ԴՈՒ ԵՍ ԻՄ ՀԵՐՈՍԸ

Ինչպես երեխաները կարող են պայքարել կորոնավիրուսի դեմ

IASC
Inter-Agency Standing Committee

Ինչպես է ստեղծվել «Դու ես իմ հերոսը» գիրքը:

Այս գիրքը Արտակարգ իրավիճակներում հոգեկան առողջության և սոցիալ-հոգեբանական աջակցության հարցերով միջգերատեսչական մշտական հանձնաժողովի (IASC) ռեֆերենտ խմբի նախագիծն է, որի իրականացմանն աջակցել են կազմակերպության անդամ-երկների համաշխարհային, տարածաշրջանային և ազգային փորձագետներ, ինչպես նաև 104 երկրից ծնողներ, խնամակալներ, ուսուցիչներ և երեխաներ:

Նոր տիպի կորոնավիրուսային համավարակի պայմաններում երեխաների հոգեկան առողջությունը և սոցիալ-հոգեբանական կարիքները գնահատելու նպատակով արաբերեն, անգլերեն, իտալերեն, ֆրանսերեն և իսպաներեն լեզուներով հարցում է իրականացվել: Պատմվածքում շոշափվող թեմաների ընտրության համար օգտագործվել են հարցման արդյունքները: Այս պատմվածքը պատմել են կորոնավիրուսային համաճարակի պայմաններում գտնվող երկրներում ապրող երեխաներին: Երեխաների, ծնողների և խնամակալների անդրադարձը օգտագործվել է պատմվածքը վերախմբագրելու համար:

Աշխարհի տարբեր երկրներից ավելի քան 1700 երեխաներ, ծնողներ, խնամակալներ և ուսուցիչներ պատմել են իրենց պատմություններն այն մասին, թե ինչպես են դիմագրավում համաճարակին: Մեր շնորհակալական խոսքն ենք ուղղում բոլոր այն երեխաներին, ծնողներին, խնամակալներին և ուսուցիչներին, որոնք մասնակցել են մեր հարցմանը և օգնել մեզ իրականացնել այս ծրագիրը: Սա պատմվածք է՝ գրված ամբողջ աշխարհում ապրող երեխաների կողմից հենց երեխաների համար:

Արտակարգ իրավիճակներում հոգեկան առողջության և սոցիալ-հոգեբանական աջակցության հարցերով միջգերատեսչական մշտական հանձնաժողովի ռեֆերենտ խումբը շնորհակալություն է հայտնում Հելեն Փեթաքին՝ պատմվածքը գրելու և գիրքը պատկերազարդելու համար:

.IASC, 2020.Գիրքը հրատարակվել է համաձայն Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 IGO լիցենզիայի կետերի (CC BY-NC-SA 3.0 IGO; https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo): Աշխատանքը կարելի է ոչ գովազդային նպատակներով վերահրապարակել, թարգմանել և ադապտացնել՝ չխախտելով լիցենզիայի կետերը և նշելով սկզբնաղբյուրը:

Նախաբան

«Դու ես իմ հերոսը» պատմվածքը գրվել է աշխարհում կորոնավիրուսային համավարակի պայմաններում գտնվող երեխաների համար: Ցանկալի է, որ «Դու ես իմ հերոսը» պատմվածքը կարդա ծնողը, խնամակալը կամ ուսուցիչը երեխայի կամ երեխաների փոքր խմբի համար: Խորհուրդ չի տրվում, որ երեխան կարդա այս պատմվածքը ինքնուրույն առանց ծնողի, խնամակալի կամ ուսուցչի օգնության: «Actions for Heroes» / «Հերոսների նման» լրացուցիչ ուղեցույցը, որը կհրատարակվի ավելի ուշ, կարող է աջակցել կորոնավիրուսային համավարակի վերաբերյալ թեմաների ճիշտ ընկալմանը, օգնել երեխաների զգացմունքների և հույզերի կառավարմանը, ինչպես նաև կունենա այս գրքին կից լրացուցիչ վարժություններ երեխաների ինքնազարգացման համար:

Թարգմանությունների մասին

Ռեֆերենտ խումբը ինքը կհամակարգի արաբերեն, չինարեն, ֆրանսերեն, ռուսերեն և իսպաներեն թարգմանությունների գործընթացը: Այլ լեզուներով թարգմանությունների համաձայնեցման համար կարող եք դիմել IASC-ի ռեֆերենտ խմբին mhpss.refgroup@gmail.com էլեկտրոնային հասցեով: Բոլոր թարգմանությունները կտեղադրվեն IASC ռեֆերենտ խմբի կայքէջում:
Աշխատանքը թարգմանելիս կամ ադապտացնելիս՝ խնդրում ենք հաշվի առնել, որ.

