

# کیمز واک

مداد باطنامی مؤسسہ خیریتھولین ذہنی امیرالمؤمنینؑ ہیرزہ  
سال دہم / پبلیق ۱۴۹۰







عکس منتخب دوم بخش اصلی جشنواره عکس طعم بیداری آقای محمد حسن باقری



عکس منتخب سوم بخش اصلی جشنواره عکس طعم بیداری آقای عرفان دادخواه کوچکی

# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



## سازمان خیریه معلولین ذهنی امیرالمؤمنین (ع) سبزوار

روابط عمومی موسسه خیریه معلولین ذهنی امیرالمؤمنین (ع) سبزوار  
شماره شماره ۲۴، سال دهم، پاییز ۱۳۹۰

- ۴ ..... سخن آغاز
- ۶ ..... گزارش یک رویداد
- ۸ ..... حریم عشق را درگه بسی بالاتر از عقل است
- ۱۱ ..... اختلالات یادگیری
- ۱۴ ..... سرمایه اجتماعی و عوامل مؤثر بر شکل گیری آن
- ۱۶ ..... وضعیت زن در ایران ما قبل تاریخ
- ۱۷ ..... گوشه ای از تاریخ
- ۱۸ ..... راز دوستی
- ۱۹ ..... کدبانوگری
- ۲۰ ..... دور و نزدیک
- ۲۱ ..... داستان کوتاه
- ۲۲ ..... رنگین کمان
- ۲۳ ..... چگونه خدا از رگ گردن به انسان نزدیک تر می شود؟
- ۲۴ ..... سلامتی و طول عمر را در خوراکی ها بیابیم
- ۲۵ ..... جدول و لطیفه
- ۳۶ ..... رویدادها

صاحب امتیاز: مؤسسه خیریه معلولین ذهنی امیرالمؤمنین (ع) سبزوار  
مدیر مسئول: حمید بلوکی  
ویرایش و نظارت: عبدالکریم شمس آبادی  
طرح جلد و صفحه آرایی: امید عابدی نیا  
عکس ها: محمود حیطه  
تایپ: سرائی  
نویسندگان این شماره: حمید بلوکی، محمد تقی حمزه ای، دکتر ابوالقاسم رحیمی  
مرتضی سلطانی، فرزانه سلیمانی، علیرضا شایگان، عبدالکریم شمس آبادی  
زهره فرهید نیا، دکتر ناصر محمدی فر، سوسن نوباغی، زهرا یحیی زاده  
شمارگان: ۲۰۰۰ جلد

نشانی: سبزوار - بلوار کشاورز - روبروی سازمان انبوسرانی  
هیات مدیره: ۲۶۴۳۵۵۱  
مدیریت آسایشگاه: ۲۶۴۶۵۵۱  
مرکز تلفن: ۲۶۴۳۰۰۹ - ۲۶۴۳۰۰۸ - ۲۶۴۳۰۰۷  
Website: <http://www.mehrasa.ir>  
Email: [payam\\_mehrvarzan@yahoo.com](mailto:payam_mehrvarzan@yahoo.com)

# سخن آغاز

حمید بلوچ

زندگی جاری در آسایشگاه انسان را به فکر و می دارد. برای کسی که از آغاز فعالیت در جریان لحظه لحظه ی عمر گذشته ی آسایشگاه بوده است، بسیاری چیزها و اتفاقات علائم و نشانه های خاص خود را دارند که شاید از نگاه دیگران آن طور بررسی و دیده نشوند، یا شاید هرگز دیده نشوند تا بتوان برای بررسی آن دنبال دلیل و برهانی بود.

اما برای هر کدام از این وقایع و رفتارها می توان سطرها نوشت یا ساعت ها صحبت نمود تا بتوان آن را تبیین کرده و مطلبی را که دیگران به سادگی از کنار آن می گذرند، به روشنی پذیرفت. خیلی از چیزها را باید طوری دیگر دید و یا طور دیگری قبول کرد. اما خیلی از آنها را هم باید باور کرد، باید باور کنیم که:

عشق به معنی واقعی کلمه در فضای آسایشگاه به خوبی دیده می شود. در گوشه گوشه ی آن مهرورزی جاریست. همچون ابری زاینده، باران عشق و مهرورزی بر روی تمامی ساکنان آسایشگاه در حال باریدن است. اصلاً نمی توان لحظه ای را متصور شد که جای این هدیه ی الهی خالی باشد. بدون عشق و مهرورزی ثابته های زمان در این مکان از حرکت باز می ایستد

و فقط همان است که گرمایش باعث حرکت و نشاط و شادی در این تکه مقدس از زمین خدا می گردد.

**باور کنیم که:** عشق و مهرورزی در وجود یک یک مردم این سرزمین مقدس خانه دارد و گاه به گاه شعله های فروزان آن دل های سرد فراوان و آشیانه های پراکنده را گرم و جمع کرده است. تبلور این مهربانی ها در رفتارهای مردم خیر و نیکوکار بومی و یا غیر بومی به خوبی دیده می شود. مردمی که در ابراز آن بر دیگران

پیشی گرفته و خود را در زمره ی کسانی قرار می دهند که می توان آن ها را در شمار پاکان و نیکان آورد. از این رفتارها در لحظات گذشته ی آسایشگاه فراوان اتفاق افتاده است، ولی مثال تازه ای از آن را باید در اهداء زمین از طرف فرزندان یک خانواده برای جاودان نگاهداشتن نام پدر و مادرشان دانست که همین روزهای نوشتن این سطور اتفاق افتاده است. حیف که مجوزی برای گفتن نام آنها نیست، ولی باید اشاره نمود که این قبیل هدیه ها باعث آن می شود که برنامه ریزی های مدیران پشتوانه های اجرایی مناسبی نیز

پیدا نماید.

**باور کنیم که:** مردم در ابراز انگیزه های درونی خود به نفع مددجویان آسایشگاه حاضرند از عزیزترین علایق مادی خود گذشته و آن را در راه ابراز عشق و مهربانی هزینه نمایند. چه چیزی می تواند برای یک خانم تازه ازدواج عزیزتر از حلقه ازدواجش باشد. زمانی که آن را از انگشت خود درآورده و سعی می نماید طوری آن را به ما واگذار نماید که نام و اثری از خودش باقی نگذارد، مطمئن

عشق به معنی واقعی کلمه در فراخنای آسایشگاه به خوبی دیده می شود. در گوشه گوشه ی آن مهرورزی جاریست. همچون ابری زاینده، باران عشق و مهرورزی بر روی تمامی ساکنان آسایشگاه در حال باریدن است. اصلاً نمی توان لحظه ای را متصور شد که جای این هدیه ی الهی خالی باشد. بدون عشق و مهرورزی ثابته های زمان در این مکان از حرکت باز می ایستد و فقط همان است که گرمایش باعث حرکت و نشاط و شادی در این تکه مقدس از زمین خدا می گردد.

هستیم که توانسته ایم اعتماد و اطمینان خوب و مثبتی را به او هدیه نمائیم تا سعی نماید عزیزترین شیء مادی خود را با اخلاص به آسایشگاه واگذار نماید.

**باور کنیم:** اشخاصی هستند که بدون آشنایی قبلی و فقط از طریق همین نشریه با ما ارتباط پیدا کرده و هزینه ی نگهداری یک یا چند مددجو را تقبل می نمایند، مانند همان آقای مهندس عزیزی که برای اولین بار صدای نازنینش را از گوشی تلفن آسایشگاه شنیدم که در مورد قسمتی از هزینه های نگهداری زهره پیشنهادی داشت بدون آنکه حتی پایش را به آسایشگاه گذاشته یا همشهری من و یا زهره باشد، باید قبول کرد که ابراز عشق و مهربانی مرزی را نمی شناسد.

**باور کنیم که:** لحظات غم و اندوه برای مددجویان اتفاق می افتد، همانطور که برای همه ی افراد عادی اجتماع هم اتفاق می افتد بعضی از آنها یاد عزیزان خود در خانه و





# بعضی از آنها یاد عزیزان خود در خانه و کاشانه پدری خودشان می افتند

کاشانه ی پدری خودشان می افتند و آن وقت چهره ی آنها نشانگر احساس توأم با ناراحتی آنان است، یا حسادت ذاتی بین این دختران معصوم باعث می شود که اگر یکی از مددیاران یا پرستاران با دیگری انس و الفت بیشتری را نشان دهد، آن یکی ناراحت گردد. این همان احساسی است که بین فرزندان یک خانواده نیز اتفاق می افتد. باید پذیریم که این مددجویان هم انسانهایی مانند ما هستند و احساساتی همانند ما دارند.

## باور کنیم که:

لحظه های شادی و سرور نیز در بین آنان بسیار دیده می شود از لحظات شادی زودگذر برگزاری یک جشن معمولی یا شادی ماندگار دیدار یک دوست، یک آشنا، یک قوم و خویش که تا مدت ها زندگی و خاطر آنها را مملو از لحظات شاد و امیدوار کننده می نماید. از آنجائی که تداوم این گونه لحظات برای آرامش مددجویان و فضای عمومی آسایشگاه بسیار مناسب است، باید قبول کرد که ایجاد شادی و تداوم آن مواردی است که هم توسط کارکنان و هم توسط دوستداران هنرمند آسایشگاه به مناسبت های مختلف انجام می گیرد.

**باور کنیم که:** در اینجا به جهت آن که چیزی برای مددجویان کم گذاشته نشود، سعی می شود برنامه های متنوعی برای آنها فراهم گردد. عشق خیری نیکوکار به همراهی با این عزیزان باعث شده که هر سال یک بار کلیه مددجویان به اتفاق مددیاران و پرستاران و مددکاران خود برای مدت سه روز به مشهد مقدس عزیمت نمایند. مسافرتی که توأم با

زیارت و سیاحت است و باعث شادی روح و قلب همه ی مسافران این سفر معنوی می گردد. سفری که باور کنیم آنچه بر خود می پسندی بر دیگری هم سزاوار است.

در اینجا برای گذران اوقات فراغت مددجویان برنامه های خاصی تدارک دیده شده است. عده ای از آنها از کلاس های داخل آسایشگاه استفاده می نمایند، برای عده ای کلاس های بیرون از آسایشگاه فراهم شده است. عده ای از آنها سر ساعت مقرر به ورزش

روزانه می پردازند، و عده ای دیگر به کارهایی که مورد علاقه ی خودشان است و انجام آن برای ادامه ی زندگی کلیه مددجویان ضروری است مشغول می گردند، تا آنها هم دریابند که خانواده ی بزرگ ساکن

آسایشگاه باید مانند خانواده های عادی پویا و پیش رونده باشد و بسیاری باورهای دیگر که باید بیایی و از نزدیک آن را با احساس و عمق وجود خود درک نمایی و بالاخره باید باور کنیم که در داخل آسایشگاه زندگی واقعی جاریست و در جائی که زندگی جاری است، عشق هست، مهربانی هست، انگیزه هست، سعادت هست و امید و صفا و صمیمیت و صداقت، صداقتی که مددجویان ما را ممتاز نموده است، صداقتی که از ابتدای زندگی با آنان همراه بوده و در گذر زمان به آرایش ها و دروغ های روزگار آلوده نگردیده است. صداقتی که باعث می گردد که اگر چیزی از خدای بزرگ برای دیگران بخواهند و دعا نمایند، به اجابت نزدیک تر می شود و گاه و بیگاه شادی کسانی را می بینیم

که نیاز خود را برآورده می بینند. در مسیر گذران این زندگی پویا همکاران ما هم نهایت سعی و کوشش خود را به کار بسته اند تا هماهنگ و هم نوا با این جریان به حرکت خوب و منظم آن مداومت بخشند تا جائیکه وقتی پای صحبت آنان می نشینی از ته دل ابراز می دارند که به مرخصی نمی روم، زیرا زمانی که بیرون از آسایشگاه هستم دلم این جاست و ...

و تو خود حدیث مفصل بخوان از این مجمل  
شیخ فریدالدین عطار می گوید...

حدیث عشق در دفتر ننگجد  
حساب عشق در محشر ننگجد  
عجب می آیدم کین آتش عشق  
چه سودایی است کاندر سرنگجد  
برو مجمر بسوز از عود خواهی  
که عود عشق در مجمر ننگجد  
درین ره پاک دامن پایدت بود  
که اینجا دامن تر درنگجد  
هر آن دل کاتش عشقش برافروخت  
چنان گردد که اندر برنگجد  
دلی کز دست شد زانديشه ی عشق  
درو اندیشه ی دیگر ننگجد  
برون نه پای جان از پیکر خاک  
که جان پاک در پیکر ننگجد  
شرابی کان شراب عاشقان است  
ندارد جام و در ساغر ننگجد  
چو جانان و چو جان با هم نشینند  
سر مویی میانشان درنگجد  
رهی کان راه عطار است امروز  
در آن ره جز دلی رهبر ننگجد

# گزارش یک رویداد

استانی و یک بار هم در اخبار علمی و فرهنگی شبکه چهار کشوری پخش گردید.

در حاشیه این نمایشگاه و در روز چهارم تیر ماه دو کارگاه آموزشی با عنوان «تک عکس و مجموعه عکس» به استادی آقای محمد رضا چایفروش و «نقد عکس» توسط آقای جلال انوری برگزار شد. این دو کارگاه در فضای باز زیر آلاچیق محوطه نمایشگاه و در فضایی بسیار صمیمی و دوست داشتی برگزار گردید که علاوه بر هنرمندان عکاس عده دیگری از علاقمندان نیز به صورت آزاد در آن شرکت داشتند در روز پایانی نمایشگاه عکس جشنواره، برگزارندگان نهایی جشنواره نیز از آن بازدید نمودند.

مراسم اختتامیه جشنواره بعد از ظهر روز پنجم تیر ماه در محل تالار یاس نمایشگاه برگزار گردید که شامل ابراز بیانیه هیأت داوران، مراسم اهداء جوایز، و برنامه های هنری هنرمندان سبزواری بود.

داوران از معلولین ذهنی و شرایط زندگی آنها در مؤسسه خیریه امیرالمؤمنین(ع) همگی آنها از آسایشگاه و فضاهای ایجاد شده برای آسایش و امنیت آنان بازدید نمودند.

پس از برگزاری جلسه ی داوری از بین ۷۷۵ عکس رسیده از عکاسان عزیز تعداد ۱۹ عکس در بخش اصلی و ده عکس نیز در بخش ویژه پذیرفته شد. بسیاری از هنرمندانی که آثار آنان به عنوان اثر برتر شناخته شده بودند از سایر نقاط ایران بودند که با آنها تماس گرفته شده و به عنوان مهمان ویژه جشن پایانی جشنواره به مدت ۲ روز به سبزواری دعوت شدند از تاریخ ۲۶ خرداد ماه آثار برگزیده در خانه فرهنگ دانشجو به تماشای عموم گذاشته شد. در افتتاحیه این نمایشگاه عده ی زیادی از علاقمندان حضور یافته و شاهد افتتاح این نمایشگاه توسط دختران مددجوی مستقر در این مؤسسه بودند. این نمایشگاه تا تاریخ پنجم تیر ماه ادامه داشت و مورد بازدید همشهریان گرامی قرار گرفت. از این نمایشگاه خبر و مصاحبه تلویزیونی تهیه شد که دوبار در شبکه

در نیمه اسفند سال ۸۹ طی فراخوانی که در سایت آسایشگاه انجام شد، کلیه عکاسان هنرمند و مردم ایران زمین به آشنایی با طعم بیداری دعوت شدند. اگر چه بیداری مفهومی آشناست لیکن درون کاملاً پر از ابهام و راز آلود آن، ذهن ما را به خود معطوف داشته است. از طرفی معلولیت در مدنیت انسان شاید نقص تلقی شود، اما در نظام طبیعت پوشش نقص است. این بار می خواستیم تا دوربین این نقایص و پوشش آن را ثبت کند. در راستای گسترش فرهنگ نوع دوستی و نیل به ۱- تغییر و ارتقاء نگرش عموم مردم به وجود معلولین ذهنی

۲- افزایش توجه به فضاهای مناسب برای بروز احساسات انسان دوستانه و سرمایه گذاری های عاطفی

۳- فعال ساختن حوزه های احساسی و عواطف انسانی غیر فعال این جشنواره در دو بخش الف: عکاسی از معلولین ذهنی و ب: بخش ویژه(انسان، نیاز، نوع دوستی) برگزار می شد. به دنبال انتشار این فراخوان و از تاریخ اول

اردی بهشت ماه ۹۰ آثار عکاسان متعهد و دلسوزی که به این فراخوان جواب مثبت داده بودند به دفتر جشنواره رسید. مهلت ارسال آثار تا تاریخ ۵ خرداد بود که تا همان لحظات آخر عکس های ارسالی را دریافت می کردیم. تعداد عکاسان شرکت کننده در این جشنواره به ۹۲ نفر بالغ گردید. همه ی اطلاعات مربوط به جشنواره در مهلت های مقرر از طریق سایت [www.mehrasa.ir](http://www.mehrasa.ir) به اطلاع علاقمندان

می رسید.

