

مهربانی

آخرین پناه انسان



ساناز قنبری

دبیر چاردیواری

اگر از من بپرسید، می‌گویم «مهربانی» یک کلمه ساده پنج حرفی نیست. «مهربانی» یک حس قدیمی است که به‌نظرم بوی کودکی می‌دهد. بوی نان داغی که از نانوائی می‌خریدیم، بوی دفتر تازه‌ای که معلم بابخند دست‌مان می‌داد، بوی دست‌های پدر که بی‌هیچ چشمداشتی روی سرمان کشیده می‌شد. کودکی‌ام را که مرور می‌کنم، مهربانی اولین تصویری است که از دل خاطره‌ها بیرون می‌آید. یادم هست وقتی کلاس دوم دبستان بودم، یک‌بار مدادم گم شد. تمام کیفم را زیرورو کردم و بغضم گرفته بودم. کنار دستی ام بی‌آن‌که چیزی بگوید، مداد خودش را نصف کرد و نیمه‌اش را به من داد. همان نصفه‌مداد، با نگاهی که هیچ‌وقت از بادم نمی‌رود، دنیا را برایم امن کرد. آن روزها نمی‌دانستم اسم این حس چیست؛ فقط می‌دانستم کنار بعضی آدم‌ها، دنیای جای قشنگ‌تری می‌شود.

مهربانی دقیقاً از همین‌جا شروع می‌شود؛ از این‌که حضور ما برای دیگری امن باشد. این‌که کسی کنارمان نترسد، خجالت نکشد و خودش را پنهان نکند. مهربانی یعنی جادادن آدم‌ها کنار خودمان با تمام نقص‌ها و کاستی‌های‌شان. یعنی کمی آهسته‌تر حرف‌زدن، کمی بیشتر شنیدن و کمی کمتر قضاوت کردن. اما چرا مهربانی ارزشمند است؟ چون جهان، بیش از هر زمان دیگری، به دل‌های نرم نیاز دارد. زندگی پر از عجله و رقابت و خبرهای تلخ است. هر کسی بی‌آن‌که دیگری بدانند درگیر نبردی خاموش است. وقتی مهربان می‌شویم، انگار به آن نبرد پنهان احترام می‌گذاریم. لازم نیست معجزه‌ای برای کسی بکنیم؛ گاهی یک پیام کوتاه یا حتی یک جمله صمیمی، می‌تواند روز آن دیگری را نجات دهد.

مهربانی زیباست چون حال خودمان را هم تغییر می‌دهد. تجربه کرده‌ام که وقتی از خودم بیرون می‌آیم و به دیگران فکر می‌کنم، غم‌هایم کوچک‌تر می‌شوند. انگار دل انسان برای دوست‌داشتن ساخته شده است. وقتی می‌بخشد، وقتی کمک می‌کند، وقتی گذشت می‌کند، خودش هم سبک‌تر می‌شود.

و از همه مهم‌تر، مهربانی ادامه‌دار است. مثل موجی که از سنگی کوچک در آب شروع می‌شود و دایره‌دایره گسترده‌تر می‌شود. یک رفتار ساده زیبا، می‌تواند الهام‌بخش رفتار خوب دیگری باشد. در جهانی که ظلم گاهی پدید می‌کند، مهربان‌ماندن شجاعت می‌خواهد. شجاعت این‌که اجازه ندهیم سختی‌ها، ما را بد کنند. شجاعت این‌که باوجود زخم‌ها، هنوز دست دوستی دراز کنیم.

برای مهربان بودن امروزو فردا نکنیم. زندگی کوتاه‌تر از آن است که دلی را بی‌دلیل برنجانیم. شاید بزرگ‌ترین میراثی که از ما باقی بماند، نه موفقیت‌ها و دارایی‌های مان بلکه لحظه‌هایی باشد که کسی به‌خاطر رفتار ما احساس کرد تنها نیست.

