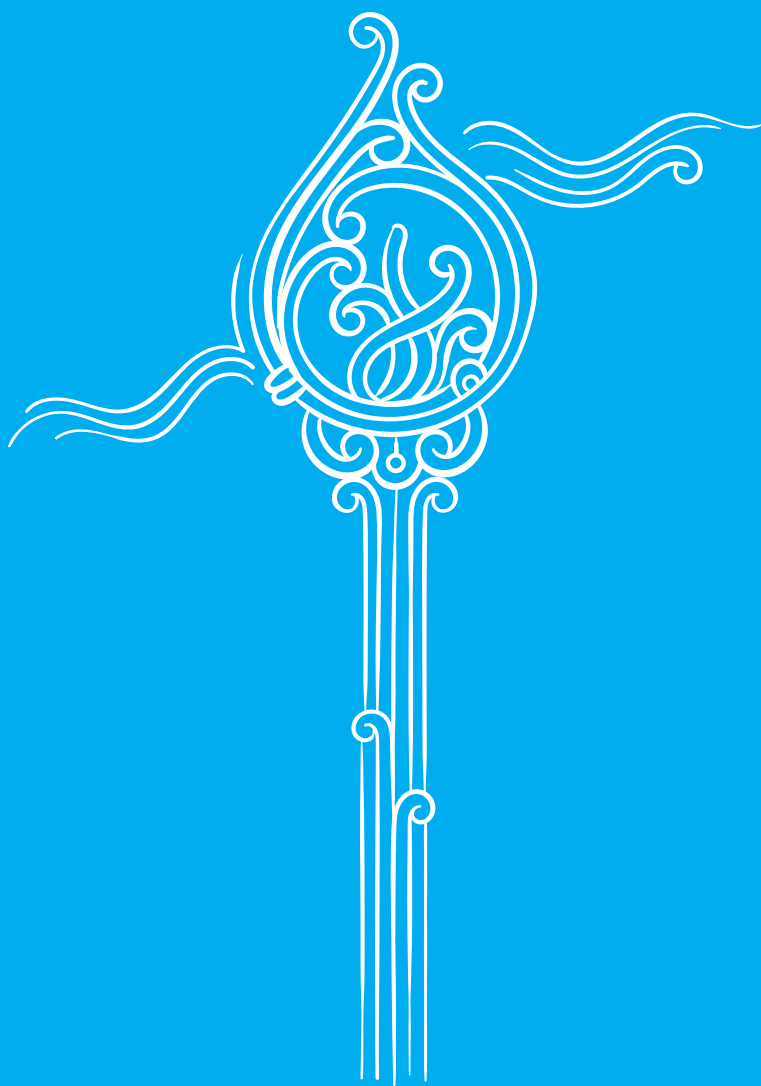






زندگی باز آید پُر ها

عطر زندگی در هوا کی زندگی

راهکارهای قه آئی بهارهای از تنگنای زندگی زنانه



سرشناسه: احمدی زاد، زهرا، ۱۳۷۱ -

عنوان و نام پدیدآور: زندگی با آیه‌ها، عطر بندگی در هوای زندگی:

راهکارهای قرآنی برای رهایی از تنگنایهای زندگی زنانه/ نویسنده زهرا احمدی زاد؛ ویراستار معصومه بدخشان.

مشخصات نشر: تهران: سازمان دارالقرآن الکریم، نشر تلاوت، ۱۴۰۴.

فروست: زندگی با آیه‌ها؛ ج. ۳.

شابک: دوره: ۹-۱۵-۵۱۰۱-۶۲۲-۹۷۸؛ ج. ۳: ۰-۱۸-۵۱۰۱-۶۲۲-۹۷۸

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

عنوان دیگر: راهکارهای قرآنی برای رهایی از تنگنایهای زندگی زنانه.

عنوان دیگر: عطر بندگی در هوای زندگی.

موضوع: قرآن - کاربرد - Use -- Qur'an

موضوع: قرآن -- بررسی و شناخت - Qur'an -- Surveys

موضوع: زنان در زندگی اجتماعی -- جنبه‌های قرآنی

موضوع: Women in public life -- Qur'anic teaching

موضوع: زنان در زندگی اجتماعی -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام

موضوع: Women in public life -- Religious aspects -- Islam

رده‌بندی کنگره: ۹/۲۰۴ BP

رده‌بندی دیویی: ۲۹۷/۱۵۹

شماره کتابشناسی ملی: ۱۰۳۶۲۶۴۴

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیپا

عطر بندگی در هوای زندگی

راهکارهای قرآنی برای رهایی از تنگنایهای زندگی زنانه

نویسنده: زهرا احمدی زاد

طراح جلد: سید محمد موسوی

ویراستار: معصومه بدخشان

صفحه‌آرا: علی عبادی فرد

ناشر: انتشارات تلاوت

چاپ و صحافی: واژه‌پرداز اندیشه

سال چاپ: ۱۴۰۴

تیراژ: ۵۰۰۰ جلد | قیمت: ۱۹۵,۰۰۰ تومان

شابک دوره: ۹-۱۵-۵۱۰۱-۶۲۲-۹۷۸

شابک جلد سوم: ۰-۱۸-۵۱۰۱-۶۲۲-۹۷۸

شماره مرکز پخش (فروشگاه بصائر)

۰۹۱۲۸۰۸۸۱۲۴ _ ۰۲۱۶۶۹۵۶۰۹۵

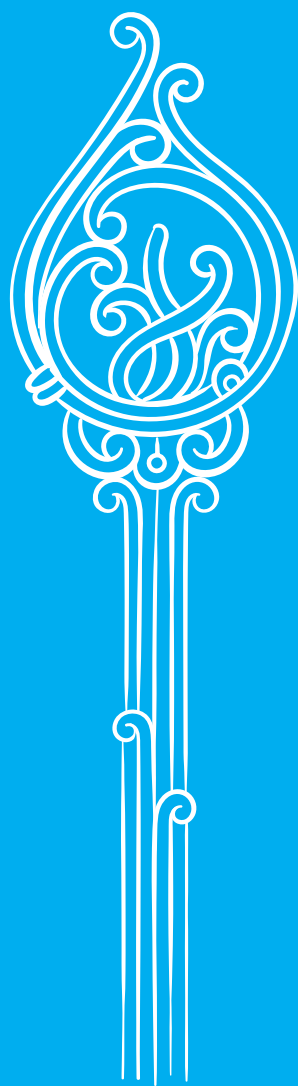


basaershop.ir

تقدیم به

این کتاب را به همهٔ زنان مقاوم عالم تقدیم می‌کنم؛
به حضرت زهرا علیها السلام، الگویی بی‌نظیر از استقامت و دل‌سوزی، که محبت و
فداکاری‌اش همچنان در دل‌ها جاودان است؛
به حضرت ام‌البنین علیها السلام که با ایستادگی و شجاعت، فرزندان‌ش را در راه حق
فدای محبت اهل بیت علیهم السلام کرد؛
به حضرت زینب علیها السلام که با شجاعت و فصاحت خود، پیام کربلا را به جهانیان
رساند و در برابر سختی‌ها استقامت کرد؛
به مادر امام زمان عجل الله تعالی فرجه الدجیل که با تحمل همهٔ سختی‌ها و مصیبت‌ها، نشانه‌ای از
امید و انتظار برای تحقق عدالت و صلح در عالم است؛
به مادران شهدا که با صبر و استقامت، با عظمتی بی‌نظیر، فرزندان خود را در
راه حق و آزادی پرورش دادند و به برکت خونشان، پایه‌گذار افتخارات ملی شدند؛
و به تمام مادران پرمحبت ایرانی که با فداکاری و تلاش، نسل‌های آینده را
تربیت می‌کنند و در سخت‌ترین شرایط، نوری برای خانواده‌هایشان می‌باشند.
امید دارم که این عطر بندگی، الهام‌بخش تمام زنان مؤمن باشد تا با تکیه بر
آموزه‌های الهی، زندگی خود را سرشار از عشق، صبر و معنویت کنند.







پیشگفتار.....	۱۳
سخنی با خادمان کلام وحی.....	۱۵
مقدمه.....	۱۷
جزء بیست و یکم: از آشپزخانه تا آسمان.....	۲۳
دغدغه‌های بانوی ایرانی؛ موتور محرکهٔ تعالی.....	۲۵
آیهٔ هدایت؛ نقشهٔ راه کمال.....	۲۶
جهاد بانوان ایرانی.....	۲۷
پیوند کبوترها.....	۲۷
فرهنگ مطالعه.....	۲۸
میراث فاطمی.....	۲۸
رفاقت با خدا.....	۲۹
ترمیم رابطه.....	۳۳
تجلی زنانهٔ جهاد در تاریخ.....	۳۴
هدایت، در دل تلاش.....	۳۵
جهاد؛ حرکت کشتی در دریای متلاطم.....	۳۶
صبر، تجلی جهاد.....	۳۷



جزء بیست و دوم: دشمن پنهان ۳۹

- ۴۱..... تله‌های روزمره
- ۴۲..... احساس دیده نشدن
- ۴۳..... دروازه نفوذ شیطان
- ۴۳..... غفلت در خانواده
- ۴۴..... غفلت در اجتماع
- ۴۵..... شیطان، معمار تفرقه در خانواده و جامعه زنان
- ۴۵..... وقتی دل‌ها از هم دور می‌شوند
- ۴۶..... دام رنگین فضای مجازی
- ۴۷..... احساس ناکافی بودن
- ۴۷..... ناامیدی؛ سم مهلک روح
- ۴۷..... راهبردهای هوشمندانه زنانه
- ۴۸..... نقشه گنج درون
- ۴۸..... مکث قبل از واکنش
- ۴۸..... سپر محافظ در برابر وسوسه
- ۵۰..... تمرکز بر داشته‌ها
- ۵۰..... ارزشی فراتر از ظاهر
- ۵۱..... مرزبندی با گناه
- ۵۱..... دشمنی فعال و هوشمندانه
- ۵۱..... سربازان فردای انقلاب
- ۵۳..... حفظ استحکام خانواده
- ۵۳..... حضور مقتدرانه زن مسلمان
- ۵۵..... پیروزی از آن بندگان هوشمند خداست

جزء بیست و سوم: سنگر خانواده ۵۷

- ۵۹..... فریاد دل یک مادر
- ۶۰..... نصرت الهی در دل تاریکی
- ۶۱..... لشکر جان برکف
- ۶۲..... اتصال به منبع قدرت

چرخش فرشتگان.....	۶۴
سنگر خانواده.....	۶۵
مادر دغدغه‌مند.....	۶۶
آزمایشگاه خلافت.....	۶۷
بنای استوار خودباوری.....	۶۹
جستجوی امید در دل بیابان.....	۶۹
بچه پول‌دار سوسول!.....	۷۱
پیروزی آسمانی.....	۷۲
سنگر خانواده.....	۷۳

جزء بیست و چهارم: بافنده آرامش..... ۷۵

امان از این «اما»!.....	۷۷
فرمول شگفت‌انگیز.....	۷۸
مرحله اول: اعلام ایمان و انتخاب مسیر.....	۷۸
مرحله دوم: هنر در مسیر ماندن.....	۷۹
پاداشی از جنس خدا.....	۷۹
زن، بافنده قالی آرامش.....	۸۰
گره‌های روزمره زندگی.....	۸۱
گره «عفت» در بازار داغ خودنمایی.....	۸۱
گره «محبت» در کوره سختی‌های زندگی مشترک.....	۸۲
گره «تربیت» در طوفان‌های فرهنگی.....	۸۳
گره «بصیرت» در برابر دشمنان مُلک سلیمانی.....	۸۴
محبوبه مقاوم.....	۸۵
ملت مقاوم.....	۸۷

جزء بیست و پنجم: نخ تسبیح امت..... ۹۱

گران‌بهارترین وصیت.....	۹۳
مزد رسالت.....	۹۴
پاداش شخصی یا طرح راهبردی؟.....	۹۵
راز کلمه مودّت.....	۹۶



۹۷	ام‌الشهید مظلوم
۱۰۰	خورشید و آینه‌ها
۱۰۰	نخ تسبیح امت
۱۰۱	مودتی از جنس زنانه
۱۰۱	صحنهٔ اول: خانه، کارگاه اصلی تولید مودت
۱۰۳	صحنهٔ دوم: روضه‌های خانگی، کارگاه‌های جمعی ترمیم و تقویت
۱۰۴	صحنهٔ سوم: مودت در عمل، تجلی در سبک زندگی
۱۰۵	نگهبانان نخ تسبیح

جزء بیست‌وششم: زیبایی اقتدار ۱۰۷

۱۰۹	ندای پنهان
۱۱۰	نقشهٔ راه پیروزی
۱۱۱	فرمان اول (روان‌شناختی)
۱۱۱	فرمان دوم (راهبردی)
۱۱۳	دو وعدهٔ بزرگ الهی (معنوی)
۱۱۴	صاحبان قصرهای باشکوه
۱۱۵	زنان حیات‌بخش
۱۱۶	نگهدار آرامش
۱۱۷	نخ طلا در تاریکی
۱۱۸	بالاترین سرباز
۱۱۹	عزت‌نفس الهی
۱۱۹	ایستادگی یک بانو در برابر فشار جمع
۱۲۰	تجلی اقتدار مؤمنانه
۱۲۰	میدان خانواده، اولین عرصهٔ تمرین اقتدار
۱۲۱	میدان فردی؛ «نه» گفتن به مثابهٔ جهاد اکبر
۱۲۱	پاداش شیرین ایستادگی

جزء بیست‌وهفتم: هنر رهازیستن ۱۲۳

۱۲۵	گمشدهٔ زن امروز در طوفان حوادث
۱۲۶	آیهٔ تعادل

۱۲۷.....	گره زدن هویت به داشته ها
۱۲۸.....	خانه دل و مهمان های ناخوانده
۱۲۹.....	اماما، سرت سلامت!
۱۳۱.....	تجلی هنرهای زیستن
۱۳۱.....	سخت ترین آزمون مادرانه
۱۳۳.....	طوفان های اقتصادی
۱۳۴.....	رهایی از زندان بخل
۱۳۵.....	زنجیر ترس از آینده
۱۳۶.....	زنجیر دل بستگی به امروز
۱۳۷.....	دوره روان درمانی قرآنی

جزء بیست و هشتم: وقتی خدا راه را باز می کند! ۱۳۹

۱۴۱.....	وقتی به بن بست می رسیم!
۱۴۲.....	متخصص باز کردن گره های کور
۱۴۳.....	تقوا، زره مؤمن در چهارراه های زندگی
۱۴۴.....	چهارراه های تقوا
۱۴۴.....	چهارراه تقوای مالی و اقتصادی
۱۴۶.....	چهارراه تقوای زبان و آبرو
۱۴۸.....	چهارراه تقوای تربیتی
۱۴۹.....	چهارراه تقوای ملی و سیاسی
۱۵۱.....	توکل، سپردن کار به کاردان حقیقی
۱۵۲.....	توکل از جنس زنانه
۱۵۳.....	فرمول دومرحله ای

جزء بیست و نهم: وقتی خانه نورانی می شود! ۱۵۵

۱۵۷.....	خانه ای روشن یا خانه ای نورانی؟
۱۵۸.....	خالی شدن باتری روح
۱۵۸.....	راهی برای همه
۱۵۹.....	بازسازی مغز مضطرب
۱۶۱.....	سفر به سرزمین یمن



سپر محافظ روح	۱۶۲
ایستاده در بمباران	۱۶۴
انس با قرآن در صحنه‌های زندگی زنانه	۱۶۴
اوقات مرده، فرصت‌های طلایی برای اتصال به منبع نور	۱۶۵
سفری از گوش به قلب	۱۶۷
نسخه آسان خدا را جدی بگیریم	۱۶۸

جزء سی‌ام: در آغوش سختی

سوغات رمضان	۱۷۳
سنتی غیرقابل تغییر	۱۷۴
رشد پس از سانحه	۱۷۵
سمیه کردستان	۱۷۶
رنجی که به پرواز می‌انجامد	۱۷۸
آسانسورهای معنوی خدا	۱۷۹
پایله‌های زندگی	۱۸۰
پایله مادر شدن؛ از بارداری تا بی‌خوابی‌های شبانه	۱۸۰
پایله اقتصادی و فرهنگی؛ فرصت شکوفایی	۱۸۱
پایله زندگی مشترک؛ ساختن ما از من و تو	۱۸۲
کارگاه تمرین صبر	۱۸۳

کتابنامه

پیشگفتار

بسم الله الرحمن الرحيم

آیا تابه حال طعم «زندگی با یک آیه» را چشیده‌اید؟ آن لحظه‌ای که در کوران یک سختی، آیه‌ای ناگهان در قلبتان می‌نشیند و تمام اضطراب‌ها را می‌شوید. یا در میانه یک دوراهی سرنوشت‌ساز، کلامی از قرآن همچون چراغی پُر نور مسیر پیش‌رو را روشن می‌کند؛ آیه‌ای که دیگر فقط متنی بر روی کاغذ نیست، بلکه به یک دوست صمیمی، یک مشاور حکیم و پناهگاهی امن تبدیل می‌شود. این تجربه همان اکسیری است که روح را در هیاهوی دنیای امروز زنده نگه می‌دارد. «نهضت زندگی با آیه‌ها» برآمده از همین باور است؛ باوری که می‌گوید قرآن، کتاب زندگی در متن میدان است، نه صرفاً کتابی برای نهادن در گنج طاقچه. اکنون، برای سومین سال پیاپی، این نهضت سی‌آیه منتخب را به عنوان سی شاه‌کلید برای گشودن قفل‌های ذهنی و رفتاری جامعه امروز، محور حرکت خود قرار داده است و مجموعه کتبی که پیش روی شماست، عصاره‌ای از این حرکت و تلاشی برای تجهیز شما در کارزار بزرگ امروز است.

این کارزار، میدان نبردش نه فقط خاک‌ریزهای خاکی، که قلب‌ها و ذهن‌های ما و اطرافیانمان است. جنگ، جنگ روایت‌هاست؛ نبردی میان روایت امید و یأس، روایت عزت و تسلیم. خداوند از همه ما که با کتابش آشنا شده‌ایم، پیمانی گرفته است: «(لَقَبِئِنَّهُ لِّلنَّاسِ وَلَا تَكْتُمُونَهُ)»؛ باید آن را برای مردم بیان کنید و کتمان‌ش نکنید». این کتاب‌ها یک جعبه مهمات فکری و معنوی برای شماست تا در این «جهاد تبیین»، با دلی قرص و بیانی رسا، وارد میدان شوید.

اما نقشهٔ راه ما در این کتاب‌ها چیست؟ محتوای این مجموعه براساس دو گفتمان کلان و به‌هم‌پیوسته طراحی شده است:

نخست، بازتعریف «قرآن؛ کتاب زندگی». این گفتمان یادآوری می‌کند که «رجوع مستمر به قرآن، تنها راه نجات از سردرگمی‌ها و ظلمت‌های دنیای معاصر است.» دوم، تبیین «مقاومت به عنوان تنها مسیر پیشرفت». این گفتمان، یک اصل راهبردی را تثبیت می‌کند که عزت و استقلال، با تکیه بر دشمن و تسلیم به دست نمی‌آید، بلکه محصول ایستادگی آگاهانه است.

آیات منتخب این کتاب‌ها، اجزای تکمیل‌کنندهٔ این نقشهٔ راه هستند و حول یک محور اصلی یعنی «استقلال و تسلیم‌ناپذیری» سامان یافته‌اند. اینکه «عزت‌مندی و پیشرفت پایدار، با تکیه بر دشمن و تسلیم به دست نمی‌آید.» و این استقلال حقیقی، یک بنای باشکوه است که بر چهار ستون استوار شده است: ۱. معنویت و اتصال به قدرت بی‌نهایت الهی، خاستگاه تسلیم‌ناپذیری ماست. ۲. اتحاد مقدس، سلاح اصلی ما در برابر دشمن، و تفرقه، اسم رمز شیاطین برای غلبه بر ماست.

۳. استقامت، راه رسیدن به قله‌های موفقیت است.

۴. پیروزی قطعی جبههٔ حق، یک قانون و سنت الهی است.

در هنگامهٔ نبردی تاریخی که دوگانهٔ اصلی آن «استقلال و تسلیم» است، این مجموعه کتب، منشوری قرآنی برای «چگونه مستقل بودن و مستقل ماندن» هستند. امید می‌رود این مجموعه چراغی روشن در دستان شما باشد تا ابتدا طعم شیرین زندگی با آیه‌ها را بچشید و سپس روایت حق را به زیباترین شکل ممکن در گوش جان عزیزانتان زمزمه کنید.

این گوی و این میدان.

نهضت ملی زندگی با آیه‌ها

سخنی با خادمان کلام وحی

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
﴿وَقُلْ رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا﴾

خدا را شاکریم که به ما، اعضای کوچک خانواده مؤسسه فرهنگی هنری «محتوای نقطه زن»، توفیق خدمت به ساحت مقدس قرآن کریم و ترویج معارف آن را در این ماه پربرکت رمضان عطا فرمود. این توفیق، نه یک امتیاز بلکه مسئولیتی سنگین و میثاقی ابدی است با کلامی که به واسطه آن، آسمان ها و زمین خلق شده اند.

ما این بستر را مدیون لطف مستمر الهی و همراهی مدیر محترم سازمان دارالقران کشور حجت الاسلام تقی زاده و مدیر محترم اداره کل امور مبلغین حجت الاسلام جنتی و بزرگوارانی چون شما طلاب و فضلاء گرانقدر حوزه های علمیه و نیز یاران اهل قلم خود در شبکه ملی تولیدکنندگان محتوای تبلیغی «هم قلم» می دانیم که پرچم دار تبلیغ و ترویج معارف و حیانی هستند.

کار ما: مهندسی تأثیر در جهان فریب

کار ما، صرفاً تولید محتوا نیست؛ بلکه مهندسی تأثیرگذاری بر روح و جان مخاطب است. در عصر غلبه رسانه های سرکش و بمباران تبلیغاتی جهانی، رسالت ما، شناسایی دقیق نقطه اثرگذاری و خلق محتوای مؤثر است.

ما اعتقاد داریم که هر گروه از مخاطبان (نسل جوان، خانواده، اقشار مختلف جامعه)، دارای ساختار انسان شناختی و جامعه شناختی ویژه ای است؛ با نقاط

قوتی که باید تقویت شوند و آسیب‌پذیری‌هایی که باید ترمیم گردند. تلاش ما بر این است که با شناخت دقیق این مختصات، کلام قرآن را نه به صورت عمومی و کلی که به صورت نقطه‌زن به قلب‌ها برسانیم.

دغدغه ما: خنثی‌سازی تیرهای دشمن در جنگ‌اراده‌ها

دغدغه اصلی ما در «نقطه‌زن»، شناسایی هوشمندانه نقاط تمرکز دشمن در تهاجم فرهنگی و آسیب‌های ناشی از آن بر پیکر جامعه ایرانی و اسلامی است. این شناخت، سنگ‌بنای استراتژی ماست. ما در پی آنیم تا با تولید محتوایی به‌روز، قوی و مستدل، به نقطه‌زنی فرهنگی و تبلیغی بپردازیم. هر محتوا باید همچون تیری رها شده از کمان قرآن باشد که دقیقاً به هدف تعیین شده اصابت کند.

آرزوهای ما: قرآنی‌شدن زیست جهان

آرزوی قلبی ما این است که محصول تلاش‌هایمان، تنها در قفسه‌های کتابخانه نماند بلکه به اکسیر حیات تبدیل شود؛ کتابی که خواننده پس از مطالعه‌اش، نه تنها اطلاعاتی کسب کرده بلکه نورانی‌تر شده و مسیر زندگی‌اش را با هدایت‌های قرآن هم‌راستا سازد. هدف نهایی، تحقق این وعده است که زندگی ما، نوری قرآنی یابد.

وعده ما

وعده ما به شما، اساتید و مبلغان بزرگوار، این است که همواره تلاش خواهیم کرد محتوایی در شأن مرجعیت علمی و دینی شما تولید کنیم؛ محتوایی که پشتمانی استدلالی قوی، عمق معرفتی بالا و قدرت اثرگذاری روزآمد داشته باشد.

از خداوند متعال مسئلت داریم که این تلاش‌های ناچیز را در زمره خدمت به کتاب شریفش قبول فرماید و قلم‌های ما را در خدمت به حقیقت، استوار بدارد. با تجدید احترام و التماس دعا

مؤسسه فرهنگی هنری محتوای نقطه‌زن

رضا زندوکیلی

۱۵ آذرماه ۱۴۰۴

مصادف با ۱۵ جمادی الثانی ۱۴۴۷

مقدمه

در دنیای پرهیاهو و شلوغ امروز، زنان ایرانی (مادران، همسران و دختران ما) هر روز با دغدغه‌ها و مسئولیت‌های فراوانی مواجه‌اند که فشار زیادی بر آن‌ها وارد می‌کند. در چنین شرایطی، ارتباط با قرآن و بهره‌گیری از آموزه‌های آن، راهی برای آرامش و رشد فردی است. کتاب «عطرِ بندگی در هوایِ زندگی» به عنوان راهنمایی جامع، فرصتی را فراهم می‌آورد تا زنان ایرانی با تکیه بر کلام خدا، به زندگی خود معنایی عمیق ببخشند.

این کتاب شامل ۱۰ جلسه است که در هریک از آن‌ها به بررسی چالش‌ها و دغدغه‌های زنان پرداخته می‌شود و از قرآن به عنوان منبعی برای آرامش، استقامت و خودسازی استفاده می‌شود. در این سفر معنوی، خواهید آموخت که چگونه می‌توان در دل سختی‌ها، از نور قرآن الهام گرفت و زندگی را با عطر بندگی سرشار کرد.

در ادامه، به اجمال به معرفی هر جلسه می‌پردازیم.

از آشپزخانه تا آسمان

در این جلسه، به این می‌پردازیم که چگونه می‌توان از فعالیت‌های روزمره خانه‌داری، پلی به سوی اهداف بلندمدت و معنوی ساخت. آشپزخانه تنها محلی برای پخت‌وپز نیست؛ بلکه سنگری برای تربیت نسل آینده و بستری برای ایجاد محبت، آرامش و رشد روحی خانواده است. می‌آموزیم که با انس با قرآن، می‌توان در همین کارهای ساده و روزانه، به افق‌های بلند معنوی دست یافت.

این جلسه به تجلی جهاد زنانه در دغدغه‌های روزمره بانوان ایرانی می‌پردازد. با استناد به آیه ۶۹ سوره مبارکه عنکبوت ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾، بیان می‌شود که جهاد زنان تنها به میدان جنگ محدود نمی‌شود، بلکه در عرصه خانواده، تربیت نسل صالح و تقویت بنیان‌های اجتماعی نیز بروز می‌یابد.

دشمن پنهان

این جلسه به بررسی تله‌های شیطان و شناخت دشمنی پنهان می‌پردازد. با استناد به آیه ۶ سوره مبارکه فاطر ﴿إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا﴾، تأکید می‌شود که شیطان دشمنی است که با وسوسه‌ها و القائات منفی، آرامش و اعتماد به نفس ما را هدف قرار می‌دهد. این دشمنی می‌تواند در قالب مقایسه‌های اجتماعی، احساس ناکافی بودن و ناامیدی بروز کند. در ادامه، بیان می‌شود که با شناخت نقاط ضعف خود و اتخاذ راهبردهای هوشمندانه، از جمله تقویت روابط خانوادگی و تمرکز بر داشته‌ها، می‌توان در برابر ترفندهای شیطانی ایستادگی کرد و با اتکا به خدا بر مشکلات غلبه یافت.

سنگر خانواده

خانواده یکی از مهم‌ترین نهادها در زندگی هر زن است. این جلسه به بررسی اهمیت خانواده به عنوان سنگری محکم در برابر چالش‌های زندگی و وعده پیروزی لشکر خدا می‌پردازد. با استناد به آیه ۱۷۳ سوره مبارکه صافات ﴿وَإِنَّ جُنَدَنَا لَهُمُ الْغَالِبُونَ﴾، بیان می‌شود که پیروزی واقعی در زندگی در گرو ارتباط عمیق و پایدار با خداوند است. در این بخش توضیح داده می‌شود که مادران و زنان می‌توانند با استقامت و نیت خالص، فضای امن و محبت‌آمیزی برای اعضای خانواده فراهم کنند. چنین ارتباطی با خدا، نه تنها در تربیت فرزندان مؤمن و صالح مؤثر است، بلکه به آنان قدرت می‌دهد تا در برابر مشکلات و فشارهای زندگی ایستادگی کنند و به عنوان بخشی از لشکر پیروز خدا عمل نمایند.

بافنده آرامش

این جلسه به بررسی مفهوم استقامت زنانه و نقش بنیادین آن در زندگی می‌پردازد. با استناد به آیه ۳۰ سوره مبارکه فصلت ﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا﴾

تأکید می‌شود که با ایمان به خدا و پایداری در مسیر صحیح می‌توان به آرامش و موفقیت دست یافت.

در ادامه، بیان می‌شود که زندگی ما مملو از چالش‌ها و احساسات ناشی از تصمیم‌های اولیه است که معمولاً زیر فشار مشکلات روزمره به فراموشی سپرده می‌شوند. اما با تمرکز بر استقامت در کارهای کوچک، می‌توان به ساختن یک زندگی زیبا و آرام دست یافت. مثال‌هایی از زندگی روزمره ارائه شده که چگونه با استقامت در تربیت فرزندان، روابط خانوادگی و مسائل اجتماعی می‌توان به نتایج مثبت رسید.

نخ تسبیح امت

این جلسه به بررسی مفهوم مودت اهل بیت علیهم‌السلام و نقش آن در انسجام امت اسلامی می‌پردازد. با استناد به آیه ۲۳ سوره مبارکه شوری **﴿قُلْ لَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي الْقُرْبَى﴾**، بیان می‌شود که محبت به اهل بیت علیهم‌السلام صرفاً یک احساس فردی نیست، بلکه الزامی راهبردی برای بقا و اتحاد امت اسلامی است. محبت مادران به فرزندان و تلاش برای حفظ انسجام خانواده به عنوان نمونه‌ای از این مودت معرفی می‌شود. همچنین، زندگی‌نامه شهیدان و تأثیر مودت در تربیت نسل‌های آینده نیز مورد بررسی قرار می‌گیرد. در نهایت، به نقش زنان به عنوان نگهبانان این مودت و تأکید بر عملی کردن آن در زندگی روزمره پرداخته می‌شود.

زیبایی اقتدار

این جلسه به بررسی مفهوم استقامت زنانه و قدرت درونی زنان می‌پردازد. با استناد به آیه ۳۵ سوره مبارکه محمد **﴿فَلَا تَهِنُوا وَتَدْعُوا إِلَى السَّلَامِ وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ وَاللَّهُ مَعَكُمْ﴾** تأکید می‌شود که زنان باید در برابر چالش‌ها و فشارهای اجتماعی ایستادگی کنند. در این جلسه، چالش‌های روزمره‌ای که زنان با آن مواجه هستند، بررسی می‌شود و راهکارهای تقویت عزت نفس و استقامت در زندگی شخصی و اجتماعی ارائه می‌گردد.

در ادامه، به اهمیت «نه» گفتن به خواسته‌های نادرست و فشارهای اجتماعی اشاره می‌شود. همچنین، نقش زنان به عنوان نگهدارندگان آرامش

خانواده و جامعه و اهمیت مودت با اهل بیت (علیهم السلام) به عنوان نیرویی برای حفظ انسجام و هویت اسلامی مورد بحث قرار می‌گیرد. این آیات و آموزه‌ها الهام‌بخش زنان است تا با اتکا به خداوند، در مسیر حق و حقیقت استقامت کنند و به عنوان اعضای مؤثر در جامعه عمل نمایند.

هنر رهازیستن

این جلسه به بررسی مفهوم رهایی از فشارهای عاطفی و حوادث زندگی می‌پردازد. با استناد به آیه ۲۳ سوره مبارکه حدید «لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ»، تأکید می‌شود که زنان باید از وابستگی به نتایج و رخدادهای روزمره رها شوند تا به آرامش پایدار دست یابند.

در این جلسه، به چالش‌های عاطفی و اجتماعی که زنان با آن مواجه هستند، پرداخته می‌شود؛ از احساسات متضاد شادی و غم گرفته تا فشارهای اجتماعی و اقتصادی. آیه قرآن به عنوان یک راهنمای عملی برای ساختن یک شخصیت مستقل و مقاوم معرفی می‌شود.

وقتی خدا راه را باز می‌کند!

این جلسه به بررسی احساسات درونی و چالش‌های روزمره زنان، به ویژه در مواقعی که به بن‌بست می‌رسند، می‌پردازد. با استناد به آیات ۲ و ۳ سوره مبارکه طلاق «وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا» و «وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ»، بیان می‌شود که تقوا و توکل می‌توانند راهی برای خروج از مشکلات و فشارهای زندگی باشند. تقوا به عنوان زرهی است که زنان را در برابر چالش‌ها محافظت می‌کند و توکل به خداوند، آرامش و برکت را به ارمغان می‌آورد. این آیات یادآور می‌شوند که زنان باید از وابستگی به عوامل بیرونی بپرهیزند و بر توانایی‌های درونی خود تکیه کنند. در نهایت، فراخوانی می‌شود تا با انجام تمرین‌های عملی کوچک، قدرت و اطمینان خود را افزایش دهیم.

وقتی خانه نورانی می‌شود!

در این جلسه، به بررسی مفهوم نورانی کردن خانه از طریق انس با قرآن پرداخته می‌شود. تفاوت میان یک خانه روشن و یک خانه نورانی توضیح داده

می‌شود؛ خانه‌ای که با نور معنویت، آرامش و شادی را به اعضای خانواده هدیه می‌دهد. بهانه‌های مختلفی که زنان برای غفلت از قرآن می‌آورند، به چالش کشیده می‌شود و بر اینکه خداوند با آیه ۲۰ سورة مبارکه مزمل: «فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ»، راهکار آسانی برای ارتباط مستمر با خود فراهم کرده است، تأکید می‌شود.

در آغوش سختی

در پایان، این جلسه فرصتی است برای بازنگری به چالش‌هایی که در زندگی با آن‌ها مواجه هستیم.

در این جلسه، به مفهوم سختی و گشایش الهی پرداخته می‌شود. با استناد به آیه ۶ سورة مبارکه انشراح «إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا»، بیان می‌شود که خداوند به سختی‌ها به عنوان فرصتی برای رشد و شکوفایی می‌نگرد. سختی‌ها، چون پيله‌ای هستند که می‌تواند منجر به بالندگی و پرواز انسان شود. خواهیم آموخت که چگونه با اتکا به قدرت بیکران الهی می‌توانیم در آغوش سختی‌ها، آرامش و گشایش را بیابیم و با تکیه بر آموزه‌های قرآن، در دل سختی‌ها، به آرامش و شادی برسیم.

در این سفر معنوی که با هم به سوی نور و آرامش پیمودیم، به بررسی ابعاد مختلف زندگی زنان ایرانی پرداختیم و بر اهمیت ارتباط عمیق با قرآن و آموزه‌های آن تأکید کردیم. هر جلسه، همچون آیه‌ای از کلام خدا، دریچه‌ای به سوی درک عمیق‌تر از چالش‌ها و فرصت‌هایی بود که در زندگی روزمره با آن‌ها مواجهیم.

این کتاب، نه تنها یک راهنمای عملی برای زندگی بهتر است، بلکه دعوتی است به عطر بندگی و نورانیت در روزهای پُربرکت ماه رمضان. بیایید با هم عهد کنیم که در این مسیر، هر روز قدمی برداریم و با اعتماد به خداوند و آموزه‌های قرآن، زندگی‌مان را سرشار از آرامش، محبت و معنویت کنیم.

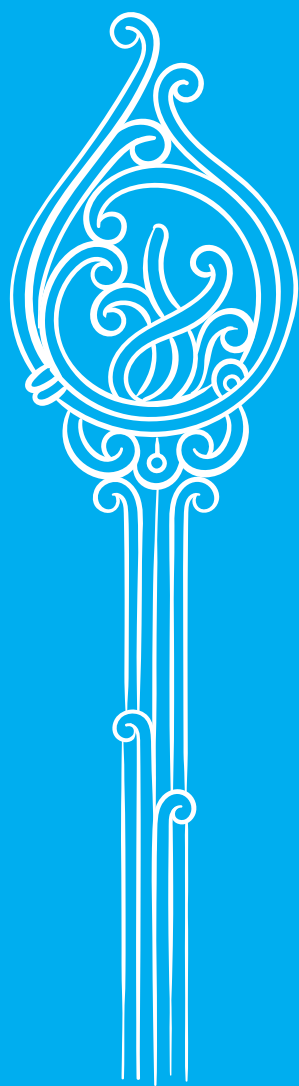
در پایان، بر خود لازم می‌دانم از تمامی افرادی که در تهیه و تدوین این کتاب یاری‌گر حقیر بودند، مخصوصاً همسر عزیزم، از عمق جان سپاسگزاری کنم.

زهره احمدی‌زاد

۳ جمادی‌الثانی ۱۴۴۷

مصادف با شهادت بی‌بی دو عالم، حضرت زهرا (ع)





جزء بیست و یکم

از آشپزخانه تا آسمان

(تجلی جهاد زنانه در دغدغه‌های روزمره)

﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾

سوره عنکبوت، آیه ۶۹

و کسانی را که برای ما مجاهدت کنند، مسلماً و
بی‌تردید به راه‌های خود راهنمایی می‌کنیم.



سُورَةُ الْعَنْكَبُوتِ

وَمَا هَذِهِ الْحَيَوةُ الدُّنْيَا إِلَّا لَهْوٌ وَلَعِبٌ وَإِنَّ الدَّارَ الْآخِرَةَ لَهِىَ
 الْحَيَوَانُ لَوْ كَانُوا يَعْلَمُونَ ﴿٦٤﴾ فَإِذَا رَكِبُوا فِي الْفُلِ دَعَوْا اللَّهَ
 مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ فَلَمَّا نَجَّاهُمْ إِلَى الْبَرِّ إِذَا هُمْ يُشْرِكُونَ ﴿٦٥﴾
 لِيَكْفُرُوا بِمَا آتَيْنَاهُمْ وَلِيَتَمَتَّعُوا فَسَوْفَ يَعْلَمُونَ ﴿٦٦﴾
 أَوْ لَمْ يَرَوْا أَنَّا جَعَلْنَا حَرَمًا مِمَّا وَيتَّخِطُّ النَّاسُ مِنْ
 حَوْلِهِمْ أَفْئَالًا بَاطِلٍ يُؤْمِنُونَ وَبِنِعْمَةِ اللَّهِ يَكْفُرُونَ ﴿٦٧﴾
 وَمَنْ أَظْلَمُ مِمَّنِ افْتَرَى عَلَى اللَّهِ كَذِبًا أَوْ كَذَّبَ بِالْحَقِّ لَمَّا جَاءَهُ
 أَلَيْسَ فِي جَهَنَّمَ مَثْوًى لِّلْكَافِرِينَ ﴿٦٨﴾ وَالَّذِينَ جَاهَدُوا
 فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ ﴿٦٩﴾

سُورَةُ الرُّومِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
 أَلَمْ نَكُنْ مِنْ قَبْلِهِ رُومًا ﴿١﴾ فَإِذَا دَنَا الْأَرْضَ وَهَمَّ مِنْ
 بَعْدِ غَلَبِهِمْ سَيَغْلِبُونَ ﴿٢﴾ فِي بَضْعِ سِنِينَ ۖ لِلَّهِ الْأَمْرُ
 مِنْ قَبْلُ وَمِنْ بَعْدُ وَيَوْمَئِذٍ يَفْرَحُ الْمُؤْمِنُونَ ﴿٣﴾
 بَنَصْرِ اللَّهِ يَنْصُرُ مَنْ يَشَاءُ وَهُوَ الْعَزِيزُ الرَّحِيمُ ﴿٤﴾



تلاوت آیه



مدرسه حفظ

دغدغه‌های بانوی ایرانی؛ موتور محرکه تعالی

شب‌های قدر، شب‌هایی هستند که سفره رحمت و بخشش خداوند، پُربارتر از همیشه برای ما گشوده می‌شود و نور هدایت از جانب پروردگار بر دل‌هایمان می‌تابد. در این ساعات نورانی، هنگامی که عطر یاد اهل بیت (علیهم‌السلام) مشام جانمان را پر می‌کند و یاد و خاطره مولایمان، امیرالمؤمنین علی (علیه‌السلام)، با تمام عظمت و مظلومیتش، در دل‌هایمان زنده می‌شود، فرصتی ارزشمند پیش روی ماست. در این فرصت، در حضور شما، بانوان مؤمن و دغدغه‌مند سرزمینمان، می‌خواهیم درباره حقیقتی سخن بگوییم که کلید سعادت زندگی است؛ حقیقتی که گویی آیه ۶۹ سوره مبارکه عنکبوت، دقیقاً برای وصف حال و وظیفه ما در این روزها نازل شده است.

