



رنج های شیرین مادری

معرفی و بریده هایی از کتاب «مادرانه» که شامل گفتارهایی از

حجت الاسلام «محمد جواد نضاft» درباره مقام مادر و اهمیت فرزندآوری است



❖ فرزند از مصادیق ارزشمند باقیات الصالحات است

خداي متعال در قرآن کریم می فرماید: «مال و فرزند، زینت زندگی دنیا هستند.» اسلام به مال و فرزند به عنوان زینت دنیا نگاه می کند و خداوند نمی خواهد که مومنان در دنیا از این زینت بی بهره باشند. همچنان که زندگی بدون مال، زینت ظاهری ندارد و هر چه ثروت بیشتر باشد، در ظاهر مزین تر است؛ زندگی بدون فرزند نیز زیبا نیست و زینت ندارد. هر چه فرزند بیشتر باشد، زندگی زینت بیشتری دارد و زیباتر است. اما در ادامه آیه شریفه، خداوند نگاه زیبا و متعالی تری را نسبت به اموال و فرزندان مطرح می کند و می فرماید: «و باقیات الصالحات [ارزش های پایدار و شایسته] توابش نزد پروردگار ت بهتر و امیدبخش تر است؟» یعنی اگر کسی می خواهد بهترین پاداش را داشته باشد و به اهداف بلندی می اندیشد و به کم قانع نمی شود باید رفتار از مال و فرزند که زینت زندگی اند، به باقیات الصالحات توجه

❖ زن گل است

امام صادق (ع) از پیامبر (ص) نقل می کنند: «فرزند شایسته گلی از گل های بهشت است.» تعبیر ریحانه برای فرزند در روایات ما زیاد تکرار شده است: پیامبر (ص) در روایت دیگری فرزند را گلی از جانب خداوند معرفی می کنند که او این گل را بین بندگانش تقسیم می کند. اگر مادری بخواهد در خانه وزندگی اش همیشه گلی باشد باید فرزند ان متعدد داشته باشد. جالب است که از فرزند تعبیر به گل شده است و امیر المومنین (ع) نیز از زنان، به گل تعبیر کرده اند و فرموده اند: «المرأة ریحانه» «زن گل است.» این تشابه بین مادر و فرزند تا حد زیادی به آرامش فرزند در کنار مادر کمک می کند و کاملاً مطابق فطرت است. همچنین بودن فرزند در کنار مادر و در آغوش پر مهر او سبب می شود تا نیاز ابراز محبت از جانب مادر نیز رفع شود. آری، فرزند داشتن و ابر از محبت به فرزند در فطرت زنان وجود دارد. بی علت نیست که دختران از همان کودکی به عروسک علاقه مندند.

❖ باغبانی گل ها و سیره خوبان

ما باید به اولیای خدا و ائمه اطهار (ع) تأسی و اقتدا کنیم و این اقتدا باید همه جانبه باشد. در زیارت امین... می خوانیم؛ «خدا یا من را پیر و روش های اولیایت قرار ده». اولیای خدا، فرزند دوست بودند و به فرزندآوری اهتمام داشتند. پیامبر (ص) فرموده است: «از دواج کنید و فرزند بیارید و زیاد شوید که نسل شما مومنان مایه مباحات من در روز قیامت است.» خوب است در این زمینه نگاهی به سیره ائمه معصومین (ع) بینندازیم.

❖ برای چه زندگی می کنیم؟

انسان باید بداند در چه دنیایی زندگی می کند و در آن چه وظیفه ای دارد و هدف از آمدنش چه بوده است؟ اگر نگاه انسان به دنیا، محلی برای راحتی باشد و بخواهد از سختی ها و زحمت ها فرار کند، در این صورت به خیلی از کارها تن نخواهد داد. چنین انسانی از فرزند آوردن نیز فرار می کند. او فکر می کند دنیای بدون رنج امکان دارد! این دنیا بدون زحمت نیست و اگر کسی از تحمل این رنج، به ویژه رنج شیرین فرزندآوری فرار کند، در دسر دیگری برای او درست می شود که معلوم نیست تحمل آن، ثواب داشته باشد. فرزند آوردن و بزرگ کردن او، زحمتی است که لذت و شیرینی دارد و گمان نمی کنم تحمل رنجی به اندازه رنج فرزندآوری و تربیت فرزند، شیرین بوده و ثواب داشته باشد؛ شیرینی رنج به این خاطر است که خدای متعال به پدر و مادر، به ویژه به مادر مهر و محبت می دهد.

