



بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ مِفْتَاحُ كُلِّ كِتَابٍ:
بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ، کلید هر نوشته ای است.

مکتب الرسول ج ۱، ص ۵۶

۴۶ پروانه در آپارتمان



۵۰ گیاهانی که پاییز را خوشمزه می‌کنند



۶۴ شرمندم که همت آهونداشتم



سبک زندگی

- ۴۴ مهر، مدرسه، کرونا | ۴۴
- ۴۸ سپرهای طبیعی حفظ سلامتی | ۴۸
- ۵۲ حادثه همیشه در کمین است | ۵۲
- به روزهای بی‌حوصلگی سالمندان شادی آنلاین پاشید | ۵۴
- تخلف از قوانین و مقررات جایز نیست | ۵۶

فرهنگ و ادب

- ۵۸ بارغمناک «درخت گردو» | ۵۸
- معرفی کتاب | ۶۰-۶۳
- زیست مجازی بازی نو | ۶۶

هلال

- ۷۰ پاسدار حضور مردم در عرصه فعالیت‌های داوطلبانه باشیم | ۶۸
- ۷۰ مشارکت طلاب و روحانیون در کمپین نذرآب | ۷۰
- ۷۲ اعتماد مردم لازمه موفقیت در حفظ محیط زیست است | ۷۲
- ۷۴ بخشی از افتخارات دفاع مقدس، متعلق به امدادگران جبهه هاست | ۷۴
- ۷۵ پای‌که جا ماند، دستی که ترمیم شد | ۷۵
- ۷۶ اخبار استان‌ها | ۷۶
- ۷۹ پرندگان شماره های ۲۵ و ۲۶ | ۷۹
- ۸۰ مسابقه | ۸۰

۱۲ رنگ خدای زندگی



۲۴ یاد خدا معادل تمام خیر دنیا و آخرت است



۳۰ وقتی فرشتگان آسمان با شیعیان دست می‌دهند



سرمشق

- ۶ جوانان فرهنگی مؤمن مروّجان سبک زندگی دینی هستند | ۶
- ۸ فرهنگ، جوهر اصلی سبک زندگی است | ۸
- ۱۰ ترمیم فرهنگ | ۱۰

در پرتو معنا

- ۱۶ باید دائماً به یاد فیاض بود | ۱۶
- ۱۸ مرا شیفته و سرگشته یاد خودت فرما | ۱۸
- ۲۰ یاد پروردگار نوردل هاست | ۲۰
- ۲۲ مرا روزی مباد آن دم که بی‌یاد تو بنشینم | ۲۲
- ۲۶ مرا یاد کنی تا من نیز شما را یاد کنم | ۲۶
- وقتی یاد الهی باشد دیگر انسان معصیت نمی‌کند | ۲۸

عترت

- ۳۲ هوشمندترین افراد کسی است که به حساب نفس خویش بپردازد | ۳۲
- ۳۴ شیطان را به دل خویش راه ندهید | ۳۴
- ۳۶ نخستین اثر خرد بعد از ایمان به خدا دوستی با مردم است | ۳۶
- ۳۸ خودشان دست ما را می‌گیرند و هر جا می‌خواهند می‌برند | ۳۸
- ۴۰ اولین مسلمان و آخرین فرستاده | ۴۰
- ۴۲ امین معتمد و گنجینه دار مخزن علوم | ۴۲

● مدیر هنری: روح اله یاقوتی
● صفحه آرایی: دفتر مشکاة هنر
● چاپ: واژه پرداز اندیشه

● همکاران: مجید صالحی، محمد جواد کسمایی، شایان ضیایی
محمد رضا بختیاری، فرزانه رخشنده، حمید پورصمیمی
محمد جهان شاهی، نازنین رشیدبیگی، محمود اورعی
مهتاب هاشم‌زاده، فریده خان محمدی، علی پورمحسنی
جواد اسماعیلی، حسن الماسی

● مدیر مسئول: عبدالحسین معزی
● سردبیر: یاسر احمدوند
● معاون سردبیر: محمد مهدی بیگلری

● صاحب امتیاز: جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران
● حوزه نمایندگی ولی فقیه



ماهنامه فرهنگی، اجتماعی با رویکرد دینی
شماره ۲۷، آبان ۱۴۰۰، سال هفتم، شماره پیاپی ۶۲
ربیع اول - ربیع الثانی ۱۴۴۳، اکتبر - نوامبر ۲۰۲۱

منشور محکم اخلاقی بندگان خدا در قرآن کریم

بی‌گمان نخستین منادی وحدت و امت واحده شدن مسلمانان، قرآن کریم است. مسلمانان آگاه باید به اهمیت شعار قرآنی یعنی تشکیل «امت واحده» پی ببرند و عظمت آن را درک کنند و تفرقه‌ها را از میان بردارند و هرگونه حرکتی را که به دوگانگی و تفرقه مسلمانان می‌انجامد، حرکتی خواسته دشمنان و برخلاف دعوت قرآن بپندارند. چرا که در این دعوت قرآنی، وحدت به مذهب خاصی محدود نشده و معیار امت واحد، اعتقاد به وحدانیت الهی و در ردیف توحید قرار گرفته و پرستش خدا متوقف بر این یگانگی شده است. از این رو وحدت، موعظه و یک پیشنهاد نیست، وظیفه است. یعنی همان گونه که موظفند براساس توحید، خدا را عبادت کنند، وظیفه دارند در تحصیل وحدت بکوشند.

عمده‌ترین مشکل در رفتار مسالمت‌آمیز، نگاه به مسائل با دیدگاه‌های تک بعدی است. در حالی که موضوعات اسلامی جنبه‌های متفاوت فقهی، کلامی، اخلاقی و حقوقی دارد. طرد مخالفان عقیدتی از آنجا سرچشمه می‌گیرد که فرد، اعتقاد خود را صحیح و اعتقاد دیگران را باطل می‌داند، تا جایی که به خود اجازه می‌دهد برای نابودی آنان گام بردارد. نگاه انسان‌ها بر مبنای عوامل گوناگونی همچون محیط تولد، پدر و مادر، احساسات و ادراکات مختلف، شرایط تاریخی و اجتماعی و جغرافیایی و فرهنگی شکل می‌گیرد و همه این مسائل در عقیده انسان‌ها تاثیرگذار است و به صورت گریزناپذیر شرایطی را به وجود می‌آورد که فردی در محیط زندگی خود تابع این مذهب و فردی در محیطی دیگر تابع مذهب دیگر می‌شود. با چنین تحلیلی، از درک‌های متفاوت انسان‌ها در فهم حقایق علمی و معارف دینی و اختلاف شرایط و محیط‌ها، اختلاف دینی، طبیعی و به عنوان واقعیتی اجتناب ناپذیر تلقی می‌گردد. پرهیز از طرح مسائل بی‌ثمر مذهبی و درگیرکردن جامعه به موضوعاتی که نه تنها معنویت و اخلاق اسلامی و هویت دینی جامعه را تقویت نمی‌کند بلکه موجب ایجاد افزایش تنش و اختلاف در میان فرقه‌های مذهبی می‌گردد، یکی دیگر از عوامل وحدت بخش در جامعه اسلامی است. بسیاری از مسائل سطحی دینی که گاه شکل شعار به خود می‌گیرد و در تقویت معنویت و تعمیق دین تاثیر ندارد، از سوی کسانی طرح می‌شود و فضای آرام جامعه را به موضوعاتی درگیر می‌نماید که نه در جهت تقویت فرهنگ اهل بیت علیهم‌السلام است و نه در جهت رونق سنت نبوی صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم. بلکه روح کلی و جانمایه دعوت قرآن کریم برای وحدت، نهی از جنگ و دشمنی و قطعه قطعه کردن اجتماع مسلمانان است. از این رو هر حرکتی که در جهت ضدیت همدلی و همکاری باشد، برخلاف دستور قرآن است و از نظر قرآن، تنها تدبیر و با شیوه نیکو بحث کردن و با حکمت و اندرز نیکو همگان را به راه پروردگار دعوت کردن و پرهیز از مسائل اختلاف برانگیز و کاستن تنش‌ها، پسندیده است. وقتی فضای گفت و شنود در محیط دوستانه و آرام برقرار شود و افراد در پی تأمل در کلام یکدیگر باشند و نه غلبه و تحکم بر دیگری، گفتگوی نیکو با تالیف قلوب همراه می‌گردد. احترام به مقدسات صاحبان مذاهب و بزرگان، علما و اندیشمندان و مواظبت بر رعایت ادب در گفتار از اصول عقلانی است و قرآن کریم این اصل را حتی درباره بت‌پرستان و کسانی که به جز خدا را می‌پرستند مطرح می‌کند و می‌فرماید: آنهايي که جز خدا را می‌خوانند دشنام مدهید که آنان از روی دشمنی و به نادانی خداوند را دشنام خواهند داد. قرآن مجید در یک منشور محکم اخلاقی بندگان خدا را به نیکو سخن گفتن سفارش می‌نماید و ناسزاگویی را از وسوسه‌های شیطان در دل‌ها برای ایجاد فتنه و عداوت می‌داند.

عبدالحسین معزی
مدیرمسئول



در میان مشکلات متعدد اقتصادی و بحران همه‌گیری بیماری کرونا شاید کسی تصورش را نمی‌کرد که بخشی از اولین دیدار هیئت دولت سیزدهم جمهوری اسلامی با رهبر انقلاب به فرهنگ و مسائل مربوط به آن اختصاص پیدا کند و دیدگاه‌های قابل تأملی هم در آن مطرح شود. در ظاهر آن قدر مشکلات مهمتر و جدی‌تری وجود دارد که نوبت به موضوعاتی مانند فرهنگ نرسد؛ اما در واقعیت اتفاق دیگری می‌افتد. به همین منظور بخش ابتدایی مهر ماه به موضوع فرهنگ و نسبت آن با سبک زندگی اختصاص داده شده است. علاوه بر بازخوانی بیانات رهبر معظم انقلاب در این باره «فرهنگ جوهر اصلی سبک زندگی»، «۵ معضل در سبک زندگی ایرانی که باید بهبود یابد»، «سبک زندگی، بخش حقیقی تمدن است» عناوین مطالبی است که در این بخش می‌خوانید.

سرمشق «



فرهنگ، جوهر اصلی سبک زندگی است

ترمیم فرهنگ

رنگ خدایی زندگی

هشدار رهبر معظم انقلاب

سبک زندگی غلط ناشی از مشکلات فرهنگی است

« رهبر معظم انقلاب اسلامی در اولین دیدار دولت جدید با ایشان به موضوع فرهنگ از دریچه سبک زندگی اشاره داشتند و بسیاری از خطاهای شکل گرفته و جاری در کشور را چه در سطح مدیریتی و چه در سطح زندگی فردی و اجتماعی ناشی از مشکلات فرهنگی ذکر نمودند. این بخش از بیانات معظم له را مرور می‌کنیم.

به گمان بنده، ساختار فرهنگی کشور نیاز به یک بازسازی انقلابی دارد. ما مشکل داریم در ساختار فرهنگی کشور و یک حرکت انقلابی لازم است. البته «حرکت انقلابی» یعنی خردمندان و عاقلانه. معنای «انقلابی بودن» بی‌هوا حرکت کردن و بی‌حساب حرکت کردن نیست. [حرکت] انقلابی باید باشد، بنیانی باید حرکت بشود، در عین حال برخاسته‌ی از اندیشه و حکمت باشد. فرهنگ واقعاً زیربنا است؛ خیلی از این خطاهایی که ما در بخش‌های مختلف انجام می‌دهیم، ناشی از فرهنگ حاکم بر ذهن ما است. اگر ما اسراف داریم، اگر ما تقلید کورکورانه داریم، اگر ما سبک زندگی غلط داریم، اینها ناشی از مشکلات فرهنگی است؛ فرهنگ حاکم بر ذهن‌ها است که در عمل، این مشکلات را به وجود می‌آورد. زندگی‌های تقلیدی، زندگی‌های تجملاتی و اشرافی‌گری، غالباً منشأ و ریشه فرهنگی دارد. در واقع نرم‌افزار این حوادث، فرهنگ کشور و فرهنگ حاکم غلط و انحرافی است که بر بعضی ذهن‌ها مسلط است. ابزارهای فرهنگی از قبیل [سینما و هنر و رسانه‌های صوتی و تصویری و امثال اینها] را با ایستی شکوفا کنید؛ مطبوعات و کتاب و امثال اینها ابزارهای فرهنگی هستند، باید به معنای واقعی کلمه اینها شکوفا بشوند. خب امروز بحمدالله یک لشکر عظیمی از جوان‌های علاقه‌مند به مسائل فرهنگی مشغول کارند، وجود دارند و تلاش می‌کنند و کار می‌کنند.

اگر دولت‌ها و بخش‌های فرهنگی دولت به این مجموعه‌های جوان و علاقه‌مند کمک بکنند، قطعاً کارهای بزرگی انجام خواهد گرفت و قدم‌های خلاقانه‌ای برمی‌دارند؛ صدها طرح ابتکاری در این زمینه وجود دارد در اختیار این جوان‌ها، که گاهی اوقات که مثلاً انسان یک تماس‌هایی با جوان‌ها دارد، می‌بیند کارهای بزرگی اینها می‌توانند انجام بدهند و به ذهنشان می‌آید؛ خب امکانات می‌خواهند و امکانات در اختیار دولت است؛ بایستی حمایت هوشمند انجام بگیرد. استعدادها را کشف کنید، از آنها حمایت کنید، آزادی‌شان را تأمین کنید؛ البته آزادی در چارچوب اصول قانون.

با فساد اخلاقی و فساد در زمینه فرهنگ هم بی‌رود بایستی مقابله کنید و مبارزه کنید؛ یعنی واقعاً این جوری باید برخورد بشود. راه اصلی مواجهه و مقابله با جنگ نرم دشمن هم همین است که ما از حرکت صحیح در زمینه فرهنگ حمایت کنیم و آن را تشویق کنیم، [از آن] تقدیر کنیم و در مقابل حرکت‌های غلط بایستیم. و عرصه رسانه و فرهنگ، از یک طرف، یک دانشگاه بزرگی می‌تواند باشد و هست، و از طرف دیگر یک آوردگاه صلاح و فساد است، آوردگاه حق و باطل است و عرصه جنگ فرهنگی با کسانی است که فرهنگشان ایجاد فساد در دنیا است؛ از این دو جهت باید نگاه کرد به آن. □

توجه به جریان فرهنگی جوشیده از فرهنگ ناب انقلاب اسلامی، در مرحله تأکید و توصیه باقی‌مانده و حمایت عملی از این جریان یکی از وجوه شخصیتی حضرت آیت‌الله خامنه‌ای را تشکیل می‌دهد؛ اگرچه این موضوع در دوران رهبری ایشان با شدت و حدت بیشتری پیگیری شد. حالا و پس از گذشت سه دهه از پایان دفاع مقدس، کسی منکر این موضوع نیست که مهم‌ترین حامی فرهنگ و هنر متعالی در لایه حاکمیتی که شخصاً پای این موضوع ایستاده و آن را مورد توجه قرار داده و تقویت کرده، شخص رهبر انقلاب است. ایشان از همان ایام پایانی جنگ و با مشاهده‌ی ورود نویسندگان مؤمن و متعهد به انقلاب اسلامی به این عرصه، پای تقویت و تحکیم این موضوع ایستادند تا امروز ادبیات پایدار تبدیل به یک درخت تناور در حوزه فرهنگ و هنر انقلاب شود؛ جریانی که نه تنها در حوزه مضمون، بلکه در حوزه اقتصاد نشر هم حرف‌های جدی برای گفتن دارد.

روندی که مشابه آن در سینما و دیگر حوزه‌های فرهنگی دیده می‌شود. دیدارها با شورای عالی انقلاب فرهنگی و ترسیم خطوط کلی فرهنگ، توجه ویژه به بحث مردمی‌سازی فرهنگ و ایفای نقش مردم در فرهنگ، دیدار با برنامه‌سازان تلویزیونی، تمجید از شخصیت‌هایی مانند شهید سیدمرتضی آوینی، سیدحسن حسینی، قیصر امین‌پور و امیرحسین فردی، حمید سبزواری، کیومرث صابری، هدایت‌الله بهبودی، مرتضی سرهنکی، مجید مجیدی، فرج‌الله سلحشور، رسول ملاقلی‌پور، نصرالله مردانی، التزام به حشر و نشر با اصحاب فرهنگ و هنر، در جریان جزئیات بعضی پروژه‌های سینمایی قرارگرفتن و بیان نکات مثبت و گرگشایی از مشکلات آن‌ها و التزام به مواردی مانند نگاشتن تقریظ‌های ترویجی بر کتاب‌های ادبیات انقلاب، تنها بخش کوچکی از میزان توجه رهبر انقلاب به این جریان فرهنگی است. این فرایند نه تنها در سال‌های اخیر کند نشده، بلکه شدت هم یافته است. این در حالی است که جمهوری اسلامی و به تبع آن راهبری و رهبری آن به دلیل شرایط اقتصادی و منطقه‌ای و سیاسی، وارد دوران جدیدی از حیات خود شده است.

□ ذخیره عظیم تحول فرهنگی

با این اوصاف گرما بخشی به فرهنگ و هنر انقلاب و میان‌داری و حمایت از آن حتی در قالب برگزاری جلسات پنجشنبه‌ای با اهالی فرهنگ و هنر با رهبر انقلاب است؛ توصیه اخیر ایشان به دولتمردان مبنی بر استفاده از چنین ظرفیتی است که حالا بعد از ۴۳ سال از بهمن ۵۷ به بلوغ رسیده است، تأکید بر فعال شدن ظرفیت جوانان، که ناشی از شناخت و تسلط حضرت آیت‌الله خامنه‌ای در این حوزه است. امروز تحول و نوشوندگی ضرورتی است که نیاز به آن بیشتر حس می‌شود و لازم است تا ظرفیت‌های بالقوه، فعال شده و ساختارهای رسمی فرهنگی که دچار مشکلات جدی است اصلاح و بازدهی عملکردی آن بیش از پیش شود. در این میان چه ظرفیتی بهتر از لشکری عظیم از جریان‌های مؤمن فرهنگی؛ ظرفیت بالقوه‌ای که حالا تبدیل به یک جریان ریشه‌دار شده که سر در جهان بینی توحیدی و ضد استکباری و ضد استعماری داشته و در عرصه اداره فرهنگ کشور هم حرف‌های جدی برای گفتن دارد؛ ظرفیت مؤثری که در صورت به فعلیت رسیدن در عرصه اداره واقعی کشور، صورت دیگری از سیرت انقلاب اسلامی را به رخ خواهد کشید و ذخیره عظیمی برای تحول ساختاری و انقلابی حوزه فرهنگ خواهد بود تا افق‌های انقلاب اسلامی را در گام دوم انقلاب اسلامی محقق و زمینه‌ساز و توسعه دهنده سبک زندگی و فرهنگ دینی در جامعه باشد. □



□ اساس انقلاب حفظ فرهنگ اسلامی است

اشاره اخیر حضرت آیت‌الله خامنه‌ای موضوع جدیدی نیست. اسفندماه ۱۳۹۲، ایشان در دیدار با رئیس و اعضای مجلس خبرگان رهبری، با عباراتی شبیه سطور قبل، اهمیت این موضوع را متذکر شده بودند: «مسئله فرهنگ، مسئله مهمی است. اساس این ایستادگی، این حرکت و در نهایت ان شاءالله پیروزی، بر حفظ فرهنگ اسلامی و انقلابی است و تقویت جناح فرهنگی مؤمن، تقویت این نهال‌هایی که روییده است در عرصه فرهنگ؛ بحمدالله جوان‌های مؤمن خوبی داریم در عرصه فرهنگ و هنر؛ فعالیت کردند، کار کردند؛ حالا بعضی جوانند، بعضی دوره جوانی را هم گذرانده‌اند؛ ما عامل فرهنگی کم نداریم... این جوان‌ها را باید حفظ کرد، باید از اینها قدردانی کرد، امروز هم بحمدالله کم نیستند و زیادند... ما باید قدر اینها را بدانیم.»

اما توجه ایشان به لایه‌ای از اهالی فرهنگ و هنر که دغدغه‌مند انقلاب و تعالی ارزش‌های دینی هستند، محدود به سال‌های اخیر نیست و از همان ابتدای انقلاب و دوره ریاست جمهوری هم نسبت به این موضوع اصرار زیادی داشته‌اند؛ موضوعی که البته پس از دوران رهبری بیشتر به چشم آمد. ایشان در دیدار با تعدادی از هنرمندان جبهه انقلاب در سال ۱۳۷۳ به تشریح بعضی ویژگی‌های این جریان پرداخته بودند: «ما یک جبهه خودی روشن فکری و یک جبهه خودی هنر داریم که از انقلاب جوشیدند و جوشیدنش هم طبیعی بود. در همه صحنه‌های جامعه ما، افرادی در زیر باران پربکرت انقلاب، از سرزمین حاصل خیز فطرت انسانی روییدند که دو صحنه‌اش، یکی جبهه روشنفکری و دیگری جبهه هنر بود.»

مهم‌ترین ابزار تحول فرهنگی از نظر رهبر معظم انقلاب چیست؟

جوانان فرهنگی مؤمن مروّجان سبک زندگی دینی هستند

« در میان مشکلات متعدد اقتصادی و بحران همه‌گیری کرونا شاید کسی تصورش را نمی‌کرد که بخشی از اولین دیدار هیئت دولت سیزدهم جمهوری اسلامی با رهبر انقلاب به فرهنگ و مسائل مربوط به آن اختصاص پیدا کند و دیدگاه‌های قابل تأملی هم در آن مطرح شود. در ظاهر آن قدر مشکلات مهم‌تر و جدی‌تری وجود دارد که نوبت به موضوعاتی مانند فرهنگ نرسد؛ اما در واقعیت اتفاق دیگری می‌افتد. فرهنگ در نسبت با دیگر موضوعات این روزهای کشور مانند اقتصاد و مبارزه با کرونا، مسئله انتزاعی‌تری محسوب می‌شود، اما انتزاعی بودن لزوماً به معنای بی‌اهمیت‌تر بودن نیست.

اشاره به وجود تعداد زیادی از جوانان و گروه‌های فرهنگی یکی از محورهای مهم این بیانات حضرت آیت‌الله خامنه‌ای است: «امروز بحمدالله یک لشکر عظیمی از جوان‌های علاقه‌مند به مسائل فرهنگی مشغول کارند، وجود دارند و تلاش می‌کنند و کار می‌کنند.» این اشاره ناظر به ظرفیت جدیدی از جوانانی است که در دهه اخیر به‌ویژه پس از پایان دفاع مقدس وارد حوزه فرهنگ و تولید فرهنگی شدند؛ ظرفیتی که حالا آرام‌آرام به ثمر نشست، نگاه واقع‌گرایانه‌تری به میدان فعالیت خود داشته و از نظر اقتصادی و فکری به درجه‌ای از پختگی و بلوغ رسیده است که بتواند هم روی پای خود بایستد و هم بخشی از بار نظام فرهنگی جامعه را به دوش بکشد و در اوج نزاع فرهنگی میان دو جبهه حق و باطل به کمک نهاد‌های مسئول بیاید.



فرهنگ، جوهر اصلی سبک زندگی است

واژه «فرهنگ» در کاربردهای متأخر و امروزی خود، اصطلاحی علمی است که در دو سده گذشته و همزمان با شکوفایی و گسترش دانش‌هایی مانند مردم‌شناسی و سپس انسان‌شناسی، در محافل علمی و مجامع دانشگاهی تثبیت گردیده است و معنای دقیق و خاصی از آن اراده می‌شود. حتی معنای آن در مورد فرد و جامعه نیز متفاوت و متمایز است. بر این اساس، هنگامی که در مورد فرد به کار می‌رود، معنای فرهیخته یا پرورش‌یافته را می‌رساند، ولی زمانی که در مورد جامعه به کار می‌رود، دسته‌ای از ویژگی‌ها و دستاوردهای خاص جامعه انسانی اراده می‌شود که انتقال آن از نسل‌های پیشین به نسل‌های پسین، در چهارچوبی خاص صورت می‌گیرد که جامعه‌شناسان آن را فرآیند «جامعه‌پذیری» می‌خوانند. در مجموع «فرهنگ»، ویژگی خاص نوع انسان دانسته شده است. به عبارت دیگر، فرهنگ، مفهومی است که انسان و شیوه زیستن او را از حیوانات جدا می‌کند؛ زیرا ویژگی‌های رفتاری هر نوعی از حیوانات از راه وراثت زیستی منتقل می‌شود و در زندگی او برای فرآیند آموزش نمی‌توان نقش چندان قائل شد. این مسئله در مورد نوع انسان به صورت معکوس است؛ بدین معنا که فرهنگ در تکوین ذات او نقش اساسی دارد و حتی طبیعت و آنچه از راه وراثت زیستی، او را همراهی می‌کند، در چارچوب فرهنگ، معانی و ارزش‌های اجتماعی خاص پدیدار می‌شود. بر این اساس و پس از گذار چندین نسل، یک جامعه انسانی از مجموعه عظیمی از دارایی‌های مادی و معنوی برخوردار خواهد شد که می‌تواند فرهنگ آن جامعه نامیده شود.

انسان، موجودی فرهنگی

با تکیه بر فرهنگ به عنوان وجه جداساز انسان از دیگر حیوانات، می‌توانیم به جای آنکه انسان را موجودی اجتماعی بنامیم، او را موجودی فرهنگی بدانیم. بر این اساس، «جامعه» در واقعیت، نظام روابط متقابل است که افراد با فرهنگ مشترک را به یکدیگر مربوط می‌سازد. از سوی دیگر، گوناگونی ابعاد وجودی انسان، در بیشتر موارد، او را از هماهنگ ساختن کامل این ابعاد ناتوان می‌سازد. طبیعتی است که جوامع مختلف بشری به سوی گوناگونی عناصر فرهنگی و در نهایت، به تفاوت در فرهنگ سوق داده شود. از این پدیده نزد جامعه‌شناسان و انسان‌شناسان با عنوان «تنوع فرهنگی» یاد می‌شود. همچنین فرهنگ، همان‌گونه که در یک جامعه از نسلی به نسل دیگر منتقل می‌شود، می‌تواند از جامعه‌ای به جامعه دیگر نیز انتقال یابد. از این پدیده نیز در جامعه‌شناسی با عنوان «اشاعه فرهنگ» یاد می‌شود. می‌دانیم که هر فرهنگی، الگوهای رفتاری منحصر به خود را دارد و برای دیگر جوامع باز مینه‌های فرهنگی متفاوت، بیگانه می‌نماید. به همین دلیل، در این مورد نیز اشاعه فرهنگ و انتقال عناصری از آن به فرهنگ دیگر، معمولاً به سختی و کندی صورت می‌گیرد و جامعه هدف اگر فرهنگ غنی و قدرت‌مندی داشته باشد، می‌کوشد در صورت

پذیرش یک عنصر فرهنگی، تا حد توان آن را با دیگر عناصر فرهنگی خود، همسان و یکنواخت سازد. اشاعه فرهنگی، در جامعه هدف می‌تواند به دگرگونی فرهنگی بینجامد. بدیهی است اعضای یک جامعه انسانی، در برابر رفتارها کردن سنت‌ها، ارزش‌ها و آداب و رسوم خود برای پذیرش سنت‌ها، ارزش‌ها و رسوم تازه، بسیار انعطاف‌ناپذیر و سخت‌گیر هستند. با این حال، شاید نتوانیم فرهنگی را بیابیم که در طول تاریخ دچار دگرگونی و تحول نشده باشد. بر اساس رویکرد جامعه‌شناختی، هر جا عناصر جدید و مجموعه‌ای از شاخص‌های نوین به گونه‌ای در یک فرهنگ ظهور یابد که محتوا و ساخت آن فرهنگ را تغییر دهد، پدیده دگرگونی فرهنگی رخ داده است. دگرگونی فرهنگی می‌تواند از حضور یک دین جدید که تغییرات بسیار گسترده و فراگیر را به همراه دارد، تا ورود یک فن آوری ساده به یک منطقه عقب‌مانده روستایی را در برگیرد. بنابراین، پدیده دگرگونی فرهنگی زمانی رخ می‌دهد که افراد جامعه، شیوه‌های نوین رفتار و برخورد با امور و اشیای پیرامون خود را پذیرفته باشند. بدین ترتیب، افراد جامعه به عدول از این شیوه‌ها متمایل می‌شوند و فرهنگ به تدریج و بر اساس اسلوب نوین بازتولید می‌گردد.

رویکرد تکامل‌گرایی فرهنگی

خاستگاه اصلی فرهنگ غالب در جامعه، در جهت‌گیری عمومی اعضای آن جامعه ریشه دارد و این انتخاب همگانی، بر ارتکازات جامعه و هنجارهای شکل‌یافته آن مبتنی است. حس کمال‌جویی انسان و پیدایش نیازهای جدید که معلول شرایط متغیر فرهنگی، اقتصادی و سیاسی در جامعه است، ضرورت حرکت تکاملی جامعه و ارتقای علمی، فکری و تمدنی آن را ایجاب می‌کند. بر اساس چنین رویکردی، اگرچه اقتصاد و سیاست در تحولات فرهنگی مؤثرند، اصلی‌ترین عامل دگرگونی فرهنگی، خواست و جهت‌گیری مردم بر اساس آرمان‌ها و ارزش‌های متعالی و بالنده‌ای است که برگزیده‌اند.

بدین ترتیب، در جامعه‌ای که از رویکرد تکامل‌گرایی فرهنگی پیروی می‌کند، ارزش‌ها، آرمان‌ها و باورهای مطلوب، ثابت است، ولی ارزش‌ها و باورهای محقق، دستخوش تغییر و دگرگونی می‌شود که به دنبال آن، روش‌ها، ابزارها و محصولات فرهنگی پیوسته در حال بازتولید خواهد بود. جهت‌گیری آن نیز به صورتی خواهد بود که شیوه زیست آرام‌تر، معنوی‌تر و انسانی‌تری را به ارمان آورد. بر اساس چنین رویکردی، جامعه می‌تواند وضعیت موجود خود را با گذشته آن بسنجد و دریابد آیا به سمت تعالی فرهنگی رفته است یا خیر؟ حتی با چنین رویکردی، جامعه می‌تواند به آسانی و بر محور جهت‌گیری دینی و الهی که دگرگونی‌های گسترده و فراگیر اجتماعی را به همراه دارد، به استقبال دگرگونی تکاملی برود و در آن مسیر گام بردارد.

هر جامعه انسانی برای آنکه بتواند در قالب فرهنگ معینی



سبک زندگی را

بدون فرهنگ

و جدای از آن

نمی‌توان در نظر

گرفت. همچنین

تأثیر متقابل سبک

زندگی و فرهنگ

انکارناپذیر است،

ولی چگونگی

اثرگذاری آن دو بر

یکدیگر همسان

و یکنواخت

نیست. سبک

زندگی از فرهنگ

زاده می‌شود و

در پرتو سه نظام

در هم تنیده

بینش، گرایش

و کنش برخاسته

از فرهنگ رشد

می‌کند، ولی

نقش سبک

زندگی آن است

که در توسعه و

نفوذ فرهنگ

در بخش‌های

گوناگون جامعه

اثرگذار خواهد بود

زندگی کند و ارتباط متقابل و موقفی برای اعضای خود به ارمان آورد، گونه‌های شخصیتی خاصی را که با فرهنگ آن جامعه و عناصر آن هماهنگی داشته باشد، پرورش می‌دهد. جامعه‌شناسان به این پدیده که به صورت فرآیندی فراگیر در همه جوامع رخ می‌دهد، جامعه‌پذیری می‌گویند. بر این اساس، جامعه‌پذیری یا اجتماعی شدن، فرآیندی است که در آن، «هر انسانی تدریجاً به شخصی خودآگاه، دانا و ورزیده در شیوه‌های فرهنگی جامعه‌ای که در آن متولد شده، تبدیل می‌شود. در واقع، هر جامعه‌ای می‌کوشد از راه این فرآیند فرهنگی، اندوخته‌های مادی و معنوی خود را که در طول نسل‌های متمادی به دست آورده است، به نسل‌های بعد، منتقل و آن را حفظ کند. بدین ترتیب، نسل‌های مختلف جامعه به یکدیگر پیوند می‌خورند و درک درستی از کنش‌های اجتماعی و نمادهای فرهنگی خود به دست می‌آورند. البته جامعه‌پذیری را نمی‌توان نوعی برنامه‌ریزی فرهنگی کاملاً اجباری پنداشت که افراد جامعه باید آن را به طور انفعالی جذب کنند، بلکه نیازها و خواسته‌های تازه‌ای که در هر نسل به وجود می‌آید، می‌تواند فرهنگ جامعه را در روندی ملایم دچار تحول و تکامل سازد و بدین ترتیب، بر اندوخته‌های اجتماعی آن بیفزاید.

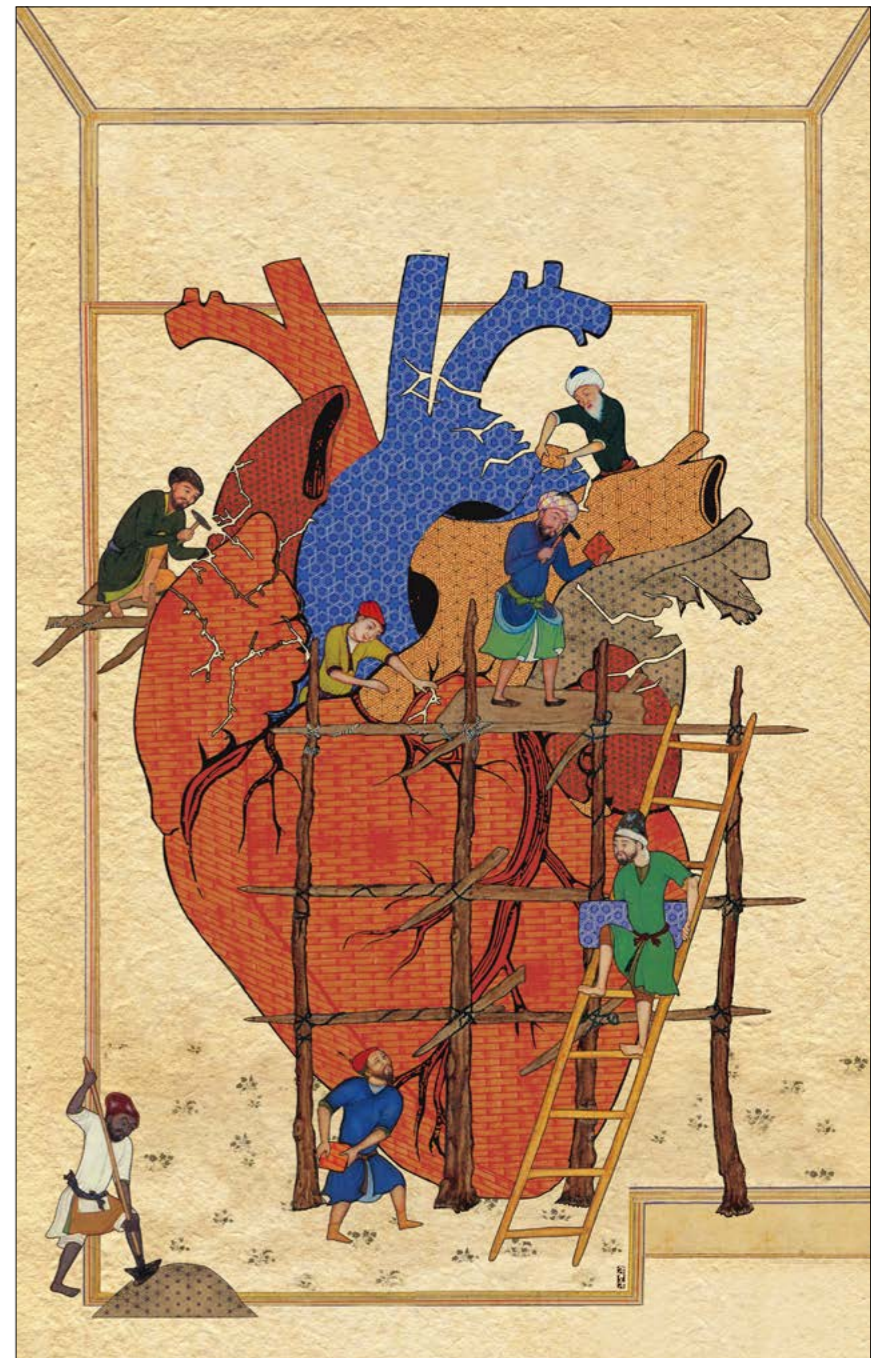
نسبت فرهنگ و سبک زندگی

از آنچه گذشت، میزان هم‌پوشانی گسترده مفهوم فرهنگ و مفهوم سبک زندگی روشن می‌شود. حقیقت آن است که سبک زندگی را بدون فرهنگ و جدای از آن نمی‌توان در نظر گرفت. همچنین تأثیر متقابل سبک زندگی و فرهنگ انکارناپذیر است، ولی چگونگی اثرگذاری آن دو بر یکدیگر همسان و یکنواخت نیست. سبک زندگی از فرهنگ زاده می‌شود و در پرتو سه نظام در هم تنیده بینش، گرایش و کنش برخاسته از فرهنگ رشد می‌کند، ولی نقش سبک زندگی آن است که در توسعه و نفوذ فرهنگ در بخش‌های گوناگون جامعه اثرگذار خواهد بود.

روشن است که چنین نقشی با اثر دگرگون‌سازی و هدایت‌گری که فرهنگ ایفا می‌کند، یکسان نیست و اصلاً قابل مقایسه با آن نخواهد بود. پس بهتر و دقیق‌تر آن است که فرهنگ و سبک زندگی را دو پدیده مستقل، ولی در هم تنیده بدانیم که دوگونه نسبت میان آنها برقرار است:

۱. **نسبت زیربنا و روبنا؛** به این معنا که فرهنگ و شاخص‌های آن، شالوده و زیربنای سبک زندگی را تشکیل می‌دهد.

۲. **نسبت اثرپذیری و اثرگذاری متقابل؛** یعنی همان‌گونه که سبک زندگی، دست‌آورد عینی فرهنگ است، فرهنگ نیز در متن الگوهای برآمده از سبک زندگی غنی و بارور می‌شود. بر این اساس، می‌توان ادعا کرد فرهنگ، جوهر اصلی سبک زندگی را تشکیل می‌دهد و سبک زندگی نیز بخشی از جلوه عینی و مصداق خارجی فرهنگ شمرده می‌شود؛ یعنی فرهنگ با اثرگذاری در ساخته‌ها و اندوخته‌های مادی و معنوی جامعه انسانی، در قالب سبک زندگی نمایان می‌گردد. □



۵ معضل در سبک زندگی ایرانی
که باید بهبود یابد

ترمیم فرهنگ

بهبود فرهنگ کار

در زمینه اقتصاد فعالیت‌های زیادی شده، با ارزش هم هست؛ اما مسئله اشتغال حل نشده است، مسئله تورم حل نشده است، مسئله فرهنگ کار حل نشده است، مسئله ساعات مفید کار حل نشده است. فرهنگ کار باید در کشور یک جوری باشد که مردم کار را عبادت بدانند؛ هر یک ساعت کار را با شوق بیفزایند در مدت و مقدار کاری که انجام می‌دهند. باید کار کرد. با بیکاری و بی میلی به کار و تنبلی و وادادگی، کشور پیش نخواهد رفت. چرا فرهنگ کار جمعی در جامعه ما ضعیف است؟ این یک آسیب است. با اینکه کار جمعی را غربی‌ها به اسم خودشان ثبت کرده‌اند، اما اسلام خیلی قبل از اینها گفته است: «تعاونوا علی البر و التقوی»، یا: «واعتصموا بحبل الله جمیعاً»، یعنی حتی اعتصام به حبل الله هم باید دسته جمعی باشد؛ «ولا تفزقوا»... بعضی‌ها یادداشتن توان کار، از کار می‌گیرند؛ علت کارگری چیست؟... وجدان کاری در جامعه چقدر وجود دارد؟ انضباط اجتماعی در جامعه چقدر وجود دارد؟ محکم کاری در تولید چقدر وجود دارد؟ تولید کیفی در بخش‌های مختلف، چقدر مورد توجه و اهتمام است؟ چرا برخی از حرف‌های خوب، نظرهای خوب، ایده‌های خوب، در حد رؤیا و حرف باقی می‌ماند؟ که دیدید اشاره کردند. چرا به ما می‌گویند که ساعات مفید کار در دستگاه‌های اداری ما کم است؟ هشت ساعت کار باید به قدر هشت ساعت فایده داشته باشد؛ چرا به قدر یک ساعت یا نیم ساعت یا دو ساعت؟ مشکل کجاست؟

بهبود فرهنگ مصرف

این قضیه اسراف و زیاده‌روی، قضیه مهمی در کشور است. خب، حالا چگونه باید جلوی اسراف را گرفت؟ فرهنگ سازی هم لازم است، اقدام عملی هم لازم است. فرهنگ سازی اش بیشتر به عهده رسانه‌هاست. واقعاً در این زمینه، هم صدا و سیما در درجه اول و بیش از همه مسئولیت دارد، هم دستگاه‌های دیگر مسئولیت دارند. باید فرهنگ سازی کنید. ما یک ملت مسلمان علاقه مند به مفاهیم اسلامی هستیم، اینقدر در اسلام اسراف منع شده، و ما متأسفانه در زندگی مان اهل اسرافیم. ما امروز متأسفانه دچار اسراف و مصرف زدگی هستیم. من بارها این را عرض کرده‌ام، باز هم عرض می‌کنم؛ این خطر است در راه ما. مصرف زدگی را باید کم کنیم، حرص به

متاع و کالای دنیا را باید کم کنیم. تا یک شایعه‌ای درست می‌شود که فلان چیز کم است، مردم هجوم می‌آورند برای اینکه بیشتر آن را جمع کنند، که مبادا دچار کمبود آن شوند؛ در حالی که آن شیء ممکن است جزو چیزهای لازم زندگی هم نباشد. خب، اگر آن جنس کم هم نیست، همین هجوم مردم آن را کم می‌کند. ما به این مسئله توجه نمی‌کنیم. این یکی از ضعف‌های ماست؛ ما این ضعف را باید برطرف کنیم.

فرهنگ سازی برای مصرف کالاهای ساخت داخل، نیازمند تفکر، مطالعه، نگاه عمیق، برنامه ریزی و در نظر گرفتن ابعاد روانشناختی اجتماعی این موضوع است که صدا و سیما و دیگر دستگاه‌های تبلیغاتی باید در این خصوص اهتمام جدی داشته باشند.

تقویت فرهنگ قرآنی

بحمدالله امروز جامعه ما با قرآن مأنوس شده‌اند. البته ما به این قانع نیستیم؛ ما معتقدیم همه احاد جامعه باید با قرآن ارتباط برقرار کنند، بتوانند قرآن را بخوانند، بتوانند قرآن را بفهمند، بتوانند در قرآن تدبیر کنند. آنچه که ما را به حقایق نورانی می‌رساند، تدبیر در قرآن است؛ و این حفظ قرآن که بحمدالله امروز در بین شما جوان‌ها، در بین جوان‌های کشور، در سرتاسر کشور رواج پیدا کرده است، یک مقدمه خوبی است برای تدبیر. یعنی حفظ و تکرار و انس با آیات کریمه قرآن و بی دریپی آیات الهی را مورد توجه قرار دادن، موجب می‌شود که انسان بتواند در قرآن تدبیر کند.

در دوران جمهوری اسلامی و حاکمیت اسلام، یکی از برنامه‌های اصلی برای مسئولین کشور، ترویج قرآن است؛ تلاوت قرآن، انس با قرآن، فهم قرآن، حفظ قرآن، جزو برنامه‌هاست.

ما حافظ قرآن کم داریم. من قبلاً گفتم که در کشور ما حداقل باید یک میلیون نفر حافظ قرآن باشند - حالا یک میلیون که عدد کمی است نسبت به این جمعیتی که ما داریم - اما حالا چون دوستان الحمدلله یک مقدماتی فراهم کرده‌اند، کارهایی را مشغول شده‌اند و دارند برنامه‌هایی را فراهم می‌کنند برای اینکه ان شاءالله حفظ راه بیفتد، ما هم امیدمان بیشتر شده و به جای یک میلیون، می‌گوئیم ان شاءالله ما باید ده میلیون نفر حافظ قرآن داشته باشیم.

افزایش سرانه مطالعه و تیراژ کتاب

ما در کشورمان، در جامعه خودمان، از واقعیتی که در این زمینه وجود دارد، راضی نیستیم. بله، درست است؛ امروز حجم کتاب‌هایی که تولید می‌شود، با گذشته خیلی تفاوت کرده است؛ گاهی چند برابر کتاب منتشر می‌شود، یا تیراژ کتاب‌ها بالا می‌رود؛ لیکن این کافی نیست؛ اینها برای کشور ما خیلی کم است. باید جوری بشود که در سید کالای مصرفی خانواده‌ها، کتاب یک سهم قابل قبولی پیدا کند و کتاب را بخردند برای خواندن، نه برای تزئین اتاق کتابخانه و نشان دادن به این و آن.



.....

امروز حجم کتاب‌هایی که

تولید می‌شود،

با گذشته خیلی

تفاوت کرده

است؛ گاهی

چند برابر کتاب

منتشر می‌شود،

یا تیراژ کتاب‌ها

بالا می‌رود؛ لیکن

این کافی نیست؛

اینها برای کشور

ما خیلی کم

است. باید جوری

بشود که در سید

کالای مصرفی

خانواده‌ها، کتاب

یک سهم قابل

قبولی پیدا کند

و کتاب را بخردند

برای خواندن، نه

برای تزئین اتاق

کتابخانه و نشان

دادن به این و آن

من از این اجتماعی که امروز هست، می‌خواهم این استفاده را بکنم که یک تجدید مطلق بشود در مسئله کتاب و کتابخوانی و کتاب خوب و کتاب مفید و کتاب سالم؛ یک حرکتی را همه مسئولان در کشور آغاز کنند؛ از آنهایی که برنامه ریزی می‌کنند، تا آنهایی که تولید میکنند، تا آنهایی که تبلیغ می‌کنند، تا مخاطبان کتاب، جوان‌ها و غیر جوان‌ها که کتاب را می‌خوانند، یک نگاه جدیدی داشته باشیم.

تیراژهای هزار و دو هزار و سه هزار و اینها شایسته کشور هفتاد و پنج میلیونی ما با این همه جوان، با این همه انگیزه نیست؛ باید تیراژها خیلی بالاتر باشد. حالا در بعضی از موارد خوشبختانه انسان می‌بیند دفعات چاپ کتاب‌ها خیلی بالاست؛ لیکن در عین حال در مجموع که نگاه می‌کنیم، نه، راضی کننده نیست، قانع کننده نیست؛ باید یک حرکتی آغاز شود.

من، هم تشکر می‌کنم از مجموعه مسئولان امر کتاب، و هم خواهش می‌کنم که به مسئله کتاب به شکل جدی تری نگاه شود. کاری کنیم که کتابخوانی یک امر رایج بشود و کتاب از دست جوان ما نیفتد. این که گفته می‌شود در شبانه‌روز سرانه مطالعه کتاب فلان مقدار است، اینها آمارهای راضی کننده‌ای نیست؛ خیلی بیشتر از این باید باشد. هیچ وقت انسان از کتاب مستغنی نیست.

مقابله با اباحیگری و بی بندوباری اخلاقی

گفتمان غرب درباره زن که زن را وسیله‌ای برای التذاذ جنسی مرد قرار می‌دهد - نه التذاذ معنوی و روحی، نه التذاذ علمی؛ ممکن است دو نفر بنشینند، یکی لذت ببرد از خوش صحبتی یکی، از معلومات کسی؛ نخیر، این مطرح نیست - برای اینکه مرد به راحتی بتواند التذاذ ببرد از مسائل جنسی زن، این مثل یک سیلی وارد کشورهای بی دفاع و بی حفاظ اسلامی شد از طرف غرب؛ کشور ما هم همین جور. این را نباید دست کم گرفت، بایستی این را به جد اهتّم داد. این مسئله‌ی جاذبه‌ی جنسی و خطر جاذبه‌ی جنسی برای زن و برای مرد و برای جامعه و برای خانواده، این را به نظر من خیلی بایستی جدی گرفت.

این، دو تا نقطه اصلی است؛ دین و مردم. لذا دشمن هم همین‌ها را آماج حملات خود قرار داده است؛ دین را یک جور، وفاداری و اعتقاد مردم را یک جور... این مسئله از ماجرای سلمان رشدی آغاز شد تا فیلم‌های ضد اسلام هالیوودی، تا کاریکاتورها، تا قرآن سوزی، تا حوادث گوناگونی که علیه اسلام در این گوشه و آن گوشه اتفاق افتاد، برای اینکه ایمان مردم را به اسلام و مقدسات اسلامی کم کنند. در داخل کشور، از طرق مختلف، پایه‌های ایمان مردم، بخصوص نسل جوان را متزلزل کنند؛ از اشاعه‌ی بی بندوباری و اباحیگری، تا ترویج عرفان‌های کاذب - جنس بدلی عرفان حقیقی - تا ترویج بهائیت، تا ترویج شبکه کلیساهای خانگی؛ اینها کارهایی است که امروز با مطالعه و تدبیر و پیش بینی دشمنان اسلام دارد انجام می‌گیرد؛ هدفش هم این است که دین را در جامعه ضعیف کند. ■

سبک زندگی، بخش حقیقی تمدن است

رنگ خدایی زندگی

سبک زندگی نشان دهنده میزان نفوذ یک نظام، فرهنگ و تمدن در متن جامعه است و تمام تمدن‌ها و نظام‌های فکری برای حفظ بقای خود تلاش می‌کنند تا یک سبک زندگی مشخصی به مردم ارائه دهند زیرا تا یک نظام به سبک زندگی تبدیل نشود آرمان‌هایش اجرا نخواهد شد و اگر جامعه‌ای سبک زندگی یک نظام را نپذیرد به این معناست که مبانی فکری و ارزش‌های آن نظام را قبول ندارد. سبک زندگی اسلامی به معنای چشم‌پوشی از لذات و نعمات نیست بلکه در این روش زندگی رنگ خدایی می‌گیرد؛ انسان‌ها قادر به زندگی ساختگی نیستند و اگر اینگونه باشد زندگی آنها دوامی ندارد همانگونه که یک نقاش به صورت طبیعی نگاه خاصی به دنیای اطراف خود دارد و با ظرافت به زیبایی‌های طبیعت می‌نگرد و همچنین یک شاعر که برای شاعرانه زیستن هیچ تلاشی جز زیستن انجام نمی‌دهد بنابراین سبک زندگی نشان‌دهنده میزان حضور ارزش‌های جامعه در رفتارها است. رفتارهای انسان تعیین‌کننده دنیا و آخرت او است بنابراین وی در انتخاب رفتار و سبک زندگی مختار است اما رها نیست در واقع تعریف و فهم از حقیقت انسان و جهان تعیین‌کننده سبک زندگی است؛ اگر تمام لحظات زندگی انسان، رفتارها و احساسات وی بر اساس آرمان‌ها و اصول اسلام پایه‌ریزی شود سبک زندگی، اسلامی می‌شود. در مطلب پیش رو با بهره‌گیری از بیانات رهبر معظم انقلاب اسلامی درباره سبک زندگی و رابطه آن با فرهنگ نکاتی بیان شده است. ■

حقیقت سبک زندگی

حضرت آیت‌الله خامنه‌ای در خصوص حقیقت زندگی می‌فرماید: «اما بخش حقیقی زندگی، آن چیزهایی است که متن زندگی ما را تشکیل می‌دهد؛ که همان سبک زندگی است. این، بخش حقیقی و اصلی تمدن است؛ مثل مسئله خانواده، سبک ازدواج، نوع مسکن، نوع لباس، الگوی مصرف، نوع خوراک، نوع آشپزی، تفریحات، مسئله خط، مسئله زبان، مسئله کسب و کار، رفتار ما در محل کار، رفتار ما در دانشگاه، رفتار ما در مدرسه، رفتار ما در فعالیت سیاسی، رفتار ما در ورزش، رفتار ما در رسانه‌ای که در اختیار ماست، رفتار ما با پدر و مادر، رفتار ما با همسر، رفتار ما با فرزند، رفتار ما با رئیس، رفتار ما با مرنوس، رفتار ما با پلیس، رفتار ما با مأمور دولت، سفرهای ما، نظافت و طهارت ما، رفتار ما با دوست، رفتار ما با دشمن، رفتار ما با بیگانه؛ اینها آن بخش‌های اصلی تمدن است، که متن زندگی انسان است.»

