

سَلَامُ اللّٰهِ عَلَيْهَا
نور فاطمه زهرا



کتابخانه دیجیتال
www.noorfatemah.org



تربیت
معنویت
تذہیب

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

تربیت معنویت تهذیب

نویسنده:

ایوب حاتمی سعدآبادی

ناشر چاپی:

دانشگاه آزاد اسلامی (تهران)

ناشر دیجیتال:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

فهرست	۵
تربیت معنویت تهذیب	۶
مشخصات کتاب	۶
چگونه با دختران نوجوان خود رفتار کنیم!	۶
تربیت جنس لطیف؟!	۷
نقش ویژه مادر در تربیت دختر	۹
جمال معنوی زن	۱۱
آرامش جسم و روان در سایه معنویت	۱۲
در چه مواردی اجازه شوهر لازم است؟	۱۳

تربیت معنویت تهذیب

مشخصات کتاب

شماره بازیابی : ۵۱-۵۰۶۴ پدیدآور : حاتمی سعدآبادی، ایوب عنوان و نام پدیدآور : تربیت معنویت تهذیب/پژوهشگر ایوب حاتمی سعدآبادی ؛ استاد راهنما محمدحسن آموزگار ؛ استاد مشاور علی قائمی جزئیات پایان نامه و نوع درجه آن : (کارشناسی ارشد) : تاریخ و فلسفه تعلیم و تربیت مشخصات نشر : تهران، ۱۳۸۲ - دانشگاه آزاد اسلامی مشخصات ظاهری : [۱۷۹] ورق یادداشت : چکیده : فارسی - انگلیسی یادداشت : کتابنامه : ص. ۱۷۲-۱۷۸ شناسه افزوده : آموزگار، محمدحسن، استاد راهنما شناسه افزوده : قائمی، علی، استاد مشاور توصیفگر : اسلام عدالت عدالت اجتماعی تربیت ستم گری شناسه افزوده : دانشگاه آزاد اسلامی (تهران مرکزی). دانشکده روانشناسی و علوم اجتماعی چکیده : هدف پژوهشگر : الف : شناخت معیارهای عدالت و آشنایی با چگونگی تحقق عدالت ب: شناخت موارد ظلم و پیشگیری از گسترش آن روش پژوهش : روش این تحقیق، روش کتابخانه ای (library Research) است. نتیجه کلی : ریشه اصلی بی عدالتهای و فقدان اخلاق و معنویت در هر زمان فقدان یک نظام اجتماعی صالح و شایسته است و برای رسیدن به عدالت و معنویت، نیاز به یک نظام کامل اجتماعی است که مبتنی بر عدالت باشد.

چگونه با دختران نوجوان خود رفتار کنیم!

پدری میگوید: «چگونه با دختر هفده ساله ام رفتار کنم؟» مادری می پرسد: «چگونه با دختر پانزده ساله ام حرف بزنم؟»، «چگونه می توانم به دخترم کمک کنم که به درستی با احساس ها و عواطفش روبه رو گردد؟» و ... محبت، بال پرواز در کودکان کودک از زمانی که به دنیا می آید، دارای غریزه ها و تمایل هایی می باشد که برخی از آنها، بالقوه هستند و مانند آتش زیر خاکستر به وقت خود، فعلیت پیدا می کنند . مانند ثروت اندوزی، امور جنسی و ... برخی دیگر از تمایل های کودک، بالفعل هستند یعنی پس از تولد، رشد و نمو می کنند مانند خوردن، گریه کردن، خوابیدن و ... کودک در رحم مادر، به طور کامل، متوجه کردار، گفتار و هیجان های بیرون، از طریق شریان های حیاتی مادر می باشد. پس از تولد نیز به طور کامل، در معرض کردار و رفتار اطرافیان قرار می گیرد و از سن دو سالگی به بعد، آماده ی بهره برداری می شود . بنابراین، دست نوازش پدر و مادر به ویژه پدر برای او، دارای اهمیت است. توصیه می شود مادران و پدران، کودکان را بر سینه بفشارند تا ضربان قلب آنان با ضربان قلب کودک، درهم آمیخته شود و گرمی و حرارت محبت را لمس کنند. آیا روشهای تربیتی دختران با پسران تفاوت دارد؟ پدر و مادر باید بدانند از آن جایی که تمایل پسران با دختران فرق می کند، در برخی مسائل هم تفاوت دارند . نباید فراموش کرد که پسران، رفتار با جنس مخالف را از مادر می آموزند و دختران از پدر یاد می گیرند. بنابراین، اگر پدری طبیعت وجودی دختر خردسالی را نشناسد و آن طور که خودش می خواهد، با او رفتار کند، این مساله بین پدر و دختر، فاصله می اندازد. دختران نیاز دارند کسی به صحبت های شان گوش دهد نه اینکه بدون شنیدن احساس های شان، از ابتدا راه حل ارائه شود. درباره ی پسران نیز مادران با مشکل مواجه می شوند زیرا پسران حتی اگر کوچک باشند، اعتماد به نفس را در این می بینند که خودشان از عهده ی مشکل های شان بر آیند و نیاز به کمک بیش از حد یا ناز و نوازش ندارند. درک رفتار برخی از ما به طور کلی انتظار داریم که دختران در کارها همراهی مان کنند و پسران، یاغی و تنبل باشند، دختران را همیشه تشویق می کنیم که به مادران شان کمک کنند اما از پسران، انتظار کمک نداریم . فرزندان تان را آن طور که هستند، بپذیرید، نه آن گونه که می توانند باشند . اگر می خواهیم فرزندان مان، خود را انسان هایی با ارزش تصور کنند ، باید آنان را با تمام کاستی های شان بپذیریم. ما باور داریم که برای فرزندان مان، ارزش قائلیم و گاهی نیز آن را بازگو می کنیم اما بیش تر وقت ها، رفتار ما با گفتار مان تناسب ندارد. ما باید به آنان ثابت کنیم بدون توجه به این که چگونه عمل می کنند، برای آنان

