

# کتابخانه

مدیریت فرهنگی و هنری شهرستان سبزده

سال دهم / زمستان ۱۳۹۰



۱۲ آذر

روز جهانی معلولین



# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



خدایم...  
 من که از کوی تو بیرون نروم پستی خیمه‌ام...  
 چه برانم!!!  
 چه بضانم!!!  
 چه به اوجم برسانم!!!  
 چه به خاکم بکشانم!!!  
 نه من "آتم" که برنجم...  
 نه تو "آتم" که برانم.



۳۵

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
 شماره ۳۵ / زمستان ۱۳۹۰

## بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

روابط عمومی مؤسسه خیریه معلولین ذهنی امیرالمؤمنین (ع) سبزوار  
 نشریه شماره ۳۵، سال دهم، زمستان ۱۳۹۰

- ۴ سخن آغاز.....
- ۷ گزارش یک رویداد.....
- ۱۰ تنهایی در شهر تنها.....
- ۱۲ آشنایی با اختلال بیش فعالی - کمبود توجه.....
- ۱۴ خداپرستی... به کدام نشانه؟!.....
- ۱۵ سرگذشت زن.....
- ۱۷ ما و آقای ووهی.....
- ۱۸ برو... غنی... شو!.....
- ۱۹ چشم‌ها را باید شست.....
- ۲۱ داستان کوتاه.....
- ۲۲ شاد زی ای یار خوش سودای ما(راز شاد بودن).....
- ۲۳ کدبانو گری.....
- ۲۴ سلامت و طول عمر را در خوراکی‌ها بیابیم.....
- ۲۵ جدول و لطیفه.....
- ۲۶ 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  
 عکس‌ها: محمود حیطه  
 تایپ: سرائی  
 نویسندگان این شماره: حمید بلوکی، محمد تقی حمزه ای، دکتر ابوالقاسم رحیمی  
 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 اتوبوسرانی  
 هیأت 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 بلوکی

رختشوی خانه قدیم را در محل جدید خودشان مستقر نمائیم جرقیلی که بتواند در آن ارتفاع کم از عهده این کار برآید پیدا نشد. اما همت همکاران ما عزمی است مثال زدنی. همانطور که دستگاه های جدید مشغول به کارند و خانم های همکار در حال شستن لباس ها و پتوها می باشند، مردان آسایشگاه نیز با استفاده از دستان توانای خود در حال جابجایی ۴ دستگاه لباس شویی، آب گیر و خشک کن قدیمی به محل جدید هستند، همه آنجا هستند از آشپزها، و باغبان ها بگیر تا انبار دار و راننده و کارکنان اداری و با مشارکت یکدیگر و در عرض یکی دو ساعت این جابجایی انجام شده و هیچ اختلالی در انجام وظیفه شستن و خشک کردن لباس ها پیش نیامد.

**سه شنبه** سه سال است که مدام دنبال هستیم تا بتوانیم مشکل خود را با اداره مسکن و شهرسازی حل کنیم و برای آن که طرح جامع خانه باران را اصولی و استاندارد برنامه ریزی نماییم مقداری از زمین های تپه ماهور و موات شرق زمین خانه باران را به آن اضافه کردیم تا در آینده مانند همه ی طرح های این چنینی با کمبود زمین روبرو نگردیم. به تازگی مدیر کل مسکن و شهرسازی خراسان از در لطف درآمده و با اقدامات ایشان پرونده در مسیر درستی به پیش می رود، امروز به مشهد آمده ایم تا در مزایده خرید این زمین شرکت کنیم. نامه ای که آقای عباس مسکنی روز یک شنبه از بهزیستی خراسان گرفته کارگشاست و با دوندگی های زیاد بالاخره پس از ملاقات با مدیر کل درخواست خود را مبنی بر شرکت در مزایده فروش این زمین در آخرین لحظات کاری این روز تحویل دبیرخانه می دهیم، قیمت پایه به نظر ما زیاد است. ولی حتما می توان برای آن هم با نظر لطف مسئولین و کمک های خیرین



**یک شنبه** مدتی است که آب نمای فضای سبز محوطه آسایشگاه خراب شده و امروز عده ای جوان متخصص دست به دست هم داده اند تا این خرابی ها را تعمیر کنند. مطلع شدم که آنها علاوه بر جبران خرابی ها چندین قطعه جدید هم به رایگان به مجموعه آب نما اضافه کرده اند تا زیبایی آن را دو چندان سازند. آقای عباس مسکنی همکار روابط عمومی ما هم به مشهد رفته تا کارهای اداری اخذ موافقت اصولی تأسیس خانه باران را به سرانجام برساند.

**دو شنبه** یکی از آخرین ساختمان های بازماندهی قبل از افتتاح آسایشگاه، ساختمان رختشوی خانه است. مدتی است ساختمان جدیدی را شروع کرده ایم تا رختشوی خانه را هم به محیطی تمیز و زیبا و استاندارد منتقل کنیم اما سختی کار اینجاست که نمی شود کار لباس شویی و پتو شویی را تعطیل کرد. هنوز ساختمان رختشوی خانه جدید تکمیل نیست ولی باید قبل از سرامیک کف وسایل

**شنبه** خانم خشنود برای تولد فرزندش جشن تولد گرفته بود. اما این جشن با جشن های تولد سال های گذشته فرزندش تفاوت اساسی داشت، نه در نوع برگزاری و یا در نوع سور و ساتی که برای جشن در نظر گرفته بود و حتی نه در نوع کیکی که تهیه کرده بود، گرچه اندازه این کیک بسیار بزرگ تر از کیک سال های گذشته بود، چرا که جای جشن عوض شده و امسال این خانم نیک اندیش شادمانی خود را به جمع مددجویان آسایشگاه آورده بودند. طبق رسمی آخر هر ماه برای بچه هائی که در آن ماه متولد شده اند جشن تولد گرفته می شود و امروز هم شنبه سی ام مهر ماه بود.

در این روز که آخرین روز هفته سلامت و به نام سلامت و بهداشت روان نامگذاری شده عده ای از کارکنان دانشگاه تربیت معلم سبزوار به دیدن کارکنان و مددجویان آمدند و لوح تقدیری نیز به پاس زحمات کارکنان آسایشگاه به مدیر عامل آسایشگاه هدیه دادند.

# قدر این خاطره را دریابیم

راه چاره ای پیدا نمود. جای خوشبختی است که طبق پیش بینی ما ظاهراً هیچ درخواست دیگری برای خرید زمین داده نشده است. توکل بر خدا.

صبح از سبزوار که آمدیم مستقیم به اداره کل مسکن و شهرسازی رفته الان هم با آخرین کارمند اداره کل مسکن و شهرسازی آنجا را ترک می کنیم تا چند تا کار دیگر را هم انجام دهیم. اما قبل از همه چیز، تا باز شدن دوباره مغازه ها باید به فکر خوردن ناهار باشیم، اما درست قبل از برداشتن اولین لقمه تلفن همکارم زنگ زد و او از سر میز بلند شد و وقتی برگشت ناراحت بود. چرا که خبر دادند پونه فوت شده...

**چهار شنبه** بسیاری از هماهنگی ها دیشب انجام شده بود. پونه از اولین بچه هایی بود که به آسایشگاه آورده شده یعنی در بهمن ۱۳۷۹. اما این دختر ساکت و آرام که هیچ کس صدای گریه و یا اعتراض او را نشنیده بود، حتی شناسنامه هم نداشت و در پرونده اش نام او را پونه هدایتی گمنام ذکر کرده بودند. تا زمانی که

تاب و توان داشت به بچه ها کمک می کرد و در محل غذاخوری هم در کارهای آوردن و بردن غذا و تمیز کردن سفره و جمع آوری ظروف مشارکت داشت. چهل و پنج سال از عمر او می گذشت ولی چند ماهی بود که نیروهایش به تحلیل رفته و هر روز منتظر فوتش بودیم. روز شنبه و در بازدید کارکنان دانشگاه به اتفاق آنها بالای سرش رفتیم. دهانش هم مانند چشمهایش باز بود. اما امروز او را بی جان از بیمارستان تا جلو در آوردند و با آمبولانس آسایشگاه به روستای افچنگ برده شد. یک بار دیگر همت دسته جمعی کارکنان آسایشگاه به نحو بارزی به چشم آمد به جز من همه ی کسانی که می توانستند کار خود را رها کنند و لطمه ای به مددجویان نمی زد به افچنگ رفتند. فیلم ها و عکس های گرفته شده نشان می داد همکاران مرد، پونه این دختر خوبان را بر روی شانه های خود حمل می کردند و خانم های همکار در غسل دادن او و تلقین و خاک کردنش دخالت داشتند.



لحظات بسیار غم انگیزی بود و مردم روستای افچنگ هم نهایت همکاری را در این مراسم داشتند. از طرفی همه ی این رفتارها حکایت از آن داشت که هنوز هم نیکوکاری و جوانمردی آیین مردم ماست و این، شوق را همراه با اشک غم از دست دادن پونه بر گونه ها جاری می کرد.

**پنج شنبه** پونه دیگر در میان بچه ها نیست، اما یاد و خاطره او بین آنهاست، بچه ها می خواهند برای دیدن پونه به افچنگ بروند. نمی خواهیم آنها ناراحت شوند، اما اصرار آنها هر لحظه بیشتر می شود، از طرفی عده ای از همکاران هم که دیروز در مراسم تدفین شرکت نداشته اند، می خواهند برای برگزاری عزای افچنگ بروند. انگار از قبل همه ی لوازم برای عزاداری را هم تهیه کرده اند. جلوگیری از این کار دیگر امکان پذیر نیست. من هم خیلی دلم می خواهد با آنها بروم، پونه را خیلی دوست داشتم. اصلاً خنده همیشه نشسته بر گونه اش و رفتار بسیار آرام و متینش همه را مجذوب خودش می کرد. اما از قبل قرار بود امروز برای جشن سالانه آسایشگاه که در آخرین روزهای بهمن ماه برگزار می گردد برنامه ریزی نمائیم. همه رفتند و یک دفعه سکوتی آسایشگاه را فرا گرفت که خیلی غیر معمول به نظر می رسید. شاید این بهترین فرصت بود که در مورد برنامه های آینده تصمیم گیری نمائیم. آخر نمی شود که به خاطر تألمی که به مددجویان و کارکنان و ما وارد شده با زندگی قهر کرد. فردا دوباره خورشید طلوع می کند و باید امید به زندگی و شادی را در بین همه حتی برای خودمان نیز برنامه ریزی نمائیم. درست مانند یک خانواده .

مهم ترین نکته ای که در طول این یک هفته از پاییز امسال برای شما گفته شد جریان

تا که این پنجره باز است، جهانی با ماست

تا که این پنجره باز است، جهانی با ماست

## تا که این پنجره باز است، جهانی با ماست

تا که این پنجره باز است، جهانی با ماست

تا که این پنجره باز است، جهانی با ماست

زندگی است. درست مانند آنچه که در یک خانواده معمولی می گذرد ولی در ابعادی بزرگ تر. نشان می دهد که در آسایشگاه ما هم لحظات شادی و غم به فراوانی یافت می شود، بیانگر آن است که مشکلات مانند همه ی خانواده های دیگر بخشی از کار روزانه ماست و برنامه ریزی برای غلبه بر این مشکلات نیز از جمله ی این کارهاست. و همه ی این ها نشانگر آن است که ما در مقابل نامایمات مانند کوهی استوار ایستاده و با همراهی همکاران و دوستداران و علاقمندان خود و به لطف مددهای خداوندی برای زندگی توأم با امید و شادی سایر مددجویان فضای خوب و مناسبی را آماده می سازد.  
زیرا مهم ترین وظیفه ما:

«تأمین زندگی خوب مددجویان است»  
به قول سهراب:  
زندگی، سبزترین آیه، در اندیشه برگ  
زندگی، خاطر دریایی یک قطره، در آرامش رود  
زندگی، حس شکوفایی یک مزرعه، در باور بذر  
زندگی، باور دریاست در اندیشه ماهی، در تنگ  
زندگی، ترجمه روشن خاک است، در آینه عشق  
زندگی، فهم نفهمیدن هاست  
زندگی، پنجره ای باز، به دنیای وجود  
تا که این پنجره باز است، جهانی با ماست  
آسمان، نور، خدا، عشق، سعادت با ماست  
فرصت بازی این پنجره را دریابیم  
در نبندیم به نور، در نبندیم به آرامش پر مهر نسیم

پرده از ساحت دل برگیریم  
رو به این پنجره، با شوق، سلامی بکنیم  
زندگی، رسم پذیرایی از تقدیر است  
وزن خوشبختی من، وزن رضایتمندی ست  
زندگی، شاید شعر پدرم بود که خواند  
چای مادر، که مرا گرم نمود  
نان خواهر، که به ماهی ها داد  
زندگی شاید آن لبخندی ست، که درفش کردیم  
زندگی زمزمه پاک حیات ست، میان دو سکوت  
زندگی، خاطره آمدن و رفتن ماست  
لحظه آمدن و رفتن ما، تهنایی ست  
من دلم می خواهد،  
قدر این خاطره را دریابیم.



