

خانواده
مبلغان ۳۰

ماهنامه اطلاع‌رسانی، علمی، آموزشی
سال سوم - شماره ۳۰ - تیرماه ۱۴۰۴

من غم و مهر حین با شیر از مادر گرفتم!

رمن و مرز خود بودن

در مراسم ما

خدای جنگ

تربیت به سبک رهبران ما

روایتی از عین‌تربین درس تبلیغی

خانواده مبلغان

مرکز پژوهش‌های تبلیغی، مجتمع آموزشی پژوهشی تبلیغ

تیرماه ۱۴۰۳ ش

۴

مرکز پژوهش‌های تبلیغی، مجتمع آموزشی پژوهشی تبلیغ



تمام خانواده‌ام برای خانواده‌ها

خانواده دانشمند شهید دکتر سید مصطفی ساداتی ارمکی





خانواده مبلغان ۳۰

ماهنامه اطلاع‌رسانی، علمی، آموزشی
سال سوم - شماره ۳۰
تیر ماه ۱۴۰۴ 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: احمد اسماعیلی
 - هیئت تحریریه: حسین ملانوری، اصغر اخوی، علیرضا رنگویی، مهدی هادی، محمد حامد مبینی‌راوندی، هاجر شعبانی موسی کلایه، سیده منیر سیدنتقیان، رضیه جبرئیل‌زاده، زینب رحیمی‌تالارپشتی.
 - مدیر هنری و صفحه‌آرا: سیدمحسن حسینی

فهرست

- پیام فرمانده ۳
- من غم و میهر حسین باشیر از مادر گرفتم! ۴

دانش افزایی

- حاج آقا مشکل گشا ۲۶ (بیت التور) ۹
- رمز و رمز خود بودن ۱۴
- زندگی با نامه ها ۲ (نقش نگین) ۲۰
- توجه متقابل همسران (اکسیر زندگی «۵») ۲۵
- الگوهای اشتباه ۲ (هاشدگی در بزرگ سالی) ۳۱
- همراه اول تا آخر ۴ (توهم عشق) ۳۵
- چی بخونیم؟ ۴۰
- در مرام ما ۴۵
- عباس آسمانی ۴۹
- در سرزمین عجایب ۱۸ (خزعیلات اتاق عقد) ۵۳
- خدای جنگ ۵۸
- بازی-گوشی ۶۴

مهارت افزایی

- صدای مشاوره ۱ (مادر شوهر نگران یا با زنی سفت وسخت؟!) ۶۹
- تربیت به سبک دلفین ها! (همراهی بدون قید و شرط) ۷۳

با مخاطبان

- روایتی از عمیق ترین درس تبلیغی ۷۸



پیام فرمانده

مقصود این است که ما بتوانیم این عمل را انجام بدهیم، این وظیفه را انجام بدهیم؛ مسئله این است.^۱

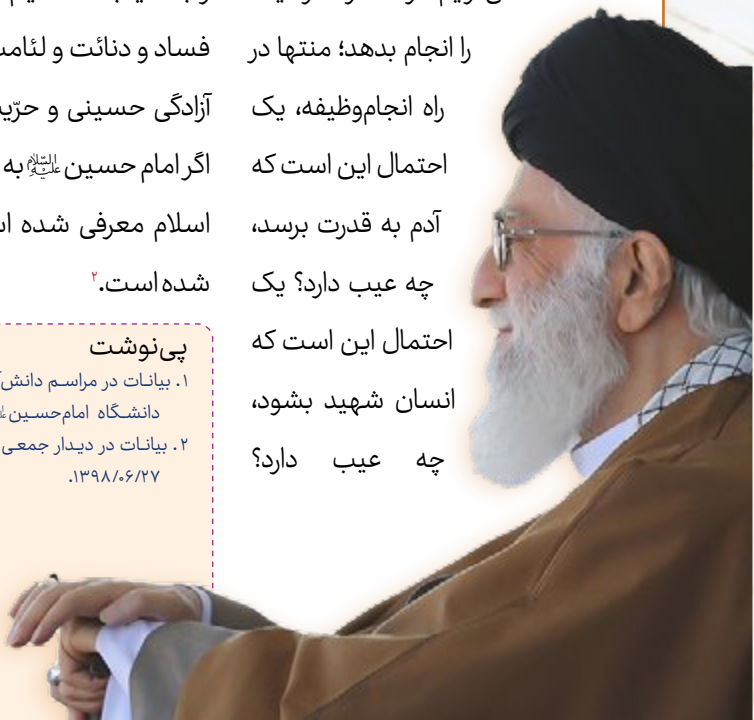
ما امروز احتیاج داریم که حسین بن علی علیه السلام را به دنیا بشناسانیم؛ دنیای دچار ظلم و فساد و دنائت و لئامت، محتاج معرفت آزادگی حسینی و حریت حسینی است. اگر امام حسین علیه السلام به دنیا معرفی بشود، اسلام معرفی شده است، قرآن معرفی شده است.^۲



پی نوشت

۱. بیانات در مراسم دانش‌آموختگی دانشجویان دانشگاه امام حسین علیه السلام، ۱۳۹۸/۰۷/۲۱.
۲. بیانات در دیدار جمعی از موکب‌داران عراقی، ۱۳۹۸/۰۶/۲۷.

بعضی می‌گویند امام حسین علیه السلام حرکت کرد که قدرت را بگیرد، از مردمان مؤمن هم این حرف‌ها می‌زنند، اشتباه می‌کنند؛ بعضی [هم] می‌گویند حرکت کرد تا شهید بشود. من می‌گویم حرکت کرد تا وظیفه را انجام بدهد؛ منتها در راه انجام وظیفه، یک احتمال این است که آدم به قدرت برسد، چه عیب دارد؟ یک احتمال این است که انسان شهید بشود، چه عیب دارد؟





مهر حسین من غم و مهر حسین با شیر از مادر گرفتم

محمود مقدمی

من غم و مهر حسین با شیر از مادر گرفتم

دلش لرزید. قطره اشکی بر گونه اش
شُر خورد؛ ولی خودش را جمع و جور کرد
و با خودش گفت: چه فرقی می کند!
مثل **علی اصغر علیه السلام** ...!



بوی محرم به مشام می رسد. مادران
کم کم بچه لباس های سیاه را باز
می کنند و لباس ها را اتو می زنند. شاید
دوخت و دوزی لازم باشد یا تعمیری یا
اصلاً شاید دیگر این لباس ها کوچک
شده و لباس مشکی تازه ای لازم باشد.
یک دست لباس هم برای این آخری لازم
است! درست است که هنوز نوزاد است
و خیلی کوچک، ولی مادر باید کودکش را
برای مراسم شیرخوارگان حسینی آماده
کند. باید بچه را از همان روزهای اول، به
اهل بیت علیهم السلام پیوند زد؛ پیوندی که وقتی
برای خودش مردی می شود، مرد
میدان باشد، شجاع مثل قاسم،
مثل عباس علیه السلام ... مثل
سلیمانی رضی الله عنه. جنگ است
دیگر! باید شجاع بود.
یادش آمد نوزادانی
را که از زیر آوار بیرون
کشیده بودند! کمی

همین‌طور که مشغول دوخت و دوز پیراهن‌مشکی‌هاست، در خیالات خوشش غرق می‌شود. پیش خودش می‌گوید: این‌طور که این روزها داریم می‌جنگیم، گویا نوبت جنگ آخر رسیده حسین و شجاع بار بیاورم.

مادر فهرست هیئت‌ها را فراهم کرده و آخر شب که اهل خانه دور هم جمع می‌شوند، یکی از بحث‌های اصلی، برنامه‌ریزی و مشورت برای انتخاب هیئت و مداح و سخنران است. در این میان، البته نقش مادران نقش محوری است؛ خصوصاً مادران جوان. آن‌ها بهتر می‌دانند کدام هیئت برای بچه‌ها مفیدتر و مؤثرتر است. آن‌ها بهتر درک می‌کنند که ایام نشستن ترک موتور آقا و هیئت رفتن‌های دونفری تمام شده و حالا دیگر فقط شور هیئت و سبک مداحی‌اش معیار نیست. مادر باید قبل از





هیئت حساب تعداد اسباب بازی‌ها و مقدار خوراکی‌های لازم برای سرگرم کردن بچه‌ها در طول روزه را داشته باشد. کیف و پوشک و لباس و حتی بالش و پتوی بچه را هم که باید آماده کند. بعد از این‌ها باید فکر کند کجا بروند که بچه‌ها در ضمن بازی و سرگرمی‌هایشان، با اهل بیت علیهم‌السلام و سیره آن‌ها هم آشنا شوند؛ البته بدون آنکه از عزاداری خسته شوند یا خاطره بدی در ذهنشان باقی بماند. راستی باید فکر مسیر را هم کرد: بچه پشت موتور اذیت نشود، و... البته مادر طبع بچه خودش را بهتر می‌داند و می‌داند که امسال در جنگیم و مداح‌ها علیه دشمن صهیونی رجز خواهند خواند و با تمام وجود شعار خواهند داد. او بهتر می‌داند که این صحنه‌های شور و حماسه، گوش و روح

لطیف و ظریف بچه را اذیت می‌کند یا
تقویت. شاید باید فاصله و جهت باند و
بلندگو را هم در نظر بگیرد.

کودکش بیدار شود و گوشش را روضه و
ذکر فضائل و مصیبت‌های اهل بیت علیهم‌السلام
نوازش کند؛

بعد از همه این مقدمات، مادر باید در
دلش توسلی کند یا یواشکی سجده‌ای
برود و به خدا التماس کند که دل بندش
در اوج روضه بیدار نشود و با جیغ‌های
بنفش، شیر نخواهد.

او چه می‌داند! شاید خدا تقدیر کرده
مادر با هم مزه کند؛

او چه می‌داند! شاید خدا تقدیر کرده این بچه به زودی میان‌دار هیئت شود یا علم‌دار
یا مداحی که با سوز بخواند:



من غم و مهر حسین با شیر از مادر گرفتم
روز اول که آمدم دستور تا آخر گرفتم
بر مشام جان زدم یک قطره از عطر حسینی
سبقت از عود و گلاب و نافه و عنبر گرفتم



حاج آقا مشکل گشا ۲۶

محمدحسن شهبازی - دانش پژوه سطح ۳ تخصصی تبلیغ

بیت التور

اصلاً چطور می‌شه هم احترام مجلس روضه رو نگه داشت و هم حق بازی کودکان رو؟
من هم در تردید بودم. از یک‌سو می‌خواستیم خانواده‌ها از روضه بهره ببرند، از سوی دیگر نمی‌شد کودکان را به‌زور ساکت کرد. سرانجام تصمیم گرفتیم از حاج آقا صالح پرور راهنمایی بخواهیم.

تابستان داغ تیرماه بود. می‌خواستیم در خانه روضه حضرت اب‌عبدالله‌الحسین علیه‌السلام برگزار کنیم؛ اما نگرانی بزرگی داشتیم: فرزندان چهار و شش‌ساله‌ام و بچه‌های همسایه که هرگاه جمع می‌شدند، گویی طوفانی به پامی کردند!
همسرم با نگرانی پرسید: اگر بچه‌ها وسط روضه شروع به بازی و سروصدا کنن چه؟!



شب، بعداز نماز مغرب، جریان را با حاج آقا در میان گذاشتیم. حاج آقا بعداز شنیدن حرف های ماگفت:

حضور بچه ها تو مجلس سیدالشهدا علیه السلام به روضه لطمه نمی زنه؛ باعث برکت هم می شه و هرکسی فیض خودش رو می بره. حتی اگه کودک شما یه کلمه هم از روضه به گوشش بخوره، بذر محبت اهل بیت علیهم السلام در دلش کاشته شده! اصلاً هدف اصلی روضه خونگی دقیقاً همین تربیت فرزند پای مجلس اهل بیت علیهم السلام هست.

بوی اسپند و گلاب و فرش های پهن شده و آماده و صندلی های چیده شده و همه چیز برای ذکر مصیبت و یاد حضرت عشق مهیاشد.

دل آشوبی من برای خوب برگزار شدن مجلس لحظه به لحظه بیشتر می شد. دو رکعت نماز و هدیه به صاحب عز، حضرت ولی عصر علیه السلام، قدری آرامم کرد.

صدای قدم ها کم کم به گوش می رسید. همسایه ها و آشنایان با چهره های محزون وارد می شدند. هرکدام قصه ای از ارادت به خاندان عصمت و طهارت علیهم السلام داشت و کوله باری از حاجت و نیاز.

دل نگرانی ام بیشتر برای بچه ها بود. درست وقتی که دل شوره و اضطرابم به اوج رسیده بود، همسایه مان، خانم احمدی، یک پیشنهاد عالی داد: اگه یکی از

ادامه داد: ما نباید فکر کنیم که بچه‌ها رو باید از فضای روضه دور نگه داریم تا مجلسی‌مون باکلاس‌تر بشه. اتفاقاً حضور بچه‌ها تو مجلس امام حسین علیه السلام یه فرصت تربیتی بی‌نظیره. ببینید، بچه‌ها تو این سن خیلی چیزها رو از طریق دیدن و شنیدن یاد می‌گیرن. وقتی می‌بینن که بزرگ‌ترهاشون با احترام و ادب تو مجلس روضه نشستنه، وقتی

اتاق‌ها رو خالی کنید، من بچه‌ها رو سرگرم می‌کنم تا مجلس به هم نریزه. از خوشحالی نمی‌دانستم چه کار کنم! فوری اتاق را آماده کردم و در اختیارشان گذاشتم. خیالم کمی راحت شد؛ اما هنوز نگران بودم که نکنند بچه‌ها کلاً از فضای روضه دور شوند و هیچ بهره‌ای نبرند. مجلس که تمام شد، حاج‌آقا صالح‌پرور از ما پرسید: پس بچه‌ها چی شدن؟ جریان را برایش تعریف کردم. باحالت تعجب خداحافظی کرد.

جلسه بعد، همان اول منبر، حاج‌آقا شروع کرد به صحبت درباره همین موضوع: خدا خیر بده که این قدر دل‌سوزانه به فکر بچه‌ها هستین. اما یه نکته‌ای اینجا هست که باید به‌ش توجه کنیم.

همه منتظر بودند
ببینند حاج‌آقا چه
می‌خواهد بگوید.



ثانیاً ما می‌تونیم یه سری فعالیت‌های مناسب سنشون برایشون در نظر بگیریم؛ مثلاً یه گوشه‌ای از اتاق رو به بازی اختصاص بدیم، یا یه سری کتاب‌های رنگ‌آمیزی با موضوع امام حسین علیه السلام برایشون بذاریم. البته باید حواسمون باشه که این فضا نباید طوری باشه که تا آخرِ مجلس نتونن برن پیش پدر و مادرشون، یا اینکه کلاً از فضای روزه دور باشن و آخرِ مجلس بچه‌ها رو برگردونن پیش پدر و مادرشون! حاج آقا ادامه داد: یه نکته مهم دیگه هم اینکه ما نباید انتظار داشته باشیم که بچه‌ها مثل بزرگ‌ترها ساکت و آرام بشینن. بچه‌ها انرژی زیادی دارن و نیاز دارن که این انرژی رو یه جوری تخلیه کنن. ما باید این حق رو به شون بدیم؛ اما درعین حال به شون یاد بدیم که چطوری این کار رو به شکل مناسب و درست انجام بدن.

می‌شنون که دارن برای امام حسین علیه السلام عزاداری می‌کنن، ناخودآگاه یه سری مفاهیم تو ذهنشون شکل می‌گیره.

یکی از آقایان پرسید: حاج آقا، اگه بچه‌ها وسط روزه بازی کنن یا سروصدا کنن، چی؟ این طوری که تمرکز بقیه به هم می‌خوره!

