

خانواده
مبلغان ۳۴

ماهنامه اطلاع‌رسانی، علمی، آموزشی
سال سوم - شماره ۳۴ - آبان ماه ۱۴۰۴

■ بیرون به پیش

■ معمار «عندة صادق»

■ فرزندان منور

■ خانه، سنگ تربیت

■ بخت غلط نوشته

■ مرهم «همارن»



خانواده مبلغان

مرکز پژوهش‌های تبلیغی مجتمع آموزشی پژوهشی تبلیغ

آبان ماه ۱۴۰۳ ش

۳۴



حجاب، لباس فعالیت اجتماعی

حجاب، به هیچ وجه مزاحم فعالیت های سیاسی و علمی و اجتماعی نیست؛ شاید هنوز عده ای تعجب کنند که خانی در سطح بالای علمی در هر رشته ای وجود داشته باشد که خودش

را با تعالیم اسلامی و از جمله مساله حجاب منطبق کند.
بهمن لنگاب





خانواده مبلغان ۳۴

ماهنامه اطلاع‌رسانی، علمی، آموزشی
سال سوم - شماره ۳۴
آبان 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 زنگویی، مهدی هادی، محمد حامد مبینی راوندی، هاجر شعبانی موسی کلایه، سیده منیر سیدنتقیان، رضیه جبرئیل زاده، زینب رحیمی تالارپشتی.
 - مدیر هنری و صفحه‌آرا: سیدمحسن حسینی

نشانی: قم، زنبیل آباد، بیست متری فجر، خیابان دانش، مجتمع شهید صدوقی، فاز ۷، مرکز پژوهش‌های تبلیغی، دفتر ماهنامه خانواده مبلغان.

صندوق پستی: ۳۷۱۳۱۶۶۴۷

تلفن: ۰۲۵۳۳۱۳۲۵۶۴

پایگاه اطلاع‌رسانی: <http://mobaleghankhanvade.ismc.ir>

فهرست

پیام فرمانده ۳

بیرق به دوش ۵

دانش افزایی

سینه ضرورتیه ۲۵ (اعراض نفسانی) ۱۰

توجه متقابل همسران (اکسیر زندگی) ۱۶

الگوهای اشتباه ۶ (طرح و اُربی اعتمادی) ۲۵

مرهم (همدلی) ۲۹

معجزه تناسب ۱ (یک عالم مناسب) ۳۲

در سرزمین عجایب ۱۹ (بخت غلط نوشته) ۳۹

معمار (و عده صادق) ۴۴

پویانمایی (خاکریزه های نمکی) ۵۴

بازی - گوشی ۵۷

مهارت افزایی

صدای مشاور ۱۴ (چرا و چگونه؟ بررسی تناقض رفتاری همسر) ۶۲

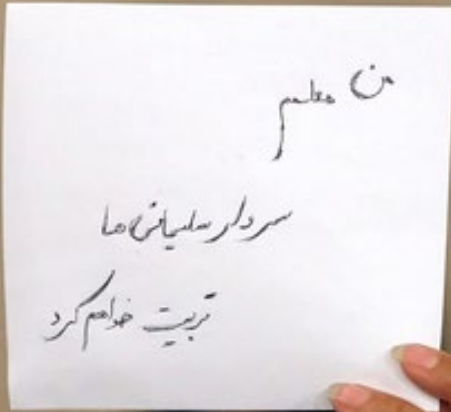
فرزندان مسئول ۶۷

بصیرت افزایی

خانه سنگ تریبیت ۱ ۷۶

با مخاطبان

راز آن اتاق کوچک ۸۰



پیام فرمانده

ما چگونه نسلی می‌خواهیم؟

دانش‌آموزمان زنده کنیم. در او مفاهیم جریان‌ساز و عمل‌ساز را تولید کنیم و به راه بیندازیم و زنده کنیم؛ ایمان؛ اندیشه‌ورزی، یاد بگیرد فکر کند؛ مشارکت اجتماعی. اگر چنانچه توانستید این مفاهیم جریان‌ساز را در ذهن دانش‌آموزتان رسوخ بدهید، خدمت بزرگی به آینده‌ی کشورتان کرده‌اید.

ما اول چیزی که لازم است برای دانش‌آموز خودمان در نظر بگیریم، این است که در او هویت مستقل ملی و دینی به وجود بیاوریم؛ این اولین چیز؛ هویت مستقل و با عزت. ما باید شاخص‌های ممتاز و برجسته را در

متعلم یک نقطه روشن و نورانی‌ای در
قلب دانش‌آموز باقی بگذارید.^۱

شما معلمان می‌توانید معلم دین و
معلم اخلاق و پرورش‌دهنده اخلاق
در دانش‌آموز خودتان باشید. از این
مسئله غفلت نکنید که تربیت کردن
هم جزء کار شماست؛ و چه بهتر که
بانفوذ معلمی، با تأثیر روحی معلم بر

پی‌نوشت

۱. دفتر حفظ و نشر آثار آیت‌الله‌العظمی خامنه‌ای علیه‌السلام؛
<https://B2n.ir/uw9115>



بیرق به دوش

علیرضا زنگونی



خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید:
 ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ﴾؛ «و کسانی که در راه ما کوشیده‌اند، به یقین راه‌های خود را به آنان می‌نمایانیم و در حقیقت، خدا با نیکوکاران است.»

بر پایه رهنمودهای انبیا و اوصیای الهی، مواجهه با مردم به مجاهدت علمی و عملی نیاز دارد؛ چراکه تفکر و تعقل و تعلم، لازمه مجاهدت علمی، و پرهیزگاری و یاد خدا و اخلاص، لازمه مجاهدت عملی هستند. تمام این عوامل در این آیه شریفه جمع شده‌اند. سیره حضرت زهرا علیها السلام توأم با بصیرت و بینش و منطبق بر آیه کریمه ذکر شده است؛ چراکه او شاگرد مکتب قرآن بوده، در محضر پدرش به درس نشسته و در خانه امیرالمؤمنین علیه السلام و در سایه هم‌گامی با ایشان تقویت شده است. او برتر از هزاران مرد قدرتمند، بیرق

باورهای تابناک آسمانی و علم پیکار با سران فتنه و ظلم را بر دوش گذاشت تا هدایت نبوی صلی الله علیه و آله و سعادت علوی علیه السلام را پاس بدارد و به گوش آیندگان برساند؛ چراکه ایشان و اهل بیت علیهم السلام مأمور بودند در مقابل انحراف جامعه اسلامی از مسیر اسلام ناب، ایستادگی کنند و همواره خط اسلام ناب را برای مسلمانان ترسیم کنند.

در عصر فاطمه علیها السلام و بعداز پیامبر گرامی صلی الله علیه و آله، مولا امیرالمؤمنین علیه السلام به دلایلی مأمور به سکوت بودند. امام حسن، امام حسین، حضرت زینب و ام‌کلثوم علیها السلام، به خاطر سن کم، پذیرش مردمی برای اقدام گسترده را نداشتند. فقط حضرت زهرا علیها السلام از موقعیت اجتماعی و قداست بسیار بالایی برخوردار بودند و می‌توانستند با ایستادگی در برابر جریان حذف امیرالمؤمنین علیه السلام، برای حق طلبان حقیقت‌را روشن کنند. بنابراین

بدون وقفه، علم جهاد تبلیغ و تبیین و بار سنگین این رسالت را به دوش گرفتند. کوثر آفرینش علیه السلام با حضور فعال خود در خط مقدم مبارزه، خوب می دانست که اگر اقدامی نکند و فریادی نزند، فتنه گران چشمان بصیرت بین مؤمنان حقیقی آن روز را نیز کور خواهند کرد.

در چنین شرایطی و پس از انحراف حاکمیت از مسیر اصلی خود در سقیفه و انتقال حاکمیت به غیر معصوم، حضرت زهرا علیها السلام بیرق به دوش وارد صحنه جامع شدند. حضور حضرت، حتی بر تمام خواص است تا بدانند باید در مقابل انحرافات، واکنش



لازم را نشان دهند و تن به سازش و تسامح ندهند. حضرت فاطمه عَلَيْهَا السَّلَام با جسارت و شجاعتی مثال‌زدنی، جریان را که نزدیک بود غدیر را قربانی آرزوها و هوس‌های خود سازد و خود را جانشین پیامبر صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ قلمداد کند، رسوا ساخت تا برای همیشه، دستان پشت‌پرده این جریان نمایان شود.

اتخاذ شیوه بصیرت‌آفرینی و هدایت‌بخشی در سیره حضرت زهرا عَلَيْهَا السَّلَام در مواجهه با حاکمیت سیاسی و احزاب و گروه‌ها، با شیوه ایشان در مواجهه با مردم متفاوت است. با بررسی ودقت در سیره آن حضرت می‌توانیم به این نتیجه برسیم که اگر در مواجهه با مردم، از تذکرات روشنگرانه در قالب‌های متفاوت استفاده می‌کردند، در مواجهه با حاکمیت سیاسی و احزاب و گروه‌ها، از افشاگری عالمانه و برخورد قاطعانه بهره می‌بردند. بنابراین انتخاب نوع شیوه تبلیغ دین در سیره و سخن حضرت زهرا عَلَيْهَا السَّلَام در مواجهه با حاکمیت سیاسی و گروه‌ها بسیار متفاوت بود با انتخاب نوع شیوه تبلیغ دین در مواجهه آن حضرت با مردم!

و امروز هر بانوی بصیر و مجاهد با الگو قرار دادن حضرت فاطمه عَلَيْهَا السَّلَام، همان بیرق هدایت را بر دوش می‌کشد و در میدان مبارزه با تحریف و انحراف، استوار می‌ایستد. او با اقتدا به بانوی دو عالم، در عرصه تبلیغ و تبیین، سلاح بصیرت و شجاعت را به کار می‌گیرد و در برابر جریان‌های انحرافی، سکوت نمی‌کند. بانوی فاطمی، با الهام از خطبه‌های آتشین حضرت زهرا عَلَيْهَا السَّلَام، حقایق دین را بی‌پروا و بدون واهمه از قدرت‌های دروغین، فریاد می‌زند. او می‌داند که پاسداری از میراث نبوی صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ و علوی عَلَيْهَا السَّلَام، تنها با مجاهدت عملی و علمی ممکن است و در این مسیر،

سرمایهٔ محبت زهراست دین من
من دین خویش را به دو دنیا نمی‌دهم
گر مهر و ماه را به دو دستم دهد قضا
یک ذره از محبت زهرا نمی‌دهم



از هیچ تلاشی فروگذار نمی‌کند. همان‌گونه که حضرت صدیقه طاهره علیها السلام در دفاع از ولایت، از جان خود گذشت، این بانوی آگاه نیز در راه احیای ارزش‌های اصیل اسلامی، از بذل دارایی و توانایی خود دریغ ندارد. او با بینشی نافذ، توطئه‌های دشمنان را خنثی می‌کند و با ایمانی راسخ، قلعه‌های استوار حق را بر پا می‌دارد. پرچم‌داری این بانوی مجاهد یادآور همان بیرق به‌دوشی است که تاریخ را نورباران کرد و مسیر هدایت را برای همیشه ترسیم ساخت.

آری، بانوی امروز با اقتدا به الگوی بی‌بدیل خویش، نه تنها بیرق هدایت را بر دوش گرفته، که پرچم‌دار جهادی شده تا در سنگر خانواده و کانون جامعه و عرصهٔ دانش، مشعل فروزان ولایت و عدالت را نسل به نسل انتقال دهد. سرمایه‌اش نیز همان سرمایهٔ جاودانهٔ کوثر است:

پی‌نوشت

۱. عنکبوت / ۶۹.



سینه ضروریه ۲۵

اعراض نفسانی «۵»

اکرم کاوری - دانش آموخته دوره طب ایرانی - اسلامی

مزاج اعراض نفسانی

گرم و خشک) حرارت به طور ناگهانی از درون بدن به بیرون می‌رود و مزاج فرد را به سمت گرمی و خشکی سوق می‌دهد. همچنین از نشانه‌های گرمی و خشکی

اعراض نفسانی هر یک مزاجی دارند؛ یعنی روی میزان حرارت و رطوبت انسان اثر می‌گذارند. در غضب و خشم و هیجان

فَرَج ابتدا حرارت را به درون (رنگ‌پریدگی در ابتدا) و سپس به بیرون (سرخ شدن چهره) می‌برد (سرخ‌وسفید شدن).
اثر اعراض نفسانی در بدن انسان به دو شکل است: مزاج اخلاط و پیغام‌برهای موجود در بدن و مجاری را گرم می‌کند و به حرکت درمی‌آورد، یا اینکه آن‌ها را سرد می‌کند و از حرکت فرومی‌نشانند.
خشم و شادی و لذت و امید گرم‌کننده و به حرکت درآورنده هستند؛ درحالی‌که اندوه و غم و ترس و فکر و خیال سردکننده‌اند. در میان اعراض نفسانی، خشم بیشترین گرم‌کنندگی و ترس بیشترین سردکنندگی را دارند.

● در بدن انسان دو نوع حرکت وجود دارد:

① حرکت فیزیکی بدن و اندام‌ها؛

② حرکت نفس و روان.

حرکت نفس و روان یا به‌سوی بیرون بدن است یا به‌سوی درون؛ یا آبی رخ می‌دهد یا

مزاج (سالم یا سوءمزاج)، دارا بودن استعداد بیشتر برای خشم‌گین شدن یا هیجانی شدن است. نشانه آن هم این است که در هنگام خشم، سر و صورت به‌صورت ناگهانی سرخ و داغ می‌شود. به‌بیان علم امروز، توزیع خون در بدن به‌واسطه اعصاب سمپاتیک تغییر می‌کند و خون بیشتر به عضلات و قلب می‌رسد و سرعت تنفس بالاتر می‌رود؛ درحالی‌که لذت و فَرَج، حرارت را کم‌کم به بیرون می‌راند و ایجاد گرمی و تری می‌کند.

در ترس، حرارت به‌طور ناگهانی از سطح بدن و پوست به داخل رانده می‌شود (چهره سفید می‌شود) و مزاج را به‌سمت سردی و تری می‌برد. بنابراین ترس و واهمه می‌تواند نتیجه یا نشانه سردی باشد. اندوه حرارت را کم‌کم به داخل می‌راند (غم و افسردگی با سردی و خشکی همراه است) و در درازمدت موجب بیماری‌های سوداوی می‌شود. خجالت یا

تدریجی‌اش به داخل مانند حالت
 غمگینی است.
 خفه شدن و گداختن نفس و روان همواره
 در پی حرکت آنی رخ می‌دهد؛ ولی کاهش و
 پژمردگی غریزی بر اثر حرکت تدریجی.
 گاهی اتفاق می‌افتد که نفس و روان در

تدریجی. حرکت آنی به سوی خارج، مانند
 حالت خشم است و حرکت تدریجی آن به
 خارج همانند حالت لذت و انبساطِ خاطر
 معتدل است.
 حرکت آنی به سوی داخل مشابه حالتی
 است که بر اثر ترس رخ می‌دهد و حرکت



اما افراط در خشم نیز می‌تواند صفر را بسوزاند و در تن گسترش دهد و رنگ چهره را زرد کند. به همین علت برای افراد گرم مزاج و صفاوی زیان‌آور است. در مقابل، برای افراد سردمزاج و رطوبتی و کسی که حرارت غریزی (متابولیسم پایه که عامل حیات است) ضعیف شده داشته باشد مفید است.



یک آن به‌سوی درون و برون به حرکت درمی‌آید، و آن موقعی است که دو عامل در کار باشند؛ مثلاً می‌توان به «هم» اشاره کرد که شامل بیم و امید (خوف و رجا) است، یا حالت «شرمساری و خجالت» که در آن ابتدا حرکت به‌سوی درون انجام می‌شود و درهم‌کشیدگی ایجاد می‌شود و بعد که عقل و تدبیر به انسان شرمگین برمی‌گردد، این درهم‌کشیدگی باز می‌شود و به‌سوی بیرون به‌غلیان می‌افتد و رنگ سرخ می‌شود.

خشم

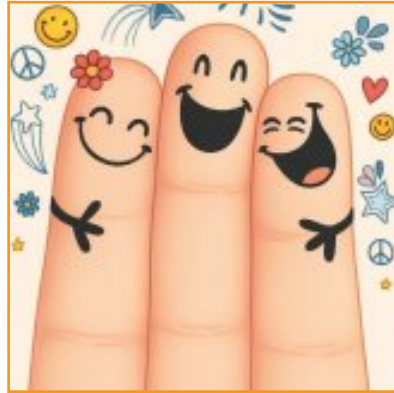
خشم در حالت اعتدال می‌تواند در کوتاه‌مدت برای برخی مزاج‌ها مفید باشد. برای مثال، برای فردی با مزاج سرد که فعالیت بدنی کمی دارد و اندوه و ترس در او غالب است، منفعت خشم معتدل این است که جریان خون را در بدن افزایش می‌دهد و انرژی و حرارت را به ظاهر تن و عضلات می‌رساند.



