر را به خود نمی‌بیند، بلکه علاوه بر گلیم و جاجیم، آثار نقاشی و پتینه کاری‌اش بر دیوارهای خانه نقش بسته است. او علاوه بر آن آموزش اولیه دوره متوسطه، هشت سال است که نقاشی رنگ روغن را آموزش دیده و حالا در به تصویر کشیدن تولیدات ذهنش حرفه‌ای شده است. راحله توضیح می‌دهد: روح هنر زیبایی بخش است و در این مسیر هر فردی که بتواند با هنرش اثری خلق کند باید توانش را به کار بگیرد. من علاقه به نقاشی را در وجودم پیدا کردم و سعی کردم در طول سال‌ها با مراجعه به مراکز خصوصی این هنر را تقویت کنم که خروجی بهتری داشته باشد.

راحله مجردی که سابقه ۱۰ سال تدریس به عنوان معلم را دارد، وقت خود را صرف انتقال هنرهای اصیل به نسل بعدی کرده است و می‌گوید: به تأثیر از فضای تمام دنیا، بچه‌های الان سر در کامپیوتر و بازی‌های کامپیوتری دارند و این باعث شده از برخی هنر‌ها و اصول زندگی که هویت جامعه ما است فاصله بگیرند. به همین دلیل، علاوه بر وقتی که برای کارم می‌گذارم و آن را دوست دارم، معتقدم دیدن این هنر‌ها برای نسل فعلی آموزنده است و باعث می‌شود پیوند بین نسلی برقرار شود. بانوی هنرمند شهر بهشت درباره اهمیت کیفیت در کار هنر می‌گوید: به نظر من هر هنری که به وجود آمده است برای ارائه زیبایی است و از سویی با توجه به اصالت هنر و اینکه این میراثی از گذشتگان برای ما است باید تلاش کنیم در هر شاخه از این حوزه، بهترین کیفیت را ارائه کنیم.

پیوند زدن آدم‌ها با خاطرات

ایران و زیبایی‌های آن مانند طرح‌های گلیم به نقاشی‌های راحله مجردی هم راه یافته‌اند. به همین دلیل هم او بسیاری از آثار خود را که با رنگ روغن خلق کرده به فضاهای تاریخی و طبیعت ایران اختصاص داده است.

یکی از گلیم‌های زیبایی که بر اتاق کار راحله نقش بسته، اثری با طرح گلیم عشایری است. او درباره الهام‌گرفتنش از تاریخ و هویت و فرهنگ ایرانی در آثار هنری‌اش می‌گوید: به نظر هنر برای حفظ شدن و دیده شدن به اصالت نیاز دارد و این اصالت را می‌توان در هویت یافت. از طرفی جالب است که مردم هم این شکل کارها را می‌پسندند، چرا که با بسیاری از طرح‌ها و نقاشی‌های ایرانی و سنتی ذهن آن‌ها به سال‌های دور و خاطرات زیبا پیوند می‌خورد.

تزیین آثار سنتی و جان بخشی به بعضی وسایل قدیمی بدون استفاده، این کاری است که هنر پتینه با اجسام و فضا می‌کند. راحله این هنر را هم در راستای علاقه مندی‌هایش فرا گرفته است. او می‌گوید: این هنر تجسمی است که در کنار بافت گلیم و نقاشی به کامل شدن هنر و هنرمند کمک می‌کند، چرا که زمان‌هایی پیش می‌آید که شما لازم است توانایی‌های بیشتری داشته باشید تا آثار بهتری خلق کنید.

