آستان برکت و خدمت

روایتی از ارائه خدمات مختلف اجتماعی در حرم امامزاده موسی مبرقع و چهل‌اختران قم

حجت احسان بخش



حرم‌های متبرک امامزادگان جلیل‌القدر در اقصی نقاط کشورمان همواره محل رجوع مردم و مأمنی برای اتصال معنوی و کسب آرامش روحی و دریچه‌ای امیدوارانه به حل مشکلات بوده‌اند. وقتی این اماکن معنوی و پر کشش، با تلاش‌های جهادی و تشکیل گروه‌هایی برای گره‌گشایی از زندگی مؤمنان تبدیل به قرارگاه‌های خدمت می‌شوند، بیش از پیش به ظرفیت عظیم این اماکن متبرکه پی می‌بریم. یکی از نمونه‌های موفق این ترکیب برکت و خدمت در آستان‌های مقدسه، مضجع نورانی امامزاده موسی مبرقع علیه‌السلام و چهل‌اختران در شهر مقدس قم است که در این گزارش به گوشه‌هایی از خدمت‌رسانی مسئولان و خادمان این آستان مقدس در حوزه‌های مختلف پرداخته‌ایم، خدماتی که می‌تواند به الگویی فراگیر تبدیل شود.

***

در گوشه‌ای از شهر قم، جایی که تاریخ تشیع با نام خاندان اهل‌بیت علیهم‌السلام گره خورده است، حرم مطهر حضرت موسی مبرقع علیه‌السلام فرزند بلافصل حضرت امام جواد سلام‌الله‌علیه و چهل امامزاده از نوادگان آن حضرت قرار دارد که معروف شده‌اند به چهل‌اختران، محله‌ای که به آن رضا آباد هم می‌گویند و سادات و نوادگان امام رضا و امام جواد سلام‌الله‌علیهما در آن منطقه زندگی می‌کرده‌اند.

حضرت موسی مبرقع، فرزند امام جواد علیهماالسلام و از شخصیت‌های شناخته‌شده خاندان امامت و از چهره‌های مهم تاریخ تشیع در سده‌های نخست اسلامی است.

ایشان پس از ترک مدینه به قم هجرت کردند و حضور و اقامت‌شان در این شهر، در شکل‌گیری جایگاه قم به‌عنوان یکی از کانون‌های دیرپای تشیع نقش تاریخی برجسته‌ای یافت. آرامگاه آن حضرت در قم، از دیرباز محل مراجعه و زیارت دوستداران اهل‌بیت علیهم‌السلام بوده و در حافظه مذهبی و اجتماعی شهر جایگاهی ویژه دارد.

در کتب تاریخی آمده است که حضرت موسی مبرقع علیه‌السلام اولین کسی بود که بر قبر مطهر حضرت معصومه سلام‌الله‌علیها بنا ساخت و تولیت این بارگاه مقدس را به عهده داشته است، شاید به همین دلیل است که حرم این امامزاده واجب‌التعظیم مخصوصاً در دهه اخیر، کانون خدمت رسانی گسترده اجتماعی نه‌تنها در سطح استان قم بلکه در کشور بوده است.

حجت‌الاسلام والمسلمین «سیدمحمدرضا صدر» تولیت حرم حضرت موسی مبرقع علیه‌السلام در گفت‌وگو با کیهان به تشریح برخی از کارهای مهم خدمات رسانی اجتماعی که به واسطه این امامزاده والامقام انجام شده پرداخت.

حجت‌الاسلام صدر با اشاره به اینکه زائران مختلف از شهرها و کشورهای مختلف به زیارت امامزاده موسی مبرقع مشرف می‌شوند، تأکید کرد: ما در این‌جا زائرانی از بیش از ۶۰ کشور جهان داریم که در طول سال به زیارت حرم حضرت موسی مبرقع علیه‌السلام مشرف می‌شوند و هدایا و نذورات خود را تقدیم این آستان مقدس می‌کنند.

وی با تأکید بر عنایت ویژه بزرگان و علما به حضرت موسی مبرقع علیه‌السلام، اظهار داشت: آیت‌الله بهجت رضوان‌الله‌علیه بارها به این‌جا مشرف شدند و بر زیارت این امامزاده بسیار سفارش می‌کردند.

