

# همدم

زمستان ۱۴۰۳ | فصلنامه فرهنگی، هنری، آموزشی، اطلاع‌رسانی  
موسسه‌ی خیریه‌ی توانبخشی همدم (فتح‌المبین) | ۵۴



به زمستان بگو که برگردد  
این طرف، دست سنگ هم، نرم است  
گل همدم شکفته در دیماه  
بس که اینجا، دم خدا گرم است....

علیرضا سیاهی لاین

**همگامان مجازی و یاران واقعی همدم!**  
سپاس که همچنان با ما هستید تا در باغ دل‌های مهربان، بذر محبت و نیکی بکاریم. لطفا صفحه‌ی آثار هنری دختران همدم را به عنوان نهالستان عشق به دیگران نشان دهید و با همراهی و حمایت، این پیج را به خیرخواهانی مثل خودتان معرفی کنید.

 [art\\_hamdham](https://www.instagram.com/art_hamdham) ■  [www.hamdam.org](http://www.hamdam.org)



به نام خداوند برف سپید  
که در اوج شبهاست، نور امید  
خدای زمستان سرد و سیاه  
که داریم از او، آتش مهر و ماه  
خدایی که بی هیچ پوشاکِ چرم  
دل آدم برفی از اوست گرم؛  
به نام خودت، ای خدای عزیز  
شد آغاز در همدم این فصل نیز...





آنچه در این شماره می خوانید

فصلنامه فرهنگی، هنری، آموزشی، اطلاع رسانی  
موسسه‌ی خیریه‌ی توانبخشی همدم (فتح المبین)  
شماره‌ثبت: ۷۳۳۱۹ | شماره پنجاه و چهارمین از مستان ۱۴۰۳

صاحب امتیاز:  
موسسه‌ی خیریه‌ی توانبخشی همدم (فتح المبین)

مدیر مسوول: دکتر زهرا حجت  
مسوول شورای سیاست گذاری: جعفر شیرازی نیا  
سر دبیر و ویراستار: علیرضا سپاهی لایین

هیأت تحریریه: مریم همایونی، محمد رحیمی

همکاران این شماره: دکتر علی شمس

گروه توانبخشی: صدیقه بختیاری، محبوبه سادات مشرف و بهنام فرقانی

مترجمان: فرزانه فریدونی، دکتر فخری رضائیان

گرافیک، صفحه‌آرایی و نظارت چاپ: اعظم منعمی‌زاده

عکس: اکرم ابراهیمی، سعید احمدی، محمدرضا جلیل‌زاده  
مصطفی یوسفی، علیرضا عزیزی و اعظم منعمی‌زاده

چاپ و صحافی: موسسه هنری، آموزشی آبرنگ



عکس جلد: اکرم ابراهیمی  
طرح جلد: اعظم منعمی‌زاده

۳	سخن مدیر مسوول
۴	یادداشت سردبیر
۵	یک نفس زندگی / دعای مادر و دکتر ایشان
۶	زندگی دختران این خانه
۸	یک نفس زندگی / داروندار، از نگاه نویسنده
۹	خبرهای این خانه
۱۷	همدمانه
۱۸	مصاحبه با خیرین
۲۱	یک نفس زندگی / در زمین مردمان، خانه مکن
۲۲	گزارش ویژه
۲۴	شعر بخوانیم با همدم
۲۶	گزارش ویژه
۲۸	نشان نیکوکاری
۳۰	یک نفس زندگی / دزد و قاضی
۳۱	چند لحظه علمی و آموزشی
۴۴	عثمان
۴۶	معرفی فیلم
۴۸	معرفی کتاب
۴۹	همدردی
۵۰	معرفی کوتاه موسسه
۵۱	حق عضویت
۵۳	معرفی کوتاه موسسه (انگلیسی)



تضمین زندگی و زیبایی، محتاج یکدیگرند، همچنان که روز محتاج شب است و بهار محتاج زمستان. از این منظر، موسسه‌ی خیریه‌ی توانبخشی همدم، یک جهان کامل است و یک منظومه‌ی جامع از نکات و احوالات درس آموز. فرزندان این موسسه، فرصتی هستند برای کسانی که مستعد خورشید بودن اند، تا در تاریک‌ترین فصول زندگی از عمق انجماد و سرمای زندگی دیگر آدمیان سر برآورند و چنان بدرخشند که هم خانه‌ی خویش را گرم و روشن کنند و هم جان و جهان دیگرانی را که در یلدا‌ی طبیعت و مشیت الهی، چشم به راه اند تا ایستگاهی باشند برای آزمون بخشندگی و درخشندگی انسانهای خورشیدی‌آور و خیر‌باور. یلدا‌ی امسال، می‌تواند سرآغاز جوشش چشمه‌ی مهر شما باشد، در زمستان زندگی آنان که ناخواسته در فصل توفانی و تیرگی طولانی حیات خویش گیر افتاده‌اند و منتظر گرمای نور و حضور شما هستند. بفرمایید، خورشید باشید.

## زمستان شد، بفرمایید خورشید!

• زهرا حجت

فصل پاییز را با تمام رنگ‌های زیبا و برگ‌ریزان غمبارش پشت سر گذاشتیم و یک بار دیگر به سرآغاز دی‌ماه و زمستان سرد رسیدیم.

این چرخش ایام و دگرگونی فصول، همچنان که بر عمر آدمها اضافه می‌کند، همه‌ساله همچون راهی که از تابوهای راهنمای زندگی پر است، نکاتی را نیز به ما یادآور می‌شود و از جمله این که؛ زمان می‌گذرد، زندگی سرد و گرم بسیار دارد، روزگار گاه تیره و طولانی و گاه روشن و شاد است و در این میان، آدمی هرگز نباید امیدش را به فردای تابناک از دست بدهد.

شب یلدا، مثل همیشه پرچمدار زمستان است؛ شبی که طولانی‌ترین شب سال است، اما در بطن و متن خود، رازی دیرین و شیرین دارد و آن این که؛ چشمه‌ی نور، درست از تاریک‌ترین نقطه‌ی هستی جوشیدن می‌آغازد!

دقیقا در همان زمانی که طولانی‌ترین شب سال و کوتاه‌ترین روزش را تجربه می‌کنیم، چرخه‌ی کهکشان و منظومه‌ی شمسی، بر مدار هستی بشر دوباره به چرخش معکوس می‌پردازد تا روزها را به تدریج طولانی‌تر و شب‌ها را کوتاه‌تر کند تا آنجا که در نوروز آینده، این چرخه به تعادل برسد و بهاری از رنگ‌های زندگی و گرمای امید، به جهان و جهانیان هدیه کند. راستی را، این گردش، این چرخه، این دگرگونی، این سرد و گرم شدن‌ها و تاریک و روشن شدن‌های متوالی، برای ما آدمها چه پیامی دارد؟

شما نیکان روزگار، این پیام را بهتر از ما می‌دانید و می‌خوانید اما حسب یادآوری عرض می‌کنم که؛

پیام این تغییرات، دورکن اساسی دارد، از این قرار: یکی اینکه؛ هیچ حرکتی مستدام و یکسان و ثابت نخواهد ماند و همواره باید منتظر تحولات و اتفاقات جدیدی باشیم. و دوم این که؛ باید حواسمان باشد آدمها برای تداوم بقا و

## غلام همت آن نازنیم؛ که کار خیر، بی روی وریا کرد

• علیرضا سپاهی لایین

زبان شیرین و دلنشین فارسی، وقتی به حوزه‌ی ادبیات می‌رسد، برآستی اوج می‌گیرد و این اوج‌گیری در همه‌ی ابعاد فرمی و محتوایی، عالی و مثال‌زدنی است. اما از شکل ظاهر که بگذریم از منظر موضوعات و مضامین انسانی و عاطفی و اخلاقی نیز، ادبیات ما، همواره پیشتاز و انسان‌ساز بوده است. در این خصوص کافی است نگاهی داشته باشیم به مهمترین آثار ادبیات فارسی از مبدعان سبک خراسانی تا کسانی همچون رودکی و فردوسی تا شعرای قرون ششم و هفتم و مبتکران سبک عراقی چون سعدی و حافظ و سپس سبک هندی و دوره‌ی بازگشت و بعد از آن ادبیات خلاق معاصر همه و همه چه در عرصه‌ی نوآوری‌های زبانی و چه در باب ارزش‌های محتوایی و مضمونی، سرشار از نکات مهم ادبی و اخلاقی است. برای همین هم آثاری چون بوستان و گلستان سعدی، قرن‌ها در مکتب‌خانه‌های ایران به عنوان منبع و مرجع متون تربیتی و تمثیل کلام دینی و مذهبی مطرح بوده و درس داده شده‌اند.

این موضوع را برای این شماره از فصلنامه‌ی همدم برای این انتخاب کردم که به ارزش کار خیر در ادبیات منظوم پارسی برسم و در این میان، با توجه به اینکه شماره‌ی تازه‌ی فصلنامه‌ی همدم در سرآغاز فصل زمستان و همزمان با شب یلدا منتشر می‌شود حسب سنت‌های یلدایی، غزلی زیبا از حافظ عزیز را هم با هم بخوانیم که در آن ضمن ایباتی گیرا و گویا، به یک موضوع بسیار اساسی اشاره دارد و آن انجام کار خیر، فارغ از رنگ و ریا و به تعبیر امروزی تر به دور از مانورهای تبلیغاتی است:

سحر بلبل حکایت با صبا کرد  
که عشق روی گل با ما چه‌ها کرد

از آن رنگِ رُحْم، خون در دل افتاد  
وز آن گلشن، به خارم مبتلا کرد

غلام همت آن نازنیم  
که کار خیری بی روی وریا کرد

من از بیگانگان دیگر نفالم  
که با من هرچه کرد آن آشنا کرد

گراز سلطان طمع کردم، خطا بود  
وراز دلبر وفا جُستم، جفا کرد

خوشش باد آن نسیم صبحگاهی  
که درد شب نشینان را دوا کرد

نقاب گل گشید و زلف سُنبل  
گره بند قَبای غنچه وا کرد

به هر سو بلبل عاشق در افغان  
تَنَعْم از میان، باد صبا کرد

بشارت بر به کوی می فروشان  
که حافظ توبه از زهدِ ریا کرد

وفا از خواجگان شهر با من  
کمال دولت و دین «بوالوفا» کرد



## دعای مادر و دکتر ایشان



آن روز، پزشک و جراح مشهور (دکتر ایشان) برای شرکت در یک کنفرانس علمی که برای بزرگداشت و تکریم او و دستاوردهای پزشکی اش برگزار می شد، با عجله به فرودگاه رفت.

بعد از پرواز ناگهان اعلام کردند که به خاطر اوضاع نامساعد هوا و رعد و برق و صاعقه که باعث از کار افتادن یکی از موتورهای هواپیما شده، مجبوریم در نزدیکترین فرودگاه فرود اضطراری داشته باشیم.

پس از فرود، دکتر بلافاصله به دفتر استعلامات فرودگاه رفت و خطاب به آنها گفت: من یک پزشک متخصص جهانی هستم و هر دقیقه برای من برابر با جان خیلی از انسانهاست. شما چطور می خواهید که من ۱۶ ساعت در این فرودگاه منتظر هواپیما بمانم؟

یکی از کارکنان گفت: جناب دکتر، اگر خیلی عجله دارید می توانید یک ماشین کرایه کنید... تا مقصد شما سه ساعت بیشتر نمانده است. دکتر ایشان با کمی درنگ پذیرفت و پس از گرفتن ماشین براه افتاد. در وسط راه ناگهان اوضاع هوا نامساعد و بارندگی شدیدی شروع شد به طوری که ادامه دادن مسیر برای دکتر مقدور نبود.

پس از یک ساعت رانندگی، احساس کرد از شدت خستگی

و نامساعد بودن اوضاع جوی، راه را گم کرده است. کوفته و درمانده و ناامید، دقیقی به راهش ادامه داد که ناگهان کلبه ای کوچک توجه او را به خودش جلب کرد.

به کلبه نزدیکتر شد و توقف کرد و در را زد.

صدای پیرزنی را شنید که گفت: هر که هستی، در باز است بفرما داخل...

دکتر داخل شد و از پیرزن که زمین گیر بود خواست اجازه دهد از تلفنش استفاده کند.

پیرزن خنده تلخی کرد و گفت: کدام تلفن فرزندم؟ اینجا نه برقی هست و نه تلفنی. ولی بفرما و استراحت کن و برای خودت استکانی چای بریز تا خستگی در کنی و کمی غذا هم هست بخور تا جان بگیری.

دکتر از پیرزن تشکر کرد و مشغول خوردن شد، در حالی که پیرزن آنطرفتر، با خدای خودش مشغول دعا و راز و نیاز بود. در این لحظات، ناگهان متوجه طفل کوچکی شد که بی حرکت روی تختی خوابیده بود و پیرزن هرازگاهی بین زمزمه هایش او را تکان می داد.

پیرزن مدتی طولانی به دعا مشغول بود که دکتر به او گفت: من شرمنده این لطف و کرم و اخلاق نیکوی شما شدم امیدوارم که دعاهایتان مستجاب شود.

پیرزن، خیلی آرام و با اعتماد به نفس گفت: مستجاب شده است... شما، رهگذری هستید که خداوند سفارش ما را به شما کرده است. حالا دعاهایم همه قبول شده است بجز یک دعا.

دکتر ایشان گفت: چه دعایی؟

پیرزن گفت: این طفل معصومی که می بینید، نوه من است که نه پدر دارد و نه مادر و یک بیماری مزمن دارد اما همه پزشکان اینجا از علاجش عاجزند. به من گفته اند که یک پزشک جراح بزرگ به نام دکتر ایشان هست که قادر به علاج این طفل است، ولی خیلی از ما دور و دسترسی به او مشکل است. من هم نمی توانم این بچه را پیشش ببرم. می ترسم این طفل بیچاره و مسکین خوار و گرفتار شود. پس داشتم از خدا می خواستم که کارم را آسان کند.

دکتر ایشان، در حالی که چشمه ی گرم اشک از چشمش سرازیر شده بود، گفت:

به خدا که دعای تو آسمان را به باریدن وا داشت، باعث زدن صاعقه شد و هواپیماهایی را از کار انداخت تا اینکه من دکتر را بسوی تو بکشاند و من هرگز باور نداشتم که خدای بزرگ با دعای یک پیرزن و برای طفلی کوچک، این همه اسباب را مهیا و به سوی آنها روانه می کند.



## آه از پرنده، در قفس تنگ زندگی...

● مریم همایونی



ستایش وارد کتابخانه شد. کتاب قبلی که خوانده بود تحویل داد و با اشتیاق دنبال کتاب جدید می‌گشت. تا سوم راهنمایی درس خوانده و طوری حرف می‌زند که گویی از زمان‌های دور هم را می‌شناسیم و باهم دوست هستیم!

شاید اگر شرایطی بهینه در کودکی و نوجوانی می‌داشت می‌توانست شرایط بهتری داشته باشد...

با هم در شرایطی کاملاً دوستانه به گفتگو نشستیم. از کودکی‌اش گفت، از دردها و خوشبختی‌های اندک‌ش. از پدر و مادر و برادرش...

گفت: پدرم کارگر و بنای ساده‌ی ساختمان بود. به خاطر نفرین‌های مادرم از بالای ساختمان افتاد و مُرد؛ چون پدر بی‌مسئولیتی بود...

ستایش تمام عمرش بر این باور بوده است که پدرش در جوانی با نفرین مادر با زندگی وداع کرده! خدا را چه دیدی؟ شاید پدر از آن زندگی پرمرارت و درد راحت شده؛ آن زندگی تلخی که برای نداشتن کمترین و بدیهی‌ترین امکاناتش باید مدام سرزنش می‌شد و مدام سرکوفت «بی‌مسئولیتی» را می‌شنید.

شاید بهتر این بود که بعد از پدر، برادرش مرد خانواده باشد اما برادر بر اثر سانحه‌ی تصادف دچار معلولیت از ناحیه‌ی چشم شد و ابتدا کم‌بینا و بعد از مدتی نابینای کامل شد و به دردهای این خانه، درد بزرگتری افزود. مادر هر روز رنجورتر از قبل با کارگری و سختی جوانی را طی کرد و وارد میان‌سال‌ی و سالمندی شد و هر روز دردمندتر از روز قبل، در نهایت سختی با روزگار دست و پنجه نرم کرد.

ستایش به اصرار مادرش برای فرار از مشکلات مجبور شد تن به ازدواجی اجباری بدهد. ازدواجی که اساس آن با عشق تعریف نشده بود و مجبور شد با فردی که دچار قطع‌ی نخاع است ازدواج کند و راهی خانه‌ی بخت شود. خانه‌ی بخت هم خانه‌ی آرام‌بخشی نبود و مصیبت‌های روزگار با رنگ و جلوه‌ای بدتر از خانه‌ی پدری خودش را نشان داد و دیری نگذشت ستایش با دردهای بیشتر دوباره به همان خانه برگشت.

مادر ستایش، حالا پیر شده بود و دیگر توانایی کار کردن نداشت. برادر نابینای ستایش هم با انبوه مشکلات دنبال زندگی خودش رفته بود و مادر از فرط ناتوانی راهی خانه‌ی سالمندان شده بود؛ ستایش ماند و صد آسمان که در آن حتی یک ستاره هم نداشت.





خانواده‌ای خیر، مدتی سرپرستی و مسئولیت ستایش را بر عهده گرفتند اما بعد از چند وقت به خاطر مشکلات ستایش از جمله بیماری صرع که با آن گریبانگیر است، از آنجا هم رانده شد. تاریخ انقضای خوشبختی اش زود به انتها رسید و ستایش ماند و حیرانی از روزگار و به صورت خود معرف خودش را به اداره‌ی بهزیستی معرفی کرد تا سرپناهی برای ادامه‌ی زندگی اش بیابد. و این‌گونه بود که دست تقدیر، راه همدم را پیش پای ستایش گشود و او هم همدمی شد. حالا ستایش ما از دختران نازنین خانواده‌ی بزرگ همدم است و چه خوب که برای این آرامش همیشه شکرگزار است و این شکرگزاری را همیشه به زبان می‌آورد.

کتاب به دست در حال رفتن از کتابخانه بود که گفتم یک خاطره تعریف کن و بعد برو. گفت: بعد از پرت شدن پدرم از بالای ساختمان، بدترین خاطره‌ام زمانی بود که من بیرون از خانه بودم و مادرم از فرط خستگی و سختی‌های روزگار اقدام به خودکشی کرد؛ قرص خواب خورد و شیرگاز را باز کرده بود که خفه شود و بمیرد! اما همسایه‌ها فهمیدند و مادرم را به بیمارستان رساندند. حال مادرم اصلاً خوب نبود و دوست داشت بمیرد... و چه تلخ است مادر به جایی برسد که با وجود فرزند، رفتن را به جای ماندن انتخاب کند... خوشا رها کردن و رفتن؛ به خوابی دیگر و به مُردابی دیگر. خوشا ماندابی دیگر در ساحلی دیگر و به دریایی دیگر. خوشا پرکشیدن، خوشا رهایی، خوشا اگر نه رها زیستن، مُردن به رهایی؛ آه، که این پرنده، در این قفس تنگ، نمی‌خواهد بخواند...



## داراوندار، از نگاه یک نویسنده!

در سال‌هایی که در یک شرکت معروف تولید پوشاک مشغول به کار بودم، متوجه شدم که شرکت لباس‌هایی را که فروش نمی‌رود، دور می‌اندازد...! فوری به رئیس شرکت مراجعه کردم و از او پرسیدم: چرا این محصولات را به جای انداختن در میان زباله‌ها در میان کسانی که به این لباس‌ها نیاز دارند، پخش نمی‌کنید؟! رئیس این‌گونه پاسخ داد: محصولات ما را فقط ثروتمندان می‌توانند بخرند. اگر این لباس‌ها را در تن فقرا ببینند، ناراحت می‌شوند. جدای از این، ارزش معنوی شرکت هم پایین می‌آید و ما ضرر می‌کنیم... آن روز فهمیدم که فقر به خاطر این نیست که فقرا را نمی‌توانیم سیر کنیم. بلکه علت فقر این است که نمی‌توانیم ثروتمندان را سیر کنیم!!

