

خانواده مبلغان ۸

ماهنامه اطلاع‌رسانی، علمی، آموزشی
سال اول - شماره ۸ - ذی‌الحجه ۱۴۴۴

نگار ممتاز بشه!

خانواده + عشق + اخلاق

بازی - گوش

در کعبه خندان

جشن آسمان

مصدر معکوس ایام عقد



مرکز پژوهش‌های تبلیغی مجتمع آموزشی پژوهشی تبلیغ

مستوراد بیستون

مرکز پژوهش‌های تبلیغی مجتمع آموزشی پژوهشی تبلیغ

ذی‌الحجه ۱۴۴۴ ق

↑

ارزش‌خانه‌داری

امروز نیاز جامعه‌ی ما به این است که بدانند سادگی، زن خانه بودن، گدایان و بودن یعنی چه؟ فاطمه‌ی زهرا علیها السلام با آن ربه و مقام و عظمت، یک خانم خانه‌دار است! این تحقیر او نیست؛ مگر این عظمت را می‌شود کوچک شمرد؟ یکی از شئون و یکی از مشاغل همین عظمت عبارت است از همسر بودن یا مادر بودن و خانه‌داری کردن؛ با این چشم به این مفاهیم نگاه کنیم.

سید علی



www.majmahe.com





خانواده مبلغان ۸

ماهنامه اطلاع‌رسانی، علمی، آموزشی
سال اول- شماره ۸
ذی‌الحجه ۱۴۴۴ قمری
تیر ماه ۱۴۰۲ شمسی

شناسنامه

- صاحب امتیاز: مرکز پژوهش‌های تبلیغی مجتمع آموزشی پژوهشی تبلیغ
- مدیرمسئول: محمود مقدمی
- سردبیر: جواد قراباغی
- هیئت تحریریه: حسین ملانوری، اصغراخوی، مهدی هادی، علی ملکوتی‌نیا، علیرضا زنگویی، جواد قراباغی، محمد حامد مبینی راوندی، هاجر شعبانی موسی کلایه، سیده منیر سیدتقیبا، رضیه جبرئیل‌زاده، زینب رحیمی تالارپشتی.
- مدیر اجرایی: احمد اسماعیلی
- مدیر هنری و صفحه‌آرا: سیدمحسن 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 (فرزندآوری، هنر زن است) ۳
روز خانواده‌ی مجاهدان ۴

دانش‌افزایی

- حضور نقش آفرین! ۷
روشن‌تر از خورشید ۱۲
همراهان ۳ (وکیل امام) ۱۵
حاج آقای مشکل‌گشا ۴ (تصمیم بر قتل) ۱۹
نکنه معتاد بشه! ۲۳
بسته ضرورت‌ه ۶ (نقش غذا در سلامتی و بهبود بیماری) ۳۰
همسر زیبایی من ۳۵
خنده‌های زیر لب (راه‌های ایجاد شادی و نشاط در خانواده) ۳۸
چی بخونیم؟ (خانواده+عشق+اخلاق) ۴۵
در سرزمین عجایب ۲ (آینه قدی بزرگ) ۴۹
بازی - گوشه ۵۲

مهارت‌افزایی

- مهندسی معکوس ایام عقد ۵۴
حرف مردم ۵۹
جشن آقامون ۶۵

بصیرت‌افزایی

- در گمین جنین‌ها ۷۰

بامخاطبان

- از جان و دل ۴ ۷۳
می‌تونن بگی؟ ۷۶



پیام فرمانده

فرزندآوری، هنر زن است

فرزندآوری یکی از مهم‌ترین مجاهدت‌های زنان و وظایف زنان است؛ چون فرزندآوری در حقیقت هنر زن است؛ اوست که زحماتش را تحمل می‌کند، اوست که رنج‌هایش را می‌برد، اوست که خدای متعال ابزار پرورش فرزند را به او داده است. خدای متعال ابزار پرورش فرزند را به مردها نداده، در اختیار بانوان قرار داده؛ صبرش را به آن‌ها داده، عاطفه‌اش را به آن‌ها داده، احساساتش را به آن‌ها داده، اندام‌های جسمانی‌اش را به آن‌ها داده؛ در واقع این هنر زن‌ها است. اگر چنانچه ما این‌ها را در جامعه به دست فراموشی نسپریم، آن وقت پیشرفت خواهیم کرد!



پی‌نوشت

۱. بیانات رهبر معظم انقلاب علیه السلام در دیدار جمعی از زنان، مورخ ۱۳۹۲/۲/۱۱.



روز خانوادگی مجاهدان

محمود مقدمی

امید پیروزی آمده بودند، فقط توانستند بگویند که: «فانع نشدیم!» ختم جلسه اعلام شد؛ بدون نتیجه!

رسول الله ﷺ که تا اینجای کار پیروز میدان بود برای ادامه‌ی جهاد تبیینی خود، طرحی جدید پیشنهاد کرد: صبح فردا طرفین حاضر شوند و در مقابل هم صف آرایی کنند و از خدا بخواهند که دروغ‌گور لعنت کند؛ یعنی همان «مباهله».

چقدر خوش سلیقه بودند کسانی که روز مباهله را «روز خانواده» نام نهاده‌اند. البته ممکن است در نگاه اول بپرسید مباهله‌ی پیامبر ﷺ که در واقع نوعی جنگ و مبارزه بود، چه ارتباطی به خانواده دارد؟! داستان مباهله که یادمان هست: بزرگان و عالمان مسیحیت از نجران آمدند تا در جنگی فرهنگی با رسول خدا ﷺ مناظره کنند، ولی بعد از بحث فراوان، آنان که به

می‌گوید مطمئن است؛ در آن صورت
تسلیم می‌شویم تا جان و نسلمان را
حفظ کنیم.



هنگام سپیده‌دم که خورشید برای دیدن
صحنه‌ی رزم رسول خدا ﷺ به آسمان
سرک می‌کشید، همگان دیدند که ایشان
درحالی‌که دستان نوه‌های نازنینش را
گرفته و دختر و دامادش او را همراهی
می‌کنند به میدان می‌آید. ﴿كَانَهُمْ بَيْنًا
وَمَرَّوُصًا﴾ گویا خدا هم از دیدن این

آن شب، در جبهه‌ی حق، آرامشی کامل
برقرار بود. پیامبر خدا ﷺ با اهل بیت
مکرمشان ﷺ با آرامشی وصف‌ناشدنی
سر بر بالین گذاشتند. اما در جبهه‌ی
باطل، تشویش و اضطراب موج می‌زد.
هرچند مسیحیان زیر بار استدلال‌های
پیامبر خدا ﷺ نرفته بودند، ولی این‌طور
نبود که حق و اهلش را نشناسند. اگر
فردا رسول الله ﷺ از ته دل آن‌ها را لعنت
کند، چه اتفاقی خواهد افتاد؟

بزرگان‌شان که سعی می‌کردند اضطرابشان
را پنهان کنند، به دنبال راه چاره‌ای بودند
که همراهان را آرام کنند. عاقبت، تصمیم
عالمان مسیحی اعلام شد: «تا صبح صبر
می‌کنیم. اگر محمد جمعیتی عظیم از
پیروانش را به همراه آورد، معلوم می‌شود
که او هم مثل ما مضطرب و نگران نتیجه
کار است؛ در آن صورت نترسید، مباحله
می‌کنیم. اما اگر به تنهایی یا با نزدیکانش
آمد، معلوم می‌شود به خدایش و آنچه

و همچنان که زینب کبری علیها السلام در کربلا، همراه و یار سیدالشهدا علیه السلام شد، امروز ما نیز با الگوبرداری از آن زنان نمونه تاریخ به همراه سایر همسران مبلّغ در جمهوری اسلامی که در کنار مردان مجاهدشان، شهر به شهر و دیار به دیار می‌گردند؛ دوشادوش در عرصه‌ی جهاد تبیین و تبلیغ؛ حضور فعال خواهیم داشت، هر چند بخواهیم غم غربت و سختی زهد طلبگی را تحمل کنیم و با زخم‌زبان‌ها و توهین‌هایی که مردم خسته از بارگرانی بر ما روا می‌دارند، به جان بخریم چرا که ﴿وَلَا يَخَافُونَ لَوْمَةَ لَائِمٍ﴾^۱ ورد زبانمان و ﴿مَا رَأَيْتُ

إِلَّا جَمِيلًا﴾. شعار بیانمان است.

صحنه به آنچه آفریده افتخار می‌کند؛ کسی چه می‌داند شاید این‌جا هم خدا به خودش ﴿فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ﴾^۲ گفته باشد. این حضور «فَاطِمَةَ وَ أَبُوهَا وَ بَعْلَهَا وَ بُنُوَهَا» در صحنه‌ی مباحله، (یعنی خانواده رسول خدا علیه السلام) در لحظه‌های رزم و جهاد تبیین، پشتیبان او بودند. اگر می‌خواهیم از خانواده‌ی ایشان الگو بگیریم باید در جهاد تبیینی و تبلیغی پشتیبان مردان مجاهدمان باشیم. همچنان که خدیجه کبری علیها السلام در شعب ابیطالب از مردترین مرد تاریخ، یعنی رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم حمایت کرد و مثل فاطمه زهرا علیها السلام در ماجرای سقیفه که تاپای جان، پای علی علیه السلام ایستاد

پی‌نوشت

۱. بحار الانوار، محمد باقر مجلسی، انتشارات دار الاحیاء التراث العربی، بیروت ۱۴۱۳ ق، ج ۲۱، ص ۳۴۳.
۲. «گوئی بنایی آهنین‌اند» صف/۴.
۳. «آفرین بر (قدرت کامل) خدایی که بهترین آفرینندگان است» مومنون/۱۴.
۴. «در راه دین از نکوهش و ملامت احدی نمی‌ترسند» مائده/۵۴.



فاطمه زهرا علیها السلام
بهترین الگوی من است



حضور نقش آفرین!

جواد قرباغی

است؛ زن در جامعه‌ی کنونی، حضوری

فعال و نقش آفرین دارد!

☑ در پاسخ به این سؤال، دو نکته‌ی

اساسی را باید در نظر گرفت:

🌱 **الگوگیری** از پیشوایان معصوم علیهم السلام

به دو صورت **مستقیم** و **غیرمستقیم**

است. الگوگیری مستقیم این است که

گفتار و رفتار آن بزرگواران را عیناً برنامه و

راه و رسم زندگی خویش قرار دهیم. در

بسیاری از موارد، گفتاری خاص یا رفتاری

مشخص از ایشان با همان شکل و قالب

❓ چگونه می‌توان سیره‌ی **اهل بیت علیهم السلام**

به ویژه حضرت زهرا علیها السلام را که بیش

از ۱۴۰۰ سال پیش زندگی می‌کردند را

الگو برای نسل امروز قرار دهیم؟ مثلاً

حضرت زهرا علیها السلام درباره حضور زنان در

جامعه فرموده است: «بهترین چیز

برای زن آن است که نه او نامحرمی را

ببیند و نه نامحرمی او را!؟! در حالی

که الآن مثل قدیم نیست زن در خانه

بماند و از جامعه و مسائل روز دنیا

بی‌خبر باشد! بلکه شرایط فرق کرده

اسوه‌ها، ویژه‌ی شرایط خاص بوده است؛ از این رو الگو گرفتن به معنای کپی‌برداری از عین عمل نیست؛ بلکه به معنای توجه نمودن به روح عمل است. الگو گرفتن از حضرت زهرا علیها السلام به این معنا نیست که همه زنان دستاسی تهیه کرده و جو آرد کنند و نان جو بپزند و یا چادر وصله‌دار بپوشند. همان‌طور که الگوگرفتن از حضرت آسیه به معنای ازدواج با یک فرد طاغوتی و گناهکار نیست؛ بلکه در برخی مواقع الگوگرفتن از حضرت زهرا علیها السلام باید در روح کار باشد، نه در شکل کار.

برای نمونه در روایات می‌بینیم که حضرت زهرا و امیرالمؤمنین علیهما السلام در یک چهار دیواری کوچک و گلین زندگی می‌کردند. از یک پوست گوسفند، به عنوان زیر اندازشان استفاده می‌کردند. یا اینکه حضرت علی علیه السلام به نان و نمک اکتفا می‌کردند. قالب و شکل برخی رفتارها

رفتاری می‌تواند اسوه و الگوی ما قرار گیرد. برای نمونه این که حضرت زهرا علیها السلام پس از هرنماز واجب، ذکر مخصوصی داشتند (۳۴ مرتبه الله اکبر، ۳۳ مرتبه الحمد لله، ۳۳ مرتبه سبحان الله)؛ ذکری که دستور آن را به عنوان هدیه‌ای عظیم از پدر بزرگوارشان دریافت کرده بودند و همواره بر آن مداومت داشتند و به شیعیان نیز توصیه فرمودند.^۲ ما هم به آن حضرت اقتدا می‌کنیم و همان ذکر را با همان ترتیب بعد از هرنماز واجب به عنوان تعقیبات نماز انجام دهیم.

اما الگوگیری غیرمستقیم این است که روح و حقیقت گفتار یا کردار آن اسوه‌های الهی را درک کرده و با تحلیل و استنباط از سیره‌ی علمی و عملی آن بزرگواران، وظیفه‌ی خویش را در همه‌ی ابعاد زندگانی (فردی، اجتماعی، فرهنگی، سیاسی، اقتصادی و ...) دریابیم. بسیاری از شکل‌ها و قالب‌های رفتاری



عبارت‌های مختلفی در منابع پرشماری از کتاب‌های حدیثی، اخلاقی و تاریخی شیعه و سنی موجود است. برخی افراد در مجامع علمی با مقاصد خاصی با استناد قرار دادن این روایت، این پندار بی‌اساس را در سطح جامعه ترویج می‌کنند که سیره‌ی حضرت زهرا علیها السلام برای دختران و زنان روزگار ما نمی‌تواند اسوه و الگوی مناسبی باشد. درباره‌ی این روایت باید چند نکته را مدنظر قرار دهیم:

① استفاده‌ی حضرت زهرا علیها السلام از کلمه‌ی بهتر و خیر، گویای این حقیقت است که این سیره، ایده‌آل است نه ضرورت! امری که

که در سیره‌ی ائمه‌ی معصومین علیهم السلام وجود داشته است، به هیچ وجه در عصر حاضر قابل تأسی نیست؛ اما آنچه ارزشمند و قابل تأسی است، «حقیقت»، «محتوا» و «روح» این رفتارها می‌باشد. در این رفتارها روح بی‌اعتنایی به دنیا و حقیر شمردن مظاهر فریبنده‌ی آن، روح پارسایی و رستگاری از حب دنیا، روح ساده زیستی و پرهیز شدید از تجمل‌گرایی موج می‌زند! ^۳

② در این روایت که حضرت زهرا علیها السلام فرموده است: «برای زنان بهتر است که مردان نامحرم را نبینند و مردان نامحرم نیز ایشان را نبینند!» این روایت معروف با

ارتباط نداشته باشد و این هرگز به معنای ممنوعیت هرگونه ارتباط نیست. این روایت جنبه اخلاقی دارد و رعایت آن مستحب است و عدم التزام به آن گناه محسوب نمی‌شود. اساساً تعریف چارچوب در قالب حرام بودن برخی ارتباطات، به معنای جایز بودن ارتباط، در حالت غیرحرام است؛ مثلاً وقتی گفته می‌شود زن با چادر در جامعه ظاهر شود و مثلاً جز صورت و کفین همه بدن را بپوشاند، یعنی در صورت رعایت این موارد می‌تواند در جامعه حضور پیدا کند.

سیره‌ی حضرت زهرا ع‌الیه‌السلام و دیگر زنان مورد تأیید پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم در عرصه‌های سیاسی (مانند خطبه‌ی حضرت زهرا ع‌الیه‌السلام در دفاع از ولایت امام علی ع‌الیه‌السلام)، نظامی (امداد رسانی زنان در جبهه‌ی

رعایت آن بهتر است و تا زمانی که ضرورتی پیش نیامده است، عمل به آن مطلوب است.

پیام این روایت این است که اگر زن احتیاجی به فعالیت اقتصادی نداشته باشد و در عرصه‌ی آموزش و یادگیری نیازی به استاد مرد یا شرکت در کلاس‌های مختلط در میان نباشد، برای درمان بیماری‌های زنان، پزشک زن به اندازه‌ی نیاز وجود داشته و رجوع به پزشک مرد ضرورتی نداشته باشد و... بهترین سیره برای بانوان این خواهد بود که در منزل و محل سکونت و آرامش فرار گیرند و به شئون خانوادگی، اعم از مدیریت خانه، تربیت فرزندان، همسررداری، کمک به خودکفایی خانواده و ... بپردازند و در شرایطی که نیازی به ارتباط زنان با مردان نیست، بهتر آن است که زن با هیچ مرد نامحرمی

آنچه در آموزه‌های دینی از آن نهی شده، اختلاط زنان و مردان است نه فعالیت اجتماعی! بلکه جهت تحقق این فرمایش حضرت، بر ملازم است تا از جنس زن، پزشک، مربی، معلم، استاد دانشگاه و... تربیت کنیم تا زنان در محیطی امن مشغول به تدریس و تعلیم و تعلم و... باشند. این فرمایش ما را بر آن می‌دارد تا تفریح‌گاه، ورزشگاه و... ویژه بانوان داشته باشیم، نه اینکه زن فقط در خانه بنشیند و محلی برای تفریح، ورزش و... نداشته باشد.

