

## جسم و احترام به آن

كودك متعادل ، نشست ششم

### « جسم و احترام به آن »

وقتي به كودك نگاه مي كنيم ، يك مجموعه را مي بينيم و راجع به يك مجموعه صحبت مي كنيم . انسان و كودك يك مجموعه هستند ، ابعاد مختلف دارند . در دوره ي مدرن جزئي نگري مي كنند و انسان و كودك را تقسيم مي كنند . ابعاد رشد را تفكيك مي كند مثل رشد عاطفي ، رشد اجتماعي ، هوش و خلاقيت و غيره . اما ما نگاه كلي داريم و كلي نگاه مي كنيم و ابعاد مختلف را در جاي خودش بررسي مي كنيم . تفاوت اساسي رويکرد هوش متعادل با رويكردهاي ديگر در اين است كه هوش متعادل كلي نگر است ، جزئي نگر نيست .

كودك يك بُعد جسمي و يك بُعد روحي و معنوي دارد . بقیه ي ابعاد انسان و كودك زیر مجموعه ي اين دو بُعد است . در رويکرد هوش متعادل تمام ابعاد انساني را بر اساس بُعد جسمي و معنوي بررسي مي كنيم . ما اين دو بُعد را در امتداد هم مي بينيم ، جدا از هم نمي بينيم ، چون نگاه كلي نگر داريم . وقتي وارد مبحث جسم مي شويم ، جسم و روح را با هم مي بينيم تفكيك نمي كنيم .

طبق مخروط كه قبلاً راجع به آن مفصل گفتيم ، در ظاهر نوزاد در پايين ترين سطح يعني نوک مخروط و مرحله ي نباتي قرار دارد اما مفهوم نگاه كلي نگر اين است كه در اين نگاه وقتي نوزاد متولد مي شود همه ي چهار مرحله ي مخروط را دارد ( مرحله نباتي ، حيواني ، انسان متفكر و انسان الهي ) . و منظور اين نيست كه انسان با بُعد نباتي به دنيا مي آيد و بعد به مرحله ي حيواني و انساني مي رود بلكه نوزاد تازه متولد شده از نظر جسمي كامل است فقط كوچك است و ابعاد رشدش نهفته است . اطلاعات در مغزش هست ولي هنوز باز نشده اند . نوزاد غريزه دارد هنوز چشمش را باز نكرده دنبال سينه ي مادر مي گردد ، پس بُعد حيواني هم همراهش هست . نوزاد تفكر دارد ، ذهن دارد . حتي جنين هم ذهن دارد . و همينطور بُعد الهي هم دارد نوزاد متصل به عالم بالا است و اين بُعدش خيلي قوي است .

پس نوزاد كه به دنيا مي آيد همه ي ابعاد را دارد و ما هم وقتي راجع به كودك صحبت مي كنيم همه ي ابعاد را مي بينيم . بحث ما جسم يعني پايين ترين سطح مخروط است اما همزمان به بالاترين مرحله هم اشاره مي كنيم و اين همان هماهنگي جسم و روح و يكپارچه نگري در اين رويکرد است .

نگاه      درك      تصوير      انتظار      احساس      رفتار

در مورد جسم كودك اولين و مهمترين مسئله اين است كه " كودك چه دركي از جسم خودش دارد ؟ " دركي كه ما در كودكي از هر پديده اي به خصوص جسم مان پيدا مي كنيم تا آخر عمر همراهمان خواهد بود. بعد ها عوض كردن اين درك كار بسيار مشكل و زمان بري است .

چه دركي از جسم مان داريم ؟ از كودكي چه دركي به ما داده شده است ؟ اين درك يا اين برداشت ما از جسم مان ، احساساتي در ما به وجود مي آورد و بر پايه ي اين احساس ، رفتارهاي بيروني ما شكل مي گيرد .

علت اينكه دخترهاي جوان ما اين قدر به شدت آرايش مي كنند ( آرايش كردن يك رفتار بيروني است ) به دليل درك و تصويري است كه از خودش دارند ، « من زشت هستم » ، احساس خوبي در مورد خودش ندارد ، انتظار جلب توجه دارد ، در نتيجه رفتارش آرايش غليظ و پوشيدن لباس نامناسب خواهد بود .

