

# شهر

فصلنامه فرهنگی، هنری، آموزشی، اطلاع‌رسانی  
موسسه خیریه توانبخشی همدم - فتح المبین  
ویژه بهار ۱۳۹۵



سال هزار و سیصد نود و همدم مبارک

# ۱۳۹۵



لست بجز آن صبار  
نشته گریه تو که صدام

لست بجز آن غمناک  
دمی از تو که گزیدم

لست بجز آن که در کعبه  
توسعت لعل جان

حاکم آن زمان  
بنما که که صدام بکام

# شهر

فصلنامه فرهنگی، هنری، آموزشی، اطلاع رسانی  
موسسه خیریه توانبخشی همدم - فتح المبین  
ویژه بهار ۱۳۹۵



صاحب امتیاز: موسسه خیریه توانبخشی همدم - فتح المبین

مدیر مسؤول: دکتر زهرا حجت  
مسؤول شورای سیاست گذاری: جعفر شیرازی نیا  
سر دبیر: علی ناصری

همکاران این شماره:

پدرام ابراهیمی، سامان فیروزی  
هدیه سادات میر مرتضوی، علیرضا کاردار، فرانک باباپور  
محمد رضا ترکی، محمد رضا ناصری، مرضیه زیدانلو  
مژگان همایونی، امیر حسین خوشحال، سید حسین عمادی

ویراستار: علیرضا سپاهی لائین  
مترجم: مریم توفیقی

گرافیک و صفحه آرایی: سید ایمان سجادی  
نظارت چاپ: اعظم منعمی زاده  
تصویرگران: سارا نوروز کرمانشاهی، زهره اقطاعی  
محسن ایزدی، سعید مرادی  
خوشنویس: پیمان قاسمی

عکس: کامران رحمتیان، مهراں کریمان، سعید احمدی  
سعید حسین زاده، وحید بیات، اعظم منعمی زاده  
آتلیه سرخ و آرشبو روابط عمومی

لیتوگرافی: دیجیتال گویا اسکندر  
چاپ: مجتمع چاپ و نشر قدس



طرح جلد  
ایده: علی ناصری  
اجرا: زهره اقطاعی

۳ از بهارش پیداست... | سخن مدیر مسؤول

۵ مامان سبز و بابای آبی... | یادداشت سردبیر

۶ باشعر، مهربانی | گفت و گویا خیرین  
گفتگوی بهاری، بایک شاعر و روزنامه نگار حامی همدم:

۹ نگاهی به سالی که بر ما گذشت...  
خلاصه‌ی خبرها و رویدادهای موسسه‌ی همدم در سال ۹۴

۱۸ یک روز، پرواز خواهیم کرد!  
گزارشی از نمایشگاه نقاشی دختران همدم در آخرین روزهای پاییز

۲۲ گزارش توپ  
از دوروی یک سکه‌ی ورزشی!

۲۸ هدیه‌های رسیده  
آیا نسیم بهاری بیدارمان می کند؟!

۳۰ که گل تاهفته‌ی دیگر نباشد...  
برخورد شاعران سبک خراسانی و عراقی با بهار و کیفیت تصویرسازی از آن

۳۲ انگار بهار آمده باشد!  
بهار در شعر شاعران ایران

۳۸ طنزهای بهاری

۴۰ چند بار ببوسیم؛ دوبار یاسه بار؟  
توصیه‌های مهم و راهبردی نوروزی!

۴۴ یکی پیکان، یکی خاور پسندد!  
چند راه میان‌بر برای مقابله با جاقی

۴۵ افسوس کتابخانه‌ها کم شده‌اند!

۴۶ مراهبه نام کوچکم صدان زن!

۴۸ بنده خدا، چُگه‌ود!

۵۰ غرنزن، بالام جان!

۵۱ همدم و هم نفس و مونس و غمخواری هست؟

۵۲ افلاس ما و مال تو انگر بود مدام | معرفی کتاب

۵۴ زنی رامی شناسم من...

۵۶ این خانه در یک نگاه

## از بهارش پیداست...



بهار ۹۵

۳



دکتر زهرا حاجت

پایان یک سال خورشیدی و رسیدن به سرآغازی دیگر، فارغ از اینکه در چه حال و هوایی باشیم، از دیرباز برای ما ایرانیان خاطره انگیز و الهام بخش بوده است. نوروز، شاید تنها نقطه‌ی عطفی است که دارا و ندار را از طریق تازه شدن، انگیزه‌ی یکی شدن می‌دهد و با یادآوری اینکه همواره نقطه‌ی آغازی هست، به همگان نیروی شروعی دوباره می‌بخشد.

بهار، رنگ‌های زیادی با خودش می‌آورد. رنگ‌هایی که در سبزه‌ها و شکوفه‌هاست، رنگ‌هایی که در لباس‌های نو و دید و باز دیده‌هاست و رنگ‌هایی که در دلهاست و با چشم دیده نمی‌شوند اما به روز و روزگار مردم رونق و برکت می‌بخشند. وقتی بهار شکوفه بر تن درختان این موسسه می‌پوشاند، دست‌هایی پاک بر لب و دل دختران این خانه، شکوفه‌های لبخند و شادی می‌نشانند که همه به رنگ مهربانی هستند. خوب یابد بودن سال نو به خود ما بستگی دارد، این که چقدر بهاری بمانیم و دست‌هایمان عطر کاشتن گل‌های مهربانی بدهد.

بر این باوریم حضورتان در موسسه‌ی همدم، زیباترین شروع تحول برای شما و دختران این خانه است. حلول سال ۹۵ می‌تواند، به این تحول، جلالت بدهد. امیدواریم امسال برای همه سرشار از برکت و امید باشد. ... سالی که نیکوست از بهارش پیداست.





## مامان سبز و بابای آبی...

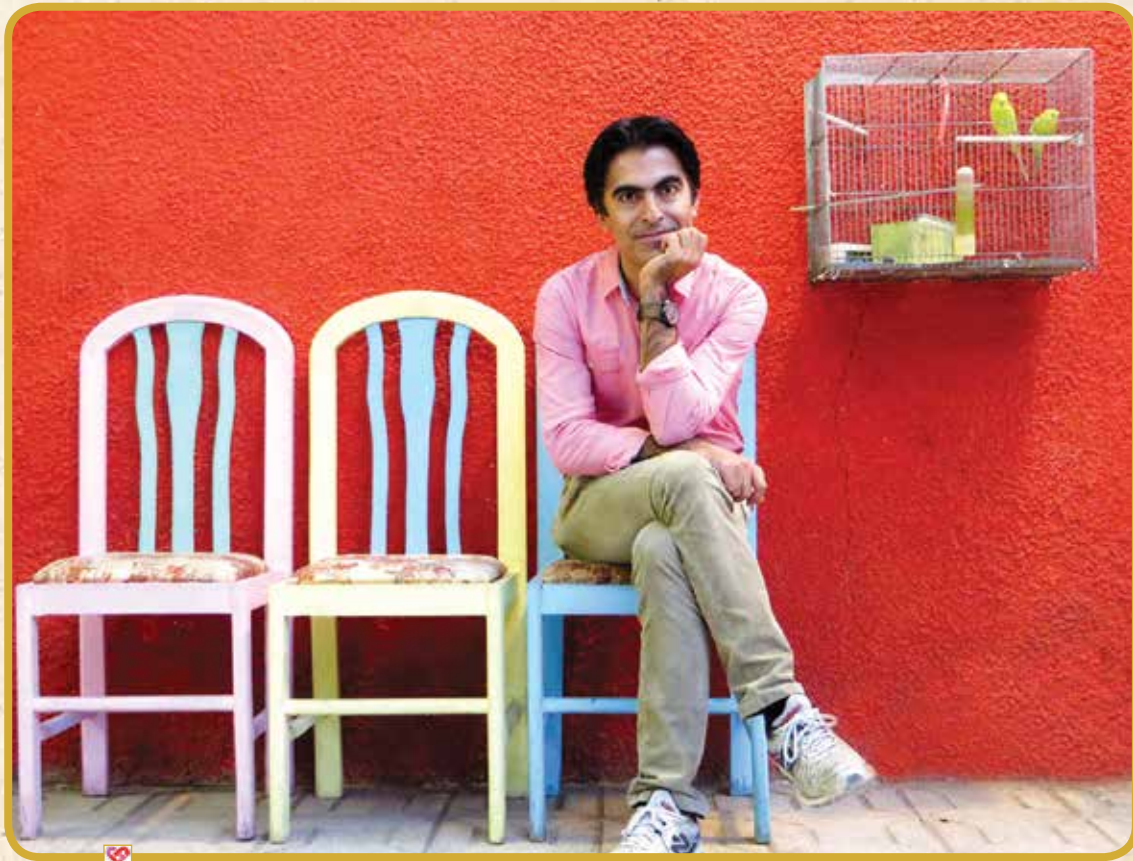
اینم تنگ ماهی مون...  
خب دیگه، حالا یه سفره ی هفت سینم داریم.  
مریم و نرگس و دخترارفتن خونه، ولی من اینجا موندم.  
آخه مهمون دارم.  
اومدن که سال نورو دور هم باشیم، قراره سیزده به در هم بریم یه جای خوب!  
یه جایی که پر از خوشحالیه: تاب، سرسره، پاستیل، پفک، بستنی...  
چیزای خواستنی...  
پارسال هم اومدن، ولی زود پاره شدن، گمشون کردم. نمیدونم کاغذش کجا افتاد! شایدم بچه ها برش داشتن.  
اینجا ولی جاشون امنه. بالا سر تخت خودم. مواظب شون هستم.  
هر جا هم که برم باز برمیگردم همین جا. تنهاشون نمیزارم.  
دلیم میخاد باهاشون عکس یادگاری بگیرم. خودم دیدم بعضیا عکس یادگاری دارن! تازه قابشم کردن!  
آخ گفتم قاب! کاش یه قاب عکس داشتیم. کاش یکی واسه ام...  
از کجا میشه یه قاب عکس خرید؟



بهار ۹۵

۵





## باشعر، مهربانی

گفتگوی بهاری، با یک شاعر و روزنامه‌نگار حامی همدم؛

برای خوبی کردن نیاز به کیسه‌های پر از سکه‌ی طلا (حساب‌های بانکی همیشه‌پر) ندارید، قلبی از طلا کافی است. به این خاطر به این مطلب اشاره کردیم چون خیلی‌ها در هنگام روبرو شدن با موسسات خیریه آرزو می‌کنند زودتر وضع مالی‌شان خیلی خوب شود تا بتوانند با خیال راحت سری به این جور جاها بزنند. اما همدم دوستان مهربانی دارد که با حمایت معنوی خودشان، قدم‌های بزرگی در جهت معرفی موسسه برداشته و حضورشان بوی بهار می‌دهد. در این فرصت، با یکی از این عزیزان آشنا شده و گپی دوستانه می‌زنیم:

### عباسعلی سپاهی یونسی شاعر کودک و نوجوان و روزنامه‌نگار

زندگی ادبی‌اش نگاهی انداخت؛ او در حال حاضر به‌عنوان یکی از بهترین شاعران کودک و نوجوان کشور مشغول فعالیت و آثارش مورد توجه مخاطبان و علاقه‌مندان به ادبیات کودک و نوجوان است.

سپاهی یونسی، تا کنون چاپ بیش از ۴۰ مجموعه‌ی شعر در سه مقطع خردسال، کودک و نوجوان از جمله؛ کتابهای: صبح و سیب (مجموعه شعر نوجوان، برگزیده جشنواره کتاب سال کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان)، یاد لبخندهایتان هستم (مجموعه شعر نوجوان، برگزیده جشنواره کتاب سال مجلات پوپک و سلام بچه‌ها)،

عباسعلی سپاهی یونسی، اگر چه متولد سال ۱۳۵۴ در روستای یونسی از توابع شهرستان گناباد- خراسان رضوی است اما برای معرفی یک شاعر قبل از هر چیز باید به آثار و



قرآن داشت و پدرم هم بی سواد بود و برای همین تنها و تنها در آن روزگار برای دلم بود که می‌نوشتم و از آنجا که دلم به سمت شعر کشش داشت، باعث می‌شد که دامن شعر را رها نکنم و او را جزیبی از خودم بدانم».

### ♥ توجه به کودک و نوجوان در شعر و ادبیات فارسی از چه زمانی شروع شد؟

«خب در ادبیات گذشته‌ی ما چیزهای اندکی در دیوان شاعران بزرگ برای کودکان پیدا می‌شود و در همان اندک هم سعی بر این بوده‌است که با شعر، کودکان را تربیت کنند و این که چرا در دیوان شاعران بزرگ ما شعر برای کودکان نیست شاید به خاطر این بود که کودکان به رسمیت شناخته نمی‌شدند و اصولاً برای شاعران بزرگ کسر شان بود که برای کودکان هم شعر بگویند. اگر گاه چیزی هم پیدا می‌شود بیشتر در فضای ادبیات شفاهی ماست. اما در دوره‌ی جدید یعنی از مشروطه به بعد، افرادی سراغ سرودن برای بچه‌ها رفتند که بعضی از آنها شهره به شعر بزرگسال خود هستند از جمله ایرج میرزا، نسیم شمال، علی‌اکبر دهخدا. بعدها که پیش‌تر می‌آییم و به افرادی چون نیما یوشیج، پروین دولت‌آبادی و... می‌رسیم و بعدها به شاعری چون محمود کیانوش می‌رسیم که به لذت بخشی و تخیل در شعر کودک اهمیت می‌دهد و شعر دیگر تنها برای نصیحت و آموزش نیست».

### ♥ خودتان چقدر کودک و نوجوانید؟

«شاید باورش سخت باشد اما خیلی وقت‌ها فکر می‌کنم من از دبیرستان جلوتر نیامده‌ام و خیلی وقت‌ها خودم را یک دانش‌آموز دبیرستانی احساس می‌کنم که دلش برای شیطنت کردن آن سالها تنگ می‌شود».

### ♥ راضی کردن بچه‌ها با شعر کار ساده‌ای است؟

«اصلاً کار ساده‌ای نیست. بچه‌های امروز هم کم حوصله اند و هم سرگرمی‌های فراوانی دارند که شعر من و دیگر دوستان شاعران باید با آنها ارتباط برقرار کند تا در فکر و ذهن و دل بچه‌ها جایی برای خودشان باز کنند. اگر خودستایی نباشد فکر می‌کنم تا حدودی در این کار موفق بوده‌ام و این را از استقبال همین بچه‌ها برداشت کرده‌ام».

### ♥ اگر شاعر کودک و نوجوان نمی‌شدید، چکاره می‌شدید؟

«اگر شاعر کودک نمی‌شدم دوست داشتم تصویرگر کتابهای کودک و نوجوان باشم یکی از لذت‌هایم نگاه کردن به آثار تصویرگری است و البته از این که بگذریم دوست داشتم هر چه باشد ربطی به هنر و ادبیات داشته باشد. این چیزها آرامم می‌کند و فکر می‌کنم اگر طبیعت و شعر و موسیقی نبود دنیا جای خوبی برای زندگی نبود».

### ♥ از بهار آن سالها و روستا برایمان تعریف کنید؟

«بهار که می‌رسد دلم یاد کودکی‌هایم می‌کند یاد همان



جبهه در یک آلبوم (نشر بنیاد پژوهش‌های آستان قدس و برگزیده جشنواره کتاب سال دفاع مقدس) و شاید همین اطراف باشد (کاندیدای جایزه کتاب سال جمهوری اسلامی ایران) را در کارنامه‌ی خود دارد.

عناوین برخی از کتاب‌های دیگر او عبارتند از: «راه رفتن زیر باران»، «طفلکی آقای سیر»، «آنی مانی»، «خسته نباشی خدا جان»، «شب که همیشه کلاغان...» و...

علاوه بر این، مسئولیت صفحه‌ی کودک روزنامه‌ی قدس از ۱۰ سال قبل تا دی ماه ۱۳۹۴ بر عهده‌ی سپاهی یونسی بوده‌است.

مدیر جلسه شعر و قصه کودک و نوجوان حوزه هنری خراسان در ۳ دوره و تا کنون. مدیر جلسه شعر و قصه کودک و نوجوان ارشاد اسلامی مشهد به مدت ۲ سال.

مدیر جلسه شعر و قصه کودک و نوجوان فرهنگسرای کودک و آینده‌شهرداری مشهد در سالهای ۹۰ و ۹۱، دبیر بخش شعر ماهنامه «باران» در قم، داور برخی از جشنواره‌ها از جمله کتاب سال کودک رضوی، جشنواره طلای سیاه، جشنواره شعر رضوی بخش کودک و... کارشناس ارزیابی کتابهای کودک در بنیاد شهید خراسان رضوی و بنیاد حفظ و نشر ارزشهای دفاع مقدس خراسان رضوی. او یکی از دوسردبیری ماهنامه‌ی «شهروند کوچولو» وابسته به شهرداری مشهد را نیز از سال ۹۳ تا زمان تعطیلی ماهنامه تجربه کرده و آخرین اثر چاپ شده‌ی او مجموعه شعر نوجوان «نه نخ شدم، نه خرس» در انتشارات کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان است.