جنگ برای مجروحان، تهیه غذا و پوشاک و رساندن آن به جهادگران) و ... نشانگر آن است که اصل فعالیت‌های اجتماعی برای زنان، با رعایت شرایط اخلاقی، نه تنها نکوهیده نیست، بلکه در برخی موقعیت‌ها و عرصه‌ها؛ چون تجمع‌های سیاسی - اجتماعی، امر به معروف و نهی از منکر بانوان، آموزش و پرورش بانوان، کسب تخصص‌های مورد نیاز بانوان، مشاوره در امور بانوان و ... ستوده و مطلوب است.^۴

پی‌نوشت

۱. «حَيَّرَ لِلنِّسَاءِ أَنْ لَا يَزِينَ الرَّجَالُ وَلَا يَرَاهُنَّ الرَّجَالُ»؛ كشف الغمّه، علی بن عیسی اربلی، انتشارات ادب حوزه، چاپ اول، بی تا، ج ۱، ص ۴۶۶.
۲. من لایحضره الفقیه، شیخ صدوق، انتشارات جامعه مدرسین حوزه علمیه، قم، چاپ دوم، ۱۴۱۳ق، ج ۱، ص ۳۲۰.
۳. جامی از زلال کوثر، محمدتقی مصباح یزدی، انتشارات مؤسسه‌ی آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام، چاپ اول، ۱۳۸۰، ص ۹۲.
۴. همان، ص ۱۰۸.

الهدى والبرهان

روشن تر از خورشید

رقيه حيدري آل كثير

دانش پژوه سطح ۳ حوزه علميه - کارشناس مشاوره

گفت: آیا ممکن است ظهور اتفاق
بیافتد و ما متوجه نشویم؟ بعضی‌ها
ادعا می‌کنند امام زمان علیه السلام ظهور
کرده؛ ولی دشمنان حضرت
یا بعضی حکومت‌ها جلوی
خبردار شدن مردم را گرفته‌اند
و نمی‌گذارند امام قیام کنند!



گفت: پس این داستان‌هایی که از تشریف برخی علما و بزرگان به محضر امام عصر علیه السلام بر منابر و کتاب‌ها گفته می‌شود چه؟ همه دروغ است؟

گفتم: نه، این‌که امام زمان علیه السلام ادعای مشاهده را تکذیب فرموده‌اند، با تشریف‌هایی که برخی اشخاص داشته‌اند منافات ندارد. درست است این نامه، ادعای مشاهده را به‌طور کلی نفی می‌کند؛ اما طبق گفته سید بن طاووس، امام علیه السلام برای همه‌ی شیعیان غیرظاهرند؛ اما ناممکن نیست که گروهی از آنان به ملاقات ایشان مشرف شده و... [البته به شرطی که] از دیگران پنهانش کنند.^۴

نکته‌ی دیگر اینکه امام علیه السلام خواستند باب مدعیان واسطه‌گری و وکالت را ببندند. که البته می‌بینیم از همان دوران شروع غیبت تا به حال همیشه عده‌ای بوده‌اند که از جهل مردم به این فرموده امام علیه السلام سوءاستفاده کرده و با ادعای

گفتم: اولاً که از دلایل غیبت امام زمان علیه السلام، حفظ حضرت از قتل و اسارت است. اگر بنا باشد حضرت ظهور کنند و باز عده‌ای توانایی داشته باشند جلوی قیام ایشان را بگیرند، نعوذ بالله نقض غرض الهی نمی‌شود؟!

ثانیاً طبق روایات، وقتی ظهور اتفاق بیافتد، تمام مردم جهان مطلع می‌شوند؛ ظهور که یک اتفاق پنهانی نیست؛ بلکه بناست آشکارتر از خورشید باشد!

امام صادق علیه السلام می‌فرمایند: «چشمی در زمان ظهور او را نمی‌بیند؛ مگر اینکه همه چشم‌ها او را ببینند و هرکسی جز این را به شما گفت، او را تکذیب کنید.»^۲

این روایت کاملاً قضیه را روشن کرده. متن نامه حضرت حجت علیه السلام به نایب آخرشان هم راه هر ادعایی را می‌بندد: «هر کس قبل از خروج سفیانی و صیحه‌ی آسمانی ادعای مشاهده کند، دروغ‌گو و افترازننده است.»^۳

نیابت خاص و وصایت مردم را فریب داده و جمعی را دنبال خود کشانده‌اند! کسی که بخواهد خود و خانواده‌اش را در مقابل این کلاه برداران و دزدان اعتقاد و عواطف مردم به صاحب‌الامر عَلَيْهِ السَّلَامُ بیمه کند، باید این روایات را بداند و برای فرزندان و اطرافیانش بخواند و آنان را از پنج علامت قطعی متصل به ظهور که ائمه معصومین عَلَيْهِمُ السَّلَامُ به ما آموخته‌اند آگاه کند. پنج علامت این‌ها هستند: «یمانی، خروج سفیانی، ندای آسمانی (که تمام مردم زمین هرکدام به زبان خودشان می‌شنوند)»، فرورفتن زمین در بیداء و کشته شدن نَفْسِ زکیه.^۶

پی‌نوشت

۱. «امام صادق عَلَيْهِ السَّلَامُ فرمودند: «وَاللَّهِ لَأَمْرُنَا أَبْيَنُ مِنْ هَذِهِ الشَّمْسِ؛ به خدا قسم، امر ما (ظهور قائم) از این خورشید آشکارتر است.» اصول کافی، محمد بن یعقوب کلینی، انتشارات دارالکتب الإسلامیة، تهران ۱۴۰۷، ج ۱، ص ۳۳۸.
۲. «لَا تَرَاهُ عَيْنٌ فِي وَقْتِ ظُهُورِهِ إِلَّا رَأَتْهُ كُلُّ عَيْنٍ فَمَنْ قَالَ لَكُمْ غَيْرَ هَذَا فَكَذِبُوهُ؛ بحار الانوار، محمدباقر مجلسی، انتشارات دارالکتب الاسلامیه، ج ۵۳، ص ۱.
۳. «وَسَيَأْتِي شِيعَتِي مَنْ يَدْعِي الْمُشَاهَدَةَ أَلَا فَمَنْ ادَّعَى الْمُشَاهَدَةَ قَبْلَ خُرُوجِ الشَّفِيَانِي وَالصَّبِيحَةِ فَهُوَ كَذَّابٌ مُفْتَرٌ؛ چه بسا افرادی از شیعیان ادعا کنند که مرا مشاهده نموده‌اند، آگاه باشید هر کس قبل از خروج سفیان و صبحی آسمانی، چنین ادعایی کند دروغ‌گو و افترا زنده است.» احتجاج علی اهل اللجاج، شیخ طبرسی، انتشارات مرتضی، مشهد، چاپ اول، ۱۴۰۳ق، ج ۲، ص ۲۹۷.
۴. الطوائف فی معرفة مذهب الطوائف، سید بن طاووس، انتشارات خیام، قم، ۱۴۱۷ق، ص ۱۸۵.
۵. زبارة از امام صادق عَلَيْهِ السَّلَامُ پرسید: «أَيَا نَدَا حَقِّ اسْت؟» امام فرمودند: آری به خدا سوگند، ندایی همگانی است و هر قومی به زبان خود آن را می‌شنوند.» بحار الانوار، ج ۵۲، ص ۲۴۴، ح ۱۲.
۶. امام صادق عَلَيْهِ السَّلَامُ فرمودند: «حَمْسُ عَلَامَاتٍ قَبْلَ قِيَامِ الْقَائِمِ الصَّبِيحَةِ وَالشَّفِيَانِي وَالْخَسْفُ وَقَتْلُ النَّفْسِ الزَّكِيَّةِ وَالْيَمَانِي.» اصول کافی، ج ۸، ص ۳۱۰.

همراهان ۳

محمدحسن خدای
دانش آموخته حوزه علمیه

وکیل امام

بسیار، تحول عظیمی در فقه شیعه به وجود آورده است.

همراه همیشگی حضرت و مونس ایشان و یار پابهرکابشان، همسر بزرگوارشان حضرت «ام فروه علیها السلام» بود که مدافع فقه اهل بیت علیهم السلام بوده و از روایان حدیث ایشان به شمار می‌رود. نام ایشان «فاطمه»، لقبشان «قریبه» و کنیه‌ی ایشان

در هفتمین روز از ماه ذی‌الحجه عاشقان اهل بیت علیهم السلام از غم از دست دادن شکافنده‌ی علوم، حضرت محمد باقر علیه السلام سیاه‌پوش و داغدار می‌شوند. امامی که با چشم خویش در خردسالی مصائب سالار شهیدان را دید و همراه کاروان اسرا، پیام رگ‌های بریده را به گوش عالم رسانده است. خورشیدی که با تربیت شاگردان

در حضور آن امام بودند. در آن جلسه امام زین العابدین علیه السلام نظر قاسم را درباره‌ی ازدواج «ام فروه علیه السلام» با فرزندش امام باقر علیه السلام می‌پرسد. قاسم بن محمد پاسخ می‌دهد: «مولای من! اختیار خانواده‌ام به دست شماست. هر طور که امر بفرمایید اطاعت می‌کنیم.»^۲ این‌گونه حضرت «ام فروه علیه السلام» به عقد مولای زمین و زمان، حضرت باقرالعلوم علیه السلام در می‌آید و ثمره‌ی این ازدواج، عبدالله و جعفر (امام صادق علیه السلام) می‌شود. در فضیلت حضرت ام فروه علیه السلام همین بس که وجود پاکش خواستگاه جلوه‌گر خدا، صادق آل محمد علیهم السلام شد. در آن روز که بیت شریف امامت برای گرامیداشت زادروز رسول خاتم صلوات الله علیه و آله آماده می‌شد؛ با تولد فرخنده‌ی ششمین وصی بر حق ایشان، این بیت منور، نورانی‌تر گشت و حجت خدا بر بندگان، پابراین دنیا نهاد.

«ام فروه علیه السلام» بود. این بانو در میان بنی‌هاشم به «مکرمه» مشهور بود و به همین جهت امام صادق علیه السلام را «ابن مکرمه» گفتند. پدرایشان «قاسم بن محمد بن ابی بکر» است که نزد امامان شیعه علیهم السلام شخصیتی بلندمرتبه و قابل‌اطمینان بود. در اصول کافی از امام صادق علیه السلام روایت شده است که فرمودند: «سعید بن مسیب، قاسم بن محمد بن ابی بکر، و ابو خالد کابلی از ثقات (معمدین) علی بن الحسین علیه السلام بودند.»^۱

این بانو از پرهیزکارترین زنان زمان خود بوده و هم‌نشینی با نور ولایت موجب شده بود که او از عالمان و مدافعان فقه اهل بیت علیهم السلام باشد.

ام فروه علیه السلام در بیت ولایت؛

روزی قاسم بن محمد که از یاران خاص امام باقر علیه السلام بود، همراه جمعی از اصحاب

ام فروه علیه السلام در کلام فرزند؛



امام صادق علیه السلام درباره مادرش فرمود: «كَانَتْ أُمِّي مِمَّنْ آمَنَتْ وَ اتَّقَتْ وَ أَحْسَنَتْ وَ اللَّهُ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ»^۳. مادر من از کسانی بود که ایمان داشت و باتقوا و نیکوکار بود و خدا نیکوکاران را دوست دارد. در این روایت شریف سه خصوصیت برای حضرت ام فروه علیه السلام ذکر شده است:

پشتیبان ولایت؛

این بانوی بزرگوار فقیهه و عالمه که هیچ‌گاه در دفاع از فقه اهل بیت علیهم السلام کوتاهی نکرد و پشتیبان همیشگی ولایت بود، در راه پرمشقت امامت و مشعل‌داری هدایت، یاور و همدم امام و در تحمل سختی‌ها دوشادوش محمد بن علی علیه السلام بود. همچنین ایشان از روایان حدیث اهل بیت علیهم السلام نیز به شمار می‌رود. مسعودی در اثبات الوصیه می‌گوید: «مادر

۱ ایمان: دژ محکمی است که ورود به آن انسان را از آماج فتنه، مصون نگه می‌دارد.

۲ تقوا: نیروی بازدارنده‌ای است که انسان را در مقابل انحرافات و لغزش‌ها مقاوم ساخته، از ضد ارزش‌ها و شیاطین دور می‌کند.

۳ نیکوکاری: نیکوکاران اهل بهشت‌اند و خدا آنان را دوست می‌دارد، ﴿إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ﴾^۴.

می‌رساندند. از این رو وکلای ائمه‌ی معصومین علیهم‌السلام علاوه بر اینکه به احکام و مسائل دینی تسلط داشتند، مورد اعتماد حضرات معصومین علیهم‌السلام نیز بودند.

نکته‌ی حائز اهمیت اینکه حضرت ام‌فروه علیها‌السلام از وکلای امام صادق علیه‌السلام بود به طوری که نوشته‌اند: «كُلَّمَا أَرَادَ الْإِمَامُ الصَّادِقُ تَقْسِيمَ حَقْقِ أَهْلِ الْمَدِينَةِ أَعْطَاهَا لِأُمِّهِ أُمِّ فَرَوَهَ وَ زَوْجَتِهِ حَمِيدَةَ مُصَفَّاهُ» امام صادق علیه‌السلام هرگاه می‌خواست حقوق اهل مدینه را تقسیم کند آن را به مادرش ام‌فروه و همسرش حمیده علیها‌السلام می‌داد.

امام صادق علیه‌السلام (ام‌فروه) از پرهیزکارترین زنان عصر خود بوده و از امام سجاد علیه‌السلام روایات زیادی نقل کرده است.^۵

آئینه‌دار ائمه علیهم‌السلام؛

در زمانی که به علت ترس از دستگیری یا دوری و مشقت راه، همه شیعیان نمی‌توانستند به محضر امام معصوم علیه‌السلام برسند، ساختار وکالت، پل ارتباطی میان شیعیان و امامت بود. وکلا سؤالات دینی مردم را پاسخ داده و وجوهای آن‌ها را جمع‌آوری می‌کردند و به فقرا و نیازمندان

پی‌نوشت

۱. اصول کافی، محمد بن یعقوب کلینی، ترجمه‌ی محمدباقر کمره‌ای، انتشارات دارالکتب اسلامیة، قم ۱۳۷۹، ج ۲، ص ۵۰۱.
۲. قاموس الرجال، محمدتقی شوشتری، انتشارات جامعه مدرسین حوزه علمیه، قم، ۱۴۱۰ق، ج ۸، ص ۴۹۲.
۳. اصول کافی، ج ۲، ص ۵۰۱.
۴. بقره/۱۹۵.
۵. اعیان الشیعه، سید محسن امین، انتشارات دارالتعارف، بیروت، ۱۴۰۳ق، ج ۸، ص ۳۹۰.
۶. تنقیح المقال، عبدالله مامقانی، انتشارات المطبعة المرتضویة، نجف اشرف ۱۳۵۳ هـ.ق، ج ۳، قسم ۲، ص ۷۶.



حاج آقای مشکل گشا ۴

تصمیم بر قتل

محمدحسن شهبازی - دانش پژوه سطح ۳ تخصصی تبلیغ

واقعیتش اینه که من الان دوماهه
باردارم...

آخه عروس خانوم! تو باید این حرف رو
با گل و شیرینی بزنی نه با خجالت!!

- فوراً رفتم مقداری از گزهایی که حاج آقا برا
عید غدیر خریده بود، آوردم برای صدیقه،
ولی انگار یک مسئله‌ای دیگه در میون
بود. گفتم چیه؟ چرا پکر شدی؟ با لهجه‌ی

اصفهانی گفتم: گزس بخور!!

خجالتم از این نیست که باردارم...

پس چیه؟

حقیقتش!!!

- بعد از گفتگوی مختصری که درباره‌ی
ناخن مصنوعی با صدیقه خانوم داشتیم،
با کلی خجالت و من و من کردن گفتم:
خانم صالح پرور یه اتفاقی هم افتاده که
روم نمی‌شه بگم!!

گفتم: اشکال نداره اگه روت همیشه
برو خونه برام پیامک کن یا اینکه
همین جا روی کاغذ برام بنویس
من جوابش رو از حاج آقا می‌گیرم و

براتون پیامک می‌کنم.

نه چیز خاصی نیست!.

پس چرا نمی‌گی!!



- فرصت خوبی برای من به وجود اومده،
دانشگاه دولتی قبول شدم، از طرفی به
خاطر جشن ازدواجمون حسین رفته
توی خرج و کلی بدهکاری بالا آورده،
حسین میگه تا جنین کامل نشده
و روح توی بدنش نیومده سقط
کنیم، ان شاءالله چند سال دیگه که
درس‌های من تموم بشه و از نظر مالی هم
وضعیتمون بهتر شد اقدام می‌کنیم، ولی
الآن بدون هیچ آمادگی اگه بچه‌ای هم بیاد
بیشتر از ما اون بچه اذیت میشه و سختی
می‌بینه و این ظلم در حق بچه هست.

