

خانواده
مبلغان ۲۲

ماهنامه اطلاع‌رسانی، علمی، آموزشی
سال دوم - شماره ۲۲ - آبان ماه ۱۴۰۳

اشفای‌های آخرالزمانی

فجاری و جوانان پیر

بیبه بینه کودکان

مسئوع مقاومت

استرس بانوان

عزادار مصمم



مرکز پژوهش‌های تبلیغی مجتمع آموزشی پژوهشی تبلیغ

خانواده مبلغان

مرکز پژوهش‌های تبلیغی مجتمع آموزشی پژوهشی تبلیغ

آبان ماه ۱۴۰۳ ش

۲۲



#مادر قهرمان
#ام‌المقاومه

مَلَمٌ مَّظْلُومَةٌ
وَيَا مَرْمِزَ مَظْلُومَاتِهَا

mobaleghankhanvade.ismc.ir





خانواده مبلغان ۲۲

ماهنامه اطلاع‌رسانی، علمی، آموزشی
سال دوم - شماره ۲۲
آبان ماه ۱۴۰۳ شمسی

شناسنامه

- صاحب امتیاز: مرکز پژوهش‌های تبلیغی مجتمع آموزشی پژوهشی تبلیغ
- مدیرمسئول: محمود مقدمی
- سردبیر: احمد اسماعیلی
- هیئت تحریریه: حسین ملانوری، اصغر اخوی، علیرضا زنگویی، مهدی هادی، محمد حامد مبینی راوندی، هاجر شعبانی موسی کلایه، سیده منیر سیدنتقیان، رضیه جبرئیل زاده، زینب رحیمی تالارپشتی.
- مدیر هنری و صفحه‌آرا: سید محسن حسینی

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.

فهرست

پیام فرمانده ۳

آشفتگی های آخر زمانی ۶

دانش افزایی

حاج آقای مشکل گشا ۱۸ (صلح ناممکن) ۹

فجاری و جوانان پیر ۱۴

سینه ضرورتیه ۱۷ (خواب و بیداری «۳»)، ۱۸

همراهان ۱۴ (بانوی بهشتی)، ۲۳

بیمه بدنه کودکان ۲۷

فرزند بیشتر، زندگی شادتر ۲ ۳۲

چراهای ریزه میزه ۷ (شهید سیزده ساله!)، ۳۶

چی بخونیم؟ ۲۰ ۴۰

مخاطبی در آینه ۷ (توکه هنوز اینجا!)، ۴۵

در سرزمین عجایب ۱۲ (خبرات یک عرب)، ۴۸

مشق مقاومت ۵۲

بازی - گوشی ۱۴ ۵۶

مهارت افزایی

استرس بانوان ۱ ۵۹

هنر ظریفی خیالی ۶۵

بصیرت افزایی

عزادار مصمم ۷۱

با مخاطبان

راه و رسم درست ۷۶



پیام فرمانده

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

انا لله وانا اليه راجعون

ملت عزیز ایران

امت بزرگ اسلامی

مجاهد کبیر، پرچم‌دار مقاومت در منطقه، عالم بافضیلت دینی، و رهبر مدبر سیاسی، جناب سید حسن نصرالله علیه السلام، در حوادث دیشب لبنان به فیض شهادت نائل آمد و به ملکوت پرواز کرد. سید عزیز مقاومت پاداش‌ده‌ها

سال جهاد فی سبیل الله و دشواری‌های آن را در خلال یک پیکار مقدس دریافت کرد. در حالی شهید شد که سرگرم طزاحی برای دفاع از مردم بی‌پناه ضاحیه بیروت و خانه‌های ویران‌شده و عزیزان پرپر شده آنان بود، همچنان که ده‌ها سال برای دفاع از مردم ستم‌دیده فلسطین و شهر و روستای غصب‌شده و خانه‌های تخریب‌شده و عزیزان قتل‌عام‌شده آنان طزاحی و تدبیر و جهاد کرده



خواهد یافت. خون شهید سید عباس موسوی رضی الله عنه بر زمین نماند، خون شهید سید حسن هم بر زمین نخواهد ماند. این جانب به پدر بزرگوار و همسر گرامی سید عزیز که پیش از او فرزندش سید هادی را نیز در راه خدا داده و به فرزندان گرامی اش و به خانواده‌های شهیدان این حادثه و به یکایک افراد حزب الله و به مردم عزیز و مقامات عالی‌ه لبنان، و به سراسر جبهه مقاومت، و به مجموع امت اسلامی، شهادت نصرالله بزرگ و یاران شهیدش را تبریک و تسلیت عرض می‌کنم و در ایران اسلامی پنج روز عزای عمومی اعلام می‌نمایم. خداوند آنان را با اولیائش محشور فرماید!

والسلام علی عبادالله الصالحین

سید علی خامنه‌ای ۱۴۰۳/۷/۷

بود. فیض شهادت پس از این همه مجاهدت حق مسلم او بود.

دنیای اسلام، شخصیتی با عظمت را؛ و جبهه مقاومت پرچمداری برجسته را، و حزب الله لبنان رهبری کم‌نظیر را از دست داد، ولی برکات تدبیر و جهاد چند ده ساله او هرگز از دست نخواهد رفت. اساسی که او در لبنان پایه‌گذاری کرد و به دیگر مراکز مقاومت، جهت بخشید، با فقدان او نه تنها از میان نخواهد رفت، که به برکت خون او و دیگر شهیدان این حادثه استحکام بیشتر خواهد یافت. ضربات جبهه مقاومت بر پیکر فرسوده و رو به زوال رژیم صهیونی، بحول و قوه الهی کوبنده‌تر خواهد شد. ذات پلید رژیم صهیونی در این حادثه، به پیروزی دست نیافته است.

سید مقاومت، یک شخص نبود، یک راه و یک مکتب بود، و این راه همچنان ادامه



آسفتگی‌های آخرالزمانی

محمودمقدمی

وقتی قرار باشد بنایی بازسازی و نوسازی شود، ابتدا دیوارهای ساختمان کهنه را فرومی‌ریزند و آنگاه بنایی نو می‌سازند. در چنین حالتی خیلی از مرزها به هم می‌ریزد. وقتی اسماعیل هنیه، قهرمان اهل تسنن، به شهادت می‌رسد، درحالی‌که بسیاری از رهبران و عالمان و بزرگان اهل سنت با چشمانی گرد و دهانی باز حیران‌اند و نمی‌توانند عکس‌العمل مناسب نشان دهند، رهبر شیعیان جهان، حضرت امام خامنه‌ای عج، بر پیکر خونین او نماز می‌خواند، مقامش را بزرگ می‌شمارد و وعده انتقام می‌دهد، و هنگامی که عالم مجاهد شیعه، سید حسن نصرالله عج، به شهادت می‌رسد، درحالی‌که برخی مدعیان ولایت بر سجاده‌های مخمل نشسته‌اند و برای

آمریکا بایستند تا دانشجویان مسلمان بتوانند نماز جماعت برگزار کنند.



سرعت تحولات آن قدر زیاد شده که هر غیرممکنی را ممکن می‌نمایاند. وقتی می‌بینی درحالی که در مقابل کاخ سفید پرچم آمریکا را آتش زده‌اند، در همان‌جا پرچم **اباعبداللہ ﷺ** به اهتزاز درآمده، چندان دور از انتظار نیست که چند صباحی دیگر به لطف و عنایت الهی اعلام شود: «این هفته، شب جمعه، مجلس عزای حسینی **علیه السلام** در حسینیۀ کاخ سفید برگزار خواهد شد.»

مگر نه این است که حضرت آقا **عظیمه** با اشاره به عبور کشور از گردنه‌ها و مسیرهای

محکوم کردن رژیم صهیونیستی در حملۀ تروریستی و نسل‌کشی‌هایش استخاره می‌کنند، نه تنها شیعه و سنی، بلکه مسیحی و مارونی نیز بر پیکر مطهر سید مجاهد شیعه به شکل نمادین نماز می‌خوانند.

زیباتر وقتی است که برای نماز خواندن، رئیس‌جمهور توحیدی‌ترین کشور جهان، در کاخ کرم‌لین که بیش از هفتاد سال مرکز مبارزه با خدا و توحید بوده، سجاده پهن می‌کند و مغرورترین رئیس‌جمهور جهان، که ادعای ابرقدرتی دارد، برای نماز این نوادۀ رسول خدا، جلسه را تعطیل می‌کند و به انتظار می‌نشیند.

در دورۀ آخرالزمانی جای تعجب نیست اگر بعد از چهل سال «مرگ بر آمریکا» گفتن ببینی جوانان مسیحی آمریکا برای نماز خواندن مسلمانان در مهم‌ترین دانشگاه‌های آمریکا حلقه‌حفاظتی انسانی تشکیل دهند، دست‌ها را در هم حلقه کنند و در مقابل پلیس بی‌رحم و خشن

سخت در حرکت به سمت قله‌ها فرمودند: «ما از بخش زیادی از مسیر، با وجود شیب تند، عبور کرده و به قله‌ها نزدیک شده‌ایم. بنابراین امروز روز خسته شدن و ناامیدی نیست؛ بلکه روز شوق و امید و حرکت است و مسئولان کشور باید با این روحیه حرکت کنند.»^۲ البته هرچه به قله نزدیک‌تر می‌شویم، سختی کار بیشتر خودش را نشان می‌دهد و دشمن هم برای نجات از نابودی، بیشتر دست‌وپا می‌زند. از این رو رهبر انقلاب سیاست راهبردی غرب مبنی بر ایجاد بحران‌های پی‌درپی در ایران را سیاستی ادامه‌دار خواندند و افزودند: «آن‌ها همچنان به دنبال بحران‌سازی دائم در داخل کشور هستند، یک‌روز به بهانه انتخابات، یک‌روز به بهانه بنزین و یک‌روز به بهانه زن. البته ابزارهای تولید بحران هم امروز پیشرفته‌تر شده است.»^۳

باهمه این مشکلات به نظر می‌رسد تا فتح قُلل رفیع جهان و تحقق کلام امام خمینی رحمته الله چیزی نمانده باشد، آنجا که فرمودند: «من با اطمینان می‌گویم اسلام ابرقدرت‌ها را به خاک مذلت می‌نشانند، اسلام موانع بزرگ داخل و خارج محدودۀ خود را، یکی پس از دیگری، برطرف و سنگ‌های کلیدی جهان را فتح خواهد کرد.»^۴

البته در این جنگ زن و مرد و کودک و بزرگ همه حضور دارند؛ زیرا جنگ جنگ حق و باطل است. و قطعاً خانواده مبلمان دوشادوش مبلغان در صف اول خواهند بود.

پی‌نوشت

۱. فیلم اهتزاز پرچم عزاداران حسینی مقابل کاخ سفید، تاریخ انتشار: ۱۴ مهر ۱۴۰۰، <https://B2n.ir/k30277>.

۲. بیانات مقام معظم رهبری رحمته الله در دیدار با فرماندهان سپاه پاسداران، ۱۴۰۲/۰۵/۲۶.

۳. همان.

۴. صحیفه امام رحمته الله، روح‌الله موسوی خمینی، انتشارات موسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی رحمته الله، تهران،

۱۳۸۹، ج ۲، ص ۳۲۵.





حاج آقای مشکل‌گشا ۱۸

محمدحسن شهبازی - دانش پژوه سطح ۳ تخصصی تبلیغ

صلح ناممکن

کرده. یکی از کارهای جذابی که در هفته دفاع مقدس انجام شد، یک چالش بزرگ بود که برای بهترین جواب به آن جایزه ویژه‌ای گذاشته بودند.



این اردوگاه که با ایده و طراحی فوق‌العاده حاج آقا صالح‌پرور و مجموعه‌ای از دانشجویان نخبه و به‌همت خیران و

اردوگاهی بسیار زیبا و بازی‌های آموزشی متنوع مثل اسب‌سواری، تیراندازی، غواصی، سینما و ماهی‌گیری در اطراف شهر و برگزاری بعضی جشنواره‌ها باعث شده که هم مدارس و هم خانواده‌ها مشتاق شوند برای حضور در مسابقات و حتی چالش‌های بسیار جذابش شرکت کنند و گاهی برای شرکت در آن هفته‌ها در نوبت بمانند.

این اردوگاه واقعاً یک خلأ بسیار بزرگ تفریحی و نشاط اجتماعی در شهر را پر

حاج آقا رو به جمعیت کرد و تقاضای سکوت داشت و گفت: شهادت سید مقاومت رو به همه شما تبریک و تسلیت می‌گم. به مسئله‌یه دقیقه‌ای با یه جایزه در حد خودش، به شرط سکوت، برگزار می‌کنم.

همه مشتاق بودند که چطور در یک دقیقه، آن هم با این جمعیت، می‌شود مسابقه برگزار کرد! قطعاً کسی جز حاج آقا صالح پرور توان مدیریت چنین جلساتی را به راحتی ندارد.

حاج آقا صالح پرور گفت: اگه مهر و سنگ نبود، روی چه چیزهای دیگه‌ای می‌شه سجده کرد؟



آباروی سیمان یا آجر می‌شه سجده کرد؟
روی چمن چطور؟ روی دستمال کاغذی
یا کاغذ چطور؟

بزرگان شهر تأسیس شده، طبیعتاً هدف اصلی‌اش درآمدزایی نبوده و تقریباً تمام سود حاصل از آن هزینه خود اردوگاه و مراسمات آن می‌شود.



به مناسبت هفته دفاع مقدس، بعضی از بازی‌های آموزش‌ها برای خانواده‌های دارای چهار فرزند به بالا رایگان و برای خانواده‌های دارای سه فرزند هم نیم بهاست. چالشی هم که در آن به نفرات برتر جوایز ارزنده اعطا می‌شد، جزو برنامه بود؛ اما همین چالش و جایزه ویژه باعث شده بود بیش از انتظار مردم به این مراسم بیایند؛ به حدی که موقع نماز مغرب و عشا مهر برای نماز کم آمد.

و دستمال کاغذی، اگه پنبه و کتان

نباشن، سجده جایزه.^۲

چرا پنبه و کتان نباشه؟

چون با پنبه و کتان، لباس و پوشیدنی

برای انسان ساخته می شه.

در آخر هم با یک چاشنی خنده حاج آقا

گفت: چون کسی جواب صحیح نداد،

سلامتی خودتون صلواتی هدیه کنید.

اما شاید چالش اصلی دوره می این

بود که چرا ما با آمریکا و اسرائیل صلح

نمی کنیم که همه چیز درست شود!

قرار شد به دو صورت پاسخ داده شود

و چندین نفر هم در حال بررسی و رصد

بودند تا با تأیید داوران جایزه ویژه به

بهترین و دقیق ترین جواب و همچنین

جوایز دیگری به تعدادی که جواب های

نزدیک داده باشند اهدا شود.

عده ای روی کاغذ می نوشتند و عده ای

هم پشت تریبون آزاد بیان می کردند.

خب طبیعتاً عده ای این را به گردن امت

همه مه ای شد. عده ای گفتند بله و عده ای

گفتند خیر.

حاج آقا گفت: هر کسی می گه بله، باید

با دلیل بگه چرا و هر کسی می گه خیر،

اون هم باید با دلیل بگه.

اینجا بود که تقریباً بیشتر مردم

سکوت کردند.

حاج آقا: بزرگواران، متأسفانه ما گاهی

اوقات با احکام شرعی سلیقه ای

برخورد می کنیم که همین باعث شده

که علاوه بر اینکه احکام رو درست

متوجه نشیم، به دیگران هم اشتباهی

حکمی رو بگیم؛ مثل همین حکم

سجده. اولاً در سجده لازم نیست

حتماً مهر باشه و ثانیاً پیشونی روی

زمین یا هر چیزی که خوراکی یا پوشاکی

انسان نباشه درسته.

پس روی سیمان، آجر، چمن و

حتی موزاییک هم می شه سجده

کرد و نماز صحیحه. در خصوص کاغذ

دنیاپی و آخرتی بیرن. اونا فقط خودشون رو آدم حساب می‌کنن. معذرت می‌خوام از ساحت همهٔ حُصَّار؛ اونا، به‌گفتهٔ خودشون، غیر از خودشون هیچ‌کس رو آدم نمی‌دونن.

پس جنگ ما با اونا، طبق مبنای قرآنی و دینی و انسانی، از جنس جنگ حق با باطله. باید ببینیم حق با کیه: اونی که تو عرض یه سال بیش از هفده هزار زن و بچه رو شهید کرده و کشته و بیش از ده‌ها هزار نفر رو هم مجروح و ناقص کرده، یا اونی که از حق این کودکان و زنان به‌صورت عملی و کلامی دفاع می‌کنه!

ببینید، اونا طبق آمار رسمی ۴۲ هزار زن و بچه و انسان بی‌دفاع رو کشته‌ن و هیچ کجا جواب‌گو نیستن؛ اما یه دختر در ایران از دنیا رفته، همهٔ دنیا رو علیه کشورمون غلَم می‌کنن!

به‌نظرتون این دشمنی طبیعیه و ما باعثش شده‌یم؟!

اسلامی می‌انداختند که مقصر خودمان هستیم و عده‌ای هم گردن آمریکا و اسرائیل.

اما بهترین جواب که تقریباً کامل‌تر از همه بود، از یکی از دانشجویان بود و خلاصه‌اش این بود:

﴿وَلَنْ تَرْضَىٰ عَنْكَ الْيَهُودُ وَلَا النَّصَارَىٰ حَتَّىٰ تَتَّبِعَ مِلَّتَهُمْ﴾^۳

تموم اختلاف ما با دشمنانمون اینه که بر سر عقایدمون و اعتقاداتمون ایستاده‌یم و نمی‌خوایم دست از مبانی اعتقادی خودمون برداریم. درواقع بزرگ‌ترین اختلافمون، مبانی عقیدتی و اعتقادی مون با اون‌هاست؛ نه اینکه به‌خاطر بعضی منافع، مثل نفت و گاز، هرچند این‌ها هم هست؛ اما اصل و ریشهٔ اختلافمون این‌ها نیست. به‌نظرتون ابتدا حزب‌الله یا فلسطین جنگ رو علیه اونا شروع کردن؟ قطعاً خیر.

ولی اونا نمی‌خوان پذیرن که انسان‌ها به‌صورت عادلانه از این عالم بهرهٔ

چون هیچ مبنایی نداریم، فوری یا تأیید می‌کنیم یارد، و این باعث می‌شه که گاهی حرف‌ها و حتی موضع‌گیری‌هامون به نفع دشمنانمون و به ضرر دوستانمون بشه. این رو در عمل بعضی افراد می‌بینیم؛ یه وقتی یه مذهبی دواتیشۀ افراطی بعد از مدتی می‌شه غیرمذهبی افراطی. حتی از نظر نوع پوشش گاهی می‌شه با حجاب کامل و گاهی می‌شه بدحجاب؛ چون مثلاً برای همین حجابش هیچ مبنایی نداره. یا برای دفاع از مردم غزه و دشمنی با استکبار و کفر هیچ دلیل و مبنای اعتقادی و فکری نداره و فقط احساسی عمل می‌کنه و اگه کسی ازش دلیل کارش رو بپرسه، تنها جوابش اینه که «این روش رو دوست دارم»، و هیچ دلیل دیگه‌ای نداره متأسفانه.

سید حسن نصرالله علیه السلام رو چگونه شهید کردن؟ با ۸۰ تن (!) بمبی که بر سرش ریختن. گناهش چی بود؟ تنها گناهش این بود که از اون کودکان بی‌گناه و زنان بی‌پناه دفاع می‌کرد.

یا چرا سردار سلیمانی رو شهید کردن؟ چون می‌خواست توی همه دنیا صلح برقرار بشه.

پس ما مخالف صلح نیستیم؛ بلکه اونا نمی‌خوان صلحی به پا بشه که همه بهره‌عادلانه از این عالم ببرن.

البته در بین صحبت‌های این دانشجو زیاد بگومگو شد که هر کدام را توانست به خوبی جواب بدهد.

حاج آقا صالح پرور بعد از تأیید و تشویق این جوان عزیز نکته قابل توجهی گفت:

بزرگواران، بزرگ‌ترین مشکل ما اینه که برای کارها یا اعتقادات خودمون یه مبنای قوی نداریم و این باعث می‌شه که هرکسی هر حرفی رو در تأیید یا رد مسئله‌ای زد،

پی‌نوشت

۱. پایگاه اطلاع رسانی مقام معظم رهبری علیه السلام :
<https://B2n.ir/d46411>
۲. رک: دفتر حفظ و نشر آثار حضرت آیت‌الله خامنه‌ای علیه السلام :
<https://B2n.ir/z74257>
۳. بقره/ ۱۲۰.



فجازی و جوانان پیر

محمد کهوند - کارشناس رسانه و فضای م

زندگی به دلیل ارضا نشدن نیازهای فرد؛ دل‌نگرانی والدین از دیر ازدواج کردن فرزندان؛ افسردگی و اختلالات جنسی؛ پناه بردن به مواد مخدر، و... هرچند یکی از عوامل افزایش سن ازدواج، مشکلات اقتصادی و در حاشیه آن، هزینه‌های زیاد ازدواج، مهریه، ادامه تحصیل، بیکاری و... است، بررسی‌ها نشان می‌دهد که حتی در خانواده‌هایی هم که هیچ‌یک از این

از آسیب‌های مهم اجتماعی افزایش سن ازدواج است. بر طبق آمارها، میانگین سن ازدواج در کل کشور در سال ۳۹۸ در مردان ۲۹/۷ سال و در زنان ۲۴/۸ سال بوده و هرساله درصد آن نسبت به کل ازدواج‌ها، رو به فزونی است. تأخیر در سن ازدواج نه تنها به دختر و پسر و خانواده‌های آنان آسیب می‌رساند، بلکه تبعات اجتماعی فراوانی دارد:

مسئولیت‌پذیر نبودن و بی‌توجهی به آن در سایر زمینه‌های زندگی؛ گرایش به ارتباطات غیرمعارف دختر و پسر؛ هدر رفتن سنین جوانی و طراوت؛ بدخلقی در

مجردی و ترویج دوستی‌های پسر و دختر با عناوین مختلف، از مفاهیمی است که رسانه‌های غربی و شبکه‌های اجتماعی خارجی به‌عنوان فراگیرترین ابزار رسانه‌ای دشمن، آن‌ها را آماده می‌کنند و جوانان و نوجوانان در جامعه نشر می‌دهند. نتیجه‌اش می‌شود بیش از سیزده میلیون دختر و پسر مجردی که از سن مناسب ازدواج گذشته‌اند.^۲



درواقع سؤال اساسی درباره افزایش سن ازدواج این است: آیا ازدواج مضراتی دارد که همه فوایدش را پوشانده و بشر امروزه این مضرات را کشف کرده است؟ یا در زندگی انسان‌ها تحولی پیدا شده که می‌توان منافع ازدواج را به‌گونه دیگری

موانع وجود ندارد، معضل بی‌میلی به ازدواج وجود دارد. نگاه دقیق به این مسئله، انسان را به این مطلب رهنمون می‌سازد که عامل مؤثرتری نیز هست. «فضای مجازی» یکی از آن‌هاست.

از آنجاکه در سبک زندگی غربی و فرهنگ آمریکایی، فرد و منافع فردی در اولویت قرار دارد و از جمله اهداف راهبردی غرب توسعه اومانیسزم (انسان‌محوری)

در جهان است، ازدواج از موانع بزرگ این راهبرد کلان است. از این رو تمام ظرفیت رسانه‌ای جبهه استکبار، به‌ویژه شبکه‌های اجتماعی، برای ترویج این مؤلفه راهبردی به کار گرفته شده است.

براین‌اساس، مشکلات اقتصادی را مانع اصلی دانستن، شبهه‌افکنی درباره مفاهیمی همچون توکل و روزی‌رسان بودن خداوند، غول ساختن از مسئولیت‌های زندگی زناشویی در نگاه جوان، مانع جلوه دادن ازدواج برای لذت‌های دوران

تأمین کرد؟! به بیان دیگر، آیا هزینه‌های سرسام‌آور زندگی امروزی مانع تشکیل خانواده است؟ یا اساساً ازدواج کارایی خود را از دست داده است؟!

پاسخ این سؤال را باید در وضعیت‌شناسی فضای مجازی و شبکه‌های اجتماعی پیدا کرد. دسترسی آسان به گناه و تسهیل روابط نامشروع جنسی یکی از عوامل مهمی است که میل جوانان به ازدواج را کاهش داده و بلکه از بین برده است. چون یکی از انگیزه‌های اصلی و خیلی مهم برای ازدواج نیاز جنسی است، هرچقدر در جامعه‌ای راه‌های رفع این نیاز کم‌هزینه‌تر و راحت‌تر باشد، به همان اندازه انگیزه ازدواج کاهش می‌یابد. جوان امروزی می‌گوید: «چرا ازدواج کنم؟! آنچه قرار است با چن‌دده، بلکه چندصدمیلیون هزینه برای ازدواج، به دست آورم و بعد هم تا پایان عمر بار مسئولیت چندین نفر را به دوش بکشم، با کمترین هزینه و در کوتاه‌ترین زمان،

بدون هیچ دردمندی به دست می‌آورم!» این دستاورد فضای مجازی یله و رهایی است که مسئولان برخلاف قوانین کشور توسعه داده‌اند و کسی که سالم‌سازی این فضا را مطرح می‌کند، متهم به مخالفت با فناوری (تکنولوژی) و فضای مجازی می‌شود!

تجرد طولانی‌مدت ریشه بسیاری از آسیب‌های فردی و اجتماعی است. با افزایش سن ازدواج، از یک‌سو آزادی عمل و استقلال جوان در خانه پدری زیاد می‌شود و از سوی دیگر مسئولیت درخور توجهی نیز بر دوش او قرار ندارد که نتیجه‌اش می‌شود بی‌ رغبتی به ازدواج. زیرا ازدواج هم مانع بزرگی بر سر راه آزادی‌های فردی است و هم بار مسئولیت‌ها را به دنبال دارد و این دو از نگاه جوان مجردی که برکات زندگی مشترک رانچشیده است، مطلوب نیست.

آمارها نشان می‌دهد از سال ۱۳۸۹ به این‌سو، هر سال حدود ۶ درصد میزان

خواهد بود. زن و شوهر در چنین خانواده‌ای کاملاً باهم صمیمی خواهند بود.^۱ شایان ذکر است که هرچه دوران مجردی افزایش پیدا کند و به نوعی طعم زندگی مجردی زیر زبان جوانان مزه پیدا کند، آن‌ها دیگر حاضر به پذیرش مسئولیت‌های زندگی مشترک نمی‌شوند و تا زمانی که، به معنای واقعی، نبود یک فرد مکمل را درک نکنند، از ازدواج دوری می‌کنند و در بزرگ‌سالی به فکر انتخاب همسر و ازدواج می‌افتند. این نوع ازدواج آسیب‌هایی به دنبال خود می‌آورد. از همین رو، شاید اصلی‌ترین وظیفه نهاد خانواده نسبت به فرزندان در سنین جوانی، همراهی آن‌ها برای تشکیل خانواده و آغاز زندگی مشترک باشد.



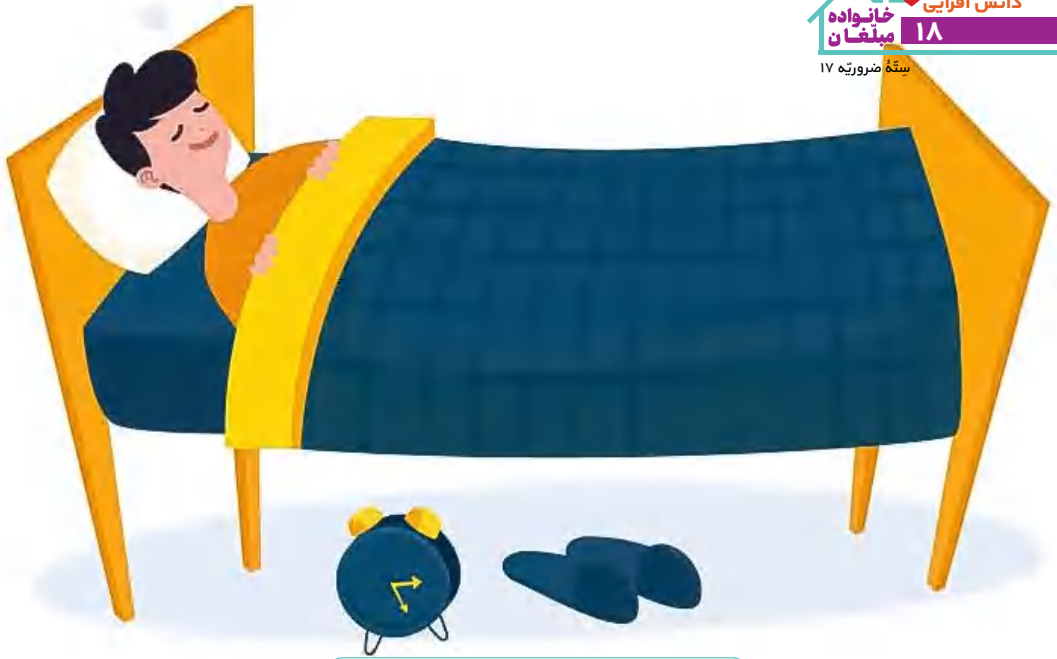
پی‌نوشت

۱. پایگاه خبری مشرق نیوز: <https://B2n.ir/t33294>.
۲. پایگاه خبری ایرنا: <https://B2n.ir/k16098>.
۳. پایگاه خبری تسنیم: <https://B2n.ir/m74182>.
۴. دفتر حفظ و نشر آثار حضرت آیت‌الله‌العظمی خامنه‌ای علیه السلام: <https://B2n.ir/n59213>.

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 ۹۶ حدود ۸ درصد کمتر شده است.^۲



رهبر معظم انقلاب علیه السلام درباره سن ازدواج فرموده‌اند: «جوان‌ها در سنین مناسب، وقتی از دوران جوانی خارج نشده‌اند، در همان حال گرمی و شور و شوق باید ازدواج کنند. این برخلاف برداشت و تلقی خیلی از افراد است که خیال می‌کنند ازدواج دوران جوانی ازدواج زودرس است و ماندگار نیست. درست برعکس است! این‌طور نیست. اگر درست صورت بگیرد، ازدواج‌های بسیار ماندگار و خوبی هم



سِتّه ضروریّه ۱۷

خواب و بیداری «۳»

اکرم کاوری - دانش آموخته دوره طب ایرانی - اسلامی

همان‌طور که در شمارهٔ پیشین بیان شد، تعادل خواب و بیداری در حفظ سلامت و درمان بیماری‌ها اهمیت ویژه‌ای دارد. خواب برای تمام نیروهای طبیعی شامل هضم، متابولیسم (سوخت‌وساز)، دفع سموم و تقویت قوای مغزی و تجدید قوای اعضا و اندام‌های مختلف و ترمیم بافت‌های آسیب‌دیده و به‌طور کلی،

بازگردان سلامتی به بدن مفید است؛ اما میزان نیاز به خواب در هر فردی متفاوت با فرد دیگر است و خوابیدن «هشت ساعت» در شبانه‌روز به همهٔ افراد توصیه نمی‌شود؛ زیرا کم‌خوابی و خواب بیش‌از اندازه، هر دو به یک اندازه مضرند. بهترین حالت خواب معتدل است. اگر کسی بیش‌از اندازه بخوابد، کم‌کم برخی از

انواع خواب^۴

① خواب غفلت: خوابیدن در مجلس

پند و وعظ و خوابی که تمام زمان شب را در بر می‌گیرد؛

② خواب بدبختی و شقاوت: خوابیدن در وقت نماز است؛

③ خواب قیلوله (خواب لعنت): خواب بعد از نماز صبح (قبل از طلوع آفتاب) که باعث کسالت و زردی و کدر شدن صورت می‌شود؛

④ خواب غیلوله (خواب عذاب): خوابیدن بین الطلوعین (بین طلوع فجر (نماز صبح) تا طلوع آفتاب). خواب هنگام صبح (بعد از طلوع آفتاب) به مدت نیم تا یک ساعت ضرری ندارد؛

⑤ خواب قیلوله: خوابیدن پیش از ظهر و در وقت اوج گرمی هوا و بعد از نماز ظهر تا عصر، خواب قیلوله است که سنت و پسندیده است و باعث تقویت قوای مغزی و حافظه می‌شود.^۵ این خواب

اعمالش مختل می‌شود و دچار ضعف بدنی و ضعف حافظه خواهد شد.^۱

خواب به اندازه یعنی خوابی که بین شش تا هشت ساعت باشد که چهار ساعتش پیوسته باشد. اعتدال در خواب و بیداری نشانه اعتدال مزاج و نمایانگر اعتدال مغز است. مثلاً هر بچه‌ای که کم خواب است، یعنی حرارت و خشکی بدنش بیشتر است.^۲



زمان خواب شبانه

از موقع تاریکی هوا تا نیمه شب، هر یک ساعت خواب برابر با سه ساعت خواب بعد از نیمه شب است. بعد از نیمه شب، هر یک ساعت خواب برابر با چند ساعت خواب در روز، ارزشمند است و خستگی بدن را کاملاً رفع می‌کند؛ اما خواب روزانه برابر با خواب شبانه نیست.^۳

در معارف دینی، این خواب مستحب است. همچنین تحقیقات جدید نشان می‌دهد که خواب نیمروزی (قیلوله) کارایی را ۳۰ درصد و هوشیاری را تا ۵۰ درصد افزایش می‌دهد.^۶

● **خواب غیلوله (خواب مرگ):** خواب آخر روز (یک ساعت قبل از غروب) از نگاه اسلام «خوابِ هلاکت» نام گرفته است. خوابیدن در هنگام غروب آفتاب نکوهش شده است؛ زیرا فرد بعد از بیداری احساس می‌کند در دنیای دیگری است و برای مدتی ذهنش پاک می‌شود و بیشتر اتفاقات روز را به خاطر نمی‌آورد و حتی نمی‌تواند تشخیص دهد الان چه ساعتی از شبانه‌روز است! حتی برخی افراد بعد از بیداری هنگام مغرب دچار سردرد می‌شوند. خواب در هنگام غروب سودای ناصالح و غیرمفید را در بدن افزایش می‌دهد و موجب بدخلقی هم می‌شود. مواظب خواب سودازا

کوتاه و در حد نیم ساعت است. بهتر است خواب قیلوله در زمستان و پاییز که روزها کوتاه‌تر است، کمتر از تابستان و بهار باشد.

● **دلیل مستحب بودن خواب قیلوله از نظر پزشکی**

سردترین زمان شبانه‌روز، نیم تا یک ساعت مانده به اذان صبح است. (بیشتر سکتها و ایست‌های قلبی در این زمان رخ می‌دهد. یکی از علت‌های توصیه به سحرخیزی همین است.) این سردی، یعنی تولید بلغم که یکی از علائم زیادی آن، فراموشی است. درمان آن بیدار شدن قبل از اذان صبح است. از آنجاکه مزاج عبادت گرم است، از بیماری‌ها جلوگیری می‌کند. برعکس، گرم‌ترین ساعت روز تقریباً موقع اذان ظهر است. مزاج خواب سرد است و خواب قیلوله از حرارت بدن کم می‌کند. به‌خاطر همین است که

خوابش باید به سمت راست بدن باشد. خوابیدن به پهلو چپ باعث فشار به طحال و غمگینی می‌شود؛ همان‌طور که در بین عموم مردم نیز رایج است که با دیدن شخص بد اخلاق می‌گویند: انگار از دنده چپ (پهلوی چپ) بیدار شده است!



پس بهتر است قبل از ترک رختخواب ابتدا به پهلو راست بخوابیم و برای بلند شدن هم به آنج تکیه دهیم و برخیزیم تا به مهره‌های کمر فشار نیاید و باعث کمردرد نشود.

جالب آن است که براساس مطالعات جدید، خوابیدن روبه‌قبله که از دستوره‌های اسلام است، باعث «جذب آهن» در بدن می‌شود.^۹ خوابیدن روبه‌قبله چون در

باشید که سودای ناصالح پیش‌نیاز سرطان است.^۷

⑦ خواب رخصت: بعد از نماز عشا تا یک ساعت قبل از اذان صبح که یک‌سوم شب را شامل می‌شود. از ساعت ۲۲ تا ۳ بامداد بهترین وقت خواب در ایران است (از نظر اقلیم).

بهترین نوع خوابیدن

امام رضا علیه السلام می‌فرمایند: «قدرت و سلطنت خواب در مغز است و آن مایه پایداری و نیرومندی جسم است. پس هرگاه خواستی بخوابی، ابتدا بر سمت راست و سپس بر سمت چپ بخواب. هنگام برخاستن، از سمت راست خود برخیز».^۸ پس بهترین نوع خواب آن است که انسان ابتدا کمی روی شانه راست دراز بکشد و سپس روی شانه چپ بخوابد و زمانی هم که قصد بیدار شدن دارد، مدتی روی شانه راست دراز بکشد؛ یعنی ابتدا و انتهای

جهت حرکت مغناطیسی زمین است، باعث می‌شود خواب انسان راحت‌تر شود و خواب راحت برای بدن از غذا هم اهمیت بیشتری دارد.

بدترین نوع خوابیدن

هنگامی که روبه‌قبله می‌خوابیم، در واقع آهن بدن تنظیم و باعث سالم ماندن بدنمان می‌شود؛ در نتیجه به بیماری‌های قلبی دچار نمی‌شویم. در غیر این صورت، آهن در جداره رگ‌ها رسوب می‌کند و مقدارش در بدن کاهش می‌یابد. این امر سبب تصلب رگ‌ها و عوارض قلبی می‌شود و به کبد،

به‌عنوان قسمت‌کننده آهن در بدن، لطمه شدیدی می‌زند.



زیرا این خواب شیطانی است.^۱

پی‌نوشت

۱. قانون در طب، ابوعلی سینا، ترجمه عبدالرحمن شرفکندی، انتشارات سروش، ج ۲، ص ۱۳۹۸، ص ۲۱۸.
۲. مزاج‌شناسی و نسخه‌های استاد خیراندیش، جوادعلی قلی‌پور، انتشارات مارینا، ج ۴۳، تابستان ۱۳۹۷، ص ۱۷۶.
۳. همان، ص ۱۷۷.
۴. المواعظ العددیه، علی مشکینی اردبیلی، ترجمه سید مرتضی موسوی قافله‌باشی، انتشارات دار الحدیث، قم، ۱۳۹۳، ص ۳۲۱.
۵. من لا یحضره الفقیه، محمد بن علی بن بابویه (شیخ صدوق رضی الله عنه)، دفتر انتشارات اسلامی، قم، ج ۲، ص ۱۴۱۳، ج ۱، ص ۵۰۳.
۶. مزاج‌شناسی و نسخه‌های استاد خیراندیش، جوادعلی قلی‌پور، ص ۱۷۷.
۷. خبرگزاری ایسنا: <https://B2n.ir/h84660>.
۸. بحار الأنوار، محمدباقر مجلسی، انتشارات دار احیاء التراث العربی، بیروت، ج ۵۹، ص ۳۱۶.
۹. خبرگزاری تسنیم: <https://B2n.ir/y48909>.
۱۰. خصال، محمد بن علی بن بابویه (شیخ صدوق رضی الله عنه)، انتشارات جامعه مدرسین، قم، ج ۱، ص ۱۳۶۲، ج ۲، ص ۶۱۳.



همراهان ۱۴

بانوی بهشتی

محمدحسن خدای - دانش‌آموخته حوزه علمیه

به راستی چه کسی می‌تواند فرق بین بعضی مفاهیم را به روشنی اندازه‌گیری و مشخص کند؟ چقدر فرق است بین وفاداری و خیانت؟ بین راستی و نفاق؟ بین محبت و خدعه؟ بین یاری و مکر؟ کسی هست که به درستی درک کند بین زنی که تمام دغدغه‌اش یاری همسرش است و در این راه در تمام سختی‌ها و مشقت‌ها انیس و یاور اوست، از لحاظ ارزشمندی، چقدر فاصله است با زنی که نه تنها محبت و فضیلت ندارد، نه تنها یار و یاور شوهرش نیست، بلکه از پشت به او خنجر می‌زند و خیانت می‌کند؟!

تفاوت ام‌فضل ملعونه با حضرت سمانه علیها السلام چقدر است؟ با مطالعه تاریخ و بررسی ظرایف زندگانی **امام جواد علیه السلام** شاید بتوان قطره‌ای از اقیانوس فضائل **حضرت سمانه علیها السلام** را چشید. مأمون پلید پس از به شهادت رساندن امام رضا علیه السلام نیزنگ جدیدی در سر داشت. چون او فرزند کنیز زشت‌رویی بود، میان

اواهل مغرب^۱ بود. لقبش را «سیده» گفته اند.^۲ همچنین مادر گرامی امام هادی علیه السلام دارای چنان فضائل و شایستگی‌هایی بود که به وی کنیه «ام الفضل» داده بودند.^۳ در «اعلام النساء المؤمنات» آمده است: «سمانه مغربیه علیه السلام، مادر امام هادی علیه السلام به "سیده" معروف بود و کنیه وی "ام الفضل" بود. او از بهترین زنان عصر خود، بلکه بافضیلت‌ترین آن‌ها بود و هیچ‌کس در زهد و تقوا مانند او نبود. او بیشتر روزها روزه می‌گرفت. خداوند نیز به او شرافت بخشید؛ زیرا او را مادر امام معصومی قرار داد.»^۴

راهیابی به آستان ولایت

محمد بن قزح می‌گوید:
حضرت امام جواد علیه السلام مرا طلبید و فرمود:
قافله‌ای از طرف مغرب آمده که برده فروشی

بنی عباس و اعراب بغداد جایگاه والایی نداشت. به همین خاطر بود که در ظاهر، علی‌رغم میل باطنی، امام رضا علیه السلام را ولیعهد خود قرار داد تا دست‌کم بتواند حمایت شیعیان را به خود منعطف سازد. پس از امام رضا علیه السلام نیز به همین نیت دختر خود، ام‌فضل، را به اجبار به ازدواج جواد الائمه علیه السلام درآورد. این وصلت فواید دیگری نیز برای او داشت؛ مثلاً در واقع او جاسوسی به بیت امام فرستاده بود و به راحتی می‌توانست از اخبار حضرت مطلع شود. اما حضرت جواد الائمه علیه السلام این بار با حضرت سمانه علیه السلام وصلت کردند. شیرینی این وصلت می‌توانست تلخی همراهی با ام‌فضل را از بین ببرد؛ سمانه‌ای که عارف به منزلت اهل بیت علیه السلام بود و همیشه یار و غم‌خوار امام جواد علیه السلام.



و دامانشان خاستگاه امام آسمان‌ها و زمین باشد. حضرت سمانه عَلَيْهَا السَّلَامُ نیز مطلع نوری از انوار الهی بود؛ نوری که در شب نیمهٔ رجب ۲۱۲ ق جهان به حضورش منور شد.^۶ پیش از آن نیز مژدهٔ این امر فرخنده را شنیده بود و به او الهام می‌شد که تو بارگران بهای الهی و دهمین وصیِّ برحق پیامبر خاتم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ را حمل می‌کنی.



نَمی از بحر فضائل

سمانه عَلَيْهَا السَّلَامُ در زهد و تقوا مانند نداشت و همیشه روزهٔ مستحبی می‌گرفت.^۷ روایت شده است که سمانه از خاضع‌ترین و خاشع‌ترین افراد در برابر حق تعالی بود.^۸

در بین آن‌هاست و با او چند کنیز است. این هفتاد دینار را بگیر و جاریه‌ای برایم خریداری کن که نشانه‌هایش چنین باشد. من نیز چنین کردم. او دختری صالح و عقیف و محبوب بود.^۵

چه افتخاری بالاتر از این که آن‌قدر خوب و شایسته و فاضل باشی که لیاقت یابی به‌عنوان همسر و همراه ولّی خدا برگزیده و انتخاب شوی و تحت تعلیم امام الحق، عالم اولین و آخرین و حجة الله علی الخلق قرار بگیری و انیس خوشی و ناخوشی زندگی‌اش باشی.

سمانه؛ مطلع خورشید ولایت

در منابع روایی اشاره شده که اهل بیت عصمت و طهارت عَلَيْهِمُ السَّلَامُ از ارحام مطهره خلق شده‌اند. اصلاً شاید بتوان گفت یکی از بزرگ‌ترین فضائل مادران ائمه عَلَيْهِمُ السَّلَامُ همین است که فراوانی کمالاتشان سبب می‌شود افتخار یابند حامل نور الله باشند

هِيَ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ لَا يَفْرُبُهَا شَيْطَانٌ مَارِدٌ وَ لَا يَنَالُهَا كَيْدُ جَبَّارٍ عَنِيدٍ وَ هِيَ مَكْلُوءَةٌ بِعَيْنِ اللَّهِ الَّتِي لَا تَنَامُ؛ مادرم عارف به حق من و از اهل بهشت است و شیطان سرکش به او نزدیک نمی‌شود و مکر و نیرنگ ستم‌کاران جو‌ریش به او نمی‌رسد و او زیرنظر توجه و الطاف خدایی که خواب ندارد، محافظت شده است.»



با تورق تاریخ درمی‌یابیم که او پارسایی شب‌زنده‌دار، صالح و قاری قرآن بوده است. با این مبنا که قول و فعل امام حجت است و معصوم سخنی جز راست نمی‌گوید و تکلمی جز وحی ندارد، باید این کلام شریف امام‌های علیهم‌السلام را بررسی کرد. اصلاً جدای از مضمون و محتوای روایت، همین‌که خلیفه الله علی الأرض، امام معصوم، کسی را مدح و تمجید کند، نشان‌دهنده منزلت و جایگاه فوق‌العاده ویژه اوست؛ چه رسد به اینکه انسان بیندیشد در عبارات خارق‌العاده حضرت علی النقی علیه‌السلام در وصف مادر بزرگوارشان، حضرت سمانه علیها‌السلام: «أُمِّي عَارِفَةٌ بِحَقِّي وَ

پی‌نوشت

۱. مراکش امروزی.
۲. مناقب آل ابی‌طالب علیهم‌السلام، ابن‌شهر آشوب مازندرانی، انتشارات دارالاضواء، بیروت، ۱۴۱۲ق، ج ۴، ص ۴۳۳.
۳. الدر النظیم، یوسف بن حاتم شامی، انتشارات جامعه مدرسین قم، ص ۷۱.
۴. أعلام النساء المؤمنات، عمر رضا کحاله، انتشارات اسوه، تهران، ۱۳۷۶، ص ۴۴۸.
۵. رباحین الشریعه، ذبیح الله محلاتی، انتشارات دارالکتب الاسلامیه، تهران، ج ۳، ص ۲۳.
۶. حیاة الإمام علی‌الهادی علیه‌السلام، باقر شریف قرشی، ترجمه سید حسن اسلامی، انتشارات جامعه مدرسین قم، ص ۱۴.
۷. منتهی الآمال، شیخ عباس قمی، انتشارات هجرت، قم، ۱۳۷۶، ج ۲، ص ۴۶۳.
۸. عیون المعجزات، شیخ حسین بن عبدالوهاب، انتشارات مکتبه دآوری، قم، ص ۱۱۸.
۹. دلائل الإمامه، ابن جریر طبری، انتشارات مؤسسه بعثت، قم، ۱۴۱۳ق، ص ۴۱۰.



یمنهٔ بدنهٔ کودکان

محمد حسین قدیری-دانش آموخته سطح ۳ حوزهٔ علمیه؛ کارشناس ارشد روانشناسی

«کافر همه را به کیش خود پندارد.» بارها و بارها این مثل را شنیده‌ایم؛ ولی شاید کمتر آن را تحلیل کرده باشیم و شاید از زاویه‌ای دیگر آن را بررسی کرده باشیم. با من تشریف بیاورید این سمت. خوب است، خوب است. همین‌جا. مؤمن هم همه را به کیش خود پندارد. این هم، مثل همان مثل، به‌طور کلی درست است. چرا؟ چون «از کوزه همان برون تراود که در اوست».

به‌انسان صاف و صادق و بی‌شیله‌پيله‌ای گفتند: این شب‌ها دزد زیاد شده و چند منزل را سرقت کرده‌اند! با تعجب گفت: پس کی نماز شب می‌خوانند؟! زمانی داستانی واقعی که در مشاوره‌هایم اتفاق افتاده بود، نوشته بودم: دختر و

می‌شود. زمانی ممکن است با زور به او تجاوز شود و کودک بآنکه درونش تلاطم و آشوب است، شرم کند و حرفی نزند. بسیاری از والدین مذهبی هنگام طرح این‌گونه بحث‌ها سریع موضع می‌گیرند که «خدا را شکر این موضوع درباره‌ ما اصلاً صدق نمی‌کند» و متأسفانه از جایی که فکرش را نمی‌کنند، ممکن است ضربه بخورند.



مادری تعریف می‌کرد: خدا رو شکر، خانواده خودم و همسر مذهبی هستیم و جلسات مذهبی و نماز اول وقت و دعای سر جاشه؛ اما به تازگی متوجه اتفای شده‌م

پسری که برای دیدار یکدیگر در امامزاده قرار گذاشتند و شروع دوستی. استاد ارزیاب داستانم را رد کرد. دلیلش این بود که این بدآموزی دارد و باعث نگاه بد دیگران به انسان‌های مذهبی می‌شود. به هر حال، من استدلال خودم را داشتم؛ ولی او پشت میز بود و تصمیم‌گیرنده. داستان را تأیید نکرد؛ ولی آیامی تواند واقعیت را هم تأیید نکند؟! زور واقعیت خیلی بیشتر از این هاست. باید نسبت به ناهنجاری‌ها آموزش دهیم و پیشگیری را تقویت کنیم. خانه حضرت نوح و لوط علیهم‌السلام، به خاطر وجود بابرکتشان، مقدس و حرم بود؛ ولی آیا حرم بودن سبب می‌شود افراد ناسالم اصلاً نتوانند وارد بشوند؟ خسته شدید؟ نه؟ خدا را شکر. برویم سر اصل مطلب.

در تجارب مشاوره‌ای، موارد زیادی داریم که کودکانی از نزدیک‌ترین افراد فامیل خود ضربه جنسی خورده‌اند. گاهی کودک، به دلیل ناآگاهی، راضی به روابط جنسی

پس توجه به چند نکته ضروری است:

❶ آموزش و پرورش جنسی کودکان را جدی بگیریم؛

❷ گاهی به حساب اینکه اطرافیان محرم هستند، در پوشش و آرایش دقت نمی‌شود یا در خصوص پوشش کودکان اهمال می‌شود که لازم است بیش از پیش به آن توجه کنیم؛

❸ رابطه جنسی کودکان با کودکان دیگری یا بزرگ‌ترهای فامیل که رابطه‌شان صمیمانه است، می‌تواند تمایلات هم‌جنس‌خواهی را تقویت کند؛

❹ تجاوز جنسی به کودکان از طرف افراد آشنا یا غریبه این قدرت را دارد که او را یک‌عمر گرفتار اضطراب، افسردگی و وسواس کند؛ به‌ویژه اگر از گفتن این موضوع به بزرگ‌ترها و درمانگر شرم کنند؛

❺ گاهی شروع انحراف جنسی کودکان و نوجوانان از رفتار جنسی ناشیانه والدین است. در مشاوره‌ها زیاد داریم

که فشارم افتاده و حالم بده. فهمیده‌م پسر نه‌ساله همسایه، پسر دوازده‌ساله خواهرم و پسر هشت‌ساله خودم، موقع بازی، اندام جنسی همدیگه رو دیدن و لمس کردن. الان موندنم چطور به خونواده‌ها بگم! شوهرم خواست در این باره با بچه‌ها صحبت کنه؛ اما می‌ترسم بگن چشم‌وگوش بچه‌ها رو باز کردی و....

چرا فکر می‌کنیم چون در خانواده مذهبی هستیم، ما و کودکانمان در قبال آسیب‌های جنسی بیمه‌ایم؟! درست است که دین‌داری مانع بسیاری از آسیب‌ها می‌شود، ولی آیا کل خانواده عمیقاً دین‌دارند؟ نمی‌گوییم بدبین و بدگمان باشیم؛ که بسیاری از گمان‌های بد گناه است؛ ولی لازم است به شدت محتاط باشیم، مال خود را بپاییم و همسایه را در زد نکنیم.



که می‌گویند شروع انحرافشان وقتی بوده که صدای رابطه والدین یا خواهر و برادر متأهلشان با همسرشان را شنیدند؛ یا قفل کردن درِ اتاق خواب یا حمام رفتن‌های ناشیانه زوجین همان و درگیر شدن ذهن کودکان همان. پیامبر گرامی اسلام ﷺ برای اینکه ما به

خود آییم و موضوع را جدی بگیریم، با تأکید چنین سوگند یاد کردند: «سوگند به کسی که جانم به دست اوست، اگر کسی با همسرش درآمیزد و در اتاق کودکی بیدار باشد که آنان را ببیند و سخن گفتن و صدای نفس آنان را بشنود، هرگز رستگار نمی‌شود. اگر پسر

باشد، زنی

ش جنسی

معتقدند

به‌عنوان

سربسته

سی به طور

ب‌می‌شود.

۶



آمocht تا هم کودکان به اندازه لازم آگاه شوند و هم پرده‌های حیا بین والدین و فرزندان حفظ شود؛ در غیر این صورت در دامی مثل سند ۲۰۳۰ گرفتار خواهیم شد.



برای مطالعه بیشتر

- ▶ حرف‌های یواشکی، رضامه‌کام، انتشارات مهرستان، اصفهان، ۱۳۹۸.
- ▶ خانواده و مسائل جنسی کودکان، علی قائمی، انتشارات انجمن اولیا و مربیان، تهران، ۱۳۹۰.
- ▶ تربیت جنسی کودکان؛ از تولد تا نُه‌سالگی، فاران حسامی، انتشارات دانژه، تهران، ۱۳۹۶.

معمولاً کودکان و نوجوانان چیزهایی می‌دانند که باید نزدشان شاگردی کرد. بله، در آینه نوشته: اشیا نزدیک‌تر از آئی هستند که می‌بینید. من هم می‌گویم: کودکان بسیار آگاه‌تر از آئی هستند که شما فکرش را می‌کنید؛

۷ برای تربیت جنسی کودکان زودتر به فکر باشیم و مشورت و مطالعه کنیم؛ که فردا دیر است. برای بیمه ماشین یک روز هم تأخیر نمی‌کنیم. آیا سلامت روان کودکان نیاز به بیمه عمر و بدنه و حوادث ندارد؟! البته این‌که چه مسائلی را چگونه با کودکانمان مطرح کرده که تأثیر منفی و تحریک‌آمیز نداشته باشد، مهارت هنرمندانه و مستقلى است که باید آن را

پی‌نوشت

۱. «وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ لَوَأَنَّ رَجُلًا عَشِيَّ إِمْرَأَتَهُ وَفِي الْبَيْتِ صَبِيٌّ مُسْتَبِيحٌ يَرَاهُمَا وَتَسْمَعُ كَلَامَهُمَا وَتَفْسَهُمَا مَا أَفْلَحَ أَبَدًا إِذَا كَانَ عُلَمَاءُ كَانُوا زَانِبًا أَوْ جَارِيَةً كَانَتْ زَانِيَةً» (اصول کافی، محمد بن یعقوب کلینی، انتشارات دارالکتب الإسلامیه، تهران، ۱۳۶۳، ص ۵۰، ح ۲). دقت داشته باشیم که معنی حدیث این نیست که الزاماً یچه زناکار می‌شود؛ بلکه اشاره به این دارد که بی‌توجهی بزرگشان می‌تواند زمینه‌ساز قوی‌ای برای این آسیب باشد.
۲. پیشنهاد می‌کنیم فیلم «هیس! دختران فریاد نمی‌زنند» و تحلیل و نقدهای مربوط به آن را ببینید.

فرزند بیشتر، زندگی شادتر ۲

منصوره مودب-دانش پژوه سطح ۳ جامعة الزهراء ع

جایگاه نشاط در اسلام

دین هدایتگر اسلام برای شادمانی و نشاط ارزش خاصی قائل است و با این تفکر برخی افراد که لذت‌های دنیوی را با ایمان و دین‌داری در تضاد می‌دانستند و تنها عبادت کردن را می‌پسندیدند و از خندیدن پرهیز می‌کردند و فقط گریه کردن را مشروع می‌دانستند، به شدت مبارزه کرده است. به همین دلیل، پیامبر خدا ص در برابر این جریان ایستادند و فرمودند: «بدانید که من نماز می‌خوانم، می‌خواهم، روزه می‌گیرم، افطار می‌کنم،

در شماره اول این مقاله، بیان شد که این نوشتار بر آن است رابطه افزایش فرزند با افزایش نشاط در خانواده را بررسی کند. برای این منظور، ابتدا نشاط را تعریف و سپس جایگاه فرزندآوری از منظر آیات و روایات را تبیین کردیم. در این شماره به بررسی جایگاه نشاط از منظر اسلام و رابطه افزایش فرزند با مؤلفه‌های نشاط‌آفرین، مانند سلامت جسمانی، سلامت روانی، رشد شخصیت افراد و اقتدار می‌پردازیم تا گامی، هرچند کوتاه، در راستای فرهنگ‌سازی در این امر مهم برداریم.



از گستره رحمت الهی خوشحال‌اند و می‌خندند و البته در نهان، از ترس عذاب خدا می‌گیرند.^۴

در اینجا به چند نکته اشاره کنیم:

① نتیجه نشاطِ روحی، نشاطِ جسمی است. شور و نشاط و شادمانی که در رفتار و گفتار فرد مشاهده می‌شود، به سبب روح و روان سالم و شادابی است که بر او حاکم است. اگر فردی روح ناآرام و احياناً آلوده‌ای داشته باشد، به یقین بر جسم او نیز تأثیر خواهد گذاشت؛

می‌خندم و می‌گیرم؛ پس هرکه از روش و سنت من روی گرداند، از من نیست.» این نشان می‌دهد که عبادت پایدار در گروه تعادل در همه امور، از جمله خنده و گریه است. وقتی پیامبر خدا ﷺ با دیگران بودند، با خنده آنان می‌خندیدند: «يَضْحَكُ مِمَّا يَضْحَكُونَ مِنْهُ».^۲ همچنین راوی در توصیف امام صادق علیه السلام گفته ایشان زیاد شوخی و تبسم می‌کردند: «وَلَقَدْ كُنْتُ أَرَى جَعْفَرَ بْنَ مُحَمَّدٍ عَلَيْهِ السَّلَامُ وَكَانَ كَثِيرَ الدُّعَابَةِ وَالتَّبَسُّمِ».^۳ از دیدگاه اسلام، بهترین مسلمانان کسانی هستند که در آشکارا

۳ در قرآن و روایات عوامل نشاط و شادمانی انسان بیان شده و مصادیق زیادی ذکر شده است: ایمان و عمل صالح؛ یاد خدا؛ تفکر؛ وضو؛ نماز؛ دعا؛ گریه و اشک بجا؛ تلاوت و تدبر در قرآن؛ نیکی به والدین؛ اخلاق نیکو؛ زیارت قبور ائمه علیهم السلام؛ مطالعه سخنان اهل بیت علیهم السلام؛ رعایت حقوق همسایه؛ صدقه دادن؛ عدم جدال بیهوده؛ نیکو سخن گفتن؛ شوخی؛ امنیت؛ سلامت؛ لذت؛ خواب؛ فرزند صالح؛ توجه به یتیمان و نیازمندان؛ زهد؛ هدیه دادن؛ عیادت مریض؛ نیکی به دیگران؛ آسان گیری و تسامح؛ تغافل؛ مصالحه؛ شغل مناسب؛ تفریح؛ ثروت حلال؛ روابط اجتماعی؛ همسر صالح و خوش خو؛ توجه به حال هم نوعان؛ ... یکی از تمایلات و استعداد های درونی انسان، میل و نیاز به سرور و بهجت و لذت در زندگی است؛^۵

۴ اگرچه در بیشتر موارد، شادی و نشاط به یک معنا استفاده می شوند،

۲ اگرچه شادی از نیازهای اولیه انسان است، اما هر شادمانی و نشاطی مطلوب اسلام نیست؛ باید براساس ملاک های عقل و شرع داوری و حکم کرد. بر این اساس، شادی به دو نوع «پسندیده» و «کاذب» تقسیم می شود. شادی در مجموع، اگر مدیریت شود و در حد اعتدال منطقی و همراه با یاد خدا و سپاس باشد، از نظر اسلام پسندیده است. از این رو، در هنگام نشاط و شادمانی، رعایت آداب و موازین شرعی و عرفی ضروری است. از سوی دیگر، شادی هایی که همراه با نافرمانی خدا، آزار و اذیت دیگران، لهو و لعب و کارهای بیهوده و خطر آفرین باشند، در زمره شادی های کاذب و ناپسند قرار می گیرند. در واقع شادی های کاذب، آبی و زودگذر و با نتایج ناخوشایند همراه هستند؛



اما در نگاه دقیق علمی بین این دو واژه تفاوت‌هایی وجود دارد که ریشهٔ این تفاوت‌ها در لغت است. معادل عربی «شادی»، فَرَح و سرور است که نمودش بیشتر در خنده و تبسم است. نشاط و شادابی (رُوح) سرحال بودن و سرزندگی و میل و رغبت داشتن به کار است که در فعالیت و تکاپو آشکار می‌شود. از این رو، می‌توان گفت گاهی نشاط و شادی هر دو باهم جمع‌اند و آن زمانی است که فرد هم شاد است و هم بانشاط و سرحال؛ گاهی نیز این دو از هم جدایند؛ یعنی فرد بانشاط

ادامه دارد...

پی‌نوشت

۱. اصول کافی، محمد بن یعقوب کلینی، انتشارات دارالکتب الإسلامیه، تهران، ج ۴، ۱۴۰۷ق، ج ۲، ص ۱۸۵.
۲. وسائل الشیعه، شیخ حر عاملی، انتشارات موسسه آل‌البیت علیهم‌السلام، قم، ج ۱، ۱۴۰۹ق، ج ۱، ص ۱۰۹.
۳. بحار الأنوار، محمدباقر مجلسی، انتشارات داراحیاء التراث العربی، بیروت، ج ۱۷، ص ۳۳.
۴. الگوی اسلامی شادکامی با رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرا، عباس پسندیده، انتشارات دار الحدیث، قم، ۱۳۹۷ش، ص ۳۵.
۵. رک: عوامل نشاط و شادابی در اسلام و سلامت روان از دیدگاه قرآن و احادیث، رحیم خاک‌پور، پایگاه مرجع دانش (ناشر تخصصی کنفرانس‌های ایران)، ۱۳۹۷ش.
۶. رک: نشاط در سیرهٔ ائمه علیهم‌السلام، رضا وحید، مرکز پژوهش‌های اسلامی صداوسیما، قم، ج ۱، ۱۳۹۳ش.
۷. اصول کافی، ج ۱، ص ۴۰.

چراهای ریزه میزه ۷

رها سلمانیان

شهید سیزده ساله!

همیشه دلم می خواست بزرگ شَم و مثل آدم بزرگ کارهای بزرگ بزرگ انجام بدم. حتی اون موقع که سیزده ساله بودم، هرچی مامان و بابا می گفتن تو دیگه بزرگ شدی، مردی شدی برای خودت، اون حس قدرت و مفید بودن رو نداشتم و برام سؤال بود که باید چی کار کنم. تا اینکه اوایل آبان یه اطلاعیه رو تابلوی بسیج مدرسه دیدم؛ فراخوان ثبت نام بسیج بود و یه مسابقه بین اعضا که جایزه ش هم اردو بود.



مسجد محله موم نوشته بود که امام خمینی علیه السلام فرمودند: «رهبر ما آن طفل سیزده ساله‌ای است که با قلب کوچک خود، که ارزشش از صدها زبان و قلم بزرگ‌تر است، با نازنجک خود را زیر تانک دشمن انداخت و آن را منهدم نمود و خود نیز شربت شهادت نوشید.»^۱

شروع کردم به مطالعه؛ ولی باورش خیلی سخت بود برام؛ متولد محله پامنا قم، اردیبهشت سال ۴۶ تا آبان ۵۹!

خدای من! می‌شه سیزده سال! یعنی هنوز حتی به سن تکلیف نرسیده بوده و چهار سال آخر عمر هم کرج زندگی می‌کردن. مدام توی تظاهراتها شرکت می‌کرده، دیدار امام رفته بوده، چقدر اعلامیه پخش می‌کرده، توی درگیری‌های خوزستان شرکت داشته. حتی خودش و به درگیری‌های

هر سال توی بسیج دانش‌آموزی ثبت‌نام می‌کردم و فعالیت‌هاشون رو دوست داشتم.

اون سال هم دو قطعه عکس و کپی شناسنامه و کارت بسیج پارسال رو آوردم و ثبت‌نام کردم.

ولی موضوع مسابقه به نظرم کمی سخت بود؛ چون چیز زیادی درباره‌ش نمی‌دونستم.

ولی راستش، به خاطر جایزه‌ش، با دوستم تصمیم گرفتیم توی مسابقه هم شرکت کنیم.

موضوع مسابقه این بود: «اگر من جای شهید فهمیده بودم...»

یه بروشور دادن به موم درباره زندگی‌نامه شهید فهمیده که تهش یه مسابقه بود همراه یه صفحه متن ادبی و تعدادی سؤال چندگزینه‌ای. من از شهید فهمیده فقط همین تو ذهنم بود که روی دیوار سالن بسیج

کردستان رسونده بوده که، به خاطر سن کمش، بچه‌های کم‌میتة برش می‌گردونن کرج و از خانواده‌ش تعهد می‌گیرن که تا به سن قانونی نرسیده، دیگه اون طرف‌ها پیداش نشه. ولی انگار این مرد کوچک روحش بزرگ‌تر از این حرف‌ها بوده و نمی‌تونسته برا بزرگ شدن صبرکنه. این بار با شروع جنگ ایران و عراق یه روز، به بهانه خرید نون، از خونه بیرون می‌ره و خودش و می‌رسونه تهرون و از اونجا همراه بچه‌های دانشکده افسری یواشکی می‌ره خرمشهر. حتی قبل از شهادتش یه بار مجروح شده بود، ولی حریفش نمی‌شن که برش گردونن.

تازه شهریور ۵۹ تونس‌ت لیاقت خودش و ثابت‌کنه و به صورت رسمی کنار فرماندهش بمونه. ولی کمتر از دو ماه بعد، یعنی هشتم آبان همون سال، زمانی که پنج‌تانک عراقی به خرمشهر حمله کردن تا منطقه رو محاصره کنن، محمدحسین به خودش نارنجک می‌بنده و می‌ره سمت تانک‌ها و حتی بین راه پاش تیر می‌خوره، ولی متوقف نمی‌شه و خودش و می‌ندازه زیر یکی از تانک‌ها و

با این کارش افسران عراقی خیال می‌کنن منطقه مین‌گذاری شده یا نیروی کمکی رسیده و عقب‌نشینی می‌کنن. ناخودآگاه یاد اون جمله حضرت قاسم علیه السلام افتادم که حاج آقا هر سال توی مسجد می‌گفت: مرگ براش «أَحْلَى مِنَ الْعُتْسَلِ» بود تو سن نوجوونی! درست هم سن و سال من! حسابی تو فکر رفتم و انگار دیگه منتظر بزرگ شدن نبودم.

بزرگ شدن به سن و قد و مدرک تحصیلی و زور بازو نیست انگار.



بزرگ شدن یعنی من توی همین سن
و با همین قدوقواره باید بتونم آماده
خدمت به امام زمانم باشم و برای
خوشحال کردن ایشون، به عنوان یه
سرباز کوچولو هر کاری از دستم برمی آد
انجام بدم.

برای مطالعه بیشتر تر:

فهمیده رزمنده کوچک، قاسم کریمی،
انتشارات لک لک، تهران، ۱۳۸۵.

پی نوشت

۱. صحیفه امام علیه السلام، روح الله خمینی، انتشارات موسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی علیه السلام، تهران، ۱۳۵۹، ج ۱۴، ص ۷۳.

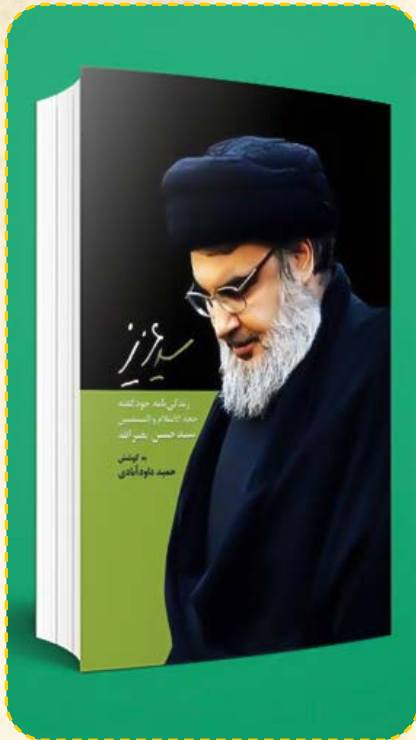


چی بخونیم؟ ۲۰

الهام آقاجانی-کارشناس علوم قرآن و حدیث

معرفی اجمالی و گزیده‌ای از کتاب «سید عزیز»

کتاب «سید عزیز؛ زندگی‌نامه خودگفته شهید حجت‌الاسلام والمسلمین سید حسن نصرالله علیه السلام، دبیرکل حزب‌الله لبنان» برگرفته شده از مصاحبه آقای حمید داودآبادی با دبیرکل حزب‌الله لبنان، شهید سید حسن نصرالله علیه السلام، است. در این کتاب از زوایای زندگی این عالم بافضیلت دینی سخن به میان آمده است. محتوای این مصاحبه‌ها را علی‌رضا موحدی ترجمه کرده و در نهایت با همکاری انتشارات «یا زهرا علیها السلام» چاپ و منتشر شده است. این کتاب در سال ۱۳۹۹ به چاپ نهم رسید.



مقاومت و گسترش آن تلاش می‌کرد. در ادامه معرفی کتاب «سید عزیز» با این پرچم‌دار مقاومت در منطقه بیشتر آشنا خواهیم شد.

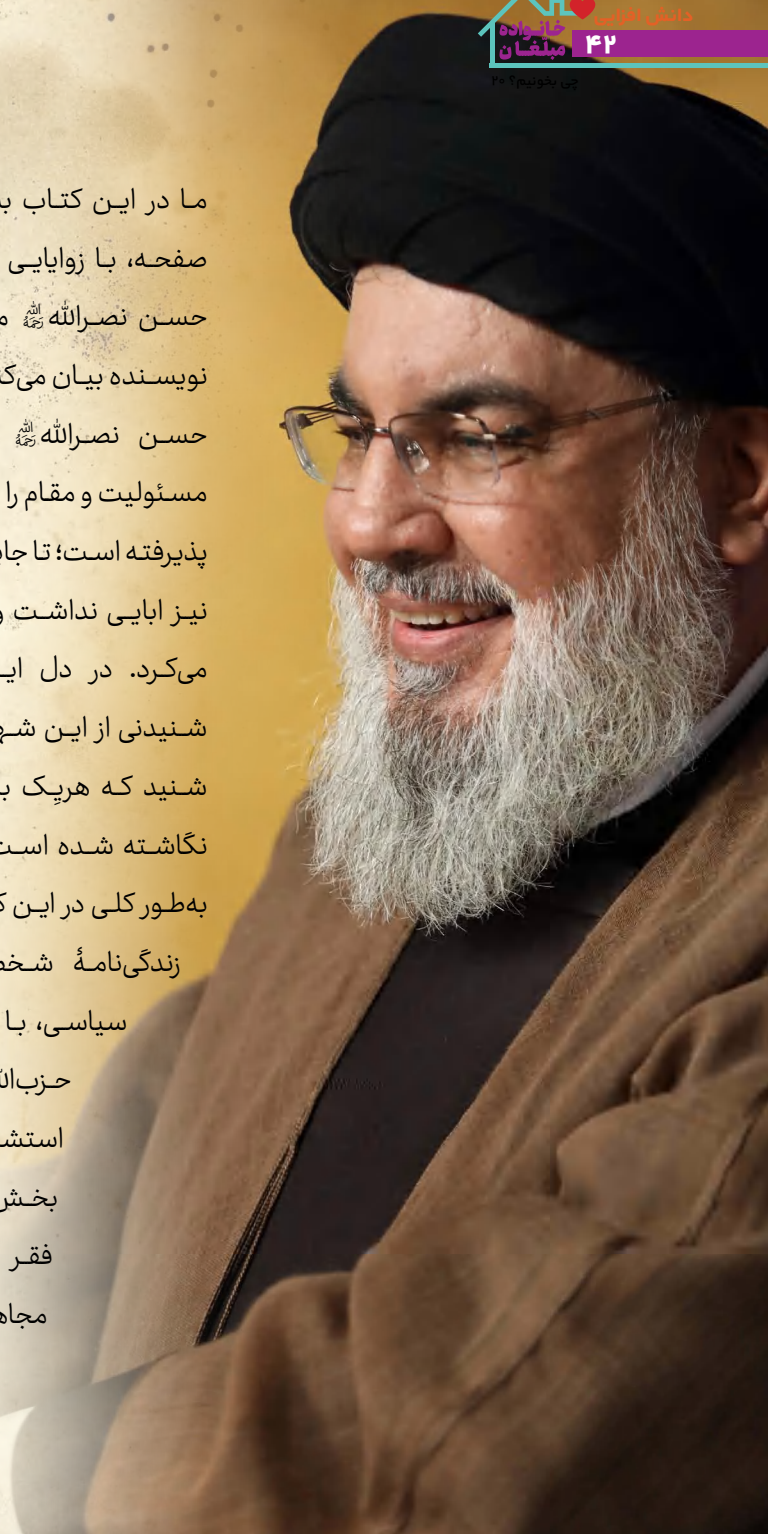
محتوای کتاب

عنوان کتاب، یعنی «سید عزیز»، برگرفته از تقریظ امام خاتمه‌ای رحمته الله علیه بر نسخه قبلی کتاب است. این کتاب به بیان زندگی شخصی شهید سید حسن نصرالله رحمته الله علیه از زبان خودشان می‌پردازد و به‌طور کلی در دسته‌بندی کتب مربوط به تاریخ و جنگ‌های داخلی، جنگ لبنان، زندگی‌نامه شخصی و... جای می‌گیرد. کتاب شامل مطالبی است که در سال ۱۳۷۷ در گفت‌وگوی اختصاصی حمید داودآبادی با ایشان، ضبط و گردآوری شده و نگارش آن در سال ۱۳۸۶ به پایان رسیده است.

شناخت شخصیت‌های محبوب دینی و الگوبرداری از آنان یکی از بهترین راه‌های انگیزه‌یابی، بهینه‌سازی موتور حرکت انسانی و تسریع در رسیدن به اهداف والای انسانی و سعادت‌مندی است. شهید سید حسن نصرالله رحمته الله علیه یکی از این چهره‌هاست. امام خاتمه‌ای رحمته الله علیه نیز در این باره فرموده‌اند: «هر چیزی که مایه شناخت و تکریم بیشتر آن سید عزیز شود، خوب و برای من مطلوب است.» سید حسن نصرالله رحمته الله علیه را که اکنون از وی به «شهید مقاومت» یاد می‌شود، به‌عنوان پدر معنوی حزب‌الله لبنان می‌شناسیم؛ کسی که به‌اتهام ارتباط با تروریسم، در فهرست تحریم‌های آمریکا و شش کشور حاشیه خلیج فارس قرار داشت. وی سومین دبیرکل حزب‌الله لبنان بود که به‌واسطه او حزب‌الله توانایی دستیابی به موشک و حمله به اسرائیل را یافت. ایشان برای محور

ما در این کتاب به‌طور خلاصه و در ۱۲۰ صفحه، با زوایایی از زندگی شهید سید حسن نصرالله علیه السلام مواجه می‌شویم. خود نویسنده بیان می‌کند که شخصیت سید حسن نصرالله علیه السلام به‌گونه‌ای است که مسئولیت و مقام را برای خدمت خالصانه‌تر پذیرفته است؛ تا جایی که از اعزام فرزند خود نیز ابایی نداشت و به شهادتش افتخار می‌کرد. در دل این صفحات، ۵۶ خاطره شنیدنی از این شهید بافضیلت خواهیم شنید که هر یک به‌شیوه‌ای روان و گویا نگاشته شده است.

به‌طور کلی در این کتاب، علاوه‌بر خواندن زندگی‌نامه شخصی این رهبر مدبر سیاسی، با تاریخچه کلی لبنان و حزب‌الله و گزارشی از عملیات استشهادی آشنا می‌شویم. بخش اول این قصه ما را با فقر شدید خانوادگی این مجاهد فی‌سبیل‌الله مواجه



آنان روحانی کسی بود که با آنچه مردم به او می‌دهند زندگی می‌گذراند. تلاش من برای راضی کردن پدر و مادرم به نتیجه نرسید و آن‌ها تن به طلبگی من نمی‌دادند و من مجبور شدم نقشه‌ای بکشم: به آنان گفتم: در لبنان شغل چندانی وجود ندارد و اوضاع خوب نیست. اگر اینجا بمانم، "جنبش امل" مرا برای جنگ می‌برد؛ ولی اگر به نجف بروم، در دبیرستان درس را ادامه می‌دهم و در کنار آن هم درس طلبگی می‌خوانم و بعد از تمام کردن دبیرستان، وارد دانشگاه بغداد شده و در دوره دکتري متخصص می‌شوم. و این شد که پدر و مادرم با رفتن من به عراق موافقت کردند.»

علاقه ایشان به دروس حوزوی تا جایی است که به گذراندن دروس خارج می‌رسند. بعد از ازدواج، به مرور فعالیت‌های سیاسی وی نیز به صورت

می‌سازد؛ فقری که با جنگ درآمیخته است. در کنار آن، علاقه و استعداد ایشان در طلبگی و علاقه به روحانیت را می‌بینیم؛ تا جایی که با علمای زبانزدی همچون آیت‌الله صدر و سید عباس موسوی رحمتهما (دومین دبیرکل حزب‌الله لبنان) روبه‌رویش می‌سازد.

برشی از کتاب

«پدر و مادرم با ورود من به حوزه موافق نبودند. مادرم به روحانیت خوش‌بین نبود. تا آن روز، جریان پدر بزرگم (پدر مادرم) را نمی‌دانستم که روحانی بوده و عمامه را کنار گذاشته است! البته دلیل آن، تنها مسائل خانوادگی بود و نه از روی قصدی خاص یا از نظر سیاسی یا چیز دیگر. مادرم می‌گفت: اگر به نجف بروی، یک نفر به گدایان افزوده می‌شود! در لبنان روحانیان را گدا می‌دانستند! به گمان

جدی آغاز می‌شود؛ تا جایی که از کارهای تشکیلاتی به مسئولیت نظامی می‌رسد و عضو شورای مرکزی و مسئول اجرایی حزب‌الله لبنان می‌شود و در نهایت در سال ۱۳۶۸ امام خمینی رحمه الله او را به‌عنوان نماینده حزب‌الله در ایران منصوب می‌کند. عملیات‌هایی که در این کتاب به آن‌ها اشاره شده است عبارت‌اند از: عملیات شهادت‌طلبانه، عملیات شهید ابوزینب، عملیات مسجد شجره، عملیات شهید الحی، عملیات شهید صلاح‌غندور، و... .

بیست صفحه پایانی کتاب پی‌نوشت‌هایی است که به‌طور مختصر به توضیح و شناساندن شخصیت‌های متن کتاب، به‌خصوص پسر ایشان، شهید سید هادی نصرالله رحمه الله، اشاره کرده است. اشاره به شخصیت سید هادی و وقایع پس از شهادت وی، ارائه وصیت‌نامه ایشان و... در کتاب آورده شده است. همچنین نویسنده به‌صورت مبسوط به برخی از آسیب‌های تاریخ شفاهی پرداخته و شیوه خاصی در ارائه مطالب به کار گرفته است. در پایان کتاب نیز تصاویری از سید عزیز ضمیمه کتاب شده است تا تداعی‌کننده خاطرات این مرد بابرکت باشد.

سخن آخر:

کتاب «سید عزیز» علاوه بر اینکه ما را با شخصیت مجاهد کبیر، سید حسن نصرالله رحمه الله، و شرایط زمانی ایشان آشنا می‌سازد، نمونه بارزی است از نقش روحانیون در تقویت مبارزات علیه رژیم جنایتکار اسرائیل و هم‌قطاران‌ش. این کتاب به همه علاقه‌مندان مبارزه و مقاومت پیشنهاد می‌شود.



مخاطبی در آینه ۷ تو که هنوز اینجایی!

معصومه باقری ثالث - کارشناس علوم قرآن و حدیث

ببخشید! امروزه مانتو و شلوار صدایش می‌کنند (!)، از پله‌ها پایین می‌آید. چند برگه در دست دارد و به سمت یکی از باجه‌ها می‌رود. کارمند بانک، بدون فوت وقت، کار خانم را انجام می‌دهد! دخترک راضی برگه را می‌گیرد و به سمت میز آقای رئیس برمی‌گردد. پاشنه‌های بلند کفش‌های اداری‌اش، گرچه راه رفتنش را موزون کرده، ولی اگر کمی بی‌دقت راه برود، با مخ به زمین خواهد خورد. پس خیلی احتیاط می‌کند و پله‌ها را یک‌پایک بالا می‌رود و پشت ستون

بلندگوی بانک اعلام می‌کند: «شماره ۱۷۳ به باجه ۵». وای! هنوز ده نفر جلوتر از من هستند. به نظرم، خدا به مردها یک صبر به خصوصی داده که می‌توانند فرایندها و معطلی‌های کارهای اداری و بانکی را تحمل کنند. البته شاید هم من زیادی کم‌صبر و کم‌طاقتم. نگاهم را برای بار چندم دور بانک می‌چرخانم. گوشه سالن چند پله می‌خورد و حالت دوبلکسی درست می‌شود. مشخص است که جایگاه رئیس بانک است. دختری با یک دست کت و شلوار، نه

بانکی داشته باشم، با خیال راحت به هم جنس خودم مراجعه می‌کنم. همچنین می‌توانم آسوده خاطر در خانه‌ام بنشینم؛ چون همسرم در زندگی روزمره‌اش و در مراودات معمول اجتماعی‌اش، دائم از این دام شیطان به آن دام دیگر نمی‌گریزد.



اگر ده دقیقه دیگر اینجا بنشینم، آن قدر فکر می‌کنم که دیوانه می‌شوم. خدا کند زودتر نوبتم برسد. نگاهم را دوباره روی آدم‌ها می‌چرخانم. بانک هم جای عجیبی است؛ می‌توانی همه قشرهای جامعه را در آن ببینی؛ از کسی که آمده چکش رانند کند تا کسی که آمده وام بگیرد. از صدر تا ذیل جامعه، با تمام اختلافات فرهنگی و اجتماعی، یک جوهرایی سروکارشان به

اتاق آقای رئیس از دیدم پنهان می‌شود. نگاهم را به کارمند زن روبه‌رویم می‌دوزم. قرارمان بود حضور زنان در ادارات و بانک‌ها کار را برای زنان مؤمن جامعه آسان‌تر کند؛ ولی ظاهراً کار را برای مردان مؤمن جامعه سخت‌تر کرده! فکر کن اهل رعایت باشی و مجبور شوی دقایقی روبه‌روی این مانکن‌های نقاشی‌شده بایستی و خون دل قورت بدهی! بیچاره مرد مسلمان! اگر بخواهد نگاهش را مراقبت کند، انگار هیچ‌جا برایش اذیت‌کننده‌تر از کشور اسلامی نیست! راستی، مدیران دولتی دربنده‌های آیین‌نامه بانک‌داری اسلامی (!) به پوشش کارمندان اشاره کرده‌اند؟ اصلاً یک سؤال: چه دلیلی دارد که یکی‌درمیان، در باجه‌ها یک زن بنشیند و یک مرد؟ حُب، یک طرف زنان بنشینند و یک طرف مردان. بهتر نیست؟ به خدا، این‌ها محدودیت نیست؛ آزادی محض است! این‌طور من خانم اگر کار

چه می‌کند این پارچهٔ مشکی! کعبه‌ای می‌شوی برای خودت! مرد مشخصاتم را می‌پرسد و وارد رایانه می‌کند و من با خودم فکر می‌کنم در دنیای امروز اتفاقاً اگر زن می‌خواهد کارش زودتر راه بیفتد، باید کمترین جاذبه و کشش را ایجاد کند؛ چون وابستگی و کشش به آتش حاصلی جز ذره‌ذره سوختن و خاکسترشدن نخواهد داشت.



پنج دقیقه بعد، برداً و سلاماً، پایم را از بانک می‌گذارم بیرون، بدون اینکه بعد از خروج من مردی برای خاموش کردن آتش جاننش، لیوانی زیر آب سردکن ببرد!

این بانک گره می‌خورد. میان فکرهایم دخترک هفت‌قلم‌مالیده (!) از پله‌ها پایین می‌آید. رئیس بانک که آدم جاافتاده‌ای است، پشت‌سرِ دخترک پله‌ها را طی و پشت‌هم سفارش می‌کند: «به مهندس سلام برسونید!» دخترک خیال آقای رئیس را راحت می‌کند که سلام گرم او را به مهندس خواهد رساند! تقریباً چیزی نمانده که دخترک از درِ شیشه‌ای بانک خارج شود که آقای رئیس می‌گوید: «دیگه پایین معطل نشید! دفعهٔ دیگه یه‌سره یه‌راست بیا پیش خودم، کارت‌و راه می‌ندازم.» من خانم از این حرف رئیس چندش‌م می‌شود. خاک بر سر دخترک، اگر منظور مرد را نفهمید باشد!

شماره‌ام را از بلندگو می‌شنوم و از خداخواسته از جا بلند می‌شوم. پشتِ باجهٔ ۸ کامل‌مردی نشسته. سرش را بلند می‌کند و با دیدن من سریع سرش را پایین می‌اندازد. جانم به حجاب!



زینب رحیمی تالار پستی - دانش آموخته سطح ۳ حوزه علمیه

خیرات یک عرب

در سرزمین عجایب ۱۲

به حرفم خندیدند اما توجهی نکردم؛ چون واقعاً انتظار داشتم برای آن مشتمت حلواهای که می‌خوردند، لااقل یک فاتحه بخوانند.

همسایه‌های عزیز، می‌خواهم واسه هفتم شهید مراسم بگیریم؛ هر کی هر طور که می‌تونه، کمک برسونه و توی این خیرات شریک بشه.

طیبه خانوم کلانتر محل بُراق شد و گردنی تاب داد.

چایی آخر جلسه قرآن را که دور دادم، حلوای کوثر پز را ریحانه خانم تعارف کرده بود؛ کنار کانتر ایستادم و روبه جمع کردم؛ دستم را به هم زدم تا صدا به صدا برسد؛ هیچ‌وقت نفهمیدم چطور وقتی چیزی می‌خوردند هم می‌توانستند آن‌همه سروصدا داشته باشند.

خانوما، گوش کنید؛ این حلوا خیرات شهید سید حسن نصرالله بود؛ بی فاتحه سرگلوتون گیرمی‌کنه.

دم دانشگاهی‌شان داد زد.

نه غزه نه لبنان، جانم فدای ایران
دوسه باری که تکرار کرد، بقیه و به خصوص
زهرة خانم به خودشان آمدند؛ هیکل تپل
زهرة خانم کامل راه شخص روبه‌رویش را
بسته بود.

طیبه جون، تو اگه آلزایمر داری، ما
حافظه‌مون درسته؛ بینم تو نبودى ماه
رمضون که ما واسه ایرانیا و مردم کشور
خودمون بسته‌های غذایی آماده‌می‌کردیم
و به نیازمندا می‌دادیم، می‌گفتى خودم
واجب‌ترم و این مسخره‌بازیا چیه؟

همه با صدای بلند خندیدند؛ کسی یادش
نرفته بود که آن روزها هم ما را به مسخره
گرفته بود؛ حکایت شترمرغ شده بود، نه
پرنده بود که بپرد و نه شتر بود که بار ببرد؛
با تصور شترمرغ خواستم بزمن زیر خنده
که نگاه تیز طیبه خانم به طرفم برگشت و
من مجبور به فرورفتن در لاک دفاعی شدم؛
آماده حمله همه‌جانبه‌اش بودم؛ عادت

خانوم آقا، ما رو چه به مراسم واسه یه
عرب اونور دنیا؛ مردم کشور خودمونو ول
کردین چسبیدین به یه عده عرب؟

از جا بلند شد و حلوای دستش را به داخل
دیس سرگردان آن وسط، کمی ملاپم‌تر از
پرت کردن، خالی کرد و راه به طرف در خروج
گرفت؛ پچ‌پچ‌ها شروع شد؛ همین لحظه،
زهرة خانم که هیکلش دو برابر او بود،
جلویش سبز شد؛ دست‌به‌کمر گرفت و
نگاهی به سرتاپایش انداخت.

بودى حالا؛ الآن حرف حسابت چیه؟
طیبه خانم از آن لبخندهای مرموز و
معروفش زد؛ هر وقت یک‌طرف لبش
را کیش می‌آورد، معلوم بود می‌خواهد
مسخره‌بازی جدیدی راه بی‌اندازد؛
دستش را مشت کرد و جلوی چشم‌های
گرد شده زهرة خانم بالا برد؛ طفلک زهرة
خانم از ترس کمی عقب‌نشینی کرد؛ طیبه
خانم هم نه گذاشت و نه برداشت؛ مثل
شعاردهنده‌های قبل انقلاب آن‌هم از نوع

چشمی چرخاند و چشم‌غزه اساسی رفت؛ بقیه به بالا آوردن ته حلوا و چایشان مشغول شدند و همه‌ها از سر گرفته شد؛ این بار با صدای بلندتری درحالی‌که سمت در می‌رفت، داد زد.

انگار همه مشکلات کشور حل شده، فقط مونده غصه چند تا کشور اونور تر رو بخوریم و واسشون عزا بگیریم. لابد واسه اونام می‌خواین بسته‌های کمکی بفرستین.

فکر خوبی بود کمک جمع کردن باوجود اوضاع بحرانی جنگی آن‌ها؛ فقط این دفعه نمی‌شد بسته آماده کرد؛ باید از طریق رابط مطمئن پول می‌دادیم تا وسیله تهیه کنند؛ به خودم آمدم؛ وقت برای طراحی کار بعدی بود؛ مرغ جواب نگرفته نباید از قفس می‌پرید؛ مثل خودش صدا بالا بردم تا جوابم از بین سروصداها به او برسد و همه‌ها کنند. همه‌ها هم بی‌نصیب نمانند.

-آره ما مشکل زیاد داریم اما آگه از اونا که حاضرن جلوی سگ‌ها منطقه بایستن،

داشت دقّ دل‌اش را سریکی خالی کند و من، کوثر طفلکی، دیوار کوتاه آن روز بودم. اشه‌م را خواندم؛ دو قدمی طرفم برداشت؛ انگشت اشاره‌اش را طرفم گرفت.

ببین کوثر خانوم، اینارو تو پرو کردی؛ قبلاً واسم احترام قائل بودن؛ حالا مسخره هم می‌کنن؛ به زهره و حرفش کاری ندارم اما میگم چی بهت می‌رسه واسه رهبر عربا ختم‌بگیری؟

نفس عمیقی کشیدم تا ترسم را فرو ببرم و شجاعت بیرون دهم؛ حفظ لبخند دوستانه هم که سخت‌ترین کار ممکن بود و البته که از عهده‌اش برآمدم. همه ساکت شده بودند.

طیبه خانوم، این سید واسه مردم مظلوم جنگید؛ واسه حمایت از بچه‌هایی که هزار هزارتا کشته شدن، واسه نسل‌هایی که زیرخاک رفتن؛ مردونه‌جلوی ظلم و ایستاد؛ این آدم با این کاراش پیش ما عزیز شده؛ مگه شما عادت ندارین برای عزیزاتون یادبود بگیرین؟

نیست قدرت پیدا کنه. با این حرفاشون خنده دار نیست که فکر کنیم با ما کاری ندارن؟ عزیزم، اونا به بچه‌ها و زخمیا و خونه و بیمارستانا رحم نمی‌کنن، اون وقت می‌خوای به من و شما که مستقل و بدون کمک‌شون رشد و آقایی می‌کنیم رحم کنن؟

نطقم تمام نشده دختر ته‌تغاری مریم خانم که تازگی‌ها به جلسه قرآن می‌آمد، شروع کرد به کف زدن و انگشتش را به معنی تأیید بالا برد.

بیگ لایک کوثر جون؛ حال کردم. ادبیاتش مثل هم سن و سال هایش بود. سمت کتری روی کانتینر دست دراز کردم تا دور دوم را هم پذیرایی کرده باشم؛ نا سلامتی نیم ساعتی بود که یک‌بند باهم حرف می‌زدند. گلویشان خشک شده بود؛ یک خدا قوت هم لازم داشتند.

منظورت همون احسنت و خوشم اومد و ایناست دیگه.

اوکی؛ همون که شما می‌گین.

حمایت نکنیم، مجبور میشیم هزینه‌های جنگ توی کشور خودمون که ده‌ها و شاید صدها برابر رو بدیم.

نیره خانم زحمت کشید و جای خالی طیبه خانم را که دیگر از در گذشته بود را پر کرد.

حالا مگه مجبوریم هی تحریکشون کنیم که دشمن مون بشن؟ خب مثل خیلی کشورای دیگه سرمون به کار خودمون باشه.

لبخندی به لپ پر از حلوایش زد؛ به سهم مریم خانم که به خاطر بیماری‌اش حلوای خورده‌م رحم نکرده بود؛ با چایی نیمه سردش سعی داشت آن را فرو ببرد تا از سؤال و جواب جانماند.

ما چطور تحریکشون می‌کنیم؟ مگه از اول باهاشون جنگ داشتیم؟ اونا بودن که بارها خیلی شیک گفتن: ایران زیادی داره پیشرفت می‌کنه و ابرقدرت میشه؛ باید جلوشو بگیریم؛ گفتن: چه

معنی داره کشوری که بله قربان‌گوی ما



زینب رحیمی تالار پشتری

دانش آموخته سطح ۳ حوزه علمیه

مشق و مقایسه

بعد از فوتبال، با سرعت به داخل خانه رفت و با پارچه مشکی که در دست داشت، برگشت؛ بچه‌ها که روبه‌روی هم نشسته بودند، سرکی کشیدند تا بفهمند پسرک تازه‌وارد محله‌شان چه می‌کند؛ سید حسن پارچه را که حالا معلوم شد شال بلند مادرش است، روی سرش پیچید؛ مقابل چشم‌های گرد شده آن‌ها ایستاد و صدایشان زد. -من روحانی هستم؛ شماها پشت سر من نماز بخونید. و این‌گونه سید حسن که پسر مردی میوه‌فروش بود، مشق امام جمع شدن را شروع کرد؛ با همین روحیه وقتی دبیرستانش را تمام کرد، اساتیدش او را به خواندن درس حوزه تشویق کردند؛

بعد از فوتبال، با سرعت به داخل خانه رفت و با پارچه مشکی که در دست داشت، برگشت؛ بچه‌ها که روبه‌روی هم نشسته بودند، سرکی کشیدند تا بفهمند پسرک تازه‌وارد محله‌شان چه می‌کند؛ سید حسن پارچه را که حالا معلوم شد شال بلند مادرش است، روی سرش پیچید؛ مقابل چشم‌های

همه دوردور پیکر شهید ایستاده بودند؛ منتظر که پدرش برسد؛ از روزی که تلویزیون اسرائیل تصویر بدن خونین پسر و هم‌رزمش در مرز جنوبی لبنان را نشان داده بود و به آن افتخار کرد، مردم در شوک به سر می‌بردند؛ دهان‌به‌دهان گشت که فرزند یکی از رهبران سیاسی کشور، در مرزها برای حفظ تمامیت ارزی‌شان، شهید شده است؛ ارزش این مسئله را مردم فهمیدند و دور این جوان هجده‌ساله، سید هادی، ایستادند تا تسلی دل خانواده‌اش باشند؛ سید حسن اما با صلابت و محکم حاضر شد؛ دست فرزندش را فشرد و زمزمه‌هایی سر داد؛ ایستادگی را به پدران و مادرانی که تا آن روز داغ‌دیده بودند و آن‌ها که بعد از او عزیز از دست می‌دادند یاد داد؛ هرچند که او خود تعلیم‌دیده مکتب امام حسین علیه السلام بود؛ این حادثه و نیز بیاناتش بعد از جنگ که همهٔ افشار و احزاب لبنان را در پیروزی

در حوزه نجف درس خواند اما مبارزات سیاسی باعث شد به لبنان برگردد؛ برجستگی‌های ویژهٔ این جوان ۲۱ ساله آن‌قدر چشمگیر بود که امام خمینی رحمه الله ایشان را با وجود سن کم نمایندهٔ امور حسبه و محل رجوع مردم لبنان در امور شرعی قرارداد. مسئولیت‌های سیاسی ایشان زمانی جدیت گرفت که بعد از ربوده شدن امام موسی صدر و پریشانی مبارزات در لبنان، حزب‌الله را به راه انداختند؛ فعالیت‌ها و مبارزات علیه رژیم اشغالگر اسرائیل ادامه داشت؛ تا آنکه سید عباس موسوی رحمه الله دبیر کل حزب‌الله به همراه خانواده‌اش به دست تروریست‌های صهیون به شهادت رسیدند؛ این‌گونه شد که شورای رهبری آن گروه، سید حسن نصرالله رحمه الله را به‌عنوان دبیر جدید معرفی کرد و او هم با بیرون راندن اسرائیل از کشورش بدون دادن هیچ امتیازی، مورد اعتماد و وثوق لبنانی‌ها شد.

که ایمانی فراتر و برتر از همه انسان‌های این کره خاکی دارد. شما خواستار جنگی تمام‌عیار با قومی شدید که به تاریخ و فرهنگ خود افتخار می‌کند و قدرت مادی، امکانات، مهارت، خرد، آرامش، عزم، ثبات و شجاعت دارد و به امید و یاری خدایان خدایان آینده را میان ما و شما خواهیم دید. و او پیروزی مقتدرانه‌اش در آن جنگ را به دشمن نشان داد.

همین فرمانده مقتدر و خارچشم دشمنان که چندین بار اقدام به ترور ایشان نمودند، دربارهٔ ایران و مقام ولی امر مسلمانان اعتقاداتی محکم و راسخ داشت.

«رابطه ما با جمهوری اسلامی ایران مثل پدر و فرزند است و در صورت حمله متجاوزان از ایران دفاع خواهیم کرد، حتی اگر شود خودمان را فدای بقای جمهوری اسلامی بکنیم، این کار را خواهیم کرد و این کار نه از روی تعصب، بلکه به خاطر مصالح حقیقی جهان اسلام است.»

جنگ سهیم دانست، دلیل محکمی شد برای محبوبیتش بین مسیحی، یهودی و مسلمان، بین اعراب، آشوری، سریانی، ارمنی، کرد و یهود که در لبنان بودند.

او حتی بین اسرائیلی‌ها به شجاعت و اصالت معرفی می‌شود؛ آن‌ها اعتراف کردند که دبیر کل حزب‌الله به راحتی می‌تواند اسرائیل را به چالش بکشد؛ او کسی است که به طرز بی‌سابقه‌ای توانست بیش از چهار هفته آن‌ها را در پناهگاه‌ها حبس کند.

در جنگ شش‌روزه با اسرائیل سید حسن نصرالله علیه السلام در پیام خود این‌طور بیان کرد: «شما جنگی تمام‌عیار خواستید، پس این هم جنگ تمام‌عیار شما. حکومت شما

خواست قواعد بازی تغییر کند، پس قواعد بازی تغییر می‌کند. شما نمی‌دانید امروز

با چه کسی می‌جنگید. شما با فرزندان محمد صلی الله علیه و آله و سلم، علی، حسن و حسین و با اهل بیت رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم و اصحاب او وارد جنگ شده‌اید. شما با قومی می‌جنگید



بازی - گوشی ۱۴

مؤسسه تربیتی رسانه‌ای مآذنه

سید محمد حسن مدرس مصلی

دانش پژوه سطح ۳ حوزه علمیه

کارشناس بازی‌های ویدئویی

Minecraft

▶ بازی کامپیوتر (ios android playstation xbox windows)

▶ سن مناسب: بالای ۱۰ سال

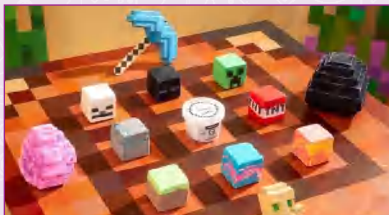
بازی ماینکرفت دارای محیطی است که بازیکن در آن می‌تواند خلاقیت خود را شکوفا کند و با ابزارهای درون بازی، تقریباً هرچه را که در ذهنش مجسم شود، به نحوی بسازد. این بازی با گرافیک بسیار ساده و فضای مکعبی شکل خود این امکان را به بازیکن می‌دهد که دنیای تشکیل شده از مکعب‌ها را تغییر دهد، هر مکعب را که می‌خواهد خراب کند و هر کدام



را که می‌خواهد بسازد. نتیجه این ساخت و ساز می‌تواند خانه حیاطداری باشد یا استخری یا حتی اسلحه‌ای. حتی می‌تواند تصویر فرد حقیقی را به صورت کارتون در بازی بسازد.

دارد در بازی به گشت و گذار و کشف تازه‌ها
بپردازد یا به دنبال ساخت سازه‌ای نواست!
با دانستن دلیل علاقه فرزندان به هر نوع
بازی، می‌توانید از ظرفیت‌های بازی‌ها برای
آموزش نکات مفید بهره بگیرید.

مثلاً می‌توانید به بهانه استفاده از مواد
مختلفی که در بازی وجود دارد، در خصوص
آن‌ها اطلاعات عمومی کسب کنید. مثلاً
راجع به ماسه که تحقیق کنید، پی می‌برید
که ماسه بر اثر ذوب شدن تبدیل به
شیشه می‌شود. همین کار را در بازی پیاده
کنید و در بازی هم شیشه بسازید.



ماینگرفت غوطه‌وری بسیار زیادی برای
بازیکن ایجاد می‌کند و برآترین اتفاق بازیکن
متوجه گذر زمان نمی‌شود. از این رو پیشنهاد
اکید می‌شود زمان محدودی را قبل از شروع
بازی برای فرزندان مشخص کنید و مدیریت
زمان را به عهده خودشان بگذارید. کودکان
معمولاً در این بازه سنی، کمی نیاز به یادآوری
والدین برای کنترل زمان دارند.

شما والدین می‌توانید برای تقویت
خلاقیت و همچنین تجسم فضایی
فرزندان، از این بازی بهره ببرید. مثلاً
مسابقه‌ای برگزار کنید و بکشید در زمان
مشخصی شیئی را بسازید یا مثلاً در حین
بازی کردن، کار گروهی را به او بیاموزید. برای
مثال، می‌توانید ساخت خانه را به عهده
بگیرید و از فرزندان بخواهید مواد اولیه
لازم برای ساخت خانه، مثل چوب و سنگ،
را فراهم کند.

توصیه می‌شود از فرزندان درباره دلیل
علاقه‌اش به بازی پرسید که آیا دوست

HILL CLIMB RACING

Hill climb racing

بازی موبایل (ios و android)

سن مناسب: مثبت ۱۰ سال

در این بازی بازیکن باید با ماشین خود، قبل از تمام شدن بنزین، از روی تپه‌ها گذر کند. برای این کار باید تعادل بین پدال گاز و دنده عقب را حفظ کند تا ماشین واژگون نشود. برای پیروزی در بازی بازیکن می‌تواند ماشین خود را ارتقا دهد تا بتواند به سرعت بیشتر و تعادل بهتری دست یابد.

اگر قصد دارید این بازی را برای فرزند خود تهیه کنید، پیشنهاد می‌کنیم درباره عوامل اصلی موفقیت، با فرزندتان صحبت کنید. مثلاً اثر سعی و تلاش را در رسیدن به موفقیت برایش توضیح دهید و از او بخواهید نظرش را درباره شانس و نسبت آن با موفقیت بگوید. البته چون بازی دارای تبلیغات است، پیشنهاد می‌شود برای فرزندتان فایده آن و نیز نوع مواجهه درست با تبلیغات را توضیح دهید.

نمایش مرگ راننده ماشین در بازی، تصویری خشونت‌آمیز برای باخت بازیکن است. از این فرصت می‌توانید استفاده کنید تا کمی درباره رعایت قوانین راهنمایی و رانندگی با فرزندتان صحبت کنید و او را با این قوانین آشنا کنید.

توصیه اکید این است که این

بازی حتی الامکان به صورت

آفلاین و با همراهی فرزند باشد.





استرس بانوان ۱

کوشش جویباری-کارشناس مشاوره و روانشناسی

در زنان شود. پس یکی از موضوعاتی که می‌تواند نظم و آرامش انسان را مختل کند استرس است که مختص مردان یا زنان نیست و هر انسانی در زندگی خود با آن مواجه می‌شود؛ اما بانوان همچنان که نگران همسر و فرزندان و پدر و مادر خود هستند، نگران آینده خود و مخارج زندگی‌شان نیز هستند.

خانمی که بیرون از خانه کار می‌کند یا درس می‌خواند و هم‌زمان باید همسری خوب و مادری مهربان باشد و کارهای خانه را هم به درستی انجام دهد، معمولاً دچار استرس می‌شود. همچنین از دست دادن عزیزان، بیماری، تشکیل خانواده، تولد فرزند جدید، سالمندی و... هم ممکن است موجب استرس

انسان وقتی با خطر مواجه می‌شود، با آزاد کردن آدرنالین و هورمون‌های دیگر، اکسیژن‌رسانی را تقویت می‌کند و زمینه برای بروز توانایی شخص و واکنش‌های سریع او فراهم می‌شود.^۴



امام صادق علیه السلام در حدیثی زیبا عوامل استرس و اضطراب را این‌گونه برشمرده‌اند: پنج چیز است که نبود آن‌ها در زندگی موجب دل‌نگرانی و تشویش ذهن است: اول سلامت جسم؛ دوم امنیت؛ سوم گشایش در رزق؛ چهارم مونس همراه. راوی از ایشان راجع به مونس همراه می‌پرسد و حضرت می‌فرماید: همسر خوب و فرزند خوب و هم‌نشین خوب، و پنجم که دربرگیرنده همه این‌هاست، رفاه و آسایش است.^۵

البته نوع مواجهه ممکن است در زنان و مردان متفاوت باشد؛ اما استرس در زنان، چون بخش بزرگی از جامعه را تشکیل می‌دهند، بسیار حائز اهمیت است.

دکتر «جورجینا ویتکین»^۲ در کتاب خود با نام «فشار روانی زنان»^۳ اثبات می‌کند که نوع مواجهه با فشار



روانی در بانوان نسبت به مردان بسیار متفاوت است. از این‌رو، آگاهی از مسئله استرس زنان هم برای خودشان مفید است؛ زیرا یاد می‌گیرند چگونه آن را مهار کنند و تأثیر مخربش را در زندگی خود کاهش دهند، و هم برای مردان مفید است؛ زیرا باعث می‌شود رفتارشان با همسرشان مناسب‌تر و حساب‌شده‌تر باشد.

استرس چیست؟

یکی از واکنش‌های کاملاً طبیعی بدن در مقابل خطر استرس است. در واقع، بدن

قلب آسیب می‌زند. همچنین استرس بلندمدت معمولاً موجب سردرد، چاقی، افسردگی، یبوست، زخم معده، اضطراب و... می‌شود. البته این تأثیرات با توجه به ژنتیک، آستانه تحمل اشخاص و میزان و مدت استرس مزمن در افراد مختلف متفاوت است.

هرچند استرس یک امر جدانشدنی از زندگی انسان است و همه ما به نوعی با آن سروکار داریم، ولی آنچه اهمیت زیادی دارد این است که چگونه آن را مدیریت کنیم. باینکه این مسئله به جنسیت زن یا مرد محدود نیست، اما لازم است هر خانمی بتواند استرس را در زندگی خود مدیریت کند.

علائم استرس در زنان

گاهی شرایط زندگی و درگیری‌های شدید ذهنی در زنان موجب غفلت از استرس بلندمدت می‌شود. البته علائم در

استرس انواعی دارد و از جهات مختلف قابل تقسیم و دسته‌بندی است.

انواع استرس

① **استرس کوتاه‌مدت:** استرسی است که شخص آن را مدیریت می‌کند و بعد از استراحت اثری از آن باقی نمی‌ماند. در بیشتر اوقات، اگر استرس کوتاه‌مدت باشد، به فرد آسیبی نمی‌زند؛ زیرا هیجان و استرسی که به فرد وارد می‌شود، استرسی خوبی است و با اراده انسان تمام می‌شود، مانند استرس ناشی از ورزش و بازی.

② **استرس بلندمدت:** استرسی است که شخص اختیار آن را ندارد و بدن فرصت استراحت پیدا نمی‌کند. استرس بلندمدت معمولاً تأثیرات ناگواری بر روح و جسم انسان، به‌ویژه بر قلب، می‌گذارد؛

زیرا هنگام استرس تنفس از نظر تعداد دو برابر اما به شدت کم عمق می‌شود و این عملکرد بدن در طولانی‌مدت به

انسان‌ها متفاوت است؛ اما مهم‌ترین و رایج‌ترین آن‌ها عبارت‌اند از:



۲. احساسی

این علائم مربوط به عواطف، احساسات و هیجانات شخص است و به صورت عصبانیت، احساس افسردگی، ناراحت شدن، ناامیدی، احساس تسلط نداشتن بر واکنش‌های احساسی و... خود را نشان می‌دهد.

۳. ذهنی

این علائم به ذهن و افکار انسان برمی‌گردد و مربوط به شناخت فرد از خود می‌شود، مانند ناتوانی در تصمیم‌گیری قطعی راجع به موضوعی، تمرکز نداشتن روی مسائل و موضوعات، فراموشی گرفتن و نگرانی دائم.

۴. شغلی

افرادی که دچار استرس هستند در هنگام کار کردن با مسائل و مشکلاتی در حیطه شغلی، از قبیل روابط ضعیف

۱. فیزیکی

وقتی استرس مزمن و طولانی شود، تأثیراتی روی جسم برجامی گذارد که به آن علائم فیزیکی می‌گوییم. این علائم معمولاً به صورت درد در ناحیه کمر و گردن، احساس خستگی، سردرد، مشکلات پوستی، نداشتن احساس آرامش در خواب، پرخوری یا کم‌اشتهایی بدون دلیل، بی‌علاقگی به چیزهایی که قبلاً به آن‌ها علاقه داشته‌ایم و... بروز می‌کند.

● برخی راهکارهای مقابله با استرس در بانوان

- ▶ گنجاندن ورزش در برنامه‌های روزانه؛
- ▶ هفت تا هشت ساعت خواب شبانه؛
- ▶ تغذیه سالم؛ اختصاص دادن زمانی برای تفریح و سرگرمی و مسافرت و...؛



▶ بیان احساسات با افراد مورد اطمینان

- و صمیمی، مانند همسر و مادر و خواهر؛ افزایش حس اعتماد به نفس و عزت نفس با شرکت در کلاس‌ها و کارگاه‌های آموزشی و انجمن‌های مورد تأیید و دارای رویکرد اسلامی؛
- ▶ مثبت‌نگری، یعنی تلاش برای بررسی و دیدن جنبه مثبت اتفاقات و تغییر نگرش خودمان برای دیدن نیمه پر لیوان؛

با همکاران، بی‌تمرکزی روی وظایف، و ناتوانی یا کم‌توانی برای به اتمام رساندن کارها روبه‌رو می‌شوند.

۵. اجتماعی

بانوانی که دچار استرس می‌شوند معمولاً کمتر در اجتماع حاضر می‌شوند و علاقه‌ای به برقراری روابط اجتماعی ندارند، با اطرافیان احساس صمیمیت نمی‌کنند و به مرور منزوی می‌شوند و احساس تنهایی می‌کنند.

۶. معنوی

استرس حتی در معنویت هم تأثیرگذار است و فرد را به مسائل عبادی بی‌اعتنا می‌کند؛ تا جایی که اگر درمان نشود، به‌خاطر احساس گناه شدیدی که می‌کند، معمولاً امید خود را از دست می‌دهد، در زندگی احساس پوچی می‌کند و به خودسرزنشگری مخرب دچار می‌شود.

می‌خوانیم: «هرگاه بر یکی از شما اندوه و نگرانی‌ای از نگرانی‌های دنیا رسید، پس وضو بگیرد و به مسجد برود و دو رکعت نماز به جا آورد و خدا را بخواند. آیانشنیده‌ای که قرآن می‌فرماید: "با یاد خدا قلب‌ها آرام می‌گیرند و مطمئن می‌شوند."^۷



برای مطالعه بیشتر

استرس در زنان؛ چگونه خود را از استرس رها کنیم؟، ژانت رایت، ترجمه مهرداد براهنی، انتشارات قطره، تهران، ۱۳۹۵.

برقراری تعادل بین کارهای درون و بیرون خانه با برنامه‌ریزی و ایجاد محدودیت؛ مشخص کردن هدف‌های کوچک برای خودمان برای دور کردن نگرانی (چون گاهی سنگ بزرگ نشانه نزدن است)؛
 قرار دادن خود در بستر جامعه و ایجاد ارتباط با افراد جدید یا تشکیل گروه دوستی سالم؛ شرکت در جلسات مشاوره و...؛

حضور در مکان‌های معنوی، از جمله مسجدها و حرم‌های اهل بیت علیهم‌السلام و مشغول شدن به عبادت خداوند.
 در توصیه‌ای نورانی از امام صادق علیه‌السلام

پی‌نوشت

۱. استرس: stress.
۲. دکتر جورجینا ویتکین، روان‌شناس و مدیر برنامه استرس و استاد یار بالینی روان‌پزشکی در بیمارستان ماونت ساینای در شهر نیویورک است. او به‌عنوان کارشناس مهمان در «اپرا ۲۰۲۰»، «CBS News» و «CNN» ظاهر شده است.
۳. رک: فشار روانی زنان، جورجیا ویتکین، ترجمه مهدی قراچه‌داغی، انتشارات نقش‌ونگار، تهران، ۱۴۰۰.
۴. رک: بهداشت روانی، حمزه گنجی، انتشارات ارسباران، تهران، ۱۳۷۶.
۵. المحاسن، احمد بن محمد برقی، انتشارات دارالکتب الإسلامیه، قم، ج ۱، ص ۹.
۶. رک: فشار روانی زنان، جورجیا ویتکین.
۷. تفسیر عیاشی، محمد بن مسعود عیاشی، مکتبه العلمیه الإسلامیه، تهران، ۱۳۸۰، ج ۱، ص ۴۳.

هنر ظرف بی خیالی

عقیل مصطفوی - دانش آموخته سطح ۳ حوزه علمیه - کارشناس ارشد مشاوره خانواده

مثل غم، شکست و ناکامی نیز به تنهایی یک تجربه مثبت و در مسیر شاد زیستن و رضایتمندی در زندگی محسوب می‌شود. ممکن است این جواب، کمی شمارا به فکر فرو ببرد که چگونه ممکن است تجربه‌های مثبتِ بیش‌تر خواستن، یک

می‌دانید مشکل اساسی پست‌های فضای مجازی، به‌خصوص «اینستاگرام» درباره شاد زیستن و این‌که چگونه شاد زندگی کنیم، چیست؟ این‌که همیشه در زندگی به دنبال شادی و لذت بودن به تنهایی یک تجربه منفی است و از طرفی، پذیرش تجربه منفی



تجربه منفی باشد و پذیرش اتفاقات بد در زندگی، یک تجربه مثبت به حساب آید؟! ساده‌اش این است که هرچه ما در زندگی دنیا بیش‌تر به دنبال حال بهتر باشیم، کم‌تر راضی خواهیم شد و این دقیقاً مثل خوردن آب دریا برای رفع عطش است؛ چون به دنبال چیزی بودن، در درجه اول، این واقعیت را پررنگ می‌کند که آن چیز را نداریم. مثلاً هرچه بیش‌تر برای پولدار شدن دست‌وپا بزنیم، صرف‌نظر از این‌که چقدر پول در حساب ما باشد، بیش‌تر احساس فقر و نداری می‌کنیم و هرچه بیش‌تر تلاش کنیم که زیباتر و دل‌فریب‌تر دیده شویم، صرف‌نظر از این‌که ظاهرمان واقعاً چطور باشد، بیش‌تر خودمان را زشت می‌بینیم یا هرچه بیش‌تر بخواهیم شاد و محبوب دیگران شویم، صرف‌نظر از این‌که چه عزیزانی اطراف ما حضور دارند، تنهاتر و مضطرب‌تر خواهیم شد.

«آلبرکامو» فیلسوف در این باره معتقد است: «هیچ‌وقت خوشبخت نخواهی بود، اگر مدام به دنبال مؤلفه‌های خوشبختی باشی. هیچ‌وقت زندگی نخواهی کرد، اگر مدام به دنبال معنای زندگی باشی.»^۲ ساده‌اش این است که برای شادی بیش‌تر در زندگی تلاش نکنیم؛ بلکه سعی کنیم روال طبیعی و عادی زندگی خود را داشته باشیم. آن‌وقت بهتر می‌توانیم قدر هر لحظه زندگی خود را بدانیم.

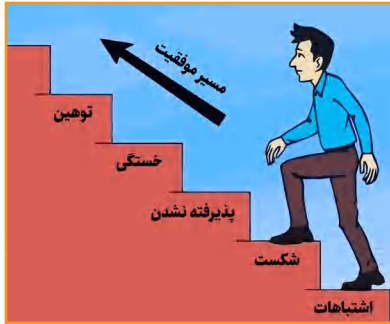
گنج و رنج

لذت‌هایی که انسان در این دنیا جست‌وجو می‌کند، مقدماتی دارد که به دست آوردن آن‌ها همراه با درد و رنج است و به عبارتی، می‌بایست رنج کشید تا به لذت رسید. به قول سعدی:

نابرده رنج گنج میسر نمی‌شود

مزد آن گرفت جان برادر که کار کرد^۳

به ما اعتماد کنند. درد کشیدن از ترس ها و اضطراب ها باعث می شود بتوانیم جسارت و شهامت را در خود پرورش دهیم.



بعضی از مسائل با ارزش ما در زندگی وقتی به دست می آیند که تجربه منفی مربوط به آن را پشت سر بگذاریم. هر تلاشی برای فرار یا طفره رفتن از تجربه های منفی و یا سرکوب کردنش، باعث می شود ترکش های انفجاری اش در چشم خودمان فرو برود، پس در اغلب اوقات فرار از درد و رنج، خودش یک نوع درد و رنج کشیدن و فرار از شکست، خودش یک شکست است یا انکار ضعف، خودش یک ضعف به حساب می آید. پنهان کردن چیزی که

خدای تعالی نیز بر این نکته مهم تأکید می کند که زندگی دنیوی انسان همراه با سختی و مشقت است و ما باید این حقیقت هر چند تلخ را بفهمیم و بپذیریم که در این عالم مادی، زندگی بی رنج برای هیچ کس میسر نمی شود. لذا با تعبیری جالب از این همراهی زندگی انسان با رنج و زحمت خبر داده، می فرماید: «لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ»^۴ «همانا ما انسان را در رنج آفریدیم»، بنابراین، نباید به دنبال گنج بی رنج و زندگی بی زحمت باشیم که به قول معروف: «گشتم، نبود؛ نگرد، نیست».

شکست، پلی برای موفقیت

ناکامی ها و شکست هادر زندگی، چیزهایی هستند که ما را به درک بهتر از عناصر لازم برای موفقیت می رسانند. صداقت و پذیرش نقطه ضعف ها باعث می شود که در نهایت، نزد دیگران اعتماد به نفس بیش تری داشته باشیم و آن ها نیز راحت تر

مایه شرمساری است نیز خودش نوعی شرمساری محسوب می‌شود.

حقیقت زندگی دنیا

درد، تاروپود جدا نشدنی از پارچه زندگی است و جدا کردنش نه تنها ممکن نیست؛ بلکه باعث تخریب زندگی می‌شود.^۵ تلاش برای بیرون کشیدن درد از زندگی، زخم‌های دیگر را باز می‌کند. این که سعی کنیم درد را از زندگی خود حذف کنیم؛ یعنی به درد اهمیت افراطی داده‌ایم؛ ولی اگر بتوانیم بی‌خیال درد شویم، دیگر هیچ چیز و هیچ کس جلودار ما نخواهد بود. امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرمایند: «الصَّبْرُ عَلَى الْمَصْصِ يُؤَدِّي إِلَى إِصَابَةِ الْفُرْصَةِ؛^۶ شکیبایی بردرد و رنج، به یافتن فرصت می‌انجامد».

احساس آزادی پس از پذیرش

پس از پذیرش نقاط ضعف، شکست‌ها و ناکامی‌ها در زندگی و قبول مسئولیت

صددردی آن‌ها، اولین احساسی که تجربه می‌کنیم، حس آزادی است؛ چون آزادی عبور کردن از نگرانی و ترس بوده، شخص دیگر نمی‌ترسد که مبدا اتفاقاتی ناگوار بیفتد؛ زیرا قبول کرده است که مدیریت اتفاقات و حل کردن مسائل با خود ماست.

درست در همین نقطه آگاهی است که تلاش ما برای برطرف کردن نقاط ضعف، عبرت گرفتن از شکست‌ها و ناکامی‌ها و به‌طور کلی، استفاده از تجارب گذشته به ثمر می‌نشیند. بسیاری از اوقات تلاش‌های زیادی برای موفقیت و خوشبختی در زندگی کرده‌ایم؛ اما چون هیچ‌گاه خلأها و نقاط ضعف خود را قبول نکرده‌ایم و مدام با سرکوب، فرافکنی و مواردی از این دست، از حقیقت فرار کرده‌ایم، باعث می‌شد تلاش‌های ما به ثمر نرسند. همین‌جاست که بسیاری از افراد با اولین شکست و ناکامی دست از تلاش

در واقع، باید با آغوش باز از شکست‌ها و ناکامی‌ها استقبال کنیم و از آن‌ها پلی برای موفقیت، رضایتمندی و خوشبختی خود بسازیم. این همان هنر ظریفی است که باید در زندگی یاد بگیریم.

برمی‌دارند و همچون فرد شکست‌خورده با ناراحتی و افسردگی، مدام از این و آن شاکی می‌شوند و دیگر حرکتی نمی‌کنند؛ غافل از این‌که با پذیرش نقاط ضعف و خلأهای خود، تلاش برای اصلاح و رسیدن به هدف، قوت پیدا می‌کند و در نهایت، به نتیجه مطلوب می‌رسیم.



بودم، به تو گفته بودم که تنها سرنوشت کسانی را عوض می‌کنم که تصمیم بگیرند سرنوشت خودشان را عوض کنند.^۷



برای مطالعه بیشتر تر:

۱. هنر ظریف اهمیت ندادن، ترجمه: فاطمه بلدی، انتشارات کوله‌پشتی، تهران، ۱۴۰۰ش.
۲. اخلاق در قرآن، محمدتقی مصباح یزدی، انتشارات مؤسسه آموزشی-پژوهشی امام خمینی رضی الله عنه، قم، ۱۴۰۱ش.

زیباترین صحنه‌ای که پس از احساس آزادی با آن مواجه می‌شویم، این است که وقتی آستین‌های خود را بالا می‌زنیم و وسط میدان می‌آییم تا مشکلات را حل کنیم، خواهیم دید که خدای تعالی قبل از ما وسط میدان و مشغول مرتب کردن اوضاع ماست و وقتی از او سؤال می‌کنیم: من سال‌ها برای حل این مشکل تو را صدا زده بودم و تو چرا جواب مرا نمی‌دادی؟ به ما خواهد گفت: من سال‌ها وسط میدان منتظر تو بودم؛ ولی تو بیرون از گود ایستاده بودی و مرا صدا می‌زدی و من در کتابی که برای راهنمایی تو فرستاده

پی‌نوشت

۱. «مَثَلُ الدُّنْيَا كَمَثَلِ مَاءِ الْبَحْرِ كُلَّمَا شَرِبَ مِنْهُ الْعَطْشَانُ إِزْدَادَ عَطْشًا حَتَّى يَقْتُلَهُ»، اصول کافی، محمد بن یعقوب کلینی، دارالکتب الاسلامیه، تهران، ۱۳۶۷ق، ج ۲، ص ۱۳۶.
۲. هنر ظریف اهمیت ندادن، ترجمه: فاطمه بلدی، انتشارات کوله‌پشتی، تهران، ۱۴۰۰ش، ص ۲۹.
۳. مواظ بخش قصاید، سعدی شیرازی، قصیده شماره ۱۲؛ توحید.
۴. ۴/۴.
۵. هنر ظریف اهمیت ندادن، ص ۳۳.
۶. غررالحکم و درر الکلم، عبدالواحد بن محمد تمیمی آمدی، تصحیح: علیرضا رجایی، دارالکتب الاسلامی، قم، ج ۱، ص ۷۲.
۷. «إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ». رعد/۱۱.



فَإِنَّ حِزْبَ اللَّهِ هُمُ الْغَالِبُونَ

رسول ساری - دانش پژوه سطح ۳ حوزه علمیه قم
دانشجوی دکتری علوم سیاسی

عزادار مصمم

اصلی محور مقاومت در منطقه، و جمعی از فرماندهان عالی رتبه ترور شدند و به شهادت رسیدند. در چنین حالتی، نخستین تصویری که به ذهن می آید این است: آیا کار محور مقاومت تمام شده و باید مایوس شد؟ هرچند با عملیات عزت آفرین «وعدۀ صادق ۲» غم از دست دادن ایشان کمی التیام

سخن را با این کلام رهبر معظم انقلاب عظمت الله در دیدار با جمعی از نخبگان آغاز می کنم: «اگرچه عزاداریم، اما عزای ما به معنی ماتم گرفتن و افسرده شدن و گوشه نشینی نیست؛ بلکه عزای ما از جنس عزای حضرت سیدالشهدا علیه السلام است و زنده است.» بله، ضایعۀ سنگین و خسارت بزرگی است. سید حسن نصرالله علیه السلام، از ارکان



اولین و مهم‌ترین دلیل، ارجاع به این آیه
 قرآن کریم دربارهٔ «نصرت الهی» است:
 ﴿أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تَدْخُلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ
 مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ مَسَّتْهُمُ الْبَأْسَاءُ
 وَالصَّرَاءُ وَزُلْزِلُوا حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا
 مَعَهُ مَتَى نَصُرَ اللَّهُ أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ﴾؛ «آیا
 پنداشته‌اید که داخل بهشت می‌شوید
 و حال آنکه هنوز مانند آنچه بر [سر]

یافت، ولی پر کشیدنِ دبیرکل حزب‌الله
 لبنان، نصرالله قهرمان، فراموش‌شدنی
 نیست؛ مانند شهادت سردار دل‌ها، حاج
 قاسم عزیزمان که هنوز هم دل‌های ما را
 آتش می‌زند.
 بارخ دادن این حادثه تلخ، دلایل زیادی
 را می‌توان مطرح کرد که جبههٔ مقاومت
 هیچ دلیلی برای یأس و انفعال ندارد.

در حالت اضطراب و خطر باید تلاش خود را دوچندان کنند و اگر مایوس شوند و عقب بنشینند یا بترسند و تسلیم شوند، قطعاً شکست خواهند خورد.

دومین دلیل دربارهٔ وضعیت اسرائیل

است. یکی از دلایل رو آوردن رژیم غاصب صهیونیستی به ترور، شکست‌های راهبردی‌اش در جبههٔ نبرد است که نتوانسته به هیچ‌کدام از اهداف خود برسد. در اینجا باید اشاره کنیم که حذف رهبران جبههٔ مقاومت از اهداف ثانویهٔ این رژیم بوده است؛ چون او به خوبی می‌داند نقشهٔ راه این محور مقدس طوری طراحی شده که با حذف اشخاص از بین نخواهد رفت؛ بلکه پربارتر و شکوفاتر خواهد شد؛ اما برای راضی نگه داشتن افکار عمومی به ناچار به ترور دست می‌زند.

اکنون رژیم غاصب صهیونیستی، علی‌رغم همهٔ موفقیت‌های راهبردی‌اش، به‌خصوص در ترورهای اخیر، در مجموع دست برتر

پیشینیان شما آمد، بر [سر] شما نیامده است؛ آنان دچار سختی و زیان شدند و به [هول و] تکان درآمدند؛ تا جایی که پیامبر [خدا] و کسانی که با وی ایمان آورده بودند گفتند: "پیروزی خدا کی خواهد بود؟!" بدانید که پیروزی خدا نزدیک است،»

این به معنای آن است که گاهی شرایط و دشواری‌ها آن قدر جدی و اضطراب‌آور می‌شده که همراهان پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌گفتند: «این یاری و نصرت خداوند کی خواهد آمد؟!» و خداوند در جواب می‌فرمود: قطعاً نصرت و پیروزی از جانب خدا نزدیک است.

تاریخ پر است از گرفتاری‌های مؤمنان در چنین شرایطی. در واقع این سنت الهی است و هرکس به آن ایمان داشته باشد، قطعاً پیروز خواهد شد. البته این مسئله به این معنا نیست که مؤمنان در این شرایط دست از تلاش بردارند و منتظر نصرت الهی باشند؛ بلکه برعکس

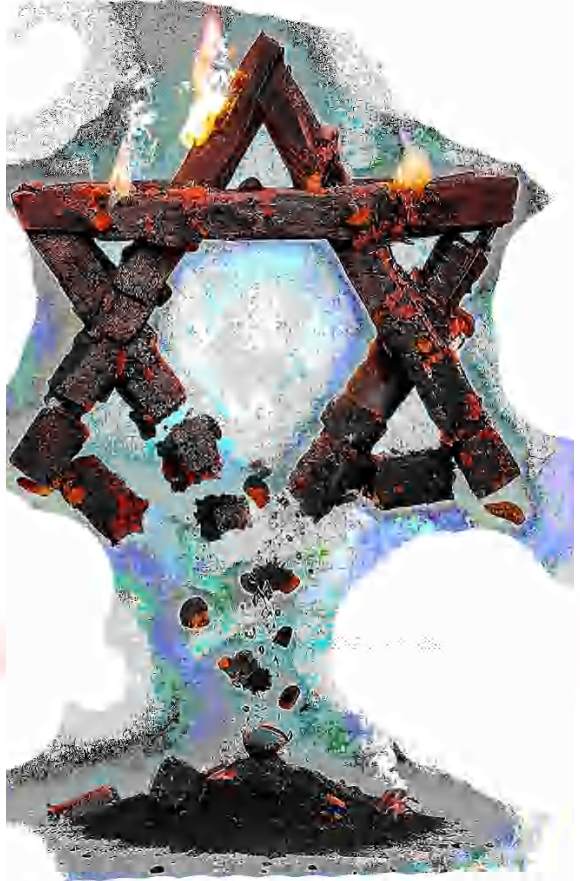
را ندارد و به هدف راهبردی مهمی دست نیافته است.

درواقع این رژیم برای بقا و ادامه حیات خود به دو چیز نیاز مبرم دارد:

① **امنیت:** مهاجرانی که خودشان می‌دانند در سرزمین اشغال شده‌ای زندگی می‌کنند که در اصل متعلق به خودشان نیست و صاحبان اصلی آن پشت دیوارهای سیمانی،

کلیدبه‌دست منتظر بازگشت هستند، نیازمند احساس امنیت هستند. حکومت جعلی صهیونیستی به‌خوبی می‌داند اگر هرچه سریع‌تر این احساس را به آن‌ها ندهد، شاهد مهاجرت معکوس خواهد شد و سرمایه‌انسانی خود را، به‌ویژه در قشر مرفّه، از دست خواهد داد.

② **بازگشت** وجهه بین‌المللی: قبل از عملیات موفقیت‌آمیز «طوفان الأقصى» افکار عمومی رژیم غاصب صهیونیستی را حکومتی صلح‌طلب و حق‌دفاع را برای آن‌ها روایمی‌دانستند. حتی برخی کشورهای مرتجع عربی نیز قصد عادی‌سازی روابط خود با این رژیم را داشتند؛ ولی در دوره کنونی، به‌دلیل ناتوانی از شکست دادن محور مقاومت که به‌ظاهر از نظر قدرت نظامی در سطح بسیار پایین‌تری هستند، برای ترساندن اهالی غزه از خطر جنگ، در ابتدا به بمباران خانه‌های مردم عادی و به شهادت رساندن حتی کودکان روی آوردند



بگیرند و اسرائیل را محکوم کنند و این چیزی نیست که اسرائیل بتواند با وجود آن برای ادامه بقای خود تلاش کند. رژیم صهیونیستی با این وضعیت که نه امنیت دارد و نه همراهی افکار عمومی، شکستش قطعی است و جبهه مقاومت نباید روحیه خود را با از دست دادن دلاورمردانی همچون سید حسن نصرالله علیه السلام ببازد. در پایان باید بگوییم که گرچه عزاداریم، ولی درنهایت پیروز خواهیم شد و در جشن پیروزی یاد و خاطره تمام شهدای عزیزمان را گرامی خواهیم داشت و شاهد به ثمر نشستن زحماتشان خواهیم بود که با فدای جان خود کام ما را شیرین کردند.

و کم‌کم بیمارستان‌های مملو از بیمار را مباران کردند. این رژیم، به خیال خود، با این‌گونه وحشی‌گری‌ها و ترساندن ملت غیور غزه می‌تواند به پیروزی زودهنگام دست یابد؛ ولی قضیه کاملاً برعکس شده و با آگاه شدن ملت‌های آزاداندیش دنیا از نسل‌کشی رژیم غاصب صهیونیستی، بیشتر و بیشتر در باتلاق فرورفته‌اند و حمایت ملت‌های اروپایی و آمریکا را نیز از دست داده‌اند. برای همین، به عملیات ترور که از دید افکار عمومی به شدت مذموم است، روی آورده‌اند. با ادامه این وضعیت، ملت‌ها به سردمداران خود که ادعای بشردوستی دارند، فشار خواهند آورد که موضع

پی‌نوشت

۱. بیانات در دیدار با نخبگان و برگزیدگان علمی، ۱۴۰۳/۰۷/۱۱.

۲. بقره/۲۱۴.



راه و رسم درست

جواد توحیدی منش - مدیر مؤسسه فرهنگی تبلیغی (شجره حیات طبیه)

گاهی استفاده از الفاظ خاصی برای خانواده‌های نیازمند، سبب احساس وابستگی آن‌ها به دیگران و سازمان‌های حمایتی می‌شود؛ تعابیر خانواده طلاق، بچه طلاق، خانواده آیتام، فرزندان آیتام، نیازمند، معلولین و... حتی قرآن کریم تذکر می‌دهد که مبادا با برخورد نامناسب، اجر و پاداش کار خیرتان را از بین ببرید: ﴿لَا تُبْطِلُوا صَدَقَاتِكُمْ بِالْمَنِّ وَالْأَذَى كَالَّذِي يُنْفِقُ مَالَهُ رِثَاءَ النَّاسِ﴾؛ «صدقات خود را با منت و آزار باطل نکنید، مانند کسی که مالش را برای خودنمایی نزد مردم، انفاق می‌کند.» به همین جهت لازم است تلاش کنیم در فضای تبلیغ و خدمت این مسئله را، که متأسفانه هویت و

هم جدا شده بودند و چهار بچه داشتند که با مادرشان زندگی می‌کردند! پسر بزرگ خانواده سرکار می‌رفت و خودش یک خانه خریده بود و ازدواج کرده بود و زندگی خوبی هم داشت. فرزندان بعدی هم به همین شکل، هر کدام فرد مفیدی برای زندگی شخصی و جامعه شده بودند.

به خود گفتم: با وجود اینکه خانواده متزلزل بوده و پدر و مادر طلاق گرفته‌اند، اما به یاری خداوند فرزندان‌شان خیلی خوب تربیت شده‌اند! برایم جالب بود. دنبال علت و

عزت نفس را از برخی افراد جامعه گرفته است، اصلاح کنیم.

چنین الفاطی، به مرور زمان، روحیه تکدی‌گری را به وجود می‌آورد و چنین فرد یا خانواده‌ای انگیزه‌ای برای حرکت و تغییر در زندگی خود ندارد و مدام خود را سربار جامعه و دیگران می‌بیند و ناخودآگاه با توقع از دیگران امورات خود را می‌گذراند.

اتفاقاً در یکی از تجربیات تبلیغی‌ام، با خانواده‌ای روبه‌رو شدم که پدر و مادر



این حرکت و نوع نگاه، درس بزرگی بود که این مادر فرزندان کمک کند یا به او پیشنهاد می‌کردند به فلان سازمان یا خیریه برود تا تحت حمایت آن‌ها قرار بگیرد، اصلاً نمی‌پذیرفته و خودش سر کار می‌رفته و بچه‌هایش را هم از کوچکی، در ایام تابستان و تعطیلی مدارس، سر کار می‌فرستاده.

روایت است که هرگز دیده نشد کسی به **امام حسن علیه السلام** نامه‌ای درباره حاجتی بدهد، مگر اینکه حضرت جواب می‌دادند: حاجت برآورده است. گفته شد: ای فرزند **رسول خدا صلی الله علیه و آله**، کاش در نامه‌اش می‌نگریستید و به اندازه حاجتش می‌دادید. حضرت فرمودند: می‌ترسم خدا از من درباره مدتی که روبرویم خوار ایستاده تا نامه‌اش را بخوانم سؤال کند.^۲

این نتیجه رسیدم: هرگاه فردی می‌خواسته به مادر این فرزندان کمک کند یا به او پیشنهاد می‌کردند به فلان سازمان یا خیریه برود تا تحت حمایت آن‌ها قرار بگیرد، اصلاً نمی‌پذیرفته و خودش سر کار می‌رفته و بچه‌هایش را هم از کوچکی، در ایام تابستان و تعطیلی مدارس، سر کار می‌فرستاده. روزی تصمیم گرفتم یک بسته غذایی به ایشان تحویل دهم. همین که تماس گرفتم تا هماهنگ کنم، قبول نکرد. زمانی که اصرار کردم، گفت: یا زمانی بسته را برای ما بیاور که فرزندانم در منزل نباشند یا هزینه‌اش را به حسابم واریز کن.

پرسیدم چرا؟ گفت: نمی‌خواهم فرزندانم بفهمند کسی به ما کمک می‌کند. اگر آن‌ها متوجه شوند که زندگی ما از طریق خیران یا فلان سازمان اداره می‌شود، به همین کمک‌ها دل می‌بندند و امیدوار و وابسته می‌شوند و دیگر سر کار نمی‌روند و هرگز برای زندگی خود تلاش نمی‌کنند.

پی‌نوشت

۱. بقره/۲۶۴.

۲. نَظَّمُ دُرَّ الرَّبِّمَطِينِ فِي فَصَائِلِ الْمُصْطَفَى صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ وَالْمُرْتَضَى وَابْنِ تَوَيْلٍ وَالتَّبِطَّيْنِ رَضِيَ اللهُ عَنْهُمَا، محمد بن یوسف زرنجی، انتشارات مجمع تقریب مذاهب اسلامی، تهران، چ، ۱۴۰۲، ص ۱۹۶.

فراخوان مقالات

ماهنامه خانواده‌مبلمان

مرکز پژوهش‌های تبلیغی مجتمع آموزشی پژوهشی تبلیغ
در نظر دارد مقالاتی با موضوعات ذیل ویژه خانواده طلاب و مبلمان (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).

امتیازات

- * پرداخت حق‌التألیف
- * چاپ مقاله به نام نویسنده
- * صدور گواهی و تأییدیه چاپ
- برای نهادها و مراکز

شرایط مقالات

- * حداکثر حجم مقالات ۱۰۰۰ کلمه تایپ شده؛
- * دارای نوآوری و خلاقیت؛
- * مناسب خانواده طلاب و مبلمان؛
- * ارائه راهکار در محتوای مهارتی.

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



● با مراجعه به هر کانال می توانید از محتوا و

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

۱ کانال آرشیو ماهنامه سفیر-امین:

<https://eitaa.com/safiraminMagazine>

۲ کانال ماهنامه خانواده-مبلغان:

<https://eitaa.com/khanevademoballegan>

۳ کانال فصلنامه علمی پژوهشی مطالعات-تبلیغ-دینی:

<https://eitaa.com/fmtd1401>

۴ خبرنامه تحلیلی-سیاسی منبا:

<https://eitaa.com/manba313>

۵ مجموعه کتاب‌های-تبلیغی:

<https://eitaa.com/mktabt>

۶ نشریه دیواری نسیم-تبلیغ:

<https://eitaa.com/nasimetabligh>