# گزارش یک رویداد



در گام اول به دیدار عزیزان شاغل در نیروی انتظامی رفتیم تا دیدار آنان را از این مرکز در هفته نیروی انتظامی پاسخ گفته و حضوراً از آن عزیزان تشکر کنیم.



امروز ۱۲ آذر ماه است روزی که برای ما نام گذاری شده که برای آن قدردانیم. خیلی ها بر این تصورند که از ما هیچ بر نمی آید، برای ابطال این نظر، بابت تشکر از همه کسانی که در سال گذشته به فکر ما بودند و این فکر را عمل کردند راه افتادیم. دستانمان پر از شبنم و دلهایمان پر از گرمای امید است که هر زمستانی را بهاری می کند.



سومین مرحله از این بازدیدها را از فرمانداری سبزوار انجام دادیم. از اعضای انجمن بانوان نیکوکار نیز چند نفر همراه گروه بوده و آنجا مورد استقبال سرکار خانم حدادنیا و دیگر همکاران فرمانداری قرار گرفتیم.



گروه ما همراه با دانش آموزان مدرسه راهنمایی پسرانه افتق در اداره جهاد کشاورزی سبزوار حضور پیدا کردند تا از همکاری های صمیمانه کارکنان آن اداره تشکر نمایند و ضمناً از زحمات فراوان آقایان مهندس تکایی و حبیبی از کارکنان جهاد کشاورزی که در هماهنگی ساختن این دیدار کمک فراوان کردند سپاس گزاریم.



هر چند شب قبل پذیرای نمایندگان شهرستان در آسایشگاه بودیم ولی به پاس قدردانی از زحمات دو نماینده عزیز شهرستان به دفتر آقای دکتر محسنی رفتیم و از آنها تشکر کردیم.



گام بعد بازدید از دفتر شورای اسلامی شهرستان بود که در سال های متمادی از همراهی های آن عزیزان بهره مند بوده ایم.

# این حرکت تازه که امسال به مناسبت روز جهانی معلولین اتفاق افتاد بسیار مورد توجه قرار گرفت



ریاست محترم اداره بهزیستی سبزوار نیز در جمع مهرورزان که عده ای از دختران دبیرستانهای سبزوار نیز در بین آنها بودند حضور پیدا کردند.



مقصد بعدی شهرداری بود، جناب آقای مقصودی نیز با سعه ی صدر فراوان پذیرای گروه مهرورزان شدند و هدیه ای نیز به مددجویان دادند.



دیدار بعدی گروه از سازمان تأمین اجتماعی شعبه سبزوار بود، ریاست محترم این سازمان به گرمی از گروه استقبال کردند.



بعضی از آقایان بخش اداری آسایشگاه نیز جزو گروه مهرورزان بودند، این گروه به دیدار مدیران آسایشگاه سالمندان مادر رفته و مورد استقبال جناب آقای مهندس ذبیح اللهی مدیر عامل و همکاران آن مرکز قرار گرفتند.



سازمان نظام پزشکی سبزوار ایستگاه بعدی بود که گروه مهرورزان در آنجا نیز با استقبال گرم مسئولین مواجه شدند.



موسسه حمایت از بیماریهای خاص نیز مورد بازدید قرار گرفت و به همکاران این مجموعه موفق خسته نباشید گفته شد. امیدواریم که با همت مسئولین این موسسه موفقیت‌های بیشتری را برای آنان شاهد باشیم.



# مانیز گلیم، تنها کمی از شاخه خود دور مانده ایم

در پایان همه گروه مهرورزان و آقایان تدین و کافی به صرف ناهار مهمان آسایشگاه بودند در حالی که خاطره خوش این حرکت در ذهن همگی گروه خاصه مددجویان و اعضای انجمن بانوان نیکوکار و دانش‌آموزان همراه گروه تا مدت‌ها باقی خواهد ماند.

از همه ی کسانی که عضو گروه مهرورزان بودند و این بدعت تازه را در رفتارهای متقابل آسایشگاه و مسئولین پایه گذاری نمودند و همچنین از اولیاء دانش‌آموزانی که در این راه ما را یاری نمودند نهایت تشکر را داریم.



عکس‌های بیشتر را می‌توانید در سایت آسایشگاه [www.mehrasa.ir](http://www.mehrasa.ir) در قسمت روزانه و روز ۱۲ آذر مشاهده نمایید.



در آخرین مرحله از این بازدیدها گروه، سراغ کسانی رفت که هر لحظه از آنها کمک خواسته ایم بلافاصله خود را به آسایشگاه رسانده و نیازهای مددجویان را برآورده نموده‌اند. آنها، عزیزان شاغل در اورژانس ۱۱۵ سبزوار هستند. شاخه‌های گلی که توسط مددجویان به این انسان‌های خدمت‌گزار هدیه شد با نهایت صمیمیت و مهربانی بود تا سپاسگزار آنها باشند.

\*\*\*\*\*

این حرکت تازه که امسال به مناسبت روز جهانی معلولین اتفاق افتاد بسیار مورد توجه قرار گرفت و آسایشگاه خیریه معلولین ذهنی امیرالمؤمنین نیز بهره‌لازم را از این حرکت مردمی برده و یک بار دیگر لزوم رسیدگی به خواسته‌های مددجویان را به گوش مردم و مسئولین شهر سبزوار رسانید.



# تنهایی در شهر تنها

عطیرضا شایگان

شهروندان خود را به عزلت نشینی و تنهایی دعوت می‌کند. می‌توان پذیرفت که رابطه شهر و شهروندان یک رابطه ی دو سویه است. از سویی، شهر تنها شهروندانش را به تنهایی سوق می‌دهد و از سوی دیگر شهروندان تنها و بی‌نشاط، شهری تنها می‌سازند. در هر صورت، در چنین فضایی روابط و مناسبات و تعاملات اجتماعی ضعیف و ناسالم می‌شوند و اخلاق و فضائل اخلاقی کمرنگ و کمرنگ‌تر می‌شوند.

در ادبیات جامعه‌شناسی مفهوم فردگرایی با مفهوم تنهایی هم پوشانی‌هایی دارد. در جامعه‌شناسی از فردگرایی به شیوه‌های متفاوت یاد شده است. از یک سو، هنگامی که فردگرایی با رهایی از اجبارهای اجتماعی و شرایط ستم‌گرایانه در ارتباط است معمولاً به گونه‌ای مثبت تصویر می‌شود و هنگامی که به فردگرایی از جهت جدایی از دیگران و نبود احساس تعهد متقابل نگریسته می‌شود، گاهی به صورت منفی در نظر گرفته می‌شود. (کیویستو، ۱۳۸۵: ۱۱۷)

معمولاً پذیرفته می‌شود که فردگرایی

به لحاظ جامعه‌شناختی، تنهایی می‌تواند نوعی تهدید برای جامعه محسوب شود. جمعیت تنها، به ظاهر دچار آسیب و بیماری نیست؛ اما در واقع در زیر پوسته‌ی جامعه‌ای تنها، تلاطمی از معضلات اجتماعی در جریان است که بی‌تردید روزی آشکار خواهند شد.

تنهایی می‌تواند زمینه‌های مسائل اجتماعی فراوانی را فراهم کند. از جمله‌ی این مسائل می‌توان از جنبه‌ی فردی به افسردگی و خودکشی-که آن هم به گفته‌ی «دورکهایم» برآیند اجتماعی دارد- و از جنبه‌ی اجتماعی به پایین آمدن اعتماد اجتماعی، نشاط اجتماعی و یأس اجتماعی اشاره کرد.

تنهایی همچنین می‌تواند باعث پیوندهای اجتماعی ضعیف و روابط ناسالم اجتماعی شود. فرد تنها با گرایش به گوشه‌گیری و انزوا طلبی و عدم احساس وابستگی به محیط شهری، تمامیت شهر را در معرض خطر قرار می‌دهد. در نتیجه شهری که فاقد فضاهای عمومی سازنده و اجتماع‌گرایانه است، نشاط اجتماعی در آن رنگ می‌بازد. در واقع فضای شهری،

تنهایی مفهومی به ظاهر ساده اما در واقع یکی از مهم‌ترین مسائل چند دهه‌ی اخیر جوامع توسعه‌یافته است. توفان تنهایی که برآیند جوامع پیشرفته و توسعه‌یافته است، به کشورهای در حال توسعه نیز رسیده است و این گونه جوامع را از مخاطراتش بی‌نصیب و بی‌بهره نگذاشته است.

تنهایی ممکن است بعضی جنبه‌های مثبت و خوب داشته باشد، اما آن چه در این گفتار مورد نظر است، آن گونه از تنهایی است که فرد از اجتماع گسلا شده و با اضطراب و از بین رفتن «امنیت وجودی فرد» همراه است. امنیت وجودی به وضعیت ذهنی راحت و مناسبی اشاره دارد که در آن فرد به فعالیت‌های بدیهی همراه با دیگران مشغول است. (گیدنز، ۱۳۸۵: ۴۳۰)

در استرالیا، فرانکلین و ترانتلر (۲۰۰۸) در گزارشی تحقیقی از بحران تنهایی در جامعه خود یاد کرده‌اند. تحقیقی در دانشگاه آریزونا نشان می‌دهد که حداقل ۲۰ درصد جمعیت آمریکا احساس تنهایی می‌کنند. همچنین برخی دیگر از مطالعات نشان می‌دهد که ۱۲ درصد آمریکایی‌ها برای گذران اوقات فراغتشان کسی را ندارند. (کاظمی، ۱۳۸۹: ۲)

تنهایی مورد نظر در این گفتار می‌تواند هم علت اجتماعی و هم پیامدهای اجتماعی داشته باشد. اندیشمندان، تنهایی اجتماعی را نتیجه‌ی فقدان شبکه‌ای از مناسبات اجتماعی با دوستان و همسالان می‌دانند؛ شبکه‌هایی از روابط که می‌توانند از طریق تماس‌های اجتماعی ساخته شوند. «باومن» نیز معتقد است در جوامع جدید، روابط اجتماعی در هر شکل آن سست و سیال شده است.



# تنهایی می تواند باعث روابط ناسالم اجتماعی شود

یکی از ویژگی های مشخص جهان مدرن است؛ زیرا معمولاً در جهان مدرن، انسان ها خود را از قیود و اجابهای جهان مدرن رها می سازند. اما خود به شکلی تحت سلطه ی فن آوری های ساخته ی دست خود در می آیند و روز به روز از خود بیگانه تر و تنها تر می شوند.

«توکویل» ضمن بحث درباره ی جامعه ی آمریکا در کتاب تحلیل دموکراسی در آمریکا به فردگرایی ویران گری اشاره می کند که با

«فضیلت های عمومی»

جامعه روبه رو می شود و

«به دیگران نیز حمله

می برد و همه ی آن ها را

نابود می کند و سرانجام در

خودخواهی مستهلک

می شود.» این فرد گرایی

ویرانگر ارتباط انسان ها را با گذشته یا به سخن دیگر با سنت ها و نیز با دنیای معاصران می گسلد. بنابراین از دید توکویل خطر فردگرایی در آن است که «هرکس دوباره تا ابد تنها به حال خود رها می شود و این خطر وجود دارد که در تنهایی دل خویش زندانی شود.»

«اربرت بلا» نیز بیم آن دارد که «فردگرایی رشدی سرطانی داشته باشد و پوسته ی اجتماعی را نابود کند.» بلا معتقد است که امکان بالقوه ی بروز شکل ویرانگری از فرد گرایی وجود دارد که در آن افراد به حال خود رها می شوند و نظام اجتماعی «فرد را در انزوایی شکوهمند، اما دهشتناک بلاتکلیف رها می کنند.»

چرا به لحاظ جامعه شناسی، تنهایی می تواند نوعی تهدید برای جامعه محسوب شود؟ کاظمی معتقد است که تنهایی با آنچه که بیماری خاموش در پزشکی نام گذاری

می شود شباهت دارد. جمعیت تنها به ظاهر دچار بیماری نیست اما این تنهایی می تواند زمینه های انواع مسائل روانی و اجتماعی (از جمله افسردگی، خودکشی، و...) را فراهم کند. بیماری هایی که در بدو امر روانشناسانه هستند اما هم از زمینه های ناسالم و البته ناعادلانه اجتماعی برخاسته اند و هم پیامدهای سهمگین اجتماعی دارند. (کاظمی، ۱۳۸۹)

به هر حال از آن جا که تنهایی زمینه ای اجتماعی دارد برای برطرف کردن تنهایی در

جوامع جدید،

شبکه های اجتماعی

مورد نیاز است که در

آن مناسبات اجتماعی

با دوستان و

همسالان شکل

بگیرد و از طریق

روابط و تماس های اجتماعی بر تنهایی فزاینده غلبه کرد.

از سوی دیگر، شهر باید دارای فضاهای عمومی و اجتماع گرایانه باشد و شهروندان را به همگرایی و تعامل گرایی دعوت کند و به عزت نشینی و تنهایی ترغیب نکند.

آنها نیز که از اخلاق سخن می گویند باید توجه داشته باشند که اخلاق در نگاه جامعه شناسان نه امری صرفاً نفسانی بلکه هویتی اجتماعی دارد. اخلاق متناسب با الگوی شهروندی تنها در فضاهای جمعی و شبکه های مدنی متولد می شود؛ آن هم فضاهایی که با بیشترین میزان تعامل پذیری ساخته می شوند.

