

به نام خدا  
طرح مجموعه مستند  
«گنجینه های زندگی»



پیامبر اکرم (ص) :  
پیر در میان کسان خود چون پیامبر در امت خویش است

جوان را صحبت پیران حصار عافیت باشد

به خاک و خون نشیند تیر ، چون دور از کمان

## مقدمه :

سالمندان بخشی از اقشار جامعه بشری را تشکیل می دهند ، آنها با تجربه فراوان و چشیدن سرد و گرم روزگار می توانند الگوهایی ارزنده و بسیار راهبردی در جهت پیشرفت و ارتقاء همه ابعاد زندگی برای نسل بعد از خود باشند. دوره سالمندی ، بهاری نوین است با کوله باری از تجربیات که چه آسان می توان از آنها بهره گرفت.

در فرهنگ ایرانی – اسلامی تکریم وجود سالمندان با تجربه ، مایه خیر وبرکت است و احترام ویژه به آنان و بکار گیری تجربیات ارزشمند آنان در امور مختلف از آموزه های روشن بوده و در آیات و روایات بسیاری به آن توصیه شده است . چنانکه حضرت علی (ع) پند سالمندان را از رای جوانان دلیر و جسور بهتر می داند و در حکمت 86 نهج البلاغه می فرماید :

**تدبیر و اندیشه پیر را از دلیری جوان دوست تر می دارم .**

کهنسالان عمری تجربه کسب کرده و در مدرسه زندگی درس هایی را فرا گرفته اند . آنان اگر چه از نظر جسمانی ناتوان شده و قدرت فعالیت و تحرک را از دست داده اند ، اما از نظر معنوی تجاربی ارزنده دارند و نیک و بد را خوب تر می فهمند و مسائل را بهتر تجزیه و تحلیل می کنند .

بکارگیری تجارب سالمندان مسیر را برای نسل جوان روشن و هموار کرده و از این گذرآنان

فرصتی برای بیان تجربیات و احساسات خود داشته و حس ارزشمندی را در آنان افزایش داده و

باعث ارتقاء سلامت روانی آنها می شود . هم چنین سالمند هنگامی درک می کند مورد توجه قرار گرفته است ، انگیزه بیشتری برای ادامه زندگی و خدمت به دیگران بدست می آورد



استان اردبیل که در درازای تاریخ به نام های مختلفی از جمله دارالارشاد ، دارالعرفان و دارالامان نامیده می شده است ، در دوران مختلف تاریخی شاهد فراز و نشیب های بسیاری بوده و جایگاه ویژه سیاسی ، اجتماعی و فرهنگی داشته است . اردبیل هم چنین بواسطه وجود بارگاه شیخ صفی الدین اردبیلی ، پایتخت معنوی شاهان صفوی نیز به شمار می رفته و از تقدس و احترام خاصی بهره مند بوده است . در این استان مانند بسیاری از استان های دیگر کشور ، قشر وسیعی

از سالمندان و کهنسالان را بعنوان گنجینه های دیرینه در دل شهرها و روستاهای خود جای داده است . کهنسالانی که در سینه های خود تجارب ارزشمندی را به همراه دارند که شایسته نیست که با بی توجهی غبار فراموشی بر این گنجینه های تجربه نشسته و گنج های ارزشمند تجارب آنها با مرگ آنان به خاک سپرده شود .



### \* ضرورت طرح :

با پیشرفت سریع در جامعه ایران ، برخی نقش موثر پیشکسوتان را در رونق زندگی ها فراموش کرده اند و باور ندارند که انتقال تجربیات پیشکسوتان به نسل جدید می تواند راهگشای بسیاری از معضلات اجتماعی و اقتصادی باشد تا راه های رفته را دوباره طی نکنیم و خطاهای نسل گذشته را دوباره تکرار نکنیم . از این رو در جامعه امروز ترویج این باور که سالمندان حافظان سنت و فرهنگ

و تجربیات ارزشمند و مفیدی هستند ، امری ضروری است و در این راستا رسانه بعنوان ابزاری تاثیرگذاری تواند در تمامی عرصه های مختلف زندگی افراد جامعه نفشی انکار ناپذیر ایفاء نماید.