ترس و اندوه

در مقابل، اندوه و ترس حرارت غریزی را به قعر بدن برمی‌گرداند، مزاج را سردوخشک می‌کند و شخص را زودتر به سمت پیری می‌برد. در نتیجه رنگ رو را زرد و بی‌روح می‌کند، طراوت را از بین می‌برد و همه قوت‌ها (نیروها و انرژی‌های موجود در بدن) را ضعیف می‌کند. به دنبال ضعف قوت‌ها بیماری غالب می‌شود.

مضرات یأس همچون مضرات اندوه زیاد است. نداشتن اندیشه‌کارهای مهم کندی خاطر می‌آورد، حرارت و قوت‌ها



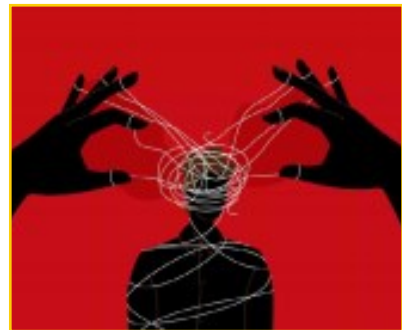
شادی

لذت و شادی در حد اعتدال نیز حرارت غریزی را برمی‌افروزد و در بدن گسترش می‌دهد. در واقع مزاج را به سمت گرمی و تری سوق می‌دهد، تن را فربه (چاقی مفید) و قوت‌ها را قوی‌تر می‌کند. در نتیجه بدن از غذا بهره‌ بیشتری می‌برد، رنگ چهره تازه می‌شود، بیماری‌ها از تن دفع می‌شوند و در نهایت اثرات پیری بر مردم شادکام دیرتر غالب می‌شود.

شادی و لذت هر دو مناسب وجود هستند و مزاج تن را گرم و تر می‌کنند؛ ولی اندوه و ترس برای بدن ضرر دارند.

را ضعیف می‌کند و رنگ چهره را تغییر می‌دهد. به همین علت، سفر کردن و چیزهای عجیب دیدن، در بیماری‌های مزمن سودمند است. مزاجش تغییر کند. همان‌طور که تصور مسائل بسیار شادی‌بخش یا ترسناک می‌تواند باعث آثاری در بدن شود، تصور صحت یا مرض و مداومت بر آن نیز می‌تواند منجر به سلامت یا بیماری واقعی شود.

کسی که سایر موارد سته ضروریه را رعایت می‌کند ولی زود عصبانی می‌شود یا برعکس خیلی بی‌خیال است، نمی‌تواند سلامت خوبی داشته باشد. تسلط بر حالات نفسانی و اینکه در مواجهه با اتفاقات عکس‌العمل معقولی داشته باشیم خیلی مهم است.



تسلط بر حالات نفسانی

همچنان که افراط در حرکات نفسانی زیان‌آور است، زیاده‌روی در سکون نفسانی و بی‌تفاوتی نیز مضر است. زیرا موجب بُرودتِ (سردی) بدن و بلادِ (کندی) ذهن می‌شود. حکما معتقد بودند که بدن می‌تواند علاوه بر حالات نفسانی ذکرشده، از برخی تصورات نفسانی نیز متأثر شود به طوری که



پی‌نوشت

۱. قانون در طب، ابوعلی سینا، ترجمه عبدالرحمن شرف‌کندی (هه ژار)، کتاب اول، ص ۲۱۹.
۲. نک: الأغراض الطبیبه و المباحث العلائیه، سید اسماعیل جرجانی، به تصحیح حسن تاج‌بخش، انتشارات دانشگاه تهران، ۱۳۸۴، ص ۲۳۸-۲۴۸.



محسن خیری - دکترای قرآن و روانشناسی

توجه متقابل همسران اکسیر زندگی «۸»

کنند، در نزد دیگران از همدیگر بدگویی و شکوه نکنند و به اطرافیان نیز اجازه ورود و دخالت‌های بیجا به حریم خصوصی‌شان راندهند و به‌طور کلی قواعد اخلاقی رانه در خلوت بلکه در حضور دیگران نیز رعایت کنند. اما رعایت این ابعاد اخلاقی و احترام متقابل به‌خودی‌خود اقتداربخش نیست.

در شماره قبل به بررسی برخی مصادیق اقتداربخشی پرداختیم. در این شماره به برخی دیگر می‌پردازیم.

و) حفظ جایگاه و اقتدار مرد در حضور دیگران

هرکدام از زوجین وظیفه دارند از آبرو و اعتبار یکدیگر چون گنجی گران‌بها محافظت

چنین نیست که صرفاً احترام به همسر موجب برجسته کردن اقتدارش نزد دیگران شود. برای حفظ اقتدار مرد یا اقتداربخشی به او در حضور دیگران، لازم است نوع گفتار و رفتار زن در حضور مرد یا در نبود او، جلوه‌های اقتدار را نشان دهد. در این صورت است که مرد احساس افتخار و احترام خواهد کرد و خواسته یا ناخواسته به کسی که به او اقتدار داده، یعنی همسرش، تمایل و محبت بیشتری خواهد داشت. ثمره این محبت و احترام متقابل، انسجامی خواهد بود که در مقابل دید دیگران بروز خواهد کرد. در مقابل، زنی که در حضور دیگران باشوهر خود وارد بگومگو می‌شود یا برخلاف



طبیعی ناخشنود می‌شود و به‌لحاظ عاطفی از همسرش فاصله می‌گیرد و در اولین فرصت ممکن، با کلماتش یا با رفتارش می‌کوشد به ناظران ثابت کند که فرد مقتدری است. اینجاست که دعوا و نزاع زن و شوهری آن‌ها علنی می‌شود؛ نزاعی که به‌طور قطع یک پیروز بیشتر ندارد؛ اگر مرد بتواند قوه قاهره خود را به نتیجه برساند، شخصیت زن در میان جمع خرد خواهد شد و اگر زن بتواند حرف و اراده شوهر را زیر پا بگذارد، از شوهر دشمنی ساخته که در جای دیگر و از زاویه دیگر، به زن اقتدار خود را نشان خواهد داد. به‌هرحال زن بیشتر از مرد اذیت خواهد شد.

از مهم‌ترین کسانی که همواره ناظر عملکرد والدین هستند و اقتداربخشی مادر به پدر را می‌بینند، فرزندان هستند. برای این منظور، زن خانه در جایگاه مادری می‌تواند به این راهکارها عمل کند:

سخنانش عمل می‌کند یا با کلام‌های نیش‌دار خود او را به سُخره می‌گیرد، در حقیقت این نکته را در ذهن دیگران القا می‌کند که وجود شوهر برای او هیچ جایگاه مقتدری ندارد و به‌راحتی می‌تواند او را نادیده بگیرد.

مردی که همسرش تحقیرش کند و اقتدار خویش را بر بادرفته ببیند، به‌طور



❶ **احترام به مقام پدر:** مادر باید در حضور فرزندان و برای حفظ جایگاه پدر، از نقد یا تضعیف او در مقابل آنان خودداری کند. این باعث می‌شود فرزندان نیز به پدر احترام بگذارند.

❷ **صحبت مثبت درباره پدر:** اگر مادر در غیاب پدر درباره او با احترام و تحسین صحبت کند، این کار باعث می‌شود فرزندان تصویر مثبتی از پدر در ذهن خود داشته باشند؛

❸ **هماهنگی در تصمیم‌گیری‌ها:** مادر و پدر باید در تصمیم‌گیری‌های مربوط به فرزندان هماهنگ باشند. اگر فرزندان ببینند والدین در تصمیمات خود متحد هستند، اقتدار هر دو را

همچنین مقدم داشتن پدر در سفره یا آماده کردن مکانی که پدر می‌نشیند، نمونه‌هایی از دادن جایگاه مقتدرانه به پدر است که مادر آن را محقق می‌سازد؛





بیشتر می‌پذیرند. در این میان، اگر زن مهارت اقتداربخشی را داشته باشد و تصمیم نهایی را، به‌خصوص در موضوعات مهم و بحرانی خانواده، به‌گونه‌ای از زبان پدر خانواده مطرح کند و خود نیز پشتیبان تصمیم پدر باشد، موفق‌تر عمل کرده است؛

آموزش و یادآوری نکات تربیتی: مادر

عفاف به‌عنوان یکی از ارزش‌های اخلاقی بنیادین نقش حیاتی در تنظیم روابط انسانی ایفا می‌کند. از منظر آیات و روایات، رعایت عفاف با مجموعه‌ای از مهارت‌های رفتاری و انگیزشی و شناختی به دست می‌آید. خودداری از این موارد، ابعاد رفتاری عفاف را تشکیل می‌دهد: نگاه؛ تماس بدنی؛^۲ ارتباط کلامی (گفتن و شنیدن)؛^۳ آهنگ صدا؛^۴ پوشش نامناسب؛^۵ حرکات و وضعیت بدنی تحریک‌کننده؛^۶ و فاصله فیزیکی^۷ و نافرک قابلیت التذاذ جنسی حرام راداشته باشند.

می‌تواند به فرزندان آموزش دهد که به پدر و مادر به‌طور یکسان احترام بگذارند و تفاوت نقش‌ها را درک کنند، با یادآوری و تذکرات بجا از قبیل «بلند شو؛ اینجا جای پدرت است» و «برای پدرت چایی/مٹکا بیاور» در زمانی که پدر وارد منزل می‌شود. یا اینکه به فرزندش تذکر بدهد: «وقتی پیش پدرت هستی، پاهایت را دراز نکن!» این رفتارهای کوچک به‌ظاهر ساده به تدریج نقش پدر را در ذهن فرزندان مقتدر می‌سازد.

نمی‌کند. از طرف دیگر، این مفاهیم با احساس مالکیت و محافظت و تعهد مرد نسبت به شریک زندگی‌اش ارتباط تنگاتنگی دارد. از این رو بدیهی است که عفت‌پیشگی زن نه تنها پایه‌های عشق و اعتماد را در روابط زوجین تحکیم می‌کند، بلکه در استواری قامت اقتدار مرد تأثیر بسزایی دارد. چنین مردی هیچ‌گاه در خلوت و جلوت، از داشتن چنین همسری شرمنده نمی‌شود و همواره سربلند از آبروی اجتماعی خویش است.

ح) تشویق، تحسین و تأکید بر قوت‌های مرد

زنی که دوستدار زندگی مشترک خویش است، با تشویق و تحسین صادقانه و ابراز افتخار به توانمندی‌های شوهرش، تجلیل از موفقیت‌ها و زحماتش، توجه به تلاش‌هایش و نه فقط نتایجش، و حمایت عاطفی و روانی در صورت

با عنایت به آنچه گفته شد و با توجه به ویژگی انحصارطلبی و غیرت‌ورزی که خداوند متعال در نهاد مرد قرار داده، بر هر زنی واجب است در برخورد با نامحرم عفت پیشه کند.

با شنیدن کلمه اقتداربخشی، این به ذهن می‌رسد که زن اگر به امر شوهرش درباره رعایت حجاب و عفاف یا کنار گذاشتن آن عمل کند، نشان می‌دهد که شوهرش نزدش اقتدار دارد؛ اما باید دانست هیچ‌زنی حق ندارد اقتدار خداوند در امر و نهی شرعی را کنار گذارد و اوامر شوهر را تبعیت کند. اثر روانی تبعیت از

امر الهی در رعایت حریم عفاف و حجاب این است که مرد حتی اگر متدین نباشد و به بی‌حجابی تمایل داشته باشد، هر بار که همسرش را می‌بیند، نسبت به پاک‌ی و عفت او اطمینان خاطر بیشتری پیدا می‌کند. بی‌شک هیچ مردی به داشتن همسری لایبالی و هرزه افتخار

شکست خوردن شوهرش، از جایگاه مقتدرانه شوهرش پاسداری می‌کند و او را با همدلی و درک عمیق در کوران حوادث زندگی، به ادامه راه دل‌گرم و مطمئن می‌کند. تأکید و تکیه درست و به‌دور از افراط و تفریط زن بر قوت‌های مرد موجب می‌شود مرد احساس حقارت و ناتوانی نکند. از طرف دیگر، وقتی زن در زمان‌ها و موقعیت‌های مختلف قوت‌های مرد را یادآور می‌شود، به‌طور طبیعی نمی‌تواند هر وقت که بخواهد چیزی بگوید یا رفتاری داشته باشد که ضد آن تعریف‌ها و تقویت‌ها باشد. برای نمونه، زنی که از توان



زنی که برآثر خوی اشرافی‌گری، توقعات نامعقول، تجمل‌گرایی و فخرفروشی یا هر عنوان دیگری بخواهد به شوهرش فشار مضاعف بیاورد و تهیه وسایل رفاهی بیشتری را بخواهد، احساس ناکارآمدی و شکست را در وجود همسرش ایجاد می‌کند و زمینه آسیب‌پذیری و تخریب جایگاه مقتدرانه‌اش را فراهم می‌کند. حال اگر این درخواست‌های زن با استفاده از کلمات تحقیرگونه یا رفتارهای مخرب شخصیت، به خصوص در مقابل چشمان فرزندان یا دیگران باشد، اقتدار مرد هرچه بیشتر زیر سؤال می‌رود و تخریب می‌شود.

ی) دوری از گمان‌های ناپسند و کاوش در امور مرد
بدگمانی به همسر در روابط زناشویی، پیامدهای مخرب فردی و اجتماعی به دنبال دارد که مهم‌ترین آن‌ها عبارت‌اند از: تخریب بنیان اعتماد در خانواده،

فکری و قدرت تصمیم‌گیری شوهرش همواره ابراز رضایت و افتخار می‌کند، نمی‌تواند در زمان دیگری او را مرد بی‌فکر و ضعیف در تصمیم‌گیری بنامد؛ چراکه با این قضاوت‌های دوگانه، ناخواسته جایگاه خودش را تضعیف می‌کند.



ط) حمایت و همیاری در امور اقتصادی

از آنجاکه زن در تنظیم و تعدیل الگوی اقتصادی خانواده نقش پررنگ و تعیین‌کننده‌ای دارد، ضروری است در امور اقتصادی شرایط و توان مالی همسرش را در نظر بگیرد و بنا بر فرمایش پیامبر عزیز اسلام صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ، بیش از توان مرد بر او مخارج تحمیل نکند.^۸

ایجاد فاصله عاطفی و سردی رابطه، خودش همواره در مقام استدلال برآید تا گسترش دروغ و پنهان‌کاری و تضعیف جایگاه مرد در خانواده. در آموزه‌های اسلامی، مرد عنصر «قوم‌بخش خانواده» شناخته می‌شود. بدگمانی بی‌دلیل، این جایگاه را خدشه دار و نقش او در حمایت‌گری خانواده را تضعیف می‌کند. سوءظن به رفتارهای مرد و کنترل او، مثل تعقیب یا وارسی‌گوشی یا زیر نظر گرفتن مداوم او، مرد را در حالت هشدار قرار می‌دهد و مجبورش می‌کند برای اثبات

خودش همواره در مقام استدلال برآید تا بتواند همسرش را قانع سازد. این حالت که شوهر را در جایگاه متهم قرار می‌دهد و زن را در جایگاه قاضی یا شاکی، با هرگونه اقتداربخشی منافات دارد. با رعایت این نکات، مادر می‌تواند اقتدار پدر را در نگاه فرزندان افزایش دهد و به ایجاد تعادل و هماهنگی در خانواده کمک کند.

ادامه دارد...

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

پی‌نوشت

۱. نور/ ۳ و ۳۱.
۲. وسائل الشیعه، شیخ حر عاملی، انتشارات دار احیاء التراث العربی، بیروت، ۱۴۱۲ق، ج ۲، ص ۱۹۵.
۳. همان، ص ۱۹۷.
۴. احزاب/ ۳۲.
۵. نور/ ۳۷.
۶. احزاب/ ۳۳.
۷. مانند فاصله کم و خلوت با نامحرم. وسائل الشیعه، ج ۲، ص ۱۹۸-۲۱۵.
۸. «يَا حَوْلَا لَا يَجِلُّ لِلْمَرْأَةِ أَنْ تُكَلِّفَ زَوْجَهَا فَوْقَ طَاقَتِهِ» (مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، میرزا حسین نوری، انتشارات مؤسسه آل‌البتیت ع، بیروت، ۱۴۰۸ق، ج ۱۴، ص ۲۳۸).

اعتماد

مجتبی متقی نژاد

دانش پژوه سطح ۴ حوزه علمیه قم

کارشناس ارشد مشاوره خانواده

الگوهای اشتباه ۶

طرح‌واره بی‌اعتمادی

راستش نمی‌دانم از کجا شروع کنم. طرح‌واره‌ها و تله‌های ذهنی اگر از حد اصلاً بی‌خیالش شوید! خیلی اهلش نیستم که از خودم بگویم. آخر، حرف زدن از گذشته چه دردی را دوا می‌کند؟ برای بیشتر مشاوران پیش آمده که مراجعینی داشته‌اند که مقاومت بسیاری در بیان مسئله و مشکلاتشان دارند. می‌توان گفت بیشتر این مقاومت‌ها به یک تله ذهنی برمی‌گردد.

