



مرکز تحقیقات اسلامی

اصفهان

گامی



عمران
علیه السلام

www. **Ghaemiyeh** .com
www. **Ghaemiyeh** .org
www. **Ghaemiyeh** .net
www. **Ghaemiyeh** .ir



حسین



حسین بافکار

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

سایبان مهر

نویسنده:

حسین بافکار

ناشر چاپی:

مرکز پژوهش‌های اسلامی صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران

ناشر دیجیتال:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

۵	فهرست
۱۲	سایبان مهر
۱۲	مشخصات کتاب
۱۲	اشاره
۱۵	فهرست مطالب
۲۴	دیباچه
۲۶	مقدمه
۲۸	بخش اول: سیمای سالمند در اسلام
۲۸	اشاره
۲۹	فصل اول: تعریف سالمند و سالمندی
۲۹	اشاره
۳۰	سالمند در قرآن
۳۰	اشاره
۳۰	۱- جلوه ای از قدرت الهی
۳۳	۲- سالمندی؛ نشانی از روز رستاخیز
۳۵	۳- سالمندی؛ دوره ای دشوار
۳۵	اشاره
۳۷	پاسخ به یک شبهه
۳۸	۴- احترام به سالمندان
۳۸	اشاره
۳۹	الف - رفتار کریمانه
۴۰	ب - فروتنی
۴۱	ج - دعا برای پدر و مادر
۴۲	الگوی احترام به پدر سالمند

- سالمندان از دیدگاه معصومین علیهم السلام ۴۴
- اشاره ۴۴
- ۱_ سالمندی و پیامبری ۴۵
- ۲_ سالمندی؛ مایه ی برکت ۴۶
- ۳_ سالمندی؛ جلوه ای از نور الهی ۴۶
- ۴_ پی آمدهای نیک احترام به سالمندان ۴۸
- اشاره ۴۸
- الف _ هم نشینی با پیامبر اسلام در رستخیز ۴۸
- ب _ افزایش نعمت های الهی ۴۹
- ج _ افزایش عمر ۵۰
- د _ نهراسیدن از رستخیز ۵۰
- ه _ گرمی بودن به گاه پیری ۵۱
- ۵_ پی آمدهای ناگوار بی احترامی به سالمندان ۵۲
- اشاره ۵۲
- الف _ قرار گرفتن در صف منافقان ۵۲
- ب _ از دست دادن دوستی اهل بیت علیهم السلام ۵۲
- ج _ فقر و تنگ دستی ۵۳
- ۶_ احترام به سالمندان در رفتار معصومین علیهم السلام ۵۳
- اشاره ۵۳
- الف _ احترام به سالمند در میان جمع ۵۴
- ب _ قرار دادن مستمری برای سالمند نصرانی ۵۴
- ج _ اولویت سالمند در سخن گفتن ۵۵
- د _ نماز برای آموزش سالمند ۵۵
- ه _ مهربانی با سالمند ۵۶
- و _ مزاح با سالمند ۵۶
- ز _ کمک به سالمند ۵۶

۵۸	فصل دوم _ دریچه ای به جهان سالمندان
۵۸	اشاره
۵۸	ساختار جمعیتی جهان
۶۰	میانگین سنی جمعیت جهان
۶۰	اشاره
۶۵	توزیع درصدی سالمندان در جهان
۶۹	نسبت جنسی سالمندان جهان
۷۴	سالمندان در دنیای پیشرفته
۷۷	تجربه های جهانی مربوط به سالمندان
۷۷	اشاره
۷۸	۱_ برنامه های حمایتی
۷۹	۲_ بهره گیری از تجربه های سالمندان
۸۱	۳_ کمک هزینه ی نقدی
۸۲	۴_ خدمات درمانی
۸۳	رفتار مردم ایران با سالمندان
۸۳	جمعیت سالمندان در ایران
۸۵	وضعیت همسردهی سالمندان در ایران
۸۹	فعالیت سالمندان در ایران
۸۹	فصل سوم: آسایش گاه های سالمندان
۸۹	اشاره
۹۲	آسایش گاه های سالمندی در ایران
۹۷	طرح های سالمندان در ایران
۹۹	طرح پاداش خدمت بازنشستگان
۹۹	فصل چهارم: وظایف متقابل سالمند و دیگران
۹۹	اشاره
۱۰۰	وظایف دیگران در برابر سالمندان

- ۱۰۰ اشاره
- ۱۰۰ الف _ وظایف خانواده
- ۱۰۰ اشاره
- ۱۰۰ ۱ _ پذیرش و تحمل
- ۱۰۲ ۲ _ احترام و نیکی
- ۱۰۳ ۳ _ بهره‌گیری از توان‌مندی‌ها
- ۱۰۴ ۴ _ نخواستن کارهای دشوار از سالمند
- ۱۰۵ ب _ وظایف جامعه
- ۱۰۶ ج _ وظایف دولت
- ۱۰۶ اشاره
- ۱۰۷ ۱ _ حمایت و پشتیبانی مالی
- ۱۰۸ ۲ _ بهره‌گیری از تجربه‌ی سالمند
- ۱۰۸ ۳ _ ساخت مکان‌های سرگرمی
- ۱۰۹ ۴ _ در نظر گرفتن امتیازهای ویژه
- ۱۰۹ وظایف سالمند در برابر دیگران
- ۱۰۹ اشاره
- ۱۱۰ الف _ وظایف سالمند در برابر خانواده
- ۱۱۰ اشاره
- ۱۱۰ ۱ _ احترام به خانواده
- ۱۱۰ ۲ _ پرهیز از دخالت‌های بی‌جا
- ۱۱۲ ۳ _ رعایت حقوق دیگران
- ۱۱۳ ۴ _ واگذاری پرورش‌نواده‌گان به پدر و مادر
- ۱۱۴ ب _ وظایف سالمند در اجتماع
- ۱۱۴ اشاره
- ۱۱۴ ۱ _ نقش الگویی
- ۱۱۴ ۲ _ نظارت اجتماعی

۱۱۵	۳_ داوری عادلانه
۱۱۵	فصل پنجم: آسیب شناسی سالمندی
۱۱۵	اشاره
۱۱۶	۱_ دگرگونی پایگاه اجتماعی سالمندان و پدیده ی بازنشستگی
۱۱۸	۲_ پندار نادرست درباره ی سالمند
۱۱۹	۳_ عدم آمادگی برای ورود به این دوره
۱۲۰	۴_ بیماری های دوران سالمندی
۱۲۰	۵_ بی کاری و سرگرمی های زیان بار
۱۲۲	۶_ بیوه گی و تجرد
۱۲۳	۷_ نداشتن فرزند و پشتیبان
۱۲۵	۸_ وضعیت نامطلوب اقتصادی
۱۲۶	فصل ششم: راه کارهای بهینه سازی امور سالمندان
۱۲۶	اشاره
۱۲۶	۱_ آمادگی یافتن برای ورود به دوره ی بازنشستگی
۱۲۸	۲_ اصلاح نگرش جامعه به سالمند
۱۲۹	۳_ تغییر نگرش سالمند
۱۲۹	۴_ تقویت باورهای دینی برای چیرگی بر نگرانی ها
۱۳۱	۵_ رویارویی با عوارض جسمی سالمندی
۱۳۳	۶_ کارآفرینی و پرداخت کمک هزینه
۱۳۴	۷_ انتقاد مناسب
۱۳۵	۸_ زمینه سازی برای تجدید فراش سالمندان
۱۳۷	۹_ بهره گیری از تجربه های جهانی
۱۳۷	۱۰_ پشتیبانی دولت از سالمندان بی سرپرست
۱۳۹	بخش دّوم: برگزیده ی ادب فارسی
۱۳۹	اشاره
۱۴۰	اشعار

- ۱۴۰ پیک پیری
- ۱۴۲ دل‌تنگی‌ها!
- ۱۴۴ شتاب جوانی!
- ۱۴۶ جانم به قربان شما
- ۱۴۷ دهقان پیر زنده دل
- ۱۴۸ رضا
- ۱۴۸ همه فانی است
- ۱۴۹ حيله ی روزگار
- ۱۴۹ سبدي از ندامت
- ۱۵۲ حکایت‌های سالمندان
- ۱۵۲ پیر خارکن
- ۱۵۲ پاسخ دندان شکن
- ۱۵۳ نگرش مثبت به سالمندی
- ۱۵۳ طبیب و سالمند
- ۱۵۴ احترام به سالمند
- ۱۵۵ متون ادبی
- ۱۵۵ سالمند کیست؟
- ۱۵۶ انیس تنهایی
- ۱۵۸ بخش سوم: همراه با برنامه سازان
- ۱۵۸ اشاره
- ۱۵۹ پیشنهادهای کلی
- ۱۵۹ اشاره
- ۱۵۹ ۱_ تلاش برای حفظ حضور سالمند در خانواده
- ۱۶۰ ۲_ پیش‌گیری از اثرگذاری نامطلوب
- ۱۶۰ ۳_ آموزش
- ۱۶۱ ۴_ تقویت باورهای مذهبی

- ۱۶۱ پیشنهادهای برنامه ای
- ۱۶۲ پرسش های مسابقه ای
- ۱۶۴ پرسش های مردمی
- ۱۶۶ پرسش های کارشناسی
- ۱۶۷ معرفی کارشناس
- ۱۶۸ پیام های گوینده یا زیرنویس
- ۱۷۲ معرفی منابع برای مطالعه ی بیشتر
- ۱۷۴ کتاب نامه
- ۱۷۷ درباره مرکز

سرشناسه: بافکار، حسین

عنوان و نام پدیدآور: سایبان مهر/حسین بافکار.

مشخصات نشر: قم: مرکز پژوهش های اسلامی صدا و سیما، ۱۳۸۱.

مشخصات ظاهری: ۱۲۶ص.:جدول.

فروست: مرکز پژوهش های اسلامی صدا و سیما؛ ۶۷۲.

شابک: ۷۰۰۰ ریال: ۹۶۴-۷۸۰۸-۰۹-۷

یادداشت: کتابنامه: ص. [۱۲۴] - ۱۲۶؛ همچنین به صورت زیرنویس.

موضوع: سالمندی -- جنبه های مذهبی -- اسلام.

موضوع: سالمندی در ادبیات.

موضوع: سالمندی.

شناسه افزوده: صدا و سیما جمهوری اسلامی ایران. مرکز پژوهش های اسلامی.

رده بندی کنگره: BP۲۳۲/۶۵/ب۱۴س۲

رده بندی دیویی: ۲۹۷/۴۸۵

شماره کتابشناسی ملی: ۱۰۴۹۹۴۴

ص: ۱

اشاره

از همکارانی که در تولید این اثر نقش داشته اند:

ویراستار: محمدصادق دهقان

نمونه خوانی: مریم رضایی _ زهرا متعلم

حروف نگار: اکرم سادات بنی زهرا، راضیه حامد

صفحه آرا و طراح جلد: اکرم سادات بنی زهرا

مرکز پژوهش های اسلامی صدا و سیما

شهریور / ۱۳۸۱

فهرست مطالب

فهرست مطالب ۴

دیاچه ۱۳

مقدمه ۱۵

بخش اول: ۱۷

سیمای سالمند در اسلام ۱۷

فصل اول: تعریف سالمند و سالمندی ۱۸

سالمند در قرآن ۱۹

۱_ جلوه ای از قدرت الهی ۱۹

۲_ سالمندی؛ نشانی از روز رستاخیز ۲۱

۳_ سالمندی؛ دوره ای دشوار ۲۳

پاسخ به یک شبهه ۲۵

۴_ احترام به سالمندان ۲۶

الف _ رفتار کریمانه ۲۷

ب _ فروتنی ۲۸

ج _ دعا برای پدر و مادر ۲۹

الگوی احترام به پدر سالمند ۳۰

سالمندان از دیدگاه معصومین ۳۲

۱_ سالمندی و پیامبری ۳۳

۲_ سالمندی؛ مایه ی برکت ۳۴

۳_ سالمندی؛ جلوه ای از نور الهی ۳۴

۴_ پی آمدهای نیک احترام به سالمندان ۳۶

الف _ هم نشینی با پیامبر اسلام در رستاخیز ۳۶

ب _ افزایش نعمت های الهی ۳۷

ج _ افزایش عمر ۳۸

د _ نهرا سیدن از رستاخیز ۳۸

ه _ گرامی بودن به گاه پیری ۳۹

۵_ پی آمدهای ناگوار بی احترامی به سالمندان ۴۰

الف _ قرار گرفتن در صف منافقان ۴۰

ب _ از دست دادن دوستی اهل بیت ۴۰

ج _ فقر و تنگ دستی ۴۱

۶_ احترام به سالمندان در رفتار معصومین ۴۱

الف _ احترام به سالمند در میان جمع ۴۲

ب _ قرار دادن مستمری برای سالمند نصرانی ۴۲

ج _ اولویت سالمند در سخن گفتن ۴۳

د _ نماز برای آمرزش سالمند ۴۳

ه _ مهربانی با سالمند ۴۴

و _ مزاح با سالمند ۴۴

ز _ کمک به سالمند ۴۴

ساختار جمعیتی جهان ۴۶

میانگین سنی جمعیت جهان ۴۷

توزیع درصدی سالمندان در جهان ۴۸

نسبت جنسی سالمندان جهان ۵۰

سالمندان در دنیای پیشرفته ۵۲

تجربه های جهانی مربوط به سالمندان ۵۵

۱_ برنامه های حمایتی ۵۶

۲_ بهره گیری از تجربه های سالمندان ۵۷

۳_ کمک هزینه ی نقدی ۶۰

۴_ خدمات درمانی ۶۰

رفتار مردم ایران با سالمندان ۶۱

جمعیت سالمندان در ایران ۶۲

وضعیت همسر داری سالمندان در ایران ۶۳

فعالیت سالمندان در ایران ۶۴

آسایش گاه های سالمندی در ایران ۶۸

وضعیت آماری خانواده های سالمندان در ایران ۷۰

۱_ خانه های سالمندی دولتی: ۷۰

۲_ خانه های سالمندی خیریه ای: ۷۰

۳_ سراهای خیریه ای و شهریه دار: ۷۰

۴_ خانه های سالمندی خصوصی: ۷۰

۵_ خانه های سالمندی واگذاری: ۷۱

طرح های سالمندان در ایران ۷۱

طرح شهید رجایی ۷۲

طرح سازمان های خصوصی سالمندان و مراقبان سالمندان ۷۳

طرح پاداش خدمت بازنشستگان ۷۳

وظایف دیگران در برابر سالمندان ۷۴

الف _ وظایف خانواده ۷۴

۱_ پذیرش و تحمّل ۷۵

۲_ احترام و نیکی ۷۵

۳_ بهره گیری از توان مندی ها ۷۷

۴_ نخواستن کارهای دشوار از سالمند ۷۸

ب _ وظایف جامعه ۷۸

ج _ وظایف دولت ۷۹

۱_ حمایت و پشتیبانی مالی ۸۰

۲_ بهره گیری از تجربه ی سالمند ۸۱

۳_ ساخت مکان های سرگرمی ۸۲

۴_ در نظر گرفتن امتیازهای ویژه ۸۲

وظایف سالمند در برابر دیگران ۸۳

الف _ وظایف سالمند در برابر خانواده ۸۳

۱_ احترام به خانواده ۸۳

۲_ پرهیز از دخالت های بی جا ۸۴

۳_ رعایت حقوق دیگران ۸۵

۴_ واگذاری پرورش نواده گان به پدر و مادر ۸۵

ب_ وظایف سالمند در اجتماع ۸۶

۱_ نقش الگویی ۸۶

۲_ نظارت اجتماعی ۸۷

۳_ داوری عادلانه ۸۷

فصل پنجم: آسیب شناسی سالمندی ۸۸

۱_ دگرگونی پایگاه اجتماعی سالمندان و پدیده ی بازنشستگی ۸۸

۲_ پندار نادرست درباره ی سالمند ۹۰

۳_ عدم آمادگی برای ورود به این دوره ۹۱

۴_ بیماری های دوران سالمندی ۹۲

۵_ بی کاری و سرگرمی های زیان بار ۹۳

۶_ بیوه گی و تجرد ۹۴

۷_ نداشتن فرزند و پشتیبان ۹۵

۸_ وضعیت نامطلوب اقتصادی ۹۷

فصل ششم: راه کارهای بهینه سازی امور سالمندان ۹۸

۱_ آمادگی یافتن برای ورود به دوره ی بازنشستگی ۹۸

۲_ اصلاح نگرش جامعه به سالمند ۱۰۰

۳_ تغییر نگرش سالمند ۱۰۱

۴_ تقویت باورهای دینی برای چیرگی بر نگرانی ها ۱۰۱

۵_ رویارویی با عوارض جسمی سالمندی ۱۰۳

۶_ کارآفرینی و پرداخت کمک هزینه ۱۰۵

۷_ انتقاد مناسب ۱۰۶

۸_ زمینه سازی برای تجدید فراش سالمندان ۱۰۷

۹_ بهره گیری از تجربه های جهانی ۱۰۹

۱۰_ پشتیبانی دولت از سالمندان بی سرپرست ۱۰۹

بخش دوّم: ۱۱۱

برگزیده ی ادب فارسی ۱۱۱

اشعار ۱۱۲

بیک پیری ۱۱۲

دلتنگی ها! ۱۱۴

شتاب جوانی ۱۱۵

ص: ۱۱

جانم به قربان شما ۱۱۶

دهقان پیر زنده دل ۱۱۷

رضا ۱۱۸

همه فانی است ۱۱۸

حیله ی روزگار ۱۱۹

سبدی از ندامت ۱۱۹

حکایت های سالمندان ۱۲۱

پیر خارکن ۱۲۱

پاسخ دندان شکن ۱۲۱

نگرش مثبت به سالمندی ۱۲۲

طیب و سالمند ۱۲۲

احترام به سالمند ۱۲۳

متون ادبی ۱۲۴

سالمند کیست؟ ۱۲۴

انیس تنهایی ۱۲۵

بخش سوم: ۱۲۷

همراه با برنامه سازان ۱۲۷

پیشنهادهای کلی ۱۲۸

۱_ تلاش برای حفظ حضور سالمند در خانواده ۱۲۸

۲_ پیش گیری از اثر گذاری نامطلوب ۱۲۹

۳_ آموزش ۱۲۹

۴_ تقویت باورهای مذهبی ۱۳۰

پیشنهادهای برنامه ای ۱۳۰

پرسش های مسابقه ای ۱۳۱

پرسش های مردمی ۱۳۲

پرسش های کارشناسی ۱۳۳

معرفی کارشناس ۱۳۴

پیام های گوینده یا زیرنویس ۱۳۵

معرفی منابع برای مطالعه ی بیشتر ۱۳۷

کتاب نامه ۱۳۹

ارج گذاری به کرامت انسانی از ویژگی های مکتب اسلام است و این رویکرد به دوران ویژه ای از زندگی انسان، اختصاص ندارد. با این حال، پروردگار و پیشوایان دینی، عنایت ویژه ای نسبت به دوره ی سالمندی داشته اند. تا آن جا که جایگاه سالمند در خانواده همانند جایگاه پیامبران در امت خویش، شمرده شده است.

اینک برماست که این ندای پاک الهی را سرمشق زندگی خویش سازیم و این گوهرهای گران بها را ارج نهمیم. همان گونه که روزی این گوهران کمال سایبان مهر و صفا بر سر ما بودند، شایسته است اینک ما سایبانی پر از عطوفت برای آنان باشیم.

سالمند اگرچه خسته ی راه است، ولی تجربه ی پربهایش با بزرگ ترین گنجینه های، هستی، برابری می کند. سالمند اگرچه نحیف و شکننده است، ولی کوله باری انسان ساز بر دوش دارد. سالمند در غروب زندگی این جهانی خویش، طلوع کرامت، انسانیت و عزت جاودانی را به تماشا نشسته است. او گوهری گران بها در صدف زندگی و صندوقچه ی اسرار تاریخ است. از نگاه نافذش، بصیرت می درخشد و دیده ی بیدارش به آن چه خداوند خواسته است، می نگرد و قلبش جز محبت و یاد خدا، چیزی در خود ندارد.

شایسته است دیدگان اشک بار و دل های امیدوارش را پاس داریم و دعای خیرش را که مایه ی برکت است، بدرقه ی راه مان سازیم. بایسته است دل را درچشمه ی طاعت و احسان جلا بخشیم و نفس را با کمند تقوا مهار زنیم و اندیشه و کردار خود را برای خدا خالص سازیم و برای همه ی این ها، چه فرصتی بهتر از خدمت به سالمند.

پژوهش حاضر، گامی است برای پاسداشت مقام سالمند که به خامه ی پژوهش گرانگرمند، جناب آقای حسین بافکار آراسته گشته است. با سپاس از ایشان، امید است برای دیگر پژوهش گران و برنامه سازان ارجمند نیز سودمند افتد.

«ان شاء الله»

«أنه ولی التوفیق»

«مدیریت پژوهشی مرکز پژوهش های اسلامی صدا و سیما»

سالمندی، موهبتی است الهی و برزخی است راز انگیز میان گیتی و مینو. اتاق انتظار و مرگ نیست؛ عمری دیگر است در زمانی دیگر.

اگر نگاهی گذرا به گذشته بیافکنیم و اندیشمندان، برگ های کتاب تاریخ را به آرامی ورق بزنیم، در خواهیم یافت که امید بشر به داشتن چند صباحی عمر بیشتر، آرزویی کمتر دست یافتنی بوده است. از این رو، چه بسیار انسان هایی، سکندر گونه برای یافتن آب بقا در پی سراپی بوده اند. در این میان، کسانی که به چهارمین دهه ی زندگی راه می یافتند، پیروزمندان، آن را به فال نیک می گرفتند و با دریافت نشان افتخاری «معرفت»، به قهرمانی افسانه ای، بیدل می گشتند. آن گاه حکایت ها و داستان هایی در شان و منزلت شان ساخته می شد و چه بسیار جوانانی که با سپید کردن مو(۱)، در پی رسیدن به رتبه و افتخار سالمندی برمی آمدند.

با برگرفتن جُرعه ای از سرچشمه ی جاویدان کوثر الهی و سر نهادن به مکتب انسان های پاک باخته ای چون: نوح، خضر، ایوب و یعقوب علیهم السلام درمی یابیم که آنان سالمندانی بودند فراتر از زمانه ی خویش و در

۱- در گذشته، هیچ فردی به نمایندگی و رهبری گروه برگزیده نمی شد، مگر این که به سن سالمندی رسیده باشد. به همین دلیل، جوان ترهایی که می خواستند پیرتر به نظر آیند، کلاه گیس هایی با موی سپید بر سر می گذاشتند. هنوز هم در برخی فیلم های قدیمی، مردان جوانی را می بینید که کلاه گیس های سفیدی بر سر دارند.

معرفت، یگانه‌ی روزگار. همین گونه است سرنوشت مردان تاریخ ساز اسلام و سالمندانی هم چون: حمزه، عمار، حبيب، هانی و دیگران.

و اینک هرچند آرزوی دیرینه‌ی سالمند امروزی _ طول عمر _ برآورده شده، ولی او از چشم انداز آینده‌ی خود نگران است. به راستی، پیر امروز را چه شده که این اندازه دل نگران است و می اندیشد دست و پاگیر گشته است؟ حال آن که پیر دهر ما چون بر بام دانش، (۱) تکیه زده است، باید قدرش افزون تر شود.

نکند غم آب و نان دارد یا شاید نیازش، یک شاخه گل است؟ یا که غم پندآموزی دارد و ما بی خبریم؟ اگر چنین است، از درسش پند بگیریم و دست در دستش نهیم و دست بگیریم. باشد خود نیز دم را قدر داند و به رضای حق، خشنود باشد.

این نوشتار، کوششی است ناچیز با الهام از دو منبع پایان ناپذیر الهی؛ قرآن مجید و سیره‌ی اهل بیت علیهم السلام که برای تبیین ارزش های سالمندی در اسلام از اندیشه‌ی صاحب نظران نیز بهره گرفته است. امید آن که نمایان گر راهی باشد و سالمندان را به اوج قله‌های کمال رهنمود سازد. بی تردید، آگاهی از تنگناها می تواند بیش از پیش راه را بر جامعه و سالمند هموار کند.

بخش اول: سیمای سالمند در اسلام

اشاره

بخش اول: سیمای سالمند در اسلام

زیر فصل ها

فصل اول: تعریف سالمند و سالمندی

فصل دوم _ دریاچه ای به جهان سالمندان

فصل سوم: آسایش گاه های سالمندان

فصل چهارم: وظایف متقابل سالمند و دیگران

فصل پنجم: آسیب شناسی سالمندی

فصل ششم: راه کارهای بهینه سازی امور سالمندان

فصل اول: تعریف سالمند و سالمندی

اشاره

فصل اول: تعریف سالمند و سالمندی

دانشمندان در تعریف علمی سالمند، با هم اختلاف نظر دارند. پیری شناسان (۱) می گویند:

سالمند کسی است که به دلیل کاهش توانایی و قدرت کار و بنیه ی حیاتی، برای برآوردن نیازهای حیاتی خود به توجه ی دیگران نیاز دارد. (۲)

به طور کلی، تغییرهای فیزیکی تن و روان همراه با افزایش سن، زمینه ی سالمندی را فراهم می آورد. برخی، آغاز آن را از ۴۰ سالگی و گروهی دیگر، ۷۰ سالگی دانسته اند. گروهی نیز با شمارش سن بازنشستگی، فاصله ی ۶۰ تا ۶۵ سالگی را سن سالمندی شمرده اند، ولی باید پذیرفت سالمندی، سن معینی ندارد و نسبت به اشخاص گوناگون، متفاوت است. (۳) به همین دلیل، برخی سالمندی را امری نسبی می دانند که از عوامل درونی، روانی، اجتماعی و جسمی، اثر می پذیرد. به باور آنان، گاه ممکن است افراد در سن بسیار بالا از جنب و جوش کافی برخوردار باشند و اصلاً احساس پیری نکنند و برعکس.

۱- Gerontologists

۲- جامعه شناسی خانواده، نعمت الله تقوی، پیام نور، فروردین ۱۳۷۶، چ ۲، ص ۵۵.

۳- تفسیر نمونه، گروهی از نویسندگان، دارالکتاب الاسلامیه، ۱۳۶۹، ج ۱۱، ص ۳۸.

سالمند در قرآن

زیر فصل ها

۱_ جلوه ای از قدرت الهی

۲_ سالمندی؛ نشانی از روز رستاخیز

۳_ سالمندی؛ دوره ای دشوار

۴_ احترام به سالمندان

۱_ جلوه ای از قدرت الهی

۱_ جلوه ای از قدرت الهی

قانون گذار آفرینش، قانون طبیعت را همواره بی هیچ قید و شرطی و به طور یکسان بر همه ی آفریده ها اجرا می کند. انسان نیز از زمان انعقاد نطفه تا لحظه ی مرگ در سیطره ی این قانون قرار دارد.

انسان در آغاز، موجودی است بس ناتوان که با شگفتی، دوره های رشد را پی در پی می پیماید. در جوانی به کمال توانایی جسمی و در میان سالی به پختگی روحی می رسد. آن گاه سیر نزولی را در پیش می گیرد و به جایی برمی گردد که بوده است. آدمی در این میدان، به فاتح قلّه ای می ماند که از یک سوی قلّه، صعود می کند. سپس با رسیدن به چکاد کوه، از سوی دیگر آن، پایین می آید. قرآن در این باره می فرماید:

اللّٰهُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّهِ ضَعْفًا وَ شَيْبَةً مَائِشَاءً وَ هُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ. (۱)

خداوند شما را آفرید و پس از آن نیرو بخشید. سپس شما را در ناتوانی و پیری قرار داد. او هر چه بخواهد، می آفریند و دانای تواناست.

در این آیه، «ناتوانی» در برابر «نیرومندی» قرار گرفته است. مراد از نیرومندی، رسیدن کودک به بلوغ و مقصود از ناتوانی پس از نیرومندی،

دوران پیری است. منظور از عبارت «يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ» نیز این است که خداوند همان گونه که ناتوانی را آفرید و پس از آن نیرومندی را به آدمی، هدیه کرد، می تواند دوباره ناتوانی را به او برگرداند.

«این بیان، صریح ترین اشاره به پشت سر هم قرار داشتن سه حالت از مقوله ی خلقت دارد. چون این حالی به حالی کردن انسان ها در عین این که تدبیر است، خلق نیز هست. پس این نیز فعل خداوند _ خالق اشیاء _ است.» (۱)

این دگرگونی ها و فراز و نشیب ها، بهترین دلیل برای این حقیقت است که نه آن نیرو از انسان بوده است و نه آن ناتوانی، بلکه هر دو از ناحیه ی دیگری است. این خود نشانه ی آن است که چرخ وجود انسان را دیگری می گرداند و آن چه انسان دارد، عارضی است.

امیرمؤمنان علی علیه السلام در گفتار نورانی خود به این مسأله چنین اشاره کرده است:

عرفت الله سبحانه بفسخ العزائم و حل العقود و نقض الهمم.

من خدا را در گسستن تصمیم های محکم و گشودن گره ها و نقض اراده های نیرومند و ناکام ماندن آن شناختم. (۲)

از این دگرگونی ها برمی آید که زمام اصلی امور به دست قدرت دیگری است و ما از خود چیزی نداریم جز آن چه او به ما می بخشد.

