

۲۲۷

اشنا

ماهنامه فرهنگی اجتماعی، سال سی و دوم

آذرماه ۱۴۰۲، قیمت: ۲۰۰۰۰ تومان



پاداش رسالت محمد این بود؟!

مادر آفتاب

از مادران غزه خواهیم ■ نقش شما در نقاشی‌ها ■ دوران گوگلی شدن آدم‌ها

اگر احساس گناه کردی حتماً به همسرت بگو / نگو ■ عمه فضوله!

۱۴۰۲/۹/۱
OKHAMEHEL.IR



رهبر انقلاب اسلامی:
رژیم صهیونیستی در طوفان الاقصی ضربه فنی شد.





محور فامیل ماندگار تاریخ



یک وقت انسان فکر می کند که شوهرداری، یعنی انسان در آشپزخانه غذا را بپزد، اتاق را تر و تمیز و پتو را پهن کند و مثل قدیمی ها تشکچه بگذارد که آقا از اداره یا از دکان بیاید! شوهرداری که فقط این نیست، شما ببینید شوهرداری فاطمه زهرا علیها السلام چگونه بود. در طول ده سالی که پیامبر در مدینه حضور داشت، حدود نه سالش حضرت زهرا و حضرت امیرالمؤمنین علیهما السلام با همدیگر زن و شوهر بودند. در این نه سال، جنگ های کوچک و بزرگی ذکر کرده اند - حدود شصت جنگ اتفاق افتاده - که در اغلب آن ها هم امیرالمؤمنین علیه السلام بوده است. حالا شما ببینید، او خانمی است که در خانه نشسته و شوهرش مرتب در جبهه است و اگر در جبهه نباشد، جبهه لنگ می ماند - این قدر جبهه وابسته به اوست - از لحاظ زندگی هم وضع روبه راهی ندارند؛ همان چیزهایی که شنیده ایم: «و يطعمون الطعام علی حبه مسکینا و یتیمنا و اسیراً انما نطعمکم لوجه الله»؛ یعنی حقیقتاً زندگی فقیرانه محض داشتند؛ در حالی که دختر رهبری هم هست، دختر پیامبر هم هست، یک نوع احساس مسئولیت هم می کند. ببینید انسان چقدر روحیه قوی می خواهد داشته باشد تا بتواند این شوهر را تجهیز کند؛ دل او را از وسوسه اهل و عیال و گرفتاری های زندگی خالی کند؛ به او دلگرمی دهد؛ بچه ها را به آن خوبی که او تربیت کرده، تربیت کند. حالا شما بگویید امام حسن و امام حسین علیهما السلام امام بودند و طینت امامت داشتند؛ زینب علیها السلام که امام نبود. فاطمه زهرا علیها السلام او را در همین مدت نه سال تربیت کرده بود. بعد از پیامبر هم که ایشان مدت زیادی زنده نماند.

این طور خانه داری، این طور شوهرداری و این طور کدبانویی کرد و این طور محور زندگی فامیل ماندگار در تاریخ قرار گرفت. آیا این ها نمی تواند برای یک دختر جوان، یک خانم خانه دار یا مشرف به خانه داری الگو باشد؟

(سخنرانی در تاریخ ۱۳۷۷/۲/۷)



ماهنامه فرهنگی اجتماعی، سال سی و دوم

شماره ۲۲۷، آذر ۱۴۰۲

مدیر مسئول: کاظم زنگنه

سردبیر: اصغر عرفان

مدیر داخلی: هادی عبدالرحیمی

گرافیسیت و صفحه آرا: محمد صداقت

همکاران تحریریه: زهرا وافر، حسن مددخانی، فرحناز ایوبی،

عبدالله نیازی، طه‌ورا حیدری، محمدحسین قدیری

نمونه خوان: سید عبدالرسول موسوی فرد

تصویرساز: مرتضی حیدرزاده


نویسندگان و مشتاقان همکاری محتوایی و هنری با نشریه

می‌توانند پرسش‌های خود را در این زمینه هر روز از ساعت ۱۴

الی ۱۸ با ما در میان بگذارند.

شماره تماس تحریریه:

۰۹۳۶۱۷۳۰۳۶۵

 @ShamimeAshena

اگر نرم‌افزار بارکدخوان (QR & Barcode scanner) را در گوشی‌تان دارید که خدا را شکر! در غیر این صورت آن را از کافه‌بازار یا ایران‌اپس یا لینک زیر دانلود کرده و در گوشی نصب کنید.

<https://yun.ir/ashena>

۲



در این شماره مجله آشنا، چند مطلب دیدنی و شنیدنی هم داریم که بارکدهایش را در برخی صفحه‌های مجله می‌بینید.

۱





۳۸



۳۴



۲۳



۱۳



۵۶



۵۱



۴۸



۴۰



۷۷



۶۸



۶۶



۶۰

می‌تونید کلیپ‌هارو به صورت دسته‌جمعی ببینید یا با دوستانتون به اشتراک بذارید.



حالا یک کلیپ جذاب و دیدنی‌رو به شما نشون می‌دهد و کافیه اون رو اجرا کنید. البته قبل از اجرا، از اتصال گوشیتون به اینترنت مطمئن شوید.



حالا با استفاده از این نرم‌افزار، بارکدهای موجود در نشریه را اسکن کنید و روی لینکی که می‌دهد کلیک کنید.



پیام‌های آشنا

از حرف‌هایی که به ما رسیده و از پیام‌هایی که برای ما فرستاده‌اید، فهمیده‌ایم که «آشنا» به مهر، جایی در دل شما باز کرده است. ما از این اتفاق خرسندیم و با این موج مثبت دلگرمی، سختی‌های پیش‌رو را آسان می‌بینیم. هر شماره چشم‌انتظار نقل‌های تازه شما، نقدهای سازنده‌تان و حتی نق‌هایی می‌مانیم که می‌فهمیم از سر صمیمیت می‌زنید.

خانواده و... باشد. الحمدلله در این موضوعات نشریات و کتاب‌های تخصصی بسیار منتشر شده است.

۹۱۷۹۰۰۰۱۴۹

خدا قوت! چطور همیشه مجله آشنا رو تهیه کرد؟ آشنا: از طریق مراکز فرهنگی خود پیگیر دریافت مجله باشید؛ البته بدانید شمارگان مجله محدود است و توصیه ما دانلود نسخه الکترونیکی مجله از کانال و سایت شمیم آشناست که نشانی‌اش را در همین دو صفحه آورده‌ایم.

۹۳۷۹۰۰۰۴۶۱

با تقدیر و تشکر از تمام همکاران و زحمتکشان مجله آشنا ما در خراسان رضوی شهرستان قوچان روستایی دورافتاده هستیم که فضای مجازی امکان ندارد. الان دو سال است از آشنا بی‌خبریم. خواهش مندم یک شماره حساب بدهید ما سالیانه هزینه آشنا و پول پست را پرداخت کنیم برایمان ارسال کنید. ممنون می‌شویم.

محمد صادقی ناوخی

آشنا: با احترام به دغدغه‌های شما عزیزان، متأسفانه به دلیل پاره‌ای از ملاحظات، امکان اشتراک نشریه فعلاً وجود ندارد.

۹۱۶۳۰۰۰۵۸۳

به ماهنامه آشنا دسترسی منظم نیست گاهی به‌طور اتفاقی دست یکی از همکاران دیده می‌شود. لطفاً در حد توان بررسی نمایید. متشکریم!

بازنشسته، شهرستان خرمشهر

۹۳۸۸۰۰۰۹۴۶

گنجینه‌ای به نام آشنا چرا باید بین همگان نباشد؟! بیشترین جواب‌های جوانان تو دل آشناست!

بیشترین جواب‌های جوانان تو دل آشناست!

از میان صدها پیام شما خوبان

۹۰۱۶۰۰۰۵۶۶

با تشکر بابت تغییرات جدید و نوین‌سازی مجله. خدمتون عرض کنم در خصوص صفحه «اگر ایران نبود» آدرس‌های اینترنتی‌اش یا بارکدخوان رو برا همه موضوعات فعال کنید. بعضاً واسه اقناع یه نفر اگه با مدرک و دلیل منطقی صحبت بشه راحت‌تر قبول می‌کنه و...

آشنا: هم به دلایل فنی و هم برخی ملاحظات دیگر این امکان را نداریم. حضور چنین صفحاتی در آشنا صرفاً ارائه محتوا به مخاطبان در راستای افزودن بینش‌ها و کد دادن به این عزیزان برای پی‌گیری و جست‌وجوهای بیشتر در منابع اصلی و رسمی است.

۹۱۸۸۰۰۰۱۸۵

با سلام و تشکر از مجله متنوع آشنا، جای جهاد تبیین و آموزش سواد رسانه و دستاوردهای انقلاب و مقابله با تطهیر غرب و پهلوی کاملاً خالی است؛ زیرا این محورها محورهای اصلی جنگ شناختی دشمن در رسانه‌هاست.

آشنا: در حد توان و بضاعت نشریه به این مسائل هم پرداخته‌ایم و ان‌شاءالله در آینده نیز چنین خواهیم کرد، اما به نشریه خانوادگی آشنا حق بدهید که اولویت‌هایش مسائلی چون سبک زندگی اسلامی، آموزش‌های کاربردی

۹۱۳۶۰۰۰۱۷۰

خواهشمندم درباره گفت‌وگو با همسر بیشتر مطلب بنویسید. پاسداران مشکلات خانوادگی زیاد دارند...

۹۱۳۷۰۰۰۰۲۶

از یک مرکز حوزوی مزاحتون میشم. می‌خواستم اگر اماکنش هست از مطالبتون البته با ذکر منبع استفاده کنم. آشنا: از همه کسانی که در نشر مطالب آشنا به ما یاری می‌دهند، تشکر می‌کنیم.

۹۱۳۷۸۰۰۰۴۲۹

لطفاً در تعداد چاپ مجله آشنا مدیریت کنید تا به دست خواننده واقعی برسد. مواظب بیت‌المال باشید چه تعداد مجله‌هایی که دست‌نخورده رها شده... مطالبتون هم خشک و کلیشه‌ایه. آشنا: ما همواره با پیام‌های پرشمار مخاطبانی روبه‌رو هستیم که از نرسیدن مجله یا کمبود آن گلایه دارند. لطفاً این موضوع را با مدیران مراکز فرهنگی خودتان مطرح کنید تا با مدیریت بهتر توزیع بتوانیم نشریه را به دست مشتاقان واقعی برسانیم.

۹۱۴۱۰۰۰۰۱۵

با تشکر از اهالی آشنا ما مطالب شما را می‌خوانیم و لذت می‌بریم سلامتی شما مهربانان را از خدا می‌خواهیم. روح‌الله از مشکین شهر زیبای اردبیل

۹۲۲۳۰۰۰۰۷۶۴

دمتون گرم! مطالبی که به خانواده‌ها در مقابل هجمه‌های سنگین علیه حجاب کمک می‌کند مثل این آشنای شماره ۲۲۶ لطفاً ادامه‌دار باشه.

مصطفی (خرم‌آباد)

۹۱۰۳۰۰۰۰۴۳۸

با تشکر بابت تهیه و توزیع مجله آشنا. جای کار برای کودکان در این مجله مغفول مانده و پیشنهاد می‌گردد، مجله‌ای مخصوص کودکان تهیه و ارسال شود. در این فضای تبلیغاتی مسموم دشمن این کار از واجبات است.

۹۱۲۰۰۰۰۰۶۸

چرا برندگان مسابقه مجله آشنا را چند شماره است اعلام نمی‌کنید؟

آشنا: بعد از پایان تاریخ ارسال پاسخ‌ها و بررسی نتایج، در اولین فرصت برندگان در سایت شمیم معرفی می‌شوند و در کانال شمیم آشنا نیز چندین بار این موضوع اطلاع‌رسانی می‌شود.

۹۱۶۳۰۰۰۰۱۳۵

جای یک جدول در مجله وزین شما به‌شدت خالی، با اختصاص یک صفحه جدول مطمئناً بر مخاطبان این مجله افزوده می‌شود و به اهداف والایتان در روشنگری یک‌قدم نزدیک‌تر خواهید شد.

۹۳۰۲۰۰۰۰۸۸۵

مجله‌تون عالی و بی‌نظیر است، حرف‌به‌حرفش ارزشمند و جای تأمل داره، خدا خیر دنیا و آخرت بده.

۹۳۸۳۰۰۰۰۱۳۵

بی‌زحمت یک صفحه هم به جدول و سرگرمی‌های فکری اختصاص دهید. آشنا: با توجه به محدودیت صفحات نشریه، فعلاً آوردن جدول یا مباحث سرگرمی در اولویت نیست.



۹۱۷۷۰۰۰۰۱۵۵

یکی از دغدغه‌های رهبری، توجه نکردن به طب ایرانی اسلامی است. چرا شما به این موضوع نمی‌پردازید؟ مجید الله‌وردی از شیراز

۹۹۳۴۰۰۰۰۱۱۰

پیش مردم کج مکن گردن که حیرانت کنند آبرویت برده و بدتر پشیمانان کنند سفره دل باز کن در هنگام سجود پیش الله کن گدایی تا که سلطانت کند محمدباقر طاووسی ۱۱ ساله از ملارد

۹۱۷۲۰۰۰۰۲۲۰

بچه اول رو برای دل خودت میاری! بچه دوم رو به خاطر بچه اولت میاری (همبازی‌اش باشه)! بیا سومی رو به خاطر رضای خدا و خشنودی قلب امام زمانت بیاور.



حرف‌های ساده خدا

چند درس از آیه‌های قرآن

حسن مددخانی

کسی که با خدا حرف نمی‌زند، حرفی از خدا نمی‌زند، کلام خدا را نمی‌خواند و کلام او را هم به دیگران نمی‌رساند، انتظار نداشته باشد با خدا هم کلام شود، اما برخی‌ها: «مِنْهُمْ مَنْ كَلَّمَ اللَّهُ؛ از آنان کسی است که خدا با او سخن گفت.»

بقره، آیه ۲۵۳

در کلاس صبر اگر حاضر باشی، حضور خدا را حس خواهی کرد: «وَاللَّهُ مَعَ الصَّابِرِينَ؛ و خدا با صابران است.»

بقره، آیه ۳۴۹

از آثار توکل و ایمان و از تجربه‌های موفق بگویم تا پیروزی‌های تازه را تجربه کنیم: «كَمْ مِنْ فِئَةٍ قَلِيلَةٍ غَلَبَتْ فِئَةً كَثِيرَةً بِإِذْنِ اللَّهِ؛ چه بسیار گروه‌های کوچکی که به فرمان خدا، بر گروه‌های عظیمی پیروز شدند.»

بقره، آیه ۳۴۹

موفقیت‌ها، پیروزی‌ها و حتی شکست دادن رقیبان یا دشمنان را به خودت نسبت نده؛ همه چیز با لطف و یاری خداست. گاهی ما بر دشمن ظاهر پیروز می‌شویم، ولی از نفس خود شکست خورده‌ایم: «فَهَزَمُوهُمْ بِإِذْنِ اللَّهِ؛ پس آنان را به توفیق خدا شکست دادند.»

بقره، آیه ۲۵۱

این اصل را فراموش نکن: آن‌که تکیه‌گاهش خدا نیست، نمی‌تواند تکیه‌گاه خوبی برای ما باشد: «وَلَعَبْدٌ مُؤْمِنٌ خَيْرٌ مِنْ مُشْرِكٍ وَلَوْ أَعْرَبَكُمْ؛ بنده مؤمن بهتر از مشرک است، هر چند (مال و موقعیت و زیبایی او) شما را به شگفتی آورد.»

بقره، آیه ۲۲۱

گاهی تلاش می‌کنیم ثابت کنیم فلان زمین و فلان سرزمین، فلان خانه و فلان آشیان به ما تعلق دارد، اما ذره‌ای به این فکر نمی‌کنیم که ما به چه کسی تعلق داریم! «إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ؛ ما از آن خدا هستیم و به‌سوی او بازمی‌گردیم.»

بقره، آیه ۲۵۵

به کسانی رأی دهیم که برای روشن نگه‌داشتن چراغ «خانه خدا» تلاش می‌کنند، نه برای روشن نگه‌داشتن چراغ «خانه خودشان». «الَّذِينَ إِن مَكَانَهُمْ فِي الْأَرْضِ أَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ...؛ همان کسانی که هرگاه در زمین به آن‌ها قدرت بخشیدیم، نماز را برپا می‌دارند، و زکات می‌دهند.»

حج، آیه ۴۱

اهل ایمان در همه پدیده‌ها نشانه‌های خدا را می‌بینند، اما بی‌ایمانان، هر پدیده و اتفاقی را طوری تفسیر و توجیه می‌کنند که هیچ نام و نشانی از خدا در آن نباشد: «إِن فِي ذَلِكَ لَآيَةً لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ؛ در این موضوع، نشانه‌ای (روشن) برای شماست؛ اگر ایمان داشته باشید.»

بقره، آیه ۳۴۸

خدا همه چیز را می‌داند؛ پس همه چیز را از او بدانیم و از او بخواهیم: «يَعْلَمُ مَا بَيْنَ أَيْدِيهِمْ وَمَا خَلْفَهُمْ؛ خدا آنچه را پیش روی مردم است و آنچه را پشت سر آنان است و نسبت به آنان دور و پنهان است، همه را می‌داند.»

بقره، آیه ۲۵۵

همین که بدانیم نگاه و نظارت خدا همه جا هست، از نگاه‌ها و رفتارهای خود بیشتر مراقبت می‌کنیم: **«وَاتَّقُوا اللَّهَ وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ»**؛ و از خدا پروا کنید و بدانید یقیناً خدا به آنچه انجام می‌دهید، بیناست». بقره، آیه ۳۳



۲ دقیقه

وقتی خواستند معرفی‌ات کنند، «ایمان» و «نماز» و «کمک به دیگران» سه ویژگی منحصر به فرد تو باشد:

«الَّذِينَ يُؤْمِنُونَ بِالْغَيْبِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنْفِقُونَ»؛ آنان که به غیب ایمان دارند و نماز را برپا می‌دارند و از آنچه به آنان روزی داده‌ایم، انفاق می‌کنند». بقره، آیه ۳

امیدوارم جزو آن اکثریتی نباشیم که نعمت‌های کثیر خدا را می‌بینند، ولی شکر او را به جا نمی‌آورند: **«إِنَّ اللَّهَ لَكَدُوفُضِّلَ عَلَى النَّاسِ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَشْكُرُونَ»**؛ خداوند نسبت به بندگان خود احسان می‌کند؛ ولی بیشتر مردم، شکر (او را) به جا نمی‌آورند».

بقره، آیه ۲۴۳

معجزه ایمان این است که به عمل یک دقیقه‌ای ارزش میلیاردی می‌دهد، و از خسارت کفر و گناه این است که عمل هشتادساله را با خاک یکسان می‌کند: **«وَمَنْ يَرْتَدِدْ مِنْكُمْ عَنْ دِينِهِ فَيَمُتْ وَهُوَ كَافِرٌ فَأُولَئِكَ حَبِطَتْ أَعْمَالُهُمْ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ»**؛ و از شما کسانی که از دینشان برگردند و در حال کفر بمیرند، همه اعمال خوبشان در دنیا و آخرت تباه و بی‌اثر می‌شود».

بقره، آیه ۲۱۷

وقتی احساس ناامیدی به سراغت آمد، کمی برای خدا کار کن؛ امید به سراغت خواهد آمد:

«إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَالَّذِينَ هَاجَرُوا وَجَاهَدُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أُولَئِكَ يَرْجُونَ رَحْمَتَ اللَّهِ»؛ کسانی که ایمان آورده و کسانی که هجرت کرده و در راه خدا جهاد نموده‌اند، آن‌ها امید به رحمت پروردگار دارند».

بقره، آیه ۲۱۸

تلنگرهای آشنا

از نکته‌های ساده، ساده نگذیریم،
حتی درهای بزرگ
با کلیدهای کوچک
باز می‌شوند.



شیرین گندمک

رزمنده‌ها کم کم سوار اتوبوس می‌شدند. بابا خیلی فرصت نداشت.

من موقع خداحافظی، جایم را توی بغل بابا خوش دیده بودم. مامان خیلی سعی می‌کرد که به بهانه‌های مختلف و با وعده‌های چرب و شیرین از بغل او جدایم کند، ولی نه بابا دل می‌کند و نه من. همین‌طور که توی بغلش بودم من رو به اون طرف خیابان برد و از مغازه برایم یک بسته پفک و شیرین گندمک خرید.

من هم توی عالم بچگی‌ام، خوراکی‌ها را گرفتم و آغوش گرمش را رها کردم.

همیشه به خاطر این‌که با چند تا دانه پفک و شیرین گندمک از بابا جدا شدم، خودم و بچگی‌ام را نفرین می‌کنم. دانه گندمکی حضرت آدم را از بهشت جدا کرد و دانه شیرین گندمی، مرا از بابا...

کتاب گل‌پر، ص ۸۵ (خاطره فرزند شهید)



اگر مرا دوست داری

بابا هرگز مرا ندید حتی عکسم را...

من هم هیچ‌گاه پدرم را ندیدم، جز از روی عکسش. او فقط دو جمله با من حرف زده آن هم از روی وصیت‌نامه...

«دخترم از راه دور می‌بوسمت و با چشمی اشک‌بار می‌گویم که من نه دوستدار تو بلکه عاشق توأم... تو هم اگر مرا دوست داری حجابت را حفظ کن...»

به جان بابا قسم که من هم عاشق بابایم...

آموختن از شرق

وقت آن است که غرب مانند همه زمان‌های دیگر با همه تقدیمی که در صنایع و علوم دارد، فلسفه زندگی را از شرق بیاموزد.

استاد شهید مرتضی مطهری، کتاب اخلاق جنسی





گواهی نامه

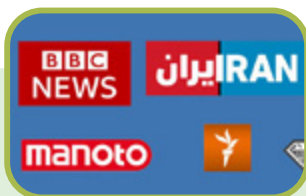
گفت: گواهی نامه‌ات را بده.

گفتم: جناب سروان! اتفاقی پیراهنم را عوض کرده‌ام، ببخشید. من استاد دانشگاهم این هم کارت شناسایی‌ام. فایده نداشت و جریمه را نوشتم.

روز قیامت هم اول از همه کارت نماز می‌خواهند و هر چیز دیگر هم به جایش ارائه کنی، سخن همان است، و گرنه اجازه حرکت و عبور نمی‌دهند.

امام باقر علیه السلام فرمودند: اولین چیزی که از بنده در روز قیامت می‌پرسند، نماز است؛ اگر مورد قبول واقع شد، دیگر اعمال هم قبول می‌شود.

(الکافی، دارالحدیث، ج ۶ ص ۱۸)



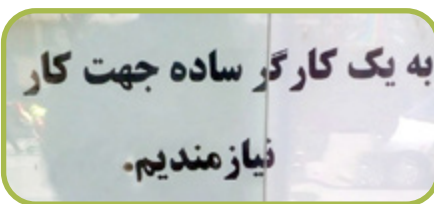
غریبه

این روزها رسانه‌های آن‌ور آبی بیشتر از گذشته، خبرهای دروغ می‌گویند. برخی هم آن‌ها را قبول می‌کنند. باید از این افراد پرسید: قرآن کلام خداست. درسته؟ در آیه شش سوره حجرات، خداوند به مؤمنان خطاب می‌کند: «اگر از فاسقی خبری شنیدید زود قبول نکنید و تحقیق کنید که اگر این کار را نکردید و زود قبول کردید، پشیمانی به دنبال دارد». فاسق‌تر از این شبکه‌های ماهواره‌ای سراغ دارید؟! مشکل به غریبه شدن قرآن در زندگی ما برمی‌گردد. وقتی قرآن غریبه شد، غریبه، آشنا و مقبول می‌شود.



رهبری اقتصادی

طبق آخرین آمار بانک جهانی، ایران بیست و یک جهان از منظر قدرت اقتصادی است؛ نکته مهم و ممتاز درباره جایگاه کشورمان آن است که هیچ‌کدام از بیست کشور پیش‌تاز، هیچ‌گاه به‌اندازه ایران اسلامی تحت فشار اقتصادی و تحریم نبوده‌اند. پس در افق‌های نزدیک می‌توان در کنار رهبری سیاسی و نظامی منطقه به رهبری اقتصادی نیز دست یافت.



تقاضا

لطفاً پشت شیشه مغازه‌هایتان ننویسید «به یک کارگر ساده نیازمندیم» اگر کارتان ساده است و ویژگی خاصی ندارد، خب چرا خودتان انجامش نمی‌دهید؟! اگر حجم کار زیاد است و خودتان نمی‌توانید انجامش بدهید یعنی ساده نیست. گذاشتن «ساده» بعد از «کارگر» یعنی دارید از اول به او می‌گویید که کار خاصی نمی‌کنی و قرار هم نیست پول چندان بگیری. لطفاً به زحمت آدم‌ها احترام بگذارید.

هشدار

هشدار می‌داد هیچ‌وقت جلوی بچه‌هایتان نگویید «ما به جایی نرسیدیم! تو مثل ما نباش و تلاش کن که برای خودت کسی بشوی و...» غیر از این که چنین جملاتی اقتدار و عظمت پدر را در نزد فرزندان متزلزل می‌کند، ممکن است بچه در ذهنش این‌گونه تحلیل کند: پدرم که اهل نماز و روزه و روضه است به جایی نرسیده! نکند اشکال در همین‌ها باشد و...





تجارت با خدا

دنبال خرید گلاب و زعفران و دارچین و چند قلم جنس دیگر برای نذری بودم. در میان دو سه مغازه‌ای که در آن حوالی این اجناس را داشتند، مغازه‌ای را انتخاب کردم که روی شیشه‌اش نوشته بود «حجاب، مصونیت است نه محدودیت و زیرش آورده بود: از پذیرش مشتریان بدحجاب معذوریم». اتفاقاً بسیار هم منصف و ارزان فروش بود. با اجازه او از مغازه و اجناسش عکس گرفتم و در فضای مجازی در دو کانال پرمخاطب و دو گروه خانوادگی معرفی‌اش کردم. دوستانی گفتند که ما هم ایشان را جداگانه تبلیغ می‌کنیم. بزرگواری هم پیام فرستاد که بعد از این برای هیئتمان از این مغازه خرید می‌کنیم و به دیگر مساجد و هیئت‌ها هم معرفی‌اش خواهیم کرد و... یادم افتاد چند روز قبل به دوست کاسبی پیشنهاد کردم که بیا و با خدا معامله کن و روی شیشه مغازه‌ات بنویس «ورود بدحجاب ممنوع!» گفت «بی خیال این چهارتا مشتری رو هم که داریم از دست می‌دهیم توی این اوضاع کساد!»



واقعاً چرا؟

به انتخاب محمد رضوی

- چرا اگر کسی به ما دروغ بگوید، خیلی به هم می‌ریزیم، ولی از گفتن دروغ وقتی به نفعمان باشد ناراحت نمی‌شویم؟!
- چرا این پدر و مادرهایی که مرتب بچه‌هایشان را با دیگر بچه‌ها مقایسه می‌کنند، هیچ‌وقت خودشان را با دیگر والدین مقایسه نمی‌کنند؟!
- چرا برخی دخترخانم‌ها انتظار دارند خواستگارشان امکاناتی مثل زندگی خانه پدر برای آن‌ها مهیا کند، ولی حاضر نیستند زندگی سال اول ازدواج پدرشان را معیار قرار دهند؟
- چرا از دست‌فروش فقیر تخفیف می‌گیریم، ولی در کافی‌شاپ و رستوران شیک انعام می‌دهیم؟!
- چرا با پتک فرار مغزها بر سر ایران می‌کوبیم، ولی خودمان از محصولات و حتی نرم‌افزارهای ایرانی تولید شده توسط مغزهای ایرانی استفاده نمی‌کنیم تا مغزهای بیکار شده، فرار کنند؟!



نوکل

یکجا خیلی قشنگ و شیرین، مفهوم توکل را توضیح داده بود: «توکل یعنی خدایا من نمیدونم چه جوری، ولی تو درستش کن.»





ذات

شیر را در دمای هزار درجه هم گرم کنید، باز طبعش سرد است. گردو و خرما هم در دمای منفی هزار درجه سرما داده شود، همچنان طبعش گرم می ماند! بعضی ویژگی ها، در ذات افراد است؛ گاهی تنبیه و اجبار و... آب در هاون کوبیدن است!

محمدجواد محمودی

دنبال برکت هستم

«واردات کالاهایی که در داخل به قدر کافی تولید می شود، بایستی به صورت یک حرام شرعی و قانونی شناخته شود». این را رهبر عزیزمان اول فروردین ۱۳۹۶ در حرم مطهر امام رضا (ع) فرمودند. تا آن تاریخ، حاج رضا واردکننده عمده پتو در کشور بود، اما از آن به بعد دیگر جنس خارجی وارد نکرد و در مغازه اش هم نیاورد. حاج رضا... می گوید «جنس های خارجی تنوع زیادی دارند. وقتی ایرانی فروش شدیم، تنوع جنس در مغازه مان کم شد، اما برایمان خیلی بهتر شد؛ چون حرف بزرگ ترمان را گوش کردیم».

بعضی از همکاران می گویند «تو با این چند قلم جنس چطور خرجت را درمی آوری؟!» می گویم «این ها برکت دارد. کارگر ایرانی که نان می خورد، زن و بچه اش دعا می کنند. این جنس برکت دارد. شما پول در بیاورید، ولی من دنبال برکت کار هستم. جنس خارجی، فروش خوبی داشت، ولی پولش خیلی بی خیر و برکت بود».

پول خوب بهتر از پول زیاد است. ●



جانت می سوزد!

بزرگی می فرمود: دستت به ماهی تابه داغ بخورد، می سوزد. موقع راه رفتن، تیغ به پایت برود، می سوزد. موقع غذا خوردن عجله کنی، لقمه در گلویت گیر می کند و با سوزش و درد، پایین می رود. با چشم بدون عینک مخصوص به جوشکاری نگاه کنی، قرنیه چشمت می سوزد و درد شدید می گیرد. یک قطره اسید روی پوستت بچکد، صدای ناله ات بلند می شود و...

یک دروغ هم بگویی جانت می سوزد!

امیرالمؤمنین (ع) فرمودند: دروغ گفتن در دنیا ننگ است و در آخرت، عذاب آتش.

(تصنیف غرالحکم و در الکلم، ص ۲۲۰).



تعجب می کنند!

پس از شهادت همسرم گاهی که محمد مهدی را برای تفریح بیرون می برم، می بینم مردم با دیدن روبنده من تعجب می کنند. به طوری که یک وقت هایی گریه می کنم که برای بی حجابی ها کسی تعجب نمی کند، برای بی حیایی ها کسی تعجب نمی کند، برای تبلیغاتی که در ماهواره ها برای بی حجابی و بی حیایی و بی عفتی می شود کسی تعجب نمی کند، ولی برای روبنده تعجب می کنند!

یادداشت‌های آشنا

غناى درون

عبدالله عمادی

دارد؛ همیشه خدا را در کنار خود می‌بیند و با او زندگی می‌کند. در نتیجه وقتی در بیرون از خود، چیزی یا کسی او را اذیت کند و برنجاند، با «خدا» آن را خنثی می‌کند. حالا یک سؤال: هرچقدر هم که ما با خدا باشیم و غناى درون داشته باشیم، آیا می‌توان انکار کرد که بنده نیازیم و برخی نیازهای ما به واسطه حضور «دیگری» برآورده می‌شود. خودکفاترین آدم هم بالأخره برای تأمین نیازهایش به دیگری محتاج است. برای مثال، نیاز به امنیت و نیاز جنسی‌اش را نمی‌تواند به تنهایی تأمین کند یا نمی‌تواند همه حرفه‌ها و پیشه‌ها را خود بیاموزد و تمام مایحتاج زندگی‌اش را خود به دست آورد. گذشته از این‌ها، خود معاشرت و محبت و انس، یک نیاز اساسی است، پس چطور می‌شود از رفتارهای دیگرانی که نیاز ما را ناکام می‌گذارند به هم نریخت؟!

