

تحلیل فیلم های تربیتی

خانم علی بخشی

کلاس های مدرسه عالی تربیتی مادران - جلسه چهارم

۱۴۰۰/۸/۲۰

اللهم صل علی فاطمه و ابیها و بعلها و بنیها و سرالمستودع فیها بعدد ما احاط به علمک
با عرض سلام خدمت مادران گرامی، خوشحالم که خداوند این توفیق را دست داد که
در خدمتتان باشم. دفعه‌ی پیش خدمت بزرگواران عرض کردم اگر برایتان مقدور بود و فرصت
داشتید، یک تحقیقی در مورد درجه بندی‌های سنی که در بعضی از فیلم‌ها یا انیمیشن‌ها
گذاشته می‌شود، بروید ببینید آیا می‌شود به این رده بندی‌ها اعتماد کرد یا نه؟
یکی از مادران: توجه‌ام به فیلم‌ها بیشتر شده، از این بابت که شما دارید روی موضوع تحلیل
فیلم کار می‌کنید، اما با بچه‌ها در مورد فیلم صحبتی نکردم. چون پسرهای من سن‌شان بالا
رفته و هر کدام برای خودش صاحب نظر هستند. دیگر فرصتی نداشتم که بخواهم روی
تحلیل فیلم با آنها صحبت کنم. اما وقتی کوچکتر بودند، قبل از اینکه بخواهند فیلمی ببینند،
خودم می‌نشستم و پا به پای آنها می‌دیدم. بعد آنها چند بار این فیلم‌ها را می‌دیدند. من هم
سعی می‌کردم با آنها همراهی کنم.

استاد: خیلی خوب است. در این یکی دو هفته روی فیلم‌ها حساس شدید؟
مادر: بله؛ بیشتر توجه می‌کنم. بعد سعی می‌کنم نظریاتم و تجربیاتی که شما فرمودید در
اختیار اطرافیانم قرار دهم.

استاد: همین که حساس شدید خیلی خوب است. یعنی دیگر هر فیلمی را راحت نمی‌پذیرید.
مثلاً می‌گویید اینجا فیلم ممکن است استرس‌زا باشد یا حاوی پیام خوبی نیست. همین
اندازه که حساس می‌شوید یعنی اینکه به سمت هدف‌گذاری، حرکت‌مان را شروع کرده‌ایم.
یکی از مادران: من یک پسر ۷ ساله دارم. از اول که کارتون و فیلم می‌بیند دوست دارد من در
کنارش باشم، با هم ببینیم بعد درباره‌ی موضوعات آن با هم صحبت کنیم. من هم گوش
می‌دهم. ولی بر حسب اینکه با بچه‌های دیگر در ارتباط باشد کمتر بوده، چیزهایی که شنیده
آمده گفته: مامان، این فیلم‌ها را بگیر ببینیم اولش تردید داشتم، ولی بعد با او نشستم نگاه
کردم. اکثراً هم دوبله‌های فارسی کلماتی استفاده می‌شود که مناسب بچه‌ها نیست. الان مثلاً
کارتون لگوها خیلی برای بچه‌ها بیشتر شده و دوست دارند. ولی خوب از این کارتون‌هایی که

خارجی است و قهرمان دارد، می‌خواهم از اینها دور باشد؛ ولی خوب خیلی به آنها علاقه دارد و کارهای آنها را تکرار می‌کند.

استاد: ما با اصل دیدن کاری نداریم. یعنی مخالف نیستیم که بچه‌ها ببینند. ما می‌گوییم اگر شرایطی پیش آمد و قرار شد بچه‌ها چیزی را ببینند، ما یا باید کنارشان باشیم، یا یادشان بدهیم تفکر نقاد داشته باشند و چیزی را به راحتی نپذیرند. این امر، به آنها کمک می‌کند. اصلاً این رده‌بندی‌های سنی را که در بیشتر فیلم‌های خارجی و از اردیبهشت ماه سال گذشته هم با تغییراتی در فیلم‌ها و انیمیشن‌های داخلی ایجاد شده؛ هم به صورت کلی روی آن فیلم می‌زنند، هم در بعضی صحنه‌های کوچک از فیلم پخش می‌کنند. یعنی خدا را شکر این دغدغه در کشور ما هم ایجاد شده، اما حالا ما به این بحث که چقدر می‌توانیم به این اعتماد کنیم، وارد می‌شویم. اولین کشوری که آمد در مورد محدودیت‌های سنی صحبت کرد، کشور آمریکا بود. آمدند یک انجمنی را تشکیل دادند که سازمان مستقلی هم بود در سال ۱۹۶۸ شروع به فعالیت کرد، عنوان اختصاری آن MPAA است، که تشکیل می‌شد از یک سری خانواده، که منتخب مردم و آدم‌های خوش نام آن جامعه بودند، اینها افراد کاملاً بی‌طرفی نسبت به صنعت فیلم و سینما و انیمیشن بودند، آمدند یک سیستمی طراحی کردند گفتند ما اینها را می‌بینیم، یعنی هر فیلم یا انیمیشنی که ساخته می‌شد، قبل از اینکه اکران بشود آن را نگاه می‌کردند، بعد رده‌بندی سنی می‌دادند (چه از نظر موسیقی و چه از نظر محتوایی)؛ بعد مردم کشور آمریکا هم این را قبول می‌کردند.

