دکتر حسن صادقی، روانشناس:

# نیروی نیکوکاری می‌تواند کلید تحول در سبک زندگی ما باشد

دکتر حسن صادقی، روانشناس می‌گوید: «بهترین افراد کسانی هستند که دیگران از حضور و انرژی مثبت شان بهره‌مند می‌شوند. همین نگاه می‌تواند زندگی و سبک زندگی ما را متحول کند.» برای آشنایی با روش‌های عملی نیکوکاری و تأثیرات واقعی آن بر خود و دیگران، ادامه گفت‌وگو را بخوانید.

■■■

**از منظر روانشناسی ریشه‌های کمک به نیازمندان و همدلی با دیگران اکتسابی است یا ذاتی؟**

به مصداق «کل مولود یولد علی فطره» همه خوبی‌ها و نیکی‌ها در وجود ما ذاتی است. چون ما مطابق با فطرت الهی آفریده شده‌ایم. ما در واقع بازتابی از خداوند هستیم و همه نیکی‌ها و خوبی‌ها پیش از ورود به دنیا در ما نهاده شده‌اند، اما به دلیل مشغله‌های زندگی و درگیر شدن ذهن با مسائل مختلف، این نیکی‌ها گاهی مغفول می‌مانند و فراموش می‌شوند. پیامبران برای همین فرستاده شدند تا غفلت‌ها و زنگارهای ذهنی ما را پاک کنند. فکر و ذهن ما را روشن سازند و نیکی‌های ذاتی ما را متجلی کنند. بنابراین همه ما باطنو طبیعی نیکوکار و خوبیم. چون رحمی از روح خدا در ما دمیده شده و همه خوبی‌ها ذات ما وجود دارد. با این حال، به دلیل تفاوت‌های زنتیکی، باورها و انتخاب‌های اجداد‌مان، ایـن نیکی‌ها در برخی افراد کمتر ظاهر شده‌است. برخی نیکی‌ها را نادیده گرفته‌اند و برخی دیگر آنها را به نسل بعد منتقل کرده‌اند. به همین دلیل، آگاهی نقش بسیار مهمی دارد، وقتی انسان‌ها آگاه شوند می‌توانند به مسیر حقیقت و نیکوکاری هدایت شوند. برای مثال در دوران جنگ، نسلی که قبل از سال ۵۰ بیشتر سر گرم زندگی شخصی خود بود، با انقلاب اسلامی آگاه شد و هدایت شد تا جان خود را در راه خدا و کشور فدا کند. این همان فرهنگی است که به نام «فرهنگ شهادت» شکل گرفت. پیامبران هم یکی از کارهایشان یاد آوری به مردم بود که خوب باشند. سالم زندگی کنند و عمل صالح داشته باشند.

**مخاطبان را با آثار روانی نیکوکاری و احسان بیشتر آشنا کنید.**

به مصداق «هل جزاء الاحسان الا الاحسان»، عالم طوری آفریده شده که رفتار، فکر و احساس ما را پاسخ می‌دهد. پاداش نیکی جز نیکی نیست. این جهان مثل آینه‌ای است که اعمال و افکار ما را بازتاب می‌دهد و همه چیز به خودمان برمی‌گردد. اینجا هیچ کاری بدون پاسخ نیست، حتی کوچک‌ترین عمل، مثل یک ذره خیر بازتاب دارد و توسعه یافته است. چنانکه امام علی(ع) می‌فرمایند: «هر چیزی زکاتی دارد و زکات عقل، برداری در برابر نادانان است.»

این نگاه نشان می‌دهد که فرهنگ بخشش در اسلام تنها به مال محدود نیست، بلکه ابعاد اخلاقی، رفتاری و اجتماعی را نیز دربر می‌گیرد.

**به مصداق «هل جزاء الاحسان الا الاحسان»، عالم طوری آفریده شده که رفتار، فکر و احساس ما را پاسخ می‌دهد. پاداش نیکی جز نیکی نیست. این جهان مثل آینه‌ای است که اعمال و افکار ما را بازتاب می‌دهد و همه چیز به خودمان برمی‌گردد. اینجا هیچ کاری بدون پاسخ نیست، حتی کوچک‌ترین عمل، مثل یک ذره خیر بازتاب دارد**

دکتر سمیه سرافراز، جامعه‌شناس و مشاور برندینگ:

# دست‌های خلاق جوانان را تکیه‌گاه روزهای سخت اقتصادی کنیم

در شرایطی که فشار اقتصادی و نگرانی‌های روزمره، کانون خانواده‌ها را تحت تأثیر قرار داده است، عبور از این بحران تنها با تکیه بر بارقه‌های موقت یا انتظارات غیرعملی ممکن نیست. آنچه امروز بیش از هر زمان دیگری مورد نیاز است، تغییر نگرش از انتظار به اقدام خلاقانه است. جامعه‌شناسان و فعالان اقتصادی تأکید دارند، ظرفیت‌های عظیمی در دل جامعه، از جمله نخبگان دانشگاهی و جوانان خلاق، نه تنها برای تشخیص مشکلات بلکه برای ارائه راه‌حل‌های نوین و اجرایی آماده است. وقتی این ذهن‌های پویا با ابزارهای قانونی مانند مجلس پیوند بخورند، می‌توانند طرح‌هایی را کلید بزنند که همزمان سه هدف مهم را دنبال کنند: بهبود معیشت خانوارها؛ ایجاد فرصت‌های شغلی پایدار برای جوانان و تزریق نشاط و پویایی به اقتصاد رکود زده. این رویکرد نشان می‌دهد راه حل بحران، در بیرون از خانه‌ها نیست، بلکه در خلاقیت، مشارکت جوان مردم و تصمیم‌گیران است. در این زمینه با دکتر سمیه سرافراز، جامعه‌شناس و مشاور برندینگ گفت‌وگو کرده‌ایم.

■■■

**وضعیت اقتصادی فعلی کشور را چگونه تحلیل می‌کنید؟ آیا چشک عامل اصلی آن است؟**

باید گفت وضعیت اقتصادی امروز ما حاصل جنگ امروز نیست، بلکه نتیجه ترکیب عوامل مختلف در سال‌های طولانی است. دلایل متعددی در این مسیر دخیل بوده‌اند. سال‌ها تحریم ظالمانه امریکا علیه فعالیت‌های اقتصادی ایران فشار سنگینی بر کشور وارد کرد. در دوران جنگ تحمیلی و دفاع مقدس نیز همه درگیر جبهه‌های نبرد بودند. در دوران پساجنگ، به جای حمایت از تولید، به اسراف‌سازی، تهران را بتونه و پاساژ و بیمارستان ساختند، اما شهرستان‌ها تقریباً سهمی نداشتند و همین مسئله باعث هجوم جمعیت به سمت پایتخت شد. ساختارهای غلط داری پیش از انقلاب اصلاح نشد، دولت کوچک نشد و حمایت جدی از واحدهای تولیدی شکل نگرفت. مافیاهای کوچک جان گرفتند و به تدریج در کالاهای اساسی و فناوری‌ها بزرگ شدند. نگاه لیبرال‌ها و غرب‌گراها در مدیریت دولتی نفوذ کرد و تجمل گرایی را گسترش داد؛ در نتیجه، قشر مرفه و تجمل گرایی شکل گرفت که با اصل شعار انقلاب، یعنی مستضعفان، در تضاد بود. برخی مدیران، همیشه به دنبال تشویق جوانان به یادگیری مهارت و فنون، به مدرک‌گرایی صرف دامن زدند. بانک‌ها با سودهای بالا شکل گرفتند و به بنگاه اقتصادی تبدیل شدند، در حالی که باید حامی واقعی تولید می‌بودند. مهاجرت روستاییان و فروش زمین‌های کشاورزی برای ساخت بلاغ و ویلا به آسیب‌های بیشتری دامن زد. در کنار اینها، بایکوت و حصانت‌گ رسانه‌های خارجی در نمایش زیبایی‌ها، طبیعت، محصولات و امنیت این نیز اثرگذار بود. از طرف دیگر، دلالی افزایش پیدا کرد و تمایل به حوزه کارخانه و تولید کاهش یافت. همچنین، مجموعه‌های باغ و ویلا و دیگر ظرفیت‌هایی که زیر نظر دولت بودند، به مراکز علمی و تفریحی تبدیل نشدند و بپوندی هم میان مخترع و صاحبان سرمایه شکل نگرفت. همه این موارد، اقتصاد ما را بیمار کرد و جنگ فقط این ویرانه را آشکار کرد. بنابراین آنچه امروز می‌بینیم، ادامه یک مسیر چندین ساله است که پیش از جنگ و بعد از آن شکل گرفته است.

**در شرایطی که به دلیل شرایط جنگی بسیاری از بخش‌ها در گیر این شرایط هستند، به اقتصاد و خلاقیت جوانان کمک کرد؟**

بخشی از این وضعیت به نبود تدبیر و برنامه‌ریزی برمی‌گردد نه فقط جنگ. از یکسو، دولت و بخش‌های امنیتی ناچارند در گیر امنیت داخلی و ملی باشند، اما از سوی دیگر نباید اجازه داد همه ظرفیت ذهنی و مدیریتی کشور به خصوص قشر جوان و بخش خلاق و سازنده جامعه کنار بماند چرا که در چنین فضایی، جوان‌های دانشگاهی، نخبگان و افراد خلاق می‌توانند نقش مهمی در اقتصاد خانواده و جامعه داشته و تکیه‌گاه باشند. آنها می‌توانند طرح‌هایی آماده کنند و در اختیار مجلس بگذارند تا سریع به تصویب برسد؛ طرح‌هایی که هم برای خانواده‌ها مفید باشد، هم برای جوان‌ها و هم برای اقتصاد.