❖ یک فرزند فاسد هم زیاد است

یکی از بهانه ها برای فرزند نیارودن، وقت نداشتن و کمبود فرصت است. بدیهی است که فرزند داشتن، مستلزم صرف وقت برای نگهداری و تربیت اوست. این که پیامبر (ص) فرمودند: «من به زیادی جمعیت اتمم افتخار می کنم»، منظور شان مسلمان واقعی، یعنی مسلمان تربیت شده، متعهد و متدین است، نه مسلمان بی نماز و بزه کار. در روایات، افرادی را که صرفاً اسم مسلمان دارند مسلمان واقعی ندانسته اند؛ پیامبر (ص) می فرماید: «هر کس شب را صبح کند در حالی که دغدغه امور مسلمانان را ندارد، مسلمان نیست». پس ایشان که فرمودند دوست دارم جمعیت مسلمانان زیاد بشود و روز قیامت به کثرت آن مباحات می کنم، مباحات به انسان های تربیت شده است و الا یک فرزند فاسد نیز زیاد است. غرض این است که به هر حال تربیت فرزند در مسیر اهداف اسلامی، مستلزم صرف وقت است و برخی به این بهانه که وقت ندارند، فرزند نمی آورند و می گویند وقت نداریم.

❖ چرا وقت تربیت فرزند نداریم؟!

مشکل چنین انسان هایی نداشتن برنامه ریزی و اولویت بندی است. اگر کسی در زندگی برنامه ریزی داشته باشد و وقت خود را با اولویت بندی و محاسبه صرف کند، می تواند همه کارهایش را انجام دهد. بزرگان گفته اند: «توزیع الوقت، توسیع الوقت»؛ توزیع و تقسیم کردن وقت، سبب وسعت پیدا کردن آن می شود. طبیعی است که اگر انسانی، وقت را هدر بدهد و کارهایش را اولویت بندی نکند، نمی تواند کارها را به اتمام برساند.

❖ ارزش زن در چیست؟

یکی از شبهات و ابهامات درباره فرزندآوری فهم نادرست از نقش و جایگاه ویژه زنان است. بیش از دودهه است که جریان های غیر دینی خارج و داخل کشور با حرکتی خزنده و تدریجی سعی کرده اند در تگرش به زن و جایگاه او و نقش و کارآمدی مادر تغییر اساسی ایجاد کنند؛ حضور بی قید و شرط زن را در جامعه تبلیغ کرده اند و ارزش او را به این حضور گره زده اند. دریک دوگانه باطل، زن را به اجتماعی و غیر اجتماعی تعریف کرده و سپس زن اجتماعی را به غلط این گونه تعریف کرده اند که زنئی است که درآمد مستقل داشته باشد، در خانه نماند و با اطرافیان خود اعم از زنان و مردان، خیلی راحت و بدون محدودیت تعامل داشته باشد. در حالی که باید مشخص شود که ارزش زن به چیست؟ آیا صرفاً به تولید ثروت و دوشادوش مردان کار کردن است؟ آیا به گوشه گیری و انزوا و صرف خانه داری است؟ یا می توان ارزش زن را با تریک این دوبار عایت اولویت ها تعریف کرد؟

قرار و مدار

روز نخوردن تنقلات مضر



ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام: پیامک ۰۹۹۹۲۰۰۰

و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

***** در صفحه خانواده نوشتید که شناسایی کودک کان تیزهوش در ۳ سوت! خواندن مطلبش، یک ربع وقت من را گرفت، چطور در ۳ سوت به این توانایی برسیم؟ **پدر نازنین کوثر**

***** من کتاب «از زمین تا کره ماه» را که مربوط به نویسنده بزرگ و نامدار یعنی ژول ورن است، خواندم و بعدش هیچ کتابی به آن جذابی نخوانده ام. کتاب خیلی خوبی بود و ممنون که از ش در پرونده زندگی سلام یاد کردید.

***** از چاپ پیامک مخاطبی که به پرونده ای درباره کشور استونی اعتراض کرده بود، خیلی تعجب کردم. چرا ذهن بعضی ها، این جوریه؟

***** این خانم «دین ری کونتز» که ۴۰ سال پیش در

رمان «چشم های تاریکی»، شیوع ویروس کرونا رو پیش بینی کرده اگر زنده است، باید از ش پرسن که آخرش چی می شه!

