

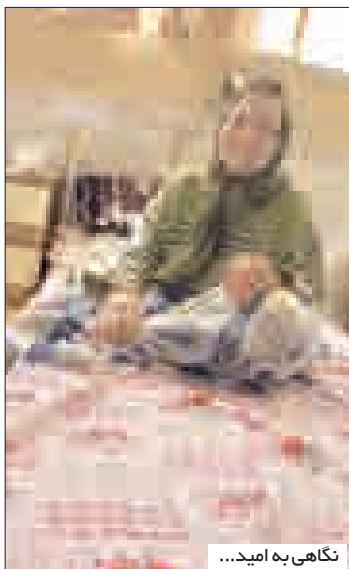
گذری در یاس سفید



دل باید جای دگر باشد...



نگاهی به امید....



نگاهی به امید....



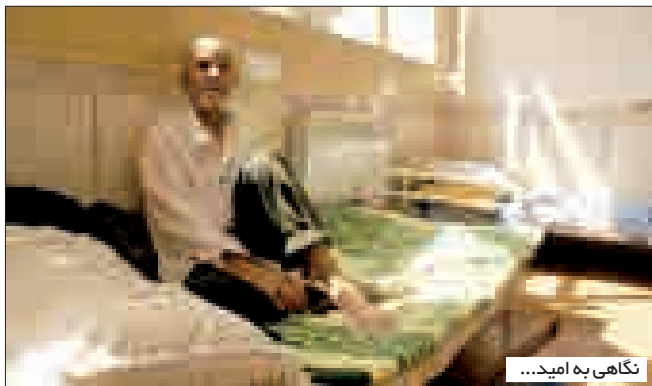
باید انتظار دگر داشت....



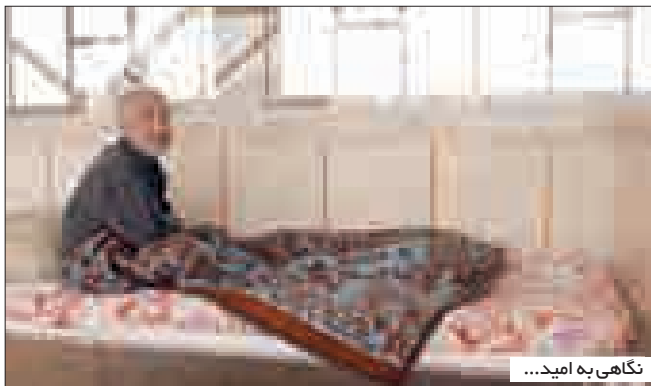
در کنار هم با یک زبان...



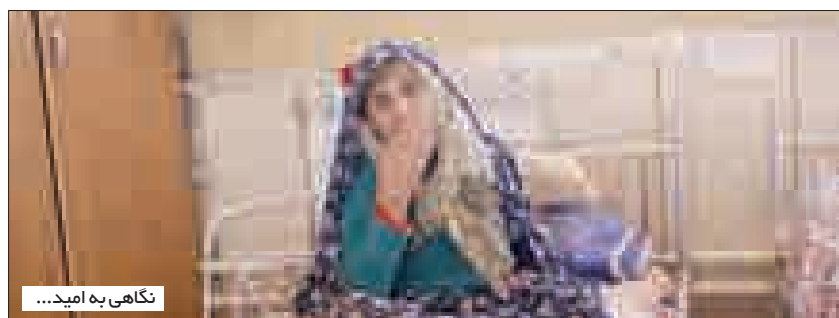
پهلوان دیروز در ورزش امروز...



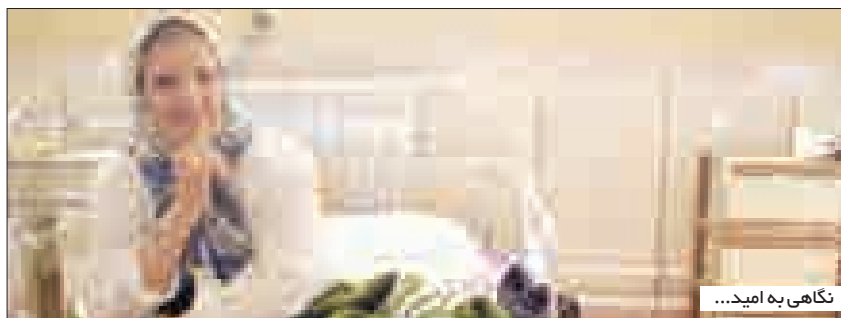
نگاهی به امید....



نگاهی به امید....



نگاهی به امید....



نگاهی به امید....



وقت با هم بودن ... / عکس یادگاری سالمندان خانه یاس سفید

با سپاس از مسئولان خانه سالمندان یاس سفید همدان / عکس‌ها: نصرت... طاقی احسن

عکس: همدان پیام - توکل دارائی ۱۳۸۱

همه چیز به دست خود

حاصل عمر ۳ سه سخن پیش نیست

پیشکش همدان پیام به پدران و مادران سالمند
همدان پیام: ممکن است سالمندان در زندگی روزمره بسیاری از مشکلات و فشارها را در جنبه های مختلف زندگی تحمل کنند اما این فشارها ناشی از زندگی کنونی نیست، بلکه بسیاری از آنها از وحشت از آینده سر چشمه می گیرد. وحشت از اینکه به هنگام پیری تنها مانند طرد و بیمار شوند و یا ... همدان پیام به پاس احترام به گوهرهای ایران زمین، پدران و مادران بالاینمان در این شماره از پیام آفرینه خود به زندگی و خوشی ها و ناخوشی های این عزیزان پرداخته است.



محروم بودن از تسهیلاتی چون حمل و نقل عمومی به گفته برخی از کارشناسان، سالمندان علاوه بر

نیاز در میان این وقایع سقوط دارد.

خیابان‌ها و سطح شهر اتفاق می‌افتد و بیشترین سهم را

ناگواری است که در راهپله‌ها و سرویس‌های بهداشتی،

حوادثی که سلامت سالمندان را تهدید می‌کند وقایع

ناگواری است که در راهپله‌ها و سرویس‌های عمیق دوران کپولت

شوند اما آنچه در همدان در کمین سالمندان

نشسته، بروز حوادثی است که به دلیل مناسب نبودن

فضای شهری برای آنها به وجود می‌آید.

حوادثی که سلامت سالمندان را تهدید می‌کند کمتر کسی

از میان سالمندان به تنهایی‌های عمیق دوران کپولت

سن می‌اندیشد و بیشتر دغدغه‌هایشان را یک عبور

ساده و کوتاه از خیابان‌های عریض تشکیل می‌دهد.

گاهی دلهره امرار معاش بر اضطراب تنهایی و بیکاری

پیشی می‌گیرد و سالمندان درگیر و دار عبور از معابر غیر

مرضیه بختیاری

همدان پیام: ایستادن در صف تاکسی و اتوبوس در همدان معنایی ندارد هر کسی که زورگوتر بود اول سوار می‌شود و هر کسی که توان جسمی کمتری داشت آنقدر می‌ایستد تا دیگر کسی در ایستگاه نباشد و تا شاید تاکسی از راه برسد و یک نفر ظرفیت خالی داشته باشد اما این حکایت تاکسی بود و اتوبوس‌ها که حکایت دیگری دارد. سال‌هاست که عده‌ای اتوبوس سواری را کنار گذاشته‌اند.

