خراسان جنوبی
روزنامه سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، اجتماعی

دوشنبه
۲۹ اردیبهشت ۱۳۹۹
۲۴ رمضان ۱۴۴۱
شماره ۳۲۷۶

اذان ظهر ۱۲:۳۰
غروب آفتاب ۱۹:۲۸
اذان مغرب ۱۹:۴۷
اذان صبح فردا ۳:۵۷
طلوع آفتاب فردا ۵:۳۱

صاحب امتیاز:
موسسه فرهنگی هنری خراسان
مدیر مسئول:
محمد سعید احدیان

دفترمرکزی: مشهد، بلوار شهید صادقی(سازمان آب)
صندوق پستی: ۵۱۱-۹۱۷۳۵
تلفن: ۳۷۶۳۴۰۰۰-۰۵۱
نمابر دبیرخانه: ۳۷۶۲۴۳۹۵-۰۵۱
پیامک: ۲۰۰۰۰۹۹۹

سر پرستی استان خراسان جنوبی: بیرجند، خیابان مدرس، خیابان باهنر غربی، شماره ۷۷
تلفن سرپرست: ۳۲۴۴۳۹۳۹-۰۵۶
تحریریه: ۳۲۴۴۸۰۵۰-۰۵۶
نمابر تحریریه: ۳۲۴۴۸۰۵۴-۰۵۶

واحد آگهی و اشتراک: ۳۲۴۴۸۰۵۲-۰۵۶
صندوق پستی: ۵۱۴-۹۷۱۷۵
نمابر آگهی و اشتراک: ۳۲۴۴۸۰۵۳-۰۵۶
چاپ: شهرچاپ خراسان

یادداشت

قاسمی

حرمت رمضان

آخرین روزهای ماه مبارک رمضان در حال سپری شدن است، ماهی که لحظه لحظه آن ثواب است و پاداش عمل و روزه داری را خدا خودش می دهد اما در این بین برخی به دلیل بیماری، مسافرت یا هر موضوع دیگر روزه نمی گیرند. هرچند در عرف و شرع تاکید بر خودداری از روزه خواری در ملأ عام است اما عده ای تابو شکنی و فراموش کرده اند که حتی اگر مجاز به روزه نگرفتن هستند، کوچه و خیابان جایش نیست. جوانی در کنار خیابان خودرو را پارک می کند و پشت شیشه های دودی خودرو نوشابه سر می کشد. او شاید برای روزه خواری توجیهی داشته باشد اما علت این کار ناشایست در خیابان و در حالی که عملش از شیشه جلو و عقب خودرو نمایان است، چه توجیهی دارد؟

مردان جوانی که در تعمیرگاه اتومبیل بوو دود سیگارشان بیرون می زند چه توجیهی برای این کار دارند، یا آن آقای شیک و آراسته ای که پشت به خیابان اصلی می ایستد و فندک زیر سیگارش روشن می کند و ... باید پرسید علت روزه خواری در معابر آن هم به صورت علنی و در حالی که چندان ضروری به نظر نمی رسد، چیست؟

زمانی قبح و زشتی روزه خواری نه تنها در ملأ عام بلکه حتی در خانه هم باور و عقیده بسیاری بود اما متاسفانه هر چه می گذرد باورها و اعتقادات برخی ها کم رنگ تر می شود. بزرگ ترها به جای این که الگویی برای بچه ها و درس عملی روزه داری باشند در کوچه و خیابان روزه خواری می کنند بی توجه به این که کارشان نه تنها بی احترامی به حرمت ماه رمضان بلکه به آن هایی است که روزه دارند. آن ها اگر به هر دلیل نمی توانند روزه بگیرند دست کم می توانند چشم بر لازمه های این ماه نبندند ضرورت هایی که رعایت آن شیرینی های خاص خودش را هم دارد و حفظ حرمت آن کار سختی نیست.