۱- برگرفته از: تفسیر المیزان، سیدمحمدحسین طباطبایی، برگردان: سیدمحمدباقر موسوی همدانی، ج ۱۶، ص ۳۰۸.

۲- نهج البلاغه، کلمات قصار، شماره ی ۲۵۰.

قرآن درباره ی ناتوانی دوم که برای انسان پیش می آید، «شیهه» (پیری) را می افزاید، ولی هنگام نام بردن از ناتوانی نخستین، از «کودکی»، سخنی به میان نمی آورد.

ممکن است اشاره ی این تعبیر به آن باشد که ناتوانی دوره ی پیری دردناک تر است؛ زیرا:

۱_ آدمی در این دوره بر عکس ناتوانی زمان کودکی، رو به سوی مرگ و فنا دارد.

۲_ آن چشم داشتی که آدمی از پیران سالخورده و با تجربه دارد، هرگز از کودکان انتظار ندارد. این در حالی است که میزان ناتوانی آنان یکسان است.

آری، دوران پیری، قدرت مندان یاغی و سرکش را به زانو درمی آورد و به سستی، زبونی و بیچارگی می کشاند.

واپسین جمله ی آیه که به دانش و قدرت خدا اشاره دارد، هم بشارت است و هم انداز. این بخش از آیه می گوید که خدا از همه ی نیت ها و رفتارهای شما آگاه است و توانایی دارد شما را پاداش یا کیفر دهد. (۱)

۲_ سالمندی؛ نشانی از روز رستاخیز

۲_ سالمندی؛ نشانی از روز رستاخیز

خداوند می فرماید:

و من نعمره ننکسه فی الخلق افلا یعقلون. (۲)

هرکس را عمر دراز دهیم، در آفرینش واژگونه می کنیم. آیا اندیشه نمی کنند؟

۱- تفسیر نمونه، ج ۱۶، ص ۴۸۰.

۲- یس، ۶۸.

گفتار این آیه درباره ی ناتوانی جسمی و روحی آدمی:

۱_ هشدار است به آنان که کار پیمودن راه هدایت را به فردا می افکنند.

۲_ پاسخی است به کسانی که تقصیر خود را به گردن کوتاهی عمر می اندازند.

۳_ دلیلی است بر قدرت خداوند. آفریدگار همان گونه که می تواند یک انسان نیرومند را به ناتوانی یک نوزاد باز گرداند، می تواند او را در روز بازپسین، باز آفریند.

«ننکسه» از ماده ی «تنکیس» به معنای واژگون ساختن چیزی است آن گونه که سر به جای پا و پا به جای سر قرار گیرد و در این جا، کنایه از بازگشت کامل انسان به دوران کودکی است. (۱)

آدمی در آغاز آفرینش ناتوان است و کم کم به رشد و تکامل می رسد. آدمی در دوران جنینی و پس از تولد، راه رشد جسمی و روانی را می پیماید. استعدادهای خدادادی که در درونش نهفته است، یکی پس از دیگری شکوفا می شود. پس از آن، دوران جوانی و پختگی فرا می رسد و انسان به اوج قله ی تکامل جسمی و روحی راه می یابد. در این هنگام، روح و جسم، راه خود را از هم جدا می کنند. روح هم چنان به تکامل خویش ادامه می دهد، ولی عقب گرد جسم آغاز می شود. سرانجام عقل نیز سیر نزولی خود را آغاز می کند و کم کم یا با شتاب به دوران کودکی باز می گردد. در این هنگام، رفتار و اندیشه ی پیران، خوی کودکی می گیرد و ناتوانی جسمانی نیز با آن همراه می شود. تفاوت پیری با کودکی آن است که رفتار کودکان، شیرین و دل نشین

۱- تفسیر نمونه، ج ۱۸، ص ۴۳۶.

و نویدبخش شکوفایی در آینده است و به همین دلیل، همگان آن را تحمل می کنند. در مقابل، سرزدن همین رفتار از پیران، نازیبا است و ترحم دیگران را برمی انگیزد.

«افلا یعقلون» نیز به انسان ها می گوید: اگر این قدرت و توانایی شما عاریتی نبود، به این آسانی از دست تان نمی گرفتند. بدانید دست قدرت دیگری فراتر از شماست که بر هر چیز تواناست. بنابراین، تا به آن مرحله نرسیده اید، خود را دریابید و پیش از آن که نشاط و زیبایی تان به پژمردگی بدل گردد، توشه ی راه طولانی آخرت را از این جهان برگیرید؛ زیرا در فصل پیری و درماندگی، هیچ کاری از شما ساخته نیست.

پیامبر صلی الله علیه و آله در همین زمینه به ابوذر سفارش فرمود:

اغتنم خمسا قبل خمس: شبابك قبل هرمك... (۱)

پنج چیز را پیش از پنج چیز غنیمت شمار؛ جوانی را پیش از پیری... .

۳_ سالمندی؛ دوره ای دشوار

اشاره

۳_ سالمندی؛ دوره ای دشوار

برخی انسان ها به اندازه ای طول عمر می یابند که به نامطلوب ترین مرحله ی زندگی می رسند. قرآن از این دوره به «ارذل العمر» یاد می کند. نشانه های این دوره در آیه ی زیر آمده است:

وَ اللَّهُ مَخْلَقُكُمْ ثُمَّ يَتَوَفَّيْكُمْ وَ مِنْكُمْ مَنْ يُرَدُّ إِلَىٰ أَرْدَلِ الْعُمْرِ لِكُنِيَ لَا يَعْلَمُ بَعْدَ عِلْمٍ شَيْئًا إِنَّ اللَّهَ - عَلِيمٌ قَدِيرٌ. (۲)

و خدا شما را آفرید سپس [جان] شما را می گیرد و بعضی از شما تا

۱- بحارالانوار، ج ۷۷، ص ۷۷.

۲- نحل، ۷۰.

خوارترین [دوره ی] سال های زندگی [فرتوتی] بازگردانده می شوید، به گونه ای که پس از [آن همه] دانستن، [دیگر] چیزی نمی دانید. همانا خداوند، دانا و تواناست.

در آیه ی یاد شده، واژه ی «أَرْدَلُ» از ماده ی «رَدَلٌ» به معنی چیز پست و نامطلوب گرفته شده است. منظور از «أَرْدَلُ العَمْرُ»، سن بسیار بالاست که ناتوانی، وجود انسان را فرا می گیرد، به گونه ای که نمی تواند حتی نیازهای پیش پا افتاده و ابتدایی خود را برآورده سازد. این ناتوانی و پژمردگی، نشانه ی فرا رسیدن یک مرحله ی انتقالی تازه است، همان گونه که سستی پیوند میوه و درخت، دلیل رسیدن به مرحله ی جدایی است. (۱)

بر پایه ی این آیه، انسان، دوره های طبیعی تولد، رشد، بلوغ و تکامل را می پیماید و خداوند در هر مرحله، موهبت هایی را به او ارزانی می دارد. آن گاه پس از رسیدن به تکامل، براساس روند طبیعی آفرینش، این موهبت ها را از انسان می گیرد و آدمی به مرحله ای می رسد که به دلیل ناتوان گشتن بدن و هجوم بیماری های گوناگون، توانایی دست زدن به هرگونه کاری را از دست می دهد. بدین ترتیب، همانند نوزاد تازه متولد شده، به تنهایی نمی تواند کارهای روزانه ی خود را انجام دهد و به کمک و مراقبت دیگران، نیاز دارد.

این دوره، همان خوارترین دوران زندگی است و ویژگی اصلی آن، زوال یافتن قوای ادراکی انسان است.

زندگی انسان بر مدار شعور و اندیشه می چرخد و اندیشه، ملاک برتری انسان بر دیگر آفریده ها است. هنگامی که انسان به نامطلوب ترین دوره ی

۱- تفسیر نمونه، ج ۱۱، ص ۳۱۰؛ ج ۱۴، ص ۱۹.

زندگی، گام می نهد، موهبت حافظه وانديشه از او گرفته می شود، به گونه ای که بر اثر ناتوانی حافظه و فرسودگی اعصاب، رفتار آدمی، تغییر می یابد. در این دوره، ویژگی های کودکانه در انسان، زنده می شود. در روایت آمده است:

ارذل العمر؛ یعنی انسان به جایی می رسد که خردش با خرد کودک هفت ساله برابر شود. (۱)

پاسخ به یک شبهه

پاسخ به یک شبهه

ممکن است این پرسش به میان آید که: چرا بسیاری از سالمندان مانند دانشمندان با این که در سن های بالایی حتی بالاتر از «صد سالگی» می زینند، هم چنان از هوشیاری کامل برخوردارند؟

در پاسخ باید گفت:

۱_ بحث «ارذل العمر» به آخرین دوره ی زندگی مربوط است. در این دوره، انسان شبیه میوه ی رسیده ای است که به دلیل خشک شدن بند پیوند، هر آن امکان دارد از شاخه ی درخت، بیافتد.

۲_ بنابر گفته ی روان شناسان، این مسأله به مصونیت اختصاصی بدن یا ارگانیسم (organism) هر فرد، ارتباط دارد. امام علی علیه السلام می فرماید:

هنگامی که خردمندان، پیر می شوند، نیروی خردشان جوان می شود و هنگامی که نادانان پیر می شوند، نادانی شان جوان می شود. (۲)

بررسی های علمی، درستی این مسأله را اثبات کرده است. دکتر شاک می گوید:

۱- بحارالانوار، ج ۷۳، ص ۳۸، شماره ی ۹.

۲- غررالحکم، عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، قم، انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۳۶۶، ص ۵۶.

آنان که در دوران کودکی یا جوانی، افراد با هوشی بوده اند، در پیری، زیرک تر و باهوش تر می شوند و برعکس، آدم های کودن، کودن تر می شوند. (۱)

باید دانست سالمندی، همه ی کسانی را که شانس زندگی طولانی داشته باشند، غافل گیر می کند و این، نشانی از قدرت آفریدگار یکتاست. هرچند ممکن است با پیشرفت دانش نوین بشر، نشانه های سالمندی دیرتر به سراغ انسان آید، ولی هیچ گاه نمی توان بر آن چیره شد. سالمندی خواه ناخواه به سراغ انسان می آید و نمی توان نشانه های آن را از بین برد:

نقش پیری را ز رنگ نتوان زدود

در زمستان، برف رسوا بر بام بود (۲)

با وضعیتی که در دوره ی «ارذل العمر» برای سالمند پیش می آید، وظیفه ی افراد خانواده به ویژه فرزندان در برابر او، بسیار خطیر خواهد بود. به همین دلیل، قرآن درباره ی احترام گزاردن به سالمندان به ویژه پدر و مادر سالمند، بسیار سفارش کرده است.

۴_ احترام به سالمندان

اشاره

۴_ احترام به سالمندان

شاید قرآن مجید با صراحت به موضوع احترام سالمندان اشاره نکرده است، ولی از آیاتی که درباره ی پدران و مادران سالمند وجود دارد، به ارزش نیکوکاری در حق سالمندان و تکلیف جامعه در برابر آنان پی می بریم. برای نمونه، در قرآن آمده است:

۱- چه کنیم پیر نشویم؟، ص ۱۷۵، برگرفته از: خانواده و مسایل سالمندان، علی قائمی، ص ۶۴.

۲- مشاعره ی جدید، مهدی سهیلی، ص ۲۴۶.

وَقَضَىٰ رَبُّكَ إِلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبُلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرُهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا وَأَخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا. (۱)

پروردگارت مقرر داشت که جز او را نپرستید و به پدر و مادر نیکی کنید. هرگاه تا تو زنده هستی، هر دو یا یکی از آن دو سالخورده شوند، آنان را میازار و به درشتی خطاب مکن و با آنان، به اکرام سخن بگویی. در برابرشان از روی مهربانی، سر تواضع فرود آور و بگو: ای پرورگار من! هم چنان که مرا در خردی پرورش دادند، بر آنان رحمت آور.

براساس این آیات، احسان به پدر و مادر پس از «توحید»، واجب ترین واجب ها است، همان گونه که «عقوق والدین» پس از شرک ورزیدن به خدا، از بزرگ ترین گناهان به شمار می رود. اهمیت احسان به پدر و مادر و قرار داشتن آن پس از توحید، در آیات دیگری نیز گوشزد شده است. (۲)

اینک به برخی نکته های این دو آیه می پردازیم:

الف _ رفتار کریمانه

الف _ رفتار کریمانه

إِمَّا يَبُلُغَنَّ عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا فَلَا تَقُلْ لَهُمَا أُفٍّ وَلَا تَنْهَرُهُمَا وَقُلْ لَهُمَا قَوْلًا كَرِيمًا.

خداوند در جمله هایی کوتاه، گویا و رسا، با بر شمردن حالت های دوران پیری از فرزندان می خواهد با پدران و مادران پیر خود، برخوردی احترام آمیز داشته باشند.

«کِبَر» به معنای بزرگ سالی است و «أُفٍّ» مانند «آخ» در فارسی، انزجار را می رساند. واژه ی «نَهْر» نیز رنجاندن کسی با فریاد کشیدن یا درشت سخن

۱- اسراء، ۲۳ و ۲۴.

۲- تفسیر المیزان، ج ۱۳، ص ۱۰۹.

گفتن با او است. براساس این آیه، هنگامی که پدر و مادر به سن پیری می‌رسند، نباید به آنان حتی «أف» گفت و نباید آنان را آزار داد، بلکه باید با سخنانی شیرین و ملایم با آنان سخن گفت. (۱)

امام صادق علیه السلام درباره ی معنی «أف» می‌فرماید:

اگر تو را به تنگ آوردند، به آنان أف مگو. اگر تو را زدند، با آنان درشتی مکن. با احترام با ایشان سخن بگو و از روی مهربانی در برابر آنان، زبونی و فروتنی کن. چشم به آنان خیره مکن. جز با مهر و دل سوزی به آنان منگر. آواز خود را بر روی آنان بلند نکن. دست بالای دست آنان مدار و بر آنان پیشی مگیر. (۲)

ب _ فروتنی

ب _ فروتنی

وَإِخْفِصْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ.

«خفص جناح» به معنای پر و بال گستردن، کنایه از مبالغه در فروتنی و خضوع زبانی و عملی است. براساس این آیه، انسان هنگام گفت و گو و هم نشینی با پدر و مادر سالمند باید گونه ای رفتار کند که پدر و مادر، فروتنی او را احساس کنند و بفهمند که فرزندشان، خود را در برابر ایشان کوچک می‌کند و نسبت به ایشان، رحمت دارد. (۳)

این آیه، تابلوی دل انگیزی از بهترین جلوه های مهر و محبت در طبیعت را به تصویر می‌کشد. پرنده‌گان با بال و پر گشودن از روی مهر و محبت بر روی جوجه ی خود، آنان را از هر گزندی مانند سرما، گرما، جانوران وحشی، در

۱- تفسیر المیزان، ج ۱۳، ص ۱۰۹.

۲- بحار الانوار، ج ۷۵، ص ۱۳۷.

۳- ترجمه ی تفسیر المیزان، ج ۱۳، ص ۱۱۰.

امان نگاه می دارند. خداوند نیز از انسان ها می خواهد هنگام پیر شدن پدران و مادران شان، آنان را در انجام کارهایشان، یاری کنند. پیران در این دوره، مانند نوزادان و کودکان به مراقبت نیاز دارند و گاه به دلیل بیماری یا سن زیاد، نمی توانند بدون کمک دیگران از جای خود برخیزند یا خود را پاکیزه نگاه دارند.

در این صورت، فرزندان باید آنان را بیش از پیش زیر چتر حمایتی خود قرار دهند و با علاقه و فروتنی، به آنان محبت کنند تا احساس هیچ گونه کمبودی نداشته باشند. پدران و مادران همواره آرزو دارند فرزندان شان هنگام پیری آنان، عصای دست شان باشند و از آنان دستگیری کنند.

ج _ دعا برای پدر و مادر

ج _ دعا برای پدر و مادر

وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيْنِي صَغِيرًا.

خداوند در این آیه، با یادآوری دوره ی نوزادی و ناتوانی به فرزندان، از آنان می خواهد اگر پدر و مادر آن چنان ناتوان شده اند که به تنهایی نمی توانند کارهای عادی خود را انجام دهند، محبت شان را از آنان دریغ نوزند. بنابراین، هنگامی که فرزندان روی به درگاه خدای رحمان و رحیم می ایستند، به پاس محبت آنان در دوره ی کودکی و ناتوانی فرزند، از خداوند بخواهند پدر و مادر پیرشان را از رحمت و مغفرت خود بهره مند سازد.

هرچند شیخ طبرسی می گوید: «این آیه دلالت دارد بر این که دعای فرزند برای پدر و مادرش که از دنیا رفته اند، مسموع است»،^(۱) ولی در تفسیر المیزان آمده است: «این آیه ی شریف، مطلق است و دعا در حق پدر و مادر [در حیات و ممات]، ادبی است دینی که فرزند از آن استفاده می برد، ولو

۱- ترجمه ی تفسیر المیزان، ج ۱۳، ص ۱۱۰.

مستجاب نشود و پدر و مادر از آن بهره نگیرند» (۱).

آیات یاد شده افزون بر این که فرهنگ مهریزی به پدر و مادر را می آموزد، به نوباوه گان و جوانان می فهماند که چشم انداز آینده ی خود را در نظر بگیرند. جوانان باید بدانند که سالمندان امروز، نوباوه گان و جوانان دیروز بوده اند و نوباوه گان و جوانان امروز، سالمندان فردا خواهند بود:

ثمر بخشد به پیری، نخل عمر، آن جوانی را

که گیرد در جوانی، دست پیر و ناتوانی را (۲)

بی تردید، هرگونه خدمت خالصانه و خاضعانه نزد پروردگار یکتا بی پاداش نخواهد ماند؛ زیرا:

وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ (۳)

هر کسی به اندازه ی ذره ای، کار نیک کرده است [پاداش] خواهد دید و هر کس به اندازه ی ذره ای، کار زشت انجام داده است، [جزا] خواهد دید.

الگوی احترام به پدر سالمند

الگوی احترام به پدر سالمند

در سوره ی یوسف، نمونه ی زیبایی از احترام فرزندان به پدر سالمند آمده است. حکایت از آن جا آغاز می شود که حضرت یوسف علیه السلام با پدید آوردن حادثه ی ساختگی دزدی در کاخ خود، کوشید برادر تنی اش، «بنیامین» را نزد

۱- ترجمه ی تفسیر المیزان، ج ۱۳، ص ۱۱۰.

۲- مشاعره ی جدید، شوشتری، ص ۱۳۹.

۳- زلزال، ۷ و ۸.

خویش نگاه دارد تا دیگر برادرانش، حضرت یعقوب علیه السلام را به مصر بیاورند. برادران یوسف به ناچار بدون بنیامین ره سپار کنعان شدند و داستان را برای پدرسالمند خود، یعقوب علیه السلام بازگو کردند. پدر از آنان روی گرداند و پس از آن، چندان در فراق یوسف و بنیامین گریست که چشمانش نابینا شد. آن گاه فرزندان خود را فرستاد تا درباره ی عزیز مصر و هدف اصلی اش از نگاه داشتن بنیامین، آگاهی بیشتری به دست آورند. این بار، حضرت یوسف علیه السلام با آگاهی یافتن از وضعیت دشوار پدر، خود را به برادرانش معرفی کرد و آنان را بخشود. سپس پیراهن خود را به آنان داد تا نزد پدر ببرند و بر سر و رویش بمالند تا دیدگانش بینا شود. هم چنین پدر و خاندان خود را به مصر دعوت کرد. پدر پس از استشمام بوی یوسف، چشم و دلش بینا شد و با پذیرش دعوت فرزند، به همراه اهل بیت خود راهی مصر گردید. قرآن این دیدار تاریخی و سرشار از ادب و احترام به پدر سالمند را چنین به تصویر کشیده است:

فَلَمَّا دَخَلُوا عَلَى يُوسُفَ أَوَىٰ إِلَيْهِ أَبَوَيْهِ وَقَالَ ادْخُلُوا مِصْرَ إِن شَاءَ اللَّهُ آمِنِينَ وَرَفَعَ أَبَوَيْهِ عَلَى الْعَرْشِ (۱)

آن گاه که بر یوسف وارد شدند، یوسف علیه السلام، پدر و مادر خود را در آغوش کشید و گفت: به شهر مصر درآید که به خواست پروردگار، پس از این، در امان خواهید بود. سپس پدر و مادرش را بر تخت بنشانند.

علامه طباطبایی در تفسیر جمله ی «اَوَىٰ إِلَيْهِ أَبَوَيْهِ» گفته است:

حضرت یوسف علیه السلام پدر و مادر را در آغوش کشید و این که فرمود: «ادْخُلُوا

مِصْرُ» ظاهراً این است که حضرت یوسف علیه السلام به منظور استقبال از ایشان، از مصر بیرون آمد و در خارج از مصر، ایشان را در آغوش گرفته بود و آن گاه به منظور رعایت ادب گفته است: «داخل مصر شوید».

در جمله ی «إِنْ شَاءَ اللَّهُ آمِنِينَ» هم ادبی را رعایت کرده است که بی سابقه و بدیع است؛ چون هم به پدر و خاندانش، امنیت داده و هم رعایت سنت و روش پادشاهان را نموده است که حکم صادر می کنند و هم این که حکم را مقید به مشیت خدای پنهان کرده تا بفهماند مشیت آدمی مانند سایر اسباب، اثر خود را نمی گذارد، مگر وقتی که مشیت الهی هم موافق آن باشد. (۱)

بدین ترتیب، درمی یابیم حضرت یوسف علیه السلام، کمال ادب و محبت را در حق پدر و مادر سالمند خود و اهل بیت شان روا داشته است با:

۱_ استقبال گرم از آنان.

۲_ نشان دادن ایشان بر تخت ویژه ی پادشاهی.

۳_ فرستادن پیراهن برای بینا شدن پدر.

۴_ فرستادن آذوقه برای خانواده.

۵_ فرا خواندن احترام آمیز پدر.

عزیز مصر شدی یوسف! نمی دانی

عزیز حق کُنَدَت با یادی از پدر کردن (۲)

سالمندان از دیدگاه معصومین علیهم السلام

اشاره

۱- ترجمه ی تفسیر المیزان، ج ۱۱، ص ۳۳۶.

۲- مجموعه ی شعر چه کنم، دلم از سنگ که نیست؟، مهدی سهیلی، ص ۵۸.

رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله و امامان معصوم علیهم السلام با ارزنده ترین و زیباترین سخنان، سالمندان را در والاترین سریر اجتماعی نشانده و چنان فز و شکوهی به آنان بخشیده اند که همگان باید تنها از روزنه ی مفاهیم بلندی هم چون تجربه، دانایی و مُرشدی به آنان بنگرند، نه به دیده ی سستی و نیازمندی. این گونه بزرگ داشت سالمند، اعضای جامعه را و می دارد تا خود را به سالمند نیازمند ببینند، نه این که سالمند را نیازمند خویش بپندارند. اکنون به نمونه هایی از این شکوه بخشی ها اشاره می کنیم:

۱_ سالمندی و پیامبری

۱_ سالمندی و پیامبری

رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله فرمود:

هر پیری در میان طایفه اش هم چون پیامبری است در میان قومش. (۱)

پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله وسلم در تبیین جایگاه ارزش مند سالمند در اسلام، در رهبری طایفه و خانواده، به او رتبه ی پیامبری می دهد؛ زیرا سالمندی، دوره ای سرشار از کوله بار پختگی، تجربه و کمال است و به یقین، بهره گیری از تجربه ی سالمندان، راه گشای جامعه ی انسانی خواهد بود.

براساس این سخن، آدیان همان گونه که در پیشگاه مقدس پیامبران راستین، سر کرنش و فرمانبرداری فرود می آورند و از مهر و عطوفت و ارشادشان، بهره مند می گردند، باید در برابر تجربه و دانش دیرپای سالمندان، سر تعظیم فرود آورند. ارزش مندی تجربه و اندیشه ی سالمند به گونه ای است که امیر سخن، امام علی علیه السلام فرموده است:

۱- بحارالانوار، بیروت، دارالاحیاء التراث، ۱۴۰۳، ج ۷۵، ص ۱۳۷.

اندیشه ی سالمند در نظر من از تلاش جوان خوش آیندتر است. (۱)

۲_ سالمندی؛ مایه ی برکت

۲_ سالمندی؛ مایه ی برکت

پیغمبر اکرم صلی الله علیه و آله وسلم فرموده است:

برکت همراه بزرگان شماسست. (۲)

به گفته ی پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله ، حضور سالمندان خردمند، فرزانه و خود ساخته در هر خانواده و جامعه ای، مایه ی خیر و برکت است. اگر دقیق تر به رابطه ی اجتماعی سالمندان با خانواده بنگریم، در خواهیم یافت که مشارکت سالمندان در عرصه های کار و کوشش می تواند جوانان بی کاره یا افسرده را برای پیوستن به جرگه ی کار و کوشش سودمند اجتماعی بسیج کند. حضور پر ارزش سالمند در چاره گشایی از درگیری های خانوادگی نیز از گسستن تار و پود خانواده ها و دربه در شدن فرزندان آنان پیش گیری خواهد کرد. از همه مهم تر، حضور فیزیکی سالمند در هر جمعی ممکن است از ارتکاب خودآگاه یا ناآگاهانه ی بسیاری لغزش ها و گناهان پیش گیری کند. به همین دلیل، وجود سالمند را باید ارزش مند، عزیز و مایه ی خیر و برکت دانست.

۳_ سالمندی؛ جلوه ای از نور الهی

۳_ سالمندی؛ جلوه ای از نور الهی

پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله فرموده است:

خداوند می فرماید: پیری، نور من است؛ نور خود را با آتش نمی سوزانم. (۳)

۱- نهج البلاغه، برگردان: محمد دشتی، ص ۶۴۳، حکمت ۸۶.

۲- نهج الفصاحه، برگردان: ابوالقاسم پاینده، انتشارات جاویدان، ص ۲۲۲، کلمه ی ۱۱۱۰.

۳- بحار الانوار، ج ۷۰، ص ۳۹۰.

ایشان در فرازی دیگر می فرماید:

کسی که موی او در راه اسلام سپید شود، برای او در روز قیامت، نور و جلایی است. (۱)

براساس این سخن، ارزش موی سپید در اسلام به گونه ای است که آن را نوری از نورهای الهی دانسته اند که در وجود سالمند تبلور یافته و به او کرامت و شکوه بخشیده است. از این رو، باید این نشان الهی را پاس داشت.

عزت مندی سپیدمویی از آن رو است که سالمند، توشه ی خویش بر بسته و در راه آخرت گام نهاده است. او رسالت انسانی خویش را در این روزگار پر آشوب، به شایستگی انجام داده و اینک سرفراز از انجام وظیفه، برای رسیدن به دیدار معبود، لحظه شماری می کند. معبود نیز در انتظار بنده ی وظیفه شناس خود است و نوری الهی برای او در نظر می گیرد. رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله در این باره فرموده است:

[خداوند] هر صبح و شام به صورت پیرمرد مؤمن [سالمند] نگاه می کند و می فرماید: بنده ی من! پیر شدی، استخوان و پوستت سست گردیده است و نزدیک است که عمر را به پایان برسانی و به دیدار من آیی. (۲)

حافظ نیز این لحظه ی موعود را چه خوب سروده است:

خرم آن روز کزین منزل ویران بروم

راحت جان طلبم، از پی جانان بروم (۳)

۱- نهج الفصاحه، کلمه ی ۲۸۳۱.

۲- بحار الانوار، ج ۷۰، ص ۳۶.

۳- دیوان حافظ، ص ۲۱۴.

این جان عاریت که به حافظ سپرده دوست

روزی رخ اش بینم و تسلیم وی کنم (۱)

۴_ پی آمدهای نیک احترام به سالمندان

اشاره

۴_ پی آمدهای نیک احترام به سالمندان

در قانون طبیعت، هر کنشی با واکنشی همراه است. بی تردید، کار ارزش مند نکوداشت سالمندان نیز نزد آفریدگار بخشنده و مهربان، بی پاسخ نخواهد ماند و پاداش آن چندین برابر بهتر و زیباتر در دنیا و آخرت، برای فرد در نظر گرفته خواهد شد. اینک این پی آمدها را برمی شماریم:

الف _ هم نشینی با پیامبر اسلام در رستخیز

الف _ هم نشینی با پیامبر اسلام در رستخیز

رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

سالمندان را احترام کن تا در رستخیز از هم نشینان من باشی. (۲)

هم نشینی با پیامبران الهی، سعادت‌ی است که تنها نصیب کسانی می شود که خالصانه و بی شایبه، برای خدمت به سالمندان به ویژه پدر و مادر سالمند خویش، کمر همت بسته اند. گفته اند: روزی حضرت موسی علیه السلام از خداوند درخواست کرد هم نشینش در روز قیامت را به وی نشان دهد. خداوند درخواستش را برآورده کرد و او را به قصابی رهنمون ساخت. موسی علیه السلام رفتار قصاب را در دکان قصابی زیر نظر گرفت، ولی کار خارق العاده ای که

۱- دیوان حافظ، ص ۱۹۶.

۲- بحار الانوار، ج ۷۵، ص ۱۳۷.