دركي كه كودك از جسم خود پيدا مي كند ناشي از رفتاري است كه والدين داشته اند . والدين دو نقش بسيار اساسي و مهم در زندگي كودك دارند :

۱- الگو هستند

۲- حامي هستند

پدر و مادر از بدو تولد برای کودک حکم خدا را دارند . برای کودک بی عیب و نقص و کامل هستند ؛ نه اشتباه می کنند و نه نقطه ضعفی دارند . رفتار والدین برای کودک حجت است و هر عیب و نقص را در وجود خودش می بیند . بر پایه ی رفتار والدین ، کودک درک از خودش را می سازد . اهمیت ۶ سال اول زندگی در این است که این درک و انتظار و احساس در او شکل می گیرد و در ناخودآگاه کودک ثبت می شود . در ۶ سال اول کودک هیچ فیلتری ندارد و هر چه هست با اعتماد کامل به پدر و مادر با عنوان یک واقعیت اصیل در ناخودآگاهش ضبط می کند . در این مرحله ی سنی ، عقل و فهم و شعور حضور ندارند و همه چیز بر اساس احساس است . عقل منفک کودک در این زمان والدینش هستند و هر رفتار آنان برای او درست و کامل است . منبع قضاوت او احساسش است .

اولین مسئله ی ما در حوزه جسم کودک « احترام به جسم کودک است » ما ، در احترام به جسم کودک و هر پدیده ی دیگری یک خط تعادل داریم تا مواظب باشیم دچار افراط و تفریط نشویم .

خط تعادل احترام به جسم یعنی تعریف و تمجید از جسم کودک . یعنی پذیرش جسم او ( پذیرش یعنی شاد بودن مادر از وجود کودک نه تحمل او و به معنی : « تو برای من بهترینی » ، است ) و احترام به جسم یعنی محبت بی قید و شرط به جسم کودک ، همان گونه که هست .

همه ی کارهایی که ما به عنوان پدر و مادر برای فرزندان مان انجام می دهیم ، همه می توانند انجام دهند ولی آن چه کاری است که خاص والدین است و از هیچ کس دیگری بر نمی آید چیست ؟

تنها کاری که خاص والدین است محبت بی قید و شرط است .

محبت بی قید و شرط را غیر از پدر و مادر هیچ کس دیگری نمی تواند برای کودک داشته باشد . با هر خصوصیت و هر ویژگی که کودک دارد . « تو برای من بهترینی » .

به دلیل یکسری باور های اشتباه ، محبت پدر و مادر تبدیل به محبت با قید و شرط می شود . چه قدر از کلمه های "ولی" ، "اما" و "اگر" استفاده می کنیم ؟ محبت بی قید و شرط اما ، ولی ، اگر ندارد . برای مثال : اگر بچه خوش اخلاقی باشی ... ، چون که بچه تمیزی بودی ... ، اگر بچه خوبی باشی... .

مسئله ی بعد در تعریف و تمجید جسم ، نوازش است . نوازش پوستی و نوازش جسمی . برای نوزاد این مسئله خیلی تأکید می شود . بچه ها نیاز به نوازش دارند . بزرگسالان هم به نوازش احتیاج دارند و همینطور همسران . وقتی کودک را نوازش می کنید و قریبون صدقه اش می روید ، نوازش توأم با احساس خوشایند و نگاه کردن به کودک ، کودک خودش را پیدا می کند .

نوازش با کف دست است . کف دست قویترین جا از لحاظ تبادل احساس در بدن است . توصیه می شود با حال بد بچه هایمان را نوازش و لمس نکنید چون اذیت می شوند . بچه هایمان را خیلی ببوسید . مخصوصاً دست های آنها و حتی پاهایشان را ببوسید . دست هایشان را روی گونه تان بگذارید . چون دست مغز دوم است و دست یک عضو کلیدی و بسیار مهم است .

امروزه ثابت شده که دست باید زیاد کار کند و دست ورزی کودک زیاد باشد و تجربه کند تا تفکر به وجود آید . تفکر باید به وجود آید تا هوش به وجود آید . اگر بچه ی با هوش می خواهید دستش باید زیاد کار کند . در فضایی که داخل مغز برای حواس پنجگانه تعیین شده ، قسمتی که مربوط به دست است بسیار مفصل تر از بقیه ی حواس است .

