

همدم



بهار ۱۴۰۵
۵۹

فصلنامه فرهنگی، هنری، آموزشی، اطلاع رسانی
مؤسسه‌ی خیریه‌ی توانبخشی همدم (فتح‌المبین)



بهاران می‌رسد با سبزه‌ی عید
شکوفامی‌شود لبخند خورشید
خدایا! با بهار گل، بیاور
برای ما و میهن، عشق و امید
علیرضا سپاهی لایس

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



www.hamdam.org





به نام خداوند باغ و بهار
خدای گل و بلبل و سبزه زار
به نام خدای بهاری که هست
خداوند آیینه داری که هست
خدایی که می بخشد از آسمان
به گل های همدم، دلی شادمان
خدایا چنان کن در این نوبهار
تو خشنود باشی و ما رستگار...



آنچه در این شماره می خوانید

فصلنامه فرهنگی، هنری، آموزشی، اطلاع رسانی
موسسه‌ی خیریه‌ی توانبخشی همدم (فتح المبین)
شماره ثبت: ۷۳۳۱۹ | شماره پنجاه و هشتمین | زمستان ۱۴۰۴

صاحب امتیاز:
موسسه‌ی خیریه‌ی توانبخشی همدم (فتح المبین)

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

هیأت تحریریه: مریم همایونی، محمد رحیمی

همکاران این شماره: حمیدرضا پورنجفیان و حسن مرد
گروه توانبخشی: محبوبه سادات مشرف

مترجمان: فرزانه فریدونی، دکتر فخری رضائیان

گرافیک، صفحه‌آرایی و نظارت چاپ: اعظم منعمی‌زاده

عکس: زنده یاد کامران رحمتیان، اکرم ابراهیمی، سعید احمدی
اعظم منعمی‌زاده و آرشیو روابط عمومی

بسته بندی و آماده سازی جهت ارسال: دختران خانه پناهگاهی
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 / داستان فقر مادی و معنوی
۶	گفتگوی ویژه
۱۴	زندگی دختران این خانه
۱۶	گزارش ویژه
۱۸	همدردی
۱۹	خبرهای این خانه
۲۴	همدمانه
۲۵	یادداشت اجتماعی
۲۶	یادها و نام‌ها
۲۸	بهارانه
۳۰	همدلانه
۳۱	یک نفس زندگی / شادی انفرادی، لذتی ندارد
۳۲	معرفی کتاب
۳۳	چند لحظه علمی و آموزشی
۳۷	یک نفس زندگی / فرصتی برای جبران
۳۸	معرفی کوتاه موسسه
۴۱	معرفی کوتاه موسسه (انگلیسی)

سال نو؛ تاریخ آغاز مهربانی

• زهرا حجت

سلام بر آنان
که در پنهان خویش
بهاری برای شکفتن دارند
و می دانند
هیاهوی گنجشک‌های حقیر
ربطی با بهار ندارد...

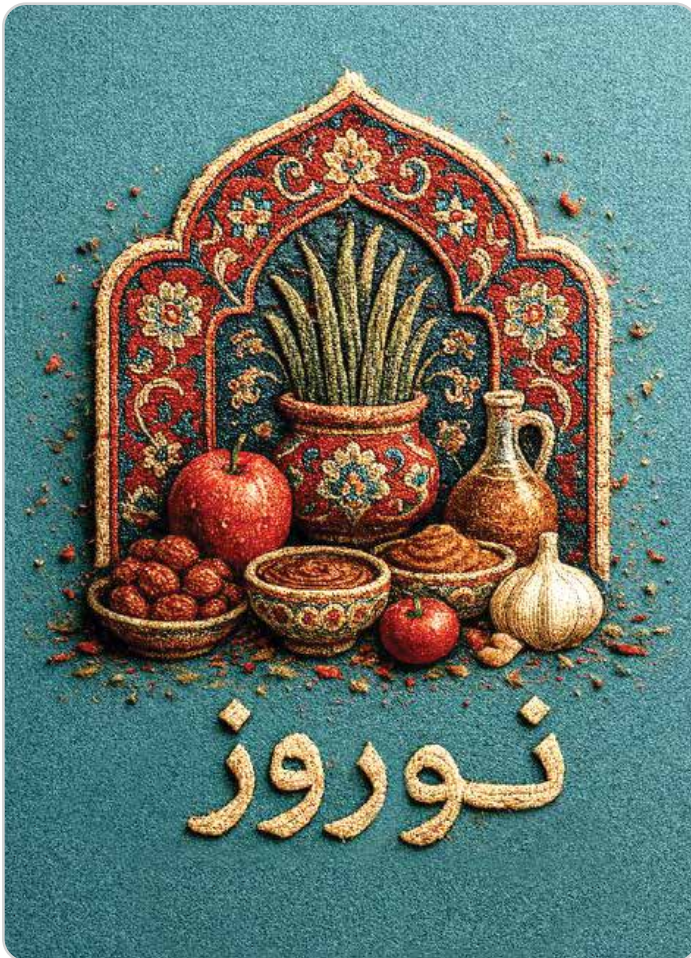
بهار دیگری از راه آمد و سال ۴۰۴ به آرامی جای خودش را به سال ۴۰۵ داد. آیا سال جدید، غیر از تقویم‌هایی که قرار است عوض شوند و فصل‌هایی که قرار است طبق معمول ورق بخورند، پیشکش و پیام تازه‌ی دیگری برای ما خواهد داشت؟

برای ما اهالی همدم و صد البته شما خوانندگان فصلنامه‌ی همدم که همواره یاور این موسسه‌ی خیریه‌اید، سالها را تقویم‌های تازه و پیر شدن آدمها و نگرانی از پایان عمرها، عوض نمی‌کنند. برای ما، شروع سال نو، مصادف و مترادف است با تجدید نیروی عشق و امید.

نگاه ما اهالی همدم و به‌ویژه چشم دخترانمان، به‌گذر بی‌دلیل و بی‌فایده‌ی عمر نیست. نگاه ما، به شکفتن دوباره شکوفه‌های درختان و سبز پوشیدن دوباره دشت و کوهستان است. نگاه ما، به آب شدن برف‌های بی‌حالی و جاری شدن چشمه‌های زندگی و خوشحالی است. برای ما اهالی همدم، سالهای متفاوتی که می‌آیند و می‌روند، هر کدام سرآغاز یک تاریخ اند؛ تاریخ شروع مهر بانی و بخشندگی، تاریخ شکفتن غنچه‌ی عشق و امیدواری، تاریخ آغاز خیرخواهی و نیکوکاری و همدلی و همیاری، برای مردمی که باور دارند هر که باشند و هر جنس و مقام و موقعیتی داشته باشند، با همه‌ی هموطنان و همشهریان خود، در تجربه‌ی زندگی و لمس خوشبختی شریک اند و موظف‌اند که نسبت به شادی عمیق دل و جان هم، احساس مسئولیت کنند.

شروع سال جدید، فقط یک تلنگر است که از خودمان بپرسیم: پس ما چه؟ ما در کجای این تقویم قرار گرفته‌ایم و نقشمان در تحول سال و حال و فال آدم‌های اطرافمان چیست؟

واقعیت این است که انسان اگر دلی مستعد تحول و شکوفایی نداشته باشد، هزار بار هم که بهار و نوروز بیایند و بروند، هیچ اتفاقی نمی‌افتد و چیزی از گل دادن درخت و طبیعت، عاید آدم نمی‌شود.



این یادداشت ویژه را با نقل چند سطر از شعر معروف زنده‌یاد سلمان هراتی شروع کردم و با بهترین آرزوها برای هموطنان عزیز و امید به تجربه‌ی سالی شاد و شیرین برای شما همدمی‌های عاشق، عرضم را با نقل بخش پایانی همین شعر، به پایان می‌برم:

بهار غنچه سبزی است
که مثل لبخند باید
بر لب انسان بشکفتد
بشقاب‌های کوچک سبزه
تنها يك «سین»
به سین‌های ناقص سفره می‌افزاید
بهار کی می‌تواند
این همه بی‌معنی باشد؟
بهار آن است که خود ببوید؛
نه آن که تقویم بگوید!

با بهاری متفاوت...

• علیرضا سپاهی لایین

عید آمد و یاد روی گل‌ها، با ماست
در ذهن زمین، خیال لبخند خداست
پیداست که پایان زمستان، شادی است؛
«سالی که نکوست از بهارش پیداست»

همه ما، همه ساله و در آستانه‌ی نوروز، با دلی سرشار از اشتیاق و آرزو، برای رسیدن سال تازه، لحظه‌شماری می‌کنیم و عموماً در این خیالیم که بهاری متفاوت خواهیم داشت. اما، بهار متفاوت چگونه بهاری است و کی فرا می‌رسد؟ به باور نگارنده‌ی این سطور و از نگاه یک خادم فرزندان همد و سردبیر این فصلنامه، هیچ بهاری به خودی خود متفاوت نیست و هیچ فصل مشخصی برای رسیدن بهاری متفاوت وجود ندارد.

بهار متفاوت، صرفاً محصول عمری متفاوت و دیدگاهی متفاوت نسبت به هستی است. بهار متفاوت مخصوص راه و نگاه کسانی است که همواره نظر به پیش دارند و مسئولیت خویش را در تحول و شکوفایی و زیبایی زندگی انسان و طبیعت، اندک نمی‌شمارند.

ما، در سرزمین بزرگ و عزیزی زندگی می‌کنیم که به قول معروف کشور چهار فصل است. همین واقعیت، می‌تواند مبین و معرف استعداد مردمش باشد و اثبات کند که این مردم می‌توانند در هر فصل از سال، مطابق اراده و اندیشه و آزادی و عشق خویش، تمثیل زیبای بهار باشند و بی‌واهمه از توفان و سرما و آفات مختلف، دل به روزهای شکوفا و شاد پیش رو خوش کنند و هریک، برای رسیدن به آن روز دلپذیر به سهم خویش بکوشند و بشکفند؛

هی فصل بهار سبز، که در راهی

از حال زمین و زندگان، آگاهی؟

در دل، نفسی مانده و آنهم آهی؛

بشتاب، زمان بهتر از این می‌خواهی؟!

به رغم اینکه خاطر بسیاری از هم‌میهنان عزیز ما، از زمستان گذشته زخمی و غمگین گذشت، اما بهار تازه و نوروز ۱۴۰۵ را از صمیم دل به شما خوبان، خجسته باد می‌گوییم و در سال پیش رو، برای شما و همه‌ی همراهان همدل موسسه‌ی همد و چهارصد فرزند دلبندش، ایامی نکو و سرشار از شادی و شکوه و آرامش آرزو مندیم.



داستان فقر مادی و معنوی

شبى سرد بود و باران به شدت مى بارید و مردم با چترهائی روی سر، از هرسوى خیابان در حال رفتن به خانه هاى خود بودند... بعضى هم که چتر نداشتند از کناره هاى پیاده رو زیر دیوارها مى رفتند تا خیس نشوند...

در این هوای سرد و بارانی، مردى مثل مجسمه اى بی جان گوشه اى ایستاده بود بدون چتر و بی سرپناه... مرد، با لباس هاى کثیف و خیس، ایستاده بود و حتى تکان هم نمى خورد، تا جایی که بعضى از مردم او را به راستى مجسمه تصور مى کردند، و بعضى هم او را دیوانه و مرده مى پنداشتند!

در همین حین، مردى عابر به او نزدیک شد و با تمسخر پرسید: لباس قشنگتر از این نداری؟ عابر، سپس دستش را در جیب فرو برد و کیف پولش را درآورد و با تکبر به او گفت: پولی، چیزی نمى خواهی؟

مرد زیر باران به آرامی گفت: نه، متشکرم، فقط لطفا مزاحمم نشو...

مرد عابر رفت، و او همچنان آنجا بود. سپس زیر باران نشست و باز بی حرکت آنجا ماند. بعد از مدتی به طرف هتلی که در همان خیابان بود رفت.

مهماندار هتل پیش آمد و گفت: تو نمى توانی اینجا بنشینى آدمهاى بی پول و نیازمند حق ندارند به اینجا بیایند.

مرد به او نگاهی از سرانده و افسوس انداخت و از جیبش کلید اتاقی را که از همان هتل رزرو کرده بود درآورد. روی کلید شماره ۱b نوشته شده بود و رقم ۱ بزرگترین و بهترین شماره در آن هتل محسوب مى شد، چون مربوط به اتاقی بود که رو به دریا باز مى شد. سپس به مهماندار هتل گفت: من تا نیم ساعت دیگر آماده مى شوم، ماشینم را آماده کنید که میخواهم به طرف «ال رولز رایس» بروم.

مهماندار، مانند اینکه صاعقه اى بر سرش فرود آمده باشد وحشت کرد و با خودش گفت: این کیست که روبروى من قرار دارد؟

مرد به اتاقش رفت، لباسهاى فاخرى پوشید و شیک و کراوات زده و با کفشهایی که از تمیزی برق مى زد، بیرون آمد! مهماندار هتل که از حیرت دهنش باز مانده بود جلو آمد و گفت ماشین آماده است.

مرد، در حالی که سوار ماشین مى شد از او پرسید: ماهیانه چقدر دریافت مى کنی؟

مهماندار گفت: سه هزار دلار قربان!



مرد گفت: برایت کافیه؟

مهماندار گفت: نه زیاد...

مرد گفت: آیا بیشتر از این مى خواهی؟!

مهماندار گفت: کسی هست که نخواهد قربان؟

مرد پرسید: مگر نگفتی کسی که پول بخواهد و نیازمند باشد،

ممنوع است که اینجا بیاید؟

مهماندار سرش را پایین انداخت و گفت: بله قربان...

مرد گفت: وای بر تو و صاحب این هتل، که مردم را از روی دارایی و ظاهرشان درجه بندی مى کنی. پاکی و بی آلاشی مخصوص خداوندی است که در دو لباس دو چهره از تو به من نشان داد...

من، در سرما خواستم احساس فقرا را درک کنم، برای همین با لباس بی خانمان ها زیر باران رفتم تا احساس فقرا را دربرخورد مردم با آنان درک کنم... اما وای بر شما با نگاه ظاهر بینتان که اگر کسی مال نداشته باشد، نزد شما احترامی ندارد. کاش بفهمید و لذتش را دریابید که اگر به نیازمندان کمک نمى کنید، لااقل تحقیرشان نکنید و با خوشرویی، به آنان کلمه اى زیبا بگویید تا اقلا حالشان را بهتر کنید!



سفر عاشقانه‌ی یک پیش‌آهنگ از کتابخانه‌ی بهبودی تا خانه‌ی دختران همدم

گفت‌وگوی نوروزی فصلنامه‌ی همدم
با نیک‌اندیش نام‌آشنا؛ مهندس علی محمد شریعتی مقدم

• علیرضا سپاهی لایین

مدخل:

همراهان و همیاران گرامی فصلنامه‌ی همدم؛ درود.