عطاری

اگر اعصاب ندارید

توت سفید چاق کننده، مقوی، نیروبخش و برای تقویت اعصاب مفید است. مدیر مجتمع تحقیقات گیاهان دارویی جهاد دانشگاهی استان طبیعت توت را از نظر طب قدیم، گرم و تر دانست و گفت: توت سفید چاق کننده، مقوی، نیروبخش، مدر، ملین، ضد مسمومیت و برای تقویت اعصاب مفید است و برای روماتیسم، نرم کردن سینه، رفع سرفه، عوارض سل و آسم از آن استفاده می شود.

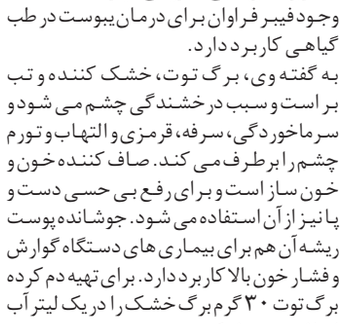
«پویان» توت سفید را خون ساز دانست و افزود: این میوه برای رفع آبله و سرخچه، کاهش عصبانیت، ترس و افسردگی آثار مفیدی دارد و با کاهش جزء بد کلسترول در پیشگیری از بیماری های قلبی- عروقی موثر است و به علت وجود فیبر فراوان برای درمان یبوست در طب گیاهی کاربرد دارد.

به گفته وی، برگ توت، خشک کننده و تب بر است و سبب درخشندگی چشم می شود و سرماخوردگی، سرفه، قرمزی و التهاب و تورم چشم را برطرف می کند. صاف کننده خون و خون ساز است و برای رفع بی حسی دست و پا نیز از آن استفاده می شود. جوشانده پوست ریشه آن هم برای بیماری های دستگاه گوارش و فشار خون بالا کاربرد دارد. برای تهیه دم کرده برگ توت ۳۰ گرم برگ خشک را در یک لیتر آب اضافه و مصرف کنید.

از قاب دوربین

یک روز؛ غروب

عصر یک روز بهاری در غروب نارس آفتاب، گوشه دنج فضای سبزیکی از خیابان های شهر را برای تقسیم شادی در این روزهای دلگیر کرونایی انتخاب کرده اند. جمع پنج، شش نفره ای که هر روز وعده دیدارشان به وقت عصر و برای قسمت کردن روزهای سالمندی، زیر سایه درختان کاج است. هرچند موهایشان را در آسیاب زمانه سپید و زیر جبر روزگار کمر خم کرده اند، اما دلشان جوان است و هر از گاهی صدای خنده شان سکوت فضا را در هم می شکند.



حرف های شنیده شده و نشده ۲ غسال

خاطرات ریخته روی تخت غسالخانه

زهرا خسروی

سکوت محوطه آرامستان هر از گاهي با شيون و ناله شكسته مي شود. قبل از ورود به غسالخانه، تصور ديدن جنازه، گام هايت را سست مي كند؛ كمي زمان مي برد تا بپذيري اين جا هم يك ساختمان معمولي است با مسافراني كه تا همين ديروز مانند تو روزگار سپري مي كردند.

ساختمان اين جا با ديگر نقاط تفاوت چنداني ندارد، اما بخش هاي خاص خود را دارد، از سردخانه و مكان نگهداري تابوت ها گرفته تا سالن تغسيل با سكوهايي كه آخرين ايستگاه مسافران آخرت است، براي غسال ها اما همه چيز عادي به نظر مي آيد حتي ديدن جنازه هاي تصادفي، سوخته و...

اين را غسال ۵۲ ساله بيرجندي مي گويد كه ۱۰ سال است در اين حرفه كار مي كند. كاري كه از گذاشتن سنگ بنا براي خانه هاي دنيايي آغاز و به گذاشتن آخرين سنگ خانه آخرت ختم شد. حرفه اي كه چند سال قبل در كنار كشاورزي و دامداري آن را هر از گاهي در روستا تجربه مي كرد اما بعد از خست آسمان بر زمين و خشكسالي هاي مداوم، براي گذران زندگي راهي شهر شد و بعد از ۶ سال بنايي، كارش به درست كردن سردابه و غسالي ختم و در آن ماندگار شد.