پاسخ آن است که بله ما بنده نیازیم، اما اشتباه فکر می‌کنیم که برای تأمین نیازهایمان به «دیگری» نیاز داریم! خیر، ما به دیگری نیاز نداریم، بلکه به «خدا» نیاز داریم. دیگران، همگی ابزار و نیروهای خدایند. کسی که خدا را باور دارد، به این باور رسیده است که هیچ‌کس بدون اراده او نمی‌تواند به او خیری برساند؛ بنابراین عزت او اجازه نمی‌دهد که خود را نسبت به آن‌ها نیازمند ببیند. بلکه خود را فقط نسبت به خداوند نیازمند می‌بیند و در برابر او احساس نیاز می‌کند. این چنین است که غناى درون مساوی می‌شود با بی‌نیازی به بیرون.^۱

امام علی (علیه السلام) همیشه می‌فرمود: باید هر دو حالت احساس نیازمند بودن به مردم و بی‌نیاز بودن از آن‌ها در قلبت باشد؛ احساس نیازمند بودن به آن است که خوش‌رو باشی و با نرمی حرف بزنی، و احساس بی‌نیاز بودن به آن است که آبرو و حیثیت خود را حفظ کنی و عزت‌نفس داشته باشی.^۲

پی‌نوشت‌ها

۱. سوره یونس، آیه ۱۰۷.
۲. اصول کافی، ج ۲، ص ۱۴۹.

آن قدر مشغولیت ذهنی داریم که آرزو به دل مانده‌ایم اما لحظه‌ای ذهنمان خالی نشود تا آرامش را تجربه کنیم، اما از آنجا که اکثراً موضوع این درگیری‌های ذهنی، یک چیز بیرونی و یا آدم بیرون از ماست، آرامش و شادی‌مان خودبه‌خود سلب می‌شود. نمونه بارزش مسائل شغلی است و آدم‌هایی که در روزمره ما هستند و برای ما فکر و مشغولیت درست می‌کنند.

حالا چه باید کرد که آرامشمان به هم نخورد؟

فرزانگان گفته‌اند چاره آن «غناى درون» است؛ غناى درون، یعنی چیزی در درون خود داری که با وجود آن، احساس نیاز به کسی یا چیزی نمی‌کنی که شاد و آرامت کند، حتی بالاتر از آن، هر چیز ناشادکننده و ناآرام‌کننده‌ای را که بر تو وارد شود، می‌توانی بپذیری و خنثی کنی؛ مانند کوه قدرتمندی که هر سنگی به آن بخورد می‌افتد. یا دریای سرخوشی که هر لکه و خزه و سنگی در آن بیفتد، در خود حل و هضم می‌کند.

آدمی که غناى درون ندارد و به این

لحاظ فقیر است؛ یعنی در درون خود چیزی ندارد که بتواند با آن، درگیری‌هایی که از بیرون بر او وارد می‌شود را هضم یا خنثی کند. به همین خاطر، پیوسته از درگیری‌های بیرونی، به هم می‌ریزد.

اما آن چیز چیست که می‌تواند درونمان را این قدر

غنی و بیمه کند؟ «خداوند»؛ کسی

که خدا را دارد، یعنی ثروت درونی دارد. این ثروت، تمام وجود او را پر می‌کند و جایی برای آشفتنگی از بیرون نمی‌گذارد. گویی یک زندگی دونفره بین خدا و خودش



روز مبادا

فاطمه سادات نمازی

فکری بکنند؟! چرا کسی ما را به کار نمی‌گیرد؟! نکند اهالی تلاش و کوشش هم روز مبادا دارند؟ روز مبادا یعنی دقیقاً کی؟

اگر به خودم بود که اینجا نبودم الان، هزار بار در این سال‌ها چرخیده بودم و گشته بودم و هزار بار دل‌هایی را شاد کرده بودم و گره‌هایی را گشوده بودم و به هزار شکل درآمده بودم و کلی داستان برای گفتن داشتم، اما حالا چه برای گفتن دارم؟! فقط یک سؤال بی‌جواب؛ روز مبادا یعنی دقیقاً کی؟

اگر غول چراغ جادویی بیابم تا آرزویی از من را بشنود و به واقعیت تبدیل کند، من برخاستن را می‌خواهم و رها شدن از این صندوقچه‌ها و گاوصندوق‌ها را، قطعاً اولین کاری هم که می‌کنم این است:

متفاوت‌تر از همیشه، دستان توانمند زنان سرزمینم را می‌بوسم و به آن‌ها برای رسیدن به قلعه‌های موفقیت یاری می‌رسانم. سپس این سؤال را برای همیشه از صفحه روزگار محو می‌کنم؛
روز مبادا یعنی دقیقاً کی؟

حوصله‌ام سر رفته، سال‌هاست اینجا خوابیده‌ام و هیچ ثمری ندارم. کسی از من خبری نمی‌گیرد. یک‌بار اتفاقی با گوش‌های خود شنیدم تنها دلیل ماندگاری‌ام روز مبادا است، روز مبادا یعنی دقیقاً کی؟ چقدر دیگر مانده؟

زیباترین هم که باشم باز هم از این کنار نشستیم رنج می‌برم، همیشه باید تکیه به دیوار صندوقچه جواهرات، زیر یک مشت اصلجات و بدلیجات برای روز مبادا منتظر بمانم. روز مبادا یعنی دقیقاً کی؟
من و بیش از دویست تن طلای زرد دست بانوان سرزمینم که قدرت بسیاری داریم تا یک‌تنه مشکلات تولید و اشتغال یک مملکت را رفع کنیم، اینجا باید بخوابیم و بمانیم برای روز مبادا، شما نمی‌دانید روز مبادا یعنی دقیقاً کی؟

یک عده آن‌قدر زیبا ما را تراش می‌دهند و یک عده آن‌قدر با جدیت ما را خرید و فروش می‌کنند، اما چرا یک عده نمی‌آیند بنشینند برای مفید بودن ما هم



یادداشت‌های آشنا

از پنجره شکسته تا شتر دزدی

عباس جلال آبادی

کسری چندمیلیاردی روبه‌رو می‌شوید. اگر امروز ده دقیقه تأخیر دارید روزهایی در پیش دارید که وضعیت شما کاملاً بی‌نظم و ازهم‌گسیخته خواهد شد. یا اگر حساب‌های مالی خود را به‌درستی ثبت نمی‌کنید، روزهایی خواهد رسید که هیچ‌گونه مدیریت مالی بر کسب‌وکار خود نخواهید داشت.

اگر پنجره‌های شکسته را بیابید و تعمیر کنید، مطمئن باشید اوضاع زندگی‌تان بهتر خواهد شد. پنجره‌های شکسته کار و زندگی شما کجاها هستند تا حالا به آن‌ها فکر کرده‌اید؟

حال بیاییم از منظر نظریه پنجره‌های شکسته به حجاب بنگریم. بدون در نظر گرفتن دلایل شرع و عقل، حجاب از الزامات قانونی در جمهوری اسلامی ایران است. اکنون تصور کنید با بی‌حجابی برخورد

نشود و عده‌ای اندک به خود اجازه دهند برخلاف قانون عمل کنند، آیا قانون‌گریزان به خود اجازه نمی‌دهند که به‌راحتی قوانین دیگر را زیر پا بگذارند؟

فردی که بی‌حجابی را به‌عنوان یک رفتار انتخاب می‌کند، آیا به دیگران اجازه نمی‌دهد که

با او برخوردی متفاوت از بانوان عادی داشته باشند و به‌گونه‌ای مثل پنجره شکسته رفتار نمی‌کند؟ پس اگر جامعه نسبت به جرم‌های کوچک بی‌تفاوت باشد، به جرم‌های بزرگ‌تر و مصیبت‌های سنگین‌تر گرفتار خواهد شد؛ درست مثل ضرب‌المثل معروفی که در ادبیات ما هست: «تخم مرغ دزد، شتر دزد می‌شود!»



ساختمان متروکه‌ای را تصور کنید که شیشه یکی از پنجره‌هایش شکسته است. مشاهده‌های علمی نشان می‌دهد که اگر پنجره شکسته، در مدت کوتاهی تعمیر نشود، عابران این پیام را درمی‌یابند که کسی نگران ساختمان نیست و نظارتی وجود ندارد، پس شیطنت شروع می‌شود و پنجره‌های سالم ساختمان نیز هدف قرار می‌گیرند و ساختمان تغییر شکل می‌دهد؛ و البته ادامه این روند می‌تواند منجر به ورود افراد بی‌خانمان، سارقان، معتادان و جانوران مودی به ساختمان بی‌صاحب شود تا به‌مرور این ساختمان به یک خرابه تبدیل گردد.

این موضوع، خلاصه‌ای از یک نظریه معروف در حوزه

جرم‌شناسی به نام «پنجره شکسته» است. بر اساس این نظریه هر آشفتگی‌ای که ایجاد می‌شود باید در سریع‌ترین زمان ممکن برطرف گردد تا هم انرژی کم‌تری صرف تغییر آن شود و هم انگیزه برای تکرار آن به حداقل برسد. برای مثال اگر یک‌تکه کاغذ ناکارآمد

روی میزتان نگهداری کنید، ممکن است کمتر از سه ماه دیگر میز شما به زباله‌دانی از کاغذهای ناکارآمد تبدیل شود. اگر یک قسمت از خودروی شما خراب شود و شما آن را درست نکنید، کمتر از سه سال دیگر خودروی شما فقط یک اتومبیل قراضه است! اگر امروز بی‌دلیل یک‌میلیون تومان از داخل مغازه یا شرکت خود برداشته‌اید، روزی خواهد رسید که با

قدرت همانندسازی

محمدحسین قدیری

از قبل می‌شد. اثرات ویدئوها بر ایشان بیش از هر راهکار دیگری ملموس بود.

اما دو تذکر روان‌شناختی:

۱. این مشاوره من را یاد سخن مولا علی علیه السلام در حکمت ۲۰۷ نهج‌البلاغه انداخت که فرمودند برای ایجاد صفت مثبتی مثل بردباری و...، خودت را به آن صفت وادار کن؛ «إِنَّ لِمَنْ تَكُنْ حَلِيمًا فَتَحَلِّمْ، فَإِنَّهُ قَلٌّ مَنْ تَشَبَهَ بِقَوْمٍ إِلَّا أُوشِكَ أَنْ يَكُونَ مِنْهُمْ»؛ اگر بردبار نیستی خود را به بردباری وادار؛ چراکه کم است کسی خود را شبیه قومی کند و از زمره آنان نشود». حضرت در این روایت بر قدرت همانندسازی اشاره کرده‌اند و این که باید خود را به انسان‌های والا شبیه کرد.
۲. البته در همانندسازی نباید ایندثال نگر و تمامیت‌خواه باشیم؛ بلکه باید برای رسیدن به هدف خود، آن هدف را به هدف‌های کوچک‌تری تقسیم کنیم تا با رسیدن به هر هدف، انرژی و انگیزه لازم را برای ادامه مسیر بیابیم. اگر سنگ بزرگ نشانه نزدن است، هدف بزرگ هم نشانه نرسیدن است. ●

در یکی از جلسات مشاوره، جوانی عراقی را دیدم که «احساس ارزشمندی» و «اعتمادبه‌نفس» پایینی داشت. احساس ارزشمندی، باتری اعتمادبه‌نفس است و اگر این باتری بخوابد! موتور اعتمادبه‌نفس هم از کار می‌افتد. از او خواستم دفتر مخصوصی برای تمرین‌ها در نظر بگیرد. در یکی از مشاوره‌ها به او گفتم: در منزل بنویسد که طبق حس یا تجربه‌اش چه چیزها یا افرادی در افزایش اعتمادبه‌نفس او مؤثرند؟

پاسخش جالب بود و قابل تأمل؛ او به عنوان مهم‌ترین عامل نوشته بود: الگوگیری از زندگانی امام خمینی رحمته الله علیه از کودکی تا بزرگسالی. می‌گفت: مطمئنم اگر مستند دوره‌های زندگی ایشان را ببینم اثر شگرفی بر من خواهد داشت.

اتفاقاً همان روزها بسته‌ای ویدئویی (مستند روح‌الله) اثر حزب‌الله لبنان، از دوره‌های مختلف زندگی امام به دستم رسیده بود. در ضمن تمرین‌ها بسته را در اختیارش گذاشتم؛ غبطه‌برانگیز بود. هر بار شکفته‌تر



دیوانه‌ها هم خیلی دنبال‌کننده دارند!

- اقیانوس که شدی، خودبه‌خود آرام می‌شوی. سلام بر اقیانوس‌های آرام!
- بنده که باشی، همیشه برنده‌ای.
- آتشی به پا مکن که راه آتشی را ببندد.
- بهترین نوع شکار لحظه‌ها، به‌جای آوردن شکر لحظه‌هاست.
- ازدواج، بازماندن «از سفر» نیست؛ یافتن «هم‌سفر» است.
- ازدواج، فرصتی است برای با هم پریدن؛ نه به هم پریدن!
- او غذا را سوزاند، و من دلش را! واقعا چرا؟
- آدم که بی کار شود، کار دست خودش می‌دهد.
- بیکاری، از کاری‌ترین زخم‌ها هم کشنده‌تر است.
- آن قدر بزرگ شو که از جسارت هیچ‌کس به تو خسارت نرسد.
- ارزش هیچ‌کس به هیبت او نیست؛ به همت اوست.
- اگر قرار بود چشمت همه‌جا بپلکد، خدا به تو پلک نمی‌داد.
- این قدر به دنبال دنبال‌کننده نباش؛ دیوانه‌ها هم خیلی دنبال‌کننده دارند!
- برای دیده شدن، شتاب نکن؛ شاید دیده شوی و چیده شوی.
- برو خانه مادرت و به خودت سر بزنی!
- به فکر فضل و کمال باش که زلف و جمالت را بقایی نیست.
- پندی که با لبخند پیوند بخورد، ثمر می‌دهد.
- به گوش فرزندگان، نفرین و آفرین یکی است.
- آدم‌های هفت‌خط هم سرانجام به ته خط می‌رسند.
- اگر جویای سعادت، سرت را با مهر آشنا کن، و سینه‌ات را با مهر.
- با منیت، به معنویت نمی‌رسیم.
- بسا بلایی، که تو را بسی بالا می‌برد!
- بعضی‌ها خیلی خوشبخت‌اند؛ بیدار که می‌شوند، دیگر خوابشان نمی‌برد!

انتخاب‌هایی از کتاب یک مشت مروری، قم: نشر جمال



از پنجره‌های آشنا

ره‌نمایی بزرگان

بازارها، خریده‌ها، خسارت‌ها

استاد مرحوم علی صفایی حائری رحمته‌الله



باید در این وقت کم به تجارتی دست زد که بی‌نهایت سود بیاورد و باید به دنبال خریداری رفت که پولش نقد باشد و بازگردان داشته باشد و باید در جست‌وجوی بازاری بود که رونق داشته باشد.

یک بازار، بازار پایین است؛ با خریدارهایی به نام دل و هوس‌هایش و به نام مردم و حرف‌هایش و به نام دنیا و جلوه‌هایش؛ با ثروت و قدرت و شهرت و مدرک و عنوان‌هایش و به نام شیطان و وسوسه‌هایش؛ و یک بازار هم بازار دیگری است با خریداری به نام الله، مالک، رحیم، مهربان.

این خریدارها [دنیاپی] چیزی ندارند. چیزی به من نداده‌اند و چیزی به من باز نمی‌گردانند و اگر لذت می‌برم به خاطر این است که نمی‌دانم چه از دست داده‌ام. درست مثل آن پیر زال که بشقاب عتیقه را با یک دست بشقاب گلی‌رنگ مبادله کرده بود و خوشحال بود و لذت می‌برد؛ غافل از آن که با همان بشقاب می‌توانست صد هزارتا از همین‌ها را یکجا بخرد و درست مثل آن کودک که اسکناس صدتومانی را با ده تا کاکائو عوض می‌کند و زود در می‌رود که نکند طرف پشیمان شود و معامله را به هم بزند!

ما امروز خوشحالیم که خودمان را داده‌ایم و چند تا بارک‌الله و چند تا خانه و چند تا ماشین و چند تا فلاں و بهمان گرفته‌ایم و فرار می‌کنیم که نکند طرف، معامله را به هم بزند.

غافل از این که ما را به بیش از این‌ها خریدارند و غافل از این که این‌ها قیمت یک لحظه ما نیست. چه می‌گوییم! نه این‌ها که تمام الماس‌ها و نفت‌ها و طلاها و نقره‌ها و تمام زمین و حتی تمام بهشت قیمت یک لحظه ما نیست؛ ما در یک لحظه می‌توانیم بیش از زمین و بیش از بهشت به دست



۲ دقیقه

اقیانوس آرام آرامش

دکتر غلامعلی افروز



انسان یک منبع اصلی آرامش دارد؛ یاد خدا و یک عامل مهم تسکین؛ همسر. همسر آرامش‌گر کسی است که وجودش پر از جاذبه‌های شناختی، حسی، بصری، کلامی، رفتاری و نفسانی است. اگر این جاذبه‌ها را داشت نشان می‌دهد که از درون، آرامش و نشاط دارد. خانواده مثل باغ است؛ بچه‌ها گل‌ها و میوه‌ها هستند، مادرها باغبان هستند و پدرها سنگربان. «الرجال قوامون علی النساء» یعنی شوهرها سنگربان خانم‌هایشان هستند و این سنگربانی یعنی ایجاد امنیت، دادن نشاط، دادن پویایی، دادن آرامش و ...

خانواده یعنی اقیانوس آرام و بهترین همسر کسی است که بیشترین آرامش‌گری را دارد و انسان آرامش‌گر کسی است که از بیشترین نشاط برخوردار باشد. آدم‌های امیدوار و مثبت‌اندیش، نشاط دارند و آدم‌های بدبین و افسرده، مضطرب‌اند؛ البته ممکن است چنین افرادی یک وقتی برانگیختگی هیجانی داشته باشند و در یک عروسی و پارتی حتی برقصند یا جایی از خود بی‌خود شوند و قهقهه بزنند، ولی این‌ها نشانه نشاط نیست. چهره گشاده و تبسم پایدار نشانه نشاط است. اگر این نشاط برود جایش غبار افسردگی می‌نشیند. افسردگی اثری نیست، مثل رنگ چشم نیست که از پدر و مادر به فرزند منتقل شود؛ البته پدر و مادر می‌توانند زمینه‌ساز شوند. افسردگی عموماً اکتسابی است یعنی از دست دادن مثبت‌اندیشی، تضعیف انگیزه‌های تلاش و ...

بیاوریم. می‌توانیم به رضوان و لقا دست بیابیم که «رضوان من الله اکبر»^۱ اما در یک‌عمر به پیشیزی قانع شده‌ایم و خوشحال هم هستیم. درست مثل این که طیبی که در هر ساعت، هزار تومان می‌تواند به دست بیاورد، یک سالش را به صد کیلو ذرت بفروشد؛ زهی زهی تجارت.

راستی این خریدارها چیزی به من نمی‌دهند؛ درست است که انالسیس و قارون در یک عمر گنج‌ها به دست آوردند، اما با این‌همه گنج، خودشان رشد نکردند، ثروت‌هاشان زیاد شده، اما خود را باخته‌اند و از دست داده‌اند. درست است که علم و ثروت من زیاد شده، اما خودم چی؟! من اسیر این‌ها شده‌ام و مغرور به همین‌ها و این اسارت و این غرور، علامت حقارت و کم شدن من است.

اگر امیر بودم، اگر بر این‌همه حاکم بودم، اگر زیاد شده بودم، من این‌ها را به راه می‌انداختم، این‌ها می‌شدند پای من، نه بار من. این‌ها می‌شدند پل من، نه سنگ راه من.

علی علیه السلام خودش زیاد شد و ثروت‌ها را به راه انداخت، قارون‌ها ثروت‌هاشان زیاد شد و خود را باختند. علی ثروتمند زندگی کرد این‌ها ثروتمند می‌میرند. علی امیر بود و این‌ها اسیرند، چون که حقیرند و از دست رفته‌اند. من باید کاری بکنم که خودم زیاد شوم و سرمایه‌هایم رشد کنند. فکرم و دلم و عقلم و روحم بارور شود.^۲

پی‌نوشت‌ها

۱. معروف به ع.ص ۱۳۳۰-۱۳۷۸.
۲. توبه، آیه ۷۲.
۳. انتخابی از کتاب رشد (دیداری تازه با سوره عصر)

ازدواج به شرط چاقو

استاد علیرضا تراشبیون



چه مقدار کتب درسی در کشور موجود است که هیچ سودی برای زندگی ندارد و چقدر محتوای سودمند، موردنیاز کشور است، اما موجود نیست؟! به عنوان نمونه واقعاً جدول مندلیف شیمی چقدر در زندگی مورداستفاده ما قرار گرفت؟! قضیه فیثاغورث، جبر اعشاری، معادلات چند مجهولی و...؟ نیز همین گونه چه تعداد مشکلات زندگی ما به واسطه داشتن این علوم حل و فصل شد؟! تحصیل این علوم در صورتی خوب است که دیگر هیچ علمی برای فرزندان ما لازم و ضروری نبود، اما علمی وجود دارند که بسیار موردنیاز جامعه است اما در نهادهای آموزشی کشور بدان توجه نمی شود. به خاطر همین است که دختران ما وقتی به سن ازدواج می رسند اعتقادشان بر این است که از ازدواج، هندوانه در بسته است. شما یک جلسه آموزشی هشت ساعته برای دختران دم بخت بگذارید تا ازدواج را برای آن ها به شرط چاقو کنم و مهارت ازدواج را به آن ها بیاموزم که با ضریب بالای ۸۰ درصد همسر انتخاب کنند. جوان این کشور فارغ التحصیل می شود، می گوید حالا من چه کار کنم؟ می پرسیم چه کاری از عهده تو برمی آید؟ می گوید هیچ کاری! مدت ۱۲ سال، طالبی ترین دوران عمرش را به تحصیل گذرانده، اما الان می گوید هیچ کاری نمی دانم! این سیستم آموزشی حتی مهارت نوشتن و خواندن را به دانش آموزان نیاموخته است. دیوان حافظ را به یک شخص دیپلمه بدهید و از وی بخواهید یک غزل بخواند، غلط خواهد خواند. نامه اداری نوشتن که یک مهارت است را بلد نیست! دلیل این ضعفها چیزی جز عدم سودمندگرایی خانواده ها، نهادهای نظام آموزشی و... نیست.

یک دختر خوب!

خانم دکتر فریبا علاسوند



یک دختر خوب با طبیعتش همراهی می کند؛ طبیعت یک دختر این است که قدرت درک اندوه دارد. این که شما می بینید بزرگان انبیاء نسبت به پرورش دخترانگی دختر اعتناء می کردند یعنی این که جامعه انسانی باید از این اوصاف زنانه بهره مند شود.

روایتی در کتاب عوالم می خواندم که وقتی خواهر حضرت فاطمه زهرا (علیها السلام) مرحوم شد و پیامبر (صلی الله علیه و آله) او را دفن می کرد، پدر و دختر بالای سر این مزار نشستند، بی بی گریه می کرد و حضرت پیامبر اشک های او را آرام آرام پاک می کرد. وقتی که خلیفه دوم آمد و فریاد کشید و می خواست جمع را متفرق کند، حضرت منع کردند، یعنی این که زن ها باید عاطفی باشند و این جریان عاطفی را باز تولید کنند؛ یعنی این که پدر بنشیند کنار دختر و دختر را تسلی بدهد تا در آن خلق زنانگی خودش و با همان سبکی که می پسندد، فشار و استرس روانی خودش را کم بکند نه مثلاً او هم بیاید مردانه عمل کند، داد بزند یا احياناً درون خودش بریزد، یا با روش ها و شیوه های دیگری که اسمش را می گذارند اقتدار شخصیت. نه، این نیست. آگاهی از موقعیت یک دختر، یک زن و یک مادر هر سه به عنوان یک موقعیت متمایز، بسیار مهم است که به شدت هم مورد تهدید و خطر است.

دختری که از این موقعیت ها آگاه نباشد بعدها نمی تواند عملکرد صحیح مادرانه داشته باشد آن وقت مشکلی که خیلی پیش تر از قدیمی هاست به خاطر این که اولاً حفظ بافت خانواده نیاز به زن دارد؛ زن خوب در مقابل مرد خوب، حفظ طبیعت، زن را ناخودآگاه مادر می کند یعنی این که هورمون هایی در خونسش ترشح می شود که متناسب با انجام رفتارهای مادرانه است.



مال مردم

بر این باورم که وقتی نیست می کنی مال مردم را بدهی، خدا خودش جور می کند، ولی اگر برای مردم نقشه بکشی و بخواهی مالشان را بالا بکشی، مدام باید بدوی، آن هم بی نتیجه. خیلی سال پیش، سه ونیم میلیون تومان چک دست مردم داشتیم. ساعت پنج عصر بود، روز بعدش هم تعطیل، فردای تعطیلی هم موعد چک، مانده بودم چه کنم، اذان که شد، داخل مغازه نمازم را خواندم. بازار سوت و کور و تاریک بود. تا آمدم مغازه را ببندم، کسی وارد شد. حدود پنج میلیون تومان جنس انتخاب کرد.

تا آمد کارت بانکی اش را بدهد، گفت «هن سنی هستم!»، گفتم «خب باش. منم شیعه‌ام». دیدم می خواهد بحث کند. گفتم «ببین حاجی! ما چه می دانیم آن دنیا چه می شود، شاید خانم فاطمه زهرا (علیها السلام) آن ها را بخشید و بحث ما اینجا الکی بود!» مشتری فکری کرد و گفت «راست می گویی، شاید خانم بخشید». کارت را داد و حساب ما برای چک دو روز بعد پر شد. این ها عنایت الهی است و از این عنایت ها زیاد اتفاق می افتد.

خدا به حاج حسین سلامتی بدهد. اولین خانه ام را از او خریدم. گفت «ماهی چقدر می توانی پردازی؟» گفتم: ماه که نه حاجی، سال! گفت «خب سالی چقدر؟» گفتم: پانصد هزار تومان. گفت «یک کاری کن. تو نیت کن سالی یک میلیون تومان بدهی. اگر نتوانستی، ایرادی ندارد». گفتم: چشم و چک کشیدم و تحویلش دادم.

روز قبل از موعد یکی از همان چک ها، حسابم خالی بود. خواب پدرخانم را دیدم که به رحمت خدا رفته بود. گفت «رضا! برای پول ناراحتی؟». گفتم: بله آقا! گفت «پا شو نمازت را بخوان. پولت جور شد!»، چشمم را که باز کردم صدای اذان را شنیدم. آن روز که به بازار رفتم ۹۲۰ هزار تومان کار کردم. مبلغ خیلی زیادی بود آن سال ها. آن قدر زیاد که قرار بود در عرض یک سال یک میلیون تومان جمع کنم!

راوی: حاج رضا... (عمده فروش بازار تهران، صنف کالای خواب)

سرزنش

و سه حکایت شفاهی دیگر

در این صفحات از حکایت های درس آموز زندگی شما یا اطرافیانتان استقبال می کنیم.

شهید، کارساز بود



قبل از هفتم هم سرم بنده را در مدرسه ای دعوت کردند. آخر مراسم، مدیر مدرسه گفت: صحبت های پایانی را بگویید. به دانش آموزان گفتم: کسانی که چادری نیستند از امروز وضو بگیرند و نیت کنند چادر سر کنند. اگر نتوانستید ادامه دهید و اگر نتوانستید حداقل چهل روز چادر سر کنید. دو ماه و نیم بعد، مدیر مدرسه با من تماس گرفت و گفت: خانم خیزاب! واقعا خون شهید کارساز بود و عنایتی به مدرسه ما شد. الان بیش از صد نفر از دانش آموزان ما بعد از هفتاد روز هنوز هم چادر به سر دارند!

راوی: خانم اعظم رنجبر (همسر شهید مسلم خیزاب)

عیدی



بچه بودم و حدود پنج شش ساله، برای زیارت حضرت رضا (علیه السلام) به مشهد مقدس رفته بودیم. حال حرم رفتن نداشتیم. بچه را چه به حرم؟! پدرم گفت «پسر جان! امروز روز عید است و حضرت عیدی می دهند». یاد صدتومانی نو افتادم. دو پا داشتم چند تایی دیگر هم قرض کردم و با کله همراه پدر شدم... هرچه داخل حرم ایستادم دیدم خبری از صدتومانی نو نیست. با ناراحتی گفتم: بابا مگر نگفتی...

گفت: برو به حضرت بگو عیدی مرا بدهید.

رفتم و دقایقی بعد نمی دانم چه کسی صدتومانی نو در دستم گذاشته بود!

قیافه پدرم و اشک شوقی که می ریخت، دیدنی بود.

راوی: آیت الله حاج شیخ علی اکبر فقیه حلی

و خواهش همراهانش که ماجرا را تمام کند، او همچنان غر می‌زد و گلایه می‌کرد.

شب، بعد از زیارت سامراء من بستگانم را زودتر به سر قرار بردم تا خاطره تلخ ظهر تکرار نشود. هم‌سفران دیگر هم به تدریج رسیدند، اما حدس بزنید فقط چه کسی نیامده بود؟

پیرمرد ماجرای ظهر که قرار ساده و سراسر است برگشت را گم کرده بود، با چهل و چند دقیقه تأخیر به ما رسید، در حالی که همه هم‌سفرانش را مضطرب و پریشان کرده بود. ما به این زائر امام حسین علیه السلام هیچ اعتراضی نکردیم و فقط این روایت امام صادق علیه السلام را به یاد آوردیم که «کسی که مؤمنی را به گناهی سرزنش کند، نمیرد تا آن گناه را انجام دهد». (وسائل الشیعه، ج ۸، ص ۵۹۶) •

راوی: محمدامین عرفان

به همراه دو خواهر، خواهرزاده‌ام و همسرش در سفر اربعین بودیم و منتظر پیدا کردن ماشینی تا ما را به زیارت سامراء ببرد و از آنجا به کاظمین.

چند آقای میان‌سال و دو پیرمرد که معلوم بود همه با هم هستند، از نیت و مقصدمان پرسیدند و گفتند: ما هم چنین قصدی داریم و بیایید با هم برویم. با حضور آن‌ها خیلی زود با راننده‌ای توافق کردیم و رهسپار شدیم.

در میانه راه و کنار یک موب، راننده عراقی برای نماز و ناهار نگه داشت. همه با هم قرار گذاشتیم که سر ساعتی مشخص برگردیم. موقع برگشت، یکی از خواهرانم، کمتر از ده دقیقه تأخیر داشت و این باعث اعتراض شدید یکی از پیرمردهای هم‌سفر ما شد که با طعنه و جدی ما را به شلاق سرزنش گرفت که چرا به وقت مردم اهمیتی نمی‌دهید؟! و خود و دوستانش را به باد انتقاد که چرا با زن‌ها هم‌سفر شده! و... جالب بود که به‌رغم عذرخواهی ما



باید منتظر ابن زیادها باشیم!

حسن مددخانی

- یکی از بهترین اتفاقات در زندگی، دیدن دست خدا در اتفاقات زندگی است.
- شیطان به ابن بهانه که انسان از خاک است، به او سجده نکرد، اما همین خاک را آن قدر در نظر آدمی مهم جلوه داد که حالا حاضر است برای یک مترش همه کار بکند.
- به دخترخانم بی حجاب گفتم: شاید این پوشش تو از روی احساس و هیجان باشد، اما پوشش‌های خبری دشمن از این پوشش تو همگی از روی فکر و برنامه است!
- ایراد آنجا نیست که پول و ثروت، زندگی آدم‌ها را تغییر بدهد؛ ایراد آنجاست که پول و ثروت، خود آدم‌ها را تغییر بدهد!
- همان طور که خیلی‌ها پول‌های بانکی را جابه‌جا می‌کنند، پول‌های بانکی نیز خیلی‌ها را جابه‌جا می‌کنند!
- دو چیز شخصیت را معرفی می‌کند: صبرت وقتی چیزی نداری و رفتار وقتی همه چیز داری.
- مقاتیح‌الجنان را که به او دادم، گفت: چقدر سنگینه! گفتم: در عوض آدم را سبک می‌کند!
- مهم نیست که هنوز تا «صد» فاصله داری، مهم این است که از «صفر» فاصله گرفته‌ای!
- «ایمان را کد» یعنی نهایتاً مراقب نماز و روزه خود باشیم، اما «ایمان متحرک» یعنی مراقب دین خدا باشیم.
- دنبال رازهای موفقیت نباشیم، دنبال روزهای موفقیت باشیم که لحظه‌به‌لحظه در حال سپری شدن است!
- قدرت «نه» گفتن داری، خیلی عالی! در کنارش قدرت «نه» شنیدن را هم در خودت تقویت کن!
- زیادخواهی انسان اگر درمان نشود، باید منتظر ابن زیادها باشیم!
- در روزگاری که بیشتر مردم دوست دارند دیگران را به خدمت خود بگیرند، تو خدمتگزار مردم باش!
- از مرگ نترسید؛ از اندیشیدن به مرگ هم نترسید؛ از زندگی خالی از اندیشه مرگ نترسید که: **كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ** (آل عمران، آیه ۱۸۵) •



۲۷ دقیقه



دو چرخه آسمانی

سیره رفتاری مدافعان حریم اهل بیت (علیهم السلام)

سید حسن منتظرین

حق الناس

● نسبت به حق الناس خیلی دقت داشت. به عنوان مثال وقتی می خواست میوه جدا کند، حواسش بود اگر ناخنش به میوه‌ای می کشید همان را بردارد تا مبادا به اندازه ذره‌ای حق الناس به گردشش باشد.