مایه ی منزلت او باشد، ندید. شبانه به عنوان مهمان به خانه ی او رفت. چون هنگام خوردن غذا فرا رسید، دید قصاب، سبدی را که از سقف آویزان بود، پایین آورد. پیرزن سالمند و فرتوتی را که در آن سبد، خوابیده بود، بیدار کرد و با دستان خود، به پیرزن غذا خوراند. پیرزن، پس از پایان غذا دستان خود را به آسمان بلند کرد و سخنانی بر زبان راند. سپس قصاب، او را به جایگاهش برگرداند و با موسی بر سر سفره نشست.

موسی علیه السلام از قصاب پرسید: «این زن کیست؟ چرا او را در سبد نهاده ای؟ پس از غذا چه گفت؟» مرد گفت: «او مادر من است. چون توانایی حرکت ندارد، می ترسم هنگامی که در خانه نیستم، حیوانات موذی به او گزندی برسانند. به همین دلیل، وی را در سبد نهاده ام. پس از غذا، او در حق من دعا کرد و گفت: خدایا! فرزندم را در روز قیامت، هم نشین حضرت موسی علیه السلام قرار بده.»

آن گاه حضرت موسی علیه السلام نیز او را به هم نشینی خویش، بشارت داد. (۱)

ب _ افزایش نعمت های الهی

ب _ افزایش نعمت های الهی

حضرت محمد صلی الله علیه و آله فرموده است:

وجود سالمندان در میان شما، مایه ی افزایش نعمت های الهی است. (۲)

گویند: «شکر نعمت، نعمت افزون کند.» با توجه به این که سالمندان در میان خانواده، اقوام و جامعه از جایگاهی برابر با پیامبران الهی برخوردارند، وجودشان، نعمت است. افزون بر آن، هنگامی که وجود پربرکت شان،

۱- یک صد موضوع، ۵۰۰ داستان، صداقت، ص ۱۳۸، برگرفته از: پند تاریخ، ج ۱، ص ۶۸.

۲- نهج الفصاحه، ص ۲۲۲، کلمه ی ۱۱۱۰.

عهدہ دار رسالت و تجربہ های گوناگون اجتماعی باشد، بر پرباری این درختان سر به فلک کشیده ی کمال و معرفت افزوده خواهد شد. بدین ترتیب، خانواده و جامعه می تواند بیش از پیش از گوهر خوش تراش وجود اینان، بهره مند گردد. به همین دلیل، وجود سالمندان سرشار از نعمت الهی است و جامعه باید به پاس ارج نهادن به این نعمت، بر تکریم آنان بیافزاید.

ج _ افزایش عمر

ج _ افزایش عمر

امام علی علیه السلام فرموده است:

از جمله چیزهایی که بر عمر می افزاید، احترام به سالمند، آزار ندادن مردم و صلہ ی رحم است. (۱)

هرچند خداوند، از عمر انسان آگاهی دارد و آن را از پیش تعیین کرده است، ولی براساس قانون الهی، برخی رفتارها در کاهش یا افزایش عمر، اثرگذار هستند. برای نمونه، گناہانی هم چون می خوارگی، ربا، حسد و ستم کاری افزون بر این که از عمر انسان می کاهند، مایه ی پیدایش نابسامانی های اجتماعی، ناامنی و درگیری های اخلاقی خواهند شد. در مقابل، رفتارهای نیکی همانند: صدقه دادن و کمک به سالمندان افزون بر آرامش بخشیدن به روح و روان آدمی، بر عمر او نیز می افزایند. امام علی علیه السلام در این باره می فرماید:

مرگ زودرس انسان ها بر اثر گناه، از مرگ طبیعی و طول عمر افراد بر اثر نیکوکاری، از طول عمر طبیعی بیشتر است.

د _ نهراسیدن از رستاخیز

د _ نهراسیدن از رستاخیز

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرموده است:

کسی که پیرمردی را بزرگ بدارد، خداوند او را از ترس روز قیامت، ایمن می دارد. (۱)

نگرانی از اشتباه ها و گناهان گذشته به همراه از دست دادن فرصت ها، مرگ و روز قیامت را برای آدمی، هراس انگیز می سازد. یکی از عوامل پیدایش این ترس ممکن است سستی ورزیدن در خدمت به سالمندان به ویژه پدر و مادر سالمند باشد. کسانی که وظیفه ی خود را درباره ی آنان به شایستگی انجام داده باشند، آرامش خاطر بیشتری دارند. در این صورت، آسوده خاطر، دنیا را بدرود می گویند و حتی به دلیل برخورد مناسب با سالمندان، از پاداش الهی نیز برخوردار خواهند شد.

ه _ گرامی بودن به گاه پیری

ه _ گرامی بودن به گاه پیری

رسول اکرم صلی الله علیه و آله فرمود:

هرگاه جوانی، پیر سالخورده ای را گرامی بدارد، خداوند شخصی را معین می کند تا هنگام پیری، او را گرامی بدارد. (۲)

تنهایی از مسایل رنج آور دوره ی سالمندی است. دیده می شود برخی سالمندان سراسر دوره ی پیری را بی همدم و یاور می گذرانند و چه بسا با گذشت سال ها یا ماه های بسیار، هیچ کسی جوای حال آنان نمی شود. هر چند بعضی رنج های تنهایی سالمندان به آزمایش های الهی یا کم لطفی فرزندان بستگی دارد، ولی برخی نیز در رفتار ناصواب خود آدمی در گذشته، ریشه دارد.

در فرهنگ عامیانه گفته اند: براساس رسوم قومی، فرزندی، پدر سالمند و

۱- المحجه البيضاء، ج ۳، ص ۳۶۶.

۲- مشکوه الانوار، ص ۴۲۳.

فرتوت خود را بر دوش کشید و به کوهستان برد. آن گاه او را در غاری رها کرد و خواست باز گردد که با قهقهه ی بلند پدر روبه رو شد. با شگفتی علت را پرسید. پدر به استهزا گفت: در شگفتم که من نیز پدر پیر و نالان خود را در همین جا رها کردم. پسر بیم ناک از سرنوشت محتوم خویش، متنبه شد و پدر را به خانه باز آورد. (۱)

بنابر آن چه گذشت، گرامی و عزیزداشتن سالمندان، این نوید را به همراه خواهد داشت که انسان به پاس خدمت به سالمندان، خود، در سالمندی از نعمت داشتن پرستاری دلسوز و مهربان، برخوردار شود و مشکلات را راحت تر تحمل کند.

۵_ پی آمدهای ناگوار بی احترامی به سالمندان

اشاره

۵_ پی آمدهای ناگوار بی احترامی به سالمندان

بدیهی است همان گونه که نیکی به سالمندان پاداش الهی را در پی دارد، بی احترامی و کوچک شمردن آنان نیز پی آمدهای ناگواری برای افراد خواهد داشت. اینک به طور فشرده به سه نمونه اشاره می کنیم.

الف _ قرار گرفتن در صف منافقان

رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

سه گروهند که هر کس آنان را کوچک شمارد، منافق است؛ کسی که موی او در راه اسلام سپید شده است [سالمندان]، دانشمند و پیشوای دادگستر. (۲)

ب _ از دست دادن دوستی اهل بیت علیهم السلام

رسول اکرم صلی الله علیه و آله فرمود:

۱- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۴۲۰.

۲- نهج الفصاحه، ص ۲۵۱، کلمه ی ۱۲۳۲.

آن کس که به خردسال ما رحم نکند و بزرگ سال ما را گرامی ندارد، از ما نیست. (۱)

دوستی با اهل بیت علیهم السلام و توفیق الهی را از سعادت هایی است که نصیب شیعیان شده است. پس آیا زیان کاری نیست که سعادت دوستی با اهل بیت علیهم السلام و توفیق الهی را با کوتاهی در انجام وظیفه در برابر سالمندان، از دست دهیم و از لطف بی کران پروردگار، دور بمانیم.

ج _ فقر و تنگ دستی

رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود:

بیست و پنج چیز است که فقر می آورد. [از جمله ی آن ها] پیش تر از سالمندان راه رفتن است. (۲)

مجازات های الهی، بازتاب کردارهای ناپسند و گناهان آدمی است که گاهی به صورت وضع نابسامان زندگی مادی و اجتماعی پدیدار می شود. از جمله رفتارهایی که به این نابسامانی ها و افزایش تنگ دستی می انجامد، بی احترامی نسبت به سالمندان است.

ع _ احترام به سالمندان در رفتار معصومین علیهم السلام

اشاره

ع _ احترام به سالمندان در رفتار معصومین علیهم السلام

احترام به سالمندان همیشه سرلوحه ی کار پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و امامان معصوم علیهم السلام بوده است. در صدر اسلام، پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله، بینوایان شهر را در جایی گرد آورد و به وضعیت آنان رسیدگی می کرد. هم چنین برای آنان از

۱- مجموعه ی ورام، ابوالحسن بن ابی فراس، برگردان: محمدرضا عطایی، بنیاد پژوهش های آستان قدس رضوی، ۱۳۶۱، چ

۱، ج ۱، ص ۳۴.

۲- بحارالانوار، ج ۳، ص ۷۳.

بیت المال، حق و حقوقی در نظر گرفته بود. در میان اینان که به اهل صفه معروفند، سالمندانی نیز بودند که آشنا و خویشاوندی نداشتند. درباره ی زندگی امیرالمؤمنین علی علیه السلام و دیگر ائمه ی معصومین علیهم السلام نیز گفته اند که آنان شب ها از اندیشه ی دردمندان، بینوایان و سالمندان جامعه ی اسلامی آرام و قرار نداشتند. آن گاه که مردمان شهر به خواب ناز فرو رفته بودند، آنان با انبان هایی از غذا به سراغ بینوایان می رفتند و آذوقه شان را فراهم می آوردند. روزها نیز در خانه ی این بزرگان بر روی همگان باز بود.

اینک نمونه هایی از این رفتارها را می آوریم:

الف _ احترام به سالمند در میان جمع

الف _ احترام به سالمند در میان جمع

پیرمردی نزد رسول اکرم صلی الله علیه و آله شرفیاب شد. کسانی که در محضر آن حضرت نشسته بودند، در جای دادن به او مسامحه کردند. رسول خدا صلی الله علیه و آله از این رفتار بی ادبانه ناراحت شد و به آنان فرمود:

کسی که بر خردسالان ما ترحم نکند و پیران ما را بزرگ ندارد، از ما نیست. (۱)

ب _ قرار دادن مستمری برای سالمند نصرانی

ب _ قرار دادن مستمری برای سالمند نصرانی

امیرالمؤمنین علی علیه السلام، سالمند ناینبایی را دید که گدایی می کرد. از احوال او جويا شد. کسانی که او را می شناختند، گفتند: او، مردی نصرانی است. تا وقتی که می توانست، کار می کرد، ولی اکنون که ناتوان شده است، گدایی می کند. آن حضرت فرمود:

شگفتا! تا وقتی می توانست، کار کرد، ولی حال که نمی تواند، گدایی

می کند. گذشته ی این مرد حکایت می کند که در مدتی که توانایی داشته، کار کرده و خدمت انجام داده است. بنابراین، برعهده ی حکومت و اجتماع است که تا زنده است، نیازهای زندگی او را برآورده سازد. بروید از بیت المال به او مستمری بدهید. (۱)

ج _ اولویت سالمند در سخن گفتن

ج _ اولویت سالمند در سخن گفتن (۲)

امام صادق علیه السلام از نیاکان بزرگوار خود نقل می کند که دو نفر، یکی سالمند و دیگری، جوان به محضر پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله مشرف شدند. جوان پیش از پیرمرد، سخن گفتن را آغاز کرد. رسول خدا صلی الله علیه و آله فرمود: صبر کن تا آن که بزرگ تر است سخن بگوید.

د _ نماز برای آموزش سالمند

د _ نماز برای آموزش سالمند (۳)

پیرزن بینوایی، مسجدی را که رسول اکرم صلی الله علیه و آله در آن جا نماز می خواند، جارو می کشید. این پیرزن معمولاً در یکی از گوشه های مسجد می خوابید و خوراک او را کسانی که برای نماز جماعت می آمدند، تهیه می کردند. روزی پیامبر صلی الله علیه و آله وارد مسجد شد و چون زن جاروکش را ندید، پرسید: کجا رفته است؟

مردم گفتند که او شب گذشته مرده است و او را دفن کرده اند. آنان نمی پنداشتند که خبر مرگ این زن برای پیامبر، ارزشی داشته باشد، ولی آن حضرت صلی الله علیه و آله از شنیدن این خبر ناراحت شد و آنان را توبیخ کرد. سپس از آنان خواست او را به جایگاه دفن زن ببرند. پیامبر صلی الله علیه و آله به همراه اصحاب

۱- وسائل الشیعه، ج ۲، ص ۴۲۵، برگرفته از: داستان راستان، مرتضی مطهری، ص ۳۷۶.

۲- مشکوه الانوار، علی طبرسی، انتشارات طوس، ۱۳۴۶، ج ۱، ص ۴۲۳.

۳- داستان هایی از زندگی پیغمبر ما، ص ۱۲۱، برگرفته از: تعالیم آسمانی اسلام، ص ۱۴۸.

خویش نزد قبر آن زن ایستاد و برای آمرزش او، نماز خواند.

ه _ مهربانی با سالمند

ه _ مهربانی با سالمند (۱)

عدی بن حاتم طایی برای فرار از اسلام آوردن، به شام گریخت و با هم کیشان خود در آن جا اقامت گزید. خواهرش که زنی خردمند بود، او را برای رفتن به مدینه و دیدار با پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله تشویق می کرد.

عدی می گوید: وقتی وارد مدینه شدم، به مسجد رفتم و خدمت پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله رسیدم. چون مرا شناخت، از جا برخاست و مرا به خانه ی خود برد. در میان راه، زنی سالخورده و ناتوان سر راهش آمد و سخنانی به او گفت. آن حضرت ایستاده بود و به سخنان پیرزن گوش می کرد و با مهربانی به آن پاسخ می گفت. من در دلم گفتم: به خدا سوگند! روش این مرد، روش یک زمام دار دنیا طلب نیست.

و _ مزاح با سالمند

و _ مزاح با سالمند (۲)

پیر زالی از انصار از حضرت رسول صلی الله علیه و آله خواست که دعا کند او به بهشت رود. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله به مزاح فرمود: زنان پیر را به بهشت راه نمی دهند. زن سالمند گریست. حضرت خندید و فرمود: ابتداء جوان و باکره می شوند، سپس وارد بهشت می شوند.

ز _ کمک به سالمند

ز _ کمک به سالمند (۳)

-
- ۱- سیره ی ابن هشام، ج ۴، ص ۵۸۰، برگرفته از: تعالیم آسمانی اسلام، ص ۱۴۷.
 - ۲- حیوه القلوب (زندگانی محمد صلی الله علیه و آله ؛ پیامبر اسلام)، محمدتقی مجلسی، انتشارات سرور، ۱۳۸۰، ج ۳، ص ۳۳۰.
 - ۳- حقوق والدین، سیدجعفر میرعظیمی، ص ۲۸۲.

روزی پیرمردی که دست پسرش را گرفته بود، خدمت پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله رسید. وی از پسرش گلایه داشت که با وجود توانگری، به او کمک نمی کند.

حضرت رسول صلی الله علیه و آله فرمود: پسر! چه می گویی؟ گفت: یا رسول الله! من زیاده از خرج خود و عیالم چیزی ندارم. حضرت با این که می دانست او دروغ می گوید، فرمود: ما این ماه، خرج او را می دهیم. تو ماه های دیگرش را پرداز. سپس به اسامه دستور داد که صد درهم به پیرمرد بدهد تا صرف نفقه ی اهل و عیالش کند. این مسأله ماه بعد نیز تکرار شد و پس از چندی پسر به دلیل کمک نکردن به پدر خود، اموالش را یک باره از دست داد و به فلاکت افتاد.

فصل دوم _ دریاچه ای به جهان سالمندان

اشاره

فصل دوم _ دریاچه ای به جهان سالمندان

زیر فصل ها

ساختار جمعیتی جهان

میانگین سنی جمعیت جهان

سالمندان در دنیای پیشرفته

تجربه های جهانی مربوط به سالمندان

رفتار مردم ایران با سالمندان

جمعیت سالمندان در ایران

فعالیت سالمندان در ایران

ساختار جمعیتی جهان

ساختار جمعیتی جهان

بشر همیشه در تلاش است با اتکا به اندیشه ی خلاق خود، بر مشکلاتی که برایش پیش می آید، چیره گردد. آدمی در دوره ای با مشکل کوتاهی عمر و در برهه ای دیگر با گسترش بیماری های خطرناک روبه رو بوده و پس از مدتی، با افزایش هم نوع و محدودیت های جغرافیایی برای زیست، دست به گریبان گشته است. اینک پدیده ی «پیر شدن جمعیت» در برابر آدمی قد برافراشته و به صورت مشکل بزرگی برای همه ی کشورهای جهان درآمده است. آلفرد سوی؛ جمعیت شناس معروف فرانسوی عقیده دارد:

سالمندی یکی از پدیده های زمان است که جای کم ترین مقابله در آن وجود دارد. پیشرفت آن به طریق مطمئن صورت می گیرد و به راحتی می توان وضع آن را در آینده پیش بینی کرد و شاید بیشترین عواقب را در خود پنهان داشته باشد. (۱)

براساس پژوهش های آماری کمیسیون اقتصادی و اجتماعی سازمان ملل متحد، در حال حاضر (۲۰۰۲) ۶۲۹ میلیون نفر از

جمعیت جهان، بالای ۶۰ سال سن دارند (یک نفر از ده نفر). این رقم تا سال ۲۰۲۵ به یک میلیارد نفر

۱- کهنسالی، سیمون دوبوار، برگردان: محمدعلی طوسی، انتشارات شباویز، ۱۳۶۵، ص ۲۷.

(۱ نفر از ۷ نفر) خواهد رسید. در سال ۲۰۵۰، یک نفر از پنج نفر و در سال ۲۱۵۰ از هر سه نفر، یک نفر بیش از ۶۰ سال سن خواهند داشت. (۱)

کارشناسان تغذیه ی مناسب، مراقبت های بهداشتی، پیشرفت دانش پزشکی در ساخت و پیوند اندام های مصنوعی مانند: قلب، کلیه، کبد و چشم و کنترل باروری را از عوامل اثرگذار در افزایش عمر متوسط انسان و امید به زندگی و در نهایت، افزایش سالمندان می دانند.

میانگین سنی جمعیت جهان

اشاره

میانگین سنی جمعیت جهان

میانگین سنی جمعیت، سنی است که سن ۵۰٪ جمعیت کمتر از آن و سن ۵۰٪ بیشتر از آن است. «در حال حاضر، میانگین سنی جمعیت جهان، ۲۶ سال است. یمن با سن متوسط ۱۵ سال به عنوان جوان ترین کشور جهان و ژاپن با سن متوسط ۴۱ سال، پیرترین کشور جهان است.» (۲)

جدول شماره ی ۱، افزایش میانگین سنی مردم جهان را از سال ۱۹۵۰ تا ۱۹۹۵، بیان و آن را تا سال ۲۰۲۰ پیش بینی کرده است. در سال ۱۹۹۵، بالاترین میانگین سنی به ترتیب مربوط به کشورهای ژاپن (۴۳٪)، ایتالیا (۳۸٪) و اروپا (۳۶٪) بوده است. پایین ترین میانگین سنی _ یا به عبارتی جوان ترین مردم _ نیز به کشورهای اوگاندا (۱۵٪) قاره ی آفریقا و مناطق با حداقل توسعه (۱۷٪) و الجزایر (۱۹٪) مربوط است. میانگین سنی در جهان ۴/۲۵ سال است.

۱- روزنامه ی همشهری، ۱۱/۱۲/۸۰، ش ۲۶۶۵، ص ۴.

۲- روزنامه ی همشهری، ۱۱/۱۲/۸۰، ش ۲۶۶۵، ص ۴.

ص: ۴۸

منطقه، کشور

سال

جدول شماره ی (۱)

میانگین سنی جمعیت جهان در سال های (۲۰۲۰ _ ۱۹۵۰)

منطقه، کشور

سال

۱۹۵۰

۱۹۷۰

۱۹۹۵

۲۰۲۰

جهان

۵/۲۳

۶/۲۱

۴/۲۵

۹/۳۰

مناطق توسعه یافته

۶/۲۸

۶/۳۰

۸/۳۵

٠/٤٢

مناطق کمتر توسعه یافته

٣/٢١

٠/١٩

٢/٢٣

١/٢٩

مناطق با حداقل توسعه

٤/١٩

٩/١٧

٩/١٧

٣/٢١

آفریقا

٧/١٨

٦/١٧

٩/١٧

٣/٢١

الجزایر

٩/١٩

٨/١٥

٨/١٩

۹/۲۷

اوگاندا

۷/۱۷

۴/۱۶

۷/۱۵

۸/۱۷

آسیا

۹/۲۱

۷/۱۹

۷/۲۴

۷/۲۴

ژاپن

۳/۲۲

۰/۲۹

۴/۳۹

۴/۴۶

جمهوری کره

۱/۱۹

۰/۱۹

۲/۲۹

۸/۳۹

اروپا

۲/۲۹

۷/۳۱

۰/۳۶

۸/۴۲

آلمان

۴/۳۵

۳/۳۴

۳/۳۱

۰/۴۶

ایتالیا

۰/۲۹

۸/۳۲

۱/۳۸

۷/۴۸

امریکای شمالی

۸/۲۹

۰/۲۸

۳/۳۴

۷/۳۹

کانادا

۷/۲۷

۰/۲۶

۷/۳۴

۵/۴۱

اقیانوسیه

۹/۲۷

۰/۲۵

۹/۲۹

۱/۳۴

استرالیا

۴/۳۰

۶/۲۷

۷/۲۳

۸/۳۸

منبع: دورنمای جمعیت جهان، تجدید نظر ۱۹۹۶، برگرفته از: مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۲۹۹.

توزیع درصدی سالمندان در جهان

توزیع درصدی سالمندان در جهان

توزیع درصد سالمندان در کشورها و مناطق گوناگون جهان، متغیر است، ولی آمار سالمندان در سطح جهان همواره در حال

رشد و افزایش است. جدول شماره ۲، توزیع درصدی سالمندان بالای ۶۰ سال کشورهای گوناگون جهان را از سال ۱۹۷۰ تا ۱۹۹۵، بیان و تا سال ۲۰۲۰ پیش بینی کرده است. در سال ۱۹۹۵، بیشترین درصد سالمندان برای کشورهای اروپایی (۹/۱۸٪)، توسعه یافته (۳/۱۸٪) و آمریکای شمالی (۳/۱۶٪) و کمترین درصد سالمندان به ترتیب برای مناطق با حداقل توسعه (۸/۴٪)، آفریقا (۰/۵٪) و مناطق کمتر توسعه یافته (۳/۷٪) است. درصد سالمندان در جهان در سال ۱۹۹۵ (۵/۹٪) بوده است و پیش بینی می شود که در سال ۲۰۲۰ به (۱/۱۳٪) برسد.

منطقه، کشور

سال

جدول شماره ی ۲

توزیع درصدی سالمندان بالای ۶۰ سال در جهان

منطقه، کشور

سال

۱۹۷۰

۱۹۹۵

۲۰۲۰

جهان

۴/۸

۵/۹

۱/۱۳

مناطق توسعه یافته

۵/۱۴

۳/۱۸

۱/۲۵

مناطق کمتر توسعه یافته

۱/۶

۳/۷

۹/۱۰

مناطق با حداقل توسعه

۱/۵

۸/۴

۷/۵

آفریقا

۵

۰/۵

۰/۶

آسیا

۵/۶

۲/۸

۶/۱۲

جدول شماره ی ۲

توزیع درصدی سالمندان بالای ۶۰ سال در جهان

منطقه، کشور

سال

۱۹۷۰

۱۹۹۵

۲۰۲۰

ص: ۵۰

اروپا

۵/۱۵

۹/۱۸

۲/۲۵

امریکای لاتین و کارائیب

۴/۶

۵/۷

۳/۱۲

امریکای شمالی

۸/۱۳

۳/۱۶

۱/۲۳

اقیانوسیه

۷/۱۰

۰/۱۳

۶/۱۷

منبع: دورنمای جمعیت جهان، تجدید نظر ۱۹۹۶، برگرفته از: مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۳۰۰.

نسبت جنسی سالمندان جهان

نسبت جنسی سالمندان جهان

با وجود رشد روزافزون جمعیت زنان و مردان سالمند، درصد سالمندان زن بیشتر است. در بیشتر مناطق توسعه یافته، به دلیل باروری کم و جمعیت سالمندی زیاد، نسبت جنسی، ۶۴۵ نفر مرد در برابر هر ۱۰۰۰ نفر زن است. در سال ۱۹۷۰ در مناطق کمتر توسعه یافته، نسبت جنسی، ۸۸۰ مرد در برابر هر ۱۰۰۰ نفر زن سالمند بوده است. به نظر می رسد این رقم تا سال ۲۰۲۰ در همین اندازه باقی بماند. در سال ۱۹۷۰، جمعیت بالای ۶۰ سال در مناطق کمتر توسعه یافته از مناطق توسعه یافته، بیشتر، ولی درصد سالمندان زن، یکسان بوده است.

جدول شماره ۳، نسبت جنسی سالمندان بالای ۶۰ سال جهان را از سال ۱۹۷۰ تا ۱۹۹۵، بیان و تا سال ۲۰۲۰ پیش بینی کرده است.

منطقه، کشور

سال

جدول شماره ۳

نسبت جنسی سالمندان بالای ۶۰ سال در جهان (شمار مردان به هر هزار نفر زن)

منطقه، کشور

سال

۱۹۷۰

۱۹۹۵

۲۰۲۰

جهان

۷۸۵

۸۰۷

۸۴۴

مناطق بیشتر توسعه یافته

۶۸۴

۶۹۱

۷۶۱

مناطق کمتر توسعه یافته

۸۸۶

۸۹۵

۸۸۲

ص: ۵۱

مناطق با حداقل توسعه

۹۱۷

۸۹۵

۸۸۲

آفریقا

۸۲۶

۸۴۶

۸۷۰

آسیا

۸۸۸

۸۹۰

۸۹۲

اروپا

۶۴۵

۶۵۷

۷۲۵

امریکای لاتین و کارائیب

۸۸۴

۸۳۰

منبع: دورنمای جمعیت جهان، تجدید نظر ۱۹۹۶، برگرفته از: مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۳۰۲.

بدین ترتیب درمی یابیم که افزایش جمعیت سالمندان در سال های آینده، چهره ی جدیدی از دنیا ارایه خواهد کرد که جامعه شناسان از آن، با عنوان «خاکستری شدن جمعیت» یاد می کنند.

این پدیده، پی آمدهای گوناگونی خواهد داشت از جمله این که افراد کمتری به سن کار و فعالیت خواهند رسید. به دیگر سخن، خروجی افراد از فعالیت بیشتر از ورودی خواهد بود. هم چنین در صورت برنامه ریزی نادرست اجتماعی، رفاه، آسایش، بهداشت و جایگاه اجتماعی سالمندان به ویژه زنان سالمند که شانس از سرگیری زندگی جدیدی را ندارند، به خطر خواهد افتاد. چشم انداز این مشکل در کشورهای در حال توسعه که با محدودیت های اقتصادی، اجتماعی و مراقبت های بهداشتی و... روبه رو هستند، چندان خوش آیند نیست. به همین دلیل، کشورها باید با تعیین استراتژی های درست و آینده نگر و با جدیت با پدیده ی سالمندی، روبه رو شوند.

سالمندان در دنیای پیشرفته

سالمندان در دنیای پیشرفته

سالمندان در جامعه های سنتی از پایگاه اجتماعی ویژه ای برخوردارند و تا پایان عمر با احترام می زینند. در مقابل، با سست شدن پایه های ایمانی، مکارم اخلاقی و عواطف انسانی در جامعه های پیشرفته، ارزش سالمندی در آن ها از میان رفته است.

ره آورد انقلاب صنعتی در غرب، پیدایش اخلاق و بینش صنعتی بود. هرچند تلاش های فراوانی برای افزایش رفاه و آسایش سالمندان صورت گرفت، ولی به پرورش ایده های احترام آمیز به سالمند همانند آن چه در جامعه های مذهبی و شرقی به چشم می خورد، نیانجامید. ناکامی این فرآیند به بینش غربیان درباره ی انسان برمی گردد؛ زیرا براساس نگرش مادی گرایانه ی آنان، انسان همانند ماشین است که پس از پایان عمر مفید خود، کارآیی لازم برای بهره وری از را دست می دهد. سیمون دوبوار می گوید:

جامعه ی جدید فن سالار چنین اعتقاد دارد که دانش، افزایش سن را با ناشایستگی همراه می داند. بالا بودن سن یک امتیاز به شمار نمی آید، بلکه ارزش های وابسته به جوانی است که از احترام برخوردارند. (۱)

در چنین جامعه هایی، سالمندان به دلیل گسترش خانواده ی هسته ای و سست شدن پایه های نهاد خانواده مجبورند دور از خانواده و فرزندان، زندگی کنند. در این حالت، فرزندان نیز که دست پرورده ی مهد کودک هستند، نسبت به پدر و مادر سالمند خود، هیچ گونه احساس عاطفی ندارند. بدین ترتیب، جوانان براساس طبیعت صنعت غرب، به مراکز صنعتی در شهرهای

پرجمعیت، جذب می شوند و سالمندان بی شماری تنها می مانند. طاعون مرگ بار تنهایی نه تنها سالمندان را دربرمی گیرد، بلکه درد مشترک همه ی مردم است. آلوین تافلر در «موج سوم» می گوید:

از لوس آنجلس تا لنین گراد... مادران، پدران تنها، مردم عادی که کار می کنند و افراد مُسن همگی از انزوای اجتماعی دل تنگند. تنهایی امروز چنان همه گیر شده که به شیوه ای باور نکردنی به صورت یک تجربه ی مشترک درآمده است. (۱)

سازمان ملل متحد در این زمینه اعلام کرده است که سالمندان، محکومان غیرفعال و شکننده ی تکنولوژی جدید هستند. (۲) این سازمان سفارش می کند که کشورهای جهان در رفتار با سالمندان، از الگوی کشورهای پیشرفته پیروی نکنند.