با کار کنار آمده ام

«علي احمدي» هفت فرزند دارد كه هيچ كدام كار او را از نزديك تجربه نكرده اند و شايد به دليل ترس از آن، تمايلي هم به اين كار ندارند. اين را مي گويد و با لبخند ادامه مي دهد: هرچند خانواده با اين كار كنار آمده اند اما پول كه باشد تفاوتي ندارد از راه كارگري باشد يا غسالي و....

او به ميت هاي كرونايي هم اشاره مي كند كه با جنازه هاي عادي تفاوتي ندارند و كوچك ترين ترس و واهمه اي هم از انجام وظيفه در اين روزها ندارد چرا كه به گفته وي، جنازه هاي بدتر از كرونا را نيز غسل داده و كفن كرده است از قربانيان تصادف با بدن هاي پر جراحت تا غسل بيمارانی كه بر اثر تب كريمه كنگو فوت كرده اند البته در اين بين استفاده از وسايل و لوازم حفاظت فردي مانند لباس هاي ضدآب، ماسك، عينك و... براي غسل ميت، گاهي كارو نفس كشيدن را برای او سخت تر مي كند.

او هرچند به واسطه كارش چندان اهل رفت و آمد نيست اما از روزهاي كرونايي به زمان مرگ و زندگي هاي غريب وار تعبير مي كند كه مردم با ترس و واهمه با يكديگر ارتباط برقرار مي كنند.

وي مي افزايد: جنازه ها هم غريب وار كفن و دفن مي شوند؛ به عنوان مثال چند روز قبل دختر ۱۳ ساله اي كه به دليل كرونا مادرش را از دست داده بود با گريه و زاري اصرار داشت مادرش را براي چند دقيقه از نزديك ببيند و مي گفت كه از دو هفته قبل به دليل بستري وي در بيمارستان موفق به ديدن او نشده است، كه پس از اصرار زياد توانست از پشت شيشه و براي چند ثانيه او را ببيند و ديدارشان به قيامت موكول شود. تلخي هاي زيادي در كارش ديده است، گاهي برخي او را «مرده شور» صدا مي كنند، حتي يكي از اعضاي خانواده اي كه جوان از دست داده بود هنگام گذاشتن سنگ قبر، مقداري خاك روي سرش ريخت اما مي گويد: هيچ كدام از حرف ها و برخوردها مرا نا راحت نمي كند، چون با كارم كنار آمده ام. او كه هشت جنازه هم در يك روز غسل داده و گاهي از پنج صبح تا هفت شب كار كرده است اظهار مي كند كه گلايه اي ندارد.

از زمان شيوع كرونا، مردم براي پرستاران دسته گل مي برند و به روش هاي گوناگون از آن ها تشكر مي كنند اما كسي به فكر غسال نيست چون بين مردم وجهه خوبي ندارد در حالي كه سختي كار بيشتر است. هرچند از حقوق كارگري رضايت دارد اما آن را در مقايسه با كار سخت و نداشتن تعطيلات چندان كافي نمي داند. از مسافران آخرتي كه بعد از سال ها در ذهنش ماندگار شده اند به فوت جوان معلولي اشاره مي كند كه با لبخند بر چهره، گويي در خواب مي خنديد اما گذر كودكان ۹، ۱۰ ساله به اين مكان هم اشك از چشمانش سرازير كرده است. مي گويد: وقتي آن ها را غسل مي دهم احساس نمي كنم ميت هستند، بلكه فكر مي كنم كودكاني اند كه در خواب هستند.

نان با برکت

«ماه بانو سيادت» ۴۷ ساله هم از سال ۸۰ مشغول به اين كار است. او ابتدا در روستا قالي بافي مي كرد اما به دليل نداشتن درآمد از اين راه، همراه همسرش عازم شهر و به پيشنهاد يكي از بستگان براي گذران زندگي وارد اين حرفه شد.