دغدغه‌ی این افراد فقط این نبود که بچه‌ها بحث جنسی را نبینند، بلکه خشونت یا مصرف مواد مخدر هم بود. حتی کشورهای اروپایی و خیلی از کشورهای دیگر هم از رده‌بندی که اینها داشتند، استفاده می‌کردند. رده‌بندی‌شان به سه دسته‌ی کلی تقسیم می‌شد: R که بیشتر برای بچه‌های بالای ۱۷ سال بود، M یا RM بود که حالا اینها را توضیح می‌دهم که فیلم‌ها یا انیمیشن‌هایی بود که والدین باید نظارت کنند. و گروه G که برای همه‌ی آدم‌ها بود. بازی‌های کامپیوتری یا موسیقی‌های بین‌المللی را هم آمدند رده‌بندی سنی کردند. روی پخش برنامه‌های شبکه‌های تلویزیونی‌شان هم آمدند رده‌بندی سنی گذاشتند.

یک انجمن از روان پزشکی در ایران هم از سال گذشته به خاطر اینکه سبک برخی فیلم‌های سینمایی که دارد ساخته می‌شود به سمت مبتذل و شوخی‌های رکیک پیش می‌رود، آمدند یک چنین کاری را انجام دادند و گفتند که بهتر است بومی سازی بشود. این که حالا آمریکا با دغدغه‌های خودش دارد یک چنین رده‌بندی‌های سنی را می‌گذارد، خوب آن کشور دغدغه‌ها و فرهنگ خودش را دارد؛ ما هم با توجه به دغدغه‌های فرهنگی خودمان باید این کار

را بکنیم. حتی در کشورهای اروپایی هم جدا دارد این کار انجام می‌شود. چون دغدغه‌های آنها هم تا حدی متفاوت از چیزی است که آمریکا دارد. مثلاً در انگلیس کاری که دارد انجام می‌شود، پخش یک سری از فیلم‌ها که رده‌بندی سنی در آنها مطرح است، در هر جایی نیست. اینها آمدند یک سری مکان‌های خاصی را برای این کار در نظر گرفتند و میزان سخت‌گیری در این کشور نسبت به آمریکا شاید خیلی بیشتر باشد. حتی خریدن سی‌دی‌ها و فیلم‌ها و انیمیشن‌ها، در هر فروشگاهی مجاز نیست. مثل ایران که شما الان به سوپرمارکت هم می‌روید می‌توانید کلی فیلم تهیه کنید یا مثلاً می‌توانید نماوا را روی گوشی موبایل نصب کنید حالا این گوشی دست یک بچه‌ی هفت ساله هم باشد، هر چیزی را می‌تواند دانلود کند ببیند، آنجا اینطور نیست. آنجا هر شخصی با هر رده‌ی سنی، حق ندارد هر فیلمی را خریداری و استفاده کند! حتماً برای خرید فیلم، یک کارت شناسایی که در آن سن فرد مشخص باشد لازم است. پس محدودیت‌ها فقط مختص ما نیست که بگوییم فقط اینجا دارد اعمال می‌شود. حالا شاید آنها این مدل سانسور ما را که می‌خواهند در رسانه‌ی عمومی پخش کنند، نداشته باشند؛ ولی محدودیت پخش را برای سنین مختلف و افراد مختلف دارند با توجه به گزینه‌هایی که مد نظر خودشان است.

حالا این رده‌بندی‌های سنی که به صورت جهانی است و در دنیا مطرح است، چگونه است؟ همان درجه بندی R، M و G را اعمال می‌کنند.