روح بزرگ

در جسم کوچک

شهید حاج‌عباس کریمی قهرودی از فرماندهان برجسته دوران دفاع‌مقدس بود که در روستای قهرود کاشان به دنیا آمد. در طول جنگ تحمیلی عراق علیه ایران، عباس در مسئولیت‌های مختلف اطلاعات و عملیات نقش داشت و با حضور در مناطق عملیاتی، بارها خط مقدم را تجربه کرد. پس از شهادت فرمانده بزرگ لشکر ۲۷ حضرت رسول (ص)، شهید ابراهیم همت، عباس کریمی به فرماندهی این لشکر

سوگوارهای برای دانش آموزان

مدرسه میناب و واکنش‌های

ملی و جهانی به آن

فرشته‌ها نمی‌میرند



مهدی جایی

روزنامه‌نگار

مدرسه «پسرانه و دخترانه» شجره طیبه میناب؛ آری؛ این را هنوز هم خیلی‌ها نمی‌دانند که بیشتر شهدای دانش‌آموز میناب، پسر بودند. البته که دخترها عزیزند و این‌بار نیز توجه ایران و جهان به واژه «دخترانه» جلب شد تا پسرها به حاشیه بروند اما بعد... صبح شنبه، نهم اسفند ۱۴۰۴. میناب هنوز خواب‌آلود بود. هوای بندری شهر، آن نفس‌های آخر زمستان را می‌کشید و کوچه‌های محله با صدای کیف‌های مدرسه و قدم‌های کوچک بچه‌ها زنده می‌شد. در یکی از همین کوچه‌ها، در پاکرد یک آپارتمان، پسری ۹ساله با کوزه‌پشتی روی دوش و قمقمه‌ای روی شانه، روبه مادرش ایستاده بود. «عکس بگیر». این را میکائیل گفت. انگار می‌دانست قرار است چه اتفاق تلخی بیفتد. شکیبا دریکوند، مادر ۳۱ساله‌اش، موبایل را بالا آورد و از پسرش عکس گرفت. میکائیل دست تکان داد و رفت. شکیبا نمی‌دانست این آخرین عکس است. نمی‌دانست آن دست تکان دادن، وداع است.

برش

واکنش‌های هنرمندان و ماندگار

تعداد قابل توجهی از هنرمندان و فعالان تئاتر، سینما و تلویزیون در مصاحبه‌ها، یادداشت‌ها و دل‌نوشته‌های خود، یاد دانش‌آموزان شهید میناب را گرامی داشته‌اند. همچنین کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان نمահنگی به نام «مرز بهشت» باصدای علی اکبری حائری برای میکائیل ساخت.

در یکی از شب‌های تجمع مردم و هنرمندان، محیا دهقانی، سید جواد هاشمی و هدایت هاشمی در کنار دیگر هنرمندان تئاتر و موسیقی و در واکنش به تجاوز دشمن به کشور با حضور در باغ فردوس تهران، حمله آشکار دشمنان به کشور و شهادت مردم و دانش‌آموزان میناب را محکوم کردند.

سید جواد هاشمی، بازیگر سینما گفت: «ما ملتی هستیم که محال ممکن است

منصوب شد و با اخلاص و صمیمیت خاصی با رزمندگان رفتار می‌کرد. هم‌زمانش می‌گفتند رفتار پدران و ساده‌زیستی او باعث شده بود که همه بسیجیان او را دوست داشته باشند و با جان و دل از او پیروی کنند.

سرانجام او در ۲۳ اسفند ۱۳۶۳ در جریان عملیات بزرگ بدر، هنگامی که در سنگر دیدبانی میدان نبرد رارصد می‌کرد، بر اثر اصابت ترکش به شهادت رسید. پیکر این فرمانده دلآور به

برداشت و شروع به کشیدن کرد. یک ساختمان مدرسه، روی آن پرچم ایران. چند بچه در حیاط. و موشک‌هایی که از آسمان فرود می‌آیند. بالای نقاشی، با دستخط کودکانه‌اش نوشت: «ارزش نزامی، بچه‌ها همش موردن...»