امروزه در دنیای پیشرفته، پدیده ی تنهایی، از کارافتادگی و ناهم گونی طبیعت بازنشستگان با دوران بازنشستگی، پوچ اندیشی و ده ها مشکل دیگر، به جامعه ی سالمندان هجوم آورده است، به گونه ای که از آنان با نام «انبوه منزوی» یاد می شود. برای نمونه، در کشورهایی مانند سوئد، نروژ، دانمارک و... شعار «سالخوردهگان را از انزوا نجات دهید» بر سر زبان ها است. (۳)

در چنین دنیایی، واژه هایی هم چون، وجدان، ایثار، گذشت و هم دردی در لابه لای چرخ های صنعت از بین رفته است. در این میان، سالمندان خانواده ها، بیش از همه در عذابند و چه بسیارند سالمندانی که غریبانه در گوشه و کنار

۱- موج سوم، آلوین تافلر، برگردان: شهین دخت خوارزمی، تهران، فاخته، ۱۳۷۵، چ ۱۱، ص ۵۰۷.

۲- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۴۸.

۳- جامعه شناسی خانواده، صص ۵۵ و ۵۶.

خانه های سالمندان یا بیمارستان ها، جان می بازند و تا واپسین لحظه ی عمر، آرزوی دیدن یکی از افراد خانواده را دارند. این تراژدی انسانی هر روز با مرگ و خودکشی ده ها یا صدها سالمند در کشورهای پیشرفته تکرار می شود.

سالمندی در این گونه کشورها به پدیده ای جمعیتی محدود نمی شود، بلکه وضعیت ناگواری است که کارشناسان، عواملی هم چون «از میان رفتن اقتدار سالمندان در نتیجه ی دگرگونی تولید، بازنشستگی غیرفیزیولوژیکی و زودرس نبودن کار مولد و مناسب برای بازنشستگان، هسته ای شدن خانواده و شکاف نسل ها» را در پیدایش آن سهیم می دانند. (۱)

هرچند کارشناسان، ایجاد خانه ی سالمندان یا ماندن سالمندان در خانه را مطرح کردند، ولی این طرح ها با شکست روبه رو شده است. پس از مدتی حضور سالمندان در این خانه های سرد و بی روح که به قفس بی شباهت نیست، رابطه ی سالمند به کلی با خانواده و خویشاوندان، گسسته می شود. در این حالت، و به مصداق مَثَل «از دل برود هر آن که از دیده رود»، سالمند کم کم از یادها می رود و ارتباط او تنها به هم سالان یا حیواناتی مانند سگ و گربه محدود می شود. در این زمینه، به نمونه ای از رفتار غیر انسانی با سالمندان توجه کنید:

در سال ۱۹۶۷ در قصبه ای نزدیک شهر Roune فرانسه، جوانی به نام فرانسوا ادعا کرد که در حال مستی، مادر بزرگ خود را کشته است. در آن زمان، کسی به ادعای جوان توجهی نکرد و ژاندارم منطقه و گواهی پزشکی، مرگ پیرزن را طبیعی تشخیص داد. پس از چندی، پدر بزرگ خانواده نیز به

شکل مشکوکی مرد و سبب شد بررسی های دامنه داری آغاز شود.

این بررسی ها نشان داد که مادر فرانسوا، یعنی دختر پیرزن از رفتار مادرش در خانه به تنگ آمده بوده است؛ زیرا پیرزن هیچ گاه خانه را خلوت نمی کرده است. او همیشه در خانه بوده و به همین دلیل، نامزد دخترش نمی توانسته است به راحتی در خانه، کام روایی کند. بنابراین، با هم دستی دختر، داماد و پسر، پیرزن را با خوراندن مرگ موش، مسموم کرده اند. هم چنین برای این که از شر پدر بزرگ خانواده خلاص شوند، او را نیز به همان ترتیب به قتل می رسانند. تنها پدر خانواده در این جنایت ها دخیل نبوده است. (۱)

تجربه های جهانی مربوط به سالمندان

اشاره

تجربه های جهانی مربوط به سالمندان

امروزه، جامعه های گوناگون براساس نگرش های فرهنگی ویژه ی خود، با پدیده ی سالمندی برخورد می کنند و برنامه ها و طرح های گوناگونی را به اجرا می گذارند که گاهی به نتیجه می رسد. مسؤولان کشور ما نیز برای خدمات رسانی مؤثرتر به جامعه ی سالمندی کشور باید از تجربه های موفق جهانی بهره گیرند و با برنامه ریزی مشخص و کاربردی، راه را بر پیدایش هر گونه نابسامانی در این زمینه ببندند.

گفتنی است ماهیت خدمات رسانی به سالمندان در کشورهای پیشرفته با آن چه ما باید انجام دهیم، تفاوت دارد. در آن جامعه ها، دولت به دلیل دچار شدن سالمندان با کمبود عاطفی در خانواده و جامعه، ناگزیر است با این

کمک رسانی، آن کمبودها را جبران کند. این در حالی است که فرهنگ هم یاری به سالمندان به طور خودجوش در ذات جامعه های اسلامی وجود دارد و این مسأله، کار را برای هرگونه خدمات رسانی سامان یافته تر به سالمندان، هموار می کند.

۱_ برنامه های حمایتی

۱_ برنامه های حمایتی

چین

دولت چین، برنامه های ویژه ای را برای پشتیبانی از سالمندان به اجرا درآورده است. براساس این برنامه ها، فرزندان بزرگ خانواده، وظیفه دارند از پدر و مادر خود، پشتیبانی و دستگیری کنند و کوتاهی در این زمینه سزاوار تنبیه است.^(۱)

استرالیا

استرالیایی ها برای ورود به بزرگ سالی، مراسم ویژه ای برگزار می کنند که تغییر رفتارها را قابل قبول می سازد.^(۲)

فرانسه

در فرانسه برآورد شده است سالمندانی که در محیط خانه به سر می برند،

۱- جامعه شناسی جهان سوم، محمدتقی شیخی، تهران، انتشارات اشراقی، ۱۳۷۳، صص ۳۷ _ ۳۸.

۲- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۳۳۹.

۹۰٪ خدمات مراقبتی را از افراد خانواده ی خود، دریافت می کنند و تنها یک نفر از هر ۱۰ سالمند، این خدمات را به طور غیر رسمی دریافت می کند. (۱)

اروپای غربی و امریکا

این کشورها از نظر تأمین اجتماعی، جایگاه ویژه ای برای سالمندان در نظر گرفته اند. برای نمونه، امتیازهایی مانند: تخفیف های ویژه ی ترابری (قطار، هواپیما، اتوبوس، تراموا و...)، خوراک و پوشاک و حتی امور مخابراتی، آب، برق، گالری ها، سینما و... برای سالمندان وجود دارد. (۲)

۲- بهره گیری از تجربه های سالمندان

۲- بهره گیری از تجربه های سالمندان

پاکستان

سالمندان دارای شرایط تدریس، در طول سال در همه ی مسجدها، کلاس های آموزش قرآن را در سطح های متفاوت برگزار می کنند. رسم بر این است که شاگردان در پایان هر دوره، اغلب هدایایی را برای استادان خود در نظر می گیرند. این کار در بیشتر کشورهای عربی نیز انجام می پذیرد. (۳)

استرالیا

در کلیساها، محل ویژه ای برای کمک به افراد نیازمند در نظر گرفته شده است که گردانندگان آن را افراد سالمند تشکیل می دهند. ساکنان محله های

۱- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۳۷۸.

۲- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۳۷۹.

۳- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۶۹.

نزدیک به این کلیساهای، وسایلی را که به آن نیاز ندارند، ولی ممکن است برای دیگران، سودمند باشد، مانند پوشاک، فرش، مبلمان، وسایل برقی، ظرف، وسایل آشپزخانه و...، به رایگان در اختیار کلیسا می گذارند. کلیسا نیز با دریافت مبلغ بسیار کم و در بعضی موارد رایگان، آن ها را در اختیار نیازمندان قرار می دهد. با این راه کار، شمار فراوانی از سالمندان در سراسر استرالیا به کاری مثبت، سرگرم شده اند. (۱)

امریکا

برای بهره گیری از وقت و نیروی سالمندان، در بیشتر شوراهای محلی، دفتر ویژه ی سالمندان در نظر گرفته شده است. سالمندانی که مایلند در زمینه های گوناگون، داوطلبانه خدمت کنند، به این مراکز می روند. این کار که از سال ۱۹۷۰ در امریکا فراگیر شده، توانسته است بسیاری از نیازهای جامعه را برآورده سازد. برخی از این تلاش ها عبارتند از: تدریس خصوصی در خانه ها، هم صحبتی با افراد و خانواده ها، نگهداری از خانه و گیاهان خانواده هایی که به مسافرت می روند، کمک به امور خانه و خانه داری و ده ها نمونه ی دیگر. در کنار این فعالیت، سازمان های محلی کمک به سالمندان

(Area Agency of) Aginy [A.A.A] نیز به صورت شبکه ای گسترده و فراگیر، کمک های مستقیم و گوناگونی برای سالمندان فراهم می آورند. (۲)

غنا

۱- مجموعه مقالات سالمندی، ص ۶۹.

۲- مجموعه مقالات سالمندی، ص ۶۸.

سالخوردگان در پرورش اجتماعی جوانان سهیم اند و در مقام «مربی» و «راهنما»، زمینه‌ی پیشرفت آنان را فراهم می‌آورند. سالمندان با تشویق جوانان به کارهای ابتکاری، این نقش ارشادی را به همه‌ی جامعه گسترش می‌دهند. جوانان نیز با پذیرش نقش سالخوردگان، در بسیاری از ابتکارها و نوآوری‌های اجتماعی و اقتصادی خود، با کهن سالان، مشورت می‌کنند. (۱)

برمه

در بخش‌هایی از برمه، سالخوردگان به پاس خدمات دوران جوانی، از ارج و قرب ویژه‌ای برخوردارند. این سالخوردگان در پیری فرصت می‌یابند که باقی مانده‌ی عمر خود را به مطالعه‌ی پیردازند. آنان به راهنمایی خانواده‌های خود می‌پردازند و از پشتیبانی فرزندان‌شان برخوردار هستند. (۲)

۳_ کمک هزینه‌ی نقدی

۳_ کمک هزینه‌ی نقدی

برخی دولت‌ها مانند: اتریش، فرانسه، اسپانیا و انگلستان، به آن دسته از سالمندان که نیازمند کمک بیشتری هستند، کمک هزینه‌ی نقدی پرداخت می‌کنند. البته میزان این مقرری تاکنون به اندازه‌ای نبوده است که بتواند مخارج نگهداری از سالمند را به طور خصوصی در خانه فراهم آورد.

۱- (سالخوردگان صاحب‌بیش)، ننا. آپت، برگردان: فاطمه مصلح‌آبادی، مجله‌ی بهداشت جهان، سال ۱۳، بهار ۱۳۷۷، ش ۲، صص ۸ و ۹.

۲- روان‌شناسی خلاقیت، مهدی قراچه‌داغی، تهران، انتشارات شباهنگ، برگرفته از مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۶۸.

در حقیقت، این کار، کمک هزینه ای برای فراهم آوردن مخارج اضافی سالمندان و دستمزد خدمات مراقبتی است که یکی از اعضای خانواده یا همسایگان برای سالمندان انجام می دهند. درجه ی نیاز به نگهداری به عنوان شرط لازم برای برخورداری از این کمک هزینه، در نظر گرفته می شود.

در اتریش، این کمک هزینه هنگام ترخیص سالمند از بیمارستان نیز پرداخت می شود. (۱)

۴_ خدمات درمانی

۴_ خدمات درمانی

سازمان های بیمه ی درمانی در فرانسه، ژاپن و کانادا، خدمات بیمه ای قابل ملاحظه ای را برای نگهداری سالمند در بیمارستان یا بیرون از آن، پیش بینی کرده اند. سازمان بیمه در کانادا، همه ی مخارج سالمند به استثنای هزینه ی اقامت و شام و ناهار بیمه شده را (در صورت طولانی شدن زمان بستری) پرداخت می کند. بیمه ی درمانی فرانسه نیز همه ی مخارج را حتی در صورت اقامت های طولانی در بخش های ویژه ی بیمارستان ها یا خانه ی سالمندان دارای واحد درمانی، پوشش می دهد. بیمه ی درمانی ژاپن نیز مراقبت های درازمدت بیمارستانی را خارج از ظرفیت پیش بینی شده، رایج داده اند. (۲)

۱- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۳۸۳.

۲- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۳۸۰.

رفتار مردم ایران با سالمندان

رفتار مردم ایران با سالمندان

هرچند ورود صنعت به ایران و گسترش شهرنشینی در دگرگونی جایگاه اجتماعی سالمندان بی تأثیر نبوده است، ولی به دلیل برخورداری فرهنگ کشور از ارزش های اسلامی، هنوز سالمندان از جایگاهی والا- برخوردارند. بیشتر سالمندان در کنار خانواده و فرزندان خود زندگی می کنند و وجود آنان مایه ی خیر و برکت به شمار می آید. هم چنین آنان، محور اصلی ساختارهای خانوادگی هستند و در سیاست های کلی خانواده با آنان مشورت می شود. سالمندان همیشه در درگیری های خانوادگی و حل مشکل خویشاوندان و آشنایان، پیش گام هستند و امر و نهی شان، قاطع است و اجرا می شود.

سالمندان، وارث ارزش های اصیل اسلامی و ملی به شمار می آیند و در انتقال این فرهنگ به نوجوانان و نوباوه گان، نقش مهمی ایفا می کنند. فرزندان نیز خود را ملزم می دانند بنابر سفارش دین مبین اسلام، با رعایت حقوق آنان، هنگام نیازمندی، به یاری شان بشتابند. هم چنین با ناهنجاری های رفتاری آنان که پی آمد کهن سالی است، با شکیبایی برخورد کنند. فرزندان از سپردن سالمندان به آسایشگاه های سالمندی، خودداری می کنند؛ زیرا این کار را مایه ی ننگ و عار می دانند و شمار اندک آسایشگاه های سالمندی، گواه این گفتار است.

جمعیت سالمندان در ایران

جمعیت سالمندان در ایران

با بهبود بهداشت و درمان و کنترل باروری در سال های اخیر، امید به زندگی در ایران، افزایش یافته است و هم گام با جامعه ی جهانی با پدیده ی سالمندی روبه روست.

جدول شماره ی ۴ که براساس پژوهش های دکتر حبیب الله زنجانی تهیه شده است، نشان می دهد که از سال ۱۳۵۰ تا ۱۳۷۵ (۲۵ سال) امید به زندگی از ۵/۵۲ سال به ۶۵ سال افزایش یافته است. پیش بینی می شود با این روند، تا سال ۱۴۰۰ خورشیدی، امید به زندگی به ۷۳ سال برسد.

جدول امید به زندگی در ایران (۱۴۰۰ _ ۱۳۵۰)

سال	عمر متوسط دو جنس
۱۳۵۰	۵/۵۲
۱۳۶۵	۷/۶۰
۱۳۷۵	۶۵
۱۴۰۰	۷۳

منبع: مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۴۷۶.

براساس این آمار، ساخت جمعیتی کشور در حال تغییر یافتن از ساخت جوان به ساخت جمعیتی بزرگسال است، به گونه ای که از سال ۱۳۶۵ تا ۱۳۷۵، با افزایش ۴۶۳/۰۹۳/۱ نفر به شمار جمعیت ۶۵ ساله و بالاتر، شمار این گروه از ۳٪ به ۳/۴٪ کل جمعیت افزایش یافته است. کاهش درصد سالمندان در سرشماری سال ۱۳۶۵ را می توان به دلیل تأثیر شدید باروری در سال های پس از انقلاب دانست؛ زیرا این افزایش باروری، بر شمار نسبی کودکان و نوجوانان افزود و درصد سالمندان را کاهش داد. پس از آن، با اجرای برنامه ی تنظیم خانواده در سال ۱۳۶۸، از شمار نسبی کودکان و نوجوانان کاسته و بر درصد سالمندان افزوده شد. در سال ۱۳۷۵، جمعیت سالمندان بالای ۶۵ ساله و بالاتر به ۱۸۱/۵۹۵/۲ نفر رسید.

نسبت جنسی سالمندان کشور نیز نشان می دهد که نسبت زنان سالمند به کل جمعیت سالمند کشور از ۴۸٪ در سال ۱۳۵۵ به ۴۶٪ در سال ۱۳۷۵

کاهش یافته است. (۱)

وضعیت همسر داری سالمندان در ایران

وضعیت همسر داری سالمندان در ایران (۲)

بر اساس سرشماری سال ۱۳۷۵، از کل سالمندان ۶۰ ساله و بالاتر کشور، ۵/۷۲٪ دارای همسر هستند. ۹۰٪ مردان سالمند و ۵۱٪ زنان سالمند همسر دارند. بی همسر بودن ۶/۲۵٪ سالمندان به دلیل مرگ همسر بوده است در برابر ۸٪ مردان سالمند بی همسر، ۴۶٪ زنان سالمند بی همسر بوده اند. هم چنین ۶٪ سالمندان به دلیل طلاق، بی همسر شده اند که ۵٪ آن را مردان سالمند و ۹٪ را زنان سالمند تشکیل می دهند. ۸٪ سالمندان هرگز ازدواج نکرده اند که شمار مردان سالمند ۷٪ و زنان سالمند ۹۵٪ است.

تعداد درصد تعداد درصد تعداد درصد

جدول شماره ۵

وضعیت زناشویی سالمندان بالای ۶۰ سال در سال ۱۳۷۵

شرح

کل

مردان

زنان

تعداد

درصد

تعداد

درصد

تعداد

درصد

همسردار

۷۰۶/۸۷۹/۲

۵/۷۲

۸۳۴/۹۳۴/۱

۹۰

۸۷۲/۹۴۴

۳/۵۱

بی همسر به علت فوت همسر

۴۷۰/۰۱۸/۱

۶/۲۵

۵۲۶/۱۷۱

/۸

۹۴۴/۴۸۶

۴۶

بی همسر به دلیل طلاق

۲۱۱/۲۶

۶/۰

۷۱۷/۹

۵/۰

۴۹۴/۱۶

۹/۰

هرگز ازدواج نکرده

۵۴۹/۳۲

۸/۰

۹۱۳/۱۴

۷/۰

۶۳۶/۱۷

۹۵/۰

اظهار نشده

۱۹۱/۲۱

۵/۰

۶۳۶/۱۷

۸/۰

۱۶۲۳۱

۸۵/۰

جمع

۱۲۷/۹۷۸/۳

۱۰۰

۹۵۰/۱۳۵/۲

۵۴

منبع: مرکز آمار ایران، سالنامه های آماری.

-
- ۱- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۲۸۵.
 - ۲- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، صص ۲۸۶ و ۲۸۷.

فعالیت سالمندان در ایران

فعالیت سالمندان در ایران

براساس آمارهای مرکز آمار ایران، در سال ۱۳۷۵، از کل جمعیت ۶۰ ساله و بیشتر که ۱۲۷/۹۷۸/۳ نفر بودند، ۳۴٪ از نظر اقتصادی، فعال و ۶۶٪، غیر فعال بودند از این میان، ۶۱٪ مردان ۶۰ ساله و بیشتر و ۳/۳٪ زنان فعال بوده اند. (۱)

فصل سوم: آسایش گاه های سالمندان

اشاره

فصل سوم: آسایش گاه های سالمندان

آسایش گاه های سالمندان که امروز از آن ها به نام «آرام گاه های سالمندی» یاد می شود، به هیچ وجه با فرهنگ و نظام اسلامی که به سالمندی به دیده ی یک ارزش می نگرد، سازگار نیست. این آسایش گاه ها، مکان هایی سرد، بی روح و تهی از هرگونه شور زندگی اند و بوی غربت و جدایی از آن ها به مشام می رسد. سالمندانی که در این خانه ها زندگی می کنند، همیشه منفعل هستند و این انفعال، فضای غم انگیز و ملال آوری پدید آورده است.

محیط این مراکز حتی از محیط بیمارستان ها کسالت بارتر است؛ زیرا آدمی، در بیمارستان آرزوی شفا و درمان دارد و نزد خود می اندیشد که پس از درمان، به خانه ی خود باز خواهد گشت. در مقابل، چنین امیدی در این خانه ها رشد نمی یابد؛ زیرا سالمند پذیرفته است که باید تا پایان عمر، در آن

۱- مرکز آمار ایران، سالنامه های آماری، برگرفته از: مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۲۸۹.

جا زندگی کند. (۱)

همه ی این سالمندان در گذشته، کوشا و نقش آفرین بودند و با کنترل امور خانواده از دیگران پشتیبانی می کردند. اینک آنان با جسمانی فرسوده، اعصابی پریشان و چشمانی ناتوان، مانند کودکان به دستگیری دیگران نیاز دارند و مجبورند پشت میله های آسایش گاه ها، برای خواب و خوراک خود و حتی تماشای تلویزیون از دستوره های دیگران، پیروی کنند.

بسیارند سالمندانی که به این وضع معترضند، ولی «آن چه به جایی نرسد، فریاد است.» به همین دلیل، از روی ناچاری مانند مرغی گرفتار به گوشه ای از قفس پناه می برند و در خود می شکنند.

در سرای سالمندان، مادری

مادر افسرده حال و مضطرب

قد کمان و چشم کم سو، تن نحیف

دست و پا لرزان و رنجور و ضعیف

بلیبی پر کنده دور از آشیان

در سرای سالمندانش مکان

شکوه هایی کرد مادر زیر لب

که ای خدا روزم چرا شد هم چو شب؟ (۲)

روزها و شب هایی می آید و می گذرد، ولی سالمند از مناسبت آن آگاه نیست؛ چون حساب هفته، ماه و سال را ندارد. او منتظر است و چه بسا این

۱- خانواده و مسایل سالمندان، ص ۲۷۷.

۲- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۳، ص ۱۲۱.

انتظار روزها، ماه ها و سال ها طول بکشد. حتی بسیار رخ داده که این انتظار با آمدن پیک «اجل» پایان یافته است؛ پایانی که سالمندان از آن به «رفتن به خانه ی بخت» یاد می کنند.

بنابراین، شایسته است سالمندان در جمع خانواده بمانند و روشنی و گرمابخش محفل ما باشند. دور کردن سالمند از جمع خانواده و فرستادن به سرای سالمندان حتی اگر بهترین امکانات رفاهی نیز در آن جا فراهم باشد، بی انصافی و ناجوانمردی است.

خوب است بدانید «دهکده ی سالمندان» در کپنهاک، شهرت جهانی دارد. دهکده ای با بهترین امکانات رفاهی که بیش از صد هزار نفر سالمند را در خود جای داده است. با این حال، سالمندان دانمارکی، جمع خانواده ی خود را بر زندگی در این دهکده، ترجیح می دهند. باری، هیچ کس نمی تواند درد جان کاهی را که یک سالمند دور از خانه در فراق فرزندان، نواده گان و عزیزان خود می کشد، احساس کند. (۱)

آیین اسلام همواره از فرزندان خواسته است به پاس حق شناسی از پدر و مادر سالمند، هنگام هم نشینی با آنان، به نیکویی برخورد کنند و به شایستگی، سپاس گزار تلاش های آنان باشند.

أَنِ اشْكُرْ لِي وَ لِوَالِدَيْكَ. (۲)

برای من و پدر و مادر خود سپاس گزاری کن.

اهمیت حق شناسی از پدر و مادر به گونه ای است که پس از حق شناسی خداوند آمده است. این موضوع چنان بدیهی و طبیعی است که به انسان ها

۱- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۲۴۳.

۲- لقمان، ۳.

اختصاص ندارد و حتی حیوانات و گیاهان نیز گونه ای سپاس گزاری از خود نشان می دهند. پس فرزند باید با فروتنی کامل، از پدر و مادر سالمند خویش، سپاس گزاری کند و به گفته ی قرآن کریم، آنان را زیر پر و بال خود بگیرد.

وَإِخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ. (۱)

در برابرشان از روی مهربانی، سر تواضع فرود آور.

پیامبر گرامی اسلام، حضرت محمد صلی الله علیه و آله در جمله ای زیبا، وظیفه ی مسلمانان در نگهداری از سالمندان را با صراحت بیان کرده و جای هیچ گونه شک و شبهه باقی نگذاشته است.

پیران سالخورده در میان شما مایه ی افزایش نعمت های الهی اند. نگهداری و احترام به سالخوردگان در اسلام نه تنها وظیفه ی خانواده، بلکه وظیفه ی اجتماع و تک تک افراد جامعه است. (۲)

آسایش گاه های سالمندی در ایران

آسایش گاه های سالمندی در ایران

هرچند فرهنگ اسلامی در ایران، حاکم است و شمار آسایش گاه های سالمندی بسیار نیست، ولی متأسفانه، اندیشه ی ساخت آسایش گاه های سالمندی در ایران، روبه گسترش است. این کار که در پیروی از تمدن صنعتی غرب، ریشه دارد، پیش از انقلاب با همکاری گروهی از شیفتگان غرب، پایه ریزی شد. در آن زمان، هدف از بنا نهادن آسایش گاه های سالمندی، خدمات رسانی دولت به سالمندان بیمار، درمانده، فقیر و بی پناه بود. در پی آن، بعضی اشخاص و سازمان های خیریه نیز به این کار همت گماشتند.

کارشناسان درباره ی فلسفه ی وجودی خانه های سالمندان، نظریه های

۱- اسراء، ۲۴.

۲- نهج الفصاحه، کلمه ی ۱۱۱۰.

گوناگونی دارند. ساکنان این گونه خانه ها در ایران، از قشرهای گوناگون اجتماعی هستند، ولی همه ی آنان در دردمندی، گرفتاری، تنهایی و بی وفایی اطرافیان مشترکند. براساس پژوهش های انجام شده، عواملی هم چون سطح سواد، طلاق، تجرد، آسیب پذیری خانواده در برابر بحران های اقتصادی، اجتماعی و فرهنگی، برخوردار نبودن از مسکن ملکی و نیاز به استفاده از تجهیزات ویژه ی آسایش گاه ها، در افزایش میزان سپردن سالمندان به فضاهای مسکونی ویژه، مؤثر بوده است. (۱)

به هر حال، شایسته است فرزندان و افراد خانواده، بنا بر سفارش قرآن و پیشوایان دین، سالمند را در جایگاه و پایگاه واقعی اش؛ یعنی «خانواده» نگهداری کنند. جای بسی تأسف است که می بینیم گروهی به پیروی از جهان غرب، سازمان ها و خانه های سالمندی را وسیله ای برای رسیدن به مقاصد ضدانسانی و اخلاقی خود قرار می دهند و برخلاف انصاف، احساسات پاک و عواطف بی آلایش باغبانان پرورش دهنده ی خود را زیر پا می نهند. این افراد برخلاف ادعای خویش در پاسداری از حقوق سالمندان، حقوق چندین ساله ی آنان را نادیده می انگارند و با مجبور کردن سالمندان به زندگی در برزخی به نام آسایش گاه سالمندی، نخستین حق انسانی؛ یعنی حق زندگی را از آنان می گیرند.

بیا تا قدر همدیگر بدانیم

که تا ناگه ز یکدیگر نمانیم

چو مؤمن آینه ی مومن یقین شد

چرا با آینه ما رو گردانیم

کریمان جان فدای دوست کردند

سگی بگذر از ما هم مرد مانیم

غرض ها، تیره دارد دوستی را

غرض ها را چرا از دل نرانیم؟

گاهی خوشدل شوی از من که میرم

چرا مرده پرست و خصم جانیم

چو بر گورم بخواهی بوسه دادن

رُخم را بوسه ده کاکنون همانیم(۱)

این سخنان به هیچ وجه انکار واقعیت های زندگی ماشینی امروز مانند: آپارتمان نشینی، اجاره نشینی، وضعیت اقتصادی خانواده ها و بیماری های سخت و دشوار سالمندان نیست. به همین دلیل، دولت اسلامی باید خدمات خود را در قالب برنامه های حمایتی از این گونه خانواده ها به عمل آورد.

سالمندانی نیز هستند که از داشتن فرزند و قیم محرومند و دوران سالمندی را بدون یاور و سرپرست، به سختی می گذرانند. اینان به مراقبت های ویژه نیاز دارند و نظام اسلامی باید به درستی درباره ی آنان، چاره اندیشی کند.