هرگز پشت دست بچه ها ننزید . همینطور کف دست . وقتی دست کودک را می زنید یعنی مغز او را می زنید . هر آسیبی که به دست کودک بخورد ، به مغز او آسیب خورده است . ( به باسن و صورت کودک هم ضربه نزنید خیلی خطرناک است . این ضربه ها در بدن منعکس می شوند و همه ی ابعاد روحی ، مغزی ، شخصیتی و رشدی او را آسیب می زند . )

خصوصیات جسمی کودک مان را بپذیریم و به او افتخار کنیم . هر گونه که هست ، کوتاهی قد ، معلولیت و ..... جسم مهم است ولی یادمان باشد که ظرف روح است . جسم گلدان است ، مهم نیست که مشکلی داشته باشد . عظمت ، متعلق به روح است .

معلولیتها را بپذیرید و از وجود کودک معلول خود همان گونه که هست ، لذت ببرید ، پنهان نکنید ، خجالت نکشید ، هر چه که هست به آن افتخار کنید . چون جسم ظرف روح است و روح انسان ها هیچ گونه نقص و معلولیتی ندارد چون از يك منبع غني مي آید .

در تعریف و تمجید جسم ، به کارکرد اندام و اعضای بدن توجه می کنیم . عضو را تأیید می کنیم ، عمل را توصیف می کنیم . مثل : « قربون اون نگاه کردنت برم » بجای « قربون اون چشم های قشنگت برم » . اگر بینی بچه آویزان است با قربون صدقه بینی اش را تمیز کنید یعنی با احساس خوشایند این کار را کنید . بینی او را ببوسید . اگر با احساس نا خوشایند با بینی او رفتار کنید ، کودک از بینی خودش بیزار می شود و در بزرگسالی با بینی خودش مشکل خواهد داشت که ریشه اش در همان تحقیر دوران کودکی است .

به بچه ها در عمل نشان دهید که انسان ها با هم متفاوت اند . در حرف و با توضیح برای او فلسفه بافی نکنید ، چون او اصلاً متوجه نخواهد شد که منظور شما چیست . از طبیعت کمک بگیرید و او را در طبیعت رها کنید تا بازی کند خودش در رفتارهای بزرگسالان متوجه می شود که هرکسی منحصر به فرد است .

مواظب رفتارهای خودتان باشید . والدین الگو هستند . راجع به آدم های دیگر چگونه قضاوت می کنید ، چگونه مقایسه می کنید و ... بچه ها یاد می گیرند که هر انسانی منحصر به فرد است و اصلاً دو نفر با هم قابل مقایسه نیستند . یکی از مسائلی که مقایسه پرخطر می شود ، مقایسه ی جسم ها است و مقایسه ی خصوصیات جسمی است . بهتر و بدتر و زیبا و نازیبا کردن است .

در نقد و انتقاد از بچه ها باید کار و عمل نقد شود . خصوصیات جسمی را نباید تحقیر کرد . ما بچه را تنبیه می کنیم ( در جلسه ی مخصوص خودص مفصل به آن می پردازیم ) اما با حفظ حرمت جسم او . هرگز به جسم کودک بی حرمتی و حرمت شکنی نمی کنیم .

### تکبر و خود شیفتگی

#### خط تعادل

---

#### تحقیر جسم

از خط تعادل که پایین بیاییم ، تحقیر جسم صورت گرفته است . جسم را تحقیر کرده ایم .

\* اولین مسئله در اعمال تحقیر جسم تفکر مقایسه است . باید به تدریج و آرام آرام از این تفکر دوری کنیم و آن را کنار بگذاریم .

یکی از انواع تحقیر جسم ، لقب دادن به کودک است . خصوصیات جسمی کودکان را لقب ندهید ، حتی به شوخی . از زبان نیشدار استفاده نکنید و آن را شوخی قلمداد نکنید . مهم نیست که فرد هنگام شوخی قصد ی دارد یا ندارد ، مهم آزاری است که از طریق این شوخی ها انتقال می یابد .