چارلز بوکوفسکی

# خبرهای خوب این خانه

مروری بر خبرهای همدم، در سه ماهه‌ی پاییز ۱۴۰۳

[www.hamdam.org](http://www.hamdam.org) [📍](#) [📷](#) [@hamdamcharity](#)

خبرها کهنه نمی‌شوند. مشروح اخبار همدم‌رامی توانید در فضای مجازی دنبال کنید اما اشاره‌ای کوتاه در این صفحات برای یادآوری مهربانی و تشکر از دوستان همدم است.





## اظهارشادمانی همدمی‌ها از انتصاب دکتر سید جواد حسینی

اهالی همدم، ضمن ابراز شادمانی از انتصاب دکتر سید جواد حسینی به ریاست سازمان بهزیستی کشور، اظهار امیدواری کردند که در ایام مدیریت ایشان، همه شاهد توسعه‌ی خدمات انسان دوستانه به فرزندان بی‌سرپرست و معلول ایران زمین باشند.



## آموزش گروه‌های غذایی به فرزندان این خانه

به مناسبت روز جهانی غذا، گروه‌های مختلف مواد غذایی شناخت و اهمیت علامت استاندارد و یادگیری تشخیص غذاهای مفید و مضر به فرزندان موسسه‌ی همدم آموزش داده شد.



## ارسال تبریک اهالی همدم برای انتصاب استاندار جدید

فرزندان و کارکنان موسسه‌ی توانبخشی همدم، با ارسال پیامی، انتصاب شایسته‌ی دکتر غلام حسین مظفری را به عنوان استاندار خراسان رضوی، تبریک گفتند.

## مدیرکل راه و شهرسازی خراسان رضوی

### و همکاران در همدم

در سرآغاز مهر ۱۴۰۳، مهندس داعی؛ مدیرکل راه و شهرسازی خراسان رضوی، به همراه معاونین و جمعی از اعضای هیات مدیره ی همدم، به دیدار فرزندان این خانه آمدند و کارکنان این موسسه، تشکر کردند.



## تقدیر همدمی‌ها از همدلی شهرسازان

در پی بازدید مهندس داعی (مدیرکل راه و شهرسازی خراسان رضوی) و همکارانشان از همدم، مدیران موسسه نیز به دیدارشان رفتند و با اهدای هنرهای دستی فرزندان این موسسه، از همدلی شهرسازان شهرمان تقدیر کردند.



## مرکز بهداشت پایگاه شفا

### و غربالگری فشار خون سالمندان همدم

به مناسبت گرامیداشت روز جهانی سالمندان، دکتر لیدا عارفی (از متخصصین مرکز بهداشت پایگاه شفا)، ضمن برگزاری کارگاه آشنایی با بیماریهای واگیردار، به یاری همکارانشان، غربالگری فشار خون فرزندان سالمند همدم را نیز به انجام رساندند.





## حضور همدم دوستان جدید، در موسسه

علی تبریزی (قهرمان پرورش اندام) همراه با حاج مهدی اکبری (مداح اهل بیت) با حضور در جمع فرزندان هنرمند موسسه‌ی همدم، نام خود را در لیست همدم دوستان ایران زمین ثبت کردند.



## تقدیر و سپاس همدمی‌ها از همسایه‌های پلیس

در هفته‌ی بزرگداشت نیروی انتظامی، خدمت‌گزاران همدم با خادمین امنیت بولوار عبدالمطلب مشهد در کلاتری شفا‌ی‌دار و به آنها لوح تقدیر و سپاس، اهدا کردند.



## دیدار با سرهنگ مظلوم و تبریک هفته‌ی نیروی انتظامی

دیدار اهالی همدم با جناب سرهنگ مظلوم (رییس پلیس اماکن مشهد) و تبریک هفته‌ی نیروی انتظامی به ایشان و همکاران پرتلاش‌شان.

## حضور موثر فرزندان همدم در دومین کنفرانس حقوق کودک

فرزندان همدم با نمایش گوش‌هایی از توانمندی کارگاه‌های هنری خواهران‌شان، در دومین کنفرانس بین‌المللی حقوق کودک در هتل پردیسان مشهد، حضوری موثر داشتند.



## حجت اشرف زاده و تاکید بر هنردرمانی در دیدار با دختران همدم

حجت اشرف زاده بعد از دیدار با دختران همدم گفت: «هنردرمانی فرزندان همدم، یکی از روش‌های اصولی و علمی توانبخشی موسسات نگهداری فرزندان بی‌سرپرست، در تمام ایران است.»



## نگهداری فرزندان بی‌سرپرست جامعه جزو برترین عبادت‌هاست

حجت الاسلام و المسلمین ناصر نقویان ضمن بازدید از همدم گفت: «خدمت و نگهداری فرزندان بی‌سرپرست جامعه، جزو برترین عبادت‌هاست که در دین اسلام به آن سفارش فراوانی شده است.»





## دیدار گروهی از فرهنگیان، در آدینه‌ی همدان

جمعی از فرهنگیان و علاقمندان نیکوکاری، همزمان با آخرین آدینه‌ی آبان، در خیریه‌ی توانبخشی همدان حاضر شدند و ضمن دیدار با فرزندان این خانه، برای خویش و مهمانان خیراندیش خاطره‌ای خوش رقم زدند.



## لوح تقدیر کلاتری شفا برای مدیریت همدان

در هفته‌ی بزرگداشت معلولان، خادمین امنیت کلاتری شفا، ضمن اهدای لوح تقدیر به مدیران توانبخشی همدان با فرزندان این خانه نیز، دیدار کردند.



## دانشگاه علوم پزشکی مشهد و بزرگداشت معلولان در همدان

دکتر عظیمی استاد دانشگاه علوم پزشکی مشهد، به همراه جمعی از دانشجویان، به مناسبت هفته‌ی گرامیداشت معلولان به دیدار فرزندان و خادمین موسسه‌ی همدان آمدند.



## تبریک همدمی‌ها به ریاست اداره‌ی امور شعب بانک ملی



دکتر زهرا حجت و جمعی از اعضای هیأت مدیره‌ی این موسسه، به منظور عرض تبریک انتصاب آقای علی اصغر نظری به ریاست اداره‌ی امور شعب بانک ملی خراسان رضوی و تقدیر از زحمات سیستم بانکی استان، در دفتر ایشان حضور پیدا کردند و لوح قلم زنی کارستان هنرمند دختران همدم با طرح لوگوی بانک ملی تقدیم ایشان گردید.

## بزرگداشت روز پرستار با حضور گروه هنری «ایوار» در همدم



به مناسبت ولادت حضرت زینب (س) و بزرگداشت روز پرستار، بانوان گروه هنری «ایوار» به دیدار دختران همدم آمدند و ضمن برگزاری جشنی خودمانی با حضور آنان، از پرستاران کوشا و توانای توانبخشی همدم تقدیر شد.

## رئیس‌الوکلا استان: خدمت به فرزندان همدم، افتخار بزرگی است



دکتر رضا حضرتی (رئیس هیئت مدیره مرکز وکلای قوه قضاییه خراسان رضوی)، ضمن دیدار با خادمین و فرزندان همدم گفت: «خدمت به فرزندان پرتلاش و بی‌ریای همدم که جزو شهروندان باکرامت شهرمان هستند، افتخار بزرگی است و امیدوارم ما نیز در کنار خادمین موسسه برای توسعه‌ی این خدمت معنوی، توفیق همکاری داشته باشیم.»



## دیدار مسئولین شهرداری منطقه ۲ مشهد با فرزندان همدم

به مناسبت هفته‌ی بزرگداشت معلولان نمایندگان شورای اجتماعی محله‌ی شهرداری منطقه ۲ مشهد به دیدار فرزندان همدم آمدند.



## دیدار اهل رسانه با اهالی همدم

حسین سعیدی (مدیرعامل و مدیرمسئول روزنامه‌ی خراسان)، وحید تفریحی (سردبیر خراسان رضوی) و همراهان در دیداری با صفا و پرمهر به مناسبت گرامیداشت هفته معلولان به دیدار فرزندان و خادمین موسسه‌ی همدم آمدند و ضمن تقدیر از مدیران توانبخشی همدم با تقدیم هدایای فرهنگی، مایه‌ی دلگرمی و خوشحالی اهالی این خانه شدند.



## گرامیداشت هفته‌ی معلولان و برگزاری نمایشگاه توانمندی دختران همدم

فرزندان همدم، به مناسبت هفته‌ی بزرگداشت معلولان با برپایی نمایشگاهی در بازارچه‌ی ویژه‌ی افراد توانبخشی شده در فرهنگسرای کودک و آینده، شرکت کردند.



## یک خواهش همدمانه، یک تقاضای صمیمانه

نیکوکار گرامی و همیار همدمی  
باسپاس فراوان از بزرگواری و بخشنندگی شما، خواهشمند است؛  
هنگام ارسال و اهدای کمک‌های نقدی به خیریه‌ی توانبخشی همدم، نهایت دقت را در نگارش  
اعداد و ارقام بفرمایید، چراکه عودت دادن وجوه واریز شده‌ی اضافی به شما، تنها با همراه داشتن  
دستور مقامات قضایی، میسر خواهد بود.  
همچون همیشه، از مهربانی مخلصانه و احسان عاشقانه‌ی شما سپاسگزاریم.

مدیریت موسسه‌ی خیریه‌ی همدم



## کار خیر، لذتی غیرقابل وصف دارد

گفت‌وگویی صمیمانه با همدم یار نیکوکار؛  
مجتبی اصیلی (مدیرعامل شرکت داروسازی مفید بهساز داروالتیام و توسعه دارو درمان مهرسام)

• آوات رحیمی



خوانندگان عزیز و همراهان هم‌راهی همدم، در این شماره از فصلنامه و در بخش گفت‌وگو با خیرین، بخت یارمان بود تا با یکی از خیرین جوان و خودساخته‌ی شهرمان به گفتگو بنشینیم و سخنانی بشنویم که هم برای جوانان جویای کار و هم برای عزیزان خیراندیش و خیرپیشه، شنیدنی و کاربردی است.

مجتبی اصیلی، مدیرعامل شرکت «داروسازی مفید بهساز داروالتیام» و «توسعه دارو درمان مهرسام» و چند شرکت دیگر عمرانی و تولیدی است.

مهندس اصیلی، به‌رغم گرفتاری‌های متعدد کاری تنها به یک دلیل حاضر شد با فصلنامه‌ی همدم به گفتگو بنشیند و آن این که می‌خواهد خوانندگان این مجله به ارزش کار خیر و نیکوکاری پی ببرند و با اهالی همدم بیش از پیش هم‌قدم شوند. صورت مکتوب این گفت‌وگو را تقدیم نگاه مهر بان و خاطر شریفتان می‌کنیم؛

**جناب آقای مهندس اصیلی، با سپاس برای فرصتی که در اختیارمان گذاشتید، برای شروع گفت‌وگو، لطفاً کمی بیشتر در مورد خودتان و کارتان توضیح بفرمایید.**

در آغاز، من هم سپاسگزارم از خادمین موسسه و مجله‌ی همدم برای انجام این مصاحبه. اینجانب مجتبی اصیلی هستم متولد سال ۱۳۶۳ در شهر مشهد. در حال حاضر، مدیریت چند شرکت دارویی و عمرانی و تولیدی را برعهده دارم و امیدوارم بتوانم ضمن این گفت‌وگو، تجربیات کاری و علاقمندی به کار خیر را به شما و خوانندگان عزیز مجله‌ی همدم منتقل کنم. در خصوص کارم، همینقدر می‌توانم بگویم آنچه امروز به دست آورده‌ام نتیجه‌ی ایمان راسخ به الطاف پروردگار و زحمات شبانه‌روزم بوده و مهم‌تر اینکه با ورود به جمع پرافتخار دوستداران همدم و با نذر و نیازهایی هرچند کوچک اما مسمت، خداوند به مال و زندگی بنده و خانواده‌ام برکت‌های بیشماری بخشیده است.

در خصوص گذشته‌ی زندگی‌ام باید به‌طور خلاصه بگویم که؛ اصالت خانوادگی من به روستای «پیوه‌ژن نیشابور» برمی‌گردد که به دهکده‌ی طلا مشهور است. دلیلش هم این است که اکثر اهالی آنجا یا طلاساز هستند یا طلافروش. من هرچند در میان خانواده‌ی تحصیلکرده‌ای به دنیا آمدم اما علاقه‌ای به کار کارمندی نداشتم و به همین دلیل بعد از دوران دبیرستان به شاگردی در طلاسازی یکی از هم‌ولایتی‌های عزیزمان پرداختم

بعد برای دیدار و بازدید از دفتر شرکت من به مشهد بیایند. من که بدون دفتر و شرکت بودم با کمک خداوند و پیگیری فراوان توانستم در عرض چند روز اتاقی ساده به عنوان دفتر کار، اجاره کنم اما چون ساختمانش در خیابان احمد آباد مشهد واقع بود، از موقعیت مکانی مناسبی برخوردار بود. با دوستانی که در امور دکوراسیون فعال بودند تماس گرفتم و از آنها خواستم به عنوان نمونه‌ی کارشان بیایند و دفتر کارم را مرتب کنند. با چند فقره چک، میز و صندلی خریداری کردم و هنگامی که مدیران «شرکت داروسازی سینا فراور» از اصفهان به مشهد آمدند با دیدن دفتر و محل کارم به من اعتماد کردند و تنها با یک فقره چک که آن هم نه چک بانکی بلکه چک اعتباری بود به اندازه‌ی ۳۰ میلیون تومان به من محصول دادند و اینگونه بود که وارد فعالیتهای دارویی شدم. بعد از مدتی خودم چند نفر بازارباب استخدام کردم و به لطف خدا توانستم شرکت دارویی خودم را هم افتتاح کنم که امروز افتخار می‌کنم یکی از خادمین فعال مردم ایران در بخش دارو و پخش فراورده‌های دارویی هستم.

### آقای مهندس، مسیر زندگی شما کی وارد کار خیرخواهی و نیکوکاری شد؟

یادم است مادرم همیشه فعال کار خیر و خیرخواهی بودند. ایشان به کودکان مردم قرآن یاد می‌دادند که این کار به صورت رایگان انجام می‌شد. این روحیه در بین من و برادر و خواهرهایم نمود خاصی پیدا کرد. من اولین بار پس از اولین سالی که در فروش محصولات دارویی بودم به یکی از دوستان متدینم گفتم خمس مال یکسال من را محاسبه کند. ایشان حساب کرد و پولش شد یکصد هزار تومان. چند روز بعد ایشان که یکی از دوستان قدیمی پدر من بودند در سرکشی به خانه‌ی ما گفت: «مجتبی جان آن صد هزار تومان شما خیلی برکت عجیبی داشت. من رفته بودم حرم امام رضا (ع) و مشاهده کردم طلبه‌ای جوان در یکی از صحن‌ها با حالتی غمگین نشسته و مشغول دعا کردن است. به او نزدیک شدم و پرسیدم چرا ناراحتی؟ گفت به قدری وضعیت مالی بدی دارم که محتاج نان امشب هستم. فی‌القرآن صد هزار تومان شما را به وی دادم و متوجه خوشحالی و شمع فراوان او شدم». وقتی این داستان را شنیدم با خودم عهد کردم و از خداوند خواستم تا وقتی زنده هستم افتخار خیر بودن نصیب من شود.

و با علاقه و شور زیادی این کار را دنبال می‌کردم تا اینکه در دانشگاه آزاد بجنورد پذیرفته شدم و به تحصیل در رشته‌ی مورد علاقه‌ام یعنی مهندسی عمران مشغول شدم.

### پس می‌توانیم بگوییم از همان نوجوانی و جوانی در فکر کار مستقل و به قول معروف کاری که مال خودتان باشد، بودید. دوست داریم در موردش صحبت کنید.

بله درست است. پدر من بازنشسته‌ی کارخانه قند چناران بودند و خودم می‌دانستم توان پرداخت هزینه‌های دانشگاه من را ندارد لذا سعی کردم کارهای جانبی مختلفی انجام دهم و حتی از گرفتن خوابگاه صرف نظر کردم و در مسافرخانه می‌خوابیدم. همزمان سعی کردم از همان ترم اول دانشگاه، کار کنم. از پیمانکاری و کار ساختمانی و سرپرست کارگاه‌های ساختمانی و عمرانی توانستم یک دستگاه پراید بخرم و بعد از درس‌های دانشگاه و حتی در زمان سر بازی با آن مسافرکشی کنم، طوری که به مدیر آژانس سپرده بودم هر وقت شب راننده خواستید می‌توانید به من زنگ بزنید تا مسافره‌های شما را جابجا کنم. اینطور بود که توانستم دوره‌ی دانشگاه و سر بازی را همزمان با کار کردن به پایان برسانم و حتی مبلغی هم پس‌انداز داشته باشم.

### و بعد از دانشگاه و سر بازی به چه کاری مشغول شدید؟

در دوره‌ی آموزشی سر بازی ام که در تهران بودم، یک روز از سرکنجکآوری به نمایشگاه شرکت‌های دارویی رفتم و با مدیران و غرفه‌داران چند شرکت شروع به گفت‌وگو کردم و بدون اینکه تجربه‌ی خاصی در این زمینه داشته باشم، به آنها گفتم می‌خواهم نماینده‌ی فروش شما در مشهد باشم. چند شرکت با من برخورد نامناسبی داشتند که البته در زمان حاضر از دوستان و همکاران خوب شرکت ما هستند. به هر صورت، فرم‌هایی تکمیل کردم و با یکی از آنها که اصالتاً اهل ارومیه بودند و در کار دمنوش‌های لاغری بودند، به توافق رسیدم. در زمان سر بازی یکی از کارهای دیگر من فروش دمنوش‌های لاغری همان شرکت بود. بعد از سر بازی با خودم گفتم باید فعالیت جداگانه و پردرآمدی داشته باشم تا روی پای خودم بایستم. از قضا یک روز مدیر یکی از همان شرکت‌های دارویی که من دو سال قبل در نمایشگاه تهران فرم نمایندگی‌شان را تکمیل کرده بودم با من تماس گرفت و گفت می‌توانی نماینده‌ی ما در مشهد باشی؟ من به آنها گفتم بله حتما و قرار شد چند روز



عنایت خداوند قرار گرفته و گرهی از مشکلات خانوادگی ما باز شده است. برای همین من هم ترغیب شدم که با همدم و اهالی این خانه آشنا شوم. بعد از مدتی که لیاقت کمک‌های مختصری به همدم داشتم، دیدم واقعا همانطور است که خانمم به من گفته بود. خیلی زود آثار و نتایج دوستی با همدم در کار و زندگی من خودش را نشان داد. برای همین تصمیم گرفتم درصدی از سود شرکت دارویی‌ام را به فرزندان این موسسه تخصیص دهم. شاید باورتان نشود اما من به فرزندان همدم حسودی‌ام می‌شود چرا که آنها بدون هیچ حساب و کتابی به بهشت خواهند رفت و من و امثال من باید کلی حساب و کتاب پس بدهیم. این معصوم بودن بچه‌هاست که من را ترغیب می‌کند هر کاری از دستم بر بیاید در حق آنها انجام دهم.

در کنار این بچه‌ها، خانم دکتر حجت و حاج آقای شیرازی نیا هم تاثیر خیلی زیادی در رفت و آمد بنده و دوستان دیگر دارند. مسئولیت‌پذیری آنها و روشن بودن حساب و کتاب‌شان مثال زدنی است. انگار خداوند آنها را برای خادم بودن ۴۰۰ دختر بی‌سرپرست همدم ساخته و وظیفه‌ی مشخصی برایشان تعیین شده است.

من وقتی می‌بینم بچه‌های موسسه با چه شوق و ذوقی به این دو بزرگوار مامان و بابا می‌گویند به جایگاهشان حسودیم می‌شود. من ایمان دارم که خداوند جایگاه خاصی برای پدر و مادر مهربان همدم در بهشت منظور کرده است و امیدوارم ما نیز در کنار ایشان لیاقت خدمت به فرزندان موسسه را داشته باشیم...

