

## به نام خدا

خدایا! ای هوایت، بوی عطرم  
غمم را گفته ام در این دو سطرم؛  
چه زیبا می شود، در بارش برگ  
بیخشی چشم خیسم را به چترم!



# همدم



آنچه در این شماره می‌خوانید

فصلنامه فرهنگی، هنری، آموزشی، اطلاع‌رسانی  
موسسه‌ی خیریه‌ی توانبخشی همدم (فتح‌المبین)  
شماره ثبت: ۷۳۳۱۹ | شماره چهل و یکم | پاییز ۱۴۰۰

صاحب امتیاز:  
موسسه‌ی خیریه‌ی توانبخشی همدم (فتح‌المبین)

مدیرمسئول: دکتر زهرا حجت  
مسئول شورای سیاست‌گذاری: جعفر شیرازی نیا  
سردبیر و ویراستار: علیرضا سپاهی لاین

هیأت تحریریه: مریم همایونی، محمدرحیمی

همکاران این شماره: حمیدرضا پورنجفیان، دکتر دشتی نیشابوری، گلپهار جعفری  
گروه توانبخشی: صدیقه بختیاری شهری، محبوبه سادات مشرف، مریم توکلی

مترجم: فرزانه فریدونی

گرافیک، صفحه‌آرایی و نظارت چاپ: اعظم منعمی‌زاده

عکس: اکرم ابراهیمی، هومان میرهادی، هانیه مقدسی محسن حمیدنژاد  
شیدا صبوری طباطبایی، سعید احمدی، معین نجیب اکبریپور  
شبنم نظری (دختران این خانه)، اعظم منعمی‌زاده و آرشیوروابط عمومی

تایپست: زهره دهقان

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: چاپخانه قرآن کریم (مشارکتی)

بسته بندی و آماده‌سازی جهت ارسال: دختران خانه پناهگاهی



طرح جلد: اعظم منعمی‌زاده  
عکس جلد: فرشته کاملان

- ۳ سخن‌مدیرمسئول
- ۴ یادداشت سردبیر
- ۵ یک‌نفس‌زندگی / انسانیت
- ۶ مصاحبه با همکاران
- ۸ یک‌نفس‌زندگی / بهترین آدم‌ها
- ۹ زندگی دختران این خانه
- ۱۰ پاییز
- ۱۱ یک‌نفس‌زندگی / ایمان و ترس
- ۱۲ یک‌نفس‌زندگی / چشمان گرم خورشید
- ۱۳ خبرهای خوب این خانه
- ۲۵ یک‌نفس‌زندگی / نایبنا
- ۲۶ همدردی
- ۲۷ چند لحظه علمی و آموزشی
- ۳۵ یک‌نفس‌زندگی / مرگ و انسانیت مرگ خوبی‌هاست
- ۳۶ ۱۰ برابر عیدی
- ۳۷ معرفی کتاب
- ۳۸ معرفی فیلم
- ۴۰ جدول همدم؛ شماره‌ی ۱۳
- ۴۲ معرفی کوتاه موسسه
- ۴۴ معرفی کوتاه موسسه (انگلیسی)



## خوبان چراغ خیمه‌ی خاک اند...

• دکتر زهرا حجت

در ماه‌های اخیر، مکرراً هموطنان ما ضمن محبت ویژه به اهالی همدم از طریق این موسسه، برای دیگر مراکز و مناطق هم کمک‌هایی ارسال فرموده‌اند. فهرست بخشی از اقلام اهدایی خیرین خارج از کشور که مدیریت همدم آن را به مقاصد ذیل رسانده است، به این قرار است: بیمارستان شریعتی: تخت ICU + ساکشن جراحی . شبکه بهداشت باخرز: ارسال برانکار، یک عدد تخت همراه بیمار، ۲۵۰ عدد، ماسک n۹۵ و پالس اکسیمر. شبکه بهداشت کلات: ارسال برانکار، تخت همراه بیمار، ۵۰۰ عدد، ماسک n۹۵ .

شبکه بهداشت درگز: ارسال برانکار، تخت همراه بیمار، ۲۵۰ عدد، ماسک n۹۵ .

یاران و همراهان همدمی عزیز!

به قول شاعر: خوبان، چراغ خیمه‌ی این خاک اند

چون چشمه‌های نور، همه پاک اند...

خدای بزرگ را برای وجود شریف و لطف بی دریغتان شاکریم و به نیابت از اهالی همدم و کسانی که در مقاصد و مراکز درمانی و شهرستان‌ها، از اقلام ارسالی شما برای رفاه حال نیازمندان استفاده کرده‌اند، عرض می‌کنیم: سپاس که سایه‌ی مهربانی و نیک‌اندیشی شما، همچون آفتاب تابان همواره بر سر ما هست و به ما اهالی همدم، شوق تداوم راه و انگیزه‌ی تلاش و کارواندگی و امیدواری می‌دهد.

مثل همیشه، **قدردان و چشم به احسان شما هستیم.**



معروف است که پروردگار، هیچگاه زمین را از حجت تهی نمی‌کند. بدون تعارف و تردید، نیکوکاران و خیراندیشان و خوبان، حجت‌های الهی بر روی زمین‌اند.

در شرایط دشوار کرونایی و تنگنای امکانات حمایتی و نگهداری بیماران و کمبودهای درمانی و بهداشتی برای آنان، مهربانی بی دریغ و همدلی بی‌ریای شما عزیزانی که از همه جا و به ویژه حتی از راه دور هوای هموطنان نیازمند خود را در ایران و خراسان دارید و به تدارک اقلامی چون تخت و برانکار و... کمک می‌کنید، مایه‌ی مسرت و مباهات ماست. اجازه می‌خواهیم صرفاً به بخش کوتاه و گوشه‌ی کوچکی از لطاف شما اشاره و خداوند را برای داشتن‌تان شکر کنیم. خداوند را شاکریم که در این روزهای تهدید کرونا و نیاز به درمان و کنترل، واسطه‌ی رساندن خیر شما به دست دیگر نیازمندان هم بوده‌ایم:

## محرم؛ ماهی که ماه «ماه بودن» بود!

• علیرضاسپاهی لایین

براستی اگر پیرو حسین و علی هستیم، چگونه ممکن است سهم نیازمندان را در دارایی خویش و توقع بجای آنان را از دستان بخشنده‌ی خویش، درک نکنیم؟

همچنان که می‌دانیم افراد دارای معلولیت موسسه‌ی همدم که مفتخر به خادمی ۴۰۰ تن از آنان هستیم، عموماً در بروز مشکلات خویش هیچ قصوری ندارند. در این استنباط منصفانه، همه‌ی اعضای جامعه در آنچه دارند و ندارند سهیم‌اند؛ دختران کم‌توان و نیازمند همدم، شریک سلامت جسمی و درآمد مالی هموطنان سرآمدند. محرم که می‌رسد، فرصت خوبی است تا درکمان از این قانون دینی و عقلی و اخلاقی را، به بوته‌ی آزمون بسپاریم. محرم که می‌رسد، فرصت ماه شدن فراهم می‌شود. در این ماه حرام، هر فعلی که به ماه شدن بیانجامد حلال می‌شود. محرم امسال هم آمد و گذشت. این شماره از فصلنامه‌ی ما، در پایان فصل جوانمردی و شهادت امام سوم شیعیان و یاران وفادارش منتشر می‌شود؛ برای حسینی بودن، کاش گاهی از زیر علم و کتل‌های سنگین سرمان را بالا بیاوریم و در همین نزدیکی، نیازمندان ماه و معصومی را ببینیم که پاکترین آدمیان روی زمین‌اند، اما از قضای روزگار، حتی درک اهمیت محرم و عاشورا، برایشان دشوار است. یادمان باشد که ما، در سهم و فهم خویش از عشق حسین (ع) و برکاتش با فرزندان همدم برابریم.

حسب سنت‌های شیعی یا عشقی که به حسین بن علی و اشرافی که بر مظلومیتش داریم، محرم که می‌رسد، کارمان می‌شود گریستن و غمگنانه زیستن... و گاه، یادمان می‌رود که مولای ما حسین (ع)، جان شیرین بر سر چه نهاد و سر به پای چه داد؟ چنان که شنیده و خوانده‌ایم، ابا عبدالله، وقتی می‌خواست از مکه خارج شود، وصیت نامه‌ای نوشت و آن را به برادر خود محمد بن حنفیه داد. حضرت در این وصیت نامه فرمود: «من برای جاه طلبی و کام جویی و آشوبگری و ستمگری قیام نکردم، بلکه برای اصلاح در کارامت جدم قیام کردم، می‌خواهم امریه معروف و نهی از منکر و به شیوه جد و پدرم حرکت کنم». شیوه‌ی جد و پدرام سوم ما چه بوده و بر چه منهجی بوده است؟ می‌دانیم که پیامبر ما، مشهورند به رسول رحمت و رافت. در باب پیامبر و اصرار و افتخارشان به یاری رسانی نیازمندان شاید نیازی به ذکر مثال از گفتار و رفتارشان نباشد. اما امام علی (ع)، در حکمت ۳۲۸ نهج البلاغه، می‌فرماید: «إِنَّ اللَّهَ سُبْحَانَهُ فَرَضَ فِي أَمْوَالِ الْأَغْنِيَاءِ أَقْوَاتَ الْفُقَرَاءِ فَمَا جَاعَ فَقِيرٌ إِلَّا بِمَا مُتَّعَ بِهِ غَنِيٌّ؛ خداوند روزی نیازمندان را در اموال ثروتمندان واجب کرده است و نیازمندی گرسنه نمی‌ماند، مگر اینکه توانگری از حق او بهره‌مند شده باشد». مطابق این فرمایش، نیازمندان و ثروتمندان، در شرایط هم شریک‌اند. شرایط ما، ما حاصل کنش متقابل نیکی و ستم مردم نسبت به هم است.





## انسانیت

### انسانهای ناپخته همیشه می خواهند که در مشاجرات پیروز شوند...

حتی اگر به قیمت از دست دادن "رابطه" باشد... اما انسانهای عاقل، درک می کنند که گاهی بهتر است در مشاجره ای بیازند، تا در رابطه ای که برایشان با ارزش تر است "پیروز" شوند...

هیچگاه فراموش نکنیم که هیچکس برد دیگری برتری ندارد؛ مگر به "فهم و شعور". مگر به "درک و ادب"!

آدمی فقط در یک صورت حق دارد به دیگران از بالا نگاه کند و آن هنگامی است که بخواهد دست کسی را که بر زمین افتاده را بگیرد و او را بلند کند!

**و این قدرت تو نیست؛ این "انسانیت" است!**

## کارم را عاشقانه دوست دارم...

- زنی که چهل سال است خادم معلولان است
- محمدرحیمی



۶۰ مثل همه‌ی اقشار ضعیف جامعه، من هم مشکل مالی داشتم و دنبال کاری می‌گشتم. از خدا خواستم کاری سراهم قرار دهد که خدمتی به هموعانم در آن نهفته باشد. وقتی شنیدم بهزیستی استخدامی دارد به آنجا رفتم و به لطف خدا استخدام شدم. البته باید بگویم این کار بسیار سخت و طاقت فرسا بود و همزمان با من، خیلی‌های دیگر هم استخدام شدند. اما خیلی زود جاززند و دوام نیابردند.

### • سختی کاری که می‌گویید، چه بود؟

ببینید شغل ما مربوط می‌شد به نگهداری از معلولین عزیزی که خودشان فاقد هرگونه حرکتی بودند. از نظافتشان، حمام بردنشان، تعویض لگن و پوشک تا غذا و دارو دادن شان دست من بود. ضمناً نظافت محیط آسایشگاه هم با خودمان بود و نیروی خدماتی، آنجا را تمیز نمی‌کرد. اینهایی که گفتم فیزیکی بود و اما دیدن یک عده انسانی که سالهاست معلولند و نمی‌توانند حرکت کنند روی روحیه‌ام تأثیر زیادی داشت. شاید هرکس دیگری بود افسرده می‌شد اما من هرروز عهدی که با خدا بسته بودم را به یاد می‌آوردم و سعی می‌کردم تا توان دارم برای معلولین عزیزان آسایشگاه و بعد از آن، دختران معصوم همدم تلاش کنم. سختی کار ما خیلی زیاد بودند اما عشق به کار باعث می‌شد حال و احوالم بهتر شود.

• خانم کارگر! اینکه می‌گویید «عشق به کار» یعنی چه؟ عشق به کار در محیط بهزیستی خصوصاً جایی مثل همدم یعنی اینکه بچه‌های معلول را مثل فرزندان و خانواده‌ی خودت دوست داشته باشی و گرنه هیچ وقت نمی‌توانی به آنها خدمت کنی. تا عشق نباشد چگونه در آسایشگاه و کنار تخت چند بیماری حرکت که منتظرند تو تمام نیازهای شان را برآورده کنی، می‌شود کار کرد؟ من همکارانی را می‌شناسم که هنگام غذا دادن به بچه‌های معلول، ذکر می‌گویند و کارشان را عبادت می‌پندارند. تا این حس و حال نباشد محال است اینجا دوام بیاوری.

### • از همدم قدیم بگویید؟ چه فرقی با الان داشت؟

والله باید از کارکنان قدیمی بهزیستی بپرسید. کسانی که می‌توانند با تصویر و عکس به شما بگویند اینجا چه وضعی داشت. همدم از لحاظ بهداشت و نظافت، امنیت، دارو و درمان بچه‌ها، وضعیت استخدامی کارکنان و امنیت شغلی و... از زمان حضور آقای شیرازی نیا به عنوان مدیر موسسه خیلی فرق کرد. خدا به ایشان و خانم دکتر حجت عمر باعزت بدهد که همدم را در ایران به خوبی معرفی کردند بطوری که امروز باعث کسب آبرو برای بهزیستی مشهد و استان شده است. قبل از حضور این زن و مرد خیرخواه، شام و نهار درست و حسابی به بچه‌ها و کارکنان شیفیت نمی‌دادند. خیلی اوقات خودمان با پولی که جمع می‌کردیم

پس از بازنشستگی از بهزیستی، با درخواست مدیریت وقت همدم در کنار کادر درمان موسسه مشغول به خدمت شده‌ام. او را همه‌ی اهالی همدم و همین‌طور کادر درمان بیمارستانها و آزمایشگاه‌ها و داروخانه‌های سطح شهر به مهربانی و جدیت در کار می‌شناختند. هر وقت یکی از بچه‌ها به دوا دکتر نیاز پیدا می‌کند و ادامه‌ی درمانش در کلینیک موسسه امکان پذیر نیست، او دست به کار می‌شود. با روایی خوش و روحیه‌ای خستگی ناپذیر صفر تا صد یک دکتر بردن، آزمایش گرفتن، دارو خریدن و حتی دارو خوردن به بچه‌ها را انجام می‌دهد و از این بابت همه‌ی بچه‌ها از او به نیکی و صبوری یاد می‌کنند. او یکی از همکاران دلسوز و مهربان همدم است که حرف‌های شنیدنی زیادی از روزهای کار در این موسسه و خاطرات تلخ و شیرین همدمی بودن، دارد. پای حرف‌های او می‌نشینیم؛

### • لطفاً از خودتان بگویید.

من صغری کارگر هستم. متولد سال ۱۳۳۹ از روستای زشک. ۵ بچه دارم و به لطف خدا همه‌اشان را عروس و داماد کرده‌ام و ماشاءالله هفت تانوه‌ی سالم و خوشگل هم دارم.

### • از چه سالی به استخدام بهزیستی درآمدید؟

من سال ۱۳۶۰ در بهزیستی مشهد استخدام شدم. به عنوان مادریار معلول در آسایشگاه شهید فیاض بخش مشهد شروع به کار کردم و ۲۰ سال آنجا بودم. بعد از آن ۲۰ سال، ۱۰ سال پایانی خدمتم در همدم و خدمت بچه‌های عزیز و همکاران باصفای اینجا بوده‌ام.