### ♥ اولین شعری که گفتید؟

«اولین شعرم را به یاد ندارم اما وقتی نوشتمش که کلاس چهارم ابتدایی بودم. البته لازم نیست بگویم که هیچکس تحویل نگرفت. شاید به این علت که تا آن روزگار در زادگاهم کسی ادعای شاعری نکرده بود و از طرفی زنده یاد مادرم فقط سواد خواندن



رفت و حرف زد با او  
از خودش از این عالم  
از عذاب تنهایی  
از سکوت‌ها از غم

## کلاغ مستاجر

♥ عباسعلی سپاهی یونسی

در محله ما باز  
شنبه شب عروسی بود  
روی شاخه‌های کاج  
باز دیده بوسی بود

خانه حیف کوچک بود  
یک اتاق تنها داشت  
خانه کلاغ خوب  
یک نفر فقط جا داشت

می زد از طلوع صبح  
روز و شب به هر جا سر  
هفته‌ها به دنبال  
خانه‌ای مناسب تر

عاقبت پس از یک ماه  
خانه‌ای مناسب دید  
غصه از دلش پر زد  
بعد از آن کمی خندید

با عیال مربوطه  
از محله ما رفت  
حیف شد که همسایه  
خسته شد، از اینجا رفت!

یک کلاغ مستاجر  
در محله ما بود  
خانه‌اش همین نزدیک  
روی کاج زیبا بود

رهن کرده بود آن را  
سال قبل از یک زاغ  
زاغ خانه‌ای بهتر  
دیده بود در یک باغ

یک نفر فقط می شد  
زندگی کند در آن  
خانه در زمستانها  
خیس می شد از باران

بال می زد و می رفت  
صبح زود از خانه  
صبح زود یعنی باز  
جستجوی صبحانه

روی شاخه‌ای یک روز  
یک کلاغ خانم دید  
در نگاه او شادی  
در نوکش تبسم دید

روزهایی که منتظر بودیم تا دایی ام از تهران برگردد و سری به خانه ما هم بزند و بعد کیف کنیم که دایی از تهران آمده است. یاد سکه‌های عید می‌افتم که منتظر بودم تا از این یکی و آن یکی بگیرم و بعد بتوانم با آنها برای خودم خوراکی‌های خوش مزه بخرم و باز هم کیف کنم. عید هم همه‌اش خاطره بود خاطراتی که حالا با یادشان زندگی می‌کنم.»

## ♥ چطور با همدم آشنا شدید؟

«آشنایی من با همدم به چند سال قبل بر می‌گردد به زمانی که به‌طور اتفاقی از طرف روزنامه مامور شده بودم تا یکی از خبرهای موسسه را پوشش بدهم. پوشش آن خبر باعث شد احساس خوبی نسبت به همدم پیدا کنم و با این که من در این سالها، اخباری از دیگر مراکز خیریه مشهد را هم پوشش داده‌ام اما در این بین، شدم یکی از دوستان همدم و حالا هر از گاهی ناگهان خودم را در بین لبخندها و دل‌تنگی‌ها دختران همدم می‌بینم. دخترانی که با آنها بودن یعنی گرفتن یک دنیا انرژی مثبت.»

## ♥ خاطره‌ای از این آشنایی دارید؟

«به نظرم همه لحظاتی که آدم در همدم تنفس می‌کند خاطره است. همدم جایی است که در آن با آدم‌های مختلفی روبرو شده‌ام از کارگردان‌ها و هنرمندان مشهوری همچون استاد حسین علیزاده و میرباقری گرفته تا مجید مجیدی و... البته آدم‌های معمولی که گاهی می‌بینی با یکی از دختران همدم روی نیمکتی نشسته‌اند و دارند حرف می‌زنند و تو فکر می‌دانی لابد زهرا، مریم، زینب و... دارند از دل‌تنگی‌هایشان می‌گویند.»

## ♥ باوری یک روزنامه‌نگار شاعر؛

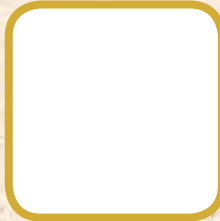
آقای سپاهی مدت هاست با قلم زیبایش در انعکاس خبرها و اتفاقات موسسه همدم در روزنامه قدس همراه و حامی دختران موسسه است و قبلا هم از شعرهایش در مجله همدم چاپ شده. پایان گفتگوی مان شعر دیگری از اوست.



شهر ۹۵ بهار

# نگاهی به سالی که بر ما گذشت...

خلاصه‌ی خبرها و رویدادهای موسسه‌ی همدم در سال ۹۴





### روز مادر و پدر

دختران همدم این روزهای عزیز را جشن گرفتند تا به همه‌ی آنها که از مدیر و مربی و خیر، دست مهر مادری و پدری بر سرشان می‌کشند تبریک بگویند و نشان دهند که صمیمانه دوستشان دارند.



### شام شب سال نو

یک سال پیش، درست همین وقت‌ها، گروهی از دختران همدم، شام شب سال نویشان را در میان مردم شهر خور دند؛ سبزی پلو با ماهی نبود اما هر چه بود برای همیشه طعم آن شام زیر دندانشان ماند.

شهر  
پارس ۹۵  
۱۰



### سمت خدا

مجری مهربان برنامه‌ی سمت خدا، آقای نجم‌الدین شریعتی به دیدن دختران همدم آمد و از نزدیک لمس کرد که تمام دل‌های مهربان به سمت خداست.



### ♥ همسران هیئت دولت

زیارتشان را با آمدن به موسسه‌ی همدم کامل کردند؛ همسران محترم اعضای هیئت دولت در سفرشان به مشهد میهمان همدم شدند، به مهربانی.



### ♥ بازیگر

محسن افشانی، هنرمند مهربان و خوب سیئما و تلویزیون در کنار همدم.



بهار ۹۵



### ♥ راديو همدم

صدای خنده‌ها و حرف‌های دختران همدم در فضای مجازی و در رادیوی همدم پیچید، وقتی راديو همدم افتتاح شد.



### ♥ قصه‌های امیر علی

بودن امیر علی (نویسنده داستان‌های جذاب قصه‌های امیر علی) در کنار دختران همدم هم یکی از اتفاقات خوب سال ۹۴ بود.



### ♥ دوبازیگر

نفیسه روشن و روناک یونسی، با مهربانی همدم دختران این خانه شدند.



### ♥ سومین اکسپوی عکس همدم

دوستان عکاس و هنرمند آثارشان را در سومین نمایشگاه عکس، به نفع دختران همدم به نمایش گذاشتند.



### ♥ روز خبرنگار در همدم ♥

دختران همدم که دوستان عزیز و در رسانه‌های جمعی دارند، همزمان با روز خبرنگار به دیدن دوستانشان در روزنامه‌ی قدس، خراسان و دیگر خبرنگاران نیک‌اندیش رفتند تا قدر دران مهرشان باشند.



### ♥ رئیس بهزیستی کشور و هیئت همراه در همدم ♥

معاون وزیر و رئیس سازمان بهزیستی کل کشور دکتر انوشیروان محسنی بندپی و قائم مقام و مدیر کل دفتر ریاست بهزیستی دکتر پهبند پور شبانان در جمع دختران همدم شاهد مهربانی و شور زندگی بودند.



شماره ۹۵

۱۱۲



### ♥ فطره ♥

مردم روزه‌دار پایان یک ماه روزه‌داریشان را با تقسیم فطره و کفاره‌شان با زندگی دختران همدم جشن گرفتند.



### ♥ روزی برای چهار صد دختر ♥

دختران همدم هم، روز دختر را جشن گرفتند تا یادشان نرود که زندگی برای بقای زیبایی هایش به آنها نیاز دارد.



### ♥ عیدی که قربان صفا ♥

#### و مهرتان هستیم

در کنار جشن‌های عید قربان، مردم با اهدای نذورات و گوشت قربانی نشان دادند که در تمام لحظات زندگی‌شان به یاد دختران همدم هستند.



### ♥ حرف‌های خصوصی ♥

در نمایشگاه هنر ترکیبی که به همت محمد صادق دهقانی و دوستان عکاس موسسه؛ شادی آفرین آرش، الهام برادران، علی حسینیان، شیوا خادمی، سمیرا غفاریان قالیباف، صادق سوری و فرشته کاملان در گالری جهاد دانشگاهی برگزار شد، مردم در ارتباطی نزدیک، با لحظات خاص زندگی دختران همدم آشنا شدند.



### شب خیلی با ارزش

تجربه‌ی شب‌های قدر ماه رمضان سال ۹۴ در مراسم ویژه و در کنار دختران همدم و آمین‌های زلالشان، حس دیگری داشت.



### کارگردانان و هنرمندان

#### مطرح سینمادر همدم

با مهربانی سیدرضا میرکریمی، عزیزانی چون مجید مجیدی، کمال تبریزی، کامبوزیا پرتوی، برزیده و خیلی دیگر از کارگردانان و هنرمندان سینما به دیدن زیبایی و هنر دختران همدم آمدند.



### وزیر رفاه در همدم

دکتر علی ربیعی، وزیر تعاون کار و رفاه اجتماعی در ماه مهمانی خدا میهمان دختران همدم شد و لحظاتی آسمانی را در کنارشان سپری کرد.



### نگارخانه‌ی شفاخانه

در یکی از داروخانه‌های سطح شهر نمایشگاهی از عکس‌های گرفته شده توسط دختران هنرمند همدم و عکس‌هایی از عکاسان مطرح برگزار شد. داروخانه‌ی دکتر جلالیان مدت هاست میزبان آثار هنری مختلف است.



### ولادت امام مهربانی و جشن همدمی‌ها

خیلی از دخترهای موسسه که دخترهای امام رضا نامیده می‌شوند چون در حرم پیدایشان کرده‌اند، میلاد امام مهربانی را با همراهی گروه «زهرای علی» جشن گرفتند و برای برکت و شادی زندگی دعا کردند.



### سفری از مهر به چالوس

همه سفر را دوست دارند. و دختران همدم به مهربانی خیرین به سمت جاده‌های سبز شمال رفتند تا چالوس را تجربه کنند.



### چهارمین بازار چهی خیر و خرید

بازار چهی خیر و خرید همدم برای چهارمین سال متوالی به خیر و خوشی برگزار شد و علاوه بر غرفه‌های خوشمزه و هنری و دیدنی که داشت در این بازار چه شاهد حضور هنرمندان بزرگی مثل فاطمه معتمدآریا با اکران فیلم «بیچی سکوت نکرد» و نگار جواهریان با فیلم «قندون جهیزیه» با حضور کارگردان فیلم علی ملاقلی پور و دیگر هنرمندان بودیم. هنرمندان و ورزشکاران زیادی در این برنامه همراهان بودند که قدر دران مهرشان هستیم.





### دختران همدم

#### در جشن عموهای فیتیله‌ای

امسال هم وقتی صدای زنگ مدارس آغاز دهه‌ی مبارک فجر را خبر داد، دختران همدمی آماده شدند و در یک شب زیبا از دهه‌ی فجر، میهمان جشنی بیادماندنی با حضور عموهای فیتیله‌ای بودند.



### امنیت و آرامش

#### در کنار از جان گذشته‌ها

در هفته‌ی نیروی انتظامی دلاوران نیروی انتظامی از امیر و درجه‌دار گرفته تا دیگران به دیدن دختران همدم آمدند و با خودشان آرامش آوردند. دختران همدم هم با دسته‌های گل باز دیدشان را جواب دادند برای تبریک و تشکر از آنها.



### خدا حافظی و سلام به مدیر کل بهزیستی

در مراسمی که در تالار همدم برگزار شد از زحمات مدیر کل سابق بهزیستی استان (خانم دکتر شکیب) تقدیر و آقای دکتر پوریوسف به‌عنوان مدیر کل جدید سازمان بهزیستی استان خراسان رضوی معرفی شد.



### کیش و مات!

به مهربانی خیرین، باز هم دختران همدم به جریزه‌ی کیش پرواز و روزهای خوشی را در کنار آب و آفتاب و دلفین‌ها تجربه کردند. مشروح گزارش این سفر در همین ویژه‌نامه دیده می‌شود.



### یلدا، شب طولانی دوستی‌ها

طولانی‌ترین شب سال به خوشی گذشت برای دختران همدم که دوستانی روشن داشتند و شادی‌ها و جشن‌شان را به خانه‌ی همدم آورده بودند.



### روز جهانی معلولین!

در کنار تبریک این روز به همه‌ی معلولان، موسسه همدم با همکاری بنیاد ژنتیک یک کارگاه آموزشی رایگان برگزار کرد تا به خانواده‌ها در داشتن فرزندان سالم آگاهی‌های لازم را هدیه کند.



## ♥ نمایشگاه «آفریقا تا برزیل» و برگزاری مسابقه‌ی بزرگ فوتسال

همچنان که در این شماره به طور مشروح و مصور خواهید دید، با حضور و همکاری آقایان حسن کامرانی فر و خداداد عزیزی و بسیاری همراهان مهربان دیگر، یک نمایشگاه دیدنی از یادبودهای جناب کامرانی فر در نگارخانه همدم برگزار شد که در اختتامیه‌اش فوتبالیستها و هنرمندان بزرگی حضور داشتند و بعد هم با همدلی خداداد مسابقه‌ی بزرگ فوتسال ستاره‌ها برگزار و اتفاقی کم‌نظیر برای همدمی‌ها رقم زده شد.

## ♥ سومین جشنواره‌ی تئاتر معلولین کویر و توفیقات همدم

در جشنواره‌ی منطقه‌ای تئاتر کویر، دختران همدم با تئاتر صحنه‌ای «سه پنجره از شادی» (به کارگردانی زینب دهقانی) و نمایش عروسکی «ماه پریا» (به کارگردانی جواد غفوری منش) به روی صحنه رفتند و با عرضه‌ی استعداد خود در هنر نمایش، باعث شگفتی داوران و راهیابی به مرحله‌ی کشوری شدند.



## ♥ شبانه‌به‌صرف سیرک

صد نفر از دختران همدم مهمان سیرک کاردینالی شدند و هیجان و شادی و تنوع را در جشن شان تجربه کردند.



## سفری شیرین به سواحل شور

یادنگاری سفر فرزندان همدم به جزیره ی کیش

نمی شناسند یا به خاطر ندارند، اما بی تردید باور دارند که شادی این لحظه ها و خوشی خاطرات سفر به کیش را مدیون همت مردی هستند که برایش تابلوی ماندگار لبخند معصومانه ی فرزندان همدم، بسیار قیمتی و ماندگار. صبح شنبه، آخرین روز حضور در کیش را طبق قرار به بازدید از هتل داریوش گذراندیم. همزمان با بازگشت ما به هتل پانید، چرخش عقربه های ساعت روی دور تند افتاد و شمارش معکوس خداحافظی از کیش آغاز شد. ناهار را زودتر از موعد همیشه خوردیم. چمدان ها را بار مینی بوس می کنیم و فرودگاه کیش کجایی؟

هوایما خیز برداشت و جزیره ز پرپای مسافران کوچک و کوچکتر شد. جزیره ی کیش که تا ۵ روز پیش برای بسیاری از ما غریبه بود و حالا، چنان ماتمان کرده بود که برای ترک کردنش ماتم گرفته بودیم.

دوساعت پرواز، مارا در حالی از روی دشتهای وسیع و ابرهای انبوه به مشهد رساند که آسمان بارانی آبانماه، فرودگاه را برای مسافران همدم آب و جوارو کرده بود.

عطر باران و بوی افان و لبخند صمیمی همشهریانی که به استقبال مسافرانشان آمده بودند، حس و حال خاصی به فرودگاه می داد. سفر، هر قدر هم خاطره انگیز و لذت بخش باشد و کیش هر قدر هم گرم و دیدنی باشد، گرمای نفس های همشهریان مشهدی و مخصوصا همکاران ما در موسسه ی همدم دلچسب تر است.

در همان فرودگاه با خودم عهد کردم که به نیابت از همسفران، خانم دکتر حجت، آقای مهندس ادیبی و مخصوصا هیئت امنای خیریه ی همدم بنویسم که: آقای مادرشاهیان، از لطفی که به همکاران موسسه ی ما داشتید و دارید، خیلی خیلی ممنون و دستم یزاد. تنتان همیشه سلامت باد. بدرود.

روز سه شنبه پنجم آبانماه ۹۴ طنین اندازی خداحافظی کارکنان و نگاه مهربان دختران همدم بدرقه ی راه گروه ۲۵ نفره ی یاران و همکارانی شد که راهی فرودگاه شهید هاشمی نژاد مشهد بودند تا همسفر کیش شوند. جزیره ی کیش چشم به راه بود؛ با سواحل زلال و آبی و گرمش، با قایق های رنگارنگ تفریحی و ماهیگیری اش، با بازارهای پر و پیمان و وسوسه انگیزش، با خیابانهای خلوت و نخل های سایه گستر و کشتی یونانی و آثار باستانی و پدیده ی خراسانی اش، و... کیش با مردمان خون گرم و خوش لهجه اش، با انبوه هتل های ریز و درشت اش با هتل پانید جمع و جور و پرشورش و میزبانی مردی از جنس مهربانی که نامش آقای محمود مادرشاهیان است و هر چند برخی از ما میهمانانش، هنوز او را از نزدیک ندیده بودیم، اما دست پر مهرش همه جا احساس می شد و می دانستیم سفر ۵۰ نفر از توانجویان و کارکنان همدم در دو گروه ۲۵ نفره به کیش، از جمله الطاف و عنایاتی است که ایشان تدارک و تهیه اش را دیده است و راقم این سطور، به اتفاق گروه ۲۵ نفره ی همراه، تا نهم آبان و شنبه ی بعد و زمان برگشت به مشهد، برای نشستن بر این سفره ی لطف و محبت، خدا را شاکر بود.