همچنین می‌فرماید: «باید آسیب‌شناسی کنیم چرا در بخش سبک زندگی پیشرفت نکردیم در انقلاب، در این بخش، پیشرفت ما چشمگیر نیست؛ در این زمینه، ما مثل بخش اول حرکت نکردیم، پیشرفت نکردیم. خوب، باید آسیب‌شناسی کنیم؛ چرا ما در این بخش پیشرفت نکردیم؟ بنابراین باید آسیب‌شناسی کنیم؛ یعنی توجه به آسیب‌هایی که در این زمینه وجود دارد و جستجو از علل این آسیب‌ها. البته ما اینجا نمی‌خواهیم مسئله را تمام شده فرض کنیم؛ فهرستی مطرح می‌کنیم؛ چرا در برخی از بخش‌های کشورمان طلاق زیاد است؟ چرا در برخی از بخش‌های کشورمان روی آوردن جوان‌ها به مواد مخدر زیاد است؟ چرا در روابط همسایگی مان رعایت‌های لازم نمی‌کنیم؟ چرا صلۀ رحم در بین ما ضعیف است؟ چرا در زمینه فرهنگ رانندگی در خیابان، ما مردمان منضبطی به طور کامل نیستیم؟ این آسیب است. رفت و آمد در خیابان، یکی از مسائل ماست؛ مسئله کوچکی هم نیست، مسئله اساسی است. آمارتمان نشینی چقدر برای ما ضروری است؟ چقدر درست است؟ چه الزاماتی دارد که باید آنها را رعایت کرد؟ چقدر آن الزامات را رعایت می‌کنیم؟ الگوی تفریح سالم چیست؟ نوع معماری در جامعه ما چگونه است؟ ببینید چقدر این مسائل متنوع و



فراگیر همه بخش‌های زندگی، داخل در این مقوله سبک زندگی است؛ در این بخش اصلی و حقیقی و واقعی تمدن، که رفتارهای ماست. چقدر نوع معماری کنونی ما متناسب با نیازهای ماست؟ چقدر عقلانی و منطقی است؟ طراحی لباسمان چطور؟ مسئله آرایش در بین مردان و زنان چطور؟ چقدر درست است؟ چقدر مفید است؟ آیا ما در بازار، در ادارات، در معاشرت‌های روزانه، به همدیگر به طور کامل راست می‌گوییم؟ در بین ما دروغ چقدر رواج دارد؟ چرا



چه کنیم که

حق فرزندان

رعایت شود؟

چه کنیم که

طلاق و فروپاشی

خانواده، آن چنان

که در غرب رایج

است، در بین ما

رواج پیدا نکند؟

چه کنیم که زن

در جامعه ما، هم

کرامتش حفظ

شود و عزت

خانوادگی‌اش

محفوظ بماند،

هم بتواند وظائف

اجتماعی‌اش را

انجام دهد، هم

حقوق اجتماعی

و خانوادگی‌اش

محفوظ بماند؟

چه کنیم که زن

مجبور نباشد

بین این چند

تا، یکی‌اش را

انتخاب کند؟

چیست؟ وجدان کاری در جامعه چقدر وجود دارد؟ انضباط اجتماعی در جامعه چقدر وجود دارد؟ محکم کاری در تولید چقدر وجود دارد؟ تولید کیفی در بخش‌های مختلف، چقدر مورد توجه و اهتمام است؟ چرا برخی از حرف‌های خوب، نظرهای خوب، ایده‌های خوب، در حد رؤیا و حرف باقی می‌ماند؟ چه کنیم که (حق همسر، حق زن، حق شوهر) حق فرزندان رعایت شود؟ چه کنیم که طلاق و فروپاشی خانواده، آن چنان که در غرب رایج است، در بین ما رواج پیدا نکند؟ چه کنیم که زن در جامعه ما، هم کرامتش حفظ شود و عزت خانوادگی‌اش محفوظ بماند، هم بتواند وظائف اجتماعی‌اش را انجام دهد، هم حقوق اجتماعی و خانوادگی‌اش محفوظ بماند؟ چه کنیم که زن مجبور نباشد بین این چند تا، یکی‌اش را انتخاب کند؟ اینها جزو مسائل اساسی ماست.

حد زاد و ولد در جامعه ما چیست؟ من اشاره کردم؛ یک تصمیمی زمان دار و نیاز به زمان و مقطعی را انتخاب کردیم، گرفتیم، بعد زمانش یادمان رفت! مثلاً فرض کنید به شما بگویند آقا این شیراب را یک ساعت باز کنید. بعد شما شیر را باز کنی و بروی! ماها رفتیم، غافل شدیم؛ ده سال، پانزده سال. بعد حالا به ما گزارش می‌دهند که آقا جامعه ما در آینده نه چندان دوری، جامعه پیر خواهد شد؛ این چهره جوانی که امروز جامعه ایرانی دارد، از او گرفته خواهد شد. حد زاد و ولد چقدر است؟ چرا در بعضی از شهرهای بزرگ، خانه‌های مجردی وجود دارد؟ این بیماری غربی چگونه در جامعه ما نفوذ کرده است؟ تجمل‌گرایی چیست؟ بد است؟ خوب است؟ چقدرش بد است؟ چقدرش خوب است؟ به حد بد است؟ چه کار کنیم که از حد خوب فراتر نرود، به حد بد نرسد؟ این‌ها بخش‌های گوناگونی از مسائل سبک زندگی است، و ده‌ها مسئله از این قبیل وجود دارد؛ که بعضی از اینهایی که من گفتم، مهم‌تر است.

این یک فهرستی است از آن چیزهایی که متن تمدن را تشکیل می‌دهد. قضاوت درباره یک تمدن، مبتنی بر اینهاست. نمی‌شود یک تمدن را به صرف اینکه ماشین دارد، صنعت دارد، ثروت دارد، قضاوت کرد و تحسین کرد؛ در حالی که در داخل آن، این مشکلات فراوان، سراسر جامعه و زندگی مردم را فرا گرفته. اصل اینهاست؛ آنها ابزاری است برای اینکه این بخش تأمین شود، تا مردم احساس آسایش کنند، با امید زندگی کنند، با امنیت زندگی کنند؛ پیش بروند، حرکت کنند، تعالی انسانی مطلوب پیدا کنند.»

نحوه برداشت و فهم از سبک زندگی

ایشان در خصوص نحوه برداشت و فهم از سبک زندگی به بحث تفسیر و برداشت از سبک زندگی اشاره کرده و می‌فرمایند: «رفتار اجتماعی و سبک زندگی، تابع تفسیر ما از زندگی است؛ هدف زندگی چیست؟ هر هدفی که ما برای زندگی معین کنیم، برای خودمان ترسیم کنیم، به طور طبیعی، متناسب با خود، یک سبک زندگی به ما پیشنهاد می‌شود. یک نقطه اصلی وجود دارد و آن، ایمان است. یک هدفی را باید ترسیم کنیم (هدف زندگی را) به آن ایمان

پیدا کنیم. بدون ایمان، پیشرفت در این بخش‌ها امکان پذیر نیست؛ کار درست انجام نمی‌گیرد. حالا آن چیزی که به آن ایمان داریم، می‌تواند لیبرالیسم باشد، می‌تواند کاپیتالیسم باشد، می‌تواند کمونیسم باشد، می‌تواند فاشیسم باشد، می‌تواند هم توحید ناب باشد؛ بالاخره به یک چیزی باید ایمان داشت، اعتقاد داشت، به دنبال این ایمان و اعتقاد پیش رفت. مسئله ایمان، مهم است. ایمان به یک اصل، ایمان به یک لنگرگاه اصلی اعتقاد؛ یک چنین ایمانی باید وجود داشته باشد. بر اساس این ایمان، سبک زندگی انتخاب خواهد شد.»

۱ فاجعه تقلید از فرهنگ غلط غرب

حضرت آیت‌الله العظمی خامنه‌ای (مدظله العالی) در خصوص تقلید و الگو قرار دادن غرب به خاطر پیشرفت ظاهری و فریبنده آن که در واقع به خاطر پیشرفت در امور مادی قدم در نابودی و محو کردن هویت اخلاقی و فطری بشریت کرده است می‌فرمایند: تقلید از غرب جز ضرر و فاجعه چیزی به بار نمی‌آورد. «برای ساختن این بخش از تمدن نوین اسلامی، به شدت باید از تقلید پرهیز کنیم؛ تقلید از آن کسانی که سعی دارند روش‌های زندگی و سبک و سلوک زندگی را به ملت‌ها تحمیل کنند. امروز مظهر کامل و تنها مظهر این زورگویی و تحمیل، تمدن غربی است. نه اینکه ما بنای دشمنی با غرب و ستیزه‌گری با غرب داشته باشیم - این حرف، ناشی از بررسی است - ستیزه‌گری و دشمنی احساساتی نیست. بعضی به مجرد اینکه اسم غرب و تمدن غرب و شیوه‌های غرب و توطئه غرب و دشمنی غرب می‌آید، حمل می‌کنند بر غرب ستیزی؛ آقا، شماها با غرب دشمنید. نه، ما با غرب پدرکشتگی آن چنانی نداریم (البته پدرکشتگی داریم!) غرض نداریم. این حرف، بررسی شده است.

تقلید از غرب برای کشورهایی که این تقلید را برای خودشان روا دانستند و عمل کردند، جز ضرر و فاجعه به بار نیاورده؛ حتی آن کشورهایی که به ظاهر به صنعتی و اختراعی و ثروتی هم رسیدند، اما مقلد بودند. علت این است که فرهنگ غرب، یک فرهنگ مهاجم است. فرهنگ غرب، فرهنگ نابودکننده فرهنگ هاست. هر جا غربی‌ها وارد شدند، فرهنگ‌های بومی را نابود کردند، بنیان‌های اساسی اجتماعی را از بین بردند؛ تا آنجائی که توانستند، تاریخ ملت‌ها را تغییر دادند، زبان آنها را تغییر دادند، خط آنها را تغییر دادند. هر جا انگلیس‌ها وارد شدند، زبان مردم بومی را تبدیل کردند به انگلیسی؛ اگر زبان رقیبی وجود داشت، آن را از بین بردند.

۱ حقیقت فرهنگ غرب

باطن فرهنگ غربی، سبک زندگی مادی شهوت‌آلود هویت‌زدا و ضد معنویت است. یکی از خصوصیات فرهنگ غربی، عادی سازی گناه است؛ گناه‌های جنسی را عادی می‌کنند. امروز این وضعیت در خود غرب به فضاحت کشیده شده؛ اول در انگلیس، بعد هم در بعضی



رفتار ما در

محیط کار

چگونه است؟

رفتار ما با همسر

و فرزند چگونه

است؟ رفتار

ما در محیط

زندگی و محیط

اجتماعی چگونه

است؟ رفتار ما با

زیردست چگونه

است؟ با کسی

که بالادست

ماست، رفتار ما

چگونه است؟

رفتار ما با دوست

چگونه است؟

با دشمن چگونه

است؟ اینها

همه در اسلام

اندازه و معیار

دارد. خودمان

را بسنجیم.

این می‌شود

عیار خویش را

سنجیدن، خود را

درست شناختن.

اگر از اینجا شروع

کردیم، بنیان

زندگی ما، بنیان

کار ما در همه

بخش‌ها تقویت

خواهد شد.

از کشورهای دیگر و آمریکا. این گناه بزرگ هم جنس بازی شده یک ارزش! به فلان سیاستمدار اعتراض می‌کنند که چرا او با هم جنس بازی مخالف است، یا با هم جنس بازی مخالف است! ببینید انحطاط اخلاقی به کجا می‌رسد. این، فرهنگ غربی است. همچنین فروپاشی خانواده، گسترش مشروبات الکلی، گسترش مواد مخدر.

من سال‌ها پیش (در دهه ۳ و ۴) در منطقه جنوب خراسان، بزرگان و افراد صاحب فکر و پیرمردهایی را دیدم که یادشان بود که انگلیس‌ها چگونه تریاک را با شیوه‌های مخصوصی در بین مردم رایج می‌کردند؛ والا مردم تریاک کشیدن بلد نبودند؛ این چیزها وجود نداشت. این افراد یادشان بود، سراغ می‌دادند و خصوصیاتش را می‌گفتند. با همین روش‌ها بود که مواد مخدر به تدریج در داخل کشور توسعه پیدا کرد. فرهنگ غربی این جوری است.

فرهنگ غربی فقط هواپیما و وسایل آسایش زندگی و وسایل سرعت و سهولت نیست؛ اینها ظاهر فرهنگ غربی است، که تعیین کننده نیست؛ باطن فرهنگ غربی عبارت است از همان سبک زندگی مادی شهوت‌آلود گناه‌آلود هویت‌زدا و ضد معنویت و دشمن معنویت. شرط رسیدن به تمدن اسلامی نوین در درجه اول این است که از تقلید غربی پرهیز شود. ما متأسفانه در طول سال‌های متمادی، یک چیزهایی را عادت کرده‌ایم تقلید کنیم.

۱ فرهنگ سازی درست زیستن اسلامی

بنده طرفدار این نیستم که حالا در مورد لباس، در مورد مسکن، در مورد سایر چیزها، یک باره یک حرکت جمعی و عمومی انجام بگیرد؛ نه، این کارها باید به تدریج انجام بگیرد؛ دستوری هم نیست؛ اینها فرهنگ سازی لازم دارد. همان طور که گفتم، کار نخبگان است، کار فرهنگ سازان است. و شما جوان‌ها باید خودتان را برای این آماده کنید؛ این، رسالت اصلی است. «مقام معظم رهبری (مدظله العالی) در سخنان دیگری برای نهادینه کردن فرهنگ درست زیستن و زندگی سالم داشتن از نظر دین اسلام، بحث «خودکنترلی» و خود را همیشه و همه جا مسئول کارها و کرده‌های خویش دانستن را مطرح کرده و می‌فرمایند: «همین بحث سبک زندگی و اسلوب زندگی به حسب نظر اسلام، این در داخل بسیج می‌تواند یک معیار برای خودشناسی باشد. بحث این نیست که دستگاه‌های برتر و بالاتر بیایند ما را عیار بزنند، ببینند چه جوری است، بحث این است که خودمان، خودمان را عیارسنجی کنیم. رفتار ما در محیط کار چگونه است؟ رفتار ما با همسر و فرزند چگونه است؟ رفتار ما در محیط زندگی و محیط اجتماعی چگونه است؟ رفتار ما با زیردست چگونه است؟ با کسی که بالادست ماست، رفتار ما چگونه است؟ رفتار ما با دوست چگونه است؟ با دشمن چگونه است؟ اینها همه در اسلام اندازه و معیار دارد. خودمان را بسنجیم. این می‌شود عیار خویش را سنجیدن، خود را درست شناختن. اگر از اینجا شروع کردیم، بنیان زندگی ما، بنیان کار ما در همه بخش‌ها تقویت خواهد شد.»



یکی از توصیه‌های معنوی و اخلاقی دین مبین اسلام برای رشد فردی و اجتماعی این است که همواره و در همه حال، به یاد خدا باشید. این بخش از مهر و ماه را به همین موضوع اختصاص داده‌ایم. اولین مطلب به قلم آیت‌الله جوادی آملی به این نکته می‌پردازد که یاد خدا مایه بالندگی و ثمربخشی دل‌ها خواهد بود. مقاله بعدی به ذکر خدا در سبک زندگی حسینی اشاره دارد و سپس با ثمرات ذکر خدا از نگاه حجت الاسلام و المسلمین شیخ حسین انصاریان آشنا می‌شویم. مروری بر حقیقت یاد خدا و موانع آن در نوشتاری از حضرت آیت‌الله ناصر مکارم شیرازی و رابطه یاد خدا و معصیت الهی به قلم آیت‌الله سید محسن خرازی مطالب دیگر این بخش هستند.

در پرتو معنا



باید دائماً به یاد فیاض بود

یاد پروردگار نور دل هاست

مرا روزی مباد آن دم که بی یاد تو بنشینم

ذکرکثیر امر شده است خواه به طور عموم، مانند: «یا ایها الذین امنوا اذکروا الله ذکراً کثیراً» و خواه به طور خصوص، نظیر: «واذکر ربک کثیراً» که به نحو خاص به حضرت زکریا علیه السلام کثرت یاد خدا امر شده، و هرگونه هدایتی که بهره انبیا و اولیای الهی شده، دیگران نیز مأمور به تأسی و اقتدا هستند، جز آنکه دلیلی بر اختصاصی بودن آن حکم اقامه شده باشد و در مسئله ذکر کثیر نه تنها دلیلی بر اختصاص ارائه نشده، بلکه دلیل بر تعمیم یافت می شود.

اثر یاد مظاهر و آیات خدا

به منظور پیروزی بر خصم درون یا دشمن بیرون یاد مظاهر الهی و ذکر آیات ویژه خدا نیز سهم خاص خود را دارد لذا خداوند به رسول اکرم صلی الله علیه و آله دستور می دهد که به یاد هربران گذشته باش که هر کدام در حدّ خود مظهر اسمی از اسمای حسنای الهی بوده اند و سئت و سیرت و سیرت آنان را به خاطر بیاور تا همچنان کامیاب شوی: «واذکر فی الكتاب ابراهیم اینه کان صدیقاً نبیاً»، «واذکر فی الكتاب موسی اینه کان مخلصاً وکان رسولاً نبیاً»، «واذکر فی الكتاب اسماعیل اینه کان صادق الوعد»، «واذکر فی الكتاب ادریس اینه کان صدیقاً نبیاً» در این آیات و مانند آن که در قرآن کریم فراوان یافت می شود، خداوند پیامبر گرامی اسلام را به یاد انبیا و اولیای پیشین متذکر می کند و یاد آنان را سبب تقویت آن حضرت در ایفای عهد رسالت می داند، چنانکه اصل یاد خدا و اخلاص و استمرار آن در ظفر مندی بر طاغیان مؤثر است، لذا خدای سبحان به موسی و هارون (علیهما السلام) هنگام اعزام برای دعوت فرعون و درباریان او چنین فرموده است: «اذهب أنت وأخوک بایاتی ولاتنیافی ذکری» یعنی تو (موسی) و برادرت (هارون) با داشتن معجزات و نشانه هایی که از طرف من به شما داده شد به سوی فرعون بروید و در احیای یاد و نام من هیچ گونه وهن، هون و سستی به خود راه ندهید. موسای کلیم علیه السلام یکی از اهداف مهم درخواست مشارکت و وزارت برادر خود هارون علیه السلام را انجام ذکر کثیر دانسته است: «وَأُشْرِكُهُ فِی أَمْرِی کِی تُسَبِّحَ کَثِیراً وَتَذَکَّرَ کَثِیراً» تأثیر مهم یاد خدا ایجاب کرده تا خداوند گاهی به حفظ قدرت، قوت و توانمندی امر کند، مانند «خدا و اما اتینا کم بقوه» و زمانی از سستی نهی فرماید مانند آیه «ولاتنیافی ذکری» برای استمداد از چنین نیروی غیبی یعنی کمک گرفتن از یاد خدا و توجه به مظاهر ظهور قدرت و برای حضور قوت الهی، به موسای کلیم علیه السلام دستور داده شد که ائت خود را به ایام تجلی قدرت آشنا و متذکر نما: «ولقد أرسلنا موسی بایاتنا أن أخرج قومک من الظلمات إلی النور و ذکر بایام الله إن فی ذلک لآیاتٍ لکل صبارٍ شکور» در هر مرحله که فیض غیر عادی خداوند تجلی کند و گوشه ای از اسرار نهفته جهان، آشکار گردد و شمه ای از حقایق مستور، مشهود شود همان مرحله، به فراخور خود روزی از روزهای ویژه الهی است؛ و اگر آیه مزبور بر مسئله ظهور حضرت بقیّه الله (أرواح من سواه فداه) و رجعت و قیامت تطبیق شده از قبیل تمثال و بیان مثال است نه تبیین و حصر در مصادیق یاد شده. □



.....

ذکر از آن جهت

که با ذکر، اتحاد

وجودی می یابد و

ذکر خدا با حضور

او همراه است،

پس با ذکر خود را

در مشهد خدا

حاضر می بیند

و از کمال قرب

و حضور ظرف

وافری می بندد

لذا بر محور

حیا از بسیاری

از افکار تولید،

اخلاق رذایل و

اعمال نکوهیده

احتراز می کند:

«ألم یعلم بأن

الله یری» و در

مصاف با اهرمن

درون و بیرون

که او را به هوی

فرا می خواند و

بساط هوس

را فراسوی او

می گشاید بر آنها

پیروز می شود

خواب هم مزاحم آدم است. پس اصرار قرآن کریم بر این است که دشمنی دارید که همیشه در صدد وسوسه است وقتی دشمن شما همیشه در صدد وسوسه است شما هم همیشه آماده باشید.

نام خدا، ذکر خدا، این «جوشن کبیر» هر کدام از اینها طنابی است که اگر انسان اینها را بگیرد از هر سقوطی نجات پیدا می کند؛ ولی آن یاد و آن نامی که انسان را به مقامی می رساند جزء مخلصین می کند آن تنها یاد مبدأ نیست، یاد توحید نیست، توحید به تنهایی مشکل ما را حل نمی کند. خدا هست، آنکه مشکل ما را حل می کند این است که خدا از ما مسئولیت می خواهد، ما به حضور او می رویم ما از آن طرف نیامدیم که در گودال فرو برویم، ما را آوردند که ببرند، نه اینکه آوردند که اینجا بگذارند یا در گودال بگذارند این طور نیست.

اثار ذکر خدا

ذکر خدا آثار مثبت فراوانی دارد که به گوشه ای از آن اشاره می شود. ذکر از آن جهت که با ذکر، اتحاد وجودی می یابد و ذکر خدا با حضور او همراه است، پس با ذکر خود را در مشهد خدا حاضر می بیند و از کمال قرب و حضور ظرف و افری می بندد لذا بر محور حیا از بسیاری از افکار تولید، اعمال نکوهیده احتراز می کند: «ألم یعلم بأن الله یری» و در مصاف با اهرمن درون و بیرون که او را به هوی فرامی خواند و بساط هوس را فراسوی او می گشاید بر آنها پیروز می شود. به طوری که برای دفع هر خطر آلودگی به گناه؛ عادلانه محفوظ می ماند یا برای رفع محذور پدید آمده و گناه مرتکب شده تابناک و مثنیابانه کوشش می کند: «قد أفلح من تزکی؛ و ذکر اسم ربّه فصلی»، «والذین إذا فعلوا فاحشه أو ظلموا أنفسهم ذکروا الله فاستغفروا لذنوبهم ومن یغفر الذنوب إلا الله ولم یصروا علی ما فعلوا وهم یعلمون» که آیه اول می تواند مسئله دفع گناه را تبیین کند چنانکه آیه دوم برای تحلیل رفع گناه از راه توبه و انابه در ظل یاد خدا کافی است.

شیطان که عامل نسیان و سبب سهواً حق و ذهول از صدق است چون با ذکر خدا رجم می شود، لذا یاد خدای سبحان یکی از دوا اثر مثبت را خواهد داشت: یکی آنکه مانع پدیده سهو و غفلت است و به اصطلاح جنبه دفع خطر دارد و دیگر آنکه نسیان پدید آمده را به توجه و التفات تبدیل می کند و به اصطلاح، جنبه رفع خطر را به همراه دارد: «وما أنسانیّه إلا الشیطان أن أذکره»، «واما ینسیتک الشیطان فلاتقع بعد الذکری مع القوم الظالمین»، «إنما یرید الشیطان أن یوقع بینکم العداوه و البغضاء فی الخمر و المیسر و یصدکم عن ذکر الله و عن الصلوه فهل أنتم منتهون»، «استهوذ علیهم الشیطان فأنسیهم ذکر الله» که در این گونه آیات، عامل پدیده نسیان، شیطان معرفی شده است و در آیه «واذکر ربک إذا نسیت» یاد خدا سبب برطرف شدن نسیان می شود و خطر آمده را رفع می کند. شیطان هرگز از تعدی تسبیت به انسان نظر نمی کند، چون عدو مبین است و از عدو مبین جز تعدی و تجاوز مستمر چیز دیگری متوقع نیست لذا باید عامل دفع یا رفع آن نیز استمرار داشته باشد، از این رو به



در ماه مبارک رمضان روزه بگیرید و مانند آن اما گاهی برخی از دستورهایی او دائمی است، از جمله آن کارها که می فرماید زیاد آن کار را انجام بدهید یاد خداست «یا ایها الذین آمنوا اذکروا الله ذکراً کثیراً» فرمود خیلی به یاد خدا باشید.

سزاینکه خیلی باید به یاد خدا بود بر اساس دو نکته است: یکی از آنها برای جذب خیر است چون او «دائم فیض علی البریه» است، مرتب دارد فیض می رساند. این طور نیست که افاضه الهی تعطیل بردار باشد. این دعای نورانی شب های جمعه که می گوئیم «یا ذائم الفضل علی البریه» از بهترین دعاهاست؛ یعنی تو دائماً داری فیض می رسانی، اما فیض خداوند با اکرام همراه است. او «باسط الیدین بالعطیه» است، حیف است انسان غافل باشد، وقتی دائماً او دارد فیض می رساند ما باید ذکر کثیر داشته باشیم یاد او در دل و نام او بر لب، این می شود ذکر کثیر، اگر او «دائم فیض» است باید دائماً به یاد فیاض بود تا دائماً از فیض طزقی بست.

دلیل دیگر هم این است که دشمن هم دائماً دارد وسوسه می کند مگر ابلیس انسان را آرام می گذارد؟! مگر ابلیس شب و روز دارد؟! مگر ابلیس خواب و بیداری دارد؟! در خواب هم مزاحم آدم است، گاهی انسان خواب های خوبی نصیبش می شود همان جا می بیند حادثه ای پیش می آید که حواسش پرت می شود چه کسی این کار را کرده؟ او در

توصیه به بهره مندی از فیض مدام الهی

باید دائماً به یاد فیاض بود

آیت الله عبدالله جوادی آملی

نام خدا بر لب، همانند آبیاری شاخه درخت است که جز گردگیری از درخت اثری ندارد، ولی یاد خدا در دل همتای

آبیاری ریشه درخت است که مایه بالندگی و ثمربخشی آن خواهد بود، لذا خدای سبحان چنین فرمود: «واذکر ربک فی نفسک تضرعاً و خیفه و دون الجهر من القول بالغدو و الاصل و لاتکن من الغافلین؛ آنچه در غفلت زدایی مؤثر است یاد خدا در دل است که



با ناله و لایه همراه باشد.

چنین یادی اثر سودمند آن این است که اولاً انسان سالک ذاکر را به تولید، کار، اشتغال، تأمین نیازهای جامعه اسلامی و مانند آن وادار می کند تا از هرگونه تنبلی و تن پروری به بهانه زهد مذموم رهایی یابد و ثانیاً هیچ کار سودآوری او را از یاد خدا غافل نمی کند تا از کار حلال دست بکشد یا به حرام دست یازد، یا به تباهی دیگر آلوده گردد چنانکه خداوند فرمود: «رجال لا تلهیهم تجاره و لا بیع عن ذکر الله و اقام الصلوه و ایتاء الزکوه یخافون یوماً تتقلب فیہ القلوب و الابصار. این مردان الهی در اثر رسوخ یاد خدا، نه تنها از عبادت های بدنی، مانند نماز غفلت ندارند، بلکه از پرستش های مالی نیز غافل نیستند و زکات مال را می پردازند.» قرآن کریم دستورهایی فراوانی دارد، برخی از آن دستورها مقطعی است؛ مثل اینکه می فرماید

الاسواق» خداوند را بسیار یاد کنید وقتی به بازار می‌روید. یکی از مواقعی که یاد خدا بسیار ضروری و مهم است موقع کسب و کار و در محل خرید و فروش اجناس که معمولاً در بازار رواج دارد، می‌باشد. علی‌علیه می‌فرماید در مسجد یاد خدا باشید، چون انسان مسجد می‌آید تا نماز بخواند، با خدا مناجات کند. اما در بازار است که خرید و فروش و احتمال کم فروشی و گرانفروشی، بی‌انصافی، مال حرام، ربا، بر خورد با نامحرم وجود دارد. محل کسب و کار است که می‌تواند جای رفت و آمد شیاطین و یا محل نزول فرشتگان خدا باشد.

۱. هنگام داوری و پرداخت حقوق دیگران

رسول خدا حضرت محمد مصطفی ﷺ می‌فرماید: «اَذْكَرَ اللهُ عِنْدَ لِسَانِكَ إِذَا حَكَمْتَ وَعِنْدَ يَدِكَ إِذَا قَسَمْتَ» هرگاه خواستی داوری کنی خدا را به یاد زبانت بیاور و هر وقت خواستی چیزی را تقسیم نمایی خدا را به دستت یادآوری کن. گاهی برای ما موقعیتی پیش می‌آید که باید در مسئله‌ای بین دو نفر قضاوت و داوری کنیم، اینکه انسان به یاد خدا باشد و تحت هر شرایطی حق را بگوید، حق را به حقदार بدهد نه به آشنای خودش. تحت هر شرایطی با آنکه شاید اگر حق را بگوید دچار ضرر و زیان بشود اما چون به یاد خداست، حق بگوید و به حق حکم کند. موقعیت دیگری هم که یاد خدا لازم است، زمان تقسیم چیزی بین دیگران می‌باشد. اینکه انسان بین خودی و بیگانه تفاوت نگذارد. بین همه عدالت را برقرار کند، نه اینکه سهم نزدیکانش از دیگران بیشتر باشد. ما اگر از ظلم بیزاریم پس خودمان اهل ستم به دیگران نباشیم و همه در نظمان یکسان باشند.

۱. هنگام خشم

خداوند باری تعالی به یکی از پیامبرانش می‌فرمود: «اَذْكَرْنِي عِنْدَ غَضَبِكَ اَذْكَرَكَ عِنْدَ غَضَبِي» در هنگام خشم به یاد من باش تا من نیز در هنگام خشم خود به یاد تو باشم. زمانی که انسان کنترل خود را از دست می‌دهد و ممکن است دست به کاری یا حرفی بزند که بعد موجب پشیمانی بشود، آن جا با یاد خداوند جلوی خشم و عصبانیت خود را بگیرد. به جای آنکه در برخورد با دیگران خشمگین شود، عفو و گذشت را سرلوحه کار خویش قرار دهد.

۱. در خلوت و تنهایی

امام صادق ﷺ می‌فرماید: «شيعتنا الذين إذا خلو ذكروا الله كثيراً» شیعیان کسانی هستند که چون تنها باشند، خدا را بسیار یاد می‌کنند. اکثر افراد برای انجام گناه به دنبال مکانی خلوت و دور از چشم دیگران هستند تا کسی نبیند و آبرویشان حفظ شود. در حالی که خدا را فراموش می‌کنند و تصورشان این است که خدا ناظر بر اعمال و رفتارشان نیست. علت بسیاری از گناهان و نافرمانی‌های ما فراموشی یاد خداوند است. اگر ما خدا را حتی در تنهایی خویش ناظر بدانیم، هیچ‌گاه دست به عصیان نمی‌زنیم. «ألم يعلم بأن الله يرى» آیا او ندانست که خداوند همه اعمالش را می‌بیند؟ □



خداوند به یکی

از پیامبرانش

می‌فرمود:

«اَذْكَرْنِي عِنْدَ

غَضَبِكَ اَذْكَرَكَ

عِنْدَ غَضَبِي» در

هنگام خشم به

یاد من باش تا

من نیز در هنگام

خشم خود به یاد

تو باشم. زمانی

که انسان کنترل

خود را از دست

می‌دهد و ممکن

است دست به

کاری یا حرفی

بزند که بعد

موجب پشیمانی

بشود، آن جا

با یاد خداوند

جلوی خشم و

عصبانیت خود

را بگیرد. به جای

آنکه در برخورد با

دیگران خشمگین

شود، عفو و

گذشت را سرلوحه

کار خویش قرار

دهد

خویش قرارشان می‌دهد. موسی بن عمران ﷺ عرض کرد: «یا رب ابعيدنا من فأناديك أم قريب فأناجيك» پروردگارا آیا تو از من دوری تا صدایت کنم یا به من نزدیکی تا با تو تجوا کنم؟ خداوند باری تعالی فرمود: «انا جليس من ذكرتي» من همنشین کسی هستم که مرا یاد کند.

«نسوا الله فنسيهم» خدا را فراموش کردند، خدا نیز آنان را فراموش نمود. «و لا تكونوا كالذين نسوا الله فانساهم انفسهم» و شما مانند آنانی نباشید که به کلی خدا را فراموش کردند و خدا هم آنان را به خود فراموشی گرفتار کرد. کسانی که از خدا غافل می‌شوند، خداوند هم آنان را رهایشان می‌کند و به خودشان وا می‌گذارد تا جایی که آنها از خودشان نیز غافل می‌گردند. بی‌هویت و بی‌اراده می‌شوند. انسانی که به خودش واگذار شد خیلی راحت زیر بار شیطان می‌رود، خیلی آسان زیر بار ظلم و ستم می‌رود و دست به کارهایی می‌زند که حتی از کنترل خویش هم خارج است و زمانی به خود می‌آید که به سقوط و تباهی رسیده است.

۱. تفاوت ناظرین با غافلین

یک شاخه وقتی به درخت متصل است، بالا و در اوج قرار دارد. سرسبز و باطراوت است. میوه دارد. چون به درخت متصل است تازگی دارد، خم می‌شود اما به راحتی شکسته نمی‌شود. ولی همین شاخه زمانی که از درخت جدا شد، سقوط می‌کند، به پایین می‌افتد، سبزی و طراوت خود را از دست می‌دهد، دیگر میوه و ثمره ندارد، تازگی خود را با خشکی عوض می‌کند و به کوچکترین فشاری می‌شکند. دیگر تکه چوبی بیش نیست یا هیزم می‌شود و می‌سوزد و یا عصا می‌گردد و در دست مردم قرار می‌گیرد تا هر جا و به هر نحو که بخواهند ببرندش. انسانی که با خدا باشد، مانند شاخه‌ای است که به درخت وصل است. همیشه در اوج عزت و سربلندی قرار دارد.

۱. کجا و چگونه به یاد خدا باشیم؟

ویژگی بارز و رمز موفقیت امام حسین ﷺ و اصحابش به یاد خدا بودن در تمامی لحظات است. حال باید به این سؤال پرداخته شود که چگونه می‌توان چنین خصلتی را به دست آورد؟ اگر رمز پیروزی خون بر شمشیر در کربلا یاد و ذکر خداست، چگونه می‌توان برای یاری فرزند سیدالشهداء ﷺ، حضرت حجه بن الحسن ﷺ این ویژگی را در وجود خویش پرورش دهیم؟ به یاد خدا بودن آن هم در تمامی لحظات شاید به یکباره سخت و در نگاه اول محال به نظر برسد اما کاری که قدم به قدم و با استمرار صورت گیرد، به تدریج گسترده و ماندگار می‌گردد. یاد خدا علاوه بر ذکر زبانی باید در اعمال و رفتار ما وجود داشته باشد و برای آنکه تمامی کارها و همه لحظات زندگی ما با یاد و نام خدا صورت گیرد. باید از مواقعی خاص شروع گردد تا به همه زمینه‌های زندگی مان سرایت کند.

۱. در کسب و کار

امیرالمؤمنین علی ﷺ می‌فرماید: «اکثروا ذکر الله اذا دخلتم

یکی از خصلت‌های زیبای یاران سیدالشهداء ﷺ که رمز موفقیت آنان در کربلا و در تمامی عرصه‌های زندگی می‌باشد، یاد خدا در سراسر لحظات عمر است. آنان اگر تحت هر شرایطی دست از یاری امامشان برنمی‌دارند و تا آخرین نفس در راه آن حضرت ایستادگی می‌کنند به این دلیل است که یک لحظه از خدا جدا نیستند، به یاد پروردگار و در راه او قدم برمی‌دارند. نقطه مقابل اگر عده‌ای در برابر امام حسین ﷺ صفا آری کرده و دست به هر جنایتی می‌زنند و هیچ چیزی بر آنان تأثیرگذار نیست، دلیل اصلی اش نبود یک خصلت است. اباعبدالله ﷺ صبح عاشورا در خطبه‌ای فرمود: «فأنساکم ذكرا لله العظيم» (شیطان) خدای بزرگ را از یاد شما برده است. خدا را فراموش کرده‌اند لذا شیطان بر آنان مسلط شده و به سوی گمراهی و ظلمت می‌کشانند. به یاد خدا بودن و فراموش نمودن پروردگار تفاوت مهم حماسه‌سازان عاشورا با جنایتکاران کربلا است. سیدالشهداء ﷺ و یاران باوفایش نه تنها قبل از واقعه کربلا بلکه در کربلا و در شب و روز عاشورا نیز از یاد معبود خویش غافل نیستند.

۱. راه رستگاری

یاد و ذکر خداوند از صفات بسیار مهم و ضروری برای موفقیت در زندگی دنیا و آخرت است و قرآن کریم مرتب به آن سفارش می‌کند: «یا ایها الذین آمنوا اذکروا الله ذکراً کثیراً» ای کسانی که ایمان آورده‌اید خدا را بسیار یاد کنید. «و اذکروا الله کثیراً لعلکم تفلحون» و خدا را بسیار یاد کنید شاید که رستگار شوید. امیرالمؤمنین علی ﷺ هم در مناجات شعبانیه از خداوند یاد او را درخواست می‌کند: «الهی و الهمنی ولها بذكرک الی ذکرک» خدایا مرا شیفته و سرگشته یاد خودت فرما.

۱. آگاهی یا غفلت نسبت به پروردگار

امام سجاد ﷺ در صحنه سجاده‌ی عرض می‌کند: «نبهنی لذكرک فی اوقات غفله» در مواقع غفلت به من آگاهی و توجه فرما تا همواره به یاد تو باشم. اینکه انسان در تمامی لحظات زندگی، در شادی و غم، در نشاط و کسالت، در سلامتی و بیماری، در فقر و غنا، در رنج و رفاه خدا را فراموش نکند و همیشه و در همه حال به یاد پروردگار باشد که: «ألا بذكر الله تطمئن القلوب» آگاه باشید تنها با یاد خدا دل‌ها آرامش می‌یابد.

یاران سیدالشهداء ﷺ اگر ثابت قدم و استوار در راه امام خویش می‌ایستند و از هیچ چیزی هراس ندارند و به موفقیت و پیروزی نهایی دست می‌یابند چون همواره به یاد خدا هستند و دلگرم به پشتوانه الهی می‌باشند. قرآن کریم می‌فرماید مردم در این دنیا از دو حال خارج نیستند، گروهی به یاد خدایند و عده‌ای او را فراموش کرده‌اند. «فاذکرونی اذکرکم» پس مرا یاد کنید تا شما را یاد کنم. همانطوری که آنان در همه حال خدا را در نظر گرفته‌اند، خداوند هم آنان را فراموش نمی‌کند و در کنارشان قرار می‌گیرد و مورد عنایت



مرا شیفته و سرگشته یاد خودت فرما

حجت الاسلام و المسلمین علیرضا صادقی واعظ

ثمرات ذکر خدا

یاد پروردگار نور دل هاست

حجت الاسلام و المسلمین شیخ حسین انصاریان



« اساس در اخلاق اسلامی توجه به خدا و اشتغال به یاد اوست، اصولاً روح همه طاعات و عبادات و ارزش‌ها را یاد خدا تشکیل می‌دهد. نگاهی به تعالیم قرآن و آموزش‌های رسیده از پیشوایان عظیم‌الشان آسمانی، این نکته را به وضوح اثبات می‌رساند که از نظر اسلام نه تنها هیچ چیز به اندازه یاد خدا از ارزش و اهمیت برخوردار نیست، بلکه تمام امور دیگر برای تسهیل توجه انسان به خداست.

از نظر اسلام سرچشمه قدرت روحی و معنوی برای انسان و یگانه عامل سعادت و کمال او توجه به خدا و اشتغال به یاد اوست، همچنانکه همه گرفتاری‌های انسان و حتی همه رذایل اخلاقی و معایب روحی و امراض نفسانی ناشی از غفلت از یاد خداست. توجه انسان به خدا در واقع اتصال قلبی انسان به درگاه الهی است و واضح است که در این ارتباط و اتصال باطنی، مواهب معنوی فراوانی نصیب انسان می‌گردد. ذیلاً به پاره‌ای از آثار توجه به خدا اشاره می‌کنیم:

آرامش قلبی و قدرت روحی

قرآن یاد خدا را تنها عامل آرامش بخش دل‌ها معرفی کرده و اطمینان و طمأنینه نفس انسان را در گرو توجه به خدا می‌داند: **أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ**. آگاه باشید که تنها با یاد خدا دل‌ها آرام می‌گیرند. تأثیر توجه به خدا در ایجاد آرامش قلبی از این جهت است که:

۱ اولاً، خداوند هدف نهایی فطرت انسان است و انسان خود به خود در طلب این مطلوب نهایی در تب و تاب است و تا به آن نرسد، آرام و قرار نمی‌گیرد و راضی نمی‌شود.

۲ ثانیاً، کسی که توجه به خدا ندارد طبعاً توجه او به دنیا و برخورداری‌های مادی و ظاهری است. چنین فردی هر قدر در جهت کسب نعمت‌های دنیوی تلاش کند و به مهره‌های فراوانی نیز دست یابد، هرگز راضی شده و در حصرت چیزهایی است که ندارد از طرف دیگر، از اینکه نعمت‌های موجودش دستخوش آفات شده و زائل شوند، نیز همواره در بیم و هراس است.

بنابراین کسی خدا را فراموش کرده و دنیا را به جای آن برگزیده همواره از بابت آنچه دارد در بیم و نگرانی است و از بابت آنچه ندارد در حسرت و ناراضی است و لذا هرگز روی آرامش و اطمینان ندیده و دلش آرام و قرار نمی‌گیرد. چنین فردی در مواقع مواجهه با مصائب و شکست‌ها و ناراحتی به سرعت دستخوش اندوه و تألمات روحی شده و اگر هم به آرامشی سطحی و ناپایدار رسیده باشد، با دخالت کوچکترین عامل مخالف آن را از دست می‌دهد و گرفتار اندوه و نگرانی و تلاطم روحی می‌شود. قرآن یکی از آثار اعراض از یاد خدا را تنگی معیشت یعنی تنگی زندگانی دنیوی معرفی می‌نماید: **وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكاً**. یعنی کسی که از یاد من رویگردانی کرد، زندگانی او (در دنیا) تنگ می‌شود.

زیرا به طوری که گفته شد، کسی که خدا را فراموش می‌کند، و او از نظر برخورداری‌های دنیوی به بهره‌های فراوان نیز برسد اما چون همواره در حسرت چیزبست که به دست نیاورده و نگران چیزهائی است که در دست دارد، لذا در هر حال زندگانی دنیوی برای او ضیق

(تنگ) است، و اگر هم وسعی دارد نسبت به کسانی است که چنان وسعی را ندارند و گرنه در تمامی احوال در تنگی و چنین است. **هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ** لیزداد او ایماناً مع ایمانهم. خداوند سکینه و آرامش را بر دل‌های مؤمنین نازل کرد تا بر مراتب ایمان خود بیفزایند.

میزان آرامش قلبی هر کس متناسب است با میزان توجه او به خدا، دل‌هایی که از یاد خدا غافلند، به سان زورقی هستند به سطح دریا که به کوچکترین نسیم به حرکت درآمد. و با اولین موجی که برمی‌خیزد متلاطم شده و غرق می‌شوند. اما کشتی‌های بزرگ که خود را به پایگاه محکمی بسته‌اند، با شدیدترین طوفان‌ها هم به تلاطم نمی‌افتند و از جای خود تکان نمی‌خورند.

نورانیت دل

نکته قابل توجه در اینجا اینکه آرامش قلبی حاصل از توجه به خدا، به خصوص در مواردی که این توجه به مراتب بالاتری رسیده و همراه با جاذبه معنوی خاصی صورت می‌پذیرد، تنها یک آرامش قلبی ساده که هیچ‌گونه آثار روحی و معنوی از خود بر جای نگذارد نیست. چنان توجه و آرامش بارور از عانی علوی و همراه با نور معنوی خاصی است که چون بردل بتابد، آن را حیاتی نوبخشیده و از انواع ظلمت‌ها و کدورت‌های حاصل از توجه به غیر حق می‌رهاند. از این روست که در تعالیم اسلامی از یاد خدا به عنوان «نور دل‌ها» و «جلاء قلوب» بصیر شده است، حضرت امیرالمؤمنین می‌فرماید: **عَلَيْكَ بِذِكْرِ اللَّهِ فَإِنَّهُ نُورُ الْقُلُوبِ**. بر شما باد یاد خدا که آن نور دل هاست.

وارستگی از لذات مادی

کسانی که لذت و حلاوت عبادت و مناجات و ذکر خدا را چشیده‌اند، از لذت‌های دیگری نیاز شده و دل از تمامی آنها کنده‌اند، زیرا در این لذت عظمت و کرامتی یافته‌اند که لذات دیگر در برابرن آن ارزش خود را از دست داده است.

کسانی که لذت عبادت و حلاوت ذکر و یاد خدا را دریافته‌اند، زندگانی آنها برای ما اعجاب‌انگیز بلکه حتی در مواردی باور نکردنی است.

مروری هر چند کوتاه در زندگانی حضرت امیرالمؤمنین **عَلَيْهِ السَّلَامُ** هر انسانی را دستخوش حیرت و اعجاب می‌کند. چگونه می‌توان تصور کرد که کسی آنچنان نسبت به لذات دنیوی بی‌اعتنایی باشد و یا وجود کار سنگین روزانه، شب‌ها ساعات متوالی به نماز بایستد و به مناجات و راز و نیاز با پروردگار خویش بپردازد؟ پیامبر اسلام **صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ وَسَلَّمَ** با وجود مسئولیت‌های طاقت‌فرسائی که برعهده داشتند و لحظه‌ای از این کراسنگین فراغت حاصل نمی‌کردند، روزها سنگ برشکم می‌بستند تا گزندگی گرسنگی را کمتر احساس کنند و شب، بنا به تصریح قرآن دو سوم یا نصف یا حداقل ثلث آن را به نماز می‌ایستادند و به عبادت می‌پرداختند تا آنچه که پاهایشان ورم کرده بود. آن شخصیت‌های آسمانی چنان مجذوب عبادت حق بودند و آنچنان در یاد خدا و انس با او به آرامش و لذت می‌رسیدند

که هیچ چیز نمی‌توانست آنان را از این حضور بازدارد و توجهشان را به خود معطوف گرداند.

جلب نظر الهی

در یکی از آیات قرآنی، خداوند مهم‌ترین اثر و نتیجه یاد کردن خدا را چنین بیان می‌فرماید: **أَذْكُرُونِي أَذْكَرُكُمْ**. مرا یاد کنید تا من نیز شما را یاد کنم. خداوند در این آیه به مؤمنین بشارت داده است که توجه آنها به درگاه الهی از جانب خداوند بی‌پاسخ نمی‌ماند و هر کس که خدا را یاد کند و روی دل به سوی او کند، متقابلاً خداوند نیز او را یاد می‌کند و او را مورد توجه مخصوص خود قرار می‌دهد، این بزرگترین نوید است برای کسانی که معرفت به مقام پروردگار خود یافته و به ارزش توجه خدا نسبت به خود تا حدی واقف‌اند.

ایجاد بصیرت در دل

در آیات قرآنی به یکی دیگر از آثار خدا برمی‌خوریم و آن ایجاد بصیرت و روشنایی در دل است به طوری که در سایه این بصیرت، پرهیزگاران از گزند مداخلات شیطانی در فکر و قلب خود نجات یافته و بر نفس و شیطان غلبه می‌کنند: **إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُم مُّبْصِرُونَ**. افراد پرهیزگار هنگامی که شیطان آن‌ها را وسوسه کند متذکر شده و به یاد خدا می‌افتند و در همان حال بصیرت می‌یابند.

از اینجا می‌توان دریافت که یاد خدا از نفوذ وساوس شیطان در دل جلوگیری کرده مداخلات شیطان را سد می‌کند و با ایجاد نور بصیرت در دل، تشخیص حق را آسان‌تر می‌کند. در تعالیم پیشوایان دین نیز یکی از آثار و نتایج یاد خدا، حصول نور بصیرت در قلب و فکر معرفی شده است از سخنان حضرت علی **عَلَيْهِ السَّلَامُ** است که: **دَوَامُ الذِّكْرِ يُنِيرُ الْقَلْبَ وَ الْفِكْرَ**. مداومت بر یاد خدا قلب و فکر را روشنایی می‌بخشد.

دوری از گناه

ناگفته خود پیداست که یکی از آثار مهم یاد خدا در دل مؤمنین عبارتست از پرهیز از معاصی، زیرا زمانی که انسان تن به معصیت می‌دهد در واقع خدا را فراموش کرده و از توجه به ساحت عظمت و قدرت او بازمانده است. چه، اگر انسان توجه به خدا کند، چگونه می‌تواند تن به نافرمانی او دهه و از اطاعت امرش سرباززند.

خودیابی

یکی دیگر از آثار توجه به یاد خدا اینست که وقتی انسان خدا را فراموش کرده از توجه به او غفلت می‌ورزد، خود واقعی خویش را نیز به دست فراموشی سپرده و آن را گم می‌کند چنانکه در توجه به خدا با خود حقیقی خویش نیز آشنا شده و آن را بازمی‌یابد. توضیح اینکه «خود» در ایمان درجات و مراتب دارد. نفس انسانی حقیقت واحدی است که همه شئون حیاتی و فکری و معنوی انسان تحت تدبیر او برده و کلیه فعالیت‌های انسان مظاهری از همان حقیقت واحد است. **□**



وقتی انسان خدا

را فراموش کرده

از توجه به او

غفلت می‌ورزد

خود واقعی

خویش را نیز به

دست فراموشی

سپرده و آن را گم

می‌کند چنانکه

در توجه به خدا

با خود حقیقی

خویش نیز آشنا

شده و آن را باز

می‌یابد



مروری بر حقیقت یاد خدا و موانع آن

مرا روزی مباد آن دم که بی یاد تو بنشینم

■ محمدرضا مصطفی پور

اینکه قرآن در آیه مورد بحث از مؤمنان خواسته تا زیاد به یاد خدا بوده و در همه حالات و شؤون او را یاد کنند برای آن است که اولاً شیطان در حال غفلت به انسان حمله می‌کند و اگر کسی به یاد خدا متذکر باشد به دام شیطان نمی‌افتد. ثانیاً یاد خدا سنت حسنه‌ای برای تقویت روح فرشتگی در انسان ذاکراست. زیرا ملائکه دائماً به یاد خدا هستند و هرگز خسته و افسرده نمی‌شوند: «یَسْبِحُونَ اللَّیْلَ وَالنَّهَارَ لَا یَفْتُرُونَ؛ تمام شبانه روز تسبیح خدا می‌گویند و سست نمی‌شوند.» پس انسانی که می‌خواهد فرشته خوشود پیوسته به یاد خداست. در کثرت یاد شده کمیت و کیفیت هر دو باید لحاظ شود زیرا خدای سبحان از ذکر بدون اخلاص و حضور قلب به عنوان ذکر قلیل و اندک یاد می‌کند: «ولایذکرون الله الا قلیلاً؛ منافقان کم به یاد خدا هستند.» زیرا ذکر آنها بدون روح و زبانی است و در واقع ذکر کثیر یعنی ذکر با روح و با خلوص است که حافظ انسان است.

حضرت امیرالمؤمنین علیه السلام فرمود: «ان الله سبحانه وتعالى جعل الذکر جلاءً للقلوب، و تسمع به بعد الوقره و تبصر به بعد العشوه و تنقاد به بعد المعانده؛ خدای سبحان یاد خود را مایه جلای قلب‌ها قرار داده که بر اثر آن گوش، پس از سنگینی (بر اثر غفلت) شنوا شود و چشم پس از کم سویی بینا گردد و از لجاجت و عناد به اطاعت و انقیاد باز گردد و رام شود.»

هنگامی که انسان نام خدا را به عظمت می‌برد و اوصاف جمال و جلالش را از علم و قدرت و سمع و بصر و مقام رحمانیت و رحیمیت و مراقبت او را نسبت به بندگان برمی‌شمارد و پرده‌های غفلت از مقابل چشم او کنار می‌رود و حق را به خوبی می‌بیند. غوغای هوا و هوس‌ها فرو می‌نشیند و ندای داعیان حق را شنیده و در برابر فرمان خدای متعال به انقیاد کامل دست می‌یابد.

□ حقیقت ذکر

ذکر در لغت به معنای مطلق یاد کردن و توجه داشتن است خواه به زبان باشد و خواه به قلب و دل و خواه به فعل و عمل، اما حقیقت ذکر: توجه قلبی و باطنی انسان به ساحت قدس پروردگار است در حقیقت ذکر خدا، عبارت است از یک حالت خدای بینی روحانی و توجه باطنی به خدای جهان به گونه‌ای که آدمی خدا را حاضر و ناظر خویش در محضر پروردگار جهان بداند، کسی که این چنین به یاد خدا باشد به دستورات خدا عمل می‌کند، واجبات را انجام می‌دهد و محرمات را ترک می‌کند.

