مقالهٔ سیاسی و اجتماعی · نسخهٔ تکمیل‌شده

# شهروند

از تجربهٔ جنبش شهروندیسم ایران
تا مسئولیت ملی، احترام متقابل
و امداد داوطلبانه




**دکتر پیمان بخشایش**

MD, PhD, MBA


۲ آذر ۱۴۰۵ · ۲۳ نوامبر ۲۰۲۶

# شهروند

حقوق شهروندی وقتی معنا پیدا می‌کند که با حق انتخاب، احترام متقابل و مسئولیت عملی در برابر رنج هم‌وطنان همراه باشد.

**نویسنده:** دکتر پیمان بخشایش · MD, PhD, MBA
**ویرایش تکمیلی:** ۲۳ نوامبر ۲۰۲۶
**مبنای بازنگری:** متن نخست مقاله، برنامه‌های جنبش در بایگانی نویسنده، آثار پیشین و منابع مستند روز.

## در این مقاله

۱. از جنبش مهسا تا جنبش شیر و خورشید ..... ۳
۲. شهروند از آستانهٔ خانه آغاز می‌شود ..... ۴
۳. جنگ، بحران اقتصادی و مسئولیت شهروند در لحظهٔ گذار ..... ۴
۴. احترام؛ نخستین تمرین آزادی ..... ۵
۵. مبارزه به مشارکت پیوسته نیاز دارد ..... ۶
۶. پیشنهاد یک شبکهٔ داوطلبانه برای امداد و پشتیبانی ..... ۶
۷. از نجات اولیه تا بازگشت به زندگی ..... ۷
۸. یاد جان‌باختگان، حق خانواده‌ها و کرامت مجروحان ..... ۷
۹. اعتماد با حساب روشن ساخته می‌شود ..... ۸
۱۰. ایرانیان خارج از کشور؛ مسئولیت متناسب با امکان ..... ۸
۱۱. شهروند در فردای گذار ..... ۹
۱۲. دوباره به همان کوچه برگردیم ..... ۹
منابع و یادداشت‌های مستند ..... ۱۰

نشان روی جلد از فایل اصلی جنبش مدنی پادشاهی‌خواهان ایران در بایگانی نویسنده برگرفته شده است. تصویر جلد، تصویرسازی مفهومیِ همبستگی و امداد است و واقعه یا اشخاص معینی را بازنمایی نمی‌کند. ساختار شبکهٔ داوطلبان در متن، پیشنهاد نویسنده است.

در روزهای جنبش مهسا، وقتی «جنبش شهروندیسم ایران» را پایه گذاشتم، پرسشم این بود که ایرانی در کشوری که می‌خواهیم بسازیم چه‌کاره است؟ امروز که از رهبری شاهزاده رضا پهلوی در دوران گذار و از پادشاهی مشروطهٔ پارلمانی دفاع می‌کنم، باز به همان پرسش می‌رسم. پاسخ من را می‌شود پای صندوق رأی پیدا کرد، در انجمن محله، در بیمارستان و در خانهٔ خانواده‌ای که عزیزی را از دست داده است. شهروندی زمانی جان می‌گیرد که حق تصمیم‌گرفتن دربارهٔ کشور با مسئولیت در برابر انسان‌هایی که در آن زندگی می‌کنند همراه شود.

ایران برای من مجموعه‌ای از انسان‌هاست که گذشته و آینده‌ای مشترک دارند. وقتی از پس‌گرفتن ایران سخن می‌گوییم، باید بتوانیم توضیح بدهیم آن انسان در فردای آزادی چگونه زندگی خواهد کرد. آیا می‌تواند حکومت را نقد کند؟ آیا از درمان و آموزش برخوردار است؟ آیا شکست اقتصادی یا آسیب جسمی او را برای همیشه از زندگی کنار می‌زند؟ و آیا در سخت‌ترین روزها کسی هست که به کمکش بیاید؟ پاسخ به این پرسش‌ها را باید از همین امروز در رفتار خود تمرین کنیم.

## ۱. از جنبش مهسا تا جنبش شیر و خورشید

وقتی کار را آغاز کردیم، افرادی به ما پیوستند و در جلساتمان دربارهٔ ایران پس از جمهوری اسلامی گفت‌وگو کردیم. انتخاب واژهٔ «شهروندیسم» برای من عمدی بود. می‌خواستم وقتی از ایران حرف می‌زنیم، ایرانی هم در جمله حاضر باشد. در برنامهٔ نخست جنبش، حق مشارکت سیاسی، انتخابات آزاد، آزادی‌های مدنی، حق تشکل و دسترسی به درمان و آموزش کنار یکدیگر قرار داشتند. کسی که می‌خواهد دولت را عوض کند و کارگری که می‌خواهد دربارهٔ دستمزدش مذاکره کند، هر دو باید صاحب حق شناخته شوند. [۱]

با گذشت زمان، در میان ایرانیانی که می‌دیدم و با آنان گفت‌وگو می‌کردم، جهت بحث تغییر کرد. امید به اصلاح درون ساختار جمهوری اسلامی، یا آنچه من استمرارطلبی می‌نامم، جای خود را به خواست گسستی ملی داد. برای بسیاری از این هم‌صحبتان، شاهزاده رضا پهلوی می‌توانست نیروهای پراکنده را در دوران گذار گرد هم بیاورد. من هم به همین نتیجه رسیدم. چهار اصلِ تمامیت ارضی ایران، جدایی دین از حکومت، آزادی فردی و برابری در برابر قانون، و حق مردم در انتخاب نظام آینده، با آنچه از آغاز برای شهروند می‌خواستم سازگار بود.

