

- هنر ایرانی، ساخته‌ی تفکر هنرمند ایرانی
- چگونه لبخند طبیعی بسازیم؟
- شرحی بر دعاهای روزانه حضرت زهرا(س)
- گفتگو درباره لذت‌های معنوی
- رفتار با دختران در سن بلوغ
- نه حرف من، نه حرف تو، حرف خدا

زاهرا

فصلنامه فرهنگی، تربیتی زاهره

سال سوم-نوبت چهارم-ویژه میلاد حضرت زهرا(س)

زمستان ۹۷



فهرست مطالب

۲	سخن سردبیر
۳	دو جشن شاد
۴	بانوی بانوان
۵	هنر ایرانی، ساخته‌ی تفکر هنرمند ایرانی
۶	چگونه لبخند طبیعی بسازیم؟
۷	حقوق همسران نسبت به یکدیگر
۹	شرحی بر دعا‌های روزانه حضرت زهرا (س)
۱۰	درمان‌های ساده برای بیماری‌ها
۱۱	طرح و ایده‌های فرهنگی
۱۲	به شدت عادلانه
۱۳	گفتگو درباره لذت‌های معنوی
۱۴	رفتار با دختران در سن بلوغ
۱۷	نه حرف من، نه حرف تو، حرف خدا
۱۸	سرگرمی، بازی‌های گروهی
۱۹	معرفی کتاب، حجره پریا
۲۱	اخبار موسسه آموزش عالی حوزوی خواهران

سخن سردبیر

این روزها هر لحظه به چهل سالگی انقلاب اسلامی با قدرت و اقتدار نزدیک می شویم تقارن آن با ایام فاطمیه مارا به سوی روش انقلابی و منش فاطمی فرامی خواند که خواهران طلبه با الگو گیری از بانوی دو عالم صدیقه طاهره به وظیفه انقلابی خود عمل می کنند. مقام معظم رهبری در وصفی از آن حضرت این مسیر را تبیین می فرمایند: «ارزش فاطمه ی زهرا (سلام الله علیها) به عبودیت و بندگی خداست. اگر بندگی خدا در فاطمه ی زهرا (سلام الله علیها) نبود، او صدیقه ی کبری نبود. صدیق یعنی چه؟ صدیق کسی است که آنچه را می اندیشد و می گوید، صادقانه در عمل آن را نشان دهد. هرچه این صدق بیشتر باشد، ارزش انسان بیشتر است؛ می شود صدیق؛ «اولئک مع الذین انعم الله علیهم من النبیین و الصدیقین» صدیقین پشت سر «نبیین» اند. این بزرگوار صدیقه کبری است؛ یعنی برترین زن صدیق. این صدیق بودن به بندگی خداست. اگر بندگی خدا نمی کرد، صدیقه ی کبری نمی شد. اساس، بندگی خداست. نه فقط فاطمه ی زهرا (سلام الله علیها)، بلکه پدر فاطمه هم - که مبدأ و سرچشمه ی فضائل همه ی معصومین اوست و امیرالمؤمنین و فاطمه ی زهرا (سلام الله علیها) قطره هایی هستند از دریای وجود پیغمبر - ارزشش پیش خدا به خاطر عبودیت است؛ (اشهد ان محمداً عبده و رسوله) اول، عبودیت اوست؛ بعد رسالت او. اصلاً رسالت - این منصب والا - به او داده شد، به خاطر عبودیت؛ چون خدا صنیع دست و مخلوق خود را می شناسد.» (۵/۱۳۸۴/۰۵ بیانات مقام معظم رهبری در دیدار جمعی از مداحان)

پس عبودیت خدا معیار است و برای ما خط روشن .



دو جشن شاه

شیرینی جشن تولد

جشن تولد حضرت زهرا علیهاالسلام بود. همه اعضای خانواده شادمان و خوشحال بودند. لحظه های شیرینی بود. روح الله که به دنیا آمد، شیرینی جشن بیشتر شد. چه لحظه های با شکوه و خوبی بود! روح الله، آخرین پسر خانواده خمینی بود؛ روح الله خمینی.

زمستان سرد و تاریک

از تولد روح الله سال ها می گذشت. او دیگر مردی بزرگ شده بود. دلش می خواست به مردم ایران کمک کند. خوب درس می خواند. مردم به او آیت الله خمینی می گفتند و او را خیلی دوست داشتند. آیت الله خمینی وقتی می دید که شاه ظالم ایران با کمک آمریکایی ها به مردم زور می گویند، ناراحت می شد. او به جنگ شاه رفت و مردم پشت سرش حرکت کردند. او حالا امام مردم شده بود؛ امام خمینی رحمه الله.

او آمد تا بهار بیاید

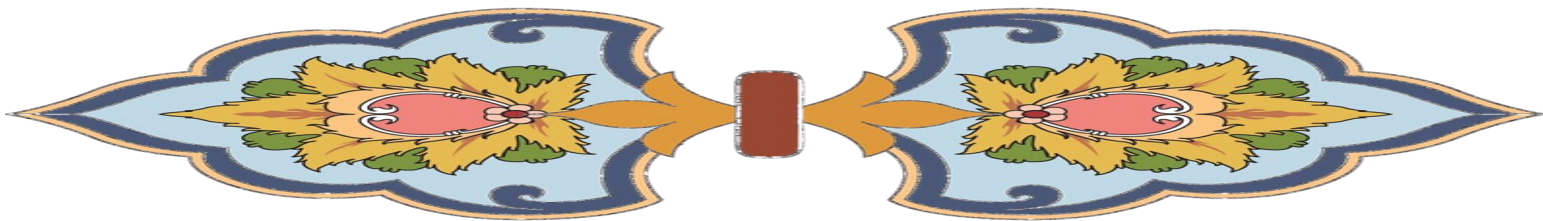
امام خمینی شباهت زیادی به بهار دارد؛ زیرا بهار وقتی می آید که زمستان هنوز هست و وقتی می رود، آخرین نفس هایش را در ماه خرداد می کشد. امام خمینی نیز وقتی به ایران آمد، زمستان بهمن ماه غوغا می کرد و وقتی می رفت، خردادماه بود و همه جا رنگ و بوی بهار داشت. امام آمد تا بهار بیاید.