صدیقه خانم! پس فردا عید غدیر
هست، ما هم این چند روز درگیر ناهار
هستیم که قراره توی محله تقریباً برای
۱۰۰۰ نفر اطعام غدیر داشته باشیم و
قطعاً تعداد نفرات، بیشتر هم میشه،
ولی به خاطر اهمیت مسئله تون حتماً
فردا با حسین آقا تشریف بیارید منزل،
تا حاج آقا هم خونه باشه و درباره‌اش

حُب بگو، جون به لبمون کردی!

صدیقه خانوم اتفاقی افتاده؟

نه ولی قراره بیافته!

یعنی چی؟ قراره چی بشه؟

حقیقتش شوهرم حسین آقا، میگه

تا قبل از چهارماهگی که هنوز روح

توی بدن جنین نیومده، جنین رو

سقط کنیم!

ای وای!! خاک بر سرم، چرا آخه؟

یه سری دلایلی میاره که منم با

بعضی‌هاش موافقم، البته اصلاً دلم

راضی به سقط نیست!

حُب دلیلاش چیه؟

خداوند روزی دهنده هست و روزی فرزندان خانه رو جداگانه می رسونه و هرکسی ناراحت رزق فرزندش باشه قطعاً این وسوسه شیطان هست، مخصوصاً برای خانواده‌های مذهبی...

- بعد از اینکه صدیقه خانم رفت، مسئله رو با حاج آقا مطرح کردم و ایشان احکامی رو به بنده گفتند که بهشون بگم و واقعاً برام خیلی جای تعجب داشت.

چندتا از اون احکام رو می‌گم تا بدونیم چقدر از نظر قانون و احکام دینی، سقط جنین خطای سنگین و دشواری هست، تا جایی که به کسی که سقط جنین کرده میگن (جانی)؛

سقط جنین شرعاً حرام است و در هیچ حالتی جایز نیست، مگر آنکه استمرار حاملگی برای حیات مادر خطرناک باشد که در این صورت سقط جنین قبل از ولوج روح اشکال ندارد، ولی بعد از دمیدن روح جایز نیست، حتی اگر ادامه‌ی حاملگی برای حیات مادر خطرناک باشد، مگر اینکه

گفتگو بشه، ولی اجمالاً این رو بگم که جنین حتی اگه یک ماهش هم باشه باز سقطش حرامه و حکم کشتن یک انسان بی‌گناه رو داره، هرچند که مقدار دیده‌اش متفاوت هست.^۱ تازه حتی اگه جنین، خدایی نخواستہ مشکل داشته باشه، باز هم از نظر شرعی و قانونی کسی حق سقط رو نداره^۲ و نسبت به سقط جنین بهت بگم صدیقه خانم که این کار عواقب اصلاً خوبی نداره، هم از نظر روحی و هم از نظر جسمی! چند وقت پیش یه مقاله علمی^۳ می‌خوندم که کسایی که سقط جنین خودخواستہ انجام میدن بشدت مشکلات روانی مثل اضطراب و مشکلات خانوادگی و اختلافات با همسر و ... برایشون به وجود میاد.

البته این جدای از ده‌ها مشکلات جسمی هست، آسیب‌هایی که اصلاً قابل جبران نیست، ما واقعاً به یقین رسیدیم که

استمرار بارداری، حیات مادر و جنین هر دورا
تهدید کند و نجات زندگی طفل به هیچ وجه
ممکن نباشد و نجات زندگی مادر به تنهایی
با سقط جنین امکان داشته باشد^۴ (در این
صورت سقط جنین اشکال ندارد).

سقط جنین حرام است هر چند بر اثر زنا باشد
و درخواست پدر باعث جواز آن نمی شود و
در صورتی که مادر مباشر در سقط جنین
باشد و یا مساعدت در آن کرده باشد، دیه
بر عهده ی مادر است.^۵

مقدار دیه ی جنین: اگر غَلَقَه باشد دیه ی
آن ۴۰ دینار است و اگر مُضْغَه باشد ۶۰
دینار است و اگر استخوان بدون گوشت
باشد ۸۰ دینار است و دیه به وارث جنین با

رعایت طبقات ارث پرداخت می شود، ولی
وارثی که باعث و عامل سقط جنین بوده از
آن، سهمی ندارد.^۶

دیه ی سقط غَلَقَه (۴ هفتگی) = ۴۰ دینار
(معادل قیمت روز در بازار).

دیه ی سقط مُضْغَه (۸ هفتگی) = ۶۰ دینار
(معادل قیمت روز در بازار).

دیه ی سقط استخوان بدون گوشت (۱۲ هفتگی) = ۸۰ دینار
(معادل قیمت روز در بازار).

دیه ی سقط بعد از دمیده شدن روح در بدن (۱۶ هفتگی) = دیه کامل انسان
(معادل قیمت روز در بازار).^۷

ادامه دارد...

پی نوشت

۱. توضیح المسائل مراجع (۱۳ مرجع)، سید محمدحسن هاشمی، دفتر انتشارات اسلامی، قم ۱۳۸۶، ج ۲، ص ۹۴، س ۱۲۶۵ و ۱۲۶۳.
۲. همان.
۳. ISC زنان و پیامدهای سقط جنین، مترجم جلال بلالی، مطالعات راهبردی زنان ۱۳۸۲، صص ۱۵۲-۱۶۵، شماره ۲۲.
۴. توضیح المسائل مراجع (۱۳ مرجع)، ج ۲، ص ۹۴، س ۱۲۶۵.
۵. همان.
۶. همان.
۷. بر اساس بند الف، ماده ی ۷۱۶، قانون مجازات اسلامی و محاسبه بر اساس دیه کامل، سال ۱۴۰۲.



کنه معتاد بشه!

مؤسسه فرهنگی هنری مآذنه

فهیمة سلطانی نژاد

دانش آموخته سطح ۳ حوزه علمیه

«از زمانی که چشم بازمی کنه گوشی تو دستشه تا آخر شب که می خواد بخوابه، تازه وقت خوابم گوشی تو بغلشه»

این جمله رو بارها و بارها یا خودمان گفته ایم یا از دیگران شنیده ایم. یا جملاتی مثل:

- ▶ داره غذا می خوره، گوشی تو دستشه؛
- ▶ نمی دونم شارژ گوشیش کی تموم میشه؛
- ▶ هر جا میره گوشی هم همراهشه؛
- ▶ اگه گوشی رو ازش بگیرم بهم میریزه؛
- ▶ حتی موقع تماشای تلویزیون هم سرش تو گوشیه؛
- ▶ ترجیح میده با گوشی بازی کنه نه با همسالانش؛
- ▶ اگه بخوام باهاش صحبت کنم باید گوشی رو ازش بگیرم؛

زمانی که ما خودمان مرتب سرمان توی گوشی است، فرزندان ما هم به این سمت می‌روند و کم‌کم به گوشی وابستگی شدید پیدا می‌کنند.

شاید بگویید من اصلاً کاری به گوشی ندارم که حالا فرزند من بخواهد از من الگوبرداری کند. قبول. پس ادامه مطلب را از دست ندهید.

۲ مدیریت مصرف را جدی بگیریم؛



همگی می‌دانیم که مدیریت در زندگی نقش مهمی دارد. اما وقتی از مدیریت صحبت می‌کنیم مقصودمان کنار گذاشتن گوشی نیست، بلکه استفاده مدیریت شده از این ابزار است. برای اعمال یک مدیریت عاقلانه پنج قدم لازم است:

اگر شما هم این نشانه‌ها را در فرزندان خود می‌بینید با ما همراه باشید.

وقتی از اعتیاد به گوشی صحبت می‌کنیم منظورمان نوعی عادت رفتاری است که به دنبال این عادت، فرزند ما، دچار ضعف در کنترل تکرار استفاده از گوشی می‌شود. مدام سراغ گوشی می‌رود؛ چت می‌کند؛ بازی می‌کند؛ در فضای مجازی پرسه می‌زند؛ کامنت می‌گذارد؛ کامنت‌ها را چک می‌کند و خلاصه مدام سرش توی گوشی است.

برای دور کردن فرزندان از این عادت‌های آسیب‌زا، توجه به ۳ نکته لازم و ضروری است:

۱ الگوی خوبی برای فرزندانمان باشیم؛



قبول دارید فرزندان ما بیش از آنکه بشنوند، می‌بینند. حقیقت این است

ما نیاز به بازی و تعامل و گفتگو با دوستان و اطرافیان دارند. حالا تصور کنید ما با تن دادن به خواسته فرزندمان برای خرید گوشی، این زمینه را فراهم کرده‌ایم که او را از نیازهای واقعی و ذاتی‌اش دور کنیم. در حالی که بازی و تعامل با همسالان است که باعث رشد صحیح عقلی، عاطفی و هیجانی فرزندمان می‌شود. از سوی دیگر جلوی گسترش معضلی بزرگ و آسیبی جدی به «اسم اعتماد به گوشی موبایل» را می‌گیرد.

گاهی فرزندمان ما نیاز واقعی دارند و گاهی درخواست. قبول دارید، این ما والدین هستیم که باید نیازهای واقعی و کاذب را بشناسیم و پاسخ به نیازها را مدیریت کنیم؟

◀ **قدم دوم:** مدیریت ابزار در مرحله‌ی بعدی، لازم و ضروری است. باید گوشی موبایل را به‌عنوان یک ابزار، مدیریت کنیم. متناسب با سن فرزندمان برایش ابزار تهیه کنیم. گوشی موبایل یک ابزار است. چطور اجازه نمی‌دهیم کودک ما

◀ **قدم اول:** مدیریت نیاز، قدم اول است؛ فرزندان ما نیازهایی دارند. اگر به این نیازها پاسخ درست و به‌موقع داده نشود، آسیب‌زا خواهد بود. اما آنچه مغفول مانده است، توجه نداشتن به دسته‌بندی نیازهاست. نیازها یا واقعی هستند یا کاذب. نیاز واقعی، نیازی است که اگر پاسخ داده نشود، مطمئناً در زندگی روزمره دچار مشکل می‌شویم. نیاز به محبت والدین، خوراک، پوشاک، ورزش، تفریحات سالم و ... از نیازهای واقعی و ضروری فرزندان هستند. اما برخی از مطالبات فرزندان، نیاز حقیقی آنان نیست، بلکه درخواست آن‌هاست. برآورده کردن غیرمدیریت‌شده‌ی خواسته‌ها، می‌تواند مشکلات زیادی را برای خانواده به وجود بیاورد. داشتن گوشی، تبلت هوشمند، اینترنت با سرعت بالا و حجم نامحدود، اپلیکیشن‌ها و نرم‌افزارهای غیرضروری از نیازهای واقعی فرزندان ما نیست. فرزندان

سراغ چاقو برود اما به راحتی گوشی را در اختیارش می‌گذاریم؟! باید ابزارهای رسانه‌ای را مدیریت شده و با آموزش در اختیار فرزندان قرار دهیم.

سیم‌کارت دانش‌آموزی انارستان، تبلت نارتب، نرم‌افزارهای مدیریت والدین مثل نرم‌افزار «ایمنو» یا «ir.۴۵۶»، استفاده از کامپیوتر رومیزی به جای تبلت می‌تواند در مدیریت ابزار به شما کمک کند.

◀ **قدم سوم:** در سومین قدم باید به دنبال مدیریت محتوا باشیم. حواسمان هست که رسانه سعی می‌کند با ارائه‌ی محتوای مدنظر خود، برای ما و فرزندان ما نیاز سازی کرده و نیازهای کاذبی را به ما

القا کند.^۲ در نتیجه احساس می‌کنیم باید حتماً سراغ گوشی برویم تا این نیازها تأمین شود. بنابراین دل بسته‌ی این محتواها

می‌شویم و پیشنهادهای تولیدکنندگان محتوا را بی‌درنگ می‌پذیریم و روزه‌روز به گوشی همراه، وابسته‌تر می‌شویم.

صاحبان رسانه هم از فرصت استفاده کرده و با ظرافت‌های نامحسوس، نیازهای جدیدی را برایمان تعریف کرده و نیاز ما را کنترل می‌کنند.

با مدیریت محتوایی که در اختیار فرزندان قرار می‌گیرد و شناخت تولیدکنندگان و اهداف آن‌ها، می‌توان در کاهش وابستگی فرزندان به گوشی موبایل قدم بزرگی برداریم. فکر کنم با من هم عقیده باشید که صهیونیست‌ها، ما و فرزندان ما را دوست ندارند. می‌دانستید مدیر اینستاگرام، واتس‌آپ و فیس‌بوک یک صهیونیست یهودی به اسم مارک زاکر برگ است؟

سایت‌های «کدومو» و «چی خوبه» می‌توانند دستیار مناسبی برای شما والدین در انتخاب محتوای رسانه‌ای باشند.

◀ **قدم چهارم:** بعد از گذشتن از این مراحل به مدیریت زمان می‌رسیم. شاید پرسید چگونه؟ با چند راه حل ساده و دم‌دستی:

رایانه‌ای و... متناسب با سن و جنسیت او زمان محدود و مشخصی در نظر گرفته شود.

۳ از عضویت فرزندمان در کانال‌های موازی، صفحات غیرضروری و نصب تعداد زیاد بازی و اپلیکیشن جلوگیری کنیم. برای مثال در صورتی می‌تواند بازی جدید نصب کند که یکی از بازی‌های قبلی را حذف کرده باشد.

۴ نرم‌افزارهای مدیریت زمان می‌تواند زمان استفاده از نرم‌افزار را هشدار دهد. برای مثال نرم‌افزار «ایمنو» به شما کمک می‌کند زمان مشخصی برای استفاده از یک اپلیکیشن معین کنید به صورتی که بعد از زمان مشخص، دیگر فرزندان قادر به استفاده از آن بازی یا نرم‌افزار نباشد.

۵ به فرزندانمان یاد بدهیم روی مطلب هدف تمرکز کند. به عنوان مثال وقتی می‌خواهد ببیند دوستش



۱ اصل آموزش مدیریت زمان و تبیین اهمیت زمان، می‌تواند کار شما را در ادامه آسان کند.

۲ برنامه‌ریزی و زمان‌بندی صحیح، مهم‌ترین نکته برای کاهش وابستگی فرزندمان به گوشی موبایل است. وقتی فرزند ما اجازه دارد در هر زمانی به صورت نامحدود از اینترنت و بازی‌های رایانه‌ای استفاده کند، طبیعی است که دور کردن او از گوشی کار بسیار دشواری خواهد بود. لازم است برای استفاده روزانه فرزندانمان از اینترنت، بازی‌های

سؤالش را جواب داده است یا خیر، فقط همین کار را انجام دهد و سراغ صفحات و کانال‌های دیگر نرود.

◀ **قدم پنجم:** آخرین قدم مدیریت مکان است. باید به فرزندان یاد بدهیم در هر مکانی نباید از گوشی استفاده کند. مطمئناً می‌پرسید چگونه؟ خودمان یاد بگیریم هر جایی از تلفن همراه استفاده نکنیم.

استفاده از موبایل در اتاق خواب و موقع خواب ممنوع باشد. به فرزندان بیاموزیم استفاده از گوشی موبایل در مهمانی‌ها، مراسمات مذهبی، مراکز آموزشی، اماکن مقدس مثل مساجد و حرم اهل بیت علیهم‌السلام دور از ادب است.

۳ از جایگزین مناسب استفاده کنیم!

بازی‌های موبایلی و بازی‌های ویدیویی برای فرزندان ما جذاب هستند. پس برای اینکه بچه‌ها را از این ابزارها جدا کنیم باید

یک جایگزین مناسب داشته باشیم. اینجا فطرت بچه‌ها کمک خوبی برای ما خواهد بود. بچه‌ها فطرتاً جنب و جوش و هیجان را دوست دارند. این بهترین فرصت هست که بازی‌های جسمی، حرکتی و فکری را جایگزین آن کنیم. متأسفانه بچه‌هایی که به گوشی وابسته شده‌اند، دوست دارند حتی در کنار همسالانشان هم با گوشی بازی کنند. قرار شد ما والدین مدیریت کنیم. کاری که خودم در این مواقع انجام می‌دهم این است که گوشی‌ها را جمع می‌کنم و به بچه‌ها چند تا بازی پیشنهاد می‌دهم. بعد همگی باهم شروع می‌کنیم به بازی. از آنجایی که بازی یک نیاز اساسی برای فرزندان ماست با ما همراهی می‌کنند و لذت می‌برند. حتماً الآن این سؤال در ذهن شما پرسه می‌زند که با این خونه‌های کوچک، با این همسایه‌ها و چگونه این امکان وجود دارد؟ خانه‌ی

پیشنهاد دیگر اینکه حتماً لازم نیست مهمانی‌ها را در خانه برگزار کنیم. می‌توانیم در پارک‌ها و امکان عمومی از مهمانان پذیرایی کنیم. در این فرصت بچه‌ها می‌توانند حسابی با هم بازی کنند.

پیشنهاد می‌کنم متناسب با سن فرزندان با همسالانشان یک گروه خانوادگی تشکیل دهید. این طوری با یک تیر دو نشان زده‌اید؛ هم بر دوستان فرزندان نظارت دارید، هم توانسته‌اید اوقات فراغت فرزندان را با یک جایگزین مناسب پر کنید. در قالب این گروه‌های تحت نظارت خانواده‌ها می‌توانید با مشورت و هماهنگی خانواده‌ها برای فرزندان فعالیت‌های مدیریت شده تفریحی، تربیتی تدارک ببینید. هم فال است و هم تماشا.

