

# از دل به دل

زبر نظر: سعیده اصلاحی

یا رب از عرفان مرا پیمانهای سرشار ده  
چشم بینا، جان آگاه و دلی بیدار ده  
هر سر موی حواس من به راهی می‌رود  
این پریشان سیر را در بزم وحدت، بار ده  
مدتی «گفتار بی‌کردار» کردی مرحمت  
روزگاری هم به من «کردار بی‌گفتار» ده  
صائب تبریزی

هر لحظه زندگی یک «نقطه شروع» است. آن چه هست فقط دگرگونی و چرخش تجربه‌هاست؛ نقطه اقتدار در لحظه «حال» است و هر لحظه همواره سرشار از طراوت و تازگی است.

رو‌یای بزرگ کودکان باش تا برای چیدن سیب لبخندت با هم رقابت کنند، «توجه»، «تعریف» و «تشویق»، کلیدهای تسخیر دل‌های کودکان‌اند. این تقویت‌کننده‌های مثبت، روح دانش‌آموزان را، شبیه براده‌های آهن‌ریا، به سمت مرکز پرکششی به نام «معلم» جذب می‌کنند؛ به سمت تو که نقطه تمرکز خوبی‌ها و روشنایی‌هایی، پس بکوش تا خدای کلاست باشی، مقررات سازنده و قابل اجرا وضع کنی، بر دل و روح دانش‌آموزانت حکم برائی و آنان را به خویش، مؤمن سازی.

چون چنین خواهی خدا خواهد چنین می‌دهد حق آرزوی متقین  
زین سبب بر انبیا رنج و شکست  
از همه خلق جهان افزون‌تر است  
که بالای دوست، تطهیر شماس  
علم او بالای تدبیر شماس

(مولانا) مثنوی معنوی

«و خدایی که در این نزدیکی است...»

مردی مؤمن و دانشمند در باغی سرسبز نشسته بود و با چشم بسته غرق تفکر در عظمت خدا بود. عابری کم‌خرد به او رسید و گفت: «چرا خوابیده‌ای ای مرد! چشم باز کن تا نشانه‌های لطف خداوند را در اطراف تماشا کنی»

دانشمند مؤمن سر برآورد و گفت: «هر آنچه زیبایی‌ست در وجود ماست و زیبایی‌های دنیا انعکاس درون ماست؛ مثل تصویر باغی که در آب افتاده است.»

پس به صورت، عالم اصغر تویی  
پس به معنا، عالم اکبر تویی  
ای ضیاءالحق تو دیدی حال او  
حق نمودت پاسخ افعال او  
منگر از چشم خودت آن خوب را  
بین به چشم طالبان، مطلوب را  
پس یقین در عقل هر داننده‌ای است  
اینکه با جنبنده جنباننده‌ای است

مثنوی معنوی، دفتر چهارم



## روزنه‌ای رو به دانایی تربیت سالم در خانه

مؤلف: جین نلسن  
مترجم: محمدجواد فرشچی - ریحانه ایزدی  
انتشارات سازگار - چاپ دوم

ما معتقدیم که هیچ کس [چیز] کامل نیست، اما مؤلف این کتاب به شیوه‌ای قابل فهم توصیف می‌کند که چگونه می‌توانیم ارتباط تقریباً کاملی با کودکانمان داشته باشیم. (از مقدمه کتاب)

امروزه بسیاری از والدین و معلمین احساس ناکامی می‌کنند زیرا بچه‌ها دیگر به شیوه‌ای که در روزگاران خوش گذشته رایج بود رفتار نمی‌کنند. چه اتفاقی افتاده؟ چرا بچه‌های امروز آن مسئولیت و انگیزشی را که بین بچه‌های قدیم متداول بود، در خود پرورش نمی‌دهند؟

طی سال‌های گذشته، تغییرات بسیار مهمی در جامعه رخ داده است که می‌تواند تفاوت‌های کودکان امروزی را با گذشته توجیه کند.

