



ما به هم
محتاجیم

دکتر سیما فردوسی به ما می‌گوید که روابط خانوادگی و دوستانه و مهمانی‌ها چه تأثیری بر سلامت روان دارند

۱۰



شب یلدا با قصه
عجین است

با علی خانجانی که مجموعه ۱۶ جلدی «قصه‌شناسی یلدا» را تألیف کرده

۱۲



رفیق ناصر حجازی
و عزیز اصلی بودم

با فرامرز ظلی که در دهه ۴۰ همبازی بهترین دروازه‌بان‌های تاریخ فوتبال ایران بود

۱۲

پنجشنبه ۲۴ آذر ۱۴۰۱ | ۲۰ جمادی الاول ۱۴۴۴ | سال سی و یکم، شماره ۸۶۶۵

همیشه یک روز هفتادم



عکس: حامد خورشیدی

به شیرینی هندوانه، به سرخی انار

حال و هوای میدان مرکزی میوه و تره‌بار تهران در آستانه شب یلدا دیدنی است



نیلوفر ذوالفقاری

دنبال بهانه می‌گردیم؛ بهانه‌ای برای کنار هم بودن، برای شادی و شیرینی. این بهانه را هر سال زمستان با نخستین شب از راه رسیدن به همه ما می‌دهد، شب یلدا را به استقبال مان می‌فرستد تا به گرمی دیدارها و دورهمی‌ها، با خاطره‌ای به شیرینی هندوانه و به سرخی انار، آماده سوز و سرمای فصل آخر سال شویم.

ما هم به بهانه یلدا، به میدان تره‌بار مرکزی تهران رفتیم تا ببینیم نقطه ابتدایی توزیع میوه در پایتخت، در آستانه شب یلدا چه حال و هوایی دارد.

شهر میوه‌ای وسط پایتخت

وقتی می‌گوییم میدان مرکزی تره‌بار تهران، یک شهر کوچک را تصور کنید که خیلی راحت ممکن است در کوچه پسکوچه‌هایش راه‌تان را گم کنید! میدان‌های کوچک، خیابان‌های موازی که در هر کدام چندین سوله ساخته شده، غرفه‌های در تعداد فروش، ایستگاه آتش‌نشانی، اورژانس، کلانتری، شعب بانک‌ها، رستوران و حتی شورای حل اختلاف، از مبدأ توزیع میوه و تره‌بار تهران یک شهر کوچک شلوغ ساخته است. کامیون‌ها یکی بعد از دیگری از راه می‌رسند و کارگران با فریاد به آنها فرمان می‌دهند تا در جای مناسبی متوقف شوند، درها را باز و بارشان را خالی کنند. ساعت کاری گروهی از بازاربان اول شب شروع می‌شود و تا صبح ادامه دارد. کامیون‌های میوه و تره‌بار شب‌ها از شهرهای مختلف

مردم کمتر می‌خرند اما می‌خرند

«قدیم مردم جعبه‌ای و صندوقی میوه می‌خریدند. چند مدل هم می‌خریدند. حالا قدرت خرید مردم کمتر شده اما باز هم برای مناسبت‌های خاصی مثل شب یلدا، سعی می‌کنند خرما، لوا، هندوانه و اناری سر سفره بگذارند و خانواده را دور هم جمع کنند.» این حرف‌های مهدی اربابی است که ۳۰ سالگی می‌شود این شغل را انتخاب کرده. از کودکی همراه پدر و پدر بزرگش وارد میدان میوه و تره‌بار شده و کار را از آنها یاد گرفته است. از سختی‌های کار و ساعات طولانی بیاداری و ایستادن می‌گوید اما همه این سختی‌ها دست کم یک شب برای بودن کنار خانواده، فراموش می‌شود. اربابی می‌گوید: «شب یلدا استرس کار بیشتر می‌شود، چون باید بار بهتر بیاوریم و میوه با کیفیت دست مشتریان بدهیم. خانواده که در بقیه شب‌های سال شرایط کار ما را تحمل می‌کنند، می‌دانند که هر طور باشد شب یلدا را کنارشان هستیم. قبل از همه برای خانه خودمان میوه و هندوانه می‌برم تا شب یلدا دور هم باشیم.» انطور که اربابی می‌گوید، خریداران عمده و مغازه‌داران که از جاهای مختلف شهر به بازار مرکزی تره‌بار می‌آیند، نزدیک شب یلدا با وسواس و دقت بیشتری خرید می‌کنند؛ چون برایشان مهم است مشتریان محلی که قصد خرید از آنها را دارند، از کیفیت میوه‌ها راضی باشند. کلاه پشمی مشکلی‌نگش را روی گوش‌هایش می‌کشد، هندوانه‌ها را از بالای نیسان پایین می‌آورد و روی باسکول وزن می‌کند. اسمش قاسم حبیبی است و با لهجه شیرین ترکی از حال و هوای بازار در روزهای نزدیک به شب یلدا می‌گوید: «مثل شب عید شلوغ نمی‌شود اما باز هم مردم برای خرید میوه می‌آیند. هندوانه بیشتر مشتری دارد. هندوانه نسبت به میوه‌های دیگر ارزان‌تر است و مردم بیشتر توانایی خریدن آن را دارند.» یاد نشینی‌های قدیمی در شب‌های یلدا می‌افتد و می‌گوید امسال هم با خانواده دور هم جمع می‌شوند: «ارزو می‌کنم خانواده‌ها با هم مصمی باشند، شاد باشند و با دلخوشی دور هم جمع شوند.»