- չի թույլատրվում աշխատանքի վրա տեղադրել ձեր կամ ֆինանսավորող գործակալության պատկերանիշը (լոգոն):
- Ադապտացիայի դեպքում (այսինքն՝ տեքստի կամ պատկերների փոփոխություն) չի թույլատրվում օգտագործել IASC-ի պատկերանիշը: Այս աշխատանքի ցանկացած օգտագործման դեպքում, չիենթադրվում, որ IASC-ըգովազդում է կամ հավանություն տալիս որևէ կազմակերպության, ապրանքի կամ ծառայության: Դուք պետք է հավաստագրեք ձեր թարգմանությունը կամ ադապտացիան Creative Commons լիցենզիայի նույն կամ համարժեք այլ լիցենզիայով: Առաջարկվում է CC BY-NC-SA 4.0 կամ 3.0 ձևը: Համատեղելի հավաստագրերի ցանկը՝ https://creativecommons.org/share-your-work/licensing-considerations/compatible-licenses հղումով:
- Թարգմանված տարբերակում պետք է կիրառվի հետևյալ հրաժարագիրը՝. «Այս թարգմանությունը / ադապտացիան չի ստեղծվել Միջգերատեսչական մշտական հանձնաժողովի կողմից (IASC): IASC-ը պատասխանատվություն չի կրում տվյալ թարգմանության բովանդակության ճշգրտության համար: Բնօրինակի անգլերեն հրատարակությունը՝ Միջգերատեսչական մշտական հանձնաժողովի: «Դու ես իմ հերոսը». ինչպես երեխաները կարող են պայքարել ՔՈՎԻԴ-19-ի դեմ: Լիցենզիա՝ CC BY-NC-SA 3.0 IGO»:

Սառայի մայրիկն իր հերոսն է, քանի որ նա աշխարհի լավագույն մայրիկն է ու լավագույն գիտնականը: Բայց նույնիսկ Սառայի մայրիկը չի կարող գտնել կորոնավիրուսի դեմ դեղամիջոցը:

- Իսկ ի՞նչ տեսք ունի ՔՈՎԻԴ-19-ը, - Սառան հարցրեց մայրիկին:

- ՔՈՎԻԴ-19-ը կամ կորոնավիրուսը այնքան փոքր է, որ մենք նրան չենք տեսնում, - ասաց մայրիկը, - բայց այն տարածվում է, երբ արդեն հիվանդ մարդը հազում ու փռշտում է: Ու նաև, երբ նրանք դիպչում են իրենց շրջապատող մարդկանց և առարկաներին: Մարդիկ, ովքեր հիվանդանում են, ջերմություն և հազ ունենում, կարող են դժվար շնչել:

- Ուրեմն, մենք չենք կարող պայքարել դրա դեմ, որովհետև մենք այն չե՞նք տեսնում, - հարցրեց Սառան:

- Մենք կարո՛ղ ենք պայքարել դրա դեմ, - ասաց Սառայի մայրիկը, - ահա՛ թե ինչու եմ ես ուզում, որ դու պաշտպանված լինես, Սա՛ռա: Վիրուսը ազդում է շատ ու շատ մարդկանց վրա, և յուրաքանչյուրը կարող է օգնել մեզ պայքարել դրա դեմ: Երեխաները յուրահատուկ են, և նրանք նույնպես կարող են օգնել: Դրա համար դու պետք է պաշտպանված լինես ոչ միայն քո, այլև՝ մեզ բոլորիս համար: Դու պետք է դառնաս իմ հերոսը:

Սառան այդ գիշեր պառկած էր անկողնում և ընդհանրապես իրեն հերոս չէր զգում: Նա վրդովված էր: Ուզում էր դպրոց գնալ, բայց դպրոցը փակ էր: Ուզում էր ընկերներին տեսնել, բայց դա վտանգավոր կարող էր լինել: Սառան ուզում էր, որ կորոնավիրուսը դադարի սարսափի մեջ պահել աշխարհը:

«Հերոսները սուպեր ուժ ունեն, - ասաց ինքն իրեն ու փակեց աչքերը, որ քնի, - իսկ ե՛ս ի՞նչ ունեմ»: Հանկարծ մթության մեջ մեղմիկ մի ձայն իր անունը շշնջաց:

- Ո՞վ կա այդտեղ, - ի պատասխան շշնջաց Սառան.

