

لذت زندگی کردن به شیوه آدم‌های کاملاً معمولی!



زهرا چیدری

سر دبیر

چاردیواری

اغلب اوقات ما پدر و مادرها دل‌مان می‌خواهد فرزندانمان متفاوت پرورش دهیم. خیلی از ما وقتی فرزندمان به دنیا می‌آید، اصلاً به این فکر نمی‌کنیم که قرار است او هم مانند ما فردی معمولی باشد. خیلی از ما به دنبال آن هستیم تا آمال و آرزوهای خود را در فرزندمان جست‌وجو کنیم و هرآنچه که به آن نرسیده‌ایم را در اختیارش قرار دهیم یا مسیری که نتوانستیم به آن وارد یا در آن موفق شویم، فرزندمان به منتها‌البیش برسد. به همین خاطر هم خیلی وقت‌ها آن قدر دغدغه آموزش مهارت‌های مختلف به فرزندمان را داریم که فراموش می‌کنیم قرار است هم ما و هم فرزندمان در کنار همدیگر گاهی وقت‌ها خوش بگذرانیم و از بودن در کنار همدیگر لذت ببریم. اصلاً اگر سراغ آدم‌های خاص در دنیا بروید، آدم‌هایی که چهره هستند و خیلی از ما آنها را به خاطر موفقیت‌هایشان در حوزه‌های مختلف می‌شناسیم، متوجه خواهید شد این خاص بودن‌ها در زندگی شخصی خوشبختی را برایشان به برهان نیابورده است. اغلب اوقات آدم‌های معمولی، آدم‌های درست شبیه من و شما، همان آدم‌هایی که گاهی اشتباه می‌کنند، گاهی زمین می‌خورند و باز دوباره از جایشان بلند می‌شوند و به مسیرشان ادامه می‌دهند، بیشتر از افرادی که همیشه نگران موفقیت‌های افزون‌تر هستند می‌توانند خوشبختی را لمس کنند. شاید باید خیلی از ماتعریف و تفسیرمان را از موفقیت و خوشبختی تغییر دهیم. بچه‌هایی که در دوران مدرسه همیشه نمره‌های ۲۰ یا نمره بالا می‌گیرند لزوماً در زندگی‌شان افراد موفق و خوشبختی نیستند. بچه‌هایی که تمام وقت‌شان پای دفتر و کتاب و درس و مشق می‌گذرد نمی‌توانند همه مراحل زندگی را به خوبی تجربه و درک کنند و همین جاماندن از برخی مرحله‌های زندگی می‌تواند موجب شود تا در بزرگسالی وقتی به گذشته نگاه می‌کنند، حسرت‌هایی برایشان باقی بماند. بچه‌های ما برای آن‌که خوشبخت و موفق باشند لزوماً نباید دکتر، مهندس یا خلبان شوند! دانش‌آموزانی با نمره‌های معمولی و بسیاری از طبقات اجتماعی در مشاغل معمولی و با درآمد‌های معمولی، خیلی بیشتر از افرادی که موفقیت‌های ویژه دارند شادی و خوشبختی را لمس می‌کنند. این افراد یاد گرفته‌اند چگونه در کنار درس خواندن، پول درآوردن و تلاش برای موفقیت از زندگی‌کردن جا نمانند. زندگی‌کردن مادر همین لحظه‌هاست؛ قدم‌زدن زیر باران، راه‌رفتن روی برگ‌های خشک و گوش جان سپردن به صدای خش‌خش آنها، تماشای بارش برف از پشت پنجره و نوشیدن یک فنجان چای داغ و خیلی از کارهایی از این دست که می‌تواند یک لحظه توقف و تأمل را به ما هدیه کند. برای این‌که خوشبخت و موفق باشیم نیازی نیست همیشه بدویم. گاهی وقت‌ها ایستادن یا حتی نشستن، لذت‌ش از دویدن‌های مکرر بیشتر است.

چرا دانش‌آموزان مدرسه را دوست ندارند؟

اگر از شما بخواهند دوباره به دوران مدرسه برگردید، آیا با میل این پیشنهاد را قبول می‌کنید؟ آیا دوست دارید به دوره‌ای بازگردید که مجبور بودید هر روز صبح از خواب بیدار شوید، به جایی شبیه زندان یا اردوگاه کار اجباری بروید، با آداب و ترتیب خاصی در کنار دانش‌آموزان به صف بایستید و هر چه معلمان و معاونان مدرسه می‌گفتند، گوش دهید؟ آیا دل‌تان می‌خواهد دوباره زمان‌تان را در مدرسه تلف کنید یا دنبال رویاهای واقعی‌تان بروید؟ آیا می‌خواهید زمان به عقب برگردد یا نه؟ احتمالاً بسیاری از کسانی که این متن را می‌خوانند، با به یاد آوردن دوران مدرسه، به سوالی که در ابتدای متن پرسیده شد، پاسخ منفی می‌دهند. فقط عده کمی هستند که می‌خواهند دوباره همان تجربه‌ها را از سر بگذرانند؛ کسانی که احتمالاً بیشتر به فکر نوستالژی هستند تا یادگیری! با توجه به این موضوع، می‌توان نتیجه گرفت که هیچ‌کس مدرسه را دوست ندارد؛ به خصوص دانش‌آموزان. دانیل تی. ویلینگام، Daniel T. Willingham در کتاب چرا دانش‌آموزان مدرسه را دوست ندارند، علت این بی‌علاقگی را پیدا می‌کند.