او گريزي به روزهاي اوليه كار مي زند و مي گويد: وقتي براي كار رفتم مسئول مربوط گفت كه اين جا صحنه هاي متفاوتي خواهي ديد؛ از جنازه هاي تصادفي تا سوخته و...، اگر نمي ترسي بسم ا... و من هم به دليل نياز به كار، قبول كردم.

او مي افزايد: روزهاي ابتداي ورود به اين كار چند جنازه سوخته و تصادفي آورده بودند كه با ديدن آن ها ترس بر من غلبه كرد و اين موضوع را با همكارم در بين گذاشتم اما او به جاي دلداري، در پاسخ گفت كه اگر مي ترسي ديگر نيا و من به دليل ناچاري با همان ترس به كار ادامه دادم و صحبتي نكردم تا اين كه بعد از سه ماه، يك روز در حالي كه تنها بودم، گفته شد بايد كار غسل يك ميت را انجام دهم و چون به تنهايي اين كار را نكرده بودم، به سراغ جاري ام رفتم تا او در كنار من قوت قلبي باشد و از آن روز به بعد ديگر جرئت دار شدم و به تنهايي هم كار مي كنم.

او كه پدر و مادرش غسال بوده اند و همسرش هم مدت هاست وارد اين حرفه شده، داراي چهار فرزند پسر است كه آن ها هم متمايل به كار در اين حرفه هستند، اين را با خوشحالي مي گويد و ادامه مي دهد: حتي بارها اين كار را از نزديك تجربه كرده اند.

میت، میت است

براي او ميت كرونايي با غير كرونايي تفاوتي ندارد چون از نظر خدا همه جنازه ها يكي است و بيشتر اعمال انسان سرنوشت ساز است. زماني كه براي غسل ميت غير كرونايي صرف مي كنيم براي كرونايي هم وقت مي گذاريم، اما سخت ترين قسمت كار مربوط به تجهيزات و استفاده از لباس هاي ويژه براي شست و شوي بيماران كرونايي است كه گاهي نفس كشيدن و كار را سخت مي كند چرا كه بايد حدوديك ساعت از آماده كردن وسايل تا جابه جايي ميت و... در لباس ها تحمل كنيم.

گاهي رفتار نامناسب برخي به دليل شغل آن ها، او را آزار مي دهد؛ اما دلداري و همراهي بعضي خانواده ها هم او را خوشحال مي كند كه مي گويند شما با انجام اين كار، ثواب و پاداشي براي آخرت تان ذخيره مي كنيد. او به روزهاي كرونايي هم اشاره مي كند كه برخي افراد فاميل به دليل ترس و نگراني از ابتلا به كرونا ارتباط شان را با آن ها قطع كرده اند و در اين باره توضيح مي دهد: به خودمان مستقيم چيزي نمي گويند اما گاهي مي شنوم كه آشنايان نزديك به دليل غسال بودن و ارتباط با ميت هاي كرونايي، رفت و آمد با ما را قطع كرده اند و به خانه ما نمي آيند، البته از اين رفتارها ناراحت نمي شوم و آن ها را درك مي كنم.

هرچند بعد از سال ها اين كار برايش عادي شده و تا ۱۳ جنازه هم در روز غسل داده است اما مي گويد: هنوز هم با ديدن جنازه دختران جوان ناخودآگاه اشك از چشمانم سرازير مي شود. او هرچند حقوق دريافتي را متناسب با سختي كار نمي داند اما راضي است و مي گويد: اين نان بركت دارد چرا كه از ناخن دست تا بازو كار مي كنيم.