ناکارآمدی گذر کنند، باعث پدید آمدن اختلالات خواهند شد. به‌طور مثال، بین تجارب زندگی با طرح‌واره‌های ناسازگار اولیه، از جمله رهاشدگی و بی‌اعتمادی و محرومیت هیجانی، با افراد دارای اختلال دوقطبی^۱ ارتباط وجود دارد؛ به‌شکلی که تأثیرات این تجارب زیسته را در ویژگی‌های رفتاری و هیجانی و احساسی

این افراد، در گستره زندگی شان به شکل واضح و مشخص می‌توان دید.^۲ در رفتار این افراد چنین دیده می‌شود که دنیا جای امنی نیست و به دیگران، حتی افرادی که می‌شناسید، نمی‌توان اعتماد کرد. افراد دارای تله بی‌اعتمادی اغلب با افکاری همچون «دیگران برای تو تهدید هستند» یا «می‌خواهند تو را از بین ببرند» یا «بالاخره حق تو را خواهند

خورد» درگیرند. فرد مبتلا دائم منتظر است مورد سوءاستفاده یا خیانت اطرافیان‌ش قرار گیرد. شخص گرفتار در تله بی‌اعتمادی، در بزرگسالی هم نمی‌تواند بدگمانی شدیدش به شریک عاطفی‌اش (همسر و فرزند و...) را مهار کند، تا جایی که در برخی موارد به آن‌ها توهین و مثل یک بازپرس رفتار می‌کند. با این شیوه برخورد در نهایت طرف مقابل را خسته می‌کند و از خود می‌راند و زندگی را برایش تلخ می‌کند.

جالب اینجاست که وقتی این اتفاقات رخ می‌دهند، شخص دچار نشخوار ذهنی می‌شود و با خودش می‌گوید: «دیدم چگونه دیدگاه من به جهان اطرافم درست بود! می‌دانستم نمی‌شود به کسی اعتماد کرد!» چراکه طرح‌واره‌ها همیشه برای ماندن و قوی‌تر شدن در ذهن ما، تلاش می‌کنند.



نقطه شروع

همین علت در معارف دینی ما هم از وعده دادن دروغ به کودکان نهی شده، چنانچه امیرالمؤمنین علیه السلام فرمود: دروغ، چه جدی و چه شوخی، درست نیست و نیز این که کسی از شما به کودکش وعده بدهد و به آن وفا نکند؛ چراکه دروغ، [انسان را] به افسارگسیختگی می‌کشد.^۳

در ابتدا، کودک اغلب با تمسخر یا توهین به دیگران یا گوشه‌گیری و انزوا، بی‌اعتمادی به اطرافیانش را نشان می‌دهد. در نوجوانی اغلب با دست زدن به اعمال خائنانه یا سوءاستفاده از ارتباط با دیگران یا وابستگی شدید به اطرافیان و...، و در بزرگسالی نیز به شکل توهین و دعوا با اطرافیان به خاطر انتظار خیانت

ناکامی از مراقبان اولیه، باز تجربه الگوهای تعاملی گذشته و همچنین زندگی در سایه ترس و بی‌اعتمادی و تأمین نشدن نیازهای اولیه (خوراک، پوشاک، مسکن و...) به خصوص در سال‌های اول تولد، در به وجود آمدن این طرح‌واره نقش اساسی ایفا می‌کنند. در جهان پیش‌روی کودک، زمانی که مراقبان او (مادر، پدر، مربی و...) نیاز عاطفی‌اش را به خوبی تأمین نکنند، و یا با قول و قرارهای کاذب کودک را امیدوار کنند، او یاد می‌گیرد که نباید به اطرافیانش اعتماد کند، و این الگوی ذهنی در تمام مراحل رشد کودک ادامه دارد و در هر مرحله‌ای به گونه‌ای خود را نشان می‌دهد. به



- دیدن از آن‌ها خودش را بروز می‌دهد.
- پس می‌توان ریشه شکل‌گیری این الگوی ناکارآمد را این‌طور خلاصه کرد:
- ۱) سرکوب هیجان‌ها یا خشونت‌های انجام‌شده علیه او؛
- ۲) تحقیر و توهین و تمسخر؛
- ۳) دعوا و کشمکش‌های متعدد در محیط خانواده؛
- ۴) ندیدن عشق و محبت در خانواده؛
- ۵) دروغ‌گویی و بدقولی یکی از والدین.

....و



برای مطالعه بیشتر

- به‌هرحال، در اولین ملاقات حاضر نشد
- گفت‌وگوی مفصلی با من داشته باشد؛
- اما برای شروع الگو شکنی و اصلاح فضای ذهنش چند راهکار به او دادم:
- زندگی خود را دوباره بیافرینیم، جفری ای. یانگ، ترجمه ساره حسینی عطار، انتشارات شمشاد، تهران، ۱۳۹۶.

پی‌نوشت

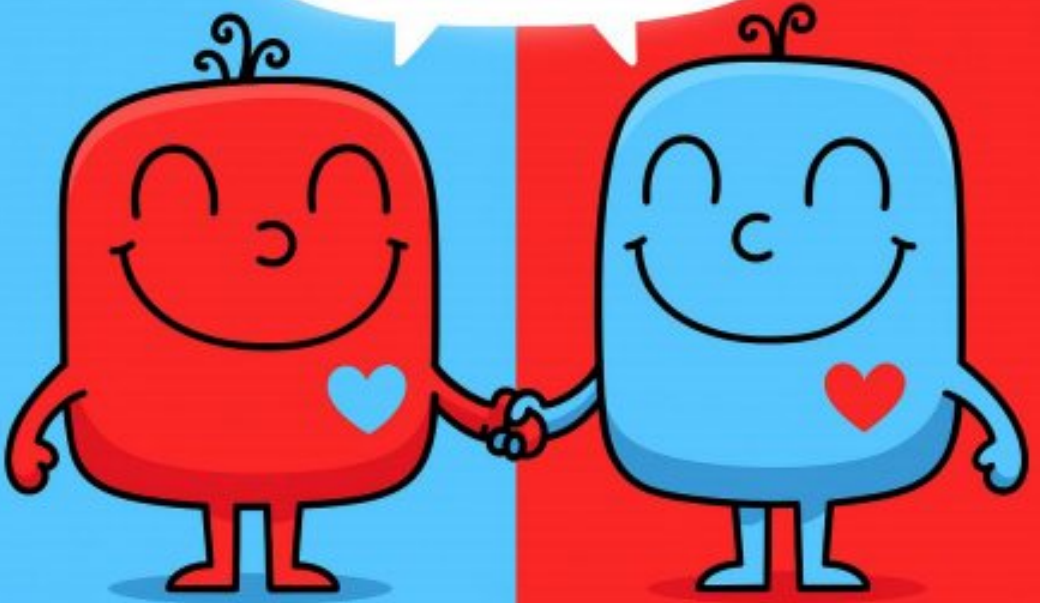
۱. Bipolar disorder.

۲. رک: تبیین تجارب زندگی با طرح‌واره‌های رهاشدگی، بی‌اعتمادی و محرومیت هیجانی در بیماران مرد مبتلا به اختلال خلقی دوقطبی، پیمان محبعلی‌زاده، پایان‌نامه کارشناسی ارشد: <https://B2n.ir/n84030>.

۳. بحار الأنوار، محمدباقر مجلسی، انتشارات دارالکتب الاسلامیه، تهران، ۱۳۶۳، ج ۷۲، ص ۲۵۹، ح ۲۴.



مراحم
نمدلی



اولین بار بود پیش مشاور می‌آمد. از رنج‌هایش خسته بود. از تحمیل بار دیگران هم. هر بار که از دردی ناله کرده بود، برای

التیامش به اشتباه شنیده بود که «همه این‌گونه‌اند. کسی آرام نیست؛ پس تو هم به این دردها عادت کن. نصیحت‌ها شنیده بود و گاهی هم سرزنش».

اصلاً خطای کار اینجاست: به جای همدلی و دل دادن به غصه‌ها، شروع به هم‌دردی کنیم و شروع کنیم به عادی‌سازی شرایط و بگوییم «درد تو در مقابل مشکلات دیگران کم است و ناچیز. برو خدا را شکر کن که اوضاع بدتر نشده...!» گاهی نیز شروع می‌کنیم به دادن راهکارهای رگباری و گاهی هم دنیا را چنان تیره‌وتار می‌کنیم که گویی کار تمام شده!

اما می‌دانستم که اغلب اوقات برای بهبود حال دلمان، فقط نیاز داریم

به اندکی همدلی. همدلی یعنی قدم گذاشتن در دنیای او، نه به چشم ناظر، بلکه به دل کسی که می‌خواهد بفهمد، ببیند و حس کند.

گفتم وقتی حرف می‌زنی، من گوش نمی‌دهم فقط با گوش؛ با قلب و جان می‌شنوم.



دردهایت را نه برای قضاوت، که برای همراهی می‌پذیرم و گریه‌هایت را نه از سرِ ضعف، بلکه برآمده از زخم‌هایی می‌بینم که هنوز التیام نیافته‌اند.

تو تنها نیستی. من اینجایم تا دستت بگیرم و در مسیر دشوار شناخت خود، کنارت باشم. همدلی پلی است که دو تن

راز دل تاریکی‌ها به روشنایی می‌رساند. گاه کمرشکن‌اند؛ اما باور کن من در عزیزم! همدلی فقط شنیدن کلمات نیست؛ شنیدن راز سکوت‌هایی است که برملا نمی‌کنی، نگاهی که پشت حرف‌های پنهان است و بَغضی که کلماتِ قدرتِ بیانش را ندارند.

وقتی تو می‌ترسی، من ترس تو را در وجودم حس می‌کنم. وقتی تو می‌شکنی، شکستنت را مثل زخمی باز در تنم می‌جویم؛ اما این بار نه برای غرق شدن، که برای نگه‌داشتن تو، برای همراهی بی‌قید و شرط.

می‌دانم راه بهبودی جادۀ پریپیچ و خمی است پر از سؤال‌ها و دردهایی که گاه کمرشکن‌اند؛ اما باور کن من در عزیزم! همدلی فقط شنیدن کلمات نیست؛ شنیدن راز سکوت‌هایی است که برملا نمی‌کنی، نگاهی که پشت حرف‌های پنهان است و بَغضی که کلماتِ قدرتِ بیانش را ندارند.

وقتی تو می‌ترسی، من ترس تو را در وجودم حس می‌کنم. وقتی تو می‌شکنی، شکستنت را مثل زخمی باز در تنم می‌جویم؛ اما این بار نه برای غرق شدن، که برای نگه‌داشتن تو، برای همراهی بی‌قید و شرط.

می‌دانم راه بهبودی جادۀ پریپیچ و خمی است پر از سؤال‌ها و دردهایی که

این مسیر رهايت نخواهم کرد؛ نه با حرف‌های ساده و تکراری، با دلِ واقعی و گوشِ شنوا، تا وقتی که بتوانی دوباره نفس بکشی و خودت را از نو بسازی، قطعه‌قطعه؛ اما با قدرتی که حتی خودت هم شاید ندانی.

تو لایقِ آنی که دیده شوی. لایقِ آنی که در سکوت‌هایت نیز کسی همراهت باشد. و من اینجایم با تمام وجودم تا در هر قدم سنگینی باره‌ایت را با من تقسیم کنی، و شاید، شاید همدلی ما چراغ کوچکی باشد در تاریکی‌ات تا یادآوری کند که هیچ‌گاه تنها نیستی.

پی‌نوشت

۱. همدلی (Empathy) به معنی درک عمیق و «درونی» احساسات و دیدگاه دیگران است؛ درحالی‌که همدردی (Sympathy) «بیرونی» است و شامل ابراز دل‌سوزی، تأسّف یا دل‌جویی بدون درک واقعی از تجربه فرد مقابل. همدلی یعنی خود را جای طرف مقابل گذاشتن و از دریچۀ چشم او به دنیا نگاه کردن؛ اما هم‌دردی یعنی کنارش ایستادن و برایش فقط دل‌سوزی کردن.

یک عالم مناسب

معصومه باقری ثالث- کارشناس علوم قرآن و حدیث

معجزه تناسب ۱

«آیا تا به حال ساعت‌ها به سوراخ‌های خالی و مبهم پریز خیره شده‌اید تا دریابید جای چه چیزی خالی است؟»
مرد جوان این جمله را روی تابلومی نویسد. بعد با طمأنینه در مازیک را می‌گذارد و آرام به سمت جمعیت برمی‌گردد. چشم جمعیت روی جمله نوشته شده بر پیشانی تخته سر می‌خورند و وقتی به انتهای خط می‌رسند، درست شبیه دو سوراخ پریز خالی و پرابهام، به مرد جوان خیره می‌شوند! مرد دوست دارد انتهای نگاه جمعیت را بگیرد و «یا الله» گویان وارد فکرهایشان شود! ولی از آنجاکه فقط خداوند عالم به ضمیر انسان‌هاست،

گاهی فراموش می‌کنن!» و بعد خودش را درست در نقطه انفجار سکوت جمعیت می‌بیند! نقطه‌ای که اگر به‌موقع درک و دریافت شود، می‌تواند خروش ناگهانی فکرهای ناآرام را متوقف کند؛ درست مثل آخرین لحظه‌ای که شعله زیر غذای در حال جوش را کم می‌کنی تا سرریز نشود.

مرد پشت میز خطابه (تریبون) قرار می‌گیرد و رو به جمع می‌گوید: «بزرگواران، کسی از شما می‌دونه معجزه چه زمانی اتفاق می‌افته؟» و منتظر پاسخ جمعیت نمی‌ماند و بلافاصله می‌پرسد: «آیا کسی اطلاع داره که چطور توی یه فضای خلأ، چند تا کره سنگی و گازی نه‌تنها معلق می‌مونن، شروع به حرکت دایره‌وار و

گنجینه افکار جمعیت از دسترسش دور مانده و باید جایی بیرون از نگاه‌های خالی و مبهم جمعیت، به‌دنبال روزه‌ای از فکر بگردد! جایی که خودش هم درست نمی‌داند مابین دو ابروی بالا آمده‌شان است یا لب‌های مثل چوب‌روی هم‌افتاده! مرد این سؤال را روی تخته نوشته تا به همین «بارقه تفکر» دست یابد! پس باید کمی صبر و سیاست به خرج بدهد و بتواند سالن‌گوش تا گوش پرشده از آدم را با یک نکته طلایی ارزشمند، آشتی بدهد! او برای بار چندم از خودش می‌پرسد: «آیا این‌ها این نکته رو نمی‌دونن و لازمه من براشون تکرار کنم؟» و برای بار چندم به خودش پاسخ می‌دهد: «می‌دونن؛ اما



توقف ناپذیر هم می‌کنن؟! تا به حال فکر کرده‌ید چه چیزی باعث می‌شه کره‌ای با سنگینی ۳۳۰ هزار برابر کرهٔ خاکی ما، هر روز فاصلهٔ شرق تا غرب آسمونِ ما رو طی کنه بدون اینکه ثانیه‌ای توی حرکتش تأخیر یا تعجیل باشه؟!»

مرد، خیره به نگاه جمعیت، دو دستش را بر میز خطاباً (تریبون) چوبی، ستون می‌کُند و می‌پرسد: «کسی می‌تونه توضیح بده که چند گرم ماهیچه و رگ و عصب باید کنار چند قطعه استخوان قرار بگیرن تا دقیقاً انسان بتونه پاهاش رو توی جهات مختلف حرکت بده و حرکت کنه بدون اینکه سنگینی پاهاش رو متوجه بشه یا اینکه سنگینی وزن بدنش، حرکت پاها رو محدود کنه؟»

سالن در سکوت، سؤالات مرد جوان را پی می‌گیرد! عده‌ای منتظرند تا در ادامهٔ مبحث، ارتباط این سؤالات را با جمله نقش بسته بر تابلو و موضوع جلسه بیابند. بعضی هم با سؤال همراه شده‌اند و به دنبال جواب علمی‌اش می‌گردند. مرد با اِشْراف به حال هر دو گروه، بی‌محابا سؤال دیگری می‌کند: «به نظر شما چطوری از اجتماع چندین قطعهٔ فلزی



می‌کند تا رشته افکار جمع را به هم نریزد. فکر به درازا می‌کشد. هرکس تا حدودی خود را به جواب نزدیک می‌بیند و همه دوست دارند پاسخ درست سؤال را از مرد ایستاده روی سین سالن همایش دانشکده بشنوند.

