



اسماء محمد بلتاجی امروز و اسماء بنت ابوبکر

- تگاهی دوباره به اهمیت و جایگاه خانواده
- بحران موجود در خانواده‌های امروزی
- راهکارهای عملی جهت خوشبختی خانواده
- اشتباهاتی که رشته‌ی زندگی زناشویی را پتبه می‌کند
- الفبای خوشبختی زوجین
- چه چیزهایی را در خواستگارمون با سرعت بررسی کنیم؟
- او که احمد نام داشت
- عشق یعنی: حالت خوب باشد
- زندگی در کنار خانواده همسر
- رخت عاشقی‌ات را به کدامین آویز آویخته‌ای؟!
- مادرانگی ما گرفتار ویلاگ‌ها
- چگونگی تعامل با اعتیاد مجازی در کودکان و نوجوانان
- تربیت بر پایه‌ی اصول قرآنی
- حجاب تو، سعادت توست...
- نامه‌ای به یک دختر مسافر اروپا
- خشونت علیه زنان
- نگاه اسلام به مشارکت سیاسی زن در جامعه
- مسأله حجاب در دو جامعه لاتینک و اسلامی
- «مطالبات زنان» و وعده‌های «روحانی»
- خدیحی صدیقه، یآوری کم‌نظیر
- صفیه! دختر حنی بن اخطب، از یهودیت تا اسلام
- گامی به سوی مثبت‌اندیشی

- سخن سردبیر ..... ۲
- نگاهی دوباره به اهمیت و جایگاه خانواده و راههای دستیابی به خانواده‌های موفق ..... ۳
- بحران موجود در خانواده‌های امروزی ..... ۶
- راهکارهای عملی جهت خوشبختی خانواده ..... ۹
- اشتیاهائی که رشته‌ی زندگی زناشویی را پنبه می‌کند ..... ۱۰
- الضیای خوشبختی زوجین ..... ۱۲
- چه چیزهایی را در خواستگارمون با سرعت بررسی کنیم؟ ..... ۱۴
- او که احمد نام داشت ..... ۱۵
- عشق یعنی: حالت خوب باشد ..... ۱۶
- «در باب یکتا نبودن خدا» ..... ۱۷
- تقسیم وظایف بین لیلی و مجنون ..... ۱۹
- قولی بچه قورباغه(قول بده تغییر نکنی!) ..... ۲۰
- به سفیدی برف ..... ۲۱
- زندگی در کنار خانواده همسر ..... ۲۱
- تو از همه چیز مهم‌تری، از همه چیز ..... ۲۳
- معاذ الله که راه کج روم من ..... ۲۴
- رخت عاشقانت را به کدامین آویز آویخته‌ای؟! ..... ۲۶
- مادرانگی ما گرفتار ویلاکها ..... ۲۷
- چگونگی تعامل با اعتیاد مجازی در کودکان و نوجوانان ..... ۲۸
- موضع فرد مسلمان در قبال دنیا و مادیات ..... ۲۹
- تربیت بر پایه‌ی اصول قرآنی ..... ۳۲
- حجاب تو، سعادت توست ..... ۴۳
- بی‌جست‌وجو، امان ما از جنس عادت می‌شود ..... ۳۶
- نامه‌ای به یک دختر مسافر اروپا ..... ۳۷
- خشونت علیه زنان ..... ۳۸
- نقش و مسؤلیت‌های زنان در دیدگاه ما ..... ۴۱
- نگاه اسلام به مشارکت سیاسی زن در جامعه ..... ۴۲
- «فردیت» مفهومی عمیق‌تر از موضع‌گیری‌های «جنسیتی» ..... ۴۶
- پیوستن به کنوانسیون حقوق زنان، آثار مثبتی دارد ..... ۴۷
- مسأله حجاب در دو جامعه لائیک و اسلامی ..... ۴۸
- رهایی از مرگ خاموش ..... ۴۹
- «مطالبات زنان» و وعده‌های «روحانی» ..... ۵۰
- عروس آسمان ..... ۵۱
- پدرانی که نقشی در تربیت ندارند ..... ۵۲
- خدیجه‌ی صدیقه، یآوری کم‌نظیر ..... ۵۳
- صفیه رضی الله عنها دختر ختن بن اخطب، از یهودیت تا اسلام ..... ۵۵
- مادری صورت، همسری فهیم و بانوی مجاهد ..... ۵۵
- گامی به سوی مثبت‌اندیشی ..... ۵۶
- سلامتی زنان با نگاهی دیگر ..... ۵۷
- بررسی یک دیدگاه فقهی از نگاهی دیگر ..... ۶۱
- زن والست، نه کالا ..... ۶۲
- زنان چطور با ناامیدی در سر کار کنار می‌آیند؟ ..... ۶۴
- تاراج سلامت بانوان در آشفته بازار لوازم آرایشی ..... ۶۴
- ضرورت خود مراقبتی زنان ..... ۶۶
- جای تو در دم هست، ای بانوی آسمانی ..... ۶۷
- تو کیستی که خلقی حیران تو گشته‌اند؟ ..... ۶۷
- روزهای خونین مصر (کلتا رابعه) ..... ۶۸
- سبب‌زمینی غش‌کرد! ..... ۶۹
- هرگز غیر مادر! ..... ۶۹
- اخلاق پیامبر صلی الله علیه و آله ..... ۷۰
- درباره‌ی یک کودک قدرشناس ..... ۷۱
- نامه ای از محمد به محمد رسول الله(صلی الله علیه و سلم) ..... ۷۱
- گل ط ..... ۷۱
- «بهترین شما کسی‌است که قرآن را پیاموزد و آن را آموزش دهد» ..... ۷۳
- گفت و گو با یکی از بانوان مترجم کتاب‌های اخلاقی ..... ۷۳
- مشارکت سیاسی و اجتماعی زنان ..... ۷۴
- زندگی، رسم پذیرایی از تقدیر است ..... ۷۶
- مهارت‌های عشق‌ورزی در خانواده ..... ۷۸
- (زبان عشق خانواده‌ها) ..... ۷۸
- مصاحبه‌های خودمانی ..... ۷۹
- زیر لایه‌ی آرام خانواده‌ها، اتفاق مهیبی ممکن است رخ داده باشد ..... ۸۰
- حداقل با خود رو راست باشیم! ..... ۸۳
- از کودککات فاصله بگیر ..... ۸۴
- بزرگ‌ترین لدوه آن زن ..... ۸۵
- اندکی صبر، سحر نزدیک است ..... ۸۶
- حریم حرمت باغ ..... ۸۷
- خسدا! ..... ۸۸
- قیمت یک معجزه چنده؟ ..... ۸۸
- اسماء بنت‌ابی بکر و اسماء بنت ابوبکر ..... ۸۹
- وای بر روزی که دیگر فرصتی نباشد ..... ۹۰
- مصرف بیهیته در خانواده ..... ۹۱
- از ماست که بر ماست! ..... ۹۲
- کوفته کباب با نس تاجینی ..... ۹۳
- ژله رنگین‌کمانی، دسری شیک و آسان ..... ۹۴
- طرز تهیه‌ی کمپوت خانگی ..... ۹۵
- آینه نیز شرم دارد از پاک‌ی نگاه تو ..... ۹۶
- همایش دو روزه ناموس و خشونت علیه زنان در مریوان ..... ۹۷
- «مرزها برای رد شدن کشیده شده‌اند» ..... ۹۷
- اقدام جالب هنرمند فرانسوی در دفاع از حجاب ..... ۹۸
- شهرداری که تاریخ ساز شد ..... ۹۹
- پاسخ به پرسش‌های فقوی ..... ۱۰۰
- پاسخ به پرسش‌های مشاوره‌ی خانواده و ازدواج ..... ۱۰۲
- بیا تا قدر یکدیگر بدانیم ..... ۱۰۴



## نشریه داخلی سال سوم شماره سیزدهم

ویژه‌نامه‌ی زنان  
اسفندماه ۱۳۹۲



زیر نظر:  
شورای سردبیری  
سایت اصلاح‌وب

طراحی:  
آتلیه گرافیک اصلاح‌وب



# نگاهی دوباره به اهمیت و جایگاه خانواده و راه‌های دستیابی به خانواده‌ای موفق



جلال معروفیان

خانواده، از گروهی از انسان‌ها ترکیب می‌شود که از راه خون، زناشویی و یا فرزندپذیری با یکدیگر ارتباط می‌یابند و طی یک دوره‌ی زمانی نامشخص، با هم زندگی می‌کنند. [کوئن ثلاثی، ۱۳۷۰: ۱۳۷]

این سیستم و نهاد اجتماعی در طول تاریخ، نقشی حیاتی برای رشد و پیشرفت و اجتماعی شدن نوع انسان ایفا کرده است [موسوی، ۱۳۸۲] و مهمترین سازمانی است که بسترساز رشد و رفاه جسمی، روانی و اجتماعی کودک و عامل رسیدن وی به تعادل فیزیکی، روانی و اجتماعی است. [وود، ۱۹۹۶] اجتماعی شدن و آشنایی با قوانین، نقش‌ها و ارزش‌های فرهنگی به طور طبیعی در خانواده صورت می‌پذیرد و کودک در تعاملات ابتدایی خود با خانواده به یک موجود اجتماعی تبدیل می‌شود؛ به همین دلیل هم از دیرباز عملکرد خانواده مورد توجه روان‌شناسان بوده است. [والش، ۱۹۹۳]

خانواده به عنوان یک نهاد اجتماعی، معمولاً کارکردهای گوناگونی را بر عهده دارد که ماهیت این کارکردها و سطح اجرای آن‌ها در فرهنگ‌های مختلف، متفاوت است. مهمترین کارکردهای نهاد خانواده را می‌توان چنین برشمرد: تنظیم جنسی، تولید مثل و تجدید نسل، مراقبت و حمایت از فرزندان و سالمندان، اجتماعی کردن کودکان، تثبیت جایگاه اجتماعی و منزلت افراد از طریق وراثت و تأمین امنیت اقتصادی برای اعضای خانواده به عنوان واحد بنیادی تولید اقتصادی و مصرف. [همان؛ صفحه: ۱۱۴-۱۱۳] جامعه‌شناسان دیگری نیز، با اندک تفاوت‌هایی، همین کارکردها را در نظر گرفتند.

مثلاً «نایدهارت» علاوه بر کارکردهای تولید مثل، اجتماعی کردن و تعیین پایگاه اجتماعی، به کارکردهای محافظت روانی از اعضاء خانواده، کاهش و از میان بردن تنش‌ها و همچنین خانه‌داری و گذران اوقات فراغت نیز تأکید کرده است در حالی که تأکید پارسونز، بر دو کارکرد اجتماعی کردن کودکان و رشد و ثبات شخصیت بزرگسالان بود [اعزازی: ۱۳۸۰: ۱۷۰] و سرانجام این که به نظر هوبل [۱۹۷۲]، خانواده به عنوان یک واحد اجتماعی-فرهنگی، کانون نزدیکی،

آشیانه‌ای برای تغذیه و رشد انسان، منبع حمایت اجتماعی و مؤسسه‌ای برای انتقال فرهنگ است. [موسوی: ۱۳۸۲]

الف) تعریف خانواده:

• حقوق‌دانان در قانون مدنی، خانواده را مجموعه‌ای از اشخاص خوانده‌اند که به واسطه‌ی قرابت به هم بستگی دارند و محور این قرابت اعم از این‌که نسبی باشد یا سببی، ازدواج است.

• «خانواده یک نهاد حقوقی است مشتمل بر مجموع اشخاصی که به وسیله‌ی رشته‌های زناشویی یا خون یا فرزندخواندگی با یکدیگر پیوند یافته‌اند. در معنای محدودتر، کلمه‌ی خانواده معرفت شرکت ناشی از زناشویی است که شامل زن و شوهر و فرزندان‌شان می‌شود.»

ب) اهمیت خانواده:

از نظر حقوقی:

• بند سوم ماده‌ی شانزده اعلامیه‌ی حقوق بشر، خانواده را رکن طبیعی و اساسی اجتماعی دانسته و به آن حق داده که از حمایت دولت بهره‌مند باشد.

از نظر تربیتی:

۱) روان‌شناسان معتقدند شخصیت اصلی طفل در سنین زیر هفت سال شکل خواهد گرفت و به‌ندرت می‌توان دایره‌ی تربیت طفل را از خانواده فراتر دانست.

۲) خانواده، محل یادگیری زبان به عنوان یکی از مهم‌ترین مؤلفه‌های ملیت است.

از نظر جامعه‌شناسی:

۱) وسیله‌ای برای انتقال فرهنگ و فولکلور از نسلی به نسلی دیگر و در نهایت ماندگاری یک ملت است؛ اگرچه این ملت بدون سرزمین و دولت باشد.

۲) خانواده سپر بلای جامعه است؛ یعنی هرچه خانواده محکم‌تر باشد، آسیب‌پذیری جامعه کمتر است و برعکس «هر وقت در جامعه دزدی و قتل و بزهکاری زیاد شد، نشانه‌ی آن است که

خانواده ضعیف و یا از هم پاشیده شده است». تاریخ به ما می‌گوید که: تواناترین جوامع آن‌هایی بودند که خانواده در آن‌ها قوی‌ترین بنیاد و سازمان را داشته است.

۳) در خانواده است که انسان تجربه‌ی زیستن و بودن با غیر خود را تجربه می‌کند که زمینه و بستری مناسب برای تحمل و مدارا و در نهایت، مردم‌سالاری و دموکراسی است. تجاربی مانند:

- تجربه‌ی با دیگری زیستن؛ دیگری یعنی: جنس مخالف و شخصی متفاوتی با گذشته‌ای متفاوت و از خانواده‌ای متفاوت حتی با فرهنگی متفاوت!!
- تجربه‌ی تربیت فرزندان، تجربه اقتصادی و دخل و خرج خانواده.
- تجربه مردانگی و زنانگی

۴) رعایت نظم و قانون (دقت در رفت و آمد، در دخل و خرج، در سخنان و...)

۵) آموزش دیانت و اخلاق

۶) برای محافظت در برابر هجوم فرهنگ بیگانه

از نظر روانشناسی:

تحقیقات گوناگون نشان می‌دهند که افراد متأهل در مجموع خوشبخت‌تر و راضی‌تر از افراد مجرد و بدون همسرند. یعنی سلامت جسمی و روانی افراد متأهل بیشتر است و عموماً عمر طولانی‌تری هم دارند. همان چیزی که قرآن قرن‌ها پیش به آن اشاره نموده و فرموده است: «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ» [روم: ۲۱]

از نظر اقتصادی:

یکی از بنیادهای اصلی یادگیری مصرف‌درست، پس‌انداز و عشق به کار است.

ج) ویژگی‌های خانواده‌ی موفق:

خانواده‌ی موفق با کارکردهایی بالا دارای ویژگی‌های ذیل است:

الف) اعضای خانواده احساس آرامش می‌کنند.

ب) اعضای خانواده احساس رشد می‌کنند.

## سخن سردبیر

۶- بها دادن به نقش زن به عنوان مادر و مربی در خانواده.

باتوجه به خطیر بودن رسالت این بخش و اینکه «سفر بی‌روشنایی مصلحت نیست...» روشنی راه را همکاری و همراهی و همفکری تمامی برادران و خواهرانی می‌دانیم که در این راستا بر لوح سفید کاغذ با قلمی می‌نگارند که رب‌العالمین بر او سوگند یاد کرده‌است؛ باشد که تابش نور قلم، ظلمات جهل و ناآگاهی را از عرصه‌ی ذهن و روان فرد و جامعه بزدايد.

انعکاس مطالب صفحه‌ی ویژه‌ی زنان در نشریه‌ی اصلاح، تا کنون به شکل مستقل نبوده است و غالباً در کنار سایر مطالب بخش اصلی سایت نشر می‌یافته است. با نظر به اهمیت این بخش، در نظر گرفته شد که مطالب ویژه‌ی زنان در شماره‌های مستقلی فرادید خوانندگان گرامی درآید. نشریه‌ی پیش‌رو، حاوی دستچینی است از مطالب متنوعی که از اردیبهشت‌ماه سال جاری تا کنون در صفحه‌ی زنان سایت اصلاح منعکس شده است.

امید است که به توفیق خداوند و همیاری اهل قلم و هنر، این مسیر ادامه یابد و بتوانیم مطالب صفحه‌ی زنان پایگاه اطلاع‌رسانی اصلاح را به شکل مستقل و با نام ویژه‌نامه‌ی زنان که بازتاب بهتری از دغدغه‌های زنان باشد، عرضه کنیم.

از اینکه ما را میهمان نگاه خود کرده‌اید سپاس‌گزاریم.

اسفند ۱۳۹۲

تبیین وضعیت و جایگاه حقوقی زن، مشارکت وی در فعالیت‌های مختلف، توازن در زندگی فردی و اجتماعی، از جمله مباحثی است که اندیشه‌ی اسلامی باید پاسخگوی پرسش‌های بنیادین در این ارتباط باشد. بر همین اساس پایگاه اطلاع‌رسانی اصلاح با توفیق خداوند متعال-جل جلاله- و همکاری و هم‌فکری جمعی از خواهران و برادران، اقدام به راه‌اندازی بخش ویژه‌ی زنان، نموده است. چنین مجالی پاسخی است به نیازها و دغدغه‌های خاص زنان؛ به امید اینکه فرصتی فراهم آید تا با قلم کسانی که اندیشه‌ی بهبود وضعیت زنان را در عرصه‌های خانوادگی، اجتماعی، روشنفکری و... دارند، بتوان فضایی ایجاد کرد تا دانایی و اندیشه‌ورزی آنان گسترش یابد.

بخش زنان اصلاح‌وب با رویکردی میانه‌روانه و بر مبنای قرآن و سنت، به‌منظور نیل به اهداف زیر راه‌اندازی شده است:

- ۱- آشنا نمودن زنان با مبانی اندیشه‌ی میانه‌رو اسلامی؛
- ۲- تبیین جایگاه حقیقی زن در اسلام و دفاع از حقوق انسانی و مدنی وی؛
- ۳- سعی در توسعه‌ی فرهنگ مشارکت زنان در فعالیت‌های مختلف سیاسی، اجتماعی و فرهنگی؛
- ۴- معرفی چهره‌های بارز در میان زنان به‌منظور آرایه‌ی الگوی زن مسلمان؛
- ۵- ایجاد زمینه‌ی توسعه‌ی فردی زنان و آموزش مهارت‌های لازم به آنان؛

ج) اعضای خانواده احساس وابستگی و همبستگی می‌کنند.

د) اعضای خانواده احساس عشق و محبت را تجربه می‌کنند.

ه) اعضای خانواده احترام و جایگاه را در آن احساس می‌کنند.

د) راه‌های دستیابی به خانواده‌ای موفق

برای دستیابی به خانواده‌ای موفق با ویژگی‌های ذکر شده، آموزش بهترین کار و بهترین راه‌حل است. آموزش‌های قبل از عقد و تشکیل خانواده مانند:

۱. نحوه‌ی ارتباط و انتخاب؛

۲. کسب آمادگی‌های لازم؛

۳. اصلاح بینش‌ها و نگرش‌ها.

و بعد از عقد و تشکیل خانواده که عبارتند از:

۱. مهارت‌آموزی؛

۲. اصلاح رفتارها؛

۳. مدیریت در خانواده.

آمادگی و تهیه و تدارک امکانات، به نوع هدف و راهی برمی‌گردد که انتخاب کرده‌ایم. به طور مثال در مسافرت، هر اندازه سفری که در پیش داریم، مهم‌تر و طولانی‌تر باشد، آمادگی و امکانات ما نیز باید بهتر و بیشتر باشد. بیابید ازدواج و تشکیل خانواده را نیز در این چهارچوب تحلیل کنی. آمادگی ما برای ازدواج و تشکیل خانواده‌ای موفق، به هدف ما از انجام این کار برمی‌گردد.

هدف از ازدواج در فرهنگ‌های مختلف و برای افراد مختلف، جداگانه و متفاوت است. مثلاً هدف خیلی‌ها از ازدواج، چیزی جز فرزنداندن غریزه‌ی جنسی نیست و طبیعتاً با این نگرش، نیازی به آمادگی و حتی تشکیل خانواده هم نیست. به همین دلیل، ازدواج و خانواده با بحران شدیدی روبرو شده است؛ چون به قول بعضی از افراد لا ابالی تا زمانی که شیر تازه و آماده در دسترس است، نیازی به نگهداری گاو شیری نیست! و چنین نگرش‌هایی درباره‌ی ازدواج است که منجر به بحران طلاق و فروپاشی خانواده و... می‌شود. در اروپا موضوع از این هم فراتر رفته و به از دست دادن ترکیب جمعیتی و نژاد خالص و پدیده‌ی زشت و ناپسند و غیر انسانی همجنس‌بازی منجر شده است.

اما برای انسان مسلمان و جامعه‌ی اسلامی، ازدواج، هم امری مقدس است و هم اهداف والایی دارد که مهمترین آن‌ها عبارتند از:

۱- آرامش درونی که از دو طریق «اطفای

غریزه‌ی جنسی» با روشی حلال و شرعی و «اظهار محبت و دوست داشتن» تأمین می‌شود.

۲- حفظ نسل به وسیله‌ی تولید مثل و تشویق به ازدواج با زنانی که توان بارداری دارند.

۳- رشد و تربیت فردی که با تجارب حاصل از تشکیل خانواده کسب می‌گردند.

۴- حفظ تنوع و گونه‌گونی نژادها، اقوام و فرهنگ‌ها از راه انتقال آداب و رسوم و زبان و دین و مذهب و... .

۵- ایجاد ارتباط و پیوند با سایر فرهنگ‌ها و نژادها که از طریق تحریم ازدواج با محارم و حتی تشویق به ازدواج با غیر خویشاوندان حاصل می‌شود.

در اسلام، تشویق به ازدواج و تشکیل خانواده، و تلاش برای حفظ حریم و استحکام آن، حالتی قداست‌گونه و مقدس به آن می‌دهد و هرگونه موضوع و مسأله‌ای که باعث تخریب و ویرانی آن شود، گناه به حساب می‌آید. به آیات و احادیث ذیل نگاهی بیندازید:

«وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَعْتَبِرُونَ» [روم: ۲۱]

(و از نشانه‌های قدرت اوست که برایتان از جنس خودتان همسرانی آفرید تا به ایشان آرامش یابید، و میان شما دوستی و مهربانی نهاد در این عبرت‌هایی است برای مردمی که تفکر می‌کنند.)

«مَنْ تَزَوَّجَ فَقَدْ اسْتَكْمَلَ نِصْفَ الْإِيمَانِ فَلْيَتَّقِ اللَّهَ فِي النَّصْفِ الْبَاقِي» [طبرانی، شماره: ۸۷۹۴]

(هرکس ازدواج کند گویی نیمی از ایمانش را کامل نموده است برای حفظ آن نیم دیگر پروای خدا را داشته باشید.)

«أَتَزَوَّجُ النِّسَاءَ، فَمَنْ رَغِبَ عَنْ سُنتِي فَلَيْسَ مِنِّي» [احمد، شماره: ۱۴۰۴۵]

(با زنان ازدواج می‌کنم، هر کس از شیوه و منش من روی‌گردان شود از امت من نیست.)

«أَبْغَضُ الطَّلَاقِ» [سنن ابن‌ماجه، شماره: ۲۰۱۸]

(نکوهیده‌ترین حلال‌ها در نزد پروردگار طلاق است.)

«و عن ابن عمر رضي الله عنهما عن النبي صلى الله عليه و سلم قال: «كُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ، وَالْأَمِيرُ رَاعٍ، وَالرَّجُلُ رَاعٍ عَلَى أَهْلِ بَيْتِهِ وَالْمَرْأَةُ رَاعِيَةٌ عَلَى بَيْتِ زَوْجِهَا وَوَلَدِهِ، فَكُلُّكُمْ رَاعٍ وَكُلُّكُمْ مَسْئُولٌ عَنْ رَعِيَّتِهِ» [متفق عليه]

(همه‌ی شما مسؤول هستید و همگی در مقابل

زیر دستانتان مسؤولید، حاکم مسؤول است، و مرد نیز به نسبت خانواده‌اش مسؤول است و زن نیز نسبت به منزل همسرش و فرزندش مسؤول است، پس همگی شما مسؤول هستید و همگی در مقابل زیر دستانتان مسؤولید.)

با این دیدگاه و نگرش، بارها در جلسات آموزش خانواده گفته‌ام: «هر زن و یا مردی که عمداً و صرفاً از روی عواطف و احساسات و بدون دلایل موجه شرعی، عقلی و یا علمی اقدام به سست نمودن بنیان‌های خانواده کند، نیک بداند و بترسد که آیات الهی و یا صفحات کلام الله مجید را زیرپا گذاشته است، چرا؟! چون پروردگار در سوره روم با صراحت و وضوح کامل از آن به آیات و نشانه‌ی خویش تعبیر نموده است.

چه آمادگی‌هایی را برای ازدواج و تشکیل خانواده باید داشته باشیم؟

۱- آمادگی جنسی: این آمادگی به طور فطری و طبیعی در انسان وجود دارد مگر در موارد خاصی که کسی بیماری داشته باشد. البته این‌جا نیز نیاز جدی و مبرم به آموزش وجود دارد.

۲- آمادگی‌های جسمانی و ژنتیکی: این آمادگی اگرچه تقریباً به طور طبیعی ایجاد می‌شود، ولی نیازمند آزمایش‌های پزشکی و ژنتیکی است.

۳- آمادگی‌های مادی و اقتصادی: متأسفانه در جامعه‌ی امروز بیشترین توجه به این موضوع شده و نمود و ظهور آن در مهریه و جهیزیه است ولی طبق تحقیقات به عمل آمده از روزی که مهریه و جهیزیه سیر صعودی داشته‌اند، طلاق و جدایی نیز همین‌طور!

۴- آمادگی‌های عقلانی: منظور از آمادگی‌های عقلانی موارد ذیل است:

۱- مصلحت‌اندیشی: یعنی کسی که قصد ازدواج و تشکیل خانواده را دارد، لازم است این آمادگی را داشته باشد که بتواند مصالح آنی و زودگذر یا مصالح خُرد را فدای مصلحت‌های بزرگ‌تر و ماندگارتر نماید. در قرآن نیز دقیقاً در خصوص خانواده و امور مربوط به آن، این آیه نازل گردیده است:

«فَعَسَىٰ أَنْ تَكْرَهُوا شَيْئًا وَيَجْعَلَ اللَّهُ فِيهِ خَيْرًا كَثِيرًا» [نساء: ۱۹]

به طور مثال بسیاری از پدران و مادران را می‌بینیم که به خاطر رعایت حال فرزندان و یا آبرو و اعتبار خود و خویشاوندان از بسیاری از مسایل می‌گذرند. حال اگر این گذشت‌ها به خاطر خدا باشد هم شیرین‌تر و هم پاداش اخروی را نیز به همراه خواهد داشت.

۲- توانایی و مهارت در حل مسأله: کسانی که به توانایی حل مسأله دست یافته‌اند، دارای چنین

ویژگی‌هایی هستند:

به جای این‌که دنبال مُقَصِّر بگردند دنبال راه‌حل هستند. ما چقدر دیده‌ایم که زن و شوهر کاری جز متهم کردن طرفِ خویش و یا اقوام و نزدیکان او و اینکه تمام تقصیرها را به گردن آنان بیندازند، انجام نمی‌دهند و طبیعی است که با چنین بینش و نگرشی نه به تفاهم می‌رسند و نه مشکلی حل خواهد شد.

به‌دنبال کسب اطلاعات و معلومات عمومی (درباره‌ی جنس مخالف، تربیت فرزندان و اقتصاد خانواده و حقوق متقابل زن و شوهر) هستند.

۵- آمادگی‌های روحی و روانی: که مهمترین و ضروری‌ترین نوع آمادگی‌ها نیز هست. من این نوع آمادگی را «مدیریت برخورد» می‌نامم و آن عبارت است از:

کنترل حواس به ویژه چشم و گوش و زبان؛ چون داده‌ها و اطلاعاتی که از راه حواس به ما می‌رسند، منجر به عواطف و احساسات می‌شوند. به قول شاعر:

ز دست دیده و دل هر دو فریاد

که هر چه دیده بیند دل کند یاد

منظور از احساسات حالت‌هایی است که بعد از ورود داده‌ها از راه حواس به انسان دست می‌دهد و چون احساسات، آنی و زود گذرند (یعنی چیزی را می‌بینیم و تمنایش را می‌کنیم، چیزی را می‌شنویم و ناراحت یا خوشحال می‌شویم و...) اگر خوب مدیریت نشوند، مستقیماً روی رفتار و حرکات و واکنش‌های ما در زندگی روزانه تأثیر دارند. واقعاً اگر کسی توانایی و آمادگی کنترل چشم و گوش و زبان خویش را نداشته باشد، هرچه را ببیند، می‌خواهد، هرچه را بشنود باور می‌کند و یا آن را بازگو می‌نماید و یا هرآنچه ناشایست و نابجاست از دهانش بیرون می‌آید.

کنترل هیجانات و عواطف که مهم‌ترین آن‌ها عبارتند از: خشم، محبت، ترس، نفرت، غم و شادی.

عواطف و هیجانات نیز از احساسات ما سرچشمه می‌گیرند و انسانیت انسان و فاصله و جدایی

او از حیوانات دیگر، به تنظیم و مدیریت این عواطف و هیجانات بستگی دارد.

مدیریت زمان (نظم و تعادل بین کار و زندگی، بین اقوام و خویشان و خانواده، بین دوستان و خانواده). خیلی مهم است که تازه دامادها و نوه‌روس‌ها از طرف خانواده یا مراکز آموزش خانواده این آمادگی را کسب کنند که به محض ازدواج، مانند دوران مجردی آزاد و رها نیستند که هر وقت خواستند از منزل بیرون بروند و یا وارد شوند. ممکن نیست با اقوام و خویشاوندان قطع رابطه کرد و یا همیشه با آنان بود. نمی‌توان به بهانه کار، همیشه بیرون از منزل بود و یا با خستگی و بی‌حالی و عصبانیت به منزل برگشت. ممکن نیست مانند دوران مجردی تمام وقت با دوستان و آشنایان بود.





گردآورنده: حنیفه محمودنژاد

خانواده اساس و بنیان زندگی بشری است و اگر بر پایه‌های استوار و محکمی بنا شود، به تبع آن جامعه نیز مستحکم می‌گردد. اگر پایه‌هایی که خانواده بر آن بنا شده دچار لغزش گردد و زمینه استواری این پایه‌ها فراهم نشود، اوضاع جامعه متزلزل می‌گردد.

خانواده الگوی اساسی تشکیل و تکوین شخصیت انسان است و اولین مکانی است که برنامه‌ریزی تکوین شخصیت را پی‌ریزی می‌کند.

اهمیت خانواده و اثر آن در جامعه تاحدی است که ادیان الهی اهتمام و توجه بسیار زیادی نسبت به آن مبذول داشته‌اند. خاتم الانبیاء محمد مصطفی ﷺ با رسالت خود آئینی را بنا نهاد که استواری خانواده ضامن آن بود و دین مبین اسلام رکن اساسی جامعه و سنگ بنای جوامع اسلامی می‌شد که احکام آن قادر بود عقب‌ماندگی و انحطاط را از جامعه‌ی اسلامی دور کند.

اساس ساختار خانواده

ازدواج شرعی و قانونی اساس ساختار خانواده است و بدون ازدواج امکان ایجاد خانواده وجود ندارد. پس ازدواج معیاری اجتماعی است که به خانواده رنگ و بوی قانونی و انسانی می‌بخشد. اسلام به مسأله ازدواج توجه ویژه و خاصی دارد، که به هیچ رابطه‌ی انسانی دیگری چنین توجهی نداشته است، عقد زوجین و گرفتار شدن زن از نظر حقوقی و اجتماعی به ازدواج است.

مفهوم پیوند ازدواج برای انسان است. انسان گرامی‌ترین مخلوقات می‌باشد پس عقد ازدواج گرامی‌ترین پیمان‌هاست؛ چرا که در آن ارتباطی مشروع بین زن و مرد ایجاد می‌شود. قرآن آن را پیمان محکم نامیده است و اسلام برای آن مقدماتی قرارداده است که در رأس آن حسن اختیار و رغبت مشترک می‌باشد، تا این میثاق دائمی و محکم بماند.

منزلت و جایگاه زن در خانواده

زن ستون فقرات خانواده است و به تعبیری همانند ناخدای کشتی است در دریای عظیم و

## بحران موجود در خانواده‌های امروزی

عمیق که در حمایت از خانواده خود در تمامی خطرهای غافل نمی‌ماند و همه تلاش و همتش را مبذول می‌دارد تا خانواده‌اش علاوه بر خوبی‌های فرد، از احسان و نیکی زن بهره‌مند شود و این گفتار که در ورای هر بزرگی عظمتی قرار دارد. گفتاری نیک و پسندیده‌ای است. جز این که هم اوست که برای خانواده اسباب موفقیت، پیروزی، برتری و نواندیشی را مهیا می‌سازد و همه عوامل ناکامی، عقب‌ماندگی و تقلید را از آن دور می‌گرداند. به همین دلیل با توجه به حدیث شریف «فَلْکَلِّمُ رَاعٍ، وَ کَلِّمُ مَسْئُولٌ عَنْ رِعَّتِهِ» زن در خانه‌اش سرپرست و مسؤول همه‌ی افراد خانواده است، این سرپرستی دو جنبه دارد: جنبه مادی و جنبه معنوی.

جنبه مادی آن در تهیه مایحتاج همه افراد خانواده از جمله نظافت لباس‌ها، خوردن و خوراک و مسکن تجلی پیدا می‌کند. جنبه‌ی معنوی آن در حسن همسرمداری متبلور می‌شود که معادل جهاد در راه خداست. جنبه‌ی معنوی آن در مدیریت توأم با عشق، راهنمایی فرزندان، احسان به والدین و صلح‌رحم و پرس‌وجو از احوال نزدیکان ظهور پیدا می‌کند. مسؤولیت زن در دو جنبه مادی و معنوی کامل می‌گردد و به وسیله‌ی آن رابطه‌ی خانوادگی استوار و محکم می‌شود؛ زیرا این مسؤولیت، یک نقش مهم در حفظ و نگهداری اجتماع دارد و بر روابط همیاری در محیط خانواده اصرار می‌ورزد.

به خاطر همین مسؤولیت است که اسلام زن را مورد تکریم و بزرگداشت قرار داده است و برای او شخصیت و جایگاه ویژه‌ای قایل است. حق اختیار همسر، حق تملک، حق اظهار نظر و مشاوره، حق ارث بردن را قایل شده است.

زن مکمل مرد یا نیمه دیگر جامعه است او



سرپرست نیمه دیگر نیز می‌باشد. به همین دلیل نقش او در خانواده از نقش پدر بالاتر می‌باشد؛ چرا که او با فرزندان، خصوصاً در دوران طفولیت زمان طولانی‌تری را می‌گذراند، لذا تأثیر زیادی بر شخصیت فرزندان دارد می‌تواند آنان را به هر سویی که می‌خواهد هدایت نماید در قدیم الایام گفته‌اند: زنی که گهواره را با دست راستش تکان می‌دهد می‌تواند که همه دنیا را با دست چپش به حرکت درآورد.

آماده‌سازی زن برای حمایت از خانواده

تا زمانی که زن در خانواده دارای منزلت و اهمیت است، تأکیدی بر مسؤولیت و وظیفه او در قبال خانواده، مقابل خطرات اجتماعی است. پس آماده نمودن زن برای انجام این مسؤولیت یک ضرورت اسلامی است که در درجه اول باید که ایمان و اعتقاد به بزرگی عظمت این مسؤولیت به زن مسلمان داده شود و او از این پندار اشتباه که باعث شده تا فکر کند که اگر خارج از خانه کار نکند از دیگر زنان کارمند مقامی پایین‌تر دارد، بداند که او در داخل منزل کار بزرگی را انجام می‌دهد که هیچ‌کس دیگری قادر به انجام نیست و کوتاهی و تقصیر او در این کار نه فقط به خانواده‌اش آسیب می‌رساند، بلکه به همه جامعه نیز سرایت می‌کند.

زن اولین معلمی است که فرزند دروس اولیه‌ی زندگی را از او می‌آموزد و آموزش‌هایی که مادر در سال‌های اولیه در جان و روح فرزندان می‌نشانند در تمامی یا در طول زندگی‌شان همراه آنان است، لذا زن باید با فرهنگ دینی، اسلامی کاملاً آگاه باشد (در حد معقولی حفظ و تفسیر قرآن را بداند و از سنت پیامبر و سیره‌ی زنان و مردان سلف صالح آگاه و مطلع باشد و فداکاری‌های آنان را در راه اسلام در

قالب داستان و قصه برای بچه‌ها بیان دارد) تا بتواند فرزندان را در جهت ارزش‌های اسلامی پرورش دهد.

زن علاوه بر فرهنگ دینی تاحدی نیز به علوم تربیتی نیاز دارد که بتواند فرزندانش را در امنیت و سلامت از مرحله‌ی طفولیت عبور دهد. اگر رشد همراه با سلامتی یک علم مستقل باشد آن وقت اصول و قواعد خاص خود را می‌خواهد، در این صورت بر زن مسلمان واجب است که تاحدی با مسایل امور تغذیه‌ای آشنا باشد پس وی باید مواد تشکیل‌دهنده‌ی یک غذای کامل را بشناسد و اثر کمبود بعضی از آن‌ها را بر رشد و نمو بداند. همان‌گونه که باید بداند چگونه برای خانه یک غذای کامل و کم هزینه را تهیه نماید تا در ساختار اقتصادی وی سهیم گردد. هنگامی که غذای کامل، سلامت بدن را تأمین می‌کند، به تبع آن سلامت عقل نیز تأمین می‌شود؛ چرا که عقل سالم در بدن سالم است.

زن علاوه بر مراعات مسایل بهداشتی ضروری خود، باید فرزندانش را پای‌بند به رعایت قوانین بهداشتی نماید و فرزندانش را منظم بار بیاورد و سعی کند خانه‌ای زیبا و مرتب داشته باشد. زن مسلمان باید فرهنگ زیبایی را کسب کند و براساس آن فرزندانش را بر پایه‌ی دوست داشتن زیبایی و ارزش نهادن به آن بزرگ نماید (خداوند زیباست زیبایی را دوست دارد). بی‌شک زن مانند مدرسه‌ای است که اهمیت و اثرش از مدارس قانونمندی که امروزه از هر لحاظ پیشرفت کرده‌اند، کمتر می‌باشند.

از اینجاست که توجه به آماده نمودن زن در اولویت امور است؛ زیرا او بهترین ضامن برای موفقیت در پیشرفت روند تمدن می‌باشد. این بدان معنا نیست که مرد خانواده یک نقش حاشیه‌ای دارد و نقش او در فراهم نمودن ضروریات و نیازهای مادی خانواده و فرزندان کمتر است، بلکه مرد در دو مرحله‌ی نوجوانی و جوانی مکمل زن است و هر دو در سرپرستی خانواده شریک‌اند و نقش مرد مهم‌تر از نقش زن می‌باشد؛ چرا که مرد در سرپرستی و هدایت‌گری در این مرحله تواناتر است، به همین دلیل نگهداری فرزندان از آغاز کودکی تا رسیدن به سن نوجوانی به عهده‌ی زن است و بعد از آن این حضانت و سرپرستی به مرد داده می‌شود، لذا مرد نیز نیاز دارد که به یک بینش دینی و تربیتی در حد معقولی مجهز شود تا بتواند برای فرزندانش یک سرپرست و مربی توانمندی باشد؛ تا هر آنچه را که مادر در دوران کودکی انجام داده است تکمیل و کامل نماید.

نقش خانواده در دریای زندگی شبیه به

سفر قایقی است که از اقیانوس می‌گذرد و در دست هر کدام از زن و مرد پارویی برای هدایت این قایق وجود دارد، تا آن را به ساحل امنیت و سلامت برسانند و اگر هر یک از آنان پارویش را کنار بگذارد قایق راهش را گم می‌کند و آب او را می‌بلعد و عاقبت سرنشینان آن غرق می‌شوند. بدین ترتیب هر یک از زن و مرد مسؤولیت مشترکی برای زندگی یا حیات خانواده در مقابل گردبادهای ویرانگر به عهده دارند.

شیخ محمد غزالی رَحْمَةُ اللَّهِ می‌گوید: «دنیای اسلام بر فداکاری‌های بزرگ و با ارزشی استوار شده است که خانواده‌ها بر همان پایه‌ها بنا نهاده شده‌اند، در این خانواده‌ها مردان و زنان را به حق‌گرایی و صبر سفارش می‌نماید.»

در جامعه‌ی اسلامی یک خانواده مؤمن و شجاع لازم است که رسالت و وظیفه خود را بداند و در راه آن فداکاری نماید و همه‌ی افراد جامعه را در جهت حمایت از آن سفارش کند تا سدی باشد برای دفاع از جامعه اسلامی و فردای بهتر.

آسیب‌های خانواده امروزی

خانواده مسلمان در جامعه‌ی کنونی با خطرات بزرگی مواجه می‌باشد، استعمارگران پی برده‌اند که ایجاد شکاف در ساختار خانواده مسلمان منجر به فروپاشی آن می‌شود و مدت‌هاست راه دست‌یابی بر منابع قدرت مسلمانان را از طریق سیاست تجاوزگرانه برنامه‌ریزی کرده‌اند تا مسلمان را به تدریج از اصالت و هویت اصلی‌شان دور نمایند. جای تعجب نیست که خانواده مسلمان در حال حاضر از این خطرات رنج می‌برد و دائماً از خطراتی که استواری و امنیت آن را تهدید می‌نماید، شکایت دارد.

برنارد لوئیس شرق‌شناس می‌گوید: غرب برای ایجاد یک تغییر کامل در غربی نمودن خاورمیانه هنوز مصمم است تا از زن به عنوان سلاح اصلی در جهت فساد جامعه استفاده کند و این کار از طریق گسترش و ترویج بی‌بند و باری، دعوت به اختلاط زن و مرد، تحمیل آموزش به دختران جوان در مؤسسات آموزشی، ترویج و سرپرستی روش‌های آرایشی به شیوه‌ی غربی و... عاقبت موجب ایجاد پدیده سرگردانی و سردرگمی و از هم پاشیدگی خانواده مسلمان به خصوص زن متعهد می‌گردد.

کنفرانس‌های بین‌المللی

کنفرانس‌های بین‌المللی از سال ۱۹۵۷م با کنفرانس مرکزی آغاز شدند، سپس کنفرانس مکوادو در سال ۱۹۱۸م در جهت مسیحی نمودن مسلمانان از طریق ایجاد شکاف درونی در

میان آن‌ها، کنفرانس کپنهاک در سال ۱۹۸۰م، کنفرانس ناپروبی در سال ۱۹۸۵م، کنفرانس سران کشور در ریودوژانیرو برزیل در سال ۱۹۹۲م، کنفرانس حقوق بشر در کنیا سال ۱۹۹۵م در استانبول منعقد و برپا گردید.

این کنفرانس‌ها موجب برپایی کنفرانس جهانی بررسی خطراتی است که زنان قرن ۲۱ را تهدید می‌نماید. شرکت‌کنندگان این کنفرانس، علی‌رغم تنوع طرح‌ها و تعدد روش‌هایشان انواع و اشکال جدیدی از زندگی اجتماعی را تبلیغ کردند که این اشکال موانع اخلاقی را زیر پا می‌گذاشت و با ارزش‌های دینی در تعارض بود و به اسم آزادی موجب ترویج بی‌بندوباری می‌شد به طوری که برنامه‌ریزان این کنفرانس در برشمردن خانواده به عنوان واحد اساسی یک جامعه -در حد شک و تردید- نیز اکتفا نکردند و از والدین تقاضا کردند تا از فعالیت جنسی نوجوانان به جز راه ازدواج چشم‌پوشی نمایند. آنان بیشتر قوانین و ارزش‌های دینی دیگر را زیر پا نهادند تا بیان دارند که مفهوم خانواده بدان معنایی که دین بیان می‌دارد، مفهوم عقیم و ناکارآمد و قید و بندی بر آزادی شخصی است؛ چرا که دین روابط جنسی آزاد بین سنین مختلف را نمی‌پذیرد و رابطه بین دختر و پسر را مشروط بر یک چهارچوب شرعی و قانونی می‌داند. به همین علت آن‌ها سعی در ترویج و ایجاد روش‌های انسانی جدیدی نمودند که به مسایل شرعی و قانونی و اخلاقی توجهی ندارد مانند: ازدواج هم‌جنس‌بازان و معاشرت (جنسی) بدون ازدواج و اعطاء حقوق مساوی به همگان و وضع سیاست‌ها و قوانینی که به حمایت از این نوع خانواده‌ها بیانجامد علاوه بر این آن‌ها به بهانه محدود نمودن جمعیت، تنظیم خانواده، زنان را به سقط جنین دعوت می‌نمایند.

طرح این مسأله در مرحله اول به عنوان یک دست‌آورد فرهنگی است. این فرهنگ پلید به تدریج پیشرفت می‌نماید و هر روز در ذهنیت اسلامی جایگاهی پیدا می‌کند و طرفداران تمدن و فرهنگ غربی در جهان اسلام آن را ترویج می‌دهند.

چنین کنفرانس‌های غیر اسلامی، یک خطر جدی برای خانواده مسلمان محسوب می‌شود؛ چرا که خانواده، از آخرین دژهای اسلامی است که اگر در هر یک از زمینه‌های فرهنگی، اجتماعی، قانونی سقوط کند به دنبال آن بنیان خانواده در تمدن غرب غرق خواهد شد.

هنوز هم خانواده تنها کانون اساسی است که دین را از یک نسل به نسل دیگر منتقل می‌سازد به جهت نقش متمایز و برجسته‌ی



زن این کنفرانس‌ها به موضوع زن اهتمام و توجه خاصی وزیده‌اند؛ و سعی کرده‌اند که: اولاً نقش خانوادگی زن، ثانیاً نقش مربی‌گری وی را از او بگیرند و ثالثاً او را به سوی بازار کار برای صرف‌نظر نمودن از ایمانش بکشانند و بالاخره از طریق آزادی فردی می‌خواهند همه ارزش‌های وی را از او بگیرند. همه این‌ها بدان معناست که زن همان هدفی بوده است که این کنفرانس‌ها تلاش می‌کرده‌اند تا آن را از بین ببرند و نابود نمایند؛ چرا که نابودی زن یعنی ایجاد شکاف در خانواده مسلمان و تسلط بر ارزش‌های شرعی و قانونی آن.

ماحصل کلام آنکه: هر خطری که زن را تهدید می‌کند به نوعی کل جامعه را تهدید کرده است؛ چرا که تهاجم به زن، یعنی شبیخون به خانواده و می‌دانیم که جامعه یک خانواده بزرگ‌تر است.

امروزه آزادی رایج که در همه دنیا وجود دارد هنوز نتوانسته ارزش‌های نیکوی جهان اسلام را از او بگیرد. بادهای مسموم که امروز در همه دنیا وزیدن گرفته است نتوانسته درخت ارزش‌های نیکوی جهان اسلام را از ریشه برکند. با این وصف خطر وجود دارد و هر روز تهدید به آن برای هویت و کیان اسلامی بیشتر می‌شود. همه‌ی کسانی که نسبت به حل این مشکل اهتمام می‌ورزند، بر این مطلب اجماع دارند که راه مبارزه و مقابله با آن محکم نمودن پیمان‌هاست؛ چرا که ضعف عقیده در بین مسلمانان علت اصلی عقب‌ماندگی آن‌ها و موفقیت دیگران در نیرنگ‌هایشان می‌باشد.

راه درمان و حل ضعف عقیده رواج درک و بینش اسلامی صحیح و محکم‌سازی (واکسینه نمودن) امت مسلمان علیه وپروس‌های آن می‌باشد. این بینش امت را از بی‌سوادی دینی و آثار آن حفظ می‌نماید و همه مشکلات درونی که مانع تربیت اسلامی و بیداری تمدن بشری است از سر راه برمی‌دارد و مانند دژ محکم و استواری در مقابل همه دسیسه‌ها می‌ایستد؛ چرا که پایه‌های امور معنوی ملت‌ها را به راحتی نمی‌توان متزلزل نمود.

اگر تهدیدات خارجی یا بیرونی که خانواده را تهدید می‌کند بر روی زن متمرکز شود موجب فساد همه افراد خانواده شود، عاقبت این خطرات به یک سمت و سوی واحدی هدایت می‌شوند. هدف آنان کشیدن زن مسلمان به سوی آزادی و رهایی از پای‌بندی به ارزش‌ها و مفاهیم دینی می‌باشد.

با این حال لازم است که این آگاهی اسلامی برای خانواده از زن شروع شود و آن از طریق بازگرداندن شایستگی به زن است. برای حمایت

از خانواده به وجود رهبران دینی زن که ملتزم و پای‌بند به اصول اسلامی هستند، نیازمندیم تا آن‌ها قادر باشند که در صحنه‌ی اسلامی در تمامی زمینه‌های فکری و اجتماعی حضور یابند و تلاش نمایند تا از تونل و نقشه‌ی فکری استکبار که بیش از یک قرن است که بر آن‌ها تحمیل شده با سربلندی بیرون بیایند. زن با فرهنگ اسلامی و درک و بینش صحیح می‌تواند نسبت به مشکلات جامعه با بهره‌مندی از مبانی اسلامی مسؤولیت خود را در قبال خانواده انجام دهد و در جهت اصلاح آن گام بردارد و خطرات جانبی که ارزش‌های اخلاقی خانواده اسلامی را تهدید می‌کند، از میان بردارد. زن مسلمان می‌تواند با اتکاء به فرهنگ و ایمانش نسبت به رسالتش فرزندان را -از برنامه‌های رسانه‌های گروهی بصری که با جنبه‌ی بدآموزی ارائه می‌کنند- با یک روش علمی برحذر دارد کودکان نیز با قوه‌ی تمیز برنامه‌های مفید و خوب رسانه‌های جمعی و بصری را ملکه ذهن خود کنند و بتوانند بین منفعت و ضرر تفاوت قایل شوند.

زن می‌تواند زمینه را برای ازدواج جوانان و اطرافیان خود آماده کند. مثلاً مهریه‌های سنگین، مهمانی‌های پر خرج و جهاز بسیار، از موانع ازدواج می‌باشد این مسأله موجب کناره‌گیری و امتناع بسیاری از جوانان برای ازدواج است؛ چرا که از آنان چیزی را می‌خواهند که ندارند (از عهده‌اش برمی‌آیند). راه‌حل این کار کاشتن ارزش‌های اسلامی به همراه مهر و محبت در ضمیر فرزندان از زمان کودکی می‌باشد. در این نقش مرد مکمل زن است، می‌تواند با فداکاری کردن در راه فرزندان و با مساوات رفتار نمودن بین آنان الگویی برای فرزندان باشد.

شاعر می‌گوید:

هیچ ساختمانی به پایان نمی‌رسد تا زمانی که کسی آن را می‌سازد و دیگری آن را خراب و ویران می‌کند.

پس مقام و مسؤولیت زن و مرد در حفاظت از کیان خانواده مهم است؛ زیرا خانواده ستون و پایه زندگی بشری است که با اصلاح آن جامعه اصلاح می‌گردد و با فاسدشدن آن انحلال و نابودی جامعه رخ می‌دهد.

مفهوم عبادت

عبادت در اسلام یک مفهوم کلی است که شامل همه رفتارهای بزرگ و کوچک انسان است. انسان خلیفه و جانشین خداوند در روی زمین است. وظیفه‌ی او اجرای دستورات الهی و رعایت نمودن حقوق خداوندی است و برای او عبادت کند و به‌دنبال آن همه‌ی اعمالش

رنگ خدایی به خود گیرد و همه‌ی اقوال، حرکات و سکناش عبادت خداوند رب العالمین محسوب می‌شود. پس حمایت زن و مرد از خانواده فقط یک وظیفه و مسؤولیت نیست که باید آن را انجام دهد، بلکه یک عبادت و تکلیف شرعی به مفهوم عبادت در اسلام است. اضافه بر اینکه در قانون اسلامی باید بین زنان و مردان مؤمن دوستی و مودت وجود داشته باشد و خداوند متعال می‌فرماید:

«وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَيُطِيعُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ» [توبه: ۷۱]

این آیه بیان می‌دارد که سرپرستی همان یاری و مودت و اتحاد و همبستگی در انجام امور خیر است و این از مهم‌ترین خصایص مردان و زنان امت اسلامی است.

-----

منابع:

تفسیر فی ضلال القرآن شهید سید قطب، جلد ۴، ص ۲۵۲، چاپ بیروت. عبادت در اسلام، شیخ یوسف قرضاوی، تهران، نشر احسان، ص ۱۵۲. دورة المرأة كذاته للضبط الاجتماعي فی المجتمع دكتور: عبدالمجيد سيد احمد منصور، ص ۱۱۱، چاپ ریاض. مجله المجتمع شماره ۱۲۵۹، ص ۹. مجله الوعي الاسلام، شماره ۴۰۵، ص ۵۵. وظیفه زن در برابر حمایت از هویت خانواده در نظام اسلامی، دکتر محمد الدسوقی استاد دانشگاه الازهر.

#### دکتر عبدالقادر پاك‌نيت

ازدواج و روابط زناشویی و موفقیت در آن یکی از دغدغه‌های امروزی هر جوانی است. اهمیت مسأله در حدی است که این امر مقدس می‌تواند عامل سقوط یا صعود فرد در طول زندگی و در رسیدن به اهداف او باشد، انجام یک ازدواج موفق می‌تواند رسیدن به قله‌های ترقی و پیشرفت و رضایت از زندگی را آسان‌تر کند.

با وجود اهمیت زیاد مسأله، متأسفانه در کشور ما کمتر به آن توجه شده است و آموزش‌های لازم به صورت امروزی کمتر ارائه شده است و منابع موجود بیشتر به صورت کلی و بدون ارائه‌ی راهکار عملی بحث را خاتمه داده اند.

چرا امروزه، آمارهای طلاق و نارضایتی مردم از زندگی زناشویی مدام در حال افزایش هست، آیا مسیری که امروزه جهت رسیدن به ازدواج پیموده می‌شود، صحیح است؟ و یا اینکه روابط میان زن و مرد در شروع زندگی و ادامه‌ی راه یکی نیست؟ در حقیقت ما نمی‌خواهیم دوباره مثل دیگران، حکم به محکومیت دیگران بدهیم بلکه در صدد ارائه‌ی راه حل مناسب هستیم یا حداقل به یافتن راه‌حل مناسب کمک کرده باشیم.

روابط دختر و پسر قبل از ازدواج و به نیت شناخت از همدیگر، در حال ترویج است و تقریباً به عنوان یک اصل برای رسیدن به ازدواج



## راهکارهای عملی جهت خوشبختی خانواده

توأم با رضایت و اطمینان تبدیل شده است، ولی آنچه را که در اطراف خود می‌بینیم عدم افزایش آمار رضایت و دوام زندگی زناشویی است و آمارهای منتشر شده بر افزایش طلاق دلالت دارند و نشان می‌دهد روابط امروزی دختر و پسر قبل از ازدواج راه‌حل رسیدن به یک ازدواج موفق نیست و البته منظور ما این نیست که افراد بدون آگاهی و شناخت کافی با هم ازدواج کنند.

اولین قدم در راه رسیدن به یک ازدواج موفق و توأم با رضایت ایجاد شناخت از خود است، فرد باید بتواند خود را به درستی بشناسد. از لحاظ خلق و خوی چه گونه فردی است؟ آیا حساس و زود رنج است؟ تا چه اندازه پای بند عرف و قانون است؟ چه حد معتقد و پای بند به دستورات دینی است؟ چه اهدافی را در طول زندگی دنبال می‌کند؟ در جامعه می‌خواهد چگونه فردی باشد و دیدگاه مردم درباره‌ی او چه باشد؟ چگونه می‌خواهد نیازمندی‌های مادی خود را تأمین کند؟ چه تحصیلاتی دارد و تا چه حدی می‌خواهد ادامه دهد؟ و هزاران سؤال مهم دیگر که بهتر است این اطلاعات را به صورت مکتوب برای خود ثبت کند طوری که صداقت را کامل رعایت کند.

حال که توانست خود را تا حدی دریابد، خود به خود ویژگی‌های فرد مورد نظر نیز مشخص می‌شود و بر طبق این ملاک‌ها و معیارها و

با صرف وقت و زمان کافی فرد مورد نظر احتمالی خود را (چه از طریق معرفی دیگران و یا به صورت مستقیم توسط خود فرد در طی ارتباطات خود در جامعه) می‌یابد.

پس هدف فرد این نخواهد بود که صرفاً می‌خواهد ازدواج کند (زیرا که عدم موفقیت هزینه‌بر خواهد بود) بلکه می‌خواهد بهترین ازدواج متناسب با خصوصیات و ویژگی‌های خود را داشته باشد.

حال که توانست خود را بشناسد و فرد مورد نظر خود را از لحاظ معیارها و ملاک‌ها تعریف کند و فرد احتمالی خود را مشخص کرد می‌تواند قدم‌های آغازین خود را بردارد.

از کجا بفهمیم فرد مورد نظر نیمه‌ی گم شده‌ی ماست؟ تا کنون که بحث بر این بود که روابط امروزی دختر و پسر جوابگوی نیازها، برای رسیدن به یک زندگی موفق و توأم با رضایت نبوده است؟ در این روابط به قصد ازدواج یا با هر نیت و هدفی، جو عاطفی بیشتر حاکم می‌شود و کمتر اتفاق می‌افتد که دختر و پسر واقعیت‌های اخلاقی و رفتاری و تمایلات خود را بروز دهند و این یک امر ناخودآگاه است شاید اصلاً هم به نیت فریب همدیگر نباشد، شناخت صحیح و دقیق از همدیگر مستلزم ظروف زمانی خاصی است. مثلاً تا زمانی که کودکی به دنیا نیامده نمی‌توان گفت زن و شوهر در تربیت او



همسو عمل خواهند کرد یا نه؟ و لزوم شناخت واقعی این است که طرفین مدت‌ها زیر یک سقف زندگی کنند، که خود شاید ده‌ها سال طول بکشد. از طرفی با وجود روابط طولانی قبل از ازدواج، زن و مرد در شروع زندگی کمتر نکات تازه‌ای برای همدیگر خواهند داشت و باعث می‌شود زوتر از همدیگر سیر شوند. در طول زندگی وجود تفاوت‌ها میان زن و شوهر و آگاهی از ویژگی‌های جدید همدیگر چاشنی زندگی خواهد بود و البته به شرطی که با این تفاوت‌ها به درستی برخورد شود.

روابط دختر و پسر قبل از ازدواج باید به عنوان مکمل مراحل ایجاد شناخت کافی در نظر گرفته شود و به شرطی که ویژگی‌های زیر را داشته باشد:

قبل از شروع روابط بین دختر و پسر، اطلاعات کافی را در مورد فرد مورد نظر به دست آوریم و بهترین منابع اجتماعی گردآوری اطلاعات مورد نیاز: دوستان فرد، معلمان، همسایگان و سایر افراد معتمد که مرتبط با شخص مورد نظر می‌باشند. باید با صبر و حوصله و صرف زمان کافی اطلاعات کاملی بدست آوریم، و بیشتر از افراد مورد اعتماد خود مشورت بگیریم. بهتر است در این مرحله دختر مورد نظر از موضوع خبر نداشته باشد تا زمانی که قناعت قلبی و عقلی حاصل شود آنگاه برای اثبات یا تأیید یافته‌های خود مراحل بعدی شروع می‌شود.

ایجاد ارتباط نه در خفی بلکه با اطلاع خانواده‌ها صورت گیرد و تمام روابط چه حضوری و چه مکالمات تلفنی در حضور نزدیکان برگزار شود.

طرفین واقعاً قصد ازدواج داشته باشند و به عنوان تفریح یا صرفاً به‌دنبال ایجاد تجربه در روابط با جنس مخالف نباشد.

تا قبل از نامزدی و عقد از بیان کلمات و عبارات عاطفی و محبت‌آمیز پرهیز شود؛ چرا که ایجاد جو عاطفی به‌ویژه در روحیه‌ی دختر مؤثر بوده و در صورتی که ازدواج صورت نگیرد، باعث دل‌سردی و ناخرسندی و صدمات روحی به‌ویژه در دختر می‌شود و باید بیشتر بر روی امور مهم مثل نحوه‌ی زندگی کردن، ارتباط با همدیگر، ارتباط با اطرافیان، تربیت فرزندان و... بحث شود.

ارتباط کاملاً هدفمند و جهت‌دار باشد، کمتر به مسایل حاشیه‌پردازند و همیشه حق نه گفتن را به همدیگر بدهند و تا به قناعت عقلی و قلبی نرسیده‌اند، تصمیم به ازدواج نگیرند.

در امر تصمیم‌گیری از نزدیکان دلسوز خود کمک بگیرند ولی تصمیم نهایی را خودشان

اتخاذ کنند.

دوران نامزدی بیش از حد طولانی نباشد و در مدت ۶۰ ماه با هم ازدواج کنند و در طول نامزدی سعی در تقویت پایه‌های مهم زندگی داشته باشند و اگر چنان‌چه در این مدت به این نتیجه رسیدند که نمی‌توانند همدیگر را خوشبخت کنند، آن را به طور جدی بیان کنند و مشکلات احتمالی خود را مورد بحث قرار دهند.

باید کسی که با او ازدواج می‌کنید از نظر جمال و زیبایی نیز مورد پسند و جذاب باشد، ولی این به معنای ملاک قرار دادن زیبایی و جمال در اولویت نیست؛ چون زیبایی و جمال امری گذرا است و در طول زندگی تغییر می‌کند بر اثر انواع بیماری و حتی زایمان و... حتی بعد از مدتی از شروع زندگی رفته رفته اثرات آن کم‌رنگ‌تر خواهد شد و آنچه بیشترین تأثیر را در زندگی زنشویی دارد خلق و خوی است و البته برای ما به عنوان یک فرد مسلمان، رفتار باید توأم با دینداری باشد و اگر ازدواج با کسی صرفاً به‌خاطر دینداری، بدون در نظر گرفتن خلق و خوی باشد، احتمالاً زندگی شاداب و سرشار از رضایت‌مندی نخواهد بود و این دو خصلت مکمل همدیگرند.

بعد از انتخاب فرد مورد نظر و ازدواج با او باید متوجه‌ی یک امر مهم باشید و آن اینکه هیچکدام از این دختر و پسر تجربه‌ی زندگی مشترک با همدیگر را ندارند و تمام قول و قرارهایی که به همدیگر داده‌اند، صرفاً یک آرزو و تمایل فردی بوده است. با دور نگاهی که به زندگی مشترک داشته است، پس از همان ابتدا به فکر مچ‌گیری از هم نباشند، بلکه سعی بر این باشد که در طول زندگی و در طی سال‌های زندگی، همدیگر را در جهت رسیدن به خواسته‌های عقلانی خود همراهی کنند تا لذت زندگی مشترکشان صد چندان شود. همچنین رفتار حسنه و خوش‌رفتاری و از همه مهم‌تر گذشت را در مورد همدیگر فراموش نکنند.

عاقلا نه انتخاب کنید و عاشقانه ادامه دهید.



## اشتباهاتی که رشته‌ی زندگی زناشویی را پنبه می‌کند

دکتر خالد سعد النجار

طبیعت زندگی زناشویی به این صورت است که با مشکلات فکری و رفتاری همراه است؛ ولی مشکلات زمانی خطرناک می‌شود که اختلافات، ریشه‌ای و نشئت گرفته از رفتارهای بد باشد. همان‌طور که متخصصان شرح می‌دهند بعضی از خانم‌ها صبور و بردبارند و دارای قدرت عقلی و انفعالی هستند که بدان وسیله می‌توانند با مشکلات زندگی، به‌ویژه در رفتار با شوهرانشان به بهترین شکل رفتار کنند؛ زیرا این زنان می‌دانند که اسرار زندگی زناشویی مقدس‌اند؛ از این‌رو با جدیت تمام سعی در حفظ آن دارند. در مقابل، گروه دیگری از زنان هستند که صبور نیستند و همیشه و در هر لحظه گله و سروصدا می‌کنند و از زندگی زناشویی شکایت دارند؛ این کم‌صبری به بحرانی شدن وضعیت و به وجود آمدن مشکلات بزرگ‌تر با همسرشان می‌انجامد و چه‌بسا کار به جدایی بکشد.

خواهر گرامی توجه به مسائل زیر لازم و ضروری است:

- دوستی و دل‌سوزی متقابل بین زن و شوهر اقتضا می‌کند که از درآمد و خرجی شوهرت گله نکنی و شکایت نداشته باشی؛ پس قانع باش و از شوهرت به خاطر غذا و نوشیدنی و لباس و دیگر چیزهایی که در توان دارد و برای تو فراهم می‌کند تشکر کن. از ناشکری‌اش پرهیز؛ زیرا ناشکری از زحمات او از اسباب ورود به جهنم

است و منظور از خبر در این آیه امر به اطاعت از شوهر و محافظت از مال و خودش در حالت غیاب او است؛ بنابر این قول خداوند «فَالصَّالِحَاتُ»، یعنی زنانی که حق خداوند را با اطاعت از خدا و رسول‌الله-صلی‌الله‌علیه‌وسلم- و همچنین حق شوهرانشان را از قبیل اطاعت و قدردانی و احترام، ادا می‌کنند.

«قانتات»، یعنی در مورد شوهرانشان از خدا اطاعت می‌کنند.

«حافظات للغیب»، غیب ضد حضور است؛ یعنی در هنگام غیاب همسر، زمانی که همسر حضور نداشته باشد، آنچه باید حفظ شود حفظ می‌کنند؛ از قبیل ناموس، مال، خانه و فرزندان همسرش.

«ما حفظ الله»، این بخش از کلام پروردگار محتمل چند تفسیر است:

الف: یعنی خدا خودشان و مصلحتشان را حفظ می‌کند؛ توفیق حفظ می‌دهد و محفوظ کسی است که خدا او را حفظ کند.

ب: در مقابل حقوقی که خداوند برای زنان بر شوهران واجب کرده است (از قبیل رعایت عدالت در حق زنان، حسن رفتار و معاشرت و نگاه‌داشتن آنان به نیکی) بر زنان نیز واجب کرده است تا حقوق شوهران را حفظ کنند. در حدیث صحیح آمده است: «بهترین زنان آنانی هستند که اگر نگاهشان کنی شاد شوی و اگر به چیزی امرشان کنی از تو اطاعت کنند و در زمان غیاب شما ناموس شوهر و مالش را حفظ کنند.»

- همیشه به او احساس امنیت و اعتماد بده و این که آرزو داری زندگی مشترکتان به همراه فرزندان بادوام باشد. کینه را از خود دور کن. کارهایش و چیزهایی را که می‌خرد کوچک بشمار و تحقیر نکن و از شأن خودش و کارش مکاه؛ چون اگر مرتکب این‌گونه اشتباهات شوی تمام گنجینه‌های محبت و احترام بین خودتان را از بین خواهی برد.

- مبادا به او وا‌نمود کنی که در مسائل عاطفی و احساسی، در حق تو کوتاهی کرده است و او خشک و بی‌احساس است؛ و تو از بی‌احساسی او خسته شده‌ای؛ زیرا همه‌ی این امور باعث بیشتر خشک و بی‌احساس شدن او می‌شود و چه‌بسا دچار عناد شود و تو را بیشتر مورد بی‌توجهی قرار دهد. بلکه کاملاً بر عکس! از او تعریف کن؛ در برابر آن کارهایی که برای تو انجام داده و شاید چندان بهایی به آن نداده است، مدح و ستایشش کن.

- مبادا آشکارا و ضمنی او را با قهرمانان فیلم‌ها و سریال‌ها مقایسه کنی؛ نباید احساس کنی که تو او را با دیگران مقایسه می‌کنی؛ بلکه همیشه به او ابراز کن از اینکه با همسر دین‌داری مثل او ازدواج کرده‌ای و باعث پاک‌دامنی‌ات شده‌است و از اینکه، از تو مواظبت می‌کند و غمخوار تو است و هر چه بخواهی برای تو فراهم می‌کند و همچنین در تربیت فرزندان با او همکاری می‌کنی، احساس خوشبختی می‌کنی. عقل تو باید بسی بزرگ‌تر از مکر و فریب، تزویر، حقایق و واقعیت‌هایی باشد که در تلویزیون و وسایل ارتباطاتی مشاهده می‌کنی!

- نوع دیگری از زنان هستند که در هیچ زمینه‌ای از همسرانشان اطاعت نمی‌کنند، مگر بعد از کشمکش و بگومگوی زیاد! این شیوه‌ی زندگی راه به جایی نمی‌برد؛ بلکه جدل و کشمکش باعث اختلاف دل‌ها می‌شود؛ نزاع زیاد منجر به نفرت از همدیگر می‌شود؛ محبت به چنین دلی راه پیدا نمی‌کند. «با همدیگر اختلاف نکنید که دل‌هایتان دچار اختلاف می‌شود.» اطاعتی که بعد از جر و مرافعه و کشمکش باشد معنایی نخواهد داشت. گفته‌شده، از رسول خدا-صلی‌الله‌علیه‌وسلم- سؤال شد، بهترین زنان کدام‌اند؟ ایشان فرمودند: «زنانی که با نگاه به او خوش‌حال شوی و اگر به او امر کردی از تو اطاعت کند» پس با او با آرامش تمام و با منطق و به طور مفید صحبت کن و حرفی که فایده ندارد تکرار نکن؛ در حق او از دعای بد کردن و یا تهدید پرهیز؛ چون نفرین و تهدید هیچ فایده‌ای به جز افزودن مشکلات ندارد؛ بلکه به جای اختلاف و جدل با او تفاهم کن؛ به جای دعای بد او را نصیحت و راهنمایی کن.

- در اماکن عمومی و در برابر فرزندان، از سرزنش زیاد و بالا بردن صداقت بر او خودداری کن. زمانی که خودتان تنها هستید با او صحبت کن. صبر کن تا آرام شود و خشمش فروکش کند؛ او را با صدای آرام و کلامی تأثیرگذار و با سرزنش به شیوه‌ی محبت‌آمیز مورد مخاطب قرار بده؛ در این صورت او متأثر می‌شود و می‌پذیرد. باید بدانی که مردان دارای غرور و غیرت‌اند؛ در تعامل با آن‌ها معمولاً، جز این روش ملایم کارساز نیست؛ درحالی‌که بسیاری از زنان به خاطر عدم آگاهی به این حقیقت شوهرانشان را از دست می‌دهند.

- اشتباهاتش را بپذیر و سعی کن با تیزهوشی آن را حل کنی؛ به‌عنوان مثال، اگر شوهرت شب دیر به خانه آمد، بر سرش فریاد نزن و دادو فریاد راه مینداز؛ زیرا او هر وقت دیر بیاید، خودش احساس گناه می‌کند؛ پس سعی کن تا



## الفبای خوشبختی زوجین

خودش احساس کند که تو از تنها نشستن در خانه ترسیده‌ای! یا این که در طول این مدتی که او حضور نداشته از نبودن در کنار او رنج برده‌ای!

- دروغش را برملا نکن؛ (به خاطر ایجاد صلح‌وآشتی در بین خودتان و یا به خاطر اینکه که تو برایش اهمیت داری) شاید گاهی اوقات شوهرت به عمد دروغ می‌گوید.

- اگر از تو درخواست هم‌بستری کرد مبادا ناراحتش کنی یا این که بهانه‌های واهی بیاوری؛ زیرا برای زنی که بدون عذر درخواست شوهر را نپذیرد و اسباب عفت و پاک‌دامنی‌اش را فراهم نکند، عقابی سخت در نظر گرفته شده است. رسول‌الله-صلی‌الله‌علیه‌وسلم- فرمود: «هرگاه مرد همسرش را به بستر فراخواند ولی زن خودداری کند و مرد درحالی‌که از او خشمگین است شب بگذراند، فرشتگان تا صبح آن زن را لعنت می‌کنند.»

- از حساسیت و غیرتی شدن بیش از حد نسبت به همسرت بپرهیز؛ زیرا باعث طلاق و جدایی می‌شود. از پرسیدن سؤالاتی که نشان دهنده‌ی شک تو به اوست بپرهیز! از جمله زنانی نباش که جیب‌های همسرانشان را تفتیش می‌کنند؛ مکالماتشان را شنود و مچ‌گیری می‌کنند، به خصوص اگر یک یا چند هوو داشته باشی! همه‌ی این‌ها ناپسند است و عواقب ناگواری در پی خواهد داشت و امور دیگری که تو حق نداری در مورد آن غیرتی شوی.

- زن شایسته تا زمانی که مجبور نشده -هر چند شوهرش اقدامات تحریک‌آمیز انجام دهد-درخواست طلاق نمی‌کند. رسول‌خدا-صلی‌الله‌علیه‌وسلم- فرمودند: «هر زنی که بدون دلیل از شوهر درخواست طلاق کند بوی بهشت بر او حرام است.» پس امید است کلمه‌ی طلاق را از قاموس زندگی‌ات پاک کنی؛ زیرا طلاق باعث راحتی تو نخواهد شد؛ به‌ویژه اگر فرزندان‌ی هم داشته باشی. البته بیشتر مواقع مرد در اقدام به طلاق درنگ می‌کند و درخواست نابخردانه‌ی زن را نمی‌پذیرد؛ ولی ماحصل این درخواست نگرانی همیشگی فرزندان و کاشت نهال ترس از طلاق در زندگی‌شان است.

### جاسم المطوع

#### ترجمه: فاطمه شاکری

الأمن= امنیت، آرامش

آیا دوست داری که زندگی زناشویی‌ات به سوی بهتر شدن تغییر کند؟

در این صورت بر تحقق آرامش روانی حریص باش، امنیت از نیازهای ضروری روانی است تا انسان در زندگی‌اش خوشبخت شود. اگر انسانی را تصور کنیم که مالک ساختمان، پول و غذاست و بین او و چیزهای لذت‌بخش، شیری قرار دارد که دهانش از گرسنگی باز است و منتظر آمدن اوست، آیا چنین انسانی به‌وسیله‌ی این نعمت‌ها به آرامش می‌رسد؟

یا این‌که فکر و خیالش در شیر گرسنه است و این‌که چگونه از آن نجات پیدا کند؟

شکی نیست که اگر امنیت از بین برود انسان هیچ‌وقت در زندگی به آرامش نمی‌رسد.

آرامش برای هر یک از دو طرف (زوجین) با توجه به فراوانی مال و منال، ساختمان و مسافرت‌های زیاد -تا زمانی که امنیت روانی از طرف دیگر به اندازه‌ی کافی برایش تأمین نشود- به وجود نمی‌آید. هر یک همواره نیاز به توجه خاص دیگری دارد تا احساس آرامش پیدا کند؛ نیازمند لمس کردن از روی محبت، نگاه مهربانانه و در غم و شادی با او شریک شدن است. هم‌چنین نیاز دارد که با او بنشیند و صحبت کند. از رویاها و آرزوهای مشترکشان بگویند. در این زمان است که احساس می‌کند مورد توجه دیگری قرار گرفته و هنگامی که در زندگی خانوادگی امنیت احساس کند، روح و روان به آرامش می‌رسند و مادر، خود را برای تربیت فرزندش فارغ می‌گرداند و ثبات و امنیت را در خانواده زیاد می‌کند.

و اما کسانی که در پرورشگاه‌های ساختگی رشد یافته باشند، اضطراب و دشمنی در بینشان دیده

در چیزی که آن را دوست ندارد، اوقات زیادی را صرف می‌کند، در این حالت صدقه و اجر زیاد را در وجود خود احساس می‌کند، بدین ترتیب زن و شوهر زندگی خوشبخت شیرین و با ثباتی را خواهند داشت.

اما اگر این دو به وسیله‌ی خُلق رقابت (مبارزه‌طلبی، رقابت، مچ‌گیری، کمین کردن) -نه به وسیله‌ی اخلاق نیکو- با هم زندگی کنند، در چنین زندگی یکی از طرفین شروع به کار خیر و خوب نسبت به دیگری نمی‌کند، مگر وقتی طرف مقابل مثل آن را انجام دهد. نفر اول هیچ هدیه‌ای به دومی تقدیم نمی‌کند مگر این‌که دومی شروع به این کار نماید این چنین است که زندگی زناشویی، زندگی بدبختانه و تاریک خواهد بود. و هر یک از دو طرف در هر لحظه آرزوی جدا شدن از همدیگر را دارند، چون خانواده بر دوستی و مهربانی بنیان نشده است، بلکه هم و غم هر یک از آن دو نفر نسبت به دیگری این است که با او رقابت و مبارزه کند تا این‌که ثابت کند او قوی‌تر از دیگری است و هرگز شکست نمی‌خورد و می‌تواند از طرف دیگر بی‌نیاز باشد، گرچه که قلبش به سوی او متمایل است و او را دوست دارد.

ث: الثقة= اعتماد

در زندگی زناشویی، انواع روش‌های تعامل وجود دارد.

نوع اول این‌که یکی از طرفین، طرف دیگر را با صحبت، رفتار، تصمیم‌گیری‌ها و اعتماد به نفس، تشویق و ترغیب می‌کند.

نوع دوم این‌که یکی از طرفین دائماً سیطره و تسلط دارد. تا جایی که اگر او در منزل نباشد طرف دیگر نمی‌داند چگونه کار کند و اگر مشکلی پیش آید به چه صورت تصمیم بگیرد. او قادر نیست چرخ اقتصاد خانواده و اداری منزل را به ساده‌ترین نوعش در زندگی دنیوی بچرخاند.

بنابراین نوع اول کسی است که اعتماد به نفس را در طرف مقابل ایجاد می‌کند و نوع دوم اعتماد را از بین می‌برد و فرصتی برای آن قرار نمی‌دهد.

در زندگی خانوادگی چاره‌ای جز این نیست که اعتماد به نفس زیادی در هر دو طرف به وجود آید تا بتوانند با خوشبختی و آرامش زندگی کنند، تا یکی از آن دو، دیگری را خوار و ذلیل نکند، مقام و منزلتش را پست و بی‌ارزش نشمارد، گفتار و رفتارش را مسخره و عیب‌جویی نکند و موضع‌گیری‌ها و تصمیماتش را کوچک جلوه ندهد. اگر غیر از این باشد طرف دیگر در عزلت و انزوا از فرد اول و هم‌چنین از زندگی‌اش

قرار می‌گیرد و خانواده مجزا و از هم پاشیده می‌شود.

چقدر از خانواده‌هایی که به این صورت زندگی می‌کنند، دیده‌ایم! بعضی وقت‌ها زن نقش پدر و مادر را در منزل بازی می‌کند و یا بر عکس مرد نقش این دو را با هم بر عهده می‌گیرد و به سبب عدم اعتماد، فرصتی به دیگری برای بروز رأی و نظر و موضع‌گیری‌هایش، نمی‌دهد. او را می‌بینی که از افراد سلطه‌جو انتقاد می‌کند در حالی‌که بیشتر از هر کس در منزل بر دیگران سلطه می‌کند.

پس لازم است که بذر اعتماد نسبت به دیگران کاشته شود و به آنان فرصت اظهار نظر و عمل داده شود و هر یک از زوجین باید بیاموزند که چگونه نیروها را در جهت سوق دادن خانواده به سوی استقرار و خوشبختی به کار گیرند.

ج: الجماع= همبستری

هدف از تماس جنسی، آبادانی زمین و جانشینی در آن است.

اکثر افرادی که به تازگی ازدواج می‌کنند، مشغولیت فکری آنان در روزهای اول ازدواج، مسأله‌ی جنسی است. توجه آنان به کارهایی که در خدمت خانواده باشد و به آینده‌ی آن امنیت بخشد، در مرحله‌ی بعدی قرار می‌گیرد. به همین خاطر است، که چاره‌ای جز نگاشتن در مورد این موضوع، وجود نداشت.

خداوند تبارک و تعالی برای ما تشریح کرده که تماس جنسی وسیله‌ای برای ایجاد نسل است، نه این‌که به ذات خودش هدف باشد. هدف، آبادانی زمین و محقق نمودن معنی جانشینی در زمین است و این تحقق نمی‌یابد، مگر به‌وسیله‌ی تکثیر و تولید مثل، که بر اثر تماس جنسی بین زوجین به‌وجود می‌آید. پس در این صورت، مسأله تنها شهوت نیست که انسان در لحظاتی به آن می‌رسد و خود را ارضا می‌کند، بلکه مهم لحظاتی است که در آباد کردن زمین نقش و سهمی دارد. از این جهت است که عمر بن خطاب<sup>رضی</sup> گفت: «من خودم را وادار به تماس جنسی می‌کنم به امید آن‌که خداوند تعالی فرزند صالحی را به من ارزانی بخشد.»

تماس جنسی بین زوجین اگر به روشی که طرفین دوست دارند و باعث خشنودی خدای تعالی می‌شود، نباشد در این صورت وبال گردن آنان در دنیا و آخرت می‌گردد...

در نزدیک شدن به محبوب راحتی و آرامش وجود دارد و شایسته نیست که یکی از طرفین بعد از ارضای نیاز جنسی خود به نیاز دیگری توجه نکند. خواه رسول باشد یا افراد عادی و لازم است هر یک از زوجین نسبت به یکدیگر

مهر و محبت نشان دهند.

امام نسایی از عایشه <sup>رضی</sup> روایت کرده که از او سؤال شد: در زمانی که یکی از شما همسران، در حال عادت ماهیانه بود، پیامبر چکار می‌کرد؟ بانو عایشه <sup>رضی</sup> گفت: به ما دستور می‌داد که پارچه‌ای وسیع را به خود ببندیم، که سینه و زانو بیرون آن باشد.

در این‌جا حسن معاشرت رسول‌الله<sup>صلی</sup> با یکی از همسرانش در حالی که او در عادت ماهیانه به سر می‌برد، ملاحظه می‌کنیم.

رسول‌الله<sup>صلی</sup> از چنین زنی چه می‌خواهد در حالی که ۹ زن دیگر در اختیار دارد؟

شکی نیست که هدف، ایجاد انس، محبت و رحمت است. تا این‌که طرف مقابل احساس خوشبختی داشته باشد و به‌وسیله‌ی سیر کردن نیازهای روانی‌اش، آرامش یابد.



## چه چیزهایی را در خواستگارمون با سرعت بررسی کنیم؟



دکتر علی‌رضا شیری

سحر: مدت یک آشنایی معقول چقدر باید باشه تا هم شناخت حاصل بشه هم درگیری احساسی ایجاد نشه؟

دکتر شیری: خدمت سحر گرامی عرض می‌شود که غیشه آدم توی آب بره و خیس نشه، بالاخره آشنایی‌های به قصد ازدواج چنین اقتضایی دارد که من باید فرد را ببینم و هم از نظر احساسی هم از نظر حسابگری‌های عقلانی او را بسنجم. پس بعضی خیالپردازی‌ها برای تصمیم‌گیری حتی منطقی نیز لازم است. اما اینکه چقدر این فانتزی‌های ذهنی را دخیل کنیم در تصمیم‌گیری‌ها، امریست که باید مدیریت بشود.

از مدت آشنایی پرسیده‌اید و به طور طبیعی من باید عددی بگویم که مناسب سوال باشد، اما چنین عددی وجود ندارد، حداقل من در مطالعاتم برخورد نکرده‌ام! اما میتوانم قطعا بگویم که کار، در حد چند تا کافی شاپ و رستوران رفتن و چند تا تلفن و پیامک نیست. یعنی بعد از کسب اجازه از خانواده‌ها، طرفین لازم است چند تا کار بکنند:

میزان هوش شخصی فرد و شباهتش به خودم: کجاها را چک کنم؟ از سرعت صحبت کردن، دایره لغات مورد استفاده در گفتگو، میزان درک طرف از طنز و کاریکاتور، معلومات عمومی و تخصصی

میزان هوش عاطفی: خیلی مهمه که ببینید فرد عواطف خود را آیا نشان می‌دهد؟ چگونه نشان می‌دهد؟ در عصبانیت چه می‌کند؟ حسادت‌هایش را در خودش می‌ریزد یا بروز می‌دهد؟ اهل تلافی هست یا نه؟ گند اخلاقی‌هایش ناشی از انتقام‌گیری است یا فاصله می‌گیرد تا عصبانیتش را کنترل می‌کند؟

توقعات زناشویی: خیلی مهمه دلیل انتخاب شدن‌تان حتی در همین حد خواستگاری را بدانید. اگر آقا هستید نیز باید بدانید چرا طرفتان فکر می‌کند شما ممکن است بدردتش بخورید. اینطوری انتظارات هم را خواهید فهمید.

روابط خانوادگی: چه سوالاتی خوب است؟ رابطه پدر مادر من این‌طوری است، میشه درباره پدر مادر خودتون و رابطه‌شون توضیح دهید؟ رابطه من با پدرم / با مادر / با برادر بزرگم / با خواهر کوچکم / با داماد بزرگمون و... اینطوری است، میشه شما نیز توضیح بدهی؟ در خانواده ما فلان طلاق به این علت رخ داده است، نظر شما چیست و آیا موردی شبیه تو خون‌تون داری؟ من خیلی به والدینم وابستگی شخصی ندارم هر چند خیلی دوستشون دارم شما چی؟ در حینی که این سوالات را می‌پرسید به زبان بدن طرف دقت کنید و ژست‌های او را حین توضیح درباره خاطراتش چک کنید. از کودکی خود بگویید و بگذارید او نیز بگوید.

