

خانواده مبلغان ۱۶

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

- راه درست و انتخاب درست
- فجازی و پرخاشگری
- خانواده‌های جورواجور
- ره‌هستاری افتخارآفرین
- بدترین سؤال از کودک
- 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.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 یا 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 مبلغان
 - 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 کلایه، سیده منیر سید تقی، رضیه جبرئیل‌زاده، زینب رحیمی تالارپشتی.
 - مدیر اجرایی: احمد اسماعیلی
 - مدیر هنری و صفحه‌آرا: سید محسن حسینی

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 عموی ابراهیم؟!)..... ۱۳

خانواده‌های جور و اجور ۱۸

فجازی و پر خاشگری (رابطه گوشی هوشمند و پر خاشگری کودکان) ۲۲

بی‌نته ضرورت ۱۱ (مشروبات نوشیدنی‌ها)..... ۲۹

دهه هشتادی افتخار آفرین ۳۵

چی بخونیم؟ (همساز همساز)..... ۳۹

واقعیت یا خیال؟!..... ۴۴

در سرزمین عجایب ۶ (هزار شب)..... ۴۹

قصه‌های من و مادر بزرگ ۹ ۵۳

مخاطبی در آینده ۲ (خُشک و تر و 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

رکن اساسی در تبلیغ (یک تجربه 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 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 مکرر 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 بایک 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 بانیّت 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 صداوسیما پس از شرکت در انتخابات مورخه ۱۴۰۰/۳/۲۸.

خدا کند که بیایی



محمود مقدمی

راه درست و ارتقا . درست

وقتی ماه شعبان به نیمه نزدیک می‌شود و موکب‌های پرزرق‌وبرق 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 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 أَنْصَارِهِ وَ أَعْوَانِهِ، الدَّائِمِينَ عِنْدَهُ، الْمُسَارِعِينَ فِي حَوَاجِهِ، الْمُتَمَثِّلِينَ لِوَأَمْرِهِ، الْمُحَامِلِينَ عِنْدَهُ، الْمُسْتَشْهِدِينَ بَيْنَ يَدَيْهِ.»

روایات ما، گروه عاشقان خدمت‌گزاری را که روز و شب کمر بسته در خدمت حضرت

و نه برای اینکه تکیه‌گاه زندگی‌اش باشد؛ بلکه تا در سختی‌های زندگی‌های مردترین مرد زمین و امین‌ترین امان‌زمان، شریک باشد. می‌خواست به همه زنان و همه مردان همه زمان‌ها راه درست انتخاب و انتخاب درست را بیاموزد. یادش گرامی و راهش پُررهرو باد.



خواهند بود و در لحظات اولیة اعلام ظهور همچون پروانگانِ جان‌فدا گرد شمع وجود حضرتش جمع می‌شوند، ۳۱۳ نفر ذکر کرده است که ۵۰ نفرشان بانوان هستند؛^۱ همانند حضرت خدیجه علیها السلام، بانوی بزرگ اسلام که با همه وجود در خدمت پیامبر گرامی صلی الله علیه و آله بود و نه تنها مالش را، که آبرویش را، اعتبارش را، جوانی‌اش را و حتی جانش را برای حضرت ختمی مرتبت صلی الله علیه و آله در طبق اخلاص گذاشت. او در سخت‌ترین انتخاب عمر بشر، «محمد یتیم» را بر همه اشراف و بزرگان 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 آورده‌ام.
۲. المزار الکبیر، محمدبن جعفر حائری، دفتر انتشارات اسلامی، قم، چ ۱، ۱۴۱۹ق، ص ۶۶۴.
۳. بحارالانوار، محمدباقر مجلسی، دارالکتب الإسلامیة، تهران، ج ۵۲، ص ۲۲۳. از امام باقر علیه السلام این چنین نقل شده است: «... و یچیء والله ثلاثمائة و بضعة عشر رجلاً فیهم خمسون امرأة یختمعون بمكة علی غیر میعاد قرعاً کقرع الخریف؛ 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).



سیدمحمدحسین راجی - اندیشکده راهبردی شعراء

انتخابات غیراختیاری است؟!

- گفت: در جمهوری اسلامی مردم حتی در انتخابات هم هیچ اختیاری ندارند و افراد از قبیل 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؟

♦ 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 درنهایت شخصی کاملاً متفاوت و مخالف آن جریان رأی می‌آورد. می‌گفتند نظر نظام آقای ناطق نوری است؛ اما درنهایت آقای خاتمی رئیس‌جمهور شد. یا در سال ۹۲ می‌گفتند نظام آقایان جلیلی یا قالیباف را از صندوق درمی‌آورد؛ اما درنهایت آقای روحانی رئیس‌جمهور شد.^۱ در سال ۹۲ که دائم القا می‌شد «رئیس‌جمهور از قبل مشخص شده و قطعاً آقای روحانی رأی نخواهد آورد»؛ اما آقای روحانی رئیس‌جمهور شد؛

درحالی‌که او تنها ۷۱٪ درصد بیشتر از حدنصاب 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

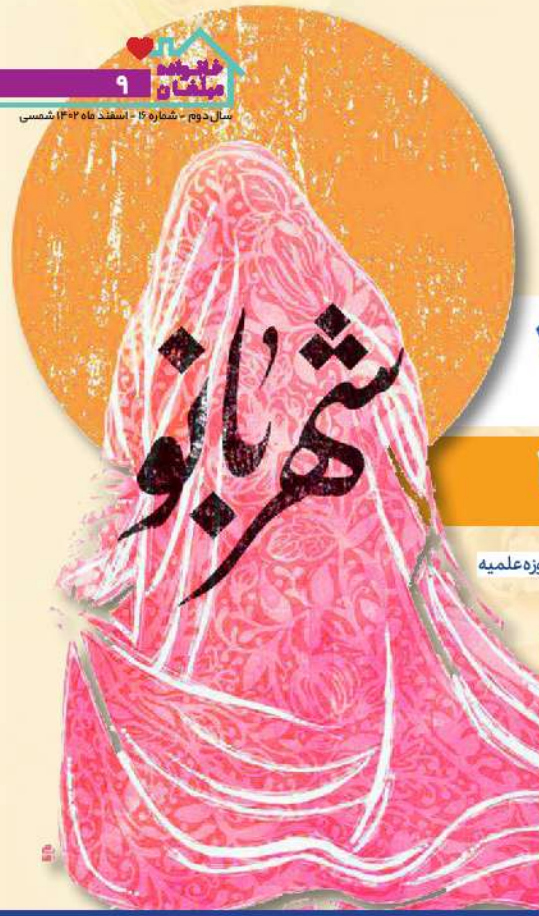
دادن به او. اگر نتیجه انتخابات از قبل مشخص باشد، آیا هیچ‌کدام از این سیاستمداران و غول‌های رسانه‌ای این موضوع را نمی‌دانند که وارد عرصه تبلیغ می‌شوند و وقت و آبرو و هزینه خود را خرج می‌کنند؟

فرایند انتخابات در ایران به‌گونه‌ای است که امکان تقلب وجود ندارد. مثلاً هر نامزد می‌تواند در پای هر صندوق 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.