نکته ضروری دیگر اینکه در زمانه ای که در جامعه شاهد وجود رفتارها و خصوصیات های نامناسب و گاهی نکوهیده از سوی جوانان است ، ضرورت دارد برای کاهش و رفع این رفتارها و ویژگی های نامطلوب در جامعه ، از تجربه ها و داشته های کهنسالان در این زمینه بهره برده تا جامعه بسوی تعالی سوق پیدا کند .

هم چنین گسست نسل ها و دور شدن تدریجی دو یا سه نسل پیاپی از یکدیگر به لحاظ عاطفی ، فکری و ارزشی است و در این وضعیت اغلب ، نوجوانان و جوانان می کوشند تا آخرین پیوند های وابستگی خود را از والدین و بخصوص سالمندان رها کرده و در این راه به گردنکشی و طغیانگری بپردازند ، ضرورت دارد برای کاهش فاصله بین این دو نسل و انتقال داشته های دیرینه کهنسالان مجموعه ای در قالب مستند محض با حفظ حرمت و تکریم سالمندان تهیه و تولید گردد .

در این راستا **موضوعات و چالش های** زیادی در جامعه امروز میان نسل جدید وجود داد که می بایست آنها را از زبان کهنسالان شنید و بهره برد . در این پژوهش نزدیک به 50 موضوع اصلی اشاره خواهد شد که هر یک نقش و تاثیر بسزایی متعالی در زندگی دارد که به آن اشاره می شود .

## موضوعات اصلی :

\* پرهیز از اسراف

\* پرهیز از تجمل گرایی

\* عیادت از کهنسالان به ویژه کهنسالان و بیمار

\* ترویج و ترغیب فرهنگ فرزند آوری

\* تبیین دوران استعمار در وطن توسط بیگانگان

\* مدیریت خانواده

\* نقش و تاثیر هنر در زندگی

\* تاثیر عبادت، انس با قرآن در زندگی

\* نقش تغذیه سالم در سلامت روح و روان

\* تربیت صحیح فرزندان

\* همسر داری (زن و مرد)

\* نقش ورزش در سلامت روح و جسم

\* راز داری و امانت داری و حفظ آبروی دیگران

\* ازدواج مناسب و صحیح بر اساس مشورت و راهنمایی بزرگترها

\* مشارکت و همیاری در امور خیر و عام المنفعه

\* طبیعت دوستی و ارزش احترام به محیط زیست

\* مدیریت صحیح در استفاده از فضای مجازی

\* حفظ نوامیس

\* امر به معروف و نهی از منکر

\* ادای واجبات

\* دوری از محرمات

\* استفاده صحیح از وسایل ارتباط جمعی و فضای مجازی

\* وفای به عهد و مزیت قرض الحسنه

\* آراستگی ظاهر

\* زیارت ( عتبات و اهل قبور )

\* مولد بودن

\* مطالعه و پژوهش

\* روایت دوران هشت سال دفاع مقدس و دوران مقاومت

\* صداقت و راستگویی

\* ساده زیستی

\* رعایت و احترام به قوانین عمومی جامعه

\* حفظ بیت المال

\* مهین دوستی

\* برائت از مشرکین

\* حل اختلافات در خانواده و اجتماع

\* قناعت پیشگی

\* تکریم و احترام به والدین

\* روایت دوران ستم شاهی





### \* ساختار ( شکل اجرایی ) :

ابتدا تیتراژ متناسب با موضوع و اهداف برنامه خواهد آمد . و سپس با معرفی شهر و روستا و محل زندگی جمعی از کهنسالان (مرد و زن ) و گفتگوی صمیمی از روزهای تلخ و شیرین آنان از دوران کودکی تا سالخوردگی پرداخته خواهد شد و در خلال برنامه تصاویر و اجسام بیادگار مانده بر اساس روایت های آنان ارائه خواهد شد . در پایان هر برنامه ترانه ای متناسب با موضوع و تصاویر خاص دقایق آخر ، تیتراژ پایانی را همراهی خواهد کرد .