وضعیت آماری خانواده های سالمندان در ایران(۲)

۱- کلیات دیوان شمس تبریزی، جلال الدین محمدبلخی، ص ۵۷۲.

۲- برگرفته از: روزنامه ی همشهری، ۲۹/۴/۷۸، ش ۱۸۸۱، ص ۱۲؛ مسایل خانواده و سالمندان، علی قائمی، ص ۲۸۷.

براساس آمار سازمان بهزیستی از سراهای سالمندان (در سال ۱۳۷۸)، ۷۱ آسایش گاه سالمندان در کشور وجود دارد که بیشتر سالمندان معلول در آن ها زندگی می کنند. براساس جدول شماره ۹، پنج شیوه ی زیر برای خدمت رسانی به سالمندان به کار گرفته شده است:

۱_ خانه های سالمندی دولتی: زیر نظر سازمان بهزیستی در هر استان وجود دارد و سالمندان بی پناه و درماندگان را براساس شرایطی، می پذیرند.

۲_ خانه های سالمندی خیریه ای: آسایش گاه سالمندان وابسته به آرامنه و سرای سالمندان آرامنه که به کلیسای آن ها وابسته اند. (چیلونیانس، ارتدوکس...).

۳_ سراهای خیریه ای و شهریه دار: خانه ی پیران، خانه ی سالمندان.

۴_ خانه های سالمندی خصوصی: با دریافت شهریه از اولیا، اداره می شوند، مانند: سرای آسایش مهر ایران، ولی عصر عج الله تعالی فرجه الشریف، حضرت مهدی عج الله تعالی فرجه الشریف، مروج. این گونه خانه ها به قشر خاصی اختصاص ندارد.

۵_ خانه های سالمندی واگذاری: به وسیله ی هیأت اُمنای اداره می شود.

جدول شماره ۹

ساختار

شرح

تعداد بر حسب واحد

ساکنان سالمند بر حسب نفر

دولتی

۱۸

۱۲۱۳

خیریه ای

۲۵۷۰

خصوصی

۲۱

۹۵۷

اقلیت ها

۶

۲۵۰

طرح های سالمندان در ایران

طرح های سالمندان در ایران

مسائل و مشکلات سالمندان در ایران از مسایل کلی جامعه جدا نیست و برنامه ریزی هایی که از سال ۱۳۰۱ برای سالمندان آغاز شد، هنوز به سامان دهی مطلوبی نرسیده است. تنها مرکز کمک رسانی مادی و رفاهی برای سالمندان، «طرح شهید رجایی» است که از سال ۱۳۶۰ در کشور آغاز شده است.

طرح شهید رجایی (۱)

نخستین رئیس جمهور نظام اسلامی، شهید محمدعلی رجایی این طرح را برای پشتیبانی از سالمندان نیازمند روستایی و عشایری، پیشنهاد کرد که پس از تصویب نهایی آن، از سال ۱۳۶۱ در کشور به اجرا درآمد.

براساس آمارها، تا سال ۱۳۷۰ به هر نفر سالمند، ماهانه مبلغ ۳۰۰۰ ریال و به یک زوج سالمند، ۵۰۰۰ ریال پرداخت می گردید. در سال ۱۳۷۱، این مبلغ به دو برابر افزایش یافت. هم چنین از سال ۱۳۷۲، برای پشتیبانی از نظام خانواده و بهره مندی دیگر اعضای خانواده از خدمات حمایتی، متناسب با شرایط هر خانوار، مستمری نیز پرداخت شده است. از سال ۱۳۷۸ به بعد، به

خانوارهای یک نفره، ۴۵۰۰۰ ریال، خانوارهای دو نفره، ۵۵۰۰۰ ریال، سه نفره ۸۰۰۰۰ ریال و چهار نفره و بیشتر ۱۰۰۰۰۰ ریال به عنوان مستمری ماهانه پرداخت می شود و افزون بر آن، خدمات حمایتی دیگری مانند: مسکن، خدمات فرهنگی و آموزشی، اشتغال و خودکفایی، کمک به ازدواج فرزندان، قرض الحسنه و بیمه ی درمانی نیز به آنان ارایه شده است. به جز روستاییان و عشایر، شمار زیادی از سالمندان نیازمند کشور نیز که در مناطق شهری زندگی می کنند، زیر پوشش این طرح قرار دارند.

طرح سازمان های خصوصی سالمندان و مراقبان سالمندان(۱)

براساس این طرح که در تهران اجرا می شود، به سالمندانی که وضع مالی مناسبی دارند و می توانند هزینه ی درخواستی لازم را پرداخت کنند، خدماتی ارایه می شود. تنها ۱۰۱ سالمندان این آسایش گاه ها از سوی سازمان بهزیستی به این مراکز ارجاع داده می شوند. سازمان های خصوصی دیگری نیز با نام «مراقبان سالمندان» با مجوز رسمی سازمان بهزیستی در حال فعالیتند. این سازمان ها با مراجعه به خانه های شهروندان تهرانی و بستن قرارداد، به صورت سیار سالمندان را از خدمات بهداشتی خود بهره مند می سازند. تنها

سالمندانی می توانند از این خدمات، بهره گیرند که توان پرداخت هزینه های تعیین شده از سوی این سازمان ها را داشته باشند.

طرح پاداش خدمت بازنشستگان

این طرح گروهی از سالمندان کشور را دربرمی گیرد که در سازمان های دولتی به خدمت خالصانه پرداخته اند. براساس این طرح، پس از بازنشستگی در برابر هر سال خدمت خالصانه، حقوق یک ماه براساس آخرین دریافتی، به عنوان هدیه به فرد بازنشسته داده می شود. این کار به عزت نفس و امنیت خاطر سالمندان، کمک می رساند.

فصل چهارم: وظایف متقابل سالمند و دیگران

اشاره

فصل چهارم: وظایف متقابل سالمند و دیگران

از دیدگاه اسلام، انسان موجودی اجتماعی است که با هم زیستی مسالمت آمیز می تواند نیازهای اجتماعی خود را برآورده سازد و با بهره گیری از خرد جمعی، دشواری ها را پشت سر گذارد. پیشوایان دین همواره با بیان وظایف تک تک افراد جامعه، محدوده ی حق و حقوق آنان را یادآور شده اند. بی تردید، آگاهی افراد جامعه از وظایف خود در برابر یکدیگر، در پی ریزی ساختاری سالم و انسانی در جامعه؛ نقش به سزایی خواهد داشت. سالمندان

نیز به عنوان حلقه ای از این زنجیره ی انسانی، با اندوخته ای از تجربه های گران بها، در برابر نهادهای اجتماعی، وظایف و حقوقی دارند.

وظایف دیگران در برابر سالمندان

اشاره

وظایف دیگران در برابر سالمندان

زیر فصل ها

الف _ وظایف خانواده

ب _ وظایف جامعه

ج _ وظایف دولت

الف _ وظایف خانواده

اشاره

الف _ وظایف خانواده

در اسلام، روابط خانواده بر پایه ی حقوق متقابل، بنا شده است و همه ی اعضای خانواده باید آن را رعایت کنند. امام سجاد علیه السلام درباره ی حقوق سالمند چنین می فرماید:

از جمله حقوق سالمند این است که به خاطر پیری، ایشان را محترم بداری و به دلیل پیش بودن آنان در اسلام، ایشان را بزرگ بدانی. هنگام اختلاف، رودرروی آنان قرار نگیری و پیشاپیش آنان راه نروی. به آنان نسبت نادانی ندهی و اگر مقام تو را نشناسند، آن را تحمّل کنی و به خاطر اسلام، آنان را گرامی بداری. (۱)

براساس این سخن، سالمندی که در جمع خانواده زندگی می کند، حق و حقوقی دارد. اینک به حقوق سالمندان می پردازیم:

۱_ پذیرش و تحمّل

کمترین چشم داشت سالمندان از خانواده آن است که در برابر تلاشی که در طول این سالها برای رشد فرزندان و خانواده انجام داده اند، او را از خانه نرانند. شایسته است خانواده در برابر مشکلاتی که در پی کهولت و فرسودگی بدن برای سالمند پدید آمده است، بردباری پیشه کنند و به یاد ایامی باشند که خود نیز به آن گرفتار خواهند شد. علی علیه السلام فرموده است:

چه نزدیک است دنیا به گذشت و دگرگونی و چه نزدیک است جوانی به پیری. (۱)

۲_ احترام و نیکی

۲_ احترام و نیکی

امام صادق علیه السلام فرموده اند:

عَظُّمُوا كِبَارَكُمْ. (۲)

سالمندان خود را بزرگ شمارید.

یکی از حقوق سالمندان این است که خانواده همان منزلت و بزرگی را برای سالمندان در نظر بگیرد که دین اسلام به دلیل کوشش سالمندان در راه اسلام، برای آنان در نظر گرفته است. بر این اساس، او را اضافی ندانند و این احترام را وظیفه ای انسانی بدانند که اسلام بر دوش شان نهاده است.

چه خوش گفت زالی به فرزند خویش

چو دیدش پلنگ افکن و پیل تن

گر از عهد خریدت یاد آمدی

که بیچاره بودی در آغوش من

نکردی در این روزها بر من جفا

که تو شیر بودی و من پیرزن (۳)

انسان در دو زمان بیش از همه به نیکی و پرستاری نیاز دارد. نخست، زمانی که به دنیا می آید و توانایی هیچ کاری را ندارد. در این حالت، خداوند

۱- غررالحکم، عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، قم، انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۳۶۶، ص ۱۳۳.

۲- بحارالانوار، ج ۷۲، ص ۱۳۹.

۳- گلستان سعدی، ص ۱۷۶.

متعال مهر فرزند را در دل پدر و مادر می نهد و آنان به شایستگی، وظایف خود را انجام می دهند. دوّم، زمانی است که پیر و از کار افتاده می شود. در این حالت، توان و نیروی لازم در اندام های بدن وجود ندارد و آدمی به اندام های یدکی مانند عصا، عینک، سمعک و... نیاز پیدا می کند. در این هنگام، آدمی دوست دارد در کنار فرزندان و نواده گان خویش، روزگار بسپرد و از پشتیبانی های همه جانبه ی آنان برخوردار باشد. برآوردن نیازهای دارویی و درمانی، خوراک و پوشاک، آرامش و سرگرمی و انجام فریضه های دینی سبب خرسندی و امنیت خاطر سالمند و خانواده می شود و خشنودی خداوند را به همراه دارد. امام صادق علیه السلام می فرماید:

به پدران خود نیکی کنید تا فرزندان شما نسبت به شما نیکوکار باشند. (۱)

در غیر این صورت، خود نیز نباید چنین انتظاری داشته باشند:

سال ها بر تو بگذرد که گذار

نکنی سوی تربت پدرت

تو به جای پدر چه کردی خیر

تو همان چشم داری از پسرت (۲)

۳- بهره گیری از توان مندی ها

۳- بهره گیری از توان مندی ها

امام علی علیه السلام درباره ی بهره گیری از دانش افراد صاحب تجربه به مالک

۱- وسائل الشیعه، ج ۲، ص ۳۵۶.

۲- گلستان، سعدی، ص ۱۷۴.

اشتر چنین یادآوری کرده است:

کارگزاران دولتی را از میان مردمی با تجربه و با حیا و از خاندان های پاکیزه و پرهیزگار برگزین که در مسلمانی، پیشینه ی درخشانی دارند؛... زیرا آینده نگری آنان بیشتر است. (۱)

متأسفانه امروزه نگرش مثبتی نسبت به توانایی های سالمندان، وجود ندارد. بیشتر مردم، آنان را کاملاً ناتوان می دانند. هر چند این مسأله درباره ی گروهی از سالمندان تا اندازه ای صادق است، ولی درباره ی همه ی سالمندان درست نیست. بیشتر سالمندان از توانایی های والا و منحصر به فردی برخوردارند و تجربه های ارزشمند و گران بهایی دارند. به گفته ی معروف:

آن چه در آینه، جوان بیند

پیر در خشت خام بیند (۲)

سالمند حاضر است تجربه های خود را بی منت و رایگان تنها در برابر اندکی توجه در اختیار خانواده قرار دهد تا چراغ راه آینده باشد.

پیران سخن ز تجربه گویند، گفتمت

هان ای پسر که پیر شوی، پند گوش کن (۳)

۴_نخواستن کارهای دشوار از سالمند

۴_نخواستن کارهای دشوار از سالمند

۱- نهج البلاغه دشتی، ص ۵۷۸، نامه ی ۵۳.

۲- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۴۴۲.

۳- دیوان حافظ، ص ۲۲۲.

افراد خانواده باید عنایت داشته باشند که سالمند، وظیفه‌ی کاری خود را هنگام توانایی و در روزگار میان سالی انجام داده است. پس اکنون که بازنشسته شده، نیروی بدنی او نیز رو به کاستی نهاده است و دیگر برای کارهای سخت و طاقت فرسای گذشته، توانایی ندارد. این مسأله چنان اهمیت دارد که در صورت ناتوانی سالمند، حتی برخی تکلیف‌های دینی مانند: روزه و جهاد از او برداشته می‌شود.

بنابراین، باید از سپردن کارهای فراتر از توان سالمند به او خودداری کرد. هم‌چنین باید کوشید فعالیت‌های او به اندازه و داوطلبانه باشد تا رضایت مندی وی و خانواده به درستی فراهم آید.

ب _ وظایف جامعه

ب _ وظایف جامعه

وجود سالمند با تجربه در جامعه‌ی اسلامی، مایه‌ی خیر و برکت است. چنین سالمندی حق دارد از افراد اجتماع خود انتظار داشته باشد و برای خود، حقوقی قایل شود؛ زیرا اجتماع سالم، آباد و آزادی که اکنون افراد در آن زندگی می‌کنند و به رشد و شکوفایی و باروری رسیده‌اند، نتیجه‌ی تلاش‌های بی‌شایبه و خالصانه‌ی افرادی هم‌چون اوست.

رنج ما بردیم و گنج، ارباب دولت برده‌اند

خاک ما خورده‌ایم و ایشان گُل به دست آورده‌اند(۱)

بنابراین، اجتماع باید به پاس رنج‌ها و تلاش‌های سالمند، او را بزرگ

دارد. رسول خدا صلی الله علیه و آله فرموده است:

بزرگداشت سالمند، احترام به خدا است. (۱)

امام صادق علیه السلام می فرماید:

خردسالان مسلمان را فرزند، میان سالان را برادر و سالمندان را پدر بدان. پس بر فرزند خود رحمت آور، با برادرت، پیوند داشته باش و نسبت به پدرت، نیکوکار باش. (۲)

ج _ وظایف دولت

اشاره

ج _ وظایف دولت

سالمند افزون بر داشتن حقوقی بر گردن خانواده و اجتماع، حقوقی نیز بر گردن حکومت دارد. سالمندان امروز همان جوانان و میان سالان شاداب و سرزنده ی دیروز کشور هستند که با تکیه بر نیروی جوانی خود، چرخ های اقتصاد و تولید را به گردش درآوردند و با دفاع از مرزها و ارزش ها، امنیت و آسایش را به مردم، هدیه دادند. اینک که به رنج روزگار، آسیب دیده اند، دولت مردان حق شناس باید تلاش های گذشته ی آنان را پاس دارند و جایگاه سالمند را در جامعه ارتقا دهند.

امام علی علیه السلام در نامه ی تاریخی خود به مالک اشتر، درباره ی وظیفه ی دولت مردان در برابر سالمندان و محرومان جامعه، به صراحت می فرماید:

از یتیمان خردسال و پیران سالخورده که راه چاره ای ندارند و دست نیاز بر نمی دارند، پیوسته دلجویی کن، که مسؤولیتی سنگین بر دوش زمام داران است، اگرچه حق تمامش سنگین است... پس بخشی از وقت خود را به کسانی اختصاص ده که به تو نیاز دارند. (۳)

۱- مشکوه الانوار، ص ۴۲۳.

۲- بحار الانوار، ج ۷۴، ص ۲۱.

۳- نهج البلاغه دشتی، ص ۵۳۸، بخشی از نامه ی ۵۳.

قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران نیز که برگرفته از آموزه های انسان ساز اسلام است، اصل بیست و نهم را به پشتیبانی از سالمندان اختصاص داده و چنین آورده است:

برخورداری از تأمین اجتماعی بازنشستگی، پیری، بی کاری و... حقی است همگانی که دولت مکلف است طبق قوانین از محل درآمدهای عمومی و درآمدهای حاصل از مشارکت مردم برای یک یک افراد کشور تأمین کند. (۱)

بنابراین، با عنایت به دستورهای صریح اسلام و موارد قانونی یاد شده، دولت اسلامی در برابر سالمندان، وظایفی بر عهده دارد که اینک به مهم ترین آن ها می پردازیم.

۱- حمایت و پشتیبانی مالی

۱- حمایت و پشتیبانی مالی

از نظر اقتصادی، سالمندان از گروه های گوناگونی تشکیل شده اند. گروه هایی از سالمندان در روزگار جوانی، کار مناسبی نداشته اند، یا به دلایلی، به حیف و میل درآمدهای خود پرداخته اند. هم چنین ممکن است بی سرپرست بوده یا به بیماری های سخت و دشوار، دچار باشند. اینان نسبت به سالمندانی که اندکی حقوق بازنشستگی یا مستمری می گیرند، در وضعیت مالی نامناسب تری قرار دارند. گفتنی است حقوق گروه دوم نیز به دلیل چشم داشت افراد خانواده (فرزندان، نواده گان، عروس ها و دامادها) از «بزرگ خانواده»، نیازهای زندگی آنان را برآورده نمی کند.

با این حال، دیده شده است که سالمندان بی سرپرست یا بیمار و حتی سالمندان دارای خانواده به دلیل مخارج سنگین درمانی، نمی توانند به طور شایسته و بایسته از خدمات اجتماعی برخوردار شوند. به همین دلیل، ممکن

۱- قانون اساسی، ناصر رسایی نیا، تهران، نشر سمن، ۱۳۷۹، چ ۴، ص ۳۷.

است سالمند برای درمان و گذران زندگی خود به کارهایی تن دردهد که دون شخصیت وی و دولت اسلامی است.

پس شایسته است دولت اسلامی با طبقه بندی سالمندان از نظر اقتصادی و با در نظر گرفتن اولویت ها، خدمات لازم را در حد توانایی و امکانات کشور، به آنان ارایه دهد.

۲_ بهره گیری از تجربه ی سالمند

۲_ بهره گیری از تجربه ی سالمند

سالمند انتظار دارد دولت، نیازهای واقعی او را بشناسد و برای برآوردن آن بکوشد. یکی از نیازهای اساسی سالمندان، کار است. پژوهش های انجام شده نشان می دهد که بیشتر سالمندان به گونه ای سرگرم کارند و از توانایی های خود در برخی کارها به طور شایسته، بهره می گیرند. بنابراین، شایسته است سالمندانی دارای توانایی کار به انجام کارهای سبک و در حد توان خود، تشویق شوند که این کار از نظر اقتصادی و روحی برای آنان سودمند است.

هم چنین سالمند انتظار دارد جامعه از تجربه های ارزشمند او که با به جان خریدن سختی ها و خون دل خوردن ها به دست آورده است، بهره گیرد. چه بسا برخی از آنان در زمینه ی هنر، صنعت، ادب و دیگر علوم، ویژگی های منحصر به فردی داشته باشند، ولی به دلیل ناتوانی جسمی یا مشکلات اقتصادی، نتوانند آثار و تجربه های خود را به جامعه، عرضه کنند. دولت با گردآوری این آثار و بهره مندی از تجربه های گران بهای آنان باید این منابع سرشار از انرژی و توان مندی را به دست نسل های آینده برساند.

۳_ ساخت مکان های سرگرمی

۳_ ساخت مکان های سرگرمی

در کشور، مکان‌هایی وجود دارد که سالمند نیز مانند دیگران از آن‌ها بهره می‌گیرد، ولی این مکان‌ها کافی نیست. سالمند انتظار دارد مکان‌هایی ویژه برای او در نظر گرفته شود که با روحیه و رفتار او سازگار باشد. سالمند در چنین مکان‌های باید به آرامش روحی برسد و با پرداختن به مطالعه و ورزش و برقراری ارتباط عاطفی با همسالان خود، رنج روزهای پیشین زندگی را از تن به در کند. دولت اسلامی باید با ایجاد انگیزه‌های لازم برای هم‌گرایی افراد سالمند، به ساخت مکان‌های ورزشی، تفریحی و هنری ویژه برای سالمندان، همت گمارد.

۴_ در نظر گرفتن امتیازهای ویژه

۴_ در نظر گرفتن امتیازهای ویژه

در بزرگداشت سالمندان نباید به شعارها بسنده کرد، بلکه زمام‌داران اسلامی باید در رفتار خود نیز ثابت‌کنند که برای سالمند احترام قایل‌اند. بخشی از این قدرشناسی را با در نظر گرفتن امتیازهای ویژه برای برخورداران سالمندان از امکانات اجتماعی مانند: بهداشت، درمان، خوراک، پوشاک، آب و برق، مالیات، سینما و... می‌توان انجام داد. این کار هم قدرشناسی از سالمند است و هم مایه‌ی دل‌گرمی کارگزاران جوان و میان‌سال کشور تا با علاقه‌ی بیشتر، به خدمات خالصانه‌ی خود به مردم و دولت، ادامه دهند.

وظایف سالمند در برابر دیگران

اشاره

وظایف سالمند در برابر دیگران

سالمندی، پایان کار نیست، بلکه آغازی نقش‌آفرین است. حلقه‌ای از حلقه‌های به هم پیوسته‌ی زندگی و آغاز انتظاری دیگر از اوست. این دوره، آغاز وظیفه‌ی دیگری است که سالمند باید آن را به نیکویی به فرجام برساند.

الف _ وظایف سالمند در برابر خانواده

اشاره

الف _ وظایف سالمند در برابر خانواده

زیر فصل ها

۱_ احترام به خانواده

۲_ پرهیز از دخالت های بی جا

۳_ رعایت حقوق دیگران

۴_ واگذاری پرورش نواده گان به پدر و مادر

۱_ احترام به خانواده

۱_ احترام به خانواده

رسول خدا صلی الله علیه و آله فرموده است:

کسی که به خردسالان ما، تفضّل و ترحم نکند و به پیران ما، احترام نگذارد، از ما نیست. (۱)

بنابراین، احترام کوچک ترها و بزرگ ترها نسبت به هم باید متقابل باشد. فرد سالمند به عنوان بنیان گذار و بزرگ خانواده، در میان افراد خانواده دارای ارزش و قداست ویژه ای است. همه از او انتظار دارند اگر از کوچک ترها، اشتباهی دید، آن را به دلیل نادانی و کم تجربگی آنان بدانند و اشتباه شان را ببخشاید. هم چنین با آنان با وقار، متانت و مهربانی رفتار کند.

اگر سالمند خواهان احترام است، باید بداند که اسلام به او احترامی ذاتی بخشیده است، ولی نکته ی مهم آن است که در حفظ آن بکوشد. وی باید خصلت های زشت را از خود بزدايد و خود را به مکارم اخلاقی آراسته سازد. آن گاه به عنوان الگوی ادب، معرفت و کمال مطرح می شود و همه از وجود پرارزش او به عنوان مشاوره دل سوز و داوری عادل برای حلّ مشکل های خانوادگی بهره می گیرند.

۲_ پرهیز از دخالت های بی جا

۲- پرهیز از دخالت های بی جا

سالمندان باید در برابر مسایل حیاتی و ارزش های خانواده حساس باشند. آنان به پشتوانه ی تجربه های فراوان خود می توانند از سست شدن ارزش های دینی و بنیادهای خانواده پیش گیری کنند. البته این کار بدان معنا نیست که آنان در امور خصوصی افراد خانواده دخالت کنند.

۱- مشکوه الانوار، ص ۴۲۳.

بارها دیده شده است که سالمندان به دلیل احساس مسؤولیت، نابدباری، اثبات برتری و عوامل دیگر، آگاهانه یا ناآگاهانه در امور خصوصی و حتی روابط همسری و امور زناشویی فرزندان خود دخالت می کنند. در این زمینه به نوشته ی یک تازه عروس توجه کنید:

مادرم همیشه و در همه جا حضور دارد. هرگز فرصتی برای طرح مسایل دو نفره با شوهرم دست نمی دهد. خوب به خاطر دارم که روزی با لحن بسیار مؤدب از مادرم خواستم که لحظه ای ما را تنها بگذارد تا حرف هایمان را بزنیم، ولی او آن چنان با صدای بلند گریست و چنان به حق افتاد که ترسیدم گرفتار شوک عصبی شود. (۱)

این گونه رفتارها کم کم زمینه های بی احترامی برای سالمندان را فراهم می آورد. رسول خدا صلی الله علیه و آله به علی علیه السلام فرمود:

لعنت خدا بر پدر و مادری که زمینه های عاق شدن فرزندان شان را فراهم می کنند. (۲)

۳_ رعایت حقوق دیگران

۳_ رعایت حقوق دیگران

پژوهشی درباره ی خانواده هایی که می خواستند سالمندان خویش را به آسایش گاه های سالمندی و سازمان بهزیستی بسپارند، نشان می دهد برخی سالمندان، رفتارهای ناراحت کننده ای داشته اند، مانند: بلند حرف زدن، بی توجهی به پاکیزگی، رعایت نکردن ادب و نزاکت در مقابل میهمانان، تنبیه شدید همسر یا فرزندان، دست کاری بی مورد در وسایل خانه و آسیب رساندن به آن ها، ولخرجی، ناامیدی و بی تابی، نق زدن، ایراد گرفتن و... (۳)

۱- روزنامه ی کیهان، ش ۸۹۲۸، برگرفته از: گفتار فلسفی بزرگسال و جوان، ص ۹۷.

۲- وسائل الشیعه، ج ۲۱، ص ۳۸۰، شماره ی ۲۷۳۳۷.

۳- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۳، ص ۳۲.

سرزدن چنین رفتارهایی از سالمند، انگیزه های گوناگونی دارد که در بحث ما نمی گنجد. با این حال، باید آنان را تحمل کنند و از رفتارهای خلاف ادب با آنان بپرهیزند. از سالمند نیز انتظار می رود از پی آمدهای رفتارهای ناراحت کننده ی خود آگاه شود و بکوشد آن ها را کنار بگذارد. در این زمینه، آموزش دوره ی سالمندی، ضروری به نظر می رسد.

۴_ واگذاری پرورش نواده گان به پدر و مادر

۴_ واگذاری پرورش نواده گان به پدر و مادر

یکی از نقش هایی که سالمندان در دوره ی سالمندی می پذیرند، نگهداری کودکان و نواده گان و بازی با آن هاست. بدین ترتیب، ارتباطی عاطفی و ارزنده میان سالمندان و نواده گان برقرار می شود که با آن، هم نیازهای عاطفی خود را برآورده می کنند و هم به خانواده یاری می رسانند.

سالمندان آگاه با استفاده از این فرصت، با ساختن اسباب بازی های مناسب، بیان پندهای اخلاقی و حکایت های زیبا، ارزش های دینی و فرهنگی را به نواده گان منتقل می کنند. نواده گان نیز که صفا و صمیمیت را در سیمای پدر بزرگ ها و مادر بزرگ ها می بینند، حرف شنوی بیشتری از آنان دارند. با این حال، گاه دیده شده است آموزش های سالمند خانواده به دلیل ناآگاهی او از مسایل تربیتی، با بدآموزی هایی همراه است. در این صورت، کودکان با قرار گرفتن زیر چتر حمایتی سالمند، لوس، تنبل و بی مسؤولیت بار می آیند. از آن جا که پدر و مادر کودک این شیوه ی تربیتی را نمی پسندند، آنان را به واکنش وادار می سازد. پس از سالمند انتظار می رود تربیت نواده گان را به پدر و مادر واگذارد. این کار، انتظاری است منطقی که سالمند باید آن بپذیرد.

ب _ وظایف سالمند در اجتماع

اشاره

ب _ وظایف سالمند در اجتماع

حضور پویای سالمند در عرصه های اجتماعی و برقراری ارتباط سالم با افراد جامعه، سلامتی جسمی، روحی و روانی او را تضمین می کند و پی آمدهای مثبت فراوانی برای جامعه دارد. یک سالمند باید خیرخواه جامعه باشد و همان گونه که آروزی خوشبختی برای افراد خانواده ی خود دارد، باید به خوشبختی دیگر اعضای جامعه نیز بیندیشند. نقش هایی که سالمند می تواند بر عهده بگیرد، گوناگون است و سالمند می تواند به اندازه ی توان خود و با ژرف نگری، در انجام آن ها پیروز باشد.

۱_ نقش الگویی

۱_ نقش الگویی

سالمند به دلیل برخورداری از تجربه های فراوان، الگوی خوبی برای افراد جامعه خواهد بود. بنابراین، باید به گونه ای رفتار کند که همگان به ویژه جوانان را به الگوبرداری از رفتارهای خویش وادارد. برای نمونه، مشارکت سالمند، در عرصه های کار و کوشش، انگیزه ی خوبی برای تشویق افراد ولگرد و بی کار برای شرکت در کار و کوشش اجتماعی خواهد بود.

۲_ نظارت اجتماعی

۲_ نظارت اجتماعی

امر به معروف و نهی از منکر، وظیفه ی انسانی و اجتماعی و ضروری برای همگان است، ولی پذیرش چنین نقشی از سالمند برای مردم آسان تر است. موی سپید در جامعه، ارزش به شمار می آید و حضور سالمند در جامعه سبب می شود مردم با دقت و اندیشه ی بیشتری گام بردارند.