تولیت امامزاده حضرت موسی مبرقع با اشاره به سفر رهبر شهید انقلاب به قم در سال ۱۳۸۹ از پیگیری ایشان نسبت به بازسازی این بقعه متبرکه خبر داد و افزود: در جریان آن سفر پربرکتِ رهبر شهید انقلاب، موضوع طرح توسعه حرم مطهر حضرت موسی مبرقع علیه‌السلام مورد توجه قرار گرفت و دستورهایی برای توسعه این آستان، احداث شبستان و ایجاد صحن‌های مناسبت‌های ملی و مذهبی و آیین‌های قرآنی، با حضور گسترده مردم، هیئت‌ها، علما، خانواده‌ها بالاخص خانواده‌های شهید عزیز میهن اسلامی و خادمان برگزار می‌شود و استمرار و تنوع این برنامه‌ها، این حرم مطهر را به یکی از کانون‌های اثرگذار تقویم مذهبی و ملی استان قم بدل کرده است.

حجت‌الاسلام صدر با اشاره به خدمات رسانی‌های مختلف اجتماعی که در این آستان مقدس انجام شده است، اظهار داشت: این مکان مقدس کانون خدمت رسانی مخصوصاً در عرصه‌های اجتماعی در سطح استان قم و حتی کشور بوده است.

اجرای طرح «مهر تندرستی»

وی ادامه داد: در میان برنامه‌های اجتماعی حرم، طرح ابتکاری «مهر تندرستی» جایگاهی ویژه دارد؛ طرحی که از سال ۱۳۹۷ با هدف دسترسی آسان‌تر خانواده‌های کم‌برخوردار به خدمات سلامت آغاز شد و به‌تدریج به الگویی قابل‌توجه در خدمت‌رسانی سلامت‌محور تبدیل شد. اجرای موفق این تجربه در قم، زمینه الگوبرداری و اجرای آن در شماری از بقاع متبرکه در سطح کشور را فراهم کرد.

در این طرح، پزشکان متخصص و گروه‌های جهادی پزشکی و با پشتیبانی مالی موقوفات درمانی اداره‌کل اوقاف و امور خیریه استان قم، در مراحل متعدد به محلات و بقاع متبرکه مراجعه می‌کنند. مردم، به‌ویژه خانواده‌های کم‌برخوردار، بدون پرداخت هزینه ویزیت می‌شوند و داروهای موردنیاز آنان نیز به‌صورت رایگان در اختیارشان قرار می‌گیرد. در مواردی که بیمار به عمل جراحی، عینک یا تجهیزات و کالاهای پزشکی نیاز داشته باشد، پس از بررسی وضعیت و احراز شرایط، هزینه‌های مربوط از محل منابع پیش‌بینی‌شده و موقوفات درمانی تأمین می‌شود.













این طرح از آغاز تاکنون بیش از یکصد مرحله اجرا شده و بیش از ۳۰ هزار مورد ویزیت و ارائه داروی رایگان، کمک به تولد بیش از ۵۰ نوزاد، انجام صدها عمل جراحی و تأمین هزاران عینک و اقلام پزشکی برای نیازمندان از ثمرات این طرح بوده است.

رزمایش مواسات و همدلی در زمان شیوع کرونا

حجت‌الاسلام صدر با یادآوری روزهای دشوار همه‌گیری کرونا، ادامه داد: طرح «مهر تندرستی» و ظرفیت شبکه پزشکان و گروه‌های جهادی، نقشی پررنگی در حمایت از بیماران و خانواده‌های آسیب‌پذیر ایفا کرد و هزاران بیمار از خدمات رایگان درمانی بهره‌مند شدند.

حرم مطهر حضرت موسی مبرقع علیه‌السلام از نخستین مجموعه‌هایی بود که در قم به میدان رزمایش مواسات و همدلی در زمان شیوع کرونا وارد شد و این حرکت در لبیک به فرمان رهبر شهید انقلاب برای یاری‌رسانی به خانواده‌های آسیب‌دیده شکل گرفت و با همراهی موقوفات اداره‌کل اوقاف و امور خیریه استان قم، خیّرین و نیروهای داوطلب ادامه یافت.