درجه‌ی R را گفتیم شامل فیلم‌هایی است که برای نوجوانان است و برای زیر ۱۷ سال مناسب نیست، و بهتر است که نوجوانان با والدین‌شان این را ببینند. حالا؛ چقدر این مسائل در هر خانواده‌ای رعایت می‌شود و والدین چقدر می‌توانند اینها را اجرایی کنند، (چه در کشور ما چه در هر کجای دنیا)، بستگی به این موارد دارد: ۱- دغدغه‌مندی والدین؛ یعنی من واقعاً دغدغه‌ام این باشد که فرزندم هر صحنه‌ای را نبیند، یا چشمش به هر صحنه‌ی آلوده و ناپاکی عادت نکند، که بعد آن چیزی را که دائم دارد می‌بیند و به صورت عادت شده برایش ملکه می‌شود و آرام آرام خودش را در رفتار او نمایان می‌کند. ۲- بستگی به این دارد که من والد رابطه‌ام با فرزندم چگونه شکل گرفته که فرزندم، آن اطاعت‌پذیری را از من داشته باشد، که اگر به او گفتم: ماما جان، این فیلم که آمده در خانه، اول من ببینم اگر مناسب بود بدهم شما استفاده کنی، بگوید چشم. بعد که مادر می‌بیند و به او می‌گوید این فیلم، اصلاً مناسب شما نیست. می‌توانی ببری در کشوی کمدت بگذاری هر وقت مناسبات شد بگویم ببینی، و بچه هم این همراهی را با والد داشته باشد. این نکته، شاید از تمام تحلیل کردن فیلم هم مهم‌تر باشد. رابطه‌ی صحیح من و فرزندم؛ که خیلی مهم است! که ما چطوری با بچه‌ها برخورد کنیم

که این پذیرش در آنها ایجاد شود. به جای اینکه من به آنها بگویم که یک فیلم را حق ندارید ببینید و دعوایمان بشود، بعد فرزندم به من اعتماد نکند و برود یواشکی خودش نگاه کند؛ به جای این، فیلم را در اختیارش بگذارم بگویم مامان، هر وقت سن تو مناسب شد، می‌گویم برو فیلم را بیاور و ببین! او هم قبول کند و این اتفاق بیافتد. این مهم‌ترین قسمت ماجراست. درجه‌بندی دیگری که وجود دارد، NC-17 هست. این درجه‌بندی می‌گوید ۱۷ ساله‌ها و زیر ۱۷ ساله‌ها مناسب نیست این فیلم را ببینند.

رده‌بندی بعدی، RG-13 است. به این معنی که تماشای این نوع فیلم‌ها یا انجام این نوع بازی‌ها مناسب بچه‌های زیر ۱۳ سال نیست. اگر زیر ۱۳ ساله‌ها خواستند ببینند، حتماً با راهنمایی والدین باشد. چون یک سری مسائل غیر اخلاقی، خشونت، یا مصرف مواد مخدر در صحنه‌های فیلم وجود دارد. این چرایی‌ها را هم ما سعی بکنیم یاد بگیریم. به عنوان مثال، اگر در جایی بودید به شما گفتند زیر ۱۸ سال نباید ببیند، پرسید چرا؟ ببینیم چرا شنیدن بعضی عبارات یا دیدن بعضی صحنه‌ها برای افراد زیر ۱۸ سال مضر است و اگر ۱۸ ساله ببیند، آیا مضر نیست؟! آیا اگر ۱۸ ساله ببیند دچار مشکل نمی‌شود؟ این را حتماً کنترل کنیم و آسیب‌شناسی کنیم. نگوئیم روی این فیلم زده ۱۸ ساله‌ها مجازند ببینند، پس فرزند من که ۱۸ سال و یک روزش است، می‌تواند ببیند. نه؛ ما نباید اینطوری اعتماد کنیم.

درجه‌ی بعدی که در بازی‌ها و فیلم‌ها هست، درجه‌ی PG است. این درجه می‌گوید، فیلم‌هایی که دارید می‌بینید نیازمند راهنمایی والدین است. یعنی باید والد اول خودش این فیلم را ببیند، اگر صلاح دید که مناسب فرزندش است، آن را در اختیار فرزندش بگذارد. حالا یا در کنار فرزندش بنشیند فیلم را ببیند هر کجا لازم به توضیح بود، برای فرزندش توضیح بدهد، در غیر اینصورت، صلاح‌دیدِ والد را اولویت قرار داده است.

درجه‌بندی G هم یعنی تماشاگر عمومی، همه‌ی سنین می‌توانند ببینند. خصوصاً این رده‌بندی را برای بچه‌های زیر ۶ سال بیشتر گذاشته‌اند.

به جز این درجه‌بندی‌ها که روی سی‌دی‌ها یا پوستر آن فیلم یا انیمیشن حک می‌شود (چون دفعه‌ی قبل گفتیم همه‌ی انیمیشن‌ها هم برای بچه‌ها ساخته نمی‌شود، برخی از آنها برای بزرگسالان ساخته شده) روی برخی از صحنه‌های فیلم‌ها زده شده؛ مثلاً همین سریالی که شبکه‌ی سه خودمان به تازگی در حال پخش است، یک جاهایی که خشونت و زد و خورد دارد، مثبت ۱۵ یا مثبت ۱۴ یا مثبت ۱۲ به مدت ۲ یا ۳ دقیقه روی فیلم رؤیت می‌شود. این علامت‌هایی که در تلویزیون کشور خودمان جدیداً گذاشته می‌شود، این را انجمن روان‌پزشکان کشورمان آمده‌اند و متولی‌اش شده‌اند.