با شادباش فرارسیدن سال نوی خورشیدی، آنچه می‌خوانید گفت‌وگوی ماست با مهندس علی محمد شریعتی مقدم (عضو هیات مدیره‌ی همدم و فعال اقتصادی عرصه‌ی زعفران). امیدواریم که این مصاحبه‌ی صمیمی، بتواند مسیر ورود یکی از فرزندان کارآفرین و نیک‌اندیش ایران زمین را به عرصه‌ی خیرخواهی، تاحدودی به تصویر بکشد و یکی از یاران هماره همراه ما را به علاقمندان عشق و انسان دوستی و شما دوست‌داران راستین خیریه‌ی توانبخشی همدم، بیش از پیش بشناساند:

• جناب مهندس شریعتی مقدم عزیز، با سپاس فراوان از وقتی که در اختیار فصلنامه‌ی همدم قرار دادید، برای شروع لطفاً کمی در باب زندگی خودتان از بدو تولد تا سالهای بلوغ و ورود به عرصه‌ی کار تولید و تجارت، بفرمایید؟
من هم سپاسگزارم از شما و همین ابتدا باید تاکید کنم که من همیشه نسبت به همدم احساس خیلی خوبی داشته‌ام، دارم و خواهم داشت.

از زادروز و زادگاهم بگویم؛ من متولد ۱۸ اردیبهشت ۱۳۴۵ هستم در شهر کاشمر و در کوچه‌ی حساس. فرزند محمد و منیر هستم، پدرم فرهنگی بود و مادرم به نوعی کشاورز و ملاک. البته پدر و مادرم پسر عمو، دختر عمو بودند و فامیل پدر بزرگ مادریم «شریعت‌مدار» بود که نام فامیلی من هم از همین‌جاست. در مدرسه‌ی مدرس کاشمر درس دوران ابتدایی را خواندم و بعد هم زندگی‌ام با تحصیل و تکاپوی چندجانبه ادامه پیدا کرد تا امروز که با شرکت «نوین زعفران» در خدمت مردم و همدم هستم.

سال شد. من با خواندن آن کتاب متوجه عظمت تاریخی ایران شدم و علاقه و تلاش برای احیای عظمت تاریخی این سرزمین در من شروع کرد به رشد کردن.

• جناب مهندس، در مورد ادامه‌ی تحصیلات و دانشگاه هم بفرمایید که در چه رشته‌ای و چه شهری تحصیل کردید؟
دوره‌ی دبیرستان، زمان مهمی در زندگی من به‌شمار می‌رود که برایتان توضیح می‌دهم و نکته‌ی مهمش این است که من از همان زمان با زعفران آشنا شدم. من برای تحصیلات دبیرستان در رشته‌ی ریاضی فیزیک به مشهد آمدم ولی



• وقتی صحبت از کاشمر می‌شود، به نوعی یاد زعفران و انگور و فرهنگ خوب مردم این سامان می‌افتیم. آیا فعالیت امروزتان در عرصه‌ی زعفران و علاقه‌ی شما به هنر و ادبیات ارتباطی هم با کودکی شما و شهر کاشمر دارد؟

بله، قطعاً دوران کودکی تاثیر زیادی در من داشته است. در کاشمر، مادرم همیشه علاقه به کارآفرینی داشت و پدرم معلم هنر بود و البته کشاورزی هم می‌کرد. عموهای من در شهرهای مختلف مثل یزد، آبادان، گنبد کاووس، خرم آباد و بندرعباس، شهردارهای موفق دوره‌ی خودشان بودند و به نوعی در خانواده‌ی ما کارآفرینی، هنر و مدیریت وجود داشت و بنده هم از کودکی با این حال و هوا در ارتباط بودم. هرچند که پدرم متأسفانه در سال ۱۳۵۴ و بر اثر یک تصادف ما را ترک کرد اما میراثی که از ایشان برایمان باقی ماند شخصیت کاری بود که در ذهن من ماندگار شد. پدرم اولین معلم من در عرصه‌ی هنر هم بود و به من خوشنویسی، نقاشی و شاهنامه خوانی یاد داد و البته مادرم نخستین معلم من در حوزه‌ی کارآفرینی بود. ضمن اینکه زنده‌یاد پدرم اولین معلم من در خصوص خیرخواهی هم بود و ما تازه بعد از درگذشت پدر، به خیلی از کارهای خیری که انجام می‌داد، پی بردیم.

• جناب مهندس، بفرمایید اولین فعالیت اجتماعی که شما به‌تنهایی انجام دادید، در چه سنی بود و چه بود؟
۱۳ سالم بود که در مدرسه عضو گروه پیش‌آهنگی شدم و در فضای جامعه هم عضو کانون پرورش فکری کودکان نوجوانان بودم. یک روز در مسیر مدرسه دیدم یک سری کتاب بیرون از کانون گذاشته‌اند و گویا برایشان قابل استفاده نیست. من با پول توجیبی‌هایم کتاب‌ها را خریدم و در منزل پدری کتابخانه‌ای به نام «کتابخانه بهبودی»، درست کردم و این اولین فعالیت اجتماعی من به‌شمار می‌رود. البته در فعالیت‌های جمعی مدرسه از قبیل نوشتن و آماده کردن روزنامه دیواری و پیش آهنگی هم مشارکت خوبی داشتم.

• به موضوع خیلی خوبی اشاره کردید؛ انس گرفتن شما با کتاب و کتابخوانی از نوجوانی... بفرمایید از کتابهایی که آن در دوره مطالعه کردید، چیزی در خاطرتان هست؟
بله، کتاب خواندن واقعا مهم است و به همه‌ی جوانها توصیه می‌کنم از آن غافل نشوند. در کلاس پنجم ابتدایی به‌خاطر ممتاز شدنم از طرف آموزش و پرورش یک کتاب هدیه گرفتم به نام «عظمت باز یافته» با کاغذ گلاسه که راجع به ایران تصاویر و مطالب زیادی داشت و باعث ایران دوستی من در آن سن و

مادر و برادرهایم در کاشمر مشغول کشاورزی در زمین خودمان بودند که اطراف آن یک قنات هم وجود داشت. وقتی دوم دبیرستان بودم متوجه شدم که برادر بزرگترم در کاشمر مشغول خرید و فروش پیاز زعفران است. در واقع کشت زعفران بیشتر جنبه‌ی پاییزه دارد، در حالی که فعالیت مردم بومی و کشاورزان در شهرهایی مثل کاشمر و اغلب مناطق کشاورزی ایران که باغ و سیفی جات دارند، بیشتر در فصول بهار و تابستان است. کشت زعفران از موارد جدیدی بود که برای کشاورزها در آبان و آذرماه ایجاد درآمد می‌کرد و از این جهت که وقت زیادی را از مردم منطقه نمی‌گرفت در کاشمر هم در حال پیشرفت بود. مادرم یکی از کارهای خوبی که انجام داد، به هر کدام از ما پنج برادر، نفری یک هکتار زمین داد و گفت هر کاری که خودتان می‌خواهید روی آن انجام دهید. من از برادرم کمک گرفتم برای خرید پیاز زعفران و چون ریاضی فیزیک می‌خواندم، آنها را به صورت کشت ردیفی و خیلی تمیز و منظم کاشتم. با علاقه‌ای که به زعفران پیدا کرده بودم در سمیناری که توسط سازمان پژوهش‌های علمی و صنعتی برگزار شده بود شرکت کردم و با روش نوین جداسازی زعفران آشنا شدم. قبل از آن، در اکثر مناطق زعفرانکاری ایران، کل ریشه‌ی گیاه برداشت می‌شد، اما در آن سمینار یاد گرفتم بهتر است به جداسازی قسمت قرمز گیاه زعفران که بخش ممتاز آن است، بسنده کنیم و ریشه‌اش محفوظ بماند. در این صورت دستیابی به مواد موثر زعفران که کروستین و کلستین و ... است به مراتب راحت‌تر خواهد بود. من بلافاصله امتحان کردم و متوجه شدم که زعفران خوبی تولید می‌شود.

• شما در آن سال‌ها خودتان کارگاه هم داشتید؟

نه، ما در منزل شخصی‌مان کار می‌کردیم. در واقع آن سال‌ها کار زعفران محدود بود و به‌طور مستقل و اختصاصی به فروش نمی‌رفت. مثلاً در مشهد در عطاری‌ها و کنار جنس‌های دیگر زعفران هم می‌فروختند. در نهایت این تولید روش یا ابتکار روش نوین فراوری زعفران که خدمتتان عرض کردم، باعث شد کالای خیلی مرغوبی تولید شود و کم‌کم روی بسته‌بندی‌اش هم فکر کردیم. جالب است بگویم که از کوچه‌ی مخابرات مشهد، چند ظرف کریستال انتخاب کردم و درون آنها زعفران ریختم و به‌نوعی کاری نوین انجام دادم. در کنار اینها مشغول بازاریابی در تهران و شهرستانها شدم و در مشهد هم خدمت مرحوم حاج آقای طوسی در قنادی طوسی رسیدم و زعفران‌هایم را به ایشان هم معرفی کردم.

خلاصه استقبال شد و فهمیدم که این کارکشش و درآمد خوبی دارد. همانطور که گفتم من به عنوان بچه‌ای که یتیم شده بودم دنبال استقلال مالی می‌گشتم و دوست داشتم وابستگی به خانواده و مادر و برادرانم نداشته باشم.

• ماجرای روی آوردن شما به زعفران جالب بود، لطفاً به دانشگاه هم اشاره کنید و بفرمایید در چه رشته‌ای ادامه تحصیل دادید؟

من در دانشگاه سمنان رشته‌ی برق قدرت را انتخاب کردم و فرصتی به‌دست آوردم که خودم را در این رشته هم بسنجم. برای همین هم یکی دو سال در شرکت نفت در یک پروژه‌ی پیمانکاری پیش‌ساخته ایتالیایی مشغول به کار شدم. در آنجا هم که مهندسی‌اش بین المللی بود نوآوری‌هایی داشتم و اولین حقوقی که از آنجا گرفتم - فکر کنم ۱۵ تومان بود - به مادرم تقدیم کردم و احساس می‌کنم این کارم، برکت خوبی در زندگی من داشت.

• خب، برگردیم به شما و محصول زعفران. چه زمانی شرکت مخصوص به خودتان را تاسیس کردید؟

سالهای ۷۰ و ۷۱ خورشیدی تصمیم گرفتم که اولین شرکت تخصصی زعفران را به ثبت برسانم. چون روشی نوین در فراوری بود، حس کردم نوآوری می‌تواند در زعفران به عنوان کالای سنتی اثر مثبت بگذارد. این شد که شرکت «نوین زعفران» را در ۲۹ اردیبهشت ۱۳۷۱ ثبت کردم و این شرکت هم به عنوان اولین شرکت تخصصی با روش‌های نوآوری و ایده‌های نو در بسته‌بندی و بازاریابی به راه افتاد. ما، از یک اتاق ۲۰ متری شروع کردیم، بعد یک کارگاه اجاره کردیم و اولین آزمایشگاه تخصصی زعفران را هم در آن افتتاح کردیم. بعد هم یک ساختمان در خیابان راه آهن یا عشرت‌آباد مشهد خریدیم که بزرگتر بود و توانستیم آزمایشگاه را هم توسعه بدهیم.

• خسته نباشید. لطفاً از چگونگی راه‌یافتن‌تان به بازارهای جهانی هم، بگویید؟

بعد از توسعه‌ی کار، به فاصله‌ی دوسه سال در بازارهای جهانی هم حاضر شدیم. ابتدا قرار بود روی عسل و خشکبار هم کار کنیم ولی چون در آن زمان خود زعفران دارای خلاءهای خاص بود، تمرکزمان را روی یک فعالیت و بازاریابی و به خصوص اعتبار کیفیت و مسائل تخصصی زعفران گذاشتیم. در سال ۱۳۷۴ گواهینامه‌های جدیدی از نظر کیفیت و تضمین



و با ۱۰ دوره صادرکننده‌ی نمونه ممتاز و مدال آوری کشور در خدمت مردم، هستیم.

● آقای مهندس! بفرمایید که برای انتقال تجربیات خوبی که در زمینه‌ی کاشت و برداشت زعفران و هویت بخشی به این کالای ایرانی دارید، تاکنون کار خاصی انجام داده‌اید؟
خیلی سوال خوبی پرسیدید که اتفاقاً می‌تواند مدخلی برای کارهای خیرخواهی ما هم باشد. مرحوم مادرم در زمان خودش سعی می‌کرد با قناتی که در اختیار داشتیم به احیای زمین‌های کشاورزی بپردازد و با اینکه تحصیلات دانشگاهی نداشت اما باغ‌های پیشرفته سبک فرانسوی را در منطقه‌ی ما ابداع و دست افراد سودجویی را که می‌خواستند به کشاورزان بومی ظلم کنند، قطع کرد. نگاه ایشان به سمت کار خیر و حمایت از مستضعفین بود که شکر خدا این نگاه در بنده هم رشد و نمو پیدا کرد. ما کارهایی انجام دادیم که فکر می‌کنم مهم و جهانی بود و یکی از آنها پایدارسازی خود صنف و صنعت زعفران برای کشاورزان است. ما توانستیم با روش‌هایی جهت حمایت از تولیدکنندگان سنتی، قدم برداریم و سالهاست که به صورت تجارت منصفانه با کشاورزان پیش می‌رویم. این کار هم علیرغم مشکلاتی که داشتیم، به فعالیت ما برکت بخشید؛ هم کاشت زعفران را پایدار کرد و هم باعث رشد کیفی آن شد. البته طرح همکاری و پشتیبانی از کشاورزان سنتی را بعد از مطالعات میدانی در چند کشور آفریقایی و آسیایی طراحی کردیم و یک پروژه تعریف کردیم

بهداشتی و سلامت در سطح ملی و بین‌المللی گرفتیم که تاثیر مثبتی در صنایع غذایی کشورمان گذاشت و کم‌کم وارد فضای مسئولیت اجتماعی شدیم. همان سالها، در سخنرانی روز صادرات، پیشنهادهای در مورد تسهیل ارکان صادراتی به دولت دادم و خواستار تقویت صادرکنندگان شدم و خب آقای خاتمی (رییس جمهور وقت) در جلسه‌ی دولت از بنده و برند ما اسم برده بود و ما برای اولین بار در سال ۱۳۷۶ صادرکننده‌ی نمونه‌ی ملی شدیم. بعد از این اتفاق، ما وسعت کارخانه را ۱۰۰ برابر کردیم و به شهرک صنعتی منتقل شدیم. در طول ۲۵ سال اخیر هنوز هیچ شرکتی در دنیا به این وسعت و کیفیت و دقت ساخته نشده است. البته به خاطر نوع سرمایه‌گذاری که در داخل و حتی در خارج از کشور داشتیم با مشکلات مالی هم مواجه شدیم و در جاهایی هم درجا زدیم و سختی‌های زیادی متحمل شدیم که بیشتر آنها مربوط می‌شد به نابخردی‌هایی که در حوزه‌ی اقتصاد بین‌الملل در داخل کشورمان وجود دارد و می‌بینیم که به صادرکننده‌ها ضربه می‌زند. از جمله گرفتاری‌ها، تعهدات ارزی و مشکلاتی است که در جابجایی پول یا چند نرخی بودن ارز و... هست و اینها خیلی به ما زبان‌های سنگینی زد که ممکن بود در یک جاهایی ما را به ورطه‌ی نابودی بکشاند. اما توکلی که داشتیم و احساس دینی که به ایران و ایرانی داشتیم باعث شد بالاخره این بند بریده نشود و تداوم پیدا کند. به هر حال اکنون افتخارمان این است که برند ما، رتبه‌ی اول زعفران در جهان را داراست

به نام "تار" به معنای توسعه‌ی ارزش‌های روستایی. این پروژه بر اساس توسعه‌ی ارزش‌های روستایی بنیاد نهاده شد. از بیست و چند سال قبل که بنده در اتاق بازرگانی خراسان رضوی عضو فعال هستم، چندین اتحادیه و صندوق صادرات زعفران را پایه‌گذاری کردم که از نتایجش برای مثال می‌توان به حضور در بازارهای ژاپن و چند کشور دیگر اشاره کرد. ما توانستیم فعالیت‌های خوبی انجام دهیم اما متأسفانه به مرور گرفتار مسائل تحریم و... شدیم.