این تحول در برنامهٔ فارسی و پیش‌نویس انگلیسی «جنبش مدنی پادشاهی‌خواهان ایران» نیز دیده می‌شود. پادشاهی مشروطهٔ پارلمانی در آن‌ها انتخاب سیاسی جنبش است، درحالی‌که مشروعیت نهایی از رأی آزاد مردم می‌آید. دولت باید پاسخ‌گوی مجلس باشد و هیچ نهاد سیاسی، دینی یا نظامی بالاتر از قانون قرار نگیرد. سند همچنین مشارکت داوطلبانه، آمادگی مدنی، خدمت عمومی و بازسازی کشور را بخشی از مسئولیت شهروند معرفی می‌کند. [۲]

برنامهٔ نخست، بحث دفاع شهروندی را نیز مطرح کرده بود؛ در برنامهٔ بازنگری‌شده، ارتش حرفه‌ای زیر نظارت غیرنظامی در کنار آمادگی مدنی و خدمت عمومی قرار می‌گیرد. [۱] [۲] پیشنهاد امدادیِ امروز من ادامهٔ همین مسئولیت عمومی است: سازمان‌یافتن برای مراقبت از مردم، با مأموریتی روشن و مستقل از کار نظامی. مرور این اسناد به معنای یکسان‌دانستن تمام پیشنهادهای دو دوره نیست؛ مسیر فکر و تجربهٔ ما نیز با تحولات ایران پیش رفته است.

برای من، ادامهٔ این اندیشه در میدان وسیع‌تر جنبش شیر و خورشید معنا پیدا کرد. ارزش یک تشکیلات به بزرگی نام و نشانش وابسته نیست؛ به کاری وابسته است که برای آزادی و توانمندشدن مردم انجام می‌دهد. نشان جنبش، خاطرهٔ این مسیر را نگه می‌دارد؛ محتوای آن باید در زندگی مردم ادامه پیدا کند. امروز این محتوا را در سازمان‌دهی مشارکت، دفاع از حق انتخاب و پشتیبانی از آسیب‌دیدگان جست‌وجو می‌کنم.

## ۲. شهروند از آستانهٔ خانه آغاز می‌شود

برای من، شهر از آن سوی درِ خانه آغاز می‌شود. فرض کنید قرار است پیاده‌روی محله بازسازی شود. صاحب مغازه نگران بسته‌شدن راه کسب‌وکارش است؛ مادری می‌گوید کالسکه از جدول بلند عبور نمی‌کند؛ مردی که با صندلی چرخدار رفت‌وآمد دارد، روی نقشه نشان می‌دهد کجا ناچار است وارد خیابان شود. هرکدام چیزی می‌دانند که ممکن است در نقشهٔ اولیه دیده نشده باشد. وقتی نظر آنان در تصمیم اثر می‌گذارد، شهروندی به تجربه‌ای واقعی تبدیل می‌شود.

همین منطق دربارهٔ کشور صدق می‌کند. زن، کارگر، آموزگار، پزشک، کشاورز، دانشجو، بازنشسته و صاحب کسب‌وکار باید بتوانند تجربهٔ خود را وارد تصمیم عمومی کنند. قومیت، زبان، باور دینی، جنسیت یا محل زندگی نباید سهم کسی را از ایران کمتر کند. جامعه با شنیدن این تجربه‌ها دقیق‌تر تصمیم می‌گیرد و شهروند درمی‌یابد که حضورش نتیجه دارد.

حق، زمانی قابل استفاده است که راهی برای اعمال آن وجود داشته باشد. مردم باید بدانند مسئول یک تصمیم چه کسی است، بودجه از کجا آمده و چگونه می‌توان به آن اعتراض کرد. در همان مثال پیاده‌رو، روشن‌بودن قرارداد، دسترسی افراد دارای معلولیت، حفاظت از درختان و پاسخ‌دادن به شکایت‌ها، اجزای یک تصمیم‌اند. چنین نگاهی میان مدیریت خوب و احترام به شهروند پیوند برقرار می‌کند.

از همین‌جا می‌توان فهمید چرا فقر، آسیب جسمی و انزوای اجتماعی برای یک جنبش ملی موضوعاتی مرکزی‌اند. شهروندی که تمام توانش صرف تهیهٔ دارو یا حفظ سرپناه می‌شود، برای مشارکت عمومی به پشتیبانی نیاز دارد. کمک به او، توان جامعه برای تصمیم‌گرفتن دربارهٔ آیندهٔ خود را بیشتر می‌کند.

