



ایم علی علیه السلام
با مردم چنان رفتار کنید
که اگر مردید بومردن شما بگیرند
و اگر زنده ماندید
خواستار معاشرت با شما باشند.



به سفارش معاونت آموزش مرکز رسیدگی به امور مساجد استان تهران
مدیرمسئول: دکتر محمد دولتشواه

سردبیر: اصغر عرفان

مدیر اجرایی: سید عبدالرسول موسوی فرد

طراحی و صفحه آرایی: مجید بزم آرا

تصویرساز: مرتضی حیدرزاده، الهام ارکیا

نشانی: تهران، خیابان سعدی شمالی، بین خیابان تقوی و منوچهری، کوچه

صفامنش، ساختمان محراب، طبقه اول

کدپستی: ۱۱۴۵۷-۵۶۵۱۱

تلفن: ۰۲۱ ۶۶۳۴۶۹۳۴ داخلی ۲۵۸ و ۲۵۸

نمبر: ۰۲۱ ۶۶۳۴۷۹۳۴

سامانه پیامکی: ۳۰۰۰۲۲۱۴۲۲۱۵

نشانی پایگاه تخصصی: www.masjed.ir بخش معاونت آموزش

فهرست

- ۴ سلام خدای خوبم
- ۶ طلعه
- ۱۰ رهنمایی خوبان
- ۱۲ موعظه خوبان
- ۱۴ بوی پیراهن اگر قافله سالار شود
- ۱۶ دختری که پدر در سفر است
- ۱۸ گیسوی خیمه را چه کسی شانه می زند؟
- ۲۰ کپسول معنویت
- ۲۲ تلخ و شیرین خاطرات تبلیغ طلبگی
- ۲۴ شوخ طبعی های طلبگی
- ۲۶ عکس ها و حرف ها
- ۲۸ تمام اسلام به بیست سنت
- ۳۰ حکایت های شفاهی
- ۳۲ ترموستات گفت و گو
- ۳۵ گفت و گوی خوبان
- ۳۸ آقا اجازه
- ۴۰ باورهای شکسته
- ۴۲ خر برفت و خر برفت
- ۴۴ چگونه بچه ها شیرین می شوند
- ۴۶ من هنوز پادشاهم
- ۴۸ چرا بچه ها از مسجد گریزانند
- ۵۰ باحجاب ها فرشته اند
- ۵۲ مرد صابونی
- ۵۴ امام خوبان
- ۵۶ خاطرات طلبگی
- ۵۸ تجربه های زندگی
- ۶۰ شلغم را جدی بگیرد
- ۶۲ عطر را فراموش نکنید
- ۶۴ روضه آن سپید گیسوی

خانواده گرامی

در جهان‌بینی اسلامی، خانواده به‌عنوان اصلی‌ترین نهاد اجتماعی و زیربنای جوامع و منشأ فرهنگ‌ها و تمدن‌ها، از اهمیت و جایگاه ویژه‌ای برخوردار است. پرداختن به این بنای مقدس و بنیادین و حمایت و هدایت آن به سمت جایگاه واقعی و متعالی‌اش سبب اصلاح خانواده بزرگ انسانی بوده و غفلت از آن موجب دور شدن بشر از حیات حقیقی و سقوط به ورطه هلاک و ضلالت است.

معاونت آموزش مرکز رسیدگی به امور مساجد نیز در راستای اهداف تعیین‌شده و اجرایی‌سازی برنامه‌های آموزشی ویژه ائمه محترم جماعات، از نهاد ارزشمند خانواده محترم کارگزاران مساجد غفلت ننموده و برنامه‌های متنوعی را در حد بضاعت خود و با هدف تکریم و اعتلای هویتی ایشان تدارک دیده است. ازجمله این برنامه‌ها می‌توان به طراحی و تولید نشریه خانه‌خوبان اشاره نمود که اولین شماره آن به حضور ارائه می‌گردد. در این نشریه تلاش خواهیم کرد با ارائه محتوایی کاربردی و البته امین، ضمن بهره‌گیری از جذابیت‌های ظاهری و بصری، گامی هرچند کوچک، در راستای اعتلای فرهنگ و اندیشه خانواده محترم کارگزاران مساجد برداشته شود. بدیهی است در این راه پر نشیب و فراز، نیازمند انتقادات و پیشنهادهای سازنده شما مخاطبان ارجمند برای هرچه بارور شدن این مطبوعه فرهنگی هستیم.

معاونت آموزش

مرکز رسیدگی به امور مساجد



۲۶



۱۲



۴۸



۶



سلام خدای خوب!

و خدایی که همین نزدیکی ست
حسین ثروتی

همیشه از دیگران تعریف قرآن رو خیلی شنیدم که بهترین کتاب زندگیه یا این که باهاش میشه مشکلاتمون رو حل کنیم و از این جور چیزا ولی هیچ وقت خودم مستقیم و جدی به سراغش نرفته بودم، اما حالا که یه جورایی گذاشتی منم با کتابت رفیق بشم، حاضر نیستم اونو با هیچ چیزی عوض کنم. حالا فقط دوست دارم با همه وجود بهت بگم: ممنون خدای خوب!



ما تو عالم سادگی خودمون میگیریم خدا رحمتش کنه، چه مرگ خوبی داشت! چه راحت جون داد!
بی خبر از این که فرشتگان بدجور دارند می زندش!
...الْمَلَائِكَةُ يُضْرِبُونَ وُجُوهُهُمْ وَ أَدْبَارَهُمْ (سوره محمد)



واقعاً ارزش داره، آدم یه عمری تو دنیا صبر کنه، در عوض خدا بهش بگه، هم دوستت دارم، هم باهاتم.
إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ (سوره بقره)
وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ (سوره آل عمران)



ما توی برخورد با اطرافیانمون، زبانیم یا گوش؟
یعنی سعی می کنیم با حرف زدن متقاعدشون کنیم یا با گوش دادن به حرفای دلشون، آرامشون کنیم؟
پیامبر ﷺ که گوش خوبی بوده واسه همین، مردم دورش جمع می شدند، ولی از ما فرار می کنند!
يَقُولُونَ هُوَ أَدْنَى... (سوره توبه)



عجب بیماری خطرناکیه حسادت، که خدا به پیامبرش دستور داده از حسودا به من پناه ببر!
حالا باز حسود باش!
وَمِنْ شَرِّ حَاسِدٍ إِذَا حَسَدَ (سوره فلق)



- یه کاری نکن مردم بهت بخندند.
- مردم اگر معیار حق بودند به آیات خدا نمی خندیدند.
فَلَمَّا جَاءَهُمْ بِآيَاتِنَا إِذَا هُمْ مِّنْهَا يَضْحَكُونَ (سوره زخرف)



برای یه بارم که شده جواب این سؤال رو خیلی جدی بدیم که
جِدَاقِلْ تَكْلِيفُ مَوْنٍ بِأَخْدَمُونَ روشن بشه.
أَلَيْسَ اللَّهُ بِكَافٍ عَبْدَهُ (سوره زمر)



درسته همه آدمها حرص می زنند، اما برای چی حرص زدن مهمه،
پیامبر ﷺ که حرصش برای سعادت و خوشبختی مردم بود. تو رو نمی دونم!
لَقَدْ جَاءَكُمْ... حَرِيصٌ عَلَيْكُمْ (سوره توبه)



لامپ سوخته با اتصال به هیچ برقی روشن نمی شه.
تا ما تصمیم جدی برای خوب شدن نگیریم، هیچ حرفی روی ما تأثیر نداره، حتی اگر حرفای پیامبر ﷺ باشه.
إِنَّكَ لَا تَسْمِعُ الْمَوْتَى... (سوره نمل)

فکر می کنی مؤمنی؟ یه تست ساده: ببین رضایت خدا و رسول برات مهم تره یا رضایت دوست و فامیل؟
وَاللَّهُ وَرَسُولُهُ أَحَقُّ أَنْ يُرْضَوْهُ إِنْ كَانُوا مُؤْمِنِينَ (سوره توبه)



حالا خوبه که برای کلمه کلمه‌ای که می‌گیم خدا فرشته‌ای برای ثبتش آماده کرده که آن قدر بی حساب حرف می‌زنیم.
مَا يَلْفِظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ (۱۸ سوره قاف)



برای چی از حرف دیگران ناراحت میشی؟
خدا که همه چیز رو می‌دونه، فکر می‌کنی تو دفاع از تو کم میاره؟!
فَلَا يَحْزَنكَ قَوْلُهُمْ... (۷۶ سوره یس)



- حداقل برو با یکی مشورت کن. شاید داری اشتباه می‌کنی.
- هیچ نیازی به مشورت ندارم. من خودم همه چی حالمه!
بابا تو دیگه کی هستی! چون به پیامبر هم دستور مشورت دادند.
وَشَاوِرْهُمْ فِي الْأَمْرِ (۱۵۹ سوره آل عمران)



اگر بخوای خوب باشی، مردم به حرفایی بهت می‌زنند که باید خدا آرومت کنه، ندیدی خدا بارها به پیامبرش گفته: صبر کن!
فَاصْبِرْ عَلَىٰ مَا يَقُولُونَ (۳۹ سوره ق)



اگر من و تو، قرآن را قبول داشته باشیم دیگه هیچ اختلافی با هم نخواهیم داشت.
حالا فهمیدی دلیل اختلافا چیه؟!
وَمَا اخْتَلَفْتُمْ فِيهِ مِنْ شَيْءٍ... (۱۰ سوره شوری)



یه وقت فکر نکنی، به جایی رسیدی که احتیاج به موعظه و نصیحت نداری!
هَذَا بَيَانٌ لِلنَّاسِ وَهُدًى وَمَوْعِظَةٌ لِّلْمُتَّقِينَ (۱۳۸ سوره آل عمران)



- خیلی دوست دارم برای دیگران دل‌نشین و تودل برو باشم.
نمی‌دونم چی کار کنم؟
- راهش، بدی رو با خوبی جواب دانه، والسلام!
وَلَا تَسْتَوِ الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ... (۳۴ و ۳۵ سوره فصلت)



تا حالا کسی رو دیدی که امکانات زندگی خودش رو پای تحویل گرفتن خدا نذاره.
اگر بهترین وضع زندگی رو داشته باشه فکر نکنه خدا دوستش داره و اگر تحت پوشش کمیته امداد هم هست، احساس نکنه خدا توجهی بهش نداره.
خدا می‌گه که از این جور باشعورها خیلی کمند.
وَقَالُوا نَحْنُ أَكْثَرُ... (۳۵ تا ۳۷ سوره سبا)



«تنها شرط نماز خون بودنشه.»
نماز خیلی مهمه، ولی ما نماز خوانایی داریم که خدا نفرینشون کرده.
چیزای دیگه هم لازمه.
قَوِيلٌ لِّلْمُصَلِّينَ (۴ تا ۷ سوره ماعون)



مادره خودش اتناق بهم ریخته بچه رو مرتب می‌کنه بعد جلوی مهمونا از بچه تشکر می‌کنه:
آفرین! ببینید چه بچه خوبی دارم، اتناقش چه قدر تمیزه!
خدا اشتباه مارو می‌آموزه بعد از ما تشکر هم می‌کنه!
إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ شَكُورٌ (۲۳ سوره شوری)



از مردم چه انتظاری داری؟
پیامبر ﷺ که بهترین اخلاق رو داشت، بهش می‌گفتند: مجنون!
من و شما که اخلاق هم نداریم؛ پس در راه حق، منتظر شنیدن هر حرفی باش.
مَا أَنْتَ بِنِعْمَةٍ... (۲ تا ۴ سوره قلم) ●



مناجات کربلایی

سید مهدی شجاعی
سوز دل، اشک روان، آه سحر ناله شب
این همه از نظر لطف شما می بینم

ای خدای ابا عبدالله!

«یا لیتنا کنا معک» ما را آکنده از صداقت و اخلاص کن.

ای خدای عباس!

تنها تویی که می توانی عشق را با جنگاوری و ادب را با دلاوری در وجود کسی
متجلی کنی. ما را به دست ساقی ابوفاضل، از این فضائل، سیراب کن.

ای خدای زینب!

تو را به عظمت زینب سوگند که جلوه ای از جلال زینب را به مردان و زنانمان
بنمایان تا جلوه های فریبای دنیا در نگاهشان رنگ ببازد.

ای خدای علی اکبر!

ما را در سنت ذبح عزیزان، پیش پای محبوب، شیعه حسین قرار ده.

ای خدای سکینه!

به هنگامه ظهور مصیبت، آرامش و سکینه ای عنایتمان کن که درد و داغ و بلا را
چون مهر و لطف و صفا بر جان خویش ببذیریم و زبان جز به مدح و شکر تو
نگشاییم.

ای خدای قاسم!

حلاوت شهادت را - شیرین تر از عسل - به ذائقه مان آشنا کن.

ای خدای علی اصغر!

تویی که به کوچک ترین سرباز حسین، برترین کمال را بخشیده ای، عشق و وفا را
از شیعیان حسین، دریغ نمی کنی، نکن.

ای خدای حبیب!

دلمان را تا واپسین دم کهولت و پیری، هم چنان جوانِ عشقِ حسین بدار.

ای خدای ذوالجناح!

وقتی اسبی در آستان حسین، به معرفتی چنان دست می یابد، روا نیست که سالکان
کوی او محروم از معرفت بمانند. ما را تا کم ترین پایه معرفت حسین، تعالی ببخش.

ای خدای کربلا!

ما را روز به روز با این حقیقت که «مهربانت را جام بلا بیش تر می دهی» آشناتر کن.

ای خدای عاشور!

داغ فرزندان حسین را و مصیبت شیعه را به ظهور حضرت مُنتَقِم تسلی ببخش.



فاصله درست نکند

زندگی را ساده بردارید؛ البته ما خیلی هم اهل
زهد و تقوا نیستیم. خیال نکنید. آن سادگی که
ما می گوئیم، آن سادگی زهد و عباد و این ها
است. سادگی به نسبت این کارهایی است
که مردم امروز می کنند؛ والا نه، سادگی ما
را اگر چنان چه آن مردان خدا ببینند نگاه کنند
شاید هزارتا ایراد هم به آن چه که ما سادگی
می دانیم بگیرند. زندگی تان را بر پایه اسراف
قرار ندهید، زندگی را ساده قرار دهید. زندگی
را آن طوری که خدای متعال می پسندد قرار
دهید و از طئیات الهی بهره مند شوید برحسب
اعتدال و عدالت؛ هم اعتدال و میانه روی و هم
عدالت. یعنی ملاحظه انصاف را بکنید، ببینید
دیگران چطورند. خیلی بین خودتان و دیگران

فاصله درست نکنید.

یکی از موجبات سعادت خانواده ها و اشخاص،
این است که تقیدات زائد و تجمعات زیادی
و پرداختن بیش از اندازه لازم به امور مادی، از
زندگی ها دور شود. لاقط بخش اصلی زندگی
محسوب نشود. یک چیز حاشیه ای، یک کنار
باشد. زندگی را از اول باید ساده برداشت و
محیط زندگی را باید محیط قابل تحملی کرد.
ساده زندگی کردن منافاتی با رفاه هم ندارد.
آسایش هم که اصلاً در سایه ساده زندگی
کردن است.

باز هم بزن

به دستور سروان خلیل، من و حیدر هر کدام به هفتاد ضربه کابل محکوم شدیم. حامد، حیدر را زد و ولید مرا. وقتی هفتاد ضربه کابل را نوش جان کردیم، حیدر با همان لهجه ترکی و دوست‌داشتنی‌اش دو بار تکرار کرد: سیدی! سنی ننه‌وین جانی ایکی دانا شالاقی ویر. (جون مادرت دو تا کابل دیگه هم بزن؟) - کابل‌ها به سرتون خورده، گیج شدید، خواهش نمی‌خواد.

حامد درحالی‌که به هر کدامان دو کابل دیگر کوبید، گفت «هذا اثین...! این هم دو کابل دیگه، یالا برید گم شید، از جلو چشمم دور شید!»

وقتی برمی‌گشتیم بازداشتگاه، گفتیم: حیدر! مثل این است که راستی‌راستی حالت خوش نیست، چرا گفتی دو تا کابل دیگه بزن؟ - حضرت عباسی نفهمیدی چرا؟ - نه

- خواستم بُند بشه، ارزشش رو داشت که به بهانه اربعین آقا امام حسین (علیه السلام) هر کدوممون ۷۲ تا کابل بخوریم، خداوکیلی ارزش نداشت؟! این فکر و مرام و حسین‌خواهی حیدر برای من درس داشت. این را که شنیدم احساس آرامش کردم. گفتیم: چرا خدایی می‌ارزید. ذهن حیدر به کجا رفته بود که می‌گفت بزار به تعداد شهدای کربلا کابل بخوریم. به‌خاطر همین عقیده و مرامش بود که وقتی نوحه می‌خواند، حتی سامی و قاسم، نگهبان‌های عراقی هم تحت تأثیر مداحی‌اش قرار می‌گرفتند. (سید ناصر حسینی‌پور، پایی که جا ماند)



پیش بزرگ‌ترمان برویم

روزی شخصی خدمت علامه مصطفوی (رحمه الله) رسید و گفت: فرزندم بهایی شده با او صحبت کنید تا دوباره شیعه شود. فرزند را خدمت علامه آوردند و آن‌ها با هم گفت‌وگو کردند. پسر بارها در مسائل مختلف کم آورد. بعد سرش را پایین انداخت و کمی به فکر فرو رفت. پدر خیال کرد که الحمدلله پسر عاقل شد و بهائیت را رها کرد، اما پسر سرش را بالا آورد و گفت: باید با عالم فرقه‌مان صحبت کنید و بزرگ‌تر من در این علم اوست.

سپس بلند شد و خواست که از مجلس بیرون برود که علامه صدایش کرد و گفت: زمانی که آن‌ها دین و ائمه را از تو می‌گرفتند و برای ادله، افاضه می‌کردند آیا گفتی که باید بزرگ‌ترم و عالم دینم را بیاورم؟



توصیه رهبر انقلاب به مداح مشهور

«ایام فاطمی‌های در محضر رهبر معظم انقلاب حضرت آیت‌الله العظمی خامنه‌ای (مدظله) مداحی کردم. اواخر مداحی به حضار مجلس گفتم حالا همه دست‌ها را بیارن بالا و چند مرتبه صدا بزنند یا زهر. بعد از پایان مداحی برای احترام و عرض ادب خدمت مقام معظم رهبری رسیدم، ایشان بعد از احوال‌پرسی به این مضمون فرمودند:

فالانی ما در هیچ کجا نه در منابع شیعه و نه در منابع سنی نداریم که در هنگام بردن نامی غیر از خدا دستان خود را بالا ببرید. از این به بعد این کار را نکنید و به دیگر مداحان هم این مطلب را بگو. وقتی شما این کار را بکنید بهانه به دست دیگران می‌افتد و می‌گویند ببینید آن‌ها در کنار نام خدا برای ائمه هم دستان خود را بالا می‌برند.» (حاج عباس حیدرزاده از مداحان مشهور کشور).





گم می‌شوم امام حسین از کدام سوست؟

سیدضیاءالدین شفیعی

رؤیا که جرم نیست بگو، مویه‌مو بگو
 سر را بلند کن به خودم رویه‌رو بگو
 سر را بلند کردم و خواب از سرم پرید
 دل شوره حساب و کتاب از سرم پرید
 با خود حساب کردم اگر کربلا شود
میدان انقلاب، اگر نینوا شود
 لاید حسین، تشنه و تنهانی‌می‌شود
 قبلاً اگر شده، شده، حالا نمی‌شود
 راه ادای کامل دین از کدام سوست؟
 گم می‌شوم، امام حسین از کدام سوست؟
 مقصد کجاست؟ عاقبت از یاد می‌رود
 این خط فقط به «عشرت آباد» می‌رود
 آقا! پیاده می‌شوم... این جا که کربلاست
 سرسبز نیست شهر شما هم، پر از بلاست
 این خواب چندم است؟ یکی چشم وا کند
 شاید صدا رسید، خدا را صدا کند
 ما بی صدا، فقط به تو این راز گفته‌ایم
 رؤیا حقیقتی است که ما باز گفته‌ایم
 این جا نه کربلاست، اگر چند مقتل است
 داغ حسین تا به ابد داغ اول است



امانتی

باردار بود. همسرش به او گفت: بیایم
 کربلا، ممکنه بچه از دست بره. رفتند
 کربلا، حالش بد شد و دکتر گفت: بچه
 مرده! مادر با آرامش تمام گفت: «درست
 می‌شه. فقط چاره‌ش اینه که برم کنار
 ضریح امام حسین (علیه السلام) بعد خودشون
 هوای مارو دارند.» کنار ضریح امام
 حسین (علیه السلام) قدری گریه کرد. خواب دید که
 بانویی یک بچه در بغلش گذاشته است. از
 خواب که بلند شد، دوباره رفت دکتر. به
 او گفتند: این بچه همان بچه‌ای که مرده
 بود، نیست؛ معجزه شده!

وقتی مادر سردار شهید حاج ابراهیم همت
 می‌خواست پیکر مطهر فرزندش را که
 سرش از بدن جدا شده بود، داخل قبر
 بگذارد، رو به حضرت زهرا (علیه السلام) گفت: خانم!
امانتی تون رو بهتون برگردوندم.



روضه در آمریکا

خاطرمای از دکتر مرتضی آقانه‌رانی

توی آمریکا مراسم روضه گرفته بودیم. شب اول یه سیاه‌پوست هم اومد روضه. برایش یه مترجم گذاشتیم. شبای بعد، همین‌جور هی تعداد سیاه‌پوست‌ها زیاد می‌شد تا مجبور شدیم یه جای دیگه‌رو هم برای مراسم بگیریم. شب آخر ۱۵۰ تا سیاه‌پوست گفتن که می‌خوان شیعه بشن! پرسیدم برای چی می‌خوان شیعه بشین؟! همه نگاه کردن به سیاه‌پوستی که شب اول اومده بود روضه! ازش پرسیدم برای چی شیعه؟ گفت: شب اول یه تیکه از روضه جون (غلام سیاه امام حسین علیه السلام) رو خوندم؛ همونی که وقتی امام سرش رو گذاشت روی پای خودش، سه بار سرش رو انداخت پایین، گفت جایی که سر علی‌اکبر بوده جای سر جون نیست! ولی امام حسین علیه السلام سرش رو گذاشت روی پاهاش و جون شهید شد... من رفتم به این سیاه‌پوست‌ها گفتم: بیایید که دینی‌رو پیدا کردم که توش سیاه و سفید فرقی نداره...

ای شاه این غلام که هم‌رنگ موی توست
عمری دراز شد که هوادار روی توست
رسواتر از سراب شوم، گر برانی ام
زیرا که آبروی من، از آبروی توست ●

فقط گریه می‌کنیم

سال‌ها از صبح تا شب به‌سختی تلاش کرده بود. دست‌هایش پینه‌بسته و چهره‌اش در آفتاب سوزان، سوخته و پرچین بود. او این رنج‌ها را به این امید تحمل می‌کرد که فرزندانش خوب درس بخوانند و به جایی برسند، اما فرزندان او، تنها کاری که می‌کردند «دل‌سوزی» برای پدر زحمتکش بود و بس! و البته از درس خواندن خبری نبود. هر روز به او و داستان پینه‌بسته‌اش نگاه می‌کردند، آه می‌کشیدند و گاه گریه‌ای می‌کردند؛ به امید آن که پدر از آن‌ها راضی و خشنود باشد. آن‌ها خوشحال بودند که به یاد پدر و زحمات او هستند و گاهی برای قدردانی از او اشکی می‌ریزند، اما پدر، تنها و تنها با حیرت و حسرت نظاره‌گر این رفتار آن‌ها بود و...

آری سرگذشت بسیاری از ما و امام حسین علیه السلام سرگذشت آن پدر و فرزندان خویش است. او برای حفظ دین به قربانگاه رفته و از جان و مال و فرزندان و همه هستی‌اش گذشته است و فقط از ما عمل صالح و بندگی خدا را طلب کرده است و ما فقط برای او گریه می‌کنیم!





نقش زن‌ها

حجت‌الاسلام دکتر رفیعی



حسین (علیه السلام) حضرت زینب (علیها السلام) بود که نقش خودش را بعد از قضیه عاشورا ایجاد کرد. نقش زن‌ها بسیار مهم است. یکی از علما کتابی به‌نام «ریاحین الشریعه» دارد که در این کتاب شرح حال زن‌هایی نوشته شده است که در تاریخ نقش تعیین‌کننده داشته‌اند. زنی به‌نام حره را گرفتند و پیش حجاج آوردند. حجاج، نگاهی به این خانم کرد و گفت: شنیده‌ام تو در مجالس می‌روی سخنرانی می‌کنی و از فضایل علی بن ابی‌طالب می‌گویی. می‌گویی که علی از فلانی بهتر بوده است، تو حرف‌های این چنینی می‌زنی؟! زن نگاهی کرد و گفت: حجاج! اشتباه رسانده‌اند؛ من اصلاً علی را با این‌ها مقایسه نمی‌کنم که بگویم از این‌ها بهتر است، من گفتم که علی بر انبیاء برتر است از موسی، عیسی و نوح هم بالاتر است. گفت: عجب! این که بدتر شد اگر ثابت نکنی می‌گویم اعدامت کنند. حره یکی‌یکی شروع کرد آیات قرآن را خواندن و این مطلب را ثابت کرد.

در تاریخ، زن‌های زیادی داریم که مردهایشان را به جبهه و جنگ فرستادند. زهیر، خانمش او را به کربلا فرستاد. وهب، جوان مسیحی، مادر و خانمش باعث شدند که به کربلا بیاید. مسلمان شد و هم خودش و هم زنش شهید شدند. زنش جزو شهدای کربلاست. من یک وقت در تاریخ دنبال می‌کردم، شخصیت‌های برگزیده تاریخ، همیشه نقش یک زن فعال کنارشان بوده است؛ سه زن باعث شدند که حضرت موسی (علیه السلام) حفظ شود تا رسالتش را انجام دهد. خدا خواست از طریق این سه زن حفظ شود؛ مادرش او را در صندوق گذاشت و به دریا انداخت، خواهرش گفت: برایش دایه بیاورید که مادرش را آوردند، و زن فرعون مانع قتلش شد. عیسی بن مریم (علیه السلام) مادرش کنارش نقش دارد. رسول خدا (صلی الله علیه و آله) خدیجه (علیها السلام) همسرش کنارش نقش دارد. اولین بار که از غار حرا پایین آمد حضرت خدیجه به او ایمان آورد. حضرت زهرا (علیها السلام) شب‌ها با علی (علیه السلام) به در خانه مهاجر و انصار می‌رفت. همراه امام

کمتر حرف بزنیم

دکتر علی اصغر احمدی



می‌دهیم. بچه باید در عمل من ببیند و بعد در گفتار من. من خودم به‌دنبال این هستم که یک رفتار خوب از کسی ببینم، یاد بگیرم و این را توفیقی برای خود می‌دانم، اما متأسفانه چیز زیادی نمی‌بینم؛ یعنی در عمل، در جامعه چیز زیادی نمی‌یابم. یک‌وقت در جلسه‌ای از پدر و مادرها پرسیدم: شما یادتان می‌آید در عمل از کسی چیزی یاد گرفته باشید؟ فقط یک نفر گفت: ما یک‌جایی یوگا کار می‌کردیم، استادمان ژاپنی بود. در طول دو سالی که می‌رفتیم آن‌جا، کفش‌هایمان را دم در روی هم می‌ریختیم؛ این استاد ما خانمی بود که هر وقت می‌آمد، این کفش‌ها را جفت می‌کرد و بعد می‌آمد تو. بالآخره بعد از دو سال به زبان آمد که ببینید بد است که کفش‌هایتان این‌طوری روی هم است کفش‌ها را بچینید. باید کمتر حرف بزنیم و بیشتر با عمل منتقل کنیم.

ما برای انتقال پیام، بیش از حد داریم از زبان و گفتار استفاده می‌کنیم. می‌خواهم به بچه‌ام بگویم این کار را بکن، این را عمداً از طریق کلام استفاده می‌کنم. گاهی یک ساعت توضیح می‌دهیم برای بچه، مخصوصاً بچه نوجوان که فرار می‌کند از این قضایا، اما اساتید اخلاق عملاً اخلاق را منتقل می‌کنند و بحث نظری فقط پشتیبانی‌کننده این عمل است. یکی از همکاران ما در دانشگاه تهران می‌گفت: پدرش روحانی است و امامت جماعت. می‌گفت من در سخت‌ترین شرایط که مادرم شروع می‌کرد به عصبانیت و غرولند کردن، فقط این جمله را از پدرم می‌شنیدم که «چی بگم، هیچی نگم بهتره!» می‌گفت: تندترین جمله‌ای که من از پدرم در مقابل مادرم شنیدم این جمله بود. این در حقیقت مشاهده عملی است. ما انتقال مطلب از طریق عملمان بسیار کم است و ناقص، حرف زیاد می‌زنیم ولی در عمل چیز دیگری را به بچه نشان



حجت الاسلام والمسلمین پناهیان

همسرت را رها کن

این بانوان محترم تا بهشون می گویی حضرت زهرا ای اطهر، صدیقه کبری (علیها السلام) صدا می زد «علی جان! من کنیز توأم، این خانه، خانه توست. تو صاحب خانه ای» می گویند بله! حضرت علی (علیه السلام) باید باشد که آدم این گونه بگوید، نه شوهر من!

شوهر شما لیاقت این حرف را ندارد؟! شما بگو؛ خدا هم چیزهایی که تو لیاقتش را نداری به تو می دهد. من معامله خیلی پرسودی را دارم خدمت شما تقدیم می کنم، ما باید در خانواده با خوبی هایمان همدیگر را خجالت زده بکنیم؛ طرف ما خداست؛ طرف ما این همسرمان نیست که عداوت و دشمنی راه می اندازیم. رها کن او را؛ او مگر چه قدر می تواند منفعت به شما برساند؟! وقتی همسرت خطایی می کند تو اخم نکن، تو خوب باش، خدا جوابت را می دهد. کافی است بیماری سرطانی را که قرار است با آن مرحوم بشوی، بیست سال بیندازد عقب... ما ازدواج نکردیم از هم سود ببریم، ازدواج کردیم به هم سود برسانیم.

پیامبر (ص) می فرمایند «مؤمن به میل خانواده اش غذا می خورد و منافق، خانواده اش به میل او غذا می خورند» از این کلام حضرت در یک موضوع جزئی، می شود به کلیات بحث رسید. حالا عیبی ندارد یک دفعه شما به میل خانواده غذا بخورید، یک دفعه خانواده به میل شما، بحث، بر سر رویه است. تو در خدمت خانواده ای یا خانواده در خدمت تو؟ در خانواده که قدم می گذاری برای این است که به خودت خوش بگذرد یا به دیگران خوش بگذرانی؟ از اول، نگاهت را این جوری کن. نه این که بنشینیم ببینیم او به من خوش می گذراند یا نه، او به من محبت می کند یا نه. مؤمن بیش تر اهل دهش (دهند) است تا اهل دریافت. خانواده یعنی این که من تصمیم گرفتم به این جمع خدمت کنم و چه قدر عالی است آدم وقتی می خواهد خدمت کند، زیاد هم به لیاقت ها نگاه نکند. خدا هم می فرماید: بنده من! من هم بخواهم محبت کنم به لیاقت تو نگاه نمی کنم. تو به لیاقت کسی که نیاز به محبت و خدمت تو دارد نگاه نمی کنی، من هم به لیاقت تو نگاه نمی کنم. برایت می رسانم، ارحم ترحم...