جاهایی که مثلاً مثبت ۹ درج شده، یعنی این قسمت از فیلم دارای الفاظ یا صحنه‌های نامناسب برای زیر ۹ سال است. صحنه‌هایی که کمی در آن خشونت یا دلهره و اضطراب است. ممکن است حتی قدری استعمال دخانیات در آن باشد و ممکن است الفاظ نامناسب گفته شود. یعنی همین جور که رده بندی بالاتر می‌آید، به درجه‌ی سنی مندرج در روی فیلم هم اضافه می‌شود. مثلاً اینجا روابط خلاف عرف جامعه است، مثبت ۱۵ درج شده؛ این مورد در مثبت ۱۲ ساله نبود. در ۹ ساله‌ها فقط صحنه‌هایی بود که دارای الفاظ نامناسب بود. ولی هر کدام از اینها امگار یک پله بالاتر می‌روند.

گروه سنی مثبت ۱۸ می‌گوید فیلم دارای صحنه‌های افراطی از خشونت، یا مصرف مواد مخدر یا تداعی کننده‌ی روابط زناشویی و یا الفاظ و حرکات نامناسب است. حالا نکته‌ی اصلی این است که مثلاً شما وقتی یک گل را در خانه‌تان پرورش می‌دهید، این گل بر اساس نوع خود، به مقدار مناسبی آب و خاک مناسب، و نور مناسبی که قرار است دریافت کند و کوددهی مناسب نیاز دارد. شما یک گیاهی را از فروشگاه می‌خرید. از فروشنده می‌پرسید آب دهی آن چگونه است؟ چه خاکی نیاز دارد؟ کوددهی‌اش چه مقدار است؟ چه نوری لازم دارد؟ آن فروشنده برای شما یک سری توضیحات می‌دهد و شما این گل را با خود به خانه می‌آورید. بعد، یادتان می‌رود آن فروشنده به شما چه گفته بود، هر روز صبح یک لیوان آب به گل می‌دهید. بعد از گذشت دو هفته، می‌بینید گیاه‌تان گندیده شد. یا اینکه در محیطی تاریک قرارش می‌دهید، می‌بینید آرام آرام برگ‌هایش زرد شده و دارد خشک می‌شود. چه چیزی اینجا دچار اشکال شده که گل دارد از بین می‌رود؟ در یکی از این چهار حالت، آن لفظ مناسب استفاده نشده!

حالا، وقتی گفته می‌شود فیلمی یک صحنه‌هایی دارد یا کل فیلم یا بخش‌هایی از آن مناسب سنی است، شبیه نگهداری این گل است. وقتی من این گل را این شکلی نگهداری کردم، یک چیزی را کم به آن دادم خشک‌اش کردم؛ چیزی را اضافه‌تر به آن دادم گندیده شد. در دیدن فیلم‌ها و انیمیشن‌ها هم، اگر کلاً همه چیز را برای فرزندم محدود کنم بنابر دلایل مختلف، همان خشک شدن اتفاق می‌افتد. چون خود بچه واقعاً نمی‌تواند بفهمد که خوب، حالا این صحنه یا این فیلم را دید چون یادش نداده‌ام، ایرادش را بفهمد و حواسش جمع باشد. اگر همه چیز را هم بدون در نظر گرفتن محدودیت‌های لازم در اختیارش بگذارم، آن گندیدگی اتفاق می‌افتد. یعنی زیاده از حد در اختیارش گذاشته‌ام که اصلاً مناسب سن او نیست.

برای چه بچه‌های ما دوست دارند فیلم یا انیمیشن ببینند؟ اگر برگردیم از سنین کودکی نگاه کنیم، اصلاً خود ما؛ برای چه سریال می‌بینیم؟

یکی از مادران: بیشتر جنبه‌ی سرگرمی دارد. من الان خیلی وقت است که سریال‌ها را دنبال نمی‌کنم چون خیلی مایل نیستم پسر در این سریال‌ها کنجکاوی کند، مثلاً سریالی که خیلی خانوادگی می‌نشستیم و می‌دیدیم، سریال گاندو بود. پسر در حدی این سریال را دوست داشت که می‌خواست تکرارش را ببیند ولی چون الان با ساعت خوابش تداخل دارد، نمی‌تواند. ولی بیشتر برای خانواده‌ها جنبه‌ی سرگرمی دارد. ممکن است آدم بتواند چیزی را هم در آنها یاد بگیرد.