پی‌نوشت

۷۱.۱ صدم درصد، یعنی از یک درصد هم کمتر.





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 بگوییم 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...! علامه مجلسی رحمته الله علیه می گوید: «نام مادر امام سجاد علیه السلام بنا بر نظر مشهور، شهربانو، دختر یزدجرد بن شهریار، پادشاه عجم است.»^۱ همچنین در صحیفه فاطمی که نام همه امامان و مادرانشان آمده، نام مادر امام چهارم «شهربانو» ذکر شده است.^۲ یوسف بن حاتم شامی می گوید: «مادر امام سجاد علیه السلام، دختر یزدجرد، دارای نسب معروف و بهترین زن عصر خود بود.»^۳

زهرا علیها 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 برپدر 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 نزند تا آنکه مرا به مدینه آوردند.»^۴

رسول خدا صلی الله علیه و آله؛ خواستگار شهربانو علیها السلام

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



حقیقت ماجرای شهربانو علیها 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 هیچ یک 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 دو مرتبه 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.

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: «عبداللّه بن عامر بن کریم خراسان را فتح کرد و دودختر 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 این‌چنین می‌نویسد: خبر (عیون اخبارالرضا علیه السلام) به صحت نزدیک‌تر است؛ زیرا فرزندان یزدجرد پس از مرگ وی اسیر شدند و مرگ

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.^۱ این تعصبات خشک و بی روح داشت.

امام علی علیه السلام درباره او فرمود: «هِيَ أُمُّ

الْأَوْصِيَاءِ الذَّرِيَّةِ الطَّيِّبَةِ»^۲ او مادر اوصیا از ذریه

پاکی است.^۳ 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

زشتی‌ها پاک بود.^۳

از طرفی، بودن ازدواج در زمان عمر و عدم تولد فرزند تا بیست سال که زین العابدین علیه السلام به دنیا بیاید بعید است.^۱

سفارش امام علی علیه السلام به فرزندش

امیرالمؤمنین به امام حسین علیه السلام فرمود:

فرزندم، 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. رک: الإرشاد، محمد بن محمد بن نعمان (شیخ مفید)، ترجمه محمد باقر ساعدی، انتشارات علمیه اسلامیة، تهران، ۱۳۸۰.
۲. جلاء العیون، محمد باقر مجلسی، انتشارات سرو، قم، ۱۳۹۲ ش، ص ۸۳۱.
۳. ملحقات 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، ۱۴۲۰ ق، ص ۸۱.
۵. بحار الأنوار، محمد باقر مجلسی، انتشارات دارالکتب الإسلامیه، تهران، ج ۴۶، ص ۱۱.
۶. همان، ص ۱۲.
۷. همان، ص ۱۵.
۸. عیون اخبار الرضا علیه السلام، محمد بن علی بن بابویه (شیخ صدوق)، انتشارات علمیه اسلامیة، تهران، ص ۳۶۹.
۹. الإمام زین العابدین علیه السلام، عبدالرزاق مقرّم، انتشارات دارالاسلامیه، بیروت، ص ۱۲.
۱۰. بحار الأنوار، محمد باقر مجلسی، ج ۴۶، ص ۱۰.
۱۱. الخرائج والجرائح، قطب الدین راوندی، ترجمه غلامحسین محزّمی، انتشارات دفتر انتشارات اسلامی، قم، ص ۵۲۹.
۱۲. بحار الأنوار، محمد باقر مجلسی، ج ۴۶، ص ۱۱.
۱۳. مناقب آل ابی طالب علیهم السلام، ابن شهر آشوب مازندرانی، انتشارات ذوی القربی، قم، ج ۴، ص ۱۹۰.



حاج آقای مشکل‌گشا ۱۲

محمدحسن شهبازی - دانش پژوه سطح ۳ تخصصی تبلیغ

مهمانی خدا یا مهمانی عموا ابراهیم؟!

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

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؟»

آوردیم 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 واجبہ و ازطرفی سفر توی ایام ماه مبارک که حرام نیست. اشکالی داره که تو این ایام صلہ رحم به جایاریم؟ چون تنها تعطیلی من فقط همینہ؛ بعدش کلاس‌هامون شروع می‌شه. تازه، توی تابستون هم یه دورہ دوماهه ازطرف حوزه باید بریم مشہد.» دیگری گفت: «اصلاً می‌ریم خونہ عمو، قصد دہ‌روزہ می‌کنیم کہ بہ روزہ‌مون هم لطمه‌ای نخورہ.»^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 مشغله 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 دیگه 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

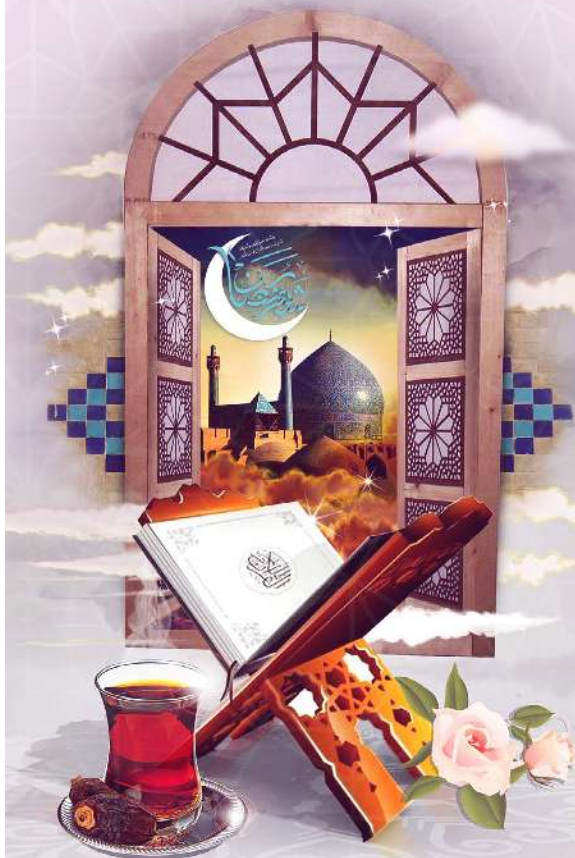
روایات و آیات، با توضیح مختصری به زبان کودک و نوجوان دربارهٔ روزه و ماه مبارک رمضان. البته روایات دیگری از تفریح کردن و صلہ رحم هم بود، حتی احکام هر کدام از آن‌ها. یک هفته کار ما شده بود بازی کردن و مطالعهٔ آن‌ها با

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 محمد صادق سه‌ساله دستش نرسد آن‌ها را بکند.