مرد جوان با لبخند رضایتی ناشی از تأثیر سؤالاتش بر مخاطبان، میکروفون را از پایه نگه‌دارنده‌اش آزاد می‌کند و با گام‌های بلند و محکم به سمت تخته حرکت می‌کند. جمله نوشته‌شده روی تخته را

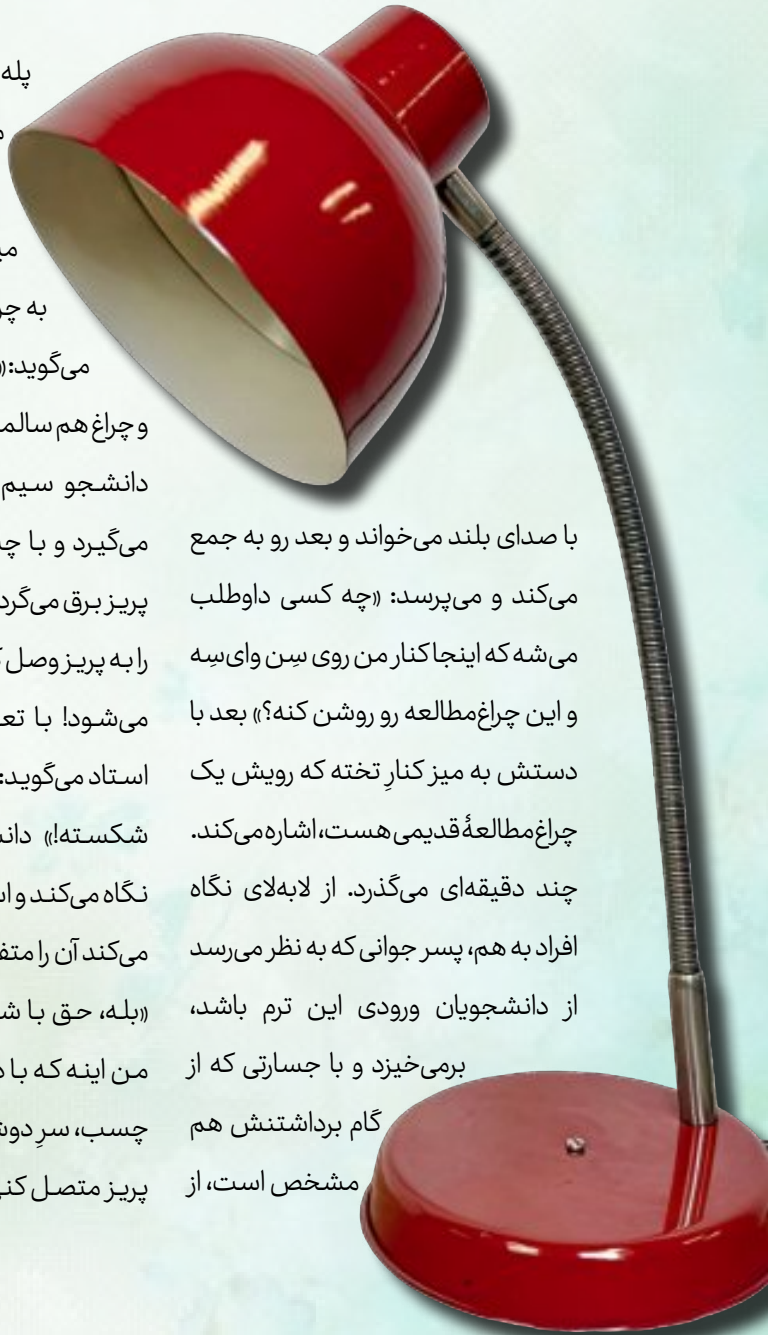
و به ماده سوختنی و یه جرقه، انسان می‌تونه اتومبیل بسازه؟ برای شما جای سؤال نیست که انسان دقیقاً چه چیزی رو تونسته کشف کنه که با دونستنش معجزه‌ای به نام ماشین اختراع بشه؟»

سؤال آخر جمعیت را بیش‌ازپیش به فکر فرومی‌برد! هرکس سعی می‌کند طبق تحصیلات و سواد خودش، حرکت چرخ و دنده و اتصالات موتور و بنزین را تحلیل کند و قانونی برایش بیابد. مرد جوان هم همین را می‌خواهد. پس صبورانه سکوت



پله‌های کوتاه گوشهٔ سین بالا
می‌رود، نگاهی به جمعیت
سالن می‌کند و بعد کنار
میز می‌ایستد. استاد جوان
به چراغ مطالعه اشاره می‌کند و
می‌گوید: «پریز برق کنار میز، روزمینه
و چراغ هم سالمه. لطفاً روشنش کن!»
دانشجو سیم کنار چراغ را در دست
می‌گیرد و با چشم روی زمین به دنبال
پریز برق می‌گردد و زانو می‌زند تا دوشاخه
را به پریز وصل کند که یک لحظه متوقف
می‌شود! با تعجب می‌ایستد و رو به
استاد می‌گوید: «اینکه سر دوشاخه‌ش
شکسته!» دانشجو منتظر به استاد
نگاه می‌کند و استاد با چهره‌ای که سعی
می‌کند آن را متفکر نشان بدهد می‌گوید:
«بله، حق با شماست. البته پیشنهاد
من اینه که با دو تا چوب‌کبریت و کمی
چسب، سر دوشاخه رو بازسازی کنی و به
پریز متصل کنی!»

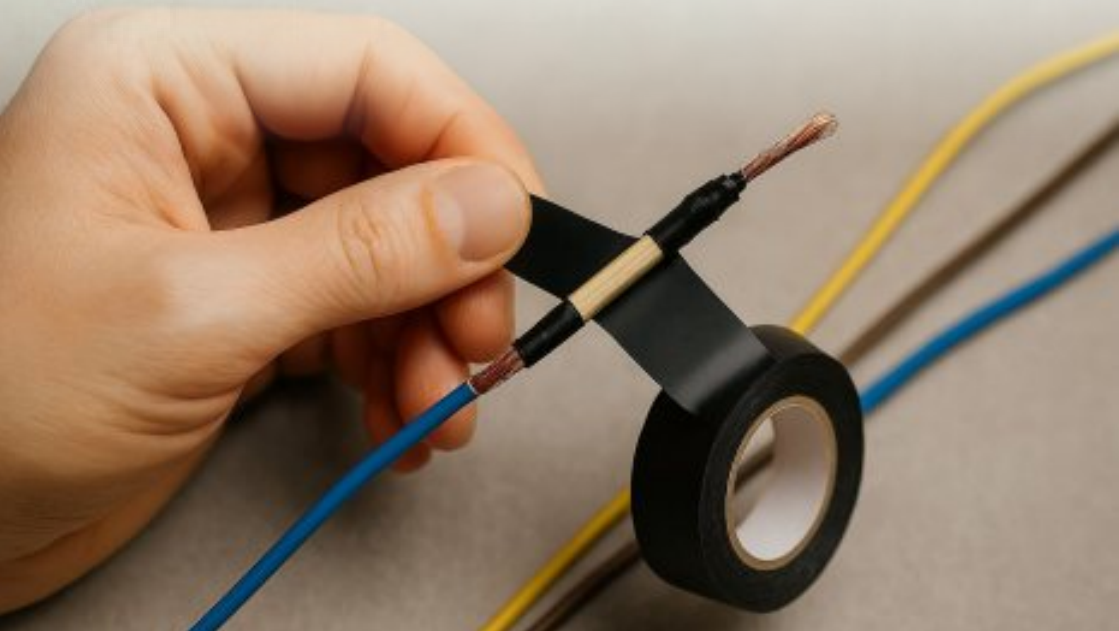
با صدای بلند می‌خواند و بعد رو به جمع
می‌کند و می‌پرسد: «چه کسی داوطلب
می‌شه که اینجا کنار من روی سین وای سبه
و این چراغ مطالعه رو روشن کنه؟» بعد با
دستش به میز کنار تخته که رویش یک
چراغ مطالعه قدیمی هست، اشاره می‌کند.
چند دقیقه‌ای می‌گذرد. از لابه‌لای نگاه
افراد به هم، پسر جوانی که به نظر می‌رسد
از دانشجویان ورودی این ترم باشد،
برمی‌خیزد و با جسارتی که از
گام برداشتنش هم
مشخص است، از



استاد از دانشجوی جوان تشکر می‌کند و به او می‌گوید که می‌تواند بنشیند. و دوباره رو به جمعیت می‌ایستد، کمی مکث می‌کند تا ولوله‌ای که در جمع افتاده آرام شود و دوباره نگاه دانشجویان را روی خودش احساس کند؛ نگاهی که از آن سوراخ‌های خالی و مبهم دارد کم‌کم فاصله می‌گیرد.

به نظر استاد، حالا وقت روشن شدن چراغ‌های ذهن است. پس نفسی می‌گیرد و در حالی که روی سین قدم می‌زند، می‌گوید: «خاطرتون هست توی امتحاناتِ مدرسه از مامی خواستن جاهای خالی رو با کلمات

دانشجو نگاهی به دوشاخه شکسته در دستش می‌کند و نگاهی به چهره استاد... علی‌رغم اینکه استاد کاملاً جدی چنین پیشنهادی را داده، ناشیانه می‌پرسد: «استاد! دارین شوخی می‌کنین؟! چوب عایقه و برق رو به سیم و بعد به چراغ منتقل نمی‌کنه!» استاد با همان جدیت می‌پرسد: «مطمئنی؟» دانشجوی جوان بدون فکر می‌گوید: «بله استاد. بدیهیه که باید سر دوشاخه از جنس فلز باشه تا رسانای جریان برق باشه. چوب کبریت برای چنین قطعه‌ای مناسب نیست.»





اگه هرچیز تو جای مناسب خودش قرار بگیره، باچندگرم عضله واستخون، انسان می‌دوه، می‌شینه، بلند می‌شه، می‌بینه، می‌شنوه، حرف می‌زنه...! فقط کافه هرچیز تو جای مناسب خودش قرار بگیره!»



صدای تشویق جمعیت بلند می‌شود...! استاد به چشم‌های تکتک حاضران نگاه می‌کند. هیچ نگاهی مانند سوراخ خالی و مبهم نیست و همه در حال یافتن مثال‌های بیشتری هستند که تأیید کند رعایت قانون تناسب معجزه می‌کند؛ معجزه!

مناسب پر کنیم؟ این فقط یه امتحان نبود؛ یه درس بود. ما باید یاد می‌گرفتیم که هر جای خالی و هر کمبودی با هر چیزی پُرشدنی نیست و تو این عالم هرچیز جای مناسب خودش روداره.»

استاد آرام آرام لبخند روی لب‌های دانشجویان تیز را شکار می‌کند و ادامه می‌دهد:

«اگه هرچیز تو جای مناسب خودش قرار بگیره، تناسب میان جاذبه و فاصله باعث می‌شه خورشید و ئه کره دیگه توی خلأ نه تنها معلق بمونن، به حرکت هم در بیان!



اگه هرچیز تو جای مناسب خودش قرار بگیره، ارتباط میون چرخ و دنده و سوخت و جرقه، اتومبیلی رو می‌سازه که زندگی انسان رو زیرورو کنه!




«بختِ غلط نوشته»



در سرزمین عجایب ۱۹


زینب رحیمی تالار پستی - دانش‌آموخته سطح ۳ حوزه علمیّه

کتاب دعا بین خانم‌ها توزیع می‌شد. یه چی می‌گیا! دختر من چی کم بین پیچ‌ها و گاهی خنده‌هایشان آماده می‌شدند برای خواندن حدیث کساء. عادت آخر هفته‌هایمان بود. صدای زهره خانم که بلند شد، همه سرها به طرفش چرخید. اخم‌هایش درهم بود و توجهی به چشم‌های اسکن‌کننده اطرافش نداشت.

یه چی می‌گیا! دختر من چی کم گذاشته واسه اون شوهر بی‌لیاقتش؟ کم با اون قوم‌الظالمین ساخت؟ ریحانه خانم کم‌رو، چشم‌ها را دید و رنگ‌به‌رنگ شد؛ لب‌گزید؛ نگاه درمانده‌اش به نگاهم گره خورد؛ فهمیدم که بازهم کوثر و کوثرگری‌هایش را برای نجات می‌خواهد؛ همین‌که از زهره

دلیل توپ‌وتش‌رش را پرسیدم، سوپاپ نیم‌بندش کامل ترکید.  حالا همین یه جمله رو چسبیده‌ها. بقیه حرفمو نشنید اصلاً.

خانوم آقا، بیا تو که ادعات میشه عقل کلی، بگو حق با منه یا این ریحانه خوش خیال؟  از ادعایی که داشت غالبم می‌کرد، گذشتم و دل به دلش دادم و خواستم تا دهان مبارک را باز کند و جمعی که از فضولی که چشم درشت کردم و انگشت طرف خودم گرفتم.  من؟ من ادعای عقل کلی داشتم؟ نه، از کنجکاوای در حال بال‌بال زدن بودند رانجات دهد.

چشم‌گره‌ای نثارم کرد و بین جمع نگاه از دواج کرده.  خبرداری که؛ دختر کوچیکه مو دادم به فامیل شوهر خودم. با پسرعموش چرخاند.



متوجه شد پسر سرگوشش می‌جنبه؛
توی گوشیش دید با یه زنه پیام و پیام
بازی می‌کنه. دخترم ازش می‌پرسه چرا و
این کیه؛ فکر می‌کنی چی بگه خوبه؟ پُرو
پرو میگه: «تو کم حرفی، آدم نمی‌تونه
باهات راحت حرف بزنه. مدام چپیدی
توی خونه و کارای خونه رو ول نمی‌کنی؛
آدم باید خودشو بکشه تا تو راضی کنه
یه گردش یا سفر بره؛ هر موقع هم که
بگم بریم مهمونی عزا می‌گیری.»

در اوج حرارت حرف‌هایش بود که
بی‌حواس خیز برداشت و قدمی جلوتر آمد.
خانوم آقا، تورو جون هر کی دوست
داری، مگه دختر بیچاره من اشتباه
می‌کنه که خونه زندگیش برق می‌زنه؟
مگه رسیدن به سرووضعش جلوی
شوهر درست نیست؟ غذاهاش
این قدر خوبه پسر ته قابلمه رو هم
می‌لیسه به جون خودم.
لبی‌تر کردم و کمی مکث.

چشم‌هایش را در حدقه چرخاند و قری
به‌گردنش داد.

هی راه رفتن گفتن «عقد پسرعمو و
دخترعمو رو توی آسمونا بستن. خوبیت
نداره وقتی دختر توی فامیل داریم و
می‌شناسیمش بریم دست غربیه رو
بگیریم و بیاریم.» این قدر رو مخ من و
شوهرم راه رفتن که آخرش گوشمونو
روی حرفای دخترم که می‌گفت این پسر
هیچ چیزش به من نمی‌خوره بستیم؛
دادیمش رفت.

اخمی درهم کردم و از ابهام ماجرا پرسیدم.
خب الان مشکل کجاست؟ چی
شده که حرص می‌خوری؟

انگار تازه داغ دلش تازه شد. با صدا و
محکم روی ران پاهای چهارزانو شده‌اش
زد و سری تکان داد.

آخه چی بگم؟ دختر طفلکی من،
همه جوره بهش محبت کرد و رو سرش
حلوا حلواش می‌کرد. تا اینکه اون روز

نگاهی به جمع که شش دانگ حواسشان را به مکالمه ما داده بودند تا چیزی از اطلاعات زندگی آن دختر مورد بحث از دست ندهند، انداختم.

کاش این قدر که به رسم دختر عمو و پسر عمو اهمیت می‌دادن به ویژگی‌ها و روحیات شون اهمیت می‌دادن؛ این‌ها به هم نمی‌خوردن؛ از اساس ازدواجشون غلط بوده؛ هر کدام آگه با جفت خودشون ازدواج می‌کردن، خوش‌بخت و خوش‌حال بودن؛ الآن

زهرة خانوم، قبل ازدواج پیش مشاور رفتن؟ کسی بوده باهاشون صحبت کنه ببینه رفتار او و سلیقه‌هاشون به هم می‌خوره یا نه؟

پشت چشمی نازک کرد و دستی در هوا چرخاند.

دلت خوشه‌ها! این‌ها حتی نداشتن این‌ها چهار کلام درست حسابی باهم حرف بزنن. اینم بخت دختر منه که پسره باید خائن از آب در بیاد و تازه دو قورت و نیمش هم باقی باشه.



مشاور متخصص و متدین تا بتونن زندگشونو درست کنن؛ هر کدوم یه کم خودشونو به علایق اون یکی نزدیک کنن، حل میشه ان شاءالله.

آهی بیرون دادم و از مریم خانم خواستم حدیث کساء را شروع کند تا آخر آن برای آرامش زندگی جوانها دعا کنیم. طفلک دختر زهره خانم و دخترهایی که به صلاحدید خانوادههای ناآگاهشان وارد زندگی کسی با تفاوتهای فاحش میشدند؛ زندگی با آرامش خیال برایشان آرزو می شد و ﴿لَتَسْكُنُوا إِلَيْهَا﴾ که خدا برای امر ازدواج مقرر کرده بود، بر باد می رفت.



پی نوشت

۱. روم ۲۷.

هر دوشون دارن عذاب می کشن؛ البته از کار دامادت دفاع نمی کنم؛ خیانت خیانت؛ وقتی به یه زندگی تعهد داری، باید وفادار باشی و زیرآبی نری؛ اما... حرفم تمام نشده دوباره خیزی برداشت و جلوتر آمد.