یک غسال: از زمان شیوع کرونا، مردم برای پرستاران دسته گل می برند و به روش های گوناگون از آن ها تشکر می کنند اما کسی به فکر غسال نیست چون بین مردم وجهه خوبی ندارد در حالی که سختی کار بیشتر است

بانوی غسال: میت کرونایی با غیرکرونایی تفاوتی ندارد چون از نظر خدا همه جنازه ها یکی و بیشتر اعمال انسان سرنوشت ساز است. همان زمانی را که برای غسل میت غیر کرونایی صرف می کنیم برای کرونایی هم وقت می گذاریم

سفره

تغذیه در افطار

می توان افطار از آش بدون رشته، سوپ حریره، مربا، عسل، کشمش، مویز و خرما استفاده کرد. یک متخصص طب ایرانی اسلامی با تاکید بر این که روزه داران هنگام افطار و سحر از پرخوری و درهم خوری پرهیز کنند، گفت: درهم خوری سبب سوء هاضمه و ترش کردن می شود و بهتر است افراد روزه خود را با خرما و آب جوشیده ولرم که با عسل یا نبات شیرین شده است، افطار کنند. دکتر «حقیقی» با اشاره به این که مصرف بیش از حد مایعات در سحر سبب سوء هاضمه می شود، افزود: با توجه به مزاج، می توان در افطار از آش بدون رشته، سوپ حریره، مربا، عسل، کشمش، مویز و خرما استفاده و از مصرف غذاهای چرب، سنگین و غلیظ در زمان افطار خودداری کرد. به گفته وی، در زمان افطار و سحر توصیه می شود که غذا خوب جویده و آهسته و با آرامش جسمی و روحی و روانی مصرف شود. همچنین بهتر است هنگام تغذیه از تماشای تلویزیون و گوش کردن به رادیو و مصرف مایعات و میوه از نیم ساعت قبل تا دو ساعت بعد از غذا خودداری شود و مایعات خیلی سرد مصرف نشود.

وی با اشاره به پرهیز از مصرف غذاهای چرب، تند، شور، سرخ کرده و خمیری مانند سالاد الویه، نان فطیر، ماکارونی و پیتزا گفت: همچنین در ماه مبارک رمضان از مصرف غذاهای فست فودی، چای پررنگ، نوشابه ها و آب میوه های صنعتی خودداری شود.

وی با تاکید بر این که بعد از گذشت حدود سه ساعت پس از غذا می توان خوابید، افزود: اگر به ورزش کردن عادت دارید، در ماه رمضان آن را بین افطار و سحر ادامه دهید؛ البته نباید ورزش سنگین کرد. به گفته وی، می توان با مصرف سبزیجات و میوه از ابتلا به یبوست پیشگیری کرد. وی از ممنوعیت استحمام در حمام داغ و سونا در طول روز در ماه رمضان به علت ایجاد ضعف خبر و ادامه داد: استحمام با شکم پر و خالی، نوشیدن آب سرد در حمام یا پس از استحمام، و فصد و حجامت در طول روز هم ممنوع است.

نکته

علایم جدید ویروس کرونا

کرونا می تواند با تظاهرات خارج ریوی متعددی هم بروز کند. یک متخصص بیماری های عفونی با اشاره به این که درباره علایم بالینی کووید ۱۹ ابتدا تصور بر موارد تنفسی بود، به «خراسان جنوبی» گفت: امروزه متوجه شده ایم که این بیماری می تواند با علایم خارج ریوی متعددی هم بروز کند. دکتر «مسعود ضیایی» قرمزی چشم، اختلال حس بویایی و چشایی، سردردهای بسیار شدید، ضعف اندام تحتانی بدن، اختلال در راه رفتن، درد قفسه سینه و عوارض قلبی، عروقی، درد شکم، اسهال و استفراغ، عوارض و التهابات پوستی و عوارض مغزی و عصبی را از علایم جدید برشمرد و افزود: در روزهای اخیر بیمارانی که با عوارض گوارشی، پوستی و... مراجعه می کنند و در بررسی از نظر کووید ۱۹ مثبت هستند، بیشتر دیده می شود.