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



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 يُضَاعَفُ اللَّهُ فِيهِ الْحَسَنَاتِ وَ يَمْحُو فِيهِ السَّيِّئَاتِ وَ هُوَ شَهْرُ الْبِرَّةِ؛^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 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:

- من بر اثر ضعف جسمانی، از ابتدای سن بلوغ تا دوازده سالگی روزه نگرفته‌ام. در حال حاضر چه تکلیفی دارم؟^۱
- 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؟^۲
- 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؛
- ◆ شب تا صبح نخوابیده بود تا این‌ها را تزیین کند که برای همه ما جذاب باشد؛
- ◆ در طول یک هفته خودمان انتخاب کردیم که بمانیم، نه با امرونی اجباری یک طرفه. 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...

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، محمد باقر 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 به گفته 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 گناهت دارد (همان، ص ۹۵۱، مسئله ۱۷۱۵).

خانواده‌های ج ۱۹ و ۱۸ ج ۱۹

زهرا استاد جلیلی - 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 و اتکای 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 می‌فرمایند: «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.»

خانواده‌های سخت‌گیر

در خانواده‌های سخت‌گیر، والدین خواهان اجرای بی‌چون‌وچرای دستورهای

است. در این‌گونه خانواده‌ها به‌طورکلی، 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 هرج‌ومرج، 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،

خود هستند و لزومی برای بیان دلیل نمی‌بینند. فرزندان این‌گونه خانواده‌ها کم‌تر به خود متکی‌اند، خلّاقیت کمی دارند و کنجکاو نیستند. در مسائل اخلاقی، عاطفی و ذهنی نیز انعطاف‌پذیرند و زود تحت تأثیر دیگران قرار می‌گیرند. رفتارهای سخت‌گیرانه 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 به‌ولگردی و پرسه‌زدن در خیابان‌ها می‌گذرانند.^۴

پیشوایان اسلام، الگوی رفتاری همراه با سخت‌گیری و اعمال قدرت را نادرست دانسته‌اند. امیرمؤمنان علی علیه السلام در مورد شیوه صحیح تربیت و رفتار با فرزندان می‌فرماید: «**لَا تَقْسِرُوا أَوْلَادَكُمْ عَلَى آدَابِكُمْ، فَإِنَّهُمْ مَخْلُوقُونَ لِزَمَانٍ غَيْرِ زَمَانِكُمْ**»^۵ آداب و رسوم خود را بر فرزندانمان به‌زور 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 اظهار نظر 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

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.^۷

این نوع رابطه با فرزندان، نزدیک‌ترین روش به دستورهای تربیتی اسلام است. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فرمودند: خداوند پیامرزد والدینی را که بر تربیت صحیح، فرزندشان را یاری دهند. راوی پرسید: چگونه او را بر نیکی یاری دهند؟ فرمود: والدین هرچه را فرزندشان به اندازه توانایی خویش انجام می‌دهد، بپذیرند و آنچه را انجام دادنش بر وی سنگین و تحمل‌ناپذیر است، از او نخواهند تا او را 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 انظر وراثت و تربیت»، محمدتقی فلسفی، انتشارات دفتر نشر فرهنگ اسلامی، تهران، ۱۳۹۴ش، ج ۲، ص ۲۶۷.
۳. بحار الأنوار الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار علیهم السلام، محمدباقر مجلسی، انتشارات دار احیاء التراث العربی، بیروت، چاپ دوم، ۳-۱۴۰۳ق، ج ۷۵، ص ۳۷۴.
۴. روانشناسی رشد (۲)، ص ۸۷۴.
۵. شرح نهج البلاغة، عبدالحمید بن هبة الله ابن ابي الحديد، 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 مآذنه
الهام علانی
دانش پژوه سطح ۳ حوزه علمیه

فجاری و پر خاشگری

رابطه گوشی هوشمند و پر خاشگری کودکان

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 چرانی‌می‌آی؟ ول کن اون‌و! بیا دیگه!

دایی جون، ما دیگه داریم می‌ریما!

همین که دستش را گرفت که بلندش کند، منفجر شد. فریاد زد: «بابا! چقدر پيله‌اید! گفتم می‌آم دیگه. حُلم کردید. اصلاً نمی‌خوام بیام!»

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

برد. حتماً برای شما هم پیش آمده! نه؟
 کودک شما هم کم حوصله شده و زود
 از کوره درمی رود؟ 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.»^۲
 بماند که کمترین نتیجه پرخاشگری
 و تندخویی از دست دادن دوستان
 و اطرافیان و تنهاماندن است. چیز
 کمی نیست. حتی خدای رحمان هم
 خطاب به پیامبرش صلی الله علیه و آله فرموده است:
 «اگر خشن و سنگ‌دل بودی، مردم از
 اطرافت پراکنده می‌شدند.»^۳
 حق دارید نگران و سردرگم باشید. باید
 تا دیر نشده و این رفتار عادت و خُلقش
 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،

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

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.

تیغ دولبه 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

نکته درست همین‌جاست: چون با این ابزار و آسیب‌هایش آشنا می‌شویم، مراقبیم و آن‌ها را چشم‌پسته و بدون آموزش و هشدار در اختیار کودکانمان نمی‌گذاریم. اما متأسفانه در مورد ابزارهای هوشمند معمولاً این‌طور عمل نمی‌کنیم.* انگار سرعت پیشرفت فناوری و آسانی استفاده عمومی از آن‌ها باعث شده بی‌خطر تصورشان کنیم!



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 قوت‌ها و ضعف‌هایش را بیان می‌کنند. از نظر آن‌ها، این ابزارها به دلایل متعددی می‌توانند موجب پرخاشگری در کودکان شوند که از میان آن‌ها ما به ارتباط استفاده طولانی مدت از تلفن همراه و وابستگی به آن با پرخاشگری (آن هم بدون در نظر گرفتن نوع محتوا) می‌پردازیم.