حضرت علی علیه السلام فرمود: «لا تذکر الله سبحانه ساهياً و لاتنسه لاهياً واذکره ذکراً کاملاً یوافق فیه قلبک لسانک و یطابق اضمارک و اعلانک ولن تذکره حقیقه الذکر حتی تنسی نفسک فی ذکرک و تنفقدها فی امرک؛ خدای سبحان را از روی سهو و غفلت ذکر نگو و او را فراموش مکن، خدای را ذکر کامل بگو به طوری که قلب و زبانت همراه و باطن و ظاهر همتانگ باشند، خدا را به حقیقت ذکر یاد نمی‌کنی جز در صورتی که در حال ذکر، نفس خودت را فراموش کنی و در انجام کار، خودت را نیابی.»

عارفی گوید: ذکر روح عبادت عملی و نهایت ثمره آن است و آن را اولی است که موجب دوستی و حب خداست و آخری است که موجب نزدیکی به خداوند است زیرا مرید او آغاز کار با تکلف و زحمت ذکر خدا می‌کند تا بتواند دل و زبان خود را از وسواس منحرف کند، پس اگر موفق به مداومت بر ذکر گردد انس به خداوند پیدا می‌کند و حب مذکور یعنی خدا در دلش کاشته می‌شود.

جهت تنبیه و بیداری از مثالی استفاده می‌شود و آن اینکه، هرگاه در حضور یکی از ما از کسی ستایشی به عمل آید و او را به داشتن صفات پسندیده یاد کنند، آن شخص به سبب شنیدن وصف او و کثرت ذکر خیر او، وی را دوست داشته و به او عشق ورزد. سپس به جهت یادآوری فراوان از او ناچار به یک یادآوری بیشتری از او دچار می‌گردد به حدی که تاب ندیدن او را ندارد، چرا که هر کس چیزی را دوست بدارد فراوان از او یاد می‌کند و هر که فراوان از چیزی یاد کند، هر چند با تکلف و زحمت هم باشد آن را دوست خواهد داشت.

همچنین ذکر خدا در آغاز کار با تکلف صورت گیرد تا اینکه میوه انس و دوستی او را به بار آورد و در آخر کار تاب آوردن بر عدم دیدار او ممکن نمی‌شود. بنابراین انسان گرچه به ذکر لفظی می‌پردازد اما آنچه مهم است که ذکر لفظی وسیله‌ای برای ذکر قلبی گردد به گونه‌ای که آدمی پیوسته خود را در محضر او دیده و او را حاضر و ناظر بر خود بداند.

□ مراتب ذکر

ذکر مقامی بسیار وسیع و دارای مراتب و درجاتی است که اولین مرتبه‌اش ذکر لفظی و زبانی و نهایت آن انقطاع کامل است.

۴ الف . ذکر زبانی: کسی که به ذکر و یاد خداست همین که به خدا توجه کرد به قصد قربت اذکار مخصوص را بر زبان جاری سازد بدون آنکه به معانی آنها توجه داشته باشد.

۴ ب . ذکر معنوی: انسانی که به قصد قربت ذکر می‌گوید، در همان حال معنای آن را بر ذهن خود خطور دهد و به دل سرایت دهد تا دل از آن متأثر گردد.

۴ ج . ذکر قلبی: در این مرتبه زبان از قلب پیروی می‌کند و ذکر می‌گوید و در باطن ذات به مفاهیم ذکرها ایمان دارد که زبان با پیروی از قلب به گفتن ذکر مشغول می‌شود. این ذکر است که عمیق‌ترین اثرات روحی و معنوی را برای انسان درآست.

۴ د . ذکر در تمام حالات: انسانی که دائم الحضور است و پیوسته خود را در حضور خدا می‌بیند و با او انس دارد و اگر لحظه‌ای غفلت کند احساس گناه کرده و به درگاه خدا توبه می‌کند. البته این مرحله ویژه بندگان خاص خدا است که همیشه با یاد خدا پیوند برقرار کرده و هیچ نوع علاقه و تمایلی که معارض با حبّ الهی و رضا و خوشنودی او باشد در او راه نمی‌یابد.

□ موانع ذکر

پس از آشنایی با حقیقت ذکر و یاد خدا و مراتب آن حال به موانع ذکر اشاره می‌شود. با توجه به اینکه خدا به انسان نزدیک است و از رگ گردن انسان به او نزدیک‌تر است چرا آدمی از یاد او غافل است از این رو، در این قسمت به موانع ذکر اشاره می‌شود و سپس راه زدودن آن تبیین می‌گردد.

۴ ۱ . تعلقات و وابستگی‌های مادی و معنوی: انسانی که وابسته به دنیا و داشته‌های خود باشد به گونه‌ای که آنچه

برای او ارزش دارد امور دنیوی باشد و همین امور او را به خود مشغول سازد به طوری که با اشتغال به آنها آدمی از یاد خدا غافل می‌شود و او را فراموش می‌کند.

۴ ۲ . حجاب اعمال: علاوه بر تعلقات و وابستگی‌ها انسان گاهی در حجاب اعمال خود قرار گرفته و از یاد خدا غافل می‌شود به این صورت که آدمی با ملاحظه اعمال خوب خود، دچار غرور و عجب و خود فریبی شده و در نتیجه خدا را فراموش می‌کند.

۴ ۳ . هم‌نشینی با غافلان: گاهی انسان در اثر هم‌نشینی با بی‌خبران از خدا غافل می‌شود هم‌نشینی که خود اهل ذکر و یاد خدا نیستند و انسان را نیز از یاد خدا غافل می‌کنند.

□ راه زدودن

برای از بین بردن این موانع و زدودن آنها آدمی باید به تلاش و کوشش مداوم بپردازد و برای این کار باید اولاً به معرفت و شناخت کامل خدا رسیده و با معرفت او به سیر و سلوک و به تلاش و کوشش خالصانه اقدام کند و صفحه دلش را از آن موانع پاک سازد و ثانیاً به تخلیه و تحلیه و تجلیه بپردازد، یعنی نفس خود را از کلیه رذایل و آلودگی‌ها و قیود مادی پاکسازد و صفحه دل را به انجام واجبات و اطاعت پروردگار و آراستن به فضائل زینت بخشد و علاوه بر آن، آن را به ترک مکروهات و انجام مستحبات صیقلی دهد در این صورت است که انسان می‌تواند این موانع را از سر راه خود بردارد. و پیوسته به یاد خدا یعنی کمال و جمال مطلق باشد. □



علاوه بر تعلقات

و وابستگی‌ها

انسان گاهی در

حجاب اعمال

خود قرار گرفته و

از یاد خدا غافل

می‌شود به این

صورت که آدمی

با ملاحظه اعمال

خوب خود، دچار

غرور و عجب و

خود فریبی شده

و در نتیجه خدا را

فراموش می‌کند

یاد خدا معادل تمام خیر دنیا و آخرت است

حضرت آیت الله ناصر مکارم شیرازی



در آیه ۴۱ سوره «احزاب» می خوانیم:

ای کسانی که ایمان آورده اید! خدا را فراروان یاد کنید؛ یا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا. هنگامی که نام خدا برده می شود، یک دنیا عظمت، قدرت، علم، و حکمت در قلب انسان متجلی می گردد؛ چرا که او دارای اسماء حسنی و صفات علیا و صاحب تمام کمالات، و منزله از هرگونه عیب و نقص است. توجه مداوم به چنین حقیقتی که دارای چنان اوصافی است روح انسان را به نیکی ها و پاکی ها سوق می دهد، و از بدی ها و زشتی ها پیراسته می دارد، و به تعبیر دیگر، بازتاب صفات او در جان انسان تجلی می کند.

توجه به چنین معبود بزرگی موجب احساس حضور دائم در پیشگاه او است، و با این احساس، فاصله انسان از گناه و آلودگی بسیار زیاد می شود. یاد او یادآوری مراقبت او است، یاد حساب و جزای او است، یاد دادگاه عدل او و بهشت و دوزخ او است و چنین یادی است که جان را صفا، و دل را نور و حیات می بخشد. به همین دلیل، در روایات اسلامی آمده است: هر چیز اندازه ای دارد جز یاد خدا که هیچ حد و مرزی برای آن نیست! امام صادق علیه السلام طبق روایتی که در «اصول کافی» آمده، می فرماید: ما من شیء الا وله حدٌ ینتهی الیه الا الذکر، فلیس له حدٌ ینتهی الیه؛ هر چیز، حدی دارد که وقتی به آن رسد پایان می پذیرد، جز ذکر خدا که حدی که با آن پایان گیرد، ندارد. سپس می افزاید: فَرَضَ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ الْفَرَائِضَ، فَمَنْ اَدَّاهُنَّ فَهُوَ حَدُّهُنَّ، وَ شَهْرُ رَمَضَانَ فَمَنْ صَامَهُ فَهُوَ حَدُّهُ، وَ الْحَجَّ فَمَنْ حَجَّ فَهُوَ حَدُّهُ، الْاَلَذَّكَرُ، فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّوَجَلَّ لَمْ يَرِضْ مِنْهُ بِالْقَلِيلِ وَلَمْ يَجْعَلْ لَهُ حَدًّا يَنْتَهِي إِلَيْهِ، ثُمَّ تَلَا هَذِهِ الْآيَةَ: يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا وَ سَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلًا؛ خداوند نمازهای فریضه را واجب کرده است؛ هر کس آنها را ادا کند حد آن تأمین شده، ماه مبارک رمضان را هر کس روزه بگیرد حدش انجام گردیده، و حج را هر کس (یک بار) به جا آورد همان حد آن است، جز ذکر الله که خداوند به مقدار قلیل آن راضی نشده، و برای کثیر آن نیز، حدی قائل نگردیده، سپس به عنوان شاهد این سخن، آیه یا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا... را تلاوت فرمود.

سایه لطف در بهشت برین

امام صادق علیه السلام در ذیل همین روایت، از پدرش امام باقر علیه السلام نقل می کند که: «او کثیر الذکر بود، هر وقت با او راه می رفتم ذکر خدا می گفت، و به هنگام غذا خوردن نیز به ذکر خدا مشغول بود، حتی هنگامی که با مردم سخن می گفت از ذکر خدا غافل نمی شد...»، و سرانجام، با این جمله پر معنی، حدیث فوق پایان می گیرد: وَ الْبَيْتُ الَّذِي يُقْرَأُ فِيهِ الْقُرْآنُ، وَ يُذَكَّرُ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ فِيهِ تَكْثُرُ بَرَكَتُهُ، وَ تَخْصُرُهُ الْمَلَائِكَةُ، وَ تَهْمُجُهُ السَّيِّئَاتُ، وَ يُضِيءُ لِأَهْلِ السَّمَاءِ كَمَا يُضِيءُ الْكَوْكَبُ الْذُرِّيُّ لِأَهْلِ الْأَرْضِ؛ خانه ای که در آن تلاوت قرآن شود، و یاد خدا گردد، برکتش افزون خواهد شد، فرشتگان در آن حضور می یابند، و شیاطین از آن فراری می کنند، و برای اهل آسمان ها می درخشد، همان گونه که ستاره درخشان برای اهل زمین. اما به عکس خانه ای که در آن تلاوت قرآن و ذکر خدا نیست برکتش کم خواهد بود، فرشتگان از آن هجرت می کنند و شیاطین در آن حضور دائم دارند.

این موضوع، به قدری اهمیت دارد که در حدیثی یاد خدا معادل تمام خیر دنیا و آخرت شمرده شده است؛ چنان که از رسول خدا (صلی الله علیه و آله) نقل شده: مَنْ أُعْطِيَ لِسَانًا ذَاكِرًا فَقَدْ أُعْطِيَ خَيْرَ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ؛ آن کس که خدا زبانی به او داده که به ذکر پروردگار مشغول است خیر دنیا و آخرت به او داده شده است.

این سخن را با حدیث کوتاه و پر معنی دیگری از امام صادق علیه السلام پایان می دهیم، آنجا که فرمود: مَنْ أَكْثَرَ ذِكْرَ اللَّهِ عَزَّوَجَلَّ أَظَلَّهُ اللَّهُ فِي جَنَّتِهِ؛ هر کس بسیار یاد خدا کند، خدا او را در سایه لطف خود در بهشت برین جای خواهد داد.

کسانی که بخواهند آگاهی بیشتری در این زمینه پیدا کنند به جلد دوم «اصول کافی» ابوابی که درباره ذکر الله است مراجعه نمایند، به خصوص بابی که می گوید: بسیاری از اوقات و بلاها و مصائب دامن کسانی را که ذکر خدای گویند نمی گیرد.

ذکر، سرچشمه فکر

تأکید بر این مطلب را لازم نمی دانیم که این همه برکات و خیرات مسلماً مربوط به ذکر لفظی و حرکت زبان که خالی از فکر و اندیشه و عمل باشد، نیست، بلکه هدف ذکر است که سرچشمه فکر گردد، همان فکری که بازتاب گسترده اش در اعمال انسان آشکار شود؛ چنان که در روایات به این معنی تصریح می کند. خدای متعال در آیه ۱۵۲ سوره «بقره» می فرماید: مرا یاد کنید تا شما را یاد کنم و شکر مرا به جا آورید و کفران نکنید!؛ فَادْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَ أَشْكُرْوَالِي وَ لَا تُكْفُرُونِ.

بدیهی است: جمله «مرا یاد کنید تا شما را یاد کنم» اشاره به یک معنی عاطفی میان خدا و بندگان نیست، آن گونه که در میان انسان ها است که به هم می گویند: به یاد ما باشید تا به یاد شما باشیم! بلکه اشاره به یک اصل تربیتی و تکوینی است، یعنی به یاد من باشید، به یاد ذات پاکی که سرچشمه تمام خوبی ها و نیکی ها است و به این وسیله روح و جان خود را پاک و روشن سازید و آماده پذیرش رحمت پروردگار، توجه شما به این ذات پاک، شما را در فعالیت ها مخلص تر، مصمّم تر، نیرومندتر و متحدتر می سازد.

همان گونه که منظور از «شکرگزاری و عدم کفران» تنها یک مسأله تشریفاتی و گفتن بازبان نیست، بلکه منظور آن است که هر نعمتی را درست به جای خود مصرف کنید و در راه همان هدفی که برای آن آفریده شده به کار بگیرید تا مایه فزونی رحمت و نعمت خدا گردد.

یادآوری خدا، یادآوری بنده

مفسران در شرح جمله فَادْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ و اینکه منظور از یادآوری بندگان چیست؟ و یادآوری خداوند چگونه است، تفسیرهای متنوعی ذکر کرده اند که «فخر رازی» در تفسیر «کبیر» خود آن را در ده موضوع خلاصه کرده:

۱. مرا به «اطاعت» یاد کنید، تا شما را به «رحمت» یاد کنم، شاهد این سخن آیه ۱۳۲ سوره «آل عمران» است که می گوید: وَأَطِيعُوا اللَّهَ وَ الرَّسُولَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ.

۲. مرا به «دعا» یاد کنید، تا شما را به «اجابت» یاد کنم، شاهد این سخن آیه ۶۰ سوره «مؤمن» است که می گوید: اذْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ.

۳. مرا به «ثنا و طاعت» یاد کنید، تا شما را به «ثنا و نعمت» یاد کنم.

۴. مرا در «دنیا» یاد کنید تا شما را در «جهان دیگر» یاد کنم.

۵. مرا در «خلوتگاه ها» یاد کنید تا شما را در «جمع» یاد کنم.

۶. مرا به «هنگام وفور نعمت» یاد کنید، تا شما را در «سختی ها» یاد کنم.

۷. مرا به «عبادت» یاد کنید، تا شما را به «کمک» یاد کنم، شاهد این سخن جمله اِيَّاكَ تَعْبُدُ وَاِيَّاكَ تَسْتَعِينُ است.

۸. مرا به «مجاهدت» یاد کنید، تا شما را به «هدایت» یاد کنم، شاهد این سخن آیه ۶۹ سوره «عنکبوت» است که می فرماید: وَ الَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا.

۹. مرا به «صدق و اخلاص» یاد کنید، شما را به «خلاص و مزید اختصاص» یاد می کنم.

۱۰. مرا به «ربوبیت» یاد کنید، شما را به «رحمت» یاد می کنم، مجموعه سوره «حمد» می تواند گواه این معنی باشد.

البته هر یک از این امور، جلوه ای از جلوه های معنی وسیع این آیه است و آیه فوق همه این معانی و حتی غیر آن را نیز شامل می شود: مرا به «شکر» یاد کنید تا شما را به «زیادی نعمت» یاد کنم، چنان که در آیه ۷ سوره «ابراهیم» می خوانیم: لِيُنشُرْ شُكْرَكُمْ لِازِيدَنَّكُمْ. بدون شک هر گونه توجه به خداوند، چنان که گفتیم، یک اثر تربیتی دارد که در پرتو یاد خدا در وجود انسان پرتو افکن می شود، و روح و جان او بر اثر این توجه، آمادگی نزول برکات جدیدی که متناسب با نحوه یاد او است پیدا می کند. □



به یاد خدا

به یاد شما باشیم!

که اشاره به

یک اصل تربیتی

و تکوینی است،

یعنی به یاد

من باشید به

یاد ذات پاکی

که سرچشمه

تمام خوبی ها و

نیکی ها است

و به این وسیله

روح و جان خود

را پاک و روشن

سازید و آماده

پذیرش رحمت

پروردگار، توجه

شما به این ذات

پاک، شما را

در فعالیت ها

مخلص تر،

مصمّم تر،

نیرومندتر و

متحدتر می



آثار ذکر خدا در قرآن

مرا یاد کنید تا من نیز شما را یاد کنم

ظاهره رحیمی

از واژه‌های پرمعنا و عمیقی که در فرهنگ دینی و قرآن کریم استفاده فراوانی دارد، واژه «ذکر» است. ذکر به معنای یادآوری چیزی است که قبلاً در ذهن محفوظ بوده است و از این رو در مقابل غفلت قرار میگیرد. غفلت به معنای بی توجهی به حضور یک امر و فراموش کردن آن است و به همین دلیل در قرآن کریم غافلان از حضور و یاد پروردگار مورد نکوهش فراوان قرار گرفته‌اند. حمد و ستایش خدای را سزاوار است که حمد را مفتاح ذکرش نهاد و سبب فزونی فضلش شمارد، ذکر که دل حیران را قرار و سکون میبخشد و آدمی را از پرتگاه غفلت به آستان حضور آورد و از ظلمات به کرانه نور رساند. ذکرش سبیل دل است و اکسیر عشق، موجب الفت است و سرمایه عزت. خدایی که از سر لطف و بنده پروری باب ذکر خود را بر همگان گشود و گنج معرفتش را به رمز اذکار گشودن داد. و به این حقیقت در مناجات امام زین العابدین (ع) اشاره شده است: «معبود من، اگر نبود پذیرش فرامانت واجب، منزله می دانستم که چون من ذکر تو گوید زیرا ذکر من، به اندازه فهم من است نه به اندازه عظمت تو.»

آثار ذکر
نقش سازنده یاد خدا در حیات فردی و اجتماعی جامعه انسانی غیر قابل تردید است. جامعه‌ای که در آن یاد خدا حاکم شد، مفاسد اخلاقی و اجتماعی و اقتصادی در آن کمتر به چشم می‌خورد، زیرا مفاسد اخلاقی فردی و مفاسد اجتماعی همگی ناشی از غفلت از خدای متعال است و هرگاه آرامش فردی ناشی از یاد خدا، مبدل به آرامش جمعی گردد و روابط اجتماعی و اقتصادی بر اساس آن استوار گردد، دیگر برای بی عدالتی و ستم و زیر پا نهادن حقوق دیگران و بی انصافی و رباخواری و... جایی نخواهد ماند. در قرآن کریم برای یاد خدا آثار و نتایجی بیان شده است که هر یک از آنها در سعادت انسان و جامعه تأثیر بسزایی دارد و در ادامه به چند مورد از مهمترین آنها اشاره‌ای خواهیم داشت.

جلب نظر الهی

خداوند در سوره بقره مهمترین اثر و نتیجه یاد کردن خدا را چنین بیان می‌کند: «مرا یاد کنید تا من نیز شما را یاد کنم». خداوند در این آیه به مؤمنین بشارت داده است که توجه آنها به درگاه الهی از جانب خداوند بی پاسخ نمی‌ماند و متقابلاً خداوند نیز آنها را یاد می‌کند، اگر یاد خدای متعال، تنها همین اثر و فایده را داشته باشد، برای اثبات ارزشمندی ذکر خدای متعال کافی است.

در این جمله که بیان کرده «مرا یاد کنید تا شما را یاد کنم» اشاره به یک معنی عاطفی میان خدا و بندگان نیست، آن گونه که در میان انسان هاست که به هم می‌گویند: به یاد ما باشید تا به یاد شما باشیم، بلکه اشاره به یک اصلی تربیتی و تکوینی است، به یاد من باشید یعنی به یاد ذات پاک که سرچشمه تمام خوبی‌ها و نیکی‌هاست و به این وسیله روح و جان خود را پاک و روشن سازید و آماده پذیرش رحمت پروردگار، توجه شما به این ذات پاک شما را در فعالیت‌ها مخلص‌تر و نیرومندتر می‌سازد.

آرامش قلبی و قدرت روحی

«الا بذكر الله تطمئن القلوب» آگاه باشید که با یاد خدا دل‌ها آرامش می‌یابد. در این آیه سخن از تأثیر یاد خدا در آرامش دل‌هاست؛ آرامشی که می‌تواند انسان را از لغزش‌ها برهاند و به فضایل اخلاقی بیاراید. این آرامش به خاطر نگرانی‌هایی که گاهی به خاطر آینده تاریک و مبهمی است که در پیش دارد و گاه گذشته تاریک زندگی، فکرو او را به خود مشغول می‌دارد، و نیز دنیا پرستی و دل باختگی نسبت به دنیا، توهم‌ها، هر یک از اینها می‌تواند باعث نگرانی و سلب آرامش از انسان گردد. پس هر قلبی با ذکر خدا اطمینان می‌یابد و اضطرابش تسکین پیدا می‌کند. آری، این معنا حکمی است عمومی که هیچ قلبی از آن مستثنی نیست، مگر اینکه کار آن قلب به جایی رسیده باشد که در اثر از دست دادن بصیرت و رشدش دیگر نتوان به آن قلب گفت و چنین قلبی از ذکر خدا گریزان و از نعمت طمأنینه و سکون محروم خواهد ماند.

خشیت از پروردگار

از جمله آثار یاد خدای متعال برای مؤمنان، خداترسی و خشیت است. خداوند متعال می‌فرماید: «إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ الَّذِينَ إِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَجِلَتْ قُلُوبُهُمْ وَإِذَا تُلِيَتْ عَلَيْهِمْ آيَاتُهُ زَادَتْهُمْ إِيمَانًا وَعَلَىٰ رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ» مؤمنان کسانی هستند که هرگاه نام خدا برده میشود، دل‌هایشان به هراس میافتد و چون آیاتش را بر آنان فروخوانند بر ایمانشان افزوده شود و بر پروردگارشان توکل کنند. شاید میان این آیه شریفه و آیه قبل نوعی تعارض مشاهده شود. در آیه قبل خداوند متعال فرمود هر کس یاد خدا را کند دلش آرامش می‌یابد ولی در اینجا می‌فرماید هرگاه یاد خدا شود، دلش ترسان می‌شود. اما حقیقت این است که میان این دو آیه ناسازگاری نیست، زیرا ترس ناشی از ذکر خدا مربوط به ذکر کيفر خدا و آرامش ناشی از ذکر خدا مربوط به یادآوری عفو و احسان اوست. مؤمن هرگاه به یاد نعمت‌ها و آموزش خدا بیفتد، حسن ظن پیدا می‌کند و آرامش می‌یابد و هرگاه به یاد گناهان خود بیفتد، ناراحت و پریشان می‌شود «وجل» یعنی ترسی که همراه با اندوه است. خشیتی که در آیه ۲ انفال آمده ترسی نیست که با حالت اطمینان منافات داشته باشد، بلکه حالتی است قلبی که طبعاً قبل از آمدن اطمینان عارض قلب می‌شود و ناشی از اعمال خود انسان است نه از خداوند. توضیح اینکه هر



خداوند به

مؤمنین بشارت

داده است که

توجه آنها به درگاه

الهی از جانب

خداوند بی پاسخ

نمی‌ماند و

متقابلاً خداوند

نیز آنها را یاد

می‌کند، اگر یاد

خدای متعال،

تنها همین اثر و

فایده را داشته

باشد، برای

اثبات ارزشمندی

ذکر خدای متعال

کافی است

عذاب و ناراحتی که متوجه‌ی انسان میشود از آنجا نوعی سلب نعمت است لذا امر و جودی نیست، بلکه امری است عدمی، و عبارت است از امساک از رساندن نعمت و انزال رحمت و لذا نمیتوان آن را نوعی شر که امری وجودی است تلقی کرد. حال وقتی مسلم شد که هیچ شری از ناحیه خدا نازل نمی‌شود، و چون ترس همیشه از شری است که ممکن است پیش بیاید، نتیجه می‌گیریم که حقیقت ترس از خدا همانا ترس آدمی از اعمال زشت خویش است که باعث می‌شود خداوند از انزال رحمت و خیر خود، خودداری کند، پس هر وقت آدمی به یاد خدا بیفتد اولین اثرش این است که متوجه گناهان خود می‌شود و لرزه بر اندامش می‌افتد و دومین اثر این است که متوجه پروردگارش می‌شود در نتیجه سکون و آرامش در دلش ایجاد می‌شود.

نورانیت و بصیرت دل

از جمله آثار یاد خدای متعال پیدا شدن بینش و بصیرت برای صاحبان ذکر است. زمانی که انسان رو به سوی خدا میکند، نوری از باطن بر نفس او می‌تابد و دل او را تابناک می‌سازد، از این رو در تعالیم اسلامی از یاد خدا به عنوان «نور دل‌ها و جلای قلوب» تعبیر شده است این نور معنوی دل را از انواع ظلمت‌ها و کدورت‌های حاصل از توجه به غیر حق می‌رهاند و آثار معنوی عظیمی بر جای می‌گذارد.

درامان ماندن از شر شیطان

قرآن مجید در آیه ۲۰۱ سوره مبارکه اعراف در وصف متّقین می‌فرماید: «إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُمْ مُبْصِرُونَ» (چون اهل تقوی را از شیطان وسوسه و خیالی به دل فرارسد همان دم خدا را به یاد آرند و همان لحظه بصیرت و بینایی پیدا کنند.) حرف «من» در این آیه وجه دارد: یا بیانیه است که به معنای خود شیطان می‌شود یا اینکه نشویه است که در این صورت به معنای وسوسه شیطان است، و در هر دو حال به یک چیز بازگشت دارد، کلمه «طائف» نیز به معنای «طواف کننده» است، نتیجه اینکه شیطان و یا وسوسه‌های شیطانی همچون طواف کننده‌ای پیرامون فکر و روح انسان پیوسته گردش می‌کنند تا راهی برای نفوذ بیابند، اگر انسان در این هنگام به یاد خدا و عواقب سخت و شوم گناه بیفتد، آنها را از خود دور ساخته و رهایی می‌یابد و گرنه سرانجام در برابر این وسوسه‌ها تسلیم می‌گردد. هر کس در هر مرحله‌ای از زندگی و در هر سنی که باشد گرفتار وسوسه‌های شیطان قرار می‌گیرد، حتی افراد با ایمان و با شخصیت همیشه از این مورد احساس خطر می‌کنند، در چنین شرایطی، نخست فراهم ساختن سرمایه «تقوا» است که در آیه هم اشاره شده است، و سپس «مراقبت» و سرانجام توجه به خویشستن و پناه بردن به خدا، و یاد نعمت‌های او و مجازات او است. پس پناه بردن به خدا یک نوع تذکر است، چون اساسش بر این است که خدای سبحان که پروردگار آدمی است رکن و پناهگاهی است که می‌تواند این دشمن مهاجم را دفع کند. □



وقتی یاد الهی باشد دیگر انسان معصیت نمی کند

آیت الله سید محسن خرازی



طبق آیات و روایات، انسان باید طوری آمادگی و معرفت داشته باشد که همیشه به یاد خدا باشد. در روایتی از امام جعفر صادق علیه السلام آمده که حضرت فرمودند: این که می گویند یاد خدا خیلی مشکل است، منظور «سبحان الله و الحمد لله و لاله الا الله و الله اکبر» گفتن نیست، چرا که ذکر اگر فقط لفظی باشد، انسان را نجات نمی دهد، بلکه ذکری انسان را نجات می دهد که قلبی بوده و یاد خدا را در خود داشته باشد و خودش را گم نکند. باید بداند بنده ای است از بندگان خدا و یک موجودی است از موجودات عالم. او در چنین مواقعی منحرف نمی شود. هنگامی که حرام و حلال پیش می آید، باید آنجا یادش باشد که اطاعت و عصیان چیست؟ لذا این مسئله بسیار حساس و مهم است. کسی نمی تواند بگوید ما از برخورد با حلال و حرام رها هستیم! این مواجهه برای همه پیش می آید، چه جوان چه میانسال و چه پیر. همیشه انسان با حلال و حرام مواجه است و همیشه با اطاعت و عصیان درگیر است. آن دلی که با خدا پیوند داشته باشد، مواقع حساس راه حلال و راه اطاعت را می رود. در اعمال حج که انسان از عرفات به مشعر می آید، آنجا هم خداوند دستور داده تا او را یاد کنیم؛ معلوم می شود یاد خدا بودن به صورت قلبی و همیشگی، مسئله ای بسیار مهم و از بدیهیات است؛ چرا که یاد الهی نقش بزرگی در اطاعت و بندگی دارد. وقتی یاد الهی باشد دیگر معصیت از انسان صادر نمی شود.

علت صدور معصیت، غفلت از خداست و این آیات قرآن نیز برای این است که همیشه می خواهد ما را به یاد خدا انداخته و این یاد را در ما ملکه کند. کسی که ملکه یاد خدا در او پیدا شود، برای این ملکه نفسانی نمی شود بهایی قرار داد، خیلی با ارزش است. بنابراین منشأ همه خوبی ها یاد خداست و روایات متعددی به این مهم اشاره کرده اند.

حضرت امیرالمؤمنین علیه السلام فرمودند: من بر سر دوراهی ها نگاه می کنم که کدام طرف راه خدا و کدام طرف راه غیر خداست، و آنگاه راه خدا را انتخاب می کنم. این دو راهی ها برای همه ما هست و متأسفانه غفلت می آید و وقتی غفلت به سراغ انسان آید، اولین خسارت را به خودش می زند و خودش به خودش ظلم می کند و در این حالت عامل به تکامل نرسیدن، خود ما هستیم و ما هستیم که به مراحل عالیه نرسیده ایم و نگذاشتیم این سرمایه وجودی شکوفا شده و ارتقاء پیدا کند. بیشتر حواسمان مشغول چیزهایی است که بود و نبودش خیلی مهم نیست، نگران خیلی چیزها هستیم، اما نگران خودمان که تنزل پیدا کردیم نیستیم!

روایتی از ابی عبدالله علیه السلام منقول است که می فرمایند: من اشد ما فرض الله علی خلقه ذکر الله کثیرا؛ از مهم ترین واجباتی که خدا بر خلق قرار داده، ذکر خدای متعال است. ثم قال: لا اعنی سبحان الله و الحمد لله و لاله الا الله و الله اکبر و ان کان منه؛ سپس امام صادق علیه السلام فرمودند: منظورم از یاد خدا، ذکر تسبیحات اربعه نیست، گرچه این هم ذکر است. ولیکن ذکر الله عند ما احل و حرم فان کان طاعه عمل بها و ان کان معصیه ترکها؛ حضرت معنای واقعی ذکر را بیان می دارند: انسان خدا را به هنگام حلال و حرام که در زندگی اش با آنها مواجه می شود به یاد داشته باشد، اگر طاعت است به آن عمل کند و اگر معصیت است از آن دست بردارد.

روایتی دیگر از امام صادق علیه السلام که می فرمایند: برگزیده اعمال سه چیز است؛

- ۱. اول. انصاف با مردم که انسان در مواجهه با دیگران خودش را جای دیگران قرار دهد و آنچه را که برای خودش راضی است، همان را برای دیگران راضی باشد.
- ۲. دوم. اینکه اگر مالی در اختیار دارد مراعات دیگران بنماید. اگر مردم را همانند خانواده خودش فرض کند، سخاوتش زیاد می شود. مانند اینکه اگر در کوچه محل زندگی اش خانواده ای یتیم و بی سرپرست است، اگر بتواند به آنها رسیدگی کند و آنها را متکفل شود همانند فرزندان خود، که این کار ثروت و فضیلت بزرگی است که نامش مواسات است.
- ۳. سوم. ذکر خدا فقط گفتن سبحان الله و الحمد لله و لاله الله و الله اکبر نیست بلکه، هر گاه امر خدای عزوجل به تورو آورد عمل کنی و چون نهی خدا به تو رسد ترک کنی. البته نه اینکه همین اذکار را ترک کنیم، خیر، بلکه مراد این است که توجه قلبی را نباید از دست بدهیم و فقط به ذکر لفظی بپردازیم، باید طوری بود که دائماً به یاد خدا و در طاعت خدا باشیم، همیشه و علی الدوام. □

۳۰-۳۲

در این بخش سعی کرده ایم با نگاهی به مناسبت های قمری تقویم در آبان ماه آموزه های بزرگان دین درباره زندگی را برای شما گلچین کنیم. ویژگی های مؤمنان در کلام امام صادق (ع)، توصیه های امام عسکری (ع) برای زندگی فردی و اجتماعی، منشور زندگی از منظر امام رضا (ع)، مهرورزی در سیره امام رضا (ع)، تجربه طراحی ضربیح امام رضا (ع) از زبان استاد فرشچیان، ویژگی های پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله از منظر قرآن و توصیف رسول خدا صلی الله علیه و آله در بیان امیرالمؤمنین علی (ع) عناوین مطالب این بخش هستند.

عترت



وقتی فرشتگان آسمان با شیعیان دست می دهند

نخستین اثر خرد بعد از ایمان به خدا، دوستی با مردم است

اولین مسلمان و آخرین فرستاده

و پیرو اهل بیت علیهم السلام قلمداد می‌کنند، اما در مقام راستی و امانتداری نمی‌توانند از عهده آن برآمده و مغلوب شیطان می‌شوند.

۱ رسیدگی به خانواده

توسعه دادن به زندگی خانوادگی و خوشرفتاری با اعضای خانواده یکی دیگر از ویژگی‌های مورد انتظار برای مؤمن و شیعه کامل است. پیرو حقیقی امام صادق علیه السلام هیچگاه نسبت به خانواده خود، تنگ نظر، سخت‌گیر و بدرفتار نیست. او تلاش می‌کند که به نحو شایسته‌ای با همسر و فرزندان خود معاشرت نماید و در صورت امکان به رفاه و امور معیشتی خانواده گسترش دهد. امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «اعضای خانواده یک مرد [همانند اسیر اویند. پس هر کسی که خداوند متعال نعمتی به او عطا کند، باید به خانواده [و زبردستان] خود گشایشی در زندگی ایجاد کند که اگر چنین نکند ممکن است این نعمت از دست او خارج شود». در روایتی دیگر امام صادق علیه السلام شیعیان را به خوشرفتاری با خانواده سفارش نموده و آنرا موجب طولانی شدن عمر می‌داند و می‌فرماید: «هر کس با خانواده خود خوشرفتاری نماید عمرش طولانی خواهد شد».

۲ رعایت ادب در معاشرت با دیگران

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند. امام صادق علیه السلام رعایت اصول اخلاقی و توجه به آداب انسانی را از ویژگی‌های مکتب تشیع دانسته و آن را بر شیعیان راستین امری ضروری و لازم می‌شمارد و می‌فرماید: «شیعه ما نیست کسی که بزرگترها را احترام نکند و به کوچکترها ترحم ننماید».

۳ همیاری با برادران دینی

تعاون و همیاری در بین پیروان اهل بیت علیهم السلام گذشته از اینکه موجب نزدیکی دل‌ها و ایجاد انس و محبت می‌شود، از مهم‌ترین عوامل اقتدار و تحکیم ارتباط در میان آنان است. آنان با کنار گذاشتن اختلاف نظرها و سلیقه‌های مختلف و احترام به همدیگر در پیشبرد و نشر فرهنگ اهل بیت علیهم السلام نهایت سعی خود را مبذول می‌دارند. شیعیان حقیقی با دوری از هوای نفس و رد خواست‌های شیطانی مخالفین مکتب متعالی تشیع، با همدیگر مانوس شده و در راه ترویج معارف اسلامی و آموزه‌های اهل بیت علیهم السلام تلاش می‌کنند. امام صادق علیه السلام در این مورد به یکی از یاران خود می‌فرماید: «به شیعیان ما برسان و بگو: مبادا گروه‌ها [ی منحرف] شمارا اغفال کنند، به خدا سوگند! به ولایت ما اهل بیت نمی‌توان رسید مگر با تقوی و تلاش در دنیا و همکاری با برادران دینی در راه خدا».

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی

از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی

از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی

از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی

از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی

از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی

از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی

از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی

از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی

از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی

از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی

از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی

از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی

از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی

از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی

از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند

ادب و مواظبت بر فضائل اخلاقی

از بزرگترین سرمایه‌های معنوی برای هر انسان محسوب می‌شود. انسان با رعایت آداب اخلاقی و اجتماعی جایگاه خود را در جامعه تحکیم بخشیده و دل‌ها را به سوی خود جذب می‌کند. دوست و دشمن، افراد با ادب راستنوده و از اعماق جان به آنان به دیده احترام می‌نگرند

و این سخن گهربار امام صادق علیه السلام را همیشه آویزه گوش خود دارند که فرمود: «اگر دوست داری که در درگاه الهی با خداوند متعال همنشین شوی و در بهشت در جوار حضرت باریتعالی مسکن گزینی، باید دنیا [و مظاهر آن] در نظر تو خوار باشد و مرگ را همیشه نصب العین خود قرار بده و برای خود چیزی ذخیره نکن و بدان آنچه قبلا [از اعمال صالح] تقدیم داشته‌ای به حال تو سودمند خواهد بود و از کارهای نیک که انجام آن را به تأخیر انداخته‌ای ضرر خواهی کرد».

۱ امانت و صداقت

از مهم‌ترین و بارزترین ویژگی‌های مورد انتظار برای شیعیان و مؤمنان، دو صفت والای امانتداری و راستگویی است. این دو خصلت آنچنان اهمیت دارد که اساس نظم و انسجام و آرامش هر جامعه‌ای را می‌توان با تقویت و ترویج آن دو در میان افراد جامعه پی‌ریزی نمود و مشکلات را حل کرد و سعادت جوامع را تضمین نمود. امام صادق علیه السلام گذشته از توصیه‌هایی کلی به عموم شیعیان در این رابطه، به برخی از یارانش در این مورد پیام ویژه می‌فرستاد. اهتمام آن حضرت به ترویج و احیای این دو ویژگی انسانی و اخلاقی در میان شیعیان، جایگاه آن‌ها را در میان تمام صفات پسندیده و فضائل اخلاقی روشن می‌سازد.

امام صادق علیه السلام به ابی کهمس فرمود: «هرگاه پیش عبدالله [بن ابی یعفور] رفتی، سلام [مرا] به او برسان و بگو: جعفر بن محمد به تو می‌گوید: دقت کن در آن چیزی که به وسیله آن علی علیه السلام در محضر رسول خدا صلی الله علیه و آله سرفراز شد [و او را به آن مقامات عالی رساند. پس [تو هم] آن‌ها را برای خودت لازم بدان] و رفتار خویش را با آن اوصاف زیبا بیارای، مطمئنا علی علیه السلام با راستگویی و امانتداری در نزد پیامبر صلی الله علیه و آله به آن درجه و عظمت رسید».

حضرت امام خمینی رحمه الله در شرح این حدیث می‌فرماید: «هان! ای عزیز! تفکر کن در این حدیث شریف! بین مقام صدق لهجه و رد امانت تا کجاست که علی بن ابی طالب علیه السلام را بدان مقام بلند رسانید. از این حدیث معلوم می‌شود که رسول خدا صلی الله علیه و آله این دو صفت را از هر چیز بیشتر دوست می‌داشتند که در بین تمام صفات کمالیه مولی صلی الله علیه و آله این دو او را مقرب کرده است و بدان مقام ارجمند رسانده است. جناب صادق علیه السلام نیز در بین تمام افعال و اوصاف، این امر را که در نظر مبارکشان خیلی اهمیت داشته، به ابن ابی یعفور که مخلص و جان‌نثار آن بزرگوار بوده پیغام داده و سفارش فرموده به ملازمت آن‌ها».

حضرت صادق علیه السلام در حدیث دیگری اهمیت این دو صفت را چنین بیان می‌دارد: «به طول رکوع و سجود شخص ننگرید زیرا به آن عادت کرده و اگر ترک کند به خاطر آن وحشت می‌کند، بلکه به راستی گفتار و امانتداری او بنگرید».

آری شیعه راستین را با عبادت و اطاعت‌های ظاهری نمی‌توان شناخت بلکه باید در عرصه امتحان، راستی و امانتداری او ثابت شود. چه بسا افرادی که با انجام عبادت‌های سنگین و اعمال طولانی و ربایی، خود را مؤمن



رهنمودهای راهگشای حضرت امام صادق علیه السلام در زمینه‌های سلوک فردی و اجتماعی، معاشرت با دیگران، برخورد با نسل نو و جوانان، مسائل حقوقی، موضعگیری در مقابل حکومت‌ها و سیاستمداران زمان، آموزه‌های علمی، تربیتی و ده‌ها موضوع دیگر، زینت بخش صفحات زندگی آن حضرت و برگ زرینی در تاریخ شیعه است. در این نوشتار گزیده‌ای از سخنان ایشان را در بیان ویژگی‌های مورد انتظار از شیعیان و مؤمنان حقیقی گرد آورده و به علاقمندان حضرتش تقدیم می‌داریم. ■

برخی از ویژگی‌های مؤمنان در کلام امام صادق علیه السلام وقتی فرشتگان آسمان با شیعیان دست می‌دهند

■ عبد الکریم باک‌نیا

۱ استقامت و پایداری

بدون تردید پشتکار و پایداری در راه هدف، از عوامل پیروزی و توفیق انسان به شمار می‌رود. کسانی در زندگی به خواسته‌ها و آرزوهای خود نائل گشته‌اند که در راه آن نهایت تلاش و استقامت را نموده‌اند. امام صادق علیه السلام یکی از مهم‌ترین نشانه‌های شیعه را استقامت در راه حق می‌داند و رسیدن به سعادت حقیقی را در گرو این خصیصه پسندیده قلمداد می‌کند و می‌فرماید: «اگر شیعیان ما در راه حق استقامت ورزند فرشتگان آسمان با آنان دست می‌دهند، ابرها [ی رحمت] بر سر آنان سایه می‌افکنند و سیمایشان همانند روز روشن می‌درخشد و از زمین و آسمان روزی می‌خورند و هیچ خواسته‌ای از خداوند نخواهند داشت مگر اینکه خدای متعال به آنان عطا می‌کند».

۲ زهد و ساده‌زیستی

از آنجا که دلبستگی به دنیا و تعلقات آن مانع رسیدن به کمال حقیقی است، نیک مردان الهی همیشه زهد و قناعت را در متن برنامه خود دارند و ساده‌زیستی، بی‌پیرایگی و پرهیز از جلوه‌های دنیوی و دل‌نستن به مظاهر دنیا و زرق و برق آن از شاخص‌ترین ویژگی‌های آنان است. مطمئنا آنان این شیوه پسندیده را از زندگی پیامبران، اولیاء الهی و عالمان عارف آموخته‌اند. پیروان حقیقی اهل بیت علیهم السلام خصلت زیبای زهد و ساده‌زیستی را از آن گرامیان آموخته

پاسخگویی به وجدان درونی خویش، آت‌هایی هم که مسئولیت‌های اجتماعی دارند، در مقابل مردم و جامعه مسئولند که باید پاسخگو باشند، علاوه بر این در مقابل خداوند متعال، پیامبر اکرم ﷺ و وجدان خویش نیز باید پاسخگو باشند.

ممکن است عده‌ای زرنگی را در آن بدانند که از حسابرسی، و پاسخگویی فرار کنند و به نوعی طفره روند، ولی باید بدانند که هرگز چنین رفتاری هوشمندی و زرنگی به حساب نمی‌آید، در همین زمینه است که حضرت عسکری علیه السلام خردمندانه می‌فرماید: زیرکترین زیرکان (و هوشمندترین افراد) کسی است که به حساب نفس خویش پردازد (و پاسخگوی خدا و وجدان خویش باشد) و برای پس از مرگ خویش تلاش نماید.»

عزت نفس

انسان به عزت نفس و تکریم شخصیت بیش از همه چیز نیازمند است انسان می‌تواند رنج گرسنگی و تشنگی را تحمل کند و با فقر و نداری بسازد اما تحقیر شخصیت و آزردگی روح و روان و پایمال شدن عزت انسان به سادگی قابل رفع و جبران نیست، ممکن است تا پایان عمر انسان را آزار دهد، خداوند عزیز انسان را عزیز آفریده و هرگز به او اجازه تحقیر دیگران و یا شخصیت خودش را نداده. به همین جهت یکی از انتظارات مهم حضرت عسکری علیه السلام در دوران غیبت امام زمان علیه السلام این است که شیعیان عزیز و با عزت باشند و هرگز خود را ذلیل نکنند، در یکجا فرمود: چه زشت است برای مؤمن (و شیعه) دل بستن به چیزی که وی را خوار می‌سازد. و در جای دیگر دلسوزانه نصیحت نمود که: «و کشمکش مکن زیر ارزش و شخصیت تو را از بین می‌برد (و موجب خواری انسان می‌شود) و شوخی (بیش از حد) مکن تا مردم به تو جرأت جسارت پیدا نکنند.» و گاه راهکارهای رسیدن به عزت و دوری از ذلت را به شیعیان ارائه می‌دهد و قطعاً می‌فرماید: هیچ عزیزی حق را رها نکرد مگر آنکه خوار و ذلیل شد، و هیچ ذلیل و خواری به حق عمل نکرد مگر آن که عزیز گردید»

استواری بردن در دوران غیبت

آخرین توصیه‌ای که در این سطور بدان اشاره می‌شود، انتظار حضرت عسکری علیه السلام از شیعیان خویش است در دوران غیبت کبری امام زمان علیه السلام، چرا که یکی از دوران‌های بسیار سخت و طاقت فرسا که صبر و استواری فراوانی می‌طلبد همین دوره است، انتظار آن حضرت این است که مردم و شیعیان دوران غیبت را تحمل کنند و از خود بردباری و استقامت به خرج دهند، و بردین الهی و امامت و ولایت ثابت و استوار بمانند، و دائماً برای ظهور مهدی موعود علیه السلام دعا نمایند، چرا که به خدا سوگند (حضرت مهدی) غیبت طولانی خواهد داشت که نجات پیدا نکند در آن دوران مگر کسانی که خداوند عزیز و جلیل بر قائل بودن (و اعتقاد) به امامت او استوارش نگهدارد، و توفیق دهد که برای فرج آن حضرت دعا نماید. □



یکی از انتظارات

مهم حضرت

عسکری علیه السلام در

دوران غیبت امام

زمان علیه السلام این

است که شیعیان

عزیز و با عزت

باشند و هرگز خود

را ذلیل نکنند،

در یکجا فرمود:

چه زشت است

برای مؤمن (و

شیعه) دل بستن

به چیزی که وی

را خوار می‌سازد.»

و در جای

دیگر دلسوزانه

نصیحت نمود

که: «و کشمکش

مکن زیر ارزش

و شخصیت تو را

از بین می‌برد (و

موجب خواری

انسان می‌شود)

و شوخی (بیش

از حد) مکن تا

مردم به تو جرأت

جسارت پیدا

نکنند

گاه امام حسن عسکری با گوشزد این خطر که عده‌ای در جامعه عبادت را منحصر در انجام نماز و خواندن نمازهای مستحبی و گرفتن روزه‌های واجب و مستحب می‌دانند، بدون آنکه در رمز و راز آن اندیشه کنند و یا در زمان و اوضاع آن تعقل نمایند، جایگاه ویژه اندیشه و تفکر را این‌گونه بیان می‌فرماید: عبادت به بسیاری نماز و روزه نیست، همانا عبادت تفکر بسیار در امر خداوند است.»

ایمان

فکر و اندیشه، و یا تأمل و تدبیر آن‌گاه ارزش حقیقی و عینی خویش را نشان می‌دهد که منجر به ایمان و عمل و تلاش شود و گرنه تفکری که به دنبالش ایمان و عمل نباشد مطلوب و کارساز نیست. به همین جهت آن حضرت تأکید فرمود که شیعیان به دو خصلت توجه داشته باشند. دو خصلت است که برتر از آن چیزی نیست، ایمان به خداوند و فایده رساندن به برادران (دینی).»

یاد خدا و قیامت

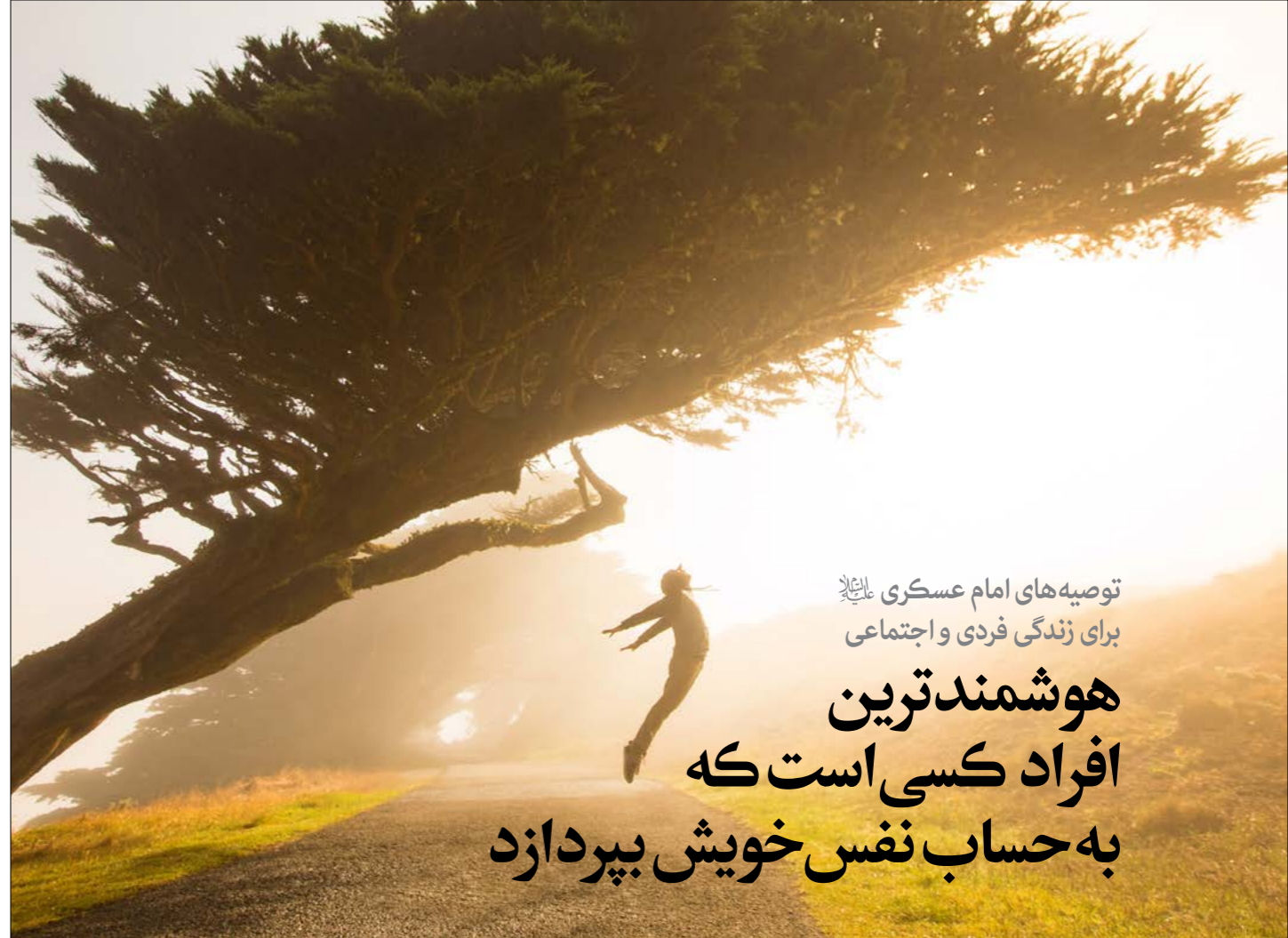
ایمان برگرفته از اندیشه بدنمال خود عمل و یاد خدا و همچنین انجام عبادت را در پی دارد، به همین جهت یکی دیگر از انتظارات حضرت عسکری علیه السلام از شیعیان این است که خداوند و قیامت و رسول را فراموش نکنند. چنان که فرمود: زیاد به یاد خدا و مرگ باشید و همواره قرآن بخوانید و بر پیامبر صلی الله علیه و آله درود بفرستید. و هوشمندترین و زیرک‌ترین افراد کسی است که به یاد بعد از مرگ باشد و وجدان خویش را برای رسیدگی به اعمال قاضی قرار دهد.