دیدار با سواحل زلال جنوب و قدم زدن در امتداد ساحلی خلوت و باشکوه، بختی یگانه و فرصتی مغتنم بود؛ تماشای انواع قایقهای موتوری و بادبانی در کنار لنجهای تجاری و کشتی های تفریحی که پرچم سه رنگ ایران بر فراز شان می رقصد، به خلیج همیشه فارس، شکوهی شایسته بخشیده بود.

صبح پنجشنبه از ابتدای سفر به عنوان روز گشت و گذار در بازار کیش تعیین شده بود. نزدیک بودن هتل محل اقامتمان (پانید) به مرکز جزیره و بازار، کار آمد و شد به مراکز عمده ی خرید را ساده کرده بود.

راجع به پارک دولفین های کیش زیاد شنیده بودیم و در مجموع می دانستیم یکی از مهمترین جاذبه های گردشگری کیش به شمار می رود. باغ پرندگان این پارک جایی بود در فضایی نسبتا وسیع، برای نگهداری انواع پرندگان دریایی و جنگلی؛ طاووس ها، حواسیل ها، لک لک های بزرگ و کوچک، تمساح ها، مرغابی ها و...

شب، وقتی داخل مینی بوس دشتیم به سمت هتل برمی گشتیم و دخترکان همدم را می دیدیم که با چه شور و حرارت و هیجانی دارند از آنچه در پارک دولفین ها دیده اند برای مریبان و همراهان خود حرف می زنند، ناخود آگاه ذهنم پرکشید به سمت بانی سفر که بلیط گشت و گذار مسافران همدم در این پارک را هم خریده بود و با خودم فکر کردم اگر چه اغلب دختران و کارکنان همدم که در این سفر حاضرند ایشان را به درستی



# یک روز، پرواز خواهیم کرد!

گزارشی از نمایشگاه نقاشی دختران همدم در آخرین روزهای پاییز

هدیه سادات میر مرتضوی

سردبیر به روبرو اشاره می‌کند: «همین راه رو مستقیم برید. نگارخانه مشخصه. اوناهاش. می‌بینین؟ همون در شیشه‌ایه.» این‌ها را می‌گوید و خودش برای انجام کاری دور می‌شود. حالا من تنها هستم. میان ساختمان‌ها و درخت‌ها. در قطعه‌ای از باغ خدا که گلچینی از خوشبوترین غنچه‌هايش در آن جمع شده‌اند و من این شانس خوب را پیدا کرده‌ام که امروز برای تماشای هنرنامه‌ی صادقانه‌شان، در جمع‌شان باشم. چند قدم جلو می‌روم و بالاخره در شیشه‌ای را می‌بینم. تا پشت در می‌رسم یک نفر آن را برایم باز می‌کند و سلام و خوشامدمی گوید. نگاهش زلال و معصوم است و روی صورتش لبخندی بزرگ نقاشی شده است. مشخصه‌ی مشترک همه‌ی بچه‌های اینجا.

دارند تلاش می‌کنند و توسط ۴ مربی مهربان هفته‌ای ۳ جلسه آموزش می‌بینند تا امروز با تابلوهایشان اینجا باشند؛ زهرا، شیما، معصومه، حمیده، فریده، اختر و مهناز. اولین‌شان شیماست که خودش سراغم می‌آید. دستم را می‌کشد و با ذوق و شوق اعلام می‌کند او

شب یلدا را دوست دارم

پا که به نمایشگاه می‌گذارم یکی یکی جلو می‌آیند. دخترهای نقاش موسسه. همان‌ها که مدت یک ماه است



زیادی انجام می‌دهد. یکی از دخترها وسط حرفش می‌پرد: «خانم! تا حالا کارهایش رو چند نفر خریدند. از تهران. یک نفر هم از خارج.» فریده با خنده این حرف‌ها را تایید می‌کند. به شوخی می‌گویم: «فریده! پس معلومه وضعت حسابی تویه. باید به من هم پول قرض بدی.» از این حرف، خنده‌اش شدیدتر می‌شود و چشم‌های شادمانش، ریز و ریزتر. باز دوستش می‌گوید: «خانم! فریده قرار شده برنامه خندوانه هم بره.» فریده باز می‌خندد و سرش را تکان می‌دهد و من با خودم فکر می‌کنم، چقدر خنده‌های فریده قشنگ است. آنقدر قشنگ که مطمئنم هیچ مهمانی در برنامه‌ی خندوانه نتوانسته و نمی‌تواند به این خوبی بخندد. این همه زلال، بی‌ریا و شاد.

#### ♥ سبک اختر یسم!

در تمام مدتی که با فریده مشغول صحبتیم، دوست همراهش، با سر پایین، کنار ویلچر ایستاده و با خجالت لبخند می‌زند. می‌پرسم: «تو هم توی نمایشگاه، تابلو داری؟» خجالت می‌کشد جواب بدهد. در عوض یکی از

هم توی نمایشگاه تابلو دارد. با قدم‌هایش همراه می‌شوم تا تابلویش را نشانم بدهد. یک ظرف سبز پر از میوه‌های درشت که با رنگ پلاستیک نقاشی شده است و واقعا بینظیر است. شیما توضیح می‌دهد: «این واسه شب یلداست. دوشنبه، شب یلداست.» از این همه زنگی‌اش تعجب می‌کنم. باز به تابلویش اشاره می‌کند: «نگا! توش موز داره. انار داره. سیب داره. پرتقال داره.»

می‌پرسم: «شیما! شب یلدا رو دوست داری؟»

با خوشحالی سرش را چندبار تکان می‌دهد. می‌گویم: «شب یلدا چیکار می‌کنین اینجا؟» می‌گوید: «خوراکی می‌خوریم. دور هم جمع می‌شیم. دست می‌زنیم. شادی می‌کنیم.»

#### ♥ دختری با قشنگ‌ترین خنده‌های دنیا

توی ویلچر نشسته، سویی شرت سوسنی خوش‌رنگی به تن دارد و همه‌ی صورتش خنده است. فریده تابلوهای مدارنگی‌اش را نشانم می‌دهد. آدمک‌های توی تابلوهایش هم مثل خودش می‌خندند. کنار هر تابلو، عروسک‌هایی جلب توجه می‌کند که از روی شخصیت‌های نقاشی بچه‌ها ساخته شده‌اند. این عروسک‌ها کار گروه هنری مهرآیین است. فریده تندتند حرف می‌زند: «خانم! ما سرمه دوزی هم می‌کنیم. گل هم درست می‌کنیم.» با حرف‌هایش متوجه می‌شوم این، همان دختری است که آقای سردبیر از هنرهای دستی‌اش برایم گفته است. همان که با وجود معلولیت‌های زیاد، کارهای هنری

داشته باشد آرام و بی صدا نگاه می کند. بچه ها که متفرق می شوند، توجهم را جلب می کند. ملاحظه و وقارش، لبخند بزرگی که تا گوشه های صورتش بالا رفته و چشم های سبز زلالش. می گویم: «تو هم تابلو داری؟» تابلوی مدارنگی اش را نشانم می دهد که تصویری از یک خانواده است. یک بچه ی سالم و یکی دیگر که به گفته ی معصومه معلول است و توی صندلی چرخ دار نشسته است. برای خوردن چایی که برایم ریخته شده سمت دیگر نمایشگاه می روم. معصومه هم دنبالم می آید. می گوید: «من غیر نقاشی عکس هم می گیرم.» بعد با جمله هایی به زبان خودش برایم توضیح می دهد چقدر عکس گرفتن را دوست دارد. عکس از درخت، گل، خورشید. یکدفعه می گوید: «من بارون رو هم خیلی دوست دارم. وقتی بارون میاد همه ش می رم زیر بارون. هی همه می گن: معصومه! بیا تو! خیس می شی. ولی من باز می رم زیر بارون.» می گویم: «معصومه! زیر بارون که می ری چیکار می کنی؟» با چشم های قشنگش به صورت تم خیره می شود: «دعا می کنم. واسه شفا. واسه سلامتی. واسه خوشحالی همه ادما.» گریه ام را سخت کنترل می کنم. می گویم: «معصومه! ایندفعه که بارون اومد واسه منم دعا می کنی؟» سخاوتمند جواب می دهد: «دعا می کنم.» و بعد دست هایش را برای در آغوش گرفتنم باز می کند.

بچه ها جلو می دود و یکی از قشنگ ترین تابلوهای نمایشگاه را که ترکیبی از نقاط رنگی است و در اولین لحظه های ورود به نمایشگاه نظرم را جلب کرده نشان می دهد و می گوید: «خانم! اینواختر کشیده.» می گویم: «آفرین اختر! چطوری تونستی تابلوی به این خوشگلی بکشی؟» جوابش لبخندی شرمگین است که با لب هایش بازی می کند. دوستش توضیح می دهد: «اختر اول توی لیوان ها رنگ ریخته. بعدش هم از رنگ ها تابلو درست کرده.» آقای سردبیر که حالا در نمایشگاه حضور پیدا کرده و بچه ها به گرمی به استقبالش رفته اند به جمع ما می پیوندند و می گوید: «این سبک، اسمش سبک اختر یسمه و اختر قراره اون رو به اسم خودش به ثبت برسونه. درست می گم اختر؟» از این حرف، صدای خنده ی همه ی بچه ها بلند می شود و لبخند متواضعانه اختر هنرمند، پررنگ تر.

قصه ی همدلی

شب است و خیابان های شلوغ و مسیری که به خانه ختم می شود. ماشینی بدون

برای همه دعا می کنم

گوشه ای ایستاده و بدون اینکه در حرف ها مشارکتی



رعایت نوبت، از آنطرف چهارراه می آید و چیزی نمانده با ماشینی دیگر تصادف کند. نمی دانم کی قرار است ما آدم‌ها رعایت نوبت را یاد بگیریم. فرشته‌ها اما اینطوری نیستند. این را خودم به چشم دیدم. وقتی ساعتی قبل در نمایشگاه نقاشی، با دخترکان همدم صحبت می کردم و می دیدم چه صبورانه انتظار می کشند نوبتشان شود. یک عابر پیاده به ماشینی که چیزی نمانده لهش کند، فحشی ابدار می دهد. این در حالی است که خودش منتظر سبز شدن چراغ عابر نمانده. یادم می آید اینطور حرف‌ها اصلا در دنیای واژگان دخترکان همدم راهی ندارد. آن‌ها که فقط لبخند هدیه می دهند و مهربانی تقسیم می کنند. مثل حمیده ۱۷ ساله که با آن لباس لیمویی شاد و صورت قشنگ، در نمایشگاه مدام دور و برم می چرخید و می پرسید: «خانم! پذیرایی شدید؟ خانم! چاییتون سرد نشه! خانم! بفرمایین شکلات!» فقط که دخترها نیستند. همه‌ی همدم‌ها از جنس دیگرند. مثل چهار هنرمند نقاش و مریبی مهربان دخترها. الهه دانشمندیان، نغمه طالبیان، غزال عنایتی و نجمه حسینی که یکبار با همت عالی در سال ۹۲ نمایشگاه «بیا تا گل برفشانیم» را از آثار خود به نفع دختران همدم ترتیب دادند و امسال عزمشان را برای آموزش نقاشی به دخترها، جزم کردند تا بعد از یک ماه آموزش، نمایشگاهی اشتراکی از آثار خود و نقاشی بچه‌ها داشته باشند. یادم می آید وقتی نجمه حسینی، با چشم‌هایی امیدوار برایم از نمایشگاهی گفت که باید در آینده‌ای نزدیک با همت همه برپا شود. نمایشگاهی که همه دیوارهایش فقط و فقط به آثار بچه‌های همدم

اختصاص داشته باشد.

میان نور مغازه‌ها و بنرهای تبلیغاتی، برای یک لحظه چشمم به آسمان می افتد و ستاره‌هایی که مثل پولک روی پارچه‌ی شبش دوخته شده‌اند. «من عاشق ستاره‌هام.» این رامعصومه برایم گفت. وسط خنده‌ها و حرف‌هایش و آغوش گرمی که هر چند لحظه باز می کرد و از من می خواست بیشتر پیشش بمانم. نمی دانم او هم الان دارد مثل من به آسمان نگاه می کند؟ با خودم فکر می کنم کاش اتاق معصومه پنجره داشته باشد و کاش تخت او که این همه ستاره دوست دارد کنار پنجره باشد. آنوقت حتما هر شب، ستاره‌ها به خوابش می آیند تا برایش قصه بگویند. قصه‌ی عشق و مهربانی. قصه‌ی همدلی آدم‌های خوب و فرشتگان بی بالی که بالاخره یک روز، پرواز خواهند کرد. آنوقت حتما معصومه با آن لبخند تمام نشدنی، خواب قشنگش را برای همه‌ی دخترکان همدم تعریف می کند تا با نوای قصه‌اش، دلتنگی دسته گنجشک‌های کوچکی شود و از دل او و تمام دوستانش پر بزند. برای همیشه.

بهار ۹۵

۲۱





# گزارش توپ از دوروی یک سکه‌ی ورزشی!

بیشترین ضربه را من خوردم، باور کنید! باورتان نمی‌شود؟ اجازه بدهید برایتان تعریف کنم که چه اتفاقی افتاد:

اعضای تیم هنرمندان که در مقابل تیم پیش کسوتان فوتبال مشهد و به نفع این دختران برگزار شود.

## از آفریقا تا برزیل...

حسودی ام می‌شود به آنهایی که توی نمایشگاه دست‌آوردهای این داور بین‌المللی در نگارخانه‌ی همدم حضور داشتند. لباس‌هایی که در مسابقات مختلف پوشیده بود. لباس‌های تیم‌های ملی کشورهای جهان که بعضی‌ها امضا هم شده بودند. مدال‌های طلائی و نقره‌ای. جام‌های خوش‌رنگ، بیج‌های زیبا که یادگار لیخندها و دست‌های دوستانه بودند. پرچم‌های خاطره‌انگیز. شال‌های رنگی با نام تیم‌های ملی و باشگاهی دنیا. کارت‌های قرمز و زردی که بارها جلوی بازیکنان خارجی بالا رفته بودند. سوت‌هایی که نفس گرم داور در آنها دمیده بود. توپ‌های خوش‌شانس و آن برآز و کای لعنتی (توپ

## روی اول سکه:

من خودم که آن روز توی موسسه‌ی همدم نبودم اما دوستانم برایم تعریف کرده‌اند که در ادامه‌ی آشنایی با این موسسه، حسن کامرانی فر تصمیم گرفته نمایشگاهی از دست‌آوردهایش در دو جام جهانی و داوری مسابقات بین‌المللی و آسیایی فوتبال را در نگارخانه‌ی این موسسه به نفع دختران همدم برپا کند. جلسه پشت جلسه تا اینکه دوست دیگری هم به گروه اضافه شده و خداداد عزیزی هم با آن چهره‌ی مهربانش به دیدن دختران همدم می‌آید و قرار می‌شود اختتامیه‌ی این نمایشگاه، یک بازی فوتسال باشد با حضور بازیکنان مطرح و قدیمی فوتبال و بعضی





بهار ۹۵

۱۳۳۱



یهویی من و خداداد  
 عزیزی! یهویی من و کریم  
 باقری! یهویی من و نیما  
 نکسیسا! یهویی من و...  
 یهویی من و... یهویی من  
 ...  
 تا چند روز بعد صفحات  
 اجتماعی پر بوده از  
 اینجور عکس ها و  
 متن ها.

این سوال وول میخورد که: «اصلا مردم برای تماشای بازی میان یا نه؟!»  
 بعد اذان ظهر، مرکز پراز خبرنگار و عکاس و طرفدار بوده و یهویی تیم بازکنان و هنرمندان می ریزند توی موسسه و هر کی دستش میرسیده وسط باز دید شروع می کند به گرفتن عکس های یهویی!  
 یهویی من و خداداد عزیزی! یهویی من و کریم باقری!  
 یهویی من و نیما نکسیسا! یهویی من و... یهویی من و...  
 یهویی من و...  
 تا چند روز بعد صفحات اجتماعی پر بوده از اینجور عکس ها و متن ها.

بعد از اینکه همه از بخش های موسسه و نمایشگاه آفریقا تا برزیل بازدید کردند در تالار همدم جمع شدند و در کنار اجراهای زیبایی دختران گروه سرود همدم، کامرانی فر، پیراهن امضا شده ی تیم ملی برزیل و مدال طلای فینال جام باشگاه های جهان را به نفع آنها با هدیه ی همت عالی بفروش میرسانند. تالار همدم که به خودش هنرمندان و

معروف جام جهانی برزیل) که همیشه به آن حسودی ام می شود! و کلی چیز، چیز، میز دیگر تا دل آنهاهی که برای دیدن و لمس کردنش نرفته بودند، بسوزد! کامرانی فر به خبرنگارها گفته بود: «مدت ها بوده که دلش می خواسته است نمایشگاهی از این همه یادگاری برپا و مردم دوست داشتنی شهر را در این خاطرات زیبا سهیم کند تا اینکه با موسسه همدم آشنا می شود و تصمیم می گیرد این خاطره ها را با خیر و نیکی پیوند بزند.»  
 دوستانم می گفتند که چهار روز نمایشگاه برپا بوده اما مثل همه ی نمایشگاه هایی که به نفع موسسات خیریه برگزار می شود، خیلی شلوغ نبوده و همه اش چشمشان به در بوده است که آدم ها و دوستان جدید ببینند. باین همه، چهره و لبخند آرام کامرانی فر بهشان امید میداده؛ داورها بهتر می دانند که باید تا آخر بازی صبر کنند. هیچی قابل پیش بینی نیست، وقتی با خدا قرارداد بسته باشی!