محمد زمانی

چاردیواری

درباره کتاب



ویلینگام عقیده دارد که بیشتر دانش‌آموزان از مدرسه فراری هستند؛ زیرا محتوای آموزشی مطابق با ساختار مغزی آنها طراحی نشده است. این دانشمند استاد روان‌شناسی شناختی دانشگاه ویرجینیا که مدرک دکترای خود را از دانشگاه هاروارد دریافت کرده، روزی با دوستش ای. دی هرش هنگام صرف ناهار درباره اهمیت روان‌شناسی شناختی صحبت می‌کند. ناگهان ویلینگام ادعا می‌کند که بسیاری از حقایق درباره‌ی یادگیری و آموزش هنوز مشخص نیست و او می‌تواند همه اصول روان‌شناسی شناختی درباره این دو موضوع را روی نصف کاغذی بیاورد. این چنین ۹ اصل موجود در کتاب چرا دانش‌آموزان مدرسه را دوست ندارند به وجود آمد و با اضافه شدن دیگر اصول علوم شناختی، این کتاب به چنین حجمی رسید. اصلی‌ترین ادعای دانیل ویلینگام در این کتاب به معلمان بازمی‌گردد. او عقیده دارد که دانش‌آموزان مدرسه را دوست ندارند؛ زیرا معلمان اصول شناختی را به خوبی نمی‌شناسند و آن‌طور که باید تدریس نمی‌کنند. سوالاتی درباره حافظه دانش‌آموزان، مشق دادن، مطابقت دادن روش تدریس با انواع هوش و دیگر مشکلاتی که معلمان دارند، در کتاب چرا دانش‌آموزان مدرسه را دوست ندارند پاسخ داده می‌شود. این کتاب دانیل تی. ویلینگام را انتشارات امرتا تا ترجمه فرامرز آسنجانی، مهدی قزلسفلو و محبوبه روح‌اللهی منتشر کرده است.

در بخشی از کتاب چرا دانش‌آموزان مدرسه را دوست ندارند؟ دیدگاه یک متخصص شناختی در مورد کارکرد مغز و ارتباط آن با کلاس درس، می‌خوانیم:

دانش پس‌زمینه نه تنها شما را به خواننده بهتری تبدیل می‌کند، بلکه برای متفکری خوب بودن نیز ضروری است. تفکر انتقادی و منطقی که امیدواریم در دانش‌آموزان ایجاد کنیم، بدون دانش پس‌زمینه امکان‌پذیر نیستند. ابتدا باید بدانید بیشتر زمانی که به نظر می‌رسد فرد ظاهر را در حال تفکر منطقی است در واقع در حال بازیابی حافظه است. همان‌طور که در فصل یک اشاره کردم، حافظه همان فرایند شناختی است که در ابتدا از آن کمک می‌گیریم. وقتی با یک مساله روبه‌رو می‌شوید، ابتدا در حافظه خود به دنبال راه حل می‌گردید و اگر یک راه حل پیدا کنید به احتمال زیاد از آن استفاده خواهید کرد. این کار آسان بوده و احتمالاً موثر است؛ احتمالاً راه حل مساله را به این دلیل به یاد دارید که آخرین بار موثر بود و شکست نخورد. برای درک این تأثیر ابتدا مساله‌ای را حل کنید که دانش پس‌زمینه مرتبط با آن را ندارید.



آینده روشن از نظر دین



از نظر منطق دین، از نظر الَّذِینَ یُؤْمِنُونَ بِالْغَیْبِ، از نظر منطق خبرهایی که از طریق دین گرفته‌ایم نه از روی اصول ظاهر، می‌گوییم خیال‌مان از این جهت که بشریت به کلی نیست و نابود بشود، راحت است. هرچه در گذشته بوده، مقدمه‌ای بوده برای آنچه در آینده پیش می‌آید. ما آینده‌ای پیش‌رو داریم که در آن به تعبیر اسلام عقل‌ها کامل می‌شود. حدیث دارد که خداوند (نمی‌گوید امام زمان) در آن دوره دست لطف خودش را بر سر بندگان می‌گذارد حَتَّى کَمَلَتْ عُقُولُهُمْ و بشر عقل خودش را بازمی‌یابد و دیگر این بی‌عقلی‌ها را خود به خود نمی‌کند. می‌فرماید: در آن دوره عمرها طولانی‌تر و بهداشت مردم کامل‌تر می‌شود، امنیت به طور کامل برقرار می‌شود. تَضَلُّخٌ فِی مُلْکِ السِّبَاغِ درندگان با یکدیگر صلح می‌کنند (کاسپین و جاسون هم با هم صلح می‌کنند). یُخْرِجُ الْأَرْضُ أَفْلَادَ کِبِدَها.