به عنوان یک فرد، ارزش قائلیم. روبه رو شدن با یک دختر خشمگین وقتی دختری از روی خشم، مادرش را بی ارزش می خواند، به احتمال زیاد به علت خشمی است که او نسبت به خود، احساس می کند. از این رو، این احساس را روی مادرش، فرافکنی می کند. بیش تر مواقع، وقتی یک دختر نوجوان، عصبانی می شود، نه تنها با آشوب هورمون ها و احساس هایش روبه روست، بلکه احساس بی ارزشی می کند. دختر نوجوان در این سن و سال، با یک به هم ریختگی درونی و بیرونی روبه روست. این احساس را که به او دست داده، دوست ندارد و به همین دلیل، احساس خود را روی مادرش، فرافکنی می کند. مادری که به او اعتماد دارد، او را می شناسد و به شکلی عمیق، او را درک می کند. مادر یک دختر نوجوان باید صبر و شکیبایی زیادی داشته باشد. باید دیدگاهی وسیع داشته باشد و او را به شکلی که لازم است، درک کند. مادر می تواند اعتماد و اطمینان دخترش را نسبت به خود، بیش تر کند و برای رسیدن به این مهم، لازم است که سرخ های احساسی و عاطفی او را پیدا کند. مادر مدیر و دانا، خشم دخترش را در این مرحله از زندگی، به حساب در حال رشد بودن او می گذارد. البته گاهی وقت ها مادر باید به دخترش بیاموزد که خشمش را کنترل کند. اینکه بیاموزیم خود را کنترل کنیم، بخشی از برنامه ی رسیدن به بلوغ و بزرگی است. مواقعی هست که باید بگذارید دخترتان فریاد بکشد. احساس های ناخوشایندش را آنقدر تخلیه کند تا به آرامش برسد. در بسیاری از مواقع، وقتی دختر به شدت خشمگین می شود، بهتر است مادرش از صحنه بیرون برود و بگوید: «من نمی توانم حرف های تو را تحمل کنم. بهتر است که نیم ساعت، تنها بمانم.» اگر ترک کردن اتاق، امکان پذیر نباشد، شاید چند ثانیه سکوت، نتیجه ی دلخواهی بدهد. تغییر کردن با دخترانمان برای آنکه در دوران نوجوانی دخترمان، به او نزدیک تر بمانیم، باید در کنار او و با او تغییر کنیم. این بدان معناست که روش های مقتدرانه را کنار بگذاریم و رفتاری دوستانه تر در قبال دخترمان در پیش بگیریم. برای آنکه به دخترانمان نزدیک تر شویم، لازم است به آنان، آزادی بیش تری بدهیم و مسوولیت های جدیدی را به آنان واگذار نماییم.

تربیت جنس لطیف!؟

امروزه بیش از هر زمان دیگر باید به تربیت دختران همت گماشت؛ زیرا از یک سو نزدیک به نیمی از نیروهای فعال و کارآمد جامعه را قشر زنان و دختران تشکیل می دهند و از سوی دیگر، گستره فعالیت آنان، همه امور فردی و اجتماعی را در بر می گیرد. ضمن آنکه پرهیز از اختلاط زن و مرد در بیشتر مراکز و اداره های خصوصی و دولتی، امری سخت شده است، در چنین شرایطی باید دانست که تنها در صورت تربیت درست و اسلامی دختران است که جامعه در امنیت به سر می برد و نابهنجاری های اخلاقی و اجتماعی کاهش می یابد. اگر جامعه زنان و دختران در رفتار و داد و ستد و رفت و آمدهایشان، دستورهای شرعی را رعایت کنند و با حفظ حجاب و پوشش اسلامی در اجتماع حضور یابند، انحراف های اخلاقی به میزان قابل توجهی کاهش می یابد؛ زیرا بیشتر نابسامانی های فرهنگی و اجتماعی بر اثر اختلاط زن و مرد و جوانان دختر و پسر و در پی رعایت نکردن حدود اسلامی پدید می آید که با تربیت دینی نسل جوان به ویژه دختران می توان از این مسئله پیش گیری کرد. حضور چشم گیر دختران و زنان در جامعه و گسترده بودن فعالیت آنها، به فرهنگ سازی درست این گونه ارتباط ها نیازمند است که با پرورش درست به دست می آید. تربیت دختران در محیط خانواده مهم ترین هدف از تربیت دختران افرون بر خودسازی و پرورش باورهای دینی، آشنا کردن آنان با فنون و شیوه های زندگی مانند شیوه شوهرداری، فرزندپروری، همسایه داری و معاشرت با مردم است. بدین معنا که دختران در کنار فراگیری اندیشه های دینی و آموختن رفتارهای اسلامی، نقش آفرینی در عرصه های گوناگون زندگی را نیز بیاموزند. وظیفه مادر است که از کوچکی به آموختن نقش ها به فرزندان و دختران شان بپردازد؛ زیرا محیط خانه مناسب ترین فضا برای نقش آموزی دختران است و مادر، شایسته ترین معلم و راهنما برای دختر به شمار می رود. ارتباط عمیق مادر و فرزند و اعتماد همه جانبه دختر به مادر، مهم ترین عامل در اجرای فرآیند تربیت و اثرگذاری آن است. دختر با دیده اطمینان و اعتماد به مادر می نگرد، به