### ♥ روز آخر آفریقا تا برزیل؛

روزهای قبل هم بد نبود. خیلی از دوستان همدم به دیدن این همه زیبایی آمدند. به دیدن آن برازوکای لعنتی! اما روز آخر خداییش خیلی شلوغ شده بود. من خودم که آنجا نبودم اما برابرم تعریف کردند که از صبح خیلی ها پشت در موسسه ی همدم، زنبیل گذاشته بودند که بیابند و امضایی یا عکسی با ورزشکار یا هنرمندی بگیرند و بروند. از روز اول نمایشگاه هم بازار فروش بلیط بازی خیلی گرم نبوده و راستش ته دل بر گزار کننده ها

نداره». حالا ما که سعی می‌کنیم قضاوت نکنیم ولی خدا همه ما را بی‌نیاز کند ان شاء الله. این روی سکه به خیر و خوشی چرخید و مهربانی کامرانی فر به زندگی دختران همدم برکت داد.

و اما در آن روی سکه، همه آقایان راهی سالن شهید بهشتی می‌شوند برای بازی یا تماشای بازی. الهام حمیدی مهربان هم در کنار دختران همدم می‌ماند تا دور از هواداران و دوربین‌ها، همدم دختران موسسه شود.

### ❖ روی دوم سکه:

از اینجا به بعد را برایم تعریف نکرده‌اند، خودم دیده‌ام. دل دوستانم و آن براز و کای لعنتی بسوزد که اینجا نیست تا این همه شور و هیجان را ببینند. داور مرا گذاشت زیر بغلش و باهم وارد سالن شدیم! واااااا. چه جمعیتی! مردم ورزش دوست، گوش تا گوش نشسته بودند و این همه استقبال خیلی دلگرم کننده بود! خدای من!... چهره‌های سال‌های به یادماندنی فوتبال ایران با آن همه اضافه وزن و موهای سفید بر بناگوش داشتند خودشان را گرم می‌کردند و جمعیت چند هزار نفری اسم یکی یکی شان را صدا می‌زد و

بزرگان زیادی دیده حالا نگاه می‌کرده به مهدی مناجاتی، کریم باقری، خداداد عیسی، علیرضا منصوریان، مهرداد میناوند، پژمان جمشیدی، نیما نکیسا، مهدی هاشمی نسب، نیما شاهرخ شاهی، سیاوش خیرابی، احسان هاشمی، الهام حمیدی و...

علی دایی پروازش تاخیر داشت و قرار بوده مستقیم به سالن بیاید برای بازی. تمام دوستانی که اسمشان برده شد بدون دریافت هزینه‌ای آمده بودند اما افرادی هم بودند در میان هنرمندان که ظاهراً درخواست سکه کرده بودند و نیامدند و جالب اینکه از آنجایی که این دیدار همزمان با دعوت یک مجتمع تجاری از بعضی ورزشکاران و هنرمندان بوده، یکی از همکاران موسسه همدم از خانم بازیگری دعوت کرده که به موسسه ماهم بیاید و او در جواب انگشت اشاره و شمشش را به هم مالیده و گفته «نه، موسسه شما از اینا



با دست و صوت و جیغ و هورا تشویق شان میکرد. آخ که چقدر دلم میخاست زودتر علی دایی با سر بزند وسط صور تم. یا خداداد عزیز چنان لگد محکمی توی شکم بزند که بروم پچسبم به تور دروازه ی استرالیا. یا دست های گرم نکیسا مرا بغل کند و باهم غلت بزنیم روی کف سالن. و خیلی از بازیکن ها و هنرمندان و پیشکسوتان فوتبال مشهد که در طول بازی از خجالتم در آمدند.

اسامی بازیکنان تیم مهمان را که بارها شنیدید و اما در تیم پیشکسوتان مشهد؛ غلامحسین نخودیان، حسین شاملو، منصور شفیعی، خداداد عزیزی، رضا داد عزیزی، حسین الفاطمی، مصطفی صنوبری و جاندار ی با مربیگری مهدی قیاسی به میدان رفتند.

با سوت داور بازی شروع شد و من، بین دست و پای بازیکن ها بالا و پایین می رفتم. هنوز موسسه ی همدم را ندیده بودم و فقط تعریفش را شنیده بودم و برایم جالب بود که همه از دو تیم گرفته تا تماشاچی و برگزار کننده همه برای یک هدف آنجا بودند. روی دیوار های سالن در کنار حامیان این مسابقه، قلب بزرگی بود که می گفتند نشان آن موسسه بود و من چقدر دلم میخاست زودتر به دیدن این بچه ها بروم، در همین

فکرو خیال بودم که کریم باقری مرا شوت کردا و میدانید که شوت کریم باقری یعنی چه! و من از کنار دروازه با سرعت گذشتم و محکم به وسط این قلب خوردم و صدای جمعیت برای تشویق بالا رفت. در آن لحظه سرم گیج رفت و در وسط قلب همدم، دختران و همکاران خانم موسسه را دیدم که همه پای تلویزیون نشسته بودند و برای هر دو تیم دست و جیغ و هورا میکشیدند. نیمه ی اول بازی شش بر یک به نفع تیم مهمان تمام شد.

در بین دو نیمه با حضور کامرانی فر، از داوران بازی؛ جمشید لامی و رضا واعظی که از داوران خوشنام و قدیمی فوتبال استان بودند با همراهی تشویق تماشاچیان تقدیر به عمل آمد و بعد نیمه دوم آغاز شد. روی نیمکت هنرمندان برای لحظه ای علی مسعودی (علی مشهدی) را دیدم که صورت خندان و سر طاسش را خیلی دوست دارم.



بهار ۹۵

۱۲۵۱





در نیمه‌ی دوم چشمم و چالی برای من نگذاشتند. یک نیمه‌ی پر گل و من هر بار که کسی توی صورت یا شکمم می‌زد، پا و سرش را میبوسیدم و می‌گفتم دمت گرم، محکم تر! در تمام مدت بازی تماشاچی‌ها برای بازیکن‌ها دست می‌زدند اما لحظاتی هم بود که بازیکن‌ها از ته دل برای تماشاچی‌ها دست زدند، هم بخاطر حضور پر شورشان و هم بخاطر لحظات انسانی از جمله لحظه‌ای که از در گذشتگان فوتبال و هادی نوروزی یاد کردند.

بازی هشت بر پنج تمام شد، بدون آنکه بازنده‌ای داشته باشد. و بازیکنان و هنرمندان قبل از هجوم جمعیت خودشان را به رخت‌کن رساندند. خیلی‌ها آرزو به دلشان ماند که با آنها عکس یا امضا بگیرند و بعضی‌ها هم خودشان را به هتل یا فرودگاه رساندند اما یک پیشنه‌دار توپ دارم برای آنها‌یی که امکان هیچکدام از اینها را نداشتند. یک طراح خوب پیدا کنید که فتوشاپ بلد باشد و آن وقت خیلی راحت میتواند شما را کنار هر کسی که بخواهید بگذارد. من

اگرچه آن روز بیشتر از همه ضربه خوردم اما دلم برای همه‌شان تنگ خواهد شد، برای ورزشکاران و هنرمندان صاحب‌نام، برای آن همه تماشاچی که به عشق فوتبال و همدم آنجا بودند و همه‌ی دوستان همدم. آن روز بعد از آن همه افت و خیز برای لحظاتی در دستان خداداد عزیز، علی‌دایی، کریم باقری، حسن کامرانی فر... آرام گرفتم تا مرا برای یادگاری امضا کنند. آنجا پیراهن‌های ورزشی را هم امضا کردند و من همیشه برایم سوال است که چرا کسی شورت ورزشی را امضا نمی‌کند!

بازیکنان و هنرمندان مهربان از همدم خداحافظی کردند و به شهرشان پرواز کردند. چند روز بعد هم مدیران موسسه‌ی همدم در جمعی خودمانی و صمیمی از حسن کامرانی فر و خداداد عزیز و دست‌اندرکاران این اتفاقات زیبا تقدیر کردند. آفریقا تا برزیل و بازی خیره‌ای فوتبال، یک هفته‌ی به یادماندنی برای همدم رقم زد و خیلی‌ها از جمله مسئولین ورزش استان، مدیران سالن بهشتی، مدیرکل و کارکنان فرودگاه مشهد، نیروی انتظامی عزیز، صدا و سیما، هتل درویشی، تاپیس و... در این اتفاق زیبا نقش داشتند و دختران همدم از آنها صمیمانه سپاسگزارند. حالا دیگر به برازوکای بیچاره حسودی ام نمی‌شود، حتی اگر در بازی‌های جام جهانی بازی کرده باشد. من خوشبخت ترم چرا که برای زندگی دختران همدم بازی کرده‌ام و حالا در آغوششان هستم، تا بازی بعدی که برای دویدم بیدارم کنند.





# آیا نسیم بهاری بیدارمان می‌کند؟!

کاو کوهی

پایان اسفندماه یعنی زمزمه‌های آغاز بهار و بهار در فرهنگ و ادب ایرانیان از دو جنبه قابل بررسی است؛ نخست از جنبه تصویرسازی های شاعرانه که معمولاً در شعر سبک خراسانی به چشم می‌خورد و پیشگامان شعر پارسی در این وادی شاهکارهایی جاودان آفریده‌اند. شعر پارسی در قرون اولیه‌ی حیات خود در ادبیات کلاسیک ما رویکرد افاقی دارد و غالباً به پدیده‌های جسمانی و ملموس می‌پردازد. از این رو توصیف بهار در شعر این دوره تجلی شگرف دارد و همانطور که اشاره شد تصویرگری طبیعت در اینگونه آثار زیانزداست.

رویکرد دوم که در قرون بعد با ورود تصوف و عرفان به شعر پارسی صورت گرفت رویکرد انفسی است که در سایه‌ی همین رویکرد، مفهوم بهار نیز همچون بسیاری از واژه‌ها در ذهن و زبان بزرگان ادب ما دچار تغییر و تحول شد. در اینگونه آثار مفهوم بهار قرین تحول درونی و انفسی انسان است و شاعران ما آن را دستاویزی برای تحول درونی قرار داده‌اند.

مولانا در شعرهای بهاری‌اش، مانند همیشه روش تمثیل را پیش می‌گیرد و می‌گوید همانطور که در بهار که فصل رویش و شکفتن است سنگ سخت و گران سبز نمی‌شود و رویشی در آن نیست، جان تو نیز اگر مانند همیشه سخت باشد دچار دگرگونی معنوی نخواهد شد. پس باید سخت جانی را کنار گذاشت تا به بار بنشیند و متحول شوی.

تظیر همین مفهوم را حافظ هم در بیتی مشهور آورده است:

نوبهار است در آن کوش که خوشدل باشی / که بسی گل بدمد باز و تو در گل باشی  
و بسیاری شواهد و نمونه‌های دیگر که خوانندگان فصلنامه‌ی همدم می‌توانند در سراسر آثار گران سنگ ادب پارسی آن را رصد کنند. اما غرض از این سطور، آن است که در آستانه‌ی نوزایی طبیعت، توجه خویشتن و شمارا به این جلب کنیم که مستعدترین عنصر طبیعت برای این تجدید حیات خود انسان است. آیا نسیم بهاری از خواب زمستانی غفلت و بی‌توجهی به همنوع بیدارمان می‌سازد تا برگهای سبز بهاری، در رقص دلپذیر فروردینی، گاهی مسیر نگاه ما را به سمت ۴۰۰ چشم منتظری بچرخاند که شکوفایی لبخندشان، منوط به نسیم بهاری نفس‌های ما و نوازش یاری داستان ماست؟!

شهر

بهار ۹۵

۲۸



## من چشم به این بهار دارم...

♥ علیرضا سپاهی لایین

شوری که در این شعار دارم  
نوری است که در غبار دارم

شب رفت و هنوز مثل خورشید  
من چشم به کوهسار دارم

حرفی است اگر که بر لبانم  
با مردم این حصار دارم

با مردم این حوالی امشب  
پشت سخنم قرار دارم

پیغام گل است آنچه در باد  
بر دوش غزل، سوار دارم

♥♥♥

یک سال گذشته است و من باز  
یک چشم به رهگذار دارم

وقت است که ناگهان در آید  
من چشم به این بهار دارم

در این سفر از بهار، من نیز  
بر دوش زمانه بار دارم

لیخند و ترانه و شکوفه است  
باری که در این قطار دارم

می آید و باز می شود سبز  
دشتی که در این دیار دارم

وقتی که بهار آمد از کوه  
من بادل سنگ، کار دارم!

♥♥♥

در این فوران باد و بوران  
من دل به هوای یار دارم

ای یار من، ای شکوه تاریخ!  
من دل به غمت دچار دارم

من از گل سرخ پشت اسفند  
بیش از همه انتظار دارم

امید به دست های سبزش  
با خنجر بی شمار دارم

در خاطر من اگر هراسی است  
از قوم ترانه خوار دارم

من خاطره های تلخ بسیار  
از فتنه ی این تبار دارم

از صورت خشمگین داراست  
بر گونه اگر انار دارم

♥♥♥

نوروز دوباره آمد از راه  
من چشم به این بهار دارم

می آید و سرخ می شود باز  
این سبزه که در کنار دارم

بر چهره ی سنگ می زندرنگ  
داسی که در اختیار دارم

قول این غزل است و یادگاری  
در دفتر روزگار دارم...

♥ تصویرگر: سارا نوروز کرمانشاهی  
خوشنویس: پیمان قاسمی

# که گل تاهفته‌ی دیگر نباشد...

بر خورده شاعران سبک خراسانی و عراقی با بهار و کیفیت تصویرسازی از آن

شهرم  
بهار ۹۵  
۳۰

مرضیه زیدانلو

آمد بهار خرم بارنگ و بوی طیب  
با صد هزار نزهت و آرایش عجیب

این بیت سر آغاز قصیده‌ای است بهاری از رودکی که در آن توصیف بهار با تشبیهات و تصویرسازی‌های شگفتی همراه است. رودکی بهار را چنان سپاهی توصیف می‌کند که رویدادهای طبیعی هر کدام در این سپاه شغلی برعهده دارند؛ ابرهای تیره به منزله سپاهیان و باد صبا نقیب و فرمانده این لشکر است.

اما تصویرسازی بدیع دیگر رودکی در همین قصیده توصیف لاله است که آن را به پنجه‌ی خضاب شده و رنگین نو عروسان تشبیه می‌کند. بی انصافی است اگر درباره وصف بهار در شعر فارسی سخن بگوییم و از استاد مسلم تصویرگری در شعر یعنی منوچهری دامغانی یادی نکنیم؛ منوچهری قصیده‌ای نغز از خود به یادگار گذاشته که هر بیت آن نمایی از طبیعت است که با زبان شاعرانه به تصویر کشیده شده است که مناسب با مجال این نوشتار به تحلیل ابیاتی از آن می‌پردازیم.

نو بهار آمد و آورد گل و یاسمن  
باغ همچون تبت و راغ بسان عدنا

منوچهری در آغاز این قصیده پرشور باغ و مرغ زار را از شدت زیبایی بوستان چین و از آن بالاتر به باغهای بهشت تشبیه می‌کند.

آسمان خیمه زد از بیرم و دیبای کبود  
میخ آن خیمه ستاک سمن ونسترننا

اما هنرمندی منوچهری در تصویرگری این است که مخاطب را به دیگرگونه دیدن طبیعت وامی‌دارد و به او القا می‌کند که آسمان گویا خیمه‌ای است از بافته‌های نرم و کبود رنگ و گلهای یاسمن و نسترن میخ‌های کوبیده بر زمین هستند که این خیمه را نگه داشته‌اند.

صدالبته بررسی اشعار بهار به منوچهری دامغانی همچنین سایر شعرای سبک خراسانی محتاج زمان فراوان است. مناسب است که در ادامه بحث به رویکرد انفسی شاعران دوره عراقی نسبت به بهار بپردازیم.

همانطور که گفتیم بهار در شعر دوره عراقی بیشتر مفهومی است به این معنی که اراده شاعران این دوره از لفظ بهار لزوماً و صرفاً بهار طبیعت نیست چه این بزرگان گاهی بهار را به معنای شکوفایی و تحول درونی آدمی اراده می‌کنند و گاه این بهار را اشارتی بر حیات دوباره انسان بعد از مرگ می‌دانند. مولانا فرمود:

این بهار نو ز بعد برگ ریز

هست برهان بر وجود رستخیز

جان کلام آن است که بهار در دوره‌ای از ادبیات کلاسیک ما عامل وجد و بیداری است و این وجد انسان را به سرمستی فرا می‌خواند تا جایی که توبه شکنی در بعضی شواهد ملازم بهار آمده است. حافظ می‌گوید:

به عزم توبه سحر گفتم استخاره کنم

بهار توبه شکن می‌رسد چه چاره کنم؟

خواجه همین مفهوم را در بیت دیگر چنین می‌آورد:

من که عیب توبه کاران کرده باشم بارها

توبه از می وقت گل دیوانه باشم گر کنم

توبه شکنی بهار را مرحوم استاد شهریار در دوبیت از غزلی عاشقانه این گونه شرح می‌دهد:

نوبهار آمد و چون عهدیتان توبه شکست

فصل گل دامن ساقی نتوان داد زدست







کاسه و کوزه ایمان که نمودند درست  
دیدم آن کاسه به تنگ آمد و آن کوزه شکست  
توبه شکنی در فصل بهار از آن روی توصیه می شود که  
شاعران ما بهار فصل طرب و خوش باشی و لذت فرصتهای  
زود گذر عمر می دانند و چه بسا نشانه های بهاران در طبیعت  
را آینه عبرت می دانند. خیام می فرماید:  
ایر آمد و باز بر سر سبزه گریست  
بی باده گلرنگ نمی باید زیست  
این سبزه که امروز تماشاگاه ماست  
تاسبزه خاک ما تماشاگاه کیست؟

در این رباعی دل انگیز خیام هم خوش باشی و لذت را  
گوشزد می کند و هم عبرت آموزی از شکفتن گل از خاک  
مردگان را فرایاد می آورد می گوید همانطور که امروز سبز  
خاک کسی ما را نگاه می کند روزی نیز سبزه رسته از خاک  
ما به نظاره کسی می نشیند.