+ گوشه



زندگی فیت

زنی با ۳۰ سال زندگی ورزشی

● **فاطمه تکلو / هدی بختیاری راد از آن‌هایی است که با ورزش بزرگ شده است. او متولد سال ۶۸ است و از ۹ سالگی رشته تکواندو را شروع کرده و در شانزده سالگی دان چهارم این رشته را گرفته است. از همان زمان در مسابقات زیادی شرکت کرده است و عنوان‌های قهرمانی در رشته پومسه با فرم در تکواندو دارد. سرپرست تیم فیتنس خراسان رضوی در دوره‌های اول تاسوم بوده و با تلاش‌هایی که کرده موفق شده است دو نفر از بانوان استان راه‌های تیم ملی و مسابقات جهانی فرقیزستان کند. بختیاری راد، مربی بدن‌سازی، فیتنس و آمادگی جسمانی هم است و داوری درجه ۲ فیتنس را دارد. او اکنون مسئول کمیته فیتنس چلنج بانوان هیئت بدن‌سازی و پرورش اندام خراسان رضوی است و از آنجایی که دغدغه زیادی در زندگی به سبک ورزشی دارد سیزده سال است که یک باشگاه ورزشی ویژه بانوان دارد که از طلوع آفتاب تا پاسی از شب باز است تا هر وقت که خانم‌ها توانستند وقتی برای ورزش باز کنند.**

● از ۹ سالگی

«ورزش را از مدرسه شروع کردم. ۹ سالم بود که سراغ آن رفتم. رشته‌ام تکواندو بود و تا دلتان بخواهد در مسابقات مدارس مقام گرفتم. یک علاقه قلبی و درونی من را جذب می‌کرد و اینکه می‌دانستم ادامه این راه از هر جهت به نفع من است. ادامه دادم تا در شانزده سالگی دان چهارم را گرفتم. در مسابقات استانی شرکت می‌کردم و مقام‌های زیادی در رشته پومسه کسب کردم. این رشته یکی از مهم‌ترین جنبه‌های آموزشی هنرهای رزمی است و شامل فرم مجموعه‌ای از حرکات کلاسیک تکواندو مانند تکنیک‌های ایستادن، دست، پا و جابه‌جایی است.»

● کشف استعداد ورزشی

«استعداد ورزشی را از سن کم باید کشف کرد. عقیده من این است که باید ورزش را از سن کم شروع کرد و مادرها باید به این نکته توجه کنند. البته که روحیه بچه را هم در نظر بگیرند. یکی ورزش رزمی دوست دارد یکی شنا. من بعد از ۱۱ سال ورزش و سیزده سال باشگاه داری الان به این نتیجه رسیده‌ام که ورزش از واجبات زندگی است. به ویژه برای زنان که دوره‌های مختلفی مانند پرودی، بارداری، افسردگی پس از زایمان و دوره بسیار سخت یائسگی را تجربه می‌کنند. در تمام این دوره‌ها ورزش خیلی می‌تواند کمک کند. من یک جایی ورزش را بخش جدی زندگی‌ام کردم و به خانم‌ها پیشنهاد می‌کنم این کار را احتمالاً انجام دهند چه برای خودشان و چه برای دخترانشان. این نکته چیزی نیست که فقط من به آن رسیده باشم، بلکه کل دنیا و در تحقیقات به این نتیجه رسیده‌اند که ورزش چه تأثیر شگرفی بر بدن و سبک زندگی افراد دارد. زندگی من همیشه با همین دمبل و کفش ورزشی بوده است و از این مدل پشیمان نیستم. شاید درآمد مالی زیادی ندارد، ولی تادلت بخواهد حال خوب برای زندگی داری و بیاد می‌گیری که چطور مسائل زندگی را حل کنی.»

● هواداری خانم‌ها

«هر خانمی خودش باید استعداد ورزشی‌اش را کشف کند. این طور نباشد که بعد از مدتی اگر بایک رشته تغییری نکرد کلا ورزش را کنار بگذارد. نگاه هم فقط تغییر ظاهری نباشد، چرا که ورزش روی تمام ارکان زندگی و اعضای بدن تأثیر می‌گذارد. از یک اعصاب آرام بگیرد تا یک خواب خوب. بعضی چیزها هم مانند هزینه و وقت بهانه است. با یک برنامه ریزی درست می‌شود هر کاری را انجام داد. مهم این است که بخواهید. البته در کنار این خواستن‌ها این نکته هم که باشگاه داران هوای خانم‌ها را داشته باشند خیلی مهم است. چه از نظر مالی و چه از نظر انتخاب مربی‌های توانمند. این‌ها کمکی دوجانبه است که در نهایت برکت آن به همه خواهد رسید.»