درباره سه نکته پدر و مادر طرف خوب است بدانید اول موفق بودن فردی ایشان دوم نمره همسری آن بزرگواران سوم نمره والدی ایشان.

مثلا پدر خیلی موفق دختر، معنی‌ش اینه که شما ی پسر باید آورده‌های مشخصی در خواستگاری ارائه کنید؛ یا زیاد حاشیه‌پردازی نکنید که مثلا من ال میکنم، بل میکنم، بعدا خیلی کارها دارم انجام دهم. این طرز صحبت کردن با یک پدر زن موفق نیست زیرا او دقیقا مو را از ماست میکشد و شما را متهم به حرافی میکند در حالیکه چه بسا شما از احساسات پاک خود گفته باشید.

روپاهای مشترک: خیلی مهمه دونفر هم فرکانس باشند از نظر روپاهای دو نفره. یعنی بگذارید یک مرد از روپاهایش بگوید تا هم ارتفاع خواسته‌ها و آرزوهای او را بسنجید هم نسبت خود را با آینده او ببینید.

روابط قبلی: احتمالا این بحث یکی از چالش‌های بزرگ این مقاله است. بالاخره بپرسیم یا نپرسیم؟ خب حقیقت این است که وقتی آشنایی از یک حد ابتدایی گذشت و فکر کردید طرف کفایت‌های ابتدایی را دارد لازم است بدانید سابقه عاطفی طرف چی بوده؟ آیا عشق‌های بزرگ را تجربه کرده‌است؟ آیا متعاقب آن عشق‌های خاص، هیجان‌ها یا ناکامی‌هایی را دیده‌است؟ آن از دست دادن‌ها یا خیانت دیدن‌ها چه تاثیری روی الان او گذاشته‌است؟ آیا هنوز می‌ترسد که شریک عاطفی‌اش را از دست بدهد (در این صورت خیلی به شما سرویس می‌دهد یا خیلی گیر می‌دهد)؟ آیا زمان کافی از ارتباط قبلی و خواستگاری و نامزدی قبلی گذشته‌است؟ نکنه از روی چشم و هم‌چشمی سراغ شما آمده‌است؟

سلیقه فیزیکی: وقتی به قول دکتر فروتن، دبیر کنگره سلامت خانواده، بیش از ۶۰٪ طلاق‌های کشور ما ناشی از مسائل جنسی است پس خیلی مهم است که دقیقا در خود جستجو کنید که هم طرف برای‌تان مطلوبیت جنسی داشته باشد هم شما برای او. گفتگو در این زمینه آسان نیست و من تصدیق می‌کنم که وقتی رابطه تا حدی پیش رفت، به این موضوع لازم است بپردازید. مثلا دختر خانمی در تبریز بعد از یکی از کلاسها تشریف آورد و سوال کرد که من خواستگاری دارم از خاندان‌های مشهور تبریز و سن مناسب و تحصیلات مطلوب و سطح اقتصادی مشابه اما درسته از نظر منطقی اشکالی نداره اما من نمی‌خواهمش. ازشون پرسیدم جای دیگه درگیری عاطفی دارید که طرف پیشنهاد ازدواج نمی‌دهد گفتند: خیر! پرسیدم: از قیافه اش خوشتون میاد؟ گفتند: بله ولی خیلی لاغر ایشون! بهشون پیشنهاد دادم این موضوع را ضمن حفظ عزت نفس پسر بهش بگوید و تحسین می‌کنم این را که این دختر خانم تعارف با خودش و سلايقش ندارد و اینطوری هم مرد خود را به هدفش نزدیک می‌کند هم سلامت جنسی خودش و همسرش را محفوظ میدارد.

آشنایی‌های منتهی به ازدواج بی انتها نیست. برای شناخت‌های بالا هم باید ملاحظات خانوادگی را رعایت کنید، هم اطلاع‌رسانی مناسب به خانواده از بحث‌ها داشته باشید و ازشون مشخصا درباره بعضی سوالات ذهنیتون سوال بپرسید (منظورم این نیست که همه ریز و پیز صحبت‌ها را مثل بچه کوچولوها بذارید کف دست خانواده که نگران بشوند و با دخالت خود مانع درست اندیشیدن شما شوند) در نظر بگیرید شما در شهرتان در منطقه سکونت‌تان نیز باید ملاحظاتی بکنید تا حرف بی‌خود پشت سرتان درنیاید بویژه اگر دختر خانم هستید.

خانواده طرف را ببینید و معاشرت‌ها را چک کنید. برخوردشان را با عروس‌ها و دامادهای دیگر خانواده ببینید. حدس بزنید چالش بعدی شما اگر واردشون بشوید، چیست؟ تا جای ممکن شنونده باشید تا هم احترام جلب کنید هم درست ریزه کاری‌ها را تشخیص دهید. پر واضح است که متقابلا باید خانواده خود را نیز در این شرایط قرار دهید.

نوع دینداری طرف و شباهتش به خود را نیز چک کنید. بدانید نظرش درباره حجاب و میزان حجاب، طرز ادای فرایض چگونه است؟ اینکه طرف بگوید اهل خدا و پیغمبر است خیلی مهم نیست. سواد دینی او را نیز چک کنید و البته خیلی غیر مستقیم. در ضمن حدس بزنید آیا این نحوه دینداری در ۱۵ سال آینده تغییر میکند؟ طرف چقدر ثبات دارد؟ چقدر اهل تحقیق است؟ متعصب است یا متفکر؟

سرگرمی‌ها، مطالعات، سلیقه فیلم، ورزش، مهارت‌های دیگر (جک گفتن، ساز زدن، نقاشی...) را نیز ببینید

دوستان او را ببینید و دوستان خود را نیز به او نشان دهید تا با اتمسفر معاشرتی طرف آشنا شوید. در ضمن ببینید آیا طرف با دیدن دوستان شما کهیر می‌زند؟ سعی نمی‌کند زیرآب آنها را بزند؟ چقدر حسادت میکند؟ اگر آدم دهن‌بینی هستید که نظر دوستان‌تان مهم است ببینید در برابر انتقادات آنها پس از دیدار مشترک چه جواب‌هایی دارید؟ در برابر نکات مهمی که اشاره می‌کنند آیا متعصبانه دفاع می‌کنید یا بی‌تردید قبول می‌کنید؟ امیدوارم بدون وسواس و ترسهای فلج‌کننده، با هشیاری و در انتها چاشنی زیبای توکل به قادر متعال، در زمینه ازدواج بتوانید مطمئن‌تر گام بردارید.

منبع:

<http://doctorshiri.com/>

## او که احمد نام داشت



مریم رضوی (۱۲ ساله از تربت جام)

در بهار اول عام الفیل دشت‌ها گلشن شدند

با ولادت امین چشم‌ها روشن شدند

پاک و تابان صورتش پرشکوه است قامتش

او که احمد نام داشت دین خود اسلام داشت

باگذشت است و رحیم خلق نیکویش عظیم

بهترین الگوی ما اوست بر ما رهنما

راستگویی پاکیش صبر او بی باکیش

بین صفات خوب اوست چون بهشت جای اوست

چون گلی شاداب در باغ جهان پروراند پروانه‌های مهربان

گشتند آن پروانه‌ها در دور او ناگهان شد این جهان گلزار او

عطر ایمان کرد مردم را سهیم در بهشت پاک و باقی و عظیم

در میان کاروان انبیاء اول است و آخر است و مصطفی





دلخور ساخته بود:

چون فلسفیان دین براندازد

از فلسفه کار دین مکن ساز

گر حرف شناس دین، زبون نیست

از سور مدینه، دین برون نیست!

وقتی ما به سبب برابرپنداری خالقیت با خدایی، مسلمانی و موخذبودن را باورداشتن یک خالق برای جهان و اقرار به یک واقعیت فلسفی تعریف کنیم و تمام تلاشمان در تفهیم این توحید نسنجیده، معطوف و مصروف القای وجود و وحدانیت خالق جهان با توسل به دلایلی چون برهان نظم و امتناع دور و تسلسل در زنجیره‌ی علل گردد، حتی در صورت نادر موفقیت، تازه فراگیران و متریبان را از مقصد اصلی دور ساخته و باور آنان را در حد باورهای شیطان و مشرکان معترف به وجود خالق نگاه داشته‌ایم! یعنی خطا در فهم و شناخت، در تفهیم و شناساندن نیز تکرار می‌شود و نتیجه را نیز به خطا می‌برد!

(۲) مطالعه‌ی کاربرد واژه‌های خدا و خداوند در فرهنگ فارسی و گردی نشان می‌دهد که این

واژه‌ها نه به معنای آفریدگار، بلکه به معنای مالک و صاحب‌الامر بوده‌اند؛ حکایت مشهور عبید زاکانی(رح) که شخصی ادعای خدایی خود را نزد حاکم شهر توجیه می‌کند، شاهد درستی این ادعاست: شخص مذکور با رندی تمام می‌گوید: جناب حاکم، بنده دهخدا، خانه خدا و باغ خدا بودم! مأموران شما ده، خانه

## «در باب یکتا نبودن خدا»

او را به کودک آموخت. (کاردان، ۱۳۸۱، ص ۱۲۱).

در همین زمینه و برای توضیح بیشتر، نکات زیر قابل توجه است:

۱) توحید، قرارداد است نه علم؛ می‌دانیم که علم، توصیف واقعیت‌ها و نوع ارتباط پدیده‌ها و گزارش طرز کار جهان است. یعنی گزاره‌های علمی از نوع اخباری و گزارشگرانه هستند و هست‌ها و نیست‌ها را به اطلاع مردم می‌رسانند. در واقعیات علمی، اختیار آدمی و خوشایند یا بدآیند او نقشی ندارد؛ وقتی یک شیمیدان اعلام می‌کند که آب از اکسیژن و هیدروژن ترکیب شده است، این ترکیب شیمیایی، یک واقعیت مستقل از انتخاب و اراده‌ی آن شیمیدان است. یعنی یکی از عوامل محدود کننده و اساساً رافع آزادی بشر، علم و دلایل علمی است! شما آزاد نیستید که مس را به ترکیب آب بیفزایید یا نادرشاه را مؤسس زندیه بدانید یا روانسر را از توابع استان همدان بدانید و...!

اما توحید چنین نیست و ملاحظه‌ی نوع گفتمان به کار رفته در قرآن، که گفتمان بازرگانی است، و کثرت تعابیر بیع و شری و تجارت و بیعت و... در لسان شرع، نشان می‌دهد که توحید نوعی معامله و قرارداد است که بنا به آموزه‌های حقوقی و فقهی، حدوث و صحت آن، نه مستقل از خواست و پسند انسان‌ها بلکه مشروط به خواست و رضایت طرفین است: «أن تكون تجارة عن تراض منكم»؛ اگر توحید را پذیرش یک خالق برای هستی بدانیم، در واقع ناخواسته و ندانسته با تبدیل آن به یک موضوع علمی/فلسفی، وجه اختیاری بودن آن را، که از قضا گوهر و مزه‌ی دین‌ورزی است، سلب کرده‌ایم و ایمان را از یک معامله‌ی داوطلبانه و آزادانه به تعهدی اجباری و ناشی از اضطرار منطقی، تبدیل کرده‌ایم:

عاقلان اشکسته اش از اضطرار

عاشقان اشکسته اش از اختیار

همین ستاندن وجه عاشقانه و اختیاری بودن تدرین و بی مزه کردن ایمان بود که عارفانی چون عبدالرحمن جامی(رح) را از فیلسوفان گوهررُبا و جان ستان از ایمان، گله‌مند و

جلیل بهرامی‌نیا

در قرآن، بر خلاف پنداره رایج، اله و خدا یکی نیست! خدایان فراوانند و دین برای انسان‌ها، به ویژه مؤمنان، توضیح می‌دهد که از میان این خدایان متعدد، فقط یکی از آنها حقانیت و شایستگی خدایی دارد و بقیه به ناحق و به سبب شبهت یا شهوت خدا گشته‌اند! نشانی آن خدای راستین این است که خالق و آفریدگار بشر و هستی است؛ سپس از انسان‌ها می‌خواهد طی معامله و قراردادی به نام ایمان، در اخذ سبک زندگی و چگونگی بهره‌گیری از اعضا، امکانات و مهارت‌های خویش، این خالق را توحید و یکتاسازی کنند؛ یعنی فقط از سفارش و فرمان او پیروی کنند و در فرمان‌پذیری برای به‌کارگیری نعمات، او را توحید و یگانه کنند و به دیگر خدایان، «نه!» بگویند و اعلام کنند: لا إله إلا الله! خالقیت در قرآن، نه معادل و مترادف خدایی بلکه صرفاً شرط خدایی و نشانه‌ی خدای راستین است و این که قرآن، در آیاتی چون «اقرأ باسم ربك الذي خلق»، «اعبدوا ربكم الذي خلقكم» و «سبح اسم ربك الأعلى الذي خلق فسوی» خالقیت را نشانه‌ی رب حقیقی می‌داند و یا با عباراتی چون «لا یخلقون شیئاً» و «أفمن یخلق کمن لا یخلق» از خدایان مشرکان ایراد می‌گیرد که شرط خالقیت را ندارند، مؤید همین ادعاست. اما دروغا که ما تحت تأثیر اندیشه‌ی یونانی در گذشته و ضرورت رد ماتریالیسم معاصر، قبول خالق برای جهان را مساوی مسلمانی و توحید گرفتیم و خدا را از محبوبی نازنین و صمیمی و دلربا، که نباید ناخوشنود گردد، به علت‌العلل یا واجب‌الوجود تبدیل نمودیم و تعلیم و تربیت دینی را نیز به همین سمت و سو، یعنی باوراندن وجود یک خالق، سوق دادیم! طبیعی است که این خطا در شناخت و شناساندن خدا، با توجه به وابستگی بنیادین اخلاق جوامع اسلامی به دین، آشفتگی و سستی اخلاق را نیز به دنبال خواهد داشت و بهره‌مندی از اخلاق قرآنی فقط با داشتن خدای قرآنی میسر خواهد بود و اساساً چنان که جان لاک انگلیسی(۱۶۳۲-۱۷۰۴م) به درستی گفته است، برای ایجاد فضایل اخلاقی، نخست باید مفهوم درستی از خدا و پرستش و نیایش

## عشق یعنی: حالت خوب باشد

عمودی. یعنی هیچ کس خود را برتر از دیگری و در مقام قدرت نمی‌بیند. دیکتاتوری، زور و قدرت طلبی حاکم نیست.

۱۴. همه اعضا احساس برنده بودن، موفق بودن، امید داشتن دارند و خودشان را در زندگی برنده می‌دانند.

۱۵. در کنار هم احساس امنیت و آرامش می‌کنند نه ترس و اضطراب یا تنش و درگیری.

۱۶. علاقه، عشق، محبت، صفا و یکدلی خود را هم در رفتار و هم در گفتار به یکدیگر ابراز می‌کنند.

۱۷. از یکدیگر انتظار بی‌جا و توقع نامناسب ندارند.

۱۸. اگر مشکلی پیش بیاید به راه حل فکر می‌کنند و به دنبال مقصر و گناهکار نمی‌گردند. دست به علت یابی و ریشه‌یابی آن مشکل می‌زنند و راه حل منطقی ارائه می‌دهند.

۱۹. هریک از طرفین پیوسته به فکر خوشحال نمودن و راضی نگه داشتن یکدیگر هستند.

۲۰. زن و شوهر به خاطر همدیگر زندگی می‌کنند: اول خود بعد دیگران. زندگی آنها به خاطر بچه‌ها یا ترس از طلاق و حرف مردم نیست.

۲۱. زن و مرد می‌توانند هر روز به دنیای اختصاصی یکدیگر نزدیکتر شوند، کاری به مسایل خصوصی و زندگی‌دیگران ندارند.

۲۲. با درخواست‌های یکدیگر برخوردهای مثبت و منطقی دارند.

۲۳. زن و مرد در کنار یکدیگر هستند نه رو در رو و رقیب یکدیگر، بلکه رفیق هم هستند و واکنش منفی از خود نشان نمی‌دهند.

۲۴. خانواده‌های خوشبخت تلاش دارند که بچه‌های خوب و خوشبختی نیز به جامعه تحویل دهند.

مهمانی‌ها یا کارهای مربوط به خانواده تنها نمی‌روند. همدلی، همکاری، همفکری، هماهنگی را بقای خانواده خوشبخت می‌دانند.

۴. با هم اتحاد دارند و در مسائل مختلف، با گفتگو و مشورت به تفاهم می‌رسند و سعی می‌کنند اگر سوء تفاهم به وجود آمد، آن را در درون خود بدون این که کسی بفهمد حل کنند.

۵. به سلیقه‌ها و عقاید یکدیگر آگاه هستند و به آن احترام می‌گذارند و مطابق آن عمل می‌کنند.

۶. نسبت به هم شرم مسموم ندارند یعنی خواسته‌های طبیعی خودشان را بدون نگرانی یا خشونت ابراز می‌کنند.

۷. به حریم یکدیگر احترام گذاشته و از حدود مشخص شده خود فراتر نمی‌روند.

۸. نگران سلامت روحی و جسمی یکدیگر بوده و از هم مراقبت می‌کنند. اگر چنانچه مشکلی به وجود آید، سعی وافر در حل مشکل را دارند.

۹. در بیشتر اوقات لحظات خوشی را که با یکدیگر بوده‌اند، مرور می‌کنند؛ دنبال خاطرات تلخ نیستند، دوست دارند همیشه در خوشی، شادی و نشاط زندگی کنند.

۱۰. به فامیل‌ها و همسایه‌های خود اهمیت می‌دهند و پذیرای فامیل یکدیگر هستند.

۱۱. از امور مالی یکدیگر خبر دارند و چیزی را از یکدیگر پنهان نمی‌کنند. صرفه‌جویی و پس انداز کردن جزء برنامه‌های اقتصادی خانواده‌های خوشبخت است.

۱۲. برای رشد یکدیگر تلاش می‌کنند و زمینه پیشرفت خانواده را فراهم می‌آورند.

۱۳. افراد به هم افقی نگاه می‌کنند نه

استاد جلال معروفیان

«وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ»

(و از نشانه‌های او (خدا) این که از [نوع] خودتان همسرانی برای شما آفرید تا بدان‌ها آرام گیرید، و میانتان دوستی و رحمت نهاد. آری، در این (نعمت) برای مردمی که می‌اندیشند، به راستی نشانه‌هایی است.) [سوره روم: ۲۱]

طبیعی‌ترین شکل خانواده، این است که هیچ عاملی جز مرگ نتواند پیوند زناشویی را بگسلد و میان زن و شوهر جدایی بیفکند. کوشش مصلحان جامعه، به ویژه پیامبران خدا، این بوده‌است که نظام خانواده، یک نظام مستحکم و پایدار باشد و هیچ عاملی نتواند این کانون سعادت را متلاشی گرداند. به هر حال خانواده‌ی خوشبخت نشانه‌هایی دارد، که ما در اینجا به چند مورد آن اشاره می‌کنیم. امید است که خانواده‌ی شما نیز برخوردار از این نشانه‌ها باشد.

۱. در بین اعضای خانواده، جمله «به من چه یا به تو چه» رد و بدل نمی‌شود، چرا که اعضا به گفتگو و مشورت منطقی اعتقاد دارند و احساس مسئولیت می‌کنند.

۲. افراد به یکدیگر اعتماد دارند و از این اعتماد سوء استفاده نمی‌کنند و اعتماد را یکی از پایدارترین ویژگی ازدواج موفق و خانواده موفق می‌دانند.

۳. تا جایی که امکان دارد با هم هستند و در



و باغ مرا غصب کرده‌اند و اکنون فقط «خدا» مانده است که در خدمت شماست! حافظ-  
علیه الرحمة- نیز سروده اند:

بر من کبر مفروش ای ملک الحاج که تو  
خانه می‌بینی و من، خانه‌خدا می‌بینم!

مولوی نیز در کلیات شمس، با چنین نوازشی به پیشواز محبوب خویش رفته است:

ای در ما را زده، شمع سرایی در آ  
خانه دل آنِ توست، خانه‌خدایی در آ!

چنان که می‌بینیم خدا و خداوند، به معنای مالک و صاحب اختیارند؛ توحید به این معناست که ما انسانها، که مالک، خدا و خداوند خود هستیم و اختیار تعیین سبک زندگی خویش و استفاده‌ی دلخواه از اعضا، امکانات و مهارت های خود را داریم، در اجرای آیاتی چون: «هل أدلکم علی تجارة تنجیکم من عذاب ألیم...»، طی معامله ای به نام ایمان و در برابر دریافت کالایی به نام حیات طیبه دنیوی و بهشت اخروی، این اختیار را با «لا»ی نفی از خود و دیگر مخلوقات سلب کنیم و آن را کاملاً و در بست به آن کسی بسپاریم که خالق ماست و به عبارت دقیق تر و رساتر، او را در تعیین سبک زندگی خویش، تنها و یکتا سازیم و به او اعلام کنیم چون فقط تو ربّ العالمین و رحمان و رحیم و مالک یوم الدین هستی، پس ما نیز اختیار تعیین سبک زندگی را فقط به تو می‌سپاریم و در بهره‌گیری از نعماتی که داریم فقط و فقط از تو فرمان می‌بریم: «إیّاک نعبد و إیّاک نستعین!» آری، توحید نوعی واگذاری و خودفروشی است: فروختن اختیار تعیین سبک زندگی به خالق: «من یشری نفسه...» چنان که اسلام نیز معنایی مشابه دارد: اسلام از باب افعال است و، چنان که اهل لغت از جمله جوهری در الصحاح فی اللغة و فیروزآبادی در القاموس المحیط گفته‌اند، به معنای تسلیم کردن، تحویل دادن و واگذاری است، واگذاری اختیار تعیین سبک زندگی به خالق: «مَنْ يُسَلِّمُ وَجْهَهُ إِلَى اللَّهِ...». یا در آیه ۷۱ سوره انعام، آمده است: «قُلْ أَنْ هُدَى اللَّهُ هُوَ الْهُدَى وَأَمْرًا لِنُسُلِهِمْ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ»: بگو فقط زیست روش خدای متعال، رهنمود نجات است و به ما فرمان داده شده که (تعیین رهنمود نجات و سبک زندگی سعادت‌مندان را) به پروردگار جهانیاں واگذاریم.

اگر به ضابطه‌ی معناشناختی ملاحظه‌ی سابقه‌ی کاربرد واژه‌ی خدا و خداوند در فرهنگ ایرانی و تناسب معنای لغوی با مدلول اصطلاحی واژه‌ها پایبند باشیم، خواهیم پذیرفت که الله-

جَلّ جلاله-گرچه خالق ماست و خالقیتش، چونان یک واقعیت علمی/فلسفی، ربطی به قبول و ردّ ما ندارد؛ بر عکس، تا ما نخواهیم و تا حقّ انحصاری او برای الوهیت و خدایی را عملاً رعایت نکنیم، او نه خدای ما خواهد شد و نه در خدایی یکتا خواهد بود! این ماییم که با توحید و تنهاسازی او از میان مجموعه‌ی خدایان، او را خدای خویش یا تنهاخدای خویش خواهیم ساخت! در غیر این صورت، حتّی اگر زنده‌ترین فیلسوفان نیز با تبیین و تفهیم موفّق براهینی چون وجوب و امکان، بطلان دور و تسلسل، امتناع تعدّد واجب الوجود و لزوم وجود ناظم برای هستی منتظم، وجود آفریدگار و یکتایی او را اثبات کنند، نه ما موخّد خواهیم شد و نه او، که در خالقیت و لیاقت الوهیت یکتاست، درخدایی یکتا خواهد شد!

#### طهورا ایبان

یکی از موضوعات مهم زیر سقف مشترک، بحث تقسیم وظایف است که باید تکلیف آن به خوبی روشن شود.

- مگه قرار بود من انجامش بدم؟

- وسایل من را کجا گذاشتی؟

- غی‌دانستم باید خرید کنم!

- شستن ظرف کار خانم‌هاست!

- چرا سطل زباله را من باید بیرون ببرم؟

حتماً شما هم در طول زندگی مشترکتان جمله‌هایی مانند عبارات بالا شنیده‌اید و شاید هم بارها نظیر این جملات را به همسران گفته‌اید.

این نوع جملات در اوایل زندگی مشترک با قدرت بر روابط زوجین تأثیر می‌گذارند و گاهی باعث بروز مشاجره و یا حتی قهر و آشتی‌های مختلف می‌گردند.

آنچه که باعث می‌شود چنین عباراتی در زندگی مشترک خودنمایی کنند، عدم آشنایی هر یک از همسران با وظایف خود پس از ازدواج و نداشتن برنامه‌ای برای تقسیم وظایف در خانه است.

نکته‌ای کلیدی در تقسیم وظایف

در تقسیم وظایف برای انجام کارهای منزل باید میان همسران، هماهنگی وجود داشته باشد. همسران نباید دچار این وسواس باشند که کارهای خانه به صورت مساوی بین آنان تقسیم شود، بلکه هدف اصلی این است که برای



## تقسیم وظایف بین لیلی و مجنون

انجام دادن کارها هماهنگی وجود داشته باشد.

مکتوب نمودن هماهنگی‌ها

در یک تقسیم وظایف موفق، مهم‌ترین موضوع پذیرش حقوق و وظایف زوجها نسبت به یکدیگر است! مفهوم این جمله را ساده نگیرید. اینکه آقای خانه بپذیرد، اگر قرار است خافش به تنهایی مسؤولیت همه کارهای خانه را به دوش بگشود، شاید رضایت او از زندگی مشترک پایین بیاید. خانم خانه هم باید بپذیرد که همسرش برخی اوقات به دلیل خستگی زیاد از کار بیرون منزل و استرس‌های مربوط به آن ممکن است آنگونه که باید نتواند در کارهای خانه وی را همراهی کند.

بهترین روش نهادینه‌کردن تقسیم وظایف میان همسران این است که خانم جدولی از کارهای خانه به‌صورت هفتگی تنظیم نماید و از همسرش بخواهد تا هر کدام از کارهای منزل را که به انجام آن‌ها تمایل دارد؛ مشخص کند.

درخواست کمک با احترام و محبت

بعضی از خانم‌ها در ابتدای زندگی مشترک نمی‌دانند چگونه باید از همسرشان برای انجام امور منزل کمک بگیرند.

بدیهی است که به دلیل بسیاری از تفکرات موجود در جامعه‌ی امروز، برخی از مردان ایرانی بر این باورند که تمام کارهای منزل مربوط به خانم خانه است و آقایان هیچ وظیفه‌ای برای رسیدگی و یا مشارکت در کارهای خانه ندارند! شاید این اعتقاد آقایان به نحوه‌ی برخورد خوب یا خدای نکرده ناصحیح خانم‌ها هم مربوط

باشد!

آنچه که واضح است، خانم خانه باید با احترام و لحنی دوستانه از همسرش بخواهد که در تقسیم کارهای منزل مشارکت داشته باشد. نباید بسیاری از کارها را به‌صورت اجباری برای مردها قرار داد. خوب است که نظر مرد زندگی‌تان را جویا شوید تا او بتواند بر حسب زمانبندی اوقاتی که در خانه است، برای کمک به شما اقدام کند.

تجربه نشان داده که با درخواست‌های محترمانه و محبت‌آمیز بعد از مدتی؛ مشارکت در کارهای منزل، تبدیل به یک روال عادی در زندگی خواهد شد و دیگر لازم نیست خانم همکاری مشترک در کارهای خانه را متذکر بشود.

بلد نیستم‌ها را کنار بگذارید

بسیاری از مردان دلیل غمده عدم همکاری‌شان در امور منزل را، عدم آگاهی از چگونگی انجام کارهای منزل می‌دانند. بعضی از آن‌ها به محض درخواستی مبنی بر کمک فوراً با جمله‌ی «بلد نیستم این کار را انجام بدهم» خود را به خارج از گود تقسیم وظایف می‌کشند.

طبیعی است که هیچ انسانی در بدو تولد توانایی انجام کارهای گوناگون را نداشته و آنچه که مهارت‌های افراد را در انجام صحیح کارهای مختلف بالا می‌برد، میزان اعتماد به نفس و البته انگیز و رغبت آن‌هاست. «بلد نیستم»‌ها یک حالت تدافعی میان همسران ایجاد می‌کند و همین عاملی برای بروز اختلافات عمیق با دلایلی پیش پا افتاده در خانواده‌های جوان خواهد شد.

مشارکت مفیدتر از تقسیم وظایف

مشارکت؛ بهترین نوع مدیریت بین زوج‌های جوان در خانه است! تجربه نشان داده که هر نوع برنامه‌ریزی در انجام کارهای منزل توسط زوجین غیر از روش مشارکتی، به شکست و نارضایتی می‌انجامد. منظور از مشارکت این است که همسران هم‌پای همدیگر در کارهای خانه سهیم باشند و برای هم مسؤولیت‌هایی را تعیین کنند. در انجام مشارکتی امور منزل هیچ یک از مرد و زن حرف اول و آخر را نمی‌زنند، بلکه آن‌ها برای انجام امور به صورت دو نفری تصمیم می‌گیرند.

مشارکت حس همدلی زوجین را تقویت کرده و آن‌ها را از پرتگاه‌هایی هم‌چون رقابت ناسالم در امور عادی زندگی دور نگه می‌دارد.

زندگی همراه با مشارکت بسیار ایده‌آل‌تر از زندگی رقابتی خواهد بود .

خستگی همسران را در نظر بگیرید

این یک اعتقاد ریشه‌دار و قدیمی است که «مردان به‌دلیل خستگی کار بیرون از خانه، نمی‌توانند در امور منزل فعالیت داشته باشند» و با توجه به ریشه‌دار بودن این نظریه در عمق وجود اکثر قریب به اتفاق مردان ایرانی؛ لازم است خانم‌ها برای ایجاد تغییر در این نگرش با احتیاط و طمأنینه برخورد نمایند.

البته این نکته طلایی را به خاطر داشته باشید که: مردان برای همسری که به آن علاقه دارند هر کاری انجام می‌دهند تا رضایت وی را بدست آورند!

اما لازم است شما به عنوان خانم خانه، تمهیداتی را برای آرامش همسر خود ببندید تا در سایه‌ی این آرامش بتوانید با کمک یکدیگر به کارها رسیدگی کنید. شما باید بپذیرید که مردها به دلیل کار سنگین و تمام وقتی که در خارج از منزل دارند، در بدو ورود به منزل احساس خستگی دارند. بهتر است زمانی که مرد به خانه برمی‌گردد بلافاصله از او مشارکت و یا کمک در کارها را طلب نکنید. ابتدا به او توجه و محبت کنید و بعد از مدتی که استراحت کرد و خستگی‌اش رفع شد، با لحنی دوستانه از او بخواهید به شما کمک کند.

سَرسَری نگیرید

بعد از قبول کردن مسؤولیت‌های محول شده، سعی کنید تا آن‌ها را به نحو احسن انجام دهید. هیچ کاری را با بی‌رغبتی شروع نکنید و با بی‌حوصلگی به پایان نرسانید. هر کاری را در وقت مشخص خودش انجام دهید و به تعویق



نیندازید. سرّری گرفتن کارها ممکن است باعث شود دوباره آن را انجام دهید.

ایرادگیری ممنوع

وقتی که برای مشارکت در کارهای خانه، برنامه‌ریزی کردید و نوبت به انجام کارها رسید، لطفاً فقط جنبه‌ی مثبت تعامل همسران را ببینید و از نحوه‌ی انجام کار او، ایرادگیری نکنید! ایراد گرفتن از کارها نه تنها بهبودی حاصل نمی‌کند، بلکه ممکن است پس از مدتی همسران را دلزده و حساس کرده و باعث شود او تمام کارها را به خودتان محول کند تا بدون ایراد انجام شوند. صبور باشید و روزهای اول برنامه مشارکت را در سکوت و بدون ایراد سپری کنید. ظرف مدت کوتاهی خواهید دید که همسران به خوبی از عهده وظایفش برخوردار آمد و همه جوانب را در اثر تجربه فرا گرفته است.

از همدیگر قدردانی کنید

پس از انجام تک‌تک کارهای خانه، از همدیگر قدردانی کنید! این یک اصل ضروری در روابط و تعاملات زوجین است. جمله‌هایی مانند:

- از کمکت ممنونم.

- متشکرم که به کارهای زندگی مشترکمان رسیدگی کردی.

- چقدر انجام امور منزل کنار تو لذت‌بخش است.

و صدها جمله شبیه این‌ها هستند، که با کلماتی ساده ساخته می‌شوند اما عمق احساسی خوشایندی را در همسران به وجود می‌آورند. این جمله‌های تشکرآمیز باعث می‌شوند تا هر یک از همسران بدانند که شریک زندگی‌شان قدردان زحمت‌های آن‌هاست و این یک پارامتر مهم در رضایتمندی از زندگی مشترک به حساب می‌آید.

منبع:

<http://mehrkhane.com>

## قول بچه قورباغه (قول بده تغییر نکنی!)

داستانی کودکانه اما ضروری برای بزرگسالان

جی آنه ویلیز

ترجمه: شهلا انتظاریان

آنجا که درخت بید به آب می‌رسد، یک بچه قورباغه و یک کرم همدیگر را دیدند، آن‌ها توی چشم‌های ریز هم نگاه کردند و عاشق هم شدند؛ کرم، رنگین‌کمان زیبای بچه قورباغه شد و بچه قورباغه، مروارید سیاه و درخشان کرم.

بچه قورباغه گفت: من عاشق سرتا پای تو هستم.

کرم گفت: من هم عاشق سرتا پای تو هستم. قول بده که هیچ وقت تغییر نمی‌کنی.

بچه قورباغه گفت: قول می‌دهم.

ولی بچه قورباغه نتوانست سر قولش بماند؛ او تغییر کرد، درست مثل هوا که تغییر می‌کند. دفعه‌ی بعد که آن‌ها همدیگر را دیدند، بچه قورباغه دو تا پا درآورده بود.

کرم گفت: تو زیر قولت زدی!

بچه قورباغه التماس کرد: من را ببخش دست خودم نبود؛ من این پاها را نمی‌خواهم! من فقط رنگین‌کمان زیبای خودم را می‌خواهم.

کرم گفت: من هم مروارید سیاه و درخشان خودم را می‌خواهم؛ قول بده که دیگر تغییر نمی‌کنی.

بچه قورباغه گفت: قول می‌دهم.

ولی مثل عوض شدن فصل‌ها، دفعه‌ی بعد که آن‌ها همدیگر را دیدند، بچه قورباغه هم تغییر کرده بود. دو تا دست درآورده بود.

کرم گریه کرد: این دفعه‌ی دوم است که زیر قولت زدی.

بچه قورباغه التماس کرد: من را ببخش. دست خودم نبود. من این دست‌ها را نمی‌خواهم.

من فقط رنگین‌کمان زیبای خودم را می‌خواهم.

کرم گفت: و من هم مروارید سیاه و درخشان خودم را... این دفعه‌ی آخر است که می‌بخشمت.

ولی بچه قورباغه نتوانست سر قولش بماند. او تغییر کرد، درست مثل دنیا که تغییر می‌کند. دفعه‌ی بعد که آن‌ها همدیگر را دیدند، او دم نداشت.

کرم گفت: تو سه‌بار زیر قولت زدی و حالا هم دیگر دل من را شکستی.

بچه قورباغه گفت: ولی تو رنگین‌کمان زیبای من هستی.

کرم گفت: آره، ولی تو دیگر مروارید سیاه و درخشان من نیستی، خداحافظ.

کرم از شاخه‌ی بید بالا رفت و آنقدر به حال خودش گریه کرد تا خوابش بُرد. یک شب گرم و مهتابی، کرم از خواب بیدار شد.

آسمان عوض شده بود، درخت‌ها عوض شده بودند، همه چیز عوض شده بود؛ اما علاقه‌ی او به بچه قورباغه تغییر نکرده بود.

با این که بچه قورباغه زیر قولش زده بود؛ اما او تصمیم گرفت ببخشدش. بال‌هایش را خشک کرد. بال بال زد و پایین رفت تا بچه قورباغه را پیدا کند.

آنجا که درخت بید به آب می‌رسد، یک قورباغه روی یک برگ گل سوسن نشسته بود.

پروانه گفت: بخشید شما مروارید.

ولی قبل از اینکه بتواند بگوید «سیاه و درخشانم را ندیدید؟» قورباغه بالا جهید و او را بلعید و درسته قورتش داد.

و حالا قورباغه آنجا منتظر است. با شیفتمگی به رنگین‌کمان زیبایش فکر می‌کند و نمی‌داند که کجا رفته!

## به سفیدی برف



الهام غفاری

به مناسبت اولین برف زمستان تالش سال ۹۲

شب جمعه آسمان تالش پر از فرشته‌هایی بود که به شب زنده داران نوید روزی پر برکت را می‌داد، صدای اذان دانه‌های برف را بر باریدن مشتاق‌تر می‌کرد. از شوق خود را در جشن شبانه برف رها کردم. سکوت سحر، فریاد می‌کشید اما من صدای پای فرشته‌ها را می‌شنیدم، چند قدم جلوتر رفتم جای قدم‌هایم از پشت سر محو می‌شد، انگار برف هم نمی‌خواست کسی خلوت‌مان را بهم بزند. به آسمان خیره شدم سفیدی برف سیاهی شبانه را آذین داد و سیاهی رنگ باخته بود. کم کم صدای پای صبح می‌آمد ... سفیدی برف مرا با خود به یاد قلب‌های پاک انداخت، قلب‌هایی بدون هیچ کینه و بغض و زشتی و گناه... قلب‌هایی به سفیدی برف ...

سپیده صبح می‌آمد و برف چادر سفیدش را چه بی‌پیرایه سخاوتمندانه بر تالش عزیزم کشیده بود، شاید آمده بود تا یادمان بیندازد که قلب‌هایمان را پاک کنیم.

با خود زمزمه می‌کردم: اللهم اغسل الخطایای بالماء و الثلج و البرد. آمین

صبح برفی جمعه، لبخند می‌زد و چه زیبا بود لبخند کودکان سرزمینم در این صبح برفی جمعه...



قابل توجه تازه عروس‌ها!

## زندگی در کنار خانواده همسر

هم امروز داری می‌ری؟»

در این حالت، حریم خصوصی شما تهدید و یا شکسته می‌شود و ممکن است نتوانید مرز زندگی دو نفره‌تان را با آن‌ها نگه دارید. شما می‌توانید در ازای این کنجکاو‌های بیش از حد و شکسته شدن خط قرمز زندگی‌تان وارد مشاجره با مادرشوهر شده و با حرمت‌شکنی، زندگی خود را سخت و رابطه‌تان را بد و بدتر و در نهایت به بحران تبدیل کنید اما قطعاً به‌دنبال این کار، از حس ارزشمندی شما کاسته شده و احتمالاً کلامی اهانت‌آمیز نیز خواهید شنید.

راه‌حل بعدی که برخی از شما از آن استفاده می‌کنید، این است که به همسر خود گله کرده و از او می‌خواهید که با آن‌ها درگیر شود. ولی توصیه ما به شما این است که این راه‌حل‌های اشتباه را فراموش کنید؛ چون نه تنها سودمند نیستند، بلکه روابط شما را با خانواده همسر و به تبع آن با همسران تیره و تار می‌کند.

به خاطر داشته باشید که اختلاف داشتن در زندگی امری کاملاً طبیعی است و یک مشکل محسوب نمی‌شود، بلکه شیوه‌ی حل اختلاف است که همواره می‌تواند مشکل‌ساز باشد.

چه باید کرد؟

در درجه‌ی اول شما باید به شیوه‌ای مسالمت‌آمیز مرز زندگی خودتان با آن‌ها را مشخص کنید و به شیوه‌ای صحیح به آن‌ها بفهمانید که خط قرمزهای روابط‌شان با شما کجاست. خیلی مؤدب و مهربان باید جلوی کنجکاو‌های مادرشوهر را بگیرید. می‌دانم که حقیقتاً پا گذاشتن روی خط قرمزهایی مثل زمان بیداری و خواب یا موعد استحمام و غیره رنج‌آور است ولی باید بدون اینکه از کوره دربروید، با کلام مناسب و واژه‌گزینی صحیح این مسأله را حل کنید.

به خاطر داشته باشید که اختلاف داشتن در زندگی امری کاملاً طبیعی است و یک مشکل

استرس اینجا و آنجا ندارد. همه جای دنیا استرس هست. ولی بعضی استرس‌ها مختص بعضی جوامع‌اند. ما هم در جامعه خودمان، استرس‌هایی کاملاً خودمانی و ایرانی داریم که در خیلی از جاهای دنیا چندان استرس‌زا نیستند؛ مثلاً زندگی با خانواده همسر و مشکلات ساخت و ساز و اجاره کردن یک خانه را شاید بتوان از استرس‌های ایرانی به حساب آورد...

زندگی کردن با خانواده‌ی همسر را باید جزو استرس‌های وطنی به حساب آورد. برای مقابله با این استرس، در وهله‌ی اول باید متوجه باشید که چه اتفاق‌هایی ممکن است بیفتد و سپس باید بدانید که در مقابل این اتفاق‌ها چه حرکتی باید انجام داد تا حریم احترام و صمیمیت بین شما نشکند و در عین حال، مرز شخصی زندگی خود را نیز با آن‌ها داشته باشید. در اکثر موارد، این عروس است که باید با مادرشوهر زندگی کند اما چون در مواردی هم داماد مجبور به زندگی با خانواده عروس است، راه‌حل‌هایی کلی در این زمینه به جوان‌ترها ارائه می‌شود تا با حداقل اصطکاک بتوانند با خانواده همسر خود زندگی کنند.

برخورد با اولین مشکل

شما و خانواده همسران در یک خانه زندگی می‌کنید و مدام به هم سر می‌زنید. همیشه این‌طور نیست که خانواده‌ی همسر شما آداب برخورد با یک زوج جوان و حفظ حریم خانگی آن‌ها را بدانند؛ گاهی آن‌ها به شما می‌گویند: «قرار نیست با ازدواج شما برنامه‌های قبلی زندگی‌مان عوض شود و تنها تفاوت در اینجا است که تو هم به جمع ما اضافه شده‌ای!» و شاید این آرزویی باشد که یک‌روز در کنار همسران سفره‌ی دونفره برای غذا بیندازید. این با هم بودن‌های بیش از حد باعث دخالت‌های بی‌حد و مرز می‌شود؛ دیشب تا کی بیدار بودین؟ چراغ اتاقتون روشن بود!... «تو که دپروز خونه مادرت بودی، پس چرا باز



محسوب نمی‌شود، بلکه شیوه‌ی حل اختلاف است که همواره می‌تواند مشکل‌ساز باشد. پس در جواب کنجکاو‌های بی‌مورد می‌توانید این‌طور بگویید: «مادر جان! این مسأله خیلی مهم نیست که بخواید ذهن شما را مشغول کند. می‌دونم که نگران هستید مبدا خوابیدن من تا نزدیک ظهر در این نخستین روزهای زندگی مشکل‌زا شود اما نگران نباشید؛ من چارچوب زندگی را طوری ترسیم می‌کنم که به وظایف زناشویی‌ام خدشه‌ای وارد نشود. مهم نیست ۸صبح بیدار شوم یا ۱۱، مهم آن است که تهیه‌ی نهار و مرتب کردن خانه را مدیریت کنم و همه چیز مهیا باشد تا همسرم به خانه بیاید.»

نکته مهمی که نباید فراموش کنید این است که والدین همسر شما سال‌ها با فرزند خود زندگی کرده‌اند و سبک و سیاق رفتارهایش را می‌شناسند. اگر هم نوع تغییر رفتاری که او انجام می‌دهد به درخواست شما نباشد، ممکن است به پای شما نوشته شود و آن‌ها را در لاک دفاعی فرو برد، پس باید یاد بگیرید به جای اینکه گله مادر و خواهر و خانواده‌اش را بکنید، به شکلی صحیح ابراز وجود کرده و به صحبت کردن با خانواده او و بیان انتظاراتان بپردازید.

در شیوه‌ی صحبت کردن و رفتار شما در عین احترام باید این نکته وجود داشته باشد که حتماً اطلاعات‌تان را حفظ کنید و تا آنجا که امکان دارد، اجازه‌ی سرک کشیدن دیگران در مسایلی که فقط مختص شما و همسران است، را ندهید و این نکته را باید حتی در مورد خانواده خودتان در نظر بگیرید. وقتی شما اطلاعات بیش از حد راجع به مسایل بی‌ربط مثل گذشته‌تان، دوستان‌تان و... بدهید، در واقع در این بین نقاط ضعف خود را به طرف مقابل می‌شناسانید و با زبان بی‌زبانی به او اجازه می‌دهید از آن‌ها استفاده کند.

دردسره‌ی زنان خانه دار

مشکلات شما وقتی شاغل یا خانه‌دار هستید، متفاوت است. برای عروس‌خانم‌هایی که در بیرون از خانه شغلی دارند، زندگی با خانواده همسر کمی متفاوت است و گویا تسهیل می‌شود، اما وقتی شما خانه‌دار هستید، شاید هم‌پوشانی وظایف باعث آزارتان شود؛ مثلاً شاید همواره وظیفه شما این باشد که خانه را نظافت کنید و یا وعده‌های غذایی را آماده سازید. یادتان باشد که باید به شیوه‌ای صحیح و مناسب از خودتان حمایت کنید؛ مثلاً اگر مادر همسران از شما خواسته باشد فلان غذا را برای ظهر بپزید، لزومی ندارد جواب سر بالا بدهید و جنجال به پا کنید. کافی است بگویید: باشه، مامان جون! سعی خودم را می‌کنم که قورمه‌سبزی بپزم. اگر فرقی برایتان نمی‌کرد و به قولی راه دست‌تان بود، آن را آماده می‌کنید و اگر نه، نیازی نیست به هر قیمتی که شده

آن را تهیه کنید. یادتان باشد وقتی رفتاری تقویت شود، تکرار خواهد شد. پس باید در برابر آن رفتار نوعی عمل خاموش صورت گیرد تا آن رفتار کم‌رنگ شده و از بین برود و آن‌ها متوجه شوند که باید تقسیم وظایف صورت بگیرد.

اتفاقی که ممکن است بیفتد

وسط روز، مادرشوهر خیلی عصبانی به سراغ‌تان می‌آید که: «چرا داری این غذا را می‌پزی؟» و شما هم با کلامی مهربان و محترمانه می‌گویید: «مامان جون دیدم مواد قورمه‌سبزی ندارم، گفتم خیلی فرقی نداره نهار قیمه باشد یا قورمه؛ مهم اینه که آماده شود و دور هم باشیم. حیفه که بخواید ذهن‌تون رو مشغول این مسایل جزئی بکنید.»

در این شیوه قطعاً هیچ مشکلی پیش نمی‌آید و اگر اهانتی در کلام و رفتار شما نباشد و صمیمت در واژه‌گزینی رعایت شود، طرف مقابل که یک مادر است، بدون شک از این همه مهربانی استقبال می‌کند و احتمالاً دفعه بعدی هم خواهد گفت که غذایی را درست کن که دوست داری یا وسایلی را داری. حتماً با خودتان می‌گویید، شاید تا به حال ما در زندگی‌مان افراد بدقلق یا آدم‌های مشکل که هیچ قلقلی ندارند، ندیده‌ایم. اتفاقاً قصد داریم طرز برخورد با آدم‌های مشکل (که البته باید بدانید تعداد آن‌ها انگشت‌شمار است) را آموزش دهیم.

راه برخورد با این آدم‌های مشکل، این است که:

\* به خودتان آرامش بدهید و با متانت بگذارید آن‌ها هر چه می‌خواهند بگویند و فقط شنونده باشید.

\* پاسخ شما بهتر است فقط تأیید و «بله، سعی می‌کنم» باشد و بعدش دنبال کار خودتان بروید؛ چون این افراد هیچ قلقلی ندارند و باید حرف‌هایشان را در کمال آرامش شنید و تأیید کرد تا گفتگو کوتاه شود.

\* در برخورد با آدم‌های مشکل (هر که باشد، دوست، همکار یا مادر شوهر) باید حد فاصل را رعایت کنید و مشکل را ختم نمائید وگرنه آن‌ها از کاه، کوه می‌سازند و بحران درست می‌کنند.

دومین مشکل رایج

وقتی در رابطه‌ی نزدیک با خانواده همسر و در زندگی هر روزه با آن‌ها هستید، مسأله مقایسه کردن‌ها گاهی آزاردهنده است؛ خصوصاً اگر به عنوان مثال، پسر دیگری در خانواده ازدواج کرده باشد و جاری شما در همان‌جا زندگی کند، امکان دارد مادرشوهرتان دائم شما را در مقام مقایسه با یکدیگر قرار دهد: «شیرین خیلی خونه‌دارتره، نزدیک ظهر همه کاراشو کرده و تو تا لنگ ظهر خوابی... بچه‌های شیرین همیشه لباس مرتب و خوش‌رنگ به تن دارند ولی بچه

تو...» اگر قرار باشد از این رفتارها عصبی شوید و در یک سیکل معیوب بیفتید، چیزی عایدتان نمی‌شود جز از بین رفتن حرمت‌هایتان، خدشه‌دار شدن رابطه زناشویی‌تان و شاید هم ابتلا به انواع بیماری‌های اعصاب و روان.

چاره چیست؟

به عروس‌خانم‌هایی که دارند با جاری‌هایشان زندگی می‌کنند، یک توصیه داریم و آن توصیه هم این است که شما با تکیه بر اعتماد به نفس خودتان کار کنید. اگر شما خودتان را قبول داشته باشید و خودتان را با کسی مقایسه نکنید، اصلاً برایتان مهم نیست که دیگران در مورد شما چه بگویند و یا شما را در رقابت با کسی ببینازند.

وقتی توانایی‌های خودتان را شناخته‌اید و قبول دارید، اگر دنیا هم مقابل شما قرار بگیرند، خواهید گفت اهمیتی ندارد. یادتان باشد این نکته بسیار مهم است که خواهر شوهر و یا جاری شما رقیب شما نیستند و قرار نیست در مقام رقابت با هم باشید ولی فرض ما این است که شاید بعضی بزرگ‌ترها از روی ناآگاهی شما را در مقام مقایسه‌ای بی‌ربط قرار دهند و دائم سعی کنند زمینه تقلید کردن‌های مکرر، از شیوه‌ی لباس پوشیدن گرفته تا تزیین منزل، بین شما به راه بیندازند.

اگر شما نگاه خودتان را عوض کنید، یاد می‌گیرید که در روابط تنگاتنگ با دیگران از توانایی‌های آن‌ها نه‌تنها آزرده نشوید؛ بلکه به طرف مقابل انرژی مثبت در قالب یک تعریف یا تمجید دوستانه بدهید. بعضی از شما واقعاً نیازمند این هستید که نگاه‌تان را عوض کنید چون گاهی بسیار ناراحت می‌شوید که چرا جاری‌تان لباس هم‌رنگ شما یا طرحی همانند شما به کار برده است و همین را به یک جنجال تبدیل می‌کنید. کمی عاقلانه فکر کنید. مگر شما مالک رنگ یا طرح هستید!

می‌توانستید از این تشابه رنگ یا طرح به عنوان یک نکته مثبت و زمینه‌ساز دوستی و صمیمیت بین خودتان استفاده کنید و به جای اینکه با عینک بدبینی به‌دنبال سوژه گرفتن از یکدیگر و یا درگیر شدن با اسامی جاری، مادرشوهر و خواهرشوهر باشید، با هم مانند دو دوست رابطه برقرار کنید و او را با همه توانایی‌ها و ضعف‌هایش همان‌طور که هست بپذیرید و دوست بدارید. در هر شرایطی از زندگی با خانواده همسر می‌توانید لذت ببرید، به شرط آنکه شیوه حل اختلافان را بلد باشید و مرزها را حفظ کنید. در هر رابطه خوب و مناسب همه سختی‌ها آسان خواهد بود و در هر رابطه بد، هر مشکل کوچکی به بحرانی بزرگ مبدل خواهد شد.

منبع: هفته نامه سلامت

## تو از همه چیز مهم‌تری، از همه چیز

مادر شدن یعنی چه؟ شاید جواب این سؤال برای بسیاری از همسران واضح باشد. اما وقتی قرار به عمل می‌رسد ماجرا کمی گیج‌کننده می‌شود. این روزها داستان درس خواندن و کار کردن رقیبی جدی بر سر راه مادری کردن شده است. زمانی که مادران مجبورند همزمان با مادری کردن درس بخوانند، کار کنند و خلاصه چند هندوانه را با هم بلند کنند، البته استرس و فشار می‌تواند افزایش یافته و البته هویت‌یابی همسران در نقش جدید مادری را دشوارتر سازد.

دل‌نوشته‌های یک مادر دانشجو را بخوانید:

جمعه، از شهر کتاب برای یک دفترچه خریدم که همیشه همراهم باشد و هر وقت خواستم، برای بنویسم. شاید تولد هجده سالگی‌ات، نوشته‌هایم را بهت دادم. هجده‌سالگی سن خوبی است. آدم خیلی چیزها را می‌فهمد، ولی هنوز آن‌قدر غرق زندگی نشده که ترجیح دهد خودش را به نفهمیدن بزند...

اولین بار شنبه برایت نوشتم، در کتابخانه‌ی دانشکده، بعد از کلاس دکتر آزاد. وقت نکردم فصلی را که باید، از کتاب بخوانم و تمام کلاس ساکت بودم و به بحث‌های دیگران گوش می‌دادم. حس تلخی است که کارهایت را نکرده باشی... که کار عقب‌مانده داشته باشی...

بعد از کلاس رفتم کتابخانه پشت میز نشستم و تصمیم گرفتم از خیر این سه فصل عقب‌مانده بگذرم و همراه کلاس پیش بروم.

کتاب‌هایم را گذاشتم روی میز و دفترچه‌ی تو را درآوردم. برایت نوشتم که دیروز چند قدمی راه رفتی با جوراب‌های آبی کم‌رنگت و تو چه می‌فهمی که چه لذتی همه‌ی وجود من را فرا می‌گیرد، وقتی به پاهای کوچک تو فکر می‌کنم که آرام آرام بلند می‌شدند و بر زمین می‌نشستند... نمی‌فهمی، تا وقتی قدم برداشتن فرزندت را ببینی؛ همان‌که روزی حتی با سونوگرافی هم دیده نمی‌شد... «هَلْ أَلَىٰ عَلَى الْإِنْسَانِ حِينَ مَنَ الدُّهْرَ لَمْ يَكُنْ شَيْئًا مِّنْ كَوْنٍ»

بعد نشستم به درس خواندن. وقتی بعد از کلاس دانشکده می‌مانم برای درس خواندن، عذاب وجدان می‌گیرم. دوست ندارم از آن مادرهایی باشم که فرزند را به دنیا می‌آورند و می‌گذارندش پیش مادرشان و به کارهای خودشان می‌رسند. دوست دارم لحظه‌لحظه‌ی زندگی و رشدت را حس کنم و ببینم. دوست دارم اولین کسی باشم که می‌فهمد این حرکت را تابه‌حال انجام نمی‌دادی و امروز

انجام می‌دهی. دوست دارم خودم برایت حریبه بادام دست‌کنم، فرنی بپزم و قاشق‌قاشق دهانت بگذارم...

ولی می‌دانی، چیزی هست که تازگی‌ها فهمیده‌ام. تازگی‌ها فهمیده‌ام که روزها وقتی می‌خواهم ظرف بشویم، لباس‌ها را جابه‌جا کنم، خانه را تمیز کنم، غذا بپزم و تو را می‌گذارم روی تشک و تو نگاهم می‌کنی و من بلندبلند حرف می‌زنم تا حوصله‌ات سر نرود یا حتی غرق کارهایم می‌شوم و یکهو می‌بینم که خوابت برده یا تو هم گرم کشف سوراخ گوش عروسکت هستی یا داری پای مرغ پلاستیکی‌ات را گاز می‌زنی، عذاب وجدان نمی‌گیرم. انگار این کارها بخشی از هویت زنانه‌ام است. کارهایی است که باید انجام دهم و این‌طور نیست که نشستن و بازی کردن با تو بر آن‌ها اولویت داشته باشد.

همیشه یک مادر خانه‌دار، مادر مقدس‌تری است، ولی راستش را بخواهی من فکر می‌کنم درس خواندن و اجتماعی بودن و کار کردنم برای مادر خوبی بودنم ضروری است.

مادری و همسری و خانه‌داری در عرض هم هستند انگار، ولی به محض اینکه کارهای خانه تمام می‌شود و می‌خواهم بنشینم کنارت و کتاب‌هایم را باز کنم، احساس مسؤولیت می‌کنم که به هر لبخندت جواب دهم... که به هر صدایی که درمی‌آوری، واکنش نشان دهم. اگر خسته شدی، حتماً کتاب‌هایم را ببندم و در آغوشت بگیرم...

انگار کتاب‌خواندنم خیانت است به تو و آینده‌ات، انگار یک مادر کامل نیستم اگر غرق کتاب‌خواندن شوم و کودک معصوم آن‌قدر نگاهم کند تا خوابش ببرد. ولی اگر غرق ظرف شستن باشم و تو آن‌قدر نگاهم کنی تا خوابت ببرد، عذاب وجدان نمی‌گیرم.

متوجه می‌شوی چه می‌گویم عزیز؟ گاهی فکر می‌کنم مگر زن‌های قدیم که درس نمی‌خوانند و کار نمی‌کردند و نمی‌دانستند پشت در خانه‌شان چه خبر است و هر کدام تا می‌توانستند فرزند می‌آورند، چه کاری بیشتر از من برای فرزندشان می‌کردند؟

زنی در حال پختن نان بود و کودکش در حوض وسط خانه خفه می‌شد. حال تصور کن زنک بیچاره در حال تحلیل داده‌های پایان‌نامه‌ی کارشناسی ارشدش باشد و فرزندش از روی میل زمین



بخورد و سرش زخم شود... فکر می‌کنم گناه اولی در فرهنگ ما قابل بخشش‌تر است!

همیشه یک مادر خانه‌دار، مادر مقدس‌تری است، ولی راستش را بخواهی من فکر می‌کنم درس خواندن و اجتماعی بودن و کار کردنم برای مادر خوبی بودنم ضروری است؛ برای اینکه تو را و دغدغه‌هایت را در جامعه‌ی امروز بهتر بفهمم؛ برای اینکه فردا و فرداهای تو احساس کنی می‌توانی با من حرف بزنی؛ می‌توانی با من مشورت کنی؛ احساس کنی که من می‌فهمم زمانه چطور است و برای اینکه خودم اعتمادبه‌نفس هم‌صحبتی با جوانی و نوجوانی تو را داشته باشم و خودم از خودم احساس رضایت کنم... این‌ها را می‌دانم و باور دارم، ولی تعادل برقرار کردن بین حس مادری و احساس مسؤولیت در قبال تکالیف اجتماعی، کار راحتی نیست؛ اینکه هیچ‌کدام را به نفع دیگری ناهتمام نگذاری. البته همیشه حس مادری مقدم است.

می‌دانی، از اینکه دانشجویی باشم که بی‌جهت جای کس دیگری را گرفته هم بیزارم. از اینکه بودنم و نشستنم روی این صندلی هیچ فایده‌ای نداشته باشد جز اینکه بگویند زنان، فلان درصد از کرسی‌های تحصیلات تکمیلی را به خودشان اختصاص داده‌اند... همه‌ی این‌ها را گفتم، ولی آخر شب که می‌شود و تو می‌خوابی و من نگاهت می‌کنم و هی فکر می‌کنم یعنی فرشته‌های خدا می‌توانند از تو زیباتر باشند، چیزی در وجودم می‌پیچد که هوس می‌کنم صورتت را به صورتت نزدیک کنم و زیر گوشت زمزمه کنم: «تو از همه چیز مهم‌تری؛ از همه چیز...»

منبع: ماهنامه سپیددانی





## معاذ الله که راه کج روم من

### حمیرا حمیدی

«نَحْنُ نَقُصُّ عَلَيْكَ أَحْسَنَ الْقَصَصِ مِمَّا أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ هَذَا الْقُرْآنَ وَإِنْ كُنْتَ مِنْ قَبْلِهِ لَمِنَ الْغَافِلِينَ» [سوره یوسف: ۳]

داستان زیبایی حضرت یوسف در قرآن که همه قسمت‌های آن یکجا و در یک سوره آمده است جامع تمام خصوصیات هنری داستان نویسی و اعجاز قرآن در بیان داستان‌های قرآنی است. داستان *أَحْسَنَ الْقَصَصِ* نامیده شده، چرا بهترین داستان نباشد؟ داستان، شخصیت یوسف علیه السلام را به عنوان قهرمان اصلی و شخصیتی که به گونه‌ای کامل در همه جولانگاه های زندگی، و با همه زوایایی که این زندگی دارد، و با همه پاسخگویی‌هایی که این شخصیت در این زوایا و در آن جولانگاه ها دارد را نشان می‌دهد.

انواع آزمونهایی را که شخصیت اصلی داستان با آنها روبرو گردیده است آزمون سختی‌ها و دشواری‌ها، خوشی‌ها و شادی‌ها، دلربایی‌های شهوت انگیز، و بالاخره آزمون سلطه و قدرت داشتن، و آزمون تأثیر پذیری‌ها و احساسات بشری در برابر موضعگیری‌های گوناگون و شخصیت‌های متنوع، یوسف قهرمان از همه این آزمون‌ها و فتنه‌گری‌ها پاک و پاکیزه و خالص و مخلص بیرون می‌آید، با اینکه در فرازهای هیجان انگیزش ترسیمی از عالی‌ترین درس‌های

زندگی است. حاکمیت اراده‌ی خدا را بر همه چیز در داستان به خوبی نشان می‌دهد و سرنوشت شوم حسودان را، و نقشه‌های نقش بر آب شده آنها را، ننگ بی‌عفتی، عظمت و شکوه پارسایی و تقوی را در لابلای سطورش به خوبی بیان می‌کند. منظره‌تهایی یک کودک کم سن و سال را در قعر چاه، شب‌ها و روزهای یک زندانی بی‌گناه را در سیاه چال زندان، تجلی نور امید از پس پرده‌های تاریک یاس و نومیدی و بالاخره عظمت و شکوه یک حکومت وسیع که نتیجه آگاهی و امانت است، همه در این داستان از مقابل چشم انسان رژه می‌رود.

لحظاتی را که سرنوشت یک ملت با یک خواب پر معنی دگرگون می‌شود و زندگی یک قوم و جمعیت در پرتو آگاهی یک زاممدار بیدار الهی از نابودی نجات می‌یابد، و دهها درس بزرگ دیگر در این داستان منعکس شده است، چرا احسن القصص نباشد؟!

این داستان با آن همه اخبار غیبی بهترین معجزه برای اثبات نبوت حضرت محمد (صلی الله علیه و سلم) است داستان حضرت یوسف داستان یک نفر عرب نیست تا مخصوص قوم عرب باشد بلکه داستانی است از پیامبری غیر عرب که مورد قبول یهودیان و مسیحیان و مسلمانان و همه اقوام است بنابراین پندهای آن برای جهانیان است در داستان، حضرت یوسف عاشق خدا بود

و آیات خدا را در همه چیز می‌دید، به قول عبدالرحمان جامی:

عارف حق شناس را باید که به هر سو که دیده بکشاید

بیند آنجا جمال حق پیدا  
نگسلد از جمال حق قطعاً

داستان حضرت یوسف با خواب دیدن و تعبیر آن شروع می‌شود و آن اولین صحنه داستان است که خواب را برای پدر بازگو می‌کند: ﴿إِذْ قَالَ يُوسُفُ لِأَبِيهِ يَا أَبَتِ يَا رَبِّ إِنِّي رَأَيْتُ أَحَدَ عَشَرَ كَوْكَبًا وَالشَّمْسَ وَالْقَمَرَ رَأَيْتُهُمْ لِي سَاجِدِينَ﴾ [سوره‌ی یوسف: ۴] یعقوب با درایت تمام بزرگی و عظمت پسرش را درک کرده بود و برای یوسف احساس خطر نمود و فرمود: ﴿قَالَ يَا بُنَيَّ لَا تَقْصُصْ رُؤْيَاكَ عَلَىٰ إِخْوَتِكَ فَيَكِيدُوا لَكَ كَيْدًا إِنَّ الشَّيْطَانَ لِلْإِنْسَانِ عَدُوٌّ مُّبِينٌ﴾ [سوره‌ی یوسف: ۵] و حسادت برادران و توطئه علیه یوسف ازطرف برادران شروع می‌شود ﴿فَاتَّبَعُوا يُوسُفَ وَأَطْرَحُوهُ أَرْضًا يَخُلُ لَكُمْ وَجْهُ أَبِيكُمْ وَتَكُونُوا مِنْ بَعْدِهِ قَوْمًا صَالِحِينَ﴾ [سوره‌ی یوسف: ۹] برادران باهم تصمیم می‌گیرند و هر یک پیشنهادی می‌دهند یک پیشنهاد این بود که او را بکشند و پیشنهاد دوم اینکه او را به جای دوری تبعید کنند، برادران دچار عذاب وجدان شده و هر کدام چیزی می‌گویند و احساس گناه می‌کنند تا اینکه شیطان بر آنها چیره می‌شود که بعدا توبه

کنید ﴿وَتَكُونُوا مِنْ بَعْدِهِ قَوْمًا صَالِحِينَ﴾ [سوره‌ی یوسف: ۹] و در پایان تصمیم گرفتند که او را در چاه بیندازند تا کاروانیانی که از آن جا عبور می‌کنند او را با خود ببرند. ﴿وَاللَّهُ فِي عِبَابَتِ الْجُبِّ يَلْتَقِطُهُ بَعْضُ السَّيَّارَةِ إِنْ كُنْتُمْ فَاعِلِينَ﴾ [سوره‌ی یوسف: ۱۰] برادران بد سیرت بعد از اینکه یوسف را در چاه انداختند، منتظر مانند تا کاروانی که عازم مصر بود او را از چاه بیرون آوردند و مطمئن شدند که او زنده است و گفتند: که این غلام فراری ماست و او را به کاروانیان فروختند به قول سعدی:

بفروخته دین به دنیا از بی‌خبری  
یوسف که به ده درهم فروشی چه خری؟

و کاروان وقتی به مصر رسید و در میدان برده فروشان یوسف را در معرض نمایش گذاشتند تا اینکه عزیز مصر یوسف را خرید و به همسرش گفت: ﴿وَقَالَ الَّذِي اشْتَرَاهُ مِنْ مِصْرَ لِامْرَأَتِهِ أَكْرِمِي مَثْوَاهُ عَسَىٰ أَنْ يَنْفَعَنَا أَوْ نَتَّخِذَهُ وَكَلْدًا﴾ [سوره‌ی یوسف: ۲۱] اگر برادران قدر یوسف را ندانستند و به چند درهم او را فروختند خداوند این چنین ارزش او را بالا برد تا جایی که عزیز مصر این همه طلا و زر در برابرش ریخت و اگر برادران به او توهین کردند خداوند آنقدر احترامش را بالا برد که عزیز مصر به همسرش سفارش کرد که او را مورد تکریم قرار دهد. ﴿أَكْرِمِي مَثْوَاهُ﴾ چون یوسف به سن رشد رسید خداوند به او حکمت و داورى کردن در امور و علم تعبیر خواب را آموخت و خداوند اینچنین نیکو کاران را پاداش می‌دهد.

یوسف اهل تقوا و مخلص بود در تمام برخوردهایش حد و حدودها را می‌شناخت و به آن عمل می‌کرد و زمانی‌که در مقابل وسوسه‌ها و عشوهرگري‌های زلیخا قرار گرفت به خدا پناه برد و خدا برهان خود را به وی ارائه داشت ﴿وَرَاوَدْتُهُ الْبَنِي هُوَ فِي بَيْتِهَا عَنْ نَفْسِهِ وَعَلَّقَتْ الْأُبوبَابَ وَقَالَتْ هَيْتَ لَكَ قَالَ مَعَاذَ اللَّهِ إِنَّهُ رَبِّي أَحْسَنَ مَثْوَايَ إِنَّهُ لَا يُفْلِحُ الظَّالِمُونَ (۲۳) وَلَقَدْ هَمَّتْ بِهِ وَهَمَّ بِهَا لَوْلَا أَنَّ رَأَىٰ بُرْهَانَ رَبِّهِ كَذَلِكَ لَتَصْرِفَ عَنِ السُّوءِ وَالْفَحْشَاءِ إِنَّهُ مِنْ عِبَادِنَا الْمُخْلَصِينَ﴾ [سوره‌ی یوسف: ۲۳-۲۴]

از آنجا که خداوند حامی نیکان و پاکان است، و صداقت و پاکي همیشه بر دروغ و تزویر پیروزند خداوند راه را به یوسف نشان می‌دهد، لذا قرآن می‌فرماید: «در این هنگام شاهدی از خاندان آن زن گواهی داد، که برای پیدا کردن مجرم اصلی، از این دلیل روشن استفاده کنید: اگر پیراهن یوسف از جلو پاره شده باشد، آن زن، راست می‌گوید، و یوسف دروغگو است و اگر پیراهنش از پشت سر پاره شده است، آن زن دروغ می‌گوید و یوسف راستگو است» چه دلیلی از این زنده‌تر، چرا که اگر تقاضا از طرف همسر عزیز بوده، او به پشت سر یوسف دویده است و یوسف در حال فرار بوده که پیراهنش را چسبیده، مسلماً از پشت سر پاره می‌شود،

و اگر یوسف به همسر عزیز هجوم برده و او فرار کرده یا رو در رو به دفاع از خویش برخاسته، مسلماً پیراهن یوسف از جلو پاره خواهد شد، و چه جالب است که این مساله ساده پاره شدن پیراهنی، مسیر زندگی بی‌گناهی را تغییر دهد و همین امر کوچک سندی بر پاکی او، و دلیلی بر رسوایی مجرمی گردد به قول مولوی:

عشق‌هایی کز پی رنگی بود  
عشق نبود عاقبت ننگی بود

عزیز مصر، این داوری را که بسیار حساب شده بود پسندید، و در پیراهن یوسف خیره شد، ” و هنگامی که دید پیراهنش از پشت سر پاره شده رو به همسرش کرد و گفت: این کار از مکر و فریب شما زنان است که مکر شما زنان، عظیم است ﴿ قَالَ إِنَّهُ مِنْ كَيْدِكُنَّ إِنَّ كَيْدَكُنَّ عَظِيمٌ﴾ [سوره‌ی یوسف: ۲۸]

و بی‌گناهی یوسف برای همگان ثابت شد، یوسف تصویری بسیار زیبا از عشق پاک و خالص به خداوند است و در مقابل زلیخا تصویری از هوی و هوس‌های زود گذر و فانی می‌باشد، امتحان و آزمایش الهی یوسف صدیق ادامه دارد بر اثر توطئه زلیخا و عدم درخواست یوسف به خواسته‌های زلیخا، یوسف صدیق روانه زندان می‌گردد و پس از گذشت سال‌ها که یوسف صدیق علیه‌السلام در تاریکی زندان بسر برد ناگهان حادثه‌ای پدید آمد، حادثه آن بود که پادشاه مصر چند بار در خواب دید که هفت گاو فریه و جاق، ناگهان بر هفت گاو لاغر حمله بردند و آنها را خوردند و نیز در خواب دیگری که پادشاه دید آن بود که هفت خوشه گندم رسیده را هفت سنبل گندم خشک دربرگرفته بودند. پادشاه در حالی‌که حیرت‌زده‌شده بود، درباریان و کاهنان و ندیمان را احضار نمود تا که خواب او را تعبیر کنند و بگویند که چه حادثه‌ای رخ خواهد داد و چه چیزی برای خود و ملتش پیش خواهد آمد. ﴿قَالُوا أَضْغَاتٌ أَلْحَامٍ وَمَا نَحْنُ بِتَأْوِيلِ الْأَخْلَامِ بِعَالَمِينَ (۴۴) وَقَالَ الَّذِي نَجَا مِنْهُمَا وَادَّكَرَ بَعْدَ أُمَّةٍ أَنَا أُنَبِّئُكُمْ بِتَأْوِيلِهِ فَأَرْسِلُونِ (۴۵)﴾ [یوسف، ۴۴-۴۵]. درباریان و کاهنان که از تعبیر خواب پادشاه ناتوان شده بودند، گفتند: خواب‌های پیچیده و صحنه‌های بهم پیوسته‌ای است و ما به پیوستگی و وابستگی آنها با یکدیگر علم نداریم. رفیق زندانی یوسف که بر حسب تعبیر او نجات‌یافته و از زندان رهایی یافته‌بود و از مقربان پادشاه شده‌بود با شنیدن این خواب، به درباریان حیرت‌زده گفت: من می‌توانم تعبیر آن‌را به خوبی برای شما بگویم بشرط اینکه مرا بار دیگر به زندان نزد یوسف بفرستید.

﴿يُوسُفُ أَيُّهَا الصِّدِّيقُ أَفْتِنَا فِي سَبْعِ بَقَرَاتِ سَمَانٍ يَأْكُلُهُنَّ سَبْعُ عَجَافٍ وَسَبْعِ سُنْبُلَاتِ خَضِرٍ وَأَخْرَجَ بِاسْمَاتِ لَعَلِّي أَرْجِعَ إِلَى النَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَعْلَمُونَ (۴۶) قَالَ تَزْرَعُونَ سَبْعَ سِنِينَ دَأْبًا فَمَا حَصَدْتُمْ فَذَرُّوهُ فِي سُنْبُلِهِ إِلَّا قَلِيلًا مِمَّا تَأْكُلُونَ (۴۷) ثُمَّ

يَأْتِي مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ سَبْعٌ شِدَادٌ يَأْكُلْنَ مَا قَدَّمْتُمْ لَهُنَّ إِلَّا قَلِيلًا مِمَّا تَحْصِنُونَ (۴۸) ثُمَّ يَأْتِي مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ عَامٌ فِيهِ يَغَاثُ النَّاسُ وَفِيهِ يَعْصِرُونَ (۴۹)﴾ [یوسف: ۴۶-۴۹].

دوست زندانی یوسف نزد او آمد و گفت: ای یوسف، ای راست‌گویی، راست‌آهنگ، ما را در تعبیر خواب با خبر کن تا من به نزد پادشاه بازگردم و تعبیر آن را به او بگویم زیرا که در مجلس پادشاه همه منتظر جواب تو می‌باشند. یوسف تعبیر خواب را گفت، و دوست زندانی او آن را برای پادشاه بیان کرد با شنیدن آن پادشاه گفت: او را به نزد من آورید تا از او تقدیر نمایم که چنین انسان حکیمی نباید اهل زندان باشد. کسی را به نزد یوسف فرستاد که به او مژده آزادی و رهایی از زندان دهد و یوسف به او گفت: به نزد پادشاه بازگرد و از او در مورد بریده شدن دست‌های زنان مصر بپرس که علت چه بوده است ﴿وَقَالَ الْمَلِكُ ائْتُونِي بِهِ فَلَمَّا جَاءَهُ الرَّسُولُ قَالَ ارْجِعْ إِلَيَّ فَاسْأَلْهُ مَا بَأْسُ النَّسْوَةِ اللَّاتِي قَطَعْنَ أَيْدِيَهُنَّ إِنَّ رَبِّي بِكَيْدِهِنَّ عَلِيمٌ (۵۰)﴾ [یوسف: ۵۰]. یوسف علیه‌السلام می‌خواست که برای عزیز و پادشاه مصر بی‌گناهی خود رامعلوم گرداند تا او را به چشم اعظام و احترام نگرند، نه به چشم گناهکار و مجرم ﴿قَالَ مَا خَطْبُكَ إِذْ رَاوَدْتَنِّي يَوسُفُ عَنْ نَفْسِهِ فُلْنَ خَاشَ لِلَّهِ مَا عَلِمْنَا عَلَيْهِ مِنْ سُوءٍ قَالَتِ امْرَأَتُ الْعَزِيزِ الْأَنْ حَصْحَصَ الْحَقُّ أَنَا رَاوَدْتُهُ عَنْ نَفْسِهِ وَإِنَّهُ لَمِنَ الصَّادِقِينَ (۵۱)﴾ [یوسف: ۵۱]. پادشاه مصر دستور داد که آن زنان را بیاورند که جریان چه بوده است و یوسف را چه جرمی بوده است، زنان مصرگفتند که ما واله زیبایی و جمال یوسف شدیم و ما هیچ بی‌عفتی و جرمی از او ندیده ایم و او پاک و بی‌گناه است بلکه ما به او تهمت زده ایم. پادشاه گفت: او را به نزد من آورید تا از او تقدیر نمایم که چنین انسان حکیمی نباید اهل زندان باشد.

﴿وَكَذَلِكَ مَكَّنَّا لِيُوسُفَ فِي الْأَرْضِ﴾ اینچنین است پادشاه نیکوکاران.

-----

منابع:

۱. ابن کثیر، ابو الفداء، قصص الانبياء من القرآن و الآثار، تحقيق صدقي جميل العطار، بيروت، دارالفكر، ۲۰۰۳م.
۲. بکری، شیخ امین، التبعیر الفنی فی القرآن الکریم، دار العلم للملايين، ط۷، بیروت، ۲۰۰۴م.
۳. جامی، عبدالرحمن، مثنوی هفت اورنگ، تصحیح مرتضی مدرس کیلانی، تهران، انتشارات اهورا، ۱۳۸۶هـ.
۴. شعراوی، محمد متولی، قصص الانبياء و المرسلین، قاهره، المكتبة التوفيقية، ۲۰۰۰م.
۵. عتیق نیشابوری، ابوبکر، تفسیر سوزآزادی، به تحقیق سعیدی سیرجانی، علی اکبر، تهران، فرهنگ نشرنو، ۱۳۸۰هـ.
- ۶- قطب، سید، فی ظلال القرآن، القاهرة، دار الشروق، ۱۹۹۵م.





## مادرانگی ما گرفتار وبلاگ‌ها

هزار قصه‌ی زایمان را اینجا و آنجا از زبان شماها خواندم تا یادم آمد می‌توانستم همه‌ی این‌ها را از زبان مادرم، مادر بزرگ‌هایم، مادر همسرم و اطرافیان نزدیک‌ترم بشنوم. لاقلاً صداهایشان را به این بهانه می‌شنیدم. آن‌هایی که ساعت‌ها از من دوزند و از نظر فیزیکی به جسم من شبیه‌تر.

اما انگار این‌طور راحت‌تریم، همه‌چیز در دسترس‌تر است و مادر بزرگ‌هایمان کمتر کسی را می‌یابند که تجربه‌هایشان را به آن‌ها منتقل کنند، تازه اگر مشمول رحمت خدا نشده باشند و کوچ نکرده باشند...

نگران امیر شدم و هم‌نسل‌هایش و حتی خودم و هم‌نسل‌هایم.

راستی نسلی که قرار است از دامان ما به معراج برود تا کجا خواهد رفت؟ گاهی فکر می‌کنم تکنولوژی تمام روح وجسمان را احاطه کرده است.

امروز با خودم عهد بستم که صبح کامپیوتر را روشن نکنم ولی بعد با توجیه خواندن سهم امروزم از تفسیر روشنش کردم و تاکنون که ساعت ۵ بعد از ظهر است تنها صفحه‌ای از آن را خوانده‌ام، امیر بهانه‌گیر است و من درهم و پریشان.

نگرانم نکند مادر خوبی نباشم، نکند نتواند به من تکیه کند؟ لاقلاً برای سال‌های اول زندگی! نکند دوستم نداشته باشد. منی که بیشتر از همه‌کس و همه‌چیز دوستش دارم.

کاش مادرانگی را جور دیگری می‌آموختم، روشی متفاوت و شاید دلگرم‌کننده‌تر.

منبع: سایت سرسرا

گردآورنده: رها رحمانی

مادرانگی‌مان هم متفاوت شد با یک دنیا تفاوت با آنچه نسل قبل و نسل قبل‌ترمان تجربه کرده بودند. حتی وقتی مشق مادرانگی را از این وبلاگ و آن وبلاگ جستجو می‌کنیم.

مثل بقیه کارهایمان شد برنامه‌های بلند مدت نه حتی کوتاه مدت و میان مدت. راست می‌گویم وقتی بعد از ۹ سال زندگی مشترک، آنجا که از نظر دیگران هیچ غصه‌ای و کمبودی نداری... مادر شدن را برنامه‌ریزی می‌کنی و به تأخیر می‌اندازی و بعد تنها تعداد کمی از رویاهای پیش‌بینی شده برای این سال‌هایت به تحقق می‌پیوندد، جنس برنامه‌ها بلند مدت است و این اولین تفاوت مادرانگی تو با مادرانگی مادرت است که در سال اول ازدواج تو را داشت و تنها یک‌سال و سه روز بعد برادرت را.

کودکی تو در جمع دختر دایی‌ها و شلوغی خانه‌ی پدر بزرگ شکل گرفت و تازه تو فرزند مادری شاغل هم بودی، اما کودکی فرزند تو متفاوت است. برنامه‌ریزی شده، ساعتی با کتاب خواندن، بی‌بی‌انیشن دیدن، قرآن شنیدن و در تشک بازی همراه مادر بازی کردن از دقایق آغازین تولد...

امروز که امیر هنوز از دیروز کم‌خواب و بی‌تاب بود و من تقریباً همه‌ی روز در اختیار و کنارش بودم، داشتم به خودمان فکر می‌کردم، به مادران این روزها، تقریباً هم‌سن و سال باید باشیم، شاید کمی جوان‌تر و یا شاید هم مثل من اندکی بزرگ‌تر...

همه چیزمان با نسل قبل‌مان متفاوت شد، تفاوت‌های بزرگ و بزرگ‌تر. حتی وقتی مشق مادرانگی را از این وبلاگ و آن وبلاگ جستجو می‌کنیم، وقتی ساعت‌های متوالی قبل و بعد از تولد دل‌بندمان اینترنت‌ی تجربیات هم را مرور می‌کنیم، خیلی متفاوتیم خیلی.

خانواده‌ها باید فضای لازم برای ارتباط سالم دختر و پسر را ایجاد کنند و اجازه ارتباط سالم با جنس مخالف را به فرزندان خود بدهند. رابط‌های در چهارچوب که باعث شناخت بیشتر آن‌ها از هم می‌شود. حرف‌زدن‌های معمولی در جمع خانواده یکی از آن‌هاست.

برخی از خانواده‌ها با ایجاد محدودیت بیش از حد و جداسازی فرزندان خود و برخی نیز با دادن آزادی‌های بی‌حساب و بی‌منطق به نوجوانان، دچار رفتارهای افراطی می‌شوند. اما اگر نوجوان احساس کند که می‌تواند براساس معیارها و ضوابط، رابطه‌ای منطقی با جنس مخالف برقرار کند، دچار عوارض شایع این روابط نمی‌شود.

افسردگی نوجوانان

گذشته از بی‌کفایتی و ناآگاهی والدین، شرایط محیطی، تناقضات اجتماعی، افراط و تفریط در مناسبات اجتماعی، به‌هم‌ریختگی اوضاع فرهنگی و عدم الگوسازی مناسب برای جوانان در کنار عوارض طبیعی دوران نوجوانی، شرایط را برای ایجاد ناهنجاری‌های اجتماعی مهیا کرده و موجب ایجاد مشکلات عاطفی و روانی برای نوجوانان شده است.

برخی مطبوعات با بزرگ‌نمایی حوادث و ناهنجاری‌های اجتماعی، باعث نگرانی خانواده‌ها می‌شوند و فضایی نامناسب و آلوده را در ذهن والدین شکل می‌دهند. در این صورت والدین برای جلوگیری از انحراف فرزندان، اقدام به محدودسازی آن‌ها کرده و به طور افراطی آن‌ها را از جامعه جدا می‌کنند.

همیشه این احتمال وجود دارد که نوجوانان عاشق شوند؛ اما صرف «دل‌ستانی» مشکل این پدیده نیست، بلکه مشکل اصلی از ناآگاهی والدین و فرزندان از چگونگی ایجاد این روابط و حدود آن ناشی می‌شود.

در جامعه‌ی پیچیده امروز، نمی‌توان تنها به طور سنتی جوانان را با هم آشنا کرد و باید به نقش اجتماع در این زمینه توجه شود. دانشگاه، محیط کار، مناسبات اجتماعی و رفت و آمدهای خانوادگی، بسترهای ایجاد ارتباط بین دو جنس مخالف را ایجاد می‌کند.

با توجه به اینکه نوجوانان در این سنین، نیاز به جلب محبت و ابراز وجود دارند، با خلاقیت‌یابی و هدایت نوجوانان به مسیر مناسب، می‌توان زمینه‌ی شکوفایی استعدادها و ارضای نیازهای روانی آن‌ها را ایجاد کرد. انگیزه‌سازی، ایجاد خلاقیت و الگوسازی مناسب، نقش مهمی در سرگرم‌سازی نوجوانان و کاهش میزان دوستی‌های افراطی در بین آن‌ها دارد.

منبع: ایران‌ویچ، همدردی

## رخت عاشقیات را به کدامین آویز آویخته‌ای؟!

خود را دارند.