منبع: خبرگزاری حوزه

آب زیند راه را هین که نگار می رسد

مژده دهید باغ را بوی بهار می رسد

طبق طبق نور از آسمان ها به زمین می آید... هفت آسمان را با شقایق ها و رازقی ها آذین بسته اند. هلهله ای برپاست در میان ملائک که به یمن قدوم مبارک «فاطمه» جام عشقش را نوشیده اند و مست عطر بهشتی اش شده اند. فاطمه می آید... مادر تمامی شقایق های عاشق، معنای جمال، مقصود و حبیبه خدا، همسر علی، مادر حسنین، ادامه نبی می آید... می آید تا زمین و زمینیان را با نور وجودی خود به عطر آسمانی - بهشتی دعوت کند و سجده های عاشقی را شرمنده خویش سازد و محراب را در مقابل قامت بلند بی همتایش به زانو در آورد. می آید تا «زن» معنا بگیرد... فاطمه می آید.



اسلام نجات بخش زنان

زمانی که دیدگاه مناسبی نسبت به زن وجود نداشت، اسلام اعلام داشت که زن، یکی از دو عنصر پدید آورنده انسان است و زن و شوهر مکمل یکدیگرند. در حالی که بعضی اقوام دین دار بودن زنان را بر نمی تافتند، اسلام مقرر داشت که زنان نیز مانند مردان به ثواب اعمال نیک می رسند. نیز در زمانی که هیچ یک از ملت ها زن را مالک چیزی نمی دانستند، اسلام برای زن استقلال اقتصادی قائل شد و وی را مالک درآمد خود دانست و فرمود: «مردان را از آن چه کسب می کنند بهره و نصیبی است و زنان را از آن چه به دست می آورند، بهره ای می باشد.»

منبع: خبرگزاری حوزه

تمجید رهبر معظم انقلاب از یک سریال واقعا ایرانی رهبر معظم انقلاب اخیرا با جمعی از برنامه‌سازان سیما دیدار داشتند و در بخشی از این دیدار گفته بودند: «راجع به مسئله‌ی خانواده باید کار کنیم؛ خانواده‌ی ایرانی، هویت ایرانی، فرهنگ ایرانی، گذشته‌ی ایرانی، تاریخ ایرانی.»

این بیانات بهانه‌ای شد که به مصادیق «سریال خوب ایرانی» پردازیم:

پس از عمل جراحی رهبر انقلاب (در خرداد ۹۳) هنرمندان زیادی به ملاقات ایشان رفتند. یکی از این هنرمندان، سیروس مقدم، کارگردان سریال پنج‌گانه‌ی پایتخت بود. در ضمن این عیادت، آقا خطاب به سیروس مقدم گفتند: «یک تکه‌هایی از این کار شما را دیدم... پایتخت. خیلی خوب بود. یک فیلم ایرانی. من همیشه اعتراض به هنرمندان این است که حتی دیالوگ‌ها را از روی کپی‌های فرنگی انتخاب می‌کنید. این خب خیلی غلط و بد است. این [پایتخت] نه، یک فیلم ایرانی کامل و درست است»

سیروس مقدم، بعدها با ابراز خوشحالی از اینکه رهبر معظم انقلاب، پایتخت را سریالی مردمی دانسته‌اند، گفت: «ایشان گفتند سریال‌های شما را پیگیر هستم که سریال‌هایی بسیار ایرانی است و به فرهنگ ما و زندگی ایرانی بسیار نزدیک است. روابط سالم بین خانواده‌های ایرانی و شئون یک خانواده‌ی ایرانی در این سریال‌ها رعایت شده است. به مسئولان صداوسیما هم گفته‌ام که این سریال‌ها الگوی خوبی برای سریال‌سازی است.»

کارگردان پایتخت در مصاحبه‌ی دیگری نیز گفته بود: «حضرت آیت‌الله خامنه‌ای، در جلسه‌ای خصوصی با چند کارگردان، جزئیات سریال پایتخت را تحلیل کردند، طوری که پیدا بود پیام‌های نهفته در آن را نیز به خوبی دریافته‌اند. ایشان حتی نام شخصیت‌های سریال را به زبان آوردند و سراغ‌شان را گرفتند.»



Namnak.com

چگونه لبخند طبیعی بسازیم؟

۱۳۷۱/۱۰/۰۱

از نظر رهبر انقلاب «زندگی باید شادمانه باشد و شادمانه بگذرد»

و بر اساس این دیدگاه است که تأمین شادی برای مردم را از وظایف حکومت اسلامی می‌دانند. ایشان این نکته را در دیدار با مسئولان صدا و سیما و برنامه

۱۳۸۳/۰۹/۱۱

سازان رادیویی و تلویزیونی فرمودند: «شادی لازم است و باید آن را برای مردم تأمین کرد».

راهنمایی برای برنامه‌سازی طنز از نظر رهبر انقلاب اسلامی



چگونه لبخند طبیعی بسازیم؟

طنز چگونه نباشد

- ۱ فقط افزایش مخاطب مد نظر نباشد
- ۲ مخاطب با محتوای منفی یا خنثی جذب نشود
- ۳ تناقض در پیام‌های مختلف نداشته باشد
- ۴ مایوس‌کننده نباشد
- ۵ نگرانی، اضطراب و دلهره ایجاد نکند
- ۶ ابتذال نداشته باشد
- ۷ بدآموزی گفتاری و رفتاری نداشته باشد
- ۸ لودگی و قهقهه‌های مستانه نداشته باشد
- ۹ ریخت و پاش در تولید نباشد



طنز چگونه باشد

- ۱ برنامه‌ریزی باشد
- ۲ محتوا و پیام داشته باشد
- ۳ گفت‌وگو مورد نیاز جامعه را تأمین کند
- ۴ معرف ارزش‌های انسانی و اسلامی باشد
- ۵ درجهت ارزشهای انقلاب باشد
- ۶ امیدبخش باشد
- ۷ رفتارها متانت داشته باشد
- ۸ وقار و حیای بانوان رعایت شود
- ۹ پیامها و مفاهیم غیرمستقیم، لائق‌شود
- ۱۰ بر روی محتوا نظارت باشد