با توجه به تقلب‌های زیادی که در بازار زعفران هست و حضور دلال‌ها و واسطه‌های فراوان، می‌بایست از کشاورزهای روستایی که به صورت سالم و دقیق فعالیت می‌کنند، حمایت شود. این کار ارزشمند، باعث ماندگاری کشاورزان در روستاها و جلوگیری از مهاجرت به شهرها و حاشیه‌نشینی می‌شود. در پروژه‌ی تار، تلاشمان این بود که درآمد افراد بیشتر شود و در بخش مهمش که بحث کیفیت بود بنا را بر این گذاشتیم که زعفران ما حتما شرایط بهداشتی مناسبی داشته باشد و کیفیت و راندمان محصول عالی شود. ۳۰ نفر متخصص دانشگاهی دارای درجه‌ی دکتری را هم مامور این کار کردیم تا بهداشت محصول را تضمین کنیم. آموزش‌هایی را به کشاورزهای عزیز ارائه کردیم و ابزارهایی را که برای تولید بهداشتی موثر بود، در اختیارشان گذاشتیم. جغرافیای اعمال و اجرای این برنامه ۵ استان کشورمان بود با تمرکز بر استان خراسان و مخصوصاً در تربت حیدریه و این کار توانست برای ایران برنده شدن جایزه بین‌المللی کارآفرینی و جایزه‌ی سازمان کنفرانس اسلامی را به ارمغان بیاورد.

در همان زمان و با کمک گرفتن از استاد کیوان ساکت آموزش‌های فرهنگی و هنری هم در جنوب خراسان انجام دادیم تا پروژه‌ی ما حوزه‌ی مسئولیت‌های اجتماعی را هم شامل شود. مثلاً به افراد علاقمند و دارای استعداد هنری تسهیلاتی پرداخت کردیم که بتوانند ساز دوتار بخرند و نواهای اصیل جنوب خراسانی را حفظ کنند.

• بسیار تجربه‌ی ارزشمندی است و امیدواریم همچنان ادامه‌دار باشد. حالا اگر صلاح می‌دانید در مورد ورود حضرت‌عالی به کار خیر صحبت کنیم و برای شروع، از چگونگی آشنایی‌تان با همدم بفرمایید؟

تا جایی که به یاد دارم، اولین باریک کلیپ از اجرای گروه سرود فرزندان همدم دیدم و باعث شد با استاد کیوان ساکت به موسسه بیاییم و از آنجا بازدید کنیم. به مرور با

فعالیت‌های هنری و کارگاه‌های حرفه‌آموزی همدم هم بیشتر آشنا شدم و عشق و محبت بچه‌های موسسه و ارزش‌های خاصی که دارند، باعث افزایش جذابیت همدم برای بنده شد و دوستی‌های ما هم از همینجا شکل گرفت و ادامه پیدا کرد. کار روحانی و ارزشمندی که خادمین همدم با اخلاص و صداقت مشغول انجام دادنش هستند، جاذبه‌ی بعدی موسسه است و نهایتاً حضور افراد برجسته و عزیزی به عنوان هیئت امنا مثل آقای مهندس طیبی که مرشد من هستند و به ۴۰۰ دختر بی‌سرپرست همدم خدمت می‌کنند، جاذبه‌ی بعدی این موسسه‌ی خوب و پویا برای من و امثال من است.

• آقای مهندس شریعتی مقدم عزیز، در باب دلایل ماندگاری خیرین در یک مجموعه هم برای ما صحبت بفرمایید و اینکه مثلاً برای خود شما - غیر از مواردی که فرمودید - چه چیزهایی باعث شد ارتباط و رفت و آمدتان با همدم بیشتر بشود و پایدار بماند؟

دلیل ماندگاری خیرین در موسسات خیریه‌ای مثل همدم و به‌ویژه خود همدم، کشش و بخششی است که در وجود بچه‌های همدم هست. با توجه به ماهیت کارآفرینی که در دل این ارتباط هست و اینکه بچه‌های همدم، معصومیت خاصی دارند برای من این ارتباط بسیار جذاب شد. نکته‌ی بعدی هم اینکه من خودم به کارپراکنده اعتقاد ندارم. اگر آدم بتواند به خصوص با توجه به مجموعه ارتباطاتی که دارد و فعالیت‌هایی که می‌تواند انجام دهد، گامی برای موسسه‌ای بردارد، گاهی اثرش بیشتر از کمک مالی و پول است. ضمن اینکه بنده معتقدم باید برای خودم و سایر اعضای عزیز هیات امنا و هیات مدیره‌ی همدم یک تقسیم کار داشته باشیم در همه‌ی زمینه‌های فعالیت اقتصادی، فعالیت فرهنگی، اجتماعی و فعالیت نیکوکاری. این تمرکز، کمک می‌کند که ما به قول معروف نتایج کارمان را در درازمدت ببینیم و یک معرفی دقیق‌تر هم از این مجموعه بشود.

• جناب مهندس، به نظر می‌رسد یکی از دلایل مهمی که شما در همدم هستید، علایق فرهنگی شماست. درست است؟ متأسفانه در طول تاریخ به دختران و زنان ایران ظلم شده است و همه باید به جبران این کوتاهی کمک کنیم. چون همدم محل نگهداری جمعی از دختران معصوم کشورمان است از یک جهت برای من به عنوان کسی که در کنار مادرم بودم و احساس تعلق زیادی به ایشان داشتم، در نبود مادر احساس می‌کنم روحم در کنار دختران معصوم همدم آرامش بیشتری



دارد و وظیفه دارم حامی کوچکی برای آنها باشم. یکی دلیل هم همان بود که شما اشاره کردید، یعنی علاقه به فرهنگ و امور فرهنگی، هنری. این هم از آن مواردی است که توانسته است به قول معروف ارادتم را به همدم بیشتر کند.

• به ارادت اشاره کردید، خب ما شاهد محبت و عنایت شما در حق فرزندان همدم هستیم و شاهدیم که شما در حوزه کار هنری هم برای همدم سرمایه‌گذاری کرده‌اید. لطفاً به آن هم اشاره کنید؟

من، با توجه به گستره فعالیت‌های ملی و بین‌المللی که داریم، دوست داشتم برای کشورم خدمتی بکنم و بنابراین سعی کردم از ارتباطاتی که در حوزه زعفران به دست آمده بود، در همدم خدماتی انجام دهم. مثلاً از کارکنان و مسئولین سفارت خانه‌های خارجی که میهمان ما می‌شدند دعوت می‌کردم از همدم نیز دیدن کنند و شاهد تجربه‌ی موفق فرهنگی و اجتماعی یک موسسه‌ی توانبخشی و مردمی در ایران باشند. اولین کاری که شاید توانستم برای همدم انجام بدهم این بود که با استاد کیوان ساکت فعالیت‌های هنری مختلفی در خصوص موسیقی انجام دادیم مثل تهیه آهنگ و کلیپ «بال رویایی عشق» به خوانندگی همایون شجریان که همدم را در سطح ایران و جهان معرفی کرد.

• آقای مهندس، حالا که به موسیقی اشاره داشتید، لطفاً در همین مورد و آنچه شاهد انجامش در همدم بوده‌اید و اینکه گروهی از فرزندان عزیز ما مشغول کار هنری هستند هم نظراتان را بگویید؟

خادمین خوب همدم تلاش زیادی دارند که از نظر روحی به فرزندان همدم کمک کنند که نوع زیبا و خاصی از توانبخشی است. از جمله این تلاش‌ها، ایجاد کارگاه موسیقی است که بچه‌ها خیلی زحمت می‌کشند و خیلی خوب از عهده‌ی تمرینات و آموزش‌ها برآمده‌اند و مسئولین و مربیان هم از نظر آواز و هم از نظر تکنیک و متن‌های استفاده شده، موفق عمل کرده‌اند. من وقتی این موفقیت گروه سرود همدم را دیدم سعی کردم به نوبه‌ی خودم از هنرمندان و خانواده‌های هنری دعوت کنم و واسطه شوم که در مشهد از همدم دیدن کنند تا توانایی‌های گروه سرود این موسسه را از نزدیک ببینند. مثلاً از خانواده‌ی استاد شجریان که یکی از متشخص‌ترین خانواده‌های هنری ایران هستند دعوت کردم به همدم بیایند و با دانستن این موضوع که برجستگی‌های هنری خاصی در آثار هنری و رفتاری و اخلاقی همایون جان هست، بیشتر مصمم

شدم رابطی برای حضور ایشان در همدم و شکل گرفتن این وصل هنری و انسانی باشم. این نکات ارزشمند اخلاقی و حرفه‌ای در وجود استاد کیوان ساکت هم هست و ایشان هم به مسئولیت اجتماعی و ندای درونشان پاسخ دادند و تلاش‌های ویژه‌ای برای همدم داشتند. بنده در سال ۱۴۰۱ تهیه‌کننده‌ی آهنگ «بال رویایی عشق» شدم که با شعری از استاد فریدون مشیری، آهنگسازی توسط استاد کیوان ساکت و خوانندگی استاد همایون شجریان، انجام و اجرا شد که از آهنگ‌های پرتعداد آن سال هم شد. در این کار از هنر خوشنویسی استاد مجتبی سبزه هم استفاده کردیم و آقای صادقی زحمت تنظیمش را به عهده داشتند و در استودیوی «شهر صدا پارسیان» ضبط شد.

• جناب شریعتی مقدم، اجازه دهید به بحث علایق شخصی شما به کار فرهنگی و هنری و قلم و نوشتن هم بپردازیم و بپرسم؛ این پیوندی که شما بین کار صنعتی و کار فرهنگی برقرار کرده‌اید، ریشه در کجا دارد؟

من یاد گرفته‌ام به بزرگان هنر و ادبیات ایران احترام بگذارم و این نکته‌ی مهم را هم از دوست ارجمندم «استاد غلامحسین امیرخانی» که ادبیات ایران از زیر دست ایشان گذشته است یاد گرفته‌ام. بنده به عنوان یک کارآفرین و به عنوان یک آدم

علاقمند به میهن و انسانیت، موظفم یک کاری بکنم. یکی از افتخاراتم این است که میزبان استاد امیرخانی در منزل خودم بوده‌ام. ایشان محبت کردند و اجازه دادند برخی از آثار خطاطی ارزشمندشان را خریداری کنم. استاد امیرخانی یک جمله‌ی معروف دارند که در ذهن من حکاکی شده و آن این است که «هرکسی، چیزی دارد به نام: الماس وجود». به نظر من مثلاً اگر الماس وجود خودمان را در آخر عمرمان بخواهیم فشرده و مشاهده کنیم، می‌بینیم که درگذر حوادث این الماس چقدر اصالت و چقدر ناخالصی پیدا کرده است. بخشی از این الماس در سختی‌ها ساخته می‌شود و یک بخش آن درخششی است که از جلا دادنش بوجود آمده است. وجوه مختلف الماس درونی ما نشان می‌دهد که در بخش اقتصادی، بخش اجتماعی، بخش خانوادگی، بخش هنری و بخش خیرخواهی، ما چقدر موفق عمل کرده‌ایم؟ من معتقدم یک وجه درخشان الماس وجودی ما در درک و لذت بردن از خواندن ادبیات است. مثلاً نکات پندآموزی که در گلستان و بوستان سعدی هست و یا راز آلود بودن شعر حافظ که باید بدانیم چقدر آنها را درک کرده‌ایم و لذت برده‌ایم. مرحوم مادر در سالهای آخر عمرش برایم حافظ می‌خواند و من لذت می‌بردم. یا لذت بردنم از رباعیات خیام و درس‌هایی که در آن هست و اینکه این شاعر بزرگ که ریاضی‌دان و منجم هم بوده، چگونه به این جهان بینی و نگاه خاصی که در دنیا معروف است، می‌رسد؟

شعر نو هم زیباست. من از نیما شعری به خاطر دارم که همیشه تکرارش می‌کنم:

«در پُر از کشمکش این زندگی حادثه‌بار
گرچه گویند، نه

هر کس تنهاست

آن که می‌دارد تیمار مرا، کار من است.»

با اینکه کارم چیز دیگری است، باز من سعی کرده‌ام به کارم هم یک وجهی هنری و ادبی بدهم. مثلاً برای گذاشتن در بسته‌بندی زعفران، ابیات شاهنامه را انتخاب کردیم. یا در تبلیغاتمان از مناطق و مراکز تاریخی و ادبی ایران مثل آرامگاه فردوسی، تخت جمشید و حافظیه بهره بردیم. یا در حد خودمان از تولید آثار موسیقی فاخر حمایت کردیم. یعنی مسئولیت اجتماعی خودمان را به حوزه‌ی مسئولیت فرهنگی هم تسری دادیم چرا که با هم پیوند دارند. و اخیراً یک رویداد هم تعریف کرده‌ایم به عنوان پیوند میراث‌های تمدنی و میراث طبیعی زعفران. رفتیم دنبال این که چه چیزی می‌تواند میراث تمدنی ایران باشد یا دی‌ان‌ای این فعالیت‌ها

کجاست؟ و جالب است که رسیدیم به منشور کوروش که این رویداد را برای همدم هم تعریف کرده‌ایم.

