

سیدمویان و تکانه‌های اجتماعی

www.ketab.ir

مترجم و گردآورنده

دکتر مهدی افشار

سرشناسه	افشار، مهدی، ۱۳۲۶ - گردآورنده، مترجم Afshar, Mehdi
عنوان و نام پدیدآور	سپیدمویان و تکانه‌های اجتماعی
مشخصات نشر	تهران: واژه آرا، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	۳۱۲ ص.
شابک	978-622-98706-4-8
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	ate Dickinson: In Praise of Blandness, Agedness, "and Oblivion کتاب حاضر ترجمه مقاله "اثر یان‌بین کانگ و مقالات دیگر است.
یادداشت	کتابنامه: ص. ۳۱۳.
موضوع	پیری
موضوع	Aging
موضوع	پیری -- جنبه‌های اجتماعی
موضوع	Aging -- Social aspects
موضوع	پیری -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	Aging -- Psychological aspects
شناسه افزوده	کانگ، یین‌بین
شناسه افزوده	Kang, Yanbin
رده بندی کنگره	HQ۱۴۱
رده بندی دیویی	۶۱۳.۵
شماره کتابشناسی ملی	۴۸۴۸۱۱

واژه آرا

سپیدمویان و تکانه‌های اجتماعی

مترجم و گردآورنده: دکتر مهدی افشار

چاپ اول: ۱۴۰۰

چاپ: دریا

شمارگان: ۵۰۰

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۸۷۰۶-۴-۸

تهران - خیابان سهروردی شمالی - خیابان عربعلی (نوبخت) - کوچه دوم - پلاک ۱۴

تلفن: ۸۸۷۶۹۵۳۲

به اهتمام و سفارش موسسه پرتو فرهنگ و اندیشه به صاحب امتیازی کانون بازنشستگان وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی

۱۲۰۰۰۰ تومان

فهرست

مقدمه مترجم و گردآورنده	۵
فصل اول: پیر و پیری در ادب فارسی	۱۱
فصل دوم: سالمندی	۳۵
فصل سوم: سازگاری با مسایل خانواده	۱۰۱
فصل چهارم: مشکلات اجتماعی سالمندان	۱۲۵
فصل پنجم: تغذیه	۱۵۱
فصل ششم: روانشناسی سالمندان	۱۶۹
فصل هفتم: درد و درمان	۲۴۷
فصل هشتم: زنان سالمند	۲۷۷
فصل نهم: راهکارها	۲۹۵

مقدمه مترجم و گردآورنده

پرسشی که امروزه مطرح است این که آیا در ایران بین بازنشستگی و سالمندی رابطه‌ای وجود دارد؟ دشوار می‌توان به این پرسش پاسخ مثبت داد، زمانی که براساس تعاریف سازمان بهداشت جهانی، سالمندی از ۷۵ سالگی شروع می‌شود و پیران سالگی بعد از ۸۵ سالگی است و در ایران کارکنان دولتی و پاره‌ای کارکنان بخش خصوصی در ۵۲ سالگی بازنشسته می‌شوند. آیا می‌توان مرد یا زن ۵۲ ساله را سالمند تلقی کرد؟ بدیهی است که پاسخ منفی است. مرد یا زن ۵۰ ساله اکنون در اوج پختگی، کارآزمودگی و چابکی ذهن است، راندن آنان به پستوهای سکون و سکوت و خاموشی و بی‌حرکی نه ستم به خود آنان که ستم به جامعه‌ای است که حاکمیت آنان را از باردهی و بازدهی محروم گردانیده است و تردیدی نیست که دولتمردان که البته بعد از شصت و هفتاد و گاه هشتاد بر صندلی مدیریت تکیه زده‌اند و این صندلی را رها نمی‌کنند، باید تجدیدنظری در سن بازنشستگی به عمل آورند تا این سرمایه‌های گران‌بها از کف بیرون نرود. در کشورهای راقیه از جمله کانادا و آمریکا، سن بازنشستگی ۶۵ سالگی است؛ آنان به فراست دریافته‌اند در روزگاری که بهداشت جهانی تا این حد رشد کرده که انسان‌ها قادرند تا سال‌های بعد از ۷۰ زندگی خویش را خردورزانه اداره کنند و بی‌هیچ نقصانی در عملکرد فیزیکی‌شان امور جاری خود و دیگران را به گردش درآورند، راندن و حذف آنان از عرصه کار و تولید و بالاخص تولید

اندیشه و انتقال تجربه نابرداری است.