در حوزه خدمات و فعالیت‌های دیجیتال هم می‌شود با طراحی کارت‌ها و مجوزهای مشخص، فعالیت افراد را قانونمند کرد. به گونه‌ای که زیر نظر نهادهای مسئول مثل پلیس فتا و دستگاه قضایی باشد، اما در عین حال راه برای کار و درآمد بسته نشود، یعنی افراد بتوانند در فضاهای مشخص، امن و کنترل شده فعالیت کنند. حتی اگر لازم باشد این فضاها در قالب هتل‌ها یا مراکز اختصاصی تجهیز شوند و فقط افراد متخصص و دارای مجوز در آنها کار کنند. این مدل باعث می‌شود هم امنیت حفظ شود، هم ارتباطات ناسالم و برخلاف کنترل شود و هم درآمدهای دیجیتال و آنلاین از بین نرود.

**چطور می‌توان سیاست‌ها را برای تبدیل تمام سال به روزهای نیکوکاری چیست؟**

توصیه کلیدی شما برای تبدیل تمام سال به روزهای نیکوکاری چیست؟

زندگی فرصتی است که باید از آن بهترین استفاده را کرد. لحظات و دقایق زندگی از ظرف خداوند در اختیار ما قرار گرفته‌اند و همواره توصیه شده که با «عمل صالح» دنیا و آخرت خود را آباد کنیم. اعمال نیک، هم زندگی ما را بهتر می‌کند و هم می‌تواند به عاقبت خوش و آخرت خوب منجر شود. همچنین زندگی بعدی و نتایج آن، بر گرفته از همین زندگی است. به تعبیر قرآن، اعمال ما برگرفته‌شده می‌شوند تا نتایجشان را ببینیم. بنابراین باید تلاش کنیم برای نیکوکاری نیز قدم برداریم؛ به قول حضرت مسیح(ع)، «دیگران را همچون خودت دوست داشته باش» و خداوند می‌فرماید: از آنچه خدا به ما داده، دیگران هم بهره‌مند شوند.

اگر استعلاءطلبی، فکری یا هر نعمت دیگری داریم، بخشی از آن را به دیگران انفاق کنیم، هوای دیگران را داشته باشیم. عالِم، با بصیرت و شنوا و آگاه، اعمال و نگاه ما را رصد می‌کند. پس هر روز بخشی از زمان و انرژی خود را به دیگران اختصاص دهیم؛ با زندگی‌شان روتق بیدا کنیم و حالشان خوب باشد.

«خیر الناس من انفع الناس»، بهترین مردم کسانی هستند که دیگران از وجودشان سود می‌برند. منظور فقط عبادت شخصی نیست، بهترین افراد کسانی هستند که با حضور، محبت و خیر، فتنه‌گرهای داخلی و سوءاستفاده از گروه‌هایشان باز شود. ناگهی ما به کامیابی تبدیل شود، قفر به ثروت، بیماری به سلامت، شکست به موفقیت برسد. اگر بتوانیم زندگی‌مان را اینگونه صرف کنیم و همزمان به توسعه زندگی خودمان توجه کنیم، بهترین بهره را از زندگی خواهیم برد و عاقبت خوش و لحظات خوبی را برای دیگران رقم خواهیم زد.

**چطور می‌توان سیاست‌ها را برای تبدیل سطح روایت تاریخی به الگوی عملی امروز تبدیل کرد؟**

یکی از چالش‌های فرهنگی جامعه معاصر، محدود شدن سیره ائمه(ع) به پیل فضائل و ذکر مناسبت‌هاست. در حالی که سیره اهل‌بیت(ع) ظرفیت آن را دارد که به عنوان الگوی عملی برای زندگی فردی و اجتماعی امروز بازخوانی شود. سیره زمانی اثرگذار خواهد بود که از قالب روایت تاریخی خارج و به زبان نیازهای روز جامعه ترجمه شود. جامعه امروز با مسائل متنوعی در حوزه خانواده، اقتصاد، روابط اجتماعی، فرهنگ مصرف و مسئولیت اجتماعی روبه‌روست. در چنین شرایطی، بازخوانی کاربردی سیره ائمه(ع) می‌تواند الهام‌بخش راهکارهای اخلاقی و رفتاری باشد. امامان(ع) چراغ هدایتند و مبنای رفتاری آنان بر عقلانیت، اخلاق، قرآن و فقه استوار است. شناخت این مبانی و تبیین آن در حوزه‌های اجتماعی، فرهنگی و تربیتی، سیره را از یک خاطره تاریخی به یک الگوی زنده تبدیل می‌کند. حدیث ثقلین نیز تأکید می‌کند که عترت پیامبر(ص) همپـای قرآن کریم هستند و پیروی از آنان اختصاص به زمان خاصی ندارد. این آموزه نشان می‌دهد که سیره اهل‌بیت(ع) برای همه نسل‌ها و همه زمان‌ها کارآمد است.