نه جسم بچه ها را تحقیر کنید و نه اجازه دهید که جسم بچه ها را تحقیر کنند و لقب بدهند . کودک زیر ۶ سال درک انتزاعی ندارد و متوجه شوخی و جدی بودن کلام نمی شود ؛ به خصوص از طرف پدر و مادر . همه ی حرفهای که به او زده می شود را به عنوان واقعیت تلقی می کند و از تأثیر آن ها در ضمیر ناخودآگاهش از خود درک و تصویر می سازد و بر پایه ی آن يك احساس به وجود می آید ؛ احساس حقارت و احساس حقارت نسبت به جسم .

به جای زبان نیشدار و کلمات مبهم از بیان فاخر استفاده کنید . روی فرهنگ های لغات کار کنید و از کلمات زیبا و فاخر و خوش آهنگ استفاده کنید . اجازه ندهید که دوستان و آشنایان و بستگان با بچه های ما هر طور که می خواهند صحبت کنند . مواظب باشید به بچه ها هیچ کس حق ندارد لقب بدهد ، باید فوری دخالت کنید البته با آرامش و ادب . اگر آنها هم بدانند که لقبی که به کودک می دهند چه آسیبی به او می زند ، متوجه اشتباهشان خواهند شد .

انسان قد کوتاه و قد بلند نداریم . بلکه انسان هایی داریم با طول قد های متفاوت . اما به قد کوتاه می گوئیم کوتوله و به قد بلند می گوئیم دیلاق ؛ که هر دو مخرب است . در مورد نوجوانان ، در یک مقطع سنی یک مرتبه قد می کشند در حالیکه هنوز مغزشان رشد نکرده ، بنابراین نوجوان حدود ۲۰ سانتی متر از بدنش را کنترل ندارد ، مرتب به در و دیوار می خورند ؛ به آنها نگویید مثل شتر راه نرو . حتی دستش را ببوسید چون او در حال رشد است .

\*مسئله ی دوم در تحقیر جسم کودکان اسباب بازی ها هستند . مخصوصاً برای دختر ها . بعضی از اسباب بازی ها جسم کودک را تحقیر می کنند . باربی از این دست اسباب بازی هستند . اسباب بازی بار فرهنگی دارد و هر کالایی را به عنوان اسباب بازی به حریم خانه تان راه ندهید . مادر زمینه ی اسباب بازی تهاجم فرهنگی داریم . وقتی عروسک های خوش اندام و بلوند و چشم آبی را دست دخترهای مو مشکی و سبزه و نُپلی خودمان می دهیم یعنی داریم او را تحقیر می کنیم . آنها توسط این عروسک ها درک و تصویر نا زیبایی از جسم خود می سازند و در حسرت آن اندام و پوست و مو تا آخر عمر روزهای تلخی را می گذرانند .

از خط تعادل اگر به سمت بالا منحرف شویم ، به تکبر و خود شیفتگی می رسیم . ما گفتیم که باید دست و حتی پای کودک را ببوسید و او را تمجید و تأیید کنید ؛ این کارها اگر از خط تعادل خارج شوند و جنبه ی قضاوت بگیرند ، باعث خود شیفتگی می شوند . بوسیدن دست جزو سنت ما است . دست بزرگان را به دلیل حرمت به آن ها می بوسیم ؛ دست کودکان را هم باید بوسید چون کودکان خیلی بزرگ هستند .

یکی از مهمترین مسائلی که باعث ایجاد خودشیفتگی می شود زیبایی است ، زیبایی یک نعمت الهی است و به نظر من همه بچه ها زیبا هستند . زیبایی یک خصوصیت است ؛ ارزش نیست ؛ (به نشست دوم با موضوع رشد مراجعه کنید) ، زیبایی ارثی است . وقتی ما خصوصیت ها را ارزش گذاری می کنیم ، مانع رشد می شویم . یک نوع ارزش گذاری می کنیم و باعث تحقیر می شویم ، مثل : سوسک سیاه ؛ یا یک نوع ارزش گذاری می کنیم و باعث خودشیفتگی می شویم .

اندام ها را برچسب نزنید ، رفتار ها را توصیف کنید . مثل : قریب نگاه کردنم برم به جای قریب چشمی مشکیت و

...

