



نیکوکاری را به کودکانم بیاموزیم

# نیکو کار واقعی نمایش بازی نمی کند

■ مریم ترابی

قدیم ترها احسان و نیکو کاری، بخشش و جوانمردی جزو رایج ترین رفتار های مردم جامعه ما بود. بخشش و کمک به دیگران بدون هیچ چشمداشتی اصلی ترین مرام ایرانی ها بود. با گذشت زمان و تغییر سبک زندگی و تبد یل شدن آن به زندگی مدرن امروزی این خصلت انسانی هم دستخوش تغییراتی شد. بسیاری از افراد جامعه سر در لاک زندگی خود فروبرده و تنها به زندگی

■ نیکي، اساس ایمان است

احسان و نیکی یکی از اصول اساسی ارزش‌ها در جامعه اسلامی است. خداوند در قرآن کریم به کرات از این ارزش انسانی سخن گفته و انجام آن را به همه فرمان داده است. از آیات قرآنی می‌توان اینطور استنباط کرد که احسان نوعی گذشت و بخشش از حق شخصی و ایثار است و در واقع اساس ایمان است.

مولای متفیان حضرت علی می‌فرماید: «رأسُ الإیمان الأُحسانُ الی الناس؛ اساس ایمان نیکی کردن به مردم است».

وقتی شما نیازمند و محتاجی را می‌بینید آیا به راحتی بی‌تفاوت از کنارش رد می‌شوید؟ یا نه به فکر کمک به این نیازمند می‌افتید و نیاز و مایحتاجش را فراهم می‌کنید؟

■ نیکوکار حال خوشی دارد

احسان و نیکی یکی از رفتار های اجتماعی بسیار پسندیده‌ای است که فرد بعد از انجام آن حال خوشی دارد. این حال خوش در جامعه نمود پیدا می‌کند و اثرات مثبتی از خود به جای می‌گذارد. انتظار ما از جامعه

### سبک‌نگرش

■ فاطمه رفیعی فر

همه ما آدم‌ها در زندگی روزمره و در رفت‌وآمدهای درون‌شهری خود، ممکن است به آید فکر کنیم که اگر جای دیگری می‌نشستیم، خوشبخت تر بودیم. همان معلمی که دوستش داشته، فرد جذابی که روبروی ما در مترو نشسته، ادب زبانی فردی که در تاکسی چند دقیقه‌ای را در کنارش گذرانده، استاد دانشگاهان یا رئیس سرنوشته جدیدی در انتظار مان بوده و شاید آن روز خوشبخت تر بودیم و احساس خوشحالی بیشتری داشتیم! بدون شک همه ما انسان‌ها با سؤال‌هایی از این جنس در زندگی روزمره خود روبه‌رو شده‌ایم و مدت زیادی را برای چیدن تصاویر گوناگون از خود در قالب آن شخصیت صرف کرده‌ایم. روزانه بسیاری از انسان‌ها از هر نژادی با مذاهب گوناگون یا در مسیری می‌گذرند که در ست یا غلط حاصل همین تفکر است.

■ ■ ■

زمانی که فرد خود را جای شخص دیگری می‌گذارد و تمام شئون زندگی خود را در قالب آن تصور می‌کند اگر احساس رضایت و خرسندی داشت، آن فرد را الگوی خود قرار داده و سعی می‌کند همان گونه که او رفتار می‌کند، عمل کند.

البته این الگوبرداری به طور کلی جنبه بد و منفی ندارد؛ ولی باید این الگوها به شیوه درست و از راه مناسب، انتخاب شود تا حاصل آن پیامدهای مثبت یا احساس رضایت از خود و در نهایت خداوند متعال از پنده باشد. ما با یک نگاه ساده و اجمالی به قرآن کریم به آسانی می‌توانیم این نکته را دریافت کنیم که برخی از گزارش‌های قرآنی هر کدام به معرفی الگوی مناسبی در هر زمینه می‌پردازد.

حتی در برخی موارد الگوهای نامناسب را نیز معرفی می‌کند و ویژگی‌های آنان را به وضوح بیان می‌نماید و در کنار آن ذکر می‌کند که از آنها دوری کنید. این امر بیانگر این است که خداوند متعال به

اسلامی این است که این اتفاق نیکو به دفعات زیاد در آن بیفتد و مردم آن به درد و مشکل موطن خود گوش دهند و درصدد رفع آن برآیند. ولی گویا این روزها کمتر کسی گوش شنوا برای شنیدن درد و مشکلات دیگران دارد و احسان در جامعه کمرنگ شده است. شاید یکی از دلایل مهم این کم‌رنگی مشکلات اقتصادی و زندگی مدرن امروزی باشد. در باب مشکلات اقتصادی باید گفت وقتی حرف از کمک به دیگران به میان می‌آید جملات آشنایی که می‌شنویم از این دست است: «هن بتوانم خرج خودم را به سر ماه برسانم هنر کردم، ای بابا از من بدبخت‌تر هم کسی هست؟».