جزء بهترین‌ها باشید نه بدترین‌ها

آن امام همام گاه به بیان افراد نمونه و برتر و همین‌طور افراد بدتر غیر مستقیم انتظار خویش را از شیعیان ابراز می‌دارد که جزء بهترین‌ها باشید، و آنان را این‌گونه معرفی می‌نماید: پارساترین مردم کسی است که در شبهات توقف کند، عابدترین مردم کسی است که واجبات را به جا آورد، زاهدترین مردم کسی است که از حرام دوری کند و کوشاترین مردم کسی است که گناهان را ترک کند. «در مقابل بدترین‌ها را نیز معرفی می‌کند تا شیعیان آگاهانه یا ناآگاهانه جزء آن افراد قرار نگیرند، در حدیثی آن حضرت فرمود: بدترین بندگان بنده‌ای است که دارای دو چهره و دو زبان باشد، در حضور برادرش او را می‌ستاید و پشت سر، او را می‌خورد (و غیبتش را گوید). اگر به او چیزی عطا شود، حسد می‌ورزد و اگر گرفتار گردد، به او خیانت می‌کند.»

پاسخگویی و وجدان

انتظار دیگری که امام حسن علیه السلام از شیعیان دارد، رسیدگی به اعمال و داشتن محاسبه در هر شبانه روز، و پاسخگویی و وجدان اخلاقی است. لازم است انسان در ابتدای هر روز نسبت به اعمال نیک و دوری از گناه با خود «مشارطه» و قرار دادی داشته باشد، و در طول روز مواظبت و «مراقبه» داشته باشد. و در پایان روز «محاسبه» و حسابرسی، و



توصیه‌های امام عسکری علیه السلام

برای زندگی فردی و اجتماعی

هوشمندترین

افراد کسی است که

به حساب نفس خویش پردازد

نیز قاطعانه به تدبیر در قرآن امر شده است. و همچنین از کلمه فقه و تفقه و امثال آن بهره جسته است. با توجه به این اهمیت اندیشه و تفکر است که امام حسن عسکری علیه السلام از شیعیان خویش انتظار دارد، که اهل اندیشه و تفکر باشند. لذا فرمود: بر شما باد به اندیشیدن! پس به حقیقت، تفکر موجب حیات آگاهانه و کلید درهای حکمت است.

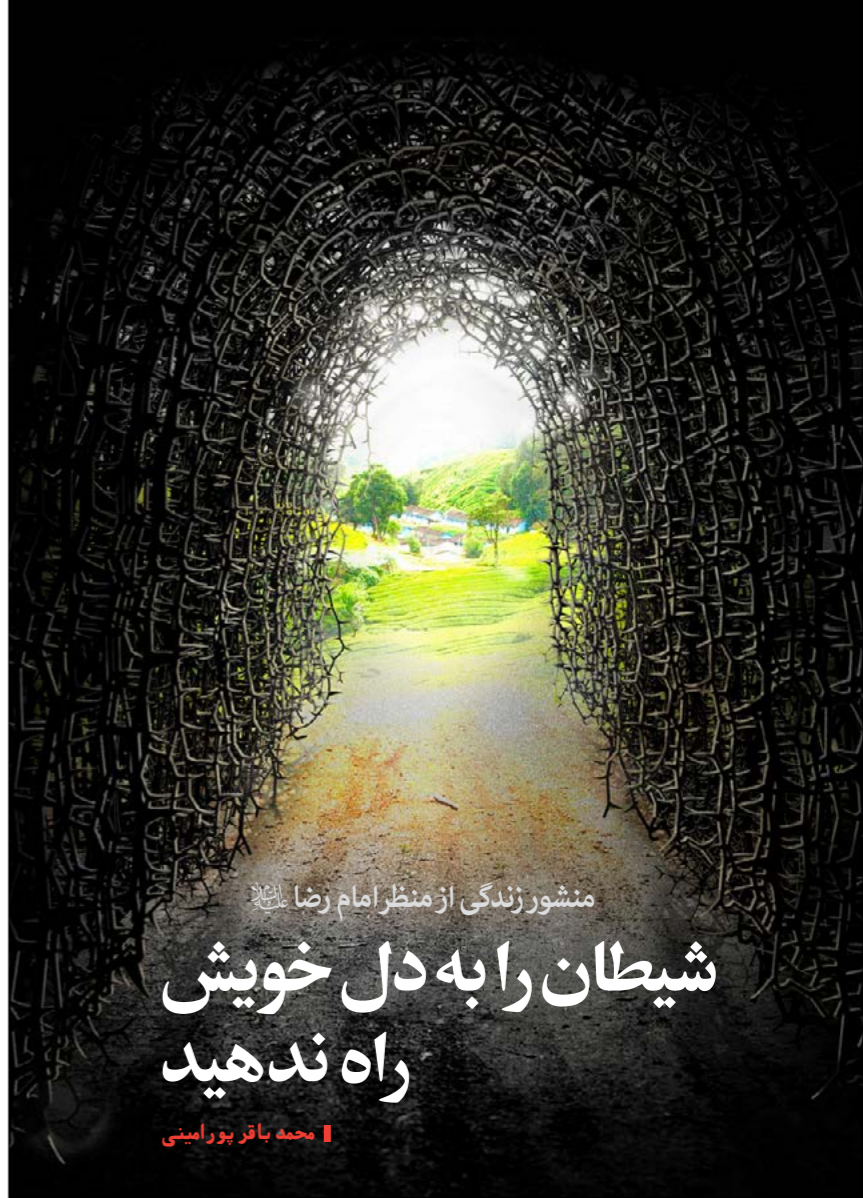
انسان‌هایی که با عقل اندیشه نکنند و با چشم جانانشان در دیدن حقایق دقت به خرج ندهند در روز قیامت نابینا محشور می‌شوند. امام حسن عسکری علیه السلام این حقیقت را با گوشزد کردن آیه‌ای از قرآن برای اسحاق بن اسماعیل نیشابوری در طبع نامه‌ای چنین بیان می‌کند: «ای اسحاق! خداوند بر تو و امثال تو از آن‌هایی که مورد رحمت الهی قرار گرفته و همچون تو دارای بصیرت خدادادی می‌باشند، نعمت خویش را تمام کرده است... پس به یقین بدان ای اسحاق که هر کس از دنیا نابینا بیرون رود، در آخرت هم نابینا و گمراه خواهد بود. ای اسحاق! چشم‌ها نابینا نمی‌شوند، بلکه دل‌هایی که در سینه‌ها هستند نابینا می‌شوند. (بر اثر اندیشه نکردن) و این سخن خداوند در کتاب متفن خویش است آنجا که از زبان انسان ستم پیشه بیان می‌کند: «پروردگارا چرا مرا نابینا محشور نمودی با این که دارای چشم بودی؟ (خداوند در جواب) می‌فرماید: همان‌گونه که آیات ما برای تو آمد و تو آنها را فراموش کردی، امروز نیز تو فراموش خواهی شد.»

انتظارات و توقعات امام حسن عسکری علیه السلام به عنوان آخرین امامی که در جامعه حضور عینی داشته، و بعد از او غیبت صغری و کبرا فرزندش مهدی موعود علیه السلام آغاز می‌گردد و برای مدت مدیدی مردم و جامعه از درک حضور او محروم خواهند بود قابل اهمیت و دقت است، و می‌تواند رهنمودهای گرانبه و ارزشمندی باشد برای دوران غربت تشیع و دورانی که غبار غم هجرت مولا و محبوبشان بر دل‌ها و پیشانی آنها سایه افکنده است، اینک به گوشه‌هایی از انتظارات حضرتش می‌پردازیم. ■

اندیشه و تفکر

اساس تمام پیشرفت‌های مادی و معنوی بشر در طول تاریخ، اندیشه و تفکر از یک طرف، و سعی و تلاش و عمل از طرف دیگر بوده است. اگر بشر قرن بیستم و بیست و یکم از نظر صنعتی و تکنولوژی به موفقیت‌های چشمگیری دست یافته، بر اثر اندیشه و تلاش بوده است؛ چنان که پیشرفت‌های معنوی جوامع و افراد نیز بر اثر بهره‌وری از توان عقل و تفکر و قدرت عمل و تلاش بوده است. پیامبران، امامان و بندگان صالح الهی همگی اهل فکر و تعقل بوده‌اند، در منزلت ابوذر امام صادق علیه السلام فرمود: «بیش‌ترین عبادت ابادر که رحمت خدا بر او باد، اندیشه و عبرت اندوزی بود.»

قرآن این کتاب الهی و آسمانی برای اندیشه و تفکر، ارزش والا و حیاتی قائل است و زیباترین و رساترین سخنان را درباره ارزش دانش و تعقل، و دقت و تفقه بیان نموده است در قرآن بیش از هزار بار کلمه «علم» و مشتقات آن که نشانه باروری اندیشه است تکرار شده و افزون بر ۱۷ آیه به طور صریح انسان را دعوت به تفکر نموده، بیش از ۱۰ آیه با کلمه «انظروا! دقت کنید» شروع شده است. بیش از پنجاه مورد کلمه عقل و مشتقات آن به کار رفته است و در چهار آیه



منشور زندگی از منظر امام رضا علیه السلام

شیطان را به دل خویش راه ندهید

محمد باقر پورامینی

سبک زندگی با مفهوم عقل معاش که همان شیوه زیستن است یکسان است یعنی عقلی که به انسان می‌گوید چطور باید زندگی کرد. سبک زندگی اسلامی و عقل معاش، توجه اجرای اسلام با همه ابعاد آن در تمام عرصه‌های زندگی آدمی است و می‌توان در دسته‌بندی مشخص و با ملاحظه ارتباطات سه‌گانه انسان با خدا، خویش و خلق، زندگی مومنانه‌ای ساخت و با تکیه بر متن سخن و سیره معصومان علیهم السلام شیوه زیستن را مشتق کرد. زندگی امام رضا علیه السلام نیز همچون سایر معصومان کاملا آشکار است و می‌توان به آن به عنوان محوری در الگوگیری تکیه کرد به گونه‌ای که خلق و خوی امام مانند سخن و دینشان جامع و با توجه به همه جانبه بود. امام در همه ابعاد انسانی در حد کمال و تمام بود. در ادامه با بررسی ابعاد مختلف زندگی امام رضا علیه السلام به مفهوم زندگی از منظر ایشان می‌پردازیم. ■

تفکر و اندیشیدن

امام رضا علیه السلام این باره می‌فرماید: عقل نعمتی است که خداوند به بندگان عطا کرده و این هدیه الهی رسول باطنی است که می‌توان آن را گران‌بهارترین ثروت، بهترین دوست و راهنما و اصلی‌ترین تکیه‌گاه انسان دانست. برترین عبادت، تفکر در راه و قدرت اوست. اندیشیدن در عالم خلقت راهی برای شناخت خداست. عبادت به کثرت روزه و نماز نیست بلکه به تفکر و اندیشه در کار پروردگار است.

توکل

امام رضا علیه السلام توکل را راهکار پیروزان می‌داند می‌فرماید: اگر بنده‌ای به این مرتبه برسد که جز برای خدا کاری انجام ندهد و جز او به کسی امیدوار نباشد، از غیر او نهراسد و غیر از خدا چشم طمع به کسی نداشته باشد به همان چیزی دست یافته که توکل بر خدا نام دارد. هر که به خدا توکل کند او را بس است و رهاورد و اعتماد به خداوند، قدرت تصمیم‌گیری و شجاعت و در نهایت پیروزی و کامیابی در همه عرصه‌هاست.

فراگیری دانش

در نگاه امام رضا علیه السلام یکی از راه‌های کامل شدن، خرد مسلمان و برخورداری از دانش است و آنچنان در همه حال کسب علم کند که در طول عمرش از طلب دانش دل‌تنگ نشود. ایشان در این خصوص می‌فرماید: علم، خزینه‌ها باشد و کلید این خزائن سوال است. پس سوال کنید، خداوند بر شما ترحم می‌کند. در سوال کردن چهار طایفه به پادش نیکو می‌رسند؛ سوال کننده، تعلیم دهنده، شنونده و دوستداران اینها.

فهم دین

امام رضا علیه السلام درباره فهم دین می‌فرماید: دین روش زندگی آدمی است که میان زندگی اجتماعی و پرستش خدای متعال پیوند می‌دهد، این مجموعه سبب خوشبختی انسان در این جهان و سعادت و زندگی جاوید در جهان دیگر می‌شود. فهم و فراگیری دین و اندیشه و تفکر در معارف آن توصیه می‌شود؛ به گونه‌ای که برترین خیر و نیکی خدا بر بندگان آن است که او را در فهم دین دانا کند.

کار و تلاش

اسلام تمامی مسلمانان را به کار و تلاش تشویق می‌کند و به بی‌تحرکی و سستی و تنبلی هشدار می‌دهد. امام رضا علیه السلام کار برای اقتصاد خانواده را ارزشی جهادگونه معرفی می‌کند و می‌فرماید: کسی که برای زندگی زن و فرزند خود مشغول کسب و کار است ثوابش از مجاهدان راه خدا بزرگتر است.

تفریح

امام رضا علیه السلام درباره تفریح می‌فرماید: از لذایذ دنیوی نصیبی برای کامیابی خویش قرار دهید و تمنیات دل را از راه‌های مشروع برآورید. تفریح و سرگرمی‌های لذت بخش، شما را در اداره زندگی یاری می‌کند و با کمک آن، بهتر به امور دنیای خویش می‌پردازید. کوشش کنید اوقات شما چهار بخش باشد؛ ساعاتی برای مناجات با خدا، ساعاتی برای کار و زندگی، ساعاتی برای معاشرت با برادران و معتمدان و ساعتی هم برای لذت‌های غیر حرام.

ساده زیستی

سادگی و بی‌تکلفی در زندگی امام رضا علیه السلام جاری بود. آن حضرت کم خوراک بود و غذاهای سبک می‌خورد. در خانه جامه‌ای ساده بر تن داشت و فقط در مجالس عمومی و در

میان مردم جبه‌ای لطیف بر رویش می‌پوشید.

خوردن و آشامیدن

امام رضا علیه السلام درباره آداب خوردن و آشامیدن می‌فرماید: در آغاز خوردن، غذاهای سبک بخور، به اندازه توان و اشتها، تا هنوز اشتها داری، دست از خوردن بردار. هر کس در خوراک خود کمتر مصرف کند، سلامتی او افزون‌تر و فکر او بازتر خواهد بود.

ارتباط با خلق

نوع برخورد و معاشرت پسندیده امام رضا علیه السلام به گونه‌ای بود که بدون استتنا در دل‌های مردم نفوذ داشت، همواره متبسم و خوش‌رو بود و هرگز با سخنانش به کسی جفا نکرد و کسی را از خود نرانند.

رعایت حقوق مردم

رعایت حقوق مردم و توجه به حق رنج‌کشیدگان، اصل قطعی و خدشه‌ناپذیر زندگی اجتماعی امام رضا علیه السلام بود. توجه به دادن دسترنج زحمت‌کش و تعیین مزد پیش از پایان کار، یکی از نمونه‌های دغدغه‌مندی امام علیه السلام است.

شوخی و شادابی

امام رضا علیه السلام بر سیرت نیکو و اخلاق خوش داشتن تاکید می‌ورزید و می‌فرمود: اخلاق خوش آدمی را نزد خداوند محبوب می‌کند و اگر این حسن خلق، شادی دیگران را در پی داشته باشد، مسرت پیامبر و خدا را به دنبال دارد. اعتدال در شوخ طبعی، ارزش است، شوخی باید از دروغ، زشتی، فحاشی و ناسزا دور باشد و ضمن پرهیز از افراط در شوخی، حریم شرعی نیز حفظ شود.

عیادت بیمار

تکریم بیمار و عیادت از او یکی از سفارش‌های مهم اسلام است و امام رضا علیه السلام آن را یکی از حقوق مومنان بر شمرده است و در این خصوص فرموده: هر یک از شما بیمار شوید، برادران مومن خود را اعلام کنید تا شما را عیادت کنند که هر مومنی را اقلایک دعای مستجاب است شاید که آن نصیب شما شود.

ارتباط با والدین

امام رضا علیه السلام بر رفتار پسندیده با پدر و مادر توصیه فرموده و این نکات را بیان می‌کنند: نیکی به پدر و مادر اگر چه مشرک باشند واجب است ولی محدوده اطاعت از پدر و مادر تا جایی است که اطاعت آنها معصیت خدا نباشد.

انتخاب همسر

امام رضا علیه السلام بر دقت در انتخاب همسر مناسب تاکید دارد و می‌فرماید: مسامحه، غفلت و بی‌توجهی در انتخاب همسر مناسب و هم‌کف پشیمانی در پی خواهد داشت. وقتی از ویژگی‌ها و معیارهای گزینش همسر یاد می‌شود در کنار دین داری، حسن خلق معیار مهم تلقی می‌شود. نیک سیرتی



امام رضا علیه السلام

درباره آداب

خوردن و

آشامیدن

می‌فرماید: در

آغاز خوردن،

غذاهای سبک

بخور، به اندازه

توان و اشتها،

تا هنوز اشتها

داری، دست

از خوردن بردار.

هر کس در خوراک

خود کمتر مصرف

کند، سلامتی او

افزون‌تر و فکر او

بازتر خواهد بود

و اخلاق خوش و برخورداری از فضائل اخلاقی، اساس و شیرازه استحکام زناشویی است و بی‌شک سوء اخلاق، بی‌احترامی و نامهربانی‌هایی در پی دارد و فروغ محبت را خاموش خواهد ساخت.

رفتار با همسر

از امام رضا علیه السلام سخنان بسیاری در ارتباط با نوع رابطه زن و مرد بیان شده است؛ ایشان در این خصوص فرموده است: رابطه عاطفی و وابستگی زن و شوهر به یکدیگر، امتیاز و لطف الهی برای زیبایی و طراوت زندگی است. هیچ فایده‌ای به کسی نمیرسد بهتر از اینکه برای او بانویی باشد که نگاه کردن به او موجب سرور و شادمانی همسر بوده و در غیاب شوهر امانت‌دار و حافظ حریم خویش، خانواده و اموال شوهر باشد. امام به آراستگی برای همسر تاکید می‌کرد و می‌فرمود: آراستگی بر عفت زنان می‌افزاید.

رفتار با فرزند

امام رضا علیه السلام به فرزندان اهمیت بسیار می‌داد و بر نقش والدین در تربیت و بالندگی فرد تاکید داشت. ایشان در خصوص چگونگی رفتار با فرزند فرموده: فرزندت را کتک نزن و برای ادب کردنش با او قهر کن ولی مواظب باش قهرت زیاد طول نکشد و هر چه زودتر آشتی کن. عقیقه برای پسر و دختر، نامگذاری، تراشیدن موهای سرنوزاد در روز هفتم و معادل وزن موها، طلا یا نقره صدقه دادن لازم است. ختنه پسر بچه‌ها واجب است. کسانی که توانایی لازم را دارند باید بر زن و فرزند خود توسعه و گشایش دهند.

منشور زندگی جمعی

یکی از یادگاری‌های زیبا و مهم که از امام به پیروان خویش رسیده است پیامی است که «حضرت عبدالعظیم حسنی» از قول ایشان روایت کرده است. پیامی که می‌توان آن را منشور زندگی جمعی از منظر امام رضا علیه السلام نامید. در متن نامه آمده است: سلام مرا به دوستانم برسان و به آنها بگو شیطان را به دل خویش راه ندهند. در گفتار خویش راستگو باشند و امانت را ادا کنند. خاموشی را پیشه خود سازند. از نزاع و جدال‌های بی‌بهره‌ای که سودی برایشان ندارد، دوری کنند. به همدیگر روی آورند و به دیدار و ملاقات هم بروند؛ زیرا این کار موجب نزدیکی به من است. خود را به دشمنی و بدگویی با یکدیگر مشغول نسازند زیرا با خود عهد کرده‌ام که اگر کسی چنین کاری انجام دهد و دوستی از دوستانم را ناراحت کند و به خشم آورد، خداوند را بخوانم تا او را در دنیا باشدیدترین عذاب‌ها مجازات کند و در آن سرانیز از زیانکاران خواهد بود. به ایشان بگو همانا پروردگار نیکوکاران را آزمزریده و از خطای گنهکاران نشان در گذشته است؛ مگر کسی که به خدا شرک ورزد یا دوستی از دوستانش را بیازارد یا کینه آنها را در دل بگیرد. به درستی که خداوند او را نخواهد بخشید تا آنکه از کردار ناشایست خویش دست بکشد. هر گاه از این عمل نادرست خود دوری کرد امرزش خداوند را شامل خود کرده است. ■



مهرورزی در سیره امام رضا علیه السلام

نخستین اثر خرد بعد از ایمان به خدا، دوستی با مردم است

«مهربانی صفت زیبایی خداست و نخستین خصلت نیکویی است که به گونه‌ای غیرقابل وصف در وجود معصومین علیهم السلام متجلی شده است. مهرورزی و گستردن دوستی در سطح همگان، شیوه انسان‌های تربیت شده و الهی است که خصلت‌های خودمحور و خودخواهانه را تا حدود زیادی کم‌رنگ می‌سازند، و صفات متعالی ایثار و نوع دوستی را جایگزین آن می‌کنند. اهمیت دوستی کردن و عاطفی بودن، در آیات و احادیث، با تعبیرهایی گوناگون تبیین گشته است به گونه‌ای که دین را حب و حب را دین شمرده‌اند و دوستی مومن نیز از بزرگترین شاخصه‌های ایمان به حساب آمده است. همچنین مقیاس برتری دو انسان، محبت شمرده شده است.»

مهرورزی و نوع دوستی و اهتمام ورزیدن در مورد مسائل دیگران، دوستی و محبت را در میان آدمیان رواج می‌دهد. از سنت و سیره معصومان علیهم السلام که الگوهای زندگی بهتر و برتر هستند، چنین برمی‌آید که اموری که موجب انس میان مردم و نزدیکی قلب‌ها می‌شود، باید مورد توجه قرار گیرد؛ چراکه انس انسان‌ها با یکدیگر، محبت را در دل‌ها زنده می‌کند و همین موجب تالیف قلوب و همدلی و در نهایت همراهی و همکاری میان مردم می‌گردد.

در اهمیت مهرورزی از منظر امام رضا علیه السلام همین روایات کافی است که نیمی از عقل را دوستی با مردم و راحت نمودن مؤمن را اسباب راحتی روز قیامت معرفی نموده است:

«دوستی با مردم نصف عقل است.»

«احمد بن عامر طائی» به نقل از امام رضا علیه السلام آورده: «نخستین اثر عقل و خرد بعد از ایمان به خداوند، محبت و احسان و لطف و دوستی با مردم است، همچنین نیکی و رسانیدن خیرات به نیکوکاران و بدکاران.» همچنین فرمود: «هر کس مؤمنی را راحت کند، روز قیامت خدا او را راحت می‌کند.»

امام رضا علیه السلام یاری رساندن به مردم را گذرگاهی برای دستیابی به بهشت می‌داند و مقامی ویژه در پیشگاه خداوند را برای یاری دهنده نوید می‌دهد: «بدانید که سپاسگزاری و شکرانه خداوند یکی ایمان به خداست و پس از آن پذیرش جایگاه و جانشینی اهل بیت پیامبر به عنوان جانشینان او است. ولی بدانید سپاس و شکرانه الهی محبوبتر نزد خداوند، کمک و یاری رساندن به برادران مومنتان در امور دنیایشان است. زیرا همین دنیا گذرگاه راهیابی به بهشت خداوندی است. بنابراین کسی که چنین کند از اشخاص ویژه نزد خداوند تبارک و تعالی خواهد بود.»

همراهی با مردم

«ابراهیم بن عباس» می‌گوید: هیچگاه ندیدم که امام رضا علیه السلام در سخن بر کسی جفا ورزد و نیز ندیدم که سخن کسی را پیش از تمام شدن قطع کند، هرگز نیازمندی را که

می‌توانست نیازش را برآورده سازد رد نمی‌کرد، در حضور دیگری پایش را دراز نمی‌فرمود، هرگز ندیدم به کسی از خدمتکاران و غلامانشان بدگویی کند، خنده او قهقهه نبود بلکه تیسیم بود، چون سفره گسترده می‌شد و غذا به میان می‌آمد همه افراد خانه حتی دربان و مهتر را نیز بر سفره خویش می‌نشاند و آنان همراه با امام غذا می‌خوردند. شب‌ها کم می‌خوابید، بیشتر بیدار بود و بسیاری از شب‌ها تا صبح بیدار می‌ماند و وقت را به عبادت می‌گذراند. بسیار روزه می‌داشت و روزه سه روز در هر ماه را ترک نمی‌کرد، کار خیر و انفاق پنهان بسیار داشت و بیشتر در شب‌های تاریک مخفیانه به فقرا کمک می‌کرد.»

«محمد بن ابی‌عباد» درباره امام رضا علیه السلام نقل کرده است: «فرش آن حضرت در تابستان حصیر و در زمستان پلاسی بود. لباس او در خانه درشت و خشن بود، اما هنگامی که در مجالس عمومی شرکت می‌کرد لباس‌های خوب و متعارف با زمان و مکان می‌پوشید و خود را می‌آراست. شبی امام میهمان داشت، در میان صحبت چراغ نقصی پیدا کرد، میهمان امام دست پیش آورد تا چراغ را درست کند، امام نگذاشت و خود این کار را انجام داد و فرمود: «ما گروهی هستیم که میهمانان خود را به کار نمی‌گیریم». یک بار شخصی که امام را نمی‌شناخت در حمام از امام خواست تا او را کیسه بکشد، امام علیه السلام پذیرفت و مشغول شد، دیگران امام را بدان شخص معرفی کردند و او با شرمندگی به عذرخواهی پرداخت ولی امام بی‌توجه به عذرخواهی او همچنان او را کیسه می‌کشید و او را دل‌داری می‌داد که طوری نشده است. رفتار محبت‌آمیز امام رضا علیه السلام نه تنها در مورد مسلمانان وجود داشته است بلکه غیر مسلمانان نیز از آن بهره‌مند بوده‌اند. همچنین ضرورت حفظ و تداوم رابطه دوستی میان افراد از جمله مواردی است که امام رضا علیه السلام به آن تاکید و افراد را به انجام آن بسیار سفارش نموده‌اند. طبیعت انسان به گونه‌ای آفریده شده که هرگاه کسی درباره او احسان و نیکی نماید، او را دوست می‌دارد و خود را مدیون او می‌داند. شدت احسان و نیکی پدر و مادر به فرزند در میان روابط مختلف انسانی بی‌مانند است و کاملترین درجات احسان، انواع محبت و نیکی است که پدر و مادر در حق فرزند ادا کرده است و امام رضا علیه السلام نیز به این مهم اشاره نموده‌اند و البته در کنار آن به مقولات مهمی مانند، محبت به فرزندان و ضرورت وجود رابطه دوستانه در محیط خانواده میان زن و شوهر که از موارد مهم و بسیار تأثیرگذار در زندگی افراد است به کرات اشاره نموده‌اند.»

اعتدال حتی در دوستی

امام رضا علیه السلام در مورد ویژگی‌های دوست خوب و وظایف دوستان نیز توصیه‌هایی فرموده‌اند چرا که انتخاب دوست از نظر ایشان رویه‌ای مبتنی بر عملکرد آگاهانه دارد. آگاهی از اینکه شخص با فردی با باطن سالم و خیرخواه که هم از حیث سلامت شخصیت و هم جهت‌گیری عاطفی قابل اعتماد و موثق باشد، وارد رابطه دوستانه شود؛ که توجه و پرداختن به این موضوع، دقت و ظرافت دیدگاه امام را برای



.....

امام رضا علیه السلام

محبت و مهربانی

با بندگان

خدا را در کنار

فرمانبرداری از

خدا قرار می‌دهد.

از نظرایشان

مؤمنان باید

بدانند تعظیم،

تسبیح و تقدیس

خداوند لازم

است ولی کافی

نیست بلکه باید

با خلق خدا اعم

از انسان، حیوان

و حتی گیاهان

مهربانی کرد

انسان مؤمن،

موفق و کامل

کسی است که در

مقابل خدا خاشع

و با مردم مهربان

باشد و این دو

بال پرواز به سوی

خوشبختی است

کسب آگاهی و سازمان‌دهی شخصیت انسان‌ها نشان می‌دهد. چرا که دوستی در نگاه ایشان مقوله‌ای جدی و ماندگار است که به عنوان سرمایه‌ای دنیوی و اخروی دانسته شده است و با عمق عواطف و احساسات فرد نیز ارتباطی مستقیم پیدا می‌کند به گونه‌ای که از نظر ایشان دوستان مؤمن از احوالات روحی یکدیگر متأثر می‌شوند و هرچه این ارتباط دوستی عمیق‌تر باشد تأثیرگذاری آنها بر هم نیز افزون می‌گردد؛ البته برای این ارتباط دو طرفه حدودی نیز مشخص شده است تا معاشرت و انس با دیگران از حساب و کنترل خارج نشود و به شخصیت افراد آسیبی وارد نگردد. در واقع دوستی با مردم اگرچه از نگاه امام رضا علیه السلام لازم و ضروری دانسته شده و مایه خوشی دنیاست، ولی زیاده‌روی در آن نیز نهی شده و به مؤمنین در پیشی گرفتن طریقت اعتدال توصیه موكد شده است. امام رضا علیه السلام به همان اندازه که در اهمیت دوستی سخن گفته‌اند، افراد را از همنشینی و رفاقت با افراد منحرف نیز نهی نموده‌اند. با بررسی روایات مختلف از سیره و سخنان امام رضا علیه السلام این حقیقت آشکار می‌شود که اهمیت دوستی و محبت از منظر امام رضا علیه السلام به آن اندازه است که رعایت آن را به عنوان یک حق بر خود و مردم واجب می‌شمرد.

بال‌های پرواز

امام رضا علیه السلام محبت و مهربانی با بندگان خدا را در کنار فرمانبرداری از خدا قرار می‌دهد. از نظرایشان مؤمنان باید بدانند تعظیم، تسبیح و تقدیس خداوند لازم است ولی کافی نیست بلکه باید با خلق خدا اعم از انسان، حیوان و حتی گیاهان مهربانی کرد انسان مؤمن، موفق و کامل کسی است که در مقابل خدا خاشع و با مردم مهربان باشد و این دو بال پرواز به سوی خوشبختی است. از این رو مردم را به حفظ و تداوم روابط دوستانه تشویق و آنرا رمز خوشبختی و همچنین عامل نزدیکی شیعیان به خویش معرفی نموده‌اند. محبتی که از منظر امام رضا علیه السلام در بذل آن به دیگران می‌بایست جانب برابری و عدالت را رعایت نمود به ویژه اینکه فقر و ضعف افراد یا توانایی و ثروت آنها عاملی برای تبعیض در مورد آن نیست. امام رضا علیه السلام نظریه اسلام را، درباره روابط میان انسان‌ها، که برادران یکدیگرند، با برخی اعمال خود که تراویده از رفتار یک انسان حقیقی است، نشان می‌دهد و بیان می‌کند، آنچنان که می‌توان دریافت، که اسلام از نظر حفظ حقوق جامعه و رعایت شرف انسانی، هرگونه امتیاز طبقاتی و هر نوع برتری جویی فردی و اجتماعی را لغو کرده است و ملاک تفاوت را عملکرد افراد جامعه نسبت به یکدیگر می‌داند. ایشان مقوله دوستی را امری جدی و ماندگار در زندگی افراد برمی‌شمرد؛ چراکه برای آن تأثیر عمیق عاطفی و درونی قائل است که نه تنها زندگی دنیوی افراد متأثر از آن است بلکه بعد از مرگ نیز مؤمنان را از مواهب آن بهره‌هاست. البته امام اگرچه دوستی را امری لازم و ضروری و مایه دلخوشی دانسته‌اند، ولی برای آن حدودی نیز قائل شده‌اند و زیاده‌روی در آن را نهی نموده‌اند. □



تجربه طراحی ضریح امام رضا (ع) از زبان استاد فرشچیان خودشان دست ما را می گیرند و هر جا می خواهند می برند

آثار استاد فرشچیان را می توان از ابعاد گوناگون بررسی کرد؛ سبک هنری، تنوع حوزه فعالیت، نوآوری های هنری و... ولی آنچه ایشان را از دیگر هنرمندان متمایز کرده آثار هنری دینی است که حالا بخش عمده فعالیت هایش را دربر گرفته اشد. استاد چند سال پیش ضریح مطهر حضرت امام رضا (ع) را طراحی کرد و در طول مراحل ساخت ضریح بر کار نظارت داشت، پس از آن ضریح شش گوشه سیدالشهدا (ع) و ضریح حضرت عبدالعظیم حسنی (ع) را طراحی کرد. متن حاضر گفتگوی است با استاد فرشچیان درخصوص تجربه طراحی ضریح امام رضا (ع). ■

درباره طراحی و ساخت ضریح حضرت امام رضا (ع) برایمان بگویید.

موضوع ساخت ضریح حضرت امام رضا (ع) توسط آقای آینه چیان مطرح شد. ایشان از آستان قدس رضوی با من تماس گرفتند و پیشنهاد طراحی ضریح امام رضا (ع) را مطرح کردند. آن زمان در آمریکا بودم و ایشان به من گفتند می خواهید برایتان بلیط بگیریم؟ اتفاقا قصد داشتم به ایران بیایم. من معتقدم هر کاری باید خودش درست شود و این مورد هم خودش اتفاق افتاد. به ایشان گفتم قرار است برای دید و بازدید از اقوام به ایران بیایم و نیازی به بلیط نیست. وقتی رسیدم بلافاصله به مشهد رفتم. در آنجا ضریحی با ماکتی از جنس گچ و چوب درست کرده بودند دیدم؛ گفتند روی این طرح نظر بدهم. وقتی بررسی کردم متوجه شدم وقتی این طرح ساخته شود چیز خوب و شایسته ای برای حضرت امام رضا (ع) از کار در نمی آید. گفتم حالا این طرح مال کیست؟ آنها گفتند ما می دانیم که به نظر شما این طرح شایسته حضرت امام رضا (ع) نیست. بنابراین این کار را شما انجام دهید. گفتم این کار درست نیست. بگذارید افرادی که این کار را انجام داده اند به کارشان ادامه دهند و من آنها را راهنمایی کنم. نمی خواستم باعث رنجش آن اساتید شوم. در نهایت از آنها خواستم دوروزی صبر کنند تا درباره این کار مطالعه و بررسی کنم و ببینم ماهیت کار چطور است. اساتید کار خودشان پیشم آمدند و گفتند ما می دانیم که نمی توانیم این کار را انجام دهیم. اگر می توانید خودتان کار طراحی ضریح حضرت امام رضا (ع) را انجام دهید. بدین ترتیب شش ماه در مشهد ماندم و ماکت اصلی را کامل کردم. قلمزن این کار حاج مصطفی حدادزاده بود و کار خطاطیش را هم استاد موحد برعهده گرفت.

واقعا افتخار و سعادت بزرگی است که فردی به طور مستقیم در کاری که مربوط به ائمه اطهار (ع) می شود دخالت داشته باشد.

دقیقا همین طور است. من در خانواده ای مذهبی و تاجر بزرگ شده ام. مادرم زنی روشنفکر و مذهبی بود. در خانه ما همیشه مجلس روضه خوانی برگزار بود و در بیشتر مناسبت های مذهبی برنامه داشتیم؛ به طوری که در مسائل معنوی حل شده بودیم و همیشه دوست داشتیم معنویت و مذهب بدون هیچگونه تظاهری در زندگی مان باشد. در واقع از کودکی به نوعی این کارها را با جان و دل انجام می دادم و می دهم. مادر مرحوم هر زمان که نام امام حسین (ع) می آمد بدون اختیار اشک از چشمانش سرازیر می شد. یادم هست در مراسمی که برای تولد حضرت گرفته بودیم با اینکه مداح مولودی می خواند باز مادرم گریه می کرد. یک نفر به مادرم گفت خانم دارد مدح می خواند؛ روضه که نمی خواند! چرا گریه می کنی؟ مادرم گفت شما نمی دانید که چه در وجود من می گذرد. نمی دانم چه چیزی در دلش می گذشت که در

هر حالتی اشک از چشمانش جاری می شد. مادرم از نظر ارادات به ائمه اطهار (ع) حال و هوای خاصی داشت. باز هم می گویم این حس و حال را نمی توان بیان کرد چراکه بخشی از وجود انسان ها محسوب می شود. به هر حال بعضی وقت ها روح انسان به درجه ای می رسد که برای عشق به اهل بیت (ع) قابلیت و آمادگی بسیاری پیدا می کند. حالا هم همین طور است. شما حساب کنید تمام کارهایی که انجام می دهم از ساخت ضریح حضرت امام رضا (ع) گرفته تا طراحی کاشیکاری داخل ضریح و حتی داخل سردابی که قبر مطهر حضرت علی بن موسی الرضا (ع) در آنجا قرار دارد افتخار بسیار بزرگی است که خدا سعادت آن را نصیب من کرده است. بالاخره وقتی خود آدم بخواهد و با نیت پاک وظایفش را انجام دهد آن وقت کارهایش بی نتیجه نخواهد ماند. معتقدم باید در هر حالی شکرگزار خدا بود.

در آمریکا داخل اتاق کارم خیلی کتاب هست. آنجا داشتم راه می رفتم که یک دفعه پایم به چند کتاب خورد و به شدت زمین خوردم. فکر می کنید در آن لحظه چه کاری انجام دادم؟ همان وقت به درگاه خدا سجده کردم و گفتم خدا را شکر که به من آنقدر کتاب داده که نمی توانم بین شان راه بروم. البته در ایران کتاب های زیادی داشتم که همه آنها را به فرهنگستان هنر اهدا کردم و مقداری از آنها را به اصفهان فرستادم.

گویا زمانی که برای طراحی اصلی ضریح امام رضا (ع) با شما در آمریکا تماس گرفتند دستتان آسیب دیده بود و مشکل داشتید.

بله، قبل از اینکه درباره طراحی ضریح حضرت امام رضا (ع) با من تماس بگیرند می خواستم برای چاپ کتاب دومم به آلمان بروم. کتاب تقریبا بزرگی است که حدود ۳۵ در ۸۰ سانتیمتر است. وقتی داخل قطار در حال رفتن به محل چاپخانه بودم دست راستم به در قطار گیر کرد و عضلاتش به شدت آسیب دید؛ به طوری که حتی یک لیوان آب هم نمی توانستم از روی زمین بردارم. در آمریکا برای درمانش پیش بهترین پزشکان رفتم؛ پزشکی که ورزشکاران میلیاردری را عمل می کنند. آنها گفتند شانه ام باید جراحی شود و اگر این کار را انجام ندهم دستم خشک و ضعیف می شود. درست در همان زمان از مشهد با من تماس گرفتند تا طراحی ضریح حضرت امام رضا (ع) را شروع کنم. وقتی کاغذها را پهن می کردم تا طراحی را شروع کنم، باورتان نمی شود کوچک ترین دردی نداشتم؛ به طوری که همسرم تعجب کرد و گفت عجیب است شما که دستتان اصلا تکان نمی خورد چگونه طراحی تمام دوا برابره درستی انجام می دهید! خلاصه دستم شفا پیدا کرد. طوری که وقتی این موضوع را با پزشک ها مطرح کردم، آن ها هم از این اتفاق تعجب کرده بودند. حالا هم که سال ها از آن ماجرا می گذرد، نه تنها دستم دچار کمترین مشکل و وضعی نشده، بلکه مانند همان دوران جوانی قلم



یادم هست

یک بار در روز

عاشورا مادرم

به من گفت آخر

چقدر می نشینی

و کار می کنی!

بلند شویک

روضه ای برو

بلکه یک حرف

حسابی به

گوشت برسد.

گفتم چشم مادر

و به اتاق کارم

رفتم که کاری

انجام دهم و بعد

بروم. در همان

زمان تابلوی

«عصر عاشورا»

را کشیدم. حتی

بدون اینکه

از قبل فکریا

طرحی داشته

باشم. رنگ و

قلم و... خودشان

می آمدند در

دستم و کار را

انجام می دادم.

کار که تمام شد

پیش مادرم رفتم

و گفتم بیا مادر!

این هم روضه ای

که از من خواسته

بودی

به دست می گیرم و طراحی می کنم. همه این ها را از لطف خدای متعال و عنایت ویژه امام رضا علیه السلام می دانم و چه چیزی بهتر از این می خواهم. حتی به من گفته بودند که اگر می خواهم دستم را عمل کنم باید شش ماه تمام آن را ببندم و چند ماه هم برای خوب شدنش صبر کنم. به همین دلیل سپاسگزار لطف حضرت امام رضا (ع) هستم. هر قدر برای این عزیزان کار کنم باز کم است.

برای همین دستمزد طراحی ضریح امام رضا (ع) را به آستان قدس رضوی هدیه کردید؟

من هیچوقت برای کارهای مذهبی دستمزدی نمی گیرم. روز آخری که کار ساخت ضریح حضرت امام رضا (ع) تمام شد، یک هدیه نفیس و خیره کننده به من دادند که گفتم برای گرفتن دستمزد چنین کاری را انجام نداده ام و آن را به آستان قدس رضوی هدیه کردم.

شما در ۶۸ سالگی ضریح امام رضا (ع) و پس از آن ضریح امام حسین (ع) را طراحی کردید. فکر می کنید تا چه سنی این کار را ادامه خواهید داد؟

من خادم حضرت رضا (ع) هستم و همین الان هم جعبه بزرگی در منزل ماست که در آن جعبه آخرین تابلویی که ساختم به نام «عرش بر زمین» که گودال قتلگاه امام حسین (ع) است، وجود دارد و آن را وقف حرم حضرت رضا (ع) کردم، قرار است از آستان قدس رضوی به منزل ما بیایند و این جعبه را ببرند. این هجدهمین تابلوی من است که به آستان مقدس علی ابن موسی الرضا وقف شده و از این بابت بسیار خوشحال هستم.

چند سال پیش حمیدرضا برقی، شاعر جوان آئینی کشور در حضور رهبر انقلاب شعری خواند که حتماً را شنیده اید. یکی از ابیاتش این بود: «حس کرد پا به پاش جهان گریه می کند / دارد غروب فرشچیان گریه می کند». کمی از تابلوی «عصر عاشورا» برایمان بگویید.

نمی دانم چه بگویم. این مسئله دست من نیست. راستش هر کاری را که می کنم، در حقیقت من انجامش نمی دهم. معتقدم: «من نه به اختیار خود می روم از قفای تو / کان دو کمند عنبرین می کشدم کشان کشان» دست ما نیست. خودشان دست ما را می گیرند و هر جا می خواهند می برند. یادم هست یک بار در روز عاشورا مادرم به من گفت آخر چقدر می نشینی و کار می کنی! بلند شو یک روضه ای برو بلکه یک حرف حسابی به گوشت برسد. گفتم چشم مادرو به اتاق کارم رفتم که کاری انجام دهم و بعد بروم. در همان زمان تابلوی «عصر عاشورا» را کشیدم. حتی بدون اینکه از قبل فکریا طرحی داشته باشم. رنگ و قلم و... خودشان می آمدند در دستم و کار را انجام می دادم. کار که تمام شد پیش مادرم رفتم و گفتم بیا مادرا! این هم روضه ای که از من خواسته بودی. این تابلو ماهیت و جذابیتش مال خودش است. ■

است. قرآن کریم می‌فرماید: «مَا كَانَ مُحَمَّدٌ أَبَا أَحَدٍ مِّنْ جِحَالِكُمْ وَلَكِن رَّسُولَ اللَّهِ وَخَاتَمَ النَّبِيِّينَ وَكَانَ اللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمًا؛ محمّد ﷺ پدر هیچ یک از مردان شما نبوده و نیست، ولی رسول خدا و ختم‌کننده و آخرین پیامبران است و خداوند به همه چیز آگاه است» (الأحزاب/ ۴۰).

این آیه یک سنت غلط جاهلی را که معتقد بودند فرد نمی‌تواند با زن پسر خوانده خود ازدواج کند، می‌شکند و می‌فرماید محمّد ﷺ پدر هیچ یک از مردان شما نبود؛ نه زید و نه دیگری. مقصود از خاتمیت، هم تأخر و خاتمیت زمانی و هم خاتمیت رتبی در قوس صعود است. «خاتم» مهوری است که در پایان نوشته‌ها قرار می‌گیرد، خداوند هم با فرستادن انبیا برای جوامع بشری پیام می‌فرستد و پس از پایان گفتار و کلمات خود، سلسله نبوت ایشان را با فرستادن پیامبر اکرم ﷺ، ختم و صحیفه رسالت آنها را با وجود مبارک خاتم الانبیا مهور کرده است. پس هرگز جایی برای نبوت و رسالت دیگری نیست. به همین دلیل می‌فرماید رسول اکرم ﷺ زیور همه انبیاء و خاتم آنهاست و سلسله نبوت با آن حضرت مهور شده است و پایان پذیرفته است (جوادی آملی، ۱۳۸۵، ص ۲۳).

به عقیده مرحوم طبرسی، «خاتم‌التیین» اشاره به این دارد که رسول اکرم ﷺ آخرین پیام آوراست و دفتر رسالت با آمدن او مهور خورده است و پایان یافته است. از این رو، دین و دفتر ایشان تا روز قیامت راه و رسم بشریت خواهد بود و این ویژگی و فضیلت بزرگ در میان همه پیامبران تنها از آن ایشان است (طبرسی، ۱۳۶۰، ص ۵۱۲).

این آیه اگرچه برای اثبات این مطلب کافی است، اما دلیل خاتمیت پیامبر اسلام ﷺ منحصر به آن نیست، بلکه آیات و روایات دیگری نیز وجود دارد که به این موضوع اشاره دارند؛ از جمله: «وَمَا أَرْسَلْنَاكَ إِلَّا كَافَّةً لِّلنَّاسِ بَشِيرًا وَنَذِيرًا وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ؛ و ما تو را جز برای همه مردم نفرستادیم تا (آنها را به پاداش الهی) بشارت دهی و (از عذاب او) بترسانی، ولی بیشتر مردم نمی‌دانند» (سبأ/ ۲۸)؛ «أَوْحَىٰ إِلَيْهِ هَذَا الْقُرْآنُ لِأَنْذِرْكُمْ بِهِ وَمَنْ بَلَغَ؛ این قرآن بر من وحی شده، تا شما و تمام کسانی را که این قرآن به آنها می‌رسد، بیم دهم...» (الأنعام/ ۱۹). وسعت مفهوم تعبیر «وَمَنْ بَلَغَ» رسالت جهانی قرآن و پیامبر اسلام ﷺ را از یک سو و مسأله خاتمیت ایشان را از سوی دیگر روشن می‌سازد.

باتوجه به موارد فوق میتوان اینگونه نتیجه گرفت که آیات قرآن کریم حاکی از آن است که انبیای الهی، گرچه از نظر منصب نبوت و اتصال به عالم وحی با یکدیگر یکسانند، اما از حیث فضیلت و برتری و ملاک‌های دیگر در یک درجه قرار ندارند. برخی از این فرستادگان و رهبران الهی صفات و احکام ویژه‌ای دارند که دیگران سهمی از آنها ندارند. پیامبر گرامی اسلام ﷺ در میان انبیای الهی دیگر به احکام و اوصافی متمّص است که تنها به ایشان اختصاص دارد. از سویی، وجود مبارک آن حضرت ﷺ همان رحمتی است که حضرت حق برای جهانیان قرار داده تا هراسانی بتواند از فیض او بهره گیرد. □



پیامبر

گرامی اسلام ﷺ

در میان انبیای

الهی دیگر به

احکام و اوصافی

متّصف است

که تنها به ایشان

اختصاص

دارد. از سویی،

وجود مبارک آن

حضرت ﷺ

همان رحمتی

است که حضرت

حق برای

جهانیان قرار

داده تا هراسانی

بتواند از فیض او

بهره گیرد

اعطای کوثر

کوثر هدایای ویژه‌ای است که خداوند از میان انبیاء الهی تنها به پیامبر اسلام ﷺ عطا نموده است. تمام مفسران در این اختصاص اتفاق نظر دارند. خداوند برای تسلی خاطر آن حضرت در برابر انبوه حوادث دردناک و زخم زبان‌های مکرر دشمنان می‌فرماید: «إِنَّا أَغْضَيْنَاكَ الْكُوْثَرَ؛ ما به تو کوثر [خیرو برکت فراوان] عطا کردیم» (الکوثر/ ۱) کوثر وصفی است که از «کثرت» گرفته شده و به معنی خیر و برکت فراوان است. همچنین به افراد سخاوتمند نیز «کوثر» می‌گویند. در اینکه منظور از «کوثر» چیست، اقوال متعددی وجود دارد. بعضی آن را نهری در بهشت و برخی آن را حوض کوثر می‌دانند که متعلق به پیامبر ﷺ است. گروهی آن را به نبوت و قرآن و دیگران نیز به کثرت اصحاب و یاران، کثرت فرزندان، ذریه و شفاعت تفسیر کرده‌اند. اما اینها مصداق‌های روشنی از این مفهوم اند و کوثر به معنای خیر کثیر و نعمت فراوان است (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴، ص ۲۷۲). یکی از روشن‌ترین مصداق کوثر وجود مبارک حضرت فاطمه زهرا ؑ است، چون نسل و ذریه پیامبر اسلام ﷺ به وسیله همین فرزند گرامی در جهان انتشار یافت؛ نسلی که نه تنها فرزندان جسمانی پیغمبر بودند، بلکه آیین و تمام ارزش‌های اسلام را حفظ کرده‌اند و به آیدگان ابلاغ نمودند.

وجوب نماز شب

از دیگر موارد و احکامی که تنها مخصوص پیامبر اسلام است و تمام مفسران بر آن اتفاق نظر دارند، وجوب نماز شب است. پیامبر اسلام ﷺ تمام تکلیف‌هایی را که مسلمانان داشتند، باید اجرا می‌کرد، اما ایشان تکلیف دیگری هم داشت که مخصوص آن حضرت بود. یکی از آنها وجوب خواندن نماز شب و تهجد بود که در برخی آیات به آن اشاره شده است: «يَا أَيُّهَا الْمَرْءُ الْمَلَأَ فَمِ اللَّيْلِ إِلَّا قَلِيلًا * نِضْفَةً أَوْ انْقُضَ مِنْهُ قَلِيلًا * أَوْ رَدَّ عَلَيْهِ وَرَثِلَ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا؛ ای جامه به خود پیچیده! * شب را، جز کمی، بپا خیز! * نیمی از شب را، یا کمی از آن کم کن. * یا بر نصف آن بیفزای، و قرآن را با دقت و تأمل بخوان» (المزمل/ ۱۴)؛ «وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّخْمُودًا؛ و پاسی از شب را (از خواب برخیز و) قرآن (و نماز) بخوان! این یک وظیفه اضافی برای توست. امید است پروردگارت تو را به مقامی در خور ستایش برانگیزد» (الإسراء/ ۷۹) در برابر این تکلیف، خداوند پاداش بزرگی به پیامبرش می‌دهد و آن داشتن مقام محمود یا مرتبه‌ای بلند و پسندیده است و طبق روایات، منظور از مقام محمود، «شفاعت» است که پیامبر ﷺ در روز قیامت برای گناهان کبیره امت خود استفاده خواهد کرد. (ابن بابویه، ۱۳۷۶، ص ۲۹۴).

خاتمیت و شخصیت جهانی رسول اکرم ﷺ

از جمله اوصاف و خصایصی که تنها به پیامبر اکرم ﷺ اختصاص دارد و همه مفسران و اندیشمندان اسلامی نیز در رابطه با آن اتفاق نظر دارند، «خاتمیت» ایشان



ویژگی‌های پیامبر اکرم ﷺ از منظر قرآن

اولین مسلمان و آخرین فرستاده

اسلام ﷺ در کُتب پیشین به قدری زنده و روشن بوده که ترسیم کاملی از او در اذهان کسانی که با آن کُتب سرو کار داشته‌اند، می‌نمود (مکارم شیرازی، ۱۳۷۴، ص ۵۰۰).

