گفتوگوی «شهروند»بار کورددار اهدای خون در جهان

۱۹۲باراهدای خون، دستاورد ۸۰سال زندگی

مینو میرزایی |رکور ددار اهدای خون جهان از شــباهتهای خود با «لند اشتاینر» کاشف گروههای خونی می گوید. هر دو پزشک، پاتولوژیست و استاد دانشگاه بودهاند. تولد پ در برزیست و مست. اشــتاینر در تقویم ایرانی ۲۴ خردادماه است، همان روزی که دکتر شیخ الاسلامی ۸۰ سال م به جهانُ گشود. کسی که قلبش پ. ن پ ۱۰۰۰ م. در طول ســالیان به شوق زندگی بخشیدن به مر فون سیدن به سروی دستیان به همنوع خود تپیده و امروز راضی و سربلنداز راه درازی که پشت سر گذاشته، با چشمانی پر امیدو بخشـنده، خاضع و بی ادعـا ما را در نجربیات پربار خودسهیم میسازد.

*آقایدکتر،برایماازخودتانبگویید

من سیدمَحمدحسَــن شیخالاسلامی هستم. در اوایل سال ۱۳۱۴ در شوشتر خوزستان متولد شدم. علميه به دليل علاقهام تحصيلات جديد را انتخاب کردم. در دوره دبستان و دبیرستان، رتبه نخست را در استان خوزستان به دست آوردم و وارد دانشکده افسری شدم مسئولان ارتش مرا ترغیب می کردند که ضمن انجام وظیفه، رشته پزشکی را نیز بخوانم ولی من قبول نکردم. مایل بــودم که آزادانه علایقم را دنبال کنم. در دوره ۷ ســاله دانشــکده پزشــکی نیز شاگرداول شــدم. پساز مدتی به شیراز آمدم و یر به تحصیل در دانشگاه علومپزشکی پرداختچ دو تخصص پاتولوژی کلینیکال و پاتولوژی آناتومیکال را گرفتم و چُونُ روسـای دانشـکُده اُحساس کرده بودند که خیلی بـه مقوله انتقال خون علاقهمندم و سالها در این زمینه فعال بودهام، مرا بورسیه کرده وبه دانشگاه لندن فرستادند. در آنجا در رشته انتقال خون وایمنی شناسی خون، فوق تخصص گرفتموبه شیراز باز گشتم و سال ها به عنوان استاد و عضو هیأت علمی در دانشگاه شـیراز خدمت کردم. همچنین ــا که دوره پز شـــکی قانونی را گذرانـــده بودم، هُمکار پزشکی قانونی و سازمان انتقال ُخون شیراز نیز محسوب می شدم. در واقع، از نخستین روزهای تأُسیس این سازمان در شیراز، حضور داشتم. چند بار بهعنوان پزشک نمونه استانی انتخاب شدم. دو بار بزشک نمونه کشوری و یک بار جزو فرزانگان استان نارس بودم. چندسال پیش هم بازنش م. به خصوصُ با ســــازمان انتقال خونُ

*از نَظ شماكا، داوطلبانه جهمعنا به دارد؟ ۰۰ ر معرست در مارسید که معدی به مارد. خداوند امکان رفع، درمان، اصلاح و ترمیم کل گرفتاریها را که برای انسانها به وجود می آید در ر کری کر بری افراد بشر نهاده است. افرادی که این جامعه و در بین افراد بشر نهاده است. افرادی که این مشــکلات را رفع می کنند، دو دستهاند: یک دسته به علت تأمينُ مُعيشت به صورُت شغل اين كارهارا نیز از مزایایی بهرممند میشوند. عده دیگر کسانی هستند که خداوندبه آنها کمال یادر ک بیشتری داده و از نظر روحی و روانی انسانهای از خود گذشتهای . هستند که نیازهای افراد را داوطلبانه، بدون هزینه و بدون چشمداشـــت انجام میدهند. از روز اولی که ر . رسی . انســان به وجود آمده، عدمای نخبه فرزانه داشتهایم که داوطلبانه این نیاز ها را بــر آورده کردهاند. به نظر س اینان پاران خداهستند. خداوند به داشتن چنین ندگانی افتُخار می کند، چون آنها مشکلات سایر نســانهارابرطُرف می کنند داوطلــب از نظر منّ، خلاصهای از این توضیح است. *یعنی از نظر شیما بعیده گرخواهی کار داوطلبانه مورد تأکیداست؟