نکته قابل توجه دیگر آنکه در ادب فارسی گاه بهار را به  
سبب کوتاهی و زود گذر بودن به عمر انسان و به خصوص  
دوره جوانی تشبیه می کنند و از همین روی غنیمت شمردن  
و لذت بردن از آن توصیه می شود. حافظ می سراید:

خوش آمد گل وزان خوشتر نباشد  
که در دستت به جز ساغر نباشد  
زمان خوشدلی دریاب و دریاب  
که دائم در صدف گوهر نباشد  
غنیمت دان و می خور در گلستان  
که گل تا هفته دیگر نباشد...

# انگار بهار آمده باشد!

♥ بهار در شعر شاعران ایران

چوسبزه دمد

شهر

بهار ۹۵

۳۳

♥ وحشی بافقی

## چون نسیم نوبهار

♥ بیژن ترقی

## آن لاله عذار آمده باشد

♥ محمد حسین شهریار

بی تو ای دل نکند لاله به بار آمده باشد  
مادر این گوشه زندان و بهار آمده باشد

چه گلی گر نخروشد به شیش 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 کورفته به قهر از سر ما هم ز سر مهر  
شرط یاری که به پرسیدن یار آمده باشد

لاله خواهیم شدنش در چمن و باغ که روزی  
به تماشای من آن لاله عذار آمده باشد

شهریار این سر و سودای تو دانی به چه ماند  
روز روشن که به خواب شب تار آمده باشد

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 آ بیین در حیرتم بشکن سکوت خلوتم  
چون لاله تنها ببین بر چهره داغ حسرتم

ای روی تو آیینه ام عشقت غم دیرینه ام  
باز آ جو گل در این بهار سر را بنه بر سینه ام

طراز سبزه بر گلشن عذار خوش است  
معین است که گلشن به توبهار 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  
گر از 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

## خبر عید مبارک

بیدل دهلوی

ای مژده‌ی دیدار تو چون عید مبارک  
فردوس به چشمی که تو را دید مبارک

جان دادم و خاک سر کوی تو نگشتم  
بخت اینقدر از من نپسندید، مبارک

در نرد و فارد همین باختنی بود  
منحوس حریفی که نفهمید مبارک

هر سایه که گم گشت رساندند بنور ش  
گردیدن رنگی که نگر دید مبارک

ای بیخردان غره اقبال مباحثید  
دولت نبود بر همه جاوید مبارک

صبح طرب باغ محبت دم تیغ است  
بسم!... 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 شوقیست بهر رنگ که باشد  
داغ تو بما جام بجمشید مبارک

در عشق یکی بود غم و شادی (بیدل)  
بگریست سعادت شد و خندید مبارک!

## چه کنم؟

سید حسن حسینی

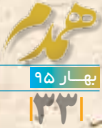
شاهد مرگ غم انگیز بهارم، چه کنم؟  
ابر دلتنگم اگر زار نیارم چه کنم؟

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 دل بسته این ایل و تبارم، چه کنم؟

من کزین فاصله، غارت شده چشم توام  
چون به دیدار تو افتد سر و کارم، چه کنم؟

یک به یک با مژه هایت دل من مشغول است  
میله های قفسم را نشمارم چه کنم؟!



# ضمانت گل‌های بهار

مژگان هماپونی

شهر

بهار ۹۵

۳۴

میرم کنار پنجره. گلدان‌های شمعدانی و نم باران فضای اتاق رو حسایی بهاری کرده. زمزمه‌ی زیر لبم همراه با صدای بچه‌ها که از اتاق سرود به گوش میاد، به احساسی شاعرانه منجر میشه؛ سرودهایی که هر روز دختران همدمی با انرژی می‌خوانن و فضای سالن رو هنری می‌کنن.

زهره دو روزه ناراحت. میگه شیطون گولش زده! یک کوچولو کار اشتباه انجام داده و مریش هم برای تنبیه از دیروز باهاش قهر کرده و حالا زهره با بغض و نم چشمش از من میخواد که ضمانش بشم!

خیلی جالبه اولین کسی هست که برای ضمانت ازم چک و فیش حقوقی نخواست!

باران بند اومده. مربی زهره ضمانت منو قبول کرد. زهره فراموش می‌کنه بیست و سه سالشه و مثل بچه‌ها از خوشحالی بخشش مربی، بالا و پایین می‌پره و سر و صدای هیجانش تمام سالن و راه پله‌ها رو پر می‌کنه. ذوقش رنگ میده به دل من و خانم مربی. حالا من موئدم و گل‌های پشت پنجره؛ گل‌هایی که همراه با غنچه‌های الفتی که در دل دختران همدم جوانه زده و در قلبهای ما ریشه دونده، رشد می‌کنن و در آستانه‌ی بهار شکوفه میدن...





# Classic

HOME & HOTEL FURNITURE



## مبلمان کلاسیک

دفتر مرکزی: مشهد، بلوار ملک آباد، خیابان فرهاد.

تیش فرهاد، ۸، پلاک ۲۵

تلفن: ۳۱ ۳۱ ۷۶۷ - ۲۶۷ ۲۶ ۷۹

# رعنا

طعم خوش هر غذا



شرکت صنایع غذایی عالیگلستان





*Fereshteh*  
CONFECTIONERY

شیرینی  
خانگی

فرشته

مشهد / بلوار ملک آباد / نبش قدس ۸

۷۶۲ ۶۴۰۰

# طنزهای بهاری

## وقتی چمن رسیده

ناصر فیض



باید که شیوه‌ی سخنم را عوض کنم  
شد، شد، اگر نشد، دهنم را عوض کنم

گاهی برای خواندن یک شعر لازم است  
روزی سه بار انجمنم را عوض کنم

از هر سه انجمن که در آن شعر خوانده‌ام  
آنکه مسیر آمدنم را عوض کنم

در راه اگر به خانه‌ی یک دوست سر زدم  
این بار شکل در زدنم را عوض کنم

وقتی چمن رسیده به اینجای شعر من  
وقت است قیچی چمنم را عوض کنم

باید پس از شکستن یک شاخ دیگرش  
جای دو شاخ کرگدنم را عوض کنم

وقتی چراغ مه شکنم را شکسته‌اند  
باید چراغ مه شکنم را عوض کنم

عمری به راه نوبت ماشین نشسته‌ام  
امروز می‌روم لگنم را عوض کنم

با من برادران زخم خوب نیستند  
باید برادران زخم را عوض کنم

دارد قطار عمر کجا می‌برد مرا؟  
یارب! عنایتی! ترنم را عوض کنم

ور نه ز هول مرگ زمانی هزار بار  
مجبور می‌شوم کفنم را عوض کنم

دستی به جام باده و دستی به زلف یار  
پس من چگونه پیروشم را عوض کنم؟

## می آید بهار؟

بلعم

عطر نرگس، رقص باد، آهسته می آید بهار  
بر خلاف سال ماضی، خسته می آید بهار

کس نمی داند که طعمش چیست؟ شیرین یا ملس  
مثل بعضی میوه ها سر بسته می آید بهار

غول بد ذات زمستان را بگو یادت به شر  
رسته از چنگال تو وارسته می آید بهار

گنبد سبز فلک آینه بندان کرده است  
دسته گلها چیده با گلدسته می آید بهار

تا که ما وار هاند از هزاران گونه غم  
بندها از پای خود بگسسته می آید بهار

نرخ بازار تورم را که هیچش خوانده اند  
با صدای رعدها بشکسته می آید بهار

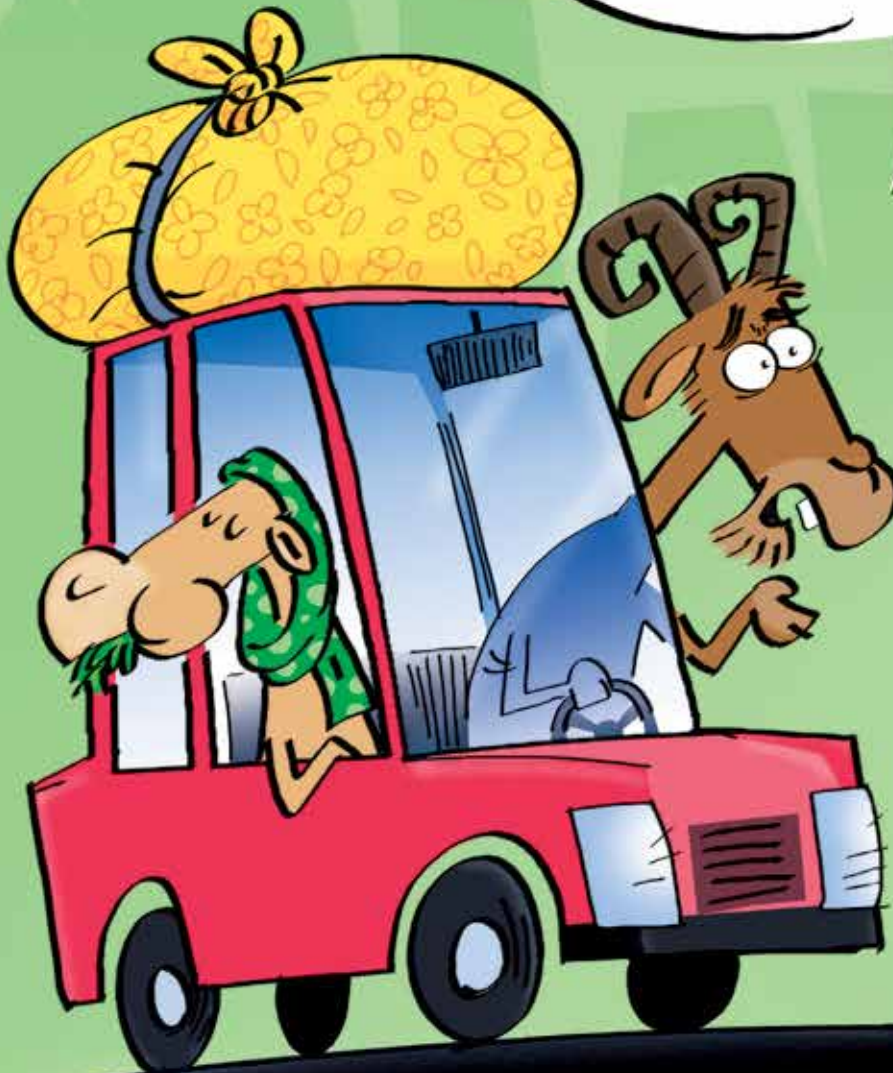
تا که از دولت بگیرد سهم خود را نقد نقد  
در صف یارانه ها بنشسته می آید بهار

فک و دندان تا کند سرویس از ابنای خلق  
قبل جنگ هسته ای با هسته می آید بهار

تا نماند مثل ما «بلعم» به زیر خط فقر  
دمب خود با اغنیا پیوسته می آید بهار



رفتار پرفطر کدومه سرکار؟  
من اگر بفوام هم نمی تونم  
مثل آدم، ائندگی کنم!!!



1201



## چند بار ببوسیم؛ دوبار یا سه بار؟

توصیه‌های مهم و راهبردی نوروزی! ♥

♥ علیرضا کاردار

نوروز با فرم و فضا و فرهنگ خاص خودش در راه است و برای کسانی که عمری را در قبال این هدیه‌ی بهاری بلا تکلیف مانده‌اند، چیزی بهتر از شنیدن این توصیه‌های راهبردی (همان استراتژیک سابق) نیست:

۴ هنگام برنامه‌ریزی برای پذیرایی از مهمانها، به جز خوردن، زمانی برای نفس کشیدن و خوش و بش کردن هم در نظر بگیرید!

۵ همانطور که شما دوست دارید به مسافرت بروید، میزبان شما در شهر دیگر هم ممکن است دوست داشته باشد به جای پذیرایی از شما، به مسافرت برود! اگر قصد سفر با اتومبیل خودتان را دارید، جریمه و توقیف به کنار، به فکر آن‌هایی که بعد از تعطیلات مشتاق دیدن روی ماه و سالم‌تان هستند هم باشید!

۶ اگر بزرگ‌خاندان هستید، حتما بعد از شنیدن صدای توپ تحویل سال منتظر مهمان خواهید بود. فقط تغییر ساعت را به یاد داشته باشید تا غافلگیر نشوید! همچنین اگر کوچک‌خاندان هستید، ساعتی به بزرگ‌ترها مهلت دهید تا دستکم چای دم کنند، سپس عید دیدنی را آغاز کنید!

۷ «جلوس» یکی از بهترین رسم‌های نوروز است. یک روز را مشخص کنید تا هم خودتان غافلگیر نشوید و هم مهمان‌ها به در بسته نخورند! هنگام برگزاری جلوس، گنجایش منزل میزبان را در نظر داشته باشید تا از سر و کول هم بالا نروید!

۱ از مهمان‌هایتان ساده پذیرایی کنید تا برای تهیه لوازم پذیرایی تجملاتی مجبور نشوید وام بگیرید! مهمان‌ها برای دیدن خودتان می‌آیند، نه برای تامین ویتامین و پروتئین بدنشان، میوه‌ای بخرید که با دیدن کنده شدن پوستش توسط آن‌ها، پوست خودتان کنده نشود! همچنین داشتن آجیل واجب نیست، تخمه آفتابگردان هم مجلس را گرم می‌کند!

۲ شیرینی‌پزی هنر است و استعداد می‌خواهد، آزمون و خطا و تجربه کردن را برای بعد از عید گذاشته و به دل روده مهمان‌ها رحم کنید! یک نوع شیرینی تازه، بهتر از ده نوع شیرینی عجیب و غریب و هفت رنگ و بدمزه است که دو ماه پیش پخته شده و در ویترین قنادی مانده است!

۳ استکان چای را کوچک انتخاب کنید. به فکر مهمان‌هایی که قرار است ده جای دیگر بروند و چای بخورند باشید!

۸

آیفون تصویری یکی از بهترین اختراع های بشر است. این را همینجوری گفتیم! از بازدید گروهی به شدت پرهیز کنید. به شما خوش می گذرد ولی ممکن است میزبان تحمل این خوشی را نداشته باشد!

۹

اگر تمام سال کاور روی مبل ها را بر نمی دارید و مهمان ها با نشستن روی کاورهای پلاستیکی سر می خورند و عرق می ریزند، دستکم در این چند روز بردارید. قول می دهیم لباسمان تمیز باشد!

۱۰

هنگام روبروسی برای سردرگم نشدن، همان اول مشخص کنیم که «دو بار» یا «سه بار»، تا ضایع نشویم!

۱۱

عیدی گرفتن از رسم های مهم ماست. ولی عیدی دادن می تواند بعضی وقت ها رسم نباشد! عیدی هر چه باشد نیکوست، ولی عیدی نقدی نیکوتر است. اسکناس نو هم با کهنه فرقی ندارد، زیرا فقط تا سیزدهم مهمان ماست! همچنین اخبار اقتصادی را دقیق دنبال کنید. زیرا باید نرخ تورم را در میزان عیدی خود لحاظ کنید!

۱۲

عیدی بچه ها را فراموش نکنید، دل شان کوچک است و طاقت شان کم. همچنین ممکن است آبروریزی راه بیندازند! همچنین کودکان عزیز؛ عیدی های نقدی خود را به پدر و مادر تان بدهید تا برایتان نگهداری کنند. ولی برای پس گرفتن خیلی پیگیر نباشید!

۱۳

هنگام عیدی دادن؛ رنگر محله، شاگرد مغازه، آرایشگر، فراش مدرسه، نظافتچی اداره، سرایدار شرکت، کودکان کار و دیگران را فراموش نکنید. عیدی فقط سهم نوه عمه، دختر رییس و پسر صاحبخانه نیست!

۱۴

در هر مهمانی یک نوع خوراکی بخورید. یک جا چای، جای بعدی شیرینی و... اینگونه تا پایان تعطیلات می توانید با خیال راحت و بدن سالم دوام بیاورید! هنگام روبرو شدن با ظرف آجیل و شیرینی ریز، این شعار را به یاد بیاورید: کم بخور، همیشه بخور! همچنین اگر فاصله بین محلهای عید دیدنی زیاد یا پر ترافیک است، جای کمتری بنوشید!

۱۵

مسلسل وار پذیرایی نکنید. فرصتی برای نفس کشیدن مهمان باقی بگذارید! مطمئن باشید مهمانها با شما تعارف ندارند. لازم نیست هر سی ثانیه یک بار میوه و شیرینی را در حلقشان فرو کنید!