اول المسلمین

«اول المسلمین» از ویژگی دیگر پیامبر اکرم ﷺ است که اکثر مفسران بر اختصاص آن بدان حضرت، اتفاق نظر دارند. خداوند به پیامبرش دستوری دهد که بگو: «من اولین مسلمانم»: «لَا شَرِيكَ لَهٗ وَبَدَّلِكَ أَمْرًا وَأَنَا أَوَّلُ الْمُسْلِمِينَ؛ همتایی برای او نیست و برای همین مأمور شده‌ام و من نخستین مسلمانم!» (الأنعام/ ۱۶۳). منظور از «اول المسلمین» اولین ذاتی است که احياناً از آن به اولویت رتبی یاد می‌شود. خداوند درباره هیچ پیامبری تعبیر «اول المسلمین» ندارد، حضرت ابراهیم ؑ با اینکه سبق زمانی داشت و سلسله انبیای ابراهیمی ؑ بود و دعا کرد: «رَبَّنَا وَابْعَثْ فِيهِمْ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِكَ وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُزَكِّيهِمْ إِنَّكَ أَنْتَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ؛ پروردگارا! در میان آنها پیامبری از خودشان برانگیر تا آیات تو را بر آنان بخواند و آنها را کتاب و حکمت بیاموزد و پاکیزه کند؛ زیرا تو توانا و حکیمی (و بر این کار توانایی)» (البقره/ ۱۲۹). رسول خدا ﷺ هم طبق بعضی از نقل‌ها فرمود: «أَنَا إِبْنُ الدَّبِيحِينَ» و خود را فرزند اسماعیل پسر ابراهیم ؑ می‌داند. با این حال، خداوند به ابراهیم ؑ فرمود که بگوید من اولین مسلمانم. نوح ؑ که شیخ الانبیاء و نیز آدم ؑ که ابوالبشر است، هیچ یک این جمله را نفرمودند و تنها کسی که قرآن از او به عنوان «اول المسلمین» یاد می‌کند، رسول خداست. معلوم می‌شود این اولویت، زمانی و تاریخی نیست؛ زیرا اگر اولویت زمانی بود، هر پیغمبری نسبت به قوم خویش «اول المسلمین» بود و انبیای پیشین می‌توانستند مصداق این اولویت باشند. از اینکه خدای سبحان تنها به پیامبر اسلام فرمود: بگو مأمورم که «اول المسلمین» باشم، برای آن است که وی اولین صادر یا اولین ظاهر است؛ یعنی در تبتیه وجودی او هیچ کس قرار ندارد، چنانکه آن حضرت در قیامت، اول کسی است که محشور می‌شود (جوادی آملی، ۱۳۸۵، ص ۲۰).



نیبای الهی صفات معنوی و عملی مشترکی دارند. از جمله این صفات در بعد معنوی می‌توان به: مخلص بودن، صابر بودن، توحید در خشیت، صادق بودن و امانت‌داری اشاره کرد. همچنین در بعد عملی نیز می‌توان به صفات مشترکی چون دعوت به توحید، تقوا، پیکار با شرک، جهل و تقلید، انذار و تبشیر، عصمت، کتاب، معجزه و تبیین وحی اشاره کرد. بحث درباره صفات انبیاء به قبل از اسلام بازمی‌گردد، چرا که پیامبران پیشین صفاتی را از پیامبران آینده برای مردم بیان کردند؛ همانگونه که حضرت عیسی ؑ در کتاب خود برخی صفات پیامبر اسلام ﷺ را بیان کرده است. در این نوشتار سعی داریم توصیف قرآن و دیگر کتب آسمانی از حضرت محمد ﷺ را بررسی کنیم. ■



ذکر صفات در کتب آسمانی

محمد مصطفی ﷺ به عنوان آخرین پیامبر خدا، در مقایسه با دیگر پیامبران الهی صفات خاص و منحصر به فردی دارند. از جمله خصوصیات که اکثر مفسران آن را تنها مختص پیامبر اکرم ﷺ می‌دانند، مکتوب بودن نام ایشان در عهدین است. صفت‌ها، علامت‌ها، نشانه‌ها و دلایل نبوت و حقانیت پیامبر ﷺ با تعابیر مختلف در کتاب‌های آسمانی پیشین (تورات و انجیل) وجود دارد، چنانکه انسان را به حقانیت ایشان مطمئن می‌سازد. قرآن کریم می‌فرماید: «الَّذِينَ يَتَّبِعُونَ الرَّسُولَ النَّبِيَّ الْأُمِّيَّ الَّذِي يَجِدُونَهُ مَكْنُوتًا عِنْدَهُمْ فِي الْوُأْدَةِ وَالْإِنْجِيلِ؛ همانها که از فرستاده (ی خدا)، پیامبر «امی» پیروی می‌کنند؛ پیامبری که صفات او را در تورات و انجیلی که نزدشان است، می‌یابند». (الأعراف/ ۱۵۷) همچنین در آیه دیگری آمده است که عالمان اهل کتاب، پیامبر اسلام ﷺ را به خوبی همچون فرزندان خود می‌شناسند و نام و نشان و مشخصات او را در کُتب مذهبی خود خوانده‌اند: «الَّذِينَ آتَيْنَاهُمُ الْكِتَابَ يَعْرِفُونَهُ كَمَا يَعْرِفُونَ أَبْنَاءَهُمْ؛ کسانی که کتاب آسمانی به آنان داده‌ایم، او [پیامبر] را همچون فرزندان خود می‌شناسند». (البقره/ ۱۴۶) این آیه پرده از حقیقت جالبی برمی‌دارد و آن اینکه بیان صفات جسمی و روحی و ویژگی‌های پیامبر



توصیف رسول خدا ﷺ در بیان امیرالمومنین علی علیه السلام

امین معتمد و گنجینه دار مخزن علوم

« امام علی در فرازی از خطبه ۷۲ نهج البلاغه، بهترین درود و برکات الهی را نثار روان پاک پیامبر اسلام ﷺ کرده و آن حضرت را به بیش از بیست وصف از اوصاف برجسته اش که او را شایسته این درود و صلوات می کند یاد می فرماید و می گوید: [خداوند!] گرمای ترین درودها و افزون ترین و پربارترین برکات را بر محمد ﷺ بنده ات و رسولت بفرست. صلوات، همان رحمت های الهی است و برکات، انواع نعمت های پروردگار را شامل می شود و مجموعه صلوات و برکات چنان فراگیر است که هیچ خیر و سعادت از آن بیرون نخواهد بود. در این قسمت از سخن امام علی، دو وصف معروف و مهم که در واقع مهم ترین اوصاف پیامبر اکرم ﷺ است بیان شده: نخست، مساله عبودیت و دوم، رسالت.

در سومین توصیف به مساله خاتمیت اشاره می کند و می فرماید: پیامبری که خاتم پیامبران پیشین بود و در چهارمین و پنجمین توصیف می فرماید: کسی که درهای بسته را گشود و حق را با حق آشکار ساخت. منظور از پیچیدگی ها و درهای بسته، ابواب علوم و دانش ها و مسایل پیچیده اخلاقی و اجتماعی انسان ها است که پیامبر ﷺ با دین و آیین و هدایت های خود، آنها را به روی انسان ها باز کرد و منظور از آشکار ساختن حق به حق، ممکن است اشاره به معجزات باشد که حقانیت پیامبر ﷺ را تبیین کرد و یا اشاره به بیانات منطقی او باشد که حقایق را شرح داد و یا اشاره به جنگ ها و غزواتی است که دشمنان حق را کنار زد تا مردم چهره حق را ببینند و یا روشن ساختن حقایق به قرینه یکدیگر است؛ همان گونه که آیات قرآن را به کمک یکدیگر تفسیر می کنند. هیچ مانعی ندارد که تمام معانی چهارگانه فوق، در این جمله جمع باشد.

در ششمین و هفتمین توصیف می فرماید: همان کسی که غوغای باطل را دفع کرد و حملات گمراهی ها را درهم شکست. در هشتمین توصیف که در واقع به منزله بیان علت برای تقاضای این درود وافر و گسترده است، می فرماید: به دلیل این که با تمام قدرت



از این شماره «مهر و ماه» بخشی را به موضوعات مرتبط با سبک زندگی به معنای کاربردی آن تحت عنوان «زندگی سالم» اختصاص می دهد. عناوین این بخش عبارتند از: «چگونه دانش آموزان را برای حضور در مدارس آماده کنیم؟»، «نرمش های صبحگاهی برای شروع یک روز خوب»، «راهکارهای تقویت سیستم ایمنی بدن با ۲ خوراکی»، «پیشگیری و درمان سرماخوردگی با دمنوش های خانگی»، «یادگیری اصول اولیه ایمنی و امداد»، «راهکارهای آنلاین برای زندگی با سالمندان» و «آخرین استفتائات از دفتر حضرت آیت الله العظمی خامنه ای».

زندگی سالم



سپرهای طبیعی حفظ سلامتی گیاهانی که پاییز را خوشمزه می کنند مهر، مدرسه، کرونا

بار سنگین رسالت را بردوش کشید و در نهمین و دهمین توصیف آمده است که: آن حضرت به فرمانت قیام نمود و در طریق رضا و خشنودی تو با سرعت گام بر می داشت. در یازدهمین و دوازدهمین توصیف می فرماید: در گام هایی که [به سوی انجام اوامر تو] بر می داشت، تردید به خود راه نداد و عقبگرد نکرد و عزم و اراده اش به سستی نگرانید و در سیزدهمین تا پانزدهمین وصف می فرماید: این در حالی بود که وحی تو را با آگاهی گرفت و عهد تو را پاسداری کرد و در انجام فرمانت [با قدرت و جدیت] پیش رفت.

سپس آن حضرت در ادامه این سخن، نتیجه تلاش ها و کوشش ها و فداکاری های پیامبر ﷺ را ضمن بیان اوصاف دیگری بازگو می کند و در شانزدهمین تا هجدهمین وصف می فرماید: او همچنان در این راه به پیش رفت تا شعله حق را برای طالبانش برافروخت و راه را برای نا آگاهان روشن ساخت، و دل هایی که در فتنه ها و گناهان فرو رفته بود، به برکت وجودش هدایت شد.

سپس در نوزدهمین وصف از اوصاف کریمه آن حضرت، می افزاید: او پرچم های آشکار کننده حق را برافراشت و احکام نورانی اسلام را برپا ساخت. در حقیقت برای اینکه رهروان راه حق گرفتار خطا و اشتباه نشوند و به بیراهه نروند، باید پرچم ها و علائم راهنمایی، در جای جای این طریق نصب شود و چراغ های نورانی تمام جاده را به هنگام تاریکی روشن کند و این همان کاری بود که رسول خدا ﷺ انجام داد و برای هر حقیقی نشانه ای قرار داد و پاسداری تعیین فرمود.

در پایان این بخش، به پنج صفت دیگر به صورت نتیجه گیری از تمام بحث های گذشته اشاره کرده، می فرماید: آری، او امین معتمد و گنجینه دار مخزن علوم تو و شاهد و گواه روز ستاخی و برانگیخته ات برای بیان حقایق و فرستاده ات به سوی خلائق است. □



چگونه دانش آموزان را برای حضور در مدارس آماده کنیم؟

مهر، مدرسه، کرونا

پاییز برای ما فارغ از سن و جنسیت، حال و هوای مدرسه، کلاس درس و شادی های کودکانه دوران تحصیل را به همراه می آورد. سال تحصیلی ۱۴۰۰ سومین سالی است که همه گیری ویروس کرونا روال عادی زندگی بچه مدرسه ای هایمان را تحت الشعاع قرار داده است. امسال گویا با واکنش شدن دانش آموزان، مدرسه ها کمی دیرتر اما همچون گذشته بازگشایی می شوند و دوباره شور و نشاط در محیط مدارس حکم فرما می شود. با این وجود همه می دانیم که واکنش های پایانی عمر بیماری کرونا نیست و به همین دلیل بسیاری از والدین کماکان نگران عواقب بعد از بازگشایی مدارس و ولو به شرط تزریق واکسن به کودکانشان هستند. طی سه سال اخیر تحقیقات بسیاری در این خصوص انجام شده که با توصیه های مفید و متعددی برای حفظ سلامتی دانش آموزان همراه است، در ادامه این مطلب به برخی از این توصیه ها می پردازیم.

توصیه محققان جهانی درباره بازگشایی مدارس

آخرین یافته های محققان در خصوص بازگشایی مدارس در دوره شیوع ویروس کرونا نشان می دهد که مدارس نیز مجزا از دیگر اماکن عمومی نیستند و به رغم احتمال پایین انتقال ویروس از دانش آموزان به یکدیگر رعایت اصول بهداشتی، فاصله اجتماعی و استفاده از

ماسک همچنان بهترین راهکارها در جهت جلوگیری از انتقال محسوب می شوند.

مقاله تارنمای انگلیسی کانورسیشن گویای آن است که تاکنون بیش از یک و نیم میلیارد کودک و نوجوان در سراسر جهان به دلیل شیوع کرونا از رفتن به مدرسه محروم شده اند و این محرومیت باعث ایجاد روندی با تاثیرات منفی بر آموزش بوده است. محققان انگلیسی به این نتیجه رسیده اند که کودکانی که در مناطق محروم تر زندگی می کنند در این دوره بیشتر از دیگر دانش آموزان از روند آموزش عقب افتاده اند. مسلماً حضور دانش آموزان در مدرسه فارغ از بعد آموزش تاثیرات مثبت فردی بسیاری برای سلامتشان به همراه دارد که از آن جمله می توان به اوقاتی که کودکان و نوجوانان با دوستان خود سپری می کنند و کمکی که این ایجاد رابطه به افزایش رشد مغزی دارد اشاره کرد. همچنین فعالیت های فیزیکی چه در وقت استراحت و چه در کلاس های آمادگی جسمانی می تواند آنها را در آینده در مقابل بیماری های مزمن محافظت کند و باعث رشد تعامل اجتماعی آنها شود.

اما با وجود چنین منفی در ایام همه گیری کرونا آیا با توجه به بازگشایی مدارس در بیشتر کشورها، منافع فرستادن کودکان به مدارس بیشتر از منافع ماندن در خانه است؟ اگر این طور است شرایط بازگشت امن آنها به مدارس چیست؟ در ادامه با هدف آگاه سازی برخی از خطرات احتمالی و بهترین راهکارها و اطلاعات برای کاهش این خطرات بر اساس اقدامات کنترلی و دستورات موجود آمده است.

مدارس ذاتا خطرناک نیستند

دانش پزشکی درباره نحوه انتقال ویروس در مدارس هنوز کامل نیست اما اطلاعاتی که درباره برخی کشورها وجود دارد می تواند راهگشا باشد. آمارهای مرکز بهداشت عمومی انگلستان نشان می دهد که حدود یک میلیون کودک پس از شیوع ویروس کرونا وارد پیش دبستانی ها و مدارس ابتدایی این کشور شدند و طی این دوران از این تعداد ۷۰ کودک و ۱۲۸ کادر آموزشی به ویروس مبتلا شدند که بیش از دو سوم مبتلایان از سوی کادر آموزشی بوده و انتقال از دانش آموزان به یکدیگر فقط دو مورد گزارش شده است. در این خصوص مطالعات مشابه در ایرلند، فرانسه، فنلاند، استرالیا و سنگاپور نشان می دهد که به ندرت اتفاق افتاده که دانش آموزان ویروس را به یکدیگر منتقل کنند.

همچنین نظرسنجی انجام شده در اروپا نشان داده که شاهدهی دال بر انتقال دانش آموزان به خانواده های آنها وجود ندارد و فقط در یک کشور از ۱۰ کشور مورد بررسی آن هم در یک مورد دانش آموزی ناقل ویروس به والدینش بوده است. همچنین شواهد قوی وجود دارد که نشان می دهد کودکان ممکن است از سوی والدین بزرگسال خود در خانه مبتلا شوند، اما موارد عکس انگشت شمار است.

مساله دیگر درباره مدارس این است که محیط های آموزشی موضوع مجزایی نیستند و اگر فاصله اجتماعی و دستورات بهداشتی با دقت و جدیت رعایت شود بعید

به نظر می رسد که خطر مدارس بیشتر از دیگر محیط های کاری و فضاهای تفریحی با تعداد مشابه جمعیتی باشند. در مدارس، امکان آلودگی از کادر بزرگسال به دانش آموزان بیشتر است اما با توجه به اینکه بیشتر کودکان و نوجوانان علائم ابتلا را ندارند این خطر وجود دارد که آنها سهواً بیماری را منتقل کنند. براساس توصیه مرکز بهداشت عمومی انگلیس بزرگسالان و در واقع کادر آموزشی در مدارس باید درباره محدود کردن تماس های خود در خارج از مدارس هوشیارانه تر عمل کنند و باید در تماس با دانش آموزان مراقبت بیشتری به عمل آورند.

کاهش خطر ابتلا در مدارس

با افزایش امکانات بهداشتی

نتایج پژوهش ها در خصوص ایمن سازی محیط مدارس نسبت به گسترش ویروس کرونا گویای آن است که تجهیز مدارس یا امکانات بهداشتی مناسب می تواند محیطی ایمن برای دانش آموزان و کادر آموزشی ایجاد کند. محدود کردن شیوع ویروس از طریق به کار بستن اقداماتی مانند تعبیه دستگاه های تهویه مناسب و قوی، ضد عفونی منظم محیط، شستن دست ها، محدود کردن تماس در کلاس های درس و در سطح مدرسه با فاصله گذاری مناسب، استفاده منظم از ماسک و جلوگیری از حضور فرد آلوده و بیمار در مدرسه می تواند محیط مدارس را بسیار ایمن کند.

همچنین مدارس باید آمادگی داشته باشند که به شیوه ای کنترل شده در زمان لازم تعطیل شوند و امکان آموزش از راه دور نیز برای افراد مشکوک به بیماری و مبتلا فراهم باشد تا این اطمینان حاصل شود که همه دانش آموزان به ویژه دانش آموزان آسیب پذیر می توانند به دریافت آموزش های لازم ادامه دهند.

توصیه های کاربردی به والدین

والدین و خانواده به عنوان مهم ترین مرجع دانش آموزان در کنار مدارس وظایف خطیری در راستای حفظ سلامت ایشان و جلوگیری از شیوع و ابتلا به کرونا دارند. دکتر ابراهیم قادری در این خصوص با اشاره به نگرانی والدین نسبت به بازگشایی مدارس در این دوران گفت: با توجه به بازگشایی مدارس در شرایط همه گیری کرونا رعایت پروتکل های بهداشتی و آموزش آن توسط والدین به دانش آموزان الزامی است. با توجه به گسترش و همه گیری بیماری کرونا در جهان، اکنون تمامی گروه های سنی از جمله کودکان و نوجوانان نیز در معرض خطر هستند. این در حالی است که تاکنون درمان قطعی و مشخصی برای بیماری کرونا گزارش نشده و تا پیدا شدن درمان قطعی برای مهار این ویروس باید شرایط زندگی را با آن تطبیق دهیم و موازین بهداشتی را در همه اماکن رعایت کنیم.

وی در ادامه افزود: باید این نکته را مدنظر داشت که نگرانی و اضطراب والدین نسبت به ابتلا به ویروس کرونا به فرزندان نیز منتقل می شود و همین امرا اثرات مخرب



والدین برای

کاهش اضطراب

می توانند

به کودکان

بگویند که در

صورت ابتلا به

کرونا، بیماری

آنها خفیف تر

خواهد بود و

رعایت و اجرای

پروتکل های

بهداشتی میزان

ابتلا ی ایشان را

به شدت کاهش

خواهد داد.

و جبران ناپذیری روی آنها دارد. پس والدین باید در این شرایط بیشتر با کودکانشان گفتگو کنند، به سوالاتشان پاسخ شفاف و کامل بدهند و از ارائه آمار و ارقام مبتلایان و یا مرگ و میر ناشی از بیماری کرونا به ایشان نیز خودداری کنند. از سوی دیگر مشورت کردن والدین، معلمان و پرسنل بهداشتی درمانی با کودکان در خصوص اضطرابی که دانش آموزان نسبت به بیماری کرونا دارند می تواند آرامش بیشتری به آنها القا کند.

دکتر قادری تصریح کرد: والدین برای کاهش اضطراب می توانند به کودکان بگویند که در صورت ابتلا به کرونا، بیماری آنها خفیف تر خواهد بود و رعایت و اجرای پروتکل های بهداشتی میزان ابتلای ایشان را به شدت کاهش خواهد داد. همچنین نحوه آماده سازی دانش آموزان برای حضور در مدرسه اهمیت دارد و باید دانش آموزان را تشویق کرد که اقداماتی چون شستن کافی دست با آب و صابون، استفاده از ماسک، اجتناب از دست کاری مکرر ماسک و لمس مکرر سطوح را جدی بگیرند. از سوی دیگر آگاه سازی کودکان نسبت به رعایت فاصله فیزیکی با دوستان، خودداری از دست زدن به چشم ها، بینی و دهان، استفاده از دستمال کاغذی برای گرفتن جلوی دهان و بینی در زمان سرفه یا عطسه و انداختن دستمال آلوده داخل سطل زباله در دراز جهت حفظ سلامت ایشان مؤثر است.

وی همچنین با تاکید بر اقدامات مورد نیاز از سوی والدین پس از بازگشت دانش آموزان از مدرسه گفت: با فرض اینکه محیط خارج از خانه آلوده به میکروب و ویروس است والدین باید لباس های فرم دانش آموزان را پس از بازگشت از مدرسه در محلی غیر از محل قرارگیری سایر لباس ها و دور از لباس های شسته، ترجیحاً در محیط باز آویزان کنند، ماسک ایشان را دور بیندازند و بر شستن دست ها با آب و صابون نظارت داشته باشند. همچنین والدین برای تشویق کودکان جهت استفاده مداوم از ماسک، می توانند ماسک های استاندارد پارچه ای با رنگ های زیبا و دلخواه برای ایشان تهیه کنند.

دکتر قادری در پایان ضمن اشاره مجدد به اهمیت نقش والدین بر آموزش پیشگیرانه کودکان نسبت به انتقال و ابتلا به کرونا تصریح کرد: والدینی که کودکانشان در مقطع پیش دبستانی و دبستان تحصیل می کنند، بهتر است هر چند روز یکبار اقدامات عملی چون شستن صحیح و مکرر دست ها با آب و صابون، استفاده صحیح از اسپری ضد عفونی کننده، رعایت فاصله فیزیکی حداقل ۱/۵ متر و نحوه درست زدن ماسک را به صورت عملی با کودکان تمرین کنند. همچنین والدین باید به خاطر داشته باشند برای پیشگیری از ابتلای پدر بزرگ و مادر بزرگ ها و افراد میان سالی که مستعد ابتلا به ویروس کرونا هستند بهتر است تماسشان با دانش آموزانی که به مدرسه می روند، کنترل شده و کمتر از گذشته باشد، تا احتمال ابتلا ایشان به این ویروس کشته نیز کاهش یابد. □



نرمش های صبحگاهی برای شروع یک روز خوب

پروانه در آپارتمان

باتوجه به شرایط محدودیت های شیوع ویروس کرونا که بسیاری از ما را خانه نشین کرده است در ادامه به مزایای ورزش صبحگاهی و نرمش های مفیدی که در محیط بسته خانه قابل انجام است می پردازیم.

سرخیز بودن و انجام ورزش صبحگاهی برای برخی، کاری سخت و دشوار است. اما همین افراد اگر از فواید ورزش آگاهی پیدا کنند تازه متوجه می شوند که با ورزش نکردن چه مضراتی را به جان می خردند و چه فوایدی را از بدن خود دریغ می کنند. در گام نخست باید بپذیریم که ورزش کردن و سالم نگاه داشتن بدن، وظیفه ای است که هر یک از ما در مقابل بدن خود به عهده داریم و برای انجام درست این وظیفه انجام نرمش های سبک صبحگاهی که وقت بسیار کمی هم نیاز دارد گزینه ای مناسب است. به یاد داشته باشید که نرمش صبحگاهی باعث بیدار شدن عضلات و آغاز یک روز خوب را برایتان به همراه خواهد داشت.

انجام روزانه نرمش های صبحگاهی، یک عادت بسیار مفید و سالم است. جدا از آن، ورزش های صبحگاهی (حتی قبل از صبحانه) کالری بیشتری نسبت به ورزش های ظهر یا عصر می سوزاند و این کالری سوزی در تمام طول روز ادامه پیدا می کند. به عبارت دیگر، بهترین زمان ورزش کردن، صبح هان هم قبل از خوردن صبحانه است. توصیه می شود ورزش خود را با چند تمرین سبک شروع کنید زیرا بدن شما هنوز به طور کامل بیدار نشده و انجام حرکات سنگین می تواند باعث آسیب رسیدن به ماهیچه ها و تاندون ها شود.

بهترین نرمش های صبحگاهی در خانه

۱. حرکت پروانه (جامپینگ جک)

احتمالا از دوران کودکی با این تمرین آشنایی کامل دارید. این یک ورزش عالی است که باید به عنوان یک فرد مبتدی در برنامه ورزشی صبحگاهی خود قرار دهید تا ضربان قلب و



جریان خون تان افزایش پیدا کند.

نحوه اجرای حرکت پروانه:

صاف بایستید و پاها را کنار هم قرار دهید. در حالی که دست ها و پاها را باز می کنید آرام به سمت بالا بپريد و به حالت اول برگردید و این حرکت را یک تا یک و نیم دقیقه تکرار کنید.

۲. حرکت پوش آپ زانو

حرکت پوش آپ یکی از ساده ترین نرمش های صبحگاهی است که به راحتی در خانه قابل انجام است. این ورزش به کاهش وزن، بهبود متابولیسم و تقویت عضلات کمک می کند. در انجام این حرکت تقریباً از تمام عضلات بدن استفاده می شود.

نحوه اجرای حرکت پوش آپ زانو:

ابتدا روی شکم بخوابید و زانو ها را خم کنید، به طوری که قوزک های پا با حالت ضربدری روی هم قرار بگیرند، آرنج ها را خم کنید و کف دست ها را روی زمین قرار دهید. دست ها را صاف کرده و بدن را بلند کنید، به طوری که روی زانو ها و کف دست ها تکیه داشته باشید. چانه را کمی به سمت سینه متمایل کنید تا پیشانی رو به روی زمین قرار گیرد. در این حالت شکم را منقبض کنید. با خم کردن آرنج ها، بدن را پایین بیاورید و دوباره بالا بیاورید. حدود ۱ دقیقه بین دو حالت پایین و بالا حرکت کنید.

۳. حرکت گربه و شتر

این نرمش آرام و ملایم صبحگاهی به راحتی در خانه قابل انجام است و باعث کشش و تقویت عضلات ثابت کننده ستون فقرات و شکم می شود.

نحوه اجرای حرکت گربه و شتر:

برای انجام این حرکت ابتدا روی چهار دست و پا قرار بگیرید. شانه ها را در امتداد مچ دست ها قرار دهید. به آرامی ستون فقرات را خم کنید به طوری که شکم به زمین نزدیک شود و شانه ها و تاج سر بالا بیاید. سپس به حالت عادی ستون فقرات برگردید و کمر را گرد کنید تا میانه کمر به طرف بالا بیاید. این حرکات را به آرامی ۴ تا ۵ بار تکرار کنید.

۴. حرکت بالا آوردن هر دو پا با هم

این یک تمرین ورزشی موثر برای شکم است که روی عضلات فوقانی و تحتانی کار می کند. اگر به درستی اجرا شود، می تواند هسته ی مرکزی بدن را تقویت کند. گرچه این حرکت کمی چالش برانگیز است اما می تواند یک تمرین عالی صبحگاهی برای مبتدیان باشد.

نحوه اجرای حرکت:

ابتدا روی زمین دراز بکشید و دست ها را در کنار بدن و روی زمین دراز کنید دم بگیرید و هر دو پا را بالا بیاورید تا جایی که بدن شما زاویه ۹۰ درجه به خود بگیرد، زانو ها را صاف نگه دارید، همراه با بازدم، پاها را (بدون خم شدن زانو ها) پایین بیاورید این حرکت را چند بار تکرار کنید

مهارت هایی که باید در زندگی بلد باشیم: ۴۴ توانایی

۵. حرکت اینچ ورم

این ورزش برای گرم کردن و تعریق بدن عالی است. حرکت اینچ ورم باعث فعال شدن عضلات اصلی و همسترینگ و کشش کمر می شود.

نحوه اجرای حرکت اینچ ورم:

ابتدا صاف بایستید و با پای های صاف خم شوید و دست ها را روی زمین و در مقابل خود قرار دهید. به آرامی با دست ها به سمت جلو قدم بردارید و در حین انجام این کار فقط از ناحیه لگن خم شوید و پاها را صاف نگاه دارید، تا نقطه ای که بدن شما موازی با زمین و در موقعیت شنا قرار دارد پیش بروید. سپس دست ها را ثابت نگاه دارید و با پای های خود قدم های کوچکی بردارید. در حالی که پاها صاف هستند، تا نقطه ای که به دست ها برسند، قدم بردارید. حدود یک دقیقه در این وضعیت بمانید و دوباره تکرار کنید.

۶. حرکت اسکات بدون وزنه

انجام حرکت اسکات بدون وزنه، همیشه در خانه و سالن ورزشی امکان پذیر است. اسکات بهترین ورزش صبحگاهی برای کاهش وزن است. علاوه بر این موجب تقویت عضلات پا، باسن و زانو ها می شود.

نحوه اجرای حرکت اسکات بدون وزنه:

پاها را به اندازه عرض شانه باز کنید و سر را بالا بگیرید و کمر را صاف نگاه دارید. باسن را عقب ببرید، زانو ها را خم کنید و به آرامی بدن را خم کنید. پاشنه پاها را به سمت زمین فشار دهید و با راست کردن پاها به وضعیت شروع تمرین برگردید. این حرکت را ۵ بار تکرار کنید.

۷. حرکت کشش عضلات پشت ساق پا

این حرکت یک نرمش صبحگاهی موثر برای تقویت قدرت عضلات ساق پا است. با انجام روزانه این تمرین، می توانید در طول روز بدون خستگی و بی وقفه قدم بزنید.

نحوه اجرای حرکت کشش عضلات پشت ساق پا:

یک استپ بردارید (روی یک سطح برجسته مانند بایستید)، مطابق تصویر بالا روی پنجه های پا بایستید و ماهیچه های ساق پا را به آرامی منقبض کنید. چند لحظه در این وضعیت بمانید و حداقل ۱ تا ۲ دقیقه این کار را تکرار کنید.

۸. حرکت کرانچ دو چرخه

با این نرمش صبحگاهی سبک و آسان، عضلات شکم خود را تقویت کنید. این حرکت یکی از بهترین نرمش های صبحگاهی برای کاهش وزن است زیرا باعث تقویت عضلات می شود و کالری زیادی می سوزاند.

نحوه اجرای حرکت کرانچ دو چرخه:

ابتدا روی زمین دراز بکشید، سپس دست ها را پشت سر ببرید (برای کاهش فشار می توانید دست ها را کنار گوش نیز بگیرید). پای چپ خود را بالا بیاورید و به سمت قفسه سینه از زانو خم کنید. توجه کنید که باید ساق پای شما موازی



سطح زمین باشد. همزمان با این حرکت آرنج دست راست خود را به زانوی پا نزدیک کنید. این حرکت را با دست و پای دیگر نیز ادامه دهید.

۹. طناب زدن

آهسته طناب زدن یک ورزش موثر قلبی عروقی است که اگر به طور منظم انجام شود، ماهیچه های ساق پا را تقویت می کند و به بهبود خاصیت ارتجاعی تاندون ها و سیستم فاشیا کمک می کند. این ورزش خطر آسیب دیدگی در ناحیه پایین پا را نیز کاهش می دهد.

نحوه اجرای آهسته طناب زدن:

صاف بایستید و پاها را به اندازه عرض شانه باز کنید. طناب را با دو دست تان در طرفین بدن بگیرید حالا آهسته بپريد و در حین پش طناب را از زیر پاها عبور دهید. در روزهای اول حداقل ۱ دقیقه آهسته طناب بزنید و پس از راحت شدن، به تدریج زمان آن را افزایش دهید.

۱۰. حرکت پلانک

بهانه هایی مانند کمردرد و خستگی مفرط را کنار بگذارید. پلانک جزء تمرینات صبحگاهی فوق العاده موثر است که هرکسی حتی با کمردرد می تواند به آن پایبند باشد.

نحوه اجرای حرکت پلانک:

روی زمین به حالت چهار دست و پا قرار بگیرید. پای های خود را یکی یکی به عقب دراز کرده، دست ها باید زیر شانه و پاها کاملاً صاف باشند. حدود ۱ دقیقه نگه دارید و دوباره تکرار کنید. این ورزش هسته مرکزی بدن را درگیر می کند و باعث کاهش کمردرد می شود.

۱۱. حرکت برپی (Burpee)

با استفاده از این تمرین، اندام های بدن مانند هسته مرکزی بدن، سینه و پاها را تقویت کنید و آنها را بیدار نمایید.

نحوه اجرای حرکت برپی:

ابتدا بایستید و عضلات شکم را به داخل منقبض کنید. به حالت اسکات بروید. سپس دست ها را روی زمین و بین پاها بگذارید. در حالت پلانک قرار بگیرید (پای راست را یک قدم به عقب بگذارید و سپس همین کار را با پای چپ انجام دهید). کمی مکث کنید و دوباره با برداشتن یک قدم به ترتیب پاها را به جای اول برگردانید. با پاشنه پاها به زمین فشار بیاورید و بایستید. این تمرین را تا جایی که می توانید ادامه دهید.

۱۲. پیاده روی

پیاده روی یک تمرین صبحگاهی با طراوت و بانشاط است که هرکسی می تواند آن را در خانه انجام دهد. ۳۰ تا ۴۰ دقیقه پیاده روی سریع می تواند کالری زیادی بسوزاند. برای پیاده روی در محیط خانه بهتر از یک مسیر صاف و بدون مانع رادر نظر بگیرید و به صورت مداوم در همان مسیر محدود پیاده روی کنید. □



راهکارهای تقویت سیستم ایمنی بدن با ۲۰ خوراکی

سپرهای طبیعی حفظ سلامتی

با شروع فصل پاییز و سرد شدن هوا، برای حفظ سلامتی، بدن ما هم باید آماده پذیرش تغییرات فصلی شود. از همین رو افزایش ایمنی بدن در اولویت قرار دارد؛ حال آنکه این روزها شیوع ویروس کرونا هم سلامتی مان را دوچندان تهدید می‌کند و کسانی که سیستم ایمنی بدنی ضعیفی دارند بیشتر در معرض خطر ابتلا به این ویروس هستند. تقویت سیستم ایمنی به بدن ما در مقابله بهتر با ویروس‌ها و بیماری‌ها کمک می‌رساند، زیرا سیستم ایمنی بدن، مدافع سلامت ما در برابر میکروارگانیسم‌های بیماری‌زا است. در ادامه با این مدافع سخت‌کوش بیشتر آشنا می‌شویم و برخی راهکارهای ساده و مواد مغذی مناسب تقویت سیستم ایمنی بدن را بررسی می‌کنیم.

چند حقیقت جالب درباره سیستم ایمنی بدن
دستگاه ایمنی یا سیستم ایمنی بدن انسان به بخشی از بدن گفته می‌شود که سلول‌ها و مولکول‌های بیگانه‌ای چون میکروب‌ها و ویروس‌ها را شناسایی می‌کند و آن‌ها را از بین می‌برد یا بی‌خطر می‌سازد. علائم بیماری‌ها اغلب پیامد فعالیت سیستم ایمنی بدن هستند. این علائم گاهی واکنش سیستم ایمنی بدن در برابر میکروارگانیسم‌ها نیز هستند.

کمبود برخی نیازهای ابتدایی بدن به سیستم ایمنی آسیب جدی می‌زند. کمبود آب، غذا، مواد معدنی، ویتامین‌ها، خواب و ... سیستم ایمنی بدن ما را ضعیف می‌کند.



تقویت سیستم ایمنی به بدن ما در مقابله بهتر با ویروس‌ها و بیماری‌ها کمک می‌رساند، زیرا سیستم ایمنی بدن، مدافع سلامت ما در برابر میکروارگانیسم‌های بیماری‌زا است

سیستم ایمنی سالم در پیشگیری از سرماخوردگی، آنفلوآنزا و دیگر بیماری‌ها نقش به‌سزایی دارد. باکتری‌های مفید موجود در معده انسان در سلامت سیستم ایمنی نقش مهمی دارند. بدن انسان محل زندگی میلیون‌ها باکتری مفید است. این میکروب‌ها برای دستگاه گوارش مفید هستند و در هضم و ترکیب ویتامین‌های B و K کمک می‌کنند. باکتری‌های معده به سیستم ایمنی بدن نیز کمک می‌کنند و در حفظ سلامت بدن تاثیر زیادی دارند. نور خورشید نیز تاثیرات پیچیده‌ای بر سیستم ایمنی بدن دارد. نور خورشید باعث تولید ویتامین D در بدن ما می‌شود. کاهش ویتامین D در بدن باعث عدم حرکت سلول‌های T شکل سیستم ایمنی و تضعیف آن می‌شود. همچنین قرار گرفتن در معرض نور خورشید می‌تواند میزان ابتلا به عفونت‌های باکتری، ویروسی و قارچی را کاهش دهد. بخشی از سیستم ایمنی بدن انسان را گلبول‌های سفید تشکیل می‌دهد، این گلبول‌ها وظیفه مقابله با بیماری‌های عفونی را عهده‌دار هستند. سیستم ایمنی بدن انسان در صورت مواجهه با عفونت در بدن تعداد گلبول‌های سفید را افزایش می‌دهد.

۲۰ خوردنی مغذی برای تقویت سیستم ایمنی

بسیاری از خوردنی‌ها به بدن ما برای پیشگیری و تقویت سیستم ایمنی کمک می‌کنند. اگر در وعده‌های غذایی این تقویت‌کننده‌های سیستم ایمنی را بگنجانیم، احتمال ابتلا به بیماری‌هایی چون سرماخوردگی، آنفلوآنزا و کرونا را کاهش می‌دهیم.

۱. مرکبات

انواع مرکبات سرشار از ویتامین C هستند. ویتامین C با کمک به تقویت سیستم ایمنی بدن باعث افزایش تولید گلبول‌های سفید خون در سیستم ایمنی می‌شود با انواع عفونت‌ها مبارزه می‌کند.

۲. مواد غذایی حاوی فیبر

فیبریکی از مواد مغذی است که به تقویت سیستم ایمنی بدن ما کمک زیادی می‌کند. میوه‌ها و سبزیجاتی چون کدو، هویج، لوبیا سبز، کلم، اسفناج و ... همگی حاوی فیبر هستند.

۳. جوی دوسر

جوی دوسر از دیگر مواد خوراکی است که به دلیل وجود بتاگلوکان در آن باعث تقویت سیستم ایمنی بدن می‌شود. بتاگلوکان نوعی فیبر است که با پیشگیری از ابتلا به بیماری‌های میکروبی، به تقویت سیستم دفاعی بدن ما کمک می‌کند.

۴. سیر

مصرف سیر باعث تقویت سیستم ایمنی بدن ما می‌شود. سیر دارای مقدار کمی زینک یا روی است، مواد معدنی

که برای سلامتی بدن ضروری هستند و با عوامل عفونی و باکتریایی در بدن ما مبارزه می‌کنند و منجر به افزایش قدرت سیستم دفاعی بدن می‌شوند.

۵. غذاهای دریایی

غذاهای دریایی برای تقویت سیستم ایمنی انسان بسیار مفید هستند. اسید چرب امگا ۳ و سلنیوم به وفور در ماهی و دیگر غذاهای دریایی وجود دارد. مصرف خوراکی‌های حاوی این مواد از مهم‌ترین ترکیبات مفید و موثر برای افزایش قدرت سیستم ایمنی بدن محسوب می‌شود.

۶. بادام

بادام سرشار از ویتامین E است و می‌تواند به عنوان آنتی‌اکسیدان در بدن عمل کند. همچنین بادام اشباع آهن و پروتئین است و به تقویت سیستم ایمنی بدن کمک شایانی می‌کند.

۷. آووکادو

آووکادو خوراکی است سرشار از مواد مغذی که به تقویت سیستم ایمنی کمک بسیاری می‌کند. آووکادو مانند روغن زیتون سرشار از اسیدهای چرب غیر اشباع و منبع بسیار خوبی از ویتامین E، ویتامین C، آهن و روی است.

۸. کلم بروکلی

کلم بروکلی منبع غنی ویتامین‌های A، C و آهن گیاهی است. این ویتامین‌ها برای تقویت سیستم ایمنی بدن مفید هستند، خصوصاً آنکه بهترین گزینه برای پیشگیری از ابتلا به ویروس کرونا به شمار می‌روند.

۹. کلم پیچ

کلم پیچ سرشار از مواد مغذی چون ویتامین A است که برای سلامت پوست و غشاهای مخاطی از اهمیت زیادی دارد. کلم پیچ همچنین سرشار از ویتامین E، C، آهن و روی است.

۱۰. فلفل دلمه‌ای قرمز

جالب است بدانیم ویتامین C موجود در فلفل دلمه‌ای قرمز دو برابر مرکبات است. ویتامین C علاوه بر تقویت سیستم ایمنی بدن، به حفظ سلامت پوست هم کمک می‌کند.

۱۱. فلفل قرمز شیرین

فلفل قرمز شیرین برای تقویت سیستم ایمنی بدن بسیار مفید است. این خوراکی خوش‌رنگ و لعاب منبع غنی ویتامین‌های C، A و E است.

۱۲. زردچوبه

زردچوبه در آشپزی ایرانی جزو ادویه‌های خوش‌رنگ و پرکاربرد است. این آنتی‌اکسیدان قوی به دلیل وجود مواد مغذی موجود در خود به عنوان یک ضدالتهاب قوی به درمان آرتروز و آرتروز روماتوئید کمک شایانی می‌کند و

باعث تقویت سیستم ایمنی بدن نیز می‌شود.

۱۳. ماهی تن

ماهی تن منبع اسید چرب امگا ۳، همچنین سرشار از روی، سلنیوم و پروتئین است. مجموعه مواد فوق برای تقویت عملکرد سیستم ایمنی بدن ضروری و لازم هستند.

۱۴. انبه

انبه میوه‌ای سرشار از ویتامین‌هایی مانند A و C است و به میزان قابل توجهی ویتامین E در خود دارد. ویتامین‌های فوق سیستم ایمنی بدن تقویت می‌کنند، برای پیشگیری از بیماری کرونا به شمار مفید هستند.

۱۵. زنجبیل

زنجبیل نیز همچون زردچوبه ادویه‌ای قوی و پرکاربرد است که به دلیل مواد مغذی غنی اثرات مفیدی در کاهش التهاب و تسکین بیماری‌های التهابی از جمله گلودرد دارد. زنجبیل به کاهش دردهای مزمن نیز کمک می‌کند و در برخی موارد عامل کاهش کلاسترول نیز هست.

۱۶. اسفناج

اسفناج گیاهی پرخاصیت و سرشار از ویتامین C است. این گیاه منبع غنی آنتی‌اکسیدان و بتاکاروتن است که ترکیبات فوق علاوه بر مبارزه با عفونت‌ها می‌تواند سیستم ایمنی بدن را نیز تقویت کند.

۱۷. چای سبز

چای سبز حاوی آنتی‌اکسیدان اپیگالوکاتچین گالات (EGCG) است. این آنتی‌اکسیدان عملکرد سیستم ایمنی بدن را تقویت و بهبود می‌بخشد.

۱۸. کیوی

کیوی میوه‌ای است استوایی و پرطرفدار که منبع طبیعی و غنی ویتامین C است. مصرف این میوه ترش مزه به افزایش گلبول‌های سفید خون برای مبارزه با عفونت‌ها کمک می‌کند. کیوی در کنار ویتامین C غنی از مواد مغذی چون فولات، پتاسیم و ویتامین K نیز هست.

۱۹. ماست

ماست به عنوان یک خوراکی شناخته شده منبع غنی پروبیوتیک است. این لبنیات خوشمزه و پرطرفدار با بهبود عملکرد سیستم ایمنی بدن، از پوکی استخوان نیز جلوگیری می‌کند. ماست حاوی مقدار کافی ویتامین A و روی نیز هست.

۲۰. تخمه آفتاب‌گردان

تخمه آفتاب‌گردان یک آنتی‌اکسیدان بسیار قدرتمند است. این خوراکی خوشمزه و سرگرم‌کننده سرشار از مواد مغذی چون فسفر، منیزیم، ویتامین E و ویتامین B6 است. □



پیشگیری و درمان سرماخوردگی با دمنوش های خانگی

گیاهانی که پاییز را خوشمزه می کند

تهیه دمنوش از گیاهان دارویی یک روش عالی برای درمان علائم سرماخوردگی و آنفلوآنزا است. با مصرف دمنوش های گیاهی، نه تنها مزایای دارویی این گیاهان را دریافت می کنید، بلکه از خاصیت آرامش بخشی و گرمادهدگی آنها نیز بهره مند می شوید. از سوی دیگر تأمین مایعات بدن نقش مهمی در درمان سرماخوردگی و تسریع بهبودی دارد و مصرف انواع دمنوش های گرم به کاهش احتقان و تسکین گلودرد کمک می کند. دمنوش ها با خواص خود به کاهش علائم و کوتاه تر کردن دوره درمان کمک می کنند.

۱. دمنوش گزنه تقویت کننده دستگاه ایمنی

شاید گیاه گزنه باعث سوزش و خارش شود، اما دمنوش آن فواید بسیاری دارد. دمنوش یا چای گزنه درد را تسکین می دهد. همچنین این دمنوش دارای ویتامین C و کاروتن است که در نتیجه، سیستم ایمنی را نیز تقویت می کند.

۲. طرز تهیه دمنوش گزنه

برای تهیه دمنوش گزنه به ازای هر دو پیمانه آب، یک پیمانه برگ گزنه اضافه کنید. ابتدا آب را جوش بیاورید. سپس آب جوش را از روی حرارت بردارید و برگ گزنه را داخل آن بریزید. بگذارید ۵ تا ۷ دقیقه برگ گزنه در داخل آب باقی بماند. سپس آن را سرو کنید. اگر طعم این دمنوش برایتان خوشایند نبود، کمی عسل به آن اضافه کنید.

۳. دمنوش شیرین بیان مبارز سرسخت سرماخوردگی

دمنوش شیرین بیان در موثر است. ریشه گیاه شیرین بیان ضد ویروس و ضد باکتری است و در مبارزه با سرماخوردگی و آنفلوآنزا مؤثر است. از شیرین بیان در طب سنتی چین بسیار استفاده می شود. شیرین بیان محتوی فلاونوئیدهایی (نوعی رنگدانه های مفید گیاهی) است که دستگاه ایمنی را تقویت می کند. مصرف ریشه این گیاه برخی عوامل عفونت زای ویروسی و باکتریایی را از بین می برد.

۴. طرز تهیه دمنوش شیرین بیان

برای تهیه این دمنوش، به یک قاشق چای خوری ریشه خشک شده شیرین بیان و حدود ۲۳۰ میلی لیتر آب جوش نیاز دارید. ابتدا آب را جوش بیاورید. سپس ریشه شیرین بیان را به آب جوش بیفزایید و بگذارید ۵ دقیقه باقی بماند. در نهایت به دمنوشتان مقداری دارچین، عسل و لیمو ترش اضافه و آن را سرو کنید.



۳. چای ترش تسریع کننده بهبود آنفلوآنزا

چای ترش از گیاهی با همین نام یا گل جامائیکا تهیه می شود. چای ترش سرشار از ویتامین C است. مصرف روزانه ۳ فنجان چای ترش ویتامین C مورد نیازتان را تأمین می کند. چون چای ترش دارای کافئین نیست، می توانید با خیال راحت و بدون نگرانی از خراب شدن چرخه خوابتان، روزانه ۳ فنجان از آن رامیل کنید. چای ترش در بهبود سریع تر آنفلوآنزا و سرماخوردگی مؤثر است.

۴. طرز تهیه چای ترش

برای تهیه این دمنوش به ۸ تا ۱۰ گل از این گیاه یا یک قاشق چای خوری از برگ آن نیاز دارید. ابتدا آب را جوش بیاورید. سپس گلبرگ های چای ترش را به آن بیفزایید. بگذارید ۲ تا ۵ دقیقه در داخل آب جوش باقی بماند. سپس آن را صاف کنید و در فنجان بریزید. نوش جان.

۴. دمنوش آقطی سیاه پیشگیری از سرماخوردگی

آقطی سیاه سرشار از فلاونوئیدها (نوعی رنگدانه مفید گیاهی) و آنتی اکسیدان هاست که دستگاه ایمنی بدن را تقویت می کند. بر اساس تحقیقات، مصرف مکمل های آقطی سیاه شدت و علائم سرماخوردگی و نیز طول دوره آن را کاهش می دهد.

۵. طرز تهیه دمنوش آقطی سیاه

این دمنوش را باید با میوه های سیاه یا گل های سفید رنگ آقطی درست کنید. برای تهیه دمنوش آقطی سیاه باید ۸ تا ۱۲ عدد از میوه های آن را در آب جوش بریزید، شعله را کم کنید و بگذارید ۱۵ دقیقه دم بکشد. در پایان، آن را صاف و با مقداری عسل ترکیب کنید. لازم به ذکر است سایر قسمت های این گیاه، مانند برگ های آن، غیر قابل استفاده و برای انسان سمی است.

۵. دمنوش نعنا فلفلی (سوسنبر)

رفع گرفتگی مسیرهای هوایی و کمک به تنفس بهتر

نعنا فلفلی یکی از رایج ترین ترکیبات موجود در شربت های سرفه است. رایحه نعنا فلفلی به رفع گرفتگی مسیرهای هوایی و تنفس بهتر کمک می کند. همچنین تحقیقات نشان داده اند نعنا فلفلی درد و التهاب را نیز کاهش می دهد. نوشیدن دمنوش نعنا فلفلی بدن درد ناشی از سرماخوردگی و آنفلوآنزا را تسکین می دهد. همچنین این دمنوش در کاهش احتقان و بهبود تنفس نیز مؤثر است. دمنوش نعنا فلفلی خاصیت ضد ویروس دارد و طول دوره سرماخوردگی و آنفلوآنزا را نیز کاهش می دهد. ترکیبات موجود در دمنوش نعنا فلفلی از تکثیر عوامل بیماری زا و گسترش عفونت ها جلوگیری می کند.

۶. طرز تهیه دمنوش نعنا فلفلی

برای تهیه این دمنوش، نعنا فلفلی را داخل آب جوش بریزید و بگذارید ۵ تا ۱۰ دقیقه باقی بماند. از دمنوش نعنا فلفلی می توانید برای بخور هم استفاده کنید. برای این کار آب را جوش بیاورید و برگ های نعنا فلفلی را با آن مخلوط کنید. بگذارید روی حرارت متوسط ۵ دقیقه دم بکشد.

سپس یک حوله روی سر و صورتتان بیندازید و بخار نعنا فلفلی را استشمام کنید. ۵ دقیقه بخور یا دمنوش نعنا فلفلی گرفتگی بینی و آبریزش بینی را کاهش می دهد.

۶. دمنوش های محتوی لیموترش

برای تقویت دستگاه ایمنی بدن

انواع مختلفی از دمنوش های دارای لیموترش وجود دارد. مصرف لیموترش دستگاه ایمنی بدن را تقویت می کند. لیموترش از مرکبات و سرشار از ویتامین C است؛ بنابراین بدن را در برابر بیماری هایی مانند سرماخوردگی مجهز می کند. برای تهیه اغلب دمنوش های محتوی لیموترش باید لیموترش ۵ تا ۱۰ دقیقه در آب جوش باقی بماند.

۷. دمنوش زنجبیل کمک به دفع سریع سرماخوردگی

یکی از معروف ترین دمنوش های درمان سرماخوردگی دمنوش زنجبیل است. دمنوش زنجبیل به باز شدن سینوس ها و کاهش احتقان کمک می کند. ریشه زنجبیل نیز در دفع سریع سرماخوردگی و آنفلوآنزا مؤثر است. دمنوش زنجبیل برای بهبود حالت تهوع و استفراغ ناشی از سرماخوردگی، شیمی درمانی و نیز تهوع صبحگاهی کارایی دارد.

۸. طرز تهیه دمنوش زنجبیل

برای تهیه این دمنوش یک تکه ۲،۵ سانتی متری ریشه زنجبیل را در آب جوش بریزید. در قوری را ۵ دقیقه بگذارید و در پایان، به آن عسل اضافه و آن را سرو کنید.

۸. دمنوش سرخارگل کاهش دوره

بیماری های دستگاه تنفسی فوقانی مانند آنفلوآنزا

تحقیقات مختلفی با نتایج متناقض درباره تأثیر سرخارگل بر سرماخوردگی انجام شده است. برخی تحقیقات حاکی از آن اند که دمنوش سرخارگل با تحریک دستگاه ایمنی، عفونت های باکتریایی و ویروسی را کاهش می دهد. دمنوش سرخارگل مانند چای سبز سرشار از آنتی اکسیدان هاست. پژوهشی کوچک روی ۲۰۰۰ نفر نشان داد دمنوش سرخارگل دوره عفونت دستگاه تنفسی فوقانی مانند آنفلوآنزا را کاهش می دهد.