حاج آقا جواب داد: بله، درسته. سروصدا کردن بچه‌ها می‌تونه مزاحمت ایجاد کنه؛ اما ما باید بانگه‌تربیتی، موضوع رو ببینیم؛ اولاً ما باید قبل از شروع روزه، با بچه‌ها صحبت کنیم و به شون بگیم که اینجا یه مجلس مقدسیه و همه باید مراعات کنن؛



تو مجلس روضه، بدون وضو به قرآن یا اسماء متبرک اهل بیت علیهم السلام دست بزنه، چی؟ آیا گناه کرده؟ آیا ما باید با شدت باهاش رفتار کنیم؟ خیر، طبق فتوای اکثر مراجع، اگه بی حرمتی نباشه و واقعاً از روی کنجکاوی باشه و هنوز به سن تکلیف نرسیده، اشکالی نداره.^۲

حاج آقا در آخر گفت: هدف اصلی ما از برگزاری روضه‌های خونگی، فقط عزاداری و گریه کردن نیست؛ تربیت نسلی حسینی و آشنا کردن اون‌ها با اهل بیت علیهم السلام هم هست. پس بیاییم با روی باز از حضور بچه‌ها تو مجالسِمون استقبال کنیم و با یه نگاه تربیتی، از این فرصت برای ساختن آینده‌ای روشن تر استفاده کنیم.

یکی از خانم‌ها پرسید: حاج آقا، اگه بچه‌ها وسط روضه یه کار اشتباهی انجام دادن، مثلاً یه چیزی رو شکستن یا به کسی بی‌احترامی کردن، چی؟

حاج آقا جواب داد: این جور مواقع ما باید با صبر و حوصله با بچه‌ها برخورد کنیم: نباید سرشون داد بزیم یا تحقیرشون کنیم؛ باید به‌شون توضیح بدیم که چرا این کارشون اشتباه بوده، و ازشون بخوایم که دیگه تکرارش نکنن. البته اگه لازم شد، می‌تونیم یه تنبیه کوچیک هم براشون در نظر بگیریم؛ اما تنبیه نباید بدنی باشه و نباید باعث ترس و وحشت اون‌ها بشه؛ بلکه باید حالت بازدارندگی داشته باشه. اما اگه بچه‌ای

پی‌نوشت

۱. «نشسته‌ن» صورت گفتاری (غیررسمی) و شکسته «نشسته‌اند» است.
۲. رک: <https://B2n.ir/yt4997>، مسئله ۳۱۸، جلوگیری بچه و دیوانه از مس خط قرآن واجب نیست؛ ولی اگر مس نمودن آنان بی‌احترامی به قرآن باشد، باید از آنان جلوگیری کنند.



رمز و مرز خود بودن

محمد حسین قدیری

می‌گفت هرکسی هر نمره‌ای که می‌داند حقش است، برای خودش بگذارد. بخش آموزش نمرات را قبول نکرد و او شاکی شد که من باید به آموزش روش بدهم، نه او.

روزی در کلاس منتظرش نشسته بودیم؛ بدون اینکه اطلاع بدهد نیامد. وقتی نماینده علت را پرسیده بود، گفته

یکی از استادان ما در دوره تحصیل در رشته روان‌شناسی، اگر کسی در کلاس حرفی می‌زد یا کنفرانسی می‌داد و دیگری می‌خواست کلام او را نقد کند، می‌گفت: «توجه کاره‌ای؟ او نظر خودش را گفته است.» ایشان با امتحان میان‌ترم و پایان‌ترم مخالف بود؛ کاغذ سفید نمرات را به دانشجویان می‌داد و

نشوید. بروید کتابخانه مطالعه کنید.
بله استاد، از قدیم گفته‌اند: «کور از خدا چه
می‌خواهد؟ دو چشم بینا.» راحت‌طلبی در
ذات انسان است و رعایت نظم و مقررات
سخت است.

♦ اتفاقاً مدتی قبل یکی از اساتید
بازنشسته روان‌شناسی کشور هم
در یک سخنرانی گفته بود: حجاب
اجباری و تظاهر به نفع سلامت روان
جامعه نیست. برای نمونه، از شهر
شیراز شروع کنید؛ هرکسی با پوشش
دلخواه خودش بیاید و نتایج مثبتش
را ببینید!

بود: هیچ چیز مثل استراحت برایم نیاز
نبود؛ بنابراین گوشی را بی‌صدا کردم و
خوابیدم!

شیوهٔ ایشان سبب شد نظم کلاس به
هم بخورد و دانشجویش نیز همین
روش را در پیش گرفتند؛ روزی ایشان
تدریس را شروع کرد، یک نفر ۵ دقیقه
با تأخیر آمد، دیگری ۱۰ دقیقه، سومی
۱۵ دقیقه، و... . بالاخره از اینکه افراد
یکی‌یکی وارد کلاس می‌شدند و رشتهٔ
کلامش را پاره می‌کردند شاکی شد و با
عصبانیت در کلاس را بست و به افرادی
که با تأخیر می‌آمدند می‌گفت: داخل



- ریشه سخنان این روان‌شناس از جهتی به رویکرد راجرز اشاره دارد که معتقد بود انسان اختیار کامل دارد و باید آزاد باشد. او «خود بودن» و «توجه مثبت غیرمشروط به دیگران» را یکی از اصول روابط مؤثر می‌دانست و معتقد بود قیدها و شرطها مانع آزادی و باعث بیماری‌های روانی می‌شود. راجرز در دانشگاه دانشجویان را آزاد می‌گذاشت و این سبب هرج و مرج شد و دانشگاه بعد از اخبارهای متعددی عذرش را خواست. امروزه افراد زیادی نیز بدون توجه به تبعات سخنان او، این آموزه‌ها را در زندگی علمی و خانوادگی خود به کار می‌برند.
- نقد دیدگاه او دربارهٔ حجاب**
- در اینجا به‌طور خلاصه سخنان این استاد محترم را بررسی و تحلیل می‌کنیم:
- ۱) این استاد عزیز که مذهبی هم هست، اگر بین یافته‌های علمی (غیرقطعی) و آموزه‌های وحیانی معتبر و خطاناپذیر تعارضی ببیند، کدام را مقدم می‌کند؟
 - ۲) آیا ایشان در مسیر تربیت، در دوران کودکی و نوجوانی فرزندانش، بدون هیچ ملاحظه و شرطی برای حفظ سلامت روان، آن‌ها را کامل آزاد گذاشته است؟
 - ۳) آیا از نظر امثال ایشان، رعایت هنجارهای اسلامی و اجتماعی مهم است یا فقط باید طبق میل خود در جامعه ظاهر شویم، حتی اگر این امر به‌ضرر خانواده‌ها باشد؟ یا اگر «خود بودن» افراد در جامعه به این باشد که باحالت مستی رانندگی کنند یا پشت چراغ قرمز نایستند یا بدون آزمون استخدامی وارد شغلی شوند، چه باید کرد؟
 - ۴) آیا امثال این استاد تا الآن سخنرانی یا نوشته‌ای در روش فرانسو در ممنوعیت و مقابله با حجاب دانشجویان مسلمان



دارد؟ یا اجبار به حذف حجاب را نشان
تمدن آنجایمی داند؟
نیچه (فیلسوف آلمانی) معتقد بود کسی
از نظر روانی سالم است که از شهادت
«خود بودن» برخوردار است. از نظر او
هم‌رنگی با جماعت (سازگاری با جامعه)
همیشه نمی‌تواند مفید یا حتی اخلاقی
باشد؛ بلکه لازم است انسان به «فردیت»
خود توجه کند و به نیروها و انگیزه‌های
درونی‌اش (مثبت یا منفی) اهمیت دهد
و به جای تلاش برای حذف یا ترکیب
آن‌ها، مثل یک بوم نقاشی، رنگ‌های
مختلف را در کنار هم بپذیرد.

موضوع مهم این است که در کنار فردیت باید مراقب باشیم بابتفاوتی و تحقیر هنجارهای جامعه گرفتار پدیده «فردگرایی» نشویم! «خود بودن» (فردیت و رشدیافتگی) باید چیزی را به نفع جامعه تولید کند و تا زمانی که هیچ ارزش مثبتی ایجاد نکند، به صورت یک حالت «رشد نیافته» باقی می ماند. در واقع، فردگرایی به معنای تکبر و خودشیفتگی، و فردیت به معنای پختگی و بلوغ یافتگی است و آنچه این استاد در حال ترویج آن است، «فردگرایی» است و نه «فردیت یافتگی».

پس تجویز کنار گذاشتن حجاب

یعنی تشویق به زیر پا گذاشتن یا تحقیر هنجارهای جامعه؛
 یعنی سوق دادن افراد به فردگرایی و نه تفرد روان شناختی!^۲
 بانو امین (عارف و مفسر و مجتهد) در

نقد روشن فکرانی که می گویند «انسان به چیزی که از آن منع شود، حریص تر می شود، پس باید حجاب را برداشت» می نویسد: آیا کسی با دیدن گل ها و مناظر زیبای بستان و گلستان سیر می شود؟! آیا شهوت سیری پذیر است؟! آیا برای اینکه انسان حریص نشود، جواهرات را معرض دید می گذارید و در گاوصندوق قرار نمی دهید؟^۳ زینب دلیا،^۴ روان شناس آمریکایی و همسر دکتر جلالی تهرانی، برای مقطع دکترای آقایان در مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام با پوشیه کامل تدریس می کرد. وی هنگام سخنرانی در جلسه «اخلاق در خانواده» درباره حجاب گفت: ما در آمریکا عملاً عکس این را می بینیم: منع برداشته شده است و پوشش آزاد است؛ ولی مردم حریص ترند. نمونه اش تجاوزها و خیانت ها و آزارهای جنسی و جنسیتی های بسیار زیاد است.^۵

سخن پایانی

سخن خود را با کلام خداوند ختم می‌کنیم آنجا که به ما، فرزندان آدم علیهم‌السلام، تذکر می‌دهد که مراقب باشیم فریب شیطان را نخوریم چراکه او با وسوسه تلاش می‌کند ما را به برهنگی بکشاند و بهترین و زیباترین لباس، یعنی پوشش تقوا و خودمهارگری دینی را از تن ما بیرون کند: «يَا بَنِي آدَمَ لَا يَفْتِنَنَّكُمُ الشَّيْطَانُ كَمَا أَخْرَجَ أَبَوَيْكُم مِّنَ الْجَنَّةِ يَنزِعُ عَنْهُمَا لِبَاسَهُمَا لِيُرِيَهُمَا سَوَاتِهِمَا»؛ «ای فرزندان آدم، شیطان شما را نفریبد؛ چنان‌که پدر و مادرتان را از بهشت بیرون کرد، از آنان لباسشان را برکنند تا شرمگاهشان را برای خودشان نمایان گرداند.»

پی‌نوشت

۱. کارل راجرز (Carl Rogers)، روان‌شناس و از نظریه‌پردازان اصلی مکتب انسان‌محور.
۲. «وقتی فردیت نیچه با فردگرایی اشتباه گرفته می‌شود (به‌بهانه سخنان آقای دکتر خدایاری‌فرد در زمینه حجاب)»، حمید رفیعی هنر، کانال محیی (زندگی‌بخش): <https://eitaa.com/Mohyiee>.
۳. به‌سوی خوش‌بختی (توصیه به خواهران ایمانی)، بانو امین سیده نصرت‌بیگم، انتشارات ثقی، اصفهان، ۱۳۳۱، ص ۱۰۹ و ۱۱۰.
۴. دکتر زینب دلیا (جلالی تهرانی) متولد آمریکا، کارشناسی روان‌شناسی پدیدارشناختی (phenomenological psychology) راز دانشگاه دوکین (Duquesne) و کارشناسی ارشد دکتری خود را در رشته روان‌شناسی انسان‌گرایانه (humanistic psychology) از دانشگاه وست جرجیا (West Georgia) و دانشگاه بین‌المللی ایالات متحده (United States International University) دریافت کرد. ایشان پس از پانزده سال تحقیق درباره ادیان مختلف، دین اسلام و مذهب تشیع را اختیار کرد و پس از اتمام تحصیلات، با همسر خود، دکتر سید محمد حسین جلالی تهرانی به ایران آمد و به تدریس و انجام دادن روان‌درمانی و مشاوره اشتغال ورزید و به همسر خود در نوشتن مقالات تحقیقی باری رساند. ایشان در حال حاضر در جوار حرم مطهر حضرت معصومه علیها‌السلام مشغول نوشتن خاطرات خود، مقاله‌های علمی روان‌شناسی و تدریس اینترنتی به علاقه‌مندان در سطح جهان است (فصلنامه نقد و نظر، پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی، قم، ش ۳۵ و ۳۶).
۵. رک: معاونت فرهنگی مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه‌السلام، قم، جلسات «اخلاق در خانواده»، ۲۷/اعراف/۲۰۲۰.



منصوره مودب - دانش پژوه سطح ۳ جامعه الزهراء

زندگی با نامه‌ها ۲

نقش‌نگین

در زندگی روزمره، با نامه‌های زیادی روبه‌رو می‌شویم. باید از آن‌ها درس بگیریم و با آن‌ها زندگی کنیم، «زندگی با نامه‌ها!» آری، چه تعبیر زیبایی! گویی نفسِ زندگی، خود نامه‌ای سر بسته است که هر طلوع و غروب، مَه‌ری بر آن می‌زند. اما برای من، این واژه‌ها ژرفای دیگری دارند؛ نامه‌هایی از جنس نور. عطری که از این

سطور برمی‌خیزد، رایحهٔ عدالت و خرد و مهر است؛ نامه‌های امیرالمؤمنین علی علیه السلام در گنجینهٔ نهج البلاغه.

شخصیت‌ها

حاج احمد: پیرمردی بازنشسته، معلم، آشنا به نهج البلاغه
فاطمه: دختر حاج احمد، دانشجوی

هر طلوع و غروب، مَه‌ری بر آن می‌زند. اما برای من، این واژه‌ها ژرفای دیگری دارند؛ نامه‌هایی از جنس نور. عطری که از این

فاطمه با صدایی گرفته سلام کرد و کنارش روی قالیچه گل‌دار دست‌باف مادر نشست. پیش از آنکه سکوت سنگین خانه بیش از این ادامه یابد، با لحنی که آمیزه‌ای از لبخند و کنجکاوی به همراه داشت، گفت: «بازم نهج‌البلاغه بابا جون؟! چی تو این کتابه که این قدر آرومت می‌کنه؟!» حاج احمد با همان لبخند همیشگی‌اش، نگاه مهربانش را به چهره فاطمه دوخت و دستی به محاسن سفیدش کشید. «دنیا همیشه همین بوده دخترم: پر

کارشناسی ارشد، درگیر مسائل روزمره زندگی
احمد علی: پسر فاطمه، نوجوانی کنجکاو و پرسشگر



در خنکای یک عصر پاییزی، وقتی خورشید رخسارِ طلایی‌اش را از آسمان می‌گرداند، فاطمه با کوله‌باری از دل‌نگرانی‌های روزمره، قدم در حریم امن خانه پدرش، حاج احمد، گذاشت. عطر خوش‌چای و بوی آشنای کتاب‌های کهنه، در فضا پیچیده بود. حاج احمد غرق در دنیای کلمات بود.



مرتکب می‌شوند، آنان را بیخشای و برآنان آسان گیر آن‌گونه که دوست داری خدا تو را ببخشاید و بر تو آسان گیرد...»

فاطمه با اکراه چند سطر می‌خواند. «خب؟ این‌ها چه ربطی به این‌همه مشکل داره؟ گرونی، بیکاری، تبعیض، بی‌عدالتی، ...!»