### چه داستان زیبایی برای شروع کار خیر داشتید. حس و حال یک انسان خیرخواه پس از کمک به دیگران چگونه است؟

من معتقدم آدم خیر و نیکوکار شریک سفره‌ی مردم است. این پولی که من در کار خیر خرج می‌کنم در واقع مال من نیست و خداوند می‌خواهد این افتخار را به من بدهد که از طریق من، روزی مردم مستمند به دست آنها برسند. در واقع انسان نیکوکار یک کاسب موفق است چون تا زمانی که در زنجیره‌ی خیرین این دنیا باشد شریک مال مردم است و درهای روزی خداوند به رویش گشوده است. من این را به عینه مشاهده کرده‌ام و در زندگی‌ام اگر چیزی دارم و همکاران عزیزم در کنار بنده مشغول به کار هستند، بخاطر کارهای خیری است که خداوند منان من را لایق انجام دادن آن کرده است. کار خیر، لذتی غیرقابل وصف دارد و حالا هم به همین دلیل قبول کردم با مجله‌ی شما مصاحبه کنم تا دیگران را هم به کار خیر تشویق کنم.

### آقای مهندس، اگر مایلید لطفا در پایان این گپ و گفت در مورد نحوه‌ی آشنایی با خیریه‌ی همدم هم توضیح بفرمایید؟

عرض کنم که؛ همسر من قبل از ازدواج، گاهگاهی به همدم و جمع دختران مهربان این موسسه می‌آمد و با آنها دوست شده بود. او همیشه از برکت حضور در میان این بچه‌ها حرف می‌زد و می‌گفت هر نذری که برای این بچه‌ها داشته‌ام مورد

## در زمین مردمان، خانه مکن

شخصی ۳۰ سال مشغول تجارت بود و ثروت عظیمی به دست آورد و زمین بسیار بزرگی خریداری کرد و ۳۰ سال دیگر کار کرد و باز هم ثروت کلانی به دست آورد و با آن ثروت، کاخ بسیار مجللی ساخت. زمانی که می خواست به آن کاخ نقل مکان کند، ماموران حکومتی گفتند که زمین شما آن طرف تر بود و زمین را عوضی گرفته ای کاخ را بر روی زمین دیگری ساخته ای و زمین خودت بایر مانده است.

مولانا میگوید:

ما هم همینطوریم

یک زمین داریم به نام بدن

و یک زمین هم داریم به نام روح.

ما فکر میکنیم بدن ما، زمین ماست و هرچه داریم خرج این بدن می کنیم و وقتی که می خواهیم بمیریم به ما میگویند: زمین شما، روختان بوده ولی شما روح را رها کرده اید و فقط بدن را آباد کرده اید

در زمین مردمان، خانه مکن

کار خود کن، کار بیگانه مکن

کیست بیگانه تن خاکی تو

کز برای اوست غمناکی تو

تا تو تن را چرب و شیرین میدهی

جوهر خود را نبینی، فر بهی

گر میان مشک تن را جا شود

روز مردن گند او پیدا شود

مُشک را بر تن مزن بردل بمال

مشک چه بود نام پاک ذوالجلال



## آن شب، شب مهتاب بود...



آیین‌های سنتی رقص محلی خانم‌ها و آقایان و مراسم کشتی باچوخه را هم شاهد بودند، مناظر و اتفاقاتی دیدند که در باب هر یک می‌توان ساعت‌ها و فصل‌ها نوشت. از جمله، فرصتی دست داد که سری هم به سد زاوین بزنیم و از حجم آبی خفته در بندآب و ترکیب جاویی رنگ‌های متنوع پاییز و درختان بستان و کوهستانش، قابی ماندگار و عکسی یادگار بیاویزیم بر دیوار ذهن و چشمان شگفت‌زده و شوق‌بارمان.

باری، در آن شب زیبای مهتابی و روز آفتابی بعد از آن، حسابی به ما و همکاران و فرزندان همدم خوش گذشت و البته در شیرینی این سفر عزیزانی هم نقش آفرین بودند که باید از برخی بزرگواران به‌طور ویژه یاد کنیم؛

خانواده‌ی محترم داماد جناب وحید عزیز و مردم مهمان‌نواز زاوین بخصوص آقایان ساجدی مهربان؛ مدیر بومگردی دالان که با عنایت سازمان میراث فرهنگی استان، میزبان جمع همدمانه‌ی ما بودند و مدیریت رستوران عموعلی برای پذیرایی گرمشان. و البته، آقارضا دری‌مقدم که فرمان‌هایس موسسه را با تسلط و نشاط و حوصله در دست داشت و جمع را به سلامتی در جاده‌ی پرپیچ‌وخم کلات بین مبدا و مقصد گرداند و به خانه برگرداند.

زاوین، شهری است بیلاقی و خوش آب و هوا در مسیر مشهد به کلات که پنج‌شنبه‌شب هفدهم آبان‌ماه امسال، به یک دلیل شیرین و دلنشین، میزبان ما و جمعی از همکاران همدمی ما بود.

زاوین‌شهر (شهر ابریشم)، که خود مشتمل بر سه زاوین علیا و وسطا و سفلاست و سدّ زاوینش برای طبیعت‌گردان خراسان و ایران، نامی شناخته‌شده‌است، در دامنه‌ی شمالی رشته‌کوه هزارمسجد و در فاصله‌ی ۱۰۰ کیلومتری مشهد و ۴۵ کیلومتری مرکز شهرستان کلات یعنی «کلات نادر» قرار دارد.

دلیل دلپذیر حضور ما در زاوین، شرکت در مراسم عروسی یکی از همکاران همدم بود که همانند فرزند دلبنده، سال‌ها چراغ روشنی‌بخش محفل ما به‌شمار می‌رفت و امسال دست تقدیر او را عروس شهر زیبای زاوین و شهرستان کلات کرد. حضور در مراسمی که دیدار با مردم خون‌گرم و خندان روستایی، مهمترین رهاورد و خاطره‌اش باشد، خود به‌تنهایی برای شکوه و شیرینی و به‌یادسپاری یک سفر کافی است اما در کنار این توفیق، همکاران همدم که به دعوت خانم دکتر حجت (مدیرعامل موسسه)، مسافر زاوین شدند و اجرای



همچنین یادمان نرود از سکانس پایانی سفر و تهیه‌ی سوغاتی‌های شیرین و دلچسب محلی از شهر همجوار زاوین یعنی «چنار» که در مسیر زاوین به مشهد واقع است و کسبه‌ی باصفا و مردم با فرهنگ و دست‌ودل‌بازش به‌ویژه برادرمان داود شفیعی نازنین، ما را میهمان روی خوش و معرفت چناری خویش کردند.

آن شب مهتابی و فردای آفتابی‌اش، در سفر به شهر زاوین و شرکت در یک عروسی سنتی، به‌همه‌ی ما خوش‌گذشت و حالا آرزو می‌کنیم، ایام زندگی عروس خانم و آقا داماد، در کنار هم و در جوار مردم شریف و آغوش باشکوه طبیعت، با شادی و خوشبختی کامل، سپری شود.

اجازه می‌خواهم حُسن پایان این گزارش کوتاه ایباتی باشد از غزل دوست شاعرمان قربانعلی صدوقی، شاعر جوان زاوینی که در شب عروسی، توفیق هم‌صحبتی با این عزیز نیز نصیبمان شد. این ایبات که به استقبال غزل معروف حافظ (اگر آن ترک شیرازی...) سروده شده‌است، به شما در شناخت طبیعت زاوین، کمک خواهد کرد؛

اگر آن یار زاوینی به دست آرد دل ما را  
به قد و قامتش بخشم‌النگ و کوه بتخارا  
وگر آرامشم بخشد چنان شاهان قاجاری  
به مهرش می‌دهم حتی ز او شرتا به هردا را  
برای جنگل زلفش که زیباتر شود باید  
بیخشم آبشار اُرتکند ناز و زیبا را  
به پاس پسته‌ی لب‌ها که شیرین کرده کامم را  
بر او بخشم تمام جنگل خواجوی دلوارا  
ز شالیزار لایین و از آن عطر خوشش بخشم  
به جای ادکلن‌های فرنگی، یار رعنا را  
به محراب نگاهش یا خم آبروی او بخشم  
تمام کاخ نادر را و برج ارغوان شارا  
برای دلبر شیرین چه ارزش دارد این جاها  
سزا باشد ببخشایی تمام ملک دنیا را...

ارادتمند؛ علیرضا سپاهی لایین



## برای همیشه تورا دوست دارم برای همیشه

نگونه

دلت با گل دختران شقایق یکی نیست

نگونه

که خیلی عجیبه برام باور این حکایت

برای همیشه

برای تو ای باغ آهسته من! نگو نه

که هم زندگی می‌کنم پا به پای درختان سروت

زمانی شکوفا و گاهی تکیده

و هم می‌توانم بمیرم برایت

زمانی که نجوا کنی و بگویی که وقتش رسیده

نگفتی!

بمیرم برای تو ای سرو آهسته‌ی من!

و یا ریشه در خاک

نه تنها نلرزم در آماج سرمای بی برگ و باری

که مانند شمشیر در کوره‌ی مهر

آماده و آبدیده، کنار ت بمانم برای همیشه

و با چشم‌هایم بینم

که دلگرم هستی تو در بوته‌ی یک شقایق

اگر خواستی زندگی می‌کنم پا به پای تو

ای سرو آهسته‌ی من! برای همیشه

و یا نه، بمیرم برایت

اگر خواستی پاک در بارش برف بر قله‌ی کوه‌های بلندت

و یا نه، بمیرم برایت

اگر خواستی مثل خاکستر عشق برباد، در دامن دشت و

ماهورهای لوندت

و یا نه، بمیرم برایت

اگر خواستی خونچکان، چاک و چالاک در رد پای پلنگان بیشه

نگو که دلت با شقایق یکی نیست

نگو نه! نگو که همیشه

که از جان و دل در کنار تو باشم برای همیشه

«همیشه» برایم تویی، باغ آهسته‌ی من! همیشه

برای همیشه تورا دوست دارم برای همیشه

تو را سرو آزاده‌ی من

تو را ای کهن بوم و بردوست دارم برای همیشه

[نگو که قراره به روی همین پاشنه، در بچرخه

نگو که قراره همین طور، تا لنگ ظهر قیامت

در و پنجره، قفل و بسته بمونه

نگو محتسب بارش و بسته و دیگه داروغه رسوا نمیشه

نگو تو و چشای من و بچه‌هامون دیگه بعد از این، برق امید پیدا

نمیشه

نگو ما که از دست رفتیم

ولی مشت این مافیایا نه تنها واسه ما، واسه هیچکس وا

نمیشه

خودت خوب می‌دونی

نمی‌تونی از شب بخوای شب نباشه

خلاصت کنم ما گریزی از این شب نداریم

ولی توو همین شب، میتونی که بیدار باشی و از پانیوفتی

اگه با تمام وجودت

اگه واقعا چش به راه سپیده بمونی

\_ بخشید

حواسم بهو رفت از اینجا به اونجا که داشتی می‌گفتی

راستی چی داشتی می‌گفتی؟

\_ فلانی! نبینم که از پانیوفتی





فقط ناامیدم نکن از خودت سرو آزاده‌ی من!  
فقط از خودم ناامیدم نکن باغ آهسته‌ی من!  
برای همیشه  
آره سخته چشم انتظاری  
آره استخون سوزه این شب  
ولی چاره‌ای نیست  
درسته که یلدای امشب بلنده  
حواست باشه! این شب آخرو کم نیاری  
حواست باشه! این شب آخرو واندی به غریبه  
حواست باشه تا خروسخون این صبح  
قبراق و بیدار باشی  
می دونم که خیلی عجیبه برات این حکایت  
ولی بشنو از من  
نگونه! نگو که نمیشه  
در این دشت‌های سراسیمه و زخم خورده  
برای نزول توای باغ آهسته‌ی من! بهار عزیزم!  
هم این آسمان، هم زمین، همزمان داره آماده میشه

می دونم که خیلی عجیبه برات باور این حکایت  
ولی بشنو از من  
الهی دلت با گل دخترن شقایق یکی شه  
الهی نصیبت بشه دشت ارژن  
نگونه! نگو که نمیشه]

\*محمد رضانی فرخانی

.....

پانوش:

۱. گل دخترن: در خراسان ما شقایق را گل دخترن

[با لام ساکن در گل] خطاب می‌کنند

## در آخرین روزهای پاییز همدم، میزبان دو میهمان عزیز بود



دکتر مظفّری، ضمن اشاره به اهمیت حضور مردم و خیرین در کنار خادمین همدم، گفت: «ما در دولت به تنهائی نمی‌توانیم از عهده‌ی مدیریت نیازهای مالی مراکز بزرگی همچون همدم برآییم و بی‌تردید حضور خیرین و مردم عزیز دیار امام رضا (ع) می‌تواند در این خصوص گره‌گشا باشد. خیرین تاج سرما هستند و خداوند را باید سپاسگزاری کنیم که در استان ما انسانهای بزرگی در این زمینه حاضرند و با همت جدی، هوای موسساتی چون همدم را دارند.»

استاندار خراسان رضوی در ادامه و پس از اینکه سخنان دکتر زهرا حجت (مدیرعامل همدم) را شنید، در مورد همایش نکوداشت حاج آقای صابری فر (رئیس هیئت مدیره همدم و نیکوکار با سابقه‌ی خراسانی) در دی ماه ۱۴۰۳ گفت: «بزرگداشت نیکوکارانی همچون حاج آقای صابری فرو و تکریم آنها خصوصاً در زمان حیاتشان مهم و ستودنی است. امروز خانم دکتر حجت گفتند ما می‌خواهیم به جای «زنده‌یاد» بگوییم «زنده‌باد» و این نگاه، نمایانگر مدیریت صحیح و اشراف مادرانه‌ی ایشان بر تمام جوانب این موسسه است. ایشان به همراه سایر خادمین، هم هوای فرزندان و هم هوای خیرین همدم را دارند. امیدوارم ما هم بتوانیم در کنار این عزیزان باشیم و مشکلات اداری آنها را برطرف کنیم.»

در ادامه‌ی دکتر سید جواد حسینی (رئیس سازمان بهزیستی کشور) هم ضمن اظهار لطف، گفت: «همدم مکانی برای آرامش بی‌پناهان و مددکاری برای مددجویان عزیز این استان و

در حالی که آخرین روزهای پاییز مشهد، بر آسمان و زمین پرده‌ای از یخ و برف کشیده بود، حضور دو میهمان بزرگ و بزرگوار، موجی از دلگرمی به همدم آورد و فضای موسسه را با حرارت صمیمیت و امید، به خاطره تابستان داغ مهربانی پیوند زد.

میهمانان همدم، رئیس سازمان بهزیستی کشور و استاندار خراسان رضوی بودند که حضوری صمیمی در همدم، با فرزندان و خادمان این خانه، گفتگو و فعالیت موثر و مثبتشان را تحسین کردند.

دکتر سید جواد حسینی (رئیس سازمان بهزیستی کشور) و دکتر غلامحسین مظفّری (استاندار خراسان رضوی)، ضمن حضور در همدم، با زندگی و توانبخشی فرزندان این موسسه آشنا شدند و از نزدیک با آنها به گفتگوی گرم و گیرا نشستند. در این دیدار خودمانی، استاندار خراسان رضوی بعد از اینکه یکی از فرزندان موسسه هنر قلمزنی روی مس را تشریح کرد گفت: «نتیجه‌ی نگهداری و توانبخشی صحیح را در مراکزی همچون همدم باید مشاهده کرد و تماشای نمونه کارهای هنری فرزندان عزیز همدم، نشان می‌دهد که دلسوزی، عشق و وجدان کاری در این موسسه حرف اول را می‌زند.»

حتی کل کشور است. این موسسه اقدامات مناسبی را به انجام رسانده که در سطح کشور کم نظیر است. امیدوارم با کمک مدیران استانی سازمان بهزیستی و استاندار عزیز دیار امام رضا (ع) ضمن ماندگاری و تداوم این اقدامات مثبت، بتوانیم از تجربیات خادمین همدم استفاده‌ی بیشتری بکنیم.»

دکتر حسینی، در ادامه گفت: «ما در سازمان بهزیستی دهها ماموریت داریم که در قبال مددجویان و اقشار کم توان عزیز کشورمان موظف به انجام آنها هستیم. خوشبختانه با حمایت رییس جمهور عزیز و سایر اعضای دولت توانستیم برای ماموریت‌های این سازمان بودجه‌ی مناسبی در مجلس شورای اسلامی به تصویب برسانیم.»

وی ادامه داد: «توانمندسازی فرزندان بی سرپرست ساکن در خانه‌های «شبه اجتماعی» هدف اصلی سازمان بهزیستی است که خوشبختانه در همدم شاهد اوج اجرای این اصل هستیم. من متوجه هستم که بعضی از فرزندان هنرمند و توانمند این موسسه حتی در سطح استادی در حال کار هستند و این نشان از مدیریت خوب خانم دکتر حجت و آقای شیرازی نیا دارد.»

از جمله لحظات زیبای این دیدار آنجاست که خورد که دکتر حسینی به یکی از فرزندان موسسه که مشغول فعالیت قلمزنی بود گفت: «دخترم کار شما خیلی هنری و زیباست. من می‌خواهم در زمان اتمام آن را خریداری کنم. در قبال آن از من و استاندار استان چه می‌خواهی؟ و فرزند هنرمند همدم بدون توجه به مسائل مادی گفت: «آرزوی من سلامتی شما و همه مردم

است و پول و وسیله‌ای نمی‌خواهم» همین حرف او باعث شد رییس سازمان بهزیستی کشور بگوید: «باید ساده‌زیستی و تکریم و تواضع را از این بچه‌های توانمند یاد بگیریم.»

ناگفته نماند که در ابتدای این دیدار خانم دکتر زهرا حجت ضمن معرفی موسسه گفت: «ما سعی کرده‌ایم در همدم، یک خانواده‌ی واقعی برای بچه‌ها بوجود بیاوریم نه شبه‌خانواده! اینجا فضایی لبریز از صمیمیت و توانمندی و تلاش شبانه‌روزی است که البته مادران موسسه در ایجاد آن، بیشترین زحمت را برعهده دارند و باید از خداوند منان بابت چنین همکاران خوبی سپاسگزاری کنیم.»

در پایان این دیدار صمیمانه، آخرین رج گلیم مریم (یکی از فرزندان هنرمند کارگاه گلیم بافی موسسه) توسط استاندار خراسان رضوی و رییس سازمان بهزیستی کشور قیچی و ضمن آن عکسهای یادگاری گرفته شد. همین‌طور یاد نوشته‌های میهمانان ارزشمند موسسه نیز در دفتر خاطرات همدم ثبت شد.

اضافه کنیم که در این دیدار، علاوه بر دو میهمان بلندپایه، دکتر محمدرضا اسدی (سرپرست دفتر ریاست روابط عمومی و امور بین‌الملل سازمان بهزیستی کشور) و مسعود فیروزی (مدیرکل بهزیستی خراسان رضوی) و معاونان ایشان و رییس بهزیستی مشهد نیز حضور داشتند که ضمن همراهی با میهمانان و ملاحظه‌ی فعالیت‌های موثر همدم، برای این موسسه‌ی توانبخشی آرزوی توفیق روزافزون کردند.