## فهرست منابع :

- کیویستو، پیتر، ۱۳۸۵، اندیشه های بنیادی در جامعه شناسی، (ترجمه منوچهر صبوری)، تهران، نشر نی
- کوهن، ایراجی، ۱۳۸۵، (از کتاب متفکران بزرگ جامعه شناسی)، ترجمه مهرداد میردامادی، تهران، نشر مرکز
- کاظمی، عباس، ۱۳۸۹، شهر تنها و تنهایی شهر،

<http://kazemia.persianblog.ir>

**۲۷ شهریور:** جشنواره عکس مؤسسات معلولین ذهنی که در سطح استان خراسان رضوی برگزار شد. عکس ارسالی آسایشگاه امیرالمؤمنین مقام دوم بهترین عکس را به خود اختصاص داد.

**۱۰ مهر:** فیلم مستندی که آقای کاظم ملایی هنرمند همشهری برای آسایشگاه ساخته بودند آماده نمایش کردید.

**۱۷ مهر:** به مناسبت تولد حضرت امام رضاع (ع) جشن کوچکی در داخل آسایشگاه برگزار شد که با شرکت و استقبال مددجویان و بعضی از اعضا انجمن بانوان نیکوکار همراه گردید.

**۳۰ مهر:** گروهی از کارکنان نیکوکار دانشگاه تربیت معلم سبزوار به نمایندگی از طرف دیگر کارکنان محترم آن دانشگاه با شاخه های گل به دیدار مددجویان و پرسنل آسایشگاه آمدند.

**۶ آبان:** ۲۵ نفر از مددجویان آسایشگاه ناهار مهمان یک خانواده نیکوکار بوده و به همراه مددیاران خود به منزل این خانواده محترم رفتند.

**۱۵ آبان:** جلسه ای برای راه اندازی در مانگاه دندانپزشکی در داخل آسایشگاه با حضور مسئولین سازمان نظام پزشکی برگزار گردید تا راه های رسیدن به این نیاز مددجویان معلول ذهنی مورد بررسی قرار گیرد.

**۱۶ آبان:** امروز مصادف با عید قربان بود و عده ای از علاقمندان آسایشگاه علاوه بر اهدا قربانی های خود به مددجویان در جشنی هم که به همین مناسبت در داخل آسایشگاه برگزار شده بود شرکت داشته و با حضور خود در بین آنها موجبات خشنودی آنها را فراهم آوردند.

**۶ آذر:** عده ای از هنرمندان سبزوار در کاری متفاوت به زندگی یک پسر معلول ذهنی در قالب نمایش «فقس» پرداختند این نمایش که با شرکت و کارگردانی آقای اکبر بروجردی به مدت ۱۰ شب در تالار کاشفی برپا بود با استقبال همشهریان گرامی روبرو شد. در شب پایانی این نمایش لوح های تقدیری از طرف مؤسسه خیریه امیرالمؤمنین (ع) به کلیه دست اندرکاران این نمایش اهدا گردید.

**۸ آذر:** در جلسه ای با آقایان ایمانی و معافی در دفتر مدیریت آسایشگاه در مورد جشن یازدهمین سالگرد مؤسسه بحث و تبادل نظر شد. قرار شد ۲۶ بهمن ماه آغاز این جشن بوده و به مدت ۸ شب نیز ادامه پیدا نماید.

**۱۲ آذر:** عده ای از جوانان هلال احمر دانشگاه تربیت معلم در روز جهانی معلولین به دیدار مددجویان ما آمده و با اهداء آب میوه و شیرینی و حضور خود در بین آنها این روز را به آنها تبریک گفتند.

# آشنایی با اختلال بیش فعالی کمبود توجه (ADHD)

زهره فرهاد نیا



همه ما ممکن است در طول زندگی با کودکانی برخورد کرده باشیم که بی قرار، ناآرام، حواس پرت و در دسر ساز هستند. معمولاً افراد در مواجهه با چنین کودکانی دائمی بیمناک، نگران و گاهی گیج و سردرگم می‌شوند. شیطنت‌های زیاده از حد اینگونه کودکان در بسیاری از موارد منجر به ایجاد تدابیر خاص تربیتی و چارچوب‌هایی سخت‌گیرانه می‌گردد غافل از اینکه این احتمال وجود دارد که وی دچار اختلال بیش‌فعالی- کمبود توجه باشد.

درباب تعریف این اختلال می‌توان تنها به ذکر خصوصیات مبتلایان بسنده کرد. رایج‌ترین خصوصیات کودکان مبتلا به بیش‌فعالی- کمبود توجه، حواس پرتی و تکانشگری است. این دسته از کودکان برای تداوم در انجام یک کار و تمرکز بر جوانب مهم گفتگو یا تکالیف مربوط به مدرسه، مشکل دارند(۱).

ایشان الزاماً همیشه فعال نیستند اما بی‌قرار و نا آرام به نظر می‌رسند و قادر نیستند برای طولانی مدت بر کار خاصی تمرکز کنند(۱).

کودک یا نوجوان اغلب با دست و پایش بازی می‌کند یا پشت میزش وول می‌خورد. هنگامی که از وی می‌خواهند در جای خود بنشینند به سختی می‌تواند این کار را انجام دهد(۱).

این کودکان به عنوان افرادی بی‌قرار، نا آرام و ناتوان در نشستن توصیف شده‌اند(۲).

بسیاری از این‌گونه کودکان در مکان‌هایی که فعالیت‌های زیادی در آن جا در حال انجام است، مانند شرکت در جشن تولد، فروشگاه‌های بزرگ، جشن‌های ملی، و... دچار مشکل می‌شوند. بسیاری اوقات آن‌ها به دلیل وجود محرک‌های فزاینده در محیط، بد خلق و بی‌قرار می‌شوند(۱).

به نظر می‌رسد که کودکان و نوجوانان مبتلا به بیش‌فعالی- کمبود توجه، همیشه در معرض

خود شروع نموده است با شکست و ناکامی مواجه می‌شود.

غالباً به نظر می‌رسد که به موضوع مورد نظر گوش نمی‌دهد.

همواره به آسانی آشفته و دچار حواس پرتی می‌شود.

در تمرکز حواس روی تکالیف مدرسه و کارهایی که نیاز به توجه جدی دارد با مشکل روبرو می‌شود.

در انجام فعالیت‌های مربوط به بازی نیز با مشکل روبرو می‌شود.

**ب) برانگیختگی شدید:** حداقل سه مورد از موارد زیر در کودک مبتلا به اختلال کمبود توجه دیده می‌شود:

۱- اغلب قبل از فکر کردن کاری را شروع می‌کند.

۲- بطور افراطی از یک فعالیت به فعالیت

خطرند زیرا به پیامدهای اعمال خود توجهی ندارند. بر بدن بسیاری از آنها زخم، خراش و کبودی زیادی دیده می‌شود(۱).

روابط با همسالان مشکل محوری مبتلایان به این اختلال است. این کودکان تسلیم کمی نشان داده و نسبت به کودکان سالم، مخالفت بیشتری با والدین می‌کنند. تعامل بین کودکان مبتلا، و والدینشان با میزان بالاتری از حد طبیعی در زمینه‌ی فرمان دادن، سرزنش کردن و تنبیه دیده می‌شود(۲).

## ویژگی‌های ADHD :

از سال ۱۹۸۰ متخصصان و روانشناسان مختلف، ملاک‌های زیر را برای تشخیص اختلال کمبود توجه مورد استفاده قرار می‌دهند:

**الف) بی‌توجهی :** سه مورد از موارد زیر در رفتار کودک مشاهده می‌شود:

در اغلب موارد در تمام کردن کارهایی که

# ویژگی های (ADHD)

دیگر می پردازد.

۳- بدون آنکه از نظر شناختی اختلالی داشته باشد، در نظم دادن به کار با مشکل مواجه است.

۴- نیاز به نظارت و سرپرستی مداوم دارد.

۵- به کرات در کلاس فریاد می زند.

۶- تحمل رعایت نوبت را در بازی ها و فعالیت های گروهی ندارد.

**ج) بیش فعالی:** در صورتی این اختلال تشخیص داده می شود که لااقل ۲ مورد از ویژگی های زیر را داشته باشد:

۱- مرتباً به این طرف و آن طرف دویده از روی چیزهای مختلف بالامی رود.

۲- نمی تواند آرام و ساکت بنشیند، مرتباً وول خورده، بی قراری و ناآرامی از خود نشان می دهد.

۳- قادر نیست برای مدتی در جای ثابتی بنشیند.

۴- به هنگام خواب مرتباً به این طرف و آن طرف می چرخد.

۵- همیشه در حال حرکت و انجام کاری است و قرار ندارد. گویا بوسیله ی موتوری حرکت داده می شود.

**د) شروع قبل از هفت سالگی:** این اختلال عمدتاً قبل از سن هفت سالگی قابل مشاهده است.

**ه) طول مدت:** تدوام این اختلال حداقل ۶ ماه است (۴).

بطور کلی بیش فعالی- کمبود توجه، را نمی توان اختلالی دوره ای دانست بلکه مانند بسیاری از اختلال های رشدی دیگر، مزمن و پاینده است (۵).

## درمان ADHD

در زمینه ی اختلال بیش فعالی- کمبود توجه (ADHD)، هیچ درمانی وجود ندارد که همه ی افراد متخصص و والدین بر سر آن به توافق رسیده باشند (۱).

در زمینه ی درمان، هم از روش های روانی- اجتماعی و رفتاری و هم از دارو درمانی استفاده می شود. استفاده از دارو برای درمان اختلال بیش فعالی- کمبود توجه، روش تازه ای نیست. و از سال ۱۹۷۳ با تجویز بنزادراین (Benzedrin) توسط «دکتر چارلز بردلی» آغاز شد. وی این دارو را که دارویی محرک است برای کودکانی تجویز کرد که التهاب ویروسی مغز در آنها رو به بهبود بود. این دارو، بیش فعالی و حواس پرتی آنها را کاهش داد (۱).

همچنین در زمینه ی دارو درمانی «دکتر لری سیلور» یک مجموعه ی سه مرحله ای را پیشنهاد می کند که شامل سه گروه داروهای محرک، ضدافسردگی و آرام بخش است از قبیل:

متیل فنیدیت، دکستروآمفتامین، ایمی پرامین، دسیپرامین، کلونیدین، آمیتریپتیلین، تیوریدازین، کاربامازپین، لیتوموم ... می باشد.

اگر داروهای محرک موثر نباشند باید از ضدافسردگی استفاده شود. آرام بخش ها مختص آن دسته از کودکانی است که به داروهای محرک و ضد افسردگی ها پاسخ نمی دهند. باید توجه داشت که همه ی کودکان هم به آرام بخش ها پاسخ نمی دهند (۱).

در یک مطالعه ی مقایسه ای، پژوهشگران از تاثیرات بسیار زیاد داروها در احتمال درمان و کاهش اختلال بیش فعالی- کمبود توجه گزارش داده اند. عملکرد های جداگانه درمان رفتاری و داروها، تاثیرات قابل مقایسه ی نسبی ای را در رفتار کلاسی طی یک مطالعه نشان داد. اگر چه هر دو شیوه ی درمانی موثر بودند ولی داروها در تغییر رفتار نسبت به دیگر بررسی ها برتر بودند (۲).

روش های درمانی دیگری نیز برای این اختلال پیشنهاد شده است. از آن جمله می توان درمان های شناختی- رفتاری را نام برد. درمان های شناختی رفتاری مرکب است از

آموزش مدیریت رفتاری با تلاش های مستقیم، به منظور آزمایش مهارت های کنترل خود، از قبیل: خود سنجی و خود پاداش دهی و مهارت های تمرکز و توجه. این شکل از درمان تلاش می کند تا به تدریج مهارت های حل مسئله را آموزش دهد تا کودک بتواند آن را در کلاس، با والدین و همسالان به کار گیرد (۲).

ترکیب درمانی دارویی و رفتاری ممکن است امید بخش ترین درمان جامع را برای کودکان ارائه کند (۲ و ۳).

از دیگر درمان های بیش فعالی- کمبود توجه می توان درمان رژیمی «دکتر فین گلد» را نام برد.

«دکتر فین گلد» در سال ۱۹۷۵ در کتابی اظهار داشته که افزوده های غذایی موجب بیش فعالی می شود. وی رژیم غذایی خاصی ارائه کرد که از نوع حذفی می باشد و درمانی ساده برای بیش فعالی به شمار می رفت.

پس از ادعای مذکور مبنی بر این که تغییر رژیم غذایی می تواند بیش فعالی را کاهش دهد آزمایشات دقیقی در این زمینه انجام شد. روی هم رفته شواهد فراهم شده دارای اندکی ابهام بود. ولی بطور کلی در زمینه ی حمایت از تاثیر بر بیش فعالی- کمبود توجه، شکست خورد (۲).

دارو، اختلال کمبود توجه را کاملاً درمان نمی کند بلکه به نظر می رسد شیوه ای که دارو را با ملاحظات درمانی در خانه و مدرسه ترکیب می کند با موفقیت بیشتری همراه باشد (۱).