سالمندان شهر ما دیگر سوار اتوبوس هم نمی‌شوند تا مبدا در انبوه هجوم مسافران نفسشان بگیرد و مجبور شوند دقیقه‌ها طولانی به انتظار صندلی خالی بایستند. سالمندان شهر ما سال‌هاست که با همه پیاده‌روهای باریک شهر کنار آمده و به پاتوق‌های کوچک همیشگی‌شان در گوشه یکی از پارک‌ها دل خوش کرده‌اند.

جوانان دیروز برای خالی کردن دلنتگی‌های زندگی به دنبال فضایی گرم هر چند کوچک می‌کردند تا با دوستان خود از هر دمی سخنی بگویند و همین که کنار همن و سالانشان بنشینند و یکی دو ساعت کپ بزنند برایشان کافی است.

روزها از پی هم می‌گردند اما شرایط تفاوتی نکرده و سالمندان هر روز پیر و پیرتر می‌شوند و زندگی برایشان نیز سخت‌تر می‌شود.

آنچه که به گوش ما رسیده این است که امکانات رفاهی برای سالمندان در کشورهای توسعه یافته رایگان است و این افراد درست پس از بازنشسته شدن می‌توانند

از انواع امکانات سفری، بهداشتی و بیمه‌ای بهره‌مند شوند اما آنچه در همدان در کمین سالمندان

نشسته، بروز حوادثی است که به دلیل مناسب نبودن

فضای شهری برای آنها به وجود می‌آید.

حوادثی که سلامت سالمندان را تهدید می‌کند و وقایع

ناگواری است که در راهپله‌ها و سرویس‌های عمیق دوران کپولت

شوند اما آنچه در همدان در کمین سالمندان

نشسته، بروز حوادثی است که به دلیل مناسب نبودن

فضای شهری برای آنها به وجود می‌آید.

حوادثی که سلامت سالمندان را تهدید می‌کند و وقایع

ناگواری است که در راهپله‌ها و سرویس‌های عمیق دوران کپولت

شوند اما آنچه در همدان در کمین سالمندان

نشسته، بروز حوادثی است که به دلیل مناسب نبودن

فضای شهری برای آنها به وجود می‌آید.

حوادثی که سلامت سالمندان را تهدید می‌کند و وقایع

مناسب و فضای تفریحی، با ۳۰ مانع بزرگ در فضای

شهری روبرو هستند که تردد آزادانه و بدون خطر، آنها

را دچار مشکل می‌کند.

به گفته محققان، سالمندان از سوی دیگر از مشکلاتی دیگری چون فقدان علائم و تابلوهای راهنمای شهری در فضاهای عمومی نیز رنج می‌برند. آنها پیرمردان و پیرزنانی هستند که به دلیل داشتن برخی نارسایی‌های

شنوایی و بینایی به برخورد مناسب‌تری نیاز دارند.

گاهی لازم است حرف‌ها را برایشان تکرار و

علائم موجود در فضای عمومی را بصری آنها با رنگ

روشن مشخص کنیم، اما نه‌تنها این ضوابط برای آنها رعایت نمی‌شود بلکه خانه‌ها و آپارتمان‌ها نیز بر اساس

شهرسازی و معماری نوین برای رعایت حال سالمندان

احداث نمی‌شوند.

در ایسن میان، بی‌توجهی افراد جوان‌تر خانواده هم به

یاری نابسامانی‌های فضای زندگی می‌آید و سالمندان از

بسیاری مراقبت‌های ضروری محروم می‌شوند.

به گفته کارشناسان، محدودیت پوشش‌های بیمه‌ای برای سالمندان، گروهی از آنها را به سمت اشتغال پس

از بازنشستگی سوق می‌دهد و همین مسأله باعث بروز

حوادث ناگواری در محل کار سالمندان می‌شود.

آنچه که همیشه انتظار می‌رود زندگی آرام و بدون

دغدغه سالمندان است؛ چرا که آنها یک عمر تلاش

کرده و امروز که به سنین پیری رسیده‌اند نیازمند

حمایت بیشتر هستند در حالی که انتظار می‌رود این

افراد با گذشت سن از امکانات کافی برای تأمین

زندگی برخوردار باشند و در هر محیطی به اشتغال

نپردازند.

اشتغال دوره پیری از سویی و نبود امکانات تفریحی

و فرهنگی از سوی دیگر سالمندان را آزار می‌دهد.

گاهی کمبودها در عرصه استفاده از فضاهای تفریحی

و فرهنگی شهر تا جایی است که دیگر کمتر کسی

از میان سالمندان به تنهایی‌های عمیق دوران کپولت

سن می‌اندیشد و بیشتر دغدغه‌هایشان را یک عبور

ساده و کوتاه از خیابان‌های عریض تشکیل می‌دهد.

گاهی دلهره امرار معاش بر اضطراب تنهایی و بیکاری

پیشی می‌گیرد و سالمندان درگیر و دار عبور از معابر غیر



جوانان دیروز فراموش شدگان امروز

۳۰ مانع بزرگ بر سر راه سالمندان

همسطح، پله‌های زیاد و گذرگاه‌های باریک شهری، تمام اندوه خلوت خود را به استرس زندگی در شهری می‌سپارند که سالمندانش را دوست ندارد. مسئول سالمندان و میانسالان مرکز بهداشت همدان گفت: یک هزار و ۶۸ نفر از سالمندان همدان با طرح "مراقبت دوره‌ای ادغام‌یافته سالمندان"، مراقبت شده‌اند. مهتا سنگستانی اظهار داشت: با توجه به اجرایی شدن کنترل مولید از دهه ۷۰ و بهبود وضعیت بهداشتی و درمانی کشور که موجب کاهش مرگ و میر شد، هرم سنی کشور از جوانان به سمت سالمندان گرایش پیدا کرده و از جمعیت زیر ۱۵ سال ما کاسته و به بالای ۶۰ سال اضافه شده است. وی افزود: سالمند به تمام افراد ۶۰ سال و بالاتر گفته می‌شود که با این وصف قشر سالمند ما در حال افزایش است چون طبق آمار سال ۸۸ جمعیت ۶۰ سال و بالاتر در استان همدان ۱۵۱ هزار و ۶۱۵ نفر به تفکیک ۷۶ هزار و ۸۹ مرد و ۷۵ هزار و ۵۲۲ زن است.

مسئول سالمندان و میانسالان مرکز بهداشت استان همدان گفت: شاخص جمعیتی سالمندی در کل استان همدان، ۳۵/۴ درصد است که این آمار نشانگر این مهم است که جمعیت سالمندی استان در مقایسه با سال‌های گذشته افزایش یافته و نیز در حال افزایش است. وی بیان داشت: سالمندان ویژگی‌های جسمی و روحی خاصی دارند چون با گذشت سن توانایی‌های بدنی آنها کاهش یافته و آنان را محدود کرده است که با این وصف گاه‌ا نیازمند می‌شوند که حتی برای برآورده کردن نیازهای اولیه خود از دیگران کمک بگیرند.

سنگستانی تصریح کرد: با توجه به مشکلات روحی و جسمی قشر سالمند در جامعه، از سال ۸۲ برنامه "مراقبت از سالمندان" جزو برنامه‌های سلامت خانواده در سیاست‌های کشوری وزارت بهداشت در نظر گرفته شد.

