

«محرم»

ماه تغذیه معنوی خانواده‌ها در روزهای پس از جنگ

■ امسال، محرم الحرام در حالی فرامی‌رسد که کشور عزیزمان ایران، پس از ایستادگی در برابر تهاجم رژیم‌صهیونیستی، در فضای آتش‌بس قرار گرفته است. این ماه، ماه سوگواری و عزاداری برای سید و سالار شهیدان، حضرت اباعبدالله الحسین(ع) و یاران باوفایش است. ماه بازسازی روح و جسم و فرصتی ارزشمند برای تغذیه معنوی و تقویت ایمان اما در این شرایط حساس، رعایت احتیاط و پیروی از مقررات، وظیفه‌ای است که بر دوش هر عاشق امام حسینی قرار دارد. برگزاری مراسم عزاداری و فعالیت‌های معنوی ماه محرم، نه تنها به قوت روح و جسم ما می‌افزاید، بلکه نشان دهنده وفاداری ما به آرمان‌های عاشورا است. این ماه، فرصتی معنوی برای خانواده‌های ایرانی است تا با بهره‌گیری از آموزه‌های عاشورا، روح و جسم خود را بازسازی کنند و آرامش روانی را به زندگی روزمره بازگردانند... | صفحه ۱۰



خانواده ایرانی

بی‌مثال در جنگ و صلح



امیرعباس عبداللهی، جامعه‌شناس و استاد حوزه و دانشگاه:

انسجام و همدلی چراغ راه خانواده ایرانی در عبور از بحران‌هاست



منصوره سادات مرتضوی، مدیر پژوهشکده زن و خانواده، مدرس دانشگاه و پژوهشگر تعلیم و تربیت:

خانواده مأمنی پایدار در جهان پرتلاطم امروز است



مرضیه نفیسی، استاد دانشگاه:

خود را با سبک زندگی نسل جدید هماهنگ کنیم اما در چار چوب خانواده



فاطمه محمدی، جامعه‌شناس و سیاست‌پژوه:

صمیمیت والدین با فرزندنان مرجعیت خانواده را حفظ می‌کند

نگاه

خانواده ایرانی زندگی عادی در شرایط غیر عادی را بلد است

مرضیه بامیری

خانواده یعنی زیر یک چتر بودن. جایی که اگر باران سختی و آزمون‌های سخت می‌بارد، آنها کنار هم و زیر یک چتر باشند. مهم نیست چتر دست چه کسی باشد، مهم آدم‌هایی‌اند که زیر آن چترند. آنها تا وقتی کنار هم‌اند از گرند و سرمای باران در مانند ولی اگر کسی بخواد از چتر بیرون بیاید، آن وقت اوضاع فرق می‌کند. او خیس می‌شود و بقیه نگرانش. خانواده یعنی قلب‌هایی که بیرون سینه ولی برای هم می‌تپد. درد خواهرم درد من است و خوشحالی او خوشحالی من. اگر برادرم تب کند من می‌میرم اگر تا به

مادرمان را می‌دهد.

خانواده ایرانی در زمان جنگ تحمیلی حماسه آفرید. در زمان ششیوع و یروس خان‌مان سوز کرونا با حمایت کامل از اعضای خانواده، دوره سخت و تجربه تلخی را پشت سر گذاشت و این روزها نیز در برابر امریکا و اسرائیل تا دندان مسلح ایستادگی کرد. چقدر این روزها همه چیز برای‌مان آشنا بود. پدرومادرهایی که سالان‌های نخست انقلاب را در بچوبه یک جنگ هشت ساله گذرانده‌اند، حالا دوباره چراغ راه جوان‌ها شدند. شسب‌ها کودکان را آرام می‌کردند و می‌گفتند جنگ که ترس ندارد. یعنی دارد، ولی نه ترسی که زندگی را تعطیل کند. آنها خوب بلدند چطور هنگام



خط ابروی مادر بیفتد، از غصه بمیریم. اگر پدر کمرش خم شد دل‌مان بلرزد و بخواهیم برایش کاری کنیم. خانواده یعنی اگر یکی خواست عروس یا داماد شود خوشحالی او خوشحالی همه باشد. استسین‌ها را بالا بزنیم و برای خوشبخت شدنش در حد توان‌مان سنگ تمام بگذاریم. اگر یک عضو خانه بیمار شد، همه پرستار شوند و نگذارند آب توی دلتش تکان بخورد. اگر پدر دستش خالی بود، باز هم توی خانه‌اش جمع شویم و بدون خدشه‌دار شدن غرورش، باری از دوش او برداریم. وقتی بچه‌ها در خانه‌ای پر از مهریانی بزرگ می‌شوند، دایره این خانواده بزرگ‌تر می‌شود و پای خاله و عمو و دایی به میان می‌آیند. کم‌کم عاشق آنها می‌شویم، چون عمو بوی پدر و خاله بوی