تولیت امامزاده موسی مبرقع افزود: در قالب این اقدامات، بیش از ۱۲ هزار بسته معیشتی تهیه و میان خانواده‌های نیازمند توزیع شد و بیش از ۲۲ هزار پرس غذای گرم نیز به دست آسیب‌دیدگان و افراد نیازمند رسید. این کمک‌ها در روزگاری انجام شد که بسیاری از خانواده‌ها با کاهش درآمد، تعطیلی کسب‌وکار و نگرانی‌های درمانی روبه‌رو بودند و حرم در آن مقطع، در کنار نقش معنوی خود، به پایگاهی برای همدلی و پشتیبانی اجتماعی تبدیل شد و البته توزیع بسته‌های معیشتی تاکنون با کمک خیّرین ادامه دارد.

اجرای طرح «قرار دوازدهم»

وی در تشریح بخشی دیگر از فعالیت‌های این آستان مقدس، اظهار داشت: طرح «قرار دوازدهم» با الهام از نام و یاد حضرت ولی‌عصر عجل‌الله تعالی فرجه‌الشریف، از سال ۱۳۹۷ در روز دوازدهم هر ماه در حرم مطهر برگزار می‌شود. این قرار ماهانه، فرصتی برای تجدید عهد با فرهنگ انتظار از مسیر خدمت به مردم است؛ فرهنگی که در آن، محبت به امام زمان عجل‌الله فرجه‌الشریف با دستگیری از محرومان و گره‌گشایی از زندگی آنان معنا پیدا می‌کند. در این طرح، خیرین و نیکوکاران مهدی‌یاور با مشارکت در تهیه و توزیع گوشت گرم، پوشاک، بخاری، جهیزیه، سیسمونی کامل کودک، بسته‌های معیشتی و دیگر ملزومات ضروری، خانواده‌های نیازمند شناسایی‌شده را یاری می‌کنند که خدا را شکر این طرح برکات زیادی داشته است و بسیاری از خانواده‌های کم‌برخوردار به برکت حضرت موسی مبرقع و چهل‌اختران علیهم‌السلام از آن استفاده نمودند.

اجرای طرح «خدمت مهر»

حجت‌الاسلام صدر، به طرح «خدمت مهر» اشاره کرد و بیان داشت: هم‌زمان با آغاز هر سال تحصیلی، طرح خدمت مهر با هدف کاهش دغدغه خانواده‌های کم‌برخوردار برای تحصیل دانش‌آموزان اجرا می‌شود. در این برنامه، خانواده‌های نیازمند شناسایی و بسته‌های لوازم‌التحریر و ملزومات آموزشی متناسب با نیاز دانش‌آموزان تهیه و اهدا می‌شود. هزاران بسته طی سال‌های گذشته، با کمک خیرین و بهره‌گیری از ظرفیت موقوفات مرتبط با امور دانش‌آموزی اداره‌کل اوقاف و امور خیریه استان قم در این زمینه بین نیازمندان توزیع شده است.

اجرای برنامه اطعام و توزیع افطاری در ماه مبارک رمضان

وی با اشاره به برنامه اطعام و آماده‌سازی افطاری در ماه مبارک رمضان در این آستان افزود: توفیق داشتیم در دو سال گذشته، برنامه اطعام از نام و یاد حضرت ولی‌عصر عجل‌الله تعالی فرجه‌الشریف را برای مردم عزیز با کمک خیرین گرامی ارائه دهیم که به یکی از جلوه‌های شاخص خدمت‌رسانی این آستان تبدیل شده است. در روزهای مبارک رمضان روزانه بیش از ۱۰ هزار پرس غذای گرم افطاری و باکیفیت در آشپزخانه حرم و به همت خادمان تهیه شده و در محله‌ها و نقاط مختلف توزیع شده است. هزینه این اقدام بزرگ با مشارکت خیّرین تأمین شده و شبکه‌ای از خادمان و نیروهای داوطلب، از مرحله آماده‌سازی تا پخت، بسته‌بندی و توزیع در آن نقش داشته‌اند.

کمک به تأمین منابع آب بهداشتی در مناطق محروم

تولیت امامزاده موسی مبرقع در ادامه، تأکید کرد: خدمات اجتماعی این آستان مقدس فقط به شهر قم محدود نمانده است و در برخی شهرها و روستاها نیز خدمات‌رسانی انجام می‌شود به‌طور مثال طرح آبرسانی به بعضی از روستاهایی که از مشکل بی‌آبی یا دسترسی به آب شرب مناسب محروم بودند، از سال ۱۳۹۷ با هدف تأمین پایدار آب شرب سالم و شیرین برای ساکنان این روستاها دنبال شده است. احداث و تأمین منابع آب بهداشتی و استمرار پشتیبانی برای دسترسی مردم به آب آشامیدنی مناسب، از محورهای این برنامه بوده و موقوفات مرتبط با آب شرب اداره‌کل اوقاف و امور خیّریه استان قم پشتوانه مالی آن را فراهم کرده‌اند.