حاج احمد کتاب را بست و نگاهش را به چشمان فاطمه دوخت. «این نامه فقط برای مالک اشتر نیست؛ برای تک‌تک ماست. مولا علی علیه السلام به ما یاد می‌دهد چطور با همدیگه مدارا کنیم، چطور دست هم رو بگیریم، چطور همدلی کنیم.»

حاج احمد در ادامه به این موضوع اشاره کرد که امام علیه السلام در این بخش از عهدنامه خود به یکی از مهم‌ترین بحث‌های سیاسی و اجتماعی می‌پردازند و مردمی را که در یک جامعه زندگی می‌کنند، به هفت طبقه یا هفت قشر و جمعیت و گروه تقسیم می‌کنند و تأکید می‌فرمایند: «هر یک از این هفت گروه

از فرازونشیب، پر از غم و شادی، پر از تهدید و گردن‌کشی. مهم اینه که توی این تلاطم یه چراغ داشته باشی که راه رو بهت نشون بده. نهج البلاغه برای ما و کشور ما و رهبر ما همون چراغه، همون خورشید راهه.»

سپس با لحنی دعوت‌کننده ادامه داد: «بیا! بیا با هم یه صفحه از این کتاب زندگی رو ورق بزیم. شاید این کلمات یه جرقه به تو هم بزنه...»

نامه ۵۳ نهج البلاغه، همان عهدنامه مالک اشتر، را گشود: «... مهربانی با مردم را پوشش دل خویش قرار ده و با همه دوست و مهربان باش. مبادا هرگز چونان حیوان شکاری باشی که خوردن آنان را غنیمت دانی؛ زیرا مردم دو دسته‌اند: دسته‌ای برادر دینی تو‌اند و دسته دیگر همانند تو در آفرینش. اگر گناهی از آنان سر می‌زند یا علت‌هایی بر آنان عارض می‌شود، یا خواسته و ناخواسته اشتباهی

است که در آن پاشیده شود. پس در تربیت شتاب کردم پیش از آنکه دلت سخت شود و عقلت مشغول چیز دیگری، تا به استقبال کارهایی بروی که صاحبان تجربه زحمت آزمودنش کشیده‌اند و تو را از تلاش و یافتن بی‌نیاز ساخته‌اند. و آنچه از تجربیات آن‌ها نصیب ما شد، به تو هم رسیده، و برخی از تجربیاتی که بر ما پنهان مانده بوده، برای تو روشن شده.»^۲

دلش برای پسرش، احمدعلی، به درد آمد. او غرق در دنیای مجازی و برنامه‌های ورزشی شده بود. تاریخچه زندگی بسیاری از فوتبالیست‌های دنیا را حفظ بود و عکس برخی از آن‌ها را به دیوار اتاقش زده بود. فاطمه تصمیم گرفت با احمدعلی بیشتر صحبت کند و او را با نهج البلاغه آشنا سازد. یک روز که احمدعلی سرگرم در فضای مجازی بود، گفت: «پسرم، می‌تونی دربارهٔ **پروفسور لیگنهاوزن** جست‌وجو

جز به وسیلهٔ گروه دیگر اصلاح نمی‌شود و هیچ‌کدام، از دیگری بی‌نیاز نیست.» در ادامه به وظایف و حقوق آن‌ها اشاره می‌کنند و به دنبال آن، به شرح مفصلی دربارهٔ ویژگی‌ها و صفات و وظایف و حقوق هریک از این طبقات می‌پردازند. دخترگلم، برو دقیق این نامه رو مطالعه کن و ببین که مشکلات امروز ما ریشه در چی داره!



روزها چون باد می‌گذشتند. فاطمه تحت تأثیر سخنان پدر، آرام‌آرام به سمت نهج البلاغه کشیده شد. در ابتدا درک مفاهیم دشوار بود؛ اما کم‌کم گنجینهٔ ارزشمندی در نامه‌های امام علی علیه السلام یافت.

روزی فاطمه به یاد نامهٔ امام به فرزندش، امام حسن علیه السلام، نامهٔ ۳۱ نهج البلاغه، افتاد: «... قلب نوجوان، چون زمین کاشته نشده، آماده پذیرش هر بذری

کنی و اطلاعاتی از دلیل شیعه شدنش
برای من بگویی؟»



احمدعلی که پسر زیرک و باهوشی بود،
سریع در فضای مجازی جست‌وجو کرد و
مطالب زیادی برای مادرش خواند. وقتی
عکس این استاد دانشگاه آمریکاورئیس
دانشگاه تگزاس را کنار حضرت آیت‌الله

مصباح یزدی رحمته الله علیه دید، خیلی شگفت‌زده
شد و گفت: «مادرا مگه می‌شه کسی با
این جایگاه علمی، به‌خاطر نهج‌البلاغه،
آن‌هم ترجمه انگلیسی وضعیتش، مسیر
زندگی‌ش این‌قدر عوض شه؟!»

مرور زندگی‌نامه «پروفسور لگنهاوزن»^۳
مقاومت ابتدایی احمدعلی برای انس
با نهج‌البلاغه را شکست و کم‌کم در
برابر منطق استوار و دل‌نشین سخنان
امیرالمؤمنین علیه السلام تسلیم شد. او در این
کلمات حقیقتی یافت که در هیچ‌جای
دیگری نیافته بود. او تصمیم گرفته بود
با نهج‌البلاغه مأنوس باشد.

ادامه دارد...

پی‌نوشت

۱. «وَ أَشْعُرُ قَلْبِكَ الرَّحْمَةَ لِلرَّعِيَّةِ وَ الْمَحَبَّةَ لَهُمْ وَ اللُّطْفَ بِهِمْ وَ لَا تَكُونَنَّ سَعْباً صَارِباً تَعْتَنِيهِمْ أَكْلَهُمْ فَإِنَّهُمْ صِنْفَانِ إِمَّا أَحْ لَكَ فِي الدِّينِ وَ إِمَّا نَظِيرٌ لَكَ فِي الْخَلْقِ يَفْرُطُ مِنْهُمْ الرِّئْلُ وَ تَعْرِضُ لَهُمُ الْعُلَلُ وَ تُؤْتِي عَلَى أَيْدِيهِمْ فِي الْعَمْدِ وَ الْحِطِّ فَأَعْطِهِمْ مِنْ عَفْوِكَ وَ صَفْحِكَ مِثْلَ الَّذِي تُحِبُّ وَ تَرْضَى أَنْ يُعْطِيَكَ اللَّهُ مِنْ عَفْوِهِ وَ صَفْحِهِ.»
۲. «وَ إِنَّمَا قَلْبُ الْحَدِيثِ كَالْأَرْضِ الْخَالِيَةِ مَا أَلْقَى فِيهَا مِنْ شَيْءٍ قَبِلَتْهُ فَبَادَرَتْكَ بِالْأَدَبِ قَبْلَ أَنْ يَقْسُو قَلْبُكَ وَ يَسْتَعْلَ لُبُّكَ لِتَسْتَقْبِلَ بِحِدِّ رَأْيِكَ مِنَ الْأَمْرِ مَا قَدْ كَفَاكَ أَهْلُ التَّجَارِبِ بَغِيَّتَهُ وَ تَجْرِبَتُهُ فَتَكُونُ قَدْ كَفَيْتَ مَثْوَةَ الظَّلْبِ وَ عَوْفِيَّتَ مِنْ عِلَاجِ التَّجْرِبَةِ فَأَتَاكَ مِنْ ذَلِكَ مَا قَدْ كُنَّا نَأْتِيهِ وَ اسْتَبَانَ لَكَ مَا رَمَّما أَظْلَمَ عَلَيْنَا مِنْهُ.»

<https://B2n.ir/gh7238> . ۳



محسن خیری - دکترای قرآن و روانشناسی

توجه متقابل همسران اکسیر زندگی «۵»

اهتمام و رزد، به طور قطع خانواده‌ای مستحکم و خانه‌ای سالم خواهند داشت.

مصادیق توجه در روابط همسران

چنان‌که گفته شد، تأمین این نیاز برای مرد و زن، به هر میزان (از کمترین تا بیشترین حد) دارای ارزش است؛ اما

در شماره قبل بیان شد که زن و مرد هر دو نیاز به توجه یکسان دارند اما نوع توجه مطلوب هر کدام متناسب با نقش جنسیتی‌شان متفاوت است؛ نیازی که مردان به شکل اقتدارطلبی و در زنان در قالب مهرطلبی ظهور می‌یابد. اگر هر کدام از زن و شوهر در تأمین این نیاز همسرش

یقیناً هرچه این توجه کامل تر و افزون تر باشد، اثربخش تر خواهد بود. برای اینکه تصویر روشن تری از نوع توجه میان همسران داشته باشیم، برخی از مصادیق آن را درباره هرکدام از مرد و زن دنبال می‌کنیم.

چگونگی مهرورزی به زن

قرآن کریم خطاب به مردان می‌فرماید: «با همسرانتان به معروف معاشرت کنید.»^۱ جناب طبرسی رحمته الله علیه در تفسیر واژه «معروف» می‌نویسد: به نیکی با آنان زندگی کنید، حقوقشان را اعم از انصاف در قسمت، نفقه و نیکویی در سخن و رفتار ادا کنید.^۲ پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز در این باره می‌فرماید: «پیوسته جبرئیل درباره حقوق زنان به من سفارش می‌کرد، تا آنجا که گمان بردم مرد حق ندارد به همسرش "أف" بگوید.»^۳ «أف» در زبان عربی به معنای کوچک‌ترین بی‌احترامی کلامی و کمترین کلمه برای



چه نگاهی محبت را به مخاطبش انتقال می‌دهد؛ چگونه شنیدن مصداق مهرورزی است؛ چه کلماتی و چه لحنی و چه جمله‌بندی و خطابی می‌تواند محبت را ابراز کند؛ چگونه با دست خویشتن نوازش کند و با استفاده از پا به دنبال کارهای همسرش حرکت کند که او محبت را از آن‌ها بیابد؛ رسیدگی به خورد و خوراک همسر را چگونه عهده‌دار شود که مهر را به کام همسر بیفزاید و در مقام ارتباط جنسی نیز او را از مهرش سرشار کند!

رفتارهایی که موجب تثبیت جایگاه زن در خانواده شود و در مقابل فرزندان و سایر اقوام به او اعتبار بخشد (بدون افراط و تفریط)، نوعی مهرورزی در مقام عمل است. وقتی آقای خانه با لحنی صمیمانه و کلامی سرشار از واژگان و تعبیر دل‌نشین بانوی خانه‌اش را از مهر و محبت لبریز کند و از تعریف و تحسین زیبایی‌هایش و دلبری‌هایش

ابراز نفرت است. این سخنان حاکی از اهمیت معاشرت با زنان در دین مبین اسلام و به نوعی مهرورزی خداوند به بانوان است.

نیاز به توجه، چنان‌که گذشت، یکی از نیازهای انسانی است که در زنان به صورت مهرطلبی خودش را نشان می‌دهد. مرد به عنوان شوهر، در مقام عمل نباید از هیچ مهر و محبتی دریغ کند. در این صورت می‌توان گفت نیاز زن را تأمین می‌کند. معنای سخن آن است که صرف محبت داشتن به همسر کافی نیست و مرد باید با گفتارش و رفتارش و بلکه با تمام وجودش این محبت را ابراز کند!

امام سجاد علی‌ه السلام می‌فرماید: اعمال انسان از طریق هفت عضو صادر می‌شود که عبارت‌اند از: چشم، گوش، زبان، دست، پا، شکم، شهوت.^۴ مهرورزی نیز به عنوان یک عمل، با استفاده از این اعضا انجام می‌شود. مهم این است که انسان بداند

و هنرنمایی‌هایش غافل نشود و همواره با نام نیکو و زیبا خطابش کند، مهرورزی‌اش در قلب همسرش تأثیر عمیق خواهد داشت. صدا زدن همسر به اسم یا القاب خوشایند، در خلوت یا در حضور دیگران، می‌تواند شخصیت اجتماعی زن را بالا ببرد؛ زیرا از نشانه‌های احترام زوجین به یکدیگر، خطاب کردن یکدیگر به بهترین نامی است که هر یک دوست دارد.^۵

بی‌شک مردی که هنگام آمدن به خانه به سلام و چند کلمه کوتاه اکتفا می‌کند یا به هنگام خروج از خانه خداحافظی نمی‌کند یا به حداقل کلمات و نگاه و توجه بسنده می‌کند، نتوانسته توجه را به همسرش ببخشد. آنچه برای زن بیشتر اهمیت دارد، دیده شدن و مهم بودن است. از این رو در هدیه گرفتن نیز آنچه بیش از قیمت و مقدار هزینه برای زن اهمیت دارد، به «یادِ او» بودن و «برای او» هدیه گرفتن است.



مورد توجه و عشق‌ورزی ویژه همسرش قرار می‌گیرد. مردان باید بدانند که زنان عاطفی-جنسی هستند، برخلاف مردان که جنسی-عاطفی‌اند؛ به این معنا که زنان برای اینکه از روابط جنسی لذت ببرند، مردان باید از مسیر عاطفی اقدام کنند. و روشن است که عاطفه چیزی نیست که فقط در زمان رابطه جنسی ایجاد شود. زنی که همواره از شوهرش مهر و محبت می‌بیند، تمایل بیشتری برای تمتعات جنسی او دارد. در غیر این صورت، خلوت جنسی‌شان چیزی جز تخلیه نیازهای جنسی نیست و نقشی در استحکام خانواده نیز ندارد.

از دیگر مصادیق مهرورزی مرد به همسرش این است که از خطایش چشم‌پوشد و با بیانی متین و رفتاری شایسته، او را به سمت رفتار معروف و حسنه ترغیب سازد به گونه‌ای که زن در این تذکرات همواره خود را زیر چتر عاطفی همسرش ببیند. از سوی

آنچه زن نیاز دارد از همسرش به نحو شایسته دریافت کند، حمایت عاطفی و امنیت روانی و پشتیبانی روحی و احترام است. با توجه به اینکه «احترام» یکی از نیازهای روان‌شناختی انسان به شمار می‌آید و در روابط زوجین نیز رکنی کلیدی است، معارف ناب اسلامی نیز بر این مسئله تأکید دارد و توصیه می‌کند کسی که زنی را برای همسری انتخاب می‌کند باید احترامش کند و منزلتش را گرامی بدارد.^۶ بی‌شک احترام مرد به همسرش دلیل جوان‌مردی و بزرگ‌منشی اوست و بی‌احترامی به زن، چنان‌که معصوم می‌فرمایند، نشانهٔ حقارت و فرومایگی مرد.^۷

نکته بسیار مهم دیگر راجع به «توجه» که ضروری است هر مردی به آن اهتمام ویژه داشته باشد این است که نباید این احساس و اندیشه در قلب و ذهن زن ایجاد شود که گویی فقط برای رابطه جنسی

دیگر نیز اگر مرد خودش خطایی کرد و رفتار نامناسبی از او سرزد، جانب انصاف را رعایت کند و عذرخواهی کند. همکاری در کارها نیز تأثیر بسزایی در تحکیم روابط همسران دارد. پیامبر اعظم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ می‌فرماید: «ای علی، به خانواده خود خدمت نمی‌کند مگر کسی که صدیق باشد یا مقام شهید داشته باشد یا مردی که خداوند خیر دنیا و آخرت را برایش بخواهد.»^۹ یوگن و

همکارانش نیز در قالب یک پژوهش، درباره ارتباط میان رضامندی زناشویی و تقسیم کارهای جاری منزل و نگهداری بچه‌ها تحقیق و آن را بررسی کرده‌اند. نتایجش وجود روابط معنادار بین رضامندی زناشویی و درک توزیع کار خانه و نگهداری بچه‌ها را نشان می‌داد.^۹

ادامه دارد...