- Քեզ ի՞նչ է պետք հերոս լինելու համար, Սա՛ռա, - հարցրեց ձայնը նրան:

- Ես պետք է մի հնար գտնեմ, որ պատմեմ աշխարհի բոլոր երեխաներին, թե ինչպես պաշտպանվեն ու այդպիսով ուրիշներին էլ կարողանան պաշտպանել..., - ասաց Սառան:

- Ուրեմն ի՞նչ ես ուզում, որ ես լինեմ, - հարցրեց ձայնը:

- Ես մի բան եմ ուզում, որը կարողանա թռչել... բարձր ձայնով ինչ-որ բան... և ինչ-որ բան, որը կարող է օգնել մյուսներին:
Ինչ-որ անհավատալի բան սվվոցով քայլեց դեպի լուսնի լույսը:

- Դու ո՞վ ես, - հարցրեց Սառան՝ ապշած:

- Ա՛րիոն եմ, - պատասխանեց ձայնը:

- Ես առաջ երբեք Արիո չեմ տեսել, - ասաց Սառան:

- Դե, ես միշտ եմ այստեղ եղել, - ասաց Արիոն, - ես քո սրտում եմ ապրում:

- Եթե ես քեզ ունեմ... նշանակում է, ես կարող եմ աշխարհի բոլոր երեխաներին պատմե՞լ կորոնավիրուսի մասին, - ասաց Սառան, - ես կարող եմ հերո՞ս լինել: Բայց սպասի՛ր, Ա՛րիո: Արդյո՞ք անվտանգ է ճանապարհորդել, երբ կորոնավիրուսն ամենուրեք է:

- Միմիայն ինձ հետ, Սա՛ռա, - ասաց Արիոն, - քանի դեռ մենք միասին ենք, ոչինչ քեզ չի կարող վնասել:

Եվ Սառան ցատկեց Արիոյի մեջքին, ու միասին իր սենյակի պատուհանից սավառնեցին դեպի գիշերային երկինք: Նրանք թռան դեպի աստղերը և բարևեցին լուսնին:

Երբ ծագեց արևը, նրանք վայրէջք կատարեցին անապատում՝ բուրգերի մոտ, որտեղ երեխաների մի փոքրիկ խումբ էր խաղում: Երեխաները ուրախությամբ բացականչեցին և ողջունեցին Սառային և Արիոյին:

- Բարի գալու՞ստ, ես Սալեմն եմ, - գոչեց տղաներից մեկը, - ի՞նչ եք դուք այստեղ անում: Ներեցե՛ք, որ չենք կարող ավելի մոտ գալ, պետք է ամենաքիչը մեկ մետր հեռավորություն պահենք:

- Հենց այդ պատճառով էլ այստեղ ենք, - ասաց Սառան, - Ես Սառան եմ, իսկ նա Արիոն է: Արդյո՞ք գիտեիք, որ երեխաները կարող են իրենց հարևաններին, ընկերներին, ծնողներին, տատիկ-պապիկներին զերծ պահել կորոնավիրուսից: Բոլորս պետք է...

- Լվանանք մեր ձեռքերը օճառով և ջրով, - ժպտալով ավելացրեց Սալեմը, - մենք գիտե՛նք, Սա՛ռա: Նաև եթե հիվանդ ենք, պետք է հազալիս արմունկով փակենք բերանը, և ի նշան ողջույնի՝ թափահարենք ձեռքը՝ դիպչելու փոխարեն: Մենք փորձում ենք տանը մնալ, բայց դե խիտ բնակեցված քաղաքում ենք ապրում... ոչ բոլորն են տանը մնում:

- Հըմ, հնարավոր է այդ հարցում կարողանամ օգնել, - ասաց Արիոն, - նրանք չեն կարող տեսնել կորոնավիրուսը, բայց... ինձ էլ չտեսնել հո չե՞ն կարող: Եկե՛ք, բայց, խնդրում եմ, նստե՛ք իմ երկու թևերի վրա, դրանք ամենաքիչը մեկ մետր հեռու են իրարից:

Արիոն թռավ երկինք Սալեմի ու Սառայի հետ՝ յուրաքանչյուրը մի թևին նստած: Նա սավառնում էր քաղաքի վրայով, երբ սկսեց մռնչալ և երգել: Սալեմը բարձր ձայնով կանչեց փողոցում գտնվող երեխաներին.