• خب چه شد که در بهزیستی استخدام شدید؟ خودتان دوست داشتید یا کسی واسطه شد؟

من در تمام طول زندگی فقط خدا را داشته‌ام. هرچی از خدا بخواهی بهت می‌دهد به شرطی که صادق باشی و زحمت بکشی. اوایل دهه‌ی

خدا رو شکر که معجزه شد و اثری از بیماری دخترم نماند....  
\*\*

خانم کارگر، به اینجای داستانش که رسید اشک امانش نداد و گفت اگر کاری ندارید باید بروم بیمارستان امام رضا (ع) دنبال کار بچه‌ها. اورفت و همکارانی که از او خاطرات زیادی داشتند، تاکید کردند بنویسیم که صغری کارگر با تمام وجود در این چهل سال به جامعه معلولان خدمت کرده است. او بدون چشم داشت و حتی زمانی که پسرش خردسال بود با چادر او را به پشتش می بست و با عشق به معلولین این شهر و دیار، خدمت می کرد... او کارگری است که بانوع خدمتش، در پیشگاه پروردگار، در عین بندگی، پادشاهی می کند.



برای همکاران شیفت شب شام مهیا می کردیم. بچه‌ها بیشتر اوقات گوشت تازه نمی خوردند. میوه و سبزی تازه هم که بماند اما این سالها وضعیت خیلی فرق کرده. داخل بخش بستری بچه‌ها می شوی متوجه بوی بد یا کمبود دارو نمی شوی. خدا رو شکر که خانم دکتر حجت و آقای شیرازی نیا و سایر هیات مدیره تمام حواسشان به بچه‌ها و کارکنان است.

● چه شد بعد از بازنشستگی به همدم آمدید؟ شما که ۳۰ سال سختی این کار را چشیده و دیده بودید؟

بعد از بازنشستگی، حاج آقای شیرازی نیا از من خواست برای کمک به کلینیک همدم، در بردن و آوردن بچه‌های بیمار به مراکز درمانی کمک کنم. من خیلی خوشحال شدم که می توانم بازهم در کنار این بچه‌ها باشم. از سال ۱۳۹۰ تا امروز، هر گاه که بچه‌ای نیاز به دکتر و آزمایش و یا دیالیز داشته باشد من در خدمتشان هستم.

● تاکی می خواهید در همدم بمانید؟

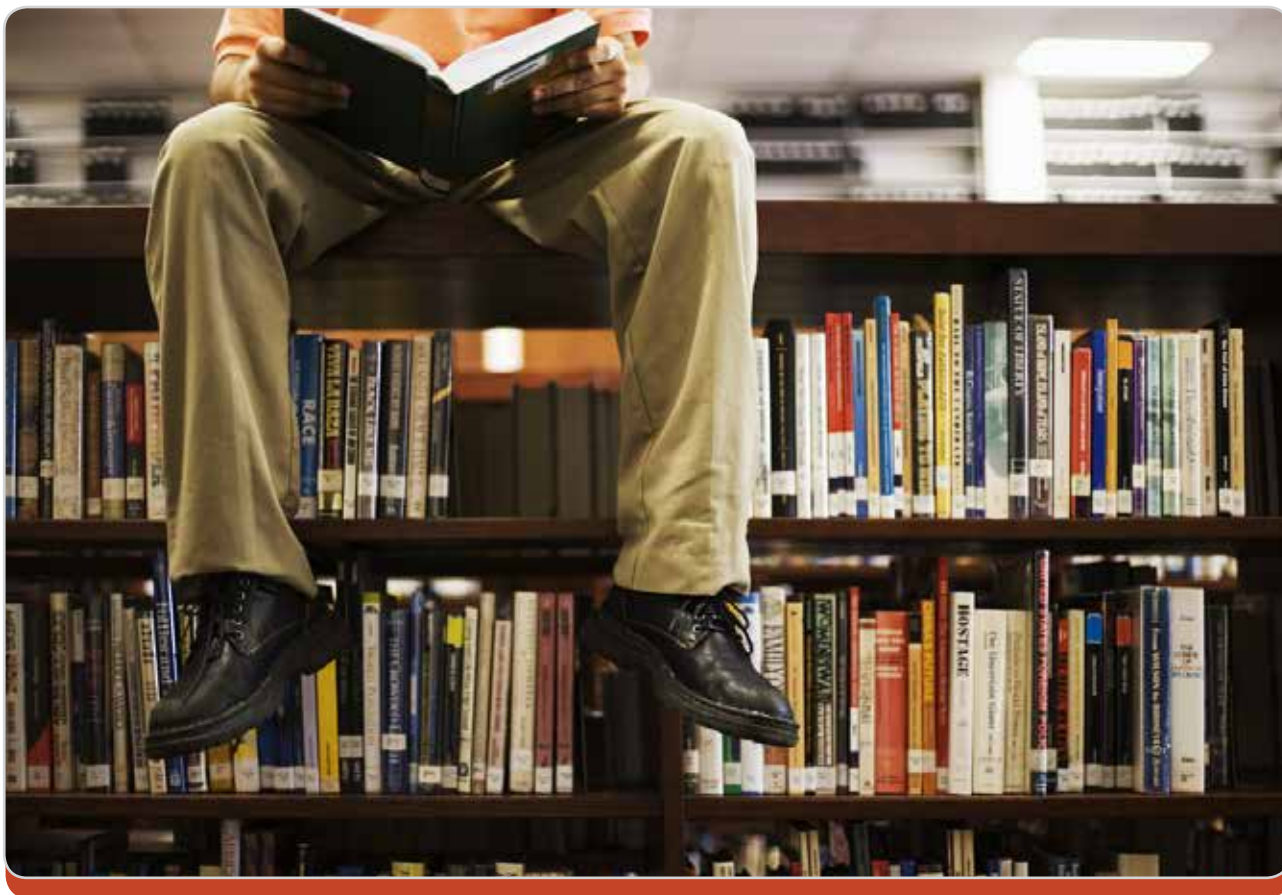
تا روزی که زنده باشم و توان کاری داشته باشم و مدیران همدم من را لایق خدمت در کنار بچه‌ها بدانند، آماده‌ام خدمت کنم و کارم را عاشقانه دوست دارم.

● برخورد مراکز درمانی با شما و زمانی که بچه‌ها را به آنجا می برید چطوری است؟

مراکز درمانی ارتباط خوبی با ما دارند. خصوصاً بیمارستان امام رضا (ع) و بخش مددکاری اش که واقعا سنگ تمام می گذارند. آنها در همه وقت با روی خوش پذیرای بیماران ما هستند. همین طور آزمایشگاهها و داروخانه‌ها سطح شهر که امیدوارم خداوند به همه‌ی آنها برکت بدهد و مطمئن باشند این خیرخواهی که برای بچه‌های مظلوم همدم انجام می دهند، نتیجه‌اش چند برابر به زندگی شان برمی گردد.

● خانم کارگر می دانیم کل سالهایی که در همدم بوده‌اید برایتان خاطره است. موافقید که یکی از خاطرات شیرینتان را برایمان تعریف کنید؟

اوایل سال ۱۳۸۸ دخترم سرطان حنجره گرفته بود. شب و روز گریه می کردم و ناراحت بودم. خیلی جاها بردیمش. دکترها فقط دارو می دادند و می گفتند کار دیگری از دستمان بر نمی آید. یک شب که دلم شکسته بود کنار تخت یکی از بچه‌ها به نام زهره نشسته بودم و داشتم برای یکی از خانمهای همکارم درد دل می کردم و بغض کرده بودم. دیدم زهره به پهنای صورت دارد اشک می ریزد و به حرفهایم با دقت گوش می دهد. دست زهره را گرفتم و با گریه از او خواستم بین من و خدا باشد و برای سلامتی دخترم دعا کند.



## بهترین آدم‌ها...

• دکتردشتی نیشابوری

کتاب خوان‌ها بهترین آدم‌هایی هستند که می‌شود عاشق شان شد... کتاب خوان‌ها در قیاس با افراد عادی آدم‌های باهوش‌تری هستند و شاید تنها آدم‌های روی این کره خاکی باشند که ارزش عاشق شدن را دارند. بر اساس مطالعاتی که روان‌شناسان در سال‌های ۲۰۰۶ و ۲۰۰۹ انجام داده‌اند، کسانی که رمان می‌خوانند بیشترین قدرت همدلی با دیگران را دارند و قابلیتی دارند به اسم «تئوری ذهن» که به آنها این اجازه را می‌دهد که در کنار آنچه خود به آن اعتقاد دارند، عقاید، نظرها و علائق دیگری را مدنظر قرار داده و درباره آن‌ها قضاوت کنند. آن‌ها می‌توانند بدون این که عقاید دیگران را رد کنند یا از عقیده خودشان دست بردارند از شنیدن عقاید مخالف لذت ببرند. ممکن است همیشه با شما موافق نباشند اما سعی می‌کنند ماجراها را از زاویه دید شما هم ببینند. آن‌ها نه تنها باهوشند که عاقل هم هستند. کتاب خوان‌ها با شما حرف نمی‌زنند، با شما رابطه برقرار می‌کنند. به خودتان لطف کنید و با کسی قرار بگذارید که می‌داند چه طور از زبانش استفاده کند. آن‌ها فقط شما را نمی‌فهمند، درک‌تان می‌کنند. آدم‌ها فقط باید عاشق کسی شوند که بتواند روحشان را ببیند. قرار و مدار گذاشتن با آدم‌اهل کتاب به قرار گذاشتن با هزاران نفر می‌ماند. انگار که تجربه‌ای را که او با خواندن زندگی همه این آدم‌ها به دست آورده در اختیار شما قرار دهد. انگار با یک کاشف قرار گذاشته باشید.



مولای من!

فرزندان این خانه میهمان آستان تو هستند و از راه دور دامن دامن حاجت برایت آورده‌اند. دختران همدم بی‌دریغ مهربانند و چه زیباست گفت‌وگوی کودکانه‌ی شان با تو و معبودشان. زهره، شفای جسمی مادرش رامی خواهد که سالهاست اوران دیده. مریم دلش دانشگاه می‌خواهد و فاطمه ساعت عروسی صورتی رنگ و الهام خسته از سه‌شنبه‌های پرتکرار پیدا کردن پدر و مادرش رامی خواهد.

پروردگار مهربان!

ظرفیت دست و دامن کوچک مانند است و می‌دانیم دریای احسان تویی کران.

وقتی فرزندان بی‌سرپرست این خانه تو را صدا می‌کنند رواق چشمانشان با قطرات اشک آیینه‌کاری می‌شود و آن‌گاه از پشت ضریح اشک، سیمای ملکوتی امام هشتمشان (ع) را در عصمتی از انبوه نخ سبز بسته‌شده به پنجره‌ی فولاد می‌بینند که نگاه مهربان و دست عنایتش ضامن دلشان می‌شود. خدایا! این دلها از دلتنگی بسیار به تو روی آورده‌اند؛ امیدشان را ناامید نکن!

روزهای سه‌شنبه در همدم، قرار دیدار معدود بچه‌هایی است که خانواده دارند و به دیدارشان می‌آیند.



## سه‌شنبه‌های پرتکرار...

- (نگاهی به زندگی و آرزوهای الهام)
- مریم همایونی

درباره‌ی انسان‌هایی که از بدو تولد مهر «مجهول الهویه» بودن بر پیشانی‌شان می‌خورد چه باید نوشت؟ از علامت سوال‌های فراوان بی‌پاسخ چه می‌توان نوشت؟

از ندانستن، از بی‌خاطره بودن، از ذهن خالی و غمگین چه می‌توان نوشت؟ از انسان‌های خودخواه و شاید درمانده، از نام پدر و مادر فرضی برای گرفتن شناسنامه برای این جور آدم‌ها چه باید نوشت؟ بچه‌های مجهول الهویه بانداشتن هیچ خاطره و پیش فرضی از خانواده باید چه کنند؟ فریاد تنهایی‌شان را روبه کدام آسمان بی‌انتهایی باید سر دهند؟ کسی چه می‌داند در دل سه‌شنبه‌های پراز یاس تعداد زیادی از فرزندان همدم چه می‌گذرد؟!

او، یکی از این مجهول الهویه‌هاست؛ نامش الهام است. بیست تابستان را گذرانده است. دختری زیبا و دوست‌داشتنی با شیطنت ذاتی خاصش که به قول قدیمی‌ها از دیوار راست بالا می‌رود. از سه‌شنبه‌ها می‌گوید؛ از سه‌شنبه‌هایی که تا به حال صدای پیچ شدن نامش را برای ملاقات از بلندگوی مرکز نشنیده است! به چشم‌های زیبایش که نگاه می‌کنم با خودم می‌گویم پدر و مادرش به چه حدی از استیصال و نافرجامی رسیدند که حاضر شدند این دخترک معصوم را در حرم امام رضا (ع) رها کنند! آن لحظه از خدا چه خواستند و چطور سرنوشت دخترشان را به دست تقدیر سپردند! در حال حاضر زنده هستند یا این دنیا را با حسرت دیدن فرزندشان وداع گفته‌اند؟ الهام خواهر و برادر دارد؟ از کدام شهر و دیار است و بسیاران سوال دیگر که واحد مددکاری هم پاسخ آنها را نمی‌داند و فقط سرتکان می‌دهند...

- الهام! بگو ببینم چه آرزویی داری؟

پدر و مادرم رو پیدا کنم و برم خونمون.

- فکر می‌کنی خونتون چه شکلیه؟ تصور کردی پدر و مادرت چه شکلی هستند؟

خونمون بزرگه و مامان و بابام پولدارن. فکر کنم مامانم قد بلند و چشم‌های درشت سبزه‌داره و بابام هم موهاش مشکیه و ریش نداره و قدش بلند، کلاه و ماشین مشکی هم داره! - حالا غیر از آرزوی پیدا شدن پدر و مادرت دیگه چه آرزویی داری؟ سه‌شنبه‌ها کسی بیاد دیدنم، برام عروسک بیاره و دفتر مشق زودتر کرونا تموم بشه و بریم حرم امام رضا (ع). خیلی دلم گرفته و دوست دارم دوباره همه بیان مرکز بازدید و باورم برام جانماز و تسبیح جدید بیاره...

\*\*

## پاییز

پاییز با آن شیشه عطر روشنی‌بخشش  
پاییز و سرخی صدای برگ‌های شاد  
با یک قطار از رنگ‌ها برگشته در ذهنم  
پاییز، فصل آبی و آبادی و آباد

در ابتدای خویش با یک روسری باران  
در انتهای خویش با قصری که آرام است  
من چار فصل سال را در چهره اش دیدم  
پاییز، فصلی که صدای اولین گام است

می‌خوابد آهسته به روی شانه‌های من  
آوازهای جاودان و زندگی‌سازش  
می‌گیرمش آهسته در آغوش گرم خویش  
با گونه‌های عاشقش، با عطر پروازش

من کوچه‌ام، تو کوچه‌ای، ما کوچه‌سارانیم  
تا شعرهای بی صدای آسمان باشیم  
در روشنای قصه‌ی شب‌های طولانی  
تا دست در دست و شکوه بی‌کران باشیم

در عکس‌های یادگاری می‌شود پاییز  
در رنگ‌های زنده‌ی شب می‌شود پاییز  
پاییز در پاییز در پاییز در پاییز  
از دلخوشی‌هامان لب‌لب می‌شود پاییز

ما بال‌های آسمان هستیم و اوج پاک  
در لحظه‌هایی که نوای زندگی آب است  
نوری درون آینه در عمق شب پیداست  
نوری که از آوازهای زرد مهتاب است

پاییز را در قاب عکسی می‌برم آرام  
با دست‌هایی که تمام زندگی هستند  
این روزهای خوب را می‌سازم و شادم  
این شاخه‌ها، مفهوم پاک‌سادگی هستند

با رد پای روزهای خوب آینده  
با شال گرمی روی موهای پریشانم  
لبخند بر لب، به افق‌ها چشم می‌دوزم  
«همواره» خواهد شد سپیدی، خوب می‌دانم...



