

سبک رفتار



با رفتارهای پر خطر به استقبال سال جدید نرویم

چهارشنبه سوری آرام احترام به خودمان، هدیه به آتش نشانان

■ مهدی ارجمند

دو، سه هفته مانده به پایان سال می توان صدای آنها را شنید که گاه و بیگاه آرامش شهروندان را به هم می ریزد. صدای ترقه، ترقه هایی که برای شب چهارشنبه آخر سال تهیه شده و توسط نوجوانان و جوانان پرشر و شور در وسط کوچه و خیابان منفجر شده و به صدا درمی آید. این شاید غم انگیز ترین مولودی باشد که فرارسیدن سال نو و آخرین شب چهارشنبه سال را نوید می دهد. مولودی های غم انگیزی که برخی هاشان قبل از فرارسیدن چهارشنبه آخر سال کار دست بعضی از مردم می دهد و از ابتدایی ترین روزهای اسفند شاهد انتشار اخباری در خصوص اتفاقات و حوادث مربوط به انفجار مواد محترقه هستیم. اتفاقات تلخی که عید برخی از خانواده ها را به عزاد تبدیل می کند و در حالی که خانواده ای تکاپوی آماده شدن برای عید و سال جدید است باید نظاره گر اتفاقی تلخ برای یکی از اعضای خانواده خود باشد که در انفجار مواد محترقه در شب چهارشنبه آخر سال زخمی یا حتی خدای ناکرده آتش گرفته شده تا در اقدامی بس خطرناک که در روزهای پایانی سال اخبار آنها در صفحه حوادث روزنامه ها به وفور به چشم می خورد. حال اینکه با برنامهریزی، فرهنگ سازی، آموزش، اطلاع رسانی و در کنار آن، استفاده از قانون و رفتارهای بازدارنده می توان شاهد کاهش یا حتی حذف این اتفاقات ناگوار باشیم. اتفاقاتی تلخ و حوادثی ناگوار با رفتارهایی زشت و زنده اند سبب معدودی از افراد که هیچ نسبیتی با فرهنگ امیل ایرانی – اسلامی مردم عزیزمان ندارد و شأن مردم ایران بسیار بالاتر از این است که با چنین رفتارهایی در دنیا سنجیده شوند.

■ ■ ■

■ تردید در وجود و ماهیت یک آیین

چهارشنبه سوری یا بهتر بگوییم چهارشنبه سوزی یکی از آیین های سنتی ایرانیان است که اگرچه برخی از پژوهشگران، مردم شناسان و کارشناسان حوزه میراث فرهنگی درباره ریشه های این آیین و اینکه منتسب به ایرانیان باستان است یا تردید صحت می کنند اما آنچه مشخص است این است که این آیین را به ایرانیان باستان نسبت می دهند. البته کاملاً مشخص است که اگرهم چنین آیینی وجود داشته با آنچه امروز می بینیم زمین تا آسمان تفاوت دارد و چهارشنبه سوری این روزها تبدیل به چهارشنبه سوزی شده است.

در این میان برخی از پژوهشگران اصل چهارشنبه سوزی و پریدن از روی آتش را نیز به این علت که سندی برای آن وجود ندارد به طور کلی رد می کنند. به عنوان مثال محمد میرشکریایی پژوهشگر و کارشناس حوزه میراث فرهنگی در این باره در گفت و گو با یکی از خبرگزاری ها گفته است: هیچ گاه پژوهشگران نمی توانند پیشینه ای از چهارشنبه سوزی را پیدا کنند زیرا هیچ منبع مکتوبی در این زمینه وجود ندارد. او گفته است: «ما نمی دانیم از چه زمان سنتی به نام چهارشنبه سوزی و روشن کردن آتش در آن و پریدن از آتش در ایران معمول شده است. در این باره روایت هایی آمده اما هیچ کدام سند محکم ندارد. البته کاملاً مشخص است که اگر هم آیینی به نام چهارشنبه سوزی متشکل از برخی از رفتارها مانند پریدن از روی آتش در بین ایرانیان باستان وجود داشته، آنچه امروز به عنوان چهارشنبه سوزی شاهد آن هستیم، رفتارهایی است که به هیچ عنوان پسندیده نیست و سنخیتی بافرهنگی ایرانی – اسلامی و شأنیت مردم بزرگ ایران ندارد.