استاد: بله، بیشتر سرگرمی است. خود بنده ترجیح می‌دهم اگر بخواهم چیزی یاد بگیرم، کتاب را بردارم و بخوانم. هیچ چیزی نمی‌تواند جایگزین کتاب باشد. سریال‌ها سرگرمی هستند. ما می‌خواهیم سرگرم بشویم که چه بشود؟ شاد بشویم و اوقات خوشی را بگذرانیم. درست است؟ یعنی با هدف اینکه حال‌مان خوب شود و شاد بشویم و سرمان گرم شود و تفریح باشد داریم یک سریال یا فیلمی را می‌بینیم. این برای ما است که بزرگسال هستیم. بچه‌های کوچک چهار پنج ساله یا حتی سه ساله که کارتون یا شبکه‌ی پویا نگاه می‌کنند، برای چه نگاه می‌کنند؟

یکی از مادران: بچه‌ی من ۷ ساله است. دوست دارد این کارتون‌ها را ببیند و ادای قهرمانان کارتون را دربیاورد.

استاد: بله، این شبیه‌سازی یا هم‌ذات‌پنداری اتفاق می‌افتد. یکی از تفریحات الان ما همین تلویزیون شده است. فیلم یا کارتون دیدن و سریال دنبال کردن. الان اصلاً وارد قضیه‌ی ندیدن نمی‌خواهیم بشویم. من صحبت‌هایم را می‌خواهم به دو بخش تقسیم کنم. یکی اینکه این رده‌بندی‌های سنی که برای شما توضیح دادم را در یک طرف قرار دهیم، ولی مسئله‌ی بعدی من این است که قبل از این رده‌بندی‌های سنی، اول بیایم نگاه کنیم ببینم علت اینکه ما به سمت این فیلم دیدن و برنامه‌ها می‌رویم چیست؟ سرگرمی و تفریح را برای چه می‌خواهیم داشته باشیم؟ برای آنکه حال‌مان خوب باشد. من می‌خواهم یک مقدار بحث را عمیق‌تر کرده و چالش‌اش را بیشتر کنم. ببینید، یادتان است که خدمت‌تان عرض کردم که ما هر چیزی را راحت نپذیریم و برویم دنبال چرایی‌ها بگردیم؟ خوب اگر بچه‌ی من خشونت ببیند، مگر چیست؟ چه اتفاقی برای او می‌افتد؟ اگر بنشینیم یک فیلم کمدی ببینیم، چه اتفاقی برای او می‌افتد؟ دلایل پشت آن را که ممکن است روی روح و روان ما یک اثراتی داشته باشد، بیایم روی آن فکر و بررسی کنیم. بعد آن موقع من به عنوان یک مادر تشخیص می‌دهم که فرزندم این صحنه‌ی خشونت‌آمیز را ببیند یا نه. فرای این محدودیت‌های سنی که ما اصلاً با آن مشکل داریم. جایی از این محدودیت‌ها می‌تواند مفید باشد که وقتی من به هیچ چیزی دسترسی

ندارم حداقل چیزی که می‌توانم به آن دسترسی داشته باشم رعایت این محدودیت‌های سنی است. یعنی من والد، به محض اینکه فهمیدم این فیلم برای ۱۲ سال به بالا است، دیگر حواسم را جمع کنم که حداقل بچه‌ی زیر ۱۲ سال‌ام آن را نبیند! این، کف رعایت محدودیت سنی است. اما ما، بین این کف تا سقف‌اش؛ یک طیفی داریم. این را باید بدانیم چیست.

با دیدن برخی از فیلم‌ها، می‌بینیم بچه‌های ما خیلی دارند تنوع طلب و مصرف‌گرا می‌شوند. آسیبی است که آن فیلم یا بازی دارد به بچه‌ی من می‌رساند.

الان فقط می‌خواهیم در مورد جنبه‌ی شادی موضوع صحبت کنیم. پس ما فیلم یا سریالی را می‌بینیم که حال‌مان خوب شود. ببینیم هیجان‌اتی که درون ماست، چه کارکردی دارند؟ تقریباً همگی می‌دانیم که یک سری هیجان‌ها را خدا در وجود ما قرار داده؛ مثل شادی، غم، ترس، عصبانیت، خشم، نفرت، این چهار پنج تا هیجان‌ات اصلی هستند. به این چند هیجان، هم آموزه‌های دینی تأکید کردند، هم روان‌شناسان. منتها روان‌شناسان می‌گویند به صورت غریزی در ما وجود دارد، آموزه‌های دینی می‌گویند فطرتاً در وجود ما قرار داده شده. نکته‌اش این است که همگی این هیجان‌ات، برای حفاظت از ماست.