شهید عبدالرضا مجیری

● یک روز در خیابان یک مغازه پنچری را نشانم داد و گفت: به این مغازه پانصد تومان بابت تنظیم باد لاستیک موتور بدهکارم. دیروز که آمدم اینجا پول خرد نداشتم. امروز هم که تعطیل است، همیشه روی بدهی‌هایی که داشت حساس بود و روی کاغذ کوچکی می نوشت و کنار مانیتور می چسباند که اگر عمرش به دنیا نبود من باخبر باشم و بدهی‌هایش را پرداخت کنم.

شهید حمید سیاهکالی

● در عملیات آزادسازی بوکمال بر اثر موج انفجار شدید، علیرضا با شدت به دیوار خورد. در آن لحظه فقط یک جمله به یکی از دوستان گفت: مقداری طلا در جیبم است که مربوط به مردم است. این را گفت و شهید شد. این طلاها را بچه‌ها پیدا کرده بودند و به علیرضا داده بودند تا به مسئولان تحویل بدهد.

شهید علیرضا جیلان

● در تعطیلات تابستان می آمد با من کار می کرد یک سال که ماه رمضان بود. آخر ماه نشستیم حساب و کتاب کنیم، گفت «عمو این ماه رمضان را هرچه کار کردم برای من روزی ده هزار تومان کمتر حساب کن». گفتم: چرا؟ گفت «چون ماه رمضان بود و نمی شد درست کار کرد». مهم ترین مسئله برای مهدی مسئله حلال و حرام بود. نمی خواست یک ریال مال حرام در امولش باشد.

شهید مهدی صابری

بیت‌المال



• وقتی در بسیج بود شب‌ها در راهرویی که بیرون پایگاه بود و چراغ روشن داشت، مشغول مطالعه می‌شد. به او گفتیم: چرا در این سرما اینجا درس می‌خوانی؟! تو حق به گردن این پایگاه داری؛ بدون این که مزدی بگیری تمام در و دیوار اینجا را گچ کاری کردی. تزئینات اینجا هم که کار توست. هادی گفت: من درس را برای خودم می‌خوانم، پس نباید از نوری که هزینه‌اش را بیت‌المال می‌دهد استفاده کنم. اما در راهرو چراغ‌ها تا صبح روشن است.

شهید محمد هادی ذوالفقاری

خیرین بی‌نشان



• بعد از شهادت همسرم پیامکی آمد که شما هزینه فلان بچه را چند ماه است که واریز نکرده‌اید. آن موقع تازه فهمیدم که همسرم چند بچه یتیم را سرپرستی می‌کرد.

شهید حسین رضایی



• من جرئت نمی‌کردم از برخی مشکلات جلوی محمد صحبت کنم، چون منقلب می‌شد و تمام پولش را برای رفع آن مشکل می‌داد.

شهید محمد سخندان



• با این که عباس ازدواج نکرده بود، ولی سه فرزند معنوی داشت؛ دو پسر و یک دختر که از قبل از شهادتش تابه‌حال در کنار ما بوده و خواهند بود و واقعاً برای ما مثل دیگر نوه‌هایمان هستند.

شهید عباس آبیاری



• در بین صحبت‌های مسئولان خیریه‌ای که علی هم عضو بود، فهمیدم پسرم از خیلی وقت پیش عضو این موسسه خیریه بوده و حتی

در مقطعی از او با عنوان کم سن‌ترین خیر تقدیر شده بود. در میان خانواده‌هایی که آمده بودند یک کودک ۹ ساله به نام علی اصغر بود که شهید امرایی از شش سالگی او را تحت سرپرستی خود قرار داده بود. علی اصغر می‌گفت «یک‌بار علی آقا به من گفت: دعا کن شهید بشوم تا برایت یک دوچرخه بخرم». علی اصغر هم گفته بود عمو! اگر تو شهید شدی چطور برایم دوچرخه می‌خری؟! شهید در جوابش گفته بود «برایت یک دوچرخه آسمانی می‌خرم». بعد از برگزاری چهلم علی، ما از طرف پسرمان دوچرخه‌ای برای علی اصغر خریدیم.

شهید علی امرایی

خدمت به مردم



• در جبهه که بود به هر بهانه‌ای در هر زمان، سنگر به سنگر می‌رفت و از احوال رزمندگان با خبر می‌شد. روی در اتاقش نوشته بود «در هر ساعت از شبانه‌روز که خواستید در بنزید، من بیدارم». همیشه به رزمندگان توصیه می‌کرد قدر خودتان را بدانید چون شما برگزیده شدید تا از حریم اهل بیت دفاع کنید.

شهید حجت‌الاسلام محمد رضایی



• پسرم در طول عمر ۲۲ ساله‌اش، ۴۵ بار خون اهدا کرد. بسیار سخاوتمند بود. در هشت حادثه تروریستی که در پاراچنار صورت گرفت در شش‌تای آن حضور داشت و به مردم و مصدومان کمک می‌کرد. در همین حملات، ۱۳ مرتبه به مردم اهل سنت خون داد. هرگز نگاه نمی‌کرد طرف مقابلش چه کسی است؛ غنی است یا فقیر، سنی است یا شیعه. همین که متوجه می‌شد نیاز به کمک دارد او را یاری می‌کرد. یک‌بار از او پرسیدند: چرا به اهل سنت خون می‌دهی؟ گفت «شاید همین خون من باعث مهر و محبت آنان به اهل بیت شود».

شهید سرتاج حسین خان از زینبیون

دستگیری از ضعیفان



● بعد از شهادتش یکی از دوستانش گفت متوجه شدم شهید علیخانی بعد از آن که از محل کارش خارج می‌شود به ساختمانی می‌رود و مشغول کارگری می‌شود. از کار او خیلی تعجب کردم. برای همین به آن ساختمان رفتم و از پیرمردی که آنجا بود پرسیدم: این آقایی را که الان اینجا مشغول کارگری بود، می‌شناسی؟ گفت: بله. پرسیدم: کارگر این ساختمان است؟ حقوق می‌گیرد؟ گفت نه یک روز آمد و گفت: شما چرا با این سن بالا کار می‌کنید؟ گفتم: مجبورم چون مشکلاتی دارم و دخترم هم نان‌خور خانه من است و باید او را کمک کنم. این جوان گفت: من از لحاظ مالی خیلی نمی‌توانم برای شما کاری کنم، اما می‌توانم وقتی از محل کار می‌آیم، چند ساعت به جای شما کار کنم تا شما استراحت کنید.

شهید محمدحسین علیخانی



● من وقتی بچه‌هایم ازدواج کردند، جوری عمل کردم که در ابتدای زندگی بدهکار نباشند، اما محسن همیشه قسط می‌داد و وام بدهکار بود. وقتی از او پرسیدم: شما که دو نفرید، ریخت‌پاشی هم ندارید، پس چرا قسط بدهکاری؟! در جوابم فقط می‌خندید. روزی یکی از دوستانم گفت: می‌دانی چرا محسن شما همیشه بدهکار بود؟ گفتم: نه. گفت: محسن مرتب وام می‌گرفت و به کسانی که توان نداشتند کمک می‌کرد تا چیزی تهیه کنند.

این کارها را می‌کرد درحالی که روح ما هم خبر نداشت. این دوستم هم چون رابط بود از جریان او باخبر بود. محسن دوست داشت فقط خدا بداند نه دیگران.

شهید محسن حججی

امر به معروف



● بنده قبل از ازدواج چادری نبودم. همسر هم هیچ‌گاه به من نمی‌گفت که دوست دارم چادری شوی. به یاد دارم که نخستین هدیه‌ای که به من داد، یک کتاب و یک چادر بود. گفت: وقتی فهمیدی این چادر از کیست و چه هدفی دارد، شروع کن و چادر سر کن؛ درواقع نصیحت کردنش هم خاص بود.

شهید حسین رضایی



● کمال روی امر به معروف و نهی از منکر حساسیت خاصی داشت. گاهی در ماشین بودیم و می‌دید خانمی حجابش را رعایت نمی‌کند، حتی با زدن یک بوق سعی می‌کرد او را متوجه اشتباهش کند. می‌گفتم: کمال جان! او که متوجه نمی‌شود تو برای چه بوق می‌زنی؟! می‌گفت: اگر اهل باشد متوجه می‌شود.

شهید کمال شیرخانی



● اگر کسی در مراسمی که دعوتش می‌کرد مقید به رعایت موازین شرعی نبود، حتی اگر از نزدیک‌ترین افراد به او بود، باز در آن مراسم شرکت نمی‌کرد. روی باور و اعتقادش می‌ایستاد. به خاطر دل کسی به مجلس نمی‌رفت. قبل از رفتن سعی می‌کرد تا افراد را آگاه و مسائل را درست برای آن‌ها بیان کند. اگر موفق می‌شد که هیچ، اما اگر تلاشش نتیجه نمی‌داد عذرخواهی می‌کرد و در آن جلسه شرکت نمی‌کرد، ولی هدیه را برایشان می‌فرستاد. با نرفتنش مخالفت خود را با این‌گونه مجالس ابراز می‌کرد.

شهید جمال رضی

* برای آشنایی بیشتر با سیره رفتاری مدافعان حرم، کتاب برجستگان را که نشر شهید کاظمی منتشر کرده به شما معرفی می‌کنیم.

خدا با سکوت خوبها مشکل دارد

من در برابر ماجرای کشف حجاب‌ها در حریم عمومی چه وظیفه‌ای دارم؟ می‌توانم بی‌تفاوت باشم؟ اصلا مگر حجاب برای حریم خصوصی آدم‌ها نیست؟ پس چرا می‌گویند باید امر به معروف و نهی از منکر کنید؟

گفتاری از علی تقوی (رئیس اندیشکده تخصصی امر به معروف و نهی از منکر)



کمترین اختلاف در حد صفر

فریضه امر به معروف و نهی از منکر دچار اشتباهات بسیاری در فهم شده است؛ بسیاری از مردم می‌دانند نماز، روزه و حج چیست؛ حتی آن کسی که بی‌نماز

هم هست، یک کلیاتی از این‌ها را می‌داند، اما حتی بسیاری از طلبه‌ها و مذهبی‌های ما تعریف واحد و فهم مشترکی از امر به معروف و نهی از منکر ندارند و در این حوزه با تعدد قرائات و برداشت‌ها مواجه هستیم، در صورتی که خواستگاه امر به معروف، فقه اسلام است و باید ببینیم مراجع ما که تقریباً همه آن‌ها روی این موضوع اجماع دارند چه می‌گویند؛ چون امر به معروف جزو احکامی است که کمترین اختلاف، در حد صفر پیرامون آن، حتی در بین مراجع شیعه و سنی وجود دارد.

بی‌تفاوتی با حجاب‌ها

اگر یک عده بی‌حجاب‌اند از بی‌تفاوتی با حجاب‌هاست، امر به معروف و نهی از منکر یک وظیفه سازمانی نیست، بلکه مثل نماز، واجب است. در مهمانی هم تذکر واجب است، در خیابان هم تذکر واجب است، وقتی امر به معروف و نهی از منکر انجام نمی‌دهیم، مجبوریم بباییم سر حجاب بچنگیم، سر نماز بچنگیم، سر مصادیقش بچنگیم، امروز مجبوری به حجاب تذکر بدهی، فردا مجبوری به هم‌جنس‌گراها تذکر بدهی، پس فردا مجبوری به زنانی علنی تذکر بدهی، همین‌جوری هم هی هم‌رنگ جماعت می‌شوی، ککمان هم نمی‌گزد که گناه هر روز دارد عادی می‌شود!



خدا با سکوت خوب‌ها مشکل دارد

اطراف هر بی‌حجاب، یک عده محجبه هستند اما بی‌تفاوت، دور هر بی‌نماز کلی نمازخوان هستند اما منفعل، لذا گناه بی‌حجابی هرچقدر هم که بزرگ باشد، گناه بی‌تفاوتی و امر به معروف نکردن آن، صد مرتبه بیشتر است.

امیرالمؤمنین (علیه السلام) می‌فرمایند که خدا امت‌های گذشته را عذاب نکرد جز زمانی که فهمید مصلحانشان ترک امر به معروف کردند؛ یعنی خداوند بیش از آنکه با وجود گناه مشکل داشته باشد، با سکوت خوب‌ها مشکل دارد.

اگر می‌خواهیم مسائل ربا، نزول، بی‌حجابی و دیگر منکرات حل شود، باید همدیگر را از بی‌تفاوتی نهی کنیم، چون خطری که یک خانم محجبه ساکت برای جامعه دارد، صدها برابر بیشتر از خطر یک خانم بدحجاب و بی‌حجاب است، چون آن شخص محجبه بی‌تفاوت با سکوتش، گناه آن فرد بی‌حجاب را امضا می‌کند.

شبهه لا اکره فی الدین

برخی شبهه‌ای مطرح می‌کنند که طبق آیه «لا اکره فی الدین»، در دین، اجباری نیست و هر کس مسئول کار خود است پس نباید به گناه و اشتباه دیگران اعتراضی بکنیم. این شبهه جزو شبهات قدیمی است که علما در طول قرن‌ها پاسخ‌های متعددی به آن داده‌اند؛ برای مثال برخی معتقدند «لا اکره فی الدین یعنی لا اکره فی انتخاب دین؛ یعنی شما در انتخاب دین خود آزاد هستی، وقتی دینت را انتخاب کرده‌ای، حالا باید به آن معتقد باشی» که این جواب دقیقی نیست.

جواب دقیق در این حوزه پاسخی است که مفسرین و فقهای مثل علامه طباطبایی می‌فرمایند که «لا اکره فی اعتقادات، الدین هو الاعتقادات». ببینید ما



۱ دقیقه

عذاب وجدان هم ندارند!

امر به معروف و نهی از منکر دریای پهنآوری است که امیرالمؤمنین (علیه السلام) در کلام ۳۷۴ نهج‌البلاغه درباره آن می‌فرمایند که تمام اعمال خوب حتی جهاد در راه خدا در مقایسه با امر به معروف و نهی از منکر مثل نمی‌در مقابل یمی است. مفاهیم امر به معروف و نهی از منکر بی‌نهایت هستند و هیچ‌وقت نمی‌شود گفت که این فهرست کارهای خوب و بد است و به‌جز این‌ها چیزی وجود ندارد، اما آن چیزی که فقهای اسلام درباره آن گفته‌اند که امر به آن واجب است، واجبات دینی است و آن چیزی که نهی از آن را واجب دانسته‌اند، محرّمات است؛ هر چند امر به مستحبات و نهی از مکروهات هم مستحب است. با این وجود، متأسفانه ما شاهد آن هستیم که بعضی از مذهبی‌های نمازخوان که به‌طور مثال نماز غفیله، جمکران رفتن و دعای کمیل خواندنشان ترک نمی‌شود، روزانه از کنار بسیاری از گناهان از جمله غیبت و بی‌حجابی و غیره به‌راحتی عبور می‌کنند و به یکی دو تا از آن‌ها هم تذکر نمی‌دهند و جالب اینجاست که عذاب وجدان هم ندارند.

ماجرای کلیپ شهید مطهری رحمته

درباره مبنای تعیین روش‌های مناسب امر به معروف و نهی از منکر هم باید گفت: تعیین کننده باید‌ها و نبایدها در این خصوص، «فقه» است که علوم مختلف بشری اعم از جامعه‌شناسی، روان‌شناسی، مزاج‌شناسی و غیره می‌توانند با کمک در تشخیص روحیات و خصلت‌های شخص خطاکار، به انتخاب روش‌های مناسب برای انجام امر به معروف و نهی از منکر کمک کنند.

حضرت امام رحمته در «تحریرالوسیله» در خصوص چگونگی امر به معروف و نهی از منکر می‌فرمایند که تا وقتی روش کم تنش‌تر جواب می‌دهد، حق ندارید روش پرتنش‌تر را انجام دهید؛ مردم در زمینه امر به معروف و نهی از منکر آموزش ندیده‌اند و نمی‌دانند که در شرایطی که کدورت ایجاد می‌شود یا طرف مقابل، دفع می‌شود، نباید مؤمن را بیش از حد ضرورت اذیت کرد و این کار حرام است.

یعنی وقتی برای یک متهم دو سال زندان کافی است، اگر قاضی چهار سال زندان بدهد، حرام است و یا در شرایطی که تذکر درگوشی کافی است، حق نداریم آن تذکر را در جمع مطرح کنیم، یا اگر دیدیم تذکر دادن جلوی پنج نفر از دوستان آن فرد خطاکار کافی است حق نداریم آن را در جمع پنجاه نفره مطرح کنیم. اخیراً نیز کلیپی از شهید مطهری رحمته دست‌به‌دست می‌شود با این مضمون که «تو که جامعه‌شناسی و روان‌شناسی بلد نیستی همان بهتر که امر به معروف نکنی» که متأسفانه اکثر مردم این گفته شهید مطهری را اشتباه متوجه شده و فکر می‌کنند چون راه و روش صحیح امر به معروف و نهی از منکر را بلد نیستند، دیگر لازم نیست امر به معروف و نهی از منکر کنند، در صورتی که مضمون فرمایش شهید مطهری این است که باید امر به معروف و نهی از منکر را یاد بگیریم و سپس انجام بدهیم؛ یعنی هم یادگرفتن امر به معروف و نهی از منکر و هم انجام دادن آن واجب است. ●

دو حوزه و ساحت داریم؛ یکی حوزه اعتقاد است و یکی رفتار. در حوزه اعتقادات دین می‌گوید لا اکره فی الدین، یعنی در باورها هیچ اجباری نیست؛ برای مثال یک هم‌وطن مسیحی ما ممکن است بگوید به حجاب اعتقادی ندارم، که اینجا کسی او را به خاطر این اعتقادش دستگیر نمی‌کند، ولی لازم است حجابش را در اجتماع رعایت کند.

این موضوع مثل این است که بنده بروم سر چهارراه و در برابر فرمانده کل راهور بگویم که به چراغ‌قرمز اعتقادی ندارم، خب آن‌ها که من را به خاطر عقیده‌ام جریمه نمی‌کنند، اما اگر از چراغ‌قرمز عبور کردم من را جریمه می‌کنند.



۴ دقیقه



یا خاتم بی بدیل خاتم گم شد
یک مصرع شاه بیت عالم گم شد!

بیژن ارژن

انگار گل سفید مریم گم شد
یک **فاطمه** بود و یک علی، **فاطمه** رفت

مادر آفتاب

مهرا سادات معرکنزاد



۴ دقیقه

گفت: آین الفاطمیون؟ کجایند آن‌ها که متصل به ولایت حضرت زهرایند؟ سپس مانند مرغی که دانه از زمین برمی‌چیند، دوستداران فاطمه از صحرای محشر جمع می‌شوند. به آن‌ها می‌گویند «دوستان شما چه کسانی‌اند؟» پس دوستان دوستداران فاطمه هم بخشیده می‌شوند. از آن‌ها هم همین سؤال را می‌پرسند. سپس دوستان دوستان دوستداران فاطمه هم بخشیده می‌شوند....

یا فاطمة

اسماء ایستاده بود توی اتاق، پایه‌پا می‌کرد تا رسول خدا ﷺ برود. پیامبر فرمود «به همه گفته‌ام بروند. کاری داری؟!» اسماء گفت «من به خدیجه قول داده‌ام شب عروسی فاطمه کنارش باشم. خدیجه در آخرین لحظات عمرش نگران فاطمه بود، می‌گفت شب عروسی، هر دختری با مادرش حرفی دارد ولی دختر من تنهاست». پیامبر اشک ریخت و برای اسماء دعا کرد.

یا فاطمة

به فضا گفتند «خادمه خانه دختر رسول خدایی» روز اول فاطمه نشست روبه‌رویش «فضه جان! یک روز من کار می‌کنم، یک روز تو» فاطمه اما هر روز کار می‌کرد.

یا فاطمة

علی مقداری جو از مردی یهودی قرض گرفت. چادر فاطمه را هم به عنوان گرو گذاشت. یهودی چادر را برد خانه. همان شب زن یهودی دید چادری کنار اتاق می‌درخشد، تمام اتاق را هم روشن کرده. به شوهرش گفت. یهودی تعجب کرد. آمد توی اتاق. نور چادر دختر رسول خدا را که دید تعجبش بیشتر شد. هشتاد نفری از خویشان را آورد، همگی مسلمان شدند.

یاقاقه.....

سلمان، فاطمه را که دید گریه‌اش گرفت؛ به خاطر لباس‌هایش؛ چادرش، از ۱۲ جا، وصله‌خورده بود. گفت «دختران پادشاهان روم و ایران لباس حریر و سندس می‌پوشند و دختر پیامبر خدا چادری پشمی که تازه ۱۲ وصله هم دارد!»
خبر که به پیامبر رسید، فرمود «سلمان! دخترم از سابقین است.»

یاقاقه.....

پیامبر رفت مسجد، روزهای آخر عمرش بود. به مردم گفت هر کس حقی بر او دارد یا حلالش کند یا قصاص. مردی بلند شد، می‌خواست پیامبر را قصاص کند؛ برای ضربه شلاقی که از پیامبر به‌اشتباه خورده بود. بلال آمد از فاطمه، همان شلاق را بگیرد. فاطمه پرسید «برای چه می‌خواهی؟»
بلال گفت «مگر نمی‌دانید پدرتان دارد با همه وداع می‌کند...»
حرفش تمام نشده بود که صدای فریاد دختر پیامبر بلند شد «پدر جان! بمیرم به خاطر غم‌هایت...»
مرد عرب حاضر نشد به بدن پیامبر تازیانه بزند، اما چند روز بعد بعضی از آن‌هایی که آنجا حاضر بودند تنها دختر پیامبر را تازیانه زدند.

یاقاقه.....

علی نشسته بود کنار بستر پیامبر، صحبت‌های او را می‌شنید:
- علی جان! دستانت را می‌بندند... صبر می‌کنی؟!
- بله یا رسول‌الله!
- علی جان! خانه‌نشینت می‌کنند... صبر می‌کنی؟!
- بله یا رسول‌الله!
علی گفت «حتی اگر فاطمه‌ام را اذیت کردند و کتک زدند؟!»
و شاید منتظر جواب علی نماند و گفت «علی جان! آنجا هم صبر کن!»

وقتی آن مرد با لگد در را باز کرد و آمد تو، علی یقه‌اش را گرفت، کوبیدش بر زمین. محکم گلویش را گرفت. داشت خفه می‌شد که ره‌ایش کرد. گفت «فقط به خاطر پیامبر کاری نمی‌کنم، چون سفارش کرد صبر کنم.»

یاقاقه.....

صدای بلال یاد پدر می‌انداختش. دلش عجیب تنگ شده بود برای بابا.
به بلال گفت «آذان بگو»
الله‌اکبر... صدای گریه... اَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ... صدای شیون... اَشْهَدُ أَنْ مُحَمَّدًا رَسُولَ اللَّهِ... دیگر صدایی به گوش نرسید؛ نه از فاطمه و نه از بلال.

یاقاقه.....

آمدند در خانه علی، می‌خواستند به زور از او برای خلافت بیعت بگیرند.
فاطمه گفت «راضی نیستم بی‌اجازه من بیایید تو» برگشتند، یکی عصبانی شد «این کارها به زن نیامده، چوب بیاورید خانه‌اش را آتش بزنید»
بعد هم داد زد «علی! اگر از خانه بیرون نیایی و با جانشین رسول خدا بیعت نکنی، خانه‌ات را آتش می‌زنم». فاطمه بلند شد، رفت پشت در و گفت «با ما چه کار داری؟!»
مرد انگار که حرف دختر رسول خدا را نشنیده باشد، فقط داد می‌زد «آتش بیاورید!»

یاقاقه.....

شوهرش را که از خانه بردند، رفت ایستاد روبه‌روی مسجد پیامبر. گفت «به خدای صاحب این مسجد قسم، اگر پسرعمویم را آزاد نکنید، موهام را پریشان می‌کنم، لباس پدرم را روی سرم می‌اندازم و نفرینتان می‌کنم».
هنوز حرفش تمام نشده، ستون‌های مسجد شروع کرد به لرزیدن. سلمان آمد کنارش گفت «بی‌بی جان! علی پیام داده به شما بگوییم مبادا نفرین کنید!»
فاطمه حرف علی را که شنید برگشت. ستون‌های مسجد آرام گرفت.

یاقاقه.....

شب می‌نشست روی مرکب. حسن و حسین هم به دنبالش. علی هم از جلو، می‌رفتند خانه اهل مدینه. فاطمه حرف‌های پیامبر را یادشان می‌آورد. برای آن‌ها که در غدیر بودند از آن



روز می‌گفت. هیچ‌کدام اما گوش نمی‌دادند. از یکی که ناامید می‌شد می‌رفت در خانه دیگری. یک‌یک انصار و مهاجرین را دید. برای هر کدام حدیث گفت. دلیل آورد. فقط چهار نفر با علی همراه شدند.

فاطمه.....

روز فتح مکه. پیامبر همه را بخشیده بود، اما خون هبار بن اسود را مباح کرد. هبار نیزه‌ای پرتاب کرد، زینب دختر رسول خدا ترسید، جنینش سقط شد. سه سال بعد از فتح مکه. پیامبر، تازه از میان همه رفته بود. قنذ به زور وارد خانه دختر رسول خدا شد. با لگد، فاطمه را بین در و دیوار زخمی کرد. جنینش سقط شد. خلیفه خودش را به بی‌خیالی زده بود.

فاطمه.....

انگار که اتفاقی نیفتاده. آن دو نفر آمدند در خانه علی و گفتند «برای عیادت فاطمه آمده‌ایم». علی نگاهشان نکرد، گفت «باید از او اجازه بگیرم». رفت کنار فاطمه «فاطمه جان! می‌خواهند بیایند داخل، اجازه می‌دهی؟»

فاطمه با همه ناراحتی‌اش گفت «علی‌جان! خانه خانه توست و من همسر تو هستم. هرآنچه می‌خواهی انجام بده». آمدند تو، احوال پرسیدند، اما از دختر پیامبر جوابی نشنیدند.

فاطمه گفت:

- اگر حدیثی از رسول خدا بگویم به آن اعتراف می‌کنید؟!

- بله

- نشنیده‌اید از رسول خدا که خشنودی فاطمه، خشنودی من است و خشم فاطمه، خشم من؟ - شنیده‌ایم.

فاطمه سرش را بلند کرد و گفت:

پس من خدا و فرشتگانش را شاهد می‌گیرم که شما به من ظلم کردید و مرا به خشم آوردید.

فاطمه.....

فرستاد شوهرش را خبر کنند. علی که آمد رو کرد به او. گفت «پسرعمو! این چند سالی که با هم زندگی کردیم، به تو دروغ نگفتم، با تو مخالفت هم نکردم...»

علی گفت «پناه بر خدا! تو خداشناس‌تر از آن بودی که من را ناراحت کنی، به خدا قسم! جدایی از تو مصیبتی است که تسلیتی ندارد.»

سر فاطمه‌اش را چسباند به سینه. هر دویشان گریه کردند.

فاطمه.....

وضو گرفت و به اسماء گفت «عطر من را با چادر نماز بیاور»

غسل کرد و خوابید. گفت «موقع نماز بیدارم کن، اگر بیدار شدم که هیچ و گرنه علی را خبر کن.»

نزدیک اذان، اسماء فاطمه را صدا زد، ولی او بیدار نشد. علی توی مسجد بود که به او گفتند.

فاطمه.....

علی به بچه‌ها گفت «مواظب باشید صدای گریه‌تان بلند نشود.»

خودش اما بیشتر از همه بی‌تابی می‌کرد. اسماء آب ریخت، او فاطمه‌اش را غسل داد.

فاطمه.....

بعد از رفتن پیامبر گریه می‌کرد؛ زیاد. مردم مدینه گفتند «خسته شدیم! به فاطمه بگو یا روز گریه کند یا شب» علی بیرون شهر، نزدیک بقیع برای فاطمه سایبان زد؛ شده بود بیت‌الاحزان.

بعد از رفتن دختر پیامبر برخی از مردم مدینه می‌گفتند: پیامبرمان همین یک دختر را داشت. تشییع جنازه‌اش که نبودیم، لااقل بگویید قبرش کجاست؟! •

*انتخاب‌هایی از کتاب مادر آفتاب، قم: نشر شهید کاظمی.



۱ دقیقه

چند منزل سلوک

عظمت‌های حضرت زهرا به روایت هشت کتاب

بوسه بر دست فاطمه 

تو فقط یک مادر نیستی!

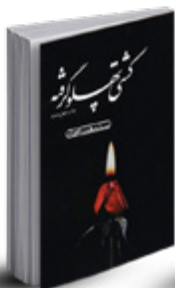
اگر تو فاطمه نبودی با آن عظمت دست‌نیافتنی و من هم حسن نبودم با این قلب رقیق و دل شکستنی، باز هم سفارش تو مادر-گریه نکردن- عملی نبود. اگر من تنها یک فرزند بودم- هر فرزندی- و تو تنها یک مادر بودی- هر مادری- در حال ارتحال، باز هم به دل نمی‌شد گفت که نسوز و به چشم نمی‌شد گفت که آرام بگیر و اشک مریز. چه رسد به این که تو فقط یک مادر نیستی، تو فاطمه‌ای! تو زهرا ی اطهری! تو نزدیک‌ترین و بی‌واسطه‌ترین بازمانده منزل و مهبط وحی‌ای! تو محب و محبوب خدا و پیامبری!

چه کسی عشق خدا و پیامبر را نسبت به تو نمی‌داند؟! کم مانده بود پیامبر به بلال بگوید «بر بالای مأذنه که رفتی بعد از هر اذان به صدای بلند اعلام کن که محمد فاطمه را دوست دارد؛ دوست‌داشتنی الهی و تکوینی، دوست‌داشتنی سستی و تشریحی».

پیامبر اکرم دختری تربیت می‌کند که این دختر، شایستگی آن را پیدا می‌کند که پیامبر خدا بیاید دست او را ببوسد! بوسه بر دست فاطمه زهرا از طرف پیامبر راه هرگز نباید حمل بر یک معنای عاطفی کرد. این خیلی غلط و خیلی حقیر است. اگر ما خیال کنیم که چون دخترش بود و دوستش می‌داشت، دستش را می‌بوسید، مگر شخصیتی به آن ارجمندی، آن هم با آن عدل و حکمتی که در پیامبر هست و اتکایش به وحی و الهام الهی است، خم می‌شود و دست دخترش را می‌بوسد؟ نه، این یک چیز دیگر و یک معنای دیگری است؛ این حاکی است که این دختر جوان،

این زنی که وقتی از دنیا رفته، بین ۱۸ سال تا ۲۵ سال سن داشته - ۱۸ سال هم گفته‌اند، ۲۵ سال هم گفته‌اند - اصلاً در اوج ملکوت انسانی قرار داشته و یک شخص فوق‌العاده بوده است. این، نگرش اسلام به زن است. سراغ این بروید.

بیانات مقام معظم رهبری درباره زندگی ائمه، انسان ۲۵۰ ساله، مرکز صهبا، ص ۱۰۵.





این چنین بود عشق مشهور پیامبر به تو و عشق تو به پیامبر، شهره‌تر، آن چنان که لقب امایه‌ها گرفتگی و آن چنان که بعد از ارتحال پیامبر هیچ کس خنده تو را ندید و در عوض، گریستنت، دشمن را به ستوه آورد.

سید مهدی شجاعی، کشتی پهلو گرفته، انتشارات مدرسه، ص ۴۸.

فاطمیه؛ از مهم‌ترین منازل سلوک



ایام فاطمیه، ایام ابراز محبت به حضرت زهرا علیها السلام یکی از منازل مهم سلوک است، بلکه از عظیم‌ترین این منازل است؛ چراکه در ظرف آن ابراز محبت به مادر حقیقی مؤمنان سیده صدیقه حضرت زهرا علیها السلام است. محبت ایشان، جمع بین محبت به مقام نبوت و مقام ولایت بوده و حقیقت وجودی ایشان رابطه بین دو مقام نبوت و ولایت است. این رابط بودن، دارای حقیقتی در ملکوت عالم و در مقامات نورانی اهل بیت علیهم السلام است، و در عالم دنیا نیز این طور جلوه کرده است که ایشان، دختر نبی اکرم صلی الله علیه و آله و از سوی دیگر، همسر ولی خدا و مادر ائمه معصومین علیهم السلام هستند، نور پیامبر صلی الله علیه و آله از طریق ایشان به ائمه منتقل شده است.