استفاده طولانی مدت از تلفن همراه؛ وابستگی

وپرخاشگری

زیاده روی همیشه دردسرساز است. اگر استفاده از تلفن همراه و ابزارهای هوشمند طولانی باشد، منجر به آسیب‌های متفاوت جسمی، روحی و رفتاری، از جمله پرخاشگری می‌شود.^۵ متخصصان معتقدند استفاده

طولانی مدت از این ابزار با ایجاد آثار نامطلوب روی بخش پیشین مغز باعث کاهش آستانه تحمل کودک و قدرت خودکنترلی^۶ و تصمیم‌گیری او می‌شود^۷ و در رویارویی با اتفاقات ناخوشایند نمی‌تواند احساسات خود را مدیریت کند و رفتار درست را تشخیص بدهد و به راحتی در دام پرخاشگری می‌افتد. به علاوه، تحقیقات پژوهشگران نشان می‌دهد که این نوع استفاده افراطی



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 به خصوص 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 به سختی می‌توانند بدون آن سرگرم و سرحال باشند و بدتر اینکه، اصلاً دیگر به سختی 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؟

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 باهم 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.

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

▶ 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.



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

بگذاریم. اگر نیازهای کودک مثل نیاز عاطفی، سرگرمی و ارتباط و گفت‌وگو، کاردستی، بازی با دوستان و آموزش‌های در جمع خانواده و دوستانش تأمین باشد، وقتش را با هرچه در دسترس و شود، او برای سیراب کردن خود به جذاب‌تر باشد پرمی‌کند.

موبایل پناه نمی‌برد.

قدم سوم: اوقات کودکان را با کارهای بشناسانیم و با آن‌ها درمورد چگونگی مناسب مثل تفریح و فعالیت‌های استفاده از آن و خطرهای راه‌های پیشگیری خانوادگی، مسئولیت‌سپاری، درست کردن از آن‌ها گفت‌وگو کنیم.

پی‌نوشت

۱. پایگاه اطلاع رسانی مؤسسه فرهنگی هنری مآذنه <http://www.mazane.org>
۲. غررال حکم و دررال حکم، 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 وجه 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: ۴۱۱۶۰۶.
۸. سیناپرس، به نقل از پژوهش دانشگاه کلگری در مجله AMAJ Psychiatry.
۹. شیوع وابستگی به تلفن همراه و پرخاشگری نوجوانان شهر بیرجند، طبیبه خزاعی، نشریه دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، ۱۳۹۱، ش ۵۳، ص ۴۳۰ - ۴۳۸؛ تعیین سهم خشم و اهمال‌کاری در پیش‌بینی اعتیاد به اینترنت دانش‌آموزان دختر، فاطمه حاجی محمدی، ۱۳۹۸، ش ۴۳، ص ۱۵۶ و ۱۵۷.



سِتّه ضروریّه ۱۱

مشروبات «نوشیدنی‌ها»

اکرم کاوری - دانش آموخته‌ی دوره طب ایرانی - اسلامی

آب مایعی طاهر و مطهّر و از ضروریات زندگی جانداران است. ارزش این مایع گران قدر به حدی است که پیامبر گرامی اسلام ﷺ 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

- 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؛
- 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 بی‌مناست. همچنین نوشیدن



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 دل درد 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 دل درد، 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. آب خوردن با آب لیمو یا سرکه (طبیعی) اگرمای صفراوی رانیز درمان می‌کند.^۶ آشامیدن آب برای مرطوب نگه‌داشتن بدن، خنک‌کردن 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، به‌طوری‌که دهان را نسوزاند، ازبین‌برنده بادهاست و برای مالیخولیا (اسکیزوفرنی)، سردرد سرد، جوش‌های حلق، زخم‌های سینه و ریه، شست‌وشوی معده و رفع تشنگی بلغمی و سوداوی (تشنگی کاذبی که فرد هرچه آب می‌نوشد، سیراب نمی‌شود) و پاک‌کردن 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؛ به‌خصوص 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 نمی‌شود و خون تولید نمی‌کند؛ بلکه بدرقه‌کننده غذاست و باعث می‌شود غذا به رگ‌های تنگ و اعضای دور دست برسد.^۷ همچنان که اگر آب نباشد، غذا در هنگام پختن می‌سوزد (مثلاً اگر برنج را در دیگی بدون آب بپزند، می‌سوزد)، 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. سرکه یا چیز ترش) ترکیب کند و سپس بخورد تا سریع جذب بدن نشود.

۶ 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 همه 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. «سَبَدُّ شَرَابِ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ أَلْمَاءُ» بحار الانوار، محمدباقر مجلسی، انتشارات دارالاحیاء التراث العربی، بیروت ۱۴۰۳ هـ ق، ج ۶۳ ص ۵۸.
۲. اگر ادرار نگه داشته شود، باعث آسیب به کبد و باعث لکه‌های پوستی نیز می‌شود؛ چون جزو مُندَفَعَات بدن است و باید سریع تخلیه شود.
۳. مزاج‌شناسی و نسخه‌های استاد خیراندیش، جوادعلی قلی‌پور، انتشارات مارینا، ج ۴، تابستان ۱۳۹۷، ص ۲۰۴.
۴. رساله توضیح المسائل امام خمینی (ره)، مستحبات آب خوردن، مسئله ۲۶۴۷ و ۲۶۴۸.
۵. مزاج‌شناسی و نسخه‌های استاد خیراندیش، جوادعلی قلی‌پور، ص ۲۰۴.
۶. همان.
۷. رک: ذخیره خوارزمشاهی، سید اسماعیل جرجانی، ترجمه محمدرضا محترری، انتشارات فرهنگستان علوم پزشکی، ج ۸، آبان ۸۰، ج ۳، ص ۳۷۴.
۸. رک: همان.



دهه هشتادی افتخار آفرین

زینب رحیمی تالار پشته - دانش آموخته سطح ۳ حوزه علمیه

با دوست چندین و چندساله‌اش قرار گذاشت تا طبق قرار چندین ساله‌شان، 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 بزنی، حقیقت این جلد بودن را می‌فهمی. روضه و سینه‌زنی که تمام شد، دوست مهدی متوجه حال بد او شد. عجیب و بی‌اندازه گریه می‌کرد. همه رفته بودند؛ ولی خادم‌ها 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 امام‌زمان علیه السلام رو دیدم.

باور این حرف برای دوستش سخت بود. برایش از امام شهید، شهادت بخواهد. برای عوض کردن حال و هوای مهدی سر به شوخی گذاشت.

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



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

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

و جنبه بالایش در شوخی و حجب و حیای
مثال زدنی‌اش لبریز بود. حالا از خاطره
تولد 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» را 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
دهه هشتادی‌ای که بیست‌ساله نشده،
با امام عصرش سر می‌گیرد. او در اوج
ناباوری همه، وقتی برای امنیت کوچه
و خیابان‌های شهر تلاش می‌کرد، با

تحریک قطامه‌های خیابان‌گرد، به جرم
بسیجی بودن، «اربابا» شد تا مادر، لیلی
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 آن همه
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
درد دل می‌کرد.