## ۳. جنگ، بحران اقتصادی و مسئولیت شهروند در لحظهٔ گذار

ایران امروز در موقعیتی قرار گرفته که اندیشهٔ شهروندی را به پرسشی فوری تبدیل می‌کند. جنگ آمریکا و اسرائیل با جمهوری اسلامی، فشار بر ساختار قدرت و ادامهٔ سرکوب داخلی، هم‌زمان بر زندگی مردم اثر گذاشته‌اند. گزارش ۱۴ سپتامبر ۲۰۲۶ گزارشگر ویژهٔ سازمان ملل، با پوشش زمانی فوریه تا پایان اوت، آغاز عملیات نظامی آمریکا و اسرائیل را در ۲۸ فوریه، توقف‌هایی در آوریل و ژوئن، ازسرگیری در ژوئیه و حملهٔ آمریکا به جزیرهٔ لارک در ۳۰ اوت ثبت می‌کند. همان گزارش به تداوم پیامدهای سرکوب اعتراضات زمستان ۱۴۰۴ و دشواری دستیابی به آمار کامل قربانیان می‌پردازد. [۸]

برای من، این تحولات ضرورت عبور از جمهوری اسلامی و آمادگی برای آینده را جدی‌تر کرده است. فشار خارجی می‌تواند موازنهٔ قدرت را تغییر دهد، اما تبدیل این تغییر به آزادی پایدار، به حضور و سازمان‌یافتگی ایرانیان وابسته است. نیروی خارجی نمی‌تواند به جای شهروند ایرانی دربارهٔ قانون اساسی، شکل حکومت و مسئولیت صاحبان قدرت تصمیم بگیرد. هر فرصت سیاسی زمانی به سود ایران تمام می‌شود که مردم توان استفاده از آن و مراقبت از کشور خود را داشته باشند.

در سخنرانی دریافت جایزهٔ آزادی که متن آن در ۱۶ نوامبر ۲۰۲۶ منتشر شد، شاهزاده رضا پهلوی نیز میان فشار خارجی بر حکومت و حق انحصاری مردم ایران برای تعیین آینده تمایز گذاشت. او چهار اصلِ تمامیت ارضی، آزادی فردی و برابری قانونی، سکولاردموکراسی و حق انتخاب نظام آینده را مبنای همکاریِ معرفی کرد و دست همکاری به سوی گرایش‌های مختلف سیاسی گشود. [۹] من همین پیوند را ضروری می‌دانم: بهره‌گرفتن از ظرفیت بین‌المللی برای رهایی مردم، همراه با حفظ استقلال تصمیم ملی و حفاظت از جان شهروندان و زیرساخت زندگی آنان.

فشار اقتصادی نیز بخشی از همین وضعیت است. بانک جهانی در گزارش «چشم‌انداز کلان فقر» اکتبر ۲۰۲۶، برای سال مالی ۲۰۲۶/۲۷ ایران کاهش ۷٫۷ درصدی تولید ناخالص داخلی واقعی و تورم مصرف‌کنندهٔ ۷۴٫۲ درصدی را پیش‌بینی کرده است. این ارقام پیش‌بینی‌اند و با تغییر مسیر جنگ، تجارت و سیاست اقتصادی ممکن است تغییر کنند. [۱۰] پشت آن‌ها خانواده‌ای قرار دارد که داروی لازم را نمی‌خرد، کارگری که مزدش از هزینهٔ زندگی عقب می‌ماند و جوانی که برنامهٔ آینده‌اش را پی‌درپی عقب می‌اندازد. برای چنین شهروندی، آزادی و امکان زندگی شرافتمندانه به هم پیوسته‌اند.

در این شرایط، اپوزیسیونِ خواهان عبور از جمهوری اسلامی باید توان همکاری خود را نشان دهد. از نگاه من، گذار زمانی جدی می‌شود که در کنار اعلام موضع، دربارهٔ تداوم درمان، آموزش، آب، برق، امنیت عمومی و معاش مردم نیز مسئولیت پذیرفته شود. توافق بر هدف مشترک باید به تقسیم کار برسد. چه کسی نیازهای درمانی را پیگیری می‌کند؟ چه کسی صدای خانواده‌های داغدار می‌شود؟ چه کسی برای فردای تغییر برنامه‌ای قابل اجرا آماده می‌کند؟

در پیام رسمی ۱۷ نوامبر ۲۰۲۶، پس از گفت‌وگوی مشترک با اسحاق هرتزوگ به میزبانی دانشگاه بن‌گوریون، شاهزاده رضا پهلوی بر اینترنت امن و آزاد، حمایت عملی بین‌المللی و هماهنگی تأکید کرد. [۱۱] برداشت من این است که ایرانیان خارج از کشور باید این ظرفیت را به کارهای مشخص پیوند دهند: رساندن صدای مردم، ارتباط حرفه‌ای، حمایت از آسیب‌دیدگان و آماده‌سازی همکاری برای بازسازی. انتظارکشیدن، ظرفیت ملی نمی‌سازد؛ مسئولیت‌پذیری و کار پیوسته آن را می‌سازد.