مثلاً اگر حس تنفر در من ایجاد نشود، چطور می‌توانم از دشمنم یا کسی که گناه می‌کند، متنفر باشم؟ یا اصلاً از خود گناه تنفر پیدا کنم؟ هر کدام از هیجان‌ات، یک کارکردی دارند. اگر افراط و تفریط در آنها نشود و ما به اندازه از این هیجان‌ات دریافت کنیم اتفاقات خوبی برای ما می‌افتد. اولین هیجان، هیجان شادی است. هیجان و شادی برای ما چه کار می‌کند؟ حال‌مان را خوب می‌کند و باعث می‌شود نشاط در زندگی‌مان بیاید. وقتی شادی در من تقویت می‌شود، احساس رضایت‌مندی در من تقویت می‌شود. هر چقدر ما سعی کنیم محیط خانه را شاد نگه داریم، قطعاً از آن طرف می‌بینیم که کمتر غر می‌زنند و احساس نارضایتی می‌کنند. کمتر از مسائل پیرامونم ایراد می‌گیرم. افکار منفی هم در من کم رنگ و کم رنگ‌تر می‌شود. چه بسا منفی‌نگری از من دور می‌شود.

وقتی ما شاد می‌شویم، تقریباً ده هورمون در ما شروع به فعالیت می‌کنند. چهار هورمون، اصلی هستند. هر کدام هم کارکرد خاص خودشان را دارند.

ما این هیجان شادی را می‌خواهیم و جزو لازمه‌های زندگی‌مان است. راه‌های به دست آوردن هیجان شادی را هم باید بلد باشیم. هیجان شادی را ما به دو صورت می‌توانیم به دست بیاوریم. یک صورت، سطحی و زودگذر است، خیلی سریع به دست می‌آید. روش دیگر، عمیق و ماندگار است و به دست آوردنش می‌تواند سخت‌تر باشد. معمولاً برای اینکه ما شادی را در خانه تقویت کنیم به جز فیلم دیدن چه کارهایی باید انجام دهیم؟

یکی از مادران: من پسرم خیلی دوست دارد با او بازی کنم. بازی‌هایی که خوشش می‌آید، او را خیلی شاد می‌کند. دوست دارد با پدرش دسته جمعی بیرون برویم.

یکی از مادران: با حرف‌های خوبی که زده می‌شود شاید احساس شادی در خانه ایجاد شود. احساس صمیمیتی که در خانه هست.

استاد: برخی از مادران نوشته‌اند مسافرت کوتاه، دورهمی‌ها، تولد گرفتن‌ها، رستوران رفتن، بازی اسم و فامیل.

یکی از مادران: من فکر می‌کنم رفت و آمد با آدم‌های خیلی خوب، میهمانی رفتن با کسانی که هم سطح خودمان هستند، خیلی باعث می‌شود که روحیه آدم عوض شود و احساس شادی به وجود بیاید.

استاد: با انواع بازی‌هایی که با بچه‌ها می‌کنیم، هم خودمان شاد می‌شویم هم بچه‌ها. این بازی‌ها می‌تواند گروهی یا دو نفره باشد. مثل بازی دست چین. حتی پانتومیم که بچه‌ها الان جدیداً خیلی دوست دارند. هم در میهمانی‌ها اجرا می‌کنند، هم خیلی تمایل دارند که این بازی‌ها در خانه شکل بگیرد و ادامه‌دار باشد، اینها حال همه را خوب می‌کند. گفتیم ایجاد هیجان شادی دو حالت می‌شود. یکی سطحی و زودگذر و دیگری عمیق و پایدار. وقتی من یک فیلم را می‌بینم و شاد است، اثر شادی آن چقدر در من می‌ماند؟ یکی از مادران فرمودند سطحی و کم. ممکن است دو ساعت بعد بر اثر یک اتفاقی، مثلاً اینکه بچه‌ام مشق‌هایش را دیر نوشته، پرخاش کنم. یک مرتبه خلق‌ام عوض شود. پس، ماندگاری این شادی، در حد دیدن همان فیلم است. پس یک سری از شادی‌ها، خیلی سطحی و زودگذر هستند. مثل لباس نو پوشیدن، مثل یک خرید رفتن، اینها خیلی سطحی هستند. ولی اگر من بخواهم شادی را در خانه بیاورم و به آن عمق بدهم و ماندگارش کنم، ابتدا بیایم ببینم در آموزه‌های دینی ما، تعریف شادی چیست؟