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

مهدی زاهدلویی کاری کرد که باعث
افتخار وطن شد و باور کردیم جوان
بیست ساله 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.

نه بابا! خیالت راحت!

بعد انگار چیزی یادش آمده باشد، رو به
پدرش کرد.

اصلاً می‌دونی چیه بابا؟ کاری می‌کنم
به من افتخار کنی.

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

لا اله الا الله

طلبه بسیجی
مهدی زاهدلویی
شهر مدافع هشتاد
شهر

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 خاوران (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



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.

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.

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

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.

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

- ۱ جهان‌بینی و تفکرمان نسبت 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 به‌طورکلی 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. به‌طورکلی، حل تعارض میان زوجین سه ضلع دارد که دو ضلع آن خود زوجین هستند و ضلع

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 پریزوپاش!
- اووه! همه‌ش بازاربازار! آخه زن، کمی هم قناعت کن. آخه چقدر لباس عوض می‌کنی!؟
- اون خیلی خسیسه؛ نه من و نه بچه‌ها رو تأمین نمی‌کنه.
- پول‌هاشو 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 پس‌انداز کنه.

این دست حرف‌ها که زیاد هم ردوبدل می‌شود، همه نشانگر وجود مشکلات مالی در بین همسران است. اگر شما ندانید چگونه اختلافان را حل و فصل کنید، پیوسته مشاجرات مالی در زندگی شما در حال رژه رفتن 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 مرحله زیر بهره‌مند شوید:

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

② بدون پیش‌داوری احساسات یکدیگر را جویا شوید و بفهمید که چه راه‌حلی برای هر دوی شما مفید واقع می‌شود؛

③ درباره راه‌حل‌های مختلف بارش فکری کنید و هرچه به ذهنتان آمد یادداشت کنید؛

④ 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 شکیب‌باشید 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 درباره مسائل پشت‌پرده اختلافات و تعارضات همسران است که در آن به ذکر نشانه‌های این‌گونه

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.



واقعیت یا خیال؟!

احمد اسماعیلی - دانش پژوه سطح ۳ حوزه علمیه

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 برخی اندیشمندان غربی، ذهن و افکار ما، همانند آهن‌ربایی، 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 ما می‌توانیم فقط با تصویرسازی ذهنی، وقایع و اتفاقات زندگی را به سمت خودمان جذب کنیم.

به عبارت دیگر، وقتی تصویرسازی می‌کنیم، پدیده را می‌آفرینیم و خلق می‌کنیم. پس درواقع، ذهن علتِ تامّهٔ 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 ثروت مند 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

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.



دوم) ازسوی دیگر، خداوند متعال سعی و تلاش افراد را دارای ارزش می‌داند و آن را عامل رسیدن به موفقیت و شادکامی معرفی می‌کند: «وَأَنَّ لَيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَى!»^۲ 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 بِي إِنْ خَيْرًا فَخَيْرٌ وَ إِنْ شَرًّا فَشَرٌّ"»^۳ 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. امام‌صادق علیه السلام می‌فرماید: «أَبَى اللَّهُ أَنْ يُجْرِيَ الْأَشْيَاءَ إِلَّا بِالْأَسْبَابِ!»^۴ 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.

اگر به من گمان نیک داشت، آن‌گونه‌آم و اگر گمان بد داشت، همان‌گونه‌آم.»^۶ یا امام‌کاظم علیه‌السلام درباره تعبیر خواب فرمودند: «الرُّؤْيَا عَلَى مَا تُعَبَّرُ»^۷ خواب همان‌گونه می‌شود که تعبیر شده است.» یا رسول‌گرامی اسلام صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وآلهم‌وسلم فرمودند: «تَفَالَوْا بِالْخَيْرِ حَيْدُوهُ»^۸ همواره فال نیک بزنید تا آن را بیابید.» این نشانگر تأثیر نوع نگرش انسان و حسن‌ظن به اتفاقات است. در تحقیقات‌گسترده، 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 انگیزش‌بخشی، بتواند قدرت انسان بیفزاید و حتی باعث بهبود بیماری‌ها و تسریع آن‌ها شود. در آموزه‌های دینی نیز به این نکته اشاره شده است. امام‌صادق علیه‌السلام می‌فرماید: «مَا ضَعُفَ بَدَنٌ عَمَّا قَوِيَتْ عَلَيْهِ النَّيَّةُ»^۹ هیچ بدنی

در انجام دادن آنچه نیت آن قوی باشد، ناتوان نیست.» ولی این مسئله ارتباطی با گفته‌های مدعیان قانون جذب ندارد و این قانون به‌صورتی که امروزه در جامعه معرفی شده، دروغی بیش نیست.^۸ با توجه به نکات پیش‌گفته، به‌طور مثال اگر کسی به بیماری بیندیشد، امکان ابتلا به بیماری به‌خودی‌خود 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

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



برای مطالعه بیشتر

- ▶ نقد کتاب راز، پوریا زرین‌فر، انتشارات نسل آفتاب، تهران، ۱۳۹۴.
- ▶ «قانون جذب»، حمزه شریفی‌دوست، 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 بیمارهای زمینه‌ای مانند بیماری‌های عفونی، قلبی‌عروقی، سرطان، آسم، دیابت و ام‌اس دارند آسیب‌پذیرترند؛ چون این نوع بیماری‌ها دستگاه ایمنی انسان را به‌شدت 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 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 ۴۰.
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 پشته - دانش آموخته سطح ۳ حوزه علمیه

لباس پلوخوری زهرا و علی را که تنشان کردم، یادم افتاد خودم هم باید آماده شوم. شانس آوردم که آن دو تای 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 اضافه ندهد و خط قرمزها را هم دوستانه یادآوری کند. وقتی آماده شدم، غرغرها خانه را برداشته بود؛ آلزایمر گرفته بودند و یادشان نمی‌آمد کسی که آخر از همه حاضر شده، داشته به خودشان می‌رسیده؛ خدا وکیلی اگر قرار بود برای خودم میکاپ و شینیون بسازم، به حتم زمین و زمان را به هم‌گره زده بودند.

دخترها پوست نگرفته بودم که خیر دادند عروس و داماد رسیدند. بعد از کلی آهنگ و همه‌مه وارد شدند؛ بعد از دعای خیر برای آن دو نوگل خندان، چشم که از آنها برداشتم، چشمم به عجایب جدیدی باز شد؛ زن‌هایی دیدم که با وجود منور داماد که به گمانم مرد و البته نامحرم محسوب می‌شد، هیچ اعتقادی به پوشیدگی نداشتند.



نگاهم که به یکی از همسایه‌های پای ثابت مراسمات افتاد، نتوانستم بی‌خیال پوشش نداشته‌اش بشوم. صدایش زدم. عزیزم، فکر کنم خیلی ذوق زده شدی که یادت رفته دو ماد هم اومده.