این سلسله مقالات توسط سرکار خانم منصوره مؤدب دانش پژوه سطح ۳ جامعه الزهراء عَلَيْهَا السَّلَام تدوین و تحقیق شده است.

پی‌نوشت

۱. «و غاشروهنَّ بِالْمَعْرُوفِ» (نساء / ۱۹).
۲. مجمع‌البیان، فضل بن حسن طبرسی، انتشارات دار المعرفه، بیروت، ۱۳۶۷ش، ج ۳، ص ۴۱.
۳. «فَقَالَتْ الْخَوْلَاءُ يَا رَسُولَ اللَّهِ ﷺ هَذَا كُنْهُ لِلرَّجُلِ؟ قَالَ نَعَمْ قَالَتْ فَمَا لِلنِّسَاءِ عَلَى الرِّجَالِ؟ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ أُخْتِنِي أَحَبُّ حَبْرِيئِيلَ وَ لَمْ يَزَلْ يُوصِينِي بِالنِّسَاءِ حَتَّى ظَنَنْتُ أَنْ لَا يَجَلَّ لِزُجَّهَاتِنِ أَنْ يَقُولَ لَهَا أَفِي يَا مُحَمَّدُ اتَّقُوا اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ فِي النِّسَاءِ فَإِنَّهُنَّ عَوَانُ بَيْنِ أَيْدِيكُمْ» (مستدرک الوسائل، میرزا حسین نوری، ج ۱۴، ص ۲۵۲).
۴. صحیفه سجادیه، دعای اول.
۵. مشکاة الانوار فی عُزْرِ الْأَخْبَار، فضل بن حسن طبرسی، انتشارات دار الثقلین، قم، ۱۳۷۹ش، ج ۱، ص ۳۵۸.
۶. بحار الأنوار، محمد باقر مجلسی، انتشارات دار احیاء التراث العربی، بیروت، ۱۳۶۲ش، ج ۱۰۰، ص ۲۲۴.
۷. «حَيْثُكُمْ حَيْثُكُمْ لِأَهْلِيهِ وَ أَنَا حَيْثُكُمْ لِأَهْلِي مَا أَكْرَمَ النِّسَاءَ إِلَّا كَرِيمٌ؛ وَ لَا أَهَانَهُنَّ إِلَّا لُئِيمٌ؛ بَهْتَرِينَ شِمَا خُوشِ رِفَاتَرْتَرِينَ شِمَا بَا خَانَوَادِهِمْ هَسْتَم. جَز كَرِيمَاتُ زَنَانِ رَا تَكْرِيمِ نَمِي كِنْدِن وَ جَز انْسانِ هَايِ پَسْت، زَنَانِ رَا تَحْقِيقِ نَمِي كِنْدِن» (مکارم الأخلاق، حسن بن فضل طبرسی، انتشارات شریف رضی، قم، ۱۳۷۰ش، ج ۱، ص ۲۱۶).
۸. «لَا يَخْدُمُ الْعِبَالُ إِلَّا صَدِيقٌ أَوْ شَهِيدٌ أَوْ رَجُلٌ يُرِيدُ اللَّهُ بِهِ خَيْرَ الدُّنْيَا وَ الْآخِرَةِ» (بحار الأنوار، محمد باقر مجلسی، انتشارات دار احیاء التراث العربی، بیروت، ۱۳۶۲ش، ج ۱۰۱، ص ۱۳۲).
۹. مهر و اقتدار در خانواده، محمد زارعی توپخانه، انتشارات مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه، قم، ۱۳۹۷ش، ص ۱۶۰.



مجتبی متقی نژاد
دانش پژوه سطح ۴ حوزه علمیه قم
کارشناس ارشد مشاوره خانواده

الگوهای اشتباه ۲

رهاشدگی در بزرگسالی

- این دفعه، خسته از سرکار، به خانه رسیدم
جواب نمی‌ده! الآن یه ساعته دارم تماس
می‌گیرم.
- سلام استاد. خوبید؟ راستش، یه
اتفاقی افتاده، خیلی نگرانم! نمی‌دونم باید
چی کار کنم! شما کمکم کنید.
- همسرم استاد! همسرم تلفنش رو
به نظرت کجاست؟ موقع رفتن از
خونه چیزی نگفت؟
- چرا، اتفاقاً گفت امروز جلسه مهمی
سلام. چی شده؟

توی اداره دارن و ممکنه تا چند ساعت طول بکشه.

📞 خب پس جلسه‌س دیگه. نگرانی نداره.

📞 نه، آخه باید هرطور شده، جواب تلفن من وبده. من نگران می‌شم.

افرادی که در زندگی دچار تله‌رهاشدگی هستند، معمولاً در دوران کودکی در موارد بسیاری دچار ناامنی یا سرخوردگی شده‌اند. به همین علت دنبال افراد یا الگوهایی هستند که به آن‌ها امنیت

بدهند. این اشخاص باید مطمئن شوند که همه‌چیز مرتب است. پس با زیر نظر داشتن مداوم اطرافیان خود احساس امنیت می‌کنند و خیالشان راحت می‌شود که همه‌چیز سر جای خودش هست؛ مثلاً چنین فردی باید خیالش راحت باشد که همسرش هر روز به او «صبح به‌خیر» یا «شب به‌خیر» می‌گوید یا

به‌فاصله کمی بعد از زنگ دوم یا سوم، جواب تماسش را می‌دهد یا در برخوردهای عادی روزانه خوش‌وبش‌ عالی می‌کند یا در مهمانی‌ها ذهن و رفتارش



حال خود رها کند. با خود می‌گوید:

♦ **دیگه من و دوست نداره! برای همیشه می‌خواد ترکم کنه!**

ذهن این افرادی طرح‌واره و پیش‌نویس عاطفی پررنگی دارد:

♦ **روابط نزدیک، دیر یا زود، تموم می‌شن!**

چنین افرادی به شدت نگران تنهایی هستند و کافی است کمی آن‌را احساس کنند. در این حالت است که اغلب عصبی می‌شوند و مهار رفتار خود را از دست می‌دهند. افرادی که این چنین هستند، اگر ازدواج هم کنند، به شدت کنترل‌گر خواهند شد و هر روز یا حتی هر ساعت همسرشان را کنترل می‌کنند؛ چراکه می‌ترسند همسرشان را از دست بدهند! در این زمان رفتار طرف مقابل را بیشتر زیر نظر دارند و انتظار دارند او هم مثل یک ریات بدون اراده باشد.

در جلسات مشاوره مردی به من مراجعه کرد و از اینکه دائم باید پاسخ‌گوی

فقط متمرکز به اوست. او تمام عاطفه و محبت همسرش را برای خودش می‌خواهد. چنین افرادی به اصطلاح دچار «چسبندگی» به طرف مقابل می‌شوند. اما اگر این چنین نشد و آنچه این اشخاص انتظار دارند، به هر دلیلی متوقف شد یا به طور کامل برآورده نشد، طرح‌واره «رهاشدگی» فعال می‌شود و خودش را نشان می‌دهد. در این مرحله، الگوی اشتباه ذهنی، فرد را در رفتار خودش ناامن جلوه می‌دهد و شروع به رفتارها یا اعمالی می‌کند که کم‌کم باعث خستگی طرف مقابلش خواهد شد و در نهایت به همان تنهایی‌ای که از آن وحشت داشت دچارش می‌کند.

به طور کلی کسی که درگیر تله رهاشدگی است، همواره انتظار می‌کشد روزی عزیزانش او را رها کنند. او همیشه نگران است که مبادا شریک عاطفی‌اش به یک‌باره قید همه چیز را بزند و او را به

اشتباه ذهنی هستیم، با مشاور یا روان‌درمانگر متخصص مشکلاتمان را مطرح کنیم. اگر هم با چنین شخصی در ارتباطیم یا از نزدیکان ماست، تشویقش کنیم نزد مشاور یا روان‌شناس مطمئن برود تا با ریشه‌یابی مناسب و تغییر الگوهای غلطی که در ذهنش شکل گرفته، رفته‌رفته به زندگی عادی برگردد.

ادامه دارد...



برای مطالعه بیشتر

• کشف تله‌های زندگی؛ نشانه‌شناسی طرح‌واره‌ها و ذهنیت‌های ناسازگار، سید مهدی طباطبایی‌فر و فاطمه مختاری و محمد فغان‌پور گنجی، انتشارات دانژه، تهران، ۱۴۰۳.

پیگیری‌های همسرش باشد که «کجا هست» و «چه کار می‌کند»، خسته شده بود. او می‌گفت طوری همسرش کنترلش می‌کند که از کار و زندگی روزانه مانده و با اینکه او را دوست دارد و این دوست داشتن را زیاد ابراز می‌کند، اما ظاهراً او قبول نمی‌کند و هر بار و با کوچک‌ترین مناسبتی می‌گوید: «تو این زندگی رو نمی‌خوای! آخرش ما رو ول می‌کنی می‌ری و بعدش هیچ‌کسی سراغ ما رو نمی‌گیره!» این گروه هر کاری انجام می‌دهند تا، به‌خیال خودشان، شریک عاطفی‌شان (همسر، فرزند و...) را از دست ندهند.

حال شما فرض کنید با چنین شخصی در ارتباط هستید! به‌نظرتان چه اتفاقی می‌افتد؟ درست است: این ارتباط به‌زودی از بین خواهد رفت و بر سر این فرد همان می‌آید که انتظارش را می‌کشید: **تنهایی!** سعی کنیم اگر دچار این تله و الگوی



توهم عشق!

معصومه باقری ثالث - کارشناس علوم قرآن و حدیث

صدای کشیده گوش‌هایم را می‌سوزاند
قبل از اینکه شعله نگاهش دلم
را خاکستر کند! دستم را بی‌اختیار
روی گونه‌ام می‌گذارم و اشک‌هایم
از لای انگشتانم راه می‌گیرد و جاری
می‌شود. حمید چند لحظه‌ای می‌خکوب
چشم‌های خیس و مظلومم را نگاه
می‌کند، بعد دستش را به سمت
بلورهای روی میز کنسول دراز می‌کند و
با یک حرکت آن‌ها را به موزاییک‌های
کف خانه می‌کوبد و تمام اتاق نشیمن
پراز خرده‌شیشه می‌شود. بعد پشتش

را به من می‌کند و فریاد می‌کشد: «لعنت به تو!» کلید را از روی آپن برمی‌دارد و از خانه بیرون می‌زند.

خشکم زده! آرام آرام دستم را از روی گونه‌ام پایین می‌آورم و پاهایم شل می‌شود و درست همین‌جا وسط این همه شیشه‌شکسته، سنگینی غم‌هایم را روی شانه زمین رها می‌کنم و می‌نشینم. برای یک تازه‌عروس سه‌ماهه خیلی زود نیست از همسرش کتک بخورد؟! صدای بیرون رفتن ماشین از پارکینگ و بسته شدن در بغضم را می‌شکند و سیل اشک‌هایم طوفان می‌شود و هیق‌هقم خانه نوسازمان را می‌لرزاند! وقتی به حرمت شکسته میانمان فکر می‌کنم، به غرور خُرد شده‌ام یا به حس تحقیر نگاه حمید و بعد حس ترحمی که جای آن را گرفت، اشکم آتش می‌گیرد و مثل گدازه مُذاب صورت کتک‌خورده‌ام را می‌سوزاند! هر قطره از این گدازه که بر زمین می‌افتد، حس انتقام در دلم بیشتر شعله می‌کشد، بیشتر از خودم متنفر می‌شوم و بیشتر خودم را سین جیم می‌کنم که چرا ساکت و بی‌حرکت در مقابلش ایستادم! چرا گذاشتم این قدر راحت زور مردانه‌اش را به



مجسمهٔ مهربانی‌های حمید در ذهنم
فرومی‌ریزد؛ مجسمه‌ای که بارها خانواده‌ام
گفتند گچی است ولی من نمی‌خواستم

رخ لطافت چهره‌ام بکشد؟! مگر من چه
خواسته‌ای داشتم که مستحق چنین رفتار
بی‌رحمانه‌ای بودم؟! آیا این خواستهٔ زیادی
است که من هفته‌ای یک بار بتوانم میزبان
پدر و مادرم در خانه‌ام باشم؟! مگر من زن
این خانه و زندگی نیستم؟! حتماً نیستم!
اگر زنش بودم، این طور راحت به خاطر یک
مهمانی ساده دست رویم بلند نمی‌کرد.
سوزی استخوان‌سوز باعث می‌شود خون
در رگ‌هایم یخ بزند و چهارستون بدنم
از خشم و ترس و حقارت بلرزد! هرچند
از هفتهٔ پیش تا همین امروز میانمان
شکراب بوده و به هر بهانه‌ای پدر و مادرم را
مسخره و تهدید کرده که حق ندارند یک بار
دیگر پایشان را در این خانه بگذارند، ولی
هنوز خودم هم باورم نمی‌شود که حمید
بتواند این قدر سنگ‌دل باشد! چطور
توانست با من این کار را بکند؟!
چطور دلش آمد دست
رویم بلند کند؟!



باور کنم. من می‌خواستم اعتماد کنم، راستی، مگر قرار نبود عشق همه‌چیز را درست کند؟! مگر قرار نبود من کوتاه بیایم و صبوری کنم و همه‌چیز درست شود؟! مگر قرار نبود مردها بعد از ازدواج عوض شوند، مسئولیت‌پذیر شوند، زن و بچه‌دوست شوند؟! آیا مرد من از این قواعد مستثنا بود؟ هرگدام از این سؤال‌ها مثل خرده‌شیشه‌های ریخته روی فرش که به دست و پایم فرومی‌روند، دلم را زخمی می‌کند. یادم هست مادرم می‌گفت بعضی چیزها با گذر زمان و حتی بعد از ازدواج خوب نمی‌شوند. می‌گفت بعضی اخلاق‌ها مثل سرطانی است که ریشه دوانده و هرچه می‌گذرد، بیشتر زندگی را رو

نسخه‌آخر بی‌رحمی‌اش را به صورت‌م‌کوبید!

کمی صبر می‌کنم و یک روز حمید ارزش
صبر و نجابتم را می‌فهمد و خوشبختم
خواهد کرد!

سرم دارد از درد می‌ترکد و چشم‌هایم
سیاهی می‌رود. نمی‌دانم از ضرب‌دست

عشق ساختگی‌ام گیج شده‌ام یا از آوار
شدن آرزوهای ناکامم! بی‌توجه از روی
خرده‌شیشه‌ها رد می‌شوم و خودم را به
آشپزخانه می‌رسانم. دست می‌اندازم و

از کشو چند قرص برمی‌دارم و به‌زور آب
قورت می‌دهم. هنوز هم نمی‌خواهم زیر
بار بروم که حمید واقعاً عاشقم نبوده!

ترجیح می‌دهم بپذیرم که این سرطان
بداخلاقی ریشه در اعماق زندگی همسر
من دوانده و مثل قطرات خونی که از
پاهای من بر فرش آشپزخانه می‌ریزد،

قطره‌قطره خوشبختی و زندگی‌ام را به
خاک خواهد ریخت و دقیق نمی‌دانم در
کدام لحظه و ساعت من و عشقم را به
کام مرگ خواهد برد!

به مرگ می‌برد! ولی من فکر می‌کردم عشق
می‌تواند همه چیز را عوض کند! همه چیز را!