### جایگاه کهنسالان در آیینه احادیث

پیامبر اکرم (ص) :

وجود پیران سالخورده بین شما ، باعث افزایش فیض ربوبی و بسط نعمت های الهی است

پیامبر اکرم (ص) :

هر جوانی که پیری را برای سن او گرمی بدارد ، خداوند هنگام پیری وی ، یکی را خواهد آورد که

او را گرمی بدارد

امام صادق (ع) :

وقار پیری ، نزد من دوست داشتنی تر از نشاط جوانی است

پیامبر اکرم (ص) : ( نهج الفصاحه )

پیر در میان کسان خود چون پیامبر در امت خویش است

پیامبر اکرم (ص) :

برکت ، بابزرگان شماست

پیامبر اکرم (ص) :

احترام به مسلمان سالخورده ، احترام به خداوند است

احترام به سالخورده امتمن ، احترام نهادن به من است

پیامبر اکرم (ص)

احترام نهادن به ریش سفید و قرآن ، بزرگداشت جلال و شکوه خداوند عز و جل

امام صادق (ع) :

بزرگداشت موم ریش سفید و سالمند ف بزرگداشت خداست و هر کس مومن ریش سفید را خوار

کند ، خداوند کسی را به سراغ او می فرستد تا پیش از مرگ او را خوار کند

پیامبر اکرم (ص) :

هر کس بزرگ مسلمانی را گرمی دارد و احترام نماید ، خداوند او را قیامت از سختی ها و

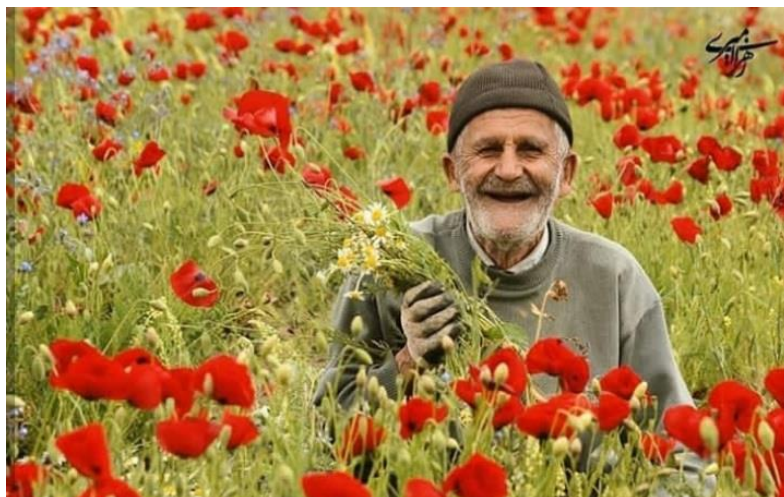
مشکلات در امان می دارد



## \* اهداف :

- تکریم و احترام و ارزش گذاری به جایگاه سالمندان
- تشویق و ترغیب جوانان به استفاده از تجربیات سالمندان
- ترویج رفتارهای مطلوب مختلف در جامعه
- شناسایی و آشنایی با سالمندان موفق بومی دارای تجربه در عرصه های مختلف بعنوان الگویی مناسب در گذران عمر
- انتقال و بیان کمبودها و بی عدالتی های دوران حکومت ستم شاهی از زبان کهنسالان

- به انجام رساندن رسالت رسانه ای خویش با ارائه الگوبرداری مناسب برای جوانان
- شناسایی چالش های دو نسل ( جوانان و سالمندان ) و ارائه راهکار در راستای رفع آنها



### \* نمونه هایی از سؤالات اصلی از سالمندان

- ضمن معرفی خود- سن - محل سکونت - میزان تحصیلات - شغل حال و گذشته خود را بیان فرمایید
- در چند سالگی ازدواج کردید و تعداد فرزندان خود را بیان فرمایید؟
- در صورت عدم تحصیل علت آن چه بوده است ؟
- علاوه بر والدین چه کسانی در رشد و تربیت شما نقش و تاثیر داشته اند ؟
- در حال حاضر آیا فعالیت خاصی را ادامه می دهید چرا؟
- آیا درانتقال تجربه به دیگران در خود، احساس تکلیف می کنید ؟