۹. چای سبز کاهش دهنده حساسیت های گلودرد

چای سبز یکی از سالم ترین نوشیدنی های طبیعی است. چای سبز سرشار از آنتی اکسیدان ها و پلی فنل هایی مانند اپی گالوستاجین گالت (EGCG) است که در سلامتی افراد مؤثرند. آنتی اکسیدان ها به نابودی باکتری های مضر و رادیکال های آزاد نیز کمک می کنند؛ عواملی که احتمال ابتلا به سرماخوردگی، آنفلوآنزا و بیماری های خود ایمنی را افزایش می دهند. چای سبز خاصیت ضد التهابی دارد و به تسکین التهاب و حساسیت هایی که باعث گلودرد می شوند کمک می کند. همچنین چای سبز التهاب قفسه سینه را کاهش می دهد و در نتیجه، در کاهش سرفه، گرفتگی و درد قفسه سینه نیز مؤثر است.



۱۰. طرز تهیه چای سبز

چای سبز باید در دمایی کمتر از دمایی که مناسب اغلب دمنوش هاست تهیه شود. دمای مناسب برای تهیه چای سبز ۸۰ تا ۸۵ سانتی گراد است. برگ های چای سبز را ۳ تا ۵ دقیقه در آب بریزید. سپس آن را با کمی عسل ترکیب و سرو کنید. نوش جان.

۱۰. دمنوش های محتوی عسل

کمک به به سرکوب سرفه های ناشی از سرماخوردگی

دمنوش ها را می توان با انواع میوه ها، ادویه ها و گیاهان درست کرد. دمنوش ها اغلب بدون کافئین اند و بنابراین، بدنتان را کم آب نمی کنند. آنها معمولاً رایحه آرام بخشی دارند و با شیرین کننده های طبیعی مانند عسل طعم بهتری پیدا می کنند. دمنوش بابونه و دمنوش نعنا فلفلی از گذشته برای درمان سرماخوردگی مصرف می شدند.

عسل سرفه های ناشی از سرماخوردگی را تسکین می بخشد. امروزه عسل به عنوان درمان طبیعی سرفه برای کودکان بالای یک سال توصیه می شود. نتیجه پژوهشی کوچک نشان داد عسل در بهبود سرفه های کودکان دارای عفونت های مزمن دستگاه تنفس فوقانی مؤثر است. همچنین حل کردن مقداری عسل در دمنوش مورد علاقه تان به شل شدن خلط و کاهش درد و سرفه نیز کمک می کند.

۱۱. چای سفید برای جلوگیری از سرماخوردگی

چای سفید طعم ملایم و دلپذیری دارد. برگ های چای سفید بسیار کم فرآوری می شوند. از این رو چای سفید گزینه ای سالم و طبیعی برای مبتلایان به سرماخوردگی و آنفلوآنزا است. چای سفید دارای آنتی اکسیدان ها و ترکیباتی است که با علائم سرماخوردگی می جنگند. چای سفید به دلیل داشتن ترکیبی به نام کاتچین و اسید آمینه تیائین نقش چشمگیری در جلوگیری از تکثیر عوامل بیماری زا دارد.

۱۲. طرز تهیه چای سفید

چای سفید طعم ملایمی دارد. از این رو باید آن را با آب گرم درست کرد. استفاده از آب جوش ممکن است طعم این چای را خراب کند. بهترین دما برای تهیه این چای ۶۵ تا ۷۵ سانتی گراد است.

۱۲. دمنوش بابونه

درمان کننده عفونت های سرماخوردگی

نوشیدن دمنوش بابونه و بخور با آن مشکلات تنفسی را کاهش می دهد. بر اساس تحقیقات، بابونه خواص ضد باکتریایی دارد و به درمان عفونت های مرتبط با سرماخوردگی کمک می کند.

۱۳. طرز تهیه دمنوش بابونه

برای تهیه این دمنوش، گل های بابونه را ۵ دقیقه با آب جوش ترکیب و سپس سرو بکنید. □



هدیه ما به آتش نشانان
یادگیری اصول اولیه ایمنی و امداد است

حادثه همیشه در کمین است

واژه آتش نشان یا امدادگر واژه مقدسی است که نجات دهنده و فرشته نجات را در ذهن تداعی می‌کند. آتش نشان فردی است که در راستای تحقق اهداف سازمانی، در وهله نخست وظیفه نجات جان انسان‌ها و در برخی موارد حیوانات را برعهده

دارد و پس از آن برای حفظ اموال شخصی و ثروت و اموال عمومی و ملی و ارائه خدمات بشردوستانه اقدام می‌کند. آتش نشانان؛ امدادگران آموزش دیده‌ای هستند که وظیفه شان خاموش کردن آتش سوزی‌های خطرناکی است که اموال شخصی و عمومی را تهدید می‌کند، همچنین نجات جان افراد آسیب دیده حوادث طبیعی، تصادفات جاده‌ای و دیگر سوانح از جمله وظایف ایشان است. با پیچیده‌تر شدن زندگی امروز، آتش نشانان مهارت‌های بیشتری از جمله مهارت‌های پزشکی و اورژانسی را نیز فرا می‌گیرند تا بتوانند در باری رساندن به آسیب دیدگان بهتر عمل کنند. شغل آتش نشانی در گذر زمان و با گسترش جوامع بشری تغییرات بسیاری را تجربه کرده، اما یک چیز در این شغل از دیرباز تا امروز هیچ تغییری را به خود ندیده و آن چیزی نیست جز جان برکف بودن آتش نشانان در زمان انجام وظیفه در راه نجات جان و مال انسان‌ها.

بروز بسیاری از حوادث طبیعی که جان و مال انسان‌ها را تهدید می‌کند از کنترل انسان‌ها خارج است و همین امر باعث می‌شود که افراد بیشماری در برابر این نوع حوادث ناتوان باشند و دچار نقصان و فقدان شوند. در کنار حوادث اجتناب ناپذیر طبیعی اما، کم نیستند خطاهای انسانی که حوادث غیرقابل جبرانی را رقم زده‌اند، حوادثی که حاصل ناآگاهی، سهل انگاری یا یک بی‌دقتی کوچک هستند و با وجود تلاش‌ها و از جان گذشتگی‌های آتش نشانان و امدادگران اثراتشان به اندازه حوادث طبیعی جبران ناپذیر است. اغلب افراد همیشه خود را در یک حاشیه امن فرض می‌کنند، به گمان ایشان حوادث و سوانح هیچگاه سراغشان نمی‌آید و دردها و اتفاقات ناخوشایند فقط برای دیگران اتفاق می‌افتد. همین خوش بینی کاذب، ناآگاهی و عدم اطلاع باعث آسیب پذیری بیشترشان در برابر حوادث می‌شود. مسلماً اگر افراد عادی به قدر لزوم نسبت به وسایل و مباحث عمومی امدادی و آتش نشانی آگاهی داشته باشند، نه فقط احتمال بروز حوادثی که حاصل از خطای انسانی است کاهش می‌یابد، بلکه افراد کارآمد و آگاه می‌توانند با انجام اقدامات اولیه اثرات منفی و میزان خسارات جانی و مالی هر حادثه‌ای را کاهش دهند. بر همین اساس در ادامه این مطلب به برخی از اطلاعات مرتبط با مباحث عمومی آتش نشانی و امدادگری اشاره کوتاهی می‌کنیم.

تهدیه جعبه یا کیف کمک‌های اولیه

در مواجهه با حوادث و سوانح، برای کمک‌رسانی به مصدومان، پیش از هر چیز جعبه یا کیف کمک‌های اولیه می‌تواند به باری شما بیاید. کمک‌های اولیه نقش مهمی در نجات جان مصدومان یک حادثه قبل از رسیدن به پزشک و مراکز درمانی ایفا می‌کند، اما انجام همین کمک‌ها وابسته به تجهیزات ابتدایی است که در جعبه کمک‌های اولیه قرار دارد. اقلام موجود در جعبه کمک‌های اولیه شامل بتادین، الکل، شریان بند، باند، انواع چسب زخم،

قیچی، قرص‌های مسکن و آتل است. وقتی بریدگی عمیقی در بدن مصدوم رخ می‌دهد و خونریزی آنقدر شدید است که رساندن او به بیمارستان میسر نیست، شریان بندهای موجود در جعبه کمک‌های اولیه می‌تواند مانع از خونریزی بیشتر او شود و جان‌ش را نجات دهد. اما اگر همین ابزار ساده در دسترس نباشد، جلوگیری از خونریزی بسیار دشوار خواهد بود و احتمال مرگ مصدوم بالا می‌رود.

موقعیت‌های اورژانسی

پس از وقوع حوادث و سوانح به وضعیت غیرعادی پیش آمده، وضعیت اورژانسی می‌گویند. اگر آموزش کمک‌های اولیه دیده‌اید و شاهد حادثه یا سانحه‌ای هستید پیش از انجام هرکاری در مواجهه با یک موقعیت اورژانسی، ابتدا باید بر احساسات خود غلبه کنید تا بتوانید با پیروی از یک مجموعه اقدامات مشخص موارد ضروری را اولویت بندی کرده و به درستی تصمیم‌گیری کنید. گام‌های اصلی این مجموعه به ترتیب شامل ارزیابی وضعیت، بی‌خطر کردن محل، ارائه کمک‌های اورژانسی به مصدومان حادثه و کمک گرفتن از دیگر افراد حاضر است. به یاد داشته باشید که هر یک از این مراحل اهمیت بسیاری دارد و شامل تقسیم بندی‌های دیگری هستند، که باید ضمن حفظ آرامش و مرحله به مرحله انجام گیرند.

ارزیابی وضعیت اورژانسی

ویژگی و شرایط حوادث بر اساس نوع، موقعیت، زمان، مکان و تعداد مصدومان با یکدیگر تفاوت دارند. پس از وقوع هر حادثه رویکرد شما باید بسیار سریع و در عین حال با حفظ خونسردی و کنترل باشد. اولین اقدام در برخورد با وضعیت اورژانسی بررسی ویژگی و شرایط حادثه است. توجه داشته باشید که در هیچ حالتی نباید در معرض خطر باشید، بنابراین اگر احتمال آسیب دیدگی تان بود، به سرعت وارد محیط حادثه دیده نشوید و از انجام اقداماتی که سلامتتان را تهدید می‌کند بپرهیزید. پس از بررسی شرایط به وجود آمده، شناسایی و خنثی کردن هرگونه خطری که بتواند به شما، مصدومان و دیگر افراد حاضر در صحنه آسیب برساند ضرورت دارد. همچنین خطر وجود گاز یا بنزین را به دقت بررسی کنید و سعی نکنید همه کارها را به تنهایی انجام دهید بلکه در صورت لزوم از دیگر افراد حاضر در صحنه کمک بگیرید. پس از آنکه از ایمن بودن محیطی که در آن حادثه رخ داده مطمئن شدید، امکانات موجود برای کمک‌رسانی به مصدومان را مورد بررسی قرار دهید و اطمینان حاصل کنید که درخواست اعزام کمک و اورژانس انجام شده است.

کمک‌های اولیه

افراد آسیب دیده در حوادث که در شرایط اورژانسی قرار دارند نیازمند کمک‌های اولیه هستند. در این شرایط ابتدا باید وضعیت را با توجه به نوع و موقعیتی که حادثه در آن رخ داده ارزیابی کنید. سپس به سرعت و با حفظ خونسردی،



اگر آموزش

کمک‌های

اولیه دیده‌اید و

شاهد حادثه یا

سانحه‌ای هستید

پیش از انجام

هرکاری در مواجهه

با یک موقعیت

اورژانسی، ابتدا

باید بر احساسات

خود غلبه کنید تا

بتوانید با پیروی

از یک مجموعه

اقدامات

مشخص موارد

ضروری را

اولویت بندی

کرده و به درستی

تصمیم‌گیری

کنید

تمام شرایط اورژانسی موجود را تحت نظر بگیرید. همه مصدومان را با دقت ارزیابی کنید تا بتوانید اولویت‌ها را مشخص کنید، در این مرحله اولویت با مصدومانی است که دچار وضعیت‌های تهدیدکننده حیاتی هستند، پس از اولویت بندی مصدومان کمک‌های اورژانسی را مرحله به مرحله و با توجه به شرایط هر مصدوم انجام دهید، هنگامی که پیشنهاد کمک به شخص مصدوم می‌دهید، به او بگویید که از مهارت‌های کمک‌های اولیه برخوردار هستید، زیرا این حرف شما به مصدوم حس آرامش و اطمینان می‌دهد و از بروز واکنش‌های غیرطبیعی او جلوگیری می‌کند. اگر هیچ پزشک، پرستار یا افراد کارآموده دیگری در محل حضور ندارند، با خونسردی مسئولیت را بپذیرید و در حین انجام کمک‌های اولیه این سؤالات را از خود بپرسید: آیا خطر همچنان وجود دارد؟ آیا جان کسی در معرض خطر فوری قرار دارد؟ آیا ناظری برای کمک وجود دارد؟ آیا من به کمک تخصصی نیاز دارم؟

بی‌خطر کردن محل وقوع حادثه

شرایطی که منجر به وقوع حادثه شده است، با وجود گذشت زمان می‌تواند همچنان خطرناک باشد. فراموش نکنید که امنیت خودتان در درجه اول قرار دارد. اغلب اقدامات ساده مثل خاموش کردن یک سویچ برای بی‌خطر کردن محل کفایت می‌کند. اگر نمی‌توانید خطر تهدیدکننده حیات را از بین ببرید، باید سعی کنید بین مصدوم و محل خطر، قدری فاصله ایجاد کنید و در صورت امکان، میزان خطر را به حداقل برسانید. به عنوان آخرین اقدام، باید با آرامش و با پیروی از مراحل مربوط به مبحث جابه‌جا کردن بیماران مصدوم را از محل خطر دور کنید. معمولاً برای جابه‌جا کردن مصدوم به تجهیزات و کمک‌های تخصصی نیاز خواهید داشت و برای بی‌خطر کردن وسیله نقلیه‌ای که مصدومی داخل آن هست، خاموش کردن سویچ در اولویت قرار دارد. این عمل خطر ایجاد آتش سوزی ناشی از شمع اتومبیل را کاهش می‌دهد.

مصدومان سوانح رانندگی

اگر شاهد یک سانحه رانندگی منجر به وقوع شرایط اورژانسی بودید، برای انجام اقدامات لازم همانطور که در بالا آمد، ابتدا محل حادثه را بی‌خطر کنید، سپس به سرعت یک بررسی مقدماتی و ارزیابی اولیه از هر مصدوم انجام می‌دهید، برای پی بردن به وجود یا عدم وجود تنفس در مصدوم، به قفسه سینه وی نگاه کنید و در مورد هر مصدوم، موارد فوق را به دقت بررسی کنید؛ آیا مصدوم هوشیار است؟ آیا راه تنفس او باز است؟ آیا مصدوم نفس می‌کشد؟ آیا نشانه‌های گردش خون در مصدوم وجود دارند؟ مشاهدات شما، اولویت‌ها، زمان و میزان کمک مورد نیاز هر مصدوم را تعیین می‌کند. اگر راه تنفس مصدوم باز است، نفس می‌کشد و نشانه‌های کار کردن قلب و گردش خون را در او مشاهده می‌کنید، باید کمک‌های اولیه اورژانسی را برای او انجام دهید. □



به روزهای بی حوصلگی سالمندان شادی آنلاین بپاشید

تکریم سالمندان و احترام ویژه به ایشان از آموزه‌های روشن فرهنگ اسلامی است. وقتی به سخنان پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و امامان معصوم علیهم السلام می‌نگریم درباره تکریم سالمندان اشارات گویای بسیاری می‌یابیم. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله درباره احترام به سالمندان می‌فرماید: «احترام به پیران امت من، گرامیداشت من است.» امام علی علیه السلام، بزرگداشت سالمندان را زمینه‌ساز احترام خود انسان می‌داند و می‌فرماید: «به بزرگان احترام کنید تا کوچک‌ترها شما را محترم شمارند.» نهم مهرماه مصادف با روز جهانی سالمندان است؛ سالمندانی که ماه‌هاست به دلیل شیوع ویروس کرونا روزهای بی حوصلگی و انزوا را تجربه می‌کنند. به همین بهانه در ادامه اطلاعاتی درباره دوران سالمندی و اقدامات و راهکارهایی که شاید بتواند شادی بخش این دوران سالمندان باشد را مورد بررسی قرار داده‌ایم.

جامعه‌شناسان قرن حاضر دوران پس از ۶۰ سالگی را دوران سوم زندگی افراد نامیده‌اند. افراد بالای ۶۰ سال جامعه مادر شرایط و وضعیت بسیار متفاوتی نسبت به یکدیگر زندگی می‌کنند، برخی با آغاز دوره بازنشستگی با پذیرش نقش‌های جدید و یا سرگرم کردن خود و شرکت در تفریحات مناسبی که مطابق با علائق یا شغل قبلی آنهاست این دوره را به دوره‌ای نسبتاً فعال و رضایت بخش بدل ساخته‌اند و برخی دیگر خانه نشین شده و این عدم فعالیت آغازی است بر تنهایی، انزوا و بروز مشکلات روحی و جسمی در ایشان. همانطور که می‌دانید در جوامع بشری افراد شاد و سرزنده فارغ از سن و جنسیت، افرادی سالمتر و اثرگذارتر هستند. پس سالمندی که اوقات مفید روز خود را در تنهایی و انزوا نمی‌گذرانند و به کاری مشغول یا با فعالیتی سبک سرگرم و یا در حال تفریح است، نه فقط شاد و سرزنده است بلکه حس غیرمفید و ناکارآمد بودن نیز در او ایجاد نمی‌شود. اما شیوع ویروس کرونا طی یک سال و نیم اخیر، گروه عظیمی از سالمندان را به جهت حفظ سلامت فردی و ولو به اجبار خانه‌نشین کرده و همین امر عامل بی حوصلگی و انزوا و تعداد بیشتری از سالمندان شده است. گزارش‌های

منتشر شده نیز نشان می‌دهد با شیوع ویروس کرونا در سطح جهانی، قشر سالمند جوامع بشری به دلیل درگیری با بیماری‌های وابسته به سن و آسیب‌پذیرتر بودن، بیشترین زیان را از همه‌گیری ویروس کرونا دیده‌اند. توجه بیشتر به سالمندان و نیازهایشان و به کار بستن راهکارهایی ساده و آسان در این شرایط سخت شاید تا حدودی بتواند از ایجاد حس تنهایی و انزوای ایشان بکاهد و احتمال بروز مشکلات روحی و جسمی را در ایشان کاهش دهد.

سالمندان نسبت به جوانترها از جهاتی به اطرافیان خود وابستگی بیشتری دارند و نیازمند مرادوات و دیدارهای بیشتری با ایشان هستند، این در حالی است که شیوع ویروس کرونا و رعایت فاصله اجتماعی موجب دورافتادن آنها از هم سن و سالان، اطرافیان و خانواده‌هایشان شده و همین دورافتادگی و قطع ارتباط با افزایش احساس تنهایی و انزوا سلامت روحی و جسمی ایشان را تهدید می‌کند. در این شرایط استفاده از امکانات جایگزین و راهکارهای ساده برای ارتباط با خانواده و دوستان و ایجاد ارتباطات اجتماعی مجدد می‌تواند به حل این مشکل کمک کند.

آموزش برقراری ارتباط مجازی

با پیشرفت تکنولوژی و ورود گوشی‌های همراه هوشمند جامعه بشری شاهد کاهش شدید ارتباط فیزیکی افراد با یکدیگر بود. سالمندان اولین مخالفان این تغییر و پیشرفت بودند و به سادگی با آن کنار نیامدند. به همین دلیل اکثرشان با وجود آنکه حداقل یک گوشی هوشمند در خانه داشتند با آن ارتباط خوبی برقرار نکرده و گاهی فقط از امکان گفتگوی تلفنی آن بهره می‌برند. شیوع ویروس کرونا و کاهش ارتباطات فیزیکی میان فردی بهانه‌ای شد تا سالمندان مجبور به پذیرش این تکنولوژی قدرتمند شوند. یکی از راهکارهای موجود در این دوران

آموزش چگونگی استفاده از گوشی‌های همراه هوشمند به سالمندان است. با نصب برنامه‌های کاربردی و بازی‌های سرگرم کننده روی گوشی سالمندان و آموزش نحوه کار با این برنامه‌ها، بازی‌ها و امکانات آنلاین دنیایی تازه را به ایشان معرفی کنید. اگر سالمندان بیاموزند که چگونه می‌توانند از طریق برنامه‌های گوشی هوشمند خود با دیگران ارتباط برقرار کنند، ارتباط گسسته شده‌شان با فضای خارج از خانه دوباره پیوند می‌خورد و احساس تنهایی و انزوا سالمندان تا حدودی کاهش می‌یابد. همچنین با حضور در شبکه‌های اجتماعی مجازی، استفاده از برنامه‌های مطالعه کتاب و بازی‌های سرگرم کننده می‌تواند اوقات تنهایی خود را پر کنند.

درست کردن گروه‌های خانوادگی مجازی در شبکه‌های اجتماعی

سالمندان علاقه بسیاری به مهمانی و دوره‌های خانوادگی و فامیلی دارند. آنها نه فقط برقراری ارتباط با دیگران را دوست دارند بلکه از حضور در جمع خانواده و گوش دادن به گپ و گفت و شوخی‌های اعضای خانواده و فامیل با یکدیگر نیز لذت می‌برند و شاد می‌شوند. برای از بین بردن حال و هوای تنهایی و برقراری ارتباط بیشتر با ایشان گروه‌های خانوادگی مجازی با عضویت و حضور همه افراد خانواده و حتی فامیل درست کنید. بیشتر با آنها صحبت کنید و مهمانی و دوره‌های خانوادگی و فامیلی را به صورت مجازی، هفتگی و از اقصی نقاط کشور برگزار کنید تا در کنار برقراری ارتباط سالمندان با خانواده و اقوام بتوانند شنونده گفتگو و مرادوات افراد خانواده با یکدیگر باشند و از حال همه باخبر شوند. در گروه عکس، ویدئو، صدا و موسیقی‌های آرامش بخش و شاد بفرستید تا سالمندان بتوانند در اوقات بیکاری با استفاده و مرور آنها دوچندان لذت ببرند و سرگرم شوند.

رفع نیازهای بهداشتی با استفاده از امکانات آنلاین

با توجه به شرایط کنونی و کاهش چشمگیر امکان حضور افراد سالمند در اماکن عمومی حتی برای برآورده کردن نیازهای پزشکی و بهداشتی، توجه به این نیازها و اقدام به رفع آنها حتی با استفاده از امکانات آنلاین موجود در برنامه‌های تلفن همراه هوشمند، می‌تواند حس تنهایی و افسردگی را در ایشان کاهش دهد. اگر می‌دانید افراد سالمند خانواده‌تان نیاز به وسیله بهداشتی خاصی دارد که در حال حاضر امکان تهیه آن برایشان میسر نیست، می‌توانید با استفاده برنامه‌های آنلاین کالای مدنظرشان را سفارش دهید و با ارسال آن پیامی مبنی بر تنها نبودنشان به ایشان برسانید.

سور دادن به سبک آنلاین

تغذیه سالم، مناسب و کافی یکی از مواردی است که با سلامت روح افراد خصوصاً سالمندان ارتباطی مستقیم دارد. اهمیت به تغذیه سالمندان براساس ذائقه، ویژگی‌ها



حالا که مدارس

و دانشگاه‌ها

آنلاین و اوقات

فراغت جوانترها

هم بیشتر شده، با

توجه به علاقه و

مهارت سالمندان

کلاس‌های آنلاین

برای هر حرفه و

مهارت تشکیل

دهید. سالمندان

را به عنوان استاد

و باقی افراد

خانواده و فامیل

را به عنوان هنرچو

در کلاس‌ها

عضو کنید.

محتوای آموزشی

کلاس‌ها توسط

سالمندان با به

اشتراک گذاشتن

تجربیات و

اندوخته‌هایشان

به شکل ویدئو و

صدا در اختیار

جوانترها قرار

می‌گیرد

و بیماری‌هایشان در بالا بردن سلامت جسم و روحشان نقشی اساسی و مهم را ایفا می‌کند. افراد مسنی که ماه‌هاست اکثر وقت خود را در خانه گذرانده‌اند، به ندرت بیرون رفته‌اند و تحرک‌شان کاهش چشمگیری یافته کم‌کم علاقه خود را نسبت به غذا و خوراکی‌های مفید از دست می‌دهند و همین امر باعث ایجاد ضعف جسمی و تضعیف سیستم ایمنی بدنشان می‌شود. در این دوران با توجه به شرایط جسمانی ایشان و رعایت رژیم غذایی حاوی ریزمغذی‌ها، ویتامین‌ها و مواد معدنی مورد نیاز برای خوشحال و شاد کردنشان می‌توانید به سبک آنلاین سور بدهید و آنها را مهمان اختصاصی این سور کنید. هر چند وقت یکبار برایشان آنلاین غذا و میوه‌های مفید، مناسب و مورد علاقه‌شان را سفارش دهید تا حال و ذائقه‌شان تغییر کند و طعم شیرینی و تازگی به خود بگیرد.

تشکیل کلاس‌های آموزشی و سرگرم کننده

سالمندان به عنوان صندوقچه تجربیات ناب، مفید و گران‌بها می‌توانند بهترین اطلاعات را در اختیار نسل جوان جامعه قرار دهند. مادر بزرگ پدر بزرگ‌ها با توجه به کمبود امکانات در دوران جوانیشان هر کدام در یک یا چند شغل و حرفه مهارت دارند. برخی معلم، آشپز، بافنده و خیاط ماهری هستند و بعضی دیگر مهندس، تعمیرکار، نجار و کفاح حرفه‌ای هستند. حالا که مدارس و دانشگاه‌ها آنلاین و اوقات فراغت جوانترها هم بیشتر شده، با توجه به علاقه و مهارت سالمندان کلاس‌های آنلاین برای هر حرفه و مهارت تشکیل دهید. سالمندان را به عنوان استاد و باقی افراد خانواده و فامیل را به عنوان هنرچو در کلاس‌ها عضو کنید. محتوای آموزشی کلاس‌ها توسط سالمندان با به اشتراک گذاشتن تجربیات و اندوخته‌هایشان به شکل ویدئو و صدا در اختیار جوانترها قرار می‌گیرد و اطلاعات تکمیلی و به روزرسانی شده هم به عنوان کار عملی و پژوهش توسط هنرجویان جمع آوری و به اشتراک گذاشته می‌شود. این کار نه فقط باعث انتقال اطلاعات، تجربیات و ایجاد مهارت در نسل جوان می‌شود، بلکه احساس مفید و کارآمد نبودن را در کنار تنهایی و افسردگی از سالمندان دور می‌کند و شادی و سرزندگی را در آنها تقویت می‌کند.

برقراری دیدار حضوری با حفظ فاصله مناسب

یکی دیگر از راهکارهای موجود دیدار حضوری اما با حفظ فاصله مناسب است. توجه به این نکته حائز اهمیت است که برقراری ارتباط فیزیکی آسانترین و سریعترین راه انتقال ویروس کروناست، پس باید از برقراری ارتباط فیزیکی تا جای امکان خودداری کرد. از سوی دیگر همانطور که همه ما می‌دانیم سالمندان علاقه خاص و ویژه‌ای نسبت به نوه‌های خود دارند و علاقمند به درآغوش کشیدن آنها هستند. با این وجود براساس آمارها کودکان و نوجوانان به دلیل مقاومت بدنی بالاتر احتمال دارد ناقل بدون علائم باشند، پس به صرف نداشتن علائم بیماری نباید با سالمندان ارتباط فیزیکی برقرار کنند و به آغوش آنها بپردازند. □



آخرین استفتائات از دفتر حضرت آیت الله العظمی خامنه‌ای

تخلف از قوانین و مقررات جایز نیست

عمل نکردن به نذر به جهت کرونا

فردی برای دهه محرم، نذر کرده که عزاداران را اطعام کند ولی با توجه به شرایط فعلی کرونا قصد دارد که آن را انجام ندهد، آیا تکلیفی برعهده دارد؟
جواب: در فرض سؤال تا زمانی که عمل به نذر با رعایت مقررات و دستورالعمل‌های بهداشتی ممکن باشد، نمی‌تواند آن را ترک کرده و یا تغییر دهد ولی اگر صیغه نذر را نخوانده باشد، تکلیفی ندارد.

تغییر و تبدیل در انجام دادن نذر

آیا در شرایط فعلی کرونا می‌توان به جای نذر هر ساله در ایام محرم، پول آن را محاسبه و به موسسات خیریه اهدا کرد؟
جواب: اگر صیغه نذر را به نحو صحیح بر زبان جاری نکرده است، تغییر و تبدیل در انجام دادن آن مانعی ندارد.

ارتباط شخص مبتلا به بیماری کرونا با دیگران

اگر شخصی به بیماری کرونا مبتلا شده یا برخی از علائم مشکوک به این بیماری را دارد، آیا جایز است با کسانی که از وضعیت او اطلاع ندارند رفت و آمد نماید؟
جواب: اگر احتمال عقلایی قابل توجه به بدهد که موجب سرایت بیماری به دیگران گردد، باید از این کار اجتناب کند.

استفاده از اموال بیت المال جهت مراسم عزاداری

آیا می‌توان از اموال بیت المال برای مراسم عزاداری استفاده کرد؟
جواب: بطور کلی این گونه امور تابع قوانین و مقررات می‌باشد و تخلف از آن جایز نیست و اگر بر طبق قوانین و مقررات باشد، مانع ندارد.

استفاده اشتراکی از دوره‌های آموزش مجازی

برخی مجموعه‌ها، دوره‌های آموزشی خود را ضبط کرده و به افراد می‌فروشند و از فروش اشتراکی خودداری می‌کنند، آیا جایز است پول هایمان را به یک نفر بدهیم تا آن را تهیه کرده و به ما هدیه دهد؟

جواب: در هر حال خریدار یک نفر است و اگر فروشنده شرط کند که فقط خریدار حق استفاده از دوره آموزشی را دارد یا معامله مبنی بر این شرط واقع شود، ارائه به دیگران بدون رضایت فروشنده جایز نیست (البته استفاده بدون رضایت صاحب آن نیز گرچه بدون شرط باشد محل اشکال است).

شستن اعضای وضو با رطوبت دست

اگر در وضو، تنها دست را تر کنیم و به صورت و دستها بکشیم (بدون ریختن آب)، کفایت می‌کند؟
جواب: اگر رطوبت دست به اندازه‌ای باشد که شستن صدق کند، اشکال ندارد.

فعالیت در بورس با سرمایه دیگران

شخصی مبلغی از یک نفر گرفته است تا در بورس کار کند و قبول کرده است که ماهی مقداری سود به صاحب پول بدهد و زیان نیز به عهده خودش باشد، آیا اینکه قبول کرده است زیان پای ایشان و سود بیشتر هم به نفع خودش و در عوض ماهانه سود ثابتی بدهد از نظر شرعی مورد قبول است؟

جواب: اگر عنوان قرارداد وکالت باشد، اشکال ندارد، به این صورت که صاحب سرمایه به طرف مقابل وکالت بدهد با سرمایه او در بورس خرید و فروش کند و مقدار معینی از سود را ماهانه به او بپردازد و بقیه را به عنوان حق الوکاله تملک کند و در ضمن این قرارداد شرط شود که در صورت عدم کسب سود، وکیل، عامل در بورس از مال خود معادل مقدار تعیین شده به صاحب سرمایه بپردازد.

خمس درآمد دریافت شده پس از سال خمسی

اگر فردی از درآمد بین سال کالایی تهیه کند و سپس به صورت نسبی به فروش برساند نسبت به خمس درآمد مزبور چه تکلیفی دارد؟ آیا جزء درآمد سال وصول محسوب می‌شود یا سال معامله؟

جواب: در فرض مرقوم قیمت نقدی کالا در زمان معامله جزء درآمد سال معامله و سود نسبی جزء درآمد سال دریافت است.

اموال پیدا شده

برای تفریح به بیرون شهر رفته بودیم در مسیر انگشتی را پیدا کردیم و آن را برداشتیم، چه وظیفه‌ای داریم؟
جواب: اگر قیمت انگشت کمتر از ارزش مقدار تقریبی دو و نیم گرم نقره باشد، می‌توانید آن را تملک کنید و اگر قیمت آن بیش از این مقدار باشد، باید یک سال اعلام کنید و اگر بعد از یک سال، صاحبش پیدا نشد، می‌توانید آن را تملک کنید یا صدقه دهید یا نزد خود امانت نگه دارید و اگر از پیدا شدن صاحب آن مایوس باشید، اعلام لازم نیست و آن را صدقه دهید. □

۵۸-۶۶



در اولین مطلب بخش فرهنگ و ادب به مناسبت اکران فیلم «درخت گردو» نقد و بررسی چند کارشناس سینما درباره این فیلم را می‌خوانید. سپس معرفی کتاب‌های «زندگی مطلوب طلبه»، «زیست شیعی»، «تندتر از عقربه‌ها حرکت کن» و «راز هستی» را برای شما آماده کرده‌ایم و در ادامه چند شعر درباره امام رضا(ع) را هم می‌کنیم. آخرین مطلب این بخش آشنایی با سامانه‌ای برای افزایش سواد رسانه‌ای است.

فرهنگ و ادب



بار غمناک «درخت گردو»

تندتر از عقربه‌ها حرکت کن

زیست مجازی با زی‌نو



پیمان معادی
میناساداتی

بارغمناک «درخت گردو»

درخت گردو، فیلمی از محمدحسین مهدویان این روزها پس ازدوسال به بارنشسته و درحال اکران است، فیلمی که بسیاری از منتقدان سینما به عنوان یکی از تلخ ترین فیلم‌های این سال‌ها از آن یاد می‌کنند. در ادامه نقد و بررسی چند منتقد و کارشناس سینما درباره این فیلم را می‌خوانید.

در زمانه‌ای که عده‌ای از رنج مردم کاسبی می‌کنند و به بهانه یدی حال مردم فیلم‌های فرحبخش دوزاری می‌سازند، مهدویان با نمایش یک جهان آخرالزمانی، با نمایش سیاهی، چرکی، تلخی و اندوه، ما را دعوت می‌کند به روبه‌رو شدن با واقعیت، با خود خود واقعیت؛ دعوت مان می‌کند به دیدن زندگی سخت و تجربه‌های سخت. تماشای فیلم تازه محمدحسین مهدویان، دعوت است به تجربه دوزخ، تجربه جهان در آخرالزمان، وقتی که سنگ روی سنگ بند نیست و انسان؛ آدم بی‌نوا حیران است و سرگردان.

درخت گردو فیلمی تلخ و سهمگین است، آن قدر تلخ و اندوه‌بار که مثل پتک دل و جان تماشاگر را خرد می‌کند؛ و این احتمالاً مهم‌ترین وجه فیلم مهدویان است، فیلمی درباره بهت، درباره تجربه دشوار مواجهه با مرگ و نیستی و طاقت آوردن و تلاش کردن برای فراموش نکردن. آنچه که در فیلم «سر قادر»، قهرمان فیلم می‌آید بی‌شبهت به سرنوشت دردناک آدم‌ها در این روزگار نیست؛ آدمی که بی‌دلیل در معرض مرگ عزیزانش قرار می‌گیرد و ناخواسته تجربه جنگ به درونش سرریز می‌کند. درخت گردو فیلمی است جدی درباره همین تجربه، درباره آن چیزی که آدم را مثل فولاد سفت و سخت می‌کند، البته اگر همه درد را تاب بیاورد.

اما عجیب‌ترین تجربه احتمالاً متعلق است به پیمان معادی؛ فیلمنامه نویسی که بازیگر شد و بعد کم‌کم این تجربه را گسترش داد؛ بازیگری با سابقه کار در فیلم‌های مرتبط با طبقه متوسط، در نقش آدم‌های معمولی تهرانی که در مواجهه با پنهان کاری‌ها و قهر و آشتی‌های زن و شوهری زندگی‌اش را تباه می‌کند. اما «درخت گردو» اولین تجربه جدی اوست؛ جدا از همه آن گذشته، مواجهه‌اش با آدمی عادی است از تبار کرد، مردی که باید همه آن معمولی بودن شهری را فراموش کند و بدل شود به یک «اوستا قادر بنا» در روستایی نزدیک سردشت. این بزرگ‌ترین ریسک درخت گردو است؛ اعتماد به بازیگری که چهره‌ای آشناست و قرار است نقش یک کارگر ساده کرد را بازی کند. درخشش اجرای معادی در لحن و ادای درست واژه‌های کردی نیست، که مهارتش در خوددار بودن، کنترل حس‌ها، اجزایی به اندازه و نه انفجاری است. فیلمی چنین احساسی که بیشتر با روح آدم بازی می‌کند بازیگر را تحریک می‌کند تا دست به اجرایی ماکسیمال بزند. اما معادی با کنترل مهدویان به اجرایی مینی مال رو آورده و نتیجه‌اش تلنبار حس دردی است که کمر هر آدمی را می‌شکند. انتخاب آگاهانه و هوشمندانه کارگردان بازیگر کمک کرده تا حس نه از طریق بیان که از طریق کنترل و خودداری از بروز آن به مخاطب منتقل شود و از این جهت، این احتمالاً بهترین بازی معادی در تمام این سال‌هاست.

درخت گردو با همه دستاوردهای تحسین‌برانگیزش در کارگردانی و اجرایی مشکل هم دارد؛ اینکه تماشاگر را ترغیب نمی‌کند مثل هر فیلم خوب دیگری دوباره به تماشایش بنشیند و از تجدید دیدار با آن لذت ببرد. جمله سخت‌گیرانه‌ای است و به نظر می‌رسد در مواجهه با فیلم جدیدی از کارنامه فیلمساز توانمندی همچون محمدحسین مهدویان مته به خشخاش می‌گذارد؛ شاید این‌طور به نظر برسد! اما وقتی درخت گردو را تماشا می‌کنید به دیروزها هم فکر کنید، به آنچه که پشت سر گذاشتیم، به امروز هم فکر کنید و ببینید که همه ما چقدر سخت‌جان بودیم و چه امیدی به زندگی داشتیم. ما از دل آخرالزمان به این جا رسیدیم.

روایت یک جنایت

درخت گردو، را می‌توان بیانگر عزیمت و گسست کامل محمدحسین مهدویان از سبک و رویکرد «داکیو دراما» گونه فیلم‌های قبلی او دانست. فیلم‌هایی چون «ایستاده در غبار»، «ماجرای نیمروز یک» و «رد خون» که همه در همان مسیری حرکت می‌کنند که فیلم «لاتاری» در آن حرکت کرده است. فیلم‌هایی که، با وجود همه نقدها و ایراداتی که از منظر روایت تاریخی به آنها وارد بود، آغازگر یک رویکرد جدید در سینمای داستانی ایران شد که دراماتیزه کردن رویدادهای تاریخی معاصر و ارائه آنها در قالبی مستندگونه بود و مهدویان، فیلم به فیلم در این سبک تبحر یافته و به وجه مشخصه اصلی فیلم‌های او بدل شده بود اما حالا با «درخت گردو»، او یک تجدید نظر

اساسی در رویکرد سینمایی‌اش انجام داده و فیلمی بسیار معمولی و متعارف در قالب ملودرام‌های جنگی آشنای سینمای ایران از نوع کارهای حاتمی‌کیا ساخته است. او موضوع بسیار مهم و ترازویی را انتخاب کرده و آن ماجرای بمباران شیمیایی سردشت و روستاهای اطراف آن به وسیله هواپیماهای صدام حسین در زمان جنگ عراق علیه ایران است.

موضوعی که تقریباً فراموش شده است و کسی آن را به یاد نمی‌آورد. اگرچه ابعاد تراژیک ماجرا و تعداد قربانیان این جنایت بزرگ تاریخی در حد و اندازه بمباران شیمیایی حلبچه نبود و چندان مورد توجه رسانه‌ها و نهادهای حقوق بشری جهان قرار نگرفت اما هیچ جنایت جنگی هرچند در ابعاد کوچک نباید از دید عدالت و وجدان‌های آزاد بشری دور یا پوشیده بماند و فیلم مهدویان با همه انتقاداتی که به آن وارد است قصد دارد این جنایت تاریخی را به ما و دیگران یادآوری کند. مستندسازی و بازسازی جنایت‌های جنگی در همه دوره‌ها به ویژه اکنون که طبل‌های جنگ در پیرامون ما به صدا درآمده‌اند، یک ضرورت انسانی و تاریخی است و باید از همه جهت مورد حمایت قرار گیرد.

اما مشکل فیلم مهدویان این است که از فاجعه سردشت، راززدایی نمی‌کند بلکه با عیان کردن تمامی آن در برابر چشمان ما سور سینمایی چشمگیری می‌سازد که محصول شیفستگی فیلمساز به نمایش جنگ و فجایع آن به شیوه‌ای هالیوودی است. کار او این بار از سطح تقلیدهای بی‌مایه و اغواگری‌های هالیوودی در نمایش فاجعه فراتر نمی‌رود و نمی‌تواند ترازوی را با سویه‌های دردناک آن به نمایش بگذارد. فیلم در زمان حال شروع می‌شود و با گفتار راوی دوم شخص (راوی) که خود یکی از شخصیت‌های فیلم است و زاویه دید وسیع‌تری را پوشش می‌دهد) ماجرای بمباران شیمیایی و سرنوشت خانواده قادر و مردمان آسیب دیده را به صورت فلاش بک روایت می‌کند.

اما عوامل زیادی در فیلم وجود دارند که مانع از شکل‌گیری تراژدی می‌شوند و مهم‌ترین آنها همین راوی و لحن افسانه‌وار و خیال‌انگیز اوست که بین ما و فاجعه فاصله ایجاد می‌کند و باعث می‌شود که فاجعه به امری دور و مربوط به گذشته تبدیل شود. عامل دیگر، حضور مهران مدیری است که در فیلم نقش پزشکی را بازی می‌کند که در دل فاجعه قرار دارد. مدیری، آنچنان فیگور کمیک قدرتمندی است که تقریباً هر نوع آشنازدایی از این فیگور شکل گرفته در اذهان عمومی را غیرممکن می‌سازد و به راحتی می‌تواند امر تراژیک را به ضد خود بدل سازد و این اتفاق دقیقاً در فیلم مهدویان می‌افتد.

اگر بپرسید آیا فیلم مهدویان، زخم‌ها و آسیب‌های جسمی و روانی ناشی از هشت سال جنگ ایران و عراق را اندکی التیام می‌بخشد باید گفت که خیر این کار را نمی‌کند. این فیلم نمی‌تواند سندی گویا از جنایتی آشکار و نسل‌کشی رژیم صدام باشد که گرد زمان بر آن نشسته و با سقوط و مرگ صدام و تغییرات ژئوپلیتیک در منطقه به فراموشی سپرده شده است. جنایتی که قطعاً صدام بدون کمک و همدستی



.....

واقعیتی که

فیلم براساس

ساخته

شده مسلماً

دهشتناک‌تر

و خشن‌تر از

داستانی است

که مخاطب در

فیلم آن روبه‌رو

می‌شود. تیم

سازنده درخت

گردو تلاش کرده

تا حد ممکن

روایتی قابل

نمایش از این

واقعیت تلخ که

تقریباً به دست

فراموشی سپرده

شده بود به

تصویر بکشد و

تا حدودی هم

در این کار موفق

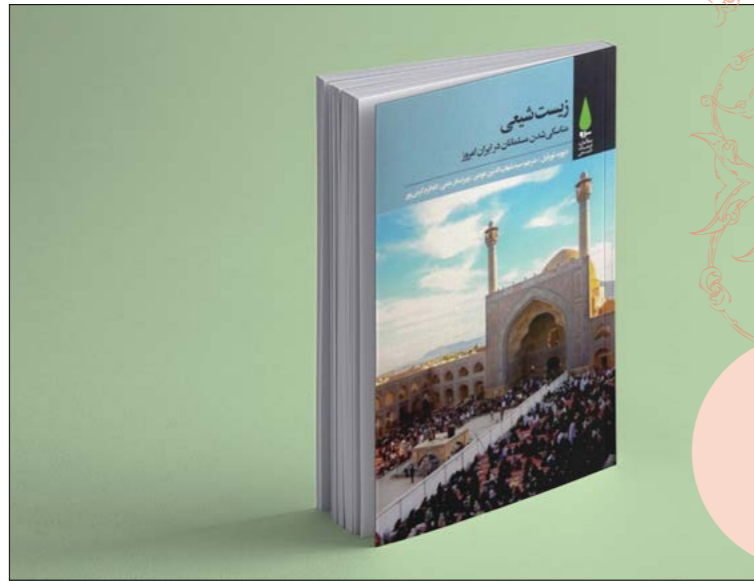
عمل کرده است

دولت‌های پیشرفته غرب قادر به انجامش نبود. به جای آن، مهدویان قصه‌ای سوزناک و تصاویری دلخراش از فاجعه را به ما نشان می‌دهد تا اشکی بریزد و احساسات رقیقه را جریحه‌دار سازد. صحنه‌های پس از بمباران شیمیایی، آشفتگی شهر و سرگردانی مردم زخمی و بهت زده که شناختی از تأثیرات هولناک گازهای مرگبار ناشی از انفجار بمب‌ها ندارند، بیانگر وضعیتی آخرالزمانی است که مهدویان تا حد زیادی در ساختن آن براساس الگوهای هالیوودی، موفق بوده است.

با زنگویی واقعیتی فراموش شده

بسیاری از منتقدان فیلم درخت گردو را فیلمی خشن با حجم بالایی از صحنه‌های دلخراش می‌دانند؛ خوشبختی که احساسات مخاطب را جریحه‌دار نمی‌کند و تا حدودی آزار دهنده است. اما واقعیتی که فیلم براساسش ساخته شده در فیلم آن روبه‌رو می‌شود. تیم سازنده درخت گردو تلاش کرده تا حد ممکن روایتی قابل نمایش از این واقعیت تلخ که تقریباً به دست فراموشی سپرده شده بود به تصویر بکشد و تا حدودی هم در این کار موفق عمل کرده است. مشکلی که در این فیلم توی ذوق مخاطب می‌زند زاویه دیدی است که برای روایت انتخاب شده و فیلم را به سمت مرثیه‌سرایی سوق داده؛ مرثیه‌ای که با نریشن‌های نه چندان مفید بر آن تأکید می‌شود و نتیجه را به دام پرگویی می‌اندازد. وقتی فیلمساز در مواجهه با مدیومی همچون سینما می‌تواند داستانش را به زبان تصویر بیان کند، وقتی در این فیلم اتفاقاً تلاش کرده نسبت به تجربه‌های قبلی‌اش ایمازهای تصویری خلاقانه‌تری بیافریند (نمونه‌اش صحنه اصابت موشک اول) و وقتی این امکان را داشته که از حضور بازیگرانی مثل پیمان معادی و مهران مدیری برای گرمای بیشتر صحنه‌ها بهره‌برند، چه نیازی داشته که با روایتی تا این حد شفاف و گفتار متنی تا این میزان رو که متأسفانه چندان خوب هم نوشته نشده، احساسات رقیقه تماشاگر را بیشتر تحریک کند؟

درخت گردو از این نظر با مخاطبش شبیه افراد صاحب‌عزایی برخورد می‌کند که وارد مجلس ختمی شده‌اند و با تن دادن به فضای سنگین مراسم و گوش سپردن به صدای نوحه‌خوان چشمی‌تر می‌کنند و به اصطلاح سبک می‌شوند، اما چند ساعت بعد از مراسم به زندگی عادی‌شان برمی‌گردند. درحالی‌که مخاطب امروزی، ۳۲ سال بعد از واقعه غم‌بار سردشت، شاید به جای عزاداری و تجربه این حس مقطعی بیشتر به یک واکاوی عمیق نیاز داشته باشد؛ به یک رویکرد تند و تیزتر نسبت به چرایی و چیستی وقایع تاریخی که سازنده درخت گردو در دستاوردهایی چون «آخرین روزهای زمستان» یا «ماجرای نیمروز» به خوبی از عهده‌شان برآمده بود. به همین دلیل فیلم جدید او با اینکه قدرت کارگردانی‌اش را همچنان به رخ می‌کشد اما هم‌زمان اثری محافظه‌کارانه است که مخاطبش را چندان سردوق نمی‌آورد. □



زیست شیعی: مناسکی شدن در مسلمانان ایران امروز

کتاب «زیست شیعی: مناسکی شدن مسلمانان در ایران امروز» نوشته دیوید تورفیل به ترجمه سید شهاب الدین عودی به ویراستاری الله کرم کرمی پورا از سری مجموعه مطالعات فرهنگی شیعه از سوی نشر آما منتشر شد. این کتاب پژوهشی درباره اسلام شیعی در ایران امروز با محوریت زندگی روزمره شیعیان است. تمرکز عمده کتاب بر مضامینی مانند تشیع زیسته، فرایند مناسکی شدن، نقش ها، فرایند حجیت بخشی، عواطف، فرایند جامعه پذیری و تغییرات اجتماعی زندگی شیعیان در ایران امروز است. این پژوهش نشان می دهد که یک ایرانی شیعه در ایران امروز و هم زمان با تغییرات چشمگیر کشور پس از انقلاب اسلامی و همگام با مدرن شدن در کنار مناسبات خانوادگی، فرهنگی، اجتماعی، سیاسی و اقتصادی، چگونه برای فائق آمدن بر دشواری های زندگی خود، اسلام را در زندگی روزمره اش تئوریزه کرده و چطور مذهب تشیع را با پوست و گوشت و استخوان خود زندگی و تجربه می کند. این کتاب نشان می دهد که چگونه دین داری و مناسک شیعی به ابزاری برای راحتی و خودکنترلی در موقعیت های خاص زندگی شیعیان ایران امروز تبدیل می شود.

در این کتاب شرح داده شده است که چگونه شیعیان به مناسک دینی خود عمل می کنند و همین طور چگونه احکام دینی و دستورات اخلاقی معصومین علیهم السلام بر رفتارهای شیعیان اثر می گذارد و از این طریق تشیع عملی و زیسته شده در ایران امروز معنا می یابد. با توجه به این که عمدتاً در جوامع آکادمیک و غیر آکادمیک غربی، به محض نام بردن از اسلام، اهل سنت به ذهن خطور می کند و با اسلام صرفاً به عنوان اسلام سیاسی در نظر گرفته می شود، نویسنده می خواهد به جوامع غربی نشان دهد که اسلام، تشیع را نیز شامل می شود و نیز نمی توان گفت اسلام فقط یک دین سیاسی است، بلکه اسلام و به طور خاص مذهب تشیع، در کشوری به نام ایران به منزله مذهبی همه جانبه در تمام مراحل زندگی افراد حضور دارد، همه جا به کمک دینداران می آید و زیست می شود. در اسلام و به خصوص تشیع، غنایی وجود دارد که سبب می شود اسلام تکیه گاه انسان باشد و نیز در موقعیت های مختلف برای شیعیان معانی گوناگون داشته باشد.

ترجمه این کتاب منبع مناسبی برای روش شناسی مطالعات کیفی و مردم نگاری در انسان شناسی تشیع است. دیوید تورفیل دانشیار دین پژوهی دانشگاه سوتورتن استکهلم سفرهای زیادی به ایران داشته و حتی سال ها در این زندگی و تحصیل کرده است. وی طی حضورش در ایران در برخی از همایش ها و نشست های علمی در تهران، قم و دیگر شهرها سخنرانی کرده است و از وی برای تدریس دوره های شیعه شناسی دعوت می شود.

مترجم کتاب در مقدمه این اثر تأکید می کند که ترجمه این اثر به معنای تأیید و پذیرش کامل محتوای آن نیست و ممکن است ارزیابی یا قضاوت نویسنده یک سوگیرانه و کمتر برآمده از روح و فضای دینی و سیاسی و عاطفی میدان پژوهش باشد. لذا مترجم صرفاً جهت امانتداری

مختلف بیان می شود که برخی از آنها شامل «سررشته داری تحولات اجتماعی»، «آرمان خواهی در جامعه چرا که رهبری آرمان خواه ترین شخص جامعه است»، «نگرش سازی که برای افراد تولید نگرش می کند و می تواند نگرش آنها را ارتقا بخشد»، «دیدن و نمایاندن افق ها»، «در اختیار گرفتن آینده به کمک بصیرت خود»، «دیدن ظرفیت های مهم و اصلی» و «بسیج نیروها برای پیشبرد اهداف و رسیدن به آرمان ها» است.

این تألیف نوشته حجت الاسلام والمسلمین محمدرضا فلاح شیروانی است که تبیینی نوین از زندگی مطلوب طلبه در تناسب با عصر انقلاب اسلامی است. در این کتاب با خوانشی تربیتی از الگوی امام خمینی رحمته الله علیه، سعی شده گامی به سوی تعریف یک تیپ تخصصی متناسب با آنچه که در عصر انقلاب اسلامی از طلاب توقع و انتظار می رود برداشته شود.