ما هم یک آپارتمان ۹۰ متری هست. پیشنهاد می‌کنم یک نسخه از کتاب «بازی بازوی تربیت» نوشته‌ی استاد محسن عباسی ولدی را تهیه کنید^۳ آن وقت با بازی‌های جذاب آشنا می‌شوید که کار را برایتان راحت می‌کند.



پی‌نوشت

۱. پایگاه اطلاع رسانی مؤسسه فرهنگی هنری مآذنه <http://www.mazane.org>

۲ - پیشنهاد می‌شود مستند «معمای اجتماعی» را از تلویزیون ببینید. این مستند ساخت کشور آمریکا است و مدیران ارشد فضای مجازی از پشت پرده‌های رسانه می‌گویند.

۳ - لینک جهت تهیه‌ی کتاب بازی بازوی تربیت <https://patogh.mobi/book>

نقش غذا در سلامتی و بهبود بیماری

سه ضروریه

اکرم کاوری - دانش آموخته‌ی دوره طب ایرانی - اسلامی

◀◀ **زکریای رازی:** اگر پزشک بتواند بیمار را با غذا درمان کند و نه با دارو، حکیمی موفق و سعادتمند است!

بحران‌های رفتاری جامعه را می‌توان از طریق اصلاح سفره و پویا کردن آشپزخانه و طبخ غذای مطابق فصل و مزاج رفع کرد. ابوعلی سینا و زکریای رازی برای انواع مواد غذایی اعم از سبزی‌ها و میوه‌ها؛ حبوبات و... خواص متعدد دارویی قائل بوده و هرکدام را برای درمان بیماری‌های متعددی تجویز می‌کرده‌اند.

آنچه معصومین علیهم‌السلام و بزرگان طب سنتی به ما تأکید فرموده‌اند، آن است که در قدم اول به سراغ دارو نرویم؛ بلکه ابتدا از خواص مواد غذایی کمک گرفته و چنانچه بیماری رفع نشد از دارو استفاده کنیم.

آنچه معصومین علیهم‌السلام و طبیبان طب سنتی در مورد زیان‌بار بودن داروها گفته‌اند درباره‌ی مضرات داروهای گیاهی بوده؛ چه

بیماری‌هایی که در اثر رعایت نکردن این اصل مهم، بروز می‌کنند.



زیاده‌روی در تغذیه تنها زیان‌های جسمی ندارد، بلکه رشد فکری را نیز متوقف می‌کند. به دلیل پرخوری، خون بیشتری به سمت دستگاه گوارش می‌رود و سیستم گردش خون به‌منظور تأمین خون لازم برای هضم غذا، از سهم خون‌رسانی به ریه‌ها و مغز می‌کاهد، لذا اکسیژن و مواد غذایی کمتری به مغز می‌رسد (که گاهی احساس خواب‌آلودگی بلافاصله بعد از غذا به این دلیل می‌باشد به‌ویژه اگر معده شخص ضعیف و یا دارای معده سردی باشد) و در نهایت شکم پر، موجب کم

برسد به قرص‌های شیمیایی باین‌همه عوارض شناخته‌شده و شناخته‌نشده؛ که بر هیچ‌کسی پوشیده نیست. بنابراین غذا خوردن و نوع غذایی که مصرف می‌شود در سلامتی بدن نقش مهمی دارد که در این یادداشت به بیان برخی از آن می‌پردازیم.

اسراف در غذا خوردن

﴿كُلُوا وَ اشْرَبُوا وَ لَا تُسْرِفُوا﴾؛ بخورید و بیاشامید ولی اسراف نکنید.^۲ در این آیه‌ی شریفه، ابتدا انسان را به خوردن و آشامیدن دعوت و بلافاصله درباره‌ی اسراف به وی هشدار داده است.

مفهوم آیه، این است که نباید در مصرف غذا زیاده‌روی نمود. درست است که پرخوری نوعی اسراف است ولی بد خوردن و خوردن دو نوع غذا که باهم سازگاری ندارند و نیز خوردن غذایی که مضر می‌باشد هم می‌تواند مشکلات زیادی ایجاد کند و کم نیستند

پس لازم است انسان در خوراک خود دقت کند. آیا غذایی که می‌خورد از نظر کیفیت، مطلوب و مفید است و ارزش غذایی دارد یا نه؟ دقت کند که آیا مصرف غذاهای مصنوعی رنگارنگی که با صدها تبلیغ جلوی چشم او قرار داده‌اند برای بدن او بیشتر فایده دارد یا برای جیب تولیدکنندگان آن؟

آثار برخی غذاها بر اخلاق و رفتار آدمی^۶

① اعتدال در خوردن گوشت موجب خوش‌اخلاقی، اعتماد به نفس و شجاعت می‌شود و افراط در آن قساوت قلب می‌آورد.

شدن قدرت خلاقیت و حس ابتکار و درک مطالب می‌شود.^۳ رسول اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمودند: «معدده خانه‌ی بیماری‌ها و پرهیز سرآمد هر دارویی است.»^۴

دقت در کیفیت غذاها

﴿كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ﴾^۵ قرآن کریم مردم را به سوی غذاهایی که برایشان مفید بوده و سلامتی آن‌ها را تأمین می‌کند، راهنمایی کرده است. مهم‌ترین این غذاها که در آیات متعددی مورد اشاره قرار گرفته است و علم تغذیه نیز به ارزش فراوان آن‌ها پی برده است، عبارت‌اند از: عسل، خرما، زیتون، انگور، انجیر، انار، گوشت و شیر، ماهی، کدو و...



و ساندویچ کالباس و سوسیس می خورد
در فهم و درک مطالب درسی دچار مشکل
و اختلال خواهد شد.



برخی می گویند پنیر برای ذهن و مغز انسان
ضرر دارد و گروه دیگر مدعی هستند که
مصرف پنیر باعث جلوگیری از پوسیدگی
دندانها می شود. زمانی اعلام می کنند که
روغن حیوانی مضر است و باید به جای
آن کره مارگارین (روغن نباتی) استفاده
شود و زمانی دیگر می گویند روغن حیوانی
مفید بوده و کلسترول خوب بدن (HDL)
را افزایش می دهد و برعکس مارگارین
زیان دارد، انسان سردرگم می شود که
پنیر و روغن حیوانی و... را بخورد یا از آن
پرهیز کند. درحالی که **امام صادق (ع)** در
چهارده قرن پیش فرموده است: «پنیر و

۲ شیر، موجب صبوری، مهربانی، آرامش
و... می شود.

۳ عسل، موجب رشد حافظه، صافی دل
و شفاست.

۴ انگور، غم و اندوه و افسردگی را به
شادابی تبدیل می کند.

۵ خرما، موجب صبر و حلم و بردباری
می شود.

۶ زیتون، حافظه را تقویت می کند.

۷ سیب، موجب تقویت اعصاب و رنگ
رخسار می گردد.

۸ حلیم، نشاط عبادت را افزون می کند.

به بچه های خود بیشتر از آنکه **شیر، عسل،**
و شربت سکنجبین بدهیم، نوشابه
می دهیم؛ بجای آنکه به آن ها گردو، خرما،
پسته، نخود و کشمش و بادام بدهیم،
تحت تأثیر تبلیغات غلط، پفک و چیپس
و شکلات و... می دهیم. دانش آموز یا
دانشجویی که قبل از شروع درس یا شب
امتحان غذاهای سرد و کم انرژی مثل پنیر

گردو هرگاه باهم باشند در هرکدام از آن‌ها شفاست، ولی هرگاه جدا خورده شوند؛ در هریک از آن‌ها دردی باشد.»^۷

طبق این حدیث، پنیر را باید حتماً با گردو خورد و مصرف آن به تنهایی بیماری‌زا خواهد بود.

ما ایرانیان **پانزده نوع آبگوست** وطنی داریم، نزدیک **چهارصد نوع آتش** ایرانی داریم که بهترین آتش است و حبوبات موجود در آن‌ها باعث استحکام استخوان و تقویت موی سر می‌شود. در قدیم محل طبخ را آشپزخانه می‌نامیدند چون محل پخت آتش بود، در هر فصلی با توجه به گرمی، سردی، خشکی و تری آن فصل از

آش‌های مختلفی مثل آش الو، آش انار، آش اسفناج، آش جو و... با مواد هماهنگ با آن فصل استفاده می‌کردند و آشپز کسی بود که با توجه به فصل و مزاج خانواده و مزاج مواد و... بتواند خوب آش بپزد؛ ولی امروزه متأسفانه با وجود زندگی صنعتی آش‌ها کمتر در سفره‌های ما جا دارد، آش با توجه به اینکه لعاب‌دار است باعث رفع یبوست و رفع خشکی‌های بدن می‌شود و زود هضم است و به علت داشتن فیبر در روده، زیاد باقی نمی‌ماند که باعث یبوست یا سنگینی دستگاه گوارش شود.

ادامه دارد...

پی‌نوشت

۱. طب اسلامی گنجینه تندرستی، رضا منتظر، انتشارات نسل نیکان، چاپ سوم، تهران، ۱۳۸۹، ص ۲۷۹.
۲. اعراف/ ۳۱.
۳. رک: طب اسلامی گنجینه تندرستی، ص ۱۴۱.
۴. بحارالانوار، محمدباقر مجلسی، انتشارات دارالاحیاء التراث، بیروت، ۱۳۶۸، ج ۵۹، ص ۲۹۰.
۵. اعراف/ ۱۶۰.
۶. «نگاهی به غذا و تغذیه از منظر اسلامی»، مصطفی آخوندی، مجله حصون، بهار ۱۳۸۷، شماره ۱۵.
۷. حلیة المتقین، محمدباقر مجلسی، انتشارات لقمان، ۱۳۶۹، ص ۵۳.



همزیای من

زینب رحیمی تالارپشتی - دانش‌آموخته سطح ۳ حوزه علمیه

و آرامشش معادلات غاده را برهم زد؛ بیشتر وقتی که فهمید صاحب آن نقاشی تحولی، مرد جنگی روبه‌رویش است، مردی که با نوشته‌های غاده اشک می‌ریخت و لطیف بود.

آرامش و روح بزرگ آن مرد جنگی، دل از غاده برد؛ طوری که دختر نازپرورده‌ی تاجر مروارید لبنانی، پای خواستن مردی که هیچ مالی نداشت، ایستاد. دختری که از هر خواستگارش ایرادی می‌گرفت، یکی کوتاه است و یکی چاق و دیگری ...، حتی تا دو ماه بعد از ازدواج، قبل از اینکه

غاده را دختری می‌شناختند که از جنگ بیزار بود. شعرو نوشته‌هایش هم همین را می‌گفتند. اما مصطفی، چمران بود؛ معروف به مرد جنگ و نبرد.





پیغام‌وپسغام برای همکاری با امام موسی‌صدر و چمران را به خاطر مردجنگی بودن چمران رد می‌کرد. نقاشی بی‌نام‌ونشان چمران که او را متحول کرد، برای همکاری رفت.

چمران را دید اما چمران آن هیولایی که در ذهنش ساخته بود نبود؛ مرد خشن جنگ جلوی‌ش رنگ‌باخته بود. لبخند

دوستش بگوید، ندید که چمران موندارد. غاده خوب به یاد می‌آورد که آن موقع آن روز وقتی مرد خانه برگشت، غاده زیاد خندید: «مصطفی تو کچلی؟»

خانواده‌ی ثروتمند خانم معلم لبنانی، مخالفت شدیدی با ازدواجشان کردند. حتی ماشینش را گرفتند و اجازه‌ی تنها بیرون رفتن نمی‌دادند. غاده ایستاد تا عقدی ساده به دور از تجملات فامیلی‌اش سر گرفت. مادر مخالف بی مراسم به خانه بخت رفتن دخترش بود. چمران از مادر تازه عروسش دلجویی می‌کرد تا آنکه مادر سخت بیمار شد. تازه داماد زیر آتش جنگ، غاده و مادرش را به بیمارستان بیروت رساند.

یک هفته این زن و شوهر اجازه ندادند مادر لحظه‌ای تنها باشد. مصطفای نازک دل، مدام دست مادر را می‌بوسید و گریه می‌کرد. مادر باور نمی‌کرد چنین مرد جنگی هم وجود داشته باشد. دل مادر با دامادش نرم شد.

غاده خوب به یاد می‌آورد که آن موقع چمران دستش را گرفت و می‌بوسید و با گریه از او تشکر می‌کرد.  برای چی مصطفی؟  دستی که این همه روز به مادرش خدمت کرده مقدسه. باید اونو بوسید.  چرا از من تشکر می‌کنی؟ خب من به مادر خودم خدمت کردم. مادر شما نبود که این کارارو می‌کنی.  دستی که به مادرش خدمت می‌کنه مقدسه و کسی که واسه مادرش خیره نداره، خیرش به هیچ کس نمی‌رسه. مصطفای غاده به پدر و مادر دل‌نگران همسرش حق نامهربانی می‌داد و تا وقتی زنده بود، قولی که به مادر همسرش داده بود، فراموش نکرد. حتی در اهواز و در جبهه. می‌گفت: «به مادرت قول دادم.» به مادرش گفته بود: درست است که نمی‌توانم برایش مستخدم بگیرم اما قول می‌دهم تا وقتی زنده‌ام همان‌طور که

یکی از چهره‌های شناخته‌شده و محبوب
در ایران تبدیل شده است.

او مدرک تحصیلی، دکتری رشته
فیزیک پلاسما، را از دانشگاه‌های عالی
ایالات متحده آمریکا دریافت کرده است.
از فعالیت‌های سیاسی دکتر چمران
می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

► مؤسس پایگاه آموزشی چریکی برای
ایرانیان در لبنان؛

► چهره‌ی برجسته سیاسی لبنان؛

► وزیر دفاع کشور در دولت مهدی بازرگان؛

► نماینده‌ی مجلس شورای اسلامی در
دوره‌ی اول؛

► بنیان‌گذار ستاد جنگ‌های نامنظم در

جنگ میان ایران و عراق؛^۱

■ تولد: ۱۳۱۷/۱۰

■ شهادت: ۱۳۶۰/۳/۳

پی‌نوشت

۱. رک: نیمه پنهان ماه ۱ (چمران به روایت
همسر شهید)، حبیبه جعفریان، انتشارات
روایت فتح.

۲. <https://b2n.ir/t24152>

در خانه‌ی شما بوده، هر صبح تختش را
مرتب کنم و سینی شیر و قهوه‌اش را کنار
تختش آماده بگذارم.^۱

◀ مصطفی چمران که بود؟

یکی از برجسته‌ترین سیاستمداران،
فیزیکدانان و مقامات دولتی ایرانی است
که به واسطه‌ی حضور در دفاع مقدس، به





خنده‌های زیر لب

◀ راه‌های ایجاد شادی و نشاط در خانواده

منصوره مؤدب - دانش پژوه سطح ۳ جامعة الزهراء

روزی پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ به پیرزنی از طایفه اشجع فرمودند: ای اشجعیه؛ بدان هرگز پیرزن داخل بهشت نمی‌گردد. پیرزن از شنیدن این حرف اندوهگین شد. بلال از راه رسید و با مشاهده‌ی آن صحنه، وضعیت پیرزن را برای پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ نقل کرد. حضرت به بلال فرمودند: سیاه چهرگان هم به بهشت نمی‌روند. بلال نیز مانند پیرزن اندوهگین گشت. عباس، عموی پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، بر آن‌ها گذشت و پس از آگاهی از حالشان، ماجرا را برای پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بازگو نمود. پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمودند: پیرمردها هم به بهشت گام نمی‌نهند. آنگاه رسول خدا صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ هر سه را طلبیدند و فرمودند: خداوند اینان را با بهترین شکل ظاهری داخل بهشت می‌گرداند. سپس فرمود: خداوند آن‌ها را در قالب جوانانی نورانی وارد بهشت می‌سازد.^۱

جالب آنکه هرگاه امامان معصوم علیهم السلام متوجه می‌شدند شوخ‌طبعی در میان اصحابشان کاهش یافته است، به آن سفارش می‌کردند. راوی می‌گوید: روزی امام صادق علیه السلام پرسیدند: شوخ‌طبعی در میان شما چگونه است؟ گفتیم: اندک. امام فرمودند: «چنین نکنید؛ زیرا شوخ‌طبعی از خوش‌خلقی است و تو بدین وسیله برادرت را شاد می‌کنی و رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم هرگاه می‌خواست کسی را شاد کند، با او شوخی می‌کرد».^۵

و در روایتی دیگر می‌فرماید:

«إِنَّ اللَّهَ يُبْغِضُ الْمُعْبَسَ فِي وَجْهِ إِخْوَانِهِ؛^۶ خداوند از شخصی که بر چهره‌ی برادرانش ترش‌رویی کند، نفرت دارد.» ارزش شوخ‌طبعی به اندازه‌ای است که امام صادق علیه السلام مؤمنی را که این صفت در او نباشد، مؤمن نمی‌داند: «مَا مِنْ مُؤْمِنٍ إِلَّا وَفِيهِ دُعَابَةٌ؛^۷ [مؤمن] مؤمن نیست، مگر اینکه در او شوخ‌طبعی باشد».