- Գնացե՛ք և պատմե՛ք ձեր ընտանիքներին, որ մենք պաշտպանված ենք ներսում, միմյանց նկատմամբ հոգ տանելու ամենալավ միջոցը՝ տանը մնալն է:

Մարդիկ ապշել էին իրենց տեսածից: Նրանք, ի նշան ողջույնի, թափահարեցին ձեռքերը և համաձայնվեցին գնալ իրենց տները:

Արիոն ճախրեց դեպի բարձր երկինք: Սալեմը ճչաց ուրախությունից: Ամպերի մեջ՝ այն կողմում, մի ինքնաթիռ էր թռչում, և ուղևորները զարմացած նայում էին նրանց.

- Մարդիկ շուտով ստիպված կլինեն դադարեցնել իրենց բոլոր ճանապարհորդությունները, գոնե ինչ-որ ժամանակով, - ասաց Սալեմը, - աշխարհով մեկ սահմանները փակվում են, և մենք բոլորս պետք է մնանք այնտեղ, որտեղ ապրում ենք և այն մարդկանց հետ՝ ում սիրում ենք:

- Այնքա՜ն շատ բան է փոխվել,- ասաց Սառան, - երբեմն այդ ամենն ինձ վախեցնում է:

- Փոփոխությունները կարող են վախեցնել և խառնաշփոթ ստեղծել, Սա՜ռա, - ասաց Արիոն, - երբ ես վախենում եմ, սկսում եմ շատ դանդաղ շնչել ու կրակ արտաշնչել:

Արիոն մի մեծ հրե գունդ արտաշնչեց:

- Իսկ դուք ինչպե՞ս եք հանգստացնում ձեզ, երբ վախենում եք, - հարցրեց Արիոն երեխաներին:

- Ես մտածում եմ ինչ-որ մեկի մասին, ում կողքին ինձ ապահով եմ զգում, - պատասխանեց Սառան:

- Ես նու՛յնպես: Ես մտածում եմ այն բոլոր մարդկանց մասին, որոնց կողքին ես ապահով եմ, օրինակ՝ տատիկիս ու պապիկիս, - ասաց Սալեմը,- ես կարոտում եմ նրանց: Ես չեմ կարող նրանց գրկել, որովհետև կարող եմ վարակել կորոնավիրուսով: Սովորաբար մենք այցելում ենք նրանց ամեն շաբաթ և կիրակի, բայց ոչ հիմա, որովհետև մենք մտածում ենք նրանց անվտանգության մասին:

- Դու կարո՞ղ ես զանգել նրանց, - Սառան հարցրեց ընկերոջը:

- Իհա՛րկե, - ասաց Սալեմը, - նրանք զանգում են ինձ ամեն օր, և ես պատմում եմ նրանց այն ամենի մասին, ինչով զբաղվում ենք տանը: Այդպիսով ինձ ավելի լավ եմ զգում և նրանք՝ նույնպես:

- Նորմալ է կարոտել այն մարդկանց, ում սիրում ենք, բայց չենք կարող տեսնել այս պահին, - ասաց Արիոն, - ինչը խոսում է նրանց հանդեպ մեր հոգատարության մասին: Գուցե ձեզ ավելի լա՞վ կզգաք, եթե հանդիպեք այլ հերոսների հետ:

- Իհա՛րկե, շա՜տ ավելի լավ, - բղավեցին Սառան և Սալեմն ի պատասխան:

- Հիանալի՛ է, իմ ընկեր Սաշան առանձնահատուկ սուպեր ուժ ունի, - ասաց Արիոն, - գնացի՛նք:

Այսպիսով, նրանք սկսեցին իջնել և վայրէջք կատարեցին մի փոքրիկ գյուղում: Մի աղջիկ իր տան առաջ ծաղիկներ էր հավաքում: Երբ նա տեսավ Արիոյին և նրա թևերին թառած երեխաներին, ծիծաղեց.