## ۴. احترام؛ نخستین تمرین آزادی

احترام میان شهروندان از لحظه‌ای آغاز می‌شود که دیگری را صاحب همان حقی بدانیم که برای خود می‌خواهیم. ممکن است دربارهٔ پادشاهی یا جمهوری، اقتصاد، سیاست خارجی و برداشت از تاریخ اختلاف داشته باشیم. این اختلاف، مجوز تحقیر انسان، تهدید خانواده‌اش یا محروم‌کردن او از بیان نظرش نیست. اگر می‌خواهیم در ایران آینده قانون داور اختلاف‌ها باشد، باید از امروز گفت‌وگو و پاسخ‌گویی را جدی بگیریم.

من پادشاهی‌خواه مشروطه هستم و انتخاب خود را پنهان نمی‌کنم. از طرف مقابل هم انتظار ندارم برای همکاری در نجات یک مجروح، عقیدهٔ سیاسی مرا بپذیرد. کافی است بپذیریم آن انسان حق درمان دارد و باید برای رسیدن او به درمان کاری انجام دهیم. همکاری بر سر یک مسئولیت مشخص، امکان شناخت متقابل را به وجود می‌آورد. اعتماد از قولی آغاز می‌شود که به آن عمل کرده‌ایم.

در مقالهٔ «احترام» نیز بر همین رابطه میان حق مخالفت و مسئولیت انسانی تأکید کرده‌ام: کسی که برای درمان یا توان‌بخشی یاری می‌خواهد، پیش از هر هویت سیاسی یک انسانِ صاحب حق است. [۱۲]

احترام در زبان هم دیده می‌شود. می‌توان سیاستی را با صراحت نقد کرد و برای نادرستی آن دلیل آورد. وقتی بحث به ناسزا، اتهام بی‌مدرک و مسابقهٔ تحقیر تبدیل می‌شود، وقت و نیرویی که باید صرف کار ملی شود از میان می‌رود. مسئولیت کسی که تریبون بزرگ‌تری دارد نیز بیشتر است؛ جملهٔ او می‌تواند راه همکاری را باز کند یا انسانی را از حضور در جمع بترساند.

احترام به زنان، به سالمندان، به افراد دارای معلولیت و به محیط زندگی نیز باید در همین رفتار روزانه آشکار باشد. زنی که در جلسه سخن می‌گوید باید فرصت تمام‌کردن جمله‌اش را داشته باشد؛ فردی که آسیب دیده باید بتواند بدون نمایش عمومی رنج خود درخواست کمک کند. ما با همین انتخاب‌های کوچک نشان می‌دهیم چه فرهنگی را برای ایران آینده می‌خواهیم.

## ۵. مبارزه به مشارکت پیوسته نیاز دارد

مبارزهٔ شهروندی، کارهای بسیاری دارد. برخی توان حضور در فعالیت مدنی دارند؛ برخی می‌توانند بنویسند، ترجمه کنند، به خانواده‌ای یاری برسانند، مهارتی آموزش دهند یا در یک انجمن مسئولیت بپذیرند. ارزش این کارها را باید با نتیجه‌شان سنجید. یک ساعت کار منظم و قابل اتکا می‌تواند از وعده‌ای بزرگ که هرگز اجرا نمی‌شود مفیدتر باشد.

اپوزیسیونِ خواهان عبور از جمهوری اسلامی باید بتواند میان خواست سیاسی و توان ادارهٔ امور پیوند برقرار کند. هماهنگی به این معناست که بدانیم چه مسئله‌ای را دنبال می‌کنیم، مسئول هر کار کیست و چه زمانی نتیجه را بررسی خواهیم کرد. در نوشتهٔ «دفاع عمل‌گرایانه از شاهزاده رضا پهلوی در دل جنبش شیر و خورشید» نیز بر رابطهٔ حمایت سیاسی، ائتلاف ملی و نهادسازی تأکید کرده‌ام. [۳]

حمایت من از شاهزاده رضا پهلوی با همین نیاز به هماهنگی معنا پیدا می‌کند. می‌خواهم ایرانیان بتوانند ظرفیت‌های خود را در مسیری مشترک به کار بگیرند و سپس دربارهٔ شکل حکومت آزادانه تصمیم بگیرند. برای این کار، جنبش به انسان‌هایی احتیاج دارد که هم شجاعت داشته باشند و هم مسئولیت کار خود را بپذیرند. کسی که حساب یک کمک را روشن نگه می‌دارد، کسی که گزارش نادرست را اصلاح می‌کند و کسی که اختلافی را با گفت‌وگو حل می‌کند، در ساختن این ظرفیت سهم دارد.

مشارکت باید با شناخت شرایط واقعی مردم همراه باشد. زندگی و امکانات فردی که در ایران زیر فشار است با فردی که در خارج از کشور امنیت بیشتری دارد یکسان نیست. هرکس باید بتواند متناسب با توان و شرایط خود کمک کند. مسئولیت ما این است که راه مشارکت را باز کنیم و هزینهٔ انسانی آن را جدی بگیریم.