تشکیل کمیته صلح و سازش

وی ادامه داد: یکی دیگر از اقدامات اثرگذار حرم، تشکیل کمیته صلح و سازش با همکاری اداره‌کل دادگستری استان قم است. در این سازوکار، قضات، معتمدان و افراد مورد اعتماد اجتماعی به‌صورت جهادی در مسیر حل‌وفصل اختلافات، ایجاد سازش میان طرفین پرونده‌ها و کمک به آزادی زندانیان واجد شرایط مشارکت می‌کنند. اهمیت این اقدام در آن است که حرم را به فضائی برای بازسازی پیوندهای اجتماعی و کاهش تنش‌های خانوادگی و محلی تبدیل می‌کند. این کمیته، نمونه‌ای از نقش‌آفرینی نهادهای مذهبی در کنار دستگاه قضائی برای تقویت صلح و آشتی بین مردم بوده است که خروجی آن الحمدلله بسیار موفق بوده و به عنایت این امامزاده عزیز، بسیاری از دعواها و اختلافات منجر به صلح و سازش و دوستی شده است.

فعالیت‌های اجتماعی در حوزه خانواده

تولیت امامزاده موسی مبرقع با اشاره به فعالیت‌های اجتماعی این آستان در حوزه خانواده، تأکید کرد: در این زمینه برنامه‌های مختلفی در حرم اجرا می‌شود. برگزاری کلاس‌های سبک زندگی اسلامی ویژه بانوان، با حضور استادان و صاحب‌نظران، با موضوعاتی همچون مهارت‌های ارتباطی، تربیت فرزند، تحکیم بنیان خانواده، مدیریت زندگی و مسائل روز بانوان را دربر می‌گیرد. همچنین دفتر مشاوره خانواده، تحصیلی و حقوقی در حرم فعالیت می‌کند و مشاوران باتجربه و وکلای پایه یک به‌صورت رایگان به مراجعان خدمات ارائه می‌دهند. این خدمات به‌صورت روزانه در دسترس خانواده‌ها قرار دارد و با استقبال قابل‌توجه آنان همراه بوده است. دسترسی به مشاوره تخصصی، پیش از آنکه مشکلات کوچک به بحران‌های بزرگ تبدیل شوند، می‌تواند از بسیاری آسیب‌های فردی و اجتماعی پیشگیری کند.

وی ادامه داد: نقش‌آفرینی حرم حضرت موسی مبرقع علیه‌السلام تنها به امور زیارتی و خدمات اجتماعی محدود نمانده و در مقاطع حساس اجتماعی و ملی نیز تلاش کرده ظرفیت مردمی خود را در خدمت انسجام اجتماعی قرار دهد.

تجمعات مردمی و تبیین و بصیرت‌افزایی

تولیت امامزاده موسی مبرقع افزود: در جریان ناآرامی‌ها و حوادث دی‌ماه سال گذشته، برنامه‌هایی با محوریت تجمعات مردمی، تبیین و بصیرت‌افزایی و نیز مانور و رزمایش نیروهای بسیجی مخلص برای تقویت آمادگی و ایمنی محلات برگزار شد. همچنین آیین تشییع شهدای فراجا که در جریان آن حوادث به شهادت رسیدند، با حضور اقشار مختلف مردم از این آستان انجام گرفت.

حجت‌الاسلام صدر این آستان را یکی از مکان اصلی و محوری در تجمعات در قم عنوان کرد و بیان داشت: با آغاز جنگ تحمیلی سوم و شهادت رهبر شهید انقلاب قدس‌الله روحه‌الشریف، این حرم در شمار پایگاه‌های اصلی برگزاری تجمعات مردمی در قم قرار گرفت. برنامه‌های اعلام بیعت و اعلام حمایت و همراهی با رهبر معظم انقلاب، حضرت آیت‌الله امام سیدمجتبی خامنه‌ای حفظه‌الله، با حضور گروه‌های مختلف مردم برگزار شده و این اجتماعات به‌صورت مستمر و هر شب تاکنون ادامه یافته است و با استقبال گسترده مردم و اهالی این منطقه برگزار می‌شود.