حضرت علی علیه السلام می‌فرماید: «شوخی کردن اشکال ندارد، انسان به وسیله‌ی آن، نفسش را آسوده می‌سازد و از حد عبوس کردن خارج می‌شود».^۲

خنده و شوخی، از بارغم و اندوه می‌کاهد و تحمل دشواری‌ها را آسان‌تر می‌سازد. علم روان‌شناسی تعریف‌های مختلفی از نشاط ارائه کرده است، اما به‌طور اجمال می‌توان گفت: شادی یکی از جنبه‌های هیجان است احساس مثبتی که از حس ارضا و پیروزی به دست می‌آید.

شادی، عبارت است از مجموع لذت‌ها منهای دردها. شادی، ترکیبی از عاطفه‌ی مثبت بالا و عاطفه‌ی منفی پایین است.^۳

ایمان و شوخ‌طبعی منافاتی باهم ندارند. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم شوخ‌طبعی را یکی از نشانه‌های اهل ایمان معرفی می‌کنند و می‌فرماید: «الْمُؤْمِنُ دَعِبٌ لَعِبٌ وَ الْمُنَافِقُ قَطِبٌ وَ غَضِبٌ؛ مؤمن، شوخ‌طبع است و منافق، اخمو و غضبناک».^۴

راه‌های ایجاد شادی و نشاط در خانواده

۲ مهربانی



در آن خانه که نبود مهربانی

جهنم دان و نامش زندگانی

یکی از روشن‌ترین جلوه‌گاه‌ها و موارد مهربانی، جامعه‌ی کوچک خانواده است. امام‌رئوف ما **امام رضا** علیه السلام می‌فرمایند: بعضی زن‌ها برای شوهرشان بهترین غنیمت هستند؛ زانی که به شوهرانشان اظهار عشق و محبت کنند.^۸ و **پیغمبر اکرم** صلی الله علیه و آله فرمودند: بهترین زنان شما زن‌هایی هستند که دارای عشق و محبت باشند.^۹ **امام صادق** علیه السلام می‌فرماید: هرکسی از دوستان ما باشد به همسرش بیشتر اظهار محبت می‌کند.^{۱۰}

۱ لبخند زدن



لبخند زدن در خانه و کنار خانواده، شادی می‌آفریند همچنان‌که در تجارت خیر و برکت می‌آورد. لبخند نشانه‌ی دوستی و محبت است که هزینه‌ای ندارد و به بهایی ناچیز خلق می‌شود. خنده مُسری است حتی خنده زیر لب؛ وقتی می‌بینیم کسی می‌خندد، ما نیز معمولاً لبخند می‌زنیم و شور و نشاط پیدامی‌کنیم.

هدیه لازم نیست که گران قیمت و آن چنانی باشد. مثلاً، در هنگام خشم يك لبخند بهترین هدیه است یا يك جمله‌ی محبت‌آمیز، يك شاخه‌ی گل، يك قطعه شعر. هدایایی فوق‌العاده مؤثر و بی‌هزینه‌اند.

لازم نیست به دنبال مناسبت خاصی باشیم. هرچند سالروز تولد، روز مرد و... را نباید از یاد ببریم.

۱۴ کاستن از توقعات گوناگون

پیامبر اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ می‌فرمایند: «إِنَّمَا امْرَأَةٌ لَمْ تَرْفُقْ بِزَوْجِهَا وَحَمَلَتْهُ عَلَى مَا لَا يَتَقَدَّرُ عَلَيْهِ وَ مَا لَا يَطِيقُ لَمْ تُقْبَلْ مِنْهَا حَسَنَةٌ وَ تَلَقَّى اللهُ وَ هُوَ عَلَيْهَا غَضَبَانُ»^{۱۴}

هر بانویی که با همسر خویش مدارا نکند و او را بر انجام کاری که در توانش نبوده و طاقت آن را ندارد وادارد، هیچ حسنه و کار نیکی از او قبول نخواهد شد و در قیامت خدا را درحالی که بر او غضبناک است ملاقات می‌کند».

و نیز پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمودند: هر چه ایمان انسان کامل تر باشد، به همسرش بیشتر اظهار محبت می‌کند.^{۱۱}

۱۳ هدیه دادن



از جمله مواردی که عشق و محبت می‌آفریند، هدیه دادن است. هدیه دادن با زبان بی‌زبانی به طرف مقابل می‌گوید که به فکر تو هستم و دوستت دارم.

امیرالمؤمنین عَلَيْهِ السَّلَام فرمودند: هدیه جلب محبت می‌کند.^{۱۲}

رسول اکرم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فرمودند: به یکدیگر هدیه بدهید تا رشته محبتتان استوار شود، زیرا هدیه محبت را می‌افزاید و کینه و کدورت را از بین می‌برد.^{۱۳}

مهم باید مورد توجه و اهتمام همسران قرار گیرد. امام صادق علیه السلام می‌فرمایند: «بهترین زنان شما آن بانویی است که اگر به او چیزی دهند (و یا خدمتی کنند) سپاس‌گزاری نماید و چنانچه از او بگیرند راضی و خشنود باشد».^{۱۴} نادیده گرفتن احسان و نیکی دیگران، انسان را از خیرخواهی آنان محروم و باعث زوال نعمت و نابودی کارهای نیک خود آدمی می‌گردد. امام صادق علیه السلام فرمودند: «أَيُّ امْرَأَةٍ قَالَتْ لِرَوْحِهَا: مَا زَأَيْتُ قَطُّ مِنْ وَجْهِكَ خَيْرًا فَقَدْ حَبِطَ عَمَلُهَا!»^{۱۵} هر زنی به شوهرش بگوید: هرگز از تو خیری ندیده‌ام، اعمالش ضایع گردیده و از بین می‌رود».

۶ تقسیم‌کار

زن و مرد در طول حیات خود، رفیق راه و یار و یاور یکدیگرند. در غم‌ها و شادی‌ها شریک، و بار زندگی بر دوش مشترک آن‌هاست. هر دو با تمام توان خویش

حضرت فاطمه‌ی زهرا علیها السلام در طول زندگی از همسر بزرگوارش امیرمؤمنان علیه السلام چیزی درخواست نکردند. حتی می‌شد که چندین روز خود و فرزندان معصومشان گرسنه می‌ماندند و به آن حضرت یادآور نمی‌شدند و هنگامی که حضرتش علت آن را جویا می‌شدند، پاسخ می‌دادند: «ای علی! من از پروردگرم شرم دارم که چیزی از تو درخواست کنم که توان برآوردن آن را نداشته باشی».^{۱۵}

۵ قدردانی



از آنجاکه تأثیر فوق‌العاده مثبت تشکر و قدردانی از همسر در طول زندگی غیرقابل‌انکار است، رعایت این امر

این که پدرم مرا از انجام کارهای بیرون خانه و سروکار داشتن با مردان کفایت فرمود». حضرت صادق علیه السلام در ارتباط با همین تقسیم کار فرموده‌اند:

«امیرمؤمنان پیوسته هیزم فراهم می‌کردند، کشیدن آب از چاه و جاروب نمودن را شخصاً عهده‌دار بودند و همواره فاطمه‌ی زهرا علیها السلام به کار آسیای آرد و خمیر کردن و پختن نان می‌پرداختند».^{۱۹}

کلاه خود را قاضی کنیم

برادران و خواهران عزیز! پدران و مادران مهربان! چه نیکو و پسندیده است که به قول معروف، با قاضی کردن کلاه خویش و با اندکی تأمل و نهیبی بیدارکننده به خود، به هوش آییم و کانون پرمهر و صفای خانه و زندگی را عرصه‌ی تاخت و تاز ابلیس مطرود و نفس سرکش و ویرانگر، قرار نداده، سرنوشت خود و فرزندان خویش را دست خوش خواسته‌های نامعقول

می‌کوشند تا زمینه را برای فراهم کردن محیطی پر از مهر و صفا مساعد کنند.



امام صادق علیه السلام از پدر بزرگوار خود نقل می‌کنند که امیر مؤمنان علیه السلام و حضرت فاطمه علیها السلام در مورد تقسیم کارهای منزل از رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم استمداد جستند.

آن حضرت کارهای داخل منزل را بر عهده‌ی حضرت فاطمه‌ی زهرا علیها السلام و امور مربوط به بیرون خانه را به حضرت امیر علیه السلام واگذاشتند.

حضرت فاطمه علیها السلام خرسندی خود را از این مسئله چنین بیان کرده‌اند: «فَلَا يَعْلَمُ مَا

دَخَلَنِي مِنَ الشَّرِّ إِلَّا اللَّهُ يَا كَفَاؤِي رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ تَحْمَلُ أَرْقَابَ الرِّجَالِ؛^{۲۰} جز خداوند کسی نمی‌داند که من چقدر خوشحال شدم از

گرفتن امکانات مادی مردان از سوی بانوان که با هیچ معیار شرعی و اخلاقی سازگار نیست و صدها مورد از این قبیل که مرد یا زن را نسبت به ادامه‌ی زندگی مشترک بی‌ رغبت و دل سرد می‌ نماید؛ از جمله مواردی است که با خویشتن‌ داری، مراقبت و تأمل در عواقب سوء آن باید به شدت از آن‌ها دوری کنند.

خودنسازیم. به خدمت‌گرفتن بانوان برای ابتدایی‌ترین کارهای شخصی روزمره‌ی که حتی ضعیف‌ترین انسان‌ها نیز به سادگی از عهده‌ی آن برمی‌آیند، تحمیل مهمانی‌ها و شب‌نشینی‌های دور از منطق و فوق‌توان و طاقت آنان از سوی مردان، بهانه‌گیری و درخواست‌های مختلف در زمینه‌ی تهیه لباس و مسکن و ماشین، بدون در نظر

پی‌نوشت

۱. مناقب آل ابی‌طالب علیهم‌السلام، محمد بن علی بن شهر آشوب، انتشارات ذوی القربی، قم، چاپ سوم ۱۴۲۹ق، ج ۱، ص ۱۴۸.
۲. شرح نهج‌البلاغه، ابن ابی‌الحدید معتزلی، کتابخانه آیت‌الله مرعشی علیه‌السلام، قم، چاپ اول ۱۴۰۴ق، ج ۲، ص ۳۳۹، ج ۸۸۶.
۳. روان‌شناسی شادی، ترجمه‌ی مهرداد فیروز بخت، انتشارات بدر، تهران، چاپ اول ۱۳۷۵، صص ۴۲ و ۱۷۹.
۴. تحف العقول، ابن‌شعبه حرانی، انتشارات جامعه مدرسین، قم، ۱۴۰۴ق، ص ۴۹.
۵. الکافی، محمد بن یعقوب کلینی، انتشارات دارالکتب الاسلامیه، تهران، چاپ چهارم، ۱۴۰۷ق، ج ۲، ص ۶۶۳، ج ۳.
۶. همان، ص ۳۲۱.
۷. الکافی، ج ۲، ص ۶۶۳، ج ۲.
۸. مستدرک الوسائل، میرزا حسین نوری، انتشارات مکتبه الاسلامیه، تهران، چاپ اول، ۱۳۶۴ش، ج ۲، ص ۵۳۲.
۹. بحارالانوار، محمدباقر مجلسی، انتشارات مؤسسه الوفاء، بیروت ۱۴۰۴ق، ج ۱۰۳، ص ۲۲۳.
۱۰. همان.
۱۱. همان، ص ۲۲۸.
۱۲. مستدرک الوسائل، ج ۱۳، ص ۲۰۷.
۱۳. نهج‌الفصاحه، ترجمه‌ی ابوالقاسم پاینده، انتشارات دنیای دانش، تهران، ۱۳۸۲، ص ۲۳۸.
۱۴. مکرم‌الاخلاق، حسن بن فضل طبرسی، انتشارات الشریف الرضی، قم، ۱۳۷۰، ص ۴۱۴.
۱۵. «يَا أَيُّهَا الْحَسَنُ إِنِّي لَأَسْتَحْيِي مِنْ إِلَهِي أَنْ تُكَلِّفَ نَفْسَكَ مَا لَا تَقْدِرُ عَلَيْهِ؛» بحارالانوار، علامه مجلسی، مؤسسه وفا، بیجا، چاپ دوم، ۱۴۰۳ق، ج ۳۷، ص ۱۰۳.
۱۶. همان، ج ۱۰۳، ص ۲۳۹.
۱۷. وسائل‌الشیعه، ج ۲، ص ۱۶۲.
۱۸. همان، ج ۲، ص ۱۷۲.
۱۹. همان، ج ۲، ص ۲۲۲.

چی بخونیم؟

الهام آقا جانی - کارشناس علوم قرآن و حدیث

خانواده + عشق × اخلاق



معرفی اجمالی کتاب «خانواده+عشق×اخلاق» و

برگزیده‌ای از متن کتاب

کتاب «خانواده+عشق×اخلاق»، چهارمین اثر از سری مباحث خانواده به قلم جناب دکتر مجتبی حیدری است که نکات مهمی راجع به مباحث اخلاقی و مذهبی در حیطه‌ی زناشویی و خانوادگی بیان کرده است.^۱ از قدیمی‌ترین میراث‌های آدمی داشتن اخلاق خوب است که شامل: رعایت ادب، رازداری، وفاداری و... می‌شود. رعایت اخلاق و ادب نشانه‌ی کمال انسان است و از تربیت شایسته‌ی او نشأت می‌گیرد. چراکه فرد با اخلاق، راه

را بر بسیاری از اختلاف نظرها می‌بندد و عشق و صمیمیت و آسایش را در هر محفل و رابطه‌ای، به ویژه محفل خانواده به ارمغان می‌آورد.

محتوای کتاب:

کتاب «خانواده+عشق×اخلاق» شامل ۷۲ صفحه است. این کتاب بر اساس پاسخ به پرسش‌های مطرح شده در زمینه‌ی مباحث زناشویی و خانوادگی، تهیه تنظیم و چاپ شده است. نویسنده‌ی کتاب در ۴ فصل، ضمن کمک گرفتن از مباحث روان‌شناسی، با توجه به آیات و روایات دینی در حوزه اخلاق و خانواده، به بیان مباحثی چون ادب رازداری، حدومرز شوخی و مزاح، راه‌های مقابله با خشم و بدخلقی، نگاه به نامحرم و نحوه‌ی کنترل آن، حجاب، فساد و خیانت، زمینه‌ها و پیامدهای بی‌وفایی، بی‌اعتمادی، بحث تعدد زوج و... پرداخته است.

در فصل اول نکاتی در مورد رعایت حدومرزها در عین وجود صمیمیت بین زوجین، از نحوه‌ی صدازدن تا جلوگیری از بروز خشم و رعایت رازداری سخن به میان آورده است. فصل دوم کتاب نیز به بیان مباحثی در حوزه حیا و عفت، کنترل نگاه حرام و... اختصاص یافته است. در فصل بعدی کتاب درباره‌ی وفاداری در خانواده، زمینه‌ها و آسیب‌های بی‌وفایی و اینکه آیا اساساً اعتراف به خیانت نزد همسر شیوه صحیحی است یا نه، مطالبی ذکر شده است. در بخشی از این فصل می‌خوانیم:

«در برخی موارد، دلیل بی‌وفایی مرد، علاقه نداشتن به همسر است. هنگامی که مرد، همسر خود را به دلایلی چون نداشتن دقت کافی در انتخاب همسر، از دست رفتن جذابیت پیشین همسر، یا اجبار والدین به

این مرد باید بداند که هر زن دیگری نیز در کنار محاسنش، معایبی دارد و معلوم نیست زنی که در نظر دارد، از همسر کنونی او بهتر باشد، و آیا او، از همه نظر کامل و بی‌عیب و نقص است که همسرش به او عشق می‌ورزد؟!

بی‌شک او نیز معایب و نواقصی دارد که برای بهانه قرار دادن آن‌ها جهت بی‌علاقگی به او از سوی همسرش کافی است. باین‌حال، او شوهرش را دوست دارد و با چشم‌پوشی از عیوب و نواقصش، زندگی در کنار او را مایه‌ی سعادت خود می‌پندارد.

بنابراین، مرد می‌تواند با کنترل نفس و کنار گذاشتن افکار گمراه‌کننده از ذهن خود، کنترل نگاهش و توجه به ویژگی‌های مثبت همسر و خوبی‌هایی که در حق او انجام داده، بر نفس خود پیروز شود و فکری وفایی به همسر را از ذهنش بیرون کند».

ازدواج با همسر، دوست نداشته و از ازدواج با او ناراحت و پشیمان باشد، ممکن است در راه بی‌وفایی به همسر گام بگذارد.

اما آیا همسری که سرمایه‌ی وجودش را در طبق اخلاص گذاشته و به همسر و فرزندان تقدیم کرده و با همه‌ی وجود برای رضا و خشنودی آنان می‌کوشد، شایسته‌ی احترام، همدلی، همراهی، محبت و عشق است، یا بی‌علاقگی و بی‌وفایی؟ کسی که به بهانه‌ی دوست‌نداشتن همسر، به او بی‌وفایی می‌کند، در واقع همه‌ی کوشش‌ها و فداکاری‌های او را نادیده انگاشته و خوبی را با بدی پاسخ گفته، و با این کار، دل همسر را بی‌دلیل و ستمگرانه رنجانده است.

گذشته از این، بسیاری از اموری که موجب بی‌علاقگی مرد به همسرش می‌شوند، رفع‌شدنی یا گذشت‌پذیرند.