## ۶. پیشنهاد یک شبکهٔ داوطلبانه برای امداد و پشتیبانی

پیشنهاد من تشکیل و تقویت شبکه‌ای داوطلبانه، مدنی و غیرمسلح است که بتواند به مردم ایران و بازماندگان جنبش شیر و خورشید کمک کند. خانواده‌های جان‌باختگان، مجروحان، مصدومان، افراد مشکوک به مسمومیت و کسانی که در پی بحران معیشت یا سرپناه خود را از دست داده‌اند، باید بتوانند به حمایت مناسب دسترسی پیدا کنند. این پیشنهاد، چارچوبی برای کار است و به معنای اعلام آغاز فعالیت یک سازمان تازه نیست.

برای شروع، یک هستهٔ کوچک و پاسخ‌گو از جمعی بزرگ با مسئولیت‌های مبهم مفیدتر است. باید مشخص باشد چه کسی درخواست‌ها را دریافت می‌کند، چه کسی نیاز را بررسی می‌کند، چه کسی مسئول ارتباط با متخصصان است و چه کسی حساب کمک‌ها را نگه می‌دارد. داوطلبان نیز باید بدانند چه کاری در حدود آموزش و توان آنان است و در چه مرحله‌ای باید موضوع را به فرد مسئول ارجاع دهند.

اصل نخست این شبکه باید نیاز انسان باشد. دسترسی به غذا، درمان یا توان‌بخشی نباید به اعلام وفاداری سیاسی، عضویت در یک گروه یا حضور مقابل دوربین وابسته شود. اصول شناخته‌شدهٔ امداد انسانی نیز بر تقدم نیاز، عدم تبعیض، پاسخ‌گویی و حفظ شأن دریافت‌کنندهٔ کمک تأکید دارند. [۵] برای من، کمک به هم‌وطن جلوه‌ای از همان برابری شهروندی است که برای قانون اساسی آینده می‌خواهم.

برای تقسیم کار، چهار مسئولیت را در آغاز پیشنهاد می‌کنم: دریافت و پیگیری درخواست‌ها؛ هماهنگی درمان و توان‌بخشی با افراد دارای صلاحیت؛ پشتیبانی معیشتی و خانوادگی؛ و ثبت مالی و رسیدگی به شکایت‌ها. هر مسئول باید جانشین و راه ارتباط روشن داشته باشد. آموزش پایه، حدود وظایف، رضایت دریافت‌کننده و مرور منظم کیفیت کار، پیش از گسترش تعداد داوطلبان لازم‌اند. این‌ها پیشنهاد اجرایی من برای پاسخ‌گویی‌اند، نه شرح تشکیلاتی که اکنون تأسیس شده باشد.

این شبکه باید با ظرفیت موجود در جامعه ارتباط برقرار کند: پزشکان و پرستاران، مددکاران، روان‌شناسان، مراکز توان‌بخشی، انجمن‌های معتبر و داوطلبان محلی. هر همکاری باید بر شناخت توان واقعی طرف‌ها استوار باشد. اگر امکان ارائهٔ خدمتی وجود ندارد، باید صادقانه گفته شود و مسیر دیگری جست‌وجو شود. امیدی که بر وعدهٔ نادرست بنا شود، اعتماد یک خانوادهٔ آسیب‌دیده را دوباره زخمی می‌کند.

## ۷. از نجات اولیه تا بازگشت به زندگی

کمک‌رسانی با پرداخت هزینهٔ یک درمان یا انتقال یک مجروح پایان نمی‌یابد. کسی که دست یا پایش آسیب دیده ممکن است پس از درمان اولیه به توان‌بخشی، وسیلهٔ کمکی، مناسب‌سازی خانه و حمایت برای بازگشت به کار نیاز داشته باشد. خانواده‌ای که نان‌آور خود را از دست داده، ممکن است ماه‌ها با مسئلهٔ اجاره، تحصیل فرزندان و مراقبت از سالمندان روبه‌رو باشد. باید بتوانیم مسیر کمک را در طول زمان دنبال کنیم.

به‌عنوان جراح تروما، اهمیت این ادامهٔ مسیر را می‌شناسم. هدف نهایی، بازگشت انسان به زندگی است: بتواند حرکت کند، از خود مراقبت کند، آموزش ببیند، کار کند و در جمع حضور داشته باشد. تصمیم دربارهٔ نیاز درمانی باید به تیم متخصص سپرده شود، اما داوطلب می‌تواند فاصلهٔ میان توصیهٔ متخصص و امکان استفادهٔ بیمار از آن را کمتر کند؛ برای مثال، در هماهنگی رفت‌وآمد یا پیگیری دسترسی به خدمات نقش داشته باشد.

در مورد مسمومیت یا تماس احتمالی با مواد خطرناک، ثبت دقیق علائم و ارجاع به خدمات درمانیِ دارای صلاحیت اهمیت دارد. تشخیص علت و درمان از روی حدس یا پیام‌های شبکه‌های اجتماعی قابل اتکا نیست. راهنمای سازمان جهانی بهداشت در این حوزه نیز بر آموزش عملی کارکنان، حفاظت و ارزیابی تخصصی تأکید می‌کند. [۷] درج این گروه در برنامهٔ حمایت، به معنای نسبت‌دادن یک علت یا عامل مشخص به همهٔ موارد آسیب نیست.