استاد محمدرضا عابدینی، ادب عاشقی، نشر معارف، ص ۲۹.



سیده زنان عالم



گفت: از ابو عبدالله امام صادق شنیدم که فاطمه بدین علت محدثه نامیده شده است که ملائکه از آسمان فرود می‌آمدند و او را ندا می‌کردند، چنان که مریم فرزند عمران را ندا می‌کردند، پس می‌گفتند: ای فاطمه! خداوند تو را برگزید و پاکت گردانید و تو را بر همه زنان عالمیان برتری داد. ای فاطمه! پروردگارت را فرمان بردار باش و سجده کن و بار کوع کنندگان رکوع کن، و ملائکه را حدیث می‌کرد و ملائکه او را حدیث می‌کردند با ملائکه سخن می‌گفت و ملائکه با او سخن می‌گفتند. پس در شبی به ملائکه گفت: آیا مریم دختر عمران برتر از همه زنان عالمیان نیست؟ ملائکه گفتند همانا که مریم سیده زنان عالم خودش بوده و خداوند عزوجل تو را سیده نساء عالم خودت و عالم مریم و سیده نساء اولین و آخرین گردانیده است.

عباس عزیزی، فضایل و سیره چهارده معصوم در آثار استاد علامه حسن زاده آملی، انتشارات صلاه، ص ۱۴۷.



والا ترین فضیلت حضرت



راجع به حضرت صدیقه علیها السلام خودم را از هر ذکر می‌قاصر می‌دانم. فقط به یک روایت که در کافی شریف و با سند معتبر نقل شده است. اکتفا می‌کنم. حضرت صادق علیه السلام می‌فرماید فاطمه بعد از پدرش ۷۵ روز در این دنیا بودند و حزن و شدت بر ایشان غلبه داشت. جبرئیل امین می‌آمد و به ایشان تعزیت عرض می‌کرد و مسائلی از آینده نقل می‌فرمود. ظاهر روایت این است که در این ۷۵ روز مرادها می‌بوده است؛ یعنی رفت و آمد جبرئیل زیاد بوده است. گمان ندارم که غیر از طبقه اول از انبیای عظام درباره کسی این طور وارد شده باشد که در



ظرف ۷۵ روز جبرئیل امین چنین رفت و آمدی داشته باشد... مسئله فرود آمدن جبرئیل یک مسئله ساده نیست خیال نشود که جبرئیل برای هر کسی امکان دارد بیاید؛ یک تناسب کامل بین روح آن کسی که جبرئیل بر او وارد می‌شود و مقام جبرئیل که روح اعظم است، لازم است.

آیت‌الله مصباح یزدی ره، جامی از زلال کوثر، انتشارات موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی ره، ص ۲۱۲.

درس زندگی



خانه‌اش کوچک بود، اما پر رونق و برکت. گاهی که همسرش در منزل نبود، خانه زهرا علیها السلام می‌شد محفل نشست‌ها و مرکز گفت‌وگو و زندگی. با جمعی از زنان مدینه به گفت‌وگو می‌نشست. می‌آمدند تا از دختر پیامبر صلی الله علیه و آله و دانش زندگی بیاموزند. بعد از پرسش‌ها و پاسخ‌های فراوان، همه سرپا گوش شدند. فاطمه علیها السلام به آن‌ها درسی داد که عمری در خانه با همسرش تمرین کرده بود: «بهترین شما کسی است که در رفتار با مردم نرم خوتر و مهربان‌تر باشد و ارزشمندترین شما کسی است که با همسر خود مهربان و بخشنده باشد».

علی قهرمانی، فاطمه علی است، انتشارات کتاب جمکران، ص ۷۹.

بهترین شفیع زن



بهترین شفیع زن در قبر، رضایت شوهرش است. امام باقر علیه السلام ادامه می‌دهد: وقتی حضرت زهرا علیها السلام از دنیا رفت، حضرت علی علیه السلام او را به خاک سپرد. بعد از این که مراسم خاک‌سپاری حضرت زهرا تمام شد، حضرت علی کنار قبر همسر خود ایستاد و رو به آسمان کرد و با خدا چنین سخن گفت: بارخدا! من از دختر پیامبر تو راضی هستم. حضرت علی علیه السلام می‌داند که در آن لحظه هیچ چیز به اندازه رضایت شوهر، برای حضرت زهرا مفید نیست؛ برای همین این دعا را می‌کنند!

مهدی خدامیان آرانی، همسر دوست‌داشتنی، انتشارات بهار دل‌ها، ص ۸۹.

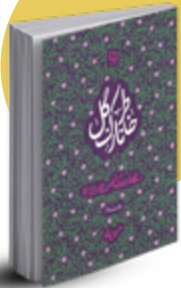
توسل به مادر



در سخنی منسوب به امام عسکری علیه السلام آمده ما پیشوایان الهی بر مردم هستیم و مادر پدران ما فاطمه، پیشوای ماست. امام باقر علیه السلام هرگاه دچار تب می‌شدند از پارچه‌ای که با آب سرد مرطوب شده بود، استفاده می‌کردند و برای شفای خویش به مادرشان حضرت فاطمه زهرا علیها السلام توسل می‌جستند و با صدای بلند می‌گفتند یا فاطمه بنت محمد!

امام صادق علیه السلام فرمودند هر نمازی که تسبیحات حضرت زهرا علیها السلام پس از آن خوانده شود، نزد من از خواندن هزار رکعت نماز در هر روز [بدون تسبیحات] دوست‌داشتنی‌تر است. نیز فرمودند که این تسبیحات را بهتر است پشت سر هم و بلافاصله بعد از نماز و حتی پیش از آن که پاهای خود را جابه‌جا کنید، بگویید. ●

حسین سیدی، خاطر نازک گل، نشر معارف، ص ۸۵.





پاداش رسالت محمد این بود؟!

سیب سرخ

سید مسیح شاهچراغی

شعله در شعله دل کوچه پر از غم می شد
 کوچه در آتش و خون داشت جهنم می شد
 «باید آتش بزخم باغ و بهار و گل را...»
 روضه مکشوف تر از آن چه شنیدم می شد
 بین دیوار و در انگار زنی جان می داد
 جان به لب از غم او عالم و آدم می شد
 لااقل کاش دل ابر برایش می سوخت
 بلکه از آتش پیراهن او کم می شد
 زن در این برزخ پر زخم چه رنجی دیده است؟
 بیست سالش نشده داشت قدش خم می شد
 تا زمین خورد صدا کرد «علی چیزی نیست»
 شیشه‌ای بود که صد قسمت مبهم می شد
 آن طرف مرد سکوتش چقدر فریاد است
 روضه جان سوز تر از غربت او هم می شد؟
 «میخ کوتاه بیا همسرم از پا افتاد
 میخ هر لحظه در این عزم مصمم می شد
 غنچه دارد گل من تیغ نزن بی انصاف
 حیف، بابا شدنم داشت مسلم می شد»
 ناگهان چشم قلم تار شد و بعد از آن
 کربلا بود که در ذهن مجسم می شد
 کوچه در هیأت گودال در آمد آن گاه...
 بارش نیزه و شمشیر دمام می شد
 اشک خواهر وسط هلهله طوفانی بود
 اشک و لبخند در این فاجعه توأم می شد
 سیب سرخی به سر شاخه نیزه گل کرد
 داشت اوضاع جهان یکسره درهم می شد
 که قلم از نفس افتاد، نگاهش خون شد
 دفتر شعر پر از واژه شبنم می شد
 کاش همراه غزل محفل اشکی هم بود
 روضه خوان، مقتل خونین مقرر می شد

سنگ نشانی

نقیسه سادات موسوی
غزلی تقدیم به مادرم (زبان حال مولا)

رو گرفتی از من و درد نهانی داشتی
 بشکند دستی کزو بر رخ نشانی داشتی
 ماجرای کوچه را با من نمی گوید حسن
 من نمی دانم چرا قد کمانی داشتی
 جان حیدر، گریه‌های های‌هایم را ببخش
 تازه فهمیدم شکسته استخوانی داشتی
 میخ در، دیوار، آتش، ضربه‌ی سیلی، لگد
 یاس هجده‌ساله پشت در چه جانی داشتی؟
 تا نیفتد شعله در جان ولایت، سوختی
 ایستادی روی پایت تا توانی داشتی
 تو دعاشان کردی و کاری نکردند، ای دریغ!
 من بمیرم... تو عجب همسایگانی داشتی
 نه ضریحی مثل زینب نه حریمی چون حسین
 کاش مانند حسن سنگ نشانی داشتی



۳ دقیقه

علی دوستی

غلامرضا سازگار (میثم)

امت همه در باطل و حق تنها بود
یک فاطمه یار و یاور مولا بود
پهلوی شکسته، عمر کم، روی کبود
تفسیر علی دوستی زهرا بود

تکلیف

سید مهدی حسینی

من ماندم و غربتی کبود از غم تو
چشمی و چو ابر، رود رود از غم تو
گر خلوت ماه و سینه چاه نبود
تکلیف دل علی چه بود از غم تو؟

راز

سید محمد بابامیری

دل خسته زنده بودنی، فاطمه جان
امروز پر از سرودنی، فاطمه جان
از خنده عاشقانهات معلوم است
آماده پر گشودنی، فاطمه جان

پاداش

سید فضل الله طباطبایی

یا فاطمه، داغ پدرت سنگین بود
پهلوی شکسته‌ات چرا خونین بود؟
«لا اسئلكم علیه اجرا...» نشنید؟
پاداش رسالت محمد این بود؟! •

آهسته می شوید

علی اکبر لطیفیان

آهسته می شوید یگانه همسرش را
با آب زمزم آیه‌های کوثرش را
آهسته می شوید غریب شهر یثرب
پشت و پناه و تکیه گاه و یاورش را
تنها کنار نیمه‌های پیکر خود
می شوید امشب نیمه‌های دیگرش را
آهسته می شوید مبادا خون بیاید
آن یادگاری‌های دیوار و درش را
پی می برد آن دست‌های مهربانش
بی گوشواره بودن نیلوفرش را
می گوید اما باز مخفی می نماید
با آستینی بغض‌های حنجرش را
در خانه او پهلوی زهرا ورم کرد
حق دارد او بالا نمی گیرد سرش را
با گریه‌های دخترانه زینب آمد
بوسد کبودی‌های روی مادرش را
بر شانه‌های آفتابی اش گرفته
مهتاب هجده ساله پیغمبرش را
دور از نگاه آسمان‌ها دفن می کرد
در سرزمین‌های سوآلی همسرش را

امام است... امام!

محمد احمدی فیروزجایی

«دمل را فقط باید برید، اما زیر این دمل رگی است که ممکن است بریده شود و با بریده شدن رگ، مریض هم خواهد مرد. خطر این کار بسیار است و از عهده ما خارج».

عاقبت سختی خواهد بود عمری را با این دمل چرکین به سر بردن. سید اما امیدوارانه به من گفت:

– قرار است که به بغداد بروم. تو هم همراهم بیا. به گمانم که طبییان آنجا تواناتر باشند و علاج دردت را بیابند.

چه می توانستم بکنم جز قبول. بار این دمل بر من بود و بار من بر سید.

سید، طبییان بغداد را جمع کرد تا ببینند می توانند چاره‌ای برایم بیندیشند یا نه، اما حرفه همان حرف طبییان حله بود. دنیا بر سرم خراب شد. درد و سوز و از کارافتادگی‌ام از یک طرف، چرک و خونی که از زخمم روان بود و دائم لباس‌هایم را نجس می کرد، یک طرف. یک عمر مسلمانی و مواظبت بر نجاست و پاکی و حالا این نجس شدن دائمی.

سید امیدم می داد:

– خدا نماز تو را با وجود این نجاست قبول می کند.

وظیفه ما بود که برای درمانش به نزد طبییان برویم که

همین کار را هم کردیم. دیگر شفا با خداست. تو هم صبر

کن. صبر بر این مصیبت‌ها بدون اجر نمی ماند.

گفتم اگر بنای صبر کردن می‌روم به سامرا و این بار از آن‌ها

طلب شفا می‌کنم.

در سامرا بعد از زیارت مزار شریف امامان هادی و عسکری علیهم‌السلام رفتم به سرداب مقدس و شب را تا صبح ماندم و نالیدم و امام زمان علیه‌السلام را واسطه قرار دادم.

صبح به سمت دجله رفتم. می‌خواستم لباس‌هایم را بشویم و غسل زیارتی کنم و دوباره برگردم سمت حرم. چندان راهی نرفته بودم که چهار سوار را دیدم که به سویم می‌آیند. گفتم لابد از اشراف سامرا هستند. به من که رسیدند، بهتر سر و وضعشان را دیدم؛ دو جوان با شمشیر بر کمر و پیرمردی خوش‌پوش که نیزه داشت و سمت راست این دو جوان ایستاده بود. مرد دیگری هم میان این سه تن بود؛ با لباسی بلند و عمامه‌ای که به صورت تحت‌الحنک درآورده بود. سلام کردند. پاسخشان را دادم.



اسماعیل! شرم نمی‌کنی که امامت دو بار می‌گوید برگرد و تو به حرفش گوش نمی‌دهی؟!
دیگر چه می‌توانستم بکنم؟! چون مادر فرزند از دست داده، همان نقطه، مبهوت و گریان ایستادم؛ آن قدر که محو شدند.

مردمانی که کنار حرم بودند از قیافه‌ام فهمیدند که تغییر کرده‌ام، دوروبرم را گرفتند و شروع کردن به پرسیدن:
- رنگ به رخسار نداری، حالت عوض شده... دردی داری؟

- خیر
- نکند با کسی ستیز کرده‌ای؟!
- نه! آیا این اسب‌سوارانی را که در کنار رود پیش من آمدند، دیدید؟

- بله! این‌ها از اشراف هستند.
- اشراف؟ نه از اشراف نبودند. من نیز این گمان را کردم اما...
اما یکی از این چهار نفر امام بود.
- امام؟ کدام‌یک؟ پیرمرد یا آن مرد که لباس بلند بر تن داشت؟

- همان مرد
- زخم‌ت را نشان دادی؟
- آری! زخم‌ت را فشرده، آن قدر که درد گرفت.
این را که گفتم پارچه از روی دمل کنار زدند. هیچ چیز نبود! مگر می‌شود هیچ چیز نباشد!
و بعد همه‌مردم بود که بوسه‌بارانم کردند و لباسم را برای تبرک می‌خواستند. ●

منبع: نجم‌الثاقب

مردی که لباسی بلند داشت، پرسید:

- فردا روانه می‌شوی؟

- بله اگر خدا بخواهد.

- بیا جلو ببینم چیست که تو را اذیت می‌کند؟

خواستم نزدیک‌تر بروم که یادم آمد این‌ها از اهل بادیه هستند و شاید چندان مقید به نجاست و پاکی نباشند. من هم غسل کرده‌ام و لباسم خیس است. این گونه دوباره همه‌جایم نجس می‌شود و باید برگردم و دوباره شست‌وشو و...

در همین افکار بودم که از روی اسب پیاده شد و مرا به سوی خودش کشید و دستش را گذاشت روی زخمم. بعد دمل را فشار داد آن قدر که دردم آمد... این طور که شد، پیرمرد به من گفت:
- آسوده شدی اسماعیل؟

من هم بی‌اختیار در جوابش گفتم: شما هم آسوده باشید؛ و تعجب کردم که اسم مرا از کجا می‌داند. دوباره همان پیرمرد گفت:

- امام است... امام!

امام؟ یعنی...؟

با عجله جلو رفتم و پایش را از کنار رکاب گرفتم و شروع کردم به بوسیدن رکابش. عزم رفتن کرد. من هم همان‌طور چسبیده به رکاب اسبش پیش می‌رفتم و ناله می‌زدم. برگشت و به من گفت: برگرد!

گفتم: هرگز! هرگز از تو جدا نمی‌شوم!

دوباره گفت: برگرد که مصلحتت در برگشتن است.

باز همان حرف را زدم. هر کس دیگری هم جای من بود هم همان حرف را می‌زد. مگر می‌شود رهایش کنم؟!
اما این بار پیرمرد بر سرم داد زد که:



الحمد لله على ما هدانا لهذا
 ما كنا لنهتدي لولا ما هدانا الله

صفحه صلواتی

اول به نبی حضرت خاتم صلوات
 دوم به علی شیر دو عالم صلوات
 سوم به گل وجود پاک زهرا
 چهارم به حسن خون جگر غم صلوات
 از بهر حسین آن شه کرب وبلا
و آن تشنه در مقتل ماتم



هدیه به اموات

آیت الله بهجت رحمته

خدا می داند یک صلواتی را که انسان بفرستد و برای میتی هدیه کند، چه معنویتی، چه صورتی، چه واقعیتی برای همین یک **صلوات** است. باید به کمی و زیادی متوجه نباشد، به کیفیت این ها متوجه باشد.
 (شادی روح همه در گذشتگان از جامعه اسلام **صلوات**)

(به سوی محبوب، ص ۱۱۳)

بوی عطر

بوی عطری عجیب به مشام می رسید که هرگز آن را تجربه نکرده بودم.
 گفتم: بیا ببینم چه عطری زده ای؟
 گفت: هیچ!
 گفتم: پس...
 گفت: من دائم **صلوات** می فرستم.

شبی در خواب خدمت پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله شرف حضور یافتم. حضرت فرمود: بیا جلو، و لب های مرا بوسید. از آن وقت، این بوی خوب همراه من است.

مرحوم آخوند ملاحلی معصومی همدانی درباره این فرد گفته بود: هر وقت او در می زند، از بوی خوشش می فهمم کیست. می گویم در را باز کنید که فلانی است.

(سیری در آفاق، حسین حیدری کاشانی، ص ۳۰۸)





خاطره ۱ دقیقه

حجت الاسلام والمسلمین عباس محقق کاشانی که ۱۴ سال در کنار مرجع بزرگ تقلید حضرت آیت الله سید محمد رضا گلپایگانی رحمته و پاسخ گوی استفتائات ایشان بودند، درباره این عالم بزرگ می گویند: [ایشان] دائم الذکر بود. در اوقات فراغت حتی در راه رفتن و قبل از خواب تسبیح به دست مبارکشان بود و ذکر داشت، ولی با صدای آهسته که مفهوم نبود. میل داشتم که بدانم آقا به چه ذکری مشغول هستند. هرچه دقت می کردم متوجه نمی شدم.

یک روز از حضرتش سؤال کردم: آقا! ممکن است بفرمایید چه ذکری را انتخاب فرموده‌اید و به آن ممارست دارید؟

فرمودند: ذکری را بلندتر و نافع‌تر از صلوات نیافتم. من همیشه **صلوات** بر محمد و آل محمد می فرستم، حتی دکتر به من سفارش کرده روزی یک ساعت راه بروید و روزی هزار قدم پیاده روی داشته باشید. من روز اول این مقدار را با ذکر صلوات تنظیم کردم و حساب نمودم این مسافت با چند صلوات انجام می شود. من هم در پیاده روی همان تعداد صلوات را می فرستم و به آن اکتفا می کنم.

(از کتاب بر منبر خاطره، ص ۱۷۹)



حاجی صلواتی

راهی جبهه‌های جنوب شد تا ابتدا جنازه فرزند رزمندش را پیدا کند و مادر شهیدی را از چشم انتظار ی رها سازد. اگرچه پسرش را نیافت ولی جبهه و جنگ، فرزندان بسیاری به او بخشید که دل به آن‌ها داد و در جبهه ماند و خادمی شان را قبول کرد و شد «حاجی صلواتی» آن اوایل به ایستگاه صلواتی، «کافه صلواتی» می گفتند. او در یکی از این ایستگاه‌ها مستقر بود یا با خودروی و انت، غذای آماده را در جاده‌های خاکی و پرخطر جبهه‌ها به خط مقدم می رساند و...

کتاب حاجی صلواتی شرح هفتاد سال خاطرات حاج غلام علی جلالی زاد است که آن را نشر فاتحان منتشر کرده است. با ذکر **صلوات** به خاطره‌ای از صفحه ۸۸ این کتاب می رویم:

فکر کنم هنگام عملیات خیر بود و در ایستگاه مشغول بودیم، یک کامیون اسیر آوردند. بعضی از آن‌ها لخت بودند یا زیرپوش و شلوار تنشان بود. به صف ایستادند و به آن‌ها آب و غذا دادیم. اسرا با دیدن ایستگاه صلواتی تعجب می کردند، چون در مناطق جنگی خودشان از این کارها نداشتند. مانند مهمان از آن‌ها با خربزه و شربت پذیرایی کردیم. آن روز وقتی دیدم دست اسرا باز است، از یکی از رزمنده‌ها پرسیدم: اسرا فرار نمی کنند؟! او در جوابم گفت: آب اینجا، نون اینجا، کجا بروند به از اینجا!؟



دیگر نمی پرسم که قبر حضرت زهرا کجاست
تقدیم به همه شهدای گمنام صلوات





پیشنهاد ۲

■ هر چند ماه یکبار بچه‌های فامیل را دور هم جمع کنید و یک کاغذ و خودکار دستشان بدهید و بگویید: از والدینتان چه انتظاری دارید؟ یا دوست داشتند پدر و مادرهایشان چگونه با آن‌ها رفتار می‌کردند؟ سپس به آن‌ها بگویید بدون این که اسمشان را بنویسند، کاغذها را بیندازند داخل فلان جعبه. جواب بچه‌ها به این پرسش‌ها برای والدین، خواندنی و بسیار جالب است. حالا اگر این پاسخ‌ها با حضور روان‌شناس کودک بررسی شود، پدر و مادرها به نتایج مهمی درباره تربیت بچه‌ها، توقعات آن‌ها و مراحل رشدشان دست خواهند یافت.

پیشنهاد ۳



■ عزیزان فرهنگی و افراد دغدغه‌مند باید کار فرهنگی و تبلیغی در نانوایی‌ها را جدی بگیرند؛ چون کمتر جایی پیدا می‌کنید که همیشه سال شلوغ باشد و مهم‌تر این‌که همه نوع آدمی هم در آنجا رفت‌وآمد کند.

پیشنهاد های آشنا

«۹۱۳۵۰۰۰۱۸»

با سلام خدمت

دستاندکاران مجله آشنا در

صورت‌صلاح‌دید، نمونه‌های

مختلف کار فرهنگی را در هر شماره به صورت مختصر،

فانتزی و جذاب معرفی نمایید. با تشکر»

ایده این دو صفحه را از پیامک یکی از مخاطبان

گرفتیم و امیدواریم با پیشنهادهای جالب،

خلاقانه و البته غیرتکراری شما این صفحه

همیشه جایی در نشریه آشنا داشته

باشد. با شماره ۰۹۳۶۱۷۳۰۳۶۵ منتظر

دریافت پیشنهادهای فرهنگی

شما هستیم:

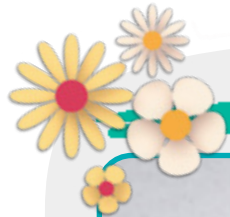


۱ دقیقه

پیشنهاد ۱

■ این پیشنهاد را از سخنان مقام معظم رهبری «مَظَلَّة: انتخاب کرده‌ایم:

از فرصت‌ها می‌شود استفاده کرد. مثلاً فرض بفرمایید امروز پنج شش هزار نفر بسیجی با من ملاقات داشتند... از این قبیل ملاقات‌ها زیاد هست... در میان این‌ها اگر یادآوری بشود و من یک اشاره بکنم و [کتاب‌های مربوط به دفاع مقدس] آماده باشد و در اختیارشان قرار بگیرد آن‌ها را می‌خرند ناگهان شما می‌بینید که یک تیراژ مثلاً پنج شش هزار نسخه‌ای توزیع می‌شود. یا در همین دیدارهایی که سران سپاه و ارتش می‌روند... شما می‌توانید آنجا آن کتاب را به زبان گوینده بیاورید... مثلاً فرض بفرمایید الان نزدیک سالگرد عملیات کربلای یک است... چند جلد از این کتاب‌های خیلی خوب درباره همین کربلای یک آماده شود... و در آنجا اسم آورده شود... خواهید دید که چندین هزار نسخه کتاب فروش خواهد رفت. (بیانات در دیدار با اعضای دفتر ادبیات و هنر مقاومت، تاریخ ۲۲ تیرماه ۱۳۷۱)



پیشنهاد U



■ «سلام نوزاد امام حسینی عزیز!»

بدین وسیله از شما دعوت می‌شود به یمن قدم مبارکتان و توجه والدینتان به ازدیاد نسل مسلمانان و خطرات تهدید نسل در کشور، محرم سال آینده (۱۴۰۳) به همراه والدین هیئت خود میهمان ویژه برنامه هیئت... باشید. به انتظار قدمتان مامان! بابا!

نیومده دعوت شدیم هیئت

جورابو به کسی ندیده‌ها! خودم می‌پوشم میام هیئت باهاش. نیومده دوستتون دارم.»

امسال یکی از هیئت‌های تهران در حرکتی خلاقانه به همه زوج‌های جوان شرکت‌کننده در مجلس عزاداری، یک جفت جوراب بچه‌گانه هدیه می‌داد که رویش آنچه شما خواندید، نوشته شده بود.

چقدر زیباست تکرار این کارها و این حرکت‌ها در ایام فاطمیه و در هیئت‌های دیگر کشور اسلامی عزیزمان ایران. ●



پیشنهاد E

■ کاش کار زیبایی این بزرگوار، الگوی بسیاری از زمین‌داران و خیرین قرار بگیرد؛ چون تعدادی از کشاورزان یا زمین‌داران، توانایی جسمی، مالی یا مدیریتی برای پیگیری‌های اداری و ساخت‌وساز مسجد و مدرسه و بیمارستان و... را ندارند، ولی برای اعطای زمین مناسب، آمادگی دارند. از طرف دیگر ممکن است آدم‌ها یا مجموعه‌هایی به شدت دنبال یافتن زمین مناسب و رایگان برای طرح‌های خیریه باشند و... به همین سادگی می‌توان این دو گروه را به هم متصل کرد.



پیشنهاد W

■ عزیزی این پیام را برای ما فرستاده: بیایید دوباره گفت‌وگوهای مسجدمحور را احیا کنیم. پیر و جوان در مسجد بنشینیم و با هم حرف بزنیم. باور کنید گفت‌وگو در خانه خدا معجزه می‌کند. پس قرارمان فردا شب مسجد... ●



پیشنهاد G

■ در مناسبت‌های مختلف مذهبی و ملی، منابع و کتاب‌های مناسبی را در اختیار نوجوانان بگذارید. سپس در مساجد و مدارس و محافل اجتماعی به هر کدامشان فرصت‌های چنددقیقه‌ای اختصاص بدهید تا به‌عنوان «راوی نوجوان» به انتخاب خود قطعه‌ای از حوادث یا خاطرات را روایت کنند.



این عکس‌ها حرف دارند



عاقبت بخیری



پناه امن حتی در آغوش جنازه مادر

۱) عددی سه رقمی بنویسید که رقم صدگان آن ۱ باشد. ۱۱۱

۲) عددی سه رقمی بنویسید که رقم دهگان آن ۶ باشد. ۶۶۶

۳) عددی سه رقمی بنویسید که رقم یکان آن ۴ باشد. ۴۴۴

۴) عددی چهار رقمی بنویسید که رقم صدگان آن ۹ باشد. ۹۹۹۹

اگر علم ندارید، لااقل باهوش باشید!



حواست به شکمت باشد!



با عروس خیالی، سروسامانی نیست!



آدمها متفاوت اند

تفاوت ظاهر و باطن برخی آدمها



ملالی نیست جز دوری شما!



هنر نزد ایرانیان است و بس!



اونی که شکارت می کنه
ممکنه چشمهای مهربونی داشته باشه!

می‌گفت...

به انتخاب زهرا حاجی‌زاده

■ می‌گفت: هر گلوله به پرنده رو می‌کشه، ولی باعث پرواز هزاران پرنده میشه!

■ می‌گفت: ریش سفید عقل نمیاره، اما تجربه میاره.

■ می‌گفت: بیماریِ لاعلاج فقط دهنِ مردمه! نه بسته میشه. نه درمون...

■ می‌گفت: گاهی وقتا بدشانسی هامون از سر خوش شانسی!

■ می‌گفت: هیچ کس نمی‌تونه دری رو که خدا برات باز کرده، ببندد!

■ می‌گفت: به انسان‌ها اندازه شعورشون اعتماد کن، نه شعارشون.

■ می‌گفت: آدم‌ها رو باید از منت‌هایی که موقع دعوا سرِ هم میذارن، شناخت.

■ می‌گفت: بعضی‌ها مثل کبریت میمونن، در ظاهر آرام و بی‌خطر، ولی میتونن زندگیتو به آتش بکشن!

■ می‌گفت: همه دو تا چشم دارن؛ ولی به جور نمی‌بینن!

■ می‌گفت: نگاه کردن به ظرف غذای دیگران فقط باعث سرد شدن غذای خودت میشه!

■ می‌گفت: آدم مچ خودشو سرِ به چیزایی می‌گیره که به عمر می‌گفته من؟! من عمرا این طوری بشم!

■ می‌گفت: سرزمین مجازی، شلوغ‌ترین سرزمین تنهایی است!

■ می‌گفت: پای معرفت که میاد وسط دستِ خیلیا کوتاه میشه...

■ می‌گفت: دل که تنگ باشه، طلا و کباب به مزه میده!

■ می‌گفت: کاش وقتی دلتون به جای دیگه‌ست تو زندگی به آدم دیگه نباشید.

■ می‌گفت: خودت رو قبول داشته باش. گرون تر میشی!

■ می‌گفت: بُرش بی‌محلّی از بُرش شمشیر تیزتره!

■ می‌گفت: حسرت چیزایی‌رو که با پول میشه درست کرد، نخور!

■ می‌گفت: واسه لامپی که سوخته دعا نکن. عوضش کن.

■ می‌گفت: آینده خوب لزوماً به به گذشته خوب نیازی نداره.

■ می‌گفت: اگر نمی‌تونی کار بزرگ انجام بدی، کار کوچیک‌رو خوب انجام بده.

■ می‌گفت: قدرت تو برنده کردن بازنده‌هاست!

■ می‌گفت: زشت و زیبا مهم نیست با کسی زندگی کن که پشتت گرم باشه به معرفتش.

همه ما حرف‌هایی را از برخی آدم‌های خاص یا عادی اطرافمان به یاد داریم که از هیچ‌جایی نیامده، توی هیچ کتابی نوشته نشده و فقط حاصل ذوق یا کشف گوینده بوده، ولی آن‌قدر زیبا، عمیق یا دست‌کم تأمل‌برانگیز است که در خاطر ما مانده یا خودمان نگهش داشته‌ایم که جایی از آن استفاده کنیم. این حرف‌های شیرین و حتی گاهی تلخ را باید نوشت تا دیگران هم از لذت درک یا تأثیر معنایش بهره ببرند. این دو صفحه را نیز با همین دلیل پیش‌روی شما گشوده‌ایم، اما به ادامه دادنش قول نمی‌دهیم، مگر این‌که شما خزانه مجله را با هدیه همین حرف‌ها پر کنید. شماره ۰۳۶۵-۰۹۳۶۱۷۳ برای ارسال پیامک‌های شما در نظر گرفته شده است. اگر بدون هیچ مقدمه‌ای فقط اصل حرف را هم پیامک کنید، کافی است.



- می‌گفت: از هر نزدبانی بالا رفتی برش ندار. دست بقیه رو هم بگیر تا بیان بالا.
- می‌گفت: جایی درخت بکار که آب باشه...
- می‌گفت: گاهی وقت‌ها معجزه همون آدم‌های خوش قلبی هستند که سر راحت قرار می‌گیرند.

این هم پیامک‌های زیبای شما که البته گاهی با هدف این دو صفحه و آنچه در مقدمه آورده‌ایم، هم‌خوانی ندارد.

۰۹۳۵۶۰۰۰۳۵۰

- می‌گفت: نه با تو خوشم نه بی تو
- (در وصف سختی‌ها و شیرینی‌های بودن و نبودن در کنار فرزند و تربیت او و صبر بر بودن و نبودن او)

۰۹۹۱۳۰۰۰۸۹۹

- می‌گفت: اگر می‌خواهی مانند خورشید بدرخشی، پس باید مانند خورشید بسوزی!
- می‌گفت: رمز موفقیت آدم‌های بزرگ حذف کلمه «اگر» است.