سرکار خانم نیلچی زاده

تحصیلات خانمها

دکتر باشد یا خانم مهندس، اما چه قدر قرار است نقش دختری، همسری و مادری را که نقش های کلیدی و ماندگار زندگی اوست، یاد بگیرد و برای آن آماده شود؟

با چنین نگاهی خب طبیعتاً زمانی که این فرد به مقطع دانشگاه می رسد و وارد دانشگاه می شود، چرا یک بعدی بالا نرود؟ پدر و مادر زندگی یک بعدی را به او یاد داده اند و از او خواسته اند، ابتدا لیسانس، فوق لیسانس و دکتری بگیرد. فرزند یک باره خودش را در یک کویر پیدا می کند که نه همسری از نظر شغلی و تحصیلی در موقعیت شبیه خودش پیدا می کند و نه کسی را که بتواند با او به طور حقیقی انس بگیرد و بتواند به او وفادار باشد، چیزی که در کشور ما اتفاق افتاده است و ما بیش از هفت میلیون دختر مجرد تحصیل کرده در مقاطع عالی داریم. چرا باید ۳۰ سالگی برای پسرها سن یاس از ازدواج و ۲۷ سالگی سن سختی برای ازدواج دخترهای ما باشد؟! ●

در قضیه تحصیلات خانمها اگر ما آن بحث «خودمحروری» را که قرآن هم به آن اشاره می کند به عنوان یک بحث زیرساختی و مهم ترین آسیب شناسی این قضیه تلقی کنیم، حل کردن باقی پازل کار آسانی می شود و با اندک توجه، خانه های دیگر پازل هم تکمیل می شود. بهتر است این گونه بگوییم که گاهی افراد ترجیح می دهند نام های حقیقی چیزهای بد را نگویند تا از قشنگی کلمات برای کار زشت و ناپسندی که می خواهند انجام دهند استفاده کنند؛ این همان جابه جایی ارزش هاست؛ داشتن تحصیلات دانشگاهی یا جاه طلبی علمی خانمها، داشتن شغل مؤثر خانمها یا جاه طلبی شغلی خانمها و یا حضور اجتماعی مفید خانمها یا خودنمایی و جلوه گری خانمها و... بله، قطعاً تحصیلات عالیه برای زنان، مفید و مؤثر است، اما کی، کجا و چگونه؟ زمانی که از پیش دبستانی و اول دبستان، فرزندان را آماده می کنیم که در کنکور موفق بشود، ما داریم در یک «حماقت مرکب» زندگی می کنیم. یعنی بچه را یک «مادربرد» کامپیوتر دیده ایم که نهایتاً در مورد خانمها باید یا خانم

نباید نفس تان آیت الله شود

آیت الله مجتهدی تهرانی رحمته الله علیه

روحیه ولایتی حاج شیخ عبدالکریم حائری درست شد. وقتی حاج شیخ در قم درس می فرمودند، اول درس، شخصی روضه می خواند و طلبه ها گریه می کردند آن گاه حاج شیخ به منبر رفته و درس می فرمود.

■ امر به معروف و نهی از منکر، مثل نماز بر ما واجب است، برای فاسد نشدن جامعه و حفظ محیط اسلام. این که می گویند عیسی به دین خود، موسی به دین خود یا می گویند: من را که در قبر تو نمی گذارند، اشتباه است. وظیفه ما امر به معروف و نهی از منکر است. آیت الله بافقی در همین راه سیلی خوردند ولی این فریضه را ترک نکردند. در امر به معروف نباید ملاحظه چیزی یا کسی را کرد. اگر کسی اشتباهی کرد باید به او گفت ولو این که آن شخص بزرگی باشد. روزی نزد آیت الله العظمی حکیم بودم. عربی برای ایشان مقدار زیادی وجوهات آوردند ولی ایشان بدون ملاحظه به او فرمودند چرا محاسنت را با تیغ زده ای و او را از این کار نهی فرمودند. هرگاه از کنار من زن بدحجابی عبور می کند سرم را پایین گرفته و خودم را ناراحت نشان می دهم و بلند لا اله الا الله می گویم.

■ انسان باید در دو چیز استاد داشته باشد یکی اخلاقیات و دیگری عرفیات، اما اخلاقیات، اگر درس بخوانی و استاد اخلاق نداشته باشی، بر فرض آیت الله هم بشوی، نفس تو هم آیت الله می شود، آن وقت بیچاره می شوی. همان طوری که به دکنتر می روی و دستور رژیم غذایی می گیری باید پیش استاد بروی و دستور اخلاق بگیری. بدون استاد و فقط با خواندن کتاب به جایی نمی رسی.

■ مرحوم آیت الله فشارکی رحمته الله علیه، یک اتاق

■ از زمانی که طلبه بودم پنج شنبه ها در منزلمان روضه برقرار کردم، وقتی هم به قم رفتیم، مجلسمان در قم برقرار بود و سینه زنی و روضه داشتیم. استادمان حاج شیخ علی اکبر برهان می فرمودند: من هر چه دارم از همان روضه ها و سینه زنی هایی است که برای اهل بیت گرفته ام.

اگر درختی را پیوند نزنند میوه اش شیرین و خوشمزه نمی شود ولی اگر پیوند بزنند میوه اش شیرین و عالی می شود، طلبه هم باید پیوند ولایت بخورد تا میوه اش شیرین بشود و پیوند طلبه همین گریه و سینه زنی است.

■ توسل، در زندگی انسان بسیار مؤثر است و رمز موفقیت من هم توسل بوده است و این که ما به ائمه اطهار علیهم السلام توسل می کنیم. شرک نیست بلکه ما چون آبرو نداریم می رویم نزد آن ها که نزد خدا آبرو دارند تا شفاعت ما را بکنند. مردم در قدیم همه کارها را با توسل پیش می بردند. این حوزه علمیه قم و این شاگردان و طلاب همه به برکت و



لا اقل روزی دو دقیقه

■ اگر ما خدا را باور کنیم کارمان درست می شود.

■ حاج میرزا عبدالعلی تهرانی می فرمودند: روزی سه دقیقه به یاد خدا باش و بعد از لحظاتی فرمودند: اگر دو دقیقه هم شد عیبی ندارد.

■ باید پدر و مادر از شما راضی باشند والا به درد نخواری خورد. اگر پدر و مادر از شما ناراضی باشند، کارت گیر می کند و سلب توفیق می شوی.

■ آیت الله حاج میرزا علی هسته ای با همان لهجه اصفهانی خود می فرمودند: بادبادک، بی دنباله بالا نمیره، نماز هم بدون تعقیب بالا نمی رود.

■ هر عالم بزرگوار یا معلم اخلاقی را دیدی، تقاضای موعظه کن.

■ چه فرزند، خوب باشد و چه نباشد، برای هدایت او متوسل به دعا بشوید، خیلی دعا کنید.

■ مهندسین مربوطه، یکسره در فکر این هستند که خانه ها و ساختمان های ضد زلزله بسازند، عوض این کار بیایند علت زلزله را بفهمند و جلوی آن را بگیرند، علت زلزله چیزی نیست مگر گناه.

■ یکی از بزرگ ترین نعم خداوند این است که ما هر چه گناه می کنیم، او می پوشاند. اگر مثلاً در پیشانی ما یک کنتور بود و هر یک گناه یک شماره می انداخت، دیگر ما آبرو نداشتیم.

■ ثواب، زبردست و پای مردم ریخته، کسی نیست آن را جمع کند.

■ نه باباجان! چشم به هم بزنی مرگ آمده، آیت الله و پیغمبر و بازاری و آب حوضی هم نمی شناسد. غرض این که راه طولانی و فرصت اندک است. ●

داشتند وسط آن را پرده کشیده بودند یک طرف درس می دادند و طرف دیگر محل زندگی ایشان بود. در حدیث دارد که رسول اکرم ﷺ فرمودند «لَنْظُرَ الی وَجْهِ الْعَالَمِ عِبَادَهُ» نظر به چهره عالم عبادت است. «اما نه عالمی که خانه آن چنانی دارد که نگاه کردن به خانه و وسایل داخل خانه اش، تزئینات کامل گچ بری، ماشین گران قیمت حسرت بر دل آدمی می گذارد. غرض هر چه ساده تر باشی بیش تر در دل مردم اثر می گذاری.

■ تا آن جا که می توانید سعی کنید در نماز و تر شبتان گریه کنید حتی اگر به اندازه بال مگسی باشد گریه کنید که خیلی مؤثر است، احتیاجات خودتان را از خدا بخواهید همان طوری که برای مردم عادی زشت است که تنگدستی خود را برای دیگران بازگو کنند برای ما روحانیت بدتر است. مبادا خدای ناکرده فقر و تنگدستی خود را برای مردم بازگو کنیم حتی غیر مستقیم، بلکه باید به خدا گفت زیرا او سمیع و بصیر است و رزق و روزی در دست اوست.

■ اگر می خواهید در زندگی موفق باشید و از آن لذت ببرید به پدر و مادر تان نیکی کنید، خصوصاً به مادر، دست او را ببوسید، دل او را به دست آورید و بدانید اگر آن ها از تو راضی باشند خدا هم از تو راضی خواهد بود و اگر خدایی نکرده آن ها را از خود برنجانی خداوند را از خود ناخشنود کرده ای.

■ وقتی مادر شیخ انصاری فوت کرد، شیخ خیلی گریه می کردند. وقتی علت را از ایشان پرسیدند، شیخ فرمود: زیرا ثواب و توفیق زیادی از دستم رفت. استاد ما می فرمود: اگر می خواهی قدر مادرت را بفهمی یک شب، دو تا آجر به شکمت ببند و بخواب. در همان شب متوجه سختی ولادت و بارداری خواهی شد.

■ این فرشته دست راست حقوق باز نشستگی می خورد و بیکار است. چون کار خوبی نداریم که بنویسد، ولی دست چپی باید یک کمک هم بگیرد و اعمال بد ما را بنویسد. تا انسان غیبت می کند و ملک تا بخواهد بنویسد، دروغ هم می گوید و در همان حال به نامحرم هم نگاه می کند و... این فرشته نمی داند کدام را بنویسد.

■ علمای ما چه زحمات ها که نکشیدند وقتی کتابخانه شیخ طوسی رحمه الله را آتش زدند، ایشان برای بار دوم همه فقه را نوشتند. شهید اول کتاب شریف لمعه را در زندان نوشتند، علامه امینی گاهی برای پیدا کردن یک حدیث به قاهره و هند سفر می کردند. ما برای دین و قرآن چه کردیم؟ آیا کاری کرده ایم که امام زمان (عج) از ما راضی باشند؟

■ آن قدر گناه زیاد شده است و وضع معنویت مردم عوض شده که ما می ترسیم که مبادا ایمانمان از دست برود. ما دیگر مال این دوره نیستیم باید برویم. جای ما دیگر در این دنیا نیست.

ریحانه‌های من

علامه طباطبائی رحمته الله

شب‌ها که پدرم از درس می‌آمد دور هم جمع می‌شدیم و حرف می‌زدیم، آن قدر پدر و مادرم با هم خوب بودند که رفتار خوب آنان باعث می‌شد بچه‌ها اصلاً احساس کمبود نکنند. خیلی‌ها تعجب می‌کردند از این که پدر و مادرم زندگی راحت را در تبریز رها کرده و به این زندگی سخت در قم تن داده‌اند. فضای خانه‌مان توأم با احترام محبت‌آمیز بود. عشقی که پدرم با محبت و معنویت خود در خانه می‌پراکند، جایی برای مسائل غیرعادی باقی نمی‌گذاشت. وقتی مادرم یا یکی از دخترها غذا درست می‌کرد، پدرم آن قدر تشکر می‌کرد که ما خجالت می‌کشیدیم. به ما دخترها خیلی احترام می‌گذاشت. حتی می‌گفت: دخترهایم ریحانه‌های من هستند.

نجمه‌السادات طباطبائی (دختر علامه)

از کجا به این مقام رسیدی؟

حاج شیخ عبدالکریم حائری رحمته الله

وقتی از ایشان پرسیده بودند از کجا شما به این عظمت و مقام رسیدی؟ گفته بود: سال‌های سال خانمم مریض بود و من مریضی خانمم را برای تجدید فراش یا طلاق یا وانهادن او بهانه نکردم. سال‌های سال با او هم‌زیستی داشتم، او را تمیز می‌کردم. از آفتاب به سایه می‌بردم و از سایه به آفتاب و... این گونه با او مدارا کردم تا خدا به من نظر کرد.

به حج نرفت

آیت‌الله احمدی میانجی رحمته الله

یکی از علمای بزرگوار، آیت‌الله میانجی را دعوت کردند تا در مکه مکرمه پاسخ‌گوی حجاج بیت‌الله‌الحرام باشند. ایشان پاسخ منفی دادند. فرزندان به او گفتند که آقا! چرا قبول نمی‌کنید؟ ایشان فرمودند: چون مادر تان مریض است و من باید از او پرستاری کنم، فرزندان گفتند ما از مادر پرستاری می‌کنیم، شما به مکه مشرف شوید. ایشان فرمودند: نه، من خودم باید پرستاری کنم. بیم این دارم که مادر شما تقاضایی داشته باشد و خجالت بکشد از شما درخواست کند.

*** بوی پیراهن اگر قافله‌سالار شود**

پدري برای همه درس‌ها

دکتر محمود حساسی

پروفسور به کسی امر و نهی نمی‌کرد. اگر هم چیزی می‌خواست، غیرمستقیم می‌گفت. مثلاً وقتی دنبال عینکش می‌گشت، تکیه کلامش این بود که: «نوشه‌جان (نام دخترش) یک عینک بده دنبال عینکم بگردم!» با وجود تمام گرفتاری‌ها، تحت هر شرایط، هر سه وعده غذایی را با خانواده صرف می‌کرد. برای تلفظ غلط یک عبارت در یکی از غزلیات خواجه در مهمانی شب یلدا، پنج سال تمام هر شب به پسرش حافظ درس می‌داد؛ البته خارج از ساعات ۹ تا ۱۰ شب که به درس بچه‌های مشهدی اسماعیل (باغبان باغ شمیران) و علی آقا شیرزی (از همسایه‌ها) رسیدگی می‌کرد و...

این رفتارها از کسی که در ۲۵ سالگی دکترای فیزیکاش را از سوربن فرانسه گرفت، جز لیسانس‌های ادبیات، ریاضیات، نجوم و زیست‌شناسی، مدرک مهندسی راه و ساختمان و برق و معدن هم داشت و تازه دو سال حقوق و چهار سال پزشکی هم خوانده بود، غیر از طرح دانشگاه تهران، تأسیس فرهنگستان زبان، ریاست انجمن فیزیک، راه‌اندازی اولین رصدخانه نوین در ایران، ایجاد سازمان انرژی اتمی، تربیت هفت نسل استاد و دانشجو و... کلی کارهای دیگر هم کرده بود، اصلاً عجیب نیست.

حتی یک لیوان آب

استاد شهید مرتضی مطهری

همیشه با یک حالت تواضع و احترام با من رفتار می‌کرد. با صدایی متین و چهره‌ای خندان با من سخن می‌گفتند؛ به طوری که من با یک ارادت و عشق خاصی کار می‌کردم و علاقه شدید ایشان به من و محبت‌هایی که می‌کردند، مرا در انجام کارهای منزل رغبت و شوق عجیبی می‌بخشید. ایشان از تمام امور بچه‌ها آگاه بود، با این همه مشغله علمی و فکری، مواظب درس بچه‌ها بود و اگر بچه‌ها مشکلی داشتند آن را حل می‌کرد. نامه‌های بسیاری به بچه‌ها می‌نوشت و تا جایی که فرصت داشت در کارهای خانه به من کمک می‌کرد. بیشتر صبح‌ها چایی درست می‌کرد. در تمام دوران زندگی یاد ندارم که به من گفته باشد یک لیوان آب به ایشان بدهم. همسر استاد

جلسات خانوادگی

شهید آیت‌الله بهشتی

یکی از فرزندان شهید بهشتی می‌فرمود: پدرم در هفته وقت خاصی را برای گردهم‌نشینی و گفت‌وگوی اعضای خانواده درباره مسائلی که در طول هفته مطرح بود، اختصاص می‌دادند. خیلی به‌ندرت این جلسه تعطیل می‌شد، حتی در اوج روزهای انقلاب نیز این جلسه برقرار بود. همه می‌دانستند که به‌عنوان مثال، عصر پنج‌شنبه دو ساعت به غروب جلسه مشورتی تشکیل می‌شود.

مادر چایی درست می‌کردند و میوه‌ای می‌گذاشتند و همه طبق قرار کنار هم می‌نشستیم و طبق یادداشت‌هایی که داشتیم، نظراتمان را می‌گفتم. یکی دو ساعت جلسه گفت‌وگو برقرار بود؛ البته ممکن بود در جلسات اول به تفاهم و توافق کامل نرسیم، اما به تدریج افراد یکدیگر را بهتر درک می‌کردند، نظرات همدیگر را بهتر می‌شنیدند و همین موجب انسجام، الفت و فراوانی محبت در میان اعضای خانواده می‌شد.

بازی با خردسالان

محمی‌الدین الهی‌قمشه‌ای

حتماً دیده‌اید در میهمانی‌ها، بچه‌ها معمولاً از پدر و مادر و نزدیکان خود فرار می‌کنند تا به بازی‌های کودکانه خودشان بپردازند، ولی مرحوم الهی‌قمشه‌ای طوری با بچه‌ها رفتار می‌کرد که بچه‌های کوچک همه دور ایشان جمع می‌شدند. ایشان با یک مهریانی خاص با بچه‌ها روبه‌رو می‌شد. بچه‌ها دور پدرم جمع می‌شدند و به ایشان با احترام سلام می‌کردند. پدر هم به آن‌ها خوراکی می‌داد. یادم هست گاهی عصرها در می‌زدند. در آن‌ها که باز می‌کردیم، می‌دیدیم یکی از بچه‌های محل و از هم‌بازی‌های ما، یک گل سرخ از باغچه منزلشان کنده و آورده تا به مرحوم پدرم هدیه بدهد. ایشان به فرزندان کلپه‌ودمنه و مثنوی‌الاطفال درس می‌داد. گاهی هم شاهنامه برای آن‌ها می‌خواند و آن را به صورت نمایش اجرا می‌کرد. واقعاً پدر هر ذوقی را در ما در مورد هنری می‌دیدند، تشویق می‌کردند. حالا این در یکی شعر بود، در یکی نقاشی و در دیگری چیز دیگری.*

* یکی از فرزندان استاد

* می‌توان رفت به یک چشم پربین تا مصرای بوی پیراهن اگر قافله‌سالار شود (صائب) ●

دختری را که پدر در سفر است

دل خاطره‌هایی از دختران شهیدا

به انتخاب شیما زهدی

جشن تولد بابا

بابا شهید شده بود. این را می‌فهمیدم اما نمی‌خواستم باور کنم. تمام چهل روزی که توی خانه‌مان روضه بود از کله سحر، مانتو شلوارم را می‌پوشیدم و می‌رفتم دم در کنار حجله بابا و تا شب همان‌جا می‌ایستادم. دستم را پشتم قلاب می‌کردم، تکیه می‌دادم به دیوار و آمد و رفت مهمان‌ها را تماشا می‌کردم. ناهار و شام نمی‌خوردم. دایم می‌آورد دم در. شب هم به زور برای خواب می‌آوردنم داخل. دوست نداشتم گریه و ضجه‌ها را ببینم. دوست نداشتم رفتن بابا را باور کنم. بچه‌های همسایه‌ها می‌آمدند بهم می‌گفتند «بابات شهید شده. دیگه‌ام هیچ‌وقت نییاد» من هم با قیافه‌ای حق‌به‌جانب می‌گفتم «ته اشتباه می‌کنی. الان جشن تولد بابامه، از سر کوچه تا ته کوچه‌رو به‌خاطر تولد بابام چراغونی کردن مگه نمی‌بینید؟!»

دیگر نایستاد

بوی عملیات می‌آمد ولی هنوز عملیات شروع نشده بود. تصمیم گرفتیم همراه علی به یک مرخصی دو روزه برویم و با اهل و عیال وداع کنیم. روحیات علی به کلی تغییر کرده بود و کم‌حرف شده بود. شاید کل مسیر راه، فقط نیم ساعت با هم حرف زدیم. چشم به هم زدیم مرخصی‌مان تمام شد. با ماشین آمدم دنبال علی. ساکش را گذاشت روی صندلی عقب. بهش تعارف کردم که تو بنشین پشت فرمان، و نشست. همین که ماشین را استارت زد، در خانه باز شد و فاطمه دختر کوچکش از خانه بیرون آمد. پایش را گذاشت روی گاز و ماشین حرکت کرد. از توی آینه دیدم فاطمه به‌دنبال ماشین می‌دود. علی به‌آرامی ایستاد و از ماشین پیاده شد. دخترش را توی آغوشش

گرفت و او را به خانه برگرداند و در را محکم بست. هنوز خود را به ماشین نرسانده بود که دوباره در باز شد و فاطمه بیرون آمد. علی راه افتاد ولی فاطمه به دنبلمان می‌دوید. ماشین برای بار دوم متوقف شد و او دخترش را بغل گرفت و از مغازه نزدیک خانه برایش خوراکی خرید و مدام صورت دوست‌داشتنی فاطمه را می‌بوسید. او را به خانه برد. وقتی به طرف ماشین برگشت و سوار شد به صورتش نگاه کردم، چشمانش سرخ‌سرخ بود. این بار ماشین حرکت کرد و دوباره در باز شد اما او هرگز نایستاد و هم‌چنان گریه می‌کرد...

حنابندان

مامان گوشه حیاط، توی سایه، برای بابا فرش پهن کرده بود و بابا درحالی که پیاله حنا را هم می‌زد، از پله‌های زیرزمین بالا آمد. من منتظر بودم تا مامان فرش را پهن کند تا روی آن بنشینم. بابا هم آمد و کنارم نشست و رو به من کرد و گفت «خوشگل خانم! تو نمی‌خواهی دستاتو حنا بذاری؟»

بابا علاقه زیادی به حنا کردن داشت، ولی برای من فرقی نمی‌کرد که دست‌هایم را حنا کنم یا نکنم، اما دست‌هایم را دراز کردم و گفتم «چرا باباجون می‌خوام!» با گوشه انگشتم مقداری حنا برداشتم و همین‌طور که روی ناخن‌هایم می‌گذاشتم، برایم از ثواب حنا کردن می‌گفت. نوبت خودش که رسید، تمام دست‌ها و پاهایش را به اضافه محاسنش حنا بست...

با این که جلویم را گرفته بودند تا جنازه بابا را نبینم، ولی دست‌های بی‌جان‌ش را که دیدم، حنا بسته بود. هر روزم می‌گفت «شب عملیات، درحالی که خودش حنا بسته بود، با تشنه پر از حنا، توی مقر، جشن حنابندان راه

انداخته بود...» به بابابزرگ و همه اطرافیان هم وصیت کرده بود که موقع تشییع پیکرش، همگی حنا ببندند. شبی که پیکرش را آورده بودند، قیامتی به پا شده بود. همگی حنا می‌بستند و گریه می‌کردند. مامان که آن شب سه بار غش کرد و از حال رفت.

من هم که به‌خاطر بابا دست‌های خودم و بچه‌هایم را حنا می‌بندم به یاد آن شب گریه می‌کنم...

چیزی به

چیزی به‌ام آماده شده بود.

مامان یک عکس قاب گرفته از بابا را آورد و داد دستم. گفت «بیا مادر! اینو بذار روی وسایلت.»

گفتم «قربونت! دنبالش می‌گشتم.» مامان به شوخی گفت «بالاخره پدرت هم باید وسایلت رو ببینه که اگه چیزی کم و کسری داری برات بیاره...»

شب مامان، بابارو توی خواب دیده بود. با ظاهر و چهره‌ای آراسته و نورانی. یک پارچ خالی توی دستش بود. داده بود و با خنده گفته بود «اینو بذار روی چیزی به‌فاطمه...»

فردایش رفتیم سراغ چیزی به، دیدم همه چیز خریدیم غیر از پارچ...

قرآن جیبی

مامان مشغول بستن ساک بابا بود و مرتب توصیه‌هایی می‌کرد: «علی آقا! هوا سرده. جوراب پشمی‌اترو بپوش، قرص‌ها و شربت‌ها گوشه کیفه. اورکنترو هم شستم. بُرس انگشتت هم توی جیب جلوشه. «قرآن»‌ات رو هم می‌ذارم روی وسایلات... علی جان! یادت نره بیستم دی ماه عقدبندون داداشمه. هرطور شده مرخصی بگیر و بیا...» بابا مرا نشانده روی زانوش و با بُرس قهوه‌ای‌رنگی موهایم را شانه می‌کرد. سعی می‌کرد با حرف‌هایش به من آرامش بدهد. «بابایی! دوستت دارم. داغتون نبینم. دل بابا هم برات تنگ می‌شه. منم غصه می‌خورم که ازت جدا می‌شم، اما مجبورم، امام گفته بریم با صدام لعنتی بجنگیم. جنگ که تموم بشه



کار منم تموم میشه، اون وقت میام پیشت اون قدر می مونم، که ازم خسته بشی...» بغض راه گلویم را بسته بود و فقط اشک می ریختم. هرازچندگاهی رویم را برمی گرداندم و لبخندی به بابا می زدم. بابا با هر ترفندی بود با من خداحافظی کرد و یکرأست رفت راه آهن. بیستم دی ماه از راه رسید و عقبنشان دایی هم تمام شد، اما خبری از بابا نشد. یک هفته بعدش خبر مفقودشدن بابا رو به مامان دادند. حال عجیبی بود... یک شب مامان خواب بابا رو دیده بود. بهش گفته بود: «علی آقا! خوب به وعده‌ات عمل کردی؟ من که به شما گفتم بیستم عروسی داداشمه، رفتی که بیای؟» بابا هم به مامان گفته بود «خدا می دونه که من به وعده‌ام عمل کردم و توی مجلس داداش حاضر بودم. می خوام بگم چه لباسی تنت کرده بودی؟ چند تا مهمون داشتید و کیا اومده بودن و کیا نیومدن؟» مامان از خواب که بیدار شد گریه می کرد و زیر لب چیزهایی می گفت که من سر در نمی آوردم. سال‌ها بعد نیروهای تفحص از پیکر رشیدش یک مشت استخوان آوردند که رویش «قرآن» جیبی بابا بود.

عشق رویایی

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 می بوسمت و با چشمی اشکبار می گویم که من نه دوست دار تو بلکه عاشق توأم... تو هم اگر مرا دوست داری حجاب را حفظ کن...».

می روم تا...

کنز کرده بودم گوشه اتاق و به روزهای بدون بابا فکر می کردم. با همه چیز و همه کس قهر بودم و سر جنگ داشتم. پوتین‌های بابا را قایم کرده بودم تا مانع رفتنش بشوم. بابا دیرش شده بود و به کمک مامان دنبال پوتین‌هایش می گشت. برای رفتن مصمم بود و من می دانستم اگر به قهر کردن ادامه دهم از خداحافظی با او محروم می شوم. از طرفی می خواستم هر طور شده از رفتن منصرفش کنم. بالاخره پوتین‌ها را برداشتم و رفتم توی هال. تمام ناز دخترانه‌ام را به کار گرفتم و با گوشه روسری‌ام پوتین‌هایش را تمیز کردم. بابا مرا که دید گفت «ناقلا! پوتین‌ها پیش تو بوده؟! ما کل خون‌رو گشتیم. سگرمه‌ها چرا رفته تو هم؟» بغضم را که دید، بغلم کرد و ادامه داد: «رقیه جان! عزیز دل! فکر نکنی دوست دارم ازت جدا بشم. نه مجبورم بابایی» ریزریز اشک‌هایش جاری شد و زیر لب گفت «دخترم! میرم تا دیگه رقیه‌ها و سکیه‌ها سیلی نخورن...».





گیسوی خیمه را چه کسی شانه می زند؟

خانواده های کربلا

حمیدرضا ضایی (باران)

ازدواج حضرت علی (ع) با او چهار پسر بود، به نام های: عباس، جعفر، عبدالله و عثمان که هر چهار فرزندش روز عاشورا در رکاب سیدالشهدا به شهادت رسیدند. ام البنین، پس از شهادت فرزندانش، همواره به بقیع می رفت و بچه های عباس را نیز به همراه می برد و به یاد فرزندان شهیدش مرثیه و نوحه می خواند. زنان مدینه نیز با ندبه و نوحه سوزناک او جمع می شدند و می گریستند.

خانواده مسلم بن عقیل (ع)

مسلم بن عقیل پسرعموی امام حسین (ع) و مورد وثوق ایشان بود. او در نیمه شعبان از مکه به کوفه رفت تا برای امام از کوفیان بیعت بگیرد، اما کوفیان بی وفا که ۱۸ هزار نفرشان با او بیعت کرده بودند، عهد و پیمان خود را فراموش کردند و ایشان را به شهادت رساندند.

دو فرزند نوجوان او محمد و ابراهیم، در حادثه کربلا اسیر شدند. یک سال در زندان بودند و

خانواده امام حسن (ع)

اگرچه زهر کینه، امام مجتبی (ع) را با خود برده بود، اما همسرش رمله، خود و دو فرزندش قاسم بن حسن و ابوبکر بن حسن را به کربلا آورد. این دو در کربلا به شهادت رسیدند. نام این دو شهید بزرگوار در زیارت ناحیه مقدسه هم آمده است.

خانواده زینب کبری (ع)

شیرزن دشت نینوا همراه دو جوان رشیدش «عون و محمد» در کربلا حضور داشت. این دو، پیش چشم مادر به شهادت رسیدند ولی بانوی صبر و ادب خم به ابرو نیاورد. ام کلثوم، دختر آن حضرت نیز به همراه شوهرش به کربلا آمده بود، او نیز همسر خود را به آستان حسین (ع) تقدیم کرد.

خانواده ام البنین

ام البنین زنی بود با شرافت، از خانواده ای ریشه دار و دلاور که نسبت به فرزندان حضرت زهرا (ع) بسیار مهربان بود. ثمره

از شگفتی های حادثه عاشورا که این حماسه را برجسته تر از پیش می کند، حضور خانوادگی برخی یاران امام حسین (ع) در صحنه کربلاست. نگاهی به ایمان و صمیمیت مواج این خانواده ها و بهویژه حضور همسران و مادران عفیف آنان بسیار درس آموز است.

خانواده امام

اولین و برجسته ترین خانواده کربلا خانواده امام حسین (ع) است. آن حضرت نه با خانواده که با خاندان خود به کربلا آمد. امام، خواهران، برادران، خواهرزادگان و برادرزادگان را نیز به همراه آورد. رباب، یکی از همسران با وفای ایشان بود که طفل شیرخوار خود علی اصغر را در این راه فدا کرد. فرزندان امام حسین (ع) دوشادوش پدر در صحنه نبرد بودند و از پسران حضرت فقط امام سجاد (ع) که به مصلحت الهی بیمار بودند، زنده ماندند.



کرد. شمر که شاهد این صحنه بود، به غلامش دستور داد تا این زن را به شهادت برساند. این زن، اولین زنی بود که از سپاه امام حسین (علیه السلام) به شهادت رسید.

خانواده علی بن مظاهر

علی بن مظاهر که از اصحاب خاص امام حسین (علیه السلام) بود به همراه همسرش به کربلا آمد. شب عاشورا امام حسین (علیه السلام) با یاران خود اتمام حجت کرد و بیعت خویش را از آنان برداشت تا بازگردند، اما هیچ کس بازنگشت. امام فرمود «پس اگر زنی با شماست او را به قبیله بنی اسد - در نزدیکی کربلا - بفرستید چرا که بانوانی که همراه من هستند، پس از مرگ من اسیر خواهند شد...». وقتی علی بن مظاهر برای بردن همسرش آمد، از آن زن شنید «به خدا قسم بی انصافی کردی ای پسر مظاهر! آیا برای تو سهل است که دختران رسول خدا به اسارت بروند و من از اسارت دشمن در امان باشم؟ برای تو سهل است که چادر از سر بانوان اهل بیت بردارند و من چادر بر سر داشته باشم! برای تو سهل است که زینت‌های دختران رسول خدا (علیه السلام) را بربایند و من خود را به زینت مزین کرده باشم؟...»

علی بن مظاهر با چشمان گریان نزد فرزند رسول خدا بازگشت و گفت «همسر من با آن که از قبیله بنی اسد است، اکنون از رفتن خودداری می‌کند و می‌خواهد با شما همراهی نماید.»

امام با شنیدن این خبر گریست و فرمود «خداوند به شما از سوی ما جزای خیر عنایت فرماید.»

منابع

۱. جواد محدثی، فرهنگ عاشورا، نشر معروف.
۲. فرهنگ عاشورایی، ج ۹ (زنان در نهضت عاشورا)، جمعی از نویسندگان، مرکز چاپ و نشر، مجمع جهانی اهل بیت (علیه السلام) ●

زهیر علی‌رغم میل باطنی خود، پیشنهاد همسرش را پذیرفت و به سوی خیمه‌های حسین (علیه السلام) رفت و شد یکی از آن ۷۲ ستاره‌ای که در آسمان کربلا درخشیدند.