شما، بانوان ایرانی و بانوان مسلمان، در دل خود دغدغه‌هایی بزرگ و ارزشمند دارید؛ دغدغه‌هایی که گاه در هیاهوی زندگی روزمره، کمتر به چشم می‌خورند؛ اما در عمق جان شما ریشه دوانده و انگیزه بخش تلاش‌های بی‌وقفه‌تان هستند؛ دغدغه تربیت نسل صالح، تحکیم بنیان خانواده، پیشرفت و تعالی معنوی خود و جامعه و مهم‌تر از همه، دغدغه نزدیکی به خدا و کمال انسانی. این دغدغه‌ها از فطرت پاک و روح بلند شما سرچشمه می‌گیرند و نشانه‌ای آشکار از عمق باورهایتان هستند.

شاید گاهی در فکر ازدواج جوانان خانواده و دوستان خود باشید و آرزو کنید که همه آن‌ها در مسیر خوشبختی و هدایت قدم بگذارند. شاید دلتان بخواهد فرهنگ کتاب‌خوانی در میان نسل جوان رواج یابد، تا اندیشه‌ها بالنده شوند و

بصیرت افزایش پیدا کند. شاید نگران حجاب و عفاف دختران و نوه‌هایتان باشید و بخواهید آن‌ها را با زیبایی و عمق، با این میراث فاطمی آشنا کنید، تا عزت و شرافتشان حفظ شود. یا شاید دغدغه‌ی این را داشته باشید که چگونه رابطه‌ی خود را با همسران بهبود ببخشید، چگونه به خداوند نزدیک‌تر شوید و در دل سختی‌ها، استقامت خود را حفظ کنید و پویا و پایدار باقی بمانید.

این دغدغه‌ها، نه تنها نشانه‌ای از مسئولیت‌پذیری شماست، بلکه دعوتی الهی به سوی تلاش، مسئولیت‌پذیری و تکامل به شمار می‌آید.

آیه‌هدایت؛ نقشه‌ی راه کمال

شاید باورتان نشود، اما خدای متعال در کتاب راهنمای خود، آیه‌ای را پیش روی ما قرار داده که همچون چراغی مسیر را روشن می‌کند. آیه‌ی شریفه **﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾** نوری است که راه را بر ما می‌گشاید. این آیه، نه تنها یک وعده، بلکه قانونی الهی و سنتی تغییرناپذیر در نظام آفرینش است؛ به ما می‌آموزد که هرگاه انسان مؤمن با تمام وجود و عزمی راسخ وارد میدان عمل شود، در مسیر رضای پروردگار گام بردارد و در برابر سختی‌ها و موانع با روحیه‌ی جهاد ایستادگی کند، خداوند، آن راهنمای بی‌بدیل، راه‌های رسیدن به موفقیت، پیروزی و کمال را بر او آشکار خواهد ساخت. این آیه می‌تواند مسیر و زندگی زنانه‌ی ما را هدفمند کند؛ آیه‌ای که به ما قدرت می‌دهد از کف آشپزخانه تا عرش و بلندای آسمان اوج بگیریم. خدای مهربان و نازنین به من و شما چنین خطاب می‌فرماید: **﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾**؛ کسانی که در راه ما کوشش می‌کنند، بی‌تردید آنان را به راه‌های خود (رشد، سعادت، کمال، کرامت، بهشت و مقام قرب) هدایت خواهیم کرد.

امشب، در این شبِ قدر، با خواندن این آیه از خود بپرسیم: آیا واقعاً در راه خدا جهاد می‌کنیم؟ جهاد ما چیست؟ آیا تنها به انجام واجبات دینی محدود می‌شود؟ چقدر در برابر اشتباهات خود و دیگران، هوشیارانه مقاومت می‌کنیم؟ چقدر برای یادگیری حقایق و افزایش بصیرت خود و خانواده‌مان تلاش می‌کنیم؟ آیا در برابر سخنان و رفتارهای نادرست سکوت می‌کنیم یا با منطق و درایت،

موضع حق را می‌گوییم؟ و بسیاری از پرسش‌های دیگر که قرار است در این جلسه، به لطف خداوند و با برکت امیرالمؤمنین علی (ع) به آن‌ها بپردازیم. وقتی از جهاد سخن می‌گوییم، شاید تصور غالب ما این باشد که جهاد تنها به میدان‌های نبرد و مبارزات نظامی مربوط است. خانم‌های عزیز و گران‌قدر! جهاد برای ما مفهومی گسترده‌تر و عمیق‌تر دارد. جهاد ما، جهادی است درونی و بیرونی؛ جهادی در عرصه خانواده، جامعه و در اعماق وجودمان. بله، این جهاد گاهی با ایثار و از خودگذشتگی همراه است؛ از خودگذشتگی‌های گاه کوچک در برخورد با همسر، گاهی با صبر، گاهی با تلاش علمی و گاهی با ترویج ارزش‌ها. جهاد، هرگز محدود به میدان جنگ نیست. گاهی جهاد ما «فرزندآوری» است.

جهاد بانوان ایرانی

وقتی آیه شریفه «وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا» را در چهارچوب زندگی بانوان ایرانی و مسلمان قرار می‌دهیم، معنای آن روشن‌تر و دلگرم‌کننده‌تر می‌شود. جهاد ما در دل همین دغدغه‌ها و تلاش‌های روزمره پنهان است. بیایید به چند نمونه از این دغدغه‌ها اشاره کنیم و ببینیم جهاد زنانه ما در کدام لحظات زندگی جریان دارد.

پیوند کبوترها

همین دغدغه شما برای ازدواج جوانان، خود یک جهاد است. اگر برای خدا و با نیت ترویج ازدواج آسان، گامی برمی‌دارید (با معرفی یک زوج مناسب به یکدیگر، با تشویق خانواده‌ها به سبک زندگی ساده و دور از تشریفات و حتی با یک دعای خالصانه برای گشایش کار جوانان)، خداوند راه‌های بعدی را به شما نشان خواهد داد. این تلاش خالصانه، دعوتی است به «جَاهِدُوا فِينَا» و پاسخ خداوند نیز «لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا» است؛ یعنی راهکارها، ایده‌ها و مسیرهای تازه برای تحقق این کار خیر پیش‌روی‌تان گذاشته می‌شود. شاید به ذهنتان برسد که کارگاه‌هایی با موضوع «زوج‌یابی موفق» یا «راهنمای انتخاب همسر شایسته» برگزار کنید، یا خداوند شما را در مسیری قرار دهد که بتوانید موانع ازدواج جوانان را کاهش

دهید. این تلاش و کوشش شما، همچون کاشتن بذری در زمینی حاصلخیز است که خداوند به آن برکت می‌دهد.

فرهنگ مطالعه

اگر دغدغه ترویج فرهنگ کتاب‌خوانی میان دوستان، آشنایان یا حتی فرزندانان دارید، صرفاً به گفتن اکتفا نکنید؛ با هدیه دادن چند کتاب، یا راه‌اندازی یک پویش کوچک کتاب‌خوانی شروع کنید. کتاب‌های ارزشمند در حوزه معارف دینی، اخلاق، سیره اهل بیت (علیهم‌السلام)، یا حتی داستان‌های الهام‌بخش را معرفی کنید. در این مسیر، خداوند شما را به ایده‌های بزرگ‌تر هدایت خواهد کرد. چه بسا همین قدم‌های کوچک، جرقه‌ای باشد برای ایجاد یک کتابخانه کوچک خانگی، یا حتی تشکیل یک کانون فرهنگی در محله‌تان. این تلاش فرهنگی، در حقیقت جهادی است در راه ترویج نور و علم؛ گویی مشعلی را در تاریکی روشن می‌کنید.

میراث فاطمی

خانم‌هایی که دغدغه حجاب و آینده فرزندانان را دارید! اگر نمی‌دانید چه باید بکنید، کافی است به قرآن مراجعه کنید و با ایمان، این آیه را بخوانید: ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾. برای دفاع از حجاب نباید تنها به گفتار اکتفا کنیم. حجاب، میراث فاطمی و نشانه هویت و عزت زن مسلمان است؛ هدیه‌ای است که به دختران و عزیزانمان تقدیم می‌کنیم. جهاد امروز ما این است که با راهنمایی‌های دلسوزانه، دخترانمان را در انتخاب پوشش مناسب یاری دهیم. باید با تبیین زیبایی‌های معنوی حجاب و الگوشدن در رعایت آن، جهاد کنیم. خواهران من! باید باور کنیم که آیه ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾ به ما وعده می‌دهد که اگر در راه خدا قدم برداریم، بی‌تردید خداوند ما را یاری خواهد کرد. شاید با همین تلاش، سبب شود دختری با حجاب شود و به واسطه آن، احساس عزت و آرامش بیشتری کند و ارزش حقیقی حجاب را دریابد. این رفتار همانند بذری است که در دل آماده کاشته می‌شود و جوانه می‌زند. دختران ما باید بدانند که حجاب برابر است با حفظ استقلال هویتی زن در برابر هجمه‌های فرهنگی.

رفاقت با خدا

همه ما می‌دانیم که زندگی روزمره و مسئولیت‌های خانوادگی، به‌ویژه برای خانم‌ها، گاهی با خستگی و فشار همراه است. بسیاری از بانوان ممکن است با این پرسش روبه‌رو شوند که آیا واقعاً می‌توان در خانه و میان مشغله‌های روزانه، به جهاد و رفاقت با خدا پرداخت؟ آیا تنها با انجام کارهای روزمره می‌توان به معنای واقعی جهاد دست یافت و در مسیر عبادت و نزدیکی به خداوند گام برداشت؟ پاسخ این سؤال مثبت است. برای نزدیک شدن به خداوند، نیازی نیست همیشه در مساجد یا مکان‌های مذهبی حضور داشته باشید. شما می‌توانید در دل خانه و میان مسئولیت‌های روزمره، با نیت خالص و تلاش مستمر، به او نزدیک شوید. یکی از بهترین راه‌ها برای این نزدیکی، اقامه نماز اول وقت است. شاید در ابتدا این کار دشوار به نظر برسد، اما با کمی اراده و برنامه‌ریزی، می‌توانید این عادت ارزشمند را در زندگی خود نهادینه کنید. تصور کنید وقتی با صداقت و تلاش، این وظیفه الهی را به جا می‌آورید، روح شما آرامش و نورانیت می‌یابد. نماز اول وقت مانند پلی است که شما را به خداوند نزدیک‌تر می‌کند و درهای رحمت او را به رویتان باز می‌کند. این ارتباط صمیمانه، شما را به سمت دعا و مناجات‌های عاشقانه سوق می‌دهد. در این لحظات، می‌توانید با خداوند سخن بگویید و از او کمک بخواهید.

علاوه بر این، تلاش برای درک عمیق‌تر آیات قرآن نیز می‌تواند شما را در این مسیر یاری کند. هنگامی که آیات قرآن را با دقت و تفکر قرائت می‌کنید، به معانی عمیق‌تری دست می‌یابید و ارتباط خود را با خداوند تقویت می‌کنید. این تلاش، مانند گشودن دری به سوی عالم ملکوت است که شما را به دنیای زیبای روحانی وارد می‌کند؛ «وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا».

در تاریخ آمده است که روزی اُم سلمه با ناراحتی نزد پیامبر ﷺ آمد و فرمود: «همه خوبی‌ها و ثواب‌ها به مردان اختصاص یافته است، پس برای ما زنان بیچاره چه چیزی باقی می‌ماند؟».

دقیقاً همین سؤالی که ما خانم‌ها گاهی می‌پرسیم که چرا ما زنان نمی‌توانیم جهاد کنیم و ثوابی کسب کنیم!



پیامبر ﷺ فرمودند: «هرگاه زنی باردار شود، مقام روزه‌دار و شب‌زنده‌داری را دارد که با جان و مال خود در راه خدا جهاد می‌کند و هنگامی که زایمان کند، پاداشی خواهد داشت که هیچ‌کس از عظمت آن آگاهی ندارد و هرگاه کودک خود را شیر دهد، برای هر مکیدن، ثوابی معادل آزادکردن یک بنده از فرزندان اسماعیل برای او ثبت می‌شود و هنگامی که از شیردادن فراغت یابد، فرشته‌ای بر پهلوی او می‌زند و می‌گوید: زندگی را از نو آغاز کن، که آمرزیده شدی».^۱

مادری که شبانه‌روز در حال مراقبت از فرزندان است، با بی‌خوابی‌ها، بیماری‌های گاه‌وبیگاه و دغدغه‌های تربیت و آینده‌ی فرزندان روبه‌رو است. این ایثار و از خودگذشتگی در راه تربیت نسل صالح، اوج جهاد در راه خداست. مادری که در ماه رمضان، با وجود روزه‌داری و ضعف جسمانی، سفره‌ی افطار رنگینی برای خانواده آماده می‌کند و به فرزندان‌ش روزه‌داری و اهمیت عبادت را می‌آموزد، در واقع در حال تبلیغ عملی دین است. این همان جهاد خاموش، اما اثرگذار بانوان خانه‌دار است. جهاد همیشه یک فریاد بلند نیست، بلکه با سرعت به سمت خداوند و معشوق خود دویدن است. در وجود معجزه‌گونه‌ی بانوان، خداوند این جهاد پُر صدا را بی‌صدا و خاموش به تصویر کشیده است. گاهی این قدرت شگفت‌انگیز در خطبه‌های مسجد کوفه یا میان زنان مدینه زبانه می‌کشد و شعله‌اش را همه‌ی مردم حس می‌کنند.

ما خانم‌ها می‌دانیم چه میدان عظیم و عجیبی از جهاد پیش روی ماست، اما گاهی ممکن است مردان متوجه آن نشوند. همان جایی که مادر شهید با فرزندش وداع می‌کند و با صدای بلند او را تشویق به رزم می‌نماید، شعله‌ی عشق الهی و تلاش آسمانی زبانه می‌کشد و جان جهانی را می‌سوزاند. همین گونه مادرمان پشت درب خانه، با حرارت و نورانیت وجودش، آتش بی‌مقدار دنیایی را خاموش می‌کند و در سنگین‌ترین میدان جهاد در تاریخ بشریت از مولای مظلوممان دفاع می‌نماید؛ جهادی که از هیچ مردی بر نمی‌آید!

زنانی که در جامعه، محیط‌های اداری، بیمارستان‌ها، کلاس‌های درس، کارگاه‌های تولیدی یا حتی در اداره‌ی کسب‌وکارهای خود مسئولیت‌پذیرند،



نقش‌های متعددی بر دوش دارند. آن‌ها علاوه بر اینکه باید در محیط کار موفق باشند و وظایف خود را به بهترین نحو انجام دهند، دغدغهٔ فرزندان، همسر و خانواده را نیز دارند. گاهی مجبور می‌شوند بین دو یا چند مسئولیت دشوار، یکی را انتخاب کنند؛ اما با تلاش مضاعف و مدیریت هوشمندانهٔ زمان، سعی می‌کنند در هیچ‌کدام کوتاهی نکنند. این صبر و پشتکار در مواجهه با فشارهای شغلی و خانوادگی، یکی از مصادیق بارز جهاد است. وقتی پرستاری خسته از شیفت شب با لبخند به استقبال بیمارش می‌رود، یا معلمی با حوصلهٔ فراوان به دانش‌آموزی که مشکل یادگیری دارد درس می‌دهد، همهٔ این‌ها جلوه‌هایی از جهاد در راه رضای خداست.

زنانی که با مشکلات اقتصادی دست و پنجه نرم می‌کنند، زنانی که همسر خود را از دست داده‌اند و بار مسئولیت خانواده بر دوششان سنگینی می‌کند و زنانی که با بیماری‌های سخت خود یا عزیزانشان روبه‌رو هستند، نیز در میدان‌های دشوار زندگی، با توکل به خدا و استقامت، در حال جهاداند.

پس به یاد داشته باشیم که جهاد در خانه، به معنای تلاش برای نزدیک شدن به خداوند است. با هر قدمی که در این مسیر برمی‌داریم، نه تنها خود را به خدا نزدیک‌تر می‌کنیم، بلکه به خانواده و اطرافیان نیز الهام می‌بخشیم.

اگر بخواهیم از میان شهدا، بانویی را نام ببریم که در زمینه‌های مذکور اهل جهاد بود، باید به شهیده «سیده طاهره هاشمی» اشاره کنیم:

– مطالعه و ترویج کتاب‌خوانی: اهل مطالعه بود و همیشه می‌گفت: «اگر برادران ما در جبهه‌ها می‌جنگند، جنگ ما با قلم است...». او با هدف رساندن کتاب‌های مناسب به دست هم‌سن و سال‌هایش، در مدرسه یک کتابخانه راه‌اندازی کرد. آن قدر خوب کار کرد که منافقین نتوانستند تحمل کنند و کتابخانه را آتش زدند. اما طاهره با همراهی اعضای انجمن اسلامی مدرسه دست به کار شد، با کسبهٔ بازار صحبت کرد و کمک‌های نقدی جمع‌آوری کرد؛ با این پول‌ها کتاب خرید و دوباره کتابخانه را راه‌اندازی کرد.^۱

۱. گفت‌وگو با عباس هاشمی، برادر شهیده، ۱۳۸۸، پروندهٔ شهیده، آرشیو بنیاد شهید و امور ایثارگران آمل.

– نزدیک بودن به خدا و خودسازی؛ وقتی فرمان خودسازی امام برای رعایت مسائلی مثل نماز اول وقت، روزه‌های مستحبی، پرهیز از غیبت و دروغ‌گویی، حفظ حجاب و... صادر شد، طاهره یک جدول خودسازی برای خودش کشید و به انجام آن‌ها پرداخت.^۱ مادرش می‌گفت: «طاهره بدون اینکه به کسی بگوید، دوشنبه‌ها و پنجشنبه‌ها روزه می‌گرفت و فقط لحظه اذان مغرب بود که همه متوجه می‌شدند روزه بوده است».^۲

– حجاب: تنها دختر چادری مدرسه بود. یک بار در کوچه بازی می‌کردیم و با چادر نمی‌شد آن بازی را انجام داد؛ اما حاضر نشد چادرش را در بیاورد. ایستاد و بازی ما را مدیریت کرد. حتی وقتی شهید شد، چادرش محکم سرش بود.^۳

دختری با سن کم که اهل «جَاهِدُوا فِيْنَا» بود، خدا او را به راه راست هدایت کرد و لایق شهادت شد. طاهره، همراه اعضای انجمن اسلامی دبیرستان‌های دخترانه امل، به دیدار حضرت امام در جماران شتافت. در بهشت زهرا، کنار مزار آیت‌الله شهید بهشتی، میثاق بست که در مسیر روشن آنان گام بردارد. خاطرات این سفر روحانی مدت‌ها در یادش سبز بود. پس از بازگشت از این سفر، یک شب خواب دید سفره‌ای گسترده‌اند و شهیدان دورتادور آن نشسته‌اند. طاهره به چهره تک‌تک شهدا چشم دوخت و شهید فضلی و شهید قدیر، از شهدای انجمن اسلامی محل را در میانشان دید. آیت‌الله بهشتی چند دقیقه برای آن‌ها سخن گفت و طاهره که در گوشه‌ای ایستاده بود را نیز به نشستن سر سفره دعوت کرد. صبح، کنار سفره صبحانه، خوابش را برای مادر و برادرش عباس تعریف کرد و به آرامی گفت: «من شهید می‌شوم».^۴ رؤیایی که خیلی زود محقق شد و مصداق روشن آیه «وَالَّذِينَ جَاهِدُوا فِيْنَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا» گردید.

۱. خبرگزاری مهر به نقل از خواهر شهیده.

۲. دبیرخانه شورای فعالان انقلابی فضای مجازی (شورای شفاف).

۳. کانون فرهنگی تبلیغی هم‌کلاسی آسمانی (جنبش دانش‌آموزی استان مازندران).

۴. بنیاد هابیلیان (خانواده شهیدای ترور کشور).

ترمیم رابطه

و اما خواهان ارجمند! می‌رسیم به یکی از حساس‌ترین، ظریف‌ترین و در عین حال، قدرتمندترین عرصه‌های جهاد زنانه؛ جهادی که شاید در هیچ کتاب تاریخی ثبت نشود، اما اثر آن تا اعماق آسمان‌ها می‌رسد: «جهاد برای بهبود رابطه با همسر و تحکیم سنگر خانواده».

خانم عزیز! خواهر من! برای بهبود رابطه با همسرت، قدم اول را تو بردار. می‌دانم، شاید در بسیاری از اختلافات حق با تو بوده؛ شاید او کوتاهی کرده و خستگی‌هایش را سر تو خالی کرده، یا آن‌طور که باید قدر زحمات را ندانسته است. قبول دارم که فقط تو مقصر نیستی و حتی خیلی از اوقات حق با تو بوده است. شاید بارها دلت از بی‌مهری‌ها شکسته باشد. تمام این‌ها را درک می‌کنم. اما جهاد، درست از همین نقطه آغاز می‌شود. جهاد یعنی عبور از «من حق به جانب» و رسیدن به «مایه» که خدا آن را دوست دارد. جهاد یعنی وقتی همه چیز برای مقابله به مثل، قهر کردن، گله و شکایت آماده است، شما با یک بزرگواری فاطمی، انتخاب دیگری می‌کنید. تلاش کن تنها یکی از عادت‌هایی را که می‌دانی همسرت را آزرده می‌کند، کنار بگذاری؛ یا تصمیم بگیر از امروز، محبت و احترام بیشتری نسبت به او ابراز کنی. این پیش قدمی در محبت، این گذشت کریمانه، نشان از روح بزرگ و جهادگر شما در راه خدا و برای حفظ مقدس‌ترین نهاد، یعنی خانواده، دارد. این همان «جَاهِدُوا فِيْنَا» است که در دل خانه شما اتفاق می‌افتد.

خداوند چه وعده‌ای داده است؟

﴿لَتَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾ یعنی شما وقتی برای خدا قدم برمی‌دارید، خداوند نیز بیکار نمی‌نشیند؛ او متخصص باز کردن گره‌های کور است.

﴿لَتَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾ یعنی خداوند راه نفوذ در آن قلب خسته و گرفته را به شما نشان خواهد داد؛ ناگهان کلماتی بر زبان‌تان جاری می‌شود یا رفتاری از شما سر می‌زند که قفل دل او را باز می‌کند.

﴿لَتَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾ یعنی خداوند محبتی از شما در دل او می‌اندازد که خودش هم منشأ آن را نمی‌داند.

﴿لَتَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾ یعنی خداوند آرامش و صفایی به زندگی شما خواهد بخشید که با هیچ ثروتی قابل خریدن نیست.

این اقدام شما، این جهاد خاموش و صبورانه، مانند قطره‌آبی است که در دل یک کویر ترک خورده می‌چکد. شاید در نگاه اول ناچیز به نظر برسد، اما همین قطره، حیاتی تازه می‌بخشد و زمینه‌ای را برای سرسبزی و طراوت فراهم می‌کند.

تجلی زنانه جهاد در تاریخ

حضرت خدیجه علیها السلام، اوج فداکاری و جهاد را در راه پیامبر صلی الله علیه و آله و اسلام به نمایش گذاشت. او نه تنها اولین ایمان آورنده، بلکه اولین حامی پیامبر صلی الله علیه و آله بود. او با تمام ثروت و جان خود، در راه پیشبرد اسلام جهاد کرد. خداوند نیز راه‌های نصرت و پیروزی اسلام را بر او و پیامبرش آشکار ساخت. او نه تنها در عرصه اعتقادی، بلکه در عرصه اقتصادی نیز جهاد کرد و با بذل اموالش، پایه‌های حکومت نوپای اسلامی را محکم نمود. او با بذل مال و جانش، دریایی از نور را به سوی حقیقت گشود.

بانوی صبر و استقامت، حضرت زینب علیها السلام پس از واقعه کربلا، در اوج مصیبت، جهادگر عرصه تبلیغ دین بود. ایشان با خطبه‌های آتشین خود در شام و کوفه، حق را آشکار ساخت و ظلم را رسوا کرد. وقتی از ایشان پرسیدند: «چه دیدی؟»، با اقتدار پاسخ داد: «مَا رَأَيْتُ إِلَّا جَمِيلًا؛ جز زیبایی چیزی ندیدم».^۱ این جمله، اوج شکوه و عظمت یک جهاد فرهنگی و معنوی است. با این کلام، حضرت زینب علیها السلام حق را بر کرسی نشاند و راه هدایت و حقانیت را، در میان تاریکی و ظلمت آشکار کرد. کلام او، تیری بود که بر پیکر ستم فرود آمد.

زنان صدر اسلام و انقلاب اسلامی نیز، هر کدام به سهم خود، در جبهه‌های مختلف جهاد کردند. بانوانی که با صبر و ایثار، فرزندان خود را راهی جبهه‌های جنگ حق علیه باطل کردند، از رزمندگان پرستاری نمودند و در مقاومت در برابر سختی‌ها، الگویی بی‌بدیل شدند. این جهاد عظیم، «سُبُلَنَا» را برای پیروزی انقلاب اسلامی و حفظ دستاوردهای آن آشکار ساخت. این استقامت، نوری بود که در شب‌های تاریک جنگ، راه را نشان می‌داد.



خواهران عزیز! امروز نیز ما در جامعه‌ای زندگی می‌کنیم که نیاز به جهاد و ایثار دارد. دغدغه‌های زنانه‌ای چون تربیت فرزندان، حفظ خانواده و تلاش برای بهبود وضعیت اجتماعی، همگی مصداق‌های جهاد هستند. ما می‌توانیم با تربیت فرزندان صالح و آگاه و با ایستادگی در برابر چالش‌ها، سُبل و راه‌های هدایت و پیشرفت را برای خود و دیگران روشن کنیم.

باید به یاد داشته باشیم که جهاد ما در زندگی روزمره می‌تواند در قالب‌های مختلفی بروز کند؛ از حمایت از یکدیگر گرفته تا فعالیت‌های اجتماعی و فرهنگی و حتی از طریق دعا و نیایش. هریک از ما با شناخت ظرفیت‌های خود، می‌توانیم در این جهاد بزرگ شرکت کنیم و به راه‌های هدایت الهی دست یابیم.

هدایت، در دل تلاش

خواهران عزیز! در ادامه صحبت‌ها می‌خواهم نکته‌ای بسیار مهم درباره هدایت الهی با شما در میان بگذارم. ما معمولاً فکر می‌کنیم هدایت الهی به معنای رسیدن به هدف نهایی است؛ اما واقعیت این است که هدایت الهی، تنها در هدف نهفته نیست، بلکه در خود مسیر زندگی و تلاش‌هایمان نیز جلوه می‌کند. آیه **﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾** به ما می‌گوید کسانی که در راه خدا جهاد می‌کنند، خداوند آن‌ها را در مسیر زندگی‌شان به راه‌های درست و هدایت‌شده راهنمایی می‌کند.

وجود نازنین امیربیان و کلام حضرت علی علیه السلام (که این جلسه برای ایشان است) در روایتی بی‌نظیر می‌فرماید: **«مَنْ أَعْمَلَ اجْتِهَادَهُ بَلَّغَ مُرَادَهُ»**.^۱ هدیه امیرالمؤمنین علیه السلام در روز شهادتش به ما زنان این است که می‌فرمایند هر کس با تمام تلاش خود کار کند، به مقصودش خواهد رسید.

برای روشن‌تر شدن این موضوع، بیاید به یک سفر فکر کنیم. فرض کنید در یک جنگل بزرگ سفر می‌کنید و هدف‌تان رسیدن به قله یک کوه است. در این مسیر، ممکن است با چالش‌ها و موانع بسیاری روبه‌رو شوید. در این لحظات، هدایت الهی مانند ستاره‌ای در آسمان شب است که راه را برای شما روشن می‌کند. این

۱. علی بن محمد واسطی، عیون الحکم و المواعظ، ج ۱، ص ۴۳۲.

هدایت می‌تواند به شما کمک کند تا مسیرهای بهتری پیدا کنید. ممکن است در مسیر تلاش برای رسیدن به هدف، به یک مسیر فرعی هدایت شوید و به جایی برسید که نه تنها زیباست، بلکه به شما انرژی و انگیزه می‌دهد تا ادامه دهید.

همچنین، هدایت الهی در درک عمیق‌تر زندگی اهمیت فراوان دارد. وقتی در سختی‌ها قرار می‌گیریم، ممکن است نتوانیم فوراً حکمت خدا را درک کنیم؛ اما با گذر زمان، درمی‌یابیم چرا این چالش‌ها برای ما پیش آمده و چگونه می‌توانیم از آن‌ها درس بگیریم. گاهی، هدایت الهی، خود را در زمان بحران و تنگنا نشان می‌دهد. وقتی در جست‌وجوی راهی برای گشایش هستیم و با امید و دعا به خدا مراجعه می‌کنیم، ممکن است درهای رحمت خداوند به روی ما باز شود؛ در این لحظات است که درمی‌یابیم خداوند همیشه در کنار ماست و بهترین راه‌ها را برایمان فراهم می‌کند.

ما زنان باید بدانیم که هریک از ما در زندگی، مسافری هستیم که با چالش‌ها و دغدغه‌های روزمره مواجهیم؛ اما اگر این چالش‌ها را به چشم فرصتی برای رشد و پیشرفت ببینیم، قطعاً به سُبُل هدایت الهی دست خواهیم یافت.

جهاد؛ حرکت کشتی در دریای متلاطم

بیایید این آیه را مانند حرکت کشتی در دریای متلاطم زندگی ببینیم. اگر ناخدا (که همان بانوی مؤمن است) با ایمان به خداوند، سُکان را در دست گیرد و با شناخت قوانین دریا (همان قوانین الهی که در دین آموخته‌ایم) و با تلاش مداوم برای هدایت کشتی (همان جهاد در راه خدا)، مسیر خود را تعیین کند، قطعاً ﴿سُبُلَنَا﴾ یعنی راه‌های امن و درست را خواهد یافت.

تصور کنید کشتی شما برای رساندن دو جوان به ساحل خوشبختی در حرکت است. شما با تلاش برای معرفی آن‌ها به همدیگر، با ترویج ازدواج آسان و دعای خالصانه، مانند یک ناخدای مهربان عمل می‌کنید. خداوند، راهنمای شماست و مسیرهای رسیدن به موفقیت در این امر را بر شما آشکار می‌سازد. این تلاش شما، مانند ناخدایی است که در دریای متلاطم، با مهارت و ایمان، مسیر خود را به سوی بندرگاه امن پیدا می‌کند.



یا کشتی شما، حامل پیام دانایی و بصیرت است. با اهدای چند کتاب و راه اندازی پویش های کوچک، در واقع مشعل راه را برای دیگران روشن می کنید. خداوند، در این مسیر، شما را به ایده های بزرگ تر هدایت می کند؛ مانند ناخدایی که با دیدن نور چراغ دریایی، مسیر درست را پیدا می کند.

در قضیه دفاع از حجاب، حجاب لنگرگاه کشتی شما در دریای طوفان های فرهنگی است. با هدیه حجاب به دختران جوان و راهنمایی دلسوزانه آن ها، در واقع آن ها را به سوی ساحل امن هدایت می کنید. خداوند، شما را در این مسیر، مؤید و هدایت خواهد فرمود.

با تلاش برای خواندن نماز اول وقت نیز در واقع مسیر کشتی خود را به سوی خداوند تنظیم می کنید. خداوند، لذت رسیدن به ساحل آرامش بخش عبادت را به شما خواهد چشاند. این تلاش شما مانند تنظیم بادبان های کشتی است تا بهترین باد را دریافت کنید.

درباره بهبود رابطه با همسر نیز می توان گفت با ترک یکی از اخلاق های بد یا ابراز محبت بیشتر، در واقع شما در حال تثبیت لنگرگاه کشتی خانواده خود هستید. خداوند، راه نفوذ در قلب او را به شما نشان خواهد داد و به زندگی شما آرامش و صفا خواهد بخشید. این اقدام شما مانند محکم کردن لنگر کشتی در بستر ساحل است تا در طوفان ها از ساحل جدا نشود.

صبر، تجلی جهاد

بانوان عزیز! آیه **«وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا»** دعوتی است به جهاد در تمام ابعاد زندگی؛ جهادی که با اخلاص همراه باشد، با صبر آمیخته شود و با توکل به خدا تقویت گردد. در این مسیر، خداوند بهترین راهنما و توانا ترین یاری دهنده است.

در روایتی از امام باقر علیه السلام می خوانیم: **«الْجَنَّةُ مَخْوْفَةٌ بِالْمَكَارِهِ وَالصَّبْرُ فَمَنْ صَبَرَ عَلَى الْمَكَارِهِ فِي الدُّنْيَا دَخَلَ الْجَنَّةَ»**^۱ بهشت با سختی ها پوشانده شده است و هرکس در دنیا در برابر سختی ها صبر کند، وارد آن می شود». این روایت، گویی

۱. محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۸۹.

تجلی همین آیه **﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا﴾** است. صبر در برابر سختی‌ها خود، نوعی جهاد است و پاداش آن، هدایت به سوی بهشت. صبر چتری است که در باران سختی‌ها، ما را از گزند حوادث روزگار حفظ می‌کند.

در این شب‌های قدر، که شب‌های تقدیر و استجابت دعاست، از خداوند بخواهیم که ما را از مجاهدان واقعی در راه خودش قرار دهد و راه‌های هدایتش را بر ما، خانواده‌مان و جامعه‌مان آشکار سازد.

پروردگارا، به حق مولایمان امیرالمؤمنین علیه السلام، که مظهری از جهاد و هدایت است، ما را نیز در راه خودت موفق بدار و گشایشگر راه‌های هدایت بر ما باش.

والسلام علیکم ورحمة الله و برکاته.



محتوای خودت را بساز



شهادت آیه‌ها



پویانمایی



پادکست صوتی



تبیین آیه

جزء بیست و دوم

دشمن پنهان

(شناخت تله‌های شیطان در میدان نبرد زنانه)

﴿إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ
فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا﴾

سوره فاطر، آیه ۶

به یقین شیطان دشمن شماست؛
پس او را دشمن خود بگیرید.



سُورَةُ فَاطِرٍ

وَإِنْ يُكَذِّبُوكَ فَقَدْ كَذَّبَتْ رُسُلٌ مِّن قَبْلِكَ وَإِلَى اللَّهِ تُرْجَعُ الْأُمُورُ ﴿١﴾
يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ فَلَا تَغُرَّنَّكُمُ الْحَيَاةُ الدُّنْيَا
وَلَا يَغُرَّنَّكُم بِاللَّهِ الْغُرُورُ ﴿٢﴾ إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ
عَدُوًّا إِنَّمَا يَدْعُو حَزْبَهُ لِيَكُونُوا مِنْ أَصْحَابِ السَّعِيرِ ﴿٣﴾ الَّذِينَ
كَفَرُوا لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَهُمْ
مَغْفِرَةٌ وَأَجْرٌ كَبِيرٌ ﴿٤﴾ أَفَمَن زُيِّنَ لَهُ سُوءُ عَمَلِهِ فَرَآهُ حَسَنًا فَإِن
اللَّهُ يُضِلُّ مَن يَشَاءُ وَيَهْدِي مَن يَشَاءُ فَلَا تَذْهَبَ نَفْسُكَ عَلَيْهِمْ
حَسْرَتٍ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ بِمَا يَصْنَعُونَ ﴿٥﴾ وَاللَّهُ الَّذِي أَرْسَلَ
الرِّيحَ فَتُثِيرُ سَحَابًا فَمُسْقِنَهُ إِلَىٰ بَلَدٍ مَّيِّتٍ فَأَحْيَيْنَاهِ الْأَرْضَ
بَعْدَ مَوْتِهَا كَذَلِكَ النُّشُورُ ﴿٦﴾ مَن كَانَ يَرِيدُ الْعِزَّةَ فَلِلَّهِ الْعِزَّةُ جَمِيعًا
إِلَيْهِ يَصْعَدُ الْكَلِمُ الطَّيِّبُ وَالْعَمَلُ الصَّالِحُ يَرْفَعُهُ وَالَّذِينَ
يَمْكُرُونَ السَّيِّئَاتِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَكْرُ أُولَٰئِكَ هُوَ يُبَوِّرُ
﴿٧﴾ وَاللَّهُ خَلَقَكُمْ مِّن تَرَابٍ ثُمَّ مِّن نُّطْفَةٍ ثُمَّ جَعَلَكُمْ أَزْوَاجًا
وَمَا تَحْمِلُ مِنْ أُنْثَىٰ وَلَا تَضَعُ إِلَّا بِعِلْمِهِ وَمَا يُعَمِّرُ مِنْ مَّعْمَرٍ
وَلَا يُقْصُصُ مِنْ عُمُرِهِ إِلَّا فِي كِتَابٍ إِنَّ ذَلِكَ عَلَى اللَّهِ يَسِيرٌ ﴿٨﴾



تلاوت آیه



مدرسه حفظ

تله‌های روزمره

در این جمع نورانی و در این لحظات معنوی، فرصتی مغتنم فراهم شده است تا در کنار یکدیگر دربارهٔ موضوعی اساسی و حیاتی سخن بگوییم؛ موضوعی که ریشهٔ بسیاری از نگرانی‌ها، اضطراب‌ها و گاهی دل‌شکستگی‌های ماست. حتماً شما هم گاهی با خود فکر کرده‌اید: «امروز چه پیش خواهد آمد؟» یا «این بار چه مشکلی قرار است سر راهم سبز شود؟».

شاید روزتان را با هزار شوق و ذوق آغاز کرده‌اید، خانه را مثل دسته‌گل مرتب کرده‌اید، به بچه‌ها لباس نو پوشانده‌اید، سفره‌ای رنگین پهن کرده‌اید، در محل کارتان سنگ‌تمام گذاشته‌اید و وظایفتان را به خوبی انجام داده‌اید. اما ناگهان یک اتفاق کوچک (یک حرف نسنجیده، یک دلخوری کوچک یا حادثه‌ای غیرمنتظره) تمام شیرینی این زحمات را تلخ می‌کند و آرامشی را که برایش برنامه‌ریزی کرده بودید، بر باد می‌دهد. گویا تمام این تلاش‌ها در میانهٔ راه با موانعی روبه‌رو می‌شود که گویی از ناکجاآباد سر برمی‌آورند.

شاید شما هم تجربه کرده باشید که با وجود نهایت دقت و ظرافتی که برای یک مهمانی یا دورهمی خانوادگی به خرج می‌دهید، ناگهان اتفاقی پیش می‌آید که نظم برنامه‌تان را به هم می‌زند؛ یا در مسیر تربیت فرزندانتان با رفتاری از آن‌ها مواجه می‌شوید که شما را سردرگم می‌کند. بسیاری از ما بارها چنین وضعیتی را تجربه کرده‌ایم. فرض کنید شما در یک صبح جمعهٔ دل‌انگیز، به عنوان مادری دلسوز، تصمیم گرفته‌اید خانه را برای یک دورهمی خانوادگی یا حتی فقط برای دل خودتان کاملاً روبه‌راه کنید. گل‌ها را آب داده‌اید، گردگیری کرده‌اید، پنجره‌ها را



برق انداخته‌اید و تمام خانه بوی تازگی می‌دهد. درست زمانی که با رضایت نفس راحتی می‌کشید، ناگهان یکی از بچه‌ها با شور و هیجان وارد می‌شود، توپش را پرت می‌کند و در یک لحظه، تمام زحماتتان نقش بر آب می‌شود! یا همسرتان با عجله کلیدی را گم می‌کند و نظم قفسه‌ها به هم می‌ریزد. در این لحظه، اولین جمله‌ای که به ذهن خطور می‌کند این است که «چقدر بدشانسم» یا «فایده ندارد».