## منابع و مأخذ:

- ۱- کلیدهای رفتار با کودک مبتلا به کمبود توجه. مک نامارا و همکاران. ترجمه فریبا مقدم. نشر صابرین. کتابهای دانه. چاپ اول ۱۳۸۶
- ۲- اختلال های دوران کودکی: فیلیپ سی کندال. ترجمه حمید رضا رضا زاده. نشر شهید سعید محبی ۱۳۸۲
- ۳- روانشناسی مرضی کودک: دکتر حسین آزاد. انتشارات پیام نور. چاپ هفتم. مرداد ۱۳۸۵
- ۴- اختلالات یادگیری: دکتر غلامعلی افروز. انتشارات پیام نور. چاپ دوم دی ۱۳۸۵
- ۵- تازه های علوم شناختی. سال ۸ شماره ۴. ۱۳۸۵ ص ۴۹ تا ۵۵



# خدا پرستی ..... به کدام نشانه؟

دکتر ابوالقاسم رحیمی



بارها و بارها، این جا و آن جا، من و تو از این و آن شنیده ایم که گفته اند: فلانی، آدم خداپرستی است؛ فلانی خیلی خداپرست است؛ هر چه در خداپرستی او بگوییم، کم است... و من، هر وقت این جمله ها را شنیده ام، با خود گفته ام: به کدام نشانه یا نشانه ها و با کدام دلیل یا دلیل ها، شما چنین راحت و آسوده، این چنین می گوید؟

می دانید چرا؟ بهتر است در آغاز، مطلبی آمیخته به طنز را باهم بخوانیم، تا به مفهوم، بهتر راه ببریم:

به اشتری گفتند: ای خان حاکم! ای شتر خان! ممکن است کرامت کنی و بفرماید از کجا تشریف می آورید؟ شتر این و تلبی کرد و گفت: من؟ با من بودید؟ از من سؤال کردید؟ از من...! حالا...! من، من از حمام کوچه ی شما دارم تشریف می آورم! سؤال کننده، لبخندی تلخ زد و گفت: چه خوب...! از همان زانوهای شما به خوبی پیداست که از حمام تشریف می آورید! این در حالی است که همه می دانیم که زانوی شتر، همواره و همیشه آلوده، کبره بسته، زبر و بسیار خشن است.

خواست ما از آوردن این حکایت طنز آلود آن است که بگوییم: آری کارها تنها به ادعا نمی شود؛ که نشانه ای باید باشد و فراتر از این، نشانه هایی، آری، بدون دلیل و نشانه، هرگز نمی توان ادعای کسان را باور نمود. چه بسیار دیده ایم کسی را که مدعیانه و مغرور، خود را برترین می شمارد و بهترین می خواند! و ما، در برابر خودخواهی و غرور بسیار او، آشکار یا پنهان، لبخندی تلخ زده ایم و سری تکان داده ایم و گفته ایم: اگر راست می گوید، پس چرا چنین مغرور و خودبینید؟ اگر درست می گوید، پس چرا نمی توانید بشنوید؟ اگر ... پس چرا ...؟

خداپرستی، تنها به رفتارهای عابدانه ختم نمی گردد، بلکه نشانه هایی دیگر نیز البته هست؛ نشانه هایی با عطرهایی دلانگیز، با نسیم هایی جان بخش؛ نشانه هایی که با آن؛ آدمی جان می گیرد و جان می بخشد، مهربانی می گیرد و مهربانی می بخشد، دوست داشته می شود و دوست می دارد و ...؛ آری ای عزیز! نشانه های خداپرستی، تنها در رفتارهای عابدانه نیست؛ بلکه نمودهای دیگری نیز باید داشته باشد؛ بگذارید روشن تر بگوییم: مگر نه این است که ما خداوند را مهربان ترین مهربانان می دانیم؟ پس چگونه است که با نزدیک ترین نزدیکان خویش هم، نه تنها نامهربان، که خشمگینیم؟ چگونه است که ما خداوند را مهر گستر(رحمان) می نامیم و از روزی رسانی او به همگان، با هر دین، با هر باور و با هر نظر می گوئیم و آن گاه حتی نان برادران و خواهران خویش را می بُریم؟ آخر کدام را باور کنیم؟ کدام را؟ شگفتا! ما از یک سو می گوئیم: خداوند پوشاننده ی کاستی ها و عیب هاست و از سوی دیگر، برای تباه کردن آن که با ما یار نیست، او را رسوای خاص و عام می نماییم و ...! آخر کدام را باید باور کرد؟ کدام را؟

همین جاست که جان آدمی، فریاد می آورد که:  
بار پروردگارا! ای خدای مهربانان! یاریمان کن! یاریمان کن تا تنها در «ظاهر» نمایم و به «ژرفا» و «حقیقت» نیز راه ببریم!  
مولانا غزلی شگفت دارد؛ غزلی که در آن، مولانا، دردمندانه، آنانی را که «تنها» در بند ظاهر مانده اند و معنا را از یاد برده اند، مورد خطاب قرار می دهد و می سرازد:  
ای قوم به حج رفته! کجایید کجایید؟ معشوق! همین جاست؛ بیایید! بیایید!

اکنون از تو و خویش می پرسیم: راستی خدا پرستی را چه نشانه یا نشانه هایی است و آن گاه، بی درنگ به خود و تو می گوئیم:

ای خوب! مباد و مبادا که در بند نام ها بمانیم! مباد که شیفته و فریفته ی عنوان ها شویم و خود را کودکانه-بلکه نادان وار- فریب دهیم! مگر ما ماجرای آن یهودی را با حسن بصری مدعی مسلمانی را نشنیده ایم؟ بیایید باهم آن را بخوانیم؛ البته شنیدنی است:

فردی یهودی، به حسن بصری گفت:  
شما مسلمانان، ما را چه می نامید؟

حسن بصری پاسخ داد:

- دشمن خدای!

یهودی گفت:

- خود را چه می نامید؟

حسن بصری گفت:

- دوست خدای!

یهودی گفت:

- زنهار ای حسن بصری! زنهار! که دیروز، در خانه ی ما کودکی به دنیا آمد، نام او را «خالد» گذاشتیم و خالد، یعنی «جاودانه» و همو امروز پُمرد!  
آری، ای عزیز! کار به ادعا نمی شود و

# سرگذشت زن

سوسن نوباغی

## ادامه مطلب خداپرستی... به کدام نشانه؟

معشوق تو، همسایه ی دیوار به دیوار، در بادیه، سرگشته، شما در چه هوایی؟ او آن گاه، پس از بیتی که از پیوند شگفت انسان و خداوند می گوید، می افزاید: ای یکسره در ظاهر ماندگان!

ده بار، از آن راه، بدان خانه برفتیـد یک بار، از این خانه بدین بام برآیید

و سپس هوشمندانه می پرسد: اگر به راستی و درستی به حقیقت دست یافته اید، پس چرا نشانه های حقیقت را دارا نیستید؟ آن کس که به باغ می رود، با خویش، دست کم یک دسته ی گل می آورد آن کس که رهسپار دریا می گردد، با خویش مروراید می آورد:

یک دسته ی گل کو اگر آن باغ بدیدید؟

یک گوهر جان کو اگر از بحر خدایید؟

چگونه است که ما مدعی رفتن به باغ محبتیم و یک دسته ی گل نیز با خویش نمی آوریم؟ چگونه است که شما مدعی رسیدن به دریای بیکران حقیقتید، و یک دانه ی مروراید با خود ندارید و چگونه است که...؟

آری، بیایید باور کنیم که خداپرستی بیش

از آن که به گفتار باشد، به کردار است؛ بیایید

باور کنیم که نمی توان از خداوند مهرگستر

مهربان گفت و خود خشمگین و نامهربان بود و

نمی توان از خداوند بخشنده ی روزی رسان

گفت و در اندیشه ی نان بریدن این و آن بود

بیایید باور کنیم...

بیش از این مجال نیست، مباد که به ملال

انجامد؛ پس خوبی ها برایتان، روشنی ها

بهره تان و خداوند مهربانان یاریگرمان!

بدرود ای یاران! بدرود... خداوند نگهدارمان...

ادامه دارد...

به گمان من اثبات حضور زن در کنار مرد در تکوین تمدن بشری نه به صورت یک تقابل بلکه در هیاتی همسو واقعیت و حقیقتی است که می تواند روزه ای به کشف حقیقتی دیگر یعنی اهمیت زن و توانایی و آگاهیش برای رویارویی با جهان امروز باشد.

شہلا لاهیجی

\*\*\*\*\*

برای ورود به بحث زن و نقش او از گذشته های دور تا به حال باید ابتدا به بررسی وضعیت انسان ابتدایی بپردازیم و چگونگی عملکرد او را در جهان هستی مورد دقت قرار دهیم و به تفاوت های او با موجودات دیگر توجه کنیم....

انسان همانند جانداران دیگر برای زنده بودن و بقا نیاز به غذا و پناهگاه دارد اما راز بقا و ماندگاری اش و پیروزی و سروری اش از انسان «حیوان وش» دیروزی تا انسان امروزی در ایستادگی و تطابقش با محیط و طبیعت است. او می تواند خود را مطابق محیط و خواسته هایش تغییر دهد جسم خود را دگرگون کند.

آزادی دست ها و پاها و ایستادن روی دو پا و دیدن دور دست ها و آگاه شدن او کمک بزرگی برایش بوده تا به این پیروزی دست یابد آزادی دست ها نقش عمده ای در یافتن مهارت برای ابزار سازی داشته و به او کمک کرده تا محیط خود را به خدمت بگیرد.

یکی دیگر از ویژگی های بارز و متمایز او سخن گفتنش است که زندگی اجتماعی اش را امکان بخشید و انتقال اطلاعات و تغییر شرایط را برایش مهیا نمود.

از ظهور اولین انسان ریخت راست قامت ابزار ساز دو میلیون سال می گذرد. دانشمندان

معتقدند در اواخر دوره هیوسن (۲۵ تا ۱۲ میلیون سال قبل) و اوایل پلئوسن (۱۲ تا ۳ میلیون سال قبل) تغییرات ناگهانی جوی، آب و هوای بسیاری از نقاط را دگرگون و سرد کرد. جنگل های انبوه روی به خشکی گذاشت این تغییرات اثرات بنیادین بر اجداد انسان ریخت ها گذارد. مغز بزرگ تر و هوش افزون تر شده و انسان ریخت به همه چیز خواری روی آورد. انسان برای غلبه بر این شرایط نیازمند به استفاده از دست برای جدا کردن دانه ها و میوه شد و ایستادن بر روی دو پا را یادگرفت.

دوران طولانی پیش از بلوغ باعث می شد انسان ریخت زمان بیشتری را وابسته به مادر باشد مسلما در این دوران آموزش های رفتاری در تمام نُخستی های عالی (موجودات نخستین) از طریق مادر به نوزاد نابالغ منتقل می شد. این مسئله نقش مادر را در گروه مهم تر می کرد.

مادر مجبور بود برای زنده ماندن خود و کودکانش غذا و امنیت فراهم کند و مجبور بود مدت زمان بیشتری را روی دو پا بایستد یا بدود (فرار کند) و در همان حال تغذیه کند این خود موجب مهارت بیشتر او می شد.

راست قامتی همراه با همه چیز خواری و دست های آزاد به انسان ریخت ها امکان داد با تمام ضعف های جسمانی بتوانند با شرایط موجود خود را تطبیق دهند. (قدیمی ترین انسان ریخت راست قامت که مربوط به ۴/۵ میلیون سال قبل است در سال ۱۹۷۶ در تانزانیا به دست آمده)

انسان شناسان معتقدند که انسان ریخت ماهر به صورت گروهی می زیسته و برای زنده



بیمارستان

۱۵

شماره

۳۵

زمان

۹۰

## مادر مجبور بود برای زنده ماندن خود و کودکانش غذا و امنیت فراهم کند



انسان قائم است.

انسان های ابتدایی گردید. مادران همواره به دنبال افزایش حوزه گردآوری برای تأمین غذا با کودکان و افراد وابسته (بیماران و بزرگسالان) بودند. بدین شکل سهمی شدن میان مادر و افراد وابسته برای تهیه و تقسیم غذا آغاز شد.

از طرفی گردآوری دانه و گیاه و تخم پرندگان خود سبب شد تا ابزاری مانند چوبدستی برای کندن و انداختن میوه ها و سنگ برای شکستن و قطع کردن به کار گرفته شود این خود کمک به ابزار سازی انسان نمود و همچنین زن با جستجوی دانه ها پی به چگونگی رشد و نمو گیاهان و زمان رشد و میوه دهی آن برد و خود سبب پیدایش علوم مختلف گردید.

سوسن نوباغی

برگرفته از منابع مختلف انسان شناسی

انسان قائم از لحاظ ظاهری شبیه انسان امروزی است فقط کمی کوچک تر و سر و صورت هنوز اندکی خشن با پیشانی برآمده داشته.