موضوع فصل چهارم نیز شامل «اعتماد به همسر» می‌چرخد و حول و حوش مباحثی چون «چگونگی جلب اعتماد همسر» و «چگونگی رفع بی‌اعتمادی همسر» می‌گردد.

سخن آخر:

کتاب «خانواده+عشق×اخلاق» به دنبال این است تا به مخاطب خویش نشان دهد که تنها با وجود زن و مرد در کنار یکدیگر، خانواده تشکیل نمی‌شود. بلکه زن و مرد با ابراز عشق به یکدیگر، و رعایت اخلاق، معنای یک خانواده واقعی را تداعی خواهند کرد. در واقع زن و مرد در یک خانواده خوب یاد می‌گیرند هم حرف بزنند و هم خوب بشنوند. هم خاطره بسازند و هم بسیاری از خاطرات ناخوشایند را از ذهن خویش پاک کنند؛ تا هر روز بر میزان عشق و صمیمیت میان خویش بیفزایند و این جز با رعایت این نکته مهم ممکن نخواهد بود که فرمود: «هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَ

أَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ»^۲.

پی‌نوشت

۱. این کتاب توسط مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی علیه السلام، با توجه به نظر شورای کارشناسی مرکز مشاوره و روان‌درمانی مأوا، در سال ۱۳۹۶ به چاپ رسیده است.

۲. «همسرانتان، به‌منزله لباس و پوشش شما هستند و شما نیز لباس آن‌ها باشید.» بقره/۱۸۷.

در سرزمین عجایب ۲

آینه قدی بزرگ

زینب رحیمی تالار پستی - دانش آموخته سطح ۳ حوزه علمیه

قرآن رو با سالن مد و جلسه‌ی سبزی پاک‌کنی اشتباه می‌گیرن. حتی بعضیا به بهانه‌ی جلسه‌ی قرآن، کارای عجیب غریب می‌کنن. غیبت و تهمت و چی و چی که هست؛ تازه آدمایی داریم با هفت‌قلم آرایش و لباسای توجشم‌برو میان و مانور چشم‌وهم‌چشمی به پا می‌کنن، می‌خوام درست و حسابی حواسشون جمع بشه.

- نفسی کشیدیم و ختم درددل کردم. همسرجان، لبخند زد و برگه را گرفت. هر خطش را که می‌خواند لبخندش عمیق‌تر می‌شد. آخر طاقت نیاورد و با صدای بلند خندید. هول شدم که بچه‌ها هفت‌پادشاه

تا شب مثل یک فرماندهی جنگی، نقشه‌ی ماهرانه‌ی جریمه‌های جلسه‌ی قرآن را چکش‌کاری کردم تا مو، لای درزش نرود و کسی دیگر جرأت هرز رفتن از جلسه را پیدا نکند. کار روزانه‌ام که تمام شد، با وجود غرغر و بازیگوشی بچه‌ها، تا خواب هفت‌پادشاه همراهی‌شان کردم. سراغ هادی رفتم تا طرحم را به استاد اعظم طرح و نقشه، ارائه دهم. روزهای یادسروش شلوغ می‌شد و شب‌ها زمان ویژه برای مطالعه و آماده‌کردن مطالبش بود.

📩 هادی جان! اینا رو بخون ببین این جریمه‌ها که واسه گناه‌های جوورا جورشون توی جلسه‌ی قرآن نوشتم خوبن؟ خوشم نیامد جلسه

را رها کنند و تا صبح آویزان پای خودم بمانند. دستپاچه، دست روی دهانش گذاشتم.

هیس! تو رو خدا آرام. بچه‌ها بیدار میشن.

- سری تکان داد و آرام گرفت.

خیلی خوشمزه‌ای کوثر خانوم. اینا چیه نوشتی؟ فکر کنم دو تاشونو رو کنی، دیگه کسی جرأت نکنه تو جلسه حرکت اضافی بکنه.

راست می‌گفت و تأییدشان هم کرد. باهم برگه‌های تعیین جریمه را آماده کردیم آن‌ها را لوله کرده در قندانی گذاشتم. تا کدام قسمت کدام بخت برگشته‌ای شود.

صبح هنوز جلسه شروع نشده بود که پیرزن دوست داشتنی محل، عصا زنان رسید. در آن ساعت، در خانه‌ی ما باز بود. هنوز ننشسته بود که سمانه خانم با چشمانی پر از اشک وارد شد و مثل بچه‌ها، جلوی مریم خانم زانو زد. اشک می‌ریخت و بین گریه‌هایش حرف می‌زد:

بیچاره شدم خانوم جون. شوهرمو چیز خورش کردن. الان چی کارکنم؟

مریم خانم لبخند زد. (چقدر آرام با اشک جگرسوز او

برخورد می‌کرد.)

حالا از کجا فهمیدی؟

- دوباره شروع کرد.

از کجا؟ از اینجا که هیچ محلی بهم نمیذاره. همش چشم و گوشش می جنبه. تازه هی بهم گیر میده و ازم ایراد می گیره. صبحی بهم میگه: برو یه فکری واسه لکه و لوک صورتت بکن. قبلنا این طوری نبود که!!

آن قدر بالا و پایین پریده بود که چادرش افتاد و تیپ خفنش پیدا شد. چشمم گردتر نمی شد. هرروز که برای جلسه می آمد این طور نبود. زیرپوش مردانه ای خودنمایی می کرد و موهایش مثل سیم ظرف شویی به هم گره خورده بود. من چند روز باید به موهایم شانه نمی زدم تا آن طور شود؟! یعنی او با آن تیپ در خانه، پیش شوهرش ظاهر می شود؟

مریم خانم با همان لبخند جوابش رداد.

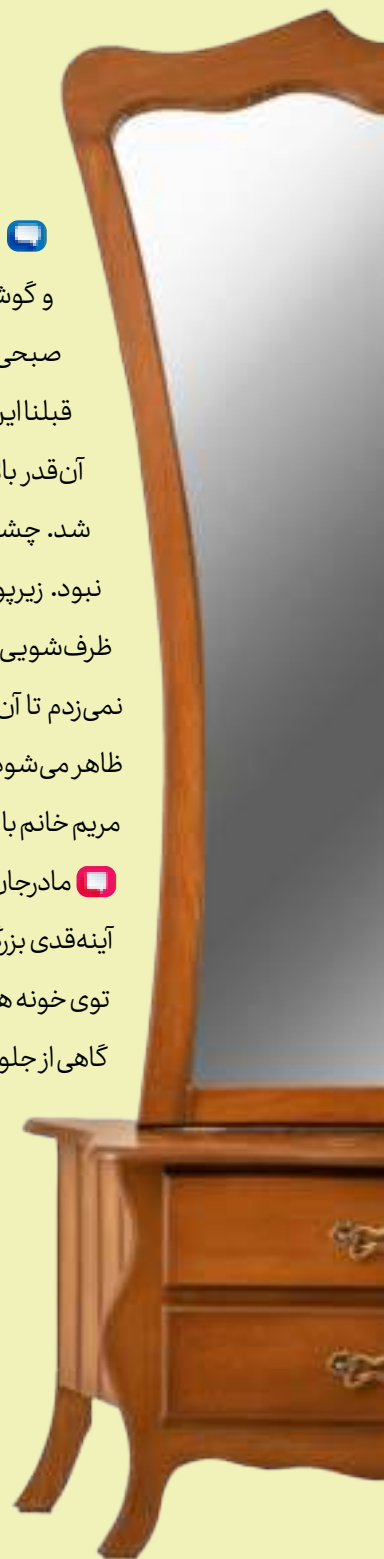
مادر جان، چیز خورندن و هوایی شدن نمی خواد؛ چاره ی کارت یه آینه قدی بزرگه، که مرتب خودتو توش ببینی، اگه همیشه همین طوری توی خونه هستی، چه محلی می خواد بهت بده؟ بد نیست توی خونه، گاهی از جلوی آینه هم رد بشی.

عجب همسری داشت این سمانه خانم! کاش

چیز خورش نکرده بودند تا راحت تر بتواند این اسطوره ی

جذابیت را تحمل کند.

ادامه دارد...



بازی-گوشی

مؤسسه تربیتی رسانه‌ای مادّنه
سید محمد حسن مدرس مصلی
دانش پژوه سطح ۳ حوزه علمیه
کارشناس بازی‌های ویدئویی



monument valley

▶ بازی موبایل (اندروید، آی او اس، ویندوز فون)

▶ سن مناسب: بالای ۵ سال

یک بازی معمایی با ترکیب عناصر بصری در سطوح مختلف و یکی از بهترین بازی‌های موبایلی است. این بازی، ضمن توجه گسترده به جزئیات مکانیکی، حال و هوای آرامش بخشی دارد. شخصیت مورد نظر باید از طریق دست‌کاری محیط اطراف، به سکوهایی مختلف برسد. بازی با طرح معماهای بصری، ذهن بازی‌کننده را به چالش می‌کشد. این بازی در دو نسخه ۱ و ۲ در دسترس است.

📄 لینک دانلود

 <https://b2n.ir/q22726>

 <https://b2n.ir/q50644>



Rayman legends

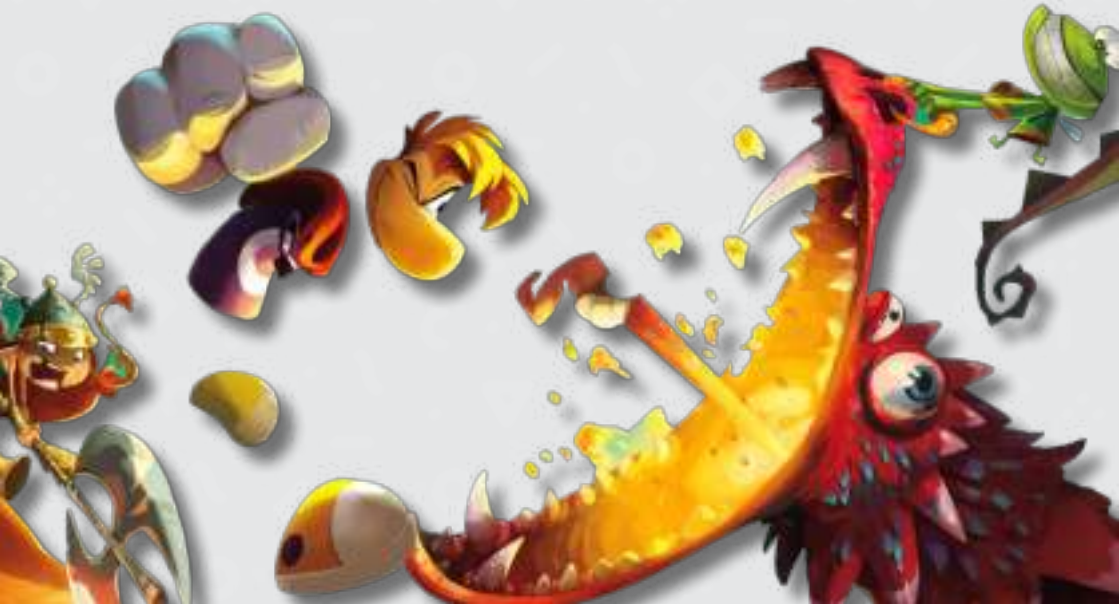
▶ بازی کامپیوتر (ویندوز، پلی استیشن، اکس باکس،

نینتندو سویچ)

▶ سن مناسب: همه سنین

این بازی علاوه بر جذابیت‌های بصری و عناصر بامزه (بخصوص شخصیت‌ها)، قابلیت بازی چند نفره دارد. اگرچه بازی ویژه‌ی کودکان است ولی بزرگسالان هم محو زیبایی آن می‌شوند. حال و

هوای بازی بسیار سرزنده و شاداب است. توصیه می‌شود به صورت خانوادگی و چند نفره این بازی را تجربه کنید و حتی با همکاری یکدیگر مراحل و چالش‌ها را پشت سر بگذارید.



باشد. زن و شوهر جوان در ایام عقد چطور باهم برخورد می‌کنند؟ دقیقاً همان‌ها را در زندگی اجرا کنید؛ چیزی شبیه همان مدارکی که بالا ارائه دادید!

اختصاص وقت و همبودی با کیفیت

در دهه‌های اخیر، به‌ویژه با اوج گرفتن اینترنت و گوشی‌های هوشمند و شبکه‌های اجتماعی، مشاوران و خانواده درمانگرانی همچون ویلیام گلاسه، گری چاپمن، جان گاتمن، باگارویز و دانیل آمن، تأکید زیادی بر «همبودی زوجها و اختصاص دادن وقت با کیفیت» کرده‌اند. گروه تحقیقاتی جان گاتمن که ۴۰ سال در حوزه‌ی روابط همسران پژوهش کرده است می‌گوید: زوج‌های موفق و شادمان ساعات جادویی در زندگی دارند! که این چند ساعت خیلی شبیه شیوه‌ی معاشرت در ایام عقد است.

▶ **چهارم:** آنکه آن‌ها باهم بگویند می‌کنند، می‌بینید که، ما چهره‌مان در هم است و غمگینیم!

▶ **پنجم:** آن‌ها کنار هم می‌نشینند حتی چسبیده به هم، اما بین ما فاصله زیادی هست!

▶ **ششم:** آنکه آن‌ها هنگام باهم بودن کیکی، بستنی‌ای، چیزی می‌خورند، ما غیر از حسرت و غصه چیزی نمی‌خوریم!

▶ **هفتم:** ...

مأمور وسط کلامشان آمد. کلاهش را زیر بغلش گذاشت و دستی به سرش کشید و با تعجب گفت: پدر جان! کافیه کافیه! از هنرتان می‌گویید؟! اتفاقاً دلم به حال رابطه‌ی شما سوخت. قصد فضولی ندارم ولی شما نباید این قدر سرد باشید. فرزندانتان در این رابطه سینه‌پهلومی‌کنند و سینوزیت و آسم و سرماخوردگی روانی می‌گیرند. باید رابطه‌تان گرم‌تر و صمیمی‌تر

اما چه رفتاری لحظه‌های زندگی ما را

جادویی خواهد کرد؟

از همدیگر قدردانی کنیم؛

روزانه سه تا از چیزهایی که بابت آن‌ها شریک زندگی‌مان را تحسین می‌کنیم، با او در میان بگذاریم. غالباً احساساتمان را نشان دهیم. نشان دادن احساسات هم می‌تواند به صورت جسمی و هم به صورت زبانی مثل «گفتن دوستت دارم» و «گرفتن دست‌ها» باشد.

شنونده فعال باشیم؛

فقط کافی است به حرف‌های طرف مقابلمان گوش دهیم نه اینکه خود را آماده پاسخگویی کنیم. اطمینان یابیم، سؤال پرسیم، خلاصه‌سازی کنیم و ارتباط چشمی‌مان را حفظ کنیم.



کمک‌رسان باشیم؛

برای همسر خود، کاری انجام دهیم که استرس او را کم کند؛ مثل کارهای خانه و یا مسئولیتی که به صورت طبیعی بر عهده‌ی اوست.

به همسرمان نشان دهیم که به او فکر می‌کنیم؛

برای همسر خود هدیه‌های مورد علاقه‌اش را خریده و یا در مورد جلسه‌های مهم کاری که قبلاً در مورد آن‌ها به ما گفته، پرس و جو کنیم و یا به‌عنوان مثال، زمانی که می‌پرسد که روز شما چطور بود؟ فقط به گفتن «خوب» بسنده نکنیم و با جزئیات پاسخ دهیم و بعد هم راجع به روز او پرسیم.

با هم خوش بگذرانیم؛

شب‌هایی در هفته را قرار گذاشته و به‌طور منظم مراسمی برای قوی‌تر شدن رابطه‌مان خلق کنیم. مثل خوردن قهوه یا پیاده‌روی کردن دو نفره.

ویرانگر در روابط زناشویی یاد می‌کند و می‌گوید همگی زیر چتر «بگومگو و انعطاف‌ناپذیری» جمع می‌شوند.^۳

در منابع اسلامی هم بگومگو باعث بدبینی، کدورت، درگیری و خصومت و از میان رفتن صمیمیت و دوستی دیرینه و گسستن پیوندهای استوار بیان شده است.^۴ از آثار

دوری از بگومگو «تقویت ایمان» و «افزایش محبت» و «صمیمیت» است. دوری از جدال و بگومگو نشانه‌ی خردمندی و کمال‌یافتگی عقل آدمی است.^۵

پیام و ندای مشاور:

زن و شوهر موفق، دوره‌ی عقد را در زندگی مهندسی معکوس کنند؛ یعنی ببینند در آن ایام چگونه عمل می‌کردند که خوش‌تر و صمیمی‌تر بودند. الآن هم همان‌گونه عمل کنند.

در گلستان زندگی، همسران در مواجهه با مشکلات و تعارض‌های زناشویی دو گروه‌اند:



● همدلی کردن را تمرین کنیم؛

به‌ویژه در لابه‌لای تعارض و کشمکش، بسیار مهم است که تلاش کنیم تا درک درستی از طرف مقابل خود داشته و در احساسات او شریک شویم.