یکی از عوامل پیدایش و گسترش ناهنجاری در جامعه، کاهش نقش نظارتی سالمندان بر کنش های اجتماعی نسل جدید است. گفتنی است کاهش

این نقش در عوامل دیگری ریشه دارد که باید در جای خود به آن پرداخت. (۱)

۳_ داوری عادلانه

۳_ داوری عادلانه

هنگامی که دانش و بردباری و خرد و تجربه با هم بیامیزند، می توانند پایه گذار داوری های عادلانه باشند. داوری پیرانی که دست از هوس کشیده اند و می کوشند در زندگی، استوارتر گام نهند، در گشودن گره مشکل مردم و حفظ و دوام جامعه، بسیار اهمیت دارد. چه بسیارند مسایلی که در جامعه پدید می آیند و اگر داوری نباشد، کار به دادگاه خواهد کشید. در این صورت، حل شدن آن، هزینه های سنگینی برای دولت دربر دارد و به هدر رفتن وقت دو طرف دعوا می انجامد. (۲) چنان چه سالمند خانواده بتواند این نقش را به خوبی به انجام رساند، بسیاری از دشواری های قضایی نیز حل خواهد شد.

فصل پنجم: آسیب شناسی سالمندی

اشاره

فصل پنجم: آسیب شناسی سالمندی

در دنیای پیچیده و دشوار کنونی، آدمی در دوره ی سالمندی که آخرین ایستگاه زندگی است، با مسایل و مشکلات فراوانی روبه رو می شود. برخی

۱- خانواده و مسایل سالمندان، صص ۱۵۶ و ۱۵۸.

۲- خانواده و مسایل سالمندان، ص ۱۵۷.

سالمندان با تجربه، با همت بلند در برابر این دشواری‌ها ایستادگی می‌کنند، ولی گروهی که توانایی رویارویی با آن را ندارند، زیر این بار سنگین، اندک توان باقی مانده‌ی خویش را نیز از کف می‌دهند.

بی‌تردید، بازشناسی عوامل آسیب‌زا از سوی سالمند، خانواده، جامعه و دولت در چاره‌اندیشی برای به‌کار بستن روش‌های رویارویی با دشواری‌های دوره‌ی سالمندی، بسیار اثرگذار است و سالمند را در رسیدن به قله‌ی کمال، یاری خواهد کرد. مهم‌ترین آسیب‌ها بدین‌قرار است:

۱_ دگرگونی پایگاه اجتماعی سالمندان و پدیده‌ی بازنشستگی

۱_ دگرگونی پایگاه اجتماعی سالمندان و پدیده‌ی بازنشستگی

فروپاشی خانواده‌های گسترده و پیدایش شکل هسته‌ای خانواده و گسترش فرهنگ شهرنشینی و آپارتمان‌نشینی، پایگاه اجتماعی سالمندان را دگرگون ساخته است. در گذشته‌ای نه‌چندان دور، مردم در مسایل اساسی جامعه با سالمندان به‌عنوان ریش‌سفید و کارشناس، مشورت می‌کردند و به رأی و نظر آنان احترام می‌نهادند. در فرهنگ سنتی، پانهادن به طبقه‌ی سنتی ریش‌سفیدان، نشانه‌ی اوج منزلتی بود که یک فرد می‌توانست به دست آورد. (۱)

هم‌چنین وجود آنان به‌عنوان منبع اطلاعات و تجربه و وارثان فرهنگ، برای اجتماعی کردن افراد و دوام یافتن اجتماع، لازم و حتمی بود. به‌طور کلی، سالمندان از چنان پایگاهی برخوردار بودند که دیگران به سالمندی تظاهر می‌کردند.

در مقابل، امروزه با وجود افزایش شمار سالمندان جهان، نه تنها بر اعتبار سالمندان افزوده نشده، بلکه به پایین‌ترین میزان خود رسیده است. این وضع

۱- جامعه‌شناسی، آنتونی گیدتر، تهران، نشر نی، ۱۳۷۳، ص ۹۴.

به گونه ای است که سالمندان در برخی جامعه ها، کارکردهای انحصاری پیشین خود را به شبکه ی گسترده ای از نهادهای اجتماعی واگذار کرده اند.

گفتنی است پدیده ی بازنشستگی این روند را شتاب بخشیده است. در گذشته، سن خاصی برای بازنشستگی وجود نداشت و فرد تا زمانی که توان کار داشت، به کوشش اجتماعی ادامه می داد. در چنین حالتی، وی وجود خود را برای خانواده و جامعه، سودمند می دانست و با شادابی خاصی به کار همت می گماشت. امروز، ۶۰ تا ۶۵ سالگی را به عنوان سن قانونی برای بازنشستگی به رسمیت شناخته اند. بر این اساس، در چنین سنی، سالمند باید با پیشه ای که بهترین دوران عمر خود را برای انجام آن سپری کرده و با آن خو گرفته است، خداحافظی کند.

باید دانست چون بازنشستگی در بسیاری از کشورها یک باره و بدون بهره گیری از آموزش ها و به دست آوردن آمادگی های لازم صورت می گیرد، با فشارهای روانی، اجتماعی و اقتصادی برای سالمند بازنشسته همراه است. در چنین شرایطی، چون بازنشستگی به جدایی از نقش اجتماعی معنا می شود، احساس پوچی را در سالمندان پدید می آورد. بیشتر بازنشستگان به دلیل از دست دادن نقش اجتماعی خود، احساس می کنند جامعه دیگر به وجود آنان نیاز ندارد و آنان را از خود رانده است. به همین دلیل، احساس تنهایی، ناامنی، افسردگی و انزوا می کنند. (۱)

به گفته ی هورowitz (J. Horowitz): «ضربه ی بازنشستگی، بیماری جدید

دوره ی سالمندی است» (۱).

۲_ پندار نادرست درباره ی سالمند

۲_ پندار نادرست درباره ی سالمند

نگرش فرهنگ های گوناگون نسبت به پدیده ی سالمندی متفاوت است، ولی به طور کلی می توان گفت که در جامعه های انسانی، دید مثبتی نسبت به سالمند و پدیده ی سالمندی به چشم نمی خورد. بیشتر مردم، سالمندان را از نظر بدنی و عقلی، افرادی ناتوان، دمدمی مزاج، لجوج و خرافاتی می دانند که مصرف کننده ی محض هستند.

براساس یافته های برخی پژوهش های کلاسیک، بسیاری از جوانان، سالمندان را افرادی می پندارند که تنها هستند، در برابر تغییر، پایداری می کنند و نیروی بدنی و ذهنی خود را از دست داده اند. حتی در فرهنگ عامیانه ی مردم نیز که سینه به سینه از نسلی به نسل دیگر منتقل می شود، در داستان های جن و پری، چهره ی مطلوبی از سالمندان ارایه نمی شود. هم چنین برخی حکایت های عوامانه ای که درباره ی سالمندان وجود دارد، آنان را افرادی خرفت و نادان معرفی می کند.

در این میان، نقش رسانه های گروهی در تقویت این پندارهای نادرست، محسوس است. رادیو و تلویزیون با نمایش تصویرهای نازیبا و زشت از سالمند، بر نگرش افراد جامعه نسبت به سالمندان، تأثیری منفی داشته اند. بیشتر اوقات در فیلم ها، مردان سالمند، افرادی یک دنده، لج باز و مال دوست و زنان سالمند، انسان هایی خرافاتی، اهل ورد و جادو، نشان داده می شوند.

۱- روان شناسی رشد بزرگسالان فراخنای زندگی، علی اکبر شعاری نژاد، پیام آزادی، ۱۳۷۳، چ ۱، ص ۲۱۴.

این گونه برخوردها، دیواری از بی اعتمادی میان سالمند و جامعه پدید می آورد و سالمند را زیر فشارهای روانی فراوانی قرار می دهد.

۳_ عدم آمادگی برای ورود به این دوره

۳_ عدم آمادگی برای ورود به این دوره

ورود به دوره ی سالمندی برای گروهی از انسان ها، فرصتی است ارزش مند برای تزکیه ی نفس و جبران خطاهای گذشته. در مقابل، برخی که آمادگی ورود به این دوره را ندارند، اعتماد به نفس خود را از دست می دهند و می اندیشند که با از دست دادن توان کار و کوشش، سربار خانواده و جامعه هستند. چنین وضعیتی بیشتر در جامعه هایی به چشم می خورد که رابطه ی مادی و اقتصادی صرف در آن جا حاکم است و برای امور معنوی، اهمیت قایل نیستند.

نگرانی از تغییر چهره ی ظاهری، بیماری، برخوردهای ناروا، آشفتگی اقتصادی، از دست دادن فرصت ها، مرگ عزیزان، تنهایی، گناهان گذشته و نگرانی از مرگ، بخشی از نگرانی هایی است که در چنین حالتی به سالمند، روی می آورد. در این میان، بسیاری سالمندانی که از خوابیدن ترس دارند؛ زیرا می پندارند ممکن است در تنهایی بمیرند و یا خواب شان به خواب همیشگی تبدیل گردد. (۱)

گفتنی است بعضی خانواده ها نیز با رفتارهای ناسنجیده ی خود مانند: بی توجهی به حضور سالمندان در میهمانی های خانوادگی و محدود کردن دید و بازدیدهای او، بیش از پیش بر این نگرانی ها می افزایند و سبب از بین رفتن

عزت نفس سالمند می شوند. این نگرانی ها روان سالمند را آشفته می سازد و آرامش و قرار روحی را از او می گیرد.

۴_ بیماری های دوران سالمندی

۴_ بیماری های دوران سالمندی

امام علی علیه السلام فرموده اند:

نتیجه ی عمر دراز، پیری و رنجوری است. (۱)

پیری، پایگاهی است که انواع گوناگون بیماری ها بدان یورش می برند تا پیکر نحیف سالمند را هدف قرار دهند. تغییر بافت ها، نارسایی گوارشی، حواس پرتی، بی خوابی، ضعف حرکتی، نرمی پوست، کند فهمی، تمرکز نداشتن، بی دقتی و هزار و یک کاستی دیگر چنان بدن سالمند را آسیب پذیر می سازد که گاه به دلیل کوچک ترین بیماری، به ماه ها استراحت نیاز می یابد.

از آن جا که سالمند نمی تواند مانند دیگران در برابر این بیماری ها، تاب بیاورد، با بی قراری خود، زندگی را برای خود و دیگران، تیره و تار می سازد. چون در بسیاری از موارد، اطرافیان سالمند به دلیل وضعیت نامناسب اقتصادی و دشواری های روزانه ی زندگی، نمی توانند به درستی با وضعیت ویژه ی او روبه رو شوند، سالمند را در میان امواج بی کران درد، رها می کنند. سرنوشت چنین سالمندی نیز آشکار است.

۵_ بی کاری و سرگرمی های زیان بار

۵_ بی کاری و سرگرمی های زیان بار

امام موسی کاظم علیه السلام فرموده است:

إِنَّ اللَّهَ - لِيُبْغِضَ الْفَارِغَ. (۲)

همانا خدا، آدم بی کار را دوست ندارد.

۱- غررالحکم، ص ۱۶۰.

۲- وسائل الشیعه، ج ۱۷، ص ۵۸.

بی کاری، سرآغاز همه ی خطاها و لغزش هاست. امام رضا علیه السلام می فرماید:

اگر تن دادن به کار و پیشه، مایه ی رنج و زحمت است، بی کاری نیز آدمی را به فساد می کشاند. (۱)

سالمندان روستایی همواره در کنار خانواده زندگی می کنند و تا هر زمانی که توان دارند، در کشاورزی، دام داری، باغ داری و دیگر فعالیت ها، هم پای خانواده گام برمی دارند. بنابراین، بی کاری بیشتر متوجه ی سالمندان شهری است که بر اثر قانون بازنشستگی، به ناگزیر بی کار می شوند. برخی سالمندان شهری به دلیل آمادگی نداشتن برای بازنشستگی یا بی توجهی اطرافیان به نیازهای روحی آنان، احساس حقارت می کنند و افسرده و بیمار می شوند. آمارها نشان می دهد که در بیش از ۳۰٪ جمعیت بالای ۶۰ سال، نشانه های افسردگی به چشم می خورد. دلیل آن نیز بی کاری سالمند و احساس کنار گذاشته شدن از نقش های اجتماعی است. (۲)

گاه به دلیل سستی ایمان فرد، عقده ی حقارت او به صورت بیماری های خطرناک روحی مانند: خودنمایی، جوان نمایی، هم نشینی با افراد ناباب، آلودگی به اعتیاد، قمار و فساد رخ می نماید. امام هادی علیه السلام فرموده است:

از شر کسی که خود را ناچیز و خوار می یابد و در درون، احساس پستی می کند، ایمن مباش. (۳)

عقده ی حقارت ممکن است سالمند را برای جلب توجه خانواده و اجتماع به خود، به واکنش های زشتی وادارد. در این صورت، آرامش خانواده

۱- بحارالانوار، ج ۷، ص ۴۱۹.

۲- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۳، ص ۴۹.

۳- الحدیث، مرتضی فرید، چاپ نشر دفتر فرهنگ اسلامی، ۱۳۷۳، چ ۷ و ۸، ص ۲۸۸.

و جامعه به هم می ریزد و زیان های فراوانی بر ساختار این دو نهاد، وارد می شود. برای نمونه، سالمند ممکن است به دیگران تهمت بزند، افراد را به جان هم بیاندازد و به هر کاری دست یازد تا به آرزوهای دیرینه ی خود برسد. به گفته ی پیامبر، در سالمندی، آرزوها شکوفا می شوند. رسول خدا صلی الله علیه و آله فرموده است:

فرزند آدمی به پیری می رسد، ولی دو ویژگی در وجودش، جوان و شکوفا می شود؛ یکی حرص و دیگری، آرزو. (۱)

۶- بیوه گی و تجرد

۶- بیوه گی و تجرد

مرگ همسر، بزرگ ترین آسیب اجتماعی و عاطفی است که سالمند در زندگی عادی خود با آن روبه رو می شود. پژوهش ها نشان می دهد: «حتی اگر فردی، همسرش را دوست نداشته باشد، مرگ همسر برای وی ضربه ی روانی بزرگی است؛ زیرا همسر از دست داده بی درنگ نقش همسر بودن خود را از دست می دهد. او دیگر محرم راز و هم صحبت خود را در کنارش نمی بیند و تنها می شود.» (۲)

بنابر آمارهای موجود، میزان مشکلات این پدیده، در زنان بیشتر از مردان است؛ زیرا نرخ مرگ و میر در مردان سالمند بیشتر از زنان است. افزون بر آن، در جامعه ی ما، مردان هنگام بیوه گی، امکان بیشتری برای تجدید فراش دارند.

پژوهش انجام پذیرفته درباره ی سالمندانی که به آسایش گاه های سالمندی

۱- تحف العقول، ابو محمد حسن بن الحرائی، نشر صدوق، ص ۹۴.

۲- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۳، ص ۷۲.

سپرده شده اند، نشان می دهد یکی از عوامل راه یافتن آنان به چنین آسایش گاه هایی، تنهایی و نداشتن همسر است. این پژوهش در سال ۱۳۷۱ روی ۲۴۶ تن از سالمندان آسایش گاه های ایران انجام پذیرفته است. بر این اساس، «نداشتن همسر برای زنان و مردان، عاملی برای ره سپاری سالمند به سوی آسایش گاه است. ۷/۷۲٪ سالمندان در آسایش گاه ها، بدون همسر هستند. از مجموع ۲۴۶ سالمند مورد بررسی، ۶/۶۰٪ را زنان و ۴/۳۹٪ را مردان تشکیل می دادند. این مسأله نشان می دهد که در فرهنگ مردم ایران، امکان ازدواج برای مردان بیشتر است» (۱).

۷_ نداشتن فرزند و پشتیبان

۷_ نداشتن فرزند و پشتیبان

اسلام، فرزند را ثمره ی زندگی، نعمتی الهی برای استحکام خانواده و عصای دست پیری می شمارد. فرزندان در خانواده از جایگاهی والا برخوردارند، چنان که قرآن از فرزندان نیک با تعبیر «نور چشمان» یاد می کند:

رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَ ذُرِّيَّتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ. (۲)

پروردگارا! به ما از همسران و فرزندان آن ده که مایه ی روشنی چشمان ما باشد.

از طرفی دیگر، فرزند وظیفه دارد نفقه ی پدر و مادر را پردازد، از آنان نگهداری کند و در حق آنان نیکی روا دارد.

وَ وَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ حُسْنًا. (۳)

آدمی را سفارش کردیم که به پدر و مادرش نیکی کند.

۱- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۳، ص ۳۳۸.

۲- فرقان، ۷۴.

۳- عنکبوت، ۸.

برخی افراد به دلایل گوناگون مانند: ازدواج نکردن، مهاجرت فرزندان، عقیم بودن یکی از همسران و... از این میوه ی زندگی و پشتوانه ی محکم در دوره ی سالمندی محروم می مانند. از این رو، با مشکلات اقتصادی و روحی و عاطفی فراوانی روبه رو می شوند. این افراد از زخم زبان ها و نگاه های ترحم آمیز دیگران و دیدن روابط مهرآمیز فرزندان با پدر و مادر سالمندشان بیشتر زجر می کشند. با این حال، ناتوانی سالمند در رعایت پاکیزگی بدنی، انجام دادن کارهای شخصی و بی بهره ماندن از درمان فوری و مناسب از پی آمدهای نداشتن فرزند و یکی از عوامل آسیب زایی است که راه را برای ورود اجباری سالمند به آسایش گاه سالمندی می گشاید. براساس آمارهای دهه ی ۷۰، «۲/۵۱٪ سالمندان آسایش گاه های ایران بدون فرزند بوده اند»^(۱).

این آمار بیان گر آن است که هنوز در فرهنگ ایرانی، فرزند، پشتوانه ای محکم برای دوران زندگی سالخوردگی به شمار می رود و نداشتن آن، ضایعه ای دردناک برای هر خانواده است. البته نباید از نظر دور داشت که سالمندان زیادی نیز از نعمت فرزند برخوردارند، ولی به دلیل بی بهره ماندن فرزند از تربیت درست، اینان در دوران نیازمندی و دردمندی، رها شده اند.

پیر کنعان با که گیرد انس در بیت الحزن

بوی یوسف را نمی یابد ز فرزندى دگر^(۲)

۱- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۳۲۸.

۲- مشاعره ی جدید، ص ۱۰۳.

۸_ وضعیت نامطلوب اقتصادی**۸_ وضعیت نامطلوب اقتصادی**

وضعیت اقتصادی نامناسب یکی دیگر از عوامل آسیب زای شخصیت سالمندان است. گاه می بینیم سالمندی برای تهیه ی نیازهای اولیه ی زندگی دچار مشکل می شود، ولی حیات و عزت نفس، او را باز می دارد که حتی از فرزندان خود چیزی بخواهد و خود را کوچک کند. هم چنین ممکن است فرزندان و اطرافیان به دلیل بزرگی وی در خانواده، انتظارهایی از او داشته باشند، ولی وی به دلیل وضعیت اقتصادی، شرمنده ی آنان شود. این مسأله در خانواده هایی که ریشه های اعتقادی و مذهبی در آنان سست است، به رانده شدن سالمند از سوی خانواده خواهد انجامید.

از سوی دیگر، سالمند به دلیل نارسایی های جسمی و روحی، بیش از دیگران به مراقبت های پزشکی، دارو، درمان، تغذیه ی مناسب، استراحت و آرامش، نیاز دارد. همه ی این موارد، هزینه های هنگفتی را بر سالمند و خانواده ی او تحمیل و دشواری های اقتصادی آنان را دو چندان می کند.

فصل ششم: راه کارهای بهینه سازی امور سالمندان

اشاره

فصل ششم: راه کارهای بهینه سازی امور سالمندان

راه کارهای بهینه سازی امور سالمندان را در خانواده و اجتماع برمی شماریم.

۱_ آمادگی یافتن برای ورود به دوره ی بازنشستگی

۱_ آمادگی یافتن برای ورود به دوره ی بازنشستگی

گفتیم که بازنشستگی ناگهانی، پی آمدهای ناگواری برای سالمندان به همراه دارد. از این رو، کارشناسان برای کاهش این پی آمدها، راه کارهای گوناگونی ارائه داده اند. برخی کارشناسان، ارایه ی آموزش های آمادگی پیش از بازنشستگی را یکی از راه کارهای رویارویی با این پدیده می دانند. به باور آنان، همان گونه که فرد در زمان اشتغال خود، با کوچک ترین تغییر، آموزش می بیند، برای مهم ترین تغییر زندگی خود؛ یعنی بازنشستگی نیز باید آموزش های لازم را به دست آورد.

این آموزش ها موارد زیر را در برمی گیرد: برنامه های بهره گیری از اوقات فراغت، برنامه ی غذایی مناسب، رعایت اصول بهداشتی، برنامه ی خود اشتغالی، پرهیز از انجام کارهای سخت، راه های چیرگی بر تنهایی، بیماری و پی آمدهای سالمندی، رعایت حقوق دیگران و

افزون بر سالمند، خانواده ی وی نیز باید از آموزش های ویژه بهره مند شود تا با برخوردهای مناسب، دوره ی بازنشستگی را برای سالمند دلپذیر کند.

هم چنین برپایی مراسم بازنشستگی در آمادگی سالمند برای ورود به این دوره و حفظ روابط پیشین با خانواده و جامعه، سودمند خواهد بود.

براساس پژوهش های کرافور «آنان که دوره ی انتقال بازنشستگی را گذرانده اند، در مقایسه با کسانی که از این مراسم محروم مانده اند، در معاشرت با همکاران پیشین، بازگشت به محل کار و عضویت در انجمن های حرفه ای، گرایش بهتری از خود نشان می دهند»^(۱).

گروهی دیگر از کارشناسان بر بازنشستگی تدریجی، تأکید دارند. به باور آنان، همان گونه که کودک را کم کم از شیر می گیرند، سالمندان نیز باید کم کم با دوره ی بازنشستگی آشنا کرد. «در این روش، می توان در بیست و هشتمین سال خدمت کارمند، حضور او را به صورت پاره وقت و در سال بعد، ثلث وقت درآورد. آن گاه در سی و یکمین سال خدمت، از او خواسته شود در جلسه های عمومی، اردوهای کارمندان و برخی دیگر از فعالیت های سازمان شرکت کند»^(۲).

به گفته ی آنان، برخی پیشنهاد می دهند این آشنایی باید از سال های نخستین خدمت کارمند آغاز شود. آماده ساختن افراد برای بازنشستگی نباید از یک یا دو یا حتی ده سال پیش از موعد مقرر صورت گیرد، بلکه افراد از همان آغاز به کار باید از فرآیند کار و رویداد بازنشستگی، به خوبی آگاه باشند»^(۳).

- ۱- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۳، ص ۴۱.
- ۲- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۳، ص ۴۱.
- ۳- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۳، ص ۴۱.

به هر حال، طرح های آمادگی برای بازنشستگی و بازنشستگی تدریجی، از راه کارهای سودمند برای کاهش نگرانی های سالمندان است.

۲_ اصلاح نگرش جامعه به سالمند

۲_ اصلاح نگرش جامعه به سالمند

گفتیم که فعالیت های رسانه های گروهی از عواملی است که در پیدایش نگرش نادرست افراد جامعه نسبت به سالمندان، نقش دارد. این مسأله بیان گر نقش مؤثر این رسانه ها در افکار عمومی است و از همین نقش برای تأثیرگذاری مثبت و اصلاح نگرش های افراد جامعه به سالمندان می توان بهره گرفت. این رسانه ها می توانند با نمایاندن نارسایی های فرهنگ غرب درباره ی دوره ی سالمندی و ویژگی های مثبت ارزش های فرهنگی و مذهبی در این زمینه، پندارهای نادرست اجتماعی درباره ی سالمندان را از بین ببرند.

در این صورت، برنامه ریزی های کارشناسان خدمات اجتماعی نیز به سمت و سوی می رود که از حاشیه ای شدن سالمندان در جامعه پیش گیری کند و زمینه را برای ارتباط مستقیم سالمند با افراد جامعه، فراهم آورد.

شایسته است زمینه های ارتباط مستقیم و غیرمستقیم افراد جامعه با سالمندان در قالب بازدیدهای گروهی و منظم از آسایشگاه ها و خانه های سالمندان، شرکت فعال در برنامه های گوناگون تلویزیونی، معرفی ابتکار و تجربه های سالمندان نمونه هرچه بیشتر فراهم شود. وزرات خانه های آموزش و پرورش و علوم و تحقیقات و فن آوری نیز می توانند با گنجاندن مطالب ارزشی درباره ی سالمندان در کتاب های درس، به اصلاح این نگرش اجتماعی، یاری رسانند. هم چنین وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی و صدا و سیما می توانند افراد جامعه را با آموزه های انسان ساز اسلام و سیره ی معصومان علیهم السلام درباره ی سالمندان، آشنا کنند. افزون بر آن، باید با گشودن

بخش ویژه برای این گروه اجتماعی، در این راه گام بردارند.

۳_ تغییر نگرش سالمند

۳_ تغییر نگرش سالمند

بی تردید، هر عضو جامعه اگر احساس کند که تحقیر می شود و در جامعه سودمند نیست، کم کم احساس ناتوانی و بی ارزشی خواهد کرد. این مسأله درباره ی سالمندان بیشتر صادق است. برای پیش گیری از پیدایش چنین نگرش نادرستی در سالمند، باید خانواده، دوستان، همکاران گذشته با آگاهی از ویژگی های اخلاقی سالمند می توانند در این زمینه به او یاری رسانند. آنان باید با تعریف و تمجید از استعدادها، توانایی ها و افتخارهای گذشته ی سالمند، او را به فعالیت در زمینه های مورد علاقه تشویق کنند و اجازه دهند پیروزی ها گذشته ی خود را برای دیگران باز گوید. افراد خانواده باید با پیش انداختن سالمند در کارها و چشم پوشی از ضعف ها، کمک کنند وی نگرش درستی از توانایی های خود به دست آورد. اگر چنین شود، سالمند، دوره ی سالمندی را با سازگاری بیشتری پشت سر خواهد نهاد.

سازمان های فرهنگی کشور نیز با برشمردن ارزش های سالمندی و بیان سرگذشت اُسوه های سالمندی هم چون امام خمینی رحمهم الله، می توانند نسبت به پدیده ی سالمندی، نگرش مثبتی پدید آورند.

۴_ تقویت باورهای دینی برای چیرگی بر نگرانی ها

۴_ تقویت باورهای دینی برای چیرگی بر نگرانی ها

در جامعه های مذهبی، مذهب در بهداشت روانی سالمندان، نقش اساسی دارد. مؤمنان با پیروی از معصومین علیهم السلام، هر یک از دوره های زندگی مانند: پیری، جوانی، بیماری، شفا و مرگ را از الطاف خداوند می دانند و خوشبختی خود را در گرو خشنودی او می بینند.

یکی درد و یکی درمان پسندد

یکی وصل و یکی هجران پسندد

من از درمان و درد و وصل و هجران

پسندم آن چه را جانان پسندد(۱)

سالمندان باورمند به مذهب، با اعتقاد به خدا و جاودانگی حیات در سرایی دیگر، مرگ را به مسخره می گیرند و «با دلی آرام و قلبی مطمئن و روحی شاد و ضمیری امیدوار به فضل خدا»،(۲) از دنیای فانی پر می زنند به سرای باقی.

بسیاری از اضطراب ها و آشفتگی های سالمندی در پرتو باورهای راستین مذهبی از بین می رود و آرامش جایگزین بسیاری از نگرانی های این دوره می شود. آفریدگار هستی، همواره از انسان می خواهد هنگام رویارویی با دشواری های زندگی، معبود خود را یاد کند:

أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ.(۳)

همانا تنها یاد خدا، آرام بخش دل هاست.

تأثیرگذاری باورهای مذهبی بر کاهش نگرانی های انسانی از نظر علمی نیز به اثبات رسیده است. در سال ۱۹۹۴، «پرسورم» و «کاندل» به بررسی تأثیر باورهای مذهبی بر نگرانی از مرگ پرداختند. این پژوهش گران، ۹۰ آزمودنی بزرگسال را آزمودند که ۳۰ تن از آنان، مسلمان، ۳۰ نفر مسیحی و ۳۰ نفر دیگر هندو بودند.

۱- رباعیات باباطاهر عریان، ص ۱۷.

۲- صحیفه ی انقلاب، روابط عمومی دفتر تبلیغات اسلامی حوزه ی علمیه ی قم، خرداد ۱۳۷۸، ص ۶۶.

۳- رعد، ۲۸.