در تاریخ ۱۳ خرداد هیأت داوران آقایان: اسعد نقش بندی، محمد رضا چایفروش، فرامرز عامل بردبار، نعمت اله معینی امین و عبدالرضا سلیمانی به بررسی آثار رسیده پرداختند. قبل از بررسی آثار به منظور آشنایی هرچه بیشتر هیأت



# اگر سری به آسایشگاه معلولین ذهنی امیرالمؤمنین

## در سبزوار بزنید نظرتان تغییر میکند



را شایسته انتخاب اعلام نمودند.

مراسم در ساعت ۱۱ بعدازظهر روز پنجم تیر ماه سال ۱۳۹۰ به پایان رسید و خاطره ی خوشی را برای مدعوین، خصوصا مهمانان گرماسی و عکاسان هنرمندی که از سایر شهرهای ایران بزرگ به سبزوار آمده و مهمان آسایشگاه بودند بجا گذاشت.

تقدیر گروه داوری شامل حال افراد زیر گردید:

۱- آقای امیر مافی بردبار از قزوین: لوح تقدیر، تندیس جشنواره و مبلغ یک میلیون ریال وجه نقد.

۲- آقای جاوید تفضلی از تهران: لوح تقدیر، تندیس جشنواره و مبلغ یک میلیون ریال وجه نقد.

و تقدیر مؤسسه خیریه معلولین ذهنی امیرالمؤمنین(ع) سبزوار شامل افراد زیر گردید.

۱- آقای امین جوانی از سبزوار: لوح تقدیر، تندیس جشنواره و مبلغ یک میلیون ریال وجه نقد.

۲- آقای خلیل خسروانی از سبزوار: لوح تقدیر، تندیس جشنواره و مبلغ یک میلیون ریال وجه نقد.

در بخش ویژه (انسان-نیاز- نوع دوستی) نیز هیأت داوران.

۱- آقای آریز قادری از سنندج: لوح تقدیر، تندیس جشنواره و مبلغ سه میلیون ریال وجه نقد.

۲- خانم فاطمه انتظار از مشهد: لوح تقدیر، تندیس جشنواره و مبلغ یک میلیون ریال وجه نقد.

در بیانیه هیأت داوران آمده بود: از یک مرکز نگهداری معلولین ذهنی چه تصویری داریم، قریب به اتفاق، آنجا را فضایی دلگیر و خاکستری می دانیم. ولی اگر سری به آسایشگاه معلولین ذهنی امیرالمؤمنین در سبزوار بزنید، نظرتان تغییر می کند و با فضایی متفاوت روبرو می شوید. سبزوار شهر خیلی بزرگی نیست ولی مردمی مهربان دارد. چند ساعت سر کردن در این مرکز که فضایی گرم و صمیمی با انسان هایی بی غل و غش که طبیعت در کامل کردن ذهن آن ها کم گذاشته و با کارکنانی که از روی عشق این حرفه را انتخاب کرده اند و تلاش دارند به این انسان ها که مددجو نام گرفته اند یاری برسانند. این انسان های بی غل و غش صفایی دارند که می دانی راست است. دلشان می خواهد با آواز خواندن و ابراز محبت و لمس کردن به مهمان تازه وارد خوش آمد بگویند. صدای خنده و شادی می شنوید، محیطی تمیز و منظم که بوی زندگی می دهد و مکان امنی برایشان ایجاد کرده، با آمدن به اینجا گرفتاری های بیرون را چند ساعته فراموش می کنیم. صدای قهقهه ساکنین این خانه شما را هم سر شوق می آورد وقتی از آنجا می روید حال بهتری دارید.

نفرات منتخب این جشنواره در بخش اصلی(عکاسی از معلولان)

۱- آقای سلیمان گلی از تربت حیدریه: لوح تقدیر، تندیس جشنواره و مبلغ شش میلیون ریال وجه نقد.

۲- آقای محمد حسن باقری از قوچان: لوح تقدیر، تندیس جشنواره و مبلغ پنج میلیون ریال وجه نقد.

۳- آقای عرفان دادخواه کوچکی از قزوین: لوح تقدیر، تندیس جشنواره و مبلغ چهار میلیون ریال وجه نقد.

### در کلیه مراحل برگزاری این

### جشنواره آقای محمود حیطة

هنرمند و عکاس موفق سبزواری که

همیشه نگاه خاصی به مؤسسه خیریه

معلولین ذهنی امیرالمؤمنین(ع)

دارند

### به عنوان دبیر جشنواره

نقش ویژه ای بر عهده داشتند .

بدینوسیله از ایشان که با کمال

صداقت و فقط برای رضای خدا این

رحمات را تحمل کردند، متشکریم.

# مریم عشق را درگه بسی بالاتر از عقل است

ع.به.کلی

چون طبق اصل بقای اصلح، ضعفا و درماندگان، محکوم به نابودی هستند. اصلی برخاسته از علم خشک منطقی نمایان محض.

بی گناهایی که بنا به دلایلی که هم خود و هم دیگران از آن بی خبرند، کسانی که توان سخن گفتن، سرعت عمل، راه رفتن، یادگیری و امثالهم را چون دیگران ندارند. آنهایی که محکوم اند همه ی عمر باری بر دوش اجتماع باشند و خود را یا تحمیل کنند و یا بمیرند؛ بی این که گناهی در این تحمیل کردن و نمردن داشته باشند.

و این بار، و این تحمیل، چنان سنگین می نماید که گاه، حتی مادر، این اسطوره ی صبر و عشق و مقاومت نیز از تحمل آن عاجز می شود و آن را بر زمین می اندازد و به ناچار، خسته و درمانده از این بار سخت و طاقت فرسا، آن را به آسایشگاهی، موسسه ای، سازمانی یا جایی چون این ها و می گذارد.

افراد این سازمان، این بار سخت و این مسئولیت کمرشکن را که حتی مادر از بردن و کشاندنش عاجز شده است؛ بر دوش می گیرند و گاه تا پایان عمر معلول، که ممکن است چند ده سال طول بکشد آن را می برند و فراتر از این، شادی هایی را که از این کودک کم یا پُرسن، دریغ شده بازآفرینی کرده، تمام هم و غم خویش را بر

این قرار می دهد تا رنج این فرشتگان بیگناه و محکومین مطرود ابدی را از بین برده، شادی و آرامش بجایش بنشانند.

ایا همین یک دلیل که کس و کسانی هستند که نه به دلیل مادی بلکه بخاطر عشق و محبت، از انسان های واپس زده ای نگهداری

می کنند که اجتماع و حتی مادرشان توان تحمل آنها را ندارد؛ نشانه بزرگی و عظمت این آبر پرستاران نیست؟

پرستار، معمولا با بیمارانی سر و کار دارد که:



بی این بودند تا هر روز بزرگ تر از روز پیش شوند و برای نمایش بزرگ شدن، با بزرگ تر از خویش بنشینند و رفاقت کنند تا، بر مینای ضرب المثل معروف که می گوید «بگو همنشین ات کیست تا بگویم تو کیستی» مردم بگویند، فلانی بزرگ است و مهم، و من از این قاعده مستثنی نبودم تا، امروز که بزرگی را در کوچک شدن دیدم.

امروز، آبر پرستارانی را دیدم که برای شاد شدن

دل فرشتگان کوچک اما

مُسن، همیا، هم زبان، و هم آهنگ آنها شده بودند.

فرشتگانی که از نعمت شادی در خانواده هایشان محروم مانده بودند و آنچه سرنوشت به آنها داده بود رنج و تحقیر و تبعید بود. فرشته هایی که بدون کمترین گناهی محکوم به طرد شدن بودند. محکوم

به پس زدن شدن. به بی توجهی. کم محلی. نه، بی محلی. به طغیانی بودن، به اضافه بودن.

بتا به همین حکم، آنها از نگاه بسیاری، وازدگان اجتماع اند. پرتی ها، اجتماع آنها را پس زده بود

صدای موزیک تمام فضای سالن را پُر کرده بود. سی، چهل، پنجاه، شصت؛ نمی دایم ولی نیمی از سالن بزرگ را فرشتگان رقصنده پُر کرده بودند.

«مسکنی» پشت آرگ بود و ساز و ساز زن باهمه ی وجود می توانختند. پرستاران چون پروانه هایی که برگرد شمع می گردند، بر گرد فرشتگان پایکوب دست افشان می گشتند تا مبادا شادی آنها اندک خللی یابد.

«عابدی» برای گرم تر کردن مجلس شادی به دایره رقصندگان رفت تا شور بیشتری بیافریند و من، که عظمت و بزرگی عاشقان آسایشگاه فرشتگان را دیدم، بی به حقارت خود بردم. عظمت و بزرگی پرستاران فرشتگان به من فهماند که باید در همه جا حق تقدم را به آنها بدهم چون، بقول معروف، بزرگی گفته اند و کوچکی، در هنگام خروج از سالن، اگر چه عمرم حدود چهل سال بیشتر از «سرای» می نمود اما از او خواهش کردم پیش تر از من حرکت کند چون، بزرگان گفته اند «بزرگی به عقل است نه به سال». عقل را عمل نشان می دهد و حد بزرگی را عملکرد انسان تعریف می کند نه سال های مندرج در شناسنامه ها.

همه عمر، همه ی آدم هایی که دیده بودم در



# جهانیان همه گر منع من کنند از عشق من آن کنم که خداوندگار فرماید

مشکلات جسمی دارند و اگر چه گاه از سر درد فریادی می زنند و پرخاشی می کنند اما، پس از کاهش یا از بین رفتن درد، اگر از پرستارشان سیاست‌گزار نباشند دست کم، دردسر نمی آفرینند در حالی که پرستاران این گونه آسایشگاه ها، هرگز شاخه های گل و جعبه شیرینی و زبان شیرین سیاست‌گزاری را از بیمار نمی بینند و نمی شنوند. زمان بیماری در بیمارستان ها عموماً، محدود است و بیشتر بیماران، کس و کار و خویش و آشنایی دارند که دستی و زبانی به تشکر باز کنند اما، معلول طرد شده از اجتماع؛ نه کسی دارد و نه کاری؛ و نه امیدی به میوه و باری، آنهایی که از چنین کسانی که همه ی عمر در همین حال هستند نگهداری می کنند باید چیزی بیش از یک پرستار معمولی باشند. سختی کار این گروه، زمانی معلوم می شود که توجه کنیم، بسیاری از مادران؛ یا همه ی محبت مادری که دارند، از انجام آن سرباز می‌زنند.

نگاه اجتماع به کار افراد، در دادن و گرفتن روحیه آنها بسیار موثر است. مثلاً وقتی از کسی می‌پرسند شغل و محل کار تو چیست؟ گفتن محل کار نوعی شان اجتماعی می آورد و این شان یا کسرشان، تاثیر بسیار بر صاحب شغل دارد. در اجتماعی که خدمت به معلول یک حکم انسانی است خادمین آسایشگاه ها، از شانی بالا برخوردارند اما در جایی که هنوز، آزار معلول در کوچه و بازار کاری تقریباً متداول است و بچه ها توسط والدین چنان تربیت شده اند که از آزار معلول ناتوان شاد می شوند و تفریح می کنند و بعضی پدر و مادرها به درجه ای نرسیده اند که خود بفهمند و به کودکان بفهمانند که کمک به معلولین یک وظیفه‌ی انسانی و واجب دینی و ملی است؛ در چنین جامعه ای، کار پرستاران بیمارستان ها و دیگر خدمتگذاران جامعه از نظر عام، بسیار ارزشمند تر از کار کسانی دیده می‌شود که شب و روزشان را با معلولین بویژه نوع ذهنی آن می گذرانند. ماندگاری و پایداری این پرستاران در کاری که خیلی مورد توجه مردم نیست جای ستایش دارد و نام آبر پرستار

بر آنها گذاشتن بی مورد نمی نماید.

و اما این که از خدمتگذاران آسایشگاه ها به نام

انسان های بزرگ یاد شد.

بزرگ کیست؟ شاید

همه بر این باور باشند که بزرگ؛ آن رهبری است که با رنج و مشقت زمین‌هایی را فراهم می‌کند تا ملت از فقر و تنگدستی مادی و معنوی برهد و به شاهراه علم و ثروت پای نهد؛ یا آن دانشمندی که شب و روز رنج علم آموزی را بجان می خرد تا دیگران را با

چراغ دانش و معرفت از گمراهی و جهل برهاند یا آن پدر و مادری که کوشش می کنند تا فرزندشان موفق و نیکبخت شود. همه ی این‌ها و مانند این‌ها؛ درست است اما؛ آن رهبر امیدی به این دارد که ضمن استفاده از امکاناتی که برایش فراهم شده، سرانجام ملتش پی به خدماتش ببرد و نامش جاودانه شود. آن دانشمند امیدوار است که ضمن برخورداری از معرفت، روزی مردم به اهمیت و زحماتش پی ببرند و نام و یادگارهایش جاویدان بماند. آن پدر و مادر امید دارند که سرانجام فرزندشان پی به رنج و سختی آنها برده؛ زبان به شکر و سپاس باز کند. اما این پرستاران چه؟ این‌ها به چه چیز امیدوارند؟ به جاودانگی نام؟ به درآمد و



ثروتی که از این راه نصیبشان می شود؟ به سپاس و ستایشی که از معلولین خواهند شنید؟ به ستایش و گرامیداشتی که مردم از آنها خواهند کرد؟

این ها به هیچ یک از آنچه گفته شد، امیدی ندارند. این کار نه نامی دارد و نه نانی تا دل کارگزاران را خوش کند. پس چه عاملی سبب می شود که این ها، این بزرگواران، همه هم و غم خود را بر این بگذارند تا گروهی بی‌زبان و بی آینده را مراقبت کنند و در این راه موی سپید کنند و جوانی را از دست بدهند. عامل این عمل

.....  
**وقتی سخن از عشق می گوئیم همه خود را عاشق می خوانیم اما در مرحله عمل است که سره از ناسره باز شناخته می شود. شعار عشق دادن سخنی است و شعور عشق ورزیدن سخنی دیگر. کسی عاشق است که بی هیچ چشمداشتی، محبت خویش را چون خورشید بر همه بیافشاند. بی امید اجر و مزدی.**  
.....