■ اخبار تأسفار از شب چهارشنبه آخر سال

در این میان رفتارهای اشتباه در شب آخرین چهارشنبه سال باعث شده تا شاهد اتفاقات بسیار تلخ از جمله زخمی یا کشته شدن برخی از هموطنمان باشیم. اتفاقات هولناکی که گاه حتی قبل از فرارسیدن

چهارشنبه سوری اتفاق می افتد.

به این اخبار توجه کنید: مرگ نوجوان تهرانی بر اثر انفجار مواد محترقه، انفجار ترقه دست ساز سه نوجوان را راهی بیمارستان کرد، سقط جنین زن باردار بر اثر انفجار مواد محترقه، آتش سوزی انبار مواد محترقه منزل مسکونی را خاکستر کرد، چهارشنبه سوزی اولین قربانی خود را گرفت، مرگ هولناک اعضای یک خانواده در انفجار انبار مواد محترقه آتش سوزی، چهارشنبه سوزی چشم های زیبای جوان تبریزی را برای همیشه از او گرفت و...

اینها تنها نمونه هایی از اخباری است که در صفحه حوادث روزنامه ها یا سرویس های حوادث خبرگزاری ها در روزهای منتهی به پایان سال و بر تن کردن لباس نو، لباس سیاه به تن کرده و حجله جوانشان را در کنار منزل برپا کنند.

حال اینکه این اتفاقات بسیار تلخ و ناگوار می توانست هیچ گاه اتفاق نیفتد، به شرط اینکه نوجوان و جوان پرشر و شور ما به جای بازی با مواد محترقه و لذت بردن از انفجار ترقه به روش های دیگری شب چهارشنبه آخر

سال خود را سپری می کرد.

■ کمپین زیبا به یاد شهدای آتش نشان

در این میان اما امسال شاید شب چهارشنبه سوزی متفاوت ترین شب چهارشنبه سوزی سال باشد. حادثه غم انگیز پلاسکو و شهادت جمعی از آتش نشانان فداکار باعث شده تا در اقدامی زیبا کمپینی با موضوع تحریم چهارشنبه سوزی به راه بیفتد. کمپینی که افراد مختلفی در آن عضویت دارند از هنرمندان و بازیگران سینما و تلویزیون گرفته تا ورزشکاران و چهره های نام آشنا و دوست داشتنی مردم.

در این کمپین زیبا و قابل تحسین از مردم خواسته شده تا به احترام آتش نشانان فداکار امسال در شب چهارشنبه آخر سال از روشن کردن آتش و به کار بردن مواد محترقه خودداری کنند تا خدای ناکرده شاهد



کمک به نیازمندان، دید و بازدید، عبادت بیماران، مراسم آشتی کتان، دور همنشینی و... از جمله مراسم زیبایی است که در شب چهارشنبه آخر سال در بسیاری از مناطق ایران اجرا می شد. با این حال امروزه متأسفانه شاهد این هستیم که این رسوم زیبا جای خود را به رفتار هایی داده است که سنخیتی با فرهنگ ایرانی – اسلامی مردم ما ندارد



حادثه ای دلخراش مانند آتش سوزی پلاسکو نباشیم. مأموران فداکار آتش نشان همه ساله با فراسیدن شب چهارشنبه آخر سال در کنار دیگر نیروهای امدادی از جمله اورژانس، پلیس و هلال احمر برای خدمت رسانی به هموطنان در آماده باش کامل به سر می برند، اما بهتر این است که امسال به احترام آتش نشانان شهید و پاس فداکاری و ایثار آنها در تمامی حوادث خصوصاً حادثه دلخراش ساختمان پلاسکو با تحریم استفاده از مواد محترقه در شب چهارشنبه آخر سال آرامش و اطمینانی خاص را به آنان هدیه دهیم.

این رفتار می تواند در شب چهارشنبه آخر سال ۹۵ و همچنین در سال های دیگر به عنوان رفتاری برخاسته از فرهنگ گسترده ای از مردم هنرمندان و بازیگران نمایانگر فرهنگ ارزشمند ایرانیان باشد.

بعد از حادثه پلاسکو کمپین های مختلفی برای تحریم چهارشنبه سوزی خطرناک شکل گرفته و علاوه بر طیف گسترده ای از مردم، هنرمندان و بازیگران نیز به این کمپین ها پیوسته اند. در این کمپین ها از شهروندان دعوت شده که شب چهارشنبه آخر سال را بدون خرید و استفاده از مواد محترقه سپری کنند و به جای گذراندن چهارشنبه تلخ، این روز را با انجام کارهای نیک و خدایسندانه و تقسیم کردن شادی هایشان بین نیازمندان بگذرانند. حرکت برخی از چهره ها در راه اندازی کمپینی برای تحریم مواد محترقه در چهارشنبه سوزی امسال، اگرچه در ابتدا چندان مورد توجه قرار نگرفته بود، اما با وقوع فاجعه پلاسکو و شهادت قهرمانانه آتش نشان ها، کمپین تحریم مواد محترقه در چهارشنبه سوزی امسال حال و هوای دیگری پیدا کرده است.

در متنی که برای این کمپین تهیه شده آمده است: «تحریم خرید مواد منفجره برای چهارشنبه سوزی به پاس قدردانی از آتش نشان ها / برای چهارشنبه سوزی امسال از خرید مواد منفجره خودداری کنید تا این انسان های بزرگوار بتوانند حداقل چهارشنبه سوزی امسال در کنار خانواده های خود باشند یا مسئولیت کمتری داشته باشند. ای کاش همه ما حداقل برای امسال به فکر این عزیزان باشیم...» این متن این روزها و پس از حادثه پلاسکو حتماً به دست شما هم رسیده است؛ متنی که نه فقط بوی و ارسال مجدد آن انسانی است، بلکه با عمل به آن می توانیم در راستای ارتقای فرهنگ پیشگیری گامی بلند برداریم. در کنار این، بی تردید هیچ قدرشناسی ای بالاتر از ارزش گذاشتن به جان آتش نشانان نیست. اینگونه بی تردید روح ققنوس های سرخ بالی که در حادثه پلاسکو برپا گشته اند نیز آرام تر خواهد بود. متنی زیبا که باید تا می توانیم آن را نشر دهیم. آتش نشانان فداکار در حادثه آتش سوزی ساختمان پلاسکو کاری کردند کارستان. آنها حتی از جان خود برای حفظ اموال و جان مردم نیز دریغ نکردند و هنوز جای خالی این آتش نشانان بغض سختی است که به گلولی همکارانشان جنگ می زند بنابراین را نیست که با



بعد از حادثه پلاسکو کمپین های مختلفی برای تحریم چهارشنبه سوزی خطرناک شکل گرفته و علاوه بر طیف گسترده ای از مردم، هنرمندان و بازیگران نیز به این کمپین ها پیوسته اند. در این کمپین ها از شهروندان دعوت شده که شب چهارشنبه آخر سال را بدون خرید و استفاده از مواد محترقه سپری کنند و به جای گذراندن چهارشنبه تلخ، این روز را با انجام کارهای نیک و خدایسندانه و تقسیم کردن شادی ها یشان بین نیازمندان بگذرانند

فرارسیدن چهارشنبه سوزی بار دیگر کاری کنیم و خدای ناکرده اتفاقی بیفتد که پشت خانواده های آتش نشانان بلرزد. فرهنگ احترام گذاشتن به حقوق دیگران و رعایت قوانین و مقررات همیشه یکی از مهم ترین امتیازات ایرانیان بوده و هست، بر همین اساس شایسته است تا در شب چهارشنبه آخر سال نیز با رفتاری سنجیده و پسندیده شب آرامی را برای آتش نشانان فراهم کنیم تا این شب آرام ترین و خاطره انگیز ترین شب آتش نشانان ایرانی باشد.