ناوطلبی که بخواهد به دیگری کمک کند، حتما باید دگرخواهی داشته باشد. کسی که از پول خود مدرســـه یا درمانگاه میســـازد، از ثروت خود برای دیگران داده اســـت. کسانی که سلامت، عمر و وقت فود را برای نجات سیل دگان یا زلز له دگان صرف ، به عشق دیگران، فارغ از رنگ، نژاد، لهجه، طایفه و ملیت زندهاند در ایس قبیل افراد دگرخواهی طبیعتاقوی ترازبقیه است. *آقای دکتر، شـما تاکنون چنــدبار خون

اهدا کردهاید؟ رُقمی که من دُر جستُوجوی اینترنتی پیدا کردم خیلی عجیبوغریببود. خودتان دراین باره توضیح دهید.

برای من هم عجیب وغریب است و این را موهبتـ از جانب خداوند می دانم که نصیب من شـــده است من از "شسالٌ قبل خون اهدا می کنم. می دانید که سازمان انتقال خون ۴۰سال قبل در کشورمان تأسیس شده است و من سال ها قبل از تأسیس این سازمان بهطور رسمي، در كوران اهدا و انتقال خون ودم و این توفیق را کسب می کردم. در عرض این ۳۷سال هر جارفتم، اهدای خون را سر موعد در آنجا ادامه دادم، چون فارغ از رنگ، نژاد و ملیت، کمک به انسانهایی که نیاز به خون دارند، مدنظر من است. خدا همه انسان هارا دوست دارد. اگر قرار باشد من هم از خدا الگوبگیرم باید همه را دوست داشته باشم. نباید مرزی قُرار دَهُم. مَن تاکنــُـونَ دقیقا ۱۹۲ بار و ۵ سیسی خون اهدا کردهام. حدود ۶ تا *ا* فراُورُدهازهر واحدخون گرفته می شود که هُریک را به بیماری می دهند که به آن فرآورده خاص نیاز دارد، گر از هر کیسه خون به طور متوسط ۳ یا ۴ فرآورده تهیه شود،من تاالان موفق شُدهامنز دیک به ۰۰۶ نفر رااز مرگ حتمی نجات دهم.این توفیق بزرگی است. من در حوزه علمیه تحصیل کرده و در یک خانواده روحانی بزرگشده ام معتقدم کار خیر، انفاق و کمک مر قدر پوشیده تر و مخفیانه تر باشد، ثواب بیشتری

وتازندهام پایبندخواهم بود. خواهد داشت و اهدای خون، یکی از محفوظ ترین و *شــما عامل به اهدای خون هستید و بارها

پوشیده ترین کارهای خیر محسوب می شود، چُراکه دهنده و گیرنده یکدیگر را نمی شناسند فقط خدا میداند. اگر در مواردی شناسایی لازم باشد، سازمان انتقال خون از طریق کدهای خاص این کار را انجام

افرادمعمولابراى انجام كار داوطلبانه مرزی تعیین می کنند. شما چرا این کار را ۱۹۲۱ بار انجام دادید؟ آیا اگر مثل اکثر افراد، یک یا دو بار به این کار مبادرت می کردید، وظیفه نجامنميشد؟

پاسخ به نخستین باری بازمی گردد که خون اهدا کردم. برای مسن خاطره جالب و ماندگاری است. دانشجوی پزشکی در اهواز و دانشگاه جندی شاپور بودم روال کار در بیمارستان این است که پزشک

بوده روان دار در بیمارستان بین ا به همراه دانشجویان، تکتک بیماران راویزیت میکند. ما رحالُ انجامُ ايسن كار بوديم ئه صدایی در راهرو بلند شد و من پرستاران و اطرافیان یک بار رادیدم که هراسان از همه درخواست مي كنند كه به یک بیمار درحال مرگ، خون

*این ماجرا در چه سالی

۵۴ سال پیش. متوجه سدیم که یک خانم جوان عرب درحال زایمان است و به دلیل جفت سر راهی دچار خونریزی شدید شده، پزشک همُبراًیُ نجاتاً وبه دنبالُ خون بود، آن هم در شرایطی که نه سازمان انتقال خونى وجود داشت نه امکانات خون گیری، درس اهـدا و انتقال خون نیز

در هیچ دانشــکدهای تدریس نمیشــدو از طرف دیگر، مردم هــم خیلی از خون مىترسىيدند. شــرايط بيمار وخيم تر مىشد. من می در سیده می در این اهدایه بخش زنان رفتم. در آن زمان خــون گرفتن هم به طرز بســیار ابتدایی، نجات دادند. کلمه مُناسبی پیدانمی کنم برای این کُه بگویم از اهدای خونم چه حالی داشتم. هنوز از جای خود بنخاسته بودم که صدای گریه نوز اد،مرامتحول مود.رو جودم سرشار از شـادی و سرخوشی غریبی کرد. وجودم سرشار از شـادی و سرخوشی غریبی بود.روز بعد به همراه استاد خود برای ویزیت بیماران بردارد. رفتیم و به تخت آن زن رسیدیم. بچه در بغلش به چهره تک تک دانشــجویان، نگاهی گذرااندا اما نگاهش بر چهره من متوقف شدویی آن که پلک بزند، قطره اشکی از چشمانش چکید انگار فهمیده بود که من برای نجات او و فرزندش خون اهدا کر دهام. آن شب منقلب بودم و حالت عجیبی داشتم. با خدا حرف می زدم. گفتم خدایا حـال که با این کار جان ۲ نُفر نجاتُ پیدا کرد، چرا پیش از این، چنین ُراهی را در مقابل من قرار ندادی؟ بعــد هم از خدای خود درخواست کردم تاموقعی که زندهام این راه را به روی

بلەوھنوزھمبرسرعهدى كەباخدابسا

این کار راانجام دادهاید. یعنی صاحب نگرشی در این بار داید که شما را به انجام چند بر باره این کنش،هدایت کرده است.بادر نظر گرفتن این کنش،هدایت کرده است.بادر نظر گرفتن این کهنگرش انسان هاشکل دهنده رفتار آنان محسوب می شود، به نظر شما افراد به چه درجهای از بینش باید برسند تا نتیجه آن در

ی رود تحصیلات و علم در ایجاد این نوع نگرش موثر اماجزوعوامل جانبی محسوب می شود. تربیت خانوادگی نقش مهمی را ایفا می کند. مثلا وقتی

رقمی را در صن رسانه هاو ـ را نیز بیفزایید. در قُديم چــون رسَــانهای نبودياً اگربـود، ضعيف عمل می کرد،

می شود. شادی کسی را در نظر بیاورید که با یک بار اهدای خـون، حداقل ۳ نفر را جان مے دھد. خود این امر نگرش ضعیف آن فرد را قوى تر كرده و او را دوباره به سمت اهداى خون

افرادحاصل می شود. گــردن به من زدیکتر تىلاش

> ۱۰ ماهقبل در جهرم. *در شرایط فعلی شماسالی یک بارنس اهدای خون اقدام می کنید؟

رفتارشان به صورت اقدام براى اهداى خون . افرادی که داوطلبانه خون اهدا می کنند، سطوح ف تحصیلاتی دارنــد. در نتیجه با ســطوح مختلفی از خرد، نگرش و بینش روبه رو هستیم. به

مدرساهای ساخته می شود، ممکن است از مردم همان محله خداوندامکان رفع، درمان، اصلاح و ترمیم کل گرفتاری ها نبرخواست کمک مالی شود. در نظر بگیرید که پیرزنی میآید راکەبرای انسان ھابەوجود می آیددر جامعەودر بین افراد فصر بـــر. و از مجموعه اندک دارایی خود ـدوق میاندازد ىشر نهادەاست.افرادى كەلىن چه کسی به او این را می گوید؟ نه فشاری هست و نه اجباری. مشُكْلاترارفعميَ كنّند،دو دِستهاند: یک دسته به علت این بینش آن پیرزن است که او رابه پیش می راند تا در ساختن مدرسه مشارکت داشته باشد این کارهاراانجاممی دهند بعني ضمن رفع مشكل افراد، البته همان طور که اشاره کردم، خودنيزاز مزايايى بهرهمند میشوند.عدهدیگر کسانی هستندکهخداوندبه آنها خرد را قوى تر مى كند. به أنجه کمال یادر ک بیشتری

دادهوازنظر روحی و روانی انسانهای از خودگذشتهای هستند كهنيازهاي افرادرا داوطلبانه،بدون هزينهوبدون بنيش مردم هم ضعيب ف بود عامل موثر دیگر، درک اهم چشمداشتانجاممیدهند نتایج کار بزرگی است که انجام

رں * آنچــه که دربــاره آن صحب می کنید، نوعــی رضایت درونی اســت که از انجــام کار خیر در

ر می سود. دقیقا و در کنار آن برای ماکه به مسائل دینی معتقد هستیم، جلب رضایت خداوند هم مطرح میشود.

> ۰. *درحالحاضرهمخوناهدامیکنید؟ *آخرینباریکهخوناهداکردیدکیبود؟

* آقای دکتر، آن طور که بیان کردید، عامل اصلی در ایجـاد نگرش زمینهسـاز فرهنگ داوطلبی،مبانی اندیشـهای است که خانواده به فرزندان انتقال می دهد. شــما تا چه حد در رر--ن مسان می است. سمان چه حدور این زمینه موفق بوده اید؟ آیا فرزندان شما اهداکننده خون هستند؟

بله، في ندائم هم افتخار اهداي خون دارندوبادر ک . ایدعلمیومعنوی آن، این کار را ادامه مُی دُهندُ *به آنچه که در مورد خانواده اشاره کردید، عامل دیگری را اضافه می کنیم و نظر تان را در مورد آن می پرسیم. از دیدگاه شیمانقش

هماً: گونه که گفتہ جامعه نقش مهم

ماطی زندگی آن را دریافت می کنیم، مشل مدرسه و دانشگاه یا آموزش های

اکتسابی که افراد خود بنا به

علاقه شـخصي به دنبال آن

سیروند، مثــل خرید کتاب

روزنامه وبررسى اينترنت ووب

همه وهمه زمينه ساز ايجاد همان تحول

رر مثبتیهستندکهمدنظرمااس

فعلى ايــران، آموزش

چقــدر بــه توســعه فرهنــگ داوطلبی

کمک کر دہاست؟

فانواده یک سوم قضیه ، ا

فكسر مىكنسم اگر

و افرادی مثل این سینا، اهیم، فاراده و ... حاصل دارد. منظور من از جامعه کل ابعاد آن است که در برگیرنده افرادى كەداوطلبانەخون ، رسانهها، نهادهای اهدامى كنند،سطوح مختلف موثر تربیتی و است اینها تحصيلاتى دارند. درنتيجه با طوح مختلفي از خرد، نگرش اهرمهايي هستند كهمجموعا آموزش را تشکیل میده وبينش رويهر وهستين به رر صر از نظــر مــن آمــوزش نقش اساسی دارد. مایه اصلی که در خانواده به افراد داده میشود، ربیتسرروبرودستیه. نظرم تحصیلاتوعلمدرایجاد ایننوعنگرشموثراست،اما همانند نهال کوچکی آس که آمــوزش و ســایر عوامل اجتماعــُی آن را بــه درختی تنومندمبدل می کنندممکن است گاهی اوقات این عوامل، منحرف کننده باشند و زمانی نقویت کننده. آموزشـــی که

مزوعوامل جانبی محسوب می شود. تربیت خانوادگی نقشمهمی راایفامی کند. مثلاوقتی مدرسه ای ساخته می شود،ممکن استاز مردم همانمعلهدرخواستكمك مالیشود.در نظر بگیریدکه پیرزنی می آیدواز مجموعه اندک دارایی خودر قمی را در صندوق می انداز د.چه کسی به اواین رامی گوید؟نه فشاری هستونهاجباري

در قبرآن کرسے آمیدہ که گرامی ترین شمابا تقواترین شماست. کسی که دزدی نمیکند، حــرام و مــال یُتیم نمیخورد،احتکارنمیکندودروغنمیگوید،منزلت

باقیمانده، جامعه و آموزش است و از این دو سوم اگر مبنا را صد قرار دهیم، ۸۰درصد را سیهم آموزش از

*براًی طرح این سوال، بامعیار خود تان پیش

برویم. به نظر شما بخش آموزش فعالیتهای

داوطلبانه در جامعه ما چقدر موفق بوده است؟ به عبارت دیگر، از ۸۰ درصدی که در گفته شما

سهم آموزش است، تاامروز چندهدف،محقق

بهنظرمن ٨٠درصد تأمين است، اما تحقق اهداف،

به نحوه تفکر افراد و آمادگی آنان برای جذب آموزش، بستگی دارد. برخی تمام آموزش را جذب می کنند

حجم اصلی جامعه را تشکیل

میدهند و بعضی هُم قدرت جذب میزان بسیار اندکی دارندو

گاهىمشكلاتىدرجامعهايجاد

میزان مشارکت در کارهای داوطلبانه آن قدری که باید

وشايددر جامعه مابالانبوده

و گاهی متناسب با انتظاری

که از ما به عنــوان یک ملت

مسلمان میرود، نیست. میزان جذب آموزش را در

افراد چطور می توان افزایش

. سه بااستاد دانشگاه که تمام افراد، نه فقط مُعلمُ مدَّرسه یااستاد دانشگاه که تمام نهادها و عواملی که در امر آموزش سیهیم هس

بىيىد مېناراصدقرار دھيم، • مبنا را صدقرار دهیم، ٌ ۸ در صدراً سُهم اُموزش از کانالها و طرق و مسیرهای مختلف می دانم، یعنی

ــترى نزد خدا دارد. در جامعه ما تار و پود مسأله انسانيتُ كمي شل شُده و من نگران أين مُسألهام. لبته مذهب به جای خود باقی است. همه می دانیم ک که پیامبر(ص) برای انسان سازی مبعوث شده است اصولاهمه پیامبران کارخانههای آدمسازی بودهان لذاعلما، روحانیون، نهادها و مدیران ما باید به فکر نجات انسانیت باشند. وقتی انسانیت نباشد مردم . ـند.وقتی انسان مأیوس می شوند و میزان جذب هر نوع آموزشی در آنها که مه شود. هه وقت حامعه ای در کنار مذهب آنها کم می شود. هر وقت جامعه ای در کنار مذهب به مقوله انسانیت نیز توجه کند، موفق خواهد بود. ما باید در راستای کسب فضایلی مانند راستگویی، صدافت، کمک به همنوع،امانتداریو...بکوشیم.من به عنوان یک معلم که صدها یز شک تربیت کر دهام از بابت کمرنگ شدن این امور مُثبت در جامعه، غصه

۰۰ میخورم ۴آیامی توان گفت که در زندگے ۴۰۰۰ مادی در کنا یت بی چی بر صحت صدر ردید سے مورود، پر رنگ تر شدن زندگی مادی در کنار سایر عوامــل اجتماعی، فرهنگــی، فناورانــه و ... در این زمینه، در کمتر شدن توجه افراد به نندگی مونده نقش داده زندگیمعنوینقشدارد؟

. یار جالب و گستردهای است. البته توجه به امور مادی در حد متعارف، پسندیده است. حضرت عُلسي (ع) مي فرماينسد: الامعاش لا معادا، همه انسسان ها در حد مشروع به ماديات حتیاج دارند. کسی تا زحمت نکشد نمی تواند ر در این حرکت، زندگی خود را تأمین کند. منتهی اگر این حرکت، از حد معقولی بگذرد، مسادی خواهی نام می گیرد ولی بعدرت. ۔ ند است. مشــکلات اقتصادی زم بی توجهــی افراد به امــور معنوی اســت. هر وقتُ

سید یا ساز می در دارد. طرف معنویات می رود. ایسن عوامل، اثر کاهنده بر مقوله جذب دارند که درباره آن صحبت کردیم. *فکر می کنــم پیدا کــردن آدمهایی مثل

ر حی شــما که بیش از صد بار خون اهدا کنند، اگر نگوییم غیرممکن اما ســخت اســت. اما اگر بتوانيم این پیام را به مردم برسانیم و آنان را اقناع کنیم که هر ایرانی در طول عمر خود، یکبار،خون اهداکند،بخش اعظم مشکلات یت برا سازمان انتقال خون حل می شود. آقای دکتر، به نظر من، شما رسانه هســتید. بارها و بارها خون خود را به همنوعان تان هدیه کرده اید. ظرفیتهاو پتانسیلهایی در پس این حرکت شــُمانهفته اســت برای مابگویید که چُطور می توان این حرکت فردی را به یک جهادملی

علم را تدریس و در ذهن دانشجویانم تزریق کردهام به نظر من اهدای خون، همانند سکه دو رو دارد. یک بخش به رسانه هامربوط می شود که این قبیل کارها را منتشب و اذهان را روشب ، رغبت و شوق رد از مسیم روده به روده تمام دانشجویانم ایجاد کنند. من به سـهم خود به تمام دانشجویانم که اکنون پزشک شدهاند، گفتهام و امروز بسیاری از آنان اهداکننده خون هستند.روی دیگر سکه این اســت که اهداکننده بداند خونش حداقل ۳ نفر را نجات میدهد. نجات انسان ها یعنی چه؟ این بازی با کلمات نیست. صحبت مرگ و زندگی است. وقتی ب سنوانم به ۳نفر زندگی بدهم، چرااین کار را انجام ندهم؟ چه ضرری می کنم؟ این کار، خدایی است. انسان با اهدای خون، در مقام خلیف اللهی قرار می گیرد. شخصا باور دارم که این من نبودم که این کار را انجام دادم انسانیت و تفکری بود که خدا به من دادو مرا بالا كشيد، رسد آدمي به جايي كه به . ند. اهدای خون مصداق واقعی این امر است. از روشهای متنوعی می توان به خدا رسید. یکسی از راهها اهدای خون است کسه من انتخاب کرده ام.اگر این پیام را با زبان مکتوب زیبایی به افراد در جامعه انتقال دهید، شـوق در میان مردم ایجاد