عقل است؟ عقلی که همه به داشتن آن می‌بالند؟ همان که همه چیز را با اندازه ی سود و زیانش می‌سنجد؟ همان که در بازار بیشترین کارایی را دارد؟ یا علت چیزی بالاتر از عقل می باشد؟ حریم عشق را در گه بسی بالاتر از عقل است کسی این آستان بوسد که جان در آستین دارد و این عشاق، در این راه، چه ناسزاها که خواهند شنید. چه بسیار از نزدیکانشان هستند که گفته و می گویند: «این شد کار؟ زندگی تو گذاشتی سر یک مشت بچه ی بی خاصیت، انکار ده سال دیگه هم کار کردی؛ نتیجه چی می شه. بهتر نبود بجای کار با این بچه های بی استعداد وقت و زندگیتو صرف بچه های تیزهوش می کردی. و...». و ابر پرستار که نه به دلیل محاسبات عقلانی، بلکه، برای عشقی که در سینه دارد، وارد این وادی بظاهر بی سود پُر زیان شده است چه باید بگوید و چه باید بکند؟ شاید پاسخش چنین باشد.

جهانیان همه گر منع من کنند از عشق  
من آن کنم که خداوندگار فرماید  
به راستی اگر بخواهیم با ترازوی عقل، کار این خدمتگذاران را توجیه و تفسیر کنیم چه باید گفت؟ مگر هرکس از همکاری که می کند سرانجامی نمی‌جوید؟ سرانجامی نیک، سرانجامی خوش.

# هر آنکسی که در این حلقه نیست زنده به عشق بر او چو مرده به فتوای من نماز کنید

نتیجه‌ای که، یا نامی در آن است و یا نانی؟ سرانجام کارکنان آسایشگاه‌های معلولین چیست؟ اگر در آسایشگاه‌های دیگر سپاسی، تشکری، قدردانی، چیزی هست که اندک دلگرمی را در برابر این همه تلاش می‌آورد در این جا چه چیز است که دلگرمی بیافریند. جز عشق. جز دوست داشتن. چه چیز نصیب خدمتگذار می‌گردد؟ قلم در این جا چه می‌تواند بکند و چه باید بنویسد؟

**قلم را آن زبان نبود که سر عشق گوید باز و رای حد تقریرست شرح آرزومندی**

وقتی سخن از عشق می‌گوییم همه خود را عاشق می‌خوانیم اما در مرحله عمل است که سره از ناسره باز شناخته می‌شود. شعار عشق دادن سخنی است و شعور عشق ورزیدن سخنی دیگر. کسی عاشق است که بی هیچ چشمداشتی، محبت خویش را چون خورشید بر همه بیافشاند. بی امید اجر و مزدی.

در بزرگی انسان هایی که به نحوی خدمتگذار دیگرانند شکی نیست اما بزرگتر از آنها کسانی هستند که خدمت بی منت و کار بی مزد می‌کنند. کسانی بزرگتر از بزرگ اند که، می‌کارند بی آنکه امیدی به درو داشته باشند. می‌دانند که این کاشتن را برداشتی نیست اما دست از آباد کردن بر نمی‌دارند و به این دلخوشند که دیگران از این کاشته‌ها بهره‌مند خواهند شد. همین برای آنها بس است. اگر کسی برای خدا و فردا کاری کند، عقل می‌تواند توجیهی برایش بیاورد. اگر برای دریافت مزد دنیوی یا پاداش اخروی کاری صورت بگیرد عقل پسند است. اما، اگر بدون چشم داشت به پاداش این جهان و آن جهان، کاری صورت گیرد عقل از فهم آن عاجز می‌شود و عاقلان از جرابی آن در می‌مانند. چون.

**عاقلان نقطه برگار وجودند ولی عشق داند که در این دایره سرگردانند**

در بازار عقل داد است و ستد. دادن و گرفتن. و در یک کلام؛ معامله کردن. اما در وادی عاشقان دادن است بی گرفتن. در بازار عقل تلاش برای بودن است و داشتن؛ و در سرزمین عشق، کوشش

برای رفتن است و شدن.

عقل هم ریشه عقله است و عقله به آن چیزی می‌گویند که بر زانوی شترمی‌بندند تا او را از رفتن باز دارند. عقل و عشق و خرد باهم متفاوتند. کار عقل مهار کردن است و کار عشق آزاد کردن.

.....  
**اگر این عشاق، این‌ها که بی‌توجه به نام و نان؛ دل در گرو خدمت به دیگران گذاشته‌اند آبر انسان نباشند، اگر آنهایی که خشونت را با مهربانی و تندی را با آرامش پاسخ می‌دهند بزرگ نیستند؟ پس آبر انسان‌ها و بزرگواران کیستند؟**  
.....

عاشقان در بند دین و ملیت و زبان و نژاد و سلامت و بیماری نیستند. برای عاشق، همه جلوه‌های معبودند. همه جا ستایشگاه و نیایشگاه خداست. همه بندگان و مخلوق اویند و همه فرزندان پدر آسمانی.

**در عشق خانقاه و خرابات فرق نیست هر جا که هست پرتو روی حبیب هست**

عشاق مهر ورزیدن را دوست دارند و همین که می‌توانند دیگران را دوست داشته باشند برایشان کافی است. چون زنده بودن را در دوست داشتن می‌دانند؛ و هر که نتواند دوست داشته باشد از نظر آنها مرده است.

**هر آنکسی که در این حلقه نیست زنده بعشق بر او چو مرده به فتوای من نماز کنید**

تفاوتی که عشاق بین انسان و حیوان قائل‌اند از نوع عقل و اندیشه نیست چون می‌گویند، و درست هم می‌گویند، که حیوانات نیز، هم قدرت یادگیری دارند و هم نیروی تعقل؛ مانند انسان. اما، با گذشت و عشق بیگانه‌اند. حیوان، اگر گاهی، خود را فدا کند برای فرزندش است نه برای دیگران. اما انسان، ارجحیت اش در این است که گاه خود را برای کسی فدا می‌کند که نه او را دیده و نه

می‌شناسد. و این است وجه برتر انسان، نه نیروی تعقل او. چون با نیروی تعقلش اگر چه بسیار کارهای خوب برای نوع بشر کرده است اما بس جنگ‌ها و نیرنگ‌ها نیز آفریده است. اما، در هیچ کجای تاریخ ننوشته‌اند که عشق، سبب جنگ و نیرنگ شده باشد. عشق کُشنده نیست. آفریننده است. عشق مخرب نیست، آبادگر است.

و در این راه، که گذر از آن جز کار آدم و آدمیان نیست و حتی فرشتگان را راهی به آنجا نیست؛

**فرشته عشق نداند که چیست قصه مخوان بخواه جام و شرابی بخاک آدم ریز**

سختی بسیار باید کشید. جهان عشق و محبت دنیای نااهلان نیست. ناز پروردگان و راحت طلبان جایی در این دیار ندارند. خامان و خودخواهان کجا و بحر بی پایان و پرفراز و نشیب عشق کجا.

**«رهروی باید، جهانسوزی نه خامی بی‌غمی»** تا بتواند بی تفاوت به همه ی کم محلی‌ها راه ببیماید و از سرزنش خار مغیلان نهراسد و بشوق دیدن کعبه ره ببیماید و ملامت شنود و نرنجد؛ که در کیش عاشقان، رنجیدن نشانه کفر است و بی‌ایمانی.

**وفا کنیم و ملامت کشیم و خوش باشیم که در طریقت ما کافرست رنجیدن**

اگر این عشاق، این‌ها که بی توجه به نام و نان؛ دل در گرو خدمت به دیگران گذاشته‌اند آبر انسان نباشند، اگر آنهایی که خشونت را با مهربانی و تندی را با آرامش پاسخ می‌دهند بزرگ نیستند؟ پس آبر انسان‌ها و بزرگواران کیستند؟

**راهتان پُر رهرو؛ گامتان استوار، دلتان به بزرگی دریا و روشنایی مهر باد؛ ای کسانی که در جای جای جهان به خدمت بینوایان پرداخته‌اید. ای بزرگتر از بزرگان.**

# اختلالات یادگیری

زهره فرهد نیا



در سال های اخیر پژوهش و مطالعه درباره ی کودکانی آغاز شده است که حالت و کردار آنها برای بسیاری از پدران، مادران، معلمان و مددکاران حیران کننده است. زیرا اغلب آنان علیرغم داشتن هوش طبیعی، بدون بهره گیری از آموزشهای ویژه، قادر به ادامه ی تحصیل نیستند. کمی آگاهی و نا آشنایی های مسئولین، مربیان و والدین در این زمینه سبب می شود که گاهی این کودکان اشتباها به مدارس دانش آموزان عقب مانده ی ذهنی فرستاده شوند و یا اجبارا در مدارس عادی باقی بمانند. در صورت اول به علت برتری هوش این دانش آموزان نسبت به گروه عقب ماندگان ذهنی، اینان دچار مشکلات سازشی و تطابقی می گردند. در صورت دوم به علت نارسایی خاصی که دارند با شکست های پی در پی مواجه می شوند، از مدرسه و درس بیزار و متنفر می گردند و احتمالا به رفتارهای ضد اجتماعی گرایش پیدا می کنند.

غالب دانش آموزان ناتوان در یادگیری، ضعف قابل ملاحظه ای در انجام تکالیف درسی، که مستلزم توجه ارادی از طرف خود آنان است دارند. همچنین محدودیت دامنه توجه این کودکان از دلایل عمده ضعف آنان در پاسخگویی به سوالات امتحان است.

چنانچه این کودکان به دفعات مکرر مورد حمایت واقع نگردند، و خانواده و اولیای مدرسه نتوانند با آنان یک رابطه ی مفید و سازنده برقرار نمایند، بی تردید از اعتماد به نفس ایشان کاسته شده و بر احساس بی تفاوتی و کم توانی آنها افزوده می شود. بالطبع در این شرایط، رفتارهای نامطلوب اجتماعی و شخصی، بیشتر قابل مشاهده خواهد بود.

## انواع اختلالات یادگیری:

برای سادگی مطالعه ی مشکلات کودکان LD آنان را به هفت گروه با دشواری هایی در

زمینه های مورد بحث تقسیم می کنیم:

## ۱- کودکان با دشواری های

**حرکتی:** ویژگی اساس این اختلال، اشکال چشمگیر در رشد هماهنگی حرکتی است. میزان شیوع این اختلال در کودکان ۵ تا ۱۱ ساله، ۶ درصد گزارش شده است.

برخی دانشمندان عقیده دارند که رشد متعادل توانایی های حرکتی، اساس یادگیری های بعدی را تشکیل می دهد. تعدادی از کودکان با نارسایی های ویژه ی یادگیری، علیرغم هوش طبیعی، از نظر رشد حرکتی بسیار کندتر از کودکان عادی هستند. به گونه ای که اصطلاح

دشواری های حرکتی آنان قبل از شروع آموزش مهارت های دیگر، کاملا ضروری است.

## ۲- کودکان

**با دشواری های در تشخیص و**

**درک بینایی:** متخصصان بسیاری، از

پژوهش های خود دریافته اند که کودکان با نارسایی ویژه یادگیری، گرچه از دید کافی یا قدرت بینایی لازم برخوردارند، اما مشکلاتی در تشخیص و درک بینایی دارند.

## ۳- کودکان با دشواری هایی در

**تشخیص و درک شنوایی:** این گروه از کودکان با اینکه از قدرت شنوایی کافی برخوردارند، اما در تشخیص تشابه ها و تفاوت های کلمات مختلف مشکل دارند.

## ۴- کودکان با دشواری های تکلم

**یا گفتار (Aphasia):** بطور کلی آفازی اختلال کامل یا جزئی در توانایی تولید زبان گفتاری یا

غالب دانش آموزان ناتوان در یادگیری، ضعف قابل ملاحظه ای در انجام تکالیف درسی، که مستلزم توجه ارادی از طرف خود آنان است دارند. همچنین محدودیت دامنه توجه این کودکان از دلایل عمده ضعف آنان در پاسخگویی به سوالات امتحان است.

نوشتاری، برای انعکاس مطلب یا مطالب کاملا مفهوم می باشد. یک نوع آن، آفازی "دریافتی" است که مشکلاتی را

در درک مطلب ایجاد می کند. با وجود اینکه گفتار فرد مبتلا به آفازی ممکن است سلیس و



# محدودیت دامنه توجه این کودکان از دلایل عمده ضعف آنان در پاسخگویی به سوالات امتحان است

روان باشد ولی قادر به درک درست صحبت ها و نوشته های دیگران نیست. نوع دیگر افزایش، افزایش "کلی" یا کامل است که در آن، توانایی فرد در صحبت کردن، نوشتن یا درک مطالب و بیان، تقریباً دچار اختلال کامل می شود.

افزای بیانی، باعث ایجاد اختلال در بیان گفتار می شود. در این نوع، نه تنها در گفتار فرد شویایی و روانی کلام نمی شود بلکه فرد خیلی آهسته و با تأمل سخن می گوید و فقط قادر به استفاده از تعداد کمی کلمات معنی دار است....

## ۵ - کودکان با دشواری هایی در خواندن و هجی کردن: ناتوانی در خواندن از

عام ترین ویژگی ها و مشخصه های کودکان ناتوان در یادگیری است. بعضی محققان بر این عقیده اند که حدود ۸۵ درصد از کودکان ناتوان در یادگیری، به گونه ای در زمینه ی خواندن با مشکل مواجه هستند. این گونه کودکان ممکن است واژه های بسیاری را بدانند و به راحتی آنها را در مکالمه بکارگیرند اما قادر به درک و شناسایی نشانه های نوشتاری یا چایی نیستند. برخی از این کودکان حتی می توانند واژه ها را بخوانند اما قادر به درک مفهوم آن ها نیستند

کودکان نارساخوان، اکثراً مشکلاتی در جهت یابی فضایی، تشخیص راست و چپ، بالا و پایین، توالی حروف و کلمات، هماهنگی بین چشم و دست و ارتباط بین اعضای بدن خود و دیگران دارند.

مشکلات اختصاصی خواندن این کودکان به شرح زیر است:

الف) اشتباه کردن کلمات شبیه به هم مانند: غاز و غار، چای و جای؛

ب) حدس زدن کلمات با در نظر گرفتن حروف ابتدا و انتهای کلمه؛

ج) آینه خوانی یا وارونه خوانی کلمات مانند: زور به جای روز؛

د) مشکلات شدید در هجی کردن کلمات؛  
ه) بی میلی و انزجار از خواندن؛  
و) دشواری در تشخیص جزء از کل.

## - کودکان با دشواری های اساسی

**در نوشتن:** در بعضی مواقع دیده می شود که کودکان ناتوان در یادگیری که با مشکل خواندن یا صحبت کردن مواجه هستند، مشکلات قابل توجهی در زمینه ی نوشتن نیز از خود نشان می دهند. این نوع مشکلات در مشق نوشتن، انشاء نوشتن، و یا دیکته نوشتن قابل مشاهده است. همچنین در نوشتن بسیار کند و دست خطشان ضعیف است.

## مصرف داروهای مختلف و الکل و نیز ابتلا

به سرخک تاثیرات منفی بر رشد جنین دارد. لذا از جمله علل احتمالی ناتوانایی های خاص یادگیری می تواند متاثر از عوامل دوران بارداری باشد.

## - اختلال در ریاضیات: برخی از

کودکان با مشکلات ویژه ی یادگیری، دشواری هایی در درک مسائل ریاضی یا اختلال در محاسبه و کسب مفاهیم ریاضی دارند. این گونه کودکان معمولاً در زمینه ی درک روابط فضایی دچار مشکل شدید هستند.