■ از سنت های زیبای قدیمی تا صدای مهیب انفجار

اما شاید نباشد که بدانیم شب چهارشنبه آخر سال همواره در بین مردم همراه با آیین ها و مراسم زیبا و ماندگاری بوده است که برخی از این مراسم بسیار زیبا بوده و ریشه در سنت های اسلامی دارد.

به عنوان مثال نذری آش برای شفای بیماران و نیز کمک کردن به نیازمندان یا حتی دید و بازدید در شب چهارشنبه آخر سال از جمله رسوم زیبایی است که در گذشته وجود داشته و اکنون از بین رفته و جای خود را به رفتارهای زشت و زندهای مانند استفاده از مواد محترقه و نارنجک با صدای انفجار مهیب داده است. نادر هوشمند پژوهشگر و مردم شناس در این باره می گوید: درباره چهارشنبه آخر سال نظرات بسیار زیادی وجود دارد. برخی از پژوهشگران به کلی این سنت را رد کرده و آن را شایعه می دانند برخی دیگر اصل آن را تأیید می کنند اما معتقدند که رفتارهایی مانند آتش درست کردن یا پریدن از روی آتش صحت ندارد و برخی دیگر نیز چهارشنبه آخر سال را تأیید می کنند اما اعتقاد دارند رسوم زیبایی در این شب وجود داشته که خصوصاً بعد از ورود اسلام به ایران به شکلی زیبا این رسوم آمیخته با فرهنگ ایرانی – اسلامی اجرا می شده اما اکنون تمامی این رسوم فراموش شده و جای خود را به رفتارهای زشت و ناپسند داده است.

به گفته این مردم شناس، در گذشته در هر منطقه ای همزمان با فرارسیدن چهارشنبه آخر سال رسوم زیبایی برگزار می شد که برخی از این رسوم حتی تا ۱۰۰ سال پیش نیز وجود داشت اما متأسفانه رفته رفته این رسوم زیبا که آمیخته با فرهنگ ایرانی – اسلامی نیز بود جای خود را به رفتارهایی مانند استفاده از مواد محترقه داده که هیچ سنخیتی با پیشینه فرهنگی مردم ندارد.

او می گوید: به عنوان مثال گره گشایی، اسپند دود کردن، کمک به نیازمندان، دید و بازدید، عبادت بیماران، مراسم آشتی کتان، دور همنشینی و... از جمله مراسم زیبایی است که در شب چهارشنبه آخر سال در بسیاری از مناطق ایران اجرا می شد. با این حال امروزه متأسفانه شاهد این هستیم که این رسوم زیبا جای خود را به رفتارهایی داده است که سنخیتی با فرهنگ ایرانی – اسلامی مردم ما ندارد.