فرزند پرافتخار محله چهل‌اختران قم

وی در ادامه عنوان کرد: از دیگر رویدادهای مهمی که در این حرم مطهر برگزار شد، آیین باشکوه وداع با سیدالشهدای نیروهای مسلح جمهوری اسلامی امیر سپهبد سیدعبدالرحیم موسوی بود که ایشان از فرزندان همین محله پرافتخار چهل‌اختران قم بود. این مراسم با حضور گسترده اقشار مختلف مردم برگزار شد و یک شب تاریخی را رقم زد. همچنین هم‌زمان با مراسم تشییع قائد شهید قدس‌الله روحه‌الشریف در استان قم نیز حرم حضرت موسی مبرقع علیه‌السلام در شمار مراکز مهم خدمت‌رسانی به زائران و حاضران قرار گرفت و خادمان و نیروهای داوطلب با بسیج امکانات آشپزخانه و پشتیبانی، طی دو روز بیش از ۷۰ هزار پرس غذا تهیه و توزیع کردند و در اسکان عزاداران و زائرانی که از شهرهای دیگر به قم آمده بودند، مشارکتی گسترده داشتند. این حجم از خدمت در زمانی کوتاه، جلوه‌ای از توان سازمان‌دهی مردمی و ظرفیت عملیاتی آستان بود.

مردم و خادمان افتخاری با اعتماد و مشارکت خود، گروه‌های جهادی، پزشکان داوطلب، مشاوران، معتمدان محلی، خیرین و واقفان با حضور و همراهی خود، هر یک بخشی از بار خدمت را بر دوش گرفته‌اند. همراهی مسئولان ارشد استان، اداره‌کل اوقاف و امور خیّریه، دستگاه‌های اجرائی، مجموعه قضائی، نیروهای امنیتی و انتظامی و دیگر نهادهای مردمی نیز زمینه استمرار و اثربخشی این فعالیت‌ها را فراهم کرده است و همه این خدمات اجتماعی به برکت این امامزادگان واجب‌التعظیم حضرت موسی مبرقع و چهل‌اختران علیهم‌السلام انجام شده است که کرامت و جود این خاندان مطهر را می‌رساند.

نوجوان‌تان را با نماز آشتی دهید

چرا گاهی نوجوانی که در محیطی مذهبی رشد کرده، با وجود آشنایی با نماز و اهمیت آن، تمایل چندانی به خواندن نماز ندارد؟

خبرگزاری فارس: واقعیت این است که نوجوان امروز با نوجوان نسل‌های گذشته تفاوت‌هایی دارد. او در فضایی رشد می‌کند که سرعت انتقال اطلاعات بالاست، شبکه‌های اجتماعی بخش مهمی از زندگی‌اش را تشکیل می‌دهند.

بنابراین، روش‌های سنتیِ صرفاً دستوری، تذکرهای مکرر، سرزنش و اجبار، لزوماً نمی‌توانند در او علاقه پایدار به نماز ایجاد کنند.

هدف اصلی تربیت دینی نباید صرفاً نمازخوان کردن ظاهری نوجوان باشد؛ بلکه باید به پرورش نوجوانی منجر شود که چرایی نماز را بفهمد، با خدا ارتباط عاطفی برقرار کند و با انتخاب و باور شخصی به سمت نماز برود.

راه‌های رفته را دوباره پیاده نروید!

پیش از ارائه راهکار، باید نوجوان را بشناسیم. بسیاری از روش‌های ناموفق تربیتی نه به‌دلیل ضعف اعتقادات نوجوان، بلکه به‌دلیل نادیده‌گرفتن ویژگی‌های روان‌شناختی او اتفاق می‌افتند.

۱. نیاز به استقلال و انتخاب

یکی از ویژگی‌های مهم دوران نوجوانی، شکل‌گیری هویت مستقل است. نوجوان می‌خواهد احساس کند که خودش فکر می‌کند، خودش تصمیم می‌گیرد و صرفاً مجری خواسته‌های دیگران نیست. از منظر روان‌شناسی خودتعیین‌گری، سه نیاز اساسی در انگیزش انسان نقش دارند:

– **خودمختاری:** احساس داشتن حق انتخاب و اختیار.