نخستین جشنواره‌ی نیکوکاری ایران، با تقدیر از موسسه‌ی همدم برگزار شد؛

## اهدای نشان ملی نیکوکاری، به مدیرعامل همدم

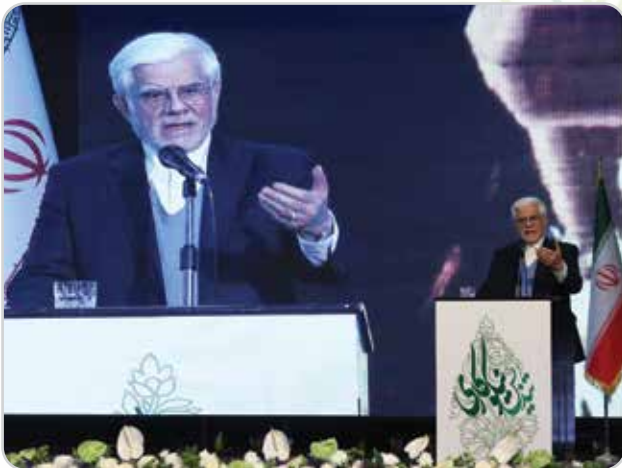


فرهنگی اجتماعی فراجا) و حجه الاسلام احمد شرفخانی (دبیر جشنواره) حضور داشتند که در نهایت، موسسه‌ی همدم به عنوان تنها برگزیده‌ی استان خراسان رضوی با دریافت نشان ملی نیکوکاری، مورد تقدیر قرار گرفت. حجت الاسلام شرفخانی (دبیر جشنواره) در آغاز این همایش گفت: «از سال گذشته فراخوان جشنواره‌ی ملی اعطای تندیس نیکوکاری در اختیار حدود ۷ هزار مجموعه و تشکل خیریه قرار گرفت. جشنواره در ۳ بخش مؤسسات حمایتی و مجموعه‌های خدماتی، مؤسسات عمران و آبادانی و مؤسسات احسان و نیکوکاری برگزار شد که از بین ۷ هزار مجموعه هزار و ۹۹۸ مؤسسه در بخش رقابتی جشنواره حضور داشتند.

وی با اشاره به اهداف جشنواره، تصریح کرد: «با عنایت به معیارهای این جشنواره و با هدف ترویج و گسترش کار تخصصی و حرفه‌ای در فعالیت‌های نیکوکارانه، معرفی

همزمان با آخرین روزهای پاییز و شروع فصل سرما، یک رخداد ملی، دلگرمی اهالی همدم را برای عبور از زمستان دوچندان کرد و موفقیت این موسسه‌ی خیریه‌ی توانبخشی در دریافت نشان ملی نیکوکاری، سرآغاز فصلی تازه و مهم در خدمات صادقانه به فرزندان بی سرپرست ایران و خراسان شد.

در این مراسم باشکوه که در محل سالن همایش‌های هتل ارم تهران برگزار شد، جمعی از مدیران ارشد کشوری از جمله؛ دکتر محمدرضا عارف (معاون اول رئیس جمهور)، حجت الاسلام سید مهدی خاموشی (رئیس سازمان اوقاف امور خیریه)، دکتر علی ربیعی (دستیار اجتماعی رئیس جمهور) دکتر سید جواد حسینی (رئیس سازمان بهزیستی کشور) دکتر احمد دنیامالی (وزیر ورزش و جوانان)، دکتر سید محمد بطحائی (معاون وزیر و رئیس سازمان امور اجتماعی) سردار منتظرالمهدی (معاون



الگوهای برتر حوزه‌ی نیکوکاری و تجلیل از تشکل‌های خیریه در ۱۱ شاخص اصلی و ۷۳ زیرشاخص صورت گرفت و نهایتاً هیئت داوران از بین هزار و ۹۹۸ مؤسسه، ۲۴ تشکل خیریه به‌عنوان منتخب جشنواره انتخاب و تندیس ملی نیکوکاری را دریافت می‌کنند. ۳ تشکل نیز به‌عنوان شایسته تقدیر انتخاب شدند. این جشنواره شروع جدیدی خواهد بود تا مؤسسات کار حرفه‌ای و تخصصی را سرلوحه‌ی خود قرار داده تا بتوان فعالیت‌های خیریه در کشور ارتقا یابد.»

در ادامه‌ی این همایش، دکتر سید جواد حسینی (رئیس سازمان بهزیستی کشور) نیز سخن گفت و با بیان اینکه امروز شاهد یکی از جدی‌ترین اقدامات در امر ساماندهی خیر جمعی هستیم، افزود: «این جشنواره در ترویج نیکوکاری بسیار نقش آفرین است و من به نوبه خودم از برگزارکنندگان این برنامه سپاسگزارم. بهزیستی بیشترین تشکل مردمی در امور خیریه را مجوز داده و اعطای مسئولیت کرده است و اکنون بیش از ۲۰ هزار مؤسسه و انجمن در امر خیر و خدمات رسانی در امور ژنتیک تا حمایت از سرپرستان خانوار فعال هستند.»

دکتر حسینی، همچنین گفت: «ما در بهزیستی چند موضوع را می‌خواهیم پیش ببریم. ما معتقدیم اگر ۲۰ هزار تشکل خیریه مردمی داریم توانمندسازی تشکل‌ها بیش از هرکس توسط خود تشکل‌ها باید اتفاق بیفتد که شیوه‌نامه آن در حال تدوین است. همچنین به دنبال توسعه موضوعی کار خیر هستیم. در عرصه علمی و آموزش و پرورش نیز علاوه بر مدرسه‌سازی، توسعه‌ی مدرسه‌یاری، توان‌یاری و استادیاری و... را مدنظر داریم.»

در بخش پایانی و اصلی همایش، دکتر زهرا حجت (مدیرعامل همدم) نشان ملی نیکوکاری را از محمدرضا عارف (معاون اول رییس‌جمهور) دریافت کرد که این نشان به‌واسطه‌ی تلاش بی‌وقفه برای توانمندسازی ۴۰۰ فرزند بی‌سرپرست همدم، فعالیت صادقانه و اعتماد متقابل بین مؤسسه و خیرین و همچنین شفافیت کاری و مالی به این مؤسسه‌ی خیریه، اهدا شد.

مهلت ثبت نام: ۱۵ مردادماه ۱۴۰۳

@neshanenikookari



# دزد و قاضی

پروین اعتصامی

دست من بستی برای یک گلیم  
خودگرفتی خانه از دست یتیم

من ربودم موزه و طشت و نمود  
تو سیهدل مدرک و حکم و سند

دزد جاهل، گریکی ابریق برد  
دزد عارف، دفتر تحقیق برد

دیده‌های عقل، گر بینا شوند  
خود فروشان زودتر رسوا شوند

دزد زربستند و دزد دین رهید  
شحنه ما را دید و قاضی را ندید

من براه خود ندیدم چاه را  
تو بدیدی، کج نکردی راه را

میزدی خود، پشت پا بر راستی  
راستی از دیگران میخواستی

دیگر ای گندم نمای جو فروش  
باردای عجب، عیب خود مپوش

چیره‌دستان میر بایند آنچه هست  
میبرند آنگه ز دزدکاه، دست

در دل ما حرص، آلابش فزود  
نیت پاکان چرا آلوده بود

دزد اگر شب، گرم یغما کردنت  
دزدی حکام، روز روشن است

حاجت ار ما را ز راه راست برد  
دیو، قاضی را بهرجا خواست برد

برد دزدی را سوی قاضی، عسس  
خلق بسیاری روان از پیش و پس

گفت قاضی که: این خطاکاری چه بود؟  
دزد گفت: از مردم آزاری چه سود؟

گفت: بدکردار را بد کیفر است  
گفت: بدکار از منافق بهتر است

گفت: هان برگوی شغل خویشتن  
گفت: هستم همچو قاضی راهزن

گفت: آن زرها که بردستی کجاست  
گفت: در همیان تلبیس شماست

گفت: آن لعل بدخشانی چه شد  
گفت: میدانیم و میدانی چه شد

گفت: پیش کیست آن روشن نگین  
گفت: بیرون آردست از آستین

دزدی پنهان و پیدا، کار تست  
مال دزدی، جمله در انبار تست

تو قلم بر حکم داور میبری  
من ز دیوار و تو از در میبری

حد بگردن داری و حد میزنی  
گریکی باید زدن، صد میزنی

میزنم گر من ره خلق، ای رفیق  
در ره شرعی تو قطاع الطريق

می برم من جامه‌ی درویش عور  
تو ربا و رشوه میگیری بزور





# چند لحظه علمی و آموزشی

- زندگی، بدون شوخی کردن، چگونه است؟
- آلزایمر و آلودگی هوا: آیا ممکن است؟!
- تفکر دلفینی چیست؟
- مارکتینگ و سبک‌های موفق بازاریابی



## زندگی، بدون شوخی کردن، چگونه است؟

• دکتر صدیقه بختیاری شهری (مدرس و پژوهشگر)

شومیکر خاطرنشان می‌کند وقتی می‌خواهیم شوخی کنیم مهم است که به نوعی اجازه این کار را داشته باشیم. یک بار، در یک مهمانی داشتم با فرد غریبه‌ای که تازه چند دقیقه بود با او آشنا شده بودم درباره روانکاوی صحبت می‌کردم و گفتم من بیست سال است که تحت درمانم. او گفت «پس، تأثیری نداشته؟ درسته؟». او با این حرفش ریسک کرد و خطر اینکه من چنین شوخی‌ای را برنتابم و گفتم وگو را ادامه ندهم به جان خرید. ریسک او جواب داد: من خندیدم، و سریع با هم دوست شدیم. مسلماً اگر طرف مقابل را به خوبی بشناسیم، ریسک شوخی کردن کم است. شومیکر کتابش را با نقل خاطره‌ای از دوستش آغاز می‌کند. ماجرا از این قرار بوده که دوستش بعد از اینکه می‌فهمد او در حال نوشتن کتابی درباره طنز است می‌گوید: مگر تو از طنز چیزی هم سرت می‌شود؟ ما چیز زیادی در باره دوستی‌شان نمی‌دانیم، اما معلوم است که دوستی‌شان بر پایه اعتماد عمیق و شناخت متقابل بوده: ما فقط به دوستان صمیمی خود اجازه می‌دهیم که به ما بگویند بامزه نیستیم و عین خیالمان هم نباشد.

همچنین، شوخی کردن به ما این امکان را می‌دهد که احساسات پیچیده‌ای را که در موقعیت‌های اجتماعی پیش می‌آیند مدیریت کنیم و در عین حال رابطه‌ای سرشار از اعتماد بسازیم و به آن استمرار ببخشیم. به نظر می‌رسد شوخی کردن «پتانسیل ناراحت کردن دیگران را دارد، اما نباید این طور باشد». آنچه کتاب شوخی کردن را در دایره ادبیات فلسفی طنز مهم می‌کند تمرکزش بر مزایای اجتماعی و روانی شوخی کردن است و همچنین دفاعش از شوخی کردن علی‌رغم همه آسیب‌هایی که می‌تواند داشته باشد.

### آسیب‌های شوخی کردن شامل چه چیزهایی است؟

شومیکر می‌گوید شوخی کردن به طرق مختلفی می‌تواند آسیب‌زا باشد. اول اینکه؛ می‌تواند به سان زبانی خصوصی عمل کند و غریبه‌ها را نادیده بگیرد، مثل «لطیفه‌هایی که بین گروه کوچکی از افراد قابل فهم است».

ثانیاً؛ می‌تواند روابط قدرت نامتقارن را وخیم‌تر هم کند، مثل زمانی که استاد دانشجویش را تحقیر می‌کند، چون می‌داند او نمی‌تواند به همان شکل پاسخش را دهد. ثالثاً؛ شوخی

آیا پشت هر شوخی و مطایبه‌ای، بصیرتی نهفته است؟ آیا در شوخی کردن مانع و محدودیتی هم وجود دارد؟ اگر بخواهیم کمی سطح بالاتر در این باره سخن بگوییم، چه سؤالات فلسفی‌ای درباره شوخی کردن می‌توان مطرح کرد؟ دیوید شومیکر فیلسوف در کتاب جدیدش با عنوان «شوخی کردن»، در باب شوخی و اخلاق در زندگی روزمره می‌گوید: وقتی با یکدیگر شوخی می‌کنیم، بعضی از جنبه‌های اخلاقیات در معرض خطر قرار می‌گیرند که فراترند از ناراحتی‌هایی که ممکن است شوخی‌های مبتذل ایجاد کنند. او در این کتاب با بیانی مستدل و طنزآمیز نشان می‌دهد سؤالات فلسفی در باب شوخی کردن عمدتاً درباره اخلاق اجتماعی هستند، که اتفاقاً بسیار هم بجاست زیرا شوخی‌ها اساساً حول مسائل اجتماعی می‌چرخند. شاید بتوان گفت اینکه چگونه با هم شوخی می‌کنیم نشان‌دهنده این است که رابطه‌مان با یکدیگر چگونه است.

شومیکر، این کتاب را در واکنش به ادبیات فلسفی محدودی در باب طنز نوشته است که غالباً لطیفه‌های معمول و مستقل از بافت و زمینه را مد نظر دارد. به تعبیر شومیکر، فلاسفه طنز گاهی «ساختار منطقی یا معناشناختی» لطیفه‌ها را در نظر می‌گیرند و می‌خواهند دلیل خندیدن ما به آن‌ها را در یابند. این کار امکان‌پذیر است، زیرا می‌توان لطیفه را در قالب متن نوشت، بی‌آنکه معنای خود را چندان از دست بدهد: لطیفه‌ها حتی وقتی نوشته می‌شوند هم قابل درک اند. در مقابل، آنچه شومیکر «شوخی کردن» می‌نامد - مزاح‌های خودمانی سر به سر هم گذاشتن‌های شادمانه، لودگی بی هیچ منظوری شیطنت‌های خوشایند و دلنشین - وقتی روی کاغذ می‌آیند چندان قابل درک نیستند. لطیفه را می‌توان متن کوتاهی در نظر گرفت که برای خندانند مخاطب نوشته شده، اجرای کوتاهی که می‌توانید در یک مهمانی یا روی سن ارائه دهید. به معنایی سردستی، واکنش مخاطبان است که به لطیفه ماهیتی اجتماعی می‌بخشد، با این حال لطیفه‌گفتن به اندازه شوخی کردن با دوستان جمعی و گروهی نیست. شوخی کردن به طور بدیهه اتفاق می‌افتد و نیازمند مشارکت فعال طرفین است. همان طور که شومیکر در صفحه اول کتابش گفته شوخی‌ها گفته نمی‌شوند، ساخته می‌شوند.



خلاصه اینکه وقتی شوخی می‌کنیم، خیلی چیزها ممکن است به بیراهه برود. شاید اگر از فرشتگان بودیم درکمان از اخلاقیات به حس شوخ‌طبعی مان جهت می‌داد، اما ما فرشته نیستیم. پس اصلاً چرا از نظر اخلاقی از شوخی کردن دفاع می‌کنیم؟

شومیکر احتمالاً پاسخ خواهد داد که اخلاقیات شوخی کردن بیشتر به بافت و زمینه مربوط است تا محتوای شوخی. حرفی که به دلیل استفاده از کلیشه‌های قومی یا نژادی.

اگر همه چیز درست پیش برود، شوخی کردن موجب خوشحالی می‌شود، اما به عقیده شومیکر، مزایای شوخی کردن فراتر از خوشی و لذت بردن است. بامزه بودن مزایای اجتماعی هم دارد (ما با شوخی کردن دوست و همراه پیدا می‌کنیم). همچنین شوخی کردن باعث تثبیت دوستی‌ها و عمیق شدن پیوندها می‌شود. بعضی وقت‌ها یک شوخی مشترک دربارهٔ بداقبالی دقیقاً همان چیزی است که آدم موقع بیماری، بیکاری، جدایی یا تصادف به آن نیاز دارد. شوخی کردن دربارهٔ مصیبت‌ها و بدبختی‌ها می‌تواند حس همدلی و حمایت را در افراد برانگیزد و همچنین موجب تقویت فضیلت فروتنی در افراد شود.

به تعبیری، همدلی موجب شوخی کردن می‌شود و

ممکن است عمداً توهینی آزاددهنده باشد - مثل توهین‌های نژادپرستانه، جنسیت‌زده و دیگر انواع تعصب‌ها - که فرد به طرزی فریب‌کارانه می‌گوید «صرفاً شوخی کردم».

چهارم اینکه؛ در جوی که شوخی توهین‌آمیز معمول است شاید آسیب مستقیم نداشته باشد - چون هر دو طرف ملتفت اند که هیچ قصد و غرضی در کار نبوده - اما ممکن است تأثیرات آسیب‌زایی برای دیگر افراد جامعه داشته باشد. من در روزگاری بزرگ شدم که بچه‌ها همدیگر را «عقب افتاده لعنتی» صدا می‌زدند. شاید در آن لحظه چنین لقبی توهین به کسی نبود، اما این لقب توهین‌آمیز دلالت بر انزجار از تفاوت‌های رشدی داشت و چنین نفرت و انزجاری را تثبیت نیز می‌کرد.

در آخر، ممکن است شوخی یک جور حيله‌گری عامدانه باشد اگرچه در شوخی کردن معمولاً حيله‌ها آنی شکل می‌گیرند و سریع با گفتن جملهٔ جادویی «صرفاً شوخی کردم» رفع و رجوع می‌شوند. من به این فهرست پنج‌تایی شومیکر مورد ششم را هم اضافه می‌کنم: وقتی طرف مقابل سعی دارد جدی باشد و ما سر شوخی را باز می‌کنیم، ممکن است بی‌احترامی به خواسته او و به تعبیری غیراخلاقی باشد (کسانی که مدام در حال لودگی اند گاهی مرتکب این گناه می‌شوند).



شوخی کردن موجب همدلی: چرخه مطبوعی که در آن همدلی کردن با یکدیگر موجب می شود همدیگر را بخندانیم و همین احساسات مشترک بیشتری پدید می آورد. با وجود این، همدلی زیاد - همان طور که شو میکر در یکی از ادعاهای شگفت انگیزش بر آن تأکید کرده - می تواند در واقع انگیزه شوخی کردن را از بین ببرد، زیرا آن قدر نگرانیم که مبادا آسیبی به کسی وارد کنیم که اصلاً نمی توانیم شوخی کنیم. پس دنیایی با حداکثر همدلی دنیایی خشک و بی طنز خواهد بود.

### لطیفه و رابطه آن با ناخودآگاه اثر زیگموند فروید

فروید خاطر نشان می کند شوخی های ما با دوستانمان ممکن است بازتاب دشمنی، حرص و حسادت پنهان و همچنین ترس ها و نگرانی هایی باشد که دوست نداریم به آن ها اذعان کنیم. در خلال جست و جوییم برای نوشتن این مطلب، متوجه شدم خود اصطلاح wisecrack (شوخی کردن) نسبتاً جدید است و ریشه اش به عبارت cracking wise برمی گردد که در اوایل قرن بیستم در آمریکا رواج پیدا کرده است. یکی از معانی crack لاف زدن است. اگرچه ممکن است لاف زدن تا حدی متفاوت از شوخی کردن به نظر برسد، شوخی کردن در واقع معمولاً رقابت جویانه است و هر کس تلاش می کند رو دست دیگری بزند.

Wise در wisecrack به معنی «a wise guy» - علامه دهر - یا «عقل کل» است، یعنی کسی که خودش را زیرک می داند اما از زیرکی اش برای تحریک کردن و سر به سر بقیه گذاشتن استفاده می کند. حال به کلمه guy (مرد) توجه کنید: چقدر از شوخی ها ریشه در الگوهای خشونت مردانه دارند؟

البته «wise» نیز قابل توجه است. این کلمه می تواند بار کنایی داشته باشد: در نمایش «سه کله پوک» وقتی کسی خودش را wise می داند، مو [یکی از شخصیت های نمایش] با گفتن جمله «Oh, a wise guy, eh?» [به معنای «بابا عقل کل»] منظورش این است که طرف اصلاً هم wise نیست. با این حال، وقتی کتاب شوخی کردن را می خواندم فکر کردم شاید در بذله گویی بصیرتی راستین نهفته است. منظورم حرف های تحریک آمیز آدم های ایرادگیری که به زعم خودشان حرف های فلسفی می زنند نیست؛ این جور افراد معمولاً نفرت انگیزند (اصطلاحاً به این جور افراد «هوچی گر» می گویند، غالباً مردانی که حرف های توهین آمیز یا نامعقول می زنند و می خواهند بقیه را تحریک کنند). منظورم شوخی های اجتماعی ای است که برای ارتباط برقرار کردن با یکدیگر و همچنین «در مواجهه با خوشی ها و

غم های زندگی» استفاده می کنیم. بعضی از فلاسفه تحلیلی در تلاش اند که توضیح دهند دقیقاً چرا لطیفه ها ما را می خندانند (آیا به این دلیل می خندیم که دلیلی برای خندیدن به ما داده شده است؟ این فکر خودش خنده دار نیست؟)، اما من با خواندن کتاب شو میکر متوجه شده ام که شوخی کردن اهدافی اساسی هم پایه خود فلسفه دارد. در وهله اول شاید در این حرفم تردید کنید، زیرا در بادی امر این طور به نظر می رسد که شوخی کردن نسبتی با جدیت ندارد و به حقیقت بی اعتناست.