«درُباره رکورد خود در گینس توضیح

" من افــزون بر تعــداد اهدای خون کــه بهعنوان رکورددر گینس ثبت شده، دور کورددیگر هم دارم که یکی به پژوهشسی علمی مربوط می شود. طبق استاندارد بین المللی مردان هر ۳ ماه و خانمها هر ۴ ماه یکبار می توانند خُون اهدا کنند برای من پیش آمدایس بود که این فاصله زمانی تا روی چه حدمســتنداســت؟ برای یافتن پاسخ، به فکر انجام پژوهــش افتادم. با افرادی که ســالم بودند و سن مناسب داشــتند، صحبت کردم. حاضر بودم مبلّغ مناسبی بدهم تا ۶ ماه هر ماه یک بار اُ ۵۰ سے سے خون بگیر م. در عین حال که به آنان اطمینان می دادم کـه در این مدت، تحت نظر یک گروه پزشــکی خواهند بود و از همه جهت (روحی ــمی) مورد مراقبت قــرار خواهند گرفت اما همه می ترسیدند. شبی به خود نهیب زدم که چرا خودم این کار راانجام ندهم؟ شروع کردم و به جای ۶ ماه ۱۶ ماه کتی در طول ماه مبارک رمضان ۵۰۰ سیسی خون اهدا کردم، بدون مکمل غذایی و دارویی و عجیب این که سسر هر ماه تمام شرایط بدنی من مثل یک فرد عادی بود و هیچ مشکلی نداشتي نتيجه به صورت يک مقاله جنجال برانگيز در مجلات خارجی چُاپ شد. قبلا کسی این نکر دہ بود و مطمئنم که من بعد هم کسی این کار را نخواهد کرد. رکوردسوم هم این است که مرا اهدای خون سنین بین ۱۶ تا ۶۵ سالگی اس ۱۵ سال پس از مرز مجاز تنها کسی در دنیا بودم که

*فوایـداهـدای خـون از نظـر پزشـکی

" ثابت شده که اهداکنندگان مستمر، سکتههای . قلبی، مغزی، بالا بودن قند و چربی و اُسید اوریک و اوره، بیماری های کلیوی، ریوی، عروقی و عمدتا فشــار خون را پشت ســر می گذارند. شما فکر می کنید چه چیزی باعث شده که من در ۸۰ سالگی این قدر پر توان، شاد، پر تلاش، راحت و از نظر روحی آرام باشم؟ اهدای خون منشأ همه این نظر ترام باشم؟ اهدای خون منشأ همه این نعمات اســت. اگر بتوانید این الگو را برای مردم باز کنید تا ببینند که یک نفر که ایسن کار را کرده در این شرایط در ۸۰ سالگی زندگی می کند، ترغیب می شـوند و بــه ایــن راه می آیند.من بــه تنهایی نمی توانم جامعه را هدایت کنم و دست کمک به طرف رسانههادراز می کنم. *اگـر توصیهای بـه شـهروندان ایرانی در

زمینه انجــُام کارهای داوطلبانــه از هر نوعی بهویژه اهدای خون دارید، این توصیه را . رویر چطور عنوان می کنید تــاما از طریق روزنامه شهروند آن را به اطلاع عموم برسانیم؟

به همه می گویم که جهان مثل یک کوه است. هر چه در مقابل کوه بگوییم به خودمان بازمی گردد. هر عمل، گفتار، کردار و تفکر ما در زندگی، عین همان ۔ بی عکسالعمل رابسرای مامنے آورد. زندگی هم همان کوهاست، پانسخ هر کار خیر، کمک به یتیمان، سیر کردن گرسسنگان، سهم داشستن در مدرسهسازی، ۔ اندن در سیل، زلزله، تصادفا بازُمی گردد. اگر کستی در زمینه انجام یک کار خیر برمی برخی برخی می دارده بید در این می شودوبه خودفرد بازمی گردد.این تفکر که که داوطلبی را زیاد می کند.