از قلم خبرنگار

زندگی بدون عمو و عمه

محمد حسین باکمال- جمعیت یکی از پایه های اصلی تصمیم گیری ها و حتی از نمادهای قدرت کشورهاست. در سال های اخیر شرایط اقتصادی تاثیر مستقیمی بر نرخ زاد و ولد گذاشته است به گونه ای که بسیاری از زوج ها یا سیاست تک فرزندی را در پیش گرفته و اگر هم خیلی اقبال به فرزندآوری نشان داده، به داشتن دو فرزند بسنده کرده اند. این موضوع جدا از تبعات نامناسبی که در آینده جامعه و کشور می گذارد، از سویی هم سبب کوچکی خانواده ها، محدود شدن روابط خانوادگی می شود و از همه مهم تر نسل امروز و فرزندان آن ها را از داشتن عمو، عمه، دایی و خاله محروم می کند.

بسنده کردن زوج های جوان به داشتن یک یا دو فرزند در جامعه امروزی به دلایلی مانند ترس از هزینه های بعدی، ناتوانی در رسیدگی بیشتر به تعلیم و تربیت آن ها و ... در کنار آن، کاهش رفت و آمدها، گرفتاری خانواده ها، تشریفات بیش از حد معمول سبب شده است کار به جایی برسد که این روزها صله رحم با همه تأکیدها در اسلام به حاشیه رانده شود و بسیاری از مردم روزها و هفته ها از همان یک خواهر یا برادر و حتی پدر و مادر و دیگر بستگان بی خبر باشند. در حالی که در آموزه های اسلامی و به استناد فرمایش پیامبر اکرم(ص) باید فرزندآوری در برنامه زندگی زوج های جوان قرار بگیرد چرا که افزایش نرخ رشد جمعیت مزایای بسیار زیادی دارد که امید به آینده، توسعه اقتصادی، برکت در خانواده، سلامت عاطفی و روانی و کاهش مشکلات عاطفی خانواده، ارتقای پیوندهای اجتماعی، شادی و لذت خانواده و ... از جمله آن است. در شرایطی که زوج ها از همان ابتدای تصمیم به تشکیل زندگی با چالش های متعددی چون درآمد کم، تامین هزینه خرید لوازم زندگی، پرداخت اقساط و اجاره بها و ... مواجه هستند، می توان به تصمیم آن ها در این شرایط به داشتن فرزند کم احترام گذاشت زیرا فکر تامین هزینه های بعد از آن هم بسیار آزار دهنده است و پذیرفتن این که زوجی در شرایط اقتصادی سخت امروز تعداد فرزند زیادی داشته باشد، خیلی سخت است. در شرایطی که نرخ تولدها کاهش می یابد دولت ها با اعمال سیاست های تشویقی، زوج ها را ترغیب به فرزندآوری می کنند و نگاهی به این سیاست ها در دیگر کشورها نشان می دهد که در کشور ما، به نوعی چنین سیاستی وجود ندارد با این که کارشناسان و حتی خود مسئولان از روند رشد جمعیتی کشور ابراز نگرانی می کنند. پس جادارد برای رفع دغدغه های مختلف کاهش زادوولد و ترغیب زوج ها به داشتن فرزند بیشتر، تدابیری چون کمک های ماهانه و تصاعدی در صورت افزایش تعداد فرزندان، هزینه مسکن و ... از سوی مسئولان اندیشیده شود چون فقط ابراز نگرانی کردن چاره حل مشکل نیست.

جولان تاکسی های اینترنتی بدون مجوز

تاکسی های اینترنتی بیرجند، بدون مجوز فعالیت می کنند. رئیس سازمان حمل و نقل بار و مسافر شهرداری بیرجند با اشاره به دستورالعمل صادره از وزارت کشور، سازمان صمت و اداره کل ارتباطات مبنی بر الزام دریافت مجوز فعالیت تاکسی اینترنتی از شهرداری ها، به «خراسان جنوبی» گفت: شرکت های اینترنتی فعال در بیرجند، گاهی به این سازمان مراجعه کرده اما هنوز مجوزی دریافت نکرده اند. «غلامپور» تاچ سی، اسنپ و ماکسیم را از جمله این شرکت ها برشمرد و ادامه داد: در صورت بروز مشکل برای شهروندان، این سازمان پاسخ گو نخواهد بود.