حجت الاسلام والمسلمین محمدرضا فلاح شیروانی سابقه عضویت در هیأت امنای سازمان تبلیغات اسلامی، مرکز پژوهش های اصولی مدرسه ولی عصر علیه السلام، گروه پژوهشی اخلاق و تربیت در پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی دفتر تبلیغات، اتاق فکر مجمع عالی حکمت اسلامی، شورای مربیان طرح ضابط (تربیت مبلغ دانشگاهی)، گروه فلسفه های مضاف، مجمع عالی حکمت اسلامی، اتاق فکر جامعه المصطفی العالمیه، انجمن تعلیم و تربیت اسلامی حوزه، هیأت امنای حوزه علوم اسلامی دانشگاهیان و شورای راهبردی تهذیب را دارد. این اثر در ۸۰ صفحه توسط انتشارات پژوهشکده تبلیغ و مطالعات اسلامی باقر العلوم علیه السلام به زیور طبع آراسته شده است.



زندگی مطلوب طلبه

طلبه مطلوب باید رویکردی عینی، زندگی ساز و بلکه تمدن گرا در فهم دینی، طراحی حیات دینی و صورت بندی قواره های اجتماعی داشته باشد. او باید امام خمینی رحمته الله علیه، اهداف الهی اش، حرکت بزرگش و امتداد و گستره امروز اقدام و منویات او را به خوبی بشناسد.

اندیشه تابناک دردانه عصر باید برای او همچون نزدیک ترین عزیزانش و ملموس ترین حوادث زندگی اش روشن باشد و به او و کل حیات و حرکت او به چشم تفسیری ارزشمند از قرآن و عترت بنگرد. اینها چیزهایی است که آدم باید از جان مایه بگذارد تا به آن برسد. طلبه مطلوب باید آن چنان با اهداف نهضت مقدس اسلامی و اصول صحیح پیگیری آنها انس گرفته باشد که شبانه روز خود را صرف رسیدن به آن کند و مطلوبی جز آن نداشته باشد.

طلبه مطلوب باید حق گرا، آزاداندیش، متواضع و بی ادعا باشد؛ الگوهای متعالی داشته باشد و بهترین انسان ها را الگوی خود برگزیند. یکی از مشکلات بزرگ این است که برخی از طلاب الگوهای خود را نمی شناسند و گمان می کنند با ادابازی و تقلید می توانند مانند الگویشان شوند، مثلاً وقتی امام خمینی رحمته الله علیه را الگو قرار می دهند سن پیری او را الگو قرار می دهند و با تقلید ظاهر حرکات او می خواهند مثل او بشوند. راه صحیح آن است که زندگی و شخصیت او را مطالعه کنند و از تمام زندگی او الگو بگیرند، نه اینکه تنها حرکات او را تقلید کنند.

طلبه مطلوب باید شخصیتی امیدوار، روحیه ای سخت کوش، دقتی بالا، دلی دردمند، دلسوز و مهربان و رویه ای وحدت گرا داشته باشد. او باید اهل وظیفه، با نشاط، آرام، متین، پرشور و انقلابی باشد، همچنین صاحب نگرش و آگاهی بنیادین نسبت به مسائل عصر باشد. در این کتاب، ابتدا درباره اهمیت «یافتن راه» در طلبگی سخن گفته می شود و نویسنده برخی از تجربه های خویش را در این زمینه مطرح می کند. سپس به عناصر ضروری می پردازد که برای یافتن راه در طلبگی و پیشبرد اهداف انقلاب اسلامی نیاز است.

همچنین در این اثر به شاخصه های لازم برای کارکرد درست راه یابی انقلابی پرداخته می شود. چند گروه از مهمترین شاخصه ها در این زمینه شامل شاخصه های بینشی، شاخصه های ارزشی، شاخصه های متناسب با طرح های راهبردی و شاخصه های متناسب با دیده بانی است.

در بخش دوم این کتاب یک تیپ تخصصی برای طلبه عنوان می شود و نقش رهبری یک طلبه در مجامع گوناگون بیان می شود. سپس کارکردهای کلیدی رهبری از جهات



رازگشایی از معمای موفقیت

تندتر از عقربه‌ها حرکت کن

« کتاب «تندتر از عقربه‌ها حرکت کن»؛ روایت حرکت به سوی یک اتفاق بزرگ، کتابی از بهزاد دانشگراست که زندگی مدیر جوان موفق یک شرکت دانش بنیان به نام نوید نجات بخش را روایت می‌کند. محمدحسین فاضل، کارشناس حوزه کتاب، در یادداشتی به معرفی تازه‌ترین اثر دانشگرا پرداخته است. بهزاد دانشگرا از نویسندگان تازه نفس و خوش آتیه‌ای است که با اندک آثار منتشر شده‌اش

مورد توجه مخاطبان و منتقدان ادبی قرار گرفته و آثارش در جشنواره‌های ادبی خوش درخشیده است. از این نویسنده داستان، فیلم‌نامه، انیمیشن، زندگی‌نامه، تاریخ شفاهی و... منتشر شده و حاصل این نوشتن‌ها شده چندتایی کتاب که برخی‌شان کم‌تر دیده شده و تعدادی بیشتر، مثل داستان مقاله «دختران آفتاب» که افتخار تقریظ رهبری را برایشانی دارد و مشارکت در مجموعه کتاب «چهارده خورشید، یک آفتاب» که زندگی‌نامه متفاوتی است از حیات طیبه اهل بیت (علیهم‌السلام) و «ادواردو» که در برخی جشنواره‌ها مانند جشنواره اسلام و مسیحیت، قلم زرین و دوسالانه کتاب اصفهان برگزیده و تقدیر شده است. او در آخرین اثر خود، «تندتر از عقربه‌ها حرکت کن»، بُعد دیگری از موضوعاتی را که به آنها می‌پردازد، به نمایش گذاشته است.

«تندتر از عقربه‌ها حرکت کن» روایت نوید نجات بخش یک انسان معمولی است. شخصیت اصلی این کتاب مدرک کارشناسی‌اش را با معدل ۱۴ گرفته، نه پول آنچنانی دارد و نه ارثی که بتواند کار بزرگی انجام دهد. اما او یک ویژگی دارد که تمام سرمایه‌اش می‌شود و با آن کار بزرگی انجام می‌دهد که دنیا را شگفت زده می‌کند. نوید مغازه کپی و زیراکس دارد و روزی تصمیم می‌گیرد با استفاده از ویژگی صرف فعل «ما می‌توانیم» طرحی نو دراندازد، هرچند به همین راحتی‌ها نیست. تمام ارگان‌ها، مشاوران و اساتید دانشگاه او را از این کار منع می‌کنند. مسیر پر پیچ و خم و مبهم بروکراسی اداری، مشاورین و اساتیدی که خودشان به هیچ‌جا نرسیده‌اند، با تمام قدرت و توان جلوی او ایستاده‌اند، اما نوید همه آنها را کنار می‌زند و به آنچه که می‌خواهد می‌رسد.

شاید مخاطب کتاب در نگاه اول به این فکر بیافتد که این کتاب هم مانند هزاران عنوان کتابی که در کتابفروشی‌ها عرضه می‌شود، قصد دارد راه‌های موفقیت را به عنوان یک فرمول جادویی به آنها آموزش دهد. کتاب‌های پررنگ و لعاب و مشتری‌پسندی که در قفسه کتابفروشی‌ها به مخاطب چشمک می‌زنند و لابد می‌گویند: دوست عزیز! رمز خوشبختی و موفقیت تو در دستان من است!

کتاب جدید دانشگرا اما تلاش دارد داستان یکی از جوانان این کشور را پس از فارغ‌التحصیلی از دانشگاه روایت کند؛ در برهه‌ای که او به دنبال ایجاد یک شغل است و با مسیر پرفراز و نشیبی روبرو است. شخصیت اصلی داستان تلاش دارد با وجود همه سنگلاخ‌هایی که در این مسیر قرار دارد، با توجه به روایات اهل بیت (علیهم‌السلام) و توصیه رهبر انقلاب، کاری کند که رنگ و بوی ایرانی داشته باشد.

تندتر از عقربه‌ها حرکت کن شباهتی به کتاب‌های ژاپنی و کره‌ای ندارد، چون اینجا ایران است نه کره و ژاپن و نه آلمان و فرانسه؛ که راه و روش و فرهنگ آنها کارآمد باشد. خواندن همین باعث شد که خیلی از بچه‌ها حس کنند این روش‌ها را در ایران نمی‌شود اجرا کرد و در ایران چنین موفقیتی در انتظارشان نیست، پس چمدان‌شان را بستند، مدارکشان را جمع کردند و رفتند یک سوی دیگر.

کسانی که با موضوعات کتاب‌های بهزاد دانشگرا آشنا

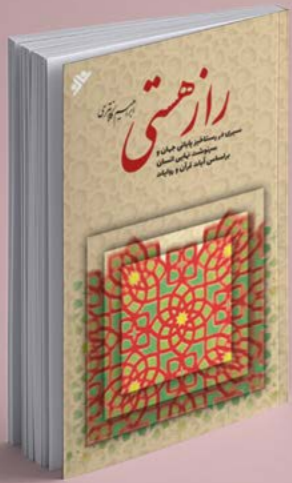
هستند، می‌دانند که اوتا به حال روی موضوعاتی کار کرده که بیشتر جنبه معنوی داشته‌اند نه مادی، اما این کتاب با موضوع کسب و کار که اساساً در نگاه فعلی ما انسان‌ها یک امر مادی است، تمرکز دارد و ممکن است این سؤال در ذهن مخاطب پیش بیاید که ظرفیت چنین موضوعی چه بوده که دانشگرا به این سمت کشانده است؟

برای رسیدن به پاسخ این پرسش باید نگاهی انداخت به برداشت نویسنده از مسائل پیرامون. به نظر می‌رسد نویسنده کتاب «تندتر از عقربه‌ها حرکت کن» حتی از کسب و کار و پول در آوردن نیز برداشتی معنوی دارد که برگرفته از آداب و تعالیم دینی است. هرچند این برداشت بی‌راه هم نیست. ما در روایات بسیار داریم که کار حلال مقدس است. انسان با کار کردن به خدا راه پیدا می‌کند؛ این برداشت بر خلاف نگاه امروزی کار کردن را مساوی با اندوختن ثروت تعریف نمی‌کند. دانشگرا در واقع در خلال بیان این ماجرا و زندگی جوانی به نام نوید نجات بخش، برداشتی معنوی از کار و تلاش را ارائه می‌دهد؛ برداشتی که این روزها در هیاهوی فعالیت‌ها و دغدغه‌های اقتصادی گاهی گم می‌شود.

با این نگاه، نوید نجات بخش به سراغ کاری نشدنی می‌رود و آن را شدنی می‌کند و به همه ثابت می‌کند که ما می‌توانیم. در اصل مجاهدی است که در جبهه اقتصادی جهاد می‌کند. این نگاه یک نوع برداشت معنوی و الهی به کسب و کار است که نویسنده به بهانه روایت زندگی نوید نجات بخش، آن را با بهترین مدیوم رسانه به مخاطب منتقل می‌کند. در این کتاب، حضور خدا در تک‌تک لحظه‌های زندگی نوید نجات بخش پر رنگ است. مخاطب بارها با این حضور مواجه می‌شود؛ نکته‌ای که می‌توان آن را وجه تمایز کتاب دانشگرا با بسیاری از کتاب‌های پرفروش موفقیت دانست. در اکثر این دسته از کتاب‌ها این «انسان» است که موضوعیت دارد. آنها تمام تلاششان را می‌کنند که به مخاطب بقبولانند که هیچ چیزی وجود ندارد که تو را نجات دهد. خودت هستی در این دنیای وانفسا و خودت، باید دست روی زانوی خود بگذاری و بدون کمک دیگران، خودت را نجات دهی. انسان در این دسته از آثار، منابع محور است و دیگر مسائل، زیر سایه او رنگ می‌بازد.

در کتاب «تندتر از عقربه‌ها حرکت کن» ماجرا برعکس است. نویسنده با کمک راوی نشان می‌دهد که اگر انسان در هر کاری که می‌کند و هر قدمی که برمی‌دارد، خدا را در نظر نگیرد، به موفقیت واقعی دست نخواهد یافت. نویسنده با استفاده از ابزارهای و تکنیک‌های داستان‌نویسی، با بیانی غیر مستقیم این موضوع را به مخاطب خود گوشزد می‌کند. از این منظر، شخصیت‌پردازی کتاب با کمک بهره بردن از فضا سازی، گهت و گو و... به خوبی انجام شده تا مخاطب را با خود همراه کند.

کتاب حاضر توسط نشر معارف با قیمت ۳۵ هزار تومان در دسترس علاقه‌مندان قرار گرفته است. □



سرنوشت نهایی انسان براساس آیات قرآن و روایات

راز هستی

« کتاب راز هستی؛ سیری در ستاخیز پایانی جهان و سرنوشت نهایی انسان براساس آیات قرآن و روایات نوشته ابراهیم کلانتری؛ پژوهشگر و استاد دانشگاه، توسط دفتر نشر فرهنگ اسلامی منتشر و راهی بازار نشر شد. نویسنده در این اثر، تلاش کرده مسیر و گذرگاه‌هایی را که انسان در طول زندگی خود طی می‌کند، تبیین کند. کلانتری هدف از تالیف کتاب راز هستی را واقف کردن مخاطب جستجوگر بر سرنوشت نهایی‌اش در جهان هستی می‌داند و در این خصوص می‌گوید: کتاب راز هستی باعث می‌شود مخاطب جستجوگر با نگاهی برایستگاه پایانی جهان به نگاه وحی قرآنی و روایات دست پیدا کند و بسیاری از چرایی‌ها برایش روشن شود. هرچند علی‌رغم همه پیشرفت‌هایی که به مدد دانش و فناوری حاصل شده، موضوع ایستگاه پایانی جهان و سرنوشت نهایی انسان، همچنان از رازهای سربه‌مهری است که ذهن و ضمیر عموم آدمیان را همواره به خود مشغول داشته و علم و دانش پیشرفته انسان مدرن، هنوز نتوانسته حتی روزه‌ای برای این سرار بگشاید.

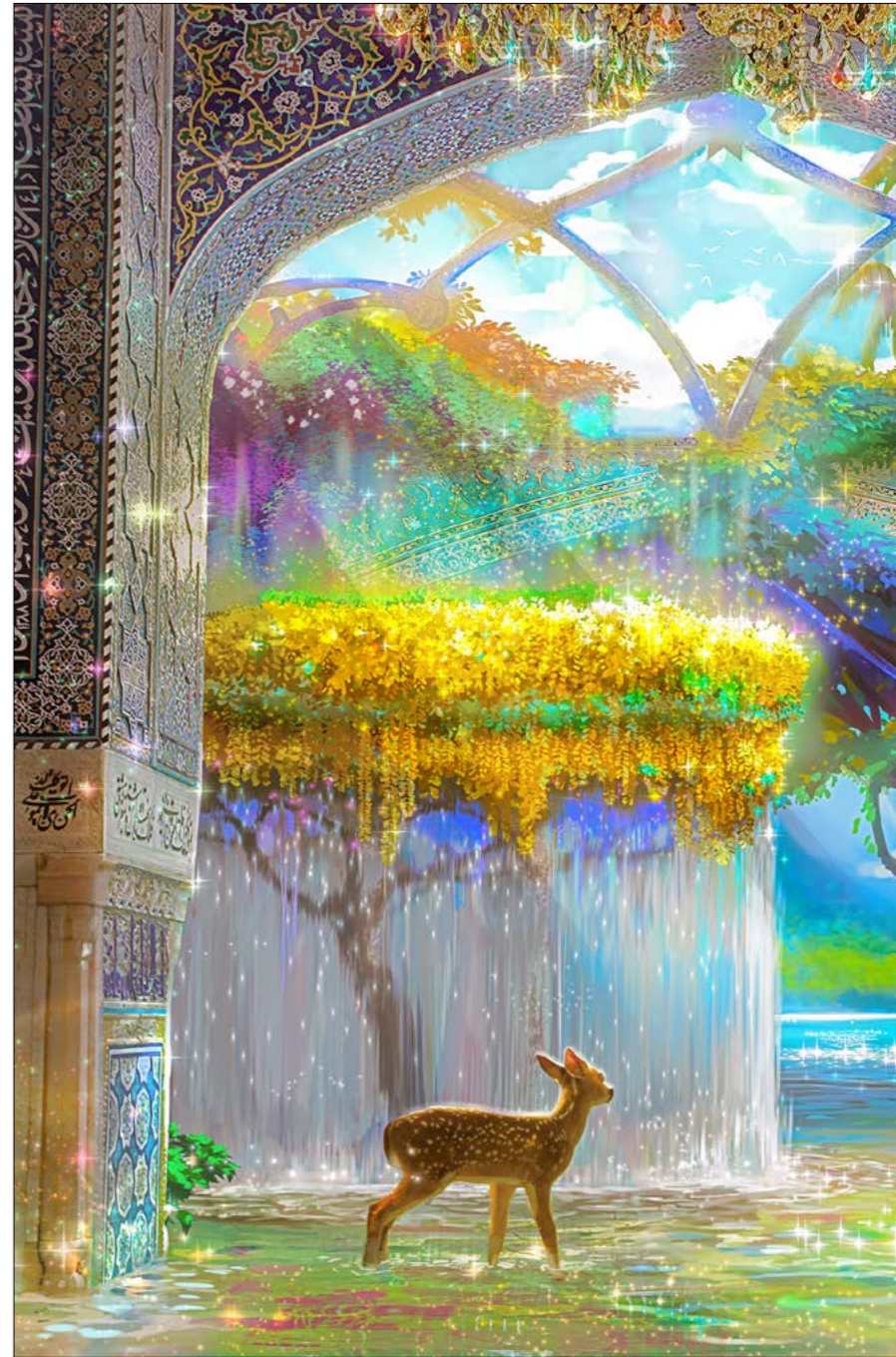
مؤلف «راز هستی» به برخی یافته‌های علمی دانشمندان فضایی در تشریح بزرگی و عظمت جهان هستی و کهکشان‌ها استناد کرده و یادآور می‌شود هستی تنها در جهان ماده و حواس ما خلاصه نمی‌شود و فراتر از آن موجودات و جهان‌های دیگری نیز وجود دارند که به کلی از قلمرو حواس ما خارج و واقعیت‌هایی فرامادی هستند. او سپس می‌گوید ابزار شناخت و آگاهی ما از جهان و موجودات، حواس و عقل است و فراتر از این، راهی برای شناخت بیشتر جهان وجود ندارد و با محدودیت‌هایی که در استنتاج‌های عقلی وجود دارد نمی‌توانیم به شناخت صحیح و کاملی از جهان فرامادی دست پیدا کنیم.

کلانتری با بیان این‌که خالق هستی راه دیگری را به نام وحی برای شناخت جهان‌های مادی و فرامادی پیش روی انسان قرار داده، وارد بحث اصلی کتاب می‌شود و می‌کوشد با تکیه بر آیات قرآن کریم و روایات رسیده از پیامبر اکرم (صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم)، سیر انسان از جهان ماده به سمت جهان آخرت را و گذرگاه‌هایی که او در این مسیر پشت سر می‌گذارد تبیین کند. کتاب پیش‌رو سه فصل اصلی دارد که به ترتیب عبارت‌اند از: «مقدمت ضروری بحث»، «گذرگاه‌های انسان در مسیر رسیدن به جهان آخرت و زندگی ابدی» و «زندگی جاودانه آخروی». این کتاب با ۲۷۲ صفحه، شمارگان هزار نسخه و قیمت ۵۴ هزار تومان منتشر شده است. در قسمتی از این کتاب می‌خوانیم:

زیارت قبور مومنان موجب انس و شادی آنها در برزخ می‌شود. بنا به نقل کلینی، اسحاق ابن عمار از امام موسی کاظم (علیه‌السلام) این‌گونه روایت می‌کند: از امام (علیه‌السلام) پرسیدم: آیا مومنی که از دنیا رفته از افرادی که قبرش را زیارت می‌کنند، آگاه می‌شود؟ امام (علیه‌السلام) فرمود: آری، تا آن زمان که آنان در کنار قبرش حضور دارند با آن‌ها انس می‌گیرد، اما آن‌گاه که از آن‌جا می‌روند، گرفتار وحشت می‌شود. □

زمزمه‌های شاعران ایران با امام رضا (ع)

شرمنده‌ام که همت آهو نداشتم



◀ محمد علی بهمنی

شرمنده‌ام که همت آهو نداشتم
شصت و سه سال راه به این سو نداشتم
اقرار می‌کنم که من - این‌های و هوی گنگ -
ها داشتم همیشه ولی هو نداشتم
جسمی معطر از نفسی گاه داشتم
روحي به هيچ رایحه خوشبو نداشتم
فانوس بخت گم‌شدگان همیشه‌ام
حتی برای دیدن خود سو نداشتم
وایا به من که با همه‌ی هم‌زبانی‌ام
در خانواده نیز دغاگو نداشتم
شعرم صراحتی ست دل‌آزار، راستش
راهی به این زمانه نه تو نداشتم
نیشم همیشه بیشتر از نوش بوده است
باور نمی‌کنید که کندو نداشتم؟!
می‌شد که بندگی کنم و زندگی کنم
اما من اعتقاد به تابو نداشتم
آقا شما که از همه‌کس باخبرترید
من جز سری نهاده به زانو نداشتم
خوانده و یا نخوانده به پایوس آمدم؟
دیگر سوال دیگری از او نداشتم

◀ حسین منزوی

در این مشهد که هم بالین طوس و طابران خفته است
جهان جان و بالاتر از آن، جان جهان خفته است
از این جا بردم خورشید و اقطار جهان گیرد
زمینی که در آن هشتم امام شیعیان خفته است
سریر اتضارا، اوست سلطان و رضا نامش
کسی که قاصر از توصیف اوصافش زبان، خفته است
حریم کبریایش را چه گویم تا کنم تصویر؟
به مدح او قلم از کار مانده است و بیان خفته است
عجب نبود اگر که اینس و جانش آستان بوسند
که این جاسرور و فرمانروای انس و جان خفته است
امام هشتم آری آن که هشته حشمت و جاهش
سریر عزت و شوکت به فرق فرقدان خفته است
چنان شاهی که خاک مدفن پاکش به یمن او
فروشد سروری و برتری بر آسمان، خفته است
نهاده قدسیان بر خاک افلاکیش پیشانی
چه عزت‌ها و شوکت‌ها که در این آستان خفته است
به هر حاجت که روی آری بدو، خواهی گرفت آن را
در این جا قبله حاجات پیدا و نهان خفته است
زنج رایگان بگذر، بنه بر آستانش سر
که دروی راز نامکشوف گنج شایگان خفته است
دعای حفظ جان و جز امید جهان این جاست
که خود روح الامین گویی در این بیت الامان خفته است
در این معجزاگردستی زدی، دست از فلک پُردی
در این خاک مُراد، آری شفیع آهوان خفته است
از این مهد شکر پرور بزد شعرم شکر، هر چند
در این جا آنکه خورد از دست مأمون شوکران خفته است

◀ سید حمید رضا برقی

ای راهب کلیسا دیگر مزن به ناقوس
خاموش کن صدرا، نقاره می‌زند طوس
آیا مسیح ایران کم داده مرده را جان
جانی دوباره بردار با ما بیا به پایوس
آنجا که خادمینش از روی زایرینش
گرد سفر بگیرند با بال ناز طاووس
خورشید آسمان‌ها در پیش گنبد او
رنگی ندارد آری چیزی شبیه فانوس
رویای ناتمام ساعات در حرم بود
باقی عمر اما افسوس بود و کایوس
وقتی رسیدی آنجا در آن حریم زیبا
زانو بز به پای بیدار خفته در طوس

◀ شهریار

دل‌ها که آرزوی امام رضا کنند
گویا زیارت علی مرتضی کنند
چون زنگ ماروان دل عشاق می‌تپد
چون زائران روانه به دارالرضا کنند
در حسرت طواف توای آشیان قدس
دل‌های پرشکسته، چه پرها که وا کنند
مردم به پیک آه پیایی پیادگان
آتش سود مرکب باد صبا کنند
آنجا طلای گنبد و گلدسته کیمیاست
وز کیمیای آن مس قلبت طلا کنند
یک کاروان شوق به سودای مشهدند
کان سخن را به شور و نو نینوا کنند
چاوش اگر به اهل قبور این صلا دهند
خیزند مردگان و قیامت به پا کنند
ما را جواب کرده طیبیان و می‌رویم
آنجا که دردها به دعایی دوا کنند
فرض است این زیارت و باید ادا به وقت
اهل خدا فریضه نشاید قضا کنند؟
تا بازگشت قافله چشمان در انتظار
کز کیمیای گرد رهش توتیا کنند
نامرد جیفه خوار مرادی نمی‌دهد
آنجا برو که حاجت مردان روا کنند
با واصلان ذوق و صفا گو خدای را
با خستگان عشق و وفا هم دعا کنند
بیگانه را کجا خبر از لذت حضور
این‌ها حکایتی است که با آشنا کنند
سودای اهل بیت دهد سود عاقبت
سوداگران، معامله گو با خدا کنند
زان لعل و خط بیار، نباتی و مصحفی
تا اهل دل مصالحه با ما سوا کنند
با دوست عرضه کن تو تقاضای شهریار
بگذار دشمنان همه روی و ریا کنند

◀ فاضل نظری

ما را کبوترانه وفادار کرده است
آزاد کرده است و گرفتار کرده است
بامت بلند باد که دلتنگیت مرا
از هر چه هست غیر تو بیزار کرده است
خوشبخت آن دلی که گناه نکرده را
در پیشگاه لطف تو اقرار کرده است
تنها گناه ما طمع بخشش تو بود
ما را کرامت تو گنه‌کار کرده است
چون سرو سرفرازم و نزد تو سر به زیر
قربان آن گلی که مرا خوار کرده است

◀ محمد جواد غفورزاده (شفق)

یا آنکه بخوانید به بالین پسر م را
یا بر سر زانو بگذارید سرم را
شب تابه سحر چشم به راهم که نسیمی
از من ببرد سوی مدینه خبرم را
کی باور من بود که از آن حرم پاک
یک روز جدا کردم و بندم نظرم را
مجبور به تودیع حرم بودم و ناچار
در سایه اندوه نشاندم پسر م را
هنگام خدا حافظی از شهر، عزیزان
گشتند به خوناب جگر رهگذرم را
گفتم همه در بدرقه ام اشک بیارند
شاید که نبینند از آن پس اثر م را
دامانم از این منظره پر اشک شد اما
گفتم که نبیند پسر م چشم ترم را
با کس نتوان گفت ولیعهدی مأمون
خون کرده دلم را و شکسته کمر م را
من سر به ولیعهدی دونان نسپارم
بگذارم اگر بر سر این کار سرم را
تهمت زچه بندید به انگور، که خون کرد
هم صحتی دشمن دیرین جگر م را
آفاق همه زیر پر رفت من بود
افسوس بدین جرم شکستند پر م را
آن قوم که در سایه ام آرام گرفتند
دادند به تاراج خزان برگ و بر م را
بشتاب بیدار من ای گل که به بویت
تسکین دهم آرام دل در به در م را
روزم سپری شد به غم، اما گذراندم
با یاد تو ای خوب، شبم را سحر م را

◀ رهی معیری

دیده فرو بسته‌ام از خاکیان
تا نگرم جلوه افلاکیان
شاید از این پرده ندایی دهند
یک نفسم راه به جایی دهند
ای که بر این پرده خاطر فریب
دوخته‌ای دیده حسرت نصیب
آب بز چشم هوسناک را
با نظر پاک ببین پاک را
آن که در این پرده گذر یافته است
چون سحر از فیض نظریافته است
خوی سحر گیر و نظر پاک باش
راز گشاینده افلاک باش
خانه تن، جایگه زیست نیست
در خور جان فلکی نیست، نیست
آن که تو داری سر سودای او
بر تر از این پایه بود جای او
چشمه مسکین نه گهر پرور است
گوهر نایاب به دریا در است
ما که بدان دریا پیوسته ایم
چشم زهر چشمه فرو بسته ایم
پهنه دریا چو نظرگاه ماست
چشمه ناچیز نه دلخواه ماست
آینه غیب نما را ببین
ترک خودی گوی و خدا را ببین
هر که بر او نور «رضا» تافته است
در دل خود گنج رضا یافته است
سایه شه مایه خرسندی است
ملک «رضا» ملک رضامندی است
کعبه کجا؟ طوف حریمش کجا؟
نافه کجا، بوی نسیمش کجا؟
خاک ز فیض قدمش، ز رشده
مرده، ولی زنده جاوید عشق
باتن رنجور و دل ناصبور
چاره از او خواستم از راه دور
نیم شب از طالع خندان من
صبح بر آمد ز گریبان من
رحمت شه درد مرا چاره کرد
زنده‌ام از لطف دگر باره کرد
باده باقی به سبو یافتم
و این همه از دولت او یافتم





این روزها سرعت پیشرفت تکنولوژی‌های ارتباطی از پلک زدن نیز پیشی گرفته و استفاده از این امکان بخشی از نیازهای بشر برای برقراری ارتباطات اجتماعی شده است. انسان امروز برای استفاده صحیح از تکنولوژی‌های نوین ارتباطی نیازمند سواد رسانه‌ای است، سوادی که در عین اهمیت در جامعه ما کمتر به آن پرداخته شده است. در تعریف بسیار کلی سواد رسانه‌ای عبارت است از یک نوع درک متکی بر مهارت که براساس آن می‌توان انواع رسانه‌ها و انواع تولیدات آنها را شناخت و از یکدیگر تفکیک و شناسایی کرد. اما سوال اینجاست که این درک به چه کاری می‌آید؟ به زبان ساده، سواد رسانه‌ای مثل یک رژیم غذایی است که هوشمندانه مراقب است که چه موادی مناسب هستند و چه موادی مضر؛ چه چیزی را باید مصرف کرد و چه چیزی را نه و میزان مصرف هر ماده بر چه مبنایی باید استوار باشد. سواد رسانه‌ای می‌تواند به مخاطبان رسانه‌ها پیام‌ها را از حالت انفعا لی و مصرفی خارج کرده و به معادله متقابل و فعالانه‌ای وارد شوند که در نهایت به نفع خود آنان باشد.

پس از این توضیحات باید به دنبال منبع و راهکاری باشیم تا سواد رسانه را در اختیار ما قرار دهد. در این خصوص شاید مطالب بسیاری وجود داشته باشند که از خواندن و مطالعه آنها از حوصله کاربران رسانه‌ها مجازی خارج باشد. این روزها سامانه‌ها و برنامه‌های هوشمند بازار گرمتری نسبت به متون و مطالب آموزشی دارند و بیشتر مورد استقبال کاربران قرار می‌گیرند. یکی از این سامانه‌ها در راستای سواد رسانه‌ای فعالیت دارد سامانه مشاوره ارتقای سواد رسانه‌ای و زیست مجازی «زی‌نو» است. این سامانه با هدف دسترسی سریع شهروندان به پاسخ‌های منطقی در قبال شبهات و سؤالات مربوط به فضای مجازی و ارتباط سریع جهت مشاوره و یافتن تحلیل درست از محتواهای ارائه شده در فضای مجازی راه‌اندازی شده است. ارتقای محتوایی فرهنگ و هنر در فضای مجازی، یکی از چالش‌های همیشگی مدیران حوزه فرهنگ و هنر کشور است و تحولات دوران اخیر به ویژه در فضای مجازی، ضرورت ارتقای سواد رسانه‌ای در جامعه را نمایان ساخته است. این موضوع از جمله مواردی است که هماهنگی و همکاری بین دستگاهی برای تحقق آن ضروری است؛ لذا به استناد آیین‌نامه ساماندهی و توسعه رسانه‌ها و فعالیت‌های فرهنگی دیجیتال؛ مؤسسه فرهنگ و هنر در محیط مجازی «فهم» با همکاری مرکز توسعه فرهنگ و هنر در فضای مجازی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، اقدام به ایجاد سامانه مشاوره ارتقای سواد رسانه‌ای و زیست مجازی «زی‌نو» کرده است. این سامانه با همکاری دیگر دستگاه‌ها و نهادهای دولتی و خصوصی

مانند پلیس فتا، معاونت فضای مجازی داستانی، وزارت آموزش و پرورش، معاونت امور مطبوعاتی و اطلاع‌رسانی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان، بنیاد ملی بازی‌های رایانه‌ای، بانک مرکزی، سازمان تبلیغات اسلامی و دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم فعالیت خود را آغاز کرده است.

هدف از راه‌اندازی این سامانه، دسترسی سریع شهروندان به پاسخ‌های منطقی در قبال شبهات و سؤالات مربوط به فضای مجازی و دسترسی به مشاوره و یافتن تحلیل درست از محتواهای ارائه شده در فضای مجازی است که با گذشت زمان این امر موجب ارتقای فهم و سواد رسانه‌ای مخاطبان و عموم مردم جامعه خواهد شد. در این سامانه اطلاعات در پنج دسته موضوعی؛ «حریم شخصی و امنیت فردی و اجتماعی در فضای مجازی»، «خانواده و کودک و نوجوان در فضای مجازی»، «امور مالی و بانکی در فضای مجازی»، «مسائل شرعی و اخلاقی زیست مجازی» و «اخبار جعلی و شایعات در فضای مجازی» طراحی شده است و از طریق عرضه محتواهای چندرسانه‌ای و دسترسی به مشاوره برخط و آنلاین، یاری‌گر کاربران خواهد بود. زی‌نو؛ مشاور خانواده‌ها و فعالان فضای مجازی برای زیست آگاهانه در فضای نوین است. علاقه‌مندان می‌توانند با مراجعه به سامانه www.zeenow.ir سواد و آگاهی رسانه‌ای خود افزایش داده و به اطلاعات گسترده‌ای در خصوص رسانه‌های مجازی، شبکه‌های اجتماعی و... به دست آورند، همچنین به پاسخ‌های منطقی در قبال شبهات و سؤالات مربوط به فضای مجازی و دسترسی به مشاوره و یافتن تحلیل درست از محتواهای ارائه شده در فضای مجازی دست یابند. □

۶۸-۷۸



در این شماره از «مهر و ماه» گزارش‌هایی از آیین تکریم و معارفه مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در سازمان داوطلبان، مشارکت روحانیون در طرح نذر آب، نشست علمی حفظ محیط زیست: یاریگری خلاقانه، یادواره شهدای امدادگر هلال و همچنین خبرهایی از فعالیت‌های دفتر نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر در استان‌های خوزستان، چهارمحال و بختیاری، خراسان رضوی، خراسان جنوبی، کرمانشاه و قم را خواهیم خواند.

هلال



پاسدار حضور مردم در عرصه فعالیت‌های داوطلبانه باشیم

مشارکت طلاب و روحانیون در کمپین نذر آب

اعتماد مردم لازمه موفقیت در حفظ محیط زیست است

قرائت صلوات خاصه حضرت امام حسن مجتبی علیه السلام و توسل به ایشان برای توفیق خدمت در این جایگاه، حسن خلق و منیع الطبع بودن حجت الاسلام و المسلمین فقیه را ستود و خواستار بهره‌مندی از تجربه‌ها و رهنمودهای وی برای پیشبرد اهداف سازمانی شد.

در پایان این آئین از زحمات حجت الاسلام و المسلمین مهدی فقیه تقدیر به عمل آمد و حجت الاسلام و المسلمین سید مهدی موسوی نیا نیز با حکم نماینده ولی فقیه در جمعیت هلال احمر به عنوان مسئول جدید دفتر نمایندگی ولی فقیه در سازمان داوطلبان منصوب و معارفه شد. □



همواره داوطلبان

با بهره‌گیری

از توان مالی،

علمی، اجتماعی

به صورت

افتخاری در

خدمت جامعه

بوده‌اند و سعی ما

بر این است تا در

امتداد گسترش

فرهنگ دینی،

این سرمایه

عظیم با نظارت

بر تبرعات و

شفاف‌سازی در

هزینه کرد آنها

حفظ و حضور

مردم در عرصه

فعالیت‌های

داوطلبانه بیش از

پیش تقویت شود



طرح «نذراب ۴» رقم زد.

محمد نصیری ضمن تشریح گوشه‌ای از دستاوردهای طرح مذکور مبنی بر جذب بیش از ۳ میلیارد ریال کمک نقدی به همراه اقلام معیشتی، البسه، لوازم التحریر و... و نیز جلب مشارکت حداکثری تشکل‌های مردم نهاد برای تامین اصلی‌ترین نیازهای مردم استان سیستان و بلوچستان بالاخص یاری‌رسانی به بیماران کرونایی و کمک به تثبیت شرایط خانواده‌های متاثر از این بیماری، افزود: قریب به ۱۵ میلیارد ریال تجهیزات پزشکی و ۵ میلیون عدد ماسک در این استان توزیع شد. وی اقامه منظم نماز جماعت علیرغم شیوع کرونا در این سازمان با رعایت پروتکل‌های بهداشتی، برگزاری مسابقه‌های مختلف فرهنگی و دینی و ارتباط‌گیری گسترده این سازمان با حوزه نمایندگی ولی فقیه در جمعیت را از مهمترین آثار حضور حجت الاسلام فقیه در این سازمان برشمرد.

همچنین در این آئین حجت الاسلام و المسلمین مهدی فقیه، مسئول سابق دفتر نمایندگی ولی فقیه در سازمان داوطلبان، ضمن تقدیر از رئیس و کارکنان سازمان داوطلبان و اشاره به فعالیت‌های فرهنگی دینی صورت گرفته در این حوزه با محوریت اقامه نماز و گسترش فرهنگ اسلامی، اظهار کرد: می‌توان ادعا داشت بیشتر فعالیت‌های کلان جمعیت در این سازمان صورت می‌گیرد و من نیز در مدت حضور در این سازمان در حد توان و با همکاری مدیران و کارکنان سعی بر ترویج این فرهنگ ناب با هدف پیشگیری از بروز ناراحتی‌های روحی و فکری و ترغیب اذهان عمومی برای پیوستن به عرصه خیرخواهی و نیکوکاری داشته‌ام.

حجت الاسلام و المسلمین سید مهدی موسوی نیا نیز با تقدیر از حسن اعتماد نماینده رهبر انقلاب به وی، اظهار کرد: امیدوارم با مشارکت همکاران این سازمان، بتوانیم بار فرهنگی و معنوی این سازمان را بیش از پیش مضاعف کرده و به عنوان بازوی کمکی در خدمت‌رسانی نیازمندان باشیم. وی با بیان اینکه دستگیری را همواره ملاک ذهنی خود قرار داده است، تاکید کرد: باید هنرمندانه با شنیدن گلایه‌های مردم و تحلیل درست از وضعیت، تصمیم‌گیری‌های سریع و مناسبی را برای حل گره‌های زندگی آنها پیدا کرد و امید دارم این جایگاه و مسند برای تمامی همکاران، اسبابی برای ورود به بهشت فراهم آورد. حجت الاسلام و المسلمین موسوی نیا در این آیین، ضمن



نماینده ولی فقیه در جمعیت هلال احمر:

پاسدار حضور مردم در عرصه فعالیت‌های داوطلبانه باشیم

« آئین تکریم و معارفه مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در سازمان داوطلبان جمعیت هلال احمر با حضور حجت الاسلام عبدالحسین معزی، نماینده ولی فقیه در جمعیت هلال احمر، معاونین و مسئولان دفاتر حوزه نمایندگی ولی فقیه در سازمان‌های جمعیت و مدیران سازمان داوطلبان در این سازمان برگزار شد.

حجت الاسلام و المسلمین معزی در این مراسم با بیان اینکه نهضت بین‌المللی صلیب سرخ هلال احمر در دنیا بر اساس فعالیت‌های داوطلبانه شکل گرفته است، گفت: همواره داوطلبان با بهره‌گیری از توان مالی، علمی، اجتماعی به صورت افتخاری در خدمت جامعه بوده‌اند و سعی ما در حوزه نمایندگی ولی فقیه و سازمان‌های جمعیت هلال احمر بر این است تا در امتداد گسترش فرهنگ دینی، این سرمایه عظیم با نظارت بر تبرعات و شفاف‌سازی در هزینه کرد آنها حفظ و حضور مردم در عرصه فعالیت‌های داوطلبانه بیش از پیش تقویت شود.

حجت الاسلام و المسلمین عبدالحسین معزی در این آیین افزود: کلمه داوطلب را می‌توان در تراز توصیف جمعیت هلال احمر قلمداد کرد چرا که داوطلبان پیشرو و مقدم برای ورود به تمامی عرصه‌های امور خیر و اجتماعی هستند و سازمان داوطلبان به تعبیر درست، دستی میان توانمندان و نیازمندان است که در سال‌های اخیر ارایه طیف وسیعی از خدمات، بیاندگر تلاش گسترده و هدفمند سازمان داوطلبان است.

وی یکی از محورهای فعالیت حوزه نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر را هدایت تبرعات، نظارت بر نحوه هزینه کرد آنها و شفاف‌سازی به منظور ارائه به مقام معظم رهبری (مدظله العالی) و آحاد مردم نیکوکار عنوان کرد و افزود: مردم ما انسان‌های قدرشناسی هستند و خدمت‌رسانی صادقانه به مردم می‌تواند اعتماد آنها را جلب کند.

حجت الاسلام و المسلمین معزی محور دوم را تبیین صحیح فرهنگ دینی اسلامی و نشر و گسترش معارف دینی و از همه مهم‌تر ارتقای فرهنگ داوطلبی با جذب نیروهای داوطلب و نگهداشت آنها تعریف کرد و افزود: تلاش می‌کنیم این فرهنگ ارزشمند را با بیان عقلانی و قرآنی برای مردم تبیین کنیم، تا علاوه بر شرکت در مجالس عزاداری و عرض ارادت به خاندان نبی مکرم اسلام ﷺ، از این مکتب الهی بیاموزیم و امر انبیاء و ائمه معصومین علیهم السلام را احیاء کنیم.

وی با تاکید بر اهمیت مناسک و احکام شرعی و ادای نماز و فضیلت‌های بی‌شمارش، این فریضه را شاخصه امت مسلمان و مذهبی دانست و تصریح کرد: در مکتب آسمانی اسلام، کار داوطلبی برای خدا مطرح است چرا که یگانه راه نجات بخش بر اساس احادیث، خدمت به عیال الله است و این ویژگی موجب متمایز شدن کار داوطلبی در جمعیت هلال احمر ایران نسبت به جمعیت ملی سایر کشورها شده است.

نماینده ولی فقیه در جمعیت هلال احمر در ادامه به مشارکت حداکثری طلاب در خط مقدم کمک به بیماران کرونایی و تغسیل قربانیان به عنوان یکی از خطرآفرین‌ترین مراحل و همچنین کمک‌رسانی شش هزار طلبه در جریان سیل استان لرستان و بیان کرد: فلسفه وجودی کانون طلاب و حضور مدارس حوزوی، بهره‌گیری از توان آنها در فعالیت‌های اجتماعی است که با انسجام بیش از گذشته درون سازمانی و جذب چنین نیروهایی بعنوان بازوی کمکی و هم‌مراهم می‌توان فعالیت‌های گسترده‌تری در زمینه امور خیر و عام المنفعه جمعیت هلال احمر داشت.

حجت الاسلام و المسلمین عبدالحسین معزی با اشاره به حدیثی از رسول الله ﷺ با مضمون اینکه از ما نیست کسی که شب را به روز رساند و به فکر مردم نباشد، گفت: سفارش صریح پروردگار عالمیان، نافع بودن انسان برای جامعه است و اگر چه تمام موجودات در خدمت انسان و بشریت هستند، اما مختار بودن انسان برای خدمت‌گزاری به همنوعان، او را نسبت به سایر موجودات ممتاز گردانیده است. سازمان داوطلبان، محلی برای زنده نگاه داشتن و یادآوری این نقش و فطرت انسانی است که می‌توان گفت کاری پیامبرگونه است چرا که نعمت‌های فراموش شده خداوند را یادآوری و اندیشه‌های گرانبها را در جامعه نشر می‌دهد تا از این طریق انسان‌ها را به سوی خیر و نیکی رهنمون سازد.

رئیس سازمان داوطلبان جمعیت هلال احمر نیز در این آیین، ضمن تقدیر از تلاش‌ها، همراهی، سعه صدر و روحیه صبورو منش عالمانه حجت الاسلام مهدی فقیه، راه‌اندازی دفتر نمایندگی ولی فقیه در این سازمان را منشاء برکات فراوانی دانست و خاطر نشان کرد: تذکره‌ها و راهنمایی‌های وی، اتفاقات خوبی را در خصوص اجرای بی‌نقص‌تر و تکامل یافته‌تر برنامه‌های داوطلبانه به ویژه

جلسه هماهنگی برگزاری دوره‌های امداد و نجات و تربیت مربی ویژه کانون‌های

« طلاب استان خوزستان برگزار شد. در این جلسه که با حضور مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر خوزستان و معاونین جوانان و آموزش جمعیت هلال احمر خوزستان برگزار شد، بر ضرورت آموزش‌های امدادی برای طلاب و روحانیون تاکید گردید. حجت الاسلام و المسلمین انصاری، مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در هلال احمر خوزستان در همین زمینه تاکید کرد: پس از سیل سال ۱۳۹۸ خوزستان و حضور فعال طلاب داوطلب و جهادی در کمک‌رسانی به سیل‌زدگان و همچنین حضور فعال طلاب در مبارزه با بیماری کرونا، لزوم گسترش کانون‌های طلاب و برگزاری دوره‌های آموزشی برای طلاب بیش از پیش احساس می‌شود.

در ادامه این نشست هریک از معاونین آموزش و جوانان به بررسی راهکارهای گسترش و تسریع آموزش‌های امدادی ویژه طلاب و روحانیون پرداختند و نقطه نظرات خود را بیان کردند. شایان ذکر است که دفتر نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر خوزستان پیش از این جلسات متعددی با همکاری مرکز مدیریت حوزه‌های علمیه برادران و خواهران استان پیرامون کانون‌های طلاب برگزار نموده و روند جذب اعضای این کانون‌ها، با همت معاونت‌های جوانان و آموزش و دبیران کانون‌ها گسترش چشم‌گیری داشته است. □

یک مهربانی مومنانه

مشارکت طلاب و روحانیون در کمپین نذر آب

«یک بطری بزرگ آب معدنی که داخلش دو گل سرخ قرار گرفته» این تصویر ابتدایی «نذر آب» است. کمپینی که می‌خواهد به یاری هموطنان ما در سیستان و بلوچستان بشتابد. در واقع «نذر آب» تلاشی فداکارانه و مردمی برای کاهش رنج آسیب‌دیدگان ناشی از خشکسالی در استان‌های سیستان و بلوچستان، کرمان و خراسان جنوبی است. این کمپین به دنبال آن است تا با افزایش سطح مشارکت‌های مردمی به استمرار این خدمت کمک کند. شاید حالا که این روزها تمام حرف اهالی نذر آب این است که آسیب‌دیدگان خشکسالی را دریابیم، این کمپین راهی برای رسیدن به بخش کوچکی از این هدف باشد. ■

«این کمپین، شخصی نیست!»

قشرهای مختلف به کمپین نذر آب واکنش نشان داده و از پیوستن به آن استقبال کرده‌اند. در این کمپین بازیگر، کارمندی داوطلبی که در سازمان‌های مردم‌نهاد مختلف مشغول فعالیت است را می‌بینید.

طلاب و روحانیون داوطلب جمعیت هلال احمر نیز یکی از این گروه‌های جهادی هستند که آستین خود را برای فعالیت داوطلبانه بالا زده‌اند. مشارکت طلاب و روحانیون نیز در این طرح موضوعی است که این روزها در میان کاربران فضای مجازی با برداشته‌های مختلفی مواجه شده است. گروه‌های مختلف جهادی در میان طلاب و روحانیون سعی کرده‌اند با برنامه‌ریزی در این طرح فعالیت و حضور داشته باشند.

«لیخند همراهی»

انتشار عکس‌هایی از روحانیونی که در فعالیت‌های اجتماعی همراه شدند، در سال‌های اخیر در فضای مجازی با بازخوردهای مناسب و بسیاری همراه شد. برخی از کاربران در توصیف این اتفاق نوشته‌اند و آن را تابلویی دوست‌داشتنی از مردم ایران که نشان دهنده وحدت میان آنهاست، دانسته‌اند. برخی دیگر هم حضور روحانیت را بدون هیچ توقعی و تنها بر اساس رسالت ذاتی خود و برگرفته از تعالی و آموزه‌های دینی عنوان کرده‌اند.

«برای لیخند، برای امید»

جهادگران استان گیلان یکی از گروه‌های داوطلبی بوده‌اند که در طرح نذر آب چهار با هدف تامین آب پایدار در شهرستان فهرج استان کرمان مشارکت داشته‌اند. در این طرح که با مشارکت دفتر نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر استان صورت گرفته است، ۷۳۰ میلیون تومان کمک‌های جمعیت هلال احمر گیلان در قالب ۵۲ بسته معیشتی و... به نیازمندان ارائه شده است. حجت‌الاسلام چهری همچنین از اعزام کاروان سلامت متشکل از تیم درمان در این طرح خبر داد. بنا به گفته مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر، بازدید از خانواده شهدا و ایثارگران و اقدامات فرهنگی نیز در این طرح اجرا شده است.

«همه برای ایران»

طرح نذر آب ۴ در استان هرمزگان در دو شهرستان میناب و سیریک با کمک استان‌های گلستان، فارس و بوشهر در حال اجرا است. حجت‌الاسلام و المسلمین مهدوی و شهبابی مسئولین دفتر نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر استان‌های گلستان و هرمزگان نیز در طرح سه روزه نذر آب ۴ در بخش سندرک شهرستان میناب استان هرمزگان حضور یافتند. در این طرح که در بخش سندرک شهرستان میناب انجام شد در روستاهای این بخش از



برگزاری نشست کانون طلاب المهدي

نشست صمیمی اعضای کانون طلاب المهدي چهار محال و بختیاری با حضور نمایندگی ولی فقیه در استان، معاونت جوانان جمعیت، دبیر مجمع جوانان استان، رئیس و همکاران شعبه بروجن جمعیت هلال احمر برگزار گردید.

در ابتدای این نشست، حجت‌الاسلام والمسلمین ملکی ضمن خیر مقدم گفت: بسیار خرسندیم که توانستیم در سفره خدمت گذاری به مردم، با انجام فعالیت‌های داوطلبانه کانون طلاب هلال احمر همراهی و مشارکت نماییم. نمایندگی ولی فقیه در استان افزود: یکی از سختی‌های صعود انسان، خدمت به خلق است و وظیفه اخلاقی هر مسلمانی خدمت به مردم است. در زمان بحران، هر کمکی جمعیت هلال احمر بخواهد قطعاً طلاب و روحانیون همراه خواهند بود و مناسب است تا هلال احمر هم برنامه‌ریزی دقیقی در اختیار داشته باشد تا بتوانیم خدمات بیشتری را ارائه نماییم و از ظرفیت موجود، بهترین بهره‌برداری را در جهت خدمت داشته باشیم.

حجت‌الاسلام والمسلمین جعفری مسئول دفتر حوزه نمایندگی ولی فقیه در هلال احمر نیز خاطر نشان کرد: هلال احمر رسالت انسانی دارد و مربوط به قوم و رنگ خاصی نیست و به تمام مظلومان دنیا کمک می‌نماید. وی تصریح کرد: رسالت طلاب مانند اهداف هلال احمر، یعنی خدمت به مردم است و روحانیون نیز ادامه دهنده راه پیامبر اکرم ﷺ هستند و اهداف پیامبر ﷺ برای همگان و نه برای گروه خاص است، بنابراین، جمعیت هلال احمر نیز برای تمام مردم است. حجت‌الاسلام والمسلمین جعفری افزود: خرسندیم که در جمع طلاب جوان، روحانیون و مسئولان شهرستان بروجن حضور یافته ایم و لزوماً نباید عضو جایی باشیم تا به مردم خدمت کنیم و این مهم در جمعیت هلال احمر به عنوان یک موسسه عام المنفعه به خوبی تعریف شده و بنابراین کمک به دیگران، دلیل نیاز ندارد. برای کمک به نیازمندان و آسیب دیدگان، علی‌الخصوص در مواقع بحرانی و حوادث، نیازمند آموزش‌های لازم به افراد جامعه و هدف هستیم که این آموزش‌ها در جمعیت هلال احمر به خوبی نهادینه و ارائه شده است. ■

آن رفع مشکل کم‌آبی در مناطق محروم و درگیر خشکسالی است، خدمات بهداشتی و درمانی، معیشتی و تبلیغی نیز در قالب کاروان سلامت ارائه می‌شود. وی رفع مایحتاج ضروری نیازمندان همچون نیازهای دارویی، غذایی و فرهنگی را نیز از دیگر اقدامات این طرح برشمرد.