عروسی دختر زهره خانم بود و ما هم مهمان ویژه آن. دم عروسی پسرها با پدرشان رفتند و دخترها مثل بادیگارد یا شاید هم مثل فرشته راست و چپ دو طرفم را گرفتند تا به مجلس زنانه برویم؛ ورودی تالار اتاق مخصوص تنظیم دکوراسیون بود که آنجا مانتو درآوردیم؛ آرایش را به خاطر حضور پررنگ گوشی‌های در دسر ساز و سلفی‌های استوری شونده بی‌خیال شدم و حتی چادر مجلسی گلی پوشیدم؛ امان از حریم خصوصی‌های شکسته شده که نمی‌گذاشت حتی فاطمه تازه مکلفم خودنمایی در عروسی را تجربه کند. با آهی جانسوز وارد مجلس شدیم.

بعد از سلام و تبریک‌های فامیل عروس و داماد در بدو ورود، با راهنمایی زهره خانم، همسایه‌ها را پیدا کردم و کنارشان نشستیم. رنگ و لعاب متفاوت اطرافیان برایم جالب بود؛ تا به حال این مدلشان را ندیده بودم. هنوز میوه برای

خنده مستانه‌ای کرد که بچه‌ها هنگ کردند و خیره نگاهش کردند.

خانوم آقا، نشنیدی دوماً شب عروسیش به همه زنا محرمه؛ آخه طفلک فقط عروس رو می‌بینه؛ به ما چی کار داره. بعد از او سیما خانم در و گهر ریخت و فتوا صادر کرد.

گلم، یه شب که هزار شب نمیشه. عروسیه دیگه؛ گیرنده خب. اگه امشب راحت نباشن، پس کجا خوش باشن؟ نگاهی به آن دو تازه مجتهد کردم و با خودم مرور کردم که زهره خانم جشنش را شب میلاد امام زمان عج الله برگزار کرده بود تا به برکت آن، زندگی بچه‌ها را بیمه کند؛ اما این آهنگ‌هایی که مُرده‌های قبرستان را هم به حرکات موزون وا می‌داشت و آن حجم از محرم و نامحرمی درهم شده، چه پیش داماد و چه به واسطه استوری و پست‌های منتشر شده، ثوابشان را کباب نمی‌کرد؟

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

عزیز دلم اینجا هوا طوفانیه؛ می‌ترسم بچه‌ها رو باد با خودش ببره؛ دستور وضعیت امن صادر بفرمایید. خیلی سریع جوابش رسید:

اینجا هنوز طوفان نشده ولی جهت حفظ امنیت گل دخترا و همسر عزیزم، وضعیت اضطراری اعلام میشه. بیاین بیرون تا بریم جبران مافات کنیم. همین که از جا بلند شدم، همسایه‌ها به تکاپو افتادند تا بفهمند چه شده و کجا می‌روم. جواب دادم.

یه کم گروه خونیم به حرام نمی‌خوره؛ می‌ترسم تنظیم موتورم به هم بخوره؛ زحمتو کم می‌کنم.

کمی توجیه و فتوا و دلیل به خوردم دادند تا منصرفم کنند اما خب من کوثر بودم و از اصل نمی‌افتادم. با یک خدا حافظی پر معنا آنها را از فیض حضورم محروم کردم؛

بماند که صاحب مجلس هم از خجالت رفتنمان آب شد.

به ماشین که رسیدیم، غرولندهای احمد هنوز ادامه داشت که فاطمه به او تویید. با آنکه کوچکتر بود، سرتقانه حرفش رامی زد.

آقا داداش، تو که توی زونه نبودی ببینی چه خبر بود؛ می خواستی به تو خوش بگذره اما ما اونجا بمونیم؟

ادای زن های مجلس را درآورد و قری به گردنش داد.

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 می کرد انداخت.

تازه شم اگه می موندیم نمی گفتن لابد کارمون درسته که زن و بچه حاج آقا هم کنارمون نشستن؟ مگه نه باباجون؟

لبخندی به حرف هایش زد؛ درسش را خوب پس می داد. هادی بلند خندید؛ حرفی

نزد اما دست های ظریف و کشیده اش را در دست گرفت و بوسید.

هادی به جای رفتن به خانه، مسیرش را طرف مرکز شهر کشاند؛ به جشن های نیمه شعبان رسیدیم؛ شهر شلوغ بود؛

هر قدم ایستگاه صلواتی ها با تنوع منوی بالا، خدمات ارائه می کردند و آخرش هم به نور افشانی و هلهله های ساعت نه

شب میدان بزرگ شهر رسیدیم. بچه ها آنقدر ذوق کردند و جیغ و کف زدند که

وقتی به خانه رسیدیم، هیچ کدام نایی برای مرتب کردن لباس مهمانی هایشان

نداشتند؛ بی شک روز بعد برای سر و کله زدن سر نظم و جمع کردن شلختگی ها وقت مناسب تری بود.





قصه‌های من و مادر بزرگ ۹

رها سلمانیان

- 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، هیجان زده نماز آقا، همراه با سیل جمعیت می‌دویدیم. یادمون باشه این شور و 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

نمی‌گرفتم، گم می‌شدم. البته یک‌بارم گم شدم؛ ولی چون کل فامیل، از کوچک و بزرگ، پیر و جوون، 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.

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 هر بار تا خوب شده، دوباره رفته جبهه، تا این بار آخر که دیگه پا نداشتن برایش برای رفتن. حالا هم باز بونش، هم با رفتارش، برای انقلاب با جون و دل و بدون ذره‌ای توقع کار می‌کنه.



• 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؛ و لش می‌کنن و می‌رن؛ ولی بابام با چند تا از دوستاش با زحمت زیاد تا پای توپوتا می‌برنش، می‌ذارنش رو جنازه شهید. 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 پدر و مادراشون رو بدیم. بابا می‌گفت: وقتی فهمیدیم تو بیمارستان و زنده است، با دوستامون زود رفتیم عیادتش. بیمارستان شلوغ بود. داد پرستار ادر او مده بود. آخه اونانمی فهمیدن زنده بودن کسی که فکر می‌کردی شهید

مفقود الاثره، 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 عجیبم گفتم 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؟! گفتم: طاقتش رو داری بهت بگم؟ گفتم: آره. گفتم: این سفیدی‌هایی که می‌بینی به موهاش چسبیده، تیکه‌های مغزشه. اگر بمونه هم فقط در حد زندگی نباتیه! گفتم: پس چرا زجرش میدی؟ بذار راحت شه! گفتم: من تعهد پزشکی دارم، تا بیست دقیقه بعد از مرگ مریض، هر کاری می‌تونم، براش بکنم!