رنج روانی بازماندگان نیز باید دیده شود. همراهی انسانی یعنی گوش‌دادن بدون فشار برای بازگویی حادثه، شناخت نیازهای عملی و کمک به دسترسی به حمایت مناسب. راهنمای کمک‌های اولیهٔ روان‌شناختی سازمان جهانی بهداشت بر کمک انسانی و عملی با احترام به کرامت و توان فرد تکیه دارد. [۶] خانواده حق دارد دربارهٔ زمان و شیوهٔ بیان رنجش تصمیم بگیرد. گاهی مفیدترین کار، حضور قابل اعتماد و انجام همان کاری است که خود خانواده درخواست کرده است.

## ۸. یاد جان‌باختگان، حق خانواده‌ها و کرامت مجروحان

نام جان‌باختگان بخشی از حافظهٔ ملی ماست. پاسداشت آن نام‌ها باید با احترام به خانواده‌هایشان همراه باشد. خانوادهٔ داغ‌دار تنها برای سخنرانی، سالگرد یا انتشار عکس اهمیت ندارد؛ در روزهایی که دوربین خاموش است هم به همراهی نیاز دارد. حق سوگواری، حق دانستن حقیقت و حق پیگیری دادخواهی باید در کنار امنیت، معاش و آیندهٔ فرزندانش دیده شود.

مجروح نیز فقط تصویری از یک واقعه نیست. انسانی است با آرزو، مهارت و حق تصمیم‌گیری. برای انتشار نام، تصویر، پروندهٔ پزشکی یا شرح آسیب او باید رضایت روشن وجود داشته باشد. دریافت کمک نباید او را وادار کند خصوصی‌ترین بخش زندگی‌اش را در اختیار عموم قرار دهد. می‌توان دربارهٔ نتیجهٔ یک برنامه گزارش داد، بی‌آنکه هویت و اطلاعات حساس دریافت‌کنندگان را منتشر کرد.

پیشنهاد می‌کنم هر خانواده یا فردِ نیازمندِ پیگیری، در صورت تمایل، یک رابط مشخص داشته باشد تا مجبور نباشد داستان خود را برای افراد متعدد تکرار کند. آن رابط باید فقط اطلاعات لازم را نگه دارد و حدود مسئولیتش روشن باشد. چنین نظمی به خانواده امکان می‌دهد بداند برای پیگیری کمک به کجا مراجعه کند و به گروه نیز کمک می‌کند وعده‌های خود را فراموش نکند.

دادخواهی و امداد هر دو مهم‌اند، اما نیاز درمانی را نباید به آماده‌شدن پروندهٔ حقوقی موکول کرد. فردی که امروز به دارو یا سرپناه نیاز دارد، امروز باید دیده شود. ثبت اسناد و پیگیری حقوقی نیز باید با رضایت فرد و از مسیر افراد و نهادهای دارای صلاحیت انجام گیرد.

## ۹. اعتماد با حساب روشن ساخته می‌شود

هیچ شبکهٔ داوطلبانه‌ای بدون اعتماد پایدار نمی‌ماند. برای هر کمک باید روشن باشد چه مبلغی دریافت شده، با چه معیاری تخصیص یافته و چه نتیجه‌ای داشته است. مسئول دریافت پول نباید تنها کسی باشد که دربارهٔ هزینه‌کرد آن تصمیم می‌گیرد. بررسی مشترک، ثبت رسید و گزارش منظم، از ابتدا باید بخشی از کار باشد.

گزارش عمومی می‌تواند تعداد حمایت‌های انجام‌شده، نوع خدمات، مجموع دریافتی و هزینه و نیازهای باقی‌مانده را بیان کند. اطلاعات شخصی خانواده‌ها باید محفوظ بماند. همچنین باید راهی برای طرح شکایت یا اصلاح اشتباه وجود داشته باشد. پاسخ‌گویی زمانی معنا دارد که دریافت‌کنندهٔ کمک نیز بتواند دربارهٔ کیفیت آن سخن بگوید.

کمبود منابع ما را به اولویت‌بندی وامی‌دارد. معیار باید شدت و فوریت نیاز و امکان کمک مؤثر باشد. روابط شخصی یا شهرت رسانه‌ای نباید جای آن را بگیرد. اگر دو درخواست مشابه داریم، باید بتوانیم برای تصمیم خود توضیحی روشن ارائه دهیم. از دل همین رویه‌های ساده، نهادی شکل می‌گیرد که با تغییر افراد از هم نمی‌پاشد.

## ۱۰. ایرانیان خارج از کشور؛ مسئولیت متناسب با امکان

ایرانیان خارج از کشور توان‌های متنوعی دارند: زبان، دانش حرفه‌ای، تجربهٔ مدیریت، دسترسی به دانشگاه‌ها و انجمن‌ها، و امکان گفت‌وگو با نهادهای مدنی. این ظرفیت‌ها زمانی به کار ایران می‌آیند که به نیازی مشخص وصل شوند. ترجمهٔ درست یک پرونده، فراهم‌کردن ارتباط تخصصی، آموزش داوطلب یا تأمین یک خدمت ضروری می‌تواند نتیجه‌ای مستقیم داشته باشد.