■ نمایش بازی نکنیم

در زندگی مدرن امروزی با تغییر سبک زندگی افراد، نوع کمک به نیازمندان هم تغییر کرده است. مثلاً در قالب جشن‌های خیریه، فلان ثروتمند شهر که عنوان خیر را هم یدک می‌کشد با اهدای یک آپارتمان ۱۰ واحدی به خیریه مذکور احسان خود را با بوق و کرنا به گوش همه می‌رساند و بعد کاشف به عمل می‌آید که این هدیه بسیار گران فقط برای نمایش بوده است و شاید تنها

# سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۴۸۴۷۱

## ف

همیشه الگوی خوبی برای کودک خود باشید. نیکوکار باشید و به دیگران کمک کنید.کودکان مقلدان بسیار خوبی هستند. به کودک خود کمک کردن و در عین حال استقلال داشتن را آموزش دهید. مثلاً کمک کردن به مادر بزرگ برای بلند شدن از روی صندلی یا کتاب خواندن برای خواهر یا برادر کوچک‌تر از خود.

بگیرید حتی با یک کمک کوچک. برگزاری جشن‌های نیکو کاری و نمایشگاه‌های مؤسسات خیریه بهترین فرصت را برای افراد جامعه فراهم می‌کند تا با شرکت در این نمایشگاه‌ها و جشن‌ها عمل پسندیده احسان و نیکوکاری را انجام دهند. شما با خرید خود از این نمایشگاه‌ها در واقع به این مؤسسات خیریه کمک کرده‌اید با اِسا اهدای کمک‌های نقدی و غیرنقدی به جشن‌های نیکو کاری که هر ساله با عناوین مختلف در سطح شهر برگزار می‌شود یک کار خیر انجام داده‌اید. جامعه امروزی با شتاب به سمت وجهتی در حال حرکت است که انسان را به زندگی فردی و گریز از جمع‌گرایی سوق می‌دهد. در این جامعه اکثر خانواده‌ها تک‌فرزند هستند و میل به ارتباط با افراد دیگر ندارند و گویا یک دیوار بلند بین خانواده خود و جامعه بیرون می‌کشند تا راه هر گونه ارتباط با غیر را بر خود ببندند. بنابراین در این جامعه دیگر افراد از حال هم باخبر نمی‌شوند و دردی از هم دو نمی‌کنند و باری از مشکلات یکدیگر بر نمی‌دارند. چه جامعه سرد و بی‌روحي است چنین جامعه‌ای ولی باید با دوراندیشی جلوی مبتلا شدن به این جامعه را هر چه زودتر بگیریم. یکی از راه‌های مبتلا نشدن، آموزش کودکان برای توجه به دیگران و همدلی و همدردی با افراد دیگر از همان کودکی است.

■ فرزندانمان را نیکوکار بار بیاوریم

فرزندان را تشویق کنیم تا به دیگران کمک کند و به رشد و به عنوان انسانی که تواند شجاعانه با چالش‌ها روبه‌رو شود، کمک کنیم.

همیشه الگوی خوبی برای کودک خود باشید. نیکوکار باشید و به دیگران کمک کنید.کودکان مقلدان بسیار خوبی هستند.

به کودک خود کمک کردن و در عین حال استقلال داشتن را آموزش دهید. مثلاً کمک کردن به مادر بزرگ برای بلند شدن از روی صندلی یا کتاب خواندن برای خواهر یا برادر کوچک‌تر از خود.

به کودک خود آموزش دهید که در قبال جامعه خود مسئولیتی را برعهده دارد. باید به او بگویند تو باید به دیگرانی که فرصت و شانس کمتری نسبت به تو برای زندگی بهتر داشته‌اند کمک کنی.