خانواده جناده بن کعب انصاری خزر جی

جناده و همسرش بحریه، به همراه پسر نوجوانشان، عمرو با هم به کربلا آمده بودند. وقتی جناده به شهادت رسید، بحریه به فرزند نوجوان خود دستور داد تا به یاری امام حسین (علیه السلام) بشتابد و او چنین کرد. امام فرمود «این نوجوان پدرش در جنگ کشته شده و ممکن است مادرش ناراضی باشد.» عمرو پاسخ داد که «مادر من خود به من دستور داده و لباس رزم بر تنم پوشانده است.» سرانجام او به میدان نبرد رفت. رجز خواند و جنگید تا به شهادت رسید. دشمن سر او را به سوی خیمه‌ها پرتاب کرد. بحریه سر فرزند را برداشت و گفت «چه نیکو جهاد کردی پسر من! ای شادی قلبم!» آن گاه سر بریده را چنان به سوی دشمن پرتاب کرد که با ضربه آن یکی از دشمنان به هلاکت رسید. سپس چوبه خیمه را از جا کند و رجز خوان به سوی میدان رفت، اما امام حسین (علیه السلام) او را باز گردانده و در حقش دعا کرد.

خانواده وهب بن عبدالله کلبی

وهب اهل کوفه بود و به همراه مادر و همسرش در کربلا حضور داشت. روز عاشورا به تشویق مادر بعد از حر و بربر به میدان رفت. کمی که جنگید، نزد مادرش آمد و گفت: آیا راضی شدی؟ مادرش پاسخ داد: وقتی راضی می‌شوم که در رکاب حسین (علیه السلام) به شهادت برسی. و هب دوباره به میدان رفت. همسرش نیز چوبی گرفته و همراه او به میدان شتافت. و هب آن قدر جنگید تا شهید شد. همسرش به بالین او رفت و خون از چهره‌اش پاک

سپس با کمک پیرمرد زندانبان فرار کردند، اما آن‌ها نیز سرانجام به دست حارث، در کنار فرات به شهادت رسیدند. عاتکه، دختر مسلم نیز که از بانوان عاشورایی بود، در اثر حمله دشمن به خیم، زیر دست‌وپای اسبان افتاد و به شهادت رسید.

خانواده عبدالله بن عمیر کلبی

چون عبدالله تصمیم گرفت از کوفه به یاری امام حسین (علیه السلام) بیرون آید، همسرش اموهب نیز اصرار کرد تا او را با خود ببرد. آن‌ها شبانه به یاران امام پیوستند. روز عاشورا وقتی عبدالله به میدان رفت، اموهب نیز چوبی به دست گرفت و به میدان شتافت ولی امام حسین (علیه السلام) مانع او شد و فرمود «بر زنان جهاد نیست.» پس از شهادت عبدالله، اموهب خود را به بالین او رساند و خاک از صورت او می‌زدود که شمر، غلامی را سراغ او فرستاد. آن غلام، با گریزی بر سر او کوبید و او را نیز کنار همسرش به شهادت رساند.

خانواده زهیر بن قین

اگر دلت لحظه‌ای به یاد حسین (علیه السلام) تپیده باشد کافی است تا خود و خانواده‌ات به رستگاری امیدوار باشی و آن هنگام است که حتی اگر پای جسمت از امام و خاندانش بگریزد، پای روح نگذاشته و به سوی او خواهی شتافت.

و قصه زهیر این چنین بود. او که در راه بازگشت از سفر حج به ناچار با اباعبدالله (علیه السلام) هم‌مسیر شده بود، سعی داشت هر طور شده از ایشان بگریزد و تا می‌توانست دور از آن حضرت خیمه می‌زد، اما در یکی از منزلگاه‌ها ناچار با فرود آمدن کاروان حسینی هم‌زمان شد، امام کسی را نزد او فرستاد. زهیر ابتدا اعتنایی نکرد، همان‌وقت بود که «لهم» همسر با ایمان او رو به زهیر چنین گفت «سبحان الله! نمی‌خواهی به دعوت پسر رسول خدا پاسخ بدهی؟ می‌توانی نزد او بروی و سخنش را بشنوی و بازگردی.»

کپسول معنویت

روحانیون و نقش‌های دیگر

محمدحسین قدیری (طلبه و روان‌شناس)

باورهای درمانگر

باورها، اکسیرهایی هستند که سراسر زندگی را تبدیل به طلالی پویایی و امید می‌سازند به گونه‌ای که در یک کلام می‌توان گفت «انسان به افکار، ارزش‌ها و باورهایش زنده است.» روحیه نداشتن و احساس بی‌ارزشی، یعنی مات شدن در صحنه زندگی و باختن سرمایه هستی. در مقابل، توجه به سرمایه وجودی خود و سیراب شدن از جهان‌بینی دینی یعنی دمیده شدن روحی تازه در کالبد بی‌رمق و پژمرده جسم خاکی انسان. ما در برابر ناکامی‌ها و بلاها بیش‌تر از هر چیز، نیازمند روحیه و معنویت هستیم و با همین روحیه و باورهاست که خورشید امید و معنا را از پشت کوه‌های یأس و ناکامی جلوه‌گری می‌سازیم.

از حدود اوایل دهه ۱۹۶۰ میلادی در بسیاری از دانشگاه‌های بزرگ آمریکا این مسئله مطرح شد که درمان بیمار، تنها با دارو و سایر مراقبت‌های پزشکی میسر نیست و اثرات درمانی این خدمات به‌میزان بسیاری به روحیه بیمار بستگی دارد. هر قدر روحیه بیمار بهتر باشد سرعت درمان وی بیش‌تر و خدمات درمانی، بهتر و موثرتر است.

برای تأمین این نظر، در هیوستون آمریکا در مجتمع بزرگی که مرکب از ۱۵ بیمارستان و درمانگاه و چند دانشکده پزشکی است، مرکزی به نام «مؤسسه مذهب» به‌صورت یک مرکز آموزشی با دوره چهارساله به‌وجود آمد که دانشجویان این مؤسسه در رشته «خدمات روحانی پزشکی» لیسانس می‌گیرند. فارغ‌التحصیلان این مؤسسه، در بیمارستان‌ها در کنار سایر خدمات پزشکی

با استفاده از اعتقادات مذهبی بیمار، خدمات معنوی - روحانی ارائه می‌دهند، یا برای انجام دادن فرایض دینی به بیمار کمک می‌کنند. هم‌چنین در برنامه آموزشی دانشجویان پزشکی چند واحد از دروس این مؤسسه گنجانیده شده تا پزشکان نیز با نقش مهم باورهای معنوی در سلامت روان (پیشگیری، درمان، بازآفرینی) آشنا شوند. ما نیز می‌توانیم از پتانسیل‌های معنوی اسلام، مبلغان دینی، خادمان معنوی ائمه و حافظان و قاریان قرآن کریم برای درمان بیماری‌ها، ارتقاء سلامت روان و تبلیغ دینی در مراکز درمانی کمک بگیریم.

اجر شهید

چند سال پیش یکی از دوستان جوان روحانی در راه مشهد تصادف کرد. یکی از بستگانش فوت کرد. دخترش آسیب جدی دید و خانمش تا مرز قطع نخاع رفت. می‌گفت «در بیمارستان، پزشکی از من زیرمیزی خواست. گفتم پول ندارم و اگر هم داشتم برای این کار نمی‌دادم. او هم به بهانه‌های مختلف من را به داروخانه می‌فرستاد و از برگه‌های دفترچه بیمه‌ام برمی‌داشت و در پاسخ اعتراضم می‌گفت: این همان پولی است که نداری و من باید جبران کنم!

خانم درد می‌کشید ولی او بی‌تفاوت بود. وقتی برای شکایت نزد رئیس بیمارستان رفتم، او هم گفت: تصادف کرده می‌خواهی درد نداشته باشی؟! در برابرش، پزشک متدینی هم بود که وقتی به بالین همسرم می‌آمد می‌گفت: تو بیماری و بر اساس روایات، دعای تو مستجاب است. من دعا

می‌کنم شما آمین بگو.

یک‌بار این پزشک را در حرم حضرت معصومه علیها السلام دیدم. از وضع خانمم سراغ گرفت و بعد بدون هیچ چشم‌داشتی برای طبابت و درمان به خانه ما سر می‌زد. این روحانی جوان و حافظ قرآن می‌گفت «فشار این حادثه بر من سنگینی میکرد. به‌همین دلیل خدمت استاد اخلاق آیت‌الله مظاهری رفتم و مشکلاتم را گفتم. ایشان گفتند اگر تحمل و صبوری (صبر جمیل) کنید من ضمانت می‌کنم در برابر هر روزش اجر شهید را دریافت کنی. بعد از این ملاقات، بسیار آرام شدم.»

توسل درمانی

یکی از خادمان امام رضا علیه السلام که ۵۰ سال سابقه خدمت در حرم رضوی دارد، میهمان برنامه هشت بهشت شبکه اصفهان بود. ایشان می‌گفت: به‌عنوان سفیران فرهنگی امام رضا علیه السلام به بیمارستان الزهراء رفتیم. در راهرو، یکی از همراهان بیماری با اصرار می‌خواست که به اتاق ایشان برویم و می‌گفت: به این بیمار ما بگویید که امام می‌توانند شفا بدهند. وقتی به بیمار نگاه کردم دلم شکست. از امام رضا علیه السلام خواستم که آبرویم را حفظ کنند. نبات تبرکی را که داشتیم در آب انداختیم. بیمار با ناباوری و حالت انکار به ما نگاه کرد. در دلم به امام متوسل شدم. وقتی خواستند آب نبات را با سرنگ به بیمار بدهند، گفتند: اگر بیمار توانست خودش بخورد ما هم قبول می‌کنیم که امام شفا می‌دهد. بعد آب را به او دادند. خورد. بیمار از هم‌وطنان کلیمی بود و مسلمان شد.

سی دی درمانی

می‌توانیم در مراکز درمانی از شرح حال عارفان و شفا یافتگان، کتاب‌های مربوط به توسل به امامان، راز بلاها در زندگی و هدف و فلسفه زندگی، بخش‌هایی برای معنادرمانی برپا کنیم. هم‌چنین می‌توانیم از افرادی مانند جانبازان دفاع مقدس که روحیه‌ای عالی دارند، فیلم‌هایی تهیه کنیم و در درمان بیماران از آن‌ها کمک بگیریم. آیت‌الله بهجت رحمته‌الله می‌فرمودند «بسیاری از حضرت رضا علیه‌السلام سؤال کردند و خواستند و جواب شنیدند، در نجف، در کربلا، در مشهد مقدس - هم همین‌طور - کسی مادرش را به کول می‌گرفت و به حرم می‌برد. چیزهای عجیبی را می‌دید. ملتفت باشید! معتقد باشید! شفا دادن الی ماشاءالله! به تحقیق پیوسته. یکی از معاولدین عراقی غده‌ای داشت و می‌بایستی مورد عمل جراحی قرار می‌گرفت، خطرناک بود، از آقا امام رضا علیه‌السلام خواست او را شفا بدهد، شب حضرت معصومه علیها‌السلام را در خواب دید که به وی فرمود: غده خوب می‌شود. احتیاج به عمل ندارد! ارتباط خواهر و برادر را ببینید که از برادر خواسته، خواهر جوابش را داده است.»

معنویت درمانی

کار یک روحانی فقط پاسخ‌گویی به سؤالات شرعی و امامت جماعت نیست. آثار و کارکرد مثبت او به‌طور مستقیم و غیرمستقیم در مساجد و مراکز مختلف بسیار گسترده است. روانشناسان، ارتباطات را به کلامی و غیر کلامی تقسیم می‌کنند. روابط غیر کلامی بیش از دوسوم ارتباطات مؤثر را

به خود اختصاص می‌دهد.

حضور روحانیون در مراکز مختلف، مؤسسات، بیمارستان‌ها و دانشگاه‌ها فواید بسیاری دارد. آن‌ها به‌قول امروزی‌های همیشه آنالاین هستند. یعنی شما یک روحانی را نمی‌بینید که وقتی مثلاً در پارک باشد و شما از او سؤالی بپرسید، بگوید من در مرخصی هستم. آن‌ها در مترو، فرودگاه، ایستگاه قطار، پارک، ایستگاه اتوبوس واحد و... هر جا که باشند، برخلاف شغل‌های دیگر وقتشان در خدمت مردم است و همیشه پاسخ‌گو هستند.

نسیم مهر

خوشبختانه طرح «نسیم مهر» برای حضور روحانیون در بیمارستان‌ها از سوی نهاد رهبری در دانشگاه‌ها در حال اجراست. قسمت عمده فعالیت این روحانیون عبارتند از:

- مشاوره و پاسخ‌گویی به سؤالات دینی بیماران، همراهان، پرسنل و تصحیح باورهای غلط از احکام.
- عیادت از بیمار و مراقبت روحی حمایت‌گرانه از طریق گوش دادن تسکینی.
- ارائه مراقبت‌های معنوی آرام‌بخش برای بیماران و همراهان بیمار و کارکنان در محیط بیمارستان.

- ارائه آموزه‌های معنوی در راستای ارتقاء صبر و بردباری بیمار و همراه بیمار.
- ارائه برنامه‌های آموزشی موردنیاز بیماران و همراهان و پرسنل.
- مشارکت در تنظیم برنامه‌های مراقبت‌های قابل‌ارائه در لحظات پایان زندگی و حضور بر بالین بیماران در حال

اختضار بر حسب درخواست خانواده بیماران. ■ مشارکت در تدوین و یا اجرای دستورالعمل‌های مربوط به قطع و یا منع خدمات تداوم و حیات و اهدای عضو.

چند نکته پایانی

- تحقیقات انجام شده روی بیماران مختلف از جمله افرادی که درد زایمان داشته‌اند، نشان داده برای افرادی که صدای دل‌نشین قرآن را پخش کرده‌اند، نسبت به گروه دیگر، درد کمتری گزارش شده است.
- در درمانگاه بقیه‌الله قم که از یادگارهای مرجع بزرگوار آیت‌الله تبریزی رحمته‌الله است، در اتاق‌های انتظار قفسه‌های کتاب و دعا گذاشته‌اند که بیماران در هنگام انتظار از آن‌ها استفاده می‌کنند. این امر اگرچه کوچک جلوه میکند اما در اضطراب‌زدایی بسیار مؤثر است.
- بسیاری از دعانویسان شیداد از آب گل‌آلود ماهی می‌گیرند؛ آن‌ها که می‌دانند اطرافیان برای شفای بیمارشان حاضرند هر کاری انجام دهند از این فرصت سوءاستفاده می‌کنند. حضور کارشناسان دینی در مراکز درمان سبب می‌شود جلوی خرافات و برداشتهای انحرافی از دعا، توسل و نذر گرفته شود و دکان رمالان سوداندیش تخته شود. ●





تلخ و شیرین تبلیغ خانوادگی

خاطراتی از تبلیغات خانوادگی طلاب

علی تجرد

را با پسر و دختر کوچکم یک ماه رمضان تنها بگذارم. به پدرشهر خواهرم که از روحانیان سرشناس شیراز است، سپرده بودم اگر آن دوروبر جایی سراغ دارند که مناسب تبلیغ خانوادگی باشد، خرم کنند؛ البته به شرطی که امکانات خانه مناسب باشد. بالاخره یک ماه با دو بچه کوچک سر کردن، حداقلی از امکانات را می خواست.

میزبان ما خودش تماس گرفت و بابت امکانات، اطمینان داد و گفت یک سوئیت مجهز و تمیز داریم و خیالتان از این بابت راحت! اما به آن جا که رسیدیم به جای سوئیت مجهز، با دو تا اتاق تاریک و نمور و کوچک روبه رو شدیم که یکی با در به بیرون راه داشت و یکی هم با یک پنجره غبارگرفته! حمام و دستشویی یکی بود و آن قدر کوچک که پس از ورود باید در را به سختی می بستیم و اگر قصد حمام کردن داشتیم باید تمرکز می کردیم که پاهایمان روی دو طرف سنگ دستشویی بماند و بلایی سرمان نیاید! البته زندگی در آن جا برای بچه ها این حُسن را داشت که برای نخستین بار با حیوانات و حشرات عجیب و غریب و از جمله عقرب آشنا بشوند.

خلاصه این که چی فکر می کردیم و چی شد! با همه این ها ماندیم و صفای مردم روستا سختی ها را برایمان آسان کرد. آن سفر از خاطرات شیرین دوران تبلیغ ما شد.

طاهره (۵۶ ساله، ۳۳ سال پیش ازدواج کرده):

سال ۶۹ بود، ماه رمضان و عید نوروز هم زمان شده بود. برای تبلیغ رفته بودیم به یکی از شهرهای محروم استان فارس. رسم ها و عادت های عجیبی داشتند. برایشان جالفاه بود که زن اساساً یک پله پایین تر از مرد است؛ البته از آن پله های قدیمی که اندازه چند پله امروزی می شد!

فرقی نداشت وقت سحر باشد یا افطار؛ اول برای مردها سفره می انداختند و وقتی مردها دست می کشیدند، نوبت خانم ها می شد که در ظرف های آقایان بی آن که شسته شوند، غذا بخورند! حتی مهم نبود که غذایی که آقایان خوردند، مثلاً ماهی باشد. این یکی دیگر

زندگی طلبگی با تبلیغ و خاطرات تلخ و شیرین آن آمیخته شده است. این خاطرات، یادآور مردمانی است که هر کدام اخلاق و فرهنگی دارند؛ یکی شیرین است و یکی تلخ، یکی سرد است و دیگری خونگرم، یکی، ندیده عاشق است و دیگری ندیده دشمن... این خاطرات وقتی خواندن تر و شنیدن تر می شوند، که پای تبلیغ خانوادگی در میان باشد.

نگارنده در این گزارش، پای خاطره گویی های تعدادی از طلاب و همسرانشان نشسته است.

احمد (۲۵ ساله، ۱۲ سال است که طلبه شده):

دهه اول محرم به روستایی رفته بودیم که خیلی کوچک بود و شاید می شد همه روستا را در ده دقیقه یا کمتر گشت، ولی با این حال آن ها دوتا مسجد داشتند و سه تا روحانی و چهار جلسه منبر؛ خیلی هم به روحانی ها لطف داشتند. ما در یکی از خانه های روستا سکونت داشتیم. همسر من روز را در همین اتاق کوچک می گذراند و تقریباً هیچ تفریحی نداشت. غذای ما هر روز مرغ بود؛ نه این که خودشان هر روز مرغ بخورند؛ خیر، ولی برای ما هر روز یا مرغ درست می کردند یا کوفته. این جوری می خواستند احترام ما را نگاهدارند! ولی برای ما ده روز مرغ و کوفته خوردن عذاب آور شده بود، آن هم وقتی که بوی غذاهای ساده و متنوع خودشان پای سفره مان می آمد، ولی خودش نه، ما مرغ و حسرت ماکارونی را با هم می خوردیم!

روزهای آخر با چند نفر از روستایی ها می رفتیم به خانواده شهدا سر می زدیم؛ هر روز، دو سه خانواده. طبیعتاً هر کدامشان هم از ما پذیرایی مفصلی داشتند. جالب بود که اگر میوه و چای یکی شان را نمی خوردم، بدشان می آمد، اما همراهان مشکلی برای نخوردن نداشتند و این فقط مشکل من بود!

روح الله (۳۲ ساله، ۱۳ سال است که طلبه شده):

نه می توانستم خودم را راضی کنم که تبلیغ نروم و نه می شد همسر



تبلیغ می‌کردم و به اصطلاح خانم جلسه‌شان بودم. دو سه ماهی بود که بچه اولم را باردار بودم و ویار شدیدی داشتم. آشپزی حالم را بد می‌کرد و دیر به دیر غذای گرم می‌خوردیم. ماه محرم بود. خانم‌های محل آش می‌پختند و بویش، محله را برداشته بود. من هم خیلی هوس کرده بودم. پیش خودم گفتم، امکان ندارد که برای من که هم همسر روحانی محل هستم و هم خانم جلسه‌شان و هم باردار، یک کاسه آش نیآورند؛ تا شب منتظر ماندم، ولی خبری از آش نشد که نشد!

زینب سادات (۳۱ ساله، ۸ سال پیش ازدواج کرده):

«ماشین نداشتیم. برای این که برویم به شهر محل تبلیغ، باید روی ماشین‌های عبوری حساب می‌کردیم. گاهی می‌شد که مدت‌ها مجبور بودیم کنار خیابان بایستیم تا سوارمان کنند. خودروها یکی‌یکی رد می‌شدند، گاهی سرعتشان را کم می‌کردند، ولی همین که لباس شوهرم را می‌دیدند پشیمان می‌شدند؛ نه عمامه مشکی، نه بچه توی بغلم و نه سردی شب‌های زمستان، هیچ کدام دلشان را به رحم نمی‌آورد.»

«در قالب طرح هجرت، راهی یکی از روستاهای شمال شده بودیم. شوهرم از بس که برای اسباب‌کشی بالا و پایین رفته بود، پایش آب آورده بود و حسایی ورم کرده بود، جوری که نمی‌توانست راه برود، سرما هم خورده بود و تب داشت، گذشتن از راه پرپیچ و خم جاده چالوس هم حالش را بدتر کرده بود، وقتی رسیدیم به آن محل، من مانده بودم و اسبابی که باید خالی می‌شد.

فکر کردم چند تا از مردهای محل می‌آیند و کمک می‌کنند، ولی اشتباه می‌کردم. هیچ کس کمک نکرد. همه بی تفاوت رد می‌شدند و نگاه می‌کردند. درباره آن‌ها چه می‌توانستم بگویم؟ تا روزهای آخر هم روی خوش به ما نشان ندادند. توی مسجد هم پیدایشان نمی‌شد و آن‌جا همیشه خلوت بود. در قسمت زنانه، من بودم و زن خادم مسجد... جالب بود که این قصه فقط برای مردمان آن منطقه بود و جای بعدی که رفتیم، با این که تقریباً همان حوالی بود، مردمان خون گرمی داشت که نمی‌گذاشتند خاطرات تلخ گذشته برایشان تکرار شود.» ●

تحملش خیلی سخت بود، به‌ویژه وقتی که از ماهی تنها بوی بدش نصیب ما می‌شد. دختر کوچک‌ترم که دوساله بود، این شانس را داشت که با پدر و دو برادرش هم‌سفره باشد. برایم تصور این که به دختر بزرگم که با این گرمی هوا و پیش از بلوغ، روزه می‌گرفت، چه قدر سخت می‌گذرد، خیلی آزاردهنده بود. شیرینی‌های محلی خوشمزه‌شان، فقط برای حضرات آقایان پخته می‌شد، حتی چای هم به خانم‌ها نمی‌رسید. اتفاقاً خیلی هم چای‌خور بودند.

برای این که یک‌وقت فکر نکنید که این فقر فرهنگی به فقر اقتصادی ربط داشت، این را هم بگویم که یک روز ساعت خوابیده بود و داشتم می‌گفتم باید برایش باتری بخرم. همان موقع زن صاحب‌خانه یک سبد پر از ساعت مارک‌دار جلوبیم گرفت و گفت «هر کدام را می‌خواهی بردار!»

شب‌های آخر، یک‌بار به شوهرم گفتم سرم درد می‌کند. از اتاق مردها یک استکان چای برایم بیاور! وقتی که رفت چای بیاورد، مرد صاحب‌خانه که آدم فهمیده‌ای بود، پرسید که مگر به زن‌ها چای نمی‌دهند؟ شوهرم هم وقت را غنیمت شمرده بود و همه آن‌چه را که بر سر زن‌ها می‌آمد، تعریف کرده بود. فکرش را بکنید که این رفتار را خود زن‌ها به‌صورت یک رفتار بایسته پذیرفته بودند و حتی بدون این که مردانشان خواسته باشند این کارها را می‌کردند. چند روز آخر با دخالت مرد صاحب‌خانه، عدالت برقرار شده بود. با خودم گفتم کاش آن سردرد زودتر سراغم می‌آمد!

خدیجه (۳۰ ساله، ۹ سال پیش ازدواج کرده):

ما خودمان رسممان این است که اگر در همسایگی‌مان یکی از خانم‌ها باردار باشد، اگر غذای خاصی مثل آش یا حلوا بپزیم، برایش می‌بریم. با خودمان می‌گوییم؛ شاید بویش را شنیده باشد و دلش بخواهد.

شش هفت ماهی بود که در قالب طرح هجرت رفته بودیم شهری که ساعت‌ها از قم دور بود و معمولاً تا چهار پنج ماه فرصت نمی‌شد به پدر و مادر خود و همسر سر بزنییم؛ به‌جز همسر، خودم هم

شوخی‌های طبیعی

محمدحسین قدیری

و البته تأمل کنیم:

انواع شوخی

۱. **زورکی:** از بی‌رغبتی و برای دل‌خوش کردن طرف مقابل است.
۲. **ریزکی:** خنده و شوخی نُقلی و جمع و جور که به‌موقع بیان شود کوتاه و مختصر و به‌جاست. به شوخی افراد با کیاست و زیرک نیز گفته می‌شود.
۳. **زیرکی:** شوخی‌ای که فرد زیرک می‌کند و با آن، خواسته خودش را مطرح می‌کند.
۴. **فشارکی:** خنده‌ای است که برای کنترلش باید زحمت زیادی بکشیم. تازه معلوم نیست بتوانیم مهارش کنیم.
۵. **دروغکی:** برای خنداندن لحظه‌ای دیگران، به دروغ که گناهی بزرگ است پناه بردن. این وقتی است که برای ما رضایت بنده خدا مهم‌تر از رضایت خدا باشد.
۶. **سُرخکی:** شوخی‌ای که فرد کم‌پرو و یا با حیا با شنیدن یا گفتنش مانند لبو از شرم سرخ می‌شود.
۷. **بیمبکی:** لطیفه و شوخی‌ای که به‌یک‌باره همه مجلس را به خنده وامی‌دارد.
۸. **شلکی:** این شوخی از افراد شل‌صدا می‌شود! سرد و بی‌نمک است.
۹. **سفتکی:** شوخی‌ای که از افراد خیلی جدی و باوقار سر می‌زند و ما می‌مانیم که جدی است یا شوخی!
۱۰. **دلکی:** این نوع شوخی از افراد همیشه دلک‌ می‌جوشد؛ افرادی که حرمت و ارزش والای انسانی خود را تخریب و لجن‌مال می‌کنن تا دیگران بخندند.
۱۱. **پولکی:** برخی‌ها پول می‌گیرند تا دیگران را بخنداند و بعضی هم پول می‌گیرند تا در مجلس دیگران بخندند.
۱۲. **بنگکی:** خنده و شوخی ناآگاهانه، مخصوص افراد بنگی و حشیشی.
۱۳. **مستکی:** شوخی و خنده بی‌جهت افراد مست لایعقل.
۱۴. **عقلکی:** شوخی فلسفی افراد حکیم و عاقل.

۱۵. **گلکی:** این شوخی و خنده معصومانه ریشه در فطرت پاک نوزادان دارد و بزرگان وارسته‌ای که مثل گل پاکند.
۱۶. **گلکی:** گاهی افراد، شکایت و گله تلخ خود را در لعابی شیرین بیان می‌کنند.
۱۷. **ترسکی:** گاهی از ترس می‌خندیم و گاهی به ترس دیگری می‌خندیم و گاهی چون از کسی می‌ترسیم برایش می‌خندیم.
۱۸. **دزدکی:** جایی که نباید بخندیم ولی خنده‌مان گرفته و مجبوریم مخفیانه بخندیم.
۱۹. **پیامکی:** شوخی است که سوار امواج الکترونیک و با قایق گوشی همراه

میدان شوخی اسلامی مثل زمین فوتبال، وسیع و بزرگ است و مثل بازی فوتبال، قواعد و قوانین خاص خودش را دارد؛ پس باید مراقب باشیم خطا نکنیم، اوت و کرنر ندهیم و در آفساید نباشیم! همان‌طور که باید قوانین فوتبال را بدانیم در شوخی نیز اگر حد و حدودش را نشناسیم به بی‌راهه می‌رویم و به گرداب گناه می‌افتیم. در این نوشته، ما اول با اقسام شوخی، شوخی کرده‌ایم و بعد رفته‌ایم سراغ چند شوخی طبیعی طلبگی که مناسب مخاطبان این مجله است. پس بخوانیم و بخندیم



اجرا کنیم. گفته بود: در زندگی به هر حال مشکلات و اختلاف نظر هست، ولی سعی کنید همیشه یکی از شما عاقل باشید و همزمان هر دوتون دیوانه و خشمگین نشوید؛ البته اگر اصرار دارید دیوانگی را تجربه کنید پیشنهاد می‌کنم همزمان نباشد، می‌توانید نوبتی و شیفتی دیوانه شوید. بیرون از خانه هم هرگز با همدیگر یا با آدم نادان مجادله نکنیم چون تماشاگران ممکنه نتونن تشخیص بدن که چه کسی دیوانه است.»

بابا دست‌دراز

می‌گفت: به‌خاطر این آب شور قم، از بس که ظرف آب دست گرفتم و از بیرون آب شیرین آوردم خونه، به بچه‌ام میگم یکی داستان «بابا لنگ دراز» را نوشت، شما هم در وقت بیکاری رمان «بابا دست‌دراز» را درباره افرادی مثل من بنویس!

کرامت من

می‌گفت من به طی الارض و اجنه اعتقاد دارم، ولی همسر من خیلی اعتقادش از من بیشتره؛ چون چند ماه مشغول نوشتن کتابی بودم و مجبور بودم به‌خاطرش پیوسته توی خونه باشم، با این حال هر وقت با همسرم بحثمون می‌شد، می‌گفت: معلومه زن دیگری هم داری!

شهرت

خیلی جاها خواستگاری رفته بود و چون پولی در بساط نداشت کارش درست نمی‌شد. به شوخی می‌گفت: کارم به جایی رسیده که همه دختران قمی منو می‌شناسند. وقتی دختران توی خیابان با دوستانشان هستند، همین که مرا می‌بینند به دوستانشان می‌گویند: آن طلبه را می‌بینی؟ اومده بود خواستگاری من. دوستانش با تعجب می‌گویند: جدی میگی؟ بله چه‌طور مگه؟ خب آخه خواستگاری منم اومده بود. ●

آپارتمان

یکی از استادان دانشگاه، روزی با تعجب از من پرسید: آیا درست است که شما طلبه‌ها به‌جای این که بگویید همسر یا خانمم می‌گویید منزل؟! گفتم قدیمی‌ها آن‌هم نه همه، دلیلش هم این بود که می‌خواستند پیش نامحرم حریم حفظ کنند. ادامه‌اش یکی از طلاب شوخ گفت: البته در طرح مسکن مهر... اگه طلبه‌ها خانه‌دار شوند، به‌زودی به‌جای «منزل» می‌گویند آپارتمان.

گفتنی است در علت نام‌گذاری «منزل» اختلافاتی است برخی می‌گویند منزل در اصل مَن زُل بوده یعنی مردان وقتی وارد خانه می‌شوند، به‌جای این که با زن و بچه خوش‌وش کنند، به غار تنهایی خود می‌روند و فقط به همه چیز زل می‌زنند! برخی مردان می‌گویند در اصل من ذل بوده یعنی من آن‌جا ذلیل هستم، و گروهی گویند مَن ظِل بوده یعنی خانواده زیر سایه من هستند.

حاج آقا بروس‌لی

در مدرسه طلاب خارجی به‌مناسبتی، جشن بود. یکی از طلاب خارجی که استاد وشوو بود، نمایش رزمی زیبایی اجرا کرد. همه طلاب که از همه قاره‌ها حضور داشتند به وجد آمده بودند. مجری هم که بعد از نمایش حسابی ذوق‌زده و البته دست‌پاچه شده بود برای اعلام بقیه برنامه به جایگاه آمد و گفت: با تشکر از حاج آقا بروس‌لی که ما را به فیض کامل رساندند. (البته ناگفته نماند قیافه استاد رزمی کار بی‌شباهت هم به بروس‌لی نبود!)