اولین تغییر مهم این است که دیگر بزرگسالان برای بچه‌ها، الگوی فرمان‌برداری نیستند. زیرا بزرگسالان نیز خودشان به شیوه گذشته عمل نمی‌کنند. امروزه عقیده به اینکه «پدر» حرف آخر را می‌زند زیر سؤال رفته است.

تغییر مهم دیگر این است که بچه‌ها رغبت کمتری برای یادگیری و مسئولیت‌پذیری و تقویت انگیزه دارند. زیرا بسیاری از ما دیگر به بچه‌ها به‌عنوان کمک‌خرج و نان‌آور خانه نیازمند نیستیم، در عوض برای اثبات محبت خود به آن‌ها، چیزهای بسیاری به آن‌ها می‌دهیم بدون اینکه خودشان هیچ‌گونه تلاش یا سرمایه‌گذاری کرده باشند و این موقعیت آن‌ها را پرتوقع می‌کند. بسیاری از والدین فکر می‌کنند پدر و مادر خوب کسی است که فرزندش را از رویارویی با هر غم و ناامیدی حفظ می‌کند به همین دلیل بیش از حد از فرزندانشان خود مراقبت می‌کنند به این ترتیب فرصت پرورش ایمان به توانایی‌های خود را، که برای مقابله با فراز و نشیب‌های زندگی بسیار ضروری است، از آنان سلب می‌کنند. ما اغلب به بچه‌ها این فرصت را نمی‌دهیم که خودشان به شیوه‌های معنادار و با همکاری‌های مسئولانه، حس تعلق داشتن و مهم بودن را تجربه کنند، اما، در عین حال، به‌خاطر نداشتن حس مسئولیت از آن‌ها شکایت و انتقاد می‌کنیم.

در کتاب موردنظر، مؤلف طی ده فصل، رویکرد تربیت سالم، مفاهیم بنیادی و پیامدهای منطقی و تکیه بر راه‌حل‌های مؤثر را بررسی می‌کند تا توضیح دهد چگونه شخصیت شما بر شخصیت فرزندانتان تأثیر می‌گذارد.

مطالعه این کتاب مفید و کاربردی را به شما معلمین و والدین گران قدر توصیه می‌کنیم.

## ترانه‌های تنهایی

ما همه در جست‌وجوی یک حقیقت هستیم و به‌سوی خرد الهی جذب می‌شویم، می‌خواهیم بدانیم که کیستیم؟ چیستیم؟ و هدف از زندگی چیست؟

### سال بلو

اگر هر روز خود را آن‌طور که دوست داریم بگذرانیم، می‌توانیم به تنها پاسخ درست این سؤال دسترسی پیدا کنیم:

«هدف زندگی عبارت است از: دوست داشتن و عشق ورزیدن»

### هارولد کوشنر

قلب وسیع و بی‌حدومرز خود را به روی تمامی موجودات بگشایید.

### سوتا نیپاتا

عشق ورزیدن، عالی اما دشوار است. عاشق دیگران بودن یک امتحان الهی است. هر انسان با مهر و عطوفت به دیگران، احساس ترس و تنهایی را از خود دور می‌سازد.

پس در کلاس مهرورزی‌ات با اشتیاق نزدیک شو

با مهر ببین

و با عشق بیاموز...

راینر ماریا ریلکه

## الهی

الهی من به‌جز عشقت نجویم

به غیر از راه تو راهی نیویم

تو معبود منی ای خالق خلق

تو، ای در آفرینش رازق خلق

خداوندا تو را من در نماز

به درگاه تو در راز و نیازم

خداوندا تو رحمان و رحیمی

به کار خلق خود تو بهتری

کلامت را نمودی یاور من

که شد عشق و طریقت باور من

خدایا من به‌جز مهتر نجویم

به‌جز عشق تو من عشقی نیویم

شاعر: محمدهاشم عرب