سفره های افطار و سحر رمضان در قدیم

چای زغالی، بلغور پلو و قاتق بنه

خسروی- صدای بلند سحرخوان با ضربه های پی در پی به قوطی حلبی در کوچه های خاکی و باریک شهر می پیچد، مادر سراسیمه بلند می شود و به سراغ چراغ سه فتیله می رود تا بلغور پلو را که از شب قبل آماده کرده است، روی آن گرم کند. چند قاشق روغن زرد هم به آن اضافه می کند. غل غل سماور زغالی و عطر خوش چای تازه دم که در خانه می پیچد، همه را از کوچک و بزرگ برای خوردن سحری دور هم جمع و سرحال تر می کند و....

نان جو و گندم

این ها را کاسب ۸۲ ساله ای می گوید که موی در آسیاب زمانه سپید کرده است. «عباسی» آبگوشت، اشکنه عدس و قروت را پای ثابت سفره های سحر رمضان های گذشته می داند که با روغن های محلی طعمی دیگر داشت و انرژی روزانه افراد را تا افطار تامین می کرد. او از نان جو و گندم هم به عنوان قوت اصلی مردم قدیم یاد می کند که گاهی به دلیل کمبودها، گندم با آرد ذرت مخلوط می شد و موقع خوردن نان، زیر دندان درشتی می کرد.

او به تشنگی و گرسنگی تابستان ها هم اشاره می کند که در برهه ای از زمان به دلیل قحطی افراد با کمترین مواد غذایی روزگار سپری می کردند و گاهی انجام کارهای طاقت فرسا امانشان را می برید اما ذره ای از اعتقاد مردمان سخت کوش کویر با وجود سختی ها و کمبودها برای روزه داری در این ماه معنوی کم نمی شد.

او نان گندم و جوهای قدیم را قابل مقایسه با امروز نمی داند و با تاکید بر این که در گذشته، گندم و جو با عصاره و پوسته آن تبدیل به نان می شد و به همین دلیل انرژی زیادی داشت، ادامه می دهد: آن زمان از بیماری هایی مانند فشار خون، دیابت و... خبری نبود و مردم با نان و غذاهای ساده تا افطار را سپری می کردند و انرژی زیادی هم داشتند و بعد از افطار هم با آرامش و بدون دغدغه سر بر بالین می گذاشتند تا سحر سرحال بیدار شوند. به گفته وی، آن زمان از رادیو، تلویزیون، ساعت و گوشی برای بیدار شدن خبری نبود، بنابراین برخی افراد موقع سحر با حلبی کوچه به کوچه می رفتند و با کوبیدن بر آن مردم را برای سحر بیدار می کردند.

او به دورهمی های افطاری در گذشته هم گریزی می زند که به غذاهای ساده و محلی مانند اشکنه عدس، کشک بادمجان و... ختم می شد و گاهی آش رشته، ماست و سبزی های محلی، رنگ و لعاب دیگری به سفره های افطار می داد.