• احساس می‌کنم از منظر شما، انسان بدون هنر چیزی کم دارد، درست است؟

دوباره تاکید می‌کنم که در واقع ما بدون ادبیات خیلی کم داریم و انسان بدون هنر نمی‌تواند زندگی کند. اگر یادتان باشد فیلمی بود به نام «جویندگان طلا». در آن فیلم می‌دیدیم که ذرات طلا را از میان ماسه‌ها و گل و لای رودخانه، جمع می‌کردند. ذرات طلا رفتارهای ما، دوستان ما یا خلق آثار هنری ماست. مثلاً برای من همان آهنگ «بال رویایی عشق» و «منشور کوروش» است و یا در حال حاضر مشغول تدوین جدیدی از رباعیات خیام هستیم تا بتوانیم از خیام شناسان خبره کمک بگیریم و نگاه تازه‌ی آنها را در اختیار مردم قرار دهیم. یا اینجا که شما تشریف آورده‌اید اسمش را گذاشته‌ام «یادگار ماندگار» که می‌خواهم مجموعه‌ی اشعار و ابیات و علاقمندی‌های مرحوم مادر را در اینجا گردآوری کنم. گاهی در فضای مجازی هم از علاقه‌های شخصی‌ام صحبت می‌کنم. از خاطرات مادر، از دیدار با اساتید هنر علم و... که بعضی از آنها تأثیراتی هم در جامعه و خانواده‌ی دوستانم گذاشته و کابرد تربیتی هم داشته است.

• آقای مهندس شریعتی مقدم گرامی، می‌دانیم که شما شعر هم می‌سرایید. لطفاً در پایان این گفت‌وگو از اشعار خودتان هم برای ما بخوانید تا خوانندگان فصلنامه‌ی همدم با جنابعالی و علایق و توانمندی‌های شما، شعرهای بیشتر آشنا شوند؟

شما که می‌فرمایید، به چشم.

دو شعر می‌خوانم که اولی نامش «بودن» است:

باش تو تار و پود خرد و سازی بزن

همیشه باش و بمان درودی با نوای عاشقانه بزن

دریغ و درد که تگرگ می‌زند بر باد

تو با شاعرانه‌ی زندگی، ترانه‌ای جاودانه بزن

و متناسب با شرایطی که الان داریم هم یک شعر می‌خوانم:

در راهبندانی بی‌جان

پراز غبار و دود و سیاهی

آزادی نزدیک

پشت پنجره‌ی ماشین فرسوده‌ی آن راننده‌ی خسته بود

در مسیر آزادی

که از خیابان انقلاب می‌گذشت

از پرواز جا ماندم



قطعه‌ای از زندگی بود که می‌رفت
 پرسیدم این همه ناشی‌گری، توقف، ویرانگری برای چه بود؟
 ملت را چه سود؟
 از آزادی گذشتم
 به پرواز دیگری رسیدم
 حال خوب خشنودی، شادی، جایی دیگر
 جوانی دیگر نبود
 مقصر که بود؟

• آقای مهندس علی شریعتی مقدم عزیز، بسیار سپاسگزارم برای اشعاری که خواندید و فرصتی که برای هم‌صحبتی با فصلنامه‌ی همدم اختصاص دادید.
 ما قرار است که این گفتگو را در ویژه‌نامه‌ی نوروز ۴۰۵ فصلنامه‌ی همدم چاپ کنیم. دوست دارم، آخرین جملات شما، دعایی باشد که برای سال آینده ایران و مردمش دارید؟
 من، هم برای خودتان، هم برای موسسه‌ی همدم و هم برای مردم ایران خوش‌قلبی و آرامش را خواستارم. امیدوارم انسان‌ها، به اندازه‌ی دختران همدم خوش‌قلب و بی‌آزار باشند، اهل دل باشند، اهل همدلی و همراهی باشند. من فکر می‌کنم بهترین دعا این است که: خدایا! کمک کن همه‌ی ما، از دختران همدم، عشق و دوستی و مهربانی را بیاموزیم.

در باره دختری که به تازگی وارد سرزمین دختران همدم شده است.

آهو؛ زائر بی بازگشت!

• مریم همایونی

ایک

بارش پراکنده آسمان با باریدن جویبار چشم‌هایم هم‌زمان می‌شود. از پشت شیشه‌ی باران خورده‌ی اتاقم به پنجره‌ی سرای مهر نگاه می‌کنم. سرایی که برایم به خاطر نفس‌های پاکش مکان مقدسی است. اصلاً مگر می‌شود در این دنیای پر از هیاهو و نگرانی جایی را به پاکی و مقدسی فضای تنفس این بچه‌های پرنج پیدا کرد؟ می‌روم که آهو را ببینم؛ با اجازه‌ی مسئول خوابگاه با «آهو» روی نیمکت فضای سبز موسسه می‌نشینم در نم باران بهاری که در آن خبری از سرما نیست. «آهو» همچنان ساکت است و چشم‌های من همراه با باران خیس و نم‌دار...

دو

دلم می‌خواهد با او حرف بزنم. اما حرفم نمی‌آید چون از خواندن پرونده مددکاری‌اش چندان چیزی دستگیرم نشد غیر از همان مهر «مجهول الهویه» بودنش که دلم را ریزرین کرد! چتر رنگ و رو رفته‌ام را روی سرش می‌گیرم که نم باران اذیتش نکند. سر می‌چرخاند و فقط نگاهم می‌کند! گویی یک دنیا حرف دارد ولی زبان گفتنش را ندارد. از روزی که آمده نه کلامی حرف زده و نه چیزی برایم نوشته است. توی صورتم فقط زل می‌زند و زبان مشترکمان فقط نگاه است. قطره‌های اشک بی‌اختیار روی گونه‌ام می‌غلطد و باران بیرون از حفاظ چتر که بر سرمان است آرام و بی‌هیجان می‌بارد. «آهو» تمام فکرم را گرفته است. معمای دختری که در یکی از شب‌های سرد زمستان



گوشه‌ی دنجی از حریم امن حرم امام مهر بانی‌ها پیدا شده و حالا اینجا به گفته‌ی مادر تمام دختران همدم، به دیگر زائران بی‌بازگشت این مجموعه پیوسته است...

اسه

تمام حرف‌ها توی چشم‌هایش است. وقتی به اینجا منتقل شد نه حرفی زد و نه چیزی نوشت. روزها و روزها و حالا دیگر دو ماه است که دختر جدید این سرزمین است اما هیچ‌کس کلامی و قصه‌ای از او نشنیده است. همه در این چند وقت تلاش کردند تا به سرزمین قصه‌های دلش راه پیدا کنند اما موفق نشدند. چهره‌ی آرامش‌ناشانی از کم توانی ذهنی و معلولیت جسمی ندارد اما طبق کمیسیون پزشکی و معاینه‌ها گویی دخترمان کم‌توان ذهنی است. دختری که با حدس و گمان می‌گوییم به ظاهر ۳۰ سال دارد که قامتش بی‌نقص و صورتش زیباست. بارها مقابلش نشستیم تا با او صحبت کنیم، شاید حرفی، اطلاعی، دانستنی از او بفهمیم اما هر بار فقط دقایق به سرعت از پی هم آمده و رفته و من با کاغذ سفید و قلمی که توی دستم خشک شده مقابلش نشسته و به چشم‌هایش نگاه کردم. چشم‌های زیبایی که درست شبیه آهوی قصه‌هایی است که می‌گویند شفاعت



شده‌ی امام مهربانی‌ها بوده است. شاید به خاطر همین است وقتی می‌خواستیم اسمی برایش انتخاب کنیم بی‌درنگ «آهو» برزبانمان جاری شد و دقایقی بعد در سکوت و بغضی که بردل نشسته بود این اسم تصویب شد: «آهو».

چهار

به خودم می‌آیم. نمی‌دانم چند دقیقه است که چشم‌های خیس‌م به چشم‌های پراز ابهام و سوال «آهو» خیره مانده است. نه برای آهو تنها، که بغض گلویم برای تمام دختران مجهول و بی‌نشانمان در همدم گرفته بود چونان بختکی که شباهنگام و به گاه خواب ناز روی سینه‌ات می‌نشیند و امانت را می‌گیرد... روی سر «آهو» دست کشیدم و در آغوشش گرفتم و گفتم: «بریم مادر، بریم که سرما نخوری.» و رفتیم...

پنج

بهار در راه است. بهاری که با خود برایمان «آهو» را آورده که در این دنیای عجیب و غریب سرپناش همدم باشد و رنج کمتری را در زندگی تحمل کند.

از خودم می‌پرسم مادر و پدر آهو چرا و به چه بن‌بستی رسیدند که بعد از سی سال جگرگوشه‌شان را به حرم امام رضا (ع) سپردند و وقتی بوسه‌ی خداحافظی را بر چشمان قشنگش زدند چقدر اشک ریختند... «آهو» با سی سال خاطراتی که نمی‌تواند از آنها حتی حرف بزند چه کند؟! «آهو» که به گفته‌ی همکارانم گاهی دم غروب آرام اشک می‌ریزد با دلش چه کند؟ خدا چه می‌داند شاید روزی مادر «آهو» چشمش به این صفحه افتاد و سخت گریه کرد... نگران نباش، قول می‌دهیم از امانتت مثل دیگر دخترانمان خوب نگهداری کنیم، فقط نمی‌دانیم با خاطراتش و سکوت پرغصه‌اش چه کنیم....

آدمی نیست که عاشق نشود وقت بهار
وای از آن سال که بی‌یار بهارش برسد...



همدم، روح دارد!

• گزارشی از برگزاری آیین رونمایی از آهنگ ویژه‌ی همدم

موسسه و لزوم همکاری بیشتر مردم و مسئولین با خادمین همدم، سخن گفتند.

در ابتدای این مراسم دکتر زهرا حجت (مدیرعامل همدم) ضمن تبریک اعیاد شعبانیه گفت: «دوستان عزیز و همدم دوست خوش آمدید. همدم همیشه آماده‌ی میزبانی از شما هنرمندان عزیز و هم‌ی مردم ایران است. ما افتخار می‌کنیم خدمتگزار ۴۰۰ دختربی سرپرست کشورمان هستیم و به همین واسطه با شما عزیزان هنرمند و کارآفرین هم در ارتباط هستیم. نیازهای اهالی این خانه چه مادی و چه معنوی جز با حضور و همراهی خیرین و یاوران موسسه برطرف نمی‌شود. امیدوارم بتوانیم قدردان محبت شما عزیزان باشیم.»

در ادامه، ناصر فیض و علیرضا قزوه (شاعران نامی ایران) ضمن قرائت اشعاری زیبا، به تحسین فعالیت‌های همدم و اقدامات خیرخواهانه‌ی مادریاران و خادمین همدم پرداختند و هر کدام از آنها احساسات‌شان را پس از دیدار با فرزندان هنرمند و توانای موسسه بیان کردند.

ناصر فیض که شاعری طنزپرداز و یکی از برنامه‌سازان فرهنگی صدا و سیمای کشورمان است با حس و حال خاصی که به وی دست داده بود گفت: «من موسسات زیادی مانند

با حضور جمعی از هنرمندان، شاعران و کارآفرینان موفق کشورمان و ضمن برگزاری ویژه‌برنامه‌ای پرشور در تالار همدم، از «آهنگ همدم» رونمایی شد.

به گزارش روابط عمومی موسسه‌ی خیریه‌ی همدم جمعی از اهالی سینما و تلویزیون، شاعران، طنزپردازان و کارآفرین‌های نامی ایران، ضمن حضور در میان فرزندان این موسسه و جویا شدن حال آنها، با حضور در تالار همدم و شرکت در برنامه‌ای ویژه، از آهنگ همدم رونمایی کردند. در این برنامه که روز سه‌شنبه هفتم بهمن ماه ۱۴۰۴ در تالار همدم برگزار شد، دکتر مهدی برجی (مدیرکل بهزیستی خراسان رضوی)، ناصر فیض و علیرضا قزوه (شاعران نامی ایران)، مهران رجبی، سیامک اشعریون، کیانوش گرامی و سیروس حسینی (بازیگران سینما و تلویزیون) و حامد محضرنیا و حسین کشتکار (خواننده‌های نامی ایران) از تهران میهمان ۴۰۰ دختربی سرپرست همدم شده بودند و از مشهد نیز مهندس احسان مصطفوی (مدیر باشگاه فرانگران نوین) در کنار جمعی از صاحبان برندهای صنعتی و کارآفرین‌های موفق خراسانی حضور داشتند که هر یک در بخش‌هایی از این مراسم در باب تلاش‌های خادمان همدم و همت همکاران‌شان برای خدمت به فرزندان این

وی قبل از اجرای این آهنگ گفت: «من باید از موسسه‌ی همدم که سالهاست با عشق و مهر بانی از ۴۰۰ فرزند بی‌سرپرست کشورمان نگهداری می‌کند، تشکر کنم. اینجا مثل خانه‌ی خود ماست و ما افتخار می‌کنیم هر وقت به مشهد و زیارت امام رضا (ع) می‌آییم، میهمان این فرشته‌های عزیز هم می‌شویم. همچنین باید از مهندس احسان مصطفوی هم بطور خاص تشکر کنم که تهیه‌کنندگی آهنگ همدم را به عهده داشت و ما را در این کار خاص و ماندگار، همراهی کرد.»



همدم رفته‌ام که وظیفه‌ی نگهداری از فرزندان معلول ایران را به عهده داشته‌اند. آنها هم به نوبه‌ی خودشان زحمات زیادی می‌کشند اما همدم روح زندگی و نشاط دارد و وارد هر کارگاه و اتاقی که می‌شوی متوجه حرف من می‌شوی. همدم شرایط خاصی برای حضور فیلمسازان و ایده‌پردازان بزرگ کشورمان دارد که بنده به نوبه‌ی خودم از آنها دعوت می‌کنم به اینجا بیایند و از زندگی و توانمندی فرزندان اینجا فیلم تهیه کنند. از مسئولین دولتی هم خواهش می‌کنم با حضور در همدم مدیریت عاشقانه و اخلاص در کار را بیاموزند و با خادمین همدم همدلی بیشتری داشته باشند.»

سخنران بعدی این برنامه، دکتر مهدی برجی (مدیرکل بهزیستی خراسان رضوی) بود که ضمن قرائت شعری از مجتبی کاشانی در مورد عشق و مهر بانی گفت: «بهزیستی یکی از وسیع‌ترین نهادهای کشورمان است که وظایف بسیار زیاد و متنوعی به عهده دارد. هشتاد درصد هزینه‌هایی که به بخش‌ها و موسسات زیر نظر این سازمان عریض و طویل پرداخت می‌شود از طریق کمک‌های مردمی جذب می‌شود و امروز باید از شما هنرمندان خوب کشورمان تقدیر کنیم که با حضورتان در همدم باعث آشنایی بیشتر دوستان و همکاران تان و سایر مردم ایران خواهید شد. امیدوارم دوستی و همدلی شما با فرزندان بی‌سرپرست همدم و سایر موسسات تحت سرپرستی بهزیستی بیشتر شود تا دل مردم عزیزمان با یادآوری کار و حضور شما، به یاد این بچه‌های عزیز بیش از پیش به تپش درآید.»