اکنون نه تنها جامعه ایران که جامعه جهانی در حال پیر شدن است، دور نیست آینده‌ای که بگویند دیدی در صد و سه سالگی جوانمرگ شد و جهان به زودی شاید در سال‌های دهه ۲۰۵۰ شاهد چنین تحولی باشد، به ویژه آن که نورولوژیست‌ها و پزشکان مغز و اعصاب به این نتیجه رسیده‌اند که سال‌های دهه هفتاد و هشتاد، سال‌های پختگی است که هر دو نیمکره راست و چپ مغز هماهنگ می‌شوند و امکان خلاقیت را گسترش می‌دهند. به همین دلیل است که می‌توانید در میان افراد بالای ۶۰ سال اندیشیان بسیاری را بیابید. به همین روی ضروری است که به مساله سالمندی با نگاهی ویژه نگریسته شود و چه نیکو می‌بود اگر دانشکده پزشکی و نیز در سایر رشته‌ها چون روان‌شناسی و روان‌شناسی بالینی چند واحد به پیری‌شناسی نیز تخصیص می‌یافت.

و این نکته اگرچه در جای کتاب گاه به تصریح و گاه به تلمیح گفته شده، اما لازم می‌دانم از همین فرصت نیز بهره‌گرم و بگویم دوره پیران‌سالگی، سال‌های شکنندگی و تردی نیست، سال‌هایی نیست که آدم‌ها به کشمشی گرمی‌شان کند و به مویزی سردی‌شان؛ هرچند که در این سال‌ها اشک‌ها زود و آسان فروچکیده می‌شود و لب‌ها زود و آسان به لبخندی گشوده، سال‌هایی است که اکثر پیران سالگان به معصومیت کودکی خویش بازمی‌گردند؛ از این روی است که باید هوای سالمندان را داشت که این قلم، همین دیروز خود در اتوبوس و مترو برمی‌خاست و جای خود را به سالمندی می‌داد و امروز بسیار جوانان برایش به پا می‌خیزند و او را دعوت به نشستن می‌کنند و به راستی که سالمندی، زود، شتابان و آسان از راه می‌رسد و یادمان باشد که پیری را می‌توان پرنشاط‌تر و شادتر گذراند و باز یادمان باشد که راه ورود عشق را بر دل‌های مان ناهموار نگردانیم که به مهر نیازمندیم پس باید بذر مهر بیفشانیم.

شوربختانه باید گفت نگاه امروز دولتمردان ما نه به خویشتن خویش که به دیگران نگاه هفتاد سال پیش است، زمانی که در کتاب‌های درسی مان می‌خواندیم

«مشهدی حسن، آسیابان ده ما پیرمردی چهل ساله است» و همین نگاه است که دولتمردان و سیاستگذاران و مجریان را سوق داده که با گشاده‌دستی (!) اجازه دهند ۵۲ سالگی سن بازنشستگی باشد. طبعاً اگر قرار باشد تحولی مثبت در نظام اداری پدید آید، لازم است این نگاه تغییر کند. مثل بازنشستگی در کشور ما مثل آن باغبانی است که نهال میوه‌ای را می‌کارد، پای آن می‌نشیند، خاکش را زیر و رو می‌کند، غذایش می‌دهد و زمانی که قرار است به بر نشیند، آن را از ریشه درآورده، به جای آن نهال نارس دیگری را می‌نشانند.

جای خورسندی است که پاره‌ای سازمان‌های خصوصی در کمین نشسته‌اند و به محض آن‌که نیروی توانایی به جرم رسیدن به پنجاه سالگی کنار گذاشته می‌شود، جذبش می‌کنند. حقوق مکفی به او می‌دهند و یا عده‌ای از این رانده‌شدگان از سازمان‌های دولتی با تکیه بر تجربه‌شان، خود سازمانی را بنیاد می‌نهند و سخت فعال می‌شوند، حال آن‌که دولت بیش از همه به این صاحبان تجربه و آگاهی و دانش اندوخته نیازمند است.