متأسفانه خودشیفتگی یک بیماری در جامعه ما است و بچه های ما به سرعت در این مسیر طی می کنند ، درست مثل تیزهوشی . زمانی انسان باید متوجه شود زیبا است که قدرت صحیح استفاده از این زیبایی را داشته باشد . و همینطور در مورد تیزهوشی . در کشورهای اروپایی کودکان تیزهوش را فقط معلم و مسئولین مدرسه می شناسند حتی به والدینش هم نمی گویند تا رفتار طبیعی این کودک از او گرفته نشود و ارتباطش با همسالانش دچار اختلال نشود . میانگین نمره های آن ها را از میانگین کلاس پایین تر می گیرند تا مغرور و خودشیفته نشوند ؛ وقتی وارد دانشگاه شدند به آنها گفته خواهد شد که از هوش بالایی برخوردارند چون به مرحله ای رسیده اند که دیگر توانایی و قدرت استفاده از این خصوصیت را دارند .

اما متأسفانه ما در ایران بچه های ۶ و ۸ ساله را که حتی تیزهوش نیستند ف بایک سری ضوابط اشتباه برچسب تیزهوش می زنیم و به همه ی جنبه های زندگی این کودک آسیب می رسانیم .

زمانی کودک باید متوجه زیبایی یا تیزهوشی خودش بشود که قدرت صحیح استفاده از آن ها را داشته باشد . نه اینکه دچار خود شیفتگی شود و دیگر نتواند رشد کند . زیبایی های کودک نباید جلوه گر شود ، حتی باید پوشیده شود نه اینکه نمایش داده شود . همه بچه ها زیبا هستند . بچه ها باید ساده بپوشند ، اگر موهای زیبایی دارند ساده ببندند و اگر پوست زیبایی دارند لباس پوشیده بپوشند . خط تعادل را حفظ کنیم .

آسیب هائی که خود شیفتگی به دنبال دارد :

۱- تأثیر منفی در ارتباط - انسان نیازمند ارتباط است . تمام ابعاد رشد انسان در هوش متعادل ، رابطه مستقیم با ارتباط دارد . مثل بعد اجتماعی ، عزت نفس و اعتماد به نفس ، همه برای ایجاد ارتباط انسان با دیگران نیاز است . بُعد عاطفی برای ارتباط عاطفی ، بُعد عقلانی برای ارتباط عقلانی و غیره .

حال اگر پسر یا دختری در عرصه ارتباطات فقط به جسمش متکی باشد و تنها منبعی که برای ایجاد ارتباط داشته باشد ، جسمش باشد چه چیزی در انتظار او خواهد بود ؟ یک بخش مهم ریشه اعتیاد ، فساد اخلاقی و انحرافات اجتماعی در تحقیر جسم و یا خود شیفتگی در دوران کودکی است . متأسفانه والدین گاهی همزمان هم تحقیر می کنند و هم خود شیفتگی ایجاد می کنند .

زیبائی جسمی خیلی خوب است و یک ارتباط جسمی و جنسی را غنی می کند ولی این ارتباط فقط مخصوص همسران است . خصوصیات جسمی نباید در هر ارتباطی عرضه شود . یکی از مرز بندی های ما با دنیای غرب در این است که در غرب جسم اهمیت پیدا کرده و ارزش شده است و یک نوع زیبایی های خاص تبلیغ می شود چون دنیای مصرف است . امروزه خود غرب هم به این مطلب رسیده است که خود شیفتگی های جسمی چه آسیبی به انسان می زند .

۲- تنهایی - انسان های خود شیفته به شدت تنها هستند چون به هیچ کس اعتماد نمی کنند . به خصوص در مورد دختر ها اول خصوصیات جسمی شان را بارز می کنیم بعد از طرف دیگر آن ها را از مردها و اجتماع می ترسانیم . تفکر من از همه بالاتر و من برترم عین تنهایی است .

۳- نگرانی - درست مثل هر داشته دیگری که همیشه نگرانیم که از دستشان ندهیم افراد خود شیفته هم همیشه نگرانند که نکند روزی این زیبایی یا برتری را از دست بدهند .

۴- احساس پوچی و تهی بودن معنوی و عاطفی .