مهندس احسان مصطفوی (مدیر باشگاه فرانگران نوین) که میهمانان این مراسم به همت وی و باشگاه فرانگران نوین به مشهد دعوت شده بودند، آخرین سخنران این مراسم بود که ضمن تشکر از همدلی و همراهی همدم با وی و مجموعه‌ی متبوعش گفت: «ما سالهاست دل به عشق فرزندان خوب همدم داده‌ایم. آنها همچون فرزندان خود ما هستند و رسالت اجتماعی ما این است که در هر شرایطی جویای حال آنها باشیم. من و همکارانم باید از شما هنرمندان خوب کشورمان هم تشکر کنیم که به رغم مشغله‌ی کاری، قبول زحمت کردید و به همدم آمدید. همچنین باید از خانم دکتر حجت و همکاران پرتلاشش در موسسه‌ی همدم نیز تشکر کنم که باعث برگزاری این مراسم زیبا شدند.»

در پایان این مراسم حامد محضرنیا (خواننده‌ی نامی ایران) همراه با گروه سرود همدم در جایگاه حضور پیدا کرد و از آهنگ مخصوص همدم رونمایی کرد.

نیک اندیشان ارجمند

سرکار خانم دکتر زهرا حجت
جناب آقای عظیمی
جناب آقای سقارضوی

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



خبرهای خوب این خانه

مروری بر خبرهای همدم، در سه ماهه‌ی زمستان ۱۴۰۴

 www.hamdam.org   [@hamdamcharity](https://www.instagram.com/hamdamcharity)

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



تقدیر از موسسه‌ی توانبخشی همدم برای حضور در نمایشگاه ستاره‌ها

به پاس حضور درخشان فرزندان موسسه‌ی توانبخشی همدم در پنجمین نمایشگاه ستاره‌ها در مشهد، از مدیرعامل این موسسه‌ی خیریه، با اهدای تندیس نمایشگاه، تقدیر به عمل آمد.



اهدای لوح همدم به سرکنسول کشور ترکیه در مشهد

مدیرعامل همدم، با همراهی هلدینگ ستاره‌ها و به مناسبت گرامیداشت سال فرهنگی ایران و ترکیه ۲۰۲۵، لوح مسی منقش به پرچم ایران و ترکیه (اثر هنری فرزندان موسسه) را به کنسولگری این کشور در مشهد اهدا کردند.

تقدیر



۲۲

بهار ۱۴۰۵



سرکنسول ترکیه در مشهد پس از دیدار با اهالی همدم: از نظر علمی، موسسه‌ای مثل همدم کمتر دیده‌ام

سرکنسول ترکیه در مشهد، پس از بازدید از همدم: «در کشورهای مختلف دنیا، به مراکزی مثل اینجا رفته و از آنها دیدن کرده‌ام، اما موسسه‌ای که مثل همدم دارای اصول علمی و عاشقانه باشد، کمتر دیده‌ام».



برگزاری دوره آموزشی اصول ایمنی و اطفای حریق در همدم

آتشپاد دوم دکتر محمدجواد قائمی، با برگزاری یک دوره آموزشی جدید یک روزه برای همکاران توانبخشی همدم و مراکز تحت پوشش سازمان بهزیستی خراسان در تالار همایش‌های همدم، حاضرین را با خطرات آتش و اصول آموزش ایمنی و اطفای حریق، آشنا کرد.



دیدار همکاران تامین توسعه از همدم و تاکید بر مبادله‌ی تجارب

دکتر مسعود مختاری (رییس تامین توسعه‌ی شهید فیاض بخش بهزیستی مشهد) و محسن نقابی (کارشناس ناظر توانبخشی همدم) از بخش‌ها و کارگاه‌های هنری مختلف همدم بازدید و بر اهمیت مبادله‌ی تجارب، تاکید کردند.



دیدار با اهالی همدم، پس از خطبه‌ی عقد در حرم

جمعی از دانشجویان پزشکی و کادر درمانی بیمارستان بقیه الله (عج) تهران، پس از اجرای خطبه عقد ازدواج در حرم امام رضا (ع)، به همدم آمدند و با اهالی این خانه دیدار کردند.



دوشنبه‌ها؛ همدی‌های پرتوان در کنار یار مهربان

دوشنبه‌های کتابخوانی فرزندان کتاب‌خوان همدم، با کتاب‌های اهدایی شما یاوران و دانش‌باوران ایرانی، گرم و گیراست.



توانمندی فرزندان همدم؛ نشانه‌ی اعتقاد خادمین موسسه به کار خیر

دکتر داود همتیان (مدیرعامل شرکت بهره‌برداری قطار شهری شهرداری مشهد) ضمن بازدید از همدم، گفت: «توانمند شدن فرزندان همدم، نشانگر عشق و اعتقاد فراوان خادمین این موسسه به کار و فعالیت خیرخواهانه است.»



دیدار اساتید هنر ایران زمین، با اهالی همدم

اساتید هنر ایران زمین آقایان رسول مرادی و کاظم خراسانی به همت و همراهی آقای مهندس علی محمد شریعتی (مدیرعامل نوین زعفران)، به همدم آمدند و با ابراز لطف و محبت، زمستان بهمنی این خیریه را، گرم و دلنشین کردند.

اعلام آمادگی شرکت بهره‌برداری قطار شهری برای کمک به همدم

دکتر داوود همتیان (مدیرعامل شرکت بهره‌برداری قطار شهری شهرداری مشهد) همراه با هیات فنی همراه، از موسسه‌ی توانبخشی همدم بازدید و برای کمک‌های خیرخواهانه اعلام آمادگی و همکاری کردند.



بازدید مدیران کانون پرورش فکری خراسان رضوی از همدم و تحسین توانمندی‌های فرهنگی موسسه

مهدی حسین‌پور (مدیرکل کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان خراسان رضوی) به همراه محمدعلی خلاق (معاونت فرهنگی) و محمود خرقانی (کارشناس فرهنگی) از خیریه‌ی توانبخشی همدم و کارگاه‌های هنری و کتابخانه‌ی آن، بازدید و اراده‌ی راسخ همدم را در توجه به امور فرهنگی و هنری، تحسین کردند.



افطاری اهل خیر، به میزبانی فرزندان همدم

در یکی از شب‌های ماه مبارک رمضان، جمعی از خیرین هموطن میهمان فرزندان و اهالی همدم بودند.



درکنار سفره‌ی چهارصد دلتنگی!

• زنده‌یاد: علی اصغر اقتداری

فرصتی شد تا سری به یک آسایشگاه بزنم. به یک خیریه‌ی توانبخشی... محل نگهداری دختران بی سرپرستی که خدا بعضی چیزهایشان را گرفته و در عوض بسیاری چیزها به آنها بخشیده.

پس از هماهنگی با مسئولین، به سمت ساکنین اصلی و همیشگی آسایشگاه که در حیات آن و تحت مراقبت پرستاران اجتماع کرده بودند، رفتم؛ آنها که بادیدن هر تازه واردی ذوق زده می‌شوند و با نگاه‌هایی معصومانه، اورا به جمع خویش فرا می‌خوانند. انگار در مجمع الجزایری از اندوه قرار گرفته بودم.

به زحمت از انفجار بغضم جلوگیری کردم تا اشک‌هایم از نظر آنها پنهان بماند. ساعتی را در جمعشان ماندم و لذت این دیدار تلخ را با تمام وجود چشیدم! لذت دیدار کسانی را که با هیچ پرسشی درهای بهشت به رویشان باز می‌شود.

از لحظه‌ای که فرصت این دیدار به من هدیه شد آنهایی که توان حرکت یا زبان گفتار داشتند با حرکات و آلفای مخصوص به خودشان، پذیرایم شدند. شادی درچشمانشان موج می‌زد. انگار عزیزترین‌های زندگیشان به دیدن آنها آمده بودند. عزیزانی که آنها را به جرم معلولیتی که خود در ایجاد آن نقشی نداشته‌اند، به امان خدایانشان کرده بودند!

از من می‌خواهند کار دستی‌هایشان را ببینم و به اصرار یکی از عروسک‌ها را که به دست خود ساخته‌اند، به من هدیه می‌کنند. و چقدر هم از این کارشان احساس رضایت دارند.

انگار سال‌هاست تورا می‌شناسند و چه معصومانه، هم با زبان و هم نگاهشان، با تو حرف می‌زنند. دلشان می‌خواهد سفره‌ی غم و غربتشان را بگشایند و تو را میهمان تنهایی و دل‌تنگی‌شان کنند.

زبان‌شان را می‌توانی تحمل کنی اما امان از نگاهشان! گویی در یک لحظه‌ی کوتاه می‌خواهند کتاب زندگی خود را به ذهن تو منتقل کنند. آن هم کلمه به کلمه، صفحه به

صفحه و فصل به فصل!

باید حوصله داشته باشی که داری. صبور باشی که هستی. شاعر باشی که می‌شوی! آن‌گاه هر کدام از آنها واژه‌ای از شعر تو می‌شوند؛ واژه‌هایی که در هیچ فرهنگ لغتی پیدا نمی‌شود. واژه‌هایی که شعر تورا می‌سازند. واژه‌هایی که در نهایت به غزلی تلخ و یا مثنوی سرشار از اندوهی بدل می‌شوند. غزل‌هایی از جنس غزل‌های بیدل و خاقانی... مثنوی‌هایی از نوع منطق الطیر عطار و مخزن الاسرار نظامی... و چه لذتی دارد با این واژه‌ها شعر سرودن!

در روزگاری که درمان آزمندان را بلعیدن قرص زمین هم کافی نیست!

در این خانه نهایت خواسته‌ی یک دختر، آدامسی ست که از تو می‌طلبد؛ و چه معصومانه!

کدامین شاعر و با کدامین مضمون، شعری خواهد سرود

به ماندگاری این شعرهای مجسم

به بلندی فواره‌های درد این اهالی

به وسعت حسرت ناشناخته‌ی نگاه‌هایشان

به افق‌های تیره‌ی آرزوهایشان

و به غمناکی دوبیتی چشمانشان؟! آری!

این‌ها ایند شعرهای واقعی روزگار که ناسروده مانده و ناشنیده از یاد رفته‌اند. شعرهایی از قبیله‌ی توفان و از تبار تندر؛ به زمختی سلسله جبال اندوه. به زلالی اشک‌های یک عاشق. شعرهایی که کهنگی ناپذیرند. واشتی‌اقت برای خواندن مجدّدشان افزون. شعرهایی که باید هر روز زیارتشان کنی! تلاوتشان کنی! آن قدر بخوانی تا از بَرشان کنی! مانند دوبیتی‌های باباطاهر. به گونه‌ی غزل‌گریه‌های مجنون. و با این شعرها به سماع برخیزی. چون رقص مولوی در بازار طلا فروشان! و با آنها فال‌بگیری آن‌گونه که با غزل‌های حافظ! و...!

این یادداشت را دوست عزیز و شاعر زنده‌یاد سبزواری علی اصغر اقتداری نوشته‌است. در لابلای یادداشت‌هایی که دوستان اهل قلم در باره‌ی خاطرات دیدارشان از همدم و برای همدم نوشته‌اند، این یکی، برایم بسیار ارزشمند است و بیشتر برای اینکه استاد اقتداری عزیز، علاوه بر شاعری توانا، مردی بود بسیار مهربان و انسان. در این شماره‌ی نوروزی فصلنامه‌ی همدم، این یادداشت را با هم می‌خوانیم و برای روان جاودان آن زنده‌یاد، شادی ابدی آرزو مندیم.

چرا باید ایران را دوست داشت؟

• علی اشرف درویشیان

ایران را و فرش کاشان و شله زرد روزار بعین و همه‌ی این‌ها را دوست دارم و روی همه‌ی اینها ایران را دوست دارم و سرزمین دلیرپرور گُردستان را و کردها و شاعران و نویسندگان و مبارزان کرد را دوست دارم. کوچه‌های بچگی‌ام را که در ایران است دوست دارم. معلم‌های گذشته‌ام را، استادانم را، همه و همه را دوست دارم و ایران را که جایگاه ستارخان و باقرخان و یارمحمدخان کرمانشاهی و صفرخان و صمد بهرنگی است دوست دارم. ایران را دوست دارم زیرا شعرهای شاملو و فروغ فرخزاد و سیمین بهبهانی را دوست دارم.

و در پایان کلمه‌ی «پایان» را دوست دارم زیرا وقتی در دوران بچگی‌ام در مدرسه مشق‌هایم تمام می‌شد و به پایان می‌رسیدم شاد می‌شدم چون می‌دانستم که دوران زحمات‌ها و خستگی‌هایم به پایان رسیده است.

ایران را دوست دارم چون که مزرعه‌های سرسبز و معطر برنج شمال را دوست دارم. چون جنگل‌های انبوه مازندران و رشت را دوست دارم. ایران را دوست دارم چون فردوسی و شاهنامه‌اش را دوست دارم. چون رستم و سهراب و گردآفرید و تهمینه را دوست دارم. چون شیراز را دوست دارم. حافظ و سعدی را دوست دارم. چون کرمانشاه را دوست دارم و ابوالقاسم لاهوتی شاعر نامدار کرمانشاهی را دوست دارم. باغ‌های کرمانشاه و درخت‌های آلوچه و انگور و سیب و گلابی‌اش را دوست دارم. چون بیستون و شیرین و فرهاد را دوست دارم. چون لاله‌های واژگون لرستان را دوست دارم. ایران را دوست دارم زیرا دکتر محمد مصدق، خسرو گلسرخی و قهرمانانی چون بیژن جزنی و سعید سلطانی‌پور و محمد مختاری و همه‌ی جانبازان راه آزادی را دوست دارم. ایران را دوست دارم چون سرزمین پدری و اجدادی من است و مزار عزیزانم در آن است. پدر، مادر، مادر بزرگ و همه‌ی کسانم در آن خوابیده‌اند. ایران را دوست دارم چون مقام‌های سه‌گانه و چهارگاه و شور و دشتی و همایون و افشاری و در نهایت شجریان و آوازش را دوست دارم. و سه‌تار و کمانچه و دف و تنبور را دوست دارم. ایران را و باباکرم را دوست دارم. این‌ها تکه‌هایی از پازل شخصیت و هویت مرا تشکیل می‌دهند. بدون این‌ها که گفتم من بی‌هویت خواهم بود.

ایران را دوست دارم و صادق هدایت و بوف کورش را و داش آکل را و شنگول و منگول را و بزرگ علوی را و استاد محمد باقر مؤمنی و جلال آل احمد و استاد دکتر سیمین دانشور را و دکتر امیرحسین آریانپور را.

این‌ها همه بخشی از هویت من هستند و اگر این‌ها نبودند من پادروا و ول بودم. اما این‌ها همه، آن گل، آن آش، آن شعر و آن تصنیف‌ها همه شخصیت مرا ساخته‌اند و من شدم آنچه که امروز هستم.



در سوگِ نگاهِ ماهِ خواهر

آخرین شنبه‌ی بهمن را با خبر از دست دادن الهه خانم عزیز آغاز کردیم که اگرچه شروعی تلخ بود، ولی شک نیست که شیرینی یاد و نام آن خواهر فداکار و بخشنده، تا همیشه‌ی عمر با خانواده و دوستانش همراه و در روزهای سخت زندگی، حامی و هوادارشان خواهد بود.