**چگونه می‌توان مفهوم «کرامت نیازمند» را در قرآنِ کمک‌رسانی حفظ کرد؟**

انجام انسانی، محور اساسی هر نوع احسان و نیکوکاری است. قرآن کریم هشدار می‌دهد که صدقات با منت و آزار باطل می‌شوند. این آموزه نشان می‌دهد که شیوه کمک‌رسانی به نیازمندان نباید طوری باشد که احساسات فرد نیازمند را جریحه‌دار کند. این مسئله در فرهنگ دینی، نیازمند پیش از آنکه دریافت‌کننده کمک باشد، انسانی با عزت و شأن ذاتی است. سیره اهل‌بیت(ع) نیز بر همین اصل تأکید دارد. در روایات آمده است که آن بزرگواران هنگام کمک‌رسانی، مراقب بودند شخصیت فرد آسیب نبیند و عزت‌نفس او حفظ شود. کمک همراه با تحقیر، نمایش رنج دیگران، نگاه از بالا به پایین یا فرار از حرام نیز آمیخته با تکبر، با روح احسان ناسازگار است. نیکوکاری اصیل زمانی تحقق می‌یابد که با احترام به عزت‌نفس، بی‌هیاهو و همراه با حفظ شأن انسانی انجام شود. از سوی دیگر، رفاه نیازمند در انتخاب نوع کمک نیز جلوه دارد. قرآن کریم سیرین به کیفی کامل را در گو رفاقتِ از محبوب‌ترین دارایی‌ها می‌داند. این نگاه تأکید می‌کند که بخشش از بهترین داشته‌ها، نشانه‌ای از صداقت در احساس و احترام به شخصیت نیازمند است. در حقیقت، نیکوکاری در منطق دینی تنها انتقال مال نیست، بلکه بازتابی از اخلاق، انسانیت و مسئولیت اجتماعی است و این خصلت‌ها رفتارها را توسعه می‌دهد.

**چطور می‌توان سیره اهل‌بیت(ع) را از سطح روایت تاریخی به الگوی عملی امروز تبدیل کرد؟**

یکی از چالش‌های فرهنگی جامعه معاصر، محدود شدن سیره ائمه(ع) به پیل فضائل و ذکر مناسبت‌هاست. در حالی که سیره اهل‌بیت(ع) ظرفیت آن را دارد که به عنوان الگوی عملی برای زندگی فردی و اجتماعی امروز بازخوانی شود. سیره زمانی اثرگذار خواهد بود که از قالب روایت تاریخی خارج و به زبان نیازهای روز جامعه ترجمه شود. جامعه امروز با مسائل متنوعی در حوزه خانواده، اقتصاد، روابط اجتماعی، فرهنگ مصرف و مسئولیت اجتماعی روبه‌روست. در چنین شرایطی، بازخوانی کاربردی سیره ائمه(ع) می‌تواند الهام‌بخش راهکارهای اخلاقی و رفتاری باشد. امامان(ع) چراغ هدایتند و مبنای رفتاری آنان بر عقلانیت، اخلاق، قرآن و فقه استوار است. شناخت این مبانی و تبیین آن در حوزه‌های اجتماعی، فرهنگی و تربیتی، سیره را از یک خاطره تاریخی به یک الگوی زنده تبدیل می‌کند. حدیث ثقلین نیز تأکید می‌کند که عترت پیامبر(ص) همپـای قرآن کریم هستند و پیروی از آنان اختصاص به زمان خاصی ندارد. این آموزه نشان می‌دهد که سیره اهل‌بیت(ع) برای همه نسل‌ها و همه زمان‌ها کارآمد است.

**چگونه می‌توان مفهوم «کرامت نیازمند» را در قرآنِ کمک‌رسانی حفظ کرد؟**

انجام انسانی، محور اساسی هر نوع احسان و نیکوکاری است. قرآن کریم هشدار می‌دهد که صدقات با منت و آزار باطل می‌شوند. این آموزه نشان می‌دهد که شیوه کمک‌رسانی به نیازمندان نباید طوری باشد که احساسات فرد نیازمند را جریحه‌دار کند. این مسئله در فرهنگ دینی، نیازمند پیش از آنکه دریافت‌کننده کمک باشد، انسانی با عزت و شأن ذاتی است. سیره اهل‌بیت(ع) نیز بر همین اصل تأکید دارد. در روایات آمده است که آن بزرگواران هنگام کمک‌رسانی، مراقب بودند شخصیت فرد آسیب نبیند و عزت‌نفس او حفظ شود. کمک همراه با تحقیر، نمایش رنج دیگران، نگاه از بالا به پایین یا فرار از حرام نیز آمیخته با تکبر، با روح احسان ناسازگار است. نیکوکاری اصیل زمانی تحقق می‌یابد که با احترام به عزت‌نفس، بی‌هیاهو و همراه با حفظ شأن انسانی انجام شود. از سوی دیگر، رفاه نیازمند در انتخاب نوع کمک نیز جلوه دارد. قرآن کریم سیرین به کیفی کامل را در گو رفاقتِ از محبوب‌ترین دارایی‌ها می‌داند. این نگاه تأکید می‌کند که بخشش از بهترین داشته‌ها، نشانه‌ای از صداقت در احساس و احترام به شخصیت نیازمند است. در حقیقت، نیکوکاری در منطق دینی تنها انتقال مال نیست، بلکه بازتابی از اخلاق، انسانیت و مسئولیت اجتماعی است و این خصلت‌ها رفتارها را توسعه می‌دهد.