تغذیه انسان قائم از طریق شکار و روش جمع آوری خوراک صورت می گرفت شکار معمولاً توسط مردان صورت می گرفت، به جهت وقت گیر بودن و خطر داشتن و سخت بودن مطمئن نبود و نتیجه خوبی نداشت، و جمع آوری خوراک که توسط زنان انجام می گرفت، بخش بزرگی از رژیم غذایی روزانه را تشکیل می داد. مادران که باید به دنبال تغذیه ی خود و کودکانشان دنبال غذا می گشتند کم کم یاد گرفتند افراد تحت حمایت خود را برای کمک به کار گیرند که خود موجب شکل گیری یک تعاونی در میان

بودن نیاز به رابطه ی اجتماعی با انواع خود داشته و به علت طولانی بودن دوران کودکی نیاز به حمایت مادر داشته که خود موجب شکل گیری و حفظ خانواده و زندگی گروهی می شود. آنها تمامی دوران زندگی را در جستجوی غذا در کنار یکدیگر به سر می بردند و به صورت گروهی با دشمن مشترک روبرو می شدند و مادینه های بالغ به محض آمادگی برای بارداری و مادر شدن قسمت عمده ی حیات خود را صرف تغذیه و حفاظت و حمایت از زاده های خود می کردند. تا کودکان به سن بلوغ برسند و بی نیاز از حمایت شوند. بدین شکل زندگی اجتماعی بر اساس نیاز به جمع شکل می گیرد. آموزش و انتقال مهارت ها به کودکان از طریق مادران انجام می گیرد تفاوت عمده ی انسان ریخت ها از گونه های حیوانیشان در ساختار رفتاری آنهاست. (مخصوصاً رفتار اجتماعی)

پس از انسان ریخت های ماهر در حدود ۲ میلیون سال پیش موجود جدیدی از تبار انسان ظاهر می شود به نام انسان قائم که حضور این انسان در فرایند تکاملی انقلابی عظیم شمرده می شود. چرا که او در ساخت و به کار بردن ابزار بسیار موفق می شود.

زیادی این نوع انسان ها نشان موفقیت آنهاست در مبارزه برای بقا و ازدیاد نسل انسان های قائم به طور گروهی زندگی می کرده و تهیه غذا را مشترکاً انجام می دادند. انسان شناسان معتقدند که تهیه غذای دسته جمعی نشانه ی همبستگی شدید میان اجتماع



# ما و آقای ووپی



دکتر ناصر محمدی فر

می کرد... پیش می آمد که برای یک مناسبت خاص، چندین همایش همزمان برگزار می شد و... خلاصه همه این ها باعث می شد که مردم کمی تا قسمتی دچار سر در گمی شوند و گاهی راهشون رو گم کنند... برخی مواقع نیز خود این مراکز دچار سر در گمی می شد... گاهی هم...

• آقای ووپی، شما هم بله، هی می گید گاهی، گاهی مثل چارلی، راستی یک سؤال به ذهنم رسید آقای ووپی، آیا امکانش هست که این مراکز هزار چند گاهی یک جلسه مشترک بگذارند تا بتوانند از تجربیات یکدیگر استفاده کنن و نتیجه فعالیت ها و تلاش هاشون رو با یکدیگر مبادله کنند.

• آفرین تنسی، آفرین چارلی بهترین کار همینیه. یک واحد هماهنگی مشترک می تونه ضمن مطالعه روش های جلب و هدایت کمک های مردم، بهترین شیوه های تبلیغ رو هم پیدا کنه...

• متشکریم آقای ووپی، شما مثل همیشه جواب ما رو دادین. خداحافظ... ولی صبر کنید بچه ها. تنسی، چارلی صبر کنید، هنوز یه نکته دیگه باقی مونده... بچه ها صبر کنید...



نداریم بریم خونه آقای ووپی، مردی که جواب تمام سؤالات را می داند.

## منزل آقای ووپی

عصر بخیر آقای ووپی...

عصر بخیر تنسی، عصر بخیر چارلی.

اومدین تا درباره فرهنگ کمک از من سؤال کنید. تنسی و چارلی بهتوشون می زنه، آقای ووپی حتی سؤالات را هم می داند. (آقای ووپی تخته سفید خود را از لابلای خرت و پرت ها بیرون می کشد.)

تنسی عزیز و چارلی مهربون! هر دو تای شما درست می گین. هم مردم فرهنگ کمک رو بلدن و هم این عبارت درسته.

یعنی چی آقای ووپی؟

براتون توضیح می دم، هزاران سال پیش که اجداد ما تازه زندگی شهری رو شروع کرده بودند، و تعداد آنها خیلی کم بود؛ هر کسی به راحتی می توانست نیازمند توی فامیل یا همسایگی اش را پیدا کرده و به او کمک کند. کم کم شهرها بزرگ شد و مراکز مجهز کمک به گروه های آسیب پذیر مثل بی سرپرست ها، معلولین، توان خواهان، سالمندان، بیماران روانی... شکل گرفت. با توسعه این مراکز بخش هایی به نام روابط عمومی برای جلب کمک های مردمی شروع به کار کرد.

(چارلی عزیزم اینقد ورجه و ورجه

نکن، حواسم رو پرت می کنی)

داشتم می گفتم، این مراکز از روش های مختلف تبلیغ مثل بنر، فلکسی، sms گفتگوی رو در رو، پوستر، اعلامیه، پمفلت، همایش، نمایش، گلریزان، مناسبت ها، اعیاد، عزاها و... برای جلب و جذب کمک های مردمی استفاده می کنند. اما به مرور مشکلاتی هم پیش آمد. گاهی تعداد بنرها آنقدر زیاد می شد که مردم نمی رسیدند همه را بخوانند. بعضی مواقع SMS ها باهم تداخل

• به حق چیزهای نشنیده، همه چیز شنیده بودیم مگر «فرهنگ کمک»، آخه کمک کردن هم فرهنگ می خواد.

• چرا که نخواد، مگه چیزی هم هست که فرهنگ نخواد.

• آره، تنسی عزیز، از نظر من کمک کردن فرهنگ نمی خواد از صبح علی الطلوع که پاتو می ذاری بیرون، همه جور زمینه کمک کردن آماده اس. اگه داشتی می اندازی تو صندوق خیرات سرکوجه. داشتی می اندازی توی صندوق ایتم. داشتی، می دی به همون ندار سر گذر. داشتی، می اندازی تو صندوق بچه های توانخواه، داشتی می دی واسه کمک های غیر نقدی، داشتی...

• اِه، بسه دیگه چارلی، داشتی، داشتی راه انداختی، سرم درد گرفت. شاید واسه گسترش فرهنگ همیاری از این واژه ها استفاده کردن.

• تنسی عزیز، تو دیگه چرا این حرف ها رو می زنی، مگه مردم بلد نیستن چه جوری همیاری کنن، بیا تو شهر راه بریم تا به تو نشون بدم:

بفرما، اون یه آموزشگاه وقفیه، اون آب سرد کن اونجارو می بینی اونم مردم گذاشتن. اون مدرسه هم کمک خیرینه، اون مرکز کمک به سالمندان هم هست. اون کانون کمک به معلولین. اون مرکز ایتم. اون واحد کمک به زنان بی سرپرست. اون... اون...

• اِه، چارلی تو که بازم دور ورداشتی.

• معذرت می خوام تنسی، ولی به نظر من این مردم نیازی به آموزش فرهنگ کمک ندارن. هزاران سال است که این کار را با دقت و وسواس زیاد انجام می دن، اونا می دونن که چه جوری کمک کنن، کجا کمک کنن، به کی کمک کنن، چقدر کمک کنن، چطور کمک کنن، کی کمک کنن، با چی کمک کنن...

• چارلی، با همین دستام خفه.....

• میگم تنسی؟! چطورره حالا که باهم توافق

# برو..... غنی..... شو!!؟

محمد تقی حمزه ای

حافظ ۳- شرح معرفت النفس ابن سینا  
۴- بحثی در سیاست.

اخلاقیات دکتر غنی بخصوص آداب صحبت، مجلس آرای، ذوق ادبی، آشنایی با رجال همانند: انیشتن، پروفیسور طه حسین، جمال زاده و ... حاذق بودن در علم طب سبب شد که رضا شاه احساس خوبی به او داشته باشد، رضا شاه که نظرش به دکتر غنی جلب شده بود از او خواست که معلمی فرزندش را قبول کند و دکتر هم پذیرفت. دکتر غنی پس از چندین سال معلمی محمد رضا شاه مأموریت یافت تا برای خواستگاری به مصر مسافرت کند. او دختر پادشاه مصر (فوزیه) را در تاریخ ۱۳۱۷/۱۲/۵ برای محمد رضا شاه ولیعهد ایران رسماً خواستگاری کرد. اما این عروسی و ازدواج شاهانه کم دوام بود و بنا به عللی به دکتر غنی مأموریت داده شد که برای طلاق فوزیه در کشور مصر اقدام کند. دکتر غنی پس از اجرای مراسم مطلقه نمودن فوزیه مبالغ زیادی لیره به کشور برگرداند و علاوه بر آن مبالغ یک جسد امانتی را هم به ایران عودت داد. جسد امانتی مربوط به رضا شاه ایران بود.

جسد را پس از  
تشیع در  
خیابان‌های ایران  
در شهر ری دفن  
کردند. آقای  
ذبیحی خواننده  
مذهبی آن ایام  
هنگام تلقین

**برای مبارزه با بیماری آنفلوآنزا که در سبزواری تلفات داده بود پودر سفید رنگی را تهیه کرده بود، آن را در آب می ریخت و به مریض ها می داد تا از پیشرفت بیماری جلوگیری کند و به این خاطر دکتر غنی را عده ای دکتر دوغی می گفتند.**

گفته است. (اسمع، افهم، یا اعلیحضرت همایونی)

کارهای فرهنگی ماندگار دکتر غنی عبارتند از: ۱- تصحیح دیوان حافظ با همکاری محمد قزوینی ۲- تصحیح رباعیات خیام با همکاری محمد علی فروغی ۳- حضور مؤثر و عضو برجسته در هیئت نمایندگی ایران برای تأسیس سازمان ملل متحد می باشد.

مردم سبزواری به پاس قدردانی از دکتر غنی



این سابقه خانوادگی مؤثر واقع شد و مخالفان انتخاباتی دکتر، این اطلاعات تحریک آمیز را به محضر مجتهد وقت برده و او هم دکتر غنی را تکفیر کرده و او مجبور می شود به مشهد مهاجرت کند.

رضا شاه در سفر خود به خراسان مدتی را

در منزل دکتر غنی که در سبزواری می زیست اقامت گزیده و از میزبانی دکتر غنی رضایت کامل داشته و به او دلگرمی هایی داده است. هنگام اقامت دکتر در مشهد و نامزد

شدن برای مجلس با اقبال مردم مشهد مواجه شده و برای چهار دوره نماینده مردم مشهد در مجلس می شود. دوره‌های (۱۱-۱۲-۱۳ و ۱۴).

او علاوه بر کار وکالت مجلس به ترجمه کتابهایی از آناتول فرانس می پردازد (کتاب های تائیس و عصیان فرشتگان). دکتر غنی کتاب‌های دیگری را به چاپ رسانده است از جمله ۱- بحثی در تصوف ۲- تاریخ عصر

یک سال پس از بیماری وبای معروف شهر سبزواری فرزندی در این شهر به دنیا آمد که نامش را قاسم گذاشتند. پدرش میرزا عبدالغنی از طایفه سادات عربشاهی و مادرش رقیه دختر ملا علی کوشک باغی بود. قاسم تحصیلات ابتدایی را در سبزواری گذراند و متأسفانه در همین سال ها پدرش را از دست داد. قاسم به همراه دایی خود به تهران رفت و در مدرسه دارالفنون شروع به تحصیل کرد. پس از اخذ مدرک و تسلط به زبان فرانسه به بیروت رفت و در آنجا از مدرسه ی سنت ژوزف و کالج آمریکایی ها در رشته طب دکتری گرفت.

دکتر غنی در بازگشت به سبزواری فعالیت‌های اجتماعی و شغلی خودش را شروع کرد. او بیمارستان حشمتیه را با همکاری فرماندار سبزواری به نام حشمت الدوله راه اندازی کرد. کارخانه های برق غنی و صابون سازی غنی را در سبزواری و مزینان دایر ساخت. با همکاری روحانیون شبستان بزرگ مسجد جامع سبزواری را کاملاً زیبا ساخت. برای مبارزه با بیماری آنفلوآنزا که در سبزواری تلفات داده بود پودر سفید رنگی را تهیه کرده بود، آن را در آب می ریخت و به مریض ها می داد تا از پیشرفت بیماری جلوگیری کند و به این خاطر دکتر غنی را عده ای دکتر دوغی می گفتند.