گفته او گوش می دهد و هر چه بخواهد بدان عمل می کند. بدین سان مادر، تنها کسی است که از نزدیک با دخترش ارتباط دارد و از نیازهای مادی و معنوی او آگاه است. او بیش ترین زمان را در کنار دختر سپری می کند و از خواسته های قلبی وی آگاهی کامل دارد. از این رو، قادر است مسائل مهم و ضروری را روشن و آشکارا با دخترش در میان بگذارد و انجام دادن آن را از وی بخواهد. البته مادر در صورتی می تواند به نقش آفرینی دختر کمک کند که خود، با نقش های موردنظر آشنایی کامل داشته باشد. هدف از تربیت دختران، افزون بر بیمه کردن آنان در برابر انحراف های دینی و اخلاقی، آموزش نقش های مورد نیاز وی در زندگی خانوادگی و اجتماعی است، که مناسب ترین معلم در این زمینه، مادر و بهترین مدرسه برای انجام این کار، محیط خانه است. زن و انجام وظیفه هم سو با ویژگی های جسمانی هر چند زن و مرد در اصل آفرینش، دو گوهر از یک وجودند و مراحل تکوین و رشد جسمی را به صورت یکسان می گذرانند، تفاوت هایی نیز با هم دارند که در خور دقت و توجه است. از نظر جسمی و بدنی، تفاوت های چشم گیری میان زن و مرد هست که از این نظر، هر گروه ویژگی های مربوط به خود را دارد. زن بر اثر ظرافت و آسیب پذیر بودن جسمی، تحمل کارهای پرانرژی و طاقت فرسا را ندارد. از این رو، استقامت و پایداری زن در انجام دادن امور مربوط به نقل و انتقال اشیای سنگین و فعالیت های فیزیکی، بسیار کمتر از مرد است. ویژگی های جسمی و روحی زن و مرد، منشأ بسیاری از تفاوت ها در نقش های اجرایی و اجتماعی آن دو در مقام عمل شده است که آثار خود را در سطح جامعه نشان می دهند. زنان بر اساس زمینه ها و شرایط وجودی خود، قادر به انجام دادن برخی از وظایف اجتماعی که مردان توان آن را دارند، نخواهند بود. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نیز با توجه به این امر، پس از ازدواج حضرت علی علیه السلام و فاطمه علیها السلام نوعی تقسیم کاری میان آنها به وجود آورد که هماهنگ با وضع جسمی آن دو باشد و هر کدام از آنها به وظایف خاص خود عمل کنند. در حدیثی آمده است که پس از ورود فاطمه علیها السلام به خانه علی علیه السلام، پیامبر صبحگاهان به خانه علی علیه السلام آمد، علی و فاطمه علیها السلام را در کنار خود نشاند و فرمود: کارهای داخل خانه همچون غذا پختن، جارو زدن، اداره فرزندان و مانند آن به عهده فاطمه علیها السلام و کارهای بیرون خانه مانند تهیه مواد خوراکی و فراهم ساختن هیزم و وظیفه علی علیه السلام باشد. در حقیقت، این جداسازی وظایف بر اساس استعداد و توانایی های ذاتی زن و مرد صورت گرفت و با شرایط فیزیکی و روانی آن دو هماهنگ بود. به علاوه، زن و مرد با پذیرفتن مسئولیت های ویژه خود، نوعی صفا و صمیمیت را در فضای خانه حاکم می کنند. هر کدام از زن و مرد باید وظایف خود را انجام دهند و کارهای داخل خانه بیشتر وظیفه زن و امور بیرون خانه وظیفه مرد است. به تعبیر مولوی: هر کسی را بهر کاری ساختند. تربیت اقتصادی دختران یکی از جنبه های تربیت زنان و دختران، تربیت اقتصادی آنان است. اگر زنان و دختران از دانش اقتصاد خانواده بهره مند باشند، بهتر می توانند به ایفای نقش خانه داری بپردازند. تربیت اقتصادی به معنای کارآموزی فنون خانه داری و فراگیری شیوه های درست مصرف مالی است. آشنا ساختن دختران با آشپزی و تهیه غذای مناسب بدون اسراف و تباه کردن مواد اولیه، از وظایف مادران است. قرآن کریم دستورهای متعددی در زمینه اقتصاد و امور معیشتی مردم دارد و همه آنها را به رعایت میانه روی در دخل و خرج سفارش می کند. مسرفین و کسانی که در استفاده از منابع و امکانات مادی زیاده روی می کنند، در قرآن از اهل دوزخ شمرده شده اند، آنجا که خداوند می فرماید: «وَأَنَّ الْمُسْرِفِينَ هُمْ أَصْحَابُ النَّارِ؛ و مسرفان اهل آتشند.» (غافر: ۴۳) ایجاد روحیه میانه روی در دختران، از عوامل مهم در اداره اقتصاد خانواده است، به گونه ای که این ویژگی در موفقیت و پیدایش رضایت اعضای خانواده و سازگاری با آنان، به ویژه تأمین رضایت شوهر نقش حیاتی دارد. اگر دختر در خانه پدر با روحیه میانه روی و آینده نگری بزرگ شود، می تواند آن روش را در خانه شوهر نیز ادامه دهد و زندگی آبرومندی را برای خود و اعضای خانواده اش فراهم کند. در مقابل، اگر پدر و مادر به تربیت دختر توجه نکنند و او تجمل گرا و خودسر بار آید، چنین دختری در اداره امور خانه موفق نخواهد بود، چنان که دختران خانواده های سرمایه دار که بیشتر در ناز و نعمت بزرگ می شوند، توانایی چندانی در اداره خانه ندارند. در واقع، بسیاری از آنها با توجه به