«حضور روحانیون و تقویت اعتماد»

بنا به گفته وی، در این طرح مسئولان دفتر استان‌های مرکزی و تهران نیز حضور داشته است. حجت‌الاسلام والمسلمین اصغری حسامیه در این خصوص اضافه کرد: طلاب بومی و غیر بومی شیعه و اهل سنت در این طرح مشارکت فعال داشته‌اند. مشارکتی که به صورت فعالیت اجرایی و میدانی بوده است. وی یکی از نکات مثبت طرح نذر چهار آب را افزایش مشارکت بزرگان مذهبی در این طرح از جمله حوزه علمیه زهک و نقش آفرینی گسترده موسسات خیریه دانست. شهرستان‌های هیرمند، کنارک، دشت یاری، مهرستان، ایرانشهر، دلگان، سیب و سوران و زهک از استان سیستان و بلوچستان، شهرستان‌های درمیان، سربیشه و نهبندان از استان خراسان جنوبی، شهرستان‌های سیریک و میناب از استان هرمزگان و شهرستان‌های نرماشیر و فهرج از استان کرمان، مناطق تحت پوشش نذر آب هستند.

جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران، پویش ملی نذر آب را از سال ۱۳۹۷ به منظور ارتقای سطح سلامت آب شرب و رفع مشکلات زیستی خانوارهای مناطق محروم که با خشکسالی مواجه هستند، آغاز کرد. نذر آب یک اتفاق خوب و امید بخشی است برای نجات مردم مناطق محروم از هیولای خشکسالی، هر چند بدون شک کارزار نذر آب تنها راه مهار خشکسالی در ایران نیست. زنگ خشکسالی در کرمان، خوزستان، خراسان و حتی تهران به صدا درآمده و اگر می‌خواهیم گرفتار خشکسالی نشویم راهکار این است: باید از خودمان شروع کنیم و درست مصرف کنیم. ■



جمعیت هلال

احمر جمهوری

اسلامی ایران،

پویش ملی

نذر آب را از

سال ۱۳۹۷ به

منظور ارتقای

سطح سلامت

آب شرب و رفع

مشکلات زیستی

خانوارهای

مناطق محروم

که با خشکسالی

مواجه هستند،

آغاز کرده است

گزارشی از نشست علمی- تخصصی
«حفظ محیط زیست؛ یاریگری خلاقانه»

اعتماد مردم لازمه موفقیت در حفظ محیط زیست است

نشست علمی- تخصصی «حفظ محیط زیست؛ یاریگری خلاقانه» با محور اصلی «جایگاه مشارکت اجتماعی در حفظ محیط زیست» چندی پیش در ساختمان صلح جمعیت هلال احمر برگزار شد. «محمد درویش»، پژوهشگر و کنشگر محیط زیست در این نشست به مباحثی همچون موانع اخلاقی در تحقق کنش داوطلبانه در محیط زیست و واکاوی مولفه مشارکت اجتماعی در فرآیند حفظ محیط زیست پرداخت، همچنین در این نشست تأثیر حوزه فرهنگ نیز در تحقق این امر مورد بررسی و تحلیل قرار گرفت. آنچه در ادامه می آید، گزارشی از این نشست علمی- تخصصی است. ■

در آغاز این نشست، محمد درویش به تبیین رابطه دوگانه یاریگری در جمعیت هلال احمر و یاری گری در محیط زیست پرداخت. به نگاه این فعال اجتماعی بین این دو موضوع رابطه مستقیمی وجود دارد؛ به طوری که اگر یاری گری در امر محیط زیست افزایش یابد، بحران و چالش های پیش روی جمعیت هلال احمر کاهش پیدا می کند. او در توضیح این مسأله خاطر نشان کرد: «در هر کشوری، اگر سازمان های مقابله با بحران و امداد رسان فعالیتی کمتری را دنبال کنند، در آن کشور به اصطلاح حکمرانی مطلوب تری فعال بوده است. یکی از مولفه های مهم در این حکمرانی مطلوب هم حفظ محیط زیست است.»

این کنشگر اجتماعی ضمن تقدیر از فعالیت محیط زیستی جمعیت هلال احمر و توجه این سازمان مردم نهاد به مسأله یاری گری افزود: «یک شاخص در دنیا وجود دارد با عنوان سرزمین شاد. این شاخص از سال ۲۰۰۶ برای رتبه بندی کشورها رسماً وارد ادبیات بین المللی شد. در این کشورها به این نتیجه رسیده اند که سنجش و ارزیابی با تمرکز بر شاخص ثروت و درآمد مولفه مطلوبی برای ارزیابی از وضع کنونی جهان نیست. بر این اساس، ملت هایی که تولید ناخالص بیشتری دارند، دلیلی بر آن نیست که در آن جامعه نرخ افسردگی، نرخ خودکشی و نرخ رضایت از زندگی هم بیشتر باشد. به همین منظور شاخص ها و مولفه های دیگر همچون میزان شکاف طبقاتی و عدالت نیز مهم شمرده شد. به نگاه این کنشگر اجتماعی حفظ محیط زیست یکی از مهم ترین مصادیق در عدالت است. برابری میان تمام موجودات در یک سرزمین اعم از اینکه گیاه، انسان یا حیوان باشد. در واقع این موضوع با عنوان زیست سالاری در دنیا مطرح شد. محمد درویش در تبیین و توضیح عنوان زیست سالاری نیز عنوان کرد: «گذشت آن دوره که ما مطرح می کردیم اگر برای همه آحاد جامعه فارغ از رنگ پوست و شغل و مذهب شان برابری ایجاد کنیم، این جامعه توسعه یافته است؛ امروز جامعه ای را باید توسعه یافته نامید که علاوه بر این نگاه، برای همه زیست مندان حرمت حیات قایل شود.»



نقش فرهنگ در حفظ محیط زیست

به نگاه این کنشگر محیط زیست مفهوم مدنظر زیست سالار، نگاهی است که در تاریخ و پیشینه فرهنگی ایران روشن و عمیق می توان یافت. او در ادامه به آسیب شناسی و واکاوی این مسأله می پردازد که چرا این فرهنگ غنی امروز در برخی ابعاد روشن و آشکار نیست: «به قول استاد مرتضی فرهادی ما از غرب عقبتر نیستیم، ما از خود و فرهنگ مان عقب مانده ایم.» این پژوهشگر در ادامه به بازخوانی ابیاتی از شاعران فارسی زبان در اهمیت دیگر خواهی می پردازد: «ادبیات ما پیشینه غنی فرهنگی است. در مورد حفظ دیگری، فردوسی می فرماید: «سیاه اندرون باشد و سنگدل که خواهد که موری شود تنگدل / یعنی از نگاه فردوسی تو زمانی هم وطن هستی که امتداد زندگی تو منجر به آزار یک مورچه هم نشود، این یعنی همان اندیشه زیست سالاری.»

در ادامه این کنشگر اجتماعی به پیشینه دینی ایران اسلامی نیز در حفظ محیط زیست اشاره می کند: «بتهوون می گوید در نزد من جان یک درخت به اندازه یک انسان ارزش دارد؛ این جمله در غرب بسیار ستایش و تکرار می شود، اما در فرهنگ غنی دینی ما جملات و روایات به مراتب غنی تر از این جمله عنوان شده است. پیغمبر اسلام ﷺ می فرماید: نزد من شکستن شاخه ای از درخت همچون شکستن بال فرشتگان است.»

ما درخت افکن نه ایم آنها گروهی دیگرند

با وجود سد تبر، یک شاخ بی بر نشکنیم

به که وحشی را در این سودا نیازاریم دل

بیش از اینش در جراحت نوک نشتر نشکنیم

درویش با اشاره به این ابیات از وحشی باقی از توجه نکردن به این پیشینه های غنی فرهنگی انتقاد کرد و افزود: «در شهر بافق که محیط زیست ترین شاعر ایران را پرورانده، یک المان و نماد محیط زیستی از اشعار این شاعر در این شهر نمی بینیم! انتظار این است که دیوارهای شهر بافق با این مفاهیم غنی ترسیم شود، آرایه های محیط زیستی را

در شهر ببینیم. اما حالا کسی نمی داند خانه وحشی بافقی کجاست؟ زمانی که ما به این شکل با سرمایه های فرهنگی خود مقابله می کنیم، دیگر صحبت از دشمن بی معناست!» این پژوهشگر اجتماعی، فرهنگ ایران را غنی ترین فرهنگ در یاریگری دانست و افزود: «شما در کدام اساسنامه و کتابچه، آیین نامه، تعریف زیباتری از جمله شیخ ابوالحسن خرقانی می یابید؛ هر که در این سرا درآید نانش دهید، نانش دهید و از ایمانش مپرسید. چه آنکس که به درگاه باری تعالی به جانی ارزد البته بر خوان بوالحسن به نانی ارزد. این یعنی همان حقوق بشردوستانه و آن اصول که غرب امروز دم از آن می زند و سعی دارد با این اصول خود را مطرح سازد.»

این کنشگر اجتماعی در تکمیل این بخش از صحبت های خود افزود: «شما اگر منشور پارسوماش را مطالعه کنید، می بینید که چه نگاه کرامت محورانه در این منشور حاکم است. به فهم آب رسیدن و گندم را گرامی داشتن، این آیین من است. پس هر که رونده ای را بیازارد، جهان را آزرده است. او که درختی را بی افکند، بی اجاق خواهد مُرد. او که آب را بی الاید، روان خویش را آلوده است. امروز بعید می دانم همه دانشمندان محیط زیست آب، زمین شناسی و کشاورزی بتوانند چنین دستورالعمل غنی را در مورد حقوق حیوانات و اهمیت محیط زیست منتشر کنند.» به نگاه این کنشگر اجتماعی، توجه به این مفاهیم غنی می تواند زمینه ساز ایجاد انگیزه و مشارکت اجتماعی در امر حفظ محیط زیست شود.

او در ادامه به آسیب شناسی توجه نکردن به این فرهنگ غنی اشاره و خاطر نشان کرد: «برآوردها می گوید ما در حدود سی میلیون بلوط را طی دو دهه اخیر در زاگرس و شش میلیون شمشاد را طی پنج سال اخیر در هیرکانی از دست داده ایم. این شمشادها در هیچ کجای عالم خاکی یافت نمی شوند. یک کتاب خطی یگانه است.» به نگاه این محقق بی اعتمادی، فروپاشی سرمایه اجتماعی و کاهش یاریگری از جمله نتایج این توجه نکردن به مسأله حفظ محیط زیست بوده است. ما شجاعت جراحی وضع عمومی



اگر کودک ما

ایران را شناخت،

عاشق آن

می شود؛ چقدر

ما از زمان آموزش

در مدارس به

این می پردازیم

که کودکان مان

را با طبیعت

این سرزمین

آشنا کنیم. آیا

به قدری که

اصرار بر آموزش

زبان های مختلف

داشته ایم، به

مسأله یادگیری

زبان طبیعت هم

اصرار ورزیده ایم؟

جامعه را نداشتیم و این موضوع سبب شده است از روحیه دیگرخواهی در جامعه کاهش و کاسته شود. جامعه ای که از آتش سوزی در جنگل بی تفاوت عبور می کند، در کنار لاشه یک حیوان می ایستد و به دوربین لبخند می زند و عکس می گیرد.» او در ادامه بر ضرورت شناخت این فرهنگ تأکید کرد و افزود: «اگر کودک ما ایران را شناخت، عاشق آن می شود؛ چقدر ما از زمان آموزش در مدارس به این می پردازیم که کودکان مان را با طبیعت این سرزمین آشنا کنیم. آیا به قدری که اصرار بر آموزش زبان های مختلف داشته ایم، به مسأله یادگیری زبان طبیعت هم اصرار ورزیده ایم؟»

این کنشگر اجتماعی در ادامه با بیان اینکه داوطلبانه باید مدافعه کرد در عرصه محیط زیست باشیم، به اهمیت آموزش مودت و یاریگری در مدارس کشور اشاره کرد و افزود: «نظام آموزشی که دائماً دانش آموزان را در میدان رقابت قرار می دهند، چگونه می تواند مودت و یاریگری را تبلیغ و تبیین کند؟ در این نظام رقابتی که کودک با نگاه طبقاتی رشد می یابد، اگر روزی موفق هم شود، کشور را به مانند هتل می بیند که اگر خدمات دهی مناسبی نداشت، رها کند. برای افزایش ستاره این هتل نمی جنگد، حتی اگر خود فرد بی ستاره بماند. باید نسلی را پرورش دهیم که نیاز نباشد در خصوص بدیهیات به آنها توضیح دهیم و برای همین محیط زیست تلاش می کند که با کمک جوانان علاقه مند به کشور مدارس طبیعت با شتاب بیشتری رشد پیدا کند.»

او در پایان این پرسش را مطرح کرد که چگونه جمعیت هلال احمر می تواند به جایگاه حقیقی خود در این زمینه دست یابد. او در توضیح این پرسش عنوان کرد: «اگر هلال احمر توانست بی ملاحظه و صریح نقد کند و با مردم صحبت و گفتگو داشته باشد و با صریح ترین شکل ممکن مردم در این مجموعه فعالیت کنند، آن زمان به نقطه تعالی و بالندگی خود رسیده است. ما در هر موفقیت محیط زیستی که در کشور داشته ایم، این نکته را دریافته ایم که اعتماد مردم زمینه ساز آن بوده است.» ■

LIVE

۳ شهریور ماه

ساعت یازده صبح

حفظ محیط زیست یاریگری خلاقانه

(با تکیه بر تجربه زیسته)

مدرسه یاریگری
گفتگو با جناب آقای محمد درویش
پژوهشگر و کنشگر حوزه محیط زیست

نگاهی کوتاه به خدمات مرکز توانبخشی هلال احمر اهواز
برای جانبازان و معلولان

پایی که جا ماند دستی که ترمیم شد

مرکز توانبخشی هلال احمر اهواز از اولین مراکز توانبخشی هلال احمر کشور است و در سال ۱۳۶۳ راه اندازی شد؛ در سال های نخست جنگ تحمیلی که مردم غیرنظامی و رزمنده ها آسیب های جسمی مختلفی را از جنگ تجربه می کردند. تا قبل از راه اندازی این مرکز جانبازان جنگ و مجروحانی که به توانبخشی نیاز داشتند، باید خودشان را به مرکز جامع توانبخشی تهران می رساندند. با تحویل ساختمان این مرکز به هلال احمر اهواز و تجهیز آن، نه تنها استان خوزستان، بلکه جانبازان استان های فارس و ایلام و چهارمحال و دیگر استان های همسایه هم به این مرکز مراجعه می کردند تا جای خالی عضو از دست رفته را با اعضای مصنوعی و امکانات توانبخشی پر کنند.

سی و هفت سال پیش بود که تیمی ۴۰ نفره از خوزستان راهی مرکز توانبخشی هلال احمر تهران شدند تا دوره های فشرده و عملی لازم برای ارایه خدمات توانبخشی را بگذرانند. ساختمان مرکز جامع توانبخشی خیلی زود مجهز شد و کارشناسان آموزش دیده کار خود را شروع کردند.

«صباح عنافجه» رئیس پلی کلینیک توانبخشی هلال احمر خوزستان می گوید: «مرکز توانبخشی هلال احمر اهواز به مرور تجهیز شد. دستگاه ها و تجهیزات مختلف این مرکز که اغلب از آلمان وارد شده بود، به کار گرفته شد تا جانبازان و مجروحان جنگ بتوانند از آن استفاده کنند. این مرکز در دهه ۶۰ و ۷۰ یکی از مجهزترین مراکز توانبخشی کشور بود. از استان های دیگر هم برای دریافت خدمات توانبخشی به اینجا مراجعه می کردند. البته بنیاد جانبازان در صورت نیاز برای این افراد جایی برای اقامت تدارک می دید. چون ممکن بود فردی برای انجام کارهای توانبخشی روزهای پیاپی در اهواز بماند. دستگاه ها و تجهیزات مختلف این مرکز که اغلب از آلمان وارد شده بود، به کار گرفته شد تا جانبازان و مجروحان جنگ بتوانند از آن استفاده کنند. این مرکز در دهه ۶۰ و ۷۰ یکی از مجهزترین مراکز توانبخشی کشور بود. از استان های دیگر هم برای دریافت خدمات توانبخشی به اینجا مراجعه می کردند.»

خستگی از جان بیرون می کنیم

از همان سال های نخست فعالیت مرکز توانبخشی هلال احمر خوزستان، افرادی به جز جانبازان هم از خدمات آن استفاده می کردند. اما گسترده بودن نیاز به چنین مرکزی در اهواز و نزدیک به مناطق جنگی، مهم ترین دلیل راه اندازی این مرکز در جنوب کشور بود. جانبازان جنگ تحمیلی هنوز هم گاهی برای تعویض پروتزها و ارتزها یا دریافت دیگر خدمات سری به این مرکز می زنند. با این حال، این روزها بیشترین مراجعان این مرکز افرادی که در حوادث مختلف عضوی از بدن خود را از دست داده اند، تشکیل می دهند یا افرادی که از بدو تولد دچار نقص عضو هستند.

عنافجه می گوید: «مهم ترین دلخوشی مادر مرکز توانبخشی این است که فردی که توانایی راه رفتن و دیگر حرکات بدن خود را از دست داده، آن را با بیابید. مدتی قبل بود که برای یک بچه که از بدو تولد امکان راه رفتن نداشت، پروتز تهیه کردیم. همه کارشناسان مرکز توانبخشی روزی را به خاطر داشتند که این کودک برای حرکت کردن باید خودش را روی زمین می کشید. با شروع راه رفتنش و تمرین برای استفاده از پروتز، خستگی از جان همه کارشناسان بیرون رفت.»

با گذشت حدود ۴۰ سال از تأسیس این مرکز توانبخشی و با پایان جنگ، هنوز هم تعدادی از جانبازان اهواز برای استفاده از خدمات توانبخشی به این مرکز مراجعه می کنند. □

نهیض ما برآمده از نهیض عاشورا

نماینده ولی فقیه در جمعیت هلال احمر در ادامه به مظلومیت ایران در هشت سال دفاع مقدس اشاره و تصریح کرد: «در جنگ عراق استکبار جهانی از غرب و شرق علیه ایران از هیچ کمکی به صدام دریغ نکردند، اما از آن جا که جبهه های حق علیه باطل، تجلی گاه حماسه عاشورای حسینی بود در نهایت همچون عاشورای حسینی خون بر شمشیر پیروز شد و فداکاری های شهیدان ما نتیجه داد. رزمندگان به ما درس مقاومت دادند؛ ما در جنگ با تمام توان علاوه بر مقابله با صدام توانستیم غرب و شرق را شکست دهیم». وی در ادامه ایستادگی هشت ساله ملت ایران در جنگ تحمیلی را برآمده از نهیض عاشورا دانست و تصریح کرد: «نقش بی نظیر خانواده های شهدا به واسطه تربیت چنین فرزندان و همچنین صبر و بردباری آنان به پیروی از خاندان امام حسین علیه السلام و مکتب عاشورا دراز دست دادن عزیزان خود ستودنی است.»

بیداری اسلامی منطقه برآمده از انقلاب اسلامی

نماینده ولی فقیه در جمعیت هلال احمر با بیان اینکه شهدای ما آگاهانه راه خود را انتخاب کردند، خاطر نشان کرد: «شهدای هشت ساله جنگ تحمیلی برای شکست دشمن تا آخرین قطره خون جنگ کردند و خود را فدای اسلام کردند. رشادت های شهیدان و ادامه راه آنان از سوی نسل امروز در سنگرهای مبارزاتی علیه ظلم سبب شده است تا انقلاب اسلامی در این مدت پایدار باشد.»

نماینده ولی فقیه در هلال احمر در بخش دیگری از سخنان خود تاکید کرد: کشور های اسلامی هم امروز با تاسی از فرهنگ دفاع مقدس و انقلاب اسلامی در مسیر عدالتخواهی و آزادی گام برداشتند و با بیداری اسلامی دست بیگانگان را از کشورشان کوتاه کردند. وی با اشاره به این که هدف دشمن از جنگ علیه ایران نه تخریب کشور که نابودی انقلاب اسلامی بود، خاطر نشان کرد: گرمی می داریم یاد و خاطره همه ایثارگران و از جان گذشتگانی که در این راه مقدس ماندگار شدند؛ به ویژه ۴۸۹ شهید امدادگر جمعیت هلال احمر که در راه تسکین درد و رنج حاصل از تجاوز دشمن در کنار رزمندگان اسلام ایستادگی و مقاومت کردند و این نظام مقدس را ماندگار ساختند.

دفاع از ارزش های انسانی؛ هدف هلال

حجت الاسلام والمسلمین معزی در پایان تصریح کرد: «بخشی از برگ های زرین کتاب پرافتخار دفاع مقدس متعلق به امدادگران جبهه های حق علیه باطل است. دفاع از ارزش های انسانی، ایجاد حس تعاون و کمک به یکدیگر در جامعه، تلاش در راه سلامت جامعه، کوشش برای دوستی و تفاهم میان ملت ها از بارزترین اهداف و مأموریت های جمعیت هلال احمر است که در طول دهه های مختلف متجلی و نمایان بوده است و در طول سال های جنگ تحمیلی این اهداف و مأموریت ها با درخشش بیشتری مشهود و نمایان شده است.» □



اهمیت اسوه سازی از شهدا

نماینده رهبر معظم انقلاب اسلامی در جمعیت هلال احمر یادآور شد: «شهدا افتخار ملت ایرانند، چه از نگاه دینی که رتبه و مقام رفیعی دارند و در پیشگاه خداوند زنده هستند و چه از منظر ملی و مردمی که به سبب خدمتی که به جامعه خویش کرده اند موجب افتخار هستند.»

نماینده ولی فقیه در هلال احمر در ادامه در توصیف جنگ آن را به دو قسم تهاجمی و دفاعی تقسیم کرد و افزود: «جنگ تهاجمی جنگ صدام بود که روز ۳۱ شهریور ماه به ۱۹ فرودگاه کشور ما حمله کرد. اما جنگ دفاعی جنگ برای دفاع است. خداوند می فرماید بجنگید با آنان که با شما می جنگند. رزمندگان ما در این جنگ حضور یافتند و افتخاراتی را رقم زدند.»

بازخوانی یک وصیت

نماینده رهبر انقلاب در ادامه سخنان خود به بازخوانی بخشی از وصیتنامه یک شهید پرداخت. حجت الاسلام والمسلمین معزی در این باره تصریح کرد: «در یک مسجد در غرب تهران سخنرانی می کردم، آن جا وصیتنامه ای از یک شهید خواندم با این مضمون "خدای تومی دانی که اگر خانه، پدر و مادر و آسایش خود را رها کردم، فقط برای تو بوده است، خدای از اینکه کلمه من را به کار می برم، مغفرت می طلبم." این عبارت ها در منابع عرفانی ما نیز کم نظیر است، کجا درس خوانده است این شهید؟ این مکتب ملاحظه کنی همدانی، مکتب بزرگانی همچون سید علی قاضی و امام (ره) است. بله به راستی شهدا، عرفایی بوده اند که از گوشه حجره و خانقاه ها به میدان زندگی و میدان جنگ آمدند.»

نماینده رهبر معظم انقلاب در هلال احمر:

بخشی از افتخارات دفاع مقدس، متعلق به امدادگران جبهه هاست

آیین یادواره ۴۸۹ امدادگر شهید هلال احمر در دفاع مقدس با حضور حجت الاسلام والمسلمین معزی، نماینده ولی فقیه در جمعیت هلال احمر، رئیس، دبیر کل و برخی از کارکنان جمعیت و جمعی از رزمندگان هشت سال جنگ تحمیلی برگزار شد.

حجت الاسلام والمسلمین معزی در این مراسم با اشاره به شجاعت ها و فداکاری های شهدا در هشت سال دفاع مقدس امنیت، آرامش و اقتدار کنونی کشور را مرهون رشادت ها و جانبازی های آنان دانست. وی «دفاع مقدس» را از پرافتخارترین برگ های تاریخ انقلاب اسلامی دانست و تصریح کرد: «دشمنان با شروع جنگ هشت ساله در ۳۱ شهریور ماه ۱۳۵۹ یقین داشتند می توانند نظام اسلامی ایران که ۱۹ ماه از آن می گذشت را از میان بردارند، اما این ملت ایران و نظام مقدس جمهوری اسلامی است که با تقدیم ۲۰ هزار شهید و هزاران جانباز دشمنان خود را شکست می دهد.»

دفاع برای خدا؛ جنگ را مقدس کرد

نماینده ولی فقیه در جمعیت هلال احمر به آغاز هفته دفاع مقدس و خاطراتی از روزهای آغازین جنگ هم اشاره کرد و افزود: «در ابتدای جنگ تحمیلی، تصور دشمن این بود که جنگ چند روز بیشتر طول نمی کشد اما کشور و مردم ما طی هشت سال ایستادگی کردند و شهدای بسیاری را تقدیم انقلاب کردند. ما در برابر خون شهدا مسئول هستیم. جنگ سخت بود، فاجعه آمیز، مصیب بار و دردناک بود، اما آنچه آن را مقدس و افتخار آمیز کرد، جهاد فی سبیل الله جنگ در راه خدا بود.»

نماینده رهبر معظم انقلاب «دفاع مقدس» را از پرافتخارترین برگ های تاریخ انقلاب اسلامی برشمرد و خاطر نشان کرد: «این درخت ارزشمند انقلاب اسلامی با خون شهیدان آبیاری و ماندگار شد. نصر پیروزی و یاری خدا در پرتو آن همه جانبازی، ایثارگری و خودگذشتگی ها اتفاق افتاد. امروز می بینیم که پیش از ۴۰ سال است که مردم ایران عزیز در زیر سایه نظام مقدس جمهوری زندگی می کنند.» حجت الاسلام والمسلمین معزی هشت سال دفاع مقدس را یکی از پرافتخارترین برگ های تاریخ پرفراز و نشیب انقلاب اسلامی و تداعی کننده یکی از زیباترین جلوه های تاریخ انقلاب دانست که در آن حماسه ایستادگی و مقاومت متجلی شد.

مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه
هلال احمر استان قم معرفی شد

جوانان سرمایه‌های اصلی هلال احمر هستند

حجت الاسلام والمسلمین مهدی فقیه، مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه هلال احمر قم، ضمن بازدید از مجموعه مرکز امور جوانان، اتاق آماده عملیات تیم‌های سحر و... جمعیت استان، اظهار کرد: حضور جوانان در فعالیت‌های هلال احمر و وجود سازمان مربوطه در این مجموعه امری واجب و ضروری است و جوانان و داوطلبان در واقع سرمایه‌های اصلی جمعیت هستند.



مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه هلال احمر استان قم با ذکر این نکته که جمعیت هلال احمر دستگاهی چند بعدی است و در ارائه خدمات داوطلبانه سرآمد سایر دستگاه‌هاست تصریح کرد: آینده کشور در دست جوانان است و تمام امور هلال احمر نیز بر پایه جوانان و داوطلبان قرار داشته و پیشرفت‌های بیشتر در این سازمان باعث رشد و شکوفایی افزون‌تر جمعیت هلال احمر خواهد بود.

وی جوانان را سرشار از شور و نشاط جوانی و دارای انگیزه خواند و گفت: در خانواده هلال احمر، این جوان‌ها هستند که باید با توجه به جایگاه مهمی که دارند بیشتر به آنها پرداخته شود و این مهم با توجه به شبهات زیاد فرهنگی و مذهبی که در این نسل وجود دارد می‌بایست مورد تأکید قرار گیرد که ضرورت برنامه‌ریزی دقیق‌تر برای این نسل را گوشزد می‌کند.

مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر استان قم افزود: جهت اجرای بهینه برنامه‌ها، نیازمند هماهنگی میان امکانات موجود و برنامه‌ریزی در بخش‌های مختلف هستیم. امروزه نگرش اصلی جامعه به نسل جوان قرار گرفته و این مهم مستلزم تشکیل «اتاق فکر فرهنگی» برای جوانان است.

حجت الاسلام والمسلمین فقیه ادامه داد: بایستی از ظرفیت جوانان در راستای پیشبرد اهداف مرتبط با ایشان استفاده کنیم و یکی از ظرفیت‌های مهم جوانان را ایجاد نگرش ارزشی دانست و اجرای برنامه‌های ارزشی باید در راس امور برنامه‌های فرهنگی قرار گیرد تا انگیزه جوانان را جلب نماید.

چندی پیش و پس از درگذشت حجت الاسلام والمسلمین سید مصطفی علامه مهری مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر استان قم، آئین معارفه مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر استان قم با حضور معاون فرهنگی و امور آموزشی و پژوهشی حوزه نماینده ولی فقیه در جمعیت هلال احمر، بهرامی مدیر عامل جمعیت هلال احمر استان قم، مهندس مجید معزی مشاور و مدیرکل حوزه نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر، فرزند مرحوم حجت الاسلام والمسلمین سید مصطفی علامه مهری مسئول فقید دفتر نمایندگی ولی فقیه در هلال احمر استان و دیگر مدیران و مسئولان برگزار شده بود.

در این مراسم از خدمات و تلاش‌های ارزنده عالم ربانی مرحوم حجت الاسلام والمسلمین سید مصطفی علامه مهری تقدیر و حجت الاسلام والمسلمین مهدی فقیه به عنوان مسئول جدید دفتر نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر استان قم منصوب و معارفه شد. حجت الاسلام والمسلمین سید مصطفی علامه مهری مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر استان قم، اندیشمند، نویسنده، مترجم و استاد حوزه و دانشگاه در روز ۲۵ خرداد ماه سال جاری دارفانی را وداع گفت و پیکر پاک وی در امامزاده علی ابن جعفر علیه السلام آرام گرفت. □

برگزاری جلسه هماهنگی کانون‌های طلاب خواهران استان کرمانشاه

جلسه هماهنگی و سازماندهی کانون‌های طلاب حوزه علمیه خواهران استان کرمانشاه برگزار شد. جلسه هماهنگی و سازماندهی کانون‌های طلاب حوزه علمیه خواهران استان با حضور مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر استان و مدیریت حوزه علمیه خواهران استان تشکیل شد. در این جلسه ضمن تشریح اهداف و برنامه‌های جمعیت هلال احمر و لزوم توجه جدی به ایجاد جامعه آموزش دیده و تاب‌آور در مخاطرات و حوادث مختلف و آثار آن در زندگی شخصی و اجتماعی آحاد جامعه و تبیین افق‌های فعالیت‌های مورد نظر، بر نقش بسیار موثر اقشار با انگیزه، متعهد و دارای روحیه جهادی تأکید و ضرورت سازماندهی بیش از پیش فعالیت‌های جهادی، امدادی، فرهنگی و حمایتی مدارس علوم دینی در بحر آنها مورد تأکید قرار گرفت.

همچنین در این نشست، ایجاد آمادگی‌های لازم از طریق آموزش‌های امدادی مدنظر جهت ایفای نقش منسجم و هماهنگ در عرصه مخاطرات جامعه با بهره‌مندی از ظرفیت‌های ارزشمند و موثر دو دستگاه بحث و تبادل نظر صورت پذیرفت. شایان ذکر است در جلسه هماهنگی کانون‌های طلاب خواهران استان، ضمن ارائه برنامه‌ها و راهکارها و تأکید بر هماهنگی‌های لازم، ضرورت ارائه خدمات متقابل فرهنگی و امدادی بین دستگاهی در شرایط مختلف اجتماعی به عنوان یک تکلیف اساسی و نیاز ضروری جامعه و از مصادیق عمل صالح و اقدامات خداپسندانه مورد تأکید قرار گرفت و طرفین آمادگی خویش را در زمینه هرگونه همکاری در این راستا اعلام نمودند. □

قدردانی امام جمعه بجنورد از جمعیت هلال احمر

امام جمعه بجنورد و همچنین نماینده مردم این شهر در مجلس شورای اسلامی، از اقدام هلال احمر برای برپایی بیمارستان صحرایی جهت درمان بیماران کرونایی تشکر کردند. حجت الاسلام والمسلمین رضا نوری امام جمعه بجنورد، از راه‌اندازی بیمارستان صحرایی جمعیت هلال احمر برای درمان مبتلایان به کرونا تشکر کرد. وی همچنین از اقدامات هلال احمر در ایجاد بانک امانات تجهیزات پزشکی قدردانی کرد و گفت: با توجه به تکمیل ظرفیت بیمارستان‌ها و بستری بیماران در منازل؛ برخی از هیات‌های مذهبی و مردم شهرستان بجنورد برای خرید دستگاه اکسیژن ساز و کپسول اکسیژن به جمعیت هلال احمر کمک کردند.

حجت الاسلام والمسلمین رضا نوری ضمن تشکر از راه‌اندازی بیمارستان صحرایی جمعیت هلال احمر در بیمارستان امام حسن علیه السلام افزود: تقاضای بنده این است که این کمک‌ها ادامه پیدا کند چراکه نیاز امروز مردم است و این کار خیر و با ارزش در نزد خداوند فراموش نخواهد شد. سید محمد پاک‌مهر نماینده مردم بجنورد در مجلس شورای اسلامی هم ضمن بازدید از خدمات مرکز ۱۶ ساعته تست کرونا، درمانگاه و داروخانه جمعیت هلال احمر استان گفت: جمعیت هلال احمر با تمام قوت در خراسان شمالی در ستاد کرونای استان به کمک علوم پزشکی آمده است و نمونه بارز آن راه‌اندازی مرکزی جامع با نیروهای متخصص و امکانات مناسب و لازم برای غربالگری و انجام تست سریع کرونا برای بیماران کرونایی است و با راه‌اندازی این درمانگاه‌های سیار، بار تراکم مراجعین به بیمارستان‌ها کاهش پیدا می‌کند. □

مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه
در هلال احمر خراسان رضوی تشریح کرد

اجرای ۵۰ برنامه فرهنگی در هلال احمر خراسان رضوی

حجت الاسلام والمسلمین اسدی با تشریح اقدامات این حوزه در شش ماهه اول امسال، به فعالیت‌های کانون‌های طلاب استان خراسان رضوی اشاره کرد و گفت: راه‌اندازی کانون در همه مدارس علمیه استان و همچنین صدور مجوز تأسیس کانون طلاب در نیشابور، مشهد و کاشمر از مهمترین آنها است.



مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر با اشاره به مشارکت فعالانه کانون‌های طلاب در طرح عامران سلامت تصریح کرد: برگزاری ۴ دوره و بینار آموزشی و همچنین مسابقات فرهنگی ویژه این کانون‌ها از دیگر فعالیت‌های دفتر نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر خراسان رضوی است.

حجت الاسلام والمسلمین اسدی به اقدامات علمی و آموزشی این حوزه در سطح استان خراسان رضوی پرداخت و افزود: آموزش احکام امداد و کمک‌های اولیه و ویژه نجات‌گران و همچنین پاسخگویی به سوالات شرعی آنان از مهمترین فعالیت‌های علمی آموزشی این حوزه است.

وی با تأکید بر اهمیت توجه به فریضه نماز جذب و ساماندهی و نظارت بر فعالیت‌های ائمه جماعات شعب استان را یکی از برنامه‌های اجرایی این حوزه در جمعیت هلال احمر استان خراسان رضوی دانست و خاطر نشان کرد: تجهیز نمازخانه‌های جمعیت هلال احمر استان و انعقاد ۲۳ مورد تفاهم‌نامه همکاری با ائمه جماعات از دیگر اقدامات در این زمینه است.

دیدارهای چهره به چهره با نجاتگران همواره در دستور کار است

مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در هلال احمر خراسان رضوی با بیان اینکه بازدید از پایگاه‌ها و شعب استان همواره در دستور کار این دفتر قرار دارد گفت: در شش ماهه اول امسال با حضور در پایگاه‌ها و شعب شهرستان‌های فیروزه، بجستان، کاشمر و چناران ضمن دیدار چهره به چهره و نجاتگران و امدادگران به بررسی مشکلات و پیگیری مطالبات آنان پرداخته شد.

حجت الاسلام والمسلمین اسدی به فعالیت‌های نظارتی این حوزه در جمعیت هلال احمر اشاره کرد و افزود: در همین زمینه کار گروه نظارتی استان تشکیل و در این مدت سه جلسه نیز برگزار شده است.

حجت الاسلام والمسلمین اسدی در پایان با پراهمیت دانستن اجرای برنامه‌های فرهنگی به منظور تقویت روحیه ایمان در بین اعضا و کارکنان این نهاد به برپایی بیش از ۵۰ نشست فرهنگی به مناسبت‌های مختلف در جمعیت هلال احمر خراسان رضوی اشاره کرد و گفت: در همین زمینه اجرای مسابقات کتاب و کتابخوانی و همچنین قرآن کریم از دیگر مباحث فرهنگی بود. □



با حضور مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در استان چهارمحال و بختیاری برگزار شد

مراسم افتتاح اتاق آماده تیم سحر هلال احمر

اتاق آماده تیم سحر استان چهارمحال و بختیاری با حضور مدیرعامل جمعیت هلال احمر استان، عضو شورای عالی جمعیت هلال احمر، مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در جمعیت هلال احمر استان و معاون امور جوانان افتتاح شد. ایرج کیانی بروجنی مدیرعامل هلال احمر استان در آیین افتتاح اتاق آماده تیم سحر در شهرکرد گفت: طرح ملی سحر در راستای توانمندسازی اعضای جوانان، افزایش تاب‌آوری جامعه، پیشگیری و کاهش عوارض روانی اجتماعی ناشی از حوادث، توانمندسازی و کمک به آسیب دیدگان برای بازگشت به زندگی عادی توسط سازمان جوانان جمعیت هلال احمر راه اندازی شده است.

وی در همین ارتباط افزود: هلال احمر به عنوان یک نهاد مردمی در بحث پیشگیری از آسیب‌های اجتماعی و برگزاری کارگاه‌های مختلف برای نوجوانان و خانواده‌ها پیشقدم بوده و در این راستا در صدد است نقشی هرچند کوچک اما موثر را ایفا نماید. کیانی تصریح کرد: در ساختار اتاق آماده تیم سحر یک فرمانده و ۳ عضو تیم خدمات کمک‌های اولیه روان شناختی، ۳ نفر عضو تیم مراقبت‌های بهداشتی در کاروان‌های نیکوکاری، ۴ نفر در خصوص حمایت از کودکان و نوجوانان، برنامه‌های مذهبی، فرهنگی و ورزشی در منطقه حادثه دیده فعالیت دارند.

در ادامه، حجت الاسلام والمسلمین علی اکبر جعفری مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در جمعیت استان نیز افزود: حوادث خبر نمی‌کنند و وظیفه هر انسانی بعد از حادثی مانند زلزله، سیل و... این است که به افراد حادثه دیده روحیه داده و حمایت نماید تا خدایی ناکرده دچار مشکلات نشوند که این نوع خدمت به مردم و حمایت‌ها از فرمایشات و تاکیدات ائمه بزرگوار است.

محمد صادق اسلامی فارسانی عضو شورای عالی جمعیت هلال احمر کشور هم در این مراسم گفت: خدمت‌رسانی به افراد دچار حادثه یکی از وظایف اصلی جمعیت هلال احمر به ویژه جوانان است و ما هم به عنوان یکی از اعضای جمعیت هلال احمر با تمام توان از جوانان برای پیشبرد اهداف والای آنان دفاع خواهیم کرد.

لازم به ذکر است کاهش بروز عوارض روانی و اجتماعی در بلایا و پیشگیری از تشدید عوارض روانی آسیب دیدگان و امدادگران، افزایش تاب‌آوری و توان انطباق افراد جامعه، سازماندهی و توسعه مشارکت اجتماعی مردم در بلایا از اهداف بسیار مهم طرح ملی سحر است. □



جشن میلاد پیامبر ﷺ و امام صادق علیه السلام برگزار شد

« مراسم گرامیداشت میلاد پیامبر اکرم ﷺ و امام جعفر صادق (ع) با حضور جمعی از مسئولان جمعیت، نماینده رهبر معظم انقلاب، دبیرکل، مدیران ستادی و کارکنان جمعیت هلال احمر جمهوری اسلامی ایران در فضای باز ساختمان صلح این نهاد مردمی و با رعایت پروتکل‌های بهداشتی برگزار شد.

در این مراسم حجت الاسلام والمسلمین سید مهدی موسوی نیا به تبیین فضائل و ویژگی‌های برجسته اخلاقی پیامبر اسلام ﷺ با توجه به آیات قرآن کریم پرداخت و الگوپذیری از ایشان را برای جامعه اسلامی امروز یک وظیفه دانست. مسئول دفتر نمایندگی ولی فقیه در سازمان داوطلبان ضمن تبریک هفته وحدت و اعیاد خجسته در وصف پیامبر اسلام ﷺ و امام جعفر صادق (ع) نیز سخنانی بیان نمود و ی همچنین در خصوص آیه شریف ۱۵۷ سوره اعراف توضیحاتی ارائه کرد.

اسوه حسنه، رسول و نبی، امی، موعود تورات و انجیل، آمر به معروف و نهی از منکر از جمله ویژگی‌های برجسته اخلاقی پیامبر اسلام ﷺ است که حجت الاسلام والمسلمین سید مهدی موسوی نیا در این سخنرانی با اشاره به این آیه مطرح کرد. این استاد حوزه در ادامه یکی دیگر از ویژگی‌های پیامبر اسلام را خرافه‌زدایی از عصر جاهلیت برشمرد و افزود: «اسلام دینی است که زنجیرهای عقاید خرافی و بی‌اساس را از دست و پای عقل انسان باز می‌کند و گستره عقلانیت و معنویت را در پیش دیدگان انسان می‌گشاید و او را به حیات معقول رهنمون می‌شود.»

وی یادآور شد: «ویژگی‌های دیگر رسول خدا این است که حضرت چیزهای پاک و پاکیزه و قابل استفاده را حلال اعلام نموده و خبیث و چیزهایی که برای انسان نامضری باشد حرام کردند.

در پایان این مراسم مداح اهل بیت (علیهم السلام) در مدح پیامبر اسلام ﷺ به مولودی خوانی پرداخت. □

برندگان شماره ۲۵

- ۹۳۶۴۲۶۵ **۴ محمد شریف خرق. خراسان رضوی، قوچان
- ۹۱۵۶۲۷۵ **۵ محمد رضا بلوچ زاده. خراسان رضوی، قوچان
- ۹۹۲۲۸۹۸ **۸ فائزه ارجمندزادگان. گرگان
- ۹۳۶۵۱۱۵ **۴ محمدی پور. گیلان
- ۹۱۷۰۰۱۲ **۶ سیده الهام طباطبایی. فارس، کازرون
- ۹۱۷۴۵۶۶ **۸ زهرا شبانی. فارس، کازرون
- ۹۱۹۴۷۸۰ **۴ رحمان اسعدی. تهران
- ۹۰۵۱۴۶۹ **۴ میلاد عصار. خراسان رضوی، مشهد
- ۹۱۲۷۸۹۴ **۹ الهام معروف مشاط. قزوین
- ۹۱۲۵۰۳۶ **۶ ثریا محمودیان. تهران
- ۹۱۸۳۴۹۲ **۴ کبری صوفی. مرکزی
- ۹۱۸۳۴۳۷ **۸ الیاس جانی. ایلام
- ۹۳۶۶۷۴۰ **۶ فاطمه شاهرودی شهرکی. چهارمحال و بختیاری
- ۹۳۷۸۹۷۷ **۷ یاسمن پیرهادی. مرکزی
- ۹۳۷۸۳۰۳ **۵ سیاش فراهانی. مرکزی
- ۹۱۸۷۲۵۶ **۴ یوسف نظری. کرمانشاه
- ۹۱۶۴۷۵۹ **۳ فاطمه بهمنی. بوشهر
- ۹۲۲۲۹۷۶ **۶ گلناز خضرزاده. آذربایجان غربی، اورمیه
- ۹۱۲۷۸۶۲ **۶ محمد شمسواری. قزوین
- ۹۹۲۲۳۸۵ **۲ نرگس نجف زاده. خراسان جنوبی، سرایان
- ۹۱۲۷۸۳۶ **۴ علی اصفهانی. قزوین
- ۹۹۰۱۴۷۲ **۱ امیرمسعود حرری. قم
- ۹۱۰۵۰۹۰ **۵ طاهره صحرایی. خراسان جنوبی، بیرجند
- ۹۱۷۹۲۹۶ **۸ سیده بیروین حسینی. بوشهر
- ۹۳۸۲۹۰۵ **۲ ارمغان طاهری. فارس، ارسنجان
- ۹۰۱۶۱۴۳ **۵ محمد نعمتی. فارس، ارسنجان
- ۹۳۷۰۴۱۴ **۶ حامد آمیغ. گیلان، بندرانزلی
- ۹۳۷۲۶۸۷ **۹ فاطمه اسدی. خراسان جنوبی
- ۹۳۸۴۹۱۲ **۷ مسلم براهونی. خراسان جنوبی
- ۹۱۵۲۵۱۲ **۲ علیرضا سببانی. خراسان رضوی، نیشابور
- ۹۱۳۲۵۵۱ **۶ سید مهدی رفیعی اردکانی. یزد، اردکان
- ۹۱۳۸۵۷۴ **۵ مهدی حاتمی بهابادی. یزد
- ۹۱۴۱۳۰۳ **۵ مریم عسگریزادگان. آذربایجان شرقی
- ۹۳۷۰۱۸۶ **۵ باقر سالم. گیلان، املش
- ۹۱۴۸۶۹۵ **۱ محمد خانیپور. آذربایجان شرقی، هشترود
- ۹۳۶۵۷۷۱ **۷ محمد باقر اسدزاده. آذربایجان شرقی، هشترود
- ۹۳۷۳۴۸۵ **۵ معصومه فعلی. آذربایجان شرقی، هشترود
- ۹۱۴۹۶۰۰ **۳ علی محمدزاده. آذربایجان غربی، خوی
- ۹۰۲۶۶۹۳ **۸ حکیمه میرزائی. آذربایجان غربی، خوی
- ۹۱۴۹۶۲۹ **۵ فرشید علیزاده. آذربایجان غربی

برندگان شماره ۲۶

- ۹۱۸۸۴۲۰ **۴ حسن شاه نظر. ایلام
- ۹۳۰۳۰۷۱ **۷ لطف الله فتاحی. شهرکرد
- ۹۱۳۱۸۴۷ **۹ کاظم خیری. چهارمحال و بختیاری
- ۹۳۹۴۰۲۲ **۷ امیرحسین عباسپور. کرمان
- ۹۱۳۰۶۲۰ **۴ مریم ایرانمنش. کرمان
- ۹۱۱۹۳۹۶ **۲ معصومه محمدی احمدگورابی. گیلان، رشت
- ۹۱۴۱۸۹۲ **۱ فخریه سمندی. آذربایجان غربی، اورمیه
- ۹۱۲۹۴۹۱ **۵ هادی دشتی. همدان
- ۹۱۲۰۸۲۳ **۳ محسن عبدی. همدان
- ۹۱۳۸۸۳۱ **۳ مهرازان محمدی. شهرکرد
- ۹۱۵۸۶۷۰ **۹ محمد باقر خالقی. خراسان جنوبی
- ۹۱۴۴۲۶۳ **۹ علی غفاری. آذربایجان شرقی
- ۹۳۵۷۶۰۳ **۸ سیده زهرا میرحبیبی رودسری. گیلان
- ۹۱۲۴۹۰۴ **۳ محمود باغبان بفرویی. البرز
- ۹۱۵۵۳۴۵ **۸ علی رضائیان مقدم. خراسان جنوبی، بشرویه
- ۹۱۴۴۱۰۹ **۲ محمد حسین نژاد. آذربایجان شرقی
- ۹۱۱۹۴۷۴ **۵ سید محمد عقیلی. گلستان
- ۹۱۱۹۷۲۸ **۵ بهنام حق مرادی. گلستان
- ۹۱۸۳۶۳۱ **۷ مریم دادستان. مرکزی، اراک
- ۹۱۳۳۹۶۹ **۹ احمد سریزدی. کرمان
- ۹۱۳۱۹۵۶ **۶ مهدی نگارستانی. کرمان
- ۹۱۴۶۴۸۲ **۱ علیرضا رحیم زاده. آذربایجان شرقی، مراغه
- ۹۳۶۷۷۰۳ **۴ سارا صوفی. مرکزی
- ۹۳۶۶۷۴۰ **۶ فاطمه شاهرودی شهرکی. چهارمحال و بختیاری
- ۹۱۵۳۰۱۲ **۴ حمیده حقیقی. خراسان رضوی
- ۹۹۲۱۹۷۴ **۸ فاطمه ایوبی نیا. خراسان رضوی، تربت جام
- ۹۱۴۶۴۲۶ **۹ زینب خانیپور. آذربایجان شرقی، هشترود
- ۹۱۵۹۶۵۰ **۵ محمد علی احمدی زهان. خراسان جنوبی
- ۹۱۵۱۶۴۰ **۷ هاجر حسینی. خراسان جنوبی، بیرجند
- ۹۱۳۳۰۹۱ **۴ مژگان خلیقی. اصفهان
- ۹۰۵۲۷۳۶ **۵ آیسان آذرم. آذربایجان غربی، خوی
- ۹۱۴۱۶۰۶ **۸ مهدی شکارچی. آذربایجان غربی، خوی
- ۹۱۷۳۳۰۴ **۹ اصغر عظیمی. فارس، بختگان
- ۹۱۶۴۵۸۰ **۵ حبیب اله قاسمی. فارس، فیروزآباد
- ۹۲۲۰۴۹۰ **۹ نیلوفر جاسمی. کردستان، سنندج
- ۹۹۳۰۵۰۹ **۹ عهدیه ملکی. کردستان، سنندج
- ۹۱۱۵۱۴۱ **۷ حنیفه فاضلی کر. گلستان، گمیشان
- ۹۳۶۸۲۵۸ **۸ نرگس رجائی. خراسان رضوی، مشهد
- ۹۱۷۸۲۸۷ **۸ رضا شادکام. فارس، ارسنجان
- ۹۱۹۸۸۲۱ **۷ پرهام بهادر. آذربایجان غربی، خوی



زمان ارسال پیام تا ۱۵ آذر

مسابقه پیامکی مروان

علاقه مندان به شرکت در مسابقه پیامکی مهرماه می توانند با مطالعه سؤالات زیر، پاسخ آن را در بخش های مختلف مجله پیدا و به سامانه ۰۴۸۶۶۴۴۰۰ ارسال کنند.

پاسخ شما باید یک عدد ۸ رقمی باشد که هر رقم آن گزینه صحیح هر یک از سؤالات است. به طور مثال: در سوال یک، پاسخ شماره ۲ صحیح است و در سوال ۲ گزینه شماره ۴ و در سوال ۳ گزینه شماره ۱ و... عدد گزینه ارسالی شما این خواهد بود: ۲۴۱۰۰۰
ضمناً همراه عددهای ارسالی، نام و نام خانوادگی خود، نام استان و محل خدمت تان را قید کنید.

به برگزیدگان جوایزی اهدا می شود.



حدیث شریف «بر شما باد یاد خدا که نور دل هاست» از کدام یک از بزرگان دین است؟
(۱) امام صادق علیه السلام (۲) امام علی علیه السلام (۳) حضرت رسول صلی الله علیه و آله (۴) امام سجاد علیه السلام

۰۱

از نظر رهبر معظم انقلاب بخش حقیقی زندگی چیست؟
(۱) آخرت (۲) تشکیل خانواده (۳) سبک زندگی (۴) عبادت

۰۲

جوهر اصلی سبک زندگی چیست؟
(۱) اقتصاد (۲) فرهنگ (۳) علم (۴) تمدن

۰۳

بر اساس روایتی از رسول خدا؟ ص؟ چه چیزی معادل تمام خیر دنیا و آخرت است؟
(۱) نماز مقبول (۲) شهادت (۳) جهاد (۴) یاد خدا

۰۴

توصیف «گنجینه دار مخزن علوم» درباره کدام یک از بزرگان دین است؟
(۱) امام باقر علیه السلام (۲) امام علی علیه السلام (۳) پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله (۴) امام زمان عجل الله تعالی فرجه

۰۵

بر اساس فتوای رهبر معظم انقلاب آیا مرادوه شخص مبتلا به کرونا با دیگران جایز است؟
(۱) اگر احتمال سرایت بدهد جایز نیست (۲) مطلقاً جایز نیست (۳) اشکالی ندارد (۴) باید فاصله را رعایت کند

۰۶

کتاب «راز هستی» درباره چیست؟
(۱) اسرار آفرینش (۲) معاد (۳) رستاخیز جهان و سرنوشت نهایی انسان (۴) خلقت

۰۷

موضوع محوری فیلم «درخت گردو» چیست؟
(۱) محیط زیست (۲) حمله شیمیایی به سردشت (۳) آزادسازی خرمشهر (۴) آتش سوزی جنگل های زاگرس

۰۸