اما اگر پیرو نظرات پیر هادوت؛ مورخ فرانسوی باشید که معتقد است فلسفه مجموعه ای از نظام ها و قواعد نیست، بلکه مجموعه ای از فنون و تمرین ها برای حفظ و بهبود خودمان است، در این صورت این همانندی قابل قبول به نظر می رسد. شوخی کردن مثل فلسفه، احتمالاً همان چیزی است که هادوت تمرین زندگی کردن می نامد؛ راهی برای خندیدن در برابر پوچی زندگی، به تنهایی و به ویژه با یکدیگر. خنده دار نیست؟

شوخی ممکن است توهین آمیز یا حتی آسیب زا باشد با وجود این در خیلی از موقعیت ها به کمک ما می آید. شوخی کردن، مخصوصاً وقتی طرف مقابل را خیلی نمی شناسیم، ریسک زیادی دارد. ممکن است منظورمان

درست فهمیده نشود و کار به تلخی بیانجامد. مخصوصاً این روزها که حساسیت‌های اخلاقی دربارهٔ حد و مرزهای رفتار درست سخت‌گیرانه‌تر از همیشه است. اما اگر این عینک خشک اخلاقی را کنار بگذاریم، می‌فهمیم که شوخی‌های روزمره چه نقش مهمی در تحمل پذیر کردن زندگی دارند. در موقعیتی سخت که عمیقاً ناراحتیم، یا در وضعیتی پیچیده که سردرگم و حیران شده‌ایم، یک شوخی بهنگام می‌تواند ناگهان حالمان را تغییر دهد و سرخوشمان کند.

### سبک‌های شوخ بودن

همزمان با گسترش جنبش روان‌شناسی مثبت‌نگر روی آوردن به کنش‌ورهای مثبت، تجربه‌های مثبت و نیرومندیهای سازش‌یافته انسانی مانند: رضایتمندی از زندگی، خوش بینی شادکامی، ایمان، شوخ طبعی و غیره، به طور فزاینده‌ای در حال گسترش است.

### سبک شوخی پیوند جویانه:

افرادی که از این سبک شوخ طبعی استفاده می‌کنند گرایش دارند لطیفه یا چیزهای خنده‌دار تعریف کنند. آنها سعی می‌کنند با بذله‌گویی فی‌البداهه دیگران را سرگرم و به سمت خود جذب کنند و از این طریق، با کاهش تنش‌های بین شخصی، برقراری و تداوم رابطه را تسهیل کنند. این افراد برای این که دیگران را بخندانند و سرگرم کنند به احتمال قوی به خودشان حمله می‌کنند و چیزهای خنده‌دار درباره خود می‌گویند اما به حدی پیش می‌روند که به حس پذیرش و مقبولیت آنان لطمه‌ای وارد نشود. این نوع شوخ طبعی در اصل غیر خصمانه است و به نحوی مورد استفاده قرار می‌گیرد که پیوستگی و جاذبه بین شخصی را ارتقا دهد. سبک شوخی خودارزنده‌سازانه:

افرادی که از این سبک شوخ طبعی استفاده می‌کنند نگاه کلی و خاصی به زندگی دارند، ناهمخوانیهای زندگی برای آنها متحیرکننده و سرگرم‌کننده است و در مواجهه با تنیدگیها و ناملایمتهای زندگی از یک بازخورد شوخ طبعانه سود می‌جویند. این سبک شوخ طبعی به مفهوم نظم‌جویی هیجانی و مکانیزم مقابله بسیار نزدیک است. در مقایسه با شوخ طبعی پیوند جویانه به کارگیری این سبک بیشتر جنبه درون روانی دارد تا اینکه بر روابط بین شخصی تمرکز داشته باشد.

### سبک شوخ طبعی پرخاشگرایانه:

این سبک شوخی متمرکز بر دیگران است و با استفاده از

سخنهای طعنه‌آمیز، ریشخند، تحقیر و سر به سر گذاشتن و دست انداختن دیگران یا به عبارت دیگر شوخی توهین آمیز صورت می‌پذیرد. همچنین شامل استفاده از شوخی برای اداره و دستکاری افراد دیگر است. محتوای ضمنی این شوخیها تهدید آمیز است اما در واقع شوخی بدون در نظر گرفتن تنیدگی ایجاد شده در دیگران مطرح می‌شود.

### سبک شوخ طبعی خودتحقیرگرایانه:

افرادی که از این شوخ طبعی استفاده می‌کنند سعی دارند با هزینه کردن از خود و بیان عبارات‌های خنده‌دار در مورد کاستیها و عیب‌های خود، با خودشیرینی، دیگران را به سمت خود جذب کنند و مورد پذیرش و تایید آنها قرار بگیرند. این افراد با استفاده از شوخی، احساسهای منفی شان را پنهان (انکار دفاعی) و از درگیری ساختاری با مشکلات اجتناب می‌کنند و اگرچه ممکن است به عنوان افرادی بذله‌گو و طنزپرداز دیده شوند اما در زیربنای استفاده از این سبک شوخ طبعی عناصر نیرومندی از اجتناب و حرمت خود پایین نهفته است.

پژوهش‌های متعدد نشان داده اند که سبک‌های شوخ طبعی سالم و مثبت (پیوند جویانه و خودارزنده) به طور کلی با مقیاسهایی که سلامت روان شناختی و بهزیستی را اندازه‌گیری می‌کنند، مانند: حرمت خود، عاطفه مثبت خوشبینی، حمایت اجتماعی، صمیمیت، رضایتمندی از زندگی، هوش هیجانی و صلاحیت بین شخصی رابطه مثبت و با افسردگی، اضطراب، حساسیت بین شخصی، عاطفه منفی، هراس، وسواس، پرخاشگری، تنهایی، کمرویی فرسودگی شغلی و دلبستگی اجتنابی رابطه منفی دارند. سبک‌های شوخ طبعی ناسالم و منفی (پرخاشگرایانه و خودتحقیرگرایانه) با استیصال و نارساکنش‌وری روان شناختی مانند اضطراب، پرخاشگری، خصومت، تنهایی، فرسودگی شغلی رابطه مثبت و با حرمت خود، حمایت اجتماعی، عاطفه مثبت، سلامت روان شناختی و رضایتمندی از زندگی رابطه منفی دارند. همچنین در این پژوهش‌ها مشخص شده که مردان در مقایسه با زنان از سبک‌های شوخ طبعی ناسالم بیشتر استفاده می‌کنند.

.....  
**منابع:** پن وورگافت، وب‌سایت کرونیکل آو هابیراجوکیشن /

وب‌سایت ترجمان علوم انسانی

# آلزامر و آلودگی هوا؛ آیا ممکن است؟!

مروری بر رابطه بین ابتلا به آلزامر در سنین میان‌سالی با آلودگی هوا، در شهرهای بزرگ...  
تهیه و تنظیم: محبوبه سادات مشرف (کاردرمانگر و کارشناس ارشد مشاوره موسسه‌ی توانبخشی همد-فتح‌المبین)

در حال حاضر، مطالعه‌ی جامعی که در نشریه Nation منتشر شده، نگرانی‌های جدیدی از اثرات مخرب آلودگی هوا برانگیخته است و به نظر می‌رسد که هوای آلوده، توانایی‌های شناختی و ذهنی افراد را تحت تاثیر قرار می‌دهد و در واقع هوش انسان را پایین می‌آورد.

بر اساس تحقیقات، تاثیر هوای آلوده بیشترین آسیب را به هنگام افزایش سن و سالمند شدن به خصوص در افراد کمتر تحصیل کرده، به همراه دارد.

این مطالعه هشدار می‌دهد که آسیب به مغز در حین پیر شدن توسط آلودگی هوا به احتمال زیاد هزینه‌های بهداشتی و اقتصادی زیادی را بر فرد تحمیل می‌کند. این اثرات بیشتر در عملکرد شناختی مربوط به وظایفی که نیاز به توانایی‌های کلامی و ریاضی دارند، احساس می‌شود.

این اولین مطالعه نیست که رابطه‌ی معکوس بین سطح هوش و میزان آلودگی هوا را پیش‌بینی می‌کند. تحقیقات قبلی نشان داده است که قرار گرفتن مادر در معرض آلودگی به کاهش هوش فرزند در سن پنج سالگی منجر می‌شود. مطالعات دیگر نشان داده‌اند که افزایش سطح کربن دی‌اکسید در هواپیما، توانایی‌های خلبانان را به طور موثر تحت تاثیر قرار می‌دهد.

## فضای سبز عملکرد شناختی را افزایش می‌دهد

در یک مطالعه دیگر، جنبه‌های متضاد نیز بررسی شده است و محققان دریافته‌اند که محیط‌های کاری دارای فضای سبز بهره‌وری و افزایش کارایی مغز را تحریک می‌کنند و عدم زوال عملکرد شناختی در پیری را به همراه دارند.

گزارش شده است که نزدیکی به فضاهای سبز باعث افزایش توجه کودکان و حتی بهبود خواب آنها می‌شود. به نظر می‌رسد که به رغم پیشرفت‌های مداوم تکنولوژیکی، وابستگی ما به طبیعت امری ذاتی است.

طبق مطالعه‌ای که در این هفته در نشریه National Academy of Sciences منتشر شده است، اختلالات عصبی که تحت تاثیر آلودگی هوا بر مغز انسان ایجاد می‌شوند موجب می‌شوند که سگته مغزی، اوتیسم، آلزامر

آلودگی هوا نه تنها برای ریه‌ها و قلب مضر است بلکه طبق تحقیقات می‌تواند از میزان هوش انسان هم بکاهد. پژوهشی که به تازگی انجام شده نشان می‌دهد عملکرد شناختی (منظور اموری مانند توانایی در توجه کردن، یادآوری دانش قدیمی و تولید اطلاعات) افراد مسن ساکن چین که برای مدتی طولانی در معرض آلودگی هوا قرار گرفته‌اند در آزمون‌های شفاهی و ریاضیات رو به ضعف گذاشته است.

در واقع بر پایه این پژوهش با افزایش سن، رابطه میان آلودگی هوا و ضعف حافظه نیز قوی‌تر می‌شود. همچنین مشخص شده که مردان و افراد کم‌سوادتر بیشتر از سایرین در معرض این خطرات هستند هرچند چرایی این مساله هنوز مشخص نشده. البته بشر از قبل به شواهد جالبی دست یافته که نشان می‌دهند آلودگی هوا خصوصاً ریزترین ذرات موجود در هوای آلوده، باعث آسیب رسیدن به مغز هم در انسان و هم حیوانات می‌شود. آلودگی ناشی از حمل و نقل پیامدهایی نظیر زوال عقل، رفتار مجرمانه در بزرگسالان و عقب ماندگی ذهنی در کودکانی را به دنبال دارد که مدارسشان در مناطق آلوده شهری قرار دارد. اگرچه بیشتر مردم تا حدودی از اثرات آلودگی هوا بردستگاه تنفسی انسان آگاهی دارند، ولی باید دانست که با توجه به افزایش جمعیت جهان و استفاده بیشتر از خودروها یا وسایل آلاینده، امروزه آلودگی هوا به یکی از بزرگترین مشکلاتی تبدیل شده که بشر در هر نقطه از جهان با آن درگیر است. واقعیت این است که آلودگی‌هایی که از طریق دستگاه گوارش یا دستگاه تنفسی وارد بدن می‌شوند، مغز را نیز تحت تاثیر قرار می‌دهند. شیوع بیماری‌های عصبی در کشورهای صنعتی که آلودگی هوای زیادی دارند بیشتر است و این موضوع صحت تاثیر منفی آلودگی هوا بر مغز انسان را اثبات می‌کند. آلودگی هوا بر توانایی‌های شناختی (از جمله حافظه، استدلال محاسبه، قضاوت، حل مسئله، تصمیم‌گیری، مهارت‌های کلامی، کسب معلومات، هوش) در دانشجویان، اثر منفی دارد. آلاینده‌های هوا می‌توانند مستقیماً بر مواد شیمیایی مغز تاثیر بگذارند؛ مثلاً ذرات معلق می‌توانند سموم را وارد مغز کنند و برخی آلاینده‌ها ممکن است باعث مشکلات روانشناختی مثل افسردگی شوند.



از افسردگی، بیش‌فعالی و پارکینسون شیوع بیشتری پیدا کنند. پروفسر گوناوان از موسسه میکروبیولوژی و عفونت استرالیا (AIMI) می‌گوید: کمتر از ۱ درصد موارد آلزایمر ارثی است، بنابراین احتمالاً محیط و سبک زندگی نقش کلیدی در ایجاد این بیماری دارند.

مطالعات قبلی نشان داده‌اند که افرادی که در مناطقی با میزان بالای آلودگی هوا زندگی می‌کنند، بیشتر در معرض خطر ابتلا به بیماری آلزایمر هستند. طبق نتایج جدید مطالعاتی هرچقدر هوای تنفسی آلوده‌تر باشد احتمال ابتلا به اختلالات نورولوژیکی نظیر بیماری پارکینسون، آلزایمر و سایر بیماری‌های زوال عقل افزایش می‌یابد.

محققان دانشگاه هاروارد آمریکا در یک مطالعه بلندمدت از سال ۲۰۰۰ تا ۲۰۱۶ بر روی بیش از ۶۳ میلیون آمریکایی به رابطه قوی بین آلودگی هوا و اختلالات مغزی پی بردند. ژائو وو، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می‌گوید: «مطالعه ما نشان می‌دهد قرارگیری بلندمدت در معرض ذرات ریز PM<sub>2.5</sub> با افزایش ریسک زوال سلامت نورولوژیکی مرتبط است.»

در طول چند سال گذشته، تحقیقات متعددی نشان داده‌اند که قرارگیری در معرض مواد شیمیایی از جمله آفت‌کش‌ها و آلودگی هوا موجب بروز تغییرات بیولوژیکی منجر به فساد عصبی می‌شود.

محققان دریافته‌اند که به ازای افزایش هر ۵ میکروگرم در مترمکعب در غلظت سالانه PM<sub>2.5</sub>، احتمال بستری شدن در بیمارستان به خاطر بیماری پارکینسون، آلزایمر و سایر انواع زوال عقل را ۱۳ درصد افزایش می‌دهد.

به گفته محققان، زنان، افراد سفیدپوست و شهرنشینان، بیش

### بیماری آلزایمر

آلزایمر یک بیماری زوال عصبی است که معمولاً به کندی آغاز می‌شود و به تدریج رو به وخامت می‌رود. آلزایمر علت بروز ۶۰ تا ۷۰ درصد موارد دمانس یا زوال عقل است و رایج‌ترین علامت ابتدایی این بیماری، اختلال در حافظه کوتاه‌مدت و مشکل در به یاد آوردن اتفاقات اخیر است.

با پیشرفت بیماری آلزایمر، علائم آن می‌تواند شامل مشکلات زبانی، مشکل در آگاهی از موقعیت (گم شدن)، نوسان خلقی از دست دادن انگیزه، اهمال و بی‌توجهی نسبت به خود و مشکلات رفتاری باشد. این بیماری بسیاری از خصوصیات رفتاری و هیجانی افراد را نیز تحت تأثیر قرار داده و سبب بروز ناراحتی‌هایی از قبیل علائم افسردگی (شامل فقدان احساس لذت، بی‌قراری، افسردگی، کاهش اشتها و وزن عدم وجود تمرکز و احساس گناه)، علائم روانی (شامل توهم هذیان و سوءظن) و نیز رفتارهایی مثل آشفتگی، سرگردانی پرخاشگری و خشونت می‌شود.

با وخیم شدن آلزایمر، بیمار معمولاً از خانواده و جامعه کناره‌گیری می‌کند و به تدریج فعالیت‌های بدنی از دست می‌رود که در نهایت منجر به مرگ می‌شود. هر چند سرعت پیشرفت آلزایمر می‌تواند متفاوت باشد اما امید به زندگی معمول پس از تشخیص این بیماری، ۳ تا ۹ سال است.

علت بیماری آلزایمر چندان شناخته شده نیست. عوامل خطر محیطی و ژنتیکی مختلفی با ایجاد این بیماری مرتبط دانسته شده است. آلزایمر اغلب اوقات در افراد بالای ۶۵ سال بروز می‌کند، اما حدود ۱۰ درصد بیماران در دهه ۳۰ تا ۶۰ زندگی خود دچار آلزایمر زودرس می‌شوند. همچنین زنان بیشتر از مردان به آلزایمر دچار می‌شوند.

قرار گرفتن در معرض آلودگی هوا خطر ابتلا به بیماری آلزایمر را افزایش می‌دهد.

آلودگی هوای محیط به عنوان یک ریسک فاکتور اصلی برای بسیاری از بیماری‌های مزمن شناخته شده است و خطر مرگ زودرس را افزایش می‌دهد. قرار گرفتن در معرض آلودگی هوا از طریق مکانیسم‌های بیولوژیکی متعدد، از جمله التهاب، استرس اکسیداتیو، آسیب DNA، آسیب کروموزوم و متیلایسیون، خطر بیماری قلبی عروقی، سکته مغزی و افسردگی را افزایش می‌دهد. تماس مداوم رگ‌های خونی کوچک مغز با میکروذرات بیولوژیکی منجر به التهاب موضعی و ریزخون‌ریزی‌ها در سد خونی مغزی می‌شود که به مرور زمان به اختلال شناختی ختم می‌شود و سپس باعث زوال عقل می‌شود. بنابراین افراد هرچه بیشتر در معرض آلودگی هوا باشند، خطر ابتلا به آلزایمر در آنها بیشتر است. مطالعات اخیر نشان می‌دهد آلودگی هوا به طور مستقیم منجر به به انحطاط مغز می‌شود و خطر ابتلا به بیماری آلزایمر را افزایش می‌دهد. به همین ترتیب، بزرگسالانی که در معرض سطوح بالای آلودگی هوا قرار دارند، بیش از سایرین در شرف ابتلا به بیماری آلزایمر هستند. آلودگی هوا تأثیر مستقیمی بر دریافت اکسیژن بدن دارد. هنگامی که سموم و مواد شیمیایی محیطی همراه با اکسیژن در خون حل می‌شوند و به سلول‌های مغز می‌رسند، باعث استرس اکسیداتیو می‌شوند. استرس اکسیداتیو مزمن در بافت‌های عصبی به عنوان یک ریسک فاکتور قوی برای آلزایمر محسوب می‌شود.

در مطالعه‌ای که اخیراً بر روی بیش از هزار فرد ۴۵ تا ۷۵ ساله در آتلانتا انجام شد، محققان نشانگرهای زیستی مثبت بیماری آلزایمر، به ویژه پلاک‌های آمیلوئید، را در مایع مغزی نخاعی شرکت‌کنندگانی یافتند که در معرض آلودگی هوای محیطی و ترافیکی محل سکونت خود قرار گرفتند. این مطالعه که در *Perspectives Environmental Health* منتشر شد، بزرگ‌ترین پژوهش در نوع خود است که اطلاعات جدیدی را به مطالعات پیشین اضافه می‌کند و بر این مسئله که آلودگی هوا مستقیماً منجر به زوال مغزی می‌شود، صحنه می‌گذارد. بدیهی است که آلودگی هوا به طور کلی بر سلامت انسان از جمله سلامت مغز مضر است. این مطالعه با نشان دادن رابطه‌ای با سطح پروتئین آمیلوئید در مایع مغزی نخاعی نشان می‌دهد که آلودگی هوا ممکن است خطر ابتلا به بیماری آلزایمر را افزایش دهد. از همین رو گفته می‌شود که با پاکسازی محیطی و کاهش آلودگی می‌توان به کاهش بار بیماری آلزایمر کمک کرد.