نوع زندگی در خانه پدر، توقع زیاد و خواسته های نامعقول دارند که شوهران سطح متوسط جامعه، از پاسخ گویی به انتظارات و خواسته های آنان ناتوانند و بدین جهت، نظام خانواده به تدریج، بر اثر ناسازگاری دچار سستی و فروپاشی می شود. سیره فاطمه زهرا علیها السلام، الگوی مناسب میانه روی و قناعت و بی نیازی از مردم است که زنان مسلمان باید از آن پیروی کنند. جریان انفاق لباس عروسی و بستند کردن به پیراهن کهنه، از رویدادهای بسیار زیبا و جالبی است که تنها در شب عروسی دخت پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله فاطمه زهرا علیها السلام واقع شده و در طول تاریخ نظیر آن مشاهده نشده است. یکی از آرزوهای معمول جوانان این است که مراسم ازدواجشان به عنوان مراسمی که یک بار در زندگی شان اتفاق می افتد، باید هر چه باشکوه برگزار شود. این مسئله، طبیعی است و هر جوانی خواهان آن است، ولی حضرت زهرا علیها السلام که تربیت یافته مکتب وحی بود، فراتر از خواسته ها و گرایش های انسانی می اندیشید و با عمل به سیره رسول خدا صلی الله علیه و آله در قناعت ورزی، در همان شب به یاد ماندنی زیباترین لباسش را به سائل داد و رضای خدا و پیامبرش را برخواسته های طبیعی خود مقدم داشت. تربیت اقتصادی، در اداره زندگی نقش اساسی دارد و در ایفای نقش خانه داری و امور معیشتی اثرگذار است. از این رو، لازم است از دوره کودکی به تربیت اقتصادی دختران اهتمام ورزید و آنها را با روحیه قناعت و صرفه جویی پرورش داد. زندگی با عزت و شرافت فاطمه زهرا علیها السلام که با ایشار و از خود گذشتگی عجین بود، برترین راهنمای زنان و دختران مسلمان است. بهره برداری درست زن از ویژگی های عاطفی و روانی خود زن از نظر روانی و عاطفی سرشار از مهر و محبت و صفا و صمیمیت است. ساختار وجودی زن به گونه ای است که در مقایسه با مرد قدرت جذب بیشتری دارد و در ابراز احساس ها و عواطف نیز توان بالایی دارد و این ویژگی عاطفی و روانی زن، فرصتی است برای او تا در اداره امور خانواده و تربیت نسل فرزند نقش مهمی را به خوبی و شایستگی ایفا کند. بر این اساس، مهم ترین نقشی که از وی انتظار می رود، جز نقش تربیتی نیست. زنان به دلیل بهره مندی از عاطفه ای سرشار و روانی لطیف، در امر تربیت فرزندان، از مردان موفق ترند. سایت حوزه - پدیدآورنده: محمد احسانی گروه خانواده و زندگی تبیان - تنظیم: ندا داودی

نقش ویژه مادر در تربیت دختر

یکی از موفقیت های مکتب های تربیتی در این است که برنامه های خود را بر اساس نیازهای درونی و فطری افراد با ارایه شیوه های صحیح تربیتی، پایه گذاری کنند، زیرا نیازمندی های روحی افراد با اختلاف در جنس و سن به گونه ای است که روشی مخصوص به خود را می طلبد. از آنجا که دختران، همسران و مادران آینده خواهند بود، خداوند در فطرت آنها شرایط و روحیات لازم مادری و همسری را قرار داده است. در پرورش و تربیت دختران باید این اصل مورد توجه قرار گیرد که آنها را برای چه نوع زندگی و داشتن چه تحلیل و دیدگاهی از حیات آماده می کنیم؟ آیا از آنها زنانی می سازیم که فقط در صدد رفع نیازهای مادی و جسمی خود هستند؟ و یا زنانی که کسب مکارم و محاسن اخلاقی و ارزشهای معنوی را وجهه هدف خویش دارند؟ در تربیت دختران، اصل بر آموزش مسایلی است که در حال یا آینده بدان نیازمندند. در زمان بعثت رسول اکرم (ص) فرهنگ و بافت فکری مردم عرب به گونه ای بود که دختران را مایه ننگ و بی برکتی می دانستند و برای فرار از این ننگ، آنها را زنده به گور می کردند و اسلام در مبارزه با جهالت و کج اندیشی مردم به دفاع از مقام و موقعیت زنان برخاست و به آنها شخصیت داد. در تعبیرات اسلامی پسر به عنوان «نعمت خدا» و دختر به عنوان «حسنه» معرفی شده است. اگر کسی «نعمتی» در اختیارش قرار گرفت به خاطر استفاده صحیح یا غلط از آن مورد سؤال قرار می گیرد. اما «حسنه» تفضلی است از طرف خدا که باید با عنایت بیشتری به آن نگریست. از طرف دیگر نیازها و روحیات پسران و دختران یکسان نیست. از مطالعات مختلف چنین بدست آمده است که محبت، رفتار انفعالی، عاطفی و حمایت کننده بیشتر به عنوان ویژگی های زنانه، و پرخاشگری، استقلال، رقابت و سلطه و حاکمیت، بیشتر به عنوان