من خواهان دوستی ایران و اسرائیل و رابطه‌ای سازنده با آمریکا و کشورهای اروپایی هستم. معنای انسانی این نگاه برای من همکاری علمی، تبادل تجربه، درمان، آموزش و بازشدن راه زندگی بهتر برای ایرانیان است. هر ارتباط خارجی باید بتواند به پرسش شهروند پاسخ دهد: این همکاری چه کمکی به امنیت، آزادی و آیندهٔ من می‌کند؟

مسئولیت ما در خارج از کشور همچنین شنیدن است. کسی که از دور کمک می‌کند باید نیاز را از زبان فرد و جامعهٔ درگیر بشنود و ظرفیت خود را صادقانه توضیح دهد. راه‌حل خوب با همکاری شکل می‌گیرد. پیوند میان داخل و خارج زمانی استوار می‌شود که طرفین احساس کنند در تصمیم سهم دارند و نتیجهٔ کار قابل پیگیری است.

## ۱۱. شهروند در فردای گذار

رأی من به پادشاهی مشروطهٔ سکولار و پارلمانی است. در این ساختار، پادشاه نماد تداوم و وحدت کشور است و دولت منتخب در برابر مجلس و مردم پاسخ می‌دهد. برای تحقق این خواست، شهروند باید بتواند پیش از رأی‌دادن گزینه‌ها را بشناسد و پس از رأی‌دادن نیز بر عملکرد نهادها اثر بگذارد. ارزش صندوق رأی با آزادی تشکل، رسانه و امکان اعتراض قانونی تکمیل می‌شود.

در قانون اساسی ژاپن، اصل اول جایگاه امپراتور را به ارادهٔ مردم پیوند می‌دهد و اصل چهارم برای او اختیار حکومت‌کردن قائل نمی‌شود. [۱۳] در قانون پایهٔ کنست نیز رأی عمومی، مستقیم، برابر، مخفی و تناسبی مبنای انتخابات معرفی شده است. [۱۴] آنچه از این نمونه‌ها برای ایران می‌خواهم، نهادهایی است که تداوم ملی را با اختیار شهروند جمع کنند و اختلاف سیاسی را به رقابتی قابل حل در چارچوب قانون تبدیل کنند.

بازسازی ایران از بیمارستان، مدرسه، آب، برق و امکان کار جدا نیست. برنامهٔ گذار باید مردم را در تداوم خدمات و تعیین اولویت‌ها شریک کند. شهروندانی که امروز در یک کار داوطلبانه مسئولیت می‌پذیرند، تجربهٔ هماهنگی، مدیریت منابع و پاسخ‌گویی به دست می‌آورند. این تجربه، سرمایه‌ای برای فردای کشور است.

در مقالهٔ «زندگیِ بتنی یا زندگیِ لگویی؟»، به این اندیشیده‌ام که چگونه آسیب یک بخش از زندگی نباید همهٔ آیندهٔ انسان را نابود کند. [۴] همین پرسش دربارهٔ ایران امروز هم مطرح است. باید نهادهایی بسازیم که پس از آسیب، امکان دوباره‌برخاستن را فراهم کنند. حمایت از مجروح، خانوادهٔ داغ‌دار و فردی که شغلش را از دست داده، تمرین همین آینده است.

## ۱۲. دوباره به همان کوچه برگردیم

اگر روزی مردم ایران به پادشاهی مشروطه رأی دادند، من از نتیجه خوشحال خواهم شد. فردای آن روز برای سنجیدن آنچه به دست آورده‌ایم، به سراغ همسایه‌ای می‌روم که رأی دیگری داده است. آیا می‌تواند آزادانه سخن بگوید، حقش را پیگیری کند و در ادارهٔ محله سهم داشته باشد؟ آیا خانوادهٔ مجروحی که زمانی از او حمایت کردیم هنوز تنها مانده است؟ این پرسش‌ها، اندازهٔ موفقیت ما را روشن می‌کنند.

«ایران را پس می‌گیریم» برای من تعهدی است به بازگرداندن کشور به شهروندانش. این تعهد از احترام به یکدیگر، مسئولیت‌پذیری در کار مشترک و یاری‌رساندن به انسانی که آسیب دیده آغاز می‌شود. اندیشه‌ای که در روزهای جنبش مهسا با نام شهروندیسم دنبال کردم، امروز در جنبش شیر و خورشید و در خواست ایرانی آزاد، آباد و متحد ادامه پیدا می‌کند. شهروند باید در مرکز این راه بماند؛ با حق انتخاب، با کرامت و با توان مشارکت در ساختن سرزمین خود.

# منابع و یادداشت‌های مستند

تاریخ بررسی منابع: ۲۳ نوامبر ۲۰۲۶. اسناد جنبش و آثار پیشین برای تاریخچه و دیدگاه نویسنده؛ منابع مستقل برای رویدادها، آمار و اصول امدادی استفاده شده‌اند.