نوجوش و قاتق بنه

شهروند دیگری هم که سن و سالی پشت سر گذاشته است؛ ماست، نان گندم و جو، شیر، عدس و نان جوش را از غذاهای اصلی سفره های افطار و سحر سال های گذشته می داند و می افزاید: افراد هر چه در توانشان بود برای وعده های سحر و افطار مصرف می کردند، گاهی مخلوط شیر و ماست می خوردند و برخی مواقع سیب زمینی یا بادمجان، سیر داغ استفاده می کردند. «محمد نادی مقدم» قاتق بنه، کشک زرد، نان ماست و سبزی، پنیر محلی و شیره انگور همراه با چای شیرین و نبات را از دیگر غذاهای اصیل گذشته برای وعده های افطار و آبگوشت و بلغور یا غلور پلور اهم پای ثابت سفره های سحر قدیم می داند که هنوز طعم آن بعد از سال ها فراموش نشدنی است. به گفته وی، پخت آش رشته، رشته محبت خانواده ها را در وعده های افطار محکم تر و قروت خنک هم تحمل گرمای تابستان های طاقت فرسای کویر در ماه مبارک رمضان را راحت تر می کرد؛ محبت ها و دورهمی هایی که مرد کهن سال از آن به سادگی و بدون تشریفات یاد می کند و می افزاید: دیگر کمتر می توان نمونه های آن را در زندگی های امروزی یافت.

تنوع غذایی

شهروندی هم تنوع غذایی گذشته را محدود به محصولات تولیدی خانواده ها شامل لبنیات، حبوبات و... مطرح می کند و می افزاید: بیشتر افراد در وعده افطار از پنیر محلی، مغز گردو، سیب زمینی سیر داغ و در وعده سحری هم از آبگوشت، قروت و بادمجان، کشک زرد، صابری و غلور ترش استفاده می کردند تا بتوانند روز سخت کاری را با انرژی بیشتر پشت سر بگذارند.

«صدر» سرشیر را هم جزو غذاهای مرسوم گذشته برای وعده های افطار یاد می کند که به دو شیوه تازه و ورقه های نازک خشک شده، مصرف می شد. به گفته وی، در گذشته بعد از گرم کردن شیر، آن را روی بوته های هیزم که در اصطلاح محلی شزگ نام داشت، خشک می کردند و پس از چند روز به شکل ورقه نازکی در می آمد و مصرف می شد که هنوز مزه آن زیر زبان باقی است.

او سفره های افطار قدیم را قابل مقایسه با امروز نمی داند و با تاکید بر این که در گذشته از جوجه کباب و انواع گوشت ها و خورشت ها مانند الان خبری نبود، می افزاید: نان، خرما و تخم مرغ محلی زینت بخش سفره های افطار بود که در خانه با حضور آشنایان و همسایه ها پهن می شد و مردم به واسطه قناعتی که داشتند در صورت کمبود یا نبود محصول، نه تنها گلایه ای نداشتند بلکه با کمترین توقع و به واسطه خودکفایی، ماده غذایی دیگری جایگزین آن و از هر چه داشتند مصرف می کردند. اشکنه عدس هم کار سوپ های امروزی را می کرد.

یک شهروند: بیشتر سرگردانی های جامعه امروزی به دلیل فاصله گیری از ساده زیستی و ورود به تجملات و تشریفات حتی در ماه مبارک رمضان است

کاهش ۳۲ درصدی اهدای خون در ماه رمضان

تعداد مراجعه برای اهدای خون از ابتدای ماه مبارک رمضان ۳۲ درصد کاهش داشت. مدیر کل انتقال خون با اشاره به مراجعه ۴۷۸ نفر برای اهدای خون و اهدای ۳۸۰ واحد خون در شب های قدر، از کاهش ۳۴ درصدی تعداد مراجعه کنندگان و ۲۵ درصدی اهدای خون در مقایسه با مدت مشابه سال قبل خبر داد و به «خراسان جنوبی» گفت: از ابتدای ماه مبارک رمضان هزار و ۳۲۶ نفر مراجعه و هزار و ۶۴ واحد خونگیری انجام شد که میزان مراجعه و خونگیری در مقایسه با مدت مشابه سال قبل به ترتیب ۳۲ و ۲۳ درصد کاهش داشت. «عاملی» O مثبت و AB منفی را به ترتیب جزو بیشترین و کمترین گروه های خونی اهدایی و مورد نیاز برشمرد و افزود: با توجه به لغو برخی عمل ها، میزان خون های اهدایی پاسخ گوی نیاز بیمارستان ها و مراکز درمانی بود.