🗨️ الان چی کار کنم؟ یعنی جدا بشن؟ بچه م طلاق گرفته بشینه توی خونه م همه چی حله؟

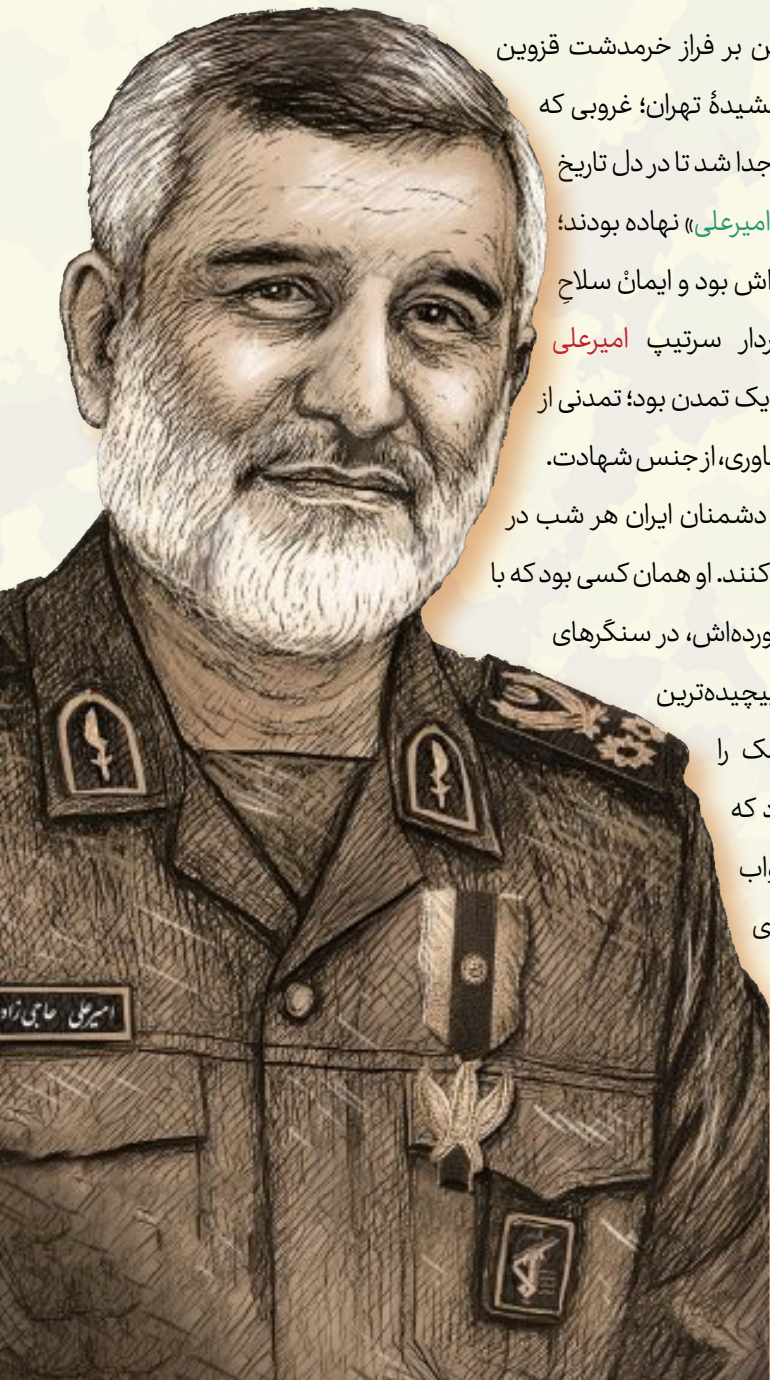
پوفی کشیدم و پیشانی ام را ماساژ دادم. مغز درد گرفتم از فکرهای بی سروته او. کاش قبل از اینکه کار از کار بگذرد چه کنم هایش را به راه می انداخت.

🗨️ اول اینکه نباید خصوصیهای زندگی دخترت رو بین جمع می گفتی؛ نمی دونستم ماجرا اینه وگرنه حتی نمی پرسیدم. دوم اینکه الان هم زحمت بکش مادری کن و با هر ترفندی شده دو تاشونو راهی کن که برن پیش یه



علی سعیدی

معمار «وعدۀ صادق»



غروب بود؛ غروبی خونین بر فراز خرم‌دشت قزوین و کوجه‌های سربه‌فلک‌کشیده تهران؛ غروبی که ستاره‌ای از آسمان ایران جدا شد تا در دل تاریخ جاودانه شود. نامش را «امیرعلی» نهادند؛ امیری که عشق فرمانده‌اش بود و ایمان سلاح همیشه به دستش. سردار سرتیپ امیرعلی حاجی‌زاده نه یک نام، که یک تمدن بود؛ تمدنی از جنس غیرت، از جنس فناوری، از جنس شهادت. او که بود؟! این سؤال را دشمنان ایران هر شب در کابوس‌هایشان مرور می‌کنند. او همان کسی بود که با نوک انگشتان خمپاره‌خورده‌اش، در سنگرهای آب‌گرفته فگه نقشه‌های پیچیده‌ترین موشک‌های هایپرسونیک را ترسیم کرد. او همان بود که غرّش موشک‌هایش خواب را از چشمان ابرقدرت‌های جهان ربود و آوازه‌اش از خاک‌ریزهای دفاع مقدس تا مدار زمین‌طنین‌انداز شد.

خانهٔ ایمان، زادگاه یک اسطوره

عطر شهادت مشام جان این نوجوان را نوازش می‌داد.

طلوع یک انقلابی

نوجوانی امیرعلی با شعله‌ور شدن آتش انقلاب اسلامی گره خورد. او دیگر آن نوجوان محله نبود؛ یک سرباز بود؛ سربازی که اعلامیه‌های امام امت را در سرمای استکبار پخش می‌کرد و فریاد «الله اکبر» هایش دیوارهای ستم را می‌لرزاند. روحش روح یک مبارز بود؛ مبارزی که بی‌عدالتی را برنمی‌تابید و برای دفاع از محرومان، سراز پا نمی‌شناخت. اینجا بود که عهد بست؛ عهدی که تا پای جان بر آن ایستاد.

به سوی جبهه‌های نور

سال ۱۳۵۹: بوی باروت و ایمان فضای ایران را پر کرده بود. امیرعلی نوزده‌ساله با قلبی مالمال از عشق به حضرت حق، نامش را

داستان از تهران آغاز می‌شود، از ۹ اسفند ۱۳۴۰. در خانه‌ای که بوی نماز و صداقت می‌داد، کودکی پا به عرصهٔ وجود گذاشت که تقدیرش تقدیر ایران بود. پدر، حاج محمدتقی، مردی بود که ریزش تراشه‌های آهن در مغازه‌اش، سمفونی شرافت می‌نواخت. ابزارفروشی‌اش نه یک شغل، یک منش بود؛ منش امانت‌داری و قناعت. مادر، بانوی گم‌نامی بود که دعا‌های نیمه‌شبش بال‌های فرشته‌ها را برای پرواز پسری به نام امیرعلی مهیا می‌کرد.

در آن خانهٔ پراز مهر و معنویت درس‌هایی آموخت که در هیچ دانشگاهی تدریس نمی‌شود: درس ساده‌زیستی، درس عشق به میهن، درس غیرتی که در برابر دشمن چون آتش می‌سوزاند و در برابر مردم چون نسیم می‌نوازد. خانواده‌اش «شهیدپرو» بودند. گویی از همان آغاز،

پایان جنگ برای بسیاری پایانِ مأموریت بود؛ اما برای امیرعلی حاجی‌زاده آغاز یک جهاد بزرگ‌تر. او که طعم قدرت موشک را در جنگ چشیده بود، می‌خواست خودمان صاحب آن قدرت باشیم. پس به دانشکده‌ای رفت که استادش مردی بود به نام شهید حسن طهرانی‌مقدم، پدر موشکی ایران. در محضر این «سردارِ عالی‌قدر، دانشمند برجسته و پارسای بی‌ادعا» علم را با عشق درآمیخت و آموخت که چگونه می‌توان با قلم، دشمن را به زانو درآورد. این دوره سنگ بنای ایرانِ قدرتمندِ فردا بود.

فرماندهی آسمان ایران

در سال ۱۳۸۸ فصل جدیدی برای ایران ورق خورد: مقام معظم رهبری عظمت‌الله حکم تاریخی فرماندهی نیروی هوافضای سپاه را به سردار امیرعلی حاجی‌زاده

در اولین فهرست سپاه پاسداران نوشت. او به جبهه رفت، نه برای کسب درجه، برای کسب رضای خدا. خرمشهر، سوسنگرد، هویزه...! او در این کوره‌های آتش، الماس وجودش را جلاداد.

اما امیرعلی فقط یک رزمنده نبود؛ تک‌تیراندازی بود که در عملیات‌های بزرگ «کربلای ۴» و «کربلای ۵» و «والفجر ۸» نفس‌های دشمن را در سینه حبس می‌کرد. می‌گویند شبی خون‌زن بود: با نقشه و دوربین تا نزدیک‌ترین نقطه به دشمن می‌خزید تا قلبشان را هدف گیرد. جراحات‌های پیاپی بر پیکرش نشان‌های افتخاری بودند که از این مدرسه عشق گرفت. همیشه می‌گفت: «جای سرباز انقلاب پشت خاک‌ریز است، نه پشت میز!» و این شعاری بود که به آن عمل کرد.

استادی به نام طهرانی‌مقدم

سپردند. او حالا نه تنها یک رزمنده، که یک راهبردی‌نگار، یک دانشمند و یک فرمانده بی‌بدیل بود. و این آغاز طلوع یک ابرقدرت منطقه‌ای بود...

لیلة القدر، نخستین زلزله راهبردی

خرداد ۱۳۹۶: داعش جنایت‌کار، به قلب تهران، به مجلس شورای اسلامی و به حرم امام علیه السلام حمله کرد. ملتی در بهت و خشم فروزفته بود؛ اما در همان ظلمت شب، مردی در اتاق فرمان، نقشه انتقام می‌کشید. سردار حاجی‌زاده فرمان داد: «آتش!»

و این‌گونه شد که از عمق ایران شش موشک بالستیک چون صاعقه‌های خدایی به سوی لانه‌های فساد داعش در «دیر الزور» سوریه شلیک شد... ﴿وَمَا كَانَ اللَّهُ لِيُظْلِمَهُمْ وَ لَكِنْ كَانُوا أَنْفُسَهُمْ يَظْلِمُونَ﴾؛ «و خدا نبود که بر آنان ستم کرد؛ بلکه خودشان بر خودشان ستم می‌کردند.» هر موشک نام یکی از شهدای





آنان [دشمنان] نیرنگ می‌کنند و من [هم] نیرنگ [واکنشی] می‌کنم.» اما سامانه‌های پدافندی به تلاش متخصصان ایرانی، این پرنده جاسوسی را رهگیری کردند و مقتدرانه آن را به آتش کشیدند.

جهان در حیرت ماند! آمریکا که خود را ابرقدرت می‌پنداشت، با نمایش قدرت و اقتدار ایران، رسماً تحقیر شد. «فَاتِلُوهُمْ يُعَذِّبُهُمُ اللَّهُ بِأَيْدِيكُمْ وَيُخْزِهِمْ»؛ «با آنان بجنگید تا خدا آنان را به دست شما عذاب کند و خوار گرداند.» این رویداد عینی‌ترین مصداق آیه شریفه «إِنْ تَنْصُرُوا اللَّهَ يَنْصُرْكُمْ وَیُبْئِتْ أَقْدَامَكُمْ»^۷ بود.

طوفان سهمگین انتقام

سیزدهم دی ۱۳۹۸: آمریکای جنایت‌کار، سپهبد حاج قاسم سلیمانی، عزیزترین

مظلوم آن حادثه را بر پیشانی داشت. این عملیات «لیلة القدر» بود «لَيْلَةُ الْقَدْرِ خَيْرٌ مِنْ أَلْفِ شَهْرٍ»^۳؛ «به راستی که شب قدر از هزار ماه برتر است»؛ شبی که قدرت ایران تقدیر تروریست‌ها را برای همیشه تغییر داد. پیامش واضح بود: «فَمَنْ اعْتَدَىٰ عَلَيْكُمْ فَاعْتَدُوا عَلَيْهِ بِمِثْلِ مَا اعْتَدَىٰ عَلَيْكُمْ»^۴؛ «پس هر که بر شما تعدی کرد، بر او تعدی کنید همان‌گونه که بر شما تعدی کرده.»

ناقوس مرگ برای ابرقدرت‌های متکبر

خرداد ۱۳۹۸: یک هواپیمای جاسوسی پیشرفته آمریکایی به نام RQ-۴ Global Hawk جسارت کرد و به حریم هوایی ایران تعرض کرد. «إِنَّهُمْ يَكِيدُونَ كَيْدًا»^۵ و «وَأكِيدُ كَيْدًا»^۶؛ «به یقین

فرزند ایران، را به شهادت رساند. دل
ملت ایران از هم پاشیده بود. اما باز
هم در همان شب یلدای غم، سردار
حاجی زاده در اتاق فرمان طوفانی به پا
کرد.
هجدهم دی دهها موشک بالستیک
پایگاه‌های آمریکا در عین‌الأسد و آربیل
عراق را درنوردیدند. این بار ایران نه
به صورت غیرمستقیم، که آشکارا و
مستقیم خاک‌ریزهای دشمن مستکبر
را هدف گرفت. انفجارها چنان بود که
دهها سرباز آمریکایی دچار موج انفجار
شدند. این عملیات پایان مصونیت
پایگاه‌های آمریکا در منطقه بود. جهان
فهمید که ایران تنها با زبان دیپلماسی
سخن نمی‌گوید؛ بلکه در صورت لزوم با
زبان آتش نیز پاسخ می‌دهد.
در آن بحبوحه که همه گرم شادی از
رشادت دل‌ورمردان هوافضای سپاه
بودند، خبر سقوط هواپیمای اوکراینی
پرواز PSY۵۲ باعث تلخی کام‌ها شد؛ اما
سردار رشید اسلام بدون تقصیری جلوی
دوربین‌ها آمد و مظلومانه مسئولیت
همه اتفاقات را به عهده گرفت، پوزش
خواست و صادقانه اعلام آمادگی کرد
برای قبول هر مجازاتی!^۸

فصلی نودر جغرافیای قدرت

بهار و پاییز ۱۴۰۳: رژیم صهیونیستی گمان می‌کرد در پناه سامانه‌های پدافندی خود مصون است؛ اما سردار حاجی‌زاده وعدهٔ صادق داد و عملیات بی‌سابقهٔ «وعدهٔ صادق» را رقم زد. ده‌ها موشک و پهپاد از سد پیشرفته‌ترین پدافندهای دنیا گذشتند و آسمان فلسطین اشغالی را برای صهیونیست‌ها تیره‌وتار کردند. این عملیات پایان افسانهٔ مصونیت رژیم صهیونیستی و آغاز عصر جدیدی از بازدارندگی ایران بود.

آن روز خیلی‌ها با قضاوت عجولانه شروع به سرزنش او کردند. این سرزنش‌ها و زخم‌زبان‌ها، روزها و ماه‌ها و حتی سال‌ها کم‌وبیش ادامه داشت تا اینکه پس از گذشت بیش از چهار سال، با اعلام رسمی دیوان عالی کانادا در خرداد ۱۴۰۳، مشخص شد مقصر صددرصدی حادثه، شرکت هواپیمایی اوکراین بوده است!^۱ حاجی‌زاده که از اعماق وجودش می‌دانست که «تُعَزُّ مِنْ تَشَاءٍ وَ تُذِلُّ مِنْ تَشَاءٍ»،^۲ برای آرام کردن افکار عمومی و تسلای قلب پدر و مادر حادثه‌دیدگان این چنین آبرویش را کف دست گرفت؛ اما آبرومندتر و عزیزتر شد!



«غزه»، و پیشرفت در جنگ الکترونیک و سایبری، تنها بخشی از دستاوردهای این مرد بزرگ بود.



نبوغ یک فرمانده دانش بنیان

سردار حاجی زاده تنها یک فرمانده نبود؛ یک نابغه فناوری بود. تحت فرماندهی او بود که موشک‌های هایپرسونیک «فتاح ۱» و «فتاح ۲» با سرعت باورنکردنی سیزده ماک" رونمایی شدند؛ موشک‌هایی که هیچ سامانه پدافندی‌ای در جهان قادر به رهگیری آنها نیست. همچنین پرتاب ماهواره «نور ۱» به مدار زمین، ایران را در باشگاه قدرت‌های فضایی جهان قرار داد. توسعه ناوگان پهپادی، به‌ویژه پهپاد

پرواز به سوی معشوق

و جمعه ۲۳ خرداد ۱۴۰۴ فرارسید. رژیم کودک‌کش صهیونیستی، در جنایتی دیگر، به یکی از مراکز سپاه حمله کرد. در این حمله، سردار دلاور امیرعلی حاجی زاده به همراه جمعی از یاران وفادارش، بال‌های شهادت را به سوی ملکوت گشودند. خبر شهادتش ایران را در غم بزرگی فروبرد. رهبر معظم انقلاب عظیمه در پیامی کوبنده

ای مردم! ای نسل جوان ایران! مبدا این شهیدان را از یاد ببریم. فراموشی بزرگ‌ترین خیانت به خون پاک این عزیزان است. دشمن دقیقاً روی ضعف حافظه تاریخی ما حساب باز کرده! باید هوشیار بود و این روایت عزت و شرف را به نسل‌های بعد انتقال داد. سردار امیرعلی حاجی‌زاده، یک قهرمان ملی بود؛ اسوه‌ای که با خون خود، نقش بی‌بدیل اقتدار ایران را بر تارک تاریخ حک کرد. او رفت تا ایران بماند!