هدف طنز

- رسیدن به آسایش و آرامش روحی
- به دست آوردن توان حرکت به سمت آرمان‌ها

اهمیت طنز

- لبخند از ضرورت‌های زندگی و جامعه است
- بدون لبخند زندگی دوزخی و با لبخند بهشتی است
- شاد کردن دیگران در اسلام جایگاه مهمی دارد

تعریف طنز

- طنز هنری است برای بیان مطلب جدی با زبان شوخی

زندگی باید شادمانه باشد و شادمانه بگذرد
۷/۱/۰/۱

بر اساس بیانات در تاریخ‌های: ۱۳۷۱/۱۰/۰۱، ۱۳۷۱/۰۹/۱۱، ۱۳۷۱/۰۹/۱۱، ۱۳۷۱/۰۹/۱۱

حقوق همسران نسبت به هم

نویسنده: خانم فاطمه جمالیان

(د) غیرت ورزی:

در همین زمینه امام علی(ع)

یکی از وظایف اختصاصی مرد غیرت ورزی به همسر است بدین معنا که وی نباید اجازه دهد همسرش آگاهانه یا ناخودآگاه به زمینه آلودگی و بی عفتی خود را فراهم سازد.

میفرماید: همیشه با همسرت مدارا کن و با او به نیکی معاشرت نماتا زندگی با صفا شود. (مکارم الاخلاق، ص ۲۱۸).

(ج) محبت و اظهار آن

وظایف زن نسبت به همسر:

مهر و محبت با شروع زندگی مشترک آغاز و با ادامه زندگی استحکام بیشتری می یابد مردان آگاه و فهیم به محبت قلبی اکتفا نمی کنند و آنرا در راستای تقویت پایه های زندگی در قالب واژه های زیبا و پرمفهوم بیان می نمایند. پیامبر اکرم (ص) می فرمایند:

همسر داری رسالتی سنگین است که زمینه های کمال انسانی زن را فراهم می آورد. زن در راستای جلب رضایت همسر و تأمین رضای الهی بر اساس آیات و روایات و سیره معصومین(ع) وظایفی دارد که به برخی از آن اشاره می شود:

(الف) فرمانبری:

هرچه ایمان بنده زیاد شود محبت وی به زن ها نیز زیاد می شود . (بحار الانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۲۸)

در شماره قبل به حقوق مشترک زن و شوهر پرداختیم. اکنون به حقوق هر کدام از همسران نسبت به یکدیگر می پردازیم.

وظایف شوهر نسبت به زن

(الف) اختصاص دادن زمان به همسر:

مرد باید در شبانه روز برنامه ویژه ای برای ارتباط با همسرش داشته باشد. مصاحبت و باهم بودن از سرمایه های ازدواج موفق است که موجب علاقه مندی همسران به یکدیگر میشود. پیامبر اکرم(ص) در این باره میفرمایند: نشستن مرد در کنار خانواده اش نزد من دوست داشتنی تر از اعتکاف و نشستن در این مسجد است. (میزان الحکمه، ج ۴، ص ۲۵۸)

(ب) خوش زبانی و مدارا

شایسته است که مرد جزبه زبان محبت و تکریم با همسرش سخن نگوید و همواره احکام خوشایندی را در فضای سرشار از نشاط و آرامش تقدیم همسرش نماید.



زن در کنار عبادت و ادای واجبات و ترک محرمات با فرمانبرداری از شوهر به خداوند نزدیک میشود. پیامبر اکرم (ص) می فرمایند: زن خوب به حرف شوهرش گوش میدهد و مطابق دستوراتش عمل میکند (بحار الانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۳۵)

امام صادق (ع) می فرمایند: ام سلمه از پیامبر (ص) درباره ثواب خدمت کردن زن به شوهر سؤال کرد، حضرت فرمود: هر زنی که در خانه شوهر چیزی را از جایی بردارد، و به جای دیگر بگذارد و قصدش اصلاح و درستکاری باشد خداوند به او نظر نماید و هر کس مورد نظر خدا قرار گیرد خدا عذابش نمیکند

(بحار الانوار ج ۱۰۳، ص ۲۵۱)

ب) شوهرداری:

زن اگر به فن شوهرداری آشنا باشد می تواند با انجام وظایفی که خداوند بر عهده او مقرر فرموده خانه را بهشت برین کند و از شوهر و فرزندان خود افرادی لایق، پویا، خلاق و آبرومند سازد و خانه را محل آسایش، فضیلت و خوشبختی قرار دهد. امام علی (ع) می فرماید: جهاد زن خوب شوهرداری کردن است.

ج) زینت و آرایش برای شوهر:

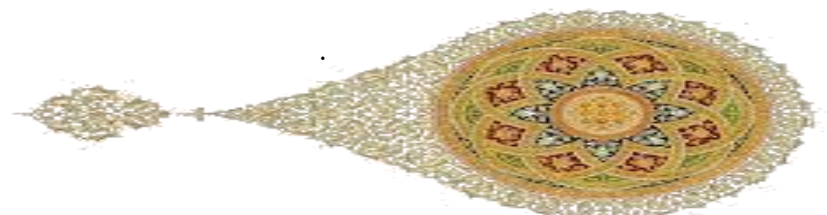
اسلام از این دستور فقط برآورده شدن نیاز روحی مردان را دنبال نمی کند بلکه تأمین خواسته های روحی زنان و با نشاط ماندن آنان نیز در اسلام اهمیت دارد.

امام صادق (ع) می فرماید: سزاوار نیست که زن هیچگاه بدن خود را بدون زینت بگذارد اگرچه با آویز کردن گردنبند باشد. و سزاوار نیست که دست بدون رنگ باشد اگرچه با کمی حنا باشد و اگرچه آن زن پیر و کهنسال بوده باشد. (وسائل الشیعه، ج ۱، ص ۴۱۰)

د) رضایت همسر

زن فهمیده رشته محبت بین خود و شوهر را هر روز محکم تر می کند و از نا سازگاری و کدورت می گریزد. رضایت شوهر ضامن استحکام این رشته و موجب انس و دلگرمی اوست. مردی که از همسر خود راضی باشد خانه را محل آرامش می بیند و دنبال کارها خلاف و بیپهوده نمی رود.