در این دوره، نوجوان برای حفظ این ارتباط تلاش می‌کند و حاضر است هر هزینه‌ای برای ادامه رابطه بپردازد. آن‌ها مُصر به ادامه‌ی ارتباط و حتی ازدواج هستند. در این حالت، قطع رابطه به افسردگی شدید منجر شده و نوجوان بی‌حوصله می‌شود، میل به زندگی ندارد و در مواردی نیز دست به خودکشی می‌زند.

بدبینی نسبت به همسر آینده و احساس خیانت، از دیگر عوارض دوستی‌های دوران نوجوانی است. افرادی که در دوران نوجوانی روابطی با جنس مخالف داشته‌اند، پس از ازدواج به همسر خود شک دارند.

حتی اگر دختر و پسر پس از دوستی با هم ازدواج کنند، نسبت به هم اطمینان لازم را ندارند و همواره ظن به خیانت دارند. آن‌ها فکر می‌کنند کسی که حاضر به دوستی با آن‌ها شده، ممکن است با دیگران نیز رابطه برقرار کند.

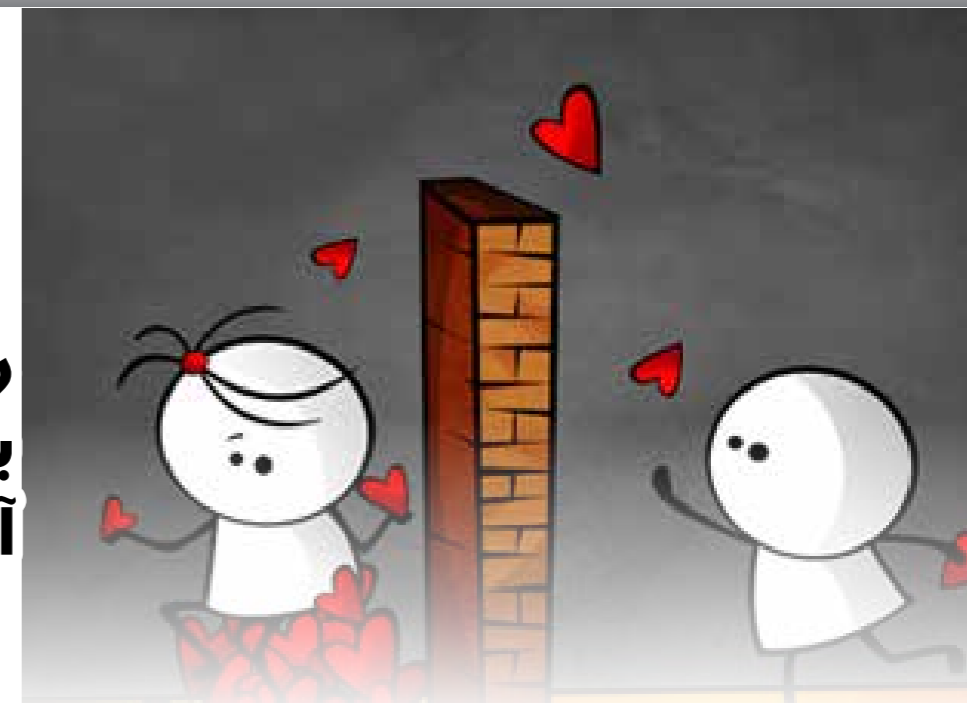
افسردگی و خودکشی

افسردگی پس از جدایی و احتمال خودکشی، از دیگر عوارض چنین دوستی‌هایی است. پس از ایجاد دوستی، به دلیل ارتباط مستمر، نوعی حالت وابستگی بین طرفین ایجاد می‌شود.

در این دوره، نوجوان برای حفظ این ارتباط تلاش می‌کند و حاضر است هر هزینه‌ای برای ادامه‌ی رابطه بپردازد.

آنها مُصر به ادامه‌ی ارتباط و حتی ازدواج هستند. در این حالت، قطع رابطه به افسردگی شدید منجر شده و نوجوان بی‌حوصله می‌شود، میل به زندگی ندارد و در مواردی نیز دست به خودکشی می‌زند. در این شرایط خانواده‌ها باید نسبت به شرایط آگاه باشند و تعادل برقرار کنند.

چه باید کرد؟!



و با اولین ابراز محبت، احساس «عاشق شدن» در او شکل می‌گیرد و فکر می‌کند کسی پیدا شده که او را می‌فهمد و تأیید می‌کند.

در این مقاله قصد داریم عوارض این هیجانات دوران بلوغ را مورد بررسی قرار دهیم:

پشیمانی از قول و قرار ازدواج

از عوارض عشق‌های دوران بلوغ، رد و بدل شدن قول و قرار ازدواج بین دختر و پسر است.

برخی از نوجوانان تحت تأثیر هیجانات روحی دوران بلوغ، نسبت به هم متعهد شده و قول ازدواج می‌دهند؛ اما در اکثر موارد پس از چند سال و با تعدیل هیجانات روحی، به این نتیجه می‌رسند که تصمیم غلطی گرفته‌اند؛ اما به دلیل قولی که به هم داده‌اند، قادر به جدایی نبوده و مجبور به ازدواج می‌شوند.

این احساس تعهد در دختران بیشتر دیده می‌شود. در این حالت، آن‌ها فکر می‌کنند که در صورت پایان رابطه، اگر طرف مقابل دچار مشکلی شود، مسؤولیتش با آن‌هاست و دچار عذاب وجدان می‌شوند. روان‌شناسان معتقدند که بی‌تجربگی و سادگی نوجوانان در روابط اجتماعی، مشکلاتی در زندگی آینده‌ی آن‌ها ایجاد می‌کند.

مدارک دوستی‌های دوران نوجوانی، عکس، نوشته و هدایایی که بین دختر و پسر رد و بدل می‌شود، به عنوان تهدیدی برای زندگی آینده‌ی آن‌ها مطرح است. برخی از نوجوانان با دوست خود عکس می‌گیرند و عکس‌های خانوادگی رد و بدل می‌کنند. این عکس‌ها مورد سوءاستفاده قرار گرفته و پس از جدایی، وسیله‌ی باج‌خواهی یکی از طرفین (معمولاً پسران) می‌شود.

بسیاری از پسران و دخترانی که تجربه‌ی این دوستی‌ها را دارند، پس از ازدواج خود همواره دغدغه و نگرانی فاش شدن روابط گذشته‌ی

در طول زندگی یک فرد، وقایعی رخ می‌دهند که از اهمیت خاصی برخوردارند و به‌عنوان نقاط عطفی در زندگی از آن‌ها یاد می‌شود. یکی از این وقایع بلوغ است.

بلوغ در لغت به معنی رسیدگی و پختگی است که در ابعاد جسمانی، روانی، عاطفی، معنوی و اجتماعی در سنین نوجوانی پی‌ریزی می‌شود. بلوغ دوره‌ی بحرانی انتقال از مرحله کودکی به بزرگسالی و زمان کسب قدرت باروری است.

گرایش به جنس مخالف از پدیده‌های شایع دوره‌ی نوجوانی و از تغییرات دوران بلوغ است. در این دوره نوجوان از رابطه با جنس مخالف لذت می‌برد که کنشی طبیعی از مراحل رشد انسان است اما مشکل زمانی ایجاد می‌شود که بعضی از نوجوانان فراتر از سطح سن و تجربه‌ی خود وارد روابط جنسی می‌شوند.

نوجوانان در سنین بلوغ، تحت فشارهای عاطفی و هیجانی زیادی قرار دارند. در این دوره، نوجوانان به طور طبیعی گرایش به مظاهر نو دارند و در مورد ظاهر، مدل مو و انتخاب پوشش با والدین خود اختلاف دارند. این نوع گرایش‌های طبیعی، از عوارض دوران بلوغ است که اگر والدین برخورد درستی با آن داشته باشند، با گذشت زمان تعدیل می‌شود. متأسفانه به دلیل فشارها و محدودیت‌هایی که والدین بر فرزندان خود اعمال می‌کنند «تب دوره‌ی نوجوانی» در آن‌ها نهادینه شده و والدین و فرزندان وارد یک دوره طولانی لجاجت می‌شوند.

خانواده‌ها اطلاع‌چندانی از شرایط دوران بلوغ ندارند و با ظهور علائم دوران بلوغ در فرزندان خود، دچار ترس شده و به محدودسازی فرزندان خود می‌پردازند. این شرایط، باعث می‌شود که تعارض بین والدین و فرزندان زیاد شده و نوجوان از لحاظ عاطفی تحت فشار شدیدی قرار گیرد. نوجوان در این صورت، برای ارضای نیازهای روانی خود به اجتماع کشیده می‌شود



## موضع فرد مسلمان در قبال دنیا و مادیات

صدیقه احراری

الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي هَدَانَا لِهَذَا وَمَا كُنَّا لِنَهْتَدِيَ لَوْلَا  
أَنْ هَدَانَا اللَّهُ

ملکا، ذکر تو گویم که تو پاکی و خدایی  
نروم جز به همان ره که توأم راه، نمای

همه، درگاه تو جویم، همه از فضل تو پیوم  
همه، توحید تو گویم که به توحید سزایی

دنیا، شاهکار آفرینش حق تعالی است. چگونه می‌توان خورشید درخشان و انوار زرینش، ماه تابان با انوار نقره‌گونش، آسمان پرستاره و آبی، آبشارها، جنگل‌ها و بوستان‌ها و هزاران نعمت زمینی، از خوردنی‌ها و آشامیدنی‌ها و وسایل راحتی و آسایش را نادیده بگیریم و به بهانه‌ی پیکار با نفس، از همه‌ی این نعمت‌ها چشم‌پوشیم، درحالی‌که خداوند همه‌ی این پدیده‌ها و نعمات را برای راحتی و آسایش انسان، فراهم کرده است.

چه کسی نعمت‌های خدایی را بر ما حرام گردانیده؟ مگر نه این است که خداوند زمین و فرآورده‌های آن را برای ما آفریده و ما را به تفکر در آفرینش آن‌ها امر فرموده است، فرهنگ گوشه‌نشینی و دست از تکاپو کشیدن و دنبال مال دنیا و لذت دنیا نرفتن، نوعی فرهنگ تحمیلی است که با ذائقه و فطرت انسان تناسب ندارد، به‌علاوه، ما در روایات دینی «لارهبانیه فی الاسلام» را داریم.

گوشه‌نشینی و تارک دنیا گشتن، در فرهنگ اسلامی معنا ندارد. در قرآن، کلام آسمانی ما، واژه‌های دنیا و آخرت، به یک اندازه به‌کار رفته‌اند.

ازدیگرسو، گفته می‌شود، حدود ثلث آیات قرآن، وعده و وعیدهایی است که متوجه انسان، در ارتباط او با مسأله‌ی دنیاست که اختصاص این حجم عظیم از کلام خدا به این موضوع، حساسیت آن را برای ما آشکار می‌سازد.

حال، ببینیم، دلیل مذمت دنیا و اهل آن در باورهای اسلامی چیست؟ ما چه باید بکنیم؟ اسلام از ما به عنوان یک فرد مسلمان در این رابطه، چه موضع‌گیری و عملکردی را انتظار دارد؟

می‌دانیم که زندگی در این دنیا، موهبت حضرت خداوندی است، زیرا، این دنیا مزرعه‌ی آخرت ماست. حال، همین دنیایی که می‌تواند، بر اثر استفاده‌ی درست ما از آن، حیات جاوید ما را تضمین کند، بر اثر تصرف نادرست ما در آن، می‌تواند، دشمن ما و حیات جاوید ما شود.

به‌همین دلیل، پیامبر-صلی‌الله‌علیه‌وسلم- می‌فرماید: «حب الدنيا رأس کل خطیئه» (دوستی دنیا، سرچشمه‌ی تمام گناهان است) (غزالی، ۱۳۵۶: ۵۵۲). امام محمد غزالی-

رحمه‌الله‌علیه- هم می‌فرماید: اگر بخواهند از گناهان، مجسمه‌ی انسانی بسازند، محبت دنیا، به منزله‌ی سر آن است.

مولانا، در کتاب ارزشمند مثنوی، موضع فرد مسلمان را در قبال دنیا و مادیات، در تمثیلی تکبیتی به شکلی خیلی زیبا، عینی و موجز، این‌گونه به تصویر می‌کشد:

آب، در کشتی، هلاک کشتی است  
آب، اندر زیر کشتی، پشتی است

(دفت‌اول: ۹۸۵)

مولانا، وجود و قلب انسان را به کشتی، مانند کرده و مادیات را به آب دریا و می‌گوید: همان‌طور که آب، برای حرکت کشتی، لازم است و بدون آن، کشتی از حرکت بازمی‌ماند، مادیات هم، برای حیات انسان، ضروری است و بدون آن زندگی ممکن نیست، اما همین آب که باعث حرکت کشتی است، اگر به داخل کشتی بریزد، باعث غرق شدن آن می‌شود. مادیات هم اگر به قلب انسان رخنه کند، باعث غرق شدن انسان، در منجلاب مادی‌گرایی می‌شود.

لذا، داشتن یا نداشتن، دارایی یا فقر، معیار دل‌بستگی به دنیا و عدم دل‌بستگی به آن نیست، بلکه عملکرد و نحوه‌ی تصرف ما در مادیات، تعیین‌کننده‌ی حق و باطل در این زمینه است. مولانا چه زیبا می‌گوید:

چیست دنیا؟ از خدا غافل بُدن  
بی قماش و نقره و میزان و زن

مال را کز بهر دین، باشی حمول  
نعم مالّ صالحِ خوانش رسول

آب، در کشتی، هلاک کشتی است  
آب، اندر زیر کشتی، پشتی است

به قول شاعر:

هر که کارد قصد گندم بآیدش  
کاه، خود، اندر تبع می‌آیدش

خداوند در آیات ۳۳ تا ۳۵ سوره‌ی مبارکه‌ی زخرف می‌فرماید: «اگر (بهره‌مند شدن کفار از انواع مواهب مادی) سبب نمی‌شد که همه‌ی مردم (تایل به کفر، پیدا کنند و در گمراهی) ملت واحدی گردند، ما برای کسانی که به خداوند مهربان، باور نمی‌داشتند، خانه‌هایی از سقف‌های نقره، فراهم می‌آوردیم و برای آنان پله‌ها و نردبان‌های سیمین ترتیب می‌دادیم، تا از آن‌ها بالا روند. (چرا که نعمت چند روزه‌ی حیات دنیا، بی‌ارزش است و در مقابل نعمت جاوید آخرت، چیزی به‌حساب نمی‌آید) و برای خانه‌هایشان، درها و تخت‌هایی نقره‌ای ترتیب می‌دادیم که بر آن‌ها تکیه می‌زنند و لم می‌دهند و زر و زیور و انواع وسایل تجملی و زینت‌آلات بدیشان می‌دادیم، اما همه‌ی این‌ها متاع زندگی این جهان است و آخرت، در پیشگاه پروردگارت برای پرهیزگاران آماده است (و نعمت سرای جاوید که از آن خداپرستان است، با نعمت جهان گذران، قابل مقایسه نیست)».

«این سخن، اشاره دارد، به ناچیزی و بی‌ارچی این نقره‌ها و طلاها و زیورها و کالاهای، تا آن‌جا که رایگان داده می‌شود، به کسانی که پزدان مهربان را قبول ندارند و کافرنند، چون این‌ها متاع زندگی این جهان و زوال‌پذیر است و از مرز زندگی این دنیا فراتر نمی‌رود» (همان: ۱۷۴)

نکته‌ی دیگر قابل تأمل در این آیات، این است که خداوند، پرده از نفیس بودن و ارج و بها داشتن چیزی برمی‌دارد که آن را برای پرهیزکاران، در پیشگاه خود، ذخیره کرده است که طلا و جواهرات دنیایی در برابر آن، هیچ است. بنابراین، انسان در پرتو این آیات، خواری و حقرات این کالاها را در پیشگاه خدا مشاهده می‌نماید و درمی‌یابد که داشتن دارایی دال بر نزدیکی به خدا و خوشنودی او نیست و بر برزندگی و گزینش، دلالت ندارد (همان: ۱۷۵).

حکایتی نقل می‌کنند که یکی از شخصیت‌های معنوی هند، به نام «گورونانگ» سوزنی را به مردی ثروتمند داد و گفت: این سوزن را نزد خود نگه‌دار، تا در آن دنیا، آن را به من برگردانی. مرد، سوزن را با وسواس، به خانه برد و به همسرش داد و سفارش کرد که امانت فلانی است، مواظب باش، گمش نکنی که من باید در آن دنیا این را به او برگردانم. همسر مرد با تعجب به وی گفت: چه می‌گویی؟! ما که حتی جسمان را نمی‌توانیم از این دنیا با خود ببریم، چه‌طور می‌توانیم، این سوزن را ببریم؟!

بله، ما نمی‌توانیم، هیچ‌چیز-حتی سوزنی- را از این دنیا با خود ببریم، بنابراین، چرا وقتیمان را به اندوختن سرمایه‌ای صرف نکنیم که از مرزهای مرگ، فراتر می‌رود و می‌تواند، در همه‌ی احوال و همه‌جا حامی ما بوده و به ما امنیت و آرامش ببخشد؟! چرا تنها برای دنیایی تلاش می‌کنیم، که قدم‌به‌قدم و لحظه‌به‌لحظه از



چون که مال و ملک را از دل براند  
زان سلیمان، خویش، جز مسکین نخواند

(دفت‌اول: ۶-۹۸۳)

آری، چه بسا ثروتمندانی چون سلیمان که در عین ثروت و جاه و مقام، دلشان را که خانه‌ی عشق معبود است، از حب مادیات خالی نموده و رسته‌اند و چه بسیار افرادی که در عین فقر و محرومیت، حب ثروت و مقام، قلبشان را تسخیر کرده و جایی برای محبت خداوند، باقی نگذاشته و در نتیجه، در منجلاب حب دنیا غرق شده و خسر دنیا و الاخره گشته‌اند.

خداوند در آیه‌ی ۲۰ سوره‌ی مبارکه‌ی شوری می‌فرماید: «مَنْ كَانَ يُرِيدُ حَرْثَ الْآخِرَةِ نَزِدْ لَهُ فِی حَرْثِهِ وَ مَنْ كَانَ يُرِيدُ حَرْثَ الدُّنْيَا نُؤْتِهِ مِنْهَا وَ مَا لَهُ فِی الْآخِرَةِ مِنْ نَصِيبٍ» (گروهی برای آخرت، کشت می‌کنند و گروهی برای دنیا، هرکس که کشت آخرت را بخواهد، به کشت او فزونی و برکت می‌دهیم و هرکس کشت دنیا را بخواهد، مقداری از دنیا را به او می‌دهیم و دیگر در آخرت، کمترین بهره‌ای ندارد).

مقایسه بین خواستاران مزرعه‌ی دنیا و خواستاران مزرعه‌ی آخرت، پرده از حماقت و نادانی کسی برمی‌دارد که مزرعه‌ی دنیا را می‌خواهد، چراکه، هر دو دسته، رزق و روزی و بهره‌ی خود را از مزرعه‌ی دنیا، مطابق قسمت مقرر می‌کنند که در علم خدا برایشان تعیین گردیده، دریافت می‌دارند، آن‌گاه مزرعه‌ی آخرت، تنها برای کسانی می‌ماند که خواستار آن بوده و در راه آن، تلاش کرده‌اند... این کدام احمقی است که مزرعه‌ی آخرت را رها سازد، در صورتی که، رهاسازی مزرعه‌ی آخرت چیزی از کار و بار این زندگی را تغییر نمی‌دهد (سید قطب، ۱۳۸۴، ج ۱۳: ۶۱).



## چگونگی تعامل با اعتیاد مجازی در کودکان و نوجوانان

خواننده‌ی ارجمند!

استفاده‌ی درست و به جای هر چیزی را یاد بگیرم و به بچه‌ها آموزش دهیم به‌صورت عملی نه فقط زبانی.

مدیریت زمان را فراموش نشود. بچه‌ها باید یاد بگیرند خانه قوانین دارد؛ زمان غذا خوردن و...

آسیب‌های رسانه را فراموش نکنیم؛ آسیب‌های روانی- تربیتی

۱- تقویت حس پرخاشگری

۲- انزوای طلبی

۳- بلوغ زودرس

قانونمند کردن استفاده از این وسایل

داشتن جایگزین مناسب به‌خصوص ورزش و فعالیت جسمی. بازی کردن با خاک و سنگ بسیار مفیدتر از نگاه کردن داریم به رسانه‌هاست. از لحاظ جسمی گرفته تا ضررهای دیگر... بازی با کودکان و قصه گفتن در شخصیت کودک بسیار مؤثر است.

پدر و مادر بهترین الگوی بچه‌ها هستند و باید روش تربیتشان هماهنگ باشد.

خلاقیت والدین در سرگرم کردن اوقات فرزندان بسیار مهم است؛ که با زبان محبت خودشان جذابیتی را بسازند که فرزندشان از آن‌ها دور نشود.

فراموش نکنیم که پدر و مادر در اجرای برنامه‌ها جدیت داشته باشند و تحت تأثیر عواطف از نظر خود برنگردند؛ زیرا کودک زیرک نهایت استفاده خود را از این حالت خواهد کرد.

و ما توفیقی الا بالله علیه توکل و الیه انیب

...و



آن فاصله می‌گیریم و برای دنیایی غی‌کوشیم که قدم‌به‌قدم و لحظه‌به‌لحظه به آن نزدیک می‌شویم؟!!!

سوره‌ی تکاثر را بخوانید. مو بر اندام انسان، راست می‌شود: **أَلْهَكُمُ التَّكَاثُرُ. حَتَّىٰ زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ...**

مسابقه‌ی افزون‌طلبی و مال‌اندوزی، شما را به خود مشغول و سرگرم می‌دارد، تا وقتی که می‌میرید و از گورستان سردمی‌آورید و کار از کار می‌گذرد و دیگر برگشتی هم برای جبران مافات، وجود ندارد.

چشم تنگ مرد دنیا دوست را یا قناعت پر کند، یا خاک گور

آورده‌اند، مراسم تدفین بنده‌خدایی بود. یکی از بزرگان که در جمع حضور داشت، خطاب به حاضرین پرسید: اگر این بنده‌ی خدا برای چند لحظه به دنیا برگردد، چه کار می‌کند؟ همه گفتند: چند رکعت نماز می‌خواند. او پاسخ داد: برگشت او ناممکن است، اما شما که هنوز در دنیا هستید، از این لحظات بسیار در اختیار دارید، پس، قدرش را بدانید، تا فرصت باقی است.

در آیات ۲۰۰ تا ۲۰۲ سوره‌ی مبارکه‌ی بقره، چنین می‌خوانیم:

«مردمان دو گروه‌اند: کسانی هستند که می‌گویند: خداوند، در دنیا به ما نیکی(برسان و سعادت و نعمت) عطا کن (و لذا) چنین کسانی در آخرت، بهره‌ای (از سعادت و نعمت و رضایت الهی) ندارند و برخی از آنان می‌گویند: پروردگارا، در دنیا به ما نیکی برسان و در آخرت نیز نیکی نصیب ما گردان و ما را از عذاب آتش (دوزخ) نگهدار. اینان (که جویای سعادت دنیا و آخرت و در پی هر دو سرای‌اند، از دسترنج خود، بهره‌مندخواهندشد و برابر کوششی که برای دنیا می‌ورزند و تکاپویی که در راه آخرت از خود نشان می‌دهند، در هر دو جهان، از کرده‌ی خود سود می‌برند و سعادت دارین نصیبشان خواهد گردید) و خدا سریع‌الحساب است.»

در این‌جا، دو گروه موجودند؛ خداوند در این آیات، گروهی را سرزنش می‌کند که هم و غمشان دنیاست و تنها برای به چنگ آوردن مادیات، می‌کوشند. اسلام، هرگز، از مؤمنان غمی‌خواهد که کار و بار دنیا را رها سازند و توجهی بدان نکنند، چراکه ایشان برای خلافت در دنیا آفریده‌شده‌اند، بلکه از ایشان می‌خواهد که در کار و بار دنیا، رو به خدا دارند و از آفاق دید خود نگاهند و افق‌های پهناور خویش را تنگ نمایند و دنیا را زندان خود نسازند.

اسلام، می‌خواهد انسان را از حصار این‌ زمین کوچک، آزاد و رها سازد، تا در زمین به تلاش و کوشش بپردازد و بداند که خلیفه‌ی خدا بر روی زمین است و با عام، بالا و افق اعلی پیوند دارد.

از این‌جاست که تکاپوها و فعالیت‌های مربوط به این زمین، تکاپوهای بی‌رونق و بی‌تاب‌وتوانی بیش‌به‌نظر نمی‌رسد، وقتی انسان از بلندی جهان‌بینی اسلامی به آن می‌نگرد و ورناندازش می‌کند (سید قطب، ۱۳۸۲، ج:۱؛ ۵- ۵۵۳).

امام محمد غزالی چه زیبا می‌فرماید: و مَثَلُ تو مثل مورچه‌ای است که در قصر ملکی سوراخی دارد و جز از سوراخ خویش و یاران خویش و غذای خویش چیزی نمی‌بیند و از سریر ملک و تاج و تخت پادشاه هیچ خبر ندارد. اگر خواهی به درجه‌ی مورچه قناعت کنی، می‌باش و گرنه راهت داده‌اند، تا در بوستان علم ومعرفت تماشا کنی و بیرون آیی، آن وقت چشم باز کن، تا هر چه را ببینی، مدهوش و متحیر شوی.

خداوند در سوره‌ی مبارکه‌ی اسراء، آیات ۱۸ و ۱۹ می‌فرماید:

«هر کس دنیای زودگذر را بخواهد (و تنها برای زندگی آن کار کند)، آن اندازه که خود می‌خواهیم و به هرکس که صلاح بدانیم، هر چه زوتر در دنیا، عطا خواهیم کرد. به دنبال آن دوزخ را نصیب او می‌کنیم که به آتش آن می‌سوزد، درحالی‌که (به سبب کارهایی که در دنیا کرده) مورد سرزنش است و (از رحمت خدا) رانده و مانده می‌باشد و هرکس (دنیای جاودانه‌ی) آخرت را بخواهد و برای (به‌دست‌آوردن) آن، تلاش سزاوار آن را از خود نشان دهد، درحالی‌که مؤمن باشد، این چنین کسانی، تلاششان بی‌سپاس و (بی‌اجر) نمی‌ماند.»

«کسی که آخرت را بخواهد، باید برای به چنگ آوردن آن، تلاش سزاوار آن را از خود نشان دهد و وظایف مربوط به آن را به انجام برساند و رنج‌ها و دردها و مسؤولیت‌ها و پیامدهای فرا راه آن را به‌جان پذیرد و تلاش برای رسیدن به آن را بر پایه‌ی ایمان، استوار کند. ایمان هم با تمنا و کاشکی میسر نیست، بلکه ایمان چیزی است که در دل، جایگزین شود و عمل، آن را تصدیق کند. سعی و تلاش برای آخرت نیز شخص را از لذایذ دنیا محروم و بی‌بهره نمی‌سازد، بلکه چشم را به آفاق والاتری می‌دوزد و لذایذ و بهره‌مندی‌های این جهان، یگانه هدف و مقصود نمی‌گردد.

وقتی هدف اصلی آخرت شد، آن‌گاه چه مانعی است که انسان از لذایذ و بهره‌های پاک، استفاده کند و زمام نفس خود را به‌دست‌گیرد و خویشتن را بپاید و بنده‌ی شهوات و اموال و اولاد ننماید. کسی که جهان زودگذر را می‌خواهد، سرزنش‌شده و رانده، کارش به دوزخ می‌کشد و کسی که آخرت را می‌خواهد و برای رسیدن به آن، سعی لازم و سزاوار آن را انجام می‌دهد، به آخرت دسترسی پیدا می‌کند، درحالی‌که مورد سپاس و بزرگداشت قرار می‌گیرد و در جهان والای فرشتگان، حرمت و کرامت خواهد داشت، به پاداش تلاش بزرگوارانه‌ای که برای رسیدن به هدف بزرگی انجام داده و به پاداش چشم دوختن به افق دوردست تابانی که داشته است.

زندگی کردن برای همین جهان، زندگی سزاوار

کرم‌ها و خزنده‌ها وحشره‌ها و پشه‌ها و مگس‌ها و جانوران و چهارپایان است. ولی زندگی‌کردن برای آخرت، زندگی سزاوار انسانی است که در پیشگاه خدا دارای ارزش و احترام است، خدایی که او را آفریده و سروسامان بخشیده و جان متعلق به خود را در او به ودیعه‌نهاده‌است؛ جان، آن رازی که او را به آسمان، منتسب می‌کند، هرچند پاهای او بر زمین، استقرار پذیرفته است» (سید قطب،۱۳۸۱،ج:۸؛ ۴۷).

مال دنیا، دام مرغان ضعیف
ملک عقبی، دام مرغان شریف
در روایات آمده است که دنیا درصورت پیرزنی زشت، آرایش‌شده، در مکاشفات حضرت عیسی- علیه‌السلام- بر او ظاهر شد. حضرت از او پرسید، چند شوهر کرده‌ای؟ گفت: شمار آن را نمی‌دانم. حضرت عیسی-علیه‌السلام- پرسید: تو را طلاق داده‌اند یا همه مرده‌اند؟ پیرزن گفت: همه را کشته‌ام. عیسی-علیه‌السلام- فرمود: عجیب است، شوهرانی که باقی‌مانده‌اند، چرا از گذشتگان عبرت نگرفته‌اند؟ (غزالی،۱۳۳۳: ۶۷)

مجو درستی عهد ازجهان سست‌نهاد
که این عجزوه، عروس هزار داماد است
(حافظ،۱۳۷۸:۵۴)

رسول‌الله-صلی‌الله‌علیه‌وسلم-فرمودند:

گروه‌هایی در روز قیامت به میدان می‌آیند که اعمالشان به بزرگی کوه‌های تهمامه است، با این‌ حال، دستورده‌ده می‌شود که آنان را به دوزخ برند. عرض کردند: یا رسول‌الله- صلی‌الله‌علیه‌وسلم- آیا آنان نماز نخوانده‌اند؟ فرمود: چرا، نماز می‌خواندند و روزه می‌گرفتند و هم چنین شب‌زنده‌داری می‌کردند ولی وقتی چیزی از دنیا را به ایشان نشان می‌دادند، برآن می‌پریدند (غزالی،۱۳۵۶:۵۵۸).

نوشته‌اند بر ایوان جنت‌المأوی
که هرکه عشوهی دنیا خرید وای به وی
در این زمینه نیز، مولانا تمثیل خیلی جالبی درمثنوی دارد؛ او می‌گوید:

صد هزاران دام ودانه است، ای خدا،
ما چو مرغان حریصی بی‌نوا
می‌رھانی هر دمی ما را و باز
سوی دامي می‌رویم، ای بی‌نیاز،
ما در این انبار، گندم می‌کنیم
گندم جمع آمده، گم می‌کنیم
می‌نبندیشیم آخر ما به هوش
کاین خلل در گندم است از مکر موش
موش، تا انبار ما حفره زده است
وز فنش انبار ما ویران شده است

اول ای جان، دفع شر موش کن
وانگهان درجمع گندم، کوش کن
گرنه موشی دزد در انبار ماست
گندم اعمال چل ساله کجاست؟

ریزه‌ریزه صدق هر روزه چرا؟
جمع می‌ناید، در این انبار ما؟

(دفتز اول:۸۳-۳۷۴)

مولانا، در این ابیات، حسنات رابه گندمی تشبیه کرده که ما به‌مرور در انبار می‌ریزیم، ولی وقتی در انبار را باز می‌کنیم، به جای این‌که خرمنی از گندم را مشاهده کنیم، انبار را خالی می‌یابیم، چرا؟ چون به موازات تلاش ما برای جمع‌آوری گندم، موشی که در انبار لانه کرده، به غارت گندم پرداخته، این موش، سنبل گناهان و معاصی ما، از جمله، حب دنیاست که خرمن حسنات ما را می‌بلعد.

بنابراین، انسان باید، هم‌زمان با کسب فضایل، در دفع رذایل نیز کوشا باشد، تا تلاشش نتیجه‌ی مطلوبی به همراه داشته باشد.

خلاصه‌ی کلام، این‌که اسلام می‌گوید: برخورداري از مواهب دنیوی آری، اسیر شدن خیر.

افراطیان معتقدند، هرگونه توجه به زیبایی‌ها و ارزش‌های حیات، اسارت و مذموم است، درصورتی‌که توجه به زیبایی، در سرشت انسان، جای دارد و چاره و گریزی جز پذیرفتن حد متعادل و متعارف آن نیست. روح اسلام، بادیگاه دوستان نادان و افراطیانی که می‌خواهند، از آن -به قول یکی از بزرگان- صورت‌گدایی را ترسیم کنند که لباس‌های کثیف و پاره به تن دارد و دایم قی می‌کند، صددرصد در تضاد است؛ کسانی که می‌خواهند، به بهانه‌ی دوری از دنیا و مبارزه با دنیاپرستی، در عصر پیشرفت و سرعت فن‌آوری و تکنولوژی، جهان اسلام درهای خود را به روی جهان پیشرفته‌ی کنونی ببندد و از هر پیشرفتی محروم بماند.

اگر به کُرّات در آیات و احادیث و باورهای اسلامی به مواردی برمی‌خوریم که دنیا و اهل آن نكوهش شده‌اند، دلپلش حرمت و کرامتی است که اسلام برای انسان، این اشرف مخلوقات، قایل است. اسلام می‌خواهد، انسان همیشه بر این کالاها و مواهب، سروری و سیادت داشته باشد، نه این‌که اسیر آن‌ها شود.

تو را ز کنگره‌ی عرش می‌زنند صغیر
نداغمت که در این دامگه چه افتاده است؟

(حافظ،۱۳۷۸:۵۴)

اسلام، دین میانه‌روی است و حتی واژه‌های دنیا و آخرت به يك اندازه در قرآن به کاررفته و این، خود، مؤید ادعای ماست و مسلمانان برخورداري و تمتع افراطی از نعمت‌های مادی مخالف است؛ برخورداري‌ای که به اسارت انسان بینجامد و او را مغلوب و برده‌ی مادیات کند، اویی که خلیفه‌ی خدا بر روی زمین است.

به‌علاوه، برخورداري انسان از مواهب مادی نباید سبب غفلت او از هدف خلقت وآفریدگارش شود و آن‌قدر حب مادیات و فکر به‌دست‌آوردن آن نباید دردل انسان رسوخ کند که در دلش جایی

برای حب خالق این نعمات، باقی نماند.

نکته‌ی دیگری که باعث نکوهش دوست‌داران دنیا می‌گردد، این است که اینان به جای این‌که به پاس نعمتی که بدیشان داده شده، شکر مضاعفی به درگاه خدا داشته باشند و در عوض لطفی که خدا در حق آنان انجام داده در پی نیکی به بینویان و دستگیری از آنان برآیند، به‌طور کلی اصل شکرگذاری را درآثر غرق شدن در مادیات، به فراموشی می‌سپارند.

درآیات ۷۶ تا ۸۲ سوره‌ی مبارکه‌ی قصص، داستان قارون، مطرح می‌شود، تا نشان دهد که چگونه قدرت و دارایی و دانش، به سبب ظلم و ستم و غرور و سرمستی و تکبر و فخرفروشی و انکار نعمات خداوند بر باد فنا می‌رود.

قارون که بود؟ قارون از قوم حضرت موسی- علیه‌السلام- بود که خداوند به او دارایی و ثروت فراوانی عطا کرده‌بود.

خداوند، فراوانی آن دارایی و ثروت را این‌گونه به تصویر می‌کشد: دارایی و ثروتش کنج‌ها و خزینه‌هایی بود که حمل کلیدهای آن‌ها گروهی از مردمان نیرومند را خسته و درمانده می‌کرد و او به سبب دارایی فراوان به آنان فخرفروشی می‌کرد و می‌خواست، بقیه فرمانبردارش باشند. قوم او به او می‌گفتند: مغرورانه شادمانی مکن که خداوند شادمانان سرمست و مغرور را دوست نمی‌دارد و همان‌گونه که خدا به تو بخشیده و نیکی کرده تو نیز به دیگران ببخش و بدیشان نیکی کن و در زمین تباهی مجو. قارون پاسخ داد: این مال در سایه‌ی آگاهی و دانشی که دارم، به من داده شده، خودم آن را به‌دست‌آورده‌ام و خود، می‌دانم چگونه مصرفش کنم. او فراموش کرده بود که خداوند، نسل‌های زیادی را که از او قدرتمندتر وثروتمندتر بودند، نابود کرده است.

آنان که طالب زندگی دنیا بودند، گفتند: ای کاش ما هم مثل قارون صاحب ثروت سرشار و جاه و جلال بودیم و کسانی که دانش و آگاهی داشتند، به آنان گفتند: وای بر شما که سعادت را در مادیات می‌جوئید. اجر و پاداش خدا بس برتر و والاتر است و بهشت هم، جز نصیب شکیبایان نمی‌شود. پس خداوند، قارون و خانه‌اش را به زمین فروبرد و هیچ گروه و دسته‌ای نتوانست، او را یاری دهد. آری آنانی که دیروز آرزو می‌کردند، به جای او باشند، وقتی این صحنه‌ی دل‌خراش را دیدند، گفتند: وای اگر خدا بر ما منت نمی‌نهاد و آرزوی ما را برآورده می‌کرد، امروز هم‌چون قارون به دل زمین، فرو می‌رفتیم.

«قارون نمونه‌ی مکرری در میان مردمان است. بسپارند، کسانی که گمان می‌برند، تنها دانش و تلاش آنان سبب ثروتمندی‌شان گردیده‌است، لذا آنان اختیار مالشان را دارند؛ اگر بخواهند آن را در راه فساد یا در راه اصلاح به‌کاربرند و گوششان به خشم و خوشنودی ایزد سبحان بدهکار نیست» (سیدقطب،۱۳۸۲، ج:۱۰؛ ۵۳۲).

این افراد، در اثر غرور و مستی ناشی از ثروت، نه تنها شکرگزاری از خداوند را از یادبرده‌اند،

بلکه خدایی را که آن را در اختیارشان گذاشته، فراموش کرده و با عملکرد اشتباهشان باعث گمراهی عده‌ای از انسان‌ها گردیده و حتی آنان را به بردگی خود گرفته‌اند. «اسلام، مالکیت فردی را می‌پذیرد و به تلاش و کوشش فرد از راه حلال، برای به‌دست‌آوردن اموال، ارزش می‌نهد، لیکن اسلام، برنامه‌ی معینی را برای تصرف در مالکیت فردی و به‌دست‌آوردن و رشد و نمو دادن اموال واجب می‌سازد.

آری، میانه‌روی به عنوان برنامه‌ی استوار خدا در قرآن، معرفی می‌گردد؛ این برنامه، نه فرد را از ثمره‌ی تلاشش محروم می‌دارد و نه دست او را در بهره‌مندشدن و لذت بردن از اموال باز می‌گذارد که به خوش‌گذرانی منتهی شده یا سر به بخل و تنگ‌چشمی بکشد» (همان:۵۳۴).

اسلام، با پارسیایی و زهدی که انسان زندگی‌اش را مهممل و ناچیز و هیچ و پوچ بشمارد، مخالف است. خداوند چیزهای حلال و پاکیزه را آفریده، تا مردمان از آن‌ها استفاده کنند و در زمین برای به‌دست‌آوردن و افزایش آن بکوشند و زندگی، پویش و رشد و نمو داشته باشد و خلافت انسان بر روی زمین، تحقق پیدا کند، البته مشروط به این‌که دیدگاه انسان از راستای آخرت، منحرف نشود و اسیر و مغلوب مادیات نگردد و بر آن، سروری داشته باشد.

اگر چنین حساب‌شده و آگاهانه از نعمات استفاده کند، این نحوه‌ی استفاده، خود، نوعی شکرگزاری در برابر بخشنده‌ی نعمت‌ها و نوعی عبادت است که مشمول پاداش خداوند می‌گردد.

ازطرف‌دیگر، اسلام برای نیازمندان، در اموال ثروتمندان، حقوقی مقررکرده، تا ثروت و دارایی، تنها در میان ثروتمندان دست‌به‌دست نگردد و با ایجاد شکاف‌های عظیم طبقاتی، جامعه به فساد کشیده نشود. کلام آخر این‌که:

بدین زور و زر دنیا چو بی‌عقلان مشو غره
که این، آن نوبهاری نیست کش، بی‌مهرگان بینی

.....

منابع و مآخذ:

۱-قرآن کریم

۲-حافظ، شمس‌الدین محمد (۱۳۷۸) دیوان غزلیات حافظ، به کوشش خلیل خطیب رهبر، تهران: صفی‌علیشاه، بیست‌وسوم.

۳-سید قطب (۱۳۸۲) تفسیری ظلال‌القرآن، جلد۱، ترجمه‌ی مصطفی خرم‌دل، تهران: احسان، دوم.

۴-سید قطب (۱۳۸۱) تفسیر فی ظلال‌القرآن، ج۸، ترجمه‌ی مصطفی خرم‌دل، تهران: احسان، اول.

۵-سید قطب (۱۳۸۲) تفسیر فی ظلال‌القرآن، ج ۱۰، ترجمه‌ی مصطفی خرم‌دل، تهران: احسان، اول.

۶-سید قطب (۱۳۸۴) تفسیری ظلال‌القرآن، ج ۱۲، ترجمه‌ی مصطفی خرم‌دل، تهران: احسان، اول.

۷-غزالی، محمد (۱۳۳۳) کیمیای سعادت، تصحیح احمد آرام، تهران: چاپخانه‌ی مرکزی، دوم.

۸-غزالی، محمد(۱۳۵۶) احیاء علوم‌الدین، نیمه‌ی دوم از ربیع مہلکات، ترجمه‌ی مؤیدالدین محمد خوارزمی، به کوشش حسین خدیوچم، انتشارات بنیاد فرهنگ ایران، دوم.

۹-مولوی، جلال‌الدین محمد بلخی (۱۳۷۲)، مثنوی معنوی، تصحیح نیکسون، تهران: نگاه، چهارم.

سایت بی‌حاشمت و محبت و اصلاح ایران

پایگاه اطلاع‌رسانی اسلام

سایت بی‌حاشمت و محبت و اصلاح ایران

پایگاه اطلاع‌رسانی اسلام



گزارشی از کتاب: روش تربیتی اسلام و کاربرد عملی آن، نویسنده: محمد قطب.

## تربیت بر پایه‌ی اصول قرآنی

### گردآورنده: سهیلا سعیدیانی

تربیت یعنی آماده ساختن و یا به عبارتی دقیق به کارگیری استعدادها و نیروهای بالقوه و بالفعل نمودن آنها. در تربیت وسایلی به کار گرفته می‌شود تا اهدافی معین به دست آید. تنها راه رسیدن به اهدافی که به آنها ایمان داریم، ابزار و وسایلی هستند پس ابزار باید مورد توجه قرار گیرند تا اهداف صحیح به دست آید زیرا ابزار و وسایلی فاسد، هدف را ضایع و فاسد می‌سازد. اهداف و وسایلی در برنامه‌های تربیتی با هم ارتباط تنگاتنگ دارند. اصلاح هدف بدون توجه به وسایلی و ابزار امکان‌پذیر نیست و اصلاح وسایلی بدون توجه به هدف ارزشی ندارد.

وجه مشترک میان برنامه‌های تربیتی زمینی یکی است و آن عبارت است از: تربیت و آماده کردن یک (شهروند شایسته و درست). این (شهر وند صالح) در مرزهای مختلف وظایف مختلفی را انجام می‌دهد. در مرزی سربازی شجاع و در جایی فردی میهن پرست و در جایی دیگر فردی مطیع است و در خارج مرز شخصیتی کاملاً متفاوت دارد.

تربیت‌های زمینی (مکاتب بشری) با استفاده

از وسایلی و ابزاری سالم (مانند تربیت جسمانی صحیح) هدفی فاسد را دنبال می‌کند و یا بالعکس از ابزاری فاسد (گوشه نشینی و عزلت و عبادت) هدفی صحیح را می‌خواهند به دست آورند، این هر دو مورد ناقص است.

اما اسلام تنها برای بار آوردن (شهروند صالح) نمی‌کوشد. شهروندی که از مرز شهر و کشور خود خارج شد دیگر در قید و بند قانون نمی‌ماند، بلکه برای تحقق و دست‌یابی به یک هدف بزرگتر و فراگیر تر می‌کوشد. اسلام می‌خواهد (انسان صالح) را تربیت نماید. انسانی شامل و کامل با توجه به انسانیت او نه با توجه به شهروند بودن او...

در همان نخستین روزهای دعوت اسلامی، قرآن پیام خود را جهانی اعلام می‌کند برای تمام انسانیت در هر مکان و زمانی و تنها با توجه نمودن به انسانیت او، بدون توجه به مرز و نژاد و قوم و قبیله.

اسلام برای تربیت یک انسان صالح برنامه‌ی ویژه‌ای را تدوین نموده است و در اختیار انسان‌ها قرار داده است این برنامه همان کلام خداوند قرآن است. خداوند که خالق انسان است بهتر از هر کسی انسان و نیازهایش را می‌شناسد لذا

اند نتیجه‌ی آن جنگهای خونین و کشتارهای وحشتناک و ویرانی زمین است.

نظامهایی دیگر تنها جنبه‌ی روحی انسان را در نظر می‌گیرد و احساسات جسمی و لذات دنیایی را مطرود می‌سازند و روح انسان را به عزلت و گوشه نشینی و ریاضت و عبادت مشغول می‌کنند و جسم و حواس ظاهری را به بند می‌کشند. در نتیجه همه‌ی لذتها را فریب و غیر حقیقی می‌دانند و نتیجه‌ی این احساس هم انسانی است که نه آباد می‌کند و نه ویران، نه باطلی را از بین می‌برد و نه اصلاح به وجود می‌آورد. موجودی خنثی که تنها روح را شایسته می‌داند و جسم را پلید می‌شمارد لذا جسم خود را می‌آزارد تا به تصور خود روح را آزاد کند.

این دو راه هر دو فاسد و منحرف هستند. اسلام از این انحرافات دور است و با توجه به همه‌ی محسوسات و غیر محسوسات هستی بشری سعی در ساختن انسانی دارد که شایسته‌ی خلافت خداوند بر روی زمین باشد.

تربیت روحانی:

برنامه‌ی اسلام همگام با فطرت بشر حرکت می‌کند. روح و جسم را جدای از هم نمی‌داند. بلکه حتی در عالیترین حالات روحی زمانی که وحی بر قلب پیامبر خاتم (ص) نازل می‌شد و درخشانترین حالت روح در آنزمان بود باز هم یک حالت روحی خالص نبود.

در این حالت روحانی، زبان به حرکت در می‌آید برای تکرار کلمات وحی و عقل به جنبش می‌افتد برای درک آن.

یعنی تمام نیروها و استعدادها به طور هماهنگ باید عمل کند تا نتیجه‌ی مطلوب به دست آید.

بر همین اساس روش عبادت اسلامی ویژه و خاص است، آداب و رسوم عبادی در اسلام در واقع کلید عبادت است.

اسلام یک فرد صالح را در همه‌ی امور مرتبط به الله می‌داند. اینگونه است که پرستش و مفهوم عبادت در اسلام، پارسایی و عزلت، تعبد و رهبانیت نیست، بلکه تقوی و پرهیزکاری بر قلب شخص مسلمان احاطه دارد و در همه حال همه‌ی کارهایش را از حالت عادت روزمره به عبادت خالصانه برای الله بدل می‌شود. لذا همواره پر از انرژی و تحرک و سازندگی مثبت و نشأت گرفته از ذات الله است.

اسلام در تربیت روح و روان نیز میانه رو و متعادل و همگام با فطرت عمل می‌کند. روح نیرویی که انسان به وسیله‌ی آن با مجهولات عالم غیب و غیر محسوس پیوند برقرار می‌کند. نیرویی ناشناخته که حقیقت آن و طریقه‌ی عمل آن را نمی‌شناسیم و تنها وسیله‌ی ما برای پیوستن به الله است که خداوند آن را در مشتی آب و گل به ودیعت نهاده است. توجه به روح در تربیت

قرآنی دنیایی بسیار فراتر از دنیا‌ی مادیگرایان در برابر آدمی می‌گشاید. انسانی که به واسطه‌ی روح و روان با خداوند پیوستگی دارد خود را در دام شهوات و لذت‌های دنیایی رها نمی‌سازد و تفکر اینکه او نمی‌تواند قادر نیست که از بند شهوات به سبب ماهیت آب و گل بودنش را همواره همراه و ناظر بر درون و برون خود می‌داند لذا به سوی پاکبها گام بر می‌دارد و به فکر سود رساندن به مردم است و شر را از وجود خود می‌راند، حسادت و کینه و جست‌وجوی شهوات و لذت‌های آلوده را به دل راه نمی‌دهد.

به اخلاق فاضله روی می‌آورد و اخلاق کریمانه اش ظاهری نیست بلکه چون خداوند را در هر لحظه‌ای از لحظات زندگی با خود می‌داند، این رفتار و کردارش از ایمان درونش نشأت می‌گیرد. او هر عملی را که به خاطر خدا باشد عبادت می‌داند و پرهیز از هر عملی که به خاطر خدا باشد را نیز عبادت می‌داند. احساسات پاک درونش به خاطر خداوند است لذا عبادت است، ذکر و یادش خداوند است پس عبادت است. عبادت همه‌ی جوانب زندگی او را در بر می‌گیرد و پیوند دائمی با خداوند و تربیت دائمی روح از این‌کمال صورت می‌گیرد. قرآن روح و روان را مورد خطاب قرار می‌دهد و میان نفس انسان و جهان هستی پیوند برقرار می‌سازد زیباییهای جهان خلقت را به انسان می‌نماید؛ و میان انسان و هستی پیوند محبت و دوستی برقرار می‌سازد هستی بشر یک هستی واحد است

تربیت عقلانی:

تربیت روح در واقع زیر بنای تربیت عقلانی و جسمانی بشر است. نیروی عقل بزرگترین نیرویی که خداوند به بشر بخشیده است. نیروی هوشمندی که قادر به درک و استنباط است. روح تربیت شده بر مبنای قرآن مسیر رفتن به سوی خداوند را مقرر و معین می‌سازد و عقل را به سوی هدایت و راه خیر و نیکی رام می‌گرداند. روح گسسته از الله و گمراه نیز راه شر و گمراهی را به عقل نشان می‌دهد و انسان بریده از الله شیفته‌ی علم و عقل خود می‌شود. روح تربیت شده عقل را به چالش می‌کشد او را به تفکر در پدیده‌های هستی و می‌دارد و نتیجه‌ی آن علم و آگاهی و کشفیات و اختراعاتی است که در سالهای اولیه‌ی دعوت اسلام در میان مسلمانان دیده شد. و در سایه‌ی تربیت روح اسلامی، آنان به علم خود مفتون نشدند و مغرور نگشتند و از علم خود در راه آبادانی زمین کوشیدند. بر خلاف دنیا‌ی امروز که علم و عقل در اختیار نیروهای شر و ویرانی قرار گرفته است. علمی که باید مایه‌ی آرام باشد در واقع ویرانی و سر در گمی را به همراه آورده است.

تربیت جسمانی:

تربیت جسمانی با زیر بنای محکم تربیت

قرآنی، ارتباط بسیار مستحکمی دارد. میان جسم و روح نمی‌توان جدایی افکند. زمانی که از تربیت جسمانی سخن می‌گوییم منظور پرورش عضلات و اندام نیست بلکه منظور حیات حیوانی است. در تربیت قرآنی تنها به روح و عقل توجه نمی‌شود بلکه حیات جسمانی بشر نیز مورد توجه قرار می‌گیرد، عقل سالم در بدن سالم است. در عبادتها به حالتهای جسمانی بسیار توجه می‌شود و عقل و روح و جسم هر سه را به خدمت می‌گیرد. علاوه بر آن اسلام به ورزشهای سالم تشویق می‌کند. برای اینکه عقل مورد استفاده قرار گیرد و روح پویا و متعالی گردد جسم سالم و قوی نیاز مند است. لذا اسلام آزرده جسم را جایز نمی‌داند. جسم را از نیازهای مادی منع نمی‌کند جسم برای سالم بودن به خوراک و پوشاک و ورزش نیاز دارد لذا استفاده از لذت‌های مادی و بر خورداری از کالای دنیایی برای سالم نگه داشتن جسم لازم است. چرا که با تربیت روح و عقل این جسم سالم هم در خدمت رسیدن به الله قرار می‌گیرد.

اسلام مانند بعضی از مکاتب ازدواج و غریزه را سرکوب نمی‌کند. این دین فطرت است و بشر برای داشتن نسلی سالم نیازمند این غریزه است اما از کمال صحیح ازدواج آن را ارضا می‌نماید. به این صورت تربیت قرآنی تمام کششها و تمایلات فطری و طبیعی بشر را متوازن و متعادل می‌سازد و همزمان روح و عقل و جسم را به کار می‌گیرد و در تمام این تصرفات جسم را محترم می‌دارد و به هستی آن اعتراف می‌کند برای نیروی عقل ارزش قائل است و روح را پاک و پاکیزه می‌دارد و مورد امانت قرار نمی‌دهد.

منبع: روش تربیتی اسلام و کاربرد عملی آن، نویسنده: محمد قطب، مترجم: دکتر محمود ابراهیمی





کمال آذری

خواهر گلم! حجاب تو سعادت است.

هیچ باغبانی را سرزنش نمی‌کنند که چرا دور باغ خود حصار و پرچین کشیده است؛ چون باغ بی‌دیوار، از آسیب مصون نیست و میوه و محصولی برای باغبان نمی‌ماند.

هیچ‌کس هم با نام «آزادی» دیوار خانه‌ی خود را بر نمی‌دارد و شب‌ها در حیاطش را باز نمی‌گذارد؛ چون خطر رخنه‌ی دزد، جدی است. هیچ صاحب‌کنج و گوهری هم جواهرات خود را بدون حفاظ، در معرض دید رهگذران نمی‌گذارد تا بدرخشند، جلوه‌کنند و چشم و دل بر بایند؛ چون خود جواهر ریوده می‌شود.

هر چیز که قیمتی‌تر باشد، درصد مراقبت از آن بالاتر می‌رود.

هر چه که نفیس‌تر باشد، بیم ربودن و غارتش بیشتر است و مواظبت، لازم‌تر.

اگر درب شیشه‌ی عطر را باز بگذارید، عطرش می‌پرد.

اگر رشته‌ی مرواریدت را در کمد و صندوق نگذاری و درب آن را نبندی، گم می‌شود.

اگر در مقابل پنجره‌ی خانه‌ات، توری نزنی، از نیش پشه‌ها و مزاحمت مگس‌ها در امان نخواهی بود.

وقتی راه ورود پشه‌ها را می‌بندی، خود را مصون ساخته‌ای، نه محدود و زندانی.

وقتی در خانه را می‌بندی، یا پشت پنجره‌ی اتاق‌ت پرده می‌آوری، خانه‌ی خود را از ورود بیگانه و نگاه‌های مزاحم در پناه قرار داده‌ای، نه که خود را در قید و بند و حصار افکنده

## حجاب تو سعادت توست...

باشی.

اگر برای ایمنی از خطرها و آسودگی از مزاحمان، خود را بپوشانی، نه کسی ایراد می‌گیرد و نه اگر هم ایراد بگیرد، اعتنا می‌کنی؛ چراکه سخنش را بی‌منطق و ناآگاهانه می‌دانی و می‌بینی.

اینکه «دل باید پاک باشد»، بهانه‌ای برای گریز جاهلانه از همین مصونیت است و آویختن به شاخه‌ی «لاقیدی» وگرنه از دل پاک هم نباید جز نگاه و رفتار پاک برخیزد.

ظاهر، آینه‌ی باطن است و... «از کوزه همان برون تراود که در اوست».

زن، به خاطر ارزش و کرامتی که دارد، باید محفوظ بماند و خود را حراج نکند و در بازار سوداگران شهوت، خود را به بهای چند نامه و نگاه و لبخند نفروشد.

زن به خاطر لطافتی که دارد، نباید در دست‌های خشن کام‌جویان دیو سیرت، که نقاب مهربانی و عشق به چهره دارند، پژمرده شود و پس از آن که گل عصمتش را چیدند، او را دور اندازند، یا زیر پایشان له کنند.

زن به خاطر عصمتی که دارد، میراث دار پاکی مریم است، نباید بازیچه‌ی هوس و آلوده به ویروس گناه گردد.

گوهر عفاف و پاکی، کم‌ارزش‌تر از طلا و پول و محصول باغ و وسایل خانه نیست.

دزدان ایمان و غارتگران شرف نیز فراوانند.

سادگی و خامی است که کسی خود را در معرض دید و تماشای نگاه‌های مسموم و چشم‌های ناپاک قرار دهد و به دلبری و جلوه‌گری بپردازد و خیال کند بیمارزدلان و راهزنان عفاف را به وسوسه نمی‌اندازد و از زهر نگاه‌ها و نیش پشه‌های شهوت در امان می‌ماند!

خراب کردن همه‌ی دیوارها و برداشتن همه‌ی پرده‌ها و باز گذاشتن همه‌ی پنجره‌ها، نشانه‌ی تیره‌اندیشی است، نه روشنفکری!... علامت جاهلیت است نه تمدن!

می‌گویی نه؟ به طومار کسانی نگاه کن که پس از رسوایی و بی‌آبرویی، با دو دست

پشیمانی بر سر غفلت خویش می‌زنند و بر جهالت خود لعنت می‌فرستند.

کسی که از جماعت رسوا نگریزد رسوای جماعت می‌شود!

آنکه ایمان را به لقمه‌ای نان می‌فروشد...

آنکه یوسف زیبایی را با چند سکه‌ی قلب عوض می‌کند، آنکه کودک عفاف را جلوی صدها گرگ گرسنه می‌برد و به تماشا می‌گذارد، روزی هم پشت دیوار ندامت اشک حسرت بر دامن پشیمانی خواهد ریخت، در آخرت هم به آتش بی‌پروایی خود خواهد سوخت.

از اول که جامه‌ی عفاف سفید و شفاف است، نباید گذاشت چرک‌ابه‌ی گناه بر آن بپاشد.

از اول باید مواظب بود این کاسه‌ی چینی نشکند و این جام بلورین ترک برندارد.

از اول نباید به پای بیگانه، اجازه‌ی ورود به مزرعه‌ی نجابت داد، که بوته‌های نُورس عصمت را لگدمال کند.

ولی... گریه بی‌حاصل است و بی‌ثمر، وقتی که شاخه شکست و گل چیده شد!!

پس بدین خاطر است که الله در سوره‌ی نور آیات ۳۰-۳۱ خطاب به مؤمنین می‌فرماید:

(قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَ لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ \* وَقُلْ لِلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ وَيَحْفَظْنَ فُرُوجَهُنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا مَا ظَهَرَ مِنْهَا وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَى جُجُوبِهِنَّ وَلَا يُبْدِينَ زِينَتَهُنَّ إِلَّا لِبُعُولَتِهِنَّ أَوْ آبَائِهِنَّ أَوْ أَبْنَائِهِنَّ أَوْ إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي إِخْوَانِهِنَّ أَوْ بَنِي أَخْوَانِهِنَّ أَوْ نِسَائِهِنَّ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُنَّ أَوْ التَّابِعِينَ غَيْرِ أُولِي الْإِرْتَبَةِ مِنَ الرِّجَالِ أَوْ الطِّفْلِ الذِّي لَمْ يَطْهَرُوا عَلَىٰ عَوَاتِبِ النِّسَاءِ وَلَا يَضْرِبْنَ بِأَرْجُلِهِنَّ لِيُعْلَمَ مَا يُخْفِينَ مِنَ زِينَتِهِنَّ وَتُوبُوا إِلَى اللَّهِ جَمِيعًا أَيُّهُ الْمُؤْمِنُونَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ)

(ای پیغمبر!) به مردان مؤمن بگو: (آنان موظفند که از نگاه به عورت و محلّ زینت نامحرمان) چشمان خود را فرو گیرند، و عورت‌های خویش‌ت را (با پوشاندن و دوری از پیوند نامشروع) مصون دارند. این برای ایشان

زینده‌تر و محترمانه‌تر است. بی‌گمان خداوند از آنچه انجام می‌دهند آگاه است (و سزا و جزای رفتارشان را می‌دهد) \* و به زنان مؤمن بگو: چشمان خود را (از نامحرمان) فرو گیرند (و چشم‌چرانی نکنند) و عورت‌های خویش‌ت را (با پوشاندن و دوری از رابطه‌ی نامشروع) مصون دارند و زینت خویش را (همچون سر، سینه، بازو، ساق، گردن، خخال، گردن‌بند، بازوبند) نمایان نسازند، مگر آن مقدار (از جمال خلقت، همچون چهره و پنجه‌ی دست‌ها) و آن چیزها (از زینت‌آلات، همچون لباس و انگشتری و سرمه و خضاب) که (طبیعتاً) پیدا می‌گردد، و چارقد و روسری‌های خود را بر یقه‌ها و گریبان‌هایشان آویزان کنند (تا گردن و سینه و اندام‌هایی که احتمالاً از لابه‌لای چاک پیراهن نمایان می‌شود، در معرض دید مردم قرار نگیرد) و زینت (اندام یا ابزار) خود را نمودار نسازند مگر برای شوهرانشان، پدرانشان، پدران شوهرانشان، پسرانشان، پسران شوهرانشان، برادرانشان، پسران برادرانشان، کنیزانشان، دنباله‌زوانی که نیاز جنسی در آنان نیست (از قبیل: افراد مختث، ابلهان، پیران فرتوت، اشخاص فلج) و کودکانی که هنوز بر عورت زنان آگاهی پیدا نکرده‌اند (و چیزی از امور جنسی نمی‌دانند) و پاهای خود را (به هنگام راه رفتن به زمین) نزنند تا زینتی که پنهانش می‌دارند (جلب توجه کند و صدای خلخال پاهایشان به گوش مردم برسد) دانسته شود. ای مؤمنان! همگی به سوی خدا برگردید (و از مخالفت‌هایی که در برابر فرمان خدا داشته‌اید توبه کنید) تا رستگار شوید.

گذشت زمان بر آن‌ها که منتظر می‌مانند بسیار کند، بر آن‌ها که می‌هراسند بسیار تند، بر آن‌ها که زانوی غم بغل می‌گیرند، بسیار طولانی و بر آن‌ها که به سرخوشی می‌گذرانند بسیار کوتاه است. اما، بر آن‌ها که عشق حقیقی می‌ورزند، زمان را آغاز و پایانی نیست. خواهیم! کاش بدانی هر نگاهی لایق لمس نگاهت نیست.

و هر دستی لایق «هم‌دستی‌ات» .

و هر دلی لایق «هم‌دلی‌ات».

راستش اینجا هر «همی» لایق «هم» بودن نیست. هوا ابری است!

آفتاب که سر بزند خواهی دید که اینجا هنوز

هم‌دستان پاک «هم دست» دارند.

و دل‌های پاک «هم‌دل».

به قول ابوسعیدالخیر: خواهیم! بازآ

بازآ بازآ هر آنچه هستی بازآ

گر کافر و گبر و بت‌پرستی بازآ

این درگه ما درگه نومیدی نیست

صد بار اگر توبه شکستی بازآ

به امید روزی که همه‌ی خواهرانمان به عظمت وجودی خویش و ارزش حجاب پی ببرند و همچون خواهرمان «حنان ترک» به صراط مستقیم خداوندی که مایه‌ی سعادت دنیا و آخرت است برگردند.

پشیمانی بازیگر معروف «حنان ترک» از دوران بدحجابی‌اش!

«حنان ترک» بازیگر مصری که چندی پیش بعد از مدت‌ها حجاب را اختیار کرده است، از این که دیر هنگام حجاب را برگزیده است، اظهار پشیمانی کرد. «حنان ترک» بازیگر مصری با اشاره به هفت‌سال تفکر برای انتخاب حجاب، گفت: این دوران، دوران زیان‌باری بود و ای کاش از روز اول حجاب را انتخاب کرده بودم.

وی در پاسخ به این سؤال که پیش از این در فیلم‌ها و سریال‌های تلویزیونی بدون حجاب بوده و اینک اگر آن فیلم‌ها را ببیند چه احساسی دارد گفت: حنان ترک اول یک بازیگر بود و حنان ترک دوم یک زن محجبه است. این بازیگر مصری در پاسخ به این سؤال که با حجابت به کجا می‌خواهی برسی؟ گفت: مدتی ستاره اهل زمین بودم و از خدا می‌خواهم تا مرا به ستاره‌ی آسمان‌ها تبدیل کند.

وی افزود: برای روز قیامت با اطاعت خدا و عمل خیر و کمک به ایتم تلاش خواهم کرد.

وی همچنین با رد هرگونه پیشنهاد بازیگری بدون حجاب گفت: ۸۰درصد از مردم مصر محجبه هستند و چه کسی باید اینان را نمایندگی کند؟

این بازیگر مصری تأکید کرد: در کارهای هنری‌ام رضای خداوند و رسولش را در نظر نگرفته بودم. تمام پولی که در آن زمان و از راه بازیگری به‌دست آورده‌ام، حرام است. اعتراف به خطا

عیب نیست، چیزی که بر باطل بنا شده باشد خودش هم باطل است. بنابراین همه اموالی که از کارهای به اصطلاح هنری خود که خارج آورده‌ام، حرام است؛ چراکه اساساً بازی کردن من در این صحنه‌ها و این اعمال خارج از چارچوبی بوده که خداوند برای بندگانش معین کرده است.

امیدوارم خداوند با این کار مرا ببخشد؛ چراکه من از روی ناآگاهی به مسایل شرعی این کارها را انجام می‌دادم. اگرچه اعتراف می‌کنم که این توجیه خوبی نیست؛ چراکه من به اندازه

کافی تلاش نکردم تا دین و آیین خود را به خوبی بشناسم. خدا را به خاطر آگاهی دینی که اکنون به آن رسیده‌ام، شکر می‌کنم. این نکته را هم باید بگویم که البته هنر و بازیگری فی نفسه حرام نیست، به شرطی که از حدود شرعی که ما به‌طور فطری برای آن آفریده شده‌ایم، تجاوز نکند.

وی که تالار آرایشی به نام «صبایا» دارد در خصوص لزوم حفظ حجاب زنان در این مکان می‌گوید: طرح من قرار دادن پوشش برای موی زنان در حریم خودم است. بنابراین مسلمانان غیر محجبه و هر کسی که حجاب را رعایت نکند، اجازه ورود به آن را نخواهند داشت. این کار از روی مبنای خالص دینی است. موی آشکار و بی‌حجاب فتنه است و من نمی‌توانم در این گناه آن‌ها را کمک کنم و دختران بی‌حجاب با آرایش کامل از آنجا خارج شوند و نگاه مردان را به خود جلب کنند.

«حنان ترک» که به تازگی از همسرش جدا شده است، درباره‌ی طلاق خود نیز می‌گوید: همسرش با حجاب او موافق نبوده و او نیز نمی‌توانسته تمایل شوهرش را بر دستور خداوند مقدم بدارد. «لا طاعة لمخلوق فی معصية الخالق» و می‌گوید: از آنجا که او نتوانست مرا با حجاب بپذیرد و من هم نمی‌توانستم حجاب را کنار بگذارم، نتوانستیم به توافق برسیم. بنابراین از هم جدا شدیم. نمی‌دانم چرا مردم نمی‌خواهند بپذیرند که گذشته‌ی من اشتباه بوده است؟ حجاب در زندگی من نقطه عطفی بود. من لذت عبادت و تقرب به خداوند را به‌دست آورده‌ام. همچنین حنان ترک با کمک دیگران برای کمک به مردم غزه کاروانی از کمک‌های غذایی جمع‌آوری و ارسال کرده بود که به دلیل شرایط امنیتی به قاهره برگردانده شد. وی می‌گوید: با توجه به اینکه کاروان‌هایی از کمک‌های مردمی دیگر هم برگردانده شده است، امیدواریم این کمک‌ها با همکاری صلیب‌سرخ به مردم غزه برسد.

به امید روزی که همه‌ی خواهران گوهر حقیقی وجود خود را باز یابند. آمین یا رب العالمین!

منابع:

۱-تفسیرنور؛ دکتر مصطفی خرم‌دل

۲-مجله شمیم یاس، دی ۱۳۸۰، پیش شماره ۷

۳-ریاضیات ابوالسعید ابوالخیر

۴-سایت‌های اینترنتی حجاب، گل عفاف و ...

۵-«پوست گل عفاف» ارسالی به مدارس دخترانه توسط مدیر دارالقرآن سردشت، صالح حسین‌نژاد



## بی‌جست‌وجو، ایمان ما از جنس عادت می‌شود

فاطمه طالبی، کارشناس ارشد روان‌شناسی

برخورد تضادگونه‌ی بین‌نسلی، به‌خصوص در زمینه‌ی اعتقادات و ارزش‌های دینی، یک واقعیت تاریخی است، که از زمان‌های دور وجود داشته است. در گفتاری که بر یک لوحه‌ی باستانی در شهر اور (از مراکز مهم تمدن سومری که به گفته تورات، زادگاه ابراهیم نبی بوده و در حدود ۳۵۰۰ سال قبل از میلاد شهر آبادی بود)

کشف شده آمده است «اگر اجازه دهیم اعمال پی‌سابقه‌ی نسل‌های جوان‌تر ما ادامه یابد، تمدن ما محکوم به نابودی است.» این جملات بازتاب عقیده‌ای نسبت به جوانان است که در هر عصری شایع است. طبق این عقیده، جوانان هر دوره نسبت به سایر گروه‌های سنی پایبندی و تعهد اندکی به نظم اجتماعی مستقر دارند و مظهر سرکشی و طغیان علیه هنجارهای حاکم به شمار می‌روند. به بیان دیگر، این گفتار نشان از دغدغه‌ی همیشگی نسل قدیم در حفظ نظم موجود است. این‌گونه پیشداوری‌ها و اشتباهاتی که هر دو نسل نسبت به هم دارند و در ادامه خواهد آمد، زمینه‌ی هرگونه تفاهمی را می‌بندد. لذا با شناخت و پیشگیری از این‌گونه اشتباهات می‌توانیم برای ایجاد تفاهم نسلی تلاش بیشتری کنیم.

پیش از بیان اشتباهات هر دو نسل، به یک پژوهش اشاره می‌کنیم که می‌تواند در جهت تفهیم مطلب به ما کمک کند. دکتر مرتضی منطقی در پژوهشی که نزدیک به دو هزار دانش‌آموز و دانشجو از ۱۳۰ شهر را در برمی‌گرفت، دید نسل جدید را درباره خود و نسل قدیم بررسی کرد. یافته‌ی این پژوهش نشان داد هر چند نسل جدید، نسل اول و دوم را انسان‌هایی مقید، با ایمان، غیرتمند، شهادت‌طلب، دوستدار وطن، سخت‌کوش، مقاوم، صبور، آرمان‌گرا، امیدوار به آینده، هدفمند، ساده‌زیست، عدالت‌خواه و علاقمند به خانواده ترسیم می‌کند؛ در عین حال این نسل را با بهره‌هوشی کمتر تصویر کرده و معتقد

است نسلی سنتی و دورمانده از جهان روز است، جزمیت‌گراست، از آن‌ها سوءاستفاده شده، دل به شعارهای آرمان‌گرایانه خود بسته‌اند و تن به پذیرش واقعیت‌ها نمی‌دهند و با این اوضاع و احوال، در حقانیت خویش مصرند و نسل جدید را به علت تردیدی که در آرمان‌ها و اهداف آن‌ها دارد، زیر سؤال برده‌اند، با تنگ‌نظری با آن‌ها برخورد می‌کنند.

بررسی یافته‌های همین پژوهش از توصیف نسل حاضر، به دست خودشان نیز، حکایت از آن دارد که این نسل، خود را باهوش‌تر، نوآورتر و خلاق‌تر از نسل پیشین می‌داند. به سبب دسترسی به فناوری‌های اطلاعاتی و منابع اطلاعاتی لازم، شناخت دقیق‌تری از جهان حاضر دارد. نسل جدید با به چالش گرفتاری‌های غیرواقع‌نگر نسل اول و دوم، از سویی واقع‌نگری و از سویی دیگر هنجارشکنی و هنجارآفرینی خویش را نشان می‌دهند و می‌کوشند با تکیه بر خلاقیت، نوآوری و هنجارآفرینی‌های جدیدش، در جهت پیشرفت جامعه گام بردارد؛ اما نسل جدید علاوه بر ویژگی‌های مثبت مذکور، خود را با مشکلات و موانع زیادی نیز روبه‌رو می‌بیند. نسل جدید به سبب تقید دینی کمتری که دارد، از سویی نسل‌های پیشین با تردید نگریده می‌شود. این نسل اولاً به سبب قطع ارتباطش با تاریخ فرهنگی ایران و ثانیاً به علت تیره دیدن آینده (به لحاظ عدم دستیابی به شغل مناسب، تامین مسکن و تشکیل زندگی مشترک) به نوعی احساس بی‌هویتی، سردرگمی، پریشانی، افسردگی و اضطراب می‌کند. حال به اشتباهات نسل‌های قدیم و جدید نسبت به هم بپردازیم: نسل قدیم چه اشتباهاتی در مورد نسل جدید دارد؟

توسل به زور: نسل قدیم خواستار انطباق کامل و انکار تفاوت نسلی در زمینه‌ی دین است و دفاع تحکمی از ارزش‌های دینی خود دارد. یعنی ارزش‌های خود را با ضرب و زور دفاع می‌کند؛



در حالی که می‌تواند از ارزش‌های خود دفاع عقلانی کند. این نوع دفاع خود باعث تهاجمی شدن نسل جدید می‌شود و درواقع با این‌گونه مقابله به مثل، انتقال ارزش‌های دینی تبدیل به میدان جنگ می‌شود؛ میدانی که طرفین خواستار به کرسی نشاندن اعتقادات خود هستند، هرچند که این اعتقادات اشتباه باشد.

نداشتن تحمل و صبر در مقابل خطا: نسل قدیم در برابر لغزش‌ها و خطاهای نسل جدید، به‌خصوص در زمینه‌ی اعتقادات دینی، تحمل و صبر کمی دارد. این نسل در برابر لغزش‌ها با پرخاش و بی‌صبری‌ها برخورد یا سکوت قهرگونه اختیار می‌کند و نسبت به قضیه بی‌تفاوت است؛ که هر دو زمینه‌ساز تعارض نسلی خواهد شد.

نادیده گرفتن اقتضائات سنی: هر دوره سنی، اقتضائاتی دارد که گرچه گاهی مشکل‌زا می‌شود، طبیعی است. بدین معنا که جزء روال طبیعی رشد است. مثلاً گاهی دیده می‌شود والدین از فرزند نوجوان خود به دلیل ابراز علاقه به جنس مخالف، از منظر دینی به‌شدت انتقاد می‌کنند، در حالی که تمایل به جنس مخالف، بخشی از روند طبیعی رشد نوجوان است که البته می‌شود با تربیتی مناسب، درست هدایت شود.

اتخاذ تربیتی منسوخ شده: والدین گاه فرزند خود را برای زندگی در آینده تربیت نمی‌کنند. معیارهای تعلیم و تربیت آن‌ها بیشتر به گذشته نظر دارد. آنان تلاش می‌کنند فرزندان‌شان با همان تربیت و معیاری که خود بزرگ شده‌اند، بزرگ شوند. این شیوه‌ی تربیتی باعث می‌شود نسل جدید نتواند خود را با شرایط جدید منطبق کند و در نتیجه تعارض نسلی پدید می‌آید. اشتباه دیگر نسل قدیم در زمینه‌ی تربیت، اتخاذ شیوه‌ی تربیتی مستبدانه است که جلو ارتباط عاطفی بین دو نسل را می‌گیرد.

اشتباهات نسل جدید در برابر نسل قدیم کدام است؟

ناپختگی تفکر: ناپختگی به این معنا که در مقام اندیشیدن درباره‌ی مسائل مختلف مانند مسائل دینی به سبک همه یا هیچ فکر می‌کنند. برای مثال همه‌ی چیزهای جامعه‌ی نسل قدیم خود را از جمله فیلم، موسیقی، داستان و حتی گرایش دینی را رد می‌کنند و هر چیز غیرفرهنگ خودی را می‌پذیرند یا برعکس می‌کنند که این خود زمینه‌ساز گسست و تعارض نسلی است.

شتابزدگی: نسل جدید حرف‌ها و اعمال دینی و غیردینی نسل قدیم خود را شتابزده قضاوت می‌کنند و این خود باعث می‌شود نکات مثبتی را که در حرف نسل گذشته وجود دارد، نادیده بگیرند. در حالی که نسل جدید، بهتر است چشم و گوش بسته به همه‌چیز پشت پا نزند و به یاد داشته باشد به هر صورت آن‌ها زاینده و وارث گذشته‌اند.

تعمیم نابجا: نسل جدید، گاه به اشتباه شکست و نقص نسل قدیم در همه‌ی مسائل را به امور دینی و اعتقادات آنان نسبت می‌دهد. مثلاً وقتی بی‌نظیر (انبیاء و بویژه خاتم و نگین نبوت محمد بن عبدالله ﷺ) و مدرسه‌ای بی‌بدیل (اسلام) و کتابی مملو از رحمت، بشارت و نور (قرآن) ارزانی فرمود.

خداوند را شاکریم که ما را به‌صورت زوج آفرید تا در راستای تکوین و تکامل شخصیتمان، بسان لباس و نیز دو نیمه‌ی متمم و مکمل یکدیگر که هر یک دارای استعدادها و توانایی‌های خاص خویشیم، در منزلی که محل سکونت و آرامش است، سکنی گزینیم و با میثاق غلیظ و پیمان محکم در کنار هم، با مودت و عشق به همدیگر و نیز با رحمت (به معنای جلب منافع برای همدیگر و دفع از ضرر از مسیر ترگی همدیگر) پله‌های معراج و ترقی را با پرورش خود و نسل آینده، یکی پس از دیگری، بپیماییم.

خواهر ایمانی‌ام؛

امشب ۲۰ آذرماه ۱۳۹۲ برابر با ۱۳ دسامبر ۲۰۱۳ خبر خوشایند ازدواج شما را دریافت نمودم، و برایم مایه‌ی مسرت بود که بحمدالله با کسی پیمان ازدواج را می‌بندید که دو ویژگی «دین‌ورزی» و «اخلاق» که از شاخصه‌های یک مرد مؤمن برای ازدواجند، را دارا می‌باشد. ضمن عرض تبریک و صمیمانه‌ترین شادباش‌ها، از ته دل می‌گویم: «بارک الله لکما وبارک علیکما وجمع بینکما فی خیر» آمین!

اما دوست دارم چند نکته را من‌باب تذکار و یادآوری خدمت خواهر ایمانی‌ام عرض نمایم:

پیش از هر چیز هر جا باشیم خدا با ماست، «وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ وَاللَّهُ مَعَ التَّعْمَلُونَ بِصِرِّ» پس با ذکر و یاد او و نیز ایمان محکم به ایشان معیت خاص ایشان را نصیب خود نماییم و به‌جاست به یاد داشته باشیم در هر جا و مکانی «اقامه‌ی صلات» را فراموش نکنیم.

## نامه‌ای به یک دختر مسافر اروپا

عبدالتواب اشنوی

«وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ» [الروم: ۲۱]

«و از نشانه‌های او اینکه از [نوع] خودتان همسرانی برای شما آفرید تا بدان‌ها آرام بگیرید، و میانتان دوستی و رحمت نهاد. آری، در این [نعمت] برای مردمی که می‌اندیشند قطعاً نشانه‌هایی است.»

خداوند متعال را بسیار سپاسگزاریم که ما را از کتم عدم، خلعت هستی عنایت فرمود و با جعل سرمای قامت ما را قبال خلافت و جانشینی خود در زمین، پوشاند تا استعدادهای نهفته در نفسمان را با استفاده از مظاهر و آثار بی‌مُنتهای رحمتش، شکوفایی بخشیم و سرانجام رستگار شویم و در این راستا ما را معلمانی بی‌نظیر (انبیاء و بویژه خاتم و نگین نبوت محمد بن عبدالله ﷺ) و مدرسه‌ای بی‌بدیل (اسلام) و کتابی مملو از رحمت، بشارت و نور (قرآن) ارزانی فرمود.

خداوند را شاکریم که ما را به‌صورت زوج آفرید تا در راستای تکوین و تکامل شخصیتمان، بسان لباس و نیز دو نیمه‌ی متمم و مکمل یکدیگر که هر یک دارای استعدادها و توانایی‌های خاص خویشیم، در منزلی که محل سکونت و آرامش است، سکنی گزینیم و با میثاق غلیظ و پیمان محکم در کنار هم، با مودت و عشق به همدیگر و نیز با رحمت (به معنای جلب منافع برای همدیگر و دفع از ضرر از مسیر ترگی همدیگر) پله‌های معراج و ترقی را با پرورش خود و نسل آینده، یکی پس از دیگری، بپیماییم.

خواهر ایمانی‌ام؛

امشب ۲۰ آذرماه ۱۳۹۲ برابر با ۱۳ دسامبر ۲۰۱۳ خبر خوشایند ازدواج شما را دریافت نمودم، و برایم مایه‌ی مسرت بود که بحمدالله با کسی پیمان ازدواج را می‌بندید که دو ویژگی «دین‌ورزی» و «اخلاق» که از شاخصه‌های یک مرد مؤمن برای ازدواجند، را دارا می‌باشد. ضمن عرض تبریک و صمیمانه‌ترین شادباش‌ها، از ته دل می‌گویم: «بارک الله لکما وبارک علیکما وجمع بینکما فی خیر» آمین!

اما دوست دارم چند نکته را من‌باب تذکار و یادآوری خدمت خواهر ایمانی‌ام عرض نمایم:

پیش از هر چیز هر جا باشیم خدا با ماست، «وَهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنْتُمْ وَاللَّهُ مَعَ التَّعْمَلُونَ بِصِرِّ» پس با ذکر و یاد او و نیز ایمان محکم به ایشان معیت خاص ایشان را نصیب خود نماییم و به‌جاست به یاد داشته باشیم در هر جا و مکانی «اقامه‌ی صلات» را فراموش نکنیم.

منبع:

<http://sepidehdanaei.blogfa.com/>



نماز از فرایض و ارکان بسیار مهم اسلام- که با فریضه‌ای مانند رعایت حجاب برای زنان مؤمن قابل مقایسه نیست- است. اگر خدا را یاد کنیم، وی نیز ما را یاد خواهد کرد و نماز که بزرگترین و جامع‌ترین وسیله‌ی یاد خداست ما را از فرو رفتن در ورطه‌ی تبعیت از شهوات، گمراهی و شرک و نیز از ارتکاب فحشا و منکرات باز می‌دارد. ضایع کردن نماز همان و پیروی از هوای نفس و تمایل به شهوات و گمراه شدن همان. خداوند کریم در قرآن می‌فرماید: «فَخَلَفَ مِنْ بَعدِهِمْ خَلْفٌ أَضَاعُوا الصَّلَاةَ وَاتَّبَعُوا الشَّهَوَاتِ فَسُوفَ يَلْقَوْنَ عَذَابًا» [مریم: ۵۹].

باید با دو سلاح «صبر» و «یقین» به جنگی سخت با «شهوات» و «شبهات» رفت. اگر در این کارزار موفق شویم، خداوند متعال بنا به وعده‌ی صادقش ما را کسوت پیشوایی و امامت خواهد پوشاند: «وَجَعَلْنَا مِنْهُمْ أَئِمَّةً يَهْتَدُونَ بِأَمْرِنَا لَمَّا صَبَرُوا وَكَانُوا بِآيَاتِنَا يُوقِنُونَ» [السجدة: ۲۴] و مژین به لباس تقوا خواهیم شد و چه لباسی از لباس تقوا و چه رنگی از رنگ خدا بهتر است: «... وَلِبَاسُ التَّقْوَىٰ ذَٰلِكَ خَيْرٌ...» [اعراف: ۳۱] و «صِبْغَةَ اللَّهِ وَمَنْ أَحْسَنُ مِنَ اللَّهِ صِبْغَةً؟» [بقره: ۱۳۸].

رعایت پوشش اسلامی فریضه‌ای اساسی برای زنان مؤمن است در دو آیه‌ی قرآن حدود و ثغور آن مشخص شده است، به هیچ‌وجه نباید در عمل به این حکم الهی کوتاه آمد:

الف) «يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ قُلْ لَأَزْوَاجِكَ وَبَنَاتِكَ وَنِسَاءَ الْمُؤْمِنِينَ يُدْنِينَ عَلَيْهِنَّ مِنْ جَلَابِيبِهِنَّ ذَٰلِكَ أَدْنَىٰ أَنْ يُعْرَفْنَ فَلَا يُؤْذَيْنَ وَكَانَ اللَّهُ غَفُورًا رَحِيمًا» [احزاب: ۵۹]

«ای پیامبر، به زنان و دخترانت و به زنان مؤمنان بگو: پوشش‌های خود را بر خود فروتر گیرند. این برای آنکه شناخته شوند و مورد آزار قرار نگیرند [به احتیاط] نزدیک‌تر است و خدا آمرزنده مهربان است.»

ب) «وَلْيَضْرِبْنَ بِخُمُرِهِنَّ عَلَىٰ جُيُوبِهِنَّ» (قسمتی از آیه‌ی ۳۱ سوره‌ی نور) «و باید روسری خود را بر گردن خویش [فرو] اندازند.»