گلویم می‌سوزد و نفس‌هایم به‌سختی
می‌رود و می‌آید و یک سؤال عمیقاً آزارم
می‌دهد:

آیا حمید هم عاشق من است یا من در راه
یک عشق یک‌طرفه فداکاری و نجابت به
خرج داده‌ام؟! اگر حمید هم عاشق بود،
شاید تلاشی برای اصلاح رفتارش می‌کرد.

ولی... ولی به خودم که نمی‌توانم دروغ
بگویم. از اول من او را دوست داشتم،
من به سراغش رفتم و پیشنهاد آشنایی
بیشتر دادم! خودم به‌خاطر به دست

آوردن زیباترین و پول‌دارترین پسر
دانشکده حاضر شدم چشمم را بر تمام
اخلاق‌های بد و اشتباهش بیندم و فکر
می‌کردم همه چیز معجزه‌وار حل خواهد

شد! فکر می‌کردم مثل مادرم که در برابر
برخی از اخلاق‌های پدرم صبر کرده و
حالا خانم زندگی خودش است، من هم

چی بخونیم؟

علی سعیدی

معرفی اجمالی دو کتاب آموزنده برای کودکان

«پیک پاکی‌ها» و «قانون‌های رنگی زندگی»

① «پیک پاکی‌ها»:

با داستان‌های جذاب و مثال‌های ملموس، احکام پاکی و آلودگی را به کودکان آموزش می‌دهد. این کتاب با رویکرد داستانی-تعاملی و استفاده از شخصیت‌های دوست‌داشتنی، مثل آقای علوی (معلم دلسوز و خلاق)، احکام طهارت و نجاست را در قالب چالش‌ها و معماها و گفت‌وگوهای کودکانه مطرح می‌کند. فضای کلاس درس در داستان‌ها، حس هم‌ذات‌پنداری را در مخاطب تقویت می‌کند.





۲ «قانون‌های رنگی زندگی»:

با استفاده از رنگ‌ها و تشبیهات کودکانه، احکام دینی و اصول توضیح‌المسائل را به زبان ساده بیان می‌کند. این کتاب با ابداع روش رنگ‌محور، مفاهیم پیچیده واجب، حرام، مستحب، مکروه و مباح را به ترتیب به رنگ‌های سبز، قرمز، زرد، نارنجی و آبی تبدیل کرده است. این روش نه تنها درک احکام را برای کودکان آسان می‌سازد، حافظه تصویری آن‌ها را نیز تقویت می‌کند.



اهداف کتاب‌ها

هر دو کتاب هدف مشترکی دارند:

- آموزش احکام اسلامی به کودکان با روش‌های غیرمستقیم و جذاب، شامل
- تبدیل مفاهیم انتزاعی فقهی به ملموس‌ترین شکل ممکن برای کودکان؛
- ایجاد انگیزه درونی برای رعایت احکام، نه از روی اجبار؛
- تقویت مهارت تصمیم‌گیری شرعی از همان سنین پایه.

وجه تمایز کلیدی این دو کتاب

«پیک پاکی‌ها» بر مهارت‌های عملی مثل تشخیص پاکی و نجاست اشیا در زندگی روزمره تأکید دارد. «قانون‌های رنگی زندگی» به تمرکز بر شناخت نظام ارزشی احکام و درک فلسفه دستوره‌های دینی تأکید دارد.

سرفصل‌های کتاب‌ها

پیک پاکی‌ها

فصل تعاملی «پاک‌کن‌های جادویی»:
آموزش روش‌های پاک کردن انواع نجاسات؛
فصل حدیث‌نگاری:

نقاشی و حفظ حدیث‌های موضوعی
مانند:

«الْيَتَّظَفُ مِنَ الْإِيمَانِ!»

کارگاه عملی:

آزمایش‌های ساده مثل تشخیص آب کروآب لوله‌کشی.

قانون‌های رنگی زندگی

فصل رنگ‌شناسی دینی:

هر رنگ با مثال‌های عینی (مثلاً سبز = نماز، مثل سبزی بهار)؛

فصل شخصیت‌پردازی «قهرمانان

رنگ‌پوش»:

شخصیت‌هایی که هر کدام نماینده یک حکم هستند؛

نقشه راه:

جدول تطبیق کارهای روزمره با رنگ‌های شرعی.

روش تحقیق کتاب‌ها

پیک پاکی‌ها

میدانی:

مشاهده رفتار کودکان با اشیای پاک و نجس؛

کتابخانه‌ای:

استناد به رساله‌های عملیه با زبان بازنویسی شده؛

❖ خلاصه:

طراحی بازی «شکار ناپاکی‌ها» با کارت‌های آموزشی.

❖ نکته آموزشی:

آموزش شرایط پاک‌کننده‌ها در قالب اتفاقات روزمره.

❖ قانون‌های رنگی زندگی

❖ روان‌شناسی رنگ‌ها:

استفاده از تأثیرات روان‌شناختی رنگ‌ها در یادگیری؛

❖ مصاحبه با کودکان:

جمع‌آوری سؤالات شرعی رایج آن‌ها؛

❖ آزمون و خطا:

آزمودن درک کودکان از احکام با روش رنگ‌آمیزی.

❖ نمونه مفهومی از «قانون‌های رنگی زندگی»

امیرحسین دوست داشت قبل از نماز کارتون ببیند. مادر گفت: این انتخاب یک چراغ راهنماست:

نماز = سبز (فوری)؛

کارتون = زرد (اگر وقت ماند).

❖ نکته آموزشی:

آموزش اولویت‌بندی احکام با روش ترافیکی!

❖ گزینه‌هایی از کتاب‌ها

❖ نمونه‌ای تأثیرگذار از «پیک پاکی‌ها»

سارا هنگام خوردن بستنی، لباسش کثیف شد. آقای علوی از بچه‌ها پرسید: آیا می‌دانید چطور می‌شود این لباس را به سرعت برای نماز تمیز کرد؟

❖ چرا این کتاب‌ها خواندنی هستند؟

❖ زبان ساده و کودکانه دارند؛
❖ مفاهیم دینی را بدون خشکی متون فقهی آموزش می‌دهند؛
❖ با داستان و بازی، یادگیری را لذت‌بخش می‌کنند.

● این کتاب‌ها برای چه کسانی مفیدند؟

- ▶ کودکان ۷ تا ۱۲ سال که می‌خواهند احکام را یاد بگیرند؛
- ▶ والدین و مربیان که به دنبال منابع آموزشی جذاب برای بچه‌ها هستند؛
- ▶ مدارس و مهدکودک‌های مذهبی برای آموزش غیرمستقیم فقه.

نکته پایانی

هر دو کتاب، راهی شیرین و خلاقانه برای ورود کودکان به دنیای احکام اسلامی هستند. اگر می‌خواهید فرزندتان هم‌زمان با بازی، فقه را بیاموزد، این دو کتاب انتخاب‌های مناسبی هستند. این کتاب‌ها سواد فقهی کودکان شما را به‌گونه‌ای تقویت می‌کنند که بتوانند در عصر دیجیتال، فیلترهای شرعی برای رفتارهایشان بسازند.

جمع‌بندی

جمع‌بندی نهایی این است که این آثار فقط کتاب نیستند؛ آزمایشگاه‌های کوچک فقهی هستند که کودکان را محققانی فعال در احکام بار می‌آورند. یک پیشنهاد خاص: خواندن این دو کتاب همراه با فعالیت‌های عملی (رنگ‌آمیزی یا بازی‌های آموزشی، و...) نتیجه‌بخش‌تر خواهد بود.

پی‌نوشت

۱. بحار الأنوار، محمدباقر مجلسی، دار احیاء التراث العربی، بیروت، ۱۴۰۳ق، ج ۵۹، ص ۲۹۱.



در مرام ما

فاطمه زهرا بختیاری

در مرام ما زیننده نیست چیزی را که در راه خدا داده‌ایم، بازپس ستانیم!



بعضی عاشقانه‌ها مانع ژشدند، زنجیر می‌شوند به دست‌وپای انسان و چنان سد راهش می‌شوند که اگر بال هم داشته باشد، باز نمی‌تواند ذره‌ای در مسیر سعادت جلو برود. اما عشق ام‌وهب نه‌تنها زنجیر نیست، که

این جمله به گوش شما آشناست؛ کلام مادری است در سریال فاخر «مختارنامه» که استوار و مستحکم سر فرزندش را به سمت لشکریان یزید پرتاب می‌کند. این صحنه بسیار تأثیرگذار و به‌یادماندنی است؛ اما همه قصه ام‌وهب نیست.

خودش عظیم‌ترین بال است! سوار بر شانه سستی و دودلی می‌شود و انسان را به جلو می‌راند.

اولین زن شهید کربلا، ام‌وهب،^۱ هم مادر شهید بود و هم همسر شهید؛ زنی که خودش همسرش را تشویق به همراهی حسین علیه السلام کرد و هر دو شبانه و به تاخث خود را به کربلا رساندند. تنها پسر و تازه‌عروس ام‌وهب نیز در کربلا بودند. حکایت این مادر و فرزند شنیدنی است.

شیفتگی در ذاتِ مادر است. فرزندش اگر بدترین خلایق هم باشد، باز نمی‌تواند اخمش را ببیند، چه رسد به رد خون بر صورتش را.

اما عشق درجه و رتبه دارد. بعضی عشق‌ها تمام قلب آدم‌را پر می‌کنند و همه و وجودش را در بر می‌گیرند و از هرچه غیر از خود، می‌زایش می‌کنند، مثل عشق حسین علیه السلام؛ حتی اگر مسیحی باشی!

ام‌وهب که مذهبش ابتدا با حسین علیه السلام

یکی نبود و فقط چند روز قبل از عاشورا مسلمان شد؛ اما خیره در چشمان تک‌پسر تازه‌دامادش می‌شود و نمی‌گذارد سخنان عاشقانه عروسش، پای مرد را در جنگ بلغزاند، و خطاب به پسرش می‌گوید: «تا در راه حسین علیه السلام به شهادت نرسی، من از تو راضی نخواهم شد و هب!»^۲

این سخن چنان مرد را به شور می‌اندازد که در میدان ۲۴ پیاده و ۱۲ سواره را به درک می‌رساند. این شجاعت و دلوری چنان خشم دشمن را برمی‌انگیزد که آن دلاور را بنا بر عقیده سابقش، سر می‌برد و به صلیب می‌کشد.

مادر این صحنه‌ها را می‌بیند؛ اما رنج، آن هم رنجی به این عظمت، نه تنها پاها و پایه‌های عقیده‌اش را سست نمی‌کند، بلکه درخت عشقش به حسین علیه السلام را هم آبیاری می‌کند. همین عشق انگیزه اصلی مادری است که سر فرزندش را به جای در آغوش گرفتن و بوسیدن، به سمت دشمن پرت

امام علیه السلام شاهد این رفت و برگشت است؛ زن را خطاب می‌کند: «خدا شما خاندان را پاداش نیک دهد. ای زن، خدایت رحمت کند! پیش زنان بازگرد و با آن‌ها بنشین که بر زنان پیکار نیست.»^۴

اموهب سراپا شور است. نور حسین علیه السلام قلبش را درخشان کرده و جز به خواست او گام بر نمی‌دارد. تلخ اما استوار با همسرش وداع می‌کند و کنار زنان برمی‌گردد. او حالا شاهد یک پیکار شجاعانه و خونین دیگر است. عبدالله جانانه می‌جنگد و عاشقانه به شهادت می‌رسد. اموهب دوان دوان خود را به پیکر همسر می‌رساند. عبدالله در خون غلتیده و چهره رنج‌کشیده‌اش سرخ است. زمین که افتاده، خون صورتش با خاک کربلا مخلوط شده و این صحنه هر زنی را ملتهب می‌کند، چه برسد به همسرش که شیفته اوست. اشک تمام صورت زن را می‌پوشاند. قلبش انگار دونیمه شده و می‌خواهد از تنش بیرون

می‌کند تا عقیده‌اش را فریاد بزند. این عشق قدرت است؛ قدرتی که می‌تواند هر مانعی را از راه سعادت انسان کنار بزند. چیزی نمی‌گذرد که نوبت عبدالله می‌شود، همسر اموهب. مرد لباس رزم می‌پوشد و با همسرش وداع می‌کند و راهی میدان می‌شود. زن تاب نمی‌آورد و همراه مرد می‌شود. عبدالله برمی‌گردد و دست‌های زن را در دست می‌گیرد و از او می‌خواهد نزد زنان بازگردد. اموهب جامه شوهر را می‌گیرد و اشک می‌ریزد:

رهایت نمی‌کنم.

باید من هم با تو بمیرم.^۳



شاهدش بودیم. مادران شهید ما هریک عاشقانی چون اموهب بودند؛ مادرانی که اگرچه جگرگوشه‌هایشان را فدای معشوق کردند و خود کمر خم کردند، اما هرگز از عقیده‌شان برنگشتند و از آنچه در راه خدا دادند، ذره‌ای پشیمان نشدند....



بزند. دست می‌کشد بر صورت مردی که از جان دوستش داشته و خاک‌وخون از چهره‌اش پاک می‌کند: «بهشت گوارایت باد عبدالله!»
این را که می‌گوید، دردی ناگهانی در سرش احساس می‌کند. درد از نقطه بزرگی آغاز می‌شود و به آئی تمام تنش را می‌گیرد و در دم جاننش می‌ستاند. اموهب بر سینه خونین همسرش می‌افتد و به آرزویش می‌رسد. این بی‌رحمی کارِ رستم است، غلام شمر که به دستور اربابش با عمودی آهنین بر سرزن می‌کوبد.^۵
اموهب تنها یک تصویر تاریخی نیست؛ الگویی است در دسترس که در هشت سال دفاع مقدس بارها و بارها از نزدیک

پی‌نوشت

۱. مقتل الحسين عليه السلام، عبدالرزاق مرقم، انتشارات مؤسسه الخرسان للمطبوعات، بیروت، ۱۴۲۶ق، ص ۲۹۸.
۲. الفتوح، ابن اعثم کوفی، انتشارات دار الأضواء، بیروت، ۱۴۱۱ق، ج ۵، ص ۱۰۴.
۳. تاریخ طبری، ابن جریر طبری، انتشارات مؤسسه عزالدین، بیروت، ۱۴۱۳ق، ج ۴، ص ۳۲۷.
۴. الکامل فی التاریخ، ابوالحسن ابن اثیر، انتشارات دار الکتب العلمیة، بیروت، ۱۴۰۷ق، ج ۴، ص ۶۵.
۵. أعيان الشيعة، سید محسن امین، انتشارات دار التعارف للمطبوعات، بیروت، ۱۴۰۳ق، ج ۱، ص ۵۹۹.

عباس زاهد
شهید

عباس آسمانی

پیشانی نوشت

در دنیایی که بسیاری اسیر ثروت و مقام‌اند و در عصری که مرگ برای زندگی به مفهوم غریبی تبدیل شده، جوانانی پیدا می‌شوند که عاشقانه قدم در راهی می‌گذارند که پایانش یا «پیروزی» است یا «شهادت». شهید عباس دانشگر یکی

«تصمیم گرفته بودم مهندس شوم؛ اما خداوند مهندسی دیگر برایم رقم زد!» این جمله را عباس، هفته‌ای قبل از شهادتش، در دفترچه خاطراتش نوشته بود. چه شد که این دانشجوی ممتاز کامپیوتر راهی شد و نه در مسیر ترانزیستور و الگوریتم‌ها، که در جاده عشق و خون قدم گذاشت؟! اما

او را با خود به مسجد می برد و مادرش، فاطمه خانی، با تربیت قرآنی روحش را صیقل داد. یکی از هم محله ای ها تعریف می کند: «عباس هشت ساله بود؛ اما نمازش را سروقت می خواند. یک بار در مسجد وقتی دید یکی از بچه ها شلوغ می کند، با همان صدای کودکانه اش گفت: اینجا خانه خداست! نباید بی احترامی کرد.»