- آیا تجربه شما می تواند چه نقش و تاثیری در زندگی دیگران داشته باشد ؟
- کدام خصوصیات شما در موفقیت شما تاثیر داشته شده است ؟
- آیا شما در جوانی از تجارب کهنسالان ووالدین خود استفاده می کردید ؟
- چه روشی را برای انتقال تجربیات خود به جوانان پیشنهاد می دهید؟
- آیا درامر ازدواج خود از تجربیات و مشاوره سالمندان بهره برده اید ؟
- از دوران حکومت پهلوی چه بیاد دارید و ارزیابی و مقایسه شما از آن دوران و دوران کنونی چگونه است ؟
- در دوران هشت سال دفاع مقدس چه نقشی داشتید و چه درس وعبرت هایی از آن دوران درزندگی و خاطر شما بیادگار باقی مانده است ؟
- حلال و حرام در زندگی شما تا چه اندازه اهمیت داشته است ؟
- از تجربیات تلخ و و شیرین خود چه عبرت و درسی گرفته اید ؟
- اگر امکان باز گشت به گذشته را داشتید چه کارانجام شده ای را انجام نمی دادید و چه کار انجام نشده ای را انجام می دادید ؟
- امربه معروف و نهی از منکر در زندگی شما چه جایگاه و اهمیتی دارد ؟
- در زندگی خود برای همدلی و همبستگی کانون خانواده از چه راهکاری بهره برده اید ؟

- وضعیت اقتصادی شما در گذشته چگونه بوده است و نقش شما در تامین هزینه های جاری زندگی چه بوده است ؟
- در امر حل اختلافات خانوادگی و اطرافیان چه نقشی داشتید؟
- سلامت روح و روان و رعایت بهداشت فردی در زندگی شما چه جایگاهی داشته و دارد ؟
- الگوی مصرف و جلوگیری از اسراف گرایی در زندگی شما چگونه بوده است ؟
- حضور خدا و عشق به خالق چه نقشی در زندگی شما دارد ؟
- قانون مندی و احترام به قوانین جامعه در زندگی شما چه جایگاهی دارد ؟
- اهمیت و پای بندی به صداقت ، ساده زیستی ، وفای به عهد ، امانت داری و اخلاق نیک را در خودتان چگونه می بینید ؟
- احساس خود را در مورد وطن دوستی بیان فرمایید ؟
- آیا فکر می کنید از عمر خود بهره و استفاده لازم و مفید را برده اید ؟
- عشق و ارادت به خاندان عصمت و طهارت (ع) در زندگی شما چه نقشی دارد؟
- ارتباط شما با همسایه گان و دوستانتان چگونه بوده است ؟
- برای خشنودی مردم در طول زندگی چه کرده اید؟
- اهل مشارکت و همیاری در امور خیر خواهانه بوده اید ؟



- در زندگی رسیدگی به ظاهر چه اندازه برایتان اهمیت داشته است ؟

- عبرت از تاریخ و مطالعه چه نقشی در زندگی شما داشته است؟



## یاد آوری :

برای تعیین سن سالمندی ملاک ، عملکرد ذهنی و روانی فرد مورد ارزیابی قرار می گیرد . سن سالمندی از نظر اجتماعی و مشارکت اجتماعی و اوانمندی و حضور در فعالیت های جمعی محاسبه می شود بنابر این این سن بین 60 تا 65 سالگی برای آغاز سالمندی در ایران صحیح به نظر می رسد .



\*بیاد داشته باشیم که سالمندی پایان راه زندگی نیست و یکی از مراحل رشد انسان و یک روند طبیعی گذر عمر محسوب می شود .

\*بیاد داشته باشیم که با استفاده از تجارب سالمندان می توان به هدف های زندگی خود بهتر اندیشید و راه درست تری را برای رسیدن به یک زندگی سعادتمند انتخاب نمود .

\*بیاد داشته باشیم که با ارائه راهکارهای صحیح و منطقی می توان میان سالمندان این گنجینه های ناب و ارزشمند تجربه ، و جوانان وحدت و همدلی ایجاد نموده و با تلفیق خرد و تجارب پیران و همت والای جوانان ، جامعه را بسوی رشد و تعالی هرچه بیشتر سوق داد .

\* بیاد داشته باشیم با نادیده گرفتن جایگاه کهنسالان و عدم استفاده از گنجینه ارزشمند و کاربردی تجارب آنان در جهت رشد و تعالی خود و جامعه ، بی شک آنان این گنج های نهفته در سینه هایشان را با خود به زیر خاک می برند و این امر جبران ناپذیر خواهد بود



## \* مدت و تعداد برنامه :

این مجموعه مستند در بیست و شش قسمت بیست و پنج دقیقه ای تهیه و تولید خواهد شد.

پژوهشگر و تهیه کننده

حسن ساجدی

**09121032212**