۱۶

چرا با کفش؟ هر چقدر کفشمان نو و تمیز و پاک باشد، فاصله اتومبیل تا خانه را که روی هوا راه نرفته ایم!

۱۷

دید و بازدید حداکثر یک ساعت طول می کشد. مراسم شام و ناهار در فرصت مناسب تری بر گزار خواهد شد! همچنین خواهش می کنیم، استدعا می کنیم، تمنا می کنیم

برای دقایقی هم که شده آن گوشی و تبلت لعنتی را کنار بگذارید تا روی ماهتان را ببینیم! لطفا رمز وای فای را هم نپرسید!

۱۸

بعد از سلفی انداختن با سفره هفت سین هر خانه، دید و بازدید و عکس گرفتن با المانهای سطح شهر را فراموش نکنید. در سالهای گذشته عده ای با مجسمه های خیابانها بیشتر از خانواده خود عکس گرفته بودند!

۱۹

آیا واقعا تصمیم دارید در این چند روز تعطیل از صبح تا شب پای تلویزیون بنشینید؟ اگر به فکر سلامت جسم و جان و روح و روان خود نیستید، به فکر ذوق زدگی تلویزیون از این توجه ناگهانی باشید! اگر خیلی به فیلم علاقمندید، سری هم به سینما بزنید. بد نیست به جز روز سلام سینما، روزهای غیر رایگان هم به آن سلام کنیم! و گرنه چند ساعتی را در پارکها بگذرانید. هوای آزاد و تحرک هم به اندازه فیلم دیدن و عید دیدنی برای بدن ضروری است! مطمئن باشید هنوز مکانهایی دیدنی در شهرتان هست که آنها را ندیده اید. می گوئید نه؟ بروید بگردید!

۲۰

تا حالا سری به روستاها و شهرهای کوچک اطرافتان زده اید؟ مسافرت فقط سفرهای دلاری آن ور آبی نیست! ای زن و فرزند دارید؟ یادتان نیست؟ نگاهی به دور و بر بکنید... دیدید؟ باور کنید آنها هم به تفریح نیاز دارند! پادمان باشد وقت برای خواب بسیار است، بیشتر بیدار بمانیم!

۲۱

قرار است سیزده فروردین روز آشتی با طبیعت باشد نه روز آتش زدن طبیعت! هر کار بکنیم بطری نوشابه، پاکت چیپس و پلاستیک میوه نمی توانند جزئی از طبیعت بشوند. سطل آشغال برای همین اختراع شده!

۲۲

علم ثابت کرده که سبزه گره زدن، گره از بخت کسی باز نمی کند، ولی امتحانش مجانی است!

۲۳

سالی یک روز تحرک، دویدن، توپ بازی و کنار گذاشتن موبایل و کامپیوتر و تلویزیون، برای بدن ضرری ندارد. ولی در سیزده به در به فکر سن و سال، گرفتگی عضلات و دیسک کمر باشید!

۲۴

یکی از کارهای آخر تعطیلات آزاد کردن ماهی های قرمز در استخرها و آبگیر هاست. تا قبل از اینکه جوانمرگ شوند، بگذارید تشکیل خانواده بدهند!

مطمئنم  
با این دستگاه کنج یاب  
میتونیم جای شوکولات ها رو  
پیدا کنی؟

زن دایی چوون  
برنامه تون چیه؟ مثل بقیه  
مهمان ها فرار می کنید  
یا همین جا غش می کنید؟

پهها...  
بیاین اینجا...  
فکر کنم به بازی جدید  
اقتراح کردم!!!

پهها...  
آرامش رو که عید قبلی  
کم شده بود پیدا کردم  
!!!

الو مامان...؟  
وقتی داری میای دنبالم به  
آمبولانس هم با خودت بیارا فکر کنم  
نباید صابون با طعم آبیبل رو  
امتحان می کردم!!!



توپ و دروازه رو  
ردیف کردم، بیاید به کم  
افلاق ورزشکاری  
تمرین کنیم!

آخ هههههه...  
از کجا فهمیدی مامان بزرگ  
شوکولات هاش روتوی عصاش  
مفتی کرده!!!

ضمن تبریک سال نو  
اگر دوست ندارید تا  
سیزده بدر همین پوری بمونم  
عیدی من رو برید تا برم!!!

ساکت باشید!!!  
وگرنه مامان بزرگ دوباره  
زنگ میزنه به پلیس!!!



# یکی پیکان، یکی خاور پسند!

چند راه میان‌بر برای مقابله با چاقی



تسامان فیروزی

«آیا از لاغری خود رنج می‌برید؟ اگر از لاغری رنج نمی‌برید، آیا از چاقی خود رنج می‌برید؟ اگر از لاغری یا چاقی رنج نمی‌برید، آیا از ناتوانی میل خوردن (!) رنج می‌برید؟ به هر حال قطعاً شما از یک چیزی رنج می‌برید. پس همین حالا با ما تماس بگیرید!» به طور یقین، این آگهی‌ها که مثل خوره روح آدم را نه آهسته آهسته، بلکه به سرعت می‌خورد، بارها و بارها به گوش مبارکتان اصابت کرده است. لابد شنیده‌اید که می‌گویند نابرده رنج، گنج میسر نمی‌شود، البته مشکل اینجاست که در این موارد رنج را شما می‌برید ولی گنجش نصیب افراد غالباً کلاهدار می‌شود! از آنجا که متأسفانه اغلب داروهای لاغری در چنین تبلیغاتی تقلبی هستند، رژیم گرفتن برای کاهش وزن هم اصولاً کار سختی است و ورزش کردن از آن هم سخت‌تر، تعدادی راه میان‌بر برای مبارزه با چاقی و اضافه وزن ارائه کرده‌ایم که امیدواریم با استفاده از آنها بتوانید ایام عید را توپ بخورید و بعد با این روش‌ها، به آسانی با اضافه وزن خود مقابله کنید:

## بازگشت به مدهای قدیم

### روش اول:

مادر بزرگ مرحوم بنده معتقد بود که یک پرده گوشت اضافی، هزار و یک عیب آدمیزاد را می‌پوشاند! در قدیم ایام، چاقی و تپل بودن «مد روز» بود، یعنی نه تنها قدیمی‌ترها از چاقی رنج نمی‌بردند بلکه از آن لذت و آفری هم می‌بردند! تجربه نشان می‌دهد که مدهای قدیمی یک روز دوباره زنده خواهند شد، به عنوان مثال عینک‌های بزرگ کائوچویی پدر بزرگ‌ها و مادر بزرگ‌ها که تا همین چند وقت پیش هیچ احدالناسی به هیچ وجه من‌الوجه حاضر نبود حتی برای یک لحظه هم که شده، آن‌ها را به چشم بگذارد، الان مد روز شده و همه، حتی افراد غیر عینکی، با فراغ بال و رضایت خاطر آن‌ها را به چشم می‌گذارند و کلی هم احساس خوشتیپ بودن و به روز بودن می‌کنند. شما هم می‌توانید صبر کنید تا یک روز چاقی دوباره مد شود، آنوقت شما هم یک آدم «به روز» هستید و می‌توانید اعلام کنید که امروز، روز انتقام است و به تمسخر افراد لاغر بپردازید و آنها را نانی قلیان خطاب کنید و از دیدن شکم گنده خود در آینه لذت ببرید!

### روش دوم:

## تبدیل تهدید به فرصت

با کمی مثبت‌اندیشی، مثل برخی از دوستان که علاقه روزافزونی به استفاده از ظرفیت‌ها و تبدیل تهدید به فرصت دارند، می‌توانید تهدید «چاقی» را برای خود به فرصت تبدیل نموده، از ظرفیت شکم خود برای فخر فروشی به دیگران بهره بگیرید و آن را مایه مباهات خود بدانید، چرا که علی‌رغم بالا بودن قیمت فعلی گوشت و سایر فرآورده‌های غذایی، شما نه تنها دچار کمبود مواد غذایی نیستید، بلکه آنقدر مایه‌دار هستید که شکم هم درآورده‌اید!

### روش سوم:

## دقت در انتخاب دوستان

از قدیم ایام گفته‌اند که آدم‌ها را باید از روی دوستانشان بشناسید. با کمی دقت در انتخاب دوستانتان، شما هم می‌توانید فردی جذاب و خوش‌هیكل جلوه کنید. فقط کافی است به توصیه یکی از بزرگان عمل کرده، همیشه با افراد چاق‌تر از خودتان رفت و آمد کنید. به این ترتیب، در بین آن همه آدم خیلی چاق، شما با چاقی معمولی خودتان، «باربی» به نظر خواهید آمد!

### روش چهارم:

## معاشرت با افراد تپل دوست!

این روش هم مانند روش قبلی، بر قابلیت‌های معاشرتی شما تأکید دارد، با این تفاوت که در این روش، شما با بستنی به دنبال افرادی بگردید که افراد چاق را جذاب می‌دانند. شاعر بزرگوار در این باب می‌فرماید:

یکی کفر و یکی باور پسندد  
یکی چاق و یکی لاغر پسندد  
به چشم من تپل‌ها خوب هستند  
یکی پیکان یکی خاور پسندد!

# افسوس کتابخانه ها کم شده اند!

امیر حسین خوش حال

بهار ۹۵  
۱۴۵

تورا می خواندم از دنیای نامه  
گل رزمی نهادی لای نامه  
سرت گویا شلوغ است و جدیدن  
پیامک می فرستی جای نامه!



در باور ما جوانه ها کم شده اند  
بر روی درخت لانه ها کم شده اند  
هر گوشه ی شهر جای و قلبان زده ایم  
افسوس کتابخانه ها کم شده اند!



در حالت گرگ و میش نشناختمش  
هم از پس و هم ز پیش نشناختمش  
آنقدر که همسر من آرایش کرد  
در مجلس عقد خویش نشناختمش!

با عطر همیشه ژاکتش را می شست  
آرایش او هویتش را می شست  
انگار که یک آدم دیگر می شد  
وقتی زن بنده صورتش را می شست!





## مرابه نام کوچکم صدانزن!

سامان فیروزی

به طور قطع یکی از مهم ترین ابداعات تاریخ بشر، اختراع «نام» بوده است. احتمالاً قبل از به وجود آمدن اسم، افراد بشر هم دیگر را به صورت «هوی»، «وی»، «ووی»، «وووی» و... صدا می زدند. این سبک نامگذاری هنوز در نواحی شرق آسیا و نیفتاده، به عنوان مثال اسم عمه رهبر کره شمالی «کیم کیونگ هوی» است. بعد از اختراع نام و افزایش جمعیت، بشر دید دست زیاد شده و فکر کرد که لابد نام خانوادگی هم لازم است. در قدیم رسم بود که نام خانوادگی بعضی افراد را از روی شغل آن ها انتخاب کنند. در آن زمان البته همه مردم سر کار می رفتند و کسی بیکار نبود. با وجود نرخ بیکاری بالای ۲۰ درصد در بین جوانان، اگر بنا بود انتخاب نام خانوادگی در زمان ما اتفاق بیفتد، احتمالاً به جای نام های خانوادگی مثل «صرافان»، «خراط ها» و «کفاشیان»، فامیل هایی مثل «علافان»، «علاف ها» و «علافیان» به وجود می آمد و وجود نام های خانوادگی مانند بیکار زاده، کارجوی مفلس، بی شغل نیا، خیابان متر کن پور، و غیره نیز محتمل می شد! در اینجا خیلی قصد ورود به بحث نام خانوادگی را نداریم و صرفاً به چند توصیه در انتخاب نام فرزندان، کفایت می کنیم:

اگر برای انتخاب اسم فرزندان دچار مشکل شدید، مثل برخی از هم وطنان عزیزمان که مصداق ضرب المثل «هنر نزد ایرانیان است و بس» هستند، عمل نکنید. چرا که دیده شده بعضی ها، هنگام تولد فرزندشان، اولین چیزی را که جلوی چشمشان ظاهر می شود به عنوان اسم بچه انتخاب می کنند، نمونه اش هم اسم هایی است که مدیر کل اسناد هویتی سازمان ثبت احوال کشور چند وقت پیش به آن ها اشاره کرده است: نوشابه، پر تقال، حیاط، پیرزن، قابلمه، پشه، گلابی، بستنی، میش و غیره. تصور کنید که اسم فرزندان را مثل آن هموطن عزیز، «قابلمه» گذاشته اید. زمانی که همسرتان به شما می گوید که برو قابلمه را بیاور، شما می مانید که منظورش قابلمه مسی بوده یا قابلمه چدنی یا فرزند نگون بخت شما!

نام و نام خانوادگی، باید با هم متناسب و حتی الامکان مکمل هم باشند تا اسامی زیبا و معنی داری خلق کنند. به عنوان مثال، اگر فامیل شما «داوری» است، اسم فرزند خود را «اشتباهات» بگذارید. از آن به بعد هر کس از دوستان و خویشان شما برنامه «نود» را نگاه کند، یاد فرزند شما خواهد افتاد: «اشتباهات داوری»! این اسم دارای ایهام هم هست و می تواند اشاراتی هم به اشتباهات شخصی آقای داوری داشته باشد!

سعی کنید نام فرزندان با شخصیت او تناسب داشته باشد. البته مسلماً شما قادر به پیش بینی آینده فرزندان نخواهید بود، ولی اگر در صدی، حتی صدم در صدی، احتمال می دهید که فرزندان در آینده تبدیل به فردی خواهد شد که نه تنها کسی تاریخ کشور ما هم دارای سابقه است، نمونه های دور ترش هم محمود افغان و محمود غزنوی هستند!

انتخاب اسامی شاعرانه خیلی جذاب است، اما لازم نیست خیلی چشم ها را بشویید و در نام گذاری، دنباله رو حرف شعرا باشید. چون در این صورت ممکن است خدایی نکرده به جای اسم هایی مثل پرستو و درنا، اسم فرزندان را «کرکس» بگذارید و در جواب منتقدین تان به شعر سهراب استاناد کنید که: «من نمی دانم که... چرا در قفس هیچ کسی کرکس نیست!» در این صورت ممکن است فرزندان از شعر عمران صلاحی به صورت وارونه استفاده کند و به شما بگوید که: «مرا به نام کوچکم صدا ...نزن»





## بیا پایین

محمد رضا ترکی

خم شده پشت ما بیا پایین  
با توام.. نه.. شما! بیا پایین

ای مهندس، جناب! دکتر جان!  
اخوی! حاج آقا! بیا پایین

از برای خدا از آن بالا  
پسر کدخدا! بیا پایین

پیش از آنکه هوا برت دارد  
یک هویی، بی هوا بیا پایین

ای که یک چند پیش از این بودی  
کاسب خرده پایا پایین

هر که آمد عمارتی نو ساخت  
زد به نام شما بیا پایین

قسط من می دهم تو می گیری  
وام از بانکها؟! بیا پایین

روی امواج قدرت و ثروت  
می روی تا کجا؟ بیا پایین

این همه پشتک آن همه وارو!  
اندکی هم حیا بیا پایین

می شود بوی این دو رنگیها  
عاقبت بر ملا بیا پایین

روز محشر نمی شود پیدا  
پارتی، آشنا بیا پایین

صد کیلومتر رفته ای بالا  
قدر یک تو که پا بیا پایین

پول را می شود همین جا خورد  
هی نبر کانادا بیا پایین

من نمی گویم از بلندی قاف  
یاز هیمالیا بیا پایین،

اختلاست اگر تمام شده  
لطفا از کول ما بیا پایین!



در انتخاب اسم، کلمات هم قافیه را هم در نظر داشته باشید.  
برای آینده فرزندتان می گویم، فردا روز نگویید که چرا توی  
مدرسه برای بچه ما شعرهای آنچنانی می سازند! از ما گفتن.

اگر اسم انتخابی شما نیم فارسی و نیم عربی است، باید خیلی  
دقت کنید. مثلا اسم هایی مثل جاسم سهراب، امید جابر و غیره  
خیلی قشنگ نیستند!

علاقه به فرهنگ باستانی و کهن ایرانی، امری بسیار نکواست،  
لکن نگذارید غلظت خون آریایی در رگ های شما بیش از حد  
مجاز بالا برود و خدایی نکرده آوردوز کنید! چون در این صورت  
ممکن است از برخی از واژه های اصیل فارسی استفاده کنید که  
بعدا منجر به پشیمانی شما بشود. مثلا اگر دختر دارید، اسم او را  
«پهنانه» نگذارید، این واژه علیرغم ظاهر زیبایش، معنای بوزینه  
می دهد!

یکی از نکات مهم در نامگذاری این است که اسم به نحوی  
انتخاب شود که اگر شخص را به صورت مخفف صدا کردند،  
کلمه ضایعی از آب در نیاید! مثلا اگر اسم فرزندتان را «پولاد»  
می گذارید، باید پیه این را هم به تن بمالید که او را در مدرسه  
«پولی» صدا کنند. به پیشنوندهای محتمل برای این کلمه مخفف  
هم فکر کنید.

اگر نام خانوادگی شما چند بخشی است، نام فرزندتان را  
دیگر چند بخشی نگذارید. دیگر کسی حوصله اسم هایی مثل  
«عنصرالمعالی کیکاووس بن اسکندر بن قابوس بن وشمگیر بن  
زیار» را ندارد! به فکر زمانی باشید که فرزندتان به دنبال یافتن کار،  
باید فرم های استخدامی بی شماری را پر کند، و احتمالا هر بار  
پس از نوشتن اسمش، دستش از کار خواهد افتاد.