حجت‌الاسلام محمد دستاران، کارشناس مذهبی:

## ترویج فرهنگ احسان و نیکوکاری مسئولیت اجتماعی را توسعه می‌دهد

حجت‌الاسلام محمد دستاران، کارشناس مذهبی در گفت‌وگو با «جوان» با تأکید بر تفاوت‌های دقیق میان احسان، انفاق، صدقه و زکات می‌گوید: در ادبیات دینی، این مفاهیم در عین نزدیکی، دارای تمایزهای ظریف و مهمی هستند. صدقه در متون اسلامی غالباً به عنوان نشانه‌ای از تصدیق ایمان معرفی می‌شود. مؤمن با بخشش مال، باور قلبی خود را آشکار می‌سازد و پیوند میان ایمان و عمل را به نمایش می‌گذارد. حتی آموزه‌هایی مانند «رکات علم» نشر آن است» در همین چارچوب قابل تحلیل است. در صدقه، عنصر نیت و ایمان جایگاهی محوری دارد. انفاق اما مفهومی گسترده‌تر دارد. ریشه این واژه به معنای بر کردن شکاف است. شکافی که میان نیازمند و توانگر شکل می‌گیرد. هر نوع هزینه کرد مال در مسیر درست، از کمک به خانواده تا یاری رساندن به دیگران می‌تواند مصداق انفاق باشد. انفاق لزوماً محدود به فقرای جامعه نیست و دامنه‌ای وسیع‌تر از صدقه دارد. گاهی صدقه و انفاق بر هم منطبق می‌شوند، مانند زمانی که فردی با نیت قرب الهی یا منت به زیمنه کمک می‌کند، اما همه انفاق‌ها صدقه نیستند و همه صدقات نیز الزاماً در قالب انفاق تعریف نمی‌شوند. احسان مفهومی فراگیرتر است که هر نوع نیکی را دربرمی‌گیرد، از کمک مالی تا احترام، دعا، همدلی، گوش‌دادن و رفتار کریمانه. در حقیقت، احسان جنتری معنایی است که صدقه و انفاق نیز زیر آن قرار می‌گیرند. زکات نیز جایگاه ویژه‌ای دارد. زیرا واجبی شرعی با شرایط، مصارف و چارچوب‌های مشخص است. زکات بر خلاف صدقه که تکلیف الزاماً او است و نظام اقتصادی و اجتماعی اسلام را تقویت می‌کند. در قرآن کریم واژه زکات همیشه به یک معنا به کار نرفته است. گاه مطلق پرداخت‌های مالی را شامل می‌شود و گاه به زکات واجب اطلاق دارد. در روایات نیز این واژه معنای توسعه یافته است. چنانکه امام علی(ع) می‌فرمایند: «هر چیزی زکاتی دارد و زکات عقل، برداری در برابر نادانان است.»

**چگونه می‌توان سیره اهل‌بیت(ع) را از سطح روایت تاریخی به الگوی عملی امروز تبدیل کرد؟**

یکی از چالش‌های فرهنگی جامعه معاصر، محدود شدن سیره ائمه(ع) به پیل فضائل و ذکر مناسبت‌هاست. در حالی که سیره اهل‌بیت(ع) ظرفیت آن را دارد که به عنوان الگوی عملی برای زندگی فردی و اجتماعی امروز بازخوانی شود. سیره زمانی اثرگذار خواهد بود که از قالب روایت تاریخی خارج و به زبان نیازهای روز جامعه ترجمه شود. جامعه امروز با مسائل متنوعی در حوزه خانواده، اقتصاد، روابط اجتماعی، فرهنگ مصرف و مسئولیت اجتماعی روبه‌روست. در چنین شرایطی، بازخوانی کاربردی سیره ائمه(ع) می‌تواند الهام‌بخش راهکارهای اخلاقی و رفتاری باشد. امامان(ع) چراغ هدایتند و مبنای رفتاری آنان بر عقلانیت، اخلاق، قرآن و فقه استوار است. شناخت این مبانی و تبیین آن در حوزه‌های اجتماعی، فرهنگی و تربیتی، سیره را از یک خاطره تاریخی به یک الگوی زنده تبدیل می‌کند. حدیث ثقلین نیز تأکید می‌کند که عترت پیامبر(ص) همپـای قرآن کریم هستند و پیروی از آنان اختصاص به زمان خاصی ندارد. این آموزه نشان می‌دهد که سیره اهل‌بیت(ع) برای همه نسل‌ها و همه زمان‌ها کارآمد است.