### نتیجه‌گیری:

در واقع بر پایه این پژوهش با افزایش سن، رابطه میان آلودگی هوا و ضعف حافظه نیز قوی تر می‌شود. همچنین مشخص شده که مردان و افراد کم سوادتر بیشتر از سایرین در معرض این خطرات هستند.

محققان مشاهده کردند تأثیر آلودگی هوا بر نتایج تست‌های زبانی به خصوص با افزایش سن و در مردانی با میزان تحصیلات پایین، عمیق‌تر است.

به نظر می‌رسد که هوای آلوده، توانایی‌های شناختی و ذهنی افراد را تحت تأثیر قرار می‌دهد و در واقع، هوش انسان را پایین می‌آورد.

بر اساس تحقیقات، تأثیر هوای آلوده بیشترین آسیب را به هنگام افزایش سن و سالمند شدن به خصوص در افراد کمتر تحصیل کرده به همراه دارد.

این اثرات بیشتر در عملکرد شناختی مربوط به وظایفی که نیاز به توانایی‌های کلامی و ریاضی دارند، احساس می‌شود.

همچنین تحقیقاتی که درباره تأثیر آلودگی هوا بر مغز برای کودکان انجام گرفته است، نشان می‌دهد که حافظه کودکان ۷ تا ۱۰ ساله که در معرض آلودگی هوا قرار دارند نیز حدود ۵ درصد کمتر از کودکانی بوده که هوای محل زندگی آن‌ها پاک است.

.....

### منابع و مراجع:

علویان فیروزه، افضل‌ی سعیده. رابطه بین آلودگی هوا و خاک و مهارت‌های شناختی مرتبط با مغز کودکان در محدوده سنی ۴ تا ۱۲ سال: مروری سیستماتیک. مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران. ۱۴۰۳؛ ۳۴(۲۳۳): ۲۶۱-۲۷۵  
تأثیر آلودگی هوا بر سیستم مغز و اعصاب / سال انتشار: ۱۳۹۱ / محل انتشار: اولین همایش ملی حفاظت و برنامه ریزی محیط زیست / زبان مقاله: فارسی / نویسندگان: فریبا یارمحمدی / دانشجوی کارشناسی ارشد محیط زیست / اعظم السادات حسینی / عضو هیئت علمی واحد علوم و تحقیقات خوزستان. افق، مجله تحقیقات و نوآوری اتحادیه اروپا

<https://projects.research-and-innovation.ec.europa.eu/horizon-magazine>

<https://www.paziresh24.com/blog>

<https://www.sciencedirect.com/journal/khabaronline>

<https://www.khabaronline.ir/news>

رابطه‌ی افزایش آلزایمر و پارکینسون با آلودگی هوا

<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi>

<https://www.khabaronline.ir/news/8449>

<https://nanoxinco.com/Blog/> شرکت اکسین سبزا سپادان



## تفکر دلفینی چیست؟



دلفین‌ها نوعی از حیوانات دریایی هستند. این پستان داران آبی باهوش، دارای روحیه همکاری هستند و در ارتباطات خود شیوه برنده-برنده را برگزیده اند.

دلفین هیچ کمبودی ندارد و می‌خواهد که همه چیز را با همگان تقسیم کند. اگر یک دلفین زخمی شود، ۴ دلفین دیگر او را همراهی می‌کنند، تا خود را به گروه برسانند.

در همین راستا پژوهشگران تعداد ۹۵ کوسه و ۵ دلفین را به مدت یک هفته در حوضی بزرگ رها کرده و به مطالعه حالات رفتاری آنها پرداختند. کوسه‌ها به یکدیگر حمله کردند و در این تهاجم تعداد زیادی از آنها نابود شدند، سپس به دلفین‌ها حمله ور شدند.

دلفین‌ها فقط می‌خواستند با آنها بازی کنند ولی کوسه‌ها بی‌وقفه به آنها حمله می‌کردند. سرانجام دلفین‌ها به آرامی کوسه‌ها را محاصره کرده و هنگامی که یکی از کوسه‌ها حمله می‌کرد آنها به ستون فقرات پشت و یا به مهره‌های وصل شده به آن می‌کوبیدند و آنها را می‌شکستند. به این ترتیب کوسه‌ها یکی پس از دیگری کشته می‌شدند. پس از یک هفته ۹۵ کوسه مرده و ۵ دلفین زنده در حالی که با هم زندگی می‌کردند در حوض دیده شدند.

در دنیای کوسه‌ای، برای برنده شدن؛ دیگران یا باید بمیرند و یا بازند.

اما در دنیای دلفینی، انعطاف وجود دارد و سرشار از تشخیص‌های پربار است.

نتیجه‌گیری: دنیای زیباتری داشتیم اگر که ما انسان‌ها نیز دارای چنین تفکر زیبایی می‌بودیم؛

تفکر دلفینی یعنی اینکه:

- ۱- غیر از خود به دیگران هم بیاندیشیم.
- ۲- با دیگران در زمان بروز مشکلات همذات‌پنداری کنیم.
- ۳- از خوشحالی دیگران شاد شویم.
- ۴- از ناراحتی و درد دیگران ما هم احساس درد کنیم.
- ۵- با دیگران همدلی و همراهی کنیم.
- ۶- دست در دست هم و برای موفقیت هم تلاش کنیم.

# مارکتینگ و سبک‌های موفق بازاریابی

• بهنام فرقانی / مدیرعامل گروه شتاب‌دهنده‌ی آینده

## بخش اول

همه‌ی ما به خوبی می‌دانیم که سال ۲۰۲۰ شبیه هیچ سال دیگری نبود، درعین حال، بیشتر حرفه‌ها و کسب و کارهایی که پیش از رویداد کووید ۱۹ استراتژی تبلیغات و بازاریابی خود را به روش دیجیتال انجام می‌دادند، در سال ۲۰۲۰ و ۲۰۲۱ روند موفق‌تری را نسبت به باقی کسب و کارهایی که در این مسیر فعال نبودند، طی کردند.

بسیاری از کسب و کارهایی که در سال‌های اخیر فعالیت بازاریابی دیجیتال نداشتند، کوشیدند تا یک شبه این تغییر را در سازمان، مطب و یا کلینیک خود اجرا کنند اما همانطور که می‌دانید مسیر مارکتینگ، مسیری بلندمدت است و در بازه‌ی زمانی کوتاه نمی‌توان آن را به خوبی اجرا کرد.

همه‌ی ما به وضوح به خصوص در ۲ سال گذشته شاهد برگزاری کلاس‌ها، دوره‌ها و کورس‌های آموزشی به شکل آنلاین بوده ایم. طبق نظرسنجی جهانی McKinsey و به نقل از مدیران اجرایی و بازاریابان، سهم محصولات دیجیتالی و یا دیجیتالی شدن خدمات آنها در سازمان‌هایشان بسیار زودتر از آنچه باید، تسریع شده است. آنها گفته‌اند که چیزی نزدیک به ۷ سال زودتر پذیرش سیستم‌های دیجیتال، خریدهای مشتریان به این سبک و درخواست سرویس‌های دیجیتال اتفاق افتاده است. این آمار می‌تواند خبر خوبی برای افرادی باشد که امروز سیستم‌های خدمات خود را بیشتر به سمت دیجیتالی شدن پیش برده‌اند و همینطور می‌تواند یک زنگ خطر برای افراد، سازمانها، مطب‌ها و کلینیک‌هایی باشد که به روش غیردیجیتال فعالیت می‌کنند و همچنان گامی در این مسیر برنداشته‌اند.

در نمودار پایین شما تغییر و تحولات مرتبط با کووید را که باعث شتاب‌دهی سیستم‌های دیجیتال شده است، در هر منطقه نسبت به سال‌های قبل مشاهده می‌کنید.

همانطور که در این نظرسنجی و نمودار مربوطه مشاهده می‌کنید، در خصوص سیستم‌های دیجیتال، جهش بسیاری را در سال ۲۰۲۰ شاهد هستیم.

در این شماره از مجله ابتدا قصد دارم تعریفی خلاصه از مارکتینگ ارائه دهم و سپس شما را با سبک و استایل‌های

بازاریابی بیشتر آشنا کنم و در انتهای این بخش به خصوص در بخش دیجیتال مارکتینگ برخی از آمارهای سال ۲۰۲۱ و نظرسنجی‌هایی که بین ۱۵۰۰ بازاریاب دنیا انجام شده است را بررسی کنم.

بنا بر نقل قولی از پروفیسور کاترپدر علم بازاریابی مدرن دنیا تعریف مارکتینگ به مرور زمان چندین و چند بار تغییر کرده است و امروزه در سال ۲۰۲۲ یک تعریف جامع و البته صریح و خلاصه برای مارکتینگ وجود دارد که از ۳ مرحله یا می‌توان گفت از ۳ بخش تشکیل شده است؛

### مارکتینگ یعنی:

شناخت بازار و ارائه‌ی ارزش پیشنهادی و ایجاد کانال‌های ارتباطی با مشتریان.

اجازه دهید قبل از اینکه انواع سبک‌های مارکتینگ را مورد بررسی قرار دهیم کمی بیشتر به تعریف اخیر و معانی بخش‌های آن بپردازیم.

### شناخت بازار:

ما، در قدم نخست بازاریابی، سعی می‌کنیم تا مخاطب و یا مشتری خود را که «مخاطبین هدف» نام دارند، شناسایی کنیم. در این بخش می‌توان گفت هر قدر مخاطبین هدف خود را بهتر و دقیق‌تر بشناسید مسیر راحت‌تری را در بازاریابی برند خود طی می‌کنید.

شاید برای شما هم این سوال پیش آید که؛

چطور می‌توانیم به شناخت دقیق‌تری از مخاطبین خود برسیم؟

متأسفانه در بسیاری از شرکت‌ها و سازمان‌ها و همینطور کلینیک‌ها و مطب‌ها، اطلاعات و داده‌هایی که مخاطبین در اختیارشان به شکل روتین قرار می‌دهند، بلااستفاده و بررسی و تحلیل باقی می‌مانند. یکی از راه‌های اصلی شناخت مشتری تحلیل دیتاها و داده‌هایی است که مخاطبین شما در اختیارتان قرار می‌دهند و شما با بررسی آنها می‌توانید رفتار و انتظارات آنها را پیش‌بینی کنید.

به روند ثبت اطلاعات در مطب و کلینیک خود نگاه کنید.

هر روز چندین و چند پرونده با اطلاعاتی که شما درخواست کرده‌اید توسط مخاطبین شما تکمیل می‌شود که معمولاً



بررسی آنها و جمع بندی نتایج قطعا شگفت زده خواهید شد. و اما گام دوم. درگام دوم، با این پرسش مواجهیم که:

### ارزش پیشنهادی چیست؟

ارزش پیشنهادی، به طور کلی ارزشی است که به مشتریان یا مخاطبین هدف شرکت، کلینیک و یا مطب، منتقل می شود. این پیشنهاد به شکل بیانیه ای کوتاه، واضح و مختصر، شامل مزایای ملموس و یا ناملموسی است که به مشتریان ارائه می شود. ارزش پیشنهادی روشی است برای انتقال نقاط تمایز برند شما به مشتریان هدف. به طور ساده تر یعنی؛ ارزشی که باعث می شود مخاطب هدف شما، به جای انتخاب رقبا برند شما را انتخاب کند.

ارزش پیشنهادی می تواند حالت های مختلفی داشته باشد. به طور مثال گاهی می تواند برای برند شما حضور سیستم های دیجیتال و به روز، وجود دستگاه های خاص برای انجام درمان و... باشد که رقبا شما آنها را در اختیار ندارند و یا سیستم های خلق تجربه ای متفاوت برای مخاطبین شما باشد که این سیستم را رقبا شما اجرا نکرده اند. به طور مثال شما در مطب کلینیک و یا سازمان خود شرایط را به گونه ای فراهم کرده اید که مخاطب شما تجربه ای متفاوت از انجام درمان و یا خرید از شما داشته باشد. یا این که؛ شما سیستم های تماس پشتیبانی خیلی سریع و دقیق تری دارید و به شکل مداوم با مخاطبین خود در ارتباط هستید و با آنها تعامل نزدیک تری

این اطلاعات شامل: اسم و فامیل، شماره تماس، تاریخ تولد شغل، معرف و... است.

در سازمان ها و شرکت ها نیز همین روند ایجاد شده است. رفتار هر مشتری بنا به سطح خریدش در ماه های مختلف، ابزار و یا محصولاتی را که تهیه می کند و... همگی اگر مورد بررسی و تحلیل قرار گیرند می توانید به راحتی با تیپ های شخصیتی مشتریان خود بیشتر آشنا شوید و برنامه ای بازاربایی خود را بنا بر شخصیت آنها تنظیم کنید. این بخشی از فعالیتی است که یک تیم مارکتینگ در اولین گام حرکت خود انجام باید دهد. اجازه دهید برگردیم به مطب ها و کلینیک ها:

آیا تا به حال روند درمان هایی را که برای مخاطبین و مراجعین خود انجام داده اید، بررسی کرده اید؟

به طور مثال، اگر درمان ایمپلنت در مطب و کلینیک شما در حال انجام است آیا بررسی کرده اید که در طی یک بازه ۱ الی ۳ ماهه بیشتر چه دندانهایی را کاشت ایمپلنت انجام داده اید؟ یا بررسی کرده اید که مراجعه کنندگان شما به خصوص آنهایی که وفادار به برند شما هستند بیشتر چه درمانهایی را انجام داده اند و اگر کسی را معرف کرده اند آن فرد چه شغلی داشته و او چه درمانی انجام داده است؟

بر اساس این بررسی ها، شما از شغل هر فرد و تحلیل آن می توانید به نوع شخصیت، سطح رفاهی و استایل زندگی سبک دوستان و اطرافیان مخاطب خود پی ببرید و پس از

دارید. یا سیستم نوبت دهی شما به شکل آنلاین عمل می کند و مخاطب به راحتی می تواند وقت خود را تنظیم کند ولیکن رقبای شما روش سنتی را در پیش گرفته اند. شاید شما یک درمان را به شیوه ای انجام می دهید و ارائه می کنید که دیگر رقبا نمی توانند در آن بازه ی زمانی آن را اجرا کنند و....

همه ی موارد بالا برخی از نمونه های ارزش های پیشنهادی هستند و این وعده ای است که شما به مشتریان خود می دهید و البته فراموش نکنید ارزش پیشنهادی می تواند برگ برنده شما در سیستم بازاریابی باشد.

پس حتما باید بعد از شناخت مشتری ارزشی را ارائه کنید که با طیف مخاطب هدفی که شناسایی کرده اید، به خلق تجربه ای بهتر، کمک زیادی بکند.

**بخش سوم تعریف مارکتینگ؛ کانال های ارتباطی با مخاطبین**  
یکی از اشتباهات رایج شرکت ها، مطب ها و کلینیک ها برعکس طی کردن تعریف مارکتینگ است؛ عکس تعریفی که پیشتر به طور خلاصه ارائه دادم. یعنی ابتدا کانال های ارتباطی ساخته می شوند، محتوا برای آن تولید می شود و سپس به این فکر می کنیم که چه ارزشی می توان ارائه کرد و مخاطب هدف ما کیست؟

کانال های ارتباطی با مخاطبین امروزه تنوع زیادی دارند ولیکن شما باید بررسی کنید که با توجه به نوع مخاطب هدفی که انتخاب کردید چه کانال یا کانال هایی می توانند نتایج بهتری به همراه داشته باشند. برخی اوقات وجود کانال های ارتباطی خوب و حفظ تعامل نزدیک با مخاطب از طریق همین کانال ها خود می تواند یک ارزش پیشنهادی مثبت باشد.

بر طبق نظر سنجی که در ابتدا مقاله با هم بررسی کردیم متوجه شدیم که کانال ها و روش های دیجیتال گزینه ی مناسب تری برای ارتباط با مخاطبین هستن و جامعه بیشتری از مخاطبین را در خود جای می دهد.

طبق تحلیل های صورت گرفته در اینستاگرام ۷۰٪ مخاطبین بین سن ۲۵ تا ۳۵ سال هستند که یعنی اگر مخاطبین هدف شما در این بازه ی سنی هستند، می تواند محیطی بسیار خوب برای کسب و کار و یا حرفه شما باشد. البته این نکته را فراموش نکنید حتی اگر مخاطبین هدف شما در این بازه ی سنی نباشد باز هم طبق نظر سنجی جامعی که بین بازاریابان انجام شده سوشال مدیا بهترین پلتفرم برای معرفی حرفه ها و کسب و کارهاست.

از نظر من اینستاگرام گزینه اول هر کسب و کاری در ایران است، سپس تلگرام - واتساپ بیزنس - وب سایت و.... صدمت، در شماره های بعدی این مجله در خصوص نحوه و

چگونگی فعالیت بهتر در سوشال مدیا مفصلا صحبت خواهیم کرد.

در ادامه جهت آشنایی شما به انواع سبک های مارکتینگ پرداخته ام و پس از آن آمارهای نظرسنجی های انجام شده به خصوص در بخش دیجیتال مارکتینگ را مورد بررسی و تحلیل قرار داده ام تا مسیر پیش رو آینده بازاریابی برای شما شفاف تر شود.

شاید برای شما جالب باشد بدانید که چیزی نزدیک به ۴۱ سبک و استایل مارکتینگ و بازاریابی در دنیا داریم. من قصد دارم آن سبک هایی را که بیشتر مورد استفاده قرار می گیرند و آنهایی که در جامعه ما بیشترین کاربرد دارند، به شکل خلاصه برای شما بازگو کنم:

### بازاریابی سنتی

(Traditional Marketing)

بازاریابی سنتی به تبلیغ برند در کانال های آفلاین اشاره دارد که قبل از ظهور اینترنت وجود داشتند. اکثر بازاریابی های سنتی متکی بر تاکتیک های بیرونی هستند، مانند: بیلبوردها تبلیغات چاپی و تبلیغات تلویزیونی.

با توجه به نرخ رشد دیجیتالی شدن بازاریابی و هزینه های به صرفه تبلیغات در این پلتفرم ها انجام تبلیغات به روش سنتی به دلایلی مختلفی از جمله: هزینه های بالا، ناتوانی در تحلیل و ارزیابی نتایج میزان اثر بخشی آن و... را توصیه نمی کنیم ولیکن در بیلبوردها شما آنگاه نتایج مفیدی دریافت می کنید (در صورتی که از هزینه چشم پوشی کنید) که یا به روش کمپینی در نقاط مهم شهر به شکل قدرتمندانه و البته خلاقانه حضور داشته باشید و یا در مکان هایی بر روی بورد باشید که بیشترین مخاطبین هدف شما آنجا هستند. فقط نکته ای که نباید فراموش کنید وجود نوآوری در تبلیغات کمپینی شما خواهد بود. از انجام کار کم هزینه به خصوص در طراحی آنها و نبود نوآوری خودداری کنید.

### بازاریابی برون مرزی (Outbound Marketing)

این سبک از تبلیغات، شامل سیستم های پیامکی، ارسال ایمیل به مخاطبین و... است.

از این سبک بازاریابی صرفا برای افزایش آگاهی برند برای مخاطبین استفاده می شود و در این سبک توجهی به علاقه و یا سلیقه و شناخت مشتری نمی شود و صرفا هدف افزایش آگاهی برند است.

## بازاریابی درون مرزی

(Inbound Marketing)

این سبک از بازاریابی کاملاً بر شناخت مشتری پایبند است و سعی دارد تا برای مخاطبین خود لذت و تجربه‌ی بهتری خلق کند. اکثر تاکتیک‌های بازاریابی درون‌نگرا یا درون مرزی در حوزه بازاریابی دیجیتال قرار می‌گیرند. بازاریابی درون‌نگرا بر ۳ ستون استوار است: جذب، تعامل و لذت. در این سبک بازاریابی هدف اصلی شما ایجاد محتوا برای خلق تجربه‌ای بهتر برای مخاطب است.