در این مسیر، نباید از طعن طاعنان هراسید و مؤمنان واقعی و اولیای خدای رحمان «وَلَا يَخَافُونَ



تَوَمَّةٌ لَّائِمَةٌ ذَلِكَ فَضْلُ اللَّهِ يُؤْتِيهِ مَنْ يَشَاءُ وَاللَّهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ» [مائده: ۵۴].

خداوند خالق آمر می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ فَلَا تَغُرُّوكُمُ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا وَلَا يَغُرُّوكُمُ بِاللَّهِ الْغُرُورُ» [فاطر: ۵] زندگی در دارالغرور دنیا بسی فریبنده و دارای زرق و برق‌های فراوان است، ای بسا در دنیای فرنگ، این عوامل فریب و زخارف دنیا بیشتر از اینجا باشند، پس به هوش باشیم و در راستای برخورداری از نعم ناچیز دنیوی، نعم بهتر و ماندگار اخروی و از همه مهم‌تر رضوان الهی را به بهای ناچیز، از کف ندهیم و این دنیا و زندگی چند روزه‌اش را بسان هدف و غایت نپنداریم و همیشه به دید یک وسیله و کاروان‌سراییی که چند روزی در جهت رسیدن به کمال با همه‌ی امکاناتش در اختیار ما قرار داده شده است، بنگریم و قطعاً روزی فرا خواهد رسید که از همه‌ی این امکانات و منافع، از ما پرسش خواهد شد. مرگ را فراموش نکنیم؛ چرا که لحظه به لحظه در طلب ماست و عجز ما در مقابل آن بر هیچ‌کس عاقلی پوشیده نیست!

با شناختی که از روحیه‌ی کمال‌گرا و نیکی‌خواه شما دارم، یقین دارم در بستر آزادی که همو خمیرمایه‌ی کرامت ذاتی بشر است، گل ایمان را شکوفاتر از اینجا خواهید نمود، به‌ویژه که به زبان قرآن آشنایی دارید و -به ان خداوند متعال- نه‌تنها به حال خود، بلکه برای

میلیون‌ها انسان سرگشته‌ی محروم از هدایت ربّانی نیز به‌سان چراغی فرا‌راه‌شان خواهی بود.

تو مگو ما را بدین شه بار نیست

با بریرمان کارها دشوار نیست

در این راستا پیشنهاد می‌کنم که با کتاب خدا که رهایی‌بخش انسان از تاریکی‌های گمراهی و جهالت است بسیار انیس و مونس باشی و در سایه‌ی تبیینات پیام‌آور رحمت و سنت مبارک

ایشان، آنچنان حیات طیبه‌ای را برای خود و خانواده‌ات رقم بزنی که تصوّر بهشت ابدی با این اجر نقد دنیایی (زندگی بدون ترس و غم آکنده از ایمان) برایتان بسیار آسان باشد؛ چرا که در همان قرآن بشارت است که: «مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْتَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاتًا طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ» [النحل: ۹۷]

در این فضای جدیدی که مدّعی آزادی زن، گوش فلک را کر می‌کند، علیه اسلام یاوه‌گویی‌ها خواهی شنید، چه نیکوست به یاد آوریم که قرآن، زن را از یک موجود میان‌مایه‌ی خفیف و خوار به انسانی که می‌تواند به عنوان الگوی شخصیتی نه‌تنها برای زنان بلکه برای کل جامعه‌ی بشری بدل گردد، تغییر مکانست داد و نبی رحمت یکی از سه چیزی که از دنیای ناسوت دوست می‌داشت «زن» بود که آن‌را «شقائق الرّجال» می‌خواند و بودن با همسری



## خشونت علیه زنان

سمیه ریسی، کارشناس ارشد جامعه‌شناسی

مقدمه

سازمان ملل در قطعنامه‌ای مربوط به حذف خشونت علیه زنان در اجلاس عمومی سال ۱۹۹۳، خشونت علیه زنان را اینگونه تعریف کرده است: «هر رفتار خشن وابسته به جنسیت که موجب آسیب جسمی، جنسی، روانی و رنج زنان شود. چنین رفتاری می‌تواند با تهدید، اجبار و سلب مطلق اختیار و آزادی به صورت آشکار و یا پنهان انجام شود. (سازمان جهانی بهداشت، ۱۳۸۰)

خشونت علیه زنان در تمامی کشورهای جهان وجود دارد و مرزهای فرهنگ، طبقه‌ی اجتماعی و اقتصادی، تحصیلات، قومیت و سن را در نوردیده است. گرچه در بسیاری از کشورهای جهان خشونت علیه زنان منع شده است و افراد از ارتکاب به آن بازداشته می‌شوند، ولی واقعیت آن است که خشونت علیه زنان در پس شعایر، آداب و رسوم فرهنگی، هنجارهای اجتماعی و اعتقادات مذهبی پناه می‌گیرد و پنهان می‌شود (WHO 1996). خشونت به علت تفاوت‌های فرهنگی و برخی هنجارهای اجتماعی دیگر به‌درستی تعریف نشده است، به‌گونه‌ای که پیوستاری از سیلی خوردن -که آزار بدنی جزئی است- تا کشته شدن و قتل را خشونت‌آمیز می‌دانند. این در حالی است که برخی سیلی زدن را رفتاری هنجاری و تعاملی میان زن و شوهر می‌دانند و بکارگیری واژه‌ی خشونت را برای آن درست نمی‌شمارند. (Gelles, 1997). نوع بسیار در بهشت خداوند، داخل شده و در آن لحظه‌ی فراق از دنیا و وصال با محبوب حقیقی، با نوای دل‌انگیز «سَلَامٌ عَلَیْكُمْ ادْخُلُوا الْجَنَّةَ مِمَّا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ» کزوبیان و با «رَوْحٌ وَرِیحَانٌ وَجَنَّاتٌ نَّعِیمٌ» روبرو شویم. و ما ذلک علی الله بعزیز.

مورد مطالعه از اول زندگی تاکنون حداقل یک‌بار خشونت خانگی از سمت همسرشان را تجربه کرده‌اند. ۳۰ درصد خانواده‌ها حداقل یک‌بار خشونت فیزیکی جدی و حاد و در ۱۰ درصد خانواده‌ها خشونت‌هایی که منجر به صدمات موقت و یا دائم و جدی شده است را گزارش کرده‌اند. در این پژوهش ملی که در سال ۱۳۸۳ انجام شد و نتایجی که حاصل شده است، زاهدان در صدر شاخص‌های خشونت علیه زنان (شدت صدمات ناشی از خشونت خانگی، خشونت فیزیکی، خشونت جنسی، خشونت حقوقی و خشونت‌های مربوط به طلاق و...) قرار دارد و زنان بلوچ در صدر شاخص‌های خشونت علیه زنان قرار دارند. (هفته‌نامه‌ی فرهنگ و پژوهش، ۱۳۸۳)

انواع خشونت‌ها:

خشونت اقتصادی: هر نوع رفتار خشنی است که از روی قصد و نیت، زن را در امور مربوط به اشتغال، اقتصاد و دارایی تحت فشار و آزار و تبعیض قرار دهد و مصادیق آن عبارتند از: عدم پرداخت نفقه، بخل، کنترل وسواس‌گونه‌ی مخارج منزل، دریافت اجباری حقوق زن، دریافت اجباری ارثیه‌ی زن، سوء استفاده یا سرقت اموال و دارایی همسر، ایجاد مضیقه مالی در خانواده، محرومیت‌های اقتصادی، عدم تأمین نیازهای ضروری همسر و فرزندان، تبعیضات و نابرابری‌های اقتصادی. (مجبی، ۱۳۸۰)

خشونت جسمی: هر نوع رفتار خشنی است که از روی قصد و نیت منجر به آسیب و صدمات جسمانی شود و مصادیق آن عبارتند از: ضرب و شتم، مشت زدن، گاز گرفتن، سیلی زدن، خفه کردن، ضربه با شی یا مشت، چاقوکشی، تیراندازی، مُتله کردن، زنده به گور کردن، سقط به خاطر جنسیت، اسید پاشی، آزار مادر به دلیل جنسیت جنین، خودکشی اجباری، شکنجه و قتل و... (همان)

خشونت روانی: هر نوع رفتار و گفتار خشنی است که سلامت روانی دیگری را با خطر روبرو می‌سازد. برخی از این رفتارها مانند خرده‌گیری ناروا، توهین و تحقیر، فحاشی، تهدید به طلاق و محدود کردن آزادی می‌باشد (Hanson 2004 & Wallace-Capretta).

خشونت جنسی: به هرگونه رفتار غیراجتماعی گفته می‌شود که از لمس کردن بدن زن شروع شده و گاهی تا مرحله‌ی تجاوز جنسی زن را دربرمی‌گیرد. این نوع خشونت ممکن است در حیطه‌ی زندگی خصوصی زناشویی و خانوادگی اتفاق افتد و به‌صورت الزام به تمکین از شوهر یا رابطه محارم با یکدیگر در حلقه خویشاوندی (مافی و اکبرزاده، ۱۳۸۴؛ کار، ۱۳۷۹: ۳۴۶)

برخی از عواملی که به خشونت علیه زنان منجر می‌شود و هم چنین پیامدهایی که خشونت علیه زنان در زندگی آنان جریان دارد به شرح

زیر است:

مردسالاری

مردسالاری، وضعیتی است که در آن مردها قدرت و حاکمیتی فراوان نسبت به زن‌ها دارند در انگلیسی از واژه‌ی (mencracy) در مفهوم مردسالاری استفاده می‌شود. پدرسالاری (Pa- triarchy) زیرمجموعه‌ی مردسالاری به‌حساب می‌آید؛ یعنی مردسالاری کلی‌تر و مفهومی‌تر از پدرسالاری است. مردسالاری، نامی است برای نظام و ساختاری که از راه نهادهای اجتماعی، سیاسی و اقتصادی خود، زنان را زیر سلطه دارد. (آبوت ووالاس، ۱۳۸۵: ۳۲۴)

در جوامعی که فرهنگ سنتی غالب است و زندگی آن‌ها تا حد زیادی از الگوهای سنتی پیروی می‌کند، مردسالاری بسیار پررنگ است. هنگامی که در فرهنگ جامعه‌ای مردسالاری حاکم باشد، افراد جامعه آن را قبول می‌کنند و به‌عنوان امری پذیرفته شده و معقول می‌دانند. زنان در جوامع مردسالار، حاکمیت قدرت مردان را می‌پذیرند و گاه به آن شدت می‌دهند. نظام مردسالاری به مردان قدرت، احترام و منزلت می‌دهد. آنان دارای قدرت پذیرفته شده در جامعه می‌باشند که توانایی اعمال آن را پیدا می‌کنند، این اعمال قدرت گاهی با خشونت همراه می‌شود و در نتیجه شرایط برای خشونت علیه زنان پدید می‌آید.

اعتیاد

حدود ۴۰ درصد جمعیت عمومی جهان، مصرف یک یا چند ماده غیر مجاز را در طول زندگی خود گزارش می‌کنند. در یک سال گذشته حدود ۱۵ درصد اقدام به سوء مصرف مواد غیر مجاز کرده‌اند. شیوع سوء مصرف مواد در طول عمر حدود ۲۰ درصد است. (کاپلان و سادوک، ۱۳۸۵)

افراد معتاد پیامدهای عاطفی، اجتماعی، فرهنگی و معنوی ویژه‌ای را تجربه می‌کنند، از نظر عاطفی و هیجانی عزت‌نفس پایین، فقدان کنترل تکانه، کاهش تحمل ناکامی، عدم بازداری اجتماعی، بی‌ثباتی هیجانی، خشم، احساس گناه، اضطراب و افسردگی و از نظر فرهنگی و معنوی عوامل استرس‌زایی چون مشکلات مالی، فرهنگی و خانوادگی صرف‌نظر از نوع مواد می‌توانند در زندگی فرد حضور یابند و به صورت مکانیزم مقابله‌ای به‌کار گرفته شوند که خود آن‌ها نیز متعاقباً استرس فرد را کاهش می‌دهند. (بردبار، ۱۳۸۷: ۲۹)

از نظر داشتن عوامل خطر ساز (فردی، خانوادگی و محیطی) بین خشونت علیه زنان و اعتیاد اشتراک‌های زیادی وجود دارد. این عوامل خطر ساز به سه طریق زیر می‌توانند منجر به ناکارآمدی ساختار خانواده شوند:

۱. عوامل خطر ساز ممکن است منجر به خشونت شوند، که به‌دنبال آن در بروز اعتیاد مؤثر



خواهند بود.

۲. عوامل خطر‌ساز می‌توانند موجبات اعتیاد را فراهم آورند که آن نیز به نوبه‌ی خود بروز خشونت خانوادگی را تسریع می‌کند.

۳. عوامل خطر‌ساز می‌تواند به طور مستقل اعتیاد یا خشونت خانوادگی را ایجاد و یا تشدید کند. (همان: ۳۰)

قیح طلاق

طلاق در جوامع سنتی به عنوان امری قبیح و دور از ذهن شناخته می‌شود، هر چند طی چند سال اخیر به نظر می‌رسد از میزان قبح این مساله کاسته شده است اما به طور کامل از بین نرفته است و هم‌چنان برخی از خانواده‌ها آن را به شدت قبیح می‌دانند و مجبور به ادامه زندگی در هر شرایطی می‌باشند. به طور کلی این تفکرات و این ذهنیات زنان را از طلاق به وحشت می‌اندازد؛ چون برای زنان هیچ چیزی بدتر از بدنام شدن نیست، خصوصاً در جوامع سنتی که ارتباط بین افراد زیاد است این بدنام شدن خیلی زود در همه جا بر سر زبان‌ها می‌افتد و به آسانی باعث آبروریزی می‌شود، این مسایل زنان را از طلاق وحشت‌زده کرده است و باعث می‌شود آنان زندگی در هر شرایطی را بر طلاق ترجیح دهند و این موقعیت فرصت و شرایط اعمال خشونت را فراهم می‌کند.

ازدواج اجباری

اجبار در ازدواج یکی از عوامل مؤثر در خشونت علیه زنان محسوب می‌شود. این اجبار اشکال و شیوه‌های مختلفی را به خود می‌گیرد: ازدواجی که در اصطلاح زن به زن گفته می‌شود، اسم و نشان کردن دختر و پسر از دوران کودکی (در اصطلاح عامیانه ناف بر بودن)، ازدواج فامیلی (برخی از ازدواج‌های فامیلی به خاطر حفظ روابط خانوادگی و خویشاوندی شکلی از اجبار را با خود به همراه دارد) و ازدواج به عنوان خون بس اشکال مختلفی از ازدواج اجباری هستند که در همه‌ی این اشکال ازدواج، فرد مجبور به انتخاب می‌شود در جوامعی سنتی اجبار در ازدواج با پدرسالاری همراه است؛ چرا که اجبار زنان به ازدواج، بیشتر از سمت پدرشان بوده است و به‌خاطر نظام پدرسالاری و مردسالاری در خانواده‌ها، زنان جرأت مخالفت با تصمیم پدر را نداشته‌اند چنین ازدواج‌هایی زمینه را برای نارضایتی و نهایتاً خشونت علیه زنان فراهم می‌سازد.

خشونت خانواده شوهر

وضعیت فرهنگی و اجتماعی برخی کشورها از جمله ایران، به‌گونه‌ای است که بین خانواده‌ی اصلی و خانواده‌های تابع (پس از ازدواج فرزندان) وابستگی زیادی وجود دارد. این امر هرچند در حمایت خانواده‌ی اصلی از خانواده‌های تابع مؤثر است، دخالت‌های نابجای آن‌ها نیز گاه

به مشکلات خانوادگی دامن می‌زند. جوامع مردسالار به مرد قدرت، منزلت و احترام در خانواده، جامعه و سایر حوزه‌ها می‌دهد، در چنین جوامعی خانواده‌ی مرد در مقابل زن این قدرت، منزلت و احترام را دارد و همان‌طور که مردان می‌توانند اعمال قدرت کنند، خانواده‌ی مرد هم، به نسبت خانواده‌ی زن، از توان بیشتری برای اعمال قدرت بر زندگی پسرشان برخوردار هستند و خشونت مردان علیه زنان به خشونت خانواده شوهر علیه زن سرایت می‌کند.

و اما پیامدهای خشونت علیه زنان:

تحمل خشونت

یکی از عمده ترین راهبردهای زنان در برابر خشونت تحمل آن است. فرهنگ مردسالارانه به آن‌ها تحمل کردن را می‌آموزد به آن‌ها می‌آموزد که برای این که اوضاع زندگی بدتر نشود شرایط خشونت‌آمیز زندگی را تحمل کنند. در یک فرهنگ مردسالارانه که برتری را به مرد می‌دهد تحمل خشونت جزئی از وظیفه‌ی زن به حساب می‌آید.

مقاومت

عکس‌العمل مشارکت‌کنندگان را درمقابل خشونت‌های شوهرانشان و هم چنین شرایط خشونت‌آمیز زندگی آن‌ها را می‌توان همانند یک فرایند در نظر گرفت، مشارکت‌کنندگان در ابتدای امر راهبرد تحمل خشونت را در مقابل خشونت‌های اعمال شده علیه خود به کار می‌گیرند، برخی از آن‌ها به خاطر وجود فرزندان و یا شرایط فرهنگی، تحمل کردن شرایط خشونت‌آمیز را به عنوان انتخاب نهایی خود برمی‌گزینند و این تحمل کردن تا آن جا پیش می‌رود که آن‌ها به آن شرایط خشونت‌آمیز و خشونت‌های شوهر علیه خود عادت می‌کنند، این امکان وجود دارد که پس از مدتی زنان دیگر خشونت را بر خود احساس نمی‌کنند نه به این دلیل که شرایط خشونت‌آمیز از بین رفته است بلکه به این دلیل است که به آن شرایط خشونت‌آمیز عادت کرده‌اند. در مقابل گروه اول، برخی دیگر از مشارکت‌کنندگان در مقابل خشونت‌های شوهر خود و شرایط خشونت‌آمیز زندگی خود مقاومت می‌کنند. عمده‌ترین شکل مقاومت آن‌ها مطالبه‌ی مهریه و درخواست طلاق می‌باشد. این شکایت آن‌ها در واقع بیشتر به یک تهدید و یک نوع مقاومت برای غلبه بر شرایط موجود است.

انزوا و کناره‌گیری

گاهی زنان به نقطه‌ای می‌رسند که مقاومت نمی‌کنند بلکه خود را از جریان زندگی خود کنار می‌کشند تا به شرایط خشونت‌آمیز خود پایان می‌دهند. این پایان دادن به شرایط خشونت‌آمیز زندگی مشترک و پایان دادن به خشونت‌های شوهر بیشتر به دو طریق صورت گرفته است. زنان بعد از مؤثر واقع نشدن

مقاومت، اقدام به ترک زندگی یا اقدام به ترک خانه می‌کنند، به این معنا برخی از زنان اقدام به خودکشی می‌کنند و قصد ترک زندگی دارند و برخی دیگر از زنان زندگی مشترک را ترک می‌کنند و طلاق می‌گیرند و یا بدون این که طلاق بگیرند به نشانه‌ی قهر به خانه‌ی پدر و مادر خود می‌روند و زندگی مشترک خود را ترک می‌کنند.

منابع:

۱. آبیوت، پاملا و کلا ووالا (۱۳۸۵)، فرهنگ واژه‌ها و اصطلاحات در جامعه‌شناسی زنان، ترجمه‌ی منیژه نجم‌عراقی، تهران: (چاپ چهارم)
۲. بردبار، علیرضا (۱۳۸۷)، سوءمصرف مواد و خشونت خانوادگی، اصلاح و تربیت، شماره ۷، صص: ۲۸-۳۴
۳. سازمان جهانی بهداشت (۱۳۸۰)، خشونت علیه زنان، ترجمه رفیعی شهرام، پارسی نیا سعید، چاپ اول، نشر تندیس، صص: ۱۹۸
۴. شمس اسفندآبادی حسن و دیگران (۱۳۸۳)، همسر آزاری و عوامل مؤثر بر آن در زنان متأهل، پژوهش‌های نوین روانشناختی (روانشناسی دانشگاه تربیز)، سال اول، شماره اول، صص: ۹۹-۱۱۲
۵. کاپلان، اچ. آی، سادوک، بی. جی (۱۳۸۵)، خلاصه روان‌پزشکی علوم رفتاری- روان‌پزشکی بالینی، ترجمه عباس رفیعی و فرزین رضایی، تهران: ارجمند، (تاریخ انتشار اثر به زبان اصلی: ۲۰۰۳)
۶. کار، مهرانگیر (۱۳۷۹)، پژوهشی دربرای خشونت علیه زنان، تهران: روشنگران
۷. مافی، مهوش و نسرین اکبرزاده (۱۳۸۴)، مطالعات روان‌شناختی سال اول، شماره ۴، صص: ۷۱-۸۱
۸. محبی، سیده فاطمه (۱۳۸۰)، آسیب‌شناسی اجتماعی زنان: خشونت علیه زنان، کتاب زنان، شماره ۱۴، صص: ۶-۱۹
۹. هفته نامه فرهنگ و پژوهش (۱۳۸۳)، شماره ۱۶۵، تاریخ نشر ۸۳/۲۸/۲۸
10. Crisp, D , Stank B(2000). Reading Domestic violence Monitoring Costs and Evaluation Needs. Crime Reduction Series , University of London
11. Gelles , Richard. j. (1997). intimate violence in families.3rd Edition , Thousand Oaks , CA , USA: SAGE publications.
12. Hanson, R. Karl & Suzzane Wallace-Capretta (2004). Predictors of Criminal Recidivism among Male Batterers. Psychology Crime and Law, 10(4), 413-427
13. Jaoko , J. O.(2005), Ecological Crrelates of Violence Against Women. PhD Thesis.United states: University of Texas
- WHO , 1996 , violence against women.WHO , 1996. FRH/WHD/94.8. 14

## نقش و مسؤولیت‌های زنان در دیدگاه ما

صلاح‌الدین بهاء‌الدین

ترجمه: عبدالعزیز سلیمی

ما به زنان همچون انسانی مسؤول و صاحب رسالت همسان با مردان نگاه می‌کنیم. اما ساختار جسمی و فیزیولوژی ویژه‌ی انسان‌ها، در مواردی به تفاوت میان تکالیف و مسؤولیت‌های میان مردان، زنان، کودکان، بزرگ‌تران و مادر و دختر و پدر و فرزند منجر می‌شود.

اما وجود تفاوت میان مسؤولیت‌ها به هیچ‌وجه به معنای تفاوت در ارزش‌گذاری و برتری یکی بر دیگری در مقام انسانی و حقوق و احترام و امتیازهای مادی و معنوی نیست. در واقع پدیده‌ی سرکوبی و حق‌گشایی و منزوی نمودن زنان در جامعه‌های ما نوعی عرض‌اندام در برابر آموزه‌های اسلام و مخالفت صریح با تعالیم دینی به شمار می‌آیند و ستمی سرچشمه گرفته از عرف و عادات جاهلی توسط برخی از آدم‌های سست ایمان بوده و دامن اسلام از چنان ستم و حق‌گشایی‌هایی پاک است.

این حقیقت بر همگان عیان است که ستم بر زنان و سرکوبی ایشان و زیر پا نهادن حقوقشان در جامعه‌های ما، به مراتب کمتر از جامعه‌های غربی است؛ زیرا زنان در جوامع غربی به جای تلاش برای آزادی، متأسفانه آنان را به صورت کالایی سیاسی و اقتصادی درآورده‌اند.

اما ما بنا بر آموزه‌های ایمانی و اصیل دین اسلام بر روی این موضوع تأکید می‌ورزیم که زنان نیمه‌ی جامعه و مربی نیمه‌ی دیگر و همسان و همسر مردان هستند و به خاطر قرار گرفتن در کنار مردان به عنوان خواهر، دختر، مادر و همسر، اسلام آنان را جفت و همسان با مردان به شمار می‌آورد.

البته ما همراه با این باور در جهت اصلاح شناخت و اطلاع‌رسانی به عامه‌ی مردم و برداشتن موانع موجود بر سر راه باز پس‌گیری حقوق غصب شده‌ی زنان و باز گردانیدن محترمانه‌ی ایشان به مقام والایشان در عصر رسول خدا ﷺ به طور مداوم و در هر شرایطی تمامی توان خود را به کار خواهیم گرفت تا بار دیگر با توجه به ویژگی‌ها و توانایی‌ها و تخصص‌هایشان وارد عرصه‌های زندگی مانند مدرسه، مسجد، دانشگاه، و مهارت‌های علمی، سیاسی و سیستم‌های حزبی و جمعیت‌ها و کانون‌های حرفه‌ای و شغلی شوند و این بازگشت آنان براساس برنامه‌های شرعی، هدفمند و اصیل صورت پذیرد.

زیرا امکان ندارد که این چنین حرکت اصلاحی بدون پایبندی تام و تمام و بدون دوری از



مرزشکنی شرعی و پرهیز از کوتاهی و توجیبهات ناصواب و خودداری از بازی با احکام شریعت از یک طرف و از طرف دیگر کنار نهادن راهکارهای خشکه مقدس و افراط و سختگیری، به هدف خود یعنی چیره شدن بر انبوه مشکلات و آداب و رسوم ریشه‌دار دست پیدا نماید؛ زیرا گناه حرام کردن حلال از حلال نمودن حرام، کمتر نیست.

همان‌گونه که پیامبر بزرگوار اسلام فرموده‌اند: «حلال و حرام هر یک معلوم و مشخص‌اند» و خارج از این دو امور آشکار، در دایره‌ی متشابهات، باید به دیگر امور – که در میان آن دو خط قرار دارند– به چشم مباح، مقبول یا نهی نشده نگاه کرد و بدون برخورداری از سرمایه‌ی علمی و تخصصی و مهارت، به هیچ‌وجه وارد میدان فتوا و بیان حکم درباره‌ی اوضاع و احوال نشد؛ زیرا این نگرانی هست که خواسته یا ناخواسته وارد حریم تحلیل حرام یا تحریم حلال بشویم.

پدیده‌ی زیر پا نهادن حقوق و منزوی گردانیدن زنان در جامعه‌ی اسلامی و بی‌توجهی به آنان به عنوان انسانی مکلف و مسؤول، غالباً بر اثر پیشگیری واقعه پیش از وقوع یا «سد ذریعه» صورت گرفته است. اما در این جا این پرسش مطرح می‌شود که آیا می‌توان به بهانه‌ی جلوگیری از حرامی احتمالی، مرتکب حرامی حقیقی گردید؟

نه! به هیچ‌وجه قانون و مرزشکنی روا نیست، این هر دو قشر زنان و مردان هستند که دو بال جامعه‌اند و ساختار جامعه را شکل می‌دهند و به عمل صالح – با توجه به تمامی معنی و دلالت آن – اقدام می‌نمایند و این «ایمان» است که انگیزه و سرچشمه‌ی الهام و عملکرد هر دوی ایشان شده است و کنار گذاشتن هر یک از آنان از میدان «عمل صالح» و اقدام مفید و سازنده به بهانه‌ی احتیاط به هیچ‌وجه روا نیست. فراتر از این ما در برابر مسلح نمودن زنان به اسلحه‌ی ایمان و آموزش آنان در به کارگیری هر چه بهتر توانایی‌هایشان، و تربیت و تزکیه و ایجاد انگیزه و توان برای عمل صالح و سازنده، مسؤولیت ایمانی و تاریخی داریم.

در عرصه‌ی تحلیل امور و اوضاع و سنجش و مقیاس آن‌ها با یکدیگر، معیار و میزان، سرچشمه گرفتن و برخاستن آن‌ها از ایمان از یک طرف و از طرف دیگر صالح و صحیح و درست بودن آن راهکارها و عملکردها است. بر همین اساس است که در قرآن آیات بسیاری در ارتباط با «ایمان و عمل صالح» بدون تبعیض میان زنان و مردان آمده است:

«وَمَنْ يَعْمَلْ مِنَ الصَّالِحَاتِ مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَٰئِكَ يَدْخُلُونَ الْجَنَّةَ وَلَا يُظَلَّمُونَ فِيهَا» [نساء: ۱۲۴]

کسی که اعمال شایسته انجام دهد و مؤمن باشد -خواه مرد و خواه زن- چنان کسانی داخل بهشت شوند، و کمترین ستمی بدانان نشود.

«مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاتًا طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ» [نحل: ۹۷]

هرکس چه زن و چه مرد کار شایسته انجام دهد و مؤمن باشد، بدو (در این دنیا) زندگی پاکیزه و خوشایندی می‌بخشیم و (در آن دنیا) پاداش (کارهای خوب و متوسط و عالی) آنان را بر طبق بهترین کارهایشان خواهیم داد.

«وَمَنْ يَعْمَلْ مِنَ الصَّالِحَاتِ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَا يَخَافُ ظُلْمًا وَلَا هَضْمًا» [طه: ۱۱۲]

و هر کس کارهای نیکو انجام دهد، در حالی که مؤمن باشد، نه از ظلم و ستمی می‌ترسد (که بر او رود ، و مثلاً بر گناهانش افزوده شود) و نه از کم و کاستی می‌هراسد (که گریبانگیر کارهای نیک و پاداشش شود. چرا که حساب خدا دقیق است).

«مَنْ عَمِلَ سَيِّئَةً فَلَا يُجْزَىٰ إِلَّا مِثْلَهَا وَمَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَأُولَٰئِكَ يَدْخُلُونَ الْجَنَّةَ يُرْزَقُونَ فِيهَا بِغَيْرِ حِسَابٍ» [غافر: ۴۰]

هر کس عمل بدی انجام دهد، (در آخرت) جز همسان آن، کیفر داده نمی‌شود، ولی هر کس کار خوبی انجام دهد، خواه مرد باشد یا زن – به شرط این که مؤمن باشد– چنین کسانی به بهشت می‌روند و در آنجا نعمت و روزی بدیشان بدون حساب و کتاب عطاء می‌گردد.



## نگاه اسلام به مشارکت سیاسی زن در جامعه

### مژگان جواهری

از مسائلی که تردیدی در آن نیست، این است که امروزه در جوامع اسلامی از نظر فعالیت‌های اجتماعی نوعی عقب‌ماندگی وجود دارد و به‌طور مشخص در راستای فهم اسلام و پیاده کردن تعالیم آن، کوتاهی بسیاری صورت گرفته است که یکی از عوامل اصلی عقب‌ماندگی جوامع اسلامی، به‌شمار می‌آید و این مورد می‌تواند، آگاه نبودن و یا اطلاع نداشتن مسلمانان، در مورد زنان و نقش اساسی این قشر بزرگ از جامعه در مسائل سیاسی، اجتماعی و فرهنگی از آغاز خلقت، باشد. در جامعه هر آن‌چه بر سر مردان آمده، بر سر زنان نیز آمده است، زنان نیز هم‌چون مردان در جوامع اسلامی، گرفتار این عقب‌ماندگی شده‌اند. از جمله عوامل و مسائلی که باید مورد توجه و اهتمام قرار گیرد، اوضاع و احوال زنان و فعالیت آنان در عرصه‌های زندگی اجتماعی و سیاسی و فرهنگی و اجرای قوانین و مقررات و ضوابط اساسی، در این مورد است.

(رَبَّنَا إِنَّكَ تَعَلَّمَ مِمَّا نُخْفِي وَمَا نُعَلِّنُ وَمَا يَخْفَى عَلَى اللَّهِ مِنْ شَيْءٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي السَّمَاءِ) [ابراهیم: ۳۸]

پیشاپیش اشاره به این نکته، ضروری است که آنچه به عنوان یک واقعیت شرم‌آور بر گونه‌ی صفحات تاریخ، خودنمایی می‌کند، این است که زن، در مکتب‌های الهی- حتی در میان پیروان ادیان آسمانی تعریف شده نیز- به عنوان یک موجود پست، شرور و نماد شیطان، حامل روح خبیث، ماهی سرافکنندگی و درعینحال وسیله‌ی شهوترانی و اشباع غریزه‌ی جنسی مردان، تلقی- شده‌است. برای اثبات این ادعا، همین بس که در «سفرالاولیین» تشریحی در کتاب مقدس یهود و نصارا، حکم بر نجاست ابدی زن شده است.

وحدت و یگانگی، نقطه‌ی مقابل اختلاف و تفرقه، از آموزه‌های با اهمیت اسلام بین مسلمانان است. یگانگی و هماهنگی مسلمانان، در سایه‌ی توحید و نبوت و قرآن و متکی نبودن بر تفاوت‌های مذهبی و قومی، موجب مجد

و بزرگی مسلمانان می‌شود و این، همان امری است که قرآن، پیروان خود را با لحنی پلیخ و رسا به آن دعوت می‌کند و می‌گوید: (وَاعْتَصِمُوا بِحَبْلِ اللَّهِ جَمِيعًا وَلَا تَفَرَّقُوا) [آل‌عمران: ۱۰۳] «و همگی به رشته‌ی (ناگسستی قرآن) خدا چنگ زنید و پراکنده نشوید» و همچنین با مراجعه به قرآن، این نکته، آشکار می‌شود که مسلمانان همگی در حکم برادرند و حقوق و وظایف مشترکی دارند و باید نسبت به یکدیگر دوست و شفیق باشند و وحدت و انسجام خود را حفظ کنند. افزون بر قرآن، انبیا و بزرگان الهی هم برای پیشرفت مقاصد بزرگ خود و تشکیل مدینه‌ی فاضله، همه را به پرستش خدای یگانه و دوری از طاغوت دعوت می‌کردند، تا هدفشان که اصلاح فرد و اجتماع است، با اتحاد و انسجام مهمی یکتاپرستان تحقق یابد.

وظیفه‌ی تک‌تک مسلمانان، این است که برای ایجاد وحدت در جهان اسلام حرکت کنند. زن و مرد، هر دو به یک اندازه، مسؤول‌اند. نقش زنان در تحکیم وحدت اسلامی، بسیار مهم و سرنوشت‌ساز است. در این میان، افزایش معرفت زنان نسبت به موضوع وحدت و هم‌بستگی بین مسلمانان، بسیار مهم و قابل توجه است.

اگر زنان جوامع اسلامی، به درجه‌ای از شناخت و دانش برسند که عوامل تفرقه‌افکنی که دشمنان اسلام به آن دامن می‌زنند، را بشناسند و نسبت به مسائل وحدت آفرین، آگاهی پیدا کنند، خواهند توانست، زمینه‌ی بسیاری از اختلافات را در جوامع اسلامی از بین ببرند. (يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ) [حجرات: ۱۳] «ای مردمان، ما شما را از مرد و زنی (به نام آدم و حوا) آفریده‌ایم و شما را تیره‌تیره و قبیله‌قبیله نموده‌ایم، تا هم‌دیگر را بشناسید (و هر کس با تفاوت و ویژگی خاص درونی و بیرونی از دیگری مشخص شود و در پیکره‌ی جامعه‌ی انسانی نقشی جداگانه داشته باشد). بی‌گمان گرمای‌ترین شما در نزد خدا، متقی‌ترین شماست. خداوند مسلماً آگاه و باخبر (از پندار و کردار و گفتار شما و از حال همه‌کس

به حفظ (آن‌ها) دستور داده است. (زنان صالح چنین بودند و لیکن زنان ناصالح آنانی هستند که سرکش‌اند) و زنی را که از سرکشی و سرپیچی ایشان بیم دارید، پند و اندرزتان دهید و (اگر مؤثر واقع نشد) از همبستگی با آنان خودداری کنید و بستر خویش را جدا کنید (و با ایشان سخن نگویید و اگر باز هم مؤثر واقع نشد و راهی جز شدت عمل نبود) آنان را (تنبیه کنید و کتک مناسبی) بزنید. پس اگر از شما اطاعت کردند (ترتیب تنبیه سه‌گانه را مراعات دارید و از اخف به اشدّ نروید و جز این) راهی برای (تنبیه) ایشان نجوید (و نبویید و بدانید که) بیگمان خداوند، بلندمرتبه و بزرگ است (و اگر ایشان را بیش از حد، اذیت و آزار کنید، انتقام آنان را از شما می‌گیرد».

مردان، گماشتگان بر کارهای زنان‌اند، به واسطه‌ی امتیازی که خداوند برای مردان و زنان نسبت به یکدیگر بخشیده است، به واسطه‌ی آن قسمت از دارایی‌هایشان که مردان برای گذراندن زندگانی زنان، هزینه می‌کنند. بنابراین، با وجود جایگاه مرد در خانواده، بسیار به- جاست که زن نیز نقش خود را داشته باشد و مرد در امور مربوط به خانواده، رأی و نظر زن را جویا شود.

زن، همانند مرد، دارای تکلیف است، از جمله: عبادت خدای متعال، برپاداشتن دین، ادای فریض دینی، دوری از محرمات و پایبندی به قوانین دین، دعوت به اسلام و تبلیغ دین و امر به معروف و نهی از منکر. تمامی خطاب‌های شرع اسلام، شامل زنان نیز می‌شود، مگر آن خطاب‌هایی که به‌طور مشخص دالت بر مردان دارد. وقتی خداوند می‌فرماید: «یا ایها الناس» یا «یا ایها الذین آمنوا» بدون هیچ شکی، این خطاب، شامل زنان نیز می‌شود. به همین جهت، «وقتی ام سلمه-رضی‌الله‌عنها- از پیامبر-صلی‌الله‌علیه‌وآله- شنید که فرمود: ایها الناس، درحالی که مشغول بعضی از کارهای شخصی بود، برای پاسخ گفت به ندای آن حضرت، شتابان دوید و مردم از این حال او تعجب کردند و ام‌سلمه خطاب به آنان گفت: من نیز جزئی از ناس هستم». اصل کلی، این است که زنان درمقام تکلیف، مانند مردان هستند، مگر در مواردی که استثنا شده‌اند. خداوند در قرآن کریم مسؤولیت و قوام و سامان‌دهی و اصلاح جامعه را به هر دو جنس مرد و زن سپرده‌است و از آن، به «امر به معروف و نهی از منکر» تعبیر می‌کند.

اسلام و منزلت زن در کتاب و سنت

در روزهای آغازین دعوت پیامبر بزرگ اسلام-صلی‌الله‌علیه‌وآله- زنان، در متن جامعه، حضور فعال و آشکاری داشتند، چنانکه نخستین رأی در جهت تصدیق و تأیید پیامبر اکرم-صلی‌الله‌علیه‌وآله- رأی یک زن، خدیجه-رضی‌الله‌عنها- بود و نخستین شهید اسلام نیز یک زن؛ یعنی، سمیه مادر عمار-رضی‌الله‌عنها-

بوده است.

بانوان مسلمان در جنگهای احد و حنین و دیگر غزوات، در رکاب پیامبر اکرم-صلی‌الله‌علیه‌وآله- به جنگ و نبرد پرداخته‌اند. پیامبر اکرم-صلی‌الله‌علیه‌وآله- معمولاً در سفرهای خود، یکی از امهات‌المؤمنین را با خود می‌برد و زمانی که پیامبر-صلی‌الله‌علیه‌وآله- به همراه گروهی از مسلمانان به قصد بهجا آوردن عمره به سوی مکه حرکت کردند، در نزدیکیهای شهر مکه، گروهی از قریش مانع ورود آن‌ها به مکه شدند و پیامبر-صلی‌الله‌علیه‌وآله- چون به قصد نبرد نیامده بود، تصمیم گرفت، از طریق گفت‌وگو، این موضوع را حل کند که نتیجه‌ی آن صلح حدیبیه بود که بین مسلمانان و مشرکین بسته شد و عده‌ای از مسلمانان این صلح را ننگ‌آور به‌شمار آوردند و اعتراض کردند و مسلمانان از دستور آن حضرت سرپیچی کردند و حتی یک نفر حاضر نشد که قربانی کند و یا سر خود را بتراشد. جو ناراحت‌کننده‌ای بود، پیامبر از این واکنش یاران خود، ناراحت بود. لذا، نزد ام‌سلمه رفت و از یاران خود گلایه کرد و در این مورد با ام‌المؤمنین مشورت نمود. ام‌سلمه فرمود: هم‌اکنون میان آنان برو و بدون اینکه با هیچ یک از آنان سخنی بگوی، خود شترت را قربانی کن و سرت را بتراش. آن‌وقت خواهی دید که همه، از شما پیروی می‌کنند و این‌طور هم شد.

این چنین، با تدبیر و پیشنهاد سازنده‌ی ام‌سلمه، بار دیگر محبت و دوستی بر دل‌های پاک یاران رسول خدا حاکم و اوضاع به وفق مراد آن حضرت شد و عهدنامه‌ی حدیبیه، با درایت ام‌المؤمنین، ختم به خیر گشت. خداوند در قرآن کریم در مورد نشانه‌های نفاق این چنین می‌فرماید: (الْمُنَافِقُونَ وَالْمُنَافِقَاتُ بَعْضُهُمْ مِّن بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَنكِرِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمَعْرُوفِ وَيَقْبِضُونَ أَيْدِيَهُمْ نَسُوا اللَّهَ فَنَسِيَهُمْ إِنَّ الْمُنَافِقِينَ هُمُ الْفَاسِقُونَ.) [توبه: ۶۷]

«مردان منافق و زنان منافق، همه از يك گروه (و يك قماش) هستند. آنان هم‌دیگر را به کار زشت، فرامی‌خوانند و از کار خوب، باز می‌دارند و (از بدل و بخشش در راه خیر) دست می‌کشند. خدا را فراموش کرده‌اند (و از پرستش او روی‌گردان شده‌اند)، خدا هم ایشان را فراموش کرده است (و رحمت خود را از ایشان بریده و هدايت خویش را از آنان دریغ داشته است). واقعاً منافقان فرمان‌ناپذیر (و سرکش و گناهکار) هستند».

هر کس با دقت به کتاب و سنت بنگرد، درمی‌یابد که احکام اسلام به‌طور کلی برای هر دو جنس، وضع شده است، مگر آن مواردی که فطرت انسانی تمایز میان دو جنس مذکر و مؤنث را تشخیص می‌دهد که در آن موارد، برای هر یک از آن دو، احکام مخصوصی وضع شده است، چنان‌چه احکام حیض و نفاس و استحاضه و بارداری و زایمان و شیردهی و نگهداری از کودک و مانند این‌ها مخصوص زنان است و در

مقابل احکام مربوط به سرپرستی و مسؤولیت خانواده، نفقه و کفالت زنان و امثال این‌ها مخصوص مردان است.

مسؤولیت سیاسی زنان

اگر به فتوا و نظرات بزرگان و مفسران و علمای بزرگ دین در مورد شرکت زنان در مسائل اجتماعی و سیاسی جامعه بنگریم، در این میان به دو نظر متفاوت برمی‌خوریم؛ گروهی از مفسران و بزرگان دین، بر این نظرند که زنان نباید در امور اجتماعی و حکومتی، شرکت کنند. در مواردی، نظر بر حرام و گناه کبیره بودن آن داده‌اند و می‌دانیم، حرام بودن چیزی ثابت نمی‌شود، مگر با دلایلی که هیچ شبهه و تردیدی در آن نباشد. یکی از دلایل آنان برای حرام بودن شرکت زنان در مسائل اجتماعی و سیاسی، این سخن خداوند متعال است که فرموده‌اند: (و قَرْنَ فِي بُيُوتِكُنَّ وَلَا تَرَجِنَ تَرْجَ الْجَاهِلِيَّةِ الْأُولَىٰ وَ أَقْمِنَ الصَّلَاةَ وَ آتِينَ الزَّكَاةَ وَ آطَعْنَ اللَّهَ وَ رَسُولَهُ إِنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيُذْهِبَ عَنْكُمُ الرِّجْسَ أَهْلَ الْبَيْتِ وَ يُطَهِّرَكُم تَطْهِيرًا) [احزاب: ۳۳]

«و در خانه‌های خود بمانید (و جز برای کارهایی که خدا بیرون رفتن برای انجام آنها را اجازه داده است، از خانه‌ها بیرون نروید) و همچون جاهلیت پیشین، در میان مردم، ظاهر نشوید و خودنمایی نکنید (و اندام و وسایل زینت خود را در معرض تماشای دیگران قرار ندهید) و نماز را برپا دارید و زکات را بپردازید و از خدا و پیغمبرش اطاعت نمایید. خداوند، قطعاً می‌خواهد، پلیدی را از شما اهل بیت (پیغمبر) دور کند و شما را کاملاً پاک سازد».

این دسته، به استناد فرموده‌ی فوق، برای زن جایز نمی‌دانند که خانه‌اش را -مگر به هنگام ضرورت و نیاز- ترک کند.

حال در پاسخ به این نظریه، گروه دوم بر این باورند که:

اولاً، این آیه‌ی شریفه، واضح و روشن است و خطاب به همسران پیامبر اکرم-صلی‌الله‌علیه‌وآله- می‌باشد و اصولاً بر آنان سخت‌گیری‌هایی شده است که شامل زنان دیگر، نبوده است، مثلاً آنان هرگاه عمل شایسته‌ای انجام می‌دادند، اجر و پاداش مضاعف داشتند، کما این‌که اگر عمل زشتی مرتکب می‌شدند، عذاب و عقوبت مضاعف برای آنان درپیداشت.

ثانیاً، با وجود این آیه‌ی شریفه، ام‌المؤمنین عایشه، از خانه‌اش خارج شد و در جنگ جمل با لبیک گفت به ندای ایمان و عقیده‌اش، این اقدام را بر خود واجب دانست و به خونخواهی عثمان-رضی‌الله‌عنه- شرکت کرد، هرچند در بررسی و برآورد مسائل و اوضاع و احوال، اشتباه کرد. چنان‌که خود، بعدها اعتراف نمود. خداوند از او خشنود باد.



ثالثاً، زنان امروزی، عملاً از خانه، خارج شده، به مدرسه و دانشگاه می‌روند و در صحنه‌های گوناگون، به عنوان پزشک، معلم، وکیل، پرستار و... کار می‌کنند، بدون آن‌که کسی نسبت به هیچ‌یک از این‌ها اعتراضی داشته باشد.

رابعاً، ضرورت، اقتضا می‌کند که بانوان مسلمان متعهد، در صحنه‌ی انتخابات، به خاطر رویارویی با زنان بی‌بند و بار و علمانی‌ها که مدعی رهبری فعالیت‌های اجتماعی زنان هستند، وارد شوند و طبعاً نیازهای اجتماعی و سیاسی، بااهمیت‌ترین و اساسی‌ترین نیازهای فردی است که مسلماً برای رفع آن نیازها، به زن اجازه‌ی بیرون رفتن از خانه و حضور در صحنه‌های زندگی اجتماعی و محیط‌های همگانی داده شده است.

خامساً، زندانی کردن زن در خانه، هرگز میان مسلمانان، معمول و متعارف نبوده است، مگر در مدت کوتاهی، آن هم پیش از آن‌که حکم کیفر و عقوبت زنانی که مرتکب فحشا می‌شدند، به روشنی بیان گردد، چنان‌که در این آیه‌ی شریفه می‌خوانیم: (فَأَمْسِكُوهُنَّ فِي الْبُيُوتِ حَتَّىٰ يَتَوَفَّاهُنَّ الْمَوْتُ أَوْ يَجْعَلَ اللَّهُ لَهُنَّ سَبِيلًا). [نساء: ۱۵] «آنان را در خانه‌های (خود، برای حفظ ایشان و دفع هرگونه شرّ و فساد) نگاه دارید، تا مرگشان فرا رسد، یا این که خداوند راهی را برای (زندگی پاک و درست، یا عقوبت) آنان (با ازدواج یا توبه، یا وضع حکم دیگری) باز کند».

حال چگونه میتوان پنداشت که زندانی شدن در خانه، در حالت طبیعی، به عنوان یک حکم ثابت و ملازم با زن مسلمان باشد؟!

ولایت زنان بر مردان

اما برای ولایت برخی بانوان برمردان بیرون از محیط خانه- هیچ ممنوعیتی واردنشدهاست، بلکه آنچه ممنوع شده است، ولایت کلی زنان بر مردان است؛ یعنی، اینکه امامت و رهبری جامعه اسلامی را یک زن بر عهده بگیرد. حدیث نبوی که بخاری از ابوبکر روایت کرده است: «لَنْ يُفْلِحَ قَوْمٌ وَلَوْ أَمَرَهُمْ امْرَأَةٌ» (قومی که زمام امور را به یک زن بسپارد، هرگز رستگار نخواهدشد). [فتح الباری والفتح الربانی ۳۶/۲۳]

در این حدیث، منظور ولایت کلی برامت اسلامی؛ یعنی، زعامت امت و ریاست است، چنان‌که کلمه‌ی «امرهم» آشکارا به ریاست دولت، دلالت دارد. مراد از این حدیث، امر رهبری و ریاست کلی و عمومی بر جامعه اسلامی است، اما در بعضی امور، هیچ مانعی برای ولایت زنان بر مردان وجود ندارد؛ مانند ولایت در فتوا یا اجتهاد، آموزش و تعلیم، مدیریت و مانند آن، این‌ها مواردی است که زن، به اجماع امت، می‌تواند، در آن، بر مرد، ولایت داشته باشد و در طول قرون اسلامی بسیار پیش آمده که زنان در این امور بر مردان، ولایت داشته‌اند.

وقتی رسول خدا-صلی‌الله‌علیه‌وآله- چنان‌که در صحیح مسلم آمده‌است، می‌فرماید: «الدین

النصیحة، لله و لرسوله و لکتابه و لِأُمَّةِ المسلمین و عأمتهم»(دین عبارت است از، دلسوزی و خیرخواهی برای خدا و رسول خدا و کتاب خدا و پیشوایان و عموم مسلمین)، این، هرگز منحصر به مردان نیست.

مادامی‌که زن، به عنوان یک فرد مسلمان، حق دارد، به دیگر مسلمانان تذکر بدهد و یادآوری کند و بر اساس آن‌چه درست می‌پندارد، نظر مشورتی بدهد و امر به معروف و نهی از منکر کند و هیچ دلیل شرعی یافت نمیشود، مبنی بر اینکه او را از فعالیت‌های سیاسی و اجتماعی منع کرد، نباید فراموش کنیم که این فعالیت، برای زنان، باید طبق عرف و امور شرعی که برای زنان تعیین شده‌است، صورت گیرد.

در عصر حاضر، به زنان فرصت انجام بسیاری از امور، داده شده است که پیش از این، در تاریخ اسلام، شناخته شده نبوده است. حضور آشکار زنان و دختران در مدارس و دانشکده‌ها، در رشته‌های معلمی، پزشکی، حساب‌داری، وکالت و... که بعضی از این بانوان، مدیر مؤسساتی می‌شوند که مردان نیز در آن مشغول به‌کارهستند و حتی گاه اتفاق می‌افتد که یک مرد در مدرسه یا دانشکده یا بیمارستان یا مؤسسه‌های کار میکند که ریاست و مدیریت آن برعهده‌ی همسر خودش است، درحالی‌که همان خانم، وقتی به خانه بازمی‌گردد، تحت مدیریت و ریاست شوهرش می‌باشد.

معنا و مفهوم قانون‌گذاری

در حقیقت، مسأله ساده‌تر و آسان‌تر از این‌هاست. قانون‌گذاری اساسی و زیربنایی، فقط از آن خداوند متعال است و اصول قانون‌گذاری در اسلام، همان اوامر و نواهی خداوند سبحان می‌باشد و کار ما به عنوان بشر، تنها استنباط حکم، در مواردی است که نص صریح در آن واردنشده است یا تفصیل مواردی که نصوص شرعی در آن‌ها به‌طور کلی و عمومی واردشده است.

بنابراین، راه اجتهاد در شریعت اسلام، برای تمام مردان و زنان، بازاست و هیچ‌کس نگفته است که یکی از شروط اجتهاد، مرد بودن است و زن، ممنوع الاجتهاد می‌باشد.

ام‌المؤمنین، عایشه-رضی‌الله‌عنها-یکی از بانوان صحابی مجتهد و ازجمله مفتیان در محیط زنان بوده است. اگرچه اجتهاد در طول تاریخ اسلام به آن اندازه که در میان مردان رواج داشته، در میان زنان رایج نبوده است که این مسأله به رایج و معمول نبودن علم‌آموزی در زنان به خاطر شرایط و اوضاع و احوال آن دوران، بازمی‌گردد، برخلاف شرایطی که امروزه بر جهان حاکم است، چنان‌که تعداد دانش‌پژوهان زن، برابر یا نزدیک به تعداد دانش‌پژوهان مرد می‌باشد. دیگر نبوغ در هیچ دانش و فنی، اختصاص به مردان ندارد. حتی بسیاری زنان از

استعدادهایی برخوردارند که برای مردان دست‌نیافتنی است.

قرآن کریم، داستان ملکه‌ی سبا را به تفصیل برای ما بازگفته است که در مقام موضع‌گیری در برابرحضرت سلیمان از چنان خوشفکری و بینشی برخوردار بود که وقتی نامه‌ای توسط همد، به دست او رسید، از آن نامه‌ی موجز جدیّت و متعهد بودن نویسنده‌ی آن را استنباط نمود و این‌گونه بود که سران قومش را مطابق شیوه‌ای که در حکومت داشت، گرد آورد و طبق نقل قول قرآن کریم، خطاب به آنان گفت: (قَالَتْ يَا أَيُّهَا الْمَلَأُ أَفْتُونِي فِي أَمْرِي مَا كُنْتُ قَاطِعَةً أَمْرًا حَتَّى تَشْهَدُونِ) [هل: ۳۲] «بلقیس رو به اعضای مجلس شورا کرد و گفت: ای بزرگان و صاحب نظران، رأی خود را در این کار مهم، برای من ابراز دارید که من هیچ کار مهمی را بدون حضور و نظر شما انجام ندهادم».

آن‌گاه که مردان نیرومند و پرتوان، با اختیار و اراده‌ی خویش، همه‌ی کارها را به وی سپردند، تا مطابق بینش خود در آن دخل و تصرف کند و تصمیم بگیرد، گفتند: ما از قدرت و شوکت فراوان برخورداریم و توان رزمی بالایی داریم، اما زمام امور به دست شماست، حال بنگرید چه فرمان می‌دهید. بلاخره در نهایت هوشمندی و بردباری در ارتباط با سلیمان رفتار کرد، تا این‌که دریایان کار در محضر حضرت سلیمان-علیه‌السلام- و در پیشگاه رب‌العالمین اسلام آورد.

این داستان، بیهوده در قرآن کریم، نیامده است، بلکه دلالت دارد، بر این‌که گاه زنان، در امور سیاسی و حکومتی از بینش و خوش‌فکری و حسن تدبیری بهره‌منداند که بسیاری مردان از آن محروم‌اند.

به عنوان نمونه‌ای دیگر، «آن زن که در مسجد به عمر-رضی‌الله‌عنه- اعتراض نمود که از محدود کردن مهریه صرف نظر کند، اعتراض وی در ارتباط با یک مسأله‌ی قانونی و حقوقی بود که به خانواده، مربوط می‌شد». [ابوداود ۵۲۸۲-۵۲۸۳]

به‌علاوه، وقتی که ما می‌گوییم، زن باید در فعالیت‌های اجتماعی و سیاسی شرکت کند، هرگز منظور ما این نیست که زنان، بدون هیچ قیدوبندی با مردان در یک جا حضور داشته باشند یا این فعالیت اجتماعی آنان به بهای از دست دادن همسر و خانه و فرزندانشان تمام شود و یا در لباس پوشیدن و راه رفتن و رفتار و کردار و سخن گفتن از حد و موازین وقار و متانت خارج شوند، بلکه باید بدون هیچ تردیدی همه‌ی این موارد را رعایت کنند و از نظام حکومتی نیز که فرهنگ و آداب را رعایت می‌کند، انتظار می‌رود که برای بانوان در محیط کاری و فعالیت اجتماعی، جایگاه ویژه یا قسمت خاصی در نظر بگیرند و برای آنان محیطی امن و به‌دور از هر گونه فتنه‌انگیزی فراهم آورند.

اگر درست و دقیق به برنامه‌ها و اهداف دین مبین اسلام بنگریم، می‌بینیم که مساوات کامل در حقوق و تکالیف، شعار اصلی اسلام است، زیرا نوع انسان از اکرام و تکریم خداوند متعال برخوردار است: (وَ لَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَ حَمَلْنَاهُمْ فِي الْوَبِّ وَ الْبَحْرِ وَ زَرَقْنَا لَهُم مِّنَ الطَّيِّبَاتِ وَ فَضَّلْنَاَهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا) [اسراء: ۷۰]

«ما آدمی‌زادگان را (با اعطای عقل، اراده، اختیار، نیروی پندار و گفتار و نوشتار، قامت راست و غیره) گرامی‌داشته‌ایم و آنان را در خشکی و دریا (بر مرکبهای گوناگون) حمل کرده‌ایم و از چیزهای پاکیزه و خوشمزه روزیشان نموده‌ایم و بر بسیاری از آفریدگان خود، کاملاً برتریشان داده‌ایم».

حقوق معنوی و روحانی در اسلام، به‌طور یکسان، برای همگان مقررشده است، دیگر چه رسد، به حقوق مدنی و سیاسی و فردی و اجتماعی. زنان در برخورداری از این حقوق، هیچ تفاوتی با مردان ندارند. چنان‌که رسول خدا-صلی‌الله‌علیه‌وآله- می‌فرماید: «إِنَّمَا النِّسَاءُ شِقَائِي الرِّجَالِ: زنان هم‌تایان مردان هستند» برای این اخوت و برادری، موجبات بسیاری وجود دارد؛ از جمله این‌که زن از نظر انسان بودن همتای مرد است و قدر و منزلتش با او برابر است و ما نمی‌توانیم بدون پذیرش مساوات و همانندی زن و مرد، به اخوت میان آن دو، حکم کنیم.

«حسبه» منصبی از مناصب حکومتی است و آن عبارت است از، امر به معروف و نهی از منکر و اصلاح اجتماع، از همه‌ی طرق و راه‌های مشروع، مشروط به این‌که دارنده‌ی این سمت، عادل و فقیه و عالم و آگاه به احکام شرعی باشد. وظیفه‌اش مراقبت از پیمان‌ها و ترازوست و محلی مخصوص به خود دارد که محتسب تمامی فروشندگان و بازرگانان را به آن جا فرا می‌خواند. در این‌صورت، حسب، در عرف مشاغل دولتی معاصر، یک شغل اداری و کلی و عمومی به‌حساب می‌آمد. در صدر اسلام از وجود زنان برای این مسؤولیت اداری استفاده شده است.

این است موقعیت زن، در تاریخ اسلام، از نظر مشاغل دولتی و پذیرش مسؤولیت در امور اجتماعی. بنابراین، چرا زن نباید اهلیت و شایستگی لازم برای پذیرش مسؤولیت‌های زندگی اجتماعی و سیاسی و سهیم شدن در سامان‌دهی اوضاع و احوال جوامع بشری را داشته باشد؟!

بی‌تردید، قرآن کریم، رفتار منصفانه با زن و به‌حساب آوردن توانمندی زنان را در کنار مردان، به‌طور یکسان تأیید می‌کند، زیرا مرد و زن مصداق مؤمنین و مؤمنات هستند که باید دوست و یاور و سرپرست یک‌دیگر باشند و امر به معروفو نهی از منکر کنند و هر دوی آنان در همه‌ی جوانب زندگی در راستای تمامی انواع بازسازی و اصلاح اجتماعی باید سهیم باشند و این بدان معناست که خدای یکتا-سبحانه‌وتعالی-

سلامت و صلاح جامعه را را به‌عنوان امانتی در دست هر مرد و زن مسلمان، قرار داده است. در همین ارتباط است که رسول خدا-صلی‌الله‌علیه‌وآله- می‌فرماید: «الدینُ النصیحة لله و لرسوله و لِأُمَّةِ المسلمین و عأمتهم» (دین عبارت است از، دلسوزی و خیرخواهی برای خدا و رسول خدا-صلی‌الله‌علیه‌وآله- و پیشوایان مسلمین و عموم آنان).

به این دلیل، اقتضا می‌کند که هر مرد و زن مسلمان، در حد توان خود بکوشد، تا به امور اجتماعی وارد شده و مسؤولیت‌های آن را بپذیرد، تا بتواند، آرا و افکار سازنده‌ی خویش را که در اثر مطالعه و دقت و تأمل و اندیشمندی به‌دست آورده، ارائه کند و رسول خدا-صلی‌الله‌علیه‌وآله- نیز این کوشش و اهتمام را نشانه‌ی عضویت فرد مسلمان در جماعت مسلمین دانسته‌اند. رسول خدا-صلی‌الله‌علیه‌وآله- می‌فرماید: «من لَم يَهْتَمَّ بِأُمُورِ الْمُسْلِمِينَ فَلَيْسَ مِنْهُمْ» [متفق علیه] یعنی: هر کس نسبت به امور مسلمین، اهتمام نورزد، از آنان نیست.

هیچ مانعی در این زمینه، برای زن وجود ندارد و هیچ‌کس زن را از حقوق سیاسی، محروم و ممنوع نگردانیده است. زیرا این حقی است که اسلام آن را برای زن مقررگردانیده است و زن مسلمان در حوزه‌ی گسترده‌ای در دوران خلفای راشدین؛ یعنی، همان دورانی که صحابه‌ی پیامبر، به وضع آداب و رسوم زندگی اجتماعی و سیاسی پرداختند، عملاً از این حقوق، برخوردار بوده‌اند و امهات مؤمنین آرا و نظراتشان را در شوؤنات سیاسی و امور حکومت خلفا ابراز و اعمال می‌کرده‌اند.

در نهایت، باید به این نکته توجه داشته باشیم، همان‌طور که به مسئله‌ی جایگاه زن می‌پردازیم، باید راه‌های ارتقا و پیشرفت زن را همراه با صیانت وی، بر اساس تعالیم اسلام، در کنار یک‌دیگر در نظر بگیریم و درنتیجه، نگذاریم، این قضیه که یکی از مهم‌ترین مسائل جامعه اسلامی است، تبدیل به موضوعی برای قلم‌های غرض‌آلود و آرا و نظرات انحرافی دشمنان اسلام شود.

نتیجه:

خواهران مسلمان، ما زنان که یکی از ستون‌های هرجامعه‌ای را تشکیل می‌دهیم، باید سعی کنیم تصویری را که امروزه در اذهان مردم، در مورد زن مسلمان و اسلام، شکل‌گرفته است، تغییر دهیم و این امر شدنی نیست، مگر این‌که، با تلاش و همت در راستای اهداف اسلام، بر این تاریکی و ظلمتی که در دنیای متمدن امروز، درباره‌ی زن مسلمان وجود دارد، چیره شویم و رسیدن به این امر، جز با خودسازی و تربیت و تقویت جنبه‌های روحی وروانی امکان‌پذیر نمی‌باشد. ما باید به‌عنوان یک زن مسلمان، خودباوری را در خود ایجاد کنیم و مانند یک مهره‌ی اصلی در جامعه، برای دفاع از صیانت اسلام تلاش نموده و

به موارد زیر اهتمام داشته باشیم:

۱- بازشناسی زن، در کتاب و سنت

۲- بازشناسی موقعیت زن، در جامعه اسلامی

۳- بهدست آوردن جایگاه زن، در جامعه‌ی اسلامی و جامعه‌ی متمدن امروزی

۴- حفظ وظیفه‌ی خود در خانه و خانواده (مادری، همسری و...)

۵- زدودن تفکر غلط گروه‌های غیراسلامی، در مورد زن مسلمان

۶- دفاع از صیانت زن در اجتماع

۷- آگاهی از حقوق مدنی و سیاسی و فردی و اجتماعی زن در جامعه

۸- شناخت احکام و موازین اسلام و پیروی از آن

۹- رعایت حقوق زن و مرد، بر اساس تکالیف الهی

والسلام علینا و علی جمیع عباد الله الصالحین

.....

کتاب‌نامه:

زن در آینه سنت نبوی. ملا محمد ملا زاده

زن در اندیشه اسلامی. جمال محمد رفقی رسول

تفسیر نور. د. خرم دل

اسوه راستین برای زنان مسلمان. احمد الجعد

شرح اربعین نووی. مترجم. د. محمود ویسی

بانوان در عرصه دعوت و تبلیغ. د. توفیق یوسف الواعی

مکاتة للمرأة فی الاسلام. د. محمد بلتاجی



## «فردیت» مفهومی عمیق‌تر از موضع‌گیری‌های «جنسیتی»

امیرارسلان خضری

از عادت‌های بخش عمده زنان ایرانی این که، در مهمانی‌ها تا می‌توانند از شوهران خود بد می‌گویند؛ رقابتی است دهشتناک از تصویر کردن چهره‌ای دیوآسا از شوهرانشان و توصیف وضعیت اسفناکی که در آن زندگی می‌کنند. زن ایرانی فارغ از واقعی یا خیالی بودن تصویری که از زندگی خود می‌سازد، نه‌تنها هیچ تلاشی برای بهبود وضعیت موجود نمی‌کند، بلکه دخترش را هم به گرفتن چنین موضعی و این چنین تصویرسازی آموزش می‌دهد؛ اما اشتباه زن ایرانی بی‌شک موضعی است که در مقابل عروسش می‌گیرد؛ او پسر خود را به گرفتن مواضعی مردسالارانه تحریک می‌کند تا فرصت تصویرسازی هر چه بهتر را به نوعروس خویش بدهد و داستان این سیکل باطل همین است.

اما عامل تداوم این روند تکراری نه زن است و نه مرد؛ مشکل تعریف مفهومی به نام فردیت است و نه جنسیت. فردیت، چهارچوب و حرمت‌هایش هنوز نه برای مرد و نه برای زن شناخته شده نیست. هر کدام به شکلی تقلیدی از نیاکان خویش نقش‌های مربوط به خود را در یافت کرده و به گونه‌ای هنرمندانه دیر ذوب در این نقش می‌شوند و ورای شناخت مطالبات فردیشان به ایفای هر چه بهتر این نقش‌ها می‌پردازند.

آنچه اینجا می‌انگد، نه نقش مرد و ظلم‌هایی که به قدمت تاریخ به زن روا داشته است، می‌باشد و نه نقش زن که با تحریک و آموزش فرزانش تداوم بخش این چرخه باطل می‌شود

آنچه مفهومی عمیق‌تر از موضع‌گیری‌های «جنسیتی» است، بلکه مشکل اساسی عدم تعریف مفهومی به نام «فردیت» است.

فردیت مفهومی عمیق‌تر از موضع‌گیری‌های «جنسیتی» است، بلکه مشکل اساسی عدم تعریف مفهومی به نام «فردیت» است.



اما آنچه از جنبش‌هایی با نام دفاع یا مبارزه جنسیتی گزارش می‌شود نه تنها هدفی مشترک برای نوع فرد به عنوان انسان قائل نیست بلکه در صدد حذف جنسیت مقابل برمی‌آید و اقدام به باز تعریف نقش جنس خود در اتوپایی وهم آلود می‌کند. جنبش‌های فمینیستی، مرد امروز را به جرم گناه پدرانشان به قدمت تاریخ به محکمه می‌کشند و خرده فرهنگ‌های مردانه از ترس از دست دادن جایگاه و ابهت مردانگی‌شان خفقان بیشتر به نوع زن روا می‌دارند.

شاید این باشد داستان تنهایی، دوری و فراق نوع بشر در عصر ارتباطات؛ نه ریش سفیدی و نه کدخدایی که به این نزاع پایان بدهد، پیام‌آور صلح و آشتی باشد برای نوع بشر، روابط فی ما بین را از نو تعریف کند، ادله محکمه پسند را نه تاریخی و نه احساسی بنیاد کند و در یک کلام، اهل دل باشد تا رهایی بخش بشر از این گرداب دگرستیزی باشد.

محمدجواد صابری

پژوهش‌ها در حوزه زنان ثابت کرده است خشونت علیه زنان به مصادیق فیزیکی آن محدود نمی‌شود. اگرچه هنوز در نقاط مختلف جهان زنان مورد ضرب و شتم، آزار و اذیت و... قرار می‌گیرند اما خشونت‌های رفتاری و کلامی که برخاسته از نگاه جنسیتی است، بخش عمده‌ای از خشونت علیه زنان به حساب می‌آید. جامعه ما نیز از این امر مستثنی نیست و فعالان حقوق زنان در سال‌های اخیر تلاش کرده‌اند بخشی از این خشونت‌ها را به جامعه بشناسانند و راهکارهایی برای مقابله با آن پیدا کنند. هم‌زمان با روز جهانی امحای خشونت علیه زنان، فاطمه راکعی درباره‌ی برخی از کاستی‌ها و تلاش‌هایی که باید انجام شود، حرف زده است. این فعال حوزه‌ی زنان که سابقه‌ی عضویت در کمیسیون زنان مجلس و کمیته‌ی پیگیری حقوق زنان را داشته است، هم‌زمان که از تغییر نگاه فرهنگی به حوزه‌ی زنان حرف می‌زند خواستار تغییر برخی قوانین و تصویب قوانین تأمین‌کننده‌ی منافع زنان است. سازمان ملل امروز را روز امحای خشونت علیه زنان نامیده است. این خشونت چیست و در جامعه ما به چه شکل و میزانی وجود دارد؟ ضرب و شتم، قتل، تجاوز و به‌طور کلی خشونت‌های فیزیکی مواردی هستند که عموماً خشونت علیه زنان و کودکان به حساب می‌آیند. در این مورد شکی نیست اما، به نظر من مسأله‌ی مهم‌تر، شناخت آن دسته خشونت‌هایی است که عموماً خشونت علیه زنان تلقی نمی‌شود.

این نوع خشونت‌ها ریشه در نگاه جنسیتی به زنان دارد. به‌رغم تلاش‌هایی که انجام شده است بسیاری از خشونت‌ها اعم از خشونت‌های خانگی و اجتماعی علیه زنان و کودکان تعریف نشده و جرم محسوب نمی‌شوند. ما در برخی خانواده‌ها شاهد اعمال خشونت‌های رفتاری و کلامی علیه زنان هستیم. گاهاً به زنان به عنوان جنس دوم نگاه می‌شود و این نگاه جنسیتی همان‌طور که باعث می‌شود در استفاده از زنان در عرصه‌های مدیریتی ممانعت ایجاد شود، در خانواده‌ها نیز نمود پیدا می‌کند. همچنان وظیفه‌ی خانه‌داری بر دوش زنان است یعنی، این ذهنیت پابرجاست که مرد بیرون از خانه کار می‌کند تا خانواده را از نظر اقتصادی تأمین کند و زن وظیفه‌ی غذا پختن، بچه‌داری، تمیزکردن خانه و... را بر عهده دارد. حال در نظر بگیرید در بسیاری از موارد مرد آن وظیفه‌ای که فکر می‌کند برعهده دارد را به‌درستی انجام نمی‌دهد. به هر حال این واقعیت وجود دارد که درآمد

## پیوستن به کنوانسیون حقوق زنان، آثار مثبتی دارد

نگاه جنسیتی بود.

شما از قوانینی حرف زدید که به منافع زنان لطمه وارد می‌کند. آیا به جز این قوانین که باید تغییر کند، مواردی هست که باید قانونی شود؟ آیا در حوزه زنان خلأ قانونی وجود دارد؟

در مجلس ششم ما موارد مختلف را در حوزه زنان بررسی کردیم و می‌خواستیم خلأ قانونی را پر کنیم و قوانینی که نقض‌کننده‌ی حقوق زنان است را تغییر دهیم. همان‌طور که عنوان شد بعضاً نگاه به زنان در جامعه‌ی ما جنسیتی است و در برابر تغییر قوانین یا تصویب قوانین جدید موانعی وجود دارد. قوانین باید مطابق با مقتضیات زمان و نگاه پیشرو به اسلام باشد. در بسیاری از موارد مشخص بود که حتی ما اگر در کمیته‌ی دفاع از حقوق زنان آن قوانین را تصویب می‌کردیم، رد می‌شد. البته در مواردی هم خودمان آنطور که باید و شاید پیگیری نکردیم.

یک مورد اما وجود دارد که علاقه‌مند بودیم، قانونی شود و من اینجا دوست دارم درباره‌ی آن حرف بزنم. همان‌طور که می‌دانید یک مرد وقتی می‌تواند زنش را طلاق دهد که او محجور یا نازا باشد، یا بیماری صعب‌العلاج داشته باشد. در مواردی اما مردان با استناد به عدم تمکین، حکم طلاق می‌گرفتند درحالی که، اصلاً عدم تمکینی وجود نداشت و این تنها یک بهانه بود. موضوع عدم تمکین یک موضوع غیر قابل اثبات است و ما علاقه داشتیم با تغییر قوانین راه را بر آن دسته از مردان که این ماجرا را مستمسک قرار می‌دادند، ببندیم.

به نظر شما نمی‌شود این موضوع را حالا پیگیری کرد و از مجلس خواست که در راستای تغییر قوانین گام بردارد؟

به‌نظر نمی‌رسد با نوع نگاهی که مجلس فعلی به حوزه‌ی زنان دارد این امکان وجود داشته باشد. البته فعالان حقوق زنان تلاش‌های خود را دارند و همان‌طور که فعالیت آن‌ها در زمینه‌های مختلف موفقیت‌آمیز بوده است در این زمینه هم می‌تواند نتیجه‌ای داشته باشد. الان نزدیک به چهار ماه از استقرار دولت جدید می‌گذرد.

شاید نشود قضاوت درستی درباره فعالیت این دولت در حوزه‌ی زنان داشت اما، در انتخاب کابینه بحث‌هایی مبنی بر این وجود داشت که حضور زنان کم‌رنگ است. نظر شما چیست؟ حضور زنان کم‌رنگ است؛ این واقعیت دارد. به‌هر حال یا آن نگاه جنسیتی به زنان که درباره‌اش حرف زدیم وجود دارد یا فشارهایی از

بسیاری از مردان تأمین‌کننده‌ی نیازهای اقتصادی نیست. در بسیاری از خانواده‌ها برای تأمین نیازهای اقتصادی لازم است هم مرد و هم زن کار کند و ما عملاً می‌بینیم چنین چیزی وجود دارد اما، آیا وظایف خانه‌داری که اساساً برای زمانی تعریف شده که زن در خانه باشد و مرد بیرون از خانه کار کند، تغییر کرده است؟ واقعیت این است که زنان دوش به دوش مردان و حتی در مواردی بیشتر از آن‌ها کار می‌کنند و بعد باید غذا بپزند، خانه را تمیز کنند و به رتق و فتق امور بچه‌ها بپردازند. به نظرم همان‌طور که باید قوانینی تصویب شود که تأمین‌کننده‌ی منافع زنان است، از نظر فرهنگی نیز باید کار ویژه‌ای انجام شود.

یعنی در واقع شما بهبود شرایط زنان در جامعه ایران را یکی منوط به تغییر و تصویب قوانین جدید و یکی منوط به کار فرهنگی می‌دانید؟

در واقع همین‌طور است اما، نباید فراموش کرد که قانون فرهنگ می‌آورد و فرهنگ روی قوانین تأثیر می‌گذارد. من در همین حوزه‌ی زنان مثال می‌آورم و اشاره می‌کنم به تغییر یا تصویب قوانینی که در سال‌های اخیر انجام شده یا برخی می‌خواسته‌اند انجام دهند و ایستادگی زنان باعث عقب‌نشینی آن‌ها شده است. در سال‌های اخیر بحث‌های دامنه‌داری پیرامون ازدواج موقت و مجدد درگرفت و گروهی می‌خواستند به این موضوع جنبه‌ی قانونی بدهند. آن‌ها به شرع اسلام استناد می‌کردند حال آنکه، مواردی که ازدواج موقت یا مجدد جایز شمرده شده کاملاً مشخص است و اینکه به ماجرا جنبه قانونی داده شود، نوعی فرهنگ‌سازی است که بعضاً تبعات دارد. در اسلام خانواده به‌عنوان کانون مهر و محبت معرفی شده و بهترین نوع خانواده، خانواده‌ی تک‌همسری است. بسیاری از مردان ما هم همین اعتقاد را دارند ولی وقتی ازدواج موقت و مجدد قانونی شود، آن‌ها فکر می‌کنند این دستور و توصیه اسلام است. ماجرای دیگری که در سال‌های اخیر اتفاق افتاد، قانون منع خروج زنان عاقل و بالغ بود. این قانون اگر تصویب می‌شد، نقض حقوق انسانی اتفاق می‌افتاد. منطق حکم می‌کند هر انسانی، زن باشد یا مرد، حداقل در زمینه‌ی رفت‌وآمد و مسافرت آزاد باشد مگر اینکه مشکل خاصی مثل دیوانگی داشته باشد یا به سن بلوغ نرسیده باشد. در این صورت می‌توان گفت او باید از ولی خود اجازه بگیرد. نگاهی که در سال‌های اخیر در حوزه زنان - حوزه‌ی مدیریتی و قانونگذاری- حاکم بود، نوعی



## مسأله حجاب در دو جامعه لائیک و اسلامی

حمید رضا عسگری

مسأله حجاب در دو جامعه لائیک و اسلامی عنوان سرمقاله روزنامه آفرینش به قلم حمیدرضا عسگری است که در آن می‌خوانید.

بحث مقایسه جوامع با یکدیگر، آن هم برمسایلی که رنگ و بوی اعتقادی و مذهبی دارند، کار صحیحی نیست. چون باورها، توقعات، نوع نگرش‌ها در جوامع با هم متفاوت است و نمی‌توان برداشت مناسب و مطابقی از یک موضوع واحد در دو جامعه به دست آورد.

اما به لحاظ معضلات اجتماعی و نوع مواجهه با این قبیل موضوعات می‌توان به بررسی عملکرد و بازدهی برنامه‌ها در دو جامعه‌ی متفاوت اقدام کرد. ترکیه و ایران دو کشور مسلمان هستند که تفاوتی بارز در نوع نگرش‌های حاکمیتی باهم دارند. ترک‌ها منشی لائیک‌گونه متأثر از اصلاحات آتاتورک و پس از آن فشارهای ارتش را در پیش دارند و ایران به واسطه‌ی انقلاب ۵۷، گرایش مذهبی و منطبق با شریعت اسلامی را سرلوحه‌ی خود قرار داده است.

در ابتدای بحث به این موضوع اشاره کنیم که به هیچ‌وجه قصد توجیه رفتار آن دسته از هنجارشکنان و افرادی که به رعایت اصول اخلاقی و عرف اسلامی عمل نمی‌کنند را نداریم، و صرفاً در نحوه‌ی برخورد با یک پدیده در دو جامعه‌ی متفاوت سیاهه خواهیم کرد.

در کشور ترکیه تاکنون براساس قانون اساسی این کشور، زن‌های شاغل در ادارات و موسسات دولتی، قضایی و نظامی حق استفاده از حجاب را نداشتند. حتی تا چندسال پیش دانشجویان نیز اجازه استفاده از حجاب را نداشتند. این اقدام سلبی قانون در ترکیه موجب شده بود زنان محجبه به خاطر اعمال قانون منع حجاب در ادارات دولتی از شکردهایی چون گلاک‌کیس گذاشتن و استفاده از کلاه‌های فصلی، حجاب خود را حفظ کنند.

همانند آنچه امروز ما در القای الگویی خاص از حجاب به مردم تلاش می‌کنیم، در ترکیه نیز مدلی خاص از حجاب و پوشش بر مردم تحمیل می‌شد و مسؤولان پلیس و حراست ادارات و دانشگاه‌ها با زنان محجبه برخورد می‌کردند. اما این رویکرد آمرانه همواره موجب اعتراضات گوناگون مردمی و راه افتادن اعتراضات

منبع:

http://armandaily.ir/?News\_Id=605



دموکراسی‌خواهانه در شهرهای مختلف ترکیه می‌گردید. تا اینکه دولت اردوغان آزادی حجاب برای دانشجویان را تأیید کرد و نیز در راستای اجرای برخی اصلاحات دموکراتیک، بسته‌ای جدید از اصلاحات را برای تغییر برخی قوانین ارائه کرد که مسأله لغو قانون منع حجاب در ادارات دولتی یکی از این اصلاحات بود. در قانون جدید تنها دو نهاد ارتش و دستگاه قضایی از قانون آزادی حجاب مستثنی شده‌اند و کارکنان زن این دو نهاد همچنان حق استفاده از حجاب اسلامی را نخواستند داشت. اما تاکنون هیچ‌گاه جامعه برخورد‌های دستوری را برنرفته است...!

قوانین ترکیه‌ی لائیک درصد آن بود که با القای روشی غلط، ظواهر جامعه خود را همانند جوامع غربی نماید. اما این خواسته‌ی مردم بود که اجازه نداد الگویی خاص و آمرانه به آن‌ها تحمیل شود. حال در جامعه خود این خواسته‌ها و عملکرد دستگاه‌های مربوطه را مقایسه کنیم. مردم نمی‌پسندند که زیر نگاه سنگین نظارت‌های اجتماعی به خاطر طرز پوششان مورد اشاره و بازخواست قرار گیرند. جامعه این رفتار آمرانه و سلبی را در شأن خود نمی‌داند و خواستار انتخاب و تنوع می‌باشد. اگر دستگاه‌های فرهنگی و نهادهای قانون‌گذار ما نتوانسته‌اند الگوهای مناسب ایرانی-اسلامی را برای نیازهای جامعه تهیه کنند، نباید به‌واسطه‌ی این کم‌کاری مردم را با انواع برخورد‌های نامناسب مورد نکوهش قرار داد.

کما اینکه نمونه‌ی بارز و تجربیات عینی این برخورد‌ها، هم در جامعه‌ی خودمان و هم در جوامع دیگر کاملاً امتحانشان را پس داده‌اند و به هیچ‌وجه مثمر‌تر نبوده‌اند. تنها الگویی که همواره جواب داده است، تعامل میان جامعه و مسؤولان بوده است. مردم با مقایسه‌ی نوع رفتار دیگر جوامع با عملکرد نهادهای داخلی در کشورشان، خواستار تغییر نگرش‌ها و برخورد‌ها هستند. لذا نمی‌توان چشم‌ها و گوش‌های مردم را بست و صرفاً سناریویی خاص را برای آن‌ها به اجرا گذاشت. مسلماً برخورد سلبی، واکنشی سلبی و سخت‌درپی خواهد داشت. جامعه عرصه نزاع و کشمکش نیست، بلکه ضرورت اجرایی اصلاحات در برنامه‌ها و نوع نگاه‌ها می‌تواند تعاملی سازنده و هم‌گرایی عقلانی را برای حفظ سلامت اخلاقی، میان مردم و مسؤولان به وجود آورد.

دنیا رحمانی

شب جمعه است و از روی بی حوصلگی به همسرم می‌گویم بیرون برویم وحال وهوایی تازه کنیم. در میان هیاوهی خیل عظیمی از مردم که در میان راهروی مرکز خرید شتابان در حال آمد و شدند گم می‌شوم به یک باره پیرمردی نورانی را میبینم که در گوشه‌ای در کنار دیوار وزنه‌ی خود را زیر مقوایی گذاشته است و از مردم می‌خواهد که وزن خود را بکشند. معلوم است که نگران اضافه وزن مردم و تبعات چاقی که به دنبال آن می‌آید، نیست بلکه نگران سنگینی خورد و خوراک خودش می‌باشد که با چه امیدی او را به گوشه‌ای از راهروی این مرکز خرید بزرگ، روانه کرده‌اند. با دیدن او دلم به رحم می‌آید؛ همیشه از این دست فروش‌های مسن خیابانی که متواضعانه و با حفظ اندک قناعت خود مشغول فروختن جوراب یا گرفتن وزن مردم هستند همین حس را دارم، چون هر بار با دیدنشان از خودم می‌پرسم مگر در روز چقدر درآمد دارند؟ مگر چقدر می‌توانند گرانی و اوضاع نا به‌سامان اقتصادی را با این درآمد ناچیز تحمل کنند؟ حتی اگر خانواده‌ای هم نداشته باشند مگر چقدر کفاف نهار و شام و رفتن به لاونک‌هایشان را می‌کند؟ با آهسته شدن گام‌هایم در مقابل وزنه‌اش، متوجه می‌شود که می‌خواهم خود را وزن کنم، اما شاید هرگز نخواهد دانست که قصدم فقط و فقط کمک ناچیزی به اوست. به یک‌باره از افکارم بیرون می‌آیم. می‌پرسم چند می‌شود؟

می‌گوید: ۵۰۰ تومان.

هزاری را دستم می‌گذارم و به سرعت دور می‌شوم تا به خاطر ۵۰۰ تومان باقی‌مانده، غرورش را نخریده باشم.

بابت اندک صدقه‌ای که توفیقش را داشتم، خوشحالم.

شب هنگام است و کودکم را به زور می‌خوابانم، از دستش کلافه‌ام چون دیر خوابیدن‌های او روی عبادت‌های شبانه‌ام تأثیر داشته‌است. دعای قبل از خواب را می‌خوانم: «بسمک اللهم ربی وضعت جنبی...» نیت می‌کنم نیم ساعت قبل از اذان صبح بیدار شوم. نمیدانم چرا احساس دل‌تنگی با خدای عالمیان دارم؟ نمی‌دانم چرا صمیمانه خواستم با او راز و نیازی داشته باشم و از مشغله‌های دنیایی اندکی فاصله بگیرم. نمی‌دانم کی به خواب رفته‌ام. به یک‌بار صدایی که تشویش و نگرانی از آن موج می‌زد مرا از خواب بیدار می‌کند، صدای همسرم است، که برای نماز صبح بیدار شده است و به من می‌گوید که گاز تمام خانه را پرکرده‌است. در واقع اجاق گاز تمام شب را باز بوده‌است و من متوجه نشده‌ام. با گیجی تمام بیدار می‌شوم هنوز متوجه عمق مساله نشده‌ام.