از دیگر فعالیت های دکتر غنی در سبزواری نامزد شدن او برای مجلس بوده است. مخالفانش برای کوبیدن او و شکست در انتخابات وی را به بهایی بودن متهم کردند زیرا او رقیب نسبتاً قوی برای میرزا حسن و کیل بوده است. پدر خانم دکتر با تغییر نام به خضرائی به شهرستان یزد فرار کرد زیرا (بها) سبزواری را (مدینه الخضر) نام گذاشته بود. خضرائی در یزد شناسایی شد و طبق فتوای یک روحانی سبزواری بنام شیخ محمد جعفر سبزواری به قتل رسید (ص ۲۴- مجله یغما-



۱۸

شماره

۳۵

زمستان

۹۰



# چشم‌ها را باید شست جور دیگر باید دید

فرزانه سلیمانی

نام یک خیابان در مرکز شهر را به ایشان اختصاص داده اند و نام یک دبیرستان را هم به اسم ایشان نام گذاری نموده اند. و از قدیم اهالی محترم سبزوار هنگام نصیحت به فرزندان خود همواره دکتر غنی را مثال می زده اند و از تحصیل کرده ها می خواسته اند که دکتر غنی را الگو و سرمشق خویش سازند و با زبان شیرین سبزواری به بچه های خود می گفته اند که اگر می خواهی برای خودت کسی باشی و برای جامعه مفید و مؤثر باشی برو... غنی... شو! دکتر غنی در کتاب خاطرات خود درباره عید و فاءالنیل مطلبی از مقریزی آورده که خواندنی است. هر ساله در روز عید و فاءالنیل مردم مصر یک دختر زیبا و باکره ای را زنده به رودخانه نیل پرت می کردند و آن را نذر عروسی، با خدای نیل می دانسته اند و در مقابل آب رودخانه زیاد می شده است. اما پس از فتح مصر توسط اعراب عمر عاص والی مصر از انجام این عمل و قربانی دختران جلوگیری کرده و اتفاقاً در همان سال قحطی آب و خشکسالی حادث می گردد. عمر و عاص نامه‌ای برای عمر بن خطاب خلیفه ی دوم نوشته و ماجرا را شرح می دهد و تقاضای کمک برای جلوگیری از خشکسالی و قحطی آب می کند. عمر بن خطاب در جواب عمر و عاص نامه ای نوشته و از او می خواهد که این نامه را به درون رودخانه بیندازد. متن نامه عمر بن خطاب چنین است:

ای نیل به نام خدای یگانه از تو می‌خواهم فیضان کامل کنی. اگر تا به حال با اراده ی خود جاری بوده ای هر چه خواهی بکن ولی اگر فیضان با اراده خدای تعالی بوده ما از خدا مسئلت می کنیم که فیضان کامل به تو عنایت فرماید. از قضا پس از انداختن نامه عمر خلیفه دوم به رودخانه آب نیل فیضان کرده و بالا آمده است و مردم جشن گرفته اند.

منابع:

- ۱- تذکره سخنوران بیهق
- ۲- خاطرات دکتر قاسم غنی
- ۳- مجله پنما

بعد از ظهر یک روز پاییزی در منزل روی صندلی راحتی در کنار دستگاه صوتی نشسته ام و در حالی که به نوای دلنشین شهرام ناظری گوش می کنم سعی می کنم تمرکز لازم را پیدا کنم تا در مورد تفاوت دیدگاه های مختلف در مورد کم توانان ذهنی بنویسم.

و حال این سؤال به نظرم می رسد که چرا در بیشتر جوامع این قشر و یا حتی کسانی که با آنان در ارتباط هستند مورد تمسخر و بی احترامی قرار می گیرند؟ چه ویژگی هایی در آنها باعث تمسخر و تحقیر شان می شود؟ آیا آنها غم و شادی، تنهایی و رنج را احساس می کنند یا نه؟ و به اصطلاح عموم آیا آنها چیزی می فهمند؟

در ابتدای پرداختن به این مبحث باید بدانیم که به چه افرادی کم توان ذهنی اطلاق می شود.

کم توان ذهنی به افرادی اطلاق می شود که بر اثر ایجاد نارسائی و نقص در کنش مغز دچار حدی از کم توانی ذهنی گردیده اند، در نتیجه قادر به انجام امور شخصی و تکالیف اجتماعی خود در مقایسه با همسالان و افراد مشابه خود نمی‌باشند. وگرنه روح بلند آدمیت فراتر از هرگونه معلولیتی

کم توان ذهنی به افرادی اطلاق می شود که بر اثر ایجاد نارسائی و نقص در کنش مغز دچار حدی از کم توانی ذهنی گردیده اند، در نتیجه قادر به انجام امور شخصی و تکالیف اجتماعی خود در مقایسه با همسالان و افراد مشابه خود نمی‌باشند. وگرنه روح بلند آدمیت فراتر از هرگونه معلولیتی

کم توان ذهنی به افرادی اطلاق می شود که بر اثر ایجاد نارسائی و نقص در کنش مغز دچار حدی از کم توانی ذهنی گردیده اند، در نتیجه قادر به انجام امور شخصی و تکالیف اجتماعی خود در مقایسه با همسالان و افراد مشابه خود نمی‌باشند. وگرنه روح بلند آدمیت فراتر از هرگونه معلولیتی

به دلیل تجربه کم و عدم شناخت کافی شکاف و تفاوتی عمیق بین افراد به اصطلاح سالم و طبیعی اجتماع با معلولین ذهنی احساس می‌کردم و تصور این بود که آنها چیزی نمی‌فهمند و یا به عبارتی دارای زندگی نباتی هستند.

با گذشت زمان و در اثر ارتباط بیشتر با آنها متوجه شدم که برخلاف تصور، در پی کلمات ساده ای که بر زبان می آورند دنیایی از معنا و زیبایی را می شود احساس کرد و لذت بخش‌تر اینکه در میان کلمات و جملاتشان به دنبال کشف معنی و احساس هستند. یعنی چیزهایی فراتر از لغات و بی نهایت زیبا در دل کلماتشان پنهان شده است.

در هر لحظه کلامشان، هر لحظه نگاهشان، هر لحظه لبخندشان و هر لحظه حضورشان قدر و اندازه ای بالاتر از آنچه که به

ظاهر تحقق می یابد، می توان احساس کرد.

شاید موشکافی در این مسائل و پاسخ به سؤالات فوق ناشی از قرار گرفتن خودم در این مسیر و به دلیل تمسخر و طعنه بعضی از نزدیکان و اطرافیانم بود.

طی کردن این مسیر چند سالی طول کشید، برایم مهم نبود چرا که زمانی چشمهایم را شستم و جور دیگری دیدم، نفس عمیقی کشیدم و قلبم سرشار از رضایت شد، و آن زمانی بود که برای اولین بار به اروپا سفر کردم، و به دلیل عشق و علاقه ی

است. به عبارتی آنها هم گل‌هایی هستند که تنها کمی از ساقه خود دور مانده‌اند. به یاد دارم در سال های دور گذشته یا اولین سال های شروع کاری ام در این مؤسسه

# حال که دیده ام را خانه تکانی کرده ام...

بی حد و و حصری که به کارم داشتم در حین سفر به چند کشور از مؤسسه ها و مکان هایی که معلولین ذهنی نگهداری می شوند بازدید کردم. و به سبب حساسیت های شخصی به نحوی وادار به ریزبینی بیشتری در ارتباط با دیدگاه ها و برخورد مردم عادی با اینگونه افراد شدم. مشاهده این همه تفاوت در نگاه مردم به معلولیت آزارم می داد. وقتی می دیدم که مربیان آنها با تمام قوا در آموزش و نگهداری شان به بهترین وجه کوشش می کردند و از غفلت در نگهداری و هتک حرمت در آنها اثری دیده نمی شود، و یا تعلیم آنها را که همراه با صبر و حوصله فراوان بود با خودمان مقایسه می کردم، تازه متوجه شدم که ما تا در روش تعلیم فرهنگ اجدادمان به نسل جدید و فرزندان خود تغییرات اساسی و اجباری ندهیم، نمی توانیم در این زمینه ها انتظار نتایج موفقیت آمیزی داشته باشیم.

برای مثال چند نمونه از مشاهداتم را مقایسه می کنم.

وقتی در یکی از شهرهای هلند برای بازدید از یک کارگاه معلولین ذهنی رفته بودم بعد از وارد شدن و گذراندن لحظاتی به تماشای کارهای دستی معلولین، از مربی آنها اجازه خواستم که عکس بگیرم، بلافاصله مربی رو به بچه های معلول کرد و گفت: بچه ها این خانم از ایران اومدن و کارشان در ارتباط با بچه هایی مثل شماست، مایلند عکس شما رو بگیرند و برای دوستانتان که در ایران زندگی می کنند ببرند. شما اجازه عکس گرفتن میدین؟

چند ثانیه ای به هم نگاهی انداختند و با تکان دادن سر یک نفر از آنها که به ظاهر از نظر سنی بزرگتر بود به علامت تأیید همگی گفت: بله، اشکالی نداره، میتونه عکس بگیره.

دیدن این ماجرا من را به یاد آسایشگاه خودمان انداخت که روزانه چند نفری با دوربین وارد آسایشگاه می شوند و بدون اجازه و رضایت قلبی بچه ها و فقط با اجازه مسئولین از آنان عکس می گرفتند چرا که از نظر ما اجازه عکس گرفتن از آنها بی معنی و حتی خنده دار بود. یا زمانی که آنها را روی ویلچر برای خرید به فروشگاه های سطح شهر می آوردند صبر و حوصله مربیان آنها هنگامی که معلولین مشغول انتخاب لباس بودند را هیچگاه از یاد نمی برم و در آن لحظه از مؤسسه خودمان یادم می آمد که همه از در کنار آنها بودن و حرکت در خیابان ها و معابر عمومی با آنها شرم دارند.

یا زمانی که دیدم کارخانه فورد آلمان همه ی بسته بندی های خودش را به دست اینان می سپارد و پشت همه ی آنها ثبت می شود که این کار معلولین ذهنی است و جالب تر اینکه در هنگام خرید، اینگونه بسته بندی ها بیشتر خریداری می شوند باز به یاد اینجا می افتادم که زمانی که پیشنهاد شبیه

به این را در یکی از نمایندگی های معمولی سبزوار عنوان کردم کلی مورد تمسخر و خنده قرار گرفتم.

خلاصه کلام، این قبیل مشاهدات غمگینم می ساخت و مقایسه این روش ها با وضعیتی که ما در ایران داشتیم مرا بیشتر به تفکر وامی داشت که باید تغییر کرد و تغییر داد.

وقتی می دیدم این برخوردها شباهتی باهم ندارد، رنج می بردم و از خود سؤال می کردم ما کی و چه وقت باید از همه آگاهی و فرهنگ ریشه دار خود به نفع کشورمان استفاده کنیم؟ هرچه زودتر باید خودخواهی، خودنمایی و تفاخر بی دلیل و بی معنی را از خود دور ساخته و در تسکین آلام دردمندان و تقویت باور ایمان در وجودمان بکوشیم.

اکنون که دیده ام را خانه تکانی کرده ام و خود را در این حال می بینم، گویی از شدت سرور و شادمانی بال گشوده و در آسمان ها پرواز می کنم، راستی دامنه خیال پردازی اگر در مسیر هدف های نیک و خدمت به خلق باشد بسیار زیبا و شادای افزاست.



# داستان کوتاه

## شبهوت شهرت

دو دوست هم باشگاهی، روبروی هم ایستادند و یک بار دیگر دست دوستی به هم دادند و با خوف از دست دادن مدال، با دلی ترسان و لبی خندان به هم نگرستند.

مدت زیادی بود که دوستانه باهم تمرین می کردند، گردش میرفتند، و به خانه‌ی هم رفته، هم کاسه و هم سفره می شدند و امروز، که توانسته بودند پشت هماوردها را به خاک برسانند، برای اول و دومی روبروی هم ایستادند تا نیرومند ترین مرد شهر انتخاب شود.

سوت آغاز مبارزه زده شد. هر دو کمی پس رفتند و پیش آمدند. آهسته به دور رینگ چرخیدند و هریک آماده هجوم به دیگری شد.

با تذکر داور، مبارزه جدی گردید و اولین هجوم از سوی یکی و سپس یورش از سوی دیگری آغاز شد. هر یک در تلاش زدن زخم کاری تری به هم‌آورد خود بود و تداوم این تلاش، آتش خشم آنها را تیزتر می کرد و بر شدت زخم زدن آن‌ها دم به دم می افزود.

در پایان راند اول، چشم یکی از گلادیاتورها، و گونه دیگری آسیب دیده بود و در آغاز راند دوم، لیختندی بر لب هیچ کدام دیده نمی شد.

با سوت داور، به هم یورش بردند و زدند و زدند تا با از نفس افتادن هر دو، سوت پایان راند زده شد. اکنون به زخم‌های پیشین شکافی در ابرو، و آسیبی بر بینی نیز افزوده شده بود.

در نیمه ی دوم راند سوم، در پی مشت سنگین، فک یکی از آنها از جا در رفت و مشت دوم، شکاف ابرو را بزرگتر کرده؛ خون بر چهره اش ریخت، و با مشت سوم که با شدت هر چه بیشتر برفک آسیب دیده خورد، گلادیاتور بر زمین افتاد.

گلادیاتور ایستاده چنان که گویا هرگز افتاده را نمی شناسد و به دشمن خونی خود می نگرد، بالای سر او ایستاد تا شمارش به آخر برسد و داور دست او را بالا بگیرد.

گلادیاتور پیروز، همچنان که باخنده‌ای برخاسته

<sup>۱</sup> - گلادیاتور: بردگانی که در رُم باستان برای کشتن هم دیگر تربیت می شدند تا تماشاگران لذت ببرند.