چه کار باید کرد ؟

الف ) کمرنگ کردن زیبایی های ظاهری - چرا به تعداد زیاد عکس بچه ها را به در و دیوار خانه می زنیم ؟ وقتی عکس بچه ها را به دیوار پذیرائی خانه می زنیم آنها را رسانه ای می کنیم . انسان توجه را دوست دارد . کودک هم توجه را دوست دارد . محبوبیت تلویزیون هم در همین است ، رسانه ای شدن ، جلب توجه ، مورد دیدن واقع شدن . ما وقتی عکس کودک را به دیوار می زنیم او را رسانه ای می کنیم ؛ به خصوص عکس های آتلیه ای ، این کار خود شیفتگی ایجاد می کند . عکس بچه ها خوب است ولی روی دیوار اتاق خودش . مخصوصاً اگر عکس سن های مختلف او باشد تا مراحل رشد خودش را ببیند .

ب ) توجه به کارکرد جسم نه خصوصیات جسمی -

ج ) تقویت ارزش های معنوی و مهارت های زندگی - انسان نیاز به جلب توجه دارد اما باید توجه مثبت باشد . بچه ها باید از درون خودشان را تأیید کنند . برای پرورش متعادل و خوب کودک باید بین ابعاد مادی و معنوی آنان هماهنگی ایجاد کرد ؛ به همان نسبت که به تغذیه و لباس پوشیدن و نظافت و ... اهمیت می دهیم به احترام به جسم کودک هم باید اهمیت دهیم و توجه کنیم . وقتی جسمی محترم بود به دنبال شناخت خودش می رود .

یکی از دلایلی که به جسم احترام می گذاریم ، عظمت خلقت آن است . چقدر جوان های ما راجع به خصوصیات جسمی و عظمت درونی جسم و کارکردش می دانند ؟ پس اولین مسئله رعایت خط تعادل ، نه تحقیر جسم و نه تکبر و ایجاد خود شیفتگی ؛ بلکه رعایت احترام به جسم مهم است . احترام به جسم در کودک یعنی کودک از جسم خودش درک زیبا و خوشایندی از طریق والدین کسب کرده باشد و خودش را باور داشته باشد ، با دیگران مقایسه نکند و باور

داشته باشد که منحصر به فرد است ؛ من منحصر به فرد هستم نه اینکه بالاتر هستم . من يك قطعه از پازل هستي هستم اگر نباشم اين پازل كامل نيست و قشنگ نيست . حضور من در پازل هستي باعث زيبائي و عظمت هستي است . اين « من » ظرف جسم است ، محتوايش روح است . پس جسم احترام دارد .

يكي از مسائلي كه به دليل احترام به جسم رعايتش لازم است و بايد باشد اما به دليل کاربرد نا صحيح آن خيلي حرمت جسم بچه ها آسيب مي بيند ، مسئله « نظافت » است . نظافت يكي از دغدغه هاي والدين است و براي اين كه بچه تميز داشته باشند ، به رشد او آسيب مي زنند . نظافت مانند نظم ، اگر از خط تعادل خارج شود باز دارنده مي شود .

نظافت يعني چه ؟

در فرهنگ لغات نظافت تميزي معني نمي دهد . ما نظافت و نظيف داريم و در مقابل كثافت و كثيف داريم . در صورتی که تمیز یعنی جدا کردن . نظیف در مقابل کثیف و نظافت در مقابل کثافت است .

كثافت چيست ؟

در دنياي مادي و طبق نظام آفرينش و قانون هستي ، هر پديده ي مادي عمرش كه تمام مي شود ، به مواد تشكيل دهنده خودش تجزيه مي شود . در اين تجزيه موادي آزاد و توليد مي شود كه براي سلامتي انسان مضر است و به جسم انسان آسيب مي زند . انسان بايد آن را از محيط زندگي اش دور كند . هر چيزي كه حاصل اين تجزيه است و براي انسان مضر است اسمش كثافت است و بايد پاك شود .

براي پاك كردن كثافات هم آدابي داريم كه بايد ياد بگيريم . مثل دستورات ديني و دستورات بهداشتي . اما اشكال كجاست ؟ و از كجا مشكل شروع مي شود ؟ مشكل از جائي شروع مي شود كه ما پديده اي به اين راحتی كه عيني است را تبديل مي كنيم به پديده ذهني و ذهن هم آن را بزرگ مي كند . بعد تبديل مي شود به وسواس . آن چيزي كه بچه هارا اذيت مي كند همين وسواس است و گر نه خود نظافت يك مهارت است . بچه ها ياد مي گيرند كثيف شدند خود را تميز كنند و عبور مي كنند . ما مرتب تا اخر عمرمان كثيف مي شويم ، مهارت داريم ، حمام مي رويم و خودمان را مي شوئيم .