«نظامی» را اشتباه نوشت. «بچه‌ها» را اشتباه نوشت. «مردند» را اشتباه نوشت. ۹سال داشت. هنوز داشت یاد می‌گرفت. اگر فردا مدرسه می‌رفت، معلمش راضیه زمانی حتماً درست نوشتن را یادش می‌داد اما فردا نیامد. نه برای میکائیل. نه برای راضیه زمانی.

صبح شنبه

صبح نهم اسفند، میکائیل بیدار شد، صبحانه خورد، کوله‌اش را برداشت و آماده رفتن شد. در پاکرد راه‌پایله ایستاد و به مادرش گفت: «عکس بگیر». شکیبا عکس گرفت. میکائیل دست تکان داد و رفت.

انگار می‌دانست. آن عکس، بعدها در تمام رسانه‌های ایران و جهان پخش شد. پسرپچه‌ای با عینک بنددار، کوله روی کمر، قمقمه روی شانه، در پاکرد یک آپارتمان معمولی، دست تکان می‌دهد. یک تصویر ساده. یک لحظه عادی. یک وداع ابدی.

یک کاربر زبانی بعدها نوشت: «عینکی که بند دارد

تهران منتقل شد و طبق وصیت خودش در بهشت‌زهر(اس) در جوار دیگر شهدا آرام گرفت. حاج عباس‌کریمی نه تنها فرماندهی شجاع در میدان جنگ بود بلکه الگویی از اخلاق، تواضع و عشق به هم‌زمان و اسلام نیز بود. شهید دستواره درباره او گفته بود: «حاج عباس اهل تظاهر نبود؛ مرد عمل بود. اگر می‌گفت می‌رویم، خودش جلوتر از همه حرکت می‌کرد، فرماندهی نبود که از عقب دستور بدهد.»

تا گم نشود. یک بطری آب با تصویر جوجه‌تیغی. یک دانش‌آموز کلاس سومی که بدون شک با عشق زیادی بزرگ شده است. هنگام ترک خانه برای مادرش دست تکان می‌دهد. این عکسی است که هر بار در چند روز گذشته می‌بینم، قلبم را می‌شکند.»

قلب‌های زیادی شکست. در ایران، در ژاپن. در همه جای دنیا.

دبستان شجره طیبه میناب، صبح شنبه، مثل هر روز پر از بچه بود. دختر و پسر. کلاس اول تا ششم. صدای رنگ. صدای بازی. صدای درس. زندگی جاری بود. حوالی ساعت ده و نیم، معلمان شروع کردند به زنگ زدن به خانواده‌ها. خبرهایی از حملات هوایی می‌رسید. باید بچه‌ها را می‌بردند. صدها خانواده باید یک‌به‌یک خبر می‌شدند. ساعت یازده و سه دقیقه، شکیبا دریکوند پشت تلفن بود. با شوهرش در آبادان صحبت می‌کرد. داشتند برنامه می‌ریختند که وقتی مدرسه تمام شد، بروند خوزستان. همان لحظه، موشک اول خورد. آپارتمان تکان خورد. شکیبا داد زد: «بچه‌ها». از بالکن نگاه کرد. مردم به سمت مدرسه می‌دویدند. او هم دوید.

ترافیک بود. از ماشین پیاده شد. دوید. یک مرد

اسفندماه در پی حمله آمریکا و اسرائیل به شهادت رسید.

المیرادهقانی در اینستاگرام نوشته بود: «دخترانی که در اوج بی‌گناهی آرزوهایشان را تمام‌ماند.»

همچنین هلیا امامی، بازیگر در واکنش به شهادت دختران مدرسه میناب دل‌نوشته‌ای منتشر کرد و نوشت: «این‌ها فرزندان ایران بودند. نه نظامی بودند سیاستمدار... پیام من به همه معلمان دنیا این است: شما اولیای دم این کودکان مظلوم هستید. دنیا به قدر کفایت از علموی، چون فیزیک و شیمی و ریاضیات و بهره‌مند شده است و آنچه مغفول مانده است درس آزادگی است، به این درد پیردازیم.»