**۱.** برنامهٔ جامع جنبش شهروندی ایران، ویرایش نخست، فروردین ۱۴۰۴؛ منتشرشده در ۳ آوریل ۲۰۲۵. بخش‌های حکمرانی، آزادی‌های مدنی، رفاه و دفاع شهروندی. متن منبع

**۲.** جنبش مدنی پادشاهی‌خواهان ایران، «برنامهٔ خلاصه‌شده»، نسخهٔ فارسی فروردین ۱۴۰۵؛ و Civic Royal Movement: Trimmed Program for a Civic and Constitutional Iran، پیش‌نویس انگلیسی آوریل ۲۰۲۶. فایل‌های Program in PDF.pdf و Revised Program ICRM.pdf در بایگانی گوگل‌درایو نویسنده. اسناد برنامه‌ای؛ بدون ادعای احراز تصویب حقوقی اساسنامه.

**۳.** پیمان بخشایش، «دفاع عمل‌گرایانه از شاهزاده رضا پهلوی در دل جنبش شیر و خورشید: از وفاداری شخصی تا ائتلاف ملی، نهادسازی، حقوق بشر و دیپلماسی گذار»، ۲۰ مرداد ۱۴۰۵، مطابق تاریخ فارسیِ سند؛ بایگانی نویسنده. برای تداوم دیدگاه نویسنده، نه اثبات آمار روز.

**۴.** پیمان بخشایش، «زندگیِ بتنی یا زندگیِ لگویی؟ چارچوبی برای فهم انعطاف‌پذیری نهادی، قابلیت بازسازی زندگی و وابستگی‌های بقا»، مرداد ۱۴۰۵ / اوت ۲۰۲۶؛ بایگانی نویسنده.

**۵.** فدراسیون بین‌المللی جمعیت‌های صلیب سرخ و هلال‌احمر، Code of Conduct for the Movement and NGOs in Disaster Relief؛ به‌ویژه اولویت نیاز، عدم تبعیض، پاسخ‌گویی و کرامت آسیب‌دیدگان. متن منبع

**۶.** سازمان جهانی بهداشت، بنیاد ترومای جنگ و World Vision، Psychological First Aid: Guide for Field Workers، ۲۰۱۱، شابک 9789241548205؛ همراه با توضیح اجرایی سازمان جهانی بهداشت در ۲۱ اکتبر ۲۰۱۱. متن منبع

**۷.** سازمان جهانی بهداشت، Initial clinical management of patients exposed to weaponized chemicals: interim guidance، ۳ ژوئن ۲۰۲۶، شمارهٔ B09740. راهنمای حرفه‌ای؛ ارجاع به آن اثبات وقوع یک مورد مشخصِ مسمومیت نیست. متن منبع

**۸.** مای ساتو، گزارش گزارشگر ویژهٔ وضعیت حقوق بشر در جمهوری اسلامی ایران به مجمع عمومی سازمان ملل، A/81/371، ۱۴ سپتامبر ۲۰۲۶؛ بندهای ۱، ۳، ۶، ۷ و ۱۲. دورهٔ گزارش: ۱ فوریه تا ۳۱ اوت ۲۰۲۶. متن منبع

**۹.** شاهزاده رضا پهلوی، سخنرانی دریافت جایزهٔ آزادی، متن منتشرشده توسط بنیاد فریدریش ناومان در ۱۶ نوامبر ۲۰۲۶؛ بخش فشار خارجی، حق تعیین آینده و چهار اصل همکاری. متن منبع

**۱۰.** بانک جهانی، Macro Poverty Outlook، اکتبر ۲۰۲۶، بخش ایران، صفحات ۱۶۰–۱۶۱؛ جدول تاریخچه و پیش‌بینی‌ها، ستون ۲۰۲۶/۲۷f. رشد واقعی منفی ۷٫۷ درصد و تورم ۷۴٫۲ درصد، پیش‌بینی سال مالی ایران هستند. متن منبع

**۱۱.** شاهزاده رضا پهلوی، گزارش رسمی گفت‌وگوی مشترک با اسحاق هرتزوگ به میزبانی دانشگاه بن‌گوریون، ۱۷ نوامبر ۲۰۲۶. منبع مواضع اعلامی؛ نه سنجش میزان حمایت عمومی. متن منبع

**۱۲.** پیمان بخشایش، «احترام»، نسخهٔ فارسی منتشرشده در وب‌سایت نویسنده، ۲۳ نوامبر ۲۰۲۶؛ بخش حق مخالفت و حمایت از مجروحان. متن منبع

**۱۳.** قانون اساسی ژاپن، اصول ۱ و ۴؛ متن رسمی انگلیسی در وب‌سایت مجلس مشاوران ژاپن. متن منبع

**۱۴.** قانون پایهٔ کنست، مادهٔ ۴، نظام انتخاباتی؛ ترجمهٔ انگلیسی منتشرشده در وب‌سایت کمیتهٔ مرکزی انتخابات اسرائیل. متن منبع