مثلاً به جوان می‌گویی چرا با جنس مخالف ارتباط گرفتی؟ چرا این فیلم‌ها را می‌بینی؟ چرا یک چنین کارهایی انجام می‌دهی؟ می‌گوید: جوان‌ها که شادی ندارند. ما که شادی نداریم، همه کاری کرده که شاد بشود ولی تعریف درستی از شادی را بلد نبوده که دنبال آن شادی واقعی برود و این شادی، او را به سمت بیراهه برده. آموزه‌های دینی ما می‌گویند که چه شادی‌هایی ماندگار است. شما وقتی به یک مؤسسه خیریه می‌روید و یک فعالیت عام‌المنفعه انجام می‌دهید، با میل شخصی خودتان به یک گروه محبت می‌کنید، چقدر حالتان خوب می‌شود؟ امروز همسرتان به خانه می‌آید. می‌دانید که فلان غذا را دوست دارد. یا فلان مدل رسیدگی حال او را خوب می‌کند. بعد تمام تلاش‌ات را می‌کنی آن کار را انجام بدهی. شادی

چقدر برایت می ماند؟ محبتی که به فرزندتان می کنید، عشقی که به فرزندتان دارید، مثلاً با هم اسم و فامیل بازی می کنید، چقدر حالتان خوب است؟

یکی از مادران: در حد چند ساعت! یا حتی تا یک روز حالمان خوب است.
استاد: وقتی یک نفر یک خطایی می کند و شما او را می بخشید با وجود اینکه می توانید او را دعوا کنید؟
مادر: بله.

استاد: ممنون عزیزم؛ هدف از شاد شدن یا ایجاد شادی و نشاط بین اعضای خانواده، خصوصاً ما که مادرهایی هستیم که با افرادی زندگی می کنیم که همسر و فرزندمان هستند، شاید خانه های خودمان و پدر و مادر همسرمان در کنار یا نزدیک ما باشند، به عنوان یک خانواده وقتی نگاه می کنیم می بینیم همگی به این شادی نیاز داریم. ما نمی گوییم سطحی ها را حذف کنیم. مثلاً فیلم فقط پنج دقیقه شادت می کند، ولی شما برو آن بخشندگی را انجام بده، آن گذشت را بکن، ما می گوییم هم به این شادی های سطحی احتیاج داریم، هم به شادی های عمیق. چرا؟ امام علی علیه السلام در روایتی می فرمایند: برای مؤمن سه ساعت است؛ ساعتی برای راز و نیاز پروردگار. ساعتی رسیدگی به نیازهای زندگی و معاش، ساعتی برای لذت ها و خوشی های حلال.

یک نکته در فرمایش امام علی علیه السلام است، (در نهج البلاغه جزو کلمات قصار ۳۸۲) خوشی های حلال!

پس، حواسمان باشد اگر می خواهیم یک لحظه ی شاد را برای خودمان و بچه ها ایجاد کنیم، اگر می خواهیم مثلاً فیلم کمدی ببینیم؛ فیلم کمدی حرامی نباشد. اگر می خواهیم یک شوخی یا طنزی را در خانه ایجاد کنیم که همه شاد باشند، با مسخره کردن یک نفر دیگر نباشد! یعنی شادی را تبدیل به یک فعل حرام نکنیم. توصیه شده که حتماً شادی و نشاط را در خانه داشته باشیم. این قدم اول کار ماست که باید به آن دقت کنیم.

نکته ی دیگر اینکه خانم این توانمندی از طرف خداوند در او نهاده شده، چون طبق آیه ی ۲۱ سوره ی مبارکه ی روم، خداوند می فرماید: برای شما از جنس خودتان همسرانی را قرار دادیم که در کنار هم به آرامش برسید.

یعنی زن را سکون قرار داده است. یعنی این زن است که می تواند حال دیگران را خوب کند. حالا چطور ما می توانیم حال دیگران را خوب کنیم؟ اول باید حال خودمان را خوب کنیم. هم شادی های سطحی را ایجاد کنیم و هم، شادی های عمیق را. می تواند خوش اخلاقی یا معاشرت خوش باشد. حداقل اینکه من حالم رو خوب بکنم این است که یک لبخند روی لبم باشد.

وقتی دارم با نزدیک‌ترین و عزیزترین کسانم در زندگی ارتباط می‌گیرم که می‌تواند همسر و فرزندانم باشد. این لب‌خند را از آنها دریغ نکنم. پس این خوشی‌های ماندگار، خیلی اثر طولانی‌تری دارند و باعث شادی می‌شوند. روابط من را با آدم‌های دیگر خوب می‌کند. دوم اینکه، در زندگی‌ام هدف‌مند عمل می‌کنم. این مطلب را هم از نظر علمی و هم طبق روایت دارم خدمتتان عرض می‌کنم.