***** درباره مطلب «در رقابت بین سس های سالاد، برنده کدام است؟» باید بگم که سس هزار جزیره برنده است، نه مایونز خوبه و نه سس ماست. آخه سس ماست هم شد سس؟! ***** استفاده از عبارت «نویسنده های پیشگو» در زندگی سلام در ست نبود. بهتر است بگویید چون ذهن نویسنده ها باز است، به نکاتی درباره آینده اشاره کرده که به واقعیت رسیده است. پیشگویی یک کلمه ای است که به مال هانست می دهند.

آن چه در نقاشی کودک تان نمی بینید!

نقاشی زبان کودکان است و نکات تامل بر انگیزی

درباره ویژگی های شخصیتی کودک، دغدغه هایش و... در دل خودش دارد

دکتر فریده ناصری | روان شناس بالینی

چگونگی استفاده از رنگ ها و شکلی که به کمک آن ها روی کاغذ کشیده می شود، یکی از مهم ترین ملاک ها و معیار های سنجش شخصیت و شناخت روان کودکان است. رنگ ها همیشه وسیله ای برای بیان ارتباط، احساسات و عقاید بوده و هستند، به طوری که می توان به زبان رنگ ها صحبت کرد. انتخاب رنگ توسط کودک به طور نسبی می تواند اطلاعات صحیحی در زمینه رفتار های خانوادگی و نوع عملکرد خانواده ها در منزل بدهد. بخش ناخود آگاه ذهن می تواند از طریق نقاشی ظاهر شود. طراحی، یک ارتباط مستقیم با بخش ناخود آگاه دارد و حاوی اطلاعات روان شناختی زیادی است که عمق روان کودک را می توان از طریق آن احساس کرد. کودکانی که نقاشی می کنند، بچه های خوشحال تری هستند. آن ها ترس، آرزو، درد و... را از طریق نقاشی بیان می کنند. نقاشی زبان کودکان است، یک نقاشی ساده می تواند نگاهی اجمالی به جهان بینی کودک، نقش او در خانواده و روابطش با دیگر اعضای خانواده و البته اعتماد به نفس او داشته باشد. این نقاشی همچنین می تواند میزان استحکام خانواده را نشان دهد که بسیار مهم است. نقاشی کودکان نشان دهنده یک دیدگاه از شخصیت خودشان است. کودکان ابزار نقاشی را به طور تصادفی انتخاب نمی کنند، این انتخاب خلق و خوی شخصیتی آن ها را نشان می دهد.

❖ منتظر نقاشی های فرزندتان تان هستیم

با ذکر این مقدمه، جالب است بدانید که از هفته آینده، در همین صفحه خانواده و مشاوره، ستون آنالیز نقاشی کودکان را راه می اندازیم. تعطیلات پیش رو فرصت خوبی است تا از فرزندتان بخواهید یک نقاشی بکشد و برای مادر تلگرام به شماره ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶ ارسال کنید تا به شما برای شناخت روحیات او کمک کنیم.

❖ مادران و پدران گرامی توجه فرمایید

۱- نقاشی ها در آرامش و بدون هر گونه دخالت اطرافیان کشیده شود.

۲- اگر نقاشی به صورت رنگی است، تمام رنگ ها به یک اندازه در اختیار کودک قرار

گیرد اما هرگز

نگویید چرا این

رنگی کردی، اون

رنگی کن و... .

۳- به کودک

بگویید هر چه

دوست دارد



ارسال نقاشی ها
تلگرام: ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

همیشه از خواسته خودتان می گذرید و همیشه

در جهت برآوردن خواسته دیگران تلاش می کنید.

توجه داشته باشید اگر در تله اطاعت افتاده باشید از خود گذشتگی ها به مرور زمان باعث خشم شما می شود.

❖ مهارت بیان جرئت مندانه را فرابگیرید

بعد از شناخت ریشه ای مشکل تان، راه حل تا حد زیادی برای تان مشخص خواهد شد. مثلاً برای رهایی از تله اطاعت باید از مهارت بیان جرئت مندانه خواسته ها کمک بگیرید. استفاده از زبان بدن یکی از راه های جرئت مند شدن است که برای تحقق آن باید تمرکز خود را روی مشکل بگذاریم و از مقصر دانستن و سرزنش کردن طرف مقابل خودداری کنیم؛ قضاوت نکنیم و افکار، احساسات و عقاید خود را نشان دهیم و در خواست های خود را واضح و مستقیم بیان کنیم. با این حال باید بدانید تله های ذهنی یا همان طر حواره ها، معمولاً از ابتدای کودکی شکل می گیرند و تا بزرگ سالی ادامه خواهد داشت و رفتار و افکار ما را تحت تاثیر قرار خواهند داد. برای در مان طر حواره ها باید از یک روان در مانگر کمک بگیرید تا مشکل هر چه زودتر حل شود.