الهه خانم، خواهر بزرگتر مدیرعامل همدم (خانم دکتر زهرا حجت) بود و در ساده‌زیستی و فروتنی و بخشنندگی سرآمد همه‌ی فامیل و آنچه ما را مغموم می‌کند، از دست رفتن انسانی است که دست پرخیری داشت و دل بزرگ و پرمهری. اما ما امیدواریم نام و یاد الهه خانم، همواره راهنما و الگوی ما، در مسیر محبت به دیگران و نیک‌اندیشی برای نیازمندان باشد.

آنچه در ادامه می‌خوانید، یادداشت خانم دکتر حجت در سوگ خواهر زنده‌یادشان است که لازم می‌دانیم با عرض تسلیت به خانم دکتر، از شما همدمی‌های همراه، خواهش کنیم برای خواندنش با ما در این شماره از فصلنامه‌ی همدم سهیم باشید:

برای او که؛ به ما یاد داد: می‌شود کم داشت و بخشید
امروز خواهری را از دست دادیم که رفتنش، مَهر سکوتی سنگین بر دل‌ها و زبان ما نهاده است؛
خواهری مهربان، که زندگی را نه برای خود، بلکه برای دیگران معنا می‌کرد.
او درویش‌وار زندگی کرد؛ دل بسته‌ی دنیا نبود، اما دل‌های بسیاری به او بند بود.
ساده زیست، اما دلش بزرگ‌تر از هر دارایی بود که می‌شد داشت.

مهر برای او انتخاب نبود، شیوه‌ی زندگی بود.
دیگران، همیشه مقدم‌تر از خودش بودند؛
درد دیگران را زودتر از درد خود می‌دید و لبخند دیگران برایش آرامشی داشت که از هیچ چیز دیگری نمی‌گرفت.
او بی‌صدا نیکی می‌کرد، بی‌ادعا دوست می‌داشت و بی‌آنکه بخواهد دیده شود، اثر می‌گذاشت.
شاید همین سادگی و خلوص بود که بودنش را این قدر عمیق و نبودنش را این قدر سنگین کرده است.

امروز ما نه فقط عزادارِ رفتنِ اویم، بلکه سپاسگزارِ بودنش هم هستیم.

سپاسگزارِ اینکه به ما یاد داد می‌شود کم داشت و بخشید می‌شود ساده بود و بزرگ و می‌شود زندگی کرد، بی‌آنکه خود را محور جهان دانست.

یادش در مهربانی‌هایی که از او آموختیم زنده می‌ماند و راهش در دل‌هایی که به نور او روشن شد ادامه خواهد داشت.
روحش در آرامش و یادش برای همیشه در دل‌های ما جاودان باد.



یک خواهش همدانه، یک تقاضای صمیمانه

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

مدیریت موسسه ی خیریه ی همدم



بهار می‌گذرد، دادگستر ادرباب...

گلی بچین امروز

رسید مژده که آمد بهار و سیزه دمید
وظیفه گر برسد مصرفش گل است و نیاید
صفیر مرغ برآمد بط شراب کجاست؟
فغان فتاد به بلبل نقاب گل که کشید؟
زمیوه‌های بهشتی چه ذوق دریابد
هر آن که سیب زنخدان شاهی نگزید
مکن ز غصه شکایت که در طریق طلب
به راحتی نرسید آن که زحمتی نکشید
ز روی ساقی مه‌وش گلی بچین امروز
که گرد عارض بستان خط بنفشه دمید
چنان کرشمه ساقی دلم زد دست ببرد
که با کسی دگر نیست برگ گفت و شنید
من این مرقع رنگین چو گل بخواهم سوخت
که پیر باده فروشش به جرعه‌ای نخرید
بهار می‌گذرد دادگستر ادرباب
که رفت موسم و حافظ هنوز می‌نچشید
• حافظ شیرازی

چو سبزه دمد

طراز سبزه برگلشن عذار خوش است
معین است که گلشن به نوبهار خوش است
چه خوش بود طرف روی یار از خط سبز
بلی چو سبزه دمد طرف لاله زار خوش است
اگر چه خوش نبود در نظر غبار ولی
گراز خط تو بود در نظر غبار خوش است
به بوی مشک جراحت شود فزون و مرا
جراحت دل از آن خط مشکبار خوش است
به یاد سبزه خطی گشت سبزه کن وحشی
که سبزه سرزده اطراف جویبار خوش است
• وحشی بافقی

آن لاله عذار آمده باشد

بی توای دل نکند لاله به بار آمده باشد
ما در این گوشه زندان و بهار آمده باشد
چه گلی گر نخرود به شبش بلبل شیدا
چه بهاری که گلش همدم خار آمده باشد
نکند بی خبر از ما به در خانه پیشین
به سراغ غزل و زمزمه یار آمده باشد
از دل آن زنگ کدورت زده باشد به کناری
باز با این دل آزرده کنار آمده باشد
یار کو رفته به قهر از سرما هم ز سر مهر
شرط یاری که به پرسیدن یار آمده باشد
لاله خواهم شدنش در چمن و باغ که روزی
به تماشای من آن لاله عذار آمده باشد
شهریار این سرو سودای تو دانی به چه ماند
روز روشن که به خواب شب تار آمده باشد
• محمد حسین شهریار

خبر عید مبارک

ای مژده‌ی دیدار تو چون عید مبارک
فردوس به چشمی که تورا دید مبارک
جان دادم و خاک سرکوی تو نگشتم
بخت اینقدر از من نپسندید، مبارک
در نرد وفا برد همین باختنی بود
منحوس حریفی که نفهمید مبارک
هر سایه که گم گشت رساندند بنورش
گردیدن رنگی که نگردید مبارک
ای بیخردان غره اقبال مباحثید
دولت نبود بر همه جاوید مبارک
صبح طرب باغ محبت دم تیغ است
بسم ا... اگر زخم توان چید مبارک
ژولیدگی موی سرم چتر فراغیست
مجنون مرا سایه این بید مبارک
بر بام هلال ابروی من قبله نما شد
کز هر طرف آمد خبر عید مبارک
دل، قانع شوقی است به هر رنگ که باشد
داغ تو به ما، جام به جمشید مبارک
در عشق یکی بود غم و شادی (بیدل)
بگریست سعادت شد و خندید مبارک!
• بیدل دهلوی



چه کنم؟

شاهد مرگِ غم انگیز بهارم، چه کنم؟
ابر دلتنگم اگر زار نبارم چه کنم؟
نیست از هیچ طرف، راه برون شد ز شیم
زلف افشان تو گردیده حصارم، چه کنم؟
از ازل ایل و تبارم همه عاشق بودند
سخت دلبسته این ایل و تبارم، چه کنم؟
من که ازین فاصله، غارت شده‌ی چشم توام
چون به دیدار تو افتد سرو کارم، چه کنم؟
یک به یک با مژه‌هایت دل من مشغول است
میله‌های قفسم را نشمارم چه کنم؟!

• سید حسن حسینی

چون نسیم نو بهار

تا بهار دلنشین، آمده سوی چمن
ای بهار آرزو بر سرم سایه فکن
چون نسیم نو بهار بر آشیانم کن گذر
تا که گلباران شود کلبه ویران من
تا بهار زندگی آمد، بیا آرام جان
تا نسیم از سوی گل آمد بیا دامن کشان
چون سپندم بر سر آتش نشان بنشین دمی
چون سرشکم در کنار بنشین نشان سوز نهان
تا بهار دلنشین آمده سوی چمن
ای بهار آرزو بر سرم سایه فکن
چون نسیم نو بهار بر آشیانم کن گذر
تا که گلباران شود کلبه‌ی ویران من
باز آبین در حیرتم بشکن سکوت خلوتم
چون لاله تنها بین بر چهره داغ حسرت
ای روی تو آینه‌ام عشقت غم دیرینه‌ام
باز آ چو گل در این بهار سر را بنه بر سینه‌ام

• بیژن ترقی



از خاطرات همسایه‌ی عزیز

روزهای آخر اسفند و اشک‌های کوه

روزهای آخر اسفند، بعد شش ماه درس خواندن در تهران و دوری از خانواده، دلتنگی‌هایم به اوج می‌رسید و گاهی حتی حس می‌کردم دلم برای بوی زغال سنگ‌های «معدن» سرخس، تنگ شده است! روز بعد، هزار کیلومتر آن طرف‌تر، توی مینی‌بوسی به مقصد «معدن»، صدای اهالی روستا مثل نوشدارو، دلتنگی عمیقم را می‌شست و می‌برد جوری که از همان راه دور انگار عطر صمیمت روستا را حس می‌کردم.

آن روز هم بالاخره به ایستگاه آخر رسیدیم و احمدآقای راننده، ترمزی را که منتظرش بودم کشید. از مینی‌بوس که پیاده شدم برادرانم جواد و محسن کنار جاده، حوالی درختان توت انتظارم را می‌کشیدند.

دست هم را گرفتیم و خوشحال و خندان به طرف خانه راه افتادیم. کوچه مثل همیشه شلوغ بود و همسایه‌ها که معلوم بود دارند برای استقبال از نوروز آماده می‌شوند، با من، به گرمی حال و احوال می‌کردند.

نرسیده به خانه‌مان، عطر مادر به مشامم خورد و تا به خودم جنبیدم، درآغوشش گم شدم. حالا تمام دنیا مال من بود دنیایی که به وسعت یک آسمان مهربانی داشت و به اندازه یک اقیانوس برایم آرامش می‌آورد. مادر دستم را گرفت و راه افتادیم. او با شادی و نشاطی که در صدایش موج می‌زد به چشم‌روشنی همسایه‌ها پاسخ می‌داد و من انگار روی ابرها قدم می‌زدم.

چند دقیقه بعد کنار بخاری نفتی، میان گرما و هیاهوی

صمیمی خانه، جای دنجی را پیدا کرده بودم که بعد از یک سفر طولانی مرا به آرامش می‌رساند.

ساعتی بعد اما خانه پر شد از همسایه‌هایی که به خوش آمد گویی می‌آمدند و من از شنیدن این همه صدای آشنا احساس خوبی داشتم.

عصر بود و هنوز پدر از سرکار برنگشته بود. بساط چای و خنده فراهم بود و داشتم استکان استکان مهربانی‌های داغ را سر می‌کشیدم. ناگهان صدای در بلند شد و کسی صدا زد: پدر آمد! استکان چای را فراموش کردم، بلند شدم، به عشق و احترام مردی که عطرکوه را با خود داشت ایستادم. متوجه شدم یکباره، همه‌اتاق، به سکوتی سنگین تبدیل شد. کوه به محض دیدن من، همان‌جا جلوی در، بغضش ترکید و بی‌آن‌که قدمی پیش بگذارد، مثل ابر بهار می‌بارید.

دلتنگی امانش نداده بود که پیش مهمان‌ها خویشتنداری کند. مرد کوه و زغال و آهن نشسته بود و شانه‌هایش تکان می‌خورد. جلو رفتم، کوه را که حالا ابری شده بود و داشت می‌بارید با تمام وجود درآغوش گرفتم و بر دست‌های پینه‌بسته و خسته‌اش با افتخار بوسه زدم. دست‌هایی که هر روز از نبرد با صخره و سنگ سر بلند بیرون می‌آمدند.

درآغوش پدر، کنار نفس‌ها و اشک‌های گرمش، داشتم با خودم فکر می‌کردم، کوه هم گاهی نمی‌تواند، بار سنگین فراق را تحمل کند. کوه با تمام شکوه و عظمتش نمی‌تواند اشک نریزد. کوه گاهی با همه کوه بودنش، نمی‌تواند صبور باشد، نمی‌تواند نشکند و نمی‌تواند فروتن نباشد.

موسی عصمتی؛ شاعر روشنفکر خراسانی

شادی انفرادی، لذتی ندارد..

سالها پیش، کشاورزی بود که ذرت‌های باکیفیتی پرورش می‌داد. جای تعجب بود که چطوری بین همه‌ی کشاورزهایی که ذرت می‌کارند، فقط اوست که هر سال جایزه‌ی بهترین ذرت منطقه را می‌برد؟

یک سال خبرنگار یک روزنامه‌ی محلی با او مصاحبه کرد و در حین مصاحبه فهمید که کشاورز هر سال بذر ذرت برنده‌ی خودش را با همسایه‌هایش تقسیم می‌کند! خبرنگار، با کنجکاوی و حیرت جلو رفت و پرسید:

چرا بذر محصول خودت را با بقیه‌ی همسایه‌ها تقسیم میکنی وقتی می‌دانی سال بعد همان آدم‌ها با تو رقابت می‌کنند؟ کشاورز جواب داد:

البته که می‌دانم، ولی شما هم می‌دانید که باد گرده‌ی ذرت رسیده را برمی‌دارد و مزرعه به مزرعه می‌چرخاند؟ اگر همسایه‌ام ذرت ضعیفی داشته باشد، ذرت من هم ضعیف می‌شود و اگر قرار باشد ذرت خوبی پرورش بدهم، باید به همسایه‌هایم هم کمک کنم که محصول باکیفیتی داشته باشند. زندگی ما همین است...

خبرنگار، آخرین جمله‌ی کشاورز را چندین بار با خودش تکرار کرد....

و بعد، روی برگه‌ی یادداشتش نوشت: اگر بخواهیم خوب و معنادار زندگی کنیم باید به پربار کردن زندگی اطرافیانمان کمک کنیم... چون ارزش هر فرد بستگی به تاثیر مثبتی دارد که بر زندگی دیگران می‌گذارد.

زندگی شاد در گرو کمک کردن به دیگران است و گرنه شادی انفرادی لذتی ندارد.

زمستان در مادرید

نویسنده: کریستوفر جان سنسوم

• حمیدرضا پورنجفیان



هستند و برخی لحظات رمان برای خواننده یادآور "مرد سوم" خواهد بود. چه این که مسائل اقتصادی و تجارت غیرقانونی هم وارد داستان می‌شود. از این‌ها که بگذریم، دغدغه اصلی نویسنده مسائلی هستند که اسپانیا و مردمانش در دوران پرتغالیشان با آن دست و پنجه نرم می‌کردند. تلاش بر سر قدرت سیاسی و اقتصادی، نفوذ فالانژیست‌ها و خطر درگیری اسپانیا در جنگ دوم، ایستادن کلیسا کنار حکومت فرانکو علیه جمهوری خواهان، کمک رساندن کمونیست‌ها به جمهوری خواهان و... این حد از پرتنگ بودن فراز و نشیب تاریخ معاصر اسپانیا در رمان، سبب می‌شود آن رایک اثر جاسوسی _ تاریخی بدانیم. به لحاظ داستانی و قدرت ساختن جهان داستانی، به هیچ وجه به شاهکار ثافون نمی‌رسد اما نویسنده در نگه داشتن مخاطب به پای اثر خود موفق بوده است. ریتم داستان خوب حفظ شده و در نهایت بسیار جذاب و پرکشش و خوش‌خوان از کار درآمده است.