دیوانگی نوبتی

شیخ شوخ‌طبعی بود. می‌گفت: خطبه عقد که می‌خونم چند تا لطیفه معنادار تعریف می‌کنم مثلاً میگم «بزرگی حرف خوبی زده بود که باید سعی کنیم تو زندگی‌مون

برای محبوب ارسال می‌شود.

۲۰. شکلی: شوخی‌هایی که با ادا و شکلک و گاهی میمون‌وار برای مسخره کردن دیگران رخ می‌نمایند. از توفیقات این افراد این است که خودشان نمی‌توانند قیافه مسخره‌خودشان را در آن وضع ببینند.

۲۱. سیخی: برخی از شوخی برای زخم‌زبان و نیش زدن به دیگران استفاده می‌کنند.

۲۲. ترکیبی: گاهی خنده و شوخی، ترکیبی از شوخی‌های مختلف است مانند خنده و شوخی ریزکی با زیرکی!

۲۳. شورکی: وقتی که شوخی از حد بگذرد و مزه شوخی از بین برود؛ درست مثل حکایت انواع شوخی‌های ما.

ذکر دائم

از دست زن و مادرزنش ناراحت بود. این دو ذکر از زبانش قطع نمی‌شد «اللهم لا تُسلط علينا من لا يُرحمنا؛ خدایا کسانی را که به ما رحم نمی‌کنند، بر ما مسلط مکن.» و «اللهم اشغل الظالمين بالظالمين؛ خدایا ظالمین را به خودشان مشغول کن و شرشان را به خودشان برگردان.»

توصیه برای حضرت یوسف

یکی از علمای بزرگ در مدرسه فیضه منبر رفته بود. ایشان می‌دیدند که برخی از طلاب، موی سر خود را می‌تراشند و محاسن خود را بلند می‌گذارند. برای این که غیرمستقیم ایشان و به‌ویژه افراد جوان‌تر را از این کار نهی کنند، داستان یوسف و زلیخا را با آب و تاب تعریف می‌کنند تا می‌رسند به آن‌جا که حضرت یوسف از دست زلیخا فرار می‌کنند. در این‌جا داستان خطاب به طلبه‌ها می‌کنند و می‌گویند: من اگر جای یوسف بودم ریش بلندی می‌گذاشتم و موهایم را از ته می‌زدم تا نیاز نباشد از دست زلیخا فرار کنم. این‌طوری این زلیخا بود که پا به فرار می‌گذاشت.

عکس‌ها و حرف‌ها

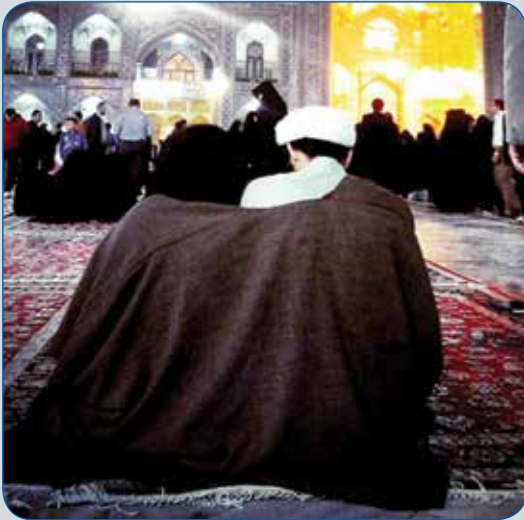


❖ کی مافوت می‌شوی نه؟

❖ دل تنگم مثل مادر بی‌سوادى که دلش هوای
بچه‌اش را کرده ولی بلد نیست شمارش را بگیرد.



❖ صمیمیت روحانی



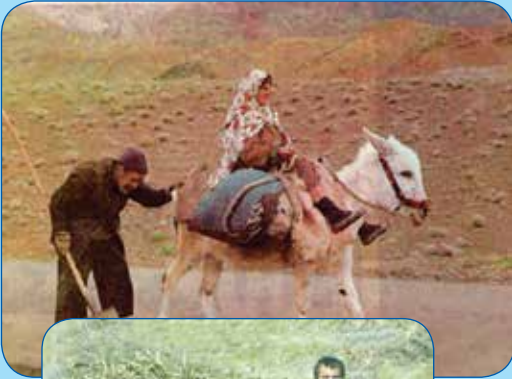
❖ فرهنگ‌سازی مجسمه‌ای!

❖ همسایه‌ام از گرسنگی مرده بستگانش در عزایش
گوسفندها سر بریدند.



❖ مردانگی به سن و عریضه کشی نیست؛
همین که به یک نفر آرامش بدهی خیلی مردی.





تقوای بعضی‌ها با یک «تق» وامی‌شود.



دو نماز دو فرهنگ

هوای دو نفره؛ نه ابر می‌خواهد، نه باران و نه یک بعدازظهر پاییزی؛ فقط کافی است حواسمان به هم باشد.



در حسرت دیدار رفت



استثنائی که قفسه‌یک است.



کدام را باید دوست داشت؟

مرد در حال تعمیر کردن اتومبیل تازه خود بود که متوجه شد پسر پنج‌ساله‌اش تکه سنگی برداشته و بر روی ماشین خط می‌اندازد. مرد با عصبانیت دست کودک را گرفت و چندین مرتبه ضربات محکمی بر دستان کودک زد بدون این که متوجه آچاری باشد که در دستش هست.

در بیمارستان، کودک به دلیل شکستگی‌های فراوان، انگشتان دست خود را از دست داد.

وقتی کودک، پدر خود را دید، با چشمانی آکنده از درد از او پرسید: پدر انگشتان من کی دوباره رشد می‌کنند؟

مرد که بسیار عاجز و ناتوان شده بود و نمی‌توانست سخنی بگوید، به سمت ماشین خود بازگشت و شروع کرد به لگدمال کردن ماشین و به آن آسیب جدی زد. وقتی خسته و غم‌زده کنار ماشین نشست، چشمش به خراشی افتاد که کودک روی ماشین انداخته بود؛ دوستت دارم پدر!

عصبانیت و عشق، محدودیتی ندارند. یادمان باشد «چیزها» برای استفاده کردن هستند و «انسان‌ها» برای دوست داشتن ولی مشکل دنیای امروز ما این است که انسان‌ها مورد استفاده قرار می‌گیرند درحالی که چیزها دوست داشته می‌شوند.

تمام اسلام به بیست سنت

چند تلنگر کوتاه

تمام اسلام به بیست سنت

مقیم لندن بود.

تعریف می‌کرد که یک روز سوار تاکسی می‌شود و کرایه را می‌پردازد.

راننده، بقیه پول را که برمی‌گرداند، بیست سنت اضافه‌تر می‌دهد!

می‌گفت: چند ثانیه‌ای با خودم کلنجار رفتم که بیست سنت اضافه را برگردانم یا نه؟

آخر سر بر خودم پیروز شدم و بیست سنت را پس دادم و گفتم: آقا این را زیاد دادی.

گذشت و به مقصد رسیدیم.

موقع پیاده شدن، راننده سرش را بیرون آورد و گفت: آقا از شما ممنونم.

پرسیدم بابت چی؟

گفت: می‌خواستم فردا بیایم مرکز شما مسلمانان و مسلمان شوم، اما هنوز کمی مررد بودم.

وقتی دیدم سوار ماشینم شدید، خواستم شما را امتحان کنم. با خودم شرط کردم اگر بیست سنت را پس دادید بیایم، من فردا خدمت می‌رسم.

تعریف می‌کرد: تمام وجودم دگرگون شد، حالی شبیه غش به من دست داد. من مشغول خودم بودم، درحالی که داشتم تمام اسلام را به بیست سنت می‌فروختم.



گاهی کودکانه فکر کن

در یک اتاق زیر شیروانی، پیرمردی به سختی جعبه کاغذی را که کنار پنجره گذاشته شده بود، بیرون کشید. تارهای عنکبوت رویش را پاک کرد و زیر نور خورشید به داخلش نگاه کرد. آلبوم‌های عکس کثیف و کهنه در آن دیده می‌شد و پیرمرد با چشمان ضعیف و پر از اشتیاق دنبال چیزی می‌گشت؛ خاطرات مربوط به گذشته.

اشیای داخل این جعبه مانند گنج گران‌بهای، پیرمرد را در خاطرات خود فرو برد. او در زیر آلبوم‌های عکس دفتری را دید و از دستخط روی آن متوجه شد که دفتر خاطرات پسرش است که حالا دیگر بزرگ شده است. پیرمرد هرگز این دفتر را ندیده بود و فکر کرد که حتماً همسرش کارهای جنبی فرزندشان را نگه داشته است.

برگ‌های کهنه زرد شده دفتر را باز کرد و با خواندن نوشته‌های آن، لبخند خوشحالی در صورت پیرمرد ظاهر شد. با خواندن این جمله‌های ساده و بچه‌گانه، چشمانش روشن شد، گویی صدای شیرین پسر شش‌ساله‌اش از گوشه اتاق به گوشش رسید و با نیروی سحرآمیزش، روزهای دور شده را جلوی چشم او مجسم کرد. این یادداشت‌های کوتاه، میل پیرمرد را به زندگی و خوشحال بودن زنده کرد اما به دنبال این میل قوی، احساس غم و ناراحتی هم بر او پیره شد؛ چون داستان‌های پسرش با خاطرات خود او به‌طور کامل فرق می‌کرد. چرا؟ پیرمرد از خودش پرسید و به اتاقش برگشت. در قفسه کتاب‌ها را باز کرد و دفترچه خاطرات خود را بیرون آورد. آن را کنار دفترچه خاطرات پسرش گذاشت و شروع به خواندن کرد. نگاه پیرمرد به یک قطعه جالب‌توجه افتاد چون در مقایسه با قطعات دیگر آن قدر کوتاه بود که بیش از یک جمله نداشت «با پسرم به ماهیگیری رفتیم، تمام روزم هدر شد. روز بی‌مزه‌ای بود.»

پیرمرد نفس عمیقی کشید و با دست‌های لرزان دفتر خاطرات پسرش را باز کرد و یادداشت همان تاریخ را پیدا کرد. جمله‌ای با خط بزرگ و شکسته نوشته شده بود:

«امروز با بابا به ماهیگیری رفتیم، چه‌قدر خوش گذشت. بهترین روز زندگی‌ام بود.»

گروه ۹۹

پادشاهی بر کشوری بزرگ حکومت می‌کرد، اما از زندگی‌اش راضی نبود. خودش نیز علت را نمی‌دانست. یک روز که در کاخ قدم می‌زد، وقتی از کنار آشپزخانه عبور کرد، صدای ترانه‌ای را شنید. به دنبال صدا، پادشاه متوجه آشپزی شد که روی صورتش برق سعادت و شادی می‌درخشد. پادشاه از آشپز پرسید «چرا این قدر شاد هستی؟» آشپز جواب داد «قربان! من تلاش می‌کنم تا همسر و بچه‌ام را شاد کنم. ما خانه‌ای حصیری ساخته‌ایم و به‌اندازه کافی خوراک و پوشاک داریم. من راضی و خوشحال هستم.»

بعد از شنیدن حرف‌های آشپز، پادشاه با وزیرش در این باره صحبت کرد. وزیر به پادشاه گفت «قربان، این آشپز هنوز عضو گروه ۹۹ نیست. اگر او به این گروه نپیوندد، نشانگر آن است که مرد خوشبختی است.» پادشاه با تعجب پرسید «گروه ۹۹؟!»

وزیر جواب داد «اگر می‌خواهید این گروه را بشناسید باید کاری انجام دهید. کیسه‌ای با ۹۹ سکه طلا جلوی در خانه آشپز بگذارید، به زودی خواهید فهمید که گروه ۹۹ چیست.»

پادشاه فرمان داد یک کیسه با ۹۹ سکه طلا جلوی در خانه آشپز بگذارد. آشپز پس از انجام کارها به خانه بازگشت و جلوی در کیسه را دید. با تعجب کیسه را به اتاق برد و باز کرد. آشپز با دیدن سکه‌های طلا از شادی فریاد کشید و بعد آن‌ها را روی میز گذاشت و شمرد؛ ۹۹ سکه؟ او فکر کرد اشتباهی رخ داده است. بارها طلاها را شمرد ولی واقعاً ۹۹ سکه بود. تعجب کرد که چرا تنها ۹۹ سکه است و ۱۰۰ سکه نیست. فکر کرد که یک سکه دیگر کجاست؟

شروع به جست‌وجوی سکه صدم کرد. اتاق‌ها و حتی حیاط را زیر و رو کرد اما خسته و کوفته و ناامید به این کار خاتمه داد. آشپز بسیار دل‌شکسته شد و تصمیم گرفت از فردا بسیار تلاش کند تا یک سکه طلای دیگر به دست آورد و ثروت خود را هرچه زودتر به یک‌صد سکه طلا برساند. آن شب تا دیروقت کار کرد؛ به همین دلیل صبح روز بعد دیرتر از خواب بیدار شد و با همسر و فرزندش دعوا کرد که چرا او را بیدار نکرده‌اند. از آن به بعد آشپز دیگر مانند گذشته خوشحال نبود و آواز نمی‌خواند. او فقط تا حد مرگ کار می‌کرد.

پادشاه نمی‌دانست که چرا این کیسه چنین بلایی بر سر آشپز آورده است و علت را از وزیرش پرسید. او جواب داد «قربان! حالا این آشپز رسماً به عضویت گروه ۹۹ درآمده است. اعضای گروه ۹۹ چنین افرادی هستند؛ آنان زیاد دارند اما راضی نیستند و تا آخرین حد توان کار می‌کنند تا بیش‌تر به‌دست آورند. می‌خواهند هرچه زودتر یک‌صد سکه را از آن خود کنند ولی باز راضی نمی‌شوند و این علت اصلی نگرانی‌ها و دردهای آن‌هاست. آن‌ها به همین سادگی شادی و رضایت را از دست می‌دهند و اعضای گروه ۹۹ ناامیده می‌شوند.»



آن بچه کودک شما بود

چند حکایت شفاهی

به انتخاب مجتبی عینی



آن بچه، کودک شما بود

پدرم فردی صالح و متدین است که اعتقاد عجیبی به آثار اعمال انسان‌ها در سرنوشتشان دارد و ما را نیز با این اعتقاد تربیت کرده است. حدود ده سال پیش، وقتی جنازه جوان ۱۸ ساله‌ای که در تهران به دست افراد ناشناس، ناجوانمردانه در منزل مسکونی‌اش به قتل رسیده بود، به شهرمان آوردن، پدرم گفت: حتماً قتل او دلیلی داشته است یا اثر عمل خود یا پدر و مادرش است، و در ادامه واقعه‌ای درس‌آموز را نقل کرد:

راننده اتوبوسی در مسیر مشهد با پسر بچه‌ای تصادف کرده و از صحنه تصادف فرار می‌کند. چندی بعد برای این که گرفتار نشود، اتوبوس را می‌فروشد و حتی شغل خودش را تغییر می‌دهد. چند سال بعد که در ظاهر آب‌ها از آسیاب افتاده بود به اتفاق خانواده با ماشین شخصی برای زیارت امام رضا (ع) حرکت می‌کنند. برای استراحت در کنار روستایی می‌ایستند. یکی از اهالی، مهمان‌نوازی کرده و از آن‌ها پذیرایی می‌کند. برای چند ساعت به اطراف می‌روند. وقتی برمی‌گردند، با چهره بسیار گرفته و گریان صاحب‌خانه رویه‌رو می‌شوند. علت را که می‌پرسند، صاحب‌خانه با شرمساری می‌گوید: شما که بیرون بودید بچه من با بچه شما بازی می‌کند و در حین بازی تکه آهنی از دستش رها می‌شود و به سر بچه شما می‌خورد و متأسفانه بچه شما جان می‌دهد... و بعد اضافه می‌کند که بچه من هم چند سال قبل لب همین خیابان کشته شد.

مهمان می‌گوید: این اثر عمل خودم بود و متأسفانه من بودم که با تصادف، فرزند شما را کشتم و فرار کردم.

بچه گربه کور

یکی از بانوان مؤمنه فامیل که اکنون بیش از هفتاد سال دارد برایم می‌گفت: من در کودکی هنگام بازی بچه‌گربه‌ای را که کور بود سه بار زیر خاک کردم و درآوردم و هیچ توجهی به ناله‌های آن بچه‌گربه نگون‌بخت نکردم. خداوند به من فرزندانی داد ولی سه فرزند من به دلیل‌های مختلف با این که سالم بودند خفه شدند و مردند.

حال دعا

یکی از تجار بزرگ می‌گفت: هر وقت که برای زیارت به حرم مطهر امام رضا (ع) مشرف می‌شدم، حال دعا پیدا نمی‌کردم و با حسرت به حال خوش زائران دیگر غبطه می‌خوردم. یک روز به امام رضا (ع) عرض کردم: آقا! مشکل من چیست که حال زیارت پیدا نمی‌کنم؟! و بعد با خود فکر کردم که علت این بی‌حالی چیست؟ از حرم مطهر به منزل می‌رفتم که فرد مسنی را دیدم که به سختی مشغول حرکت دادن گاری دستی است.

به او گفتم: پدر جان! کمتر بار بزن تا راحت‌تر باشی. مرد گفت: مجبورم. همسرم گفته اگر امروز فلان مبلغ کم‌تر دستمزد داشته باشی منزل نیا!

پرسیدم چرا؟ گفت: برای دخترم خواستگار آمده و به خاطر این که جهیزیه ندارد مدام عقد را به تأخیر می‌اندازیم.

گفتم: چی برای جهیزیه کم دارید؟

گفت: اصلاً هیچ چیز تهیه نکرده‌ایم چون نمی‌توانستیم.

دنبال او به خانه‌اش رفتم و درباره‌اش تحقیق کردم. واقعاً فقیر و مستأصل بود.

مغازه یکی از آشنایانم را نشان‌شان دادم و گفتم: به حساب من هر چه نیاز دارید، بردارید و نگران نباشید.

می‌گفت: حاج آقا! از آن روز و آن اتفاق، حال زیارت عجیبی پیدا کرده‌ام.

برکت زیارت عاشورا

یکی از خطبا و وعاظ می‌گفت: چند سال پیش یک دوست جوان و مؤمن نزد من آمد و حاجت حل‌نشده‌ای را مطرح کرد؛ او گفت: چندی قبل قصد ازدواج کردم، اما هر بار با مشکلات و سختی‌هایی مواجه شدم. به او گفتم: چون شما نزد کسانی رفته‌ای که در شأن و مقام نیستند.

گفت: چنین نیست و اگر باور نمی‌کنید شما برایم با پیش‌گذار و از یک خانواده در شأن و مقام من برایم خواستگاری کن. نزد دوستانم رفتم که مطمئن بودم به من پاسخ مثبت می‌دهد، از او دخترش را برای این جوان مؤمن خواستم، در ابتدا موافقت کرد و بعد از مدتی گفت: می‌خواهم استخاره کنم و متأسفانه پاسخ منفی داد. این ماجرا مرا بسیار اذیت‌ناگین کرد و دوستانم به من گفت: دیدی حق با من بود؟

به او گفتم: خود را ناراحت نکن، برای برطرف شدن مشکلات بعد از ادای نماز صبح و تعقیبات آن زیارت عاشورا را با صدبار لعن و صدبار سلام بخوان.

شروع به خواندن زیارت کرد، در روز بیست و هفتم خوشحال نزد من آمد و گفت: نزد یکی از خانواده‌ها رفتم و موافقت کردند. آن‌ها و من در نهایت رضایت به سر می‌بریم و امروز عصر مراسم خواستگاری برگزار می‌شود، می‌خواهم شما یکی از شاهدان آن باشید.

به او گفتم: پس سیزده روز باقی‌مانده را فراموش نکن، شما زندگی مشترک خود را به برکت زیارت عاشورا آغاز کردی و در هر زمانی که با مشکلی در زندگی مواجه شدی برای برطرف شدن آن به زیارت عاشورا متوسل شو، ان‌شاءالله حاجت تو برآورده شود. ●

دعای ما مستجاب نشد

آیت‌الله مشکینی رحمته‌الله می‌فرمودند: یک نفر از من پول قرض می‌خواست و من غیر از پنج ریال پول، چیز دیگری نداشتم و با این که خودم احتیاج داشتم آن را دادم، مقداری که حرکت کردم، یک نفر ترک‌اردیلی رسید و پنج تومان به من داد. بعد از آن، طلبه‌ای آمد و گفت آیا پنج تومان داری به من قرض بدهی؟ من هم آن را دادم، لحظاتی بعد، دیگری رسید و مبلغ ۵۰ تومان به من داد. بعد از آن من دعا کردم که یکی پیدا شود و این ۵۰ تومان را از ما بگیرد که شاید ۵۰۰ تومان گیرمان بیاید، ولی کسی پیدا نشد و دعای ما هم مستجاب نشد.

تمامیت مردانگی

داستان یکی از دوستان بزرگوار که از جمع بنی‌هندل درخشیده بودند و مردانگی را آبرودار بودند، همیشه برای من آموزنده است. او پس از مرگ تصادفی دوستش، می‌خواست که زندگی آن‌ها را بچرخاند و می‌خواست که با عزت آن‌ها را حمایت کند. پس از مراسم، با شکستگی و شرمندگی به خانواده مصیبت‌زده دوستش ابراز داشت که می‌خواهم به شما چیزی بگویم و ناچارم از شما چیزی بخواهم. فالانی مبالغه‌زیزی به من وام داده بود و حتی از من سند و شاهی هم نگرفته بود و حالا که رفته، بار من سنگین شده و در برابر وارث او وامدارم. خواهش می‌کنم که مراعات کنید و به اقساط ماهیانه از من بگیرید؛ چون گرفتارم و توان پرداخت یک‌جا را ندارم. آن خانواده با عزت و حتی غرور، این ماهیانه را به خیال مطالبه دریافت کرد و تا آخر از راز کار واقف نشد. این گونه نوشیدن رنج‌ها و تلخی‌ها است که تمامیت مردانگی را به فتوت و جوانمردی پیوند می‌زند.



ترموستات گفت و گو

چگونه دلخوری‌ها و رنجش‌های زندگی خانوادگی را برطرف کنیم؟
(مجتبی حیدری (روان‌شناس))

یک اصل مهم را هیچ‌گاه از یاد نبرید: کسانی از یکدیگر می‌رنجند که از هم توقع داشته باشند و کسانی از هم توقع دارند که یکدیگر را دوست داشته باشند؛ بنابراین، زن و شوهری که ازدواج آن‌ها بر اساس مهر و محبت بنا شده، حق دارند که بیش از دیگران از هم توقع داشته باشند و در نتیجه بیش از دیگران از هم برنجند. رنجش، امری کاملاً طبیعی است، اما باید مراقب باشیم دلخوری‌های خود را از همسرمان پوشیده نگه نداریم؛ زیرا رنجش‌های کوچک و جزئی تدریجاً در روح و روانمان انباشته می‌شود و جرقه‌ای می‌تواند این انبار منتظر حادثه را شعله‌ور سازد.

ترموستات روان

هر سیستم حرارتی یک ترموستات دارد. ترموستات روان ما نیز تخلیه فشارهای درونی است. برای تخلیه فشارهای درونی، باید التهاب‌های انباشته شده خویش را خارج کنیم. با گفت‌وشنود می‌توانیم هر رنجش و دلگیری را از خود دور کنیم. به شرطی که با فنون آن و راه صحیح رفع دلخوری‌ها آشنایی کامل داشته باشیم. افراد به هنگام گفت‌وگو، اطلاعات لازم را در اختیار یکدیگر قرار می‌دهند و از نظرات و عقاید همدیگر آگاه می‌شوند که نتیجه آن، دست‌یابی به راه‌حل عقلانی و منطقی و نهایتاً برقراری تفاهم نسبی است. در زندگی زناشویی، دلخوری‌ها، شکایت‌ها و مشاجره‌ها فراوان است و اگر چنین نباشد باید نگران بود، زیرا به‌یقین رابطه زوجین به سردی گراییده و نسبت به هم بی‌اعتنا شده‌اند و درحالی‌که از هم رنجش دارند به زندگی یکنواخت خود ادامه می‌دهند.

ریزه‌کاری‌های یک گله‌گذاری

بهتر است به‌جای قهر با همسر با خودخواهی‌مان خداحافظی کنیم و بپذیریم رابطه‌ای معقول و موردپسند است که بر حس احترام به عقیده و گفتار طرف مقابل استوار باشد. همسرمان را همان‌طور که هست بپذیریم و بدانیم برای این‌که او به خواسته منطقی‌مان توجه کند، لازم است ما نیز به خواسته‌اش احترام بگذاریم. باید به شیوه پسندیده‌ای با او حرف بزنیم. اگر با او صحبت نکنیم از کجا بدانند چه خواسته‌هایی داریم؟ کسانی که معتقدند از این راه طرفی نیست‌اند باید بدانند به شیوه گفت‌وگو و مذاکره خانوادگی آشنایی کافی نداشته‌اند.



شاید بتوان گفت حساس‌ترین عامل برای تداوم یک گفت‌وگوی موفق، خلوص انگیزه‌هاست. توافق متقابل در صورتی حاصل می‌شود که هر دو طرف نسبت به حسن‌نیت و پاکی انگیزه طرف مقابل اطمینان داشته باشند.

۶. چند مثال انصاف، چند گرم منطق

یکی از پیش‌شرط‌های مذاکره، رعایت انصاف و منطق است. فقط شرایط و مشکلات خودتان را نبینید. سعی کنید طرف مقابل را هم درک کنید. اصلاً خودتان را به جای او بگذارید. با این کار بهتر می‌توانید به مشکلات او پی ببرید.

۷. ذهنتان را روی کاغذ کبی کنید

پیش از آن که دلخوری خود را با همسران در میان بگذارید، ابتدا عین آن را روی کاغذ بنویسید. به این ترتیب، سهم خود را در پیشامد مربوطه بهتر خواهید دید. از سوی دیگر نوشتن ماجرا از ابتدا تا انتها باعث آرامش نسبی‌تان می‌شود و درعین‌حال با یادآوری اتفاقات، به علت‌های آن بهتر آگاه می‌شوید.

۸. اسرار مگو را به کسی نگو

پیش از صحبت با همسر، هرگز موضوع را با دیگران (مثلاً مادر، خواهر و...) مطرح نکنید؛ چراکه ممکن است آن‌ها با راهنمایی‌های غلط خود، مشکل را بیش از حد بزرگ جلوه دهند و شما را به تصمیم‌گیری‌های عجولانه و نپخته‌ای وادارند.

۹. من عاشق حسن تفاهم!

در ابتدای صحبت تأکید کنید قصد شما از مطرح کردن این رنجش‌ها، رسیدن به حسن تفاهم است؛ زیرا معتقدید قهرهای طولانی و جدال، بی‌فایده است و راه به جایی نمی‌برد.

دیگری بسپارند تا به نتیجه بهتری برسند. به‌ویژه اگر موضوع گفت‌وگو، شدید و حاد باشد بهتر آن است که از همان شروع صحبت در این باره به توافق برسند. در صورتی که هر دو زوج یا یکی از آن‌ها در شرایط روحی خوبی نباشد و یا قادر به فکر کردن درباره موضوع موردنظر نباشد، سخنانشان به نتیجه مطلوب نخواهد رسید.

۴. در حضور احترام، گفت‌وگو کنید

بدون یک احترام متقابل، هیچ رابطه دوستانه و سالمی پدید نمی‌آید؛ چراکه برای دستیابی به یک توافق واقعی، حضور احترام ضروری است. یکی از لوازم احترام به یکدیگر آن است که همیشه بین موضوع مورد بحث و شخصی که با او بحث می‌کنیم، تفاوت قائل شویم. باید بیاموزیم که رفتار شخص را طرد کنیم نه خود او را.

اگر همسر من حرفی بزند یا کاری انجام دهد که باعث آزار و اذیت من بشود، کاملاً منطقی است که از رفتار ناراحت و دلخور شوم، اما غیرمنطقی است که رفتار او باعث شود عشق و احترامی که نسبت به او داشته‌ام نیز از میان برود.

۵. نیتتان را صابون بزنید

در آغاز گفت‌وگو و نیز در جریان آن هیچ‌گاه این نکته را فراموش نکنید که هدف شما از این صحبت، رفع مشکلات فی‌مابین است نه غلبه برطرف مقابل و به کرسی نشاندن حرف خود. از همین‌رو لازم است زن و شوهر با حسن‌ظن و خوش‌بینی با هم حرف بزنند و هیچ‌گاه درصدد محکوم کردن و شکست دادن طرف مقابل برنیایند. اگر صداقت، رخ نشان دهد، اعتماد حضور می‌یابد و گفت‌وگو با آرامش پیش می‌رود، بدون این که کسی ناراحت شود. آن وقت هر دو طرف می‌توانند به جای دفاع از موقعیت خودشان، بر موضوع مورد بحث تمرکز کنند.

هر گفت‌وگویی آدابی دارد که اگر به همه نکته‌ها و ریزه‌کاری‌هایش توجه شود، پایانی خوش به‌همراه خواهد داشت، اما اگر با پیش‌بینی و سیاست از قبل تعیین نشده شروع به شکوه و شکایت کنیم، چه‌بسا وضع را از آنچه که هست بدتر خواهیم کرد. نکات ذیل، یک گله‌گذاری صحیح را شرح می‌دهد.

۱. وقت گفت‌وگو را کوک کن

برای گفت‌وگو باید زمان درستی را انتخاب کنید، زمانی که هر دو طرف از هر فکر و دغدغه‌ای آزاد باشند و تمام توجه و تمرکزشان را به موضوع معطوف کنند. در ابتدا همسران باید بر روی این زمان مناسب توافق داشته باشند. عین بی‌منطقی است که انتظار داشته باشیم طرف مقابلمان همیشه در دسترس و آماده صحبت باشد.

تصور کنید مردی می‌خواهد درباره مسئله‌ای با همسرش صحبت کند، اما درست در همان لحظه زن باید بچه را بخواباند. همین‌طور، زن نیز نباید به‌محض این که شوهر از کار روزانه به خانه بازمی‌گردد، بنای گله و شکایت را بگذارد.

۲. جایی همین نزدیکی‌ها

به‌غیر از زمان، مکان مناسب هم بسیار اهمیت دارد. برای رسیدن به یک نتیجه مفید نمی‌توانیم در هر جایی گفت‌وگو کنیم. بهترین مکان جایی است که صدای تلفن و یا بچه‌ها و یا دیگران، تمرکز دو طرف را بر هم نزنند.

۳. گفت‌وگو به شرط بلخند...

در هنگام گفت‌وگو، لازم است هر دو طرف در شرایط مناسبی باشند. اگر قلبشان با آن کار نباشد، احتمال رسیدن به توافق، بسیار ضعیف است. هم‌چنین اگر در حین صحبت یکی از طرفین خسته و بی‌حوصله شود، باید ادامه گفت‌وگو را به زمان





۱۰. کاسب امتیاز نباشید

پیشاپیش یادآوری کنید شاید اصل ماجرا یک سوءتفاهم باشد و قصدتان از صحبت رفع آن است. مکرراً یادآور شوید که در پی حل مشکلات فی‌مابین هستید و نه امتیازاتی که از این راه به دست می‌آورید.

۱۱. مع‌گیری ممنوع

سعی کنید از نکات مثبت کارهای اخیر همسر یا آنچه از او پسندیده‌اید ذکری به میان بیاورید تا فضای مذاکره صمیمی شود. انتقادهای پی‌درپی، مع‌گیری‌های دائمی و محکوم کردن‌های معمول، روحیه طرف را خراب می‌کند. نخواهید به او ثابت کنید که همیشه اشتباه کرده است و شما بخشنده بوده‌اید. از راه تشویق بهتر می‌توانید در دیگران تغییر مثبت به وجود آورید.

۱۲. شاید من مقصرم

تاکید کنید ممکن است مقصر این ماجرا خودتان باشید؛ بنابراین محض رفع دلخوری‌ها اقدام به صحبت کرده‌اید. اگر تقصیری داشته‌اید حتماً آن را بازگو کنید و از همسران پوزش بخواهید. این کارتان، فضای گفت‌وگو را بهبود می‌بخشد. در این صورت همسران نمی‌اندیشد محاکمه‌ای در کار است. در ضمن، او نیز به نوبه خود آماده پذیرفتن اشتباهاتش می‌شود.