## بازاریابی دیجیتال

(Digital Marketing)

دیجیتال مارکتینگ، برعکس بازاریابی سنتی است و از فناوری‌هایی استفاده می‌کند که به طور سنتی وجود نداشته‌اند. بنابراین می‌کوشد به روش‌های جدید به مخاطبین دسترسی پیدا کند.

استفاده از کانال‌های دیجیتالی مانند موتورهای جستجوگر رسانه‌های اجتماعی، ایمیل و وب‌سایت‌ها برای ارتباط با مشتریان فعلی و بالقوه بخشی از بازاریابی دیجیتال هستند.

## بازاریابی موتورهای جستجوگر

(Search Engine Marketing)

این سبک از مارکتینگ با استفاده از کلمات کلیدی (که در محتواهای وب‌سایت‌ها دیده‌اید) انجام می‌شود که بیشتر روند اجراییات آن بسته به متن و تعداد محتواهایی است که در وب‌سایت آپلود می‌کنید.

در این سبک از مارکتینگ ۲ نوع سیستم مختلف وجود دارد: سرچ کردن کلمات کلیدی به کار می‌رود.

PPC = PEY-PER-CLICK که با بهره‌گیری از سیستم‌های تبلیغاتی عمل می‌کند.

GOOGLE ADS که با پرداخت هزینه‌ای که عمدتاً انتخاب هزینه به عهده خودتان است، تبلیغات توسط آن انجام می‌شود. هزینه‌ای که مشخص می‌کنید با همراهی و همکاری گوگل لینک وب‌سایت شما و محصول را بیشتر در مقابل مخاطبین هدفی که برای آن مشخص کرده‌اید قرار می‌دهد.

## بازاریابی محتوا

(Content Marketing)

این سبک از بازاریابی که سبک مورد علاقه‌ی خود من است و بر ساخت محتواهای مختلف متکی است. امروزه این سبک از مارکتینگ در ایران بیشتر از باقی سبک‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرد.

از جمله پیشنهادات در این سبک، ساخت ویدیوهای آموزشی است؛ به عبارتی ساخت ویدیوهای توضیحاتی در خصوص نحوه انجام درمان‌ها و یا توضیحات در خصوص مزیت‌های یک محصول و... عکاسی‌ها و یا طراحی‌هایی که همگی با هدف آگاهی‌برند انجام می‌شوند. آگاهی‌برند به طور خلاصه یعنی آنقدر مخاطب شما از کار و یا محصول شما اطلاعات داشته باشد حتی اگر به شما مراجعه نکرده باشد چنانچه کسی از او در حیطه کاری شما سوال کند یا پیشنهادی بخواهد آن شخص اطلاعات کافی در خصوص آن درمان یا محصول را به فرد ارائه دهد و شما را نیز در لیست معرف‌های خود دارد. فراموش نکنید هر قدر به مخاطب خود اطلاعات بیشتری بدهید آگاهی‌برند خود را بالاتر برده و در نتیجه اعتماد سازی بیشتری برای مخاطب شما شکل می‌گیرد.

## بازاریابی شبکه‌های اجتماعی

(Social Media Marketing)

امروزه همه ما با توانمندی شبکه‌های اجتماعی در بازاریابی کاملاً آشنا هستیم. در یک نظرسنجی که بین ۱۵۰۰ بازاریاب انجام شد، بیش از ۶۰٪ بازاریاب‌ها شبکه‌های اجتماعی را به عنوان بهترین پلتفرم برای تبلیغات و بازاریابی و دسترسی به مخاطبین خود انتخاب کرده‌اند. بازاریابی محتوا (تولید محتوا) و بازاریابی شبکه‌های اجتماعی به نوعی مکمل هم هستند. رازی که دانستنش شما را در این سیستم موفق خواهد کرد استمرار در فعالیت است. شما در شبکه‌های اجتماعی باید روزانه فعالیت داشته باشید و از این طریق با مخاطبین خود تعامل بیشتری برقرار کنید.

## بازاریابی ایمیلی

(Email Marketing)

بازاریابی ایمیلی، برندها را از طریق ایمیل به سرخ‌ها، مشتریان بالقوه و مشتریان مرتبط می‌کند. از کمپین‌های ایمیلی می‌توان برای افزایش آگاهی در مورد برند، ایجاد ترافیک به کانال‌های دیگر، تبلیغ محصولات یا خدمات، یا پرورش سرخ‌ها برای خرید استفاده کرد. این سبک از بازاریابی نیز هم‌اکنون در کشور ما مورد استفاده قرار می‌گیرد ولی نسبت به سبک‌های تولید محتوا و شبکه‌های اجتماعی به خصوص در ایران در رتبه‌های پایین تری قرار دارد.

اگر مخاطبین شما مردم عادی هستند این سبک از مارکتینگ نمی‌تواند کمک‌کننده‌ی شما باشد اما اگر نوع سیستم کسب و کار شما B TO B است، این سبک نیز در کنار باقی سبک‌ها می‌تواند کمک‌کننده باشد.

ادامه دارد.



## کافی است که؛ اندیشه‌ی خیری باشد

یادی از یک استاد نیکونهاد و سه ستون جامعه‌ی یابوری فرهنگی

کنند. دست جوان را هم می‌گیرد. جای اول را که سر می‌کشند جوان شعری را زمزمه می‌کند! گوش‌های راننده تیز می‌شود. شعر زبان حال راننده و مسافران است و این جاده‌های خراب و خاکی!! با این مضمون که چرا با این همه ثروت باید جاده‌های ما این چنین باشد و وضع مردمان مان این گونه؟

راننده تعجب می‌کند. آن چه این جوان می‌خواند، نه شعر است و نه محاوره معمولی. در عین اینکه قافیه ندارد ولی فکر می‌کنی شعر است! سر و ته دارد و گوش نواز است!! می‌پرسد این‌ها را کجا خواندی؟ و جوان می‌گوید: از جایی نخواندم؛ خودم سروده‌ام!! یعنی این‌ها شعر بود؟ و جوان جواب می‌دهد بله به این‌ها می‌گویند شعرنو! قشنگ است! نشنیده بودم. راننده خیلی از جوانک خوشش می‌آید.

وقتی به خواب رسیدند راننده پرسید: خب ببینم! در خواب کجا می‌خواهی بمانی؟ اینجا مسافرخانه‌ای چیزی ندارد. جوانک می‌گوید: نمی‌دانم. بالاخره یک جایی پیدا می‌شود. خدا بزرگ است. راننده می‌گوید: باید بیایی خانه خودمان. بد نمی‌گذرد. به منزل راننده می‌روند. همین‌طور که دارند حرف می‌زنند از خستگی به خواب فرو می‌روند. زمانی بیدار می‌شوند که اهل خانه دارند سوره و سات شام را آماده می‌کنند. بعد از شام

مهرماه امسال، یادآور نود و پنجمین سالگرد تولد یکی از هنرمندان خیراندیش خراسان بود. استاد مهربانی که دو سال پیش و در نود و سومین سال زندگی، چراغ عمر این جهانی‌اش خاموش شد تا نام نامیرایش برای همیشه بر قلعه‌ی خیر و هنر بدرخشد.

به انگیزه‌ی گرامیداشت نام و یاد استاد عثمان محمدپرست روایت خواندنی و زیبایی بخوانیم به قلم دکتر محمد رفیع جلالی: همه صندلی‌ها پر شده بودند. اصرار داشت که سوار شود. راننده که عمامه‌ای به سبک خراسانیان اصیل بر سر داشت وقتی اصرار جوان را دید، چارپایه چوبی کنارش را نشان داد و گفت: بیا بالا بنشین و دست خودم. مقصد نهائی خواب است! هنوز به شریف‌آباد نرسیده بودند که راننده می‌پرسد: حُب جوان برای چه می‌خواهی به خواب بروی؟ کسی را آنجا می‌شناسی؟ کار واجبی داری که اینهمه اصرار داشتی سوار شوی؟ و جوانک می‌گوید نه! راننده بیشتر متعجب می‌شود و می‌پرسد: پس می‌خواهی بروی خواب چه کار کنی؟ آنجا که چیزی برای دیدن ندارد. وسط کویر است! و جوانک می‌گوید:

هیچ! می‌خواهم بروم آنجا را ببینم! فقط همین!

راننده جلوی یک قهوه‌خانه متوقف می‌شود تا گلویی تازه



راننده اشاره‌ای به پستوی خانه کرده و با سر اشاره‌ای به بچه‌ها می‌کنند. به درون پستو می‌روند و اندکی بعد با یک بسته دراز پیچیده در یک پارچه قلم‌کاری شده باز می‌گردند. بسته را جلوی راننده می‌گذارند. راننده به آرامی و با احترام بسته را باز می‌کند. حالا نوبت جوان است که متعجب شود. داخل بسته یک دو تار است. راننده دست چپش را سوی کوک دو تار می‌برد و با ناخن‌های دست راست بر سیم‌ها زخمه‌ای چند می‌زند. پس از چند بار بالاخره مطمئن می‌شود که ساز کوک است؛ می‌نوازد و سپس می‌خواند:

نوائی، نوائی، نوائی، نوائی

همه با وفایند، تو گل بی‌وفایی  
الهی برافتد نشان جدایی

تازه اینجاست که جوان از بهت بیرون می‌آید و بی‌اختیار دست می‌اندازد به گردن راننده و او را بوسه باران می‌کند! آن راننده عثمان محمدپرست - نوازنده بزرگ خراسان - است و آن جوان هم مجتبی کاشانی شاعر و مدرسه ساز بزرگ سال‌های بعد! در همان خواف بود که پیوند میان عثمان و مجتبی شکل گرفت. این دو یار و درکناریار دیگرشان، پدر عکاسی نوین و سلطان عکاسی طبیعت ایران، زنده‌یاد نیکول فریدنی، بنیادی را بنا نهادند که بعدها به جامعه یابوری فرهنگی معروف گشت و کارش ابتدا دادن خدمات درمانی و بعدها مدرسه‌سازی برای مناطق بسیار محروم جنوب خراسان بود.

این تشکل در زمان حیات کاشانی بیش از ۲۰۰ مجتمع آموزشی ساخت، ولی با مرگ مجتبی به پایان نرسید و تاکنون ۹۰۰ مدرسه ساخته است. در قسمتی از وصیت‌نامه کاشانی آمده: «من کاری نتوانستم برای مردم انجام دهم، حاصل عمر من برای ملت و کشورم ۲۰۰ مجتمع آموزشی است که با پول مردم و دوستانم در انجمن یابوری ساختم و شش کتاب شعر که برای مردم و به عشق آن‌ها سروده‌ام».

شعر و شعور مجتبی کاشانی و دو تار عثمان درکنار تصاویر نیکول در معرفی فقر و مسکنت در روستاهای جنوب خراسان و اثرات مثبت مدرسه‌سازی، توانست جامعه یابوری فرهنگی را به کمال برساند:

مجتبی کاشانی، شیعه  
عثمان محمدپرست، سنی  
و نیکول فریدنی، ارمنی بود  
درس برای ما:

۱- عثمان هیچگاه برای نواختن موسیقی پول نگرفت و اگر پولی گرفت صرف کار خیر و مدرسه‌سازی کرد. ما کدام توانمندی‌مان را وقف بسط نیکویی و خلق زیبایی و نشر دانایی می‌کنیم؟

۲- در نگاه اول همه ما فکر می‌کنیم این دیدار (مجتبی و عثمان) یک اتفاق تصادفی بوده است. اما در این جهان هیچ اتفاقی اتفاقی نیست! اگر اندیشه خیری در وجود ما باشد دیر یا زود درها گشوده می‌شود.

۳- این سه یار غیر هم دبستانی، شاگرد سه مکتب مختلف بوده‌اند. اما هریک به سهم خود هم جهان را مطلوب‌تر کردند و هم جان‌شان متعالی‌تر شد.

## نگاهی گذرا، به انیمیشن ربات وحشی؛ مهربانی، مهارتی برای بقاست...

• آوات رحیمی

قصه‌ی انیمیشن ربات وحشی The Wild Robot را به اختصار اینطور می‌شود تعریف کرد؛ یک کشتی باری در جریان توفان شش ربات همه‌منظوره «رازم» را از دست می‌دهد. ربات‌ها از جزیره‌ای سردر می‌آورند که هیچ انسانی ساکن آن نیست؛ اما فقط یک ربات از سانحه جان سالم به در برده است که حیوانات جزیره تصادفاً آن را فعال می‌کنند. رازم واحد ۷۱۳۴ که بعداً با نام «راز» شناخته می‌شود، می‌کوشد تا خدماتش را برای حیوانات تبلیغ کند اما تنها موفق می‌شود آن‌ها را به وحشت بیندازد و به خودش صدمه وارد کند. او حتی پس از چند روز تلاش برای ترجمه زبان حیوانات باز هم نمی‌تواند حیوانی را پیدا کند که به کمکش نیاز داشته باشد. به همین خاطر تصمیم می‌گیرد با سازندگاناش تماس بگیرد تا او را پس بگیرند. اما ناگهان یک خرس گریزلی به نام «تورن» او را دنبال می‌کند و راز در حین فرار تصادفاً لانه‌ی غازی را از بین می‌برد. غاز مادر کشته می‌شود و فقط یک تخم باقی می‌ماند. راز، در برابر روباه گرسنه‌ای به نام «فینک» از تخم محافظت می‌کند. جوجه‌ی غاز سر از تخم درمی‌آورد و به‌طور اتفاقی باعث شکسته شدن فرستنده راه دور راز می‌شود. حیوانات جنگل خصوصاً ماده‌هایی که مادر هستند و فرزندان دارند، به راز می‌گویند که جوجه‌ی غاز را باید تغذیه کند، به او شنا کردن یاد بدهد و مطمئن شود که پیش از رسیدن زمستان و وقت مهاجرت، پرواز کردن را آموخته است. فینک روباه که می‌بیند منفعتش در همراهی با راز است به او می‌آموزد که پناهگاهی بسازد. این سه نفر، هم‌زیستی تازه‌ای را آغاز می‌کنند و راز در نهایت نام برایت بیل را برای جوجه‌ی غاز انتخاب می‌کند...

"کریس سندرز" نویسنده و کارگردان، اولین بار به واسطه دخترش با کتاب براون مواجه شد؛ اما کتاب را نخواند تا این که سال‌ها بعد کمپانی دریم‌ورکز، کارگردانی اقتباسی از آن را به او پیشنهاد کرد. سندرز به محض خواندن کتاب، شیفته داستان شد و احساس کرد که گزینه‌ی مناسبی برای این اقتباس سینمایی است. او کتاب را «به‌طور فریب‌آمیزی ساده» و «از نظر احساسی پیچیده» توصیف کرد. جالب این که سندرز پیش از این با اولین فیلمش در مقام کارگردان با عنوان لیلو و استیج (۲۰۰۲) به ایده‌ی مخلوقی که در جنگل با حیوانات رابطه برقرار می‌کند پرداخته بود. براون بعداً به گروه تولید گفت که مضمون



در این شماره از فصلنامه‌ی همدم، با هم مروری خواهیم داشت بر ظرافت و ظرفیت انیمیشن جذاب "ربات وحشی". این انیمیشن که برای تمام سنین قابل تماشاست، از عشق و مهربانی می‌گوید. تلاش برای نجات یک جوجه‌ی غاز تنها و بی‌پناه، شالوده‌ی اصلی قصه‌ی این پویانمایی جدید کمپانی دریم‌ورکز است. اما نجات دهنده نه یک انسان رهگذر و مهربان و حتی یک حیوان ساکن کوه و جنگل، بلکه یک ربات آهنی و فولادی است که پس از دیدن ۲۰ دقیقه از فیلم مخاطب باورش می‌شود که مهربانی در قلب آهنی رباتها هم وجود دارد و این معجزه‌ی همیشگی بشر باز هم به نجات موجودی بی‌پناه می‌آید.





ما، نقش و وظایف مادر بودن را گوشزد می‌کنند. مادر بودن با یک ربات کاری می‌کند که برای فرزند نداشته‌ی خودش خون دل می‌خورد و نگران آینده‌اش می‌شود و حتی تنظیمات کارخانه‌اش به هم می‌خورد و مهرش بی‌حد و حساب می‌شود. به قول مولانا: "باده‌نی در هر سری شرمی کند / آنچنان را آنچنان تر می‌کند..."

یکی از نکات قابل توجه فیلم، مادر شدن روباهی است که بواسطه‌ی صدا و رفتارش مشخصاً یک روباه نر است اما او نیز که در ابتدای فیلم به جهت خوردن جوجه غاز وارد داین داستان می‌شود، به‌طور عجیبی مهر بان می‌شود و همچون روباه داستان «شازده کوچولو» نقش راهنما را برعهده می‌گیرد. روباه راهنما به شکل بامزه‌ای در ابتدای فیلم راهنمای ربات داستان و سپس راهنمای حیوانات جنگل می‌شود و در سکانسی از فیلم که برف و بورانی سخت جنگل را فرا گرفته است به آنها درس اتحاد و یکدلی می‌دهد و از مرگ نجاتشان می‌دهد. قطعا عاشقان فیلم و رمان شازده کوچولو، با دیدن این روباه زیرک و فهیم و تا حدی مهر بان خاطره‌های زیبای زیادی را به یاد می‌آورند و احساس لذت خواهند کرد.

انیمیشن ربات وحشی در نهایت به کلاس درسی برای خود دریم ورکس و آثار مشابه تبدیل می‌شود که می‌توان اثری را تولید کرد تا تمامی گروه‌های سنی از تماشا آن لذت ببرند و همزمان پیام‌های مناسب و درستی هم در آن قرار داد. انیمیشن‌ها، نیازی حتمی به صحنه‌های اکشن برای جذب افراد کم سن و سال ندارند و حتی لازم هم نیست شخصیت‌های طراحی خیلی جذابی داشته باشند؛ آن‌ها تنها لازم است شخصیت‌هایی باشند که بتوانیم آن‌ها را لمس کنیم و آن‌ها را به‌عنوان شخصیتی واقعی قبول کنیم.

آنچه از این فیلم استنباط می‌شود آنقدر ساده و مشخص است که لازم نیست به جملات و کنایه‌های فیلسوفان و روانشناسان پناه ببریم تا مخاطب فیلم را به نکات پنهان فیلم رهنمون شویم و آن هم این است که؛ احساس قدرتمند مادر بودن، نجات دهنده‌ی بشریت و کره‌ی زمین و جنگ‌های بی‌پایان تاریخ است. کارگردان: کریس سندرز / تهیه‌کننده: جف هرمان / نویسنده: کریس سندرز.

تاریخ انتشار: ۸ سپتامبر ۲۰۲۴ - شرکت تولیدکننده: دریم ورکس انیمیشن

اصلی‌اش در کتاب این بود که مهر بانی می‌تواند مهارتی برای بقا باشد. سندرز هم تمام تلاشش را کرد که این مضمون در سراسر فیلم ریشه بدواند و خودش بر این باورست که به چنین هدفی رسیده است. موضوع دیگری که در داستان مورد توجه سندرز قرار گرفت مادرانگی بود که احساس می‌کرد هرگز داستانی با این ماهیت را کار نکرده است.

منتقد معروف پایگاه خبری آسوشیتدپرس (مارک کندی) امتیاز ۱۰۰ از ۱۰۰ را به این انیمیشن می‌دهد. آقای کندی می‌گوید: «این بهترین فیلم انیمیشن سال است». تا اینجا قطعاً همین‌طور است؛ و حتی می‌تواند به عنوان «بهترین فیلم سال» انتخاب شود.

همچنین منتقد معروف پایگاه خبری نیویورک تایمز خانم "ناتالیا وینکلمن" امتیاز ۹۰ از ۱۰۰ را به این انیمیشن می‌دهد و می‌نویسد: «این فیلم یک موفقیت بهت‌آور در قلمرو انیمیشن است به طوری که شما توجه سازندگان فیلم به تک‌تک فریم‌ها را احساس می‌کنید. ربات وحشی اثری است که به دو موضوع بیشترین اهمیت را داده است: احساسات بکر بداهه و زیبایی تمام‌عیار.»