- Արիո՛, - բացականչեց նա, - մեզ չի կարելի իրար մոտենալ մեկ մետրից ավելի, այնպես որ, ես հեռվից եմ գրկում ձեզ: Ի՞նչ եք անում այստեղ:

- Ես զգացի, թե ինչպես գրկեցիր ինձ, երբ պարզապես այդ մասին ասացիր, Սա՛շա, - ասաց Արիոն, - ապշեցուցիչ է, թե ինչպես կարելի է օգտագործել բառերն ու գործողությունները՝ մեր հոգատարությունը ցույց տալու համար: Ես ուզում էի, որ իմ ընկերները իմանան քո սուպեր ուժի մասին:

- Ո՞րն է իմ սուպեր ուժը, - ասաց Սաշան:

- Քո ընտանիքի անդամներից մեկը հիվանդացել է, և դու մնում ես տանը, որ համոզված լինես, որ ոչ ոքի չես վարակի կորոնավիրուսով, - ասաց Արիոն:

- Այո, իմ հայրիկն է հիվանդացել, և նա իր սենյակում է մնում, մինչև լրիվ չապաքինվի, - ասաց Սաշան:

- Բայց դա այնքան էլ վատ չէ: Մենք խաղեր ենք խաղում, ճաշ ենք պատրաստում, ժամանակ անցկացնում մեր այգում և միասին ճաշում: Ես և իմ եղբայրները առաջ ենք թեքվում դեպի ոտքերը ու պարում: Մենք գրքեր ենք կարդում, ու ես շարունակում եմ սովորել, որովհետև երբեմն կարոտում եմ դպրոցը: Տանը մնալը սկզբում մի տեսակ տարօրինակ էր, բայց հիմա կարծես սովորել եմ:

- Դա միշտ չէ, որ հեշտ է, Սա՛շա, - ասաց Արիոն: Դու միշտ զվարճանալու և սիրելիների հետ լեզու գտնելու տարբերակներ ես գտնում: Հենց դա՛ է դարձնում քեզ իմ հերոսը:

- Իսկ դուք երբևէ վիճու՞մ ձեր ընտանիքի անդամների հետ, - հարցրեց Սալեմը:

- Դե, երբեմն վիճում ենք, - պատասխանեց Սաշան, - բայց մենք պետք է շատ ավելի համբերատար լինենք, փորձենք իրար հասկանալ և ավելի հաճախ ասենք՝ ների՛ր: Սա իսկական սուպեր ուժ է, որովհետև այն օգնում է մեզ և ուրիշներին ավելի լավ զգալ: Ես նաև երբեմն ցանկանում եմ մենակ մնալ: Ես սիրում եմ պարել և երգել, իսկ երբեմն էլ կարող եմ զանգահարել իմ ընկերներին...

- Բայց, Ա՛րիո, իսկ ի՞նչ պետք է անեն մարդիկ, ովքեր հեռու են տնից, կամ ընդհանրապես տուն չունեն - հարցրեց Սառան:

- Հիանալի հարց է, Սա՛ռա - ասաց Արիոն, - Արի գնա՛նք ու ամեն ինչ պարզե՛նք:

Եվ ահա, նրանք հրաժեշտ տվեցին Սաշային և նորից ճանապարհ ընկան: Եղանակն ավելի տաք էր, երբ վայրէջք կատարեցին մի կղզում, որը շրջապատված էր ծովով:

Այնտեղ նրանք մարդկանցով լի ճամբար տեսան:

Մի աղջիկ տեսավ նրանց և ի նշան ողջույնի՝ թափահարեց ձեռքը.

- Բարև՛, Ա՛րիո, այնքան ուրախ եմ կրկին քեզ տեսնել:

- Մենք փորձում ենք գոնե մեկ մետր հեռավորության վրա մնալ, այդ պատճառով ես այստեղից ձեզ հետ կխոսեմ, բայց ես շատ կցանկանայի ծանոթանալ քո ընկերների հետ: - Իմ անունը Լեյլա է:

- Բարև՛, Լե՛յլա: Ես Սառան եմ, իսկ նա՝ Սալեմը, - ասաց Սառան: - Կարծես փորձում եք պաշտպանել ձեզ կորոնավիրուսից: Իսկ ուրիշ ի՞նչ եք անում:

- Մենք լվանում ենք ձեռքերը օճառով և ջրով, - ասաց Լեյլան:

- Իսկ դու հազալիս բերանդ փակու՞մ ես արմունկով, - հարցրեց Սալեմը:

- Դու կարո՞ղ ես մեզ ցույց տալ, թե ինչպես է դա արվում, - հարցրեց Լեյլան: Սալեմը նրանց ցույց տվեց:

- Մենք բոլորս փորձում ենք ուժեղ լինել, բայց ինձ ինչ-որ բան է անհանգստացնում, - ասաց Լեյլան:
- Կարո՞ղ եմ ձեզ հետ խոսել այդ մասին: Ես լսել եմ, որ ինչ-որ մեկը հիվանդ էր և մահացել է, ու դա վախեցրել է ինձ. Ճի՞շտ է, որ մարդիկ կարող են մահանալ կորոնավիրուսից:

Արիոն բարձր հոգոց հանեց և նստեց:

- Այո՛, փոքրի՛կ հերոսներ, տարօրինակ է, - նա ասաց:
- Որոշ մարդիկ ընդհանրապես չեն հիվանդանում, իսկ ոմանք, ծանր հիվանդ են, ու կան մարդիկ, ովքեր հնարավոր է մահանան: Ահա՛, թե ինչու մենք բոլորս պետք է ուշադիր լինենք մեծերի և այլ հիվանդություններ ունեցող մարդկանց նկատմամբ, քանի որ նրանք ավելի են հակված հիվանդանալուն: Երբեմն, երբ մենք մեզ անպաշտպան ենք զգում կամ վախեցած ենք, կարող ենք մտովի անվտանգ մի վայր պատկերացնել: Կցանկանա՞ք փորձել ինձ հետ:

Նրանք բոլորը համաձայնեցին, և Արիոն խնդրեց բոլորին փակել աչքերն ու պատկերացնել այն վայրը, որտեղ իրենց պաշտպանված էին զգում:

Կենտրոնացե՛ք այն ժամանակի կամ հիշողության վրա, երբ ձեզ պաշտպանված, ապահով ու անվտանգ եք զգացել, - ասաց Արիոն: Հետո նա հարցրեց, թե նրանք այնտեղ ինչ էին տեսնում, զգում և ինչ հոտ ուներ իրենց անվտանգ վայրը: Նա հարցրեց՝ արդյո՞ք կա մեկը, ում կցանկանային հրավիրել այնտեղ և ինչի մասին նրա հետ կզրուցեին:

- Դուք կարող եք գնալ ձեր անվտանգ վայրը, երբ որ տխրեք կամ վախենաք, - ասաց Արիոն, - սա ձեր սուպեր ուժն է և դուք կարող եք պատմել այդ մասին ձեր ընկերներին և ընտանիքի անդամներին: Եվ հիշե՛ք, որ ես և շատ մարդիկ հոգ ենք տանում ձեր մասին: Դա էլ կարող է օգնել:

Լեյլան ասաց. - Մենք բոլորս կարող ենք հոգ տանել միմյանց մասին:

- Ճի՛շտ է, Լե՛յլա, - ասաց Արիոն: - Մենք կարող ենք հոգ տանել միմյանց մասին որտեղ էլ, որ լինենք: Կցանկանա՞ս գալ մեզ հետ մեր վերջին ճանապարհորդությանը:

Լեյլան որոշեց ճանապարհորդել Արիոյի և իր նոր ընկերների հետ: Սառան ուրախ էր, որ Լեյլան միացավ նրանց, որովհետև երբեմն մենք միմյանց աջակցելու կարիք ունենք: Նրանք հանգիստ ճախրում էին առանց բառ փոխանակելու, բայց Լեյլան գիտեր, որ իր նոր ընկերներն իր մասին մտածում և հոգում էին:

Հորիզոնում կամաց-կամաց նշմարվում էին ձյունոտ լեռները, երբ Արիոն վայրէջք կատարեց փոքրիկ մի քաղաքում: Գետակի մոտ երեխաներ էին խաղում:

- Ա՛րիո, - աղաղակեց նրանցից մեկը՝ ի նշան ողջույնի ձեռքը թափահարելով:

- Ողջո՛ւյն, Կի՛մ, - ասաց Արիոն: - Ուզում եմ, որ բոլորդ ծանոթանաք իմ ընկերների հետ, ովքեր կորոնավիրուսով վարակված են եղել և լավացել են:

- Ինչպիսի՞ն էր այն, - հարցրեց Սալեմը:

- Ես հազում էի և երբեմն բարձր ջերմություն ունեի: Ես նաև շատ հոգնած էի ինձ զգում և մի քանի օր անգամ չէի ցանկանում խաղալ, - ասաց Կիմը: - Բայց ես շատ էի քնում, իսկ իմ ընտանիքը հոգ էր տանում իմ մասին: Մեր ծնողներից, տատիկներից ու պապիկներից մի քանիսը ստիպված էին հիվանդանոց գնալ: Բուժքույրերը և բժիշկները շատ բարի էին նրանց հանդեպ: Մեր հարևանները օգնում էին մեզ տնային գործերում: Մի քանի շաբաթ անց մենք նորից մեզ լավ էինք զգում:

- Ես Կիմի ընկերն եմ, - ասաց մյուս երեխաներից մեկը: - Միայն այն պատճառով, որ Կիմը կորոնավիրուսով հիվանդ էր, մենք չենք դադարել ընկերներ լինել, չնայած՝ ես չէի կարող տեսնել նրան: Ես միշտ էլ հոգ եմ տարել նրա մասին, իսկ հիմա ուրախ ենք, որ նորից կարող ենք միասին խաղալ:

- Երբեմն ամենակարևոր բանը, որ մենք որպես ընկերներ կարող ենք անել, միմյանց մասին հոգ տանելն է, - ասաց Արիոն: - Նույնիսկ եթե դա նշանակում է՝ մի որոշ ժամանակ միմյանցից հեռու մնալ:

- Մենք կարող ենք անել այդ ամենը հանուն միմյանց, - ասաց Լեյլան:

- Եվ մի օր մենք բոլորս կկարողանանք կրկին խաղալ և դպրոց գնալ, ինչպես նախկինում, - ասաց Սալեմը:

- Ժամանակն էր, որ Սառան հրաժեշտ տար իր նոր ընկերներին և գնար տուն: Նրանք միմյանց խոստացան, որ երբեք չեն մոռանա իրենց արկածները:
Սառան տխրեց այն պատճառով, որ գուցե մի որոշ ժամանակ չտեսնվեն: Բայց նա իրեն ավելի լավ զգաց, երբ հիշեց, թե ինչ էր ասել Կիմի ընկերը: Նույնիսկ եթե չեք կարող միմյանց հանդիպել, դա դեռ չի նշանակում, որ այլևս չեք սիրում միմյանց:

Արիոն բոլորին ճանապարհեց տուն և սպասեց մինչև Սառան քնի:

- Կարո՞ղ ենք վաղն էլ նույնն անել, - հարցրեց Սառան:

- Ո՛չ, Սա՛ռա, հիմա քո՝ ընտանիքիդ կողքին լինելու ժամանակն է, - ասաց Արիոն, - Հիշի՛ր մեր պատմությունը: Դու կարող ես պաշտպանել նրանց, ում սիրում ես՝ ձեռքերդ լվանալով և տանը մնալով: Ես հեռու չեմ: Դու միշտ կարող ես ինձ հետ լինել, երբ գնաս քո անվտանգ վայրը:

- Դու իմ հերոսն ես, - շշնջաց Սառան:

- Դու էլ ի՛մ հերոսն ես, Սա՛ռա: Դու հերոս ես բոլոր նրանց համար, ովքեր սիրում են քեզ, - ասաց նա:

Սառան քնեց և երբ հաջորդ օրն արթնացավ, Արիոն արդեն գնացել էր: Հետո Սառան գնաց իր անվտանգ վայրը՝ Արիոյի հետ մի փոքր զրուցելու համար, այնուհետև նկարեց այն ամենն, ինչ նրանք տեսել ու սովորել էին իրենց արկածների ժամանակ: Նկարը ձեռքում՝ Սառան վազեց մայրիկի մոտ՝ նրան նորությունների մասին պատմելու համար:

- Մայրի՛կ, մենք բոլո՛րս կարող ենք օգնել մարդկանց, որպեսզի նրանք պաշտպանված լինեն, - ասաց նա: - Իմ արկածների ընթացքում ես շատ հերոսների եմ հանդիպել:

- Իսկապե՞ս, Սա՛ռա, - ասաց մայրիկը: - Բազմաթիվ հերոսներ կան, ովքեր մարդկանց պաշտպանում են կորոնավիրուսից, օրինակ՝ հրաշալի բժիշկներ ու բուժքույրեր: Բայց դու ինձ հիշեցրեցիր, որ մենք բոլորս ամեն օր կարող ենք հերոս լինել, իսկ իմ ամենամեծ հերոսը, դու՛ ես: