

خانواده مبلغان ۱۶

ماهنامه اطلاع‌رسانی، علمی، آموزشی
سال دوم - شماره ۱۶ - اسفند ماه ۱۴۰۲

- راه درست و انتخاب درست
- فجازی و برخاشتری
- خانواده‌های جورواجور
- ره‌هستاری افتخارآفرین
- بدترین سؤال از لودک
- فردای مجلس ضعیف!



مرکز پژوهش‌های تبلیغی مجتمع آموزشی پژوهشی تبلیغ

مرکز پژوهش‌های تبلیغی مجتمع آموزشی پژوهشی تبلیغ

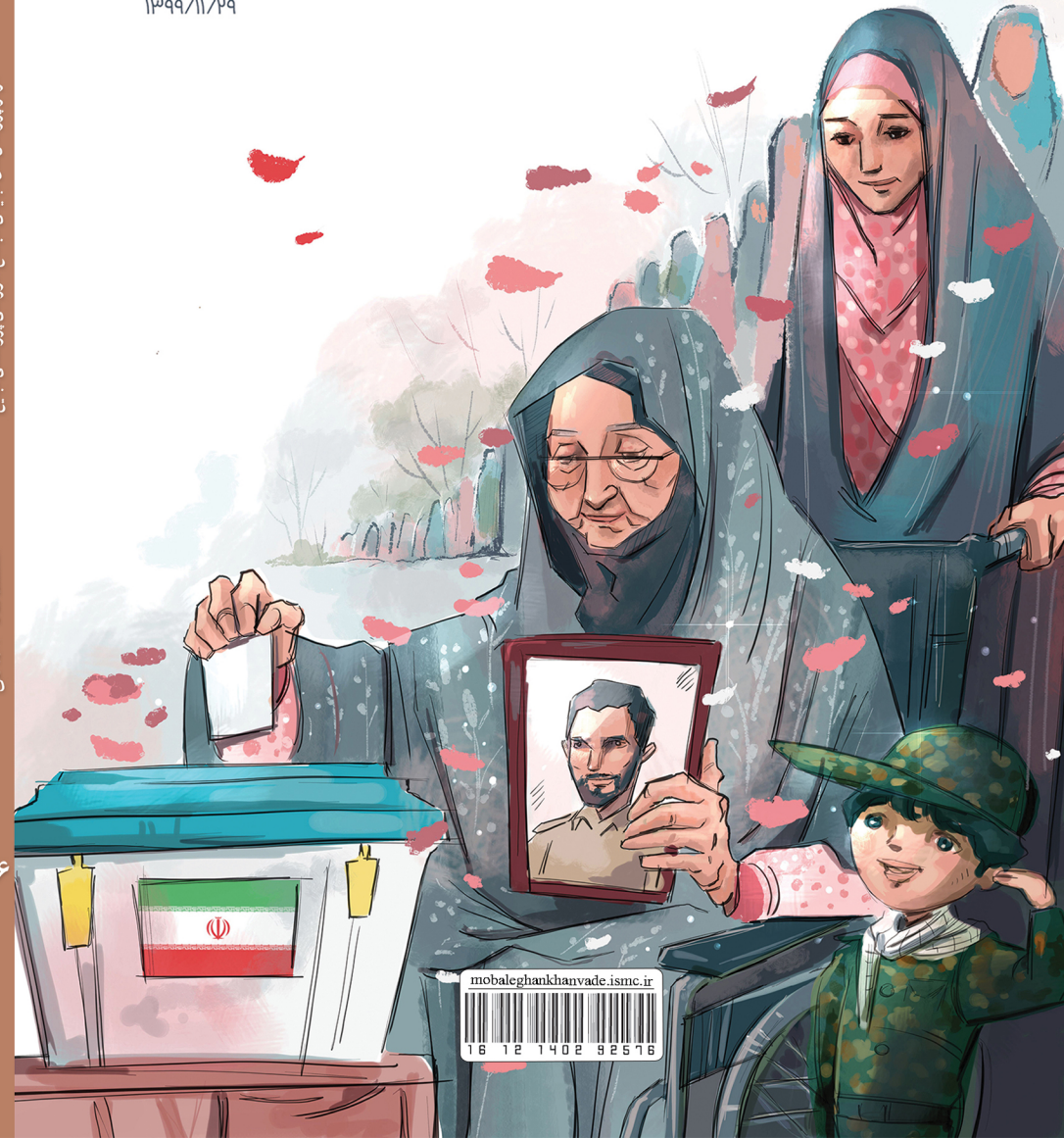
اسفند ماه ۱۴۰۲ ش

۱۶

رهبرانقلاب اسلامی ﷺ:

وقتی مردم در انتخابات شرکت کنند و شور انقلابی خودشان را نشان بدهند، این موجب امنیت کشور می‌شود، این موجب پس زدن دشمنان می‌شود، طمع دشمن را در کشور کم می‌کند.

۱۳۹۹/۱۱/۲۹



mobaleghankhanvade.ismc.ir





خانواده مبلغان ۱۶

ماهنامه اطلاع‌رسانی، علمی، آموزشی
سال دوم - شماره ۱۶
اسفند ماه ۱۴۰۲ شمسی

شناسنامه

۱. مطالب «خانواده مبلغان» ویژه همسران و فرزندان طلاب و مبلغان است.
 ۲. مسئولیت مقالات و نوشته‌ها بر عهده نویسندگان است.
 ۳. مقالات و یادداشت‌های همه نویسندگان، به شرط برخورداری از موازین تبلیغی- پژوهشی، منتشر می‌شود.
 ۴. نقل مطالب با ذکر منبع مجاز است.
 ۵. ماهنامه در تلخیص و ویرایش مقالات و نوشته‌ها، آزاد است.
 ۶. با ارسال نظرات خود، ما را در رشد و بالندگی ماهنامه یاری نمایید.
- صاحب امتیاز: مرکز پژوهش‌های تبلیغی مجتمع آموزشی پژوهشی تبلیغ
 - مدیرمسئول: محمود مقدمی
 - سردبیر: جواد قراباغی
 - هیئت تحریریه: حسین ملانوری، اصغر آخوی، مهدی هادی، علی ملکوتی‌نیا، علیرضا زنگویی، جواد قراباغی، محمد حامد مبینی راوندی، هاجر شعبانی موسی کلابه، سیده منیرسید تقیبا، رضیه جبرئیل زاده، زینب رحیمی تالارپشتی.
 - مدیر اجرایی: احمد اسماعیلی
 - مدیر هنری و صفحه‌آرا: سید محسن حسینی

نشانی: قم، زینبیل آباد، بیست متری فجر، خیابان دانش، مجتمع شهید صدوقی، فاز ۷، مرکز پژوهش‌های تبلیغی، دفتر ماهنامه خانواده مبلغان.

صندوق پستی: ۳۷۱۱۶۶۴۴

تلفن: ۰۵۳۳۱۳۲۵۶۴

پایگاه اطلاع‌رسانی: <http://mobaleghankhanvade.ismc.ir/>

فهرست

پیام فرمانده (مشارکت مردم) ۳

راه درست و انتخاب درست ۴

دانش افزایی

انتخابات غیر اختیاری است؟! ۶

همراهان ۱۱ (پاک از زشتی‌ها) ۹

حاج آقای مشکل گشا ۱۲ (مهمانی خدا یا مهمانی عموا بر ابراهیم؟!) ۱۳

خانواده‌های جور و جور ۱۸

فجاری و پرخاشگری (رابطهٔ گوشی هوشمند و پرخاشگری کودکان) ۲۲

سبتهٔ ضرورت‌ها ۱۱ (مشروبات نوشیدنی‌ها) ۲۹

دهه هشتادی افتخار آفرین ۳۵

چی بخونیم؟ (همسران همساز) ۳۹

واقعیت یا خیال؟! ۴۴

در سرزمین عجایب ۶ (هزار شب) ۴۹

قصه‌های من و مادر بزرگ ۹ ۵۳

مخاطبی در آینه ۲ (خُشک و ترو سوخته) ۵۷

بازی - گوشی ۹ ۶۲

مهارت افزایی

صدای مشاور ۳ ۶۴

بدترین سؤال از کودک ۶۸

بصیرت افزایی

فردای مجلس ضعیفا ۷۳

با مخاطبان

ژکن اساسی در تبلیغ (یک تجربهٔ تبلیغی) ۷۵



پیام فرمانده مشارکت مردم

روز انتخابات، روز ملت ایران است. امروز میدان دار و صحنه گردان اصلی مردم اند. مردم هستند که با حضور در کنار صندوق های رأی و با دادن رأی، در واقع تکلیف کلی و اساسی کشور را برای مهر و موم های آینده معین می کنند. امروز متعلق به مردم است و هر کاری که ملت ایران امروز تا شب انجام بدهند، از حضور در کنار صندوق رأی و دادن رأی، سازنده آینده آنها و تعیین کننده سرنوشت چند ساله آنها است. درست به همین دلیل است که عقل حکم می کند، خرد انسان حکم می کند که همه در این آزمون بزرگ ملی و سراسری شرکت کنند. اینکه ما مکرز دعوت می کنیم مردم را به حضور در انتخابات، اولین اثر و نتیجه این حضور به خود مردم برمی گردد. البته با حضور مردم، کشور و نظام جمهوری اسلامی هم امتیازات بزرگی را در عرصه بین المللی به دست می آورد؛ لکن آن که اول منتفع می شود از این رأی دادن، خود مردم اند. بیایید و تشخیص بدهید و انتخاب بکنید و رأی بدهید. این چیزی است که برای آینده کشور و برای آینده یکایک مردم دارای اهمیت است. یک رأی هم مهم است. هیچ کس نگوید که حالا با یک رأی من چه اتفاقی خواهد افتاد؛ نه، یک رأی هم قطعاً دارای اهمیت است و همین رأی ها است - یک رأی یک رأی است - که آراء میلیونی ملت را تشکیل می دهد. به اعتقاد من با نیت خدایی وارد بشوید، ثواب ببرید و این کار را انجام بدهید!

پی نوشت

۱. بیانات رهبر معظم انقلاب علیه السلام در گفت و گو با خبرنگار صدا و سیما پس از شرکت در انتخابات مورخه ۱۴۰۰/۳/۲۸.

خدا کند که سیاهی

محمود مقدمی

راه درست و انتخاب درست

لب‌هایشان این است:

من اندر هوای تو دل باختم

ز خدمت به نعمت نپرداختم

آرزوی این جماعت آن است که بتوانند

در محضر حضرت خدمت کنند. ایشان

پیوسته می‌خوانند:

«اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي مِنْ أَصْحَابِهِ وَ أَعْوَانِهِ، الَّذِينَ

عَنْهُ، الْمُسَارِعِينَ فِي حَوَائِجِهِ، الْمُتَمَثِّلِينَ لِأَوَامِرِهِ،

الْمُحَامِلِينَ عَنْهُ، الْمُسْتَشْهِدِينَ بَيْنَ يَدَيْهِ.»^۲

روایات ما، گروه عاشقان خدمتگزاری را که

روز و شب کمر بسته در خدمت حضرت

وقتی ماه شعبان به نیمه نزدیک می‌شود

و موكب‌های پر زرق و برق جشن میلاد

با چایی و شربت و شیرینی دل‌ربایی

می‌کنند، آرزوی دیدار و حضور در محضر

حضرت، عاشقان را بی‌قرار می‌کند و البته

در عین خوشی‌ها، غم دوری و فراق

چشمانشان را هم تر می‌سازد. در کنار

اینان، عده‌ای هم هستند که بیش‌از

آرزوی دیدار و حضور، آرزوی «خدمت در

ظهور» دارند. ایشان توفیق خدمت را بر

نعمت زیارت ترجیح می‌دهند و زمزمه

و نه برای اینکه تکیه‌گاه زندگی‌اش باشد؛ بلکه تا در سختی‌های زندگیِ مردترین مرد زمین و امین‌ترین امانِ زمان، شریک باشد. می‌خواست به همهٔ زنان و همهٔ مردانِ همهٔ زمان‌ها راهِ درستِ انتخاب و انتخابِ درست را بیاموزد. یادش گرمی و راهش پُرره‌رو باد.



خواهند بود و در لحظاتِ اولیهٔ اعلامِ ظهور همچون پروانگانِ جان‌فدا گرد شمع وجود حضرتش جمع می‌شوند، ۳۱۳ نفر ذکر کرده است که ۵۰ نفرشان بانوان هستند؛^۱ همانند حضرت خدیجه صَلَّی اللهُ عَلَيْهَا، بانوی بزرگ اسلام که با همهٔ وجود در خدمت پیامبر گرامی صَلَّی اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بود و نه تنها مالش را، که آبرویش را، اعتبارش را، جوانی‌اش را و حتی جانش را برای حضرت ختمی‌مرتبت صَلَّی اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ در طبقِ اخلاص گذاشت. او در سخت‌ترین انتخابِ عمر بشر، «محمد یتیم» را بر همهٔ اشراف و بزرگانِ عرب برگزید؛ نه برای آنکه زیر سایه‌اش احساس امنیت و سرفرازی کند

پی‌نوشت

۱. «ایاز» از غلامان سلطان محمود بود و داستان شیرینی دارد که مولوی در «مثنوی» مفصل به آن پرداخته است. در اینجا شعر را با تضمین آورده‌ایم.

۲. المزار الکبیر، محمدبن جعفر حائری، دفتر انتشارات اسلامی، قم، ج ۱، ۱۴۱۹ق، ص ۶۶۴.

۳. بحار الأنوار، محمدباقر مجلسی، دارالکتب الإسلامیه، تهران، ج ۵۲، ص ۲۲۳. از امام باقر عَلَيْهِ السَّلَام این چنین نقل شده است: «... وَ یَجِیءُ وَاللَّهِ ثَلَاثُمِائَةٍ وَ بَضْعَةُ عَشْرٍ رَجُلًا فِیْهِمْ خَمْسُونَ امْرَأَةً یَجْتَمِعُونَ بِمَكَّةَ عَلَی غَیْرِ مِیْعَادٍ قَزَعًا كَقَزَعِ الْخَرْیْفِ؛ سوگند به خدا! سیصدوآندی نفر می‌آیند که در میانشان پنجاه نفر زن هستند؛ در مکه اجتماع می‌کنند بی آنکه قبلاً وعده داده شده باشند؛ آمدنشان همچون ابرهای پاییزی است (با حرکات تند می‌آیند و به سرعت جمع می‌شوند).



سید محمد حسین راجی - اندیشکده راهبردی شعراء

انتخابات غیر اختیاری است؟!

- گفت: در جمهوری اسلامی مردم حتی در انتخابات هم هیچ اختیاری ندارند و افراد از قبل مشخص شده‌اند.
- گفتم: در جمهوری اسلامی، به دلایل بسیاری، انتخابات در سلامت کامل برگزار می‌شود که به نمونه‌هایی اشاره می‌شود:
- ♦ اگر انتخابات سالم نبود، آیا منطقی بود عالی‌ترین مقامات که از وضعیت انتخابات مطلع‌اند، خودشان را چندین بار در معرض رأی مردم قرار دهند و با وجود رأی نیاوردن در یک انتخابات، در انتخابات‌های بعدی نیز ثبت‌نام کنند؟

در حالی که او تنها ۷۱٪ درصد بیشتر از حد نصاب رأی آورد و اگر نظام اهل تقلب بود، به راحتی و فقط با ابطال چند صندوق، انتخابات را به دور دوم می‌کشاند؛ اما از رأی مردم کوتاه نیامد.

♦ اگر انتخاب نظام از ابتدا مشخص بود، چرا رسانه‌های معاند در حمایت از یک نامزد خاص هزینه می‌کنند؟ آیا آن‌ها متوجه این مسئله نشده‌اند که نظام خودش انتخاب می‌کند که این همه هزینه نکنند؟!

♦ در انتخابات‌های قبل، دشمنان و شبکه‌های بیگانه به طور جدی به حمایت از نامزدهای غرب‌گرا می‌پرداختند و از مردم می‌خواستند به آن‌ها رأی بدهند؛ در سال ۸۸ حمایت خارجی‌ها از آقای میرحسین موسوی یا در انتخابات مجلس سال ۹۴ پشتیبانی BBC و... از «لیست امید» یا در انتخابات ۹۶ حمایت صبح انتخابات آمدنیوز از آقای روحانی و درخواست رأی

♦ یکی از مهم‌ترین نمونه‌های سلامت انتخابات، رأی آوردن افراد در دولتی مخالف تفکرات خودشان است، مثل رأی آوردن آقای احمدی‌نژاد در دولت آقای خاتمی، و رأی آوردن آقای روحانی در دولت آقای احمدی‌نژاد. تاریخ شاهد است که نظرسنجی‌ها و رسانه‌های داخلی و حتی خارجی، گزینه دیگری با عنوان «انتخاب نظام» را معرفی می‌کردند، اما در نهایت شخصی کاملاً متفاوت و مخالف آن جریان رأی می‌آورد.

می‌گفتند نظر نظام آقای ناطق نوری است؛ اما در نهایت آقای خاتمی رئیس‌جمهور شد. یا در سال ۹۲ می‌گفتند نظام آقایان جلیلی یا قالیباف را از صندوق درمی‌آورد؛ اما در نهایت آقای روحانی رئیس‌جمهور شد.

در سال ۹۲ که دائم القا می‌شد «رئیس‌جمهور از قبل مشخص شده و قطعاً آقای روحانی رأی نخواهد آورد»؛ اما آقای روحانی رئیس‌جمهور شد؛

رأی، از ابتدا تا انتهای فرایند رأی‌گیری و شمارش، یک نماینده داشته باشد. در چنین شرایطی، کوچک‌ترین تغییری به راحتی قابل تشخیص و پیگیری و اثبات است. همچنین اغلب مجریان انتخابات معتمدان مردم و از قشرهای مختلف مردم‌اند و از همین روی گروه‌های مختلف در این فرایند شرکت دارند و ناظر یکدیگرند.

دادن به او. اگر نتیجه انتخابات از قبل مشخص باشد، آیا هیچ‌کدام از این سیاست‌مداران و غول‌های رسانه‌ای این موضوع را نمی‌دانند که وارد عرصه تبلیغ می‌شوند و وقت و آبرو و هزینه خود را خرج می‌کنند؟ فرایند انتخابات در ایران به گونه‌ای است که امکان تقلب وجود ندارد. مثلاً هر نامزد می‌تواند در پای هر صندوق

پی‌نوشت

۷۱.۱ صدم درصد، یعنی از یک درصد هم کمتر.

انتخابات



همراهان ۱۱

پاک از زشتی‌ها

محمدحسن خدای - دانش‌آموخته حوزه علمیه

جنس شادی ایرانیان در روز پنجم شعبان، در میلاد باسعادت زین العابدین حضرت سجاد علیه السلام، با دیگر شیعیان متفاوت است؛ زیرا نسبت ایرانی این امام همام را مایه افتخار و مباهات ایران و ایرانی می‌دانند. حضرت شهربانو علیها السلام، مادر ایرانی امام سجاد علیه السلام، نه تنها افتخار و موجب بالندگی ایرانیان است، بلکه الگو برای تمام زنان جهان است. ایشان آن قدر پاک و شایسته بود که لیاقت همسری و همراهی ارباب دو عالم، اباعبدالله الحسین علیه السلام، را پیدا کرد و صلاحیت مادری امام معصوم را که نسل امامان از او ادامه یافتند،

دارا شد. چه موهبت فوق‌العاده‌ای است که شایسته باشی نور خدا را حمل کنی و دامانت خاستگاه بهترین انسان‌ها، حجت خدا روی زمین، زینت عبادت‌کنندگان و سیدالسادین علیهم السلام باشد. بر ماست که از زندگی حضرت شهربانو علیها السلام بگوئیم و ایشان را بشناسیم و بشناسانیم تا او را الگوی خویش در

شئون فردی و اجتماعی قرار دهیم. محدثان و مورخان برای او نام های فراوانی ذکر کرده اند: شهربانو؛ شاه زنان؛ جهان بانو؛ حرار؛ غزاله و...^۱ علامه مجلسی رحمۃ اللہ علیہ می گوید: «نام مادر امام سجاد علیه السلام بنا بر نظر مشهور، شهربانو، دختر یزدجرد بن شهریار، پادشاه عجم است.»^۲ همچنین در صحیفه فاطمی که نام همه امامان و مادرانشان آمده، نام مادر امام چهارم «شهربانو» ذکر شده است.^۳ یوسف بن حاتم شامی می گوید:

«مادر امام سجاد علیه السلام، دختر یزدجرد، دارای نسب معروف و بهترین زن عصر خود بود.»^۴

رسول خدا صلی اللہ علیہ و آلہ و سلم؛ خواستگار شهربانو علیہا السلام

از شهربانو علیہا السلام نقل شده است: «قبل از آمدن لشکر اسلام، در خواب دیدم حضرت رسول صلی اللہ علیہ و آلہ و سلم و امام حسین علیه السلام داخل خانه ما شدند و رسول خدا صلی اللہ علیہ و آلہ و سلم مرا برای امام حسین علیه السلام خواستگاری کرد و پدرم مرا به ازدواج او درآورد. شب بعد، حضرت

زهرا علیہا السلام را در خواب دیدم که نزد من آمد و اسلام را بر من عرضه کرد و من در خواب به دست آن حضرت مسلمان شدم. سپس فرمود: «لشکر مسلمانان به زودی بر پدر تو چیره خواهند شد و تو را به اسیری می گیرند و به زودی به فرزندم می رسی و خدا نخواهد گذاشت که کسی دست به تو رساند تا آنکه به فرزندم برسی.» خدا مرا حفظ کرد که هیچ کس به من دست نزنند تا آنکه مرا به مدینه آوردند.»^۵



سهل بن قاسم نوشجانی می‌گوید: «حضرت

رضا علیه السلام به من فرمود: «می‌دانی بین من و

شما یک نسبت برقرار است؟» عرض کردم:

«ای امیر، آن نسبت چیست؟» امام فرمود:

«عبدالله بن عامر بن کریم خراسان را فتح کرد

و دو دختر یزدجرد بن شهریار، پادشاه عجم،

را به اسیری گرفت و نزد عثمان بن عفان

فرستاد. عثمان یکی از آنان را به حسن علیه السلام

و دیگری را به حسین علیه السلام بخشید.»^۸

با بررسی دیدگاه‌ها و روایت‌ها در این زمینه

می‌توان گفت روایت شیخ صدوق در «عیون

اخبارالرضا علیه السلام» که اسارت را در زمان عثمان

دانسته صحیح‌تر است؛ زیرا فتح خراسان

در سال سی هجری، سال ششم خلافت

عثمان، بوده و در همین سال یزدجرد

در مرو به قتل رسید.^۹ علامه مجلسی رحمه الله

در بحارالأنوار نظر نهایی خود را این چنین

می‌نویسد: خبر (عیون اخبارالرضا علیه السلام)

به صحت نزدیک‌تر است؛ زیرا فرزندان

یزدجرد پس از مرگ وی اسیر شدند و مرگ

حقیقت ماجرای شهربانو علیه السلام میان اقوال تاریخی

راجع به جریان راهیابی این بانو به مدینه

و ازدواجش با امام حسین علیه السلام در تاریخ

سه قول وجود دارد:

قول اول) ورود او به مدینه در زمان خلافت

امیرالمؤمنین علیه السلام است که نزد علما اعتبار

ندارد؛ زیرا با هیچ‌یک از روایت‌ها، نقل‌های

گذشته و رویدادهای مربوط به تاریخ ایران

و عرب مطابقت ندارد.^۶

قول دوم) ورود او به مدینه در زمان

خلافت عمر است؛ به این صورت که

طبق سفارش امیرالمؤمنین علیه السلام، عمر به

شهربانو حق انتخاب همسر می‌دهد و

امیرالمؤمنین علیه السلام از او سؤال می‌کند. او

دومرتبه متوالی امام حسین علیه السلام را انتخاب

می‌کند و امیرالمؤمنین علیه السلام وکیل می‌شود

و حذیفه خطبه عقد را جاری می‌کند.^۷

قول سوم) شیخ صدوق در «عیون

اخبارالرضا علیه السلام» روایت می‌کند که ورود او

به مدینه در زمان خلافت عثمان است.

آورد.^{۱۱} اعراب ازدواج با کنیزان و غیر عرب را برای خود ننگ می دانستند. ازدواج امام حسین با شهربانو علیها السلام تأثیر سازنده ای در از بین بردن این تعصبات خشک و بی روح داشت.

امام علی علیه السلام درباره او فرمود: «هی اُمُّ الْأَوْصِيَاءِ الذَّرِيَّةِ الطَّيِّبَةِ»^{۱۲} او مادر اوصیایا ذریه پاک است.» همچنین امیرالمؤمنین علیه السلام او را به لقب «مریم» مفتخر ساخت؛ زیرا مانند مریم فرزند زاهد و عابدی داشت. و او را ملقب به «فاطمه» کرد؛ زیرا او از زشتی ها پاک بود.^{۱۳}

او در زمان عثمان بوده است. از طرفی، بودن ازدواج در زمان عمر و عدم تولد فرزند تا بیست سال که زین العابدین علیه السلام به دنیا بیاید بعید است.^{۱۰}

سفارش امام علی علیه السلام به فرزندش

امیرالمؤمنین به امام حسین علیه السلام فرمود: فرزندانم، حرمت این زن را نگه دار و از او محافظت کن و به او نیکی کن؛ زیرا به زودی بهترین فرد زمانش را بعد از تو - که سید عرب و عجم خواهد شد - به دنیا خواهد

پی نوشت

۱. ر.ک: الإرشاد، محمدبن محمد بن نعمان (شیخ مفید)، ترجمه محمدباقر ساعدی، انتشارات علمیة اسلامیة، تهران، ۱۳۸۰.
۲. جلاء العیون، محمدباقر مجلسی، انتشارات سرو، قم، ۱۳۹۲ش، ص ۸۳۱.
۳. ملحات احقاق الحق، نورالله تستری، انتشارات کتابخانه آیت الله العظمی مرعشی نجفی، قم، ص ۱۷.
۴. الدر النظیم، یوسف بن حاتم شامی، انتشارات جامعه مدرسین، قم، ۱۴۲۰ق، ص ۸۱.
۵. بحار الأنوار، محمدباقر مجلسی، انتشارات دارالکتب الإسلامیة، تهران، ج ۴۶، ص ۱۱.
۶. همان، ص ۱۲.
۷. همان، ص ۱۵.
۸. عیون اخبار الرضا علیه السلام، محمدبن علی بن بابویه (شیخ صدوق)، انتشارات علمیة اسلامیة، تهران، ص ۳۶۹.
۹. الإمام زین العابدین علیه السلام، عبدالرزاق مرقم، انتشارات دارالاسلامیة، بیروت، ص ۱۲.
۱۰. بحار الأنوار، محمدباقر مجلسی، ج ۴۶، ص ۱۰.
۱۱. الخراج والجرایح، قطب الدین راوندی، ترجمه غلامحسن محرمی، انتشارات دفتر انتشارات اسلامی، قم، ص ۵۲۹.
۱۲. بحار الأنوار، محمدباقر مجلسی، ج ۴۶، ص ۱۱.
۱۳. مناقب آل ابی طالب علیهم السلام، ابن شهر آشوب مازندرانی، انتشارات ذوی القربی، قم، ج ۴، ص ۱۹.



حاج آقای مشکل‌گشا ۱۲

محمدحسن شهبازی - دانش پژوه سطح ۳ تخصصی تبلیغ

مهمانی خدا یا مهمانی عمو ابراهیم؟!

تعجب کردیم که مگر در ایام عید مناسبی خاص دیگری هم هست! ایشان تقویم را به ما نشان دادند که امسال کل ایام عید ماه مبارک رمضان است. علی اصغر با همان شیرین‌زبانی همیشگی‌اش گفت: «بابا، ایام تبلیغیه. برای شما هم واجبیه بمونید تبلیغ کنید و هم روزه بگیرید. من و اون‌هایی که توی منزل به سن تکلیف نرسیده‌یم، با مامان می‌ریم منزل عمو. هم صلح‌رحم به جا

کلی برنامه‌ریزی کردیم که برای ایام عید نوروز به منزل عمو ابراهیم برویم. تمام هزینه‌های سفر و زمان رفت و برگشت را مشخص کردیم. برنامه‌ها را دادیم به مامان که به بابا بدهد؛ ولی اصلاً حواسمان به تقویم ماه قمری نبود. به محض اینکه پدر زمان حرکت برای سفر را دید، لبخندی زد و گفت: «به تقویم هم نگاه کردین یا شوق سفر اجازه نداد؟»

اُوردیم و هم واجب نبوده که روزه بگیریم. مامان هم حواسش به ما هست.»

تا این را گفت، همه خندیدند؛ عده‌ای به خاطر شیرین‌زبانی، عده‌ای هم که انگار دلشان نمی‌خواست سفر ایام عید را، آن‌هم منزل عمو، از دست بدهند.

حالا واقعاً بحث مسافرت و ایام ماه مبارک را چطور با همدیگر جمع کنیم؟ اعضای خانواده هرکسی پیشنهادی کرد. حسین که تازه طلبه شده بود گفت: «باباجان! خب صلہ رحم که واجبه و از طرفی سفر توی ایام ماه مبارک که حرام نیست. اشکالی داره که تو این ایام صلہ رحم به جایباریم؟ چون تنها تعطیلی من فقط همین‌ه؛ بعدش کلاس‌هامون شروع می‌شه. تازه، توی تابستون هم یه دورهٔ دوماهه از طرف حوزه باید بریم مشهد.» دیگری گفت: «اصلاً می‌ریم خونهٔ عمو، قصد ده‌روزه می‌کنیم که به روزه‌مون هم لطمه‌ای نخوره.»^۲

فاطمه گفت: «خب این جور که در طول روز نه می‌تونیم از باغ عمو میوه بخوریم، نه بازی کنیم. تازه، اگه برای عید نریم، چاغال‌ها رو که فقط توی همین ایام هست، از دست می‌دیم.»

مامان گفت: «حاج‌آقا، واقعاً با این معضل چه کنیم؟ از یه طرف، تقریباً تنها تعطیلی توی سال برای بعضی اعضای خانواده همین ایامه و از طرفی ماه مبارکه و مشغلهٔ بسیار شما. رضا و فاطمه هم روزه‌اولی هستن. بچه‌ها هم دوست ندارن حس و حال خوب این ایام و اون فضای کاملاً متفاوتی رو که با ایام دیگهٔ سال داره، از دست بدن. و از طرفی، خب سفر بدون حاج‌آقا اصلاً به هیچ‌کی از اهل منزل خوش نمی‌گذره. تا حالا بدون شما سفری نرفته‌یم.»

حاج‌آقا کمی فکر کرد و گفت: «چند روزی فرصت بدین تا پاسخش رو بگم.»

تقریباً دو روزی هیچ خبری نشد و حاج‌آقا هم چیزی نمی‌گفت. همه منتظر جواب

روایات و آیات، با توضیح مختصری به زبان کودک و نوجوان دربارهٔ روزه و ماه مبارک رمضان. البته روایات دیگری از تفریح کردن و صلہ رحم هم بود، حتی احکام هرکدام از آن‌ها. یک هفته کار ما شده بود بازی کردن و مطالعهٔ آن‌ها با

بودند. یک روز، با کمال تعجب، مامان تنهایی تصمیم گرفت همه را ببرد بازار برای خرید. حدس زدیم تصمیم مامان با حاج آقا این شده که برویم سفر و به خاطر همین داریم می‌رویم برای عیدمان خرید کنیم.

برای همه خرید کردیم. همان بیرون شام خوردیم و تقریباً تا دیروقت طول کشید و شب خسته شدیم و بدون توجه به چیزی، رفتیم که استراحت کنیم.

فردا صبح، وقتی بیدار شدیم، واقعاً احساس کردیم که خانهٔ خودمان نیستیم؛ با صحنه‌ای روبه‌رو شدیم که هم خوشحال بودیم و هم متعجب: تمام دیوارهای خانه پر بود از کاغذهای رنگی با برش‌های زیبایی از پرده‌ها و شکل‌های زیبای دیگر و بادکنک‌هایی که به دیوار زده شده بود، طوری که محمدصادق سه‌ساله دستش نرسد آن‌ها را بکند.

جالب‌تر از همه‌اش این بود که روی تمام کاغذها و بادکنک‌ها پر بود از



تمام سال رمضان باشد.»
توضیحات حاج آقا: خودتان تصمیم
بگیرید که بیست روز تفریح یا یک ماهی
که از یک سال ارزشش بیشتر است! و
کلی آیات و روایات دیگر.

یکی از بازی‌هایمان این بود که مثلاً بابا
از ما سؤال می‌کرد: «روایت ماه میهمانی
خداوند کجاست؟»

ما باید کل اتاق‌ها و خانه را می‌گشتیم تا
روایت یا آیه‌ای را که روی بادکنک یا کاغذها
نوشته شده، پیدا کنیم و بنویسیم و به بابا
بدهیم. هرکسی زودتر انجام می‌داد، برنده
بود و جایزه می‌گرفت.

درباره احکام ماه مبارک رمضان هم در
اتاق‌ها و در لابه‌لای احادیث روی دیوار
مطالبی گذاشته بود؛ ولی سؤالاتی بدون
جواب که باید خودمان از مامان یا
بزرگ‌ترها می‌پرسیدیم یا از رساله عملیه
پیدا می‌کردیم.

یکی از آن سؤالات این بود:

آن کاغذها و بادکنک‌های نوشته‌شده
روی دیوارهای خانه. بعضی از روایاتی که
روی کاغذها برای ما از اهمیت ماه مبارک
رمضان نوشته شده بود این بود:

پیامبر گرامی اسلام صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمودند: «شَهْرُ
رَمَضَانَ شَهْرُ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ وَهُوَ شَهْرٌ يُصَاعِفُ
اللَّهَ فِيهِ الْحَسَنَاتِ وَيَنْخُوحُ فِيهِ السَّيِّئَاتِ وَهُوَ
شَهْرُ الْبِرِّكَهٖ»^۳ ماه رمضان ماه خداست و آن

ماهی است که خداوند در آن حسنات را
می‌افزاید و گناهان را پاک می‌کند و آن ماه
برکت است.»

حاج آقا در توضیحاتش نوشته بود که
خودتان تصمیم بگیرید که ایام عید
می‌خواهید به مهمانی خداوند بروید یا
مهمانی عمو ابراهیم!

یا روایت دیگری که نوشته بود پیامبر
اسلام صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمودند: «لَوْ يَعْلَمُ الْعَبْدُ مَا فِي
رَمَضَانَ لَوَدَّ أَنْ يَكُونَ رَمَضَانَ السَّنَةَ»^۴ اگر بنده
می‌دانست که در ماه رمضان چیست
[چه برکتی هست]، دوست می‌داشت

◆ شب تا صبح نخوابیده بود تا این‌ها را تزئین کند که برای همه ما جذاب باشد؛
◆ در طول یک هفته خودمان انتخاب کردیم که بمانیم، نه با امرونه‌ی اجباری یک‌طرفه. و این باعث شد که با شوق و ذوق بیشتری ماه رمضان امسال را روزه بگیریم. ماه مبارک رمضان امسال تفاوتی با سایر ماه‌ها داشت: از قبل هم اطلاعاتی به دست آوردیم و هم اهمیت این ماه را فهمیدیم و هم کلی روایت و آیه یاد گرفتیم.

ادامه دارد...

من بر اثر ضعف جسمانی، از ابتدای سن بلوغ تا دوازده سالگی روزه نگرفته‌ام. در حال حاضر چه تکلیفی دارم؟^۵
یا این سؤال که حسین جوابش را از رساله عملیه پیدا کرد و بابا جایزه خوبی به او داد: آیا مسافرت عمدی در ماه رمضان به قصد افطار و فرار از روزه گرفتن، جایز است؟^۶
جواب این را خودم با کمک مامان پیدا کردم. و ده‌ها سؤال دیگر.
واقعاً حاج آقا بهترین پدر برای ماست؛ چون
◆ دو روز تمام وقت گذاشته بود و با هماهنگی مامان این‌ها را طراحی کرده بود؛

پی‌نوشت

۱. حاج آقا صالح پرور.
۲. توضیح المسائل مراجع (۱۳ مرجع)، سید محمد حسن بنی‌هاشمی خمینی، دفتر انتشارات اسلامی جامعه مدرسین، قم، زمستان ۱۳۸۶، ج ۱، ص ۹۵۱، مسئله ۱۷۱۶.
۳. بحار الأنوار، محمدباقر مجلسی، انتشارات دار احیاء التراث العربی، بیروت، ۱۴۰۳، ج ۹۳، ص ۳۴۰.
۴. همان، ص ۳۴۶.
۵. جواب: اگر روزه ماه رمضان را از روی عمد و بدون عذر شرعی افطار کرده، باید علاوه بر قضای آن، کفاره هم بدهد؛ اما اگر به‌گفته پزشک متخصص یا از منشأ عقلایی دیگر، خوف از ضرر پیدا کند و روزه نگیرد، فقط قضای آن روزه واجب است (توضیح المسائل مراجع (۱۳ مرجع)، سید محمد حسن بنی‌هاشمی خمینی، ج ۱، ص ۹۸۳، سؤال ۸۲۲ و ۸۲۳).
۶. جواب: مسافرت در ماه رمضان جایز است؛ اما اگر به قصد فرار از روزه گرفتن باشد کراهت دارد (همان، ص ۹۵۱، مسئله ۱۷۱۵).

خانواده‌های جور و اجور

زهرا استادجلیلی - دانش آموخته سطح ۲ جامعه الزهراء

یادداشت به بیان انواع خانواده‌ها و نقش آن‌ها در تربیت می‌پردازیم: خانواده‌ها را در یک تقسیم کلی می‌توان به سه گروه: **سهل‌گیر**، **سخت‌گیر** و **مقتدر** دسته‌بندی کرد.

① خانواده‌های سهل‌گیر

از ویژگی‌های خانواده‌های سهل‌گیر، بی‌توجهی به آموزش رفتارهای اجتماعی

همه ما اولین چیزها را در خانواده یاد می‌گیریم. عشق، احترام، مسئولیت، قدرت و... همه در کودکی و در خانواده شکل می‌گیرند. کودک از هنگام تولد تا سالیانی چند، فقط با **خانواده** در ارتباط است و این ارتباط نزدیک و پیوسته، نقش بسیار مؤثری در سازندگی شخصیت و رفتار وی دارد. بنابراین خانواده در تربیت فرزند، نقش مهمی را ایفا می‌کند. در این

همیشه با مشکلات اخلاقی و اجتماعی روبرو می‌شوند.^۱

هنگامی که امام سجاد علیه السلام دیدند نوجوانی به هنگام حرکت به پدرش تکیه کرده است، خشم و نارضایتی خود را از چنین رفتاری - که بیانگراز خودراضی بودن واتکای بیش از حد نوجوان به پدر بود - آشکار کردند.^۲ در این نمونه، شاید رفتار پدر با کودک، بسیار سهل‌آباد بود و او بی‌توجه به آداب و رسوم اجتماعی بزرگ شده است. امام حسن عسکری علیه السلام می‌فرماید: «جُزَاءُ الْوَالِدِ عَلَى وَالِدِهِ فِي صَغَرِهِ تَدْعُو إِلَى الْعُقُوقِ فِي كِبَرِهِ»^۳ جرئت و جسارت فرزند در دوران کودکی نسبت به پدر، عاق شدن او را در بزرگسالی به دنبال خواهد داشت.»

۲ خانواده‌های سخت‌گیر

در خانواده‌های سخت‌گیر، والدین خواهان اجرای بی‌چون و چرای دستورهای

است. در این‌گونه خانواده‌ها به‌طور کلی، قوانین بسیار محدودی وجود دارد و چندان به اجرای قوانین و آداب و رسوم اجتماعی پایبند نیستند و هرکسی هر کاری بخواهد، می‌تواند انجام دهد و دخالت در کارهای یکدیگر معنا دارد؛ زیرا در این خانواده‌ها به تعداد افراد خانواده، حتی در مسائل جزئی و روزمره مانند نوع غذا، نظر وجود دارد. هرچند فرزندان خانواده‌های سهل‌گیر استقلال فکری و عملی دارند؛ اما به سبب هرج و مرج، نوعی تزلزل روحی در این‌گونه خانواده‌ها دیده می‌شود؛ زیرا هرکسی به منافع خود توجه دارد، نه به منافع عمومی خانواده، و همین تزلزل باعث بی‌قیدی فرزندان می‌شود، به‌گونه‌ای که آنان احساس مسئولیت در برابر زندگی را از دست می‌دهند. در نتیجه، این فرزندان توانایی زندگی اجتماعی را ندارند و در جامعه بزرگ‌تر،

بیشوایان اسلام، الگوی رفتاری همراه با سخت‌گیری و اعمال قدرت را نادرست دانسته‌اند. امیرمؤمنان علی علیه السلام در مورد شیوهٔ صحیح تربیت و رفتار با فرزندان می‌فرمایند: «**لَا تَقْسِرُوا أَوْلَادَكُمْ عَلَى آدَابِكُمْ، فَآتَهُمْ مَخْلُوقُونَ لِمَآنٍ غَيْرِ زَمَانِكُمْ**»؛ آداب و رسوم خود را بر فرزندان تا به زور تحمیل نکنید؛ زیرا آن‌ها برای زمانی غیر از زمان شما خلق شده‌اند.»

۳ خانواده‌های مقتدر

در خانواده‌های مقتدر فرزند به استقلال و آزادی فکری تشویق می‌شود؛ ولی در عین حال والدین بر فرزندان نوعی محدودیت و کنترل اعمال می‌کنند. در این خانواده‌ها اظهارنظر و ارتباط کلامی وسیعی در تبادل فرزند و والدین وجود دارد و گرمی، صمیمیت و محبت به فرزند در آن، در سطح بالایی است.^۶ از ویژگی‌های این خانواده‌ها، انضباط

خود هستند و لزومی برای بیان دلیل نمی‌بینند. فرزندان این‌گونه خانواده‌ها کم‌تر به خودمتمکی‌اند، خلاقیت کمی دارند و کنج‌کاو نیستند. در مسائل اخلاقی، عاطفی و ذهنی نیز انعطاف‌پذیرند و زود تحت تأثیر دیگران قرار می‌گیرند.

رفتارهای سخت‌گیرانهٔ والدین نسبت به فرزندان پسر در درازمدت نتایج منفی بیشتری بر جای می‌گذارد. توانایی شناختی و اجتماعی پسران والدین مستبد در سطحی پایین و عملکرد تحصیلی و فکری آن‌ها نسبتاً ضعیف‌تر است و در روابط آنان با همسالانشان، حس ابتکار، رهبری و اتکای به نفس کمتر دیده می‌شود. این فرزندان از پذیرفتن مسئولیت خودداری می‌کنند و به‌طور کلی به بزرگسالان بدبین هستند. برخی از اینان در سنین نوجوانی، بیش‌تر اوقات خود را با همسالان به ولگردی و پرسه زدن در خیابان‌ها می‌گذرانند.^۴

همراه با رفتار خودمختارانه است. والدین هرگاه فرزند را از چیزی منع کنند یا از وی انتظاری ویژه داشته باشند، برای او مسئله را به خوبی تبیین می‌کنند و دلیل آن را بیان می‌کنند. در چنین خانواده‌هایی تقسیم‌کار وجود دارد، به طوری که هر یک از اعضا مسئولیتی را بر عهده می‌گیرد و در تصمیم‌گیری‌ها، تقسیم درآمد‌ها، رفت‌وآمدها، روش زندگی و دیگر مسائل، بر اساس مشورت و پیروی از مبنای عقلی و مصلحت‌اندیشی رفتار می‌کنند.^۶ به گناه و گردنکشی وادار نکنند.^۸

پی‌نوشت

۱. روانشناسی رشد (۲)، حسن احدی و نیک چهره محسنی، مفاهیم بنیادی در روانشناسی نوجوانی و جوانی، انتشارات بنیاد، تهران، ۱۳۷۱ش، ص ۸۷۱.
۲. گفتار فلسفی «کودک از نظر وراثت و تربیت»، محمدتقی فلسفی، انتشارات دفتر نشر فرهنگ اسلامی، تهران، ۱۳۹۴ش، ج ۲، ص ۲۶۷.
۳. بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار عليهم السلام، محمدباقر مجلسی، انتشارات دار احیاء التراث العربی، بیروت، چاپ دوم، ۱۴۰۳ق، ج ۷۵، ص ۳۷۴.
۴. روانشناسی رشد (۲)، ص ۸۷۴.
۵. شرح نهج البلاغة، عبدالحمید بن هبة الله ابن ابی الحدید، کتابخانه آیت‌الله مرعشی نجفی، قم، چاپ اول، ۱۴۰۴ق، ج ۲، ص ۲۶۷.
۶. روانشناسی رشد (۲)، ص ۸۷۵.
۷. همان.
۸. الکافی، محمد بن یعقوب کلینی، دار الأضواء، بیروت، ۱۴۰۵ق، ج ۶، ص ۵۰.

مؤسسه فرهنگی هنری مازنه

الهام علانی

دانش پژوه سطح ۳ حوزه علمیه

فجازی و پر خاشگری

رابطه گوشی هوشمند و پر خاشگری کودکان

دایی جون، ما دیگه داریم می‌ریما!
همین که دستش را گرفت که بلندش
کند، منفجر شد. فریاد زد: «بابا! چقدر
بیله‌اید! گفتم می‌آم دیگه. حُلْم کردید.
اصلاً نمی‌خوام پیام!»

از اول مهمانی از همه حرف شنیدیم.
چشم‌غره‌هایمان هم کارگر نشد. حالا
هم که با این رفتارش باقی آبرویمان را

تنها در اتاق بود و همه بچه‌ها مشغول
بازی. هرآزگاهی صدایش می‌کردند و او
نشنیده می‌گرفت. آمده‌اند دنبالش.

بیا دیگه!

باشه، برو می‌آم.

چند دقیقه گذشت؛ اما هنوز در اتاق
بود. این بار با دایی‌اش آمدند.

پس چرانی‌آی؟ ول کن اون‌و! بیا دیگه!

کمی نیست. حتی خدای رحمان هم خطاب به پیامبرش ﷺ فرموده است: «اگر خشن و سنگ دل بودی، مردم از اطرافت پراکنده می شدند.»^۳

حق دارید نگران و سردرگم باشید. باید تا دیر نشده و این رفتار عادت و خُلُقش نشده، چاره‌ای جُست. اما چطور؟ حتماً می‌دانید بهترین راه حل هر مشکلی پیدا کردن ریشه آن است. پس همیشه لازم نیست در این شرایط به نزد کارشناس و مشاور مذهبی و اخلاقی یا روان‌شناس و مشاور کودک بروید. علتش را در اطراف خود بجویید. یک سؤال ساده ولی کلیدی: آیا در خانه شما هم موبایل یک وسیله دم‌دستی است که به آسانی و بدون محدودیت در دسترس بچه‌هاست؟

اگر آری، علت را یافته‌اید. همین تلفن همراهی که با خیال راحت در اختیار بچه‌هایمان گذاشته‌ایم و ابزارهای هوشمند دیگر و فضای مجازی،

بردا. حتماً برای شما هم پیش آمده! نه؟ کودک شما هم کم‌حوصله شده و زود از کوره درمی‌رود؟ نکند شما هم بارها از حرف‌ها و رفتارهایش عصبانی شده‌اید و با تعجب نگاهش کرده‌اید! شاید حتی بارها به خاطر پرخاشگری‌هایش سرزنش هم شده باشید.

حتماً خیلی نگران و ناراحتید؛ چون پرخاشگری و تندخویی از رفتارهای ناپسند است. آخر، چه کسی راضی می‌شود دلبندش آتشی بی‌فروزد و در آن بسوزد؟! به خصوص اگر کلام امیرالمؤمنین علیه السلام را شنیده باشد که «غضب آتش افروخته است. کسی که این آتش را مهار کند، از سوخت و سوز مصون است و اگر رهایش کند، اولین چیزی که می‌سوزد خود اوست.»^۴ بماند که کمترین نتیجه پرخاشگری و تندخویی از دست دادن دوستان و اطرافیان و تنهاماندن است. چیز

به دستش می‌دهیم و به او می‌آموزیم چطور آن را به‌طور صحیح و بدون خطر در دست بگیرد که آسیب نبیند؛ چون می‌دانیم بالاخره حتماً لازم می‌شود که او هم از آن‌ها استفاده کند.

نکته درست همین جاست: چون با این ابزار و آسیب‌هایش آشناییم، مراقبیم و آن‌ها را چشم‌بسته و بدون آموزش و هشدار در اختیار کودکانمان نمی‌گذاریم. اما متأسفانه درمورد ابزارهای هوشمند معمولاً این‌طور عمل نمی‌کنیم.^۴ انگار سرعت پیشرفت فناوری و آسانی استفادهٔ عمومی از آن‌ها باعث شده بی‌خطر تصورشان کنیم!

می‌توانند موجب پرخاشگری کودکانمان شوند. چون احتمالاً باورتان نمی‌شود، توضیح می‌دهم:

تیغ‌دولبهٔ هوشمند

ابزارهای هوشمند، از جمله تلفن همراه، مانند اکثر وسایل دیگر، هم فوایدی دارند و هم خطرهای و آسیب‌هایی. حتماً برایمان پیش آمده که به کودکمان که در یک قدمی تلویزیون غرق تماشای کارتون است بگوییم: «بیا عقب‌تر! چشم‌هایت آسیب می‌بیند.» یا در سنین پایین، وقتی به چاقو نزدیک می‌شود، جلوش را می‌گیریم. اما کمی بعدتر، خودمان چاقو



طولانی مدت از این ابزار با ایجاد آثار نامطلوب روی بخش پیشین مغز باعث کاهش آستانه تحمل کودک و قدرت خودکنترلی^۶ و تصمیم گیری او می شود^۷ و در رویارویی با اتفاقات ناخوشایند نمی تواند احساسات خود را مدیریت کند و رفتار درست را تشخیص بدهد و به راحتی در دام پرخاشگری می افتد.

به علاوه، تحقیقات پژوهشگران نشان می دهد که این نوع استفاده افراطی

خوشبختانه دنیای علم از شناخت و بررسی ابزارهای هوشمند غافل نمانده و کارشناسان و محققان زیادی این ابزارها را از منظر علوم مختلف بررسی و قوت ها و ضعف هایش را بیان می کنند. از نظر آن ها، این ابزارها به دلایل متعددی می توانند موجب پرخاشگری در کودکان شوند که از میان آن ها ما به ارتباط استفاده طولانی مدت از تلفن همراه و وابستگی به آن با پرخاشگری (آن هم بدون در نظر گرفتن نوع محتوا) می پردازیم.

استفاده طولانی مدت از تلفن همراه؛ وابستگی

وپرخاشگری

زیاده روی همیشه در دسرساز است. اگر استفاده از تلفن همراه و ابزارهای هوشمند طولانی باشد، منجر به آسیب های متفاوت جسمی، روحی و رفتاری، از جمله پرخاشگری می شود.^۵ متخصصان معتقدند استفاده



و پیوسته، علاوه بر وابستگی شدید، موجب مشکلات رفتاری درونی‌سازی و بیرونی‌سازی و مهارت‌های زبانی و عملکرد تحصیلی کودکان و افزایش مشکلات بیرونی مثل پرخاشگری و مشکلات درونی مثل اضطراب و به‌خصوص افسردگی می‌شود.^۸

جذابیت و تنوع کار با تلفن همراه و دیگر ابزارهای هوشمند بر کسی پوشیده نیست. وقتی این ابزارها می‌توانند بزرگ‌ترها را سرگرم سازند، صدالبته که بچه‌ها را بیشتر مجذوب خود می‌کنند. حال اگر به این جذابیت، کمبودهای زندگی امروزی مثل کوچکی خانه‌ها و تک‌فرزندی و تنهایی بچه‌ها را هم اضافه کنیم، قطعاً به آن‌ها حق می‌دهیم که بخواهند بیشتر و بیشتر با این وسیله سرگرم شوند. هرچه استفاده از این ابزار بیشتر شود، بچه‌ها بیشتر به آن عادت می‌کنند و وابسته‌تر می‌شوند؛ آن قدر

که بیشتر روزشان را با آن پر می‌کنند و کم‌کم به جایی می‌رسند که به‌سختی می‌توانند بدون آن سرگرم و سرحال باشند و بدتر اینکه، اصلاً دیگر به‌سختی می‌شود آن‌ها را از این ابزار جدا کرد. این وابستگی خودش را هنگامی بیشتر نشان می‌دهد که وقتی کودکان را که با این ابزارها سرگرم است صدا می‌زنید، بار اول با بی‌توجهی او و در دفعات بعد با فریادش مواجه می‌شوید. کمی که بگذرد، می‌بینید این صدای بلند و لحن تند او، به رفتارش با دیگران هم سرایت کرده و او به بد رفتاری و پرخاشگری معروف شده است.

محققان هم ضمن تأیید این مسئله ثابت کرده‌اند که وابستگی به تلفن همراه و... آسیب‌هایی مانند اعتیاد به آن‌ها، اهمال‌کاری همراه با اضطراب، افسردگی و کاهش عزت‌نفس و درنهایت بروز خشم و پرخاشگری را به دنبال دارد.^۹

چه باید کرد؟

- ▶ حتی الامکان تا قبل از رسیدن به سن مناسب، برای بچه‌ها گوشی شخصی تهیه نشود.
- ▶ شب‌ها استفاده از این ابزار ممنوع شود.
- ▶ همه اعضای خانواده به قانون‌ها عمل کنند. برای سرپیچی از قانون‌ها جریمه‌های متناسب، مثل کاهش استفاده، تعیین شود.



اکنون که با این علت عمده و البته ساده آشنا شدیم، نگرانی را کنار بگذاریم و با راه حل مناسب به سراغ مشکل برویم. اما آیا باید در یک عملیات سریع و خشن یا کند و زیرکانه این ابزار خبیث و پلید را به طور کامل از بچه‌ها دور کنیم و سپس آن‌ها را به کانون گرم خانواده برگردانیم؟ خیر. این ابزار نوین که همیشه خبیث و پلید نیستند؛ بلکه مفید و کاربردی و حتی گاهی ضروری هم هستند. تنها کافی است چند گام مؤثر با هم برداریم:

گام اول: اگر استفاده از تلفن همراه در خانه قانون خاصی ندارد، قانون‌های درست استفاده از آن را در خانه وضع کنیم:

- ▶ زمان استفاده محدود شود.

قدم دوم: رفتارمان را با کودک تغییر دهیم. باید محیط خانواده را برای او امن و صمیمی‌تر کنیم و برایش بیشتر زمان

- ▶ هنگام استفاده از آن، در فواصل مناسب، زنگ تفریحی برای فعالیت‌های حرکتی، خانوادگی و اجتماعی تعیین شود.

بگذاریم. اگر نیازهای کودک مثل نیاز عاطفی، سرگرمی و ارتباط و گفت‌وگو، در جمع خانواده و دوستانش تأمین شود، او برای سیراب کردن خود به موبایل پناه نمی‌برد.

قدم سوم: اوقات کودکان را با کارهای مناسب مثل تفریح و فعالیت‌های خانوادگی، مسئولیت‌سپاری، درست کردن کاردستی، بازی با دوستان و آموزش‌های مفید پرکنیم. او وقتی برنامه‌ای نداشته باشد، وقتش را با هرچه در دسترس و جذاب‌تر باشد پرمی‌کند.

قدم چهارم: ابزارهای هوشمند را به کودکان بشناسانیم و با آن‌ها درمورد چگونگی استفاده از آن و خطرهای راه‌های پیشگیری از آن‌ها گفت‌وگو کنیم.

پی‌نوشت

۱. پایگاه اطلاع رسانی مؤسسه فرهنگی هنری مآذنه <http://www.mazane.org>
۲. غررالحمک و دررالحمک، ترجمه محمدعلی انصاری قمی، انتشارات مهر آیین، ۱۳۷۸ ش، ج ۲، ص ۴۷، با اندکی تغییر.
۳. آل عمران / ۱۵۹: «وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ».
۴. تبیین ماهیت و وجوه دوگانه بهره‌مندی از تلفن همراه توسط دانش‌آموزان به منظور ارائه راهکارهای عملی متناسب، مهدی سبحانی‌نژاد، ۱۳۹۲، ش ۱، ص ۵۸.
۵. این آسیب‌ها آن قدر جدی هستند که بیماری‌های روانی و عصبی خاصی براساس آن‌ها تعریف شده است. با یک جست‌وجوی ساده اینترنتی می‌توانید با مواردی از آن‌ها مثل نوموفوبیا (Nomophobia) یا اضطراب جدایی از موبایل، فابینگ (Phubbing)، سایبرکندریا (Cyberchondriasis)، فومو (FOMO) و سندروم ویبره (Vibration Syndrome) آشنا شوید. از آنجاکه پرخاشگری هم یکی از عوارض محتمل بیماری‌های اعصاب و روان است، هریک از این بیماری‌ها هم می‌تواند فرد بیمار را به فردی پرخاشگر تبدیل کند.
۶. خودکنترلی به معنی توانایی تنظیم و تغییر پاسخ‌ها به خواسته‌هایمان است. این کنترل به منظور جلوگیری از رفتارهای نامطلوب و رسیدن به اهداف بلندمدت است.
۷. استفاده بی‌حدومرز از رسانه و کاهش آستانه تحمل فرزندان، علی‌رضا تراشپون، سایت خبری ایکنا، ۱۴۰۱، کد خبر: ۴۱۱۶۰۰۶.
۸. سیناپرس، به نقل از پژوهش دانشگاه کلگری در مجله AMAJ Psychiatry.
۹. شیوع وابستگی به تلفن همراه و پرخاشگری نوجوانان شهر بیرجند، طبیه خزاعی، نشریه دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، ۱۳۹۱، ش ۵۳، ص ۴۳۸ - ۴۳۸؛ تعیین سهم خشم و اهمال‌کاری در پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت دانش‌آموزان دختر، فاطمه حاجی محمدی، ۱۳۹۸، ش ۴۳، ص ۱۵۶ و ۱۵۷.





سه ضروریه ۱۱

مشروبات «نوشیدنی‌ها»

اکرم کاوری - دانش آموخته‌ی دوره طب ایرانی - اسلامی

آب مایعی طاهر و مطهر و از ضروریات زندگی جانداران است. ارزش این مایع گران قدر به حدی است که پیامبر گرامی اسلام صلی الله علیه و آله آن را برترین نوشیدنی در دنیا و آخرت دانسته‌اند.^۱ نیاز ما به آب به دو دلیل است:

۱ هضم بهتر غذا؛

۲ گردش بهتر خون.

آب همراه اخلاط از معده وارد کبد می‌شود و در کبد جدا می‌شود و به سمت کلیه‌ها می‌رود که دفع شود.^۲ در کلیه‌ها، این آب مقداری خون (خونابه) دارد. خون آن جذب کلیه و بقیه دفع می‌شود.^۳

آداب آشامیدن آب

۹ نیاشامیدن از کنار دسته ظرف یا لبه

شکسته آن؛

۱۰ یادکردن حضرت اباعبدالله و

اهل بیت او علیهم السلام و لعن کردن قاتلان او؛

۱۱ نیاشامیدن آب سرد پس از خوردنی

گرم و شیرینی؛

۱۲ نیاشامیدن آب فراوان؛

۱۳ نیاشامیدن آب سرد در حمام؛

۱۴ بستن دهانه ظرف آب (سرباز نباشد).^۴

مقدار نوشیدن آب

طبیعت بدن بهترین راهنما برای نیازهای

بدن است. انسان صفاوی (دارای مزاج

گرم و خشک) به طور طبیعی تشنگی اش

بالاست و در روز ممکن است بیشتر از

هشت لیوان هم بنوشد؛ درحالی که فرد

بلغمی، به دلیل سردی مزاجش، ممکن

است کمتر از دو لیوان بخورد. بنابراین،

تجویز هفت هشت لیوان برای همه افراد

باطل و بی‌مبناست. همچنین نوشیدن

۱ گفتن بسم الله پیش از آشامیدن و

الحمد لله بعد از آن؛

۲ آشامیدن به سه نفس و مکیدن آن

و سرنگشیدن یک جا؛

۳ ایستاده آشامیدن در روز و نشسته

آشامیدن در شب؛

۴ آشامیدن به صورت ولرم رو به گرمی؛

۵ ندمیدن در آب (فوت نکردن)؛

۶ نیاشامیدن با دست چپ؛

۷ نیاشامیدن در بین غذا؛

۸ نیاشامیدن پس از خوردن

چربی و غذای چرب و غذای گوشتی؛



درد مفاصل، ورم کردن و بادکردن زیر چشم و چاقی باشد.

کسی که معده‌اش سرد شده، آب زیاد برایش مضر است. از آن طرف هم اگر گرمی کبد داشته باشد، آب را با آب لیمو یا سرکه یا آب نارنج مصرف کند که هم کبد را خنک می‌کند و هم آب زیاد نمی‌خورد تا موجب دل‌درد شود. این نکته ظریفی است که فرد تشنه است؛ اما آب می‌خورد اذیت می‌شود، یا سردی دوست دارد؛ اما سردی می‌خورد اذیت می‌شود، یا خیار دوست دارد؛ اما می‌خورد اذیت می‌شود. این دوستی آب و خنکی، عطش کبد است؛ اما معده‌اش سرد است.^۵

آب برای درمان یبوست مفید است؛ اما استفاده زیاد معده را سرد می‌کند (وقتی معده سرد شد، در گوارش و هضم غذا اختلال به وجود می‌آید و فرد دچار دل‌درد، نفخ، یبوست و... می‌شود). بهترین روش مصرف آب برای درمان یبوست این است

این اندازه آب برای کسی که سردمزاج است و بدنش طالب آبی نیست، مضر است و او را بدحال می‌کند. طبیعت بدن نیاز خود به آب را بهتر می‌فهمد و نیازی به تحمیل آب بیشتر به آن نیست.

حتی در فصول مختلف نیاز بدن به آب فرق دارد؛ در فصل‌های گرم یا خشک، بدن به آب بیشتری نیاز دارد؛ اما در فصول سرد یا مرطوب به آب کمتری. همچنین میزان مصرف آب در مناطق مختلف جغرافیایی متفاوت است؛ افرادی که در مناطق سردسیر یا مرطوب زندگی می‌کنند، نیاز به آب کمتری دارند؛ چون میزان تبخیر آب بدن و میزان عرق کردن کمتر است. پس برای میزان مصرف آب باید مزاج شخص، مزاج فصل، مزاج منطقه محل سکونت و مزاج سن شخص را در نظر گرفت. پس برای همه افراد نمی‌توان توصیه ثابتی کرد. مصرف زیاد آب در افراد سردمزاج می‌تواند از عوامل مستعدکننده و بروز علائمی نظیر

که آب را با عسل یا نمک مصرف کنند. آشامیدن آب برای مرطوب نگه داشتن بدن، خنک کردن حرارت غریزی و قلب و طراوت و صفای رنگ و نرمی پوست و تسکین تشنگی و گرمی معده و روده و کبد ضروری است.

آب گرم

آب گرم، به طوری که دهان را نسوزاند، از بین برنده بادهاست و برای مالیخولیا (اسکیزوفرنی)، سردرد سرد، جوش های حلق، زخم های سینه و ریه، شست و شوی معده و رفع تشنگی بلغمی و سوداوی (تشنگی کاذبی که فرد هرچه آب می نوشد، سیراب نمی شود) و پاک کردن معده و تسکین درد و خارش بدن مفید است.

اوقاتی که نوشیدن آب ممنوع است:^۸

① وسط غذا و نیز بلافاصله بعد از آن؛ به خصوص برای افرادی که آروغ دارند و معده آنها ضعیف است و نفخ شکم



فایده آب برای سلامتی

آب قابلیت غذایی برای بدن ندارد؛ یعنی هیچ عضوی با آن ساخته نمی شود و خون تولید نمی کند؛ بلکه بدرقه کننده غذاست و باعث می شود غذا به رگ های تنگ و اعضای دور دست برسد.^۷

همچنان که اگر آب نباشد، غذا در هنگام پختن می سوزد (مثلاً اگر برنج را در دیگی بدون آب بپزند، می سوزد)، آب در بدن انسان نیز برای جلوگیری از سوختن غذاست.

چون به کبد برسد، باعث سردی آن و بیماری‌های سردکبدی (کبدچرب و...) است. چون به مغز برسد، باعث ورم و التهاب، سستی عصب، فلج، سکته و... است.

۳ بعد از ورزش زیاد و خسته‌کننده: اعضا پس از ورزش گرم‌اند و آب را فوری از معده جذب می‌کنند و ضررهای ناشتا آشامیدن را دارد. بارها مشاهده شده که افرادی پس از ورزش سنگین آب سرد خورده‌اند و فوری دچار ایست قلبی شده‌اند.



۴ بعد از جماع: چون در جماع بدن گرم می‌شود.

۵ بعد از حمام گرم: به سبب حمام، اعضا باز و منبسط می‌شوند و آب

دارند؛ زیرا غذا برای هضم نیاز به گرمی دارد و خوردن آب، به‌ویژه آب سرد، باعث نقص هضم می‌شود. علاوه بر آب، همه نوشیدنی‌های سرد، مانند نوشابه‌ها و شربت‌ها همراه غذا، هضم را ناقص می‌کنند.



۲ ناشتا، به‌ویژه اگر آب خیلی سرد باشد: باعث خاموشی حرارت اصلی و غریزی بدن است؛ چون در آن هنگام معده خالی است و آب را سریع جذب می‌کند و به کبد و قلب و مغز می‌رساند. چون به قلب برسد، باعث خاموش شدن حرارت غریزی قلب و مرگ ناگهانی است.

را به سرعت قبول و جذب می‌کنند. عطش را تسکین دهد. اگر نشد، با ازاین‌رو، همانند ناشتا نوشیدن، باعث سردی بدن و خاموشی حرارت غریزی و کاهش عمر می‌شود.

⑥ در بین خواب و بعداز آن: علاوه بر ضررهای گفته‌شده، اکثر امراض مغزی مانند رعشه، کودنی، فراموشی و استرخا (ام‌اس) را به دنبال دارد.

نکته: در همهٔ این مواقع، اگر انسان ناچار باشد آب بیاشامد، باید اولاً آب گرم (هم‌دمای چایی) بیاشامد و ثانیاً قبل از آشامیدن سعی کنند به مضمضه

ادامه دارد...

پی‌نوشت

۱. «سَيِّدُ شَرَابِ الدُّنْيَا وَ الْآخِرَةِ الْمَاءُ» بحار الانوار، محمدباقر مجلسی، انتشارات دارالاحیاء التراث العربی، بیروت ۱۴۰۳ هـ، ج ۶۳ ص ۵۸.
۲. اگر ادرار نگه داشته شود، باعث آسیب به کبد و باعث لکه‌های پوستی نیز می‌شود؛ چون جزو مُندفعات بدن است و باید سریع تخلیه شود.
۳. مزاج‌شناسی و نسخه‌های استاد خیراندیش، جوادعلی قلی‌پور، انتشارات مارینا، چ ۴، تابستان ۱۳۹۷، ص ۲۰۴.
۴. رسالهٔ توضیح المسائل امام خمینی علیه السلام، مستحبات آب خوردن، مسئله ۲۶۴۷ و ۲۶۴۸.
۵. مزاج‌شناسی و نسخه‌های استاد خیراندیش، جوادعلی قلی‌پور، ص ۲۰۴.
۶. همان.
۷. رک: ذخیرهٔ خوارزمشاهی، سید اسماعیل جرجانی، ترجمهٔ محمدرضا محزری، انتشارات فرهنگستان علوم پزشکی، چ ۱، آبان ۸۰، ج ۳، ص ۳۷۴.
۸. رک: همان.





دهه هشتادی افتخار آفرین

زینب رحیمی تالار پستی - دانش آموخته سطح ۳ حوزه علمیه

مهدی متوجه حال بد او شد. عجیب و بی اندازه گریه می کرد. همه رفته بودند؛ ولی خادم ها نه. نگران برایش آب آورد.

چی شده مهدی؟! چرا حالت این قدر بد شد پسر؟!
به سختی و با صدایی که فقط دوستش بشنود، لب باز کرد.
من امام زمان علیه السلام رو دیدم.

با دوست چندین و چند ساله اش قرار گذاشت تا طبق قرار چندین ساله شان، برای عزاداری و خدمت به عزاداران محترمی حرم امامزاده «سید معصوم علیه السلام» بروند. کبوتر جلد حرم بودند. در محله سید معصوم علیه السلام و اطرافش که چرخ بزنن، حقیقت این جلد بودن را می فهمی.
روضه و سینه زنی که تمام شد، دوست

برایش از امام شهید، شهادت بخواهد. دایی معتقد بود جنگ دیگر تمام شده، چه در ایران و چه در سوریه و عراق. پس برایش عاقبت به خیری خواست و چه زیبا و سریع عاقبت به خیر شد. او خبر نداشت مهدی چند ماه قبل، در جمعه‌های جمکرانی‌اش، از امام عصر علیه السلام شهادت خواسته و به همان نیت از همان جا حرز حضرت ابوالفضل علیه السلام گرفته بود.

دوست و آشنا می‌دانستند خط قرمز مهدی خط ولایت است و بی حرف و بهانه سر به اطاعت امر ولی می‌نهد. کوچه و خیابان‌های منطقه نیروگاه قم روشنگری‌ها و امیدبخشی‌ها و تلاش و تبیین او برای رأی حداکثری در انتخابات‌های قبلی را به یاد دارند.

دوستان و فامیل حسرت روزهایی را می‌خورند که بی مهدی می‌گذرانند؛ روزهایی که از لبخندهای نمکینش، صبر

باور این حرف برای دوستش سخت بود. برای عوض کردن حال و هوای مهدی سر به شوخی گذاشت.

داداش، دو روز رفتی حوزه، سیس آیت‌الله بهجت گرفتی؟! نگاه مهدی این بار حرف‌های نگفته‌ای داشت. دل دوست قدیمی‌الرزاند. لبخند بر لبش خشکید. مهدی آدم حرف بی‌ربط و دروغ نبود. بعد از آن شب، دیگر هیچ وقت راجع به آن دیدار حرفی نزد و جواب سؤالات دوستش راهم نمی‌داد.



پسر کربلا نرفته محله سید معصوم علیه السلام، به دایی‌اش که زائر اربعینی بود، سپرد

تحریک قطامه‌های خیابان‌گرد، به جرم بسیجی بودن، «اربابا اربا» شد تا مادر، لیلیا شود و علی‌اکبر پاره‌پاره‌اش را به چشم ببیند. چون دل دریایی‌اش تاب بی‌تابی پدر و مادر را نداشت، قبل از جراحی، به آن‌ها دلداری می‌داد تا آرام گیرند. ده روز آسمانی شدن را به تأخیر انداخت تا مادر شوکِ پرپر شدن پسر بزرگ و رشیدش را درک کند؛ هرچند کسانی که در سالگرد شهادتش حضور یافتند، از آن‌همه شکستن و پیر شدن مادر جوان داده شوکه شدند.

پدر می‌دانست مهدی کجاها می‌رود؛ اما مطمئن نبود که خطایی از او سر نمی‌زند. نگران عاقبت پسرش بود. با همسرش درددل می‌کرد.

نکنه مهدی کاری کنه آبرومون بره!
همه‌ش بیرونه! هیچ وقت توخونه نیست!
یک بار دلش طاقت نیورد و به مهدی هم نگرانی‌اش را رو کرد.

و جنبه‌بالایش در شوخی و حجب‌وحیای مثال‌زدنی‌اش لبریز بود. حالا از خاطره‌ تولدی می‌گویند که به مناسبت جشنش سرتاپایش را با کیک و خامه و هرچه دستشان بود، گل کاشته بودند اما مهدی خم به ابرو نیاورده بود و با همان وضع به خانه رفته بود؛ از مادران بی‌کسی می‌گویند که مهدی «روز مادر»‌ها برایشان هدیه می‌برد تا دلشان را گرم کند؛ از خواهری می‌گویند که تازه به مدرسه می‌رود اما آرزو دارد کاش او به جای مهدی می‌رفت تا بتوانند «مهدی» داشته باشند؛ از طلبه، بسیجی، فعال فرهنگی کف میدان می‌گویند که در کارگاه تیرچه کارگری می‌کرد.

این‌گونه است که معامله‌ جوان دهه‌هشتادی‌ای که بیست‌ساله نشده، با امام عصرش سر می‌گیرد. او در اوج ناباوری همه، وقتی برای امنیت کوچه و خیابان‌های شهر تلاش می‌کرد، با

مهدی زاهدلویی کاری کرد که باعث افتخار وطن شد و باور کردیم جوان بیست‌ساله امروز نیز تا پای جان برای انقلابش ایستادگی می‌کند.

زود می‌ری، دیر می‌آی! یه وقت کاری نکنی آبرومون بره!
مهدی آرام و دل‌گرم‌کننده جواب پدرش را داد.

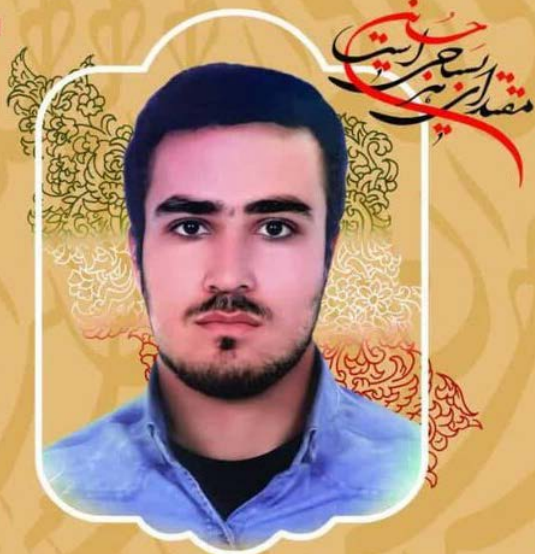
- ▶ خبرگزاری مهر: <https://B2n.ir/h97224>
- ▶ خبرگزاری حوزه: <https://B2n.ir/u96184>
- ▶ خبرگزاری فارس: <https://B2n.ir/f33679>
- ▶ تعامل و مصاحبه نویسنده با مادر شهید

نه بابا! خیالت راحت!
بعد انگار چیزی یادش آمده باشد، رو به پدرش کرد.
اصلاً می‌دونی چیه بابا؟ کاری می‌کنم به من افتخار کنی.

لا إله إلا الله محمد رسول الله

طلبه بسیجی
مهدی زاهدلویی
شهم مدافع امنیت
شهادت

- تاریخ تولد: ۱۳۸۱/۱۰/۳۰
- محل تولد: زنجان
- تاریخ شهادت: ۱۴۰۱/۷/۱۰
- محل شهادت: شهر مقدس قم، منطقه نیروگاه، میدان شهید امینی بیات



چی بخونیم؟

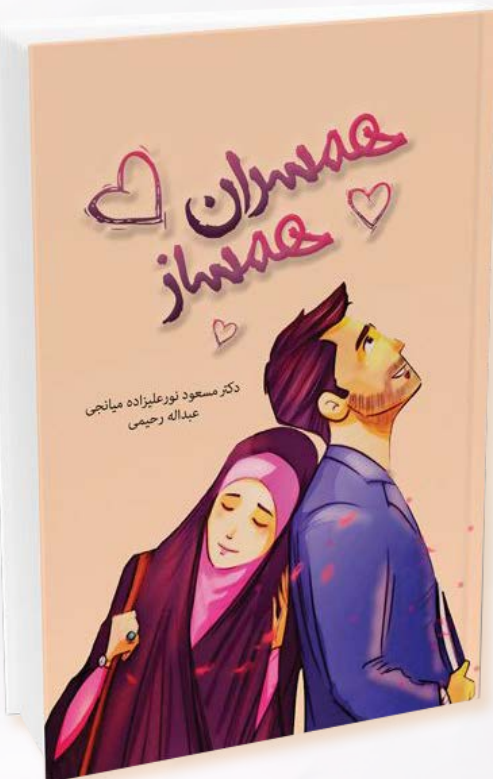
الهام آقا جانی - کارشناس علوم قرآن و حدیث

معرفی اجمالی کتاب «همسران همساز» و

برگزیده‌ای از متن کتاب:

کتاب «همسران همساز» اثر دکتر مسعود میرعلیزاده میانجی و جناب آقای عبدالله رحیمی است که مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه خواهران (نشر هاجر) در سال ۱۴۰۱ آن را چاپ کرده است. این کتاب دربارهٔ پیشگیری و حل تعارضات زناشویی میان زوجین است.

یکی از پایه‌های مهم در عرصهٔ خودشناسی و موفقیت فردی و اجتماعی افراد در زندگی «خانواده» است. نهاد خانواده همواره از اهمیت بالایی برخوردار بوده است. وجود اختلاف در بنیان خانواده امری



مسئله، فصل اول را با مفهوم‌شناسی تعارض همسران آغاز و نشانه‌های تعارض را برای خواننده روشن کرده است که عبارت‌اند از: آشفتگی و دائمی بودن تعارض‌ها و استمرار آشفتگی. همان‌طور که بیان شد، وجود اختلاف و تفاوت‌ها در زندگی امری طبیعی است؛ اما ادامه یافتن دامنه اختلافات، مواجهه بد با آن و حل نکردن آن است که در آینده مشکل‌ساز خواهد بود.

تفاوت ----- اختلاف ----- تعارض

از زاویه دیگر، نویسنده محترم در این فصل از کتاب، به تبیین فواید اختلاف زوجین نیز پرداخته و آن را عامل حرکت و کمال دانسته است. در ادامه، ضمن توضیح هرم سلسله‌مراتبی مشکلات، به چگونگی پیدایش و قدرت‌نمایی تعارض‌ها اشاره کرده و در مورد اهمیت پیشگیری و حل تعارضات سخن گفته است.

طبیعی است؛ اما اگر زمینه این اختلافات را نشناسیم و در پی حل آن‌ها برنیاییم، این اختلافات بیشتر و گاه تبدیل به تعارض می‌شوند و حریم مقدس خانواده از عشق و مهر و محبت خالی‌تر می‌گردد یا به‌طور کلی از بین خواهد رفت. بنابراین، قبل از وقوع چنین حوادث تلخی باید به دنبال کشف علل تعارضات و پیشگیری از آن‌ها برآییم.

محتوای کتاب

کتاب «همسران همساز» در ۱۷۶ صفحه به بیان چالش‌ها و تعارضات میان زندگی زوجین، نحوه شکل‌گیری آن‌ها و راه‌های پیشگیری از این تعارضات می‌پردازد. رویکرد این کتاب روان‌شناسانه و گاه دینی است. نویسنده با بیان نکات مهم در کنار ارائه و به‌کارگیری داستان‌های پیش‌آمده برای زوجین، به تبیین مسائل می‌پردازد. در ابتدای کتاب، ضمن ارائه مقدمه و بیان

سوم عامل خارجی است. در بخشی از این فصل می‌خوانیم:

«خرج و مخارج»

از آنجاکه بسیاری از تصمیمات در ازدواج و در طول زندگی با امور مالی در ارتباط هستند، اختلاف بر سر پول یکی از علت‌های فروپاشی یا سست شدن پایه ازدواج و عشق است.

- همسرم ولخرج؛ همه‌ش بریز و پاش!
- اووه! همه‌ش بازار بازار! آخه زن، کمی هم قناعت کن. آخه چقدر لباس عوض می‌کنی!؟
- اون خیلی خسیسه؛ نه من و نه بچه‌ها رو تأمین نمی‌کنه.
- پول هاش و ازم قایم می‌کنه و اصلاً نمی‌گه چقدر درآمد داره.
- من در تصمیمات مالی هیچ‌کاره‌م.
- بدون خبر من همه پول‌ها رو حیف و میل می‌کنه؛ بلد نیست مدیریت مالی کنه و کمی پس انداز کنه.

«اما چرا گلدان زندگی ترک برمی‌دارد؟» مربوط به فصل دوم کتاب است که نویسنده محترم برای پاسخ به آن به چهار پایه بنیادی و ریشه‌ای تعارضات اشاره کرده است:

- ۱ جهان‌بینی و تفکرمانسبت به ازدواج و روابط زناشویی؛
 - ۲ تفاوت‌های جنسیتی و شخصیتی؛
 - ۳ اهمال در رسیدگی به نیازهای یکدیگر؛
 - ۴ آسیب‌ها و ضربه‌های شکننده، مثل خیانت زناشویی.
- در ادامه، به ارائه جهان‌بینی ما از ازدواج پرداخته و هدف از ازدواج را روشن کرده و به‌طور کلی این چهار عامل اصلی را توضیح داده است.

در فصل سوم، از چرایی به چگونگی ترک برداشتن گلدان زندگی و نحوه رفع این تعارضات می‌رسیم. به‌طور کلی، حل تعارض میان زوجین سه ضلع دارد که دو ضلع آن خود زوجین هستند و ضلع

۲) بدون پیش‌داوری احساسات یکدیگر را جویا شوید و بفهمید که چه راه‌حلی برای هر دوی شما مفید واقع می‌شود؛

۳) دربارهٔ راه‌حل‌های مختلف بارش فکری کنید و هرچه به ذهنتان آمد یادداشت کنید؛

۴) سرانجام راه‌حلی را انتخاب کنید که برای هر دوی شما قابل قبول و برای اقتصاد زندگی‌تان سازنده و مفید باشد. اگر نتوانید با این مراحل به توافق برسید، پولی از حساب برداشت نمی‌شود و آن قدر باید خون‌سرد و شکیبا باشید تا به توافق مشترک برسید... به یاد داشته باشید عشق و مهری که به یکدیگر دارید، مهم‌تر از تصمیمات مالی است که می‌خواهید بگیرید.»

فصل آخر کتاب دربارهٔ مسائل پشت‌پردهٔ اختلافات و تعارضات همسران است که در آن به ذکر نشانه‌های این‌گونه

این دست حرف‌ها که زیاد هم ردوبدل می‌شود، همه نشانگر وجود مشکلات مالی در بین همسران است. اگر شما ندانید چگونه اختلافتان را حل و فصل کنید، پیوسته مشاجرات مالی در زندگی شما در حال رژه‌رفتن خواهند بود. شما باید حل اختلاف و تعارض را یاد بگیرید؛ یعنی ایراد کار امور مالی نیست؛ بلکه از عدم مهارت حل اختلاف و عدم مهارت در رسیدن به توافق مشترک در چگونگی مدیریت مالی است. بدون توافق مشترک هیچ چکی نباید نوشته شود.

از همین فرصت کنونی هوشمندانه استفاده کنید و برای حل تعارض و رسیدن به توافق مشترکی از چهار مرحلهٔ زیر بهره‌مند شوید:

① ابتدا توافق کنید صحبتتان برای حل مشکل کنونی باید خوشایند باشد؛

تعارضات و چگونگی ردیابی نهانگاه‌های
تعارضات و راه‌های مقابله مؤثر با
این‌گونه مسائل پنهان می‌پردازد. برای
مثال، یکی از روش‌های پیدا کردن مسائل
نهان اختلافات، یادداشت کردن تعارضات
در طی هفته یا ماه جاری و سپس بررسی
و ارائه راهکار برای آن‌هاست.

در پیوست کتاب نیز همچون فعالیت‌های
موجود در هر فصل کتاب، تعدادی از
فعالیت‌های عملی و پرسشنامه وجود
دارد که زوجین با انجام دادن آن‌ها، به
شناخت بیشتر و بهتر از خود و نحوه
مواجهه با اختلافات و حل تعارضات میان
خود دست می‌یابند.



سخن آخر:

اگر می‌خواهید حساب بانکی زندگی زناشویی‌تان به‌طور نامحسوس از عشق
خالی نشود؛ اگر به دنبال این هستید که درک صحیحی از تفاوت‌ها داشته
باشید و در پی آن رفتار عاطفی مناسبی در مواجهه با تفاوت‌های میان خودتان
از خود نشان دهید؛ اگر می‌خواهید به چهره‌های پشت پرده تعارضات، فانتزی‌ها
و مسائل نهان اختلافات خود پی ببرید و در پی حل آن‌ها برآیید،
کتاب «همسران همساز» به شما کمک می‌کند در این مسیر گام نهدید و
در زندگی زناشویی سازگار و صمیمی باشید.



واقفیت یا خیال؟!

احمد اسماعیلی - دانش پژوه سطح ۳ حوزه علمیه

برخی اندیشمندان غربی، ذهن و افکار ما، همانند آهن ربایی، اتفاقات زندگی را به سمت ما جذب می‌کند. قانون جذب می‌گوید: «هرچیز را در ذهنت مجسم کنی، آن را در دست‌هایت خواهی داشت.» خلاصه این قانون آن است که مامی‌توانیم فقط با تصویرسازی ذهنی، وقایع و اتفاقات زندگی را به سمت خودمان جذب کنیم.

هر روز صبح، هنگام بیدار شدن، به تعداد مشخصی با خودت تکرار کن: «من پول‌دار می‌شوم!» با این کار ثروت توسط کائنات به سمت تو جذب خواهد شد! یکی از معضلاتی که امروزه در فضای مجازی گریبان‌گیر جوانان و نوجوانان شده، مسئله‌ای با عنوان «قانون جذب» است. براساس تعریف این قانون توسط

ساختگی است. در این مدل از تعریف قانون جذب ادعا می‌شود که ادیان و مذاهبی مانند هندوئیسم، بودیسم، یهودیت، مسیحیت و اسلام و تمدن‌هایی مانند بابلی‌ها و مصریان، در نوشته‌ها و حکایت‌های خود به این شکل از قانون جذب اشاره کرده‌اند؛ درحالی‌که این‌گونه نیست. همچنین ادعا می‌شود برخی بزرگان همچون سقراط، افلاطون، ویلیام شکسپیر، ویکتور هوگو و اسحاق نیوتن، در نوشته‌های خود به این قانون اشاره کرده‌اند؛ درحالی‌که این ادعا نیز کاملاً دروغ و فریب است!

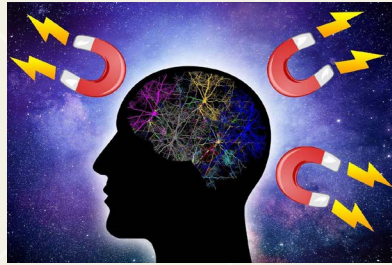
جالب اینکه بسیاری از مدعیان قانون جذب آن را دستاویز توجیه تنبلی و بی‌تحریکی در جهت رسیدن به اهداف و موفقیت‌های زندگی قرار داده‌اند و به‌گمان اینکه ذهن به‌تنهایی قدرت جذب و تأمین خواسته‌ها را دارد، مبتلا به گذر زمان و بی‌انگیزگی شده‌اند.

به عبارت دیگر، وقتی تصویرسازی می‌کنیم، پدیده را می‌آفرینیم و خلق می‌کنیم. پس درواقع، ذهن علتِ تامهٔ خلق است. درحقیقت، رابطهٔ علت و معلولی است. همان‌طور که حرارت علت جوشش آب است، فکر ما هم علت وقوع این پدیدهٔ خارجی است. از این رو، گاهی در کلیپ‌های تبلیغاتی این قانون در فضای مجازی، افرادی را می‌بینیم که برای کسب موفقیت یا ثروت مند شدن یا... برنامه‌هایی می‌دهند (از جمله مثال بالا). اما واقعیت چیست؟

● آیا طبق قانون جذب (کارما) اگر کسی فکر کند به بیماری خاصی مبتلا خواهد شد، به این بیماری مبتلا می‌شود؟

● آیا طبق قانون جذب اگر کسی فکر کند ثروتمند خواهد شد، این اتفاق می‌افتد؟ در سخنان برخی مدعیان غربی این قانون، بارها به تحقیقات علمی اشاره و نقل قول‌هایی از پژوهشگران بیان شده است؛ درحالی‌که تقریباً همهٔ آن‌ها

دوم) از سوی دیگر، خداوند متعال سعی و تلاش افراد را دارای ارزش می‌داند و آن را عامل رسیدن به موفقیت و شادکامی معرفی می‌کند: «وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى!»^۳ برای انسان بهره‌ای جز سعی و



تلاش او نیست.» اما براساس قانون جذب غربی‌ها، برای رسیدن به موفقیت یا دستیابی به اهداف، تصویرسازی ذهنی کافی است و لازم نیست تلاش کنیم یا کار خاصی انجام دهیم! درحالی‌که این ادعا مخالف آموزه‌های دینی و تعالیم اسلامی است.

سوم) در اینکه افکار و گمان مثبت یا منفی، در روحیه و رفتار انسان تأثیر می‌گذارد، شکی نیست. امام‌رضا علیه السلام می‌فرماید: «أَحْسِنِ الظَّنَّ بِاللَّهِ فَإِنَّ اللَّهَ يَقُولُ: "أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي الْمُؤْمِنِ بِإِنْ خَيْرًا فَخَيْرًا وَ إِنْ شَرًّا فَشَرًّا"»^۴ به خداوند گمان نیکو ببر که خدای عزوجل می‌فرماید: "من مطابق گمان بنده مؤمن خود هستم:

اما در منطق اسلام، این حقیقت از طریق اهل بیت علیهم السلام به‌گونه دیگری بیان شده است:

اول) امور زندگانی در این دنیا براساس علل و اسباب طراحی شده است. عالم دارای نظام منطقی علت و معلولی است و تازمانی که علل کافی برای تحقق پدیده‌ای رخ ندهد، آن پدیده محقق نخواهد شد.

امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «أَيُّ اللَّهِ أَنْ يُجْرِيَ الْأَشْيَاءَ إِلَّا بِالْأَسْبَابِ!»^۵ خداوند متعال ابا دارد از اینکه امور را از مجاری غیرعادی تدبیر فرماید.» در قانون جذب، علل مادی پدیده‌ها را به‌طور کلی منتفی می‌دانند و تنها تصویرسازی ذهنی را علت خلق پدیده‌ها معرفی می‌کنند.

در انجام دادن آنچه نیت آن قوی باشد، ناتوان نیست.» ولی این مسئله ارتباطی با گفته‌های مدعیان قانون جذب ندارد و این قانون به صورتی که امروزه در جامعه معرفی شده، دروغی بیش نیست.^۸

با توجه به نکات پیش گفته، به طور مثال اگر کسی به بیماری بیندیشد، امکان ابتلا به بیماری به خودی خود و صرفاً با اندیشیدن به این بیماری وجود ندارد؛ بلکه این نوع افکار، تنش و اضطراب فرد را افزایش می‌دهد و با افزایش افکار منفی، بر شدت ترس و اضطراب فرد افزوده می‌شود که این باعث تضعیف دستگاه ایمنی بدن می‌شود و مشکلاتی برای فرد به وجود می‌آورد.

تردیدی نیست که برای حفظ سلامتی، تقویت قدرت دفاعی بدن بسیار حیاتی است و افرادی که دستگاه ایمنی ضعیفی دارند، بیش از دیگران در معرض آسیب و بیماری قرار دارند. طبق گزارش‌های

اگر به من گمان نیک داشت، آن‌گونه‌آم و اگر گمان بد داشت، همان‌گونه‌آم.» یا امام کاظم علیه السلام درباره تعبیر خواب فرمودند: «الرُّؤْيَا عَلَى مَا تُعْبَرُ»^۵ خواب همان‌گونه می‌شود که تعبیر شده است.» یا رسول گرامی اسلام صلی الله علیه و آله فرمودند: «تَقَالُوا بِالْحَتِيرِ حِدْوُهُ»^۶ همواره فال نیک بنزید تا آن را بیابید.» این نشانگر تأثیر نوع نگرش انسان و حسن ظن به اتفاقات است. در تحقیقات گسترده، محققان به این نتیجه رسیده‌اند که افکار منفی می‌تواند انسان را از لحاظ جسمی بیمار کند و صدمات روانی و جسمی بسیاری بر انسان به جا بگذارد. در مقابل، افکار مثبت و مثبت‌اندیشی می‌تواند با نشاط‌افزایی و انگیزش بخشی، بر توان و قدرت انسان بیفزاید و حتی باعث بهبود بیماری‌ها و تسریع آن‌ها شود. در آموزه‌های دینی نیز به این نکته اشاره شده است. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «مَا صَعَفَ بَدَنٌ عَمَّا قَوِيَتْ عَلَيْهِ النَّيَّةُ»^۷ هیچ بدنی

را لازمه رسیدن به کمال و اهداف زندگی می‌داند؛ اما به همراه تهیه مقدمات لازم، تلاش و حرکت.



برای مطالعه بیشتر

- ▀ نقد کتاب راز، پوریا زرین‌فر، انتشارات نسل آفتاب، تهران، ۱۳۹۴.
- ▀ «قانون جذب»، حمزه شریفی دوست، فصلنامه مطالعات معنوی، ش ۳، پژوهشکده
- ▀ باقرالعلوم علیه السلام، قم، بهار ۱۳۹۱، ص ۱۵۱-۱۹۰.

عمومی، افرادی که از دستگاه ایمنی قوی برخوردارند، در برابر ویروس‌ها مقاوم‌ترند و میزان مرگ‌ومیرها و آسیب‌پذیری در آنها بسیار کم است. در مقابل، افراد دارای دستگاه ایمنی ضعیف، نظیر سالمندان و کسانی که بیماری‌های زمینه‌ای مانند بیماری‌های عفونی، قلبی‌عروقی، سرطان، آسم، دیابت و ام‌اس دارند آسیب‌پذیرترند؛ چون این نوع بیماری‌ها دستگاه ایمنی انسان را به شدت تضعیف می‌کنند. پس دین اسلام مثبت‌اندیشی و حسن‌ظن و امید به یاری خداوند تعالی

پی‌نوشت

۱. نقد کتاب راز، پوریا زرین‌فر، انتشارات نسل آفتاب، تهران، ۱۳۹۴، ص ۱۳.
۲. اصول کافی، محمدبن یعقوب کلینی، انتشارات دارالکتب الإسلامیه، تهران، ۱۳۶۷ش، ج ۱، ص ۴۸۸.
۳. نجم/۳۹.
۴. اصول کافی، محمدبن یعقوب کلینی، ج ۲، ص ۷۲.
۵. همان، ج ۸، ص ۳۳۵.
۶. میزان الحکمة، محمد محمدی ری‌شهری، انتشارات دار الحدیث، ری، ج ۱، ص ۳، ج ۳، ص ۲۳۵۳؛ تفسیر نمونه، ناصر مکارم شیرازی، انتشارات دارالکتب الإسلامیه، تهران، ۱۳۷۱ش، ج ۶، ص ۳۱۷.
۷. من لا یحضره الفقیه، محمدبن علی بن بابویه (شیخ صدوق)، دفتر انتشارات اسلامی، قم، ۱۴۱۳ق، ج ۴، ص ۴۰۰.
۸. «نقد و بررسی نظریه راز (قانون جذب)»، حمیدرضا مظاهری، فصلنامه مطالعات معنوی، پیش‌شماره ۲، پژوهشکده باقرالعلوم علیه السلام، قم، پاییز ۱۳۹۰، ص ۹۰.