## رهایی از مرگ خاموش

همسرم سرش درد می‌کند و علتش را از استنشاق بوی گاز می‌داند. دستی به چشم‌هایم می‌کشم هر چه به ذهن خود فشار می‌آورم که بینم آیا خودم هواسم نبوده که شیر گاز را ببندم یا پسرم باز یگوشی کرده است، چیزی به خاطر نمی‌آورم. هنوز سکوت شبانه‌ام را نشکسته‌ام و فقط نظاره‌گر همسرم هستم که با هیاهو پنجره را باز میکند و فلکه‌ی گاز رامیبندد. با صدای باز شدن پنجره، پسرم نیز بیدار می‌شود و گریه کنان خود را در دامانم می‌اندازد. همسرم وضو می‌گیرد و به نماز می‌ایستد. پسرم را می‌خوابانم و وضو می‌گیرم، من نیز به نماز می‌ایستم.

راستی چه اتفاقی افتاده‌است؟! خیلی ساده، سنگینی از مرگ رُستن را به یاد می‌آورم. نمانکی گونه‌هایم را حس می‌کنم.

به یاد می‌آورم که از خواب که بیدار می‌شوی به رسم مومنانه می‌گویی«الحمدلله الذی احیاننا بعد ما امانتنا والیه النشور» (حمد و سپاس خداوندی راست که بعد از هر مرده‌شدنی ما را زنده می‌گرداند.)

بدون آنکه متوجه باشم دارم از صمیم قلبم خداوند را به خاطر نعمت زندگی که به ما بار دیگر عطا بخشیده شکر می‌گویم، اما انگار شکرگزاری با قبلاً فرق می‌کند. از خداوند متعال برای اینکه امروز را اراده فرمود تا زنده باشیم و فرصتی برای توبه و بازگشت و جبران خطاها و گناهان گذشته داشته باشیم و او را خالصانه تر بندگی کنیم از صمیم قلبم شکر میکنم. نماز صبح سپری شد و من همچنان فاصله‌ی نماز صبح تا ظهر را در حالتی بیداری به سر می‌برم یک نوع بیداری دل و وجدان؛ مانده‌ام چگونه خدارا شکر گویم. هنگام نماز ظهر وقتی از سر شکر و بندگی تمام، سر بر آستان مقدس خداوند نهادم، غلطان غلطان مروراید اشک‌هایم بود که بدون کوچکترین هق هقی به پایین می‌ریزید و در مقابل خداوند آسمان‌ها و زمین آنقدر کوچکی و حقیرام شدید بود که در آن حضور نورانی حتی ذره‌ای هم نبودم اصلاً وجودی نداشتم و دلم می‌خواست که محو روزگار گردم چون هرچه بود عظمت و بزرگی باری تعالی بود و بس که از تمام قلبم انوارش ساطع بود. احساس می‌کردم روحم نو شده‌است و لذت حضورش را درک می‌کردم. چه نو شدن و ذهن آگاهی زیبایی. صورتم مجال ایستادن اشک‌هایم نبود به سجده رفتم به یکباره یادم آمد که الان اگر مرده بودم و دستم از دنیا کوتاه شده بود چطور می‌توانستم اعمال نادرستی را که مرتکب شده بودم با اعمال صالحه‌ای پاک گردانم. چه چیزی بعد از خود به جای گذاشته بودم، خدمتی به مردم و مسلمانان که بعد از مرگم باقیات الصالحاتی گردد تا به نمازهای بی



حضورم اضافه گردد و مرا از پرتگاه جهنم نجات دهد، به راستی هیچ نداشتم و کوله بارم خالی بود. یا منی که یقین به اسلام و قرآن و نماز و روزه و توحید و لا اله الا الله داشتم هنوز دیگرانی را به آن دعوت نکرده بودم، هنوز برادران و خواهرانی داشتم که حتی نماز هم نمی‌خواندند.

بازهم اشک‌هایم روان بود، تاب و تحمل این همه بار مسوولیت را که احساس می‌کردم، نداشتم. فقط سکوت مطلق بود و سکوت و خداوندی که هم اکنون حضورش را احساس می‌کردم در میان احساسات خود گم بودم نه توان زبانی داشتم که لطف و مرحمتش را آنطور که شایسته مقام جلالش است وصف کند و به زبان بیاورد، حمد بگویم، اظهار عجز و بندگی کند، نه چیز دیگر.

فقط اشک است و اشک که از سر حضور سرازیر می‌شود

احساس عجیبی است دلم می‌خواهد ساعت‌ها به نماز بایستم اما حتی رکوع و سجده هم نمی‌تواند ناچیزی و حقیری مرا در برابرش به تصویر کشند.

مگر می‌شود ذهنت از هر چه دنیاست وآرزوهایش، امیدها و ترس‌هایش، رنج‌ها و سختی‌هایش تجاوز و تعدی و ظلم‌هایش عصیان و طغیانش و آخرت و ما فیهایش بهشت و جهنمش وارسته گردد و تنها حضور خداوند و بزرگیش، عظمت و کرمش، نعمت‌ها و زیبایی آفرینش‌اش را دید و خوب نبود؟

«الحمدلله عدد خلقه و رضائفسه وزنه عرشه و مداد کلماته»

از نماز فارغ می‌شوم هرچه باشد بایستی به امور دنیایم نیز برسم و به یاد می‌آورم آیا واقعا صدقه بلا را دفع می‌کند، هر چند اندک هم باشد؟ تردید دارم، نمی‌دانم بیشتر احساسی که به من دست می‌دهد، این است که خداوند مقدر فرمود تا این روز را واقعا زندگی کنم. من پی بردم که زندگی کردن تنها بهانه‌ای است برای با خدا بودن و به سوی خدا درتکاپو بودن.

عمری با روح‌مان وقتی با جسم‌مان و گاهی با احساس و همه وقت با شعورمان و هرگاه چیزی جز این خواستیم همان لحظه ابتدای مرگ ماست.



## «مطالبات زنان» و وعده‌های «روحانی»

ناهید توسلی، پژوهشگر حوزه‌ی زنان

فروشگاه‌ها و بسیاری دیگر از حوزه‌های کاری استفاده‌ای بسیار بالاتر از پسران و مردان صورت می‌گرفت و می‌گیرد.

با توجه به این شرایط آقای روحانی، در برخی سخنرانی‌های انتخاباتی و پس از آن، وعده‌هایی کلان در مورد حضور زنان در عرصه‌های عمومی و دانشگاهی و همچنین در کسب حقوق برابر و عادلانه‌ی آنان، داده‌اند. پدیهی است چنین وعده‌ها و قول‌هایی، بدون شک و بی‌رودربایستی، مسؤولیتی بسیار سنگین و جدی بر دوش ایشان می‌گذارد. زنان کنشگر حوزه حقوق زنان با توجه به ویژگی‌های جهان دیجیتال امروز و انبوه اطلاعات و اخبار و ارتباطات در هزاره سوم و سده ۲۱ و حضور فیزیکی و اندیشواری در عرصه‌های عمومی، به آن میزان از رشد و آگاهی رسیده‌اند که بدانند برآورده شدن همه‌ی این وعده‌های نیک و مثبت رییس‌جمهور جدید به آن آسانی که ایشان ردیف و تعریف کرده‌اند، امکان‌پذیر نیست. بنابراین آنان با هم‌اندیشی با یکدیگر توصیه‌ها و نقطه‌نظرهای پیشنهادی خود را، تا حدی که، هم قانونی باشد و هم در توان اجرا از سوی ایشان، طی بیانیه‌ای صادر کرده و از سوی مسؤولان و معاونین امور زنان ستاد انتخاباتی ایشان به اطلاعشان رسانده‌اند. خلا‌های عینی و ملموسی که از سوی آقای روحانی در مورد حقوق نابرابر و ناعادلانه زنان به آن‌ها اشاره شده، همه در یک سطح و یک اندازه نیستند و می‌توان آن‌ها را اولویت‌بندی کیفی، کمی و کارکردی کرد. البته این نیز می‌بایست از سوی کنشگران زن، هم‌اندیشی شده و رتبه‌بندی شود؛ من، به‌عنوان عضو کوچکی از جامعه زنان کنشگر، اولویت اجرایی وعده‌های رییس‌جمهوری دوره یازدهم درباره حقوق زنان ایران را با این وعده‌ی ایشان آغاز می‌کنم که گفته‌اند: «دولت آینده معتقد است که فقه اسلامی در شرایط امروز از سوی حوزه‌ی علمیه نیاز به بازنگری دارد و ما از حوزه‌های علمیه تقاضا می‌کنیم که به اصل زمان و مکان توجه بیشتری بکنند...» دلیل من برای اولویت اجرای این وعده آقای روحانی، قوانین مدنی‌ای است پژوهش همگان را در مورد تاریخی که بر زنان،



که نیمی از جمعیت جهان بوده و هستند، رفته است فراهم سازد. یکی دیگر از وعده‌های آقای روحانی -که امیدوارم حتما اجرایی شود- یعنی: «تشکیل وزارت امور بانوان را در دولت تدبیر و امید پیش‌بینی کردیم تا حقوق ضایع شده زنان را به آن‌ها برگردانیم. دولت آینده لوابح خاصی برای حمایت از زنان تدوین و به مجلس ارایه می‌شود»، مورد موافقت گروهی از زنان کنشگر و نیز مخالفت گروهی دیگر است. آنچه مسلم است، برای تحقق وعده‌های آقای دکتر حسن روحانی، رییس‌جمهور منتخب، در مورد حقوق و مسایل زنان، نیاز به وجود نهادی دولتی جهت اقدام و پیگیری امور مربوطه احساس می‌شود. از قضا همین نیاز موجب شد تا در دولت‌های پیشین، نهادهایی دولتی برای امور زنان در نظر گرفته شود، تشکیل «وزارتخانه امور زنان»، یکی از مهم‌ترین و ضروری‌ترین اولویت‌هایی است که می‌تواند هم‌زمان و توأمان در کنار نهادهای غیردولتی (NGOها)، به حل بسیاری از مشکلات و معضلات و نابسامانی‌های حقوقی‌ای که زنان در جامعه ما با آن روبه‌رو هستند، کمک کند. موافقان بر این عقیده‌اند که برای

به نتیجه‌رساندن این وعده‌ها -مانند روند بازخوانی فقه سنتی به فقه پویا، که منجر به تغییراتی مثبت و سازنده در مورد تدوین و اجرای بسیاری از مواد قانونی خواهد شد- باید نهادی در زیرمجموعه‌ی دولت وجود داشته باشد تا هم‌زمان، با هماهنگی با دولت بتواند نسبت به انجام و پیگیری این امور تا رسیدن به نتیجه‌ی نهایی اقدام کند. مخالفان نیز، با این پرسش که مگر آقایان وزارتخانه‌ای برای امورشان دارند که زنان هم داشته باشند و با تکیه بر این شبهه که با تشکیل این وزارتخانه، تبعیض و تفکیک جنسیتی بازتولید می‌شود، نظر خود را اعلام کرده‌اند. شکی نیست در جامعه‌ای که حقوق انسانی مدنی-شهروندی زنان و تأسیس و وجود وزارتخانه‌ای برای رسیدگی به امور زنان می‌تواند به تبعیض و تفکیک جنسی-جنسیتی دامن بزند، ایجاد یک نهاد می‌تواند تأثیرگذار باشد. در کشوری که بسیاری از حقوق برابر و عادلانه انسانی-شهروندی زنان به دلیل جنسی-جنسیتی، از آنان دریغ شده، به نظر می‌رسد وجود چنین وزارتخانه‌ای تا رسیدن زنان به حقوق برابر و عادلانه‌شان، نیازی بسیار مشهود به نظر می‌رسد.

منبع: sharghdaily.ir

## عروس آسمان

نشمین ویسی، کارشناس ادبیات عرب

می‌خواهم از زنی بگویم که از جنس نور بود و بر تار و پود تنش، خشیت خالکش نقش بسته بود. زندگی‌ش سراسر ذکر و یاد الهی بود و فکرش جز او به هیچ کس و چیز دیگری مشغول نشد، اسمش در آسمان عرفان و تصوف می درخشد و نامش برای همیشه زنده ماند. او رابعه عدویه، دختر اسماعیل عدوی قیسی، ملقب به «تاج‌الرجال» و کنیه‌اش «ام‌الخیر» بود.

درسال ۱۰۰ هـ. ق برابر با ۹۸ هـ. ش در بصره متولد شد. پدرش سه دختر داشت و رابعه چهارمین دختر وی بود و علت نامگذاری او نیز همین بود. زمانی که رابعه بزرگ شد، پدر و مادرش وفات یافتند و در بصره قحطی پدید آمد و خواهران از یکدیگر متفرق شدند، و رابعه نیز به مکانی نامعلوم رفت. در بعضی کتاب‌ها نوشته شده که وی ازدواج نکرده و برخی دیگر نقل می‌کنند که وی با مردی به اسم «ابن ابی حواری» ازدواج کرده‌است.

وی از بزرگ‌ترین زنان خدانشناس بود که بذر خشیت از خدا را در زمین سینه‌ها می‌کاشت. به همان اندازه که خدا را دوست می‌داشت به همان اندازه نیز از خداوند می‌ترسید. هیچ انسان با ایمانی به اندازه‌ی رابعه گریه نمی‌کرد، آنقدر می‌گریست که محل نماز و سجده‌گاهش خیس می‌شد... هرکس آیه‌ای از قرآن کریم برایش می‌خواند، فریادی می‌کشید و به پهلو می‌افتاد. از سر شب تا نماز صبح مشغول عبادت حق بود و بعد از به‌جا آوردن نماز صبح، قدری می‌خوابید و هنگام بیدار شدن می‌فرمود: «ای نفس! تو چطور آرام گرفتی در حالی که از بیم و امید به درگاه پروردگارت بی‌اطلاعی! ای رابعه کمتر بخواب زیرا چیزی مانده تا به آرامش و آسایش ابدی برسی.»

حسن بصری نقل کرده است: «یک شبانه روز پیش رابعه بومد و سخن طریقت و حقیقت می‌گفتم. چنان که نه بر خاطر من گذشت که مرد هستم، و نه بر خاطر او گذشت که زن است. آخر الامر چون برخاستم، خود را مقلسی دیدم و او را مخلصی.» رابعه هیچ علاقه‌ای به دنیا نداشت و زندگی در دنیا را فقط برای خدایپرستی می‌خواست. درسایه‌ی عنایت خداوندی به مقامی رسیده بود که هیچ‌گونه احساس نیازی به مردم نمی‌کرد و هرگز از مردم چیزی نپذیرفت و می‌گفت: «ما لی حاجه بالدنیا» مرا به دنیا نیازی نیست. اما آنچه رابعه را جزو اغنیای عرفا قرار داده‌بود، از یک سو محبت وافر به خدا و از سوی دیگر حزن شدید و خوف زیاد نسبت به باری تعالی بود. وی درباره‌ی حزن می‌گفت باید بیشتر متأثر باشیم، چرا که کمتر حزن داریم و باید بنالیم که چرا کم می‌نالیم، بنابراین باید رابعه را از جمله افرادی بدانیم که حزن و خوف و محبت الهی را با هم داشته است.

نقل شده‌است که: «مردی چهل دینار برای رابعه فرستاد تا آن را در امورات زندگی‌اش صرف کند. هنگامی که پول به دستش رسید به گریه افتاد و گفت: من شرم دارم که از خداوند چیزی بخواهم که تمام دنیا در اختیارش است... چگونه این پول را از کسی قبول کنم که هیچ چیزی ندارد.» همواره می‌گفت: کسی که خداوند را دوست داشته باشد و عاشق خدا باشد مدام در گریه و زاری است تا به معشوق برسد و آرام گیرد. اگر کسی در نزدش از مسایل دنیوی صحبت می‌کرد، می‌گفت: در دلت عشق دنیا ریشه کرده‌است، هرکس هرچیز که به دلش نزدیک‌تر باشد از آن یاد می‌کند. او در صدد کنمان حسنات خود بود و به دیگران هم توصیه می‌کرد نیکی‌های خود را ببوشانند، همانطور که گناهان خود را استتار می‌کنند؛ چرا که اظهار خوبی، برای آدمی نقص است و زمین‌های خود نمایی را فراهم می‌کند و سبب خودستایی می‌گردد. نقل است که روزی سفیان به رابعه گفت: «درجه‌ی ایمان و اعتقاد خود را به حضرت حق برای من بیان کنید. رابعه گفت: من خدا را به شوق بهشت و خوف جهنم نمی‌پرستم، بلکه از کمال عشق به آن حضرت و برای ادای شرایط بندگی عبادت می‌کنم.» او وقتی نماز عشاء می‌گزارد بر پشت بام می‌رفت و چادر و مقنعه‌اش را محکم می‌کرد و می‌گفت: «الهی! انارت النجوم و نامت العیون و غفلت الملوك ابوابها و خلا کل حیب بحیبه و هذا مقامي بین یدیک.» « پروردگارم! ستاره‌ها بیدار و منور شدند و چشم‌ها به خواب رفتند، پادشاهان در خانه‌هاشان را بستند و هر دل‌داده با دل‌بر خویش خلوت کرد، من هم اینجا در مقابل تو ایستاده‌ام.» سپس بر سجده‌گاهش بوسه می‌زد و به هنگام سحر می‌گفت: خدای من! این شب به پایان رسید و صبح دمید. و ای کاش می‌دانستم که آیا اعمال این شبم را از من پذیرفتی تا خشنود گردم؛ یا آن‌که آن را رد کردی تا عزادار شوم و سوگواری کنم، و به عزتت سوگند اگر مرا از درد برانی از وقتی که محبت در دم افتاده است از آن رویگردان نشده و نخواهد شد. خوف و حزن رابعه علاوه بر فراق و جدایی از خدا به سه چیز دیگر هم تعلق می‌گرفت و آن سه همان‌اند که خود گفته است: «در غم سه چیز متحیر مانده‌ام... اول آنکه در وقت مرگ، ایمان به سلامت برم یا نه؟ و دوم آن که نامه‌ی من به دست راست دهند یا نه؟ سوم آنکه در آن ساعت که جماعتی به دست راست به بهشت برند، و جماعتی به دست چپ به دوزخ، من از کدام باشم؟» رابعه در نیایش‌های خود زمزمه می‌کرد: «الهی ما را از دنیا هر چه قسمت کرده‌ای به دشمنان خود ده و هر چه از آخرت قسمت کرده‌ای به دوستان خود ده که مرا تو بسی!» «الهی! کار من و آرزوی من در دنیا از جمله دنیا یاد توست و در آخرت از جمله آخرت لقای توست. از من این است که گفتم تو هرچه خواهی می‌کن.» «خداوند!! اگر تو را از خوف دوزخ می‌پرستم، در دوزخم بسوز،



تحلیلی تربیتی بر فیلم دهلیز:

## پدرانی که نقشی در تربیت ندارند



### زهرامینایی

جامعه‌ی مدرن مسایل و مشکلات مخصوص به خود را دارا است. زندان یکی از مظاهر جامعه‌ی مدرن است. این شرایط اگرچه برای فرد به زندان رفته، پیامدهایی دارد؛ اما می‌توان پیامدهای ناخواسته‌ی آن را بر روی دیگر افراد جامعه مشاهده کرد. مثلاً خانواده‌ی فردی که زندانی شده است، نهادی است که تحت تأثیر پیامدهای ناخواسته‌ی زندانی شدن پسر یا شوهر قرار می‌گیرد.

در فیلم «دهلیز» به کارگردانی بهروز شعبی با خانواده‌ی تک سرپرستی روبه‌رو هستیم که پدر خانواده به دلیل ارتکاب قتل به زندان افتاده است. صدور حکم برای او پنج‌سال به طول انجامیده و در این سال‌ها فرزند او که دیگر به دبستان می‌رود از وجود پدر خود بی‌اطلاع بوده است. بنابراین زن خانواده -که هانیه توستی نقش او را ایفا می‌کند- هم مادر است و هم پدر.

هانیه توستی نه بدون شوهر است که بتواند ازدواج کند و نقش شوهری و پدری را به کس دیگری واگذار نماید و نه شوهرش در کنارش حضور دارد.

در آغاز فیلم، هانیه توستی را می‌بینیم که هم نقش مادر خانواده را برعهده گرفته است و هم نقش و وظایف پدر را انجام می‌دهد. او در یک عینک‌فروشی کار می‌کند. در عین حال نقش تربیت فرزند را نیز انجام دهد. در ادامه هانیه توستی فرزند خود را با پدرش مواجه می‌کند و کم‌کم پدر در نقش پدر خانواده ظاهر می‌شود. بعد از آنکه کودک با پدر خو گرفت، مدتی به عنوان مرخصی به خانه می‌آید و خانواده‌ی آنها تکمیل می‌شود.

به طور کلی می‌توان در روند فیلم، ایفای نقش مادری را توسط هانیه توستی به دو قسمت تقسیم کرد. در آغاز فیلم که پدر خانواده حضور ندارد و هانیه توستی وظایف مادری خود را به‌خوبی انجام می‌دهد. با فرزندش

با بداخلاقی و بی‌حوصلگی رفتار می‌کند. برای بچه غذای خانگی نمی‌پزد و غذای فست فودی می‌خورند و یا غذاهای دم‌دستی می‌پزد. تا شب در خانه کار می‌کند و وقتی برای گذراندن با بچه‌اش نمی‌گذارد.

اما در ادامه از همان لحظه که فرزند می‌فهمد پدر دارد و با او آشنا می‌شود، این روند تربیتی بهبود می‌یابد. هانیه توستی دیگر مسئولیت کل تربیت را بر دوش خود به تنهایی احساس نمی‌کند به همین دلیل آرام‌تر می‌شود و با بچه صبورانه‌تر برخورد می‌کند. در دورانی که پدر برای مرخصی به دیدن خانواده می‌آید، این مسئولیت باز هم بیشتر تقسیم شده و راحتی و آرامش هانیه توستی دیده می‌شود. پدر برای بچه داستان می‌گوید و او را می‌خواباند، با او صحبت می‌کند و به طور کلی ارتباط خوبی با بچه برقرار کرده و برایش وقت می‌گذارد.

یکی از نکات مهمی که این فیلم به‌خوبی به تصویر کشیده است، نقش پدر در تربیت فرزند است. بر اساس تعالیم اسلامی، پدر در تربیت فرزندان نقش ویژه‌ای ایفا می‌کند. او ولی بر فرزندان است. پدر تصمیم‌گیرنده‌ی نهایی برای ولد خود است و به همین دلیل باید در جریان تربیتش، مسئولیت زیادی ایفا کند. متأسفانه در حال حاضر در جامعه با وجود آنکه پدرها زندان نرفته‌اند، اما نقش چندانی در تربیت فرزندان خود ایفا نمی‌کنند و برای خود وظیفه‌ای در قبال این مسئولیت قایل نیستند. پدران خانواده تنها وظیفه‌ی خود را تأمین مالی خانواده می‌دانند و همه‌ی مسئولیت دشوار تربیت را بر دوش مادر خانواده می‌اندازند. وقتی پدر در تربیت خانواده نقشی نداشته باشد، قطعاً مادر نیز به تنهایی نمی‌تواند این نقش را به خوبی ایفا کند و روند تربیت کودک اساساً تکمیل نمی‌شود. پس لازم است رسانه‌ها و آموزش رسمی و غیررسمی این مسأله را به پدران و پسران گوشزد کند و بر این نقش تأکید نماید.

منبع: پایگاه خبری تحلیلی زنان پرس

## خدیجه‌ی صدیقه، یاورِ کم‌نظیر

پایگاه اطلاع‌رسانی اصلاح

خدیجه بنت خویلد، ام‌المؤمنین و همسر پیامبر ﷺ است که یک‌ربع قرن، همسر و هم‌سر و همراه شریف‌ترین موجود بر روی زمین بود.

نام مادرش فاطمه بنت زائده بن الاصم بود. خدیجه، زنی شریف و متمول بود که اموالش را در مسیر تجارت به کار می‌گرفت. قبل از پیامبر ﷺ دوبار ازدواج کرده بود. یک‌بار با عتیق بن عائد بن مخزوم که از او دو فرزند به نام‌های عبدالله و جاریه داشت و بار دوم با مردی به نام ابوهاله التیمی که از او نیز دو فرزند با نام‌های هند و زینب داشت.

زمان ازدواج با پیامبر ﷺ چهل سال داشت. در مکه و زمانی که عمرش ۶۰سال بود، دار فانی را وداع گفت. وفات او در ماه رمضان و سه‌سال قبل از هجرت بود.

در میان زنان مؤمن، نخستین کسی بود که «صدیقه» نام گرفت و نخستین کسی بود که همراه پیامبر ﷺ نماز گزارد. نخستین کسی بود که جبرئیل بر او نازل شد تا از جانب خداوند بر او سلام دهد. نخستین کسی بود که مژده‌ی بهشت را دریافت نمود. نخستین کسی بود که به ازدواج پیامبر ﷺ درآمد و شش فرزند از پیامبر ﷺ به دنیا آورد با نام‌های: زینب، رقیه، ام‌کلثوم، فاطمه، عبدالله، قاسم. تا زمانی که در قید حیات بود پیامبر ﷺ با کس دیگری ازدواج نکرد.

حضور خدیجه در زندگانی پیامبر ﷺ مرهمی التیام‌بخش و محرمی آرامش‌آفرین بود. رسول خدا ﷺ درباره‌ی او می‌گوید:

«أَمَّتْ بِي حِينَ قَفَرْتُ بِالنَّاسِ؛ وَصَدَّقْتَنِي حِينَ كَذَّبَنِي النَّاسُ؛ وَأَشْرَكْتَنِي فِي مَالِهَا حِينَ حَرَمْتَنِي النَّاسُ، وَرَزَقْتَنِي اللَّهَ وَلَدَهَا وَحَرَمَ وَكَلَدَ غَيْرَهَا» [مسند احمد بن حنبل، ج ۶] یعنی: وی به من ایمان آورد، آن‌هنگام که مردم به من کافر بودند؛ مرا تصدیق کرد، آن‌هنگام که مردم مرا تکذیب می‌کردند؛ مرا شریک دارایی خویش گردانید، آن‌هنگام که مردم مرا محروم گردانیده بودند؛ و خداوند از وی فرزندان‌ی روزی کرد، اما از

سلام‌الله‌علیها

همسران دیگرم به من فرزندی نداد.

پیامبر ﷺ او را یکی از چهار زن نمونه‌ی جهان قلمداد کرده است:

«بهترین زنان عالم عبارت‌اند از: مریم بنت عمران، آسیه بنت مزاحم، خدیجه بنت خویلد و فاطمه بنت محمد» [سنن ترمذی، ج ۵، ص ۶۶۰]

نقش مهم و تأثیرگذاری را که خدیجه رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهَا در دل‌داری و حمایت روانی و تأیید رسول خدا ﷺ بر عهده داشت، می‌توان در روایتی که عایشه رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهَا از نحوه‌ی نزول وحی بر پیامبر ﷺ نقل کرده است به خوبی دید.

بعد از این‌که بر رسول خدا ﷺ برای بار نخست وحی نازل می‌شود، نگران و آسیمه می‌شود، عایشه رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهَا می‌گوید: «...رسول الله ﷺ در حالی که قلبش می‌لرزید نزد خدیجه رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهَا رفت و گفت: «مرا بپوشانید، مرا بپوشانید». حاضرین رسول الله ﷺ را پوشانیدند تا اینکه ترس و وحشتش بر طرف شد. سپس، ماجرا را برای خدیجه بازگو نمود و فرمود: «من نسبت به جان خود، احساس خطر می‌کنم». خدیجه رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهَا گفت: خداوند هرگز تو را ضایع و نابود نخواهد کرد؛ زیرا شما پای‌بند صله‌ی رحم هستی، مستمندان را کمک می‌کنی، از مهمانان پذیرایی می‌نمایی و در راه‌حق، مشکلات را تحمل می‌کنی.» [بخاری: ۳]

در خصوص این‌که خداوند متعال بر خدیجه رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهَا سلام کرده و مژده‌ی بهشت به او داده شده است، حدیث صحیحی وجود دارد:

ابوهیره رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ می‌گوید: جبرئیل نزد نبی اکرم ﷺ آمد و گفت: «او خدیجه است که با ظریفی از خورش یا غذا و یا آب می‌آید. پس هنگامی که نزد تو آمد، از طرف پرودگارش و از طرف من به او سلام برسان و او را به خانه‌ای در بهشت

بشارت بده که از مروارید نفیس، ساخته شده است و هیچ‌گونه خستگی و سر و صدایی در آن، وجود ندارد.» [بخاری: ۳۸۲۰]

خدیجه در شصت یا به روایتی در شصت و سه سالگی وفات می‌کند و پیامبر ﷺ یکی از بهترین یاوران خود را از دست می‌دهد. سال وفات خدیجه مقارن بود با وفات ابوطالب، عموی حمایت‌گر پیامبر ﷺ. مسلمانان این سال را «عام الحزن» نامیدند.

خدیجه رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهَا وفات می‌کند اما یادش و محبت ریشه‌دارش در قلب و جان پیامبر ﷺ می‌بالد و با این‌که رسول خدا ﷺ بعد از او با زنان دیگری ازدواج می‌کند، اما یاد خدیجه و محبت او همیشه مایه‌ی رشک و غیبه‌ی دیگر زنان پیامبر ﷺ می‌شود.

از مصادیق وفاداری و محبت پیامبر ﷺ حتی بعد از وفات خدیجه، می‌توان به این مورد اشاره کرد:

عایشه رَحْمَةُ اللَّهِ عَلَيْهَا روایت می‌کند که هرگاه پیامبر گوسفندی سر می‌بریدند می‌فرمودند: آن را برای دوستان خدیجه بفرستید. من روزی این مسأله را به او یادآور شدم. فرمود: من دوستان او را دوست دارم. [صحیح بخاری]

محبت خدیجه در قلب پیامبر ﷺ به اندازه‌ای است که حتی برای دوستان او هم احترام قایل است و آنان را مورد لطف و تفقد خود قرار



می‌دهد. به تعبیر حافظ:

مرا عهدی است با جانان که تا جان در بدن دارم  
وفاداران کویش را چو جان خویشتم دارم

عایشه رَضِيَ اللهُ عَنْهَا می‌گوید: بر هیچ یک از همسران نبی اکرم ﷺ به اندازه‌ی خدیجه، رشک نبردم. او را ندیده بودم ولی رسول اکرم ﷺ به کثرت از او یاد می‌کرد و چه‌بسا که گوسفندی را ذبح می‌نمود، آن را قطعه قطعه می‌کرد و برای دوستان خدیجه می‌فرستاد. گاهی به آنحضرت ﷺ می‌گفتم: گویا در دنیا زنی بجز خدیجه، وجود نداشته است. رسول خدا ﷺ می‌فرمود: «فضایل زیادی داشت و من از او، فرزند دارم.» [بخاری: ۳۸۱۸]

حکایت جالبی در صحیح بخاری آمده است که از عشق سرشار پیامبر ﷺ به خدیجه پرده برمی‌دارد. سال‌ها بعد از وفات خدیجه رَضِيَ اللهُ عَنْهَا روزی هاله، خواهر خدیجه، دقّ الباب می‌کند و اجازه‌ی ورود می‌خواهد. پیامبر ﷺ با شنیدن صدای هاله، بی‌وقفه به یاد صدای محبوب از دست‌رفته‌اش می‌افتد:

عایشه رَضِيَ اللهُ عَنْهَا می‌گوید: «هاله دختر خویلد؛ خواهر خدیجه رَضِيَ اللهُ عَنْهَا؛ از رسول الله ﷺ اجازه‌ی ورود خواست. آنحضرت ﷺ چون از شنیدن صدای او به یاد اجازه‌خواستن خدیجه رَضِيَ اللهُ عَنْهَا افتاد، تکان خورد و فرمود: «بار الها! هاله است.» عایشه می‌گوید: از شنیدن این جمله، رشک بردم...» [بخاری: ۳۸۲۱]

شاعر می‌گوید:

این صدای پا که می‌آید ز دور  
افکنند بر هستی‌ام یکباره شور

می‌شناسم این صدای پای اوست  
طرز ره‌پیمودن زیبای اوست

در مسیر دشوار و پر مشقت دعوت الی‌الله، داشتن یار و یاورانی صادق و وفادار، موهبتی کم‌نظیر است. خدیجه رَضِيَ اللهُ عَنْهَا تسلی‌بخش و تسکین‌دهنده‌ی آلم پیامبر ﷺ بود. «راهی» چنان دشوار و چنان خطیر و ارزشمند، نیازمند «یاری» تا به آن حد نیک‌سیرت و از خودگذشته است

آن‌چه گذشت شمّه‌ای از زندگی و فضایل یکی از نمونه‌ترین زنان عالم؛ یعنی خدیجه‌ی صدیقه بود، ولی بی‌تردید هیچ‌کس جز شخص رسول اکرم ﷺ که سال‌های سال با او زیسته و در سایه‌اش غنوده بود، نسبت به ابعاد رشک‌انگیز این بانوی فرهیخته، اطلاع ندارد.

منابع:

۱. ازواج النبی: موسی‌شاهین لاشین، ریاض، مکتبه المعارف، ۱۹۲ صص ۴-۳۰
۲. المومنین خدیجه بنت خویلد المثل الاعلی لנסاء العالمین: ابراهیم محمد حسن الجمل، قاهره، دارالفضیلة
۳. خورشید نبوت: صفی الرحمن مبارکفوری، ترجمه محمدعلی لسانی فشارکی، نشر احسان، چاپ اول، ۱۳۸۱
۴. رسول خاتم، پژوهشی تحلیلی در زندگی پیامبر اسلام، داود نارویی، نشر احسان، چاپ اول، ۱۳۹۱
۵. زوجات النبی فی واقعتنا المعاصر (تأملات فی مواقف زوجیه مشرقه للنبی)، جاسم المطوع، دار اقرأ الدولية، ۱۴۲۴ ق

## صفیه رَضِيَ اللهُ عَنْهَا دختر حَیِّ بن اخطب، از یهودیت تا اسلام

احمد الجدع

ترجمه: عبدالصمد مرتضوی

هنگامی که رسول خدا (صلی الله علیه و سلم) با عنایت پروردگار بر یهود ظفر یافت و قلعه‌ی خیبر را فتح نمود، صفیه دختر حیی بن اخطب به اسارت مسلمانان درآمد. صفیه (رضی الله عنها) از پایگاه اجتماعی بالایی برخوردار بود و نسب او به انبیای بنی اسرائیل می‌رسید. علاوه بر این، او دختر یکی از بزرگان و رؤسای یهود بود. رسول خدا (صلی الله علیه و سلم) او را از بین اسرا برای خویش برگزید و او را مختار نمود که بین «یهودیت و آزادی» و «اسلام و رسول خدا» یکی را برگزیند. صفیه (رضی الله عنها) اسلام و رسول خدا را ترجیح داد و به همسری آن حضرت درآمد. با ازدواج رسول خدا (صلی الله علیه و سلم) با صفیه (رضی الله عنها) او نیز، در زمره‌ی مادران مؤمنان (امهات المؤمنین) قرار گرفت و به این عنوان مبارک مفتخر گردید.

رسول خدا (صلی الله علیه و سلم) خواست که نزدیک همان خیبر محفل عروسی را برگزار نماید اما صفیه (رضی الله عنها) مانع شد. بعدها وقتی رسول خدا (ص) از علت امتناع او سؤال کرد، او عرض کرد: ای رسول خدا، یهود در آن جا به ما نزدیک بودند و من ترسیدم به شما آسیبی برسانند. رسول خدا (صلی الله علیه و سلم) وقتی این حرف را از صفیه (رضی الله عنها) شنید بر محبت او نسبت به صفیه (رضی الله عنها) افزوده شد.

روزی رسول خدا (صلی الله علیه و سلم) به درد دل و گلایه از پدر صفیه (رضی الله عنها) پرداخت و گفت: پدرت با من چنین و چنان کرده است. صفیه (رضی الله عنها) گفت: ای رسول خدا، هر کس ضامن کار خود است و بار گناه هیچ کس را دیگری بر نمی‌دارد.

خلاصه این که زنان پیامبر دیدند صفیه از محبت خاصی نزد رسول خدا (صلی الله علیه و سلم) برخوردار شده است. به همین خاطر، بعضی از آنها نزد صفیه (رضی الله عنها) رفته و به خاطر این که از تبار یهود است او را سرزنش کردند. صفیه (رضی الله عنها) از این قضیه ناراحت شد و نزد رسول خدا زبان به گلایه گشود. رسول خدا خطاب به او فرمود: جای تفاخری برای آنها باقی نمی‌ماند! مگر نه این است که پدر، عمو و همسر تو پیامبران الهی هستند؟

روزی حضرت عایشه (رضی الله عنها) به نمایندگی از دیگر زنان پیامبر خطاب به صفیه (رضی الله عنها) گفت: ما از مقام و محبوبیت بیشتری نزد پیامبر برخورداریم، زیرا ما زنان و دخترعموهای آن حضرتیم. رسول خدا (صلی الله



علیه و سلم) به صفیه (رضی الله عنها) فرمود: تو در جواب آنها بگو، چگونه از من برترید در حالی که همسر من محمد (ص) پدرم هارون و عمویم موسی همه پیامبران الهی می‌باشند!

صفیه (رضی الله عنها) بعد از رحلت رسول خدا با ایمانی راسخ، تقوایی عمیق و زهدی خالص ادامه حیات داد اما با آن همه کرامتی که داشت از آزار و اذیت دشمنان اسلام در امان نماند.

او کنیزکی داشت که تحت تأثیر افکار شیطانی به بدخواهی علیه او برخاسته نزد عمر (رضی الله عنه) رفت و گفت: صفیه (رضی الله عنها) با خویشاوندان یهودی خود ارتباط دارد و به روز شنبه علاقه‌ی خاصی دارد. وقتی از صفیه (رضی الله عنها) پرسیده شد، عرض کرد: به شنبه هیچ‌گونه علاقه‌ای ندارم اما در میان یهود خویشاوندانی دارم که برای حفظ صلّه رحم با آنان ارتباط دارم. سپس رو به کنیز خویش نمود و فرمود: چه چیزی باعث شد که چنین تهمت‌ی را بر من روا داری؟ او با لحنی که حاکی از ندامت و شرمندگی بود، گفت: تحت تأثیر وسوسه‌ی شیطان قرار گرفتیم. (واقعاً سزای چنین کنیزی چه بود؟ اگر کسی چنین تهمت ناروایی را به انسان ببندد، قابل بخشش است؟) صفیه (رضی الله عنها) آن بزرگ بانوی مسلمان در قبال این عمل زشت کنیزک، نه تنها او را تنبیه نکرد بلکه آزادش نمود و باعث شد او نیز، همچون هر زن آزاده‌ای، آزادانه ادامه‌ی حیات دهد.

راستی این‌گونه بردباری و صبر را چه بنامیم؟ به تحقیق که این بانوی بزرگوار با چنین حلم و بردباری و چنین اخلاق پسندیده‌ای شایسته‌ی رسول خدا بود و لایق بود که از «امهات المؤمنین» به شمار آید.

صفیه (رضی الله عنها) در سال ۵۰ هجری جان به جان آفرین تسلیم کرد و در قبرستان بقیع مدفون گردید.

-----

منبع: اسوه‌های راستین برای زن مسلمان



## مادری صبور، همسری فهیم و بانوی مجاهد

این زن و شوهر بافضیلت، فرزند پسری بود که متأسفانه در سنین نوجوانی بیمار شد، در منزل بستری گردید و مادر از او پرستاری می‌کرد. شب هنگام موقعی که ابی‌طلحه از کار برمی‌گشت و به منزل می‌آمد، ابتدا بر بالین فرزند بیمار می‌رفت و مورد مهر و عطوفتش قرار می‌داد و سپس در اطاق خود به صرف غذا و استراحت می‌پرداخت. چندی بر این منوال گذشت تا روزی طرف عصر در غیاب پدر، نوجوان از دنیا رفت. مادر باایمان بدون این که خود را بیازد و در مرگ فرزند بی‌تابی و جزع کند، جنازه را به کناری کشید و رویش را پوشاند.

جنت نصری

شب فرا رسید، ام‌سلیم برای آن که خواب و آسایش شوهر خسته‌اش در آن شب مختل نشود، تصمیم گرفت مرگ فرزند را تا صبح از وی پنهان نگاه دارد. ابی‌طلحه وارد منزل شد و طبق معمول خواست بر بالین فرزند برود. ام‌سلیم منعش نمود و گفت: طفل را به حال خودش بگذار که امشب با سکون و راحتی آرمیده است. این سخن را طوری ادا کرد که شوهر، آن را مزده تخفیف بیماری تلقی نمود و مطمئن شد مرض فرزندش کاهش یافته و هم اکنون بدون التهاب خوابیده است. رفتار ام‌سلیم آن قدر جالب و اطمینان بخش بود که شوهر در آن شب، با وی هم بستر شد.

صبح شد، ام‌سلیم گفت: ابی‌طلحه! اگر کسانی به بعضی از همسایگان خود چیزی را به عاریه بدهند و آنان مدتی از آن بهره‌مند باشند؛ اما موقعی که صاحبان مال، عاریه خود را طلب کنند، عاریه‌داران اشک بریزند که چرا متاع عاریتی را پس می‌گیرید و پس ما نباید این چنین باشیم، خداوند امانت خود را پس گرفت و فرزندت از دنیا رفت. در این مصیبت صبر کن، تسلیم قضای الهی باش و برای تجهیز جنازه اقدام نما.

ابی‌طلحه به حضور رسول اکرم ﷺ شرفیاب شد و جریان ام‌سلیم را به عرض رساند. پیامبر از کار زن به شگفت آمد و درباره‌اش دعا کرد و از پیشگاه الهی برای زن و شوهر در آمیزش آن شب، درخواست خیر و برکت نمود پس از این فرزند خداوند فرزند دیگری به این زن و شوهر داد که برای نام‌گذاری خدمت رسول خدا ﷺ آوردند. پیامبر ﷺ کامش را با خرما شیرین کرد و نامش را عبدالله گذاشت و برای او دعا کرد.

این فرزند از مردان بزرگ صدر اسلام شد. ۷پسر داشت که همه قاری قرآن بودند.

ابی‌طلحه و ام‌سلیم مانند سایر پدران و مادران، به نوجوان خود علاقه داشتند و معمولاً انتظار می‌رفت در چند روز اول مرگ وی، سخت نگران و اندوهگین شوند، ولی چنین نشد. آنان مصیبت درگذشت او را با نیرومندی تحمل نمودند و در این حادثه‌ی علاج‌ناپذیر، حد اعلای صبر و شکیبایی را از خود نشان دادند؛ زیرا به خدا ایمان واقعی داشتند، طفل را از او می‌دانستند و مرگش را نیز به فرمان او. به رضای حق راضی و به قضایش تسلیم شدند، تا مورد عنایت و تفضل او قرار گیرند و رحمت واسعه‌ی باری تعالی شامل حال آنان گردد.

به کار بستن برنامه‌های روانی و اعمال محاسبه‌های عقلی نمی‌تواند ایمانی راسخ مردان و زنانی شبیه ابی‌طلحه و ام‌سلیم تربیت کند و آنان را تا این حد، متحمل و شکیبا بسازد. مردان و زنانی که به خدا و روز جزا ایمان ندارند، یا دارند، ولی ایمانشان ضعیف است، وقتی فرزند جوان خویش را از دست می‌دهند یا به مصیبتی سخت و غیرقابل علاج مبتلا می‌شوند، تا مدتی ناآرام و بی‌قرارند. با آن که می‌دانند بی‌تابی و جزع، ناراحتی آنان را افزایش می‌دهد، مصیبت را تشدید می‌کند و به سلامتشان آسیب می‌رساند ولی این دانستن، نگرانی و تشویش را از صفحه‌خاطرشان نمی‌زداید و به آنان سکون و آرامش نمی‌بخشد.

اما مؤمنان واقعی در پرتو ایمان، ضمیری مطمئن و آرام دارند، در زمینه‌ی مرگ فرزند و در مقابل هر حادثه سنگین، خویششان دار و مقاومند؛ زیرا در مکتب دین آموخته‌اند که رضا به قضای حتمی و تسلیم در مقابل فرمان الهی، علامت ایمان و مایه‌ی خشنودی خداوند است و در قیامت، آدمی را از پادش صبر برخوردار می‌سازد، برعکس جزع و بی‌تابی، علاوه بر رنج روحی و اختلالات جسمی، نشانه سربچی از فرمان الهی و موجب حرمان از اجر باری تعالی است.

درد و سلام خداوند مهربان و مهرورز بر روح پاکت‌ای ام‌سلیم ایمانی‌مان: وجود نازنینت را همین بس که محمد ﷺ درباره‌ات فرمودند: در عالم خواب مشاهده کردم داخل بهشت شده‌ام و ام‌سلیم، همسر ابوطلحه انصاری، در آن‌جا حضور دارد.

عزیزان ایمانیم! به‌راستی چه چیز غیر از معنویت و حرکت برای خدا، می‌تواند از زنی مثل ام‌سلیم، همسری نمونه و مادری صبور و مجاهدی قهرمان بسازد؟

آری تنها یک راه هست که امت ما باید بیاماید و آن بزرگراه امن و امان ایمان است، ایمان کارخانه‌ی قهرمان ساز نیست.

روحش شاد و یاد و نام و راهش جاودانه باد.



## گامی به سوی مثبت‌اندیشی

سمیه امینی

زندگی زیباست ای زیبا پسند  
زنده اندیشان به زیبایی رسند

مثبت‌اندیشی (positive thinking) یکی از مباحث مورد نیاز جامعه‌ی استرس‌زای کنونی است. مفاهیم منفی همواره در پیرامون ما چرخ می‌زنند و ناخواسته ما را تبدیل به افراد منفی‌نگر می‌کنند. بازنگری دوباره بر افکار و کنترل آن‌ها و مثبت‌اندیش شدن مهارتی است که با استفاده از آن می‌توانیم از فضای منفی‌نگری دور شویم و دیگران را به سمت مثبت‌اندیشی سوق دهیم.

تعریف مثبت‌اندیشی: نگاه به امور و پدیده‌ها از یک زاویه مثبت، نگرش ذهنی است که بخش روشن امور را می‌بیند و در نتیجه‌ی آن توانایی‌های فرد برای رسیدن به اهداف زندگی به کار گرفته می‌شود. مثبت‌اندیشی شکلی از فکر کردن است که بر حسب عادت، در پی به دست آوردن بهترین نتیجه از بدترین نتایج است. (نورمن وینسنت پیل، ۱۳۸۸)

قرآن مجید سراسر نور و رحمت و پیام مثبت است. زمانی که با دقت الفاظ قرآن را مورد بررسی قرار می‌دهیم، این پیام‌ها را دریافت می‌کنیم؛ مثلاً در آیات زیر خداوند از قرآن به عنوان شفا نام می‌برد. شفا پیغام و کلام مثبتی است که مرحله‌ی بعد از بیماری و دارو و درمان است؛ زیرا اگر به جای شفا کلمه‌ی دوا را می‌آورد، پیام منفی را منتقل می‌کرد؛ اما خداوند لطیف بسیار ظریف کلمات را به کار برده است.

«وَ نُنزِلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ» [سرا: ۸۲]

«ثُمَّ كَلِمَی مِنْ كُلِّ التَّمَرَاتِ فَاسْأَلْکِ سُبُلَ رَبِّکِ ذَلَّلَا یَخْرُجُ مِنْ بُطُونِهَا شَرَابٌ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِیهِ شِفَاءٌ لِّلنَّاسِ إِنْ فِی ذَلِکَ لَآیَةٌ لِّقَوْمٍ یَتَفَكَّرُونَ» [نحل: ۶۹]

«قُلْ هُوَ لِّلَّذِینَ آمَنُوا هُدًی وَشِفَاءٌ» [فصلت: ۴۴]

همچنین در آیات زیر خداوند تعالی این نکته را در نظر می‌گیرد و به جای استفاده از کلماتی که بار معنایی منفی داشته باشند از کلمات مثبت

استفاده می‌کند. نمی‌فرماید: «ان الله یبغض الظالمین» خداوند از تجاوزکاران بیزار یا متنفر است بلکه می‌فرماید خداوند آن‌ها را دوست ندارد: «إِنَّ اللّٰهَ لَا یُحِبُّ الْمُعْتَدِینَ» [بقره: ۱۹۰] «وَاللّٰهَ لَا یُحِبُّ کُلَّ کَفَّارٍ أَثِیمٍ» [بقره: ۲۷۶]

«وَاللّٰهُ لَا یُحِبُّ الظَّالِمِینَ» [آل عمران: ۵۷]

«فَإِنَّ اللّٰهَ لَا یُحِبُّ الْکَافِرِینَ» [آل عمران: ۲۳]

«إِنَّ اللّٰهَ لَا یُحِبُّ مَنْ کَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا» [نساء: ۳۶]

«وَاللّٰهُ لَا یُحِبُّ الْفَاسِقَ» [بقره: ۲۰۵]

و آیات فراوان دیگری که این پیام‌های مثبت را به ما منتقل می‌کند و یادآور می‌شود که انسان مؤمن باید مثبت بیندیشد و مثبت بگوید و مثبت عمل کند.

همچنین در حدیث آمده است که: «قال رسول الله ﷺ: عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنْ أَمَرَهُ کَلْبٌ لَهَ خَیْرٌ، إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءٌ شَكَرَ فَکَانَ خَیْرًا لَهُ وَ إِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءٌ صَبَرَ فَکَانَ خَیْرًا لَهُ وَ لَیْسَ ذَلِکَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ» [مسلم، الدارمی، احمد]

پیامبر ﷺ می‌فرماید: عمل انسان مؤمن بسیار شگفت‌آور است؛ چرا که همه‌ی اعمالش برای او خیر است، اگر به او خوشی یا شادی برسد شکر می‌کند و این شکر برایش خیر است (نزد خداوند حسنه دارد) و اگر مصیبت و سختی به او برسد صبر پیشه می‌کند و این صبر برایش خیر است (نزد خداوند حسنه دارد) و این پاداش و (این معادله) برای کسی به غیر از انسان مؤمن نیست.

پس انسان مؤمن در هیچ حالتی نگران و پریشان نیست؛ چرا که می‌داند رنج‌های حیات دنیا امتحانات الهی هستند و خیری در آن نهفته است. نگرش انسان مؤمن کاملاً مثبت است؛ زیرا برای هر پیشامدی می‌گوید: ان شاء الله خیر است. لازم است بدانیم افراد مثبت‌اندیش ۳۰بار شادتر از افراد منفی‌نگر هستند و معمولاً به طور متوسط هفت و نیم سال بیشتر عمر می‌کنند. وقتی تفکر مثبت داشته باشیم برای مسایل و چالش‌ها راه‌حل مناسب می‌اندیشیم.



افکار، کلمات و تصورات مثبت، شادی، لذت، امید، موفقیت و سلامتی و نتایج مطلوب را به همراه دارند.

ذهن انسان به طور متوسط روزانه شصت هزار فکر از آن می‌گذرد؛ اما ۹۵درصد این افکار همان افکار و سوالات بی‌جواب دیرروز هستند. ما نیازمند برنامه‌ریزی برای کنترل و استفاده از افکار خود هستیم که افکار ما از حالت راکد و منفی به افکاری مثبت و زایا و پوینده تبدیل شوند که هم به خود و دیگران سودی برسانند؛ چرا که آرامش محصول تفکر نیست. آرامش هنر نیندیشیدن به انبوه مسایلی است که ارزش فکر کردن را ندارد.

چگونه مثبت‌اندیش شویم؟

- توکل به خداوند در همه‌ی امور (من یتوکل علی الله فهو حسبه)
- دعا کردن: دعا کردن باعث جذب خیرها به طرف ما می‌شود؛ زیرا وقتی شما از خداوند طلب نیکی و امور مثبت می‌کنیم خود به خود انتظار پیامد مثبت را داریم و به این ترتیب بهترین‌ها به طرف ما خواهند آمد (قانون جذب). گفتگوی درونی ما با خدا باعث می‌شود آگاهی درونی‌مان نیز افزایش یابد و باعث خودباوری و افزایش توانایی‌هایمان می‌شود.

- ۱- وضوح دیدگاه و هدف (اهداف جذاب و منطقی، به اندازه‌ی توانایی)؛ ۲- تهیه‌ی فهرستی از خصوصیات مثبت و قابل بهبود، مانند مهربان هستم، منظم خواهم بود و تلاش برای تقویت و اصلاح؛ ۳- آغاز روز با جمله‌ی مثبت؛ زیرا کلمات منفی مانع رشد و پیشرفت شخصی می‌شوند؛ ۴- در صحبت خود راه مده هر سخنی را افسرده دل افسرده کند انجمنی را؛ ۵- از تکرار و تنهایی به سوی تنوع و تازه بودن کام بردارید؛ ۶- لذت بردن از چیزهای ساده و کوچک؛ ۷- تجسم و تمرین ذهنی موقعیت‌های دشوار؛ ۸- احساس خوب داشتن به خود؛ ۹- دوری از تردید و دودلی و جدیت در کارها؛ ۱۰- دوری از چشم هم‌چشمی و حسادت؛ ۱۱- خواستن توانستن آویزه گوش



شود؛ ۱۲- انتظارات معقول از خودتان داشته باشید؛ ۱۳- هنگام هجوم افکار منفی وضعیت خود را تغییر دهید؛ ۱۴- از انزوا و گوشه‌گیری جلوگیری کنید؛ ۱۵- در نهایت خستگی بخواهید؛ ۱۶- خندیدن فراموش نشود.

خنده بر هر درد بی درمان دواست

آنکه می‌خندد ثناگوی خداست

۱۷- کنترل داشتن بر افکار خود؛ ۱۸- جایگزینی کلمات مثبت به جای کلماتی که بار معنایی منفی دارند مانند:

نگوییم! بگوییم!

سلام سلام علیکم و رحمة الله

مواظب خودت باش خدانگهدارت

دستت درد نکند ممنون از محبتت

پدرم درآمد خیلی راحت نبود

خسته نباشید خدا قوت

ببخشید مزاحمتون شدم ممنون وقت‌تان را در اختیارم گذاشتید

فقیر هستم پول کمی دارم

فراموش نکنی یادت باشه

چقدر لاغر شدی، خسته به نظر میایی خوشحال شدم دیدمت، دم برات تنگ شده

و در پایان: «قُلْ بِفَضْلِ اللّٰهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبَدَّلْهُ فَلْيُفْرِحُوا هُوَ خَیْرٌ مِّمَّا یَجْمَعُونَ» [یونس: ۵۸]

بگو: به فضل و رحمت خدا، به همین (نه چیز دیگری) انسان شادمان می‌شود. این بهتر از هر چیزی است که در دنیا جمع می‌کنند.

منابع:

- قرآن مجید
- مسلم بن الحجاج النیسابوری، صحیح مسلم، بتحقیق: محمد فؤاد عبد الباقی، بیروت؛ دار احیاء التراث العربی
- هفت‌گام تا مثبت‌اندیشی، مجموعه کتابهای کوچک زندگی زیبا، شماره یک
- مجله راز، دو هفته نامه، شماره ۱۷، نیمه دوم آذر



## سلامتی زنان با نگاهی دیگر

مرجان میرانی / کارشناس مامایی

هر که نه گویای تو خاموش به  
هر چه نه یاد تو فراموش به

برای آنکه هر کدام از اجزا و اعضای بدن ما عملکرد مناسب خود را داشته باشد لازم است تمامی دستگاه‌های بدن در وضعیت سلامتی قرار داشته باشند. همانطور که مشکل و گرفتاری یکی از اعضای خانواده بر روی روحیه و توانایی اعضا دیگر خانواده تأثیر گذاشته و ممکن است سلامت دیگران را در معرض خطر قرار دهد، وقتی بخشی از بدن انسان گرفتار بیماری و ضعف است باقی اعضا هم تحت تأثیر قرار گرفته و آسیب می‌بینند. انسان با یک ماشین فرق دارد. وقتی قطعه‌ای از یک ماشین خراب می‌شود مثلاً تایر ماشین پاره می‌شود با تعمیر آن یا عوض کردنش ماشین دوباره به راه می‌افتد اما وقتی عضوی از انسان دچار صدمه می‌شود به عنوان مثال رحم خانگی مرتباً خونریزی می‌کند و نظم دوران پاکسی و قاعدگی او به هم می‌خورد، اعضا دیگر بدنش دچار آسیب می‌شوند؛ چرا که این خونریزی‌های پشت سر هم به کم خونی می‌انجامد و کم‌خونی کار سایر اعضا را دچار اختلال می‌کند. حال اگر با بدن این خانم مثل ماشین رفتار کرده و رحمش را درآوریم باز هم به سلامتی برمی‌گردد؛ چرا که همان عاملی که باعث شده بود رحم خانم مرتباً خونریزی کند هنوز در بدن او وجود دارد و مشکلات دیگری را ایجاد می‌کند. پس چه کار باید کرد؟

هر چند که در کتاب خدا قرآن قرن‌ها پیش راز سلامتی انسان نوشته شده اما محققان و دانشمندان تازه به این نتیجه رسیده‌اند که زمانی جسم انسان از سلامتی برخوردار می‌شود که روح و روان او از سلامتی مناسب برخوردار باشد. زنانی که مدام از دست گرانی، همسر، بچه‌ها و فامیل و آشنایان ناراحتند و تا جایی می‌نشینند سفره‌ی دلشان را باز کرده و از مظلومیت خود و ظلم ایشان سخن می‌گویند، معمولاً به انواع بیماری‌ها مبتلا می‌شوند. بیماری‌هایی که مرتباً برمی‌گردند و خانم را مشتری مدام مراکز درمانی می‌کنند. همچنین زنانی که فکر می‌کنند هیچ پشت و پناهی ندارند، کسی آن‌ها را دوست ندارد و نمی‌خواهد و مایه‌ی عذاب دیگرانند، معمولاً به بیماری‌های صعب‌العلاج و مزمن مبتلا می‌شوند، انگار که خودشان، خودشان را از بین می‌برند. در عوض

زنانی که دلگرمند. خود را در پناه خداوند می‌بینند و شک ندارند که او همواره به‌دانشان خواهد رسید، معمولاً از سلامت جسمانی مناسبی برخوردارند و اگر هم بیمار شوند دوره‌ی بیماری آن‌ها کوتاه بوده و به‌زودی بهبود می‌یابند.

کسانی که از سلامت روان مناسبی برخوردارند، می‌توانند توصیه‌های بهداشتی را جدی گرفته به آن‌ها عمل کنند. بسیاری متخصصانی که به خاطر عدم سلامت روان با وجود علم کامل به بهداشت جسمشان همواره بیمار و گرفتارند؛ چرا که سلامت روانی لازم برای عمل به توصیه‌های بهداشتی را ندارند. نسخه‌ها و توصیه‌های این افراد برای خیلی‌ها مفید واقع می‌شود اما به درد خودشان نمی‌خورد.

برای کسب و حفظ سلامتی نیازمند دو عامل مهم هستیم:

- اطلاعات کافی در مورد ساختمان و عملکرد اعضا و دستگاه‌های مختلف بدنمان

- برخورداری از سلامت روان یا به عبارت دیگر دلگرمی و اطمینان به کسی که همواره بتواند درد و رنج را از ما برطرف کرده و سلامتی را به ما برگرداند.

تمامی اعضا و اجزای دستگاه تولید مثل زنانه تحت فرماندهی مغز عمل می‌کنند. هر ماه مغز به تخمدان‌ها و رحم و سایر بخش‌های دستگاه تولید مثل زنانه دستوراتی می‌دهد و به خاطر این دستورات است که ما خونریزی ماهیانه داریم و اتفاقات مربوط به آن را در هر ماه تجربه می‌کنیم. اگر این دستورات درست باشند از سلامت خوبی برخورداریم. احساس نشاط و توانایی می‌کنیم هر چند که به طور طبیعی مدتی قبل از خونروش ماهیانه و در



حین آن کمی ضعف و بیحالی داریم؛ اما با استراحت بیشتر برطرف می‌شود. همچنین اگر این دستورات درست باشند بدثمان قادر است عفونت‌ها را از بین ببرد و بسیاری از بیماری‌ها را حتی بدون دخالت پزشکان و کادر درمانی برطرف نماید. برای اینکه این مطلب توضیح داده شود مثالی می‌آوریم. خانه‌ای را در نظر بگیرید که همه چیز در آن به هم ریخته است. ظرف‌ها در مهمان‌خانه نشسته و کثیف این طرف و آن طرف افتاده‌اند و برخی شکسته‌اند. مواد غذایی کف اتاق خواب روی زمین ریخته شده‌است، رختخواب‌ها داخل

آشپزخانه‌اند و با آتش کبریت سوخته‌اند و در دستشویی باز است و بوی بدی به مشام می‌رسد. برق نیست و گاز قطع است و خلاصه... از همه بدتر آنکه کدبانوی خانه در گوشه‌ای بیحال روی زمین افتاده و توان بلندشدن از روی زمین را ندارد. فرض کنیم به حق یا ناحق کتک سیری خورده و نمی‌تواند از جایش بلند شود. فکر می‌کنید این خانه با این اوضاع و احوال چقدر آمادگی پذیرایی از مهمان را دارد؟

اگر فرمان‌های مغز ما به بدثمان درست نباشد، بدن ما به چنین حال و روزی می‌افتد. پس لازم است بدانیم چه وقت مغز ما دستورات درستی به بدن ما می‌دهد؟ و چه چیز باعث می‌شود که مغز ما شروع به تولید دستوراتی اشتباه و حتی زیان‌آور کند؟ جواب: فقط وقتی مغز ما درست فرمان می‌دهد که از سلامت روان برخوردار باشیم. وقتی سلامت روان ما از دست می‌رود، مغز ما تبدیل به آن بانوی کتک خورده‌ی ناتوان می‌شود و بدن ما هم به حال و روز آن خانه‌ی آشفته می‌افتد؛ اما با وجود سلامت روان حتی اگر خانه‌ی جسم ما به واسطه‌ی بیماری‌ها چنان اوضاع و احوالی داشته باشد، کدبانوی دانا و توانای خانه‌ی بدن ما نام خدا را آورده از او کمک می‌گیرد و با دلگرمی به او برمی‌خیزد و چنان اوضاع خانه را سر و سامان می‌دهد که نمی‌توانی باور کنی این خانه همان خانه است. اگر از سلامت روان برخوردار باشیم

بدن ما این توانایی را دارد که بیماری را تشخیص داده و با آنتی‌بیوتیک‌ها و مُسکن‌ها و داروهای ضد التهاب درونی به درمان بیماری بپردازد. اگر بازار این داروها بسیار رایج است و فکر می‌کنیم باید دکتر برویم و این داروها را بگیریم تا خوب بشویم همه به خاطر این است که سلامت روان خود را از دست داده‌ایم. به عبارتی یار در خانه است و ما گرد جهان می‌گردیم. این است که آن کدبانوی درونی که در عین حال پزشک بسیار ماهری هم هست، قدرتش را برای بازگرداندن ما به سلامتی از دست داده است. امروزه ما خود را محتاج متخصصین گوناگون می‌دانیم تا به اصطلاح خوب شویم و کارمان راه بیفتد حال آنکه خدا می‌داند متخصص مربوطه که مسلماً علم غیب نمی‌داند بتواند تشخیص درستی دهد یا نه و آیا بتواند ما را درمان کند یا نه و تازه اگر هم درمان کرد، بتواند درمانی بدون عارضه انجام دهد یا نه یک جایمان را

درست می‌کند و یک جای دیگر را دچار اختلال می‌نماید؛ اما اگر بدثمان را در وضعیت مناسبی از نظر سلامت روان قرار می‌دایم، تشخیص داده شده صد در صد درست بود و داروهای درونی بدون هزینه تولید می‌شدند و هرگز عارضه‌ای هم ایجاد نمی‌کردند. از این بالاتر اینکه بدن انسان بعد از این شفای درونی، قدرتمندتر هم می‌شد حال آنکه داروهای بیرونی بدن را ضعیف و ضعیف‌تر می‌کنند.

حالا بنشینید و با خودتان خلوت کنید ببینید در چه وضعی قرار دارید. الحمدلله با مطالعه‌ی نوشته‌های علمی و دیدن برنامه‌های مربوط به سلامتی اطلاعات لازم را دریافت کرده و می‌کنید اما این فقط وقتی به درد شما می‌خورد که سلامت روان هم داشته باشید. آیا از سلامت روان برخوردارید؟ به این پرسش‌ها پاسخ دهید تا مشخص شود در چه وضعیتی قرار دارید.

• وقتی درد و رنجی به سراغ شما می‌آید اولین کسی که به ذهنتان می‌رسد به سراغش بروید و از او کمک بخواهید کیست؟ اگر الله است که الحمدلله سلامت روان شما همواره برقرار است اما اگر غیر از این است، نمی‌توانید به سلامت روان خود مطمئن باشید.

• وقتی با حادثه‌ی ناراحت‌کننده‌ای مواجه می‌شوید اولین اسمی که ناخودآگاه از زبانتان خارج می‌شود، اولین کسی که او را به یاری می‌خوانید کیست؟ اگر این نام کسی جز خالق و پروردگار شما یعنی الله است که به مشکل برمی‌خورید چون تنها الله است که می‌تواند هر امری را که می‌خواهد امکان‌پذیر نماید.

• هر صبح که از خواب بیدار می‌شوید اولین فکری که به ذهنتان می‌رسد چیست؟ آیا انجام کاریست که فرزند یا شوهرتان یا دوستان و آشنایانتان از آن سود می‌برند؟ آیا کاریست که دلتان می‌خواهد برای خودتان انجام دهید مثلاً اینکه به جلسه بیاید یا اینکه فکر می‌کنید چه کنید که الله از شما راضی شود. به این فکر می‌کنید که خدا در کتابش قرآن چه چیز از شما خواسته آن را انجام بدهید؟ اگر مورد اول و دوم است که قید سلامت روان را بزنید، اما اگر دنبال جلب رضایت الله هستید و روش آن را فقط و فقط از کتابش می‌جوید که به شما تریک می‌گویم، سلامت روان در وجود شما برقرار است.

آفرین! شما اولین قدم و مهم‌ترین قدم را برداشتید. حالا شما با سلامت روان مناسب، در واقع همان کدبانوی دانا و قدرتمند هستید که آماده است تا بهترین خانه و زندگی را فراهم آورد؛ یعنی به بهترین شکل ممکن می‌توانید به سلامت جسمتان کمک کرده خود را از بیماری‌های گوناگون مصون و محفوظ دارید. اکنون سوال اساسی این است: چطور به سلامتی بازگشته و بتوانم آن را حفظ کنم؟ این را آموختم که باید از خداوند و فقط و فقط از او انتظار داشته باشم تا این امر را امکان‌پذیر کند؛ اما تنظیم و نگهداری آن نیز تنها به دست اوست

و نه شما و نه هیچ انسان دیگری حتی اگر از متخصصین بسیار پرآوازه باشد از راز آن باخبر نیست؛ اما راه‌حل دوم که قرآن به شما پیشنهاد می‌کند اینکه کار تنظیم خواب و بیدارتان را به تمامی به خالق خود بپردازید. در مناجات خود با پروردگارتان دست به دعا بردارید که خدایا من آنچه را که از وظایف بندگی بر عهده‌ام گذاشته‌ای (غماز و زکات) به تمامی انجام می‌دهم تو هم به من عنایتی کن و تنظیم این ساعت باارزش و شگفت‌انگیز را خود به عهده‌گیر که کار، کار توست و جز تو را سزا نیست که در جسم و جان من دخل و تصرفی کنی.

ج- عامل مهم دیگری که در حفظ سلامتی ما نقش مهمی دارد، میزان فعالیت ماست. مسلماً میزان فعالیت یک زن با عوامل مختلفی در ارتباط است. هر زنی نیاز به فعالیتی متناسب با شرایط خود دارد و مقایسه کردن در این موارد کار نابجایی است. یک زن پنجاه‌ساله نمی‌تواند فعالیت جسمانی معادل یک زن بیست‌ساله داشته باشد همانطور که نباید از یک زن بیست‌ساله توقع داشت که به اندازه‌ی یک زن چهل‌ساله از تجربه و توان فکری برخوردار باشد. متأسفانه میزان فعالیت زنان در زندگی‌های ما بسیار نامتناسب است. بیشتر زنان جوان ما از میزان فعالیت جسمانی کافی برخوردار نیستند. چاقی، عدم تناسباتم و مشکلات دیگر وابسته به آن‌ها یا برعکس لاغری‌های بیش از اندازه و ضعف و بی‌حالی و سرگیجه‌ی حاصله، نشانه‌ی آن است که فرد فاقد فعالیت بدنی مناسب می‌باشد. در عوض بسیاری از زنان مسن ما بیش از اندازه‌ی توان خود کار می‌کنند. انواع آرتروز و دردهای مزمن پاها و پشت و مشکلات دیگر آن‌ها را رنج می‌دهد. جهان مدرن، ظاهراً دلسوزانه به راه‌حل دادن می‌پردازد و به زنان جوان اعلام می‌کند که باشگاه‌های بدنسازی و متخصصان لاغری و چاقی در اختیار شما هستند تا شما را به سلامتی بازگردانند. همچنین به زنان مسن مژده می‌دهد که انواع مُسکن‌های جدید برای کاهش درد و رنج آن‌ها تهیه شده است؛ اما انصافاً این راه‌حل قضیه است یا اینکه باورهای ما تغییر کند و یک زن جوان به جای خرج کردن وقت و هزینه‌ی خود در سالن‌های زیبایی گوناگون و فروشگاه‌های لباس، وقتش را در اختیار زنان مسن‌تر از خود (مادر یا مادر شوهر) قرار داده بخشی از امورات خانه را به عهده گیرد. خداوند انسان را طوری آفرید که تنها در سایه‌ی احسان و نیکوکاری در حق دیگران به رشد و سعادت و نیک‌بختی می‌رسد. از طرف دیگر بجاست زنان مسن ما به جای آنکه همچنان ادعا کنند که یک تنه از عهده‌ی همه‌ی کارها برمی‌آیند، اعتراف نمایند که به استراحت بیشتری نیاز دارند. از افراد خانواده کمک بخواهند و به آن‌ها اعلام کنند که باید وظایف شخصی‌شان را خودشان به عهده گیرند و در عین حال صبور باشند و اگر کارها مطابق میلشان پیش نمی‌رود، تحمل کنند تا اعضای خانواده به آن توانمندی برسند که خودشان کارهای خودشان را انجام دهند. در عوض سزاوار است که با شرکت در

مجالس درس و بحث تجارب و اطلاعات با ارزش خود را در اختیار دیگران قرار داده و بر توان فکری خود بیفزایند و خود را برای استقبال از زندگی سعادت‌مندان‌هی‌ اخروی که زندگی اصلی ماست، آماده کنند.

د- سلامت زنان به عوامل دیگری نیز بستگی دارد که در این نوشته فرصتی برای پرداختن به آن نداریم.

ر- و اما عامل دیگری که نقش مهمی در سلامت زنان دارد، انجام عادات بهداشتی مناسب برای سلامت دستگاه‌های ویژه‌ی زنانه است. به این توصیه‌ها توجه فرمایید.

• لطفاً در لباس پوشیدن دقت فرمایید که ناحیه‌ی تناسلی مورد فشار و آسیب قرار نگیرد. شلوارهای تنگ به ویژه شلوار لی، لباس مناسبی برای زنانی که می‌خواهند از سلامتی برخوردار باشند نمی‌باشد. ظرافت پوست زنان اقتضا می‌کند که لباس‌های پوشاننده‌ی اندام‌های تناسلی آزاد و نخی انتخاب شوند. پیراهن و دامن لباس مناسبی برای یک زن است و امید آنکه زنان ما به جای پوشیدن لباس‌های کنونی که بدون توجه به ویژگی‌های جسمانی-روانی زن طراحی شده‌اند به لباس‌های زیبا، پوشیده و سالم سنتی‌شان بازگردند. از جمله مشکلات لباس‌های معمول کنونی، تحت فشار قرار گرفتن ناحیه‌ی تناسلی به واسطه‌ی شلوارهای چسبان است. ما زنان می‌توانیم با پوشش‌هایی شبیه لباس‌های سنتی‌مان هم کاملاً مطابق شریعت اسلام لباس بپوشیم و هم سالم و سلامت بمانیم. لباس‌های تنگ و چسبان به‌واسطه‌ی فشاری که به این ناحیه وارد می‌کنند، پوست ناحیه‌ی تناسلی را نازک کرده و زمینه‌ی ابتلا به انواع عفونت‌های زنان را فراهم می‌نمایند.

• برای پیشگیری از عفونت‌های دستگاه تناسلی زنانه لازمست که میزان اسیدی بودن ناحیه‌ی تناسلی را در حد نرمال نگه داریم. اسیدی بودن ناحیه‌ی تناسلی در زنان، دوشیزگان و خانم‌های باردار متفاوت است. برای همین هم ژل‌ها یا کرم‌ها و یا اسپری‌های بهداشتی ویژه‌ی وجود دارند که می‌توانند مورد استفاده‌ی بانوان و دوشیزگان قرار گیرند. این پاک‌کننده‌ها که در داروخانه‌ها عرضه می‌شوند، می‌توانند برای خانگی که شاغل است و نمی‌تواند لباس آزاد بپوشد، یا خانگی که از استخر استفاده می‌کند و یا خانگی که به واسطه‌ی نیازهای جنسی همسرش، هر روز رابطه‌ی جنسی دارد، مفید واقع شود. از انواع این ژل‌ها می‌توان ژل‌های تمیزکننده‌ی «سیمپلکس»، «بادی ناتور»، «ویرگو»، «ویگورل» و «ایکس تایت» را نام برد؛ که ضمن تمیز کردن ناحیه‌ی تناسلی، رابطه‌ی جنسی را بهبود بخشیده و به شادابی و طراوت پوست ناحیه‌ی تناسلی کمک می‌کنند. همچنین کرم‌های فموره که به صورت اسپری در داروخانه‌ها عرضه می‌شود همین تأثیر را دارد. برای خانم‌های یائسه‌ای که از خشکی ناحیه‌ی تناسلی شکایت دارند و هنگام رابطه‌ی جنسی دچار درد و ناراحتی می‌شوند،

ژل‌های «میترا اینتیم» پیشنهاد می‌شود که غیر هورمونی بوده، رطوبت و شادابی مخاط مهبل را تا حدی بازمی‌گردانند. در صورتی که خانم‌های یائسه به این طریق نتوانستند ناراحتی‌های ناحیه‌ی تناسلی را که از خشکی آن به وجود آمده بر طرف نمایند، با صلاحیت درمانگر خود می‌توانند از کرم‌های استروژن موجود در بازار استفاده کنند. نکته‌ی مهم دیگر اینکه این ژل‌ها را برای بهداشت پوست ناحیه‌ی تناسلی تهیه شده‌اند و برای قسمت‌های داخلی (مهبل یا واژن) لازم است از کرم‌های ویژه‌ی این قسمت که با نسخه‌ی پزشک یا ماما قابل تهیه است، استفاده شود. نمونه‌ای از این کرم‌ها که می‌تواند بسیاری از عوامل بیماری‌زا را از ناحیه‌ی مهبل پاک نماید و در دوران بارداری هم قابل استفاده است، اسپری‌های اکتی‌سپت هستند؛ که به‌راحتی توسط بانوان قابل استفاده بوده با ده پاف به داخل محوطه‌ی واژن آن را ضد عفونی می‌کنند. داروی دیگری که می‌توانند سلامت ناحیه‌ی تناسلی را بازگردانده و علائم آزاردهنده‌ی چون سوزش و خارش و ترشحات بیش از اندازه را از بین ببرد، کپسولی به نام «گایئوفیلوس» است. با گذاشتن این کپسول‌ها در داخل محوطه‌ی واژن، میکروب‌های مفیدی که باید در واژن وجود داشته باشند تا میکروب‌های مضر در آن رشد نکنند، به واژن بازگشته و حفاظت از آن را به عهده می‌گیرند. علاوه بر اینها داروهایی نیز وجود دارند که به صورت خوراکی توسط بانو و همسرش و یا به تنهایی مورد استفاده قرار می‌گیرد. معمولاً عفونت‌هایی که به دنبال مسافرت‌ها و پوشیدن لباس تنگ ایجاد می‌شوند و یا در اوایل ازدواج ایجاد می‌شود، اگر قارچی نباشند حاصل میکروب‌های بی‌هوازی بوده توسط قرص‌های مترونیدازول قابل درمانند. لازمست که بانوان در استفاده از این داروها

در نظر داشته باشند که معاینه ناحیه‌ی تناسلی پیش از تجویز این داروها ضروریست. همچنین لازمست برشور این داروها با دقت مطالعه شود تا موارد منع مصرف آن‌ها شناخته شود.

• بیماری‌هایی مثل دیابت شیرین و برخی از بیماری‌های قلبی شرایطی را در بدن ایجاد می‌کنند که خانم را مستعد عفونت‌های ویژه‌ی زنان می‌نمایند. خانم‌هایی که در طی یک‌سال بیش از چهار مرتبه دچار عفونت زنانه می‌شوند باید مورد بررسی بیشتری قرار بگیرند. لازم است یک چکاپ کامل خون و ادرار انجام دهند. همچنین یک تست پاپ اسمیر انجام دهند. تست پاپ اسمیر همان تستی است که در بین مردم تست سرطان نامیده می‌شود اما فقط مربوط به سرطان نیست و عفونت‌ها و التهاب‌های ناحیه‌ی تناسلی را هم نشان می‌دهد.

• یک عادت ساده‌ی بهداشتی که می‌تواند از بسیاری از عفونت‌های زنان جلوگیری نماید روش درست پاک کردن ناحیه‌ی مقعد و ناحیه‌ی تناسلی بعد از ادرار یا مدفوع است. برخی از زنان این کار را طوری انجام می‌دهند که



میکرب‌های روده‌ای به جلو کشیده شده وارد دستگاه تناسلی می‌شوند و ایشان را مبتلا به عفونت‌های آزاردهنده‌ی ناحیه‌ی تناسلی می‌نمایند.

• نکته‌ی مهم دیگر داشتن رابطه‌ی جنسی سالم است. زنانی که در معرض رابطه‌ی جنسی هم از طریق واژن یا مهبل و هم از طریق مقعد هستند، به دلیل انتقال میکروب‌های روده به دستگاه تناسلی توسط آلت جنسی مرد، به عفونت‌های شدید مبتلا می‌شوند. لازم است که علاوه بر داشتن رابطه‌ی جنسی سالم، بعد از هر بار رابطه‌ی جنسی تخلیه‌ی ادرار صورت گرفته و ناحیه‌ی تناسلی با آب کاملاً شستشو داده شود. همچنین پیاده کردن قوانین کتاب خدا در خانه و خانواده و تقاضای التزام به این قوانین به ویژه از همسر، بهداشت جنسی و سلامت جسمی روانی زن را به دنبال خواهد داشت. در صورتی که خانمی بنا به دلایلی اعتماد به تعهد جنسی همسر خود ندارد، استفاده از کاندوم می‌تواند پیشنهاد مناسبی باشد. البته لازم است که خانم طوری این پیشنهاد را مطرح نماید که در آن اهانتی به همسرش وجود نداشته باشد؛ مثلاً می‌توان این طور موضوع را مطرح کرد که اگر از کاندوم استفاده کنی من لذت بیشتری می‌برم چون متخصصین می‌گویند باعث سلامتی و لذت بیشتری می‌شود و از این قبیل.

• از عادات بهداشتی مناسب دیگر در این زمینه، خشک نگه داشتن لباس زیر است. لازم است زنان حوله‌ی لطیفی و ویژه‌ی این امر داشته باشند که بعد از شستن ناحیه‌ی تناسلی‌شان ابتدا آن را با حوله خشک کنند بعد برخیزند تا لباس زیرشان خیس نشود. رطوبت عامل مهمی در رشد قارچ‌های ناحیه‌ی تناسلی است پس با خشک نگه داشتن لباس زیر مانع رشد قارچ‌ها و ابتلا به عفونت‌های ناحیه‌ی تناسلی شویم. استفاده از دستمال کاغذی باعث ایجاد حساسیت در برخی از زنان می‌شود. به این دلیل توصیه شد که از حوله‌ای لطیف مخصوص این کار استفاده شود که هر چند وقت مورد شستشو قرار گیرد. اگر هم از دستمال کاغذی استفاده می‌شود، آن را به پوست این ناحیه نکشیم. بلکه دستمال را روی پوست گذاشته برداریم و با تکرار این عمل، خشک کردن ناحیه‌ی تناسلی را انجام دهیم.

• به دلیل حساسیت ناحیه‌ی تناسلی بهترین راه تمیز نگه داشتن آن استفاده از آب به تنهایی می‌باشد. حتی صابون‌های معمولی حمام (گلنار و داروگر و...) می‌توانند باعث آسیب به ناحیه‌ی تناسلی شوند. هر چه صابون و شامپویی بیشتر عطر و بو داشته باشد آسیب بیشتری به این ناحیه می‌رساند. همچنین عطرها و ادکلن‌هایی که پیش از رابطه‌ی جنسی برای خوش بو کردن این ناحیه استفاده می‌شود، ممکن است ایجاد حساسیت کنند. برای حفظ بهداشت ناحیه‌ی تناسلی فقط کافیست از شستشو با آب حتی در دوران خون‌روشی استفاده کنیم. همچنین دوش روزانه به خانم‌هایی که بیش از اندازه نسبت

به بهداشتشان حساسند کمک می‌کند اطمینان بیشتری از سلامت دستگاه تناسلی خارجی خود داشته باشند. برای خانمی که زیاد دچار عفونت نمی‌شود (کمتر از چهار بار در سال) و دچار بیماری‌هایی مثل بیماری دیاابت و... نیست و از خشکی دوران یائسگی هم رنج نمی‌برد و از مکان‌های عمومی مثل استخر استفاده نمی‌کند و به سلامت رابطه‌ی جنسی خود و همسرش اطمینان دارد، نیازی به استفاده از ژل‌های پاک‌کننده‌ی ویژه‌ی زنان وجود ندارد.

• عادت بهداشتی مناسب دیگری که می‌تواند مانع از مراجعات غیرضروری زنان به مراکز درمانی شود، دقت و توجه به نوع ترشحات ناحیه‌ی تناسلی است. لازم است هر خانمی نوع طبیعی ترشحات را شناخته و آن را از انواع غیرطبیعی تشخیص دهد تا بداند چه زمانی لازم است به مراکز درمانی مراجعه کرده و مورد مداوا قرار گیرد. به ترشحات ناحیه‌ی تناسلی یک خانم در اصطلاح علمی «لکوره» می‌گویند. نوع طبیعی لکوره این‌طور است که یک خانم بعد از دوران خون‌روشی، چند روزی فاقد ترشحات است. هر چه که به اواسط سیکل ماهیانه‌ی خود نزدیک می‌شود (حدوداً پانزده روز بعد از اولین روز خون‌روشی) متوجه می‌شود ترشحات لیز و شفاف‌ی دارد. این ترشحات که در وسط سیکل ماهیانه‌ی یک زن به حداکثر مقدار خود می‌رسند، نشان‌دهنده‌ی انجام تخمک‌گذاری در یک زن می‌باشند. بعد از چند روز این ترشحات لیز کش‌دار شفاف تبدیل به ترشحات سفید رنگ‌کدر کوچکی می‌شوند و بعد دوره‌ی خون‌روشی بعدی فرا می‌رسد. این لکوره‌ی طبیعی است که نه‌تنها جای نگرانی ندارد بلکه نشان‌دهنده‌ی سلامت دستگاه ویژه‌ی زنانه است؛ اما اگر مقدار این ترشحات بسیار زیاد شود آنقدر که لباس زیر خانم را خیس کند یا اینکه بوی بدی داشته باشد یا اینکه با قرمزی و خارش و سوزش دستگاه تناسلی خارجی همراه باشد یا همراه با آن کم‌رود و درد زیر دل وجود داشته باشد، یا اینکه خانم متوجه لکه‌بینی مخصوصاً هنگام رابطه‌ی جنسی شود، دیگر این لکوره‌ی طبیعی نبوده و نیاز به بررسی دارد. امکان دارد که لکوره‌ی غیرطبیعی در دختران نوجوان ما هم مشاهده شود که بدون آسیب به هایمن و پرده‌ی بکارت ایشان می‌توان آن را به‌راحتی درمان کرد. این نکته عنوان شد مبدا مادران فکر کنند که چون فرزندشان هنوز ازدواج نکرده، نباید مورد مداوا توسط ماما یا متخصص زنان قرار گیرد. نوعی دیگر از ترشحات که می‌تواند هشداردهنده باشد و نیاز به مراجعه دارد، ترشحات قهوه‌ای رنگ خون‌آلود است. مخصوصاً در دوران بارداری وجود این علامت می‌تواند خطرناک باشد و مراجعه به درمانگاه‌ها را ضروری می‌نماید.