نتیجه‌ی به دست آمده نشان داد که کم‌ترین نگرانی از مرگ در آزمودنی‌های مسلمان، بیشترین نگرانی و اضطراب در مسیحیان و حد متوسط اضطراب در هندوها وجود دارد. این پژوهش، تفاوت‌های معنادار دیگری را نیز در میان گروه‌های مذهبی آشکار می‌ساخت و نکته‌ی جالب توجه این است که کاهش اضطراب در مرگ بیشتر با باورهای مذهبی پیوند داشت تا رفتارهای مذهبی. (۱)

با آموزش مفاهیم ارزشی مانند: بهره‌گیری از باقی مانده‌ی عمر، توبه و امیدواری می‌توان سالمند را به آرامش فراخواند و نگرانی سالمند از گناهان گذشته را با توبه از آن‌ها و امید بستن به رحمت یزدان، کاهش داد. امام علی علیه السلام در این باره می‌فرماید:

همانا این دل‌ها همانند بدن افسرده می‌شوند. برای شادابی دل‌ها، سخنان زیبای حکمت‌آمیز را بجوید. (۲)

۵- رویارویی با عوارض جسمی سالمندی

۵- رویارویی با عوارض جسمی سالمندی

انجام حرکت‌های نرمشی در مکان‌ها و زمان‌های مناسب با نظارت مربیان آموزش دیده، نظارت بر بهداشت، تغذیه و درمان به موقع سالمندان، آموزش در آستانه‌ی بازنشستگی، و پرهیز دادن از کارهای سخت، از راه کارهای اثرگذار در پیش‌گیری از ناهنجاری‌های جسمی و روانی است.

سالمندان، روح حساس و لطیفی دارند که براساس آن، در برابر رفتارهای ترحم‌آمیز یا تنفر بار اطرافیان، مقاومت نشان می‌دهند. بدین ترتیب، در

۱- مجموعه مقالات سالمندی، ج ۳، ص ۳۹.

۲- نهج البلاغه دشتی، ص ۶۴۳، حکمت ۹۱.

برقراری ارتباط با دیگران، دچار مشکل می شوند. بارها دیده شده است که سالمندان از رفتارهای ترحم آمیز اطرافیان، رنجیده خاطر شده یا اطرافیان به دلیل لجبازی سالمندان نتوانسته اند غذا و داروی مورد نیازش را به او بخورانند و همین کار، آرامش روحی سالمند را برهم زده است.

برای برقراری ارتباط درست با سالمندان در آسایش گاه ها، بیمارستان ها و محیط خانواده باید از دانش کارشناسانی بهره برد که از مشکلات جسمی و روحی سالمندان، آگاهی داشته باشند. در این حالت، آنان خواهند توانست با بردباری و به راحتی با سالمند، ارتباط یابند و با نظارت بر برنامه ی غذایی و دارویی، آرامش روحی را به آنان، باز گردانند. از این رو، شایسته است سرویس های سیار پرستاری و خدمات درمانی را برای سالمندانی در نظر گرفت که توانایی مراجعه به مراکز درمانی را ندارند.

خدمات رسانی ویژه به سالمندان در مراکز فرهنگی، ورزشی و مشاوره ای کمک مناسبی است به خانواده هایی که به دلیل اشتغال های گوناگون، فرصت رسیدگی، به سالمند را ندارند. در این صورت، این خانواده ها می توانند همواره سالمندی شاداب و سالم را در کنار خود داشته باشند.

افزون بر آن، برگزاری اردوهای تفریحی و زیارتی در مناطق خوش آب و هوا و شهرهای مذهبی نیز در دگرگونی روحیه ی سالمندان، نقش مثبتی خواهد داشت.

امام رضا علیه السلام می فرماید:

سرگرمی های سالم، شما را در اداره ی زندگی یاری می کند و می توانید بهتر به امور دنیای خویش بپردازید. (۱)

۶_ کار آفرینی و پرداخت کمک هزینه**۶_ کار آفرینی و پرداخت کمک هزینه**

همه ی قشرهای اجتماعی دوست دارند برای جامعه، سودمند باشند و مردم از توانایی ها و استعداد های آنان بهره ببرند. سالمندان نیز به این مقبولیت اجتماعی نیاز دارند. در مرحله ی نخست، دولت و مردم وظیفه دارند با همکاری یکدیگر، زمینه ای فراهم آورند تا سالمندانی که توانایی کار دارند، مسؤولیت هایی را به دست بگیرند.

بهترین سرگرمی برای سالمند، کار است؛ زیرا دریچه ی امید را به روی سالمند می گشاید و به او استقلال مالی می بخشد. به همین دلیل، او را از احساس پوچی و بی هویتی در می آورد و زندگی را برای او هدف مند می سازد. پژوهش های علمی نیز ثابت می کند کسی که اشتغال ذهنی و بدنی دارد، در پیری غافل گیر نمی شود و سال های درازی می تواند در خوشی و آسودگی روزگار بگذراند. (۱)

نکته ی با اهمیت درباره ی کار سالمندان این است که کار با توان جسمی و بدنی سالمند، متناسب باشد تا حرمت و شخصیت سالمندی او حفظ شود. برای افزایش مشارکت بیشتر سالمندان در امور اقتصادی و اجتماعی باید مراکز کار آفرینی نیمه وقت، پاره وقت و تمام وقت تشکیل شود تا سالمندان، تجربه های پیشین خود را در آن به کار گیرند و به مشکلات روانی نیز دچار نشوند.

در این زمینه، فراگیر ساختن طرح‌هایی مانند «طرح شهید رجایی»، افزایش مبلغ مستمری بازنشستگی به تناسب افزایش نرخ تورم، گسترش سرگرمی‌های سودمند و هم‌آهنگ با ویژگی‌های جسمی سالمندان، پیشنهاد می‌شود. گفتنی است سرگرمی‌های دوره‌ی سالمندی باید به همان اندازه که کار کردن برای سالمند ارضا کننده بوده است، برای او ارضا کننده باشد.

سرگرمی‌هایی هم چون همکاری با افراد خانواده، مطالعه، شرکت در اردوهای سیاحتی و زیارتی، سوادآموزی، دید و بازدید از دوستان و همکاران قدیم، از جمله اموری هستند که سالمند می‌تواند دوره‌ی سالمندی را با آن‌ها به درستی سپری کند. در این زمینه، همکاری خانواده، جامعه، دولت و گروه‌های سالمندی بسیار سودمند خواهد بود.

۷_ انتقاد مناسب

۷_ انتقاد مناسب

زندگی با سالمندانی که ویژگی‌های اخلاقی منفی دارند، کار بسیار دشواری است و به بردباری نیاز دارد. ممکن است برخی رفتارهای منفی سالمند در عوامل تربیتی هم چون خانواده، محیط و وراثت، ریشه داشته و از دیرباز با او همراه باشد. این رفتارهای منفی در دوره‌ی سالمندی به دلیل ناتوانی اندام‌های جسمی و فکری سالمندان، افزایش می‌یابد و حالت بیمارگونه به خود می‌گیرد. در این وضعیت، نگرش افراد خانواده به سالمند باید هم چون نگرش پزشک به بیمار باشد. در چنین شرایطی باید از جبهه‌گیری در برابر سالمند پرهیز کرد؛ زیرا اسلام اجازه‌ی چنین کاری را نمی‌دهد و افزون بر آن، به اصطلاح رفتاری نخواهد انجامید.

بنابراین، باید با یادآوری غیرمستقیم اشتباه‌های سالمندان، آنان را به تغییر رفتارشان، آگاه ساخت. چنین کاری باید به وسیله‌ی دوستان و همکاران هم

سال یا علمای دینی صورت گیرد تا پذیرفته شود. اگر هم کوچک ترها خواستند مسأله ای را یادآوری کنند، باید به صورت غیرمستقیم باشد تا سالمند رنجیده خاطر نشود. گفتنی است بسیاری از افراد هنوز از شیوه های رفتاری خود درباره ی سالمندان، آگاهی ندارند و این، بر پیچیدگی کار می افزاید. پس باید پیش از هر چیز، آنان را آموزش داد. در این زمینه به یک نمونه توجه کنید:

پیرمردی سرگرم وضو ساختن بود، ولی شیوه ی درست و وضو گرفتن را نمی دانست. امام حسن و امام حسین علیهماالسلام که در آن هنگام کودک کی بیش نبودند، وضو گرفتن پیرمرد را دیدند. جای تردید نبود؛ آموزش مسایل دینی و ارشاد جاهل واجب است... اگر مستقیم به او گفته می شد که وضوی تو درست نیست، گذشته از این که سبب رنجش خاطر او می شد، خاطره ی تلخی از وضو برای او به جا می گذاشت... آنان اندیشیدند تا به طور غیرمستقیم، به او یادآوری کنند. از این رو، به گونه ای به مباحثه پرداختند تا پیرمرد سخنان آنان را بشنود. یکی می گفت: وضوی من از وضوی تو کامل تر است. دیگری می گفت: وضوی من از وضوی تو کامل تر است. بعد توافق کردند در حضور پیرمرد وضو بگیرند تا پیرمرد داوری کند. هر دو، وضوی درستی گرفتند و پیرمرد به اشتباه خود پی برد. پیرمرد گفت: «وضوی شما درست و کامل است. من پیر نادان هنوز وضو ساختن را نمی دانم. شما به حکم محبتی که بر اُمت جدّ خود دارید، مرا آگاه ساختید».(۱)

۸_ زمینه سازی برای تجدید فراش سالمندان

۸_ زمینه سازی برای تجدید فراش سالمندان

۱- وسائل الشیعه، ج ۲، ص ۴۲۵، برگرفته از: داستان راستان، ج ۲، مرتضی مطهری، ص ۳۷۶.

گفتیم که بیوه گی یکی از بزرگ ترین آسیب های عاطفی و اجتماعی است که برای هر انسان پیش می آید، ولی اهمیت آن در دوره ی سالمندی بسیار زیاد است. برای رویارویی با این عامل آسیب زا باید اهداف ازدواج در اسلام را به یاد آورد. در قرآن مجید چنین آمده است:

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْتَكُنُوا بِهَا وَيَجْعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً. (۱)

یکی از نشانه های الهی این است که برای شما از جنس خودتان، همسرانی قرار داد تا در پناه آنان به آرامش خاطر برسید و میان شما، رحمت و مهربانی افکند.

با عنایت به این درمی یابیم آرامش روحی، اخلاقی و فکری آدمی یکی از پایه های رستگاری است که با ازدواج فراهم می شود و به نگرانی های موجود در زندگی پایان می دهد. نیاز به همدم و مونس مهربان، لازمه ی زندگی و جوانی است و در دوره ی سالمندی، بیشتر احساس می شود. سالمند می تواند رازها و دردهای خصوصی خود را به راحتی با همسر خود در میان بگذارد، با او درد دل کند و او نیز سخنانش را بشنود. مسأله ی گوش کردن افراد به سخنان سالمند بسیار مهم است؛ زیرا وی احساس می کند سخنانش برای دیگران نیز مهم است و آنان به این سخنان توجه می کنند. به همین دلیل، به آرامش دست می یابد و خود را تنها احساس نمی کند.

ریشه‌ی بسیاری از بیماری‌ها و رنجوری‌های سالمندان در تنهایی و نداشتن همدم است. پس باید برای تجدید فراش آنان در دوره‌ی سالمندی، به درستی زمینه‌سازی کرد.

۹_ بهره‌گیری از تجربه‌های جهانی

۹_ بهره‌گیری از تجربه‌های جهانی

چون پدیده‌ی سالمندی و مشکلات برآمده از آن مانند افسردگی و بی‌کاری و به نگرانی مشترک جهانی تبدیل شده است، جامعه‌ی جهانی باید با هم‌اندیشی همه‌ی دولت‌ها برای بهبود زندگی سالمندان، کوشش کند. باید برنامه‌های هم‌آهنگ و کاربردی در چهارچوب پیمان مشترک جهانی تهیه شود تا فراتر از مسکن و بهداشت، حقوق سالمندان به درستی برآورده گردد و زمینه‌ی مناسب برای شرکت فعال آنان در عرصه‌های اقتصادی و اجتماعی فراهم آید.

در زمینه‌ی انتقال تجربه‌ها نیز باید سازمانی را به‌گرددآوری تجربه‌های موفق جهانی در رویارویی با مشکلات دوره‌ی سالمندی واداشت. سازمان‌های دولتی و غیردولتی می‌توانند با مشارکت یکدیگر و در نظر گرفتن ارزش‌های فرهنگی جامعه، مسایل سالمندی را در قالب برنامه‌های آموزشی به جامعه آموزش دهند و امکانات لازم را برای بهبود زندگی سالمندان فراهم آورند.

۱۰_ پشتیبانی دولت از سالمندان بی‌سرپرست

۱۰_ پشتیبانی دولت از سالمندان بی‌سرپرست

هیچ‌کاری نمی‌تواند از نظر عاطفی و روانی، جای خالی فرزندان را برای سالمندان بی‌فرزند پر کند، ولی دولت اسلامی که یاری‌گر محرومان و مستضعفان جامعه است باید با عنایت ویژه به مسایل اجتماعی سالمندان مانند: ارایه‌ی خدمات درمانی و کمک هزینه‌ی زندگی و نگهداری سالمندان،

تا اندازه ای از درد و رنج سالمندان بکاهد. فعالیت های حمایتی دولت نباید حالت ترحم آمیز برای سالمندان داشته باشد، بلکه باید حقی مسلم برای پشتیبانی از آنان تلقی شود. امام علی علیه السلام در منشور حکومتی خود به مالک اشتر، چنین کاری را وظیفه ی حاکم می داند:

از یتیمان خردسال و پیران سالخورده که راه چاره ای ندارند و دست نیاز بر نمی دارند، پیوسته دلجویی کن؛ زیرا مسئولیتی سنگین بر دوش زمام داران است، اگرچه حق، تمامش سنگین است... پس بخشی از وقت خود را به کسانی اختصاص ده که به تو نیاز دارند.^(۱)

با اقدامات حمایتی و پیش گیرانه می توان از آمار سالمندان بی فرزند در کشور کاست. رسانه های گروهی می توانند افرادی را که در میان سالی هنوز ازدواج نکرده اند یا از آن طفره می روند، به ازدواج تشویق کنند. برای ازدواج آنان نیز باید کمک هزینه ی مناسب در نظر گرفت. براساس آمارهای موجود در جدول شماره ی ۵، ۸٪ (۵۴۹/۳۲٪) جمعیت بالای ۶۰ سال کشور در سال ۱۳۷۵ هرگز ازدواج نکرده بودند که این آمار برای یک جامعه ی اسلامی بسیار نگران کننده است.

۱- نهج البلاغه دشتی، ص ۳۵۸، بخشی از نامه ی ۵۳.

بخش دوّم: برگزیده ی ادب فارسی

اشاره

بخش دوّم: برگزیده ی ادب فارسی

زیر فصل ها

اشعار

حکایت های سالمندان

متون ادبی

اشعار

بیک پیری

بیک پیری (۱)

ز سری، موی سپیدی روید

خنده کرد بر او موی سیاه

که چرا در صف ما بنشستی؟

تو ز یک راهی و ما از یک راه

گفت: من با تو عبث ننشستم

بنشانند مرا خواه نخواه

که رویدن من بود امروز

گل تقدیر نروید بی گاه

رهر و راه قضا و قدرم

راهم این بود، نبودم گمراه

قاصد پیری ام، از دیدن من

این یکی گفت دریغ، آن یک آه!

خرمن هستی خود کرد درو
هر که بر خوشه ی من کرد نگاه
سپهی بود جوانی که شکست
پیری امروز برانگیخت سپاه
رست چون مویه سیه، موی سپید
چه خبر داشت که دارند اکراه
رنگ بالای سیه بسیار است
نیستی از خم تقدیر آگاه
که سیه رنگ کند، گاه سفید
رنگرز اوست، مرا چیست گناه؟!
چو تو، یک روز سیه بودم و خوش
باش یک روز بر این قصه گواه
هر چه دانی، به من امروز بخند
تا که چون من کندت هفته و ماه
از سپید و سیه و زشت و نکو
هر چه هستیم، تباهیم تباه
قصه ی خویش دراز از چه کنیم؟
وقت بیگه شد و فرصت کوتاه

دلتنگی ها!

دلتنگی ها! (۱)

نه پیامی، نه امیر گذرِ نامه بری
کیست کز گم شده ی من برساند خبری؟
چون تو رفتی، همه جا خلوت خاموشان شد
نیست در کوچه ما، زمزمه ی رهگذری
تا که پرواز کنم سوی تو با نغمه ی عشق
چه شود گر که ببخشند مرا بال و پری؟
مرغ شب در سفر یاد تو، چاووش منست
بہتر از اشک روان هم نبود هم سفری
به تن خسته ام، ای جان سفر کرده بیا!
که هم شب منم و یاد تو و چشم تری
راه ما دور و دلم با غم نزدیکست
وین دل غم زده، جز ناله ندارد هنری
نه شگفت است اگر مرغ دلم ناله کند
نیست از سینه ی تنگم، قفس تنگ تری
برگ برگ تنم از باد خزان می لرزد
پیرم و در شب من خفته امید سحری
باغبان گرید تا غنچه بخندد در باغ

۱- چه کنم؟ دلم از سنگ که نیست؛ مهدی سهیلی، ص ۹۳.

پدر از پای فتد که ببالد پسری

پسرم! وقت تو خوش باد که در عرصه ی عمر

جز دل خرم فرزندان، نخواهد پدری

برف پیری به سرم چون نگری، طعنه مزین

زیر خاکستر من، خفته دل شعله وری

مهدی سهیلی

شتاب جوانی!

شتاب جوانی! (۱)

«دو سه ده سال» که از عمر جوانی گذرد

آینه بانگ زند:

ای «جوان!»... «پیر» شدی!

با خبر باش! که از «قله» سرازیر شدی.

«دو سه ده سال» دو روزست در آینه ی عمر

چون شهابی به شتاب

روشنی دارد و خاموشی ها

زودبینی که: زمین گیر شدی.

خویش را می نگری در دل هر آینه

و به خود بانگ زنی همزه اشک:

ای «جوان!»... «پیر» شدی!

۱- چه کنم؟ دلم از سنگ که نیست، ص ۲۱۱.

قله ی عمر گذشت

با خبر باش! که از قله سرازیر شدی.

جانم به قربان شما

جانم به قربان شما (۱)

ای ز پا افتادگان! جانم به قربان شما!

مهرتان دارم به جان، سوگند بر جان شما!

جان من با جان تان پیوند دارد سال هاست

می چکد غم در دلم از چشم گریان شما

روشنی دیده ام در چشم اختر بارتان

جلوه ی مهتاب دارد باغ ایمان شما

با شما میثاق یاری بسته ام تا روز مرگ

کافرم گر سر بگردانم ز فرمان شما

ای همه گل های غمگین رُسته در صحرای درد!

طبع ناآرام من، مرغ غزل خوان شما!

دهقان پیر زنده دل

دهقان پیر زنده دل (۱)

اگر قدم کمان و مو سپیدم

به گلزار جهان، نخل امیدم

منم بر دامن صحرا چو فرهاد

منم مردانه مرد تیر و مرداد

منم کز بیل خود با خاطری شاد

کنم دشت و دمن شاداب و آباد

زداس من شده پشت عدو خم

منم بر گلشن ایجاد، شبنم

ز جان خویشتن در راه ایجاد

گذشتم تا جهانی سازم آباد

من آر پیر و ضعیف و دردمندم

به عقل و عهد و ایمان پای بندم

من آن پیرم که انسان تمامم

همیشه در پی سعی و قیامم

مطیع رهنمای عدل و دادم

بنای بذر و کشت اقتصادم

من آن پیرم که اندر چشم دشمن

نمایم جا ز پیکان تهمتن

رضا

رضا (۱)

خود را به رضای حق رضا می بینم

درویشی خود را غنا می بینم

گر درد فرستد، شکایت نکنم

زیرا که در آن، عطر شفا می بینم

همه فانی است

همه فانی است (۲)

ای پیر! کسی جوان نخواهد ماندن

از عاریه ها نشان نخواهد ماندن

جز حیّ قدیر هر چه بینی، فانی است

یک ذره در این جهان نخواهد ماندن

۱- دلم از سنگ که نیست؟، ص ۶۸.

۲- چه کنم دلم که از سنگ نیست، ص ۴۹.

حیله ی روزگار

حیله ی روزگار (۱)

روزگارم نام داد و کامرانی را گرفت

تا زبانم داد، شوق هم زبانی را گرفت

گفتمش: خواهم گل صد آرزو آرم به چنگ

گل، فراوان داد و ذوق باغبانی را گرفت

آن چنان بودم که لبخندم گل صد باغ بود

اشک پیری، خنده های آن چنانی را گرفت

آبرو می خواستم تا رخ برافروزم چو شمع

آبرو بخشید و روی ارغوانی را گرفت

در جوانی شاد بودم، پایکوب دشت ها

رنج پاییزی، بهار شادمانی را گرفت

هیچ دانی روزگار حیله گر با من چه کرد؟

سال ها عمر عبث داد و «جوانی» را گرفت!

سبدی از ندامت

سبدی از ندامت

نمی دانم چه شد که چنین شد،

ولی هر چه بود، امروز می آیم.

می آیم با سبدی از ندامت،

با شاخه ای از مهر

می آیم تا بر پایت بوسه زنم، خاکش را توتیای چشم سازم

۱- چه کنم دلم که از سنگ نیست، ص ۹۰.

می آیم تا در برت گیرم.

می دانم که پاییز زندگی، برگ، برگ تننت را به کف باد سپرده

و سوز بی رحم زمستان،

بر تن نحیف، تازیانه ها زده،

ولی این بار می آیم تا پیوندی زنم؛

پیوندی با شیره ی جانم

بر زخم هایت

بر دردهایت

و تو پرنده ی زخمی را به آشیانه باز گردانم

تا با نغمه ی زیبای نیایش ات

بهار را میهمان مان کنی

امید که عذرم پذیری.

حکایت های سالمندان

پیر خارکن

پیر خارکن (۱)

سلطان محمود، پیری ضعیف را دید که پشتواره ی خار می کشید. بر او رحمش آمد، گفت: ای پیر! می خواهی دو سه دینار زر یا درازگوشی یا دو سه گوسفند یا باغی به تو دهم تا از این زحمت، خلاصی یابی؟

پیر گفت: زر بده تا در میان بندم و بر درازگوشی نشینم و گوسفندان در پیش گیرم و به باغ بروم و به دولت تو، باقی عمر آن جا بیاسایم. سلطان را خوش آمد و گفت چنان کردند.

پاسخ دندان شکن

پاسخ دندان شکن (۲)

گویند: پیری گوژپشت در حالی که به عصایی تکه کرده بود، می رفت. جوانی به تمسخر به او گفت: ای شیخ! این کمانک به چند خریده ای تا من نیز یکی بخرم؟ پیر گفت: اگر صبر کنی و عمر یابی، روزگار، خود، رایگان یکی به تو بخشد، هر چند که از آن پرهیزی!

۱- کشکول منتظری، ص ۳۶.

۲- حکایت از قابوسنامه، برگرفته از: مجموعه مقالات سالمندی، ج ۲، ص ۴۳۷.

نگرش مثبت به سالمندی

نگرش مثبت به سالمندی (۱)

گرگیاس، استاد افلاطون، ۱۰۷ سال عمر داشت و تا آخرین لحظه ی عمر به مطالعه و تحقیق سرگرم بود. در پاسخ کسی که از کیفیت سالمندی پرسید، گفت: من در سالمندی هیچ بدی ندیده ام.

طیب و سالمند

طیب و سالمند (۲)

سالمندی خدمت طیبی رسید و از یک یک اعضای بدن، گلابیه و آه وناله کرد. طیب همه ی دردهای اعضای بدن را به پیری نسبت داد.

گفت پیری مر طیبی را که من

در ز حیرم از دماغ خویشتن

گفت: از پیری است آن ضعف دماغ

گفت: بر چشمم ز ظلمت هست داغ

گفت: از پیری است ای شیخ نزار!

گفت: هرچه می خورم نبود گوار

گفت: ضعف مده هم از پیری است

گفت: وقت دم مرا دم گیری است

گفت: آری انقطاع دم بود

چون رسد پیری، دو صد علت شود

۱- پیری و راز دوستی، سیسرون، برگردان: محمد حجازی، بنگاه ترجمه و نشر و کتاب، ۱۳۶۰، ص ۲۳.

۲- دروه ی کامل مثنوی معنوی، طلوع، بهار ۷۸، چ ۶، ص ۲۹۸.

پیر هر چه می گفت، طیب آن را به سالمندی نسبت می داد، تا این که پیر خشمگین شد و طیب بیچاره را به باد انتقاد گرفت که این چه پاسخی است که علت همه ی بیماری ها را پیری می دانی و بس؟

ای مدمغ! عقلت این دانش نداد

که خدا هر رنج را درمان نهاد؟

پس طیبیش گفت: ای عمر تو شصت

این غضب وین خشم هم از پیری است

چون همه اوصاف و اجزا شد نحیف

خویشتن داری و صبرت ضعیف

مولانا در پایان این حکایت، این قاعده و قانون را در یک مورد بی اثر می داند و آن هنگامی است که پیر، پیر معرفت و کمال باشد نه پیر سن و سال.

جز مگر پیری که از حق است مست

در درون او حیات طیبیه است

احترام به سالمند

احترام به سالمند (۱)

حجت الاسلام جمی، امام جمعه آبادان نقل می کرد:

یک بار به محضر حضرت امام خمینی رحمه الله در جماران رسیدم. یکی از

مسئولان مملکتی برای انجام کارهای جاری به خدمت امام رسید. پدر سالخورده اش نیز همراهش بود و وقتی می خواست حضور امام برسد، خودش جلوتر از پدر حرکت می کرد. پس از تشریف به خدمت امام، پدرش را معرفی کرد. امام نگاهی به آن مسئول کرد و فرمود: این آقا پدر شما هستند؟ عرض کرد: آری. امام رحمهم الله فرمود: پس چرا جلوی وی راه افتاده ای و وارد شدی؟

متون ادبی

سالمند کیست؟

سالمند کیست؟ (۱)

سالمند، آفتابی درخشان است که رسالت خویش را در این سرای خاکی به پایان رسانده و مسافرسرایی دیگر است. پس بیاید عاشقانه و بی آرایش، گرد راه از این مسافر خسته بشویم و آب رخسار (تجربه های پیشین) او را حیات بخش مردمان در راه بدانیم. بیاید زیبایی های زندگانی را با وجود سالمندان، آذین بندیم. و از توبره ی تلاش و رنج های بایسته ی آنان، توشه ای شایسته بگیریم و با امیدواری، برای فردای فرزندان خویش به امانت بگذاریم.

آری، توانایی های سالمندان را با بزرگ ترین گنج هستی، برابر نمی توان کرد. از این رو، از این دریچه بنگرید که هر دم که می گذرد، دگر بازگشتی ندارد. حال اگر این دم ها به پاکی های زندگانی راستین، آراسته بوده و در راه سازندگی جهان، صرف شده باشد، با چه گنجی در هستی، قابل سنجش است؟

۱- نوشته ی داریوش فرهمند، برگرفته از: مقاله ی «زمینه ی روان شناسی سالمندان»، زمینه های آموزشی و اجتماعی، مجموعه مقالات سالمندی، ج ۳، صص ۱۲۶ و ۱۲۷.

بی گمان، هر آزاده ای در خواهد یافت که سالمند چه گوهر گران بهایی است و چه سان باید او را پاس داشت و بر پایش بوسه زد.

انیس تنهایی

انیس تنهایی (۱)

می دانم ای مسافر خسته! ای خمیده ی راه طولانی! بار غربت تنهایی، در دل دریایی ات سنگینی می کند. دیگر پیکر نحیف، تاب تحمیل روح بزرگت را ندارد. سیمای ملیحت به ظاهر آرام است، ولی در درونت، آتش فشانی در غوغاست که آرام و قرارت را بریده.

بیا، بیا امشب صمیمی تر از همیشه، پنجره ی دلت را به سوی آسمان باز کن. با گلاب دُعا، حریم دلت را غسل بده و پاک و بی ریا، آهنگ دل نواز «رتنا» را تلاوت کن. خواهی دید که چگونه باران رحمت الهی، کویر دلت را با طراوت و شاداب خواهد ساخت و سراسر وجودت را عطر الهی فرا خواهد گرفت. آن گاه خدا به میهمانی دلت خواهد آمد و دیگر گردی از تنهایی بر دلت نخواهد ماند.

می دانم، باور کن که روح لطیف از بی وفایی ها و نامردی ها آزرده است. همان اندیشه ات در آفاق گذشته مسیر دارد و به روزهای اوج و توان مندی می اندیشی؛ روزهایی که دیگران زیر پر و بالت گرد آمده بودند و تو به مهربانی بال فروتنی بر ایشان گسترده بودی. حال که پرتوان شده اند تو را به وادی فراموشی سپرده اند و تو...

هم چنین می دانم که می توانی با تغییر ندایت، بهارشان را به یکباره خزان سازی، ولی روح بزرگ تو والاتر از آن است که به چنین چیزی راضی شود و «فکرت آسمانی تر از آن است که تنها در جو اندیشه های مادی بلولد».

وجودت همیشه بهاری است، گلزاری است که پاییزی در آن نیست، نوری است که شب به آن راهی ندارد. با آن که بال و پرت ریخته است، ولی صفا و زلالی ات را در نماز می توان دید، در نگاه ژرفت می توان خواند و در دستان گرم و صمیمی ات، می توان یافت.

پس ای زلال، ای پاک! ای صمیمی! بیا، بیا، سجاده بگستر و دست نیایش برگیر. دعایشان کن، بخواه که هدایت شوند، بخواه تا نورانی شوند و بخواه پاک و ناب شوند همانند خودت!

آری، دعا کن، دعای تو دل شکسته، رمز گشایش است و مستجاب.

بخش سوم: همراه با برنامه سازان

اشاره

بخش سوم: همراه با برنامه سازان

زیر فصل ها

پیشنهاد های کلی

پیشنهاد های برنامه ای

پرسش های مسابقه ای

پرسش های مردمی

پرسش های کارشناسی

معرفی کارشناس

پیام های گوینده یا زیر نویس

معرفی منابع برای مطالعه ی بیشتر

پیشنادهای کلی

اشاره

پیشنادهای کلی

به برکت آموزه های اسلامی، سالمندان از جایگاه اجتماعی و معنوی ویژه ای در کشور ما برخوردار هستند. خانواده ها، آنان را منبع الهام و برکت می دانند و مقام ایشان را نکو می دارند. با این حال، افزایش جمعیت سالمندان در سال های آینده، پی آمدهای اقتصادی، اجتماعی و بهداشتی فراوانی به همراه خواهد داشت تا اندازه ای این توازن را بر هم می زند. در این میان، رسانه های گروهی مانند صدا و سیما که در تأثیرگذاری بر اندیشه ها و رفتار جامعه نقش بسزایی دارند، باید با الهام از آموزه های آسمانی اسلام، رسالت خویش را به عنوان دانشگاهی عمومی در زمینه های گوناگون به شایستگی انجام دهند.

۱_ تلاش برای حفظ حضور سالمند در خانواده

۱_ تلاش برای حفظ حضور سالمند در خانواده

خانواده، پایگاه اصلی سالمند در جامعه است. هم اکنون نیز در بسیاری از روستاها و شهرهای کوچک و بزرگ، نگهداری سالمندان بر عهده ی خانواده است.

رسانه های گروهی کشور باید با آموزش رابطه ی درست سالمند با خانواده، بکوشند این پایگاه حفظ شود؛ زیرا خانواده، امن ترین و بهترین محل برای نگهداری سالمندان است. با برنامه های گوناگون می توان پشتیبانی دولت و نهادهای خیریه را برای کمک به خانواده هایی که سالمند دارند، جلب کرد.

۲_ پیش‌گیری از اثرگذاری نامطلوب

۲_ پیش‌گیری از اثرگذاری نامطلوب

در تهیه و پخش برنامه‌های رادیویی و تلویزیونی درباره‌ی سالمندان باید دقت بسیار به عمل آید تا پی‌آمدهای نامطلوبی بر روحیه‌ی سالمندان و نگرش افراد جامعه به آنان نداشته باشد. متأسفانه گاهی رسالت اثرگذاری مطلوب فدای جذب تماشاگر یا شنونده‌ی بیشتر می‌شود. برای مثال: در برنامه‌های رادیویی، برای خندانیدن شنوندگان، سالمندان در لطیفه‌ها، مسخره‌می‌شوند یا در برخی فیلم‌ها و سریال‌ها، سالمندان را در نقش افرادی منفی، لجوج، یک‌دنده، خودخواه، مال‌دوست، رمال، ساحر و... نشان می‌دهند. هم‌چنین با نمایش صحنه‌های حزن‌انگیز از وضعیت سالمندان ناتوان و بیمار، آنان را افرادی ناتوان و عقب‌مانده می‌نمایانند که نه تنها هیچ سخن تازه‌ای برای گفتن ندارند، بلکه سربار جامعه نیز هستند. ادامه یافتن چنین سیاستی، نگرش‌های منفی نسبت به سالمندان را در جامعه افزایش می‌دهد و به سلامتی روانی سالمندان، آسیب جدی می‌رساند.

۳_ آموزش

۳_ آموزش

افزایش آگاهی‌ها برای پیش‌گیری و کاستن از عوارض برخی بیماری‌های دوران سالمندی، بسیار سودمند است. رسانه‌های گروهی مانند صدا و سیما و مطبوعات برای گسترش مراقبت‌های بهداشتی و کاهش هزینه‌ی نگهداری و درمان سالمندان می‌توانند به صورت مستقیم یا غیرمستقیم آموزش‌هایی را به سالمندان و خانواده‌های آنان ارائه دهند. برای مثال، با آموزش درست به سالمند و اطرافیان وی، از ناتوان شدن کلی سالمند در برابر برخی بیماری‌ها می‌توان پیش‌گیری کرد. هم‌چنین سالمندان برای حفظ سلامتی خویش باید از

انجام کارهای سخت، دوری کنند و هر روز چند دقیقه به حرکات نرمشی بپردازند.

۴_ تقویت باورهای مذهبی

۴_ تقویت باورهای مذهبی

بسیاری نگرانی‌ها و بیماری‌های روحی که سالمند را از زندگی ناامید می‌سازد، در سستی ایمان ریشه دارد. رسانه‌های گروهی با تهیه برنامه‌هایی برگرفته از آموزه‌های آسمانی اسلام، به تصویر کشیدن سختی‌های الگوهای سالمندی در اسلام، بیان احادیث در قالب نمایشی و... می‌توانند نقش ایمان را در آسان ساختن سختی‌ها و شکوفایی نور امید به آینده بیان کنند.

پیشنهادهاى برنامه‌ای

پیشنهادهاى برنامه‌ای

۱_ بیشتر سالمندان فرزانه از دوره‌ی سالمندی، به بهترین صورت بهره‌برداری می‌کنند. بعضی به جبران کوتاهی‌های گذشته می‌پردازند و برخی دیگر با تجربه‌های اندوخته در دوران جوانی، به شعر، نقاشی، مجسمه‌سازی، قلم‌کاری، خیاطی، نویسندگی و... روی می‌آورند. صدا و سیما می‌تواند در برنامه‌ای با عنوان همراه با فرزندگان، آثار، ابتکارها و خلاقیت‌های این سالمندان را معرفی کند تا از این هنرمندان نیز تقدیر و تجلیل شایسته صورت گیرد.

۲_ از پیشوایان دینی درباره‌ی جایگاه سالمندان در خانواده و جامعه، سخنان ارزش‌مندی بر جای مانده است که خود از ارزش سالمندی در آیین اسلام، حکایت می‌کند. بازگویی این سخنان به صورت ترجمه، زیرنویس و میان‌برنامه‌های رادیویی و تلویزیونی، اثربخش خواهد بود.

۳_ با تهیه‌ی گزارش‌های مستند از برنامه‌های غذایی، محیط زندگی و فعالیت سالمندان سالم روستایی می‌توان به بررسی نقش تغذیه، ورزش و

محیط در سلامتی سالمندان پرداخت و سالمندان شهری را به الگوپذیری از آنان، نزدیک کرد.

پرسش های مسابقه ای

پرسش های مسابقه ای

۱_ در اسلام، پیران سالخورده به چه تشبیه شده اند؟

الف) دانشمندان جامعه ب) بزرگان قبیله

ج) علمای دینی د) پیامبران الهی در میان امت

۲_ کدام سالمند، نخستین زیارت کننده ی قبر امام حسین علیه السلام است؟

الف) هانی بن عروه ب) جابر بن عبدالله انصاری

ج) سلیمان بن سرد خزاعی د) حبيب بن مظاهر

۳) کدام يك از امامان معصوم عليهم السلام برای سالمندان یهودی، مستمری بازنشستگی، تعیین کرد؟

الف) امام علی علیه السلام ب) امام سجاد علیه السلام

ج) امام باقر علیه السلام د) امام صادق علیه السلام

۴) به گفته ی معصومین عليهم السلام ، پاداش احترام به سالمند چیست؟

الف) هم نشینی با فرشتگان ب) بخشش گناهان

ج) هم نشینی با رسول خدا صلی الله علیه و آله شفاعت دیگران

۵) قرآن مجید از کدام سالمند با عنوان «شیخ کبیر» یاد کرده است؟

الف) خضر نبی علیه السلام ب) حضرت موسی علیه السلام

ج) حضرت یعقوب علیه السلام د) حضرت ابراهیم علیه السلام

۶) برای چیره شدن بر نگرانی های دوره ی سالمندی، کدام عامل بیشترین تأثیر مثبت را خواهد داشت؟

الف) داشتن کار مناسب ب) برنامه های تلویزیونی مناسب

ج) ایمان مذهبی د) هیچ کدام

۷) کدام عامل به دگرگونی جایگاه اجتماعی سالمندان در گستره ی جهانی انجامیده است؟

الف) پدیده ی جهانی شدن ب) پدیده ی صنعتی شدن

ج) نابودی پدیده ی خانواده ی گسترده د) الف و ج

۸) در فرهنگ عمومی مردم، «عصای پیری» یعنی؟

الف) دوستان ب) نواده گان

ج) فرزندان د) همسر

۹) در غرب از سالمندان با چه عنوانی یاد می شود؟

الف) انبوه منزوی ب) گروه خاکستری

ج) بی کاران کبیر د) ب و ج

۱۰- اشتباه ها و اخلاق منفی سالمند را چگونه باید به او یادآوری کرد؟

الف) تذکر مستقیم ب) مقابله به مثل

ج) تذکر غیرمستقیم به وسیله ی هم سالان د) هیچ کدام

پرسش های مردمی

پرسش های مردمی

۱- به نظر شما سالمند چه کسی است؟

۲- یک شعر یا ضرب المثل درباره ی سالمند بگویید؟

۳- از سالمندان خانواده چه انتظاری دارید؟

۴- دو مورد از سفارش های معصومین علیهم السلام درباره ی سالمندان را بیان کنید؟

۵- برای رفاه حال سالمندان خانواده، چه کارهایی می توان انجام داد؟

۶_ ویژگی های سالمند خوب چیست؟

۷_ آیا تاکنون درباره ی کاری با سالمندی مشورت کرده اید؟ چه نتیجه ای گرفته اید؟

۸_ آیا می دانید روزی به نام «روز سالمند» نام گذاری شده است؟ چه روزی است؟

۹_ درباره ی تجربه های سالمندان چه نظری دارید؟

۱۰_ آیا تاکنون به سالمندی خود فکر کرده اید؟ گمان می کنید چگونه باشد؟

۱۱_ یک مسلمان پیش از رسیدن به دوره ی سالمندی باید چه کاری انجام دهد؟

پرسش های کارشناسی

پرسش های کارشناسی

۱_ جایگاه واقعی سالمند در اسلام چیست؟

۲_ یک سالمند مسلمان در جامعه ی اسلامی چه نقش هایی می تواند ایفا کند؟

۳_ وظایف افراد خانواده را در قبال سالمندان از دیدگاه اسلام توضیح دهید؟

۴_ با توجه به سفارش قرآن و معصومان علیهم السلام درباره ی سالمندان، نگرش های منفی جامعه نسبت به سالمندان، در چه عاملی ریشه دارد؟

۵_ ایمان به خدا تا چه اندازه بهداشت روانی سالمندان را تضمین می کند؟

۶_ آیا دولت تاکنون توانسته است از توان مندی های سالمندان برای حل مشکلات اجتماعی بهره گیرد؟

۷_ پی آمدهای افزایش جمعیت سالمندان کشور چیست؟

۸_ برای درونی کردن ارزش های اسلامی در خانواده ها و تشویق آنان به نگهداری سالمندان، چه باید کرد؟

۹_ تلاش های حمایتی دولت باید چگونه در خدمت خانواده های دارای سالمند قرار گیرد؟

۱۰_ پدیده ی صنعتی شدن و گسترش شهرنشینی تا چه اندازه در کاهش یا افزایش جایگاه اجتماعی سالمندان جامعه ی اسلامی تاثیرگذار بوده است؟

۱۱_ چگونه می توان روابط سالم و اسلامی میان افراد خانواده و سالمندان را برقرار کرد؟

۱۲_ آیا وجود آسایش گاه های سالمندی در کشور اسلامی به معنای تزلزل جایگاه سالمندان است؟

۱۳_ دلیل انفعال سالمندان آسایشگاهی چیست؟ چگونه می توان بر این مشکل چیره شد؟

معرفی کارشناس

معرفی کارشناس

۱_ آیت الله ابراهیم امینی؛ امام جمعه ی موقت قم و نایب رییس مجلس خبرگان

۲_ حجت الاسلام و المسلمین علی اکبر حسینی؛ نویسنده و نماینده ی پیشین مجلس شورای اسلامی

۳_ دکتر علی قائمی؛ استاد دانشگاه

۴_ دکتر مسعود غفاری؛ عضو هیئت علمی دانشگاه علامه طباطبایی

۵_ دکتر حبیب الله زنجانی؛ دانشیار گروه جمعیت شناسی دانشگاه تهران

۶_ خانم اشرف قندهاری؛ مدیر آسایشگاه کهریزک

۷_ دکتر هوشنگ بیضایی؛ فوق تخصص طب سالمندی

۸_ دکتر عزت الله سام آرام؛ استادیار دانشگاه علامه ی طباطبایی

۹_ دکتر عطاءالله مثنوی؛ پژوهش گر سالمندان و عضو هیأت علمی دانشگاه علوم بهزیستی و توان بخشی تهران

۱۰_ دکتر شکوه نوایی نژاد؛ استاد دانشگاه تربیت معلم

۱۱_ دکتر سوسن سیف؛ استاد دانشگاه الزهراء تهران

۱۲_ دکتر سید صدرالسادات؛ عضو هیأت علمی دانشگاه

۱۳_ دکتر علی اکبر شعاری نژاد؛ استاد دانشگاه

۱۴_ دکتر احمدعلی اکبری کامرانی؛ استادیار دانشگاه علوم بهزیستی و توان بخشی

پیام های گوینده یا زیرنویس

پیام های گوینده یا زیرنویس

برکت با پیران است. (۱)

پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله

همه ی سعادت در عمر طولانی است که در ره طاعت، صرف شود. (۲)

پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله

موی سفید برای اعلام مرگ کافی است. (۳)

امام علی علیه السلام

عمر دراز با عبادت از ویژگی های پیامبران است. (۴)

امام علی علیه السلام

آن چه را در اول عمر از دست رفته است، در پایان زندگی جبران کن. (۵)

امام علی علیه السلام

٢- نصايح، ص ٢٠.

٣- نصايح، ص ٥١.

٤- نصايح، ص ٥١.

٥- نصايح، ص ٤٧.

برکت عمر در کار نیک است. (۱)

امام علی علیه السلام

آینه ی عاقبت نما به دست مردم با تجربه است. (۲)

تجربه سبب نمی شود اشتباه های قدیمی را تکرار نکنیم، بلکه اشتباه های جدیدتری مرتکب نشویم. (۳)

بشریت، پیشرفت اخلاقی خود را مدیون کهنسال است. (۴)

تولستوی

بدون کهنسالی، بشریت را که می ماند. (۵)

تولستوی

در کهنسالی، انسان بهتر و فرزانه تر می شود و تجربه های خود را به نسل های جدید منتقل می کند. (۶)

تولستوی

سالخوردگی تا اندازه سفر به سرزمین دیگر شبیه است. اگر پیش از سفر به این سرزمین، خود را آماده ی سفر کرده باشید، در

آن جا به شما خوش خواهد گذشت. (۷)

با پیری هم چون مسأله ای روبه رو شوید که می خواهید آن را حل کنید. (۸)

پیری آن اندازه که گمان می شود، بد نیست. نقشه ریزی، آن را بهتر می کند. (۹)

جوان ترین الگوها، پیران کامل اند. (۱۰)

۱- نصایح، ص ۴۷.

۲- رشد معلم، سال ۸۱، ش ۸، ص ۵۷

۳- رشد معلم، سال ۸۱، ش ۸، ص ۵۷

۴- رشد معلم، سال ۸۱، ش ۸، ص ۵۷.

۵- روانشناسی رشد بزرگسالان، علی اکبر شعاری نژاد، انتشارات تهران، پیام آزادی، ۱۳۷۳، پیش گفتار.

۶- روانشناسی رشد بزرگسالان، علی اکبر شعاری نژاد، انتشارات تهران، پیام آزادی، ۱۳۷۳، پیش گفتار.

- ۷- روانشناسی رشد بزرگسالان، علی اکبر شعاری نژاد، انتشارات تهران، پیام آزادی، ۱۳۷۳، پیش گفتار.
- ۸- روانشناسی رشد بزرگسالان، علی اکبر شعاری نژاد، انتشارات تهران، پیام آزادی، ۱۳۷۳، پیش گفتار.
- ۹- روانشناسی رشد بزرگسالان، علی اکبر شعاری نژاد، انتشارات تهران، پیام آزادی، ۱۳۷۳، پیش گفتار.
- ۱۰- معلم خوب، محمد طیب، ص ۴۸.

معرفی منابع برای مطالعه ی بیشتر

معرفی منابع برای مطالعه ی بیشتر

- ۱_ نگرشی بهداشتی بر مسأله ی سالمندان، ژيلا شجری، تهران، انتشارات جهاد دانشگاهی، ۱۳۷۳.
- ۲_ مسایل سالمندی و طب سالمندان، عبدالمجید مجیدی، تهران، انتشارات وحید نیا، چاپ اول، ۱۳۶۸.
- ۳_ پیری چیست؟ چرا پیر می شویم؟، غلام علی شاملو، تهران، شرکت سهامی چهر، ۱۳۶۴.
- ۴_ روند رشد سالمندی در ایران، محمدتقی جغتایی، تهران، دانشگاه علوم بهزیستی و توان بخشی، ۱۳۷۳.
- ۵_ پرستاری سالمندان، فارل. جین، برگردان: نینا ممیشی، نشر رویان، چاپ اول، ۱۳۷۵.
- ۶_ عیش پیری و راز دوستی، سیسرون، برگردان: محمد حجازی، تهران، بنگاه ترجمه و نشر کتاب، ۱۳۶۰.
- ۷_ پیری، موسی برال، دانشگاه تهران، ۱۳۵۴.
- ۸_ تأمین اجتماعی در اسلام، مالک محمودی و ابراهیم بهادری، تهران، مسجد الغدیر، ۱۳۶۵.
- ۹_ گوهر وقت، سیدحسن مطلبی، تهران، سازمان تبلیغات اسلامی، ۱۳۷۲.
- ۱۰_ بررسی علل سپردن سالمندان به آسایش گاه های سالمندی، عطاءالله مثنوی، تهران، سازمان بهزیستی، ۱۳۷۱.
- ۱۱_ از سالخوردگی لذت ببرید، ب. ف. اسکیزوم. ای. وان، برگردان: احمد آرام، نشر دریا، چاپ اول، ۱۳۶۸.

- ۱۲_ روان شناسی پیری، بریان ال میشارا و روبرت جی _ رایدل، انتشارات اطلاعات، ۱۳۶۵.
- ۱۳_ روان شناسی سالمندی، استوارت مارتا، واندن بوس و گرمی آر، انتشارات آستان قدس رضوی، ۱۳۷۳.
- ۱۴_ اسلام و سالمندان، سازمان بهزیستی کشور، ۱۳۶۱.
- ۱۵_ دوران کهولت در ایران، طلعت اللهیاری، تهران، سازمان بهزیستی کشور، ۱۳۶۲.

کتاب نامه

کتاب نامه

* قرآن کریم

- ۱_ آپت، ننا؛ سالخوردگان صاحب بینش، بهداشت جهانی، سال ۱۲، ۱۳۷۲.
- ۲_ اعتصامی، پروین؛ دیوان شعر، نشر قطره، چاپ اول، ۱۳۷۷.
- ۳_ باقری، محمدنبی؛ ویرانه ی دل، اراک، انتشارات ذره بین.
- ۴_ پاینده، ابوالقاسم؛ برگردان نهج الفصاحه، انتشارات جاویدان.
- ۵_ تافلر، آلوین؛ موج سوم، شهین دخت خوارزمی، تهران، نشر فاخته، چاپ یازدهم، ۱۳۶۵.
- ۶_ تقوی، نعمت الله؛ جامعه شناسی خانواده، پیام نور، چاپ دوم، ۱۳۷۶.
- ۷_ تمیمی آمدی، عبدالواحد؛ غررالحکم، قم، انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۳۶۶.
- ۸_ حافظ شیرازی، شمس الدین محمد؛ دیوان شعر، قم، موسسه الوفا، انتشارات اندیشه، چاپ اول، ۱۳۶۸.
- ۹_ حسن بی حرانی، ابومحمد؛ تحف العقول، نشر صدوق.
- ۱۰_ دشتی، محمد؛ برگردان نهج البلاغه، قم، لقمان، چاپ سوم، ۱۳۷۹.
- ۱۱_ دوبوار، سیمون؛ کهن سالی، محمدعلی طوسی، شباوینز، ۱۳۶۵.
- ۱۲_ رسایی بنا، ناصر؛ قانون اساسی، نشر سمن، تهران، چاپ چهارم، ۱۳۷۳.
- ۱۳_ سعدی، شیرازی، شیخ مصلح الدین؛ گلستان، تهران، امیرکبیر، چاپ ششم، ۱۳۶۶.
- ۱۴_ سهیلی، مهدی؛ چه کنم دلم از سنگ که نیست؟، دفتر نشر پوپک.

- ۱۵_ شعاری نژاد، علی اکبر؛ روان شناسی رشد و بزرگ سال (فراخنای زندگی)، تهران، پیام آزادی، ۱۳۷۳.
- ۱۶_ شیخی، محمدتقی؛ جامعه شناسی جهان سوم، تهران، انتشارات اشراقی، ۱۳۷۳.
- ۱۷_ صادقی اردستانی، احمد؛ مشاعره ی جدید، قم، رثوف، چاپ اول، ۱۳۷۴.
- ۱۸_ صحفی، محمد، تعالیم آسمانی اسلام.
- ۱۹_ طباطبایی، سیدمحمد حسین؛ تفسیر المیزان، محمدباقر موسوی همدانی، قم، دفتر انتشارات اسلامی، ۱۳۶۶.
- ۲۰_ طبرسی، علی؛ مشکوه الانوار، عبدالحسین نیشابوری، انتشارات طوس، چاپ اول، ۱۳۷۱.
- ۲۱_ عاملی، حُر؛ وسائل الشیعه، جلد ۲، ۱۵ و ۲۱، قم، موسسه ی آل البیت، ۱۴۰۹.
- ۲۲_ عریان، باباطاهر، رباعیات و دو بیتی ها، یاسین، چاپ مکرر، ۱۳۷۳.
- ۲۳_ فریدی، مرتضی؛ الحدیث، چاپ و نشر دفتر فرهنگ اسلامی، چاپ هفتم، ۱۳۷۲.
- ۲۴_ فلسفی، محمد تقی؛ گفتار فلسفی (بزرگ سال و جوان)، هیأت نشر اسلامی، تهران، ۱۳۵۲.
- ۲۵_ فیض کاشانی، محسن؛ المحججه البیضاء، انتشارات اسلامی، ۱۳۸۳.
- ۲۶_ قاسمی، علی؛ خانواده و مسایل سالمندان، انجمن اولیاء و مربیان، چاپ دوم، ۱۳۷۱.

۲۷_ قراچه داغی، مهدی؛ روان شناسی خلاقیت، تهران، انتشارات شباهنگ.

۲۸_ گروه بانوان نیکوکار؛ مجموعه مقالات سالمندی (ج ۲ و ۳)، گروه بانوان نیکوکار، چاپ اول، ۱۳۷۹.

۲۹_ گروهی از نویسندگان زیر نظر آیت الله ناصر مکارم شیرازی؛ تفسیر نمونه، دارالکتاب الاسلامیه، ۱۳۶۹.

۳۰_ مثنوی، عطاءالله؛ علل سپردن سالمندان به آسایش گاه های سالمندی، تهران، سازمان بهزیستی، ۱۳۷۱.

۳۱_ مجلسی، محمدباقر؛ بحارالانوار، جلد ۷۵، بیروت، دارالاحیاء التراث، ۱۴۰۳.

۳۲_ _____، _____؛ بحارالانوار، جلد ۲۱، بیروت، موسسه الوفا، ۱۴۰۴.

۳۳_ _____، _____؛ بحارالانوار، جلد ۷۳، تهران.

۳۴_ _____، _____؛ حیوه القلوب، انتشارات جاویدان.

۳۵_ مطهری، مرتضی؛ داستان راستان (۲ جلدی)، قم، انتشارات صدرا، چاپ بیست و هشتم، ۱۳۷۸.

۳۶_ منتظری یزدی، محمد؛ کشکول، تهران، مؤسسه ی مطبوعاتی خزر.

۳۷_ مولوی بلخی، محمد؛ کلیات دیوان شمس تبریزی.

۳۸_ _____، _____؛ مثنوی معنوی، طلوع، ۱۳۷۸.

۳۹_ ورام ابن ابی فراس، ابوالحسین؛ مجموعه ی ورام، محمدرضا عطایی، بنیاد پژوهش های آستان قدس رضوی، چاپ اول،

۱۳۶۹.

بسمه تعالی

هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ

آیا کسانی که می‌دانند و کسانی که نمی‌دانند یکسانند؟

سوره زمر / ۹

مقدمه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان، از سال ۱۳۸۵ هـ. ش تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن فقیه امامی (قدس سره الشریف)، با فعالیت خالصانه و شبانه روزی گروهی از نخبگان و فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است.

مرامنامه:

موسسه تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان در راستای تسهیل و تسریع دسترسی محققین به آثار و ابزار تحقیقاتی در حوزه علوم اسلامی، و با توجه به تعدد و پراکندگی مراکز فعال در این عرصه و منابع متعدد و صعب الوصول، و با نگاهی صرفاً علمی و به دور از تعصبات و جریان‌های اجتماعی، سیاسی، قومی و فردی، بر مبنای اجرای طرحی در قالب «مدیریت آثار تولید شده و انتشار یافته از سوی تمامی مراکز شیعه» تلاش می‌نماید تا مجموعه ای غنی و سرشار از کتب و مقالات پژوهشی برای متخصصین، و مطالب و مباحثی راهگشا برای فرهیختگان و عموم طبقات مردمی به زبان های مختلف و با فرمت های گوناگون تولید و در فضای مجازی به صورت رایگان در اختیار علاقمندان قرار دهد.

اهداف:

۱. بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البیت علیهم السلام)
۲. تقویت انگیزه عامه مردم بخصوص جوانان نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی
۳. جایگزین کردن محتوای سودمند به جای مطالب بی محتوا در تلفن های همراه، تبلت ها، رایانه ها و ...
۴. سرویس دهی به محققین طلاب و دانشجو
۵. گسترش فرهنگ عمومی مطالعه
۶. زمینه سازی جهت تشویق انتشارات و مؤلفین برای دیجیتالی نمودن آثار خود.

سیاست ها:

۱. عمل بر مبنای مجوز های قانونی
۲. ارتباط با مراکز هم سو
۳. پرهیز از موازی کاری

۴. صرفا ارائه محتوای علمی

۵. ذکر منابع نشر

بدیهی است مسئولیت تمامی آثار به عهده ی نویسنده ی آن می باشد .

فعالیت های موسسه :

۱. چاپ و نشر کتاب، جزوه و ماهنامه

۲. برگزاری مسابقات کتابخوانی

۳. تولید نمایشگاه های مجازی: سه بعدی، پانوراما در اماکن مذهبی، گردشگری و...

۴. تولید انیمیشن، بازی های رایانه ای و ...

۵. ایجاد سایت اینترنتی قائمیه به آدرس: www.ghaemiyeh.com

۶. تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و...

۷. راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی

۸. طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و...

۹. برگزاری دوره های آموزشی ویژه عموم (مجازی)

۱۰. برگزاری دوره های تربیت مربی (مجازی)

۱۱. تولید هزاران نرم افزار تحقیقاتی قابل اجرا در انواع رایانه، تبلت، تلفن همراه و... در ۸ فرمت جهانی:

JAVA.۱

ANDROID.۲

EPUB.۳

CHM.۴

PDF.۵

HTML.۶

CHM.۷

GHB.۸

و ۴ عدد مارکت با نام بازار کتاب قائمیه نسخه :

ANDROID.۱

IOS.۲

WINDOWS PHONE.۳

WINDOWS.۴

به سه زبان فارسی ، عربی و انگلیسی و قرار دادن بر روی وب سایت موسسه به صورت رایگان .

در پایان :

از مراکز و نهادهایی همچون دفاتر مراجع معظم تقلید و همچنین سازمان ها، نهادها، انتشارات، موسسات، مؤلفین و همه

بزرگوارانی که ما را در دستیابی به این هدف یاری نموده و یا دیتا های خود را در اختیار ما قرار دادند تقدیر و تشکر می نمایم.

آدرس دفتر مرکزی:

اصفهان - خیابان عبدالرزاق - بازارچه حاج محمد جعفر آواده ای - کوچه شهید محمد حسن توکلی - پلاک ۱۲۹/۳۴ - طبقه اول

وب سایت: www.ghbook.ir

ایمیل: Info@ghbook.ir

تلفن دفتر مرکزی: ۰۳۱۳۴۴۹۰۱۲۵

دفتر تهران: ۰۲۱ - ۸۸۳۱۸۷۲۲

بازرگانی و فروش: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹

امور کاربران: ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹



مرکز تحقیقات رایانگی

اصفهان

گامی

WWW



برای داشتن کتابخانه های تخصصی
دیگر به سایت این مرکز به نشانی

www.Ghaemiyeh.com

www.Ghaemiyeh.net

www.Ghaemiyeh.org

www.Ghaemiyeh.ir

مراجعه و برای سفارش با ما تماس بگیرید.

۰۹۱۳ ۲۰۰۰ ۱۰۹