## ایمان و ترس!

سرعتِ آهو ۹۰ کیلومتر در ساعت است، در حالی که سرعت شیر ۵۷ کیلومتر در ساعت است! پس چطور آهو طعمه‌ی شیر می‌شود؟ "ترس" آهو از شکار شدن باعث می‌شود که او برای سنجیدن فاصله خود با شیر مدام به "پشت سر" نگاه کند و به خاطر همین، سرعتش بسیار کم می‌شود! تا جایی که شیر می‌تواند به او برسد، یعنی اگر آهو به پشت سرش نگاه نکند طعمه‌ی شیر نمی‌شود... اگر آهو به سرعت خود ایمان داشته باشد؛ همانگونه که شیر به نیرویش ایمان دارد؛ هیچگاه طعمه‌ی شیر نخواهد شد! این قصه‌ی خیلی از ما آدم‌ها هم هست! اگر به خودمان ایمان نداشته باشیم و در طول زندگی همیشه به پشت سر نگاه کنیم و به مرور خاطرات گذشته بپردازیم، هم از زندگیمان عقب می‌مانیم و هم آینده را از دست می‌دهیم!



## چشمان گرم خورشید...

- (تقدیم به خواهران همدمی ام)
- زیلان

من قبل ترها عاشق تاریکی بودم... از روزها خوشم نمی آمد!  
دوست داشتم همه جا تاریک باشد و من تنها. همه می گفتند شب و روز  
مکمل هم هستند

اما به گوشم نمی رفت. تا روزی که خورشید را دیدم؛ از نزدیک!  
صورتش می درخشید... و چشمانش... وای از چشمانش که به عسلی  
می زد! چشمان گرم خورشید بر من تابید و خودم راه را گم کردم!  
واضح تر بگویم قلبم گم شد!

و این آغاز نور بود آغاز شعله ها... همان شعله های سوزان. و من همان  
روز عاشق روز شدم!  
صورت زیبای خورشید من در روز بود که می درخشید...  
هفته ها گذشت...

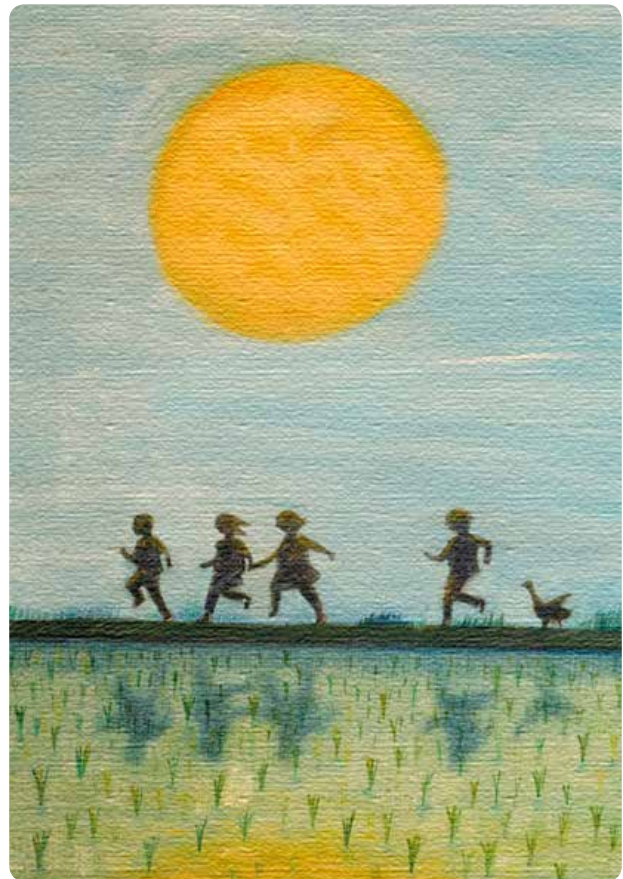
تابستان داغ من تمام شد و پاییز بارانیم هم به سر آمد. زمستان شد!  
ابرهای بی طاقت شده بودند... می آمدند و می رفتند. روزها، گاه ابری  
می شد و گاه آفتابی  
و خورشید من لابه لای آن ابرها، نگاهش از همیشه غمگین تر بود. تا  
این که بالاخره...

روزی از راه رسید که تمامش ابری بود! آن روز خورشید را ندیدم...  
تمام روز را منتظرش ماندم. اما نور من حتی از پشت ابر هم دیده می شد!  
روزهای بعد، تنها طوفانی را دیدم که دلهره می انداخت به جان برف  
ها... و قلب گمشده من هیچگاه بازنگشت...  
\*\*

من قبل ترها عاشق تاریکی بودم اما شبی از شبهای اسفند بود که برق ها  
رفت... قلبم ریخت!!

دست و پایم را گم کردم! بی قرار شدم و مدام پلک می زدم تا شاید نور را  
ببینم. حس می کردم خورشید جایی میان آن تاریکی گم شده است.  
حس می کردم دارد خواهش می کند که پیدایش کنم. دلشوره امانم را  
بریده بود؛ برق ها آمد!

بابی تابی دوروبرم را گشتم. خورشید داشت از آنجا به من لبخند می زد!  
از همان جا؛ از همان قاب عکس روی میز و با چشمانش لبخند می زد؛  
چشمان گرم خورشید، از سمت همسایه می تابید و امید را به دلم  
می بخشید...





خبرها کهنه نمی شوند. مشروح  
اخبار همدم را می توانید در فضای  
مجازی دنبال کنید، اما اشاره‌ای  
کوتاه در این صفحات برای یادآوری  
مهربانی و تشکر از دوستان همدم است.

## خبرهای خوب این خانه

مروری بر خدادهای همدم در سه ماهه‌ی تابستان ۱۴۰۰

 [www.hamdam.org](http://www.hamdam.org)

  @hamdamcharity  @hamdam.charity



## مدیران همدم به دیدار مدیر سازمان بهزیستی شهرستان مشهد رفتند

بعد از هماهنگی، فرصت و موقعیت مناسب نصیب شد و جمعی از مدیران موسسه، در حاشیه‌ی میدان عدل خمینی و در محل کار، برای احوالپرسی و تبریک به دیدار مدیر اداره‌ی بهزیستی شهرستان مشهد یعنی جناب آقای مهدی نخعی رفتند.



## تبریک همدم برای صدمین سال تاسیس قنادی طباطبایی

دکتر زهرا حجت (مدیر عامل همدم) با حضور در دفتر سید مصطفی - طباطباییان و اهدای لوح سپاس و یادبود، صدمین سال تاسیس قنادی طباطبایی و خیرخواهی و خیراندیشی این خاندان نیکوکار را تبریک گفت.



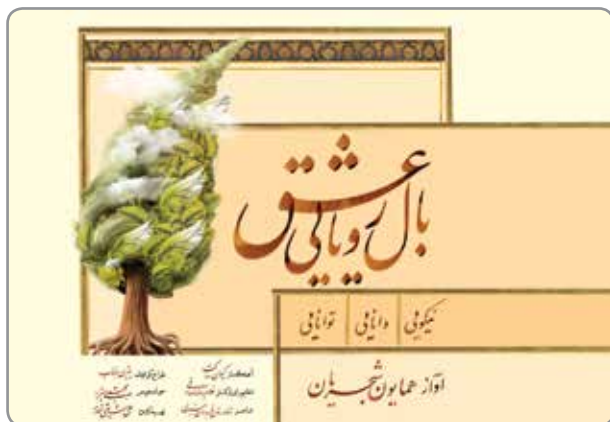
## در آیین گرامیداشت هفته‌ی بهزیستی در تالار همدم؛

چهارشنبه ۲۳ تیر ۱۴۰۰ و در نخستین روزهای گرامیداشت هفته‌ی بهزیستی، جشن کوچکی با حضور جمعی از هنرمندان، مدیران بهزیستی استان، خیرین و یاوران این موسسه‌ی خیریه و با هدف سپاسگزاری از یاوران، فرزندان و کارکنان نمونه‌ی این خانه، در تالار همدم برگزار شد و فرزندان موسسه‌ی خیریه‌ی توانبخشی همدم، آیین گرامیداشت هفته‌ی بهزیستی را با رعایت صحیح فاصله‌گذاری اجتماعی و شیوه‌نامه‌های بهداشتی برگزار کردند.



### در هفته ی بهزیستی اتفاق افتاد؛ دو همدمی، یک دیدار و یک مدال ...

فاطمه شریف (مربی تیم ملی فوتسال بانوان کشور) و سمانه چهکندی (بازیکن تیم ملی فوتبال بانوان کشور) روز شنبه ۲۶ تیر ۱۴۰۰ به مناسبت هفته ی بهزیستی از همدم دیدن کردند و در یک بازی نمادین برابر بچه های این موسسه ی خیریه به میدان رفتند. این بازی به برتری ۴ بر ۳ تیم الف همدم انجامید و باعث شادی و تقویت روحیه ی ورزشکاران همدمی شد.



### پرواز همدمی ها، بر «بال رؤیایی عشق»

قطعه ی زیبای «بال رؤیایی عشق»، با حمایت و همراهی هنرمندان نام دار میهن مان؛ آواز جناب استاد همایون شجریان، موسیقی یار دیرین همدم یان استاد؛ کیوان ساکت، همراهی جناب آقای غلامرضا صادقی و اساتید بیژن جناب و مجتبی سبزه و به همت یاور همواره دلسوز موسسه ی همدم آقای علی شریعتی مقدم، با شعری از شادروان فریدون مشیری، برای دختران همدم آماده و منتشر و خوشبختانه با اقبال گرم مردم هنردوست و همدم دوست ایران، مواجه شد.



### معاون فرهنگی شهردار مشهد:

### همدم، باعث کاهش رنج گروه بزرگی از خانواده هاست

دکتر مجتبی منتظری (معاون فرهنگی و رییس سازمان فرهنگی شهرداری مشهد)، به همراه هیاتی از همکاران، به مناسبت گرامیداشت هفته ی بهزیستی با مدیران و جمعی از اهالی همدم دیدار کرد و در جریان زندگی و خدمات توانبخشی این موسسه ی خیریه قرار گرفت. وی در این دیدار گفت: «وجود همدم در مشهد باعث کاهش رنج گروه بزرگی از خانواده ها و فرزندان بی سرپرست خراسان رضوی است.»



### همدمی‌ها و هم‌اندیشی در خصوص کرونا...

دکتر زهرا حجت (مدیرعامل) در حاشیه‌ی جلسه‌ی بررسی مشکلات خانواده‌های بخش روزانه‌ی موسسه در ایام کرونا و ارائه‌ی راهکارهای علمی به آنها گفت: «همدم افتخار دارد اولین موسسه‌ی توانبخشی استان باشد که فرزندان بخش روزانه‌ی آن هر دو دوز واکسن کرونا را دریافت کرده‌اند.»

### یک جشن خودمانی و تقدیر از یک هنرمند همدمی



لوح مسی دست‌ساز فرزندان همدم، به مناسبت عید غدیر تقدیم محسن میرزازاده (سفیر هنری همدم)، شد. فرزندان همدم در آستانه‌ی عید سعید غدیر خم با برگزاری جشنی کوچک و دلنشین و دعوت از محسن میرزازاده هنرمند نام‌آشنای کشور و سفیر هنری این موسسه‌ی خیریه، شادمانی خود را از فرارسیدن دهه‌ی ولایت و عید سعید غدیر خم ابراز کردند.

### حضور یک ورزشکار ملی و یک مدیر منتخب شهری در همدم؛



سید مهدی رحمتی (سرمربی تیم فوتبال پدیده) در حاشیه‌ی بازدید از موسسه‌ی خیریه‌ی همدم مشهد، اظهار کرد: «دوست داشتم در روز عید سعید غدیر اقدامی خدایسندانه انجام دهم و تصمیم گرفتم همراه با سید حسین علوی مقدم (عضو منتخب شورای اسلامی شهر مشهد) در این موسسه حضور پیدا کنیم و جشن غدیر را در کنار دختران همدم مشهد، باشیم.»





## همدمی‌ها، روزپزشک را تبریک گفتند

در دیدارهایی ساده و خودمانی که روز اول شهریور ۱۴۰۰ به منظور گرامی‌داشت روزپزشک صورت گرفت، نمایندگان اهالی این خانه، با حضور در دفتر دکتر سید محمدحسین بحرینی (رییس دانشگاه علوم پزشکی مشهد) و جمعی از معاونان و مدیران ایشان و اهدای صنایع دستی فرزندان همدم، روز پزشک را به زحمتکشان جبهه‌ی سلامت مشهد تبریک گفتند.



## فروش پیراهن امضاشده‌ی تیم ملی فوتبال ایران به نفع دختران همدم

در زادروز امام رضا (ع)، پیراهن امضاشده‌ی تیم ملی فوتبال ایران، به نفع دختران بی‌سرپرست همدم فروخته شد. سی و نهمین پویش «تولدلبخند»، با مزایده‌گذاری پیراهن امضاشده‌ی تیم ملی فوتبال، حال دل فرزندان همدم را خوش کرد. لازم است از مدیریت شرکت محترم تاپیس که پیراهن ارزشمند امضاشده را به بالاترین پیشنهاد، خریداری کرد، سپاسگزاری کنیم.



## همدم، حال و هوای حرم گرفت

جمعی از بانوان خادم حرم مطهر امام هشتم (ع) میهمان همدم شدند و هوای پنجره طلا و حریم رضا (ع) در آستانه‌ی میلاد حضرت، در این خانه پیچید. همچنین سنت قدیمی پرچم‌گردانی و حضور جمعی از خادمان و دربانان حرم مطهر امام رضا (ع) در میان دختران بی‌سرپرست همدم، در روز میلاد این امام همدم..



## آموزش طریق استفاده‌ی صحیح از کپسول‌های خاموش‌کننده‌ی حریق در همدم

توسط سازمان آتش‌نشانی و در تالار همدم، طریق استفاده‌ی صحیح از کپسول‌های خاموش‌کننده‌ی حریق و آشنایی باریسک‌های احتمالی در خوابگاه‌های موسسات توانبخشی به کارکنان همدم، آموزش داده شد.

## دیدار همدمی‌ها با معاون توانبخشی بهزیستی خراسان



در آستانه‌ی فرارسیدن هفته‌ی بهزیستی و به منظور عرض تبریک مدیران همدم به دیدار حمیدرضا علی‌زاده، معاون توانبخشی بهزیستی خراسان رضوی رفتند.

## طنین اندازی صدای یک هنرمند و شادی اهالی همدم



در جشن گرامی‌داشت روز بهزیستی، آرون افشار (هنرمند خوش صدا) در تالار همدم میهمان ویژه‌ی فرزندان همدم شد و با اجرای چند آهنگ پرشور، دل و جان بچه‌های موسسه را لبریز نشاط و شادمانی کرد. در این آیین همچنین، فرزندان قدرشناس همدم، از مژده رنگیان (نماینده یاوران رسانه‌ای و خبرنگار شهرآرا)، سینا علیزاده (یاور فرهنگی - هنری)، سعید احمدی (عکاس یاور) و محمد علی مصطفوی (یاور بخش پشتیبانی) ضمن ویژه برنامه‌ای، تقدیر کردند.



### حضور مدیران بهزیستی در همدم

آقایان مهدی نخعی (رئیس بهزیستی مشهد) و دکتر محسن توحیدی (معاون پشتیبانی اداره کل بهزیستی خراسان رضوی)، ضمن حضور در آیین گرامیداشت روز بهزیستی در همدم، از تلاش‌ها و توفیقات مدیریت همدم در نگهداری و توانبخشی ۴۰۰ فرزند این موسسه، تقدیر کردند.



### تبریک اهالی همدم به مناسبت قهرمانی تیم ملی فوتسال در تورنمنت تایلند

همدمی‌ها، قهرمانی تیم ملی فوتسال ایران در تورنمنت قاره‌ای تایلند را به سرمربی، کادرفنی و بازیکنان تیم تبریک گفتند. در بخشی از متن تبریک خطاب به سید محمد ناظم‌الشریعه، سرمربی تیم ملی آمده بود: قهرمانی غرور آفرین تیم ملی فوتسال ایران در تورنمنت قاره‌ای تایلند به مدیریت فنی شما و سرپرستی مدبرانه‌ی جناب آقای مهندس ابوالفضل کریمیان خبری شگفت‌انگیز در ایام جشن عید غدیر خم بود.