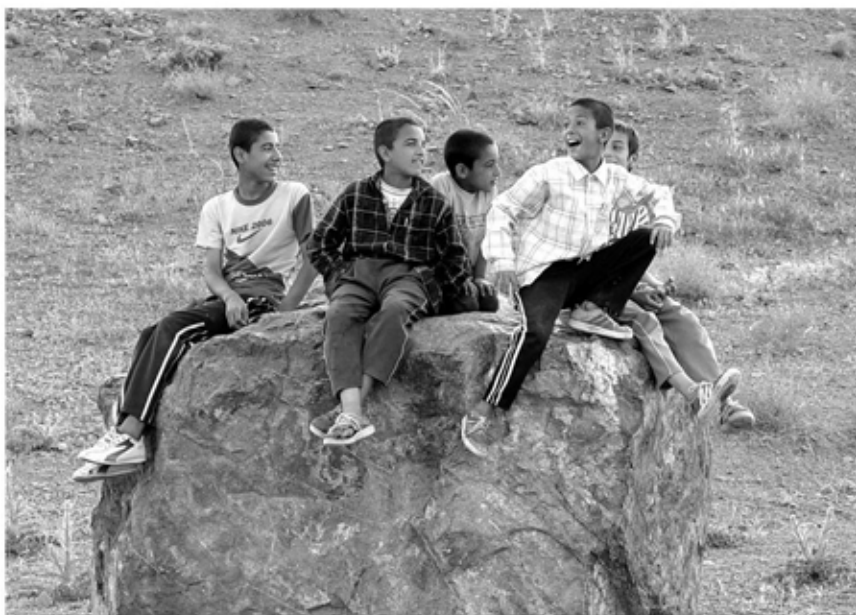
از شادمانی اول شدن، چهره ی خونالود دوست دیروزش را می نگریست به آویخته شدن فلز زرد بر سینه و ایستادن بر سکوی افتخار فکرمی کرد. ج. فرهدنیا

## دو روز مانده تا پایان جهان

یک روز مانده به پایان جهان، تازه فهمید هیچ زندگی نکرده است. تقویمش پر شده بود و تنها دو روز خط نخورده باقی مانده بود. پریشان شد و آشفته و عصبانی نزد خدا رفت تا روزهای بیشتری را از خدا بگیرد. داد زد و بد و بیراه گفت، خدا سکوت کرد. آسمان و زمین را به هم ریخت، خدا سکوت کرد. جیغ زد و جار و جنجال راه انداخت، خدا سکوت کرد به پر و پای فرشته و انسان پیچید خدا سکوت کرد. کفر گفت و سجاده دور انداخت، خدا سکوت کرد. دلش گرفت و گریست و به سجاده افتاد، خدا سکوتش را شکست و گفت: «عزیزم اما یک روز دیگر هم رفت. تمام روز را به بد و بیراه، جار و جنجال از دست دادی، تنها یک روز دیگر باقیست. بیا و لااقل این یک روز را زندگی کن.» لابلای حق هقش گفت: اما با یک روز! با یک روز چه کار می توان کرد؟! خدا گفت: «آن کس که لذت یک روز زیستن را تجربه کند، گویی که هزار سال زیسته است و آنکه امروزش را در نمی یابد، هزار سال هم به کارش نمی آید.» و آن گاه سهم

یک روز زندگی را در دستانش ریخت و گفت: حالا برو و زندگی کن. او مات و مبهوت به زندگی نگاه کرد که در گودی دستانش می درخشید. اما می ترسید حرکت کند، می ترسید راه برود. می ترسید زندگی از لای انگشتانش بریزد، قدری ایستاد... بعد با خودش گفت: وقتی فردایی ندارم، نگه داشتن این زندگی چه فایده ای دارد، بگذار این یک مشت زندگی را مصرف کنم. آن وقت شروع به دویدن کرد، زندگی را به سر و رویش پاشید، زندگی را نوشید، زندگی را بوید و چنان به وجد آمد که دید می تواند تا ته دنیا بدود، می تواند بال بزند. می تواند پا روی خورشید بگذارد. می تواند... او در آن یک روز آسمان خراشی بنا نکرد، زمینی را مالک نشد، مقامی را به دست نیاورد اما... اما در همان یک روز دست بر پوست درخت کشید. روی چمن خوابید کفش دوزکی را تماشاش کرد. سرش را بالا گرفت، ابرها را دید و به آنهاپی که نمی شناختش سلام کرد و برای آنها که دوستش نداشتند از ته دل دعا کرد. او در همان یک روز آشتی کرد و خندید و سبک شد، لذت برد و سرشار شد بخشید، عاشق شد و عبور کرد و تمام شد. او همان یک روز زندگی کرد، اما فرشته ها در تقویم خدا نوشتند، امروز او درگذشت، کسی که هزار سال زیسته بود...!

منبع: اینترنت



# شاه‌زی ای یار خوشی سودای ما

(راز شاد زیستن)

فرزانه سلیمانی

اینکه چرا باید شاد بود؟ و راز شاد ماندن و یا به عبارت ساده تر بهانه های کوچک برای شادی چیست؟ مبحثی است که از این شماره به آن می پردازیم.

و اما چرا باید شاد بود؟

خوشحالی چیزی است که همه ما دنبال آن می گردیم. بعضی از افراد خیلی به سختی به آن دست می یابند و بعضی ها... خیلی راحت.

چرا؟

چون آن ها با بارش یک برف، شنیدن صدای یک دوست، خواندن یک کتاب و حتی یادآوری یک خاطره خوب، احساس خوشحالی می کنند و این حقیقت به ما ثابت می کند که خوشحال بودن به دنیای درونمان ربط دارد نه به دنیای اطراف. هر کدام از ما ارزش های متفاوتی در زندگی مان داریم. بعضی در خانه ای با قاشق های نقره ای متولد می شویم و برخی از ما در خانه ای که به زحمت در آن یک وعده غذا پیدا می شود. با این حال احساس خوشحالی می کنیم. چرا که بیشتر از آنچه که به دارایی ها و داشته های مادی و معنوی دیگران فکر کنیم به آنچه خودمان داریم فکر می کنیم و گاهی اصلا نمی دانیم آنچه دیگران دارند و ما نداریم چیست؟ چون برایمان مهم نبوده و نیست. چرا که هرگز داشتن مال و اموال نشانه خوشبختی و بینوایی و فقر نشانه بدبختی نیست اگر چنین بود ثروتمندان شادترین و فقرا بدبخت ترین افراد بودند در حالی که همیشه چنین نیست.

پس خوشحالی درونی ترین، ساده ترین و طبیعی ترین احساس است. زندگی موهبتی است که به ما ارزانی شده و تا امید هست زندگی باید کرد ما قدرت آن را داریم که نومییدی را به امید، شکست را به

پیروزی و اشک را به خنده مبدل سازیم به شرطی که به زندگی و شگفتی های آن، به لذت ها، ناامیدی ها، رنج ها و دردها «بله» بگوییم.

اگر بخواهیم شاهد تجلی شادی باشیم باید کوشش کنیم کلماتی از قبیل «بله» «امکان دارد»، «همیشه»، «امیدوارم» و ... را در فرهنگ لغات خود وارد کنیم. باید تصمیم بگیریم از همین لحظه با عشق و غوطه ور در عشق زندگی کنیم تا معنی و مفهوم حیات و شاد زیستن را درک کنیم و از آن لذت ببریم.

شاد بودن آن قدر هم سخت نیست و فرهنگ باستانی ایرانیان بر اساس شاد بودن و شاد کردن پایه گذاری شده است تا انسان ها بتوانند قدرتمند تر و تندرست تر زندگی کنند.

با بررسی فرهنگ ایران کهن و جستجوی ریشه تاریخی شادی و غم در آیین و رسوم زندگی ایرانیان باستان با آن پیشینه درخشان تاریخی که موجب افتخار تمام ایرانیان هست و خواهد بود، پی می بریم که مردم ایران روزگاری شادترین مردم روی زمین بوده اند. با توجه به «سرودهای زرتشت»، در آغاز آفرینش دو گوهر در جهان بوده است، یکی گوهر خرد و اندیشه نیک و دیگری گوهری زشت و بدخواه.

گوهر نیک نامش سپنتا مینو و آن گوهر زشت، آنگر مینو یا اهریمن بود. به گفته اوستا، انسان در گزینش یکی از این دو راه آزاد است. کسانی که راه نخست و نیک را برگزینند رستگار می شوند و زندگی و فرجام خوشی می یابند. کسانی که راه دوم را برگزینند چون با خواست و میل خود این کار را کرده اند روزگاری زشت و فرجامی بسیار بد خواهند داشت.

در سروده های اوستا می خوانیم:

اینک سخن می دارم.

برای شما ای خواستاران.

و برای شما ای دانایان.

از دو نهاده ی بزرگ.

و می ستایم.

اهورا و اندیشه ی نیک را.

و دانش نیک و آیین راستی را.

تا فروغ و روشنایی را دریابید.

و به رسایی و شادمانی برسید.

پس.

بهترین گفته ها را به گوش بشنوید.

و با اندیشه ی روشن بنگرید.

و هر یک از شما برای خویشتن.

از این دو راه یکی را برگزینید.

و پیش از رویداد بزرگ.

هر یک بدرستی آگاه شوید.

و این آیین را بیاموزید و بگسترانید"

پس، ایرانی غم ها را بشوی، زندگی کوتاه است. بهشت در زندگی ماست ولی فقط برای کسانی متجلی می شود که دلشان ناب و بی غش باشد. این افراد دلیر و امیدوار زندگی می کنند تا همیشه شاد و با نشاط باشند و از زندگی بهره مند شوند. درست است که گفته اند زندگی به یک شب تار می ماند، باید چراغ خود را با دست خود بیفروزیم و زندگی خود را روشن کنیم.

و به نظر من در این مورد زیباترین تعبیر را سیاوش کسرایی به کار برده است که در پایان به آن استناد می کنم:

گفته بودم زندگی زیباست

گفته و ناگفته ای بس نکته ها کاینجاست

آسمان باز

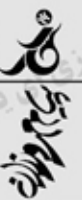
آفتاب زر

باغهای گل

دشت های بی در و پیکر

سر برون آوردن گل از درون برف

تاب نرم رقص ماهی در بلور آب



۲۲

شماره

۳۵

زمستان

۹۰

# کدبانوگری

## حلوای هویج

### دستپخت ارومیه



### حلاوت حلوا در نهایت سرما

این بار به جای غذا می‌خواهیم شما را با یک دسر غافلگیر کنیم. دسری که در آن علاوه بر یک سبزی انواع مغزها نیز به کار رفته و ارزش غذایی ویژه‌ای به آن بخشیده است. به خصوص در این روزهای زمستانی که خوردن انواع دسرهای شیرین بسیار لذت‌بخش است....

#### • همراه این دسر

شما می‌توانید برای شیرین کردن این حلوا از شیره میوه‌هایی مانند انگور و انجیر یا حتی عسل استفاده کنید و به جای خامه به آن پودر شیرخشک بیفزایید. به این ترتیب میزان چربی دریافتی‌تان نیز کمتر خواهد شد

### مواد لازم:

- هویج رنده شده: ۴ لیوان
- شکر: ۲ لیوان
- کره: ۴ قاشق غذاخوری
- خامه: ۳ قاشق غذاخوری
- بادام: ۱۲ عدد
- پسته: ۱۶ عدد
- گردو: ۸ عدد
- هل و زعفران: به میزان دلخواه

### طرز تهیه:

ابتدا هویج‌های رنده شده را بخارپز کنید. سپس آنها را در تابه‌ای که در آن کره داغ شده بریزید. آنگاه زعفران و هل را اضافه کرده و مدام این مخلوط را به هم بزنید. بعد از گذشت چند دقیقه شکر را بیفزایید و سپس گردوی پودر شده و پسته و بادام خلال شده را اضافه کنید و باز هم آنها را هم بزنید تا ته نگیرد. در مرحله پایانی خامه را اضافه کرده و بعد از چند دقیقه حرارت دیدن آن را سرو کنید.

### • خواص هویج

این سبزی که رنگ خود را از بتاکاروتن دارد، غذایی مناسب همین ماده مغذی به حساب می‌آید به طوری که با خوردن ۱۰۰ گرم هویج ۵۲۳۰ میکروگرم بتاکاروتن به بدن می‌رسد. می‌دانید که بتاکاروتن خاصیت آنتی‌اکسیدانی دارد و از بروز سرطان جلوگیری می‌کند اما کودکان و نوجوانان، کسانی که به عفونت مبتلا هستند و جراحی انجام داده‌اند، الکل می‌نوشند، سیگار می‌کشند، دیابت دارند و در معرض هوای آلوده هستند، بیشتر در معرض کمبود این ماده مغذی قرار دارند و بهتر است هر روز از منابع آن استفاده کنند. به این ترتیب عادت دادن خود به خوردن یک تا ۲ عدد هویج عادت مناسبی است. گذشته از این‌ها هویج پتاسیم قابل ملاحظه‌ای نیز دارد بنابراین مصرف مرتب آن به کسانی که از فشارخون بالا رنج می‌برند هم توصیه می‌شود.