هرروز مقدار کمی از این کارها (آنچه گاتمن به آن «چیزهای کوچک همیشگی» می‌گوید) می‌تواند باعث تفاوت چشمگیری در احساس رضایت از رابطه‌ی ما شود.^۶

● از عادات ویرانگر دوری کنیم؛

ویلیام گلاسر از سرزنش، انتقاد، غر زدن، تهدید، تنبیه، شکایت و باج دادن برای تغییر دادن همسر با عنوان هفت عادت

● الف) تمرکز بر خارها؛

گروه اول بر نقاط منفی و نقایص همسرشان متمرکز می‌شوند؛ مضرات این رویکرد عبارت‌اند از: رنج کشیدن، از دست دادن زمان و محروم شدن از بسیاری از لذت‌ها و پیچیده‌تر شدن اختلافات یا مشکلات.

شخصیت همسر، اصلاح و تغییر را به خودش سپرده‌اند.

زن و شوهرها در ایام عقد در گلستان زندگی بر خاها و نقص‌های هم متمرکز نمی‌شوند، چشم‌عیب‌بینشان تیز نیست و اهل مدارا و بخشش و بخشودن هستند.

● ب) تمرکز بر گل‌ها؛

گروه دوم بر اشتراکات، تجارب مثبت، نقاط قوت و توجه مثبت غیرمشروط و همدلانه تمرکز دارند. تغییر و اصلاح همسر را از برنامه‌ی خود خارج کرده و با مهیا کردن رشد و تعالی برای هم و با پذیرش کل

پس راز رضامندی زناشویی بازیابی کدهای ایام نامزدی و عقد است.



برای مطالعه بیشتر:

هشت درس برای زندگی زناشویی شادمانه‌تر، ترجمه مهرداد فیروز بخت، انتشارات ویرایش، تهران ۱۳۹۸.

پی‌نوشت

۱. رک: هفت اصل موفقیت در ازدواج و زناشویی، ترجمه سید مرتضی نظری، انتشارات اندیشه معاصر، تهران ۱۳۹۷.
۲. <https://www.gottman.com/blog/the-magic-ratio-the-key-to-relationship-satisfaction>.
۳. رک: تئوری انتخاب، ترجمه‌ی علی صاحبی، انتشارات سایه سخن، چاپ چهل و چهارم، تهران، ۱۴۰۱.
۴. «پیامبر گرامی اسلام ﷺ فرمودند: بگو مگو (جلد) نکنید و به همدیگر، هدیه بدهید؛ زیرا بگو مگو کردن، جدایی می‌آورد و هدیه دادن، کینه‌ها [و کدورت‌ها] را می‌زداید.» دعائم الاسلام، نعمان بن محمد، انتشارات مؤسسه آل‌البیت علیه السلام، قم ۱۳۴۴، ج ۲، ص ۳۲۶.
۵. بگو مگو و به تعبیر دینی مراء و جدال، اگر سبب عیب‌جویی و تهمت و... شود (که معمولاً می‌شود) گناه است و لازم است از آن اجتناب شود. رک: گناهان کبیره، عبدالحسین دستغیب، انتشارات جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، ۱۳۸۸.



حرف مردم

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

باینکه می‌دانیم جلوی حرف مردم را نمی‌شود گرفت، باز حرف‌هایشان، ما را آزار می‌دهد. در این نوشتار می‌خواهیم در قالب چند نکته‌ی کلیدی، این معضل را از جهاتی بررسی کنیم تا بدانیم چه واکنش مناسبی به این موضوع داشته باشیم.

نکته اول:

چرا حرف مردم برای ما مهم است؟

اولین و مهم‌ترین نکته این است که بدانیم چرا حرف مردم برای ما مهم است؟ خیلی از مکانیزم‌های ذهنی ما، یادگار اجداد

یکی از معضلاتی که از اول تاریخ، بشر با آن دست‌به‌گریبان بوده، حرف مردم پشت سر همدیگر است. ضرب‌المثل‌های زیادی در کشورهای مختلف در این باره ساخته شده که مضمون همه‌ی آن‌ها این است که جلوی حرف مردم را نمی‌شود گرفت، جالب‌تر آن که این مطلب در روایات اهل بیت علیهم‌السلام هم تذکر داده شده است. امام صادق علیه‌السلام به شاگردش جناب علقمه فرمودند: «ای علقمه! به راستی خشنودی مردم را نمی‌توان به دست آورد و جلو زبان‌هایشان را نمی‌توان گرفت.»

نکته دوم:

جلوی حرف مردم را نمی توان گرفت!



سعی نکنیم جلوی حرف زدن مردم را بگیریم؛ چون قطعاً نمی توانیم. بعضی از این مردم پشت سر خداهم حرف می زنند. حتی اینکه انتظار داشته باشیم کسی پشت سرمان حرف نزند؛ چون ما پشت سر کسی حرف نمی زنیم، مثل این می ماند که انتظار داشته باشیم هیچ عقربی، ما را نیش نزند؛ چون ما هیچ عقربی را نیش نمی زنیم! پس فکر نکنیم اگر کاری به کار مردم نداشته باشیم، کاری به کار ما ندارند. برخی از این مردم دهانشان همیشه باز است. پول دار باشیم، می گویند: دزد

ما در دوران بسیار دور است. ذهن ما از قضاوت شدن می ترسد؛ چون می داند اگر بد قضاوت شود، ممکن است طرد شود و اگر طرد شد ممکن است تنها بماند.

اما چه اشکالی دارد که تنها بماند؟ یک زمانی اگر اجداد ما از قبیله ای طرد می شدند و تنها می ماندند به چند ساعت نمی رسید که توسط حیوانات وحشی دریده می شدند، اما الآن قضیه کاملاً برعکس است؛ چون الآن خطر دریده شدن توسط برخی مردم هزاران بار بیشتر از خطر دریده شدن توسط حیوانات وحشی است.

باور داشته باشیم که اگر اطرافیان ما را طرد کنند، هیچ اتفاقی نمی افتد. بلکه مطمئن باشیم کسانی دیگر خواهند آمد و رشته ی دوستی را با ما محکم می کنند. حتی اگر بر فرض هیچ کسی هم نیاید و تا همیشه تنها بمانیم، باز هیچ اتفاقی نمی افتد.

نکته سوم:

قطار در حال حرکت باشیم.

در برابر حرف مردم نه حالت تدافعی داشته باشیم، نه منفعل؛ یعنی نه واکنش خاصی نشان بدهیم، نه بپذیریم و اجازه ندهیم روی ما اثر کند. حرف مردم مثل موج دریاست. اگر با آن همراه شویم، غرقمان می‌کند و اگر جلویش بایستیم، خسته‌مان می‌کند. بهتر است راه خود را برویم. اگر قرار باشد تا آخر مسیر به هر کسی که برای ما حرفی زد، یک سنگ پرتاب کنیم، اصلاً به آخر جاده نمی‌رسیم.

نکته چهارم:

خودرأی یا دهن بین نباشیم!

از حرف مردم، درس بگیریم، اما با حرف مردم زندگی نکنیم. همیشه در انباری و حتی بین زباله‌ها هم چهارتا چیز به درد بخور پیدا می‌شود. جمله‌ی معروفی است که می‌گوید؛ دو دسته مردم خیلی بدبخت هستند؛

است. ساده باشیم، می‌گویند: بدبخت است. در خانه بمانیم، می‌گویند: افسرده است. در تفریح باشیم، می‌گویند: بی‌کار است. موقر و سنگین باشیم، می‌گویند: مغرور است. شوخ طبع باشیم، می‌گویند: جلف است. برخی از مردم، کتاب رایگان نمی‌خوانند؛ چون رایگان است. کتاب پولی هم نمی‌خوانند؛ چون گران است. فقط حرف می‌زنند؛ چون مُفت است.



بین می‌رود چون برای زنده ماندن نیاز به بدن میزبان دارد تا از بدن او تغذیه کند و تکثیر شود. وقتی ویروس حرف‌های توهین‌آمیز و تمسخرآمیز از دهان مردم به سمت ما پرتاب می‌شود، فقط کافی است نگذاریم که آن ویروس وارد ذهنمان شود و ذهنمان آن را پرورش دهد و از روح ما تغذیه کند.

ما نمی‌توانیم جلوی حرف مردم را بگیریم، اما می‌توانیم تمام درزها و شکاف‌های روانمان را که می‌دانیم از آن نقاط آسیب‌پذیر هستیم را آب‌بندی کنیم.

یک دسته، آن‌هایی که به حرف هیچ‌کس گوش نمی‌دهند؛ یعنی خودرأی و خودشیفته هستند و یک دسته، آن‌هایی که به حرف همه گوش می‌دهند؛ یعنی کسانی که دهن بین هستند.

نکته پنجم:

در برابر حرف‌های مردم زره‌پوش باشیم!

ما روی حرف مردم، هیچ کنترلی نداریم، اما روی افکار خودمان که تسلط داریم. حرف مردم مثل ویروس می‌ماند. ویروس اگر روی زمین بیفتد، بعد از چند ساعت از



چرا حرف او برای من مهم است؟ همیشه وقتی حرف زدن کسی، فکرمان را مشغول کرد، سریع از خود دو تا سؤال پرسیم:

❶ این شخص کجای زندگی ماست؟

❷ من کجای زندگی او هستم؟

اگر جواب هر دو تا سؤال هیچ بود، رهایش کنیم.

نکته هفتم: آدم‌های کوچک را رها کنیم!

شاید بتوان آدم‌ها را از سخن گفتن به سه دسته تقسیم کرد:

▶ آدم‌های بزرگ، که در مورد ایده‌ها صحبت می‌کنند؛

▶ آدم‌های متوسط، که در مورد مسائل گفتگو می‌کنند؛

▶ آدم‌های کوچک، که در مورد بقیه حرف می‌زنند.

پس اگر دیدید کسی پشت سر بقیه صحبت می‌کند، شک نکنید که جزء دسته سوم است.

ما نمی‌توانیم کل دنیا را چمن کنیم که پاهای ما اذیت نشود، ولی برای رفع این مشکل خیلی راحت کفش می‌پوشیم. ما نمی‌توانیم کل مگس‌های دنیا را بگشیم که سراغ شیرینی‌های ما نروند، ولی خیلی راحت یک در بر روی ظرف شیرینی‌ها می‌گذاریم. پس به جای اینکه دنبال راهی باشیم تا پشت سرمان حرف زنند، دنبال این باشیم که چطور باید در برابر حرف‌هایشان زره پوشید.

نکته هشتم:

فکرمان را درگیر حرف دیگران نکنیم!



قبل از اینکه از خود پرسیم چرا فلانی پشت سرم حرف می‌زند؟ از خود پرسیم

همانطور که امیر مؤمنان علی علیه السلام فرمودند: «غیبت، آخرین سلاح انسان ضعیف است.»^۱ برخی افراد وقتی نمی‌توانند به ما برسند و نمی‌توانند ما را متوقف کنند به آخرین سلاح خودشان؛ یعنی بدگویی رو می‌آورند. با توجه به مسئولیتی که ما به عنوان خانواده و همراه طلبه و مبلغ بر دوش داریم، بدون شک پشت سر ما حرف‌هایی گفته می‌شود، نباید با سخنان نابجا و سرزنش‌های بی‌مورد، ناراحت شویم و دست از تلاش و انجام وظیفه‌ی خود برداریم. پس آدم‌های کوچک را رها کنیم. آن‌ها اگر رسیدن به آرامش در زندگی را بلد بودند، فکری به حال خود می‌کردند.

این دنیا، جای عجیبی است. بچه که بودیم از آدم‌های بزرگ می‌ترسیدیم، بزرگ که شدیم از آدم‌های کوچک!



برای مطالعه بیشتر:

- ▶ چگونه حرف دیگران برایمان مهم نباشد؟، سجاد عبدلی، آکادمی مجازی باور مثبت، ۱۳۹۹.
- ▶ روان‌شناسی حسادت، سعید کاوه، موسسه اندیشه کهن پرداز، چ، ۱۳۹۵.

پشت سر ما حرف‌هایی گفته می‌شود، نباید با سخنان نابجا و سرزنش‌های بی‌مورد، ناراحت شویم و دست از تلاش و انجام وظیفه‌ی خود برداریم. پس آدم‌های کوچک را رها کنیم. آن‌ها اگر رسیدن به

پی‌نوشت

۱. «يَا عَلْمَةُ إِنَّ رِصَا النَّاسِ لَا يُمَلِّكَ وَ أَلْسِنَتُهُمْ لَا تُضَيِّطُ»؛ امالی، ابن بابویه قمی شیخ صدوق، انتشارات کتابچی، تهران ۱۳۷۶، ج ۱، ص ۱۰۲.
۲. «الْغَيْبَةُ جُهْدُ الْعَاجِزِ»؛ نهج البلاغه، شریف رضی، انتشارات مؤسسه دارالهیجری، قم ۱۳۷۲، ج ۱، ص ۵۵۶، حکمت ۴۶۱.

جشن اربعامون

محمد رضا نیکوکلام

دانش پژوه سطح ۳ حوزه علمیه

؟ به نظر تان اصلی ترین روز شادی و عید

ما چه مناسبتی است؟

مشهورتر است تا در زمین، پایان آن روز ندا می آید که به جایگاه خود بازگردید که به احترام رسول خدا و امیر المومنین علیهما السلام تا چنین روزی در سال آینده از خطا و لغزش مصون خواهید ماند!

اگر بخواهیم مطابق سفارش امامان مهربان، جشن مناسبتی برگزار کنیم باید بدانیم که هر نوع فعالیت نیک ماهديه ای بهتر برای ما به ارمغان دارد.

امام صادق علیه السلام فرمود: اعمال نیک در روز عید غدیر برابر با عبادت هشتاد ماه

در جمع دوستان، اقوام، خود در مناطق تبلیغی و زندگی این سال مهم را مطرح کنید، اگر پاسخها مختلف بود و بالاتفاق نگفتند: «عید غدیر خم»، پس بدانید که تاکنون در ابلاغ و نشر ولایت و امامت و ادای وظیفه نسبت به اول مظلوم عالم امیرالمؤمنین علیه السلام کوتاهی کرده ایم.

امام رضا علیه السلام روزی در مجلسی نشسته بودند و فرمودند: روز عید غدیر در آسمانها



👉 نوع پذیرایی

یکی از جذاب‌ترین بخش‌های جلسه پذیرایی است، به‌ویژه اگر مهمانان کودک و نوجوان داشته باشید. تنوع در پذیرایی آن‌هم در فواصل مختلف برنامه اهمیت بسیاری دارد، انواع نوشیدنی‌های سرد، دمنوش‌ها، شیرینی و شکلات، اطعام غذا را متناسب با توانایی مالی و به‌دوراز هر نوع اسراف تدارک ببینید.

👉 امور مالی

به یقین کارهای قوی پشتیبانی قوی نیز می‌طلبد. برخی در طول سال از اموال خود و یا خیرین و دوستان، مبالغی را برای مصرف در جشن غدیر فراهم می‌کنند.

است.^۲ همچنین خطاب به شخصی با نام فرات فرمودند: عید غدیر روز عبادت، نماز، سپاس‌گزاری و روز سرور و شادی بر نعمت ولایت است.^۳

برای برگزاری یک جشن خوب چه کنیم؟

برای اینکه برنامه‌ای جذاب ارائه شود لازم است برای تک‌تک دقایق برنامه‌ریزی دقیق انجام گیرد و امکانات لازم فراهم شود که از مهم‌ترین مباحث موارد زیر هستند:

👉 نیروی انسانی (خادم)

طبیعتاً هرچقدر جلسه باشکوه‌تر باشد به نیروهای خدماتی بیشتری احتیاج دارید.

و پس از تمرین از آن‌ها بخواهید در روز جشن همخوانی کنند.
بعضی از سرودهای معروف که در سطح جامعه شهرت دارند و یا برخی اشعار مولودی از مداحان مشهور گزینه‌ی پیشنهادی ماست.

👉 تجلیل از سادات، بزرگان



اگر جشن را در جمع خانواده و یا در منطقه‌ی تبلیغی برپا کرده‌اید، در میان مهمانان کسانی که از حیث سن و سال مُسن و یا اهل علم و معرفت هستند را تکریم کرده و با هدایایی از آنان تقدیر و تشکر نمایید.

توجه داشته باشید قیمت هدایا چندان مهم نیست؛ بلکه حس تکریم و ارزش‌دهی بسیار ارزشمند است.



👉 دعوت مهمانان

اطلاع‌رسانی در قالب کانال یا گروه مجازی و الکترونیکی یا به صورت بروشور کاغذی بارنگ جذاب طراحی و در پاکت نامه تقدیم شود.

👉 خوش آمدگویی

هنگامی که مهمانان به جلسه وارد می‌شوند در صورت امکان سادات نزدیک در بایستند و به مهمانان خوش آمد بگویند، چراکه جشن پدرشان امیرالمؤمنین علیه السلام است.

👉 چند پیشنهاد برای برنامه‌ای جذاب؛

👉 الف) گروه سرود و همخوانی

از حدود دو هفته قبل از روز جشن از بین کودکان و نوجوانان افرادی را انتخاب کنید

امام صادق علیه السلام در جواب به سؤال حسن بن راشد که پرسید روز عید غدیر چه باید کرد فرمودند: زیاد صلوات بفرست و از ستمگران و منکران اهل بیت علیهم السلام بیزاری بجوی.^۴

● **برای چگونگی انجام آن چند پیشنهاد داریم:**

قصه خوانی واقعه

به صورت کوتاه و جذاب ماجرای غدیر خم، بیان شود و نمایش آن در قالب کلیپ‌های تصویری پخش گردد.