– **شایستگی:** احساس توانایی و موفقیت در انجام کارها.

– **ارتباط:** احساس تعلق، محبت و پذیرفته‌شدن.

با «بخوان، بخوان» درست نمی‌شود!

اگر نماز در ذهن نوجوان به معنای اجبار، کنترل و اطاعت بدون فهم باشد، ممکن است در برابر آن مقاومت کند.

راهکار: به‌جای دستوردادن، فرصت انتخاب و مشارکت ایجاد کنیم. مثلاً به‌جای اینکه بگوییم «بلند شو نمازت را بخوان»، بگوییم: «دوست داری برای نمازت چه برنامه‌ای داشته باشی که هم به کارهایت برسی و هم ارتباطت با خدا حفظ شود؟»

۲. شاخک‌های نوجوان به قضاوت حساس است!

نوجوان به‌شدت نسبت به قضاوت دیگران حساس است. اگر احساس کند به‌دلیل نماز نخواندن تحقیر می‌شود یا ارزش او در خانواده و جامعه به میزان مذهبی بودنش وابسته است، ممکن است از فضای دینی فاصله بگیرد. در واقع والدین نباید با نماز نخواندن او را تحقیر کنند.

راهکار این است که شخصیت نوجوان را از رفتار او جدا کنیم. حتی اگر نماز نمی‌خواند، محبت، احترام و رابطه صمیمانه با او نباید کاهش پیدا کند تا همین محبت بعدها زمینه‌ساز تغییر رفتارش شود.

۳. نوجوان را با دوستش بشناس!

در دوران نوجوانی، دوستان در شکل‌گیری رفتارها، ارزش‌ها و سبک زندگی نقش مهمی دارند.

اگر نماز در ذهن نوجوان با افراد شاد، موفق، خوش‌برخورد و محبوب همراه باشد، احتمال نگرش مثبت به آن افزایش پیدا می‌کند.

برعکس، اگر نماز را فقط در قالب افرادی خشک، سخت‌گیر و سرزنش‌گر تجربه کند، ممکن است نسبت به آن احساس منفی پیدا کند.

راهکار ایجاد جمع‌های دوستانه نماز است. همچنین فعالیت‌های گروهی معنوی، اردوهای فرهنگی و... حتی رفت‌وآمد با خانواده‌هایی که نشاط مؤمنانه دارند.

۴. نیاز به معنا و پاسخ به پرسش‌های عمیق

نوجوان امروز ممکن است بپرسد:

- چرا باید روزی چند بار نماز بخوانم؟
- خدا که همه‌جا حضور دارد، چرا باید رو به قبله بایستم؟
- اگر خدا از حال من خبر دارد، چرا باید با او حرف بزنم؟
- چرا بعضی افراد نماز می‌خوانند اما رفتار خوبی ندارند؟
- اگر گاهی حوصله نماز ندارم، آیا ایمانم ضعیف است؟

این پرسش‌ها لزوماً نشانه ضعف ایمان نیستند؛ بلکه می‌توانند بخشی از فرآیند رشد فکری و شکل‌گیری هویت دینی باشند.

راهکار: به جای سرکوب پرسش‌ها، آنها را فرصتی برای گفت‌وگو، تفکر و تعمیق باور دینی بدانیم. حتی این فرصتی برای خود والدین است تا اعتقادات‌شان را از منبع درست، قوی‌تر کنند و پاسخ شبهات را پیدا نمایند.



در دنیای امروز، شاید دیوارهای نازک آپارتمان‌ها ما را به هم نزدیک کرده باشد، اما با همه این نزدیکی، قلب‌ها حسابی از هم دور شده است!

خبرگزاری فارس: چرا این روزها مثل گذشته از حال همسایه‌ها بی‌خبریم؟ چرا در ساختمان‌های ۲۰ واحدی، هیچ‌کس همسایه طبقه پایین را نمی‌شناسد؟! چرا ...

دعا برای همسایه و همدلی با او، احوال‌پرسی و ارتباط با همسایه و حفظ احترام و مرزهای سالم، در این گزارش به سراغ راهکارهای احیای این مهارت می‌رویم.