### تبریک روز داروساز از سوی اهالی همدم

با اهدای صنایع دستی فرزندان همدم به دکتر جبرائیل - موفق (معاون غذا و داروی دانشگاه علوم پزشکی مشهد) و چند نفر از همکاران خیرخواه ایشان، روز داروساز گرامی داشته شد.



[www.ranafood.ir](http://www.ranafood.ir)





همدم

## بایک گل بهار می شود

این دسته گلها دست رنج دختران همدم است؛ گلی که شما به مراسمها و همایش هایتان می برید و بخشی از هزینه خیریه همدم را تامین میکند.

### موسسه ی خیریه ی همدم

خیام شمالی - عبدالمطلب ۵۸ | تلفن: ۱۳-۳۷۱۱۲۱۱۱-۵۱

رفاه کارت: ۷۴۷۲ ۳۷۶۰ ۶۳۱۸ ۵۸۹۴

مشارکت آنلاین: [www.Hamdham.org](http://www.Hamdham.org)



2  
YEAR  
WARRANTY  
1400  
WATT



## ماکسینی

همراه شما در سفر زندگی ...

بازار بزرگ اطلس ورودی C واحد ۳۰۰۱

تلفن تماس : ۰۵۱ - ۳۳۸۶۰۵۰۹

دفتر مرکزی : ۰۵۱ - ۳۸۴۲۲۵۵۰

@maxini.co @maxinico

www.maxini.ir

# HYUNDAI

یخچال فریزر / کولر گازی / تلویزیون / لباسشویی / ظرفشویی / جارو برقی



مشهد - بزرگ بازار اطلس - ورودی C - واحد ۳۰۱ - تلفن: ۰۵۱-۳۳۸۶۰۵۰۹ - دفتر فروش مرکزی: ۰۵۱-۳۸۴۲۲۵۵۰

 @hyundaihomeapp  @hyundaihomeapp



# Fereshteh

CONFECTIONERY


SINCE 2009



شیرینی خانگی

کارسانه

۳۷۶۲۶۴۰۰	بلوار ملک آباد، نبش قدس ۱۲	مشهد	۱
۳۸۴۱۳۹۱۳	احمد آباد، نبش ابوذر غفاری ۳۹ (کوهسنگی ۲۳)	مشهد	۲
۳۸۸۳۷۴۶۰	هاشمیه ۱۰، چهارراه دوم سمت چپ، بین لاله ۱۲ و ۱۴	مشهد	۳
۳۸۹۱۱۲۱۲	بین هفت تیر و هنرستان، نبش وکیل آباد ۲۰	مشهد	۴

 fereshteh\_confectionery  
[www.fereshtehconfectionery.com](http://www.fereshtehconfectionery.com)



## نابینا

مردی نابینا زیر درختی بر سر دو راهی نشسته بود!  
 پادشاهی نزد او آمد، از اسب پیاده شد و ادای احترام کرد و گفت: قربان از چه راهی می‌توان به پایتخت رفت؟  
 پس از او وزیر پادشاه نزد مرد نابینا رسید و بدون ادای احترام گفت: آقا، راهی که به پایتخت می‌رود کدام است؟  
 سپس سربازی نزد نابینا آمد، ضربه‌ای به سر او زد و پرسید:  
 احمق، راهی که به پایتخت می‌رود کدام است؟  
 هنگامی که همه آنها مرد نابینا را ترک کردند، او شروع به خندیدن کرد. مرد دیگری که کنار نابینا نشسته بود، از او پرسید: به چه می‌خندی؟  
 نابینا پاسخ داد:  
 اولین مردی که از من سوال کرد، پادشاه بود. مرد دوم وزیر او بود. و مرد سوم فقط یک نگهبان ساده بود. مرد با تعجب از نابینا پرسید: چگونه متوجه شدی؟ مگر تو نابینا نیستی؟  
 نابینا پاسخ داد: فرق است میان آنها... پادشاه از بزرگی خود اطمینان داشت و به همین دلیل ادای احترام کرد!  
 ولی نگهبان به قدری از حقارت خود رنج می‌برد که حتی مرا کتک زد. طرز رفتار هر کس نشانه شخصیت اوست ...  
 نه سفیدی بیانگر زیبایی است. و نه سیاهی نشانه زشتی. شرافت انسان به اخلاقش است!



## نیک اندیشان ارجمند

استاد کیوان ساکت  
جناب آقای دکتر سرابی  
جناب آقای مرتضی ادیبی طوسی  
جناب آقای حاج محمود قناد طوسی  
جناب آقای نظری  
سرکار خانم آب بندی

## همکاران محترم

جناب آقای جندقی  
سرکار خانم دهقان  
سرکار خانم حدادی  
سرکار خانم سیادتی  
سرکار خانم مینازاده

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





- آشنایی با فلج مغزی «CP» و چالش‌های آن؛ از کودکی تا بزرگسالی
- دل‌تان می‌خواست جای آدم دیگری باشید؟
- ایران و خطر افزایش جمعیت بیماران روانی

## چند لحظه‌ی علمی و آموزشی

عکس از: شبنم نظری  
(از دختران همدم)



## آشنایی با فلج مغزی «CP» و چالش‌های آن؛ از کودکی تا بزرگسالی

• مولف: محبوبه سادات مشرف، کاردرمانگر (ارگوتراپیست) مرکز توانبخشی همد

### مقدمه:

سی پی یا فلج مغزی (CP) گروهی از اختلالات سیستم عصبی را گویند که باعث بروز مشکلاتی در هماهنگی عضلات و سایر مشکلات حرکتی می‌شوند. فلج مغزی، ممکن است در اثر آسیب یا عفونت در دوران بارداری، یا در حین تولد و یا بعد از آن ایجاد شود. همچنین ممکن است در نتیجه جهش‌های ژنتیکی به وجود آید.

### علت ایجاد فلج مغزی:

علت ایجاد آن «ژنتیکی، بارداری، حین زایمان و پس از زایمان» هر چه باشد، فلج مغزی در اوایل زندگی کودک رخ می‌دهد و علائم آن اغلب در اولین سالهای زندگی کودک ظاهر می‌شوند.

هیچ‌گونه شرایط و بیمای شناخته شده‌ای به عنوان فلج مغزی با شروع دیررس وجود ندارد. شما نمی‌توانید در هنگام بزرگسالی این بیماری را تجربه کنید.

بنابراین فلج مغزی یک بیماری پیشرونده نیست. این بدان معنی است که در طول زندگی فرد بدتر نمی‌شود. با این حال، فردی که با بیمای و شرایط فلج مغزی زندگی می‌کند، با افزایش سن می‌تواند چالش‌ها و مسائل جدیدی را تجربه کند. ذیلاً به برخی مشکلات ناشی از این اختلال اشاره می‌شود:

### الف. تقسیم‌بندی فلج مغزی بر اساس تعداد اندام‌های درگیر:

- \* کوادی پلژی: هر چهار اندام کودک، درگیر است.
- \* دای پلژی: هر چهار اندام کودک درگیر است اما درگیری پاها (اندام‌های تحتانی) شدیدتر از دست‌هاست.
- \* همی پلژی: یک طرف بدن درگیر است. معمولاً دست بیشتر از پا درگیر است.
- \* تری پلژی: سه اندام کودک درگیر است معمولاً دو دست و یک پا.
- \* منوپلژی: فقط یک عضو کودک درگیر است معمولاً یک دست.

### ب. تقسیم‌بندی بر اساس اختلال حرکتی

\* اسپاتیک: عضلات کودک اسپاتیک بسیار سفت می‌باشد و در مقابل کشش، مقاومت می‌کنند. این عضلات هنگامی که به‌کار گرفته

می‌شوند بیش از اندازه فعال می‌شوند و حرکات زمختی را ایجاد می‌کنند. در حالت طبیعی عضلات به صورت جفت کار می‌کنند، برای مثال وقتی یک گروه منقبض می‌شود گروه مخالف شل می‌شوند تا امکان حرکت آزادانه را در راستای مورد نظر فراهم سازند. اما در عضلات اسپاتیک هر گروه عضلانی به‌طور همزمان منقبض می‌شوند و حرکت را متوقف می‌سازند، که به این حالت "انقباض همزمان" گفته می‌شود. سفتی عضلانی ممکن است در حالت خفیف فقط تعداد محدودی حرکت را مختل نماید و یا اینکه در حالت شدید تمام حرکات بدن را دچار مشکل سازد. مقدار سفتی با گذشت زمان تغییر می‌کند. معمولاً آسیب به قشر مغز باعث بروز سفتی عضلانی می‌شود.

\* آتوتوئید: عبارت است از اشکال در کنترل و هماهنگی حرکات. کودکان مبتلا به فلج مغزی نوع آتوتوئید، حرکات پیچشی، غیرارادی و مداوم دارند. این افراد معمولاً مشکلات گفتاری نیز دارند. این ضایعه در اثر آسیب بر هسته‌های قاعده‌ای مغز به وجود می‌آید.

\* آتاکسیک: فلج مغزی آتاکسیک، نادرترین نوع فلج مغزی است. افراد مبتلا دچار یک آشفتگی و نقص در حس تعادل و حس عمقی می‌باشند. توان عضلانی این افراد پایین است. عضلات آنها شل است و به حالت تلو تلو خوردن راه می‌روند و اندام‌های فوقانی آنها در حالت راه رفتن بی‌ثبات می‌باشد.

### نشانه‌های فلج مغزی در بزرگسالان:

علائمی که بزرگسالان مبتلا به فلج مغزی تجربه می‌کنند، اغلب به نوع فلج مغزی و همچنین شدت و سطح آن بستگی دارد. برخی از انواع فلج مغزی مانند فلج مغزی اسپاستیک باعث سفتی عضلات، رفلکس‌های شدید و حرکات غیر طبیعی در هنگام حرکت یا تلاش برای راه رفتن می‌شود. بیماری فلج مغزی ممکن است کل بدن یا فقط یک سمت آن را تحت تاثیر قرار دهد.

### علائم شایع فلج مغزی عبارتند از:

\* ضعف عضلانی

همچنین نیازهای جسمی شخص مبتلا به فلج مغزی را در نظر داشته باشند.

گروه های پشتیبانی، درمانگران و سایر متخصصان بهداشت روان می توانند منبع خوبی برای کمک به افراد مبتلا به فلج مغزی باشند. سایر مشکلات پزشکی همزمان با فلج مغزی شامل موارد زیر است:

- \* فشار خون
- \* مشکلات قلبی
- \* دیابت
- \* بی اختیاری ادرار
- \* آسم
- \* درد مفاصل
- \* مشکل در غذا خوردن و بلع
- \* اختلالات شنوایی
- \* سکته
- \* مشکلات تنفسی
- \* اسکولیوز scoliosis
- \* مشکلات گفتاری

### پیری زودرس در افراد فلج مغزی:

در نتیجه پیشرفت در درمانهای پزشکی و مدیریت درمانی، امید به زندگی برای افراد مبتلا به فلج مغزی تقریباً به اندازه جمعیت عادی شده است.

با این حال، افراد مبتلا به فلج مغزی اغلب با مسائل و چالش هایی روبرو هستند که افراد بدون این اختلال معمولاً آنها را تجربه نمی کنند. پیری زودرس: برخی از انواع پیری زودرس، افراد مبتلا به فلج مغزی در دهی چهل زندگی را تحت تاثیر قرار می دهد. در این افراد کشیدگی ماهیچه ای فشار بالایی را بر بدن وارد می کند.

به عنوان مثال، افراد مبتلا به فلج مغزی احتمالاً پیری زودرس را تجربه می کنند. معمولاً اینگونه علائم پیری زودرس هنگامی که آنها به سن ۴۰ سالگی می رسند، شروع به نشان دادن خود می کنند. افراد مبتلا به فلج مغزی سه تا پنج برابر بیشتر از افراد فاقد این اختلال برای انجام کارهای روزمره شان انرژی مصرف می کنند. با گذشت زمان، بروز فشار بیشتر روی عضلات و استخوان ها می تواند بدن را فرسوده کند. در نهایت، استفاده بیش از حد از مفاصل مانند مفصل های زانو، مچ پا، لگن و بازوها می تواند منجر به آرتروز (استئوآرتریت - osteoarthritis) شود که به آن آرتريت دژنراتیو degenerative arthritis نیز گفته می شود.

برای برخی از افراد، پیری زودرس ممکن است سبب شود تا نیاز به استفاده از وسایل کمکی برای حرکت مانند صندلی چرخدار یا عصا داشته باشند. برای برخی دیگر از افراد، ممکن است توانایی راه رفتن کاملاً از بین برود. از دیگر علائم پیری زودرس می توان به افزایش درد، سفتی عضلات و مشکلات قلب یا ریه ها اشاره کرد.

### سندرم پس از اختلال (Post-impairment syndrome) در افراد فلج مغزی:

سندرم پس از اختلال، شرایط شایعی است که هنگامی اتفاق می افتد که مصرف انرژی بدن خود را مرتباً به حد اکثر برسانید. افرادی که دچار فلج مغزی هستند، می توانند از تمام انرژی خود برای انجام کارهای

\* سفتی عضلات

\* حرکات قیچی مانند در پا در هنگام راه رفتن

\* فلج بودن paralysis

\* حرکات غیر ارادی در دستها، بازوها و پاها

\* انقباض در عضلات صورت و زبان

\* مشکل در فرود دادن غذا

\* از دست دادن تون عضلانی

\* شل بودن اندام ها (فلایبی) که خیلی منعطف اند و حرکت می کنند.

به دلیل بروز عواملی و آشکارتتر، ممکن است اینطور به نظر برسد که فلج مغزی با افزایش سن رو به وخامت است. اما اینطور نیست؛ شرایط فلج مغزی غیر پیشرونده است.

در عوض، شرایط بیماری می تواند به آرامی توانایی های بدن را برای حرکت کردن و انجام کار مفید کاهش دهد که در نتیجه، شخص احساس می کند که شرایط رو به وخامت است.

چالش های مربوط به درد:

ناهنجاری های عضلات، مفاصل و استخوان ها می توانند در دوران کودکی ناراحتی ایجاد کنند، اما در فرد مبتلا به فلج مغزی، این ناراحتی به درد تبدیل می شود. به علاوه، فلج مغزی می تواند بر رشد و عملکرد مفاصل تاثیر بگذارد. این مساله می تواند منجر به بروز آرتروز زودرس شود.

همچنین فلج مغزی، می تواند در هر بار استفاده از مفاصل، فشار بیش از حدی را بر روی آنها ایجاد کند. این گونه مسائل و مشکلات نیز ممکن است منجر به درد شود.

این درد بیشتر در مفاصل اصلی بدن از جمله لگن، زانو، مچ پا و بالا و پایین کمر دیده می شود.

فلج مغزی در بسیاری جهات از نظر جسمی بدن را تحت تاثیر قرار می دهد. اثرات ناشی از این درد می تواند سایر علائم بیماری را بدتر کند. برای برخی از افراد، درد را می توان با اقدامات پیشگیرانه کنترل کرد. این اقدامات شامل فیزیوتراپی و کاردرمانی است. مصرف برخی از دارو ها نیز ممکن است در این زمینه موثر باشد.

نگرانی های شایع مربوط به سلامت روان:

ممکن است افراد مبتلا به فلج مغزی به دلیل بیماری و شرایطشان احساس انزوا کنند. ممکن است از برنامه ها یا گردش های بیرون از خانه اجتناب کنند.

ممکن است به دلیل محدودیت های جسمی احساس شرم و خجالت داشته باشند. این مساله می تواند منجر به انزوی اجتماعی اضطراب و حتی افسردگی شود.