یادش گرامی، راهش پُرره‌رو و روحش با

شهیدان آسمانی محشور باد!

فرمودند: «رژیم صهیونیستی باید منتظر مجازاتی سخت باشد. دست قدرتمند نیروی مسلح جمهوری اسلامی او را رها نخواهد کرد!»^{۱۲}

مردم! مبدا فراموش کنیم...!

سردار حاجی‌زاده رفت؛ اما میراثش ماند: میراث عزت، میراث اقتدار، میراث فناوری. او به ما آموخت که می‌توان در سخت‌ترین شرایط، قله‌های علم و مقاومت را فتح کرد. او نماد تخصص و تعهد بود و مظهر ایثار و ایمان.

پی‌نوشت

۱. تعابیر مقام معظم رهبری علیه‌السلام درباره شهید طهرانی‌مقدم، در پیام تسلیت معظم‌له، ۱۳۹۰/۸/۲۵.
۲. عنکبوت/۴۰.
۳. قدر/۳.
۴. بقره/۱۹۴.
۵. طارق/۱۵ و ۱۶.
۶. توبه/۱۴.
۷. محمد صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم: «اگر خدا را یاری کنید، شما را یاری می‌کند و گام‌هایتان را استوار می‌سازد.»
۸. <https://B2n.ir/tp3465>.
۹. <https://B2n.ir/xp3307>.
۱۰. آل‌عمران/۲۶.
۱۱. هر ماح برابر است با سرعت ۱۲۲۵ کیلومتر در ساعت که آن را سرعت صوت (Sonic speed) می‌نامند.
۱۲. <https://B2n.ir/pq7698>.





پویانمایی خاکریزهای نمکی

محمد صادق داودی

دانش پژوه سطح ۳ هنرورسانه

گرایش فضای مجازی



تربیت در بستر دفاع مقدس آن چنان تأثیرگذار بود که امام خمینی علیه السلام از آن با عنوان «فتح الفتوح» یاد کردند! اگر ما والدین بتوانیم از تجربه عظیم هشت سال دفاع مقدس در تربیت فرزندانمان بهره بگیریم، خواهیم توانست آنان را به تدریج از دنیای قهرمانان خیالی هالیوود جدا کنیم و با قهرمانان واقعی خودمان آشنا سازیم؛ چراکه صحنه نبرد آن سالها مملو از الگوهای واقعی شجاعت و فداکاری و انسانیت بود.

پویانمایی «خاکریزهای نمکی» اقتباسی آزاد از کتاب «ترکش و لگرد» نوشته داوود امیریان است و در قالب پویانمایی‌هایی کوتاه، خاطرات و ماجراهای طنزآمیز رزمندگان را روایت می‌کند. استفاده از طنز در بازگویی واقعیت‌های جنگ، به ویژه برای مخاطبان نوجوان، رویکردی نوآورانه است؛ رویکردی که مفاهیم عمیق را با زبانی ساده و قابل فهم منتقل می‌کند.

موارد، استفادهٔ بیش از حد از طنز ممکن است از تأثیرگذاری پیام‌های جدی بکاهد. با این حال، این مجموعه ظرفیت بالایی برای استفاده در محیط‌های تبلیغی، آموزشی و فرهنگی دارد و حتی می‌توان از آن به عنوان زنگ تفریحی سالم و هدفمند بهره برد.

پیوند دسترسی:



<https://B2n.ir/st8057>

در این مجموعه، هر قسمت دارای داستان مستقلی است و به موضوعاتی همچون شجاعت و دوستی و شوخ‌طبعی و حتی نقدهای اجتماعی می‌پردازد. همین تنوع موضوعی، فضای پویایی به مجموعه بخشیده و آن را برای نوجوانان جذاب و آموزنده کرده است.

با وجود محدودیت‌های فنی، طراحی شخصیت‌ها و گرافیک مجموعه، ساده اما مؤثر است و به خوبی با فضای طنز مجموعه هماهنگ شده است.

البته «خاکریزهای نمکی» در برخی قسمت‌ها در انتقال پیام‌های عمیق‌تر دچار سطحی‌نگری می‌شود و در بعضی



پی‌نوشت

[.https://B2n.ir/mq7366](https://B2n.ir/mq7366)



مؤسسه تربیتی رسانه‌ای مآذنه

سید محمد حسن مدرس مصلی

دانش پژوه سطح ۳ حوزه علمیه

کارشناس بازی‌های ویدئویی

بازی - گوشه



Herdling 

بازی کامپیوتر (XBOX, PC, Playstation)

سن مناسب: بالای ۱۰ سال

ماجرای بازی **Herdling** در دنیایی خیالی با الهام از مناظر کوهستانی سوئیس جریان دارد. بازیکن در نقش کودکی بی‌نام‌ونشان قرار می‌گیرد که در کوهستان با گله‌ای از بوفالوها روبه‌رو می‌شود. هدف بازی، یافتن مسیر بازگشت به خانه یا ساختن زندگی تازه‌ای در کنار گله بوفالوهاست. روایت بازی

بدون گفتگو پیش می‌رود و بیشتر بر تصاویر، پویانمایی‌ها و موسیقی تکیه دارد تا مفاهیمی چون امید، همبستگی، و بقا را به بازیکن منتقل کند. این اثر با تمرکز بر هدایت گله‌ای از بوفالوهای جادویی، تجربه‌ای آرام و کم تنش ارائه می‌دهد؛ ترکیبی از آرامش طبیعت و چالش‌های بقا که می‌تواند هم سرگرم‌کننده و هم آموزنده باشد.

از نظر هنری، Herdling با فضا سازی‌های کوهستانی، جنگل‌های متروکه، و محیط‌های نیمه ویران شهری، ترکیبی از زیبایی و اندکی هراس ملایم خلق می‌کند. رنگ‌های تیره و سکوت محیط در بخش‌های ابتدایی، حسی از تنهایی را القا می‌کند، در حالی که حضور بوفالوهای نورانی، روشنایی و آرامش را به صحنه‌ها بازمی‌گرداند.

بازی با تأکید بر مراقبت از گله و انتخاب‌های آگاهانه، ارزش‌هایی چون حفاظت از طبیعت، همبستگی، امید و مسئولیت‌پذیری را به شکلی غیرمستقیم منتقل می‌کند. افزون بر این، تعادل میان سادگی و چالش در روند بازی، Herdling را

HERDLING





هم برای بازیکنان تازه‌کار و هم برای افراد باتجربه جذاب کرده است. جنبه آموزشی بازی نیز اهمیت دارد؛ چراکه کودک در جریان هدایت گله، با مفاهیمی مانند صبر، برنامه‌ریزی، حل مسئله و کارگروهی آشنا می‌شود. این ویژگی‌ها باعث می‌شود Herdling نه تنها یک سرگرمی، بلکه فرصتی برای رشد فکری و گفت‌وگوهای مفید خانوادگی درباره طبیعت و زندگی جمعی باشد.

با وجود جذابیت‌های فراوان، چند نکته نیاز به توجه خانواده‌ها دارد: برخی صحنه‌ها ممکن است برای کودکان حساس، ترس یا اضطراب خفیف ایجاد کند. همچنین، راهنمای درون بازی محدود است و گاهی حل جورچین‌ها به آزمون و خطا نیاز دارد. به همین دلیل، همراهی و مدیریت زمان بازی توسط والدین توصیه می‌شود تا تجربه‌ای متعادل و مفید رقم بخورد.

روند بازی متنوع است؛ ترکیبی از فعالیت‌های خواندن، نوشتن، شمارش، حل معماهای ساده، ریاضیات و حتی تمرینات خلاقانه مانند نقاشی. کودک با انتخاب شخصیت‌ها وارد محیط‌های رنگارنگ می‌شود و از طریق بازی‌های کوتاه، مفاهیم را یاد می‌گیرد. جذابیت اصلی در این است که یادگیری اجباری نیست، بلکه در قالب ماجراهای سرگرم‌کننده و پر از شوخی و خنده ارائه می‌شود. نکته مهم آنکه بهتر است والدین بخش‌های مختلف را همراه کودک مرور

Khan Academy Kids

▶ بازی موبایل (android-ios)

▶ سن مناسب: بالای ۵ سال

بازی Khan Academy Kids در سبک آموزشی طراحی شده و یکی از محبوب‌ترین برنامه‌های رایگان برای کودکان ۴ یا ۵ سال به بالا به شمار می‌آید. داستان یا روایت کلی بازی بر محور گروهی از شخصیت‌های حیوانی بامزه شکل می‌گیرد؛ این حیوانات دوستانه و پرنرزی، کودک را در سفری آموزشی همراهی می‌کنند و در هر مرحله، مهارت‌های تازه‌ای را آموزش می‌دهند.

Khan Academy Kids

Early Education for Kids Ages 2-8



این بازی کاملاً رایگان و بدون تبلیغات است؛ بنابراین فضای امنی برای کودکان فراهم می‌کند. به‌طور کلی، این عنوان بازی پرمخاطب، نمونه‌ای موفق از پیوند آموزش و سرگرمی است؛ هم محیطی شاد برای کودک فراهم می‌آورد و هم زمینه‌ای برای رشد مهارت‌های پایه‌ای در ریاضی، زبان و خلاقیت؛ البته مشروط به همراهی والدین.

کنند و خصوصاً آنچه بازی برای حل مراحل لازم است را به فرزندان توضیح دهند تا از فعالیت‌ها متناسب با سن فرزند استفاده شود. برای والدین امکان پیگیری پیشرفت کودک وجود دارد؛ والدین می‌توانند مسیر یادگیری را شخصی‌سازی کنند.

بازی برای سنین پایین‌تر بسیار مناسب است، اما در سنین بالاتر حتماً نیاز به مکمل‌های آموزشی جدی‌تر خواهد بود.





صدای مشاور ۱۴

چرا و چگونه؟ (بررسی تناقض رفتاری همسر)

سید عقیل مصطفوی مجد

دانش آموخته سطح ۳ حوزه علمی؛ کارشناس ارشد روانشناسی

■ سلام. خدا قوت. هفت سال است ازدواج کرده‌ام. تنها مشکل زندگی‌مان رفتارِ همسرَم با بچه‌هاست. او که بیشتر اوقات در خانه است و کار کامپیوتری انجام می‌دهد (اتاق جداگانه‌ای دارد)، معمولاً تحمل سروصدا یا بازی بچه‌ها را ندارد و با پرخاشگری با آن‌ها برخورد می‌کند. متأسفانه چندین بار شاهد بوده‌ام که:

▶ بچه‌ها زادر حمام یا اتاقشان حبس کرده

▶ آن‌ها را به زور از خانه بیرون انداخته

▶ آن‌ها را به اجبار به حیاط فرستاده

اما نکتهٔ عجیب اینجاست که همسرَم با من همیشه با احترام کامل رفتار کرده است:

▶ حتی یک بار هم با لفظ بد صدایم نزده یا بی‌احترامی نکرده

▶ همیشه در کارها به من کمک می‌کند

▶ از من راضی است و گاه هدیه‌ای (مثل گل) برایم می‌خرد

بارها با او صحبت کرده‌ام و دلیل این رفتارش را پرسیده‌ام؛ اما پاسخ‌هایش قانع‌کننده نیست. برایم بسیار دردناک است که بینم کسی این‌گونه بچه‌هایم را آزار می‌دهد.



🗨 سلام به شما همسر مهربان و کنیم. جدای از عوامل جسمی که در صبور! اولاً باید بگویم این میزان از تحریک خشم و عصبانیت مؤثرند، صبوری شما به خاطر بچه‌ها، در عین ممکن است همسر شما درگیر یکی از این سه مسئله باشد: احترام متقابل شما و همسرتان، واقعاً قابل تحسین است. حال بیایید با ▶ نداشتن مهارت کنترل خشم (کم‌تحملی هم ریشهٔ این تناقض عجیب را بررسی ناگهانی به محرک‌های صوتی)

▶ تجربهٔ تربیتی آسیب‌زا (مثلاً خودش در کودکی با خشونت بزرگ شده) علاقه‌شان؛

▶ استرس کار طولانی با کامپیوتر (که سیستم عصبی را تحریک‌پذیر می‌کند)

▶ نکتهٔ مهم: رفتار دوگانهٔ او (احترام به شما + خشونت با بچه‌ها) نشان می‌دهد مشکل،

نفرت از خانواده نیست، بلکه ایشان فقط در «مهارت والدگری» ضعیف است.

اقدامات فوری

① ایجاد منطقهٔ امن: یک اتاق یا گوشهٔ خانه را با کمک خود بچه‌ها، به شکلی طراحی

کنید که وقتی پدر عصبانی است، بچه‌ها بتوانند آنجا بروند (مثلاً با رنگ‌بندی‌های

آرامش‌بخش یا اسباب‌بازی‌های مورد علاقه‌شان)؛

② کدگذاری ارتباطی: به بچه‌ها یاد بدهید اگر پدر در آستانهٔ عصبانیت بود، با جمله‌ای

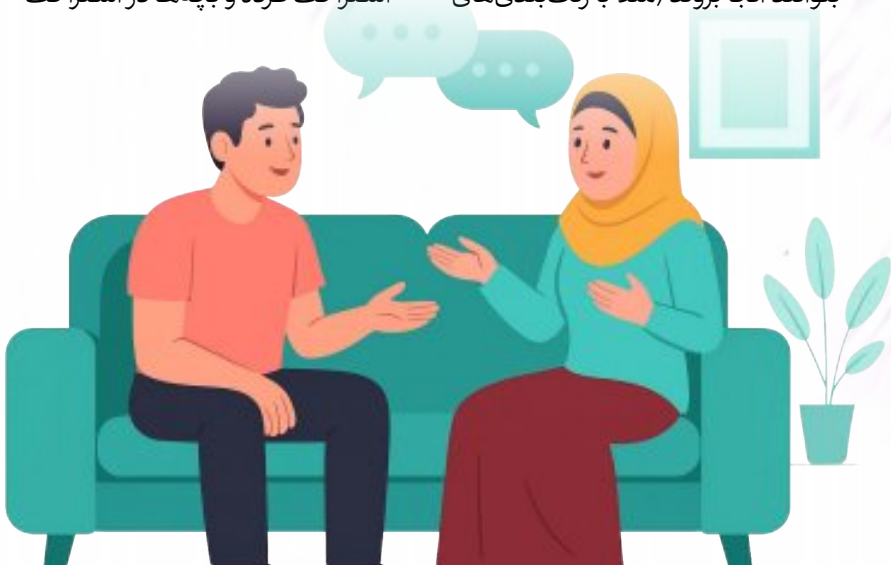
مثل «باباجون، من می‌رم آب بخورم» فضا را ترک کنند؛

③ مداخلهٔ ملایم شما: وقتی صدای همسران را می‌شنوید که بالا می‌رود،

با بهانه‌ای وارد فضای تنش شوید. این کار زنجیرهٔ خشم را می‌شکند.

گفت‌وگوی مؤثر با همسر (نه موعظه و سرزنش)

▶ زمان مناسب: یک عصر آرام که او استراحت کرده و بچه‌ها در استراحت



و خواب هستند، با هم بنشینید و

گفت‌وگو کنید؛

▸ **صحبت به روش «من‌محور»:** نگویند:

«تو بچه‌ها رو اذیت می‌کنی!» بلکه

بگویند: «عزیزم، من وقتی می‌بینم

بچه‌ها از صدای بلندت می‌ترسن، قلبم

می‌شکنه. می‌تونیم با هم فکری کنیم

که هم تو آرامش داشته باشی، هم

اون‌ها احساس امنیت کنن»؛

▸ **پیشنهاد حرفه‌ای:** اگر قبول کرد، یک

جلسه مشاوره خانوادگی پیشنهاد

بدهید با این عنوان: «بررسی تأثیر

محیط کار پراسترس روی آرامش

خانواده» (طوری که تصور نکند به او

حمله کرده‌اید).

نکته کلیدی برای خود شما

از مهارت «سکوت سازنده» استفاده کنید:

اگر همسران در لحظه خشم، بچه را به

حیاط فرستاد، شما بی‌صدا همراه بچه

بیرون بروید و به فرزندتان بگویید: «بیا با

هم تو حیاط بازی کنیم.»

این کار شما باعث حمایت از کودک

می‌شود و هم به همسران پیام می‌دهد

که شما «حامی بچه‌ها در مقابل او»

نیستید؛ بلکه همراه خانواده هستید.

راهکارهای عملی برای کاهش تحریک‌پذیری

همسر

▸ **تنظیم محیط کار:**

- استفاده از پناهگاه صوتی (هدفون‌های

جمع‌بندی

زنانی هستید که تاریخ را تغییر داده‌اند! شما امروز در جبههٔ مقدسی می‌جنگید؛ جایی که یک زن با سلاح صبر و مهربانی، قلعهٔ خشم را فتح می‌کند...