ربات وحشی با اینکه داستان یا حرف جدیدی ندارد، اما در نمایش یک روایت احساسی و عمیق موفق عمل می‌کند و به خوبی توانسته است لحظات احساسی بسیار خوب و با کیفیتی خلق و ارائه کند.

فداکاری شخصیت اصلی داستان که در ابتدا برای یک جوجه غاز و در ادامه برای همه حیوانات جنگل است، باعث می‌شود تا شاهد شکل‌گیری یک داستان احساسی و جذاب باشیم. درست است که عمده دقایق انیمیشن به شخصیت ربات و تنها دوست و فرزندش تعلق دارد، اما سندرز به خوبی توانسته است لحظاتی را خلق کند که باعث شود بیننده برای هر شخصیت ارزش قائل شود. شخصیتی مثل رهبر غازها که با فداکاری‌اش لحظات جذابی را خلق می‌کند یا دیگر شخصیت‌های انیمیشن که هر یک تلاش می‌کنند تا هدف سازندگان را به خوبی جلو ببرند.

ما با حسی به نام مادر بودن در سرتاسر این فیلم روبرو هستیم. نه تنها مادر بودن یک ربات، بلکه مادر بودن تک‌تک حیوانات ماده‌ای که در جنگل حضور دارند و به ربات داستان



## آدم‌هایی که بسیار برای ما آشنا هستند

معرفی کتاب اوسنه‌ی باباسبحان اثر محمود دولت‌آبادی

• حمیدرضا پورنجفیان

وی می‌گریاند و خواننده با غلام همدل می‌شود: پدرش وقتی که غلام صغیر بود، کنار خط طرق از خماری مرد. برادرش حبس بود. مادرش، مثل شغالی که دندانهایش ریخته باشد روز را شب می‌کرد، و خودش دائما از خودش می‌گریخت. در هیچ نقطه‌ای بند نمی‌شد. نه مرد ده بود و نه آدم شهر. چشمش سالها پی یک تکه زمین بود، اما کسی ملکش را به او اطمینان نمی‌کرد.

غلام به واسطه بدنامی مادرش مجرد مانده است و وقتی در خواستگاری از دختری که مادرش سر تنوره‌های مردم نان می‌پزد، باز هم جواب سر بالا می‌شنود، بدجوری احساس حقارت روح و روانش را آزرده می‌کند. دولت‌آبادی اینجا می‌نویسد:

این شانه‌ی غلام را گرفت.

آری یک چیزی یک وقتی شانه‌ی آدم را می‌گیرد و رها نمی‌کند. گویی در حکم ضربه نهایی عمل می‌کند و آدم ناک‌داون می‌شود. مرحله‌ای که بدتر از ناک‌اوت است؛ یعنی باخته‌ای اما هشیاری و می‌فهمی دور و برت چه می‌گذرد، چه کسی به تو ضرر زده، تحقیقت کرده، از میدان خارج کرده.

شخصیت‌های دولت‌آبادی را می‌شود عمیقاً روانشناسی کرد و به درون پندارشان راه یافت و آنها را شناخت. اشخاصی که بسیار برای ما آشنا هستند، گویی همین دور و بر خودمان نفس می‌کشند و بارها و بارها دیدیم‌شان.

برای درس بررسی تطبیقی شخصیت‌ها و مضامین ادبی قرار بود میان مقاله‌های مختلفی که با نظریه ژرار ژنت نوشته شده بودند، انتخاب کنیم و ارائه دهیم. میان چند متن قدیمی، چشمم به اقتباس کیمیایی از دولت‌آبادی افتاد و بی‌درنگ همان را انتخاب کردم تا با موضوع تازه‌تری سروکار داشته باشم. این توفیق اجباری شد تا بعد از مدتها به داستانی از دولت‌آبادی رجوع کنم، آن هم به یکی از نقاط روشن مجموعه آثارش: اوسنه باباسبحان. در یک سال اخیر با شهر سبزوار و محله‌هایش و مردانش آشنا شده‌ام و این مواجهه‌ی دوباره برایم خوشایندتر بود. استفاده از ضرب‌المثل‌های جنوب خراسانی مانند "اینجوری که باد میاد و شاخه می‌جنبه" یا اشاره به غرشمال‌ها که اکنون هم در سبزوار محله‌ای دارند، برای خواننده آشنا به آن محیط جذابیت خاصی دارد. قدرت قصه‌گویی دولت‌آبادی به کنار، تبحرش در شخصیت‌پردازی از ظرایفی ست که ماندگاری‌اش را ضمانت کرده است. در اوسنه باباسبحان یک تراژدی خلق می‌شود که دو طرف دعوا مقصر نیستند و شخص دیگری آتش نزاع را برمی‌افروزد و دست تقدیر عاقبتی شوم رقم می‌زند. غلام که سمت مقابل پسران سبحان ایستاده، به واسطه مادرش که گدایی می‌کند، از سوی مردم محبتی نمی‌بیند و طرد می‌شود. او اهل یک جا بندشدن نیست و مانند کولی‌ها هر شب را جایی سر می‌کند و اتفاقاً یکی از پاتوق‌هایش، کاروانسراست. نویسنده قلم را بر

## نیک اندیشان ارجمند

استاد حمیدرضا گیلانی فر  
جناب آقای دکتر امیر شهلا  
جناب آقای احمد رضا شرکت  
جناب آقای ژبان  
جناب حاج آقای زمردی  
جناب آقای مهندس پیام نبی  
جناب آقای محسن میرزازاده

## همکار گرامی

جناب حاج آقای نوباغی  
جناب آقای جندقی  
جناب آقای احمد بهجت  
سرکار خانم محدثه سلطانی  
سرکار خانم تکتم شفیعی  
سرکار خانم طاهره صفدری

همدم و اهالی این خانه خود را در  
اندوه فقدان عزیزانتان شریک می دانند.  
همدردی ما را پذیرا باشید.



## جایی در آستانه‌ی آسمان

نگاهی به تاریخچه‌ی همدم؛ از گذشته تا امروز

خیریه‌ی توانبخشی همدم یک مرکز جامع توانبخشی و شامل پنج بخش جداگانه است:

- ۱) بخش روزانه؛ در این بخش حدود ۵۰ نفر روزانه از خدمات توانبخشی و آموزشی برخوردارند.
- ۲) بخش کم‌توانان ذهنی عمیق؛ حدود ۷۰ نفر با هوش بهری تقریبی ۲۵ در این بخش هستند.
- ۳) بخش تربیت‌پذیر یا کم‌توان ذهنی متوسط؛ حدود ۱۲۵ نفر با هوش بهری ۲۵ تا ۴۵ ساکن این بخش اند.
- ۴) بخش آموزش‌پذیر یا کم‌توان ذهنی خفیف؛ حدود ۱۲۵ نفر با هوش بهری ۴۵ تا ۷۵ در این بخش نگهداری می‌شوند.
- ۵) خانه کوچک پناهگاهی؛ ۲۰ نفر، با هوش بهری ۷۰ به بالا در این بخش ساکن اند.

چنان‌که ملاحظه می‌شود، در مجموع حدود ۴۰۰ فرزند کم‌توان ذهنی دختر در موسسه‌ی توانبخشی همدم نگهداری می‌شوند که تامین معیشت و تربیت و توانبخشی آنان، نیازمند مدیریت مدبرانه و جذب مستمر کمک‌های مردمی از نیکوکاران است و خدا را شاکریم که نظر لطف و محبت بندگان خیر، همانند پروردگار، مدام شامل حال این فرزندان بی‌گناه و بی‌پناه می‌شود. به امید تداوم این یاری‌ها و رفع تمام گرفتاری‌ها.

موسسه‌ی خیریه‌ی توانبخشی همدم، در خصوص آموزش، توانبخشی و نگهداری دختران بی‌سرپرست یا فاقد سرپرست موثر و کم‌توان ذهنی، از سال ۱۳۶۱ در شهر مشهد فعالیت دارد.

مدیریت موسسه از سال ۱۳۸۳ تغییر یافته است و به صورت هیات امنایی با حمایت خیرین در سه ساختمان مجزا و به طور کامل مستقل از سازمان بهزیستی اداره می‌شود. در حال حاضر هزینه نگهداری و توانبخشی هریک از فرزندان این خانه ماهانه بیش از ۱۸ میلیون تومان است که نزدیک به یک چهارم این هزینه از محل یارانه‌ی دریافتی از سازمان بهزیستی و مابقی با کمک‌های مردمی تامین می‌شود.

هیات مدیره‌ی موسسه هفت عضو اصلی دارد که عبارتند از؛ حاج اکبر صابری فر (رئیس هیات مدیره)، علی اکبر علیزاده قناد (نایب رئیس)، حسین محمودی خراسانی (خزانه‌دار) دکتر زهرا حجت (مدیرعامل) و آقایان مهندس حمید طیبی مهندس علی کافی و مرتضی ادیبی و جعفر شیرازی نیا دیگر اعضای هیات مدیره‌ی همدم هستند.

حدود ۳۵۰ مددجو در بخش‌های مختلف به صورت شبانه‌روزی زندگی می‌کنند و قریب ۵۰ نفر دیگر نیز از امکانات آموزشی و خدمات توانبخشی موسسه به صورت روزانه برخوردارند.



گر از محنت دیگران بی غمی  
تو نیکی کن ای دوست، تا بشکفد  
که با اندکی لطف هم، می نهی

نشاید که نامت نهند آدمی...  
لب چهارصد غنچه‌ی همدمی...  
روی زخم همنون خود، مرهمی

## شماره عضویت:

یاور گرامی و همیار همدمی! باتوجه به اینکه اطلاعات این فرم، ثبت و برای موسسه حفظ خواهد شد، سپاسگزار می شویم چنانچه در تکمیل آن دقت و اطلاعات مورد نیاز را به تفکیک درج و سپس برای روابط عمومی موسسه‌ی همدم، ارسال فرمایید.

نام خانوادگی: .....

جنسیت: زن  مرد  تاریخ تولد: .....

شغل تحصیلات: .....

آدرس پستی: استان ..... شهر/شهرستان ..... خیابان ..... پلاک ..... طبقه .....

کدپستی ..... تلفن منزل ..... تلفن محل کار .....

تلفن همراه ..... پست الکترونیک .....

از چه طریقی با توانبخشی همدم آشنا شدید؟

فضای مجازی  نشریه  تبلیغات  دوستان و آشنایان

حق عضویت و کمک های غیرنقدی:

ماهانه ۲۰۰,۰۰۰ تومان  ماهانه ۵۰۰,۰۰۰ تومان  ماهانه ۱/۰۰۰/۰۰۰ تومان

ماهانه ۳۰۰,۰۰۰ تومان  سایر مبلغ ( با ذکر مبلغ) .....

در صورتیکه در شهر مشهد ساکن هستید، لطفاً به سوال زیر پاسخ دهید.

آیا شما مایل به پرداخت حق عضویت از طریق مراجعه پیک همدم می باشید؟ (به صورت رایگان و با هماهنگی قبلی) بلی  خیر



them and noticed that children with intellectual disabilities are simple, kind and undemanding. Their expectations were so minimal that anyone of us could have fulfilled it. I learned a lot from them.

The foundation was run by support of donors and I learned that giving is not always by material means. We can put smiles on lips, we can give hope and happiness to hearts with one kind word and a loving look or a simple question, “like how are you feeling today?”

The foundation was a school, children the teachers and each day a class filled with new learning.

Teachers of kindness and love. Books, notebooks, pens and blackboards were their kind gaze. I have seen people who didn't have clothes and clothes that didn't have humanity inside.

What lessons I have learned from my coworkers, nurses and instructors who patiently and lovingly cared for the children by repeating instructions over and over again until the children would learn.

I learned from the staff who work with children with profound mental disabilities who with their callus but powerful hands would hold and feed a child while saying prayers. From them I learned lessons in love. The children thought me generosity. In the art and craft workshops girls who had spent months to complete a kilim or a design on a copper plate would want their work to be chosen by the artist, donor or the guest

visitors so they could gift it to them. Despite the fact that that was their only possession. From the girls in the profound intellectual disability unit, whose world was their bed and could only see the ceiling and the sky and god knows how much pain they were enduring, I learned tolerance and patience.

And I saw how strong they were where as I couldn't tolerate a moment of their pain.

If I were to define my life I would divide it into two segments, before and after entering Hamdam and meeting those who live there. I feel the second part gives meaning and value to the first part of my life.

The holy city of Mashhad because of Imam Reza's (8th Imam of Shia Muslims) mausoleum is a religious and pilgrimage city. Many, because of their religious beliefs, will bring their sick family members who have been told are incurable by doctors to the mausoleum in hopes of a miracle. Girls with intellectual disabilities are sometimes abandoned there and will end up in a place like Hamdam. We name these children 'Pilgrims Without Return.' With hope of a cure, they are

taken there but they will never return.

Yes, I became a mother 400 times a day and each day fell in love 400 times, fell in love with 400 angels many of whom can't speak but words come down from the heavens in their eyes and sometimes it takes the shape of a tear drop. God, you make the day and destiny, make tomorrows better than today.

Neda is one of our girls who will be reciting a poem she wrote for which she won first prize nationally. Because in the past few years, contacts were virtual, today she will be reciting it in person.

Let me say one last thing, on the surface these children are not mine or yours but they are the children of this society and each of us has a responsibility toward them and it would be important to fulfill this responsibility: Hello I am Neda. I am very happy to see you in person. Beautiful eyes my heart is aching

I remember sometimes I would be bored and were told visitors were coming I would complain and say I don't feel like it why must people come to see us?

Why should kids who don't have fathers, mother or anybody else should be looked at? Are people's inquisitive eyes something to be seen? I felt that way until one day 'IT' came to our city when it came everything changed, I noticed I have no father, no mother and no one else. I felt how much I have missed having visitors I understood how kind people had been and I didn't appreciate it I had missed their kind gaze a lot. When Corona came many people closed their eyes on us and I was forced to look for open eyes. I looked and looked and because of Corona I discovered how beautiful people's eyes are Wearing a mask, the beauty of their eyes showed and made them more attractive particularly if they smiled. Specially if their smile could be felt from behind the mask. Now every night I pray to god and say, make Corona go away from here but please, make their eyes remain beautiful It is true that Corona brought sadness but, I am sure it was because of it that I could see how beautiful eyes can be.



## entering Hamdam: meaning and value to my life...



Greetings to you friends.

I am Zahra Hojat mother of two boys and 400 girls in the Hamdam Rehabilitation Foundation (HRF). Girls who unfortunately lack the blessing of having a family or an effective family, and were it not for the backing of people who created an umbrella of support by their generosity and tender giving hands it would have been impossible for them to survive.

Mother is a holy word. Mothers are lights of the house. Discussing mothers and their place is very difficult.

I feel God has blessed me so that these children have found me worthy of calling me mother.

Allow me to paint a mental picture by going back in time, when my first son Yashar was born and the following year my second son, Amir Pasha, it coincided with my graduation from the university as a dentist. Like many women in my country my priority was my family and children.

I decided to open my own office so I could be in charge and have more time with my family and closely watch my children's development so that I could grow with them. Even my patient's

appointment time were coordinated with my children's schooling until they entered university at which time, I preferred that they spend time with their friends there. Once that happened, I found time for civic and community engagements. Since my spouse had the responsibility of managing a rehabilitation foundation, I went there to help with the dentistry needs of the children. I should mention that in this endeavor my friends in the same field helped me.

I remember the first days I was at the foundation and the kids were brought for their appointments. And I would ask their names, many of their family name was "Gomnam" meaning without name. When I asked the staff the reason, I was told these are abandoned

children in the city and were given this name here when their birth certificates were issued. More painful was that parents' names were left blank meaning they had no identity. Anyway, the following year state welfare organization allowed Hamdam to be run privately by a board of trustees. The generous people who became members of the board and management were fortunately known and reputable in the city. Their good name was not only familiar to those in the holy city of Mashhad but also throughout the country. For this reason, other generous people were attracted to the foundation and it was with their support that the foundation was being managed. Building and remodeling of the dormitories and classes, hiring of professional staff began. From then on children and the foundation began flourishing. It

became a complete rehabilitative foundation that provided for children with profound mental disability whose world consisted of their beds to girls whom if they had a supportive family would not have ended up here.

After a while I chose to close my private practice and move the equipment to the foundation in order to provide care there. This afforded me more time with the children. Sometimes when I visited the dormitories

and children would hold my hand, for a second I would feel that each of my fingers is in different child's possession. I didn't lack hands but enough fingers. They only wanted this hand to caress their heads and show them kindness.

The foundation had become a complete rehabilitation center. It included children in the profound disability unit whose lives were limited to their beds, to kids whom if they had a family would not have been there.

The closer I got to the children the more I learned about



۵۵



Tayyebi ( vice chairman) DR. Zahra Hojjat (CEO) and MR. Hosein Mahmoudi Ali Akbar Alizadeh Qannad , Engineer Ali Kafi , Morteza Adibi and Jafar Shirazinia are other members of Hamdam's board of directors. About 350 patients live in different departments around the clock , and about 50 other people have the educational facilities and rehabilitation services of the institution on a daily basis Hamdam rehabilitation charity is a comprehensive rehabilitation center and includes 5 separate departments : 1-Daily section ; In this department , about 50 people have daily rehabilitation and training services.

2-Deep mental retardation ; there are about 70 people with an average intelligence of 25 in this department .

3-Trainable or moderately mentally retarded part ; About 125 people with 25-45 intelligence are living in the section.

4-Educable part or mild mental retardation ; About 125 people with an IQ of 45 to 75 are kept in this department .

5-Small shelter house ; 20 people with IQ of 70 and above live in this section.

As can be seen , a total of about 400 mentally retarded girls are kept in the Hamdam rehabilitation institute, which requires careful management and continuous attraction of people's help from benefactors to provide their livelihood and education and rehabilitation .

And we thank God that the kindness and love of the good servants, like the Lord , always include the situation of these innocent and defenseless children.

Hoping for the continuation of these help and solving all problems .





---

## **A Status Report of Fatholmobin-Hamdham Rehabilitation Charity**

---

Hamdam rehabilitation charity institute has been operating in Mashhad since 1982 in the field of education, rehabilitation and maintenance of girls without guardians or without effective guardians and mentally retarded. The management of the institution has been changed since 2003 and it is managed by a board of trustees with the support of donors in three separate buildings and completely independent from the welfare organization. Currently, the cost of maintenance and rehabilitation of each child of this house is more than 180 million Rials per month, of which nearly one fourth of this cost is provided by the subsidy received from the welfare organization and the rest by public donations.

The board of directors of the institute has 7 main members, which are: Akbar Saberi Far (chairman of the board), Engineer Hamid

# Hamdam

Internal Journal of Fatholmobin Rehabilitation Charity

People who seek (search) for peace and joy in their lives they can find it in helping other people and this has nothing to do with wealth, but it depends on their views to life. In their opinion there is not any stranger on earth and all humans are the members of God's family..

Hamdam is the message from all the girls of FatholMobin to those who smiles as a friend ...



ISO9001:2015  
Quality Management System



مؤسسة حيوية زواتا

فتوح العالم

www.mawana.org

You are our friends  
any where in the world



همدای مردم دوست ما

مؤسسه خیریه توانبخشی همدام - فتح المبین



مشهد - خیام شمالی - عبدالمطلب ۵۸ • تلفن: ۱۴-۳۷۱۱۲۱۱۱-۰۵۱ • روابط عمومی: ۳۷۱۲۱۱۲۱

پاسخگویی شبانه روزی: ۰۹۳۵۱۲۵۶۲۶۲ • مشارکت آنلاین: [www.Hamdham.org](http://www.Hamdham.org)

ملی کارت: ۸۸۸۸ ۶۰۸۸ ۹۹۸۱ ۶۰۳۷ • ملی شبا: ۰۹ ۴۵۹۰ ۶۰۹۱ ۰۰۱۰ ۰۰۰۰ ۰۱۷۰ ۰۵۷ IR



@hamdamcharity •



@art\_hamdham

برای احترام به طبیعت و صرفه جویی در هزینه‌ها تیراژ کمتری از مجله جاب می‌شود. لطفا بعد از مطالعه در اختیار دوستانتان قرار دهید.