فکر ترجمه رمان "زمستان در مادرید" از چهارگانه "گورستان کتاب‌های فراموش شده" به ذهن علی صنعوی می‌رسد. او برای ترجمه شاهکار ثافون، نیاز به اطلاعات تاریخی فراوانی در باره جنگ داخلی اسپانیا داشته تا بتواند پانویس‌های روشنگرانه‌ای برای کتاب بنویسد. این مترجم فرهیخته در حیص و بیص تفحص میان کتاب‌های مربوطه، با رمانی آشنا می‌شود که یک استاد تاریخ انگلیسی نوشته در بستر زمانی مورد نظر. کریستوفر جان سنسوم رمانی کاملاً ژانری با رعایت کامل قوانین ژانر جاسوسی نوشته و گویی با سرگرم ساختن خواننده خود، قصد داشته تمام اطلاعات ریز و درشت پیرامون جنگ داخلی اسپانیا و درگیری‌های پس از آن را به مخاطبش منتقل کند. باز هم علی صنعوی در پاورقی با توضیحاتی مبسوط، اشارات و کنایات نویسنده را روشن کرده و نقاط عطف جنگ داخلی اسپانیا را شرح داده است. این حد از تلاش و وقت صرف کردن برای ترجمه کتابی که تیراژی محدود دارد و کمتر کسی آن را می‌خواند و صرفه اقتصادی هم ندارد، شایسته تحسین است.

اشاره شد که رمان به شدت به قوانین ژانر پای بند است و از ساختار رمان‌های جاسوسی و تعلیقی که با آن آشنا هستیم تبعیت می‌کند. ابتدا با یک سر باز سوسیالیست انگلیسی _ برنی _ آشنا می‌شویم که داوطلبانه به اسپانیا رفته تا در جبهه جمهوری خواهان علیه نیروهای فرانکو بجنگد. رمان با اسارت او آغاز می‌شود و بلافاصله قهرمان اصلی به ما معرفی می‌شود: هری، دوست قدیمی برنی، که در دانکرک آسیب دیده و به خاطر تسلط به زبان اسپانیایی به او پیشنهاد می‌شود با سازمان امنیتی وزارت خارجه همکاری کند. او راهی جز پذیرش پیشنهاد ندارد و عملاً به یک جاسوس تبدیل می‌شود اما می‌دانیم طی مسیر جاسوسی خود قرار است از خط خارج شود. علاوه بر این نقش زنان در رمان‌های این‌چنینی کاملاً مشخص است: یکی معصوم و قربانی ست و دیگری قرار است در مسیر قهرمان یاری‌گر باشد و... ضد قهرمان هم در رمان طبعاً آن کسی ست که هری به جاسوسی او گمارده می‌شود. این دو دوستان قدیمی



چند لحظه علمی و آموزشی

- بررسی تاثیر چاقی بر عملکرد مغز؛
- فلسفه ارزیابی عملکرد و پایش پیوسته در مدیریت

بررسی تأثیر چاقی بر عملکرد مغز؛

هشدار درباره‌ی هزینه‌ی پنهان چاقی و تخریب طولانی مدت مغز!

• تحقیق و تهیه: محبوبه سادات مشرف؛ کاردرمانگر و مشاور توانبخشی

چاقی به عنوان یکی از بزرگ ترین چالش‌های سلامت عمومی در قرن بیست و یکم شناخته می‌شود؛ بر اساس آمار سازمان بهداشت جهانی، تعداد افراد مبتلا به چاقی در دهه‌های اخیر به طور چشمگیری افزایش یافته است. این وضعیت نه تنها بر سلامت جسمانی تأثیر می‌گذارد، بلکه می‌تواند تأثیرات عمیقی نیز بر عملکرد مغز و سلامت روانی داشته باشد.

بسیاری از مطالعات نشان داده‌اند که افراد چاق ممکن است با مشکلاتی در حافظه و تمرکز مواجه شوند. این تغییرات به واسطه کاهش حجم مواد خاکستری مغز، به ویژه در نواحی مرتبط با حافظه و یادگیری، اتفاق می‌افتد؛ به عنوان مثال کاهش حجم هیپوکامپ که برای یادگیری و حافظه حیاتی است، در افراد چاق مشاهده شده است؛ همچنین، اختلال در ارتباطات بین نورون‌ها می‌تواند به کاهش توانایی پردازش اطلاعات منجر شود.

اضافه وزن بالا با افزایش خطر ابتلا به بیماری‌های عصبی مانند آلزایمر و بیماری پارکینسون مرتبط است؛ چاقی می‌تواند موجب تغییرات متابولیک و هورمونی شود که این تغییرات به نوبه خود به آسیب‌های مغزی و اختلالات شناختی منجر می‌شوند.

در یک مطالعه، نشان داده شده است که افراد مبتلا به چاقی مفرط در مقایسه با افراد با وزن نرمال، ریسک بالاتری برای ابتلا به زوال عقل دارند؛ این خطر ممکن است به علت تأثیرات منفی بر عروق مغزی و کاهش جریان خون به مغز باشد.

چاقی، منجر به تولید مواد التهابی از بافت چربی می‌شود؛ این مواد، مانند سیتوکاین‌ها و فاکتورهای نکروز تومور (TNF-α)، می‌توانند به التهاب مزمن در مغز منجر شوند؛ التهاب مزمن می‌تواند به آسیب به نورون‌ها و اختلال در ارتباطات بین نورون‌ها و در نهایت به کاهش عملکرد شناختی منجر شود. و می‌تواند تولید نورون‌های جدید (نوروژنسیس) را در نواحی مغز مانند هیپوکامپ

کاهش دهد؛ هیپوکامپ، نقش حیاتی در یادگیری و حافظه دارد؛ کاهش نوروژنسیس می‌تواند منجر به ضعف در عملکردهای شناختی و ایجاد مشکلات در یادآوری اطلاعات شود.

مطالعه‌ای جدید و پیشگامانه نشان می‌دهد که الگوهای طولانی مدت چاقی، تأثیرات عمیق و قابل توجهی بر ساختار فیزیکی، عملکرد صحیح و توانایی‌های شناختی مغز دارند. ادامه یافتن یا افزایش میزان چاقی در طول زمان، به تخریب عصبی بیشتر و در نتیجه، کاهش توانایی‌های مغزی منجر می‌شود.

پژوهش‌های اپیدمیولوژیک، رابطه مثبت میان شاخص توده بدنی و اختلال خلقی را نشان می‌دهد. اختلالات خلقی در اشخاص دارای اضافه وزن بالا نسبت به افراد با وزن نرمال ۱/۵ برابر بیشتر مشاهده می‌شود.

همچنین افراد دارای اضافه وزن شدید نیز ۲ برابر بیشتر با مشکلات خلقی در طول عمر خود مواجه می‌شوند که می‌تواند بر روی سلامت روان و جسم آنها تأثیرات منفی را برجای بگذارد.

لازم به ذکر است که میزان بی‌نظمی اضطراب، علاوه بر افراد دارای اضافه وزن و یا بسیار چاق، در اشخاصی که دارای وزن میانگین هستند نیز بین (۱،۱۹) تا (۲،۶۰) درصد روند صعودی به همراه داشته است.

آشفته‌گی، ترس عاری از آگورافوبیا (اختلال هراس) و همچنین واهمه خاص و یا شیوع اختلال اضطراب کلی در میان افراد دارای شاخص توده بدنی بالا و یا بسیار چاق، بیشتر مشاهده می‌شود.

بانوان در برابر احساسات منفی بیشتر از آقایان در معرض پرخوری قرار می‌گیرند و احیاناً بانوان بیشتر از آقایان در برابر اشتهای مضاعف که بیانگر علائم افسردگی است نیز قرار دارند.

رابطه بین اضافه وزن و خلق و خو و همچنین آشفتگی‌های اضطرابی شاید از تأثیرات استرس بر اساس HPA (هیپوتالاموس، هیپوفیز، آدرنال) ایجاد شود که با آزادسازی کورتیزول و دیگر هورمون‌هایی که برابر سازی فعالیت دستگاه عصبی سمپاتیک را به همراه دارد، به استرس و اضطراب بازتاب می‌دهد.

در موقعیت استرس‌های مزمن، فعالیت برپایه (اچ پی ای) و یا آدرنال به مراتب کاهش می‌یابد، عاملی که در مشکلات اضطرابی، افسردگی و نیز اضافه وزن تأثیرگذار است.

اضافه وزن با چندین اختلال شخصیتی همراه است که عبارتند از:

- مشکلات شخصیتی ضد اجتماعی، وسواس اسکیزوئید رفتار دوری کننده، پارانوئید در میان اشخاص دارای اضافه وزن بالا، متداول تر از اشخاص با وزن طبیعی و نرمال است.
- شاخص توده بدنی بسیار بالا با درصد بیشتر، آشفتگی شخصیتی وابسته را نیز به همراه دارد.

- ناهماهنگی شخصیت ضد اجتماعی به طور قابل ملاحظه ای با شاخص توده بدنی در بانوان ارتباط دارد.

- اضافه وزن با افزایش میزان اختلال بیش فعالی (ADHD) و یا نقص توجه نیز همراه است. کودکان مبتلا به بیش فعالی و دیگر مشکلات رفتاری ویرانگر در مقابل همسن و سالان خود که مشکلات رفتاری ندارند، از وزن بیشتری برخوردار هستند و شاید در رده های سنی بالاتر، افزایش وزن بیشتری نیز تجربه نمایند. تحریک پذیری پیوسته با اختلال بیش فعالی احتمال دارد که در اضافه وزن و پرخوری نقش مهمی را نیز ایفا کنند. اسکیزوفرنی با اضافه وزن همراه نبوده است. اما معالجه با داروهای ضد جنون به خصوص کلوزاپین و الانزاپین می تواند به بالا رفتن وزن به طور قابل ملاحظه ای در بعضی بیماران که به اسکیزوفرنی مبتلا هستند، نقش مهمی را ایفا کند. در افراد دارای عقب ماندگی ذهنی، چاقی می تواند شدت مشکلات شناختی را افزایش دهد. کاهش تحرک بدنی، رژیم غذایی نامناسب و مصرف برخی داروها در این افراد، خطر ابتلا به چاقی را بالا می برد و در نتیجه چرخه ای معیوب ایجاد می شود که در آن چاقی و اختلالات شناختی یکدیگر را تشدید می کنند. این وضعیت می تواند منجر به کاهش توجه، افت حافظه، کندي پردازش اطلاعات و کاهش توانایی حل مسئله شود.

افرادى که از قبل دارای عقب ماندگی ذهنی (کم توانی ذهنی) هستند، معمولاً به دلیل چالش در مهارت های انتخاب غذا فعال بودن، یا مصرف برخی داروها، بیش تر در معرض چاقی قرار می گیرند. این وضعیت می تواند باعث شود که اختلالات شناختی شان تشدید شود و توانایی های ذهنی و عملکردهای روزمره دشوارتر گردد.

چاقی در افراد دارای کم توانی ذهنی بیشتر از جمعیت عمومی است. در یک مطالعه طولی بر روی ۱۴۵۰ فرد بزرگسال دارای کم توانی ذهنی، میزان چاقی ۳۸.۳٪ گزارش شد که بالاتر از جمعیت عمومی بود. همچنین عوامل خطر شامل سندرم داون، مصرف داروهای افزایش دهنده وزن و فعالیت

بدنی پایین شناسایی شد. تأثیر در این افراد می تواند به دلیل آسیب پذیری پایه شناختی شدیدتر باشد و منجر به افت بیشتر توانایی های شناختی شود.

این یافته ها نشان می دهد که کم توانی ذهنی خود یک عامل خطر مهم برای چاقی محسوب می شود.

دریک پژوهش روی افرادی که وزن زیاد داشتند، نشان داده شد که افراد با وزن بالا احتمال بیشتری برای نمرات پایین تر در تست های هوش و عملکرد عصبی دارند، به خصوص اگر سابقه عوامل مخاطره آمیز دیگر هم وجود داشته باشد (مانند وزن کم در بدو تولد). بنابراین با در نظر گرفتن موارد فوق کاهش وزن و سبک زندگی سالم می تواند باعث بهبود عملکردهای شناختی مثل سرعت پردازش اطلاعات و انعطاف پذیری ذهنی شود.

نکته ی حائز اهمیت در این مطالعه این است که کاهش شدت و طول دوره ی چاقی به این معنا که افراد تلاش کنند وزن خود را کاهش دهند و این کاهش وزن را برای مدت طولانی تری حفظ کنند می تواند نقش بسیار مهمی در حفظ سلامت مغز جلوگیری از آسیب های عصبی و گند کردن روند پیری مغز ایفا کند. به عبارت دیگر، این مطالعه تأکید می کند که مدیریت چاقی، نه تنها برای سلامت جسمانی، بلکه برای حفظ سلامت و عملکرد بهینه مغز در درازمدت ضروری است.

منابع و مراجع:

تأثیر چاقی بر سلامت روان | کلینیک دکتر محمد جواد باقری

-<https://sums.ac.ir/Z۹۶R>

-Hsieh K, Rimmer JH, Heller T. Obesity and associated factors in adults with intellectual disability. Journal of Intellectual Disability Research. ۲۰۱۴.

-Bocarsly ME et al. Obesity impairs cognitive function and alters brain morphology. Nature Reviews Endocrinology. ۲۰۱۶.

-Martin A et al. Weight management interventions and cognitive outcomes. Cochrane Database of Systematic Reviews. ۲۰۱۸.

-Study on childhood overweight and cognitive outcomes. Journal of Affective Disorders. ۲۰۲۵.

-Bocarsly ME et al. Obesity impairs cognitive function and alters brain morphology. Nature Reviews Endocrinology. ۲۰۱۶.

فلسفه ارزیابی عملکرد و پایش پیوسته در مدیریت

• سیدحسین مرد

که به نادرستی این ستایش‌ها واقف بود، رو به فردی خارج از حلقه نزدیکان کرد و با طعنه گفت: «بین با این افراد چگونه باید کشور را اداره کرد.» این روایت، به روشنی خطر چاپلوسی فقدان نقد صادقانه و بسته شدن کانال‌های بازخورد واقعی را نشان می‌دهد.

احساس دانایی مطلق، توهم همه‌چیزدانی و فقدان فروتنی معرفتی، اغلب مانع دیدن خطاها و درک تغییرات پیچیده و پویای محیط می‌شود. چنین وضعیتی فرد یا سازمان را در چرخه‌ای از تصمیم‌های نادرست و خطاهای پرهزینه گرفتار می‌کند که گاه غیرقابل جبران‌اند.