پیامبر (ص) می فرماید: هر زنی که بمیرد و شوهرش از او راضی باشد به بهشت می رود (نهج الفصاحه، ص ۳۴۹، ج ۲۸)



شرحی بر دعاهای روزانه

حضرت زهرا سلام الله علیها



حضرت می فرمایند: «أَحَبُّكَ فِي جَمِيعِ خَلْقِكَ»؛ یعنی خدایا مرا از کسانی قرار بده که تو را دوست دارد و این محبتی باشد که گسترده و فراگیر است و همه‌ی خلق را در برمی گیرد. از آدم‌ها گرفته تا اشیاء همه محبوب من باشند و برای آن‌ها قدم بردارم و تجلّی این محبت در اولیای خداست؛ که اباعبدالله علیه السلام عشق همه را دارد، حتّی عشق دشمنانی که بر او شمشیر می کشند و نیزه می اندازند، محبّ آن‌هاست و می خواهد آن‌ها را متحوّل کند.

بزرگی در کنار قبر حضرت سیدالشهدا، ایشان را به پهلوی شکسته‌ی مادرشان قسم می داد که مبدا شفاعت شمر را بکنی!

این حسین است و این همه عشق! و این هم قساوت ما که صدای عشق اولیای خدا را نشنیدیم و بر نصرت و یاری آن‌ها که نجات خودمان در آن است، همّت نگماردیم و بی تفاوت و ظالمانه از کنارش گذشتیم.

منبع: کتاب شرحی بر دعاهای روزانه حضرت زهرا، علی صفائی حائری

درمان های ساده برای بیماری ها

منبع: کتاب طب سنتی اسلامی

نویسنده: مهدی برزو

طرز تهیه شکلات صبحانه

بیماری های پوست و مو

♦ رفع چین و چروک پوست برای زنان

۱. خوردن شبی ۱ لیوان عرق رازیانه با ۱ قاشق غذاخوری عسل تا ۴۰ شب به غیر ایام عادت ماهانه
۲. خوردن حلیم گندم

مواد لازم:

- ۱- ارده (۶ قاشق غذاخوری)
- ۲- عسل (۱ قاشق غذاخوری)
- ۳- پودر فندق خام (۱ قاشق غذاخوری)

♦ نرم کردن پوست

مخلوط عسل و گلیسرین در مقادیر مساوی بهترین درمان خشکی و ترک خوردگی پوست دست و صورت می باشد.

طرز تهیه: ارده را در یک ظرف مناسب ریخته و عسل را به آن اضافه کنید و آن را یکنواخت هم بزنید تا کاملاً سفت شده و قوام بیاید، سپس پودر فندق خام را روی آن بپاشید.

♦ موخوره و چربی مو

شستن سر با سرکه محلول در آب در حمام

خواص: این شکلات بسیار انرژی زا است و برای افرادی که فعالیت های فیزیکی فراوان دارند بسیار مناسب است.

♦ افتادگی گونه در خانم ها

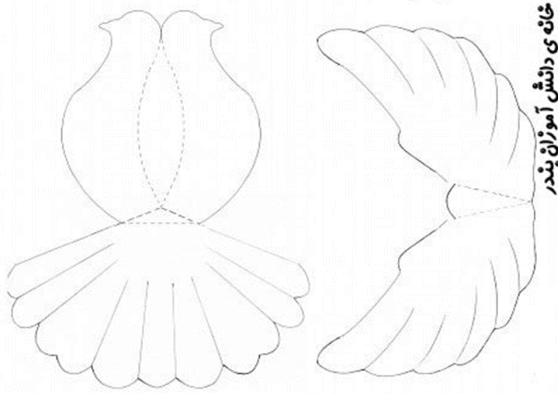
سرکه انگبین با عرق رازیانه، شب ها قبل از خواب یک لیوان میل کنید.

نکته: می توان به جای عسل از ۲ تا ۳ قاشق غذاخوری شیره انگور یا شیره خرما استفاده کرد.

طرح و ایده های فرهنگی

پیشنادهای برای دهه فجر

طرح کبوتر آزادی



برای ساخت این کبوتر سفید رنگ آزادی و پیروزی ابتدا الگوی آن را چاپ کنید . سپس همه ی خطوطی که به صورت ممتد هستند را برش بزنید . خطوطی که به صورت نقطه چین نشان داده شده است برای تا زدن می باشد.

در ابتدا در رابطه با دوران شاهنشاهی و وضعیت مردم و کودکان در آن زمان توضیحاتی برای کودکان و نوجوانان داده شود و در ادامه به وضعیت امروز کودکان کشورهایی چون فلسطین و یمن ،عراق ،سوریه و... اشاره شود از کودکان بخواهیم تا کاردستی کبوتر را درست کنند و آرزوهای خود را برای نجات آنها بنویسند و در ۲۲ بهمن همراه خود بالای بادکنک بچسبانند و در روز ۲۲ به آسمان بفرستند .

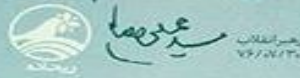
و همچنین میتوان در مورد شهدا و رهبر انقلاب اسلامی برای بچه ها صحبت کرد و بچه ها روی کبوترها عهدهای خود را با شهدا و مقام معظم رهبری بنویسند و در بیست و دوم بهمن به همین منوال به آسمان بفرستند .

میتوان به برترین عهد و آرزو جوایزی هم اهدا شود



به شدت عادلانه!

هدف اسلام در دفاع از حقوق زنان این است که زن تحت ستم نباشد و مرد خود را حاکم بر زن نداند. در خانواده، حدود و حقوقی هست. مرد حقوقی دارد، زن هم حقوقی دارد و این حقوق به شدت عادلانه و متوازن ترتیب داده شده است. آنچه متعلق به اسلام است، بینات اسلام و مسلمات اسلام است.



رهبر انقلاب: هدف اسلام در دفاع از حقوق زنان این است که زن تحت ستم نباشد و مرد خود را حاکم بر زن نداند. در خانواده، حدود و حقوقی هست. مرد حقوقی دارد، زن هم حقوقی دارد و این حقوق به شدت عادلانه و متوازن ترتیب داده شده است. آنچه متعلق به اسلام است، بینات اسلام و مسلمات اسلام است.

منبع:

۱۳۷۶/۰۷/۳۰

khamenei_reyhaneh

گفتگو درباره لذت‌های معنوی،

ریاکاری نیست!