۱۳. مثل عقرب نیش نزنید

ضمن حل مسائل سعی کنید حرف‌هایتان را با زخم‌زبان، کنایه، تحقیر و تمسخر و تخطئه بیان نکنید؛ زیرا وضع از آنچه هست بدتر می‌شود. یک گفت‌وگوی خوب، از تهدید، ارباب و حمله به دور است؛ یعنی شخصیت همسران را در هم نشکنید، او را زیر سؤال نبرید و نخواهید ضعف، ناتوانی و بی‌عرضگی او را ثابت نکنید.

۱۴. وسط بحث ترازو نیاورید

در ضمن گفت‌وگو هرگز همسران را با دیگران مقایسه نکنید و محاسن آن‌ها را به رخش نکنید. اگر می‌خواهید مقایسه‌ای در کار باشد سعی کنید او را با خودش، یعنی خطای احتمالی‌اش را با رفتار خوب خودش در موقعیتی دیگر مقایسه کنید.

۱۵. دفتر خاطرات را ورق نزنید

از گذشته‌های دور یاد نکنید و پس از رفع دلخوری، او را وادار نسازید به گناهش اعتراف کند و از شما عذر بخواهد. این امر، غرورش را شکسته و او را جری می‌کند.

۱۶. با دنده یک‌دندگی نرانید

از یک‌دندگی و لجاجت بپرهیزید. بر چیزی هرچند درست پافشاری نکنید. اگر موضوعی در آن جلسه حل نشد، گفت‌وگو را به جلسه بعد موکول کنید و به همسران بگویید «چطور است بقیه حرف‌هایمان را وقت دیگری بزنیم.» هیچ‌وقت منطقتان را بی‌اشتباه ندانید.

۱۷. عطر صمیمیت بزنید

با لحنی دوستانه و مهربانانه صحبت کنید. تمام مدت گفت‌وگو مواظب باشید خشمگین نشوید. عصبانیت نه‌تنها شما را شخصی بی‌منطق و غیرمنصف جلوه می‌دهد، بلکه مانعی بر سر راه خواسته‌هایتان فراهم می‌سازد. همچنین

اگر احساس کردید که طرف صحبت شما خشمگین است به او فرصت دهید این انرژی مخرب را تخلیه کند و همه حرف‌هایش را بزند و به آرامش برسد.

۱۸. چشم از او برندارید

هنگامی که همسران درباره مطلبی توضیح می‌دهد، همه حواس خود را متوجه او سازید. با این رفتار خود ثابت کنید که او نیز دارای حق و حقوقی است. رعایت این امر مهم افزون بر آن که شما را به همکاری بیش‌تر تشویق و ترغیب می‌کند، موجب واکنش مشابهی نیز از سوی شخص مقابل می‌شود.

۱۹. پابرهنه وسط حرف او ندوید

در هنگام صحبت کردن همسران سرپا گوش باشید. با این رفتار ثابت می‌کنید که او نیز حق دارد هر چه می‌خواهد بگوید. از طرفی، همسر شما با حرف زدن تخلیه روانی می‌شود. وقتی گفته‌هایش تمام شد، آرامش و راحتی زیادی احساس خواهد کرد و پیش خود خواهد گفت من هم حرفم را زدم. به این ترتیب، امکان آشتی و رسیدن به تفاهم مطلق فراهم می‌شود.

۲۰. کیک آشتی ببیزید

به هر شکل ممکن می‌توانید رفع دلخوری را جشن بگیرید. خانم می‌تواند از هنر آشپزی بهره بگیرد و کیک یا شیرینی بپزد و آقا می‌تواند شاخه‌ای گل یا هر چیز جزئی موردعلاقه همسرش را به او هدیه کند. با بهره‌گیری از این شیوه‌ها، صمیمیت و آرامش مهمان همیشگی خانه شما ست.

منابع

۱. راز تفاهم در زندگی زناشویی
۲. چگونه با همسر خود سازش کنید ●



وقتی نگاه‌های با محبت به هم گرم می‌خورند

اشاره

چهره‌ای آمیخته به مهر و نگاهی سرشار از لبخند همراه با صدایی گرم و منطقی استوار که آسان به دل‌ها می‌نشست، خاطراتی است از کارشناس برنامه‌های تلویزیونی اخلاق در خانواده برای آن‌ها که استاد سید علی‌اکبر حسینی را از آن سال‌های دور به یاد دارند. در سال‌های بعد اگرچه استاد در مسند مسئولیت‌های متفاوتی حتی از جنس نمایندگی مردم تهران حضور داشت اما همه او را با «اخلاق در خانواده» می‌شناختند درست مثل بهانه ما برای این گفت‌وگو. این مرد نیک‌پندار و راستین هنوز سرشار از مهربانی است و شیوه‌ای پر از تواضع دارد. این مصاحبه شمیمی است از باغ بهارگونه پندارش.

یک تعریف از زندگی

تکاپوی در وصول به کمال

چگونه به آموخته‌های اخلاقی مان عمل کنیم؟

خیلی ساده نیست. باید از خدا کمک خواست و در انجام آن چه می‌دانیم سعی کنیم. بدون سعی و لطف خدا موفق نمی‌شویم.

پنج رکن یک آرمان خانواده

عبادت در خانواده، دلسوزی، مهرورزی درون خانواده، قناعت و رفاه نسبی.

پنج دشمن خطرناک آن

چشم و هم‌چشمی، زیاده‌طلبی، بی‌مهری، تهی بودن خانواده از یاد و ذکر خدا و عاقبت‌نیاندیشی نسبت به رفتار یکدیگر.

تعریف شما از اصالت خانوادگی

اصالت به معنای ریشه‌دار بودن است. در نگاه ما ریشه همه سعادت‌ها و موفقیت‌ها ایمان به خداست. خانواده‌ای که بر مبنای ایمان به خدا تشکیل شده باشد، خانواده‌ای اصیل و موفق است.

سوره خانواده

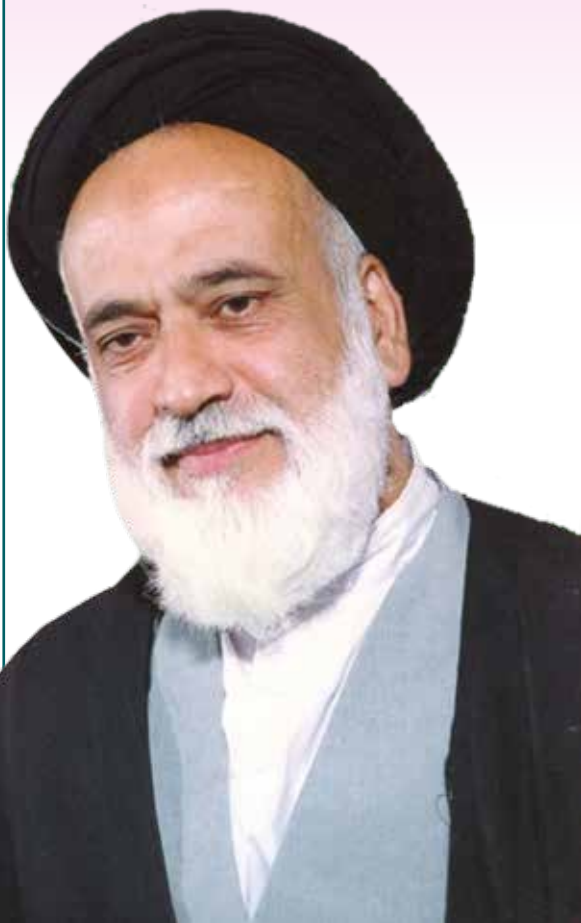
شاید بتوان سوره روم را سوره خانواده شمرد؛ «و من آیاته ان خلق لکم من انفسکم ازواجاً لتسکنوا الیها و جعل بینکم موده و رحمه...»

یک روایت عاشقانه در باب خانواده

رسول خدا ﷺ می‌فرمایند: این که به همسرت بگویی دوست دارم هرگز از یادش نمی‌رود.

چند الگوی خانوادگی از چهره‌های مشهور علما در گذشته و اکنون

جناب علامه طباطبایی رحمه الله حضرت امام خمینی رحمه الله و رهبر معظم انقلاب حضرت آیت‌الله خامنه‌ای (دام‌ظله‌العالی). این افراد از نظر رفتار با خانواده بسیار ممتاز هستند.





سه کتاب برای کتابخانه خانواده

فقط یک کتاب را معرفی می‌کنم و آن «اخلاق در خانواده» است. (خنده استاد)

بهترین هدیه

صفا و محبت و یادکرد خوبی‌ها و نیکی‌ها، با تقدیم آن چه برای شما میسر است.

یک راه‌حل کوچک وقتی شوهر غیرقابل تحمل می‌شود

صبر و تحمل و بردباری

و برای وقتی که زن...

مهرورزی و ابراز محبت

کتک زدن

به جای نوازش، خوب نیست.

قهر به عنوان یک راه‌کار

گاهی خوب است.

بهترین تنبیه

نگاه کم مهر

و بدترین آن‌ها

بی‌مهری

طلاق

زشت‌ترین و مبعوض‌ترین حلال

چرا برخی از آقایان از خانه و خانواده، فراری هستند؟

بعضی از اخلاق خودشان فرار می‌کنند و برخی هم از اخلاق همسرشان

همیاری در منزل

ضرورت زندگی و افزایش صفای آن

مهم‌ترین آفتی که زندگی طلبه‌ها

را تهدید می‌کند؟

کم‌توجهی به همسر و فرزند

سن ازدواج

وقت طلب و بلوغ عقل و جسم و رشد اجتماعی

مهریه

سنگین شدن مهریه موجب دشمنی است.

آیا درست است که به طلبه‌ها

سخت زن می‌دهند؟

اگر نشانی اشتباه بروند آری!

نقش همسر در شکوفایی فرد

زن و مرد دو نیمه انسان‌اند، اینان با ازدواج به کمال می‌رسند و یک انسان کامل را تشکیل می‌دهند. در حقیقت، بدون همسر شکوفایی میسر نیست.

استخاره برای ازدواج

نه‌چندان ضروری است؛ بلکه تحقیق و بررسی پیشین لازم است.

اگر توصیه کنند که دختر خانمی

را برای ازدواج با یک طلبه تشویق

کنید، چه می‌گویید؟

روحیات آن دختر خانم را می‌سنجم اگر هدف اعلای زندگی را دریافته باشد به او می‌گویم در مسیر این هدف می‌توانی با این همسر همراه باشی و به احیای حق و انتشار معارف اسلام کمک کنی و با این طریق، زندگی‌ات را از بی‌معنایی نجات بدهی.

یک آفت زندگی امروزی‌ها

زیاده‌خواهی‌های تجمل‌طلبانه.

مرز دخالت و مشورت

مشورت، هم‌فکری است ولی دخالت وارد شدن در عمل مستقل دیگری است.

مادر شوهر

می‌تواند رفیق و راهنمای عروس باشد.

مادرزن

مادر دلسوزی است که معمولاً حقش ادا نمی‌شود.

اگر مجبور باشید از بین سه

گزینه مردسالاری، زن‌سالاری و فرزندسالاری یکی را انتخاب کنید

هیچ کدام

اگر مجبور باشید!

باز هم هیچ کدام، باید خدسالاری و حق‌سالاری در خانواده حاکم باشد.

کار بیرون خانم‌ها

در صورت ضرورت لازم است.

چند بچه کافی است؟

هراندازه بتوان به تربیت و سلامتشان پرداخت.

نظر تان درباره ازدواج با تنها دختر

مرد ثروتمندی که تا حالا دو بار

سکته کرده؟!

اگر ثروت ملاک ازدواج باشد، موجب رنج شوهر خواهد شد.

آیا عقد دختر عمو و پسر عمو در

آسمان‌ها بسته شده؟

اگر در زمین بسته شود ممکن است در آسمان هم این‌گونه شود؛ والا ازدواج با خویشاوندان نزدیک ممکن است پیامدهای سوئی داشته باشد. آزمایش‌های ژنتیکی این را معین می‌کند.

به یک پسر جوان که بین دو

گزینه زشت صاحب کمال و زیبای

معمولی گرفتار شده، چه مشاوره‌ای

می‌دهید؟

سفارش می‌کنم در جست‌وجوی دیگری باشد که هم دارای کمال است و هم زشت

ظاهر نباشد.

رسیدگی شود.

یک حدیث بگین

پیامبر ﷺ فرمودند: بهترین شما کسی است که برای خانواده‌اش بهترین باشد و من برای خانواده‌ام از همه شما بهتر هستم.

یک دعا برای خوانندگان این مصاحبه

ان شاء الله خدای متعال همه همسرانی که این نشریه را مطالعه می‌کنند با هم مانوس و مألوف کند و بر عشق و محبتشان بیفزاید و این عشق و محبت را در راه رضا و محبت خدا قرار دهد. ●

و خاطره‌ای از مقام معظم رهبری

یکی دیگر از فرزندانم را هم مقام معظم رهبری عقد کردند و بعد چند جمله کوتاه فرمودند که مفادش این است - البته سفارش‌های رهبر معظم انقلاب به زوج‌هایی که برای خواندن عقد نزد ایشان می‌آیند در کتابی به نام مطلع عشق چاپ شده - ایشان فرمودند: اگر یک گلدان مصنوعی به خانه ببرید خیلی احتیاج به رسیدگی ندارد اما اگر یک گلدان واقعی یا یک گل طبیعی را به خانه ببرید، باید مرتب به نور و هوا و آب این گلدان رسیدگی کنید. انسانی را هم که شما به خانه می‌برید یک گل بوته طبیعی و یک گل محمدی است باید به این گل

شیرین‌ترین لحظه

آن هنگام که نگاه‌های پر محبت به هم گره می‌خورند.

بزرگ‌ترین نعمت

سلامت و امنیت که هر دو ناشناخته‌اند.

برخی فقط به دنبال زیبایی ظاهر هستند

زیبایی ظاهر هنگامی خوب است که با کمال و زیبایی روحی و اخلاقی جمع شده باشد.

چرا می‌گویند نوه، عزیزتر از فرزند است؟

یکی از دوستان می‌گفت: برای این که لذت مهرورزی را دارد ولی زحماتش با دیگری است.

یک ضرب‌المثل خانوادگی

میهمان، صفای زندگی است.

سؤالی که دوست داشتید از شما

پیر سَم

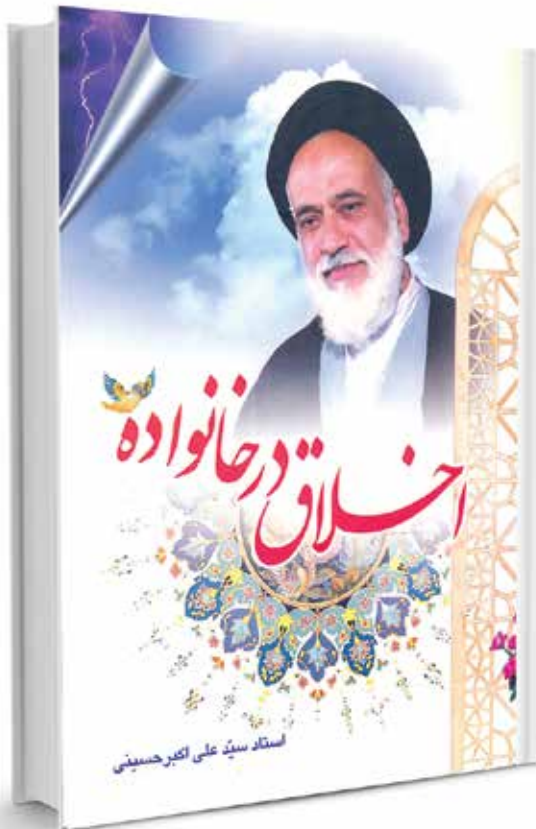
شما با خانواده چگونه‌اید؟

حالا این سؤال را از شما می‌پرسیم

آن را باید از خانواده بنده سؤال کنید

خاطره‌ای از امام در باب خانواده

در سال‌های آخرین عمر حضرت امام ﷺ فرزندم را در خدمت ایشان بردم تا عقدشان را بخوانند. امام بعد از عقد کوتاهی رو کردند به عروس و داماد و فرمودند: با هم بسازید با هم رفیق باشید. بار دوم رو کردند به عروس و داماد و باز فرمودند با هم بسازید با هم رفیق باشید. بار سوم هم همین دو جمله را تکرار کردند. معلوم می‌شود این دو گوهر در نزد امام بسیار ارزشمند بود.





آقا! اجازه

تأملی کوتاه در یک حکم شرعی
روح‌الله حبیبیان

که شوهر بخواهد.
اگر با دقت به حقوق ذکر شده بنگریم می‌توانیم تا حدودی با دیدگاه اسلام در امر ازدواج آشنا شویم که این خود می‌تواند پاسخی بر سؤالات مختلف در این زمینه باشد.

بی‌تردید، بیش‌تر حقوق زن بر مرد در راستای رفاه، حفظ حرمت و منزلت اجتماعی اوست و در مقابل، حقوق مرد بر محور حفظ آرامش روانی، برآورده شدن نیازهای جنسی و تثبیت جایگاه سرپرستی و مدیریت او بر خانواده است که البته بررسی مطابقت این اصول با روحیات فطری و ذاتی زنان و مردان، پژوهشی عمیق و گسترده می‌طلبد، اما با توجه به همین مقدمه درباره مسئله لزوم اجازه گرفتن زن برای خروج از خانه می‌توان این حکمت‌ها را برشمرد:

- تهیه غذا به‌اندازه و نوع متعارف
- تهیه پوشاک متناسب با شأن زن
- تهیه لوازم موردنیاز خانه
- تهیه مسکن متناسب با شأن و منزلت اجتماعی زن
- بخشیدن اشتباهات ناشی از ناآگاهی زن
- خوش‌رویی و خوش‌رفتاری با او
- تعلیم احکام و مسائل اعتقادی (به‌وجوب کفایی)
- آمیزش جنسی در محدوده زمانی مشخص
- هم‌خوابی و سپری کردن شب با همسر.
- حقوق مرد بر زن هم به این شرح است:
- اجازه گرفتن از شوهر برای خروج از منزل
- انجام نذر و قسم با اجازه شوهر
- تمکین جنسی نسبت به او
- پاک کردن خود از هر چیزی که باعث دور کردن شوهر از تمتع جنسی می‌شود.
- رعایت نظافت و آرایش کردن در صورتی

از امور مهم و موردتوجه در حوزه مسائل شرعی خانواده، مسئله لزوم اجازه گرفتن زن از شوهر برای خروج از خانه است. همان‌طور که می‌دانید از نظر اسلام «زن موظف است برای خروج از خانه از شوهر خود اجازه بگیرد و الا مرتکب کار حرامی شده است.»

قبل از پرداختن به جزئیات این مسئله بد نیست نگاهی کلی و عمیق به این حکم شرعی بیندازیم؛ چون شاید به‌نظر برسد این حکم با آزادی‌های فردی و اجتماعی زن منافات دارد و نوعی اهانت به حریم زنان در آن نهفته است. از دیدگاه اسلام پس از ازدواج، زن و شوهر حقوق متقابلی را بر یکدیگر پیدا می‌کنند که هر دو طرف شرعاً و قانوناً ملزم به رعایت آن‌ها هستند؛ در این میان، حقوق زن بر مرد در این موارد خلاصه می‌شود:

کند تا بدون اجازه شوهر و با اختیار خود از خانه خارج شود؟

بیش‌تر مراجع چنین شرطی را صحیح نمی‌دانند اما برخی از مراجع می‌فرمایند می‌تواند شرط کند که شوهر برای خروج از خانه به او اجازه بدهد و یا برای امور شخصی مثل کار در خارج از خانه یا فعالیت‌های شخصی شرط کند و در صورت قبول این شرط توسط شوهر اجازه گرفتن نیاز نیست.

اگر شوهر از روی لجبازی یا به‌خاطر انتقام گرفتن از زن به او اجازه خروج از خانه را ندهد باز هم منع او محترم است؟

هرچند چنین رفتاری از طرف مرد مصداق ظلم و حرام است اما باید اجازه او برای خروج از خانه وجود داشته باشد و الا زن مرتکب معصیت می‌شود.

آیا در کارهای واجبی نظیر صله‌رحم و دیدار از پدر و مادر و یا شرکت در مجالس مذهبی هم باید از شوهر اجازه گرفت؟

بسیاری از این امور واجب نیستند البته اگر فراگرفتن احکام شرعی لازم، متوقف بر خروج از منزل باشد طبق نظر برخی از مراجع اجازه شوهر نیاز نیست و به علاوه از آنجا که صله‌رحم و مانند آن بدون خروج از خانه هم انجام می‌شوند نمی‌توان از اجازه شوهر چشم‌پوشی کرد.

حالا اگر در یک کار فوری و فوری شوهر در منزل نبود چه کار باید کرد؟ آیا می‌توان از خانه خارج شد و بعد از شوهر اجازه گرفت؟

در مانند این امر که علم به رضایت شوهر شرط است، اجازه بعدی یا جلب رضایت بعد از انجام کار به درد نمی‌خورد و اگر راهی برای اطلاع از رضایت شوهر وجود ندارد باید تقوا به خرج داد و از منزل خارج نشد مگر این که مورد از امور مهم باشد مثلاً جان یا آبروی مسلمانی در خطر جدی باشد. ●

یکی از مؤثرترین عوامل بر هم خوردن آرامش روانی مرد بوده که می‌تواند زمینه سوءظن‌ها و دغدغه‌های روانی را برای او ایجاد کند؛ از این رو اسلام تلاش می‌کند همواره زن‌ها را در غیر از موارد ضرورت، از خروج از سنگر امن خانواده باز داشته در این موارد نیز آن را تحت ضابطه و قانون درآورد. تا این‌جا با مقدمه‌ای نسبتاً طولانی به اصل مسئله پرداختیم اما جزئیات و فروعات آن:

آیا این اجازه مربوط به همه زن‌ها و در هر سنی است یا تفاوت دارد؟

این امر درباره زن‌های مختلف تفاوتی ندارد و پیر و جوان و باحجاب و بدحجاب و دارای شوهر متدین و غیرتی و یا بی‌دین و بی‌غیرت در آن یکسان هستند اما فقط در خصوص زنانی است که به عقد دائم درآمده‌اند والا در عقد موقت که در آنجا حریم خانواده دارای ضوابط مخصوص به خود است، این شرط وجود ندارد.

اجازه گرفتن به چه معنی است؟ آیا باید برای هر کار جزئی مانند خریدن سبزی هم باید اجازه گرفت؟

اجازه شوهر نقش ایزاری دارد یعنی یکی از راه‌های اطلاع یافتن زن از رضایت شوهر است. یعنی زن باید نسبت به رضایت شوهر یقین بیابد. این اطمینان ممکن است با یک اجازه کلی در ابتدای ازدواج یا یقین موارد مشخص از قبل صورت بگیرد و تکرار آن برای هر دفعه ضرورتی ندارد حتی اگر اجازه قبلی گرفته نشده ولی زن اطمینان دارد که شوهرش از رفتن او به محل موردنظر رضایت دارد می‌تواند از منزل خارج شود؛ البته اگر احتمال ضعیف ناراضی‌ای یا شک در ناراحتی او هم بدهد، نمی‌تواند با «ایشالا راضیه» یا «بعداً راضیش می‌کنم» به این کار حرام تن بدهد و یقین و اطمینان داشتن ضرورت دارد.

آیا زن در هنگام عقد می‌تواند شرط

۱. خانواده مجموعه‌ای نظام‌مند

هر مجموعه موفق نیازمند یک سرپرست و مدیر است و بدون آن، خواسته یا ناخواسته انبوه مشکلات و اختلافات، دستیابی به اهداف مطلوب را ناممکن می‌سازد. خانواده نیز با همه همدلی‌ها و صمیمیت‌هایی که در آن وجود دارد از این قاعده مستثنا نیست بلکه از نظر اسلام که در هر مجموعه کوچک حتی در یک گروه دو نفره رفاقتی که مسافرتی کوتاه را با هم تجربه می‌کنند دستور به انتخاب یک مسئول و تصمیم‌گیرنده نهایی داده شده، این ضرورت در خانواده بسیار جدی‌تر خود را نشان می‌دهد؛ از نظر اسلام سرپرستی خانواده برعهده مرد قرار گرفته و این امر از آیه شریف «الرجال قوامون علی النساء» هم به‌دست می‌آید زیرا در زبان عربی به مدیر یک مجموعه یا اداره «قوام» گفته می‌شود.

روشن است که رعایت احترام اعضای مجموعه و نظرخواهی و هم‌فکری با آن‌ها از ویژگی‌های مدیر موفق است، اما در هر حال یک مدیر کاردان باید احاطه و اشراف کامل بر فعالیت‌های افراد مجموعه خود داشته باشد و خروج همسر از خانه هم در همین راستا توجهی کاملاً عقلانی و منطقی خواهد داشت.

۲. آرامش روانی خانواده

آرامش و سکون از اهداف اصلی ازدواج است که از طریق برآورده‌شدن نیازهای جسمی، روحی و عاطفی حاصل می‌شود؛ بی‌شک یکی از عوامل تأمین‌کننده این آرامش روحی برای مرد احساس محفوظ و امن بودن حریم خانواده و افراد آن از تعرضات مختلف اجتماعی است.

از آنجا که زن به شکل‌های گوناگون در معرض آسیب‌ها و تهدیدهای اجتماعی است و از سویی فضای خانه یکی از اصلی‌ترین سنگرهای حفظ و حراست از اوست. احساس اختیار زن برای خروج از این سنگر امن و ورود در فضای آسیب‌زا



باورهای شکسته

باورهای نادرست در تعارضات همسران

علی صادقی سرشت

از مهم‌ترین عوامل ایجاد تنش و تعارض در روابط زوجین، باورهای نادرستی است که همانند موربانه به جان آرامش آن‌ها می‌افتد و بعد از مدتی خانواده را که باید کانون صلح و آرامش باشد، مرکز جنگ و ستیز می‌کند. در این نوشته کوتاه خوانندگان محترم خانه‌خوبان را با برخی از مهم‌ترین باورهای نادرست آشنا می‌کنیم:

اگر همسر من را ببخشم فکر می‌کند کم آورده‌ام!

«اگر ببخشم کوچک میشم!» در فرهنگ دینی، این نگرش، کاملاً نادرست است و باور منطقی جایگزین آن که ریشه در مبانی دینی دارد این است که «اگر ببخشی، عزیز می‌شوی.»

اگر ببخشی، به سخن خداوند متعال گوش فراداده‌ای و هر کسی که با خدا و گوش به فرمان او باشد، بی‌شک عزیز خواهد شد؛ در این باره این سخنان رسول خدا ﷺ تأیید کننده این باور است:

* کسی که از ستمی درمی‌گذرد، در عوض، خداوند در دنیا و آخرت، به وی عزت می‌دهد.^۱

* بر شما باد به گذشت کردن، که عفو جز بر عزت بنده نیفزاید؛ پس عفو کنید تا خداوند شما را عزیز گرداند.^۲

اگر همسر من، از من و زحمتهایم تشکر نکند، دیگر انگیزه‌ای ندارم!

اگر این باور را با این عقیده جایگزین کنیم که آن‌چه از لطف به همسر خود ارزانی داشته‌ایم در حقیقت به خود کرده‌ایم، دیگر همسرمان را در تشکر نکردن، کاهل نمی‌شماریم و توقع تشکر از او نداریم؛ البته وظیفه همسر تشکر کردن در برابر لطفی است که در حق او شده است، اما اگر چنین نکرد نباید خود را ناراحت کنیم چرا که ما با لطف خود به او، در حقیقت ثوابی از سوی خداوند متوجه خود کرده‌ایم و در حقیقت طرف حساب ما خداوند است نه همسرمان. وجود این باور یعنی از بین رفتن سلسله‌ای از کشمکش‌ها، در این باره به این روایت‌ها بنگرید:

■ امام علی (علیه السلام) می‌فرماید: کسی که از تو سپاسگزاری نمی‌کند، نباید تو را نسبت به نیکی کردن، بی‌ رغبت سازد؛ زیرا بی‌ تردید، کسی که از آن کار تو بهره‌ای نمی‌برد (یعنی خداوند) از تو قهردانی می‌کند و از سپاسگزاری خدا، به بیش از آن چیزی می‌رسی که فرد ناسپاس فرو گذاشته است و خداوند، نیکوکاران را دوست می‌دارد.^۳

■ امام صادق (علیه السلام) می‌فرماید: کسی که بداند آن‌چه کرده، به خود کرده، مردم را در سپاسگزاری، مسامحه کار نمی‌شمرد و انتظار افزایش مودت از آن‌ها ندارد؛ پس تشکر کاری را که به‌سود خود کرده‌ای و آبروی خود را با آن حفظ نموده‌ای، از دیگران نخواه.^۴

■ خداوند متعال نیز در آیه ۹ سوره انسان به یک سرمشق خانوادگی رهنمون می‌کند: خانواده‌ای که برای انجام کارهای نیک انتظار تشکر و سپاس از هیچ‌کس نداشتند. سه شب پیاپی، مسکین و یتیم و اسیر در خانه حضرت امیرالمؤمنین علی (علیه السلام) و حضرت زهرا (علیه السلام) و فرزندان گرامی آن‌ها را زدند و ایشان طعام افطار خود را به آن‌ها بخشیدند. «ما تنها برای خدا به شما غذا دادیم و نه از شما عوض آن را می‌خواهیم و نه توقع تشکر از شما داریم.»

اگر این‌طور باشیم، فکر میکنه من نوکر و کلفتشم!

برخی زوج‌ها از خدمت کردن به همسر خود تعبیر به کلفت بودن و نوکر بودن



فرصتی برای تفریح و با هم بودن گذاشته شود، زندگی را خسته کننده و ملال آور می کند. آری پول درآوردن برای اداره زندگی لازم است، اما برخی به پول درآوردن اعتیاد پیدا می کنند و یادشان می رود که آن ها پول درمی آورند که زندگی کنند نه این که زندگی می کنند تا پول دربیآورند.

اعتیاد به پول درآوردن به این معنا نیست که این افراد لزوما پولدار می شوند، بلکه به این معناست که تمام وقت خود را در پی به دست آوردن پول می گذرانند همانند معتادی که همه وقت خود را صرف پیدا کردن موادمخدر خود می کند، حال موفق شود یا خیر؛ بحث دیگری است. عموماً کسانی که تمام تمرکزشان را برای هدف ثروتمند شدن می گذارند، خیلی تنها هستند و توانی که برای پولدار شدن می پردازند، بسیار گزاف است. باید توجه داشت که ارزش زندگی به مقدار پولی که وارد خانه می شود نیست، بلکه ارزش آن به میزان عشق، عاطفه و صمیمیتی است که به زندگی تزریق می شود.

باید به جای خرج تراشی های افراطی، چشم و هم چشمی های ضربربار و تشریفات، تجملات، سطح نیازمان به پول را در زندگی پایین بیاوریم تا بتوانیم برای تفریح ها و با هم بودن هایمان وقتی پیدا کنیم.

پی نوشت ها

۱. الأُمالی طوسی، ص ۱۸۲، ج ۳: ۳۰۶ بحار الأنوار، ج ۷۱، ص ۴۱۹، ح ۵۱.
۲. الکافی، ج ۲، ص ۱۰۸، ح ۱۲۱؛ بحار الأنوار، ج ۷۱، ص ۴۱۹، ح ۴۹.
۳. نهج البلاغه، حکمت ۲۰۴.
۴. الکافی، ج ۴، ص ۲۸، ح ۱.
۵. وسائل الشیعه، ج ۲۰، ص ۱۷۲، ح ۲۵۳۴۲.
۶. الأُمالی صدوق، ص ۴۹۶، ح ۶۷۸؛ بحار الأنوار، ج ۱۰۴، ص ۱۰۶، ح ۱.
۷. الکافی، ج ۵، ص ۳۳۴. ●

هم شرعاً بر ما لازم است که از آن امانت به شکلی مناسب مراقبت کنیم. با این حال، هرچه امانت گزار، کریم تر و محترم تر باشد، مراقبت از امانت وی اهمیت بالاتری دارد، به ویژه اگر در حفظ آن تأکید هم شده باشد.

حکم های کلی نادرست

یکی از باورهای ضربه زننده، حکم های کلی نادرستی است که برخی زوجین در ذهن خود آن ها را پرورش داده اند و بر اساس آن حکم می کنند.