افسردگی در میان افراد مبتلا به بیماری های مزمن مانند فلج مغزی شایع تر است. مطالعه ای در سال ۲۰۱۷ بر روی ۵۰۱ نفر از افراد مبتلا به فلج مغزی نشان داد که ۲۰ درصد از آنها افسردگی دارند. همین مطالعه نشان داد که افسردگی در کسانی که مشکلات دستگاه گوارشی دارند و یا از مسکن های خوراکی استفاده می کنند نیز بیشتر است. ممکن است مسائل و مشکلات مربوط به سلامت روان نادیده گرفته شود؛ زیرا فلج مغزی در درجه اول یک بیماری جسمی است. تمرکز برای درمان ممکن است بر روی بهبود تحرک، کاهش درد و افزایش انرژی بیماران باشد. با این حال، اثرات افسردگی و مسائل سلامت روان می تواند شدت فلج مغزی را افزایش دهد.

مهم است که خانواده، نزدیکان و پزشک نیازهای عاطفی، روحی و

وگفتاری نیز باعث بهبود کیفیت زندگی این افراد می‌شود.

### منابع و مراجع:

سایت مرکز جامع توانبخشی ایران

Pajoooh.ir"

www.ninds.nih.gov/Disorders/Patient-Caregiver-//:

Education/Hope-Through-Research/Cerebral-Palsy-

Hope-Through-Research

https://www.cdc.gov/ncbddd/cp/facts.h

First Persian Medical Magazine by Healthcare Professionals In

North America

کلینیک توانبخشی روشا، تهران، سعادت آباد.

روزمره معمولی مانند بالا رفتن از یک پله کوچک یا جارو کردن زمین استفاده کنند.

ترکیبی از این افزایش مصرف انرژی، به علاوه درد، خستگی و ضعف فشار زیادی را بر دوش بدن می‌گذارد.

ممکن است تشخیص سندرم پس از اختلال از سایر علائم و تأثیرات فلج مغزی دشوار باشد. افراد مبتلا به فلج مغزی برای انجام هر نوع فعالیتی به مصرف انرژی بیشتری احتیاج دارند؛ بنابراین خستگی و درد برای آنها مساله شایعی است.

با این حال وجود درد مزمن، خستگی و ضعف، ممکن است سرخشی باشد که نشان دهد فرد فلج مغزی مبتلا به سندرم پس از اختلال می‌باشد.

### آیا فلج مغزی می‌تواند ناتوانی‌های دیگری ایجاد کند؟

فلج مغزی شرایطی است که در نتیجه آسیب مغزی ایجاد می‌شود و مناطق دیگر مغز نیز می‌توانند تحت تأثیر آن قرار گیرند. برخی از کودکان مبتلا به فلج مغزی با مشکلات شنوایی، بینایی و گفتاری مواجه می‌شوند. همچنین ممکن است این کودکان دچار مشکلاتی در کنترل مثانه و مشکلات عضلانی باشند. کودکان مبتلا به فلج مغزی باید به طور مرتب تحت نظریک متخصص کاردرمانی قرار بگیرند تا از بروز مشکلات دیگر جلوگیری شود.

فلج مغزی غالباً باعث ایجاد مشکلات سلامت روان در کودکان مبتلا به این ناتوانی می‌شود. بسیاری از کودکان مبتلا به فلج مغزی حتی کودکانی که محدودیت جسمی دارند، دارای مشکلات رفتاری هستند. افراد دارای ناتوانی یادگیری، درد مزمن یا شدید یا صرع مرتبط با CP یا فلج مغزی هستند به احتمال زیاد دچار اختلالات روانی می‌شوند که در اوایل کودکی ظاهر می‌شود و ممکن است تا سال‌های بزرگ سالی آن‌ها ادامه داشته باشد. کودکان مبتلا به فلج مغزی اغلب از اختلال بیش‌فعالی کمبود توجه (ADHD)، اضطراب، نگرانی مشکلات ارتباطی مانند بد خلقی و قشقرق و سرکشی و مشکلاتی اجتماعی مانند ترجیح دادن بودن با افراد بالغ به جای همسالان و احساسات عمیق تنهایی رنج می‌برند.

### آیا درمانی برای فلج مغزی وجود دارد؟ چه درمانی برای این عارضه وجود دارد؟

توانبخشی فلج مغزی؛

کودکان مبتلا به فلج مغزی نیازهای مختلفی دارند. برخی از کودکان در مهارت‌های حرکتی و حالات اسپاسمی مشکل دارند، اما عموماً چیزها را خیلی سریع می‌گیرند. بیماران دیگر دچار طیف کاملی از مشکلات از مهارت‌های حرکتی گرفته تا مشکلات تنفسی و گوارشی هستند. اگر تحت نظریک متخصص کاردرمانی باشند، افراد مبتلا به فلج مغزی می‌توانند از آسیب‌های طولانی مدت ناشی از مصرف زیاد انرژی و افزایش خستگی جلوگیری کنند. این متخصصان پزشکی می‌توانند به این افراد کمک کنند تا روش‌هایی برای انجام کارهای روزمره و صرف انرژی کمتر به طور همزمان رایا بگیرند.

با دریافت درمان و توانبخشی مناسب، بسیاری از کودکان فلج مغزی طول عمرشان در سطح مابقی افراد جامعه می‌شود. در مجموع وقتی کیفیت زندگی افراد سی‌پی‌ای افزایش پیدا کند طول عمر نیز افزایش پیدا می‌کند. بهبود مهارت‌های شناختی، درکی - حرکتی



## دلستان می خواست جای آدم دیگری باشید؟

• تحقیق و تنظیم: صدیقه بختیاری شهری، مدرس و پژوهش گر دانشگاه

(یعنی داشتن تجربه‌ی او) مبتنی بر ارزش‌ها و امیالی است که من دارم، ولذا من باید من باشم تا بخواهم او بشوم. ولی خیلی روشن نیست که آیا این ملاحظه واقعه می‌تواند مانعی برای چنین میلی باشد یا نه. می‌توانم بگویم درست است که تجربه‌ی آن‌ها بودن دقیقاً وقتی بهتر است که من خودم باشم، ولی دست‌کم آنقدر همپوشانی بین من و آن‌ها وجود دارد که ارزش‌ها و امیال من در آن‌ها نیز وجود داشته باشد، و در عین حال آن‌ها تجربه‌ای بهتر از من داشته باشند. بنابراین کماکان می‌توانم به جای آن‌ها بودن را ترجیح بدهم. در مقابل، می‌شود گفت افراد دیگر را اصلاً نمی‌توان آن قدر شناخت که مطمئن شد همان ارزش‌ها و امیال را دارند یا نه. نکته این است که من به قدر کافی دیگران را نمی‌شناسم تا بتوانم بگویم که آیا حاضرم تجربه‌هایم را با آن‌ها معامله بکنم یا نه. ولی ممکن است کسی هم بگوید همین قدر که من با کس دیگری شباهت‌هایی دارم، کافی است تا حاضر بشوم جای او باشم. به نظر من، با مقداری تأمل، اکثر ما حاضر نخواهیم بود جای خودمان را با شخص دیگری عوض کنیم، هر چقدر هم که زندگی دیگران موفق یا اغواکننده به نظر برسد - یا حتی واقعه باشد. هر چند، برای این که بفهمیم چرا حاضر نیستیم، باید زاویه‌ی دیدمان را تغییر بدهیم. باید به تجربه‌های خودمان دقت کنیم، نه به تجربه‌های دیگران، یا اول به تجربه‌های خودمان نگاه کنیم. برای اینکه یک نفر دیگر باشم چه چیزهایی را فدا می‌کنم؟ روابطم با همه - فرزندان همسر، دوستان - و کل گذشته زندگی‌ام را. زیر بار چنین چیزی نخواهم رفت. آنچه از دست خواهم داد کل تجربه‌ی خودم است. مطمئناً کسانی هستند که زندگی‌های فوق‌العاده سختی دارند. شاید برای آن‌ها کاملاً بیارزد که بخواهند تجربه‌ی کس دیگری را داشته باشند. اما چند نفر از ما در چنین موقعیتی هستیم، تا این حد ناچور؟ من با کسانی که برایم مهم هستند گذشته‌ی خاصی دارم. البته، آن‌ها برای شخصی که من جایم را با او عوض می‌کنم نیز مهم خواهند بود و به همین طریق، آنچه من برای آن‌ها انجام داده‌ام او نیز برای آن‌ها انجام خواهد داد. اما گذشته‌ای که من خودم تجربه کرده‌ام دیگر از دست می‌رود. به جای آن حالا گذشته‌ای با کسان دیگری دارم که آن‌ها را به اندازه‌ی کسانی که با آن‌ها ارتباط داشته‌ام نمی‌شناسم. این وضعیت چه حسی خواهد داشت؟ واقعه نمی‌دانم. شاید این شخص شغلی دارد که آن‌ها از آن لذت می‌برند و از نظر مالی خیالش راحت است و معروف یا زیباست. اما آیا این تفاوت‌هایی که با من دارد آن قدر جدی هستند که حاضر باشم جایم را با او عوض کنم؟ در این سطح این سؤال مثل این است که پرسیم آیا حاضرم تجربه‌های عمیق‌ترین دلبستگی‌هایم را با خوبی‌هایی که

معامله‌ی زندگی خودمان با آدم‌های مشهور، ثروتمند یا زیبا به این آسانی‌ها نیست.

زندگی سخت است، برای بعضی‌ها که حقیقتاً ناچور پیش می‌رود. این سختی همراه می‌شود با آدم‌های موفق، پولدار، زیبا و محبوبی که صبح تا شب تلویزیون و دیگر رسانه‌ها نشانمان می‌دهند. طبیعی است که گاهی دلمان بخواهد ما هم جای یکی از آن‌ها باشیم. اما اگر این آرزو واقعه‌ی جدی شود چه؟

«تاد می»، فیلسوف آمریکایی، معتقد است تعداد اندکی از ما اگر چنین انتخابی جلودمان باشد، قبولش می‌کنیم.

هیچ وقت با حسادت به زندگی دیگران نگاه کرده‌اید، با حدی از حسادت که برای یکی دو لحظه (یا بیشتر) به این فکر افتاده باشید که کاش می‌شد خودتان جای او باشید؟ مثلاً میشل اواما که آمیزه‌ای از متانت و شور و هیجان است؛ جرج کلونی جذاب و شیک با آن طبع شوخ و طعنه‌آمیز؛ یوسین بولت یا لیونل مسی یا یک ورزشکار مشهور دیگر؟ اصلاً آدم‌های معروف به کنار، کسی از آشناهای خودتان که انگار نظر کرده است و زندگی خوبی دارد: شغلی چالش برانگیز و لذت بخش همسری خوش برخورد و جذاب، آپارتمانی بزرگ با منظره‌ای دیدنی (و بله، این‌هایی که در فرودگاه می‌توانند بدون کنترل از گیت رد شوند). آیا در این لحظه‌ها، اگر پیشنهادش وجود داشته باشد، و سوسه می‌شود که جای خودتان را با آن‌ها عوض کنید؟ واقعه‌ی این را می‌خواهیم؟ و اگر جداً به این چیزها فکر می‌کنیم، این یعنی چه طور آدمی هستیم یا چه نگاهی به زندگی‌مان داریم؟ قطعاً پیچیدگی‌هایی اینجا وجود دارد. اگر جای کس دیگری زندگی می‌کردید، آن وقت چه کسی بچه‌های شما را بزرگ می‌کرد یا به همسران عشق می‌ورزید یا از پدر و مادران در دوران پیری مراقبت می‌کرد؟ در واقع، اگر شما جای کس دیگری بودید اصلاً بچه‌هایتان وجود نداشتند. که این فکر جالبی نیست. برای بیان این مطلب شاید بهترین راه این باشد که آن را در قالب نوعی معامله توضیح دهیم: اگر شما زندگی آن افراد را داشتید، آنگاه آن‌ها زندگی شما را داشتند، و دقیقاً همانطور که شما زندگی می‌کردند. مسئولیت‌های شما را آن‌ها بر عهده می‌گرفتند و بنابراین جایی برای احساس گناه باقی نمی‌ماند.

اگر ما چرا را این طور در نظر بگیریم، آنگاه مسئله‌ی خواستن اینکه جای کس دیگری باشیم به مسئله‌ی تجربه کردن تبدیل می‌شود: آیا کسی هست که تجربه‌ی زندگی‌اش را به تجربه‌ی زندگی خودتان ترجیح بدهید، با فرض این که باقی چیزها یکسان باشد؟ وقتی بخواهیم تجربه‌ی کس دیگری را داشته باشیم، ملاحظه‌ای که سرریعاً به ذهن می‌رسد این است که میل به کس دیگری بودن

که باشند، احتمالاً با نوع روابط خود من فرق دارند، روابطی که عمیقاً برای من معنادار هستند. من دارم چیزی را که در تجربه‌ی خودم برایش ارزش قائلم با چیزی که در تجربه‌ی دیگری برایش ارزش قائلم و مهم‌ترین خصوصیات آن تجربه را حتی نمی‌توانم بدانم مقایسه می‌کنم. اگر این‌طور ببینیم، اکثر ما بی‌عید است وارد چنین معامله‌ای بشویم، حتی اگر برای ما مقدور باشد.

مادر جهانی زندگی می‌کنیم که در آن دائماً زندگی کسانی را پیش چشم ما می‌آورد که ثروتمندتر یا مشهورتر یا تأثیرگذارتر یا زیباتر هستند و انگار که ما باید به این چیزها اشتیاق نشان بدهیم. البته مشتاق چیزی بودن به خودی خود مشکلی ندارد. اما اگر این زندگی‌های رشک برانگیز برای این به ما نشان داده می‌شوند که برایشان له‌له بزنییم، که فقط اگر برایمان مقدور باشد، حاضر باشیم آن زندگی‌ها را داشته باشیم، آنگاه باید گفت این‌ها تصاویری هستند که از ما می‌خواهند چیزهایی را که برایمان مهم است فراموش کنیم. در عصری که عصر طمع‌کاری است، عصری که در آن، تقریباً همه‌ی قیود اخلاقی طمع‌کاری کنار گذاشته شده‌اند، مابه‌ی تسلی خاطر خواهد بود - و حتی لازم خواهد بود - که بفهمیم اگر بنا باشد از میان گذشته‌ی افراد مختلف دست به انتخاب بزنییم، احتمالاً گذشته‌ای که انتخاب خواهیم کرد همان گذشته‌ی خودمان خواهد بود.

#### منبع:

این مطلب را «تاد می» نوشته است و در تاریخ ۱۷ جولای ۲۰۱۷ با عنوان «if you could be someone else, would you?» در وب‌سایت نیویورک تایمز منتشر شده است.

●● تاد می (Todd may) استاد فلسفه‌ی سیاسی در دانشگاه کلمسون است. آخرین کتاب او زندگی شکننده: پذیرش آسیب‌پذیر بودنمان (A Fragile Life: Accepting Our Vulnerability) نام دارد.



به نظر نمی‌آید به اندازه‌ی روابطم اهمیت داشته باشند عوض کنم یا نه؟ ولی معامله دقیقاً بین تجربه‌ی دل‌بستگی‌هایم و وسایل آسایش سطحی به علاوه‌ی یک سری چیزه نظر نخواهد آمد.

البته می‌شود این ایراد را گرفت که اگر روابط آن‌ها هم روابط خوبی باشد - روابطی که تجربه‌اش برای آن افراد لذت بخش بوده باشد - دیگر لازم نیست دقیقاً بدانم که چه جور روابطی هستند. اما این ایراد خودش مشکلی دارد: حتی اگر آن تجربه‌ها تجربه‌های خوبی باشند، آیا حاضرم تجربه‌های خودم را با آن‌ها عوض کنم؟ در اینجا است که ارزش‌ها و امیال مورد نظر خود من، آن‌هایی که در طول زندگی‌ام پرورش داده‌ام، نیروی واقعی خودشان را به نمایش می‌گذارند. تجربه‌هایی که من در زندگی‌ام برای آن‌ها ارزش قائلم صرفاً به دلیل لذت بخش بودن به دست نیامده‌اند، بلکه چون تجربه‌هایی بوده‌اند که من برای آن‌ها ارزش قائلم بوده‌ام به دست آمده‌اند. و من به سبب کسی که هستم برای آن‌ها ارزش قائلم. پس مسئله فقط این نیست که آیا تجربه‌های شخص دیگر تجربه‌های خوبی هستند یا نه، بلکه مهم‌ترین است که آیا می‌خواهم این تجربه‌های خوب را داشته باشم یا نه، و آیا آنقدر در این خواستن مصر هستم که حاضر باشم تجربه‌های خودم را با آن‌ها عوض کنم یا نه؟ تجربه‌های دیگری باید تا حد بسیار زیادی شبیه به تجربه‌های خود من باشند - یعنی تجربه‌هایی که برای من بیشترین اهمیت را دارند - تا بتوانند کاندیداهای مناسبی برای این معامله به حساب بیایند. و این نه تنها چیزی است که من قادر به دانستنش نیستم، بلکه بسیار هم بی‌عید است که چنین باشد.