لذت‌های معنوی خود را اظهار کنید تا

دیگران هم ترغیب شوند / اهل بیت (ع)

لذا لذت‌های معنوی خود را پنهان نمی‌کردند

• خیلی خوب است که درباره لذت‌های

معنوی با هم گفتگو کنیم؛ مثلاً درباره لذت

معنوی سحر و مناجات و تلاوت قرآن،

با هم حرف بزنیم. فکر نکنیم که اگر

یک مقدار لذت معنوی بردیم، خیلی آدم

خوبی شده‌ایم تا بعد، بخواهیم کار را به

تظاهر و ریاکاری برسانیم! لذت معنوی که

ریا ندارد؛ چون آدم، واقعاً سود کرده و

لذت برده است. همان‌طور که وقتی یک

غذای خوشمزه را انتخاب می‌کنیم و

می‌خوریم، دیگر جای تظاهر و ریا نیست؛

چون لذتش را می‌بریم.

• اهل بیت (ع) لذت‌های معنوی خودشان را

اصلاً پنهان نمی‌کردند. مثلاً کسی پیش

امیرالمؤمنین (ع) قرآن می‌خواند و حضرت

می‌شنید و گریه می‌کرد و این لذت خود

را پنهان نمی‌کرد. این‌طور نبود که بفرماید:

«من گریه نمی‌کنم تا ریا نشود!» ولی ما

یک‌طوری با لذت‌های معنوی برخورد

می‌کنیم که انگار باید پنهان‌شان کرد!

اتفاقاً باید درباره این لذت‌ها حرف بزنید

تا دیگران هم تحریک شوند به سمت این

لذت‌ها بیایند. همان‌طور که خیلی از

آدم‌ها، لذت‌های بیخود و بی‌مزه دنیا را

خیلی راحت برای همدیگر تبلیغ می‌کنند،

ما درباره لذت‌های معنوی با هم حرف

بزنیم تا این مفهوم، در ذهن ما برجسته

شود و به دنبالش برویم.

لذت بردن معنوی برای ما، حیاتی است /

با سکوت درباره لذت‌های معنوی،

همدیگر را به مُردن تشویق می‌کنیم!

• لذت بردن معنوی برای ما یک امر

حیاتی است. ما با سکوت درباره لذت‌های

معنوی، داریم همدیگر را به مُردن تشویق

می‌کنیم! پس امر به معروف چه می‌شود؟!

درباره لذت‌های معنوی، با هم حرف بزنیم

و امر به معروف را در این زمینه انجام

دهیم. مثلاً درباره لذت نماز جعفر طیار،

با هم صحبت کنیم. اگر نماز جعفر طیار را

تجربه کنید، می‌بینید که چقدر لذت‌بخش

و شیرین است؛ این نماز پیشنهادی

رسول‌الله (ص) است.

فرموده‌اند: از اول ماه قمری، به مدت

۱۴ روز سوره واقعه بخوانید، به این

صورت که روز اول، یک سوره، روز

دوم، دو سوره، روز سوم سه سوره و... تا

روز چهاردهم. اگر این را تجربه کنید،

می‌بینید که بعد از روز هشتم، این تلاوت

قرآن برای آدم واقعاً مست‌کننده است؛ از

بس که لذت دارد!

رفتار با دختران در سن بلوغ

نویسنده: خانم مهناز کریمی

• نکاتی برای حل تعارضات بین والدین و نوجوانان

با توجه به تعارض و تضادهایی که در این دوره بین نوجوانان مخصوصا دختران و والدین بوجود می آید، نحوه تعامل والدین با نوجوانان دختر از اهمیت خاصی برخوردار است. مادران به دلیل نزدیکی با دختران دارای مهمترین نقش در افزایش و کاهش تضادها و تعارضات دختران در کانون خانواده هستند. بدین منظور موارد زیر جهت ایجاد تعامل صحیح بین والدین مخصوصا مادران با دختران نوجوان پیشنهاد می گردد:

۱- استقلال دادن به نوجوان

استقلال طلبی یکی از ویژگیهای دوره نوجوانی است. لذا باید به دختران وظایفی را واگذار کنیم تا آنها احساس استقلال کنند.

پس در تربیت دختران کوشش کنید آنها را اهل مطالعه و علاقمند به دانش بار بیاورید و مسائل مادی را در نظرشان حقیر کنید. البته در دنیای مطالعه هم باید ترغیب نمود مطالعات مفید صورت گیرد و وقت و روح و روان دخترها دائما صرف مطالعه رمانهای بیهوده و ... نشود. همه این ها نیاز به درایت والدین مخصوصا مادران دارد.

♦ نیاز به حمایت و هم دلی

دخترها به حمایت و همدلی مادر بیشتر احتیاج دارند. مادری که دختر بزرگ می کند باید بتواند با دخترش ارتباط عاطفی و دوستانه ای برقرار کند. این ارتباط به تدریج با بلوغ دختر ایجاد خواهد شد مگر اینکه مادر موانعی ایجاد کند. این موانع از قبیل بدزبانی و تندخویی مادر یا برخی بیماریهای روحی اوست.

در شماره قبل در مورد رفتار با نوجوانان مطالب و نکاتی را فراگرفتیم. در رابطه با فرزندان دختر با توجه به حساسیت ها و تفاوت هایی که با پسران دارند، نکات ریزتری را باید مد نظر داشته باشیم.

در این شماره به این نکات خواهیم پرداخت:

دخترها بلوغ عقلانی سریعتری نسبت به پسران دارند اما وقتی بالغ شدند گاهی چنان روحشان را درگیر مسائل مادی می کنند که از ادامه رشد باز می مانند. لذا بعضا زنانی دیده می شوند که در سنین کمال هم تمام فضلشان در نمایش داراییها و اسباب و اثاثیه منزلشان خلاصه می شود.



آسیب هایی که دختران نوجوان با آن دست و پنجه نرم می کنند:

با توجه به این موضوع والدین باید با فرزندان نوجوان خود دوست گشته و در انتخاب دوستان به آنها کمک نمایند. و ویژگی های دوست خوب را به فرزندانشان بیاموزند. نه این که بی تفاوت بوده و بعد از انتخاب دوست توسط فرزندان به ارزیابی آنها پرداخته و فرزندان را از دوستی با برخی از آنها نهی کنند.

