

خانواده مبلغان ۱۱

ماهنامه اطلاع‌رسانی، علمی، آموزشی
سال اول - شماره ۱۱ - ربیع الاول ۱۴۴۵

■ زن در گذر تاریخ

■ برجسته‌های تلخ

■ مجرما بخوانند

■ چراهای ریزه میره (۱)

■ شیعه در غیبت‌ها شده؟!

■ مهدی باوری و فرزندان آوری



آقا مبارک است ردا امامت



مرکز پژوهش‌های تبلیغی مجتمع آموزشی پژوهشی تبلیغ

خانواده مبلغان

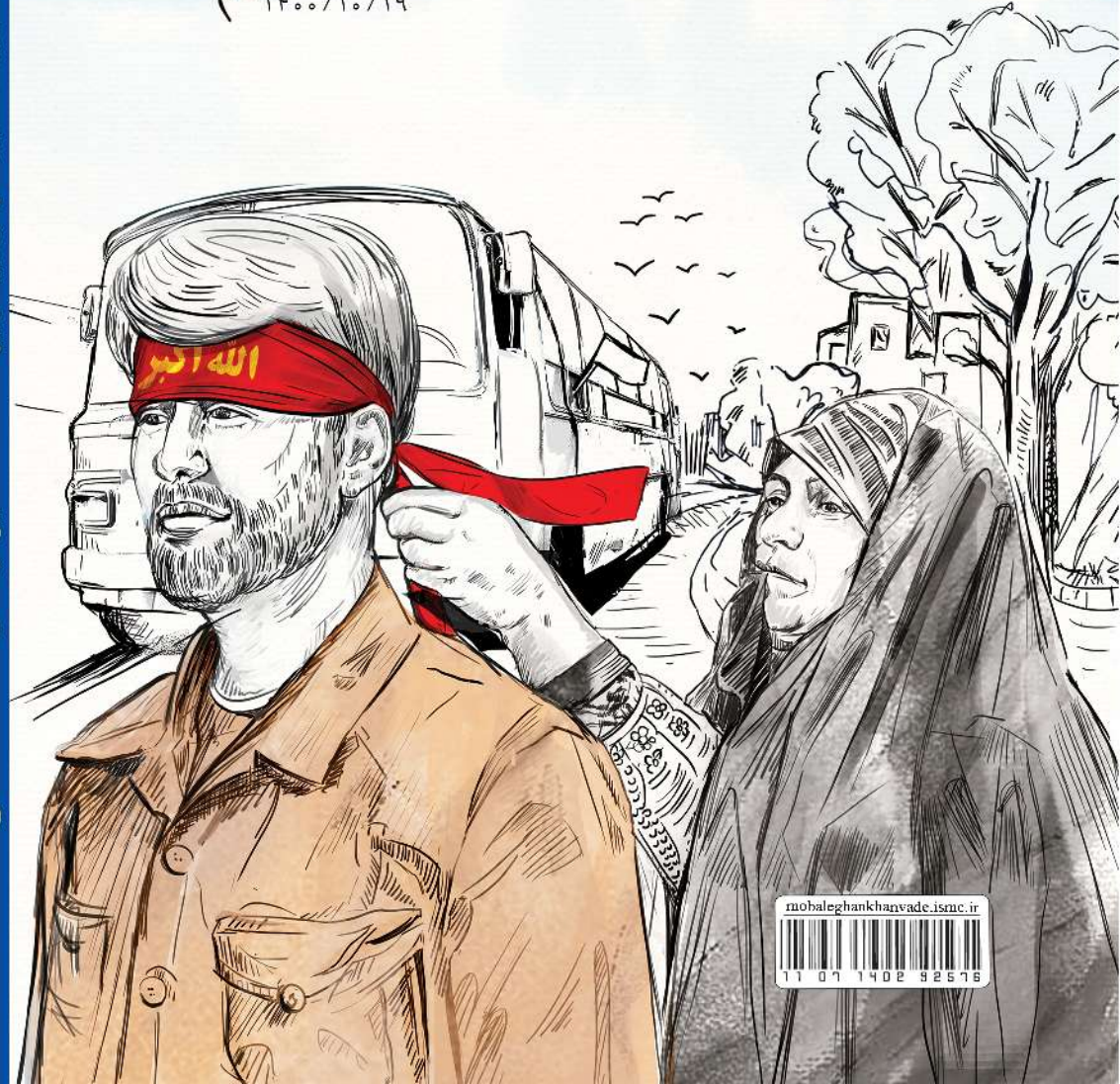
مرکز پژوهش‌های تبلیغی مجتمع آموزشی پژوهشی تبلیغ

ربیع الاول ۱۴۴۵ ق

غیرت دینی، عامل پیروزی

غیرت دینی **پدران و مادران و همسران** موجب شد که جوانهای ما بروند به جبهه و در این جنگ در واقع بین‌المللی، که آمریکای آن روز، شوروی آن روز، ناتوی آن روز، ارتجاع منطقه در آن روز، همه با هم همدست شده بودند که ایران را شکست بدهند و امام را به زانو در بیاورند و نهضت را نابود بکنند، همه‌ی اینها را شکست داد و توانست پیروز بشود.

عسکری
۱۴۰۰/۱۰/۱۹



mobaleghankhavarvade.ismc.ir



خانواده مبلغان ۱۱

ماهنامه اطلاع‌رسانی، علمی، آموزشی
سال اول- شماره ۱۱
ربیع الاول ۱۴۴۵ قمری
مهر 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 اخوی، مهدی هادی، علی ملکوتی‌نیا، علیرضا رنگویی، جواد قراباغی، محمد حامد مبینی راوندی، هاجر شعبانی موسی کلایه، سیده منیر سیدتقیان، رضیّه جبرئیل‌زاده، زینب ریحیمی تالارپشتی.
 - مدیر اجرایی: احمد اسماعیلی
 - مدیر هنری و صفحه‌آرا: سیدمحسن حسینی

فهرست

پیام فرمانده (معیار واقعی زندگی و ارزش زن) ۳

مهدی باوری و فرزند آوری ۴

دانش‌افزایی

شیعه در غیبت رها شده؟! ۸

همراهان ۶ (ملیکه بی‌قرار) ۱۳

حاج آقای مشکل‌گشا ۷ (رعایت قانون یا تفتیش عقاید؟!) ۱۸

بسته ضروریته ۷ (نقش تغذیه صحیح در سلامتی بدن) ۲۵

نسلی غیور ۳۱

آب در کوزه و ما تشنه لبان ۳۴

مُجردها بخوانند! ۳۵

چی بخونیم؟ (راهنمای فرزندپروری در عصر دیجیتال) ۴۰

قصه‌های من و مادر بزرگ ۴ ۴۴

چراهای ریزه میزه ۱ ۴۹

بازی - گوشی ۴ ۵۴

مهارت‌افزایی

تفاوت‌های من و همسر ۵ (نوع نگاه به کمک گرفتن از دیگران) ۵۶

برچسب‌های تلخ! ۶۰

بصیرت‌افزایی

زن در گذر تاریخ ۶۷

بالمخاطبان

ماجرای یک تصمیم ۷۲

می تونی بگی؟ ۷۷



پیام فرمانده معیار واقعی زندگی و ارزش زن

زنان ما در طول حوادث انقلاب و بعد از انقلاب تا امروز، نشان داده‌اند که در آن چیزهایی که معیار واقعی زندگی و ارزش و برجستگی آنهاست، در سطوح عالی قرار دارند. مادری که فرزندان خود را در راه خدا و در راه هدف - هدفی که برای او مقدّس است و پیش خدا هم مقدّس است - تقدیم می‌کند و خم به ابرو نمی‌آورد، یک عمل برجسته انجام داده است و این امر کوچکی نیست. این را با هر معیار و میزانی اندازه‌گیری کنید، با عظمت است. زن جوانی که حرمت همسرش و خودش را به مدت ده، یازده سال که همسرش در زندان‌های دشمن اسیر بوده، باکمال عفت و سربلندی و پاکدامنی حفظ کرده است، آیا کارش ارزش نیست؟! اینها ارزش‌اند!

پی نوشت

۱. بیانات رهبر معظم انقلاب علیه السلام در دیدار با پرستاران، ۱۳۷۳/۷/۲۰.



مهدی باوری و فرزند آوری

محمود مقدمی

۱۱ سال پیش در ۱۴ خرداد ۱۳۹۱، حضرت امام خامنه‌ای علیه السلام، با حضور در جمع پرشور مردم در حرم امام راحل در یک تقسیم تاریخی؛ با بررسی دوران تلخ و تاریک ۲۰۰ سال قبل از انقلاب، دوران افتخارآمیز بعد از انقلاب و آینده پیش رو فرمودند: «امام بزرگوار فرهنگ «ما می‌توانیم» را به دهان مردم انداخت و در دل آن‌ها جایگزین کرد؛ این همان فرهنگ قرآنی است که فرمود:

«وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ» آنگاه نمونه‌های پیشرفت افتخارآمیز ملت عزیز ایران را برشمرده و اعلام کردند: «هرگونه توقف در این جاده، ما را به عقب‌گرد می‌رساند. ملتی که از حقیقت عزت برخوردار شده است و در جاده پیشرفت قرار گرفته است، اگر این نعمت را کفران کند، آن وقت مصداق این آیه شریفه می‌شود که: «الْمَرْتَلَى الَّذِينَ بَدَلُوا نِعْمَتَ اللَّهِ كُفْرًا

به قله برسیم. ما داریم در دامنه حرکت می‌کنیم. ما هنوز به قله نرسیده‌ایم؛ با آن فاصله داریم. آن روزی که ملت ایران به قله برسد، دشمنی‌ها تمام خواهد شد. آن روزی که ملت ایران به قله برسد، معارضه‌های خبثت آلود به پایان خواهد رسید. ما تا آن روز فاصله داریم. حرکت را باید بی‌وقفه ادامه دهیم.^۳

البته معظم‌له درس‌خترانی‌های بعدی فکر خوش‌خیالی را از خاطر مؤمنین زدوده و فرمودند: «هیچ‌وقت هم نباید خسته بشویم. شنفتید آیه قرآن را ﴿فَإِذَا فَرَغْتَ

وَ أَحَلَّوْا قَوْمَهُمْ دَارَ الْبَوَارِ جَهَنَّمَ يَصَلُّوْنَهَا وَ يَتَسَوَّوْنَ فِيهَا مِثْلَ الْقَرَارِ﴾؛^۴ دنیا دوباره دوزخ خواهد شد، زندگی دوباره تلخ خواهد شد. ملت‌ها اگر ایستادگی نکنند و پیش نروند، دوباره همان سختی و سیاهی دوران ذلت بر سر آن‌ها سایه‌افکن خواهد شد.» سپس خط قرمزهای پیشرفت و حرکت کمالی ملت ایران را ترسیم کرده و فرمودند: «عزیزان من، جوان‌های عزیز، مردم مؤمن! بله، ما رکورد زدیم، ما پیشرفت کردیم؛ اما اگر دلمان را به آنچه تاکنون به دست آوردیم، خوش کنیم، شکست خواهیم خورد؛ در راه پیشرفت، (۱) توقف ممنوع است؛ (۲) خودشیفتگی ممنوع است؛ (۳) غفلت ممنوع است؛ (۴) اشرافی‌گری ممنوع است؛ (۵) لذت‌جوئی ممنوع است؛ (۶) به فکر جمع‌کردن زخارف دنیا افتادن، برای مسئولین ممنوع است. با این ممنوعیت‌هاست که می‌توانیم



فَانصَبْ^۴؛ وقتی از کار فراغت پیدا کردی، یعنی کارت تمام شد، تازه قامت راست کن، یعنی شروع کن به کار بعدی؛ توقف وجود ندارد.^۵ اکنون بعد از گذشت ۱۱ سال بافتخار جایگاه ما را در مسیر طی شده پیشرفت این‌گونه بیان نمودند: «همه مسئولان کشور امروز موظف‌اند کار جهادی کنند، شبانه‌روزی کار کنند، خستگی نشناسند. ما فصل مُشبعی را حرکت کرده‌ایم؛ این سربالایی، این شیب تند را عبور کرده‌ایم، به قلّه‌ها نزدیک شده‌ایم. نباید خسته بشویم. امروز روز خسته شدن نیست، روز ناامید شدن نیست؛ امروز روز شوق است، روز امید است، روز حرکت است».^۶

اکنون زن و مرد جبهه انقلاب در لبیک به نائب الامام باید خلاقانه به بازتولید شوق در جامعه اقدام نموده و دل‌های آحاد ملت را سرشار از شوق نماید؛ شوق وصول به آرمان‌ها و شوق وصال به

صاحب اصلی انقلاب باید جامعه را سرشار از امید نمود؛ امید به: تحقق وعده‌های الهی و طلوع کامل خورشید ولایت عظمی و آنچه قرون متمادی شیعه و بشریت تحت ظلم در انتظارش بوده؛ به همین جهت باید بدون خوف با سرمایه ایمان و شوق و امید به دل دشمن و دشمنی‌ها و کاستی‌ها و مشکلات زد و در تمامی بخش‌ها شبانه‌روزی فعال جهادی بود؛ نه منفعل متحیر و مردد؛ که تحقق وعده الهی نزدیک است «إِنَّهُمْ يَرَوْنَهُ بَعِيدًا وَ تَرَاهُ قَرِيبًا»^۷ به فرمایش رهبر عزیزمان امام خامنه‌ای عنه : «شما باید که باید کارآموده و پُرانگیزه از انقلاب خود حراست کنید و آن را هر چه بیشتر به آرمان بزرگش که... آمادگی برای طلوع خورشید ولایت عظمی عنه است، نزدیک کنید.»^۸

ما خانواده مبلغان به عنوان عقبه سپاه امام مهدی عنه و پشتیبان نیروهای خط مقدم، باید از خودمان بپرسیم چند

سرباز برای لشکر حضرت تربیت کرده ایم؟! آنان با روحیه انقلابی و سلحشوری است. مگر نه این است که پیامبر عظیم الشان صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمودند:

« تَنَاجَوْا تَنَاسَلُوا تَكْتُمُوا فَإِنِّي أَبْهِي بِكُمْ الْأُمَّةَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَلَوْ بِالسَّقَطِ؛ ازدواج کنید، زاد و ولد کنید تا جمعیت شما افزون شود؛ من در روز قیامت، به وجود شما، حتی به فرزندان سقط شده تان، برسایرامت‌هایم بالم.»

مگر نه این است که امام عصر عَلَيْهِ السَّلَام همان دغدغه‌ها و انگیزه‌ها و وظیفه

جدش رسول الله صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ را دارند؟

پس اگر وظیفه مردان جنگیدن در خط مقدم است، وظیفه همسران اولاد تولیدنیرو برای سربازی آن حضرت و سپس تربیت

من غم عشق تو را با شیر از مادر گرفتم
در همان دم کامدم دستور تا آخر گرفتم

پی‌نوشت

۱. آل عمران/۱۳۹
۲. ابراهیم/۲۸
۳. بیانات در مراسم بیست و سومین سالگرد رحلت امام خمینی عَلَيْهِ السَّلَام، ۱۳۹۱/۳/۱۴.
۴. شرح/۷.
۵. بیانات در دیدار نیروهای مسلح منطقه‌ی شمال کشور و خانواده‌های آنان؛ ۱۳۹۱/۶/۲۸.
۶. بیانات در دیدار با فرماندهان سپاه پاسداران انقلاب اسلامی؛ ۱۴۰۲/۵/۲۶.
۷. دعای عهد.
۸. بیانیه گام دوم.



رقیه حیدری آل کثیر
دانش پژوه سطح ۳ حوزه علمیه - کارشناس مشاوره

شیعه در غیبت رها شده؟!!

وقتی امام این طور فرموده‌اند، ما در زمان غیبت حجت شرعی برای تشکیل حکومت نداریم؛ تا وقتی انگشت اشاره ای نیست که حق را به ما نشان دهد و در تحیریم، چطور این‌ها حکومت تشکیل داده و احکام و حدود را اجرا می‌کنند؟ این خود طاغوت است!

گفتم: این‌طور که تو می‌گویی، پس ما در زمان غیبت رها شده‌ایم و با این حساب، اسلام اجتماعی باید تعطیل شود و نهایتاً هر مسلمانی باید کنج عزلت‌گزیند

گفت: شنیدم که امام صادق علیه السلام فرموده‌اند: هرکسی قبل از قیام امام زمان علیه السلام پرچمی بلند کند و قیام نماید و حکومت راه بیندازد، آن پرچم، پرچم طاغوت است. اگر این‌طور است، پس همه حکومت‌هایی که تاکنون تشکیل شده‌اند، طاغوت هستند. بنابراین، چگونه جمهوری اسلامی ادعای آماده‌سازی زمینه ظهور را دارد، در حالی که شکل‌گیری آن از همان اول برخلاف دستور ائمه علیهم السلام بوده؟

و تنها به نماز و روزه و طهارت خودش اکتفا کند و هیچ کاری نداشته باشد که بر سر دین خدا و مسلمانان چه می‌آید؟ این که هرگونه قیام و حتی جهاد با ظلم و جور باید منتفی شود، منطق قوم یهود است که به حضرت موسی علیه السلام می‌گفتند: تو و خدایت بروید با دشمنان و زورگویان بجنگید!

بگذار برگردیم به نقطه اول و روایتی را که گفتی، بخوانیم و ببینیم معنایش چیست و اهل علم درباره اش چه گفته‌اند. از امام صادق علیه السلام نقل شده است که: «كُلُّ رَايَةٍ تُرْفَعُ قَبْلَ قِيَامِ الْقَائِمِ فَصَاحِبُهَا طَاغُوتٌ يُعْبَدُ مِنْ دُونِ اللَّهِ عَزَّوَجَلَّ!»^۲ هر پرچمی قبل از قیام قائم عجل الله تعالی فرجه (بلند شود)، صاحب آن طاغوت است (و با این کار) غیر خدا را پرستیده است».