زمین آن قدر منابع نیرو و ذخیره‌ها دارد که الی ماشاء... تازه شما به کجای آن پی برده‌اید؟! می‌گویید چهار، پنج میلیارد جمعیت زیاد است؟ نه، بیش از اینها می‌تواند در خود جای دهد. زمین حداکثر نیرویی را که دارد، گنج‌های مدفونی را که دارد، در اختیار بشر می‌گذارد. آسمان برکاتش را می‌بارد. وقتی ما روی الهام مذهبی درباره این امور مطالعه می‌کنیم و دنیای به اصطلاح روشن امروز را می‌نگریم، می‌بینیم مثلاً ما در این دنیا نسبت به دنیایی که دین به ما نوید می‌دهد که در انتظار ماست (خواه که ما شخصاً به آن دوره برسیم یا نرسیم) مثلاً مردمی است که دارند از یک تونل عبور می‌کنند. تونل در ذات خودش تاریک است، ولی چراغ مصنوعی در آن نصب کرده‌اند. تازه باید از این تونل بیرون بیایند. وقتی بیرون آمدند، به یک فضای بسیار باز و بسیار روشن که روشنی آن طبیعی است، می‌رسند؛ عدالت به معنی واقعی برقرار است، امنیت به معنی واقعی برقرار است. آزادی به معنی واقعی برقرار است، توحید به حقیقت خودش طلوع می‌کند و ظاهر می‌شود و دنیا را روشن می‌کند. اَعْلَمُوا أَن... یُخِی الْأَرْضُ بَعْدَ مَوْتِهَا. قرآن می‌گوید: بدانید که خدا همین زمین مرده را هنگام بهار زنده می‌کند. این آیه در احادیث ما این‌طور تفسیر شده که این مطلب به زمین خاکی اختصاص ندارد، زمین اجتماع بشر همچنین است. اگر شما دیدید که روزی فساد جهانگیر شد (ظَهَرَ الْفُسَادُ فِی الْبَرِّ وَ الْبَحْرِ بِمَا کَسَبَتْ اِیدِی النَّاسِ)، اگر تمام عالم مثل فصل زمستان مُرد، مایوس نشوید، نگویید دنیا را زمستان گرفت، دیگر دوره بهار منقضی شد؛ خیر، بهاری خواهد آمد. این، معنی الَّذِینَ یُؤْمِنُونَ بِالْغَیْبِ، ایمان به نهان و ایمان به مدد‌های غیبی و نهانی است، منتها مدد‌ها برای شخص به مقیاس شخصی، برای اجتماع کوچک به مقیاس اجتماعی و برای جهان بشریت به مقیاس جهانی است. حکومت واحد جهانی، سراسر عدالت، سراسر امنیت، سراسر برکت، سراسر رفاه، سراسر آسایش، سراسر خوبی و سراسر ترقی خواهد بود. در خاتمه عرایض این جملات دعای افتتاح را که شاید اکثر شما حفظ هستید، می‌خوانم: اللَّهُمَّ اِنَّا نَرْغِبُ الْبَیْکَ فِی دَوْلَةٍ کَرِیْمَةٍ، نُعِزُّ بِهَا الْاِسْلَامَ وَ اِهْلَهُ وَ نُذِلُّ بِهَا الْاِتِّفَاقَ وَ اِهْلَهُ وَ تَجَعَّلْنَا فِیْهَا مِنْ الدُّعَاةِ الِی طَاعَتِکَ وَ الْقَادَةِ الِی سَبِیْلِکَ وَ تَرَزُّقُنَا بِهَا کَرَامَةَ الدُّنْیَا وَ الْاٰخِرَةِ.

برگرفته از کتاب آزادی معنوی

استاد شهید مرتضی مطهری

بافرسودگی بدن آرزوها تازه می‌شود!

حاج آقا مجتبی تهرانی می‌گفتند: جمله‌ای در نهج البلاغه آمده است، امام علی (ع) می‌فرماید: «الدَّهْرُ یُخْلِقُ الْأَبْدَانَ»؛ روزگار، بدن‌ها و کالبد‌ها را فرسوده می‌کند، «وَ یَجِدُّ الْأَمَالَ...» و آرزوها تازه می‌شود. روزگار بدن را فرسوده می‌کند؛ یعنی وقتی انسان پا به سن می‌گذارد و سال به سال جلو می‌رود، به این صورت است که تا یک حدی رشد دارد؛ از جوانی که عبور می‌کند، بدن رو به فرسودگی می‌رود. وقتی بدن رو به فرسودگی می‌رود، آبا دوشادوش آن آرزوها هم رو به فرسودگی می‌روند؟ نه، بلکه آنها تازه می‌شوند. «الدَّهْرُ یُخْلِقُ الْأَبْدَانَ»، ولی «وَ یَجِدُّ الْأَمَالَ»؛ آرزوها را نو و تازه می‌کند، که یک بُعدش این است که آرزوهای تازه‌ای می‌آید و جای آرزوهای کهنه را می‌گیرد.