این پژوهشگر می افزاید: شایسته نیست که برخی از مردم ما که از فرهنگی والا و اصیل برخوردار هستند در واپسین روزهای سال و در حالی که همگان برای سال جدید آماده می شوند، سال خود را با مردم آزاری به پایان برسانند. او به حوادث شب چهارشنبه آخر سال اشاره می و می گوید: همه ساله با فرارسیدن آخرین چهارشنبه سال شاهد اتفاقات ناگوار مانند آتش سوزی و انفجار و آسیب دیدگی برخی از افراد هستیم که بر اثر رفتارهای ناشایست برخی صورت می گیرد در حالی که این نوع رفتارها هیچ گاه در فرهنگ مردم ایران جایگاهی نداشته و این رفتارها شایسته مردم با فرهنگ ایران نیست. در هر حال آنچه مشخص است اینکه همه ساله با نزدیک شدن به چهارشنبه آخر سال همواره این نگرانی وجود دارد که شاهد وقوع اتفاقاتی باشیم که همه ما از شنیدن و دیدن آن نگران هستیم. با این حال با توجه به راه اندازی کمپین تحریم مواد محترقه این امیدواری وجود دارد امسال به حرمت آتش نشانان فداکار شاهد رفتارهای خطرناک و وقوع اتفاقات هولناک نباشیم.

سبک مراقبت

هیاهوی اسفند و رفت و آمد بیشتر

عصبانیت شماگرهی از ترافیک باز نمی کند

مناسب برای عدم استفاده از واژه های رکیک است که باز هم این بخش مشترک تحت نظارت مراکز آموزشی و خانواده هاست و همکاری و همراهی و همفکری این دو بخش سبب می شود تا فرد تمرین صوری کند و در مواقع حاد از الفاظ ناپسند استفاده نکند. یاد گرفتن این نکته که بعد از هر حادثه باید منطقی رفتار کرد و درگیر احساسات نشد نیز حائز اهمیت است. تاجایی ممکن باید از بروز حادثه پیشگیری کرد ولی اگر به هر دلیلی اتفاق افتاد آنچه مهم است کنترل خشم و مدیریت بحران است.

افراد باید یاد بگیرند که با پیاده شدن و دست به یقه شدن نه تنها مشکلی حل نمی شود بلکه گاهی همین نزاع های به ظاهر ساده خیابانی منجر به آسیب های شدید و حتی مرگ یک نفر می شود که در این گونه موارد فرد خاطی تا پایان عمر باید تاول همان یک لحظه خشم را بدهد و لزوماً این فرد خاطی از طبقه خاصی از اجتماع نیست و می تواند شامل هر فردی از هر طبقه شود که در یک لحظه نتوانسته اوضاع پیش آمد را مدیریت کند. یکی دیگر از نکاتی که ناخودآگاه روی اعصاب افراد تأثیر گذاشته و سبب بروز بیشتر خشم در افراد می شود، آلودگی های صوتی است. استفاده نابجا از بوق در کشور ما بسیار متداول است. در کشور ما استفاده از بوق دامنه وسیعی را در بر می گیرد که از سلام و خداحافظی شروع شده و به عزا و عروسی ختم می شود. استفاده مکرر از بوق ممتد حتی به عنوان ناسزا سبب می شود. رانندگان بدون آن که متوجه باشند تحت فشار روحی شدید ناشی از صدای ناهنجار بار بگیرند. بنابراین یک جرقه برای روشن شدن آتش خشم آنها کافی است. این نکات ریشه در فرهنگ اجتماعی هر کشور دارد و برای اصلاح آنها باید از سه پایه کرد و با وضع مقررات جدید و سختگیری های بیشتر می توان مانع از تکرار آنها شد.

مهم ترین نقش در پیدایش نزاع های خیابانی ناشی از تصادف بعد از اجتماع به خانواده تعلق دارد. در واقع یک رابطه دو سویه بین اجتماع و خانواده وجود دارد که این دو را مکمل هم می سازد. خانواده از تربیت صحیح فرزند خود می تواند بروز حوادث جلوگیری کند. دامنه این تربیت نیز وسیع است و از تکرار نکردن الفاظ رکیک جلوی



کودکان شروع شده و به آموزش کنترل خشم در مواقع بحرانی به کودک ختم می شود.