• هنوزم هروقت یاد این خاطره می‌افتم، مهمون. انگار همه می‌خواستن افطار روز
میرم تو فکر؛ فکر به تعهدم نسبت به عیدروز خونۀ مادر شهید شروع کنن.
چیزی که یاد گرفتم. بی تفاوت نبودنم، • اون روز هم مثل همیشه مامان بزرگ،
نسبت به آدما. آقامنوچهر رو حسابی تحویل گرفت؛
• 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 خانواده دوست بابا رفتیم
خونۀ مادر بزرگ. توراہ ویلچر آقامنوچهر رو
هل می‌دادیم و کلی کیف می‌کردیم. وقتی
رسیدیم، بساط صبحانه آماده بود، با کلی

ادامه دارد...



جانان شهید زنده اند



مخاطبی در آینه ۲ (خُشک و ترو سوخته)

معصومه باقری ثالث - کارشناس علوم قرآن و حدیث

پشت ایستگاه (استیشن) پرستاری نشسته‌ام و به صحنه روبرویم نگاه می‌کنم. چیزی نمانده 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. دست‌آخِر، کمی خشم

قاتی چهره 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 روبرویش را بلرزاند. ولی در دلم به دکتر آفرین می‌گویم.

گول اشک‌های تصّعی و تکان‌های
 آلکی شانۀ 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 بی حرف
 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.

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!»
 گیجی را که در نگاهم می‌بیند می‌گوید:
 «آها! حواسم نبود. تو هم یکی هستی
 لنگهٔ 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 بر است!



داروها را در ظرف مخصوص می‌ریزم و همراه برگه دستور پزشک به سمت اتاق‌ها حرکت می‌کنم. دخترک با دیدن من گوشی‌اش را روی تخت می‌گذارد و به حالت نیم‌خیز می‌نشیند. کمی سربه‌سرش می‌گذارم و سعی می‌کنم حوصله سررفته‌اش 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 سرمش فرومی‌کنم و بعد از خالی‌شدن محتویات سرنگ برایش دستی تکان می‌دهم و از اتاق خارج می‌شوم. پیرزن نشسته و دارد با دخترش صحبت می‌کند. با دیدن من حرفش

را قطع می‌کند و قربان صدقه قدوبالاپم 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: «مادرجان، وسایلت رو جمع کن و آماده باش. اگر امروز دکترا اجازه بده، می‌تونی بری.» خوشحال می‌شود و برایم یک‌عالمه دعای خیر می‌کند. به سراغ تخت‌های دیگر می‌روم. یکی مشغول صحبت با تلفن همراهش است و دیگری در حال چرت نیم‌روزی‌اش. بدون حرف، دارویشان را تزریق می‌کنم و به ایستگاه پرستاری برمی‌گردم. سرم را روی ساعدم می‌گذارم. آیا واقعاً مریم

درست فهمیده؟ ما چوب خشک‌هایی هستیم که نیاز و احساس سرمان نمی‌شود؟! واقعاً این‌طور است؟! یا ظاهرِ عفیف 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

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، به جز شما، حاضر نشد این عملِ پرخطر را انجام دهد. من تپشی دوبارهٔ قلبِ مادرم را از مهارت و تخصص شما دارم. دکتر سربه‌زیر می‌گوید: شفا از خداست؛ من فقط وسیله‌ام. دختر فروتنانه ادامه می‌دهد:

را من فاکتور گرفته‌ام؛ ولی صدای خندهٔ پیروزمندانهاش تا ثریا می‌رود! با خداحافظی لوسی قطع می‌کند. مَخِ چوپِ خیسِ پشتِ تلفن را زده! محمدِ 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 جنتلمن‌بودن را جور دیگری اثبات می‌کنند. باورم نمی‌شود دکتر برای عمل پُرخطر قلبِ پیرزن هزینه‌ای از او نگرفته باشد!

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 بهزیستی بنشیند. لحظهٔ آخر، مثل دکتر، برای من هم آرزوی خوشبختی می‌کند و با دخترش از درِ شیشه‌ایِ 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

مؤسسه تربیتی رسانه‌های 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 ترخط (آنلاین) است، پیشنهاد می‌کنیم گفت‌وگویی (چت) صوتی آن برای فرزندان بسته باشد.

مجموعه بازی‌های سبزی (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 سبزی 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 جبرئیل زاده - کارشناس ارشد مشاوره خانواده

صدای مشاور ۳

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



همسر من بیست سال دارم. 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 شاک 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! الان 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

دوسیش 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 اومده 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 اونو می‌پذیرفتید! این باور اشتباهه که با نیت تغییر یه فرد بعد از ازدواج، کسی رو برا زندگی مشترک انتخاب کنیم.

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

خواسته هاتون، محبت شما به همسرتونه؛ اون هم محبتی که ایشون می‌پسندند؛ نه اون چیزی که خودتون ترجیح می‌دید. 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. هر چقدر این کار با تنش و خشم همراه باشه، نتیجه معکوس می‌ده. وقتی شما مقابل ایشون وای می‌سین، قطعاً ایشون هم با شما مقابله می‌کنه. پیشنهاد اینه که کنار ایشون وای‌سین 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 می‌شید و نمی‌تونید به

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 می‌پسندد، می‌تونه کنار شما زندگی کنه. شما باید بپذیرید که همسرتون طرز تفکر و اعتقاداتی داره که نمی‌تونه 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 دوست 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 می‌گیره که در این صورت شما باید تصمیم بگیرید که ایشون رو با این اعتقاد و طرز فکر می‌پذیرید یا نه.

خودتون و همسرتون، از ایشون راهنمایی بخوائید. مشاور به‌عنوان 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... هر کدام 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 بخوائید 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.

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

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 به نوعی شروع ضبط هویت در کودک است.

به علاوه 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 دانشجوهای

سال اولی که با قاطعیت از برنامه‌های حرفه‌ای 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 انجام شده، 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 «می‌خواهی 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.

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!

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

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 رازد.

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 سوالات را از کودکان پرسیم!

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 سوالاتی 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 أَلْتَقِيَ فِيهَا مِنْ شَيْءٍ إِلَّا قَبِلَتْهُ؛ جز این نیست که دل نوجوان همچون زمین میان تهی است؛ هر چه در آن افشانده شود، همان را می پذیرد.^۳ بی شک هرآن چه را در زمین کشت زار فرزندانم بکاریم، در آینده ی نزدیک درو خواهیم کرد.