## سبب شناسی اختلالات یادگیری (LD)

در سبب شناسی ناتوانایی های یادگیری علل بسیار متنوعی را ذکر کرده اند:

۱- عوامل ژنتیکی:

۲- عوامل قبل از تولد: مصرف داروهای مختلف و الکل و نیز ابتلا به سرخک تاثیرات منفی بر رشد جنین دارد. لذا از جمله علل احتمالی ناتوانایی های خاص یادگیری می تواند متاثر از عوامل دوران بارداری باشد.

۳- عوامل زمان تولد: پیچیدگی های

دوران بارداری و مشکلاتی نظیر نرسیدن اکسیژن به کودک و وارد شدن ضربه یا فشار به سر نوزاد هنگام جدا شدن از رحم مادر، می تواند صدمات جدی و گاهی جبران ناپذیری به همراه داشته باشد.

۴- عوامل بعد از تولد: بطور کلی علل احتمالی ناتوانی های یادگیری بعد از تولد را می توان در عوامل بیولوژیکی یا بیوشیمیایی، محیطی و آموزشی خلاصه کرد.

۵- عوامل محیطی: مسمومیت های شیمیایی، زمین خوردگی ها و تصادفات گوناگون که ضایعه عصبی و مغزی در پی داشته باشند می توانند از جمله عوامل بارز این اختلال باشند.

۶- عوامل مربوط به رشد.

۷- عوامل آموزشی: به عقیده ی طرفداران این نظریه، ناتوانایی های یادگیری در کودکان، امری ارثی نیست بلکه اکتسابی و ناشی از شرایط نامساعد یادگیری و ضعف در روش تدریس مربیان یا آموزش دهندگان به کودک می باشد.

هریک از عواملی که ذکر شد به تنهایی موجب ناتوانی یادگیری در کودک نمی شود و همچنین وجود یک عامل نمی تواند همیشه بطور قطع عامل اصلی در تعیین علت اختلال باشد. همچنین هر یک از عوامل یاد شده لزوماً در کودک ناتوان در یادگیری وجود ندارد.

## درمان اختلال یادگیری:

از جایی که اختلالات یادگیری مجموعه ای از مشکلات به حساب می آید، و نه مشکل واحدی، در بحث درمان تنها به بررسی راهکارهای درمان سه اختلال می پردازیم:

## درمان هایی برای اختلال خواندن:

۱- شیوه ی بازگویی تجربه ها: در این شیوه معلم از کودک می خواهد برای او یک نقاشی ترسیم کند و در باره این نقاشی جمله ها

# اخبار کوتاه

## اخبار کوتاه

**۲۲ خرداد-** به دعوت آقای شیخ الاسلامی مددجویان آسایشگاه در یک اردوی عصرانه به باغ ایشان در کسکن رفتند.

**۲۵ خرداد-** آنتیه یاس با تجهیزات بسیار مدرن و جدید جهت انجام امور عکاسی و فیلمبرداری مراسم جشن عروسی در محل مجموعه تالارهای یاس افتتاح شد.

**۷ تیر-** آقای کاظم ملایی هنرمند فیلمساز شهرستان مهمان ویژه آسایشگاه بودند.

**۲۲ تیر-** آقای کاظم ملایی جهت ساخت فیلم مستندی به همراه یک کلیپ ویدیویی جهت معرفی آسایشگاه به همراه همکار خود و تجهیزات لازم به آسایشگاه برگشتند. در مدت سه روز حضور ایشان تا دیروقت فیلمبرداری ادامه پیدا می کرد.

**۸ مرداد-** جشن اولین سالگرد ازدواج یک خانواده که سال قبل در تالار یاس مراسم خود را برگزار کرده بودند در بین مددجویان آسایشگاه برگزار شد. از این زوج خوش فکر یعنی آقای روح ... عطایی و خانم طاهره مروچی که کار زیباییشان باعث خلق لحظات شادی برای مددجویان شد بسیار ممنونیم.

**۱۹ مرداد-** مددجویان و همکاران ما در این روز پذیرای جمعی از علاقمندان آسایشگاه از پایگاه بسیج مستقر در مسجد النبی توحید شهر بودند.

**۲۴ مرداد-** بانوان جلسه قرآن محله پاری بعثت در اجرای یک کار فرهنگی مؤثر در جمع مددجویان حاضر شده و به تلاوت جزء ۱۵ قرآن کریم پرداختند. در پایان جلسه قرآن این عزیزان به بازدید آسایشگاه پرداخته و هنگام خداحافظی نیز هدیه نقدی خود را برای مددجویان به مسئولین تحویل دادند. از لطف همگی آنها متشکریم.

برای دیدن عکس های مربوط به خبرها به سایت آسایشگاه [www.mehrasa.ir](http://www.mehrasa.ir) مراجعه شود.

## درمان هایی برای اختلال بیان نوشتاری:

برای رسیدن به این مقصود می توان از روش های زیراستفاده کرد:

- ۱- تاکید بر اهمیت درس جمله سازی؛
- ۲- تاکید بر نوشتن داستان کوتاه؛
- ۳- آموزش لغات هم خانواده، مشتقات، مترادفات و واژه های متضاد
- ۴- انتخاب فعل های دوم شخص، سوم شخص، مفرد و جمع؛
- ۵- رعایت نقطه گذاری در نوشتن جمله ها و انشاء؛
- ۶- نوشتن جمله های خوب و ابتکاری با خط تصویری و حاشیه های مناسب؛
- ۷- نوشتن شعرها به نثر؛
- ۸- اهمیت به ماهیت و محتوای جملات؛
- ۹- عدم استفاده از کلمات عامیانه در جمله نویسی؛

۱۰- نوشتن پاسخ سوالات کتبی درسی برای تمرین جمله نویسی....

## درمان آفازی

برای بهبود کارکرد و عملکرد فرد مبتلا به آفازی یک آسیب شناس زبانی - بیانی می تواند تمرین ها و ورزش هایی را با این شخص انجام دهد. این تمرین ها شامل نامیدن اشیاء و انتخاب بهترین راه برای بیان فوری کلمات است.

## سرچشمه های پژوهش

- ۱- اختلالات یاد گیری. دکتر عزت الله نادری و مریم سیف نراقی. انتشارات امیرکبیر. چاپ سوم ۱۳۶۶
- ۲- روانشناسی مرضی کودکان: دکتر حسین آزاد. انتشارات پیام نور. چاپ هفتم. مرداد ۱۳۸۵
- ۳- اختلالات یادگیری: دکتر غلامعلی افسروز. انتشارات پیام نور. چاپ دوم دی ۱۳۸۵
- ۴- ناتوانی های یادگیری- نیمتاج سیاح سیاری. انتشارات مدبر. چاپ اول ۱۳۸۶

و داستان هایی بگوید و معلم یادداشت کند. در مرحله ی بعد از خود کودک خواسته می شود که تجربه هایش را بر روی کاغذ بیاورد.

۲- روش آوایی-دیداری: با استفاده از این روش، از طریق ادامه ی صداهای صامت و مصوت بر روی نمودارهای دیواری، حروف و کلمات آموزش داده می شوند.

۳- استفاده از تکنیک کلمات رنگارنگ: که برای نشان دادن صداهای مختلف، از رنگ استفاده می شود به طوری که برای هر ۴۷ واج، رنگی اختصاص داده شده است.

۴- استفاده از مهارت های نظارت بر خود: که از افراد خواسته می شود بر کار خود نظارت داشته باشند و در قبال آن جایزه دریافت کنند.

۵- روش استفاده از مجموعه حس ها: در این روش، علاوه بر حس بینایی، سایر حس ها نیز مورد استفاده قرار می گیرند. به این ترتیب که کودک علاوه بر اینکه می بیند، به صدا نیز گوش می دهد و...

۶- روش تدریس دو جانبه: معلم قسمتی از یک متن را برای خواندن انتخاب می کند و مسئول آن بخش یا پاراگراف را تعیین می کند... بعد از خواندن متن، هرکسی که نقش معلم را دارد متن را خلاصه یا مرور می کند، مشکلات بوجود آمده را مورد بحث قرار می دهد و معنای آن را روشن می کند.

۷- روش آموزش مستقیم: طرفداران این روش به تجزیه و تحلیل مفاهیمی که باید آموخته شوند و نه خصوصیات کودکانه توجه دارند. مثل تصحیح غلط های مربوط به خواندن.

۸- شیوه ی آموزش انفرادی: این شیوه بینایی-شنیداری است و در آن دانش آموزان هر کدام بطور جداگانه می خوانند و بصورت انفرادی توسط معلم آموزش داده می شوند.

# سرمایه‌ی اجتماعی و عوامل موثر بر شکل‌گیری آن

علیرضا شایگان

اجتماعی و سیاسی را نشان می‌دهد؛ در برگزیدهٔ هنجارها؛ اعتماد عمومی، همیاری‌ها؛ شبکه‌های اجتماعی و مشارکت‌های رسمی و غیر رسمی نیز می‌باشد.

از دید «هانی فان» سرمایهٔ اجتماعی پدیده‌ای است که در روابط میان انسان‌ها نهفته است و سبب پدید آمدن «حسن نیت» میان آن‌ها شده، همدلی آن‌ها را نسبت به یکدیگر بر می‌انگیزاند و افراد را پیرو جمع می‌کند و بدین سان زمینهٔ معاشرت بیشتر و روابط پایدار میان آن‌ها را فراهم می‌کند.

هانی فان مفهوم سرمایهٔ اجتماعی را برای بررسی ناپساوانی‌های نظام آموزشی آمریکا و برای تبیین دگرگونی‌هایی که در روابط اجتماعی دانش‌آموزان مشاهده کرد، به کار برده است. بحث اصلی وی دگرگونی‌هایی است که در گذر زمان در یک رابطهٔ اجتماعی می‌تواند پدید آید و آن رابطه را به رابطه‌ای گرم و صمیمی یا سرد و غیر صمیمی تبدیل کند. از نظر وی ریشهٔ این دگرگونی‌ها در چیزی به نام «سرمایهٔ اجتماعی» است. (اجتهادی، ۱۳۸۶: ۵)

برخی از اندیشمندان همچون «ریمس» و «ونیس» بر این باورند که در جامعهٔ مدرن که از درون جامعهٔ سنتی سر بر می‌آورد ارزش‌های جمعی، حاکمیت بی‌چون چرای خود را بر رفتار افراد و اعضای جامعه از دست می‌دهند و رفته رفته کم‌رنگ می‌شوند. کاهش تدریجی نفوذ ارزش‌های جمعی بر افراد؛ میدان را برای تاخت و تاز ارزش‌های فردی کنشگر بازتر و فراخ‌تر می‌کنند. در نتیجهٔ زمینهٔ تحرک اجتماعی افراد بیشتر فراهم می‌شود و به فرد اجازه می‌دهد تا تجربه‌ها و خواسته‌های شخصی خود را بی‌ریزی کند و حتی کنشگر قادر خواهد بود تا نوع رابطه و مدت زمان آن را خود تعیین کند. در واقع این اندیشمندان از دید مثبت به فروپاشی ارزش‌های جمعی می‌نگرند اما خطرات مترتب بر آن را نیز خاطر نشان می‌کنند. دانشمندان علوم اجتماعی مفهوم سرمایهٔ اجتماعی را در معانی گوناگون همچون حسن نیت،

مورد بررسی قرار گیرد؛ لازم است ابتدا انواع سرمایه مورد واکاوی قرار گیرد. از دید «بورديو» سرمایه سه شکل بنیادین دارد: نخست «سرمایهٔ اقتصادی» مانند دارایی‌های مالی و مادی که قابل تبدیل شدن به پول است و به شکل حقوق مالکیت قابل نهادینه شدن است. دوم «سرمایهٔ فرهنگی» مانند کالاهای و مهارت‌ها و عناوین نمادین کمیاب که در برخی شرایط به سرمایهٔ اقتصادی تبدیل می‌شود و به شکل کیفیات آموزشی نهادینه می‌شود. و سوم «سرمایهٔ اجتماعی» که از تعهدات اجتماعی ساخته شده و از منابعی که به صرف عضویت در گروه به فرد تعلق می‌گیرد تشکیل شده است. (وانت، ۱۳۷۹: ۳۳۵)

«فوکویاما» سرمایهٔ اجتماعی را در سطح کشورها و در ارتباط با رشد و توسعهٔ اقتصادی می‌بیند. از دید او سرمایهٔ اجتماعی دارای گروه‌ها و جوامع تلقی می‌شود و آن را به سادگی می‌توان به عنوان مجموعه‌ای معین از هنجارها یا ارزش‌های غیر رسمی تعریف کرد که اعضای گروهی که همکاری و همیاری و تعاون میان‌شان مجاز است در آن سهم هستند. هنجارهایی که تولید سرمایهٔ اجتماعی می‌کنند اساساً باید شامل سجایایی از قبیل صداقت، ادای تعهدات و ارتباطات دوجانبه باشند. (فوکویاما، ۱۳۷۹: ۱۲).

«کلمن» سرمایهٔ اجتماعی را جنبه‌هایی از ساخت اجتماعی می‌داند که کنشگران از آن‌ها به عنوان منابعی جهت کسب منافع خود استفاده می‌کنند «افه» و «فوش» نیز سرمایهٔ اجتماعی را

آگاهی و توجه به امور سیاسی-اجتماعی، اعتماد و فعالیت‌های انجمنی تعریف می‌کند.

تعریف‌های ذکر شده تا حدود زیادی با یکدیگر اشتراک دارند و به گونهٔ مؤثری فرایندهای اجتماعی یکسانی را شامل می‌شوند و منبعی جهت «کنش جمعی» به شمار می‌آیند. بنابراین سرمایهٔ اجتماعی افزون بر این که آگاهی و توجه نسبت به امور

انسان را موجودی اجتماعی نامیده‌اند؛ به این معنا که زندگی او در تعامل و کنش با دیگران معنا می‌یابد و شکل می‌گیرد. روان‌شناسان ثابت کرده‌اند که اگر این موجود اجتماعی را از تعامل و کنش با دیگران باز دارند؛ دچار آسیب‌های روحی و روانی می‌گردد. پیوند، تعامل و کنش فرد با دیگران می‌تواند گرم و صمیمانه یا سرد و بی‌روح و حتی خصمانه باشد.

هنگامی که کنش بین افراد و گروه‌ها گرم و صمیمانه است روابط اجتماعی تسهیل و میزان مشارکت و همبستگی اجتماعی افزایش یافته و استحکام می‌یابد. اندیشمندان علوم اجتماعی این روابط، اعتماد، همبستگی را سرمایهٔ اجتماعی نامیده‌اند تا آن‌جا که توجه اکید به نقش سرمایه اجتماعی، نقطه عطفی در رویکردهای نظری توسعه به ویژه توسعهٔ پایدار که مبتنی بر توسعهٔ انسان محور است می‌باشد. در توسعهٔ انسان محور؛ محوری‌ترین و شاید به جهاتی مهم‌ترین مفهوم «انسان شایستهٔ توسعه» می‌باشد. این مفهوم بازگوی انسانی است که با الزامات زندگی امروزی سازگار و هماهنگ است و به قدر کفایت برای زندگی در جهان یکپارچه شدهٔ معاصر، اجتماعی شده است. چنین انسانی نه تنها موضوع محوری توسعه است بلکه خود به عنوان کنشگر

فعال در نقش کارگزار و عامل توسعه ظاهر می‌شود.

نگاهی به جریان تاریخی توسعه در جهان نشان می‌دهد که کلیه کشورهای توسعه یافته امروز یا پست‌توانهٔ سرمایه اجتماعی و انسانی توانسته‌اند به

سیر در راه صنعتی شدن سرعت بخشند. (زاهدی، ۱۳۸۵: ۱۱۷) تا قبل از دههٔ ۹۰ بیشتر نظریه‌های توسعه اهمیت برای روابط اجتماعی در توسعه قائل نبودند و حتی در دهه‌های ۵۰ و ۶۰ روابط اجتماعی و راه و رسم زندگی سنتی را از موانع مهم بر سر راه توسعه به شمار می‌آوردند.