• نکته‌ی مهم دیگری که می‌تواند به بهداشت ناحیه‌ی تناسلی در زنان کمک کند اینکه ایشان متوجه باشند عفونت‌های ادراری می‌توانند حتی از داخل بدن به سیستم تناسلی زن منتقل شده

و ایجاد عفونت‌های زنانه کنند. عفونت‌های ادراری با سوزش هنگام ادرار کردن، عدم تخلیه‌ی کامل ادرار، احساس ادرار در صورتی که ادراری وجود ندارد، دست‌شویی رفت‌های مکرر و درد زیر دل خود را نشان دهد. در صورت مواجهه شدن با این علائم به مرکز درمانی مراجعه فرمایید.

• عامل مهم دیگری که به بهداشت سیستم تولیدمثل زنانه کمک می‌کند در نظر داشتن این مطلب است که پروردگار مهربان ما که از گذشته و حال و آینده‌ی ما باخبر است و خوب می‌داند که قرار است چند بار زایمان کنیم و مبتلا خواهیم شد و در برابر چه بیماری‌هایی مقاوم خواهیم بود و کی بالغ می‌شویم و کی یائسه می‌شویم و فقیر خواهیم بود یا ثروتمند و غیره، با توجه به تمام اینها دوره‌ی زنانه‌ی خاص هر زنی را به او عطا کرده که با زن دیگر تفاوت‌های فراوانی دارد. زنی که می‌خواهد زندگی سالم و موفقی داشته باشد موظف است که سیاست‌گذار ویژگی‌های زنانه‌ی خود بوده آن را آنچنان که هست بپذیرد و تمام تلاش خود را به کار گیرد که سلامت آن را حفظ کند. برای هر زنی دوره‌ی ماهانه‌ی ویژه‌ی وجود دارد. برخی سه هفته‌ی بدون خون‌روشی را می‌گذرانند و یک هفته خون‌روشی دارند، برخی ده روز خون‌روشی دارند. برای برخی سی و پنج روز از این خون‌روشی تا آن خون‌روشی طول می‌کشد و به این ترتیب. حتی ممکن است برخی دختران ویژگی‌های ماهانه‌شان با مادرشان متفاوت بوده و شبیه عمه و خانواده‌ی پدریشان باشند. آنچه پزشکی امروز و متخصصین جهان مدرن می‌توانند انجام دهند، این است که با تجویز قرص‌های دوران بارداری و داروهای مشابه که هر ماهه استفاده می‌شود، دوره‌ی ماهانه‌ی همه‌ی خانم‌ها را بیست و هشت روزه کنند؛ یعنی از این خون‌روشی تا آن خون‌روشان بیست و هشت روز طول بکشد و هر ماه هفت روز خون‌روشی بینند و بقیه‌ی ماه را به اصطلاح پاک باشند. مسلماً وقتی زندگی‌ها مختلف است، حوادث زندگی متفاوتند و سیستم‌های زنانه با هم فرق می‌کنند، لازم است که دوره‌های ماهیانه هم متفاوت بوده هر زنی مطابق با زندگی خاص خود و اعضا و اجزای ویژه‌ی درونی و بیرونی‌اش، دوره‌ی مخصوص زنانه‌ی خود را داشته باشد. این یکسان کردن همه‌ی آدم‌ها که در جهان مدرن رواج دارد (مونه‌اش مد لباس و مد مو و...) برای برخی از ما بسیار گران تمام می‌شود. دوره‌های بیست و هشت روزه برای زنی که به طور مادرزادی مساعد این نوع از دوره‌های زنانه بوده می‌تواند مناسب باشد اما برای زن دیگری که بدنش توسط آفریدگار انسان طوری طراحی شده که دوره‌هایش بیست و یک روزه یا سی و پنج روزه‌اند، اصلاً مناسب نیست. حال ما چه کنیم که از مشکلاتی اینچنین رهایی یابیم و بهتر از آن اینکه پیشگیری کنیم؟ باید برای عطایای پروردگارمان ارزش و اهمیت قایل شده نهایت تلاشمان را بکنیم تا ویژگی‌های طبیعی خود

را حفظ کنیم. به عنوان مثال برای جلوگیری از بارداری به جای آنکه اولین انتخابان قرص باشد راه‌های غیر هورمونی مثلاً کاندوم و یا حتی جلوگیری طبیعی اگر مورد اطمینان است به کار گرفته شود تا تغییری در نظام هورمونی مخصوص یک خانم انجام نشود. البته علم بشر ناقص است و گاهی چاره‌ای جز این نیست که برای جلوگیری از مشکلی بزرگتر، از هورمون‌های مصنوعی نیز استفاده شود، اما ما می‌توانیم با کسب آگاهی از روش‌های دیگر پیشگیری و درمان تا حد ممکن از تغییر وضعیت طبیعی بدنه‌مان جلوگیری نماییم.

نکته‌ی مهم، بسیار مهم:

هر چند که این نوشته بر اساس منابع علمی چون بیماری‌های زنان نواک، بارداری و زایمان ویلیامز، طرح ملی سلامت خانواده و تجارب بیست‌ساله‌ی مامایی فعال و علاقه‌مند به این رشته تهیه شده است، اما ممکن است خالی از اشکال نباشد. تازه اگر هم خالی از اشکال بود، ممکن است در انتقال مطالب از ذهن من به ذهن شما توسط این نوشته، کمبودی وجود داشته باشد که مانع از آن شود که کار کاملاً درست انجام شده و مطالب درست انتقال یابند. تازه اگر هم درست انتقال یابند معلوم نیست که شما بتوانید دقیقاً این مطالب را به سمع دوستان هم جلسه‌ای خود برسانید تازه اگر هم برسانید و کامل هم برسانید شاید ایشان توان آن را نداشته باشند که کاملاً مطلب را گرفته، آن را آن‌طور که ما می‌خواهیم درک کنند. تازه اگر کاملاً همین‌طور مطالب فهم شود معلوم نیست که درست به کار گرفته شود و...

می‌بینید ما آدم‌ها همیشه، همه‌جا و برای انجام هر کاری هر چقدر خیر هم که باشد محتاج لطف پروردگاریم. پس پیش از هر عملی، هر گفته‌ای و حتی در حین هر اندیشه‌ای عاجزانه از او بخوایم دستمان را بگیرد. خطایمان را بپوشاند و به بهتر از آنچه که می‌گوییم و می‌کنیم و قصدش را داریم، راهنمایی‌مان کند.



## بررسی يك دیدگاه فقهی از نگاهی دیگر

### گونا فتحی

برسد، دیگر نجاست آن را ناپاک نمی‌کند. حال اگر این نجاست را به وقایع زندگی و ضرباتی که بر پیکر روح و شخصیت انسان وارد می‌شود، تشبیه کنیم به یک نقطه اشتراک در این دو موضوع می‌رسیم و آن تشبیه شخصیت انسان به آبی که به حد قلتین رسیده که در اصطلاح امروری به بحثی تحت عنوان توسعه شخصیتی می‌رسیم که این توسعه مستلزم بالا بردن ظرفیت‌های وجودی انسان و ابعاد شخصیتی اوست و همچنین گذر از وضعیت موجود به وضعیت مطلوب که خود دارای مراحل است

که انسان با پیدا کردن خود و خدای خود و شناخت هر چه بیشتر از جایگاهش در نظام هستی به آن می‌رسد. در نتیجه هدف‌مند حرکت کرده و به شخصیتی وزین و استوار تبدیل می‌شود؛ که در ظروف و شرایط مختلف، به شخصیتی متعادل و مطلوب دست یافته که موانع و عوائق در مسیر این فرد نمی‌تواند مانع او از رسیدن به اهدافش شود؛ و بر او اثر گذارد و او را به مرگ شخصیتی برساند. هم‌چنان که حیات شخصیتی انسان در دو بعد سر و دل که

«عقل» در سر و «هدی» در دل، انسان را رو به کمال و توسعه شخصیتی می‌رساند، اگر دو بال عقل و دل اصلاح شوند انسان در آسمان عبودیت به پرواز در می‌آید که برای اصلاح این عقول و قلوب باید هر دو به یاری همدیگر بشتابند و با برنامه‌های درست که از جانب پروردگار می‌باشد مراحل تربیت را طی کرده تا به آن ظرفیت وجودی برسد. ابتدا با خالص کردن نیات خویش برای خداوند و تکیه کردن به او و دوم بندگی او نه کس دیگری، به طوری که همه اقوال و اعمال لله و بالله باشند و آن‌گاه است که انسان به حالتی می‌رسد که فقط با یاد خدا آرامش

برای رسیدن به فهمی عمیق از یک علم و تنوع بخشیدن به آن و کاربردی کردن در ابعاد دیگر می‌توان از روابط ظریفی که در بین علوم وجود دارد، استفاده کرد و از وجه تشابه آن علوم با دیگر علوم به تعبیری زیباتر رسید و در پیشبرد اهداف از آن بهره‌مند شد. این گفتار گامی است در جهت تطبیق یک قاعده‌ی فقهی با یک قاعده‌ی تربیتی و بسط دادن آن در تمامی ابعاد حیات شخصیت.

بحث از حیات است که در واقع حد و حدودی برای آن قابل تصور نیست، شخصیت انسان هم همین‌گونه است. همان‌گونه که آب را می‌توان جویی یا چشمه‌ای یا رودی و یا دریایی تصور کرد، برای شخصیت انسان هم حالت‌های متفاوتی هست اما دریا بودن و شخصیتی به وسعت دریا داشتن کار هر کسی نیست. آبی که به وسعت دریا رسیده باشد، هیچ چیزی نمی‌تواند شکل آن را تغییر دهد و با کوچک‌ترین تحریک بیرونی آن را به تلاطم وا دارد.

«إن الماء إذا بلغ قلتین لم يحمل الخبث»

این قاعده‌ی فقهی در مورد پاک بودن آب در اندازه مشخص است (۱۹۲ کیلوگرم) که وقتی به این حد و اندازه رسید دیگر پاک است و هیچ نجاستی را به خود نمی‌گیرد و در این حالت است که قدرت پاک‌کنندگی هم پیدا می‌کند، اما اگر آب کمتر از حد قلتین باشد به راحتی با کوچک‌ترین نجاستی ویژگی پاک‌کنندگی خود را از دست می‌دهد. حتی اگر چیزی هم که در آن حل می‌شود نجس نباشد مثل چای و ... صفات و کیفیت آب را تغییر داده و استفاده از آن را برای وضو مکروه می‌کند اما اگر آب به مقدار قلتین



می‌گیرد و بدون او آرامش خود را از دست می‌دهد و برای چیزی غیر از این در دنیا آرامش حقیقی خود را از دست نمی‌دهد. آرامشی که گمشده روان‌های امروزی است، آرامشی که خوشبختی واقعی را در آن می‌توان جست جو کرد. خوشبختی که مردم در مسیرهای دیگری به دنبال آن هستند، در حالی که خوشبختی در وجود خودشان است که باید خدای خویش را پیدا کنند تا به آنجا رسند که سبک‌بال و بی‌معصیت در آسمان عبودیت به پرواز درآیند.

به دیگر بیان، اگر انسان به آن توسعه شخصیتی رسید، هرگاه تنشی به او وارد شود ممکن است به تشنجی دیگر تبدیل شود؛ مانند آب که نجاست داخل آن می‌شود، اما دیگر نجس نمی‌شود و تشنج هم به مرحله بحران نمی‌رسد؛ اما اگر شخصیت انسانی توسعه نیافته بود، با هر تنشی در زندگی اعم از تنش‌های فکری، روحی، اجتماعی و ... به راحتی به مرحله تشنج و حتی مرحله‌ی بحران می‌رسد و قالب تهی می‌کند و به بن‌بست می‌رسد مانند آب کمتر از قلتین، هنگامی که نجاست در آن داخل شد دیگر نمی‌توان آن را از آب جدا کرد. پس با بالا بردن ظرفیت وجودی و توسعه ابعاد مختلف شخصیتی و با درست و دقیق انجام دادن تکالیف بندگی و ارتباطی قوی با خالق هستی و همچنین با نظارت لحظه به لحظه انسان بر خود که با واردات طیبه به ذهن و افکارش آرامش ببخشد، شخص می‌تواند اثرپذیری فهیم و اثرگذاری فعال باشد.

والسلام علیکم ورحمة الله و بركاته

-----

منابع:

۱- بلوغ المرام فی ادلة الاحکام؛ ابن حجر عسقلانی

۲- المنطلق؛ محمد احمد راشد

## زن والاست،

## نه کالا!

می‌شوند.

اسلام روح تازه‌ای در زندگی زن دمید و احترام و تأمین معاش وی را در مقاطع مختلف زندگی‌اش تضمین نموده است. تا زمانی‌که دختر است و با والدین زندگی می‌کند، پدر نه به منزله‌ی لطف و بلکه به‌عنوان یک واجب شرعی، مخارجش را می‌پردازد و هنگامی‌که ازدواج می‌کند، نفقه‌اش بر شوهرش فرض می‌شود و با استمرار حیاتش و نایل آمدنش به درجه‌ی مادری، حقوقش بر اولاد، به حقوق دیگرش اضافه می‌شود. علاوه بر این پیامبر-صلی‌الله‌علیه‌وسلم- در حجة‌الوداع به نیکی کردن در حق زن سفارش می‌کند و می‌فرماید:

«استوصوا بالنساء خیراً»[ابن‌هریره و عمرو بن الاحوص الجُشمی] خواهان رفتار نیک با زنان شوید.

همچنین اسلام روابط متوازن و برابری بین زن و مرد برقرار کرد و این روابط را پایه و بنیاد شکل‌دهی جامعه‌ی اسلامی قرار داد و آن را بر اساس قواعد و مفاهیم روشن و واضح و محدودیت‌های حقوقی و شرعی، قانون‌گذاری کرد؛ زیرا که امنیت اجتماعی از طریق برقراری مساوات بین دو جنس امکان‌پذیر است. همچنان‌که زن و مرد در اصل خلقت و عبودیت و انجام تکالیف شرعی با هم مساوی و در حقوق و مزایا و حمل مسؤولیت نیز به تناسب خصوصیات، ماهیت و طبیعت خاصشان برابرند.

شگفت این است که مدعیان حقوق زن، با به راه انداختن سروصدا به عیب‌جویی و ایراد گرفتن از شریعت اسلامی برخاسته‌اند. اینان مژده‌ی تولد دختر داده می‌شد،(آنچنان از فرط ناراحتی چهره‌اش تغییر می‌کرد که) صورتش سیاه می‌گردید و مملو از خشم و غضب و غم و اندوه می‌شد\* از قوم و قبیله (خود) به‌خاطر این مژده‌ی بدی که به وی داده می‌شد، خویشتن را پنهان می‌کرد (و سرگشته و حیران به خود می‌گفت:!) آیا این ننگ را بر خود بپذیرد و دختر را نگاه دارد یا او را در زیر خاک زنده به گور سازد؟ هان! چه قضاوت بدی که می‌کردند.

**دکتر سعد المرصفی**  
**ترجمه: اقبال جهانگیری**



امروزه در بسیاری از جوامع به حقوق زن بی‌حرمتی و کرامتش پایمال می‌شود. نه حق ابراز عقیده دارد و نه اعتبار و موجودیتی برایش در نظر گرفته می‌شود و در وشک تبدیل شدن به صرف یک کالا برای تحصیل سود و درآمد یا ابزاری برای تحریک و شعله‌ور کردن غرایز شهوانی است. اکنون این روند تحت عناوین و شعارهای براق و فریبنده از قبیل آزادی و دفاع از حقوق زن در حال ترویج است تا جایی‌که از منزلتش کاسته و بینی‌اش را به خاک مالیده و بعضاً از زن، کیانی زشت و بدصورت ساخته که به منظور انهدام و انحلال ارزش‌های جامعه مورد سوءاستفاده قرار می‌گیرد.

در عصر جاهلیت نه‌تنها تولد نوزاد دختر مورد استقبال قرار نمی‌گرفت و مقدمش خوشایند جلوه داده نمی‌شد، بلکه مایه‌ی ننگ و رسوایی خانواده به حساب می‌آمد؛ عاداتی که اسلام به مقابله با آن برخاست و مورد مذمت و ناراضایتی خداوند سبحان و تعالی قرارگرفت. آنجا که می‌فرماید:

(وَ إِذَا بُشِّرَ أَحَدُهُمْ بِالْأُنثَىٰ ظَلَّ وَجْهَهُ مُسْوَدًّا وَ هُوَ كَظِيمٌ\* يَتَوَارَىٰ مِنَ الْقَوْمِ مَا يُشْرَ بِهِ أَيْمُسُكُهُ عَلَىٰ هُونٍ أَمْ يَدُسُّهُ فِي التُّرَابِ أَلَا سَاءَ مَا يَحْكُمُونَ)[النحل:۵۹- ۱0۸].

(دختران را مایه ننگ و سرشکستگی و بدبختی می‌دانستند) و هنگامی‌که به یکی از آنان مژده‌ی تولد دختر داده می‌شد،(آنچنان از فرط ناراحتی چهره‌اش تغییر می‌کرد که) صورتش سیاه می‌گردید و مملو از خشم و غضب و غم و اندوه می‌شد\* از قوم و قبیله (خود) به‌خاطر این مژده‌ی بدی که به وی داده می‌شد، خویشتن را پنهان می‌کرد (و سرگشته و حیران به خود می‌گفت:!) آیا این ننگ را بر خود بپذیرد و دختر را نگاه دارد یا او را در زیر خاک زنده به گور سازد؟ هان! چه قضاوت بدی که می‌کردند.

این‌گونه اسلام منزلت زن را تعالی بخشید و بر قدر و قیمتش در تمام برهه‌های زندگیش افزود. پیامبر-صلی‌الله‌علیه‌وسلم- می‌فرمایند:

«من کانت له ثلاث بنات فصبر علیهن وسقاهن وکساهن کن له حجاباً من النار»[مسند امام احمد]

هرکس سه دختر داشته باشد و بامهربانی با آنان برخورد کند و مایحتاج آنان از خوراک و پوشاک را تهیه نماید، دخترانش بین او و آتش جهنم حایل

(مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ)[النحل:۹۷]

هرکس چه زن و چه مرد، کار شایسته‌ای انجام دهد و مؤمن باشد، بدو (در این دنیا) زندگی پاکیزه و خوشایندی می‌بخشیم و (در آن دنیا) پاداش (کارهای خوب و متوسط و عالی) آنان را بر طبق بهترین کارهایشان خواهیم داد.

خداوند انسان را کرامت بخشیده و وی را به زیباترین صورت آراسته و به تبع تکریمش برای جامعه‌ی بشریت، زن را نیز به‌عنوان نیمی از این جامعه، همواره در جایگاه شایسته‌اش قرار داده است و کسی که به قرآن مراجعه کند به این حقیقت انکارناپذیر پی‌خواهد برد که زن و مرد نزد خداوند، هیچ‌گونه فضل و برتری بر یکدیگر ندارند.

پروردگار می‌فرماید: (وَ مَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا\* وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَىٰ اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا)[الطلاق:۲-۴]

هر کس از خدا بترسد و پرهیزگاری کند، خدا راه نجات(از هر تنگنایی) را برای او فراهم می‌سازد\* و به او از جایی که تصورش را نمی‌کند، روزی می‌رساند. هرکس برخدا توکل کند (و کار و بار خود را بدو واگذارد) خدا او را بسنده است. خداوند فرمان خویش را به انجام می‌رساند و هر چه را بخواهد بدان دسترسی پیدا می‌کند. خدا برای هر چیز زمان و اندازه را قرار داده است.

آری؛ این‌گونه پروردگار او را از فقر و نداری می‌رهاند و رزقی دور از انتظار و تصور به وی عطا می‌کند و هدف از این ایجاد یک بینش صحیح ایمانی در قلب وی نسبت به اراده و مشیت خداوند است:

(وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا)[الطلاق:۳]

هرکس برخدا توکل کند (و کار و امور خود را به او واگذارد) خدا او را بسنده است. خداوند فرمان خویش را به انجام می‌رساند و هر چه را بخواهد بدان دسترسی پیدا می‌کند. خدا برای هر چیز زمان و اندازه را قرار داده است.

بنابراین حقیقت بزرگی که بخش عظیمی از این بینش ایمانی بر آن استوار است اینست که هر چیزی مقدرّ به مقدار، زمان، مکان، نتایج، اسباب و مسببات خاص خود است و چیزی در این عالم بهبوده و برحسب تصادف قرار نگرفته است. پس چگونه انسان که مسؤولیت عمارت این کره‌ی خاکی را بر دوش دارد، می‌تواند از این قاعده مستثنی باشد؟!

(إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ)[القمر:۴۹]

ما هر چیزی را به اندازه لازم و از روی حساب و نظام آفریده‌ایم.

پروردگار در جایی دیگر در باب تکریم انسان اعم از زن و مرد می‌فرماید: (وَ خَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ قَدْرًا تَقْدِيرًا)[الفرقان:۲]

و همه چیز را آفریده است و آن را دقیقاً اندازه‌گیری و کاملاً برآورد کرده است.

خداوند انسان را از حیث خلقت و رسالتش در این هستی پنهانور و زمان و مکان خاصی که در آن است، بگونه‌ای قرار داده که با سایر کاینات همسو و همگون باشد:

(وَ مَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مِنْ أَمْرِهِ يُسْرًا)[الطلاق:۴]

هر کس که از خدا بترسد و پرهیزگاری کند، خدا کار و بارش را ساده و آسان می‌سازد.

(وَ كَايِنَ مِنْ قَرْيَةٍ عَتَتْ عَنْ أَمْرِ رَبِّهَا وَ رُسُلِهِ فَجَاسَتْهَا حَسَابًا شَدِيدًا وَ عَذِبْنَاَهَا عَذَابًا نُكْرًا\*فَذَاقَتْ وَبَالَ أَمْرِهَا وَ كَانَ عَاقِبَةُ أَمْرِهَا خُسْرًا\*أَعَدَّ اللَّهُ لَهُمْ عَذَابًا شَدِيدًا فَاتَّقُوا اللَّهَ يَا أُولَى الْأَلْبَابِ الَّذِينَ آمَنُوا قَدْ أَنْزَلَ اللَّهُ إِلَيْكُمْ ذِكْرًا\*رَسُولًا يَتْلُو عَلَيْكُمْ آيَاتِ اللَّهِ مُبَيِّنَاتٍ لِيُخْرِجَ الَّذِينَ آمَنُوا وَ عَمِلُوا الصَّالِحَاتِ مِنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَ مَنْ يُؤْمِن بِاللَّهِ وَ يَعْمَلْ صَالِحًا يُدْخِلْهُ جَنَّاتٍ تَجْرَى مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا أَبَدًا قَدْ أَحْسَنَ اللَّهُ لَهُ رِزْقًا)[الطلاق:۱۱-۸]

چه بسیار مردمان شهرها و آبادی‌هایی که از فرمان پروردگارشان و دستور پیغمبران او سرپیچی و سرکشی کرده‌اند و در نتیجه؛ ما سخت به حسابشان رسیده‌ایم و به مجازات ناگوار کیفر ناخوشایندشان رسانده‌ایم\* و عقوبت اعمالشان را چشیده‌اند و عاقبت کار و بارشان زیان و خسران بوده است\*خداوند برای ایشان عذاب شدیدی را فراهم ساخته است. پس ای خردمندانی که مؤمن هستید، شما پرهیزگاری کنید و خویشتن را از (عذاب و خشم) خدا به دور دارید. خدا که برای شما قرآن را نازل فرموده است\* و پیغمبری را به میانتان روانه کرده است که آیات روشن خداوند را برایتان می‌خواند تا کسانی را که ایمان آورده‌اند و کارهای شایسته کرده‌اند از تاریکی (بطالت و ضلالت) بیرون آورده و به روشنایی (حقیقت و هدایت) در آورد. کسانی که به خدا ایمان بیاورند و کارهای پسندیده بکنند، خدا آنان را به باغ‌های بهشتی داخل می‌گرداند که از زیر (کاخ‌ها و درختان) آن رودبارها روان است. برای همیشه در آنجا ماندگار می‌مانند و خداوند روزیشان را خوب و نیکو می‌گرداند.

خداوند آبادی‌هایی با ساکنان سرکش و نافرمان را یکی پس از دیگری مورد خشم و عذابش قرار داد و سوءعاقبت اعمال بدشان را در همین دنیا و قبل از روز حساب بدان‌ها چشانید و آنچه این جوامع در طول تاریخ از فساد و انحلال، فقر و قحطی و زندگی مملو از ترس و وحشت و عاری قحطی و زندگی مملو از ترس و وحشت و عاری از امنیت، با دیده‌ی سر دیده و تجربه کرده‌اند، پیامی است مبنی بر اینکه سهم زن و مرد در ایفای نقش‌ها و حمل مسؤولیت‌ها در جامعه

یکسان بوده و عاقبت و سرنوشت آن بدون تفریق و تفاوت متوجه هردویشان می‌باشد. خداوند چه زیبا می‌فرماید:

(يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَ خَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَ بَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَ نِسَاءً وَ اتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَ الْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا)[النساء:۱]

ای مردمان! از (خشم) پروردگارتان بپرهیزید. پروردگاری که شما را از یک انسان بیافرید و (سپس) همسرش را از نوع او آفرید و از آن دو نفر مردان و زنان فراوانی (برروی زمین) منتشر ساخت و از (خشم) خدا بپرهیزید که همدیگر را به او سوگند می‌دهید و بپرهیزید از اینکه پیوند خویشاوندی را گسیخته دارید (و صله رحم را نادیده بگیرید) زیرا که بی‌گمان خداوند مراقب شماست (و کردار و رفتار شما از او پنهان نمی‌ماند).

(هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَ جَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا)[الاعراف:۱۸۹]

او آن کسی است که شما را از یک جنس آفرید و همسران شما را از جنس شما ساخت تا شوهران در کنار همسران بیاسایند.

-----

منبع: مجله «المجتمع»، شماره ۲۰۲۴-۲۰۲۵ صفر ۱۴۳۴ هـ.ق، ۱۲/۱۵/۲۰ م ۰۵ ترجمه آیات از «تفسیر نور» اثر دکتر مصطفی خرم‌دل استفاده شده است.



## زنان چطور با ناامیدی در سر کار کنار می‌آیند؟

یک خاطره:

«یک روز شنبه صبح وقتی همراه با یکی از خواههای همکار که در ساختمان ما کار می‌کند سوار آسانسور بودیم متوجه شدم که وی خیلی گرفته است. ظاهراً او و یکی از همکاران مردش ایده ای را برای شخص ارشدشان در جلسه‌ای مطرح کرده بوده اند. آن‌ها هر دو فوق‌العاده با انگیزه و مشتاق بودند تا در این جلسه حضور پیدا کنند و کل هفته را روی آماده کردن ارائه خود وقت گذاشته بودند. ولی طی ۵ دقیقه همه امیدشان به یأس تبدیل شده است. مدیریت از ایده آن‌ها خوشش نیامده و قصد اتمام سریع جلسه را داشته است. او با زبانی تند آن‌ها را به باد انتقاد گرفته و آب پاکی را روی دست آن‌ها ریخته است. این خانم کاملاً در هم ریخته بود و این تجربه آخر هفته اش را خراب کرده و هنوز باگذشت چند روز او به این قضیه فکر می‌کرد. او احساس سرخوردگی کرده و نمی‌توانست آرام بگیرد. ممکن است فکر کنید که همکارش نیز از این رفتار غیر محترمانه و توهین آمیز به اندازه او ناراحت است. ولی طبق گفته آن خانم، همکار مردش خیلی در هم ریخته نبود و توانسته بود خودش را از نو ساخته و این واقعه را فراموش کند.»

همه ما لحظات کاری بد و ارائه‌های ناموفق در سر کار را تجربه کرده‌ایم. ولی همه این تجربه‌ها را برای روزها و هفته‌ها در خود نگاه نمی‌دارند. البته با ذکر یک مثال نمی‌توان حکم کلی داد ولی شواهد دیگری نیز وجود دارند که احتمالاً بین زنان و مردان در واکنش به ناامیدی و ناکامی در سر کار تفاوت‌هایی هست.

معمولاً کارمندان زن وقتی تصمیم یا بحثی در سر کار طبق میل آن‌ها پیش نمی‌رود احساس ناراحتی کرده و گارد تدافعی می‌گیرند. به طور مشابه با مرور ۳۶۰ گزارش بازخورد از کارمندان زن مشخص شده است که آن‌ها به چیزی تحت عنوان «اضطراب انباشته شده» مبتلا هستند که یعنی آن‌ها اتفاقات مربوط به خودشان را به طور مداوم مرور کرده و به جای واکنش دادن به آن اتفاق و سپس رها کردنش لحظات بد آن را برای مدت طولانی در قلبشان نگه می‌دارند. مدیران می‌گویند آن‌ها زنان بیشتری را نسبت به مردان می‌بینند که وقتی اوضاع بر وفق مرادشان نیست مسائل را شخصی می‌کنند. به علاوه، در نظرسنجی ای که در سال ۲۰۱۳ از ۲۷۰ مدیر زن در شرکت‌های جزء ۵۰۰ شرکت برتر مجله فورچون شامل مک دانلد، پروکتر اند گمبل و والمارت و همچنین در ۶۵ مصاحبه که با آن‌ها انجام شد نشان داده شد که هم مردان و هم زنان اعتقاد داشتند زنان سخت‌تر تجربیات بد کاری را فراموش می‌کنند. آن‌ها خودشان را مقصر می‌دانند، احساس سرخوردگی می‌کنند و روزهای زیادی این حالت را حفظ می‌کنند.

وقتی از یک مدیر منابع انسانی در مورد این قضیه سؤال پرسیده شد وی گفت: «از نظر من زنان بسیاری در محیط کار هستند که با ناامیدی و ناراحتی می‌جنگند و وقتی مورد چالش قرار می‌گیرند حالت تدافعی به خود می‌گیرند. مشکل این است که این قدرت آن‌ها را می‌گیرد.» و سپس ابراز موافقت کرد که مردان در ابراز ناراحتی‌هایشان بدون قربانی کردن اقتدارشان تواناترند.

در تحقیقات به عمل آمده چند نکته برجسته که کمک می‌کند دلیل این احساس ناامیدی و نشان دادن آن در زنان را پیدا کنیم مشخص شده است:

۱. زنان باید چیزهای بیشتری را ثابت کنند.

در بسیاری از شرکت‌ها هنوز هم زنان در گرفتن حقوق و مزایای برابر مشکل دارند. با وجود رئیس‌ان زن کم که باعث شوند آن‌ها به رده‌های بالاتر برسند، ریسک انجام درست کار در روابط کاری بسیار بالاست. برخی زنان گزارش کرده‌اند که بیشتر از همکاران مردشان احساس می‌کنند که زیر نظر هستند. در نتیجه آن‌ها حس می‌کنند باید کامل باشند و به همین دلیل استرس می‌گیرند و وقتی نمی‌توانند انتظارات ناممکن خودشان از خودشان را برآورده کنند یا با ریزبینی دیگران در مورد خودشان کنار بیایند دچار ناراحتی می‌شوند.

۲. مردان به کسب‌وکار به چشم یک بازی نگاه می‌کنند ولی زنان به دنبال معنا می‌گردند.

بسیاری مردان و زنان از کاربرد اصطلاحات ورزشی و جنگی در کسب‌وکار ابا دارند. ولی همچنان بسیاری از مردان گفته‌اند که خیلی بیشتر از زنان کسب‌وکار را به شکل یک بازی می‌بینند. شما بعضی از بازی‌ها را برنده می‌شوید و بعضی‌ها را نیز می‌بازید. یکی از مدیران گفت: «زنان همه چیز را نشأت گرفته از درون خودشان می‌دانند حال آنکه مردان اعتقاد دارند که گاهی اوقات ممکن است یک نبرد را ببازید ولی همچنان می‌توانید کل جنگ را پیروز شوید.» به عبارت دیگر آن‌ها می‌دانند که باید زنده بمانند تا بتوانند یک روز دیگر دوباره بجنگند.

این تفاوت به همان ایده بازمی‌گردد که زنان بیشتر از مردان به دنبال معنا در سر کارشان هستند. یک تحقیق در سال ۲۰۱۰ نشان داد که رسیدن به معنا در سر کار اولین شاخص رسیدن به رضایت شغلی بالا در مادران مشغول به کار است. درحالی‌که مردان عموماً به حقوقشان به عنوان اولین عامل انگیزاننده نگاه می‌کنند، این تحقیق و سایر تحقیقات نشان داده‌اند که زنان به دنبال چیزی بیش از آن هستند.

۳. مردان در خودشان می‌ریزند.

چه انتقاد سازنده باشد، چه مخالفت زبانی با ایده‌هایشان یا فقط گرفت حس کم اهمیتی، هم مردان و هم زنان در مقابل مخالفت‌های شدید ممکن است ناامید و افسرده شوند. تجربه و تحقیق نشان داده که زنان به سادگی به احساس ناامیدی و یأس خود اعتراف می‌کنند حال آنکه مردان کمتر این کار را انجام می‌دهند. زنان خود را بیرون می‌ریزند و نشان می‌دهند درحالی‌که مردان فقط ممکن است قیافه خاصی بگیرند.

اگر به حکایت همکار زن و مرد اول مطلب بازگردیم، آیا می‌توان گفت که کارمند مرد بیش از آنچه که نشان می‌داد ناراحت بوده ولی آن را انکار کرده است؟ وقتی این سؤال از وی پرسیده شد او فقط یک خنده کوچک تحویل داد. او هیچ‌وقت نخواهد گفت...

.....

منبع: <http://www.businessstrend.ir>



## تاراج سلامت بانوان در آشفته بازار لوازم آرایشی

باشگاه‌های ورزشی زنانه با هدف تناسب‌اندام مشاهده شده است.

کشف آمپول ول در آرایشگاه

فروزان‌فر به فرهنگ نادرست استفاده از داروهای غیراستاندارد نیز اشاره‌ای کرد و گفت: به تازگی در یکی از آرایشگاه‌های زنانه نوعی آمپول کشف شده است که با تبلیغ رشد ابروی بانوان و با قیمت ۱۵۰ هزار تومان به فروش می‌رسید اما بررسی‌ها نشان داد تزریق آن می‌تواند سیستم بینایی را دچار اختلال کند.

قانون فعلی مبارزه با قاچاق کالا در این حوزه عاجز است.

دبیر کمیسیون مبارزه با قاچاق کالا و ارز استان همچنین با اشاره به این که ۸۰ تا ۸۵ درصد لوازم آرایشی موجود در بازار به صورت قاچاق وارد کشور می‌شود گفت: ۹۰ درصد این لوازم آرایشی در کشورهای مانند چین و امارات و بدون لحاظ استانداردهای لازم تهیه می‌شود که اطلاعات به‌دست آمده نشان می‌دهد بیش از ۸۰۰ نوع سم در این مواد وجود دارد و می‌تواند باعث ایجاد بیماری‌های گوناگونی در بانوان شود.

وی با بیان این که کالاهای قاچاق به صورت خرد و جزئی وارد کشور و استان می‌شود افزود: متأسفانه قانون فعلی مبارزه با قاچاق کالا و ارز در برخورد با این نوع قاچاق عاجز است و امیدواریم با تغییرات پیش‌بینی شده در قانون جدید مشکلات فعلی آن رفع شود.

مشاور مدیر کل بهزیستی استان نیز از اجرای طرح آموزشی باشگاه‌داران و آرایشگاه‌داران خبر داد و افزود: با همکاری شورای هماهنگی مبارزه با مواد مخدر استان آموزش فعالان در این صنف آغاز شده و ادامه خواهد داشت تا بتوانیم میزان آگاهی آن‌ها درباره استفاده از داروها و مکمل‌های حاوی مواد مخدر را افزایش دهیم.

دکتر رضایی اظهار کرد: بهزیستی استان با ایجاد مراکز ویژه، حمایت از زنان آسیب دیده و

معتاد را در دستور کار قرار داده است؛ زیرا بدون تردید مشکلات این بانوان می‌تواند آسیب‌های اجتماعی متعددی را به‌دنبال داشته باشد.

بیش از یک میلیون زن میانسال در استان

مدیر گروه سلامت جمعیت، خانواده و مدارس دانشگاه علوم پزشکی مشهد نیز در این جلسه از لزوم توجه به سلامت بانوان سخن گفت و افزود: حدود ۲ میلیون نفر از جمعیت ۵ میلیون نفری تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی مشهد را بانوان تشکیل می‌دهند که بیش از یک میلیون نفر آن‌ها در بازه‌ی سنی میانسالی یعنی ۳۵ تا ۶۰ سالگی قرار دارند. دکتر احمدیان با اشاره به طرح غربالگری انجام شده در مرکز بهداشت شماره ۳ مشهد گفت: ۶ درصد از بانوان تحت پوشش این طرح به بیماری‌های قلبی و عروقی و ۲۹ درصد آن‌ها به بیماری‌های غیرواگیر مبتلا بودند که تحت درمان و مشاوره قرار گرفتند.

حضور کم‌رنگ زنان در اهدای خون

مدیر روابط عمومی انتقال خون استان، دیگر کارشناس حاضر در این نشست خبری بود. دکتر علی حسنی مشارکت بانوان استان در کار پسندیده و ضروری اهدای خون را کم‌رنگ خواند و اظهار کرد: با وجود این که همه افراد جامعه در احتمال نیاز به خون و فرآورده‌های خونی وضعیت یکسانی دارند، اما تاکنون کمتر ۷ درصد بانوان استان در اهدای خون مشارکت داشته‌اند. دکتر حسنی به این نکته نیز اشاره کرد که این مشارکت در کشور آمریکا ۵۰ درصد، در کره ۲۵/۷ درصد، در افغانستان ۲۲/۲ درصد و در مصر ۲۵ درصد اعلام شده است. البته مدیر روابط عمومی انتقال خون استان کمبود نیروهای کاری و نبود پایگاه‌های اهدای خون اختصاصی بانوان را نیز از جمله دلایل کم بودن رغبت بانوان به انجام این کار برشمرد و افزود: به دلیل مشکلات اقتصادی کنونی امکان بهبود این شرایط وجود ندارد.

بیماری‌های قلبی و عروقی اولین عامل مرگ و میر بانوان

مدیر گروه پیش‌گیری و مبارزه با بیماری‌های دانشگاه علوم پزشکی مشهد هم با اشاره به این که موثق‌ترین آمار در مورد بیماری‌های زنان مربوط به سال ۸۸ است، گفت: دامنه‌ی تغییرات داده‌های به دست آمده در سال‌های بعد نیز تا حدودی مشابه اطلاعات سال ۸۸ است. دکتر جویا افزود: در سال ۸۸ بیماری‌های سرطان پستان، پوست و روده مهم‌ترین سرطان‌های شایع میان زنان استان بوده که به ترتیب عامل مرگ ۵۲۸، ۲۳۱ و ۱۸۹ نفر در خراسان رضوی شده است.

دکتر همایی، عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد نیز در این‌باره گفت: لزوم توجه بانوان به سلامت فردی و حساسیت به سلامت

جسمانی موضوع مهم اما فراموش‌شده‌ای است که باید برای ترویج فرهنگ آن طرح‌های آموزشی متنوعی را اجرا کرد. دکتر جویا درباره میزان شیوع مصرف سیگار و قلیان در بانوان استان نیز گفت: بررسی‌ها نشان می‌دهد ۴/۰ درصد از بانوان استان روزانه سیگار مصرف می‌کنند. وی همچنین گفت: ۴۴ درصد از بانوان ۱۵ تا ۶۴ ساله تحت پوشش دانشگاه علوم پزشکی مشهد دچار چاقی و اضافه وزن هستند.

بانوان فضای کافی برای شادی و تفریح ندارند

رئیس مکتب نرجس دیگر کارشناس حاضر در این جلسه بود که نبود فضاهای کافی برای تفریح و شادی بانوان را عامل بروز برخی ناهنجاری‌ها دانست و اظهار کرد: کمبود این امکانات برای بانوان سبب می‌شود تا برخی از آن‌ها برای تأمین خواسته‌های خود به رفتارها و مسایل غیراخلاقی و ناپسند همچنان به استفاده بیش از حد از لوازم آرایشی روی بیاورند.

«شایسته‌خو» به نکته‌ای دیگر نیز اشاره کرد و گفت: اگر بانوان ما درباره‌ی هویت و حقیقت وجودی خود آگاهی داشته باشند و برای سلامت روحی خود تلاش کنند، گرفتار بسیاری از معضلات و مشکلات نخواهند شد.

تکمیل سند وضعیت زنان استان

در ادامه‌ی جلسه مدیر کل دفتر بانوان و خانواده استانداری از تکمیل شدن سند وضعیت زنان استان خبر داد و گفت: کلیات این سند تکمیل شده و جزئیات آمار و اطلاعاتی آن هر ۶ ماه یک‌بار توسط سازمان‌ها و دستگاه‌های مربوط به‌روزرسانی خواهد شد.

صدیقه خدیوی توجه به سلامت بانوان را امری سفارش شده در دین مبین اسلام خواند و اظهار کرد: تلاش می‌کنیم با همکاری سازمان‌ها و ادارات استان برای افزایش سطح سلامت بانوان و ارتقای سطح آگاهی آن‌ها در این حوزه تلاش کنیم.

اباصلتی، رئیس کمیته سلامت بانوان استانداری نیز با اشاره به این که تربیت فرزندان، ترویج سبک زندگی ایرانی اسلامی و همچنین تغذیه خانواده با مدیریت زنان انجام می‌شود، گفت: توجه به سلامت روحی و جسمی بانوان می‌تواند زمینه مناسبی را برای تأمین سلامت جامعه و خانواده فراهم کند.

منبع:

[www.salamatnews.com](http://www.salamatnews.com)



## تو کیستی که خلقی حیران تو گشته‌اند؟



سارا پیروتی

صدای گریه‌ی کودکی فضای مکه را فراگرفته بود، کودکی که چه کسی می‌دانست اوست راهنمای بشر؟! کودکی که بعدها دنیا را از بزرگی و شکوه خود به وجد آورد، کودکی که دنیا را به سوی مسیر سعادت فرستاد، کودکی که خداوند مزده‌ی آمدن او را قرن‌ها پیش از آمدنش داده بود، کودکی که شکوه او دنیا را مجذوب خود کرد و بالاخره درود بر این کودک باد که ما امروزه او را خاتم‌الانبیا و معلم جهانیان می‌دانیم.

آری محمد بود که با آمدنش دنیا را از برکت وجود خویش پرکرد و با شکست دادن سران بزرگ طایفه‌ها و نجات دختران که قرن‌ها بود مونس و هم‌بستر خاک شده بودند و خاک که مادر زمین است به جای آنکه بوی وجود اجدادان و بزرگی آن‌ها را بدهد و صدای پند و اندرزهای آن‌ها از عمق خاک به گوش رسد، بوی تن مرده‌ی دختران را می‌داد و صدای گریه‌ی آن‌ها هنوز هم‌آوا و موسیقی خاک به‌شمار می‌آمد، محمد با بوسیدن دستان کوچک دختر خویش در مقابل بُهت جاهلان به آنان نشان داد که دختران هم انسانند و قابل احترام! و با همین کارهایش بود که یگانگی خداوند و دین مبارک اسلام را به گوش جهانیان رساند.

آری محمد ﷺ بود که با کارهای نیکش دنیا را مدهوش وجود خویش کرد و چه‌بسا اگر این کارها را نمی‌کرد مانند بسیاری از اجدادان‌مان بدون آنکه نامی از خود به جا بگذارند، در دل خاک فراموش می‌شد.

اما اکنون که اینها را می‌نویسم با وجود گذشت قرن‌ها هنوز پسرکان به مبارکی نام اوست که نام محمد را بر آنان می‌نهند.

ای محمد! تو بزرگی و در نظر جهانیان شخصیتی متعالی داری؛ زیرا تو با وجود اینکه بی‌پدر بزرگ شدی و در سن ۶ سالگی مادری که همیشه نگران آینده‌ات بود را از دست دادی اما هرگز ناامید نشدی، هرگز خدا را به خاطر نداده‌هایت شکوه نکردی، تو همواره از بزرگی، عظمت، حمد و ثنای او سخن گفتی در حالی که این صبر هر مومن و هر ایوبی نیست.

راست است که هنوز هم که هنوز است مادر بزرگان در حالی که نوه‌های خود را سخت در آغوش خود می‌فشارند و دانه‌های تسبیح را با بغض و چشمان اشک آلودشان می‌گردانند، ورد زبان و دهانشان با یاد و درود بر تو فرستادن می‌چرخد، داستان‌هایی از بزرگی و کرامت و اعمال و کارهایت و از محبت خدا به تو داستان‌ها می‌گویند، اما هرگز نفهمیدم چرا مادران و بزرگان از گفتن داستان‌هایت اینقدر شوق کرده و اشک از چشمانشان جاری می‌شود! تا اینکه امروز خواستم بندی درباره‌ی تو بنویسم، دستم لرزید و قلبم به تپش افتاد و خودکار از ورای دستانم شل شد تا اینکه فهمیدم که نه، تو اصلاً نامت مبارک است و یادت عزیز پس سلام و درود خداوند بر تو باد و با خود عهد بسته‌ام که هر وقت وجودم در خود تهی شد آن را از عشق تو پرکنم تا یادم، ذهنم، قلبم و وجودم در راه خدا و هدفم ایمان و خدمت به خدا و راه او باشد ای اسوه‌ی مسلمانان!

## جای تو در دلم هست، ای بانوی آسمانی



نسیبه فتحی - جناح

وقتی واژه‌ی «زن» را می‌شنوم تنها به یک نفر فکر می‌کنم و او کسی نیست جز خدیجه همسر پیامبر ﷺ. او زنی است که وقتی درباره‌اش می‌شنوم و می‌خوانم، آرزو می‌کنم که کاش مثل او بودم. او اولین کسی بود که به پیامبر ایمان آورد. من او را بهترین زن می‌نامم و به او افتخار می‌کنم. خدیجه زنی شجاع، مهربان، همراه پیامبر و مادر بچه‌های پیامبر بود. او با ثروتی که داشت توانسته بود به دین اسلام کمک زیادی کند. از کافران ترسی نداشت، همیشه و همه‌جا با پیامبر نماز می‌خوانده است، وقتی که پیامبر در غار حرا بود و برای اولین بار جبرئیل به کنار او آمد و محمد ﷺ از شدت استرس به خود لرزید و وقتی به خانه برگشت تنها کسی که توانست به او آرامش دهد خدیجه بود. او زنی بسیار دلسوز بود.

من او را بسیار دوست دارم و امیدوارم در بهشت با او همراه شوم. خدایا! یعنی می‌شود که من در بهشت دستانم را در دست خدیجه و محمد ﷺ بگذارم و با آن‌ها قدم بزنم؟

خدایا آرزوی مرا برآورده کن. آمین



## ضرورت خود مراقبتی زنان

خود مراقبتی زنان به منظور پیشگیری از ابتلا به بیماری‌ها یک ضرورت است.

مریم کاشانیان مدیر گروه زنان و مامایی دانشگاه علوم پزشکی ایران به مناسبت هفته ملی سلامت بانوان ایران، به روابط عمومی دانشگاه ایران گفت: سلامت زنان از دو جنبه دارای اهمیت است. از سویی به‌عنوان مادر و کسی که پایه و اساس یک خانواده و سلامت بچه‌ها بستگی به سلامت او دارد و از سوی دیگر به‌عنوان یک انسان مستقل که پنجاه درصد جمعیت کشور را شامل می‌شوند، به‌همین دلیل سازمان جهانی بهداشت سلامت مادران را به‌عنوان یکی از شاخص‌های اصلی سلامت جامعه مورد توجه قرار می‌دهد.

رئیس بیمارستان شهید اکبر آبادی توجه به سلامت زنان در سه دره سنی مختلف را مهم دانست و گفت: باید به سلامت زنان در سه دوره سنی کودکی، باروری و یائسگی توجه نمود. در دوران کودکی و قبل از سنین باروری چیزی که روی سلامت و آینده دختران بسیار تأثیرگذار است، مسأله تغذیه و چاقی می‌باشد. خانواده‌ها باید به این مسأله خیلی توجه نمایند؛ زیرا چاقی باعث پایین آمدن سن بلوغ می‌شود که با پایین آمدن سن بلوغ مشکلات متعددی بروز خواهد کرد.

بیماری‌های هورمونی و دیابت از عوارض ابتلا به چاقی هست که هر کدام می‌تواند بر روی باروری دختران اثر بگذارد. با رعایت یک رژیم غذایی مناسب، ورزش و اصلاح شیوه‌ی زندگی می‌توان از بروز چاقی در دختران پیشگیری کرد. خوشبختانه کودکان ما بیشتر در نظام خانواده قرار گرفته‌اند و با مسایل و مشکلاتی چون سوءاستفاده‌های جنسی از آن‌ها کمتر مواجه هستند ولی باید در این زمینه‌ها هم آموزش‌های لازم را دریافت نمایند.

از مسایل مهم دیگر در این سنین حاملگی خانم‌ها می‌باشد که باید آموزش‌های مربوط به قبل، حین و پس از بارداری را دریافت کنند تا با مسایل و مشکلات دوران بارداری و پس از آن به‌خوبی برخورد شود و بتوانیم سرانجام بارداری را بهبود ببخشیم و به سلامت مادر به همان اندازه که سلامت نوزادش مهم است، اهمیت دهیم.

کاشانیان در ادامه گفت: در سنین پس از باروری یعنی از حدود ۴۵ تا

۵۰ سالگی به بعد یائسگی خانم‌ها شروع می‌شود و با توجه به افزایش طول عمر افراد، زنان زیادی به سنین پس از باروری می‌رسند و اگر متوسط عمر خانم‌ها را ۸۰ سال در نظر بگیریم؛ چیزی حدود یک سوم عمر آن‌ها در این دوران طی خواهد شد. در این دوران چون ترشح برخی از هورمون‌ها در خانم‌ها قطع می‌شود با مسایل جسمی و روحی متعددی روبرو خواهند شد و باید آموزش‌هایی را در خصوص ورزش و رژیم غذایی به آن‌ها داد، چون هم برای روحیه آن‌ها بسیار موثر بوده، ریسک ابتلا به افسردگی را در آن‌ها کاهش می‌دهد و هم در جلوگیری از بروز پوکی استخوان بسیار کمک‌کننده است و همین‌طور از چاقی آن‌ها که بدلیل پایین آمدن متابولیسم بدن اتفاق می‌افتد پیشگیری می‌شود.

وی در پایان خود مراقبتی زنان را به‌منظور پیشگیری از ابتلا به بیماری‌ها، ضروری دانست و گفت: جدا از اینکه توجه به بهداشت فردی در تمامی سنین باید مدنظر خانم‌ها قرار گیرد، برای سنین کودکی بیشتر خانواده‌ها را ملزم به مراقبت از دختران خود می‌دانم. در سنین باروری و پس از آن، به خانم‌ها توصیه می‌کنم انجام تست پاپ اسمیر و ماموگرافی را در نظر بگیرند و با مراقبت‌های مکرر و در فواصل معین و با مراجعه حداقل سالی یک‌بار به پزشک، منتظر علامت نشوند؛ چون معمولاً تا بروز علائم، بیماری پیشرفت زیادی کرده است.

توصیه می‌کنم: تمام خانم‌ها حداقل ۳ تا ۴ ماه در سال - چیزی در حدود ۱۰۰ روز- آهن را به‌صورت مکمل در رژیم غذایی خود داشته باشند و برای دوران یائسگی مصرف قرص‌های مکمل مانند کلسیم و ویتامین D که برای پیشگیری از پوکی استخوان مناسب هستند را زیر نظر پزشک در نظر داشته باشند.

منبع: باشگاه خبرنگاران جوان





## روزهای خونین مصر (کلنا رابعة)

### سرین اسماعیلی

حسنی مبارک رییس‌جمهور پیشین مصر بود که با ظلم‌ها و بدی‌هایی که به مردم خویش کرد آن‌ها را به تظاهرات علیه خود تشویق نمود. مثل همه‌ی دیکتاتورهای تاریخ، مخالفان را به زندان انداخت و بعضی‌ها را اعدام کرد. فقر و فلاکت در جامعه موج می‌زد. حدود دو سال پیش بعد از حدود هجده روز تظاهرات اعتراضی مردم، از مقام خود استعفا داد و دادگاه او را به اتهام فساد مالی و آمریت در قتل عام تظاهرکنندگان به حبس ابد محکوم کرد و از دادن حکم اعدام اجتناب نمود. پس از او محمد مُرسی که اخوانی بوده با رأی مستقیم مردم و در یک انتخابات آزاد به جای حسنی مبارک رییس‌جمهور مصر شد.

سیاسی را کاملاً بر آن‌ها بسته و رسانه‌های آنان را کاملاً بستند. ولی در بیست روز اخیر در چند مرحله شاهد کشتارهای بی‌رحمانه‌ای که شامل کودکان، زنان و مردان است، بودیم. ارتش به طور وحشیانه‌ای به مسلمانان حمله کرد. آن‌ها را با وسایل پیشرفته‌ی جنگی به صورت مستقیم از داخل هلیکوپترها، پشت‌بام‌ها و خیابان‌ها و نیز به وسیله‌ی تانک‌ها کشتند. در حالی که مردم مسلمان که تنها در پی گرفتن حق هستند هیچ سلاحی ندارند و سلاح آن‌ها در مقابل ارتش قلبی است که پر از امید به خدا و پر از عشق به قرآن است.

ارتش همچنان به کار خود ادامه می‌دهد و با تانک‌ها و بلدوزرها به میان مردم می‌روند، حتی به کودکان نیز رحم نمی‌کنند و کودک شیرخواره را همراه با مادرش در داخل چادر در وسط میدان جلو چشم رسانه‌ها و مردم دنیا زیر گرفتند و متأسفانه صاحبان قدرت غیر از ترکیه و قطر از آنان دفاع نکردند. رهبران اخوان‌المسلمین را دستگیر کردند و اعضای خانواده‌های آنان را کشتند. هر کس از این تصاویر وحشتناک فیلم بگیرد او را با گلوله نشانه می‌گیرند. حتی اخوانی‌ها قبل از این کشتارهای وحشیانه خواستار مذاکره بودند ولی ارتش، خشم را انتخاب کرد. بدتر این‌که ارتش و دولت خود را مسلمان نامیده‌اند و با حمایت و پشتیبانی شیخ دانشگاه ازهر و نیز حزب سلفی نور و نیز پشتیبانی و برنامه‌ریزی دولت‌های دیکتاتور منطقه و دولت‌های غربی مدعی دموکراسی این جنایت وحشیانه را مرتکب شدند. در حالی که هیچ مسلمانی حاضر نمی‌شود با برادران و خواهران دینی خود این چنین برخورد کنند. حتی مسلمانان به مساجد پناه بردند؛ زیرا خانه‌های آنان را آتش می‌زنند ولی ارتش مسجد را محاصره کرد و چند ساعت بعد مسجد را آتش زده و محل را ترک کردند. حال دیدن این تصاویر و فیلم‌های وحشتناک قلب انسان‌های آزاده را جریحه‌دار کرده و مردم کشورهای دیگر از جمله ایران، ترکیه، مالزی، عراق و... دست به تظاهرات علیه ارتش مصر زدند. من نیز افتخارم

## سیب زمینی غش کرد!



پسر سیب‌زمینی جلوی رایانه‌اش نشسته بود و داشت يك بازي جديد رایانه‌ای انجام می‌داد که بابابزرگ سیب‌زمینی روز تولدش به او کادو داده بود...

پسر سیب‌زمینی عاشق بازی‌اش شده بود که مسابقه ماشین‌ها بود و ماشین‌ها باید با سرعت می‌رفتند و از کوه و دریا و جنگل می‌گذشتند تا به ته يك جاده می‌رسیدند و بعد به يك هواپیما تبدیل می‌شدند و به هوا می‌رفتند.

مامان سیب‌زمینی هر چي او را صدا می‌کرد و می‌گفت: «بچه! چقدر بازی می‌کنی؟ بیا صبحانه‌ات را بخور!»، «بیا ناهارت را بخور»، «بیا بریم خونه خاله‌ات»، «بیا بین پدرت آمده» او يك جواب بیشتر نمی‌داد: «مامان! من الان کار دارم، باید برنده بشم!»

خب حتماً می‌پرسید سیب‌زمینی از گرسنگی و تشنگی غش نمی‌کرد و روی زمین نمی‌افتاد؟ خودتان ببینید دیگه! روی میزش پر از چیپس و پفک و کیک و هله‌هوله‌های دیگر است که به جای صبحانه و ناهار و شام می‌خورد. تازه رفته از یخچال يك بطری نوشابه هم آورده تا هر وقت تشنه‌اش شد توي گلویش بریزد.

يك شب گذشت، ۲ شب گذشت، ۳ شب گذشت و سیب‌زمینی همین‌جور پای رایانه بود و می‌گفت تا برنده نشود، از جایش بلند نمی‌شود. نگاهش کنید ببینید چقدر هم چاق شده! آخه فقط می‌خوره و اصلاً کار دیگری انجام نمی‌ده.

مامان سیب‌زمینی خیلی نگران‌ش بود اما بچه‌اش به حرف او گوش نمی‌داد. يك روز مامان سیب‌زمینی عکس زمانی که پسر سیب‌زمینی قهرمان دو شده بود، لای کتاب‌های کتابخانه پیدا کرد و زد زیرگریه و گفت: «ای وای! بین بچه خوشگلم چه شکلی بوده و حالا چه شکلی شده؟!»

سیب‌زمینی صدای مادرش را نمی‌شنید چون توي گوشش گوشي گذاشته بود تا صدای بازی را بلند بشنود. مامان سیب‌زمینی گریه کرد، گریه کرد، گریه کرد؛ آنقدر که اشک چشمش تمام خانه را گرفت و تمام وسایل‌خانه روی آب راه افتادند.

سیب‌زمینی يك فریاد بلند زد و از جایش بلند شد اما نه برای اینکه آب خانه را گرفته بود، برای اینکه بازی را برده و به مرحله‌ی آخر رسیده بود! وقتی برگشت و دید چه اتفاقی برای خانه‌شان افتاده و مادرش بی‌حال گوشه اتاق نشسته، خواست پیش مامانش برود و ببیند چي شده اما يك دفعه سرش گیج رفت و... بچه‌ها کمکش کنید داره می‌افته روی زمین!

می‌دانید چرا او این‌جوری شده؟

\* چون صبحانه نخورد تا موادغذایی به بدنش برسد و نیرو بگیرد.

\* چون ورزش نکرد تا خون به مغزش برسد.

\* چون خوراکی‌هایی خورد که برای بدنش ضرر داشت.

\* چون آب نخورد و به جای آن خیلی زیاد نوشابه خورد.

منبع: www.salamatiran.com

## هرگز نمیر مادرا!



ستاره کریمی - شهرستان ربط

روزی روزگاری پسر بچه‌ای شش‌ساله به نام امین نشسته بود، انگار منتظر کسی بود. او لباسی بر تن داشت، نازک پاره پاره و کفش‌های کهنه و سوراخ شده که از لای این سوراخ‌ها برف داخل کفشش می‌شد؛ از شدت سوز هوای سرد لباس را به خود می‌پیچید و غُرغر می‌کرد؛ از تاریکی و تنهایی سرما به پشت تیر چراغ برق پناه می‌برد. بعد با لکنت زبان و گریه کتان زمزمه می‌کرد و می‌گفت: چرا این مهمان‌ها نمی‌آیند؟ تا کی باید در این هوای سرد نگرهانی بدهم. بله او یک نامادری داشت که زنی خودخواه و بی‌رحم بود؛ هرگز دلش برای امین نمی‌سوخت؛ حتی لباس کافی به او نمی‌داد که لاقل او را از سرما نگره دارد و از امین نفرت داشت و او را دوست نمی‌داشت. شهین خانوم نامادری او بود، از قرار معلوم امشب مهمان داشت و دوستانش قرار بود به خانه‌ی او بیایند چون آن‌ها خانه را نمی‌شناختند لذا امین می‌بایست دورتر از خانه منتظر بماند تا این مهمان‌ها بیایند و آن‌ها را راهنمایی کند. امین با خود گفت: اگه مادرم تا حالا مُرده بود من این‌جا نبودم بلکه زیر کرسی گرم و در آغوش مادرم خوابیده بودم و از دیو و گرگ نمی‌ترسیدم. نه...نه من نباید از این چیزها بترسم من باید مقاومت کنم در این فکرها بود که برق‌ها خاموش شدند. نتوانست مقاومت کند هر چند با خود عهد بسته بود ولی نتوانست باعجله به سوی خانه روان شد. در راه فریاد می‌زد مادر! مادر! نامادری‌اش بیرون آمد و گفت: «چی؟ چه خبر است؟ می‌خواهی این‌طور خبر اومدن مهمونا را بیاری؟ برو برگرد سرکوجه که چیزی به اومدن مهمونا نمونده.» امین بی‌چاره دوباره با لرز و ترس خود را به سرکوجه رساند. بعد از چند لحظه مهمون‌ها اومدند ولی چه اومدنی چند ماشین پشت سر هم و در هر ماشین چند نفر و در کنار هر کدام سگی... مهمونا از او نشانی شهین خانوم را گرفتند، او مهمان‌ها را به طرف خونه راهنمایی کرد. آن‌ها در زدند بعد از چند لحظه شهین خانوم در را باز کرد و با دیدن هم‌نوعانش خیلی خوشحال شد. با آن‌ها به گرمی احوال‌پرسی کرد. شهین خانوم رو به امین کرد و گفت: زود باش برو پشت در وقتی مهمون‌ها رفتند تو می‌توانی به خانه برگردی. امین بی‌چاره دوباره در آن هوای سرد ماند تا مهمان‌ها بروند؛ تا اینکه برود خانه و خود را گرم کند. همین‌طور ماند یک وقت دید یک سیاهی می‌بیند. او خود را در پشت تیر چراغ برق پنهان نمود و با روشن شدن برق‌ها همان‌جا نیز روشن شد. ناگهان امین گرگی را دید گرگ شیشه‌ای به دست داشت آن را به امین زد و امین گفت: وای سرم وای سرم و فریاد زد و گفت: مادر! مادر! مادرش با صدای امین به اتاقش آمد دید امین به زمین افتاده است. مادر به آرامی گفت: امین پسرم پاشو صبح شده است. وقتی امین چشم‌هایش را باز کرد با دیدن مادر واقعی خود در بالای سرش خنده بر لبانش غنچه بست و خود را در آغوش مادر انداخت و فریاد زد: هرگز نمیر مادرا.

منبع: برگرفته از کتاب هرگز نمیر مادر







## گفت و گو با یکی از بانوان مترجم کتاب‌های اخلاقی

۷- با توجه به اینکه میزان سرانه‌ی مطالعه در ایران پایین است، استقبال از آثارتان را چگونه ارزیابی می‌کنید؟

همان‌طور که قبلاً اشاره کردم، مؤلفانی که آثارشان را برای ترجمه انتخاب کردم، اکثراً دعوت‌گرانی هستند که سخنانی‌هایشان تأثیرات بسزایی بر مردم داشته است و از جمله دعوت‌گران موفق بوده‌اند، بنابراین کتاب‌هایشان نیز به خاطر سبک خاصشان مورد استقبال قرار گرفته است.

۸- از بین ترجمه‌هایی که تاکنون داشته‌اید کدامیک بیشتر شما را جذب کرده و روی شما تأثیر گذاشته است؟ چرا؟

من به کتاب اخلاق مؤمن بیشتر علاقه دارم چون به شیوه‌ای میانه‌روانه نوشته شده و در این عصر که عقل بر عاطفه غلبه کرده، به زیبایی عاطفه را مورد خطاب قرار داده و به شهادت عده‌ی زیادی در این مورد موفق هم بوده است. استقبال زیادی از این کتاب‌ها شده و برخی بیش از هشت‌بار تجدید چاپ شده‌اند.

۹- به نظر شما جایگاه کتاب و کتابخوانی در بین بانوان در چه سطحی قرار دارد؟

متأسفانه کتاب و کتابخوانی در میان مسلمانان از جایگاه کم‌رنگ و کم‌اهمیتی برخوردار است به‌ویژه در میان بانوان (به دلیل سواد کم یا اهمیت ندادن به این مسأله).

۱۰- اگر قرار باشد یکی از آثار خود را از بین بقیه‌ی آثارتان انتخاب کنید، کدامیک را انتخاب می‌کنید؟ و چرا؟

در ابتدا اشاره می‌کنم که کتاب‌هایی که ترجمه کرده‌ام در حقیقت آثار من نیست، بلکه مؤلفان آن‌ها برای تألیف و تدوینشان زحمت کشیده‌اند و من فقط آن را ترجمه کرده‌ام و این کار خیلی مهمی نیست. اما در هر صورت کتاب اخلاق مؤمن در دو جلد، چون از دیدگاه تازه‌ای به مسأله‌ی اخلاق در اسلام می‌پردازد و آن را به زیبایی ارائه می‌کند.

۱۱- به عنوان یک بانوی فعال در عرصه‌ی فرهنگی، برای آنس بیشتر زنان با کتاب چه راه‌کارهایی ارائه می‌دهید؟

همان‌طور که در شعر دوران دبستان (یار مهربان) خواندیم، کتاب، یار مهربان و مونس تنهایی‌هاست، دوستی بی‌منت و آموزگاری بی‌زحمت که باید قدر آن را بدانیم، چون می‌توانیم چیزهایی از آن بیاموزیم که در هیچ

داختم بهره‌جستم و امیدوارم که خداوند این تلاش‌ها پرا در کفه‌ی نیکی‌ها و حسناتم قرار دهد.

۳- از چه سالی مشغول به ترجمه شدید و اولین کار ترجمه شما چه کتابی بود؟

تقریباً از سال ۱۳۷۸ که به سودان رفتم این کار را شروع کرده‌ام و اولین ترجمه‌ام کتاب داستان‌هایی از تاریخ در سه جلد بود که همراه همسرم آن را ترجمه کردم.

۴- کارهای ترجمه‌ی شما بیشتر در چه قالب محتوایی قرار دارد و به چه دلیل این محتوا را انتخاب کردید؟

بیشتر ترجمه‌هایم در قالب اخلاقی و مسایل دینی است، بیشترین کتاب‌هایی که ترجمه کرده‌ام تألیف آقای عمرو خالد است که در زمینه‌ی اخلاق اسلامی و مکارم اخلاق صحبت می‌کند که البته مورد استقبال زیادی مواجه شده است، به اضافه‌ی کتاب‌هایی با محتوای داستان‌های پندآموز مثل (کتاب هرچه کنی به خود کنی)؛ دلیل گرایش به کتاب‌های اخلاقی را در این می‌دانم که چون اخلاق باعث ایجاد پیشرفت و تمدن می‌شود و بدون اخلاق تمدنی وجود ندارد و اخلاق و عبادت قرین هم هستند و در قرآن این به‌وضوح مشاهده می‌شود و برای فهم این موضوع خواندن آیات آغازین سوره‌ی مؤمنون و آیات پایانی سوره فرقان که عبدالرحمن است به شما پیشنهاد می‌کنم.

۵- در حوزه‌ی زنان چه ترجمه‌هایی داشته‌اید؟

کتاب خوشبخت‌ترین زن دنیا از عائض قرنی که به چاپ رسیده و خوشبخت‌ترین همسر دنیا که در دست چاپ است.

۶- کتاب‌هایی که تاکنون ترجمه کرده‌اید بیشتر از دو نویسنده (عمرو خالد و عائض القرنی) بوده، آیا این گزینش دلیل خاصی دارد؟

همان‌طور که گفتم کتاب‌های عمرو خالد کتاب‌های اخلاقی است، البته این کتاب‌ها در اصل سخنانی‌های این استاد ارجمند بوده که چون با استقبال خاص و پرشوری مواجه شد، بعد به صورت کتاب در آمد، این سخنانی‌ها تقریباً به صورت یک سلسله و تقریباً مکمل همدیگر بود و پس از ترجمه نیز با استقبال خوانندگان مواجه شد و به چند چاپ رسید، استاد عائض القرنی نیز بحث‌هایی در زمینه اخلاق داشتند و براساس نیاز ما مسلمانان به این مسایل، آن را برای ترجمه مناسب یافتیم.



ساره قاسمی بجد

مصاحبه‌ای که از نظر می‌گذرانید، گفت و گویی است دوستانه با یکی از چهره‌های مطرح در عرصه‌ی ترجمه کتب دینی اهل‌سنت، که در حواشی گردهمایی تربیتی جماعت دعوت و اصلاح در بیرجند گرفته شده است.

سرکار خانم سمیه اسکندری‌فر که معرف حضور بسیاری از دوستان کتاب‌می‌باشند. خانم سمیه اسکندری‌فر در سال ۱۳۶۰ در تاپباد متولد شدند و دارای مدرک فوق دیپلم تفسیر از دانشگاه آفریقا در سودان و همچنین مدرک لیسانس از حوزه‌ی علمیه‌ی سلطان‌العلمای بندرلنگه می‌باشند. ایشان در سال ۱۳۷۸ با جناب دکتر ساعدی‌رودی که از بزرگان عرصه‌ی ترجمه و تألیف کتب مذهبی اهل‌سنت هستند ازدواج کرده و حاصل این ازدواج ۳ فرزند دختر می‌باشد. خانم سمیه اسکندری‌فر بیش از ۱۰ سال است که به کار ترجمه اشتغال دارند، که از آثار ایشان می‌توان به مجموعه‌ی ۲ جلدی اخلاق مؤمن، مجموعه هر چه کنی به خود کنی، خوشبخت‌ترین زن دنیا، و... اشاره کرد.

با آرزوی موفقیت برای همه‌ی بانوان کوشا در عرصه‌ی تألیف و ترجمه کتاب، توجه علاقمندان را به این مصاحبه جلب می‌کنم.

۱- به عنوان اولین سوال به چه علت به کار ترجمه پرداختید؟

در ابتدای ورودمان به سودان، برای یادگیری زبان عربی سعی کردم کتاب‌های ساده‌ی عربی را مطالعه کنم و آن‌ها را ترجمه می‌کردم سپس با تشویق‌های دکتر ساعدی این کار را ادامه دادم.

۲- پس هدف شما از پرداختن به کار ترجمه، یادگیری زبان عربی بوده‌است؟

بله در ابتدا هدفم یادگیری بهتر زبان عربی بود، سپس با تشویق‌های دکتر ساعدی به این کار ادامه دادم، چون معتقدم هر زن و مرد مسلمانی باید به هر روشی که می‌تواند به دنیای اسلام خدمت کند من هم از ترجمه به‌عنوان ابزاری در این زمینه استفاده کردم و از آن چه در توان

گفت وگویی با فاطمه خواجه احمدی

## «بهترین شما کسی است که قرآن را بیاموزد و آن را آموزش دهد.»

متأسفانه در جامعه‌ی امروزی خواهران اشتغال به امور دیگر را در اولویت برنامه‌هایشان قرار می‌دهند و کم‌تر نسبت به آموزش قرآن و مسایل دینی وقت می‌گذارند.

۶- برای جذب بیشتر خواهران به جلسات قرآن چه اقداماتی انجام داده‌اید و چه برنامه‌هایی را اجرا می‌کنید؟

سعی می‌کنم روابط صمیمانه‌ای با آن‌ها برقرار کنم و تا جایی که امکان داشته باشد در برطرف کردن مشکلات و گرفتاری‌هایشان کمکشان کنم.

در این جلسات که هفته‌ای یک بار تشکیل می‌شود، آیتاتی از قرآن کریم توسط خواهران حاضر در جلسه تلاوت می‌شود و سپس تفسیر مختصری از آیاتی که تلاوت شده را می‌گویم و پس از اتمام هر سوره مسابقه‌ای کتبی در ارتباط با مفاهیم و نکات آن سوره برگزار کرده و جوایزی را تقدیم خواهران می‌کنم و این کار در تشویق و ایجاد شور و نشاط قرآنی خواهران بسیار مؤثر بوده‌است.

۷- نحوه تشکیل جلسات‌تان در ماه رمضان چگونه است؟

در ماه مبارک رمضان جلسات قرآن به صورت روزانه برگزار می‌شد و هر روز ۲ تا ۳ جزء از قرآن تلاوت می‌شد و در بین ساعات حضور خواهران در این جلسات مسایل شرعی و احکام مخصوص بانوان را هم بیان می‌کنم تا اگر در این زمینه مشکلی داشته باشند، برطرف شود.

علاوه بر ختم قرآن در این ماه در شب‌های قدر با اعضای کلاس قرآن و خواهرانی که علاقه‌مند هستند، مراسم احیا برگزار می‌کنیم و به دعا و نیایش می‌پردازیم.

۸- میزان علاقه دختران جوان به این جلسات چگونه است و شما برای جذب بیشتر قشر جوان چه اقداماتی را انجام داده‌اید؟

دختر خانم‌ها متأسفانه به دلیل اشتغال به

ساره قاسمی بجد

قال رسول الله ﷺ: خَيْرُكُمْ مَنْ تَعَلَّمَ الْقُرْآنَ وَعَلَّمَهُ

«بهترین شما کسی است که قرآن را بیاموزد و آن را آموزش دهد.»

۱- لطفاً خودتون رو معرفی کنید؟

به نام خدا، فاطمه خواجه احمدی بجد هستم، سال ۱۳۴۶ در روستای بجد از توابع شهرستان بیرجند به دنیا آمدم.

۲- تحصیلات حوزوی خود را از چه زمانی شروع کردید و در کجا به انجام رساندید؟

پس از ازدواج به دلیل موقعیت شغلی همسر به شهرستان تربت‌جام آمدم و در اینجا با خواست خدا و علاقه‌ای که داشتم از سال ۱۳۷۶ در حوزهی فخرالمدراس مشغول به تحصیل شدم و پس از گذراندن ۷ سال در سال ۱۳۸۳ موفق به اخذ دیپلم حوزوی شدم.

۳- تحصیلات حوزوی در زندگی شما چه تأثیری گذاشته است؟

به طور کلی وجود معنویت در زندگی فردی و اجتماعی انسان بسیار مؤثر است و خیرات و برکات آن را در زندگی شخصی خود بر همسر و فرزندانم به خوبی مشاهده می‌کنم و از این بابت خدا را شاکرم.

۴- نمونه‌ای از فعالیت‌های دینی و اجتماعی خود را بیان کنید؟

پس از اتمام تحصیلاتم احساس می‌کردم که باید در جهت وظایف دینی که بر دوش من قرار گرفته قدمی بردارم، برای این کار تصمیم گرفتم از محیط اطراف خودم شروع کنم و با راه‌اندازی کلاس‌های قرآن در میان همسایه‌ها آغاز کردم.

۵- خواهران به این جلسات چه میزان علاقه نشان می‌دهند؟





کلاس درس نمی‌آموزیم، کتاب، ابزاری است که در دسترس همه‌ی اقشار جامعه می‌باشد و هزینه زیادی هم ندارد بنابراین همگی باید روزانه مدت زمانی را برای مطالعه که غذای روح به‌شمار می‌آید، اختصاص داده و مهم‌تر از همه، فرهنگ کتاب‌خوانی را به فرزندانمان آموزش‌دهیم و از کتاب‌های ساده و داستانی استفاده کنیم تا بیشتر علاقه‌مند شویم و سپس مطالعه را در همه‌ی زمینه‌ها توسعه دهیم.

۱۲- و کلام آخر برای خوانندگان سایت:

خانم‌ها به دلیل شغل اصلی‌شان (تربیت فرزندان) -که بر خلاف تصور مردم- امر بسیار مهمی می‌باشد، نیاز به یادگیری و آموزش‌های زیادی دارند اما به خاطر رسیدگی به امور منزل از این مهم غفلت کرده و بدان اهمیت نمی‌دهند به همین‌خاطر روش‌های تربیتی ما در حقیقت غلط و نادرست است و ما بعدها به این اشتباهات پی‌برده و درصدد تصحیح آن برمی‌آییم که کاری سخت و شاید غیرممکن باشد، پس بهتر است با مطالعه‌ی کتاب‌هایی که در زمینه‌ی تربیت دینی هستند در روش تربیت فرزندانمان تجدیدنظر کنیم.

با سپاس از خانم اسکندری‌فر و آرزوی موفقیت و شادکامی برای ایشان و خانواده محترمشان.

## مشارکت سیاسی و اجتماعی زنان



گفتگو با «سعادت پیرانی» کارشناس ارشد مطالعات زنان

امیر ارسلان خضری

اشاره: زنان به‌سان نیمی از جامعه، نقش چشم‌گیری در پویایی و رشد شاخص‌های توسعه جامعه را دارا می‌باشند. مطالعه تاریخ و متون اسلامی نیز نشانگر توجه ویژه‌ی اسلام به زنان و بیانگر نقش برجسته‌ی آنان در گسترش اسلام و مشارکت مستقیم زنان در بطن خردادهای مهم می‌باشد. تفاوت میان دوره‌ی طلایی اسلام به جهت حضور زنان در فعالیت‌های اجتماعی و سیاسی نسبت به حال حاضر، ما را بر آن داشت که به بررسی موانع و ارائه راهکارهایی برای رفع آسیب‌های این موضوع چالش برانگیز بپردازیم؛ بدین منظور مصاحبه‌ای را با خانم «سعادت پیرانی» - کارشناس ارشد مطالعات زنان - ترتیب داده‌ایم تا به برخی از پرسش‌های مطروحه در این حوزه پاسخ داده شود.

۱. منظور از مشارکت سیاسی و اجتماعی زنان چیست؟

اگر بخواهیم مشارکت سیاسی و اجتماعی زنان را بر اساس معیارهای رایج در جوامع مدرن و توسعه‌یافته مورد بررسی قرار دهیم، حوزه‌ی وسیع کنش‌های سیاسی و اجتماعی از مدیریت در سطوح بالای آن از قبیل ریاست‌جمهوری، وزارت، ریاست احزاب و تشکل‌های مدنی و یا مناصب بالای مدیریت اجتماعی و اقتصادی تا سطوح پایین‌تری چون شرکت در انتخابات، عضویت در احزاب، تشکل‌های مدنی و فعالیت‌های مختلف اجتماعی و اقتصادی را در برمی‌گیرد. با توجه به ساختار سیاسی و اجتماعی جامعه ایران با وجود زمینه‌ها و فرصت‌ها، محدودیت‌ها و محرومیت‌هایی برای مشارکت سیاسی و اجتماعی زنان وجود دارد، با تمام این اوصاف، زنان ایرانی در عرصه حضور مدنی و فعالیت‌های اجتماعی نسبت به کشورهای همسایه وضعیت مطلوب‌تری دارند؛ هرچند که تا دسترسی به جایگاه شایسته‌شان هنوز راه درازی در پیش دارند.

۲. پیشینه‌ی تاریخی مشارکت اجتماعی زنان را بیان کنید؟

بدون شک زنان از ابتدای تاریخ بشر همواره در کنار مردان بوده‌اند؛ اما آنچه به عنوان مشارکت اجتماعی زنان می‌شناسیم مربوط به دنیای مدرن و ساختارهای جدید زندگی بشر است. همانطور که می‌دانید در طول تاریخ همواره زنان نامدار و تاثیرگذار در اجتماع حضور

به همین دلیل در کشورهای مختلف اسلامی در دوره‌های متفاوت تاریخی، اشکال گوناگونی از حضور اجتماعی و سیاسی زنان دیده می‌شود که دارای فراز و فرودهای متناسب با تغییرات سیاسی و اجتماعی جامعه خود است، برای نمونه در کشوری مانند افغانستان حضور اجتماعی و سیاسی زنان با توجه به وضعیت فرهنگی، اجتماعی و سیاسی در دوره‌های مختلف تاریخی متفاوت بوده است.

۴. آثار مثبت مشارکت اجتماعی کدام است؟ پویایی و نشاط با مشارکت اجتماعی چه رابطه‌ای دارد؟

شاخص توسعه‌ی انسانی و توسعه‌ی پایدار از معیارهای توسعه‌یافتگی جوامع به شمار می‌آیند. توسعه‌ی پایدار به‌عنوان یکی از بسترهای تعالی و رشد انسان، زمانی می‌تواند موفقیت‌آمیز باشد که با یاری و مشارکت همه گروه‌های اجتماعی و برای همه‌ی آنان انجام شود. اگر زنان بتوانند به جایگاه و «نقش» مناسب خود در اداره امور کشور و در تصمیم‌گیری‌ها دست یابند، ضریب باسواد، تندرستی، شاخص‌های تغذیه و تأمین مسکن، ایجاد اشتغال و درآمد و... بالا می‌رود و جامعه به سوی «توسعه مشارکتی» پیش خواهد رفت؛ در چنین وضعیتی بخش‌های مختلف جامعه به دلیل استفاده از تمام نیروهای اجتماعی خود به بالندگی و پویایی لازم خواهند رسید.

۵. تأثیر جدایی جنسیتی بر میزان کیفیت و چگونگی مشارکت اجتماعی زنان چه خواهد بود؟ محدودیت‌های فقهی و حتی عرفی برای زنان بر حضور در جامعه و مشارکت اجتماعی را بیان کنید؟ مثلاً حدیث نبوی که بر عدم خروج زن از خانه بدون همراهی یکی از محارمش، چه موضعی را می‌طلبد؟

پرداختن به حدیث مورد اشاره مستلزم دانش کافی در حوزه علوم فقه و حدیث است که خارج از تخصص من است و به آن نمی‌پردازم؛ اما نظرتان را به نکته‌ی نهفته در دل آن جلب می‌کنم و آن «امنیت اجتماعی» است. متأسفانه در جوامع توسعه نیافته و یا در حال توسعه به دلیل ضعف امنیت اجتماعی همواره بر تفکیک حوزه زیست بشری به زنانه-مردانه تأکید می‌شود و نتیجه‌ی این تفکیک جنسیتی محدود کردن فعالیت و حضور زنان در عرصه خصوصی و عدم ورود آن‌ها به عرصه عمومی است که ماحصل این روند، جا ماندن این کشورها از دستیابی به توسعه پایدار است.

۶. آیا ازدواج و پذیرش مسؤولیت‌های زنانه، مانع و عامل کاهش مشارکت اجتماعی زنان نخواهد بود؟ ارتباط بین مسؤولیت‌های زنانه و مشارکت اجتماعی چگونه است؟

ازدواج مانع مشارکت اجتماعی زنان نخواهد بود، اما متأسفانه به دلیل فشار «نقش»‌ها و

فقدان سازوکارهای حمایتی از سوی ساختارهای کلان سیاسی-اجتماعی و همچنین عدم هماهنگی و همکاری خانواده‌ها و همسرانشان، در وضعیت کنونی این دو به آسانی با هم جمع نمی‌شوند. ازدواج یک قرارداد متقابل و دارای کارکردهای مثبت عاطفی و اجتماعی است که نیازمند مدیریت صحیح از سوی زوجین و مسؤولیت‌پذیری هر دوی آنان برای تحقق کارکردهای مورد نظر است. زن و مرد پیش از پذیرفتن نقش‌های جدیدشان، انسان‌هایی با توانایی‌ها و استعداد‌های خاص خود هستند که نباید ازدواج مانع توسعه و پیشرفت فردی هر کدام از آن‌ها شود، در عین حال هیچ‌کدام از آن‌ها نباید در مورد وظایف و تکالیف توافق شده‌شان در درون خانواده بی‌توجهی و کم‌کاری کنند، به‌ویژه اگر دارای فرزند یا فرزندان باشند که مسؤولیت‌ها دو چندان است، در غیر این صورت نهاد خانواده تضعیف می‌شود و از بین خواهد رفت.

۷. با توجه به تفاوت‌های جنسیتی و عاطفی فارغ از مباحث برابری حقوقی بین زنان و مردان، رابطه‌ی زنان با نظم تشکیلاتی چگونه می‌تواند باشد؟ آیا زنان می‌توانند به طور مستقل از مردان کار تیمی موفق‌تری داشته باشند، یا نیازمند نظارت مدیریتی مردان هستند؟ ارتباط این استقلال عملکردی با میزان مشارکت اجتماعی و همچنین اثبات هویتی زنان چگونه است؟

این سوال بر اساس یک کلیشه‌ی جنسیتی پایه‌ریزی شده است؛ چرا که تاریخ صد سال گذشته شاهد زنان سرشناس فراوانی در سطح بین‌المللی و داخلی بوده است که خلاف این ادعا را ثابت می‌کنند، زنانی چون مارگارت تاجر، بی‌نظیر بوتو، آنگلا مرکل، معصومه ابتکار و... علاوه بر این پژوهش‌های بسیاری صورت گرفته که بیشتر آن‌ها رابطه‌ی معنا‌داری میان تعهد به نظم تشکیلاتی و جنسیت را نشان نمی‌دهند و در مواردی هم که رابطه وجود داشته، این تعهد در میان زنان بیشتر از مردان بوده است، برای نمونه شما را ارجاع می‌دهم به «پژوهش زنان، دوره ۵، شماره ۲، زمستان ۱۳۸۶: ۱۶۸-۱۴۱»؛ اما در مورد مسأله مدیریت آنچه بیشتر اهمیت دارد اعمال «تبعیض مثبت» به نفع زنان است؛ چرا که همواره زنان از دست‌یابی به مدیریت‌های مختلف سیاسی و اجتماعی به دلیل جنسیت محروم شده‌اند و امکان کسب مهارت و توانمندی در این عرصه از آنان سلب شده است و راهکار عملی برای رفع این محرومیت، اعمال تبعیض مثبت و گشودن مسیر پیشرفت و ترقی برای زنان مستعد و توانمند است.