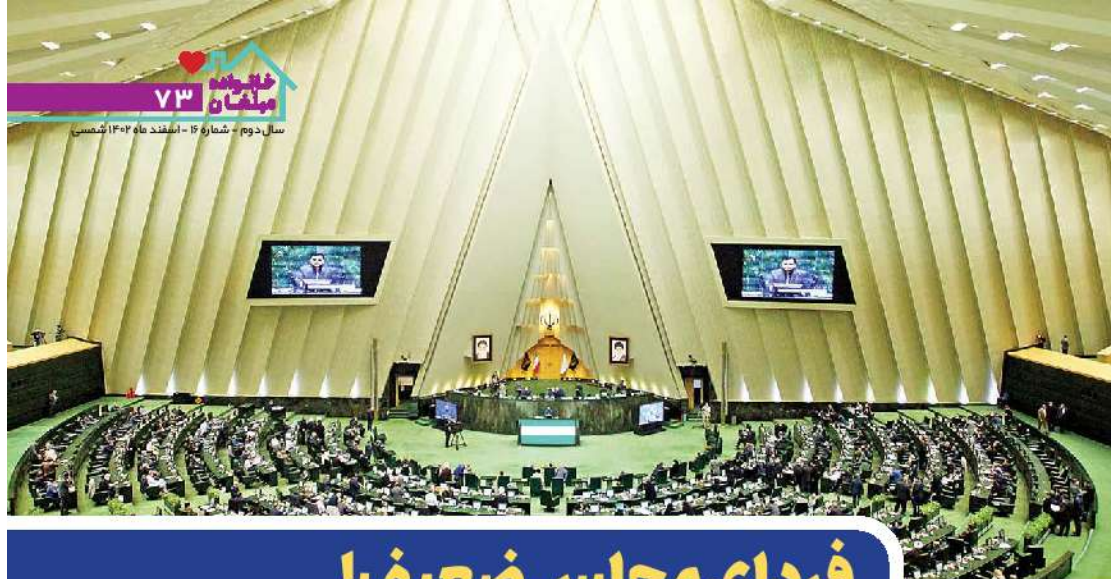
برای مطالعه بیشتر:

- دوباره فکر کن، ترجمه گروه نشر نوین، انتشارات نوین، تهران ۱۴۰۱.
- تطابق؛ چرا موفقیت همیشه از شکست شروع می شود؟، ترجمه فرزانه حسینی، انتشارات شادن پژوهاک، تهران ۱۳۹۴.

احساس می کنی موفق شده ای؟ دوست داری چطور با دیگران کار یا بازی کنی؟ چه چیزهایی را زودتر یاد می گیری؟ دوست داری درباره چه چیزهایی بیشتر بدانی؟ چه چیزهایی برایت اهمیت دارند؟ و...» بنابراین به جای مطرح کردن چنین سؤال آسیب زایی، می توان مهارت هایی 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 دانش آموزان با آن ها مطرح کنیم (حتی به شکل بازی) و آن ها 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

پی نوشت

۱. دوباره فکر کن، آدم گرانت، گروه ترجمه نشر نوین، تهران، ۱۴۰۱، ص ۶۵.
۲. تطابق؛ چرا موفقیت همیشه از شکست شروع می شود؟، ترجمه فرزانه حسینی، 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!

هائیه مختاری

گفتم: ببخشید صحبت 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 به امید «درست می‌شه؛ درست می‌شه»ها پاشم برم رأی بدم! حرف‌هامو کمی مزه‌مزه کردم و پیش خودم گفتم: خب حق داره، جوونه، شرایط هم برات کمی سخت شده!

گفتم: پسرم، سهراب‌جان! پیش خودت فکر کن که رأی ندادی! من برات فردای اون روز رو ترسیم می‌کنم. اگه مثل 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 اجنبی اجازه می‌دیم به جای 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 این رو بگم که مشارکت نکردن باعث می‌شه تحریم‌ها شدیدتر که بشه هیچ، تازه مذاکرات هم سخت‌تر می‌شه.

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! به‌نشانه اینکه متوجه حرفش هستم، سری تکان دادم و گفتم: پسرم، رأی ندادن هم خودش نوعی رأی دادنه؛ رأی دادن به افراد نالایق و ناصلاح که ما انتخابشون نکرده‌یم؛ اما شرایط رو بر خودمون سخت‌تر کرده‌یم. شرکت در انتخابات یه وظیفه 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 داشتن اون زحمات بسیاری کشیده شده. از دلایلی که باید در انتخابات شرکت کنیم اینه که دشمن همه تلاشش رو

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

از پسرم پرسیدم: با وجود این مسائلی که توضیح دادم، باز هم 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.



رُکن اساسی در تبلیغ

یک تجربهٔ تبلیغی

سمیه شریفی - دانش‌آموخته 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

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

به کمک 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 به کمک 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

و نویسندگی نیز جزو برنامه‌های کلاسی‌ام
 بود و در کلاس‌ها از سیره اهل بیت عَلَيْهِمُ السَّلَام
 و... می‌گفتم، نمونه‌هایی می‌آوردم و
 می‌گفتم که در زمان پیامبر اسلام صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ 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 منطقه گهواره انتظار داشتم

کل امکانات تبلیغ فراهم شود؛ ولی چنین نبود و مشکلات زیادی در رفت و آمد داشتیم.

در پاسخ‌گویی به شبهات باید بصیرت و آگاهی می‌داشتیم 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 پرسش و پاسخ 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 غیر خودشان برای ابراز احساسات و از جمله مشکلاتش رو 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 و صف‌ناشدنی 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 لِنَضْرِبُهَا

لِلنَّاسِ 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 زانوئزدن 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، به خصوص در فضای مجازی، نگذارند.

با نشان دادن 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 جهاد تبیین هستند و وظیفه مراکز پشتیبانی این لشکر توحیدی، تولید محتوای تبلیغی و به‌روزرسانی 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 عجله‌الفرج 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 پژوهش های تبلیغی مجتمع

آموزشی پژوهشی تبلیغ به صورت رایگان استفاده کنید.

۱ کانال ماهنامه مبلغان:

https://eitaa.com/m_moballeghan

۲ کانال آرشیو ماهنامه سفیر-امین:

<https://eitaa.com/safiraminMagazine>

۳ کانال ماهنامه خانواده-مبلغان:

<https://eitaa.com/khanevademoballeghan>

۴ کانال فصلنامه علمی پژوهشی مطالعات-تبلیغ-دینی:

<https://eitaa.com/fmtd1401>

۵ خبرنامه تحلیلی-سیاسی منبا:

<https://eitaa.com/manba313>

۶ مجموعه کتاب های-تبلیغی:

<https://eitaa.com/mktabt>

۷ نشریه دیواری نسیم-تبلیغ:

<https://eitaa.com/nasimetabligh>