احتمالاً شما هم گاهی در میانه‌ی روز نگاهی گذرا به عکس‌های دیگران در فضای مجازی می‌اندازید؛ خانه‌ای مرتب‌تر، سفره‌ای رنگین‌تر، فرزندان با لباس‌های نو و لبخند زیباتر. اگر مراقب نباشیم، زمزمه‌ی مقایسه و احساس کمبود آرام‌آرام در دلمان شکل می‌گیرد: «چرا خانه‌ی من این‌طور نیست؟»، «چرا من نمی‌توانم چنین امکاناتی برای فرزندانم فراهم کنم؟»، «مگر من چه کم دارم که زندگی فلانی اینقدر شاد و بی‌دغدغه است؟!». این مقایسه‌های بی‌پایان، نه تنها کمکی به بهبود زندگی‌مان نمی‌کند، بلکه حسرت، نارضایتی و احساس ناکافی بودن را در دل ما می‌پرواند.

احساس دیده‌نشدن

در فرهنگ غنی ما، زنان ایرانی همواره نقش‌هایی را ایفا کرده‌اند که سرشار از فداکاری و از خودگذشتگی است. مادری را تصور کنید که تمام روزش را وقف رسیدگی به فرزندان‌ش می‌کند؛ کارهای خانه را انجام می‌دهد، برایشان غذا می‌پزد، تکالیفشان را بررسی می‌کند و شب‌ها تا دیروقت بیدار می‌ماند تا از آن‌ها مراقبت کند. یا خانمی که در شغل شریف پرستاری، با دل‌وجان به بیماران رسیدگی می‌کند، دردشان را تحمل کرده و به آن‌ها آرامش و امید می‌دهد. گاهی، در پس همه‌ی این تلاش‌ها حس نادیده‌گرفته‌شدن به سراغ همه می‌آید؛ احساس می‌کنند زحماتشان دیده نمی‌شود و دیگران قدردان نیستند. انگار یک چرخه‌ی تکراری و بی‌پایان است.

این احساس، این اضطراب پنهان و این حس ناامیدی در مسیر زندگی اتفاقی نیست. پشت این موانع و چالش‌های غیرمنتظره، دشمنی پنهان حضور دارد که باید او را شناخت.

امروز می‌خواهیم در محضر کلام نورانی الهی، این دشمن را بشناسیم و بیاموزیم که چگونه با هوشمندی و آگاهی با او مواجه شویم. خدای متعال در آیه ششم سوره مبارکه فاطر می‌فرماید: «إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا»؛ به یقین شیطان دشمن شماست، پس او را دشمن خود بگیرید».

این آیه، پیامی قاطع و دستوری روشن است. دشمن اصلی ما، آن کسی است که هدفش گمراه کردن، تفرقه افکنی و دور ساختن ما از مسیر سعادت و آرامش است. خدای متعال از ما می‌خواهد این دشمن قسم خورده را جدی بگیریم، او را بشناسیم و به تناسب آن، با او دشمنی کنیم.

لعنت به دل سیاه شیطان	او کرده همیشه ما را مهمان
گر گوش دهیم به حرف‌هایش	افتیم همه به دام‌هایش
جز ذلت و نخوتی دوجندان	خوبی نتوان بدید، از آن
هر لحظه بگوید، آری شیطان	گمراه کنم، هم این و هم آن
پیوسته بگوید، آری انسان	لعنت به دل سیاه شیطان ^۱

دروازه نفوذ شیطان

خواهران عزیز! بزرگ‌ترین برگ برنده شیطان همین غفلت ماست. وقتی دشمن را نمی‌شناسیم یا جایگاه و قدرت نفوذ او را دست‌کم می‌گیریم، زمینه را برای موفقیتش فراهم می‌کنیم و بدتر از آن، زمانی است که گاهی مسیر او را دوست می‌داریم! بله، گاهی وسوسه‌های شیطانی آن قدر لطیف و تدریجی وارد زندگی ما می‌شوند که آن‌ها را بخشی از خودمان، بخشی از روند طبیعی زندگی، یا حتی بخشی از پیشرفت خودمان به حساب می‌آوریم.

غفلت در خانواده

فرض کنید شما به عنوان مادری دلسوز متوجه می‌شوید که فرزندان ساعت‌های زیادی را در شبکه‌های اجتماعی می‌گذرانند و کمتر به درس و مطالعه می‌پردازد. به جای اینکه فوراً این مسئله را جدی بگیرید و احتمال نفوذ و وسوسه را در نظر

۱. سلیمان یوکانی حیق.

داشته باشید، با خودتان می‌گویید «این سن، سن کنجاوی است» یا «فقط دارد با دوستانش صحبت می‌کند». چنین برخوردی، مصداق غفلت از دشمنی پنهان شیطان است که از طریق دنیای مجازی، در حال ربودن وقت و تمرکز فرزند شماست. شما به جای تقابل با این ابزار دشمن، آن را پذیرفته‌اید و این دروازه را برای نفوذ بیشتر باز گذاشته‌اید.

گاهی فراموش می‌کنیم که «إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا». البته ناگفته نماند که بدبینی افراطی هم از ناحیه شیطان است و آثار مخرب خود را دارد. باید احتیاط در پیش گرفت و حریم شخصیتی فرزند را حفظ کرد؛ به عبارتی، باید پیشگیری عاقلانه کرد تا کار به بدبینی و تخریب یا تغافل آسیب‌زا نرسد.

و چه زیبا بانوی شاعر ایرانی، پروین اعتصامی، می‌گوید:

ز شیطان بدگمان بودن نوید نیک فرجامیست

چو خون در هر رگی باید دواند این بدگمانی را

غفلت در اجتماع

در سطح جامعه نیز شاهد غفلت‌هایی هستیم. برای مثال، ترویج فرهنگ تجمل‌گرایی در جامعه که در سال‌های اخیر شدت گرفته، نمونه‌ای روشن از نفوذ جریان‌هایی (همان دشمن خارجی، یعنی استکبار جهانی) است که با هدف تضعیف روحیه قناعت، ساده‌زیستی و هم‌بستگی خانوادگی وارد سبک زندگی ما شده‌اند. وقتی مشاهده می‌کنیم که تبلیغات گسترده‌ای برای کالاهای لوکس و غیرضروری وجود دارد و برخی از ما (حتی در شرایط سخت اقتصادی) به سمت این تجملات کشیده می‌شویم، در واقع داریم ناخواسته در زمین دشمن بازی می‌کنیم. غفلت از اینکه این فرهنگ در راستای تضعیف پایه‌های اقتصادی و روحی جامعه ما طراحی شده است، باعث می‌شود بی‌آن‌که متوجه شویم، به اهداف او کمک کنیم.

این دشمنی فقط به شیطانی که در ذهن ماست، محدود نمی‌شود. قرآن کریم با همان دید وسیع خود به ما می‌آموزد که این دشمن در چهره‌های مختلفی ظاهر می‌شود. «استکبار جهانی»، آن قدرت سلطه‌طلبی که در رأس آن

آمریکا است، نمادی از همین شیطانِ قسم خورده است؛ دشمنی که می خواهد ملت های ما را در ذلت نگه دارد، هویتمان را از ما بگیرد و ما را به اطاعت از خود وادارد. تسلیم شدن در برابر چنین دشمنی، حاصلی جز شکست و ذلت برایمان نخواهد داشت. این همان دشمنی است که از بیرون بر ما هجوم می آورد تا ما را از درون بپاشاند.

پرسش اصلی این است که به عنوان یک زن، چگونه این دشمنی را در زندگی روزمره مان تشخیص دهیم؟ نکته اصلی اینجا است که چگونه این دشمنی را در زندگی روزمره خودمان (به عنوان یک زن) متجلی کنیم؟ چگونه شیطان را نه فقط به عنوان یک مفهوم کلی، بلکه به عنوان عاملی که آرامش خانه، روابط ما و حتی سلامت روانمان را هدف قرار می دهد، بشناسیم و با او بجنگیم؟

شیطان، معمار تفرقه در خانواده و جامعه زنان

بیاید کمی عمیق تر شویم و ببینیم این دشمن چگونه در تاروپود زندگی ما، خصوصاً به عنوان یک زن، نفوذ می کند.

وقتی دل ها از هم دور می شوند

آیا تابه حال احساس کرده اید که با وجود عشق و علاقه، گاهی سوء تفاهم ها، دلخوری های کوچک یا احساس درک نشدن، میان اعضای خانواده (به ویژه میان همسران و والدین و فرزندان) به سرعت رشد می کند؟ مثلاً خانمی که تمام تلاشش را کرده تا غذایی دلپذیر برای همسرش بپزد، اما همسرش بعد از خوردن، با بی تفاوتی می گوید: «بد نبود» چنین جمله ای، اگر از سر خستگی یا عجله نباشد، می تواند اولین تلنگر شیطانی باشد. شیطان با وسوسه ناسپاسی یا قضاوت عجولانه می کوشد شکافی در روابط خانوادگی ایجاد کند. القای این اندیشه که «همسرم قدر زحماتم را نمی داند» یا «فرزندم مرا درک نمی کند»، می تواند آغاز دلخوری های عمیق تر باشد. شیطان می خواهد در دل ما دیوار بی اعتمادی و دلخوری بنا کند. کار شیطان همین است و بس؛ «إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا».

از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نقل شده است که وقتی زن و شوهر در خانه مشاجره و مرافعه می‌کنند، در همان لحظه، شیاطینی در گوشه و کنار منزل حضور دارند که در حال خوشحالی و شادمانی‌اند؛ آن‌ها کف می‌زنند و می‌گویند: «خدایش خوشحال کند کسی که مرا این چنین شاد کرده است».^۱ این روایت به ما یادآوری می‌کند که هرگاه به جای محبت و همدلی، به مشاجره و دعوا روی می‌آوریم، چه نیروهایی در پشت صحنه این رفتارها فعال می‌شوند. در حقیقت، ابلیس به عنوان فرمانروای شیاطین، تلاش می‌کند میان ما جدایی و تفرقه بیندازد. پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «ابلیس تخت خویش را بر آب می‌نهد و سپاهیان را گسیل می‌دارد. نزدیک‌ترین فرد به او، کسی است که در دل خانواده فتنه و تفرقه ایجاد کند».^۲ این روایت، نه تنها عظمت و قدرت شیطان در ایجاد تفرقه را نشان می‌دهد، بلکه هشدار می‌دهد که برای ما تا به روابط خود توجه بیشتری داشته باشیم و هرگز فراموش نکنیم که ﴿إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا﴾.

دام رنگین فضای مجازی

در دنیای امروز، شبکه‌های اجتماعی و فضای مجازی به جولانگاهی برای شیطان تبدیل شده‌اند؛ با انبوهی از تصاویری که اغلب بهترین لحظات زندگی افراد را به نمایش می‌گذارند. اینجاست که شیطان با القای حسرت و مقایسه، آرامش ما را برهم می‌زند. «چرا خانه من به آن زیبایی نیست؟»، «درحالی که شاید خانه طرف مقابل، حاصل قرض یا تلاش طاقت فرسای او باشد. «چرا فرزندان من به آن موفقیت نرسیده‌اند؟»، «درحالی که هر فرزندی مسیر و استعداد منحصر به فرد خود را دارد. «چرا زندگی فلانی این قدر بی‌دغدغه به نظر می‌رسد؟»، «درحالی که شاید پشت پرده آن زندگی، هزاران مشکل پنهان شده باشد. این مقایسه‌ها، نه تنها سودی ندارند، بلکه دشمنی پنهان شیطان را در قالب حسادت و ناراضی‌ت در دل ما می‌پرورانند. او می‌خواهد ما را از شکرگزاری نعمت‌هایی که داریم، محروم کند.

۱. محمدنبی بن احمد تویسرکانی، لثالی الأخبار، ج ۲، ص ۲۱۷.

۲. همان.

احساس ناکافی بودن

شیطان دقیقاً در نقطه ضعف ما، یعنی خودباوری کمین می‌کند. او تلاش می‌کند این پیام‌های مخرب را که «تو کافی نیستی»، «کارت به اندازه کافی خوب نیست»، «مادر خوبی نیستی»، «همسر ایده‌آلی نیستی»، «زیبایی کافی نداری» و... در ذهنمان تکرار کند. این زمزمه‌های درونی که گاهی با نگاه‌های ناخواسته یا قضاوت‌های سطحی دیگران تشدید می‌شوند، ما را از مسیر رشد و شکوفایی بازمی‌دارند و در دام اضطراب و دلهره گرفتار می‌کنند.

این همان دشمنی است که می‌خواهد ما را از درک ارزش واقعی خودمان که از جانب خداست، باز دارد. برای نمونه، بانویی را تصور کنید که در دورهمی‌های خانوادگی احساس می‌کند لباسش ساده است یا حرف‌هایش به اندازه حرف‌های دیگران جذاب نیست. این احساس ناکافی بودن، اگر ریشه در القائات شیطانی داشته باشد، می‌تواند آرام‌آرام اعتماد به نفس او را تضعیف و به شدت خدشه دار کند.

ناامیدی؛ سم مهلک روح

در مواجهه با مشکلات زندگی (چه کوچک و چه بزرگ) شیطان نخستین کسی است که زمزمه ناامیدی را در گوشمان می‌خواند: «دیگر فایده ندارد»، «از دست من کاری بر نمی‌آید»، «این مشکل حل‌شدنی نیست» و... این ناامیدی نتیجه مستقیم دشمنی شیطان با روحیه و اراده ماست؛ «إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا». برای نمونه، مادری را تصور کنید که با مشکلات رفتاری فرزندش دست‌وپنجه نرم می‌کند، یا خانمی که با چالش‌های مالی روبه‌روست و در نهایت، در برابر فشارها تسلیم و ناامید می‌شود و احساس می‌کند دیگر هیچ راهی وجود ندارد. این ناامیدی، همان زمین حاصلخیزی است که شیطان برای کاشتن بذر شکست در آن کمین کرده است.

راهبردهای هوشمندانه زنانه

براساس آیه «إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا»، اکنون که دشمن را شناختیم، زمان آن رسیده که بیاموزیم چگونه باید با او دشمنی کنیم، چگونه هوشمندانه

با وسوسه‌هایش روبه‌رو شویم و چگونه این دشمنی را در عرصه زندگی زنانه خود به شکلی مؤثر و کارآمد به کار گیریم.

نقشه گنج درون

اولین قدم در دشمنی با شیطان، شناخت خودمان است. باید بدانیم که چه نقاط ضعفی داریم و چه وسوسه‌هایی (حسادت، ترس، غرور، تنبلی، خودکم‌بینی یا...) بیشتر بر ما اثر می‌گذارند. برای مثال، یک هنرمند ممکن است در برابر وسوسه «مقایسه کار خود با دیگران» یا «کمال‌گرایی افراطی» آسیب‌پذیر باشد، درحالی‌که یک معلم، بیشتر در نوع برخورد والدین دانش‌آموزان با خودش تأثیر می‌پذیرد. شناخت این نقاط ضعف، مانند پیدا کردن نقشه گنج درون است که این امکان را به ما می‌دهد تله‌های شیطان را پیش از افتادن در آن‌ها تشخیص دهیم.

مکث قبل از واکنش

وقتی احساس بدی پیدا می‌کنیم یا یک فکر منفی به ذهنمان خطور می‌کند، به جای واکنش‌های هیجانی، پیش از هر اقدامی، لحظه‌ای صبر و تأمل کنیم. در مواجهه با یک مشکل، اولین واکنشمان چیست، عصبانیت، ناراحتی یا ناامیدی؟ از خود بپرسیم: «این فکر از کجا آمد؟ آیا این خواسته واقعاً خواسته من است یا تلقین همان دشمن پنهان؟ آیا این اقدام، مرا به هدفم نزدیک می‌کند یا دور؟». این تأمل، برگرفته از همان تدبیر در کلام الهی است که به ما بصیرت می‌بخشد و مسیر درست را نشان می‌دهد. برای مثال، خانمی را در نظر بگیرید که با انتقاد همسرش روبه‌رو می‌شود. او باید به جای واکنش فوری و دفاعی، چند لحظه صبر کند و با خود بیندیشد که آیا این انتقاد وارد است یا خیر؟!

سپر محافظ در برابر وسوسه

ما ناگزیریم از اینکه در برابر وسوسه‌ها و حقه‌های شیطان سپری داشته باشیم و آن سپر محافظ، چیزی جز یاد دائمی خداوند نیست. گفتن ذکر «لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ» هنگام مواجهه با مشکلی که طاقتمان را طاق می‌کند (مانند خراب شدن وسیله‌ای در خانه)، گفتن «أَعُوذُ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ» قبل از شروع هر کاری

که می دانیم و سوسه برانگیز است (مثل بازکردن یک پیام ناخواسته در گوشی)، یا زمزمهٔ «بِسْمِ اللَّهِ» قبل از هر کاری، همه سپرهای محافظتی در برابر نفوذ شیطان هستند. این ذکرها نه تنها ارادهٔ ما را قوی می کنند، بلکه به ما یادآوری می کنند که در این نبرد، تنها نیستیم.

خواهران عزیز! می خواهم شما را با دختری آشنا کنم که زندگی اش سرشار از ایثار و تلاش بی وقفه بود و پایش نشان از دشمنی عمیق دشمنان، با ارزش های این آب و خاک داشت. «شهیده زینب کمایی»، دختری که در اوج جوانی، قلبش سرشار از عشق به خدا، امام و وطن بود. در خاطرات این شهیده عزیز آمده است: او خیلی اهل خودسازی بود. توصیه ها را از همه می گرفت تا بتواند رشد کند. خواهرانش می گویند ما وقتی از کلاس اخلاق برمی گشتیم، زینب از ما می پرسید استاد چه گفت؟ بعد از ما توصیه ها را می گرفت و به آن ها عمل می کرد.

خواهران عزیز! حتماً دست نوشته های این شهیده را بخوانید؛ بسیار زیبا و آموزنده است. او همیشه بالای نوشته هایش می نوشت: «او می بیند»؛ می گفت می خواهم یادم بماند خدا می بیند و مراقب اعمالم باشم. غسل شهادتش ترک نمی شد. نماز شب می خواند. با اینکه دختر محجبه و مؤمنه ای بود، همه جا حضور فعال و انقلابی داشت و گوشه گیر نبود. اهل کار فرهنگی بود و در مسجد محل کار می کرد. بهترین تفریحش کتاب بود و بسیار کتاب می خواند. او هیچ گاه در زندگی گله نکرد. این مراقبت ها و این اهل ذکر و خودسازی بودن ها، زینب را به شهادتی که آرزو داشت، رساند.

در دفترهای خودسازی اش نوشته بود: «خانه ام را ساختم، می خواهم بروم». زینب خیلی دوست داشت شهید بشود. خواهر و برادرهایش می گفتند: «ما که در جنوب و زیر گلوله باران دشمن بودیم، نمی دانستیم شهید می شویم یا نه، می گفتیم زینب در شاهین شهر چطور می خواهد شهید بشود!»^۱ اما وقتی اهل شهادت شدی، شهادت خودش دنبال می آید. چون خیلی دوست داشت شهید بشود، سه ماه قبل از شهادتش خوابی دید که راه شهادت را به او نشان

۱. مستند «من میترا نیستم».

دادند. با دست خط خودش این خواب را نوشته است: «دیشب خواب دیدم که با چند تن از خواهران داریم جبهه می‌رویم. من و زهرا آن قدر خوشحال هستیم که نمی‌دانیم چه کار کنیم. آن قدر مشکلات را پشت سر گذاشتیم و روزها در ماشین بودیم تا رفتیم جبهه. اما جبهه، جبهه واقعی نبود و من درک کردم که جبهه من، شهر من و دشمنی من با دشمن خداست. خواهر کوچک شما زینب»^۱.

به زینب خانم در عالم خواب نشان دادند که جبهه ما خانم‌ها، شهر و خانه‌مان است. مگر در روایت نداریم که جهاد زن، خوب همسر داری است؟ پس اگر عاشق شهادتیم، باید به تربیت فرزندان، خانه‌داری، حجاب و حضور فعال در جامعه، به عنوان حضور در میدان رزم و سربازی برای اسلام و یک جهاد مقدس نگاه کنیم. این نگاه، نه تنها ما را از مشکلات دلسرد نمی‌کند و فریب شیطان را نمی‌خوریم، بلکه هر سختی و مشکلی را فرصتی برای افزایش اجر جهادمان می‌کند.

تمرکز بر داشته‌ها

خواهر من! وقتی احساس حسادت یا نارضایتی از مقایسه خود با دیگران به سراغت آمد، به جای تمرکز بر آنچه نداری، تمرکزت را بر آنچه داری بگذار. لیستی از نعمت‌های تهنیه کن و شکرگزار باش. به جای مقایسه خود با ظاهر دیگران، به باطن و ارزش‌های واقعی خودت توجه کن.

یادمان باشد ارزش ما به تعداد لایک‌ها، فالوورها یا شکل و ریخت ظاهری نیست، بلکه به گوهر وجودی ماست که خدا به ما عطا کرده است. مثلاً اگر همسرت هدیه‌ای گران‌قیمت برایت نخریده، به جای حسرت خوردن، به محبت و توجهی که در رفتارهای دیگرش نشان می‌دهد، فکر کن و شکرگزار باش.

ارزشی فراتر از ظاهر

زن، مخلوق زیبایی خداست؛ موجودی است که با ظرافت، عشق و مسئولیت‌های بزرگ آفریده شده است. زن، مهندس آرامش خانواده، مربی نسل آینده و همراه مرد زندگی‌اش است. این نقش‌ها نه تنها محدودیت نیستند، بلکه نشانه عظمت و توانمندی الهی زن می‌باشند.

۱. دستخط شهید در فضای مجازی موجود است.

وقتی خودمان را در آینه الهی ببینیم، زمزمه‌های شیطانی دیگر اثر نخواهد کرد. ارزش واقعی شما به عنوان یک زن مسلمان به نگاه و قضاوت خالق شما بستگی دارد، نه به قضاوت‌های زودگذر دیگران.

مرزبندی با گناه

گاهی دشمنی با شیطان، یعنی گفتن «نه» به خواسته‌های نفسانی که به زیان ما هستند؛ نه به پرخوری که سلامتی را تهدید می‌کند، نه به غیبت که روابط را مسموم می‌سازد، نه به دخالت‌های بی‌جای دیگران در زندگی شخصی، نه به هدر دادن وقت در فضای مجازی که فرصت‌های ارزشمند زندگی را می‌سوزاند. این «نه» گفتن‌ها، قدرت اراده ما را نشان می‌دهد و شیطان را عقب می‌راند.

دشمنی فعال و هوشمندانه

نکته بسیار مهمی که نباید فراموش کنیم این است که شیطان، این دشمن پنهان، بسیار هوشمندانه عمل می‌کند. بنابراین، برای مبارزه و مقابله با او، نوع و سبک دشمنی ما نیز باید فعال و هوشمندانه باشد. برای ما بانوان، این دشمنی فعال می‌تواند به شکل‌های مختلفی تجلی یابد.

سربازان فردای انقلاب

یکی از مصادیق بارز دشمنی با شیاطین انسی و جنی، تربیت فرزندانمان برای فردای انقلاب است؛ فرزندانی که از ابتدا با فرهنگ دینی و هویت اصیل آشنا باشند و در برابر تهاجم فرهنگی غرب مقاوم بمانند. این وظیفه مادری یکی از حساس‌ترین عرصه‌های جهاد زن در عصر حاضر است.

احتمالاً همه نام «شهید صدر» را شنیده‌اید، اما کمتر کسی با خواهر او آشناست. «شهیده بنت‌الهدی صدر» حاصل تربیتی است که مقام معظم رهبری علیه‌السلام در وصفش عبارتی ویژه به کار برده‌اند. حضرت آقا در دیدار جمعی از زنان^۱ می‌فرمایند:

اگر خانواده‌ای توانستند دختر خودشان را درست تربیت کنند، این دختر یک انسان بزرگ شد. در همین زمان ما، یک زن جوان شجاع

۱. بیانات رهبر معظم انقلاب در دیدار جمعی از زنان، ۳۰ مهر ۱۳۷۶.



عالم متفکر هنرمندی به نام خانم «بنت الهدی» (خواهر شهید صدر) توانست تاریخی را تحت تأثیر خود قرار دهد، توانست در عراق مظلوم نقش ایفا کند؛ البته به شهادت هم رسید. عظمت زنی مثل بنت الهدی، از هیچ یک از مردان شجاع و بزرگ کمتر نیست. حرکت او، حرکتی زنانه بود؛ حرکت آن مردان، حرکتی مردانه است؛ اما هر دو حرکت، حرکت تکاملی و حاکی از عظمت شخصیت و درخشش جوهر و ذات انسان است. این گونه زن هایی را باید تربیت کرد و پرورش داد.

خدا «شهید سید محمد موسوی ناجی» را رحمت کند. این شهید بزرگوار، یکی از مبلغان عزیز جامعه المصطفی بود؛ کسی که ندای حق را لبیک گفت و برای نبرد با پلیدترین موجودات زمان، یعنی تکفیری های داعش، به عراق رفت. او نه تنها در مبارزه، بلکه در مأموریت تبلیغی مهمی با سپاه بدر همکاری می کرد. تصور کنید در اوج خطر در سرزمینی که شیاطین زمان (تکفیری ها) جولان می دادند، این طلبه جوان با دلی پر از ایمان به یاری دین خدا شتافت و خداوند توفیق شهادت را به او هدیه داد.

شهادت این شهید آن قدر دشمن شادکن بود که داعش پس از شهادتش، عکس او و برخی از دوستانش را منتشر کرد و ابراز خوشحالی نمود. نکته جالب زندگی این شهید به نحوه تربیت توسط مادرش بازمی گردد. مادر شهید چنین تعریف می کند:

سید محمد در ماه محرم به دنیا آمد. او را در آغوش می گرفتم و به مجالس عزاداری می بردم. یادم است یک بار سخنران یکی از مجالس گفت: مادرانی که بچه کوچک دارید، وقتی بچه تان را شیر می دهید، با امام حسین علیه السلام نجوا کنید تا خداوند بچه هایتان را محب اهل بیت علیهم السلام قرار دهد و ادامه دهنده راه آنان باشند. همان جا به امام حسین علیه السلام عرض کردم: «یا سید الشهدا! عنایتی کنید که فرزندان من مرگشان شهادت باشد.» و همین طور هم شد.

زیباترین بخش روایت مادر شهید این است:

از پسر، فرزند سه ساله ای به نام سید حسین به یادگار مانده است. آقا

سید محمد یک روز قبل از رفتن به سوریه، مرا به گوشه‌ای برد، برگه‌ای به دستم داد و گفت: «این وصیت‌نامه من است... مادر! اگر برنگشتم، برای پسر من همان زحمتی را بکش که برای تربیت من کشیدی؛ او را طوری تربیت کن که برای دفاع از اسلام آماده رفتن به جبهه باشد...» و من این بچه را هم مثل پسر شهیدم تربیت خواهم کرد.

این داستان، مصداق بارز مبارزه هوشمندانه با شیطان بزرگ است.

حفظ استحکام خانواده

دومین مصداق بارز مبارزه با شیطان، تقویت بنیان خانواده است. شیطان همیشه به دنبال بهانه است تا مقدس‌ترین بنیان جامعه اسلامی، یعنی خانواده را نابود کند. بنابراین، با تقویت بنیان خانواده، که سنگر اصلی دفاع در برابر تهاجمات فرهنگی و اجتماعی است، می‌توان پوزه شیطان را به خاک مالید. خانه‌ای که بر پایه محبت، احترام متقابل و یاد خدا بنا شده باشد، جایی است که هیچ وسوسه‌ای نمی‌تواند آن را متزلزل کند.

حضور مقتدرانه زن مسلمان

یکی دیگر از راهکارهای مبارزه با شیطان، حضور مسئولانه در عرصه‌های اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی است؛ با حفظ حجاب و عفت و دفاع از ارزش‌های انقلابی. زن ایرانی امروز، با هوشمندی خود هم می‌تواند در خانواده نقش مادری دلسوز را ایفا کند و هم در جامعه، بانویی تأثیرگذار و ارزشمند باشد. حتی در استفاده از فضای مجازی نیز می‌توانیم هوشمندانه عمل کنیم؛ با مقابله با ترویج فحشا و ابتذال و استفاده از این فضا برای روشنگری و ترویج فرهنگ صحیح. ما می‌توانیم با انتشار محتوای ارزشمند و دینی در این جبهه نقش آفرینی کنیم.

خدا «شهیده زینب کمایی» را رحمت کند. در خاطرات این شهیده عزیز آمده است که زینب با پیام امام خمینی علیه السلام عجین شد. روزه گرفتن‌های مستمر، تقید به خودسازی و تصمیم برای رفتن به حوزه علمیه، نشان از تلاش عمیق او برای شناخت دین و دفاع از آن داشت. حتی زمانی که جنگ سایه شومش را بر آبادان انداخت، زینب دست از تلاش برنداشت. در حالی که بسیاری از مردم شهر را ترک

می‌کردند، او به جامعهٔ معلمان پیوست و در کارهای فرهنگی فعال شد؛ این یعنی حتی در دل خطر، او به فکر پاسداری از فرهنگ اسلامی بود.

وقتی مجبور به ترک آبادان شدند، در اصفهان نیز با وجود عقب ماندگی تحصیلی، با پشتکار به مدرسه رفت و با عشق وافر به شهدا، از خاک مزارشان تبرک می‌آورد. او به مادرش نشان داد که شهادت مختص مردان نیست. این نشان از نگاه عمیق و آرمان‌گرای او به زندگی بود.

اوج تلاش‌های زینب در روزهای سختی که از مدرسه تا خانه فاصله داشت، آشکار شد. او با صرفه‌جویی از پول توجیبی‌اش، برای مجروحین کتاب می‌خرید و به بیمارستان‌ها می‌برد؛ حتی با مجروحین مصاحبه می‌کرد و سفارشات آنان دربارهٔ حجاب را به گوش دانش‌آموزان می‌رساند. او یک رسانهٔ فرهنگی و تبلیغی سیار بود که با اراده‌ای پولادین، پیام شهدا را به نسل جوان منتقل می‌کرد.

تلاش‌ها، عشق و بصیرت زینب چگونه به پایان رسید؟ همان دشمنانی که از بمباران شهرها، کشتار مردم و نابودی فرهنگ ما لذت می‌بردند، کینهٔ عمیقی از امثال زینب داشتند. منافقین که از هر فرصتی برای ضربه‌زدن استفاده می‌کردند، در اول فروردین ۶۱، هنگامی که زینب از مسجد بازمی‌گشت، او را ربودند و با قساوت تمام او را با چادرش خفه کردند و به شهادت رساندند.

این جنایت وحشیانه، تنها دشمنی با یک دختر نوجوان نبود، بلکه ترس و انزجار دشمنان از ایمان، تلاش و بصیرت او را نشان می‌داد. آن‌ها می‌ترسیدند که امثال زینب با تلاش‌های خود، فرهنگمان را حفظ کنند و دشمنان را رسوا سازند.^۱ شهیده زینب کمایی، با چهارده سال زندگی پربار و تلاش‌های بی‌وقفه در علم، فرهنگ و دفاع از ارزش‌ها و با پایان مظلومانه‌اش به دست دشمنان کینه‌توز، الگویی ماندگار برای همهٔ ماست. او به آیهٔ «إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا»^۲ باور داشت و به ما آموخت که می‌توانیم در مسیر دفاع از حق چنان قدم برداریم که حتی شیاطین انسی و جنی آرزوی کشتنمان را داشته باشند.

۱. «زندگی‌نامه و خاطرات شهیده زینب (میترا) کمایی»، دسترسی در: <https://b2n.ir/yu2433>، ۸ آذر ۱۳۹۶.

پیروزی از آنِ بندگانِ هوشمند خداست

خواهران عزیزم! فراموش نکنیم که آیه «إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا» یک دستورالعمل دائمی برای زندگی ماست. دشمن، حيله‌گر و قسم خورده است؛ اما خداوند، رحیم و قادر مطلق است. خدا همواره با ماست؛ هرگاه احساس تنهایی، اضطراب یا ناامیدی کردید، به یاد این آیه بیفتید، به یاد قدرتی که خدا به شما عطا کرده است. با یاد خدا و توکل بر او و با اراده‌ای قوی می‌توانیم بر تمام وسوسه‌ها و سختی‌ها غلبه کنیم. خداوند متعال سلاح‌ها و راهبردهای پیروزی را به ما آموخته است: شناخت دشمن، پناه‌بردن به خدا، تقویت اراده، عمل فعال و مهم‌تر از همه، باور به قدرت لایزال الهی.

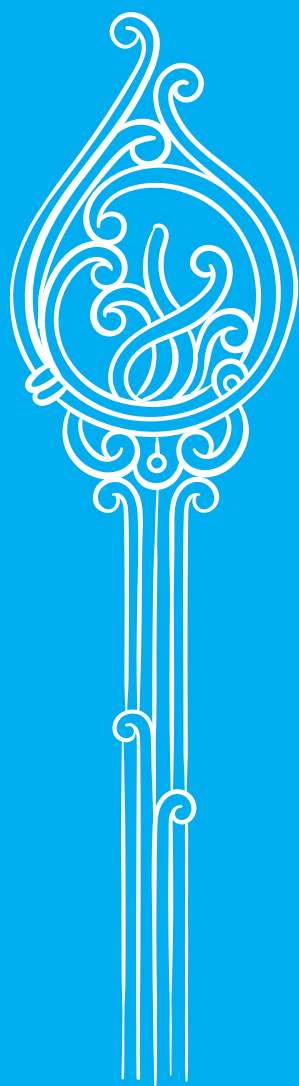
هرگاه احساس کردید در زندگی دچار سردرگمی، اضطراب یا احساس ناکافی بودن شده‌اید، به این آیه بازگردید و فکر کنید که چه کسی این افکار را در ذهن شما کاشته است. آیا این زمزمه ناامیدی، از جانب دشمنی است که می‌خواهد شما را از رسیدن به موفقیت باز دارد؟ با یاد خدا، با تکیه بر توانایی‌هایی که او به شما عطا کرده، با استقامت در وظایف و با هوشمندی در مواجهه با ترفندهای دشمن می‌توانید بر تمام وسوسه‌ها و توطئه‌ها پیروز شوید.

این جمله طلایی را از من به یادگار داشته باشید: «پیروزی نهایی از آنِ بندگانِ هوشمند خداست؛ کسانی که دشمن را می‌شناسند و با اتخاذ رویکردی استراتژیک و الهی با او مبارزه می‌کنند».

بیاوید امروز در این جمع نورانی عهد ببندیم که دشمن اصلی خود را (در درون و بیرون) بشناسیم و با اتکا به قدرت خدا، با او هوشمندانه و فعالانه روبه‌رو شویم. پروردگارا! بصیرتی به ما عطا فرما تا دشمنان واقعی خود را بشناسیم و ایمانی به ما ببخش که بتواند ما را در برابر ترفندهای آنان استوار سازد.

آمین یا رب العالمین!





جزء بیست و سوم

سنگر خانواده

(وعدۀ پیروزی لشکر خدا در میدان زندگی)

﴿وَإِنَّ جُنْدَنَا لَهُمُ الْغَالِبُونَ﴾

سوره صافات، آیه ۱۷۳

و بی شک و بدون تردید، فقط لشکر ما پیروزند.



سُورَةُ الصَّافَّاتِ

مَا لَكُمْ كَيْفَ تَحْكُمُونَ ﴿١٥٤﴾ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ ﴿١٥٥﴾ أَمْ لَكُمْ سُلْطَانٌ مُبِينٌ ﴿١٥٦﴾
 فَاتُّوا بِكِتَابِكُمْ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ ﴿١٥٧﴾ وَجَعَلُوا بَيْنَهُ وَبَيْنَ الْجَنَّةِ
 نَسَبًا وَلَقَدْ عَلِمَتِ الْجِنَّةُ إِنَّهُمْ لَمُحْضَرُونَ ﴿١٥٨﴾ سُبْحَنَ اللَّهُ عَمَّا
 يُصِفُونَ ﴿١٥٩﴾ إِلَّا عِبَادَ اللَّهِ الْمُخْلَصِينَ ﴿١٦٠﴾ فَإِنَّكُمْ وَمَا تَعْبُدُونَ ﴿١٦١﴾
 مَا أَنْتُمْ عَلَيْهِ بِفِتْنَيْنِ ﴿١٦٢﴾ إِلَّا مَنْ هُوَ صَالِ الْجَحِيمِ ﴿١٦٣﴾ وَمَا مِنَّا إِلَّا
 لَهُ وَمَقَامٌ مَعْلُومٌ ﴿١٦٤﴾ وَإِنَّا لَنَحْنُ الصَّافُّونَ ﴿١٦٥﴾ وَإِنَّا لَنَحْنُ الْمُسَبِّحُونَ ﴿١٦٦﴾
 وَإِنْ كَانُوا لَيَقُولُونَ ﴿١٦٧﴾ لَوْ أَنَّ عِنْدَنَا ذِكْرًا مِّنَ الْأَوَّلِينَ ﴿١٦٨﴾ لَكُنَّا
 عِبَادَ اللَّهِ الْمُخْلَصِينَ ﴿١٦٩﴾ فَكْفَرُوا بِهِ ۖ فَسُوفَ يَعْلَمُونَ ﴿١٧٠﴾ وَلَقَدْ
 سَبَقَتْ كِمْتُنَا لِعِبَادِنَا الْمُرْسَلِينَ ﴿١٧١﴾ إِنَّهُمْ لَهُمُ الْمَنْصُورُونَ ﴿١٧٢﴾
 وَإِن جُنَدَنَا لَهُمُ الْغَالِبُونَ ﴿١٧٣﴾ وَقَوْلَ عَنْهُمْ حَتَّىٰ حِينٍ ﴿١٧٤﴾ وَأَبْصُرْهُمْ
 فَسُوفَ يُبْصَرُونَ ﴿١٧٥﴾ أَفَعِزَّابْنَا لِيَسْتَعْجِلُونَ ﴿١٧٦﴾ فَإِذَا نَزَلَ بِسَاحَتِهِمْ
 فَسَاءَ صَبَاحُ الْمُنْذَرِينَ ﴿١٧٧﴾ وَقَوْلَ عَنْهُمْ حَتَّىٰ حِينٍ ﴿١٧٨﴾ وَأَبْصُرْ
 فَسُوفَ يُبْصَرُونَ ﴿١٧٩﴾ سُبْحَنَ رَبِّكَ رَبِّ الْعِزَّةِ عَمَّا يَصِفُونَ ﴿١٨٠﴾
 وَسَلَامٌ عَلَى الْمُرْسَلِينَ ﴿١٨١﴾ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ﴿١٨٢﴾

سُورَةُ الصَّافَّاتِ



تلاوت آیه



مدرسه حفظ

فریاد دل یک مادر

امروز، که دل‌هایمان هوای سرزمین فلسطین کرده و تصویر مادری از غزه در قاب ذهنمان جان گرفته است، می‌خواهم با شما از موضوعی مهم سخن بگویم؛ موضوعی که در روز قدس (روز فریاد مظلومان جهان) و در شب قدر (شب تقدیر و سرنوشت) معنایی دوباره پیدا می‌کند.

می‌خواهم شما را به سفری ببرم؛ سفری به سرزمین رنج و مقاومت، به فلسطین و به قلب مادری فلسطینی. سفری در دل همین شب قدر، که آسمان اشک می‌ریزد و زمین عطر استغفار، مناجات و دعا را به آسمان می‌فرستد. سفری از قلب آشوب به آرامش ایمان، از ضعف ظاهری به قدرت باطنی؛ سفری که مقصدش، درک حقیقت استقامت زن مؤمن است.

مادری را در غزه، در همین شب قدر تصور کنید. هوا سنگین است؛ نه از بوی عطر، بلکه از غبار بمب‌ها. هوا آکنده از غبار و انفجار است؛ اما در نگاه او نوری می‌درخشد که خاموش شدنی نیست. خانه‌اش، که روزگاری مأمن عشق و آرامش بود، اکنون تکه‌تکه شده و آوارهایش قصه‌ ویرانی را فریاد می‌زنند. کودک خردسالی در آغوش مادر، صورتش را در امن‌ترین جای جهان (سینه مادر) پنهان کرده است. صدای گریه کودک، در میان انفجارها گم می‌شود؛ اما دل مادر، همچون صخره‌ای در طوفان، استوار مانده است.

مادر، با دستان آلوده به خاک و خون، با انگشتان زخمی، چهره فرزندش را نوازش می‌کند. اشکی از چشمانش سرازیر می‌شود؛ اما این اشک، اشک ناامیدی نیست، اشک استغاثه است. او در همین لحظات سخت و در دل همین ویرانی،

دستانش را به سوی آسمان بلند می‌کند؛ نه برای شکایت، بلکه برای نیایش؛ نه از سر ناامیدی، بلکه برای اتصال؛ اتصال به خدایی که شنونده همه فریادهای خاموش است. با صدایی که از ژرفای جاننش برمی‌خیزد، زمزمه می‌کند: «یا رب... یا رب... ما را دریاب». باور کنید، صدای این مادر در میان غبار و انفجار، صدای اعتماد است که فریاد می‌شود.

آن نگاه پراز درد، اما آکنده از امید مادر، آن دستان کوچکی که به سوی آسمان بلند شده، آن زمزمه «یا رب» که در میان صدای انفجارها گم نمی‌شود، همه و همه، فریاد آیه ۱۷۳ سورة صافات است که خداوند می‌فرماید: «وَإِنْ جُنَدْنَا لَهُمُ **الْغَالِيُونَ**؛ و مسلماً سپاه ما پیروزند». این آیه، تنها یک جمله قرآنی نیست، روح مقاومت است که در کالبد یک مادر فلسطینی دمیده شده. او در اوج شب قدر، در دل ویرانی، نشان می‌دهد چگونه با اتصال به خدا، می‌توان در برابر هر ظالمی ایستاد و پیروز شد.

ترانه مقاومت را شاید بتوان در دل همین ویرانی‌ها و از زبان این مادر فلسطینی چنین زمزمه کرد:

گر خانه گشت ویران، غم نیست، ای خدا

دل در هوای عشق تو، آباد می‌شود

گریغ ظلم، بر سر فرزندان من زند

دست دعا به سوی تو، فریاد می‌شود

این شعر، فقط یک شعر نیست؛ ترانه مقاومت است؛ ترانه مادری که در اوج سختی، عشق خدا را از یاد نمی‌برد. این، نشانه اتصال او به سرچشمه قدرت است.

نصرت الهی در دل تاریکی

شب قدر، شب تعیین سرنوشت است. این تعیین سرنوشت، فقط برای ما نیست؛ بلکه برای تمام عالم رقم می‌خورد. در این شب نورانی، زمانی که به خدا پناه می‌بریم و با خلوص نیت و اعتماد کامل او را می‌خوانیم، خدا نیز نصرت خود را شامل حالمان می‌کند؛ نصرتی که در دل تاریکی، چون ستاره‌ای می‌درخشد.

آیه «وَإِنْ جُنَدْنَا لَهُمُ الْعَالِيُونَ» یعنی لشکر خدا پیروز است. ذکر این آیه در شب قدر، همچون پیمانی الهی است؛ پیمانی که خدا با ما می‌بندد؛ پیمانی که می‌گوید اگر به من متصل باشید و در مسیر حق قدم بردارید، من شما را یاری کرده و به پیروزی می‌رسانم. این آیه در روز قدس و شب قدر، امید را در دل‌ها زنده می‌کند؛ امید به پیروزی نهایی حق بر باطل.

شب قدر، شب تصمیم‌های کوچک اما سرنوشت‌ساز است؛ شبی برای بازنویسی پرونده‌ دل. در روان‌شناسی می‌گویند که انسان برای عبور از بحران، باید معنای شخصی خود از رنج را بیابد. شب قدر، همان فرصت معنایابی است؛ فرصتی برای گفت‌وگوی بی‌واسطه با خدا و بازسازی ایمان زخمی‌درون. شب قدر با پیوند دادن «آگاهی» و «تسلیم در برابر خدا» اضطراب را کاهش می‌دهد. هنگامی که یک زن مؤمن در دل سختی می‌گوید: «خدایا! تو می‌دانی و من تو را انتخاب می‌کنم»، در همان لحظه، ذهن او از آشفتگی به آرامش می‌رسد. این همان سازوکار زیبای الهی است که امروز روان‌شناسان آن را «تسلیم آگاهانه» می‌نامند. ناگفته نماند که این آیه، فقط وعده پیروزی در میدان جنگ نیست، بلکه وعده استواری دل‌ها در میدان زندگی است. این آیه شریفه به ما بشارت می‌دهد که لشکر خدا، سرانجام پیروز خواهد بود. این آیه نماد اطمینانی عمیق به وعده‌های خداوند است. چه در صحنه نبردهای فیزیکی و چه در عرصه مبارزات فرهنگی و معنوی، پیروزی نهایی از آن لشکر خداست. این وعده الهی ما را به استقامت بیشتر دعوت می‌کند و یادآور می‌شود که با اتصال عمیق به سرچشمه نور و قدرت، می‌توان هر تاریکی را پشت سر گذاشت.

لشکر جان‌برکف

خداوند در آیه ۱۷۳ سوره مبارکه صافات، وعده‌ای قطعی و بی‌قید و شرط به ما می‌دهد، آنجا که می‌فرماید: «وَإِنْ جُنَدْنَا لَهُمُ الْعَالِيُونَ»؛ و به یقین، لشکر ما پیروز است. چه وعده‌ای دلگرم‌کننده‌تر از این! شاید برایتان سؤال پیش آمده باشد که این «لشکر خدا» یا «جُنْدُنَا» چه کسانی‌اند؟ آیا فقط رزمندگان میدان جنگ را شامل می‌شود، یا دامنه آن گسترده‌تر است؟



با مراجعه به آیات، روایات و تفاسیر درمی یابیم که لشکر خدا کسانی هستند که برای برافراشتن پرچم توحید و حقیقت، جان برکفاند و از دشمنان خدا و حقیقت، هیچ ترسی به دل راه نمی دهند. این لشکر می تواند یک رزمنده در جبهه، یک دانشمند در آزمایشگاه، معلمی در کلاس درس یا مادری در خانه باشد. هرکس که در میدان زندگی خود، برای رضای خدا و پاسداری از حق، محکم بایستد، جزئی از لشکر خدا محسوب می شود. بنابراین، همه می توانند جزئی از لشکر خدا باشند؛ حتی ما که خانه دار هستیم. با چنین نگاهی، خانواده به سنگری برای برافراشتن پرچم توحید و ارزش های الهی تبدیل می شود.

اتصال به منبع قدرت

خواهران عزیزم! وقتی به آیه «وَإِنَّ جُنُدَنَا لَهُمُ الْعَالَمُونَ» می نگریم، درمی یابیم که پیروزی الهی تصادفی نیست، بلکه ثمره ارتباطی عمیق و مستمر با خداست. هنگامی که ما به عنوان لشکر خدا در میدان زندگی قدم می گذاریم، در حقیقت تنها نیستیم؛ در یک سفر معنوی قرار داریم و برای رسیدن به پیروزی، نیازمند منبعی بی نظیر از قدرت هستیم و آن، اتصال به خداست.

این اتصال چیست؟ وقتی در چالش ها و سختی ها قرار داریم، یاد خدا را فراموش نمی کنیم و این یاد، ما را توانمند می سازد. در روزهای شاد و خوشبختی، قدردانی از خدا را به یاد داریم و به او نزدیک تر می شویم. همچنین، در لحظات تصمیم گیری، نیت و افکارمان باید خالص باشد و تنها به خواست خدا توجه کنیم. برای روشن سازی این مفهوم، اجازه دهید موبایل را مثال بزنیم. هر زمان که تماس مهمی برقرار می کنیم یا پیامی می فرستیم، به شارژ باتری نیاز داریم. این شارژ، نمایانگر نیرویی است که ما از ارتباط با خداوند می گیریم. وقتی شارژ کافی داریم، می توانیم در دنیای پیچیده و پرچالش امروز حرکت کنیم و وظایفمان را به بهترین شکل انجام دهیم. اما اگر این شارژ به پایان برسد، حتی پیشرفته ترین موبایل هم بی فایده خواهد بود.

مقام معظم رهبری علیه السلام در بیاناتشان به اهمیت ارتباط با خداوند اشاره کرده اند و فرموده اند:

اینی که می فرماید «وَإِنْ جُنَدْنَا لَهُمُ الْعَالِيُونَ» یعنی این. جندالله، حزب الله، بنده خدا، عبادالله، این ها با ارتباط و اتصالشان با آن منبع لایزال، در مقابل همه مشکلاتی که انسان ممکن است مغلوب آن مشکلات بشود، ایستادگی می کنند. وقتی ایستادگی این طرف وجود داشت، به طور طبیعی در آن طرف زوال وجود خواهد داشت؛ پس این بر او غلبه پیدا خواهد کرد. البته اگر اسممان حزب الله و جندالله باشد، اما آن ارتباط و اتصال را نداشته باشیم، چنین تضمینی وجود ندارد. بنابراین ارتباط را باید برقرار کرد. این صلوات، اهمیتش اینجاست؛ ذکر خدا اهمیتش اینجاست؛ فرصت ماه رمضان اهمیتش اینجاست. فرصت خودسازی، فرصت تقوا، فرصت سرشار کردن ذخیره یقین در دل که در این دعاها ماه رمضان هم (دعای روزها، دعاها شب ها) این ازدیاد یقین را می بینید که تکرار می شود. پس، این فرصت را بایستی برای این مقاصد مغتنم شمرد. وقتی اینها شد، آن وقت صبر جامعه اسلامی و امت اسلامی و بنده مسلمان همان چیزی خواهد شد که می تواند بر همه مشکلات غلبه پیدا کند. آن وقت هم در میدان سیاست، هم در میدان اقتصاد، هم در میدان اخلاق، هم در میدان معنویت، این جامعه پیش می رود. این واقعیتی که هست، این است. ما باید به این واقعیت خودمان را نزدیک کنیم.^۱

بنابراین، بیایید ارتباطمان را با خدا تقویت کنیم، به عنوان لشکر او بایستیم و در این راه، همواره با یاد او در زندگی مان، از قدرت او بهره مند شویم. هر بار که در دعا و عبادت هستیم، در حقیقت پیوندی تازه با خدا برقرار می کنیم؛ پیوندی که ما را در برابر مشکلات و چالش ها استوار و پیروز می سازد. ما باید همچون موبایلی باشیم که همیشه در حال شارژ است؛ یعنی همواره در مسیر ارتباط با خدا بمانیم و لحظه به لحظه از او نیرو بگیریم تا بتوانیم مسیر زندگی را با قدرت ادامه دهیم و در میدان های مختلف پیروز شویم.

۱. بیانات رهبر معظم انقلاب در دیدار رؤسای سه قوه و مسئولان نظام، ۱۹ شهریور ۱۳۸۷.

چرخش فرشتگان

وقتی به زندگی شهدای زن نگاه می‌کنیم، یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های مشترک آنان، همین ارتباط عمیق و مداوم با خداوند است. برای نمونه، دربارهٔ «شهیده زهره بنیانیان» چنین نقل می‌کنند:

شهیده زهره بنیانیان زیاد قرآن می‌خواند. می‌گفت: «روح و جان من با قرآن عجین شده است». نیمه‌شب‌ها بیدار می‌شدم و می‌دیدم زهره مشغول خواندن نماز شب است؛ انگار این دختر اصلاً اهل استراحت نبود... روی حجاب هم بسیار حساس بود و می‌گفت: «کنار بی‌عفتی، همه چیز به وجود می‌آید».

زهره در دوران نوجوانی در کلاس‌های خانم غازی (از شاگردان برجستهٔ «بانو مجتهد امین») شرکت می‌کرد. خانم غازی او را نزد بانو مجتهد امین برد. زهره با شوق پرسید: «شما چطور به این مقام رسیدید؟»، ایشان پاسخ داد: «پدر و مادرم همیشه مطهر بودند و به حلال و حرام توجه داشتند». پس از آن جلسه، مجتهد امین به خانم غازی گفتند: «مراقب این دختر باشید؛ روح بزرگی دارد»^۱.

و همین روحی که در سایهٔ ارتباط با خدا رشد کرده و قوام یافته بود، زهره را به قلّهٔ بندگی و سپس مقام شهادت رساند.

شب قبل از شهادت خواب دید که دو فرشته او را بر فراز خانه‌شان می‌گردانند. صبح که بیدار شد، خیلی خوشحال بود، انگار حس کرده بود قرار است که به آرزویش (شهادت) برسد.

در آن روزها، منافقین در خانهٔ تیمی خود تعداد زیادی اسلحه و مهمات جمع کرده بودند و قصد داشتند در روز کارگر مردم را به رگبار ببندند. چند پاسدار، از جمله همسر زهره، برای تصرف این خانهٔ تیمی انتخاب شدند. زهره اصرار داشت همراه آنان برود؛ اما چون در اواسط دوران بارداری بود، همسرش ابتدا مخالفت کرد. با این حال، وقتی گریه و اشتیاق زهره را دید، سرانجام موافقت کرد. به خانهٔ

۱. کانال خاک‌ریز خاطرات شهدا در پیام‌رسان ایتا.

تیمی منافقین رسیدند. قرار بود زهره به عنوان یک زن عادی جلو برود، در بزند و وانمود کند نیاز به کمک دارد. به محض اینکه در باز شد، نیروها وارد شوند و بدون درگیری افراد داخل خانه را دستگیر کنند. اما گویا منافقین از عملیات آگاه شده بودند و هنگامی که زهره در زد؛ یکی از افراد از دور آن‌ها را به رگبار بست و فردی که در را باز کرده بود هم به زهره شلیک کرد. اینجا بود که خواب زهره تعبیر شد؛ هم خودش و هم فرزندی که باردار بود؛ در مقابل همان درب به شهادت رسیدند.^۱

سنگر خانواده

یک کشتی را تصور کنید که در دریایی طوفانی در حال حرکت است. اگر ناخدا و اعضای کشتی ارتباط دقیق و محکمی با سیستم ناوبری داشته باشند، مسیر را درست تشخیص می‌دهند و کشتی سالم به مقصد می‌رسد؛ اما اگر به دلیل طوفان و شرایط دشوار، ارتباطشان قطع شود، ناامید می‌شوند و ممکن است کشتی در امواج دریا غرق شود.

مادرانی که هر روز با چالش‌های کوچک و بزرگ روبه‌رو هستند، باید به این ارتباط، به عنوان سیستم ناوبری زندگی خود بنگرند. اگر این ارتباط قوی باشد و خانه را به چشم یک سنگر الهی ببینیم، در دل سختی‌ها، قدرت و اعتماد به نفس را از خداوند می‌گیریم و پیروز خواهیم شد.

به خانم‌های خانه‌دار ایرانی فکر کنید. روزشان پُر از تکرار است؛ شستن لباس‌ها، جارو کردن خانه، پخت‌وپز، رسیدگی به فرزندان و... گاهی ممکن است حس کنند روی یک تردمیل راه می‌روند و هیچ‌گاه به مقصد نمی‌رسند. این حس بی‌اهمیت بودن و فرسودگی، در کمین آن‌هاست. اما همین مادر، با «اتصال به خداوند» می‌تواند این روزمرگی را به معنا و ارزش تبدیل کند.

باید باور مادر این باشد که «تو یک سرباز در لشکر خدا هستی؛ پس خانه‌ات سنگر توست و تربیت فرزندان، سلاح تو برای پیروزی نهایی».

وقتی او در دل آشپزخانه، با عشق، غذای فرزندان را می‌پزد، در واقع دارد سربازانی برای جبهه حق تربیت می‌کند. وقتی با صبر و حوصله، لباس‌های

۱. کانال خاکریز خاطرات شهدا در پیام‌رسان ایتا.

فرزندانش را می‌شوید، دارد آرامش را در خانه تزریق می‌کند. او معمار هویت آرام در دل خانواده است. او با نیت خالص و ارتباطی که با خدا دارد، هر کاری را برای خدا انجام می‌دهد. این خودسازی، همان وصل شدن شارژر روح به منبع لایزال الهی است.

مادر دغدغه‌مند

به زندگی ((شهید مصطفی احمدی‌روشن)) نگاه کنید:

می‌گویند مصطفی خواب‌های خوب زیاد می‌دید. یک روز صبح که بلند شد، دیدم چهره‌اش برافروخته است. وقتی پرسیدم: «چه شده؟»، ابتدا سکوت کرد؛ اما بعد از اصرار، گفت: «امام زمان عجل الله تعالی فرجه را در خواب دیدم. آقا به من فرمودند: "من از شما راضی‌ام"». بعد از مدتی، خواب دید در صحرای کربلا، پشت سر امام حسین علیه السلام نماز صبح می‌خوانده. یک بار هم تعریف کرد که پیامبر صلی الله علیه و آله قبری را به او نشان داده و فرمودند: «جایگاه تو اینجا است»^۱.

این آقا مصطفی را چه کسی تربیت کرد؟ فقط و فقط یک مادر دغدغه‌مند! وقتی از ایشان پرسیدند مصطفی را چگونه تربیت کردید، گفت: «مردها برای بزرگ شدن به چهار نوع محبت زنانه نیاز دارند؛ محبت مادر، خواهر، همسر و دختر. هر کدام جایگاه خودشان را دارند. مصطفی کسی بود که از این محبت‌ها سیراب شده بود. من به عنوان مادرش هرازگاهی یکی دو ساعت با او خلوت می‌کردم و باهم حرف می‌زدیم. خیلی حواسمان بود که بچه‌ها حلال و حرام و حق الناس را رعایت کنند. حق الناس فقط مربوط به مال نیست، زبان هم هست. آدم نباید با زبان، حق کسی را ضایع کند یا باعث ناراحتی او شود. تا آنجایی که یادم می‌آید هیچ وقت به کسی طعنه نزدیم. حاج آقا کارمند بود و ما در زندگی بالا و پایین زیاد داشتیم، اما هیچ وقت به دارایی دیگران حسادت

۱. رحیم مخدومی، من مادر مصطفی؛ بر اساس زندگی شهید مصطفی احمدی‌روشن، ۱۳۹۱، ص ۵۹-۶۰.

نمی‌کردیم. مال دنیا برایمان مهم نبود. تنها چیزی که می‌توانست باعث رنجش من شود، این بود که بچه‌ها درس نخوانند و دیگران از آن‌ها جلو بزنند. به بچه‌ها می‌گفتم چون توانایی دارید، نباید از لحاظ علمی از کسی عقب بمانید. بچه باید طوری تربیت شود که در عین آزاد بودن، به خیلی چیزها معتقد باشد و یک سری موارد هم خط قرمز او باشد که از آن‌ها عبور نکند. من مصطفی را خیلی دوست داشتم و خیلی به او محبت می‌کردم، اما او کاملاً از من حساب می‌برد. وقتی دانشگاه رفته بود، می‌گفت چقدر خوب است که من را مثل بچه‌های تک‌پسر، لوس نکردی؛ این‌ها نمی‌توانند مرد باشند. مصطفی لوس نبود، مرزبندی ظریفی داشت که هم محبت کافی ببیند، هم حساب ببرد. اینکه خدا قدرتی به آدم بدهد که بتواند چنین کاری را انجام دهد و چطور همه این‌ها کنار هم باشد، لطف خداست؛ یعنی سعی و تلاش آدم در کنار لطف خدا باشد»^۱.

می‌گویند بعد از شهادت مصطفی، مادرش گریه نمی‌کرد. دکترها گفتند: «کاری کنید که گریه کند.»؛ اما فایده نداشت، تا یک هفته بعد از شهادت مصطفی هم گریه نکرد. وقتی امام خامنه‌ای علیه السلام به منزلشان آمد، مادر خطاب به ایشان گفت: «آقا من تا امروز برای اینکه دشمن از اشکم شاد نشود، گریه نکرده‌ام.» آقا فرمودند: «دشمن غلط می‌کند! گریه کنید.» مادر به اذن آقا خیالش راحت شد و گریه کرد. بعد از شهادت مصطفی، وقتی از مادرش پرسیدند: «حالا که مصطفی شهید شده، چه می‌کنید؟» مادر به نوه‌اش اشاره کرد و گفت: «مصطفای دیگری تربیت می‌کنم»^۲.

آزمایشگاه خلاقیت

خانم‌های بزرگوار! خانه شما و به‌ویژه آشپزخانه‌تان می‌تواند یک آزمایشگاه باشد؛ آزمایشگاهی برای خلاقیت الهی. وقتی شما غذا را با عشق و ایمان می‌پزید،

۱. روزنامه هگمتانه، مصاحبه با مادر شهید احمدی‌روشن.

۲. محمدعلی جابری، آقا مصطفی، ص ۵۹ و ۸۱.



در واقع دارید دستور پخت نصرت الهی را اجرا می‌کنید. هر غذایی که می‌پزید، هر لباسی که می‌شوید، هر مادری ای که برای فرزندانان می‌کنید، اگر با نیت خالص و برای خدا باشد، جزئی از همراهی لشکر پیروزمند خدا خواهد بود؛ ﴿وَإِنَّ جُنَدَنَا لَهُمُ الْغَالِبُونَ﴾.

وجود نازنین امام صادق (ع) می‌فرماید: «إِنَّ اللَّهَ عَزَّوَجَلَّ لَيَرْحَمُ الْعَبْدَ لِشِدَّةِ حُبِّهِ لَوْلَاكَ؛^۱ خداوند عَزَّوَجَلَّ به انسان برای محبت شدید او به فرزندش رحم می‌کند». یعنی اگر من برای فرزندم با نیت خالص مادری کنم، هم رحمت خدا شامل حال من می‌شود و هم جزئی از لشکر پیروز خدا خواهم شد.

مادر، به عنوان محور خانواده، می‌تواند با تأسیس سنگری مقاوم و روحانی، فضایی از عشق و امنیت برای فرزندان ایجاد کند. این فضا نه تنها آرامش بخش است، بلکه سکویی است برای تربیت افرادی مؤمن، مقاوم و با اراده قوی در برابر چالش‌های زندگی. در میانه درد و رنج‌ها، این مادر است که با دعاها، مداوم و ارتباط نزدیک با خدا، به خانواده امید می‌دهد و آن‌ها را به استقامت دعوت می‌کند.

تصور کنید مادر در یک شب تاریک که فرزندان نگران و مضطرب هستند، با لب‌خند و امیدواری به سمت آن‌ها می‌آید و با آرامش می‌گوید: «خدا همیشه با ماست!». این جملات ساده، اما قدرتمند، نمایانگر احساس اعتماد و اطمینانی است که در دل خانواده وجود دارد. در این شرایط، مادر نه تنها با کلمات خود، بلکه با دعای خالصانه و نیت قوی، ارتباطی مستحکم با خدا برقرار می‌کند و روحیه همه را با ایمان به وعده‌های الهی تقویت می‌کند.

همچنین، خانواده سنگر مناسبی برای انتقال ارزش‌های اخلاقی و دینی است. فرزندان در این فضا می‌آموزند که چگونه در برابر سختی‌ها ایستادگی کنند، به خدا تکیه نمایند و با نیت خالص در مسیر زندگی حرکت کنند. نقش مادر در این فرایند بی‌ظنیر است؛ او با تربیت فرزندان، به نحوی که در عمل همواره در کنار خدا باشند، آنان را برای نبردهای آینده آماده می‌کند.

۱. محمد بن یعقوب کلینی، الکافی: ۵/۵۰/۶.

آیه **﴿وَإِنْ جُنَدْنَا لَهُمُ الْعَالِيُونَ﴾** نشان می‌دهد که پیروزی متعلق به لشکر خداوند است. این لشکر، فقط در میدان نبرد ظاهر نمی‌شود، بلکه در دل خانه، در دل دعا و در روزمرگی‌های زندگی، در برابر چالش‌ها و در لحظات سخت نیز نمایان می‌گردد. وقتی خانواده‌ای به خداوند توکل دارد و به او پیوند می‌زند، در واقع بخشی از این لشکر می‌شود. مادر با هر تصمیم و عمل نیکویی که انجام می‌دهد، به‌طور ناخودآگاه در حال تقویت این لشکر الهی است.

بنای استوار خودباوری

یک بانوی کارآفرین ایرانی را در نظر بگیرید. او با تلاش شبانه‌روزی و اعتماد کامل به خدا، کسب و کار خود را راه‌اندازی کرده است. او نه تنها برای خود، بلکه برای دیگران نیز فرصت شغلی ایجاد می‌کند. این اراده الهی است که در وجود او متجلی شده است. او در مواجهه با سختی‌ها و مشکلات، گاهی ناامید می‌شود، اما دوباره به خدا رجوع کرده و با خودسازی و تقویت نیت خالص، انگیزه‌ای تازه برای ادامه راه پیدا می‌کند. این ارتباط مستحکم او با منبع قدرت باعث می‌شود که نه تنها در کسب و کار، بلکه در زندگی شخصی نیز با اقتدار و پیروزمندانه عمل کند.

بانوی کارآفرینی که باور دارد **﴿وَإِنْ جُنَدْنَا لَهُمُ الْعَالِيُونَ﴾**، می‌داند که پیروزی قطعی از آن همراهان و طرفداران خدای متعال است، او با عشق و اعتقاد به خداوند، به مسیر خود که در راستای پیشرفت ایران اسلامی است، ادامه خواهد داد. او با نیت خالص و اراده الهی، نهالی می‌کارد که روزی به درختی تنومند تبدیل خواهد شد و سایه اش پناهگاه بسیاری از افراد خواهد بود.

جستجوی امید در دل بیابان

بانوان عزیز و گرامی! به یاد حضرت هاجر علیها السلام بیفتید؛ زنی نیکوکار و مقاوم، که در دل بیابان‌های سوزان و خشک، با کودکی شیرخوار، تنها رها شد و همه چیز را فقط و فقط در راه خدا تحمل کرد. آیا می‌توانید حس او را در آن لحظات سخت تجسم کنید؟ او در آن دشت بی‌پناه، همه چیز را از دست داده بود، اما دلش سرشار از

اعتماد به خداوند بود. حضرت هاجر علیه السلام در آن لحظات بحرانی، ایمانش را رها نکرد و به خوبی می دانست که ارتباطش با خداوند، منبعی از قدرت و نور خواهد بود. بله عزیزان! او با دستانی نگران و قلبی پر از عشق و امید، دعاهایش را بر زبان آورد و در دل بیابان، چشم امید به آسمان دوخت. «وَإِنْ جُنَدْنَا لَهُمُ الْعَالِيُونَ»؛ او این وعده الهی را در دل خود حمل می کرد. در نهایت، دویدن او میان صفا و مروه، نه تنها به عنوان یک عمل، بلکه به عنوان نمادی از صبر و استقامت در مسیر زندگی اش تجلی پیدا کرد. او دست به دعا برد و خدا را در سنگینی آن لحظات صدا کرد.

هاجر با اعتماد به خدا و اتصال به منبع نور الهی، جان خود و فرزندش، حضرت اسماعیل علیه السلام را نجات داد. او توانست با دعای خالصانه اش، از دل بیابان سنگی، چشمه ای به نام زمزم (نشانه ای از رحمت و برکت الهی) را جاری کند. این خود گواهی است بر این اصل که هیچ مشقتی در راه خداوند بی پاسخ نمی ماند و قطعاً پیروزی نهایی از آن یاران خداست؛ چراکه «وَإِنْ جُنَدْنَا لَهُمُ الْعَالِيُونَ».

باید از داستان حضرت هاجر علیه السلام درس بگیریم. وقتی در دل مشکلات و چالش ها قرار می گیریم، چقدر شبیه او احساس تنهایی و ناامیدی می کنیم؟ آیا فراموش می کنیم که در این شب های قدر، در دل دعاهایمان با قوت قلب به خداوند رجوع کنیم و دست به دعا بلند کنیم؟ باید با تمام وجودمان بگوییم: «وَإِنْ جُنَدْنَا لَهُمُ الْعَالِيُونَ»؛ پیروزی از آن کسانی است که به او ایمان دارند.

در حقیقت، هریک از ما، همانند حضرت هاجر علیه السلام می توانیم با اعتماد به خدا، چشمه ای از امید را در دل بحران ها بجوشانیم. با پیوستن به زنجیره ای از ارتباط معنوی و اتصال به خداوند، می توانیم نه تنها خود، بلکه نسل آینده مان را نیز در آغوش محبت الهی قرار دهیم. به یاد داشته باشید وقتی با دستانی پر از امید و قلبی سرشار از عشق، دعای خالصانه ای نثار خداوند می کنیم، هیچ سختی ای نمی تواند ما را از پای درآورد.

این داستان به ما یادآوری می کند که پیروزی و غلبه بر مشکلات در داستان ماست. بانوان عزیز! با عشق و خلوص نیت، ما نیز می توانیم سربازان پیروز در لشکر الهی باشیم. بیایید به یاد حضرت هاجر علیه السلام و استقامتش، با صدایی رسا و قلبی مطمئن بگوییم: «وَإِنْ جُنَدْنَا لَهُمُ الْعَالِيُونَ»؛ ان شاء الله پیروزی از آن ماست!

بچه پول دار سوسول!

خدا «شهید صادق مُزدستان» را رحمت کند؛ بچه پول داری که ۱۲ روز بعد از ازدواجش شهید شد. خانواده او بازاری و جزو ثروتمندان انزلی و قائم شهر بودند. صادق فوتبالیست ماهری بود و در تیم ملوان انزلی بازی می کرد. او حتی در سطح کشور هم شناخته شده بود. بیشتر در محیط های ورزشی دیده می شد؛ اما نهضت امام باعث شد تحول فکری پیدا کند و انقلابی شود.

در خاطرات این شهید عزیز آمده است که حدود ۲۵ روز بعد از شروع جنگ به جبهه اعزام شد. برخی از رزمنده ها با دیدن چهره خاص و موهای بلند صادق می گفتند: «این سوسول کیه؟ چرا به جبهه آمده؟!»، اما خیلی زود می فهمیدند که صادق جوانی مخلص و انقلابی است. خوش پوشی او باعث می شد که جوان ها به او جذب شوند؛ جذب شدن همان و تلاش های صادق برای انقلابی کردن آن ها همان.

وقتی خاطرات آقا صادق را مرور می کنیم، می بینیم او همیشه می گفت: «من مُزدستان هستم، آن قدر در راه خدا کار می کنم تا مُزد بستانم. هر طور شده باید از خدا مزد بگیرم و هیچ مزدی از شهادت در راه خدا و اسلام با ارزش تر نیست». این باور، تجلی همان ایمان به آیه **﴿وَإِنَّ جُنَدَنَا لَهُمُ الْعَالِيُونَ﴾** است.

یکی دو روز پس از ازدواجش، فرمانده لشکر او را خواست تا برای شناسایی عملیات والفجر مقدماتی به جبهه بازگردد. شخصی که قرار بود این خبر را به او برساند، رویش نمی شد که به صادق تازه داماد این خبر را بدهد. اما صادق به محض شنیدن دستور، بی درنگ اعزام شد و دوازده روز پس از عروسی، مزدش را از خداوند گرفت و شهید شد.^۱

خواهران عزیزم! شب قدر، فرصتی برای تعمیق اتصال ما با خداوند است. در این شب، نه تنها سرنوشت ما، بلکه سرنوشت عالم رقم می خورد. اگر خدا را با خلوص نیت و اعتماد کامل صدا بزنیم، او نصرت و پیروزی خود را شامل حال ما خواهد کرد و ما نیز مانند صادق مزدستان، مزدمان را خواهیم گرفت.

۱. نوید شاهد «بنیاد شهید و امور ایثارگران».



پیروزی آسمانی

ممکن است یک سؤال بزرگ در ذهنمان شکل بگیرد: اگر لشکر خدا همیشه پیروز است، چرا در طول تاریخ این همه شکست خوردیم؟ چرا انبیا و اولیای الهی سختی کشیدند؟ چرا بهترین بندگان خدا کشته شدند؟ اصلاً چرا واقعه کربلا اتفاق افتاد؟

اینجاست که باید نگاهمان را از پیروزی زمینی به پیروزی آسمانی تغییر دهیم. وعده خدا، پیروزی نهایی حق بر باطل است؛ پیروزی یک تفکر، راه و حقیقت است، نه لزوماً پیروزی یک شخص در یک نبرد مقطعی. شکست‌های ظاهری و شهادت‌ها، نه تنها این وعده را نقض نمی‌کند، بلکه خود بخشی از فرآیند این پیروزی بزرگ است.

و چه مثالی روشن‌تر از کربلا؟ در ظهر عاشورا، اگر با چشم ظاهر نگاه می‌کردیم، لشکری کوچک، تشنه و محاصره شده را می‌دیدیم که همه یارانش (از طفل شش ماهه تا پیرمرد هشتادساله) به شهادت رسیدند و سر از بدن امامشان جدا شد. در نگاه دنیا، این یک شکست کامل بود. اما آیا واقعاً امام حسین علیه السلام و یارانش شکست خوردند؟ یا مصداق کامل آیه **«وَإِنَّ جُنَدَنَا لَهُمُ الْغَالِبُونَ»** بودند؟ در پاسخ باید گفت که آن‌ها به سه دلیل پیروز شدند. اولاً، هدفشان محقق شد؛ هدف، زنده نگه داشتن اسلام ناب محمدی بود و خون امام حسین علیه السلام اسلام را برای همیشه بیمه کرد. ثانیاً، به سعادت ابدی رسیدند؛ شهادت برای آن‌ها نه شکست، بلکه دروازه ورود به حیات جاودانه و بهشتی بود. ثالثاً، تفکرشان جهانی شد؛ پس از گذشت ۱۴۰۰ سال، کدام تفکر زنده و پویاست، تفکر حسینی یا یزیدی؟ این همان پیروزی نهایی است.

اجازه بدهید یک مثال روشن بزنم: کشاورزی را تصور کنید که بهترین و سالم‌ترین دانه گندم را در اختیار دارد. او این دانه را در دل خاک تیره دفن می‌کند. در نگاه اول، دانه نابود شده و زیر خاک رفته است. این یک «شکست ظاهری» برای دانه است. اما با کمی صبر، همین دانه مدفون شده جوانه می‌زند، رشد می‌کند و به یک خوشه بزرگ با صدها دانه جدید تبدیل می‌شود. آن یک دانه، به ظاهر کشته شد تا یک مزرعه را به وجود آورد.

بزرگواران! امام حسین علیه السلام و یارانش، آن دانه‌های نابی بودند که در خاک کربلا کاشته شدند، تا میلیارد‌ها خوشه از انسانیت، آزادگی و ایمان در سراسر جهان بروید. این معنای حقیقی پیروزی است!

سنگر خانواده

خواهران من! میدان نبرد ما و شما و سنگر عضویت ما در لشکر خدا، همین زندگی روزمره ماست.

وقتی برای تربیت فرزندی با ایمان و صالح، بی‌خوابی می‌کشید، سختی تحمل می‌کنید و با تمام چالش‌های دنیای امروز مبارزه می‌کنید، شما در حال نبرد در لشکر خدا هستید. شاید گاهی خسته شوید، شاید فوراً نتیجه دلخواهتان را نبینید (این همان شکست مقطعی است)، اما بدانید که شما در حال کاشتن یک دانه پاک هستید و وعده خدا این است که شما پیروزید.

وقتی در جامعه، محیط کار یا خانواده، برای حفظ حیا، عفت و حجاب خود تحت فشار قرار می‌گیرید، اما محکم می‌ایستید، شما یک سرباز پیروز در لشکر خدا هستید.

وقتی با مشکلات اقتصادی، بد اخلاقی همسر، یا بیماری دست و پنجه نرم می‌کنید، اما صبروری می‌کنید و کانون خانواده را گرم نگه می‌دارید، شما مصداق بارز «جُندنا» هستید. پیروزی شما، حفظ همین سنگر خانواده است.

پیروزی برای ما زنان، همیشه به معنای رسیدن به مقام و موقعیت اجتماعی بالا نیست. گاهی پیروزی یعنی صبروری زینب‌گونه در برابر مصیبت‌ها؛ گاهی پیروزی یعنی تربیت فرزندی که نام امام حسین علیه السلام را با عشق به زبان بیاورد؛ گاهی پیروزی یعنی گفتن یک «نه» محکم به گناه، وقتی هیچ‌کس شما را نمی‌بیند.

آیه «وَإِنْ جُنَدْنَا لَهُمُ الْعَالِيُونَ» پژوها پیروزی در دل هر زن مؤمنی است که متصل به خداست. فرقی نمی‌کند که در سنگر خانه، مدرسه، بیمارستان، محیط کار و یا در هر جای دیگری باشید، مهم این است که ارتباط خود را با خدا حفظ کنید، نیت خالص داشته باشید و به او کاملاً اعتماد کنید.

وقتی شما در دل سختی‌های خانه‌داری استقامت می‌کنید، وقتی هدف الهی خود را فراموش نمی‌کنید و وقتی ارتباط خود را با خدا قوی نگه می‌دارید، آن وقت، شما هم جزئی از لشکر پیروزمند خدا خواهید بود. پیروزی از آن ماست، چون خدا با ماست!

پروردگارا! به حق حضرت هاجر علیها السلام که نماد استقامت و اعتماد به تو بود، ما را نیز در مسیر زندگی یاری بفرما.
و السلام علیکم ورحمة الله و برکاته.



محتوای خودت را بساز



شهادت آیه‌ها



پویانمایی



پادکست صوتی



تبیین آیه

جزء بیست و چهارم

بافنده آرامش

(استقامت زنانه؛ از تصمیم‌های

کوچک تا نزول فرشتگان)

﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ
عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا﴾

سوره فصلت، آیه ۳۰

بی‌تردید کسانی که گفتند: «پروردگار ما خداست»، سپس

پای حرفشان ایستادند، فرشتگان بر آنان فرود می‌آیند که:

«نترسید و غمگین مباشید!»



سُورَةُ فَصَّلَتْ

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ
 الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشُرُوا بِالْجَنَّةِ
 الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ ﴿٣٠﴾ نَحْنُ أَوْلِيَاؤُكُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا
 وَفِي الْآخِرَةِ وَلَكُمْ فِيهَا مَا تَشْتَهَى أَنْفُسُكُمْ وَلَكُمْ
 فِيهَا مَا تَدَّعُونَ ﴿٣١﴾ نَزَّلْنَا مِنْ غَفُورٍ رَحِيمٍ ﴿٣٢﴾ وَمَنْ أَحْسَنُ
 قَوْلًا مِمَّنْ دَعَا إِلَى اللَّهِ وَعَمِلَ صَالِحًا وَقَالَ إِنَّنِي مِنَ
 الْمُسْلِمِينَ ﴿٣٣﴾ وَلَا تَسْتَوِ الْحَسَنَةُ وَلَا السَّيِّئَةُ ادْفَعْ
 بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ فَإِذَا الَّذِي بَيْنَكَ وَبَيْنَهُ عَدَاوَةٌ كَأَنَّهُ
 وَلِيٌّ حَمِيمٌ ﴿٣٤﴾ وَمَا يُلْقِيهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلْقِيهَا
 إِلَّا ذُو حِظٍّ عَظِيمٍ ﴿٣٥﴾ وَإِذَا نَزَعْنَاكَ مِنَ الشَّيْطَانِ نَزْعٌ
 فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ إِنَّهُ هُوَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ ﴿٣٦﴾ وَمِنْ آيَاتِهِ
 أَلْبُلُّ وَالنَّهَارُ وَالشَّمْسُ وَالْقَمَرُ لَا تَسْجُدُوا لِلشَّمْسِ
 وَلَا لِلْقَمَرِ وَاسْجُدُوا لِلَّهِ الَّذِي خَلَقَهُنَّ إِن كُنْتُمْ
 إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ ﴿٣٧﴾ فَإِنْ اسْتَكْبَرُوا فَالَّذِينَ عِنْدَ
 رَبِّكَ يُسَبِّحُونَ لَهُ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَهُمْ لَا يَسْمَعُونَ ﴿٣٨﴾



تلاوت آیه



مدرسه حفظ

امان از این «اما»!

امروز می‌خواهم با شما از یک حس مشترک و بسیار آشنا سخن بگویم؛ حسی که شاید بارها در زندگی تجربه کرده‌ایم، همان لحظات پرشوری که تصمیمی بزرگ می‌گیریم. تصمیم می‌گیریم انسان دیگری شویم؛ از فردا نمازهایمان را اول وقت بخوانیم، غیبت نکنیم، سر فرزندمان فریاد نزنیم و با صبری ایوب‌گونه با آن‌ها رفتار کنیم، یک برنامه مطالعاتی برای خودمان می‌ریزیم، تصمیم می‌گیریم رژیم غذایی‌مان را اصلاح کنیم و... این شروع‌ها، چقدر شیرین و هیجان‌انگیزند! انگار نیرویی عظیم در درونمان شعله‌ور شده و آماده‌ایم که دنیا را فتح کنیم.

اما...!

امان از این «اما»! چند روز که می‌گذرد، شور و حرارت اولیه فروکش می‌کند؛ یک روز خسته و بی‌حوصله‌ایم، یک روز مهمان داریم و روزهای بعد مشکلات دیگری پیش می‌آید. آرام آرام، آن تصمیم‌های بزرگ در غبار روزمرگی گم می‌شوند؛ آن کتابی که قرار بود بخوانیم، روی طاقچه خاک می‌خورد؛ آن نماز اول وقتی که با خودمان عهد کرده بودیم، دوباره به آخر وقت موکول می‌شود. پس از آن، احساس تلخ ناامیدی و سرزنش به سراغمان می‌آید: «من اراده ندارم، نمی‌توانم، برای این کارها ساخته نشده‌ام و...». چند نفر از ما توانسته‌ایم بر آن تصمیم، ماه‌ها و سال‌ها پایدار بمانیم؟ چرا آن شور اولیه کم‌رنگ می‌بازد و جای خود را به روزمرگی و گاه ناامیدی می‌دهد؟

این داستان تکراری، این چرخه شروع‌های پرشور و پایان‌های ناتمام، فقط قصه من و شما نیست؛ قصه بسیاری از انسان‌هاست. انگار یک حلقه گمشده

وجود دارد؛ حلقه‌ای که آغازهای خوب ما را به پایان‌های شیرین و نتایج ماندگار وصل کند.

خبر خوب این است که این اکسیر، نایاب نیست. خداوند مهربان در قرآن کریم، فرمول دقیق آن را به ما هدیه داده است. قانونی طلایی و سنتی الهی که اگر آن را درک کنیم و به کار بندیم، نه تنها به اهدافمان می‌رسیم، بلکه بزرگ‌ترین، گران‌بهاترین و کمیاب‌ترین گنج عالم را به دست می‌آوریم و به آرامش حقیقی می‌رسیم.

خداوند متعال در آیه ۳۰ سورة مبارکه فصلت می‌فرماید: «إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ»؛ به یقین، کسانی که گفتند: پروردگار ما خداست، سپس استقامت ورزیدند، فرشتگان بر آنان نازل می‌شوند که نترسید و غمگین مباشید و شما را به بهشتی که وعده داده شده بودید، بشارت باد).

فرمول شگفت‌انگیز

این آیه یک نقشه راه و یک فرمول شگفت‌انگیز در دو مرحله است که باید آن را با تمام وجود درک کنیم.

مرحله اول: اعلام ایمان و انتخاب مسیر

اولین مرحله «قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ» است؛ یعنی بگوییم: «پروردگار ما خداست». این مرحله، همان نقطه آغاز است؛ همان «بله» گفتن به خداوند، همان انتخاب مسیر، همان ایمان اولیه و نیت پاک و تصمیم خوبی که با هیجان می‌گیریم؛ این همان لحظه‌ای است که می‌گوییم: «خدایا! من تو را به عنوان فرمانروای زندگی‌ام قبول دارم و می‌خواهم در جاده‌ای قدم بگذارم که برایم تعیین کرده‌ای». این اعلام، بسیار ارزشمند و ضروری است؛ اما باید بدانیم که تنها بخش اول ماجراست. این بخش آسان کار است؛ مانند فردی است که در یک چهارراه بزرگ، مقصدش را انتخاب می‌کند و قدم در یک جاده طولانی می‌گذارد. انتخاب جاده مهم است؛ اما مهم‌تر از آن، حرکت کردن و ماندن در آن جاده است.

مرحله دوم: هنر در مسیر ماندن

مرحله دوم «ثُمَّ اسْتَقَامُوا» است؛ یعنی استقامت کردن. این همان حلقه گمشده و اکسیر حیات بخش است. استقامت در زبان عربی معنایی بسیار عمیق تر از پایداری صرف دارد. استقامت یعنی پایداری، صاف ایستادن، کج نشدن، در مسیر ماندن؛ یعنی جانزدن وقتی سختی ها می آیند؛ یعنی ادامه دادن کارهای خوب، حتی وقتی دیگر از شور و هیجان اولیه خبری نیست. استقامت یعنی وقتی بادهای مخالف از چپ و راست می وزند، وقتی سنگلاخ ها زیر پایت پیدا می شود، وقتی شیب جاده تند می شود و نفست به شماره می افتد، باز هم به حرکت ادامه بدهی.

امام صادق (ع) در روایتی گران بها در کتاب شریف «(اصول کافی)» می فرماید: «الْإِيمَانُ إِقْرَارٌ وَعَمَلٌ وَالْإِسْلَامُ إِقْرَارٌ بِلَا عَمَلٍ؛ ایمان، اقرار است همراه با عمل؛ اما اسلام، اقرار است بدون عمل»^۱.

خانم های عزیز! ایمان، اقرار به زبان و عمل با اعضا است. ایمان بدون تحمل سختی عمل و استقامت، ایمان نیست؛ یعنی گفتن «رَبَّنَا اللَّهُ» آسان است، اما استقامت ورزیدن بر این گفته، کار مردان و زنان بزرگ است.

پاداشی از جنس خدا

بیاید از خدا پرسیم انتهای این مسیر به کجا می رسد؟ چه چیزی گیر ما می آید؟ پاداش این استقامت چیست، مقام و منصب یا پول و شهرت؟ پاداشی که خداوند متعال برای این کار بزرگ در نظر گرفته، از جنس خود خداست؛ پاداشی که نیاز جدی بشر است و البته گمشده جامعه امروز؛ پاداشی که خیلی ها به دنبال آن هستند ولی نمی رسند؛ پاداشی الهی به نام آرامش. خداوند متعال می فرماید: «(إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا)؛ کسانی که گفتند: "پروردگار ما خداست" و سپس استقامت ورزیدند»، برای چنین انسان هایی «تَنْزِلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ»؛ فرشتگان فوج فوج بر قلبشان نازل می شوند؛ چه پیامی با خود می آورند؟ «أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا».

۱. محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۲۴.



۱. نترسید ﴿أَلَا تَخَافُوا﴾:

از چه ترسیم؟ از آینده، مشکلات پیش رو، فقر، بیماری، دشمنی‌ها، کمبودها و حتی از مرگ.

فرشتگان می‌گویند: آینده شما در دستان امن پروردگار است، پس نگران نباشید.

۲. غمگین نباشید ﴿وَلَا تَحْزَنُوا﴾:

برای چه غمگین باشیم؟ برای گذشته، اشتباهات، فرصت‌های ازدست‌رفته و شکست‌ها.

فرشتگان پیام می‌آورند: گذشته‌تان بخشیده و جبران شده است، پس در حسرت ننماید.

بنابراین، ﴿أَلَا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا﴾ یعنی نه از آینده بترسید و نه بر گذشته اندوهگین باشید و این اوج آرامش روانی است.

زن، بافنده قالی آرامش

بیایید یک مثال زنانه بزنیم: زندگی هر کدام از ما زن‌ها، شبیه بافتن یک قالی دست‌باف اصیل ایرانی است؛ یک اثر هنری زیبا، ارزشمند و ماندگار که قرار است سال‌ها، مایهٔ گرما، آرامش و زیبایی یک خانه باشد. تصمیمی که ما خانم‌ها برای یک زندگی مؤمنانه می‌گیریم، همانند آماده‌کردن دار قالی و انتخاب نقشهٔ آن است.

مرحلهٔ ﴿قَالُوا رَبَّنَا اللَّهُ﴾: این مرحله، همان لحظه‌ای است که شما تصمیم به بافتن قالی می‌گیرید. دار قالی را برپا می‌کنید، که همان چهارچوب دین است. نقشه را انتخاب می‌کنید، که همان قرآن و سیرهٔ اهل بیت علیهم‌السلام است. بهترین نخ‌های ابریشمی و پشمی را تهیه می‌کنید، که همان نیت‌های پاک و خالص شماست. این مرحله، بسیار هیجان‌انگیز است و همه چیز برای خلق یک شاهکار، آماده است.

مرحلهٔ ﴿ثُمَّ اسْتَقَامُوا﴾: اینجا اصل کار شروع می‌شود. اصل کار، آن هزاران گرهی است که باید روز به روز، با صبر و حوصله، کنار هم زده شود. بافتن قالی یعنی زدن هزاران گرهٔ کوچک، یکی پس از دیگری. هر گره به تنهایی شاید ناچیز به نظر برسد؛

یک حرکت تکراری و گاهی خسته کننده. انگشتان بافنده زخم می شود، کمرش درد می گیرد، چشمانش خسته می شود. گاهی ممکن است یک گره را اشتباه بزند و مجبور شود آن را بشکافد و دوباره ببافد. اینجاست که «هنر استقامت» خودش را نشان می دهد.

بافنده ماهر کسی نیست که هیچ وقت خسته نشود، بلکه کسی است که با وجود خستگی، فردا صبح دوباره پای دار قالی می نشیند و گره بعدی را می زند. او می داند که شکوه و زیبایی آن قالی باشکوه، در گره همین گره های کوچک، صبورانه و مداوم است.

هر زن مؤمن، یک بافنده آرامش است. قالی او، زندگی خود، خانواده و جامعه اش است. گره های او، همان اعمال صالح و صبوری های روزمره اش هستند. زن و مادر با گره های استقامت، قالی زندگی خود و خانواده اش را می بافد. در قالی زندگی، گره ها نشانه تلاش های ظریف و با دوام اند، نه موانع. گره یعنی پیوند، یعنی استقامت در امتداد زیبایی.

گره های روزمره زندگی

برگردیم به گره ها و مصداق های زندگی روزمره خودمان. بیایید این گره ها را در زندگی واقعی پیدا کنیم. مصداق های استقامت پشت سرهم نیستند، بلکه در تاروپود زندگی ما تنیده شده اند.

گره «عفت» در بازار داغ خودنمایی

خواهر من! انتخاب حجاب، نخستین گره بر دار قالی عفت توست؛ اما هنر اصلی، استقامت بر آن است. شما به عنوان یک بانوی باایمان، حجاب را آگاهانه به عنوان پوشش خود برگزیده اید. این انتخاب، همان «قَالُوا رَبَّنَا اللَّهُ» است. اما استقامت کجا خودش را نشان می دهد؟

تصور کن یک روز گرم تابستانی است و برای کاری بیرون رفته ای. هوا کلافه کننده و آفتاب سوزان است. اطرافت پر از کسانی است که راحت و بی قید لباس پوشیده اند. در همین لحظه، صدایی وسوسه گر در درونتان نجوا می کند:



«فقط برای امروز کمی شل بگیر، کسی نمی فهمد». استقامت یعنی همین جا یک گره محکم بر این وسوسه بزنی و وقارت را حفظ کنی.

فرض کن به یک مهمانی یا عروسی دعوت شده‌ای که فضای آن با اعتقادات سازگار نیست. نگاه‌ها را می‌بینی و پیچ‌ها را حس می‌کنی. شاید احساس کنی وصله ناجور مجلس هستی. استقامت در اینجا، یعنی همان لبخند آرام و باطمأنینه‌ای که بر لب داری؛ چون می‌دانی این پوشش، انتخاب توست، ایمان توست. دستور پروردگارت است و تو در همین لحظه داری گره «عزت» را بر قالی وجودت می‌بافی. پیامبر اکرم ﷺ در توصیف سختی دین داری در آخر الزمان می‌فرمایند: «يَأْتِي عَلَى النَّاسِ زَمَانٌ الصَّابِرُ مِنْهُمْ عَلَى دِينِهِ كَالْقَابِضِ عَلَى الْجَمْرِ؛ زمانی بر مردم خواهد آمد که صبرکننده بر دینش، مانند کسی است که گلوله‌ای از آتش را در دست گرفته است». آن لحظه‌ای که در برابر فشار جامعه، حجابت را محکم‌تر می‌گیری، دقیقاً مصداق همین «قابض علی الجمر» هستی و این گره آتشین در قالی زندگی‌ات، درخشان‌ترین گره خواهد بود.

گره‌هایی که در گرمای تابستان، در عروسی و مهمانی و در برابر نگاه‌ها و طعنه‌های دیگران با صبوری می‌زنی، همان گره‌های «استقامت» هستند که فرشتگان را به تحسین تو وامی‌دارند و و آرامشی عمیق در دلت می‌کارند.

گره «محبت» در کوره سختی‌های زندگی مشترک

زندگی مشترک را با عشق و امید آغاز کرده‌اید؛ این همان «قَالُوا رَبَّنَا اللَّهُ» در عرصه خانواده است. به یاد داشته باشید که زندگی همیشه روی ابرها نمی‌گذرد و مشکلات اقتصادی، دخالت‌ها، سوء تفاهم‌ها و خستگی‌های روزمره پیش می‌آید. یک روز همسرتان خسته و عصبی از سر کار برمی‌گردد و ناخواسته حرفی می‌زند که دلتان را می‌شکند. اولین واکنش طبیعی، مقابله به مثل است. اما استقامت در خوش اخلاقی، یعنی یک نفس عمیق بکشی، با خودت بگویی: «او الان تحت فشار است» و به جای پاسخ تند، با یک لیوان شربت خنک و یک لبخند به استقبالش بروی. این یعنی زدن یک گره محکم ایثار بر قالی زندگی مشترک.



تصمیم گرفته ای برای بهبود رابطه، بیشتر محبت کنی؛ اما می بینی همسرت آن طور که انتظار داری پاسخ نمی دهد. وسوسه می شوی که بگویی: «دیگر بس است! چرا همیشه من باید کوتاه بیایم؟!». استقامت یعنی به این تلاش محبت آمیز ادامه دهی، چون تو این کار را برای خدا و برای حفظ سنگر خانواده انجام می دهی، نه برای گرفتن پاداش فوری و دلخواه از همسرت.

رسول خدا ﷺ می فرماید: «مَا يَوْضَعُ فِي مِيزَانِ إِمْرٍ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَفْضَلُ مِنْ حُسْنِ الْخُلُقِ»^۱ یعنی در روز قیامت هیچ چیز سنگین تر از حُسن خلق در ترازوی اعمال انسان گذاشته نمی شود. هربار که در اوج عصبانیت، خشم را فرو می بری و لبخند می زنی، به یاد بیاور که سنگین ترین وزنه را در ترازوی اعمال قرار داده ای و یک گره ابریشمی بر قالی خانواده ات زده ای.

ابراز محبت به همسر در روزهای خوب و آرام، کار سختی نیست. اما استقامت بر خوش اخلاقی و از خودگذشتگی، در روزهایی که خسته ای، عصبانی هستی یا با مشکلات مالی و فشارهای زندگی دست و پنجه نرم می کنی، این همان «جهاد اکبر زنانه» است. این گره های صبری، ریشه های زندگی مشترک را محکم و آن را به یک کانون امن و آرامش بخش تبدیل می کند.

گره «تربیت» در طوفان های فرهنگی

شما می خواهید فرزندی صالح و مؤمن تربیت کنید. این نیت پاک، همان «قَالُوا رَبَّنَا اللَّهُ» شماست. اما تربیت، پروژه ای بلندمدت و گاهی فرسایشی است. فرزند شما به سنی می رسد که دوستانش، فضای مجازی و انیمیشن ها حرف هایی متفاوت از حرف های شما به او می زنند. او شروع به بهانه گیری برای نماز خواندن می کند یا از حجاب خواهرش ایراد می گیرد. اینجا نقطه ظهور استقامت است؛ یعنی به جای ناامید شدن و گفتن این جمله که «این نسل دیگر درست نمی شود»، با صبر و حوصله برایش وقت بگذاری، با او گفت و گو کنی، شبهاتش را بشنوی و زیبایی های دین را با زبان خودش برایش تبیین کنی.

آغاز قرائت قرآن، نماز اول وقت یا ترک غیبت آسان است؛ اما این استقامت است که نتیجه بخش خواهد بود. اگر تصمیم گرفته ای هر شب برای فرزندت قصه

۱. محمد بن یعقوب کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۹۹.

پیامبران را تعریف کنی، استقامت بر همین کار کوچک، بسیار باارزش تر از بردن او به یک همایش بزرگ دینی و رهاکردنش است. با این کارها، هر شب یک گره کوچک بر قالی ایمان او می‌زنی.

گره «بصیرت» در برابر دشمنان مُلک سلیمانی

و اما خواهران عزیز! می‌رسیم به یکی از حیاتی‌ترین صحنه‌های بافتن قالی زندگی امروز ما؛ صحنه‌ای که نه فقط سرنوشت فردی ما، بلکه سرنوشت یک ملت و یک تاریخ به آن گره خورده است؛ صحنه استقامت در برابر دشمنان این نظام و این پرچم.

وقتی می‌گوییم «دشمن»، منظور ما یک مفهوم انتزاعی و ذهنی نیست. منظور کسانی هستند که بیش از چهل سال با تمام توان، با تحریم‌های فلج‌کننده اقتصادی، جنگ روانی بی‌امان، ترور دانشمندان و سرداران ما و با هر ابزاری که در دست داشته‌اند، تلاش کرده‌اند تا این شجره طیبه‌ای را که با خون هزاران شهید آبیاری شده، ریشه‌کن کنند.

کار دشمن چیست؟ او می‌خواهد ما را خسته و ناامید کند، ایمان و امیدی را که در روزهای اول انقلاب داشتیم، از ما بگیرد و ما را به نقطه‌ای برساند که با خود بگوییم: «این همه سختی برای چه؟ این همه مقاومت به چه قیمتی؟ شاید راه آن‌ها بهتر بود!».

این دقیقاً همان «جنگ نرم» است. دشمن نمی‌گوید «از خدا دست بردارید»؛ او هوشمندانه‌تر عمل می‌کند و می‌گوید: «از حکومت دینی، ولایت فقیه و آرمان‌های انقلاب دست بردارید». او تلاش می‌کند ما را با بزرگ‌نمایی مشکلات داخلی، سیاه‌نمایی مطلق و پمپاژ دروغ، نسبت به مسیر خود دچار تردید کند. شاید از خودتان پرسید: «من که یک خانم هستم، چه کاری از دستم برمی‌آید؟ و استقامت در این میدان یعنی چه؟».

استقامت یعنی وقتی در صف ناوایی یا تاکسی، از سر ناآگاهی یا تحت تأثیر تبلیغات دشمن، شروع به ناسزاگفتن می‌کند، ما دچار انفعال و تردید نشویم. استقامت یعنی با بصیرت، فرق بین «مشکلات» و «اصل نظام» را بفهمیم؛ یعنی بدانیم که ما از ضعف مدیریت‌ها و فسادها گله‌مندیم، اما اصل

پرچم و این راه که پرچم اسلام ناب محمدی ﷺ برافراشته را قبول داریم و این خط قرمز ماست. استقامت یعنی وقتی دشمن با ابزار رسانه تلاش می‌کند از یک شهید، مثل حاج قاسم سلیمانی، چهره‌ای جنگ طلب بسازد، ما در هیئت‌های زنانه، در جمع‌های خانوادگی و برای فرزندانمان، از رأفت و معنویت و حکمت آن شهید بگوئیم و اجازه ندهیم دشمن، قهرمانان ما را ترور شخصیت کند. استقامت یعنی در روز انتخابات، با وجود تمام گله‌مندی‌ها از اوضاع اقتصادی، باز هم پای صندوق رأی حاضر شویم و با حضورمان به دنیا اعلام کنیم که ما «خودمان» برای سرنوشت کشورمان تصمیم می‌گیریم و اجازه دخالت هیچ بیگانه‌ای را نمی‌دهیم. این همان گره «مشارکت» و «مسئولیت‌پذیری» است که قالی امنیت و استقلال کشور را محکم‌تر می‌کند.

یک زن با بصیرت می‌داند که آرامش و امنیت امروز او، مدیون همان استقامتی است که شهدا در میدان جنگ سخت از خود نشان دادند و امروز، نوبت استقامت او در میدان جنگ نرم است. او می‌داند که اگر این سنگر فرو بریزد، دیگر نه امنیتی برای تربیت فرزندانش باقی می‌ماند و نه آرامشی برای زندگی.

بنابراین، وقتی در برابر امواج دروغ و یأس‌آفرینی دشمن می‌ایستیم، وقتی با زبان و عمل از دستاوردهای کشورمان دفاع می‌کنیم و به آینده امیدوار می‌مانیم، در واقع، در حال بافتن گره «بصیرت» بر قالی عزت ملی هستیم. این همان استقامتی است که فرشتگان الهی را به یاری ما می‌فرستد و در دلمان آرامش و طمأنینه می‌کارد؛ همان آرامشی که در کلام خداوند آمده است: «**أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا**»؛ نترسید و غمگین مباشید»، چراکه آینده این مسیر روشن است و این پایداری، تضمین‌کننده پیشرفت و پیروزی نهایی است.

محبوبه مقاومت

اجازه دهید همین‌جا از بانویی سخن بگوئیم که در طول زندگی کوتاهش در هر عرصه‌ای اهل استقامت بود؛ «شهیده محبوبه دانش‌آشتیانی»، کسی که هم خودش شهید شد، هم پدرش و هم نامزدش.

محبوبه از همان دوران نوجوانی، روحی بزرگ داشت. وقتی فقط در مقطع راهنمایی بود، با دقت مطالعه می‌کرد و در مطالعه کردن استقامت به خرج می‌داد

تا دنیا را بهتر بفهمد و بتواند نقش مؤثری در تغییر جامعه ایفا کند. در چهارده سالگی از قرآن و نهج البلاغه گرفته تا کتاب‌های مربوط به انقلاب چین، کوبا و جنگ ویتنام را خوانده بود. نگاهش پخته، تحلیلش عمیق و حرف‌هایش فراتر از سنش بود. پدرش می‌گفت: «محبوبه فقط ۱۷ سال داشت، اما من او را مثل زنی چهل ساله می‌دیدم».

در درس خواندن نیز استقامت داشت و همیشه ممتاز بود. او می‌گفت نباید به بهانه مبارزه، در درس خواندن تنبلی کنیم؛ بلکه باید به خاطر هدفمان بهتر و با انگیزه‌تر درس بخوانیم.

در انس با قرآن استقامت داشت؛ قرآن را خوب می‌خواند و با تفاسیر آشنا بود؛ می‌گفت: «یک مسلمان باید اعتقادات عمیقی داشته باشد». با دوستانش گروهی تشکیل داد تا با راهنمایی یکی از شاگردان شهید مطهری، آیات قرآن را بررسی کنند؛ آن‌ها هر هفته بخشی از تفسیر را می‌خواندند و نتایج‌شان را با هم به اشتراک می‌گذاشتند.

در هدایت مردم نیز پرانرژی و خستگی‌ناپذیر بود. نه خسته می‌شد و نه سرد. همیشه از کار، فعالیت و خدمت حرف می‌زد و می‌گفت: «از بیکاری زیاد آسیب دیده‌ایم». دوستانش را جمع می‌کرد و آن‌ها را به کار و تلاش وادار می‌نمود. با کودکان و نوجوانان وقت می‌گذراند، برایشان کتاب می‌برد و آن‌قدر با آن‌ها صمیمی حرف می‌زد تا به مسیر درست زندگی هدایتشان کند. هیچ‌جای زندگی این شهیده نشان از خستگی یا بریدن نمی‌بینید.

یکی از دوستانش نقل می‌کند: «محبوبه کلاس دوم دبیرستان بود که مسئول یکی از کتابخانه‌های مساجد جنوب شهر شد. با وجود دوری خانه‌اش، از بالاترین مناطق شهر تهران در قیطریه، هر روز با اتوبوس تا پایین‌ترین بخش محله سید اسماعیل می‌رفت و با شور فراوان به محرومان خدمت می‌کرد. گاهی آن‌قدر غرق کار بود که متوجه تاریکی شب نمی‌شد. خودش می‌گفت: «از کوچه‌های بالاشهر که می‌گذرم، صدای عربده مردان مست می‌آید و می‌ترسم، پس مراقبم کسی نفهمد یک دختر جوان هستم».

حتی در مبارزه هم استقامت کرد و مجموع این استقامت‌ها، محبوبه را طبق وعده الهی در این آیه، به بهشت رساند.



۱۷ شهریور فرا رسید و قرار بود مردم در میدان ژاله تجمع کنند. محبوبه یک ساعت زودتر آمد و می‌گفت: «ترسیدم مأمورهای شاه راه را ببندند و نتوانم خودم را به جمعیت برسانم و از این توفیق بی‌ بهره بمانم». آن روز روزه گرفته بود و نورانیت خاصی داشت. دوست داشت اگر قرار است شهید بشود، بازبانِ روزه به ملاقات خدا برود. در تظاهرات، وقتی درگیری به اوج رسید، برخی آقایان به او گفتند: «شما بروید، اینجا جای شما نیست». اما محبوبه پاسخ داد: «اگر آمدن اشتباه است، شما هم نباید بمانید؛ اگر هم کار درستی انجام می‌دهیم، زن و مرد ندارد». در همان تظاهرات میدان ژاله (شهدا) تیر به قلبش خورد و در جمعه بعد از ماه رمضان، بازبان روزه به شهادت رسید و زودتر از نامزدش به بهشت رفت. نامزدش، «حسن اجاره‌دار»، هم در سنگر مبارزه ماند و جزو انقلابیونِ پادِ رکاب شهید بهشتی شد. تا اینکه بالاخره در انفجار دفتر حزب جمهوری اسلامی شهید شد و به محبوبه شهیده‌اش پیوست.^۱

ملت مقاوم

این قانون استقامت، تنها برای زندگی شخصی ما نیست؛ یک قانون جهانی است. رهبر معظم انقلاب علیه السلام خاطره‌ای شگفت‌انگیز از روزهای اول جنگ تعریف می‌کند که مصداق کامل این آیه است؛ ایشان می‌فرمایند:

شاید روز اوّل یا دوم جنگ بود که چند نفر از بزرگان نظامی آن روز، کاغذی به من دادند که در آن طبق آمار نشان داده شده بود که ما حداکثر تا بیست روز دیگر پرنده‌ای در آسمان کشور نخواهیم داشت... اما جوانان ما... دست به هم دادند و هشت سال جنگ را اداره کردند... نیروی هوایی ایستادگی کرد. «إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا»... خیلی‌ها هستند که به مبدأ و فکری ایمان می‌آورند و وارد دایره مؤمنین می‌شوند؛ اما وقتی مشکلات پیدا شد و تکالیف سنگین گردید، پس می‌زنند. کسانی مورد مدح الهی هستند که وقتی بلی را گفتند... بر آن پای بفشردند.^۲

۱. مریم دانش‌آشتیانی، وضوی جمعه خونین، ماهنامه شاهد یاران، ش ۲۷، بهمن ۱۳۸۶.
۲. بیانات رهبر معظم انقلاب در دیدار جمعی از فرماندهان و کارکنان نیروی هوایی ارتش، ۱۳۸۲ بهمن ۱۹.

نه تنها مردان سرزمینمان ایستادند، بلکه زنان نیز با خودباوری و استقامت نقش آفرینی کردند. در دوران دفاع مقدس در سوسنگرد، شیرزنی به نام «مجیده نگراوی» زندگی می‌کرد. این شیرزنِ عرب خوزستانی، با هوشمندی توانست شش عراقی را اسیر و خلع سلاح کند.

وقتی ارتش عراق در حمیدیه شکست خورد، سربازان دشمن با اضطراب و سراسیمه پا به فرار گذاشتند. در مسیر خود با تیراندازی به سوی مردم، سعی داشتند از دست آن‌ها فرار کنند، ولی راه رسیدن به مرز را نمی‌دانستند.

مجیده خانم می‌گوید: «من هم مانند بقیه، منتظر فرصتی برای دستگیری نیروی دشمن بودم. زمانی که شش نفر از متجاوزان، به منزل ما نزدیک شدند، به زبان عربی به آن‌ها گفتم: «اگر جلوتر بروید، در محاصرهٔ مردم و نیروهای سپاه قرار می‌گیرید و کشته می‌شوید». آن‌ها گفتند: «پس چه کار کنیم؟»، گفتم: «فوراً داخل خانه بروید و در اتاق پذیرایی بنشینید و اسلحهٔ خود را درآورید تا آن را پنهان کنم». آن‌ها به گفتهٔ من عمل کردند. وقتی خلع سلاح شدند، از پشت، درب اتاق را قفل کردم و مردم را صدا زدم و با استفاده از اسلحه‌های غنیمتی، آن شش نفر عراقی را به مسجد بردیم.

رهبر معظم انقلاب اسلامی در سفر اسفند ۱۳۷۵ خود به استان خوزستان، از این بانو به دلیل رشادت‌هایش تقدیر کردند و دربارهٔ او فرمودند: «مردم عرب خوزستان افتخار مزداری از میهن اسلامی را دارند و مادران عرب همراه با شیر خود، محبت اهل بیت علیهم‌السلام و اطاعت از ولایت را به فرزندانشان می‌آموزند».^۱

یک ملت با دستِ خالی گفت: «**رَبَّنَا اللَّهُ**» و در برابر تمام دنیا استقامت کرد و نتیجه‌اش پیروزی و عزت شد. این قانون برای یک خلبان در آسمان و برای یک مادر در آشپزخانه، یکسان عمل می‌کند.

خواهران عزیز! زندگی پر از چالش است. گاهی فشارهای اقتصادی، ما را در مسیر حفظ سبک زندگی مؤمنانه خسته می‌کند. گاهی در ادارهٔ یک هیئت زنانهٔ کوچک یا یک کار فرهنگی، از کمبود همراه و امکانات دلسرد می‌شویم. تصور کنید زنی یک کار فرهنگی مثل راه‌اندازی یک هیئت زنانه یا یک کلاس قرآن کوچک را در محله‌اش شروع می‌کند. روزهای اول پرشور است؛ اما کم‌کم

۱. خبرگزاری دفاع مقدس «اداره کل حفظ آثار و نشر ارزش‌های دفاع مقدس خوزستان».

تعداد شرکت‌کنندگان کم می‌شود، یکی طعنه می‌زند، دیگری همکاری نمی‌کند و امکانات کم است. درست مثل آن گزارش فرماندهان جنگ که همه شواهد می‌گوید: «این کار تا ۲۰ روز دیگر تعطیل می‌شود».

استقامت یعنی آن زن، حتی اگر فقط دو نفر در مجلسش نشسته باشند، با همان شور و عشق روز اول، برایشان از امام حسین علیه السلام بگوید. او با این کارش، در حال پای فشردن بر عهدش با خداست. قانون خدا این است: **﴿إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ﴾**؛ اگر تو استقامت کنی، من برکت را نازل می‌کنم. شاید سال‌ها بعد، از دل همان مجلس دونفره، ده‌ها زن فرهیخته و مؤمن بیرون بیایند. این همان پیروزی‌ای است که با گره‌های استقامت بافته شده است.

پس بیاید از امروز نگاهمان را تغییر دهیم. به جای تمرکز بر شروع‌های بزرگ و کارهای خارق‌العاده، بر استقامت در کارهای خوب کوچک تمرکز کنیم. آن قالی زندگی که در حال بافتنش هستیم، قرار است زیر پای خودمان و عزیزانمان پهن شود؛ هر گره استقامت ما، نقش‌ونگار این قالی را زیباتر و بادوام‌تر می‌کند و خانه‌هایمان را به محلی برای نزول فرشتگان و تجلی آرامش الهی تبدیل خواهد کرد. در این لحظات نورانی، از خداوند بخواهیم که به همه ما توفیق استقامت عطا کند.

پروردگارا! ما گفتیم **﴿رَبَّنَا اللَّهُ﴾**، پس به ما قدرتی عطا فرما که بر این پیمان، استوار بمانیم تا لایق دریافت آرامشی باشیم که وعده داده‌ای: **﴿اللَّهُمَّ اجْعَلْنَا مِنَ الَّذِينَ قَالُوا رَبَّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا﴾**.
و السلام علیکم و رحمة الله و بركاته.



محتوای خود را بساز



شهادت آیه‌ها



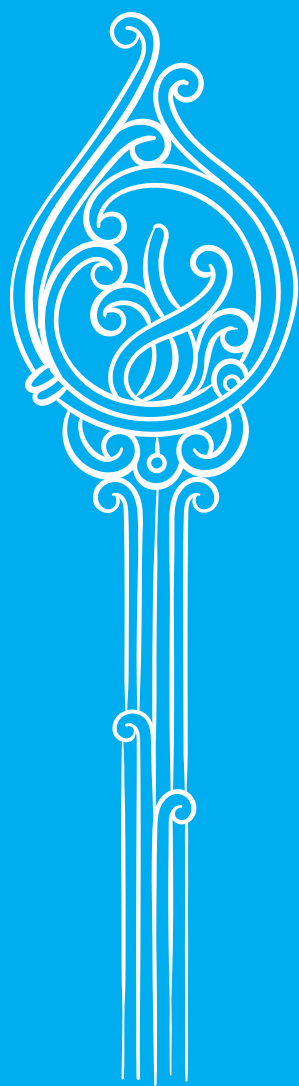
پویانمایی



پادکست صوتی



تبیین آیه



جزء بیست و پنجم

نخ تسبیح امت

(مودت اهل بیت علیهم السلام؛ از محبت
قلبی تا تجلی در زندگی زنانه)

﴿قُلْ لَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا
إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي الْقُرْبَى﴾

سوره شوری، آیه ۲۳

بگو: «مُزدی از شما [برای راهنمایی تان] نمی خواهم،
مگر مودّت و دوستی نزدیکانم.»



سُورَةُ الشُّورَى

ذَٰلِكَ الَّذِي يُبَشِّرُ اللَّهَ عِبَادَهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ
 قُلْ لَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي الْقُرْبَىٰ وَمَن يَقْرَفْ
 حَسَنَةً نَّزِدْ لَهُ فِيهَا حُسْنًا إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ شَكُورٌ ﴿٢٣﴾ أَمْ يَقُولُونَ
 افْتَرَىٰ عَلَى اللَّهِ كَذِبًا فَإِن يَشِئِ اللَّهُ يَخْتِمْ عَلَى قَلْبِكَ وَيَمْحُ اللَّهُ
 الْبَاطِلَ وَيُحِقُّ الْحَقَّ بِكَلِمَاتِهِ إِنَّهُ يُعْلِمُ بِذَاتِ الصُّدُورِ ﴿٢٤﴾
 وَهُوَ الَّذِي يَقْبَلُ التَّوْبَةَ عَنْ عِبَادِهِ وَيَعْفُو عَنِ السَّيِّئَاتِ
 وَيَعْلَمُ مَا تَفْعَلُونَ ﴿٢٥﴾ وَيَسْتَجِيبُ الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا
 الصَّالِحَاتِ وَيَزِيدُهُم مِّن فَضْلِهِ ؕ وَالْكَافِرُونَ لَهُمْ عَذَابٌ
 شَدِيدٌ ﴿٢٦﴾ * وَلَوْ بَسَطَ اللَّهُ الرِّزْقَ لِعِبَادِهِ لَبَغَوْا فِي الْأَرْضِ
 وَلَٰكِن يُنْزِلُ بِقَدَرٍ مَّا يَشَاءُ إِنَّهُ بِعِبَادِهِ خَبِيرٌ بَصِيرٌ ﴿٢٧﴾ وَهُوَ
 الَّذِي يُنْزِلُ الْغَيْثَ مِّن بَعْدِ مَا قَطَرُوا وَيَنْشُرُ رَحْمَتَهُ ؕ وَهُوَ الْوَلِيُّ الْحَمِيدُ
 ﴿٢٨﴾ وَمِن ءَايَاتِهِ خَلْقُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَمَا بَثَّ فِيهِمَا مِن دَابَّةٍ
 وَهُوَ عَلَىٰ جَمْعِهِمْ إِذَا يَشَاءُ قَدِيرٌ ﴿٢٩﴾ وَمَا أَصَابَكُمْ مِّن مُّصِيبَةٍ فِيمَا
 كَسَبْتُمْ أَيْدِيكُمْ وَيَعْفُوا عَنْ كَثِيرٍ ﴿٣٠﴾ وَمَا أَنْتُمْ بِمُعْجِزِينَ
 فِي الْأَرْضِ وَمَا لَكُم مِّن دُونِ اللَّهِ مِن وَلِيٍّ وَلَا نَصِيرٍ ﴿٣١﴾



تلاوت آیه



مدرسه حفظ

گران‌بهاترین وصیت

اجازه بدهید صحبت‌م را با یک قصه شروع کنم؛ قصه‌ای که شاید برای همه ما ملموس باشد. دختری را تصور کنید که پدر یا مادرش، تمام جوانی و عمرش را به پایش ریخته است. مادری که شب‌ها تا صبح بیدار مانده تا فرزندش در آرامش بخوابد؛ لقمه از دهان خود گرفته تا او سیر باشد؛ بهترین لباس‌ها را برای او خریده، در حالی که خودش، لباسی کهنه و قدیمی به تن داشته است. یا پدری که شبانه‌روزش را وقف آسایش فرزندش کرده؛ با کار و تلاش بی‌وقفه، هزینه تحصیل و پیشرفت دخترش را فراهم کرده تا به عالی‌ترین مدارج علمی و اجتماعی برسد. گاهی پدر، گرسنه به خواب رفته تا دخترش سیر بخوابد و لباس‌های قدیمی‌اش را برای عید نوروز پوشیده تا بتواند برای دختر کوچکش لباس نو بخرد.

حالا آن دختر، پزشک موفق یا مهندس برجسته‌ای شده است. روزی با یک دسته‌گل گران‌قیمت و یک هدیه ارزشمند به دیدار پدر یا مادر پیرش می‌رود. داستان چروکیده آن‌ها را در دست می‌گیرد، بر آن‌ها بوسه می‌زند و با چشمانی اشکبار می‌گوید: «بابا جان! ماما جان! تمام زندگی و موفقیت‌م را مدیون شما هستم. حالا می‌خواهم گوشه‌ای از زحماتتان را جبران کنم. هرچه بخواهید برایتان فراهم می‌کنم. بگویید چه می‌خواهید؟ خانه‌ای بزرگ‌تر می‌خواهید؟ سفری زیارتی مثل مشهد، کربلا یا مکه می‌خواهید؟ یا می‌خواهید بهترین امکانات زندگی را برایتان فراهم کنم؟».

مادر، با لبخندی سرشار از عشق و رضایت، به چشمان دخترش نگاه می‌کند. هدیه را به آرامی کنار می‌گذارد و می‌گوید: «دختر زیبای من! من از تو هیچ چیز

برای خودم نمی‌خواهم. بزرگ‌ترین پاداش من، دیدن خوشبختی و موفقیت توست. اما اگر واقعاً می‌خواهی دل من را شاد کنی و اجر زحماتم را بدهی، فقط یک چیز از تو می‌خواهم، مواظب خواهر و برادرهایت باش. بعد از من، نگذار از هم دور شوید، هوای هم را داشته باشید و همیشه با هم متحد و همراه باشید. این تنها مزد من است.» دختر در بهت و حیرت فرو می‌رود.

این یک درخواست شخصی نبود؛ بلکه وصیتی راهبردی برای بقا و انسجام خانواده بود. مادر با هوشمندی و عشق بی‌انتهایش می‌دانست که اگر فرزندانش از هم جدا شوند، تمام تلاش‌ها و موفقیت‌ها در معرض خطر قرار می‌گیرد و تمام زحمات پدر یا مادر به فنا خواهد رفت.

مزد رسالت

خواهران عزیز! این قصه کوتاه را در مقیاس تاریخ بشریت تصور کنید. پدری دلسوزتر از تمام پدران عالم، یعنی حضرت محمد مصطفی صلی الله علیه و آله، ۲۳ سال تمام، سخت‌ترین توهین‌ها، شدیدترین شکنجه‌ها و عمیق‌ترین زخم‌ها را به جان خرید تا ما را از جهل و بت‌پرستی نجات بدهد و به نور توحید و انسانیت برساند. شما بانوان مؤمن و دغدغه‌مند، در عمق جان خود عشقی اصیل و ریشه‌دار به خاندان پیامبر صلی الله علیه و آله دارید. این یک ادعا نیست؛ واقعیتی است که در اشک‌های بی‌ریای شما بر مصائب کربلا، در عطر غذای نذری‌تان که در کوچه می‌پیچد و در لالایی‌های عاشورایی که برای فرزندان‌تان زمزمه می‌کنید، به وضوح دیده می‌شود. این عشق، گران‌بهاترین سرمایه معنوی ماست. اما آیا تابه حال با نگاهی عمیق‌تر سؤال کرده‌ایم که جایگاه دقیق این محبت در مسیر خداوند کجاست و این احساس مقدس، چه رسالت و مسئولیتی را بر دوش ما می‌گذارد؟ برای یافتن پاسخ، باید به یکی از حساس‌ترین و شگفت‌انگیزترین آیات قرآن کریم رجوع کنیم؛ آیه‌ای که در آن، خداوند متعال پس از ۲۳ سال رنج بی‌امان و تلاش بی‌وقفه پیامبر خاتم صلی الله علیه و آله برای هدایت بشریت، مزد رسالت ایشان را تعیین می‌کند. خداوند از زبان پیامبر صلی الله علیه و آله دقیقاً همان وصیت راهبردی مادر قصه ما را بیان می‌کند. خدای متعال در آیه ۲۳ سوره شوری می‌فرماید: «﴿قُلْ لَا أَسْأَلُكُمْ

عَلَيْهِ أَجْرًا إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي الْقُرْبَى؛ بگو من برای این رسالت و این همه سختی، هیچ مزدی از شما نمی‌خواهم، مگر مودّت نسبت به نزدیکانم»، یعنی اهل بیت علیهم‌السلام.

پاداش شخصی یا طرح راهبردی؟

اینجا همان نقطه‌ای است که تاریخ می‌توانست مسیر دیگری پیدا کند. گاهی فکر می‌کنم اگر آن روز، مردم معنای واقعی آیه **«قُلْ لَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي الْقُرْبَى»** را فهمیده بودند، مسیر تاریخ چقدر فرق می‌کرد. بسیاری از مردم، آن را فقط محبت پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم به خانواده‌اش می‌دانستند، انگار که حضرت بخواهد مزد رسالتش را با یک لطف شخصی بگیرد. اما خدایی که هر فرمانش حساب شده است، مگر ممکن است پاداش چنین رسالت بزرگی را در احساسات خانوادگی خلاصه کند؟! قطعاً خیر!

در نگاه اول، پاسخ قرآن حیرت‌انگیز است؛ اما این آیه، نه یک پاداش، بلکه یک «طرح راهبردی الهی» برای تداوم مسیر هدایت و حفظ انسجام امت اسلامی پس از پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم است. این آیه، شریان حیاتی است که قرار بود خون هدایت را پس از قلب نبوت در پیکر امت جاری کند. این آیه فقط در مورد محبت نیست، بلکه دربارهٔ حیات است. همان‌طور که محبت مادر، اساس زنده ماندن خانه است، مودّت اهل بیت علیهم‌السلام نیز نیروی زنده نگه داشتن امت می‌باشد.

ما زن‌ها خوب می‌دانیم پیوستگی یعنی چه. می‌دانیم وقتی محبت در خانه کم‌رنگ می‌شود، دل‌ها از هم دور خواهند شد و وقتی فاصله می‌افتد، امنیت و آرامش هم از دل خانواده می‌رود. حال این را در مقیاس بزرگ‌تر ببینیم. خدا می‌خواست امت اسلامی بعد از پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم، با پیوند مهر به خاندان او از هم نپاشد. این آیه یعنی همان نخ نازک، اما محکمی که باید دل‌ها را به هم و به هدایت وصل کند.

هر زن در زندگی‌اش روزهایی دارد که احساس می‌کند همه‌چیز روی شانه‌های اوست؛ تربیت بچه‌ها، حفظ آرامش خانه، همدلی و همراهی با اعضای خانواده. گاهی دلش می‌گیرد و می‌خواهد کسی باشد که او را درک کند و به او آرامش دهد. آیهٔ مودّت همین را می‌گوید: سراغ سرچشمهٔ آرامش برو، سراغ آن

خانواده‌ای که مهرشان مثل مرهم است؛ حضرت امیر علیه السلام و بی‌بی حضرت زهرا علیها السلام و فرزندان علیهم السلام. وقتی مادری در آشپزخانه، با خستگی لبخند می‌زند و می‌گوید: «یا زهرا!»، وقتی زنی برای شوهر و بچه‌هایش دعا می‌کند و می‌گوید: «خدایا! ما را از پیروان واقعی اهل بیت علیهم السلام قرار بده»، وقتی دختری در دلش از حضرت زینب علیها السلام صبر و جرئت می‌طلبد، همان لحظه دارد معنای این آیه را زندگی می‌کند و مودّت فی‌القربی را از کتاب به زندگی واقعی تبدیل می‌کند.

ما زن‌ها مأمور حفظ این پیوندیم؛ همان‌طور که خانواده را کنار هم نگه می‌داریم، محبت اهل بیت علیهم السلام را هم در نسل‌ها حفظ می‌کنیم. این محبت، تنها یک شعار مذهبی نیست؛ منبع آرامش، صبر و امید ماست. وقتی عشق اهل بیت علیهم السلام در دل باشد، خشم مهار می‌شود، ناامیدی کوتاه‌تر می‌گردد و زندگی دوباره معنا پیدا می‌کند. خدا می‌خواست بعد از پیامبر صلی الله علیه و آله، این امت به اهل بیت علیهم السلام تکیه کند همان‌طور که کودک در آغوش مادر آرام می‌گیرد. بنابراین، مودّت فی‌القربی تنها یک دستور دینی نیست، بلکه نسخه‌ای برای آرامش و انسجام ما زنان در خانه، تربیت، صبر و امید است.

راز کلمه مودّت

خانم‌های عزیز! معجزه قرآن در انتخاب کلماتش نهفته است. محبت، یک احساس درونی و علاقه قلبی است. شما ممکن است به یک منظره زیبا، یک غذای خوشمزه یا یک صدای دلنشین محبت داشته باشید. این احساس، ارزشمند است؛ اما لزوماً به عمل یا انجام کاری منجر نمی‌شود. مودّت یک مرتبه بالاتر، عمیق‌تر و عملیاتی‌تر است. مودّت آن محبتی است که از قلب به اعضا و جوارح سرایت می‌کند و در عمل، رفتار و موضع‌گیری خودش را نشان می‌دهد. برای اینکه تفاوت مودّت و محبت روشن‌تر شود، این مثال را در نظر بگیرید. شما یک پزشک مهربان و ماهر را دوست دارید و به او محبت می‌ورزید؛ اما وقتی به مرحله مودّت می‌رسید، این علاقه در عمل ظاهر می‌شود. اول اینکه، به او اعتماد کامل دارید و نسخه‌اش را با اطمینان و بی‌چون‌وچرا عمل می‌کنید؛ چون می‌دانید خیر و سلامتی شما را می‌خواهد. دوم اینکه، اگر کسی درباره او بد بگوید

یا علم و اخلاقش را زیر سؤال ببرد، از او دفاع می‌کنید و اجازه نمی‌دهید ناحق قضاوت شود. سوم، اگر بیماری را دیدید که نیاز به درمان دارد، او را به سمت همان پزشک مطمئن راهنمایی می‌کنید.

«محبّت همراه با شناخت و تبعیت»، این یعنی موّدت؛ عشقی که در گفت‌وگوها، در دفاع از حق و در راهنمایی دیگران به مسیر درست، خودش را نشان می‌دهد. قرآن وقتی از ما موّدت نسبت به اهل بیت علیهم‌السلام را می‌خواهد، در حقیقت دعوت می‌کند که محبت قلبی مان را به عمل تبدیل کنیم؛ یعنی بدانیم، اعتماد کنیم، پیروی کنیم و از راه و نور آنان در زندگی دفاع نماییم و راهشان را ترویج کنیم.

ام‌الشهید مظلوم

برخی از مادران شهدا این‌گونه عمل کردند و خدا هم توفیق پرورش فرزندان اثرگذار برای اسلام و انقلاب را به آن‌ها داد. یکی از آن‌ها، مادر شهید مظلوم آیت‌الله بهشتی رحمته‌الله است. «مرحومه معصومه بیگم خاتون آبادی» مادر شهید بهشتی، در مورد فرزند شهیدش این‌گونه تعریف می‌کند:

پدرم خوابی دیده بودند که از منزل آقای بهشتی از من خواستگاری می‌کنند و از من اولادی به وجود می‌آید که عام‌المنفعه می‌شود. همین اتفاق هم افتاد و از خانواده شهید بهشتی به خواستگاری من آمدند و ازدواج کردم. پدرم پس از آن خواب منتظر بود که پسر من به دنیا بیاید. وقتی آقا سید محمد به دنیا آمد و یک‌ساله شد، پدرم از دنیا رفت. پس از فوت ایشان، شبی او را خواب دیدم که می‌گفت: «وقتی می‌خواستم از دنیا بروم، چهارده معصوم دور تخته بودند تا روح را از بدنم برانند. چهارده معصوم روح مرا گرفتند و نزد پیغمبر بردند». به پدر گفتم: «ما چه کار کنیم که پیش آن‌ها از ما شفاعت شود؟»، ایشان گفت: «این آقای محمد را خیلی محافظت کنید. این باقیات الصالحات است.» و خیلی سفارش‌های دیگری از این قبیل به من کرد.

خلاصه، توجه زیادی به این بچه کردم. از همان اول که به دنیا آمد، قرآن زیاد می‌خواندم. در دوران حاملگی بسیار مواظب بودم و نماز اول وقت می‌خواندم و به نامحرم نگاه نمی‌کردم. در خانه چهار برادرشوهر داشتم، اما هیچ وقت مستقیم با آن‌ها روبه‌رو نمی‌شدم. خدا قسمت کرده بود که اتاق ما یک دستک (منبع آب) داشت که همه کارهایم را در آنجا انجام می‌دادم؛ خودم بودم توی اتاق و بچه‌هایم، که با نامحرم برخورد نداشته باشم. بعد از وضع حمل هم قرآن می‌خواندم. هنگام شیردادن سیدمحمد نیز قرآن می‌خواندم؛ همین‌طور که من می‌خواندم، بچه شیر می‌خورد. او خیلی به صوت قرآن علاقه‌مند شده بود. تا زمانی که مشغول شیرخوردن بود، من قرآن می‌خواندم و وقتی شیرخوردنش قطع می‌شد، قرآن نمی‌خواندم. بچه ناراحت می‌شد و با سرش اشاره می‌کرد که بخوانم. به این اندازه به قرآن علاقه‌مند شده بود!

وقتی بزرگ‌تر شد، حواسم را برای مواظبت از او جمع کردم. او از پنج‌سالگی شروع به تحصیل کرد و با کتابی که با حروف ابجد شروع می‌شد سروکار داشت. من خودم درسش می‌دادم و تا حد توان مواظبت کردم تا درسش را بخواند. قرآن را به بچه‌ام یاد دادم. وقتی او را به مدرسه بردند، استعدادش را برای کلاس ششم تشخیص دادند. البته یک معلم بود، خدا رحمتش کند. پیش آن معلم هم که می‌رفت، می‌گفت درس امروز را یاد گرفتم، درس فردا را بدهید. چنین حافظه‌ای داشت! وقتی پنج‌ساله بود، دعای سحر را می‌خواند. شب نیمه‌شعبان اعمالی و نمازی و آدابی دارد و ما پشت سر پدر بزرگش می‌ایستادیم و نماز می‌خواندیم. می‌دیدیم او که پنج‌سال بیشتر نداشت، همین‌طور مثل پدر بزرگ نماز می‌خواند. پدر بزرگش دستش را بالا می‌برد و می‌گفت: «الهی خدا تو را عالم ربّانی کند».

تا ۱۷ سالگی پیش من بود. بعد از اینکه به مدرسه رفت و هفت کلاس درس خواند، به طلبگی پرداخت و به بازار رفت. در مدرسه بازار

درس عربی را خواند و سپس، وقتی ۱۷ ساله شد، گفت، «مادر اجازه بدهید به قم بروم؛ چون اینجا استادی برای من نیست». در قم، پای درس آقای طباطبایی و آقای خمینی علیه السلام (که آن زمان به حاج آقا روح الله معروف بودند) رفت. بعداً نامه نوشت که من دارم درس می خوانم. پدرش وقتی به قم رفت، برگشت و گفت: «بچه ما پیش آقای خلی خوبی است».^۱

وقتی مادری در عمل به فرامین اهل بیت علیهم السلام پایبند شد و فرزندانش را زیر سایه همین پایبندی عملی تربیت کرد، نتیجه آن پرورش، اولادی چون شهید بهشتی می شود؛ که منشأ خیرات و برکات فراوان برای اسلام و انقلاب بود. مقام معظم رهبری علیه السلام به عنوان نائب امام زمان علیه السلام پیرامون شهید بهشتی فرمود: شهید بهشتی حقیقتاً مثل سنگ آسیای گرانی بود که با گردش خود، ده ها کار انجام می داد؛ کار راه می انداخت، پیش می رفت و فکر تولید می کرد. شخصیت عظیم القدری مثل شهید بهشتی را از یک انقلاب گرفتن، شوخی نیست. بهشتی یک ملت بود. ایشان خار چشم دشمنان اسلام بود.^۲

مودت اهل بیت علیهم السلام دقیقاً همین است؛ هم بستگی، همدلی، همراهی و همکاری عمیق با این خاندان نورانی. یعنی در مسیری حرکت کنیم که آن ها حرکت می کنند و در جایی بایستیم که آن ها ایستاده اند؛ از چیزی دفاع کنیم که آن ها دفاع کرده اند؛ با کسی دشمنی کنیم که آن ها دشمن دانسته اند. اگر این گونه عمل کردیم، باید امیدوار باشیم که خداوند فرزندانی همچون شهید بهشتی به ما عنایت کند.

امام صادق علیه السلام در روایتی در کتاب شریف «تحف العقول» می فرماید: «لَيْسَ مِنْ شِيعَتِنَا مَنْ قَالَ بِلِسَانِهِ وَ خَالَفَنَا فِي أَعْمَالِنَا وَ أَثَارِنَا»^۳ از شیعیان ما نیست کسی

۱. مشرق نیوز به نقل از مادر شهید.

۲. بیانات رهبر معظم انقلاب در دیدار مسئولان دستگاه قضایی، ۷ تیر ۱۳۸۳، دسترسی در:

۴۲۹۲۳=https://farsi.khamenei.ir/speech-content?id#

۳. وسائل الشیعه، ۱۱: ۹۶، ح ۱۹.



که به زبان ادعای محبت کند، اما در اعمال و رفتار ما، با ما مخالفت ورزد». این یعنی مودت، فراتر از یک ادعای زبانی است.

خورشید و آینه‌ها

تصور کنید وجود مقدس پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله همانند خورشیدی بزرگ و حیات بخش است که نور هدایت و رحمت را بر عالم می تاباند. پس از غروب این خورشید، آیا عالم باید در تاریکی فرو برود؟ طبیعی است که نه! خدای حکیم برای تداوم این نور، چهارده آینه معصوم و صیقل خورده را در مسیر تاریخ قرار داد؛ آینه‌هایی که نور آن خورشید نبوت را بدون کم و کاست بازتاب می دهند تا هیچ نسلی از نور هدایت محروم نماند. اهل بیت علیهم السلام، این آینه‌های تمام نمای حقیقت هستند.

نقش ما چیست؟ هریک از ما زنان مؤمن، در خانه و زندگی خود یک آینه کوچک داریم. «مودت» یعنی آینه وجود خودمان را به سمت آن آینه‌های بزرگ و معصوم بگیریم تا بازتاب نورشان در زندگی ما بتابد. اگر آینه ما کدر، آلوده به گناه و یا پوشیده از غبار باشد، یا اگر آن را به سمت جلوه‌های فریبنده دنیا گرفته باشیم، نوری در آن منعکس نخواهد شد. مودت یعنی تلاش دائمی برای پاک کردن و صیقل دادن آینه دلمان و تنظیم جهت آن به سمت اهل بیت علیهم السلام.

زیباترین بخش ماجرا اینجاست: وقتی نور آن آینه‌های بزرگ در آینه کوچک ما می تابد، ما نیز به یک منبع نور تبدیل می شویم و می توانیم آن نور را به اطراف خود (همسر، فرزندان و جامعه) منعکس کنیم. این گونه است که یک زن، به مرکز نورافشانی در خانواده و جامعه خود تبدیل می شود.

نخ تسبیح امت

بیایید با هم، با چشم دل، امت و جامعه اسلامی را چون تسبیحی شاه مقصود، اصیل و گران بها و زیبا تصور کنیم؛ تسبیحی که دانه‌هایش، نه از سنگ، بلکه از جان انسان هاست؛ دانه‌هایی از عقیق یمن، فیروزه نیشابور و دُر نجف. هریک از ما، یک دانه از این تسبیح هستیم. یک دانه به تنهایی، هرچقدر هم زیبا، قیمتی و خوش تراش باشد، سرنوشتش چیست؟ سرگردانی. بر زمین می غلتد، به راحتی

گم می‌شود، زیر پاله می‌گردد و در نهایت، ارزش و هویت خود را از دست می‌دهد و هیچ اثری ندارد. یک دانهٔ پراکنده، ابزاری برای ذکر و اتصال به خدا نیست. چه چیزی این دانه‌های پراکنده و سرگردان را به یک تسبیح منسجم، زیبا و قدرتمند تبدیل می‌کند؟ چه چیزی به آن‌ها هویت واحد می‌بخشد و آن‌ها را به ابزاری برای ذکر خدا و رسیدن به معراج تبدیل می‌کند؟ فقط یک نخ محکم و ناگسستنی!

مودت اهل بیت علیهم‌السلام همان نخ تسبیح امت است؛ نخ‌ی الهی که از قلب تک‌تک ما شیعیان عبور می‌کند، ما را به یکدیگر و همگی را به یک محور واحد، یعنی امامت متصل می‌کند و از ما مجموعه‌ای هدفمند و قدرتمند می‌سازد. اگر این نخ پاره شود، اگر این مودت آسیب ببیند، دیگر امت واحده‌ای در کار نخواهد بود؛ ما مشتی دانهٔ پراکنده و بی‌هویت خواهیم بود که هر باد شبهه و طوفان فتنه‌ای، ما را به سویی پرت خواهد کرد. اینجا است که مفهوم آیه **﴿قُلْ لَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي الْقُرْبَى﴾** را با عمق بیشتری درمی‌یابیم. وقتی پیامبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم این آیه را به فرمان الهی بیان کردند، در حقیقت، ایشان به امت خود نخ تسبیح را هدیه کردند و فرمودند: «ای امت من! اگر می‌خواهید پس از من پراکنده نشوید و از هم نپاشید، به این نخ چنگ زنید و حول این محور، متحد بمانید». این، مزد رسالت نبود؛ راز بقای امت بود.

مودتی از جنس زنانه

نکتهٔ مهمی که باید به آن توجه کنیم این است که مودت اهل بیت علیهم‌السلام مفهومی مردانه یا محدود به میدان جنگ و سیاست نیست. در طول تاریخ، زنان ماهرانه‌ترین بافندگان این نخ ابریشمی مودت بوده‌اند؛ نخ‌ی که در جزئی‌ترین اعمال زندگی یک زن مسلمان قابل مشاهده است. سه صحنهٔ ساده اما مهم از زندگی ما زنان در این رابطه را می‌خواهم بازگو کنم.

صحنهٔ اول: خانه، کارگاه اصلی تولید مودت

صحنهٔ اول مودت زنانه به اهل بیت علیهم‌السلام در دل خانه شکل می‌گیرد. اولین و مهم‌ترین کارگاه ریسندگی این نخ تسبیح الهی، آغوش گرم مادر است. دشمن

نیز این حقیقت را خوب می‌داند و به همین دلیل، بیشترین سرمایه‌گذاری را برای تخریب همین کارگاه انجام داده است.

وقتی من و شما، به عنوان یک مادر، در کنار آموزش احکام و واجبات، قصه‌های کرامات و فضائل اخلاقی امامان علیهم‌السلام را در گوش فرزندانمان زمزمه می‌کنیم و برای کودک خردسالمان، به جای ترانه‌های بی‌محتوا، لالایی شیرخواره حضرت رباب علیه‌السلام و حضرت علی اصغر علیه‌السلام را زمزمه می‌کنیم، در حقیقت، در حال ریپسیدن نخستین تارهای این نخ در قلب پاک او هستیم.

روان‌شناسان کودک معتقدند شخصیت انسان در سال‌های ابتدایی زندگی شکل می‌گیرد و هویت او براساس قهرمانان و الگوهایش ساخته می‌شود. وقتی قهرمان قصه شب فرزند شما، به جای شخصیت‌های خیالی غربی، حضرت علی اصغر علیه‌السلام یا حضرت رقیه علیه‌السلام باشد، شما در حال ساختن یک هویت مستحکم و آسمانی برای او هستید. این محبت، بهترین سپر دفاعی و مطمئن‌ترین بیمه عاطفی او در برابر طوفان‌های هویتی دوران نوجوانی و جوانی خواهد بود.

خانه‌ای که در اعیاد اهل بیت علیهم‌السلام سرشار از جشن و سرور است و در ایام شهادتشان، رنگ و بوی عزا می‌گیرد، در حقیقت، یک دانشگاه عملی و کارگاه دائمی است.

وقتی در روز تولد امام زمان عجل‌الله تعالی فرجه‌ه یک کیک ساده خانگی می‌پزید و خانه را با چند بادکنک سبز تزئین می‌کنید، درواقع، به فرزندان می‌آموزید که این روز، عید ما و روز شادی خانواده ماست. این محبت عمیق، او را در برابر ویروس‌های فکری و فرهنگی آینده بیمه می‌کند. او در نوجوانی، هنگام مواجهه با شبهات، شاید پاسخ منطقی همه آن‌ها را نداند، اما همان خاطره‌های شیرین از محبت شما به اهل بیت علیهم‌السلام، همچون لایه‌ای محافظ، او را حفظ خواهد کرد.

خانم‌های عزیز و دوست‌داشتنی! خانه‌های ما نباید شبیه هتل‌هایی بی‌روح باشند. خانه یک زن شیعه، باید آکنده از عطر و بوی اهل بیت علیهم‌السلام باشد. این امر، هرگز به معنای تجملات نیست. با نصب یک تابلوی زیبا با نام مبارک «یا فاطمه الزهرا علیه‌السلام» یا یک حدیث از امام صادق علیه‌السلام می‌توان دائماً این محبت و مسیر نورانی را به خود و خانواده یادآوری کرد. چنین فضایی، زمینه را برای حضور ملائکه فراهم می‌کند و شیاطین را از محیط خانه دور می‌سازد.

صحنه دوم: روضه‌های خانگی، کارگاه‌های جمعی ترمیم و تقویت

دومین صحنه مودت زنانه به اهل بیت (علیهم‌السلام)، برگزاری روضه‌های خانگی است. شاید با خود بگوییم که یک روضه کوچک خانگی با پنج نفر مهمان، در این دنیای پرهیاهو چه اثری می‌تواند داشته باشد؟

خواهر من! شاید باورش سخت باشد، اما همین روضه‌های خانگی و نذری‌های ساده، بزرگ‌ترین و مؤثرترین ابزار انسجام اجتماعی شیعه در طول تاریخ بوده‌اند. این‌ها کارگاه‌های ترمیمی‌اند؛ کارگاه‌هایی که دانه‌های تسبیح یک محله یا فامیل را که در طول هفته از هم دور افتاده‌اند، دوباره دور هم جمع می‌کنند.

اشکی که در این مجالس برای سیدالشهدا (علیهم‌السلام) ریخته می‌شود، همچون یک ماده شوینده مقدسی است که غبارها و زنگارهای دنیا را از سطح دانه‌های درخشان ایمان ما پاک می‌کند. گفت‌وگویی که پس از روضه میان خانم‌ها شکل می‌گیرد، گره‌های مشکلات یکدیگر را باز می‌کند. آن غذای نذری ساده، نمک‌گیرمان می‌کند و دل‌ها را به هم نزدیک‌تر می‌سازد. از همین مجالس کوچک است که هزاران فعالیت خیر و فرهنگی دیگر جوانه می‌زند. پس هرگز این سنگر قدرتمند زنانه را دست‌کم نگیریم؛ چراکه یکی از روشن‌ترین مصادیق عمل کردن به آیه «قُلْ لَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي الْقُرْبَى» است.

بانویی را می‌شناختم که وضع مالی چندان خوبی نداشت. اما نذر کرده بود هر ماه، با بخش کوچکی از درآمد خانواده، یک کتاب داستان با موضوع زندگی یکی از ائمه (علیهم‌السلام) تهیه کند و آن را به دختر بچه‌هایی که در جلسات خانگی شرکت می‌کنند، هدیه بدهد. او می‌گفت: توان مالی زیادی برای نذری دادن ندارم، اما نذر کرده‌ام تا آئینه دل بچه‌ها را به سمت نور اهل بیت (علیهم‌السلام) بچرخانم.

خانم «منیره قریشی»، مادر «شهید حمید احدی»، یکی از شیرزنان زنجانی است که افزون بر اینکه مدال پُرافتخار مادر شهید بودن را بر گردن آویخته، بیش از ۵۵ سال است که روضه خانگی برپا می‌کند و دل‌های فراوانی را پای منبر و عظمه خطاب و کلام نورانی وحی نشانده است. تاریخ تولد این روضه‌های خانگی از قبل انقلاب است؛ یعنی روزگاری که کشور در اوج خفقان حکومت دیکتاتوری پهلوی به سر می‌برد. خانم قریشی درباره‌ی مجالس روضه چنین می‌گوید:

روضه‌های خانگی، تزریق معنویت به جامعه است. اکنون حضور در این جلسات، مانند گذشته دشوار نیست و همه مردم می‌توانند به راحتی به این محافل معنوی دسترسی پیدا کنند. جوانان نیز دارای روحیه‌ای پاک و فطرتی خدا جو هستند، اما گاهی تحت تأثیر تبلیغات سوء قرار می‌گیرند. در منطقه‌ای که زندگی می‌کنم، همواره به جوانان توصیه می‌کنم چند بار در جلسات قرآنی شرکت کنند؛ اگر از جلسه خوششان نیامد، می‌توانند به کلاس‌های دیگر با سطح علمی بالاتر بروند. در هر صورت، در این جلسات سخن از خدا و قرآن است و دل‌ها را جذب می‌کند. اگر شرایط حضور جوانان را فراهم کنیم، آنان پایبند به روضه خواهند شد.^۱ خواهران من! همیشه به یاد داشته باشیم که ثمره این محبت خانگی، دیر یا زود در صحنه اجتماع نمایان می‌شود.

صحنه سوم: مودت در عمل، تجلی در سبک زندگی

اما صحنه سوم؛ جایی که مودت واقعی جلوه‌گر می‌شود، آنجا که محبوب، در رفتار و ظاهر ما تجلی پیدا کند. وقتی شما، به عنوان یک زن تحصیل کرده و فعال اجتماعی، زندگی نامه حضرت زهرا (ع) را می‌خوانید و می‌بینید که ایشان چگونه در عین دفاع از حریم ولایت و حضور در صحنه اجتماع، اسوه حیا و خانه‌داری نیز بودند و تلاش می‌کنید ذره‌ای از آن جامعیت را در زندگی خود پیاده کنید، این عمیق‌ترین و صادقانه‌ترین شکل ابراز مودت است.

امروز، صفحه اینستاگرام یک دختر جوان، تربیون اوست. وقتی در میان این همه موج نمایش‌گری و برهنگی، یک دختر با افتخار و با استدلال از حجاب فاطمی خود دفاع می‌کند، یا در روز شهادت یکی از ائمه (ع)، پستی معرفی و عمیق منتشر می‌کند، او در حال فریاد زدن این مودت در میدان جنگ نرم است. او با عملش به دنیا می‌گوید: «هویت، الگو و عشق من، از این خاندان است.» و این مؤثرترین تبلیغ برای اهل بیت (ع) است.

احترام ویژه به سادات مؤمن و باتقوا، به ویژه بانوان سیده، به عنوان یادگاران و منسوبین به پیامبر (ص)، یکی از مصادیق عملی و زیبای توجه به فرمان

۱. «مادر شهیدی که ۵۵ سال بانی روضه خانگی است»، خبرگزاری رسمی حوزه، دسترسی در: <https://hawzahnews.com/xbSWG>، ۳ مهر ۱۴۰۳.

«الْمَوَدَّةُ فِي الْقُرْبَى» است و نشان می‌دهد که این محبت، از یک احساس صرف، به یک رفتار اجتماعی تبدیل شده است.

در نهایت، این نخ محبت، با یادکردن مداوم، زنده و پویا می‌ماند. فرستادن چند صلوات در حین کارهای روزمره، یا یک سلام ساده «السَّلامُ عَلَيْكَ» یا صاحب الزَّمان در ابتدای روز، همانند آبیاری روزانه یک گل است. شاید به چشم نیاید، اما همین یادهای کوتاه، ریشه‌های محبت را در قلب ما عمیق و ناگسستنی می‌کند. همین الان چشم‌هایمان را ببندیم و دست بر سینه بگذاریم و به امام حق و حاضرمان سلام دهیم: «السَّلامُ عَلَيْكَ يَا صاحب الزَّمان!».

نگهبانان نخ تسبیح

خواهران عزیز! مادران بزرگوار! بیایید از امروز با نگاهی تازه، به زندگی و وظایف خود بنگریم. مودت اهل بیت علیهم‌السلام یک تکلیف اضافی بر دوش ما نیست؛ طناب نجات ماست. این همان «حبل الله المتین» است که خداوند فرستاده تا در تلاطم‌های آخرالزمان، پراکنده و غرق نشویم.

هر عمل، هر نیت، هر اشک و لبخندی که برای اهل بیت علیهم‌السلام باشد، پیوندی است که بر این نخ تسبیح می‌زنیم. ما زنان، به تعبیر دقیق‌تر، نگهبانان نخ تسبیح امت هستیم. اگر این نخ را در خانه‌ها و در جامعه، محکم نگه داریم، هیچ طوفانی قادر به پراکنده کردن دانه‌های این امت نخواهد بود. این بزرگ‌ترین مزد رسالت پیامبر صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم و بزرگ‌ترین خدمت به امام زمانمان عجل‌الله‌تعالیه است؛ چراکه خداوند فرمود: «قُلْ لَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ أَجْرًا إِلَّا الْمَوَدَّةَ فِي الْقُرْبَى».

پروردگارا! تو را به عزیزترین خلقت، حضرت فاطمه زهرا علیها‌السلام، قسم می‌دهیم که ما را قادران این نعمت عظیم مودت قرار ده و به ما توفیق بده که با عمل و رفتارمان، زینت اهل بیت علیهم‌السلام باشیم، نه مایه سرافکندگی آنان. و السلام علیکم و رحمة الله و بركاته.



محتوای خودت را بساز



شهادت آیه‌ها



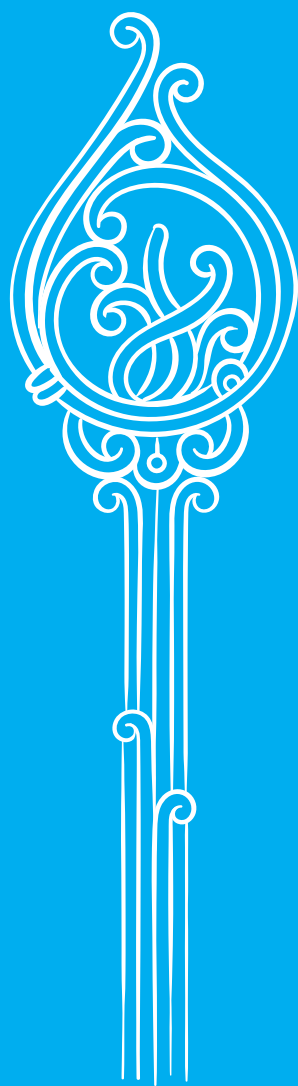
پویانمایی



یادکست صوتی



تبیین آیه



جزء بیست و ششم

زیبایی اقتدار

(ایستادگی زنانه؛ از سستی

درونی تا برتری الهی)

﴿فَلَا تَهِنُوا وَتَدْعُوا إِلَى السَّلَامِ
وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ وَاللَّهُ مَعَكُمْ﴾

سوره محمد، آیه ۳۵

پس هرگز [در نبرد با دشمن] سست نشوید و
[دشمنان را] به صلح [ذلت بار] دعوت نکنید؛
در حالی که شما برترید، و خدا با شماست.



سُورَةُ مُحَمَّدٍ

وَلَوْ شَاءَ لَأَرْسَلْنَاكَ هُمْ فَلَعَرَفْتَهُمْ بِسِيمَاهُمْ وَلَتَعْرِفَنَّهُمْ فِي
لَحْنِ الْقَوْلِ وَاللَّهُ يَعْلَمُ أَعْمَالَكُمْ ﴿٢١﴾ وَلَتَبْلُوَنَّهُمْ حَتَّى نَعْلَمَ
الْمُجَاهِدِينَ مِنْكُمْ وَالصَّابِرِينَ وَتَبْلُواْ أَخْبَارَكُمْ ﴿٢٢﴾ إِنَّ الَّذِينَ
كَفَرُواْ وَصَدُّواْ عَن سَبِيلِ اللَّهِ وَشَاقُّواْ الرَّسُولَ مِن بَعْدِ
مَا بَيَّنَّ لَهُمُ الْهُدَى لَن يَضُرُّواْ اللَّهَ شَيْئًا وَسَيُحِيطُ أَعْمَالُهُمْ
﴿٢٣﴾ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُواْ أَطِيعُواْ اللَّهَ وَأَطِيعُواْ الرَّسُولَ
وَلَا تُبْطِلُواْ أَعْمَالَكُمْ ﴿٢٤﴾ إِنَّ الَّذِينَ كَفَرُواْ وَصَدُّواْ عَن سَبِيلِ
اللَّهِ ثُمَّ مَا تَوَّاهُمْ كُفَّارٌ فَلَن يَغْفِرَ اللَّهُ لَهُمْ ﴿٢٥﴾ فَلَا يَهْنُواْ
وَتَدْعُوا إِلَى السَّلَامِ وَأَنْتُمْ لَا أَعْلَوْنَ وَاللَّهُ مَعَكُمْ وَلَن يَتِرَكُمْ
أَعْمَالَكُمْ ﴿٢٦﴾ إِنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌّ وَلَهُوَ وَإِنْ تُؤْمِنُوا وَتَتَّقُواْ
يُؤْتِكُمْ أَجُورَكُمْ وَلَا يَسْأَلْكُمْ أَمْوَالَكُمْ ﴿٢٧﴾ إِنْ يَسْأَلْكُمْوهَا
فِي حِفْظِكُمْ تَبْخُلُواْ وَمِنْهَا أَعْطَاكُمْ ﴿٢٨﴾ هَآءَ أَنْتُمْ هَؤُلَاءِ
تُدْعُونَ لِتُبْخِلُواْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَمِنْكُمْ مَنْ يَبْخُلُ وَمَنْ يَبْخُلْ
فَإِنَّمَا يَبْخُلْ عَن نَفْسِهِ وَاللَّهُ الْغَنِيُّ وَأَنْتُمُ الْفُقَرَاءُ وَإِنْ
تَتَوَلَّوْاْ يَسْتَبَدِلْ قَوْمًا غَيْرَكُمْ ثُمَّ لَا يَكُونُواْ أَمْثَلَكُمْ ﴿٢٩﴾



تلاوت آیه



مدرسه حفظ

ندای پنهان

در این محفل نورانی، می‌خواهم درباره‌ی یکی از عمیق‌ترین، حساس‌ترین و شاید پنهان‌ترین دغدغه‌های زنانه با شما سخن بگویم؛ دغدغه‌ای که شاید کمتر آن را بر زبان بیاوریم، اما در لحظات سرنوشت‌ساز زندگی، همچون طوفان درونی، آرامش ما را به چالش می‌کشد.

گاهی انسان به این نقطه‌های ساده‌ی زندگی نگاه می‌کند و درمی‌یابد چه اندازه عمق و پیام در آن‌ها نهفته است؛ همین آمدنِ شما، معادل «نه» گفتن است؛ نه گفتن به شلوغی‌های بیهوده‌ی بازار عصر، نه گفتن به خستگیِ روزمرگی‌ها و بله گفتن به آرامش حضور در کنار خدا.

در زندگی زن امروز، گاهی دل خسته می‌شود؛ خسته از حجم وظایفی که بر دوشش سنگینی می‌کند. از همان لحظه‌ای که چشم می‌گشاید، صدای ساعت، تیک‌تاکِ برنامه‌ای است که انتها ندارد؛ کارخانه، درس و دغدغه‌ی تربیت بچه‌ها، مراقبت از سالمندان، رسیدگی به همسر و بعد هم هزار نگرانی برای آبروداری و حفظ ظاهر. همه‌ی این‌ها خدمت است، اما گاهی در عمق دل، آهی بلند می‌شود: «من دیگر توان ندارم! نفسم گرفته».

شما بانوان مؤمن و پاک‌سرشت، بارها در موقعیت‌هایی قرار گرفته‌اید که قلبتان گواهی می‌داده باید بر یک اصل پایبند بمانید، اما فشارهای بیرونی و وسوسه‌های درونی، شما را به سوی کوتاه‌آمدن و سازش سوق داده است. – شاید در یک مهمانی خانوادگی، به خاطر تفاوت در پوشش یا سبک زندگی‌تان، نگاه‌های سنگین و طعنه‌هایی را حس کرده باشید و صدایی در درونتان

نجوا کرده باشد: «سخت نگیر! کمی مثل بقیه باش تا پذیرفته شوی و تنها نمایی».

– شاید در مسیر تربیت فرزندان، بر سر یک اصل دینی یا اخلاقی پافشاری کرده‌اید، اما با گریه و لجبازی او یا سرزنش اطرافیان، برای لحظه‌ای به این فکر افتاده باشید که شاید تسلیم شدن، هزینه کمتری داشته باشد.

– شاید در محیط کار، برای حفظ حریم‌های شرعی خود، ناچار به تحمل انزوا یا ازدست دادن برخی فرصت‌ها شده‌اید و از خود پرسیده‌اید: «آیا این همه مقاومت ارزش دارد؟».

– شاید در برابر سیل بنیان‌کن مدهای غربی که حیا، عفت و جایگاه زن را هدف گرفته‌اند، احساس تنهایی کرده و با اضطراب به این اندیشیده‌اید: «آیا یک نفر، به تنهایی می‌تواند در برابر این موج عظیم بایستد؟».

این دوگانگی ویرانگر میان «آنچه به آن باور داریم» و «آنچه جامعه بر ما تحمیل می‌کند»، می‌تواند منشأ اضطراب مزمن، فرسایش روحی و کاهش عزت نفس باشد.

نقشه راه پیروزی

خبر خوب این است که خداوند حکیم (خالق روح لطیف و در عین حال قدرتمند ما زنان) در کتاب راهنمای زندگی، برای همین نقطه‌های حساس و بزنگاه‌های دشوار، یک دستورالعمل قاطع، قدرتمند و بی‌نهایت آرامش‌بخش قرار داده است؛ آیه‌ای که نه تنها یک فرمان نظامی برای میدان جنگ، بلکه یک سبک زندگی مؤمنانه در تمام عرصه‌های مبارزه درونی و بیرونی را به ما می‌آموزد. خدای مهربان در آیه ۳۵ سوره مبارکه محمد، در دل همین لحظه‌های خستگی، ناگهان در گوش جان ما زنان زمزمه می‌کند و به ما یک استراتژی جامع و سه‌بخشی ارائه می‌دهد: «﴿فَلَا تَهِنُوا وَتَدْعُوا إِلَى السَّلَامِ وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ وَاللَّهُ مَعَكُمْ وَلَنْ يَتَرَكُمُ أَعْمَالُكُمْ﴾؛ پس هرگز سست نشوید و (دشمنان را) به صلح (ذلت‌بار) دعوت نکنید، درحالی‌که شما برترید و خداوند با شماست و هرگز از (پاداش) اعمالتان نمی‌کاهد».

چه آرامشی در این آیه نهفته است! این آیه مانند دستی است که روی شانه‌ات می‌نشیند و با مهربانی می‌گوید: «من هستم، ادامه بده!». این آیه

شگفت‌انگیز، در حقیقت، یک قانون روان‌شناختی-معنوی است که سه اصل طلایی برای پیروزی و آرامش را به ما هدیه می‌دهد.

فرمان اول (روان‌شناختی)

اولین اصل و فرمان خداوند «فَلَا تَهِنُوا» است؛ یعنی هرگز از درون سست نشوید. واژه «وَهْن» در زبان عربی، صرفاً به معنای ضعف جسمانی نیست، بلکه به معنای سستی درونی، ضعف اراده، احساس خودکم‌بینی و فروپاشی روانی نیز هست (یعنی ناتوانی‌ای که از دل و باور آغاز می‌شود، نه از عضله). خداوند هشدار می‌دهد که نخستین و خطرناک‌ترین سنگر، سنگر روان است. اگر ما زنان از درون احساس ضعف و پوکی کنیم، شکست ما قطعی خواهد بود.

خدا می‌داند بعضی از سخت‌ترین میدان‌های استقامت، نه در جبهه‌های جنگ است و نه در عرصه‌های سیاست؛ بلکه در اتاق کوچک خانه ماست، کنار گهوارهٔ کودکمان، داخل آشپزخانه و پشت اجاق‌گاز، یا زمانی که با قلبی رنجیده، باز هم لب‌خند می‌زنیم. گاهی جنگ واقعی همین است که انسان، درون خسته‌اش را تسلیم نکند و شکست ندهد.

فرمان دوم (راهبردی)

دومین فرمان الهی «وَتَدْعُوا إِلَى السَّلْمِ» است. معنایش این است که به صلح دلت بار دعوت نکنید؛ یعنی شما هرگز نباید برای سازش با دشمنی پیش‌قدم شوید که به اصول و ارزش‌های شما باور ندارد و تنها به دنبال نابودی هویت شماست. تسلیم‌شدن برای رهایی از فشار کوتاه‌مدت، یک اشتباه راهبردی است که هزینه‌های بلندمدت و جبران‌ناپذیری دارد.

ای کاش خداوند کمی از فهم و بصیرتی که به نوجوانانی مثل «شهیده سیده طاهره هاشمی» داده بود، به برخی از مسئولین مدعی ما هم می‌داد؛ همان‌هایی که برخی‌شان چند برابر بیشتر از عمر ۱۴ سالهٔ شهیده هاشمی در این کشور مسئول بوده‌اند، اما هنوز نمی‌دانند که نباید تن به سازش داد. این نوجوان شهیده می‌گوید: «نگرانی من و توای خواهرم! این است که مبادا سازشی صورت



گیرد و خون‌های شهیدان به هدر رود و نتوانیم ندای امام را به گوش جهانیان برسانیم که ندای امام، همان ندای اسلام است»^۱.

سیده طاهره خوش‌نویس بود و جملاتی از امام را انتخاب می‌کرد و با خطی زیبا می‌نوشت. یک‌جا این جمله امام را نوشته بود: «این فکر را که نمی‌توانیم خودکفا باشیم، از سر بیرون کنیم». مسلماً کسی که این جمله امام را از میان هزاران سخن ارزشمند بزرگان برمی‌گزیند، حتماً خود نیز به اهمیت خودکفایی آگاه است و می‌داند که انقلاب نوپای ایران نیازمند خودکفایی در تمام زمینه‌های اقتصادی و سیاسی است.^۲

این شهیده نوجوان در مقاله‌نویسی هم دستی بر آتش داشت. در بخشی از یک مقاله نوشته بود: «امروزه سعی می‌شود از طرف دشمنان، ولای مثبت را تبدیل به ولای منفی و ولای منفی را تبدیل به ولای مثبت نمایند؛ یعنی مؤمن را وادارند که با دشمن خود دوست باشد و با دوستش دشمن؛ که این را از طریق مدرنیزه کردن و آزادی بی‌قید و شرط و بی‌بندوباری به افراد جامعه تحمیل می‌کنند و مؤمن بی‌آن‌که متوجه باشد ممکن است در آن گرداب غرق گردد».^۳

سیده طاهره، این بصیرت و دشمن‌شناسی را در کنار مجاهدت‌های فراوان در راه مبارزه با نفس و مسیر خودسازی، با تبعیت کامل از ولایت و پیروی از فرامین حضرت امام خمینی (ره) به دست آورد. تعریف می‌کنند که دلش برای حضرت امام می‌تپید و این شیفتگی را در طرح‌های هنری‌اش نیز به تصویر می‌کشید. وقتی دل‌تنگ می‌شد، با کشیدن تصویر امام، شادی را برای خودش به ارمغان می‌آورد. به پیام‌های حضرت امام اهمیت می‌داد و پیام‌های شانزده‌گانه ایشان خطاب به دانش‌آموزان را نکته‌به‌نکته رعایت می‌کرد. آرزوی دیدار امام هم در دلش موج می‌زد.^۴

۱. «روایت دختر ۱۴ ساله‌ای که شهید بهشتی وعده شهادتش را داد»، بنیاد هابیلیان (خانواده

شهادت‌های ترور کشور)، دسترسی در:

https://www.habilian.ir/fa/vije/vijenameha/Vijenameha/v002_amol/page02_02.html

۲. همان.

۳. همان.

۴. همان.



برادرش، عباس، تعریف می‌کند: «یک روز دوان دوان از مدرسه به خانه برگشت. کفش هایش را درآورد و وارد اتاق شد. نفس نفس می‌زد و از خوشحالی زبانش بند آمده بود. نمی‌دانستیم چه اتفاقی افتاده! چند لحظه صبر کرد و بریده بریده گفت: «قرار است چند روز دیگر بچه‌های مدرسه را به دیدار امام ببرند.»^۱

سرانجام، سیده طاهره به دیدار امام خمینی علیه السلام در تهران رفت. در همان سفر بود که در کنار مزار شهید بهشتی در بهشت زهرا، میثاق بست که در مسیر روشن آن شهید مظلوم گام بردارد. خاطرات این سفر معنوی هم تا مدت‌ها در یادش زنده بود. بعد از بازگشت از این سفر، یک شب خواب دید سفره‌ای پهن کرده‌اند و شهیدان دورتادور سفره نشسته‌اند. طاهره به صورت تک‌تک شهدا چشم دوخت. شهید فضلی و شهید قدیر را که از شهدای انجمن اسلامی محل بودند، میان آنان دید. آیت‌الله بهشتی چند دقیقه‌ای برایشان صحبت کرد و وقتی دید طاهره گوشه‌ای ایستاده، او را نیز به نشستن سر سفره دعوت کرد. وقتی صبح کنار سفره صبحانه، خوابش را برای مادر و عباس تعریف کرد، به آرامی گفت: «من شهید می‌شوم»^۲ و همین‌طور شد.

خانم‌های بزرگوار! آیا ما هم مثل این شهیده، گوش به فرمان امام جامعه‌مان هستیم؟ یا فقط عکس امام خامنه‌ای علیه السلام را روی صفحه موبایل یا داخل خانه نصب کرده‌ایم و ارادتمان زبانی است؟ باید بدانیم که راه نجات از فتنه‌ها، پیروی واقعی و عملی (در عمل و گفتار) از رهبری است. کسی که پشت سر رهبری حرکت کند، عمل به این آیه برایش آسان می‌شود و فریب سخنان به‌ظاهر زیبا، مانند «دنیای فردا دنیای گفتمان‌هاست، نه موشک‌ها» یا «ما باید به هر قیمتی با همه دنیا دست دوستی بدهیم» را نمی‌خورد.

دو وعده بزرگ الهی (معنوی)

اگر کسی براساس آیه بپرسد که چرا نباید سست شویم؛ خداوند دو دلیل محکم و تضمین شده ارائه می‌دهد: نخست، «وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ»، زیرا شما برترید. این یک

۱. گفت‌وگو با عباس هاشمی، برادر شهید، ۱۳۸۸، پرونده شهیده، آرشیو بنیاد شهید و امور ایثارگران آمل.

۲. بنیاد هابیلیان (خانواده شهدای ترور کشور).

شعار یا تعارف نیست؛ بلکه یک حقیقت وجودی است. کسی که به منبع لایزال قدرت، حق و زیبایی متصل است، ذاتاً در موضعی برتر قرار دارد؛ حتی اگر در ظاهر، تنها، در اقلیت و تحت فشار باشد. دوم، «وَاللَّهُ مَعَكُمْ»، زیرا خداوند با شماست. این بزرگ‌ترین، آرامش‌بخش‌ترین و قدرتمندترین تضمین ممکن است. «معیت الهی» یعنی خدا نه تنها ناظر ماست، بلکه همراه، پشتیبان، مدافع و یاری‌گر ما در این مسیر نیز می‌باشد. در ادامه آیه، این تضمین را کامل می‌کند: «وَلَنْ يَتْرُكُمْ أَعْمَالَكُمْ»؛ یعنی خیالتان راحت باشد، ذره‌ای از سختی‌ها و مجاهدت‌های شما را نادیده نمی‌گیرد و پاداش کامل آن را به شما خواهد داد.

صاحبان قصرهای باشکوه

بیایید با هم این مثال را در ذهنمان مرور کنیم. یک قصر باشکوه را تصور کنید که بر روی یک صخره محکم بنا شده است. این قصر، دیوارهای بلند، ستون‌های استوار و گنجینه‌های ارزشمندی از حیا، عفت، ایمان و کرامت انسانی را در خود جای داده است. از هر طرف طوفان‌های سهمگینی به سمت این قصر می‌وزد؛ طوفان رسانه‌های بیگانه، مُدهای بنیان‌کن، شبهات فکری، فشارهای اجتماعی و....

صاحب این قصر که همان زن مؤمن است، دوراه دارد. راه اول، راه وهن و سستی است. از ترس اینکه مبادا طوفان شیشه‌های قصر را بشکند یا رنگ دیوارها را خراب کند، خودش پیش قدم می‌شود، دروازه‌های قصر را باز می‌کند و با طوفان سازش می‌کند و به او اجازه می‌دهد که وارد قصر شود؛ به این امید که طوفان دست از شدت خود بردارد. نتیجه این کار چه خواهد بود؟ طوفان با ورود به قصر، تمام گنجینه‌ها را غارت می‌کند، ستون‌ها را فرو می‌ریزد و جزویرانه‌ای از آن قصر باشکوه، چیزی باقی نمی‌گذارد.

راه دوم، راه اقتدار مؤمنانه است. زن مؤمن دروازه‌ها را محکم می‌بندد، به استحکام ستون‌هایش (باورهایش) تکیه می‌کند و با آرامش، از پشت پنجره‌هایش، زوزه‌های طوفان را تماشا می‌کند. او می‌داند که طوفان، هرچقدر سهمگین باشد، گذراست؛ اما قصری که بر صخره ایمان بنا شده، ماندگار است. او می‌داند که برتر از طوفان است؛ زیرا ریشه در زمین و سر به آسمان دارد.

این همان معنای «فَلَا تَهْنُوا» است؛ بستن درهای دل به روی طوفان ناامیدی. زن مؤمن هم باید درب دل خود را بر فشارهای بیرونی ببندد. خواهران من! ما در مکتب قرآن و اهل بیت علیهم السلام تربیت شده‌ایم تا صاحبان قصرهای باشکوه باشیم. بسیاری از شکست‌ها از همان نقطه‌ای آغاز می‌شود که دلمان را به روی باد باز می‌کنیم. گاهی دشمن ما، آن آدمی نیست که بیرون از ماست، بلکه همان صدای مأیوس‌کننده‌ای است که در سر خود ماست و اجازه نمی‌دهد به هدف اصلی دست پیدا کنیم و دائم در گوش ما می‌گوید: «بی‌فایده است، ولش کن، بگذار بگذرد!». خواهر عزیزم! هروقت این صدا را شنیدی، این سخن خدا را به یاد بیاور: «وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ وَاللَّهُ مَعَكُمْ».

زنان حیات بخش

می‌دانید زن‌ها در قرآن نقشی حیات بخش داشته‌اند؟! در قصه حضرت موسی علیه السلام، مگر می‌شود مادری فرزند خودش را در آب بیندازد و او را رها کند؟! مگر این کار با روحیه زنانگی ما جور در می‌آید؟! وقتی مادر موسی علیه السلام مأمور می‌شود نوزادش را در نیل بیندازد، قرآن می‌فرماید: «وَأَصْبَحَ فُؤَادُ أُمِّ مُوسَى فَارِعًا»^۱؛ یعنی قلب مادر موسی علیه السلام از هر چیزی جز یاد فرزندش خالی شد و در اضطراب و نگرانی فرو رفت. سپس، در ادامه می‌فرماید: «إِنْ كَادَتْ لَتُبْدِي بِهِ لَوْلَا أَنْ رَبَّنَا عَلَىٰ قَلْبِهَا لِتَكُونَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ»^۲؛ اگر قلبش را با لطف خودمان محکم و استوار نکرده بودیم تا از باورکنندگان وعده ما باشد، نزدیک بود حقیقت را فاش کند.

بله عزیزان! دل مادر حضرت موسی علیه السلام از ترس خالی شد، اما خداوند با لطف و مهربانی دلش را بست. یعنی دل زن مؤمن را خدا می‌بندد تا فرو نریزد. هر مادری که امروز بین ترس و مسئولیت صبر می‌کند، همان مادر موسی علیه السلام است؛ هر زنی که در برابر وسوسه ناامیدی می‌ایستد، در حقیقت، قصه حضرت موسی علیه السلام را تکرار می‌کند.

من بارها زنان بسیاری را دیده‌ام که آیه «فَلَا تَهْنُوا» را زندگی کرده‌اند. قطعاً شما هم امثال این خانم‌ها را می‌شناسید و چه بسا خودتان هم شبیه به آن‌ها باشید.

۱. قصص، ۱۰.

۲. همان.

مادری سالمند بود با دو پسر بیمار. تصور داشتن دو فرزند مریض هم سخت است، خدا نکند که بچه‌های ما سرما بخورند. دیگر حال و روز نداریم! خواب راحت نداریم! اما این مادر، با دو فرزند بیمار زندگی می‌کرد و می‌گفت «هر روز موقع نماز، زیر لب با خدا حرف می‌زنم و می‌گویم که من کم نمی‌آورم، چون تو با منی». او راست می‌گفت؛ با دستانی لرزان غذای بچه‌های مریضش را می‌داد، ولی دلش آرام بود.

یک بار از او پرسیدم: «اینکه تنها زندگی می‌کنی، نمی‌ترسی؟»، پاسخ داد: «نه دخترم! وقتی خدا با من است، از چه بترسم؟!».
 الله اکبر از این همه ایمان به خدا! این صدای ایمان است، همان که فرشتگان وعده داده‌اند: «**أَلَا تَحْزَنُوا وَلَا تَحْزَنُوا**»؛ نه بترسید و نه غمگین باشید».

نگهدار آرامش

گاهی همسر خسته و عصبانی از راه می‌رسد و دل ما هم خسته است. آسان‌ترین و راحت‌ترین کار این است که پاسخ تندی بدهیم و غز بزیم؛ اما زن مؤمن می‌داند که آرامش خانه در دستان او است. او به جای غرزدن، نیم ساعت سکوت می‌کند، یک چایی و میوه به همسرش می‌دهد و هیچ حرفی نمی‌زند؛ تا مرد به مرور آرامش خود را بازیابد. او به حدیث پیامبر ﷺ گوش می‌دهد که فرمودند: «**خَيْرُكُمْ خَيْرُكُمْ لِأَهْلِهِ وَأَنَا خَيْرُكُمْ لِأَهْلِي**؛ بهترین شما کسی است که برای خانواده‌اش بهتر باشد و من بهترین شما نسبت به خانواده خود هستم».^۱

مرد، از بیرون آوردگار رزق است و زن در درون خانه نگه‌دار آرامش. البته مردان نیز باید مراقب رفتارشان باشند، اما ما زنان باید بدانیم که خدا فرموده است: «**فَلَا تَهْنُوا**».

و در تربیت فرزند است که معنای استقامت روشن می‌شود؛ وقتی بچه‌ات از نماز فراری است و تو هر شب بدون اینکه خسته بشوی، حدیثی می‌گویی یا قصه‌ای از امام حسین ﷺ روایت می‌کنی و ایمان را نه با زور، بلکه با محبت در دلش می‌کاری، تو همان باغبان وفاداری هستی که با اشک، نهال ایمان را آبیاری

می‌کند. گاهی با خودت می‌گویی: «من تنها چه کار کنم؟ بقیه بچه‌ها آزادند، چرا فقط من سخت می‌گیرم؟». در آن لحظه، قرآن صدايت می‌زند: «فَلَا تَهِنُوا وَتَدْعُوا إِلَى السَّلَامِ وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ وَاللَّهُ مَعَكُمْ»؛ تو بالاتری، زیرا داری آینده‌ای پاک می‌سازی. روان‌شناسان می‌گویند ایمان پایدار یعنی حس خدا داشتن در لحظه بحران. خانمی را دیده‌اید که در زایمان سخت، لب به نام خدا می‌گشاید، همان لحظه نظام عصبی‌اش آرام می‌شود؟ چون احساس همراهی دارد. این همان «وَاللَّهُ مَعَكُمْ» است. زن مؤمن، در هر فشار و بحران، انرژی خود را از حضور خدا می‌گیرد، نه از تأیید دیگران.

نخ طلا در تاریکی

اگر دیده باشید، زرگر وقتی می‌خواهد طلای جدید بسازد، طلای کهنه را در آتش می‌گذارد. لحظاتی رنگ طلای قدیم تیره می‌شود، اما نتیجه‌اش طلایی خالص‌تر و زیباتر خواهد بود. سختی‌های زندگی زن مؤمن هم مانند همان آتش است؛ او را می‌سوزاند تا خالص‌تر شود و بدرخشد. بعد از هر صبر، آرامش تازه‌ای در دل می‌جوشد. امام صادق علیه السلام فرمودند: «الصَّبْرُ رَأْسُ الْإِيمَانِ؛ صبر، سرایمان است».^۱ بی‌صبر، ایمان بی‌سر می‌شود.

حافظ می‌گوید:

من اگر کامروا گشتم و خوش‌دل چه عجب

مستحق بودم و این‌ها به زکاتم دادند

هاتف آن روز به من مژدهٔ این دولت داد

که بدان جور و جفا صبر و ثباتم دادند

این‌همه شاهد و شکر کز سخنم می‌ریزد

اجر صبریست کز آن شاخ نباتم دادند^۲

خدا مادر شهیدان جوادنیا را رحمت کند؛ «حاجیه خانم فاطمه عباسی ورده»، مادر همان چهار شهیدی است که داستان معروفی دارند. خاطره‌ای که

۱. محمدبن یعقوب کلینی، الکافی، ج ۲، ص ۸۷.

۲. حافظ، غزل ۱۸۳.



خود این مادر شهید در دیدار امام خمینی علیه السلام با خانواده شهدا تعریف می‌کند، شنیدنی است:

در دیدار با حضرت امام، عکس فرزندانم را یک‌به‌یک از زیر چادرم آوردم و به امام نشان دادم. امام عکس یونس را که دید، شروع کرد به گریه کردن؛ به حدی که شانه‌هایش می‌لرزید. با دیدن این موضوع، فوری عکس‌ها را جمع کردم و به امام گفتم: «من چهار شهید داده‌ام که گریه شما را نبینم!»^۱

ممکن است خیلی‌ها این خاطره را شنیده باشند، عجیب‌تر آن است که این مادر شهید، پیش از انقلاب هم سه فرزند دیگر خود را از دست داده بود. یعنی مادری با هفت فرزند از دست‌رفته، باز هم اهل صبر و استقامت بود و شهادت فرزندان را بزرگ‌ترین هدیه می‌دانست.^۲ الله اکبر از این همه صبر!

بالاترین سرباز

زن مؤمن به راحتی از کوره در نمی‌رود؛ دیر می‌ترسد و زود آرام می‌شود؛ چون به آیه‌ای وصل است که همیشه جاری است: «فَلَا تَهِنُوا وَتَدْعُوا إِلَى السَّلَامِ وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ وَاللَّهُ مَعَكُمْ». گاهی در خلوت شب، وقتی همه خوابیده‌اند و تو خسته‌ای، فقط این آیه را با خودت تکرار کن. باور کن این آیه، خود یک ذکر آرامش است. شب که می‌شود و وقتی تنها هستی و تمام خستگی‌های روز بر دوش توست، با خودت بگو: «خدا! من امروز هم به لطف تو کم نیاوردم و سست نشدم». شاید دلت گرفته باشد، شاید اشک بریزی؛ اما این اشک یعنی هنوز زنده‌ای و استقامت داری. می‌دانم زندگی زنانه ما پر از آقا و اگر است، اما باور کن که خدا تمام فریادهای خاموش ما را می‌شنود. تو در چشم او بالاترین سربازی؛ نیازی نیست شمشیر به دست بگیری. همین که در طوفان‌ها، ذره‌ای از حیا و ایمان را رها نکردی، یعنی تو پیروز شده‌ای.

۱. «ام البنین ایران؛ هرگز برای شهادت فرزندان اشکی نریخت»، دسترسی در:

۲. «حاجیه خانم فاطمه عباسی ورده»، مادر مکرمه شهیدان احمد، علی، یونس و محمد جوادنیا، دسترسی در: <https://navideshahed.com/fa/news/582412>، ۲۷ آذر ۱۴۰۳.

۲. «حاجیه خانم فاطمه عباسی ورده»، مادر مکرمه شهیدان احمد، علی، یونس و محمد جوادنیا، دسترسی در: <https://navideshahed.com/fa/news/210007>، ۳۰ اردیبهشت ۱۳۸۸.

امروز خواسته و شعار دشمن همین است: کاستن از عزت زن ایرانی. او نمی‌خواهد فقط روسری‌ات را برداری؛ بلکه می‌خواهد از درونت اطمینان و آرامش را بگیرد. وقتی با وقار بیرون می‌روی، در حقیقت، نه تنها یک لباس، بلکه پرچم «استقامت» را به دوش داری. این جمله را از من به یاد بسپار که هر دختر باحیایی، ادامه‌دهنده مادر موسی‌هاست.

عزت نفس الهی

یکی از مهم‌ترین مفاهیم در روان‌شناسی مدرن، عزت نفس است. عزت نفس یعنی احساس ارزشمندی درونی، فارغ از تأیید یا عدم تأیید دیگران. افرادی که عزت نفس پایینی دارند، دائماً به دنبال جلب رضایت دیگران هستند، از گفتن «نه» می‌ترسند و به راحتی تسلیم فشار جمع می‌شوند. آیه **﴿فَلَا تَهِنُوا وَتَدْعُوا إِلَى السَّلَامِ وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ وَاللَّهُ مَعَكُمْ﴾**، دقیقاً در حال ساختن یک عزت نفس الهی در وجود ماست. خداوند به ما می‌گوید: احساس ارزشمندی تو نباید از لایک‌های اینستاگرام، تأیید فلان دوست یا هم‌رنگ شدن با مد روز نشئت بگیرد. ارزش تو ذاتی است، زیرا تو بنده منی، بر مسیر حق قرار داری و من با تو هستم. زنی که این باور را درونی کند، دیگر برای ارزشمند بودن، نیازی به تقلید از دیگران یا کوتاه آمدن از اصولش ندارد. او از درون، احساس برتری و عزت می‌کند.

ایستادگی یک بانو در برابر فشار جمع

بانویی را می‌شناختم که در یک خانواده متمول و مدرن ازدواج کرده بود. او تنها فرد محجبه و مقید به برخی مسائل شرعی در آن خانواده بود. در مهمانی‌ها، خواهران همسرش با لباس‌های باز و آرایش‌های غلیظ حاضر می‌شدند و حجاب او کامل بود. اوایل، طعنه‌ها و نگاه‌های سنگین، آزارش می‌داد. بارها وسوسه شده بود که حداقل در جمع‌های زنانه، کمی کوتاه بیاید تا مثل بقیه باشد.

یک شب پس از یک مهمانی سخت، درحالی‌که گریه می‌کرد، به همسرش گفت: «خسته شدم از این همه تفاوت و تنهایی!». همسرش پاسخ داد: «عزیزم! تو متفاوت نیستی، تو متمایز هستی. تو برتری! آن‌ها در حال تقلید کورکورانه از فرهنگی هستند که خودشان هم نمی‌شناسند، اما تو براساس یک باور عمیق و

یک انتخاب آگاهانه، این سبک را برگزیده‌ای). به قول بحث امروز ما: «کم نیاور! سست نشو! خدا با توست».

آن خانم می‌گفت که این جملات، مسیر زندگی‌اش را تغییر داد. او دیگر خودش را فردی ضعیف و تنها نمی‌دید؛ بلکه خود را نماینده یک تفکر اصیل و برتر می‌دانست. جالب اینجاست که با گذشت زمان، همان خواهران شوهرش که او را مسخره می‌کردند، در مشکلات زندگی‌شان، برای مشاوره و درد دل به سراغ او می‌آمدند؛ زیرا در او آرامش و استحکام درونی دیده بودند که خودشان فاقد آن بودند. این، نتیجه عملی عمل به آیه **﴿فَلَا تَهِنُوا وَتَدْعُوا إِلَى السَّلَامِ وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ وَاللَّهُ مَعَكُمْ﴾** است.

تجلی اقتدار مؤمنانه

بنابراین، ما باید صاحب قصر عزت و اقتدار و در عین حال، نگهدارنده آرامش خانواده باشیم. باید بدانیم که این صاحب قصر بودن، در جزئی‌ترین تصمیمات روزمره ما خودش را نشان می‌دهد.

میدان خانواده، اولین عرصه تمرین اقتدار

اولین عرصه تمرین و نگهداری «اقتدار» و عمل به این آیه، در درون منزل است. وقتی فرزند شما با گریه و لجبازی، خواسته‌ای نامعقول دارد، در یک دوراهی قرار می‌گیرید. تسلیم شدن برای ساکت کردن فرزند، همان دعوت به صلح ذلت بار است. این رفتار به فرزند می‌آموزد که با ابزارهای هیجانی و فشار می‌تواند به خواسته‌اش برسد. اما «اقتدار مادرانه»، مطابق **﴿فَلَا تَهِنُوا﴾**، یعنی با مهربانی اما قاطعیت، کنار او بنشینید، اجازه دهید هیجاناتش را تخلیه کند و سپس، با توضیح منطقی، راه درست را به او نشان دهید. مدیریت یک مادر در خانه، نیازمند همین قاطعیت و سیاست‌گذاری درست است.

در بحث‌های خانوادگی و در یک جمع فAMILI، ممکن است بحثی درباره مسائل دینی یا انقلابی پیش بیاید و کسی که تحت تأثیر رسانه‌های بیگانه است، شروع به سیاه‌نمایی و زیرسؤال بردن همه چیز کند. در این موقعیت، «وهن» یعنی سکوت از ترس یا همراهی با جمع برای پذیرفته شدن. اما «اقتدار مؤمنانه»

یعنی با آرامش، احترام و منطق، از باور خود دفاع کنید. لازم نیست همه را قانع کنید، اما باید موضع حق خود را با شجاعت و بدون لکت زبان اعلام نمایید.

میدان فردی: «نه» گفتن به مثابه جهاد اکبر

دومین عرصه عمل به این آیه، میدان فردی است؛ گفتن «نه» به خواسته‌های نامشروع. گاهی نزدیک‌ترین افراد ممکن است از شما درخواست‌هایی نامشروع داشته باشند؛ مثلاً دروغ گفتن، شهادت ناحق دادن، غیبت کردن، یا شرکت در یک مجلس گناه. اینجا نقطه آزمون عزت نفس الهی شماست. سست شدن و پذیرفتن این خواسته‌ها، یعنی فروریختن ستون‌های قصر وجودتان. با شجاعت، محبت و قاطعیت «نه» بگویید. این «نه» گفتن، همان جهاد اکبری است که پیامبر ﷺ از آن سخن گفته‌اند؛ مبارزه با هوای نفس خود و دیگران.

باید به مدهای مهاجم «نه» گفت. وقتی در برابر موج سهمگین مدهایی که حیا، عفت و کرامت زن را هدف گرفته‌اند، محکم می‌ایستید و نه تنها خودتان تسلیم نمی‌شوید، بلکه بازبان خوش و رفتار صحیح، زشتی این کارها را به اطرافیان گوشزد می‌کنید، شما در حال اجرای فرمان «فَلَا تَهْنُوا» در یکی از مهم‌ترین جبهه‌های جنگ نرم هستید. اینجا است که به کلام حکیمانه پدر پیر و مرادمان می‌رسیم که هزینه تسلیم شدن به مراتب بیشتر از هزینه مقاومت است.

تسلیم شدن، جز لگدمال شدن، دلیل شدن و بی‌هویت شدن نتیجه‌ای ندارد. این یک حقیقت محض است. شاید مقاومت بر سر حجاب، هزینه‌ای مثل ازدست دادن چند دوست یا تحمل چند طعنه را داشته باشد؛ اما تسلیم شدن، هزینه بسیار بزرگ‌تری دارد؛ ازدست دادن هویت، عزت و آرامش درونی. زنی که برخلاف باورهایش رفتار می‌کند، دائماً در تعارض درونی و عذاب وجدان به سر می‌برد. این، گزاف‌ترین هزینه‌ای است که یک انسان می‌تواند بپردازد.

پاداش شیرین ایستادگی

خواهران ارجمند! آیه «فَلَا تَهْنُوا» یک نسخه شفا بخش و یک بیانیة استقلال برای روح زن امروز است؛ زنی که از هر سو تحت فشار است تا برای پذیرفته شدن، از هویت و ارزش‌های خود کوتاه بیاید.



خداوند به ما می‌گوید: راه رسیدن به آرامش حقیقی، تسلیم شدن و هم‌رنگ جماعت شدن نیست. راه آرامش، ایستادن بر قلّه برتری است که خداوند برای شما تعریف کرده است.

این ایستادگی، شاید در ابتدا سخت به نظر برسد و هزینه داشته باشد، اما وعده الهی را فراموش نکنید: «**وَاللّٰهُ مَعَكُمْ**»؛ او با شماست». او شما را می‌بیند، حمایت می‌کند و پاداش تک‌تک لحظات مقاومتان را به زیباترین شکل عطا خواهد کرد.

هر بار که بر سر اصولتان می‌ایستید، هر بار که به یک خواسته ناحق «نه» می‌گویید و هر بار که در برابر طوفان تبلیغات دشمن سست نمی‌شوید، در حال ساختن یک شخصیت قدرتمند، با عزت و آرام برای خود هستید. شما در حال بناکردن همان قصر باشکوهی هستید که هیچ طوفانی قادر به لرزاندن آن نیست. از خداوند متعال می‌خواهیم که به همه ما، به ویژه به شما بانوانی که ستون‌های اصلی تربیت و فرهنگ این جامعه هستید، چنان عزت نفس و اقتدار ایمانی عطا فرماید که هرگز در برابر باطل سست نشویم و همواره، طعم شیرین برتری و معیت الهی را در زندگی خود بچشیم.

و السلام علیکم و رحمة الله و برکاته.



محتوای خود را بساز



شهادت آیه‌ها



پویانمایی



پادکست صوتی



تبیین آیه

جزء بیست و هفتم

هنرِ رهازیستن

(از طوفان حوادث تا ساحل آرامش الهی)

﴿لَكَيْلًا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ

وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ﴾

سوره حدید، آیه ۲۳

[بدانید حوادث، پیش از وقوع، در کتاب تقدیر الهی ثبت شده‌اند] تا بر آنچه از دستتان رفته، تأسف نخورید، و به آنچه به شما داده است، مغرورانه شادمان نگردید.



سُورَةُ الْحَدِيدِ

وَالَّذِينَ ءَامَنُوا بِاللّٰهِ وَرُسُلِهِ ۖ اُولٰٓئِكَ هُمُ الصّٰدِقُونَ وَالشّٰهَدَآءُ
عِنْدَ رَبِّهِمْ لَهُمْ اَجْرُهُمْ وَنُورُهُمْ وَالَّذِينَ كَفَرُوا وَكَذَّبُوا
بِءَايٰتِنَا ۖ اُولٰٓئِكَ اَصْحَابُ الْجَحِيْمِ ﴿١٩﴾ اَعْلَمُوْا اَنَّهَا الْحَيٰوةُ
الدُّنْيَا لَعِبٌ وَلَهُمْ وِزِيْنَةٌ وَنَفَاخُ رَبِّيْنَكُمْ وَتَكَثُرٌ فِى الْاَمْوَالِ
وَالْاَوْلَادِ كَمَثَلِ غَيْثٍ اَعْجَبَ الْكُفَّارَ نَبَاتُهُ ثُمَّ يَهِيجُ فَتَرَاهُ
مُصْفَرًّا ثُمَّ يَكُوْنُ حُطْلَمًا ۚ وَفِى الْاٰخِرَةِ عَذَابٌ شَدِيْدٌ وَمَغْفِرَةٌ
مِّنَ اللّٰهِ وَرِضْوَانٌ ۚ وَمَا الْحَيٰوةُ الدُّنْيَا اِلَّا لَمَتْعٌ ۚ الْعُرُوْرُ ﴿٢٠﴾
سَابِقُوْا اِلَى مَغْفِرَةٍ مِّنْ رَبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا كَعَرْضِ السَّمَآءِ
وَالْاَرْضِ اُعِدَّتْ لِلَّذِينَ ءَامَنُوا بِاللّٰهِ وَرُسُلِهِ ۚ ذٰلِكَ فَضْلُ
اللّٰهِ يُؤْتِيْهِ مَن يَشَآءُ ۗ وَاللّٰهُ ذُو الْفَضْلِ الْعَظِيْمِ ﴿٢١﴾ مَا اَصَابَ
مِّنْ مُّصِيْبَةٍ فِى الْاَرْضِ وَلَا فِى اَنْفُسِكُمْ اِلَّا فِى كِتٰبٍ مِّنْ
قَبْلِ اَنْ نَّبْرٰهَا ۚ اِنَّ ذٰلِكَ عَلَى اللّٰهِ يَسِيْرٌ ﴿٢٢﴾ لِّكَیْلًا
تَأْسُوْا عَلٰی مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوْا بِمَا اٰتٰكُمْ ۗ وَاللّٰهُ
لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُوْرٍ ﴿٢٣﴾ الَّذِيْنَ يَخْلُوْنَ وَيَأْمُرُوْنَ
النَّاسَ بِالْبُخْلِ ۚ وَمَنْ يَتَوَلَّ فَإِنَّ اللّٰهَ هُوَ الْغَنِيُّ الْحَمِيْدُ ﴿٢٤﴾



تلاوت آیه



مدرسه حفظ

گمشده زن امروز در طوفان حوادث

امروز می‌خواهم با شما از احساسی بسیار آشنا، مشترک و عمیقاً زنانه سخن بگویم؛ از حال و هوایی درونی که گمان می‌کنم همه ما زنان، کم و بیش، با آن زندگی کرده و دست و پنجه نرم می‌کنیم. این حس آشنا، چیزی نیست جز احساس سوار بودن بر الاکلنگی عاطفی که بی‌وقفه بالا و پایین می‌رود.

تصور کنید صبحی را با انرژی آغاز کرده‌اید. خبر موفقیت فرزندان در مدرسه، شما را تا اوج آسمان می‌برد. هنگام خرید روزانه، یک تخفیف خوب پیدا می‌کنید و احساس خوشبختی تمام وجودتان را فرا می‌گیرد. اما همین که به خانه می‌رسید، متوجه می‌شوید گلدان یادگاری مادرتان از دست فرزندان افتاده و شکسته است. ناگهان از آن اوج، به عمق دره غم و عصبانیت سقوط می‌کنید. هنوز از این شوک بیرون نیامده‌اید که با تماسی تلفنی، از یک مشکل اقتصادی جدید یا بالا بردن مبلغ اجاره خانه با خبر می‌شوید. این بار، اضطراب و نگرانی، مهمان ناخوانده دلتان می‌شود.

این الاکلنگ بی‌رحم، تمام روز ادامه دارد. گویی حال خوب و بد ما به ریسمانی نازک بند است که با هر خبر خوش یا ناخوش، با هر نسیم موافق و مخالف، با هر تعریف و تمجیدی، با هر نگاه و طعنه‌ای و حتی با هر نوسان قیمتی در بازار، به این سو و آن سو کشیده می‌شود. ما دائماً بین «شادی‌های زودگذر» و «غم‌های فرساینده» در رفت و آمدیم.

ناگفته نماند که این دغدغه، فقط یک مسئله فردی برای تک‌تک ما زنان نیست. ما قلب تپنده و مرکز ثقل عاطفی خانواده‌ایم. این یک تعارف نیست؛

واقعیتی روان‌شناختی است. وقتی ما آرام باشیم، گویی لنگرگاهی امن در خانه ایجاد کرده‌ایم که کشتی خانواده در پناه آن آرام می‌گیرد؛ اما وقتی مضطرب و نگران باشیم، این اضطراب همچون موجی ویرانگر، به همسر و فرزندانمان نیز سرایت می‌کند و تمام خانه را متلاطم می‌کند.

بنابراین، پرسش اساسی این است که آیا راهی برای پیاده شدن از این الاکلنگ فرساینده وجود دارد؟ آیا می‌توان در دل این دنیای پراشوب، به آرامشی پایدار و ثباتی درونی دست یافت؟ آیا می‌توان صاحب خانه دل خود بود، نه مستأجر بی‌اختیار حوادث روزگار؟ و آیا می‌شود در دل این طوفان حوادث، برای روح خود مرکزیتی آرام و استوار درست کرد؟

آیه تعادل

خبر خوب این است که خدای مهربان، مانند همیشه، ۱۴۰۰ سال پیش از آمدن ما به این دنیا، به فکر آرامش ما بوده و نسخه‌ای شفافبخش و اصلی طلایی برای رسیدن به آرامش پایدار، در کتاب راهنمای زندگی‌مان قرار داده است؛ اصلی که اگر آن را درک کنیم و به کار بندیم، از بردگی عواطف و حوادث آزاد می‌شویم.

در آیات ۲۲ و ۲۳ سوره مبارکه حدید، خداوند قانونی بنیادین را برای ما بیان می‌کند: «﴿مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلَا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا... لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ﴾»؛ هیچ رخداد ناخواسته‌ای (نه در زمین و نه در وجود شما) اتفاق نمی‌افتد، مگر اینکه پیش از آفرینش آن، همه در کتابی ثبت شده است... تا بر آنچه از دستتان رفته، بیش از حد اندوهگین نشوید و به آنچه به دست آورده‌اید، دل بسته و سرمست نگردید».