۸. در مورد پیدایش فمینیسم اسلامی توضیح بدهید؟ تأثیر فمینیسم اسلامی بر مشارکت اجتماعی زنان را چگونه ارزیابی می‌کنید؟ آیا فمینیسم اسلامی همان تأثیر فمینیسم را بر سستی بنیاد خانواده نخواهد گذاشت؟

فرهنگ لغت انگلیسی وبستر، فمینیسم را این

گونه تعریف می‌کند: «طرز تفکری که حقوق اجتماعی و سیاسی زنان و مردان را مساوی دانسته و نهضتی که برای تحقق چنین آرمانی تلاش می‌کند». فمینیست‌ها معتقدند که زنان به دلیل جنسیتشان گرفتار تبعیض بوده و هستند و برای تغییر این وضعیت باید اقداماتی صورت گیرد. پاسخ به دو سوال، نوع و کیفیت تبعیض‌ها و نوع و کیفیت اقدامات لازم برای تغییر وضعیت موجود، سبب ایجاد رویکردهای مختلف فمینیستی شده است، فمینیسم لیبرال، مارکسیست، رادیکال، سوسیالیست، پُست‌مدرن و روان‌کاوانه. شاید با این تحلیل زنان مسلمانی را که با توجه به ساختارهای سیاسی و اجتماعی جامعه‌یشان به دفاع از حقوق زنان در چارچوب دین اسلام می‌پردازند، فمینیست‌های مسلمان نامید، اما از جهت روش‌شناسی علمی، به کار بردن واژه‌ی «فمینیسم اسلامی» نیازمند بررسی و دقت بیشتری است. سابقه‌ی تاریخی رویکرد اخیر بیش از ۱۵۰ سال است و شاید کشور مصر جزو اولین کشورهای اسلامی باشد که اندیشه‌های فمینیستی به آن راه یافته است و مهم‌ترین اثر مکتوب در این‌باره را می‌توان «تحریر المرأة و المرأة الجدیة» «قاسم امین» دانست. پس از او فاطمه مرنیسی (مراکش)، رفعت حسن (پاکستان)، لایلا احمد (مصر)، عزیزه الحبري (لبنان)، فاطمه احمد ابراهیم (سودان)، نوال السعداوی (مصر) و... در این حوزه فعال بوده‌اند. در ایران هم زنان پس از مشروطه با تأسیس مدرسه‌های دخترانه، تشکیل انجمن‌های زنان، انتشار روزنامه و... تا زمان حاضر در دفاع از حقوق زنان تلاش کرده‌اند. هر مکتب فکری می‌تواند اثرات مختلفی بر جامعه داشته باشد، اما آن چه تاکنون در کشورهای اسلامی و به‌ویژه ایران دیده شده است، بیشتر تلاش زنان برای ایجاد جامعه‌ای سالم و به دور از تبعیض و محرومیت برای زنان بوده است.

۹. عوامل مؤثر در فرایند افزایش مشارکت سیاسی و اجتماعی زنان کدام‌ها هستند؟ شناخت صحیح موانع مشارکت سیاسی و اجتماعی زنان سر‌آغاز ارائه راهکارهای عملی در جهت افزایش مشارکت آن‌ها است. بخشی از این راهکارها متوجه سیاست‌گذاران، مسؤولان دولتی، نخبگان، اصحاب رسانه، احزاب و تشکل‌های مدنی است که با درنظر گرفتن وضعیت سیاسی و اجتماعی جامعه و لحاظ کردن مسایل و حساسیت‌های فرهنگی و دینی در زمینه کاهش نابرابری‌ها تلاش کنند و با برنامه‌ریزی دقیق و اولویت‌بندی شده در جهت کم‌رنگ کردن تبعیض‌های موجود با ابزار قانون و سیاست‌های حمایتی اقدام نمایند. بخش دیگر خود زنان هستند که با خودآگاهی و تلاش در جهت پرورش استعدادها و کسب مناصب مدیریتی مختلف در جامعه سبب افزایش مشارکت اجتماعی و سیاسی خود شوند.





## زندگی، رسم پذیرایی از تقدیر است

### فرزانه آسایش‌خواه

هیچ‌گاه معنا نمی‌شوند. او باید با حداقل‌های بودن، نفس بکشد. چقدر دنیا کوچک است به همان کوچکی که من هستم به همان کوچکی که او هست.

در امتداد نگاه دخترک، خورشید طلوع می‌کند بعد غروب، جوانه می‌روید، رشد و نمو می‌کند. باران می‌بارد. عطر گل‌ها مشام او را سیراب می‌کند.

هوای گرم می‌شود. جشنواره رنگ‌ها طبیعت را زیبا می‌کند و دانه‌های ریز برف آرام آرام بر روی گونه‌های زمین می‌نشیند و او با تمام ناتوانیش، دردهای این روزها را به تصویر می‌کشد و

به نظم و نثر درمی‌آورد. می‌خواهد تا روزی که نفس دارد و قلب او می‌تپد از زندگی، از مهربانی و جاده‌ای رو به افق بگوید و من و تو با تمام داشته‌هایمان سرگردانیم. حتی ناتوان‌تر از او، ناتوان از درک جهان هستی، ناتوان در مهر ورزیدن، یگانگی، یکرنگی... چقدر کوچکیم در مقابل دخترک چند سانتی جنگل‌های برفراشته شمال.

هرگز فراموش نمی‌کنم صحنه‌ای را که وی در «همایش زن در آینه قوم تالش» به صورت درازکش روی میز دکلمه‌ای را برای حاضران خواند و دقایقی طولانی مورد تشویق و کف زدن‌های

در جاده‌ای رو به درختان سبز و پنجره‌ای روی به امید، در سایه‌سار ترنم یک باران صدای دخترکی می‌آید، دخترکی که می‌خواند «من در کجای این دنیای پُررمز و رازم؟» آنقدر کوچک است که گاهی هم‌آواز پرندگان و گاهی در برگ‌های سفید دفترش محسوس شود. وقتی که چشم می‌گشاید در امتداد نگاهش گل‌های قالی به گل‌های باغچه می‌رسند، انگشتان هنرمندانه قالیباف با نقاش جهان هستی گره می‌خورد. او درخیالش رؤیا می‌بافد، رؤیاهایی به رنگ سبز، خانه‌هایی پر از امید با پنجره‌های رویه‌نور.

جهان کوچکش را شعر می‌کند، ترانه می‌گوید، از عشق می‌خواند و آواز پرندگانی را که در همان نزدیکی می‌خوانند، نقاشی می‌کند. دفتری پر از رنگ و شعر، دفتری پُر از آرزوها و یک بغل امید. وقتی که باران می‌بارد در حسرت خیس شدن، نفس‌هایش به‌شماره می‌افتد. دلش می‌خواهد مثل کودکی پر جنب و جوش پاهایش را در چاله چوله‌های پر از آب باران بکوبد، مثل ماهی‌ها شنا کند و در دوردست‌های ساحل، نگاهش غرق شود. غرق در آرزوها، مهربانی، عشق و امید...

دخترک نمی‌آید چون نمی‌تواند

دویدن، پریدن، خندیدن و... واژه‌هایی هستند که

آیا تصور می‌کردی به حالت اولیه بازگردی و سلامتی‌ات را دوباره به‌دست آوری؟

بله من همیشه با امید زندگی کرده‌ام. در دوران کودکی فکر می‌کردم روزی به حالت طبیعی بازخواهم گشت؛ بنابراین دردهای شدید را تحمل می‌کردم اما رفته رفته با واقعیت کنار آمدم. در تقدیر الهی من سرنوشت پیچیده بود.

من این حقیقت تلخ را پذیرفته‌ام که از دیگران متفاوت هستم.

در خانواده شما غیر از تو کس دیگری هم معلول است؟

خواهرم که ۱۱ سال از من بزرگتر است، کر و لال است. من فکر می‌کنم خدا ما را برای هم آفریده، او دست و پا دارد و من زبان و گوش پس همدیگر را تکمیل می‌کنیم. حتی برای لحظه‌ای نمی‌توانم از او دور باشم. زندگی با داشتن او برایم لذت بخش است. او مرا در فرغون می‌گذارد و در حیاط می‌گرداند. در واقع او نه‌تنها خواهر من بلکه بهترین دوست زندگی‌ام است.

با این شرایط چقدر درس خوانده‌ای؟

اینجا باید به نکته‌ای اشاره کنم. خانواده‌ام در تمام این مدت کمک و یاورم بودند. آن‌ها با صبر و تحمل فوق‌العاده‌ای کنارم ایستادند و ذره‌ای برایم کم نگذاشتند. کلاس اول ابتدایی را همراه برادرم شروع و خیلی سریع پیشرفت کردم. همان زمان خواهرم به من نقاشی کشیدن را آموخت. تا کلاس اول راهنمایی از طرف آموزش و پرورش به منزل ما می‌آمدند و از من امتحان می‌گرفتند اما بعد از آن کسی نیامد و من فراموش شدم. دیگران مرا فراموش کردند اما خودم، هرگز خودم را فراموش نکردم. سعی کردم با تمام سختی‌ها و مشکلات یک معلول کنار بیایم. من خودم را هرگز معلول حس نکردم و نمی‌خواهم دیگران به چشم یک معلول به من نگاه کنند.

میتراجان، ارتباطات با خدا چطور است؟

خدا را خیلی دوست دارم و به سرنوشتم راضی‌ام. با اینکه حتی سرم را نمی‌توانم بچرخانم تا پیشانی‌ام به زمین برسد و سجده کنم، ولی با این وجود نماز را همیشه می‌خوانم و تا جایی که وضعیت جسمی‌ام اجازه بدهد، روزه می‌گیرم.

قرآن هم زیاد می‌خوانم. پدرم چند سال پیش یک روحانی را به خانه‌مان آورد و او به من قرآن‌خواندن را یاد داد و با هم قرآن را ختم کردیم.

من حتی نمی‌توانم موهایم را خودم شانه کنم. حتی وقتی می‌خواهم دندان‌هایم را مسواک کنم، سرم را تکان می‌دهم تا دندان‌هایم به مسواک توی دهانم بخورد ولی باز خدا را شکر می‌کنم. چیزی می‌گویم ولی دلم می‌خواهد باور کنید و نگویید دارم غلو می‌کنم. بعضی شب‌ها که به خاطر دوستی نیت می‌کنم، شب در خواب می‌بینم که مشکل او حل می‌شود یا نه؟ اکثراً هم تعبیر خواب‌هایم درست است. در ضمن بدون اینکه کسی تعبیر خواب به من یاد داده باشد، خواب دوستانم را تعبیر می‌کنم.

یک سؤال خصوصی تا به حال عاشق شده‌ای؟

بله؛ اما عشق من، عشق به جنس مخالف نیست. ازدواج در فکرم نبوده، فقط محبت را طالبم. نسبت به همه‌ی آدم‌ها خوش‌بین هستم و آن‌ها را مثل یک بوته‌گل می‌بینم که هر چند خار دارند ولی باید زیبایی‌ها و خوبی‌هایشان را دید. قطعه‌ای هم در مورد عشق نوشته‌ام که اگر دوست داشته باشید برایتان می‌خوانم.

«باز پُرم از عشق، پُرم از رستن و به ابد پیوستن. باز بی‌قرار عشقم، عشقی که در هیچ کجای ناکجای زمینی وجود ندارد و من خود را با تپش‌های قلب عاشقم همراه می‌سازم تا خود را برای رسیدن به معبودم آماده سازم. می‌خواهم آنقدر در راه عشق بروم تا خویشتن را گم کنم، چون این‌گونه گم شدن یعنی پیدا شدن جاودانه.»

و من باید راه رسیدن به عشق آسمانی را از لایه‌لای عشق‌های زمینی دریابم؛ زیرا باید که حلقه‌های رسیدن را کامل‌تر کنم تا زنجیری ناگسستگی شود برای پیوستن به معبود و همه دل‌های عاشق خدا.»

به نظر من انسان فقط ظاهرش مهم نیست که مثلاً زیبا باشد یا زشت، بلکه مهم ماهیت و جوهره وجودی آدم‌هاست که خدا خلق کرده است. ما باید با چشم دل همدیگر را ببینیم. روح ما وسعت بیکرانی است که باید آن را پرورش دهیم تا به اصل خودمان واقف شویم. هر چند همه زمینی هستیم و قدرت پرواز نداریم

ولی باید روح‌مان پرورش بیابد و به ارزش‌های انسانی خودمان دسترسی پیدا کنیم. در اینجا زنان خیلی کار می‌کنند ولی مقام زن و روح او بالاتر از آن است که فقط در مزرعه کار کند.

من متولد خردادم ولی عاشق اردیبهشت هستم. در این ماه وقتی درخت‌های حیاطمان شکوفه می‌زنند حس می‌کنم روح من هم همراه آن‌ها جوانه می‌زند و پرواز می‌کند. باید قدر موهبت‌های خدا را بدانیم و مخلوقات او را دوست داشته باشیم. من عاشق بچه‌ها هستم و حیوانات را بسیار دوست دارم و عاشق گل و گل‌کاری هستم.

در ضمن عاشق شب هم هستم. سکوت زیبای شب و همین‌طور هیاهوی شبانه، برایم زیباست. مخصوصاً در شب‌های مهتابی احساس می‌کنم که واقعاً عاشق همه چیز شده‌ام.

زندگی روزمره ات چگونه می‌گذرد؟

من با خانواده‌ای که محبت واقعی را ندارم می‌کنند، زندگی می‌کنم و در سرزمینی که جز بهشت مثالی برای آن نیست و با مردمانی ساده، صبور و فداکار همدم هستم.

روزها کتاب می‌خوانم، رنگ‌ها را به کمک می‌گیرم تا خدایی‌ترین رنگ‌ها را بر صفحات دل آدم‌ها بزنم. باور کنید زندگی سخت اما شیرین است. روزگار می‌گذرد و خدا هر لحظه نزدیک‌تر. امیدوارم زندگی به هم‌ریخته‌ی این عصر به اعتدال برسد و روزمرگی موجب نشود نشانه‌های خداوند را نادیده بگیریم.

چه انتظاری از دوستان و مردم شهرت داری؟

دلم می‌خواهد مرا به چشم معلول ببینند و مرا و امثال مرا باور کنند. ما دلی به وسعت دریا داریم؛ کمک‌مان کنند تا این دریا بجوشد و خشک نشود. مثلاً چند وقت پیش که مرا به یک مهمانی برده بودند، زنی با ترحم جلو آمد و نگاهم کرد. یک پای من خیلی کج است و زیر لباسم جمع شده و فقط یک پایم از دامن بیرون می‌آید. آن زن پرسیدای وای، پس یک پایت کو؟ من هم با لبخند گفتم گذاشتم خانه و آمدم؛ و زن دوباره گفت‌ای وای چه زبان دراز!

فقط انتظار دارم که همه درکم کنند و دوست داشته باشند، همان‌طور که من آن‌ها را دوست دارم.



## مهارت‌های عشق‌ورزی در خانواده (زبان عشق خانواده‌ها)

در گفت‌وگویی با علیرضا رضوی



ساره قاسمی بجد

از آنجایی که خانواده مهم‌ترین رکن اساسی جامعه می‌باشد و نقش مهمی در تربیت فرزند دارد، باید زن و شوهر زبان عشق همدیگر را بفهمند تا بتوانند با همدیگر در این وظیفه‌ی خطیر موفق شوند؛ در این راستا مصاحبه‌ای با جناب آقای علیرضا رضوی درمیان ترتیب دادیم، ایشان کارشناس ارشد روانشناسی عمومی- مدرس دانشگاه‌های پیام‌نور و آزاد شهرستان تربت‌جام، مدرس کارگاه‌های آموزش خانواده، مهارت‌های زندگی و سبک‌های فرزندپروری و تقویت حافظه و... هستند و هم اکنون به عنوان مسؤول دانشجویی جماعت دعوت و اصلاح ایران در خراسان رضوی فعالیت دارند.

۱- به نظر شما زبان عشق چیست؟

زبان عشق یعنی اینکه احساس کنیم همسرمان ما را دوست دارد. زبان عشق یعنی اینکه همسرمان همراه ما در زندگی باشد.

۲- وظایف همسررداری به صورت رفتاری یعنی چه؟

یعنی وظایف زناشویی را انجام دهد، وقتی شوهرش خسته از راه می‌رسد او را درک کند، در هنگام ورود و خروج او، ابراز محبت بکند.

۳- خانم‌ها دوست دارند که آقایان چه خصوصیاتی داشته باشند؟

آقایان باید متعهد باشند، به صورت کلامی یا غیرکلامی و رفتاری ابراز محبت کنند، حرف دل همدیگر را بفهمند و با هم حرف بزنند، برای همسرشان هدیه بخرند، صمیمیت و اعتماد و رفتار محبت‌آمیز داشته باشند.

۴- از نظر آقایان، خانم‌ها باید چگونه باشند؟

منطقی باشند و در گفتگو لجاجت نباشند، جوابگوی مسایل جنسی همسرشان باشند، به ظاهر و آراستگی خود در منزل برسند، نامرتب نباشند، غذا خوب درست کنند و سفره را به خوبی بچینند.

۵- لطفاً بفرمایید انواع زبان‌های عشق کدامند؟

زبان عشق به پنج شکل در زندگی انسان ظاهر می‌شوند.

الف) تماس فیزیکی (لمسی)؛

ب) کلام تأییدآمیز؛

ج) وقت گذراندن با هم؛

د) خدمت کردن به همدیگر؛

ه) هدیه دادن به همدیگر.

۶- کدام یک از صورت‌های عشق از همه مهم ترند؟

معجزه‌گرترین نوع زبان عشق، تماس فیزیکی (لمسی) است که در گذشته روانشناسانی چون جان بالبی تحقیقات زیادی را در این مورد انجام داده‌اند که این کار خیلی مهمی است؛ مثلاً می‌توان به زن و شوهرها توصیه کرد که این تمرین را روزانه ۲ دقیقه انجام بدهند به این صورت که هر دو نفر روی دو صندلی روبروی هم بنشینند و ۲ دقیقه دست‌های خود را در دست همدیگر قرار دهند و بدون اینکه پلک بزنند ۲ دقیقه همدیگر را نگاه کنند و از طریق دست‌ها گرمای بدن همدیگر را لمس کنند. چون زمانی که افراد همدیگر را لمس می‌کنند مغز شروع به فعالیت می‌کند و ماده‌ای به نام استیل کولین ترشح می‌کند که باعث آرامش در فرد می‌شود.

۷- به نظر شما چرا پیوند زناشویی به همه ما این حق را می‌دهد که به مرور زمان به همدیگر بی‌احترامی کنیم؟

قبل ازدواج و یا اوایل ازدواج انسان برای نامیدن همدیگر از جملات و کلمات زیبا نظیر دوست دارم عزیزم، عزیزمی، قربونت برم و... استفاده می‌کنند و کلمات شما، ما، ببخشید میشه این کارو بکنید و... کاربرد دارد ولی بعد از ازدواج کلماتی مانند تو و... استفاده می‌شود و دلیلش این است که حُسن‌ها و خوبی‌های همدیگر را خیلی کم می‌بینیم و قبل از ازدواج خوبی‌های

ما پررنگ دیده می‌شود و به همین دلیل برای همدیگر احترام قایل هستیم.

۸- لطفاً در مورد سایر زبان‌های عشق نیز توضیحی بدهید؟

زبان دوم که همان کلام تأییدآمیز است، یکی از راه‌های بیان و ابراز عشق استفاده از واژه‌های دلگرم‌کننده و تشویق‌آمیز است؛ مثلاً بگوییم عزیزم این لباس چقدر بهت میاد، چقدر دست‌پخت عالیه و... .

در کلام تأییدآمیز یک نکته مهم وجود دارد و آن این است که چاپلوسی و مسخره کردن ممنوع است.

زبان سوم یعنی وقت گذراندن به این معناست که در کنار هم باشیم، وقتی مسافرت می‌رویم حواسمان به هم باشد نه به ضبط صوت ماشین، یعنی اینکه برای همدیگر مهم باشیم و توجه ویژه به هم داشته باشیم.

زبان چهارم هم خدمت به یکدیگر است که ما در تاریخ و زندگی پیامبر و خلفا و صحابه نمونه‌های زیادی از این نوع زبان عشق را می‌بینیم که سعی می‌کردند در زندگی و کارهای آن همدیگر کمک کنند و بهترین الگوی ما در این زمینه پیامبر اکرم ﷺ می‌باشند.

زبان پنجم هدیه دادن است که اگر بخواهیم به کسی مهر بدهیم حتی با دادن یک هدیه ناقابل می‌توانیم او را خشنود کنیم و این نیز نشان از این است که این کار باعث استحکام خانواده و پیوند بین زن و شوهر می‌شود و در هدیه دادن بحث مالی مهم نیست بلکه هدیه دادن عشق به همدیگر است.

در آخر باید بگوییم:

خداوند به راهی که در پیش داریم اطمینانی نیست ولی به بخشش تو امید داریم ما را ناامید نگردان!



په‌پووله کریمی

گاهی یک خبرنگار شهرت را برای یک مصاحبه، جذاب می‌داند. گاهی با یک نامزد انتخابات مصاحبه کردن جالب می‌شود و بعضی وقت‌ها هم شاید مصاحبه با یک فرد مشهور مخاطب زیادی را جذب کند؛ یا پرسیدن سؤالاتی ساده از یک منتخب مردم بتواند خبرنگاری را مطرح کند؛ یا همه پای حرف‌های یک رئیس‌جمهور تمام و کمال بنشینند. وقت مصاحبه گرفتن از یک فرد مهم گاهی ارزش صبر کردن دارد، حتی اگر حرفی برای گفتی نداشته باشد همان حرف نداشته را خیلی‌ها به پایش می‌نشینند.

به خودم گفتم ترانه‌ی بلبل در هر باغی باز هم ترانه‌ی بلبل است و فرقی ندارد بلبل‌ها در زیر کدام آبی آسمان دیده به جهان گشوده و در کدام آسمان به پرواز درآمده؛ بلکه مهم این است گاهی به صدای انسان‌هایی گوش فراهم دهیم که در لابه‌لای صحنه‌های روزگار آن چنان گم می‌شوند که حتی در پس آن له‌شدگی حرفی، نامی، کلامی از آنان باقی نمی‌ماند.

ساده بگویم، می‌خواهم سراغ آدم‌های ساده‌ی اطرافمان بروم تا حرف‌های ناگفته‌ی آنان را بشنوم.

در همین نزدیکی دختر ساده‌ای از روستایی نه چندان بزرگ به شهر بزرگی مثل تهران نقل مکان می‌کند، برای درس خواندن مهاجر می‌شود. تهران را با تمام تهران بودنش می‌بیند و می‌داند حق او انتخاب است شاید سخت، شاید شکست اما او می‌پذیرد. به خود گفتم او حرف‌های زیادی برای گفتن دارد پس پای درد دل‌هایش نشستم.

مصاحبه‌گر بخش زنان سایت جماعت دعوت و اصلاح ایران هستم.

- سلام دوست من.

سلام وقت شما بخیر.

- کمی از خودت تا آنجا که امکان دارد بگو.

مثل اینکه؛ چند سال داری، سطح تحصیلات، چرا به تهران آمدی؟

## مصاحبه‌های خودمانی

هستی؛ اما به خاطر دختر بودن کسی بهت اعتماد نکند و... بسیاری کارهای دیگر که نه در طاقت شماست گوش دادن به آن نه خوانندگان محترم‌تان، کار دیگرم راه‌اندازی کلاس‌های دینی مثل: کلاس قرآن برای کودکان و احکام برای زنان بود، که شاید بهترین کارم در آن دوران باشد که در خانه بودم؛ اما باز هم پدرم به حرف مردم گوش می‌داد که چرا من بدون دستمزد کلاس می‌گذارم، برایش فهم نمی‌شد که می‌شود کسی بدون چشم داشت مالی هر روز سرکلاس برود همان‌گونه که برای مردم قابل قبول نبود.

- در مورد فضای خانه بیشتر برایمان بگو شاید باشند دخترانی مثل تو که حرف‌های نگفته‌ی زیادی داشته باشند و بخواهند کسی فضای سخت زندگی‌شان را به تصویر بکشد.

حرف قشنگی زدید از خودم و دخترانی مثل خودم بگم.

در شهر و دیاری که وطن من است، دختران گاهی درس می‌خوانند، عده‌ای دانشگاه می‌روند و به فضای آزاد آنجا خو می‌گیرند و برگشت به خانه برای‌شان دردآورترین اتفاقی‌ست که می‌شود تصور کرد. چون بعد از آن همه جنب و جوش باز هم باید به رکود فکر کرد، آنان سه راه بیشتر در پیش ندارند یا منتظر استخدامی دولتی باشند؛ چون در شهر حتی استان‌مان هم شرکت خصوصی به آن صورت وجود ندارد که کار کنند و کارمندی بخواهند، استخدام رسمی می‌ماند که آن هم، این روزها به جمع رؤیاهای محال پیوسته، دوم برای مقطع بالاتر بخواهند که این هم باز توقعات دیگران را بالاتر می‌برد؛ و سوم به انتظار کسی نشست که به خواستگاریت بیاید و از تو تقاضای ازدواج کند که...

- آیا خود شما دخترها به فکر کارآفرینی که این روزها حرفش سرزبان‌هاست نمی‌افتادید؟

اییی خواهر... کارآفرینی حق دختر نیست؛ چون سرمایه‌ی پدر برای پسر است و با شرایطی که برای وام گذاشته‌اند فقط همون سرمایه‌دارها می‌توانند وام بگیرند، پژوهش و تحقیق و از این کتابخانه به آن کتابخانه رفتن هم صدای مردم بی‌کاری را که منتظر دیدن کسی برای ساختن داستانی هستند درمی‌آورد، و این صدا درآمدن همانا ریخته شدن آبرو همانا.

آنجا اگر دختری به فکر شهرش یا روستایش باشد کاسه‌ای زیر نیم کاسه‌اش است. دلسوزی برای مردم، آنجا خنده‌دار است خصوصاً اگر چشم داشت مالی نداشته باشی. حتی انسان را به اینکه دنبال پیدا کردن شوهری متمم می‌کنند.

من دختری ۲۷ ساله هستم، مجرد، لیسانس دارم. مشغول کار هستم

- از تهران آمدنت و ماندگار شدن در اینجا برایمان بگو.

بنده سال۱۳۸۶ برای تحصیل در رشته‌ی مورد علاقه‌ام آمدم تهران. چهار سال تحصیل در مقطع کارشناسی من را با محیط تهران کم و بیش آشنا کرد. بعد از فارغ‌التحصیلی به امید کار، مدرک به دست به شهرستان برگشتم. قول‌هایی بهم داده بودند... اما...؟! به در بسته نگیم به دیوار بزرگی برخوردیم چون در بسته را می‌شود باز کرد اما دیوار نه.

همیشه همه‌جا از ما بهترن پیدا می‌شن، خوب... رسم این دیار این‌گونه بوده از دیرباز.

این شد تصمیم گرفتم به تهران بازگردم با تمام مخالفت‌ها و حرف و حدیث‌هایی که پشت‌سرم می‌شد.

- برای پیدا کردن کار در شهرستان تلاش کردی؟

(با نگاهی عاقل اندر سفیه پوزخندی تلخ زد و گفت)

دوست من احساس نمی‌کنی سؤالت آنقدر... به هر راهی که به آن فکر کنی رفتم؛ اما کاسه‌ی صبرم از بی‌مهری‌ها آنچنان لبریز بود، ترسیدم آه این غصه‌ها آخر کار دستانم دهد.

فضای خانه برای ماندن نمی‌شد. حرف‌های نیش‌دار پدرم تا استخوانم را می‌سوزاند. فرزند بزرگ خانه‌ام، دختر کوچک خانه هم ازدواج کرده، نگاه‌های ترحم‌آمیز مردم برای چیزی که ترحم ندارد، سوهان روحی می‌شود که کمی بیشتر می‌فهمد.

داستان من داستان ماهی است که برای اسارت در برکه نمی‌گیرد، برای زیستن با ماهیانی می‌گرید که اسیر بودن را درک نمی‌کنند آن هم در اسارت.

بگذار تصویر کوچکی از تقلاهایم را برایت بکشم؛ شاید تصویر اسارت زنانی را که خود، خویشتر را اسیر کرده‌اند، برای خود تجسم کنی.

شهر من دارای اتحادیه‌ی صنفی قالی‌بافان بود که به دلایلی چند سالی‌است غیر فعال است، خواستم برای استقلال مالی کسانی که دستشان جلوی مرد و نامرد دراز می‌شود آن را دوباره احیا کنم؛ اما تنهایی آنجا نمی‌شود کاری را پیش برد، به دنبال تشکیل تعاونی تولیدات صنایع دستی بودم که سرمایه‌اش را نتوانستم جمع کنم، زجرآور این است که بدانی کافی و توانا



می‌توانم سرزنش‌شان کنم چون کمر باور های‌شان بدجور شکسته.

- مهم‌ترین چیزی که شما را مجبور به ترک خانه کرد چه بود؟

شاید اصلی‌ترین دلیلش تنهایی عمیق از لحاظ فکری بود. ایده‌هایم برای همه ناآشنا بود یا باید ساکت می‌نشستم یا می‌جنگیدم یا می‌رفتم که من سومی را انتخاب کردم.

آنجا دختر در قفس خریدار دارد و من دنبال فروش گوهر وجود نبودم.

- در مورد ازدواج فکر می‌کنید؟

در جامعه‌ای که ما در آن زندگی می‌کنیم ازدواج تکاملی اجباریست که گذر از آن را به بیرون آمدن کرم از پيله مانند می‌کنند که بسیار اشتباه است.

آری به ازدواج اندیشیده‌ام؛ اما نه به هر کس یا به هر قیمت، شاید یا من مردی را که پر پروازی برایم باشد نیافتم یا اینکه او مرا ندیده و گذر کرده.

دوست ندارم ازدواج پناهی برای تمام چیزهایی باشد که از آن فرار می‌کنم یا برای فرار، ازدواج کنم.

- برای دخترها و پسرهای هم‌سن و سال خودت چه پیامی دارید بفرمایید:

اولین پیامی که برای دخترها دارم این است که به خودتان اعتماد کنید شما توانا تر از آن هستید که فکرش را می‌کنید. دختر بودن را برای هیچ امری محدودیت ندانید برای خواسته‌هایتان آنقدر تلاش کنید که وقتی به آن نرسیدید ناراحت کم‌کاری نباشید، به تنهایی هدف‌هایی تعیین کنید، برای رسیدن به آن‌ها باید خلاف جهت رودخانه شنا کنید. نترسید از اعتراض دیگران، که اعتراض آن‌ها یعنی شما در حال رشد هستید. هرگز در انتظار آینده نشینید بلکه در حد فکر هم باشد در تکاپو بمانید، هر قلعه‌ای بالا رفتنی دارد، برای آیندگان هم که شده رنج‌ها را ما باید تحمل کنیم تا آنان دیگر این دردها را نداشته باشند.

به پسرها می‌گویم اعتماد کنید به دنیای دخترها، یک دختر برای عشق جاننش را کف دستانش می‌گذارد چه برسد به مسایل مالی، باور ندارید؟! پس چرا زن، فرزندش را با آن همه مشقت دنیا می‌آورد چون عاشق کودکش است. زن را برای همسری و مادری ساخته‌اند نه دوستی و... پس دنیای قشنگ‌شان را ویران نکنید تا آینده‌ی دنیا ویران نشود. دنبال انسان مفید باشید نه عروسکی ویترونی.

- زندگی اینجا در تهران و خانه پدری را کوتاه برای‌مان مقایسه می‌کنید؟

خانه برای من فشار روانی داشت در هنگام وجود پدرم؛ اما دور از انصاف است از مادر

خوبم نگویم، مهرش دنیا را سیر و آرامش آسمان را به گریه وامی‌داشت همیشه در کنارم بود و هست و تمام جسارت زیستن را او به من آموخت.

هر کجا می‌رفتم نگرانم می‌شد هر کاری را شروع می‌کردم تشویقم می‌کرد، دور از چشم پدر بهم پول می‌داد و...

خب معلوم است اینجا تنهاترم اگر دیر برگردم به خوابگاه، کسی نگرانم نمی‌شود کسی منتظر آمدنم نیست، کسی غذایی برایم نمی‌پزد و وقتی مریض می‌شوم کسی را ندارم به فکر درمانم باشد به قول قدیمی‌ها آبی دستم بدهد؛ اما شکر خدایی را به جا می‌آورم که خالق تمام داشته‌ها و نداشته‌هایم است.

- وقتی به دنیا نگاه می‌کنی دوست داشتی جای چه کسی بودی یا بهتر بگم مثل چه کسی بودی؟

(ابروهایش را بالا می‌اندازد و بدون تأمل و همراه یک لبخند جواب می‌دهد)

دوست دارم صبر مادرم را داشته‌م. ام المؤمنین عایشه برایم زیباترین حس زن بودن را تداعی می‌کند و شاید در دنیای امروزی شخصیت مادر ترزا را الگویی برای شبیه بودن قبول دارم.

- می‌توانم بپرسم وقتی با خدا صحبت می‌کنی چه چیزی از او می‌خواهی؟

(با نگاهی تعجب آمیز نگاهم کرد و ادامه داد)

کمی خصوصی نیست؟(بعد از کمی سکوت ادامه می‌دهد): با خدایم با زبان خودمانی زیاد صحبت نمی‌کنم؛ اما با نماز و قرآن چرا، صحبت می‌کنم؛ و همیشه خواسته‌ام این بوده که مرا یاری دهد که در این دنیای ناپاک پاک بمانم. از بدی‌ها مرا باز دارد.

- چه چیز خودت را دوست داری؟

دلسوزی‌ام را برای طبیعت و حیوانات و انسان‌ها دوست دارم.

- بسیار سپاسگزارم از وقتی که در اختیارمان قرار دادید امیدوارم در آینده به عنوان زن موفق سنی در سطح جهانی باز هم بباییم و با شما مصاحبه کنیم. فقط گفته باشم ما را در نوبت نکارید لطفاً.

دوست دارم دیگر برای کسی دم پر از غصه نشود، دوست دارم امثال این دختران به آنچه که مستحقش هستند برسند؛ و مطمئنم که روزی خواهند رسید به جایی که به دنبالش هستند.



پوران درخشنده:

## زیر لایه‌ی آرام خانوادها، اتفاق مهیبی ممکن است رخ داده باشد.

پوران درخشنده، کارگردان سینمای ایران در آخرین فیلم خود «هیس! دخترها فریاد نمی‌زنند» داستان دختری را روایت می‌کند که در دوران کودکی مورد تجاوز مردی که بیمار روانی است فرار می‌گیرد اما هرگز این اتفاق را برای پدر و مادرش بیان نمی‌کند و این خاطره دردناک تا سال‌ها با وی همراه است تا زمانی که قصد ازدواج دارد. روزی که می‌خواهد ازدواج کند با کودکی مواجه می‌شود که مرد دیگری قصد تعرض به وی را دارد. دختر در مقام دفاع از کودک برمی‌آید و در این راه مرد متجاوز را به قتل می‌رساند.

خربرگزاری ایلنا، با پوران درخشنده درباره‌ی دلایل ساخت این فیلم و نگاهش به جامعه گفتگو کرده‌است:

\* شخصیت‌های فیلم‌های شما بسیار واقعی هستند و به نظر می‌رسد ایده این فیلم نیز از یک ماجرای واقعی اقتباس شده است؟

روزی در جشنواره‌ای؛ دختر خانمی به سراغم آمد و در مورد مشکلی که دوستش دارد و به همین دلیل نمی‌توانست به زندگی ادامه دهد و بنا داشت خودکشی کند، با من صحبت کرد. از او شماره گرفتم و خواستم که با من در تماس باشد. فردای آن روز با من تماس گرفت و گفت آن دختر خود من هستم و داستان از یک اتفاق و یک تجاوز شروع شده است. هیچ‌کسی هم درد این آدم را نفهمیده است. این دردی بود که به من هم منتقل شد. آن را با خودم حمل

است و در همه جای دنیا اتفاق می‌افتد اما در جامعه ما به دلیل اینکه جامعه‌ای اخلاقی است ترس از آبرو مسأله‌ای است که همه را به سکوت وادار می‌کند، مخصوصاً در مورد خانواده‌هایی که زن مورد این تجاوز باشد. به دلیل اینکه اگر چنین چیزی را مطرح کنند بیشتر انگشت اتهام به طرف آن دختر است تا کسی که مرتکب این گناه شده است.

\* چه مشکلی در ساختار اجتماعی قرار دارد که به طور مثال در فیلم شما وقتی دختر مورد تجاوز قرار می‌گیرد بیشتر بجای اینکه نگهبان مورد مواخذه قرار گیرد، دختر مورد اتهام قرار می‌گیرد؟

ساختار جامعه ما به این شکل است که اگر دختری بگوید آدمی به من دست درازی کرد به او می‌گویند تو چه کار کردی که به تو دست درازی شده‌است حتماً خودت بد رفتار کرده‌ای. هیچ گروهی به‌دنبال این نیست که ببینند؛ چرا طرف مقابل این گناه را مرتکب شده است. به همین دلیل مردان متجاوز زیر پوشش بحث ترس از آبرو پنهان شده‌اند و می‌دانند بی‌اینکه مدرکی به دست کسی بدهند، می‌توانند گناه خود را آزادانه مرتکب شوند. از طرف دیگر والدین نیز سکوت می‌کنند و همین سکوت باعث می‌شود متجاوزین بیشتری شکل بگیرند و اینکار را ادامه دهند.

\* پنهان کردن مسأله آیا بدلیل این نیست که ما توان مبارزه و گرفتن حق خود را نداریم؟

در جامعه ما جا افتاده است که اگر کسی دخترش مورد سوءظن قرار گیرد و حرفی پشت سر آن زده شود دیگر آن دختر نمی‌تواند زندگی کند، نمی‌تواند ازدواج کند و اگر همسر داشته باشد، طلاقش می‌دهند؛ زیرا جامعه ما اخلاق‌گرایی دارد که مختص خودش است. به همین دلیل خانواده‌ای که این بلا سرش آمده است، سعی می‌کند با سکوت از کنار آن بگذرد حتی بعضی خانواده‌ها حاضرند بلایی بر سر دختر خود بیاورند تا آنکه با کسی که اینکار را کرده مبارزه کنند.

\* اما این رفتار اخلاق‌گرایی نیست انگار بیشتر شبیه تعصب‌گرایی صرف است؟

شاید تعصب فردی باشد اما بیشتر قبول کردن باورهای غلط اجتماعی است. سنت‌های ما غلط نیستند بلکه آنچه که اشتباه است باورهای عرفی غلط است و باید این باورهای غلط را در جامعه از بین ببریم و اصلاح کنیم. جامعه باید در کوران چنین مسایلی قرار گیرد و بداند اشکال کار کجاست؛ زیرا اگر اشکال پیدا نشود هر چقدر که نیروی انتظامی و قوه قضاییه کار خود را درست انجام دهند باز هم خانواده و جامعه دارد قربانی می‌دهد.

\* هر چند فیلم شما درباره مشکلات دختری است که مورد تجاوز قرار گرفته اما در فیلم

مردان بیشتر حضور دارند و فعال‌تر هستند آیا معتقدید برای حل مشکل زنان باید ابتدا مردان اصلاح شوند؟

معتقدم درست شدن یک جامعه از درون خانواده شکل می‌گیرد. زن و مرد در کنار هم معنا پیدا می‌کنند. اینکه خواهیم یکی را برتر از دیگری بدانیم هیچ جایگاهی ندارد؛ زیرا جایگاه زمانی معنا پیدا می‌کند که اندیشه برتر نزد کسی باشد.

زمانی که تعریف درستی از تربیت فرزند داشته باشیم؛ فرقی نمی‌کند که دختر یا پسر ما باشد. این دو در کنار هم باید درست رشد کنند. به عنوان مثال به پسرها می‌گویند نباید گریه کنند. چرا گریه نکنند؟ همه آدم‌ها دارای احساس و عواطفی هستند که به موقع باید رخ می‌دهد باید گریه کنیم. جایگاه خانواده در تربیت فرزندان و جامعه بسیار مهم است. مردها را هم مادران و زن‌های جامعه تربیت می‌کنند اصل مهم در تربیت آموزش شیوه‌ی نگاه کردن به زندگی و اطراف است؛ زیرا همه‌ی ناهنجاری‌های اجتماعی از نگاه کردن است که در دوران کودکی شکل می‌گیرد.

\* از فیلم‌سازی هستید که به مشکلات کودکان پرداختید و بیشتر به مشکلاتی فیزیکی آن‌ها و الا توجه زیادی به مسایل روحی دارید؟

مشکلات اصلی همیشه از درون آدم شکل می‌گیرد. بحث اصلی من در تمام فیلم‌هایم اعتماد به نفس است اینکه اعتماد به نفس از کجا باید به فرد داده شود یا از خانه است یا از مدرسه یا از هردوی آن‌ها. همه ما نسبت به آینده فرزندانمان مسؤول هستیم؛ زیرا بچه‌های ما آینده کشور را می‌سازند و این آینده نیازمند دیده شدن است. این‌ها مانند نهالی هستند و برای اینکه به کمال برسند نیازمند این هستند که روز به روز به آن‌ها نگاه کنیم اگر این‌ها کج شدند باید دید از کی این‌ها کج شدند تا آن‌ها را اصلاح کنیم. این عمق فاجعه است باید سعی کنیم به عمق برسیم. تا از حالا که یک دمل کوچک است سعی کنیم آن را حل کنیم.

\* بخشی از این مشکلات آیا به دلیل شکاف بین نسلی نیست؟

بله من معتقدم این شکاف وجود دارد اما باید این فاصله‌ها را کم کرد. کسی که در دهه پنجاه به دنیا آمده با آن کسی که در دهه هشتاد به دنیا آمده فاصله‌شان سی سال است اما این سی سال را می‌توان با بازگشت آدم دهه پنجاهی به هشتاد جبران کرد. باید به این موضوع سرعت داد و ما خودمان را به دهه هشتاد و نود برسانیم تا عقب نمانیم. من معتقدم سینمایی‌ها باید جلوتر حرکت کنند و برای اینکه این فاصله‌ها را طی کنند باید به روند رو به رشد آگاهی پیدا کنند. نمی‌توانند بی‌تفاوت باشند. این کم







## از کودکی‌ات فاصله نگیر



نادر ابراهیمی

عزیز من!

از این‌که می‌بینی با این همه مسأله برای سخت و جان‌گزا اندیشیدن، هنوز و باز، همچون کودکان سیر، غشغشه می‌زنم؛ بالا می‌پریم، ماشین‌های کوکی را کف اتاق می‌سُرانم، با بادکنک بادلویی که در گوشه‌ای افتاده بازی می‌کنم و به‌دنبال حرکت‌های ساده‌لوحانه و ولگردانه‌اش، ولگردانه و ساده‌لوحانه می‌روم تا باز آن را از خویش برانم و ناگهان به سرم می‌زند که بالا رفتن از دیوار صاف صاف را تجربه کنم، اگر چه هزاران بار تجربه کرده‌ام و با سرک کشیدن‌های پیوسته و عبارانه به آشپزخانه، دلگی‌های دائمی‌ام را نشان می‌دهم و نمک را هم قدری نمک می‌زنم تا قدری شورتر شود و خوشمزه‌تر، مرا سرزنش مکن و مگو که‌ای پنجاه ساله مرد! پس وقار پنجاه سالگی‌ات کو؟

نه...

همیشه گفته‌ام و باز می‌گویم، عزیز من، کودکی‌ها را به هیچ دلیل و بهانه، رها مکن که ورشکست ابدی خواهی شد...

آه که در کودکی، چه بی‌خیالی بیمه‌کننده‌ای هست و چه ترسیدنی از فردا...

بانوی من!

مگر چه عیب دارد که انسان، حتی در هشتاد سالگی هم الک دولک بازی کند و گرگم به هوا و قایم‌باشک و آگردوکر و تاق یا جفت و «نان بیار کباب ببر» و «اتل متل»... جداً مگر چه عیب دارد؟ مگر چه خطا هست در این که برای چیدن یک دانه تمشک رسیده که در لابلای شاخه‌های به هم تنیده جا خوش کرده است، آن همه تیغ را تحمل کنیم؟

مگر کجای قانون به هم می‌خورد، اگر من و تو و جمع بزرگی از یاران و همسایگانمان، در یک روز زرد پائیزی، صدها بادبادک رنگین را به آسمان بفرستیم و کودکانه به رقص‌های خالی از گناه آن‌ها نگاه کنیم؟

بادبادک‌ها، هرگز ندیده‌ام که ذره‌ای از شخصیت آدم‌ها را به مخاطره

ببندازند. باور کن!

اما شاید، طرفداران وقار خیال می‌کنند که بادبادک بازی ما، صلح جهانی را به مخاطره خواهد انداخت و تعادل اقتصاد جهانی را و عدل و انصاف و مساوات جهانی را... بله؟

بانوی من! این را همه می‌دانن: آنچه بد است و به راستی بد است، چرک منجمد روح است و واسپاری عمل به عقده‌ها، نه هوا کردن بادبادک‌ها...

ای کاش صاحبان انبارهای چرک منجمد و دارندگان عقده‌های حقارت روح نیز مثل همگان بودند. آن وقت، فکرش را بکن که چه بادبادک بازی عظیمی می‌توانستیم در سراسر جهان به راه بیندازیم و چقدر می‌خندیدیم...

بشنو، بانوی من!

برای آن‌که لحظه‌هایی سرشار از خلوص و احساس و عاطفه داشته باشی، باید که چیزهایی را از کودکی با خودت آورده باشی و گهگاه، کاملاً سبک‌سرانه و بازیگوشانه رفتار کرده باشی.

انسانی که یادهای تلخ و شیرینی را از کودکی، در قلب و روح خود نگه ندارد و نداند که در برخی لحظه‌ها واقعاً باید کودکانه به زندگی نگاه کند، شقی و بی‌ترحم خواهد شد...

حبیب من!

هرگز از کودکی خویش آن‌قدر فاصله بگیر که صدای فریادهای شادمانه‌اش را نشنوی، یا صدای گریه‌های مملو از گرسنگی و تشنگی‌اش را...

اینک دست‌های مهربانت را به من بسپار تا به یاد آن‌ها بیاورم که چگونه باید زُلف عروسک‌ها را نوازش کرد...

منبع: کتاب: چهل‌نامه‌ی کوتاه به هم‌سرم، نامه‌ی بیست و نهم

## بزرگ‌ترین اندوه آن زن

می‌عباسی

ترجمه: مریم پورعینی ناوی

در حرم بودم که یکی به شانه‌ام زد: حاجیه خانم! به زبان عجمی...

به طرفش برگشتم دیدم که زنی میانسال است که به گمانم اهل ترکیه بود، سلام کرد.

می‌خواست که چیزی بگوید، سعی می‌کرد که کلماتش را جمع و جور کند.

به مصحفی که در دستش بود اشاره کرد سپس به عربی دست‌وپا شکسته اما قابل فهم گفت: تو قرآن می‌خوانی؟

گفتم: بله.

زن صورتش قرمز شد و چشمانش پر از اشک گردید، به او نزدیک شدم، وضعیت او مرا دگرگون کرد و شروع به گریه کردم، به خدا قسم او به گونه‌ای گریه می‌کرد که گویی به مصیبتی گرفتار شده است.

به او گفتم: چرا گریه می‌کنی؟

گفت: نمی‌توانم... دوباره زد زیر گریه.

خواستم آرامش کنم بنابراین گفتم: تو الان در خانه‌ی الله هستی از او بخواه که به تو بیاموزد از او بخواه که به تو در قرائت قرآن کمک کند.

اشک‌هایش را پاک کرد و صحنه‌ای که تا زنده‌ام، فراموشش نمی‌کنم، دستانش را به آسمان بلند کرد و شروع به دعا کرد: «پروردگارا ذهنم را باز کن. پروردگارا ذهنم را بگشای تا قرآن را قرائت کنم و به زبان مادری ادامه دعا را تکمیل کرد».

به من گفت: من می‌میرم در حالی که قرآن نخوانده‌ام.

به او گفتم: نه... ان شاء الله به طور کامل آن را خواهی خواند و پیش از آنکه پس از سال‌ها زندگی بمیری آن را بارها و بارها ختم خواهی کرد.

از او پرسیدم: آیا سوره‌ی فاتحه را بلدی؟

گفت: بله الحمد لله رب العالمین -الفاتحه- و چند سوره‌ی کوچک را برشمرد.

من از اینکه تا حد زیادی عربی را خوب حرف می‌زد، تعجب کردم و او سِرّ آن را به من گفت که آن را از برخی از دختران عرب که در نزدیکی



محل سکونتش زندگی می‌کنند، آموخته است. فهمیدم که او تمام تلاش خود را به کار می‌برد تا قرآن را قرائت کند، اما این امر برای او بسیار دشوار است.

به من گفت من می‌میرم در حالی که قرآن نمی‌خوانم... من جهنمی هستم.

ادامه داد، من همیشه نوار گوش می‌کنم اما لازم است که قرآن را قرائت کنم. این کلام الله است، کلام الله عظیم.

اشک‌هایم سرازیر شد. زنی غیر عرب، در سرزمین لائیک، می‌ترسد که الله تعالی را ملاقات کند و نتواند قرآن بخواند و آرزوی او در زندگی آن است که قرآن را ختم کند. زمین به این وسعت بر او تنگ آمده و غم شدید بر وجودش مستولی شده است؛ زیرا نمی‌تواند کتاب الله را تلاوت کند.

ما چکار کردیم،

چرا ما که آن را ترک کردیم؟

چرا وقتی برایمان آورده شد، فراموشش کردیم؟

اشک‌های گرم او از هر پند و اندرز رساتر و دعای صادقانه او مانند تازیانه‌ای است بر پیکر تمام کسانی که این نعمت به آن‌ها ارزانی داشته شد اما به آن پشت کردند و از آن رویگردانیدند.

پاک و منزّه است دگرگون‌کننده‌ی دل‌ها.

تمام هم و غم او آن است که قرآن را ختم کند، اما ما هیچ همتی از خود نشان نمی‌دهیم و به چیزهایی که دل‌هایمان را آتش می‌زند، توجهی نداریم؟

کیست که اشک‌هایمان را جاری سازد و اندوهیگمان سازد؟

بار پروردگارا راه سعادت و رشد را نشانمان ده!

پاک و منزّه است آن خدایی که این زن مسلمان را به نزد من فرستاد تا به یادم آورد تا از او پند بگیرم. بارالها ذهنش را بگشای و تلاوت کتابت را برایش آسان گردان. خداوندا همان طوری که او کلامت را دوست دارد او را دوست بدار و درجاتش را فرونی بخش.





## اندکی صبر، سحر نزدیک است

صدیقه احراری

«الحمد لله الذی هدانا لهذا و ما کُنَّا لِنَهْتَدِی لو لا أن هدانا الله و ما توفیقی و لا اعتصامی الا بالله علیه توکلت و الیه أنیب»

عاشقانه پیشکش راهت کرده‌اند، ندارند. خدایا، دردمندانۀ «أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَّرَّ» سر می‌دهند و خاضعانه «فَها نحن دَعَوناک فَاسْتَجِبْ لنا» بر زبان دارند.

خدایا، اگر امید و یقین به چیزی که خود وعده‌ی آن را داده‌ای نبود، جا داشت به‌خاطر عمق این فاجعه‌ی جان‌گسل، قلوب جبهه‌ی حق به یکباره از هم بدرد. یا الله، چه قدر زمان سنگینی می‌کند و چه قدر نفس‌گیر است. یا الله، صبر تو زیاد است و مهلت می‌دهی، اما مؤمنان صبر از دست داده و به امید نصرت و یاری تو مصرّانه در راه تو استقامت می‌ورزند و به زبان حال «متی نصرّالله» سر می‌دهند.

آیه‌ی ۲۱۴ سوره‌ی مبارکه‌ی بقره در خاطرم مرور می‌شود و فرموده‌ات که مصائب و ابتلائات و سختی‌ها طوری رو می‌کند و شدت می‌گیرد که اهل ایمان مأیوس می‌شوند و حتی انبیاء، انبیای تو سبحان الله! دچار تزلزل می‌گردند. آن وقت در این چنین فضایی که سپاه ناامیدی، عجز و حیرت بر اهل ایمان شیخون می‌زند، طلوع نصرت از جایی و به‌گونه‌ای که گمانش هم نمی‌رود، سپاه ظلمانی یأس و ناامیدی را درهم می‌شکند؛ آری! نصرت همان حقیقت مقدسی که هرگاه سختی‌ها به اوج خود برسد و تمام درها به روی اهل‌ایمان بسته شود، رو می‌نماید و حقیقتاً چه زیباست! چه قدر وصف‌ناشدنی است این بشارت در کلامی که «بشرا» وصف آن است!

بخش پایانی سوره‌ی مبارکه‌ی صف را به یاد می‌آورم و کلاس تفسیر استاد گران‌قدم جناب آقای اربابی-حفظه الله- که خداوند وعده داده، پیروزی نهایی از آن اهل‌ایمان است، اما در

خویش موسی‌وار قیام نموده و فرعون زمانشان را به زیر کشیده‌اند و در این راه چهره‌ای بسیار زیبا و متمدنانه از مبارزه علیه باطل را به نمایش گذاشته‌اند. اما مسأله این‌جاست که زمانه‌ی ما بر خلاف روزگار موسی علیه السلام فرعون‌های متعددی در دامان ننگین خود پرورانده است، لذا به بند کشیده شدن و سقوط یک فرعون، فراغه‌ی فراوان دیگری را پیش روی سپاه حق قرارداد که همگی آنان از ترس به خطر افتادن مطامع پستشان تمام توانشان را به‌کار بستند تا جلوی پیش‌روی جبهه‌ی حق را بگیرند و به زعم خود چراغ اسلام را خاموش نمایند؛ همانانی که خداوند در تقبیحشان می‌گوید: «يُرِيدُونَ لِيُطْفِئُوا نُورَ اللَّهِ بِأَفْوَهِهِمْ» غافل از این‌که «وَاللَّهُ مُتِمُّ نُورِهِ و لَوْ كَرِهَ الْكَافِرُونَ».

اینک این لشکر تا دندان مسلح طاغوت است که با تمام نیرو و توان خویش در مقابل جبهه‌ی حق و مجاهدان راه الله عرض اندام نموده و روزبه‌روز بر وسعت بی‌رحمی و کشتار و توحش خود می‌افزاید و در طرف دیگر ماجرا، مجاهدان به ظاهر بی‌دفاع و بی‌پناه جبهه‌ی حق قرار دارند که سلاحی جز ایمان، استقامت و یقین به وعده‌ی الهی و نصرت او ندارند. حال از شما خواننده‌ی گرامی می‌پرسم، آیا امکان دارد خداوند صادق الوعد با وجود وعده‌های فراوان خویش در کلام هدایت‌بخش قرآن، این گروه را که کیمیای زمانه‌اند، بی‌دفاع و بی‌پناه بگذارد؟!

اگر در این مورد برای لحظه‌ای هم دچار شک و تردید شده‌ایم، بر ما واجب است به درگاه الهی استغفار کرده و به‌خاطر گناه عظیم سوء‌ظن به پروردگار جهانیان و عدم اعتماد به ذات عظیم او از درگاهش آمرزش بخواهیم و دل، قوی داریم و یقین کنیم که «سحر نزدیک است» و روزی که تعجیل در آن را به‌شدت آرزوداریم، از راه خواهد رسید و پرده از حکمت تمام این ابتلائات و آزمایش‌های جان‌فرسای الهی برخواهد داشت و به‌سان صلح حدیبیه دستاوردهایی بسیار مبارک و غیر قابل پیش‌بینی را به ارمغان خواهد آورد نمود و تاریخ را برایمان به تکرار خواهد نشاند. پس تا آن زمان سر نیاز بر آستان بی‌نیاز او ساییده و ملتسمانه نصرتش را نجوا می‌کنیم:

اللَّهُمَّ انصُرْ إِخْوَانَنَا الْمُجَاهِدِينَ فِي سَبِيلِكَ فِي كُلِّ مَكَانٍ

اللَّهُمَّ ادْفَعْ الظَّالِمِينَ بِالظَّالِمِينَ و أَخْرِجْنَا مِنْ بَيْنِ أَيْدِيهِمْ سَالِمِينَ

«حَسْبُنَا اللهُ و نِعَمَ الْوَكِيلَ نعم المولى و نعم النصير» خدا ما را بس است و چه نیکو کارساز و یاری‌گری است.

## حریم حرمت باغ

صدیق قطبی

شاید برای تو هم پیش آمده باشد. حتما پیش آمده است. در غروب‌ی خنک و ملایم در مجاورت باغی نشسته‌ای. باد، صورتت را با انگشتان مهربانش لمس می‌کند. حرمت خاک و باغ و درخت و گیاه را حس می‌کنی. انگار همه‌ی ساکنان باغ در سکوتی عمیق به تو خیره شده‌اند. احساس شرم می‌کنی. یا کمی ترس. از هیبت و حشمت باغ. بیداری در باغ قدم می‌زنی. باد هر از گاهی شانه‌ای به گیسوی درختان می‌زند و مثل آبشاری که به نرمی از سینه‌ی کوهساری لیز می‌خورد و فرو می‌ریزد، در شاخه‌ها و برگ‌های درخت می‌سُرَد. کثرت‌های ظاهری، لحظه‌ای هم که شده در نظرت دود می‌شوند و با وحدت بی‌نشان روبرو می‌شوی.

ذهنت آرام است. از آن‌همه تاخت و تازهای ملال‌آور و رمق‌گیر که روحت را لگدمال می‌کردند خبری نیست. برای لحظاتی بار هستی را احساس نمی‌کنی. برای ساعتی هم که شده از یوغ گذشته و اسارت آینده رهیده‌ای. در حالی، حال محض. اکنون و اینجا. دلت برای کسی تنگ نیست. حالت آن شعری را داری که: نیست‌ام به کس دل، نیسته کس به من دل، چو تخته پاره بر موج، رها رها رها من...

با خودت می‌گویی کاش همه‌ی لحظات زندگی اینگونه بود. کاش می‌شد از شرارت آن‌همه سنگینی بر روح و ذهن می‌رهیدم. کاش می‌شد با باغ، با درخت، با برگ، با نسیم، یگانه می‌شدم. کاش با هستی دونده در رگ و پی ساکنان باغ یکی می‌شدم. دلت به حال درخت حسودی می‌کند. به آرامش بودایی درخت گیلاس. به شُکوه بی‌شکوه‌ی درخت آلوچه. به خرسندی و صبوری و آرامش عمیق اجزای باغ. به خوابی بیدار و آرام که در سرتاسر باغ پرسه می‌زند.

تحمل این‌همه سبکی و آگاهی و بیداری را ندارم. تصور می‌کنم باغ، لبخندی مهربان به من می‌زند. لبخندی حاوی سرنشسی طعنه‌آمیز. شعر سعدی را زمزمه می‌کنم:

تا کی آخر جو بنفشه سر غفلت در پیش

حیف باشد که تو در خوابی و نرگس بیدار

گل‌های ناز انبوهی که بخش زیادی از باغ را به خود اختصاص داده‌اند، در پیله‌ی خود فرود رفته‌اند. برگ‌های دوست داشتنی و خمار خود را به دور خود پیچیده‌اند. خوابیده‌اند. انگار نه انگار که این عشوه‌گران افسون‌گر همین صبحی چه ناز و ادا و اطواری از خود نشان



می‌دادند و هم‌اکنون چون کودکی معصوم به خواب رفته‌اند. دلم برایشان می‌سوزد. به زودپایی و زوال‌پذیری و شکننده‌بودنشان. غم عمیقی را بغل کرده‌اند. گل‌های ناز من... کلمات آبتن می‌شوند. در جذبه‌ی سرخوشانه‌ای فرو رفته‌ام. چیزکی شعر مانند می‌نویسم:

رقص بی‌تاب یک درخت جوان

محفلی سبز در حضور نسیم

برگ‌ها دست خویش داده به هم

می‌خرامند روی سینه‌ی باد

جذبه‌ای خلسه‌وار و جادویی

شوکت پرشکوه آزادی

حجم بی‌وزنی و سبکباری

رقص موزون برگها در باد

مثل رؤیایی از تبار بهار

می‌کشاند تو را به بی‌سوها

سمت پرچین سبز خاطره‌ها

سوی سرخ آبی حضوری گرم

جانب نبض زنده‌ی حسی

که زمانی است رفته از یادت

دست مریزاد ای نسیم

با پا در میانی‌ات

درخت را به رقص آورده‌ای

با انگشتان نرمت

گیسوانش را گشوده‌ای

گنجشکها هم که حسابی مست کرده‌اند!

آن‌همه سبکی را تاب آوردن هم کار ساده‌ای نیست. بوسه‌ای به برگ شنگ رقصانی می‌زنم و نگاهی غبغه‌آمیز به باغ می‌کنم و با درخت آلوچه که همدم لحظه‌های شبانه‌ام بوده است خدا حافظی می‌کنم.

به خانه می‌آیم.



## خدایا...



حسنا خورشیدی

خدایا چه خوب است دارم تو را  
چه بهتر که خوانم تو را ربنا

خدایا چه حظی برم با تو من  
چه خوب است هستم من از تو رضا!

شود با امیدم بگویم چنین:  
که مرضیه هستم به پیشت خدا؟

شود پر کنم دل ز امید تو...؟  
که «لاتقنطوا» گشته باور مرا؟

خدایا نه خوفم ز آتش بود  
که از هیبتت گشته‌ام مبتلا

خدا این چه دینی ست؛ شکر ت هزار  
چنین پاک و زیبا، چنین خوش نوا  
خدایا به جان می‌خرم بندگیت  
ز خوشبختی است این که دارم تو را!

بسا شاعران و بسا عارفان  
که بردند نامت به صدها صدا...

ز توصیف تو من چنان عاجزم  
که دل کرده‌ام خوش به این شعرها...

کمالت ننگد در این فهم کم  
به عقل دنی چون بخوانم تو را  
زبانم قصیر است و رویا دراز  
زفضلت بود جایکی مر مرا؟

به ناقص نمازم اگر بنگری  
به دیگر عبادات و ذکر و دعا،

ندارم به این شک که بازنده‌ام  
اگر لطف و فضل نباشد مرا

خدایا! به قربان نامت شوم  
ببخشم به اشکی که آید تو را

## قیمت يك معجزه چنده؟

گردآورنده: کمال آذری

ریحانه فقط ۸ سال داشت که شنید پدر و مادرش درباره برادر کوچک‌ترش احسان صحبت می‌کنند، احسان خیلی مریض بود و آن‌ها هر کاری که از دست‌شان بر می‌آمد برای نجات او انجام داده بودند. حالا فقط یک عمل جراحی پرهزینه می‌توانست کمکش کند که آن هم در توان مالی‌شان نبود. ریحانه شنید که پدرش با ناراحتی زمزمه می‌کرد: «حالا فقط یک معجزه می‌تونه نجاتش بده».

ریحانه رفت و فلکش رو از کمد درآورد و تمام پول خرده‌های قلک رو به زمین ریخت و سه‌بار دقیق آن‌ها را شمرد. جمع آن‌ها می‌بایست دقیق باشد و هیچ اشتباهی صورت نگیرد. ریحانه پول‌هایش را در شال گردنش قرارداد و یواشکی از خانه خارج شد و به سمت داروخانه سر کوچه حرکت کرد. در داروخانه منتظر شد تا دکتر داروساز متوجه او شود؛ اما آقای دکتر آن‌قدر سرگرم گفت‌وگو بود که اصلاً توجهی به او نکرد. ریحانه پاهایش را محکم به زمین کوبید و بعد از آن گلویش را صاف کرد ولی هیچکدام از آن‌ها فایده‌ای نداشت سرانجام سکه‌ای را برداشت و آن را محکم روی پیش‌خوان شیشه کوبید، این عمل ریحانه کارساز بود.

داروساز پرسید چه می‌خواهی؟ ریحانه جواب داد: خوب من می‌خواهم درباره‌ی برادرم با شما صحبت کنم. اون مریضه و من می‌خواهم برایش یک معجزه بخرم. پدرم می‌گه فقط یک معجزه می‌تونه اونو نجات بده... حالا قیمت معجزه چنده؟ داروساز گفت: ما اینجا معجزه نمی‌فروشیم دختر کوچولو. من نمی‌توانم بهت کمکی بکنم. مرد شیک‌پوشی که در آنجا حضور داشت، خم شد و از ریحانه پرسید: برادرت

چه جور معجزه‌ای احتیاج دارد؟ ریحانه گفت: نمی‌دونم و قطره اشکی روی گونه‌اش لغزید، فقط می‌دونم او خیلی مریضه و مامانم گفته باید عمل بشه؛ اما اونها پول ندارن ولی من پول دارم. مرد پرسید: تو چقدر پول داری؟ ریحانه مغرورانه جواب داد: ۱۱۵۰ تومان و این تمام پولی است که من در دنیا دارم. مرد لبخند زنان گفت: چه جالب ۱۱۵۰ تومان، دقیقاً قیمت معجزه‌ای است که جان برادرت رو نجات میده. او با یک دست پول رو و با دست دیگر ریحانه رو گرفت و گفت: منو ببر خونه تون، می‌خوام برادر و خانواده‌ات رو ببینم. آن مرد کسی نبود جز یک پزشک متخصص و جراح که تخصصش در درمان بیماری برادر ریحانه بود. عمل جراحی بدون هیچ هزینه‌ای انجام گرفت و طولی نکشید که حال احسان بهتر شد و به خانه برگشت. مادر و پدر با خوشحالی درباره حوادثی که اتفاق افتاده بود و به این‌جا ختم گشته بود با هم صحبت می‌کردند. مادر به آرامی می‌گفت، اون عمل جراحی درست مثل یک معجزه بود نمی‌دونم که خرجش ممکن بود چقدر بشه؟ ریحانه خندید، او دقیقاً می‌دانست که یک معجزه چقدر می‌ارزه؟ ۱۱۵۰ تومان به علاوه ایمان یک کودک.

یادداشت: در سخت‌ترین لحظات، در تلخ‌ترین روزها، در غم‌بارترین ایام، در مواقعی که قلب‌مان سرشار از غصه‌ها و تلخی‌هاست، در لحظاتی که احساس می‌کنیم در باتلاق بلاها و مصیبت‌ها فرو رفته ایم، در لحظاتی که تمام سختی‌ها و مشکلات به سراغ‌مان می‌آیند، تنها خداست که به یاری‌مان می‌شتابد، تنها نام و یاد خداست که آرام‌مان می‌کند. در کلام پاک الهی چنین آمده است: «چه کسی است که

به فریاد درمانده می‌رسد و بلا و گرفتاری را برطرف می‌کند، هرگاه او را به کمک بطلبد». (سوره نمل، آیه ۶۲) و در جایی دیگر می‌فرماید: «هان! یاد خدا آرامبخش قلب‌هاست». (سوره رعد، آیه ۲۸)

یادداشت: باایمان، شهامت و اطمینان راه‌های زندگی را درنورد و آگاه باش که همیشه خدایی با توست، هرجا که هستی از تو محافظت می‌کند، راهنمایی و هدایت می‌کند. به راستی وقتی خداوند در این نزدیکی است چرا دچار بیم می‌شوی؟ چگونه احساس تنهایی و ناشایستگی می‌کنی؟ چگونه ممکن است که راه را گم کنی؟

آه! چه دیر دانستم که من هرگز تنها نبوده و نیستم، این باور امروز و فردای من است، کاش دیروز هم می‌دانستم.

یادداشتی بر یادداشت‌ها: هر کدام از ما نیز می‌توانیم با الگوبرداری از این داستان و امثال آن نقش به‌سزایی در خانواده و جامعه خود داشته باشیم و در هر شرایطی به مشکلات، سختی‌ها، ناملایمات و گرفتاری‌ها بگوییم که خدای بزرگی داریم. در سخت‌ترین لحظات، نعمات خداوند را بر خویش بشماریم آن‌گاه خواهیم دید که مشکلات و سختی‌ها هرچند که زیاد هم باشند در مقابل نعمت‌ها همچو پر کاهی در دامن کوه‌اند. همچنین با مدارسه صفات و اجر و پاداش صابران در قرآن و احادیث و مقایسه دنیای فانی با سرای باقی آن موقع است که نه تنها در مقابل مشکلات و سختی‌ها خم به ابرو نمی‌آوریم بلکه مشکلات را به شکلات تبدیل می‌نماییم.

پس با این موارد می‌توانیم زندگی خود را مدیریت کنیم و مهم‌ترین مهارت‌ها را در زندگی خود، خانواده و جامعه بکار بگیریم:

۱. ذکر و یاد الله؛
۲. مطالعه و مدارسه قرآن و احادیث؛
۳. محاسبه میزان بهره‌مندیمان از نعماتی در مقایسه با مشکلات و رنج‌ها؛
۴. تدبر و تفکر در صفات و پاداش صابران؛
۵. مقایسه دنیای فانی با سرای جاوید و نعمات بهشتی؛
۶. مطالعه و بررسی زندگی نامه شخصیت‌های موفق و مشهور؛
۷. خودشناسی؛
۸. یادآوری مشکلات گذشته خود و دیگران (که درس و عبرتی برای حال شده‌اند).

منبع: ۱. کتاب یادداشتی از طرف خدا (مؤلف: امین الرحمن کیانی، ناشر: احسان) ۲. تجربیات شخصی نگارنده



## اسماء محمد بلتاجی امروز و اسماء بنت ابوبکر

امینه راست بالا

شاید نسل‌ها و قرن‌ها گذشته باشد اما بانوی مسلمان امروز همان قهرمان دیروز است.

همان‌گونه که بلتاجی امروز همان بنت ابوبکر دیروز است.

اگر اسماء خطر را به جان خرید و ذات النطاقین شد اسماء‌ی امروز ما شهادت را به جان خرید و قهرمانی برای «الرابعه».

اسماء امروز ما ثابت کرد که هنوز حامی دیروز پدر است و پشتیبانی برای باورهای محمد.

اسماء امروز ما ثابت کرد اسلام هنوز بانوانی دارد که هم و غمشان آرایش صورت و لباس ظاهر نیست.

اسماء امروز ما ثابت کرد دیگر «جنیفر لویز و نیکول کیدمن» الگوی خوبی برای یک بانوی مسلمان نیستند.

بلکه الگوی او صفیه زمنده‌ی دلاور قلعه‌های احزاب‌ست.

الگوی او ریحانه‌ی نبی پرورش‌دهنده‌ی آن دو نوجوان بهشتی است.

الگوی او ذات النطاقین و حمیرا است.

آری، لا تحزن ابواسماء!

بانوی ۱۷ ساله‌ات اکنون هم‌نشین اسوه‌های خویش است.





## واک بر روزی که دیگر فرصتی نباشد

په‌پوله کریمی

خواهری که گم کرده‌ای خودت را و خدایت را...

امشب به یاد تو گریستم. به یاد گم‌شدگی‌های هر روزت...

خواهر زیبای من؛ امروز روزیست که فرصت برگشت داری، بیا با من دوست شو که من برایت هر شب می‌گیرم، برای فراموش‌شدگی‌هایت...

خواهرم خدایی را که رب و پروردگار جهانیان است به سخره نکیر؛ که تنها تکیه‌گاه ما زنان زمینی است، تنها دوستدار همیشگی ماست.

به سخره نکیر قانونش را، که سنت‌های خدا در زمین تا ابدیتی که ما دیگر نیستیم پا برجاست.

خواهرم؛ این دین پناهی برای زیبایی‌های من و توسست، زیبایی‌هایش برای من و تو آمده، به تقلید فریاد مزین که اسلام در حق زن ظلم کرده است.

خواهرم؛ من هم زنی از این دیارم و من هم حس ظلم می‌کنم. فرق من و تو این است که تو از خدا و اسلام می‌بینی و من از انسان‌ها. من خود اسلام را خواندم و تو دیگران برایت خواندند. بگذار این را برایت بنویسم شاید سببی شود برای لحظه‌ای تأمل....

خواهرم اسلام به ما زن‌ها بدی نکرده

اسلام من می‌گوید: که خود را بپوشان تا دیگری گناه نکند، دردآور نگاهش نکن؛ زیرا تو دوست نداری زنی عریان، زیباتر از خودت نزد همسرت باشد هر چقدر هم همسرت پرهیزکار باشد؛ پس تو نیز هر چقدر هم زیبایی نزد همسران امروز و فردای دیگری عریان نگرد که دیگری نزد همسر تو بی‌عفت نباشد.

اسلامی که من باورم دارم، می‌گوید با کسی که از آن تو نیست خلوت نکن، او را لمس نکن و دوری معقولانه بجویی که به تو تعدی نکند و تو اگر همسرت را با کسی تنها ببینی با نگاه‌های عاشقانه هر چقدر هم امین باشد باز هم بر دلت لرزه می‌افتد؛ پس خدای تو نمی‌خواهد بر دل تو حتی لرزه‌ای بیافتد و تو شاید آن دیگری باشی برای کسی دیگر.

خدای من می‌گوید؛ پنهانی از جنس مخالف دوستی نگیرید، خواهرم اگر

روزی بدانی همسرت پنهانی دوستی گرفته است از زنان یا نه! بدانی با کسی دوست بوده، چقدر دلت می‌شکند؛ آزرده‌گی در دلت حاکم می‌شود، پس تو با کسی پنهانی و نامشروع دوست مشو که دل دیگری را روزی آزرده نکنی.

رب من به من می‌گوید به خدا پناه ببرید که او می‌بیند و می‌شنود؛ پس هنگامی که چشمانم را می‌بندم و به تنها ماندن و درماندگی در دنیا می‌نگرم، نگران رفتن و مردن یارم، تکیه‌گاهم نمی‌شوم؛ تا پترسم؛ چون ایمان دارم در همین نزدیکی همیشه خدایی هست و او همیشه می‌ماند؛ تا زمانی که برمی‌گردیم، و اندوهناک به درگاهش می‌رویم و او هست تا من احساس تنهایی نکنم.

پروردگار من می‌گوید که خیانت نکن، رابطه‌ی بی‌قاعده نداشته باش تا فرزندی بی‌قاعده به دنیا نیاید و می‌گوید فرزندی که حاصل یک گناه است را ارث مده تا خود آن کودک قبیح را احساس کند و این امر نامشروع بودن را داستانی تکراری در تاریخ نکند. خدا می‌داند چه دوست داری، او می‌داند فرزند بی‌پدر یعنی چه و پس تو نیز نه دوست داری خود فرزندی بی‌پدر باشی نه فرزند بی‌پدر دنیا بیاوری پس برایت مرد را به تعهد می‌بندد که تو نگران نباشی.

خالق هستی من می‌گوید که وظیفه‌ی من کار و شغل و درآمد نیست؛ چون تن نحیف من برای زیبایی‌ست نه کار و اقتصاد، خدا را گواه می‌گیرم اگر می‌گفت وظیفه‌ی مرد کار نیست، هرگز برایش جنگ نمی‌کردند، در کار زن‌ها مانده‌ام؛ که کار در بیرون چه لذتی دارد که نداشتن آن را ظلم به زن می‌پندارند، درست است اجازته‌ی مرد شرط است برای کار؛ اما این وابستگی به مرد او را عاشق‌تر می‌کند پس برای عشق، زن حتی می‌میرد؛ چه برسد به در خانه نشستن، پس او خالق است و می‌داند چرا این قانون را برای ایمان‌داران گذاشته، او خود می‌داند و من و تو ای خواهرم می‌دانیم که دوست نداریم کار کنیم و پولی را که به دست می‌آوریم، خرج خانه کنیم؛ پس چرا در برابر خواست الله آنقدر مقاومت می‌کنیم، نمی‌دانم.

مبارکه ابراهیمی

هر که به آنچه خدا روزیش کند، قناعت ورزد از بی‌نیازترین مردم است.

شاید این طور به نظر برسد که وضعیت مالی خانواده تنها از نظر امکان یا عدم امکان تهیه امکانات مختلف بر جامعه تأثیر دارد اما در واقع وضعیت خانواده و مهم‌تر از آن، رویکرد و روشی که والدین در جهت مصرف بهینه در خانواده در پیش می‌گیرند، بر روی باورها و نگرش‌ها و وضعیت اقتصادی خانواده تأثیر بسزایی دارد و روی فرزندان نیز می‌تواند بسیار ماندگار باشد.

زنان به عنوان محوری‌ترین عضو در عرصه‌ی تربیتی خانواده و عملیاتی کردن مصرف بهینه در خانواده مورد توجه هستند. اسراف و زیاده‌روی در ایران در برابر متوسط جهانی در تمام منابع قابل توجه است. مثلاً بر اساس اعلام بانک جهانی، ایرانیان حدود ۵۰ درصد بیشتر از الگوی جهانی مصرف می‌کنند. ایرانیان ۱ درصد جمعیت جهان را تشکیل می‌دهند ولی ۲ درصد فرآورده‌های نفتی جهان را مصرف می‌کنند. ما زنان قشری از جامعه هستیم که کمتر مورد توجه قرار گرفته‌ایم و از ظرفیت بالای ما جهت مشارکت در فرآیند توسعه اجتماعی و اقتصادی و مالی خانواده کمتر صحبت شده است. بیشتر اوقات باید از خانواده‌ها شروع کرد. با مصرف درست و بهینه طبقه‌بندی نیازمندی‌ها و دوری از افراط و در میان گذاشتن مشکلات اقتصادی با فرزندانمان می‌توانیم هزینه‌های زیادی را کاهش دهیم. بسیاری از والدین نمی‌خواهند تصویرضعیفی از خود به فرزندان‌شان نشان دهند، آن‌ها دوست دارند فرزندان‌شان احساس کنند که همه چیز مرتب است و هیچ مشکل مالی وجود ندارد. آن‌ها نمی‌خواهند فرزندان‌شان نگران شوند که مبدا والدین‌شان از عهده تأمین آن‌ها برنیاید اما

## مصرف بهینه در خانواده



واقعیت زیاد با افکار این دسته از والدین منطبق نیست و در بسیاری از موارد هزینه‌های هنگفتی را به خود تحمیل می‌کنند. فراموش نکنید افرادی که همیشه در حال کار و صرفه‌جویی هستند در واقع راندمان کاری کمی هم دارند. خستگی، افسردگی، انرژی کم، انگیزه و همه و همه باعث می‌شود افراد نتوانند از توانایی‌هایشان حداکثر استفاده را ببرند پس شعار ما این است: مصرف درست و بهینه.

هر خانواده اگر به خوبی با شرایط اقتصادی و مالی مواجه شود و مهارت‌های لازم را بیاموزد و مدیریت اقتصادی داشته باشد برای زندگی آینده مقاوم‌تر و آماده‌تر است.

همین که به چند مورد در مصرف کاهش هزینه‌ها اشاره می‌کنیم:

۱- آشنایی خانواده با هرم غذایی؛

۲- آموزش زنان خانه دار با خواص خوراکی‌ها؛

۳- ذخیره کردن غذاهای فصلی؛

۴- تولید انواع ترشی، خیار شور، مربا و سایر موارد جهت کم کردن هزینه‌های خانوار؛

۵- آشنایی با ساخت وسایل از ضایعات و پسماندها؛

۶- آشنایی با خیاطی و گلدوزی جهت رفع نیازهای خانواده؛

۷- تعمیر به موقع شیرهای آب، استفاده از وسایل برقی کم مصرف و دارای برچسب انرژی؛

۸- تمیز کردن به‌موقع کیسه جارو و فیلتر هواکش آشپزخانه؛

۹- تنظیم ترموستات یخچال و فریزر که در کاهش مصرف برق نقش بسزایی دارند؛

۱۰- استفاده از دکوراسیون روشن برای روشن‌تر جلوه کردن فضای منزل؛

۱۱- توجه ویژه به سویا به عنوان یک پروتئین گیاهی ارزان و سالم.

راهکارهایی که ارائه شد از طریق آن‌ها می‌توان هزینه‌ها را کاهش داد البته هدف فقط کم کردن هزینه نیست، بلکه با این پول می‌توان به هدفهای دیگر رسید. اگر می‌خواهید در فرزندان‌تان انگیزه ایجاد کنید تا سبک زندگی‌شان را به سمت هدایت هزینه‌ها در راستای خواسته‌هایشان شکل دهند بهترین کار، تصویرگر بودن ما والدین است.

به امید اینکه تمام خانواده‌ها مملو از انسان‌هایی باشند که بی‌خواسته و آرزو تربیت نشوند که حاضر باشند فداکاری کنند فقط به خاطر شنیدن تعریف از دیگران.





گردآورنده: مریم بانو

شواهد تاریخی گویای این مطلب می‌باشند که ماست بنا بر یک اتفاق تولید شد.

تاریخچه تولید آن به زمانی برمی‌گردد که شیر را در مشک‌هایی از جنس پوست گاو و بز حمل می‌کردند و تحت تأثیر آنزیم‌های موجود در پوست جانور و گرما، شیر تخمیر شده و نهایتاً اولین ماست به دست آمد.

ماست یک فرآورده لبنی تخمیری است و در هرم غذایی، در گروه شیر و لبنیات جای دارد و یک واحد مصرفی آن معادل یک لیوان است.

ماست نیز مانند بقیه هم گروه‌های خود منبع بسیار خوب کلسیم، فسفر، ویتامین‌های گروه B مانند ریبوفلاوین، اسید پانتوتیک و روی است. جالب است بدانید که یک لیوان آن حدود ۴۵۰ میلی‌گرم کلسیم و ۵/۱ میلی‌گرم روی دارد.

نسبت بین کلسیم و فسفر در ماست بسیار حایز اهمیت است؛ زیرا برای داشتن استخوان‌هایی سالم تنها مقدار کلسیم دریافتی مهم نیست، بلکه مقدار فسفر نیز اهمیت دارد. در واقع نسبت کلسیم به فسفر دریافتی از غذاها، در رسوب کلسیم در استخوان‌ها مؤثر است. مناسب‌ترین نسبت میان این دو ریز مغذی مشابه ترکیب شیر مادر یا استخوان‌های بدن است، یعنی به ازای هر ۱۰۰۰ میلی‌گرم کلسیم دریافتی، ۴۴۰ میلی‌گرم فسفر باید دریافت شود. چنین نسبتی تنها در لبنیات وجود دارد.

کلسیم موجود در ماست، در حفظ سلامت سلول‌های روده‌ای نیز مفید است. مخصوصاً زنان به دلیل بارداری و شیردهی در دوران جوانی و نیز قطع تولید استروژن در دوران یائسگی، بیشتر در معرض پوکی استخوان بوده و باید دقت کنند که روزانه ۳ واحد لبنیات بخورند.

اهمیت تولیدکننده‌های اسیدلاکتیک

ماست یک ماده غذایی پروبیوتیک است، یعنی حاوی میکروب‌های زنده مفیدی است که ماست وارد لوله گوارش می‌شوند و با جایگزینی در روده‌ها، این اندام را از وجود باکتری‌های بیماری‌زا محافظت می‌کنند و به عمل تخمیر ادامه می‌دهند و با تولید اسیدهای چرب کوتاه زنجیره، به سلامت سلول‌های روده کمک می‌کنند.

## از ماست که بر ماست!

جالب است بدانید، مواد غذایی پروبیوتیک به افزایش سطح ایمنی بدن نیز کمک می‌کنند. مشاهده شده است، کودکانی که مادران‌شان در ماه‌های آخر بارداری، از مواد غذایی پروبیوتیک استفاده می‌کرده‌اند، کمتر به آلرژی‌های غذایی، اسهال و اگزما مبتلا می‌شوند.

ماست به هضم و جذب غذا نیز کمک می‌کند؛ زیرا اسید لاکتیک موجود در آن به جذب بهتر کلسیم کمک می‌کند و محیط مناسب بیولوژیکی را برای بهبود جذب کلسیم و ویتامین‌ها فراهم می‌آورد.

باکتری‌های زنده‌ی مفید در ماست، به تولید آنزیم لاکتاز نیز می‌پردازند، آنزیمی که برای هضم قند شیر ضروری است و بسیاری از افراد به دلیل کمبود ترشح این آنزیم در روده، دچار عدم تحمل نسبت به شیر می‌شوند و با مصرف شیر دچار عوارضی مانند اسهال، نفخ و دل پیچه می‌گردند. مصرف مرتب ماست، از طریق تولید آنزیم توسط باکتری‌ها به کاهش این علائم در فرد کمک می‌کند، ضمن این‌که در ماست، لاکتوز به اسید لاکتیک تبدیل شده است و این افراد بدون نگرانی می‌توانند از آن استفاده کنند.

پیشگیری از سرطان

ماست در کاهش احتمال بروز سرطان روده نیز مؤثر است. به این ترتیب که لاکتوباکتریاسه‌های موجود در آن، رشد باکتری‌های مفید در روده را تحریک کرده و باکتری‌های بیماری‌زا را که می‌توانند به سلول‌های روده آسیب برسانند، کاهش می‌دهند. از سوی دیگر این باکتری‌ها با متصل شدن به اسیدهای صفراوی، احتمال وارد شدن آسیب به سلول‌های روده را کم می‌کنند و از تبدیل نیترات و نیتريت موجود در غذا به ترکیبات نیتروزآمین که سرطان‌زا هستند، جلوگیری به عمل می‌آورند.