به علاوه، ما تجربه‌های فراوانی را از سرمی‌گذرانیم که در آن‌ها کسانی که برای ما مهم هستند با شرایط سختی مواجه می‌شوند و از چنین تجربه‌هایی احساس پشیمانی نمی‌کنیم. برای مثال، وقتی فرزند کسی مشکلات اجتماعی دارد یا یک دوست شغلش را از دست می‌دهد، از سر گذراندن این اتفاقات نه تنها برای آن‌ها دشوار است، بلکه ما هم به سبب همراهی با آن‌ها در مشکلاتشان نوعی رنج همدلانه را تجربه می‌کنیم. دوست داشتیم آن‌ها آن مشکلات را نداشتند. اما، با توجه به این که آن مشکلات را دارند، می‌خواهیم کنارشان باشیم تا بتوانیم از آن‌ها حمایت کنیم. نمی‌خواهیم کس دیگری این کار را انجام بدهد. می‌خواهیم خودمان آنجا باشیم، حتی اگر برای ما تجربه‌ی لذت بخشی نباشد.

البته ترجیح مادر و هله‌ی اول این است که آن‌ها اصلاً چنان تجربه‌هایی را نداشته باشند. اما این بیشتر برای آن‌هاست تا برای ما. با توجه به این که آن‌ها آن تجربه‌ها را دارند، انتخاب ما این خواهد بود که تجربه‌های ناخوشایند خودمان را در کنار آن‌ها داشته باشیم. علاوه بر این، از آنجایی که چنین تجربه‌هایی برای ما سنگین بوده‌اند، ممکن است برای خودمان هم ترجیح بدهیم که چنان اتفاقاتی نیفتاده باشند، اما این مسئله کم‌اهمیت‌تری است. این مسئله مربوط به این است که زندگی مادر برخی لحظات ناخوشایند چطور گذشته است، نه استدلالی برای عوض کردن زندگی‌مان با زندگی کس دیگر. استدلال برای تعویض زندگی‌ها باید مبتنی بر خواست‌نداشتن هرگونه رابطه‌ای با نزدیکان مان باشد، با همه‌ی سیاه‌روزی‌هایی که در پی دارد. وقتی من درباره‌ی معامله‌ی زندگی خودم با زندگی کس دیگری سؤال می‌پرسم، از منظر خودم نگاه می‌کنم و می‌پرسم آیا می‌خواهم آن نوع روابطی را که دیگری دارد من داشته باشم یا نه. و آن روابط هر نوعی





## ایران و خطر افزایش جمعیت بیماران روانی

• مریم توکلی

آخرین بررسی شیوع شناسی بیماری های روانی در ایران بعد از ده سال طی سال های ۸۹ و ۹۰ در سراسر کشور و در جمعیت ۱۵ تا ۶۴ انجام شده است. این تحقیق فقط بار کلی بیماری های روانی را در بین مردان و زنان برآورد کرده و بار تک تک بیماری های روان مانند روان پریشی، افسردگی، اضطراب، وسواس، دو قطبی، اسکیزوفرنی و ... را به تفکیک نشان نمی دهد. براساس آن تحقیق وزارت بهداشت که بعد از ۱۰ سال انجام شد، ۲۶.۵ درصد زنان و ۲۰.۸ درصد مردان در طول یک سال به یک نوع اختلال روانی مبتلا می شوند که رتبه اول بار بیماری های زنان را دارد. در میان عوامل اجتماعی موثر بر اختلال ها و بیماری های روانی در میان جامعه، نمی توان تاثیر مسائل اقتصادی را نادیده گرفت.

### مگر ما از زندگی چه می خواهیم؟

بی تا، ۳۲ ساله و متاهل است و یک پسر دارد. پیش از این سابقه بیماری روانی نداشته اما در چند سال اخیر، چندین دوره افسردگی را تجربه کرده است.

بیکاری، مشکلات اقتصادی و معیشتی زندگی بی تا را دستخوش تغییر کرد: «اول ازدواج مان وضع مان خوب بود. ماشین داشتیم. خانه مان اجاره ای بود، اما خوب بود. حالا هیچ چیز نداریم. من الان تحت نظر دکترم و دارو مصرف می کنم. وقتی می شنوم که در رادیو و تلویزیون می گویند توقع تان را از زندگی پایین بیاورید دیوانه می شوم. من از نظر روحی کشش این همه مشکل را ندارم. مگر توقع ما از زندگی چیست؟» او می گوید: «باردار بودم. اوایل خیلی حالم خوب بود. شور و شوق داشتم. امید داشتم. حتی احساس می کردم این احتمال وجود دارد که بچه ام در شرایط بهتری بزرگ شود، اما همه چیز را به هم ریخت. آنقدر وضعیت معاش رویم اثر گذاشت که افسردگی گرفتم. همه اش گریه می کردم. نتوانستم به بچه ام شیر بدهم. پایم به مطب دکتر و روانشناس باز شد آن هم با هزینه های سرسام آورش؛ یک سال طول کشید تا کمی بهتر شوم، اما باز هم حالم بد شد.»

ضربه آخر را وقتی خورد که شوهرش سکه هایی را که برای سرمایه گذاری خریده بودند، با ضرر فروخت و گذاشت روی پول فروش ماشین تا بتواند به خانه اجاره ای جدید اسباب کشی کند. او اما نتوانست اسباب ها را جمع کند. چون یک روز بعد از ظهر که بچه ها هنوز مدرسه بودند، تصمیمش را گرفت. یک مشت قرص توی یخچال مانده را با چند لیوان آب قورت داد. قرص ها از زندگی خلاصش نکردند، تنها باعث شدند چند روزی در بیمارستان بماند و از پنجره به زرد شدن برگ های پاییز خیره شود. توی بیمارستان هم حالش بهتر نشد. دلش نمی خواست هرگز به خانه برگردد و هر روز با اضطراب کم آمدن خرجی خانه و توقعات بچه ها و ترس بیکار شدن شوهرش دست و پنجه نرم کند. تابستان سال ۹۰ بود که به گفته محققان سلامت روان، آمار بیماران روان در ایران عدد ۲۵ میلیون اعلام شد. براساس آخرین مطالعات جدید در بین مردم تهران نشان می دهد که ۳۴٫۲ درصد از آنها یعنی ۴ میلیون نفر از اختلالات روانی رنج می برند. کارشناسان می گویند افراد بیکار و از کار افتادگان، زنان، افراد مطلقه، بی سوادان و کم سوادان، شهرنشینان و افراد دارای وضعیت اقتصادی و اجتماعی پایین بیشتر از بقیه در معرض اختلالات روانی هستند.



نمی‌توانند با موقعیتی که از طرف جامعه به آنها تحمیل می‌شود کنار بیایند. اختلالات روانی نوعی اختلالات مزمن است که به آسانی و خیلی زود درمان نمی‌شود و باید تحت مراقبت باشد. مراقبتی که هزینه‌های آن معمولاً زیاد است! احساس افسردگی آنها را در یک روند رو به سقوط قرار داده است: افسردگی، اضطراب، اعتیاد، افراط در نوشیدن الکل، خودکشی و انواع اختلال‌های روانی.»

### خط آخر

امیرعلی ۲۸ ساله است، فوق‌لیسانس یک رشته مهندسی. او خودش را اینطور توصیف می‌کند: «بی‌حوصله و افسرده‌ام. به زور سرکار می‌روم. تفریح خاصی ندارم، امیدی هم به آینده ندارم.» امیرعلی دو سال قبل در آزمون دکترا هم قبول شده بود، اما از تحصیل انصراف داد: «دکتر بگیرم که چه بشود؟ تفاوتی در حقوق نمی‌کند. جایگاه اجتماعی خاصی هم به دست نمی‌آورم. فوقش می‌شوم مثل بابای خودم؛ یک بازنشسته نگران.» خانواده به او فشار می‌آورند که ازدواج کند، اما او انگیزه‌ای برای ازدواج ندارد. معتقد است که ازدواج تنها به مشکلاتش اضافه خواهد کرد. روابطش با دوستانش هم محدود است و احساس می‌کند از بیشتر مردم بیزار است. می‌گوید: «پیش مشاور هم رفته‌ام، اما فایده‌ای ندارد. هیچ نقطه‌امیدی ندارم که فکر کنم ممکن است روزی وضع خودم درست شود.» احمد همیشه هم اینطور نبوده است. زمانی را به یاد می‌آورد که شاد و پرانگیزه بوده است.

تجربه بعدی بی‌تابه شغل شوهرش برمی‌گردد: «شوهرم در یک شرکت خصوصی کار می‌کرد. چندماه حقوق‌شان را ندادند چون می‌گفتند هزینه مناقصه‌ها تامین نشده. بعد از چند ماه پول‌شان را دادند اما از کار بی‌کارشان کردند. شش ماه تمام بی‌کار بود!»

### اختلال‌های خاموش

بنا بر آمار منتشرشده، به طور کلی بیماری‌های روانی حدود ۱۴ درصد کل بار بیماری‌های کشور را به خود اختصاص می‌دهند. بر مبنای اعلام سازمان جهانی بهداشت، قریب ۴۰۰ میلیون نفر از مردم جهان از افسردگی رنج می‌برند. بر اساس آمار حدود ۲۳ درصد ایرانی‌ها بیماری روانی دارند، اما این آمار به تنهایی منعکس‌کننده وضعیت روانی اقشار مختلف جامعه نیست. آمارهای رسمی معمولاً بیماری‌های خفیف روانی را نادیده می‌گیرند و مراجعه مردم را ملاک ارزیابی وضعیت روانی‌شان قرار می‌دهند. این در حالی است که رفتن پیش مشاور و روانشناس حتی در شهرهای بزرگ ایران هم رایج نیست و تعداد زیادی از مردم هنوز بیماری روانی را انگ می‌دانند و از مراجعه به دکتر و مصرف دارو خودداری می‌کنند. آشنا نبودن مردم با اختلال‌های روانی نیز باعث رواج پدیده‌ای می‌شود که انجمن روانپزشکان آن را «اختلال‌های خاموش روانی» می‌نامد. این در حالی است که یکی از رایج‌ترین اختلال‌های روانی در ایران هم افسردگی و اضطراب است. مدتی قبل، مدیر دفتر سلامت روانی وزارت بهداشت گفته بود، نبود قانون سلامت روان بیماران و متخصصان این حوزه نیز از جایگاه قانونی برخوردار نیستند و بدون شک خلاءهای قانونی در هر زمینه‌ای می‌تواند مشکلات ناشی از عدم نظارت نهاد‌های مسئول را رقم بزند. در تأیید این ادعا، مدیر یک کلینیک مشاوره و روانشناسی می‌گوید: «دلایل افسردگی و اختلالات روانی مردم فراوان است. زندگی در شهرهای شلوغ و پرسروصدا، گرانی، مشکلات اقتصادی و... همین مسائل خود به مشکلات تازه‌ای دامن می‌زند. افراد باید بیشتر کار کنند؛ در نتیجه ارتباط اعضای خانواده کمتر می‌شود و بچه‌ها از والدین جدا می‌شوند. افراد دیگر احساس آرامش و امنیت ندارند. همه نگران از دست دادن شغل و گرفتار نمان شب‌شان هستند.»

### هشدارها را کسی جدی نمی‌گیرد

امیر هوشنگ مهریار می‌گوید: «به طور کلی مود و خلق مردم افسرده شده است. گاهی افراد خودشان دلیل اصلی اضطراب و افسردگی و حالت‌هایشان را نمی‌دانند، اما پس از چند جلسه مشخص می‌شود که فرد به دلیل مشکلات اجتماعی و اقتصادی، توان مدیریت خود را بر زندگی‌اش از دست داده و افسردگی‌شان را برای برخورد با چالش‌های روزانه زندگی از بین برده است. افراد برون‌گرا در چنین شرایطی پر خاشاک می‌شوند. درون‌گراها وضعیت‌شان حتی بدتر هم هست و ممکن است وارد فاز منفی و بیماری‌شان شوند. در زمان بروز جنگ‌های جهانی و حتی تا همین ۴۰،۳۰ سال پیش اضطراب شایع‌ترین اختلال روانی به حساب می‌آمد اما پژوهش‌های اخیر نشان می‌دهد، افسردگی جای اضطراب را گرفته است.» او مشکلات این روزهای مردم را به گروه سنی خاصی منحصر نمی‌داند، اما معتقد است عوارض این حالت‌ها در جوانان باعث افزایش طلاق، ترک تحصیل و از دست دادن شغل می‌شود. این روانشناس سیر تغییرات روانی مردم را در سال‌های اخیر چنین ارزیابی می‌کند: «بیشتر مراجعه‌کنندگان ما کسانی هستند که



## مرگ انسانیت مرگ خوبی هاست!

درکانادا پیرمردی را به خاطر دزدیدن نان به دادگاه احضار کردند. پیرمرد به اشتباهش اعتراف کرد ولی کار خودش را اینگونه توجیه کرد: خیلی گرسنه بودم و نزدیک بود بمیرم، قاضی گفت: تو خودت می دانی که دزد هستی و من ۱۰ دلار تو را جریمه می کنم و میدانم که توانایی پرداخت آنرا نداری به همین خاطر من جای تو جریمه را پرداخت می کنم. در آن لحظه همه سکوت کرده بودند و دیدند که قاضی ۱۰ دلار از جیب خود در آورد و درخواست کرد به خزانه بابت حکم پیرمرد پرداخت شود. سپس ایستاد و به حاضرین در جلسه گفت: همه شما محکوم هستید و باید هر کدام ۱۰ دلار جریمه پرداخت کنید چون شما در شهری زندگی می کنید که فقیری مجبور می شود تکه ای نان دزدی کند؛ در آن جلسه دادگاه ۴۸۰ دلار جمع شد و قاضی آن را به پیرمرد بخشید.

\*\*

مرحوم شیخ شعراوی می گوید: اگر در شهر مسلمانان فقیری دیدی، بدان که ثروتمندان آن شهر مال او را می دزدند! اجازه ندهیم انسانیت در ما بمیرد؛ مرگ انسانیت مرگ خوبی هاست!

احساسات پیدا نکردم؛ جز یک بار، آن هم نه به صورت مستقیم. نزدیکی های عید بود، من تازه معلم شده بودم و اولین حقوقم را هم گرفته بودم. صبح بود، رفتم آب انبار تا برای شستن ظروف صبحانه آب بیاورم. از پله ها بالا می آمدم که صدای خفیف هق هق گریه مردانه ای را شنیدم، از هر پله ای که بالا می آمدم صدای بلندتر می شنیدم... استاد حالا خودش هم گریه می کند... پدرم بود، مادر هم او را آرام می کرد، می گفت: آقا! خدا بزرگ است، خدا نمی گذارد ما پیش بچه ها کوچک شویم! فوقش به بچه ها عیدی نمی دهیم!... اما پدر گفت: خانم! نوه های ما، در تهران بزرگ شده اند و از ما انتظار دارند، نباید فکر کنند که ما...

حالا دیگر ماجرا روشن تر از این بود که بخواهم دلیل گریه های پدر را از مادرم بپرسم، دست کردم توی جیبم، ۱۰۰ تومان بود، کل پولی که از مدرسه (به عنوان حقوق معلمی) گرفته بودم، روی گیوه های پدرم گذاشتم و خم شدم و گیوه های پر از خاکی را که هر روز در زمین زراعی همراه بابا بود بوسیدم.