شب چله است و هندوانه‌اش

«قدیمی‌ها نمی‌گفتند شب یلدا، می‌گفتند شب چله. این یک شش و واجب بود که کوچک و بزرگ خانواده جمع شوند در خانه پدر بزرگ و مادر بزرگ، دور هم میوه و آجیل و شیرینی بخورند. رسم و رسوم این شب خیلی قشنگ است. بزرگ‌ترها قصه تعریف می‌کنند و نوه‌ها و جوان‌ترها با علاقه گوش می‌دهند. بعد هم فال حافظ می‌گیرند. خلاصه یک شب است و شادی دور هم بودن با خانواده.» این حرف‌ها را داوود وطن‌خواه می‌زند که موهای یکدست سفیدش می‌گوید خودش یک پدر بزرگ است؛ از آن پدر بزرگ‌های شوخ و سرزنده که سعی می‌کند اطرافیان‌ش را بخنداند و خوشحال کند. این را صدای خنده‌ها و شوخی‌های همکارانش ثابت می‌کند. او می‌گوید: «شب یلدا حتما پیش خانواده هستیم. همه بچه‌ها و نوه‌ها به خانه من پدر بزرگ می‌آیند. می‌دانی چند نوه داریم؟ ۱۰ تا! دخترها و پسرهایم هر کجا باشند شب یلدا خودشان را به خانه ما می‌رسانند.» انگار خاطره‌های قدیمی پیش چشمش جان گرفته و زنده شده، از شب یلدا در سال‌های دور می‌گوید و خوشحال است که مردم هنوز به این شب اهمیت می‌دهند: «اراستش را بخواهید خیلی از مردم توان خرید زیادی ندارند، کار و کاسبی‌ها تعریفی ندارد اما باز هم به بهانه شش بلساد، میوه‌های مختلف به خصوص هندوانه می‌خرند تا دست خالی به خانه نروند.» وطن‌خواه ۵۵ سال است در این میدان مشغول کار است و حالا دیگر آنقدر تجربه کسب کرده که خودش می‌گوید هندوانه را از دور ببیند، تشخیص می‌دهد که شیرین و سرخ است یا سفید و پوک؛ او می‌گوید از چند شب مانده به شب یلدا فروش هندوانه افزایش پیدا می‌کند و اضافه می‌کند: «به خریداران یاد می‌دهم که چطور هندوانه خوب را تشخیص دهند. البته ما سعی می‌کنیم بار هندوانه با کیفیت بیاوریم. به شما هم توصیه می‌کنم هر جا هندوانه میناب بندر عباس دیدید بخريد که بدون شک شیرین و سرخ و آبدار است. بالاخره شب چله است و هندوانه‌اش.»

زندگی شبانه در بازار مرکزی

اگر می‌خواهید بدانید چرا میدان تره‌بار مرکزی تهران اهمیت دارد، بد نیست باخبر شوید که روزانه بین ۱۱ تا ۱۷ هزار تن محصول در این میدان توزیع می‌شود! این آماری است که مدیرعامل سازمان مدیریت میادین میوه و تره‌بار شهرداری تهران اعلام کرده است. میدان مرکزی ۲۳۸ هکتار مساحت قابل استفاده دارد که در سال ۱۳۷۴ به بهره‌برداری رسید و روزانه نزدیک به ۲۰ هزار خودرو به میدان مرکزی مراجعه می‌کنند. ۳۰ درصد محصولات عرضه‌شده در این بازار مرکزی، به میادین میوه و تره‌بار شهرداری تهران ارسال می‌شود و ۴۰ درصد از آن نیز به سایر نقاط کشور ارسال می‌شود و بخشی از محصولات هم در سایر مراکز فروش شهر تهران عرضه می‌شوند. همه اینها باعث شده نبض توزیع میوه و تره‌بار در این بازار بزند و البته، در مواقع خاصی از سال مثل نزدیک عید نوروز و شب یلدا، فعالیت این بازار اهمیت بیشتری پیدا