یکی از عوامل افزایش تضادها و تعارضات در خانواده ها، ایراد گرفتن از وضعیت پوشش دختران در سن نوجوانی می باشد. دختران نوجوان به اقتضای سن شان قصد خودنمایی و ابراز وجود دارند، اما باید راه های صحیح ابراز وجود را به آنها نشان داد. شرکت در المپیادها، جلسات سرود و کلاس های قصه خوانی و قصه گویی و مسابقات مختلف از جمله راه های صحیح خودنمایی می باشد. باید زمینه های صحیح بروز خودنمایی در دخترانمان را فراهم کنیم تا از توجه افراطی بر ظاهرشان کاسته شود.

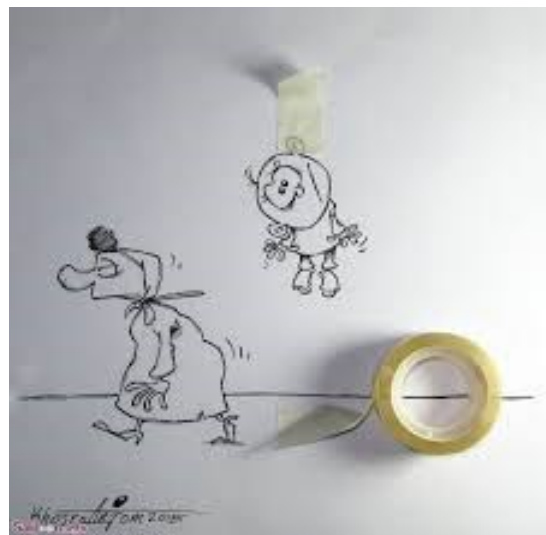
احساس زیادی بودن در دختران و تضییع حقوقشان در برابر پسران یکی از مسائل دوره نوجوانی است که ریشه در گذشته دارد. حاکمیت در گذشته بیشتر با مردان بوده است و جامعه ما به گونه ای شکل گرفته که در آن گناه و اشتباه دختران عیب شناخته می شود اما انجام گناه و اشتباه از سوی پسران عیب شمرده نمی شود. لذا سعی شود از هرگونه تبعیض بین فرزندان دختر و پسر اجتناب شود و فرزندان دختر و پسر به یک اندازه مورد توجه والدین قرار گیرند.

دوره نوجوانی دوره گرایش به همسالان و تاثیرگذاری شدید دوستان می باشد. دوستان گاهی اوقات سبب محکم شدن اعتقادات دوستانشان می شوند و گاهی مشکلاتی را برای دوستانشان ایجاد می کنند که سبب انحراف آنها می شود.

باید زمینه ای فراهم آورد که دختران در آن قادر به ارائه نظراتشان باشند، باید در مسائل گوناگون از دخترانمان نظرخواهی کنیم تا تصمیم گیری را یاد بگیرند. که این امر در از بین بردن تعارضات نیز موثر است.

۲- درک کردن

دختران در این سنین علاقه مندند درک شان کنیم، به سخنانشان گوش دهیم و به خواسته هایشان توجه کنیم مادران باید به صحبت های دخترانشان گوش داده و تحقیرشان نکنند و به نظرات آنها توجه کنند. چرا که عدم اطمینان والدین به دختران، سبب به وجود آمدن مسائل و مشکلاتی برای آنها خواهد شد.





وجود تضاد، تعارض و اختلاف بین والدین و دختران سبب می‌شود دختران بر سر دوراهی قرار گیرند که حتی در برخی مواقع در برابر والدین خود بایستند و از ایستادن در برابر والدین احساس گناه می‌کنند. باید داشتن شخصیت و ویژگی‌های شخصیتی مثبت را به دخترانمان تلقین کنیم. چرا که این امر سبب می‌شود اگر مرتکب عمل اشتباهی شده و خطا کنند. از درون احساس می‌کنند اعمالشان گناه و اشتباه بوده و به درستی و نادرستی کارهای خود پی می‌برند.

بیان راهکار

باید با تربیت صحیح و درست دخترانمان، به آنها اعتماد کنیم اگر تربیت دخترانمان درونی باشد، آنها خود کنترل می‌شوند و دیگر مشکلی برایشان پیش نخواهد آمد. والدین باید زیبایی و توانمندی دخترانشان را به رخشان بکشند تا دیگران از بیرون او را جلب نکنند، والدین باید با دخترانشان همدلی کنند، به آنها بها دهند و از دید آنها دنیا را ببینند. اگر تربیت فرزندانمان درونی نباشد، از بیرون قادر به کنترل آنها نخواهیم بود.

برای داشتن ارتباطی دوستانه با فرزند

دختر، سعی کنید حتی وقتی از

اشتباهاتش با شما حرف می‌زند مانند یک دوست که به اشتباهات دوستش گوش می‌دهد رفتار کنید. گاهی بخندید، گاهی به شوخی مسخره کنید و ... اما فوراً با تحقیر و سرزنش راه را برای ادامه این دوستی نبندید. این دوستی به شما امکان شناخت دخترتان را می‌دهد. همه چیز را بفهمید و بدانید و در مواقع دیگر از این اطلاعات استفاده کنید و نگرانی‌تان را آشکار نکنید تا باعث ترس دخترتان از شما نشود.

مادر مدیر و دانا، خشم دخترش را در این مرحله از زندگی، به حساب در حال رشد بودن او می‌گذارد. البته گاهی وقت‌ها مادر باید به دخترش بیاموزد که خشمش را کنترل کند. اینکه بیاموزیم خود را کنترل کنیم، بخشی از برنامه‌ی رسیدن به بلوغ و بزرگی است.

موقعی هست که باید بگذارید دخترتان فریاد بکشد. احساس‌های ناخوشایندش را آنقدر تخلیه کند تا به آرامش برسد. در بسیاری از مواقع، وقتی دختر به شدت خشمگین می‌شود، بهتر است مادرش از صحنه بیرون برود و بگوید: «من نمی‌توانم حرف‌های تو را تحمل کنم. بهتر است که نیم ساعت، تنها بمانم.» اگر ترک کردن اتاق، امکان‌پذیر نباشد، شاید چند ثانیه سکوت، نتیجه‌ی دلخواهی بدهد.