آن سال، همه خواهر و برادرم از تهران آمدند مشهد، با بچه های قد و نیم قد که هر کدام به راحتی، با لفظ "عمو" و "دایی" خطابم می کردند. پدر به هر کدام از بچه ها و نوه ها ۱۰ تومان عیدی داد؛ ۱۰ تومان ماند که آن را هم به عنوان عیدی به مادر داد. اولین روز بعد از تعطیلات بود، چهاردهم فروردین، که رفتم سر کلاس. بعد از کلاس، آقای مدیر با کروات نویسی که به خودش آویزان کرده بود گفت که کارم دارد و باید بروم به اتاقش؛ رفتم، بسته ای از کشوی میز خاکستری رنگ کهنه گوشه اتاقش درآورد و به من داد. گفتم: این چیست؟

گفت: "باز کنید؛ می فهمید".

باز کردم، ۹۰۰ تومان پول نقد بود!

گفتم: این برای چیست؟

گفت: "از مرکز آمده است؛ در این چند ماه که شما اینجا بودی بچه ها رشد خوبی داشتند؛ برای همین من از مرکز خواستم تشویق کنند." راستش نمی دانستم که این چه معنی می تواند داشته باشد! فقط در آن موقع ناخودآگاه به آقای مدیر گفتم: این باید ۱۰۰۰ تومان باشد، نه ۹۰۰ تومان!

مدیر گفت: از کجا می دانی؟ کسی به شما چیزی گفته؟

گفتم: نه، فقط حدس می زنم، همین.

در هر صورت، مدیر گفت که از مرکز استعلام می گیرد و خبرش را به من می دهد.

روز بعد، همین که رفتم اتاق معلمان تا آماده بشوم برای رفتن به کلاس آقای مدیر خودش را به من رساند و گفت: من دیروز به محض رفتن شما استعلام کردم، درست گفتی! هزار تومان بوده نه نهصد تومان! آن کسی که بسته را آورده صد تومان آن را برداشته بود، که خودم رفتم از او گرفتم؛ اما برای دانش یک شرط دارم...

گفتم: "چه شرطی؟"

گفت: بگو ببینم، از کجا این را می دانستی؟!

گفتم: آخه شنیدم که خدا ۱۰ برابر عمل نیک رو پاداش میده. (مَنْ جَاءَ بِالْحَسَنَةِ فَلَهُ عَشْرُ أَمْثَالِهَا - قرآن کریم، سوره انعام، آیه ۱۶۰) رفتار ما با پدر و مادرمان سر مشق رفتار فرزندانمان خواهد بود... شادی پدران و مادرانی که در کنارمان نیستند و باخاطرشان زندگی می کنیم یک فاتحه نثار کنید.

## ۱۰ برابر عیدی!

خاطره ای شنیدنی از استاد ادب پارسی؛ دکتر شفیع کدکنی



چند روزی به آمدن عید مانده بود. بیشتر بچه ها غایب بودند، یا اکثر آنها شهرها و شهرستان های خودش را رفته و یا گرفتار کارهای عید بودند؛ اما استاد بدون هیچ تاخیری سر کلاس آمد و شروع به درس دادن کرد... بالاخره کلاس رو به پایان بود که یکی از شاگردان خیلی آرام گفت: استاد آخر سال است؛ دیگر بس است!

استاد هم دستی به سر خود کشید! و عینکش را از روی چشمانش برداشت و همین طور که آن را روی میز می گذاشت، خودش هم برای اولین بار روی صندلی جا گرفت.

استاد ۵۰ ساله با آن کت قهوه ای سوخته که به تن داشت، گفت: حالا که تونستید من را از درس دادن بیاندازید، بگذارید خاطره ای را برایتان تعریف کنم:

من حدوداً ۲۱ یا ۲۲ ساله بودم، مشهد زندگی می کردیم، پدر و مادرم کشاورز بودند، با دست های چروک خورده و آفتاب سوخته، دست هایی که هر وقت آنها را می دیدم دلم می خواست ببوسمشان، بویشان کنم؛ کاری که هیچ وقت اجازه به خود ندادم با پدرم بکنم! اما دستمان مادرم را همیشه خیلی آرام، بو می کردم و در آخر بر لبانم می گذاشتم. استاد اکنون قدری با بغض کلماتش را جمله می کند:

نمی دانم شما شاگردان هم به این پی برده اید که هر پدر و مادری بوی خاص خودش را دارند یا نه؟ ولی من بوی مادرم را همیشه زمانی که نبود و دلتنگش می شدم از چادر کهنه سفیدی که گل های قرمز ریز روی آن نقش بسته بود حس می کردم. چادر را جلوی دهان و بینی ام می گرفتم و چند دقیقه با آن نفس می کشیدم...

اما نسبت به پدرم؛ مثل تمام پدرها؛ هیچ وقت اجازه ابراز

## خدای من، چرا رهایم کردی؟

نگاهی به کتاب: فرشته ساز، اثر استفان برایس  
 \* حمیدرضا پورنجفیان



از خواندن شاهکار ستودنی استفان برایس «فرشته ساز» شگفت زده شدم؛ باز هم سامگیس زندگی و انتخاب شگفت انگیز دیگری برای ترجمه... زمانی که از طرفی بسیار جذاب و خوش خوان است و از دست آدم نمی افتد و از طرف دیگر از لحاظ مضامین و لایه‌ی زیرین داستان، بسیار فربه است و محل بحث فراوان دارد. دکتر ویکتور هوپیه پای به دهکده‌ای می‌گذارد با سه نوزاد یکسان که همه لب‌شکری هستند و ماجرای مرموزی پشت این رابطه‌ی پدر و فرزند پنهان است. او زنی را که معلم بازنشسته‌ای ست، به پرستاری بچه‌ها برمی‌گزیند و از این پس پرستار شاهد رفتار عجیب دکتر با فرزندان خواهد بود... اما بخش دوم کتاب فلاش بک مفصلی ست به چند بازه‌ی زمانی گذشته‌ی ویکتور؛ و این شیوه‌ی روایت استادانه، تعلیق داستان را برای پیگیری سرانجام رمان، عمیق‌تر و محکم‌تر می‌سازد. دکتر ویکتور هوپیه در پی آزمایش خاصی در زمینه‌ی لقاح مصنوعی ست به نام کلون سازی؛ که شیوه‌ای بحث برانگیز میان دانشمندان است. برخی این کار را پاتوی کفش خدا کردن می‌دانند و برخی هم آن را چالش بزرگی به حساب می‌آورند برای حل معمای وجود خدا و حتی خدا را به بازنگری واداشتن... استفان برایس به طور موازی ما را به دوران خردسالی و کودکی ویکتور می‌برد. جایی که او به خاطر لب‌شکری بودنش و حالت‌های خاص ذهنی‌اش، از سوی مادر طرد می‌شود و پدر (که او هم دکتر است) به ناچار طفل معصوم را به صومعه‌ای می‌سپارد که در آن از بچه‌های عقب مانده ذهنی مراقبت می‌شود اما با سخت‌گیری‌های مذهبی راهبه‌ها، خواهرهای روحانی... ویکتور بی‌نوا پس از کشته شدن یکی از بچه‌های صومعه، ناگاه لب به سخن می‌گشاید و کتاب مقدس می‌خواند. یکی از راهبه‌ها که برخلاف سایرین خوش‌قلب و مهربان است، سعی در آموزش خواندن به ویکتور می‌کند و در نهایت به پدرش می‌فهماند که این بچه عقب مانده نیست. ویکتور تجربه‌ی دیگری را میان کشیش‌ها از سر می‌گذراند و تعلیمات مسیحی در پرورش شخصیت او نقش مهمی را بازی می‌کند؛ و این بار هم یک معلم خوش‌قلب میان کشیش‌های متعصب، و باقی ماجرا... ارجاعات الهیاتی رمان و چالش‌های اعتقادی آن، نقطه‌ی مرکزی روایت را شکل می‌دهد. برایس با قصه‌ای جذاب سراغ آفرینش رفته و به ما گوش زد می‌کند که تعلیمات دینی در شکل دهی شخصیت فردی و به تبع آن نقشی که فرد در جامعه ایفا می‌کند، دلبه‌ی شمشیر خواهد بود؛ می‌تواند خیرخواهانه باشد و به نبرد جهل و ظلم رود یا متعصبانه همه‌ی خوبی‌ها را از زیر تیغ بگذراند. رابطه‌ی پدر و فرزند در رمان با رجوع به رابطه‌ی عیسی و خدا و هم‌چنین پدر خطاب کردن خدا در دین مسیحیت، قابل تامل است. ویکتور بی‌نوا از سوی مادر طرد شده و پدرش هم به این کار رضا داده؛ گرچه در نهایت پشیمان می‌شود... خدای من، خدای من، چرا رهایم کردی؟



## بادبادک باز؛ بازی زندگی، در میدانی از افغان...

• گلپهار جعفری

شده ای چون «ضیافت اهریمن» و «در جستجوی ناکجاآباد» است. فیلم بر اساس رمان پرفروش «بادبادک باز» نوشته «خالد حسینی» (نویسنده ی سرشناس افغان - آمریکایی) ساخته شده است. رمان «بادبادک باز» از زمان نخستین چاپ خود در سال ۲۰۰۳ تا به امروز همچنان در صدر فهرست کتاب های پرفروش و پخواننده باقی مانده است. این رمان که تا به حال به ۴۲ زبان مختلف ترجمه شده و مرکز توجه بسیاری از محافل ادبی و هنری قرار گرفته است. «بادبادک باز»، رمانی ست درباره ی دوستی، خیانت، صداقت و رستگاری. داستانی ست درباره ی فرهنگی غنی در سرزمینی زیبا که به خاطر جنگ، تجاوز و تعدی در حال از بین رفتن است. در این فیلم شاهد روایت سرگذشت پسر جوان افغانی به نام «امیر» هستیم که از سنین کودکی به همراه پدر خود و همچنین دوست نزدیکش «حسن» در شهر کابل افغانستان زندگی می کنند. «حسن» پسر مستخدم خانه «امیر» و پدرش است و همبازی دوران کودکی او محسوب می شود. روایت سرگذشت زندگی این افراد که بر پایه شخصیت محوری «امیر» انجام گرفته از ایالت کالیفرنیا در آمریکا آغاز می شود که او به همراه همسرش «ثریا» در آنجا زندگی می کنند و ادامه ماجرا به صورت بازگشت به گذشته و روایت دوران کودکی امیر و حسن به تصویر کشیده می شود. این فیلم که در ژانر تاریخی - اجتماعی است در سانسفرانسسکو می شود. از آغاز می شود و با فلاشبکی به کابل ۱۹۷۸ منتقل می شود. از این طریق است که توالی زمان در روایت داستان به هم می ریزد تا گذشته ی تاسف بار امیر به تصویر درآید. از زیبایی های تصویری فیلم، آغاز خوب آن است که با رنگ آمیزی خوب و مناسب تیتراژ آغاز می شود و این تیتراژ در بادبادکی که در میانه ی آسمان در پرواز است محو می گردد. آغاز فلاشبک (کابل ۱۹۷۸) با صحنه ی بادبادک بازی و رقابت کودکان بر سر تصاحب بادبادک مغلوب یکی از قسمت های جذاب فیلم است که خوب پرداخته شده است و تصاویر هوایی از پرواز دوبادبادک رقیب که یکی به رنگ پرچم افغانستان است و آن دیگری به رنگ آبی و سفید و مشکی، زیبایی این سکانس را افزوده است. علاوه ی بر زیبایی بک گراند تیتراژ و بادبادک آغازین آن، کودکان و بزرگسالانی که در کنار دریاچه ی سانفرانسسکو مشغول بادبادک بازی

شکریه نظری، یکی از فعالین حقوق زنان در کابل، که این روزها به شدت نگران آینده خود و زنان کشورش است، در گفت و گو با ایسنا می گوید: «درست است که رفتار و رویه طالبان موجه تر به نظر می رسد، اما من به عنوان یک شهروند، از روزی که طالبان تمام افغانستان را تصرف کردند، چشم انداز و دیدی بسیار ناخوشایند و تاریک از آینده زنان در افغانستان دارم؛ چرا که مشخص نیست ۶ ماه بعد وضعیت ما چگونه خواهد بود!» این صحبتها و بسیاری نظرات دیگر پس از آن به میان آمده است که جنگجویان طالبان کابل را نیز مثل دیگر نقاط کشور فتح کردند تا مردم افغانستان در شوکی عظیم فرو روند و ترس بزرگی در دل داشته باشند. بیشتر نگرانی مردم از این است که طالبان همان طالبان ۲۰ سال گذشته باشد. همان طالبانی که سخت ترین قوانین و محدودیت ها را در سال های حکومت بر افغانستان یعنی سال های ۱۹۹۶ تا ۲۰۰۱ برای زنان و اقلیت ها ایجاد کرد؛ طوری که هیچ زنی بدون همراهی یک شخص محرم مانند پدر، برادر و همسر و چادری به نام برقع، حق خروج از خانه را نداشت. در آن زمان زنان از کمترین حقوق انسانی خود مانند تحصیل نیز برخوردار نبودند. در آن دوره مدارس و بازارهای افغانستان خالی از زنان بود و هیچ زنی بدون مرد در سطح شهر دیده نمی شد. گریه ی کودکانی که ترس را با تمام وجود حس می کنند و در فرودگاه کابل منتظر خروج از افغانستان هستند، یکی از ترازوهای این روزهای افغانستان است. کودکانی که نگرانی شان برای اهالی همدام آشناست. تنهایی و بی سرپرست بودن درد مشترکی است که با آنها حس می شود. البته فرزندان ما زیر سایه سار محبت شما اهالی خیر و خیر خواهان ایران زمین سالهاست در بهشت کوچک همدام زندگی آرامی دارند اما درد بی کسی و دوری از خانواده را همواره و به وضوح می توان در چشمان شان دید... با این توضیح کوتاه در این شماره از مجله ی همدام می خواهیم فیلم معروف «بادبادک باز» را به شما معرفی کنیم. اگر این فیلم را ندیده اید پیشنهاد می کنیم آن را تماشا کنید تا با درد فرزندان این سرزمین مظلوم آشنا شوید. فیلم «بادبادک باز» ساخته ی «مارک فورستر» کارگردان آلمانی الاصل سینمای آمریکاست که سازنده ی فیلم های تحسین

زیادی است. دیدن این فیلم در زمان کنونی می‌تواند بیننده را با خلق و خوی حاکمان جدیدش آشنا کند. هرچند ما هم مانند اکثر حامیان کودکان بی سرپرست ایران و جهان، دعا می‌کنیم مهربانی و همدلی و همدردی جایگزین تعصبات قومی قبیله‌ای و افراطی شود. ما امیدواریم خیرخواهی در سراسر گیتی پراکنده شود و صدای سفیر هیچ گلوله‌ای، کودکی را از خواب خوش بیدار نکند...

### بادبادک باز

کارگردان: مارک فورستر.

محصول سال: ۲۰۰۷

بازیگران: همایون ارشادی - شان توب - خالد عبدالله - ذکریا ابراهیمی -

احمد خان محمودزاده - اتوسالئونی

محصول: آمریکا

مدت فیلم: ۱۲۸ دقیقه

هستند به خوبی با موضوع و عنوان فیلم مطابق و هماهنگ اند؛ به خصوص، نوجوان بادبادک بازی که در خط نگاه امیر (شخصیت قهرمان) در حال دویدن است و در نقطه‌ای دورتر از او ناپدید می‌شود. این آغاز متناسب با پایان فیلم است به گونه‌ای که انتهای فیلم نیز در کنار همین دریاچه و توامان با بادبادک بازی امیر و سهراب است. «حسن» در داستان فیلم، شخصیتی است که به سبب انتساب به قومیت هزاره و وفاداری در دوستی با امیر (منتسب به قوم پشتون) منفور آصف (ضد قهرمان فیلم) و دوستانش (که منسوب به قومیت پشتون اند) قرار گرفته، بدین جرم مورد آزار جنسی آنان واقع می‌شود. آصف در توجیه نفرت خویش از حسن به امیر اینگونه می‌گوید: «اینا وطن ما ره مردار می‌سازه، خون ما ره مردار می‌سازه، و اگه احمقایی مثل تو و پدرت ایناره همراه خود نگاه نمی‌کردین ما از شرشان بیغم می‌بویدم.» روایت جذاب فیلمنامه که مقدار زیادی از آن مسلمان به رمان «خالد حسینی» بازی می‌گردد و کارگردانی عالی و کم‌نقص (مارک فورستر) به همراه بازی‌های دقیق و بسیار زیبای فیلم خصوصاً «همایون ارشادی» «شان توب» و کودکانی که نقش کودکی‌های «امیر» و «حسن» را بازی می‌کنند نقش بسیار مهمی در تاثیرگذاری فیلم ایفاء می‌کنند. همان‌طور که در ابتدای معرفی فیلم گفته شد، افغانستان امروز با حکمرانی مجدد گروه طالبان، شاهد صحنه‌های دلخراش

FROM THE DIRECTOR OF FINDING NEVERLAND

There is a way to be good again.