هدیه بازون، بازیگر سریال «نخ نو» نیز با حضور در یادمان کودکان دبستان شج

طیبه میناب که توسط آمریکا و اسرائیل در جنگ رمضان به شهادت رسیدند، گفت:

«حالا دیگر تمام دنیا کودکان میناب را می‌شناسند...»



بود که پسرش بسیار خودسر شده، زود عصبانی می‌شود و نسبت

به مشکلات دیگران بی‌تفاوت است. در جلسات مشاوره از مادر خواستم به جای نصیحت، او را درگیر یک فعالیت داوطلبانه منظم کند. آنها تصمیم گرفتند هفته‌ای یک بار در تهیه و توزیع بسته‌های خوراکی برای خانواده‌های بی‌بضاعت محله‌شان مشارکت کنند. در ابتدا پسر با بی‌میلی همراهی می‌کرد، اما پس از چند هفته، تغییرات محسوسی دیده شد. خودش پیشنهاد می‌داد چه چیزهایی تهیه شود و حتی بخشی از پول پس‌اندازش را به این موضوع اختصاص داد. مادرش گفت که میزان پرخاشگری او کمتر شده و در خانه هم مسئولیت‌پذیرتری بیشتری دارد. وقتی در جلسه‌ای از او پرسیدم: «چه چیزی باعث این تغییر شد؟» پاسخ داد: «وقتی دیدم بعضی‌ها چندر سخت زندگی می‌کنند، فهمیدم

به نام احساس مفید بودن. همین احساس، پایه عزت نفس سالم در آینده خواهد بود.

تاثیر فعالیت‌های نیکوکارانه بر رشد شخصیتی

پرسش بعدی این است: «آیا فعالیت‌های نیکوکارانه واقعا بر شخصیت کودک اثر بلندمدت دارند؟» پژوهش‌های روان‌شناسی نشان می‌دهد کودکانی که در کارهای داوطلبانه شرکت می‌کنند، مهارت‌های اجتماعی قوی‌تری دارند. آنها بهتر می‌توانند احساسات دیگران را درک کنند، تعارض‌ها را مدیریت کنند و کار گروهی انجام دهند.

در اینجا بد نیست به یک نمونه بالینی اشاره کنم. چند سال پیش مادری با پسر ۱۴ساله‌اش به من مراجعه کرد. شکایت اصلی این

چرا آموزش نیکوکاری را از کودکی آغاز کنیم؟

خیلی از والدین می‌پرسند: «آیا فرزند من درک درستی از مفهوم کمک به دیگران دارد یا هنوز زود است؟»، پاسخ روشن است؛ شکل‌گیری همدلی و رفتارهای انسان دوستانه از سال‌های اول زندگی شروع می‌شود. کودک از طریق مشاهده رفتار والدین یاد می‌گیرد. اگر ببیند پدر و مادرش برای نیازمندان بسته‌های خوراکی آماده می‌کنند یا در کارهای داوطلبانه مشارکت دارند، این رفتارها به صورت الگوی ذهنی در او ثبت می‌شود.

برای نمونه، مادری را تصور کنید که هنگام آماده‌کردن غذا، از فرزندش می‌خواهد چند خرما در ظرفی جداگانه بگذارد تا برای پیرمرد و پیرزن همسایه ببرد. کودک در اینجا نه تنها یک کار ساده انجام می‌دهد، بلکه تجربه‌ای عاطفی کسب می‌کند. تجربه‌ای



سمانه معماریان

روان‌شناس و مدرس دانشگاه

شرایط این روزها در ایران، بستر مناسبی فراهم می‌کند تا دایره ارزش‌هایی مانند همدلی، بخشش و مسئولیت‌پذیری با فرزندان‌مان بیشتر گفت‌وگو کنیم. پرسش اساسی این است: چگونه می‌توانیم فرهنگ نیکوکاری را به شکلی عمیق و پایدار در وجود فرزندان‌مان نهادینه کنیم؟ و آیا این رفتارها فقط جنبه اخلاقی دارند یا بر رشد شخصیتی و موفقیت شغلی آینده آنان نیز تاثیر می‌گذارند؟