یادتان باشد تغییر چنین الگوهایی مثل کندن پوست پیاز است: لایه به لایه پیش می‌رود. اما با همین گام‌های کوچک می‌توانید فضای خانه را از زندان عصبانیت به پناهگاه امن تبدیل کنید، ان‌شاءالله!



برای مطالعهٔ بیشتر

- ▶ مهارت‌های گفت‌وگو برای زوجین، مارشال پاترسون، ترجمهٔ معصومه تهرانی جوان، انتشارات ندای کارآفرین، ۱۳۹۸؛
- ▶ روش‌های حل تعارض در روابط همسران، روح‌الله شمس، انتشارات به‌نشر، تهران، ۱۴۰۱.

این تناقض میان «همسر مهربان» و «پدر خشن» تلخ است اما اینجا چند حقیقت طلایی را باید در نظر بگیرید:

❶ این جنگ نیست؛ «ناتوانی در مدیریت هیجانات» است.

❷ شما معجزه‌گر این داستان هستید.

همین که پس از هفت سال همچنان با احترام گفت‌وگو می‌کنید، نشان می‌دهد کلید حل این معما در دستان شماست. شما پُل هستید، نه دیوار!

❸ امیدتان را گم نکنید. بدانید که هر

فرزندی که امروز اشک می‌ریزد، فردا به‌برکت صبر شما، پدري خواهد شد که می‌داند چگونه عشق بورزد.

امروز شما نه قاضی هستید، نه شاکی؛ بلکه طیب عاشقی هستید که می‌توانید همسران را از تاریکی خشم به روشنایی محبت هدایت کنید. این راه دشوار است؛ اما شما از جنس همان



فرزندان مسئول

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

مرحله انکار: «من بلد نیستم!»

این صحنه حتماً برای شما هم پیش آمده است: به فرزند نوجوانتان می‌گویید: «امروز می‌خواهم خودت لباس‌هایت را اتو کنی.» بلافاصله با این جواب مواجه می‌شوید: «اما من اصلاً بلد نیستم!» انگار واقعاً باور دارند که هیچ‌وقت نمی‌توانند این کار را یاد بگیرند.

راه‌حل

- ① باورسازی قبل از آموزش: «یادت می‌آد وقتی دوچرخه‌سواری یاد گرفتی؟ اولش سخته؛ ولی بعدش راحت می‌شه»؛
- ② الگوبرداری عملی: ابتدا خودتان کار را انجام دهید و با صدای بلند مراحلش را شرح دهید: اول تخم‌مرغ رو می‌شکنم، بعدش نمک می‌زنم، حالا حرارت رو متوسط می‌کنم... سپس بگویید: «حالا نوبت توئه. من کنارت وای می‌سم»؛
- ③ شکستن کار به مراحل ساده: به جای

تصور کنید دختر بیست‌ساله شما هنوز نمی‌داند چگونه یک نیم‌روی ساده درست کند! یا پسر جوانتان حاضر نیست برای خرید نان به نانوایی برود! این داستان غریبی نیست؛ بسیاری از والدین با این چالش روبه‌رو هستند. همه می‌گویند «فرزندم باید مسئولیت‌پذیر باشد»؛ اما پای عمل که می‌رسد، یا تسلیم می‌شوند یا ناامید.

● اما مشکل کجاست؟

قرآن پاسخ می‌دهد: «إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ»؛ «خداوند حال قومی را تغییر نمی‌دهد مگر آنکه خودشان تغییر کنند.» اما مسئولیت‌پذیری یک شبه ایجاد نمی‌شود! این فرایند مانند کاشتن بذراست: نیاز به آبیاری و نور و صبر دارد. در این مقاله هشت مرحله‌ی طلایی را بررسی می‌کنیم که به شما کمک می‌کند فرزندان مسئولیت‌پذیری تربیت کنید.

نیست اگه دفعه اول درست نشد. همه ما اولش اشتباه می‌کنیم!»؛

۶ تشویق‌های هوشمندانه: نه فقط نتیجه بلکه تلاش را تحسین کنید: «خیلی خوب داری تلاش می‌کنی. آفرین!»

به یاد داشته باشید که پشت‌هر «نمی‌توانم» ترسی نهفته است که با درک و همراهی شما به تدریج محو خواهد شد. امروز که کنارشان می‌ایستید و دستشان را می‌گیرید، فردا می‌بینید که چگونه با اعتماد به نفس از پس مسئولیت‌های زندگی برمی‌آیند.

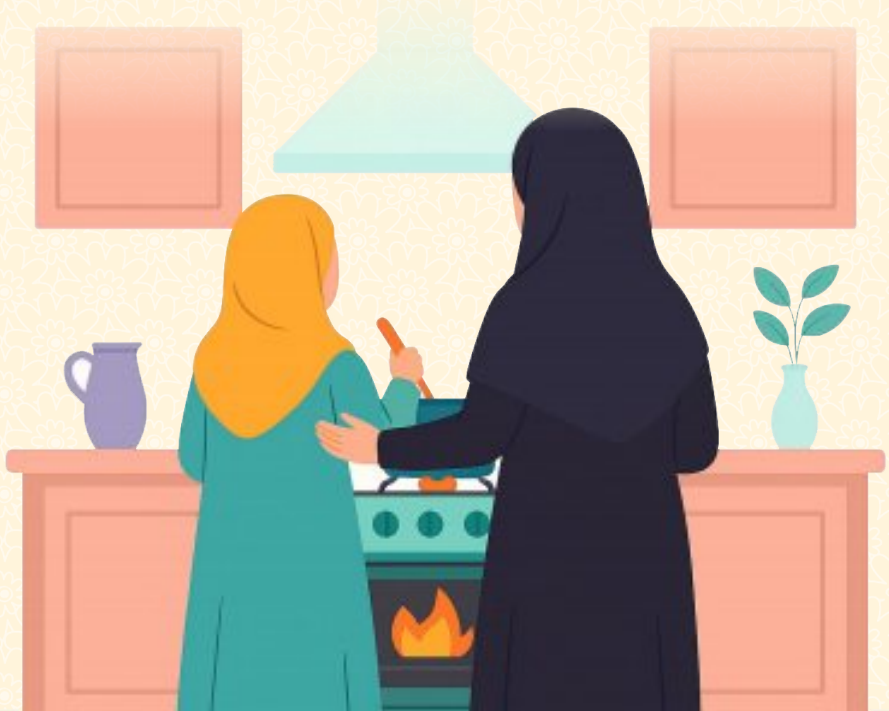
گفتن «اتاقت رو تمیز کن»، بگویید: «اول همه لباس‌ها رو توی سبد بنداز. بعدش کتاب‌ها رو مرتب کن. آخرش هم تخت رو مرتب کن!»؛

۴ استفاده از راهکار (تکنیک) «اول من، بعد تو»:

• «من این پنجره رو تمیز می‌کنم، تو اون یکی رو!»؛

• «من این سه تا بشقاب رو می‌شورم، تو اون سه تا رو!»؛

۵ ایجاد فضای امن برای اشتباه: «مهم



مرحله مقصدانستن دیگران: «تقصیر شماست!»

این مرحله از چالش برانگیزترین مراحل تربیت است. فرزند شما حالا مهارت اولیه را یاد گرفته است؛ اما به جای پذیرش مسئولیت، شروع به بازی «مقصر کیست؟» می‌کند. این واکنش طبیعی نیازمند مدیریت هوشمندانه است.

چرا فرزندان دیگران را مقصر می‌دانند؟

- ▶ سازوکار دفاعی روانی (راهی برای محافظت از خود در برابر احساس شکست)
- ▶ الگوبرداری نادرست
- ▶ ترس از قضاوت شدن
- ▶ کمبود مهارت‌های حل مسئله

راه حل

همدلی کنید: «می‌دونم سخته؛ اما لازمه»؛ فوت و فن‌های ساده را آموزش دهید (مثلاً چطور تخم مرغ را هم بزند تا خوش مزه‌تر شود).

مرحله عذر و بهانه: «من نمی‌توانم!»

وقتی فرزندان با چهره‌ای درهم و صدایی لرزان می‌گویند «من نمی‌توانم»، در واقع دارد از دیوار بلند ترس‌هایش فریاد می‌زند. اینجا نقطه‌ای است که بسیاری از والدین یا تسلیم می‌شوند یا با فشار بیش از حد رابطه را خراب می‌کنند.

این بهانه‌ها به دلایل مختلفی ایجاد می‌شود؛ مثلاً گاهی برآمده از تجربیات شکست گذشته است، گاهی ریشه در انتظارات غیرواقعی دارد^۳ یا به دلیل ترس از قضاوت یا کمبود راهبرد است.^۴

راه حل

همراهی کنید و نظارتتان غیرمستقیم باشد؛ برای اشتباه چارچوب امن ایجاد کنید: «امروز روز آزمایشگاهه. می‌تونیم سه تا تخم مرغ رو با سه روش مختلف بپزیم و ببینیم کدام بهتر می‌شه»؛

راہ حل

بگوئید: «بار اول همه همین طور بودەن.

▶ مهلت‌های مشخص و واقع‌بینانه تعیین کنید؛

دفعهٔ بعد بهتر می‌شی.»

▶ به جای گفتن «هر وقت خواستی انجام

مرحلهٔ کش دادن کار: «بعداً انجام می‌دهم!»

بده»، بگوئید: «تا ساعت پنج عصر باید اتاقت مرتب بشه»؛

این صحنه برای بسیاری از والدین آشناست: فرزندتان بالاخره قبول کرده

▶ از ساعت زنگ‌دار استفاده کنید: «من

مسئولیتی را بپذیرد؛ اما انگار همیشه

این ساعت رو روی سی دقیقه تنظیم

«الآن» وقت مناسبی برای انجام آن نیست!

می‌کنم. وقتی زنگ خورد، باید کارت رو

این بهانه‌های «بعد از این کازتون»، «بعد از

تموم کرده باشی»؛

ناهار»، «فردا صبح حتماً» و... ممکن است

روزها و هفته‌ها ادامه پیدا کند.



کار را به بخش‌های کوچک تقسیم کنید: ▶
به جای گفتن «کل اتاق رو تمیز کن»،
بگویید: «اول اسباب بازی‌ها رو جمع کن،
بعدش نوبت کتاب‌هاست»؛

▶ پیامدهای طبیعی را امتحان کنند: اگر
هنگام ناهار مسئولیت شستن ظرف‌ها
را دارد و آن را به تأخیر می‌اندازد، پس از یک

هشدار واضح، اجازه دهید با طرف‌های
کثیف (و البته بهداشتی) شام بخورد؛

▶ قاعده (سیستم) پاداش ایجاد کنید:
«اگه تا ساعت چهار تکالیف رو تموم

کنی، می‌تونیم بریم پارک.»

نکته طلایی: به یاد داشته باشید که مقاومت
امروز شما آینده‌ای روشن برای فرزندان
می‌سازد. هر بار که تسلیم می‌شوید،
به آن‌ها می‌آموزید که اصرار شما جدی
نیست؛ اما وقتی پایدار می‌مانید، درس
مسئولیت‌پذیری را عملی آموزش می‌دهید.

مرحله پذیرش واقعیت: «خب انجامش می‌دهم!»

وقتی فرزندان بالاخره (هرچند با اکراه)
می‌پذیرد که مسئولیتی را بپذیرد، در واقع در
آستانه یک تحول بزرگ قرار دارد. این لحظه



مرحله یافتن راه حل: «چطور می‌تونم بهتر

انجامش بدم؟»

این مرحله اوج زیبایی فرایند مسئولیت‌پذیری است. فرزند شما دیگر نه تنها کار را انجام می‌دهد، بلکه به فکر ارتقای کیفیت آن است. این نشانه بلوغ فکری او در قبال مسئولیت‌هاست.

پیشنهاد

او را به خلاقیت تشویق کنید؛

بگویید: «اگر راه بهتری بلدی، امتحانش کن!»

مرحله اجرای راه حل: «این بار طور دیگه انجام

دادم!»؛ رسیدن به نقطه اوج مسئولیت‌پذیری

این مرحله نقطه عطفی است که فرزند شما از «انجام‌دهنده» به «مبتکر» و (مدیر) رسیده.

او نه تنها مسئولیت را می‌پذیرد، بلکه آن را به شیوه‌ای خلاقانه بازتعریف می‌کند.

ظریفی است که نیاز به همراهی هوشمندانه شما دارد.

پیشنهاد

از پیشرفت‌های کوچک قدردانی کنید؛
نگویید «دیدی که می‌تونی؟». این جمله حس تحقیر ایجاد می‌کند.

مرحله پذیرش مسئولیت: «باشه، دفعه بعد

هم خودم انجام می‌دم!»

این لحظه طلایی زمانی است که نهال مسئولیت‌پذیری در وجود فرزندتان ریشه دوانده. او دیگر نه از سر اجبار بلکه با آگاهی و تعهد درونی می‌پذیرد که انجام برخی امور به عهده اوست. این نقطه عطفی است که نشان می‌دهد تلاش‌های شما به بار نشسته.

پیشنهاد

مسئولیت‌های متنوع به او بسپارید تا مهارت‌هایش گسترش یابد.

اگر امروز به فرزندتان پیاموزید که نیمرو بپزد، فردا می‌تواند زندگی خود را مدیریت کند. **سؤال آخر:** آیا حاضریم امروز اولین گام را برداریم؟ یا باز هم منتظر می‌مانیم معجزه‌ای رخ دهد و فرزندمان یک‌شبه مسئولیت‌پذیر شود؟! انتخاب با ماست...!



برای مطالعه بیشتر

- ▶ پرورش مسئولیت‌پذیری در کودکان و نوجوانان، سیما فردوسی، انتشارات صابرین، تهران، ۱۳۹۸.
- ▶ کودک، مسئولیت‌زدگی، مینوپرنیانی، نشر دانژه، تهران، ۱۴۰۰.
- ▶ (نقش سبک‌های فرزندپروری در مسئولیت‌پذیری نوجوانان)، محمدرضا ایمانی، مجله پژوهش‌های روان‌شناسی بالینی، ۱۳۹۹.

این لحظه‌ای است که باید با هوشمندی همراهی شود.

پیشنهاد

- ▶ بازخورد مثبت بدهید؛
- ▶ مسئولیت‌های بزرگ‌تر به او بسپارید.

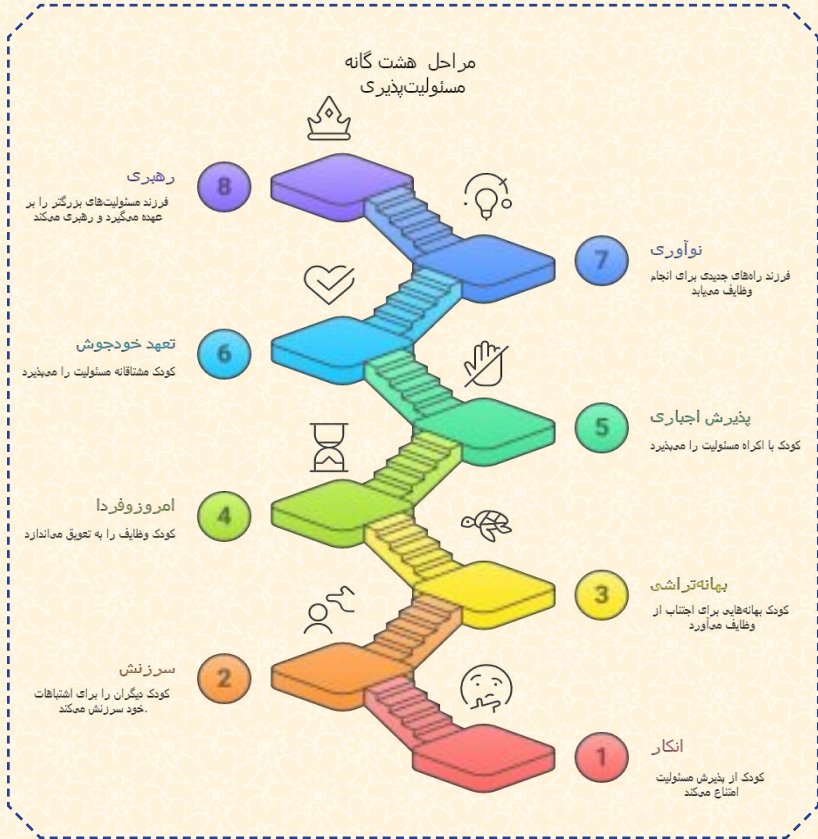
نکته نهایی

فرزندی که امروز با شوق می‌گوید «این بار جور دیگه‌ای انجام دادم!»، فردا کارآفرین یا مخترع یا رهبری خواهد بود که می‌گوید: «بیایید دنیا رو جور دیگه‌ای بسازیم!» اینجا نقطه‌ای است که مسئولیت‌پذیری به ابتکار و خلاقیت تبدیل می‌شود.

نتیجه‌گیری: تربیت فرزند مسئولیت‌پذیر ماراتن

است، نه دوی سرعت!

مسئولیت‌پذیری یک‌شبه ایجاد نمی‌شود؛ نیازمند صبر و برنامه‌ریزی و همراهی است.