برای آن که مفهوم سرمایهٔ اجتماعی به درستی

هنگامی که کنش بین افراد و گروه‌ها گرم و صمیمانه است روابط اجتماعی تسهیل و میزان مشارکت و همبستگی اجتماعی افزایش یافته و استحکام می‌یابد. اندیشمندان علوم اجتماعی این روابط، اعتماد، همبستگی را سرمایهٔ اجتماعی نامیده‌اند.



# ارزش‌ها و مهارت‌های مشترک می‌تواند سطح خشونت را در جامعه کاهش دهد

اعتماد اجتماعی، مشارکت اجتماعی، همیاری، همگرایی، همبستگی اجتماعی، هنجارهای اجتماعی، شبکه روابط اجتماعی، ساختارهای اجتماعی و منابعی که رفتارها را پشتیبانی می‌کنند به کار برده اند.

این اندیشمندان همگی بر این باورند که این سرمایه در درون رابطه ای که میان کنشگران اجتماعی شکل می‌گیرد پدید آمده و در همان رابطه نیز پنهان است و از این رو قابلیت تملک ندارد. همچنین یک فرد نمی‌تواند سهم کنشگران دیگر را در شکل‌گیری و به وجود آمدن این سرمایه نادیده بینگارد و همه سرمایه را در تملک خود بگیرد.

به طور کلی می‌توان گفت که سرمایه اجتماعی از تعامل و کنش هر روزه بین افراد و گروه‌ها به وجود می‌آید. این سرمایه به تنهایی در فرد یا ساختارهای اجتماعی نهفته نیست بلکه در تعامل‌های بین افراد به وجود می‌آید و مجموعه‌ای از شبکه‌های اجتماعی، هنجارها، ارزش‌ها و درکی است که همکاری افراد را در درون گروه با یکدیگر و نیز همکاری بین گروه‌ها را با یکدیگر جهت کسب منافع متقابل آسان می‌کند.

اندیشمندان در پژوهش‌های گوناگونی به این نتیجه رسیده‌اند که سرمایه اجتماعی با خشونت‌دوستی، بیشتر، بهبود سلامت، مراقبت بهتر از کودکان، جرائم کمتر و برخورداری از حکومتی بهتر در ارتباط است. در پژوهشی که توسط «لدمن» در ۳۹ کشور توسعه یافته و در حال توسعه انجام پذیرفته، گفته شده است که ارزش‌های و هنجارهای مشترک می‌تواند سطح خشونت را در جامعه کاهش دهد یا پایین نگه دارد و در نتیجه از وقوع جرم و خشونت بیشتر پیشگیری کند.

سرمایه اجتماعی در خانواده باعث فراهم آمدن شبکه حمایت برای اعضای خانواده می‌شود که در مواقع مشکلات، فقر و بیکاری به کمک می‌آید. رابطه سرمایه اجتماعی با بهداشت نیز ثابت شده است. هم چنین برخورداری کودکان از سرمایه اجتماعی خانواده و جامعه احتمال ترک تحصیل

دانش آموزان را کاهش داده، موجب موفقیت تحصیلی آنان می‌شود. (شریفیان: ۱۶)

از سوی دیگر، اندیشمندان بر این باورند که رابطه اجتماعی در جامعه صنعتی امروز بسیار شکننده و ناپایدار است. این شکنندگی و ناپایداری که خود نتیجه فاصله گرفتن و دور شدن تدریجی کنشگران اجتماعی (اعضای جامعه) از یکدیگر پدید آمده: از میزان همگرایی و اعتماد متقابل میان آن‌ها و به بیان روشن‌تر از میزان سرمایه اجتماعی آنان به شدت کاسته شده و مشکلات و نابسامانی‌های اجتماعی زیادی را برای افراد و جامعه به وجود آورده است.

## عوامل مؤثر بر شکل‌گیری سرمایه اجتماعی

عوامل زیادی کم و بیش در شکل‌گیری روابط، مشارکت، همیاری متقابل بین افراد و گروه‌ها و در نتیجه به وجود آمدن سرمایه اجتماعی مؤثرند.

سن را یکی از عوامل مؤثر در شکل‌گیری سرمایه اجتماعی دانسته‌اند. سن معمولاً بر اساس دوره کودکی، نوجوانی، بزرگ

سالی، والدینی و بازتئستگی شناخته می‌شود. چون سن بر اساس درآمد و زمان فراغت در دوره‌های گوناگون متفاوت است بنابراین مشارکت اجتماعی فرد نیز در مراحل مختلف سنی متفاوت است. نسل و تغییرات نسلی یکی از عوامل مؤثر دیگر است به گونه‌ای که افراد در سنین کار و فعالیت از میزان مشارکت‌های اجتماعی بیشتر برخوردار هستند.

آموزش و تحصیلات از دیگر متغیرهای تأثیرگذار بر شکل‌گیری سرمایه اجتماعی است. معمولاً سطح تحصیلات و نوع آموزشی که افراد می‌بینند در میزان مشارکت اجتماعی آنان تأثیرگذار است.

جنسیت نیز از عوامل مؤثر و تأثیرگذار بر سرمایه اجتماعی است به گونه‌ای که میزان مشارکت بیشتر مردان در نیروی کار باعث افزایش بیشتر مشارکت‌های رسمی آنان نسبت به زنان

است. قابل ذکر است که ورود روزافزون زنان به بازار کار موجب گسترش رو به رشد مشارکت‌های اجتماعی آنان شده است. همچنین جنسیت بر نوع مشارکت افراد در گروه‌ها و انجمن‌ها مختلف تأثیرگذار است.

از دیگر عوامل مؤثر می‌توان از اشتغال: میزان درآمد: طبقه اجتماعی؛ محل سکونت: نوع حکومت و قوانین و مقررات اجتماعی را نام برد که بر میزان مشارکت و سرمایه اجتماعی تأثیرگذار است.

## نتیجه‌گیری

همان‌طور که ذکر گردید اندیشمندان علوم اجتماعی سرمایه اجتماعی را در معانی گوناگون اما نزدیک به هم به کار برده‌اند. در واقع نگرانی اصلی آنان رخنه‌هایی است که در روابط اجتماعی انسان‌های نوین (مدرن) مشاهده می‌کنند. آنان هشدار می‌دهند که گسترش روزافزون این رخنه‌ها و فاصله بیشتر کنشگران اجتماعی از یکدیگر، جامعه مدنی امروز را با

خطرهای بسیار جدی روبه‌رو می‌سازد تا جایی که برخی از این اندیشمندان بانگ فروپاشی جامعه امروزین را سر داده‌اند. (اجتهادی،

ارزش‌ها و هنجارهای مشترک می‌تواند سطح خشونت را در جامعه کاهش دهد یا پایین نگه دارد و در نتیجه از وقوع جرم و خشونت بیشتر پیشگیری کند.

(۱۳۸۳)

«بلا» بیم آن دارد که «فردگرایی رشدی سرطانی داشته باشد که ممکن است پوسته اجتماعی را نابود کند» و در نتیجه «فرد را در انزوایی شکوهمند؛ اما دهشتناک بلا تکلیف رها می‌کنند» (کیوستو، ۱۳۸۵: ۱۵۸)

## فهرست منابع:

- اجتهادی، مصطفی، ۱۳۸۶. سرمایه اجتماعی، پژوهش نامه علوم انسانی، شماره ۵۲
- زاهدی، محمد جواد، ۱۳۸۵. توسعه و نابرابری، تهران، انتشارات مازپار
- شریفیان تالی، مریم، سرمایه اجتماعی: مفاهیم اصلی و چارچوب نظری، فصلنامه علمی و پژوهشی راه اجتماعی، سال ۱، شماره ۲
- کیوستو، پیتر، ۱۳۸۵. اندیشه‌های بنیادی در جامعه‌شناسی، (ترجمه منوچهر صبوری)، نشر نی
- ناطق پور، محمد جواد، فیروز آبادی، سید احمد، ۱۳۸۴. سرمایه اجتماعی و عوامل مؤثر بر شکل‌گیری آن در شهر تهران، مجله جامعه‌شناسی ایران، دوره ششم، شماره ۲
- واتکو ولنت، لویک، جی. دی، ۱۳۳۹. (به نقل از کتاب مفکران بزرگ جامعه‌شناسی، (راب استونز) ترجمه مهرداد میر طالعادی، تهران، نشر مرکز

# وضعیت زن در ایران ما قبل تاریخ (ده هزار سال قبل ساکنان ایران)

گرد آورنده سوسن نوباهی

آورد. و آداب اجتماعی را که بنیان معرفت النفسی و ملاحظه مدنیت است، به مرد تعلیم داد. ولی هنگامی که صنعت و زراعت پیشرفت پیدا کرد و سبب بدست آمدن عایدی بیشتری شد، جنس مرد به تدریج استیلای خود را بر آن وسعت داد. زن حیوان را اهلی کرد و مرد حیوان را در زراعت به کار گرفت و بدین ترتیب مرد سرپرستی عمل کشاورزی را در دست گرفت زیاد شدن دارایی قابل انتقال انسان بیشتر به



فرمانبرداری زن کمک می کرد، چرا که مرد در این هنگام از او می خواست که کاملاً وفادار باشد تا کودکانی که به دنیا می آیند و میراث می برند، فرزندان حقیقی خود مرد باشند. چون حق پدری شناخته شد انتقال ارث که تا آن موقع از طریق زن صورت می گرفت به اختیار جنس مرد درآمد و خانواده پدرشاهی در اجتماع به منزله واحد اقتصادی و قانونی و سیاسی و اخلاقی جامعه شناخت پوشید. خدایان نیز که تا آن موقع غالباً به صورت زنان بودند به شکل مردان ریش دار درآمدند.

طبق گفته های محققین و ایرانشناسان درباره اعصار قبل از تاریخ ایران مردم به صورت دسته های پراکنده و کوچک در ایران می زیسته اند و از طریق گردآوری خوراک و شکارواری نیازهای اولیه ی غذایی خود را تأمین می کردند. و از غارها و پناهگاه های طبیعی محیط خود استفاده می نمودند و خود سرپناهی نمی ساختند. چون دایم به دنبال غذا در حرکت بودند. به این زندگی کوچ گونه تا زمانی که خود قادر به تولید قسمتی از نیازهای غذایی خود نبودند ادامه دادند. بر طبق مطالعات پژوهشگران حدود ۹۰۰۰ سال قبل تعدادی اجتماعات یک جانشین در ایران که

حذف شده و سمبل های خدایی از جنس زن تا مدت ها صورت منحصر به فرد به خود گرفته و به وفور تولید و تکثیر شده است. از جمع بندی آنچه پژوهشگران به دست آورده اند می توان استنباط کرد. تحول موقعیت زن در روند گذار از مرحله شکارواری به مرحله کشاورزی مبتنی بر اصولی بوده که با خصایص نظام جدید و روابط تولیدی حاکم بر آن ارتباط نزدیک داشته است و بل دورانت در خلاصه داستان تمنن نقش زن را این گونه به تصویر می کشد:

مدنیت در کلیه ی بزرگتر آغاز به رستن می کند و در شهر به گل می نشیند و بار می دهد. بشر هنگامی توانست گوهر انسانی خود را آشکار سازد، که زندگی از مرحله ی متزلزل شکار خارج شد و به مرحله مطمئن تر و ثابت تر حیات چوپانی درآمد. او جانوران را اهلی کرد. زن به بزرگترین اکتشافات دست یافت و سیر حاصل خیزی زمین را پیدا کرد. زن با کاوش در اطراف کلبه و جمع آوری دانه ها توانست به تجربیات بزرگی دست یابد. به همین دلیل قسمت اعظم ترقیبات اقتصادی به دست زنان افتاده است. زن به زراعت پرداخت، او ریسمان و سپس پارچه را اختراع کرد، کانون خانوادگی را نیز زن به وجود

درود خواننده عزیز:

در شماره های پیشین ما به بررسی جشن های ایرانی پرداختیم و رسم و رسومات زیبایی که اجداد ما بوجود آورده و مجری آن بودند و امروزه به دست فراموشی سپرده ایم را با هم مرور کردیم. از این شماره به بعد می خواهیم به بررسی وضعیت زن در ایران و جهان از دوران گذشته تا به امروز بپردازیم. انشاء... که بتوانم حق مطلب را ادا کرده و شما را خشنود سازم.

به امید فریدگار

\*\*\*\*\*

ایران یکی از نخستین جوامعی است که در هزاره های گذشته به عصر کشاورزی گام نهاده بر اساس مطالعات باستان شناسان نشانه های بدست آمده حاکی از این است که قدرت زنانه در خاک ایران بسیار بالا بوده است.

پیش از ورود اقوام آریایی به ایران و تقسیم آن ها به گروه های مختلف، اقوام بومی ایران مانند ملل و اقوام همسایه خود مذهب مادر-خدایی داشته و در نواحی مختلف ایران پرستش الهه-مادر رایج بود. تندیس هایی که به دست آمده به وجود این مذهب در آن ادوار گواهی می دهد اقوام آریایی پس از آغاز مهاجرت خود به سوی غرب، روش پدر شاهی خویش و به همراه آن مذهب پدر خدایی را در سرزمین های مفتوحه رواج دادند.

در اکتشافات باستان شناسی متعلق به فرهنگ های پیش از کشاورزی در جهان سمبل های خدایی از جنس (زن) بسیار به دست آمده البته سمبل های مردانه نیز وجود داشته. از آغاز شکل گیری نظام های ابتدایی کشاورزی در جهان به تدریج سمبل های خدایی از جنس مرد

# گوشه ای از تاریخ

محمد تقی حمزه ای

یکی از آن‌ها فرمان داد تا به انجام کاری بپردازد و محل را ترک کند سپس دومی را به انجام کار دیگری روانه کرد. آن گاه او خواست که زیر بازویش را بگیرم تا بر زمین نشیند. اما تا او را بر زمین گذاشتم از غایت ضعف مثل جسم بی جانی بر زمین افتاد. تیمور رو به من کرد و گفت ای محمود ضعف بنیه و بیچارگی مرا ببین، نه

دستی دارم که بتوانم بگیرم و نه پایي که بتوانم بدوم و فرار کنم از خطرها.

اگر کسی به سوی من تیری رها کند فی الحال کشته خواهم شد. قادر به هیچ جلب خیر و دفع شری نیستم. تیمور پس از چند نفس عمیق گفت محمود مرا ببین و در کار خدا تأمل کن که چگونه مردم را مقهور من ساخته شهرها را به تسخیر من درآورده شرق و غرب را ذلیل و اسیر من ساخته است. **ایا من بیش از یک فرد محتاجی هستیم.** سپس تیمور گریستن آغاز کرد. در همان حالی که به من تکیه داده بود آنقدر گریه و زاری کرد که لباس‌های من پر از اشک و خیس شده بود. در کتاب **عجایب المقدور فی النوائب التیمور** در تأیید این موضوع چند بیت شعر به چاپ رسیده که تقدیم می گردد.

نیم تنی ... ملک سلیمان گرفت  
چشم گشا قدرت یزدان ببین  
\*\*\*\*\*

پای نه و اسب فلک زیر ران  
دست نه و چرخ فلک بر نگین  
\*\*\*\*\*

کرد مسخر همه روی زمین  
چشم گشا رحمت رحمان ببین  
\*\*\*\*\*

این همه او می کند او می دهد  
کیست که گوید (چنان یا چنین)؟!



## کیست که بگوید که (چنان یا چنین)؟!

امیر تیمور شخصی بود بلند بالا چهره اش سفید مایل به سرخ و جثه ای فربه و بسیار قوی، پیشانی بزرگی داشت و شانه هایش عریض، انگشتانش ضخیم و ریشش دراز بود. تیمور در ایام جوانی شیعی را به گوسفند دزدی گذراند، اما موفقیت یارش نشد و چوپان که در کارش مهارت داشت تیری به سوی او انداخت و آن تیر بر شانه ی تیمور نشست کتفش مجروح گشت و بازویش از کار افتاد. تیر دوم به رانش اصابت کرد و تیمور را لنگ ساخت و به مرور ایام طرف راست بدنش از کار افتاد و همواره می لنگید.

مولانا محمود المحروق الخوارزمی که از موسیقی دانان و خوانندگان معروف زمان خود بود می گوید: امیر تیمور در یکی از سفرها مرا مصاحب خویش کرد و من شب و روز ملازم او بودم. وقتی عساکر او در اطراف شیراز قلعه ای را در حصار گرفتند دستور داد چادر او را در نقطه ای مرتفع برپا سازند به طوری که مشرف بر میدان رزم باشد. لحظاتی که جنگ در نهایت شدت بود من و دو نفر دیگر در حضور تیمور بودیم. او به خاطر ابتلا به تب شدید بسیار اندوهناک بود. ولی در آن حالت ناتوانی میل داشت ناظر جنگ باشد. لذا امر کرد او را به چادر ببرند تا جنگجویان را نظارت و هدایت کند. آن دو مرد جلو چادر زیر بغل تیمور را گرفته بودند و او سیاحت جنگ می کرد. پس از مدتی به

به صورت موقت یا فصلی بوده مشاهده شده است. این‌ها علاوه بر تأمین غذا از طریق گردآوری و شکارورزی خود نیز در تولید بخشی از آن سهم بوده اند.

بر اساس مطالعات دیگر در تپه ی گوران کرمانشاه نخستین ساکنان این محل شیبانان و دامدارانی بودند که در فصل مناسب سال به این محل می آمدند و در کلبه های چوبی بسر می بردند و در تپه ی سراب کرمانشاه بقایای یک زندگی روستایی ابتدایی بدست آمده که ظروف و وسایل مورد نیاز خود را از سنگ می ساختند و هنوز سفال موجود نبوده در همین منطقه پیکرک گلی پخته شده کوچک زنی بدست آمده که (ونوس) نام گرفت. قراین و شواهد نشان می دهند که در هشت هزار سال قبل چندین روستا در نواحی مختلف ایران بوجود آمده اند که اقتصاد آن‌ها بر پایه ی کشاورزی بوده است. البته در کنار آن به جمع آوری خوراک و نگهداری احشام و شکار نیز مشغول بوده اند.

استقرار داریم در یک محل پدیده های فرهنگی گوناگونی را در پی داشت و نظامات مختلف اقتصادی و اجتماعی و اعتقادی و اخلاقی و ... حاکم بر روستاها کم کم شکل خاصی به خود گرفتند و اختلافات فرهنگی بین نقاط مختلف را پدید آوردند. زن بر پایه مدارک و شواهد موجود در ادوار دیرینه صاحب قدرت بوده و توانایی های او در عرصه ی وسیع اندیشه، عواطف، اقتصاد، سیاست، الهیات ... اثر گذاشته نمودهای زنانه در صورت های عینی پیکرک های زنانه و نقش و تصاویر باقی مانده بر ظروف و الواح و کتیبه های بدست آمده ظاهر می شود. یا مظاهر این قدرت در اساطیر و افسانه ها و قصه های قدیمی و ادبیات نمایان است.

منابع:

زن در ایران باستان: هدایت ... علوی  
شناخت هویت زن ایرانی: شهلا لاهیجی



# راز دوستی

فرزانه سلیماتی

۴- موقعیت را بپذیرید و با وضعیت پیش آمده سازگاری پیدا کنید.  
۵- خشم تان را خالی نکنید و از مهارت حل مشکل استفاده کنید و راه حل دیگری به غیر از عصبانیت استفاده کنید.  
۶- یک لحظه فکر کنید و به جای داد زدن حرف بزنید. در مورد چیزی که شما را عصبانی کرده به آرامی توضیح دهید. و در مقابل فردی که باعث عصبانیتان شده قرار بگیرید و به آنچه او می گوید گوش کنید.  
۷- و بالاخره به سلامت خود بیندیشید چرا که خشم موجب افزایش هورمون استرس در بدن شده و موجب افزایش فشار و در نهایت سلامت قلب را به خطر می اندازد.

منبع: [salamat.ir](http://salamat.ir)

در پایان لازم می دانم چند سطری از گفتار کوروش کبیر، بنیان گذار نخستین جامعه مدنی و مؤسس منشور حقوق بشر که خود مظهر مهرورزی بدون مرز و عشق ورزی نامحدود بود را بعنوان اختتام مبحث راز دوستی تقدیمتان کنم، دوستی هایتان پایدار باد.

نیکو پندارم

بدین دلیل، بلشتی از من دور است

خوش گفتارم

بدین دلیل، تلخ کامی از من دور است

و ذرست کردارم

بدین دلیل، کینه توی از من دور است

پس به پندار نیک درآید

تا مردمان دوستان بدانند

به گفتار نیک درآید

تا نامتان به نیکی برده شود

و به کردار نیک درآید

تا گزندى چشم به راه شما نباشد

من برای رهایی و رستگاری آمده ام

به این دلیل هرگز نخواهم مرد

من برای رفاه و آرامش آمده ام

به این دلیل هرگز نخواهم مرد

من برای دوستی و دانایی آمده ام

به این دلیل هرگز نخواهم مرد.

این واکنش به دیگران آسیب نرساند و به اصطلاح خشم خود را مهار یا مدیریت کنیم. آدمی خود احساس خود را برمی گزیند یعنی اغلب انتخاب می کند که در یک شرایط خاص تا چه حدی عصبانی شده، کنترل احساس را با منطق درست در دست گرفته و مانع شود که بی اختیار رفتار یا گفتاری داشته باشد.

در اوج عصبانیت نمی شود با بحث و گفتگو مشکلی را حل کرد بلکه باید بحث و گفتگو را متوقف کرد و با نفس عمیق کشیدن از محل خارج شده، دست و صورت را آب زده و با ایجاد سکوت و آرامش آتش خشم و عصبانیت را خاموش کرد.

بیشتر ما علاقه به سازش نداریم، اما وقتی یاد بگیریم که سازش بهتر از خشم طولانی مدت است، می توانیم برای هنر ظریف سازش، در مقام وسیله ای برای داشتن یک زندگی ساده تر، ارزش قابل شویم.

بنابراین اگر بخواهیم پرخاشگری و خصومت را کم کنیم، باید یاد بگیریم که چگونه خشم خود را کنترل کنیم چرا که اگر به درستی مهار نشود ممکن است تبدیل به هیجان بسیار مخرب شود. پس برای کنترل آن رعایت چند نکته پیشنهاد می شود:

۱- به دنبال توضیح دیگری بگردید یا وقتی کسی از ما انتقاد می کند و ما احساس می کنیم به انتظارات ما بی حرمتی می شود، این امکان وجود دارد که آن شخص دچار فشار عصبی و روحی باشد.

۲- خواهش خود را به چیز دیگر معطوف کنید. مثل انجام کارهای ورزشی، مطالعه و یا سرگرمی های مورد علاقه تان.

۳- شوخی و مزاح کنید زیرا شوخی با خشم مغایرت دارد و در برقراری ارتباط با دیگران به ما کمک می کند و باعث آگاهی ما نسبت به آنچه موجب خشم شده می شود.

تن آدمی شریف است به جان آدمیت نه همین لباس زیباست نشان آدمیت اگر آدمی به چشم است و دهان و گوش و بینی چه میان نقش دیوار و میان آدمیت؟ خور و خواب و خشم و شهوت شفا است و جهل و ظلمت حیوان خبر ندارد ز جهان آدمیت به حقیقت آدمی باش و گر نه مرغ باشد که همی سخن بگوید به زبان آدمیت مگر آدمی نبودی که اسیر دیو ماندی؟ که فرشته ره ندارد به مکان آدمیت رسد آدمی به جانی که بجز خدا نبیند بنگر که تا چه حد است مکان آدمیت طیران مرغ دیدی توز پای بند شهوت به درای تا ببینی طیران آدمیت نه بیان فضل کردم که نصیحت تو گفتم هم از آدمی شنیدم بیان آدمیت (سعدی)

در این شماره پیام مهرورزان مبحث خشم و کنترل آن به عنوان آخرین ویژگی عمده و مهم در روابط دوستانه مورد بررسی قرار می گیرد.

خشم به طور کلی احساس خوشایندی نیست اما یک هیجان طبیعی و سالم است، ما پس از آن که احساس ناراحتی می کنیم خشمگین می شویم و خشم به ما قدرت می دهد تا مقابله کنیم. و در این حالت که ناراحتی به خشم تبدیل می شود احساس ناامیدی و بی پناهی نمی کنیم معمولا در لحظه خشم افکار منفی و غیر منطقی برانگیخته شده و ما بخشی را پررنگ و بخشی دیگر از اطلاعاتمان را نادیده می گیریم و نمی توانیم قضاوت درستی داشته باشیم و خشم به ما کمک می کند که در مقابل حملات از خودمان دفاع کنیم اما باید مراقب باشیم که



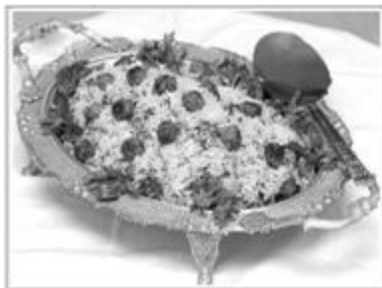
شماره ۳۴

بایز ۹۰

شماره ۳۴

بایز ۹۰

# کدبانوگری



شیرازی ها همراه این غذا معمولا از سالاد معروفشان یعنی سالاد شیرازی استفاده می کنند. آنها هنگام تهیه این سالاد همواره نکاتی را رعایت می کنند، اول اینکه محتویات را حتما بسیار ریز می کنند، دوم اینکه نعناع خشک به آن اضافه می کنند و سوم اینکه چاشنی شان فقط آبغوره است.

## طرز تهیه:

ابتدا کلم را به صورت خلال های باریک درآورید و روی حرارت کم، بدون روغن بگذارید کمی نرم شود. سپس ۲ تا ۳ قاشق غذاخوری روغن اضافه کنید و آنها را تفت دهید. در ظرفی دیگر، گوشت چرخ کرده را با پیاز و ادویه ها و آرد نخودچی مخلوط کنید و به صورت کوفته ریزه درآورید. آن گاه در کنار کلم، آنها را سرخ کنید. برنج را همراه سبزی آبکش کنید و کمی زنده بردارید. برای مرحله دم گذاشتن، در لا به لای برنج، کلم و کوفته ریزه ها را اضافه کنید و به تمام محتویات، گرد لیمو بپاشید. به این ترتیب، کلم پلوی شما بعد از گذشت ۴۵ دقیقه آماده سرو خواهد شد.

در صفحه کدبانوگری این شماره میهمان هم وطنان عزیز شیرازی می شویم:

## کلم پلوی شیرازی

### مواد لازم برای ۴ نفر

برنج	۴ لیوان
کلم قمری خرد شده	۴ لیوان
گوشت چرخ کرده	۲۴۰ گرم
سبزی پلوی (شوید، جعفری، تره، گشنیز، ترخون، مرزه)	
آرد نخودچی	۶ قاشق غذاخوری
پیاز خرد شده	۱ لیوان
روغن	۴ قاشق غذاخوری
گرد لیمو	۲ قاشق غذاخوری
نمک، زردچوبه، فلفل سیاه و زعفران به میزان دلخواه	

گروه دوم مددجویان پس از یک مسافرت سراسر شاد و تفریحی روز ۱۹ تیر ماه به سبزوار مراجعت نموده و مورد استقبال کارکنان و مددجویان آسایشگاه قرار گرفتند. لازم است که از این خیر نیک اندیش و کارکنان و مسئولان مرکز آموزشی خدیجه کبری (س) مشهد مقدس صمیمانه تشکر و قدردانی نمایم.

اخبار و عکس های تکمیلی این سفر را می توانید در بخش روزانه سایت ما یعنی [www.mehrasa.ir](http://www.mehrasa.ir) دنبال نمایید.

در روز ۱۳ تیر ماه طبق معمول هر ساله و با اقدام خیرخواهانه نیک اندیش عزیزی از همشهریان گرامی، گروهی از مددجویان آسایشگاه به همراه همکاران ما در میان بدرقه سایر مددجویان و کارکنان جهت انجام یک سفر سیاحتی و زیارتی به مشهد مقدس عزیمت نمودند.

قبل از عزیمت همگی آنها از زیر آینه قرآن رد شده و در اتوبوس مستقر شدند. هرکدام از همکاران هدایت دو نفر از مددجویان را به عهده گرفته بودند. مددجویان بر روی لباس های خود نشانی را نصب نموده بودند که



مشخصات و آدرس او را یادآوری می کرد. محل استقرار آن ها مرکز آموزشی خدیجه کبری (س) بود که به خاطر این مددجویان آماده شده بود. این گروه از مددجویان بعد از دو شب اقامت در مشهد و حضور در حرم مطهر و بازدید از اماکن تفریحی مشهد روز ۱۶ تیر ماه به سبزوار برگشته و گروه دوم همان روز به مشهد عزیمت نمودند. آنها هم در مدت اقامت خود در مشهد مقدس به حرم امام رضا مشرف شده و از سایر اماکن مشهد مقدس نیز بازدید به عمل آوردند. لحظات روحانی حضور مددجویان، در بین روزگار امام رئوف و مهربان و توجه آنان به مددجویان در حال خواندن دعا با چادرهای سفیدشان قابل توصیف نیست. همچنین حضور گروهی آنها در اماکن عمومی با توجه به نظم و انضباط و لباس های فشنکی که بر تن داشتند بسیار چشمگیر بود و مردم را به دور آنها جمع می کرد حتی بسیاری از مردم می خواستند در صورت ممکن باعث خوشحالی آنان گردند. یک گروه مردمی دف نواز شیرازی، برای دختران ما یک برنامه ویژه اجرا نمودند که جمع کثیری از مردم را تحت تأثیر قرار داد.

# دور و نزدیک



دکتر ابوالقاسم رحیمی

## به نام خدای مهربانان

### این سوی و آن سوی؛

این سوی کاهلی ایستاده، خموش و در دیگر سو، فرزانه ای، شورانگیز و پرخروش. کاهلی کجا و فرزانه کجا؟ «چراغ مرده کجا، شمع آفتاب کجا؟» «بین تفاوت ره، از کجاست تا به کجا؟» برای کاهل دل مرده، راستی که راه چه دور است و چه دشوار و برای فرزانه ی بیدار دل، راستی راه چه نزدیک است، چه آسوده است و چه آسان!

و چنین است که کاهلان، بر جای می مانند و فرزانتان، راه می سپرند؛ تو اما آیا کاهلی هستی بر جای مانده یا فرزانه ای در راه گام نهاده؟ کدام یک؟ تو کدامینی؟ راست بگو! با خود و دیگران صادق باش! راست بگو! که دروغ گوین، همواره و همیشه، در هر زمان و هر مکان، دشمنان حضرت حق اند؛ اما پیش از هر چیز، این حکایت را بخوان که بی گمان این داستان، نه خواندنی، که فراتر از این، دل سپردنی است:

«یکی از درویشان چنین گوید که:

در بادیه [بیابان] می رفتم. مردی را دیدم، با مرقعی [=چامه ای وصله دار و صوفیانه] و عصایی و زکوه ای [=کوزه ی کوچک آب خوری]

گفتم: از کجا می آیی؟

گفت: از اندلس.