در سرزمین عجایب ۶

هزار شب

زینب رحیمی تالار پشתי - دانش‌آموخته سطح ۳ حوزه علمیه

اضافه ندهد و خط‌قرمزها را هم دوستانه یادآوری کند.

وقتی آماده شدم، غُرغرها خانه را برداشته بود؛ آلزایمر گرفته بودند و یادشان نمی‌آمد کسی که آخر از همه حاضر شده، داشته به خودشان می‌رسیده. خداوکیلی اگر قرار بود برای خودم میکاپ و شینیون بسازم، حتماً زمین و زمان را به هم‌گره می‌زدند.

لباس پلوخوری زهرا و علی را که تنشان کردم، یادم افتاد خودم هم باید آماده شوم. شانسی آوردم که آن دوتای دیگر و پدرشان، به دادن لباس به دستشان رضایت می‌دادند و لازم نبود برایشان بیوشانم. بماند که تازگی‌ها احمد فاز جدید برداشته بود و تیپ‌های متفاوت می‌زد. البته هادی حواسش بود که گیر

پوست نگرفته بودم که خبر دادند عروس و داماد رسیده‌اند. بعداز کلی آهنگ و همهمه وارد شدند. بعداز دعای خیر برای آن دو نوگل خندان، چشم که از آن‌ها برداشتم، چشمم به عجایب جدیدی باز شد: زن‌هایی که با وجودِ حضورِ منورِ داماد که به‌گمانم مرد و البته نامحرم محسوب می‌شد، هیچ اعتقادی به پوشیدگی نداشتند.



نگاهم که به یکی از همسایه‌های پای ثابت مراسمات افتاد، نتوانستم بی‌خیال پوشش نداشتن‌اش بشوم: عزیزم، فکر کنم خیلی ذوق‌زده شدی که یادت رفته دوماه هم اومده!

عروسی دختر زهره‌خانم بود و ما هم مهمان ویژه. دم عروسی، پسرها با پدرشان رفتند و دخترها مثل بادبیار یا شاید هم مثل فرشتهٔ راست و چپ، دو طرفم را گرفتند تا به مجلس زنانه برویم. ورودی تالار اتاق مخصوص تنظیم دکوراسیون بود. آرایش را به‌خاطر حضور پرننگ‌گوشی‌های دردرساز و سیلفی‌های استوری‌شونده بی‌خیال شدم و حتی چادر مجلسی گل‌گلی پوشیدم. امان از حریم‌های خصوصی شکسته‌شده که نمی‌گذاشت حتی فاطمهٔ تازه‌مکلفم در عروسی خودنمایی کند. با آهی جان‌سوز وارد مجلس شدیم.

بعداز سلام و تبریک‌های فامیل عروس و داماد در آغاز ورود، باراهنمایی زهره‌خانم، همسایه‌ها را پیدا کردم و کنارشان نشستیم. رنگ‌و‌لعبای متفاوت اطرافیان برایم جالب بود. تابه‌حال این مدلی‌اش را ندیده بودم. هنوز میوه برای دخترها

سری به تأسف برایشان تکان دادم و پیامی
برای هادی فرستادم:

عزیز دلم، اینجا هوا طوفانیه! می ترسم
بچه ها رو باد با خودش ببره. دستور
وضعیت امن صادر بفرمایید.
خیلی سریع جوابش رسید:

اینجا هنوز طوفانی نشده؛ ولی برای
حفظ امنیت گل دخترا و همسر عزیزم،
وضعیت اضطراری اعلام می شه. بیاین
بیرون تا بریم جبرانِ مافات کنیم.

همین که از جا بلند شدم، همسایه ها
به تکاپو افتادند تا بفهمند چه شده و
کجا می روم. جواب دادم: «یه کم گروه
خونی م به حرورم نمی خوره؛ می ترسم
تنظیم موتورم به هم بخوره! زحمت و
کم می کنم!»

کمی توجیه و فتوا و دلیل به خوردم دادند
تا منصرفم کنند؛ اما خب من کوثر بودم
و از اصل نمی افتادم. با یک خداحافظی
پر معنا آن ها را از فیض حضورم محروم

خنده مستانه ای کرد که بچه ها مبهوت
ماندند و خیره نگاهش کردند. گفت:

خانوم آقا، نشنیدی که دوماذ شب
عروسی ش به همه زن ها محرمه؟! آخه،
طفلک فقط عروس رو می بینه؛ به ما
چی کار داره؟!!

بعداز او سیماخانم دُرّ و گهر ریخت و
فتوا صادر کرد:

گلم، یه شب که هزار شب نمی شه!
عروسیه دیگه! گیر نده خُب! امشب
راحت نباشن، کجا خوش باشن؟!!

نگاهی به آن دو تازه مجتهد (!) کردم و با
خودم مرور کردم که زهره خانم جشنش
را شب میلاد امام زمان علیه السلام برگزار کرده تا
به برکت آن، زندگی بچه ها را بیمه کند؛ اما این
آهنگ هایی که حتی مُرده های قبرستان (!)

را هم به حرکات موزون وامی دارد و آن حجم
از محرم و نامحرمی در هم شده، چه پیش
داماد و چه به خاطر استوری و پُست های
منتشر شده، ثوابشان را کباب نمی کند؟!!

حرفی نزد؛ اما دست‌های ظریف و کشیده‌اش را در دست گرفت و بوسید. هادی به جای رفتن به خانه، مسیرش را طرف مرکز شهر کشاند. به جشن‌های نیمه شعبان رسیدیم. شهر شلوغ بود. ایستگاه‌های صلواتی فراوان، با تنوع بالا، خدمت‌رسانی می‌کردند و آخرش هم به نورافشانی و هلهله‌های ساعت ۹ شب در میدان بزرگ شهر رسیدیم. بچه‌ها آن قدر ذوق کردند و جیغ و کف زدند که وقتی رسیدیم خانه، نایی برای مرتب کردن لباس‌های مهمانی‌شان نداشتند. بی‌شک روز بعد برای سروکله زدن سر نظم و جمع کردن شلختگی‌ها وقت مناسب‌تری بود.



کردم. بماند که صاحب‌مجلس هم از خجالت رفتنمان آب شد.

به ماشین که رسیدیم، غُرولندهای احمد هنوز ادامه داشت که فاطمه به او توپید. باآنکه کوچک‌تر بود، محکم حرفش را می‌زد:

آقاداتاش، تو که قسمت زنونه نبودی ببینی چه خبره! می‌خواستی به تو خوش بگذره اما ما اونجا بمونیم؟! ادای زن‌های مجلس را درآورد و قری به گردنش داد و گفت: «یه شب که هزار شب نمی‌شه! بذار خوش باشیم!»

تذکر دادم که ادا درآوردن ممنوع است. این بار از همان عقب دست در گردن پدرش که رانندگی می‌کرد انداخت و گفت:

«تازه‌شم، اگه می‌موندیم، نمی‌گفتن لابد کارمون درسته که زن و بچه حاج‌آقا هم کنارمون نشسته‌ن؟ مگه نه باباجون؟»

لبخندی به حرف‌هایش زدم. درسش را خوب پس می‌داد. هادی بلند خندید؛



قصه‌های من و مادر بزرگ ۹

رها سلیمان

- یادش به خیر! ماه مبارک که تموم می‌شد، صبح از خواب پا می‌شدیم، تو سرمای زمستون، خواب‌آلود، لباس عیدمون رو می‌پوشیدیم، با استرس و عجله می‌نشستیم تو هیلمن قراضه بابام.
- مامان همه راه ناراحت بود که باز نمی‌رسیم به نماز. آخه همین که عید اعلام می‌شد، زود می‌رفتیم تهران. بدون استثنا نماز عید رو پشت سر آقامی خوندم.
- انگار همین دیروز بود. شلوغی خیابون‌های اطراف وحشتناک بود. چند خیابون پایین تر ماشین رو پارک می‌کردیم، بعد می‌دویدیم. حتی اوایل فکر می‌کردم از اعمال روز عید همین دویدن قبل نمازه! با اون تکبیرهای دل‌نشین مکبر مصلاهی تهران، هیجان‌زده نماز آقا، همراه با سیل جمعیت می‌دویدیم. یادمون باشه این شورو اشتیاقی رو که از مادرها و مادر بزرگ-هامون به ارث بردیم، برای بچه‌هامون به ارث بذاریم.
- یادمه مامانم اون قدر شوق رسیدن به نماز داشت که اگه دستاشو محکم

دویدم طرفش. چادر گل گلیم رو محکم گرفتم، بغضم رو قورت دادم و گفتم: سلام! من گم شدم. من دختر حاج آقام. آقامنوچهر از خنده ریسه رفت، پرید تو حرفم و گفت: خانم کوچولو! تو خود حاجی هستی، نه دخترش. نمی‌گفتی هم می‌فهمیدم؛ آخه کپی باباتی.

• آقامنوچهر جانباز ۷۰، ۸۰ درصد بود. هردو تا پاشو نداشت. صورت و دستا و شکمشم مجروح شده بودن. اون روزا خیلی خونه‌شون می‌رفتیم. اونا هم همیشه عیدها میومدن دست‌بوس مادر بزرگ. مادر بزرگ هم مثل پسرای خودش دوستش داشت. می‌گفت: از اون پسرای خیلی ولاییه که چندبار مجروح شده؛ ولی هربار تا خوب شده، دوباره رفته جبهه، تا این بار آخر که دیگه پا نداشتن برایش برای رفتن. حالا هم بازبوش، هم با رفتارش، برای انقلاب با جون و دل و بدون ذره‌ای توقع کار می‌کنه.

نمی‌گرفتم، گم می‌شدم. البته یک بارم گم شدم؛ ولی چون کل فامیل، از کوچک و بزرگ، پیر و جوان، همه اونجا بودن، نمی‌ترسیدم و اشک نمی‌ریختم. چشم می‌گردوندم، می‌تونستم به آشنا پیداکنم.

• یادمه اون روز آقامنوچهر، دوست و هم‌رزم بابام رو دیدم. کوچولو بودم.



مفقودالاثره، یعنی چی. وای! اون قدر خاطره خنده دار از بیمارستان و کمپوت خوردن‌ها و شوخی‌هاشون می‌گه، انگار نه انگار وسط جنگ بودن. خوش به حالشون! حتی تو اون شرایط هم روحیه‌شون رو حفظ می‌کردن.

• یه چیز عجیب گفت که مونده تو ذهنم از بچگی؛ بابام می‌گفت: تو بیمارستان صحرایی یه مجروح بود که تیر خورده بود تو جمجمه‌ش. دکتر بیهوشی داشت اونو احیا می‌کرد. بهش گفتم: دکتر! زنده می‌مونه؟! گفت: طاقتش رو داری بهت بگم؟ گفتم: آره. گفت: این سفیدی‌هایی که می‌بینی به موهای چسبیده، تیکه‌های مغزشه. اگر بمونه هم فقط در حد زندگی نباتیه! گفتم: پس چرا جرحش میدی؟ بذار راحت شه! گفت: من تعهد پزشکی دارم، تا بیست دقیقه بعد از مرگ مریض، هر کاری می‌تونم، براش بکنم!

• انگار مامان بزرگ می‌خواست با این تحویل گرفتن‌ها و تعریف کردن‌ها به همه بگه که معیارش برای دوست داشتن، انقلابی بودن و رزمنده بودن. بابا می‌گفت: وقتی آقامنوچهر تو عملیات فتح المبین مجروح شد، همه فکر می‌کردن شهید شده؛ ولش می‌کنن و می‌رن؛ ولی بابام با چند تا از دوستاش با زحمت زیاد تا پای توپوتا می‌برنش، می‌ذارنش رو جنازه شهدا. با خودش می‌گفته: اگه جنازشو نبرم، جواب مادر و پدرش رو چی بدم؟!

• گمونم ما هم که یاد و خاطره شهدامون رو تو شلوغی زندگی هامون گم کردیم، باید یه روزی جواب پدرمو مادرشون رو بدیم. بابا می‌گفت: وقتی فهمیدیم تو بیمارستان زنده است، با دوستامون زود رفتیم عیادتش. بیمارستان شلوغ بود. داد پرستار ادرامده بود. آخه اونانمی فهمیدن زنده بودن کسی که فکر می‌کردی شهید

- هنوزم هروقت یاد این خاطره می افتم، مهمون. انگار همه می خواستن افطار روز عیدرواز خونهٔ مادر شهید شروع کنن.
- اون روز هم مثل همیشه مامان بزرگ، آقامنوچهر رو حسابی تحویل گرفت؛ نسبت به آداما.
- اون روز آقامنوچهر از روی ویلچر کمکم کرد برم بالای یه بلندی، تا بابام رو پیدا کنم. منم از بالای اون بلندی، تو سیل جمعیت گشتم و بابام رو با اون لباس قشنگ روحانیتش راحت پیدا کردم.
- بعد از نماز با خانوادهٔ دوست بابا رفتیم خونهٔ مادر بزرگ. توراہ ویلچر آقامنوچهر رو هل می دادیم و کلی کیف می کردیم. وقتی رسیدیم، بساط صبحانه آماده بود، با کلی
- بعد که نشستیم، برای همه عیدی آورد، باکلی شکلات و خوراکی. چقدر دلم تنگه برا شکلات ها و عیدی های متفاوت مادر بزرگ! این کارها باعث می شه مناسبت های مذهبی از همون بچگی با یه دنیا خاطرهٔ خوب تو ذهنمون حک بشه....

ادامه دارد...



جانبازار شهید زنداند



مخاطبی درآینه ۲ (خُشک و ترو سوخته)

معصومه باقری ثالث - کارشناس علوم قرآن و حدیث

قاتی چهرهٔ دکتر می‌شود و با صدایی که من هم می‌توانم خستگی و درماندگی را از آن بفهمم می‌گوید: «خانوم! چند بار بگم؟! من اهل این کارها نیستم! نیس...تم! شنیدید؟ نیستم.»
مریم بغض می‌کند و صورتش را با دست می‌پوشاند. از بد حربه‌ای برای دکتر استفاده کرده. اشک‌های یک زن کافی است تا دل مرد روبه‌رویش را بلرزاند. ولی در دلم به دکتر آفرین می‌گویم.

پشت ایستگاه (استیشن) پرستاری نشسته‌ام و به صحنهٔ روبه‌رویم نگاه می‌کنم. چیزی مانده مریم از گردن دکتر مهدوی آویزان شود! دکتر برافروخته و کلافه است و دائم با حرکات دستش سعی دارد چیزی را به مریم تفهیم کند؛ ولی می‌بینم که مریم با یک جمله، پشت جملات دکتر، بیشتر خودش را از چشم دکتر می‌اندازد (!) و هدفش هرچه باشد، از آن دورتر می‌شود. دست‌آخر، کمی خشم

از سر شانهاش به دستور پزشک نگاه می‌کنم. دارو را اشتباه برداشته. برزخی است و نمی‌شود مستقیم حرف زد! می‌پرسم: «تو هم سفتریاکسون داری؟» دوباره به پرونده نگاه می‌کند و می‌گوید: «آخ! نه! اشتباه کردم؛ این چوب‌خشک برام حواس نداشت!» مثلاً از همه‌جا بی‌خبر می‌پرسم: «کی و می‌گی؟» بی‌حوصله می‌گوید: «مهدوی دیگه! کی توی این بیمارستان ذره‌ای احساس و عاطفه حالی‌ش نیست؟! انگار اصلاً دل نداره!» گجی را که در نگاهم می‌بیند می‌گوید: «آها! حواسم نبود. تو هم یکی هستی لنگه مهدوی! خدا انگار شماها رو ایزوگام آفریده! انگاری به دوست و همدم نیاز ندارین! انگاری دلتون نمی‌خواد از جَوونی‌تون استفاده کنید!» هیچ نمی‌گویم! می‌دانم جاهل نیست و تمام حرف‌هایی را که من می‌خواهم بگویم از براست!

گولِ اشک‌های تصّعی و تکان‌های آلکی‌شانهٔ مریم را نمی‌خورد و با چند قدم محکم و مردانه به سمت حیاط می‌رود. مریم که رفتن دکتر را می‌بیند، خودش را جمع‌وجور می‌کند و به سمت جایگاه پرستاری (استیشن) می‌آید. نگاهش می‌کنم، گرفته! به روی خودم نمی‌آورم که دلیل گرفتگی‌اش را می‌دانم. ساعتِ داروی بیماران است و بی‌حرف پروندهٔ تخت‌های خودش را برمی‌دارد و به سمت اتاق دارو می‌رود. من هم چهار تخت دارم: دو کامل‌زن و یک دختر نوجوان و یک مادر بزرگ خوش‌اخلاق! پشت سر مریم وارد اتاق دارو می‌شوم.



را قطع می‌کند و قربان صدقهٔ قدوبالاپیم می‌رود. دست چروکیده‌اش را می‌گیرم و می‌گویم: «بهتری مادر؟» دستش را بلند می‌کند و به سقف اتاق نگاه می‌کند و می‌گوید: «خدا رو شکر. خیلی بهترم.» دو هفته‌ای می‌شود که از آی‌سی‌یو به بخش منتقل شده و احتمالاً امروز ترخیص می‌شود. اتفاقاً دکتر مهدوی عملش کرده. داروهایش را که می‌دهم می‌گویم: «مادر جان، وسایلت رو جمع کن و آماده باش. اگر امروز دکتريت اجازه بده، می‌تونى برى.» خوشحال می‌شود و برایم یک‌عالمه دعای خیر می‌کند.

به سراغ تخت‌های دیگر می‌روم. یکی مشغول صحبت با تلفن همراهش است و دیگری در حال چُرت نیم‌روزی‌اش. بدون حرف، دارویشان را تزریق می‌کنم و به ایستگاه پرستاری برمی‌گردم. سرم را روی ساعدم می‌گذارم. آیا واقعاً مریم

داروها را در ظرف مخصوص می‌ریزم و همراه برگهٔ دستور پزشک به سمت اتاق‌ها حرکت می‌کنم. دخترک با دیدن من گوش‌هایش را روی تخت می‌گذارد و به حالت نیم‌خیز می‌نشیند. کمی سر به سرش می‌گذارم و سعی می‌کنم حوصلهٔ سرزفته‌اش را برگردانم. دیروز عمل آپاندکتومی (برداشتن آپاندیس) کرده و به خاطر بخیه‌هایش هنوز می‌ترسد راه برود. دکترش گفته حتماً روزی چند دقیقه‌ای باید در راهرو قدم بزند. ولی در حالت عادی این نسل تنبل هستند، چه برسد به اینکه در دوران نقاهت بعد از عمل باشند! سوزن را در سیرمش فرو می‌کنم و بعد از خالی‌شدن محتویاتِ سرنگ برایش دستی تکان می‌دهم و از اتاق خارج می‌شوم.

