



عکس: ایران

# زنگ باستانی در قدیمی ترین زورخانه تهران رخصت مرشد

## گزارش

یوسف حیدری  
گزارش نویسن

و گوشه‌ای روی پله‌ها می نشیند. فضای زورخانه «نیروشادی» نیرو شادی حس و حال عجیبی دارد. جایی که سنگ بنای آن یک قرن پیش گذاشته شد. قدیمی ترین زورخانه تهران که هنوز هم در آن صدای ضرب و زنگ مرشد به گوش می رسد و باستانی کاران در کود آن ورزش می کنند.

کچه‌ای که نام نیرو شادی روی دیوار آن نصب شده و صدای نوای مرشد را از همان اول کوجه می توانی بشنوی. دیگر خبری از خانه‌های قدیمی و حوض و دار و درخت نیست. خیلی از این خانه‌ها تبدیل به انبار کالا شده و چند تایی هم که مانده به حال خودشان رها شده‌اند.

مرشد حسام دیبایی ضرب می گیرد و زنگ را به صدا در می آورد. «شمس جمال آقا علی (ع) صلوات». صدای زکرو صلوات فضای زورخانه را پر می کند. جایی که از سال ۱۳۰۵ همچنان نوای زکرو و ضرب و زنگ

در و دیوار زورخانه پر شده از عکس پهلوانان و کشتی گیرانی که سال‌هاست زیر خاک آرمیده‌اند. از جهان پهلوان تختی و سید اصغر جوادی تا مرشد اکبر برجسته. هر کدام با ژست دست بسته و میل باستانی پرشانه عکسی به یادگار گرفته‌اند. «سال‌ها در کود زورخانه زکرو می گفتند و حالا عکشان را می گرفتند و دست افتاده‌ها روی دیوار نظاره گر ورزش نسل امروز است». این را مرشد حسام می گوید و زنگ باستانی را می زند. ۳۰ سال است در زورخانه‌های تهران مرشدی می کند و امشب میهمان قدیمی ترین زورخانه تهران است. از خیلی سال‌ها قبل در کنار مرشد مرشد اکبر برجسته شاگردی می کردم. کنار ایشان ضرب و آهنگ آموختم و سال‌هاست در زورخانه‌های مختلف تهران مرشدی می کنم. مرشد اکبر هم چند سال قبل به رحمت خدا رفت و عکس اش زیر جایگاه مرشدی زورخانه نصب شده است. امشب هم میهمان هستم و یاد رفتی قدیمی ما را اینجا کشاند. این ضرب و زنگ باستانی که می بینی برای هر کسی نواخته نمی شود. قدیم که نظام وظیفه وجود نداشت و سلسله مراتب نظامی نبود این ورزش سلسله مراتب داشت. در زورخانه مثل نظام وظیفه جایگاه و رتبه بندی داریم. از سرباز و گروهان شروع می شود تا به سرتیپ و سرلشکر می رسد. در ورزش زورخانه‌ای هرکسی به اندازه سابقه‌ای که دارد امتیاز بندی می شود

است. در لحظه هم باید سبک بخوانیم و هم نت موسیقی را بلد باشیم و با ورزشکار هم هماهنگ باشیم. بیشتر اشعار زورخانه در سبک همایی است و مضمون آنها در مدح امیرالمؤمنین و ائمه اطهار (ع) است. در کنار آن مناسبت خوانی و شاهنامه خوانی هم می کنیم. چراغ این زورخانه از سال ۱۳۰۵ روشن شده و از پدر بزرگ به نوه رسیده است. اینجا کسی بدون وضو وارد کود نمی شود. زورخانه مسجد دوم یا همان ذکر خانه است. هر یک از وسایل آن هم نمادی از جنگ آوری ایرانیان است. میل نماد گرز، کبابه نماد کمان و سنگ نماد سپر است. ترتیب ایستادن در کود که پایین ترین قسمت زورخانه است بر اساس سابقه و پهلوانی است. میاندار هم قدیمی ترین ورزشکار است و همه پا به پای او ورزش می کنند. زجهان دل برکندم تا شوری پیدا کردم/ تو پریشان مو کردی چون مجنون صحرا کردم/ جانم مولا حیدری مولا یا حیدر. مرشد با ترجیع بند حیدر زنگ باستانی را می زند و از ورزشکاران می خواهد برای آموزش ورزشکارانی که سال‌ها در کود این زورخانه ورزش می کردند صلوات بفرستند. همه نگاه‌ها به حاج مسعود آینه چی ختم می شود. پهلوانی که بیش از نیم قرن در زورخانه‌های مختلف تهران ورزش کرده و سال‌ها قهرمان سنگ زورخانه‌ای کشور بود. عصا را کنار می گذارد و با بستن لنگ به وسط کود زورخانه می آید. بعد از چند ذکر و رخصت گرفتن از همه تخته شنا را وسط کود می گذارد و یا علی گویان روی تخته شنا خیز می رود. از قدیمی های زورخانه است که از مرشد رخصت می گیرد و تخته شنا را

میان ورزشکاران توزیع می کند. با هر زنگ مرشد همه شنا می روند. صدای نفس‌ها میان ضرب و زنگ مرشد فضای زورخانه را پر می کند. بعد از ۱۶۰ شنا همه می ایستند و نوبت به چرخ باستانی می رسد. دو نفر از ورزشکاران رخصت می گیرند و در وسط کود چرخ می زنند. محمد ۱۸ سال دارد و کم سن ترین ورزشکار زورخانه است. سعی می کند همه حرکت‌ها را به درستی انجام بدهد. می گوید: «اینجا با بچه محل‌ها می آیم و ورزش می کنم. اینجا احترام به بزرگتر و افتادگی یاد می گیریم.»

با ذکر و صلوات ورزش به پایان می رسد. یکی از ورزشکاران شکلات توزیع می کند و چند نفری هم مشغول مرتب کردن وسایل زورخانه می شوند. حاج مسعود آینه چی از سال‌های دور زورخانه نیرو شادی و رفقایی که سال‌ها در کود آن بودند و امروز قصاب عکس شان روی دیوار است گفت: «اینجا که می بینی شیره کش خانه بود. ۱۰۰ سال قبل پدر بزرگ این آقا که آن گوشه کود ایستاده اینجا را خرید و تبدیل به زورخانه کرد. این شد باقیات الصالحات و سال‌هاست که چراغ این زورخانه روشن است. سال‌های قبل اطراف این زورخانه مسکونی بود ولی الان تجاری شده است. ۱۵ ساله می شود اینجا می آیم. الان هم که دیدی ۱۶۰ شنا رقم به خاطر شرایط بقیه ورزشکاران و بخصوص جوان ترها مراععات کردم و گرنه بیش از ۲۰۰ شنا باستانی می روم. در زورخانه اخلاق و کردار مهمتر از ورزش است. همه روز یک طرف و این دعا و سجایای اخلاقی هم یک طرف. اینجا روزگاری جهان پهلوان تختی ورزش می کرد. البته او به همه زورخانه‌ها سر می زد. کسی که در کود زورخانه افتادگی بیاموزد عاقبت بخیر می شود.»

ورزشکاران یکی یکی بعد از مرشد گوشه‌ای می نشینند تا با چای بنشینند. اینجا خبری از قهوه، نوشابه انرژیزا و سفیده تخم مرغ نیست. همه با چای دوپینگ می کنند. خادم زورخانه سینی چای را به طرف ما می گردو خوشامد می گوید.



برش

چراغ این زورخانه از سال ۱۳۰۵ روشن شده و از پدر بزرگ به نوه رسیده است. اینجا کسی بدون وضو وارد کود نمی شود. زورخانه، خانه ذکر خداست

## جدول سودوکو

ارقام ۱ تا ۹ را طوری در خانه‌های سفید قرار دهید که هر رقم در سطرها، ستون‌ها و مربع‌های کوچک ۳ در ۳ یکبار دیده شود

Table with 9 columns and 9 rows for a Sudoku puzzle. The grid contains numbers 1-9 in some cells, leaving others empty for the solver.

Table with 9 columns and 9 rows for a second Sudoku puzzle. The grid contains numbers 1-9 in some cells, leaving others empty for the solver.

## جدول با دو شرح

Table with 9 columns and 9 rows for a second Sudoku puzzle. The grid contains numbers 1-9 in some cells, leaving others empty for the solver.

Table with 9 columns and 9 rows for a third Sudoku puzzle. The grid contains numbers 1-9 in some cells, leaving others empty for the solver.

## جدول روزنامه ایران دارای دو شرح عادی و ویژه است. در صورت تمایل به حل دو شرح ابتدا یکی از شرح‌ها را با امداد حل کرده و سپس با پاک کردن جواب شرح اول، به حل شرح دوم بپردازید.

- ۱- مبالغه کردن در کاری - دختر گشتاسب - سلسله‌ای سفاک
۲- غول برف‌ها - همسر زال در شاهنامه - از پرنندگان
۳- جلوه و رونق - کال - واحد پول «بحرین»
۴- غیر خالص - دهان کچی - سربازی در نیروی دریایی
۵- نفس کشیدن - جاویدان - تخت - مالامال
۶- جذام - دمه - خوشحال
۷- سطل آیکشی از چاه - در درختان - معامله
۸- ماما - کشتی جنگی - شهر «حرم شاهچراغ»
۹- در مقام تجسین می کشند - فیلم سامان مقدم - شکافتن قبر
۱۰- کسب و کار - خلق و خوی - کلام افسوس
۱۱- خطاب نزدیک - صفحات داخلی روزنامه - اندیشمند - ردیف، صف
۱۲- نظیر و مانند - زمین - معشوقه زئوس
۱۳- سود رسانیدن به کسی - عنوان درشت روزنامه - پایتخت «نروژ»
۱۴- درخت جوان - سرزنش و تحقیر - آتش عرب
۱۵- پست بازی «ریاض محرز» در تیمش منچسترستی - خطرناک بودن

Large grid for a crossword puzzle with numbers 1-15 indicating starting points for words.

- ۱- تماشاچی - کافه
۲- به پایان رساندن - بحث داغ مسابقات ورزشی - آزاد
۳- سرها - رشته‌کوه ایرانی - صاف و روشن
۴- خون آشام سینما - آکنده
۵- جنس پر زور! - بتی معروف - جسمی که جریان برق را از خود عبور ندهد
۶- تاکسی در کشویی - بخشش - ریشه، اصل - سخن مگو
۷- هجران - جار زننده - دیوار قلعه
۸- کره - مزه - بی فامیل
۹- آدم بسیار جدی - بخشش - سالخورده
۱۰- طریق میانبر - نردباز ماهر - وسیله احتیاطی - طاقچه قدیمی
۱۱- آماده بهره‌برداری - ایستایای قدیم - درون
۱۲- کشاورز - دختری یا کفش های بلورین
۱۳- نوعی جنس رویه کفش - آشنی با برنج و سبزی - یکی از بخش‌های اوستا
۱۴- از ورزش‌های توصیه شده - مزد - آگهی تبلیغاتی
۱۵- مباشر - همسایگی

Small grid for a crossword puzzle with numbers 1-15 indicating starting points for words.

Small grid for a crossword puzzle with numbers 1-15 indicating starting points for words.

- ۱- آتش آسمان! - تفرجگاه «مسجد سلیمان»
۲- غول برف‌ها - همسر زال در شاهنامه - از پرنندگان
۳- جلوه و رونق - کال - واحد پول «بحرین»
۴- غیر خالص - دهان کچی - سربازی در نیروی دریایی
۵- نفس کشیدن - جاویدان - تخت - مالامال
۶- جذام - دمه - خوشحال
۷- سطل آیکشی از چاه - در درختان - معامله
۸- ماما - کشتی جنگی - شهر «حرم شاهچراغ»
۹- در مقام تجسین می کشند - فیلم سامان مقدم - شکافتن قبر
۱۰- کسب و کار - خلق و خوی - کلام افسوس
۱۱- خطاب نزدیک - صفحات داخلی روزنامه - اندیشمند - ردیف، صف
۱۲- نظیر و مانند - زمین - معشوقه زئوس
۱۳- سود رسانیدن به کسی - عنوان درشت روزنامه - پایتخت «نروژ»
۱۴- درخت جوان - سرزنش و تحقیر - آتش عرب
۱۵- پست بازی «ریاض محرز» در تیمش منچسترستی - خطرناک بودن

حل جدول ویژه شماره ۸۱۸۳

حل جدول عادی شماره ۸۱۸۳

Small grid for a crossword puzzle with numbers 1-15 indicating starting points for words.

حل جدول سودوکو شماره ۴۱۱۴

حل جدول سودوکو شماره ۴۱۱۴