



«هلن کلر» نابغه نابینا

کند. این خانواده از الکساندر گراهام بل، دانشمند و مخترع مشهوری که به خاطر اختراع اولین تلفن شهرت داشت، مشاوره خواستند و او به آنها توصیه کرد که به مؤسسه نابینایان پرکینز در بوستون مراجعه کنند.

خانواده هلن، در آن مؤسسه با خانم معلم سالیوان آشنا شدند. او با استفاده از تکنیک‌های «آموزش لمسی» معجزه کرد و راهنمایی ماهرانه او باعث آرامش کلر به ظاهر غیرقابل کنترل شد.

کلر آموزش دید و درس خواند و بزرگ شد و نویسنده شد. در سال ۱۹۰۲، کتاب او به نام «داستان زندگی من» منتشر شد. بعد به کالج رفت و اولین زن نابینا و ناشنوایی شد که از کالج فارغ التحصیل شد. مردم از روحیه پرتین او الهام گرفتند تا خدمات عمومی معلولان را پیشرفت بدهند و گسترده بکنند. هلن کلر در سال ۱۹۵۵ برنده اسکار برای ساخت مستندی از زندگی خود شد.

هلن کلر نماد افرادی است که در زندگی و جامعه خود بر سختی‌ها غلبه کرده‌اند و به چیزی در زندگی دست یافته‌اند که بسیار قابل احترام است.



یکی از روزهای جهانی مهم، روز «هلن کلر» است که خیلی درباره آن صحبت نمی‌شود و اتفاقاً همین امروز است. مهم است چون تاب‌آوری را جشن می‌گیرد، آگاهی در مورد معلولیت‌ها را افزایش می‌دهد، به دیگران الهام می‌بخشد، از آموزش حمایت می‌کند، حقوق بشر و عدالت اجتماعی را ترویج می‌کند، دستاوردهای چشمگیر هلن کلر را گرامی می‌دارد و بر ساختن جامعه‌ای که همه در آن از امکانات اجتماعی برخوردارند تأکید می‌کند.

هلن کلر، دخترک نابینا و ناشنوایی بود که توانست به کمک معلمش خانم آن سالیوان بر نابینایی و ناشنوایی خود غلبه کند. خانم معلمش هم زمانی که فقط پنج سال داشت، از تراخم رنج می‌برد و بینایی‌اش آسیب دیده بود. او مجبور شد الفبای دستی را یاد بگیرد و به همین دلیل خودش با مشکلاتی روبرو شد. او را معجزه گر نامیدند زیرا به دانش آموزش کمک کرد تا خواندن و نوشتن را بیاموزد در حالی که هیچ کس فکر نمی‌کرد او یاد بگیرد. هلن کلر در ۲۷ ژوئن ۱۸۸۰ در آلاباما (امریکا) به دنیا آمد، اما در نوزده ماهگی، به دلیل ابتلا به مننژیت، دیگر نتوانست ببیند، بشنود یا صحبت

روز جهانی «من آن را فراموش کردم»

انتخاب کرد و یک چالش شخصی را به فرصتی برای همه تبدیل کرد تا به آن بختند و چیزهایی را که فراموش کرده‌اند جبران کنند و یک قدم به جلو بردارند.

این روز بر اهمیت بخشش، هم از سوی خود و هم از سوی دیگران، پرورش فرهنگ تفاهم و مهربانی نسبت به نقص‌های طبیعی ما تأکید می‌کند. جشن گرفتن روز «من... را فراموش کردم» می‌تواند ترکیبی لذت بخش از سرگرمی و کارهای



مختلف باشد؛ مثلاً:

* یک جشن برای فراموشکارها برگزار کنید که در آن مهمان‌ها برای رویدادهای فراموش شده گذشته عذرخواهی کنند و بعدش با شادی و جشن، جبران کنند.

* یک شیشه «فراموش نکن» بسازید. همه دور هم جمع شوید و چیزهای خنده‌دار یا جدی را که فراموش کرده‌اید روی کاغذ بنویسید و در شیشه بیندازید. سپس، همه به نوبت آنها را بخوانید و یک شب پر از بازی و خنده و حتی دلتنگی بسازید.

* این روز را با تنظیم یادآورهای سرگرم کننده یا ساخت وسایل کمکی خلاقانه حافظه مانند یادداشت‌های چسبناک رنگارنگ در اطراف اتاق خود یا در حیاط و فضاهای مختلف خانه مثل درها و پنجره‌ها و دیوارها به پایان برسانید.

* اشتباه خود را بپذیرید و برای جبران فراموش کاری‌ها یک نقاشی خوب بکشید یا گل بخرید و هدیه بدهید.

* یک یادداشت عذرخواهی زیبا برای عزیزانتان بنویسید و به آنها بگویید چقدر متأسفید که تولد آن‌ها یا قولی که داده بودید را فراموش کرده‌اید.

اگر شما فردی فراموشکار هستید که وسایلتان را در مدرسه یا پارک جا می‌گذارید، بعضی چیزها را گم می‌کنید یا تولد یکی از دوستان یا عزیزانتان را فراموش می‌کنید، روز جهانی «من... را فراموش کردم» برای شماست.

خیلی روز جالبی است؛ چون این روز برای بخشیدن لغزش‌های گاه و بیگاه و فرصتی عالی برای جبران است؛ خواه قرارهای از دست رفته باشد یا تاریخ‌های خاص نادیده گرفته شده؛ این روز همه را

تشویق می‌کند که تماس بگیرند، عذرخواهی کنند و آن لحظات فراموش کننده را جبران کنند.

این جشن به این دلیل وجود دارد که فراموشی یک ویژگی مشترک انسان‌هاست، به ویژه در دنیای شلوغ و پر سرعت و در هم و برهم امروز. این روز، بخشش و تفاهم را ترویج می‌کند و تأکید می‌کند که اشکالی ندارد که اشتباهات خود را بپذیریم.

روز «من... را فراموش کردم» به ما کمک می‌کند تا یاد بگیریم که تاریخ‌ها و قرارها و کارهای مهم را یادداشت کنیم و یک جورهایی به حافظه خودمان کمک برسائیم.

این روز توسط یک پدر که تاریخ‌های شخصی مهم مانند تولد دخترش و سالگرد ازدواجش را بارها فراموش کرده بود، نامگذاری شد.

اسم این پدر فراموشکار، آقای اندرسون بود که تصمیم گرفت به جای اینکه از فراموشی خود ناراحت شود، با ایجاد روزی که در آن فراموشی بخشیده و حتی جشن گرفته می‌شود، آن را در آغوش بگیرد.

او ۲ جولای را به عنوان روز بزرگداشت سالانه این نادیده گرفتن‌ها