برای این که منظور این روایت را بفهمیم و بدانیم آیا منظور، مطلق هر قیام و پرچمی است یا قیام خاصی را فرموده، چند نکته را مرور می‌کنیم:

■ **اول**، در برابر این روایت که از قیام منع کرده، روایات زیادی داریم که به جهاد و امر به معروف و نهی از منکر توصیه و امر فرموده‌اند و با این روایت در تعارض‌اند. اگر قبول کنیم روایت اخیر مطلقاً هر نوع قیام را طاغوت می‌داند، باید امر به معروف و نهی از منکر و جهاد در زمان غیبت تعطیل شود؛ اما علما معتقدند که چون روایات دسته دوم با آیات جهاد و امر به معروف و نهی از منکر منطبق‌اند، در هنگام تعارض باید روایاتی را پذیرفت که موافق قرآن‌اند.

ضمن این که با بررسی قرائن می‌توان فهمید که این روایت و امثال آن یا در مقام تقیه هستند، یا در مقام تبیین علائم حتمی ظهور و یا در مقام نهی عجله مضر در قیام.^۳ اگر بپذیریم امام معصوم علیه السلام ما را از هرگونه قیام قبل از ظهور نهی فرموده، پس اولین عامل به خلاف نهی، **امیرالمؤمنین و حضرت سیدالشهدا علیه السلام**

بوده‌اند که در برابر ظلم و جور و بدعت در دین خدا قیام کردند؛^۴

■ **دوم**، امام خمینی رحمته‌الله علیه دربارهٔ این روایت فرموده‌اند: «مراد این است که پرچمی به عنوان مهدویت بلند کند». ^۵ چنان‌که در طول تاریخ پرچم‌های زیادی به نام حضرت مهدی علیه‌السلام قیام کردند؛ ولی گذشت زمان آنان را رسوا نمود و معلوم شد که طاغوت بوده، برای بندگی غیر خدا قیام کرده بودند. امام رحمته‌الله علیه در جای دیگر می‌فرماید:

«این‌هایی که می‌گویند که هر علمی بلند بشود و هر حکومتی، خیال کردند که هر حکومتی باشد، این بر خلاف فرج است؟!»



این‌ها نمی‌فهمند چی دارند می‌گویند... حکومت نبودن؛ یعنی این‌که همهٔ مردم به جان هم بریزند و همدیگر را بکشند... اگر فرض می‌کردیم ۲۰۰ روایت هم در این باب داشتند، همه را به دیوار می‌زدیم؛ برای این‌که خلاف قرآن است».^۶

در کوران انقلاب، مردم ایران به رهبری امام خمینی رحمته‌الله علیه؛ گروهی تحت عنوان انجمن حجتیه به ریاست شیخ محمود حلبی، با تحریف معنای تقیه، این روایت را با عنوان دستور منع هرگونه حرکت و قیام در دوران غیبت، از جمله مبارزه با شاه ظالم پهلوی برای مردم می‌خواندند و تلاش داشتند متدینین را از همراهی با انقلاب اسلامی بازدارند.^۷ این گروه بدون تسلط کامل به معنای روایت‌های از این دست، به تمام آیات و روایات صریح جهاد و مقابله با ظلم و فساد پشت کرده، انتظار فرج را نشستن، سکوت و آه و نالهٔ صرف معنا می‌کردند. امام خمینی رحمته‌الله علیه پوچی و

اشاره ایشان به مدعیان دروغین مهدویت است که به ویژه در آن سالها تحت عنوان جریان «احمدالحسن» معروف به یمانی، در شهر بصره مدعی نمایندگی امام زمان علیه السلام و مهدی اول بودن را داشت و همچنان در حال تبلیغ تفکرات انحرافی بین شیعیان است؛



■ **چهارم**، ما در دوران غیبت به حال خود رها نشده ایم. امام زمان علیه السلام پیش از شروع غیبت کبری تکلیف شیعیان در این دوران سخت و طولانی را مشخص و فقهارا به عنوان نایب عام خود معرفی فرموده اند تا مردم به

بی‌مایگی منطق این گروه را افشا و دست آنان را برای مردم روگرداند. ایرانیان متدین و شیفته امام زمان علیه السلام به این سخنان توجه نکرده، مسیر رسیدن به مهدویت را دریاری ولی فقیه زمان یافتند و توانستند با انقلاب اسلامی، تنها مأمین منتظران و شیعیان را در این سرزمین ایجاد کنند؛

■ **سوم**، آیت الله سید محمد صادق حسینی روحانی، از مراجع تقلید و شاگرد امام رحمته الله علیه در سال ۱۳۸۹ ش، در پاسخ به سؤالی درباره این روایت، پاسخ روشنی می‌دهد که می‌فرماید: «مفاد این روایت و امثال آن، جلوگیری از امر به معروف و نهی از منکر نیست و نیز مفاد آن تشکیل یک حکومت اسلامی تابع امام مهدی علیه السلام، مانند حکومت جمهوری اسلامی نیست؛ بلکه مفاد آن مطابق آن روایتی است که قبل از ظهور امام عصر علیه السلام دوازده نفر به نام مهدی آخرالزمان قیام می‌کنند که الآن اولی آن‌ها در عراق قیام نموده است»^۸.

آنان پناه برده، رفع حیرت کنند. ایشان در از قرن‌ها که علم توحید و اسلام و قرآن را نامهای به آخرین نایب خاص خود، چنین روی دست گرفته، بستر اجرای دستورات مرقوم فرمودند: «... و اما در حوادث اتفاقیه، امام عصر علیه السلام را فراهم کرده و نقطه امید به روایان حدیث ما (فقها و مجتهدین) تمام مستضعفان جهان برای مقاومت در رجوع کنید که آنان از طرف من بر شما برابر ظلم و استکبار شده است، می‌تازند، حجت‌اند و من حجت خدا بر آنان هستم»^۱. چگونه می‌توان صدق نیت این گروه‌های ناهمگون و نامأنوس را پذیرفت؟

امروزه تمام مخالفان جمهوری اسلامی؛ از بهائیان و سلطنت‌طلبان ضد دین گرفته تا داعیه‌داران ظاهری دین، مثل مدعیان دروغین مهدویت (از جمله طرفداران احمد الحسن)، طرفداران انجمن حجتیه و برخی متحجرین جاهل، با تمسک به این روایت، به تنها حکومت شیعه عالم بعد اگر حکومت اسلامی در ایران طاغوت بود، این همه مخالف و دشمن برای چه در مقابل آن صف‌آرایی کرده‌اند؟! پس جنس جمهوری اسلامی با حکومت مهدوی علیه السلام سنخیت دارد و همین امر آن‌ها را به تکاپو انداخته است.

پی‌نوشت

۱. «گفتند: ای موسی! تا آنان (گروه ستمکار) در آنجا نبیند، ما هرگز وارد نخواهیم شد، پس تو و پروردگارت بروید [با آنان] بچنگید که ما [تا پایان کار] در همین‌جا نشسته‌ایم.» مائده/ ۲۴.
۲. وسائل الشیعه، شیخ حر عاملی، دار احیاء التراث العربی، بیروت، چاپ دوم، ج ۱۱، ص ۳۷، ح ۶.
۳. الإرهاب و العنف فی ضوء القرآن، محسن حیدری، دارالولاء، بیروت، ۲۰۱۰م، ج ۳، ص ۲۸۲.
۴. همان، ص ۲۸۳.
۵. صحیفه نور، سید روح الله موسوی خمینی، مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی علیه السلام، چاپ اول، ۱۳۷۸ش.
۶. همان، ص ۱۹۸.
۷. پایگاه اینترنتی مرکز اسناد انقلاب اسلامی، به آدرس: <https://b2n.ir/w67591>.
۸. خبرگزاری تسنیم، به آدرس: <https://tn.ai/2823139>.
۹. بحارالانوار، محمدباقر مجلسی، دارالکتب الاسلامیه، تهران، ج ۵۳، ص ۱۸۱.



همراهان ۶

محمدحسن خدای
دانش‌آموخته حوزه علمیه
ملیکه بی‌قرار

که این بانوی شایسته طلایه‌دار بهار
جان‌ها، موعود و منجی عالمیان است:
«حُجَّةُ اللَّهِ الْقَائِمَةُ أُمَّهُ جَارِيَةٌ اسْمُهَا نَرْجِسٌ»!
این بانو لایق همدمی و همیاری امام
بوده که این‌گونه خدا او را برای حجتش
نگهداشته و از روم تا مدینه، از نصرانیت
به اسلام و از قصر قیصر به خانه ساده
ابومحمد علیه السلام هدایت کرده است تا با
مهربانی و صبر بی‌بدیلش همدم زکی
خدا در روزهای تاریک خفقان و محاصره

قرن‌هاست دست‌های عالمیان، به دامان
ملیکه‌ای است که خورشید عالم‌افروز،
خسروخوبان و پادشاه دوجهان، از دامن
وی طالع گردید و هنوز که هنوز است،
دخیل دل‌های دردمند به ساحت ملکوتی
بانویی بسته که از ازل لیاقت پیدا کرد تا در
لوح محفوظ، نامش به عنوان حامل نور
«بقیة الله الاعظم» ثبت شود.
«نرجس»! آری! همین نام برای این
بانو در لوح بی‌بی فاطمه زهرا علیها السلام آمده

عسکر باشد. دشمنان خدا «حجت»، پروردگار عالم او را برای همسری آن جمع‌کننده بساط ظلم و جور را، حجتش و مادری «امید جهانیان»، بزرگ‌ترین تهدید خویش می‌دانستند «مهدی علیه السلام» برگزید و به خانۀ ولایت و بدین جهت، امام عسکری علیه السلام را رهنمون ساخت. چنانچه در توصیفات میان محاصره و به ظاهر زیر سلطه و روایی از امام مهدی به فضیلت حضرت کنترل شدید امنیتی خویش قرار داده نرجس علیها السلام اشاره شده، امام مهدی علیه السلام بودند تا مبدا آن جانشین دوازدهم، آن فاروق ایمان و کفر، دنیا را به وجودش منور سازد و در غفلت اینان رشد کند و ابراهیم‌وار بت جور و ستم را بشکند و جهان را پراز عدل و داد کند.

به وقت وصال

نام اصلی حضرت نرجس «ملیکه» و پدرش «یشوعا» فرزند قیصر روم است. آن حضرت ابتدا مسیحی بود و نسبتش به «شمعون» از حواریون حضرت عیسی علیه السلام می‌رسد. ایشان به کرامت سیدۀ نساء عالمیان علیها السلام اسلام آورد و به واسطۀ امام عسکری علیه السلام به مدینه رهنمون شد. او خط را خوب می‌دانست و به لغت عربی آشنایی داشت، پس هنگام اسارت، نام خویش را نرجس علیها السلام نهاد تا شناخته نشود.^۳

همه نوعی چشم و گوش گماشته بودند تا آفتاب عالم تاب هستی در این خاندان طلوع نکند. در این شرایط، نرجس خاتون، بر هم زنده نقشه شوم دژخیمان؛ مادر منجی عالم و همسر و همدم امام عسکری علیه السلام در این شداید و سختی‌ها شد و دنیا را تا ابد با نامش منور ساخت. او جزء شایسته‌ترین و پاک‌ترین زنان دوران خود بود که

بسیار پیشنهاد می‌کنند؛ ولی او راضی نمی‌شود. فروشنده می‌گوید: من بالاخره ناچارم که تو را بفروشم. او می‌گوید: شتاب مکن! تا خریداری پیدا شود که دل من بر او آرام بگیرد. این هنگام جلو برو و نامه را به او بده.



آنچه مولایم، ابوالحسن علیه السلام راجع به آن کنیز فرموده بود، انجام دادم. او نامه را بر چشم نهاد و گریست و به فروشنده گفت: مرا به صاحب این نامه بفروش و اگر نفروشی، به خدا خود را خواهم کشت. من دربارهٔ قیمت با فروشنده بحث کردم تا به همان مقدار که در کیسه بود، راضی شد و با کنیز راهی محل اقامت شدیم. هنوز در آنجا مستقر نشده بودیم که نامهٔ مولایم را درآورد، بوسید و بر چشم‌هایش نهاد... با تعجب پرسیدم: نامه‌ای را می‌بوسی که صاحبش را نمی‌شناسی؟ گفت: به من گوش فرا ده! من ملیکه، دختر یشوعا، فرزند قیصر روم هستم که

«بشیر بن سلیمان» می‌گوید: روزی امام عسکری علیه السلام مرا به حضور طلبید و نامه‌ای با خط رومی و مهر و موم شده، با کیسه‌ای که در آن ۲۰ دینار بود، به من داد و فرمود: این را بگیر و به سمت بغداد حرکت کن و فلان روز هنگام ظهر در کنار رود فرات حاضر شو. گروهی از اسرارامی‌بینی و بین‌آنان کنیزانی هستند که خریداران به سوی آنان می‌شتابند. پس تمام‌روز بر آنان اشراف داشته باش تا کنیزی را به خریداران عرضه کند که دو لباس از حریر دارد و از عرضه کردن خود بر خریداران امتناع می‌کند و با آنان موافقت نمی‌کند. پس خریداران قیمت

نسلم به شمعون، از حواریون حضرت
 عیسی علیه السلام می‌رسد. جدم قیصر تصمیم
 گرفت مرا به برادرزاده‌اش تزویج کند؛
 رهبانان، بزرگان و امرا را در قصر خود
 جمع کرد و تختی جواهرنشان قرار داد
 و برادرزاده‌اش بر فراز آن رفت؛ اما تا
 انجیل‌ها را گشودند، ناگاه پایه‌های تخت
 در هم شکست و او از بالا پیش افتاد و
 بی‌هوش شد. اسقف‌ها این امر را تعبیر
 به نحسی این ازدواج کردند. بعد تصمیم
 به تزویج برادر او نمودند؛ ولی برای او نیز
 همین اتفاق افتاد و همه متفرق شدند.
 من آن شب در خواب دیدم که حضرت
 مسیح علیه السلام و شمعون و بقیه حواریون در
 قصر جدم هستند و محمد صلی الله علیه و آله و سلم و داماد او
 و عده‌ای از فرزندان علیه السلام بر آن‌ها وارد
 شدند. محمد صلی الله علیه و آله و سلم مرا از مسیح علیه السلام و
 شمعون برای فرزندش ابومحمد، صاحب
 این نامه، خواستگاری کرد و ایشان قبول
 کردند، سپس محمد صلی الله علیه و آله و سلم بر منبر رفت
 و خطبه خواند و مرا به ابومحمد تزویج
 نمود و عیسی علیه السلام و حواریون شاهد
 بودند. پس از خواب بیدار شدم، روزها در
 محبت و عشق ابومحمد به سر می‌بردم
 و هرروز ضعیف‌تر و لاغرتر می‌شدم و
 به‌شدت بیمار شدم، تا این‌که شبی در
 خواب دیدم فاطمه با مریم علیهما السلام و هزار
 حوریه بهشتی آمد. مریم گفت: این خانم
 مادر شوهر تو، ابومحمد است. دامن
 او را گرفتم و گریستم و از فراق شکایت
 کردم. فرمود: تا تو مشرک و بر دین نصارا
 هستی، ابومحمد به دیدار تو نمی‌آید.
 پس به دست بابرکت ایشان اسلام
 آوردم و از آن شب هرشب ابومحمد را در
 خواب می‌بینم، تا این‌که به من فرمود:
 با خدمه کنیزان، با قشون جدت که به
 جنگ با مسلمانان می‌آید، همراه شو تا
 به من ملحق شوی. من نیز چنین کردم
 تا به دست مسلمین اسیر شدم و اکنون
 اینجا هستم.

همسر و امامش ایستاد... او دعا کرده بود قبل از امام عسکری علیه السلام از دنیا برود و دعایش برآورده شد و با کوهی از وفا از این دنیا رخت بریست. بر قبر او لوحی است که روی آن نوشته شده: این قبر مادر (م.ح.م.د) است. قبر این بانوی بزرگوار، کنار قبر همسرش، امام عسکری علیه السلام در سامراست.^۵



بشیر می‌گوید: او را خدمت مولایم، امام هادی علیه السلام آوردم و ایشان او را بشارت داد به فرزندی که جهان را پر از عدل و داد می‌کند.^۴

تجلی آفتاب

سحر نیمه شعبان بود که چشمان نرجس خاتون علیها السلام به چهره دل‌آرا و جمال منجی عالم بشریت روشن گردید و افتخار مادری موعود امت‌ها را کسب نمود. علاقه میان امام عسکری و نرجس خاتون علیها السلام بسیار زیاد بود. نرجس، با تمام وجود پای

پی‌نوشت

۱. إثبات الهداة بالنصوص و المعجزات، شیخ حر عاملی، انتشارات اعلمی، بیروت، ۱۴۲۵ق، ج ۲، ص ۴۰.
۲. کمال‌الدین و تمام النعمة، محمد بن علی بن بابویه (شیخ صدوق)، انتشارات جمکران، قم، ۱۳۸۲ش، صص ۳۴۵، ۳۶۹-۳۷۲.
۳. سفینه البحار، شیخ عباس قمی، انتشارات اسوه، قم، ۱۳۷۴ش، ج ۲، ص ۵۸۳.
۴. بحار الانوار، محمدباقر مجلسی، دار الاحیاء التراث العربی، بیروت، ۱۴۱۳ق، ج ۵، صص ۱۸۹-۱۹۸.
۵. کمال‌الدین و تمام النعمة، ج ۲، ص ۴۳۱.





حاج آقای مشکل گشا ۷

رعایت قانون یا تفتیش عقاید؟!