**چگونه می‌توان مفهوم «کرامت نیازمند» را در قرآنِ کمک‌رسانی حفظ کرد؟**

انجام انسانی، محور اساسی هر نوع احسان و نیکوکاری است. قرآن کریم هشدار می‌دهد که صدقات با منت و آزار باطل می‌شوند. این آموزه نشان می‌دهد که شیوه کمک‌رسانی به نیازمندان نباید طوری باشد که احساسات فرد نیازمند را جریحه‌دار کند. این مسئله در فرهنگ دینی، نیازمند پیش از آنکه دریافت‌کننده کمک باشد، انسانی با عزت و شأن ذاتی است. سیره اهل‌بیت(ع) نیز بر همین اصل تأکید دارد. در روایات آمده است که آن بزرگواران هنگام کمک‌رسانی، مراقب بودند شخصیت فرد آسیب نبیند و عزت‌نفس او حفظ شود. کمک همراه با تحقیر، نمایش رنج دیگران، نگاه از بالا به پایین یا فرار از حرام نیز آمیخته با تکبر، با روح احسان ناسازگار است. نیکوکاری اصیل زمانی تحقق می‌یابد که با احترام به عزت‌نفس، بی‌هیاهو و همراه با حفظ شأن انسانی انجام شود. از سوی دیگر، رفاه نیازمند در انتخاب نوع کمک نیز جلوه دارد. قرآن کریم سیرین به کیفی کامل را در گو رفاقتِ از محبوب‌ترین دارایی‌ها می‌داند. این نگاه تأکید می‌کند که بخشش از بهترین داشته‌ها، نشانه‌ای از صداقت در احساس و احترام به شخصیت نیازمند است. در حقیقت، نیکوکاری در منطق دینی تنها انتقال مال نیست، بلکه بازتابی از اخلاق، انسانیت و مسئولیت اجتماعی است و این خصلت‌ها رفتارها را توسعه می‌دهد.



فرصت کمک به دیگران را از دست ندهیم

# «همیاری و احسان» تجلی نوعدوستی ایرانی مسلمان

■ حسین گل‌محمدی

**نوع دوستی و کمک به دیگران ریشه‌ای عمیق در فرهنگ ایرانیان مسلمان دارد و طیفی گسترده از مفاهیم و رفتارهای انسان دوستانه را دربر می‌گیرد. در جامعه‌ای که آموزه‌های قرآنی و سیره اهل‌بیت(ع) محور ارزش‌هاست، کمک به نیازمندان تنها یک کنش اقتصادی نیست، بلکه جلوه‌ای از ایمان و تعهد اخلاقی به شمار می‌رود. خیرین و نیکوکاران، بازوان توانمند همبستگی اجتماعی‌اند؛ کسانی که بی‌هیاهو، چراغ خانه‌ای را روشن می‌کنند، بیماری را درمان می‌کنند، دانش‌آموزی را راهی مدرسه می‌کنند و امید را به دل خانواده‌ای بازمی‌گردانند. تکریم این چهره‌های خدوم، در حقیقت پاسداشت روح نوع‌دوستی و مسئولیت اجتماعی در جامعه است.**

**ایران اسلامی در طول تاریخ خود، همواره شاهد جلوه‌های درخشانی از احسان و اکرام بوده است؛ از وقف مدارس و بیمارستان‌ها گرفته تا تشکیل نهادهای مردمی و خیریه‌های گسترده در شهرها و روستاها. این فرهنگ ریشه‌دار، در بزنگاه‌های سخت همچون حوادث طبیعی، بیماری‌های فراگیر و مشکلات اقتصادی، بیش از پیش خود را نشان داده و ثابت کرده است که سرمایه اصلی این سرزمین، دل‌های مهربان مردمان آن است.**

**اکنون در شرایطی که روزهای دشوار جنگ را از سر گذرانده و روزهای سخت پس از آن را سپری می‌کنیم چه خوب است کمک به همنوعان را از شعار به عمل نزدیک‌تر کنیم. مجال آن است تا با تقویت فرهنگ همیاری و اتفاق، گسترش فعالیت‌های خیرخواهانه و حمایت هدفمند از نیازمندان، پلی میان نیاز و توان، میان اندوه و امید بسازیم و هر آینه با توانمندسازی افراد بر سلامت و توانمندی کل جامعه بیفزاییم.**

محمدجواد فولاد، مدیر مؤسسه بنیاد خیریه آبشار عاطفه‌ها:

# خیریه‌ها از کمک‌های مقطعی عبور و حمایت‌ها را توانمندساز کنند

**در روزهایی که نگاه به همدلی و مهرورزی بیش از هر زمان دیگری اهمیت پیدا می‌کند، نقش خیریه‌ها و نهادهای مردم‌نهاد در حمایت از اقشار آسیب‌پذیر بیرنگ‌تر از همیشه است. محمدجواد فولاد یکی از مدیرانی است که سال‌هاست در مسیر خدمت به نیازمندان، به ویژه کودکان و ایتام تلاش می‌کند و تجربه‌های ارزشمندی از سازوکارهای حمایتی، توانمندسازی خانواده‌ها و ایجاد فرهنگ اکرام در جامعه دارد. در این مصاحبه، با وی درباره چالش‌ها، موفقیت‌ها و راهکارهای حفظ کرامت نیازمندان، مشارکت خیرین و ظرفیت‌های ملی و مذهبی برای گسترش همدلی و همراهی گفت‌وگو کرده‌ایم. قصه‌ای که از پشت صحنه کمک‌های انسانی و اجتماعی پرده برمی‌دارد و نشان می‌دهد چگونه یک بنیاد خیریه می‌تواند امید و شادی را به زندگی کسانی بیاورد که بیشترین نیاز را دارند. عین گفت‌وگو به شرح زیر است.**

■■■

**سیره معصومین(ع) چه نقش کلیدی برای فعالیت‌های امروز خیریه‌ها دارد؟**

سیره معصومین، به‌خصوص امام حسن مجتبی علیه‌السلام به ما یاد می‌دهد که بخشندگی فقط «دادن» نیست، بلکه پیش از آن «دیدن» است؛ دیدن انسان، شأن او، درد و نیازش و حفظ آبرویش. در روایت‌های تاریخی آمده که آن حضرت پیش از آنکه دست به عطا ببرند، دل را دریاب می‌کردند؛ کرامت نیازمند را رعد کمک مقدم می‌دانستند، به گونه‌ای که کسی احساس شرمندگی نکند و عزتش آسیب نبیند. برای خیریه‌های امروز، این سیره یک نقشه راه روشن است، یعنی عبور از کمک‌های مقطعی و صرفاً مادی به سمت حمایت‌های کرامت‌محور، پایدار و توانمندساز؛ یعنی به جای آنکه فقط بسته‌ای بدهیم و برویم، باید کنیم و او را به نقطه‌ای برسانیم که دوباره روی پای خودش بایستد. الگوی امام حسن(ع) به ما می‌گوید یک نیکوکاری زمانی کامل است که عزت انسان حفظ شود، امید در دلش زنده بماند و فقط دستش از نیاز کوتاه نشود، بلکه توانمند شود. این همان مسیری است که اگر خیریه‌های امروز در پیش بگیرند، بخشش از یک اقدام لحظه‌ای به یک جریان ماندگار اجتماعی تبدیل خواهد شد.

**در نگاه شما «اکرام یتیم» چه تفاوتی با صرفِ کمک مالی به ایتام دارد؟**

کمک مالی فقط بخشی از اکرام یتیم است، نه همه آن. اکرام، مفهومی عمیق‌تر و انسانی‌تر دارد، یعنی دیدن شأن و شخصیت کودک، شنیده شدن صدایش، درک کردن دغدغه‌هایش و ایجاد احساس امنیت، تعلق و امید به آینده در دل او. ممکن است پولی پرداخت کنیم، اما ناخواسته با نوع رفتار، نگاه یا شیوه حمایت، کرامت او را خدشه‌دار کنیم. اکرام واقعی، یعنی یتیم احساس نکند متفاوت است، کمتر است یا سربار جامعه است. یعنی او را نه با برچسب «نیازمند»، بلکه به عنوان یک کودک با استعداد، رؤیا و حق رشد ببینیم.

اکرام یعنی حضور، یعنی کنار او بودن در مسیر تحصیل، در بحران‌های روحی، در لحظات زندگی، یعنی فراهم کردن فرصت شکوفایی، به فقط تأمین حداقل‌ها. اگر کمک مالی با احترام، رابطه انسانی و حمایت پایدار همراه نباشد، ناقص است. اما وقتی کرامت حفظ شود، همان کمک کوچک هم می‌تواند به یک برای آینده‌ای روشن تبدیل شود.