سر آن نداشتم که از کانون و بازوی فرهنگی و انتشاراتی آن، موسسه فرهنگی - هنری پرتو فرهنگ و اندیشه سخنی بگویم ولی وقتی به یاد می‌آورم کانون بازنشستگان وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی مأمنی پر مهر برای بازنشستگان است و هرگاه به ضرورتی یا حتی بدون ضرورتی تماسی با همکاران دیرینه خود در کانون برقرار می‌کنم، چه‌گونه به لطف پذیرایم می‌شوند و چه‌گونه به مهر پاسخ می‌گویند، با خود گفتم، اکنون که این فرصت به دست آمده و این قلم در ذکر جمیل عاطفه‌ها روان گشته است، چرا ننویسم؟ چرا ننویسم کانون مجله‌ای دارد که بدعق‌ترین و بی‌حوصله‌ترین بازنشستگان را به شوق می‌آورد تا آن را ورق بزنند و در برگ برگ صفحاتش غوطه‌خورند و واژه واژه کلماتش را مزمره کنند و بچشند و در دستگاه هاضمه ذهنی خود هضم کنند؟ چرا ننویسم این قلم در ۳۴ شماره‌ای که تاکنون منتشر شده، بیست و دو خاطره با عنوان «از

روزگار رفته» نوشته است؟ چرا ننویسم طرح‌های روی جلد آن یکی از زیباترین طرح‌هایی است که می‌تواند روی یک مجله ویژه بازنشستگان نمود یابد؟ چرا ننویسم صفحه‌آرایی‌اش تا چه حد حرفه‌ای و زیباست و در باب این ماهنامه ده‌ها «چرا ننویسم» دیگر به ستایش می‌توانم بنویسم.

و نیز دریغ است که نگویم کانون رابطی قدرتمند بین بازنشستگان و مدیران امروزین ارشاد است و چه بسیار موارد که توانسته رافع مشکلات بازنشستگان باشد و دریغ بود که ننویسم همین کانون در چه بسیار موارد، اضطرابات کوچک همکاران بازنشسته خود را برطرف کرده است و می‌پندارم کارکنان و مدیران کنونی وزارتخانه به روشنی می‌دانند دور نباشد خود به خیل بازنشستگان خواهند پیوست و از این روی است که این چنین مهرورزانه هوای بازنشستگان کنونی را دارند و آینده خویش را تضمین می‌کنند.

طبیعی است کانون بازنشستگان وزارت ارشاد که هر یک از کارکنانش لااقل سی سال در عرصه ادب، فرهنگ و هنر حضور تعیین کننده داشته‌اند، به یک نشریه قناعت نکنند و در اندیشه تدوین آثاری باشند که نگاهی ژرف‌تر به مساله بازنشستگی و به تبع آن پیران‌سالگی دارد و از منظر این نگاه بود که همکاران دورسال من و یاران نزدیک حال من به تدوین اثری اندیشیدند که از همه وجوه، حیات بازنشستگان را بازننگری کند و شگفتا که از میان انبوه این قلم به دستان به لطف نازنین دوستم، حسین میرزاخانی که مرد عمل و تدبیر و آگاهی است و یار دیرینه‌ام، صلاح‌الدین خطیر که خود نماد ادب و فضل و دانش است، قرعه به نام من زده شده و آن همکاران قدیم و این یاران ندیم از من خواستند این مهم را به عهده بگیرم و این قلم آنچه در توان داشت و آنچه از منابع مختلف برگرفت و آنچه از طریق ترجمه قلمی کرد، در این مجموعه سر ریز گرداند و حاصل کار همین است که ملاحظه می‌کنید.

و باز سپاس دارم جناب احمد شریف و بهرام مهرتاش را که از رهنمودهای ارزشمندشان بهره‌مند شدم و بسیار سپاس می‌گویم هرگز هوشمند عزیزم را که

پشتوانه‌ای گرانقدر در شکل‌گیری این اثر و انتشار آن است. کتاب حاضر مجموعه‌ای است گردآوری و ترجمه شده از منابع مختلف فارسی و انگلیسی و هدیه‌ای است به بازنشستگان وزارتخانه‌ای که به مدت سی سال در آن آموختم و آموختم و آموزش دادم تا همکارانم با نگاهی متفاوت به بازنشستگی و سال‌های شیرین پس از جدایی از فضای شغلی بنگرند.

دکتر مهدی افشار

بازنشسته، مترجم و استاد دانشگاه