كودك با غذا دست ورزي مي كند يا غذا مي خورد و روي لباسش مي ريزد يعني دست و لباس كودك مثلاً ماستي مي شود و دست و لباس كودك به ماست آلوده شد . پس چرا اسم اين كارها را كثافت مي گذاريم . وقتي ما اين كارها را كثافت كاري مي دانيم ، مانع رشد بچه هايمان مي شويم . بچه ها در دست ورزي به رشد مغزي و رشد شبكه عصبی می رسند . نظافت می تواند مانع رشد شود . بچه ها باید بتوانند تجربه کنند . تجربه نیاز رشد است . در تجربه آلودگی به وجود می آید .

بازي محيط امن نياز دارد . محيطي كه انگيزه و عمل در تعارض قرار نگیرد . كودك هر كاري دلش خواست بکند بدون اینکه سرزنش شود و بترسد . حتي اگر از فرق سر تا نوک پایش را بخواهد به هر ماده ي بي خطري آلوده کند ، اين امکان را داشته باشد . هر چقدر اين امکانات براي تجربه کردن كودك بيشتري و صحيح تري و غني تري در اختيار او قرار بگيرد ، پايه هاي رشد كودك قوي تري گذاشته مي شود ؛ چون بخش اعظم شكل گيري شبكه ي عصبی با تجربه ي دست ورزي صورت مي گيرد .

در مقابل آلودگي ، پالودگي داريم . آلايش و پالايش . پالايش يعني تميز كردن . خود كودك مي تواند و بايد مهارت پيدا كند كه خودش را تميز كند . آلودگي ها اجباري هستند وگر نه حمام ساختن ديگر معني نداشت . ما عرق مي كنيم ، تن مان چرك مي شود ، حمام مي رويم پالوده مي شويم ، تميز مي شويم و آلودگي از ما جدا مي شود . اين مسئله را كودك بايد ياد بگيرد .

بدون امر ونهي بايد براي كودك الگو باشيم . دست ورزي حتي براي بزرگتر ها هم لازم است . دست ورزي نياز انسان است . كودك براي رشد احتياج به تجربه عيني در محيط دارد و لازمه آن آلوده شدن است . به كودكان عبور كردن از مسائل را ياد بدهيم نه كثيف نشدن و آلوده نشدن را . ما حق نداريم به خاطر آلوده نشدن بچه ها ، آن ها را از

تجربه و دست ورزي محروم كنيم و بخواهيم همه چيز را خودمان به او ديكنه كنيم . « بچه ها بايد خودشان تجربه كنند . »

نظافت را تبديل به يك هيجان مشترك كنيد . بازي زبان بچه ها است . همراه كودكتان تجربه كنيد و بعد با هم تميز كاري و شستشو كنيد . نظافت را تبديل به بهداشت كنيم و ذهنيت نظافت را به ذهنيت بهداشت تبديل كنيم . بهداشت يعني دور كردن مواد فاسد از محيط زندگي . تفكر بهداشت يعني هر جا كه آشغالي ديديم برداريم و در سطل بيندازيم . آلودگي هاي محيط زيست را مي بينيم ولي هيچ كاري نمي كنيم ؛ چون تفكر نظافت داريم نه تفكر بهداشت و آن هم فقط براي خودمان و خانه و خانواده ي خودمان .

تا زماني كه ما به عنوان الگو براي فرزندانمان نباشيم ، بحث نظافت براي آن ها جا نخواهد افتاد . داخل خانه مقررات بگذاريد ، مكان خاصي و شرايط خاصي را براي تجربه و دست ورزي بچه ها فراهم كنيد . مثل : حمام ، سفره يا ملحفه يا روزنامه پهن كردن و .....

رشد ، اصل است . همه چيز بايد حول محور رشد كودك شكل بگيرد . احترام ارزش است . نظافت مهم است . مواظب باشيد اصل را فدائي اهميت نكنيد . به خاطر نظافت ، احترام را از بين نبريد و به خاطر نظافت و احترام ، به رشد آسيب نزنيد . 