گفتم: به کجا می روی؟

گفت: چین.

- به چه نیاز؟

- دیدار دوست.

- دور است راه!

- دور است برای کاهل دل مرده، نزدیک

است، برای مشتاق دل داده با تمرین صدق از

ابراهیمی به نقل از شرح تعرفه».

اکنون باز از خویش و از تو می پرسم: تو

اما آیا کاهلی هستی دل مرده یا فرزانه ای

چابک پای و پوینده؟ کدام یک؟

در جست و جوی فرزانتی

تا دریچه را نگشایی، خورشید به اندرون خانه

نمی تابد و تا آسمان را نبینی، شکوه

ستارگان را در نمی یابی؛ آری، آیین روزگار

چنین است. اکنون اگر فرزانتی را صادقانه می طلبی و اگر هوشیاری را، به راستی و از دل و جان می خواهی، باید که دریچه های ذهن را بگشایی، حرف ها را بشنوی و به همگان - که آفریدگان حضرت پروردگار مهربانانند - با نگاه محبت و مهر بنگری و آن گاه، پس از گفت و گویی بسیار، در فضایی از راستی و دوستی، گفته های سره را از ناسره بازشناسی و البته یکی را برگزینی؛ اما مباد که با خود این گمان کنی که: «من بی تردید به حق رسیده ام و بی نیاز از شنیدنم» که این گمان، گاه آغاز خودخواهی و ستم پیشگی است.

### ای خوب!

راه فرزانتی چنین است: این از آن روست که ما به خوبی می دانیم که «هر کس عقل خود به کمال بیند و فرزند خود به جمال»؛ این بدان معناست که ما آدمیان، معمولاً هرآن چه را در پیوسته با ماست، بهترین می دانیم و برترین می شماریم و از آن سو، هر آن چه را نه در پیوند با ماست، ناخوش می شماریم و حتی زشت می نامیم. برای گریز از چنین بلایی (خودبینی، خود محوری و خود برتر بینی) باید به دیگران نیز نگرست، به حرف هایشان، صمیمانه، و بدون پیش داوری، گوش سپرد و با خردهایشان آشنا شد و آن گاه درباره ی جمال و بی جمالی آنان و درستی و نادرستی افکار ایشان داوری کرد؛ اگر چنین کنیم، بی گمان راه به مقصود می بریم و از



دام خود بینی می رهیم؛ راه فرزانتی، ای خوب! آری، چنین است.

### چندگانه ای یگانه

این، همه ی کار نیست؛ برای فرزانتی و پویایی، راه هایی دیگر نیز هست؛ راه هایی که باید آن ها را مشتاقانه بشناسیم و سپس، به بُرداری بیماییم؛ هر چند این راه ها، در نگاهی عمیق و ژرف، هرچند چندگانه به نظر می رسند، اما یگانه اند.

**اگر مرد داستان ما از اندلس، به شوق دوست، رهسپار سرزمینی دور دست، یعنی چین، شد، تو نیز باید با شوق رسیدن به راستی، درستی و حقیقت، دوستانی شیدای حق بیابی؛ دوستان شیدای حق و دل سپرده ی راستی و درستی؛ دوستانی که همواره «ببندیشند»، همیشه با اندیشه ها آشنا شوند و از گوهر ارزشمند «مهربانی انسانی»، برخوردار باشند؛ چنین دوستانی را هرگز رها مکن، بلکه با آن ها خوگر شو و آن ها را، هزار چند گاهی - نه همواره و ملال آور - دیداری تازه کن.**

### به یاد دار...

آیا به یاد داری آن سروده را که می خواندی و می خواندیم: «من یار مهربانم...؟ یادت هست؟ آن یار که بود؟ یار را هرگز از یاد نمی برند. تو نیز هرگز او را از یاد مبر! آن یار دانا و مهربان، «کتاب» بود. برای رسیدن به فرزانتی و بینایی، برای چالاکای اندیشه، برای رهایی از دام خود بینی، باید این خجسته یار را، کتاب را، از یاد بُرد، بلکه همواره همدم او، همنشین او و همراز او بود. این همدمی، خجسته و خوش است و برآیندی خوشایند دارد؛ اگر چنین است، که چنین است، پس او را دریاب و تا او را یافته ای، بی درتگ سخن من را وایه و بدو پرداز، که این، البته مایه ی شادمانی من است؛ پس ناگزیر من بدرود می گویم اما تنها بگذارید بگویم:

خوبی ها ارزانتان، مهربانی ها برایتان و خردمندی ها، توشه ی راهتان. پروردگار مهربانان، همواره یاریگرمان باد! چنین باد!



# داستان کوتاه

خود را به عنوان پدر پسری معرفی کرد که فارمر فلمینگ نجاتش داده بود.

اشراف زاده گفت: "می خواهم جبران کنم". "شما زندگی پسر را نجات دادی". کشاورز اسکاتلندی جواب داد: "من نمی توانم برای کاری که انجام داده ام پولی بگیرم". پیشنهادش را نمی پذیرد. در همین لحظه پسر کشاورز وارد کلبه شد.

اشراف زاده پرسید: "پسر شماست؟"

کشاورز با افتخار جواب داد: "بله"

با هم معامله می کنیم. اجازه بدهید او را همراه خودم ببرم تا تحصیل کند. اگر شبیه پدرش باشد، به مردی تبدیل خواهد شد که تو به او افتخار خواهی کرد.

پسر فارمر فلمینگ از دانشکده پزشکی سنت ماری در لندن فارغ التحصیل شد.

همین طور ادامه داد تا در سراسر جهان به عنوان سر الکساندر فلمینگ کاشف پنیسلین مشهور شد.

سال ها بعد، پسر اشراف زاده به ذات الریه مبتلا شد.

چه چیزی نجاتش داد؟ پنیسلین

منبع: اینترنت



می شوند و شروع به آموزش می کنند. حدود پنج میلیون از آنها بازی را به خوبی فرا می گیرند. از آن میان قریب ۵۰۰ هزار نفر تنیس حرفه ای را می آموزند و شاید ۵۰ هزار نفر در مسابقات شرکت می کنند. ۵ هزار نفر به مسابقات تخصصی تر راه می یابند. ۵۰ نفر اجازه شرکت در مسابقات بین المللی ویمبلدون را می یابند. ۴ نفر به مسابقات نیمه نهایی راه می یابند. و ۲ نفر به مسابقات نهایی.

وقتی که من جام جهانی تنیس را در دست هایم می فشردم هرگز نپرسیدم که خدایا چرا من؟ و امروز وقتی که درد می کشم، باز هم اجازه ندارم که از خدا بپرسم چرا من؟»

منبع: روزنامه سلامت



## پنیسلین

کشاورز فقیری اسکاتلندی بود و فلمینگ نام داشت. یک روز، در حالی که به دنبال امرار معاش خانواده اش بود، از باتلاقی در آن نزدیکی صدای درخواست کمک را شنید، وسایلش را بر روی زمین انداخت و به سمت باتلاق دوید. پسری وحشت زده که تا کمر در باتلاق فرو رفته بود، فریاد می زد و تلاش می کرد تا خودش را آزاد کند. فارمر فلمینگ او را از مرگی تدریجی و وحشتناک نجات می دهد.

روز بعد، کالسکه ای مجلل به منزل محقر فارمر فلمینگ رسید. مرد اشراف زاده

## فرا و فرو

از کودکی چشمش به آسمان بود و شیفته ی پرواز دالمن<sup>۱</sup> ها و چون آن ها، در بالای سرش بودند خود را فروتر می پنداشت. در جوانی خلبان جنگنده شد و از این که دالمن ها در زیر پایش بودند خشنود و مغرور می نمود، چون خود را فراتر از آن ها می دید.

در میدان جنگ هوایی، بدنبال پرتاب موشک هایش دو جنگنده ی دشمن را پودر کرد، و چهار نفر از همکارانش به دست خلبانان دشمن تکه تکه شده بودند.

در روزهای پسری و دوران باز نشستگی مانند ایام کودکی، چشم به آسمان و پرواز دالمن ها داشت و با یاد روزهای پرواز، باز هم دچار غرور و سربلندی می شد تا روزی که، جدال دالمن ها را در آسمان دید. آن ها بر سر هم فریاد می زدند و گاه، و به ندرت، اگر زخمی کوچک ولی نه کاری، بر دشمن وارد می کردند. از آن روز دیگر به آسمان نگاه نکرد و سرافکنده شد.

ح.فرهبدنیا



## خدایا! چرا من!؟

آرتور اش قهرمان تنیس هنگامی که تحت عمل جراحی قلب قرار گرفت، با تزریق خون آلوده، به بیماری ایدز مبتلا شد. طرفداران آرتور از سرتاسر جهان نامه هایی محبت آمیز برایش فرستادند. یکی از دوستداران وی در نامه اش نوشته بود: «چرا خدا تو را برای ابتلا به چنین بیماری خطرناکی انتخاب کرده؟»

آرتور اش، در پاسخ این نامه چنین نوشت: «در سرتاسر دنیا بیش از پنجاه میلیون کودک به انجام بازی تنیس علاقه مند

<sup>۱</sup> - دالمن : عقاب



لطفا فشار دهید

WWW.Mehrasa.ir



### از من بپرس...

می پرسد: کدام کوجه؟

هر کوجه ای که تو بخواهی.

کدام طرف؟

هر طرف که تو ببری.

پلاک چند؟

هر عدد که تو بگی

کد پستی؟

هر رقم که تو بنویسی

...

...

...

مکتبی می کند و می پرسد: چیستان طرح می کنی؟

می گویم: شاید.

ادامه می دهد

توجیب جا می شه؟

می خندم.

تو بانک چطور؟ تو بانک جا می شه؟

می خندیم.

می گویم: تو دل جا می شه؟

با خنده می گویم: آره و هر دو بر روی عکس های دختران توانخواه

صفحه تصاویر سایت مهر آسا خیره می مانیم. آنها نیز می خندند.

## زیر باران

### خوانندگان عزیز

هم اینک من «ستاره آزاد» خبرنگار نشریه اینترنتی مهر آسا [www.mehrasa.ir](http://www.mehrasa.ir) از محل اجتماع با شکوه مقابل تالار یاس آسایشگاه امیرالمؤمنین مراسم «من و تو، ما» را برای شما گزارش می کنم. پیشاپیش به اطلاع شما می رسانم که هم زمان با ورود آخرین پروانه عاشق به آسایشگاه دختران توان خواه، آخرین دختر بنفش پوش نیز به رنگین کمان زندگی می پیوندد.

همین حالا یک پروانه عاشق با دو بال ارغوانی که توسط سنجاقک های متعلق به «برکه های کوچک زندگی» حمل می شوند به سمت آخرین دختر بنفش پوش به حرکت در آمد. صحنه فوق العاده با شکوهی است. تمام دختران بنفش پوش که قبلا طی همین مراسم به رنگین کمان زندگی پیوسته اند در محل حضور دارند.

پروانه عاشق در حالیکه سنجاقک ها به آرامی بال هایش را در خنکای نسیم آسایشگاه حرکت می دهند به سمت دختر بنفش پوش می آید. در این لحظه پروانه دست های دختر را می گیرد. نور همه جا را پر می کند. رنگین کمان زندگی در حال «دوباره شکل گرفتن» است حالا پروانه عاشق دختر را به تمامی در آغوش می کشد. همه جا نور و روشنایی است. هیچ صدایی به گوش نمی رسد. همه چیز رنگ و بوی احساس، نور و آزادی را می دهد. دختر در رنگین کمان خودش آرام می گیرد. حیات آسایشگاه دوباره زمزمه شبانه دختران توان خواه را تکرار می کند: لالایی، دختر ها لالا... لالا...



مهر آسا

۲۲

شماره  
۳۴

پایز  
۹۰

# چگونه خدا از رگ گردن به انسان نزدیک تر می شود؟

مرغی سلطانی

و شگفتا که راز و رمز تأثیرگذاری ژرف این گفتار را درک نمی کردم تا این که به این دو بیت از بوستان سعدی رسیدم:

ولیکن خداوند بالا و پست  
به عصیان در رزق بر کس نیست  
ادیم زمین، سفره عام اوست  
بر این خون یغما چه دشمن چه دوست  
آیا جز این است که ابوالحسن خرقانی، این بنده خدا، که چون من و ما آدمی زاده ای بود و بشری، جلوه ای از یکی از صفات خداوندی شده است و رفتار و کردارش، آن چنان که از این گفتار ارزشمندش بر می آید نمود و نمادی از خدای گونه شدن و نزدیکی او به خدا و خدا به او شده است.

در پیوند با همین مفهوم، داستانی را به خاطر می آورم بدین شرح:

پسرکی، غرق در خیالات خویش، پشت وپترین لباس فروشی به تماشا ایستاده است و از یادآوری این که ممکن است یکی از این لباس‌های زیبا جانشین لباس‌های مندرسش شود، سرشار از شوق و حسرت شده است. در همین حال خانمی متوجه این نگاه می شود و دستی از سر مهر بر سر پسرک می کشد و دست در دست او به درون لباس فروشی می رود و یکی از آرزوهای او را با خریدن لباسی برآورده می‌سازد.

پسرک با ناباوری تمام به چهره زن خیره می شود و با معصومیتی کودکانه می پرسد: بیخشید خانم! شما خدا هستید؟!

زن با لیخندی جواب می گوید که: نه پسرکم! من بنده خدا هستم!

پسر که جز به لباس و شوق کودکانه اش نمی اندیشد می گوید: یقین داشتم که شما نسبتی با خدا دارید.

و تردیدی نیست که اگر من و ما هیچ نسبتی با خدای خویش نداشته باشیم، دست کم بنده او هستیم....

را به راستی و درستی خلیفه و جانشین خداوند متعال بدانیم و باید هم چنین باشد، جانشین باید دارای صفاتی مشترک با آن که جانشینش شده داشته باشد تا بتوانیم و بشود او را دارای ویژگی‌هایی، هرچند کم رنگ، بدانیم و ببینیم. و شگفتا که انسان، این خدای گونه، این پیغمبر، می تواند به جایی برسد که به جز خدا نبیند و البته می تواند آن قدر از رسیدن باز ماند که «اولئک کالاتعام بل هم اذل» نام و لقب گیرد.

نگارنده بر آن است که آدمی به هر اندازه که در راه به دست آوردن این ویژگی‌های مشترک میان خود و خدای خویش، بیش تر بکوشد، خدای را به خود و روح خود را به او نزدیک تر کرده و می کند و آن جاست که نعره «انا الحق» زدنش می تواند آتش در خرمن انانی بیفکند که نشیندن را بهانه ای برای ترسیدن می پندارند.

دیرزمانی است که این سخن ابوالحسن خرقانی را در ذهن دارم که بر در خانقاه خود چنین نوشته بود:

«هر که درین سرا درآید نانش دهید و از ایمانش مپرسید: که هرکس که در نزد خدای تعالی به جان ارزد البته بر خوان بوالحسن به نان ارزد»



«نحن اقرب الیه من جبل الوریث»

دوست نزدیک تر از من به من است  
وینست مشکل که من از وی دورم  
چه کنم با که توان گفت که او  
در کنار من و من مهجورم

سعدی را حتما و حتما این مقام و این توانایی بوده است که در توضیح و تفسیر آیه ای از قرآن کریم، شعری بسراید و بگوید و هر کسی که نکته ای برین معنا بیفزاید در واقع خدای را یک قدم به زمین و زمینیان نزدیک و نزدیک تر کرده است و این البته لطفی بزرگ به مردمی است که خدای را اگر نگوئیم گم کرده اند که در هیاهوی دغدغه‌ها و در برابر «شاهراه روشن نان» و در کنج «کوی مبهم ایمان» از یاد برده اند.