نمونه هایی از حکم های نادرست همسران عبارت اند: مردها سرد و بی عاطفه هستند؛ زن ها غیر منطقی هستند؛ مردها سرکوب کننده عواطف همسرانشان هستند؛ زن ها از لحاظ شخصیتی ضعیف هستند؛ مردها همیشه یک طرفه حکم می کنند؛ زن ها همیشه کارها را خراب می کنند؛ مردها خودخواه هستند؛ زن ها سیری ناپذیرند و... قضاوت بر اساس این پیش داوری های نادرست ذهنی، به موضع گیری ها و تصمیم گیری های نادرست و نامناسب بعدی منتهی می شود.

واقعیت این است که ممکن است هر فردی چه زن و چه مرد در موقعیتی، رفتار زیاده خواهانه و یا غیر منطقی و یا غیر عادلانه و یا زورگویانه در پیش بگیرد، اما این رفتار وی لزوماً ربطی به جنسیت او ندارد و همین طور ربطی به افراد دیگری که مشابه وی هستند ندارد و حتی نمی تواند رفتار غالب آن فرد در تمام موقعیت های گوناگون تلقی شود، چرا که ممکن است همین فرد در وضعیت دیگری رفتار متفاوتی را در پیش بگیرد.

پول، مهم ترین رمز خوشبختیه!

متأسفانه برخی از زوجین مهم ترین رمز خوشبختی را در پولداری می پندارند و برای رسیدن به این هدف تلاش می کنند درحالی که همیشه کار کردن، بدون این که

می کنند؛ باور غلطی که زندگی را به گرداب کشمکش ها می کشاند. در مقابل، اگر این باور دینی جایگزین شود که همسر، خود را خدمت گذاری از خدمت گزاران الهی در قبال دیگری بداند، در حقیقت باور سازنده ای را برگزیده که شیرینی را به زندگی زوجین تزریق می کند. کسی که خود را خدمت گذاری از ناحیه خداوند بزرگ بداند، سعی می کند نماینده خوبی از ناحیه او باشد. در تأیید این باور می توان به این روایات اشاره کرد:

■ رسول خدا ﷺ می فرماید: هر زنی که به همسرش آب دهد، ثواب این عمل برای او از یک سال روزهداری و شب زنده داری، برتر است.^۵

هم چنین در روایتی دیگر می فرمایند: هر زنی که در خانه شوهر خود، به قصد مرتب کردن آن، چیزی را جابه جا کند، خداوند به او نظر (الطف) می کند و خدا به کسی که نظر (الطف) کند، عذابش نمی دهد.^۶

■ امام علی (علیه السلام) می فرماید: بهترین زنان شما، زنانی هستند که نرم خوی و اهل مدارا هستند. اگر شوهرش غضب کند، خشم نمی گیرد و از او راضی است؛ او خادمی از خادمان الهی است.^۷

هم چنین درباره تلاش مرد در خدمت به زن و فرزندانش و کسب روزی حلال نیز روایات فراوانی داریم که ثواب آن هم چون جهاد در راه خداست و جهادگر و رزمنده در خدمت خدا و دین اوست.

من مرد هستم؛ هر جوری دلم بخواد می تونم رفتار کنم!

برخی از مردها فکر می کنند چون قوی ترند، هر جور دلشان بخواهد می توانند برخورد کنند.

در برابر این باور غلط، اگر آقایان این باور را در خود تقویت کنند که «همسر، امانتی از ناحیه خداوند نزد من است»، زندگی رنگ و طعم دیگری می گیرد. وقتی امانتی از کسی نزد ماست، هم عقلاً و هم عرفاً و



خر برفت و خر برفت و خر برفت!

ابراهیم اخوی

به این حکایت توجه کنید:

فردی صوفی، در راه مسافرت، به خانقاهی رسید و شب آن جا ماند. خرس را آب و علف داد و در طولیله را بست و به جمع صوفیان پیوست. صوفیان، فقیر و گرسنه بودند و پنهانی خر مسافر را فروختند و غذا و خوردنی خریدند و آن شب جشن مفصلی بر پا کردند. مسافر خسته را احترام بسیار کردند و از آن خوردنی ها خوردند و صاحب خر را گرمی داشتند. او نیز بسیار لذت می برد. پس از غذا، رقص و سماع آغاز کردند. مطرب آهنگ سنگینی آغاز کرد و می خواند «خر برفت و خر برفت و خر برفت». صوفیان با این ترانه گرم شدند و تا صبح پای کوبیدند، دست افشاندند و شادی کردند. مسافر نیز به تقلید از آن ها ترانه خر برفت را با شور می خواند. هنگام صبح همه خداحافظی کردند و رفتند. صوفی بارش را برداشت و به طولیله رفت تا بار بر پشت خر بگذارد و به راه ادامه دهد، اما خر در طولیله نبود. با خود گفت: حتماً خادم خانقاه خر را برده تا آب بدهد. خادم آمد ولی خر نبود. صوفی پرسید «خر من کجاست؟ من خرم را به تو سپردم

و از تو می خواهم». خادم گفت: صوفیان گرسنه حمله کردند، من از ترس جان تسلیم شدم. آن ها خر را بردند و فروختند؛ تو گوشت لذیذ را میان گربه ها رها کردی! صوفی گفت: چرا به من خبر ندادی، حالا که آن ها همه رفته اند، من از چه کسی شکایت کنم که خرم را فروخته اند و پولش را خورده اند؟ خادم گفت: به خدا قسم، چند بار آمدم تو را خبر کنم. دیدم تو از همه شادتر هستی و بلندتر از همه می خواندی خر برفت و خر برفت! خودت خبر داشتی و می دانستی، من چه بگویم؟ صوفی گفت: آن غذا لذیذ بود و آن ترانه خوش و زیبا، مرا هم خوش می آمد.

مر مرا تقلیدشان بر باد داد

ای دو صد لعنت بر آن تقلید باد

آن صوفی از طمع و حرص به تقلید گرفتار شد و حرص، عقل او را کور کرد.

این روزها نرم افزارهای ارتباطی تلفن همراه، خیلی ها را سرگرم کرده است. واتس آپ، وایبر، لاین، تانگو و... نرم افزارهای پرطرفداری هستند که به راحتی در صفحه گوشی ما عرض اندام می کنند و ما هم نوا

با دیگر افشار باکلاس جامعه که از سواد رسانه ای! بالایی برخوردارند، دست از گوشی برنداشته و گاهی تا پاسی از شب به واکاوی محتوا و انتقال پیام مشغولیم که بسیار هم مهم و سرنوشت سازند تا جایی که کارشناسان اعلام کرده اند: ۹۵ درصد کاربران وایبر محتوایی چون سلام، صبح بخیر و من دارم می رم بخوابیم را در این نرم افزار مبادله می کنند! و به جای آن حس عمیقی ناشی از به روز بودن، مفید بودن برای هزاران نفر و این که من تکیه گاه روحی بسیاری هستم را دریافت می کنند...!

از فریب همه که بگذریم، محال است بتوانیم سر خودمان کلاه بگذاریم و آسوده باشیم. واقعیت این نیست که گفتیم، بلکه تکراری است که همراه با دیگر کاربران همانند صوفیان حکایت بر زبان داریم و خبر از کف رفتن سرمایه را فراموش کرده ایم. تعجب نکنید! با نگاهی عمیق تر به دنیای رسانه ای که دشمن عزیز! در اختیار ما گذاشته است، دست کم به چند آسیب پی می بریم که به مرور و با توجیه و لذت، در ذهن و جان ما رسوب می کند و استحاله آرامی را پدید می آورد. برخی از این آسیب ها را با هم مرور می کنیم:

۱. وقت مهم نیست

یکی از پیام های خطرناک که به تدریج در ما رسوب می شود این است که هر وقت و به هر میزان خواستید، می توانید ارتباط بگیرید. اصلاً مهم نیست که چه قدر وقت گذاشته اید بلکه آن چه مهم است میزان لذت شما از این ارتباط است. اگر تعداد ساعت هایی را که گروه سنی نوجوان و جوان با آن همه استعداد و توانایی پای این نرم افزارها هدر می دهند جمع کنیم، به آمار وحشتناکی می رسیم که می توانست تبدیل به شکوفایی فرد و جامعه او شود.

افت کند! حتی اگر این ارتباط گسترده باعث تنش‌های خانوادگی هم شد، باز مقاوم و مقتدر پای آن بمانید! شما دیگر نباید در این دنیا با این همه ابزارهای ارتباطی، تنها باشید. هیچ کس نباید تنها باشد!

با اندکی دقت در برخی آسیب‌ها، شاید وقت آن رسیده باشد که سری به موجودی خودمان بزنی و سراغی از آن بگیریم! شاید مرکب راهوار ما را هم از ما گرفته باشند که این چنین با دست و دل بازی امکانات خوش بودن ما را فراهم کرده‌اند! شاید روزی که متوجه می‌شویم، کمی دیر شده باشد! نکند امواج رنگارنگ، غافلمان کند و از مقصد باز مانیم، نگویید که گفتیم!

چند پیشنهاد

۱. اگر هنوز در این فضا وارد نشده‌اید، نیازی به تجربه کردن آن نیست!
۲. اگر قصد دارید هدفمند وارد این فضای مجازی شوید، برنامه محتوایی و زمان ورود و خروج خود را مشخصاً به خودتان اعلام کنید.
۳. اگر وابسته شده‌اید؛ به تدریج از میزان استفاده خود کم کنید. همچنین بار عاطفی این ارتباط را کاسته و به سمت بار علمی و عقلانی آن حرکت کنید.
۴. یادمان باشد که ما از رسانه مهم‌تریم؛ ما می‌توانیم که باید به رسانه خط بدهیم! ●

فضای رسانه‌ای به‌راحتی در حال اجرا در زندگی ماست؟! نسلی که ساعت‌ها پای دنیای مجازی قربانی می‌شود، چگونه تن به تعهدها خواهد سپرد و چگونه از نوجوانی که ذائقه روانی‌اش با بی‌حرکی و بی‌مسئولیتی ترکیب شده، انتظار دارید به رفتارهای دینی ثابت مانند نماز، حفظ، حریم‌های ارتباطی، تلاش برای موفقیت، آینده‌سازی و مانند آن فکر کند!

۴. نیاز نیست پاسخگوی افکار و رفتار خود باشید!

شما می‌توانید با هر کسی و هر چیزی شوخی کنید حتی با مقدسات! کافی است خلاقیت داشته باشید و تعداد بیش‌تری را با همین شوخی‌ها جذب گروه خود کنید. کسی از شما بابت اظهارنظر، ترویج افکار ضد دینی و همین حرف‌هایی که ردوبدل می‌کنید، بازخواست نمی‌کند. شما یک انسان کاملاً آزاد و رها هستید که فعلاً در دنیای مجازی و چند وقت دیگر در دنیای واقعی هم می‌توانید به ترویج افکار خودتان بپردازید!

۵. آدم موفق؛ یعنی آدم پر ارتباط!

هر که بامش بیش، برفش بیش‌تر! هر که با تعداد بیش‌تری ارتباط داشته باشد، انسان موفق‌تری است. مهم نیست که از این ارتباط تأثیر بپذیرد یا تأثیر بگذارد. مهم نیست که این ارتباط باعث پیشرفت تحصیلی و حرفه‌ای‌اش شود یا او را دچار

۲. حریمی وجود ندارد!

ارتباط حق شماست و با هر کسی، از هر جنسی، با هر فکری و به هر شیوه‌ای که خواستید می‌توانید لینک شوید، او را عضو گروه خود کنید و با همدیگر تبادل نظر داشته باشید. مهم نیست که شما آمادگی فکری روبه‌رو شدن با افرادی بی‌دین، دور از اخلاق، وسوسه‌انگیز و مانند آن را داشته باشید یا خیر! اگر محرم و نامحرمی گفته‌اند، اولاً این مال قدیمی‌هاست و ثانیاً برای دنیای واقعی است نه ارتباطات مجازی! دیگران روح شما را دوست دارند نه جسم شما را!

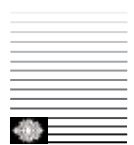
دست‌مریزاد به شیطان که راه چنین نفوذی را پیدا کرده و این افکار را بدون جنگ و خونریزی در ذهن نسل نو انداخته است. شگرد شیطان، زیبا جلوه دادن کارهای پراسیب است!

۳. هیچ چیز مهمی در زندگی نیست!

همه چیز بازی است! همه چیز شوخی است! هیچ چیز جدی و مهمی در دنیا وجود ندارد! شما آن قدر مهم هستید که اجازه داشته باشید با باورهای خودتان شوخی کنید، طنزهای مذهبی و اعتقادی مبادله کنید، قومیت‌ها را مسخره کنید! شما بسیار مهم هستید!

باورتان می‌شود که این چکیده یک نظریه علمی در غرب است و الان با ترویج





چگونه بچه‌ها شیرین می‌شوند

تنبيه

لازم است روش درست تنبيه را آموخت تا اگر به‌عنوان يك روش تربيتي، به آن نیاز شد، مؤثر و كم آسیب باشد.

● اگر قصد تنبيه دارید، این کار را بلافاصله پس از رفتار نادرست انجام دهید.

● آموزش و تشويق يادتان نرود؛ اگر او را برای دويدن به آن سمت خيابان تنبيه کردید، بايد روش صحيح عبور از خيابان را هم به او آموزش دهید و حتماً بعد از درست انجام دادن این کار، او را تحسین کنید.

● تنبيهی را که در تغيير رفتار منفي بی‌نتيجه بوده، تکرار نکنید. روش تنبيهی دیگر را بيازمايید.

● دفعات تنبيه را کم کنید تا کودک به آن عادت نکرده و تنبيه، به‌تدریج بی‌اثر نشود.

● خطاهای منجر به تنبيه را خیلی واضح توضیح دهید.

● رفتار سزاوار تنبيه را همیشه تنبيه کنید.

● کودک را به تنبيهی که انجام نمی‌دهید، تهدید نکنید.

● به‌جای تنبيه بدنی از روش‌هایی مثل محروم کردن از تفریحات، گرفتن برخی امتیازات و قهر کوتاه مدت استفاده کنید.

● هنگام خشم هرگز تنبيه نکنید.



تماشای زیاد تلویزیون

از همان خردسالی کودک...

● نوع برنامه و مدت زمان تماشای تلویزیون را معین کنید.

● زمان تقریبی خاموش کردن تلویزیون را از قبل به او تذکر بدهید.

● زمان صرف غذا، مطالعه و هنگام خواب، تلویزیون خاموش!

● تماشای تلویزیون به‌محض از خواب بیدار شدن، و شب‌ها تا زمان به خواب رفتن، یک عادت و الگوی منفي است؛ با آن مبارزه کنید.

● درباره درست و غلط، تخیلی یا واقعی بودن... آنچه در حال نمایش است، با کودک صحبت کنید.

● برای کودک معتاد به تلویزیون:

➤ فعالیت‌های لذت‌بخش، آموزنده و سرگرم‌کننده‌ای را جایگزین کنید.

➤ از خانواده برای کم کردن تماشای تلویزیون تعهد گروهی بگیرید.

➤ به اجرای تعهدات حتماً پاداش قابل ملاحظه بدهید.

➤ کودک را تشويق به خواندن داستان‌هایی بکنید که فیلم‌ها از آن‌ها ساخته شده‌اند.

➤ آخر هفته‌ها بیرون بروید.

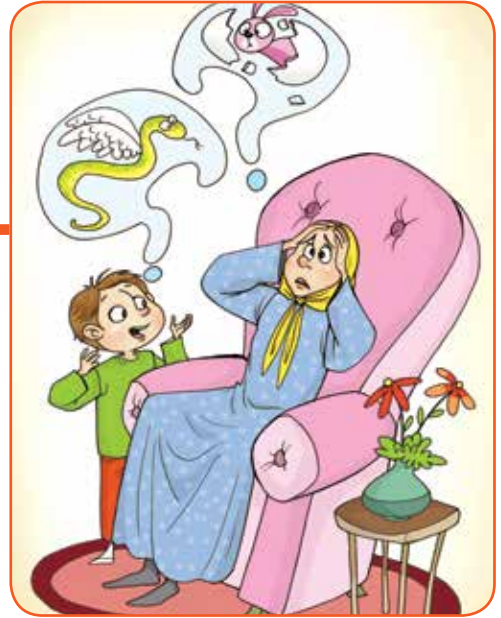
➤ اگر روش‌های بالا جواب نداد، از قفل تلویزیون استفاده کنید.



پرسشگری کودکان

کودکان در حدود دو تا سه سالگی درباره همه چیز می پرسند. اگر همیشه برای پاسخ گویی آماده باشید، با بزرگتر شدنشان، سؤال هایشان هم سنجیده تر و عمیق تر خواهد شد.

- با اولین چیزی که به ذهنتان می رسد، پاسخ ندهید.
- محتوای واقعی سؤالش را دریابید و متناسب فهم، حساسیت و توجه کودک نسبت به معنی واقعی پرسش ها، پاسخ دهید.
- سؤال های «صرفاً برای جلب توجه» را طوری پاسخ دهید که انگار می خواهید اطلاعاتی دریافت کند.
- با لحن بچه گانه جواب ندهید.
- طوری پاسخ دهید که انگار مسائل را می فهمد. در ضمن جواب، اسم اشیا و کارها را هم بگویید تا زبان آموزی نیز شکل بگیرد.
- در برابر زیاد سؤال کردن، بگویید «فقط تا پنج دقیقه می تونی هر سؤالی دلت خواست بپرسی!»
- در برابر سؤال اعتراض آمیز «چرا باید این کار را بکنم؟»
- با توضیحی کوتاه، دستور خود را تکرار کنید.
- سؤال دوباره اش را نادیده گرفته و به کارتان ادامه دهید.
- اطاعتش را تحسین کنید.
- اگر دوباره پرسید، محرومیت موقت در نظر بگیرید.



نظم آموزی

- خودتان الگوی نظم باشید.
- با محبت به کودک، هم او را از لحاظ روانی به آرامش برسانید و هم زمینه اطاعت او را از خود فراهم کنید.
- در سنین زیر ۶ سال، مرتب کردن وسایل را برای کودک تبدیل به یک بازی کنید. برای مثال بگویید «بینم می تونی تا ده شماره رختخوابت رو جمع کنی!» با تحسین و خلاقیت، این بازی را شاد و مفرح کنید.
- نظم را با تهدید، خشم و زورگویی آموزش ندهید.
- رفتاری را که می خواهید تغییر کند، دقیقاً مشخص کنید؛ بگویید «منظم باش!» بگویید «بعد از بازی، اسباب بازی هایت را در کمد بگذار!»
- فواید نظم را در قالب داستان یا بازی به کودک بیاموزید.
- در موارد بی نظمی، رفتار او را نقد کنید نه خود او؛ مثلاً بگویید «چه دختر بدی!» بگویید «از این که وسایل کف اتاق رو جمع نمی کنی، ناراحتم.»
- نظر و رفتاری ثابت در اجرای مقررات نظم داشته باشید.
- بدون برنامه ریزی قبلی، پاداش بدهید. بگویید «اگه کمدت رو مرتب کردی، می برمت پارک.» بگویید «آفرین، حالا که کمدت رو مرتب کردی، امشب میریم پارک.»



من هنوز هم پادشاهم؟

سیده زهرا برقی

فقط یه هل کوچیک دادم که بره کنار. بابا هم داد زد سرم. گوشم رو پیچوند و گفت: از این به بعد اگه داداشی رو هل بدی، جات توی خیابونه. من از خیابون می ترسم. ماشین داره. میاد آدمو زیر می کنه.

مامان گفته به ظرفهای شکستنی دست نزنم. نگفته که ظرفهای شکستنی رو هم دست نزنم. منم یه عالمه قابلمه درآورده بودم تا باهاش آهنگ بزنم. مامان رفته بود انباری رو تمیز کنه. همین که اومد جیغش رفت هوا. لباسمو گرفت و منو پرت کرد توی هال. بهش گفتم اگه یه بار دیگه منو پرت کنی، جات توی خیابونه. مامان عصبانی شد. زد روی دهنم. لبم درد گرفت. ولی خون نیومد. کاش خون میومد تا مامان برام غصه بخوره و دیگه دعوا نکنه.

مهر و جانماز بابارو داداش کوچیکه برداشته بود. من اومدم از دست داداشی بکشم تا بابا نمازش به هم نخوره. تسبیح بابا پاره شد. بابا هی الله اکبر می گفت که مهر رو بیار. منم هی داشتم دونههای تسبیح رو جمع می کردم که توی حلق داداشی نره یه وقت خفه بشه. بابا که نمازش تموم شد اومد به جای تشکر از من، من رو هل داد طرف دیوار و سرم داد زد. گفت: یه ساعته دارم الله اکبر میگم که مهر رو بیاری داری بازی می کنی؟ ببین تسبیح رو پاره کردی؟ دست و پاچلفتی! یه کار درست و حسابی بلد نیستی انجام بدی. من بغض کردم. دیگه نگفتم چرا من رو هل دادی. حتی آرزو نکردم کاش یه جام خون اومده بود. فقط گریه کردم؛ گریه، گریه، گریه...

امروز وقتی داداش کوچولو داشت با دکمههای کنترل ور می رفت، دعواش کردم. نباید دست بزنه به چیزی که مال اون نیست.

اصلاً هر چیزی صاحبی داره. اینو بابا میگه. خب راست میگه. من و مامان رفته بودیم مسجد. یه خانومی پاش رو گذاشته بود روی کفش من. خب کفش من، مال منه. نباید کسی پاشو بذاره روش. منم مشت کوبیدم به پای خانومه و گفتم برو کنار. خانومه هم زد پشت دستم و من گریه کردم. گرفت. اصلاً از اون موقع، از اون مسجد خوشم نمیاد دیگه.

بابا تبلتش رو به من نمیده. فقط وقتی تلویزیون اخبار میذاره، بابا برای این که من سروصدا نکنم، اجازه می ده من با تبلتش قطاربازی کنم. پس وقتی اخبار می ذاره، تبلت میشه مال من دیگه. کسی حق نداره تبلت رو از من بگیره. وقتی اون روز، مامان تبلت رو ازم گرفت تا کاراشو انجام بده، من سرش داد زدم. گفتم برو بعد از اخبار بیا ازم بگیر. مامان هم ناراحت شد. از دستم تبلت رو کش رفت و گفت: من بچه بی ادب نمی خوام. خب من که بی ادبی نکردم. من فقط گفتم برو بعداً بیا!

کتابهای من، مال خود منه. وقتی داداش کوچولو میاد اونارو به هم می ریزه و روش راه می ره، اعصابم خرد میشه. منم هلش دادم سمت تخت خواب که از روی کتابام بره کنار. داداشی هم لیش خورد به لبه تخت و خون اومد. تقصیر من نبود. خودش افتاد. من

برای مامان‌ها و باباها

و وقت شرکت در مراسم عزاداری اهل بیت، باید خیلی مراقب کودک باشیم. نباید اجازه دهیم اتفاقی برای او خاخره منفی بسازد. باید کاری کنیم که بهترین اوقات زندگی‌اش، همین ایام و در همین مکان‌های مذهبی شکل بگیرد. از بازی کردن کودک در مسجد و حرم جلوگیری نکنید. او را موظف به آوردن یا بردن کتاب دعا نکنید. به او دائماً تذکرات پشت سر هم ندهید و اصطلاحاً او را بمباران تذکرات نکنید.

نکته آخر این که در هنگام مواجهه با کودک، رفتارهای او را از دیدگاه خود او بنگرید و تحلیل کنید. قضاوت را بگذارید بعد از این مرحله. تلاش‌های او را ندید نگیرید. حتی او را متهم نکنید به این که به برادر و خواهر کوچکش، حسودی می‌کند. شاید اگر شما اجازه دهید و تویخات و توقعاتتان را کم کنید، می‌توانید دنیای زیبای بین فرزندان‌تان را ببینید. پدر، تلاش فرزندش را که می‌خواست برادرش را از خفه شدن نجات دهد، ندید و لفظاً «دست و پاچلفتی» را برای او به کار برد. این تعبیر برای فرزند یعنی تلاشش ایترو بی‌مورد بوده است. با نادیده گرفتن فعالیت‌های مفید کودک، او خودش را به‌مرور کوچک و ناتوان می‌بیند که کاری انجام دهد.

کودکان خود را دریابید و فراموش نکنید بچه‌ها تا هفت سال باید در خانه پادشاهی کنند. ●

شما هم با من هم عقیده‌اید که کودک این شماره واقعاً مظلوم است؟ او برای خودش حساب و کتابی دارد، اما این حساب و کتاب را پدر و مادرش نمی‌فهمند. کودک این شماره به‌خاطر آمدن یک کوچولوی دیگر، رفته توی سایه. نیازهایش، آرزوهایش، حتی دغدغه‌هایی را که نشان می‌دهد او هنوز هم کودکی است که نیاز به توجه دارد، کسی نمی‌بیند. همه توقع دارند او باید همه چیز را بفهمد. درک کند. تحلیل کند و بزرگانه رفتار کند. رفتار کودکانه این بچه دارد سرکوب می‌شود.

نکته بعد این که این کودک، حس تملک نسبت به وسایل خودش دارد. این طبیعی و به‌جاست، اما از آن جا که در مقایسه و الگوگیری از بزرگ‌ترها دیده که آن‌ها هنگامی که کسی به ابزارشان تعرض می‌کند، عصبانی می‌شوند و واکنش نشان می‌دهند، دوست دارد مثل بزرگ‌ترها عمل کند. دعوا کند، تهدید کند یا حتی اتمام حجت کند و کتک بزند. این‌ها همه الگوگیری از واقعیت‌های بیرونی است که کودکان از ما تقلید می‌کنند. اگر عیب و ایرادی در او هست، باید خودمان را مواخذه کنیم نه کودک را.

بحث سوم، مواجهه کودک با مشکلات، در یک موقعیت مذهبی است. وقت نماز در خانه، داخل مسجد، هنگام زیارت در حرم مطهر





راه‌هایی برای این که نسل آینده را به مساجد بکشانیم

چرا کودکان، از مسجد دور افتاده‌اند؟

مهدی شریفی

فقط مسجدها محل آموختن اندیشه‌های دینی و اندوختن اخلاق اسلامی بودند.

پیش‌شرطی برای تأثیرگذاری

برای این که مسجد بتواند کارکرد خود را در تربیت کودکان ایفا کند، به یک شرط مهم نیاز دارد: این که ابتدا در محیط خانواده باورهای دینی محترم شمرده شود و در مرحله بعد به این اعتقادات عمل گردد. با این فرض می‌توانیم درباره نقش مسجد در تربیت کودکان سخن بگوییم. بهتر است کودک، همراه با خانواده، با ملاطفت و بدون اکراه، آموختن به مسجد را تجربه کند و با محیط مسجد و آداب آن آگاهی و آشنایی یابد. در این باره کار ابتدایی برعهده خانواده است و نقش مسجد در تربیت کودکان، نقشی تکمیلی است.

عوامل مسجد‌گریزی کودکان

- برخورد‌های ناشایست و نامناسب نمازگزاران به‌ویژه سالخوردگان کم‌حوصله با بچه‌ها
- طولانی بودن برنامه نماز جماعت و

با همین نقش آموزشی، به تدریج مساجد دارای کتابخانه‌های عظیم و پررونقی شدند که هنوز در برخی از شهرهای ایران امروز وجود دارد. در قدیم، مساجد چونان مراکز پیش‌دستانی کنونی عمل می‌کردند و کودکان ابتدا با مسجد آشنا می‌شدند و سپس با مدارس، اما امروز متأسفانه مساجد دیگر به‌عنوان یک نهاد اسلامی، نقش‌ها و کارکردهای مذکور را ایفا نمی‌کنند.

آموزش و تربیت اخلاقی در مساجد

در نخستین قرن‌های هجری، مسلمانان بیش از هر چیز، به بحث و تحقیق درباره قرآن و احادیث و احکام و آموختن زبان و فرهنگ عربی که لازمه فهم دین بود، توجه داشتند. همه این کوشش‌ها نیز فقط در راه تحکیم مبانی دین و نشر و تعلیم آن انجام می‌گرفت. به همین دلیل، مراکز اجتماعات دینی برای مسلمانان، در حکم قدیمی‌ترین مراکز تعلیمی هم بود و از همین روست که اگر بخواهیم از مدارس کهن کشورهای اسلامی سخن به‌میان آوریم، باید سراغ مساجد مشهور بگردیم. در بسیاری از شهرها

کودکان، نسل فردای جهان هستند. اینان می‌توانند در آینده‌ای که چندان دور نیست، از زمره خوبان باشند یا از جمله فاسقان؛ صف‌های مسجد را پر کنند یا صندلی‌های عسرتکده‌ها را. راستی هیچ فکر کرده‌اید چرا بسیاری از مساجد ما از حضور این غنچه‌های آماده شکفتن خالی است؟

بهترین مکان

در فرهنگ دینی، نام «مسجد» یادآور بندگی و عبادت در پیشگاه خداوند متعال است. مسجد یعنی جایگاه سجده و سجده اوج عبادت و بندگی انسان برای خداست. در حقیقت، برترین و اصیل‌ترین محل برای عبادت و تقرب یافتن به خداوند متعال، مسجد است و بی‌شک، بهترین مکان نیز برای آشنا کردن کودک با مفاهیم دینی مساجد و ائمه جماعات هستند.

پیش‌دستانی در مسجد

در گذشته، مسجدها نهادهای اساسی آموزش در زمینه‌های قرآن، احکام، اخلاق و علومى مانند کلام و فقه بوده‌اند. در پیوند

است. توجه شایسته به کودک، احترام کردن به کودک و مثلاً برخاستن پیش پای او، افشای سلام، نگاه‌های محبت‌آمیز و پرهیز از برخوردهای ناخفته، سلیقه‌ای، متعصبانه و خشک از این موارد است. بچه‌ها به بازی و نقاشی علاقه ویژه‌ای دارند، افتتاح غرفه‌ها و ایستگاه‌های اسباب‌بازی، نقاشی و برگزاری مسابقات و برنامه‌های پرشور قرآنی در اتاق یا گوشه‌ای از مسجد، هرچند محدود و مختصر، کودک را حتی ساعتی قبل از وقت نماز با شوق فراوان به مسجد خواهد کشاند.

از سوی دیگر، واگذاری برخی از مسئولیت‌های ساده و مناسب و موردعلاقه کودک به وی، او را ملزم به مسجد رفتن خواهد کرد.

لطفاً مهربان‌تر

خلق و خوی نیکوی امام جماعت مسجد و دیگر نمازگزاران و مهارت اجتماعی آن‌ها در برقراری ارتباط با کودکان و نوجوانان فوق‌العاده مهم و حساس است. استقبال از حضور اتفاقی یا مستمر نوجوانان در مسجد توسط امام جماعت و دیگران با چهره‌ای گشاده و متبسم، احساس دل‌نشین و خوشایندی را در وجود نیازمند محبت کودکان و نوجوانان ایجاد می‌کند. باید مراقب بود که خدای ناکرده با تندخویی و عتاب و خطاب، زمینه آزرده‌گی روان حساس و شکننده نوجوانان را به هنگام حضور در مسجد، به هر دلیلی که باشد، فراهم نکنیم. گاهی مشاهده شده که به هنگام اقامه نماز یا سخنرانی، بعضی از کارگزاران مسجد، با تندخویی و عصبانیت کودک یا کودکانی را که همراه پدر یا دیگر اعضای خانواده به مسجد آمده‌اند، چون شیطن می‌کنند، آزرده می‌سازند یا از محوطه مسجد بیرون می‌کنند. متأسفانه این عکس‌العمل‌های ناسنجیده، خود می‌تواند آفتی باشد برای عدم رشد و پرورش احساسات مذهبی کودکان. ●

شدن با جمع و جوّ موجود است، آنان وقتی خودشان را در محیط معنوی و در جمع اهل عبادت ببینند، به چنین فضا و چنین انسان‌هایی بیش‌تر علاقه‌مند می‌شوند. مسجد رفتن کودک با افراد موردعلاقه‌اش چون خانواده، دوستان، معلمان و هم‌کلاسی‌ها، برایش شادی‌آفرین و لذت‌بخش خواهد بود.