بعد از ۲۰ سال زندگی مشترک، همدیگر را درک نمی کنیم!

❖ در نحوه گفت و گوها تجدید نظر کنید

در ادبیات و محتوای گفت و گوها ی خود تجدید نظر کنید. این که همواره صحبت های شما به مشاجره ختم می شود، نشانه وجود اشکال در زمان، مکان، محتوا و ادبیات شما و همسر تان در مذاکرات است. برای ایجاد یک گفت و گوی اثر بخش ابتدا به همسر تان بگویید که نیاز دارید راجع به موضوعات زندگی مشترک با ایشان صحبت کنید و سپس از وی بخواهید که زمانی را برای این کار مشخص کند. گفت و گوی خود را با گایه مندی، شکایت و محاکمه کردن شروع نکنید و سعی کنید مشکلات را به ترتیب اولویت و با آرامی، بیان و برای هر مورد دلایل و پیشنهاد های خود را نیز مطرح کنید. اشتباهات همسر تان را مستقیم و با حالت تحقیر بیان نکنید و هنگام صحبت، از ویژگی های مثبت او نیز نام ببرید. آرامش

❖ همسر تان را درک کنید

اگر انتظار دارید که همسر تان شما را درک کند، لازم است که ابتدا شما این کار را بکنید و به نحوی رفتار کنید که بفهمد او را درک می کنید. درک متقابل زمانی اتفاق می افتد که هریک از زوج ها از خودش شروع کند و منتظر طرف مقابل نماند. همین که شما در زمان های خستگی و بی حوصلگی همسر تان، دلخوری ها و مشکلات خود را مطرح نکنید، از تلاقی کردن پریز کنید و به ویژگی های مثبت وی نیز اشاره داشته باشید، نشان دهنده درک کردن ایشان است و حسن خوی را به وی منتقل می کند.



روابط عمومی ام ضعیف است و تا کلاس ششم درس خواندم. ۲۹ ساله ام. مشکل این است که نمی توانم حق خودم را از دیگران بگیرم. در جر و بحث ها، همیشه حق را به طرف مقابل می دهم و نمی توانم حرف دل را به راحتی بیان کنم.



هدی معتمدالصنایعی | روان شناس بالینی

آن در موقعیت های مختلف آن را تقویت کرد.

❖ ۳ تله ای که ممکن است در آن ها افتاده باشید

شاید شما تله هایی در ذهن داشته باشید که مانع شما در تغییر رفتار و بیان خواسته تان می شود. ممکن است شما در تله تایید طلبی افتاده باشید، به این معنی که با نظر دیگران موافقت می کنید تا دیگران شما را تایید کنند و ترس از این را احتمالاً خواهید داشت که اگر دیگران شما را تایید نکنند، سپس از جانب آن ها را خواهید شد. ممکن است شما در تله نقص و شرم افتاده باشید. به این معنی که خودتان را فرد کاملی نمی دانید و به خاطر ویژگی هایتان همیشه احساس شرم و خجالت از دیگران دارید بنابراین جسارت مخالفت کردن هم ندارید. در آخرین حالت ممکن، شاید شما در تله اطاعت از دیگران افتاده باشید به این معنی که



۴۹ ساله ام و علاقه مند به همسر م. اما او ظاهراً هیچ احساسی به من ندارد. هر وقت سر یک مسئله با هم صحبت می کنیم، کار مان به مشاجره می کشد. بعد از ۲۰ سال زندگی مشترک، یکدیگر را به خوبی درک نمی کنیم. لطفاً راهنمایی ام کنید.



دکتر حسین محرابی | روان شناس

این که گفته اید همسر تان هیچ حس به شما ندارد، ممکن است تصور و برداشت شما از رفتار های وی باشد و امیدوارم که خیلی به واقعیت نزدیک نباشد چون اگر هیچ احساسی وجود نداشت، امکان تداوم زندگی مشترک شما به مدت ۲۰ سال خیلی کم بود. بنابراین

قبل از هر اقدامی لازم است که با تمرین مثبت اندیشی، ذهنیت خودتان را درباره

مشاوره زوجین



زندگی سلام
به شنبه
۱۳ خرداد ۱۳۹۹
شماره ۱۶۱۲

خانواده و مشاوره