محمد امینی - دانش پژوه سطح ۳ حوزه علمیه

چندتا از دانش آموزها را می خواستند در اسلام پرسیده بودند که حتی من از مدرسه اخراج کنند تا درس عبرتی برای بقیه باشد که با مخالفت تعدادی از معلم ها روبه رو شد. می گفتند: اگه اخراج بشن، خیلی بدتر از این می شه و آینده شون بیش تر از این به خطر می افته. واقعا همه مستأصل و آشفته بودند که با این چند نفر چه کار باید کرد؟ چون بعضی از بچه های مدرسه هم تحت تأثیر افکار و رفتارهای منفی شون قرار می گرفتند. چند نفر از دخترهای خوب هم سؤالاتی در مورد حجاب و پوشش

در اسلام پرسیده بودند که حتی من هم نتوانستم جواب قانع کننده ای به آنها بدهم. بنا شد از حاج آقای صالح پرور کمک بگیریم. خانم مدیر با این ایده موافقت کرد که حاج آقا را دعوت کنند. اتفاقاً اگر این دخترهای شلوغ مدرسه هم تغییر نکنند، حداقل جلوی انحراف بقیه را می گیریم و شبهات اساسی جواب داده می شود.

بنا شد هفته بعد، هم زمان با ایام ولادت پیامبر اسلام و امام جعفر صادق علیه السلام حاج آقا به مدرسه تشریف بیاورند. بچه ها

در که باز شد، حاج آقا وارد شد! هیچ کدام از دخترها انتظار این را نداشتند که یک روحانی به مدرسه بیاید! یک عده فوراً به استقبال حاج آقا رفتند و با احترام سلام کردند. عده معلوم الحال هم که صلوات بلند خاصی فرستادند و بعد هم خنده بلندی کردند. چندتاشان هم با تیکه و حالت تمسخر سلام می کردند.

حاج آقا به همه با لبخند ملیحی جواب سلام داد و برای آنهایی که فقط تیکه می انداختند، تنها جواب حاج آقا یک لبخند و سر تکان دادن بود. خانم موسوی، معاون پرورشی، به استقبال حاج آقا رفت و ایشان را به طرف دفتر مدرسه راهنمایی کرد. استقبال خانم تقوی، مدیر مدرسه و سایر معلم ها و معاونین، نشان می داد که اعضای کادر و معلم ها هماهنگی های لازم را جهت همکاری برای اصلاح روند اشتباهی که اخیراً در مدرسه به وجود آمده بود، دارند.

در حیاط مدرسه بودند. زنگ تفریحشان خورده بود که فوراً پشت بلندگو اعلام شد: «دخترها! لطفاً حجابتون رو رعایت کنید که نامحرم داره میاد.»



مشخص بود که منظورشان کدام بچه هاست؛ چون اغلب رعایت می کردند. تعدادی از دختران که اساساً مسئله حجاب و نامحرم و... را مسخره می دانستند، زدند زیر خنده و شروع کردن به تیکه انداختن. برخی هم که از چیزهای دیگر ترس داشتند، بسیار سخت شان بود؛ ولی با اخم و چهره های در هم کرده، مقنعه هاشان را درست کردند؛ ولی هنوز نمی دانستند که چه کسی قرار است بیاید.

روی تخته نوشت: «لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ»؛

«هیچ اجباری در دین نیست.»



حاج آقا باید در شلوغ‌ترین کلاس مدرسه

حاضر می‌شد؛ «کلاس دهم تجربی».

کلاس با یک اتفاق عجیب؛ ولی از قبل

آماده، شروع شد. حاج آقا به محض ورود،

عمامه و عبا و لباده خودش را درآورد و

با لباس شخصی سر کلاس، پشت میز

معلم نشست! عکس‌العمل و واکنش

دانش‌آموزان غیرطبیعی بود. دست و

جیب بچه‌ها و خنده بعضی دیگر، نشان از

تعجب بسیار آن‌ها از این حرکت داشت.

-حاج آقا چقدر خوش‌تیپه!

-چقدر عوض شدید حاج آقا؟!...

سکوت حاج آقا و عکس‌العمل کاملاً

طبیعی ایشان، تقریباً جو کلاس را آرام

کرد. بعد بلند شد و بدون هیچ کلامی

بعضی‌ها با کلام و بعضی‌ها به نشان

تأیید، سرشان را تکان دادند.

حاج آقا ادامه داد:

-بنده برای آمدن به مدرسه هیچ اجباری

ندارم؛ ولی حالا که اومدم یا اصلاً به‌زور

آوردنم، چندتا کار می‌تونم انجام بدم؛

شما بفرمایید کدومش مناسب‌تره؟

❶ از مدرسه فرار کنم و برگردم خونه یا

به هرجایی که ازش اومدم (بعضی‌ها

به خنده گفتن: بهترین کار همینه)؛

❷ بمونم؛ ولی قوانین مدرسه رو

رعایت نکنم؛

❸ بمونم و قوانینش رو رعایت کنم و

درس بخونم و در آخر با معدل بالا



- یکی از دانش‌آموزان با کنایه گفت:
مثل الآن...

حاج آقا ادامه داد: «لَا إِكْرَاهَ فِي الدِّينِ»
یعنی شما حق نداری کسی رو تفتیش
عقاید کنی؛ یعنی کسی نمی‌تونه عقاید
شخصی و فردی دیگری رو به‌زور تغییر
بده. نماز خواندن و حتی معتقد بودن
به نماز و روزه، به خودتون مربوطه؛
چون یه مسئله فردیه. در قرآن و احکام
داریم که به‌طور کلی تجسس در عقاید
و زندگی افراد، بدون رضایت اون‌ها،
حرامه؛ مگر در موارد خاص، مثل
جایی که بحث امنیت ملی هست؛
یعنی کسی حق نداره بپرسه: آیا شما
حجاب رو قبول داری یا نه؟ و اگر جوابی

برم دانشگاه و وارد فضای بهتر و با
سطح بالاتری بشم؛

۳ بمونم؛ ولی نه خودم برای پیشرفتم
درس بخونم، نه اجازه بدم کسی
درس بخونه.

طبیعتاً جواب مشخصه! اگه کسی رو به‌زور
هم آورده باشند، حق تحقیق و بررسی داره
که اینجا کجاست که من اومدم یا آوردنم؟
آیا جای خوبیه یا جای بد؟

دختران عزیزم! در قرون وسطی کلیساها
به‌زور و حتی با شکنجه‌های سخت، عقاید
مردم رو مورد بازخواست قرار می‌دادند. اگر
کسی مخالف اون‌ها بود، بامجازات سختی
رو به‌رومی شد.



نشنید، اون شخص رو مجبور به جواب دادن کنه.

- پس چرا همه ما رو به رعایت حجاب اجبار می‌کنند؟

- سؤال به جایی پرسیدید! آیا نوع پوشش در جامعه اختیاریه؟ یعنی هرکسی هر جور دلش بخواد، می‌تونه بیرون بیاد؟ آیا ملزم بودن افراد به رعایت قانون، تفتیش عقاید یا مجبور کردن به دینه؟ قطعاً نه.

- بله حاج‌آقا! وقتی به زور می‌گن حجاب رو رعایت کن؛ یعنی ما رو به زور می‌خوان بپوشیم بهشتی که خودشون درست کردند.

- رعایت قانون فقط مخصوص جمهوری اسلامی نیست؛ بلکه در همه جای دنیا همینه، فقط قوانین متفاوته. اینم فراموش نکنیم، هرکسی با هر لباس و پوششی در جامعه، بدون این‌که حرفی بزنه، می‌تونه نوع نگاه مردم رو به

خودش تغییر بده؛ مثل خودم که تا قبل از این‌که لباس مقدس روحانیت تنم بود، نوع نگاه شما متفاوت بود.

هم‌زمان با طرح این سؤالات، حاج‌آقا لباس روحانیت را پوشید و ادامه داد: در احکام هم داریم که ما نمی‌تونیم طوری لباس بیوشیم که انگشت‌نمای مردم بشیم. بهش می‌گن «لباس شهرت»؛ چرا؟ چون نباید کاری کنیم که نوع نگاه افراد به ما، نگاه بی‌ارزش و کم‌ارزشی باشه. گاهی بعضی پوشش‌ها جایگاه ما رو در جامعه تنزل می‌ده.



و دین برای حفظ سلامت افراد چنین قانونی رو وضع کرده.



به قول علامه طباطبائی رحمته الله در کتاب «المیزان»، این لا اکراه؛ یعنی «لا اکراه فی الاعتقادات» اما در حوزه رفتار و عمل، اجبار و اکراه جا دارد. مثل این که چراغ قرمز رو رد کنی، جریمه می‌شی؛ مهم نیست اعتقادی به چراغ قرمز داری یا نه.

وقتی برای حضور در محیط بهداشتی ماسک لازم باشه، اگر نزنیم، ما رو راه نمی‌دن، مهم نیست که ما اعتقاد داشته باشیم یا نه. یا مثلاً کلاه ایمنی برای راننده موتور اجباریه، حتی اگه نداشته باشه، جریمه می‌شه و ربطی نداره که بهش اعتقاد داره یا نه.

حالا از شما می‌پرسم تا جواب شمایی که پرسیدید: چرا مجبوریم حجاب رو رعایت کنیم، داده بشه؛ به نظرتون، در دین جایگاه نماز بالاتره و اهمیت بیش‌تری داره یا حجاب؟
اکثراً گفتند: حجاب.

حاج آقا لبخندی زد و گفت: آفرین، جواب همه‌تون اشتباه بود؛ چون قطعاً نماز از اهمیت و جایگاه بالاتری برخورداره. البته هردو باید رعایت بشن؛ ولی این‌که چرا برای نماز که اهمیت بالاتری داره، هیچ گشت ارشادی نمی‌دارند و به قول شما، به هیچ‌کسی گیر نمی‌دند؟ چون «لا اکراه فی الدین» یعنی در محیط و ابعاد فردی و عقاید شخصی، هیچ اکراه و اجباری نیست و مسئولیت آن بر عهده خود افراد؛ ولی در ابعاد اجتماعی، نباید مخالف قانون جامعه اسلامی رفتار کرد؛ چون نماز فقط رابطه انسان با خداست؛ ولی حجاب به غیر از رابطه با خدا، با جامعه هم تعریف می‌شه

یکی گفت: حاج آقا! پس چرا ما باید این همه این که خداوند حجاب رو واجب کرده، برای حجاب سخت بگیریم که حتماً باید جلوی نامحرم جوراب بپوشیم یا فقط می‌شه گردی صورتمون پیدا باشه یا این که اگه طرف به سن تکلیف هم نرسیده، من باید جلوش رعایت کنم؟^۳

- حاج آقا بازم لبخندی زد و گفت: ماشاءالله! شما که از من احکام رو بهتر بلدید... ببینید! خداوند زن رو ظریف و لطیف آفریده و بین اون و مردها حد و مرزی قرار داده. حالا اگه این ظرافت و لطافت و زیبایی‌هایی که خداوند بهش داده، نمایان کنه، معمولاً مردها بهش به چشم یک کالا و ابزاری برای شهوت‌رانی نگاه می‌کنند، پس علت

این که خداوند حجاب رو واجب کرده، اصلاح حدود بین محرم و نامحرم و کرامت بخشیدن به زنان هست تا با اون نوع نگاه مواجه نشن... این گفت و گوهای بین حاج آقا و دانش آموزان کلی طول کشید؛ ولی حُب، اجماً حاج آقا صالح پرور بنا به رسمی که داشت، با معرفی کتاب «انتخاب من: پرسش‌هایی درباره حجاب» نوشته محمد سبحانی‌نیا که توسط انتشارات جمکران منتشر شده بود و همچنین، برگزاری مسابقه کتاب‌خوانی و چندین بار رفتن به مدرسه، کلی تغییرات ایجاد کردند...

ادامه دارد...

پی‌نوشت

۱. بقره/ ۲۵۶.

۲. توضیح المسائل مراجع (سیزده مرجع)، سید محمدحسن بنی‌هاشمی، انتشارات جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، زمستان ۱۳۸۴، ج ۲، ص ۱۰۱، س ۱۳۶۰.

۳. پایگاه اطلاع‌رسانی دفتر مقام معظم رهبری <https://B2n.ir/q04117>؛

نقش تغذیه صحیح در سلامتی بدن

سِتّه ضروریّه ۷

اکرم کاوری - دانش آموخته‌ی دوره طب ایرانی - اسلامی

روش و زمان غذا خوردن و حتی نوع غذاهایی که مصرف می‌شوند، در سلامتی بدن نقش مهمی دارند. در این یادداشت به بیان برخی از مطالب پیرامون غذا خوردن می‌پردازیم:



ارتباط فصل‌ها با خوراکی‌ها و آشامیدنی‌ها

و زمستان، بهتر است خوراکی‌ها متمایل به گرمی باشند. مانند: خرما، عسل، ارده، آبگوشت با گوشت گوسفند و... و در فصول خشک، مانند پاییز و تابستان، خوراکی‌های دارای رطوبت مصرف شوند. در پاییز که هوا سرد و خشک است، از خوراکی‌های گرم و تر، مانند انواع آش (مثل

در فصول گرم، مانند بهار که گرمای نسبی دارد و تابستان، بهتر است خوراکی‌ها متمایل به خنکی (خوراک دارای طبع خنک) باشند، به‌ویژه رعایت این اصل در خصوص افراد دارای طبع گرم مفید خواهد بود؛ اما در فصول سرد، مانند پاییز



آش گندم)، آبگوشت، عسل با آب ولرم و... استفاده شود.

در زمستان که هوا سرد و تر است، از خوراکی‌های طبع گرم که رطوبت کم‌تری دارند، مانند: فسنجان، خرما، ارده، عسل،

کباب و... استفاده شود؛ چون حبس رطوبت در بدن با توجه به سرما و فعالیت کم، موجب ورم بدن و بیماری‌های رطوبتی می‌گردد. توضیح این‌که در زمستان برای حفظ گرمای بدن، تمام منافذ پوست بسته می‌شوند و تعریق صورت نمی‌گیرد،

رطوبت اضافی بدن هم خارج نمی‌شود، پس خوراکی‌های رطوبت‌زا مانند خیار، هندوانه و... را نباید استفاده کرد.

بنابراین، استفاده از هندوانه در شب یلدا بسیار مضر بوده، باعث تولید بیماری در بدن خواهد شد. در قدیم

که انواع مغزی‌جات گرم، مانند: گردو، فندق، پسته، بادام و... در شب یلدا می‌خوردند، شاید هندوانه می‌خوردند

تا کمی از گرمی‌های زیادی که مصرف کرده‌اند، بکاهد؛ ولی امروزه فقط رسم هندوانه بدون مغزی‌جات گرم بر جای مانده که اشتباه است.

۱. خوب جویدن غذا

چون هضم غذا از دهان آغاز می‌گردد، خوب جویدن باعث سرعت هضم غذا در معده می‌شود؛ چراکه با بزاق بیش‌تری ممزوج می‌شود؛

۲. رعایت ترتیب غذاها

غذاهای غلیظ را قبل از غذاهای لطیف که سریع الهضم است خورد، زیرا غذای لطیف بالای معده می‌ماند و فاسد می‌شود؛

۳. ساده خوری

نخوردن چندین نوع غذا با هم، در پیشگیری و درمان بیماری‌ها نقش غیرقابل‌انکاری را ایفا می‌کند؛ اما اگر

اما مصرف آن با گردو، بسیار مفید است. یا مصرف شیر برای افراد سرمایی مضر است؛ اما اگر به همراه آن از عسل یا خرما استفاده شود، موجب دفع ضرر آن می‌شود. یا شخصی که بسیار گرمایی است و با خوردن گرمی‌جات به بدنش آسیب می‌رسد، آن گرمی را همراه با سردی میل کند. مثلاً برای رفع غلظت خون شخصی که گرمایی است، دم‌نوش آویشن را همراه عنب - که مزاج حُنک دارد - مصرف کند تا هم از خواص آویشن بهره‌بردار و هم از گرمای آویشن ضرری نبیند.

در قدیم که غذاهای گرم استفاده می‌کردند و کنار غذاهای چرب، ترشی (با سرکه خانگی درست شده) می‌خوردند و سیاه‌دانه و گلپر را به‌عنوان مصلح اضافه می‌کردند. اگر به سبک غذا خوردن قدیمی‌ها دقت شود، هر غذایی را با مصلح آن

بیش از یک نوع غذا می‌خورید، غذاهایی را انتخاب کنید که از نظر هضم شدن و مدت آن به هم نزدیک باشند. مثلاً هر دو سریع الهضم باشند. وقتی گوشت گاو یا ماهی با ماست یا تخم‌مرغ خورده شوند، ماست سریع هضم می‌شود و منتظر هضم غذای سنگین و دیرهضم مانند گوشت باقی می‌ماند. از این‌رو، غذای زودهضم در این مدت انتظار فاسد می‌شود و در نتیجه خلط بد تولید می‌کند و این خود، عامل دستة وسیعی از بیماری‌ها می‌گردد.^۲

۴. رعایت مصلحات غذایی^۳

«مصلح» به چیزی گفته می‌شود که مصرف آن به همراه غذا یا دارو، موجب اصلاح، رفع یا تقلیل اثرات جانبی و مضرات احتمالی آن می‌شود و گاهی نیز اثرات آن را تقویت می‌کند. مثلاً مصرف پنیر در طب سنتی - اسلامی مضر است؛

می‌خوردند. مثلاً کباب را با سماق، آبگوشت را با سبزی و پیاز و...؛ اما امروزه متأسفانه سبزی از سفره‌ها حذف شده و به جای آن ترشی با سرکه صنعتی، ماست و سالاد که همگی سرد هستند و در هضم اختلال ایجاد می‌کنند، جایگزین شده‌اند.

اگر تمایل به مصرف ماست (محلی) در فصل گرم داشتید، با مصلح آن (نمک، پونه، نعناع یا زنیان) استفاده شود و ماست به‌عنوان یک وعده غذایی مصرف شود، نه به همراه غذاهای دیگر. همچنین در طب ایرانی اسلامی، مصرف

هم‌زمان برخی خوراکی‌ها و آشامیدنی‌ها با هم نهی شده است و مصرف توأم آن‌ها با یکدیگر در کوتاه‌مدت و درازمدت می‌تواند خطرآفرین و گاهی بسیار مضر باشد و حتی موجب بیماری‌های صعب‌العلاج گردد. به‌عنوان نمونه خوردن: خربزه با عسل، خربزه به‌صورت

ناشتا یا با معده خالی، ماهی تازه با تخم‌مرغ یا شیر، سرکه با ماش یا عدس، شیر با میوه‌ها (مثل شیرموز و...)، خیار با آش کشک، کله‌پاچه با انگور، سرکه بعد از برنج و ماست، پنیر با بادام، سیر و پیاز، شیر با غذاهای شور و ترشی، انار با حلیم، شیر یا دوغ با مرغ، دوغ با آش غوره و غیره.^۴



چند قانون در خوراکی‌ها

① مقدار غذا باید تعدیل شود؛ یعنی نه آن قدر کم باشد که باعث ضعف قوت و انرژی‌های بدن شود و نه آن قدر زیاد باشد که موجب فساد هضم و سرگردانی طبیعت بدن (قوه مَدْبَرَة بدن) گردد. برای رسیدن به این هدف، نباید از اشتها پیروی

مری) می‌شود که امروزه متأسفانه در طب رایج به جای این‌که این دستور ساده‌تر خوردن را به بیمار بگویند، او را تحت عمل جراحی قرار می‌دهند و کمی دهانه معده را می‌دوزند که غذا از معده به طرف مری برگشت نکند؛



۲ انسان بعد از غذا باید سکون و آرامش داشته باشد تا حرارت - که عامل هضم است- در معده و دستگاه گوارش جمع شده، هضم کامل صورت بگیرد. از این رو استلقاء (خوابیدن به پشت، سپس به چپ و راست) در اسلام توصیه شده است. طبیبان، بدترین چیزی که باعث اختلال در هضم می‌شود، حرکات سنگین و شدید بعد از غذا ذکر کرده‌اند؛ یعنی بعد از غذا زود از سر سفره برنخیزید

کرد؛ بلکه زمانی که هنوز اشتهای باقی است، باید دست از غذا خوردن کشید؛ چون غذا برای هضم شدن نیاز به فضای بیش‌تری داشته و تخلخل پیدا کرده و معده را دچار کشیدگی می‌کند.

به همین دلیل گفته شده که برای حصول سلامت باید معده به سه قسمت تقسیم شود؛ یک قسمت برای غذا، یک قسمت برای آب و یک قسمت برای هوا و تنفس. وقتی گفته می‌شود قبل از سیری دست از غذا بکشید، به این دلیل است که معده نباید کاملاً از غذا پر شود بلکه باید برای آب و هوا هم جایی باقی بماند. به طور مثال، وقتی می‌خواهید موادی را در مخلوط‌کن میکس کنید، باید حدود یک سوم آن خالی باشد؛ وگرنه موقع مخلوط شدن مواد به بیرون پرتاب می‌شوند. همین مطلب در هنگام سیری کامل اتفاق می‌افتد و باعث ریفلاکس (برگشت غذا از معده به لوله گوارشی

و مشغول فعالیت نشوید، حتی خانم‌ها
در جمع کردن سفره و شستن ظروف
بعد از غذا عجله نکنند؛
چون این کار بدن را از سایر مواد
مغذی و مورد نیاز موجود در غذاهای
دیگر، محروم می‌کند؛

۳) پرهیز از خوردن غذاهای مختلف
الهضم که گفته شد؛
۵) در زمان گرسنگی، غذا خوردن را به
تأخیر نیندازید؛ چون این کار موجب

۴) رعایت تنوع غذایی؛ یعنی انسان به
مدت طولانی از یک نوع غذا استفاده
ریش مواد مضر به معده می‌شود؛
۶) زمان مناسب برای غذا خوردن، روز

است، نه شب. به این معنی که در فصول گرم
مثل تابستان - که حرارت به سمت پوست
بدن رفته و هضم ضعیف می‌شود - بهتر
است در زمان خنکی هوا (صبح و غروب)
غذا خورده شود و در زمستان، بین روز؛
۷) غذای تابستان، سرد بالفعل و غذای
زمستان، گرم بالفعل باشد تا دمای
بیرون و درون بدن رعایت شود.



پی‌نوشت

۱. ر.ک: خلاصه الحکمه، محمدحسین عقیلی خراسانی، انتشارات سفیر اردهال، تهران، چاپ اول، ۱۳۹۷ش.
۲. ر.ک: علت و درمان بیماری‌ها در طب سنتی - اسلامی، مجید برزوئاد، انتشارات ابتکار دانش، قم، ۱۳۹۶ش.
۳. ر.ک: ذخیره خوارزمشاهی، سید اسماعیل جرجانی، انتشارات بنیاد فرهنگ ایران، تهران، ۱۳۵۵ش.
۴. همان، ج ۳، باب: اندر تدابیر غذا خوردن.
۵. ر.ک: مفرح القلوب، محمداکبر ارزانی، انتشارات المعی، تهران، ۱۳۹۱ش.
۶. ر.ک: قانونچه فی الطب، ترجمه: اسماعیل ناظم، انتشارات المعی، تهران، ۱۳۹۱ش.



نسایم غمخور

زینب رحیمی تالار پشته - دانش آموخته سطح ۳ حوزه علمیه

مثال زدنی بود. گفتارها را که پراکنده کرد، نفس راحتی کشیدم. با کمکش به خانه رسیدم. خانواده پس از شنیدن ماجرا، دعایش کردند و از خدا عاقبت به خیری اش را خواستند.

کمی بعد، از تلویزیون اخبار اغتشاشات را پخش می کردند که خبر شهادت و عکس شهید گذاشته بودند؛ شب گذشته حین پاک سازی کوچه های پراکتهاب شهر از شر گفتارهای نامرد، کمی آن طرف تر از خانه غرق امنیتمان، جوانی به شهادت رسیده بود. عکس آشنا بود؛ نگاهم به عکس خشک شد؛ مگر می شد مرد غیور آن روزها را فراموش کرد.

چشم گرداندم؛ عرق سرد از پشتم راه افتاده بود؛ صدای فحش و توهین هایشان در سرم می پیچید؛ دنبال راه فرار بودم؛ آخر یک زن تنها و چهار مرد بی غیرت و یاغی، جای ماندن نداشت.

دست هایشان که به طرف چادرم دراز شد، توسل کردم، مدد خواستم تا قصه معجر اهل بیت حسین علیه السلام تکرار نشود؛ رفتارشان عادی نبود؛ مرد ایرانی که به غیرت زبانزد بود کجا و این عقده های بی حیایی کجا؟! تقلاً کردم برای نجات.

از بین کشمکش، مردی دیدم جوان و غیور؛ به کمک آمده بود؛ با آن اشرار خدا گم کرده درگیر شد؛ شجاعتش

پرس و جو کردم تا زمان و مکان تشییع را فهمیدم؛ امامزاده حسن علیه السلام غُلغله بود؛ در صف نماز میت ایستاده بودم که خانم کناری ام ناله کرد.

-مادر، من هیچ موقع فکر نمی کردم بایستم و برای شما نماز بخونم.
نگاهش کردم؛ آن قدر محکم و باصلابت ایستاده بود که به حدسم شک کردم.
- شما مادر شهید هستید؟!

تأیید که کرد، برایش از پسر دلیرش گفتم؛ از شیر میدان بودنش؛ از اینکه عفتم را مدیون غیرت پسرش بودم؛ خدا را شکر کرد که پسرش توانسته بود از حجاب حضرت زهرا علیها السلام دفاع کند.

وقتی از غیرت پسرش شنید، یاد برادر شهید پسر شهیدش افتاد؛ روح الهی که دو سال از سلمان بزرگ تر بود و هفده سال قبل جانش را سر دفاع از حریم ناموس جامعه گذاشته بود؛ شهید امر به معروف.

یاد پدر جانباز پسر شهیدش افتاد که

منافقین قصد جانش را کرده بودند و او پس از سلامتی برای دفاع از وطنش، ایران، ایستادگی کرد؛ شیمیایی هم شد اما باز مرد میدان بود.



یاد فرزند داغ دیده هفت ساله پسر شهیدش افتاد که می پرسید کسی نیست انتقام پدرش را بگیرد. پسری که تصمیم داشت وقتی بزرگ شد، انتقام خون به ناحق ریخته پدرش را بگیرد.

سلمان بمب انرژی و نشاط فامیل بود. مادر که داغ و غم فامیل را دید چند ماه پس از شهادت پسرش با آمدن خواستگاری مناسب تصمیم به ازدواج تنها دخترش گرفت تا عزارا از فامیل دور کند. سلمانش آرزوی شهادت داشت؛ وقتی اجازه ندادند مدافع حرم شود،

حسرت همراه نبودن با آنها را می‌خورد پس نباید عزایش طولانی می‌شد. این خانواده، نسل در نسل شیر و دلیر پرورش یافتند؛ سلمان شهادت روح‌الله را به چشم دید و محمدعلی شهادت سلمان را، اما لحظه‌ای در دفاع از وطن و هم‌وطنانشان شک نکردند. طوری که محمدعلی می‌گوید: من برادر اول بودم ولی آخرشدم.

از پشت‌بامی در دل شب میان آتش و سنگ‌هایی که پرت می‌شد، تفنگ



■ نام شهید: سلمان امیر احمدی

■ تولد: سال ۱۳۶۶

■ شهادت: ۱۶ مهر ۱۴۰۱

■ محل تولد و شهادت: تهران

■ فیلم/ شهید مدافع امنیت سلمان امیراحمدی که بود؟ -

[مشرق نیوز \(https://B2n.ir/t46321\)](https://B2n.ir/t46321)

■ گفت‌وگو با مادر، همسر و برادر شهید سلمان امیراحمدی در

مستند «خط خون» - اخبار فرهنگ حماسه و مقاومت -

[اخبار فرهنگی تسنیم | \(https://B2n.ir/u94352\)](https://B2n.ir/u94352)

■ <https://B2n.ir/r39725>

■ <https://B2n.ir/n49235>



آب در کوزه و ماتشنه لبان

محمدحسین قدیری

دانش آموخته سطح ۳ حوزه علمیه و کارشناس ارشد روان‌شناسی

تو خونه موقع نهار گفتم: امروز بنده
خدایی تماس گرفت و باهام تلفنی
مشورت کرد. دل پُری داشت و حس
تنهایی شدیدی می‌کرد. خیلی دلم براش
سوخت. می‌گفت بابام همش سرش
توکار خودش. دائم دلش می‌خواد از
تجربش بگه. این قدر که علاقه به گفتن
داره به شنیدن نداره. هر موقع هم ما داریم
باهاش حرف می‌زنیم ذهنش درگیره. تو
چشم‌امون نگاه نمی‌کنه و تمرکز نداره.
حرفم که تموم شد. پسر قاشق پر از برنج
رو در دهانش گذاشت، سری تکان داد و
گفت عجب آدمایی پیدا می‌شن! بعد به
مادرش چشمکی زد و گفت: مامان بگم بابا
برای این مشکل چه راهکارهایی بهم داد؟
جا خوردم و با تعجب گفتم: عه عه تو بودی
زنگ زدی؟!!

آره باباجان گفتم حیف تو زندگی از
اطلاعاتتون استفاده نکنیم.
حق با فرزندم بود. یادش بخیر استاد
اخلاقمون می‌گفت: وقتی سنگی را وسط
برکه‌ای بی‌اندازیم موج‌ها همان نقطه شروع
و شعاعش بیشتر و بیشتر می‌شود.
روحانی‌ای موفق است که ابتدا علمش
در برکه قلب و ذهنش موج بی‌اندازد و
بعد روی فرزندان و همسر اثر بگذارد بعد
فامیل و همسایه و بعد مردم. این قدر
که غرق در این بودم که چه بگویم برای
دیگران، توجه نداشتم که آن‌ها را از خودم
شروع کنم و گرنه رایانه هم کلی اطلاعات
داخلش هست.

مُجَرِّد هَا بَخْوَانند!

محمد کهوند - کارشناس رسانه و فضای مجازی

از جمله آسیب‌های مهم اجتماعی در هر جامعه‌ای، بالا رفتن سن ازدواج افراد آن است. آمارها نشان می‌دهد که میانگین سن ازدواج در کل کشور، در سال ۱۳۹۸ش، در مردان ۲۹ سال و در زنان ۲۴ سال به ثبت رسیده و هرساله درصد آن نسبت به کل ازدواج‌ها، رو به افزایش است. تأخیر در سن ازدواج، نه تنها به دختر و پسر و نیز خانواده‌های آنان آسیب می‌رساند؛ بلکه تبعات اجتماعی فراوانی به همراه خواهد داشت. همچنین،



عدم مسئولیت‌پذیری و بی‌توجهی به آن در سایر زمینه‌های زندگی، گرایش به ارتباطات غیرمتمعارف دختر و پسر، هدر رفتن سنین جوانی و طراوت، بدخلقی در زندگی به دلیل عدم ارضای نیازهای فردی، نگرانی والدین از دیر ازدواج کردن فرزندان، افسردگی و اختلالات جنسی، پناه بردن به مواد مخدر و بسیاری از مسائل دیگر، از جمله آسیب‌ها و مضرات ازدواج دیرهنگام است. نکته مهم آن که به اذعان جامعه‌شناسان و روان‌شناسان، مجرد طولانی‌مدت، ریشه بسیاری از آسیب‌های فردی و اجتماعی است که در این جا به برخی از مهم‌ترین آن‌ها اشاره می‌شود:



۱. کاهش میل به ازدواج

آمارها نشان می‌دهند که از سال ۱۳۸۹ش به این سو، هر سال حدود شش درصد میزان ازدواج‌ها نسبت به سال قبل کاهش پیدا کرده و از ۸۹۰ هزار در سال ۸۹ به ۶۸۰ هزار در سال ۹۵ رسیده است. همچنین، آمار ازدواج در سال ۹۷ نسبت به سال ۹۶ حدود هشت درصد کم‌تر شده است.^۲

با افزایش سن، از یک سو آزادی عمل و استقلال جوان در خانه پدری زیاد شده و از سوی دیگر، چون مسئولیت قابل توجهی

فراهم کنند؛ اما دخترها به خاطر فراغت
بیش‌تر به تحصیل ادامه می‌دهند.
همین امر فاصله تحصیلاتی دختران و
پسران را بالا برده، باعث افزایش انتظارات
و طرز تلقی دختران می‌شود.



به همین جهت، پسرای که نتوانسته‌اند
به دانشگاه راه یابند و تحصیلات عالیه
کسب کنند، از نظر دخترها برای ازدواج
گزینه مناسبی نیستند. افزون بر این،
دختری که تحصیلات عالیه دارد و به
شاید شغل مناسبی دست یافته،
معمولاً با این تصور که خواستگاران
بیش‌تری نسبت به سایر دختران خواهد
داشت، از تأخیر ازدواج و اهمه‌ای ندارد و
با این تصور، بسیاری از خواستگاران را

هرچه دوران مجردی افزایش پیدا کند
و به‌نوعی زندگی مجردی به جوانان
مزه بدهد، دیگر حاضر به پذیرش
مسئولیت‌های زندگی مشترک نمی‌شوند
و تا زمانی که معنی واقعی نبود یک فرد
مکمل را در کنار خود درک نکنند، از ازدواج
دوری خواهند کرد.

۲. سخت شدن معیارهای انتخاب همسر

با افزایش سن جوانان، جنبه‌های
احساسی و عاطفی آنان کاهش یافته،
جنبه‌های عقلانی و محاسبه‌گرانه در
آنها تشدید می‌شود. در نتیجه، افراد
در گزینش همسر «مشکل‌پسند»
می‌شوند. به‌عنوان نمونه، در جامعه ما
به‌لحاظ سنت‌ها و فرهنگ‌های گوناگون،
پسرها مسئول تأمین مخارج زندگی
هستند. از این‌رو، بیش‌تر پسرها بعد از
تحصیلات متوسطه به دنبال کار می‌روند
تا بتوانند مقدمات زندگی آینده خود را

به امید فردی مناسب‌تر رد می‌کند و به ناگاه با افزایش بیش از حد سن و عدم خواستگار مواجه می‌شود.

۳. کاهش نرخ باروری

تأخیر در ازدواج، علاوه بر ناتوانی جسمی و موانعی که در فیزیک بدن به وجود می‌آید، موجب ناتوانی جنسی و بی‌حوصلگی زن و مرد برای بچه‌داری در سنین بالا می‌شود و به همین دلیل، خانواده‌های بدون فرزند یا تک‌فرزند، در کسانی که در سنین بالا ازدواج کرده‌اند، بیش‌تر است.



۴. افزایش فاصله سنی والدین و فرزندان

فاصله سنی والدین و فرزندان، تأثیر مستقیمی بر مسئله تربیت گذاشته،

خطر شکل‌گیری شکاف نسلی را بیش‌تر می‌کند. پدر و مادر با بالا رفتن سن، نیازها و دغدغه‌ها و نیز دل‌مشغولی‌های متفاوتی دارند و اختلاف سنی زیاد بین والدین و فرزندان سبب می‌شود بین نحوه تفکر و رفتار والدین و فرزندان آن‌ها اختلافات زیادی به وجود آید.



۵. افزایش آمار طلاق

براساس آمارهای سازمان ثبت احوال، افزایش سن ازدواج، از عوامل طلاق است و با زیاد شدن آمار طلاق رابطه‌ای مستقیم دارد؛ چراکه با افزایش سن، شخصیت فردی و اجتماعی، ارزش‌ها و ضد ارزش‌ها و نیز اولویت‌های فرد در دوران مجردی شکل می‌گیرد و سازگاری و انطباق در سنین بالا بعد از ازدواج

دشواری‌تر می‌شود و هنگام بروز چالش‌ها و تنش، زوجین گذشت کم‌تری از خود نشان می‌دهند و حتی گاهی حسرت دوران مجردی خود را می‌خورند.

۶. تجرد قطعی

متأسفانه بخش قابل توجهی از دختران و پسران، با بالا رفتن سن، به‌کلی از ازدواج منصرف شده و مسیر تجرد قطعی را در پیش می‌گیرند که فارغ‌آثار سوء روانی برای خود فرد، پیامدهای فرهنگی و اجتماعی هولناکی در انتظار آنان است که پرداختن به آن‌ها موضوع این نگاشته نیست.

آمارها گویای آن است که تعداد زنانی که از سن متعارف ازدواج عبور کرده و در آستانه سن تجرد قطعی^۳ قرار دارند، سه برابر مردان با این شرایط است. افزون بر آنچه بیان شد، گسترش بیماری‌های مقاربتی، افزایش بارداری‌های نامشروع و سقط جنین، بروز اختلالات روانی، از جمله افسردگی، وسواس و بیماری‌های مربوط به استرس، به‌ویژه در زنان، افزایش آسیب‌های اجتماعی، از جمله خودکشی، اعتیاد، سرقت و...^۴ می‌تواند از پیامدهای افزایش سن ازدواج به شمار آید.

پی‌نوشت

۱. میانگین سن ازدواج زنان و مردان در ایران؛ مشرق نیوز: <https://mashreghnews.ir>.
۲. میانگین سن ازدواج عروس و دامادهای ایرانی؛ اخبار رسانه‌ها تسنیم: <https://tasnimnews.com>.
۳. شاخص تجرد قطعی در دانش جمعیت‌شناسی، مبین احتمال عدم ازدواج افراد جامعه به دلیل عبور از سن مناسب برای این رویداد قلمداد می‌شود. جمعیت‌شناسان معتقدند آن دسته از افراد جامعه که وارد سن ۴۰ سالگی می‌شوند (یا ۴۵ یا ۵۰ سالگی که بستگی به خصوصیات جوامع دارد)، تمایل آنان به ازدواج به شدت کاهش می‌یابد. به حدی که ازدواج افراد از این سن به بعد نامحتمل است که معمولاً جنبه روانی دارد و به فرهنگ جامعه برمی‌گردد. (تجرد قطعی؛ تنهایی بی‌انتهای ایرنا: <https://irna.ir>)
۴. افزایش سن ازدواج دختران با نگاهی به علل و پیامدهای آن، خبرگزاری صداوسیما: <https://iribnews.ir>.

چی بخونیم؟

الهام آقا جانی - کارشناس علوم قرآن و حدیث

رسانه و مدرس و مربی در زمینه تربیت مربی سواد رسانه‌ای) در سال ۱۳۹۷ش تدوین و تألیف شده و توسط انتشارات «رواق اندیشه» به چاپ رسیده که در سال ۱۳۹۹ش برای بار سوم چاپ شده و در اختیار والدین، مربیان و دغدغه‌مندان این حوزه قرار گرفته است.

تنوع عصر دیجیتال و اثرات مستقیم و غیرمستقیمی که بر سبک زندگی و تربیتی کودکان و نوجوانان دارد، همواره مورد توجه و اهمیت اغلب خانواده‌ها و کارشناسان مسائل تربیتی و اجتماعی قرار داشته و دارد. سرعت عصر دیجیتال به نحوی بالاست که اثرات آن هم در کوتاه‌مدت و هم در بلندمدت مشهود و غیرقابل انکار است؛ به نحوی که منجر به پیاده‌سازی و ارائه حوزه‌هایی تحت عنوان یادگیری سواد



معرفی اجمالی کتاب و برگزیده‌ای از متن کتاب

«راهنمای فرزند پروری در عصر دیجیتال»

کتاب «راهنمای فرزند پروری در عصر دیجیتال» اثرات انواع و اقسام رسانه، نرم‌افزارهای ارتباطی، بازی‌های موبایلی و رایانه‌ای و... در کودکان و نوجوانان و راهکارهای ایمن‌سازی فرزندان در این حوزه‌های ارتباطی را بررسی کرده است. این کتاب توسط آقای علی محمد رجبی (از اعضای شبکهٔ مربیان مؤسسهٔ مسیر

به بیان تدابیر ایمنی و اثربخش عصر دیجیتال، حول محورهای تربیت فرزند (کودکان و نوجوانان) می‌پردازد و به‌مثابه یک دفترچه راهنمای جامع و کاربردی، به دغدغه‌های والدین در زمینه فضای مجازی و رسانه پاسخ می‌دهد.

مؤلف کتاب از مثال‌های متنوع و پیوست‌های چندرسانه‌ای برای انتقال بهتر مفاهیم استفاده کرده است تا ارائه مطالب، کارگاہی و کاربردی‌تر باشد. والدین و مربیان می‌توانند با اسکن کردن بارکدهای موجود در کتاب، ویدئوهای مشخص شده را جهت کسب اطلاعات بیش‌تر تماشا کنند. ارائه جمع‌بندی در انتهای اغلب فصل‌ها نیز از نکات مثبتی است که منجر به گرفتن یک نتیجه‌گیری کلی و مرور هر بحث خواهد شد.

در فصل اول تا چهارم کتاب، نویسنده محترم به سراغ نگرانی‌ها و آسیب‌های فضای مجازی برای کودکان و نوجوانان،

رسانه و فضای مجازی یا نوشتن کتاب‌ها و مقالات زیادی در این باره، به‌ویژه در دهه اخیر شده است.

اگر از فضای مجازی به‌درستی استفاده شود، فواید بی‌شماری خواهد داشت؛ اما اگر از نوآوری‌های این نعمت بزرگ ناآگاه باشیم یا از بعد روانشناسی و تربیتی به این فضا نگاه نکنیم، مسلماً مورد سوءاستفاده بسیاری از افراد یا صنایع که هدفی جز کسب منافع مادی یا به هم زدن بنیان خانواده‌ها ندارند، قرار خواهیم گرفت. با توجه به استقبال فرزندان خانواده‌ها از این عصر پیچیده دیجیتال، چگونه می‌توان از آسیب‌های جدی آن جلوگیری به عمل آورد؟ این مسئله مهمی است که باید پاسخی درخور برای آن یافت.

محتوای کتاب

کتاب «راهنمای فرزندپروری در عصر دیجیتال» در ۱۷۹ صفحه و ۱۸ فصل،

اهمیت سواد رسانه‌ای و رابطه آن با حفظ امنیت فردی و در نهایت مهارت‌های حفظ ایمنی و سلامت فرزندان در فضای مجازی رفته، هریک را به صورتی جداگانه تبیین نموده است.

در فصل پنجم و ششم، مباحث جزئی‌تر ارائه شده است؛ یعنی صرفاً به مباحث آسیب‌های بازی‌های آنلاین در کودک و نوجوان و فواید و مضرات بازی‌های رایانه‌ای، از جمله اثرات: اعتقادی، جسمی، رفتاری، رده‌بندی محتواهای نامناسب و... اشاره شده است. مؤلف در فصل هفتم کتاب، به طور ویژه به بازی‌های دخترانه نگاه کرده و پس از ذکر همگی نکات، در فصل بعدی کتاب به راهنمایی انتخاب بازی‌های رایانه‌ای برای فرزندان اهتمام ورزیده است. فصل نهم کتاب نیز به تبیین مسئله دوست‌یابی در فضای مجازی اختصاص یافته است.

چون یکی از دلایل گرایش نوجوانان به مواد مخدر از دل همین فضای مجازی برمی‌خیزد، نویسنده در فصل بعدی کتاب این نکته را از قلم نینداخته است. مبحث شایعه‌سازی نیز از سری مباحث مهم در فضای مجازی است که در فصل یازدهم به آن اشاره شده. موضوع اعتیاد به اینترنت در این کتاب، ابتدا با تعریف انواع اعتیاد شروع شده و سپس با تعریف اعتیاد مجازی و قید نمودن نشانه‌های این اعتیاد و ارائه راهکارهای خروج از آن ادامه یافته است.

در فصل ۱۳ و ۱۴ رفتارهای بیمارگونه و مجازی تبیین گشته و به توصیه‌های کاربردی در زمینه حفظ حریم خصوصی در فضای مجازی اشاره شده است. در این بخش می‌خوانیم: «از مهم‌ترین نشانه‌های اجتماعی، بروز ناهنجاری‌های رفتاری در شبکه‌های اجتماعی مجازی است؛ رفتارهایی که متأسفانه کم

فصل بعدی توصیه‌هایی درباره استفاده کودکان از تلفن همراه دارد. فصل آخر نیز به نحوی جمع‌بندی کلی مباحث است که به صورت پرسش و پاسخ ارائه شده.

سخن آخر

همان‌گونه که برای کسب مهارت‌های بسیاری در زمینه موسیقی، زبان خارجه، ورزشی و... کودک و نوجوان خود تلاش می‌کنیم، باید به آموزش سواد رسانه‌ای آن‌ها نیز اهمیت ویژه‌ای بدهیم. کتاب «راهنمای فرزندپروری در عصر دیجیتال» کمک می‌کند که اولاً خودمان به عنوان یک والد یا مربی در زمینه تشخیص اخبار غلط از صحیح توانمند شویم و مهارت‌های کافی را به دست آوریم و ثانیاً فرزندان و متریبان خویش را در این زمینه آگاه و توانمند سازیم تا بتوانند خود را از هر آسیبی حفظ نمایند و خدمات امن این فضا را از غیرامن آن تشخیص دهند.

نیستند...؛ بزرگ‌ترین آسیبی که سوغات رسانه و فضای مجازی به حساب می‌آید، سطحی شدن آدم‌هاست. فضای مجازی کم‌کم از ما نسلی می‌سازد که حوصله ندارد کتاب به دست بگیرد و ساعت‌ها محو صفحات کاغذی آن بشود یا این‌که ساعت‌ها درباره موضوعی علمی حرف بزند، بخواند و آن را دنبال کند و برای همین روزبه‌روز شمار کتاب‌ها پایین می‌آید؛ افراد کم‌تر حوصله مطالعه عمیق دارند و ترجیح می‌دهند ساعت‌ها وقت خود را بین صفحات مختلف شبکه‌های مجازی سپری کنند تا این‌که نصف همان زمان را به کتاب خواندن یا حتی شنیدن یک اجلاس علمی بگذرانند. فضای مجازی به تدریج مطالعه عمیق را از بین می‌برد و در عوض، مطالعه سطحی انبوه را جایگزین می‌کند.»

فصل ۱۵ و ۱۶ به کلاه‌برداری از بازی‌های آنلاین و انواع روش‌های کنترل دسترسی کودکان به اینترنت اشاره شده است. در



قصه‌های من و مادر بزرگ ۴

رها سلمانیان

- یه روزایی تو زندگی آدم هست که نه تکرار می‌شن، نه می‌شه شبیهش رو پیدا کرد. مثل روزایی که داری از نوجوونی در میای و با تغییر، دست و پنجه نرم می‌کنی و نم‌نم باید تصمیم‌های بزرگ بگیری برای خودت و زندگی‌ت.
- توی این روزها، نشستن پای حرفای کسی که خیلی دلت می‌خواد شبیهش باشی، بسیار تأثیرگذاره، حتی اگه اون موقع متوجهش نباشی. خودم سن و سالی نداشتم، کسی هم چیزی نمی‌گفت؛ ولی بازار رفت و آمد خواستگارها داغ بود. تصورم از زندگی مشترک هنوز کمی ساده‌تر از اون بود که هست؛ ولی انگار کم‌کم باید جدی‌تر به قضیه فکر می‌کردم.
- کم‌پیش می‌اومد تنها باشم باهاش؛ ولی از بچگی وقتی تنها می‌شدیم، عشقم بود بشینم نزدیکش، با چروک‌های دستش بازی کنم و از خاطرات عجیب و غریب و تکراری زندگی‌اش برام بگه و من فقط با



• یه جویری از خوبی‌های آقا چون خدایا بامر
 می‌گفت که آدم حسودیش می‌شد.
 • می‌گفت: مرد زندگی بود، زحمت می‌کشید،
 حلال و حروم سرش می‌شد، بچه‌هاش
 رو خیلی دوست داشت. سال‌ها با
 نداری زندگی کردیم؛ ولی هیچ وقت بهش
 اعتراض نکردم. اون سال‌ها فقط یه چادر
 داشتم که وقتی می‌شستم، باید صبر
 می‌کردم خشک بشه تا بتونم برم بیرون.
 • یه روز اومد خونه، دید چادرش بکشیدم
 سرم، دارم کهنه بچه‌ها رو توی حیاط
 می‌شورم. گفت: چادرت کو زهرا؟ گفتم:
 خیسسه، رو بنده. هیچی نگفت و رفت.
 چند روز بعد دیدم در می‌زنند. ترسیدم!
 من کسی رو نداشتم بیاد خونمون.

لبخند نگاهش کنم؛ مادر بزرگم رو می‌گم!
 • اون روزا هنوز اسیر تخت نبود. یه روز
 که مامان اینا برای عیادت یکی از اقوام
 رفته بودن بیمارستان، ما رو گذاشتن
 خونه‌اش. داشت ته‌چین درست می‌کرد.
 زل زده بودم، تماشاش می‌کردم و آشپزی
 یاد می‌گرفتم. دم‌کنی رو که گذاشت،
 برایش یه استکان کوچیک چای ریختم
 که بیاد بشینه پیشم. انگار فهمیده بود
 چقدر تشنه شنیدن حرفاشم.
 • هنوز قندش رو تو چاییش نزنده بود که
 شروع کرد: هم سن و سال تو که بودم،
 یه بچه داشتم، دومی رو هم حامله بودم.
 • گوشام تیز شد. انگار این بار می‌خواست
 حرفای تازه بزنه.
 • من و شوهرم هر دو بچه یتیم بودیم،
 چیز زیادی نداشتیم. از همون اول
 عروسی اومده بودیم غربت، تهران زندگی
 می‌کردیم و کمک همدیگه بودیم تا خرج
 زندگیمون دربیاد.

با احتیاط در رو باز کردم. فاطمه خانم بود؛
خیاط محله. فهمیدم حاجی برام پارچه
خریده، داده به خیاط محله تا بیاد خونه،
اندازم رو بگیره، برام چادر بدوزه.



• چیزی نداشتیم؛ ولی بامحبت جواب
صبرم رو می داد. تو یه اتاق زندگی
می کردیم. اون روزا مُد نبود هرروز به
هرروز بری آرایشگاه و بازار و... ولی خیلی
خوش ذوق بود. یه بار پول داده بود به
یکی از مشتری های مغازه که همسرش
آرایشگر بود، گفته بود همسرش بیاد
خونه، موهام رو کوتاه کنه.

• برق چشمات دیدنی بود. هنوز بعد این
همه سال، وقتی این دلبری های آقا جون
رو برام مرور می کرد، قند تو دلش آب

می شد. مادر بزرگ خیلی آدم قدرشناسی
بود. پریدم وسط حرفاش و یه سؤال
سخت پرسیدم که با مکث جوابمو داد.
بهش گفتم: همیشه یه جوری از آقا جون
تعریف می کنی، انگار هیچ وقت بد اخلاقی
نمی کرده و هیچ وقت دعواتون نمی شده؛
یعنی واقعاً با این همه مشکلات،
هیچ وقت بگومگونداشتید؟



• نگاهش رو دزدید که طفره بره از جواب؛
ولی انگار حس کرد به سنی رسیدم که
یه کم بیش تر برام بگه. صدایش رو آورد
پایین، یه جوری که انگار داره از یه راز
حرف می زنه:

🗨️ مادر جون! زندگی خیلی بالا و پایین
داره، سختی داره، سرد و گرم داره. زن باید
هنر داشته باشه شوهرش رو بشناسه،



محبت‌ها و خوبی‌هاش رو ببینه، قدر زندگی‌ش رو بدونه. وقت سختی صبور باشه، وگرنه سنگ رو سنگ زندگی بند نمی‌شه! اگه یکی اون بگه، یکی تو بگی، یکی اون بشکنه، یکی تو بشکنی، این‌که نمی‌شه زندگی! این روزا هرکی رو می‌بینی،

دعواشون رو می‌برن بیرون خونه و تندی می‌خوان از هم جدا بشن! نه به خودشون رحم می‌کنن، نه به بچه‌هاشون. به وقتایی زندگی تلخ می‌شه؛ ولی باید بدونی خدا داره نگات می‌کنه و حواسش بهت هست. صبر تلخه؛ ولی میوه شیرینی داره.

• اینو گفت و پاشد تا برای نماز وضو بگیره. انگاریه چیزایی بود که نمی‌خواست بگه. اون شب گذشت. فردا دم سحر که راه افتادیم سمت قم، تو ماشین داشتیم به حرفاش فکر می‌کردم. از تو آینه ماشین دیدم چشمای بابا خوابالو شده. ترجیح دادم باهاش حرف بزنم تا خواب از سرش بپره. بی مقدمه پرسیدم:

بابا! آقا چون اخلاقش چطوری بود؟

چی شد یهو یاد آقا چون افتادی؟

آخه دیشب مادر بزرگ برام از شیرینی‌های زندگی‌شون می‌گفت؛ ولی وقتی از تلخی‌هاش پرسیدم، طفره رفت و چیز زیادی نگفت.

• تو آینه نگام کردم و حس کردم داره تو دلش

می‌گه: تو کی این قدر بزرگ شدی بابا؟

راستشو بخوای، آقا چون تند و

عصبانی مزاج بود. زود از کوره درمی‌رفت و

خیلی جذبه داشت. ما خیلی ازش حساب

می‌بردیم. من که ته‌تغاری بودم، هیچ وقت

کتک نخوردم؛ اما خدا پیامرز گاهی دست

بزن هم داشت. البته اون روزا اینا اصلاً

چیز عجیبی نبود؛ همه می‌زدند، می‌گفتند:

مردی که نزنه، مرد نیست. چیزی که عجیب بود، صبر فوق العاده مادرم بود، در برابرش. روزای آخر عمر آقا جون، یه شب باهاش تنها شدم. کلی پیشم گریه کرد و درد دل! گفت: قدر مادرتون رو بدونید. من جوونیا م خیلی اذیتش کردم؛ ولی وقتی خیلی عصبانی می شدم، دستم رو می گرفت و می گفت: بیا بریم زیر زمین، هر چقدر خواستی بزن؛ ولی جلوی بچه ها نزن! دلم نمی خواد از چشمشون بیفتی. بابا همچنان داشت از حرفای اون شب آقا جون می گفت؛ ولی من داشتم سعی می کردم اعتراف سنگین آقا جون رو هضم کنم. این همه صبر! داشتم سعی می کردم یه تیکه گم شده پازل زندگی مادر بزرگ رو جا بدم تو دل تصویری که ازش داشتم.

خیلی دلم می خواست شبیهش زندگی کنم و برای این کار یه تصویر کامل لازم داشتم. حالا انگار داشت سخت می شد مثل اون بودن. یاد جمله آخرش افتادم که گفت: صبر تلخه؛ ولی میوه شیرین داره. تو یه نگاه کلی به زندگیش، خیلی راحت می شد اینو فهمید. مادر بزرگ عزت و سربلندی این روزاش رو مدیون اون صبر و سکوت بود. تربیت بچه هایی که لایق شهادت بودن و سربازی امام عصر عجل الله تعالی فرجه و نصره قطعاً کار مادری صبوره که به وقتش در برابر ناملایمات زندگیش، صحنه رو خالی نکرد، سینه سپر کرد و محکم پای بچه هاش ایستاد و حالا عزتش مثال زدنیه و افتخاراتش باور نکردنی... یادش گرمی!

ادامه دارد...



محمد هادی نگاهی اعتراض آمیز به پدر کرد و گفت: بابا! نمی شه که؛ چرا فقط داداش می تونه تو مسجد تکبیر بگه؟! منم می خوام بگم. من فقط پنج سال از داداش کوچک ترم.

پدر با گوشه چشم نگاهی به همسرش کرد و گفت: می بینی خانم؟! آقا محمد هادی هم بزرگ شده. مادر نگاهش را از شکوفه های صورتی چادرش گرفت و بله کشیده ای گفت و ادامه داد: پسرم آقا شده. اگه می شه، اجازه بگیرد که محمد هادی هم بعد از نماز، دعای سلامتی آقا امام زمان علیه السلام رو بخونه.



محمد هادی از روی زانوی پدر بلند شد و سمت مادر چرخید و پرسید: مامان! منظورت دعای فرجه؟ اون دعا رو بلدم.

پدر دستی به محاسن سیاهش کشید و گفت: بخون ببینم کدوم دعا رو می گی؟! محمد هادی با اشتیاق شروع به خواندن کرد: «اللهم کن لولیتک الحجة بن الحسن...» درسته بابا؟

آقا مصطفی بلند شد و سمت مبل کنار تلویزیون رفت، بعد با دست به کنار خود اشاره کرد که: بیا اینجا بشین پسرم، تا با هم گپ بزنینم. محمد هادی کنار پدر نشست و چشمان منتظرش را به صورت پدر دوخت. آقا مصطفی دستی به سر محمد هادی کشید و گفت: پسر گلم! این دعایی که شما خوندی، دعای سلامتی آقا امام زمان علیه السلام هست. اگه خوب بلد نیستی، چند باری تمرین کن تا از حاج آقای مسجد اجازه بگیرم، بعد از نماز بخونیش. محمد هادی با تعجب پرسید: دعای سلامتی؟ مگه امام زمان علیه السلام زنده است که ما برای سلامتی اش دعا کنیم؟ پدر لبخندی زد و گفت: بله پسر گلم! وقتی

خوابیده بود، گفت: فقط این جلسه پرسش و پاسختون رو آروم برگزار کنید که ریحانه تازه خوابش برده.

پدر چشمی گفت و شروع به حرف زدن کرد: می‌دونید بچه‌ها! این که انسانی عمر خیلی طولانی داشته باشه، یه اتفاق جدید نیست و قبلاً هم اتفاق افتاده. مثلاً حضرت آدم و حوا علیهم‌السلام از کسانی بودن که بیش‌تر از هزار سال عمر کردن. یا حضرت نوح علیه‌السلام که ماجرای زندگی ایشون در قرآن هم اومده، فقط ۹۵۰ سال پیامبری کرده و مردم رو به خداپرستی دعوت می‌کرد. یا لقمان حکیم که یکی از سوره‌های قرآن به نام ایشونه، نزدیک سه هزار و پانصد سال عمر کرده.

محمدهادی انگشتانش را باز کرد و با تعجب مشغول حساب و کتاب شد که پدر ادامه داد: تازه یه دلیل دیگه برا عمر طولانی امام زمان علیه‌السلام اینه که ایشون از همه عواملی که به سلامتی انسان ضرر

می‌گیم امام زمان علیه‌السلام؛ یعنی ایشون در این زمان و این لحظه زنده هستند. اصلاً یکی از دلایلی که ما برای سلامتی امام زمان علیه‌السلام دعا می‌کنیم، همینه که ایشون زنده هستند.

محمدرضا که بعد از نمازجماعت چهارنفره‌شان به اتاقش رفته بود، خودش را کنار محمدهادی و آقامصطفی رساند و گفت: بابا! چطور می‌شه یه انسان این قدر عمر طولانی داشته باشه؟! تو مدرسه گفتن که سن امام زمان علیه‌السلام بیش‌تر از هزارساله... مگه ممکنه؟

پدر گلوبی صاف کرد و گفت: آفرین! سؤال خوب، جواب خوب می‌خواد. حالا خوب گوش کن تا برات بگم.

محمدرضا دستش را زیر چانه گذاشت و به پدر چشم دوخت. مادر که ریحانه، دختر کوچکش را بغل کرده بود، روبه‌روی آقامصطفی و پسرها روی مبل نشست و با اشاره به ریحانه که در آغوشش آرام

می‌رسونه، دوری می‌کنند و همین باعث می‌شه سلامت باشند.

محمدرضا سرش را بالا و پایین کرد و با نگاهی خیره پرسید: بابا! حالا که شما می‌گید امام زمان علیه السلام زنده هستند، پس چطور کسی تا حالا ایشان رو ندیده؟ پدر نگاهی به ریحانه کرد و باتن صدای پایین‌تر گفت: کی گفته کسی ایشان رو ندیده؟

خیلی از افراد در شرایط مختلفی ایشان رو زیارت کردند... پدر برای چند ثانیه ساکت شد و ادامه داد: ببینم! شما سرود «سلام فرمانده» رو بلدید؟ بچه‌ها هر دو سرشان را به علامت تأیید و جواب مثبت بالا و پایین کردند. پدر ادامه داد: اون جا خوندید دیگه!

می‌گه «علی بن مهزیارت می‌شم»، علی بن مهزیار یکی از اون آدماییه که اسمش تو تاریخ اومده و به دیدار امام زمان علیه السلام توفیق یافته.^۳

محمدهادی آهی کشید و زیر لب گفت: خوش به حالش. راستی بابا! مگه

نمی‌گید امام زمان علیه السلام خودشون مواظب سلامتی‌شون هستن و به خواست خدا زنده موندن؟! پدر با مهربانی نگاهی به صورت محمدهادی کرد و گفت: درسته پسر، چطور؟ محمدهادی دوباره پرسید: پس دیگه چرا ما برای ایشان دعای سلامتی می‌خونیم؟

آقا مصطفی دست‌روی موهای خرمایی‌رنگ محمدهادی کشید و گفت: پسر! تا حالا شده وقتی می‌خوای بری خونه مادر بزرگ، برایش یه هدیه ببری؟ محمدرضا زودتر از محمدهادی جواب داد: بله، مثلاً من اون هفته یه شونه برا مادرجون خریدم تا موهاش از کنار روسری نزنه بیرون.

پدر خنده‌ای کرد و به محمدرضا گفت: آفرین به تو پسر با غیرتم! حالا بگو ببینم: مادرجون نیاز داره که ما برایش چیزی بخریم؟ محمدهادی با عجله گفت: نه بابا، تازه خود مادرجون به من همیشه پولم می‌ده. پدر پرسید: پس چرا برایش

هدیه می‌خریم؟ محمدهادی فکری کرد
 و با نگاهی از مادر کمک خواست. مادر
 با لبخندی نمکین گفت: معلومه دیگه
 آقامصطفی! چون مادرجون رو دوست
 داریم و می‌خوایم با هدیه دادن، محبتمون
 رو به ایشون نشون بدیم.

پدر با دو انگشت دستی زد و با خنده
 گفت: آفرین به ساره خانوم، مادر باهوش
 بچه‌ها! بله، درسته. ما هم با خوندن دعا،
 می‌خوایم محبتمون رو به امام زمان علیه السلام
 نشون بدیم و بگیریم که ما همیشه به یاد
 شما هستیم.

چشمان عسلی محمدهادی به گل‌های
 سرخ فرش دوخته شد و زیر لب گفت:
 کاش می‌شد منم برا خوشحالی امام

زمان علیه السلام کاری انجام بدم! پدر گفت: پسرم!
 تو می‌تونی با انجام دادن خیلی از کارها،
 به امام زمان علیه السلام نشون بدی که به یاد
 ایشون هستی و دلت برای ظهورشون
 می‌تپه. محمدهادی گفت: مثلاً چه کاری؟
 پدر جواب داد: مثلاً همین خوندن دعای
 سلامتی امام زمان علیه السلام.

برگشت و گفت: آخ جون! پس از فردا
 تمرین می‌کنم تا پیام تو مسجد این دعا رو
 بخونم که همه بشنون.



ادامه دارد...

پی‌نوشت

۱. النور المبين في قصص الأنبياء و المرسلين عليهم السلام، محدث جزائري، انتشارات كتابخانه آيت الله مرعشي عليه السلام، قم، چاپ اول، ۱۴۰۴ق، ص ۵۹.
۲. عنكبوت/ ۱۴.
۳. داستان تشرف او را شيخ طوسی عليه السلام در كتاب «الغيبه» و شيخ صدوق در كتاب «كمال الدين و تمام النعمة» باب ۴۳ و محدث كبير، علامه سيد هاشم بحراني در كتاب «تبصرة الولي في من رأى القائم المهدي عليه السلام» در سه موضع از كتاب (ديدار ۳۵ و ۳۸ و ۴۶) و نیز طبري در كتاب «دلائل الامامة» ص ۲۹۸، با اسناد مختلف ذكر کرده‌اند. جهت مطالعه مراجعه كنيد به: <https://hawzah.net/fa/Magazine/View/4227/633770493>.

بازی - گوشه ۴

مؤسسه تربیتی رسانه ای مآذنه
سید محمد حسن مدرس مصلی
دانش پژوه سطح ۳ حوزه علمیه
کارشناس بازی های ویدئویی



سفر عشق

بازی کامپیوتر (PC)

سن مناسب: بالای ۱۵ سال

داستان بازی سفر عشق در زمان حضور جناب مسلم در کوفه و از زبان سرداری ایرانی به نام "مهران" روایت می شود. روند داستانی بازی با کشتن سربازان دشمن پیش می رود. در طی

انجام این بازی، بخشی از وقایع مربوط به امام حسین علیه السلام برای بازیکن آشکار می شود. نقشه بازی نسبتاً باز است و آیتم های مخفی وجود دارد که بازیکن با پیدا کردن آن ها قدرتمندتر می شود. همچنین آموزشی مختصر در مورد نحوه مبارزه و مخفی کاری به بازیکن ارائه می شود. بازی فرصت مناسبی برای صحبت با فرزند در مورد تولیدات داخلی، اطلاعات تاریخی، شخصیت ها و داستان بازی است. البته نباید با بازی های خارجی مقایسه شود؛ اما با وجود برخی ایرادات فنی، بدانید شما و فرزندتان با انجام این بازی کمک شایانی به این صنعت داخلی خواهید کرد.

Cut the rope 2

بازی موبایل (Android, ios)

سن مناسب: بالای ۴ سال

بازی "طناب را بتر" با گرافیک شاد و جذاب و گیم پلی ساده و روان برای کودکان مناسب است. این بازی متمرکز بر گرانش زمین است که باید با بریدن طناب، آب نبات را به شخصیت بازی برسانید. معماهای بازی با افزودن عناصری مانند بادکنک و دیگر اشیاء پیچیده‌تر می‌شوند. از این طریق فرزند شما می‌تواند درک بهتری از نیروی‌های حرکتی و جاذبه کسب کند. البته ممکن است کودک در پیشبرد برخی مراحل چالشی، دچار شکست‌های متعدد شود که نیاز به همراهی والدین و توصیه به عدم استفاده از پرداخت درون برنامه‌ای دارد. ضمناً برای دوری از تبلیغات، پیشنهاد می‌شود به صورت آفلاین بازی را اجرا کنید.





رضیه جبرئیل زاده
کارشناس ارشد مشاوره خانواده

نوع نگاه به کمک گرفتن از دیگران

یکی از اموری که موجب می شود زوجین بتوانند با یکدیگر ارتباط خوبی داشته باشند و از زندگی لذت ببرند، شناخت آنان از یکدیگر و آگاهی از رفتار درست و متفاوت از جنس همسر است. این امر می تواند در شیرین تر شدن زندگی زناشویی و آرامش خانواده کمک کننده باشد.

نوع نگاه به کمک گرفتن از دیگران، در زن و مرد متفاوت است و اگر هریک از زوجین از این نوع نگاه و دیدگاه اطلاع کافی نداشته باشند، مشکلات و در نهایت اختلافات زیادی را با یکدیگر خواهند داشت.

مثلاً فرض کنید شما به عنوان یک خانم، چند روزی است یخچال خانه شما خراب شده و نگران این هستید که مواد غذایی داخل یخچال فاسد شوند. پس از این که اغلب انسان ها کمک گرفتن از دیگران را دوست دارند و به آن ها احساس خوبی دست می دهد؛ اما در زندگی زناشویی،

تا برای تعمیر یخچال بیاید؟ همسر شما عصبانی و ناراحت می‌شود و به شما می‌گوید که نیازی به این کار نیست! شما تعجب می‌کنید از این‌که مگر حرف بدی زده‌اید که همسرتان چنین برخوردی را از خودش نشان داد؟! در حالی که فقط خواستید به او راه‌حل بدهید و در چنین شرایطی با او همراهی کنید و انتظار این همه عصبانیت و ناراحتی را از همسرتان نداشتید. اما اشکال کار اینجاست که باید بگوییم: شما دقیقاً رفتاری متناقض با جنس همسرتان نشان داده‌اید؛ همسر شما یک مرد است و کمک گرفتن از دیگران را برای خود ضعف می‌داند. این‌که



شرایط را برای همسرتان شرح دادید، او دست‌به‌کار می‌شود و با جعبه‌ابزار و لوازم مربوطه به این کار اقدام می‌کند. شما مطمئن هستید که همسرتان سررشته‌ای در تعمیر یخچال ندارد؛ اما از اعتماد به نفس بالای او تعجب می‌کنید که با اطمینان به شما می‌گوید: من آن را تعمیر می‌کنم! ممکن است در این شرایط به دو شکل عمل کنید:

اول این‌که به همسرتان بگویید: تو که تجربه یا تخصصی در مورد تعمیر یخچال نداری! اگر این کار را انجام دهی، یخچال خراب‌تر شده، هزینه‌های بیش‌تری را باید متحمل شویم! بهتر است از یک تعمیرکار متخصص کمک بگیریم.

در اینجا همسر شما مشغول باز کردن دل و روده یخچال است و به صحبت‌های شما توجهی نمی‌کند!

دوم، با حالت خیرخواهانه‌ای به همسرتان می‌گویید: می‌خواهی با برادرم تماس بگیرم

می‌گویید از یک متخصص کمک بگیرید و تو تخصص لازم را نداری؛ یعنی احساس قدرت و تکیه‌گاه بودن او را زیر سؤال برده‌اید. وقتی به او می‌گویید: می‌خواهی با برادرم تماس بگیرم تا برای تعمیر یخچال بیاید، این حس را به او داده‌اید که برادر من از تو قدرتمندتر است.

پس نگاه مرده‌ها به کمک گرفتن از دیگران، با خانم‌ها متفاوت است. مردان کمک گرفتن را به معنای احساس ضعف و خدشه‌دار شدن قدرت خود می‌دانند. مثلاً

در مورد آدرس پرسیدن نیز گاهی چنین تصویری دارند که با این کار ممکن است ناتوانی خود را در پیدا کردن مسیر نشان دهند. حتی اگر برای اولین بار وارد یک شهر یا جاده‌ای شده‌اند؛ اما نگاه یک خانم به کمک گرفتن بسیار متفاوت است.

یک روز سخت کاری را در نظر بگیرید! از صبح که از خواب بیدار شده‌اید، مشغول شستن لباس‌ها، حمام فرزندان، درست کردن غذا و کارهای متفرقه خانه شده‌اید. زمانی که می‌خواهید میز آشپزخانه را جابه‌جا کنید، احساس می‌کنید این کار برای شما سنگین است. از همسرتان انتظار دارید به شما کمک کند؛ اما همسر شما در چنین موقعیتی می‌تواند دو کار را انجام دهد:

اول، متناسب با شخصیت و جنسیت خودش با شما عمل کند و اجازه دهد میز را خودتان جابه‌جا کنید و برای کمک به شما اقدام نکند؛

دوم، براساس جنسیت شما که یک خانم هستید، با شما رفتار کند و برای کمک به سمت شما بیاید و بگوید: اجازه بده تا خودم میز را جابه‌جا کنم یا اجازه بده در جابه‌جایی میز به تو کمک کنم. در نتیجه چون رفتاری متناسب با شخصیت و جنسیت شما انجام داده است، شما را خوشحال و راضی گرداند. اگر هر کدام از زوجین بخواهند رفتارهایی

نادیده گرفته شود، حتی در کوچک‌ترین اتفاقات زندگی نیز تأثیر گذاشته، موجب دلخوری‌ها و فاصله زوجین از یکدیگر خواهد شد.



برای مطالعه بیشتر تر:

تفاوت‌های جنسیتی را جدی بگیریم، استون‌ای رودز، ترجمه: معصومه محمدی، انتشارات پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، قم، ۱۳۹۸.

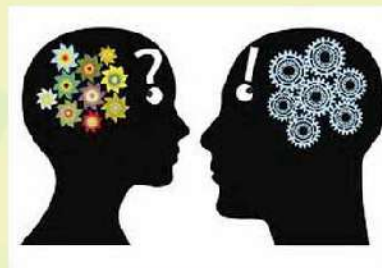
شناخت تفاوت‌های زن و مرد در جهت بهبود زندگی مشترک، منصور رحمان‌دوست، انتشارات نیستان، ۱۳۹۷.



پی‌نوشت

۱. ر.ک: تفاوت‌هایی که مردان و زنان دارند، جان‌گری، ترجمه: علی‌رضا همتی، انتشارات قلم همت، ۱۳۹۰ش.

را انجام دهند که متناسب با جنس مرد یا زن بودن خودشان باشد، قطعاً در زندگی زناشویی دچار مشکل خواهند شد و عدم شناخت نسبت به رفتارهای موردپسند یکدیگر، موجب چالش‌های عمیقی در زندگی زناشویی و خانواده می‌شود. شناخت هرکدام از زوجین از این ویژگی‌های جنسیتی و نوع خلقت خداوند، اولین شرط رسیدن به آرامش در زندگی زناشویی می‌شود و عدم شناخت هرکدام موجب می‌گردد در همان زمینه دچار مشکل شویم.



نوع نگاه یک زن با نوع نگاه یک مرد به کمک گرفتن، بسیار متفاوت است و اگر این تفاوت در نگاه در رابطه زوجین



عقيل مصطفوی- دانش آموز ختۀ سطح ۳ حوزۀ علمیه؛ مشاور خانوادہ

برچسب‌های تلخ!

متأسفانه برخی والدین به خاطر عدم آگاهی، فرزندان خود را با توهین و تحقیر بزرگ می‌کنند. استفاده کردن از کلماتی مانند: بی‌عرضه، تنبل، شلخته، دست‌وپا چلفتی، خنگ، بی‌شعور، بی‌مسئولیت، تو هیچی نمی‌شی، به جز خرابکاری کار دیگری بلد نیستی و بکن‌نکن‌ها، برو نروها، بخور نخورها و بشین نشین‌ها؛ در حقیقت امنیت روانی و آرامش را از کودک می‌گیرند و به‌جای آن استرس و اضطراب را به او هدیه می‌دهند. بسیاری از همین والدین و بزرگ‌سالان، وقتی خاطرات گذشته خود را تعریف می‌کنند، فشارهای روحی و روانی زیادی را از دوران کودکی‌شان به یاد می‌آورند؛ از اضطراب امتحانات و نمره گرفته

سیلی خوردن را دارد! یعنی همان نواحی از مغز را فعال کرد که سیلی خوردن از کسی آن ناحیه را فعال می‌کند و همان حال و احوالی را بالا می‌آورد که یک سیلی سنگین به گوش شخص زده باشند!



اما تفاوت این نوع سیلی خوردن روانی با سیلی خوردن واقعی در این است که معنای احساس توهین و برچسب منفی در حافظه بلندمدت افراد ثبت می‌شود.^۳ به همین خاطر، درد سیلی خوردن چند ساعت است؛ ولی درد توهین و برچسب منفی تا مدت‌ها با

تا نارضایتی پدر و مادر، خطا کردن و احساس گناه حاصل از آن که مهم‌ترین آسیب تخریبی‌اش، حس خودکم‌بینی، حقارت و در یک کلام سقوط عزت نفس و اعتماد به نفس در زندگی است.

اما چرا شنیدن توهین، تحقیر و برچسب منفی برای آدم‌ها دردناک و عذاب‌آور است؟! برای رسیدن به جواب این سؤال، یک تیم تحقیق، پژوهش جالب و خلاقانه‌ای انجام داده است.^۱ روش کارشان این‌طور بوده که از برخی افراد خواستند در موقعیت‌های مختلف، تعدادی متن را درباره افراد دیگر که یا حالت تعریفی داشت، مثلاً اکبر خیلی بچه گلی است! یا توهین‌آمیز و حکم برچسب‌زنی، مثلاً اکبر بچه تنبلی است! را بخوانند. در همان زمان، از مغز آن‌کسانی که به آن‌ها توهین شده، تصویربرداری مغزی کردند. خروجی کار نشان می‌داد که توهین، تحقیر و برچسب منفی برای مغز، حکم

فرد باقی می ماند! امیرالمؤمنین علیه السلام می فرماید: «إِعَادَةُ التَّقْرِيعِ أَشَدُّ مِنْ مَضَضِ الصَّرْبِ!» تکرار سرزنش کردن از درد کتک زدن سخت تر است.»

دکتر «مارین استرویکسم»^۵ در تبیین چرایی فعال شدن نواحی درد و عذاب آور بودن این ماجرا می گوید: از آن جایی که آدمها موجودات اجتماعی بوده و بقا و رشدشان وابسته به روابط بین فردی است، توهین و لقب زشت، شأن و اعتبار فرد را زیر سؤال می برد و برای مغز حکم به خطر افتادن بقا را دارد!



از این رو در روایات می خوانیم: «لَا تُكْمِرَنَّ الْعِتَابَ فَإِنَّهُ يُورِثُ الصَّغِيئَةَ وَيَدْعُو إِلَى الْبَغْضَاءِ»^۶

زیاد سرزنش مکن؛ زیرا این کار کینه به بار می آورد و به دشمنی و نفرت می کشاند». ساده اش این است که با هر توهین و سرزنشی، به صورت مخاطب سیلی می زنیم و این سیلی به نسبتی که فرد به ما نزدیک تر باشد، دردناک تر است. این جاست که اگر به دنبال نابود کردن عزت نفس و شخصیت فرزندان هستیم، کافی است به او توهین کنیم! بی شک نابودی عزت نفس و شخصیت یک انسان، نقطه آغازی برای افتادن او در چرخه بزهکاری و هنجارشکنی در جامعه خواهد بود. چه بسیار افراد بزهکار و خلافکاری که وقتی پای حرف شان می نشینیم، ردپایی را از تحقیر و توهین در دوران کودکی و نوجوانی در آنان می توانیم حس کنیم.

البته تأیید، تعریف و استفاده از القاب زیبا و جذاب می تواند همان نواحی مغزی را در بلندمدت فعال نگهدارد؛ ولی توصیه

- ما برای کنترل رفتار فرزندان این نیست که به جای توهین و تحقیر بخواهیم صرفاً از تأیید و تشویق استفاده کنیم؛ چراکه تأمین افراطی در این زمینه، کودک را به سمت شکل دادن من خودشیفته پیش می‌برد.
- اما راهکار چیست و برای کنترل رفتار فرزندان چه باید کرد؟
- اگر ملامت و سرزنش (نه به معنای مخرب آن که جنبه تحقیر و توهین دارد؛ بلکه به معنای انتقاد که جنبه تربیتی و آگاهی‌بخشی دارد) در جای خود و به‌هنگام استفاده شود، یکی از روش‌های مؤثر است و از آن می‌توان به‌عنوان یک روش درست تربیتی نام برد.
- امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرمایند: «**قَدْ يَنْجَعُ الْمَلَامُ**؛ گاهی سرزنش کارگر و سودمند می‌شود.» مثال‌های زیر روش انتقاد درست و غلط بین مادر و فرزند را بهتر نشان می‌دهند:
- الف) انتقاد غلط:** نسرين! امروز چت شده؟ مثل آدم رفتار کن!
- ب) انتقاد صحيح:** نسرين! امروز رفتار خوبی نداری، خیلی سروصدا می‌کنی. همان‌طور که مشخص است، در انتقاد غلط، مادر نسرين شخصیت او را مورد خطاب قرار داد و به او گفت که مثل آدم رفتار کند؛ اما در انتقاد صحيح، رفتار نسرين و این‌که خیلی سروصدا می‌کند را مورد انتقاد قرار داد.
- الف) انتقاد غلط:** سينا! تو درس خون نمی‌شی!
- ب) انتقاد صحيح:** سينا جان! در درس ریاضی باید بیشتر تلاش کنی! نمره‌ت اصلاً خوب نیست.
- الف) انتقاد غلط:** اتاقت شده عین طویله. آخه چقدر نامرتبی؟!
- ب) انتقاد صحيح:** اتاقت خیلی نامرتبه. کی تمیزش می‌کنی؟
- الف) انتقاد غلط:** سينا! پدر بزرگت گفت

تمام مدتی که من نبودم، تو مرتب گریه می‌کردی؛ عجب بچهٔ لوسی شدی!

ب **انتقاد صحیح:** سینا جان! پدر بزرگت گفت تمام مدتی که من نبودم، گریه می‌کردی. چرا اخیراً هر وقت من سر کار می‌رم، تو گریه می‌کنی؟!

یکی از چالش‌های مهم انتقاد، اثر منفی آن بر اعتماد به نفس کودکان است. هرگاه فرزندان مرتکب اشتباهی شود و خواستیم از او انتقاد کنیم، این جمله را به یاد داشته باشیم که بچه پرورش می‌دهیم، نه گِل، پس ارزش فرزندان و اعتماد به نفس او، از هر چیز دیگری بیش‌تر است.

همچنین برای این‌که توجه کودک، به ویژه نوجوان‌مان به سوی ما و حرف‌های‌مان جلب شود، نخست نقاط قوت و نکات مثبت او را با احترام بازگو کنیم، سپس از او انتقاد بنماییم. مثلاً بگوییم: سینا جان! تو کسی هستی که در امتحان سراسری رتبهٔ خوبی کسب کردی. پشتکار و استعداد خیلی خوبی داری، حیف نیست در کلاس‌ها شرکت نکنی یا نمرهٔ کم بگیری؟! با توضیحاتی که داده شد، معلوم می‌شود استفاده از انتقاد - که جنبهٔ آگاهی‌بخشی دارد - و به‌کارگیری تأیید و تشویق در کنار هم، در تربیت صحیح فرزند لازم است و بی‌شک زیاده‌روی در هر یک از این‌ها می‌تواند آسیب‌زا باشد.



جبران سیلی گذشته

بسیاری از والدین هیجان مدار، وقتی متوجه می‌شوند که چقدر با توهین و تحقیر به فرزندان خود آسیب زده‌اند، احساس گناه کرده، ناخواسته به سمت رفتارهایی از نوع جبران افراطی، مانند: تعریف و تشویق، تمجید و تأمین افراطی رو می‌آورند و همین عامل باعث می‌شود که اصطلاحاً از آن طرف بام بیفتند.



در تربیت فرزند، باید توهین و تحقیر را کنار گذاشت و به‌جای آن، از راهکارهای انتقاد، آگاهی‌بخشی، تأیید و تشویق به‌صورت متعادل استفاده کرد و برای بالا بردن امنیت روانی و کم‌رنگ کردن اثرات

مخرب تربیتی گذشته، گاه‌وبیگاه آن‌ها را در آغوش گرفت تا بدانند که بی‌قیدوشرط دوست‌داشتنی و پذیرفته‌شده هستند. این کار چند فایده دارد:

❶ مستقیماً باعث ترشح هورمون «اکسی توسین» یا هورمون عشق، صمیمیت، آرامش و شادمانی والد و کودک می‌شود. همان هورمونی که فشار عصبی و تنش بین والد و کودک را کاهش می‌دهد؛
❷ بررسی‌ها نشان می‌دهد بچه‌هایی که تجربه کمی از آغوش والدین دارند، به‌مرور علائمی از گرسنگی پوست یا محرومیت از لمس را که با علائمی همچون مشکل در توانایی برقراری ارتباط، واکنش غیرمعمول به لمس، تندخویی، بی‌قراری، ناامنی و... شناخته می‌شود، نشان می‌دهند.

گرسنگی پوست نیاز بیولوژیکی و ضروری انسان برای لمس است. به همین خاطر نوزاد را در بخش مراقبت‌های ویژه، روی سینه برهنه والدین قرار می‌دهند؛

۱۳ یک بغل کردن ساده غیرمشروط برای فرزندان، به طرز معنادار و عجیبی روی انواع آسیب‌های روانی، همچون بیماری‌های روان‌تنی، اضطراب و استرس تأثیر دارد و پرخاش‌گری آنان را کم می‌کند؛

۱۴ تنها یک پنجم ثانیه بین بغل کردن فرزند و فعال شدن مناطقی از مغز - که حس عمیق دوست داشته شدن را به بچه می‌دهد- فاصله است.



برای مطالعه بیشتر تر:

- ▶ والدین صلح طلب کودکان شاد، ترجمه: ندامیهمی، انتشارات بهار سبز، تهران، ۱۴۰۲ ش.
- ▶ کتابی که آرزوی کنید والدین تان خوانده بودند، ترجمه: سومافتحی، انتشارات ملیکان، تهران، ۱۴۰۲ ش.

پی‌نوشت

۱. رک: <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fcomm.2022.910023/full>.
۲. آیا مردم به زبان توهین‌آمیز عادت می‌کنند، مارین استرویکسم، مؤسسه علوم زبان دانشگاه اوترخت هلند، ژوئای ۲۰۲۲؛ <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fcomm.2022.910023/full>.
۳. همان.
۴. غررالحمک، عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، انتشارات لوح محفوظ، تهران، ج ۱، ص ۷۳.
۵. Marijn E. Struiksma.
۶. آیا مردم به زبان توهین‌آمیز عادت می‌کنند؛ <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fcomm.2022.910023/full>.
۷. عیون الحکم، علی بن محمد لیثی، انتشارات دارالحدیث، قم، ۱۳۷۶ ش، ج ۱، ص ۵۱۹.
۸. تصنیف غررالحمک و دررالکم، عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، انتشارات مکتب الاعلام الاسلامی، قم، ج ۱، ص ۲۲۴.
۹. فواید بغل کردن بچه‌ها، ایبن سنداهل، مجله: today psychology، دسامبر ۲۰۱۹؛ <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/the-danish-way/201912/hugs-your-child-craves-them>.



زن در طول تاریخ، جریان‌های پرماجرا و دردآلودی دارد؛ در دورهٔ اوج تمدن‌های باستانی، از جمله یونان، روم و ایران، گرچه وضعیت جوامع بشری در مقایسه با دوره‌های قبل از آن دست‌خوش تغییر و تحولات فراوانی گردیده؛ ولی بی‌خبری جوامع و قبایل پیشین از مواهب طبیعی و توانمندی‌های فطری زن و نادیده گرفتن نقش نیرومند او در جامعهٔ سالم انسانی، تربیت فرزند

و تحکیم مبانی خانواده که با حکمت و تدبیر پدیدآورندهٔ هستی در عرصهٔ وجودی او به ودیعت نهاده شده، زن را در طول تاریخ، در تنگنای داوری‌های ناسالم و ستم‌بار قرار داده است که در ادامه به بیان مهم‌ترین آن‌ها می‌پردازیم.

زن در ایران باستان

در ایران باستان، زن در ادارهٔ امور خانه، قدرت بی‌چون و چرایی داشت. او کدبانوی

در ایران باستان، زن در ادارهٔ امور خانه، قدرت بی‌چون و چرایی داشت. او کدبانوی

خانه و رئیس آن محسوب می‌شد. با گذشت زمان، بشر نیازهای بیش‌تری احساس کرد و چون بیش‌تر کارهای موجود در اجتماع آن روزگار برعهدهٔ مرد قرار می‌گرفت، به نیروی بازو و توانایی مردان نیاز داشت و بدین جهت مرد بر زن برتری یافت و رفته‌رفته زن را در امور مختلف جامعه محدود کرد.

بدین ترتیب در دوران هخامنشیان، سلوکیان و اشکانیان، زنان محدودتر شدند، به طوری که در عصر اشکانیان، زنان حتی با مردان خود بر سر یک سفره نمی‌نشستند؛ ولی در زمان ساسانیان حقوق زن تا اندازه‌ای احیا شد و از بردگی به همسری و همکاری با مرد ارتقا یافت و حتی به او حق قضاوت، مالکیت و ارث داده شد.

اگرچه در دورهٔ ساسانی زن برخی از حقوق خود را به دست آورد؛ اما در بعضی از زمینه‌ها هنوز تحت ستم مردان قرار

می‌گرفت. با تأمل در رفتار زن در طی تاریخ باستان می‌توان دریافت که زنان همیشه در پی قدرت‌جویی و تجدید سلطهٔ خویش بر مرد بوده است و هرگاه امکان مداخله در امور سلطنتی را می‌یافت، فرصت را غنیمت شمرده، به طریقی نفوذ خود را در دستگاه حکومت تثبیت می‌کرد.



اگرچه زن در ایران باستان از ارکان اساسی خانواده به شمار می‌آمد و مربی فرزندان برومند و نگهبان دودمان خانواده محسوب می‌شد؛ اما هرگز جامعه به او اجازه نمی‌داد تا از تمام حقوق خود، مثل مردان برخوردار گردد. از این‌رو، همیشه ترغیب می‌شد که فرمان بردار مرد باشد.

و در بیوگی مطیع پسران بود و اگر پسری

نداشت، مطیع خویشاوندان می‌شد.^۳



اعتقاد یونانیان بر این بود که زن زائیده

شیطان و عضو پاک نشدنی است. بنابراین،

او را در هیچ کاری دخالت نمی‌دادند؛ بلکه

به آسانی مورد معامله و واگذاری به دیگران

قرار می‌دادند. هنگامی که افلاطون حق زن

را در کسب دانش مانند مردان دانست،

توسط بزرگ‌ترین شعرای طنزنویس، مورد

تمسخر قرار گرفت.^۴

زن در رم باستان

در رم، زنان همیشه تحت کفالت بودند

و مادر یا همسر بودن در این باب دخیل

نبود. زنان رم در حقیقت اشخاص به

شمار نمی‌آمدند؛ بلکه جزء اشیاء بودند

زن در یونان باستان

خانواده در یونان، تابع مذهب و سلطه

پدر خانواده بود و مبنای پیدایش

خانواده به هیچ‌وجه متکی به علاقه و

عاطفه نبود؛ بلکه تقلید از اعتقادات و

رسوم اجداد و نیاکان، هر خانواده‌ای را از

خانواده‌های دیگر ممتاز می‌کرد.

در یونان، منظور از ازدواج، بقای نسل

به وسیله فرزندان ذکور بود و طلاق دادن

زنان عقیم یا زانی که پسر نمی‌آوردند،

مانعی نداشت. همچنین، هرگاه مرد

عقیم بود، برادر یا نزدیک‌ترین بستگان

وی می‌توانستند زن را آبهستن کنند. در این

صورت، اولاد به شوهر اصلی تعلق داشت.^۵

یونانیان عموماً زن را موجودی پست

می‌دانستند که تنها به درد ادامه نسل و

کارهای خانه می‌خورد. اگر زنی بچه ناقص

و بی‌قواره می‌زاید، آن را می‌کشتند. زن در

قوانین یونان اصلاً از خود اختیار نداشت.

در کوچکی مطیع پدر، در جوانی مطیع شوهر

تغییر جایگاه زن با ظهور دین اسلام

اسلام با ظهور خود، حقوق زن را در ازدواج، طلاق، ارث و... که در عصر جاهلیت و در سایر ادیان تحریف شده و پامال می‌شد، به آنان بازگرداند. همچنین با این خرافه که تولد دختراننگ می‌دانستند، به مبارزه برخاست. زن از دیدگاه اسلام دارای شخصیتی شایسته و موقعیتی الهی است که می‌تواند مدارج کمال را طی کرده، به مراتب عالی انسانی راه یابد و مصداق تحقق فلسفه خلقت؛ یعنی خلیفه خدا گردد.



وجود زن زینت بخش آفرینش و روح او تجلی‌گاه رحمت و دامن او مدرسه بشر است و کمال مرد بدون او ممکن نیست. زن مظهر ظرافت و وجودش جمال آفرینش است. اصلاح جامعه در گرو تقوای زن بوده،

و پس از مرگ، مانند اشیاء به ارث برده می‌شدند.^۵

واقعیت‌های مسلم تاریخ بیانگر این است که در تمدن رم، با زنان همانند حیوانات برخورد می‌شد و حتی در صورت خوب بودن، او را مستوجب عقوبت و شکنجه می‌دانستند و هنوز هم در ایتالیا ی فعلی و رم قدیم، این دیدگاه وجود دارد.

هروقت پدر صلاح می‌دانست، می‌توانست دختران را بفروشد یا قرض یا کرایه دهد و یا بکشد. بدیهی است وقتی عنوان انسان اجتماعی بر زن اطلاق نشود، طبعاً از کلیه حقوق و امتیازاتی که مخصوص انسان است، محروم خواهد ماند؛ یعنی ارث نمی‌تواند ببرد، در امور خانواده کوچک‌ترین مداخله‌ای نمی‌تواند داشته باشد، حتی بعضی اوقات مادر نسبت به فرزند خود که رئیس جدید خانواده شده، همین موقعیت را داشت.^۶

محیط خانواده کلاس درس اوست. براین اساس، زن مربی بشر است و می‌تواند با تربیت فرزندی، امتی را رهایی بخشد.^۶ همچنین، اسلام برای زن ارزش و حرمت فوق‌العاده‌ای قائل است و او را در حیات خانوادگی و اجتماعی دارای نقشی محوری می‌داند. باور اسلام این است که زن در جایگاه مادر، میزان تربیت اعضای خانواده است. فرزندان از او صمیمیت می‌گیرند و راه و رسم زندگی را می‌آموزند.^۸ زن نیز همانند مرد طرف خطاب خداوند است و این لیاقت و توان در او وجود دارد که خداوند او را مورد خطاب قرار دهد. عباراتی

چون: «خَلَقَ لَكُمْ»، «يَا أَيُّهَا النَّاسُ»، «يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ»، «يَا بَنِي آدَمَ» و... که در قرآن به فراوانی دیده می‌شود، دربارهٔ زن و مرد است، نه تنها برای مردان باشد. جالب این است که در تمام قرآن حتی یک آیه پیدا نمی‌کنیم که زن را پایین‌تر از مرد بداند و احتمال نقصان و ضعفی در عقل یا کارهای اجتماعی‌اش داده باشد. قرآن در هیچ آیه‌ای زن را به‌عنوان جنسیتش نکوهش نکرده است و نکوهش او به اعتبار زن بودن نه؛ بلکه به‌واسطهٔ عملش بوده، کما این که مرد را نیز به اعتبار عملش نکوهش کرده است.^۹

پی‌نوشت

۱. ر.ک: جایگاه زن در اسلام و یهودیت، محمد رضا جلیلی، انتشارات دستان، ۱۳۸۴ ش، ص ۳۲؛ زن در تاریخ ایران، مریم معینی، چکیدهٔ پایان‌نامه‌های دانشگاهی، صص ۳۵-۳۲؛ زن از دیدگاه اسلام، علی ربانی خلخالی، انتشارات حجت، قم، ص ۳.
۲. زن از دیدگاه اسلام و تمدن غرب، کریم نافع‌فره، انتشارات عابد، ۱۳۸۳ ش، صص ۲۹-۲۸.
۳. تمدن اسلام و عرب، گوستاو لوبون، ترجمه: محمدتقی فخر داعی گیلانی، انتشارات افراسیاب، تهران، ۱۳۷۸ ش، ص ۵۹.
۴. جایگاه زن در اسلام و یهودیت، صص ۲۸-۲۹.
۵. همان، ص ۲۹.
۶. زن از دیدگاه اسلام و تمدن غرب، ص ۳۳.
۷. حجاب در عصر ما، محمد رضا اکبری، انتشارات پیام آزادی، تهران، ۱۳۸۰ ش، ص ۱۴.
۸. حیات زن در اندیشهٔ اسلامی، علی قائمی، انتشارات امیری، تهران، ۱۳۷۳ ش، ص ۲۲۳.
۹. همان.



(خاطرات تبلیغی)

ماجرای یک تصمیم

کیمیاسرگزی - سمیه شریفی

دور اتاقم می‌چرخم. ذهنم پر از افکار پراکنده است. تصمیم سختی بود؛ اما دوستش دارم. تا نماز صبح بیدار بودم، تا این‌که تصمیمم رو گرفتم؛ بله، باید همین کار رو انجام بدم. بعد از خواندن نماز از خدا خواستم تا در این مسیر کمک کند. سمت تخریم رفتم و با خیالی آسوده چشمانم را بستم.

از خواب نازم بیدار شدم. چشمانم رو به‌سختی باز می‌کنم؛ مامان جان! بیدارم. بلند شو فاطمه جان! صبحانه بخور که آقای موحدی‌نیا منتظر جواب شما هستند

باشه، اتفاقاً تصمیم رو گرفتم. الان میام.

واقعاً؟ خدا رو شکر؛ بالأخره قراره ما می‌شوم؛ فاطمه، فاطمه، دخترم! رو راحت کنی؟

شدم؛ اما نفس عمیقی کشیدم و گفتم:
من این چند روز خیلی فکر کردم.
در جواب مثبتم به حسین آقا شکی
نداشتم؛ اما شرایط ایشون باعث مشغله
ذهنی و دودلی من شد که آیا من می‌تونم
از این ناز و نعمت شهر، همراه حسین آقا
برای تبلیغ به روستاهای محروم برم یا نه؟!
درسته که اعتقادات مذهبی من مثل پسر
شما نیست؛ اما اول توکل به خدا و بعد
به خاطر اعتماد به پسر شما، تصمیمم رو
گرفتم و جوابم مثبته.
نفس عمیقی کشیدم و یواشکی به جمع
حاضر نگاه کردم؛ نگاه تحسین برانگیز
جمع حاضر و نگاه پر از تعجب مادرم را
مشاهده کردم و صدای دست زدن فضا
را پر کرد.
به کوچه‌ها و خانه‌ها نگاه می‌کنم و بغض
بیش‌تر می‌شود؛ کوچه‌های پست و بلند،
با سنگ‌های بزرگ و خانه‌های کاه‌گلی؛
کدام خانه قرار است خانه ما باشد؟ خودم

به سمت سرویس بهداشتی رفتم و
به خودم را در آینه نگاه کردم و از خودم
پرسیدم: فاطمه تک‌دختر نازدانه! می‌تونی
از پشش بریای؟
و مصمم‌تر به خودم جواب دادم: بله
که می‌تونم.
خانواده آقای موحدی‌نیا برای گرفتن
جواب بله یا خیر، شب به خانه ما آمدند.
زیرچشمی به حسین نگاه کردم. پیراهن
سفید ساده و یک شلوار قهوه‌ای
روشن که خط اتوش هندونه را قاچ
می‌کرد. نگاهم به سمت صورتش رفت.
چشمان درشت قهوه‌ای سوخته‌ش که
بین مژه‌های بلند و فرخورده گرفتار شده
بودند و من را هم گرفتار خودشان کردند؛
آن نگاه باحیا که به گل‌های فرش خیره
شده بود.
بعد از گفت‌وگوی صمیمانه دو خانواده، از
من خواستند جواب خودم را بگویم و حالا
نوبت من بود. راستش یه کم دستپاچه

را بیش‌تر به حسین نزدیک می‌کنم. اهالی روستا با لباس‌های ساده روستایی، با تعجب به ما نگاه می‌کردند. انگار همان‌طور که این روستا برای من عجیب بود، ماهم برای مردم عجیب بودیم. آب و گوشه دیگرش سرویس بهداشتی بود و خانه‌ای کوچک با یک اتاق، آشپزخانه‌ای کوچک که کپسول گاز در آنجا قرار داشت و یک چراغ نفتی داخل هال و اولین سؤالی که در ذهنم آمد، این بود که: مگه اینجا گاز نداره؟



پرسیدم؛ اما سؤالم به حقیقت تبدیل شد؛ در آشپزخانه، ظرف‌شویی و شیر آب نبود. وای! اگر این سؤالم هم به حقیقت تبدیل شود... نفسم بالا نمی‌آمد. سریع به دنبال کلید برق و لامپ گشتم و با دیدن لامپی روشن، کمی آشفستگی‌ام کم‌تر شد. به سقف نگاه کردم که تارهای عنکبوت مانند ریشه‌های لامپ به هم متصل بودن و آنجا بود که از تصمیمم



به آخرهای روستا رسیدم و من منتظر بودم ببینم خانه‌ای که قرار است ما در آنجا زندگی کنیم، کجاست؟! خانه ما آخرین خانه در پایین روستا بود. از ماشین پیاده شدیم. حسین آقا همه حواسش به من بود و نگاهش، نگران نگاه من که پرتردید به در و دیوار خانه می‌نگریستم. همان لحظه آقایی آمد و با لهجه محلی به ما خوش‌آمد گفت و کلید خانه را به ما داد. وارد خانه شدیم؛ حیاطی متوسط که یک گوشه آن حوض

پیشیمان شدم و می‌خواستم برگردم؛ اما  خسته نباشی! حالت چطوره؟ خوبی؟
 با ورود دختر بچه‌ها و خانم‌های ساده خوب نبودم؛ اما گفتم:
 روستایی، با آن لبخند و اشتیاق، گویی  خوبم. نیاز دارم یه مقدار با خودم
 آرامشی به من تزریق کردند. همه مرا
 بغل می‌کردند و می‌بوسیدند. انگار
 خواهر یا دخترشان هستم، من هنوز  آره، شوهرش هم تأکید کرد که
 حرفی نزده بودم که به تمیز و مرتب کردن
 حتماً بریم. خانه مشغول شدند.



ما وسایل خودمان را نیاورده بودیم. خانه
 یک فرش قدیمی ساده، یک یخچال
 کوچک، تلویزیون ۲۱ اینچ قدیمی، اجاق‌گاز
 سه شعله، چند قابلمه، بشقاب و قاشق و
 خلاصه... وسایل خانه بود.
 همه جا را تمیز و مرتب کردند و خانمی سن
 بالا، با لهجه غلیظ محلی از من خواست
 برای صرف صبحانه به منزل‌شان بروم. من
 قبول نکردم و گفتم: منتظر حاج آقا هستم.
 رفت؛ اما سفارش کرد حتماً برای صرف
 صبحانه به منزلش برویم. حسین با روی
 گشاده آمد:
 با پرسیدن آدرس، به سمت منزل
 همان پیرزن رفتیم. وقتی وارد شدیم،
 خانه‌شان خلاصه شده بود به دو اتاق
 ۶ متری. بعد از صبحانه به خانه رفتیم و
 در مسیر همه خوش آمد می‌گفتند و مرا

حاج خانوم صدا می زدند. این لحظه برام خیلی دل نشین بود.

وارد خانه که شدیم، حسین من را تنها گذاشت تا آرام شوم و او هم مقداری با روستا آشنا شود.

در سالن نشستم و با خودم فکر کردم که بدون گاز و آب و نبود اینترنت، چطور زندگی کنم؟ جدای از آن، می توانم از پس این مسئولیت بریایم؟ نگاه های امیدواری که به من و حسین خیر شده بودند. من که خودم خواستم با یک طلبه ازدواج کنم و همراهش به مناطق محروم بیایم، پس باید از پشش بریایم.

حالا از آن فاطمه تک دختر نازدانه، خانم موقر و محجبه با اعتقاد ساخته شدم که در کنار حسین توانستم خودم را بسازم و دختران روستایی که بهترین دوستانم هستند و روستایی که خانه من است و من خوشبخت ترین زن روی زمین هستم.

شروع به تحصیل در حوزه علمیه کردم. با اتفاق های تلخ و شیرینی که در آن روستا گذشت، بعد از چند سال به روستای دیگری رفتیم و دیگر آن حس ناراحتی در من وجود نداشت. از هر روستایی که مهاجرت می کردیم، قلبم فشرده می شد. احساس می کردم از مادر و خواهرام جدا می شوم؛ اما در اوقات فراغت به دیدار آنها می رفتم و الآن در روستا مرزی ماهی رود زندگی می کنم؛ یه روستای فوق العاده محروم، با مردم با استعداد که روبه روز از زمانی که آمدیم روستا، دچار تحول مثبتی شده است.

اما در کنار اینها توانستم با تلاش و پشتکار، در کنار زندگی در روستاهای محروم، استعدادهايم را کشف کنم و به بهترین درجات علمی- پژوهشی و فرهنگی و مقامات استانی و کشوری برسم و فهمیدم که هیچ چیز مثل توکل بر خدا نمی شود.

می‌توننی بگی؟



با مطالعه محتوای ماهنامه، پاسخ سؤالات مطرح شده را از طریق لینک روبه رو ارسال بفرمایید. ◀◀ <https://B2n.ir/e49691>
 به افرادی که پاسخ صحیح داده باشند، هدایایی به قید قرعه اهداء خواهد شد.



۱ مردها کمک گرفتن را باعث می‌دانند؟

- ۱) عدم اعتماد به نفس
- ۲) حس ناکافی بودن
- ۳) خدشه‌دار شدن قدرت
- ۴) خجالت زدگی

۲ طبق نظر علامه طباطبایی رحمته الله علیه در تفسیر المیزان، «لا إكراه فی الدین» مربوط به کدام گزینه است؟

- ۱) اعتقادات
- ۲) احکام
- ۳) قوانین عرفی
- ۴) هیچکدام

۳ حبس رطوبت در بدن بخاطر هوای سرد چه مشکلی را بوجود می‌آورد؟

- ۱) تب و لرز
- ۲) ورم بدن
- ۳) خواب زیاد
- ۴) ایجاد عفونت

۴ «تکرار سرزنش کردن، از درد کتک زدن سخت‌تر است»؛ این سخن از کیست؟

- ۱) جفری یونگ
- ۲) امیرالمومنین علیه السلام
- ۳) فروید
- ۴) امام صادق علیه السلام

۵ در یونان باستان منظور از ازدواج چه بود؟

- ۱) تفاخر در مقابل افراد مجرد
- ۲) بهره‌وری اجتماعی
- ۳) به خدمت گرفتن زنان جهت رفاه امور خانه
- ۴) بقای نسل به وسیله فرزندان ذکور

♦ **برنده مسابقه شماره ۱۰ ماهنامه:**

آقای: سید محسن حسنی از شاهرود **خانم:** فاطمه قیصریه از نجف آباد

♦ **پاسخ صحیح مسابقه شماره ۱۰ ماهنامه:** ۲۳۱۴۲

فراخوان مقالات

ماهنامه خانواده‌مبلمان

مرکز پژوهش‌های تبلیغی مجتمع آموزشی پژوهشی تبلیغ
در نظر دارد مقالاتی با موضوعات ذیل ویژه خانواده طلاب و مبلغان (همسران و فرزندان)
در ماهنامه «خانواده مبلمان» به چاپ برساند.

موضوعات فراخوان:

۱. بیان تجربیات تبلیغی خانواده مبلمان و روحانیون؛
۲. تفریحات سالم برای خانواده مبلغ در محیط تبلیغی؛
۳. کودکی و نوجوانی فرزندان مبلمان؛ ویژگی‌ها و نیازها؛
۴. مدیریت روابط خانواده طلاب و مبلمان با خویشاوندان؛
۵. تبیین ارزش و آثار تبلیغ برای خانواده و فرزندان مبلمان؛
۶. تبیین ظرفیت‌های تبلیغی اعضای خانواده طلاب و مبلمان؛
۷. نیازهای آموزشی، مهارتی و هنری خانواده طلاب و مبلمان؛
۸. فضای مجازی، فیلم‌های خانگی، بازی‌های رایانه‌ای و چالش‌های پیش رو؛
۹. راهکارهای پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی در محیط تبلیغی و خانواده؛
۱۰. راهکارها و زمینه‌های اشتغال همسران طلاب و مبلمان (تحصیلی، تبلیغی و اشتغال خانگی).

شرایط مقالات

- * حداکثر حجم مقالات ۱۰۰۰ کلمه تایپ شده؛
- * دارای نوآوری و خلاقیت؛
- * مناسب خانواده طلاب و مبلمان؛
- * ارائه راهکار در محتوای مهارتی.
- * پرداخت حق‌التألیف
- * چاپ مقاله به نام نویسنده
- * صدور گواهی و تأییدیه چاپ
- * برای نهادها و مراکز

از عموم طلاب (برادران و خواهران) علاقمند و صاحب نظر، دعوت می‌شود
مقالات و آثار علمی خود را به دفتر مجله ارسال نمایند.

راه‌های ارتباطی



۰۲۵-۳۱۳۲۵۶۵

@Ammar_۱۹۸۵

www.mobaleghankhanvade.ismc.ir