پیرزن نشسته و دارد با دخترش صحبت می‌کند. با دیدن من حرفش

زودتر از او وارد اتاق می‌شوم! پیرزن با دیدن دکتر برایش سنگ تمام می‌گذارد. دکتر جواب مادرانگی‌هایش را با محبت می‌دهد. با بعضی‌هایشان لبخند می‌زند و زیر بعضی‌هایشان رنگ‌به‌رنگ می‌شود! بدون حرف، پرونده را روی میز می‌گذارم و دکتر مشغول بررسی احوال پیرزن می‌شود. روند بهبود پیرزن رضایت دکتر را کسب کرده.

دکتر زمان زیادی دربارهٔ مراقبت‌های بعد از عمل برای پیرزن و دخترش توضیح می‌دهد. پیرزن کلی برایش دعای خیر می‌کند و دخترش نمی‌داند چطور تشکر کند. می‌گوید: آقای دکتر، هیچ‌کس، به‌جز شما، حاضر نشد این عمل پُرخطر را انجام دهد. من تپش دوبارهٔ قلبِ مادرم را از مهارت و تخصص شما دارم. دکتر سربه‌زیر می‌گوید: شفا از خداست؛ من فقط وسیله‌ام. دختر فروتنانه ادامه می‌دهد:

درست فهمیده؟ ما چوب‌خشک‌هایی هستیم که نیاز و احساس سرمان نمی‌شود؟! واقعاً این‌طور است؟! یا ظاهرِ عقیف و باوقاری بر تمام نیازهایمان کشیده‌ایم و از آب شور برای رفع تشنگی استفاده نمی‌کنیم؟



صدای سرفهٔ مردانه‌ای باعث می‌شود سر بلند کنم. دکتر است. سلام می‌کنم و بی حرف پروندهٔ پیرزن را برمی‌دارم و به سمت تختش می‌روم. دکتر با فاصله پشت سرم می‌آید. کنار درِ اتاق به احترامش می‌ایستم؛ ولی با اولین «بفرمایید»ش

را من فاکتور گرفته‌ام؛ ولی صدای خندهٔ پیروزمندانهاش تا ثریا می‌رود! با خداحافظی لوسی قطع می‌کند. مَخ چوبِ خیسِ پشتِ تلفن را زده! محمد بیچاره! معلوم نیست امروز درازای چند نگاه شعله‌ور و چند جمله گفت‌وگو با آتش، چقدر پولش نفله خواهد شد. خدا به دکتر مهدوی رحم کرد؛ وگرنه، باید مادمازل (!) را امروز تا ناکجاآباد همراهی می‌کرد.

برگهٔ امضاشدهٔ دکتر را که در پروندهٔ پیرزن می‌گذارم، می‌فهمم بعضی پول‌ها توفیق درست خرج شدن را دارند و بعضی مردها دست‌ودل‌بازی و جنت‌لمن بودن را جور دیگری اثبات می‌کنند. باورم نمی‌شود دکتر برای عمل پُرخطر قلبِ پیرزن هزینه‌ای از او نگرفته‌باشد!

مخصوصاً اینکه شما بابت عمل... دکتر مسیرِ ادامهٔ جمله را می‌بندد و می‌گوید: وظیفه بوده، کاری نکرده‌ام. و با یک خداحافظی، سریع اتاق را ترک می‌کند.

به پیرزن کمک می‌کنم در ویلچر بهیستی بنشیند. لحظهٔ آخر، مثل دکتر، برای من هم آرزوی خوشبختی می‌کند و با دخترش از درِ شیشه‌ای بخش خارج می‌شود. به ایستگاه پرستاری برمی‌گردم. مریم یک گوشه نشسته و با تلفن همراهش مشغول صحبت است. آن قدر صدایش بلند است که اسم کار من را نمی‌توان استراق‌سمع گذاشت! پُرعشوه می‌گوید: «محمد! خیلی بدی! نه خیر! امروز عصر آزادم. می‌تونی بیای دنبالم و نبودنت رو جبران کنی. نه خیر! با کمتر از کافه و هدیه و گل هم آشتی نمی‌کنم. آره، حالا درست شد! حالا می‌تونم راجع بهت بیشتر فکر کنم!» فحش‌هایش



بازی - گوشه ۹

موسسه تربیتی رسانه‌ای مآذنه

سید محمد حسن مدرس مصلی - دانش پژوه سطح ۳ حوزه علمیه

کارشناس بازی‌های ویدئویی

Fall guys 

بازی کامپیوتر (pc/ Nintendo switch/ xbox one/ ps۴)

سن مناسب: بالای ۹ سال



این بازی در سبک رقابتی و در قالبی بامزه و طنز منتشر شد و محبوبیت بسیار یافت. در انواع سبک‌های مسابقه، هدف اصلی رسیدن به خط پایان است. بازی بسیار ساده است. هر دست، تعدادی که خود را به خط پایان رسانده‌اند، در ادامه بازی شرکت دارند و بقیه حذف می‌شوند. در راه رسیدن به خط پایان، اتفاقات بامزه‌ای از طرف محیط و دیگر بازیکنان رخ می‌دهد و مانع موفقیت می‌شود؛ مثلاً کسی شما را می‌گیرد و نمی‌گذارد به پایان برسید. حرکات فیزیکی آواتارها بامزه طراحی شده است. چون مراحل بازی مبتنی بر حذف دیگران است، اندکی اضطراب‌آور است. ضمناً والدین بدانند که خریدهای درون برنامه‌ای به راحتی برای بازیکن در دسترس است. همچنین چون بازی برخط (آنلاین) است، پیشنهاد می‌کنیم گفت‌وگوی (چَت) صوتی آن برای فرزندان بسته باشد.

مجموعه بازی‌های سبز (مخصوص کودکان)



بازی موبایل (Android)

سن مناسب: مثبت ۳ تا ۹ سال



این بازی کودکانه فرزندان را در قالب چهار بازی - داستان با موضوعات مختلف آشنا می‌کند. موضوعاتی مثل گسترش فضای سبز و محافظت از منابع طبیعی، روش‌های بازیافت زباله، تقویت مهارت‌های شنیداری و سرعت عمل کودکان در این بازی مورد توجه قرار گرفته است. با توجه به اینکه مخاطب این بازی کودکان هستند، والدین توجه کافی به میزان استفاده از صفحه‌نمایش داشته باشند.



رضیه جبریل زاده - کارشناس ارشد مشاوره خانواده

صدای مشاور ۳

● آقا، متأهل، ۲۵ ساله ● مشکل: تغییر رفتار همسر در زندگی



همسر من بیست سال دارن. دو ساله که ازدواج کرده‌یم. از همون روز اول، شرایط من رو باهاشون مطرح کردم و گفتم: «حجاب و مسائل دینی خیلی برام مهمه.» ایشون هم قبول کردن؛ ولی مثل اینکه فقط به ظاهر پذیرفته‌ن و در باطن کار خودشون رو انجام می‌دن. این باعث عصبانیت و ناراحتی من می‌شه. هر وقت هم ناراحتی من رو ابراز می‌کردم، همسر من شکی می‌شدن و دعوا درست می‌کرد.

آخرین بار بابت گذاشتن عکس‌های شخصی در پروفایل فضای مجازی بود که من ناراحت شدم و این ناراحتی من رو به‌شون گفتم. طبق معمول، عصبانی شدن و بحث‌مون شد. ایشون رفتن خونه پدرشون! الآن هرچی تلاش می‌کنیم که برگرده، پاش و کرده تو یه کفش که طلاق می‌خواد. هرچی پدر و مادرش باهاش صحبت می‌کنن، هرچه خودم صحبت می‌کنم، حرفش یه کلامه. راستش، من

نمی‌تونید هیچ فردی رو پیدا کنید و اطمینان داشته باشید که عقایدش بعد از ازدواج کامل تغییر می‌کنه. پس سعی کنید در کمال آرامش برا حل مشکل تلاش کنید.

در ادامه چند نکته عرض می‌کنیم که امیدواریم مفید باشه:

❶ فارغ از اینکه ناراحتی خودتون از این موضوع رو چطور بیان کردید (چون اغلب اوقات نوع بیان یه موضوع، برا اثرگذاری، از اصل مسئله مهم‌تره)، تغییر اعتقادات همسرتون در صورتی ممکنه که ایشون رو به خودتون و علایق خودتون علاقه‌مند کنید. مثلاً وقتی شما از حجاب و عفت زنانه برا همسرتون حرف می‌زنید، بایستی جنبه دینی این مسئله رو براشون روشن کنید و اگه این خواسته روتوی یه قالب غیرمنطقی و فقط به عنوان اینکه «من همسر توأم و تو باید از من پیروی کنی!» مطرح کنید، قطعاً نمی‌پذیره. اکسیر طلایی پاسخ مثبت به

دوسش دارم و نمی‌خوام از دستش بدم. ممنون می‌شم راهنمایی‌م کنید.

از اینکه مشکلتون رو با ما در میون گذاشتید سپاسگزارم. متوجه نگرانی شما برا مشکل به وجود آمده هستیم.

ازدواج و زندگی زناشویی یکی از پرچالش‌ترین دوران‌های زندگی هر فردیه. طبیعیه که زن و شوهر دچار چالش‌هایی بشن؛ اما همسران موفق کسانی‌ان که با گفت‌وگو این اختلاف رو حل کنن. همچنین وقتی فردی رو با ظاهر و اعتقادات متفاوت با خودمون انتخاب کرده‌یم، باید تبعاتش رو هم بپذیریم!

از اونجاکه هر فردی در ذهن خودش چهارچوب اعتقادی خاص خودش رو داره، احتمال تغییر عقاید بعد از ازدواج یه ریسکه که شما باید اون و می‌پذیرفتید! این باور اشتباهه که با نیت تغییر یه فرد بعد از ازدواج، کسی رو برا زندگی مشترک انتخاب کنیم.

تغییر همسرتون امیدوار باشید. صبوری اصل اساسی تغییر رفتار همسرتونه.

۳ تو چنین شرایطی، برا برگردوندن همسرتون باید به این نکته هم توجه کنید که اون طور که دوست داره و می پسنده، می تونه کنار شما زندگی کنه. شما باید پذیرید که همسرتون طرز تفکر و اعتقاداتی داره که نمی تونه به خاطر شما اونارو تغییر بده؛ مگه اینکه همون طوری که گفتیم، شما با صبر و حوصله برا تغییر ایشون اقدام کنید تا به نتیجه مطلوب برسید. شما باید همسرتون رو همون طوری که هست بپذیرید و دوستش داشته باشید. اگه ایشون بتونه کنار شما زندگی کنه و خودش باشه، کنارتون آرامش داره. اگه بخواد خودش رو تغییر بده یا به این فکر کنه که شما شخصیت فعلی ش رو دوست ندارید، از شما فاصله می گیره که در این صورت شما باید تصمیم بگیرید که ایشون رو با این اعتقاد و طرز فکر می پذیرید یا نه.

خواستنه هاتون، محبت شما به همسرتونه؛ اون هم محبتی که ایشون می پسنده؛ نه اون چیزی که خودتون ترجیح می دید. پس سعی کنید ایشون رو سرشار از محبت و عشق کنید تا به خاطر علاقه و عشقی که به شما داره، انعطاف نشون بده و به عقاید شما هم علاقه مند بشه. برا اینکه همسرتون رو تغییر بدید، عجله نکنید؛ صبور باشید و در انتظار نتیجه بمونید.

۲ شما باید عقایدتون رو با دلیل و منطق و در کمال آرامش بیان کنید. هرچقدر این کار با تنش و خشم همراه باشه، نتیجه معکوس می ده. وقتی شما مقابل ایشون وای می سین، قطعاً ایشون هم با شما مقابله می کنه. پیشنهاد اینه که کنار ایشون وای سین و سعی کنید با ابراز محبت، احترام و بدون عصبانیت و خشم، خواسته هاتون رو به شون بگید. وقتی برا رسیدن به خواسته تون خشم و عصبانیت بروز بدید، از هدفتون دورتر می شید و نمی تونید به

خودتون و همسرتون، از ایشون راهنمایی بخواید. مشاور به عنوان یه نفر سوم و دارای تخصص، تأثیر بیشتری روی همسر شما برا بازگشت به زندگی می‌ذاره. امیدواریم مطالب گفته شده شما رو در حل مشکل به وجود آورده یاری کنه. اگه در خصوص مطالب گفته شده سؤالی براتون پیش اومد، خوشحال می‌شیم با ما مطرح کنید.

بهترین‌ها رو براتون آرزو مندیم.



برای مطالعه بیشتر

▶ نقطه‌ویرگول؛ کمی مکث (کتاب دوم: از نو باتو)، محسن عباسی‌ولدی، انتشارات آیین فطرت، ۱۳۹۶.



پی‌نوشت

۱. محبت انواع مختلفی دارد؛ کلامی؛ کادویی؛ خدمت‌رسانی، لمسی و اختصاص وقت و... هرکدام از این‌ها برای شخص خاصی اولویت دارد و ممکن است برای دیگری اثرگذار نباشد. رک: پنج زبان عشق، گری چاپمن، ترجمه محمد یوسفی، انتشارات نوین، تهران، ۱۳۹۵.

الآن و توی چنین شرایطی که همسرتون به دلیل حرفی که شما بهش زدید از خونه رفته، کمی زمان بدید تا ایشون بتونه با خودش فکر کنه. اگه مرتب به سمتش برید و ازش بخواید برگرده، از شما بیشتر فاصله می‌گیره. پس فاصله بگیرید و بدون هیچ اقدامی اجازه بدید مدتی تنها باشه و به زندگی شما و خودش فکر کنه تا بتونه بهترین تصمیم رو بگیره.

۱۴ اگه با همه این شرایط، ایشون به جدایی و طلاق اصرار داشتن، برا این کار یه شرط بذارید: باهم پیش یه مشاور متخصص زوج‌درمانگر متدین که عقاید دینی شما رو درک کنه برید و به همسرتون بگید هرچه مشاور گفت، به اون عمل می‌کنید. قبل از رفتن دوتایی پیش مشاور، خودتون به تنهایی با مشاور صحبت کنید و شرایط رو توضیح بدید و بگید تمایل دارید همسرتون به زندگی برگرده و با قرار دادن مشاور در جریان جزئیات زندگی



بدترین سؤال از کودک

عقیل مصطفوی

دانش آموخته سطح ۳ حوزه علمیه
کارشناس ارشد مشاوره خانواده

«بابا رو بیشتر دوست داری یا ماما؟ می‌خوای چیکاره بشی؟ رشته انسانی و فنی و حرفه‌ای مال تنبلاست و...» خیلی از این سؤالات و جمله‌های کلیشه‌ای دوران کودکی، تنها ذهن و هویت کودک و نوجوان ما را در آینده دچار مشکل می‌کند.



به نظر تان بدترین سؤالی که می‌شود از یک بچه ۷-۸ ساله پرسید چیست؟! بدترین سؤال این است که از او بپرسیم؛ «وقتی بزرگ شدی، می‌خوای چه کاره شوی؟» گویا بزرگ شدن، آخر داستان و ته زندگی است که با رسیدن به آن، همه چیز تمام می‌شود و هر بچه‌ای باید از الآن به آخر زندگی‌اش فکر کند و تصمیم بگیرد.

سال اولی که با قاطعیت از برنامه‌های حرفه‌ی آینده خود حرف می‌زدند و جای چک‌وچانه در برنامه‌هایشان نگذاشته بودند، بعداً در سی‌سالگی حسرت بیشتری نسبت به تصمیمات گذشته‌شان داشته‌اند! چرا؟ چون نتوانسته بودند تجدیدنظرهای لازم را در مسیری که انتخاب کردند داشته باشند.^۱ بر اساس مطالعه‌ی دیگری که به‌تازگی در آمریکا درزمینه‌ی آینده مشاغل انجام‌شده، ۶۵ درصد کودکانی که امروز وارد دبستان می‌شوند درنهایت در مشاغل کاملاً جدیدی که امروز وجود ندارد، مشغول به کار خواهند شد.^۲ به همین دلیل است پرسیدن اینکه «می‌خوای چه‌کاره بشی؟!» از کودکان اشتباه است، درواقع تعیین کردن یک شغل یکسان، آینده شغلی بچه‌ها را به خطر می‌اندازد؛ چراکه در حالت فعلی درکی از شغل‌های آینده وجود ندارد.

می‌دانید ایراد این سؤال در کجاست؟ این پرسش و فکر کردن به آن می‌تواند به شکل‌گیری طرز فکر ثابت درباره کار و شخصیت کودک منتهی شود؛ چراکه بچه‌ها با توجه به سن و سالشان و عدم آگاهی که نسبت به مسائل دارند، چند شغل را بیشتر نمی‌شناسند و پرسیدن چنین سؤالاتی به‌نوعی شروع ضبط هویت در کودک است. به‌علاوه بچه‌ها معمولاً بر اساس نماد قدرت و ارزش‌گذاری در مورد آینده صحبت می‌کنند و این چیزی است که از محیط و اطرافیان به او تحمیل می‌شود، نه چیزی که استعدادش را داشته باشد. بنابراین این اشتباه، همه استعداد بچه را نادیده می‌گیرد و مجبورش می‌کند به سمت هدفی که خانواده و جامعه گفته حرکت کند. جالب است در این زمینه تحقیقی صورت گرفته است که می‌گوید دانشجویهای

کند و از غرق شدن و گذر زمان در آن چیزی متوجه نشود، نه اینکه به خاطر تأیید و تحسین والدین و اطرافیان، شغلی انتخاب کند که بعد در آینده از آن پشیمان شود و دیگر فرصتی برای تجدیدنظر و برگشت نباشد. چنین انتخابی مانند قمار سنگینی است که فرد در آن شکست می‌خورد و فرصتی برای جبران ندارد!

نتیجه اینکه نباید از بچه‌ها چنین سؤالاتی را بپرسیم که

ده سال پیش چه کسی فکر می‌کرد که از قبل شبکه‌های اجتماعی؛ نظیر اینستاگرام، یوتیوب، فیس بوک، تلگرام، تیک‌تاک و ... صدها یا شاید هزاران شغل به وجود می‌آید که هزاران مرتبه جذاب‌تر، خلاقانه‌تر و درآمدزاتر از شغل‌های کلیشه‌ای باشد که از کودکی در ذهنمان داشتیم و آخر سر هم به آن نرسیدیم!

بسیاری از شغل‌ها هنوز متولد نشده‌اند!

انتخاب شغل مثل پیدا کردن همسر نیست. امکان دارد شغل ایده‌آل آن بچه هنوز ابداع نشده باشد. چراکه کاروبارهای قدیمی از بین می‌روند و کاروبارهای جدید به بازار می‌آیند و می‌توان با یک ذهن باز و خلاق دکمه شروع زندگی را زد.