از همین ستاره های درخشان بود؛ جوانی که دانشگاه را رها کرد تا در مسیر عشق و ایثار، درس های جاودانگی بیاموزد. روایت زندگی او نه شرح یک شهادت، که ترسیم «زندگی آگاهانه» است؛ تابلوی درخشانی از حیات حقیقی که در مسیر عشق به معبود، به اوج رسید.

فصل اول: تولد یک ستاره

فصل دوم: دانشجوی مهندسی که عاشق

سیاه شد

عباس با رتبه خوب در رشته مهندسی کامپیوتر دانشگاه سمنان پذیرفته شد؛ اما قلبش جای دیگری می تپید. هم زمان در آزمون دانشگاه امام حسین علیه السلام شرکت کرد و قبول شد. دوستانش به او گفتند: «برو مهندسی، آینده ات روشن تر است!» اما عباس پاسخ داد: «آینده واقعی جایی است که بتوانی

تصور کنید سمنان ۳۲ سال پیش را: کوچه های آرام، بوی نان تازه و صدای اذان که از گلدسته های مسجد محله می آید. در چنین روزی (۱۸ اردیبهشت ۱۳۷۲) عباس به دنیا آمد. مادرش می گوید: «وقتی عباس را بغل می کردم، انگار فرشته ای کوچک را در آغوش گرفته ام. همیشه آرام بود؛ اما وقتی پای نماز می رسید، شور عجیبی داشت!» از همان کودکی، نور ایمان در چشمان عباس می درخشید. پدرش، حاج مؤمن،

رسید، با اصرار از فرمانده اش اجازه گرفت.

برای اسلام بجنگی!» و سرانجام لباس سپاه را برگزید.

وصیت نامه اش چه می گفت؟

«دلم می خواهد زیر پرچم «لا إله إلا الله» بمیرم. نگران نباشید؛ من به سرزمین عشق می روم؛ جایی که یا پیروز برمی گردم یا شهید.»

فصل پنجم: شهادت؛ تولد دوباره

در ۲۰ خرداد ۱۳۹۵ در منطقه «خلصه» سوریه، موشک آمریکایی پیکر عباس را به خون کشید، و روحش در آسمان ها پرواز کرد.

خاطره ای از آخرین شبش

یکی از هم رزمانش گفت: «آن شب نیمه شعبان، عباس تا صبح زیر نور ماه گریه می کرد. انگار با خدا راز و نیاز می کرد. بعد فهمیدم که وداع می کرده.»

فصل سوم: معلمی که شاگردانش را به عشق

دعوت می کرد

در دانشگاه امام حسین علیه السلام، عباس نه تنها یک دانشجوی ممتاز بلکه یک مبلغ دل سوز بود. او حلقه های معرفتی تشکیل داد و کتاب های شهید مطهری رحمته الله را تدریس می کرد. همیشه می گفت: «اگر می خواهید انقلابی باشید، اول باید خودتان را بسازید.» شب ها تا دیروقت مطالعه می کرد و صبح ها قبل از اذان، در حیاط دانشگاه مناجات می خواند.

فصل چهارم: عاشقی که از نامزدی به جبهه رفت

در بهمن ۱۳۹۴ عباس با دخترعمویش عقد کرد؛ اما عشق به حرم، او را آرام نمی گذاشت. وقتی خبر اعزام به سوریه



فصل آخر: عباس؛ الگویی برای خانواده‌ها

شهید دانشگر به ما یادآوری می‌کند که:

① تربیت دینی اساس شخصیت است؛

② عشق به اهل بیت علیهم السلام می‌تواند زندگی

رامتحول کند؛

③ جوانان ما می‌توانند هم دانشمند

باشند هم سرباز امام زمان علیه السلام.

پیام مادرش به خانواده‌ها

به بچه‌هایتان اجازه دهید راهشان را

انتخاب کنند. شاید یکی از آن‌ها عباس

دیگری باشد.

عوامل الهام‌بخش در زندگی شهید عباس دانشگر



خزعبلات اتاق عقد

در سرزمین عجایب ۱۸

زینب رحیمی تالار پشته - دانش‌آموخته سطح ۳ حوزه علمیه

عقد خودمانی دختر طیبه خانم آن‌قدر جمعیت داشت که حیاط صد متری و سالن حدوداً شصت متری خانه، پر از آدم‌های رنگارنگ شود. طبق بررسی‌های میدانی و پرس‌وجوهایم، قرار بود تا اجرای مراسم عقد، بی‌ساز و آهنگ نامناسب باشد؛ ولی بعدترش را کسی

صدای همهمه و ببر و بیار زنها بین صدای کف و سوت و کل، گم شد. عروس را آورده بودند و زهرای کوچکم بین آن‌همه برو و بیا، سرک می‌کشید تا عروسی که می‌گفتند چقدر قشنگ شده را ببیند؛ فاطمه درنهایت او را بغل کرد تا توفیق دیدار برایش ممکن شود.

تضمین نمی‌داد که خدا پیغمبری پیش
برود؛ همین فاصله تا عقد غنیمت بود
تا دخترها را برای دیدن نوعروس ببرم
و دعوت طیبه خانم را هم بی‌جواب
نگذاشته باشم.
یکی از اتاق‌ها که بزرگ‌تر بود را برای
سفره عقد انتخاب کرده بودند. اسپند
و کل و صدای مبارک باد فضای قشنگی
ساخت. عروس با دامادی که به دستش
سنجاق شده بود، رسید و بعد از
احوالپرسی و تبریکات به اتاق راهنمایی
شد. کمی بعد با سلام و صلوات، عاقد
محترم به همراه چند مرد وارد شدند و
به اتاق مربوطه رفتند تا پیوند این دو
جوان بسته شود.
در همین گیرودار طیبه خانم گُرگرفته و
سرخ‌شده، جلوی من که یک‌گوشه با
همسایه‌ها مشغول بگوبخند بودیم،



زانو زد و تند تند شروع به حرف زدن کرد.
خانوم آقا، دستم به دامنت؛ یه کاری بکن.

شده‌اش که زیر شال مثل کوهی بود،
تلوتلو خورد.
مسخره می‌کنی؟ الآن وقت این حرفاست؟ دست بجنبون زن.
همان‌طور که مات و مبهوت به او نگاه می‌کردیم، شرح وضعیت داد.

ببین الآن می‌خوان عقد بخونن؛ ما حتی خواهرزاده‌م که طلاق گرفته بودرو هم از اتاق عقد بیرون فرستادیم ولی سپیده، به خاطر رفاقتش با دخترم، از کنارش جُم نمی‌خوره. می‌دونم اگه من بهش بگم بره بیرون، باهام لچ می‌کنه و تکون نمی‌خوره.

تورو خدا از اون اتاق بکشش بیرون؛ حرف تورو گوش می‌کنه.

چشمم گرد شد؛ چرا نمی‌فهمیدم چه می‌گوید؟


طیبه خانوم، میشه بگی مشکل ماجرا چیه؟ اون طلاق گرفته و بیرون رفتن سپیده دیگه چه حرفیه؟

چشم‌غره‌ای اساسی حواله‌ام کرد و قری به گردنش داد که موهای شینیون


ببین عزیزم، اگه سپیده توی اون اتاق بمونه، فردا پس فردا اگه خدای ناکرده

ببین عزیزم، اگه سپیده توی اون اتاق بمونه، فردا پس فردا اگه خدای ناکرده

به تته‌پتته جواب دادن که برآمد، سپیده رسید؛ حتی مهلت نداشتم فکری برای نخود سیاه معروف بکنم. ته خلاقیتم این شد.

 سپیده جان، میشه بری خونه ما اسپری زهرا که توی آشپز خونه ست بیاری؟ با این اسپند دود کردنا حالش بد میشه. ندی کس دیگه بره‌ها. به تو مطمئنم.


دستش رافشردم و چشمکی هم تنگش چسباندم که مثلاً تأثیرگذارتر باشم. چشمی گفتم و تا خواست از جا بلند شود، به هوای بوسیدنش کنار گوشش زمزمه کردم.

 نخود سیاه‌ها رو که پیدا کردی، بمون همون جا تا پیام خونه. جان کوثر برنگرد؛ اینا باید درست بشن.


سپیده متوجه دلیل حرفم نشد اما آن قدر اطمینان داشت که قبول کند.

مشکلی بین اینا پیش بیاد، میگن قدم و نفس این سپیده نحس بوده و باعثش شده. به خاطر خودشم شده یه حرکتی بزن دیگه.

باینکه فهمیدم در حال مخملی فرض کردن گوش‌هایم است، دلم به حال سپیده خانم و پیامدهای فوت همسرش سوخت. رو به دختر زهره خانم کردم.

 عزیزم، یه لحظه سپیده رو صدامی زنی؟ بهش بگو کارش دارم.

او که بلند شد و پشت سر طبیه خانم رفت، پشت چشمی برای سیمین خانم نازک کردم. با همان لحن خودش جوابش را دادم.

 عزیزم، فکر نکن پشت گوشم مخملیه. این کلکا برای من قدیمی شده. الان واسه من مهم احترام سپیده خانم و دلش بود که آسیب‌نبینه.

با بزنگشتن به جشن تا چند ساعت آینده. نا سلامتی دوست صمیمی خواهرشوهرش بود؛ همین که عروس رو مخ مادر عروس راه برود، کافی بود. خدا را شکر سپیده خانم قبولم داشت و بی حرف و حدیث به خانه ما رفت؛ با اطمینان می توانستم بگویم که قرار بود با نقشه ام همراهی کند. آدم‌ها باید یاد بگیرند به بهانه‌ی عجایب من درآوردی شان، به یکدیگر بی حرمتی نکنند؛ خدا شاهد است که نیتم خیر بود؛ خبیثانه بودن روش هم به رفتار خودشان برمی گشت؛ نه بدجنسی من.



پی نوشت

۱. «قال رسول الله ﷺ: يَفْتُحُ أَبْوَابَ السَّمَاءِ بِالرَّحْمَةِ فِي أَرْبَعِ مَوَاضِعَ عِنْدَ نُزُولِ الْمَطَرِ وَ عِنْدَ نَظَرِ الْوَالِدِ فِي وَجْهِ الْوَالِدَيْنِ وَ عِنْدَ فُتْحِ بَابِ الْكَعْبَةِ وَ عِنْدَ الْيَكَاحِ». مستدرک الوسائل، حسین نوری، انتشارات موسسه آل البيت علیهم السلام، بیروت، ۱۴۰۸ق، ج ۱۴، ص ۱۵۲.

بی حرف اضافه ظاهرش را مرتب کرد و رفت. بعد از رفتن او و صلوات‌هایی که عاقد خواسته بود، عقد شروع شد؛ بعد از شنیدن صدا کل و کف، فهمیدم حالا وقتش است. از بچه‌ها خواستم بهترین دعاها را گلچین و همین حالا رو کنند. این لحظه، لحظه‌ای که خطبه‌ی عقد خوانده می‌شد، یکی از جاهایی بود که خدا وعده داده است بی برو و برگرد دعا مستجاب می‌شود. هر چه در چنته داشتم رو کردم؛ بارها دیده بودم که هر چه موقع خواندن خطبه‌های عقد خواستم برآورده شد.

با اتمام عقد، عازم خانه شدم تا به پروژۀ جدیدم برسم؛ باید زن طفلک را قانع می‌کردم که از این خرافات خنده‌دار نرنجد و همین‌طور همراهی کند و طیبه خانم را بچزاند و ادب کند. البته این بار

علی سعدی

فداکاری

حماسه‌ای از عشق و ایثار و فداکاری

به موضوعات (سوژه‌های) چالش برانگیز
علاقه دارد، این بار سراغ یکی از مهم‌ترین
چهره‌های دفاع مقدس رفته: **پدر
موشکی ایران**. اما برخلاف انتظار، او
مستندنگاری نکرده؛ بلکه با حذف نام
شهید طهرانی مقدم، فضایی برای تخیل
و درام آفریده است.

سینمای ایران گاهی آینه‌ای از واقعیت‌های
اجتماعی و تاریخی و سیاسی بوده است؛
اما گاهی فیلم‌هایی ساخته می‌شود که
نه فقط روایتگر تاریخ بلکه خالق احساسی
ماندگار در دل مخاطب هستند. «خدای
جنگ»، ساخته حسین دارابی، یکی از
این آثار است؛ فیلمی که با تلفیق هنر
و واقعیت، داستانی حماسی از شهید
حسن طهرانی مقدم را روایت می‌کند بی
آنکه نامی از او ببرد.

اما چرا این فیلم تا این حد تأثیرگذار است؟!
چه رازی در پس پرده این اثر نهفته که
مخاطب را تا لحظه پایانی میخکوب می‌کند؟!

از «مصلحت» تا «خدای جنگ»:

مسیریک فیلم‌ساز جسور

حسین دارابی، کارگردانی
که پیش از این با آثاری
مانند «مصلحت» و
«هناس» نشان داد که



اول پاسخ می‌دهد: «ابراهیم»، شخصیت اصلی فیلم، نه یک

قهرمان تک‌بُعدی بلکه انسانی با تمام

ضعف‌ها و قدرت‌هایش است. این

انتخاب هوشمندانه، مخاطب را از دیدن

یک «زندگی‌نامه خشک» نجات می‌دهد

و او را به دنیای احساسات و مبارزات یک

مرد می‌کشاند که تاریخ را تغییر داد.

تردیدهای یک نابغه

یکی از نقاط قوت فیلم، شخصیت‌پردازی

ابراهیم است. او نه یک اسطوره بی‌عیب

بلکه مهندسی است که گاهی می‌ترسد،

گاهی شک می‌کند و حتی گاهی عصبانی

موشک نماد عزت یا انتقام؟

فیلم با یک سکانس تلخ شروع می‌شود:

بمباران شهرها، کشته شدن بی‌گناهان

و سکوئی که فقط با فریاد موشک‌ها

شکسته می‌شود. دارابی در همان دقایق



حاشیه‌ای، که انگیزه اصلی ابراهیم است. او تنها کسی است که می‌تواند در سخت‌ترین لحظات، به قهرمان داستان آرامش دهد.

مرگ نرگس که به شیوه‌ای نمادین و تقریباً شهادت‌گونه روایت می‌شود، نقطه اوج تراژدی فیلم است. ابراهیم حالا نه برای پیروزی بلکه برای به یادگار گذاشتن نام نرگس موشک می‌سازد.

تیر خلاصی که اشک را جاری می‌کند فیلم با نمایش عکس‌های نرگس به پایان می‌رسد. ابراهیم یکی‌یکی آن‌ها

می‌شود؛ اما همین ضعف‌هاست که او را انسان می‌کند.

نقطه عطف داستان زمانی است که ابراهیم پس از شکست‌های پی‌درپی به این باور می‌رسد که «موفقیت تنها با توکل به خدای جنگ ممکن است». و اینجاست که آن آیه معروف روی موشک نقش می‌بندد...^۲

زنی که قلب فیلم است

در میان تمام صحنه‌های فنی و سیاسی، رابطه ابراهیم و نرگس روح فیلم است. نرگس نه یک شخصیت



حرف آخر:

فیلمی که در ذهن می ماند

«خدای جنگ» یک فیلم معمولی درباره جنگ نیست؛ داستان عشق و ایمان و ایثار است؛ داستان مردی که نه برای قدرت، که برای حفظ عزت یک ملت جنگید.

دارایی موفق شده اثری خلق کند که روی پرده تمام می شود اما در قلب مخاطب جریان دارد. این فیلم علاوه بر اثر سینمایی، یک یادآوری تاریخی نیز هست: موشک های ما نه برای کشتن، که برای زنده ماندن ساخته شده اند.

و این پیام «خدای جنگ» است...



پی نوشت

۱. «فلش بک» (flashback) به آن صحنه از یک داستان یا فیلم گفته می شود که ماجرا را به گذشته می برد و پیشینه ای از آنچه در زمان حال در فیلم یا داستان رخ می دهد را به نمایش درمی آورد.
۲. «و أَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَ مِنْ رِجَابِ الْحَيْلِ تُزْهِقُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَ عَدُوَّكُمْ»؛ «و هرچه در توان دارید، از نیرو و اسباب، بسیج کنید تا با آن، دشمن خدا و دشمن خودتان را بترسانید» (انفال / ۶۰).

را مرور می کند تا به طرح قلب می رسد؛ همان طرحی که در میانه فیلم، مخاطب را با خود همراه کرده بود. این پایان بندی هوشمندانه نه فقط یک فلش بک عاطفی بلکه تکمیل حلقه داستان است.

نقد و بررسی

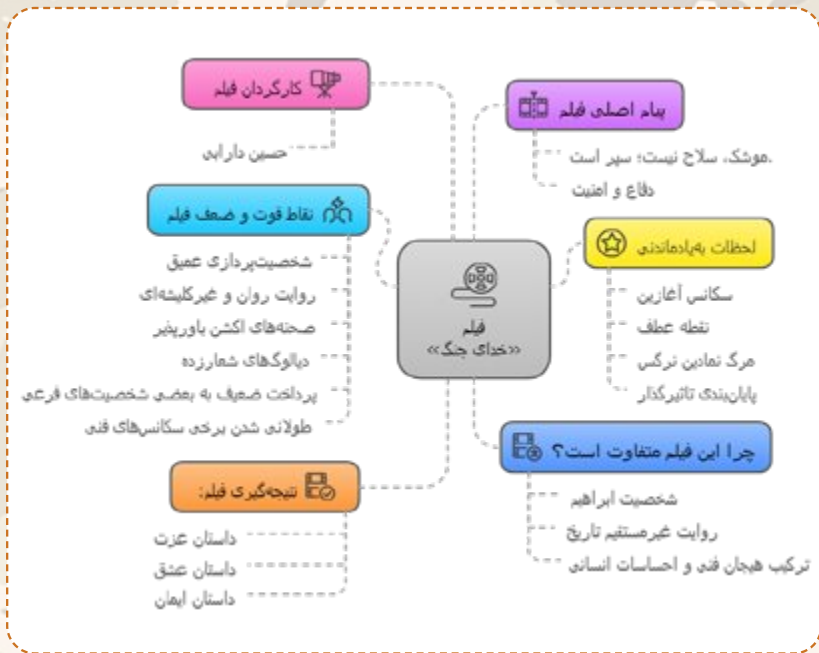
آیا «خدای جنگ» بی نقص است؟

نقاط قوت فیلم

- شخصیت پردازی عمیق و انسانی
- روایت غیرشعاری و دور از کلیشه های دفاع مقدس
- روایت روان و استفاده بجا از فلش بک ها
- موسیقی تأثیرگذار و صحنه های اکشن باورپذیر

نقاط ضعف فیلم

- شعارزدگی بیش از حد بعضی گفت و گوها
- پرداختن ضعیف به برخی شخصیت های فرعی
- طولانی بودن بعضی سکانس های فنی





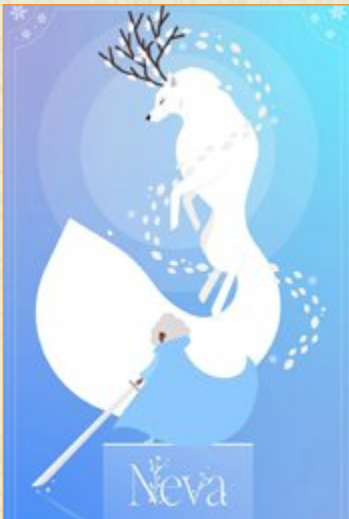
مؤسسه تربیتی رسانه‌ای مآذنه

سید محمد حسن مدرس مصلی

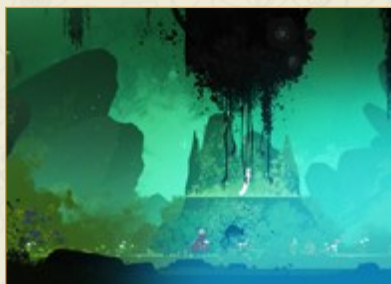
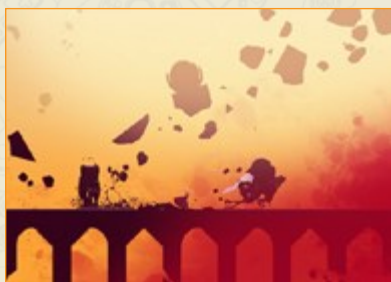
دانش پژوه سطح ۳ حوزه علمیه

کارشناس بازی‌های ویدئویی

بازی - گوشی



بازی **Neva** یک اثر مستقل، احساسی و هنری است؛ داستان بازی حول رابطه عاطفی میان یک دختر جوان و یک موجود جادویی (گرگ سفید) می‌چرخد که با یکدیگر در جهانی تاریک و روبه‌زوال سفر می‌کنند. این بازی روایتگر قصه مبارزه با تاریکی پلید و نابودکننده طبیعت و محیط‌زیست است. شخصیت اصلی بازی، در ابتدا یک گرگ و توله‌گرگ دارد؛ اما با حضور نیروهای تاریکی،



گرگ مادر کشته می‌شود و شخصیت اصلی بازی با گرگی به اسم «نوا» به دنبال بازپس‌گیری طبیعت از نیروهای سیاه و تاریک است. این قصه در چهار فصل بهار و تابستان و پاییز و زمستان روایت می‌شود.

هر فصل زیبایی‌های خاص خود را دارد. در آخر هر فصل، با یک باس‌فایت (دشمن بزرگ) روبه‌رویم که باید با کشتن آن، نیروهای تاریک را از طبیعت بیرون کنیم.

بازی نسبتاً ساده و روان و مبتنی است بر استفاده از شمشیر برای کشتن دشمنان و نیروهای تاریک، که البته در این بین معما و جورچین‌هایی نیز وجود دارد. گرافیک بازی بسیار زیبا و موسیقی‌اش دل‌نشین است و همه‌چیز در فضایی داستانی و تأمل‌برانگیز پیش می‌رود.

با این حال، والدین باید توجه داشته باشند که بازی نوا حاوی صحنه‌هایی با فضای تاریک، موجودات سایه‌ای و لحظاتی احساسی با بار عاطفی زیاد است.

این عناصر ممکن است برای کودکان زیر ده سال یا کودکان حساس، ترسناک یا ناراحت کننده باشد. البته این محتوا خشونت آشکار ندارد و هیچ گونه الفاظ ناپسند در آن به کار نمی رود. این بازی برای نوجوانان حدود ده تا چهارده سال که به آثار هنری و داستانی و احساسی علاقه دارند مناسب تر است؛ به ویژه اگر از پیش با دنیای فانتزی و مفاهیم استعاره آشنایی داشته باشند. والدین می توانند از این بازی به عنوان فرصتی برای گفت و گو درباره احساسات، وابستگی، رشد و حتی موضوعاتی مانند مرگ و جدایی استفاده کنند.





اسکی باز جوان، قرار می‌گیرد که در دل طبیعت برفی و کوهستانی، به دنبال ارتقای رکورد شخصی است. محیط بازی پیوسته در حال تغییر است: روز و شب، باران و برف، طلوع و غروب. و همه چیز با موسیقی ملایم و صدایی طبیعی همراه است. در ALTO's Adventure خبری از صحنه‌های ترسناک یا لباس‌های نامناسب نیست و شخصیت‌ها ساده و بدون نمایش جزئیات ظاهری طراحی شده‌اند. بازی بر پایه واکنش سریع، هماهنگی چشم و

ALTO's Adventure

بازی موبایل (android_ ios)

سن مناسب: بالای ۹ سال

بازی ALTO's Adventure یک بازی رانر بی‌پایان با گرافیک زیبا و محیط‌های پویاست. رانر یعنی حالتی که شخصیت اصلی بازی به‌طور خودکار در یک مسیر حرکت می‌کند و بازیکن فقط باید با پرش یا شُر خوردن یا تغییر مسیر، او را هدایت کند؛ مثل بازی subway surfers. در این بازی، کودک در نقش آلتو، یک

به‌ویژه برای آنان که به بازی‌های کم‌تنش و زیبا و مبتنی بر تجربه حسی علاقه دارند.



دست و لذت از طبیعت و سرعت شکل گرفته و جنبه‌ای آرامش‌بخش دارد. بازی قابلیتِ برخط ندارد و بازیکن تنها باید با شکستن رکوردهای شخصی خودش، وضعیتش را در بازی بهبود بخشد. تنها نکته‌اش آن است که اگر بازی با اتصال به اینترنت اجرا شود، شاهد تبلیغات درون‌برنامه‌ای خواهیم بود.

این بازی با ترکیبی دل‌نشین از سادگی و گرافیکِ شاعرانه و عاری از خشونت یا محتوای نامناسب، فضایی کاملاً ایمن برای کودکان و نوجوانان فراهم می‌کند؛



صدای مشاور ۱۰

سید عقیل مصطفوی مجد-دانش آموخته سطح ۳ حوزه علمیه؛ کارشناس ارشد روانشناسی

**مادرشوهر نگران یا بازرسی سفت و سخت؟!
(راه‌های طلایی پاسخ‌گویی به دخالت‌های دل‌سوزانه)**

■ هر بار که مادرشوهرم همسر من رو می‌بیند، با نگرانی و غم می‌گه: «پسر من! لاغر شده‌ی! رنگت پریده! حالت خوب نیست؟!» انگار تصور می‌کنه در زندگی ما مشکل بزرگی هست. این حرف‌ها هم به همسر من فشار می‌آره و هم من رو ناراحت می‌کنه. چطور می‌تونم به این حرف‌ها پاسخ مناسب بدم که هم محترمانه باشه و هم این چرخه منفی رو قطع کنه؟ لطفاً راهنمایی کنید.

📞 خانم محترم، اول از همه، می‌خوام به‌تون بگم که وضعیت شما رو درک می‌کنم. این موقعیت واقعاً می‌تونه آزاردهنده باشه، مخصوصاً وقتی که بالحن غمگین و نگران مادرشوهرتون مواجه می‌شید. شما همسر دل‌سوزی هستید که نگران تأثیر این حرف‌ها روی همسرتون و فضای خونه‌اید و این نشون‌دهنده مسئولیت‌پذیری و عشق و علاقه شما به همسرتون و زندگی‌تون هست. مسئله اینه که مادرشوهر شما از زبان «نگرانی» برای ابراز احساساتش استفاده می‌کنه؛ اما ناخواسته باعث تنش در روابط می‌شه. اون احتمالاً:

• این ذهنیت قدیمی رو داره که «لاغری مساوی بیماری یا بدبختی»ه؛



با تغییر موضوع: «مادر، امروز هوا عالی‌ه! دلتون می‌خواد بریم پارک؟»

۲ انتقال حس اطمینان

جمله‌ای مثل «مادر جان، من هم همسرشم و سلامت و خوشحالی‌ش برام مهمه. مطمئن باشید مراقبشم».

این جمله همدلی شما رو نشون می‌ده؛ اما مرزهای رابطه رو هم مشخص می‌کنه.

۳ پیش‌دستی!

قبل از اینکه ایشون حرف بزنه، خودتون با انرژی بگید: «مادر، امروز شوهرم خیلی سرحاله. ان‌شاءالله شما هم سلامت باشید!»

این کار الگوی گفت‌وگو رو تغییر می‌ده.

۴ همکاری با شوهر

از شوهرتون بخواید در حضور مادرش، حالات روحی خوبش رو پررنگ کنه؛ مثلاً

احساس می‌کنه با این حرف‌هاش الان نقش مادر دل‌سوز رو داره؛

حس کنترل‌گری داره یا نیازمند توجه، و این تنها راهیه که بلده.

و طبیعیه که این گفت‌وگوهای تکراری می‌تونه:

اعتماد به نفس شوهرتون رو تحت تأثیر قرار بده؛

در شما احساس بی‌کفایتی ایجاد کنه (گویا شما مقصرید)؛

فضای خونه رو به جای آرامش، غمگین و دفاعی کنه.

راهکارهای عملی و هوشمندانه

۱ پاسخ‌های کوتاه و خنثی (بی‌زحمت ولی مؤثر)

با لبخند: «خدا رو شکر، سلامت هستیم»؛

با چاشنی شوخ‌طبعی: «مادر جان، این لاغریه مالِ مُدِ روزه!»؛

مادرشوهر شما احتمالاً نیاز به احساس مفید بودن دارد. از ایشون برای پختن غذای ساده‌ای کمک بخواید تا هم ارتباط بهتری ایجاد بشه و هم ذهنش از این موضوع منحرف بشه.

جمع‌بندی

خانم بزرگوار، شما مثل به مدیر ارتباطات رفتار کنید! نه نیاز به جنگ دارید، نه تسلیم. با صبر و خلاقیت و حفظ احترام، این چالش به‌مرور کم‌رنگ می‌شه. به خودتون اعتماد داشته باشید!

بگه: «مامان، این چند وقت غذاهاشون رو خیلی دوست دارم!»

۵ قاطعیت محترمانه

اگه وضع ادامه داشت، محترمانه اما قاطع بگید: «نگرانی شما رو درک می‌کنم؛ ولی این حرف‌ها گاهی ناخودآگاه استرس مارو بیشتر می‌کنه. بهتر نیست به جای غصه خوردن، باهم یه استکان چای بخوریم؟»



نکته طلایی

هدف شما نباید «جواب دادن» باشه؛ بلکه «هدایت‌گفت‌وگوبه‌سمت مثبت‌اندیشی» باشه!

پی‌نوشت

۱. «قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ»؛ «بگو: این [موعظه، دارو، هدایت و رحمت] به فضل و رحمت خداست. پس باید مؤمنان به آن شاد شوند که آن از همه ثروتی که جمع می‌کنند بهتر است» (یونس / ۵۸).
 ۲. قرآن کریم بارها از «صبر» به‌عنوان راهکاری برای عبور از مشکلات نام می‌برد؛ رک: احقاف / ۳۵؛ یونس / ۱۰۹؛ شوری / ۴۳؛ ...

تربیت به سبک دلفین‌ها!

(همراهی بدون قید و شرط)

سید عقیل مصطفوی مجد- دانش آموخته سطح ۳ حوزه علمیه؛ کارشناس ارشد روانشناسی

داستانی که فطرت کودک را بیدار می‌کند

«پسر دلفینی» روایت پسری است که با دنیای آب و دریا پیوندی ناگسستنی دارد؛ انگار که این ارتباط، بخشی از فطرت خداجوی اوست. «نظریه دل‌بستگی» در روان‌شناسی کودک می‌گوید کودکان برای رشد سالم،

اگر شما هم از آن دسته پدران و مادرانی هستید که همیشه دنبال «تربیت تمام‌عیار» هستید، تربیتی که هم روان‌شناسی کودک را بداند، هم با فطرت پاک فرزندان بازی نکند و هم او را برای دنیای پیچیده امروز آماده کند، پس این تحلیل تربیتی از پویانمایی ایرانی «پسر دلفینی» را از دست ندهید!