اجرای زنده‌ی واقعه در قالب تئاتر و نمایش

برای این کار لازم است از مدت‌ها قبل و با استفاده از یک نمایش‌نامه‌ی کوتاه و گیرا تمرین و اجرا شود.

مسابقه‌ی بیان آیات ولایت و فضائل اهل بیت علیهم السلام

بیان فضیلت امیر المومنین علیه السلام از بهترین اعمال این روز است. امام رضا علیه السلام فرمودند: عید غدیر روزی است که جبرئیل

اگرچه مرسوم است که از سادات عیدی می‌گیرند اما صحیح‌تر آن است که ما آنان را تکریم کنیم.

👉 **یاد علی نام علی علیه السلام**

این بخش جذاب که با شادی و نشاط خاصی همراه است و مهمانان گاهی صلوات می‌فرستند و با دست زدن و هلهله کردن برگزار می‌شود مربوط به مداحی، سرود و شعرخوانی است که در آن هم تولی و تبری نمایان می‌شود.



قرعه‌کشی نام‌های علی

در بین مهمانان کسانی که اسم مقدس علی عَلَيْهِ السَّلَامُ و یاسایر اسماء مبارک آن حضرت را دارا هستند انتخاب و اگر تعدادشان زیاد بود، قرعه‌کشی و هدایایی تقدیم شود.

اطعام روز غدیر

در روایات مختلف بر احسان و اطعام مؤمنان در روز غدیر سفارش شده است^۶ که مناسب است بخش پایانی جشن اتمام جذابی و شیرینی داشته باشد.



به امر خدا کرسی کرامت خدا را نصب می‌کند و بر آن بالا می‌رود و فرشتگان همه‌ی آسمان‌ها گرد او جمع می‌شوند و او مدح و ثنای پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ را گفته و برای شیعیان و محبان امیرالمؤمنین عَلَيْهِ السَّلَامُ طلب آمرزش می‌نماید.^۵

می‌توانیم از قبل اعلام کنیم که هر کس فضیلت شورانگیزتری را بیان کند بنا به تشخیص مهمانان جایزه‌ی بهترین‌ها به او تقدیم می‌شود.

بازی‌های دسته جمعی

از فرصت باهم بودن برای بازی‌های جمعی که مناسب فضای جلسه و متناسب با زمان مراسم است بهره‌مند شوید.

پی‌نوشت

۱. بحارالانوار، محمدباقر مجلسی، انتشارات دارالاحیاء التراث العربی، بیروت ۱۴۱۳ ق، ج ۹۴، ص ۱۱۸.
۲. وسائل الشیعه، شیخ حر عاملی، انتشارات موسسه آل‌البتیة عَلَيْهِمُ السَّلَامُ، قم ۱۴۱۶ ق، ج ۱۰، ص ۴۴۲.
۳. عوالم العلوم، سید هاشم بحرانی، انتشارات موسسه الامام المهدی عَلَيْهِ السَّلَامُ، قم ۱۴۲۹ ق، ج ۱۵، ص ۲۱۰.
۴. وسائل الشیعه، ج ۱۰، ص ۴۴۰.
۵. عوالم العلوم، ج ۱۵، ص ۲۲۲.
۶. امام رضا عَلَيْهِ السَّلَامُ فرمودند: «وَمَنْ أَطْعَمَ مُؤْمِنًا كَانَ كَمَنْ أَطْعَمَ جَمِيعَ الْأَنْبِيَاءِ وَالصِّدِّيقِينَ؛ هرکسی در روز غدیر به مؤمنی غذا بدهد، مانند کسی است که به تمام انبیا و صدیقین غذا داده باشد.»؛ همان.



در کمین

جنین‌ها

علی ملکوتی‌نیا

کارشناس دانش خانواده و جمعیت

دانش‌آموخته دکترای تخصصی علوم و معارف نهج البلاغه

دکتر جان کولمن^۳ - نویسنده و پژوهشگر
مجامع مخفی^۴ - که پیش‌تر از جاسوسان
حرفه‌ای سرویس‌های مخفی بریتانیا بوده
است، هنگام برشمردن اهداف گروه‌های
پنهان یادآور می‌شود؛ آنها بر این باورند
که برای تحقق «مسئولیت آسمانی» که
بر عهده‌ی آنان گذارده شده است، باید
از راه ایجاد جنگ‌های محدود و موضعی
در کشورهای پیشرفته و به وجود آوردن
گرسنگی و بیماری در کشورهای جهان
سوم، زمینه برای مرگ حدود سه میلیارد
انسانی را که اصطلاحاً «مصرف‌کنندگان

سال‌ها است که سران «مجامع مخفی»^۱
جهانی با طرح‌ها و برنامه‌های گوناگون
زمینه‌ی نفوذ و اقتدار نظام سلطه بر
مناسبات فرهنگی، سیاسی و اقتصادی
ملل جهان را فراهم آورده، سرنوشت
ملت‌ها و کشورهای مستقل جهان را به
میل‌وارده‌ی خود تغییر می‌دهند.^۲
یکی از مصادیق آشکار مداخله‌ی مجامع
مخفی در سرنوشت ملت‌های دیگر،
موضوع کاهش و کنترل جمعیت جهان
است. آنها با ابزارهای مختلف در کمین
جنین‌های انسانی نشسته‌اند تا نگذارند
فردی بر جمع جمعیت جهان، افزوده شود.

حقوق بشر، سلامت و بهداشت، تنظیم خانواده، حقوق زن، حقوق کودک و ... کنترل (کاهش) جمعیت را به صورت شفاف و مستقیم مدیریت کردند و این سیاست‌ها هنوز هم با قوت و قدرت ادامه دارد. به همین منظور در طول سال‌های متمادی، کمک‌های مالی بلاعوض و انواع وام‌های بین‌المللی به کشورهای آسیای میانه به‌ویژه کشور ایران به جهت اجرای سیاست کنترل جمعیت، از سوی نهادهای بین‌المللی پرداخت شد. گفتنی است که امروزه نظام سلطه به خوبی می‌داند که نمی‌تواند برای مقابله با مسلمانان جهان، بخصوص مردم ایران به‌گزینه‌ی نظامی بیاورد، به این جهت از مسیر ترویج فرهنگ غربی، کاهش جمعیت و اضمحلال ایران اسلامی را دنبال می‌کند. شاهد این سخن، پژوهش و تحلیلی است که دفتر مطالعات خارجی ارتش آمریکا در خصوص جمعیت ایران

بی‌مصرف» نامیده‌اند، فراهم شود. لذا تا سال ۲۰۵۰م جمعیت ایالات متحده باید در حد یکصد میلیون نفر کاهش یابد.^۵ این افکار شیطانی از طریق روش‌های مستقیم و غیر مستقیم به اجرا در آمد؛ نسل‌کشی از طریق مقابله‌ی نظامی در اندلس، سوریه، ایران و عراق، قتل عام از راه ایجاد قحطی در جنگ جهانی اول و دوم، راه‌اندازی جنگ‌های نیابتی، تهاجم و ناتوی فرهنگی به کشورها، عقیم‌سازی گسترده‌ی مسلمانان، تحمیل برنامه‌های کنترل جمعیت، قانونی‌کردن سقط جنین و ... از جمله اقدامات گسترده‌ای بود که از سوی نظام سلطه جهت کاهش جمعیت جهان بخصوص مسلمانان از گذشته تا کنون صورت پذیرفته است.^۶ نظام استکباری به کمک سازمان‌ها و نهادهای بین‌المللی با اعمال نفوذ در کشورهای اسلامی و در قالب طرح‌هایی با نام‌های زیبا و فریبنده مانند: توسعه،

راهکاری است که ممکن است تا اندازه‌ای نظر جوانان ایرانی را نسبت به ضرورت ازدواج و ازدیاد نسل مسلمانان، جلب نماید. چه اینکه بر اساس پژوهش‌های صورت‌گرفته، بسیاری از زنان و مردان ایرانی در شرایط حاضر، تمایل جدی به ازدواج، فرزندآوری و افزایش نسل ندارند.^۸ از این رو همه‌ی سازمان‌ها و نهادهای فرهنگی و اجتماعی کشور باید به فکر زمینه‌سازی برای ایجاد رغبت به فرزندآوری در خانواده‌ها باشند تا در آینده، شاهد کشوری سالمند و ناتوان نباشیم.

با عنوان «پرتگاه جمعیتی ایران» منتشر ساخته است. در این مقاله آمده است:

«علت کاهش جمعیت و کاهش تمایل به فرزندآوری در ایران، ناشی از گرایش‌های غربی است و برنامه‌ریزان و دولتمردان امریکایی باید فرهنگ غربی را در ایران افزایش دهند و با کار و سرمایه‌گذاری در این زمینه در آینده، شاهد برچیده شدن نظام جمهوری اسلامی خواهیم بود».^۷

با این توضیحات به خوبی روشن است که آگاه‌سازی خانواده‌ها از طرح‌های دشمنان اسلام برای کاهش جمعیت مسلمانان،

پی‌نوشت

- مانند مؤسسه‌ی سلطنتی امور بین‌الملل (RIIA)، شورای روابط خارجی (CFR)، جامعه‌ی بیلدربرگرها، کمیسیون سه‌جانبه، فراماسونری، باشگاه ژم، کمیته ۳۰۰ و ...
- «مجامع مخفی»، اسماعیل شفیعی سروستانی، ماهنامه‌ی موعود، سال شانزدهم، شماره‌ی ۱۳۶، خرداد ۱۳۹۱ش؛ شماره‌ی ۱۳۷ و ۱۳۸، تیر و مرداد ۱۳۹۱ش و شماره‌ی ۱۴۱، آبان ۱۳۹۱ش.
- John coleman
- جهت آشنایی با مجامع مخفی رجوع کنید به: <https://b2n.ir/w40012>
- کمیته ۳۰۰ کانون توطئه‌های جهانی، جان کولمن، ترجمه: یحیی شمس، تهران، انتشارات فیروزه، چاپ هشتم، ۱۳۸۰ش، ص ۲۶.
- کاهش جمعیت؛ آخرین راهبرد غرب، مجید فولادی، قم، مؤسسه‌ی اندیشه‌ی مسطور، چاپ اول، بهار ۱۳۹۳ش.
- بنگرید به «روزنامه‌ی کیهان»، در تاریخ: ۱۳۹۲/۱/۲۶ش.
- بنگرید به نشانی: <http://www.isna.ir/news/92041710321>؛ با عنوان: «۴۰ درصد تهرانی‌ها به بی‌فرزندی و کم‌فرزندی راضی شده‌اند!».





از جان و دل ۴

خاطرات ارسالی از مخاطبان در اجرای طرح ۳۱۳

در شماره سوم ماهنامه به معرفی طرح ۳۱۳ پرداخته شد که به همت معاونت تبلیغ و امور فرهنگی حوزه‌های علمیه و معاونت امور فرهنگی کمیته امداد امام خمینی علیه السلام راه‌اندازی شده بود، تا طلاب گرامی به همراه خانواده‌های خود به نقاط محروم کشور رفته و در راستای محرومیت‌زدایی از اقشار محروم، قدم‌هایی بردارند و مرهمی بر درد مردم بگذارند و مصداق عبارت «طیب دؤار طبه» باشند. در شماره‌های پنجم و ششم و هفتم ماهنامه، برخی از خاطرات ارسال شده از اجرای این طرح توسط خانواده طلاب را روایت کردیم، در این شماره به ذکر یکی دیگر از این خاطرات می‌پردازیم.

معامله‌ی پرسود و منفعت

گونه‌هایش از گرما گل انداخته بود و دانه‌های عرق‌روی پیشانی‌اش جوشیده بود. نگاهش کردم و خنده مهربانی تحویلش دادم و گفتم: «کلاس

چندمی دخترم؟»

هفت‌هشت‌ساله به نظر می‌رسید، اما از سن و سالش اطلاع دقیقی نداشت.

لبش آویزان شد. شانه بالا انداخت و گفت: «حاج‌آقا من که مدرسه نمی‌رم! یعنی چند وقت رفتم، درسمم خیلی خوب بود ولی دیگه پول نداشتیم، نتونستم برم.»

پرسیدم: «اگر موقعیت آن فراهم شود، ادامه‌ی تحصیل میدی؟»
چشمانش از شوق برق زد و با صدای لرزان گفت: «قول می‌دم عمو!
قول می‌دم ادامه بدم. من خیلی درس خوندن رو دوست دارم.»

چندروز بعد با دوستان فرهنگ‌ی کمیته امداد و برخی از خیرین صحبت کردم و قول گرفتم که برای هزینه‌ی ثبت‌نام زهرا خانم، کمک کنند.

چند روز بعد هم مدارک دختر را به مدرسه بردم و پس از شرح شرایط خانواده‌اش، بالأخره مدیر مدرسه موافقت کرد که به صورت عادی در مدرسه ادامه تحصیل بدهند.

چند هفته‌ای از آن موضوع گذشت و دورادور از او خبر داشتم اما فرصت نشد که به آن‌ها سرکشی کنم.



گفت: «حاجی جان! من برنج فروشم و با خدا معامله کردم. مطمئنم تا فردا نشده خداوند به من چند برابر این پول رومیده.» نزدیک روستا بودیم که تلفنش زنگ خورد. بعد از این که مکالمه به پایان رسید دست‌ها را به آسمان بلند کرد و سه بار پشت سرهم گفت: «خدا یا شکر!»

از جلوی داشبورد دستمال کاغذی برداشت و اشک‌هایش را پاک کرد و گفت: «حاج آقا! لطفاً من را خانه نبرید. من کارخانه برنج کوبی خودم پیاده می‌شوم. یک مشتری آمده و نقداً همه برنج‌ها را می‌خواهد. دیدی گفتم با خدا معامله می‌کنم؟ سود فروش این برنج‌ها چندین برابر هزینه‌ی آن گوشی تلفن است.»

حجت الاسلام پیمان گلچین،

استان گیلان، شهرستان تالش،

روستای کریم محله.

یک روز ظهر که برای اقامه نماز جماعت به نمازخانه رفته بودم، زهرا خانم زنگ زد و گفت: «حاج آقا! مدرسه به خاطر کرونا تعطیل شده و من باید با گوشی درس بخوانم؛ ولی گوشی ندارم حالا چکار کنم؟» خیلی ناراحت و آشفته شدم و از شدت حزن رنگ از رخسارم پرید. یکی از نمازگزارها که کنارم نشسته بود علت را جویا شد.

شرح ماوقع کردم و سیر تا پیاز ماجرا را برایش گفتم.

دستم را گرفت و گفت: «حاج آقا بعد از نماز جماعت باهم بریم بازار من خودم برای این دختر خانم یک گوشی می‌خرم.»

نماز که تمام شد به سمت شهر حرکت کردیم و از اولین مغازه گوشی فروشی، یک گوشی خوب خریدیم.

در حال برگشت از آن خیر پرسیدم: «چه شد که دل مهربانتان خواست برای این دانش‌آموز گوشی بخرید؟»



ما تونیا بگیا



با مطالعه محتوای ماهنامه، پاسخ سؤالات مطرح شده را از طریق

لینک روبه رو ارسال بفرمایید. ◀◀ <https://b2n.ir/g07777>

به افرادی که پاسخ صحیح داده باشند، هدایایی به قید قرعه اهداء خواهد شد.



۱ با توجه به تأثیر خوردنی‌ها در رفتار انسان؛ انگور، شیر، سیب، به ترتیب باعث... می‌شود؟

- ۱ تقویت اعصاب، مهربانی، شادابی
- ۲ مهربانی، آرامش، تقویت حافظه
- ۳ شادابی، مهربانی، تقویت اعصاب
- ۴ بردباری، صافی دل، تقویت حافظه

۲ در مورد حکم سقط جنین کدام گزینه صحیح نیست؟

- ۱ سقط جنین در هیچ صورتی جایز نیست
- ۲ سقط جنین حاصل از زنا جایز است
- ۳ سقط جنین در صورت اثبات بیماری جنین هم جایز نیست
- ۴ سقط جنین فقط در صورتی که شرط حفظ جان مادر باشد، جایز است

۳ از نظر ویلیام گلاسر «هفت عادت مخرب در رابطه زناشویی» همگی حاصل از..... است؟

- ۱ قهرهای طولانی مدت
- ۲ بی توجهی به خواسته‌های همسر
- ۳ بگو مگو و انعطاف ناپذیری
- ۴ دخالت خانواده‌ها

۴ امام صادق علیه السلام کدام ویژگی را برای بهترین زنان معرفی فرمودند؟

- ۱ گذشت و ایثار
- ۲ قدردان بودن از همسر
- ۳ صبور بودن در مشکلات
- ۴ مهربان بودن

۵ قدم اول در پیشگیری اعتیاد فرزندان به فضای مجازی چیست؟

- ۱ بیان آسیب‌های فضای مجازی به فرزندان
- ۲ ارائه محتوای مناسب به فرزندان
- ۳ تعیین زمان استفاده از اینترنت
- ۴ مدیریت نیازهای فرزند

◆ برنده مسابقه شماره ۷ ماهنامه: خانم‌ها: فاطمه زارع بیدکی و آسیه ثانوی - ساری

◆ پاسخ صحیح مسابقه شماره ۷ ماهنامه: ۴۲۳۲۴