را پر انرژی زندگی کنی و خانواده را با همان شور مادران‌ات دور هم جمع کنی. زندگی در میانه جنگ یک سبک زندگی است که باید بلد باشی. کم‌کم یاد می‌گیری هم‌بترسی، هم شجاع باشی. هم مراقب باشی، هم توی دل خطر بروی. اخبار جورواجور را بخوانی، ولی به موفقیت فکر کنی. هسان جوان‌های داوطلب توی مساجد و پایگاه‌ها بودند، حالا توی شهر و خیابان دوباره داوطلب کمک هستند. مردم سر معابر و چهارراه‌ها شانه‌های امن پلیس می‌شوند و به طور خودجوش گشت می‌زنند و جاسوس‌ها و خودفروخته‌ها را دستگیر می‌کنند. این روزها خانواده‌های ما به همنوعانی که شهرشان را ترک کرده بودند جا و مکان دادند و آن یکی که یک ساعت نشده برادر پاسدارش را شهید کرده‌اند، پای کار ماند و نان گرم دست‌مسرد داد. اینجا ایران است، سرزمین مردمی نازنین و خانواده‌هایی که دویاره تکرار شد. آنها خوب می‌دانستند

نیره ساری

روزهای هی هست که دنیا، با همه رنگ و لعابش، بی‌رنگ است. روزهایی که حتی صدای خنده آدم‌ها، دلگرم‌کننده نیست. شاید از سر کار برگشته‌ای، شاید امتحان سختی داشته‌ای، شاید از کسی که فکر می‌کردی درکت می‌کند، دلخور شده‌ای. آن وقت، فقط یک چیز آرامت می‌کند: برگشتن به جایی که بی‌قید و شرط، بی‌ادعا، فقط دوستت دارند. آنجا، اسمش «خانه» است... و کسانی که خانه را معنا می‌دهند، «خانواده» هستند. خانواده یعنی امنیت، یعنی آرامش، یعنی بودن حتی وقتی هیچ کس دیگر نیست. ما آدم‌ها در مسیر زندگی، فراز و نشیب زیاد می‌بینیم. گاهی دست‌مان پر است، گاهی خالی‌تر از همیشه. گاهی در اوج خوشحالی هستیم و گاهی در عمیق‌ترین نقطه غم. اما یک چیز باید همیشه باشد: جایی ثابت، پناهی امن، گوشه‌ی شنوا، بی‌هیچ قضاوتی و آنجا «خانواده» است.

■ ■ ■

بچه که بودیم، خانواده برای‌مان همه‌چیز بود. مامان یعنی ملامت‌نرمی و بوی خوب غذا. بابا یعنی سقف امن و صدای مطمئن. خواهر و برادر یعنی هم‌دست در بازی و خنده و خرابکاری. صمیمیت در جزئیات بود: یک لیوان چای عصرانه، غرغره‌های بابا که آخرش ختم می‌شد به «مواظب خودت باش»، یا فریادهای مامان که «چرا فلان چیز را سسر جایش نگذاشتی؟» اما انگار هرچه بزرگ‌تر شدیم، فاصله‌ها هم بزرگ‌تر شدند. در شلوغی دنیا، فراموش کردیم چقدر دلگرمیم به همین جمع کوچک. حالا، وقتی مامان رنگ می‌زند، حوصله جواب دادن نداریم. حرف‌های پدر را پسای تفاوت نسل‌ها می‌گذاریم. خواهر و برادر هم آدم‌هایی شده‌اند که فقط در میهمانی عید می‌بینیم. چرا؟ چون فکر کردیم وقت نداریم. چون فکر کردیم خانه همیشه هست... اما واقعیت این است که هیچ‌چیز همیشه نیست، جز حسرت نبودنش. در زندگی‌مان، خیلی‌ها می‌آیند و می‌روند. دوست پیدا می‌کنیم، رابطه می‌سازیم، تیم می‌شویم، همکاری می‌کنیم اما خیلی وقت‌ها،

همین آدم‌هایی که فکر می‌کردیم کنارمان می‌مانند، دور می‌شوند اما خانواده؟ حتی اگر دلخور باشند، عقب نمی‌کشند، حتی اگر بلد نباشند درست بگویند اما می‌مانند. حمایت‌شان خالص است و بی‌چشم‌داشت. چون خانواده‌اند.