سوم اینکه، وقتی من شاد هستم، به سمت پویایی و رشد کردن حرکت می‌کنم. یک مادری که افسرده و عبوس است و دائم ناراحت است؛ آیا دنبال یاد گرفتن مهارتی می‌رود؟ قطعاً نمی‌رود چون حال ندارد! ولی یک مادر شاد، پویاست و به دنبال رشد کردن می‌رود. احتمالاً افرادی که الان در این گروه هستند و آمده‌اند چیزی را یاد بگیرند و دنبال رشد کردن هستند، جزو مادرهای شاد هستند.

شادی، باعث تقویت دستگاه ایمنی بدن‌مان می‌شود. یعنی از نظر علمی ثابت شده افرادی که شادتر هستند کمتر مریض می‌شوند. می‌دانید که رابطه‌ی مستقیم سرماخوردگی با افسردگی را از نظر علمی کشف کردند که این دو با هم رابطه‌ی مستقیم دارند. هر وقت سرما می‌خوریم یک نگاه کنیم، می‌بینیم چند روز قبل از آن، یک چیزی حال‌مان را خراب کرده بوده و نتوانستیم از آن ماجرا بگذریم، و همین‌طور داریم در ذهن‌مان مرور می‌کنیم. همین باعث شده الان سریع ویروس سرماخوردگی روی من اثر بگذارد. حالا نمی‌گوییم هر کسی سرما خورد افسرده است. نه. می‌خواهم بگویم چون سیستم ایمنی بدن‌مان پایین می‌آید احتمال بیمار شدن‌مان بیشتر می‌شود.

شادی باعث سلامت و تندرستی و طول عمر ما می‌شود. حالا شادی‌ها را من با چه چیزهایی به دست بیاورم؟ اول ببینم روحیه‌ی خودم چیست. ما یک شادی‌های فردی داریم و یک شادی‌های دسته‌جمعی. بهترین شادی‌ها، شادی‌های دسته‌جمعی هستند. شادی فردی مثل این است که من تنهایی بنشینم یک فیلم کمدی ببینم. این طور نیست که من به طور مادرزادی، شاد یا عبوس متولد شده باشم. شادی مهارتی است که می‌توانی یادش بگیری. تعاریف اصلی شادی را برای خودم می‌نویسم که چه چیزهایی می‌تواند مرا شاد کند و چه چیزهایی می‌تواند همسر مرا شاد کند.

یکی از مادران گفته‌اند که بچه‌ها دوست دارند فیلم را ببینند ولی کمی می‌ترسند. هیچی نمی‌گویند. فکر می‌کنند ببینند بزرگ شده‌اند. یکی از دلایل آن این است که می‌ترسد برچسب ترسو بودن به او بزنند. مسئله دیگر این است که ویژگی بچه‌ها مخصوصاً در سن نوجوانی به دست آوردن تجربه توسط خودشان است.

این که خدمتتان عرض کردم فقط به مثبت ۱۲ یا مثبت ۱۵ دقت نکنیم. گفتیم این، کف ماجراست. کف آن، استانداردهایی است که در ایران یا دنیا تعریف شده، که روی فیلم‌ها یا صحنه‌هایی از آن می‌زنند. طیف بالاتر آن، شناختن ویژگی‌های فردی و منحصر به فرد فرزندانمان است. پس مخاطب شناسی خودمان، خصوصاً ما که به فرزندانمان دسترسی داریم، که می‌توانیم ببینیم ویژگی شخصیتی و منحصر به فرد فرزندانمان چطوری است؛ آیا این فیلم مناسب او هست یا نه؟ پس یکی از گزینه‌هایی که می‌توانیم به آن دقت کنیم، ویژگی شخصیتی فرزندانمان است.

منِ مادر دغدغه‌مند، نباید همیشه به کف معیارهای فیلم اکتفا کنم. باید سقف ماجرا را ببینم. از این کف تا سقف هم یک طیفی هست. یکی از طیف‌هایش هم همین بود که ویژگی‌های شخصیت فرزندم را در نظر بگیرم. چون هر مادری می‌داند فرزندش چه روحیاتی دارد. با توجه به روحیات اجازه دیدن بعضی چیزها را به او می‌دهم.

خدایا به مقربان درگاهت، به آیه‌های قرآن ات، آقا امام زمان عجل الله را از ما راضی و خشنود بگردان. خدایا، در ظهور ایشان تعجیل بفرما. خدایا به بانیان این مجموعه، مسئولین مدرسه و سرکار خانم جلالی که ما را همراهی می‌کنند؛ توفیق عاقبت به خیری عطا بفرما. خدایا به همه ی ما توفیق تربیت فرزند صالح عطا فرما.