۰۹۱۱۶۰۰۰۸۵۴

- می‌گفت: قانون تار عنکبوتی است که اکثراً شکارهای کوچک در آن گیر می‌افتند.
- می‌گفت: سه ضلع مثلث سلامت: تغذیه، تحرک، تنفس

۰۹۹۳۲۰۰۰۲۷۰

- می‌گفت: بترس از آدمی که برای هر حرفی قولی می‌ده!
- می‌گفت: چه اهمیتی داره یه آدم بی‌معرفت کجا و دنبال کی میره رفت که رفت صد تا سنگم به ردش!

۰۹۳۵۱۰۰۰۰۹۴

- می‌گفت: اگر گوشت گران است، صبر ارزان است.

۰۹۱۳۷۰۰۰۷۶۹

- می‌گفت: اونایی که بهت میگن چه سری چه دمی عجب پایبی، فقط به فکر پنیرت هستن دختر خوب!

۰۹۱۴۱۰۰۰۳۶۳

- می‌گفت: آدم خلاق کسی است که از هیچی، همه‌چی درست کنه، والا از همه چی چیزی درست کردن که هنر نیست!

۰۹۱۳۰۰۰۰۸۹۴

- می‌گفت: تفکر گذشته‌ات تو را به اینجا رسانده، اما آینده پیش‌روست، با تفکر زیبا، زیباتر بسازش!
- می‌گفت: انرژی مثبت فقط از شکرگزاری است که شکر نعمت، نعمت افزون کند.

۰۹۱۶۶۰۰۰۳۴۸

- می‌گفت: دوستی، اتفاق است و جدایی قانون. ●

۰۹۰۳۲۰۰۰۰۲۸۴

- می‌گفت: کسی گفت نمی‌دانم می‌شود با آن کار و تعامل داشت، ولی گفت نمی‌توانم، نمی‌شود با او کار کرد؛ چون می‌داند و نمی‌خواهد اقدام کند.

۰۹۱۳۴۰۰۰۰۴۲۲

- می‌گفت: نادار که دارنده بشد، پستش گیر (خیلی تحویلش نگیر) دارنده که نادار بشد، دستش گیر!

۰۹۹۲۸۰۰۰۰۴۵۴ (روشن والایی)

- می‌گفت: گاهی وقتا برای پیدا کردن خودت تو وجود یکی دیگه، اون رو گم می‌کنی!
- می‌گفت: آدم‌تا یه جایگزین به‌جات پیدا نکنن تنهات نمیزارن اینو مطمئن باش!

۰۹۱۷۷۰۰۰۱۱۴

- می‌گفت: میگن دنیاست حیرونه، میگم نه، دل پریشونه!

۰۹۱۴۹۰۰۰۰۹۶۶

- می‌گفت: زن‌هارو وقتی می‌شناسی که پول نداری مردها رو وقتی می‌شناسی که پول دارن!

۰۹۱۳۹۰۰۰۰۷۰۱ (رسول از اصفهان)

- پدربزرگم می‌گفت: از اثر صبر، نوبت ظفر آید.

۰۹۹۳۳۰۰۰۰۲۷۷

- می‌گفت: آدم‌های موقتی، درس‌های دائمی میدن!
- می‌گفت: هیچ‌وقت برای فهمیده شدن فریاد نزنین! اون کسی که شما رو بفهمه، صدای سکوتتون رو بهتر میشنوه!

۷۵۷ روز کاری و کلی کلک‌های دیگر

محمد مطهری (وکیل پایه یک دادگستری)

آقای (م. ظ.) بدون مشورت با وکیل، یک واحد آپارتمان پیش خرید کرده است و پس از مدتی با مراجعه به دفتر وکیل اظهار می‌دارد «پس از گذشت ۱۸ ماه از امضای قرارداد، پیش فروشنده هنوز کلنگ هم بر زمین نزنده است، چه برسد به ساخت آپارتمان و تحویل آن. هر وقت هم پیگیری می‌کنم که چرا کار را شروع نکردی؟ می‌گویند هنوز شهرداری پروانه ساخت نداده است!»

تازه از روزی شروع می‌شود که پروانه صادر شود و اگر کسی اعتراض کند، می‌گوید: مسئله و مشکل اداری، خارج از اراده من بوده است.

در قسمت‌های «مدت قرارداد» و «مبلغ قرارداد» نیز نوشته شده است که «این قرارداد قابل تعدیل است!» یعنی اگر چند سال بعد، آپارتمان را ساخت، موقع تحویل، می‌تواند بگوید: از آنجایی که چند سال از زمان تنظیم قرارداد گذشته است و هزینه ساخت در زمان تنظیم قرارداد متری فلان مقدار بوده است، الان باید تعدیل کنیم! پس به ازای هر متر آپارتمان، چند میلیون تومان دیگر هم بدهید تا آپارتمان را تحویل بدهم! هم‌چنین در قرارداد نوشته شده است «هرگاه مبلغی را خریدار باید بپردازد و به هر دلیلی نپردازد، فروشنده حق دارد

وکیل با ملاحظه قرارداد پیش فروش، ملاحظه می‌کند که قرارداد کاملاً به صورت یک طرفه و ظالمانه تهیه و تنظیم شده است و در تک‌تک بندهای قرارداد، فروشنده برای خودش راه فرار از انجام تعهدات گذاشته است. برای مثال، در قسمت مدت قرارداد نوشته شده «۷۵۷ روز کاری» ظاهر این قرارداد حدوداً دوساله است، ولی با درج عبارت «روز کاری» مدت قرارداد عملاً خیلی بیشتر از دو سال است؛ چرا که همه ایام تعطیل به مدت قرارداد اضافه خواهد شد.

هم‌چنین نوشته شده است «هر چیزی خارج از اراده فروشنده باعث شود که نتواند به‌موقع تحویل دهد، به مدت قرارداد اضافه می‌شود». این یعنی این که اگر به هر دلیلی شهرداری تا به حال پروانه نداده است، مدت قرارداد

تجربه‌های وکیل

محمد مطهری (وکیل پایه یک دادگستری)

- بهترین مکان برای معامله، بنگاه مجهز به دوربین مداربسته به‌شرط سالم و روشن بودن است.
- یکی از اسرار حفظ سرمایه، مشورت با اهل فن در هر کاری است.
- امروزه با قیمت‌های نجومی خودرو، معامله سرپایی و با عجله مساوی است با از دست دادن سرمایه.
- اگر کسی «وکالت فروش» داشت و مدعی مالکیت بود علی‌القاعده باید بیع‌نامه هم داشته باشد.
- در معامله، حوصله کنید و تمام متن وکالت‌نامه‌ها و بیع‌نامه‌های قبلی را مطالعه کنید.
- صحبت کردن دقیق و با حوصله با طرف معامله یک ضرورت است و خیلی از حقایق را برای شما آشکار می‌کند.
- شناسنامه طرف معامله را شخصاً ملاحظه کنید تا از هویت واقعی او مطمئن شوید.
- اگر دیدید مالک، جوانی مجنون است، به شرطی می‌توان با پدر او معامله کرد که از بچگی مجنون باشد، اما اگر بعد از رسیدن به سن بلوغ مجنون شده باشد، باید قیم داشته باشد.
- برای اینکه قیم بتواند نسبت به زمین یا خانه صغیر یا مجنون معامله کند، اجازه دادستانی را لازم دارد.
- با شخصی که به سن بلوغ رسیده، می‌توان معامله کرد مشروط به این که از دادگاه حکم رشد گرفته باشد و یا ۱۸ سال تمام داشته باشد، البته پس از مصاحبه و اطمینان از رشد عقلی او.
- اگر مالک به سن بلوغ رسیده، نمی‌توانید با ولی، وصی و قیم معامله کنید، مگر اینکه مجنون یا سفیه باشد.
- باید بدانید که برخلاف ضرب‌المثل معروف، در قانون مدنی، «سکوت، علامت رضایت نیست» حتی اگر مالک در جلسه معامله نشست باشد.
- اگر فاصله تاریخ معامله وصی با شما با تاریخ فوت متوفی زیاد بود، احتمال دارد به دلیل عدم اقدام به‌موقع و عدم عمل به وصیت، سمت وصی از بین رفته باشد.
- حتماً، حتماً و حتماً برای هر تعهدی که داده می‌شود مهلت و زمان مناسب تعیین کنید. ●

انتخاب‌هایی از کتاب رازهای حفظ سرمایه

واحد مربوطه را به دیگری واگذار کرده و پول خریدار را ظرف یک سال بعد به او برگرداند». در یک کلام، می‌توان این قرارداد را چنین تفسیر و تحلیل کرد که خریدار با امضا کردن چنین قراردادی قبول کرده است که طرف مقابل هر وقت فرصت داشت و مصلحت دانست، از شهرداری پروانه ساخت بگیرد. هر وقت خسته نبود و انرژی کافی داشت، کلنگ بزند! هر وقت مصلحت دید و مسافرت یا تفریح نبود، آپارتمان را تکمیل کند و در صورت صلاح‌دید تحویل بدهد و قبل از تحویل هم بتواند هر مبلغی را به بهانه تعدیل هزینه‌ها از خریدار بگیرد و اگر هم خریدار، مبلغ خواسته شده را در مهلتی که فروشنده تعیین کرده پرداخت نکند، بتواند واحد را به شخص دیگری به‌صورت نقدی بفروشد و پول آن را برای خودش بردارد و پول خریدار را بعد از یک سال به او برگرداند.

کدام‌یک از شما حاضرید چنین ظلمی را بپذیرید؟ اما ممکن است خیلی از شما پای چنین قراردادی را امضا کنید! ●

تجربه‌های زندگی

انسان عاقل، از تجربه خودش درس می‌گیرد
و انسان باهوش، از تجربه دیگران.

■ این پند سعدی را همیشه به یاد داشته باش:

هر که عیبِ دگران پیش تو آورد و شُمرد

بی گمان عیبِ تو پیشِ دگران خواهد بُرد

■ پیش از این که شروع به درمان کسی کنی، از او پرس آیا حاضر است چیزهایی را که بیمارش کرده‌اند، کنار بگذارد؟

■ حتی برای جوک‌های تکراری و بی‌مزه بچه‌ها بخند، آن‌ها نباید احساس ناکافی بودن کنند.

■ اگر در زندگی مشترک حال خوب می‌خواهی، سعی کن داری‌های خودت و همسرت چشم‌ت را پر کند، نه داری‌های بقیه!

■ یادت باشد در کارهای مهم همیشه دو تا انتخاب بیشتر نداری؛ الان انجامش بدهی یا بعداً پشیمان بشوی.

■ از آدم‌های بدبین دوری کن؛ چون کاری با روح و روان تو می‌کنند که حتی در اوج خوشی‌ها و لحظه‌های قشنگ هم منتظر اتفاق‌های بد می‌مانی.

■ لازم نیست در مشاجره، حرف آخر را بزنی؛ چون گاهی اوقات کلام آخر آغازی می‌شود بر مشاجره‌ای دیگر.

■ به‌جز کارت عابر بانک، همیشه مقداری پول نقد همراهت باشد؛ این پیرمردها و پیرزن‌های دست‌فروش اکثراً کارت‌خوان ندارند.

■ برای حرف‌های خصوصی با همسرت، زبانی رمزدار به کار ببر که فقط خودتان آن را متوجه می‌شوید.

■ از کسی که جدا شده یا در کاری شکست خورده، نپرس چی شده جدا شدی؟ چی شد شکست خوردی؟ شاید با سؤال از سر کنجکاوی تو او برای جواب دادنش مجبور شود تمام خاطرات تلخ و احساسات بدش را مرور کند.

■ وقتی غذای مادرت خوشمزه شده است، حتماً از آن تعریف کن! شاید تو متوجه نشوی، ولی او مثل هنرمندی که هنرش دیده شده، انرژی می‌گیرد!

■ اگر بچه‌ات در ریاضی همیشه ۱۰ و ۱۱ می‌گیرد و در نقاشی همیشه ۱۹ و ۲۰ باید برای نقاشی او معلم بگیری نه ریاضی‌اش!

■ حرف دو نفر را هیچ‌وقت باور نکن؛ یکی چوپان دروغ‌گو؛ یکی هم آدم مجردی که می‌گوید: من تو زندگی آرامش دارم!

■ مطمئن باش مهم‌ترین سرمایه‌ای که می‌توانی برای آینده‌ات پس‌انداز کنی، خاطرات زیباست. ●





۲ دقیقه

کتاب آشنا

اگر احساس گناه کردی حتماً به همسرت بگو / نگو

یکی از مشکلات رایج زوجین، داشتن باورها و توقعات غیرمنطقی از یکدیگر است که منجر به تنش و نارضایتی از زندگی مشترک می‌شود. کتاب قصر حبیبی که آن را نشر معارف منتشر کرده، مجموعه‌ای از این باورها را گرد هم آورده است. با همدیگر چند باور مشهور را مرور می‌کنیم.

زوجین باید بهترین دوست یکدیگر باشند

توجه کنید:
الف) دوستی با فرایندی زمان‌بر ایجاد می‌شود

و انسان‌ها با توجه به ارزیابی رفتارهای طرف مقابل در موقعیت‌های مختلف، ممکن است نسبت به هم احساس تعلق و صمیمیت بیشتر یا کمتری داشته باشند، اما افراد در مدت کوتاهی با هم آشنا می‌شوند و تصمیم به ازدواج می‌گیرند. صمیمیت و دوستی عمیق چیزی نیست که بتوان آن را یک‌باره و با یک تصمیم ایجاد کرد.

بسیاری بر این باورند که زن و شوهر باید بهترین دوست هم باشند و تمام مسائل خصوصی و مشکلات را با هم در میان بگذارند؛ زیرا آن‌ها همسرند. اگر به هم نگویند به چه کسی بگویند؟! اصلاً اگر بهترین دوست هم نباشند چه معنا داشت با هم ازدواج کنند؟! قبل از آنکه تصمیمی درباره درست یا نادرست بودن این باور بگیریم به پنج تفاوت اصلی دوستی و رابطه زناشویی

عشق واقعی و گرم باعث یک ازدواج خوب می‌شود

عشق، نقش مهمی در نزدیک کردن افراد به هم دارد. عشق کمک می‌کند برخی از ایرادهای طرف مقابل را نبینیم و گاهی به حرمت دوست داشتن با آن‌ها کنار بیاییم.

تجربه و تحقیقات نشان داده که بخش زیادی از هیجان‌های همسران از دو تا پنج سال نخست زندگی مشترک کاهش می‌یابد؛ خوبی‌ها و نکات مثبت همسر عادی می‌شود و طرفین از فداکاری‌های گذشته خسته می‌شوند. اینجاست که داشتن این هفت مهارت به بهبود رابطه کمک می‌کند:

الف) مهارت حل تعارض و تصمیم‌گیری

ب) مهارت عشق‌ورزی و محبت ساخت‌یافته

ج) مهارت ارتباط مؤثر و همدلی

د) مهارت مدیریت خشم و هیجان‌های منفی

ه) مهارت مدیریت دخالت اطرافیان

و) مهارت مقابله با روزمرگی و افسردگی

ز) مهارت برقراری روابط جنسی سالم

هرچند مهارت‌های دیگری چون خودشناسی، تفکر خلاق و خودباوری نیز به داشتن شخصیت سالم‌تر و در نتیجه زندگی بهتر کمک می‌کند، اما بدون داشتن این هفت مهارت اصلی، زندگی مشترک به‌سختی قابل مدیریت می‌شود.

در همه کشورها برای رانندگی با خودرو باید ساعت‌ها مطالعه کرد و به صورت عملی زیر نظر مؤسسه‌های آموزشی مجاز تمرین کرد تا بتوان از عهده امتحان کتبی و عملی آن برآمد و موفق به دریافت گواهینامه شد. ضمن آنکه شرایط دیگری چون سن فرد و سلامت او نیز برای تعیین صلاحیت رانندگی فرد دخیل‌اند. وقتی برای مدیریت خودرو لازم است این آزمایش‌ها و آموزش‌ها را پشت سر گذاشت، چطور ممکن است برای مدیریت زندگی نیاز به هیچ آموزشی نداشته باشیم؟ آرزوی ازدواج‌های رؤیایی، ساخته و پرداخته قصه‌های دختر شاه‌پریان و فیلم‌های رمانتیک است که با پررنگ نشان دادن لحظه‌های عاشقانه، ما را تشنه داشتن چنان رابطه‌هایی می‌کنند. در کتاب مهارت‌های ازدواج و ارتباط زناشویی کارآمد می‌خوانیم «عشق پیشگوی ضعیفی برای

ب) نقش خانواده در دوستی کم‌رنگ است و والدین، نفوذ قابل توجهی بر روابط دوستانه ما ندارند، اما در ازدواج این‌گونه نیست؛ ازدواج پیوند دو فرد نیست پیوند مجموعه‌ای از خانواده‌ها، دوستان و آشنایان است. ما علاوه بر انتخاب همسر، خانواده را نیز عروس‌دار یا داماددار کرده‌ایم. توقعات بزرگ‌ترها را نمی‌توان نادیده گرفت و این انتخاب، در زندگی هر دو خانواده تأثیرگذار است.

ج) در دوستی تقابل قدرت اهمیت چندانی ندارد و

نگران نیستیم کسی با فهمیدن رازهای شخصی ما بخواهد اقتدارمان را به چالش بکشد، اما در ازدواج این ترس وجود دارد که همسر ما با دانستن برخی از ضعف‌های ما، امتیازگیری کند. این نگرانی همیشه با همسران هست که اگر در زندگی به مشکلی برخوردند طرف مقابل مسائل و مشکلات را وسط کشیده و به دنبال باج‌خواهی باشد.

د) در دوستی، ممنوعیتی در جدایی نیست و هر وقت

تعارض‌ها آزردهنده شوند، ارتباط طرفین خودبه‌خود قطع می‌شود و هیچ‌کس نمی‌تواند آن‌ها را مجبور به ماندن در رابطه، کند، اما اجتناب و انزواطلبی در ازدواج، زندگی را تلخ می‌کند و ما مجبوریم تعارض‌ها را حل کنیم. تصمیم‌گیری سنگین‌ترین هزینه‌های مادی و معنوی را به دنبال دارد.

ه) در دوستی، مجاورت و همراهی تمام و کاملی

وجود ندارد. ما در دوستی به‌راحتی می‌توانیم بسته به حجم کار و فشارهای روانی، نوسان خلق و عافه همدیگر را کمتر یا بیشتر ببینیم، اما در ازدواج نمی‌توان با توجه به وضعیت، مسئولیت‌پذیری و همراهی را کم یا زیاد کرد. با توجه به این تفاوت‌ها باید بگوییم اگر همسران، بهترین دوست هم باشند، عالی است اما بایستی در این باره وجود ندارد.



ازدواج موفق است.»

بهروشنی می‌توان ادعا کرد که عشق یا دوست داشتن برای ازدواج لازم است، اما کافی نیست، پس فقط داشتن عشق واقعی و گرم باعث ازدواج موفق نخواهد شد، بلکه عوامل مهم دیگری هم هست که باید آن‌ها را آموزش ببینیم.

اگر احساس گناه کردی حتماً به همسرت اقرار کن

ما فکر می‌کنیم صداقت محض، نشانه صمیمیت است و اگر اشتباهات خود را به همسرمان بگوییم، عشق و صداقت خود را خالصانه به او نشان داده‌ایم. گاهی مراجعان می‌گویند همسر من خیانت کرده و خودش با دلی سرشار از عشق، صادقانه اقرار کرده که مرا دوست دارد، اما هر بار که به این موضوع فکر می‌کنم نمی‌توانم او را ببخشم و حالم بد می‌شود. از طرفی دوستش دارم و نمی‌دانم چه کنم؟ یا می‌پرسند در گذشته روابطی داشته‌اند یا خطاهایی مرتکب

شده‌اند و حالا نمی‌دانند باید آن را به همسرشان بگویند یا خیر؟ شاید این سؤال شما هم باشد که من کدام خطاهایم را باید صادقانه بگویم؟

یکی از مرزها و ملاک‌هایی که برای این افراد ترسیم می‌کنیم این است که خطای شما جزو کدام دسته است؟
۱. در زندگی کنونی تأثیری ندارد و فقط به آن اقرار می‌کنید تا عشق و صداقتتان را به او ثابت کنید و از عذاب وجدانتان کم شود.

۲. آن خطا در زندگی امروز شما تأثیر دارد و امیدوارید با اقرار به آن بتوانید برای آن چاره‌ای بیاندیشید

اگر شما در خلوت خود اشتباهی مرتکب شده باشید، بیان این موضوع هیچ کمکی به زندگی مشترکتان نمی‌کند، اما اگر مرتکب خطایی شده‌اید که تأثیرگذار است، حق همسر شماست که از آن باخبر باشد و باید او را حتماً در جریان بگذارید. برای مثال اگر ضامن کسی شده‌اید که تعهد مالی‌اش را انجام نداده و تا سه سال آینده باید مبلغ قابل توجهی را برای اقساط او پرداخت کنید و این مسئله در وضعیت مالی شما تأثیر دارد باید آن را به همسرتان اطلاع دهید.



اگرچه بسیاری از مردم اعتقاد دارند که سال‌های نخست ازدواج بهترین سال‌های زندگی است، ولی حقیقت این است که سازگار شدن با شخصی دیگر، برای بیشتر مردم دشوار است. آمار طلاق در سال‌های ابتدایی زندگی مشترک شاهدی بر این مدعا است. تصور کبوتران عاشقی که تا ابد با شادی در لانه عشق هم‌نشین یکدیگرند، تصور نادرستی است.

تشکیل یک رابطه در سیر صعودی خود پنج پله دارد:

پله اول، آشنایی و شناخت؛ که طرفین به دنبال شناخت و ارزیابی‌های اولیه نسبت به یکدیگرند.

پله دوم، نامزدی؛ که دو طرف به اطمینان نسبی رسیده‌اند و رابطه خود را برای همگان علنی می‌کنند.

پله سوم، دوره عقد؛ که طرفین به شکل قانونی نسبت به هم متعهد شده برای ازدواج و رفتن زیر یک سقف، برنامه‌ریزی جدی می‌کنند.

بسیاری از ما ممکن است دچار اشتباه شده و ساعتی بعد پشیمان شویم؛ اشتباهی که اگر خودمان نگوئیم همسرمان تا پایان عمر هم متوجه نمی‌شود. به نظر چندان کارآمد نیست که چنین اشتباهی را در فضایی عاشقانه به همسرمان بگوئیم تا از عذاب وجدان خلاص شویم.

شاید فکر می‌کنیم با این کار عشق و صداقتمان را به رخ می‌کشیم! باید دانست که این صداقت در عشق نیست؛ نوعی خودخواهی است و ما فقط به رهایی از عذاب وجدان خود می‌اندیشیم و متوجه نیستیم که چقدر آرامش روانی همسرمان را برهم می‌زنیم؛ بنابراین، هر پیشینه‌ای گفتنی و هر رازی افشا کردنی نیست.

ازدواجی که در آغاز ناامیدکننده باشد قابل ادامه دادن نیست

در تحقیقی که روان‌شناسی به نام «اولسون» روی زوج‌های جوان انجام داده این نتیجه به دست آمد که حدود نیمی از همسران برای ادامه زندگی مشترک دچار شک شده‌اند؛ زیرا در سال‌های نخست ازدواج و نیز در ادامه زندگی، مشکلات زناشویی بسیاری را تجربه کرده بودند. نزدیک چهل درصد افراد هم ازدواج را سخت‌تر از حد تصور تجربه کرده بودند و گفته بودند همسر آن‌ها بعد از ازدواج نسبت به آن‌ها حساس‌تر شده است.

آن‌ها او را جدی نمی‌گیرند، اما او عاشق من است.»
«اگر با برادر و خواهرش مشکل دارد، مقصر نیست، خودم دیدم که با من مهربان است.»

قهر و دعوا، پرخاشگری، بددهانی و نامهربانی همسر با خانواده خود، دقیقاً همان رفتاری است که ما باید نسبت به خود، انتظار آن را داشته باشیم. اگر چه امروز عاشق تازه‌نفسی است که می‌خواهد نقش فرشته نجات سوار بر اسب سفید را به نمایش بگذارد، اما هیچ کس نمی‌تواند نقاب مهربانی را همیشه در مقابل خود واقعی‌اش نگه دارد. این گونه، عشق رؤیایی بعد از ازدواج تمایل به کم‌رنگ شدن دارد. درواقع، افراد، دیر یا زود همان‌گونه با ما رفتار خواهند کرد که پیش از این با خانواده خود رفتار می‌کردند. ممکن است هیجانانگیز اولیه عشق کمکشان کند تا نقاب نگه دارند، اما در نهایت خود واقعی را نشان خواهند داد، پس در فرایند آشنایی صبور باشید.

انسان موفق در روابط میان فردی، مشکلات خانوادگی را با سبک‌های اجتنابی نظیر قهر و قطع رابطه، یا پرخاشگری و بددهانی حل نمی‌کند. او یاد گرفته که چطور با پای دل‌بستگی و مهربانی، و پای قاطعیت و جرئت‌مندی حرکت رو به جلویی داشته باشد. او می‌داند از چه روشی و چگونه، هم محبتش را به خانواده نشان دهد و هم اجازه ندهد کسی به حقوق شخصی او تجاوز کند.

داشتن رابطه‌های مخدوش و آشفته با افراد نزدیک خانواده از نشانه‌های هشداردهنده در دوره آشنایی است که باید به تمام ابعاد آن رسیدگی شود؛ البته نمی‌خواهیم در شما این ترس را ایجاد کنیم که هرکس با خانواده‌اش کوچک‌ترین مسئله و مشکلی داشت، آدم مناسبی برای ازدواج نیست، اما تصور نکنید چون همسر شما عاشق شماست، با شما رفتاری بسیار متفاوت‌تر از خانواده خود خواهد داشت. دیری نمی‌پاید که همان مرام‌های رفتاری نظیر اجتناب یا پرخاشگری را در رابطه با شما حکم‌فرما خواهد کرد، پس مراحل ازدواج را پله‌پله و با صبوری طی کنید؛ مرحله آشنایی، مرحله نامزدی و مرحله عقد. برای هر کدام زمان کافی بگذارید تا به خود واقعی کسی که برای زندگی انتخاب کردید برسید.

روان‌شناسان فاصله آشنایی تا ازدواج را حداقل شش ماه و حداکثر سه سال در نظر گرفته‌اند. ●

پله چهارم، شروع زندگی مشترک؛ که پس از مراسم عروسی، همسران درگیر سازگاری با سبک جدید زندگی، برقراری تعادل بین فردیت و زوجیت، و بین خانواده خود، خانواده همسر و زندگی زناشویی جدید می‌شوند.

پله پنجم، دوره والد شدن و فرزندآوری؛ که زوجین به دنبال برقراری تعادل بین محبت به همسر و محبت و توجه به فرزند می‌شوند.

ظهور مشکلات در هر یک از دوره‌های مختلف، علامت و هشدار است که نشان می‌دهد برای قدم گذاشتن به پله بعدی هنوز زود است. وجود مشکلات در دوران عقد به این معناست که فعلاً باید مراسم عروسی را عقب انداخت و روی حل مسئله تمرکز کرد. وجود مشکل بعد از ازدواج و رفتن زیر یک سقف به این معناست که هنوز همسران، آماده ورود به مرحله فرزندآوری نشده‌اند.

بسیار دیده شده در جلسات خواستگاری و بله‌برون بزرگ‌ترها تاریخ عقد و عروسی را نیز مشخص می‌کنند. توافق بر این که خانواده‌ها در چه بازه زمانی می‌توانند به شرایط برگزاری مراسم عقد یا عروسی برسند، خوب است، اما تبدیل زمان اعلام شده به قانون غیرقابل تغییر، به نظر می‌رسد اقدام درستی نباشد.

بنابراین اگر ازدواجی در آغاز مایوس‌کننده بود، بدان معنا نیست که برای حل تعارض تلاش نکنیم و از متخصص کمک نگیریم بلکه باید رابطه را در همان سطح نگه داشته و قبل از ورود به پله بعدی برای اصلاح آن تلاش کنیم.

رفتار همسر با خانواده‌اش ملاک قضاوت نیست؛ چراکه او عاشق من و مهربان است. اگر مشکلی با خانواده‌اش دارد، اقتضای وضعیت خانوادگی او این‌گونه است.

«اگر با مادرش مشکل دارد، به خاطر این است که مادرش هیچ‌وقت درکش نکرده و مدام به دنبال کنترل‌گری اوست.»
«اگر با پدرش مهربان نیست، به دلیل این است که پدرش هیچ سرمایه‌ای برای کار در اختیارش نگذاشته است.»
«به این دلیل با پسرعمو یا دخترخاله‌اش قطع رابطه کرده که

گرفته‌اند برای پدرشان که تازه بازنشسته شده خانهای جداگانه بگیرند تا از رفتارها و دعوای مادرشان خلاصی بیابد.

هیچ کس از مادر بزرگ وسواسی مان، خاطره خوشی ندارد.

همکلاسی‌ام تعریف می‌کرد که وقتی سه سالش بوده، دایی‌اش با سر بریده گوسفند، او را می‌ترساند و او تا پنج‌سالگی، زبانش کامل بند می‌آید. حالا که ۲۶ سالش است بازهم لکنت زبان دارد و وقتی که به اصطلاح روی برخی حروف گیر می‌کند، خیلی عذاب می‌کشد. الان دارد درس می‌خواند تا شرایطش بهتر شود!

یک سال است اسمم در گوشی خانومم «انبه و کیف نخر» ذخیره شده!

پارسال با هم بیرون بودیم. انبه خشک و کیفی که می‌خواست، نخردیم!

مادرشوهرش وسواس داشت. هر بار که بچه‌ها برای بازی بیرون می‌رفتند، به عروس سفارش می‌کرد که هم سرتاپای بچه‌ها را بشوید و هم تمام لباس‌هایشان را. خواهرشوهرش هم وسواس گرفته بود.

حالا آن عروس، ۵۵ ساله شده و از مادرشوهر و خواهرشوهرش وسواسی‌تر. تا آنجا که بچه‌ها تصمیم

عمه فضوله!

چند قصه تلخ
انتخاب‌هایی از فضای مجازی

امروز خیردار شدیم. صاحب‌خانه فوت کرده است. حتماً رفته تا آن دنیا را ببیند!

یک هفته پیش جهیزیه دختر همسایه‌مان را بردند در زیرزمین خانه پدر داماد. امروز هم جهیزیه را برگرداندند. مادر دختر می‌گفت «تهصدوپنجاه میلیون تومان جهیزیه خریدم برای این دختر، ولی چون خونشون کم‌دیواری داشت، کم‌تخریدم. مادر و خواهر داماد سر این قضیه آشوب به پا کردند و...»
پدر عروس هم جهیزیه دخترش را برگردانده بود و خیلی جدی درخواست طلاق داده بودند.

دیشب مجلل‌ترین عروسی عمرم را رفتم. حالا همان عروس و داماد به علت نداشتن پول، نتوانسته‌اند خانه اجاره کنند و فعلاً هر کس رفته خانه پدرش تا ببینند بعداً چه می‌شود!

زنگ زدم به برادرزاده‌ام، دختر کوچکشان که سه‌ساله است، گوشی را برداشت. صدای مادرش می‌آمد که می‌پرسید کیه؟

دخترک با یک زبان من‌درآوردی گفت: مامان! عمه فضوله‌ست!
برادرزاده‌ام نیم‌ساعت پای تلفن عذرخواهی می‌کرد و می‌گفت به‌خدا من بهش یاد ندادم عمه!

اول پدر و مادر دختر وارد اتاق مشاوره شدند و گفتند «دخترمون و خواستگارش رو برای مشاوره قبل از ازدواج آوردیم، ولی قبلش خواستیم به شما بگیم که پسر به صورت خالص از قومیت ما نیست و مادرش از ماست، ولی چون پدرش از فلان قومیت است و ما چندان راضی نیستیم، بینید میشه کاری کرد که پشیمون بشه!»

نمی‌دانم تا حالا در محیطی بوده‌اید که زن و شوهر با هم بحث و دعوا کنند و شما مجبور بوده باشید خودتان را به نشنیدن و ندیدن بزنید؟
یک‌بار که در این شرایط بودم، بچه پنج‌ساله آن‌ها گفت «اینا کار همیشگی‌شونه بیا ما با هم بازی کنیم!»

همسایه‌ها خبر داده بودند که پیرزنی با دو دختر ۵ و ۶ ساله زندگی می‌کند که مطمئن هستند فرزند یا نوه او نیستند. تیم ۱۳۳ همراه با مأموران نیروی انتظامی رفته بودند برای بررسی. پیرزن با دیدن مأمورها سگته کرده بود. در بیمارستان فقط این چند جمله را که «توزاد بودند دزدیدمشان!» گفت و مُرد.