مهارت همسایه‌داری گمشده آپارتمان‌های امروزی

چرا همسایه‌داری کم‌رنگ شده است؟

زندگی مدرن، حریم خصوصی را در برخی موارد به انزوا تبدیل کرده است. پژوهش‌ها نشان می‌دهند شتاب زندگی و نداشتن وقت، از رایج‌ترین موانع ارتباط همسایه‌هاست؛ در کنار آن، نگرانی از کنجکاوی و دخالت به نظر رسیدن هم در مورد برخی بررسی‌ها عامل مهمی ذکر شده است؛ یعنی فرد می‌ترسد اگر پیش‌قدم شود، همسایه او را «کنجکاو» یا حتی «فضول» ببیند! در فرهنگ سنتی، همسایه نقش یک «شبکه امنیت اجتماعی» را ایفا می‌کرد؛ امروز اما حتی یک سلام ساده هم گاهی به چالش تبدیل می‌شود. مهارت همسایه‌داری از اولین قدم یعنی «شکستن یخ» آغاز می‌شود.

قدم اول؛ هنر یک «سلام» ساده

برای احیای این مهارت، لازم نیست کار بزرگی کنید؛ یک لبخند کوتاه یا سلام ساده در آسانسور می‌تواند شروع خوبی باشد. خانواده‌ها می‌توانند از کودکان شروع کنند؛ به فرزندتان یاد بدهید به همسایه‌ها سلام کند تا مهارت «احترام به غریبه‌های آشنا» را تمرین کند. این ساده‌ترین راه برای آموزش مهارت اجتماعی به کودکان است.

همدلی؛ مهارتی نهفته در دل دعا

دعا کردن برای دیگری، تمرینی ساده برای همدلی و مثبت‌اندیشی است. خانواده‌ها می‌توانند شب‌ها یک دقیقه برای آرامش همسایه‌ها دعا کنند؛ مثلاً برای همسایه‌ای که فرزند کوچک دارد و شب‌ها برای بچه‌داری بیدار می‌ماند یا سالمندی که تنها زندگی می‌کند. این کار کمک می‌کند به‌جای قضاوت، با دیده همدلی نگاه کنیم.

مرزگذاری سالم
مهارت گمشده در روابط همسایگی

همسایه‌داری فقط صمیمیت نیست؛ مدیریت مرزها هم هست. مهارت «نه گفتن محترمانه» از مهارت‌های مهم در روابط همسایگی است؛ چون هم از حقوق فرد محافظت می‌کند و هم از تبدیل یک اختلاف کوچک به تنش بزرگ جلوگیری می‌کند. اگر همسایه‌ای بیش از حد مزاحم شد، به جای دعوا یا قهر، می‌توان با زبان نرم اما قاطع، حد و مرز را مشخص کرد. این مهارت به کودکان هم منتقل می‌شود که چگونه در عین احترام، از حقوق خود دفاع کنند.

بهانه‌های شیرین
یک راهکار عملی

برای تقویت این مهارت، نیازی به کارهای بزرگ نیست. گاهی یک بهانه کوچک و شیرین می‌تواند یخ‌های بیگانگی را آب کند. به رسم قدیمی‌ها، «نذری» یا خوراکی کوچکی را بهانه کنید؛ مثلاً اگر خرما، حلوا یا یک قالب نبات یا چند دانه سیب خریده‌اید، با خود بگویید: «چه خوب است این را با همسایه طبقه پایین/بالا هم شریک شوم.» بهانه همیشه هست: «این خرمای ارده‌ای خیلی خوشمزه بود، گفتم شما هم امتحان کنید!» یا «این غذا بوی خوشی داشت، گفتم برای شما هم بیارم».

این کار ساده می‌تواند فرصتی برای تمرین «بخشندگی و ارتباط‌سازی» باشد. وقتی این خوراکی را با لبخند تعارف می‌کنید، دارید به فرزندان‌تان یاد می‌دهید همسایه فقط یک غریبه در طبقه بالا نیست، بلکه عضوی از یک خانواده بزرگ‌تر است. این یک انتخاب است، نه اجبار. هیچ‌کس مجبور نیست هر روز برای همسایه‌اش غذا ببرد یا هدیه بخرد؛ اما کسی که این انتخاب را می‌کند، سرمایه‌گذاری کوچکی روی زندگی خودش و خانواده‌اش انجام می‌دهد.