برای آنکه در دوران نوجوانی دخترمان، به او نزدیک تر بمانیم، باید در کنار او و با او تغییر کنیم. این بدان معناست که روش‌های مقتدرانه را کنار بگذاریم و رفتاری دوستانه‌تر در قبال دخترمان در پیش بگیریم.

نه حرف من، نه حرف تو،

حرف خدا

منبع: کتاب سلوک با همسر

ای عزیز! تربیت شده ی مکتب نبوی، عارف کامل، حضرت امام خمینی (قدس سره) با آن عظمت علمی و قدرت روحی و معنوی، در روابط همسری اش به گونه ای عمل می کند که از کلمات به جا مانده ی در مکتوباتش رایحه ی عشق و محبت و صفا و صمیمیت نسبت به همسرش به مشام جان می رسد.

آن بزرگ مرد الهی در حالی که سی و یک سال بیشتر نداشته و عازم سفر حج بوده، از کنار سواحل بیروت در مکتوبی همسرش را چنین خطاب می کند: «تصدقت شوم، الهی قربانت بروم، در این مدت که مبتلای به جدایی از آن نور چشم عزیز و قوت قلبم گردیدم، متذکر شما هستم و صورت زیبایت، در آئینه ی قلبم منقوش است.

عزیزم! امیدوارم خداوند شما را به سلامت و خوش، در پناه خودش حفظ کند. [حال] من با هر شدتی باشد می گذرد، ولی بحمد الله تاکنون هر چه پیش آمد، خوش بوده و الان در شهر زیبای بیروت هستم. حقیقتاً جای شما خالی است، فقط برای تماشای شهر و دریا خیلی منظره ی خوش دارد، صد حیف که محبوب عزیزم همراه نیست که این منظره ی عالی به دل بچسبد، ایام عمر و عزت، مستدام. تصدقت؛ قربانت؛ روح الله «و هنگامی که در سن شصت و سه سالگی به ترکیه تبعید می شود در نامه ای برای همسرش چنین می نگارد: «والده ی مصطفی، ابقاها الله و صبرها»؛ و در هفتاد سالگی در مکتوبی از نجف اشرف، همسرش را چنین خطاب می کند: «خانم محترمه ی معظمه»؛»

خانم محترمه ی عزیزه ام «

-صحیفه امام، ج ۱ خلاصه ی ص ۲

-صحیفه امام، ج ۱ خلاصه ی ص ۴۳۷

-صحیفه امام، ج ۲ ص ۴۵۸

سرگرمی

حدس عدد: طی این بازی سرگروه عددی را انتخاب و آن را روی یک کاغذ می نویسد، سپس از یکی از اعضای گروه می خواهد با حدس کمتر از ۲۰ عدد به آن برسد. زیرگروه با حدس اعداد مختلف و با راهنمایی سرگروه به واسطه کلمات (بالتر) و (پایین تر) به عدد مورد نظر میرسد.

پانتومیم: سرگروه با انتخاب کلمه یا عبارتی کوتاه از یکی از اعضای گروه می خواهد با اجرای حرکات بدن و بدون صحبت کردن آن را به دیگر اعضای گروه بفهماند.

جرات یا حقیقت: سرگروه با چرخاندن یک بطری در وسط گروه سوال شونده را مشخص می کند. از کسی که درب بطری به سمت او می ایستد خواسته می شود بین جرات یا حقیقت یکی را انتخاب کند. در صورت انتخاب جرات کاری خلاف عادت از او خواسته می شود که انجام دهد و در صورت انتخاب حقیقت از او سوالی پرسیده می شود که باید حقیقت را در پاسخ بگوید.



معرفی کتاب

هجره پریا

مرتضی: ممنون. بد نیستم. شما چه خبر؟

پریا: سلامتی شما. ببخشید دیر وقت پیام دادم میخوام باهات حرف بزنم!

مرتضی: جانم آجی!

پریا: نمیخواهی لالا کنی؟

مرتضی: دیگه حالا، خوابم جای خود، به زور بچه ها را خوابونده بودیم، بگو جونم؟

پریا: داداشی من نمیتونم اینجا بمونم؟

مرتضی: کجا؟ پیش مامان!؟

پریا: نه بابا!

مرتضی: پیش بابا!؟ نگو با بابا بحث شده!

پریا: نههههه، میذارای حرف بزنم حالا یا نه؟

مرتضی: خب بفرما!

پریا: پنجشنبه، ینی پس فردا دفاع دارم اما احساس خوبی ندارم.

مرتضی: دفاع که احساس نمیخواد، برو یه ربع بیست دقیقه پایان نامت دفاع کن و یه نمره ای بگیر و بیا دیگه! ینی چی احساس خوبی ندارم؟

پریا: مشکلم اینه که احساس پوچی میکنم، وقتی یادم میاد که با چه زحمتی بابا و مامان را راضی کردم که دیگه ارشد نخونم و برم حوزه، اما الان بعد از پنج سال که درس حوزه خوندم و دو روز دیگه دفاع دارم، احساس میکنم چیز زیادی دستمون نگرفته، من معدل نوزده رشته کارشناسی هوافضا بودم و با هزار دل امید پاشدم اومدم طلبه شدم اما احساس میکنم، احساس نمیکنم باختما، ولی خیلی احساس برنده شدن هم نمیکنم.

مرتضی: همیشه واضحتز بگی به چی فکر میکنی؟! چطور شده حالا یهویی



این کتاب به بیان مجاهدت و جدیت عالمانه نسل سومی های دانش آموخته حوزه های علمیه خواهران پرداخته است که در راه مبارزه با ملحدان فعال در فضای مجازی ایران، قدم گذاشته و با علم و توسل و تذکر و توجه به رسالت طلبگی خویش عمل کردند.

گزیده ای از کتاب :

پریا: داداشی بیداری؟

مرتضی: سلام. جانم!

پریا: سلام. خوبی؟ چه خبر؟





یادت افتاده که پنج سال خیلی برات فایده نداشته؟!

پریا: وا ، داداشی،دیگه قرار نشد لوس بشیا، اینا را نگفتم که فوراً بزنی تو چشمون!

مرتضی: باشه.. ببخشید، شوخی کردم.