برای برادرم رفتیم خواستگاری. پدر دختر گفت: مهریه سیصد سکه تمام بهار آزادی!
برادرم گفت «سالی که نکوست از سکه بهارش پیدااست... تا ته انتظارات بعدیتون رفتم! ما را به خیر و شما را به سلامت...» و مجلس را همان دقایق اول ترک کرد.

داشتم از پارک می‌آمدم بیرون، پیرمردی صدایم زد. گفت «نمیتونم با این پاهام دنبال نوه‌هام بگردم میشه بری بینی تو اون جمع بچه‌ها، نوه‌های منم هستند که صداشون کنی بیرمشون خونه؟!»

گفتم: چشم پدرجان! اسم نوه‌هاتون چیه؟
کمی من‌من کرد و گفت «خاک تو سر بچه‌هام با این اسم انتخاب کردنشون!»

صاحب‌خانه می‌گفت: مستأجرم کرایه نداده. مستأجر اما فیش نشان داد و گفت «خدا شاهد اینها ریختم براش!»
صاحب‌خانه قبول نکرد. مستأجر گفت «اون دنیایی هم هست!» صاحب‌خانه گفت: کو؟ اون دنیا رو تو دیدی؟!
و مستأجرش را در زمستان بیرون کرد.

زندگی می‌کرد. بعد از مدتی، بقیه از همسایه جويا شدن و فهمیدند که چون خانه برای شوهر خواهرش است، زنش گفته است «منی‌خوام زیر منت بقیه باشم. یه خونه خودت بگیر تا با هم زندگی کنیم».

چند روز بعد آقای همسایه به اتفاق خواهر و شوهر خواهرش اسباب‌کشی کردند. باز هم همسایه‌ها پرس‌وجو کردند و فهمیدند که شوهر خواهرش خانه اینجا را رهن داده و پولش را به همراه مقداری دیگر داده به برادر خانمش تا او بتواند خانه دیگری اجاره کند و دست زن و بچه‌اش را بگیرد و بیاورد سر زندگی‌شان.

دیشب ساعت ۲ صدای زنگمان آمد. همسایه طبقه پایین بود. گفت «ببخشید! دیدم لامپتون روشنه، زنگ شما را زدم. کلیدم رو جا گذاشتم خانمم بارداره. می‌ترسم زنگ بزنم یه وقت از خواب بپره! هول کنه! اگه میشه درو بزیند میرم بالا پشت در میشینم تا اذان صبح که واسه نماز بیدار شد زنگ بزنم در و باز کنه».

پدر بزرگم از وقتی که یادم است رفتارش عجیبه! با همه مهربان است به‌جز خانم‌های بالای پنجاه سال! یک‌بار به او گفتم: خب چرا آخه باباجون؟! گفت «چون مادر بزرگت خیلی حساسه! منم دلم نمی‌خواد دلش یه وقت بشکنه!» این حرف‌ها را زمانی به من گفت که با هم رفته بودیم به دیدن مادر بزرگم؛ پنجشنبه غروب؛ بهشت‌زهر.

خودش از جانبازان جنگ است و همسرش چند سالی است که سگته مغزی کرده و زمین‌گیر شده. برای این‌که حس بالارزشی به همسرش بدهد، کلی کاموا خریده تا او عروسک‌های کاموایی بسازد. بعد هر روز یک عروسک پنجاه هزار تومنی به اسم دیگران از خانمش می‌خرد و به بقیه می‌بخشد. دو تا هم برای دخترم هدیه آورده بود.

■ می‌گفت: پدرم کارگر بود و وقتی از سرکار می‌آمد، دراز می‌کشید و کتاب دستش می‌گرفت، بعدها فهمیدم بی‌سواد بوده و می‌خواست به ما انگیزه بدهد.

■ من تازه شنیدم که خاله بزرگم یک پسر ۹ ماهه داشته که درست روز عروسی خاله کوچک‌ترم مُرده، خاله بزرگم خیلی عادی رفته است عروسی و تا پایان روز پانختی صدایش را در نیآورده...

هر کسی هم پرسیده پسر تو کجاست؟ بهانه‌ای آورده تا کسی متوجه نشود!

■ چند وقت قبل در شرکت، با یکی از منشی‌ها صحبت می‌کردم. پرسیدم پدر چه کار می‌کنند؟ با شعف و افتخار گفت: پدرم پیک موتوری است. منزلمان دور است و من هر روز صبح، ترک موتور پدر می‌نشینم و یک ساعت طول می‌کشد تا به محل کارم برسم.

بعد خندید و گفت: من خیلی خوشبختم! و ادامه داد: به نظر تان چند تا دختر هستند که هر روز صبح قبل از کار این امکان را دارند که یک ساعت تمام، پدرشان را بغل کنند؟!

مدتی طولانی سکوت کردم و بعد آرام گفتم: آفرین دختر! خدا پدرت را حفظ کند.

■ خواهرم با ساده‌ترین مرد روی زمین که بهترین مرد زندگی‌اش بوده ازدواج کرده است. شوهرش لکنت زبان دارد. خواهرم را صدا می‌کند «مممممممم». خواهرم همیشه می‌گوید: زمان تولدش اسمش رو اشتباه نوشتن و تلفظ دقیق اسمش اینه «مممممممم».

در ستایش زن دوستی و مرد دوستی

دکتر عبدالله عمادی

«زن دوستی» به‌طور کلی، روحیه و خصلتی است که در اخلاق اسلامی ممدوح و نیکو شمرده شده است. محدث کلینی در کتاب حدیثی «کافی» یک باب را به نام «حب النساء» نامیده و در آن ده روایت ذکر کرده است؛ مانند آنکه «هرچقدر ایمان کسی زیادتر باشد، محبتش به زن بیشتر است». اگر بتوان - با توجه به فضای متن - معنای فراجنسیتی از این روایات داشت، می‌توان گفت متقابلاً «مرد دوستی» نیز در زنان از خصلت‌های شایسته و خوب است.



نقطه مقابل زن دوستی و مرد دوستی، زن ستیزی و مرد ستیزی است؛ یعنی کسانی که نسبت به جنس مقابل نگرش مثبتی ندارند و از ارتباط با آن‌ها پرهیز می‌کنند.

پس قاعده اولی و کلی آن است که انسان‌های با ایمان، جنس مقابل خودشان را دوست دارند، از ارتباط با آن‌ها لذت می‌برند و نگاه مثبت به ایشان دارند. روشن است که این روحیه کلی به معنای آن نیست که تمام افراد آن جنس را شامل شود که افراد «زن‌باره» این چنین‌اند؛ از این‌رو از قاعده آفرینش باید این‌طور تعبیر شود: زنان، «مردانگی» و بودن با مرد جماعت را و مردان، «زنانگی» و بودن با زن جماعت را دوست دارند، و از آنجا که مجرای درست این قاعده کلی، در رابطه با همسر است، معمولاً علما این امر را معادل «زدواج دوستی» دانسته‌اند.^۲ به این دلیل که منظور از زن دوستی و مرد دوستی، همسر است نه همه مردان و زنان. نکته جالب توجه آن است که ستایش این صفت در روایات اسلام، به خاطر چیزی فراتر از یک امر طبیعی است و به دین و «ایمان» فرد ربط داده شده است؛ یعنی این‌طور نیست که صرفاً چون این روحیه به‌طور طبیعی و غریزی در انسان سالم وجود دارد، از آن ستایش شده است تا بدانیم ضد آن، غیرطبیعی و مرضی است، بلکه ستایش آن در روایات، یک ستایش دینی و اخلاقی است؛ بنابراین لازم است فکر کنیم ارتباط بین ایمان و همسر دوستی چیست؟

آیه به آیه عشق توست، عشق میان همسران

یکی از تحلیل‌های روشنگر ارتباط بین ایمان و همسر دوستی، تحلیل «آیه بودن» است: اولاً: همان‌طور که خداوند در قرآن فرموده «ازدواج و محبت به همسر، از آیات و نشانه‌های خداست»^۳ یعنی خداوند این قاعده و احساس را در بین آن‌ها جاری کرده است و کلی خیر و خوبی نیز به رابطه

آن‌ها مترتب کرده است؛ یعنی هر چه خیر در خانواده است، همه از نشانه‌های خداست؛ «ان فی ذلک لآیات».^۴

ثانیاً: لازمه ایمان نیز آن است که در زندگی، نشانه‌های خداوند دیده شوند و از نشانه‌ها به صاحب نشانه پی ببرند.

نتیجه: بین زن دوستی و ایمان رابطه وجود دارد. آیا می‌دانستید همسر دوستی، جزو احساسات ایمانی است؟ و آیا توجه داشتید به این که مؤمن‌های واقعی زن دوست‌اند و مؤمنه‌های واقعی مرد دوست؟ بله آن‌هایی که برای همسر، قند توی دلشان آب می‌شود، در واقع جریان ایمان است که در دلشان احساس می‌شود.

شما یک قلب بیشتر ندارید

زن دوستی و مرد دوستی نسبت به غیر همسر، محبت به همسر را ضعیف می‌کند؛ چراکه خداوند فرمود «ما جعل الله لرجل من قلبین فی جوفه؛ خدا در درون انسان دو قلب قرار نداده است».^۵ پس اگر در قلب خود، زنی را به جای زن خود یا مردی را به جای مرد خود گذاشتید، خواسته یا ناخواسته جایی برای همسر خود باقی نگذاشته‌اید.

به قول استاد شیخ حسین انصاریان: بر مرد و زن است که از علی که باعث ضربه خوردن به عشق و محبت است پرهیزند که حفظ بنای عشق، عبادت و خراب کردن خانه محبت، بدون تردید، گناه و معصیت و موجب عقاب الهی در قیامت و باعث عذاب در زندگی دنیایی است.^۶

پی‌نوشت‌ها

۱. کافی، ج ۵، ص ۳۲۰، من لایحضره الفقیه، ج ۳، ص ۳۸۴.
۲. بنگرید به مکارم الاخلاق، ص ۱۹۷، لثالی الاخبار، ج ۳، ص ۲۱۹، مرآة الکمال، ج ۲، ص ۶۸.
۳. وَ مِنْ آيَاتِهِ اَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ اَنْفُسِكُمْ اَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا اِلَيْهَا وَ جَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً (روم، آیه ۲۱)
۴. اِنْ فِي ذلِكَ لآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ (همان).
۵. احزاب، آیه ۴.
۶. نظام خانواده در اسلام، ص ۳۹۶.

یادداشت مهمان

از مادران غزه بخواهیم...



سحر شهریاری

۸ دقیقه

روزهای بعد از پیروزی، روزهای جهان بدون صهیونیسم، ما زن‌های مسلمان باید یک پوشش بین‌المللی راه بیندازیم و از مادران غزه بخواهیم یک دوره تربیت دینی فرزند برایمان برگزار کنند. نه از این دوره‌های عجیب و غریب فانتزی امروزی که وسط امتحان عملی، وسط سرگردانی و حیرت و شک‌های زندگی به درمان نمی‌خورد.

مادران و مادر بزرگ‌های فلسطینی، اساتید مسلط مقاوم‌پروری هستند. باید یک کلاس جهانی تشکیل شود و آن‌ها برایمان زیسته‌هایشان را بگویند. بگویند چه‌طور می‌شود فرزندت را آن‌قدر مؤمن و قوی تربیت کنی که وقتی از زیر آوار ناملايمات (آوار خانه و ساختمان یا آوار گرفتاری و شکست و مصیبت) بیرون آمد، اول سجده شکر برود و بندگی یادش نرود؟! چه‌طور می‌شود فرزندت را آن‌قدر مؤمن و قوی تربیت کنی که در لحظه‌های نفس‌گیر مرگ عزیزانش قرآن بخواند؟! و برای دیگران شهادتین زمزمه کند و دعا و یاد الله، اولین پناهگاهی باشد که در شرایط سخت یادش می‌آید، نه پناه بردن به عشق پوشالی و اندوه و خودزنی و فزاز افسردگی گرفتن...

مادرهای غزه باید یادمان بدهند چه‌طور می‌شود فرزندت را آن‌قدر مؤمن و قوی تربیت کنی که به‌جای توقع از همه‌کس و همه‌چیز و شاکي بودن از زمین و زمان، در لحظات سخت هم شاکر باشی، و گرنه شاد و راضی بودن به وقت آسایش را که همه بلدند. امام زمان ع ما یارانش را از مؤمنانی انتخاب می‌کند که قدرت روحی دارند؛ نه از بین وارفته‌ها و مچاله‌های روحی، ما نیاز به آموختن الفبای این سبک زندگی داریم! •





داریم بیشتر متی شویم

- جمعیت ایران در سال ۱۳۵۵ در حدود ۳۴ میلیون نفر، در سال ۱۳۶۵ در حدود ۴۹ میلیون نفر، در سال ۱۳۷۵ در حدود ۶۰ میلیون نفر، در سال ۱۳۸۵ در حدود ۷۰ میلیون نفر، در سال ۱۳۹۰ در حدود ۷۵ میلیون نفر، در سال ۱۳۹۵ در حدود ۸۰ میلیون نفر، و در سال ۱۴۰۰ در حدود ۸۴ میلیون نفر بوده است.
- متوسط سن جمعیت ایران در سال ۱۳۵۵ در حدود ۲۲ سال، در سال ۱۳۶۵ در حدود ۲۱ سال، در سال ۱۳۷۵ در حدود ۲۴ سال، در سال ۱۳۸۵ در حدود ۲۸ سال، در سال ۱۳۹۰ در حدود ۳۰ سال، در سال ۱۳۹۵ بالاتر از ۳۰ سال و در سال ۱۴۰۲، ۳۲ سال است. این عدد در سال ۱۴۳۰ به بیش از ۴۰ سال خواهد رسید.

آمارهایی برای حسرت و وحشت!

اگر نجنبیم خیلی زود دیر می‌شود

اشاره

پروفیسور (نیکولاس ابرشتات) با استفاده از داده‌های آماری به دست آمده از جمعیت ۴۹ کشوری که بیشترشان مسلمان بوده‌اند، در مقاله‌ای با عنوان «کاهش نرخ باروری در جهان اسلام؛ تغییری فاحش که در کمال تعجب کسی متوجه آن نشده» می‌نویسد «به‌طور میانگین، نرخ باروری در دنیای اسلام حداقل ۴۴ درصد کاهش یافته! حال آنکه کاهش نرخ باروری در کل جهان ۳۲ درصد بوده است. همچنین بیشترین کاهش باروری در ایران به وقوع پیوسته است!». «ملیندا گیتس» یکی از پیش‌برندگان استراتژی‌های نظام سلطه در راستای کاهش جمعیت جهان نیز چندی پیش در توئیتی اعلام کرد «سریع‌ترین کاهش نرخ فرزندآوری به‌ازای هر زن در تاریخ جهان در ایران اتفاق افتاده است».

● در حال حاضر میزان زادوولد سالانه، حدود یک‌میلیون نفر است که باید ۲/۵ درصد افزایش پیدا کند؛ یعنی باید سالانه حدود دو میلیون و ۵۰۰ هزار نوزاد در کشور متولد شوند.

● نرخ باروری کل در ایران حدود ۱/۷ درصد است که این نرخ باید حدود ۲/۵ درصد افزایش پیدا کند.

● در دهه‌های قبل تغییرات جمعیتی کشور حاکی از این بود که ۴۶ درصد جمعیت زیر ۱۵ سال بودند، اما اکنون فقط ۲۳ درصد جمعیت زیر ۱۵ سال هستند؛ با این روند در سال ۱۴۲۵ جمعیت ایران هرم معکوسی را شکل می‌دهد.

● بر اساس آمار، اکنون به‌سرعت به سمت پیری می‌رویم و اگر با همین سرعت (که میزان نرخ باروری کل در حال کاهش است) پیش برویم تا ۲۰ سال آینده بیش از ۲۰ درصد از جمعیت کشور پیر خواهند بود.

● فقط هفت سال فرصت داریم تا در سیاهچاله پیری جمعیت نیفتیم.

● از نظر ساختار جمعیتی، افراد سالمند بالای ۶۰ سال در چند سال گذشته از ۶ درصد به ۸ درصد و الان به ۱۰/۵ درصد رسیده است و میانگین سن از ۲۶ سال اکنون به ۳۲ سال رسیده است.

● طبق تحقیقات، افرادی که وضع مالی بهتری دارند، دیرتر و کمتر ازدواج می‌کنند و کمتر نیز بچه می‌آورند!

● متأسفانه اکنون بیش از ۳ میلیون و ۲۰۰ زوج نابارور در کشور حضور دارند و آمار ناباروری در کشورمان زیاد است.

● در خوش‌بینانه‌ترین حالت، نرخ رشد سالانه جمعیت ایران در سال ۱۴۳۰ به ۱۱۷ میلیون نفر خواهد رسید که ۴۰ درصدشان فعال نیستند.

● وضعیت فرزندآوری بسیار نامطلوب است؛ به طوری که ۱۴ درصد خانواده‌ها فرزند ندارند و ۲۱ درصد هم فقط یک فرزند دارند.

● بر اساس آخرین سرشماری‌ها آمار افراد هرگز ازدواج‌نکرده مرد، پنج میلیون و ۸۰۰ هزار نفر و هرگز ازدواج‌نکرده زن، پنج میلیون و ۴۰۰ هزار نفر است.

● اوایل انقلاب سن ازدواج زنان ۱۹/۷ و برای مردان ۲۴ سال بود، اکنون سن ازدواج زنان به ۲۴/۷ و برای مردان به ۲۸ سال رسیده است.

● بعد خانوار در ایران بسیار کم شده و حداکثر خانوارها چهار نفره هستند. ۸۵ درصد از خانوارهای ایرانی نیز کمتر از چهار نفر و ۱۵ درصد بالای چهار نفر و نیز اغلب پنج و شش نفره هستند و خانوار هفت و هشت نفره بسیار کم است.

● آمارها نشان می‌دهد که دوسوم خانوارهای تک‌نفره در ایران زن هستند.

● رشد جمعیتی ایران تا ۳۰ سال آینده به صفر می‌رسد!

● در بحث تجرد، طبق آخرین آمار ۱۱/۶ میلیون مجرد در سن ازدواج داریم. این عدد بسیار بزرگ است و همین بازه سنی انباشت عدم ازدواج‌هایی است که در سال‌های گذشته اتفاق افتاده است. ●

پی‌نوشت

آمارهای این دو صفحه، از مصاحبه‌های این مسئولان و پژوهشگران عرصه جمعیت انتخاب شده است:

۱. آقای کمال حیدری (معاون بهداشت وزارت بهداشت)
۲. پروفیسور محمداسماعیل اکبری (رئیس کمیته جمعیت و سلامت

اجتماعی مجمع تشخیص مصلحت نظام)

۳. خانم شهلا کاظمی‌پور (جمعیت‌شناس)

۴. آقای مسعود عالمی (رئیس موسسه تحقیقات جمعیت کشور)

۵. آقای صابر جباری (رئیس اداره جوانی جمعیت وزارت بهداشت)



۲ دقیقه



نقش شما در نقاشی‌ها

پنج پرسش مهم که والدین درباره نقاشی فرزندشان می‌پرسند

ترجمه: سمیه مقصودعلی

برای آغاز نقاشی کشیدن هیچ سن استاندارد وجود ندارد. بعضی بچه‌ها اصلاً نقاشی نمی‌کنند و بعضی به ندرت دست به قلم می‌برند، اما این موضوع ارتباطی به خوب یا بد بودن تخیل آن‌ها ندارد. درباره نقاشی کودکان، سؤال‌های بسیاری در ذهن والدین وجود دارد. شاید این سؤال‌ها ذهن شما را هم درگیر کرده باشد:

۱. همیشه باید بگویم چه نقاشی زیبایی؟

این موضوع کاملاً به مفهومی که از زیبایی داریم، برمی‌گردد. اگر کودک شما تمام تلاشش را برای کشیدن یک طرح زیبا انجام داده، باید به او بگویید نقاشی‌اش زیباست. فراموش نکنیم نقاشی‌ها آینه رشد فرزندان هستند. گاهی بی‌توجهی، بی‌حوصلگی و ناهماهنگی در نقاشی کودکان به چشم می‌خورد با این حال بهتر است قبل از بیان هر حرفی، در مورد آنچه می‌خواهیم بگوئیم، فکر کنیم.

پیشنهاد: خود را همیشه مجبور به دروغ گفتن نکنید. اگر نقاشی کودکان زیبا نیست، به او بگویید، اما با ظرافت و احتیاط، طوری که کودک دل‌سرد نشود.



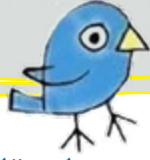
۲. آیا باید نقاشی کودکان را نگه داشت؟

وقتی کودکان نقاشی می‌کشند و آن را به شما تقدیم می‌کند، یعنی این هدیه مخصوص شماست. هدیه را به خصوص همان لحظه دور نیندازید. می‌توانید بعضی از آن‌ها را نگه‌دارید و وقتی کودکان بزرگ شد به او نشان دهید؛ البته فقط نقاشی‌هایی که به نظرتان زیباست نگه‌دارید. ممکن است چیزی که به نظر شما جذاب و زیباست، به نظر او این‌طور نباشد.

پیشنهاد: نقاشی‌های کودکان را حداقل برای یکی دو سال نگه‌دارید و بعد از این مدت آن‌ها را دوباره به او نشان دهید. این کار به پیشرفت او در نقاشی کمک می‌کند.

۳. آیا می‌توان نقاشی کودکان را تحلیل کرد؟

نقاشی کودکان در واقع تولیدات ناخودآگاه آن‌ها در طول روز است. شخصیت کودکان روز به روز در حال تغییر است. اگر امروز کودکی دو درخت بزرگ را در کنار دو درخت کوچک



کودکم استعداد نقاشی دارد

وقتی مادر و پدر مدام به فکر پرورش فکری کودک باشند از همان ابتدا کودک را به تدریج با قلم و کاغذ و مداد رنگی آشنا می‌کنند و خودشان هم نقاشی می‌کشند تا کودک ببیند. کودک اگر استعداد ذاتی نقاشی هم داشته باشد تا کاری را نبیند، انجام نمی‌دهد. معمولاً کودکانی توانایی نقاشی کشیدن دارند که زمینه یادگیری در آن‌ها ایجاد شده و مادر و پدر خود علاقه‌مند به نقاشی باشند.

شاید کودکی که استعداد دارد قلمی به دست بگیرد، در و دیوار را خط‌خطی کند اما در صورتی این استعداد شکوفا می‌شود که مادر صفحه کاغذی در اختیار او بگذارد تا با ماژیک روی آن نقاشی کند. باید امکانات لازم را در اختیار کودک گذاشت و او را تشویق کرد تا ادامه دهد. هیچ سن خاصی برای شروع یادگیری نقاشی وجود ندارد. به محض آن که کودکی مداد را لمس می‌کند و مادر و پدر را می‌بیند که به این کار می‌پردازند، می‌تواند نقاشی کند، اما فراموش نکنیم که نباید به زور نقاشی کشیدن را به کودک یاد داد، بلکه باید دید کودک به چه کاری علاقه‌مند است و استعداد او را در همان زمینه شکوفا کرد. ●



رسم می‌کند، شاید منظورش خانواده باشد شاید هم نه. لازم نیست همیشه به دنبال تحلیل نقاشی کودکان باشیم، اما بهتر است به آن‌ها توجه کنیم. اگر کودک صحنه جنگ یا سلاح یا خون می‌کشد، نباید فوراً نگران شویم. همه ما از درون گرفتار سیاهی هستیم و باید به‌نوعی آن را بیرون بریزیم. اجازه بدهید آزاد باشد و نقاشی کند.

پیشنهاد: کودکان از طریق نقاشی احساساتشان را نمایان می‌کنند. اجازه بدهید خود کودک درباره صحنه‌ای که کشیده برایتان حرف بزند.

۴. کودک همیشه یک طرح ثابت می‌کشد؛ این طبیعی است؟

برخی بچه‌ها همیشه خانه می‌کشند یا همیشه طبیعت را رسم می‌کنند. در بیشتر موارد هدف آن‌ها رسم زندگی روزمره یا چیزی است که به آن علاقه وافر دارند. تکرار رسم یک شکل جای نگرانی ندارد حتی برعکس مهارت آن‌ها را افزایش می‌دهد و اعتمادبه‌نفسشان را بالا می‌برد اما اگر فرزندتان همیشه صحنه‌های سیاه و خشن رسم می‌کند و علائم دیگری نظیر نمره‌های پایین در مدرسه یا رفتار نامناسب را در خانه از او می‌بینید، بهتر است به یک روان‌شناس مراجعه کنید.

پیشنهاد: کودکان معمولاً چیزی را بیشتر می‌کشند که بیشتر دوست دارند. شاید بتوانید بین نقاشی‌های او و برنامه موردعلاقه‌اش در تلویزیون ارتباطی بیابید.

۵. آیا دست بردن در نقاشی کودکان درست است؟

آدمکی با هشت انگشت، خورشیدی به رنگ قرمز... گاهی نقاشی کودکان چیزی فرای حقیقت است. درواقع کودکان آنچه از حقیقت می‌دانند، نقاشی می‌کنند نه آنچه را واقعا می‌بینند. برای آن‌ها خانه همیشه سقفی مثلثی دارد گرچه در خانه‌ای با سقفی صاف زندگی می‌کنند. اگر کودکان اجازه دخالت می‌دهد، می‌توانید در نقاشی او دست ببرید و یک گل، خانه یا آدم به آن اضافه کنید.

پیشنهاد: نگاه خودتان را به فرزندتان تحمیل نکنید. کودکان به خصوص در سن ۱۰ تا ۹ سالگی دوست دارند آنچه خود از واقعیت می‌بینند، ترسیم کنند. دخالت شما در نقاشی آن‌ها می‌تواند باعث کاهش اعتمادبه‌نفسشان شود.

چند نکته و هشدار مهم درباره بزرگ کردن بچه‌ها در روزگار تربیت رسانه‌محور، سلطنت فضای مجازی و...

دوران گوگلی شدن آدم‌ها



گفتاری از دکتر سعید مدرسی

(مدیر مرکز تربیتی باران و پژوهش‌گرو کارشناس نوجوان)

فضای هتلی خانه‌ها

به دلیل درگیری بچه‌ها از سنین پایین‌تر با عرصه رسانه، دوران تربیتی جدیدی در حال شکل‌گیری است. در حقیقت، فضای تربیتی، شکل‌گیری و هویت از فضای «خانواده‌محور» و «مدرسه‌محور» به سمت تربیت «رسانه‌محور» رفته است؛ یعنی گروه‌های مرجع بچه‌ها که در وهله اول خانواده یعنی پدر، مادر، برادر و خواهر بزرگ‌تر بودند و در وهله دوم اولیا و مربیان مدرسه، به دلیل حضور زودهنگام و بسیار زیاد و متنوع و پرتکرار بچه‌ها در عرصه رسانه جابه‌جا شده است و مرجع بچه‌ها از پدر و مادر و مربیان و گروه‌های مرجع سنتی به گروه‌های مرجع رسانه‌ای جدید تبدیل شده است. گروه مرجع از نظر جامعه‌شناسی یعنی افراد یا کاراکترها یا قهرمان‌هایی که در شکل‌گیری هویت من کودک یا نوجوان یا جوان در چهار لایه دانشی، نگرشی، گرایشی و رفتاری اثرگذار است؛ یعنی از نظر دانشی چه چیزی را قبول می‌کند. از نظر نگرشی در عالم چه نگاهی دارد و چه چیزی را دوست دارد و چه رفتاری را از خودش منعکس می‌کند. این کار مرجع هویت‌ساز است، لذا خانواده‌ها نگرانند که دیگر خودشان فرزندشان را تربیت نمی‌کنند و صاحب بچه‌شان نیستند و فضای خانه صرفاً فضای هتلی و کنترینگ شده است و فقط ثابت‌های زیستی اولیه بچه در خانه تأمین می‌شود.

بر خوراک فرزندش دقت‌نظر دارد؟ چراکه آثار خوراک روی جسم تقریباً زود بروز پیدا می‌کند، اما به همان مقدار باید روی خوراکی‌های ذهنی و روحی که از مبادی ادراکی بچه دریافت می‌شود، یعنی چشم گوش و ارتباطات بچه هم حساسیت داشته باشیم.

وقتی فضای رسانه‌ای به این مقدار بر بچه ما تأثیرگذار است، باید آثار آن را در لایه‌های دانشی، گرایشی، نگرشی و رفتاری بررسی کنیم تا ببینیم چه تغییری در مخاطب ایجاد می‌کند. آیا انتخاب آن، ارزش افزوده برای مخاطب دارد؛ یعنی بعد از دریافت محتوای رسانه‌ای فرزند من باید در خود احساس رشد کند، اما با دیدن برخی محتواها این احساس به وجود نمی‌آید، چون کسانی که در حال تولید محتوای رسانه‌ای هستند، از جمله پویانمایی، لزوماً دغدغه تربیتی فرزند ما را ندارند.

آن‌ها به فکر تربیت کودک ما نیستند

کسی که در حال تولید پویانمایی، بازی‌های کامپیوتری و فیلم‌های سینمایی است، تنها دغدغه‌اش پول است! نگاه کاپیتالیستی و سرمایه‌داری غرب فقط یک چیزی می‌فهمد، آن‌هم پول است! این‌ها صنعت پویانمایی،

نظارت بر خوراکی‌های ذهنی و روحی

اولین انگاره و گذاره اساسی که باید برای خانواده و مخاطب جا بیندازیم، این است که فضای رسانه‌ای صرفاً فضای سرگرمی نیست. ما در کنار سرگرمی، هویت‌یابی می‌کنیم. باید بدانیم محتوای رسانه‌ای به‌مثابه غذاست. یک مادر چطور



نگاه بزرگ‌تری است.

قرار نیست من هر هله‌هوله‌ای توی ذهن فرزندم بفرستم، لذا ما محتوای رسانه‌ای را سه بخش می‌کنیم: یک‌سری از این محتواها لغو هستند؛ یعنی مضر مثل مواد مخدر یا سم. یک‌سری محتواها هم لهو هستند، یعنی سرگرم‌کننده مانند پفک یا اسما تیز. برخی از آن‌ها رشد هستند. خانواده باید به این‌ها دقت کند که آن محتوایی که لغو هستند یک‌دوره‌اش هم برای بچه سم و آسیب‌رسان است. آن محتوایی که لهو است ذائقه می‌سازد و ممکن است جلوی اشتباهی فرزند را بگیرد، لذا باید تلاش خانواده بر این باشد که به سمت مصرف محتوای «رشدمحور» بروند.



باید بتوانیم دلیل بیاوریم

در تربیت رسانه‌ای دو شعار داریم؛ انتخاب آگاهانه و کاربردی و استفاده مسئولانه؛ یعنی اگر سؤال شود چرا این را دیدی یا استفاده کردی؟ بتوانیم دلیل بیاوریم و جواب بدهیم و بگوییم به دلیل فلان رشدی که ایجاد می‌کرد. حالا اگر بخواهیم این دو شعار در خانواده محقق شود، باید چهار گام و دانش و توانایی طی شود. گام اول «آگاهی عمیق» است؛ آگاهی عمیق نسبت به زمینه‌های رشد و تربیت.

در صنعت تحول بنیادین، شش زمینه و ساحت تربیتی داریم. من پدر، من مادر حتی من بزرگ‌سال و من معلم باید هم برای خود و هم برای فرزندم زمینه‌سازی کنم که در هر یک از این ساحت‌های تربیتی چه کاری باید برای فرزندم انجام دهم که از وضع موجودش به وضعیت مطلوبش

صنعت بازی و صنعت فیلم است و تا زمانی که اسم آن را صنعت می‌گذاریم، مترادف با پول می‌شود. میزان موفقیت یک پویانمایی این نیست که ما این مقدار اثر گذاشتیم یا این معنای پنهان را منتقل کردیم، بلکه آن‌ها در صورتی می‌گویند که فیلم خوب و موفق است که سود زیادی از آن برده باشند.

بنابراین برای خانواده باید جا بیفتد که در دوره حاکمیت صنعت سرگرمی قرار دارند و کسانی که برایشان تولید محتوا می‌کنند، دغدغه‌شان تربیت فرزند آن‌ها نیست، بلکه دغدغه‌شان جیب خودشان است. برای پر کردن جیبشان هم باید در پویانمایی‌ها جذابیت بگنجاند، مرز و حد این جذابیت کجاست؟ مرزی ندارد! مادامی که امکان گنجاندن عناصر جذابیت‌ساز در محتوا وجود داشته باشد، آن را قرار می‌دهند. مادامی که پول برایشان داشته باشد حتی غیراخلاقی‌ترین محتوا را هم می‌سازند.