امیدواریم که با به کار بردن موارد فوق، برای فرزندتان اسم  
شایسته ای پیدا کنید!

# بنده خدا، چنگه‌ود!

محمد رضا ناصری

توی ده هالیود یگ پسری بود به اسم چنگه‌ود! این چنگه‌ود قصه مان توی یگ دو کون نصب هود کار مگرد. که شرکت طرف قرار دادشان مارک «کندی وود» بود. در ضمن چنگه‌ود فوق لیسانس ریاضی هم داشت ولی کو کار مرتبط؟ چنگه‌ود که گفتیم تو کار نصب هود بود صبح تا شب جون مکنده و مرتف تو خانه های مردم برایشان هود نصب مگرد. هود گرون و بسا کلاس و چخچی ره تو خانه های بالاشهر و هودهای الکی پلکی دست چندم و بعضی وقتایم فقط یگ فن خردوره تو خانه های پایین شهر!

یک روز از روزها چنگه‌ود یک هو به خودش آمد و گفت یره ای که عدالت نیست، بری چی هود خوب و چخچی بری اونا هود خرابا بری اینا. پس چی؟ پس مو باید بوروم از خانه آدم پولدارا هوداشان ره ورداروم ببروم خانه فقیر نصب کنم خالسه ببرن. که همو جور تو افکار خودش غرق بود که یگهو رفیقش «خان خردو» یگ پس کلگی محکم بهش زد. گفت «خب اسکول بری چی بلند بلند فکر مکنی؟ مخ دلنگون هم چی به تو مرسه؟ توی ای دوره ز مونه از هر دستی بدی با همو دست مزنت صدا کوچوسگ بدی! نمخه!

وخه بیا حاکم شهر مسابقات پلخمون گذاشته جایزه نفر اول ده تایخچال، نفر دوم ده تا تلویزیون، سوم ده تا هوده چخچیخیه اصل فنلاند. وخه بیا هموناره ببر، بعد پخش کن. دردسر هم ندره.»

چنگه‌ود رفت مسابقات و یگ جوری خواست بزنه که سوم بره و هوداره ببره. ولی همو جوریم زد، اقد که بقیه تر زدن او اول رفت و ده تایخچال ره بهش دادن! اوویم گریه مکرد که «مو هوداره مخام، مو مخاستوم سوم بوروم. حداقل مثل بچه های آسمان بهم کفش ورد کاپ بدن...» که گفتن «خره خو برو و یخچالاره بو فروش، پنجاه تا هود بخرا!» گفت «عخی راس مگن هالا!»

اوویم «گیشته گیشته دینگله دینگو» کنان، رفت که جایزه بیگیره! همو جوری که چنگه‌ود رفت جایزه بیگیره، یگهو چشمش افتاد به یگ دختر کنار حاکم شهر که فیشنگ بود ولی بی آرایش و ماست مالی و یگ دل نع که هزار و شونصد و یگ دل عاشقش رفت! که یگهو متوجه رفت دماغش عملیه و گفت نه یره دختر باید ساخته خدا بشه نه ساخته دست جراح ملامین (پلاستیک قیدیمی رفته)! چنگه‌ود با خودش گفت «یره حیفه الان احساس عشق دروم، بذار ببینوم هیشکی دگه نیس عاشقش بوروم؟» واز یه کم چپ و راستشه نگاه مکنه بیینه مورد دگه ای پیدا نمره که... پیدا رفت! نه او نه، بغلیش... هالا... همووو! عجب چیزی که نه عجب خانومیه!

همونجه سریع به خان خردو گفت «دداش موگوم تو که آماره همه ره در ای دختر گه کیه اونجه؟» خان خردویم گفت «عخییی عاشق رفتی؟ کندی؟ مدنی او کیه او دختر خود خوده پادشایه! اسمش صادر لایه! هیچ نسبتی هم با سین در لاند ندره! عمرا نکات بکنه چه برسه بجه زنت بره!»

چنگه‌ودم که عاشق رفته بود گفت «برو یره مو نمیتوم که عشقوم ره ول کنم. عشقومه، حقومه» که تو همو صحنه یگهو پرید سمت صادر لایه یو گفت مو توره مو خوام! صادر لایه نه گذاشت نه ورداشت یگ لنگ کفششه در آورد پرت کرد طرف چنگه‌ود گفت «برو گمرو یرگه ای هودی مودی شوهر مو باید ماشین شاسکول بلند دشته بشه! خانه تو هاشمیه دشته بشه» که کفششه چنگه‌ود گرفت و گفت «جان مادرت مو الان بوروم همی کفش ره ببینوم به پای کدوم دختر شهر مره که با همو از دواج کونوم!» صادر لایه که دید بچمان (چنگه‌ود) اقد ساده و هنوز قصه سیندر لاره یادشه، عاشقش رفت. ولی گفت «حتما باید برم ماشین شاسکول بلند بخری و گر نه همو کفش ره از پاشه مکنوم تو حلقه! خانه هاشمیه که نه، حداقل راسته و کیل آباد که بخرا!»

ها ای جوری بود که دو گل نوشکفته یعنی صادر لایه و چنگه‌ود قصه ی ما با مهریه هزار و شصت و شیش تا سکه تابستون (بهار سابق) آزادی با هم از دواج نکرده! نکرده! نه که نکرده!

چنگه‌ود بنده خدا آه ندره با ناله سودا کنه!

یگ نخ بادبادک نمندن دستش هوا کنه،

بعد ببین دست دختر شانه بدن دست چنگه‌ود؟ مگه فیلم هندیه؟!

هیچی دگه چنگه‌ود سر به بیابون گذاشت و صادر لایه سر به خیابون!

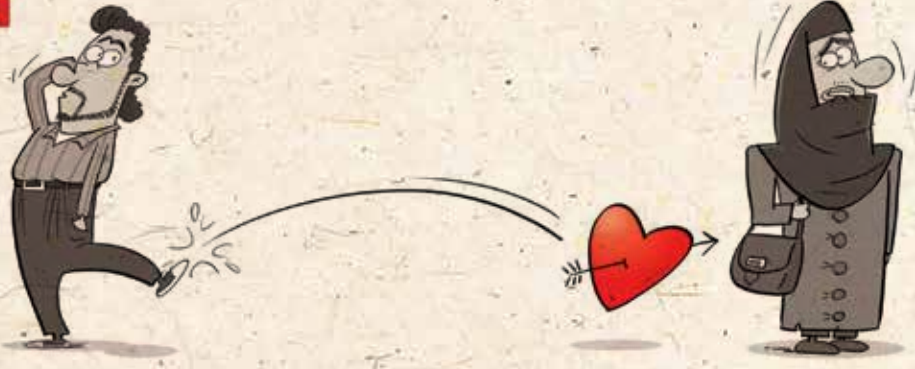
پایین آدمم سیگار بود، چنگه‌ود شبا همش بیدار بود!

بالا رفتم پشمک بود، صادر لایه دنبال فندق بود!

دگه وقتشه مویم بوروم بخوابوم مخم تاب ور داشته!



۱۳٪-۷۰



شهر  
په‌ار ۹۵  
۱۴۹۱

۱۳۷۰-۸۰



۱۳۸۰-۹۰



۱۳۹۰-۱۴۰۰



محسن ایزدی

۱۳۹۱

# غرنزن، بالام جان!

فرانک باباپور

همراه

په‌ار ۹۵

۵۰

راهب: نه داداش برای شعار انتخاباتی نیومده، انتخابات کلا تموم شد! پند زندگی بده. کوروش: ولی اون بودا بودا، من نبودم!

راهب: پس یه شعر فشنک بگو. مثلا اون مگسی را کشتم خوبه.

کوروش: به جان مادرم اون رو هم حسین پناهی گفته.

زن: من برم همون سیبیل ببر کوهستان رو بکنم راحت ترم!

زن با ناامیدی به خانه‌اش برگشت. غذایی آماده کرد و روانه‌ی کوهستان شد. خود را به نزدیکی غار ببر رساند. از شدت ترس بدنش می لرزید اما مقاومت کرد. آن شب ببر بیرون نیامد! چندین شب به همین منوال گذشت. هر شب چند گام به غار نزدیکتر می شد، بالاخره ببر وحشی غرش کنان از غار بیرون آمد و ایستاد و به اطراف نگاه کرد. هر شب که می گذشت آن ببر وزن چند گام به هم نزدیکتر می شدند و...

چند ماه گذشت و زن دیگر نزد راهب باز نگشت تا از نتیجه‌ی کارش بگوید. راهب نیز یقین کرده بود که احتمالا غذای زن به قدری بدمزه بوده که ببر کوهستان ترجیح داده خود زن را بخورد. تا اینکه یک روز زن را در صف نانواپی دید و فهمید که روابطش با شوهرش خوب شده.

+ ای زن فهمیدی که اگر همان صبر و حوصله و عشق و محبتی را که به ببر کردی به شوهرت کنی، او هم اخلاقت خوب می شود؟

- نه!

+ یعنی چی نه؟ مگر نتوانستی ببر را رام کنی و سپس پند بگیری که آرام کردن شوهرت کار ساده تری است؟

- نه ای پیرا کی حوصله‌ی این کار را داره، شما هم دلت خوشه ها!

+ خب شما که رسماً گند زدی به نتیجه اخلاقی داستان! پس چیکار کردی؟

- در جریانی که الان همه بازیگرها به حیوون خونگی دارن، منم که تونستم ببر رو رام کنم، بردمش خونه که مثل اون خانم بازیگره خوشگله، یه ببر خونگی داشته باشم!

+ پس شوهرت چه شد؟

- اون که همون اول تا ببر رو دید دوباره شروع کرد به غر زدن، منم دیدم دیگه تحمل غر زدن هاش رو ندارم، به ببرم گفتم بخوردش!

در این هنگام راهب نفس عمیقی کشید و با لبخندی روی لب جان به جان آفرین تسلیم کرد!

\*\*\*

پن: اولاً این که هیچوقت زن‌ها رو دست کم نگیرین. دوما هم؛ غر زنین دیگه! نکنه دوست دارید به ببر هم پیدا بشه شما رو بخوره؟!!

در کتاب «داستان‌های کهن» در جلد پنجم، فصل احوالات زندگی زناشویی آورده‌اند که:

زنی بود که خلق و خوی شوهرش او را به تنگ آورده بود و کاری از دستش بر نمی آمد. شوهر او همیشه می گفت و می خندید و با بچه‌ها خوش و بش می کرد. ولی مدتی بود با کوچکترین مسئله عصبانی می شد و داد و فریاد راه می انداخت!

پس، زن نزد راهبی رفت که در کوهستان زندگی می کرد تا از او کمک بگیرد. زن از راهب معجونی خواست تا شاید چاره‌ی کارش شود! راهب، به زن نگاهی کرد و گفت: یارانه‌تون رو دیر ریختن؟

زن گفت: نه، اون که عادی شده، و گرنه باید هر ماه اینطوری می شد!

+ دفتر چه های قسطش فزونی یافته پس از خرید عید؟

- نه ای پیر، از قبل اینطوری بود. اصلاً خرید نرفتم، یعنی جرات نکردیم بگیریم پول بده بریم خرید.

+ سفر خار چه طلب کرده بودید، برای تعطیلات؟

- ای راهب دل خوشی دارید! سال تا سال به پارک و کیل آباد نیز نمی رویم!

+ ای بابا پس چه مرگش است این شوهر شما؟ بگذریم... برای ساختن معجون نیاز به یک تار مواز سیبیل ببر کوهستان است که حیوانی بسیار وحشی است. هر وقت تار مویی از سیبیل ببر وحشی را آوردی برای معجونی می سازم تا شوهرت با تو مهربان شود.

- راه دیگه ای نداره؟ خدایی خیلی سخته!

+ امممم... بگذار بگیریم کوروش بیاید قدری جملات پندآموز یادت دهد شاید جواب داد. کوروش کام آن!

کوروش: دستانی که کمک می کنند پاک تر از دست‌هایی هستند که رو به آسمان دعا می کنند.

# همدم و هم نفس و مونس و غمخواری هست؟

سید حسین عمادی

شهر

بهار ۹۵

۱۵۱

## موشی و دیواری

«گر بگویم که مرا با تو سر و کاری نیست  
در و دیوار گواهی بدهد کاری هست» (سعدی)

صاحب خانه اگر کرد جوابت، خوش باش  
بر سر کوه پس شهر، دوتا غاری هست

غصه ی پول مرا کشت، خدا را مردم  
توی بازار مرا قرض و طلبکاری هست

البته جای غم و غصه نباشد، زیرا  
تا که چک نیست، مرا فرصت انکاری هست

وعده ها هست فراوان و صد افسوس مرا  
جای یاران چو تو، یار دغلكاری هست

ادعا کرده ام و داد سخن ها دادم  
که در این دهر مرا طبع گهریاری هست

شعرک زشت و بدآهنگ مرا جان خودت  
در همه کشور پر مهر، خریداری هست؟

غیر یاران فتاد در همه ی شهر مرا  
همدم و هم نفس و مونس و غمخواری هست؟

هییس! ای جمع، نگویید سخن، چون اینجا  
غیر جمع رفقا، موشی و دیواری هست!

## هوا بفرست

ناخوشیم ای خدا هوا بفرست  
تا نرفتم در کما بفرست!

حذف کن مادران زنها را  
بعد از آنم دوتا سه تا بفرست

خر ما آمده ست و آماده ست  
چند گونی ز باقلا بفرست

ای خداوند کابل و افغان  
چند مثقال هم دوا بفرست

یار بد با زغال لیمو هم  
من نمی دانم از کجا، بفرست

گر سیاسی شود شبی شعرم  
حکم من را هم از فتا بفرست

یک دکل گم شده؟ فدای سرم  
چند تایی ز ماورا بفرست

شعر بنده رسیده به آخر  
صلواتی در انتها بفرست

# افلاس ما و مال توانگر بود مدام

پدرام ابراهیمی

آزاده‌ای را نعمت یامفت از ترکیه‌ی عَمّان بدست افتاد. فسق و فجور آغاز کرد و همان اول سر ضرب راه تایلند پیش گرفت. ۱. فی الجمله نماند از سایر معاصی منکری که نکرد و مسکری که نخورد و دم به دم با شلواریک و بطری مسکرات عکس در شبکه‌های اجتماعی می‌گذاشت. باری به نصیحتش گفتم: «ای فرزند دخل آب روان است و عیش، آسیای گردان. یعنی خرج فراوان کردن مسلم کسی را باشد که دخل معین دارد.» گفت: «نترس! بفرما!» ۲. چون مرا محل نگذاشت و تخفیفم داد بر آن شدم که عیشش کوفت کنم. گفتمش: «عقل و ادب پیش گیر و لهو و لعب بگذار که چون نعمت سپری شود، سختی بری و عین سنگ پشیمانی خوری.» گفت: «از آتش نترس. بفرما.» ۳. دیدم نصیحت نمی‌پذیرد و هر چه به مغزش پیام ارسال می‌کنم دلیوری نمی‌دهد. ترک مناصحت گفتم و روی از مصاحبت بگردانیدم تا پس از سالیس بدیدم بر مرکبی شش دره سوار و پیتبول‌وار حوریان دورگه در کنار و لبخند رضایت بر لب و بر تن لباس مارکدار. به حق صحبتی که میان ما بود به راننده‌اش دستور توقف داد و گفت: «بفرما» گفتمش فرجام آن خرج بی حساب که گردی به نکبت حال می‌رسید حال آن که تو را می‌بینم با مال و نعمت افزون و روی و گونه‌ی گلگون. از کیفیت امر جویا شدم و گفتم فحش گذاشتم هر که را گوید بفرما! گفت: «ثلث ماترک بخوردم و ثلثش را ملک و زمین خریدم و ثلث آخر به سپرده گذاشته با سودش راه می‌روم و می‌خورم و سوت همی‌زنم.» قول حکیمی به یاد آوردم که گفت دو مسافر اگر به چاه بیابان درافتند، مالدار به چاه کیسه‌ی زرّ ذی قیمت یابد و فقیر، دفترچه قسط طویل المدت.