پریا: حالا چیکار کنم مرتضی؟!

مرتضی: حالا ولش کن اینارو، یه سوال!

پریا: جانم!

مرتضی: از این پنج سال چی یاد گرفتی؟ مهم ترین چیزی که یادت دادن یا خودت یاد گرفتی چیه؟!

پریا: راستشو بخوای واقعا من فقط یه چیز یاد گرفتم توی کل این پنج سال، اونم اینکه که «هیچی بلد نیستم و هیچی نمیدونم!»

مرتضی: خب اینکه خیلی عالی! این ینی تازه اول دانش و بیداری! جالبه بدونی که ملاصدرا و ابن سینا در اواخر عمرشون به این چیزی که تو گفتی پی بردند! ینی تازه بعد از یه عمر میگفتند ما هیچی بلد نیستیم! ینی حوزه خواهران اینقدر موفق بوده که تونسته شما را بعد از پنج سال، به نقطه ای برسونه که ملاصدرا و ابن سینا بعد از پنجاه شصت سال به این نتیجه رسیدند! کلا بهتون تبریک میگم!

پریا: مرتضی من دارم جدی حرف میزنم اونوقت تو داری تیکه میندازی؟! اصلا دیگه باهات حرف نمیزنم.بای

مرتضی: کجا حالا؟! نصف شبی فوراً قهر میکنی! حالا برو سطح دو دفاع کن تا بعدش یه فکری میکنیم. راستی موضوعت چی بود؟!

پریا: بررسی آسیب های اعتقادی آتئیست ها در

فضای مجازی ایران!

پریا: یهو یی یادم نیفتاده، من در طول این پنج سال، خیلی بیشتر از چیزی که بودم انرژی و احساس خرج دادم که ناامید نشم، نمیخواستم کم بیارم، من اگر این پنج سال را رفته بودم دانشگاهم را ادامه داده بودم، الان دکترای هوافضا را هم گرفته بودم، اما اصلا پشیمون نیستم که طلبه شدم، مشکلم اینه که حوزه، اونی که فکر میکردم بهم نداد! میگیری چی میگم؟

مرتضی: خب طبیعیه! تو تازه داری سطح دو را میگیری! انتظار داری بعد از پنج سال ابتدایی، بشی مجتهده امین؟!

پریا: نه، منطقی هم نیست، اما خیلی باحال هم نیست که از هر علم و درسی، یه ذره مزمه بکنیم و فکر کنیم الان خیلی چیز بلدیم!

مرتضی: ما هم یه کم همینطور هستیم، اما نه به شدت حوزه شماها، ما یه کم درسامون تخصصی تر دنبال میشه اما تهش که فکر میکنم، ما هم یه کم در بعضی زمینه ها همین احساس بهمون دست میده، وگرنه مثلا کسی با خوندن یه واحد درس منطق پایه دو که به غرض منطق نمیرسه، غرض منطق، اینه که یاد بگیري چطوری فکر کنی و چطوری گولت نزنن! با اینکه خداوکیلی ما در منطق پایه دو فقط اصطلاحات یاد گرفتیم و تموم! یا مثلا با یه درس بلاغت پایه سه که کسی بلیغ نمیشه!

پریا: داداشی میترسم! وقتی فکرش میکنم که چقدر بی سوادم با اینکه معدل پایه پنجم شده ۲۰ خیلی میترسم، داداشی باورت میشه من فلسفه و یا مثلا شاخ ترین درسمون که حلقات شهید صدر بود را شدم ۲۰؟! با اینکه حتی متن عربی هم خیلی قشنگ بلد نیستم بخونم اما نمیدونم چطوری گرفتم ۲۰؟! وای نبود بیینی یکی از بچه ها که شده بود ۱۹ و از نمره من خبر نداشت، چه افه ای میداشت؟! فکر میکرد الان شده دختر شهید صدر؟! اصلا یه وضعی بود که نگوا!

مرتضی: دخترین دیگه! توقعی بیشتر از همین از تون نیست!

اخبار

موسسه آموزش عالی حوزوی خواهران میبد



اخبار فرهنگی



جلسه بررسی لایحه الحاق دولت جمهوری ایران به کنوانسیون مباره با تامین مالی تروریسم (CFT) و

بررسی FATF

تدوین نشریه مغناطیس حسینی با رویکرد تشویق به شرکت در مراسم پیاده روی اربعین

نشست سیاسی بصیرتی در قالب حمایت از کالای ایرانی و تولید ملی

نشست بصیرتی با عنوان «احیاء واجب فراموش شده»

حضور طلاب خواهر در بیمارستان امام جعفر صادق (ع) برای دلجویی و پاسخگویی به سوالات شرعی

تشکیل کانون خادمیاران رضوی با رویکرد خانواده محور

تشکیل جلسات مشاوره با حضور مشاوران حوزوی

تشکیل مقر کتاب وقف در گردش مخصوص طلاب

برگزاری کارگاه مهدویت با رویکرد انتظار واقعی و حمایت از ولایت فقیه

نشریه پاسخ به شبهات با رویکرد اصلاح برخی خرافات در مورد قیام عاشورا

برگزاری نشست فقهی برای حل معضل سقط جنین

اخبار پژوهشی



برگزاری کرسی آزاد اندیشی با رویکرد سقط جنین با حضور دکتر نیلچیان متخصص زنان و زایمان

برگزاری نشست بصیرتی و کرسی آزاد اندیشی با موضوع چرا رهبری در جزئیات امور دخالت نمی کنند؟!

وصیت نامه

شهید محسن نجفی



از همه ی خواهران عزیزم و از همه ی زنان امت رسول الله
میخواهم روز به روز حجاب خود را تقویت کنید، مبادا تار مویی از
شما نظر نامحرمی را به خود جلب کند؛ مبادا رنگ و لعابی بر
صورتتان باعث جلب توجه شود؛ مبادا چادر را کنار بگذارید...
همیشه الگوی خود را حضرت زهرا و زنان اهل بیت قرار دهید؛
همیشه این بیت شعر را به یاد بیاورید
آن زمانی که حضرت رقیه سلام الله خطاب به پدرش فرمودند:
غصه ی حجاب من را نخوری بابا جان
چادرم سوخته اما به سرم هست هنوز...