درباره ی این آیه تفسیرها گفته اند و نوشته اند: اما انگار هنوز هم حرفی هست و نکته ای شایان ذکر، البته بدون هیچ ادعایی و بدون هیچ تعصبی و منتظر هر رد و یا انتقادی.

جنس ظریف و لطیف این آیه جلوه ای دیگر از روشنای وجود و حضور حق است که آفریده و جانشین خود را، اگرچه عاصی و حتی کافر، از یاد نبرده و نمی برد.

همیشه این پرسش در ورای این آیه، در ذهن و اندیشه من نقش بسته که چگونه است که خدایی به آن بزرگی، می تواند و می شود که این چنین به آدمی نزدیک شود که گویی هم نفس اوست؟

پس کجاست گم شده ما؟ ما را چه می شود و کدامین پرده و حجاب مقابل چشمان ما آویخته اند و آویخته ایم که نمی یابیم و نمی شناسیم؟

مگر نه این است که آدمی «خلیفه» و جانشین خداوند است بر روی زمینی که جای خدا هست و نیست؟!

نکته ای که در این جا به ذهنم خطور می کند و بدان معتقدم این است که اگر انسان



# سلامتی و طول عمر را در خوراکی‌ها بیابیم



## سیب

زهرا یحیی زاده

که در بسیاری از کشورهای جهان شناخته شده و از مشهور ترین داروهای گیاهی موجود است، ضد قارچ بوده و درمان کننده عفونت های قارچی است. (۵)

زندگی پایدار به تغذیه خوب و سالم ارتباط دارد. گیاه سیب علاوه بر فواید دارویی برای زیبایی پوست نیز مورد استفاده قرار می گیرد چنان که در کتابی دیگر اثر درمانی آن را چنین نوشته اند:

«اثر میکرب کشی سیب در کشتن میکرب های وبایی قابل تحسین است. پادزهر سموم و زهرابه های میکروبی بوده، ضد عفونی کننده جلدی است که در درمان زخم های سیاه شده به کار می رود. ترشی کهنه سیب جهت پاک کردن گلو، باز شدن آواز و تنگی نفس و درمان آژایمر، لقوه، رعشه، درد مفاصل نقرس و درد آن ها و اکثر امراض عصبی مفید است. اگر از تب های کهنه و یا زخم قدیمی رنج می برید، به سراغ سیب بیایید. اثر سیب در فرو بردن ورم ها و خرد کردن سنگ کلیه قطعی است. اگر گیاه بلاذر را در خاک دفن کنند تا بپوسد و بعد روی آن سیب بکارند، خوردن آن موی سفید را سیاه می کند و برای جلوگیری از ریزش مو مفید است. مالیدن سیب با عسل برای زخم و جوش های جلدی نافع بوده و سیاهی زیر چشم را از بین می برد. مالیدن همین ترکیب خال های سیاه پوست را از بین برده درمان کننده طاسی و پیسی می باشد. جویدن برگ سیب بوی تند و زننده آن را از بین می برد بخصوص اگر با سبزیجات کلروقیل دار و معطر مانند ریحان هم خورده شود. نشستن در آب جوشانده برگ و ساقه های بوته سیب جهت باز شدن ادرار و باز شدن حیض و اخراج جنین نافع است. سیب محافظ حیوانات در انبارهاست و آن ها را از هجوم شیشک حفظ می کند.» (۶)

### سیر

- ۱- گیاهان دارویی - پروفیسور هانس فلوک - دکتر محمدرضا صدققت - چاپخانه گلشن تهران - سال ۱۳۶۶
- ۲- ادویه عن حقایق الادویه - موفق الدین ابو منصور علی الهروی - انتشارات و چاپ دانشگاه تهران ۱۳۷۱
- ۳- دکتر برای همه - اسماعیل آزادی - نشر لعل ۱۳۶۸
- ۴- فرهنگ عمید - حسن عمید - نشر امیر کبیر ۱۳۵۷
- ۵- درمانگر سیب - بنه لوب لودی - ت. احمد بردبار - نشر باهو - ۱۳۸۴
- ۶- زبان خوراکیها ج ۲ - دکتر نبات الدین حریری نشر امیر کبیر

درد آن را بنشانند و دندان خراب را بهتر کند. داءالعلب (گری و کجلی) را موی بر آرد. کرم را از شکم ببرد و شکم را نرم دارد. قوه غریزی را قوی کند و آن معجونی که از سیر کنند، همه علت های سرد را چون رعشه و سکنه و بی حسی اعضا را سود کرده و زهر هر زهرداری را منفعت دهد زیرا که شر همه زهرها از او باز دارد.» (۲)

در یکی دیگر از کتب: فواید دیگری از سیر چنین آمده:

«سیر دارای ویتامین های ب و ث می باشد و برای مداوای برنشیت و سل سینه و اسهال و فشار خون مفید است. دارای اسانس گوگردی فرار از گوگرد سیلیس و ید می باشد. دستگاه بدن را در مقابل بسیاری از بیماری ها حفظ کرده، تندرستی را تامین و تا سن کهولت نگهداری می نماید. ضد عفونی کننده درجه اول است و ما را در مقابل امراض مسری مخصوصا گریپ محافظت می کند. برای مجاری ریه و تنفسی ضد عفونی کننده قوی است و مصرف آن به سرعت خلط سینه را کم می کند. در معالجه رماتیسم، التهاب معده، التهاب مفاصل، سیاتیک، فشار خون، انواع ورم ساق باها و واریس و استم(ورم و عفونتی که در اثر زخم، جراحت و یا سرما ایجاد شود) اثری شگفت آور دارد. سیر خون را صاف کرده و برای زنان در رفع مشکلات قاعدگی و تقویت بینه بسیار موثر است. از موارد دیگر درمانی آن می توان از آنفلوآنزا، رفع تنگی نفس، رفع کدورت رنگ پوست، درمان سوء هاضمه و عفونت روده ها، دیفتیری، سیاه سرفه، زخم معده خواه کهنه و خواه تازه باشد و تصفیه مجاری ادرار و حیض نیز نام برد.» (۳)

در کتابی دیگر نیز به جز مواردی که در بالا یاد شده، چنین نگاهشته اند:

«از شیر و عصاره سیر دارویی گرفته می شود شبیه بنی سلین و دارای ویتامینهای A و C بوده و فسفر و کلسیم نیز در آن مشاهده می شود.» (۴)

عرصه پنهان فواید گیاهان از خواستگاه ما که آن را طبیعت می نامیم در حال حاضر گسترده تر از اطلاعات ماست به طوری که در همین مورد گیاه سیر در کتابی دیگر اینگونه قید شده:

«سیر آنتی بیوتیک، کاهنده میزان کلسترول خون، کاهنده قند خون، ضد حساسیت، تسریع کننده تعریق، کاهنده فشار خون و خلط آور است. این گیاه

مبنای اصول علم طب، تجربیات گذشتگان است که این اطلاعات ارزشمند باید از کتب قدیم و جدید گردآوری گردند و پس از تحقیقات عمیق و ویژگی های آنها تدوین شده، تا جوابگوی اندکی از احتیاجات علم پزشکی مردم باشد. وجود عوامل موثر در درمان بیماری ها در گیاهان و جانوران، بر هیچ کس پوشیده نیست اما مقدار اطلاعات ما در مورد هر عامل می تواند اندک باشد. آنچه در مورد هر گیاه توضیح داده شده، تنها شرح مختصری از اثرات آنهاست که متأسفانه دلیل محدود و یا ناقص بودن اطلاعات ما در این باره است. در میان گیاهان، گیاه سیر نیز از این قاعده مستثنی نیست. آنچه در این نوشته می آید تنها اندکی از فواید این گیاه بر خاصیت است:

«سیر گیاهی است پایه، با یک پیاز مرکب حاوی چند بولب که در یک غشاء مشترک قرار دارند. برگ های آن عمودی و محکم به طول حدودا ۱۵ سانتی متر و عرض ۱ سانتی متر. ساقه بدون شاخه آن دارای یک چتر از گل های سفید مایل به سبز است. سیر پوست کنده خورد شده، حاوی اسانس گوگرد با بو و طعم تند است و برای دستگاه گوارش، خاصیت آنتی بیوتیکی (ضد میکروبی) دارد. اسانس فرار آن در تمام بدن پراکنده شده و از راه ریه و پوست دفع می شود. محرک پوستی است و به عنوان خلط آور در التهاب مخاط برونش ها مصرف می شود. سیر در درمان کرم روده موثر است و برای درمان تنگی رگ ها اثری مفید دارد. به صورت خورد شده در شیر برای درمان زیادی فشار خون و تنگی رگ ها (تصلب شرایین) و ناراحتی های گوارشی (اسهال، گشادگی و فراخی روده) و التهاب برونش ها استفاده می گردد.» (۱)

از سیر به عنوان غذا و دارو در بعضی از کتب یاد شده و ویژگی های فراوان آن را چنین توصیف کرده اند:

«نوم یا فوم (عربی سیر) دارویی است که وی تندرستی را نگاه دارد. غذا و دارویی است بسیار بامنفعت و به تن تریاکی است فاروق (اعلا ترین پاد زهر است). و جمله سخن اثر سیر آنست که از زبان هر دارویی اگر هم بترسند از زبان سیر ترسند. همه علت های سردی را چون فالج (فلج) و لقوه سود کند. اگر سیر را بریان کنند و به دندان مانند



# رویدادها

## تله ۳ خرداد

گروهی از دانشجویان دانشگاه علمی کاربردی شماره ۱ سبزوار آسایشگاه را مورد بازدید قرار دادند. در طول مدت بازدید سرپرستار بخش به سؤالات مطرح شده از طرف بازدید کنندگان پاسخ داد و فعالیت‌های انجام شده برای آسایش و رفاه مددجویان با تعجب دانشجویان روبرو شد.

## تله ۱۷ خرداد

همزمان با روز جهانی محیط زیست مددجویان، طی دعوتی از سوی مسئولین محترم آن سازمان در سبزوار، عده ای از مددجویان به اتفاق همکاران ما از آسایشگاه و اداره محیط زیست بازدید نمودند که این بازدید بسیار مورد توجه آنها قرار گرفت. در طول بازدید به سؤالات آنها توسط مسئولین پاسخ لازم داده شد و در نهایت با سالاد الویه و نوشابه از مددجویان پذیرایی گردید. امیدواریم که این گونه بازدیدها توسط ادارات و نهادهای دیگر نیز برنامه ریزی گردد.

## تله ۵ تیر

فرزندان مرحوم حاج میرزا محمد ابارشی برای زنده نگهداشتن یاد و نام خاطره پدرشان قطعه زمینی را در روستای ابارش به آسایشگاه هدیه نمودند. این عزیزان با این کار خود هم نام پدر و مادر و خودشان را جاودان ساختند و هم به آسایشگاه این امکان را هدیه نمودند تا از این زمین

در آینده به نحو احسن استفاده نماید. از همگی آنها متشکریم.

برای آنکه این کار خیر از جانب دیگر خانواده های سبزواری نیز انجام پذیرد این مؤسسه خیریه آمادگی خود را اعلام می دارد.

## تله ۷ تیر

جلسه انجمن مدیران مؤسسات خیریه معلولین ذهنی استان خراسان رضوی با حضور خانم شهرداری مدیر و خانم اعلی خزانه دار انجمن استان در آسایشگاه برگزار گردید. همکاران ما از شهرهای استان خراسان رضوی در این جلسه شرکت داشتند. جلسه از ساعت ۱۱ صبح تا ۱ بعد از ظهر در سالن اجتماعات آسایشگاه برگزار شد و پس از پایان جلسه کلیه شرکت کنندگان به بازدید قسمت های مختلف آسایشگاه پرداختند. در هر قسمت از بازدید از نظرات بازدید کنندگان که خود تجارب زیادی در اداره ی این گونه مراکز داشتند استفاده کافی برده شد. طبق نظر اکثر شرکت کنندگان در این جلسه فعالیت های مؤسسه خیریه معلولین ذهنی چشمگیر بود. در پایان و پس از صرف ناهار در تالار یاس شرکت کنندگان عزیز، آسایشگاه را ترک نمودند. امیدواریم که این جلسه و بازدید خاطرات خوشی را در ذهن آنها بجای گذاشته باشد.

## تله ۳۱ مرداد

مصادف با ۲۱ ماه مبارک رمضان و روز

شهادت حضرت امیر مؤمنان علی (ع) مراسم افطار سالانه مؤسسه با شرکت کلیه همکاران و خانواده های محترمشان برگزار گردید. تالار یاس پذیرای عزیزی بود که با نظم و ترتیب خاص و به دور هم روزه ی خود را در این روز افطار کردند. این مراسم باعث همبستگی کارکنان و آشنایی هرچه بیشتر خانواده ها با شغل آنها و فضای روحانی آسایشگاه می گردد.

## تله ۹ شهریور

روز اول شوال مصادف با عید سعید فطر، عید بزرگ مسلمانان جهان بود پس از اعلام عید فطر دسته دسته مردم قدرشناس و متدین جهت پرداخت فطریه و کفاره خود به آسایشگاه مراجعه می نمودند. صبح روز عید نیز همکاران ما هم با حضور در محل کار خود در این جشن همراه و همپای مددجویان شرکت نمودند. بعد از ظهر روز عید فطر هم جشن بزرگ مؤسسه در فضای آزاد آسایشگاه و با شرکت همشهریان گرمی برگزار گردید. این جشن که از ساعت ۷ بعد از ظهر روز چهارشنبه شروع شده بود تا ساعت ۱۱ بعد از ظهر ادامه داشته و مردم با اعلام رضایت آسایشگاه را ترک نمودند.

از هنرمندان عزیزی که با حضور افتخاری خود مراسم ما را رونق و گرمی خاصی بخشیدند بسیار ممنونیم.

برای آگاهی بیشتر از اخبار و عکس های مربوط به هر خبر به سایت آسایشگاه - [www.Mehrassa.ir](http://www.Mehrassa.ir) - مراجعه و در قسمت روزانه آن ها را مشاهده نمایید.





بازدید مددجویان از سازمان محیط زیست در روز جهانی محیط زیست



سفر زیارتی مددجویان آسایشگاه به مشهد مقدس



سفر زیارتی مددجویان آسایشگاه به مشهد مقدس



مراسم ضیافت افطاری سالانه موسسه با حضور کلیه همکاران و خانواده های محترمشان



جلسه مدیران موسسات خیریه معلولین ذهنی استان خراسان رضوی در آسایشگاه



جشن روز عید سعید فطر با حضور همشهریان قدردان سبزواری





عکس منتخب اول بخش اصلی (جشنواره عکس طعم بیداری)  
آقای سلیمان گلی

# PAYAM-E-MEHRVARZAN

حسابهای کمک مردمی

سیبا ملی: ۰۱۰۵۶۴۶۰۸۹۰۰۳

سپهر صادرات: ۰۲۰۵۷۶۵۵۸۰۰۰۴

جام ملت: ۱۶۲۲۷۲۳۸۷۲

روابط عمومی آسایشگاه خیریه معلولین ذهنی امیرالمؤمنین (ع) سبزوار  
آماده دریافت نظرات و پیشنهادات شما نیک اندیشان محترم می باشد

WWW.Mehrasa.ir  
E-mail: Payam\_mehrvarzan@yahoo.com

تلفن: ۳۱۲۶۱۰۱ - ۹-۳۱۲۳۰۰۷

مشاوره پزشکی ۶۳۸