کلسیم موجود در ماست نیز ضمن باند شدن با ترکیبات صفراوی، رشد سلول‌های طولی روده را کم می‌کند. طی برخی مطالعات دیده شده افرادی که روزانه بیش از ۱۲۰۰ میلی‌گرم کلسیم مصرف می‌کنند، ۷۵ درصد احتمال ابتلای کمتری به سرطان روده داشته‌اند.

ماست با طعم میوه

در کشورهای اروپایی از ماست در دسرهای مختلف نیز استفاده می‌شود. یکی از محصولاتی که به تازگی وارد بازار ایران نیز شده است، ماست میوه‌ای است. شما در منزل نیز می‌توانید ماست میوه‌ای را با افزودن میوه‌هایی مانند هلو، کلابی و موز تهیه کنید. فقط به خاطر داشته باشید که در تهیه ماست میوه‌ای بهتر است از میوه‌هایی با طعم ملایم استفاده شود.

تهیه‌ی ماست میوه‌ای مخصوصاً برای کودکان، روش بسیار مناسبی در تشویق آنان به مصرف لبنیات و میوه است و می‌تواند به عنوان میان وعده‌ای سالم، جایگزین میان وعده‌های چرب و پرکالری کودکان شود، ضمن این‌که همراهی ماست و میوه باعث می‌شود ویتامین‌های موجود در میوه، به کمک اسید لاکتیک موجود در ماست، بهتر جذب شوند. همچنین پکتین موجود در میوه‌جات با همراهی لاکتوباکتریاسه‌های موجود در ماست، به کاهش جذب کلسترول کمک می‌کند که در بزرگسالان حایز اهمیت است.

به علاوه، ماست چون دارای پروتئین‌هایی است که هضم آن‌ها راحت است، می‌تواند با قطع شیر پس از شیرخوارگی، در رژیم غذایی کودک قرار گیرد. زمانی که کودکان دچار عفونت‌های روده‌ای و اسهال می‌شوند و تا مدت‌ها ممکن است نسبت به شیر عدم تحمل داشته باشند، ماست را در رژیم غذایی آنها در مقادیر بیشتر بگنجانید، زیرا طی حرارت دادن شیر در فرایند تولید ماست، پروتئین‌های آن به مولکول‌های ساده‌تر تغییر یافته و دارای هضم و جذب آسان‌تری خواهد بود.

و اما آب ماست، گاهی ماست آب می‌اندازد. هرگز آب ماست را دور نریزید. آب ماست دارای کلسیم و ویتامین‌های گروه B بوده و در عین حال پروتئین کمی دارد و می‌تواند در شرایط محدودیت مصرف پروتئین، مانند بیماران کلیوی و یا در برخی مراحل نارسایی کبدی مورد استفاده قرار گیرد.

منبع: هفته‌نامه‌ی سلامت



## کوفته کباب با سس تاهینی

آبلیمو ۳ قاشق غذاخوری	آزیتا رشیدی
سیر له شده ۱ حبه	مواد لازم:
خامه ۳ قاشق غذا خوری	گوشت ۶۰۰ گرم
جعفری ساطور شده ۱ قاشق غذاخوری	پیاز خرد شده متوسط ۱ عدد
طرز تهیه: گوشت‌ها را ریز تکه می‌کنیم سپس به همراه پیاز، سیر، فلفل، زیره، دارچین، پودرفلفل قرمز، نان تست، روغن و نمک در غذا ساز میریزیم تا حسابی نرم و یکدست شود، تخم مرغ زده شده را اضافه می‌کنیم. به کف دست‌تان روغن ممالید گلوله کوچکی ازگوشت برمی‌داریم و مانند سوسیس فرم می‌دهیم و به سیخ چوبی می‌کشیم، روی گوشت‌ها را نایلون کشیده و در یخچال می‌گذاریم.	سیر خرد شده ۲ حبه
برای تهیه سس همه مواد را در کاسه‌ای ریخته، خوب هم زده تا یکدست شود، سپس کباب‌ها را روی سینی چرب شده کباب پز یا گریل که کاملاً داغ شده قرار می‌دهیم و اگر به این وسایل دسترسی ندارید از ماهیتابه نجسب استفاده کنید.	فلفل سیاه ۱ قاشق چایخوری
	زیره ساییده شده ۱/۵ قاشق چایخوری
	پودر دارچین ۱/۵ قاشق چایخوری
	پودر فلفل قرمز ۱/۲ قاشق چایخوری
	نمک ۱ قاشق چایخوری
	نان تست ۲ عدد
	تخم مرغ زده شده ۱ عدد
	روغن زیتون ۲ قاشق غذاخوری
	مواد لازم برای سس تاهینی
	کنجد خام ۲ قاشق غذاخوری





## ژله رنگین‌کمانی، دسری شیک و آسان

گردآورنده: رها رحمانی

این ژله غوغا می‌کند، وقتی سر میز می‌آید همه چشم‌ها رو نوازش می‌ده. به همون اندازه که زمان می‌بره به همون اندازه هم ازش تعریف می‌شه. طعمش هم دست کمی از شکلش نداره. بالاخره از من گفتن بود می‌تونید امتحان کنید و ببینید چه جوابی می‌ده. در ضمن هر وقت جایی مهمونی رفتید و از این ژله‌ها براتون درست کرده بودن بدونید که برای صاحبخونه خیلی عزیز هستید که انقدر براتون زمان گذاشته. درست کردن این ژله زمان می‌بره البته نه اینکه فکر کنید کار سختی هست نه. زمان بسته شدن ژله‌ها باعث می‌شه که درست کردنش طول بکشه ولی... موقعی که از قالب در آوردید همه خستگی‌ها از تنتون در می‌آد. خودتون کلی ذوق می‌کنید. به امتحان کردنش می‌ارزه

مواد لازم:

ژله آلبالو یک بسته (ژله آلبالو قرمز خوش رنگی می‌ده من از اون استفاده کردم)

ژله پرتقال یک بسته

ژله موز یک بسته

ژله لیمو یک بسته

ژله تمشک آبی یک بسته

بستنی وانیلی دو لیوان (برای هر لایه ۲/۱ لیوان بستنی لازم هست پس حدوداً دو لیوان لازم داریم)

قالب ژله (اگه از قالب در آوردن براتون سخته، می‌تونید داخل گیلان هم درست کنید خیلی خوشگل می‌شه)

طرز تهیه:

برای درست کردن هر رنگ به این ترتیب عمل می‌کنیم:

هر بسته ژله رو به صورت ۲/۲ و ۲/۱ تقسیم کنید:

قسمت ۲/۲ رو با نصف لیوان (هر لیوان رو ۲۰۰ سی‌سی در نظر بگیرید) آب‌جوش مخلوط کنید بعد نصف لیوان آب سرد بریزید. بعد داخل قالبتون بریزید و بذارید توی یخچال تا بنده. برای اینکه سریع‌تر پیش برید می‌تونید داخل فریزر هم قرار بدین.

بعد قسمت ۲/۱ رو با ۲/۱ لیوان آب‌جوش مخلوط کنید سپس ۲/۱ لیوان بستنی بریزید. بعد از اینکه ژله قبلی بسته شد ژله بستنی رو به آرامی

و با قاشق روی ژله قبلی بریزید. نکته: بستنی رو از فریزر در بیارید تا کمی آب بشه.

نکته: استفاده از ژله بستنی فقط برای اینه که یه جدایش بین دو رنگ ایجاد کنه و از تداخل دو رنگ جلوگیری کنه.

نکته: ژله‌ها بیش از اندازه بسته نشن (مثلاً دو روز به حال خودش نذارین بعد از دو روز لایه بعدی رو درست کنید) چون موقعی که از قالب در می‌آید لایه‌ها از هم جدا می‌شن. به همین طریق همه لایه‌ها رو با رنگهای مختلف درست می‌کنید. برای واضح بودن مطلب مجدداً لایه آخر (رنگ آبی) رو با شکل قرار دادم که مراحل انجام هر لایه رو ببینید.

نکته: توجه داشته باشید که ژله مون موقع ریختن روی لایه قبل سرد شده باشه وگرنه لایه قبل رو تو خودش حل می‌کنه.

بعد از اینکه مرحله آخر تمام شد اجازه بدین یک روز داخل یخچال بونه تا کاملاً بنده.

برای اینکه ژله رو از قالب در بیارید بدین ترتیب عمل کنید:

دور تا دور ژله رو با استفاده از یه چاقو از قالب جدا کنید. بعد قالب رو مدت ۳۰ ثانیه داخل یه ظرف آب‌جوش بذارید بعد روی ظرف مورد نظر برگردونید. اگه برگشت که فیها وگرنه مجدداً داخل آب‌جوش قرار بدین (مدت ۱۰ ثانیه دیگه) و تا زمانیکه ژله از قالب در بیاد این مرحله رو تکرار کنید (اگه قالبتون فلزی باشه تا حالا دیگه باید ژله از قالب در اومده باشه).

نکته: ممکنه بخاطر قرار دادن در آب‌جوش کمی از ژله قرمزتون آب بشه و داخل ظرفتون بریزه اصلاً خوتون رو ناراحت نکنید و با یه دستمال کاغذی اونو رو پاک کنید.

## طرز تهیه‌ی کمپوت خانگی

به دو شیوه می‌توان کمپوت درست کرد:

۱- میوه مورد نظر و آب و کمی شکر را در قابلمه ریخته مستقیماً روی حرارت می‌گذاریم تا یکی دو جوش بزنند و بعد از روی حرارت برمی‌داریم که این نوع کمپوت مانده‌گاری ندارد نهایتاً چند روزی بیشتر در یخچال نمی‌ماند.

۲- روش دوم کمپوتهایی که درست می‌کنیم اگر کاملاً شرایط درست کردن کمپوت را رعایت کنیم ماندگاری بالایی دارد شاید بتوان چندسالی نگه داشت. برای اینکه کمپوت خوبی درست کنیم میوه‌هایی که انتخاب می‌کنیم نباید له باشد زدگی نداشته باشد و کاملاً سالم و مرغوب باشد و آنها را خوب شسته و خشک می‌کنیم و داخل شیشه‌های در فلزی استریل شده می‌ریزیم تا بالای شیشه پر شود و در یک قابلمه آب می‌ریزیم و می‌گذاریم روی حرارت تا بجوش آید و از روی حرارت برداشته و شکر کم کم به آن اضافه می‌کنیم تا به مرحله اشباع برسد یعنی شکر دیگر در آب حل نشود. وقتی که کاملاً سرد شد روی میوه‌های داخل شیشه می‌ریزیم تا لب به لب شود و درب شیشه‌ای را می‌گذاریم و شیشه‌ها را داخل یک قابلمه می‌چینیم و آب سرد می‌ریزیم تا ۲ سانت به در آن مانده و روی حرارت می‌گذاریم و زمانی که آب درون قابلمه به نقطه جوش برسد برای آن وقت می‌گیریم و بعد از گذشت زمان لازم از روی حرارت برداشته و یکی یکی در شیشه‌ها را مجدداً سفت کرده سرد که شد در کمد گذاشته یا کابینت و هر وقت که نیاز بود استفاده می‌کنیم. اگر تمام نکات رعایت شود و درب شیشه هوا نکشد با این روش بهترین کمپوت

را درست می‌کنیم و این عمل هم به اقتصاد خانواده کمک می‌کند و هم به سلامت بودن خانواده چون مواد شیمیایی و ضدکپک و غیره در آن بکار نمی‌رود.

توت‌فرنگی: میوه‌هایی مثل توت‌فرنگی زمان پخت آن از زمان جوش آمدن آب ۵ دقیقه کافی است. کافی است که دم آن را بگیریم.

گیلاس: میوه‌هایی مثل گیلاس و آلبالو هسته آن را در نمی‌آوریم و زمان آماده‌سازی آن از زمان جوش آمدن آب ۱۰ دقیقه کافی است.

زردآلو: میوه‌هایی مثل زردآلو، هلو، شلیل را هسته آن را در می‌آوریم و پوست هلو را هم می‌گیریم و زمان پخت آن از زمان جوش آمدن آب ۱۵ دقیقه کافی است.

سیب: میوه‌هایی مثل سیب و گلابی پوست و دانه آن را جدا کرده و زمان آماده‌سازی از زمان جوش آمدن آب ۲۰ دقیقه کافی است. (البته سیب و گلابی را تکه تکه می‌کنیم).



## آینه نیز شرم دارد از پاکی نگاه تو



### جهاندار امینی

سلسله آتش‌سوزی‌ها به دلیل نقص تجهیزات گرمایشی در مدارس ایران در روز چهارشنبه، ۱۵ آذر ۱۳۹۱ است. در این حادثه ۲۹ دانش‌آموز دختر دچار سوختگی شدند که دو نفر از آن‌ها (سیران یگانه و ساریا رسول‌زاده) بر اثر شدت جراحات وارده گل زندگی‌شان پرپر شد. همچنین انگلستان سه تن از دانش‌آموزان به دلیل شدت سوختگی و عدم قبول پیوند قطع شد.

امید می‌رود که نظام آموزشی کشور با تحول جدی در سیستم آموزشی و پرورشی خود و نیز رعایت استانداردهای جهانی در نوسازی مدارس از جمله سیستم‌های سرمایشی و گرمایشی گامی اساسی در جهت رشد و ارتقای آینده‌سازان کشور بردارد.

مبینا و سیما دو نفر از قربانیان این حادثه شوم آذر ماه سال ۱۳۹۱ هستند که هم‌اکنون در بیمارستان ساسان خود را به تیغ جراحان سپرده‌اند تا شاید گوشه‌ای از آسمان صافی صورت‌های زیبا و معصومانه خود را از زیر ابرهای سیاه جراحی و سوختگی باز یابند.

این دو که از ناحیه‌ی دست و صورت به شدت سوخته‌اند، تا کنون بیش از ۱۸ عمل جراحی بر صورت و دست‌های آنان انجام گرفته تا اندکی امید به دل‌های افسرده آنان بازگردد.

یکی از نزدیکان‌شان می‌گفت بعد از هر عمل جراحی مبینا و سیما بلافاصله به آینه‌ی زیر بالش خود که رفیق آنان شده است، می‌نگرند تا شاید تغییری در صورت‌شان ببینند و کمی امید از دست رفته خود را پیدا کنند؛ اما افسوس که آینه‌ها زبانی راستگو دارند و آینه‌ی این دو غنچه‌ی معصوم نیز از بیان حقیقت‌ها شرم‌منده است.

به همت روابط عمومی جماعت دعوت و اصلاح تهران جمعی از خواهران جماعت این شهر به منظور دلگرمی این دو عزیز و هم‌دردی با خانواده آنان به دیدارشان رفتند.

گفتنی است حادثه‌ی روستای شین‌آباد یکی از

## همایش دو روزه ناموس و خشونت علیه زنان در میروان «مرزها برای رد شدن کشیده شده‌اند»

نیز فعال هستند و جلسات هم‌اندیشی برگزار می‌کنند. به تازگی انجمن‌هایی با کارکردهای بزرگتر از جمله کارکرد اقتصادی در کنار فعالیت فرهنگی نیز، به این مراکز اضافه شده‌اند. نمونه‌ی اخیر آن «صندوق تعاونی زنان میروان» است که توسط زنان میروانی به ثبت رسیده و مواردی چون کارگاه‌های توانمندسازی و رفع خشونت، گل‌گشت‌ها، آموزش‌هایی در زمینه‌ی کارآفرینی (همچون دوره‌های رایانه، خیاطی، هلال احمر و تابلوفرش) و همچنین برنامه‌های مناسبتی از جمله جمع‌آوری پول از خیرین و توزیع آن در میان زنان نیازمند در اعیاد مختلف،

در کنار فعالیت اقتصادی، جزء برنامه‌های اجرایی آنهاست بدون آنکه هیچ بودجه‌ای از دولت دریافت کنند.

هرچند که اغلب گروه‌هایی که ذکر آن‌ها رفت اعضای اندک و پراکنده دارند اما توان عملی این گروه‌ها، خصوصاً در مواقع بحرانی و در بزنگاه‌های فرهنگی مربوط به موضوع زنان، خود را نشان داده است. از جمله همراهی این گروه‌ها در اعتراض جمعی و خیابانی به پوشیدن لباس زنانه بر تن یکی از متهمان و گرداندن او در خیابان‌های شهر بود که فعالان زن آن را عملی توهین و تحقیرآمیز در مورد زنان عنوان کردند. زنان سرخپوش در اعتراض به این عمل نیروی انتظامی، با لباس‌های قرمز و بلاکاردهای انتقادی به خیابان آمده و آن را محکوم کردند. «زنان هم‌اندیش» نیز در سال‌های اخیر فعالیت‌های دیگری از جمله: جلوگیری از چند قتل ناموسی (از طریق کمیته‌ی بحران در سال گذشته)، زمینه‌سازی و تحقق ازدواج یکی از دخترانی که فرزندی نامشروع به دنیا آورده بود با مردی که با او رابطه داشته و بدین طریق صدور شناسنامه برای نوزاد متولد شده؛ همچنین نجات سه نفر از زنانی که از سوی محارم مورد تجاوز قرار گرفته‌اند و ایجاد شغل برای یکی از آن‌ها را نیز، در کارنامه‌ی خود دارند.

بر اساس شواهد فوق و ضرورت پرداختن به موضوع «قتل ناموسی» در مناطقی از این دست، شهر میروان در سال جاری (۱۳۹۲) با تلاش و پیگیری‌های دلسوزانه‌ی اعضای «کانون علمی-فرهنگی رونان»، میزبان برنامه‌ای دو روزه بود که با موضوع ناموس و قتل ناموسی برگزار شد. در روز اول، سخنرانی با عنوان «نگاهی جامعه‌شناختی به ناموس» از سوی خانم «سمیه رستم‌پور» ارائه شد و برنامه با میزگردی چهار نفره شامل پرسش و پاسخ و همچنین گفتگو در مورد عوامل و ریشه‌های بروز قتل ناموسی با حضور سخنران و کنشگران زن میروانی دنبال شد. در روز دوم نیز، کارگاه «آموزش مقابله با خشونت علیه زنان» با حضور تعدادی از زنان این شهر برگزار شد که در آن مسایل مرتبط



مرتبط با آن اتفاق می‌افتد. «نظام ناموس» شکلی از سلطه‌ی مردانه است که در آن هرگونه تعدی و طفره‌روی زنان از تبعیت و فرمانبرداری مطیعانه از این قواعد جمعی ناموس (که بخش عمده‌ای از آن، پسماندهای جامعه‌ی قبیله‌ای و سنتی گذشته است) با مجازات‌های خشونت‌آمیز و بی‌رحمانه روبه‌رو می‌شود. شدیدترین شکل این وضعیت، پدیده‌ی ای با عنوان «قتل ناموسی» را موجب شده که در آن زنی که آبروی خانواده را به دلیل هرنوع کنش غیرعرفی، اغلب در زمینه‌ی رابطه با غیرهمجنس و یا در نسبت با همسر خود، به خطر انداخته است با مجازات جمعی و غیرقانونی خانواده مواجه می‌شود. قاتلان آن‌ها معتقدند تنها خون می‌تواند بی‌آبرویی‌ای از این دست را بشوید و به بیان خود آن‌ها این لکه‌ی ننگ را که رفتار آن زن بر پیشانی خانواده نهاده است، پاک کند؛ زیرا در جوامعی چون ایران زنان آبروی خانواده‌اند و میزان پایداری آن‌ها بر عفت و پاکدامنی‌شان است که عزت، شرف و مردانگی مردان خانواده را تعیین می‌کند.

اما از طرف دیگر در همین شهر میروان، شاید بیش از هرچیز در واکنش به این وضعیت، فعالیت‌های مدنی و داوطلبانه در حوزه‌ی زنان بسیار پررونق و پیشروتر از سایر مناطق پیگیری می‌شود و زنان این شهر، مطالبات آگاهانه و به حقی در این زمینه دارند.

انجمن‌های رسمی و غیررسمی زیادی مرتبط با موضوع زنان در این شهر شکل گرفته‌اند که هم به لحاظ کمی و هم به جهت کیفی فراتر از انتظار بوده و برای شهری چنین کوچک و کم‌جمعیت، پدیده‌ی فرهنگی به شمار می‌رود. از جمله آن‌ها می‌توان به اجتماعاتی همچون «انجمن زنان هم‌اندیش»، «انجمن زنان میروان» و «انجمن زنان پیشرو» اشاره کرد که از آنجا که نتوانسته‌اند برای ثبت رسمی خود مجوز دریافت کنند سالهاست به شکل غیررسمی به فعالیت‌های مدنی و فرهنگی خود ادامه می‌دهند. مراکزی رسمی و قانونی همچون «کمیته‌ی زنان کانون علمی-فرهنگی رونان» نیز وجود دارد که هم‌اکنون

گسترش قتل‌های ناموسی در سال‌های اخیر به دفعات از سوی فعالان زن و حتی در مواردی از سوی مسئولان قضایی و انتظامی گوش‌زد شده و در رسانه‌ها نیز بیش از پیش پوشش خبری داشته است. همچنان که پژوهش‌ها نشان می‌دهند به خاطر دشواری دسترسی به خانواده‌هایی که چنین قتل‌هایی در آن‌ها اتفاق افتاده و همچنین عدم گزارش این قتل‌ها از سوی خانواده‌ها، آمار دقیقی در خصوص قتل‌های ناموسی وجود ندارد اما هشدار و انتقادهای فعالان حوزه‌ی زنان، رسانه‌ها و گزارش‌های مردمی،

از فراوانی و شیوع خشونت‌هایی از این دست و قتل‌های مرتبط با آن در مناطقی از کشور حکایت دارد. کردستان و شهر مرزی «میروان» از جمله‌ی این مناطق است. در سال‌های اخیر اطلاعات زیادی از قتل‌های ناموسی در این شهر گزارش شده است: بر اساس اطلاعاتی که از «زنان هم‌اندیش میروان» دریافت کردم، شیدا زن ۱۶ ساله‌ی میروانی در مهرماه سال ۱۳۸۷ با ضربات چاقوی برادرش در خیابان به قتل رسیده است. چند نفر از جمله «دلبر» و «لاولوا» و «تویبه» در روستاهای اطراف میروان توسط یکی از مردان خانواده‌ی خود (اغلب برادر یا پدر) به قتل رسیده‌اند. پدر فرشته نجاتی نیز بر اثر فشارهای زیاد مردم و اطرفیان، دخترش را به اتهام ناموسی می‌گشود. نامادری فرشته به او اتهام رابطه‌ی نامشروع داده بود در حالی که بعد از مرگ او، گزارش پزشکی قانونی عنوان می‌کند که او پاکر از دنیا رفته است. به همین دلیل زنان فعال میروانی اقدام به جمع‌آوری امضاء در اعتراض به این واقعه کرده‌اند. زعفران محمدی نیز شاید تازه‌ترین قربانی خشونت ناموسی محسوب می‌شود که در اسفند ماه ۱۳۹۱ توسط پدرش به قتل رسیده است و این فهرست همچنان ادامه دارد. قتل شهین نصرالهی در روستای «دزلی» شاید یکی از جنجال‌برانگیزترین این موارد به شمار می‌رود که در سال ۱۳۸۷ توسط برادرش به قتل رسید. به دنبال این جنایت فجیع، تعدادی از فعالان زن میروان در کنار زنان دیگر و با همراهی نهادهای مدنی و حقوق بشری این شهر، در اعتراض به این جنایت غم‌انگیز تظاهرات کردند.

شهر میروان از جمله قطب‌های فرهنگی و روشنفکری کردستان ایران است که در حوزه‌ی مسایل زنان با یک وضعیت دوگانه مواجه است؛ از یک طرف این شهر محمل و محل بسیاری از خشونت‌های جنسی از جمله قتل‌های ناموسی است، پدیده‌ای چون چندهمسری در آن زیاد است و اخیراً خودکشی زنان (اغلب خودسوزی) نیز به شکل یک مسأله‌ی اجتماعی بروز و ظهور پیدا کرده است. بسیاری از این خشونت‌ها و جنایت‌های متعاقب آن، در چهارچوب «نظام ناموس» و قواعد





با خشونت ناموسی، خشونت خانگی و دیگر انواع خشونت مورد بحث و گفتگو قرار گرفت.

«نگاهی جامعه‌شناختی به مفهوم ناموس: «نظام ناموس» یک نظام منسجم و ساخت یافته»

در این بخش، سخنران برنامه، نتایج پژوهش کیفی و میدانی خود درباره‌ی مفهوم ناموس در کردستان را که موضوع رساله‌ی کارشناسی ارشد او بود ارائه داد و سعی کرد تا نشان دهد که ناموس همچون عاملی فرهنگی در نسبت با سایر اجزای جامعه چگونه خشونت‌هایی را موجب می‌شود، ضمن اینکه وجوه زمینه‌مندی که کردستان را در این بحث از سایر مناطق متمایز کرده، مورد توجه قرار دهد. تعریف ناموس از نگاه زنان، نقش تأثیرگذار مفاهیم مرتبط با ناموس چون: شرم و حیا، آبرو، تعصب، غیرت، پاکدامنی و... در سطح اجتماعی در کنار عمق و گستردگی دامنه‌ی این مفاهیم در نهادها و ساختارهای مختلف جامعه، همچنین ضرورت توجه به مجازات‌های مرتبط به ناموس چون قتل ناموسی مسأله‌ی اصلی این پژوهش بوده است. بر اساس یافته‌های ارائه شده، «ناموس» بیش از هرچیز یک «نظام» منسجم و ساخت یافته است که به زنان در نسبت با مردان خانواده اطلاق می‌شود و همین موجب پیوند فرهنگ ناموس به اجزای دیگر زندگی از جمله نظام مبتنی بر سلطه‌ی مردانه و ساختار جامعه‌ی پاتریمونیال (پدرشاهی) و نهادهایی چون خانواده، دین، سیاست و اقتصاد می‌شود؛ در نظام ناموس، زن مشروعیت لازم را ندارد و به همین دلیل در موقعیت فرودستی قرار می‌گیرد و به میانجی همین خشونت‌های زیادی بر او اعمال می‌شود.

این پژوهشگر در ادامه توضیح داد که چگونه ناموس شکلی از نظام مبادله نیز به شمار می‌رود: زنان مایملک جمعی مردان خانواده و اجتماع و همچنین محتوای مبادله محسوب می‌شوند. در این نظام بدن زنانه و عفت و پاکدامنی آن‌ها به عنوان حافظ و حامل آبرو و افتخار مردانه، بخشی اساسی از موضوع مبادله به شمار می‌رود. این مردانگی همان سرمایه‌ی نمادینی است که مردان جامعه به واسطه‌ی غیرت و مردانگی بر زنان شان کسب می‌کنند و به همین دلیل در ساختاری این چنینی، مردان بر زنان خانواده نظارت و کنترل تامه دارند و در صورت هرگونه سرکشی از سوی زنان با آنان برخورد می‌کنند، حتی ابایی از ریختن خون آن‌ها ندارند. مسأله‌ی مهمی که در ادامه بحث به آن پرداخته شد همدستی اغلب زنان با مردان در بازتولید سلطه‌ی ناشی از نظام ناموس است اما واضح است که این همدستی، ارادی و خودخواسته نیست؛ باید پذیرفت که قواعدی هم که برای سرزنش قربانیان بالقوه و بالفعل نظام ناموس به کار می‌بریم خود محصول ساختارهای عینی‌اند و نتیجه‌ی قدرتی است که با دوام در وجود و بدن اشخاص به صورت طرح‌های ادراک و مقررات ثبت شده‌اند به همین دلیل زنان دوست دارند که مردان خانواده بر آن‌ها غیرت داشته باشند غافل از آن که از همین طریق مورد خشونت قرار می‌گیرند. در خانه‌ی بحث، سخنران به موضوع ناموس در کردستان و در نسبت با فرهنگ کردی و

جنبش‌های ملی‌گرایانه پرداخت و به طور مختصر تغییرات رخ داده در زمینه‌ی فرهنگ ناموس را مطرح ساخت. در بخش میزگرد برنامه نیز، مدعوین به پرسش‌های حاضران پاسخ دادند و خود به طور مختصر مباحثی مرتبط با این موضوع را از زوایای مختلف ارائه کردند.

کارگاه مبارزه با خشونت علیه زنان: قتل ناموسی ۴ زن در چندماه

در روز دوم همایش در «کانون فرهنگی رونان»، کارگاهی با عنوان «مقابله با خشونت علیه زنان» با حضور تعدادی از زنان میروانی اعم از کنشگران، زنان تحصیلکرده، زنان خانه‌دار و آنهایی که هنوز تابوهایی زیادی در این باره داشتند، با مدیریت تسهیلگر کارگاه، خانم سمیه رستم‌پور، برگزار شد. هدف از برگزاری این کارگاه، آشنایی زنان با تعریف خشونت و انواع آن، آشنایی با خواستگاه‌های کلیشه‌ای رایج و نحوه‌ی بازتولید آن‌ها و همچنین طرح راهکارهای فردی و جمعی برای مقابله با خشونت بود. ضمن این که با توجه به مصادیق خشونت در میروان و قتل‌های ناموسی که در چند سال اخیر روی داده است زنان حاضر در جلسه تجربیات خود در زمینه‌ی خشونت‌های ناموسی (چه در سطح جسمی چه در سطح جنسی، روانی و حتی خشونت‌های سمبلیک) را مورد بحث قرار داده و کنشگران این حوزه نیز اقدامات جمعی انجام شده تا به امروز را در جلسه مطرح کردند و به این ترتیب به جزئیات مسأله چه در سطح تعریفی و انتزاعی و چه در سطح عینی و کابردی پرداخته شد. استراتژی و راهبردهای کوتاه مدت و بلندمدت آن نیز، هم در زمینه‌ی آگاهی و کنش فردی، هم در نسبت با نهاد خانواده و اجتماع بزرگتر، از نظر گذرانده شد.

نکته حایز اهمیت اینکه در این کارگاه مشخص شد که خشونت‌های ناموسی هنوز بخش مهمی از تجربه‌ی زیسته‌ی زنان و رنج و آزاری است که بر آن‌ها تحمیل می‌شود. بر اساس گفته‌های شاهدان حاضر در کارگاه، به تازگی (در کمتر از چند ماه)، چهار نفر در این شهر به خاطر مسایل ناموسی توسط یکی از اعضای خانواده یا بستگان آن‌ها به قتل رسیده‌اند. تداوم این اپیدمی چه بسا تراژدی‌های بیشتری را در پی داشته باشد اما شاید تأسف‌بارتر از تکرار این فجایع، عادی‌سازی این مسأله در افکار عمومی باشد. به همین دلیل، عزم و همتی جمعی و مدنی (در کنار تلاش فردی) برای آگاهی بخشی و هشدار در این زمینه و طرح آن همچون مسأله‌ی اجتماعی که قابلیت تغییر و رویارویی دارد، می‌تواند تا حدی راهگشا باشد. این کارگاه توانسته قدمی رو به جلو بردارد: کسب آگاهی گام اول برای زنان و افزایش توان مقاومتی آن‌هاست.



## اقدام جالب هنرمند فرانسوی در دفاع از حجاب

هنرمند و بازیگر فرانسوی با راه‌اندازی نمایش خیابانی در مناطق مختلف شهر پاریس، اقدام به مبارزه با بدرفتاری و تبعیض نسبت به زنان مسلمان محجبه در فرانسه کرد.

به گزارش ایکنآ و به نقل از پاوه پرس، «سونیا مرازگا» (Sonia Merazga) هنرمند و هنرپیشه معروف فرانسوی نمایش خیابانی در مناطق مختلف شهر پاریس به راه انداختن تا افکار عمومی را نسبت به تبعیض‌های اعمال‌شده علیه زنان محجبه آگاه و با آن مبارزه کند.

این بازیگر معروف فرانسوی با سرکردن حجاب و محبوس کردن خود درون یک محوطه شیشه‌ای در بسته، تلاش کرد تا به شیوه غیرکلامی و از طریق هنرمندانه محدودیت‌های اعمال شده علیه زنان محجبه در فرانسه را به نمایش بگذارد و با آن مقابله کند.

مرازگا هدف خود را از این نمایش که آن را در مناطق مختلف پاریس از جمله «بلویل» (Belleville)، «بویورگ» (Beaubourg) و «موت پیکه گرونل» (Motte-Piquet-Grenelle) به اجرا گذاشت، مبارزه با وضع قوانین محدودکننده برای زنان محجبه توصیف کرد.

مرازگا ضمن مصاحبه‌ای خاطرنشان کرد: زنان باید این حق را داشته باشند که خود درباره نحوه پوشش خود تصمیم بگیرند و هیچکس حتی دولت نمی‌تواند این حق را از آنان سلب و درباره نحوه پوشش آنان تصمیم‌گیری کند.

وی همچنین اعلام کرد که قصد دارد نتایج این نمایش خود و بازخوردهای شهروندان فرانسه نسبت به آن را در قالب مستندی تهیه کند و در آینده نزدیک به نمایش درآورد.

## شهرداری که تاریخ ساز شد

سامیه بلوچ‌زهی، اولین شهردار زن بلوچ

هر چند نسبت جنسی نوزادان پسر نسبت به دختر ۱۰۳ به ۱۰۰ است یعنی به ازای هر ۱۰۳ پسر ۱۰۰ دختر متولد می‌شود، اما این نسبت تا ۵ سالگی ثابت و در سال‌های بعدتر به هر چند نسبت جنسی نوزادان پسر نسبت به دختر ۱۰۳ به ۱۰۰ است یعنی به ازای هر ۱۰۳ پسر ۱۰۰ دختر متولد می‌شود، اما این نسبت تا ۵ سالگی ثابت و در سال‌های بعدتر بدلالی مانند مرگ و میر بیشتر مردان متوازن و در برخی مناطق جمعیت زنان فزونی می‌گیرد.

به گزارش بلوچ‌پرس، در کشور ما نیز بر اساس سرشماری عمومی نفوس و مسکن سال ۱۳۹۰، بیش از ۴۹ در صد جمعیت ۷۵ میلیونی کشور را زنان تشکیل می‌دهند. جوانترین استان کشور یعنی استان سیستان و بلوچستان نیز بر اساس همین سرشماری نیز از این قاعده مستثنی نیست و در مجموع زنان حدود نیمی از جمعیت استان، کشور و جهان را تشکیل می‌دهند.

اما سرگذشت تاریخی جنس زن، سرگذشت غم‌انگیزی است. در این بیش از ۴میلیون سال تطور و تکامل بشر بر روی زمین در دوره‌های مختلف تاریخی، جنسیت زن فراز و فرودهای فراوانی را به خود دیده است. شاید شکست تاریخی جنسیت زن به تعبیر انگلس، ظهور «مالکیت» بود، ظهور مالکیت زن را در قالب یک کالا مایملک مردان قرار داد؛ و این آغاز نظامی مردسالارانه بود که بعدها و در ادوار تاریخی در قالب آموزه‌ها و ایدئولوژی‌های مختلف: فرهنگی، مذهبی و سیاسی توجیه و تأیید شد؛ اما بدون تردید قرون اخیر را باید شروع خود آگاهی زنان دانست از ماری گوز فرانسوی، زنی که سرش را در راه انعکاس حقوق زنان به گیوتین تندروهای انقلاب فرانسه سپرد تا جنبش عظیم فمینیستی که از اوائل قرن نوزده آغاز شد و احقاق حقوق زنان، مبارزه علیه نابرابری‌های جنسیتی و رهایی آنان را هدفش اعلام کرد، همگی بر این نکته پای فشرده‌اند که زن، جنس دوم نیست بلکه باید با دیدی برابر و مساوی به آن نگریست. این جنبش جهانی در این راه آنقدر استقامت به خرج داد که توانست حداقل در جهان آزاد به بار بنشیند. در حال حاضر شاخص مشارکت زنان به برکت توسعه انسانی زنان در کشورهای توسعه یافته به مرز برابری جنسیتی نزدیک شده است.

حکایت زنان در کشورهای در حال توسعه نظیر

کشورمان با تمام محدودیت‌ها و تبعیض‌ها و نابرابری‌های جنسیتی که در شوون مختلف جاری و ساری‌ست، نوید بخش است. زنان تا حدود زیادی به خود آگاهی جنستی و از همه مهم‌تر به خود باوری رسیده‌اند. در ایران توانسته‌اند در تحصیلات از مردان پیشی بگیرند و با وجود تنگناهای زیاد در عرصه‌های مختلف بدرخشند؛ اما بدلائیل زیاد تاریخی، ساختاری، ایدئولوژیک و سیاسی که الزاماً ممکن است حاکمیتی هم نباشد زنان هنوز محل حساسیت جامعه مردسالار قرار دارند، این حساسیت در مناطق قوم‌نشین نظیر استان ما که مذهب را

هم ضمیمه خود دارند، با شدت بیشتری آزادی و برابری زنان را محدود و محاط کرده‌است. تعصبات قومی و مذهبی بزرگترین مانع حضور موثر زنان در اجتماع ارزیابی می‌شود. هر چند در سال‌های بعد از انقلاب ۵۷ به برکت حکومتی مذهب‌گرا جامعه سنتی و مذهبی استان و قوم بلوچ، ورود زنان را به عرصه‌های اجتماع پذیرفته و از این رهگذر زنان به موفقیت‌های بی‌شماری رسیدند اما در مجموع این حضور هر چند نویدبخش است اما با نقطه مطلوب فاصله بسیار دارد. به لحاظ تاریخی هر چند زنان در زندگی قبیلگی و سنتی بلوچ جایگاه ویژه‌ای داشتند و مردان بلوچ همواره در کنار مرکب و سلاح به زن علاقه‌ای وافر داشتند که هم اسطوره‌های عاشقانه بلوچ آن را تأیید می‌کند و هم حماسه‌های پهلوانی اما این نقش همواره در سایه بوده و زن بلوچ آشکارا ملکی بود که فقط علاقه وافر مردان بلوچ به آن‌ها، آنرا بارور می‌کرد و دیگر هیچ! بعد از حضور مذهب و تفسیر خاص مردان بلوچ از مذهب، رفتار و کنش بر این قرار دوام یافت که زنان به کنج خانه گرفتار آیند.

حضور رسمی زنان در دوران مدرن از رژیم سابق شروع شد و بعد از انقلاب بدلیل شرایط حاکمیت مذهبی، جامعه مذهبی استان اجازه داد که زنان به تحصیل بپردازند رفته رفته زنان روز، مدارج بالاتری را طی کردند بطوریکه در حال حاضر تحصیل و اشتغال به یک ارزش تبدیل شده است و میزان نفوذ تحصیلات به خانواده‌های بلوچ رشد بسیار یافته است. این شروع با زانی نظیر حاج پروانه ریگی در انجمن شهر، خانم زینب خسروی در شورای شهر اول ایران‌شهر و خانمها؛ جمیله ملازهی در شورای شهر نیکشهر و طاهره بلوچ زهی در شورای شهر کلات پای خود را به عرصه سیاست باز کرد.



اما آن چیزی که تاریخ ساز شد، اولین شهردار زن بلوچ است که شورای شهر کوچک کلات شهرستان سرباز را آن آفرید.

خانم مهندس سامیه بلوچ‌زهی که تحصیلاتش در زمینه منابع طبیعی است و تا مقطع کارشناسی ارشد ادامه یافته است اولین زن بلوچ است که لقب «خانم شهردار» را از آن خود کرد. هر چند حضور زنان در عرصه‌های مدیریتی پیش از این نیز سابقه داشته است و سرکار خانم حمیرا ریگی در دوره‌ای بخشدار مرکزی چابهار بوده اند، اما در یک عرصه انتخابی و نه انتصابی، انتخاب یک شهردار خانم جوان از دل یک نظام سنتی و قبیلگی یک تحول اجتماعی است. این انتخاب می‌تواند سرآغازی باشد بر خودباوری زنان بلوچ و به چالش کشیدن سلطه نظام مردسالار عرفی که آزادی و برابری آنان را محدود ساخته است. خانم شهردار اما در گفتگو با من از برنامه‌ها و آرزوهایش برای شهرش می‌گوید. برنامه‌هایی مانند ایجاد پارک‌ها و مراکز تفریحی برای بانوان و کودکان، مرمت و بازسازی قلعه کلات، تدوین طرح جامع شهر کلات و... و باز در جواب من که از توانایی‌هایش در مورد اداره یک شهر می‌پرسم، محکم پاسخ می‌دهد: «در توانایی‌هایم اصلاً شک ندارم» و این پاسخ مرا امیدوار می‌کند که به آینده سرزمینم امیدوار باشم....

منبع: http://balochpress



## پاسخ به پرسش‌های فقهی

**سؤال ۱۱۰:** حرف زدن با نامحرم با نیت ازدواج چه حکمی دارد؟

**جواب:** با وجود محرم یا شخص ثالث و با رعایت شؤونات اسلامی چنین کاری اشکال ندارد.

**سؤال ۵۳۷:** آیا در مذهب امام شافعی طلاق زن رجعی است یا بائن از کجا بفهمم در دادگاه چه نوع طلاقی در طلاق‌نامه ثبت شده است؟

**جواب:** طلاق‌هایی که در دادگاه داده می‌شود، در سند طلاق ثبت می‌شود که رجعی است یا بائن.

**سؤال ۵۳۶:** معاینه زنان در وقت روزه‌داری اشکال دارد؟ و بعداً غسل می‌خواهد؟ ضمناً پماد واژینال غسل دارد؟

**جواب:** معاینه زن توسط پزشک و استعمال پماد واژینال غسل را واجب نمی‌کند.

**سؤال ۴۸۰:** مصرف قرص‌های جلوگیری در ماه مبارک رمضان جهت اینکه پریود نشویم و روزه‌های خود را کامل بگیریم جایز است؟  
**جواب:** خوردن قرص‌های جلوگیری از قاعدگی در ماه رمضان، اگر به تندرستی زن آسیبی نرساند، خوردن آن‌ها از لحاظ شرعی اشکالی ندارد. گرچه بهتر است زن، برای این کار از قرص استفاده نکند تا قاعدگی حالت طبیعی خودش را سپری کند.

**سؤال ۴۷۹:** شخصی در حدود ۳۵ روز قبل همسرش را طلاق داده است. دارای دو فرزند پسر ۵ و ۱۴ ساله است. بر اثر سانحه تصادف فوت کرده آیا همسر که ۳۵ روز پیش قبلاً طلاق داده شده آیا ارث می‌برد؟ این شخص دارای یک ساختمان با عرصه و اعیان است و دیه هم گرفتند؟

**جواب:** اگر طلاق رجعی باشد، در زمان عده، زن از شوهرش که فوت کرده باشد، ارث می‌برد، اما اگر طلاق بائن باشد، ارث نمی‌برد. توضیح: طلاق بائن، یعنی مرد زنش را سه طلاق دهد که دیگر نمی‌تواند با او ازدواج کند، مگر با وجود شرایطی؛ طلاق رجعی، یعنی مرد زنش را یک یا دو بار طلاق داده باشد و دوباره بتواند پیش از پایان عده او را به همسری خودش بازگرداند یا بعد از پایان عده با عقد جدید او را به همسری خودش دربیآورد.

**سؤال ۴۷۸:** اگر یک زن ایرویی خود را بچیند در صورتی که با اجازه‌ی شوهر باشد چه حکمی دارد؟

**جواب:** اگر ایرو پر پشت و نامنظم باشد و زن اندکی از آن را بچیند تا منظم و مرتبش کند، از لحاظ شرعی -ان‌شاءالله- اشکالی ندارد، اما

نباید آن را باریک نماید. گر چه شوهر هم اجازه بدهد؛ چون اجازه‌ی شوهر و هر فرد دیگری نمی‌تواند آنچه را که در شریعت از آن نهی شده، مباح گرداند.

**سؤال ۴۷۷:** اگر کسی عمداً نماز بامداد خویش را قضا نماید حکم آن چیست؟

**جواب:** ترک نمودن نماز فرض صبح از روی عمد گناه کبیره است و فردی که مرتکب آن کار می‌شود، باید توبه کند و قاطعانه تصمیم بگیرد که دیگر آن کار بد را تکرار نکند.

در حدیث آمده است که «سنگین‌ترین نمازها بر منافقان، نماز صبح و نماز عشا است». عبارت «قرآن الفجر» که در قرآن آمده، بیشتر مفسران گفته‌اند که مراد از آن نماز صبح است. که نماز صبح مورد گواهی فرشتگان قرار می‌گیرد.

خداوند درباره‌ی نمازگزاردن منافقان می‌فرماید: ﴿وَإِذَا قَامُوا إِلَى الصَّلَاةِ قَامُوا كَسَالَىٰ...﴾ [نساء: ۱۴۲] «منافقان هر گاه برای نماز برمی‌خیزند، سست و بی‌حال به نماز می‌ایستند و با مردم ربا می‌کنند و خدا را جز اندکی یاد نمی‌کنند.» باز می‌فرماید: ﴿و لَا يَأْتُونَ الصَّلَاةَ إِلَّا وَهُمْ كُسَالَىٰ﴾ [توبه: ۵۴]

«و جز با سستی و تنبلی به نماز نمی‌آیند.»

**سؤال ۵۵۹:** کارهای پزشکی پوست از دیدگاه شرعی چه حکمی دارد؟ (از قبیل رفع چین و چروک صورت و پاک‌سازی پوست و...)  
**جواب:** اگر از لحاظ پزشکی چنین کاری برای فرد زیانی نداشته باشد، از لحاظ شرعی اشکالی ندارد.

**سؤال ۴۳۱:** در صورتی که غسل جنابت ممکن نباشد (مهمان کسی بودن یا...) می‌شود تیمم کرد و نماز خواند؟ آیا باید وضو هم گرفت؟

**جواب:** در چنین حالتی فرد می‌تواند به جای غسل، تیمم کند و وضو بگیرد و نماز را بگذارد.

**سؤال ۴۳۰:** اگر خانمی در نمازهای چهارپه نمازش را آهسته بخواند یا بالعکس حکمش چیست؟ آیا سجده سهو دارد؟ یا کلاً باید آهسته بخواند؟

**جواب:** اصل آن است که اگر مرد بیگانه حضور نداشته باشد، خانم‌ها نیز نمازهای جهری را جهری و نمازهای خفیه را خفیه بخوانند، اما اگر آن را رعایت ننمود، کار مکروهی انجام داده است و نیازی به سجده‌ی سهو نیست. ولی زن در حضور مرد بیگانه نمازش را آهسته می‌خواند.

**سؤال ۳۷۳:** وظایف زن و شوهر در قبال یکدیگر را از دیدگاه قرآن و سنت بیان کنید و بفرمایید کارهای منزل از قبیل نظافت، تهیه وعده‌های غذا و... از وظایف زن است یا نه؟

**جواب:** وظایف شوهر در قبال همسرش: ۱- سرپرستی و اداره خانواده ۲- تأمین مسکن مناسب و نفقه (شامل غذا، لباس و...) برای زن

۳- پرداخت مهریه.

تکالیف زن در قبال شوهر: ۱- فرمانبرداری زن از شوهر، در غیر معصیت، خداوند می‌فرماید: ﴿الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ...﴾ [نساء: ۳۴] پیامبر خدا ﷺ فرموده است: «لو كنت أمراً احداً أن يسجد لأحد لامرت المرأة أن تسجد لزوجها» [ترمذی و ابوداود] ترجمه: (اگر قرار بود به کسی امر کنم که برای کسی دیگر سجده برد، البته که به زن امر می‌نمودم تا برای شوهرش سجده ببرد) ۲- فرمانبرداری از شوهر درباره آمیزش جنسی. پیامبر خدا ﷺ فرموده است: «إذا دعا الرجل امرأته الى الفراشه فلم تأتْه فبات غضبان علیها لعنتها الملائكة حتى تصبح» [متفق علیه] ترجمه: (هرگاه مرد زنش را برای همبستری فراخواند و زن به خواسته‌ی او جواب ندهد و شوهرش شب را با عصبانیت سپری کند، ملائکه تا صبح زن را نفرین می‌کنند) ۳- اجازه خواستن از شوهر هنگام بیرون رفتن از منزل. پیامبر خدا ﷺ فرموده است: «انه قد اذن لکن ان تخرجن لحاجتک» [متفق علیه] ترجمه: (همانا شما اجازه دارید برای انجام کارهایتان از خانه بیرون بروید) ۴- نگهداری از اموال شوهر.

خدمتگزاری شوهر و امور مربوط به خانه بر عهده‌ی زن است: ۱- خداوند متعال درباره‌ی زنان می‌فرماید: (...وَلَهُنَّ مِثْلُ الَّذِي عَلَيْهِنَّ بِالْمَعْرُوفِ وَلِلرِّجَالِ عَلَيْهِنَّ دَرَجَةٌ...) [بقره: ۲۲۸] حقوق زنان بر عهده‌ی مردان بر مبنای عرف خواهد بود. اما این که زن در رفاه و آسایش باشد و مرد خدماتی در منزل مانند جارو زدن، پخت و پز و رختشویی و... را بر عهده گیرد، نه شایسته و نه معقول است؛ زیرا مرد معمولاً خارج از منزل به کار و کوشش می‌پردازد و عدالت و برابری ایجاب می‌کند که کارهای خانه بر عهده‌ی زنان باشد.

در مقابل هر حقی تکالیفی وجود دارد، خداوند متعال علاوه بر مهریه، نفقه و لباس و مسکن زن را بر عهده‌ی شوهر گذاشته است، لذا بدیهی است که زن باید در برابر این حقوق وظایف و تکالیفی را بر عهده بگیرد. سخن کسانی که می‌گویند: وجوب مهریه و نفقه بر عهده‌ی مرد، در برابر استمتاع و لذت‌جویی او از زن است، نظریه‌ی مردودی است؛ زیرا استمتاع و لذت‌جویی میان هر دوی آنان مشترک است.

ابن قیم در کتاب «الهدی» می‌گوید: عقود مطلقه (قراردادهای بدون قید و شرط) بر مبنای عرف تفسیر می‌شوند، عرف نیز جاری بر این است که خدمات و امور داخلی خانه را بر عهده‌ی زن است. خداوند می‌فرماید: (الرجال قوامون على النساء) اگر زن خدمت مرد را بر عهده بگیرد، بلکه بر عکس مرد خادم زن باشد، در آن صورت زنان سرپرست مردان خواهند شد!

آنچه از زنان اصحاب روایت شده، خدمتگزاری شوهر و انجام کارهای منزل را خود زنان

بر عهده می‌گرفتند. از اسماء دختر حضرت ابوبکرؓ روایت شده که می‌گفت: خدمتگزاری شوهرم و امور داخلی خانه را خودم بر عهده می‌گرفتم و انجام می‌دادم، حتی خودم اسب شوهرم را آب و علف می‌دادم. خودم از چاه آب می‌کشیدم و خمیر می‌گرفتم و نان می‌پختم و انبان هسته‌های خرما را بر سر می‌گذاشتم و به مسافت دوری می‌بردم.

پیامبر ﷺ آن کار او را می‌دید ولی او را از انجام آن کار باز نمی‌داشت و نمی‌فرمود که آن کار، وظیفه شوهرت است.

فاطمه رضی الله عنها در خانه به علیؓ خدمت می‌کرد و به کارهای داخل خانه می‌پرداخت. روزی فاطمه و علی رضی الله عنهما به خدمت پیامبر ﷺ رفتند و از سنگینی کارهای منزل به او شکایت کردند و آن حضرت کارهای داخل خانه و امور منزل را به فاطمه سپرد و کارهای بیرون از منزل را به علی سپرد و نمونه‌های دیگری وجود دارد. گفتار و تأییدات پیامبر خدا ﷺ برای مسلمانان تشریح و قانون‌گذاری است.

**سؤال ۳۷۲:** گفته می‌شود در بهشت به مردان بهشتی حور می‌رسد، پس به زنان بهشتی چه می‌رسد؟

**جواب:** نعمت‌هایی که خداوند در بهشت برای مؤمنان مهیا کرده، برای زن و مرد یکسان است و هر فرد مؤمنی براساس درجه‌ی ایمان و تقوا و عمل صالحی که انجام می‌دهد، از نعمت‌های بهشتی بهره‌مند می‌گردد.

در احادیث صحیح آمده است که بهشت هشت در دارد و منازل بهشت درجاتی دارد که هر فرد بهشتی به تناسب درجات ایمان و عمل صالحی که در دنیا انجام می‌دهد در جای بهتر و بالاتری قرار می‌گیرد و در بهره‌مندی از نعمت‌های بهشتی بین مرد و زن تفاوتی جود ندارد و باید یقین داشته باشیم هر کسی که وارد بهشت می‌شود، به تمامی خواسته‌های خودش می‌رسد و کاملاً از نعمتی که به او داده شده، راضی می‌شود. خداوند می‌فرماید: (وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَشْتَهِي أَنْفُسُكُمْ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَدْعُونَ) [فصلت: ۳۱] یعنی «و در آخرت برای شما هرچه آرزو کنید هست، و هرچه بخواهید برایتان فراهم است.»

(يُطَافُ عَلَيْهِمْ بِصَحَافٍ مِّنْ ذَهَبٍ وَأَكْوَابٍ وَفِيهَا مَا تَشْتَهِيهِ الْأَنْفُسُ وَتَلَذُّ الْأَعْيُنُ وَأَنْتُمْ فِيهَا خَالِدُونَ) [زخرف: ۷۱] یعنی «برایشان کاسه‌ها و جامه‌های زرین به گردش انداخته می‌شود، و هرچه دل بخواهد و هرچه چشم از آن لذت ببرد، در بهشت وجود دارد، و شما در آنجا جاودانه خواهید بود.»

آنجا همانند دنیا نیست که زن ناراحت شود از اینکه شوهرش چند زن دارد، بلکه از نعمت‌های داده شده به او رضایت کامل دارد و کوچکترین چیزی که سبب ناراحتی او شود، وجود ندارد.

**سؤال ۳۳۲:** آیا به هنگام همبستری با همسر بوسیدن تمامی بدن آن جایز است؟

**جواب:** اشکالی ندارد و منعی شرعی در این زمینه وارد نشده است.

**سؤال ۳۱۴:** آیا در مذهب شافعی و جعفری شوهر می‌تواند از پشت با زنش عمل دخول انجام بدهد یا نه: از بعضی جاها شنیده‌ام که این کار حرام است و منجر به طلاق می‌شود؟  
**جواب:** در مذاهب چهارگانه اهل سنت، حنفی، مالکی، شافعی و حنبلی آمیزش جنسی از راه عقب با همسر حرام و گناه است، اما موجب وقوع طلاق نمی‌گردد.

**سؤال ۳۰۶:** تشریح سفیدی که در زنان و دختران همیشه دیده می‌شود نماز دارد؟ خانمی که همیشه این ترشحات سفید را ببیند، آیا باید تجدید وضو نماید؟ آیا هر وقت که می‌خواهد نماز بخواند شلوارش را عوض کند؟  
**جواب:** ترشحات زنان دو نوع است:

۱. ترشحاتی که در ظاهر فرج وجود دارد، به اتفاق علما پاک است.  
۲. ترشحاتی که از داخل فرج بیرون می‌آید، درباره‌ی آن دو دیدگاه وجود دارد، بنابر قول ابوحنیفه و اکثر شافعیه و قول مشهور حنابله پاک است. و لباس را نجس نمی‌گرداند، ولی وضو را باطل می‌کند.

**سؤال ۳۰۵:** آیا ورزش از جمله والیبال، بسکتبال، فوتبال، دوش، شنا، پاورلیفتینگ و... و حضور در مسابقات کشوری و جهانی برای زنان و دختران مسلمان جواز شرعی دارد؟ اگر دارد نصوص شرعی آن را بیان فرمایید؟

**جواب:** اگر در این‌گونه ورزش‌ها موازین اسلامی رعایت شود، خانم‌ها حجاب را رعایت کنند یا در معرض دید نامحرم قرار نگیرند، و از آنان تصویر گرفته نشود، جایز است، چون علما می‌گویند: اصل بر مباح بودن است مگر دلیلی برای حرمت وجود داشته باشد.

**سؤال ۲۸۲:** آیا خارج شدن ترشحاتی که از دختران خارج می‌شود، وضو را باطل می‌کند؟  
**جواب:** به پاسخ سؤال ۲۴۷ در بخش اصلی سایت مراجعه شود.

<http://www.islahweb.org/feqhi-questions>

**سؤال ۲۳۹:** آیا پوشیدن لباس تنگ برای زنان جایز است و از نگاه اسلام آیا صورت هم باید پوشانده شود؟

**جواب:** لباس باید به گونه‌ای باشد که بدن را به طور کامل بپوشاند و برجستگی‌های بدن نمایان نشوند. پوشیدن لباس تنگ در محیط خانه برای محارم اشکالی ندارد، اما در بیرون از خانه و در جایی که مردان بیگانه حضور دارند، حرام است و از چنین پوششی نهی شده است و یکی از مصادیق «کاسیات» عاریات است.  
اما پوشاندن صورت واجب نیست.

**سؤال ۲۳۸:** آرایش برای زنان در بیرون از خانه

چه حکمی دارد؟

**جواب:** در اصل آرایش در داخل خانه و باید برای شوهر باشد و آرایش برای بیرون از خانه و برای جلب نظر دیگران جایز نیست. اما مرتب کردن وضعیت ظاهری اشکالی ندارد.

**سؤال ۲۳۷:** به هنگام برگزاری نماز، کودکم در پیش‌روی من می‌نشیند و من نمی‌توانم سجده بروم و در حال نشسته ذکر سجده را می‌خوانم، و می‌خواهد بغلم بیاید، حکم چیست؟

**جواب:** برای درست بودن نماز شرط است که ارکان نماز، در صورتی که نمازگزار توانایی انجام آن را داشته باشد، به طور کامل به جای آورده شوند.

سعی کنید در زمان برگزاری نماز فراغت کامل داشته باشید و به چیزی دیگر مشغول نگردید تا نمازتان با حضور قلب و آمادگی روحی و روانی برپا گردد. اما چنانچه به صورت موردی فرزندان در بر پایی نماز اختلال ایجاد کند، سعی کنید او، سبب به هم ریختن نظم نماز نگردد، و بچه را کنار بگذارید یا خودتان اندکی جابه‌جا شوید و سرتان را در سجده‌گاه بگذارید. اگر آن بچه حامل نجاست نباشد، می‌توانید آن را بغل کنید.

**سؤال ۲۳۶:** در حدود دو سه روز قبل از شروع رسمی دوران قاعدگی خروج مایع قهوه‌ای رنگی را مشاهده می‌کنم که مطمئناً خون نیست. آیا در این مدت نماز بگزارم و روزه بگیرم یا نه؟ در ضمن برای رفع این مشکل چه باید کرد؟

**جواب:** در صورتی که مطمئن هستید خون قاعدگی نیست، در آن مدت نماز گزاردن و روزه گرفتن لازم است.

خون قاعدگی قرمز رنگ و غلیظ و سوزاننده است، و مایع قهوه‌ای رنگ مقدمات قاعدگی است. برای رفع این مشکل به پزشک متخصص مراجعه کنید.

**سؤال ۲۲۸:** ۳۰ سال سن دارم و تا ۲۵ سالگی به نماز اهمیت نمی‌دادم ولی از ۲۵ سالگی به بعد خداوند مرا به راه راست هدایت نمود و یک رکعت از نماز قضا نشده است، تکلیف نمازهای قضا نشده قبل من چه می‌شود؟

**جواب:** در این باره میان علما دو نظر وجود دارد. بعضی از علما می‌گویند: به جای آوردن قضای نمازهای چند ساله عسر و حرج ایجاد می‌کند و برای فرد دشوار است، اگر آن فرد خالصانه توبه کند و بعد از توبه، بر نمازهایش پایبند باشد و نمازهای سنت و رواتب بگذارد ان شاء الله به وسیله آن‌ها نمازهای قضا شده جبران می‌شوند، اما بعضی دیگر از علما گفته‌اند: فرد در حد امکان باید قضای نمازهای فوت شده را به جای آورد.

قول نخست ترجیح داده می‌شود.



## پاسخ به پرسش‌های مشاوره‌ی خانواده و ازدواج

**سؤال ۳۱۸:** می‌خواستم در رابطه با ادامه تحصیل فرزندم مشورت کنم. دخترم پیش دانشگاهی رشته ریاضیست و امسال کنکور دارد. لطفا راهنمایی‌ام کنید در چه رشته‌ای ادامه تحصیل کند بهتر و برای جامعه مفیدتر خواهد بود. ضمناً از لحاظ درسی هم عالیست.

**جواب:** بزرگوار! اجازه دهید عالی بودن دخترتان را در زمینه‌ی تحصیلی تبریک بگویم و آرزو نمایم در زمینه اخلاق هم عالی باشد. رشته‌ی تحصیلی دخترتان عالیست و به امید خدا در کنکور هم موفق خواهد شد. لازم است خدمت تان عرض کنم که در طول رشته‌ی ریاضی در پیش دانشگاهی، رشته‌های فنی و مهندسی زیادی در دانشگاه، انتظار دخترتان را می‌کشد که انتخاب هریک بستگی خواهد داشت به ۱- رتبه‌ی کنکور فرزندان ۲- میزان رغبت و علاقه‌ی دخترتان به آن رشته ۳- سطح توانمندی جسمی و روحی فرزندان برای کار در شغل مرتبط با آن رشته ۴- دانشگاه‌ها و شهرهایی که آن رشته را دارا می‌باشند و مسافت و سطح زندگی و امکانات خوابگاهی و ... ۵- سطح محدودی از انتظارات شما به عنوان ولی. ولی در هرصورت تصمیم نهایی را فرزندان باید بگیرد نه شما. اطلاعات و مشورت‌های لازم را هم خودتان و هم از طریق متخصصان امر در اختیار او قرار دهید و سعی نمایید او را به تصمیم‌گیری منطقی و عاقلانه دعوت نمایید ولی در نهایت تصمیم‌گیری باید با او باشد نه شما. چون تصمیمی که او خود البته آگاهانه اتخاذ نموده، بیشتر متعهد به اجرا و پیگیری آن خواهد بود. هرچند که همه رشته‌ها فی‌نفسه خوبند ولی شرایط محیطی، سنت‌های خانوادگی، آینده‌ی شغلی و سطح توانمندی‌های علمی، روحی و جسمی فرزندان نقش اساسی را باید در انتخاب داشته باشند. فعلاً وظیفه‌ی شما در این مقطع زمانی ایجاد فضای آرام در خانواده همراه با اطمینان بخشی‌های حمایتی و دادن روحیه‌ی پشتکار و تلاش و اعتماد به نفس است. موفق باشید و ...

**سؤال ۳۱۷:** من از مسایل جنسی مربوط به زناشویی چیزی نمی‌دانم و خیلی نگرانم. حتی نمی‌دونم چه جوری شخصی‌حامله می‌شه؟ لطفاً یک سایت معتبر به من معرفی کنید یا خودتون برام توضیح دهید... (۱۸ ساله، دیلم، مجرد)

**جواب:** اولاً بعید است چیزی ندانید چون همه ما از بدو تولد با مظاهری از آن روبه‌رو

بوده و اطلاعاتی هر چند ناخواسته، در دنیای ذهن ما وارد شده است. ولی آن‌ها که خیلی هم می‌دانند، قله قاف را نیموده‌اند. خیلی ساده است زن و مردی که با هم ازدواج می‌کنند یک بُعد زندگی و مهم‌ترین آن به مسایل جنسی برمی‌گردد که بعضاً ناآشنایی با چگونگی برخورد با موضوعات جنسی توسط طرفین منجر به جدایی یا جهنمی به عنوان زندگی می‌شود و احتمالاً شما هم نگران ندانستن طرق تعاملی در حوزه ارتباط جنسی هستید نه اینکه با مسایل جنسی آشنایی ندارید! حمله شدن خامی در اثر ارتباط جنسی زن و مرد و حاصل ورود اسپرم مرد به داخل رحم زن و در نتیجه لقاح با تخمک می‌باشد. در گوگل روابط جنسی سالم زن و مرد را وارد کنید تا اطلاعاتی در این زمینه کسب نمایید. ضمناً قبل از ازدواج نیز با خامی متخصص و صاحب‌نظر و درعین حال متعهد و دلسوز مشورت نمایید. ضمناً مطالب سایت اینترنتی تبیان هم می‌تواند مفید باشد. همچنین آدرس‌های ذیل:

<http://forum.iransalamat.com>

<http://www.beytoote.com>

<http://zanashoei.blogfa.com>

و مطالعه‌ی کتاب‌های دو قلب، خستگی جنسی، بهشت خانواده، پیشنهاد می‌شود.

**سؤال ۳۱۵:** با سلام. پسر من ۶ ساله است. مشکل من این است که پسرم اصلاً از پدر و مادرش حرف شنوی ندارد. شاید پیش آمده که یک حرف را ۱۰ بار به او گوش‌زده کرده باشیم، ولی او هیچ اعتنایی نکند. از جمله در جمع کردن لباس‌هایش، خاموش کردن تلویزیون، آوردن چیزی برای والدین، دست نزدن به چیزی بدون اجازه والدین، نماز خواندن و ... لطفاً راهنمایی‌ام کنید.

**جواب:** شما را به رعایت موارد ذیل جهت برخورد با وضعیتی که نوشته‌اید دعوت می‌کنم، امیدوارم که مفید واقع گردد. پسر شما در سنی قرار دارد که به دنبال یادگیری اقتدار توأم با محبت است، بیشتر از پدر حرف شنوی دارد و به سمت او گرایش دارد و سعی می‌کند تا همه چیز را از آن منبع اقتدار بیاموزد. شما برای این که فرزندان را به حرف شنوی دعوت نمایی لازم است اقتدار خردمندانه‌ای اعمال نمایی و با روش‌های ذیل سعی کنید تا ایشان را به فضایی دعوت نمایی تا سخنان شما را بشنود و عمل نماید.

• جلب توجه از طریق نگاه کردن و برگرداندن صورت و بدن به صورت کامل به هنگام ارایه درخواست

• شروع درخواست با جملات مثبت

• عبارات درخواست واضح و شفاف و قابل فهم برای فرزندان

• لحن بیان تان آرام باشد

• ارتباط سازنده‌ای با وی و سایر اعضای خانواده برقرار نمایید

• از ضمیر من استفاده نمایید (وقتی شما لباس‌های‌تان را مرتب نمی‌کنی، من عصبانی و ناراحت می‌شوم)

• بازخورد رفتاری بدهید (تعریف از رفتار خوب و با فاصله زیاد انتقاد از رفتار نامناسب)

• برخورد کاملاً محترمانه و به دور از هیاهو و جار و جنجال

• گوش دادن به فرزندان به هنگام حرف زدن و درخواست‌های وی

• در یک زمان فقط یک درخواست را مطرح نمایید

• فرصت بدهید تا مطلب را بگیرد بعد عمل کند

• از مثال و داستان برای دعوت او به رفتاری استفاده نمایید

• درخواست خود را پی در پی تکرار نکنید

• رفتاری ملایم داشته باشید و با عنوان درخواست خود سعی کنید به او نزدیک شوید، لمسش نمایید و کار را بخواهید

• برای درخواست خود علت را ذکر کنید (چون قرار است مهمان بیاید بیا باهم لباس‌هایت را جمع کنیم تا ما را بی نظم خطاب نکنند)

• حفظ اقتدار خردمندانه

در صورت انجام ندادن رویه‌ی ذیل دنبال شود:

۱. توجه کامل به زبان بدن خود و همراهی بدن با همه احساسات با کلام و درخواست

۲. حفظ آرامش ولی اصرار بر درخواست صرفاً با سکوت

۳. نگاه پرنفوذ و معنادار مبنی بر اراده و خواست خلل ناپذیر ما

۴. تسلیم نشدن و زود از کوره در نرفتن

۵. درخواست مجدد و نهایی کار و در صورت انجام تشکر و در صورت انجام ندادن محروم کردن موقت از برخی امتیازها.

اما الزام است بدانیم که سن فرزندان اقتضا می‌کند که حرف نشنو باشد و اگر شما برای هرکار جزئی اصرار و پافشاری کنید روح او را خواهید آزد و به رشد طبیعی روحی و روانی وی لطمه خواهید زد. خونسرد باشید و برای تربیت بهتر، دلی به وسعت اقیانوس داشته باشید... مویذ باشید.

**سؤال ۲۴۰:** عرض سلام وادب دارم خدمت همه عزیزانی که در راه اندازی این بخش زحمت کشیده‌اند بهتون تبریک میگم... می‌دونم چه طوری با مشکل تنهاییم کنار بیام بعضی وقتا کم میارم می‌ترسم... دوست دارم زودتر تشکیل خانواده بدم و بچه هامو ببینم... بهم بگین چیکار کنم؟ راهنمایی کنید.

**جواب:** از این که دغدغه‌ی ذهنی‌تان را با این بخش از سایت در میان نهاده‌اید، سپاسگزاریم. خواهر خوب! این نکته را مدنظر داشته باشید که دغدغه داشتن در مورد آینده تنها متعلق به شما نیست و همه‌ی آت‌هایی که اندکی به آینده‌ی خود می‌اندیشند، همواره نسبت به

آینده نگران هستند. پس نکته‌ی اصلی این است که این مشغولیت ذهنی تنها متعلق به شما نیست و افراد دیگری که تعدادشان هم کم نیست، این دغدغه را دارند. دوم این که ما باید برای پیگیری دغدغه‌های ذهنی خود راه و مسیر درست و سنجیده‌ای را بیابیم و به محض یافتن راهکار و مسیر درست، با همت و اراده و مطالعه و تیزبینی گام برداریم. پس لازم است بدانیم چه می‌خواهیم، آن چه می‌خواهیم رویاپردازی است یا درعالم واقع و با توجه به شرایط می‌توانیم به آن دست یازیم؛ و اینکه بیندیشیم چگونه باید گام برداریم تا در مسیر درست دست یافتن به هدف مان قرار بگیریم؛ و به قولی راه را اشتباهی نرویم. درطی این مسیر نیازمند راهنمایی و استفاده از تجربه دیگران و مطالعه‌ی درست و سنجیده‌ی مسیر هستیم. در این مسیر مهم‌ترین کار خودشناسی است. آگاهی از این که تا چه اندازه خود را قبول داریم و چه تصویری از خود داریم. آیا این تصویر واقعی است یا ایده‌آلی و خیالی.

تکیه بر توانایی‌های جسمی، فیزیکی و روحی و روانی و عقلی و عاطفی و با دیدی روشن از توانایی‌هایمان از خود انتظار داشته باشیم. همچنین می‌توان از توانمندی‌ها و نظرات سازنده‌ی دوستان و اطرافیان دلسوز و آگاه سود برد. با این مقدمه برای رسیدن به وضعیت مطلوبتان راهکارهای زیر ارائه می‌شود، باشد که مفید و موثر واقع شود: ۱- در زمینه شناخت خود و توانایی‌ها یتان تلاش بیشتری داشته باشید. تصویر واقعی از خود را کشف نموده و سعی کنید آن تصویر را بپذیرید، چون تا توانایی‌هایتان را باور نکنید، نباید از دیگران انتظار داشته‌باشید شما و توانایی‌هایتان را قبول کنید. ۲- سعی کنید ملاک‌های متناسب با تصویر خود را و حتی کمی پایین‌تر از آن را برای طرف مقابل‌تان مدنظر قرار دهید. ۳- در بین دوستان، خویشان و اساتید دانشگاهی‌تان با کسی که فکر می‌کنید از همه قابل اعتمادتر است و راز شما و دغدغه‌یتان را جدی می‌پندارد و برای درخواست‌تان احترام قابل می‌شود، مشاوره داشته باشید. ۴- مطمئن باشید کسانی هستند که با همین افکار ازدواج هم کرده‌اند، اما وضعیت زندگی‌شان بعد از

ازدواج بسی دشوارتر از زمان تجردشان است، چون انتخاب صحیحی نداشته‌اند و یا در انتخاب خود عشق را برعقل ترجیح داده‌اند. پس سعی کن شتاب زده عمل نکنی و باچشم عقاب‌ی (تیز و هوشیار) انتخاب کنی. ۵- سعی کن در گروه‌های درسی، دینی، ورزشی و ... حضور پیدا کنی و در طی دوران حضورتان، ضمن دوری از ریا توانایی‌ها و داشته‌های خود را بروز دهی تا مورد توجه قرار بگیری و بتوانی فعالیت‌های مثبتی در جهت بکارگیری استعدادهایت انجام بدهی. ۶- از «باربارا دی آنجلیس» کتاب «آیا تو آن گمشده‌ام هستی» را مطالعه بفرمایید. به ویژه بر روی آن قسمت

هایی که به شکست‌ها‌ی عشقی خود اعتراف می‌کنی و آن‌جا که شاهزاده‌ی مذکر را سفیر خوشبختی نمی‌داند، توجه و دقت ویژه‌ای مبذول فرمایید. ۷- توصیه روان‌شناسان برای فردی که قصد ازدواج دارد این است که: عاقلانه ازدواج کردن و عاشقانه زندگی کردن!... در نهایت از خداوند برایتان زوجی فهمیده، متین و مورد پسندتان آرزو داریم و شما هم به آن ذات مقدس توکل و دعا کنید و امیدوار باشید اگر صادقانه از او بخواهید حتما خواهد رساند چرا که من خود عملاً تجربه کرده‌ام و رسانده است. پیروز باشید و شادکام

**سؤال ۱۰۱۶:** آیا درست است که در خانواده مرد مدیر و تصمیم گیرنده است و زن مشاور؟

**۲- خاتم گاهی در مسایل پیش آمده، به جای من تصمیم می‌گیرد و بشدت موجب ناراحتی من می‌شود مثلاً فرض بفرمایید یکی از اقوام، تلفنی ما را برای مهمانی دعوت می‌کند و من در حالی که خود موافقم، وقتی نظر او را جویا می‌شوم همسرم در جواب تلفن، بدون جلب نظر من این دعوت را رد می‌کند و بعد دلایلی را برای من ذکر می‌کند که از نظر من قابل قبول نیست مثلاً می‌گوید این دعوت فقط یک تعارف بوده است و... آیا این کار او درست است؟ ۳- خاتم گاهی اسباب و وسایلی را که از نظر او بدرد نمی‌خورد بدون اجازه من به دیگران می‌بخشد و یا امانت می‌دهد و من را در مقابل کار انجام شده قرار می‌دهد در حالی که من راضی نیستم آیا این کار او درست است؟ ضمناً تحصیلات خاتم سیکل و من لیسانس هستم و ۲۴ سال از ازدواجمان می‌گذرد.**

**جواب:** برادر گرامی! تصمیم گیرنده نهایی در زندگی مرد است ولی در این کار خانم نباید زیاده روی نماید و باید تابع همسرش باشد و شما باید با استفاده از روش‌های منطقی و عاقلانه به همسران تذکر بدهید که این کارشان درست نیست و باید در کارها با شما مشورت کنند و در آخر نظر شما ارجح است. توصیه میکنم کتاب «زندگی عاقلانه» ترجمه مهرداد فیروز بخت را به همسران بدهید تا مطالعه کنند و انشاءالله مشکلاتان رفع شود.

**سؤال ۱۰۱۵:** سلام دختری هستم ۱۹ساله. پیش از این خیلی دلم و کارام با خدا بود. خیلی به رفتارم به دلم به کارهام به جهت گیری‌هام و خلاصه به همه چیز و همه چیزم توجه داشتم که مطابق با خواست خداوند باشد... ولی اکنون مدت‌هاست که دیگه مثل قبل به روحیه و معنویت خودم نمی‌پردازم و حتی بدبختانه خیلی سست و حتی بی توجه شدم. قبل از این همه چیز برایم با خدا معنی می‌داد اینطور بود که اگه حس می‌کردم تا حدودی بنده‌ی خوبی بودم و خیلی پرنشاط می‌شدم و همه چیزم به خوبی پیش می‌رفت و به خاطر هیچ چیز دنیایی، ناراحت

می‌شدم و به همه چیز لبخند می‌زدم اما اگر احساس می‌کردم خوب نبودم واقعا داغون میشدم. من الان خیلی وقته که دیگه مثل اون زمان‌ها نیستم و بدترین قسمت ماجرا اینه که عین خیالم نیست. ولی شکر خدا هنوز به کم اثر از روشنایی تو دلم مونده و گاهی اوقات پیگیر می‌شم که به راهی واسه برگشتن به حالت‌های روحی و معنوی قبلی‌ام پیدا کنم. از شما خواهش می‌کنم راهنمایی کنید و به راهی جلو پام بذارین؛ و به چیز دیگه ... اینکه من اصلاً نمیدونم چرا به این روز افتادم و انقدر از خدام دور شدم. من به سری مشکلات و دغدغه‌های ذهنی دیگه هم دارم که دوست دارم اونارو هم باهاتون در میون بذارم... ولی واقعا این مشکلم واسم تو اولویته.

**جواب:** خواهر گرامی! فاصله گرفتن از خدا ممکن است ناشی از مشغولیت‌های ذهنی مربوط به مسایل دنیوی و شهوانی و عاشقانه باشد که انسان را از خدا دور دور میکند و شهوت و مسایل دنیوی چشم دل انسان را کور میکند و انسان را به ورطه نابودی می‌کشاند. شما همان انسان خوب گذشته هستید ولی باورهای منفی و غلطی در زندگی شما پیاده شده که باید آن‌ها را تبدیل به باورهای مثبت نمایید. توصیه می‌کنم کتاب «هفت عادت مردمان موثر» نوشته استفان گرافی را مطالعه فرمایید تا در زندگی شما تغییر ایجاد شود و باورهای مثبت یعنی نزدیکی به خدا و عوامل آن را در ذهن خود تقویت نمایید تا بتوانید بر این مشکل فایق آید و انشاءالله.

راهکارعملی این است که یک دفترچه یادداشت بردارید و در طول روز و هفته، افکاری که شما را از یاد خدا غافل می‌کند یادداشت کنید و از تکنیک (توقف فکر) استفاده نمایید، هر چه که فکر غیر منطقی به سراغتان آمد همانجا آن فکر را متوقف کنید و به ذهنتان راه ندهید و آن را با افکار مثبت جایگزین نمایید.

**سؤال ۱۰۱۴:** با وجود اینکه یک همسر خوب ومهربان دارم اما درس نخوانده است، به همین سبب می‌خواهم با یک دختر باسواد ازدواج کنم. چکار کنم که اختلاف به وجود نیاید؟

**جواب:** برادر گرامی! اگر سطح سواد همسران پایین است، می‌توانید به ایشان کمک کنید تا باسواد شوند و به خاطر اختلاف در سطح تحصیلات خود را در مخصه بزرگتری که سبب برهم زدن نظم و آرامش خانواده تان می‌شود، نیندازید؛ در زندگی مهربانی و درایت داشتن و بردباری مهم است اگر همسر باسواد باشد و هیچ کدام از این مهارت‌ها را نداشته باشد، تحصیلات چه سودی خواهد داشت.

والله اعلم بالصواب





# بیا تا قدر یکدیگر بدانیم

## صدیق قطبی

زندگی مرگ آگاهانه متفاوت از زندگی مرگ‌هراسانه است. می‌توان با هوشیاری کامل نسبت به مرگی که هر لحظه ما را تهدید می‌کند و در کمین نشسته است، زندگی کرد، بی‌آنکه اضطراب مرگ، شورمندی زندگی را سلب کند و برباید.

توصیه‌ی مولانا و شمس تبریز این است که همواره با عطف نظر به مرگی که در یک قدمی ما انتظارمان را می‌کشد زندگی کنیم. ما معمولاً در زندگی کارهایی را انجام می‌دهیم که اگر در لحظات نزدیک مرگ باشیم از انجام آن تن می‌زنیم و یا از انجام کردارهایی پرهیز می‌کنیم که اگر مطلع باشیم که مرگ در چند قدمی ماست مشتاقانه انجام‌شان می‌دهیم.

«این آینه‌ای روشن است که شرح حال خود در او بیایی، هر حالی و هر کاری که در آن حال و آن کار مرگ را دوست داری، آن کار نکوست. پس میان هر کاری که متردد باشی، در این آینه بنگر که از آن دو کار، با مرگ کدام لایقتر است؟» [مقالات شمس تبریزی]

کار آن کار است ای مشتاق مست  
کاندر آن کار ار رسد مرگت خوش است

شد نشان صدق ایمان ای جوان  
آنکه آید خوش ترا مرگ اندر آن

گر نشد ایمان تو ای جان چنین  
نیست کامل رو بجو اکمال دین

[مثنوی: دفترسوم]

عارفان می‌گویند ملاک ارزیابی و سنجش هر عمل و رفتار این است. تأمل کنید که آیا خوش دارید در همان حال و کار، مرگ به سراغتان بیاید یا نه.

سلمةبن‌دینار می‌گوید: «أَنْظُرُ كُلَّ عَمَلٍ كَرِهَتْ الْمَوْتَ مِنْ أَجْلِهِ فَاتْرُكُهُ ثُمَّ لَا يَضُرُّكَ مَتَى مِتَّ؛ بیندیش؛ هر کرداری که به خاطرش مرگ را ناخوش می‌داری از آن پرهیز آنگاه پروای آن نخواهی داشت چه هنگام مرگ به سراغت آید.» [سیر أعلام النبلاء، محمد ذهبی]

مثالی که مولانا می‌زند ساده است. می‌گوید اگر بدانی که هر لحظه ممکن است بمیرم با من قهر نخواهی کرد. اگر مرگ‌آگاهی داشته باشی و متوجه باشی که هر آن محتمل است چشم از این دنیا فرو بندم از سر رغبت به دل‌جویی و آشتی من می‌شتابی. می‌گوید پس از مرگ بر مرقد من اشک خواهی فشانند و خاک و سنگ مزارم را بوسه خواهی زد؛ حال، هم‌امروز بر روی من بوسه‌ی مهر و آشتی نثار کن که در مجال سرنوشت همچون مُردگانیم.

بیا تا قدر همدیگر بدانیم  
که تا ناگه ز یکدیگر نمائیم

کریمان جان فدای دوست کردند  
سگی بگذار ما هم مردمانیم

غرضها تیره دارد دوستی را  
غرض‌ها را چرا از دل نرانیم

گهی خوشدل شوی از من که میرم  
چرا مرده‌پرست و خصم جانیم

چو بعد مرگ خواهی آشتی کرد  
همه عمر از غمت در امتحانیم

کنون پندار مُردم آشتی کن  
که در تسلیم ما چون مردگانیم

چو بر گورم بخواهی بوسه دادن  
رخم را بوسه ده کاکنون همانیم

[غزلیات شمس]

وقتی قرار است بر گورم بوسه دهی بهتر است  
هم‌اکنون رخسارم را ببوسی.

گُنون پندار مُردم آشتی کن  
که در تسلیم ما چون مُردگانیم.

در کوتاه‌دستی و ناتوانی‌ای که در برابر تقدیر داریم، چونان مُرده‌ایم؛ پس اکنون هم بیندار که مُرده‌ام و با من مُدارا کن. چو بعد مرگ خواهی آشتی کرد + همه عُمر از غمت در امتحانیم. امتحان به معنی رنج و محنت است. می‌گوید آشتیِ پس از مرگ مایه‌ی اندوه مادام‌العمر تو خواهد بود. چون دیگر مجالی برای جُبران نداری. چون نیستم که آشتی و مهر تو را دریابم. گهی خوشدل شوی از من که

میرم + چرا مُرده‌پرست و خصم جانیم. انتقاد مولانا از رویه‌ی عموم انسان‌ها این است که مُردگان را دوست دارند و نه زندگان را. وقتی کسی می‌میرد برایشان عزیز می‌شود. ما اغلب مُرده‌پرستیم.

چون بمیرم فضل تو خواهد گریست  
از کرم گرچه ز حاجت او بری است

برسرگورم بسی خواهی نشست  
خواهد از چشم لطیف‌ت اشک جست

نوحه خواهی کرد برمحرومی‌ام  
چشم خواهی بست از مظلومی‌ام

اندکی زان لطف‌ها اکنون بگُن  
حلقه‌ای درگوش من گُن زین سخن

آنچه خواهی گفت تو با خاک من  
بَرَفشان بر مُدرِکِ غمناک من

[مثنوی: دفترششم]

حافظ می‌گفت: «ایام عُمر بسته به مویی‌است هوش دار» و باز به گفته‌ی او «بر لب بحر فنا منتظریم ای ساقی»؛ توجه به این شعله‌ی کم‌جان و لرزان حیات و زندگی‌ای که بر دریاکنار فنا واقع شده؛ می‌تواند مشی و منش ما را دگرگون کند و باعث شود که بیشتر حال یکدیگر بدانیم و مُراد هم بجوییم. از یکدیگر غفلت نکنیم و فرصت کوتاه و مجال تنک‌مایه‌ی هم‌صحبتی را مغتنم بشماریم. به گفته‌ی محمد حسین شهریار:

وه که با این عُمرهای کوته بی‌اعتبار  
اینهمه غافل شدن از چون منی شیدا چرا

باباطاهر گفته است:

رفیقان قدر یکدیگر بدونید

اجل سنگ است و آدم مثل شیشه

حافظ با آگاهی شگرف از مجال بی‌رحمانه کوتاه زندگی سُروده است:

بیا تا حال همدیگر بدانیم

مُراد هم بجوییم ار توانیم

که می‌بینم که این دشت مشوش

چراگاهی ندارد خرّم و خوش



# ISLAH