آن‌ها قبیح‌تر و خشن‌ترین محتوا را می‌سازند. این محتواها رده‌بندی هم دارند، اما اتفاقاً سرمایه‌گذار از رده‌بندی سنی خیلی هم استقبال می‌کند. اولین کشوری هم که رده‌بندی سنی محتوای پویانمایی را در تولیدات خود قرار داد، آمریکا بود؛ چون وقتی رده‌بندی می‌گذارند به راحتی می‌تواند بدون ناراحتی و مشقت در بازه ۱۶+ یا ۱۸+ تولید محتوا کند. تازه گران‌تر هم می‌فروشند!

قبلاً مخالفان زیادی داشتند که چرا این محتوا را تولید کردی و چرا این مطلب را در داستان گنجاندی؟! اما اکنون اگر کسی اعتراض کند، می‌گویند «رده‌بندی دارد! ۱۸+ سال است!» بنابراین ما با صنعتی مواجه هستیم که فقط پول می‌فهمد و تربیت نمی‌فهمد.

هر هله‌هوله‌ای نخورید

اهمیت نگاه تربیت رسانه‌ای و تنظیم کردن محیط تربیتی فرزند در قبال رسانه‌ها باید مشخص شود؛ والدین نباید در تنظیم محیط، معیارشان مُد اجتماعی، ترند شدن، لایک شدن و سر زبان افتادن فلان پویانمایی باشد، بلکه باید قبل و بعد از مواجه شدن فرزندشان با این محتوا بدانند چه رشدی در کدام‌یک از ساحت‌های تربیتی فرزندشان ایجاد می‌شود. باید بگویند دیدن این فیلم یا پویانمایی چه لزومی دارد؟ این



می‌شود و کار کردن با آن کمی زحمت دارد و همه اعضای خانواده می‌توانند از آن استفاده کنند. آنی که حمل آن خیلی راحت نباشد.

دوران گوگلی شدن آدم‌ها

پیشنهاد می‌کنیم خود مادر یا پدر زودتر پویانمایی‌های مورد تأیید را ببینند. ببینید داستان آن چیست تا هنگامی که می‌خواهند با فرزندشان گفت‌وگو کنند دستشان خالی نباشد. در این دوران که نامش «دوران گوگلی شدن آدم‌ها» است، آدم‌ها دیگر پاسخ سوالاتشان را از مراجع سنتی نمی‌خواهند. حالا مادر یا پدری که از قبل درباره فیلم یا پویانمایی موردنظر مطالعه کرده است و فیلم را از قبل دیده است یک‌سری تکنیک‌ها را در دست دارد، سر دیدن آن فیلم و پویانمایی با بچه خود گفت‌وگو می‌کند در نتیجه آن جایگاهی که از دست رفته بود، یعنی آن مرجعیت تربیتی برمی‌گردد. بچه با خودش می‌گوید «آهان! مادر و پدرم این موضوع را می‌دانند. بلد است تحلیل کند و نگاهش در این حوزه، دقیق و عمیق است». بعد از انتخاب پویانمایی موردنظر به یک گام دیگر تربیتی می‌رسیم به اسم «ورزیدگی فناورانه»؛ یعنی وقتی من با این سخت‌افزار مواجه می‌شوم، با پلتفرم، نرم‌افزار و محتوا مواجه می‌شوم، چه نکات و توانمندی‌هایی حین استفاده باید داشته باشم؟ درباره سخت‌افزار چه نکاتی باید مدنظر باشد تا جسم فرزند آسیب نبیند. در سبد مصرف تربیتی فرزندم مدت زمان آن چه قدر باشد؟ چه ساعتی در شبانه‌روز باشد؟ لذا باید

برسد؛ ۱. ساحت مذهبی یا اعتقادی، عبادی یا اخلاقی ۲. ساحت عاطفی و اجتماعی، دوستی‌ها و ارتباطات فرزند ۳. ساحت زیستی و بدنی، نظام حسی بچه، خوابیدن و مدل خوردخوراک بچه ۴. ساحت هنری و زیبایی‌شناختی فرزند مانند خط و صدای خوش، فن بیان، تولید هنری ۵. ساحت مهارت‌های اقتصادی، تربیت اقتصادی و کلیشه‌های جنسیتی، مثلاً فرزندم دختر است و باید همسر و مادر شود. پسر است و باید همسر و پدر شود. ۶. ساحت علمی و فناورانه، انواع تفکرات منطقی، انتزاعی و خلاقانه و نقادانه. این‌ها شش حوزه تربیتی است.

وقتی می‌گوییم قدم اول در تربیت رسانه، آگاهی عمیق است؛ یعنی آگاهی عمیق نسبت به این ساحت‌ها یا زمینه‌های تربیتی. رشد و تربیت یعنی این که وضع مطلوب فرزندم در این حوزه‌ها چه هست؟ باید چطور شود و به کجا برسد؟ و در نهایت این که چطور این مسیر وضع موجود و وضع مطلوب را طی کنم؟

من باید آگاهی عمیق نسبت به آثار تربیتی رسانه‌ها در چند لایه سخت‌افزار و نرم‌افزار داشته باشم. تلفن همراه و لپ‌تاپ هر کدام آثاری تربیتی دارد. کدام زودتر شخصی می‌شود؟ تلفن همراه. کدام زودتر می‌تواند حیاط‌خلوت رسانه‌ای شود؟ تلفن همراه؛ بنابراین یک خانواده فهیم، آخرین درگاه رسانه‌ای که برای فرزندش می‌خرد، تلفن همراه است نه اولین آن. اگر بخواهد بین لپ‌تاپ، تبلت و تلفن همراه یکی را انتخاب کند، کدام را انتخاب کند؟ لپ‌تاپ. آنی که دیرتر شخصی



۲ دقیقه



یعنی از همان وقتی که برای بچه قصه می‌گوییم تفکر نقادانه را برای او شروع کنیم؛ یعنی قصه‌خوانی فعال. تا کودک شخصیت‌ها را بشناسد، ماجراهای آن را دقیق بلد باشد، چراجویی کند. درباره شخصیت‌های داستان تفکر نقادانه داشته باشد.

گام بعدی و چهارم هم این است که از بچه در «بازسازی خلاقانه» داستان کمک بخواهیم. یکی از ویژگی‌های داستان‌های پایان باز فعال کردن «تفکر خلاق» است. مثلاً در پایان داستان از فرزند پرسیم: راستی عزیزم دوست داری این داستان چطوری تمام شود؟ دوست داری چه اتفاقی برایش بیفتد؟ یا فلان شخصیت چی کار کند؟ بچه شروع می‌کند به فکر کردن. با این کار زمینه‌سازی می‌کنیم که انگاره‌های ذهنی در فرزندمان رخ دهد. ●



نگاه والدین جامع شود نسبت به این که در طول روز چقدر با فرزندشان صحبت کنند. فرزند چقدر باید بازی کند. چه کارهایی باید در سبد مصرف آن باشد.

فضای مجازی «صدا خفه کن» نباشد

می‌پرسند: «فرزند در طول روز چه مقدار مجاز است از زمانش را پویانمایی تماشا کند؟» می‌گوییم: خیلی زیاد نیست. می‌گویند «پس چرا آن قدر بچه ما داره پویانمایی می‌بیند؟!» می‌گوییم: چون زیاد با آن‌ها حرف نمی‌زنیم و از پویانمایی به‌عنوان «صدا خفه کن» استفاده می‌کنیم. مادر و پدر می‌گویند «برو بشین بین که کاری به کار من نداشته باشی. حوصلتو ندارم!» چرا؟ چون خود والدین می‌خواهند سرشان را داخل موبایل کنند و نگاه تربیتی ندارند. آن قدر مشغله دارند که حتی اوقاتی که مشغله ندارند، تربیت فرزندشان در اولویتشان نیست و در درجه دوم و سوم است. طبیعتاً والدینی که در تلفن همراه غرق هستند، فرزندشان را هم این‌گونه به مصرف‌های رسانه‌ای ارجاع می‌دهند.

پدر ناتوان از ارتباط با فرزند، از پویانمایی، بازی، تبلت و تلفن همراه به‌عنوان «باج تربیتی» استفاده می‌کند؛ یعنی می‌گویند «اگه پسر خوبی باشی، اگه درستو بخونی، برات موبایل می‌خرم!» این نگاه تربیتی نیست، بلکه ناتوانی تربیت خود را با بهای رسانه پرداخت می‌کند و می‌گوید «آن بازی، آن کنسول یا آن پویانمایی را می‌خرم یا از این ساعت موبایلم را به تو می‌دهم.»

تماشا با نگاه نقادانه

تماشای فیلم و پویانمایی باید تماشای فعال باشد، اگر برای بچه قصه می‌خوانیم، باید قصه‌خوانی فعال داشته باشیم. اگر با حادثه‌ای مواجه می‌شویم و ماجرای داستان را می‌بینیم و می‌خوانیم باید برای فرزندمان چراجویی کنیم و بچه هم این حالت چراجویی را داشته باشد.

یعنی بگویید «راستی مامان چرا این جوری شد، چرا این کار را کرد، چرا این را گفت؟» یعنی من دارم این داستان را با نگاه نقادانه می‌بینم. برای ورزیدگی فناوریانه باید «مواجهه نقادانه» با محتوای رسانه‌ای را از کودکی با فرزند تمرین کرد.

زندگی اتوکشیده آدم‌های حسابی

محمدحسین شیخ‌شعاعی

اتوکشیده بودن کنایه از منظم و مرتب بودن است و زندگی ما بیش از لباس‌های ما به اتوکشیدن نیاز دارد. زندگی اتوکشیده آدم‌های حسابی، شرح خصوصیات است که یک آدم درست‌حسابی برای خودش دست‌وپا کرده است. شاید شما بخواهید موارد دیگری را هم اضافه کنید یا برخی از این موارد را خیلی قبول نداشته باشید و این خیلی عالی است! چون نشان می‌دهد شما با این آدم‌های حسابی، غریبه نیستید و به احتمال زیاد خودتان یکی از آنها هستید. در هر حال امیدوارم مرور این زندگی اتوکشیده، برای شما خالی از لطف نباشد.

کنید؛ وقتی به کاری مشغول می‌شوید با خود عهد ببندید که در آن مدت، فقط به همین موضوع می‌اندیشم و بس. افراد متدین که سعی می‌کنند در هنگام عبادت، حضور قلب داشته باشند، در همان حال که وظیفه شرعی‌شان را انجام می‌دهند و از گفت‌وگوی با خداوند، لذت می‌برند، ذهنشان را از شلوغی‌ها رها می‌کنند و با تمرکز بر ذکر حق، آن را اتو می‌کشند.

۲. هر کاری را در وقت و جای خودش انجام می‌دهم! (نظم رفتاری)

نظم در رفتار به اندازه نظم فکری مهم است. بعد از آن که ذهن شما سامان گرفت، باید کارهایتان را نظم دهید. باید برنامه بریزید تا تکلیفتان را در هر لحظه از زندگی مشخص کنید و معلوم کنید که

۱. حواس من جمع است! (نظم فکری)

زندگی شما از فکر شما آغاز می‌شود، پس به همان اندازه که دارای نظم فکری هستید، می‌توانید به کارهای خود نظم بدهید. آدم‌های اتوکشیده قبل از آن که بخواهند به زندگی ظاهری خود نظم بدهند، اتاق خود را منظم کنند یا کارهایشان را بر اساس برنامه مشخصی نظم بدهند، به فکر خود سامان می‌دهند.

برای آن که ذهن منظمی داشته باشید بیش از هر چیز به تمرکز نیاز دارید؛ باید بتوانید در هر لحظه از زندگی تان ذهن خود را فقط بر موضوع مشخصی متمرکز کنید و از پراکندگی در فکر کردن جلوگیری کنید. این کار به تمرین نیاز دارد و هیچ‌وقت برای شروع این تمرین دیر نیست. اگر احساس می‌کنید ذهن آشفته‌ای دارید، از همین الان تمرین را شروع

کاری است که در تبلیغات بازرگانی انجام می‌دهند و ما را نسبت به یک خرید خاص متقاعد می‌کنند، اما این اتفاق است که در بسیاری موارد دیگر هم رخ می‌دهد، بی آن که متوجهش باشیم؛ برای مثال وقتی بسیاری از رسم و رسوم بی‌پایه را قواعدی تخطی‌ناپذیر می‌شماریم، در حقیقت قدرت و فرصت تصمیم‌گیری را از خودمان سلب کرده‌ایم. آدم‌های اتوکشیده تا مطمئن نشوند که استقلالشان حفظ شده است، تصمیم نمی‌گیرند!



۴. روی پای خودم ایستاده‌ام! (استقلال رفتاری)

یک آدم اتوکشیده، روی پای خودش می‌ایستد و تا آنجا که توان دارد بار خودش را روی دوش دیگران نمی‌اندازد. آشکارترین نمونه این استقلال در استقلال اقتصادی قابل مشاهده است، اما گرچه بسیار مهم است، فقط این نیست. اگر در روایات اسلامی آمده است که خداوند، «زیاد درخواست کردن» را در میان انسان‌ها دوست ندارد، هر درخواستی را شامل می‌شود؛ حتی درخواست‌های عادی روزمره! به همان ترتیب که گدایی کردن برای تأمین نیازهای مالی، ناپسند است، درخواست‌های غیرمالی هم اگر ضرورتی نداشته باشند، پسندیده نیستند. وقتی می‌توانی کاری را خودت انجام دهی، هرگز آن را از دیگری نخواه و به عکس تا مطمئن نشده‌ای که دیگران

در هر ساعتی، مهم‌ترین کاری که باید انجام دهید، چیست. توصیه‌هایی که از سوی پیشوایان بزرگوار دینی در این باره وجود دارد، خصوصاً تقسیم‌بندی ساعات روز برای نیازهای مختلف روحی و جسمی، همین هدف را دنبال می‌کنند. انسان‌هایی که این چنین زندگی می‌کنند خوب می‌دانند که بی‌نظمی در رفتارها و کارها، باعث بی‌نظمی‌هایی در ذهن انسان نیز خواهد شد؛ یعنی تأثیری متقابل بین نظم فکری و نظم رفتاری وجود دارد، پس هر دو را با هم تقویت کنید.

۳. من خودم هستم! (استقلال فکری)

«من خودم هستم، نه دیگری و هیچ‌کسی جز من نباید برای من تصمیم بگیرد». این را نه فقط بزرگ‌ترها که کودکان نیز باید در تصمیم‌گیری‌هایشان تجربه کنند. حتی وقتی که بزرگ‌ترها شایستگی بیشتری برای تصمیم‌گیری دارند؛ برای مثال وقتی در موضوعی اطلاعات و تجربه بیشتری دارند، نباید به جای خود شخص، تصمیم بگیرند بلکه فقط باید با تأثیرات مستقیم یا غیرمستقیم تصمیم‌های او را جهت بدهند.

اما مسئله قابل توجه این است که ما خیلی وقت‌ها گمان می‌کنیم که استقلال داریم و خودمان تصمیم گرفته‌ایم در حالی که دیگرانی به صورت غیرمستقیم برای ما تصمیم‌سازی کرده‌اند؛ مثال خیلی معمولی و آشکارش



دقت در انگیزه‌ها، آینده‌نگری و توجه به نتیجه کارها، ملاحظه واقعیت‌های خارجی، تسلط بر احساسات و هیجان‌ها و مواردی از این دست، ما را برای تصمیم‌های منطقی آماده می‌سازد.

۶. اهل محکم کاری ام! (استحکام رفتاری)

علاوه بر استحکام فکری باید در رفتار هم اهل محکم کاری بود. اهمال کاری و سرسری گرفتن کارها آفت بزرگی است. تقریباً اکثر - اگر نگوییم همه - اتفاقات ناگواری که این روزها در جاده‌ها و در مسیرهای ریلی و هوایی رخ می‌دهد، از یک سهل‌انگاری کوچک شروع می‌شود و کم‌کم گسترش می‌یابد. در بسیاری از این حوادث، بی‌خیالی و کوتاهی فقط یک نفر، ده‌ها نفر را به کام مرگ فرستاده است. آدم‌های اتوکشیده، وقتی می‌دانند که از عهده کاری بر نمی‌آیند، آن را نمی‌پذیرند و کاری را که پذیرفتند تا آنجا که در توانشان هست، خوب و بی‌اشکال انجامش می‌دهند. حضرت رسول ﷺ فرمودند «خداوند دوست دارد که وقتی فردی کاری را انجام می‌دهد، آن را محکم سازد».

۷. من هم ممکن است اشتباه کنم! (مدارای فکری)

اتوکشیده بودن و داشتن نظم و استحکام و استقلال در فکر و عمل، بسیار پسندیده است، اما این نباید باعث وسواس شود؛ بنابراین یکی دیگر از ویژگی‌های مهم آدم حسابی‌های



نیاز به کمک ندارند، از یاری آن‌ها دریغ نکن! البته موضوع در برخوردهای تربیتی متفاوت است؛ مثلاً بیشتر وقت‌ها لازم است به کودکان فرصت بدهیم بدون کمک ما کارهایشان را انجام دهند تا استقلال رفتاری را در خود تقویت کنند.

۵. من منطقی ام! (استحکام فکری)



در یک زندگی اتوکشیده، همان قدر که لازم است استقلال داشته باشیم، باید منطقی هم باشیم؛ یعنی برای هر تصمیمی، دلایل قانع‌کننده داشته باشیم. قرآن کریم افراد را در نوع تصمیم‌گیری‌هایشان به دو دسته تقسیم می‌کند: اول، کسانی که بر اساس «بینه» و دلایل آشکار و قطعی، مسیر خود را انتخاب می‌کنند و دوم، کسانی که هر چه به دلشان خوش آمد، درست می‌دانند و بر همان اساس هم عمل می‌کنند.

زندگی منطقی، در همه قسمت‌ها و در همه لحظه‌هایش منطقی است، پس برای آن که سراسر زندگی تا ریزترین تصمیم‌های روزمره را با عقل، اتوکشیده، باید از تصمیم‌های بزرگ و اصلی‌تر شروع کنیم. سپس و در گام بعدی، به تدریج «منطقی اندیشیدن» را به عادت همیشه تبدیل می‌کنیم که ناخودآگاه رفتارهای ما را تنظیم کند و به صورتی منطقی سامان دهد.

متوقف می‌کنید.

امید مهم‌ترین جنبه فکر اتوکشیده است و مهم‌ترین نکته درباره امید این است که همه امیدها باید به جایی ختم شود که هیچ جوری نتوان آن را از بین برد و آن نقطه، وجود خداوند است؛ چون او نه از چیزی بی‌خبر است، نه از کاری ناتوان است، نه کاری را بی‌حکمت انجام می‌دهد و نه هیچ کار او خالی از لطف است و مگر می‌شود به چنین خدایی امید نداشت؟ امام رضا علیه السلام به ما توصیه کرده‌اند: به خداوند گمان خوب ببر، هر که به خداوند خوش گمان باشد، خوبی می‌بیند و هر که بدگمان باشد، بدی!



۱۰. من زنده‌ام! (امید رفتاری)

وقتی امید در ذهن انسان رسوخ کرد و او در هر شرایطی با امید نگرست و امیدوارانه اندیشید، رفتارهای او هم از امید سرشار می‌شود. او دیگر به این راحتی از تلاش باز نمی‌ایستد. زندگی‌ای که زنده‌گی است در هر لحظه‌اش کاری برای انجام شدن دارد و انسان امیدوار را بی‌کار نمی‌گذارد. به همین دلیل، اگر به زندگی انسان اتوکشیده امیدوار نگاه کنید، در آن مجالی برای اتلاف وقت و بیهودگی نمی‌بینید. این همان وضعیتی است که امیرالمؤمنین علیه السلام در توصیف مؤمن فرمود: مؤمن وقتش مشغول است! نه این که هیچ تفریح و استراحتی نداشته باشد، بلکه حتی تفریح و استراحتش به‌جا، به‌اندازه و هدف‌دار خواهد بود. ●

اتوکشیده این است که در این باره، واقع‌گرا هستند؛ یعنی توقعات غیرواقعی و افراطی از خودشان و دیگران ندارند. مهم‌ترین واقعیتی هم که باید اینجا لحاظ کنند این است که هر انسانی گاهی اشتباه می‌کند؛ بنابراین اگر مرتکب اشتباهی شدند، واقع‌بینانه به دنبال جبران آن هستند، اما خود را سرزنش نمی‌کنند. با خودشان قدری مدارا می‌کنند؛ البته این مدارا جنبه دیگری هم دارد: ممکن است نظرشان اشتباه باشد و نظر دیگران درست! وقتی می‌پذیرند که ممکن است اشتباه کنند، درباره نظرات خود کاملاً مطمئن نخواهند بود و در نتیجه، نظرات بقیه را به دیده تحقیر نخواهند نگریست؛ بلکه همیشه آماده هستند تا در برابر استدلال‌هایی قوی‌تر از استدلال خودشان، سر تعظیم فرود آورند. آن‌ها می‌دانند کسانی که به صورتی غیرواقع‌بینانه خودشان را قبول دارند، کمتر رشد می‌کنند!

۸. به همه احترام می‌گذارم! (مدارای رفتاری)

آدم‌های اتوکشیده، همان‌طور که از خودشان بیش از اندازه توقع ندارند، توقعشان از دیگران نیز واقع‌بینانه است؛ بنابراین به دیگران هم سخت نمی‌گیرند و اشتباهات آن‌ها را به رخشان نمی‌کشند؛ بلکه با آن‌ها همان‌گونه رفتار می‌کنند که دوست دارند دیگران با آن‌ها برخورد کنند؛ البته حقوق عمومی و جرم‌های شناخته‌شده به جای خود، ولی درباره حقوق شخصی و آنچه قابل گذشت است، جای چندانی برای سخت‌گیری، توهین، توبیخ و درگیری باقی نمی‌ماند. خصوصاً وقتی پای اختلاف‌نظر در میان باشد، جنگ و جدال فایده‌ای هم نخواهد داشت، گذشته از ضررهایی که به جای می‌گذارد. شاید به همین دلیل پیامبر اسلام صلی الله علیه و آله فرمودند «مدارا نیمی از دین است» و امیرالمؤمنین علیه السلام آن را ثمره عقل دانستند.

۹. من خدا را دارم! (امید فکری)

و آخرین جنبه‌ای که در افکار انسانی اتوکشیده فوق‌العاده اهمیت دارد، امید است. این ویژگی را به این دلیل در انتها می‌خوانید که در ذهنتان ماندگارتر شود، چون مهم‌تر است. اگر فکر و ذهن شما لحظه‌ای از امید خالی شود، بدون شک حرکت و رشد شما متوقف می‌شود؛ یعنی خودتان آن را

نسبت ما با دروغ

جاهای خالی را شما پر کنید

سعید سعد

۱. کسی که سخنانش نه راست است و نه دروغ، ... است.
۲. کسی که راست و دروغ برای او یکی است، ... است.
۳. کسی که پول می‌گیرد تا دروغ بگوید، ... است.
۴. کسی که دروغ می‌گوید تا پول بگیرد، ... است.
۵. کسی که پول می‌گیرد تا راست و دروغ را تشخیص دهد، ... است.
۶. کسی که جز راست چیزی نمی‌گوید، ... است.
۷. کسی که به خودش هم دروغ می‌گوید، ... است.
۸. کسی که دروغ خودش را باور می‌کند، ... است.
۹. کسی که سخنان دروغش شیرین است، ... است.
۱۰. کسی که علی‌رغم میل باطنی خود دروغ می‌گوید، ... است.
۱۱. کسی که اصلاً دروغ نمی‌گوید، ... است.
۱۲. کسی که وقتی دروغ می‌گوید گاهی روی آن قسم هم می‌خورد! ... است.
۱۳. کسی که دروغ می‌گوید و خودش هم نمی‌فهمد، ... است.
۱۴. و کسی که مردم سخنان راست او را دروغ می‌پندارند و به او می‌خندند، ... است.
۱۵. کسی که اصل کار خویش دروغ است، ... است.*

فیلسوف

گدا

دلالت

قاضی

پرحرف

ابله

شاعر

همسر

مرده

بازاری

چاپلوس

بچه

متکبر

ریاکار

دیوانه

* حتماً شما هم می‌دانید که نمی‌توان با قاطعیت و اطمینان درباره برخی پاسخ‌ها سخن گفت و افراد یا گروه‌هایی را به نوعی از رفتار نادرست متهم کرد و به آنان برچسب زد. لازم است مخاطبان عزیز، طنز پنهان این صفحه را مدنظر داشته باشند و بر ما خرده نگیرند!

سراغ سرما خوردن را بروید!

چند توصیه مهم و کاربردی درباره سرماخوردگی



ویروسی سمج که هیچ وقت هم از رو نمی رود، هر سال مهمان ناخوانده خانه های ما می شود و نامرد و ناغافل، اوضاع گلو و بینی و سرو سینه و حتی جیبمان را به هم می ریزد! در رویارویی با سرماخوردگی اگر شما جزو آن دسته هستید که سریع به سراغ آنتی بیوتیک ها می روید باید به شما بگوییم که این داروها عمدتاً در برابر این بیماری کم اثر شده اند و فقط می توانند کمی از علائمتان را برطرف کنند و به قول آن ضرب المثل فرنگی «در سرماخوردگی اگر به دکتر بروید درمانتان یک هفته طول می کشد و اگر نروید هفت روز!» با این مقدمه، توصیه های این سه صفحه را حتماً بخوانید:



چه می کند چای سبز!

پژوهشگران می گویند چای سبز می تواند با رشد سلول های سرطانی مقابله و خطر رادیکال های آزاد را خنثی کند، پس خواهش می کنیم خودتان را از خواص بی نظیر چای سبز محروم نکنید. این چای، افزون بر مصون نگه داشتن بدنتان از بیماری هایی مثل سرماخوردگی، افسردگی و چاقی را هم از شما دور می کند.

البته برخی اطباء توصیه می کنند در مصرف چای سبز زیاده روی نکنید و در روز بیش از یک فنجان از آن میل نفرمایید.

کلاه سرتان برود!

اولین پیشنهاد جالب طب سنتی برای پیشگیری و کنترل سرماخوردگی این است که سر و پای خود را در زمان خوابیدن، با کلاه و جوراب بپوشانید؛ البته به این موضوع هم توجه داشته باشید که در طول روز و بعد از غذا و حمام هم یک وقت به سرتان نزنند که بخوابید. همچنین از قرار گرفتن در معرض هوای سرد به خصوص پس از حمام، ورزش، فعالیت بدنی و تعریق خودداری کنید.



ریخته و حل کنید و با سرنگ یا به وسیله دست خودتان آب را از راه بینی به داخل کشیده و سپس مجدد از راه بینی یا حلق این آب را بیرون بریزید. توصیه می شود کسانی که فشارخون و یا بیماری های قلبی دارند از غرغره کردن استفاده نکنند.

سیر همیشه شیر است!

سیر، سلطان سبزی هاست و همیشه شیر و پیروز! سیر سرشار از «لیسین» است که یک ضد میکروب قوی است و با باکتری ها، ویروس ها و قارچ ها مقابله می کند. توصیه می شود هر سه یا چهار ساعت، یک حبه سیر بخورید. می توان این حبه سیر را به چند قسمت، تقسیم و مانند قرص مصرف کرد یا این که سیر را به همراه پیاز به سوپ مرغتان اضافه نمود. برخی ها هم برای بهره بردن از خواص درمانی سیر توصیه می کنند سیر را له و ۱۰ الی ۱۵ دقیقه بعد مصرف کنید؛ چون با این شیوه، تمام خواص درمانی آن آزاد می شود. در ضمن، با تعریف و تمجید ما نباید جو زده شوید و در مصرف سیر زیاده روی کنید چون که سیر اثرات سریعی بر فشارخون دارد.

پیاز را دریابید

به طور کلی باید ارتباطمان را با پیاز به ویژه در پاییز و زمستان دوستانه تر کنیم! چون پیاز حاوی آنتی اکسیدان هاست و خواص ضد عفونی کنندگی و ضد التهابی دارد، پس در هر سرماخوردگی اول از همه یک سوپ پیاز اساسی برای خودتان درست کنید. هم چنین یک عدد پیاز را نصف کرده و داخل نعلبکی در اتاق قرار دهید و یک برش هم هنگام خواب بالای سرتان. با همین کار ساده هم به دستگاه تنفسی تان خدمت می کنید، هم مدت



سرکه سیب

گیاه خواران معتقدند مصرف سیب می تواند شما را از عفونت ها و بیماری های زمستانی دور کند. سرکه سیب نیز حاوی بیشترین میزان مواد مغذی مانند مواد معدنی، ویتامین ها و آنزیم هاست، پس توصیه می شود قبل از ناهار یک قاشق کوچک چای خوری سرکه سیب طبیعی را داخل نصف لیوان آب ریخته و بنوشید.

استراحت و باز هم استراحت

چرا بهترین درمان سرماخوردگی استراحت است؟ چون با استراحت، بدن برای مقابله با ویروس ها انرژی بیشتری جمع می کند. چون پیام و درخواست بدن شماست که در مبارزه با سرماخوردگی خسته شده است. چون هم خودتان زودتر خوب می شوید و هم بیماری تان را به بقیه نمی دهید!

آب گرم و مایعات فراوان

اگر آب ننوشید، مخاطتان خشک می شود و ویروس به آن ها می چسبد و به این زودی ها از بدنتان خارج نمی شود. چند قطره آب لیموترش در آب بچکانید و کنار دستتان قرار دهید و هر از گاهی یک جرعه بنوشید تا گلویتان خشک نشود. نوشیدن مایعات مفید دیگر مثل سوپ مرغ، آب میوه های طبیعی و چای سبز و غیره هم که جای خود را دارد.

غرغره

هر شب هنگام خواب و صبح ها بعد از بیدار شدن، آب نمک غرغره کنید. برای این کار یک لیوان کوچک آب جوشیده را کنار بگذارید تا ولرم شود، سپس یک چهارم قاشق چای خوری نمک را در آب



زمان سرماخوردگی کوتاه‌تر می‌شود و هم آلودگی هوای اتاقی که در آن استراحت می‌کنید، کمتر.



جناب آویشن!

اگر خواص شگفت‌انگیز آویشن را بدانیم با احترام بیشتری از این داروی طبیعی یاد می‌کنیم! البته طعم آن چندان تعریفی ندارد با این حال، بسیار بهتر از این آنتی‌بیوتیک‌هایی است که روزگار معده را سیاه می‌کند. آویشن خواص ضد باکتریایی و ضد ویروسی دارد و برای همین یک شربت اکسپکتورانت طبیعی فوق‌العاده است. برای بهتر شدن طعم و اثربخش‌تر کردن آویشن نیز توصیه طب سنتی اضافه کردن یک قاشق عسل و آب لیموترش است. یک قاشق چای‌خوری آویشن را در یک لیوان کوچک آب جوش بریزید و اجازه دهید به مدت ۱۰ دقیقه دم بکشد، کافی است. گفتنی است کسانی که فشارخون دارند در مصرف آویشن احتیاط کنند.

که چگونه می‌شود خواص این شربت خانگی را بیشتر کرد، باید بگوییم با اضافه کردن مقداری دارچین یا چوب میخک به آن. باور بفرمایید این شربت برای درمان گلو درد فوق‌العاده است!

یک باور غلط



اگر جزو افرادی هستید که نزله یا خلط پشت حلق دارید، سعی کنید حتی الامکان شب‌ها مرکبات نخورید، چون باعث تشدید خلط پشت حلق صبحگاهی می‌شود. در این اثنا این باور غلط وجود دارد که در زمان سرماخوردگی باید مرکبات بخورید تا ویتامین C به بدن برسد و بر عفونت غلبه کنید، درحالی‌که رطوبت و سردی حاصل از خوردن مرکبات در برخی موارد باعث تشدید و طولانی شدن زمان سرماخوردگی می‌شود.

این‌ها را نخورید



اگر به رغم همه توصیه‌ها باز هم سرما خوردید! لااقل در سه روز اول بیماری از مصرف غذاهای سنگین و غلیظ مانند ماست پرچرب، خامه، نان باکت، غذاهای خمیری و غلیظ نظیر لازانیا، پاستا، ماکارونی، آش رشته، سرخ‌کردنی و پنیر پیتزا به‌شدت خودداری کنید، چون ترشحات ناشی از سینوس‌ها را غلیظ‌تر می‌کند و به‌تبع آن دوره بیماری‌تان را هم طولانی‌تر.

عنبر نسارا و دوستان!



اگر از آن دسته‌های هستید که در دوران سرماخوردگی علاقه به دود کردن «عنبر نسارا»، «خاکشیر» یا «اسپند» دارید، بدانید که کار درستی می‌کنید، منتها یادتان باشد به مدت یک هفته روزانه دو تا سه بار، هر بار به مدت پنج دقیقه این دود را از بینی استشاق کنید.