خصوصیات مردانه مطرح شده اند. «دختران در مقابل خواسته های والدین و سایر بزرگسالان، بیشتر فروتنی نشان می دهند و این مسأله حتی از سنین کودکی اول نیز کاملاً محسوس است ... مدارکی وجود دارد که نشان می دهد که دختران بیش از پسران در مقابل ناسازگارهای خانوادگی و فشارهای عاطفی تحمل دارند. همچنین پسران، بیش از دختران، دارای مشکلات عاطفی و یادگیری در محیط مدرسه می باشند. مشکلاتی مانند: ناتوانی در نوشتن و خواندن، نقایص تکلمی و مشکلات رفتاری و عاطفی.» (۱) لطافت روح دختران و دستورات اسلام در مورد حفظ احترام آنها بیانگر تفاوت ساختاری دختر و پسر است. اسلام در برآوردن نیازهای روانی و عاطفی هر یک، مطابق زمینه های فطری و غریزی آنها عمل می کند. پیامبر اکرم (ص) می فرماید: «مَنْ دَخَلَ السُّوقَ فَأَشْتَرَى تُخْفَةً فَحَمَلَهَا إِلَى عِيَالِهِ كَانَ كَحَامِلٍ صَدَقَةٍ إِلَى قَوْمٍ مُحَاوِجٍ وَلَيُؤْذَى بِالْأُنْثَى قَبْلَ الذَّكَورِ.» (۲) هر کسی که از بازار هدیه ای خریداری کند و برای خانواده اش ببرد همانند کسی است که صدقه ای را برای نیازمندان با خود می برد. این فرد در هدیه خود، دختران را بر پسران مقدم بدارد. در این کلام، روح لطیف و عاطفی دختران مورد توجه رسول اکرم (ص) قرار گرفته است و پدران را به تأمین این نیاز روحی آنها توجه داده است. و باز آن حضرت می فرماید: «خَيْرُ أَوْلَادِكُمُ الْبَنَاتُ» (۳) بهترین فرزندان شما، دختران هستند. اصرار به حفظ حرمت دختران به خاطر نقش آینده آنهاست. دختری که در آینده ای دور یا نزدیک در مقام مادری، همسری و مدیریت خانه قرار می گیرد باید دانستنی های ضروری این مقام را بداند، باید روح و روانش به گونه ای تربیت شده باشد که بهترین مادر و بهترین همسر باشد. از نظر اسلام، زن عامل مودت و رحمت و سبب آرامش است. در تنگناهای زندگی، مرد را پناه می دهد و اضطراب او را فرو می نشاند. از این رو نقش عمده سازندگی در جامعه به زن برمی گردد و انسانها، هستی و رشد و کمال خود را مدیون او هستند. نقش زنان در پیشبرد تمدن و هویت ملتها بسیار اساسی است. بسیاری از صفات و روحیات فردی و اجتماعی دختران در برخورد با مسایل فرهنگی، اقتصادی و مذهبی، در دامن مادران شکل می گیرد. نظم، انضباط، صرفه جویی، برنامه ریزی اقتصادی، پای بندی به مذهب، چگونگی برخورد با اقوام و همسایگان، معاشرت با همسر و ... نمونه هایی از رفتار مادران در شیوه تربیت دختران است. پرورش روانی و فرهنگی ارتباط جسمی و روحی و روانی دختر به مادر بیشتر و عمیق تر است. دختر نمی تواند خود را جدای از مادر بداند و زندگی بدون مادر برای او مشکلات روحی و روانی به بار می آورد. مادر محرم اسرار دختر است، چون بلوغ او زودتر از پسران است به ناچار نیاز ضروری به همدلی و صمیمیت با مادر دارد و از نظر محیطی هم ارتباط دختر با مادر بیشتر از پدر است. به همین جهت در پرورش روانی دختران باید در آنها مصونیتی را ایجاد کرد تا در برابر نابسامانی ها، مظاهر ضد ارزش، انحرافات موجود و نیرنگهای مکاران در جامعه، شخصیت و هویت خود را از دست ندهند. از این رو والدین بویژه مادران در خط مشی تربیتی خود در کنار محبت کافی به آنها، دسیسه های انحرافی جامعه و ضرورت حفظ استقلال فرهنگی را با منطق و با استفاده از نمونه های واقعی و تاریخی، برایشان تبیین کنند تا در ادامه راه خود دچار تزلزل و سستی نشوند. شخصیت و متانت خود را حفظ کنند و در برخورد با هموعان خود، الگوی رفتاری قابل قبولی برای آنها باشند. پرورش دینی و اجتماعی دختران نقش معنوی مادر در شکل دهی نیازهای درونی دختر، بسیار ارزنده است. از این رو پرورش دینی دختران باید به گونه ای باشد که او را به خداوند نزدیک سازد، آنچنان که در همه کارها و حالات خدا را ناظر بر خود بداند و یقین کند که خدا دوستدار کارهای نیک اوست و در عین حال اگر خلافی مرتکب شود، مجازات می شود. باید با استفاده از حس قهرمان جویی دختران، زنان پاکدامن و باتقوای تاریخ را به آنها معرفی کرد تا در سیر علمی و عملی خود با شتابی بیشتر حرکت کنند. مادر باید مسایل اعتقادی مانند توحید، نبوت، عدل، معاد، بهشت و جهنم، ثواب و عقاب را با زبانی ساده و متناسب با فهم آنان برایشان بیان کند. آموزش مکارم و محاسن اخلاقی از ضروریات زندگی انسانها بویژه زنان و دختران است، زیرا زندگی بدون اخلاق و تربیت بدون معنویت بی معناست و انسان را به جنایت و نگرانی سوق می دهد. مکارم و محاسن اخلاقی چیست؟ خلقیاتی که معیار انسانیت و حاکی از بزرگواری طبع و تعالی و رشد روحانی است، مکارم اخلاقی نامیده می شوند. مانند رعایت انصاف و

عدالت، گذشت، فداکاری، وفاء به عهد و امانتداری و ... اوصافی که مایه حسن روابط اجتماعی و باعث جلب منافع مادی و بهبود زندگی است، محاسن اخلاقی نامیده می شوند. مانند: خوشرویی و تبسم با مردم، احترام به دیگران، پاکیزگی لباس و بدن، ادب در گفتار، عیادت بیماران، تسلیت مصیبت زدگان و رسیدگی به امور محرومان و ... اگر چه این صفات دلیل بر حقانیت صاحبان آن صفات نیست. اگر می خواهیم دختران، بددهن نباشند و از خودنمایی و ظاهر فریبی پرهیزند، خودآرایی را نشانه عظمت و ارزش خود ندانند، با اطرافیان رفتار ناشایست نداشته باشند و در اجتماعات از فخرفروشی و تحقیر دیگران پرهیزند، باید نقش معنوی مادر را تقویت کرد و او را از این انحرافات باز داشت. مادری که دایم درگیر نزاع با شوهر است و با او کنار نمی آید، روح امید به داشتن یک زندگی خوب را در دخترش می میراند و او را نسبت به زندگی آینده اش مأیوس می کند، زیرا دختران برای رفتارهای آینده اجتماعی خود، برخوردهای مادران را الگو قرار می دهند و شیوه های برخورد با همسرانشان را از مادرانشان یاد می گیرند. دختری که قدم به زندگی جدید گزیده و شوهرداری را آغاز کرده است، به جهت ناآشنایی او و شوهر جوانش به رموز زندگی و شیوه همسرداری، با مشکلات و نابسامانیهای موقت مواجه می شود که با مادر و خواهرانش در میان می گذارد و از آنها چاره جویی می کند. در اینجا، مادر دو شکل راهنمایی و موضع گیری می تواند داشته باشد: ۱- دخترم هر کس در اول زندگی با این مشکلات روبه رو است و تا آشنایی با روحیات یکدیگر و استحکام پایه های زندگی، با صبر و حوصله و استفاده از جاذبه های زنانگی می توان اخلاق مرد را عوض کرده و زندگی را به کام خود شیرین نمود. ۲- اگر می خواهی شوهرت اصلاح و مطیع شود، با او قهر کن، در مسایل غذا، لباس و زناشویی، به او بی اعتنا باش تا شاید به خود آید و دست از بی مهری و لجبازی بردارد. در نوع دوم، از راهنمایی دختر جوان به واسطه بی توجهی مادر به ظاهر دلسوز، پایه های بغض و کینه با شوهر را بنا می گذارد و در نقش اصلی خود که آرام بخشی به شوهر است، اختلال ایجاد می کند. از این رو بهترین مادران، کسانی هستند که دخترشان را به شوهر علاقه مند سازند و او را از نافرمانی در مقابل شوهر باز دارند. آنان را به زندگی امیدوار سازند و ارزش تربیت خوب فرزندان را به آنان بنمایانند. پاورقی ۱- روانشناسی رشد، جمعی از مؤلفان، انتشارات سمت، ج ۱، ص ۳۳۱. ۲- مستدرک الوسائل، ج ۱۵، ص ۱۱۸. ۳- همان مأخذ، ص ۱۱۶. مجله: پیام زن گروه خانواده و زندگی تبیان - تنظیم: ندا داودی

جمال معنوی زن

زن باید شخصیت خود را در امور معنوی جستجو کند و این را تبلوری از ارزشهای خود بداند. اگر چنین بینش و تفکر و اعتقادی برای زن پیدا شد، احساس کمبود نمی کند، و ارزش خویش را در تن آرای و خودنمایی و لباسهای رنگارنگ و حرکات هوس انگیز نمی داند. زنانی که به نمودهای ظاهری و تجمل و تنوع می پردازند، و از این نمایشگاه به آن نمایشگاه، به سراغ اسباب آرایش و زیور آلات جالب تر و کفش و لباس شیک تر می روند، از آن قشر زنانی هستند که از سرمایه های معنوی محرومند و جمال معنوی، برای آنان نامفهوم است. اینان، کمبود خویش را بدین گونه جبران می کنند، عطش شخصیت نمایی را از این طریق فرو می نشاندند. چاره و علاج این درد، این است که به زن ارزش بدهیم؛ یعنی فرهنگ معنوی او را غنی کنیم، به او بینش و آگاهی دهیم، هدف از خلقت آفرینش را به او تفهیم کنیم، زمینه ی مطالعه ی او را در خودشناسی، خداشناسی و ... فراهم نماییم و جمال و زینت های معنوی و علمی و شکوفایی استعداد های نهفته درونی را جایگزین این ابتذال و ظاهر بینی و ظاهر فریبی کنیم. کارهای فرهنگی و تربیتی اسلامی و مسابقه های علمی و هنری و میدان دادن به زن جهت نقش آفرینی در صحنه ی ارزشهای معنوی، می تواند او را به مسیر فطرت و جایگاه اولیه اش برگرداند. پرورش شخصیت زن از اجتماع جدا نیست. اگر زن مسلمان بر اساس ملاکها و ارزشهای اجتماعی در اسلام تربیت شود، عطش پرورش و نمو شخصیت، از مسیر صحیح اشباع می گردد و ارزشهای کاذب جایگزین ارزشهای واقعی نمی شود. مقایسه ی زن اروپایی با زن ایرانی مسلمان: ما باید زنهای ایرانی را که تربیت

شده ی مکتب اسلام هستند ، به دنیا معرفی کنیم ، تا الگو و اسوه برای زنهای دنیا باشند ؛ از نظر شوهر داری ، مادری و صبر و مقاومت آنها در برابر مشکلات و ایثار و فداکاری در زندگی و ... در مقابل آن ، زن غربی را می بینیم که اگر شوهرش بیمار شد و دکتر او را جواب نماید ، شوهر را رها می کند و می رود ، یا زنی که ارتباط ناسالم با دیگران دارد و بی مهری و بی وفایی به شوهر نشان می دهد ، یا زنی که در برابر ناملایمات زود از پا در می آید و گریه و فغانش بلند می شود و تاب مقاومت در مقابل سختی های زندگی را ندارد . اما زن مؤمن و ایرانی ، وقتی شوهرش در زمان جنگ تحکیمی به جبهه می رود و قطع نخاع می شود ، با همان وضعیت ، تا پایان عمر به پای او می نشیند و می سازد و مانند کوه استوار ، در برابر مشکلات مقاومت و ایثارگری می نماید و در عین حال ، یک کلمه که موجب رنجش شوهر یا نشانه ی دلسردی و احساس ضعف باشد ، بر زبان جاری نمی کند و می گوید . راضی برضای خدا هستم . پیامبر اکرم ص فرمودند : « كُلِّ إمَاءَ صَبَرَتْ عَلَى زَوْجِهَا فِي الشَّدَّةِ وَالرَّخَاءِ وَكَانَتْ مُطِيعَةً لَهُ وَ لَامَرَةً حَشَرَهَا اللَّهُ تَعَالَى مَعَ امْرَأَةِ أَيُّوبَ » یعنی ، هر زنی که برای شوهرش در سختی و آسانی (زندگی) صبر و شکیبایی ورزد و فرمانبردار او و دستوراتش باشد ، خدای بزرگ آن زن را با زن حضرت ایوب ع محشور می کند . باید زنان فداکار و وفادار مؤمن معرفی شوند ، تا آنهایی که دم از فرهنگ غرب می زنند ، قدر فرهنگ خودی را بدانند . بنظر شما ، آن زن تربیت شده ی اروپا دارای شخصیت است یا این زن پرورش یافته در مکتب اسلام ؟! آیا آن زن اروپایی باید الگوی ما باشد ، یا آن زنی که شوهرش ، وقتی از کار می افتد ، با عفت و با کمال مناعت و بزرگ منشی ، کارهایش را انجام می دهد و زندگی را اداره می کند ! آری ! باید بیش تر توجه کنیم که اسلام چه شخصیت هایی را پرورده است . ما باید امروز به زنان خویش افتخار نماییم . چه افتخاری بالاتر از این که زنان بزرگوار ما در مقابل رژیم ستمکار سابق و پس از سرکوبی آن ، در مقابل ابرقدرتها و وابستگان آنان در صف اول ، ایستادگی و مقاومتی از خود نشان دادند که در هیچ عصری چنین مقاومت و شجاعتی از مردان ثبت نشده است . مقاومت و فداکاری این زنان بزرگ در جنگ تحمیلی آن قدر اعجاب آمیز است که قلم و بیان از ذکر آن عاجز ، بلکه شرمسار است . مثلاً ازدواج یک دختر جوان با یک پاسدار عزیز که در جنگ ، هر دو دست خود را از دست داده و از هر دو چشم آسیب دیده بود . آن دختر شجاع با روحی بزرگ و سرشار از صفا و صمیمیت گفت : حال که نتوانستم به جبهه بروم ، بگذار با این ازدواج دین خود را به انقلاب اسلامی و به دینم ادا کرده باشم . حضرت امام خمینی ره در تجلیل از چنین بانوان ایثارگری می فرمایند : عظمت روحانی این صحنه و ارزش انسانی و نغمه های الهی آنان را نویسندگان ، شاعران ، گویندگان ، نقاشان ، هنر پیشگان ، عارفان ، فیلسوفان ، فقیهان و هر کس را که شماها فرض کنید ، نمی توانند بیان و یا ترسیم کنند و فداکاری و خداجویی و معنویت این دختر بزرگ را هیچ کس نمی تواند با معیارهای رایج ارزیابی کند . www.lailatolgadr.ir

آرامش جسم و روان در سایه معنویت

معنویت مرحله ی است که در آن معنا ، امید ، آسایش و آرامش درون را درمی یابیم . یکی از تأثیرات مهم معنویت در زندگی ، ارتقاء سلامت (جسم و روان) است . حفظ سلامت مستلزم تغذیه مناسب ، ورزش و استراحت کافی ، پرهیز از عادات غلط مانند سیگار کشیدن است . اما باورهای ما نیز بر سلامت و طول عمرمان تأثیر می گذارد . مطالعات نشان داده اند که گرایشات معنوی قوی و نگرش مثبت موجب ارتقای سلامت می شود و بیمارانی که گرایشات معنوی قوی دارند به بهبود خود از بسیاری بیماریهای مزمن کمک می کنند . معنویت مرحله ی است که طی آن افراد ، معنی زندگی را درک می کنند . این معنا چیزی فراتر از خودمان است . در واقع معنویت همان چیزی است که آرامش و امنیت خاطر را فراهم می کند . افرادی با باورهای مذهبی یا معنویت به واسطه بهره مندی از آرامش درونی کمتر دچار پاسخهای استرسی می شوند . از طرفی سلامت روح و روان به ایجاد نگرش مثبت کمک می کند و این به نوبه خود احساس درد را کاهش می دهد . بر اساس مطالعات انجام شده باورهای مذهبی قوی در افزایش

توان جسمی افرادی که جراحی شده بودند مؤثر بود و حتی تأثیر این باورها در ترک اعتیاد هم به اثبات رسیده است.

www.trib.ir

در چه مواردی اجازه شوهر لازم است؟

زنان و انجام تکالیف دینی ماه مبارک رمضان فرا رسیده است. در این ماه عزیز مؤمنان توفیق می یابند که علاوه بر انجام فرایض دینی، اعمال مستحبی را نیز به جای آورند. بویژه خانمها که فراغت بیشتری دارند سعی می کنند با برگزاری مراسم مذهبی و شرکت در مجالس تفسیر و مقابله قرآن و خواندن نمازهای مستحبی از برکات و فیوضات این ماه گرامی برخوردار شوند. اما باید مراقب باشند که به خاطر انجام مستحبات از واجبات غافل نشوند؛ به عنوان مثال انفاق کردن، صدقه دادن، خواندن نماز مستحبی، رفتن به زیارت ائمه اطهار(ع) و شرکت در مراسم مذهبی خیلی ثواب دارد، ولی آیا می توان بدون رضایت شوهر همه این اعمال مستحبی را انجام داد؟ در این مورد گفتگویی با محمد علی واعظ موسوی، استاد حوزه و دانشگاه انجام داده ایم که از نظرتان می گذرد: این مشاور مذهبی با بیان اینکه ماه مبارک رمضان در میان ماهها از جایگاه والایی برخوردار است، می افزاید حدیثی داریم از امام معصوم (ع) که می فرماید: در روزگار شما نسیم های الهی وزیدن می گیرد، خودتان را در معرض آن نسیم ها قرار دهید و از مواهب آن برخوردار شوید. رمضان یکی از آن نسیم های الهی است و بهترین ماه در میان ماههاست، چه خوب است آن را درک کنیم و از هر لحظه این ماه عزیز استفاده ببریم. وی در ادامه می گوید: در میان تکالیفی که انجام می دهیم بهترین اعمال روزه است، اما این امر فقط ترک خوردن و آشامیدن و پرهیز از سایر مبطلات آن نیست، بلکه روزه از نظر اخلاقی نیز خیلی بالاتر از اینهاست. شخص روزه دار باید تمام اعضا و جوارحش روزه باشد. مخصوصاً خانمها باید دقت داشته باشند که انجام مراسم عبادی آنان با وظایف و تکالیف اجتماعی و خانوادگی شان تداخل پیدا نکند؛ مثلاً، اگر شخصی بخواهد نماز اول وقت بخواند در آن حال طلبکار به او مراجعه کند، فقها دستور می دهند باید ابتدا طلب طلبکار را بدهد، بعد نماز بخواند؛ چون نماز یک تکلیف عبادی است و مسئله طلبکار یک مسئله اجتماعی است و مسایل اجتماعی را مقدم بر مسایل عبادی می دانند. حالا این مسایل اجتماعی در خانه و خانواده بیشتر نمود پیدا می کند. اگر خانمی می خواهد روزه مستحبی بگیرد یا در مراسم مذهبی شرکت کند و یا نمازها و دعاها مستحبی بخواند باید توجه داشته باشد که آیا این کارهای عبادی و مستحبی او به کارهای اجتماعی و وظایف خانه و خانه داری او نقصی وارد نمی کند و تعارض ایجاد نمی شود؟ گرچه غذا درست کردن یک واجب شرعی نیست، ولی واجب عرفی که هست. بنابراین اگر خانمی بخواهد روزه مستحبی بگیرد، در مراسم مذهبی شرکت کند و یا صله ارحام به جای آورد باید با اذن و رضایت همسرش باشد و سعی کند انجام اعمال مستحبی به وظایف و تکالیف زناشویی و خانه داری او لطمه نزنند. وی در ادامه می افزاید: البته در مورد واجبات، مرد نمی تواند همسرش را از خواندن نماز واجب یا گرفتن روزه در ماه رمضان منع کند و یا اگر زن مستطیع باشد، مرد نمی تواند او را از سفر حج واجب و یا پرداخت خمس مال خود باز دارد و یا از داشتن حجاب منع کند. فقط در مورد واجباتی که وسعت زمانی دارد مانند گرفتن روزه قرضی و یا خواندن نماز اول وقت، در صورت نیاز مرد می تواند از همسرش بخواهد که انجام آن را به تأخیر بیندازد؛ مثلاً سرظهر خانم خانه می خواهد نماز اول وقت بخواند اگر ببیند بچه ها گرسنه اند و منتظر اونشسته اند، لازم است ابتدا در کنار خانواده سر سفره، بنشیند و پس از صرف غذا، نماز بخواند. کسب اجازه از همسر در مورد انفاق در مورد انفاق و صدقه دادن، برگزاری مراسم مذهبی و نذر کردن نیز باید با رضایت و اطلاع همسر انجام شود حتی اگر زن استقلال مالی هم داشته باشد، باز هم در مصرفش رضایت شوهر شرط است؛ زیرا فضای خانواده یک فضای عاطفی است، در این فضا نباید خودسرانه کاری کنیم که اختلاف به وجود بیاید. البته بعضی از زن و شوهرها همان اول زندگی این قبیل مسایل را بین خودشان مطرح می کنند و زن نظر همسرش را درباره انجام امور زندگی جويا می شود و به اصطلاح یک اجازه کلی می گیرد،

ولی به هر حال همان طور که وقتی مرد می خواهد حتی به دیدن مادرش برود، همسرش دوست دارد با اطلاع او باشد، زن نیز باید هر کاری می خواهد انجام دهد، شوهرش را در جریان بگذارد و با او به صلاح و مشورت پردازد، نه اینکه به این دلیل که استقلال مالی دارد هر کاری که می خواهد بدون اطلاع همسرش انجام دهد. واعظ موسوی در پاسخ به این سؤال که آیا مرد می تواند مانع از شغل اجتماعی زن شود، می گوید: اگر هنگام ازدواج زن شاغل بوده و این را درسند ازدواج قید کرده باشند، مرد نمی تواند مانع ادامه کار همسرش شود، مگر اینکه نوع شغل خود را عوض کند؛ مثلاً مرد موافقت کرده همسرش در آموزش و پرورش کار کند، چنانکه او بخواهد تغییر شغل دهد و مثلاً در یک شرکت خصوصی به کار گرفته شود یا ساعت کارش تغییر کند، و شب کاری داشته باشد، همسرش می تواند مانع از ادامه کار او شود، ولی به هر حال خانمها باید توجه داشته باشند که حفظ کانون خانواده مهمتر از شغل است و زن و شوهر باید در این مورد هم به توافق برسند. نکته آخر اینکه اگر زن در هر موردی می خواهد اجازه کلی بگیرد؛ از قبیل انتخاب شغل، رفتن به سفر یا انجام کارهای خیر باید این اجازه مکتوب باشد تا اگر خدای نکرده سوء تفاهم و اختلافی پیش آمد، دچار مشکل نشود. خجسته ناطق-روزنامه قدس -شماره ۵۶۶۲