بر این اساس، یکی از الزامات مدیریت موفق، ایجاد و تقویت نهادهای مستقل ارزیابی، پایش و بازرسی است؛ نهادهایی که بتوانند عملکرد مدیران و سازمان‌ها را شجاعانه، مستمر و حرفه‌ای ارزیابی کنند و نتایج را به صورت شفاف، بدون سانسور و نه بر اساس میل و رضایت مدیران، گزارش دهند. تحقق چنین سازوکاری احتمال خطا را کاهش داده، اثر بخشی برنامه‌ها را افزایش می‌دهد و اعتماد سازمانی و اجتماعی را تقویت می‌کند. بخش قابل توجهی از مشکلات جوامع، چه در سطح خرد سازمانی و چه در سطح کلان حکمرانی، ناشی از بی‌توجهی یا توجه ناقص به همین اصل است. ارزیابی واقعی، پایش مستمر، بازبینی انتقادی تصمیم‌ها، شنیدن و دیدن خطاها و تحلیل علمی علل و ریشه‌های آن‌ها، شرط لازم برای پیشگیری از زیان انباشته و فروپاشی تدریجی سازمان‌ها، نهادها و حتی حکومت‌هاست.

یکی از ارکان بنیادین مدیریت اثر بخش، استقرار نظام‌های کارآمد ارزیابی عملکرد و پایش مستمر است؛ نظام‌هایی که نه تنها به سنجش نتایج می‌پردازند، بلکه امکان اصلاح به موقع خطاها و پیشگیری از خسارت‌های جبران‌ناپذیر را فراهم می‌کنند. تجربه‌های تاریخی و مدیریتی نشان می‌دهد که غفلت از این اصل، حتی در برخورداری از بهترین امکانات فنی، می‌تواند پیامدهای فاجعه‌بار به همراه داشته باشد. برای مثال، در مقطعی خطوط هوایی مسافربری یکی از کشورهای شرق آسیا (که در برخی روایت‌ها به کره شمالی نسبت داده می‌شود) با نرخ سقوط بالاتری نسبت به میانگین جهانی مواجه بودند؛ این در حالی بود که ناوگان هوایی از نظر فنی تفاوت معناداری با سایر خطوط هوایی نداشت. بررسی‌های ریشه‌ای نشان داد که مسئله اصلی نه فناوری، بلکه «فرهنگ سازمانی» حاکم بوده است. در این فرهنگ، ادب افراطی و سلسله‌مراتب سخت‌گیرانه به گونه‌ای نهادینه شده بود که تذکر خطا به مافوق نوعی بی‌احترامی تلقی می‌شد. در نتیجه، کمک خلبانان از یادآوری به موقع خطاهای خلبان خودداری می‌کردند و خطا تا نقطه‌ای ادامه می‌یافت که دیگر امکان اصلاح وجود نداشت؛ امری که گاه به سقوط هواپیما منجر می‌شد. نمونه‌ای مشابه را می‌توان در روایت‌های تاریخی از دربار ناصرالدین شاه قاجار مشاهده کرد. نقل است که شاه روزی در باغی گلی را نقاشی کرد و نظر اطرافیان را جویا شد. همراهان، با تملق و تأیید افراطی، نقاشی را نه تنها زیباتر از گل واقعی، بلکه حتی خوشبوتر از آن توصیف کردند. شاه

فرصتی دیگر برای جبران!

از سرکار برگشتم، همسرم گفت: لباس‌هایت را عوض کن و استراحت کن تا غذا آماده می‌شود.

لباسها را عوض کردم و لم دادم و چشمهایم را بستم. وقتی فهمیدم هنگام اذان عصر شده رفتم آشپزخانه و از همسرم پرسیدم: برامون چی آماده کردی؟

همسرم جوابی نداد. دو بار و سه بار تکرار کردم. باز هم جواب نداد. خیلی عصبانی شدم و متعجب بودم که چرا جوابی نمی‌دهد؟!

پسرم به آشپزخانه آمد. گفتم یک لیوان آب برایم بیاور. او هم جوابی نداد. خیلی عجیب بود. پسرم نمونه یک پسر خوب بود ولی چرا چنین می‌کرد، نمی‌دانستم!

خواستم از آشپزخانه بیایم بیرون، همسرم گفت: پسرم برو پدرت را از خواب بیدار کن، بیاید غذایش رو بخورد. پسرم به طرف اتاقم رفت... با صدای بلند گفتم: کجا می‌روی من اینجا هستم!

بعد از دو دقیقه پسرم برگشت و گفت:

مامان! دوسه بار صدایش زدم ولی بیدار نمی‌شود. تکانش هم دادم ولی بیدار نشد.

همسرم با عجله به طرف اتاقم رفت، من هم دنبالش رفتم. سعی می‌کردند یک نفر را از خواب بیدار کنند که لباسهایش مثل لباسهای من بود. خیلی هم شبیه من بود. بعد از چند دقیقه صدای گریه بلند شد. همه گریه میکردند. خدایا این مرد کیست؟ چرا کسی صدای من را نمی‌شنود؟ چرا کسی من را نمی‌بیند؟!

پسرم بیرون رفت و بعد از چند دقیقه در حالی که پدر و مادر و برادرانم همراهش بودند، برگشت. مادرم آن مرد خوابیده را در آغوش گرفته بود و دایم گریه می‌کرد. رفتم جلو ولی سودی نداشت. پدرم روی کرسی نشسته بود و بلند گریه میکرد. برادرم و چند نفر دیگر آن شخص را شستند و کفنش کردند و بردند به مسجد که بالا سرش نماز بخوانند. همسایه‌ها دوستان و فامیل‌ها همه‌شان آماده بودند و شروع کردند به نماز خواندن... من هم فریاد می‌زدم: ای داد، نماز بالای سر چه کسی می‌خوانید؟! من زنده‌ام... چرا من را نمی‌بینید؟ چرا حرفهایم را نمی‌شنوید!

ولشان کردم تا نمازشان را تمام کنند. در تابوت را برداشتم و

کفن را از روی صورت مُرده کناری زدم. مُرده، لبخندی زد و گفت: من دیگر وقتم تمام شد. بعد از این، نوبت توست و نوبت من تمام شد. تو ابدی خواهی بود. چهل سال است که باتو هستم ولی امروز من را زیر خاک می‌برند و تو هم بطرف محاکمه برده می‌شوی...

می‌خواستم صحبتی بکنم ولی نمی‌توانستم. می‌خواستم تکان بخورم، نمیتوانستم. بعد صدای روحانی مجلس را شنیدم که داشت حرف می‌زد.

روی تنم خاک ریختند و رفتند. تنها ماندم و دیگر فهمیدم که آخر کار است؛ اما نه، ای وای بر من، این تازه اولش بود و من یادم آمد چند تا قرض هست که پسرشان نداده‌ام! کارهای زیادی بود که گفته بودم فعلاً زود است و هنوز انجامشان نداده بودم... می‌خواستم دست از کارهای بدم بردارم ولی هنوز دست برنداشته بودم...

به یکباره صدای پای دو نفر را شنیدم و با خودم زمزمه کردم: ای داد و بیداد! محاکمه شروع شد، نکیر و منکری که در موردش حرف می‌زدند، آمدند! خدایا من را برگردان به دنیا... خدایا من را برگردان تا کارهای درست انجام بدهم...!

در این لحظه صدایی شنیدم: نخیر... نخیر... نخیر... خیلی ناراحت شدم و همانطور مانده بودم تا اینکه صدایی نرم و گرم صدایم زد: بابا بابا، بلند شو غذا حاضره... چشمهایم را باز کردم. دختر خوشگل و خوشروی من بود. بوسش کردم. گفت: بابا غذا داره سرد میشه... سراپای بدنم عرق کرده بود و خیلی خسته بودم. آهسته بلند شدم و با خودم گفتم:

بیا، اینهم برگشتن... بینم از این به بعد چه میکنی و چه چیزی را جلو می‌اندازی؟ باید همه‌ش خوبی کنی... تو که هرگز نمیدانی کی میمیری، روزی میاید که فرصت عمرت تمام خواهد شد...

خیلی ممنونم از خداوندی که یک مهلت دیگر به من داد و این آخرین نفسهایم نبود و من فرصتی دیگر برای زندگی یافته‌ام... یک فرصت دیگر برای نیکی و پاکی... یک بهار دیگر برای رویش و شکوفایی و زیبایی... یک فرصت دیگر برای اینکه با مهربانی و عشق، به دیگران هم فرصت خوشبختی و شادی بدهم.



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 ۲۰ میلیون تومان است که نزدیک به یک سوم 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)، مهندس علی کافی (خزانه دار) دکتر زهرا حجت (مدیرعامل) و آقایان مهندس حمید طیبی حسین محمودی خراسانی و دکتر عباس یوسفی 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.

في عتبة السماء نظرة على تاريخ همدم؛ من الماضي إلى الحاضر

مؤسسة همدم الخيرية للتأهيل

تأسست مؤسسة همدم الخيرية للتأهيل في مدينة مشهد منذ عام ١٩٨٢م (١٣٦١هـ.ش)، وهي تُعنى بتأهيل وتعليم ورعاية الفتيات اليتيمات أو فاقدرات الرعاية الكافية من ذوي الإعاقة الذهنية.

منذ عام ٢٠٠٤م (١٣٨٣هـ.ش)، أصبحت إدارة المؤسسة تتم من خلال مجلس أمناء وبدعم من المحسنين، وتُدار بشكل مستقل تماماً عن منظمة الرعاية الاجتماعية، وتعمل في ثلاثة مبانٍ منفصلة. حالياً، تتجاوز تكلفة رعاية وتأهيل كل فتاة في المؤسسة شهرياً ٢٠ مليون تومان، يتم تغطية نحو ثلث هذه النفقات من الإعانات الحكومية، بينما يُموّل الباقي من تبرعات الناس.

يتكوّن مجلس إدارة المؤسسة من سبعة أعضاء رئيسيين، وهم:

• الحاج أكبر صابري فر (رئيس مجلس الإدارة)

• علي أكبر علي زاده قناد (نائب الرئيس)

• المهندس علي كافي (أمين الصندوق)

• الدكتورة زهرا حجة (المديرة التنفيذية)

• المهندس حميد طيبي، حسين محمودي خراساني، الدكتور عباس يوسف وجعفر شيرازنيا هم الأعضاء الآخرون في مجلس الإدارة.

يعيش حوالي ٣٥٠ مستفيدة في أقسام مختلفة من المؤسسة بشكل دائم وهناك ما يقارب ٥٠ فتاة أخريات يستفدن من الخدمات التعليمية والتأهيلية بشكل يومي.

تُعد مؤسسة همدم مركزاً شاملاً للتأهيل، وتضم خمسة أقسام مستقلة:

١. القسم النهاري: حوالي ٥٠ فتاة يتلقين خدمات تعليمية وتأهيلية يومياً.

٢. قسم الإعاقة الذهنية العميقة: يضم حوالي ٧٠ فتاة بمعدل ذكاء يقارب ٢٥.

٣. قسم القابلات للتدريب (الإعاقة المتوسطة): يضم حوالي ١٢٥ فتاة بمعدل ذكاء بين ٢٥ و ٤٥.

٤. قسم القابلات للتعليم (الإعاقة الخفيفة): حوالي ١٢٥ فتاة بمعدل ذكاء بين ٤٥ و ٧٥.

٥. البيت الصغير (الملجأ): يضم ٢٠ فتاة بمعدل ذكاء ٧٠ فما فوق.

وكما هو واضح، تقوم المؤسسة برعاية حوالي ٤٠٠ فتاة من ذوي الإعاقة الذهنية حيث تتطلب معيشتهم وتعليمهم وتأهيلهم إدارة حكيمة ودعماً مستمراً من أهل الخير. ونحمد الله على استمرار عنايته ورحمته، وعلى محبة وتعاون المحسنين لهذه الأرواح البريئة. نسأل الله دوام هذه العناية وزوال جميع المصائب.

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



- Ali Akbar Alizadeh Ghanad (Vice Chairman)
- Engineer Ali Kafi (Treasurer)
- Dr. Zahra Hojjat (Managing Director)
- Engineer Hamid Taebi, Hossein Mahmoudi Khorasani, Dr. Abbas Yousefi, and Jafar Shirazinia are also members of the board.

Around 350 residents live full-time across various departments, and nearly 50 others benefit from the institute's educational and rehabilitation services on a daily basis.

Hamdam is a comprehensive rehabilitation center comprising five distinct departments:

1. Daycare Unit: Around 50 individuals receive educational and rehabilitation services daily.
2. Severe Intellectual Disability Unit: Approximately 70 girls with an IQ around 25 live in this section.
3. Trainable Unit (Moderate Intellectual Disability): Around 125 residents with IQs between 25 and 45.
4. Educable Unit (Mild Intellectual Disability): Approximately 125 girls with IQs between 45 and 75 are cared for here.
5. Sheltered Small Home Unit: This section houses 20 girls with IQs of 70 and above.

As shown, the Hamdam Institute provides full-time care for about 400 intellectually disabled girls, whose livelihood, education, and rehabilitation require diligent management and ongoing charitable support. We thank God that, just as He continues to extend His grace, the kindness and generosity of compassionate individuals are always with these innocent and vulnerable children. We pray for the continuation of this support and the resolution of all hardships.



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

Hamdam Rehabilitation Charity Institute has been active in the city of Mashhad since 1982 (1361 in the Iranian calendar), focusing on the care, rehabilitation, and education of orphaned or effectively orphaned girls with intellectual disabilities.

Since 2004 (1383), the institute has been managed under a board of trustees, supported by philanthropists, and operates independently of the State Welfare Organization across three separate buildings. Currently, the monthly cost of care and rehabilitation for each child exceeds 200 million rials (20 million tomans), of which nearly one-third is covered by subsidies from the Welfare Organization, while the remainder is funded through public donations.

The board of directors consists of seven main members:

- Haj Akbar Saberifar (Chairman of the Board)

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 Managment System



**موسسه خیریه همدم
نشان ملی نیکوکاری ایران را دریافت کرد.**

موفقیت همدم و ۲۳ خیریه‌ی دیگر، در میان ۱۹۹۸ خیریه سراسر کشور و ۳۵۴ خیریه خراسانی، حاصل شد.

You are our friends
any where in the world





ISO 9001:2015
Quality Management System



مؤسسه خیریه توانبخشی همدم - فتح المبين



همدم
توانبخشی

مشهد - خیام شمالی - عبدالعظیم ۵۸ • تلفن: ۳۷۱۲۱۱۱-۱۴ - ۰۵۱ • روابط عمومی: ۳۷۱۲۱۲۱

پاسخگوی شبانه روزی: ۰۹۳۵۱۲۵۶۲۶۲ • مشارکت آنلاین: www.Hamdham.org

ملی کارت: ۸۸۸۸ ۶۰۸۸ ۹۹۸۱ ۶۰۳۷ • ملی شبا: ۰۹ ۴۵۹۰ ۶۰۹۱ ۰۰۱۰ ۰۰۰۰ ۰۱۷۰ • IR ۵۷



[@hamdamcharity](https://t.me/hamdamcharity) •
 
[@art_hamdham](https://www.instagram.com/art_hamdham)

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