هوس حمام کردن ممنوع!

این نکته را هم به یاد داشته باشید در ابتدای بیماری، هوس حمام رفتن نکنید، بلکه این مورد را به انتهای بیماری‌تان موکول کنید چون باعث دفع مواد زائد از بدن می‌شود. در صورت وجود تب نیز حمام رفتن را به تأخیر بیندازید تا کمی بیماری بهبود یابد. •



ترکیب معروف

یکی از شربت‌های خوشمزه دوران سرماخوردگی که حتماً شما هم می‌شناختید و حتماً هم تناول کرده‌اید، ترکیب معروف عسل و لیموترش و آب جوش است، اما اگر نمی‌دانستید





مخالفان، همواره با نشان دادن تصویر دانشجویان دانشگاه شریف که برای ادامه تحصیل به خارج از ایران می‌روند، اوضاع کشورمان را برای دانشجو و دانشجو، سیاه نشان می‌دهند. با این اوصاف، پس وضع حکومت ۱۶ کشوری مثل آمریکا، کانادا و کره جنوبی که حجم مهاجرت تحصیلی بالاتری از ما دارند، چگونه است؟ در کشوری که به قول آن‌ها همه نخبگان مهاجرت کرده‌اند، این حجم از پیشرفت علمی و صنعتی توسط چه کسانی انجام می‌گیرد؟



ورزشگاه‌های بزرگ و مجلل عربستان را به رخ ما می‌کشند و آوردن بازیکنان خارجی چند صد میلیون دلاری آن‌ها را و این که سال‌هاست سعودی‌ها برای نشاط، سلامت و غرور مردمشان سرمایه‌گذاری کرده‌اند، ولی ما...

به نظر شما اگر اهداف حکومت سعودی با این هزینه‌ها، شادابی و افتخار مردمانش است، پس چرا در طول تاریخ ورزش عربستان، این کشور حتی یک مدال طلای المپیک نگرفته است؟ یا در همین بازی‌های آسیایی هانگژو به رتبه‌های بالاتر از نوزدهم نرسید؟ یا در بازی‌های پارآسیایی (معلولان) هانگژو که کشورمان با افتخار به رتبه دوم آسیا دست یافت و بالاتر از کشورهای مثل ژاپن و کره جنوبی ایستاد، چرا عربستان باز هم نوزدهم شد؟! آیا ورزش، فقط در فوتبال خلاصه می‌شود؟ آیا دولت سعودی در تبلیغاتی کردن فوتبال باشگاهی، اهداف پشت پرده دیگری ندارد؟

به نظر شما چرا؟



دبیرکل جمعیت مبارزه با استعمال دخانیات گفته است «استعمال سیگار در میان خانم‌ها روند رشدی بالای ۷۰ درصد داشته است و حتی برای دختران ۱۲ تا ۱۵ سال تا ۱۳۳ درصد افزایش داشته و...» تحلیل شما از این بحران اجتماعی چیست؟



یکی از استادان بنام تاریخ معاصر ایران ادعا کرده است: «تجربه ۲۵۰ ساله ارتباط با اروپا نشان می‌دهد، هیچ پیشرفتی از طریق وابستگی برای کشورهای غرب آسیا وجود ندارد و این قاعده برای ایران، جدی‌تر هم اجرا می‌شود».

آیا غرب‌گرایان می‌توانند خلاف این ادعا را ثابت کنند؟ پس چرا همواره بر ارتباط گسترده با اروپا تأکید دارند؟



طبق آمارها ۴۷ درصد دانشجویان بین‌المللی جهان، زن هستند و تعدادشان از مردان کمتر است، اما وقتی نتایج کنکور ۱۴۰۲ کشورمان اعلام شد، ۶۱ درصد قبول‌شدگان زنان بودند و فقط ۳۹ درصد سهم مردان شد. به نظر شما چرا مخالفان جمهوری اسلامی به حکومتی که ۶۱ درصد قبولی‌های کنکورشان را خانم‌ها تشکیل می‌دهند و به زنان مجوز تحصیل و رسیدن به جایگاه‌های بالای شغلی داده می‌شود، می‌گویند «ضد زن!»؟



هرچند وقت یکبار رسانه‌ها خبرهایی از وضع محدودیت‌های جدید دولت فرانسه درباره پوشش دختران و زنان مسلمان منتشر می‌کنند. فرانسه همواره با اعتراضات گسترده خیابانی و خشم مردمی روبه‌روست؛ چراکه این کشور چندین میلیون مسلمان دارد، اما با همه این‌ها، حکومتش پای همان چیزی که برای خود ارزش می‌داند؛ یعنی دمیدن روح شهوت و بی‌بندوباری و جدا کردن مفاهیم و ارزش‌های دینی از کف اجتماع، مانده است و برای آن هزینه هم می‌دهد. به نظر شما چرا عده‌ای انتظار دارند جمهوری اسلامی برای حجاب که حکم خداست و به نفع جامعه و همه خانواده‌ها، تلاش نکند و هزینه ندهد؟



چرا ما روز جهانی کوروش داریم ولی روز جهانی داریوش نداریم؟ چرا از داریوش هخامنشی با همه فتوحات گسترده و ابتکاراتی که در اداره کشور داشت، نام و تبلیغی در میان باستان‌گرایان نیست؟ به نظر شما این موضوع ربطی به آزادسازی یهودیان توسط کوروش، پیروزی داریوش بر یونانیان (اروپایی‌های امروزی) و در نهایت امپراتوری رسانه‌ای صهیونیستی ندارد؟

طبق آمار رسمی، در فهرست سازمان جهانی بهداشت (WHO) رتبه ایران در خودکشی ۱۲۸، در سرطان ۱۱۳ و برای قتل عمد بعد از فهرست بلندبالایی از کشورهای اروپایی و آمریکایی، در رتبه ۱۲۱ کشورهای جهان قرار دارد. بر اساس این آمار، می‌توان با قطعیت گفت: ایران اسلامی، جزو امن‌ترین، سالم‌ترین و آرام‌ترین کشورهای جهان است.

با این آمار پس چرا برخی بعد از هر حادثه خودکشی یا قتل یا مرگ کسی از سرطان به‌ویژه اگر آن فرد از سلبریتی‌ها باشد، ایران را سیاه‌ترین کشور دنیا ترسیم می‌کنند؟ چگونه به حضرت عزرائیل بگوییم آن هنرمند عزیز را که وقت مرگش رسیده قبض روح نکن؟! چه‌طور به انواع سرطان‌ها عرض کنیم حق ندارید به سراغ سلبریتی‌های ایرانی بروید؟! در کشوری که جزو کشورهای پلاخیز است چگونه به سیل و زلزله دستور بدهیم «لطفا آرام باشید!» چون چهره‌ها ناراحت می‌شوند؟! به نظر شما سلبریتی بودن چه مصونیتی ایجاد می‌کند که برخی از چهره‌ها نسبت به هر اتفاقی که به آن‌ها مربوط می‌شود، داد و بیداد و اعتراضشان بلند است؟!



اگر ایران بود...



در همه جای دنیا بازیگران بنام سینما و بازیکنان مشهور فوتبال به دلیل ثروت قابل توجهشان طعمه‌های جذابی برای سارقان هستند. آخرین نمونه‌اش را که نگارنده به یاد دارد «دوناروما» دروازه‌بان ملی‌پوش ایتالیایی تیم پاری سن ژرمن پاریس بود که سارقان بعد از حمله به او و همسرش و بستن دست‌وپایشان نزدیک به نیم میلیون یورو از اموال خانهاش را به سرقت بردند. این اتفاق در فرانسه طبیعی است، اما در ایران و برای افرادی مثل علی دایی صد درصد غیرطبیعی. به همین دلیل هم مدت‌ها سلبریتی‌های فوتبال و سینما بر ضد امنیت کشور و نیروهای امنیتی با جمله‌های کنایه‌آمیزی چون «عوضش امنیت داریم» لجن‌پراکنی می‌کنند!



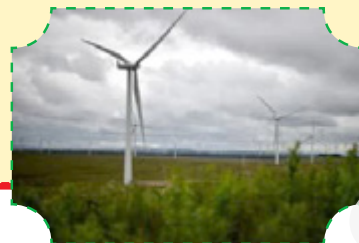
ایشان آل‌پاچینو، بازیگر و کارگردان مشهور آمریکایی هستند و خانمی که در کنارشان لبخند می‌زند دوست دختر ۲۹ ساله ایشان که با جناب کارگردان، فقط ۵۳ سال اختلاف سنی دارند! از آقای آل‌پاچینو هم باردارند و احتمالاً حالا که شما این مطلب را می‌خوانید فارغ شده‌اند و چهارمین فرزند این سلبریتی را به چشمان منتظر هواداران تقدیم کرده‌اند! اکنون این اتفاق ویژه، برای جهان هنر و مخاطبان آن، موضوعی خاص و جذاب است! اما اگر این جنس خبرها مربوط به مسئول یا سرداری ایرانی باشد، همه چیز متفاوت و نشان انواع مریضی‌های روانی و جنسی است. باورهای دینی هم صدا البته در ارتکاب این جنایت مقصرند!

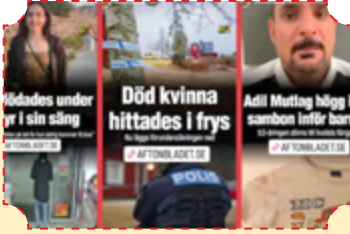
موضوع از آنجا شروع شد که زنان آتش‌نشان کانادایی به دلایل مختلفی مثل کمبود دستمزد یا تبعیض‌ها و آزار جنسی تصمیم گرفتند یک مانور آتش بدون حضور مردان برگزار کنند، اما نتیجه مطابق میل آن‌ها پیش نرفت؛ آتش از کنترل خارج شد و نزدیک به ۳۰ هزار نفر مجبور به تخلیه آن منطقه تفریحی شدند. حالا تصور کنید این حادثه در ایران رخ داده بود...

Up to 30,000 people now displaced as Alberta continues battling wildfires

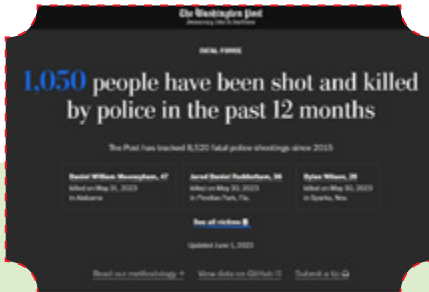


کشور اسکاتلند برای تولید انرژی پاک و حمایت از محیط‌زیست با خیال راحت ۱۶ میلیون درخت را بریده است، اما اگر ایران بود...

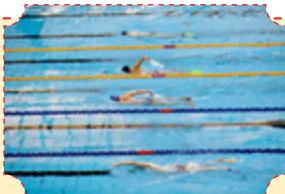




همین امسال، در یک روز و در سه اتفاق متفاوت، سه زن که یکی از آنها ایرانی بود در کشور سوئد به قتل رسیدند، درباره این اتفاق نه هیچ صدا و اعتراضی از رسانه‌های جهانی بلند شد، نه از سلبریتی‌های سوئدی و نه حتی از ایرانیان مقیم این کشور. خب چون آنجا سوئد است، اما اگر ایران بود...



واشنگتن پست رسماً اعلام کرد: ۱۰۵۰ نفر طی ۱۲ ماه، توسط پلیس آمریکا کشته شده‌اند! (آن‌هایی را که کشته‌اند و پلیس صدایش را درنیارده محاسبه نکرده است) بدون هیچ توضیحی از شما می‌خواهیم تصور کنید: اگر این آمار برای ایران بود...



مردامه ۱۴۰۲ ده‌ها شناگر شرکت‌کننده در رقابت‌های سه‌گانه قهرمانی جهان در انگلیس به علت آلوده بودن آب، دچار دردهای شکمی و اسهال خونی شدند. این اتفاق در چنین رویدادهای بزرگی کاملاً طبیعی است، البته به جز ایران... ●



آنان که خبرها را با دقت دنبال می‌کنند می‌دانند که آتش‌سوزی، اتفاقی پرتکرار در کشور آمریکا است و همیشه هم با تلفات و خسارت‌های بسیار همراه است؛ برای نمونه در آتش‌سوزی ایالت هاوایی (مردامه ۱۴۰۲) بیش از صد نفر جان خود را از دست دادند. این اتفاقات برای کشوری که خود را ابرقدرت بزرگ اقتصادی و نظامی دنیا می‌داند، فاجعه‌بار تلقی نمی‌شود و...

اما اتفاقات مشابه با تلفات انسانی و مالی بسیار کمتر در کشورمان، همواره نام فاجعه دارد؛ چون اینجا ایران است!



خبر اگرچه اندکی کهنه شده و مربوط به اوایل امسال است، اما جذابیت لازم را برای تکرار در این صفحه خاص مجله دارد؛ تیم آمریکا در المپιάد ریاضی رتبه دوم را گرفت. نکته جالب ماجرا این بود که شرکت‌کننده‌های تیم آمریکا همه اصالت چینی داشتند. البته این موضوع اصلاً برای هیچ‌کس مهم نبود و نیست، اما اگر خبر مرتبط با ایران بود، خیلی‌ها می‌گفتند: ایران مستعمره چین شده است! یا این‌که: کشور را فروخته‌اند به چینی‌ها!



کی چی گفت؟

از میان گفت‌وگوهای دیگران

مهدی سیار

از شاعران انقلاب اسلامی



قدم زدن در خیابان‌ها و مراکز خرید تهران برای هر دوستدار زبان فارسی به شکنجه تبدیل شده است! مگر این شهر یک شهر دوزبانه است؟! چرا عبارات انگلیسی بیشتر و درشت‌تر از واژه‌ها و حروف فارسی به چشم می‌آیند؟! چرا همه تابلوهای بزرگراه‌ها و خیابان‌ها و کوچه‌ها و پس‌کوچه‌ها دوزبانه است؟! کدام گردشگر اینجا پشت فرمان می‌نشیند؟!

این وضعیت، چیزی جز احساس مستعمره بودن و آویزان بودن به بیگانه، به ساکنان شهر هدیه می‌دهد؟! نسلی که حس درجه دوم بودن از درودیوار به او هجوم بیاورد، به استقلال و آزادی واقعی دست نخواهد یافت. انگلیسی‌زدایی را هر چه دیرتر شروع کنیم، بیشتر ضرر خواهیم کرد.

مهران فاطمی

استاددار بیزد



متوسط درآمد هر خانوار یزدی ۸ درصد از متوسط کشوری بالاتر است و متوسط هزینه‌های زندگی خانواری یزدی ۱۱ درصد از متوسط کشوری پایین‌تر است و این نشان می‌دهد

علی پژوهان

جمعیت‌شناس و عضو هیئت‌علمی دانشگاه



من در کره جنوبی مدتی تحصیل کرده‌ام. آمار ازدواج در آن کشور بسیار پایین است. به دوستانمان می‌گفتم چرا با همدیگر ازدواج نمی‌کنید؟ یکی از آن‌ها به من گفت «به من نگاه کنید و به آن دختر دیگر هم همین‌طور، چه تفاوتی بین من و او وجود دارد؟!» مردان در آنجا از جذابیت‌های مردانگی برخوردار نیستند و همین مجموعه علت‌هایی است که سبب شده تا شش سال پیش دولت کره جنوبی به فکر تغییر در سید غذایی مردمان این کشور بیفتد تا تفاوت‌ها را چشمگیرتر شود و رغبت به ازدواج از عدم تمایل ۳۸ درصدی به ازدواج نکردن را به ۱۸ درصد برساند.

همین غذاهای سرد در کشور چقدر از خانواده‌های ایرانی را عقیم کرده است. میل جنسی را کاهش داده است. چرا پزشکان، ما را به ترک چنین غذاهایی توصیه نمی‌کنند؟! کره‌ای‌ها آمده‌اند بدترین و سردترین غذاهای خود را به گرم‌ترین غذاها تبدیل کرده‌اند. ما باید به وزارت بهداشت توصیه کنیم که روی ذائقه‌ها کار کند و این می‌تواند به فرزندآوری و جمعیت کمک کند.

مستندات علمی ما نشان داده بیشترین شیوع سرطان معده در بخش‌های شمالی کشور است که بخشی به نوع تغذیه و ژنتیک ربط دارد. در مناطق جنوبی کشور نیز بیشتر با شیوع سرطان روده روبه‌رو هستیم.

مهدی طائب

رئیس شورای قرارگاه راهبردی عمار



مساجد را از ما گرفتند، نه به‌صورت سخت‌افزاری بلکه به‌صورت نرم‌افزاری آن‌ها را تصرف کردند؛ همان‌گونه که آدم را از بهشت راندند. در کنار مساجد، فرهنگ‌سراها ساخته شد و کم‌کم مساجد از رونق افتاد.

اگر نماز جماعت به‌درستی در مساجد اجرا شود، لوازم دیگر آن را نیز با خود خواهد داشت و صرفاً به خواندن دو وعده نماز اکتفا نمی‌شود. مساجد، مردم را پای کار امام خمینی رحمه‌الله و انقلاب اسلامی آوردند؛ امام زمان عجله نیز برای قیام، منتظر مسجدی هاست.

محمد جوانی

نویسنده مدرس دانشگاه و کارشناس رسانه



یک سریالی پخش می‌شد به نام «ستایش» که فصل‌های سه‌گانه‌ای داشت. بخش اول آن سال ۸۹ و ۹۰ خیلی عجیب است! نام ستایش در ثبت احوال در دهه هشتاد، ۳۴ یا ۳۵ به بعد در اولویت‌های نام‌گذاری دختران ایران زمین بوده است. بعد در اثر پخش این سریال در رده دوم و سوم می‌ایستد؛ یعنی دیگر مردم ما بعد از این که فاطمه و زهرا می‌گذاشتند، اولویت دوم آن‌ها اسم ستایش بود. یک سریال می‌تواند حتی اولویت نام‌گذاری دختران یک سرزمین را عوض کند! بعد چه طوری می‌توانیم بگوییم که سریال روی ما اثر ندارد؟! حالا شما ببینید که این فیلم‌ها و سریال‌های ترکی که می‌گذارند با آن محتوای واقعا وحشتناک چه اثری روی بچه من دارد. ●

که بیشترین پس‌انداز، مرتبط با استان یزد است. مهاجرت ۱۰۰ هزار نفری به یزد نشان‌دهنده پایین بودن هزینه زندگی در این استان است.

فاطمه محمدبیگی

نماینده قزوین و عضو کمیسیون بهداشت



میانگین عمر ایرانیان بین ۷۵ تا ۷۶ است و میانگین سن خانم‌ها معمولاً دو سال بیشتر است. تصور کنید دهه شخصی‌ها که تعدادشان از همه بیشتر است و در آن دوران حدود یک و نیم میلیون تولد در هر سال وجود داشت به سمت مرگومیر بروند؛ دهه شخصی‌ها در سال ۱۴۴۰ به حدود ۸۰ سال می‌رسند و در آن ایام بین ۴ تا ۵ میلیون نفر در هر سال مرگ در کشورمان خواهیم داشت!

مرگ‌های ناگهانی و پشت سر هم در حدود سال ۱۴۴۰ در کشورمان ایجاب می‌کند که شهرک‌های قبرستانی ایجاد کنیم. در دهه‌های آینده نیازمند خانه‌های سالمندان خواهیم بود و در آن دوران ممکن است پدیده رهاسازی سالمندان در جامعه اتفاق بیفتد!

کامران باقری لنگرانی

رئیس انجمن آندوسکوپ‌های گوارشی ایران



الان با این که روند میزان ابتلا به سرطان معده کاهش یافته است، اما سرطان معده بیشترین علت مرگ سرطان در هر دو جنس مرد و زن است. در ده سال آینده تعداد تشخیص سرطان‌های روده دو برابر خواهد شد که سبک زندگی و چاقی علت این امر است.

ما در پیشگیری از سرطان‌ها هرچقدر به سمت غذاهای طبیعی، عدم مصرف دخانیات و تحرک بیش‌تر پیش برویم از ابتلا به سرطان جلوگیری کرده‌ایم اما مدل‌های فعلی نشان می‌دهد روند ابتلا به سرطان مطلوب نیست.

شمیم شور و نشاط

گزارشی از ششمین جشنواره فرهنگی ورزشی شمیم خانواده



ورزش، در زمینه جسم و روح، فضای جدیدی در زندگی انسان باز می‌کند و توانایی و تندرستی و اراده قوی به کسانی که مخاطب شما هستند می‌بخشد.
(مقام معظم رهبری)

و ۱۸۵ نفر در قالب ۳۶ گروه در رشته تکواندو مسابقه دادند. افتتاحیه این دوره از جشنواره که مصادف با عزای عمومی شهادت مسلمانان غزه بود، متناسب با آن روز و با حضور مقامات لشگری و کشوری روز چهارشنبه ۲۶ مهرماه برگزار شد. از برنامه‌های جانبی این جشنواره، برپایی مراسم معنوی زیارت بانوی کرامت، حضرت معصومه علیها السلام و اقامه نماز ورزشکاران در مسجد مقدس جمکران بود.

گفتنی است افزون بر این جشنواره، همه‌ساله جشنواره‌های فرهنگی، ورزشی ویژه پسران، جشنواره‌های فرهنگی هنری ویژه خانواده کارکنان، مسابقات سراسری حفظ، مفاهیم و قرائت قرآن کریم، تولید محصولات فاخر و... نیز توسط سازمان فرهنگی خانواده برگزار می‌شود. ●



برگزاری جشنواره‌های فرهنگی ورزشی، یکی از برنامه‌های سازمان فرهنگی خانواده است که با اهدافی چون: شناسایی استعدادها، گذران سالم اوقات فراغت، تقویت اعتمادبه‌نفس و مسئولیت‌پذیری فرزندان در جامعه اسلامی، هر ساله در استان‌های مختلف کشور برپا می‌شود.

امسال در آستانه هفته تربیت‌بدنی و ورزش، ششمین جشنواره فرهنگی ورزشی شمیم خانواده ویژه همسران و دختران کارکنان، طی دو مرحله در روزهای ۲۵ تا ۲۸ مهرماه و ۲ تا ۵ آبان ماه به میزبانی سپاه امام علی ابن ابی‌طالب علیه السلام استان قم برگزار شد.

در این جشنواره که تعداد ۲۲۰۰ ورزشکار از ۵۵ رده سپاه شرکت داشتند، ورزشکاران در رشته‌های شنا، والیبال، دارت، تیراندازی با تفنگ بادی، تکواندو، هفت‌سنگ و آمادگی جسمانی با یکدیگر به رقابت پرداختند.

گفتنی است ۲۷۰ نفر در قالب ۵۱ گروه در رشته آمادگی جسمانی، ۲۴۰ نفر در قالب ۴۸ گروه در رشته شنا، ۳۱۰ نفر در قالب ۴۸ گروه در رشته تیراندازی با تفنگ بادی، ۲۰۰ نفر در قالب ۵۱ گروه در رشته دارت، ۳۶۰ نفر در قالب ۳۲ گروه در رشته والیبال، ۲۱۰ نفر در قالب ۳۰ گروه در رشته هفت‌سنگ



جدول نتایج تیمی جشنواره فرهنگی ورزشی شمیم خانواده (همسران و دختران کارکنان) شهر یور تا مهرماه ۱۴۰۲، میزبان: سپاه امام علی ابن ابی طالب (ع) استان قم

ردیف	نام رشته	نام رده	مقام تیمی
۱	والیبال	نیروی زمینی سپاه	اول
		سپاه علی ابن ابی طالب (ع) استان قم	دوم
		سپاه نینوا گلستان	سوم
۲	شنا	نیروی زمینی سپاه	اول
		سپاه علی ابن ابیطالب (ع) استان قم	دوم
		سپاه انصارالمهدی (ع) زنجان	سوم
۳	آمادگی جسمانی	نیروی زمینی سپاه الف	اول
		سپاه روح الله استان مرکزی	دوم
		نیروی زمینی سپاه ب	سوم
۴	هفت سنگ	سپاه حضرت عباس (ع) اردبیل	اول
		سپاه کربلا مازندران	دوم
		سپاه نبی اکرم (ص) کرمانشاه	سوم
۵	تکواندو	دانشگاه افسری و تربیت پاسداری امام حسین (ع)	اول
		نیروی زمینی سپاه	دوم
		سپاه قمرینی هاشم (ع) چهارمحال و بختیاری	سوم
۶	تیراندازی با تپانچه بادی	نیروی زمینی سپاه	اول
		سپاه صاحب الزمان (ع) اصفهان	دوم
		سپاه امیرالمؤمنین (ع) ایلام	سوم
۷	تیراندازی با تفنگ بادی	سپاه فجر فارس	اول
		نیروی زمینی سپاه	دوم
		سپاه علی ابن ابی طالب (ع) استان قم	سوم
۸	مجموع تیراندازی تفنگ و تپانچه	نیروی زمینی سپاه	اول
		سپاه صاحب الزمان (ع) اصفهان	دوم
		نیروی هوافضای سپاه	سوم
۹	دارت	سپاه نبی اکرم (ص) کرمانشاه	اول
		سپاه امیرالمؤمنین (ع) ایلام	دوم
		سپاه نینوا گلستان	سوم
۱۰	کاپ اخلاق رشته های ورزشی	سپاه علی ابن ابی طالب (ع) استان قم	رشته ورزشی آمادگی جسمانی
		نیروی قدس سپاه	رشته ورزشی تیراندازی
		سپاه ثارالله کرمان	رشته ورزشی هفت سنگ
		سپاه محمد رسول الله (ص) تهران بزرگ	رشته ورزشی شنا
		سپاه ولی عصر (ع) خوزستان	رشته ورزشی تکواندو
		سپاه انصارالرضا (ع) خراسان جنوبی	رشته ورزشی والیبال
سپاه عاشورا آذربایجان شرقی	دارت		

برای ورود سریع به صفحه
مسابقه اسکن کنید.



سیوه شرکت در مسابقه

- برای ارسال پاسخنامه خود به بخش «مسابقات» سایت شمیم قسمت «مسابقه مجله آشنا» مراجعه کنید و فقط با درج شماره تلفن همراه خود، پاسخنامه را برای ما تکمیل فرمایید.
- توجه داشته باشید که از این پس، پاسخهای ارسال شده به سامانه پیامکی تصحیح نخواهد شد.
- مهلت ارسال پاسخنامه از طریق سایت تا ۲۹ بهمن ماه ۱۴۰۲ است.
- به ۳۰ نفر از برگزیدگان به قید قرعه جوایز ارزنده‌ای اهدا خواهد شد.

۱. «آن که تکیه‌گاهش خدا نیست، نمی‌تواند تکیه‌گاه خوبی برای ما باشد» این معنا را از کدام آیه می‌فهمیم؟
(الف) آیه ۴۱ سوره حج.
(ب) آیه ۲۲۱ سوره بقره.
(ج) آیه ۲۵۵ سوره بقره.
۲. «ما به جایی نرسیدیم! تو مثل ما نباش و تلاش کن...» بیان چنین جملاتی از سوی والدین...
(الف) گفتاری متواضعانه است و توصیه می‌شود.
(ب) اثرات چندانی ندارد.
(ج) ممنوع است.
۳. این قدر طلا در دست و گردن بانوان ایرانی است
(الف) بیش از ۲۰۰ تن
(ب) نزدیک به ۱۲۵ تن
(ج) حدود ۸۰ تن
۴. نظریه معروف «پنجره شکسته» با کدام ضرب‌المثل تناسب دارد؟
(الف) کاسه چه کنم چه کنم دست گرفتن
(ب) از پشت خنجر زدن!
(ج) تخم مرغ دزد شتر دزد می‌شود.
۵. طبق این آیه می‌توانیم در یک لحظه بیش از زمین و حتی بیش از بهشت به دست بیاوریم:
(الف) آیه ۲۵ سوره بقره.
(ب) آیه ۷۲ سوره توبه.
(ج) آیه ۲۹ سوره کهف.
۶. روی در اتاقش نوشته بود «در هر ساعت از شبانه‌روز که خواستید در بزنید، من بیدارم».
(الف) شهید جمال رضی
(ب) شهید محمدحسین علیخانی
(ج) شهید محمد رضایی
۷. طبق گفته امیرالمؤمنین (علیه السلام) تمام اعمال خوب در مقایسه با آن مثل نمی‌در مقابل می‌است
(الف) امر به معروف و نهی از منکر
(ب) جهاد در راه خدا
(ج) دشمن شناسی
۸. بهترین نوع... لحظه‌ها به جای آوردن...
(الف) هم‌نشینی با، تفکر در
(ب) استفاده، تلاش
(ج) شکار، شکر
۹. بهترین شفیق زن در قبر است
(الف) حیا و حجاب زن
(ب) فرزندآوری
(ج) رضایت شوهر
۱۰. یکی از منازل مهم سلوک است
(الف) ایام فاطمیه
(ب) ماه رجب
(ج) فقر با حفظ ایمان
۱۱. ... را وقتی می‌شناسی که پول نداری و ... را وقتی می‌شناسی که پول دارند!
(الف) اصیل‌ها، تازه به دوران رسیده‌ها
(ب) زن‌ها، مردها
(ج) خودت، دیگران
۱۲. از مهم‌ترین سرمایه‌هایی است که می‌توانی برای آینده‌ات پس‌انداز کنی
(الف) خاطرات زیبا
(ب) سلامت بدن
(ج) تجربه‌های زندگی
۱۳. کدام گزینه غلط است؟
(الف) عشق واقعی و گرم حتماً باعث یک ازدواج خوب می‌شود.
(ب) اگر احساس گناه کردی به همسرت بگو
(ج) هر دو گزینه
۱۴. طبق روایات، از نشانه‌های زیادی ایمان است
(الف) فرزندآوری
(ب) تلاش برای رفاه خانواده
(ج) محبت به زن
۱۵. با وضعیت کنونی، متوسط سن جمعیت ایران در ۱۴۳۰ چند سال است؟
(الف) ۳۲ سال
(ب) ۳۶ سال
(ج) بیش از ۴۰ سال
۱۶. دخالت والدین در نقاشی کودکان باعث... می‌شود
(الف) کاهش اعتمادبه‌نفس آن‌ها
(ب) ایجاد صمیمت و شادی آن‌ها
(ج) اضطراب و استرس آن‌ها
۱۷. نام دوران تربیتی جدیدی که با آن روبه‌رو هستیم
(الف) رسانه‌محور
(ب) خانواده‌محور
(ج) مدرسه‌محور
۱۸. کسی که سخنان دروغش شیرین است!
(الف) کودک
(ب) مادر
(ج) شاعر
۱۹. طبق آمار جهانی، ایران چندمین کشور در خودکشی و قتل عمد است؟
(الف) ۴۸، ۶۶
(ب) ۷۹، ۸۶
(ج) ۱۲۸، ۱۲۱
۲۰. فرموده بودند ذکری را بلندتر و نافع‌تر از صلوات نیافتیم
(الف) آیت‌الله محمدتقی بهجت رحمته
(ب) آیت‌الله فاضل لنکرانی رحمته
(ج) آیت‌الله سید محمدرضا گلپایگانی رحمته

اسامی برندگان یا هشتک «#برندگان_مسابقه» در کانال‌های ما در شبکه‌های اجتماعی زیر درج می‌شود و علاقه‌مندان می‌توانند افزون بر استفاده از گزیده مطالب مجله آشنا در این رسانه، از مطالب بسیار مفید دیگری هم بهره‌مند شوند.

@shamimeashena



دیدار

ای مهربان که نام تو را یار گفته‌اند
چشم تو را فروغ شب تار گفته‌اند
از دست‌های سبز تو اعجاز چیده‌اند
از گام‌های سبز تو بسیار گفته‌اند
ما با درو دریچه و روزن، غریبه‌ایم
با ما سخن همیشه ز دیوار گفته‌اند
واکن ز نور پنجره‌ای روبه روی ما
کز ابرهای تیره به تکرار گفته‌اند
برخیز و پرده برکش از آن روی، تاکه ما
باور کنیم آنچه ز دیدار گفته‌اند

الهام امین

اگر به فلسطین کمک نکنید فرداً خطر در کمین شماست

ما به آینده کاملاً امیدواریم،
به وعده‌ی الهی یقین داریم
که وعده‌ی الهی ان شاءالله
تحقق پیدا خواهد کرد، و به
آنچه وظیفه‌ی خودمان بدانیم
ان شاءالله عمل خواهیم کرد.

امام خامنه‌ای (مدظله‌العالی)

۲۸ آبان ماه ۱۴۰۲



کانال شمیم آشنا در پیام‌رسان‌های اجتماعی:

 @shamimeashena