تا ۴۰ درصد ارزان‌تر

هر چند بیشتر راسته‌ها، سوله‌ها و غرفه‌های بازار مرکزی تره‌بار تهران، به فروش عمده محصولات اختصاص دارد اما راسته‌هایی هم برای خرده‌فروشی در نظر گرفته شده که محل مراجعه شهروندان برای خرید شخصی است. این روزها این راسته‌ها کمی شلوغ‌تر از قبل است، چون خیلی از شهروندان ترجیح می‌دهند میوه‌های شب یلدا را از مرکزی بزرگ با قیمت مناسب تهیه کنند. قیمت میوه‌ها در این بازار و بقیه مراکز میوه و تره‌بار که در محله‌ها فعال است، تا ۴۰ درصد نسبت به مغازه‌ها و فروشگاه‌های دیگر کمتر است. مهدی عبادی، ساکن شهرک شرعی، یکی از شهروندانی است که برای خرید میوه و سبزیجات به بازار مرکزی تره‌بار آمده و بین غرفه‌ها قدم می‌زند. او می‌گوید: «هر چند اینجا حال و هوای بازارهای محلی شهرهای شمالی را ندارد اما باز هم خوش آب و رنگ است. از آنجا که فاصله محل سکونت ما با بازار مرکزی کم است، من سعی می‌کنم خریدهای روزانه را هم از همین مرکز انجام دهم تا به‌صرفه باشد. اینجا میوه‌ها تازه و با کیفیت است و تنوع محصولات هم بالاست.» او که از فروشنده برای انتخاب یک هندوانه شیرین و سرخ راهنمایی می‌خواهد، می‌گوید: «شب یلدا قرار است به خانه پدر و مادر همسرم برویم. مسئولیت خرید میوه و هندوانه را من بر عهده گرفته‌ام. اصل ارزش این شب به دور هم بودن و تازه شدن دیدارها و رفتن به خانه بزرگ‌ترهاست، میوه و آجیل و شیرینی هم برای خالی نبودن سفره و براساس رسم و رسوم قدیمی تهیه می‌شود. امیدوارم خانواده‌ها به هیچ دلیلی دور هم بودن را کنار نگذارند.»



راه‌ها

خریدهای اقتصادی شب یلدا؛ کجا و چگونه؟

• خیابان شهرستانی

بازار شهرستانی از جمله بازارهای روز تهران است که در ضلع جنوب شرقی میدان امام حسین(ع) قرار دارد. اغلب مغازه‌های این راسته به عرضه میوه و تره‌بار، گوشت و ماهی، انواع لبنیات و بعضاً پوشاک و لوازم منزل می‌پردازد. این بازار قدمتی ۵۰ ساله دارد. بازارچه شهرستانی، فضایی پیاپیرو مدار، سرزنده، پویا و دارای مراکز خدماتی کارا جهت خرید شهروندان تهرانی است. اگر سری به این بازار زده باشید حتماً تأیید می‌کنید که نکته‌ای که در نگاه اول بسیار جلب توجه می‌کند، سبک فروش میوه و سبزی در این بازار است. بسیار رنگارنگ و منظم چیده شده است. این ترکیب رنگ‌ها و نظم، حاصل فکر خلاق فروشندگان آنجاست. شباهت زیاد این بازار به بازارهای شهرهای شمالی کشور از جمله نکات منحصربه‌فرد این بازار به شمار می‌رود. رنگین‌کمانی از میوه‌ها و سبزی‌ها به همراه انواع ترشیجات، خرید را به تجربه‌ای از گشت و گذار دلپذیر تبدیل می‌کند.



خیابان شهرستانی

ایستگاه متروی
امام حسین(ع)

شرق تهران

میوه و سبزی، خشکبار و

آجیل، گوشت و مرغ

• بازار ماهی بعثت

ایستگاه متروی بعثت



جنوب تهران

ماهی و انواع آبزیان،

میوه و سبزیجات

• بازار شبانه پل بعثت

ایستگاه متروی شوش



غرب تهران

میوه، سبزی و صیفی‌جات

• میدان تره‌بار صادقیه

ایستگاه متروی

صادقیه



شمال تهران

میوه و سبزی، گوشت و

مرغ، آجیل و خشکبار

• بازار میوه و تره‌بار

فرحزاد

ایستگاه متروی

میدان صنعت



• بازار میوه و تره‌بار فرحزاد

برای اهالی شمال شهر تهران، بازار تجریش نام آشنایی برای خرید انواع میوه‌ها، به‌خصوص نوبرانه‌هاست. اما راستش را بخواهید قیمت میوه‌ها در این بازار قدیمی و رنگارنگ اصلاً هم اقتصادی نیست و اگر قصد خرید کلی داشته باشید، بهتر است گز نه مناسب‌تری مثل میدان‌های میوه و تره‌بار را انتخاب کنید. بازار میوه و تره‌بار فرحزاد که در بزرگراه یادگار امام (ره)، خروجی شهید ۲۰ هزار نفر را در گستره‌ای به وسعت ۸۰ هکتار تحت پوشش قرار داده است، یکی از این گزینه‌های مناسب است. علاوه بر اهالی محله فرحزاد، بخشی از محله پرواز مانند تأمین اجتماعی، خیابان ایشارگان شمالی و تعاونی فرهنگیان نیز می‌توانند از این بازار استفاده کنند. در این بازار که یکبار هم تعطیل و بعد از بازسازی، دوباره کار خود را شروع کرد، می‌توانید انواع محصولات کشاورزی و مایحتاج روزانه را تهیه کنید. اگر صبح برای خرید بروید، محصولات تازه‌تر و با کیفیت‌تری پیدا می‌کنید و خرید به‌صرفه‌تری خواهید داشت.