پی‌نوشت

۱. رعد / ۱۱.

۲. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «كُونُوا دُعَاةَ النَّاسِ بِغَيْرِ اَلْسِنَتِكُمْ؛ مردم را با غیرزبان‌تان (با عملتان) دعوت کنید»

(اصول کافی، محمد بن یعقوب کلینی، انتشارات دار الکتب الإسلامیه، تهران، چ ۴، ۱۴۰۷ق، ج ۲، ص ۷۸).

۳. فکر می‌کند باید مثل شما که سال‌ها تجربه دارید عمل کند.

۴. واقعاً نمی‌داند چگونه از پس این کار برآید!



خانه سنگر تربیت ۱

جواد قراباغی - دانش آموخته سطح ۴ حوزه علمی، کارشناس ارشد علوم حدیث

با جمعی از پدر و مادرهای محله، دور هم جمع شده بودیم. قرار بود جلسه‌ای داشته باشیم برای بحث دربارهٔ تربیت بچه‌ها در این زمانهٔ پیچیده. حاج حسین مثل همیشه با لبخند گرمش وارد شد. سلام داد و نشست. بحث را خودش شروع کرد:

این روزها خیلی‌ها از من می‌پرسن: حاج‌آقا، چرا بچه‌ها مون این قدر زود از ارزش‌ها فاصله می‌گیرن؟! چرادیگه مثل ما فکر نمی‌کنن؟! چرا وقتی از دین و انقلاب می‌گیم، گوش نمی‌دن؟! خانم رضایی که سه تا فرزند دبیرستانی دارد، گفت:

مرزبان هستید آقای جوادی. امروز هر خونه یه سنگر شده؛ سنگر تربیت. دشمن دیگه داره از طریق گوشی، پویانمایی، فضای مجازی، تبلیغات، حتی سبک زندگی، وارد خونه‌ها می‌شه و از اونجا ارزش‌ها رو هدف می‌گیره و بچه‌ها رو طوری تربیت می‌کنه که بی تفاوت بشن، به دین، به خنواده، به فرهنگ خودشون...!

خانم محمدی گفت:

خب حاج آقا، ما باید چی کار کنیم؟! نمی‌شه که گوشی رو از بچه‌ها بگیریم! نمی‌تونیم که جلوی همه چی رو بگیریم!

بله، دقیقاً. مانمی‌تونیم فضای مجازی رو حذف کنیم؛ ولی می‌تونیم تربیت حقیقی رو از دست ندیم. حضرت علی عَلَيْهِ السَّلَامُ می‌فرمایند: (قلب نوجوان مثل زمین آماده کشت است: هرچه در آن بکاری، همان رشد می‌کند.) اگه ما ارزش‌ها، محبت، دیانت، استقلال و مقاومت رو

حاج آقا، من خودم هرچی از نماز و حجاب و احترام به پدر و مادر می‌گم، انگار حرفم دیگه براشون بی‌معنی شده. با دوست‌هاشون که حرف می‌زنن، با گوشی‌ای که توی دستشونه، انگار یه دنیای دیگه دارن! اصلاً انگار ما رو نمی‌بینن! حاج حسین با دقت گوش داد. بعد از کمی سکوت گفت:

ببینید بزرگواران، این چیزیه که بهش می‌گن «نبرد تربیتی»؛ یعنی خنواده امروز شده سنگر جنگی که شاید صدش مثل جنگ‌های قدیمی بلند نباشه اما اثرش خیلی عمیق‌تره. امروز دشمن اومده سراغ دل‌ها و ذهن‌ها، و اول جایی که هدف می‌گیره، خنواده‌ست.

آقای جوادی که کارمند بازنشسته آموزش و پرورش است گفت:

یعنی حاج آقا، دشمن حالا با خنواده‌ها می‌جنگه؟! چطوری؟! ماکه مرزبان نیستیم!

چی یاد می‌گیره؟! اگه مادر وقتش رو فقط با شبکه‌های سرگرمی بگذرونه، بچه چی می‌فهمه؟! تربیت یعنی همراهی، یعنی عمل؛ نه فقط حرف! آقای جوادی گفت: پس یعنی خونه میدون نبرد تربیت شده، نه فقط محل استراحت!

دقیقاً. خونه شده خط مقدم جنگی که بین ارزش‌های اسلامی و هجوم فرهنگ غربی در جریانیه. امام خامنه‌ای عظمته الله فرمودن:

توی قلب فرزندمون بکاریم، دشمن هرچی هم بکاره، بی‌ثمر می‌مونه. یکی از مادرها گفت: یعنی باید بیشتر با بچه‌ها حرف بزنیم؟

نه فقط حرف زدن؛ باید باهاشون زندگی کنیم. باید پدر و مادر الگوی رفتاری باشن. اگه ما خودمون درست با فضای مجازی برخورد کنیم، فرزندمون هم یاد می‌گیره. اگه پدر جلوی بچه بشینه و فقط اخبار ناامیدی ببینه، بچه



خانم رضایی گفت: یعنی اول باید خودمون رو درست کنیم، بعد بچه هامون رو!

آفرین! دقیقاً همین طوره. خانواده‌ای که خودش با خدا ارتباط داشته باشه، نماز رو سبک نشمره، وقت بذاره برای تربیت فرزند، اون خانواده خودش می‌شه خاکریز مستحکم؛ چون همون طور که امام خمینی علیه السلام فرمودن، «از دامن زن، مرد به معراج می‌رود»؛^۳ یعنی تربیت توی خانواده آغاز راه تعالیه.

جلسه که تموم شد، دل هامون گرم‌تر از قبل بود. حاج حسین موقع خداحافظی گفت:

خانواده‌ها اگه سنگرشون رو محکم نگه دارن، این جنگ رو حتماً می‌بریم. فقط باید آگاه باشیم، مسئول باشیم و اهل عمل.

اگر خانواده سالم باشد، جامعه سالم خواهد بود.»^۱ یعنی خانواده باید سنگر اصلی باشه. مادری که ایمان و محبت رو به بچه یاد می‌ده، پدری که با غیرت و معرفت کنار فرزندشه، این‌ها قهرمان‌های جنگ تربیتی‌ان. جمع کمی ساکت شد. بعضی‌ها با فکر عمیق نگاه می‌کردن، بعضی‌ها با نگرانی. حاج حسین ادامه داد:

دشمن امروز دنبال اینه که خانواده‌ها بی تفاوت بشن، بچه‌ها بی‌ریشه بار بیان، پدر و مادر خسته و کلافه باشن یا درگیر روزمرگی بشن. اما ما باید بدونیم اگه توی خونه عشق، ایمان، ادب، دیانت، عزت و احترام باشه، هیچ دشمنی نمی‌تونه بچه هامون رو آزمون بگیره.

پی‌نوشت

۱. نهج البلاغه، نامه ۳۱.

۲. دفتر حفظ و نشر آثار آیت‌الله العظمی خامنه‌ای علیه السلام: <https://B2n.ir/tu9921>.

۳. صحیفه نور، امام خمینی علیه السلام، ج ۷، ص ۳۴۱.



علی سعدی

راز آن اتاق کوچک

زمین تا سقف چیده شده بودند و در هر گوشه‌اش یادداشتی چسبیده بود با آیه‌ای یاروایتی.

آن روز قرار بود یک خانواده به دیدنم بیایند: پدر و مادری جوان با سه فرزند که می‌خواستند دربارهٔ «مسیر طلبگی»

هوا سرد بود. باران پاییزی قم، آرام روی شیشه‌های پنجره می‌غلتید. من پشت میز چوبی کوچکم نشسته بودم، با یک فنجان چای داغ و چند جلد کتاب درسی باز. اتاقم بیشتر شبیه یک «پناهگاه فکری» بود تا محل زندگی. کتاب‌ها از

خانم زهرا هم اضافه کرد: «ما شنیده‌ایم طلبه‌ها زندگی‌شان سخت است: ازدواج، مسکن، درآمد و... نمی‌خواهیم بچه‌مان در آینده پشیمان شود!»

علی، پسرشان، با چشمانی کنجکاو به من نگاه می‌کرد. انگار می‌خواست بگوید: «آقا، واقعاً می‌خواهم بروم حوزه؛ اما نمی‌دانم چه می‌شود...»

در آن لحظه فهمیدم این فقط یک مشاوره معمولی نیست. اینجا ترس از آینده با آرزوهای قدیمی گره خورده بود. باید کاری می‌کردم.

به‌جای اینکه مستقیم جواب بدهم، از آن‌ها خواستم چشمانشان را ببندند. «فرض کنید ده سال گذشته و علی یک طلبه جوان ۲۴ ساله است. تصور کنید او چه شکلی است، کجاست، چه کاری کند.»

سکوت معناداری حاکم شد. بعد از چند ثانیه، آقای محمدی آهسته گفت: «می‌بینمش در حجره کوچکی، با لباس

مشورت بگیرند. اما نمی‌دانستند که این گفت‌وگو نه فقط یک مشاوره ساده بلکه شروع یک دگردیسی خانوادگی خواهد بود...

در اتاق باز شد. آقای محمدی، مردی میان‌سال با محاسنی کم‌پشت، همسرش خانم زهرا با چادر مشکی ساده، و سه فرزندشان، علی چهارده‌ساله، فاطمه دوازده‌ساله و کوچولویشان، مهدی پنج‌ساله. چهره‌هایشان مخلوطی از امید و ترس بود.

انگار می‌خواستند بپرسند: «آیا این راه راه ماست؟»

پس از تعارفات معمول، آقای محمدی شروع کرد:

«حاج‌آقا، من کارمند بانکم. زندگی‌ام می‌گذرد؛ اما همیشه دلم برای طلبگی می‌تپد. می‌خواهم پسر، علی، را به حوزه بفرستم؛ اما...»

صدایش لرزید: «اما می‌ترسم آینده‌اش تباه شود!»

روحانیت، کتاب‌های زیاد دوروبرش... اما چهره‌اش آرام است.»

خانم زهرا ادامه داد: «بله... و فاطمه و مهدی هم در کنارش. انگار همه با هم خوشحال‌اند.»

علی هم هیجان‌زده گفت: «من دارم برای بچه‌ها تفسیر قرآن می‌گویم...»

لبخند زد. «پس شما همین حالا هم آینده را می‌بینید! مشکل ترس است، نه مسیّر!»

این راهکار ساده، «تصویرسازی ذهنی»، به آن‌ها کمک کرد تا احساس کنند طلبگی فقط مشکل نیست؛ یک انتخاب آگاهانه است!

حالا نوبت من بود. گفتم: «اجازه بدهید خاطره‌ای از خودم بگویم: سال اول طلبگی‌ام پدرم سکنه کرد. مجبور شدم هر هفته به شهرستان بروم و برگردم. بعضی شب‌ها گرسنه می‌خوابیدم؛ چون پول غذا نداشتم!»

خانواده محمدی با تعجب نگاهم کردند. «پس چرا ادامه دادی؟!»

«چون یک شب پیرمردی در کتابخانه مسجد انگشتش را روی آیه‌ای گذاشت و خواند: ﴿مَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا وَ يَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ﴾؛ «هرکس تقوا پیشه کند، خداوند برایش بیرون شدن [از تنگناها را] قرار می‌دهد و از جایی که فکرش را نمی‌کند، روزی‌اش می‌دهد.» آن شب فهمیدم خدا قرارداد بیمه ندارد اما قرارداد اطمینان دارد!

این داستان، ترس اقتصادی آن‌ها را هدف گرفت. گفتم: «طلبه‌ها فقیر نیستند؛ بلکه متفاوت زندگی می‌کنند. خدا هم همیشه یاورشان است. از طرفی دوستان طلبه زیادی دارم که با وضع مالی بسیار خوب آمده‌اند و طلبه‌های خوب و موفقی هستند.»

بعد رو به بچه‌ها کردم و گفتم: «علی، تو دوست داری طلبه شوی؟»

این راه یک سبک زندگی است.»
خانم زهرا هم اضافه کرد: «حالا می فهمم که
اگر خدا بخواهد، روزی ما را هم می رساند.»
علی با شوق پرسید: «پس من می توانم
بروم حوزه؟!»
من فقط گفتم: «بله... اما به سه شرط:

- ▶ اول: هر ماه با هم یک کتاب داستان
دینی بخوانید؛
- ▶ دوم: هفته ای یک بار، علی برای
خانواده اش یک حدیث توضیح بدهد؛
- ▶ سوم: همیشه یادتان باشد طلبگی
«خدمت» است، نه شغل!»

آن‌ها با چهره‌های روشن از اتاق خارج
شدند. باران قطع شده بود و آفتاب پشت
ابرها خودنمایی می کرد.



علی کمی ترسید؛ اما فاطمه (خواهرش)
سریع گفت: «آقا، من هم می خواهم
مبّلع شوم!»
همه خندیدند. گفتم: «پس بیا یک
بازی کنیم...» یک کاغذ برداشتم و از
هر کدام خواستم سه ویژگی یک طلبه
موفق را بنویسد.

آقای محمدی نوشت: «اخلاق خوب،
استقامت، توکل به خدا.»
خانم زهرا نوشت: «صبر، مدیریت خانه،
ارتباط خوب با مردم.»
علی هم با خط بچگانه اش نوشت: «خنده رو
بودن، ورزش کردن، کمک به ماما.»

این کار حس مالکیت را در آن‌ها ایجاد کرد.
گفتم: «خب حالا شما خودتان می دانید یک
طلبه خوب چه شکلی است!» پس «طلبه
شدن یک ماجراجویی خانوادگی است!»
در پایان، آقای محمدی آهی کشید و گفت:
«حاج آقا، ما فکر می کردیم طلبگی یعنی
فقط درس و سختی؛ اما شما نشان دادید

پیام پایانی

و مطالعات اسلامی باقرالعلوم علیه السلام،
تهران، ۱۳۹۹.

۲. طلبه و روحانی موفق؛ راهنمایی،
اهداف، شرایط، بایسته‌ها و نبایسته‌ها
در حوزه روحانیت شیعه، عباس
رحیمی، نشر جمال، ۱۳۹۸.

طلبه شدن یک تصمیم فردی نیست؛ یک
عزم خانوادگی است. اگر خدا را در کنار خود
بینید، هیچ ترسی نمی‌ماند... به جز ترس از
فرصت‌هایی که از دست می‌دهیم!



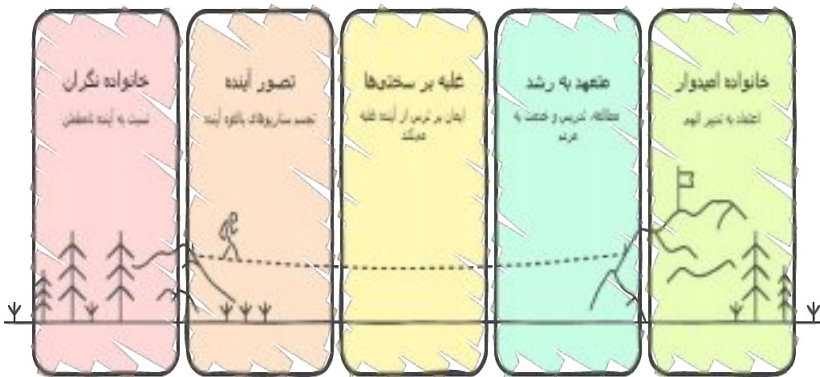
برای مطالعه بیشتر

۱. زندگی مطلوب طلبه، محمدرضا فلاح
شیروانی، انتشارات پژوهشکده تبلیغ

پی‌نوشت

۱. طلاق / ۲ و ۳.

مراحل تصمیم‌گیری برای آینده



فراخوان مقالات

ماهنامه خانواده‌مبلغان

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

موضوعات فراخوان:

۱. بیان تجربیات تبلیغی خانواده مبلغان و روحانیون؛
۲. تفریحات سالم برای خانواده مبلغ در محیط تبلیغی؛
۳. کودکی و نوجوانی فرزندان مبلغان؛ ویژگی‌ها و نیازها؛
۴. مدیریت روابط خانواده طلاب و مبلغان با خویشاوندان؛
۵. تبیین ارزش و آثار تبلیغ برای خانواده و فرزندان مبلغان؛
۶. تبیین ظرفیت‌های تبلیغی اعضای خانواده طلاب و مبلغان؛
۷. نیازهای آموزشی، مهارتی و هنری خانواده طلاب و مبلغان؛
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 مبلغان (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 مبلغان؛
- ❖ 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



۰۲۵-۳۱۳۳۵۶۵

@Ammar_1985

www.mobaleghankhanvade.ismc.ir



● با مراجعه به هر کانال می توانید از محتوا و

مقالات نشریات مرکز پژوهش‌های تبلیغی مجتمع

آموزشی پژوهشی تبلیغ به صورت رایگان استفاده کنید.

۱ کانال آرشیو ماهنامه سفیر-امین:

<https://eitaa.com/safiraminMagazine>

۲ کانال ماهنامه خانواده-مبلغان:

<https://eitaa.com/khanevademoballegban>

۳ کانال فصلنامه علمی پژوهشی مطالعات-تبلیغ-دیجی:

<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>