وقتی دیگران پشت‌مان را خالی می‌کنند، خانواده تنها پشتی است که اگر بخواهیم، می‌توانیم به آن تکیه کنیم و این، بزرگ‌ترین امنیتی است که یک انسان می‌تواند داشته



در این شلوغی‌ها، گاهی، یادمان می‌رود، خانه فقط چهار دیواری نیست. خانه با آدم‌هایش می‌شود خانه. آنهاایی که از کودکی دست‌مان را گرفتند، از زمین‌خوردن‌های کوچک و بزرگ بلندمان کردند. آنهاایی که وقت موفقیت‌ها ذوق می‌کنند و وقت شکست‌ها، بی‌هیچ قضاوتی کنارمان می‌مانند. شاید برای خیلی‌ها خانواده تبدیل شده باشد به یک پیام‌دیر به دیر یا یک تماس کوتاه آخر هفته اما واقعیت این است که هیچ‌چیز در دنیا جای صمیمیت

باشد: امنیت عاطفی و روانی.

ممکن است گاهی خانواده با ما مخالفت کند. ممکن است بگوید: «ایمن کار را نکن»، «آن راه را نرسو»، «با فلانی نگرد» و... اما ناراحت شویم. فکر کنیم نمی‌فهمند. واقعیت این است که این سخت‌گیری‌ها، اغلب از جنس دلسوزی‌اند. کسی که خواستش به تو نیست، سخت‌گیری نمی‌کند. کسی که دوستت ندارد، تذکر نمی‌دهد. اتفاقاً آن‌که تو را به حال خودت رها می‌کند، باید از او ترسید. بیایید پشت

نگاه مادر، تکیه‌دادن به شانه پدر، یا حتی دعوای‌ای بی‌دلیل خواهر و برادر را نمی‌گیرد. خانواده، یک جور ریشه‌است. اگر خوب نگهش داریم، در طوفان حفظ می‌شویم. وقتی از تکیه‌گاه حرف می‌زنیم، ذهن‌مان می‌رود سمت دوست، همسر، یا حساب بانکی‌اولی تکیه‌گاه واقعی، کسی است که وقتی همه رفتند، وقتی شده اما دستت را گرفته. ما در دنیایی زندگی می‌کنیم که سرعتش از نفس‌هایمان جلو

آدم‌ها به دنبالش امنیت‌اند. حسنی از آرامش شود. «ممکن است فکر کنیم این امنیت با شغل خوب، درآمد بالا یا خانه مستقل به دست می‌آید اما امنیت واقعی، آن است که در بی‌پولی دلگرمت کند، در بیماری بغلت کند، در شکست‌ها دستت را بگیرد و بگوید: «بلند شو. من هستم.»

خانواده همین‌جور است. پایگاهی عاطفی و مادی که از اولین قدم‌ها تا آخرین روزها با ماست. جایی که بی‌هیچ نقاب‌ی می‌توانی خودت باشی. گریه کنی، فریاد بزنی، اشتباه کنی و باز پذیرفته شوی. نسل امروز با امکاناتی بزرگ شده که نسل‌های قبل حتی خوابش را نمی‌دیدند، سرعت دسترسی، تنوع انتخاب‌ها، نیازات گسترده... اما در کنار همه این نعمت‌ها، چیزهایی هم کم‌رنگ شده‌اند، مثل گفت‌وگوهای شبانه و غذا خوردن دور یک سفره ساده، خاطرات جمعی. بعضی از ما، ناخواسته، داریم از خانواده فاصله می‌گیریم. فکر می‌کنیم همه‌چیز باید مطابق میل‌مان پیش برود و اگر تفاوتی دیدیم، دلسرد می‌شویم، اما واقعیت این است که هیچ جمعی کامل نیست. هیچ خانه‌ای بی‌مشکل نیست. خانواده، یک تمرین روزمره است: تمرین درک، صبر و محبت بی‌چشم‌داشت.

خانواده مثل یک تیم است. تیمی عجیب و غریب که گاهی باهم دعوا می‌کنند، گاهی سر شوخی می‌زده غش می‌کنند از خنده، گوشه امن که خود خودت هستی. خانواده همیشه کامل نیست، گاهی پر از نقص و سوءتفاهم، ولی همین خانواده را اقتشگ می‌کند. جمعی که به همه فاصله‌ها و دیوانگی‌ها اما مثل نخ تسبیح به هم وصل است. اهمیتش در این است که به تو یادآوری خواهد کرد «تنها نیستی»، حتی وقتی دنیای روی سرت آوار شود.