بسیار افراد آموزش هستند که عنوان خیرین مدرسه‌ساز را با خود به همراه دارند. ساختن مدارس در نقاط محروم شهرهای کشور، بسیار عمل نیک و پسندیده‌ای است که ثواب و اجر اخروی و دنیوی را برای سازنده‌آن به همراه دارد. خیرین دیگری که با ساختن بیمارستان و مراکز درمانی، اماکن تفریحی برای نقاط محروم کشور از خود نام نیک به جامی‌گذارند.

■ گرز دستت می‌رسد...

برای ایجاد نیکوکار خیر است دست نیازمندی را با خود به همراه دارند. ساختن مدارس در نقاط محروم شهرهای کشور، بسیار عمل نیک و پسندیده‌ای است که ثواب و اجر اخروی و دنیوی را برای سازنده‌آن به همراه دارد. خیرین دیگری که با ساختن بیمارستان و مراکز درمانی، اماکن تفریحی برای نقاط محروم کشور از خود نام نیک به جامی‌گذارند.

■ گرز دستت می‌رسد... برای ایجاد نیکوکار خیر است دست نیازمندی را با خود به همراه دارند.

برمی‌آید که بهترین شیوه و روش برای فرهنگ‌سازی مناسب، بهره‌گیری از ارانه الگویی کامل است، زیرا بسیاری از آموزه‌های قرآنی به حوزه فرهنگ‌سازی توجه ویژه داشته و دستورهایی به این منظور صادر کرده‌اند. حوزه مسائل تربیتی که به اشکال مختلف در قرآن مورد توجه است، بازتابی از این توجه قرآن به مسئله فرهنگ‌سازی می‌باشد؛ زیرا هر جامعه‌ای در صورتی می‌تواند در مسیر الهی و صراط مستقیم گام بردارد که آموزش فرهنگ‌سازی درست زندگی در آن مورد اهتمام باشد و مردم در مسیر درست جامعه‌پذیری آموزش دیده و پرورش یابند.

به گفته برخی روانشناسان، الگوها قدرتمند هستند؛ زیرا آنها درجه‌ای می‌سازند که از طریق آن، دنیا را می‌بینیم.

به گفته برخی بزرگان دینی، الگوها گمشده انسانند که با نبودشان، انسان‌ها احساس خلأ و کمبود می‌کنند؛ انسان می‌خواهد پیش از آن که اوصاف شخصیت ربانی را بشنود، او را با چشم خود ببیند.

به طور کلی گرایش انسان به اسطوره‌سازی از همین نیاز یا خلأذاتی سرچشمه می‌گیرد؛ چراکه ۸۰ درصد یادگیری انسان از طریق دیدن صورت می‌پذیرد و دقیقاً به همین خاطر است که در آموزه‌های دینی ما با فرشته‌ها، اسرار شده است: «کونوا دعاة للناس بغیر السنکیم؛ مردم را بسنده از زبانان (بدون سخنوری و با عمل) دعوت نمایید».

مهم‌ترین نوع یادگیری انسان، یادگیری مشاهده‌ای است. بر همین اساس، یکی از روش‌های تربیت، مبتنی به وسیله الگوست؛ که می‌توان آن را «روش الگویی» نامید. این روش در سرتاسر زندگی و ابعاد مختلف آن کاربرد دارد و از آن‌جا که محتوای تربیت را به صورت عینی و عملی ارائه می‌دهد، در انتقال مفاهیم و آموزش برنامه‌های تربیتی، بسیار مؤثر است. شاید به همین دلیل است که در منابع اسلامی، به بهره‌گیری از الگو و پیروی از اسوه‌های حسنه تأکید شده‌است. تأثیرپذیری انسان از محیط و گرایش او به تقلید، را می‌توان از مبانی اثر گذاری این روش دانست.

**طلبه مدرسه علمیه فاطمیه**

از چهارشنبه عصر، خود را برای مهمانی پنج‌شنبه آماده می‌کردم. شکر خدا برخی از فامیل که از این کار من خوششان آمده بود، هر کدام به دلخواه و مشتاقانه، کاری را به عهده گرفته بودند. با این‌که به آنها تأکید کرده بودم که نمی‌خواهم به کسی زحمت‌دهم ولی آن‌ها، برای برگزاری روز همدلی روزشماری می‌کردند.

معمولاًفاطمه دختر اقاحمید، مسئول کادو کردن هدیه‌های تولد بود و تولدها را یادآوری می‌کرد. محمد پسر م مسئول آذین‌بستن منزل شده بود و معمولاً هر ماه، جز ایام عزاداری اهل بیت (علیهم‌السلام) که به جای جشن، هیئت داشتیم، در حال تدارک مراسم تولد بود. برای این کار با همان وسایل تزئینی که در تولد قبلی استفاده شده بود، منزل را زیبا می‌کرد و در اتاق بچه‌ها که البته در آن شب، اتاق خاص سرورپریز بود، اتفاقات جالب دیگری می‌افتاد. گاهی برای تولد آن روز از کاغذی که خود محمد و علیرضا دو تا پسر عموها خریده بودند و با افکت‌هایی چون سوزاندن دور آن زیبایش کرده بودند خط نستعلیقی با قلم نی نوشته‌می‌شد، چون علیرضانجمن خوشنویسان رفته بود و یاد گرفته بود حرف‌های نمونسد. مسئول پیدا کردن متن و شعرهای متناسب آن فرد،

فرزندانمان را تشویق کنیم تا به دیگران کمک کند و به رشد و به عنوان انسانی که تواند شجاعانه با چالش‌ها روبه‌رو شود، کمک کنیم.

همیشه الگوی خوبی برای کودک خود باشید. نیکوکار باشید و به دیگران کمک کنید.کودکان مقلدان بسیار خوبی هستند.

به کودک خود آموزش دهید که در قبال جامعه خود مسئولیتی را برعهده دارد. باید به او بگویند تو باید به دیگرانی که فرصت و شانس کمتری نسبت به تو برای زندگی بهتر داشته‌اند کمک کنی.

بسیار افراد آموزش هستند که عنوان خیرین مدرسه‌ساز را با خود به همراه دارند. ساختن مدارس در نقاط محروم شهرهای کشور، بسیار عمل نیک و پسندیده‌ای است که ثواب و اجر اخروی و دنیوی را برای سازنده‌آن به همراه دارد. خیرین دیگری که با ساختن بیمارستان و مراکز درمانی، اماکن تفریحی برای نقاط محروم کشور از خود نام نیک به جامی‌گذارند.

■ گرز دستت می‌رسد... برای ایجاد نیکوکار خیر است دست نیازمندی را با خود به همراه دارند.

# ف

**قرارهای روز همدلی ما، به مرور پیشرفت کرد و الحمدلله آرام آرام حل شد که مسائلی مثل غیبت و تهمت دیگر در روز همدلی خنده‌دار است و بی خریدار؛ چون اگر حتی کسی به تازگی در جمع مضافه شود و از قرارهای ما بی‌خبر باشد و بخواهد مسئله‌ای را بگوید که بوی غیبت می‌دهد، با خوشرویی و بدون این‌که کسی متوجه این گناه شود از طرف یکی از ما، تذکری دریافت می‌کند**

از ما، تذکری دریافت می‌کند

کند و گاهی سمعک مادر بزرگ سرپرایز تولد او بود... البته برخی از فامیل دور بودند و من تنها می‌توانستم در روز همدلی با آنها تماس بگیرم و جویای حالشان شوم تا فرصتی مناسب در اولین وقت به آنها سر بزنم. امروز در خانه عموجان، همین اتفاق افتاد و من بعد از سه ماه، بالاخره موفق به دیدار او شدم. متأسفانه خانم و بچه‌ها نتوانسته بودند بیایند. یکی درگیر تحویل پروژه و هر روز در کتابخانه بود و یکی عروسی دعوت شده بود و من خود، با صدای فریادش، فاطمه می‌دود و به محمد هم درگیر امتحان. برای همین بدون اطلاع از این مسئله، حتماً با یک سفر مسافرتی به تهران می‌توانم عزیمت شیراز شدم و به عموجان سر زدم.

هر چند که دلم برای تمام فامیلی می‌تپید، اما بودند کسانی که از دیدن من خوشش می‌آمدند. مثلاً چند وقت بود که آقای نسیمی، شوهر خواهرم، جواب تلفنم را نمی‌داد و سر یک مسئله بی‌اهمیت از من و روزهای همدلی مان

حرف از آن هزاران

## روز همدلی، غیبت و تهمت تعطیل!

■ ناهیدنوری

از راه دوری آمده بودم و مشتقت راه طولانی تهران – شیراز، خسته‌ام کرده بود اما بالاخره رسیدم. تا چشمم به عموی سالخورده‌ام افتاد لبخند شوقی بر لبانم نقش بست و احساس سبکی شیرینی، به جای احساس کوفتگی و خستگی بدمن نشست. ساعت‌ها راه و نشستن در اتوبوسی بدون کولر را تحمل کرده بودم، برای این‌که به فامیل خود سر بزنم. زیرا با خود قرار گذاشته بودم که پنج‌شنبه آخر هر ماه از حال تک تک فامیل بپرسم و...

بریده بود؛ ولی من از رو نمی‌رفتم و به راه با او تماس می‌گرفتم و پیام می‌فرستادم.

یکی از کارهایی که دوست دارم و معمولاً ابچی فاطمه برای این جور کارها پایه هست، رسیدگی به مشکلات دیگر فامیل است. صندوقی داریم به نام صندوق فرض الحسنه همدلی، به خواست خود عزیزان هر کدام مقداری که برایمان مناسب بود به حسای مخصوص همین کار وریز کردیم و برای مشکلات مالی فامیل به کار می‌بردم. مثلاً هانیه خانم یک ماه پیش می‌خواست دخترش مانده را عروس کند. به ابچی فاطمه گفتم بدو که وقت فعالیت شماس و قرار شد وامی برای او در نظر بگیریم تا برای جور کردن جهاز دچار مشکل نشود. دخارا شکر بزرگ است و مال هر چند اندک ما، وقتی با هم جمع می‌شود گره گشاست. یک ربع از جلسات پنج‌شنبه ما را احاجا صادقی شوهر عمه‌ام مدیریت می‌کند. او در این یک ربع در مورد حدیثی که قرار است در آن ماه حفظ شویم، بحث می‌کند و ما سعی می‌کنیم همان لحظه سریع حفظ شویم چون خیلی ضایع است اگر ماه بعد بپرسند و باز بنده تنها اول حدیث یادم باشند و کوچولوهای فامیل با هم تکرارش کنند!

قرارهای روز همدلی ما، به مرور پیشرفت کرد و الحمدلله آرام آرام حل شد که مسائلی مثل غیبت و تهمت دیگر در روز همدلی خنده‌دار است و بی خریدار؛ چون اگر حتی کسی به تازگی در جمع ما اضافه شود و از قرار های ما بی‌خبر باشد و بخواهد مسئله‌ای را بگوید که بوی غیبت می‌دهد، با خوشرویی و بدون این‌که کسی متوجه این گناه شود از طرف یکی از ما، تذکری دریافت می‌کند که این بحث‌ها خوشش می‌آمد سرورپریز او در حیاط و ساختن حوضی کوچک اتفاق می‌افتاد که می‌توانست چند دقیقه‌ای در آن به راحتی راه برود و آب‌پزایی



و بدون توجه حرف اشتباهی زد که یک دفعه محمدرضا، بچه ۶ساله داداش رضا، به او گفت: عمه جان! دهنوتون آب بکشید!از یک طرف خنده‌مان گرفته بود و از طرفی خجالت کشیده بودیم و از طرفی دیدیم چقدر خوب شد که بدون تذکر مستقیم ما، جهت صحبت تغییر کرد. البته بچه‌ها در عین معصوم بودن بازگوشی‌های خود را دارند و ما هم به بازگوشی‌های آنها عادت کرده‌ایم. یادش به خیر پارسا! مهدیس کوچکتر بسود و بامزه‌تر، کفش‌های مامانش را پوشیده بود و یکی از روسری‌های ساجده دخترم را برداشته بود و مثل چادر روی سرش گذاشته بود و محمدرضا و محمدسجاد هم نقش پسرهایش را بازی می‌کردند. قرار بود همه با هم بیرون پارک که همان محوطه آپارتمانمان بود!

جلوی بچه‌ها در حال پایین آمدن از پله‌ها بود که پایش به لبش گیر کرد و نزدیک بود بیفتد که من رسیدم. نایلون میوه‌ها را روی زمین رها کردم و پریدم گرفتمش. با آن کفش‌های پاشنه بلند و روسری بلند، راه رفتن در راه پله واقعاً سخت بود. چقدر خدا به ما رحم کرد وقتی که پارسا کوچولو از صندلی آشپزخانه، بالا رفته و خود را به قابلمه‌آش رسانده بود و می‌خواست درش را بردارد که ناگشتش به در آن می‌خورد، با صدای فریادش، فاطمه می‌دود و نجاتمان می‌دهد. الحمدلله، هر جلسه همدلی را بدون این‌که به کسی چیزی بگویم به یکی از معصومین هدیه می‌کردم زیرا می‌دانم که این ملاقات در مدرسه‌های فقیه در بجنورد می‌فرستد. از این‌که خداوند برکت‌های این صله رحم را نصیب ما کرد شاکر و سپاسگزاریم.