**The KITE RUNNER**

A MARC FORSTER FILM

11797

DVD VIDEO

"This is a MAGNIFICENT film!"  
- Roger Ebert, CHICAGO SUN-TIMES

"Surely one of THE GREATEST FILMS you are ever going to see!"  
- Jeffrey Lyons, NBC'S MEET TALK

THE KITE RUNNER  
PROOF OF PURCHASE  
11797A

THE KITE RUNNER  
PROOF OF PURCHASE  
11797B

ISBN 1-4157-3854-8

0 97361 17974 2

Heartland TRULY MOVING PICTURE AWARD

**SPECIAL FEATURES**

- Commentary with Marc Forster, Khaled Hosseini and David Benioff
- Words from The Kite Runner
- Images from The Kite Runner
- Theatrical Trailer

Special Features list below

The best-selling novel is now one of the most acclaimed movies of the year. As young boys, Amir and Hassan were inseparable friends, until one fateful act tore them apart. Years later, Amir will embark on a dangerous quest to right the wrongs of the past - and redeem himself in ways he never expected - by displaying the ultimate in courage and devotion to his friend. Directed by Marc Forster (Finding Neverland, Monster's Ball), *The Kite Runner* allows us to believe that there may be justice in the world. (Richard Corliss, TIME).

DREAMWORKS PICTURES, SENECA KINNEL ENTERTAINMENT AND PARTICIPANT PRODUCTIONS PRESENT  
A SENECA KINNEL ENTERTAINMENT AND PARTICIPANT PRODUCTIONS PRODUCTION A MARC FORSTER FILM "THE KITE RUNNER" KHALID AHMED ALI  
HENNING KAMRATH SHAWN TUCK ATUSSA LEON SAID TASHMANIN ALBERTO REYESAS BRUCE TULL FRANK FLEMING MATT CHESSE JAY  
CARLOS COYOTE ROBERTO SCHWETTER AND JAMES SENECA KINNEL LAURIE McDONALD SAM MENDES JEFF SKILL  
WILLIAM HOBBS WALTER PARKES BEBECA FLORES BENNETT WELSH HANAL HANSEN DAVID BENIOFF MARC FORSTER  
SOUNDTRACK ALBUM ON EMI  
www.kiterunnermovie.com

WIDESCREEN VERSION ENHANCED FOR 16:9 TVs • DOLBY DIGITAL ENGLISH 5.1 SURROUND / FRENCH 5.1 SURROUND / SPANISH 5.1 SURROUND • SUBTITLES: ENGLISH / FRENCH / SPANISH

THIS FILM IS PRESENTED IN "WIDESCREEN" FORMAT. THE BLACK BARS ON THE TOP AND BOTTOM OF THE SCREEN ARE NORMAL.

PG-13

FOR STRONG LANGUAGE, DRUG USE, AND SOME SMOKING

2007/COLOR/1127 MIN./PG-13/WIDESCREEN

© 2007 DreamWorks Pictures. All Rights Reserved. TM & © 2007 DreamWorks Pictures. All Rights Reserved.

DREAMWORKS PICTURES

## جدول شماره: ۱۲

### افقی:

۱. این اثر زیبای استاد همایون شجریان، موسیقی یار همدم برای دختران این مرکز آماده و منتشر شد - گریختن ۲. درجه دار ارتشی - داخل شدن - دست کشیدن برپاها و سردر و وضو ۳. سرمای شدید - نگاه خیره - از چهار عمل اصلی ریاضیاتی - بنیان ۴. مغز سر - درس خوانده - نمونک ۵. غلط - سایه - بازسازی ۶. از شرکت های نفتی فرانسوی - ابزار کار مشترک نجار و آشپز - صندلی راحتی - مرموز ۷. دیوار سیمی - کشیدنی اسلحه - صید ۸. ورق - این پول در سفر به غنا به کارتان می آید - طرد کردن - ابریشم خام ۹. از روش های آسان کمک به دختران همدم با شماره گیری کد دستوری #۴۰۰۴\*۴\*۷۳۳\* با گوشی تلفن همراه ۱۰. دنیا آوردن - کامیون ارتشی - نخست وزیر سابق انگلیس که مشارکتی فعال در جنگ خلیج فارس داشت - جاده معروف شمالی ۱۱. حیوان بیابانگرد - مادر فلزات - نصف - از آخر بخوانید ذره بنیادی می شود ۱۲. بطن - شادمانی - گلابی ۱۳. سایبان - کشت و کار - نسک - ابرزمینی ۱۴. ترمینال - جنبش هوا - حرف نهم یونانی ۱۵. نگاه خیره - سرمربی تیم فوتبال پدیده خراسان که چندی قبل بازدیدی از موسسه همدم داشت

### عمودی:

۱. منع قانونی - همدمی ها، با مراجعه به دفاتر و محل کار جمعی از مدیران سلامت مشهد، این روز را به ایشان تبریک گفتند - فخر فروشی خودمانی ۲. بیماری تنگی نفس - سست - از اوراق بهادار - گودال ۳. لنگه در - شیر خرم - مقابل جمع - از انواع لوبیا ۴. مدیر عامل همدم با ارسال سپاس نامه ای فرارسیدن ۱۷ مرداد و این روز را به اصحاب رسانه تبریک گفتند - نوعی دوچرخه مسابقه ای ۵. نهنگ - خوگرفتن - شاعر رباعی سرای نیشابوری - ساز شاکلی ۶. مساوی - گهواره - خستگی - تقوا ۷. خمیر بتونه - موسسه خیریه توانبخشی فتح المبین - شهر پرفروغ ۸. کشور فلاسفه - پیامبر صبور - از انواع بسته بندی ۹. تکیه کلام بچه مشهد - سبیکه - رفیع - نام ترکی ۱۰. توده مردم - درمانگاه ارتشی - از پسران صدام حسین معدوم ۱۱. انجام یافت - چوب شکسته بندی - قیمت - قوم ایران باستان ۱۲. واحدی در سطح - فیلم نوستالژی پر آوازه هندی به کارگردانی رامش سیپی - حضرت روح (ع) ۱۳. دست آویز - امید - مایه آهنگ ۱۴. بلیغ - زین و برگ اسب - خودکار ۱۵. در آستانه عید غدیر جشنی کوچک با حضور این خواننده موسیقی کرمانجی و سفیر هنری موسسه همدم برگزار شد.





## جدول

۱۰	۱۴	۱۳	۱۲	۱۱	۱۰	۹	۸	۷	۶	۵	۴	۳	۲	۱	
		■													۱
			■					■							۲
				■				■			■				۳
	■				■				■			■			۴
					■			■							۵
			■			■					■				۶
				■				■				■			۷
		■				■			■				■		۸
	■														۹
				■				■				■			۱۰
			■			■				■					۱۱
				■			■		■			■			۱۲
		■			■				■				■		۱۳
■				■				■							۱۴
												■			۱۵

طراح جدول: محمد رضا علیزاده



## جایی در آستانه‌ی آسمان

نگاهی به تاریخچه‌ی همد؛ از گذشته تا امروز

زمین خدا وسیع و هوشیار و خوشبخت است ... اما بعضی تکه‌های زمین خدا خوشبخت‌ترند چون می‌شود نردبانی روی آن گذاشت و از درخت آسمان بالا رفت ...

در گوشه‌ای از شهر مشهد، تکه زمینی قرار دارد، خوشبخت؛ جایی در آستانه‌ی آسمان ... محل ازدحام دل‌های مهربان ... جایی پراز آرزو ... پراز ذهن‌های سپید و بی‌فریب ...

سال ۱۳۶۱ بود که تکه‌ای از زمین خدا، به اندازه‌ی ۱۰۰۰۰ مترمربع سهم دختران کم‌توان ذهنی شد تا در آنجا زندگی کنند آموزش ببینند خدمات توانبخشی دریافت کنند و چند قدم به آرزوهایشان نزدیک‌تر شوند.

این مکان که ابتدا مؤسسه‌ی فتح‌المبین نام گرفت و سپس با «خیریه همد» کامل شد، کارش را تحت پوشش سازمان بهزیستی با پذیرش ۶۰ دختر شروع کرد. از سال ۱۳۸۰ نوع مدیریت مجموعه به شیوه‌ی هیأت امنایی تغییر یافت که اتفاق مبارکی بود. از همان سال، اعضای هیأت امنای که همگی از خیرین و نیک‌اندیشان شناخته شده‌اند، با تمام همت و نیرو، در جهت بهتر شدن شرایط دختران همد، گام برداشته‌اند. اقدامات مؤثری مثل؛ تجهیز، بازسازی و نوسازی بخش‌های مختلف مجموعه، راه‌اندازی سیستم‌های هواساز، احداث سالن‌های همایش و نمازخانه لاندی و تهویه و همچنین تکمیل و بهره‌برداری از ساختمان شهید شاهید برای کودکان آموزش پذیر در کارنامه‌ی این نیکوکاران می‌درخشد. در سال ۱۳۸۴ مؤسسه به طور کامل از سازمان بهزیستی مستقل و تحت عنوان «خیریه‌ی توانمندسازی و حمایت از معلولین»، به هیأت امنای واگذار گردید.

**هیأت مدیره‌ی مؤسسه، هفت عضو اصلی و دو عضو علی‌البدل دارد:**

حاج اکبر صابری فر (رئیس هیأت مدیره)، مهندس حمید طیبی (نائب رئیس)، دکتر زهرا حجت (مدیرعامل مؤسسه) و آقایان: حسین محمودی علی اکبر علیزاده، مهندس علی کافی، مهندس مرتضی ادیبی و جعفر شیرازی نیاد دیگر اعضای هیأت مدیره‌ی همد هستند.

فرزندان تحت حمایت همدم، همگی دختر بی سرپرست یا بدسرپرست اند. این مؤسسه در ابتدای واگذاری ۱۸۶ مددجو و ۹۳ کارمند رسمی مأمور به خدمت داشت. این رقم در حال حاضر به ۴۰۰ مددجو و قریب ۱۶۰ نیروی قراردادی افزایش یافته است. این روزها؛ فرزندان این خانه، بر اساس نوع معلولیت یا شرایط شان در سه ساختمان مستقل و مجزا زندگی می‌کنند:

#### همدم ۱:

(فتح‌المبین) به مساحت ۱۰/۰۰۰/۰۰۰ مترمربع و زیربنای حدود ۶۸۰۰ مترمربع محل نگهداری و آموزش معلولین ذهنی عمیق و دختران تربیت‌پذیر است.

#### همدم ۲:

(مرکز شهید حمید شاهید)، به مساحت ۲۶۰۰ مترمربع و زیربنای ۳۵۰۰ مترمربع محل زندگی دختران آموزش‌پذیر است.

#### همدم ۳:

خانه‌ی پناهگاهی ارغوان و شقایق با مساحت ۳۰۰ متر در دو طبقه‌ی مجزا (هر طبقه ۱۰ نفر) در سنین زیر ۱۴ و بالای ۱۴ سال که فرزندان لب‌مرزی (میان‌راهی) توانبخشی همدم هستند.

#### همدم ۴:

مددجویان مؤسسه‌ی همدم، به‌طور همزمان از امکانات و خدمات مختلفی برخوردارند، از جمله: استفاده از خدمات توانبخشی از قبیل: فیزیوتراپی گفتاردرمانی و کاردرمانی حضور در فعالیت‌های مختلف تئاتر و ورزشی برای دستیابی به حداکثر توانمندی جسمی، شرکت در کارگاه‌های هنری از قبیل گلیم‌بافی گلسازی قلم‌زنی روی مس، فرشینه، ملیله کاغذی و ... بدیهی است که فراهم ساختن فضایی شبیه خانه برای دختران این مرکز هزینه‌های سنگینی به دنبال دارد. در حال حاضر، برای هر مددجو ماهانه بیش از ۳۰/۰۰۰/۰۰۰ ریال هزینه می‌شود که یارانه‌ی دریافتی از سازمان بهزیستی کمتر از یک سوم این هزینه را تأمین می‌کند و مابقی، با کمک‌های مردمی تأمین می‌شود.





, Ali Akbar Alizadeh , Ali Kaffie , Morteza Adibi and Jafar Shirazinia are members of the board of directors .

Companion-backed children are all unmarried or bad guys .

This institute was originally commissioned by 186 clients and 93 officers.

The figure has now risen to 400 clients and nearly 160 contractors.

These days, the children of this home live in three distinct and independent setting , based on their disabilities or con

**Hamdam(1):**

( Fath – Ol – Mobin ) with an infrastructure of about 6800 meters is a place for the maintenance and training of deep mentally disabled and educable girls .

**Hamdam(2):**

( Hamid Shahid's center) with an area of 2600 meters and a 3500 meters underground building is an educational ground for girls .

**Hamdam(3):**

The refuge house of Arghavan and Shaghayegh with a total area of 300 meters in two separate floors ( each floor is 10 people ) under the age of 14 and over 14 years old , the children of the borderline ( between the way)of Hamdam rehabilitation .

**Hamdam(4):**

Attendees of the Hamdam's institute simultaneously have various facilities and services. Including :

Use of rehabilitation services such as physiotherapy , speech therapy , occupational therapy , participate in various theater and sports activities to achieve maximum physical fitness,participate in artwork such as : weaving , knitting , crocheting , copying , carpet , paper tapestry and .....obviously , providing a home-like space for girls in the center is costly .

Currently , more than 30,000,000 Rials are spent per client each month that the subsidy received from the welfare organization amounts to less than one – third of this cost,and we are funded by popular support .



عکس از: فرشته کامران

---

## A Status Report of Fatholmobin-Hamdham Rehabilitation Charity

---

God's earth is vast and sober ...

But some of the pieces of the land of God are more prosperous, because it is possible to put a ladder on it and rise up from the bottom of the sky .....

In the corner of the city of Mashhad there is a patch of land . Fortunately, there is a piece of land happy , somewhere in the sky ... the place of conquering the hearts of the hearts is full of dreams ...

In the year 1361 , a fragment of Allah's earth was absorbed in the size of 10,000 meters was shared of mentally retarded girls that they live there and to be trained , to receive rehabilitation services and get closer to their aspirations .

This place was first named Fath -Ol - Mobin institute

and then completed with ( Hamdam charity), began her work under the umbrella organization with 60 girls.

Since 1380 , the type of portfolio management has changed in the form of a board of trustees , which was happy .From the same year, members of the board of trustees , all of whom are well-known charities and well-known people , are struggling to improve the Hamdam's girls .

Effective measures such as equipping , rebuilding and renovating the various section of the complex , arrangement of air-conditioner systems, construction of conference hall and prayer hall , landing and ventilation , as well as completion and operation of Shahid's building for educational children shine in the work of these righteous people. In 1384 , the institute was fully independent from the welfare organization ( charity for the empowerment and protection of the disabled) to the board of trustees.

The board of divectors of the institute has 7 main members and 2 non-core members :

Akbar sabery far ( chairman of the board) , Hamid tayyebie ( vice chairman ) , DR. Zahra Hojjat ( managing director of the institute) and Mr. Hossein Mahmoodi

# 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*