بوی عطر خاک باران خورده در کهسار

خواب گندمزارها در چشمه مهتاب

آمدن، رفتن، دوییدن

عشق ورزیدن

در غم انسان نشستن

با به پای شادمانی‌های مردم پای کوبیدن

کار کردن کار کردن

آرمیدن

چشم انداز بیابانهای خشک و تشنه را دیدن

جرعه‌هایی از سبوی تازه، آب پاک نوشیدن

کوسفندان را سحر گاهان به سوی کوه راندن

همنفس با بلبلان کوهی آواره خواندن

در تله افتاده آهو بچکان را، شیر دادن

نیمروز خستگی را در پناه دره ماندن

گاه گاهی

زیر سقف این سفالین بام‌های مه گرفته

قصه‌های در هم غم‌راز نم‌های باران شنیدن

بی تکان گهواره‌ی رنگین کمان را

در کنار بام دیدن

یا شب برفی

پیش آتش‌ها نشستن

دل به رویاهای دامنگیر و گرم شعله بستن

آری، آری زندگی زیباست

زندگی آتشگهی دیرینه پا برجاست

گر بیفروزش رقص شعله‌اش از هر کران

پیداست

ورنه خاموش است و خاموشی گناه ماست .

شاد باشید.



کدبانوگری

۲۳

شماره

۳۵

زمان

۹۰

شاد

# سلامت و طول عمر را در خوراکیها پیابیم

گردآورنده: زهرا یحیی زاده

تریداس) جزو مواد خواب آور و مسکن بوده و ضرر سایر مواد مخدر را ندارد. ضماد پخته ی آن با کمی روغن زیتون معالج باد سرخ، دمل و کورک و ورم چشم می باشد. بذر آن به مقدار یک قاشق قهوه خوری برای معالجه نفس تنگی و سینه پهلو و نزله مفید بوده و از آن برای قطع احتلام و ضعیف و متعادل ساختن شهوت استفاده می گردد. نوع بیابانی کاهو، ضد تشنج، ملین، خواب آور و مدر بوده و بیشتر آن را جهت رفع یرقان تجویز می کنند.<sup>۲</sup>

با این همه که گفتیم هنوز ناگفته های بسیاری در مورد این خوراکی موجود است چنانچه که در یکی از کتب قدیمی، از آن چنین یاد شده است:

"فاضل ترین همه بقولها (سبزیجات) خس(نام عربی کاهو) است. آماس های گرم ساکن کند. (ورم ها را از بین ببرد). اگر شیر کاهو را اندر شیر زنان کنند و اندر چشم ریزند، چشم را روشن گرداند و ریشی(زخمی) که اندر چشم بود ببرد و درشتی که از بیرون چشم بود ببرد. خواب آورد، خلطی محمود انگیزد و صفرا را نیک باشد و اندر معده نباید. نیش کژدم و زنبور و مار را نیک باشد.<sup>۳</sup>

"کاهوی وحشی(بیابانی) تسکین دهنده ی نگرانی، اضطراب و ناراحتی های عصبی است. این گیاه برای درمان سرفه، آرام کردن دستگاه گوارش فعال و بر طرف کردن دردهای مفصلی نیز قابل استفاده است.<sup>۴</sup>

همین دلیل سالاد کاهو را باید قبل از غذا و یا همراه آن خورد زیرا بعد از غذا ایجاد ناراحتی های معدی می کند کاهو خنک بوده و تشنگی را تسکین می دهد. رنگ چهره را باز کرده و معالج یرقان بوده و مجرای طحال را باز می کند. مسکن اعصاب است و دلپره و اضطراب را از بین می برد. اگر شیرابه ای که (شیر سفید کاهو) در برگ و ساقه و ریشه کاهو (بخصوص نوع وحشی آن) جریان دارد را گرفته و در حرارت آفتاب خشک کنند، از آن ماده ای بدست می آید که افیون کاهو (لاکتو کاریم) نام دارد. این افیون خواب آور، دارای کمی کائوچو، قندی شبیه قند شیر خشت و مقدار قابل توجهی ویتامین ای بوده که برای مغز مفید است. شهوت را متعادل کرده، مسکن درد قاعدگی است و در بیماری های اطفال مخصوصا سرفه و برنشیت سودمند می باشد. کاهو معالج بی خوابی، درمان یبوست صفراوی و سودایی، ملین، ادرار آور، مسکن درد معده و پانزهر سموم نیش حشرات است و پخته آن غذائیت بیشتری دارد. عصاره برگ و ساقه کاهو

تمدن بزرگ ایران از زمانی که مرکز پزشکی گندی شاپور را داشته تا کنون، مهد پرورش طبیبان حادثی است که با شناسایی و استفاده از گیاهان مفید دارویی، به بیماران از طریق درمان طبیعی پرداخته اند. آنان با استفاده از خوراکی ها در درمان بیماری ها، تجربیات ارزشمند خویش را که از قدیم ترین روزگار سرچشمه گرفته، تا این دوران در اختیار ما گذاشته اند تا اندکی از احتیاجات علم پزشکی را برآورند. خوراکی مفید دیگری که در این قسمت معرفی می گردد، آشنای دیرینه ای است که گاه با سکنجبین و گاهی به صورت سالاد بر سر سفره شما حاضر گردیده است.

"کاهو گیاهی است یکساله، دارای برگ های پهن و ساقه سبتر که در میان برگ ها قرار دارد. آن را خام می خورند و با آن سالاد هم درست می کنند."<sup>۱</sup>

"کاهو انواع بستانی و وحشی دارد و در اثر تربیت و پرورش، نژاد های مختلفی از آن بوجود آمده است. انواع کاهو دارای ویتامین های آ و ب و سرشار از ویتامین ث بوده و به همین دلیل ضد رقت خون است و خون را اصلاح و تصفیه می نماید. سرشار از املاح آهن، کلسیم، منیزیم، منگنز، ید، روی سدیم و مس بوده و به علت داشتن مس؛ خارش دهانه رحم را از بین برده و از ترشحات بیرنگ زنانه جلوگیری می کند و به دلیل وجود روی و منگنز در آن؛ از سفید شدن موی سر جلوگیری کرده و مانع ریزش مو می شود. کاهو محرک اشتهاست و با کمی سرکه و ادویه ی مناسب غدد دستگاه گوارش را تحریک کرده، باعث ترشح شیره معده شده و در نتیجه به هضم غذایی که بعدا خورده می شود کمک فراوان می کند. به



<sup>۱</sup> فرهنگ عمید - حسن عمید - انتشارات امیر کبیر تهران .

<sup>۲</sup> - زبان خوراکی ها- ج ۲ دکتر غیاث الدین جزایری- نشر امیر کبیر.

<sup>۳</sup> الاپنیه عن حقایق الادویه- موفق الدین ابو منصور علی الهروی- انتشارات دانشگاه تهران.

<sup>۴</sup> درمانگر سبز- پنه لوب اودی- احمد بردبار- نشر یاهو.





# دوی داد ۱۵

## ۱۳ شهریور:

همکار عزیز سازمان بهزیستی خراسان رضوی جناب آقای قیصری به اتفاق سرکار خانم کیانی مسئول توانبخشی اداره بهزیستی سبزوار، از مؤسسه خیریه معلولین ذهنی امیرالمؤمنین(ع) بازدید کردند. خدماتی که در این آسایشگاه به مددجویان ارائه می شود مورد تأیید مهمانان عزیز قرار گرفت و راهنمایی های لازم از جانب ایشان ارائه گردید. همچنین آقای قیصری با حضور خود در محل خانه باران در جریان اقدامات انجام شده و مشکلاتی که در زمینه تحویل زمین مورد نیاز این طرح مردمی بوجود آمده قرار گرفتند.

## ۱۳ مهر:

به مناسبت هفته نیروی انتظامی عده ای از همکاران و مددجویان ما به ستاد این نیرو در سبزوار رفته و از نزدیک ضمن آشنایی با پرسنل محترم نیروی انتظامی این هفته را به آنها تبریک گفتند. این بازدید که بدون برنامه قبلی انجام شد بسیار مورد توجه فرماندهان و کارکنان نیروی انتظامی قرار گرفت.

## ۱۵ مهر:

به دعوت روابط عمومی شهرداری سبزوار از مددجویان مؤسسه خیریه امیرالمؤمنین(ع) عده ای از آن ها برای شرکت در مسابقه خلق بزرگ ترین نقاشی دیواری به دست کودکان سبزواری شرکت کرده و نقاشی های زیبایی کشیدند. در پایان از مهری بشنیحی مددجوی این مرکز تقدیر شد.

## ۱۵ مهر:

امروز جمعه عده ای از خدام بارگاه امام رضا به مناسبت ایام ولادت ایشان از این مرکز

بازدید نمودند بازدید این عزیزان فضای روحانی خاصی را بر آسایشگاه حکم فرما کرد، خصوصاً زمانی که مددجویان نامه های خود به امام رضا را به خدام حرم دادند تا به امام رضا تقدیم نمایند. این جمع ۴۳ نفره برای سال دوم است که از این مرکز بازدید می نمایند.

## ۱۱ آبان:

مؤسسه خیریه معلولین ذهنی امیرالمؤمنین(ع) سبزوار به عنوان یک مؤسسه مردم نهاد در جشنواره سراج که در مشهد مقدس برگزار شده بود شرکت نمود و به مدت سه روز از ۱۱ تا ۱۳ آبان ماه با ارائه یک غرفه در سالن همایش های صدا و سیما به معرفی خود پرداخت. در پایان هم به عنوان یک مؤسسه موفق به دریافت یک لوح یادبود نایل آمد.

## ۲۷ آبان:

وزیر محترم کشاورزی جناب آقای دکتر خلیلیان به اتفاق نمایندگان محترم شهر و معاونت محترم استاندار و هیأت همراه از آسایشگاه بازدید کردند.

در این بازدید ایشان در جریان اقدامات انجام شده برای نگهداری این مددجویان قرار گرفته و از فعالیت های مؤسسه تقدیر نمودند.

## ۱۱ آذر:

یازدهم آذر ماه ساعت ۹ بعد از ظهر دو نماینده محترم شهرستان جنابان آقایان محسنی و بروغنی به مناسبت روز جهانی معلولین این آسایشگاه را مورد بازدید قرار دادند. به دنبال همکاری های صمیمانه نمایندگان محترم و به دنبال دعوت آسایشگاه از ایشان جلسه

صمیمانه ای نیز در این بازدید با حضور مدیران مؤسسات خیریه امیرالمؤمنین(ع) و خانه باران سبزوار در حضور آنها برگزار گردید.

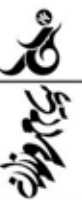
نمایندگان محترم از روند فعالیت های مؤسسه خیریه امیرالمؤمنین ابراز رضایت نموده و سپس مدیر عامل مؤسسه راجع به مشکلات آسایشگاه سخنانی ایراد کرد.

نکته مهمی که در این جلسه مورد بحث قرار گرفت، استفاده نشدن از تمامی ظرفیت های ایجاد شده در این آسایشگاه است. به این ترتیب که ما حداقل امکان پذیرش هفتاد مددجوی جدید را تهیه نموده ایم ولی چون ظرفیت یارانه ای ما روی عدد ۸۸ نفر قفل شده است این ظرفیت ها استفاده نشده باقی مانده است.

## ۱۳ تا ۱۶ آذر:

این ایام مصادف با روزهای عزاداری برای امام حسین(ع) و یاران باوفای ایشان در وقایع کربلای سال ۶۱ هجری بود، به همین علت هیأت های زیادی با حضور خود در بین مددجویان و کارکنان مشترکاً مراسم عزاداری را برگزار کردند. از جمله هیأت های مذهبی و عزاداری باید به هیأت عزاداران پیرحاجات و جان نثاران ولایت شم آبادی های مقیم سبزوار و جان نثاران کوشک سفلی سبزوار به مداحی جناب آقای حسین کارگری در شام غریبان و هیأت عزاداران کوشک علیا اشاره نمود.

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



۲۶

شماره  
۳۵

زمستان

۹۰



بازدید آقای قیصری و سرکار خانم کیانی



به مناسبت هفته نیروی انتظامی حضور مددجویان در ستاد نیروی انتظامی



شرکت مددجویان در مسابقه نقاشی



حضور موسسه در نمایشگاه و جشنواره سراج - مشهد مقدس



بازدید خدام بارگاه ثامن الحجج علی ابن موسی الرضا



بازدید وزیر محترم کشاورزی جناب آقای دکتر خلیلیان



عزاداری سالار شهیدان ابا عبدالله الحسین



عزاداری سالار شهیدان ابا عبدالله الحسین

۱۲  
آذر ماه

روز

جهانی

معلولین

گرامی باد



عکس : حمیدرضا مجیدی

# PAYAM-E-MEHRVARZAN

حسابهای کمک مردمی

سپهیا ملی: ۰۱۰۵۶۴۶۰۸۹۰۰۳

سپهر صادرات: ۰۲۰۵۷۶۵۵۸۰۰۰۴

جام ملت: ۱۶۲۲۷۲۲۳۸۷۲

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

[WWW.Mehrasa.ir](http://WWW.Mehrasa.ir)  
E-mail: [Payam\\_mehrvarzan@yahoo.com](mailto:Payam_mehrvarzan@yahoo.com)

تلفن: ۳۶۴۳۰۰۷-۹ ۳۶۴۶۰۰۱

صندوق پستی ۶۳۸