**چگونه می‌توان در فرایند حمایت از ایتام، کرامت و عزت نفس آنان را حفظ و از نگاه ترحم‌آمیز پرهیز کرد؟**

نخستین گام، اصلاح نگاه ماست؛ باید از رویکرد ترحم‌آمیز فاصله بگیریم و به جای آن، نگاه مسئولانه و محترمانه داشته باشیم. یتیم «موزه دلسوزی» نیست، انسانی با حقوق، استعداد و ظرفیت رشد است. رسانه‌ای نکردن چهره و زندگی شخصی ایتام، یکی از مهم‌ترین اصول حفظ کرامت است. نمایش تصاویر یا روایت جزئیات زندگی آنان برای جلب کمک، هرچند ممکن است نیت خیر داشته باشد، اما می‌تواند عزت نفس کودک را خدشه‌دار کند. مشارکت دادن خانواده‌ها در تصمیم‌گیری‌ها نیز اهمیت زیادی دارد. وقتی درباره نوع حمایت، شیوه هزینه کرد یا برنامه‌های آموزشی با خودشان گفت‌وگو می‌شود، حس احترام و اختیار در آنان تقویت می‌شود. همچنین باید تمرکز از «خانوادی‌ها» به «توانمندی‌ها» منتقل کنیم؛ به جای برچسب کردن کمبودها، استعدادها، موفقیت‌ها و پیشرفت‌ها را ببینیم و تقویت کنیم. وقتی کودک احساس کند محترم است، شنیده می‌شود و به توانایی‌هایش اعتماد دارند، دیگر خود را موضوع ترحم نمی‌بیند. در چنین فضایی، کمک مالی هم معنای تازه‌ای پیدا می‌کند.

**در شرایط اقتصادی امروز، مهم‌تر بین نیازهای ایتام و خانواده‌های آنان چیست؟ معیشت، آموزش، اشتغال یا حمایت‌های روانی؟**

نیازها به هم پیوسته‌اند. معیشت مهم است، اما اگر آموزش مهارت‌آموزی و حمایت روانی نباشد، فقر بازتولید می‌شود. امروز بیش از هر زمان ایتام به امید، ثبات و آینده قابل تصور نیاز دارند.

**برنامه‌های خیریه آبشار عاطفه‌ها برای توانمندسازی یا بدار خانواده‌های دارای یتیم چیست تا از چرخه وابستگی خارج شوند؟**

رویکرد ما حرکت از کمک صرف به سمت توانمندسازی است، از حمایت حداقلی به توانمندسازی مادران، مشاوره‌های روانی و اجتماعی و همراهی بلندمدت خانواده‌ها تا به استقلال نسبی برسند و از چرخه وابستگی خارج شوند.

**چه سازوکاری برای شفافیت و اطمینان‌بخشی به خیرین که قصد حمایت از ایتام دارند در نظر گرفته‌اید؟**

شفافیت برای ما یک انتخاب نیست، یک اصل است. باور داریم اعتماد خیرین بزرگ‌ترین سرمایه خدمات ماست و حفظ آن، خط قرمز فعالیت‌هایمان محسوب می‌شود. نخست، باید از کمک‌های مقطعی و صرفاً مادی به سمت حمایت‌های کرامت‌محور، پایدار و توانمندساز برسیم. یعنی به جای آنکه فقط بسته‌ای بدهیم و برویم، بهتر است کنار فرد بمانیم، مهارت بیاموزیم، فرصت ایجاد کنیم و او را به نقطه‌ای برسانیم که دوباره روی پای خودش بایستد.

**آیا در سیره اهل بیت نمونه‌هایی از سازماندهی یا تشویق گروه‌های کمک‌رسان به فقرا و بیکاران دیده می‌شود؟**

در زمان امیرالمؤمنین علیه‌السلام وجود نورانی حضرت پرچمدار کمک‌رسانی و تشویق مردم به کمک به نیازمندان بود. او هم خود به فقرا کمک می‌کرد و هم دیگران را به این کار تشویق می‌کردند. این سیره مورد سفارش اهل بیت علیهم‌السلام بوده است. به طور مثال امام صادق علیه‌السلام با اشاره به این پیوند، معادیی از جمله توصیه می‌کردند که مؤمنان را معرفی می‌کنند و می‌فرمایند: مؤمن برادر مؤمن است، مانند یک پیکری که هرگاه عضوی از آن درد مند شود، اعضای دیگر نیز احساس درد می‌کنند و روح‌های آنها نیز از یک روح است. یقیناً اهل بیت علیهم‌السلام اصحاب خود را در این راه نورانی تشویق و ترغیب کردند، چراکه سیره قرآن همان سیره اهل بیت(ع) است که همگان را به تعاون و همکاری دعوت کرده است. بنابراین می‌فرماید یکدیگر را در انجام کارهای خیر و پرهیزکاری یاری کنند.

**از نگاه اهل بیت، چگونه باید به افرادی که به دلیل شرایط اقتصادی بیکار شده‌اند، کمک کرد؟**

در فرهنگ اهل بیت علیهم‌السلام بیکاری مورد مذمت قرار گرفته، به‌طور مثال امام صادق علیه‌السلام می‌فرماید: در طلب روزی و نیازهای زندگی تنبلی نکنید، چراکه پسران و نیاکان ما به دنبال آن می‌دویدند و آن را طلب می‌کردند. وقتی سیره اهل بیت(ع) تشویق به کار است و بیکاری را مورد مذمت