خاطره و داستان‌گویی

بازگویی فضیلت‌های مسجد و پاداش عظیم عبادت در این مکان البته با زبانی ساده و قابل‌فهم برای کودک، گفتن قصه‌های شیرین از مسجد و نمازگزاران چه در صدر اسلام و عصر ائمه و چه در زمان حاضر، و بیان خاطره‌های شیرین و لذت‌بخشی که از مسجد دارید، این مکان را در نگاه کودک، عزیز، والا و ستایش‌برانگیز خواهد ساخت.

روش غیرمستقیم

برای ترغیب کودکان به مسجد، بهترین شیوه، استفاده از آموزش غیرمستقیم است. هنگامی که کودک نظاره‌گر حرکات ما، در انجام آدابی چون روش ورود و خروج از مسجد، لباس نو پوشیدن، عطر زدن و... باشد، خواهد پرسید که این کارها به چه علت و منظور است و اکنون نوبت شما است تا با گفتار و رفتارهایتان به او بیاموزید که مسجد خانه خداست و با رفتن به مسجد به میهمانی می‌رویم و هر میهمانی نیز آدابی دارد و... این گونه زمینه‌سازی‌ها، تشویق‌های گفتاری و عملی، جایزه دادن (البته با شرایط خاص خود) و پرهیز از هرگونه فشار و اجبار و تهدید می‌تواند اثرات بسیار مثبتی داشته باشد.

جذاب‌سازی مساجد

از مؤثرترین روش‌های انتقال مسجددوستی به کودکان، برخوردهای درست نمازگزاران، امام جماعت، متولیان و خادمان مسجد

مراسم مذهبی در مسجد

■ منع کودکان از رفتارهای کودکانه و ایجاد محرومیت‌های بی‌اساس در فضای مسجد

■ سخت‌گیری‌های بی‌اساس برای حضور کودکان در صفوف نماز و نشستن در صدر مجالس

■ جلوگیری از مشارکت بچه‌ها در برنامه‌های مسجد هم‌چون اذان، اقامه و تکبیر گفتن، پذیرایی‌ها، توزیع کتب دعا و قرآن در برنامه‌های هفتگی و...

■ نبود تشویق‌های لازم و به‌موقع و تحویل نگرفتن و بی‌توجهی به کودکان در مساجد

■ برخوردهای دوگانه و تبعیض‌آمیز نمازگزاران و... بین کودکان حاضر در مسجد

■ عدم برگزاری مراسم‌های مطلوب و جذاب ویژه کودکان در فضای مسجد و منحصر کردن برنامه‌ها برای بزرگسالان

■ زیاده‌روی در برگزاری مراسم عزاداری و کم‌توجهی و بی‌مهری به برنامه‌های شاد ولادت ائمه اطهار.

چند پیشنهاد

مسجد رفتن با افراد موردعلاقه

یکی از مؤثرترین روش‌ها برای تربیت دینی کودکان، حضورشان در فضای روحانی مسجد و تکیه بر اصل تأثیر جذابیت مکان بر نماز است و قطعاً در این مکان معنوی، رغبت به عبادت بیش‌تر و عمیق‌تر خواهد بود.

می‌دانید که در دوران کودکی بسیاری از آموزش‌ها با روش دیداری به بچه‌ها انتقال می‌یابد و بی‌شک رابطه مسجد رفتن با نمازآموزی کودکان از طریق همین روش، غیرقابل‌انکار است. به تجربه ثابت شده که اگر کودک به مسجد برده نشود و در جمع نباشد و نماز خواندن جمع را نبیند، به این کار تشویق نمی‌شود.

به‌طور کلی از ویژگی‌های کودکان و نوجوانان سرعت در تأثیرپذیری و هم‌رنگ



۱. می‌بایست خود و همسران در رفتار و گفتار به گونه‌ای باشید تا دقت و حساسیت‌ها بتان نسبت به حجاب و عفاف مشخص باشد. آدمی که با هر کسی و هر قشری رفت‌وآمد می‌کند، از هر کدام رنگی می‌پذیرد. پس در رفت‌وآمد با دیگران مراقب باشید تا کودکان با این فضا رشد کند و حساسیت‌ها را بشناسد.

۲. حجاب را از دقیقه ۹۰ شروع نکنید. تمرین از کودکی، پذیرش حجاب را در سن تکلیف، ساده و آسان می‌کند. در روایات توصیه شده است که از شش‌سالگی رفتارهای متفاوتی با دختر و پسر انجام گیرد. این رفتارهای تغییر یافته به تدریج می‌تواند در کودکان تأثیر گذاشته و او را غیرمستقیم با حد و مرزها آشنا سازد.

۳. یادتان باشد شما مهم‌ترین الگوی فرزندان هستید. پس خودتان هم پایبند به حجاب باشید، حتی در لحظاتی که نگاه داشتن آن واقعاً سخت است. در مسافرت، کارهای سخت، کارهای اداری، حرکات ورزشی و هیچ زمان دیگری نسبت به حجاب بی‌اهمیت نباشید. می‌دانید که مهم‌ترین دلیل کودکان برای حجاب نداشتن (دیگران) و یا شما هستید.

۴. از همان خردسالی سعی کنید تا در برابر نامحرمان لباس‌های نامناسب بر تن آن‌ها نکنید. این از مواردی است که باید چشمتان را بر چشم و هم‌چشمی‌ها بیندید. گاه بر سر آن‌ها روسری بیندازید تا عادت روسری داشتن برای آن‌ها درونی شود. کودکان را به این نکته توجه دهید که با روسری بسیار زیباتر خواهد شد. سعی کنید روسری را با حفظ حدود اسلامی‌اش، به روش زیبایی برایش ببندید.



با حجاب‌ها فرشته‌اند

چند راه ساده برای حجاب خانم کوچولوها!

می‌گویند «بگذار بچه آزاد باشه هنوز که به تکلیف نرسیده»، «تا وقت داره بزار راحت بچرخه بعد برایش عقده نشه!» برخی هم تأکید می‌کنند که حجاب وقتی خوب و مطلوب است که انتخابی باشد نه اجباری. این حرف‌ها امروزه نه تنها غیرمذهبی‌ها که حتی برخی مذهبی‌ها را هم درگیر خود کرده و متأسفانه شاهد سهل‌گیری بیش از اندازه درباره حجاب دختران پیش از سن بلوغ هستیم، اما آیا منطقی است که در این دنیا که دست شیطان با انواع فریب‌ها و ابزارهایش باز گذاشته شده و سیل تبلیغات، افراد را مستقیم و غیرمستقیم جهت می‌دهند، ما راهنمایی و کمک به کودک معصومان را اجبار او بدانیم؟ آیا حتی با فرض اجبار، این کار در شرایط امروز لازم نیست؟ اما این‌جا به دور از الزام و اجبار راه‌حل‌های ساده‌ای را بیان می‌کنیم تا بتوان زمینه محجبه بودن دخترانم دلبندان بیش‌تر فراهم شود:

یا مادر بزرگ یا زن محترمی را بازی کند که مثلاً معلم یا دکتر است. در بازی با عروسک‌ها برای آن‌ها هم لباس‌های پوشیده بدوزید و به او یاد دهید که این کار را بکند. اگر کودکان عروسک‌های خارجی دارد با او بازی کنید که برای آن جشن تکلیف بگیرد و لباس‌های پوشیده و روسری تنش کند. مراقب تأثیر عروسک‌هایی چون باربی روی سلیقه‌ها و رفتارهای فرزندان باشید.

در نهایت این که شما مهم‌ترین فرد هستید که می‌توانید با رفتار و گفتار خودتان، زمینه باحجاب بودن و یا بی‌حجاب بودن کودکان را فراهم کنید. یادتان باشد رفتارهای محترمانه و صمیمی و با کرامت و در عین حال مطابق با حدودی می‌تواند نه تنها دختر شما بلکه نسل آینده‌تان را هم محفوظ نگه دارد.

یک تجربه

چند روز قبل دختر شش ساله‌ام را برده بودم تا بستنی بخرد. یک بستنی برداشت که رویش عکس سیندرلا داشت. زود گذاشت و گفت «من بستنی‌ای که روش عکس بی‌حجاب باشه نمی‌خوام!» و من نمی‌دانستم وسط مغازه باید از خوشحالی غش کنم یا همان‌جا سجده شکر به جا بیاورم.

اتفاق آن روز به من ثابت کرد که آموزش بیزاری و دوری از بی‌حجابی و بدحجابی باید از کودکی بچه‌ها شروع شود تا در وجودشان نهادینه گردد. این‌ها حرف و شعار نیستند؛ یک تجربه کاملاً عملی از یک مادر است. وقتی ما خودمان از بچگی برای بچه‌هایمان وسایلی که این‌طور عکس‌ها را دارند، نخریم و به جایش چیزهایی را انتخاب کنیم که عکس‌های معنوی و مثبت داشته باشند، بچه‌ها هم به همین شکل‌ها عادت می‌کنند. امتحانش بی‌ضرر است. اگر این کار را نکردید از همین الان شروع کنید. ●

به دست و بال دیگران بچسبید. وقتی شما به کودک خود محبت نمی‌کنید، بسیار طبیعی است که او به شکلاتی که یک شخص بی‌حجاب می‌دهد دل می‌بندد و چون از دست یک بی‌حجاب ارضا شده، او را قهرمانی برای خود فرض کرده و از او الگو می‌گیرد.

۱۰. با کودک خود با احترام رفتار کنید و عزت نفس و اعتمادبه‌نفس او را بالا ببرید. برای نظرات درستش احترام قائل شوید و به او شخصیت دهید و با عبارات محترمانه با او صحبت کنید. می‌توانید از وقتی که دخترتان حجاب داشتن را تمرین می‌کند او را با پسوند «خانم» صدا بزنید؛ زهرا خانم، فاطمه خانم... این‌طور هم به او شخصیت می‌دهید و هم نشان می‌دهید که با حجاب احترام بیش‌تری کسب می‌کند.

۱۱. شاید نیاز به گفتن نباشد که هدیه می‌تواند در ایجاد و تداوم انگیزه، نقش بسیاری داشته باشد. به‌ویژه برای دختر خانمی که از الان باید برای ادامه زندگی‌اش باحجاب باشد. یکی از بهترین مناسبت‌ها برای این هدیه دادن نیز مراسم سالیانہ جشن تکلیف است. بگذارید کودکان مراسم بندگی‌اش هر سال برایش تجدیدعهد شود.

۱۲. برای کودکان فضا سازی کنید. سعی کنید ضمن این که ارتباط او را با مساجد و اماکن متبرکه بیش‌تر می‌کنید و با هم در این مکان‌ها حاضر می‌شوید، او را از محیط‌های ناسالم پرهیز دهید تا کم‌کم برایش عادت شود. جلوگیری از تماشای هر فیلم و کارتون هم یکی از مصادیق ایجاد فضای مطلوب برای کودکان خواهد بود.

۱۳. با کودکان بازی کنید و در بازی چادر یا روسری به او بدهید تا نقش مادر

۵. به این نکته دقت کنید که حجاب، مخصوص دختران نیست. اگر در خانه پسری هم دارید او را هم به داشتن و رعایت حدود حجاب و نگاه ملزم کنید. مواظب باشید که رفتارشان به‌گونه‌ای نباشد که دخترتان احساس کند که به‌علت دختر بودن تحت فشار حجاب است و در مقابل، پسرها آزادند.

۶. ضمن یاد دادن و تمرین حجاب، از توجیه منطقی آن هم غافل نباشد. می‌توانید از روش‌های داستانی یا مثال زدن و یا حتی سؤال و جواب ذهن کودکان را با فلسفه حجاب آشنا کنید.

۷. به عکس‌العمل‌هایتان توجه کنید. بسیاری از واکنش‌های شما حتی در نگاه کردن، اشاره کردن و کنایه زدن در کودکان تأثیر عمیقی خواهد گذاشت. این نکته را فراموش نکنید که کودکان مانند یک نوار، رفتار شما را ضبط می‌کند؛ بنابراین ضمن این که رفتار خود را مدیریت می‌کنید، بکوشید نکته متناقضی پیش‌روی او نگذارید.

۸. به بزرگ‌ترهای فامیل بسپارید که کودک شما را برای داشتن حجاب تشویق کنند و گاه به او هدیه‌ای بدهند و نیز در برابر همه فامیل به او احترام ویژه‌ای بگذارند و در برابر بی‌حجاب‌ها او را تکریم کنند و ترجیح دهند. به این صورت، کودک می‌فهمد که همگان برای حجاب او ارزش قائل هستند، نه فقط پدر و مادر. به این ترتیب، کودک اعتمادبه‌نفس بالایی کسب کرده و می‌فهمد که باحجابش برای همه عزیز است و با این اعتمادبه‌نفس، راه درست را از نادرست تشخیص داده و حجاب را برمی‌گزیند.

۹. به کودک خود همواره محبت کنید و نگذارید که او برای ارضای نداشته‌هایش



مرد صابونی

طهورا حیدری

ایشان بود از دنیا رفته، سدر و کافور را برای او می‌خواهیم، دیگر این قدر شیون نکن!»

«به‌خدا که از همان لحظه اول فهمیدم با بقیه فرق دارید. شما را به خدا من را هم با خودتان ببرید. اصلاً این سدر و کافور، آخرین معامله من، تقدیم شما. از این دنیا و مالش هیچ چیز نمی‌خواهم. در دکانم را همین الان تخته می‌کنم. فقط مرا با خودتان ببرید خدمت مولایم.»

«نمی‌شود بنده خدا! نمی‌شود. ما از مولایمان برای چنین کاری اجازه نداریم.»

«وا اسفا! آخر من چه‌طور چنین چیزی را از دست بدهم؟ ملازمانش را ببینم، بشناسم و راه نیفتم تا خدمت خود ایشان برسم؟ به من حق بدهید. نه! حق ندهید... به من رحم کنید. به درماندگی‌ام، به بی‌چارگی‌ام، به عشق و علاقه‌ام. دستتان را می‌بوسم، پایتان را می‌بوسم...»

«نکن مرد! این کارها برای چیست؟ می‌بریمت، اما اجازه دیدار با خود ایشان. از ما بیش‌تر از این نخواه.»

«ای خدا! من چه‌قدر خوشبختم، بفرمایید. این سدر، این کافور، برویم. برویم، هر چه شما بگویید. فقط مرا هم ببرید.»

خدایا مننونم، باورم نمی‌شود دارم پشت سر این‌ها راه می‌روم. یعنی جا و مکان مولایم کجاست؟ چه‌قدر باید راه برویم؟ چند روز طول می‌کشد؟ یا چند ساعت؟ هر چه باشد، باشد. من فقط بروم، من فقط یک‌بار هم که شده ببینمش. اصلاً شاید ماندگار شدم. شاید من را به‌جای ملازم از دنیا رفته‌شان بپذیرند. یعنی می‌شود من بشوم ملازم ایشان؟ حتماً آدم مثل من زیاد است. نمی‌دانم اما چرا با وجود این همه عاشق، ظهور نمی‌کند. یعنی تعداد آن‌ها نمی‌رسد به حدی که وقت آن حادثه مهم برسد؟ داریم می‌رسیم نزدیک دریا. یعنی می‌خواهند بروند آن طرف دریا؟ وسیله‌ای که در کار نیست. ایستادند. «بخشید سؤال می‌کنم. قرار است برویم آن طرف دریا؟ چه‌طور برویم؟»

«تترس! خدا را قسم بده به حجتش و از روی آب راه بیا.»

«به‌روی چشم، بسم‌الله»

دارم از روی آب راه می‌روم. خدایا! باورم نمی‌شود. من دارم راه می‌روم یا آب دارد از زیر پایم جابه‌جا می‌شود؟ آسمان هم چه سریع گرفت. ای داد! چه بارانی! الان قالب‌های صابونی که صبح پخته بودم، خیس

من به خودم مطمئنم. همه چیز به‌جاست، همه کارم درست. خدایا! دلیل خودپسندی‌ام نیست این‌ها که می‌گویم. بالأخره نماز و روزه و خمس به‌جاست و اخلاقم تا حد توان، خوش. کم‌فروشی هم نمی‌کنم، اما نمی‌دانم چرا به خواسته‌ام نمی‌رسم. خدایا! از هر کسی پنهان باشد از تو که پنهان نیست. آرزومند و مشتاق و دل‌سوخته هم که هستم. لحظه‌ای نیست که به‌یادش نباشم. نمی‌گویم از ملازمانش باشم یا مثل بعضی خوب‌ها، خودش قدح نهد کند بیاید برای دیدن. نه! فقط یک‌بار هم که شده ببینمش؛ حتی شده ناشناس. فقط بفهمم و بدانم که او بوده، حتی اتفاقی توی این بازار، چه جورش را دیگر خودت می‌دانی خدایا... .

«سلام جناب عطارباشی. خسته نباشی. مقداری سدر و کافور می‌خواهم. دارید ان شاءالله؟»

«خدا صبر بدهد. کسی به‌رحمت خدا رفته؟»

«خدا رفتگان شما را هم بیمارزد. بله یکی از دوستان.»

خدایا! این‌ها چهره‌هایشان چه‌قدر با بقیه فرق می‌کند. نگو که اشتباه می‌کنم. شبیه اهل بصره نیستند. اصلاً طرز حرف زدنشان هم مثل اهل این‌جا نیست. وای خدایا! شاید دارم می‌رسم به آرزویم...!

«اهل بصره نیستید، نه؟»

«اهل همین زمین خداییم.»

«برادر من! خواهش می‌کنم جواب سریالاً به من ندهید. شما با مردم این دیار فرق دارید. من کاسبم. روزی هزار نفر را می‌بینم. و جنات شما جور دیگری است. شما را به رسول‌الله ﷺ بگویید کی هستید و این‌جا چه کار دارید؟»

«قسم نده مؤمن! ما هم از بنده‌های خداییم.»

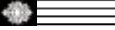
«باور کنید من غریبه نیستم. من فقط یک آرزومندم، یک عاشق که می‌خواهم یک‌بار هم که شده مولایم را ببینم؛ فقط یک‌بار. نکند یکی از شما دو نفر خود مولایم باشید، هستید؟ شما را به یک‌یک امامان قسم می‌دهم. یکی از شما مولای من هستید؟ به پایتان می‌افتم. قربان دستتان بشوم. اشک و بوسه‌های ناقابلیم تقدیم شما. نفسم برید. شما را به خدا کدامتان مولای من هستید؟ شما را به رسول‌الله... شما را به تک‌تک امامان...»

«گریه نکن مرد! الان است که کل بازار را بکشانی این‌جا. آرام بگیر. ما از ملازمان مولایمان هستیم. یکی از دوستان ما که او هم ملازم



می‌گویم اگر یک لحظه نینمش می‌میرم، چی به او بگویم، چی از او بخواهم؟ چیزی می‌شنوم... این صدا، صدای خود ایشان است. «صبر کن مرد، گفتیم که اجازه‌اش دیگر دست ما نیست، می‌شنوی که می‌فرمایند برگرد.»
خدا یا! شنیدم، صدای مولایم را شنیدم، فرمود برگرد مرد صابونی! خوب گفت، درست گفت، کی از او راست‌تر می‌گوید؟ من مرد صابونی‌ام، توی بهترین لحظات رسیدن به آرزویم، باز حواسم به او نبود، حواسم به او نبود، حواسم به او نبود... ●

می‌شوند روی بام.
«آقایان! من دارم می‌روم تو، دارم غرق می‌شوم، این‌طور مرا رها نکنید.»
«استغفار کن مرد از خطورات ذهنت، استغفار کن و باز بسم‌الله بگو و دنبال ما راه بیا»
عجب اشتباهی کردم خدا یا توبه، داریم می‌رسیم انگار، خدا یا! یک چادر می‌بینم، حتماً مولایم آن جاست، یعنی می‌توانم چهره‌اش را ببینم؟ چی از او بخواهم؟ به پایش می‌افتم و می‌خواهم من را ملازمش کند.



سردرگم

پسر داشت آماده می شد که با بچه های دانشگاه برود جمکران. مادر گفت: رضا نرو امشب. بذار شب جمعه با هم بریم. جواب داد: حالش به شب چهارشنبه است. تازه چند تا از استادها مون هم میان. مادر سرش را پایین انداخت و گفت: دلم می خواست با هم بریم. رفت.

نمی دانست چرا امشب به او حال نمی دهد. توی جمکران سردرگم بود.

نذر

گندش بزندن چه امتحانی بود! اگه بیقتم چی؟ بابام پوست از سرم می کنه! کابوس می دید هول و ولا داشت. ای خدا! اصلاً اگه سه شنبه که کارناممو می گیرم، قبول شده باشم، از همون جا صاف می رم جمکران. اصلاً می رم جارو کشی صحن. کارنامه اش را که گرفت، نفس عمیقی کشید و گفت: نه بابا، کارت درسته آقا محسن! دستی روی شانه اش خورد؛ میثم بود. دوره گذاشتیم با بچه ها. میای بریم خونه احمد اینا؟

محسن سری تکان داد. کارنامه اش را توی جیب پیراهنش گذاشت و گفت: بابا ای ول! بریم.

گل سرخ

هوا دم داشت. دخترک موهای دم اسبی اش را تکانی داد و شیشه را پایین کشید. مامان جان، شیشه رو بکش بالا الان کولرو روشن می کنم. دخترک رو به خیابان جواب داد: باشه مامانی، الان. چند پسر بچه، پشت چراغ قرمز، بشقاب های شکلاتشان را جلوی راننده ها می گرفتند. بفرمایید، کمک برای جشن نیمه شعبان. دخترک تکانی خورد دست کرد توی جیب پیراهنش و اسکناسی را مشت کرد. پسر بچه ای، ظرف شکلات را به طرف شیشه نیمه باز گرفت؛ کمک برای جشن!

دخترم اون شیشه رو بکش بالا. دخترک آهسته پرسید: می خوایین چی کار کنی؟ می خوایم شیرینی و شربت بدیم، چراغونی کنیم، حوض درس کنیم که یه فواره هم وسطش باشه. دخترک مشتش را توی ظرف کرد و اسکناس، توی بشقاب افتاد. سرش را خم کرد. چشم هایش را تنگ کرد و گفت: یه گل سرخم از طرف من برای جشن امام زمان می خری؟ چراغ سبز شد. ماشین ها بوق می زدند.

ثبت نام

روی زمین افتاد بچه ها بالای سرش جمع شدند. برید کنار بینم چه خبره؟ ناظم دست برد و از روی زمین بلندش کرد: ضعف کردی بچه، باید زنگ تفریح یه چیزی بخوری، اگه چیزی نداری، بریم، دفتر یه کم نون پنیر بهت بدم. پسرک حواسش به حساب و کتابش بود با خودش فکر کرد: اگه یه هفته دیگه زنگ تفریح چیز نخورم، پولش جوره؛ مادر وقتی داره رختارو روی بند می ندازه، می رم مثل یه مرد پولو می دارم پر روسری شو و می گم: حالا با این پول برو اسم بنویس برا کاروان جمکران.

چند داستانک مهدوی

سیده فاطمه موسوی



به این هوا احتیاج داریم

علی مهر

می گوید «آدم بچه دار باید بنشیند کنج خانه و هیچ جا نرود.»
می گوید «نفهمیدیم دعا چه خواندیم؛ نگذاشت بفهمیم حاج آقا بالای منبر چه می گوید! بچه و این همه شیطان!»

می گوید «کسی باید برود زیارت که حالی داشته باشد و حالی پیدا کند، نه ما سه ساعت آن جا بودیم؛ درِیخ از یک ذره اشک، درِیخ از یک چکه حال!»
نشسته بودیم به صحبت. از هر دری سخنی؛ از مجید، از جواد، از مستاجری، از انتخابات و... حواسم بهش بود. طرف چند بار زیرچشمی نگاهمان کرد و هم چنان ذکر می گفت. دعا که شروع شد، ما هم چنان مشغول بودیم و او دعا می خواند. کم کم حال پیدا کرد. شانه هایش لرزید. صورتش را با دست هایش پوشاند.
خجالت کشیدیم؛ از خودمان بدمان آمد.

می رویم مغازه های اطراف گشتی بزنیم، وقتی برمی گردیم، دعا تموم شده!
تصمیم می گیریم این هفته نرویم؛ شده است عادت. بچه هم که نمی گذارد استفاده کنیم. خودمان هم که... پس چرا برویم؟ خانواده هم همین نظر را دارد. می گوید «اصلاً شاید به جای ثواب، گناه هم می کنیم!»

تصمیم می گیریم برویم پارکی، جایی برای تفریح. می زنیم بیرون؛ اما ولوله ای است در دلم. اعتنا نمی کنم؛ اما کلافه ام. به کوچه، خیابان، مردم و مغازه ها که نگاه می کنم، انگار هیچ چیز سر جای خودش نیست! انگار هوا هم یک جور خفه است؛ به مسجد محل می رسیم. اتوبوس ایستاده و تکتک سوارش می شوند؛ بی اختیار به سمتش می رویم. او هم چیزی نمی گوید. فقط دخترم می پرسد «بابا کجا می رویم؟» می گویم «پیش آقا!»
یک ربع بعد، اتوبوس راه می افتد. دوباره جاده های سه شنبه قم، آرامش عجیبی دارم. به مسافرها نگاه می کنم؛ به همه آن ها؛ آن ها که ذکر می گویند، آن ها که دعا می خوانند، آن ها که تسبیح می گردانند، حتی آن ها که با هم صحبت می کنند. با همه آن ها احساس آشنایی دارم؛ با اتوبوس، با جاده، حتی با آدم ها، خانه ها و مغازه های توی راه. انگار برای بدرقه ما ایستاده اند! فکر می کنم؛ چرا...؟ از خودم می پرسم؛ من که...؟ فکر می کنم و به خودم جواب می دهم «به این هوا احتیاج دارم. به این فضا احتیاج دارم. اثر خودش را می گذارد. کار خودش را می کند. فرق می کند این که در آن جا باشی - گرچه بی حال و بی خیال - یا بیرون از آن جا؛ گرچه باید بیش تر کوشش کنم و بیش تر بهره ببرم.
می رسیم و پیاده می شویم. دختر می دود. دست هایش را باز می کند و می گوید «آخ جون، آقا»
به خود می گویم «او هم ...» و دنبالش می رویم. ●

یک قدم کوچک

پسرک کیف مدرسه اش را گذاشت کنار دیوار.
مرد جوان کتری چای را کنار دستش گذاشته بود و لیوان های یک بار مصرف را می چید.
مرد میان سالی، قندان را روی میز گذاشت.
اتوبوس کنار ایستگاه صلواتی ایستاد.
روی پارچه ای که جلوی اتوبوس تاب می خورد، نوشته شده بود:

کاروان زیارتی مسجد مقدس جمکران.

پسرک به طرف مرد جوان رفت:

«آقا کمک نمی خوی؟»

پسر جوان با مسافران اتوبوس خوش و بشی کرد.

پسرک به سمت مرد میان سال رفت.

«آقا می دارید کمکتون کنم؟»

مرد جوان داد زد: برو بچه! برو دست و پاتو می سوزونی.

اشک توی چشم های پسرک حلقه زد. خم شد و لیوان های خالی چای را که گوشه و کنار افتاده بود، جمع کرد.

— من به همینم راضیم، بابام گفته هر کی به قدم کوچیکم برای آقا ش برداره، آقام دعا ش می کنه.





خدایاتو کار خودت را بکن

محمدهمینی

تاقچه‌پوش...»

این ماجرا و آن جلسه‌های اخلاق گذشت. من و خیلی از همان طلبه‌ها به قم آمدم و شدیم از دسته متأهلان، یک روز من هم تصمیم گرفتم قدری به خرج و دخلم سامان بدهم و تصمیم گرفتم هرچه خرج می‌کنم، بنویسم؛ حتی بلیت اتوبوس و صدقه ۲۵ تومانی را!...

از اخبار تلویزیون که گفت فردا اول ماه است، خوشحال شدم. دفترچه‌ای را که به بازار شام تبدیل شده بود و رقم‌های یک‌ریال و یک‌شاهی‌اش هر بیننده‌ای را می‌خنداند، برداشتم و شروع کردم به محاسبه... خب تا این‌جا ۲۲۳ هزار و ۲۲۵ تومان. قبض‌ها هم ۳۳ هزار تومان... خلاصه سرتان را درد نیاورم وقتی همه را حساب کردم دیدم نزدیک به دو برابر شهریه این ماه خرج داشتم. دست کردم در جیبم و پول خرده‌ها را که شمردم ۱۰۵۰ تومان بود. دفترم را بستم و گفتم خدایا غلط کردم! تو کار خودت را بکن، من هم کار خودم را، و یک‌بار به یاد خاطره‌ای افتادم که نه سال قبل در جلسه اخلاق شنیده بودم.

از آن زمان چند سالی می‌گذرد و من هنوز وقتی حساب و کتاب زندگی نگرانم می‌کند، دوباره می‌روم سراغ همان دفترچه و یک دور دیگر می‌خوانم؛ انگار که یک برگ از کتاب آیات خداست و یکی از این آیات شگفت و امیدبخش او. ●

در دوران بی‌سرو سامانی مجردی و البته الکی خوشی! چهارشنبه‌ها جلسه اخلاق داشتیم. یک روز آقای کشکولی مدیر خوب مدرسه ما که واقعا برای طلبه‌ها پدیده دل می‌سوزاند، سخنران جلسه بود. اول و آخر نصایح آن روز یادم نیست ولی این قسمت را که می‌خواهم تعریف کنم، خوب به‌خاطر دارم. در شرایطی که طلبه‌های متأهل فقط ۲۵ هزار تومان شهریه می‌گرفتند و ما مجردها با ۱۱ هزار تومان شاهد معجزه الهی گذران روزگار بودیم، آقای کشکولی با همان صدای گرم و مهربانش گفت «یکی از بزرگان، وقتی شهریه‌اش را می‌گرفت بدون این که آن را بشمارد، می‌گذاشت زیر تاقچه‌پوش منزل و هر وقت هر مقدار احتیاج داشت برمی‌داشت تا دوباره اول ماه می‌شد و...»

یک روز با مقایسه زندگی‌اش با برخی از رفقا با خودش گفت: این چه جور زندگی کردن و پول خرج کردن است، نه حسابی نه کتابی، و خلاصه تصمیم گرفت حساب دخل و خرج زندگی‌اش را داشته باشد. برگه‌ای برداشت. اول پولی که داشت، شمرد و بعد هر خرج کوچک و بزرگی را که می‌کرد، می‌نوشت تا به خیال خودش زندگی‌اش با حساب و کتاب بشود! روز آخر ماه که قرار بود فردا دوباره شهریه بگیرد، نشست و نوشته‌هایش را حساب کرد ولی حساب و کتابش جور نبود، چون خرجش از کل شهریه‌اش بالاتر بود. تازه مقداری پول هم هنوز ته جیبش برای کرایه راه خانه تا مدرسه باقی بود.

یک‌بار به خودش اومد، دفترچه‌اش را بست و رو به آسمان گفت: خدایا غلط کردم! تو کار خودت را بکن من هم کار خودم را می‌کنم، و از فردا دوباره شهریه را که گرفت، گذاشت زیر



یادگاری

نجمه جوادی

لرزان از میهمانان پذیرایی کردم، نشستم کنار مادرم و سرم را انداختم پایین.

پدرم گفت: بهتر است هر دو با هم صحبت کنند ما که موافقیم تا محیا خانم چه بخواهد و... من رفتم توی حیاط و محمدجواد هم آمد. وقتی صحبت می کرد سرش را اصلاً بلند نکرد و من می توانستم دانه های درشت عرق را ببینم که روی پیشانی اش نشسته است. با خودم گفتم بهتر است تا هر چه را باعث نگرانی ام شده بپرسم، برای همین هم اولین سوالم این بود: شما برای زندگی کجا را انتخاب می کنید و او گفت: من اهل درس خواندنم هر جا استاد باشد همان جا.

پرسیدم من اگر نخواهم چادر بپوشم شما ناراحت می شوید؟ جواب داد: حجاب برای امنیت شماست و قطعاً من از این که امنیت شما به خطر بیفتد نگران می شوم.

گفتم من در خانه ای بزرگ شده ام که همه چیز در اختیارم بوده و هرگز کم و کسری نداشته ام اما این طور که شنیده ام زندگی طلبگی سخت است. لبخندی زد و گفت: روزی شما دست خداست نه دست من و نه دست پدرتان. در زندگی طلبگی شاید رنگ دنیایی اش زیاد نباشد اما ان شاءالله رنگ خدایی اش زیاد است.

مابقی جواب هایش هم قشنگ بود. موقع رفتن از من پرسید: اگر از شما خواهش کنم کتابی را بخوانید، قبول می کنید؟ و ادامه داد اگر این وصلت سر گرفت که این کتاب برای هر دوی ما خواهد بود و اگر که نه این یک یادگاری از یک طلبه برای خانواده شما باشد. بعد از توی کیفش کتابی بیرون آورد که روی جلدش نوشته بود «زن در آینه جمال و جلال الهی اثر آیت الله جوادی آملی».

چند سال بعد...

من و محمدجواد نشسته ایم توی رواق امام خمینی حرم حضرت معصومه (ع) و من خوشحال از انتخابم به محمدجواد نگاه می کنم که چه عاشقانه زیارت نامه می خواند.

«زندگی با طلبه ها قوانین خودش را دارد. باید مواظب رفتارها و حرف هایت باشی، حتی لباس پوشیدن هم مهم است. وقتی زن یک روحانی شدی همه کارت را ربط می دهند به دین.» این ها را پدرم می گوید.

می خواهم بیشتر درباره روحانیت بدانم. برای همین هم با خودم می گویم بهتر است با خانم حاج آقای مسجدمان حرف بزنم. تصمیمم را که با مادرم در میان می گذارم، می گوید «نه! لازم نیست تو کاری انجام بدهی. من خودم یک فکری می کنم. این جمله آخر را محکم می گوید.»

فردای آن شب، مادر که حالا مطمئن است با آنچه او از زندگی روحانی محلمان کشف می کند، جواب من به خواستگار طلبه ام منفی می شود، برای برقراری ارتباط با خانم حاج آقای نزدیک های ظهر با یک ظرف آش به خانه اجاره ای آن ها می رود. همه اش فکر می کنم الان که مادرم بیاورد با همه قدرتش جلوی پدرم می ایستد و می گوید نه، اما مادر که به خانه برگشت، گل از گلش شکفته بود. نشست و برایم از زندگی پر صفای طلبه ها گفت و این که در زندگی شان چیزی هست که شاید در کمتر زندگی دیده شود: آرامش و نور ایمان. خانم حاج آقای گفته بود زندگی طلبگی مثل همه زندگی های دیگر سختی های خودش را دارد اما برکتی هم دارد که شاید کمتر بتوان در جای دیگری آن را یافت. وقتی مادرم پرسیده بود طلبه ها چقدر درآمد دارند؟ او چای خوش طعمی گذاشته بود جلوی مادرم و گفته بود: زیاد نیست اما برکتش بی حد است؛ و حرف آخرش هم که دل مادرم را حسابی قرص کرده بود: طلبه ها سربازان امام زمان اند پس روی تمام کارهایی که می کنند خیلی دقیق اند؛ به خصوص احترام به پدر و مادر... .

بعد از ظهر یک روز جمعه، من تا حدودی مطمئن و البته کمی مضطرب، با چادر سفید نشسته بودم توی اتاق تا بعد از حرف ها و تعارفات معمول، نوبت به چای آوردن من بشود. وقتی با دست های



■ تشک ارزان و با کیفیت نامناسب نخر.
 ■ نردبان، سیسم رابط و شلنگ را همیشه بلندتر از مقدار موردنیاز بخر.
 ■ وقتی در زمینه‌های حرفه‌ای و تخصصی با مشکل مواجه شدی، از افراد متخصص کمک بخواه نه از دوستان.
 ■ هیچ‌وقت پایان فیلم‌ها و کتاب‌های خوب را برای همسرت تعریف نکن.
 ■ وقتی درباره دو کار جالب و مهیج به تو حق انتخاب دادند، کاری را که تابه‌حال امتحان نکرده‌ای انتخاب کن.
 ■ فقط آن کتاب‌هایی را امانت بده که از نداشتشان ناراحت نمی‌شوی.
 ■ همیشه با خودت عکس داشته باش و هر سه سال یک‌بار عکس‌های جدید بگیر.
 ■ اگر می‌خواهی در کسب‌وکار با کسی شریک شوی اطمینان حاصل کن که شریکت حتماً پول کافی دارد.
 ■ وقتی به‌شدت عصبانی هستی دست‌هایت را در جیب‌هایت بگذار.
 ■ وقتی از ته دل خوشحالی، بگذار چهره‌ات این خوشحالی را نشان بدهد.
 ■ وقتی به محل جدیدی نقل مکان کردی خودت را به همسایه‌ها معرفی کن.
 ■ برای فرزندان‌ت اسباب‌بازی‌هایی بخر که با نیروی تخیل آن‌ها کار کند نه با باتری.
 ■ مراقب موتورسیکلت‌ها و ماشین‌ها باش. ممکن است در یک لحظه در س‌های عبرت‌آموز ولی دردناکی به تو بدهند.
 ■ سالروز تولد دیگران را به خاطر بسپار.
 ■ از عبارت متشکرم زیاد استفاده کن.
 ■ اتومبیل ارزان قیمت سوار شو، اما بهترین خانه‌ای را که در توان داری بخر.
 ■ همه لباس‌هایی را که ظرف سال گذشته نپوشیده‌ای به خیریه ببخش.
 ■ از شوخ‌طبعی‌ات برای خندانیدن استفاده کن نه برای سوءاستفاده.
 ■ شجاع باش حتی اگر قلباً شجاع نیستی، به آن تظاهر کن هیچ‌کس تفاوتش را نخواهد فهمید.
 ■ یاد بگیر چیزهایی را با دست بسازی.

■ اگر همسرتان دیرتر از زمان مقرر به خانه آمد، پیش از هرگونه قضاوتی توضیح او را بشنو.
 ■ همیشه اول به سؤالات آسان جواب بده.
 ■ وقتی لباس تیره به تن داری شیرینی شکری نخور.
 ■ روزی سی دقیقه سریع پیاده‌روی کن.
 ■ وقتی کسی از تو سؤالی پرسید که نمی‌خواستی پاسخش را بدهی لبخندی بزن و بگو «برای چه می‌خواهید بدانید؟»
 ■ مهم نیست چه سنی داری، هنگام سلام کردن مادرت را در آغوش بگیر.
 ■ روی ظرف غذایی که برای مدرسه فرزندت می‌گذاری یادداشتی محبت‌آمیز بنویس.
 ■ هنگامی که از اتومبیل پیاده می‌شوی و نوجوانی در آن تنها می‌ماند حتماً سوئیچ را بردار.
 ■ وقتی برای مسافرت به شهری می‌روی و هنگام غذا خوردن به آن جا می‌رسی، رستورانی را که در وسط شهر است انتخاب کن.
 ■ اندازه‌های لباس همسرت را همیشه همراه داشته باش.
 ■ هیچ‌وقت جنس خیلی گران را بدون چانه زدن نخر.
 ■ چیزی را که فقط برای یک‌بار در عمرت می‌خری، مرغوب‌ترین نوعش را انتخاب کن.
 ■ تا کل ماجرا را نشنیده‌ای نظر منفی نده.
 ■ همیشه برای مواقع اضطراری مقداری پول در کیف پولت پنهان کن.
 ■ اگر شنیدی یکی از دوستان‌ت بیمار است از او چیزی نپرس. بگذار اگر خواست خودش بگوید.
 ■ همیشه مدت سفر را ۱۵ دقیقه بیش‌تر تخمین بزن.
 ■ خود را از شر هر چه که سودمند، زیبا و شادی‌بخش نیست، خلاص کن.
 ■ همیشه به حسادت خانم‌ها احترام بگذار!
 ■ هیچ‌وقت در حضور همسرت از زنان دیگر

تحمید نکن.
 ■ نشانی خود را بیرون و داخل چمدان مسافرتی‌ات بنویس.
 ■ حتی اگر اطمینان داری که از دیگران باهوش‌تر هستی، هرگز این مسئله را به روی آن‌ها نیاور.
 ■ هدف‌هایت را روی کاغذ بنویس.
 ■ اگر می‌خواهی دوستان زیادی داشته باشی، متواضع باش.
 ■ بدان که زن‌ها غالباً نیاز به همدردی و همراهی دارند اما مردها کماکان نظر کارشناسی می‌دهند.
 ■ سعی کن از فتنجان، بشقاب و به‌طور کلی ظروف پلاستیکی کمتر استفاده کنی.
 ■ با افراد بالای ۷۰ سال و زیر ۶ سال اوقات بیش‌تری صرف کنی.
 ■ از گناهایی که از گیاهان و درختان به دست می‌آیند، بیش‌تر استفاده ببر. به مواد غذایی تولیدی کارخانه‌ها کمتر اعتماد کن.
 ■ تلاش کنی در هر روز حداقل سه نفر را به لبخند وادارید.
 ■ با استفاده از ویدیو، برنامه‌های تلویزیونی آخر شب و موردعلاقه‌تان را ضبط کنی تا بیش‌تر بخوابی.
 ■ هرگز سر یکدیگر داد و فریاد نکنید، مگر این که خانه‌تان آتش گرفته باشد.
 ■ هیچ‌وقت هر دو در یک‌زمان عصبانی نشوید.
 ■ اگر قرار است یکی از شما در یک بحث پیروز شود، بگذارید آن یکی همسرتان باشد.
 ■ یاد بگیر چکه لوله آب دست‌شویی را تعمیر کنی.
 ■ بهترین دوست همسرت باش.
 ■ همسایه تازه‌واردت را با یک بشقاب از غذای خانگی دلخواهت غافلگیر کن.
 ■ برای دفاع در برابر انتقادی که از تو می‌کنند، وقت تلف نکن.
 ■ از این که به دیگران بگویی بطور کاری را انجام بدهند، اجتناب کن و در عوض به آن‌ها بگو چه کاری باید انجام بگیرد. خواهی دید که آن‌ها با راه‌حل‌های خلاقشان تورا

■ هیچ وقت به کسی که غم سنگینی دارد
نگو: می دانم
■ قانون اساسی کشور را بخوان.
■ به زندگی خصوصی فرزندان احترام
بگذار. پیش از ورود به اتاقشان، در بزن!
■ ابزار ارزان قیمت نخر. ابزار کارت را از
بهترین نوعش انتخاب کن.
■ ساعات را پنج دقیقه جلوتر تنظیم کن.

تلویزیون تماشا کنی.
■ هر وقت فرصت پیدا کردی دست فرزندت
را در دست بگیر، به زودی زمانی خواهد رسید
که او اجازه این کار را به تو نخواهد داد.
■ به مردمی که شغل دشواری دارند تا
حدی که باعث می شود زیر ناخن هایشان
همیشه کثیف باشد، بیش تر احترام بگذار.
■ برای آشپزخانه ات یک چاقوی خوب بخر.

شگفت زده خواهند کرد.
■ متنی را که باید امضا کنی، به دقت
بخوان. یادت باشد که معمولاً امضای بزرگ،
علامت دادن و امضای کوچک، علامت
گرفتن چیزی است.
■ به دیگران فرصتی دوباره بده، اما نه
سه باره.
■ چیزهای کم اهمیت را تشخیص بده و
سپس آن ها را نادیده بگیر.
■ از هر چه داری استفاده کن و نگذار در اثر
بالاستفاده ماندن، بیوسد.
■ پیش از یافتن شغل تازه از شغل استعفا
نده.

■ در یک روز برفی با خانواده آدم برفی
بسازیم.
■ سعی کنیم با حداقل یک ویژگی
منحصر به فرد با بقیه فرق داشته باشیم.
■ برای انجام کارهایی که ماه ها مانده و
انجام نشده در آخر همین هفته برنامه ریزی
کنیم!
■ به خاطر داشته باش چیزی که مهم است
ارزش کالاست نه قیمت روی آن.
■ همه مشکلات را با این جمله بسنجید «آیا
تا پنج سال آینده، این مسئله اهمیتی خواهد
داشت؟»
■ چیزی را که به نظر می رسد بسته بندی اش
باز شده، نخر.
■ چمدان گران قیمت به دست نگیر؛ توجه
دزدان را به خود جلب می کند.
■ هرگز بابت کاری که تمام نشده، پولی
نپرداز.
■ از کسی که چیزی برای از دست دادن
ندارد، بترس.
■ مشتری مغازه های محله ات باش؛ حتی
اگر کمی گران تر بفروشند.
■ باک بنزین ات را پیش از آن که به کم تر از
یک چهارم برسد، پر کن.
■ اگر از همسرت درخواست یا خواهشی
داری، حتماً به زبان بیاور، او که علم غیب
ندارد.
■ سعی کن بیش تر مطالعه کنی و کمتر

تجربه های زندگی

به انتخاب عبدالله نیازی





دارایی های شلغم

بر اساس تحقیقات و بررسی های دانشمندان، هر صد گرم شلغم دارای ۳۵ کیلو کالری انرژی، یک گرم پروتئین، هفت گرم قند، ۰/۲ گرم چربی، ۱/۱ گرم فیبر، ۴۵ میلی گرم گوگرد، ۲۸۰ میلی گرم پتاسیم، ۶۰ میلی گرم کلسیم، ۳۶ میلی گرم ویتامین C است. همچنین صد گرم برگ شلغم دارای ۳۶ کیلو کالری انرژی، ۳ گرم پروتئین، ۰/۴ گرم چربی، ۵/۵ گرم قند، ۱/۲ گرم فیبر، ۵۵ میلی گرم گوگرد، ۳۷۵ میلی گرم پتاسیم، ۲۶۰ میلی گرم کلسیم، ۶۰ میلی گرم فسفر، ۹ میلی گرم سدیم، ۲/۴ میلی گرم آهن و ۴۰ میلی گرم ویتامین C است.

شلغم و سرماخوردگی

ویتامین A اغلب به عنوان ویتامین ضد عفونت معرفی می شود. از آن جایی که در بیش تر ناراحتی های تنفسی با کمبود

این ویتامین مواجه هستیم و برگ شلغم غنی از این ویتامین است، می توان از آن در درمان سرماخوردگی استفاده کرد. ویتامین C موجود در شلغم نیز خاصیت ضد ویروسی داشته و به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک می کند.

ریشه شلغم نیز اثر نرم کنندگی داشته و در درمان سیاه سرفه و آسم به صورت جوشاندهای غلیظ و همراه با عسل مورد استفاده قرار می گیرد.

آب شلغم

آب شلغم پخته را می توان در انواع گلو درد، به خصوص در عوارض سرماخوردگی غرغره کرد. همچنین خوردن آب شلغم درمان کننده جوش صورت و آگزما نیز هست و قند خون را نیز پایین می آورد.

عطاری شلغم

کسانی که نقرس دارند یا از بیماری درد مفاصل رنج می برند، یک عدد شلغم

را پخته و آن را ریز ریز کنند و به شکل فرنی درآورند. سپس آن را مانند مرهمی روی مفاصلی که درد می کند، قرار دهند. ■ از آن جایی که شلغم مقدار مناسبی از ویتامین ها را دارد به سلامت عروق و پیش گیری از بیماری های قلبی - عروقی کمک می کند.

■ شلغم، سنگ های مثانه، کلیه و کبد را خرد کرده و ادرار را زیاد می کند. اگر ریشه های نازک و باریک روی شلغم را خشک و ساییده و با عسل مخلوط کنند، برای سختی ادرار و بسیاری از امراض مجاری ادراری مفید خواهد بود. همچنین ورم طحال و سوزش ادرار نیز بدین وسیله درمان می شود.

افزون بر این ها شلغم:

■ به علت داشتن ویتامین C از رقیق شدن خون جلوگیری کرده و مانع خون ریزی می شود و خستگی را نیز برطرف می کند. ■ گسترش سرطان را متوقف کرده و شاید یکی از مهم ترین گیاهان ضد سرطانی است.

■ شلغم پخته بهترین دارو برای برونشیت است.

■ چنانچه شلغم را در ظروف سر بسته یا درون خمیر بپزید، چون آب و اسانس های آن خارج نمی شود، باعث زیاد شدن اشتها می شود.

■ آب شلغم به سبب داشتن انسولین گیاهی و ویتامین های مفید برای درمان مرض قند و سنگ مثانه مفید است.

■ شلغم برای جلوگیری از ناراحتی های پوستی به ویژه جوش صورت (غرور) بسیار سودبخش است.

■ به علت داشتن ویتامین های B و A نور چشم را زیاد و قوه بینایی را تقویت می کند.

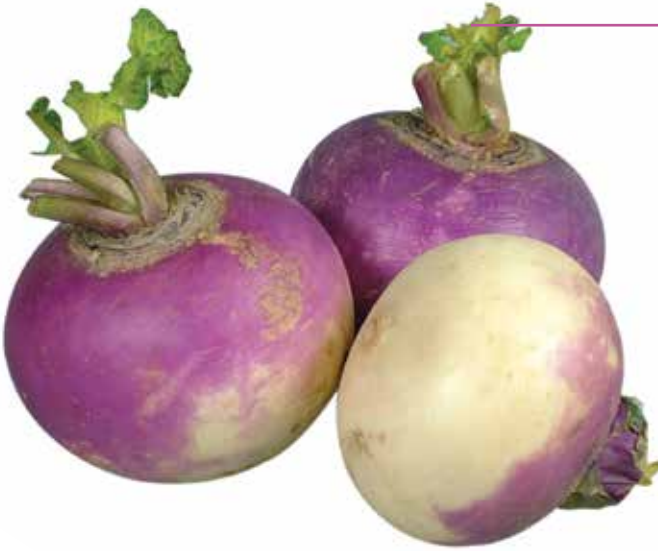
■ آن هایی که غده تیروئیدشان کم کار است، باید حتما شلغم بخورند، چون شلغم به علت داشتن ید فراوان، ترشحات

شلغم را جدی بگیرید

به کوشش فاطمه همتی

شلغم، گیاهی است با برگ هایی ناصاف و بریدگی های زیاد که به رنگ سبز و سفید دیده می شود. ریشه آن نیز غده ای به شکل گرد یا دراز به رنگ سفید با لکه هایی بنفش است. شلغم در هوای سرد بهتر رشد می کند و شاید به همین علت است که در درمان بیماری های فصل سرما و بیماری های تنفسی به کار می رود.





۲. پوست خارجی شلغم باید شفاف و براق باشد.

۳. شلغم باید سنگین باشد و وقتی وسط آن را بریدند، درونش روشن و شفاف باشد.

۴. شلغمی بخريد که گرد است و دم آن از بیخ آن شروع می‌شود، نه از آن شلغم‌هایی که مخروطی شکل است و دمش در ادامه خودش است.

چند روایت

■ امام صادق (علیه السلام) بر شما باد شلغم. آن را بخورید و پیوسته خوردنش را استمرار بخشید و آن را از همه کس، جز آنان که اهلش هستند، پنهان بدارید. هیچ کس نیست که در او رگی از جذام نباشد. این رگ را با شلغم بسوزانید.

■ امام صادق (علیه السلام) شلغم را در فصل آن بخورید تا هر دردی را از شما ببرد.

■ امام هفتم (علیه السلام) بر تو باد به خوردن شلغم چون کسی نیست جز این که رگی از خوره دارد و خوردن شلغم آن را آب کند، گفتم نپخته یا پخته؟ فرمود: هر دو.

منابع

۱. مرتضی نظری، خواص سبزی‌های خوراکی
۲. سید محمدتقی حکیم، خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها از نظر پیشوایان دین ●

غده تیروئید را تنظیم می‌کند.

■ شلغم به سبب داشتن ویتامین A برای تسکین خارش و دردهای مفصلی، نفرس و معالجه ترک به صورت استعمال خارجی مفید است. برای این منظور باید شلغم را در مقدار کمی آب پخته و به صورت مرهم در محل موردنظر قرار دهید.

■ شلغم دارای قند طبیعی و منیزیم زیادی است و از همین جهت نیروبخش بوده و اسکلت را محکم می‌سازد. شلغم دارای فسفر است و برای مغز مفید بوده و تسکین‌دهنده و تقویت‌کننده اعصاب است.

■ شلغم دارای رویدیم است که یک ماده رادیواکتیو بوده و تأثیر نیکویی در سلامتی داشته و جوانی را پایدار می‌سازد.

■ شلغم با این که دارای قند است، در درمان بیماری قند بسیار مؤثر است مخصوصاً چنانچه آب آن را گرفته و بنوشند، تأثیر بسیاری دارد.

اما با وجود این همه خواص، تخم شلغم از نظر تمامی خواص بهتر و مفیدتر از خود شلغم است و مقدار مصرف روزانه آن بدین صورت است که هر روز پنج یا شش گرم از آن را به همراه عسل یا شربت بخورند.

خام یا پخته

شلغم را همیشه نپزید و گاهی خام‌خوری آن را هم تجربه کنید چون پختن شلغم سبب از بین رفتن «گلوکوسینولیت» در آن‌ها می‌شود.

شربت شلغم

آن‌هایی که حافظه ضعیفی دارند و نیز برای درمان سرماخوردگی، ورم لوزه‌ها، آئزین شدید و گلودرد باید از شربت شلغم استفاده کنند. روش تهیه شربت آن نیز به این صورت است که ابتدا وسط یک شلغم را خالی می‌کنند و در آن کمی شکر می‌ریزند. پس از مدتی آب در آن جمع می‌شود. آب آن را با قاشق برداشته و مصرف می‌کنند.

شلغم و زنان باردار

شلغم برای رشد و نمو استخوان‌ها مفید است؛ بنابراین زنان باردار و شیرده حتماً باید از آن استفاده کنند. کودک زن حامله‌ای که در طول حاملگی‌اش شلغم خورده باشد، زودتر رشد کرده و حرف می‌زند و حتی زودتر راه می‌افتد و در مقابل بیماری‌ها، مقاومت بیش‌تری خواهد داشت.

آش شلغم

با این میوه می‌توانید آشی تهیه کنید که در روزهای سرد زمستان حسایی می‌پسید. طرز تهیه آن به این صورت است که شلغم، برنج، گوشت چرخ‌کرده، لپه و پیاز و زردچوبه را با هم مخلوط کرده و سپس آن را با کشک و نعنای داغ، کمی پیاز و کوفته ریزه تزیین می‌کنند.

انتخاب شلغم

شلغم خوب دارای چهار نشانه است:

۱. شلغم باید سفت و تازه باشد. اگر وسط آن شل باشد و با فشار انگشت، فرو برود، مانده و پلاسیده است و چنانچه پخته و مصرف شود، در روده‌ها تولید نفخ می‌کند.



عطر را فراموش نکنید

توصیه‌هایی درباره خرید عطر و استفاده از مواد خوش‌بوکننده



به‌اضافه «سرد» و «گرم»، ساده‌ترین معیارهای ما برای شناسایی عطرها هستند. علاوه بر صفات «تند» و «ملایم»، شاید بشود صفات‌های «سنگین» یا «سبک» را هم به کار برد. برخی از عطرها نیز ترکیبی از این سه رایحه، به‌اضافه سردی و گرمی هستند.

عطرهای گرم و شیرین و تلخ، مناسب فصول سرد یا مناطق سردسیر؛ عطرهای سرد و تلخ یا ترش، مناسب فصول گرم یا مناطق گرمسیر و مجالس دوستانه؛ و عطرهای تند از هر نوع برای میهمانی‌ها و مجالس است.

نام عطرها

به نام‌های معروف زیاد توجه نکنید. چه‌بسا یک عطر یا ادکلن کم‌تر معروف از نظر تجاری، موجب رضایت شما شود. تقریباً در بازار ایران هم‌اینک به حدی نمونه‌های بدلی و تقلبی از مارک‌های معروف ساخته شده که تشخیص آن واقعاً دشوار است. مگر این‌که به فروشنده که باید خود کارشناس باشد، کاملاً اطمینان داشته باشید که مثلاً ادکلن محبوب شما به‌جای فرانسه در یکی از کارگاه‌های زیرزمینی دوبی و پاکستان پر نشد باشد!

سلیقه شما

شما می‌توانید طبق سلیقه یا ذائقه بویایی خود، نوع عطرتان را بی‌سندید؛ آیا عطرهای گیاهی با منابع گل‌ها، درختان، صمغ درختان، دانه‌ها و میوه‌ها را دوست دارید یا عطرهایی با منابع حیوانی نظیر مشک

وقتی خوب است که با بدن شما سازگار باشد.

چرا گفتیم سازگاری با بدن شما؟ عبارت دقیق‌تر، «سازگاری با پوست شما» است. بسیاری از مردم عطرها را به لباس خود می‌زنند! درحالی‌که عطر باید روی پوست جواب بدهد. به تجربه دریافته‌ایم که پوست افراد با یکدیگر متفاوت است؛ بنابراین هر عطری احتمال دارد روی پوست افراد مختلف، واکنش‌های شیمیایی متفاوت و در نتیجه، بازتاب مختلفی داشته باشد.

عطرها چه بویی دارند؟!

ما مجبوریم از همان معیار چشایی برای شناسایی نوع بوی عطر استفاده کنیم؛ شیرین، تلخ، ترش. چند رده‌بندی دیگر مانند انواع رایحه گل‌ها یا میوه‌ها یا حتی بوی چوب درختان و شکلات و توتون نیز وجود دارد، ولی این سه نوع رایحه

سیره نبوی

هم برای ترغیب شما به خواندن این مطلب و هم برای تبرک‌بخشی به آن، سخنان را به دو روایت درباره سیره نبوی آغاز می‌کنیم: «حبیبم جبرئیل به من می‌گفت: یک روز در میان، خود را معطر ساز و در روزهای جمعه عطر زدن را ترک مکن که ضروری است.»

امام صادق (ع) می‌فرمایند «رسول خدا ﷺ هنگامی که به‌جایی می‌رفتند، با بوی خوش شناخته می‌شدند.»

یک تفکر نه‌چندان درست

برخی فکر می‌کنند که عطرها و ادکلن‌های گران‌قیمت، مرغوب‌تر و خوش‌بوترند. این فکر از جهاتی غلط است. هرکسی می‌تواند با هزینه‌ای اندک، عطر مناسب خود را بخرد و از آن هم راضی باشد. عطر یا ادکلن مرغوب و گران‌قیمت



یا معرف و یکی از نشانه‌های شناسایی خود حفظ کنید و تنها از آن استفاده کنید. به‌جای خرید شیشه‌های بزرگ عطر، از اشان‌تین‌های کوچک و ارزان قیمت شروع کنید. لازم نیست شیشه بزرگ صد سی‌سی و گران قیمت بخرد که بعداً متوجه شوید به درد نمی‌خورد!

چگونه عطر بسازید

برای این کار مقداری برگ تازه گیاه و یا گلبرگ‌های گل موردعلاقه خود را داخل هاون، له کرده و عصاره آن را داخل ظرفی جداگانه بریزید. سپس مقداری سرکه سیب به آن اضافه کنید. ظرف را تکان دهید و ۲۴ ساعت بعد محلول فوق را از صافی عبور دهید، عطر آماده است به همین راحتی.

عطر برای خود یا دیگران

یادتان باشد که شما عطر را به خاطر دیگران می‌زنید؛ چون بعد از چند دقیقه، به خاطر عادت به آن، دیگر بویی نمی‌شنوید. پس عطر برای ایجاد احساس بهتر نسبت به شما در نظر دیگران است. در هر کار و سمتی که هستید، عطر را فراموش نکنید. ●

عطر بادوام

پوست‌های چرب معمولاً بوی عطر را بیشتر از پوست‌های خشک در خود نگه می‌دارند؛ بنابراین اگر پوست خشکی دارید قبل از استفاده از عطر مقداری کرم نرم‌کننده روی پوست خود بمالید. مطمئن باشید ساعت‌ها بوی خوش عطر باقی خواهد ماند.

چند نکته امنیتی!

سعی کنید اسپری و ادوکلن‌ها تا حد امکان به موی سر شما نپاشد؛ زیرا برخی ترکیبات موجود در عطرها ممکن است باعث سفیدی زودرس موی سر شما شود. شیشه‌های عطر و ادوکلن خود را پشت پنجره و جلوی نور آفتاب قرار ندهید. مخصوصاً اگر شیشه آن‌ها شفاف و سفید یا غیر رنگی باشد.

عطر مخصوص!

یک یا حداکثر دو نوع عطر مخصوص به خود داشته باشید. وقتی احساس کردید آن‌ها با بدن شما سازگار بودند و خودتان و دیگران از آن راضی بودید، سعی کنید آن عطرها را به‌عنوان «شاخصه»

که از آهو گرفته می‌شود یا عنبر که از نهنگ عنبر به دست می‌آید یا عطری از منابع و فرآورده‌های آلی و نفتی. به کلمات و نوع رایحه‌ای که معمولاً روی جعبه یا شیشه‌ها نوشته می‌شود، بیش از زیبایی و ظاهر شیشه توجه کنید.

امتحان بوی عطرها

وقتی به عطر فروشی رفتید، هر بار بیش از دو سه نوع عطر را امتحان نکنید، چون بعد از چند دقیقه شامه شما از تشخیص میزان احساسات نسبت به عطرها‌ی آخری عاجز می‌شود. تازه سگرمه‌های عطر فروش را که جعبه سی‌چهل عطر و ادوکلن را برای شما باز کرده و روی پیشخوان گذاشته، نمی‌بینید؟!

یک راه تشخیص سلیقه‌ها

شاید این یک تجربه شخصی باشد و درباره همه افراد صدق نکند، اما در بسیاری موارد، این‌طور به نظر رسیده است که افراد مایل به چاقی یا چاق، یا افرادی که غذاهای گرم و شیرین و یا بستنی و شیرینی‌جات را دوست دارند، به عطرها‌ی شیرین؛ و افراد لاغر یا کسانی که به غذاها و خوراکی‌های تند و شور و ترشیجات علاقه دارند به عطرها‌ی سرد و تلخ بیشتر تمایل دارند.

عطر، روی پوست نه لباس

گفتم عطر باید روی پوست جواب بدهد. دقیقاً کجا؟ چند نقطه از بدن هست که دارای نبض است: پشت گوش‌ها در قسمت زیر آن و کناره‌های بینی و مچ دست و مچ پا. گردن هم هست ولی سعی کنید به گردن نزدیک‌ترین نقطه پوست گردن مقداری حساس است. همان کناره‌های بینی و پشت گوش و نبض مچ دست از همه مناسب‌تر است. ضربان نبض باعث می‌شود که رایحه عطر بیشتر در هوا پخش شود.



روضه آن سپید گیسو

سید حمیدرضا برقی

خانه پیرزن ته کوچه
پشت یک تیر برق چوبی بود
پشت فریادهای گل کوچک
واقعاً روزهای خوبی بود

پیرزن هر دوشنبه بعد از ظهر
منتظر بود در زدن ها را
دم در می نشست و با لبخند
جفت می کرد آمدن ها را

روضه خوان محله می آمد
میرزا با دو چرخه آهسته
مثل هر هفته باز خیلی دیر
مثل هر هفته سینه اش خسته

«ای شه تشنه لب سلام علیک»
ای شه تشنه لب... چه آوازی
زیر و بم های گوشه دشتی
شعرهای وصال شیرازی

می نشستیم گوشه مجلس
با همان شور و اشتیاقی که...
چه قدر خوب یاد من مانده
درو دیوار آن اتاقی که

یک طرف جمله «خوش آمده اید
به عزای حسین» بر دیوار
آن طرف عکس کعبه می گردد
دور تادور این اتاق انگار

گوشه گوشه چه محشری برپاست
توی این خانه چهل متری
گوش کن! دم گرفته با گریه
به سر و سینه می زند کتری

عطر پررنگ چایی روضه
زیر و رو کرده خانه او را
چه قدر ناگهان هوس کردم
طعم آن چای قندپهلو را

تا که یک روز در حوالی مهر
روی آن برگ های رنگارنگ
با تمام وجود راهی کرد
پسری را که برنگشت از جنگ

هی دوشنبه دوشنبه رد شد و باز
پستیچی نامه از عزیز نداشت
کاشکی آن دوشنبه آخر
روضه میرزا گریز نداشت

پیرزن قطره قطره باران شد
کمی از خاک کربلا در مشت
السلام علیک گفت و سپس
روضه قتلگاه او را کشت

تا همیشه نمی برم از یاد
روضه آن سپید گیسو را
سالیانی است آرزو دارم
کربلای نرفته او را