از عاقلی سوال بکردم ز بهر چیست  
کافلاس ما و مال توانگر بود مدام  
گفتا که فاقه از پی درویش می‌دود  
وز بعد مال مال بیاید علی الدوام



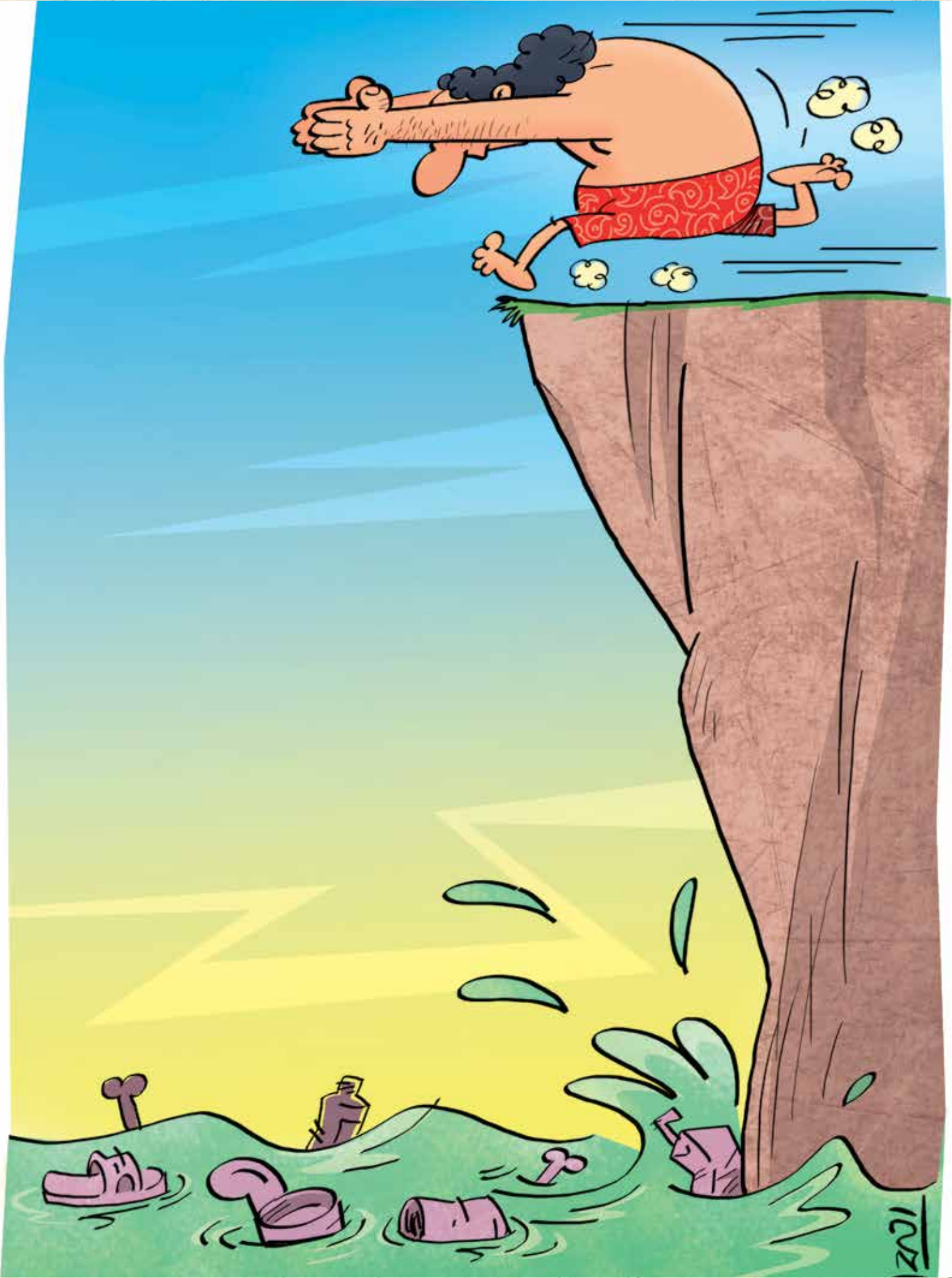
۹۵  
۵۲

نوگلستان بر مانی این همه نسخه از انتشارات سوره گنجینه انتشاراتی از مجموعه‌ی ششمین آرد آفرینان که شامل آن از انتشارات برای حضور ارسال شد و دیگری نسخه‌ای که در یکی از کتابفروشی‌های زاهدی در استان قزوین به فروم کتاب و دانش داد آن بود کتابخانه‌ی آیت‌الله زاهدی به چشم می‌خورد. همچنین کتابخانه‌ی علمی از انتشاراتی است که دوست فرزند و نویسنده در انتشارات و فرهنگت این نسخه به صورتی بود و قلمرویی بود در هر کتاب این کتاب برای یاد کردن که قلمرو علم و پشت کتاب آن برای مطالعه و دست‌نویس را برای انتشاراتی علمی انتشاراتی از می‌گذاشت.

پانویس:

۱. درباره این آزاده‌ی میراث یافته و فعالش - به خصوص سفر به تایلند - اختلاف عمیقی بین تاریخ‌نگاران وجود داشته و دارد. گروهی از آنان که معروف‌ترینشان ابن حلزون است بر سر آنند که او همان حکیمی است که پسرش را می‌گفت کمخوری و قناعت پیشه کن. اما گروه دیگری از مورخان که در کتاب‌های چاپ تکرنگ، یادستار و عبای روشن از راست به چپ می‌زنند، به سرکردگی ابن محجوف، عقیده دارند که او شخصیتی ساختگی بوده که نگارندگان محروم و تهیدست تمام آمال و آرزوهای سرکوب‌شده‌ی خود را در قالب او تجسم بخشیده‌اند. لکن بیضوی در جامع التواریخ نوشته: «بعضی مسائل تاریخی به دست تاریخ‌نگاران مغرض و یا ناآگاه مورد قلب و دستبرد و تغییر قرار می‌گیرند و به دلیل نبود شواهد و قرائن کافی برای رد یا اثبات وجود این فرد در دوران نگارش این کتاب (جامع التواریخ) لعنت بر پدر و مادر نویسنده‌ای که ما را سر کار گذاشته باشد.» اما نگارنده باید این را بیفزاید که شما لیست پروازهای ورودی به تایلند را مروری کنید و ببینید چه خبر است!
۲. اشاره به معنی اینکه بیا کنارم بنشین.
۳. اشاره به در خروجی.

از کتاب نوگلستان / نشر چشمه





## زنی را می شناسم من...

تقدیم به بانوان عزیز سرزمینم

مینا ششبلوکی

زنی با فقر می سازد  
زنی با اشک می خواند  
زنی با حسرت و حیرت  
گناهش را نمی داند

\*\*\*

زنی، درد عمیقش را  
کند مخفی، به هر سختی  
مبادا دیگران گویند:  
چه بد بختی، چه بد بختی!

\*\*\*

زنی را می شناسم من  
که شعرش بوی غم دارد  
ولی با خنده می گوید  
که: دنیا پیچ و خم دارد...

زنی با تار تنهایی  
لباس تور می بافت  
زنی در کنج تاریکی  
خیال نور می بافت

\*\*\*

زنی خو کرده با زنجیر  
زنی مانوس با زندان  
تمام سهم او اینست:  
نگاه سرد زندانبان!

\*\*\*

زنی را می شناسم من  
که می میرد ز یک تحقیر  
ولی آواز می خواند  
که: تسلیمم به این تقدیر

زنی را می شناسم من  
که در یک گوشه‌ی خانه  
میان شستن و بختن  
درون آشپزخانه

\*\*\*

سرود عشق می خواند  
نگاهش ساده و تنه‌است  
صدایش خسته و محزون  
امیدش در ته فرداست

\*\*\*

زنی، که زیر لب گوید:  
گریزایم از این خانه...  
ولی، موهای طفلم را  
که بعد از من زند شانه؟!



# خانه تکانی

رسول ادهمی

امروز سر خانه تکانی فهمیدم

چقدر جهاز مادرم پیر شده

لب بیشتر استکان ها

پر زده اند

قاشق و چنگال ها

خسته از رفاقتی دیرین

هر کدام به کنجی سر خود را گرم کرده اند

و دیگر ذوق سفره را هم ندارند

پشت کمد درآمده

با چسب

صدای داد و فریادش را خفه کرده اند

پهلوی یخچال زخم و خمیده است

ولی با این حال

زیر پاهایش روزنامه گذاشته

تا قدش به پنجره برسد

و اجاق را از حسادت و افسوس

بیشتر بسوزاند

اجاقی که با سرفه جای می سازد

و نیمه جان غذا را گرم نگه می دارد

اینجا

تنها پرده ها حال و روز خوبی دارند

نمی دانم کاسه داشت به کتری می گفت

یا میز با خودش زمزمه می کرد

هر چه بود یکی می گفت:

ما هم جای پرده این قدر رقصیده بودیم

جوان می ماندیم

کنار پنجره می روم

راست می گویند

مادرم همیشه شیشه های خانه را

عزیز می داند

برایشان گلدان می گذارد

گاهی هم سیب یا انار

کنجی که در آن زیاد انتظار پدرم را کشیده

پدری که سال هاست

یک دل سیر کفش نپوشیده و راه نرفته است

آه

هیچ چیز این خانه تکانی را دوست ندارم

ما داریم

هر سال، به اجبار

ذره ای از جهاز مادرمان را

دور می ریزیم

و این برای خانه غم سنگینی ست

زنی که با ترانه لیوان می چید

با ترانه قاشق ها را می شمرد

و با ترانه آب به گلوی گلدان ها می ریخت

حالا رفته رفته

یکی یکی

خاطراتش را سر کوچه می گذارد

زنی که امروز فقط یک لحظه

خنده اش را دیدم

آن هم وقتی بعد یک سال

دوباره اولین نامهی عاشقانه ی پدر را

لای عکس های آن موقع پیدا کرد

نامه ای که به جای سلام و احوال پرسی

با «زیبا جان دوستت دارم»

شروع شده است!

شهر

بهار ۹۵

۵۵



## این خانه دریگ نگاه

بعضی از تکه های زمین خدا خوشبخت ترند چون میشود نردبانهایی روی آن گذاشت و از درخت آسمان بالا رفت ...

زمین خدا وسیع است. زمین خدا هوشیار است. وقتی آدم‌های زیادی، همزمان از یک نقطه‌ی زمین، آرزوهایشان را راهی آسمان کنند، خلوص آن نقطه، بیشتر میشود ... خدا مهر بانتر به آنها نگاه میکند ... گوشه‌ای از شهر مشهد، تکه زمینی هست پر از آرزو ... از ذهن‌هایی سپید و بی‌فریب ... سال ۱۳۵۶ بود که تکه‌ای از زمین خدا، به اندازه ۱۰۰۰۰ متر مربع، سهم دختران کم توان ذهنی شد تا در آنجا زندگی کنند، آموزش ببینند، خدمات توانبخشی دریافت کنند و چند قدم به آرزوهایشان نزدیک شوند. این موسسه که «همدم فتح‌المبین» نام گرفته است، ابتدا با پذیرش ۶۰ دختر و تحت پوشش سازمان بهزیستی، آغاز به کار کرد. در سال ۱۳۸۰ نوع مدیریت مجموعه، به شیوه‌ی هیئت امنایی تغییر یافت که اتفاق مبارکی بود. هیئت امنای، همگی از خیرین و نیک‌اندیشان‌اند و با تمام همت و نیرو، در جهت بهتر شدن شرایط دختران این خانه، گام برمی‌دارند. اقدامات موثری مثل تجهیز، بازسازی و نوسازی بخشهای مختلف مجموعه، راه‌اندازی سیستم‌های هواساز، لاندردی و تهویه و همچنین تکمیل و بهره‌برداری از ساختمان شهید شاهید، در کارنامه‌ی این نیکوکاران

می‌درخشد. در سال ۱۳۸۴ موسسه به طور کامل از سازمان بهزیستی مستقل شد و تحت عنوان خیریه‌ی توانمندسازی و حمایت از معلولین به هیئت امنای واگذار گردید. هیئت امنای مؤسسه ۱۷ نفر می‌باشند که از این میان، دو نفر عضو علی‌البدل و هفت نفر اعضای هیئت مدیره هستند. نام این بزرگواران هیئت به شرح زیر است: آقای اکبر صابری فر، رئیس هیئت مدیره، مهندس حمید طیبی، نائب رئیس، خانم دکتر زهرا حجت، مدیرعامل موسسه و آقایان مهندس محمد چوپانکاره، علی اکبر علیزاده، احمد شاهید و سعید مرتضی ادیبی نیز دیگر اعضای هیئت مدیره هستند. مسئول فنی و رئیس مرکز جامع توانبخشی آقای جعفر شیرازی‌نیا می‌باشد. در حال حاضر نزدیک به چهار صد دختر بی‌سرپرست و یا فاقد سرپرست مؤثر در این خانه زندگی می‌کنند. حدود ۱۵۰ نفر کارمند و نزدیک به دو هزار نفر یاور کار خدمت‌رسانی به این عزیزان را به

صورت شبانه‌روزی انجام می‌گیرد. خیریه توانبخشی همدم فتح‌المبین یک مرکز جامع توانبخشی است که دارای بخش‌های زیر است:

- ۱- حمایت پذیر (مراقبت‌های ویژه) با هوش بهری ۲۵ تا ۳۵ حدود ۷۰ نفر
- ۲- تربیت پذیر (هوش بهری ۳۵-۵۰) حدود ۱۳۲ نفر
- ۳- آموزش پذیر (هوش بهری ۸۰-۵۰) حدود ۱۱۶ نفر
- ۴- خوابگاه دانش آموزی (بهنجار پایین یا میان راهی) با هوش بهری ۸۰ الی ۱۰۰ حدود ۲۰ نفر
- ۵- خانه کوچک پناهگاهی، دانش آموز حدود ۲۰ نفر
- ۶- روزانه، آموزش پذیر حدود ۴۰ نفر

دختران این خانه به طور همزمان از امکانات و خدمات مختلفی استفاده می‌کنند. خدمات توانبخشی از جمله: فیزیوتراپی، گفتار درمانی و کاردرمانی. فعالیتهای مختلف ورزشی برای دستیابی به حداکثر توانمندی جسمی و شرکت در کارگاه‌های هنری از قبیل گلیم بافی، سوزن‌دوزی و سرمدوزی فراهم کردن فضایی شبیه به خانه برای دختران این مرکز،

هزینه‌های سنگینی دربردارد. برای هر مددجو، ماهانه بیش از ۱۲,۰۰۰,۰۰۰ ریال هزینه میشود که یارانه‌ی دریافتی از سازمان بهزیستی هم، تنها پاسخگوی قسمتی این هزینه‌هاست و الباقی را کمک‌های مردمی تامین میکند. کمک‌های مردمی که اهل خیرند و خطی روشن از زیر کفشهایشان روی پیاده‌رو باقیست ... جایی روی خوشبختی زمین.



عروسک به لبخند دختران همدم  
گوش داد و از ته دل برایشان دست زد



girls. Some of the effective steps that have been done include: tooling up, rebuilding, and reconstruction of the different parts of the Charity, installation of air conditioning system, a laundry room, ventilation system and furthermore, completion and utilization of Shahid Building

In 1384, the Charity separated from the Welfare Organization and assigned to the Board of Trustees under the name of Charity of empowerment and support of the disabled. The Board of Trustees consists of 17 members: 2 alternate members and 7 members of the Board of Directors. The members are: Mr. Akbar Saberi Far (Chairman), Mr. Hamid Tayebbi (Vice President), Dr. Zahra Hojjat (Director of the Charity), Mr. Mohammad Choopankare, Mr. Ali Akbar Alizade, Ahmad Shahid, and Seyyed Morteza Adibi are the other members of the Board of Directors, and the head of the Rehabilitation Center is Mr. Shirzina

Around 400 unattended or without an efficient guardian live in the Charity now. Approximately, 150 employees and nearly 2000 social workers do services and care to these dear girls round the clock. Hamdam Fatholmobin is composed of these parts

1. Special care with the IQ: 25 between 35 to 70 girls
2. Trainable with the IQ: 35-50 around 132 girls
3. Educable with the IQ: 50-80 roughly 116 girls
4. Boarding school (children with syndrome down or foster children) with the IQ: 80-100 about 20 girls
5. A small shelter around 200 students

6. Daily, educable nearly 20 girls

The girls of this Charity utilize several facilities and services simultaneously. Rehabilitation services such as physiotherapy, speech therapy, occupational therapy, various exercises for getting the maximum physical strength, participating in different art workshops including: carpet weaving, needlework, embroidery and providing a situation like the real life for the girls of this Charity cost too much. Approximately, 12,000,000 rials is paid for the expenses of each girl. The subsidy of the Welfare Organization does not suffice and therefore several philanthropists pay the remainder of the expenses. Under the shoes of these benevolent humans remains a golden trace on the sidewalk... somewhere on the luckiness of earth



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

Some of the patches of God's earth are luckier than the other parts since you can put some ladders in it and climb the heavens' sky... God's earth is so vast. God's earth is conscious. When plenty of human beings, from one spot on the earth, make their wishes, the purity of that spot grows... The Lord will get ...kinder to them

In a corner of Mashhad, there is a piece of land full of wishes of innocent and naïve minds... It was 1356 that a patch from God's earth (10000 square meters) was constructed for the girls with mental disability in order to reside there, get education, receive rehabilitation services, and get closer to their wishes

Hamdam Fatholmobin Rehabilitation Charity began its work under the supervision of Welfare Organization by adopting 60 girls. In 1380, the administration method of the Charity changed to Board of Trustees method, which was a good event. The Board of Trustees is all donors and benevolent human beings and with their all vigor and effort try to improve the conditions of these beloved

# 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 ...







«خودم دیدم بعضیا عکس یادگاری دارن...  
تازه قابشم کردن!...»  
سجده



**همدی مردم دوست ما**

رفاه کارت: ۷۴۷۲ ۳۷۶۰ ۶۳۱۸ ۵۸۹۴ | جام ملت: ۳۹۰۰۰۰۲۲/۹۶ |  
مشهد، خیام شمالی، عبدالمطلب ۵۸ |  
تلفن: ۰۵۱-۳۷۱۱۲۱۱۱-۱۳ | روابط عمومی: ۰۵۱-۳۷۱۲۱۱۲۱ | پاسخگویی شبانه روزی: ۰۹۳۵۱۲۵۶۲۶۲ |  
سامانه پیام کوتاه: ۳۰۰۰۰۰۲۶ | [www.hamdam.org](http://www.hamdam.org)