فردی که از دل خانواده ای بیرون باید که در آن افراد برای هم احترام قائل هستند و تحت هیچ شرایطی با توهین و ناسزا اختلاف سلاقی خود را حل نمی کنند، مسلماً دامنه واژگان توهین آمیز کمتری بلد است و به خاطر تربیت خانوادگی و قیچی که در به زبان آوردن ناسزا هست در به کار بردن این الفاظ اکر دارد، چرا که حس می کند شخصیت خودش قبل از همه زیر سؤال می رود. بنابراین تاجایی ممکن توهین نمی کند و خشمش را با کلمات قبیح بروز نمی دهد. متأسفانه آنچه این روزهایش از پیش ازآزادهنده است استفاده از این فحش ها و ناسزا را در فیلم ها یا ترانه های نسل امروز است که سبب می شود قبح آنها ریخته شود. در اینجا هم خانواده ها نقش مهمی در کنترل فرزندان خود و قرار نگرفتن آنها در معرض این آسیب ها ایفا می کنند.

برای مدیریت خشم و تمرین خونسردی می توان شیشه ها را بالا کشیده و موسیقی ملایمی گوش داد و سعی کرد صداهای ناهنجار را تا سر حد ممکن حذف کرد و باز هم در صورت بروز حادثه یا تشدید ناسزا از افراد قبل از آنکه زانمان برآیمان تصمیم بگیرد بهتر است در ذهنمان تا ۱۰ بشماریم و چند نفس عمیق بکشیم تا بتولیم خشم یا استرس موجود را کنترل کرده و به منطقی ترین شیوه ممکن با آن برخورد کنیم. بنابراین مثلث خانواده، اجتماع و آموزش نقش مهمی در پیشگیری از نزاع و بروز حوادث و استفاده از واژگان درست دارند که درباره هر یک از آنها باید فرهنگ سازی صحیح انجام شود تا کمتر شاهد حوادث تلخ باشیم که هر روز در یک گوشه از شهر اتفاق می افتد. در خاتمه یاد گفت علاوه بر ترافیک سنگین اسفند ماه، در شهرهای بزرگ به زودی شاهد سفرهای نوروزی و ترافیک جاده ها خواهیم بود. پس آرامش خود را حفظ کنید و فراموش نکنید که عصبانیت گرهی از ترافیک باز نخواهد کرد.



افراد باید یاد بگیرند که با پیاده

شدن و دست به یقه شدن نه تنها مشکلی حل نمی شود بلکه گاهی همین نزاع های به ظاهر ساده خیابانی منجر به آسیب های شدید و حتی مرگ یک نفر می شود که در این گونه موارد فرد خاطی تا پایان عمر باید تاول همان یک لحظه خشم را بدهد و لزوماً این فرد خاطی از طبقه خاصی از اجتماع نیست و می تواند شامل هر فردی از هر طبقه شود که در یک لحظه نتوانسته اوضاع پیش آمده را مدیریت کند

مواقع عصبانیت استفاده کرد؟ و پیش از آن چرا باید اینقدر سریع به نقطه جوش رسید؟

شلوغی راه ها و مصائب و مشکلات برای همه وجود دارد و طبعاً برای قشر مسافران که از این راه از تراق می کنند تحمل این مسائل سخت تر است. به علاوه اینکه همین شلوغی ها سبب می شود وقت بیشتری برای یک می مسیر صرف کنند و طبعاً درآمد کمتر در آرای استهلاک بیشتر ماشین نصیبشان شود. از آنجایی که ما همواره دیگران را مقصر می دانیم در تلاشیم تا خسارت وارده به خود را به نوعی جبران کنیم. راننده برای جبران خسارت خود گرایه بیشتری از مسافر طلب می کند و مسافر هم که مشکلات خودش را دارد و درآمد مشخص و محدودی دارد از این بی عدالتی برآشفته می شود و همین امر سبباز درگیری بین راننده و مسافر شده و دوباره سبیل ناسزا و توهین است که از هر سو سرازیر می شود.

فاز بعدی مسئله تمرین کنترل خشم و تربیت