تقابل سنت و مدرنیته، آزمونی برای والدین

یکی از جذاب‌ترین خطوط داستانی، کشمکش پسر دلفینی با دنیای بزرگ‌ترهاست. پدر و مادر او نماینده دنیای هستند که امنیت را در چهارچوب‌های خشک می‌جویند؛ اما کودک امنیت را در آزادی و کشف ناشناخته‌ها می‌بیند. این همان چالش قدیمی تربیت است: **چطور هم مراقب باشیم، هم مانع رشد نشویم؟**

نکته تربیتی:

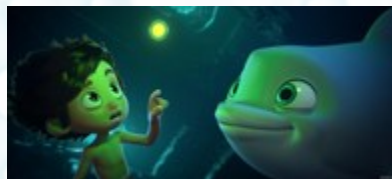
روان‌شناسان می‌گویند: **کودکان نیاز به خطر کردن دارند.**^۴ (البته تحت نظارت!) پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز فرمودند: «فرزندت را رها کن تا هفت سال اول بازی کند.»^۵ شاید بتوان گفت این حدیث به آزادی کودک در کشف محیط (حتی با اشتباهات کوچک) اشاره دارد؛ یعنی باید فضایی ایجاد کنیم که کودک کشف کند اما در دام نیفتد!

نیاز به «دل بستگی ایمن» دارند.^۲ اما این پویانمایی، هوشمندانه نشان می‌دهد که این دل بستگی فقط به انسان‌ها محدود نمی‌شود؛ گاهی طبیعت، حیوانات یا حتی یک آرزوی تواند پناهگاه روح کودک باشد.

نکته تربیتی:

امیرالمؤمنین علیه السلام می‌فرماید:

«قلب نوجوان مانند زمینی خالی است که هر بذری را که در آن افکنده شود، می‌پذیرد.»^۳ این جمله گرچه درباره نوجوان (حدث) است، اما به دلیل گستردگی معنا، به دوران کودکی هم قابل تعمیم است. پسر دلفینی به ما یادآوری می‌کند که کودکان نیاز به «محبت بی‌قید و شرط» دارند؛ محبتی که شبیه مهربانی دلفین‌هاست: بدون چشمداشت و توقع!



پیشنهاد برای والدین

به جای گفتن «نرو بالا! خطرناکه!» بگویید:
«اگه می‌خوای از این نردبوم بالا بری، اول با
دستت محکم‌ش کن تا مطمئن شی که
ثابته!»

نمادپردازی آب:

روان کودک در جریان است!

آب در این پویانمایی فقط یک عنصر
بصری نیست؛ نمادِ روانِ درحالِ رشدِ
کودک است. در روان‌شناسی، آب اغلب
نشانهٔ ناخودآگاه و احساسات است.^۷
پسر دلفینی با آب «رابطهٔ عاطفی»
دارد؛ درست مثل کودکی که با

چرا بر «خطر کنترل شده» تأکید می‌شود؟

۱ رشد مهارت‌های حرکتی: زمین خوردن
و بلند شدن، هماهنگی عصبی-عضلانی را
بهبود می‌بخشد؛

۲ تقویت قضاوت شناختی: کودک
می‌آموزد که چطور خطرات را ارزیابی کند
(مثلاً تشخیص دهد که از کدام ارتفاع،
پریدن بی‌خطر است)؛

۳ پیشگیری از اضطراب: تحقیقات نشان
می‌دهند کودکانی که هرگز با چالش‌ها
مواجه نشده‌اند، در بزرگسالی اضطراب
بیشتری دارند.^۶



جمع‌بندی: پسر دلفینی، آینه‌ای برای والدین

این پویانمایی به ظاهر کودکانه سه پیام کلیدی برای والدین دارد:

① به فطرت پاک کودک اعتماد

کنید (همان‌گونه که شخصیت اصلی پویانمایی «پسر دلفینی» با تکیه بر فطرت خویش، ارتباط عمیقی با طبیعت برقرار کرد)؛

② اجازه دهید کودک گاهی «شکست»

بخورد (همان‌طور که در سیر داستانی این اثر، جدایی از دلفین به‌عنوان یک تجربه رشدآفرین به تصویر کشیده شده است)؛

③ تربیت یعنی «همراهی»، نه کنترل!

(مانند رابطهٔ همراهانه و غیرمستقیم والدین در پویانمایی که به کودک، فضای کشف و تجربه می‌دهد).

در آخر یادمان باشد همان‌طور که دلفین‌ها هرگز فرزندانشان را در عمق

احساساتش درگیر است و بزرگ‌ترها گاهی این احساسات را «بی‌اهمیت» می‌دانند!

پایان بندی پویانمایی: درس بزرگ «رها کردن»

در پایان داستان، پسر دلفینی باید از دلفین محبوبش جدا شود. این صحنه یکی از عمیق‌ترین لحظات پویانمایی است: «گاهی عشق واقعی یعنی رها کردن!»

نکته تربیتی: در تربیت دینی، آماده

کردن کودک و نوجوان برای جدایی‌ها (از دوست، اسباب‌بازی یا حتی والدین)، بخشی از «تربیت مقاومتی» است. امام

علی علیه السلام با این مضمون می‌فرماید: دل

نوجوان چون آینهٔ صاف است که هر تصویری در آن افتاد، بازتابش دهد.^۸

اگر کودک را برای پذیرش تغییرات آماده نکنیم، در آینده با اولین طوفان زندگی شکست خواهد خورد!

برای مطالعه بیشتر

▶ پرورش کودکان شاد و مقاوم، مارتین سلیگمن، ترجمه مهرداد فیروزبخت، انتشارات رشد، تهران، ۱۴۰۲.

▶ رسانه و تربیت؛ از پویانمایی تا بازی‌های دیجیتال، محمدرضا سرمدی، انتشارات دانشگاه تهران، ۱۴۰۰.

▶ بازی؛ راهی برای رشد مغز کودک، استوارت براون، ترجمه نیلوفر میکاییلی، انتشارات صابرین، تهران، ۱۳۹۹.

اقیانوس رها نمی‌کنند، ما هم باید حضوری نامرئی اما مطمئن در زندگی فرزندانمان داشته باشیم.

اگر شما هم بعداز دیدن این پویانمایی، یک قدم به درک دنیای کودک نزدیک‌تر شده‌اید، پس «پسر دلفینی» به هدفش رسیده!

پی‌نوشت

۱. دریافت فایل سریال: <https://B2n.ir/kf7299>، فایل سینمایی: <https://B2n.ir/yn6804>.
۲. رک: زندگی خود را دوباره بیافرینیم، جفری یانگ، ترجمه حسن حمیدپور، انتشارات ارجمند، تهران، ۱۴۰۳.
۳. «قَلْبُ الْحَدِيثِ كَالْأَرْضِ الْخَالِيَةِ مَا أَلْقِيَ فِيهَا مِنْ شَيْءٍ إِلَّا قَبِلَتْهُ» (كُفَّ الْعُقُولَ، ابن‌سبئه حرانی، انتشارات جامعه مدرسین، قم، ج ۲، ۱۴۰۴ق، ص ۸۱).
۴. روان‌شناسی کودک، ژان پیاژه و باربل اینهلدر، انتشارات پیسیک بوکز (Basic Books)، نیویورک، ج ۱، ۱۹۶۹م، فصل ۴، ص ۱۵۶.
۵. وسائل الشیعه، شیخ حرّ عاملی، انتشارات مؤسسه آل‌البیت (عج)، قم، ۱۴۱۶ق، ج ۲۱، ص ۴۸۶.
۶. پرورش کودکان شاد و مقاوم، مارتین سلیگمن، ترجمه مهرداد فیروزبخت، انتشارات رشد، تهران، چاپ آخر، ۱۴۰۱، ص ۱۱۲-۱۱۵.
۷. تفسیر خواب، زیگموند فروید، ترجمه محمد حجازی، انتشارات جامی، تهران، ج ۵، ۱۴۰۰، ص ۲۳۴؛ انسان و سمبول‌هایش، کارل گوستاو یونگ، ترجمه محمود سلطانیه، انتشارات جامی، تهران، ۱۳۹۸، ص ۱۱۷.
۸. «وَأَمَّا قَلْبُ الْحَدِيثِ كَالْأَرْضِ الْخَالِيَةِ مَا أَلْقِيَ فِيهَا مِنْ شَيْءٍ إِلَّا قَبِلَتْهُ»؛ «قَلْبُ الصَّبِيِّ كَالْأَرْضِ الْخَالِيَةِ مَا أَلْقِيَ فِيهَا مِنْ شَيْءٍ تَبَّتْ»؛ «كُلُّ مَوْلُودٍ يُوَلَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ» (بحار الأنوار، محمدباقر مجلسی، انتشارات مؤسسه الوفاء، بیروت، ۱۴۰۳ق، ج ۳، ص ۲۸۱).



علی سعدی

روایتی از

عمیق‌ترین درس تبلیغی

زمان تازه از جنگ بیرون آمده بود، پر از خانواده‌های شهدا و رزمنده‌ها...»



همین‌طور که به حاشیۀ شهر نزدیک می‌شدیم، ساختمان‌های بلند جای خود را به خانه‌های ویلایی قدیمی دادند. استاد ادامه داد: «این محله را به خاطر باغ‌های گلش می‌شناسند؛ اما من آن را به خاطر مردمانش به یاد دارم؛ مردمی که درس‌های زندگی را در سخت‌ترین شرایط آموخته‌اند.» ماشین را در کنار کوچه باریک «پیروزی» پارک کردیم. دیوارهای ترک‌خورده و زنگ‌ورورفته، ردپایی از روزهای جنگ را روایت می‌کرد.

تابستان ۱۳۹۸ بود. تازه از حوزه برگشته بودم. در دفتر استادم در تهران مشغول مطالعه بودم که زنگ تلفن قدیمی روی میز به صدا درآمد. صدای لرزان پیرمردی از آن طرف خط شنیده شد: «آقا سید، شما که شاگرد آقا سید محمد هستید، می‌توانید امشب به محله ما بیایید؟ یک مجلس کوچک داریم...»

استادم که کنار پنجره ایستاده بود، نگاه عمیقی به من انداخت و گفت: «امروز باید مهمانی‌ای برویم که درس‌هایش در هیچ کتابی نیست: محله گلگشت؛ جایی که بیست سال پیش، اولین درس‌های واقعی تبلیغ را آموختم.»

سفر به دل تاریخ

در جاده از خاطراتش می‌گفت: «این راه را اولین بار سال ۷۶ رفتم؛ وقتی تازه طلبه شده بودم. محله گلگشت در آن

تابلوی کوچکی روی دیوار نصب شده بود: «کوچه شهید حسین محمدی».

همین‌که پیاده شدیم، بوی نان تازه از خانه کوچکی در انتهای کوچه به مشام رسید. پیرمردی که به نظر می‌رسید منتظرمان است، به استقبال آمد. «خوش آمدید آقا سید. بیست سال است منتظرتان هستیم...»

استاد با مهربانی او را در آغوش گرفت و با خنده گفت: «حاج آقا، هنوز زنده‌ای؟»

در حیاط خانه‌ای که دیوارهایش پر بود از عکس‌های قدیمی شهدا، حدود سی نفر از زنان و مردان محله دور سفره‌ای نشسته بودند. نه پارچه مشکی، نه شربت و شیرینی؛ فقط یک روتختی ساده و تمیز، یک جلد قرآن کهنه و بشقابی از نان‌های محلی داغ.



پیرزن نگاهی به عکس بالای دیوار انداخت.
رنجی را فریاد می‌زد، با دیدن استاد بلند شد:
«آقا سید! آن شب که جنازهٔ پسرم را آوردند،
من تازه فهمیدم چرا همیشه می‌گفت
«نان مقدس تراز عکس من است»، یادت
هست؟ همان شب اول، در حالی که همان
لباس خونینش کنارم بود، تنور را روشن
کردم و نان پختم...»

ناگهان در حیاط باز شد. دخترخانمی با
چهره‌ای که خیلی شبیه عکس شهید روی
دیوار بود، وارد شد.

«ننه، نونای جدید حاضرن!» مادر شهید او
را در آغوش گرفت. «این نوهام زهراست...
همان روزی که پدرش شهید شد، به دنیا
آمد.» دختران‌ها را یکی یکی بوسید و کنار
قرآن چید.

برخلاف تمام مجالسی که دیده بودم، اینجا
نه مداحی بود، نه سینه‌زنی. پیرزن شروع
به خواندن کرد:

«حسینم! امروز هم مثل بیست سال
پیش، نون‌هات و پختم...، همون‌طور که

پیرزنی با چهره‌ای که هر چینش حکایت
رنجی را فریاد می‌زد، با دیدن استاد بلند شد:
«آقا سید، بالاخره آمدی؟ حسینم امروز
بیست سال است که رفته.» صدایش
می‌لرزید؛ اما چشمانش پراز نور بود.

استاد روی زمین نشست و پرسید:
«خانم نرگس، باز هم نان پخته‌ای؟»
پیرزن دستمال کهنه‌ای از جیبش
درآورد. وصیت‌نامه‌ای که با خطی لرزان
در آن نوشته شده بود:

«مادر جان! اگر من شهید شدم،

برایم گریه نکنید. بروید به همسایه‌های
بی‌نان نان بدهید؛

قاب عکسم را کنار قرآن بگذارید؛

هر سال به جای مجلس ترحیم سالگرد،
نان بپزید و بین فقرا تقسیم کنید.

سپرت حسین، عملیات والفجر.»

استاد وصیت‌نامه را بوسید و اشکش
چکید: «هنوز یادت هست خانم، آن
شب که پیکر حسین را آوردند؟...»

این است معنی واقعی «حَلَف صالح!»
این است چرایی شهادت، تانان محبت
در این مملکت قطع نشود.»
وقتی به حجره رسیدیم، استاد کیفش
را باز کرد و از میان انبوه کتاب‌ها، عکس
نان خشکیده‌ای درآورد، دقیقاً شبیه
نان‌های آن مجلس. «این را از بیست
سال پیش نگه داشته‌ام، از اولین روضه
امام حسین علیه السلام. هر وقت در جلسات
پررُزق و بَرَق شرکت می‌کنم، این نان یادم
می‌آورد که روضه واقعی چیست.»
و بعد هم گفت: روضه‌خوانی هنر است،
هنر تبدیل اشک به عمل.



﴿وَمَنْ يُعْظَمْ شَعَائِرَ اللَّهِ
فَإِنَّهَا مِنْ تَقْوَى الْقُلُوبِ﴾!



پی‌نوشت

۱. حج / ۳۲.

دوست داشتی: کم‌نمک و تُرد!»
زنان محله با او هم‌صدا شدند. زهرا هم
با همان معصومیت، تکرار می‌کرد: «بابا
حسین! منم نون‌ها رو بوسیدم...»
استاد بی‌اختیار بلند شد و رفت کنار
دیوار. دیدم که به عکس شهید خیره
شده و بی‌صدا گریه می‌کند.
وقتی خواستیم برویم، پیرزن تگه نانی در
کف دستم گذاشت. «آقا سید، شماها
درس خوانده‌اید. بگو ببینم ثواب این نان
خشک بیشتر است یا آن مجلس‌های
پررُزق و بَرَق؟» زبانم بند آمده بود. استاد
جواب داد: «خانم، شما امروز به ما ثابت
کردید که روضه واقعی، زنده نگه داشتن
یادشدها و بزرگ‌ترهاست.»

در راه برگشت، استاد در سکوت مطلق
رانندگی می‌کرد. ناگهان در وسط راه
ماشین را نگه داشت و گفت: «دیدید
سید؟ آن دختر هرگز پدرش را ندیده اما
دارد میراث عشق او را زنده نگه می‌دارد...»

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



۰۲۵-۳۱۲۳۵۶۵

@Ammar_۱۹۸۵

www.mobaleghbankhanvade.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/khanevademoballegghan>

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>