آنچه در انتخاب شغل باید به آن توجه شود این است که شغلی را باید انتخاب کرد که به تعبیر عامیانه فرد با آن عشق



این سؤالات را از کودکان بپرسیم!

از آنجایی که کودکان در سال‌های اولیه زندگی خود به دنبال کسب و کشف هویت خود هستند، ما باید به آن‌ها درک بهتر خود و نقاط قوت، احساسات و علاقه‌مندی‌ها و نیازهای خود کمک کنیم تا در ادامه، دنیا را مملو از فرصت‌هایی ببینند که می‌توانند شغل ایجاد کنند، نه اینکه آن‌ها را در مسیری قطعی شده قرار دهیم که محدود است.

ما باید فرزندانمان را برای زندگی در دنیایی پیچیده و متغیر و یک زندگی توأم با یادگیری مداوم آماده کنیم و آن‌ها را تشویق کنیم کارهای مورد علاقه خود را کشف کنند، پی ببرند به چه یادگیری‌هایی علاقه دارند و چه مشکلاتی را دوست دارند حل کنند. این تحول می‌تواند با سؤالاتی شروع شود؛ نظیر «به چه چیزهایی علاقه‌مند هستی؟ چه چیز تو را خوشحال می‌کند؟ دوست داری چه کارهایی را انجام بدهی؟ در چه مواقعی

وقتی بزرگ شدی، می‌خواهی چه کاره شوی! لزومی ندارد که بچه‌ها خودشان را در قالب یک شغل تعریف کنند. یک هویت ثابت و محدود می‌تواند مسیرهای دیگر را ببندد. به جای تلاش برای محدود کردن موفقیتشان، کمک کنیم تا احتمالاتشان برای موفقیت را گسترش دهند. چه لزومی دارد خودشان را در یک شغل کلیشه‌ای تعریف کنند. آن‌ها خیلی کار می‌توانند انجام دهند.



قَلْبُ الْحَدِيثِ كَالْأَرْضِ الْحَالِيَةِ مَا أَتَتْ فِيهَا مِنْ شَيْءٍ فَبَلَّتْهُ؛ جز این نیست که دل نوجوان همچون زمین میان تهی است؛ هر چه در آن افشانده شود، همان را می‌پذیرد.^۳ بی‌شک هرآن چه را در زمین کشت زار فرزندان بکاریم، در آینده‌ی نزدیک درو خواهیم کرد.



برای مطالعه بیشتر:

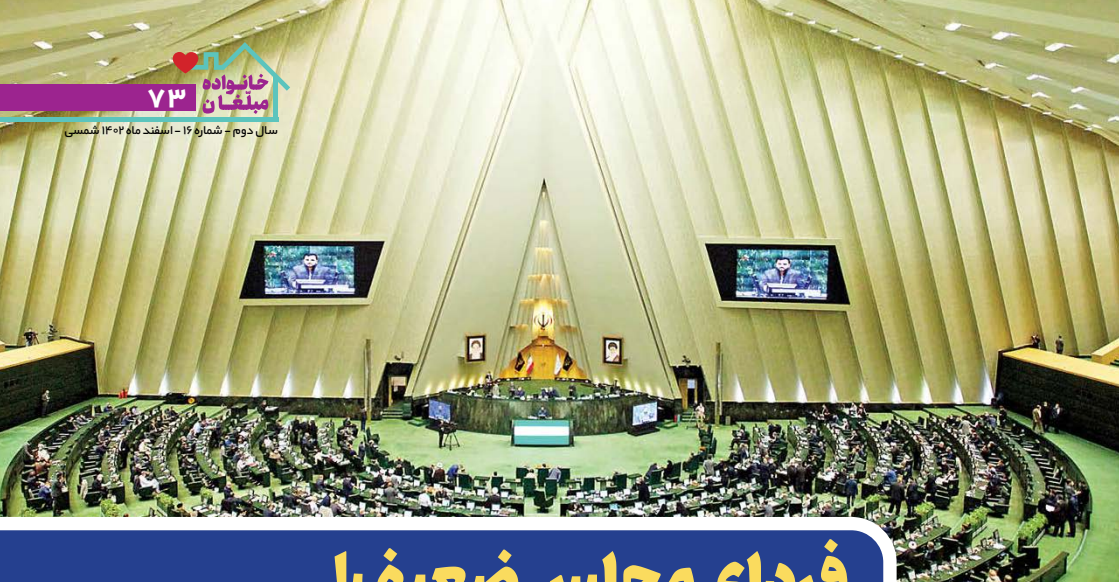
- دوباره فکر کن، ترجمه گروه نشر نوین، انتشارات نوین، تهران ۱۴۰۱.
- تطابق: چرا موفقیت همیشه از شکست شروع می‌شود؟، ترجمه فرزاد حسنی، انتشارات شادن پژوهاک، تهران ۱۳۹۴.

احساس می‌کنی موفق شده‌ای؟ دوست داری چطور با دیگران کار یا بازی کنی؟ چه چیزهایی را زودتر یاد می‌گیری؟ دوست داری درباره چه چیزهایی بیشتر بدانی؟ چه چیزهایی برایت اهمیت دارند؟ و...»

بنابراین به جای مطرح کردن چنین سؤال آسیب‌زایی، می‌توان مهارت‌هایی همچون حل مسئله، سواد رسانه، هوش هیجانی و توان سازگاری در کودکان را پرورش داد. از این رو بهتر است مشکلات دنیای واقعی را متناسب با سن دانش‌آموزان با آن‌ها مطرح کنیم (حتی به شکل بازی) و آن‌ها را ترغیب کنیم با آنچه در مدرسه یا خانه یاد گرفتند، آن مسئله را حل کنند. در آخر نیز نباید در امر تعلیم و تربیت از این نکته غافل شد که: «إِنَّمَا

پی‌نوشت

۱. دوباره فکر کن، آدم گرانت، گروه ترجمه نشر نوین، تهران، ۱۴۰۱، ص ۶۵.
۲. تطابق: چرا موفقیت همیشه از شکست شروع می‌شود؟، ترجمه فرزاد حسنی، انتشارات شادن پژوهاک، تهران، ۱۳۹۴، ص ۲۹.
۳. عیون الحکم و المواعظ، علی بن محمد لیثی واسطی، انتشارات دارالحدیث، قم، ۱۳۷۶، ج ۱، ص ۱۷۹.



فردای مجلسِ ضعیف!

هانیه مختاری

تو، خیلی‌های دیگه، هم با صندوق رأی قهر کنن، می‌دونی چی می‌شه؟! در واقع از مسائل و مشکلاتی که برات پیش اومده، هیچ‌کدومش حل نمی‌شه. حالا فکر کن فردای اون روز، یه مجلس ضعیف شکل می‌گیره و با این کار به آجنبی اجازه می‌دیم به‌جای ما سرنوشت کشورمون رو تعیین کنه. این کار باعث می‌شه قدرت مبارزه با جریان فساد از بین بره و شرایط سخت‌تری رو به وجود بیاره. اصلاً بذار این‌رو بگم که مشارکت نکردن باعث می‌شه تحریم‌ها شدیدتر که بشه هیچ، تازه مذاکرات هم سخت‌تر می‌شه.

گفتم: ببخشید صحبتت رو قطع می‌کنم؛ اما می‌خوام هرچی رو که خودم بررسی کرده‌م، برات بگم.

گفت: منم داشتم حرف مهمی می‌زدما. من از شرایط خسته‌م؛ دیگه نمی‌تونم به‌امید «درست می‌شه؛ درست می‌شه»‌ها پاشم برم رأی بدم!

حرف‌هامو کمی مزه‌مزه کردم و پیش خودم گفتم: خب حق داره، جوونه، شرایط هم‌براش کمی سخت شده!

گفتم: پسرم، سهراب‌جان! پیش خودت فکر کن که رأی ندادی! من برات فردای اون روز رو ترسیم می‌کنم. اگه مثل

می‌کنه تا مردم رو ناامید کنه. می‌دونی چرا؟ چون مشارکتِ حداکثری مردم در انتخاباتِ نظام را بیمه و ایمن می‌کنه. اولین سود حضور حداکثری در انتخابات به خود مردم برمی‌گرده. حضور گستردهٔ مردم در انتخابات، اقتدار نظام رو افزایش می‌ده.

❓ از پسر پرسیدم: با وجود این مسائلی که توضیح دادم، بازهم حاضری شرکت نکنی؟

🗨 گفت: دلم نمی‌خواد اوضاع بدتر بشه. حرف‌های شما هم درسته. حداقل بگید از کجا می‌تونم افراد دارای صلاحیت رو انتخاب کنم.

🗨 گفتم: من فهرستی از کاندیداهای موردنظر رو حاضر کرده‌م و اطلاعاتی درباره‌شون دارم و می‌تونم کمکت کنم. اما در نظر داشته باش که حتماً با تحقیقات کامل رأی بدی.

سهراب کمی به فکر فرورفته بود؛ اما همچنان آشفته بود. گفت: اما بابا، من کشورم رو دوست دارم و فقط خسته‌م. احساس می‌کنم با این کار حداقل می‌تونم بگم که شرکت نکردم و دیگه هم حرصی اینکه چی شد و کی چی کار کردی نمی‌خورم! به‌نشانهٔ اینکه متوجه حرفش هستم، سری تکان دادم و گفتم: پسر، رأی ندادن هم خودش نوعی رأی دانه؛ رأی دادن به افراد نالایق و ناصلاح که ما انتخابشون نکرده‌یم؛ اما شرایط رو برا خودمون سخت‌تر کرده‌یم. شرکت در انتخابات یه وظیفهٔ اجتماعی نیست؛ چون قرار نیست کسی به‌خاطر رأی ندادن، ما رو تنبیه یا جریمه کنه؛ رأی دادن یه حقه که در صورت تمایل می‌تونیم ازش استفاده کنیم؛ حقی که برا داشتنِ اون زحمات بسیاری کشیده شده. از دلایلی که باید در انتخابات شرکت کنیم اینه که دشمن همهٔ تلاشش رو



رُکن اساسی در تبلیغ

یک تجربهٔ تبلیغی

سمیه شریفی - دانش آموخته سطح ۳ حوزه علمیه

در منطقه‌ای که فعالیت داشتم، فرقهٔ اهل حق فعالیت داشت و فرهنگشان بر آن منطقه حاکم بود. وقتی به مدرسه می‌رفتم، دانش‌آموزان به نمازخانه نمی‌آمدند و مدام می‌گفتند: «کلاس قرآن و احکام در مسجد برگزار نکنید!» چون فرهنگ آنجا این‌طور بود که نماز نمی‌خواندند و مسجدنرفتن یک فرهنگ شده بود. حتی دانش‌آموزان و خانواده‌های آن منطقه، یک سفر زیارتی مشهد هم نرفته بودند.

یک روز یکی از مسئولان دل‌سوز به شهر گهواره آمد و من نیز به‌عنوان یک مبلغ از ایشان درخواست کردم که دانش‌آموزان

و نویسندگی نیز جزو برنامه‌های کلاسی‌ام بود و در کلاس‌ها از سیرهٔ اهل بیت عَلَيْهِمُ السَّلَامُ و... می‌گفتم، نمونه‌هایی می‌آوردم و می‌گفتم که در زمان پیامبر اسلام صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ نیز زنان در مسجد شرکت می‌کردند.

انبیای الهی هیچ‌گاه مَدْعُو نبودند؛ بلکه داعی بودند. تاکنون جایی نشنیده‌ایم که برای سخنرانی پیغمبری میزی یا منبری آماده کرده باشند؛ بلکه برعکس، آنان در امر تبلیغ با سنگ ناسزا و سختی‌های فراوانی مواجه بودند. بعضی از ما طلاب ممکن است انتظار دعوت‌نامه داشته باشیم تا تشکیل جلسات بدهیم؛ درحالی‌که اگر بخواهیم منتظر این مقدمات باشیم، هرگز نمی‌توانیم کار تبلیغ دین خدا را به پیش ببریم.

هر انسانی در طول عمرش ممکن شکست بخورد؛ ولی با هر شکست می‌توانیم تجربه و موفقیت کسب کنیم. در منطقهٔ گهواره انتظار داشتم

همراه خانواده‌شان به سفر زیارت مشهد بروند. ایشان نیز تقاضایم را پذیرفتند و حدود دویست دانش‌آموز زیارت‌اولی را با خانواده‌هایشان به سفر مشهد بردیم.

به‌کمک سازمان تبلیغات توانستم در آن منطقه هیئت مذهبی تأسیس کنم و سعی کردم با حضور مدیر مدرسه تمام مقاطع را به مسجد ببرم.

ماه مبارک رمضان به‌کمک بسیج دانش‌آموزی، کلاس قرآن و احکام برگزار کردم و غذای نذری پختیم و در بین آنان پخش می‌کردیم.



همچنین نشست‌های دینی و آسیب‌های اجتماعی برگزار کردم و چون خودم نویسنده بودم و کلاس‌های داستان کوتاه

کل امکانات تبلیغ برابم فراهم شود؛ ولی چنین نبود و مشکلات زیادی در رفت‌وآمد داشتم.

در پاسخ‌گویی به شبهات باید بصیرت و آگاهی می‌داشتم و حساسیت کار بسیار زیاد بود؛ ولی کم‌کم تبلیغ برای من شیرین‌تر و جذاب‌تر شد و توانستم با بیشتر دانش‌آموزان آن منطقه ارتباط مؤثر برقرار کنم.

رفتار خوش رکن اصلی و اساسی تبلیغ و در جذب مؤثر است و در قرآن عامل موفقیت رسول خدا ﷺ اخلاق خوش و مهربانی ایشان ذکر شده است.

با جلسات پرسش‌وپاسخ و برگزاری سیر مطالعاتی می‌توانیم دانش‌آموزان را به انتخاب کتاب‌های مناسب تربیتی و هدفمند تشویق کنیم.

در مسیر تبلیغ دانش‌آموزان، با موانع و آفت‌هایی مواجه شدم؛ عواملی مانند اعتیاد به فضای مجازی و طلاق

عاطفی در خانواده که باعث گوشه‌گیری و افسردگی دانش‌آموزان و پُرسرفت تحصیلی شده است. همچنین دوست‌شدن دانش‌آموزان محجبه با دخترانی که اهل رعایت موازین شرعی نیستند و بی‌توجهی پدر و مادرها که باعث شده به جنس غیرخودشان برای ابراز احساسات و از جمله مشکلاتش روی بیاورند و این‌گونه مسائل پیش روی من مبلغ بود.

چون خودم حافظ قرآن کریم بودم، برای ارائه محتوای تربیتی‌ام از آیات قرآن کریم استفاده می‌کردم. آثار معارف قرآنی بر دانش‌آموزان وصف‌ناشدنی است.

تشبیه و تمثیل نیز بهترین روش برای فهماندن مطالب بود؛ چراکه انسان‌ها ذاتاً از هنر لذت می‌برند و از خشکی یکنواختی گریزان‌اند. برای انتقال مسائل دینی باید از روش‌های هنری استفاده کنیم؛ ﴿وَتِلْكَ الْأَمْثَالُ لَضَرِبُهَا

لِّلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ»؛ «و این مثل‌ها را برای مردم می‌زنیم تا بیندیشند.»

در قرآن کریم رسول خدا ﷺ «اسوۀ حسنه» معرفی شده است: ﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُو اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ اللَّهَ كَثِيرًا﴾^۲.

بهترین الگو برای شما، نه تنها در این میدان که در تمام زندگی، شخص پیامبر ﷺ است. صفات آن حضرت مانند روحیات عالی، استقامت و شکیبایی، درایت و هوشیاری، اخلاص و توجه به خدا، تسلط بر حوادث و زانو‌نزدن در برابر سختی‌ها و مشکلات، می‌تواند الگو و سرمشقی برای همهٔ مسلمین باشد.

مانع‌زدایی، ایمن‌سازی مخاطبانم در برابر آسیب‌های اجتماعی، مبارزه با تبلیغات ضد‌دینی در فضای مجازی، و استفاده از فناوری حفاظت از دانش‌آموزان،

از راهکارهایی بود که در این مسیر استفاده می‌کردم. برای مثال، در مدارس کارگاه آموزشی برگزار کردم تا بتوانند در فضای مجازی حریم خصوصی خود را حفظ کنند و آگاهی‌بخشی به اینکه هرگز اسم و عکس و اطلاعات شخصی خود را در اختیار دیگران، به‌خصوص در فضای مجازی، نگذارند.

با نشان‌دادن الگوی درست زندگی، آثارِ سوءِ مخرب را به دانش‌آموزان یادآور شدم و افکار آسیب‌دیده و مسموم آن‌ها را درمان کردم. نوجوان بیشتر از اینکه خودش بداند در چه مسیری قرار گرفته است، تحت‌تأثیر افکار دوستان و هم‌کلاس‌هایش قرار می‌گیرد و فضای مجازی را حامی و الگو در برابر ناملایمات می‌داند. در این صورت، من مربی باید راه درست را به نوجوان نشان دهم تا از این فضاها درست و محتاطانه استفاده کند.



مبلغان سربازان خط مقدم جبهه تبیین هستند و وظیفه مراکز پشتیبانی این لشکر توحیدی، تولید محتوای تبلیغی و به روزرسانی پیوسته روش‌های نوین تبلیغی است. از این رو چهار مرکز محتوایی حوزوی یعنی «مرکز پژوهش‌های تبلیغ حوزه»، «گروه تولید محتوای فرهنگی و تبلیغی دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم»، «اداره راهبری محتوای تبلیغی سازمان تبلیغات اسلامی» و «مرکز مطالعات و پاسخ به شبهات حوزه» در اقدامی هماهنگ تلاش کردیم در راستای منویات رهبر معظم انقلاب امام خامنه‌ای عجته الله مبنی بر تأمین محتوا و روش برای مبلغان، ویژه‌نامه‌ای برای انتخابات پیش رو با عنوان «انتخاب امیدبخش» تهیه نماییم.

● جهت دانلود رایگان فایل ویژه‌نامه‌ها از طریق لینک زیر اقدام کنید:

شماره 1: <https://eitaa.com/mobaleghan/5722>

شماره 2: <https://eitaa.com/mobaleghan/5847>



● با مراجعه به هر کانال می توانید از محتوا و

مقالات نشریات مرکز پژوهش‌های تبلیغی مجتمع
آموزشی پژوهشی تبلیغ به صورت رایگان استفاده کنید.

۱ کانال ماهنامه مبلغان:

https://eitaa.com/m_moballegan

۲ کانال آرشیو ماهنامه سفیر-امین:

<https://eitaa.com/safiraminMagazine>

۳ کانال ماهنامه خانواده-مبلغان:

<https://eitaa.com/khanevademoballegan>

۴ کانال فصلنامه علمی پژوهشی مطالعات-تبلیغ-دینی:

<https://eitaa.com/fmtd1401>

۵ خبرنامه تحلیلی-سیاسی منبا:

<https://eitaa.com/manba313>

۶ مجموعه کتاب‌های-تبلیغی:

<https://eitaa.com/mktabt>

۷ نشریه دیواری نسیم-تبلیغ:

<https://eitaa.com/nasimetabligh>