و این امر در حالی است بیش از ۱۶۰ هزار نفر از جمعیت استان همدان سالمندانی تشکیل می‌دهند که نیازمند توجه بیشتر نه تنها فرزندانشان بلکه همه شهروندان مخصوص مسئولان شهرداری هستند.

نشادی دوران کودکی‌ام توبودی

انسینهنجارزاده

همدان پیام: می‌دانم خسته و تنها بودی و دلت می‌خواست کسی بود که به حرف‌هایت گوش می‌داد. از تو معذرت می‌خواهم، وقت نداشتم کنارت باشم و درد دلت را اگر مرهم نبودم لااقل تنها و تنها شنونده باشم، عصبانی بودم و به تو پرخاش کردم و تو در جواب، نوازشم کردی و گفתי عاقبت بخیر شوم. زمان گذشت... دانشگاهم تمام شد کاری پیدا نکردم، موفق بودم، مشهور شدم و توانستم اداره اموری را در دست بگیرم. می‌دانم نگاهم می‌کردی و دلمان چشمت به در بود تا من را ببینی، فراموش نکردم اما ... نمی‌دیدمت.

مسئولیتی در شهر پذیرفتم مطمئن بودم از عهدداش برمی‌آیم، زمان گذشت. می‌دیدم تو و دوستانات صبح‌ها و عصرها در فضاهای سبز می‌نشینید اما ذهنم مشغول بود، درگیر پروژه‌های آینده‌ساز برای شهرم بودم! فکرهای بزرگ داشتمت، می‌خواستم دنیا را تغییر دهم. اما درغ، نمی‌دانستم هر روز که می‌گذرد ذره‌ای از تو را از دست می‌دهم.

نمی‌دانستم اوقاتنت را در اتوبوس‌های شهری می‌گذرانی. فراموش کردم روزی تو خود برو بیایی داشتی، حال خسته شده‌ای و نیاز داری با هم‌سالانت هم‌صحبت باشی و مکانی باشد امن حتی با امکانات کم اما جایی که تو و هم‌سالانت بتوانید بنشینید، موسیقی گوش دهید، پیاده‌روی کنید، حتی ورزش کنید و عصر به خانه برگردید در حالی که روز خوبی داشتید.

فراموش کردم شما هم حق دارید شاد باشید. معذرت می‌خواهم زمستان‌های سرد همدان را کامل از یاد بردم! تو چگونه می‌توانستی در فضاهای سبز روی سنگ‌های سرد بنشینی در حالی که حتی نیمکتی یا سر پناهی نیست تا تو و هم‌سالانت را جای دهد. یک روز خوشحال به خانه آمدی و گفתי عده‌ای از مسئولان شهر به دیدارتان آمده‌اند و سوال‌هایی پرسیده‌اند، گفתי می‌خواهند برایتان کاری کنند یا شاید جایی درست کنند تا روزها آنجا جمع شوید و از امکاناتش استفاده کنید و شب‌ها به خانه‌هایتان بازگردید.

زمان گذشت... تو همچنان آنجا نشسته بودی و با دوستانات چشم به راه دوخته بودید، اما... هر روز از من می‌پرسیدی از پروژه چه خبر؟ و من می‌گفتم کارهایمان را اولویت‌بندی کرده‌ایم و این در اولویت اسمال نیست! و اما تو همیشه امید داشتی و به دوستانات دلگرمی می‌دادی... آن روز که رفتی، تمام حرف‌هایت را شنیدم و تازه فهمیدم اولویت تو بودی، برکت تو بودی، زندگی تو بودی، نشادی دوران کودکت تو بودی... من هرگز یک می‌دانم ما در حال افزایش است چون طبق آمار سال ۸۸ جمعیت ۶۰ سال و بالاتر در استان همدان ۱۵۱ هزار و ۶۱۵ نفر به تفکیک ۷۶ هزار و ۸۹ مرد و ۷۵ هزار و ۵۲۲ زن است.

مسئول سالمندان و میانسالان مرکز بهداشت استان همدان گفت: شاخص جمعیتی سالمندی در کل استان همدان، ۳۵/۴ درصد است که این آمار نشانگر این مهم است که جمعیت سالمندی استان در مقایسه با سال‌های گذشته افزایش یافته و نیز در حال افزایش است. وی بیان داشت: سالمندان ویژگی‌های جسمی و روحی خاصی دارند چون با گذشت سن توانایی‌های بدنی آنها کاهش یافته و آنان را محدود کرده است که با این وصف گاه‌ا نیازمند می‌شوند که حتی برای برآورده کردن نیازهای اولیه خود از دیگران کمک بگیرند.

سنگستانی تصریح کرد: با توجه به مشکلات روحی و جسمی قشر سالمند در جامعه، از سال ۸۲ برنامه "مراقبت از سالمندان" جزو برنامه‌های سلامت خانواده در سیاست‌های کشوری وزارت بهداشت در نظر گرفته شد.

و این امر در حالی است بیش از ۱۶۰ هزار نفر از جمعیت استان همدان سالمندانی تشکیل می‌دهند که نیازمند توجه بیشتر نه تنها فرزندانشان بلکه همه شهروندان مخصوص مسئولان شهرداری هستند.

مریم مقدم

همدان پیام: نهم مهرماه روز جهانی سالمند از جمله روزهایی است که فرصتی را ایجاد می‌کند تا سالمندان و وضعیت روحی و رفتاری آنها مورد بحث کارشناسان و انعکاس رسانه‌ها قرار گیرد ما هم به همین بهانه نگاهی خواهیم داشت به مشکلات و معضلاتی که بر سر راه این قشر را جامعه است. آمارهای سازمان بهداشت جهانی نشان می‌دهد جهان در سال‌های آینده با جمعیت عظیمی از سالمندان روبرو خواهد بود و اگر آمادگی لازم در این زمینه ایجاد نشده باشد، مشکلات و عوارض شایع دوران سالمندی، مضضات بسیار و هزینه‌های سنگینی را برای خانواده‌ها و جامعه به بار خواهند آورد. بهتر است با بررسی مشکلات سالمندان به ارائه راهکارهای و برطرف کردن آنها در نشست‌های تخصصی بپردازیم اما ما تلاش کردیم با کسب نظرات از کارشناسان مرتبط در این رسانه یک نشست مجازی را برای نگاهی به مشکلات سالمندان ایجاد کنیم. گرچه دوران سالمندی می‌تواند به عنوان یکی از شیرین‌ترین دوران در طول زندگی ما انسان‌ها باشد اما باید برای داشتن آن نیز زندگی خوب همراه با سلامتی داشت. در بررسی مشکلات سالمندان به مواردی برخوردیم که با ارائه راهکار در این مقوله به آن خواهیم پرداخت.

محدودیت حرکتی و پیامدهای آن در سالمندی
محدودیت حرکتی یکی از ناتوانی‌های دوران سالمندی است که باید افراد و اعضای خانواده‌ها با شناخت و اطلاع کامل در صدد جبران آن باشند و برای کمتر مشکل‌ساز شدن این محدودیت لازم است شرایط روحی روانی سالمند همواره مورد شناخت باشد.

مرضیه نورانی کارشناس ارشد معماری، برای جبران این وضعیت در زندگی روزمره سالمندان معتقد است: پرداختن به مسائل سالمندان با توجه به صنعتی شدن جوامع و تبعات اقتصادی- فرهنگی و اخلاقی آن، بیش از پیش باید مورد توجه قرار گیرد. همچنین با توجه به این که شمار سالمندان در کشور ما در حال افزایش است، باید امکانات بسیاری برای این افراد فراهم آید تا در حد امکان به نیازهای روانی، اجتماعی و جسمانی آنها پاسخ داده شود. بدین منظور ایجاد فضایی آرام و بدون تنش می‌تواند آرامش‌بخش روح و روان سالمندان باشد.

خلا عاطفی و آسیب‌های آن در سالمندی
خلا عاطفی یکی دیگر از مشکلات دوران سالمندی است به ویژه برای سالمندانی که فرزندان یا اعضای خانواده آنها کارشان زندگی نمی‌کنند همچنین سالمندانی که در مرکز نگهداری ویژه سالمندان زندگی می‌کنند. خلا عاطفی از طریق اعضای خانواده و اطرافیان با توجه به روحیه سالمند باید رفع شود.

رفع خلاهای عاطفی سالمندان ضروری است
یک کارشناس رفتارهای اجتماعی در ایسن زمینه بر راه‌اندازی مراکز که بتواند با ارائه خدمات درمانی، روانی و مراقبتی به سالمندان در منزل مانع از انتقال این افراد به مراکز سالمندان و رفع خلا عاطفی آنها شود، تأکید کرد و گفت: تکریم سالمندان از مهم‌ترین واجبات است و باید به عواطف و احساسات آنان توجه جدی کرد. علی‌اکبر روستایی ادامه داد: اگر امروز برنامه‌ریزی درستی برای سالمندان نداشته باشیم به طور قطع در آینده با مشکلات جدی مواجه خواهیم شد.

وی نیازهای عاطفی، بهداشتی، درمانی و توبیخ‌شکی را بخشی از نیازهای سالمندان این استان دانست و گفت: مراکز زیرمجموعه بهزیستی خراسان جنوبی با محدودیت فضای فیزیکیی مواجه هستند؛ به گونه‌ای که اکثر این مراکز در اماکن استیجاری اداره می‌شوند.

احساس عدم کارایی

احساس عدم کارایی از جمله حس‌ی است که سالمندان را درگیر این حس و درمانده در رفتارهای اجتماعی می‌کند. دکتر علیرزاده در این زمینه به همدان پیام گفت: ارتقای آموزش از طریق رسانه‌های جمعی در زمینه موضوعات مربوط به سالمندان یکی از قدم‌هایی که دولت می‌تواند در رشد و ارتقای سلامتی سالمندان بردارد. امید به زندگی باید در سالمندان تقویت شده و احساس عدم کارایی باید از ذهن آنها پاک شود. با توجه به رشد جمعیت سالمندان در آینده باید مراکز ویژه سالمندان مانند مراکز درمانی، تفریحی و مراکز طب ویژه سالمندان در راستای ایجاد سلامتی بیشتر برای سالمندان افتتاح شود.

تجدد در سالمندی و شیوع افسردگی
برخی از سالمندان به جهت قوت همسفر جوانی و نبود موبوهای زندگی در کنار خود، احساس تنهایی و بی‌کفایتی می‌کنند و به همین دلیل انده و غم مضاعفی را متحمل می‌شوند که متعاقب آن، زجر گذران این دوران را برای آنان

چند صد برابر خواهد نمود و آنها را تاگزیر به تجربه بحران مختص این دوران که همان «آشپانه خالی» است، می‌کند. با اندکی تامل خواهیم دریافت که تنها ماندن در آن آشپانه خالی، حاصلی جز آسیب‌های روانی و جسمی برای فرد نخواهد داشت. هجوم افکار منفی و ناراحت‌کننده، حس ناامنی، بیهودگی، یأس و ترس، افسردگی، از دست رفتن سلامت و ابتلا به انواع مختلف بیماری‌ها و... را می‌توان از جمله تظاهرات روانی و جسمی تنهایی سالمندان برشمرد که در خوشبینانه‌ترین وجه منجر به اندیشه «انتظار کشیدن برای مرگ» و در بدترین شکل آن موجب پرورش تفکر منفی در آنان می‌شود.

مشاور رفتارهای اجتماعی در کانون سالمندان در این زمینه به همدان پیام گفت: به تبع ارضای نیاز عاطفی دلیل اصلی تمایل سالمندان به ازدواج است. آنان با ازدواج ارزشمندترین کانون توجه و محبت را بدست خواهند آورد که در نبود همسر سابق و فرزندان متأهل که هر کدام در پی زندگی خود هستند، می‌تواند اصلی‌ترین منبع تأمین‌کننده نیاز عاطفی و توجه در این سن، که بیش از قبل فرد بدان نیازمند است، باشد. سالمندان با یافتن یک کانون توجه و عاطفه جدید، می‌توانند مورد توجه و محبت کسی قرار گیرند و با مورد احترام و عزیز کسی بودن، نه تنها از شدت آلام تنهایی و دوری از فرزندان و هزاران مصائب مختص این دوران بکاهند، بلکه از گذران مابقی عمر خود نهایت رضایت را داشته و مانع مسئولی شدن احساس بی‌کفایتی در خود شوند؛ چرا که آنها علی‌رغم کپولت سن، خود را بسان افراد جوان‌تر از خود قلمداد می‌کنند و زندگی خود را مشابه دیگر افراد آشنا و مابقی مردم جامعه در سیر طبیعی خود می‌نندارند اما همراه با مصائب بیشتر. آنچه که آنان را امیدوارتر به زندگی می‌سازد آن است که متفاوت از دیگران زندگی نمی‌کنند؛ که صد

الته توجه و مراقبت‌های فرزندان هر دو سالمند در این مسیر، مولفه‌ای است که نباید آن را نادیده گرفت.

بیماری آلزایمر آهسته و بی‌صدا می‌آید
یکی از این عوارض شایع، «بیماری آلزایمر» است که ست‌اسفانه مردم اطلاعات کامل و دقیقی از نوع، علائم و سرتاجام آن ندارند.

واقیت این است که با افزایش سن، تا حدودی از

ناتوانیی‌های ذهنی و جسمی افراد کاهش می‌یابد؛ زیرا مغز هم مثل سایر قسمت‌های بدن دچار تغییر، تحلیل و فرسودگی می‌شود و اگر برای حفظ و مراقبت از آن کاری نکرده باشیم، ممکن است رو به زوال و نابودی برود. آلزایمر شایع‌ترین نوع «زوال عقل» است. این بیماری یکی از مشکلات شایع دوران سالمندی است و احتمال ابتلا از ۶۵- ۶۰ سال به بعد بیشتر می‌شود. اما الزاما هر فرد سنی به آلزایمر دچار نخواهد شد.

این بیماری تا قبل از اینکه علم پزشکی آن را کاملاً مشخص و تشریح کند هم وجود داشته ولی تشخیص داده

نمی‌شده یا آن را بیماری یا مشکل دیگری می‌دانسته‌اند. البته امروزه شیوع آن از گذشته بیشتر شده است. در همین زمینه یکی از بازنشستگان آموزش و پرورش معتقد است: مرکز آموزش انجمن آلزایمر ایران با توجه به لزوم ارتقای آگاهی عمومی و همچنین برای رفاه حال هموطنان عزیز، علاوه بر برنامه‌های داخل مرکز آمادگی دارد در فرهنگسراها، سراهای محله، خانه‌های سلامت، خانه‌های فرهنگ، مدارس، مساجد، اداره‌ها، مراکز یا مکان پیشنهادی علاقمندان، برنامه‌های آموزشی و انجام تست برگزار و نشریه‌ها و بروشورهای مربوط را توزیع کند و مسئولان استان‌ها نیز به تبع آنها این آموزش‌ها را به ما شهرستانی‌ها ارائه دهند. تا ایسن بیماری راه‌های درمان را پیدا کند.

به هر ترتیب خوب است اشاره‌ای به فرموده پیامبر اسلام(ص) داشته باشیم که وجود پیران سالخورده بین شما باعث افزایش نعمت‌های الهی است. پیران را بزرگ و محترم بدارید زیرا احترام به آنان به منزله احترام به مقام الهی است. پیران در خانواده همدانند پیامبراند در میان پرورشان. اصولا سالمندی دوران بی‌طمعانی است. موقعیت عاطفی سالمندان به علت عوامل مختلف، دارای وضعیت چندان مناسبی نیست. ضعف و احتیاطا قوا در آن اثر گذارده و در نتیجه آنان رضای خاطر خویش را از دست می‌دهند و در شرایط دشواری قرار می‌گیرند. تغییر وضعیت عاطفی آنان ناشی از عواملی چند است از جمله مرگ عزیزان خصوصا فقدان همسر یا اعضای خانواده و دوستان- کاهش روابط اجتماعی به علت بی‌حوصلگی فرد یا نداشتن حوصله دیگران در داشتن روابط

راه پیش روی سالمندان هموار شود

سالمندی میوه شیرین عمر باشد نه میوه کال ...



با او، کاهش سلامت جسمی و تحلیل قوای جسمی که خود عاملی مهم در احساس یأس و سرخوردگی آنها به حساب می‌آید و شادایی و نشاط را از آنان می‌گیرد. تغییر محیطی شامل کشیده شدن از محیط کار به محیط خانه و از دست دادن پست و مقام و شرایط عادی اشتغال- امید آن داریم نظرات کارشناسان در این گزارش بتواند راهکارهای مطلوبی را به متولیان امور سالمندان ارائه دهد و قبل از آنکه زود دیر شود سالمندان این سرمایه‌های زندگی‌مان را در زندگی دریابیم.

سالمندی دوره کمال، پختگی، بردباری، خردمندی، شکیبایی و صلابت است. سالمندی بلندی زندگی هر انسان است که با کوله‌باری از تجربه می‌توان به گذشته، حال و آینده نگریست. سالمندی پدیده‌ای است با جنبه‌های مختلط زیستی، روانی و اجتماعی. شاید فردی که از لحاظ زیستی و جسمی در شرایط سالمندی قرار دارد، از جنبه‌های روان‌شناختی از بسیاری از افراد همسن خود جوان‌تر و بانشاط‌تر باشد. امروزه با توجه به پیشرفت علم و دانش و بهبود شرایط بهداشتی، درمانی، اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی در بسیاری از کشورهای دنیا، سن امید به زندگی افزایش یافته است و این روند رو به رشد همچنان ادامه دارد. آنچه مهم است، تنها طولانی‌کردن دوران زندگی نیست بلکه باید به این نکته بسیار مهم توجه داشت که این سال‌های عمر در نهایت آرامش و با سلامت جسمانی، روانی و اجتماعی سپری شود و در صورتی که چنین شرایطی به‌وجود نیابد پیشرفت‌های علمی برای تأمین زندگی طولانی‌تر، بی‌نتیجه می‌خاطرهمیز خواهد بود. پیشگیری از دوران سالمندی اجتناب‌ناپذیر است و این دوره یکی از مراحل زندگی است که می‌توان با حفظ بهداشت جسمانی و روانی از عوارض و مشکلات آن کاست و آن را به دوره‌ای فعال، مطلوب، بدون دغدغه و لذتبخش تبدیل کرد.

طبق آمار سازمان جهانی بهداشت در سال‌های آینده جهان با جمعیت عظیمی از سالمندان روبه‌رو خواهد شد. با توجه به اینکه عدم آمادگی برای مقابله با این وضعیت هزینه سنگینی را به جامعه تحمیل می‌کند، ضروری است که مسئولان و دست‌اندرکاران با پیش‌بینی تمهیدات لازم به استقبال این شرایط بروند.

مدیریت شهری با توجه به روند رو به رشد جمعیت سالمندی و حضور چشمگیر سالمندان در فضای بوستان‌ها، لزوم مشارکت سالمندان در فعالیت‌های اجتماعی و مدیریت اوقات فراغت سالمندان، در همین راستا به راه‌اندازی فرهنگسرای سالمند، اجرای طرح منزلت، راه‌اندازی کانون

سالمندی در سطح شهر، توسعه بوستان‌ها و فضای سبز، توجه به چگونگی بلمبان شهری برای افزایش حضور فعالانه سالمندان در سطح شهر، همکاری و مساعدت با اتجمن‌ها و مراکز مربوط به سالمندان پرداخته و همواره برای رفع مشکلات و مضضات شهروندان ارشد شهردمان خالصانه تلاش می‌کند.

همدانپيام: سالمندی یکی از حساس‌ترین دوران حیات انسان بوده که همیشه نیازمند حمایت و مراقبت‌های ویژه است، پدران و مادرانی که جز ذره‌ای محبت انتظار دیگری از فرزندان خود ندارند.

۸ کیلومتری شهر ملایر و جاده اراک، با عبور از روستای جوراب، تابلوی " مرکز توانبخشی سالمندان حضرت علی (ع)" توجه هر بیننده‌ای را جلب می‌کند، وارد مسیر فرعی جاده به سمت مرکز سالمندان ملایر می‌شوم، مسیری سرسبز و چشم نواز که روح آدمی را نوازش می‌کند. سرتاسر مسیر تا در ورودی خانه سالمندان را تاختستان‌های انگور و درختان سر به فلک کشیده گردو پر کرده، با هر نفس ریه‌هایم را پر می‌کنم از هوای تازه در یک صبح پاییزی.

خودم را مقابل در ورودی بزرگترین مرکز توانبخشی سالمندان در استان همدان می‌بینم، برای نخستین بار است که یا به چنین محیطی می‌گذارم، قبل ترها همیشه در برنامه‌های تلویزیونی اینگونه مراکز را دیده بودم اما هرگز از نزدیک چنین تجربه‌ای را لمس نکرده بودم. در هفته سالمند و روز جهانی سالمندان وارد محوطه بزرگ و سرسبز مرکز توانبخشی سالمندان ملایر می‌شوم، چند پیرزن خمیده را از دور می‌بینم و پیرمردهایی که مهربانی را در چهره تک تکشان می‌توان حس کرد.

وارد راهروی مرکز که می‌شوم پیرزنی سریع خودش را به من می‌رساند و از من جوراب می‌خواهد! مانده‌ام چه جوابی بدهم که یکی از مراقبان بخش زنان او را با خود می‌برد و من با نگاهی رد قدم‌های پیرزنی که به نظر می‌رسید دچار آلزایمر است را دنبال می‌کنم، با یکی از مراقبان بخش زنان، وارد اتاق چند نفر از سالمندان می‌شوم.

انگار با دین یک فرد جدید در مرکز توانبخشی، تنوعی در زندگی‌شان ایجاد شده، با خوشرویی سلام را پاسخ می‌دهند. "سمیه" که تأکید دارد برای صحبت با من از جا برخیزد، به سختی می‌نشیند، ۸۸ ساله است و ۲ پسر، ۷ دختر، ۵۰ نوه و ۳۰ نتیجه دارد، می‌گوید: عروسم توان نگهداری من را نداشت و مرا به اینجا آورد، می‌پرسم دوست داری از اینجا بروی؟ پاسخش جالب است، می‌گوید دوست دارم پیش بچه‌هایم باشم اما هر کدام از آنها مشکلاتی دارند و من نباید سرباز آنها باشم. اینجااست که می‌توانی فداکاری مادرانه را از نزدیک لمس کنی که با وجود دلتنگی‌هایش، باز هم راحتی فرزندانش از هر چیزی مهم‌تر است.

به اتاق سمیه و سایرین نگاهی می‌اندام همه چیز تمیز و مرتب است، دیواره وارد راهروی می‌شوم و به بخش مردان می‌روم. یکی از مراقبان مرد که جوانی مهربان است همراهی‌ام می‌کند، برای عکس گرفتن سوال می‌کنم می‌گوید فقط از افرادی که هویتشان مجهول است عکس بگیردی چون خانواده‌ها، ممکن است مشکلاتی ایجاد کنند!

وارد سالن غذاخوری می‌شوم، پیرمردی در گوشه‌ای نشسته و چشم به بیرون دوخته، به سراغش می‌روم. نامش "علی" است، ۶۵ سال دارد، فوق لیسانس کشاورزی و کارمند وزارت جهاد کشاورزی بوده، ۵ برادر دارد و اصلا ازدواج نکرده، می‌گوید از تنهایی خود به اینجا آمدم تا افرادی باشند به من رسیدگی کنند و از شرایط بهداشت و درمان مرکز راضی است.

وارد یکی از اتاق‌های بخش مردان می‌شوم، مردی جوان‌تر از بقیه به نظر می‌رسد، به سراغش می‌روم، "کامران" ۴۱ ساله و جانباز ۱۵ درصد است، به گفته خودش به دلیل مساعد نبودن وضعیت مالی هیچ گاه ازدواج نکرده و تنها خواهرش او را به این مرکز آورده است. کامران می‌گوید از ماندن در اینجا راضی هستم چون در خانه اعصاب ناراحت می‌شود و نمی‌توانم خودم را کنترل کنم.

مردی در تخت روبروی کامران نشسته و کت و شلوار به تن دارد کنارش که می‌رسم می‌گوید: من هیچ حرفی ندارم، برو خانم! نگاهی‌م می‌کنم غمی تلخ یا غروری مرانه در چهره‌اش نشسته، می‌گویم: چشم و از او دور می‌شوم، "جواد" از همان وقتی که وارد این اتاق شده‌ام دنبال‌ام است و می‌گوید خانم خبرنگار با من صحبت کن! با من صحبت کن! لبخندی می‌زنم و می‌گویم بفرمایید.



دوست دارم پیش بچه‌هایم باشم

من را به اتاقش دعوت می‌کند، آنقدر مهربان است که با خودم فکر می‌کنم چرا خانواده‌اش او را به اینجا آورده‌اند، کارش روی تخت می‌نشینم، چه دل پر دردی دارد؛ ۶۸ ساله است و سه پسر و یک دختر دارد، همسرش هنوز زنده است، می‌گوید ۳۰ سال کارمند بانک بودم، پس از بازنشستگی مبتلا به سل شدم و پسرم به خاطر بیماری‌ام مرا به اینجا آورد. به گفته مراقب بخش مردان، حال جواد کاملاً خوب است و بهبودی یافته و می‌تواند از خانه سالمندان برود.

جواد می‌گوید: همسر و فرزندانم یک ماه است که می‌گویند فردا به دنیالت می‌آییم اما چشمم به دل خمشک شد و هیچ خبری از آنها نشده است، ۶ سال و نیم است که در اینجا هستم و دیگر خسته شده‌ام. دوست دارم به خانه خودم برگردم. می‌گوید: تا جایی که توان داشتم برای تحصیل، ازدواج و گرفتن وام برای مسکن و ماشین بچه‌هایم تلاش کردم و حالا تنها توقم این است که مرا از اینجا ببرند. می‌پرسد روزنامه‌تان در همدان هم هست که حرف‌هایم را بخوانند؟! با لبخندی به نشانه مثبت سر تکان می‌دهم.

روزنامه‌تان در همدان هم هست که حرف‌هایم را بخوانند؟! با لبخندی به نشانه مثبت سر تکان می‌دهم. از جا برمی‌خیزم، آنقدر دلم گرفته که دوست داشتم او پدربزرگم بود و با خودم می‌بردمش! می‌خواهد برایم چای بریزد، می‌دانم که اگر چای را بخورم قحدر خوشحال

را برای نگهداری از سالمندان به کار می‌بریم، اینها افراد بسیار شکننده‌ای هستند که باید وضعیت روحی مناسبی را برایشان فراهم کرد.

به گفته وی، در حال حاضر در هر روز دو مراقب از بیش از ۵۰ سالمندبخش مردان و به همان تعداد در بخش زنان مراقبت می‌کنند و در طول ۲۴ ساعت و تمام وقت بیدارند تا لحظه‌ای از وظیفه خود قصوری نکرده باشند.

شرایط کار این مراقبان بسیار سخت است و من فکر می‌کنم بالاترین حقوق ممکن هم برای این افراد کم است و باید مزایای شغلی خوبی برایشان در نظر گرفته شود چون به راستی هر کسی توانایی انجام چنین کارهایی را حتی در مراقبت از والدین خود ندارد.

مرکز سالمندان ملایر، بزرگترین مرکز خیریه توانبخشی سالمندان در استان همدان مدیرعامل مرکز توانبخشی سالمندان حضرت علی(ع) ملایر، گفت: فاز اول این مرکز با زیربنای دو هزار و ۸۰۰ متر مربع و با ظرفیت ۱۲۰ نفر در سال ۸۰ افتتاح شد و به بهره‌برداری رسید.

سیدمهدی شاه طاهری افزود: وسعت زمین این مرکز سه هکتار است که فاز دوم مجموعه در سال ۸۷ توسط "سعیدپور" یکی از خیران استان، با زیربنای هزار متر مربع و براساس معیارهای سازمان بهزیستی، با ظرفیت ۴۰ نفر افتتاح شد.

وی با اشاره به وجود درختان بسیار با قدمت زیاد در محوطه مجموعه سالمندان ملایر، اظهار داشت: این مجموعه از نظر سرسبزی به پارک دوم شهرستان ملایر معروف است و شاید از این نظر در سطح کشور همتایی نداشته باشد.

شاه طاهری افزود: این مجموعه دارای امکانات لازم برای سالمندان همچون داروخانه، پزشک، روانشناس، مددکار اجتماعی، کاردرمان، مسئول فنی و مراقبان مخصوص در بخش مردان و زنان است و در حال حاضر ۸۰ سالمند زن و به همان تعداد سالمند مرد از خدمات این مرکز استفاده می‌کنند.

وی ادامه داد: مرکز سالمندان حضرت علی(ع) مرکز جامع توانبخشی سالمندان است که بخشی از خدمات خود را به صورت ویزیت سالمندان در منازل ارائه می‌دهد و افراد سالخورده بی‌ضاعت را در حد توان درمان کرده و به وضعیت جسمی‌شان رسیدگی می‌کند.

مدیرعامل مرکز سالمندان ملایر با بیان اینکه این مرکز به صورت هیات امنایی و خبریه اداره می‌شود، تصریح کرد: مدیرعامل مجموعه توسط هیات مدیره انتخاب شده و به انجام کارهای اجرایی می‌پردازد و هزینه‌های مورد نیاز مجموعه توسط مردم خیر و سیمایی والدین نیز جزو سوی بهزیستی شهرستان تأمین می‌شود.

وی خاطر‌نشان کرد: تاکنون ۸۰ درصد از هزینه نگهداری و درمان سالمندان از طریق کمک‌های یارانه‌ای بهزیستی و مابقی از سوی خیرین صورت می‌گیرد.

شاه طاهری با بیان اینکه براساس قانون، تأمین نیمی از هزینه نگهداری سالمند بر عهده خانواده‌هاست، گفت: اکثر خانواده‌های سالمندان این مرکز بی‌ضاعت بوده و ۳۵ نفر تحت پوشش کمیته امداد هستند ضمن اینکه ۴۰ نفر از سالمندان نیز کارتن خواب بوده‌اند و به همین دلیل پرداخت شهریه از سوی خانواده‌ها به ندرت صورت می‌گیرد.

کارم در مرکز توانبخشی سالمندان ملایر برای تهیه گزارش هفته سالمند به پایان می‌رسد و با خودرویی که مرکز در اختیارم قرار می‌دهد به شهر برمی‌گردم، تمام راه چهره مهربان سالمندانی که سختی روزگار در دستان پینه‌بسته و نگاه‌های خسته‌شان خوانده می‌شد، از مقابل دیدگانم محو نمی‌شود، مدام حرف‌هایشان را مرور می‌کنم و در دلم از خدا می‌خواهم که خانواده جواد که چشم‌اش فراموش نکنیم که در بسیاری از آیات قرآن به صراحت اعلام می‌شود: وعده خداوند برای پادشاه، بهشت موعود، حق و تخلف ناپذیر است اما در ادامه از عنوان (ان اللّٰین اموا و… مگر کسانی که ایمان آورند و عمل صالح انجام داند یا قیودی دیگر که می‌توان از آن به عنوان شرط تحقق آن وعده الهی اشاره شد نام برد یقیناً این امر نیز در رابطه با بهشت وعده داده شده برای مردان و در کنار آنان پدران نیز خود از فرزندان‌مان در و صرف روایت این حدیث شریف ایشان را صاحب مصونیت معنوی نمی‌نماید و در حقیقت

زهرآصفدری – ایسنا

عباس سریشی

همدانپيام: «بهشت زیر پای مادران است» این سخن گهرباری است که بسیاری از ما بارها و بارها آن را شنیده‌ایم و به آن ایمان داریم؛ چرا که وعده خدا و رسولش حق است و تخلف ناپذیر.

در این میان سهم پدران نیز اگر بدین اندازه نباشد یقیناً کمتر نخواهد بود مشهور است که مردان به‌وجود آورنده کارهای مهم‌اند و زنان به وجود آورنده مردان. آیات و احادیث بسیاری به صورت متواتر و مشهور بر این نکته تأکید دارند که مقام و مرتبه پدر و مادر در پیشگاه خداوند بسیار رفیع بوده تا آنجا که حتی نگاه کردن به سیمایی والدین نیز جزو عبادات محسوب شده است؛ گاه می‌توان گفت چیزی مشابه نوابی مانند نگاه کردن به خانه کعبه، یا منقول از خطیبی که می‌گفت: در قرآن پس از ۷ بار اشاره به توحید و یگانگی خداوند بلافاصله از احسان به پدر و مادر و جایگاه رفیع آنان یاد شده است پس با این وصف تو خود حدیث مفصل بخوان از این مجمل.

چه میزان به پدر و مادر خویش احترام می‌گذاریم؟ تا کجا فرمانبر ایشان هستیم؟ آیا می‌توان اطمینان داشته وامیدوار باشیم که حق و حقوق ایشان را به اندازه توان ادا کرده و در پیشگاه خداوند بزرگ سربلند بوده باشیم؟ خداوند خود بهتر می‌داند…

وقتی بهشت برین و تمامی محاسن و ارزش‌های غیر قابل اندازه‌اش کوچکترین چیزی است که خداوند آن را لایق فرش قدّم‌ها، در برابر تمامی سختی‌ها و رنج‌هایی است که یک پدر تلاشگر و خستگی‌ناپذیر یا مادر در طول دوران بارداری، شیردهی و مراقبت‌های شبانه‌روزی از یک طفل متحمل می‌شود تا این نهال به درختی تناور تبدیل گردد. آیا سزاوت که برخی از ایشان با حیط عمل یا برخی رفتارهای ناسنجیده این پاداش عظیم غیر قابل حساب و عطا شده از جانب خداوند را ساده از کف بدهند؟

فراموش نکنیم که در بسیاری از آیات قرآن به صراحت اعلام می‌شود: وعده خداوند برای پادشاه، بهشت موعود، حق و تخلف ناپذیر است اما در ادامه از عنوان (ان اللّٰین اموا و… مگر کسانی که ایمان آورند و عمل صالح انجام داند یا قیودی دیگر که می‌توان از آن به عنوان شرط تحقق آن وعده الهی اشاره شد نام برد یقیناً این امر نیز در رابطه با بهشت وعده داده شده برای مردان و در کنار آنان پدران نیز خود از فرزندان‌مان در و صرف روایت این حدیث شریف ایشان را صاحب مصونیت معنوی نمی‌نماید و در حقیقت

بهشت را به بها خواهند داد نه بهانه.

شهرنشینتی، فرهنگ و روال زندگی سنتی نیز دستخوش تغییرات بسیاری گردیده، ناهمگونی‌ها، رواج خانواده بسته و کوچک، کمتر شدن روابط یا مرادوات به علت ایجاد فواصل و شغلی خاص جوامع صنعتی که باعث سردرگمی و خود فرورفتگی زوج‌های جوان را باعث گردیده همه و همه دست به دست هم می‌دهند تا نسل جوان و زوج‌های جوان در نوعی تقابل ناهماهنگی و ناهمگونی با فرهنگ سنتی خویش قرار گیرند و این امر نیز خود باعث تغییر نگرش در جایگاه‌ها، ارزش‌ها و باورهای ایشان در ابعاد مختلف اقتصادی، فرهنگی، دینی و… می‌گردد.

اگر چه بر اساس نص صریح قرآن هیچ فرزندی این حق را نداشته و ندارد که علی‌رغم همه مشکلات مادی و معنوی حقوق پدر و مادر خویش را نادیده انگارد یا ایشان را از خود رانده و حتی در مقابل اعتراض کلمه‌ای را بر زبان راند. اما این حقیقت نیز غیر قابل چشم‌پوشی می‌باشد

که پدران و مادران نیز باید بر اساس تجربه سال‌ها زندگی و یاد درک صحیح از شرایط و ناملایمات روزگار و عصر حاضر با برخی خواسته و نیازهای نامعقول و نامتعارف خویش موجب تشدید و بهانه‌سازی و بعضاً مقدمه‌سازی برای ایجاد تنش‌ها و برخورد‌ها در بین خود با فرزندان یا گاه بین خواهران و برادران یک خانواده را موجب نگردند.

وجود برخی تفکرات سنتی نهدانیده شده در سالخوردگان که فرزندان را به مثابه پس‌اندازی برای روزگار پیری و ناتوانی خویش انگاشته یا صرف داشتن تجربیاتی که حاصل کجولت سن بوده و لیکن بدون درک یا اطلاع از شرایط و معادلات روز اقبال به مصلحت اندیشی یا اعمال خواسته‌ها و سلایق فردی خویش برای زندگی و آینده برخی جوانان منسوب به خود (اعم از نوه، نتیجه، برادرزادگان و…) برآمده و دهها نوع از این موارد یقناً پیش‌مقدمات ایجاد تنش‌های نسل جوان و سالخورده ما را تشکیل می‌دهد.

یکی دیگر از مهمترین علل ایجاد تنش‌ها در بین والدین و فرزندان، افزایش فضاهای خالی و زمان خلوت برای برخی والدین به علت اتمام مسئولیت آنان در قبال فرزندان در یی ازدواج و شروع مشاغل و خروج آنان از خرجه خانواده

و برعکس وجود فشردگی زمان برای نسل جدید در پی ورود به عرصه زندگی مستقل و تبعات خاص آن باعث کمتر شدن دیدارها و احوال جویی ایشان می‌گردد که همین امر از موارد زمینه‌ساز بدبینی سالخوردگان نسبت به کم‌رنگی یا نبود احترام نسل جوان بدیشان می‌گردد.

با مرگ یکی از زوجه و خلا او باعث می‌گردد تا احساس و نیاز سرکشی متناوب و دائمی از سوی فرزندان جزو خواسته‌های فرد قرار گیرد که اجابت نشدن این موضوع با توجه به شرایط شغلی و مکانی هر کدام از فرزندان باعث ایجاد روحیه بدبینی و موضع‌گیری از سوی والد باقی مانده می‌شود (گاه‌ها وجود احساسات شکننده در قالب فردی زودرنج از جمله علل بروز این مسأله بوده و می‌باشد)

گاه نیز وجود برخی تبعیضات ایجاد شده از سوی والدین نسبت به فرزندان اعم از دختر بودن، تفاوت نوه پسری با دختری یا عدم درک فرهنگ خاص تازه واردان مثل داماد و عروس و خواست تبعیت تام و تمام بدون لحاظ نمودن تفاوت‌های فردی و خانوادگی

یا خواسته‌های نامعقول در قبال ارجحیت دادن و تقدم پذیرش خواسته و نیازهای مادی و معنوی ایشان (پدر و مادر) در مقابل خواست همسر و فرزند همگی خود از موانع و مواردی است که می‌توان از آنها به عنوان چالش‌زاهای نسل امروز نام برد.

اما هیچ یک از موارد فوق و شاید دهها دست از این نوع خواسته‌ها و انتظارات والدین باعث نخواهد شد تا برخی بی‌مهری‌ها و کم لطفی‌ها یا خدای نکرده بی‌احترامی به والدین از سوی برخی کودکان و نوجوانان بی‌تجربه، جوانان ناخبرد یا میانسالان کم‌توجه‌پذیر جلوه کند.

پدر و مادر برای همیشه پدر و مادر خواهند ماند و هیچگاه کسی نمی‌تواند خود را جدای از آنها فرض کند. فرزند از خانواده جدا یا دور می‌شود اما نه برای همیشه. صاحب فرزند می‌شود اما همیشه برای پدر و مادر خود فرزند خواهد ماند. هیچ جای دنیا خانه پدری نمی‌شود و این حقیقت غیر قابل انکاری است که بعد از فیض الهی پدر و مادر علت وجودی، حیات یا رسیدن ما به هر رتبه و مقام بالا هستند.

گر چه هیچ دلیل و بهانه مادی، فرهنگی یا طبقاتی نمی‌تواند ما را از اصل و ریشه خویش جدا نموده یا باعث گردد در حقوق خویش نسبت به والدین کوتاهی نماییم اما احساس می‌شود



فرزندانِ خونِ بهشت زیر پای پدران و مادران...

با توجه به شرایط حال ما و در جهت حفاظت از کیان خانواده و تقویت بنیادهای اخلاقی در این عصر مدرنیته، صنعت، دود و ماشین باز هم محتاج فداکاری والدین خویش می‌باشیم.

پدر و مادر عزیزم!

گر چه در گرفتاری‌ها و سردرگمی‌های روزگار خویش آن چنان گرفتارم که گاه نمی‌توانم هر روز یا هر هفته به شما سری بزنم اما چه می‌شود اگر گرمای نگاه و دستان مهربانتان را از من دریغ مسازید و گاهی خانه مرا نیز به قدمم مبارک متبرک سازید مانند همیشه بی‌منت و اما و اگر‌ها…

ای تمامی سرمایه زندگی من!

گر چه روزگاری شده که پول برای زندگی بسیاری از ما حرف اول و آخر را می‌زند ولی باید مرا غفو کنید که به خاطر کمبودهایم نمی‌توانم برخی از رزوها و خواسته‌های شما را اجابت کنم و خود نیز در حسرت این اجابت می‌سوزم اما شما نیز مرا از خزانه الطاف دل و جانتان در برابر برادران یا خواهران متمکن‌تر از من دریغ مسازید.

ای مهربانان آسمانی!

شاید روزگاری شده که خلق و خوی همسر یا فرزندان من با اخلاق شما سازگار نیست، اما باور کنید در اشل ایشان نیز احساس برای شما در تپش است فرزندان مرا از قصه‌های مادربزرگی و پدربزرگی محروم نسازید و برخی کج خلقی‌ها یا سردی‌های ایشان را برای من نبخشیده و یاد آورید کلام گهربار آن معصوم را که فرمود فرزندان شما برای روزگاری غیر از روزگار شما شده‌اند.

ای شمیم‌های بوی بهشت!

دلم هوای شما را دارد و هیچ قصر و کاخ این جهان خانه شما نمی‌شود. هیچ حریر و ابریشم بهشتی مثل چادر نماز تو نمی‌شود هیچ کوهی چون پدر برای من نبود و هیچ دستی به مانند دستان پینه بسته او پشتیبان من نخواهد بود و نمی‌شود. من چون کبوتر گنبد حرم فقط به عشق نشستن بر پام خانه پدری و مادری در آسمان شهر پرواز می‌کنم و باور کنید هیچ گاه به سنگ ناملایمات روزگار ترک این آشیان نکنم… باز هم محتاج فداکاری شمایم و تا ابد نیازمند جان‌فشی شما. مرا رها نسازید و باز هم مرا و همسر و فرزندانم را نیز در زیر بال‌های خوش نگاهبان باشید.

گر چه قلیبر برای شما می‌تبد اما گاه از سردی نگاه شما بر خود می‌لرزم اکنون که دهها بهسار را به تجربه نو کردم می‌خواهم که باز هم دستم را در دستان پر مهربان بگذارم و طی این مرحله عمر کنم.