این آیه، انقلابی در نگاه ما به زندگی درست می‌کند. خداوند نمی‌گوید احساس نداشته باشید، نمی‌گوید از موفقیت شاد نشوید یا از شکست غمگین نشوید، حتی نمی‌گوید نخندید یا گریه نکنید؛ بلکه می‌گوید اسیر و زندانی این شادی‌ها و غم‌ها نشوید. اجازه ندهید افسار زندگی شما، در دست حوادث بیرونی باشد. این آیه، دعوتی به ساختن یک شخصیت مستقل عاطفی است و تعادل در زندگی را به ما می‌آموزد.

گره زدن هویت به داشته‌ها

علم روان‌شناسی امروز، به ما می‌آموزد که ریشه بسیاری از رنج‌ها، اضطراب‌ها و افسردگی‌ها نه در خود اتفاقات، بلکه در تفسیر ما از آن اتفاقات، نهفته است؛ یعنی ما خودمان را با افکار، احساسات و داشته‌هایمان یکی می‌دانیم.

یکی از این خطاهای تفسیری، وابسته کردن احساس ارزشمندی و آرامش به عوامل بیرونی است. به عنوان مثال، من زمانی خوشبخت و آرامم که اولاً، فرزندم نمره عالی بگیرد؛ ثانیاً، وضع اقتصادی‌ام خوب باشد؛ ثالثاً، دیگران از من تعریف کنند و رابعاً هیچ اتفاق بدی رخ ندهد! این یعنی سپردن کنترل آرامش خود به دست دنیایی که ذاتش تغییر و نوسان است؛ درحالی که همه ما می‌دانیم زندگی همیشه بر وفق مراد نیست. لذا اگر چنین وابستگی‌هایی داشته باشیم، با کوچک‌ترین تلنگر، با دریایی از ناامیدی و افسردگی مواجه خواهیم شد.

– اگر فرزندانم در کنکور قبول نشود، واکنش ما چه خواهد بود؟ «من همان مادری هستم که فرزندش در کنکور شکست خورده؛ پس من یک مادر شکست خورده‌ام!»

– اگر مردی در مقابل ما از همسرش تعریف کند، چه حسی پیدا می‌کنیم؟ «من همان زنی هستم که دیگران از او تعریف نمی‌کنند؛ پس من بی‌ارزشم!»

– اگر اجاره‌خانه زیاد شود یا اوضاع اقتصادی به هم بریزد، چه می‌گوییم؟ «من همان کسی هستم که فلان خانه یا ماشین را ندارد؛ پس من یک انسان ناموفقم!»

خانم‌های عزیز! بیایید باور کنیم که این گره زدن هویت به داشته‌ها و نداشته‌ها، ما را به شدت آسیب‌پذیر می‌کند. آیه **﴿لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ﴾**، دقیقاً همین گره‌های کور روانی را باز می‌کند. خداوند به ما می‌آموزد که یک لنگرگاه درونی برای خودمان بسازیم؛ لنگرگاهی که به جای اتصال به امواج متلاطم دنیا (مثل موفقیت، شکست، پول، تعریف دیگران و هزاران عامل ناپایدار دیگر)، مستقیماً به اقیانوس آرام و بی‌کران علم، حکمت و رضایت الهی متصل باشد. زنی که به این ثبات درونی می‌رسد، به تاب‌آوری روانی فوق‌العاده‌ای دست پیدا می‌کند؛ یعنی پس از مواجهه با سختی‌ها و ناملازمات، توانایی بازگشت

سریع به حالت تعادل را خواهد داشت. چنین زنی نه اسیر طوفان‌ها، بلکه ناخدای آرام کشتی زندگی خویش است.

خانه دل و مهمان‌های ناخوانده

خواهران من! قلب و روح هریک از ما زنان را می‌توان همانند خانه‌ای زیبا و دنج تصور کرد؛ خانه‌ای که صاحب و مدیر آن، خود ما هستیم. در طول روز، مهمان‌های متفاوتی، سرزده و بی‌خبر، به این خانه می‌آیند: یک روز، مهمانی به نام «موفقیت فرزند» در می‌زند؛ شاد، خندان و پرانرژی؛ روز دیگر، مهمانی به نام «مشکل اقتصادی» از راه می‌رسد؛ با چهره‌ای عبوس و نگران؛ گاهی مهمانی به نام «تعریف و تمجید دیگران» با دسته‌گلی زیبا وارد می‌شود و ما را سرمست می‌کند؛ گاهی هم مهمانی به نام «شکستن ظرف کریستال یادگاری مادر» با سروصدایی بلند، آرامش خانه را برهم می‌زند. مهمان‌ها متفاوتند و البته سرزده و بی‌خبر.

صاحب خانه ضعیف و بی‌تجربه، با آمدن مهمان شادی، چنان ذوق‌زده و سرمست می‌شود که سند خانه را به نام او می‌زند، تمام اتاق‌ها را در اختیارش می‌گذارد و فراموش می‌کند که این مهمان، روزی خواهد رفت. با آمدن مهمان غم، چنان وحشت‌زده و مضطرب می‌شود که در گوشه‌ای از خانه می‌نشیند و کز می‌کند و در آخر، کنترل همه چیز را از دست می‌دهد، تا جایی که اجازه می‌دهد این مهمان ناخوانده، تمام خانه را به تصرف خودش در بیاورد.

صاحب خانه قدرتمند، با ایمان و هنرمند (که شما باشید)، صاحب خانه‌ای که سبک زندگی‌اش براساس آیه **﴿لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ﴾** شکل گرفته، هنر میزبانی را بلد است. او می‌داند که تمام این حوادث، فقط مهمانانی موقتی هستند، نه صاحب خانه. او در را به روی مهمان شادی باز می‌کند، با خوش‌رویی از او پذیرایی می‌کند، از حضورش لذت می‌برد و خدا را شکر می‌گوید؛ اما هرگز سند خانه دلش را به نام او نمی‌زند. او می‌داند که این مهمان ماندنی نیست، پس به او دل بسته نمی‌شود؛ چراکه خداوند متعال در این آیه فرموده: **﴿وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ﴾**؛ به خاطر آنچه به شما داده شده، دلبسته و سرمست نشوید.

صاحب‌خانه قدرتمند در را به روی مهمان غم و مصیبت هم باز می‌کند، برایش صندلی می‌گذارد، به حرف‌هایش گوش می‌دهد و شاید در کنارش اشک هم بریزد؛ اما هرگز اجازه نمی‌دهد این مهمان کنترل امور را به دست بگیرد. او می‌داند که این مهمان نیز رفتنی است، پس برایش افسوس بی‌جان نمی‌خورد. ناراحت می‌شود، اما خودش و خانواده‌اش را نابود نمی‌کند؛ چون از خدای مهربان شنیده است: «﴿لِكَيْلًا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ﴾»؛ برای آنچه که از دست داده‌اید، اندوهگین نشوید».

صاحب‌خانه واقعی، همیشه خود اوست که با توکل به اقیانوس بی‌کران الهی، آرامش و تعادل خانه دلش را مدیریت می‌کند.

اماما، سرت سلامت!

یکی از روشن‌ترین مصادیق این حقیقت، مادران و همسران شهدا هستند. زنانی که اگر به لطف و مدد خداوند چنین مدیریت رفتاری نصیبشان نمی‌شد، معلوم نبود در دل آن بلاها چه بر سرشان می‌آمد. یک مادر تحمل دیدن شکستن دست فرزندش را هم ندارد، چه رسد به اینکه پیکر بی‌جان جوانش را برایش بیاورند. اجازه بدهید در اینجا از یک مادر شهید برایتان بگویم؛ مادری که سه جگرگوشه‌اش را در راه اسلام تقدیم کرد. مادر شهیدان داوود، علیرضا و رسول خالقی‌پور. در گوشه‌ای از کتاب زندگی این مادر، حالش را در مواجهه با پیکری از فرزندان شهیدش این‌گونه توصیف می‌کند:

کنار تابوت زانو زدم. پوستش از شیمیایی ملتهب و تن سفیدش پر از دانه‌های ریز قرمز بود؛ مثل وقتی که سرخک گرفته بود. به پوستش دست کشیدم؛ زخم ترکش‌ها زیر بود. چقدر حرف برای گفتن داشتم. به صورتش دست کشیدم، سرمای تنش در جانم خزید. چرا قدر پسرمر را ندانستم؟! تا چشم برهم زدم، از پیشمان رفت. من ماندم و حسرتی که دلم را می‌سوزاند. دستش را در دستم گرفتم. موهایش را نوازش کردم. صورتم را نزدیک می‌بردم و عقب می‌آوردم. حرف می‌زدم و گریه می‌کردم. ساکت می‌شدم و نگاهش می‌کردم. او را

می‌بوییدم و می‌بوسیدم. همه تنش را لمس کردم. ذره ذره داوود را به خاطر می‌سپردم.

این یعنی در خانه دلش را به روی غم باز کرده و درون منزل دلش از او استقبال کرده؛ اما شش‌دنگ وجودش را هرگز به نام غم نزده است. فقط مدیریت شده و موقت او را به مهمانی پذیرفته و بعد راهی‌اش کرده است. این یعنی با فرهنگ قرآن زندگی کردن. این گونه زندگی کردن باعث می‌شود که همین مادر بعد از شهادت دو فرزندش خطاب به امام خمینی علیه السلام رجزی انقلابی می‌خواند. خودش می‌گوید:

سال ۱۳۶۷ بود که علیرضا و رسول، در سنین ۱۹ و ۱۶ سالگی، در شب عید قربان، در منطقه شلمچه و در آغوش یکدیگر به شهادت رسیدند. زمانی که این دو فرزندم شهید شدند، دشمن خیال می‌کرد ضربه بزرگی به ما وارد کرده و این خانواده دیگر منزوی می‌شود. اما غیرتم اجازه نداد که این سخنان را تحمل کنم؛ زمانی که پیکر فرزندانم را دم درب خانه آوردند، کنار آن‌ها ایستادم و خطاب به امام خمینی علیه السلام گفتم: «امام سرت سلامت! دو تا از این بچه‌های ناقابل به اولین پسرم پیوستند؛ ولی هنوز کار ما تمام نشده است. هنوز پدرشان هست! حتی اگر پدرشان هم شهید شود، من امیرحسین دوساله‌ام را برای آزادی قدس پرورش خواهم داد. اگر او هم نباشد، خودم کمر همت می‌بندم و چادر به سر، در همه جهات و جبهه‌ها برای پایداری و ایستادگی کشورمان می‌جنگم». امروز هم چیزی تغییر نکرده است هنوز هم پشت سر امام خامنه‌ای علیه السلام هستیم و پیرو ایشان و تا آخرین لحظه (ظهور امام زمان علیه السلام) با صلابت ایستادگی کرده و خواهیم جنگید...^۱

این نتیجه مدیریت زندگی را به دست غم یا شادی ندادن است. کسی که افسار زندگی را در هر حالی به دست بگیرد؛ می‌تواند بدون گرفتار شدن در سرمستی‌های غفلت‌زا در دوران شادی و بدون فرورفتن در ناامیدی‌های زمین گیرکننده در دوران سختی، روزگار را سپری کند و ساحل آرامش زندگی‌اش، اسیر طوفان‌ها نشود.

۱. زینب عرفانیان، «درگاه این خانه بوسیدنی است»، خاطرات ناگفته فروغ منهی؛ مادر شهیدان داوود، رسول و علیرضا خالقی‌پور.

تجلی هنرِ رهازیستن

خانم‌های گرامی! این صاحب‌خانه‌بودن، یک مفهوم ذهنی و انتزاعی نیست. در جزئی‌ترین تصمیمات روزمره ما نمود پیدا می‌کند و می‌تواند کیفیت زندگی مان را از این رو به آن رو کند.

سخت‌ترین آزمون مادرانه

یکی از سخت‌ترین مهمان‌هایی که به خانه دل ما مادران سر می‌زند، مهمان شکست فرزند است. وقتی فرزند دل‌بندمان که برایش زحمت کشیده‌ایم، در کنکور، مسابقه ورزشی یا یک آزمون مهم، به نتیجه دلخواهش نمی‌رسد یا شکست می‌خورد، قلب ما به درد می‌آید. اینجا هنر مادر بودن معنا پیدا می‌کند؛ اینجا است که روح عمل‌کننده یا ترک‌کننده آیه **﴿لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ﴾** خودنمایی می‌کند.

یک مادر ضعیف، مضطرب و وابسته، با این شکست، هویت خودش را هم شکست خورده می‌بیند و همراه با فرزندش در این غم غرق می‌شود. او خود و فرزندش را سرزنش می‌کند و به مقایسه با دیگران می‌پردازد و ناخواسته، این شکست را به یک فاجعه ابدی و زخم عمیق بر عزت نفس فرزندش تبدیل می‌کند. اما یک مادر با ایمان و قدرتمند، نخست با فرزندش همدلی می‌کند و می‌گوید: «می‌فهمم که ناراحتی عزیزم». سپس، به او یادآوری می‌کند که این فقط یک مهمان است، نه پایان راه. او به فرزندش می‌آموزد که تو با نتیجه امتحانت یکی نیستی؛ تو ارزشمندی، حتی اگر شکست خورده باشی. او به فرزندش، هنر افسوس نخوردن و تمرکز بر درس گرفتن از شکست برای آینده را می‌آموزد. این مادر، در حال ساختن یک انسان قوی و مقاوم برای آینده است.

این مادر به دخترش یاد می‌دهد که در این دنیا هیچ چیز دائمی نیست و هر شکست، فرصتی برای یادگیری و رشد است و می‌تواند به عنوان درسی ارزشمند در مسیر رشد و پیشرفت او به شمار بیاید. او به دخترش می‌گوید احساساتی مانند افسوس یا شادی‌های لحظه‌ای دنیا نباید بر تصمیم‌های مهم زندگی سایه بیندازند. به او می‌گوید که زندگی پر از چالش و موانع است و مهم‌ترین نکته این



است که چگونه به این چالش‌ها پاسخ می‌دهیم. او دخترش را تشویق می‌کند تا به جای ناامیدی، به دنبال راه‌حل‌ها باشد و از تجربیاتش بهره‌برد. او همچنین به پسرش می‌آموزد که خودباوری و اعتماد به نفس، کلیدهای اصلی موفقیت‌اند. به فرزندش می‌گوید: «هیچ‌کس نمی‌تواند تو را بهتر از خودت بشناسد. به توانایی‌هایت ایمان داشته باش و هرگز اجازه نده نظر دیگران تو را از مسیرت منحرف کند». چنین آموزشی، نه تنها از او انسان قوی‌تری می‌سازد، بلکه نگاهش را به زندگی مثبت‌تر می‌کند و این باور را در او می‌نشانند که هر تجربه‌ی خوب یا بد، فرصتی برای یادگیری و رشد است.

روز اعلام نتایج

امروز می‌خواهم داستان واقعی دو مادر و دو پسر را برایتان تعریف کنم؛ داستانی که درس‌های مهمی از زندگی برای ما دارد.

فکر کنید دو دوست صمیمی داریم که هر دو پسری هم‌سن و درس‌خوان دارند. روز اعلام نتایج کنکور از راه می‌رسد. پسری یکی از مادرها رتبه‌ی بسیار خوبی کسب می‌کند و مادرش غرق شادی و غرور می‌شود. ناگهان به یاد می‌افتد که باید این خبر را به تمام فامیل بدهد. گوشی را برمی‌دارد و به همه زنگ می‌زند! در گروه‌های مجازی هم جشن مفصلی به پا می‌کند؛ انگار تمام خوشبختی دنیا نصیب او شده است. متأسفانه این مادر یادش رفت که قرآن می‌گوید: «وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ»؛ به خاطر آنچه به شما داده شده، دلبسته و سرمست نشوید).

می‌رویم سراغ پسر مادر دوم! این پسر با اینکه تلاش زیادی کرده بود، اما به رتبه‌ی دلخواهش نرسید و حالا بسیار غمگین است. مادرش پس از دیدن نتیجه، چند لحظه‌ای سکوت می‌کند، سپس پسرش را در آغوش می‌گیرد و با مهربانی می‌گوید: «پسرم! من به تو و تمام تلاشی که کردی افتخار می‌کنم. این نتیجه، ذره‌ای از ارزش تو کم نمی‌کند. حتماً خدا خیر دیگری برایت در نظر گرفته». سپس لبخند می‌زند و ادامه می‌دهد: «بلند شو عزیزم! یک چایی بیاور تا با هم بنوشیم. خدا بزرگ است؛ ان شاء الله سال بعد بهترین خودت می‌شوی». این مادر غرق در اندوه نمی‌شود؛ چون از خدای مهربان شنیده است: «(لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ)»؛ برای آنچه از دست داده‌اید، اندوهگین نشوید).

فکر می‌کنید یک سال بعد چه اتفاقی افتاد؟

پسر اول، که با آن‌همه جشن و شادی وارد دانشگاه شده بود، دچار افت تحصیلی و افسردگی شد؛ چراکه نتوانست موفقیت پیشینش را تکرار کند. در مقابل، پسر دوم با روحیه‌ای قوی دوباره تلاش کرد، در رشته مورد علاقه‌اش پذیرفته شد و به فردی موفق و متعادل تبدیل گشت. جالب است که هنوز هم پسر دوم در مسیر موفقیت پیش می‌رود، اما خبری از پسر اول نیست! دوستان من! فراموش نکنیم که مادر دوم، هنر میزبانی از شادی و غم را به خوبی آموخته بود. او می‌دانست زندگی مجموعه‌ای از لحظات خوب و بد است و باید از هر دو درس گرفت.

طوفان‌های اقتصادی

یکی دیگر از آزمون‌های روزمره زندگی که با روح و روان ما زنان نیز سروکار دارد، مسائل و مشکلات اقتصادی است. وقتی با تغییرات ناگهانی بازار روبه‌رو می‌شویم، قیمت‌ها بالا می‌رود و قدرت خرید کم می‌شود، طبیعی است که نگران شویم. اما تفاوت زن مؤمن با دیگران در همین جاست؛ او اجازه نمی‌دهد «مهمانِ نگرانی مالی»، تمام اتاق‌های ذهن و قلبش را اشغال کند. او تلاشش را می‌کند، مدیریت می‌کند، اما آرامش خود و خانواده‌اش را به نوسانات قیمت دلار و مرغ گره نمی‌زند. او می‌داند که روزی‌رسان، کس دیگری است و این روزها نیز می‌گذرد. بیا ببینیم دو مادر را در موقعیتی مشابه تصور کنیم. دو بانویی که هر کدام گلدان کریستال گران قیمت و زیبایی را به عنوان یادگار مادرشان در خانه دارند و اتفاقاً به آن گلدان علاقه زیادی هم نشان می‌دهند. یک روز، فرزندان این دو، هنگام توپ بازی، به طور اتفاقی گلدان‌ها را می‌شکنند. واکنش این دو مادر اهمیت دارد. واقعاً اگر ما در چنین موقعیتی قرار بگیریم، کدام رفتار را انتخاب می‌کنیم؟ شبیه مادر اول خواهیم بود یا دوم؟

مادر اول، تمام احساس خوشبختی و خاطراتش را به آن گلدان گره زده بود. با دیدن گلدان شکسته، از کوره درمی‌رود؛ بر سر فرزندش فریاد می‌زند، شاید گوش او را بکشد یا حتی کتکش بزند. بعید هم نیست مقداری از عصبانیتش را



برای همسر بی خبر از همه جا نگه دارد! ساعت ها غصه می خورد و فضای خانه را برای همه تلخ و سنگین می کند. او عمیقاً بر آنچه از دست داده تأسف می خورد

﴿عَلَى مَا فَاتَكُمْ﴾.

اما ببینیم واکنش مادر دوم چیست. او نیز گلدانش را دوست داشت و از دیدن صحنه شکستن آن ناراحت می شود؛ اما به جای خالی کردن تمام این ناراحتی بر سر کودک وحشت زده اش، لحظه ای مکث می کند. او می داند که با عصبانیت و تنبیه، گلدان شکسته باز نمی گردد. با وجود ناراحتی، بچه را در آغوش می گیرد و با آرامش می گوید: «عزیزم! درست است که کارت اشتباه بود و نباید داخل خانه توپ بازی می کردی، درست است که من این گلدان را خیلی دوست داشتم و یادگار مادرم بود، اما حالا که شکسته، فدای سرت! مهم این است که تو سالمی و آسیبی ندیده ای».

این مادر می داند هیچ چیز مادی، ارزش برهم زدن آرامش خانه و شکستن دل فرزندش را ندارد. او هنر رها کردن و افسوس نخوردن را آموخته است. این زن، عامل به این آیه است: ﴿لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ﴾؛ بر آنچه از دست داده اید اندوهگین نشوید و به آنچه به شما داده شده، دل بسته و سرمست نگردید».

رهایی از زندان بخل

و اما خواهران عزیز و گرامی! می رسم به یکی از زیباترین و عمیق ترین نتایج این سبک زندگی. این اصل بنیادین قرآنی (نه تأسف خوردن بر آنچه از دست رفته و نه سرمستی از آنچه به دست آمده) تنها یک تکنیک روان شناختی برای رسیدن به آرامش فردی نیست؛ بلکه شاه کلیدی اساسی برای رسیدن به یکی از والاترین مقامات انسانی است؛ مقام انفاق و سخاوت.

شاید بپرسید ارتباط بین تعادل روحی و انفاق چیست؟ چرا خداوند بلافاصله پس از دستور عدم دل بستگی، از بخل و سخاوت سخن می گوید؟

خدای متعال در ادامه همین آیه ﴿لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ﴾، فوراً پس از بیان این اصل طلایی، به این ارتباط اشاره می کند و

می‌فرماید: «...وَاللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ، الَّذِينَ يَبْخُلُونَ وَيَأْمُرُونَ النَّاسَ بِالْبُخْلِ...»؛ خداوند هیچ متکبر فخرفروشی را دوست ندارد؛ همان کسانی که بخل می‌ورزند و مردم را به بخل فرمان می‌دهند».

این کنارهم آمدن دو موضوع، یک نکته روان‌شناختی و معنوی بسیار عمیق را به ما نشان می‌دهد. قرآن کریم به ما می‌آموزد که ناتوانی در بخشش، یک مشکل مالی نیست؛ بلکه یک بیماری روحی است. ریشه اصلی بخل، این صفت ناپسندی که روح انسان را منجمد، کوچک و بی‌حرکت می‌کند، در دوزنجیر سنگین نهفته است که بر پای جان انسان بسته می‌شود؛ ترس از دست دادن و دل‌بستگی افراطی به داشته‌ها.

زنجیر ترس از آینده

زنجیر اول، ترس از دست دادن است. فردی که دائماً در حسرت گذشته و داشته‌های از دست رفته‌اش به‌سرمی‌برد و غرق در «تَأْسَا عَلَى مَا فَاتَكُمْ» است، نسبت به آینده نیز دچار اضطراب مزمن می‌شود. ذهن او پیوسته در حال ساختن سناریوهای هراس‌آور است: «نکند فردا این را هم از دست بدهم؛ نکند نیازمند شوم؛ نکند فرزندانم در مضیقه قرار بگیرند».

این ترس، همچون زندانبانی سخت‌گیر، روح او را به اسارت می‌کشد. زندانبانی که هرگاه دست او به سمت بخشش و انفاق می‌رود، بر سرش فریاد می‌زند: «دست نگه دار! برای روز مبادا لازمش داری». چنین فردی نمی‌تواند ببخشد، نه به این دلیل که ذاتاً انسان بدی است، بلکه چون از وحشت خالی شدن دست‌هایش در آینده، فلج شده است. او اسیر «چه خواهد شد؟» هاست.

زنجیر دل‌بستگی به امروز

زنجیر دوم، که شاید ظریف‌تر اما خطرناک‌تر باشد، دل‌بستگی شدید به داشته‌ها است. فردی که با به دست آوردن اندکی مال یا موفقیتی زودگذر، سرمست و مغرور می‌شود و در «تَفَرُّحًا بِمَا آتَاكُمْ» غرق می‌گردد، آن چنان به آن داشته‌ها وابسته می‌شود که هویت خود را با آن‌ها یکی می‌بیند. او دیگر فاطمه خانم

یا مریم خانم نیست؛ از الان به بعد، او صاحب آن خانهٔ مجلل است، دارندهٔ آن جواهرات گران بهاست و مادر آن فرزند رتبه برتر است. او خودش را با داشته‌هایش تعریف می‌کند.

چنین فردی نمی‌تواند ببخشد، نه به این دلیل که انسان بدی است، بلکه چون به یک زندانی زیبای داشته‌های خودش بدل شده است. برای او، بخشیدن پول، طلا یا هر دارایی دیگر، مانند جدا کردن عضوی از بدنش، دردناک و طاقت فرسا است؛ چون احساس می‌کند در حال ازدست دادن پاره‌ای از هویتش است؛ هویتی که با آن برای خود ارزش و اعتبار خریده است.

ثعلبه مردی فقیر بود که زندگی ساده‌ای داشت و دارایی چشمگیری در اختیارش نبود. روزی خدمت پیامبر اکرم ﷺ رسید و عرض کرد: «ای رسول خدا! برایم دعا کن تا خداوند روزی‌ام را زیاد کند و ثروتی به من ببخشد». پیامبر ﷺ فرمودند: «ای ثعلبه! مالی که اکنون داری، اگر شکرش را به جا بیاوری، برایت بهتر است از ثروتی که نتوانی مسئولیت آن را تحمل کنی. آیا دوست نداری از سبک زندگی پیامبرت درس بگیری؟ به خدا، اگر بخواهم، کوه‌ها برایم طلا و نقره می‌شوند، اما بهترین زندگی آن است که همراه با عفاف و قناعت باشد و بهترین مال، مالی است که انسان شکرش را به جا آورد».

ثعلبه از سخن پیامبر ﷺ قانع نشد. دوباره اصرار کرد و گفت: «ای رسول خدا! به خدایی که تو را به پیامبری برگزید، اگر خداوند ثروتی به من بدهد، حق محتاجان را از آن خواهم داد». پیامبر ﷺ پس از مشاهدهٔ اصرار او، برایش دعا کردند. پس از آن، زندگی ثعلبه به سرعت دگرگون شد. ابتدا چند گوسفند خرید، سپس گله‌اش زیاد شد و ثروتش بالا گرفت. کار دامداری‌اش رونق یافت و آن قدر مشغول کار شد که دیگر فرصت حضور در مسجد، نماز جمعه و دیدار پیامبر را از دست داد. زمانی رسید که زکات واجب شد. پیامبر ﷺ مأمورانی را برای جمع‌آوری زکات فرستاد و آنان به سراغ ثعلبه رفتند تا سهم واجب او را بگیرند. اما ثعلبه سر باز زد و گفت: «زکات چیزی شبیه جزیه است که از اقلیت‌ها گرفته می‌شود. چرا باید من مسلمان چنین مالیاتی بدهم؟!». وقتی خبر بخل ورزیدن او به پیامبر ﷺ رسید، حضرت دو بار فرمودند: «وای بر ثعلبه! وای بر ثعلبه!».

او همچنان به جمع مال ادامه داد و دلش بیش از پیش به دارایی دنیا بسته شد. اما همان گونه که قرآن فرموده است، نتیجه این دل بستگی جز زیان و سوء عاقبت نبود. ثروتی که به آن می‌بالید، از دست رفت و در پایان، برایش جز حسرت باقی نماند.^۱

دوره روان درمانی قرآنی

بنابراین، آیه «لِكَيْلًا تَأْسَوْا... وَلَا تَفْرَحُوا...» تنها یک توصیه اخلاقی برای رسیدن به تعادل نیست. این آیه، یک نسخه درمانی دوجوهی است؛ دارویی شفافبخش که خداوند برای آزاد کردن روح ما از هر دو زندان، یعنی زندان ترس و زندان دل بستگی، برایمان فرستاده است.

آیه «لِكَيْلًا تَأْسَوْا... وَلَا تَفْرَحُوا...» در واقع یک دوره روان درمانی قرآنی و یک پیش نیاز اساسی برای رسیدن به مقام والای انفاق است. زنی که به چنین تعادل روحی رسیده باشد، از بند بخل آزاد شده است؛ او نه آن قدر از آینده می‌ترسد که دستش را ببندد و نه آن قدر دلبسته زرق و برق دنیاست که نتواند از آن برای گره‌گشایی از کار بندگان خدا بگذرد. او به راحتی می‌بخشد، زیرا باور کرده است که مالک حقیقی خداوند است و این اموال، تنها امانتی زودگذر در دستان او هستند. او هنر رهازیستن را آموخته و به همین دلیل، دست و دلش برای بخشش و مهربانی باز است.

امیرالمؤمنین علی علیه السلام در کلامی بی‌نظیر در نهج البلاغه، تمام حقیقت زهد و وارستگی را در همین آیه خلاصه کرده‌اند: «الزُّهْدُ كُلُّهُ بَيْنَ كَلِمَتَيْنِ مِنَ الْقُرْآنِ. قَالَ اللَّهُ سُبْحَانَهُ: ﴿لِكَيْلًا تَأْسَوْا عَلَى مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ﴾؛ وَ مَنْ لَمْ يَأْسَ عَلَى الْمَاضِي وَ لَمْ يَفْرَحْ بِالْآتِي. فَقَدْ أَخَذَ الزُّهْدَ بِطَرَفَيْهِ؛ تمام زهد، میان دو کلمه از قرآن است. خداوند سبحان فرمود: "تا بر آنچه از دستان می‌رود اندوهگین نباشید و بدانچه به دستان می‌آید شادمانی نکنید و کسی که بر گذشته تأسف نخورد و بر آینده شادمان نباشد، هر دو طرف زهد را گرفته است."^۲

۱. محمود ناصری، داستان‌های بحار الانوار، ج ۳، داستان ش ۸.

۲. محمد بن حسین شریف رضی، نهج البلاغه، حکمت ۴۳۹.



زهد، یعنی همین رهایی و عدم وابستگی؛ و انفاق، میوه شیرین آن است. در واقع، توانایی ما در انفاق کردن، بهترین شاخص برای سنجش میزان عدم دلبستگی و آرامش درونی ماست.

خواهران ارجمندم! آیه **﴿لِكَيْلَا تَأْسَوْا عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا بِمَا آتَاكُمْ...﴾**، نسخه‌ای جامع برای سلامت روح و روان ماست. این آیه نمی‌گوید بی تفاوت باشیم، بلکه می‌گوید رها باشیم؛ رها از حسرت گذشته، رها از اضطراب آینده و رها از اسارت داشته‌ها و نداشته‌ها.

بیاید از امروز تمرین کنیم که صاحب‌خانه دل خودمان باشیم، نه خدمتکار مهمان‌های زودگذر شادی و غم. بیاید لنگر آرامشمان را در اقیانوس بی‌کران رضایت الهی بیندازیم؛ آن‌گاه خواهیم دید که هیچ طوفانی قادر به برهم زدن آرامش عمیق ما نخواهد بود.

از خداوند متعال می‌خواهیم که به همه، به ویژه به ما بانوان که کانون آرامش خانواده هستیم، چنان ثبات وطمأنینه‌ای عطا فرماید که در برابر هیچ آمدن و رفتنی، متزلزل نشویم و طعم شیرین آرامش و رضایت الهی را در تمام لحظات زندگی خود بچشیم.

و السلام علیکم و رحمة الله و برکاته.



محتوای خود را بساز



شهادت آیه‌ها



پویانمایی



پادکست صوتی



تبیین آیه

جزء بیست و هشتم

وقتی خدا راه را باز می‌کند!

(شاه‌کلید تقوا و توکل در بن‌بست‌های زندگی زنانه)

﴿وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا وَ
يَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ
يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ﴾

سوره طلاق، آیه ۲-۳

و هرکس تقوای الهی پیشه کند، خدا راه نجات [از
مشکلات] را پیش پایش می‌گذارد، و به او از جایی که
فکرش را نمی‌کند، روزی می‌دهد، و هرکس به خدا توکل
کند، او برایش کافی است.



سُورَةُ الطَّلَاقِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ إِذَا طَلَقْتُمُ النِّسَاءَ فَطَلِّقُوهُنَّ لِعَدَّتِهِنَّ وَأَحْصُوا الْعِدَّةَ
وَاتَّقُوا اللَّهَ رَبَّكُمْ لَا تُخْرِجُوهُنَّ مِنْ بُيُوتِهِنَّ وَلَا يَخْرُجْنَ إِلَّا أَنْ
يَأْتِيَنَّ بِفَحْشَةٍ مُبَيِّنَةٍ وَتِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ وَمَنْ يَتَعَدَّ حُدُودَ اللَّهِ
فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ لَا تَدْرِي لَعَلَّ اللَّهَ يُحْدِثُ بَعْدَ ذَلِكَ أَمْرًا ﴿١﴾
فَإِذَا بَلَغَ أَجَلُهُنَّ فَامْسِكُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ أَوْ فَارِقُوهُنَّ بِمَعْرُوفٍ
وَأَشْهَدُوا ذَوَى عَدْلٍ مِّنكُمْ وَأَقِيمُوا الشَّهَادَةَ لِلَّهِ ذَلِكُمْ يُوعَظُ
بِهِ مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ
مَخْرَجًا ﴿٢﴾ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ
فَهُوَ حَسْبُهُ وَإِنَّ اللَّهَ بَلِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ
قَدْرًا ﴿٣﴾ وَالَّتِي يَبْسُنَ مِنَ الْمَحِيضِ مِنْ نِسَائِكُمْ إِنْ
ارْتَبْتُمْ فَعِدَّتُهُنَّ ثَلَاثَةُ أَشْهُرٍ وَالَّتِي لَمْ يَحْضَنْ وَأُولَتْ
الْأَحْمَالِ أَجَلُهُنَّ أَنْ يَضَعْنَ حَمْلَهُنَّ وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ
يَجْعَلْ لَهُ مِنْ أَمْرِهِ يُسْرًا ﴿٤﴾ ذَلِكَ أَمْرُ اللَّهِ أَنْزَلَهُ إِلَيْكُمْ
وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يُكَفِّرْ عَنْهُ سَيِّئَاتِهِ وَيُعْظِمْ لَهُ أَجْرًا ﴿٥﴾



تلاوت آیه



مدرسه حفظ

وقتی به بن بست می‌رسیم!

تا حالا شده نیمه شب، وسط سکوت خانه، با دلی گرفته و نگران بنشینی و با خودت بگویی: «دیگر راهی نمانده»؟!

عزیزان دل! می‌خواهم بحث امروز را با یک تصویر واقعی از خودمان شروع کنم. لطفاً برای یک لحظه همراه من شوید. چشمانتان را ببندید یا در ذهنتان مجسم کنید آخر شب است. هرکدام از ما، شب‌هایی داشته‌ایم که بعد از یک روز خسته‌کننده، در سکوت خانه نشسته‌ایم، بچه‌ها خوابیده‌اند، همسر در حال استراحت است و تنها صدای تپش دل نگران مان را می‌شنویم؛ نگرانی از آینده فرزند، دغدغه بیماری عزیزان و... گاهی در دل می‌گوییم: «دیگر راهی نمانده!»؛ انگار در یک خیابان طویل، به یک دیوار بلند آجری یا یک بن بست رسیده‌ایم. تا حالا این حس را تجربه کرده‌اید؟ حس تنهایی، حس استیصال، حس رسیدن به آخر خط؟

اما رمضان آمده تا یادمان بیندازد خدای ما، خدای بن بست‌ها نیست. او همان خدایی است که دریای سرخ را برای موسی علیه السلام شکافت، یوسف علیه السلام را از چاه به کاخ رساند و روزی مریم علیها السلام را از آسمان فرستاد. خواهران من! این حس بسیار تلخی است؛ اما خدای من و شما، خدای بن بست‌ها نیست.

- _ خدای ما، خدای ساختن بزرگ‌راه در دل بیابان خشک است.
- _ خدای ما، خدای شکافتن دریا برای عبور بندگان است.
- _ خدای ما، خدای بالاکشیدن یوسف علیه السلام از قعر چاه به اوج عزت است.



– خدای ما، خدای دادن فرزند در اوج ناامیدی و پیری به زکریا علیه السلام است.
 – خدای ما، خدای خلق حضرت عیسی علیه السلام در دامن مریم علیها السلام پاک و باکره است.
 – خدای ما، خدای فرستادن روزی بهشتی برای مریم علیها السلام در خلوتگاه عبادتش است.
 – خدای ما، خدای بازگرداندن موسای شیرخواره به آغوش مادرش، از دل کاخ دشمن است.

متخصص بازکردن گره‌های کور

خواهران عزیز من! این خدای قدرتمند، این خدای معجزه‌گر، این خدای متخصص بازکردن گره‌های کور و بن‌بست‌های محال، همان خدای من و شماست. خدا که همان خداست، عوض نشده، قدرت‌ش کم نشده، رحمت‌ش پایان نیافته. او همان خداست و امروز، یک قول محکم، یک وعده شیرین و یک شاه‌کلید طلایی به من و شما داده است که قفل هر بن‌بستی را، هر چقدر هم که زنگ‌زده و محکم باشد، باز می‌کند. اجازه بدهید این قول شیرین و حیات‌بخش خداوند را با هم، با دل و جانمان زمزمه کنیم.

در ماهی که قرآن نازل شده، همان آیه طلایی‌اش با ما سخن می‌گوید. خداوند بلندمرتبه و والا در سورة مبارکه طلاق می‌فرماید: «وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا * وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ»؛ هر کس تقوای الهی پیشه کند، خداوند راه نجاتی برای او فراهم می‌کند و او را از جایی که گمان ندارد، روزی می‌دهد و هر کس بر خدا توکل کند، پس او برایش کافی است».

چه آیه عجیبی! چه فرمول زیبایی! این آیه یک قانون الهی است؛ یک سنت تغییرناپذیر و یک فرمول دقیق برای خروج از تمام مشکلات. این آیه، یک شاه‌کلید دولبه به ما می‌دهد که امروز می‌خواهیم با هم یاد بگیریم چطور در آشپزخانه، در تربیت بچه‌ها، در روابط خانوادگی و حتی در مسائل بزرگ اجتماعی و اقتصادی از آن استفاده کنیم. لبه اول این کلید تقواست و لبه دومش توکل.

تقوا، زره مؤمن در چهارراه‌های زندگی

برویم سراغ لبهٔ اول این شاه‌کلید؛ یعنی تقوا.

کلمهٔ سنگینی به نظر می‌رسد! وقتی نامش را می‌شنویم، یاد عرفای بزرگ و اولیای خدا می‌افتیم. اما حقیقت این است که تقوا دقیقاً برای من و شماست؛ برای زندگی روزمره‌مان.

تقوا یعنی چه؟ به زبان ساده، تقوا یعنی ترمز معنوی؛ یعنی وقتی در جادهٔ زندگی با سرعت به سمت درهٔ گناه می‌روی، پایت را روی ترمز بگذاری و بایستی؛ یعنی وقتی سربیک دوراهی گیر می‌کنی، راهی را انتخاب کنی که می‌دانی خدا دوست دارد. تقوا یعنی از خط‌قرمزهای خدا عبور نکنی، حتی اگر به ظاهر به ضررت تمام شود. رهبر معظم انقلاب، حضرت آیت‌الله خامنه‌ای علیه السلام، تعبیر فوق‌العاده‌ای دربارهٔ تقوا دارند؛ ایشان می‌فرمایند:

ماه رمضان ماه تقوا است؛ تقوا چیست؟ تقوا عبارت است از آن حالت مراقبت دائمی که موجب می‌شود انسان به کج‌راهه نرود و خارهای دامن‌گیر، دامن او را نگیرد. تقوا درواقع یک جوشنی است، یک زرهی است بر تن انسان با تقوا که او را از آسیب تیرهای زهرآگین و ضربه‌های مهلک معنوی محفوظ و مصون می‌دارد.^۱

چه تعبیرهای زیبایی! یک زره، یک جوشن! تصور کنید در میدان جنگ ایستاده‌اید و از هر طرف به سمت شما تیر پرتاب می‌شود؛ تیر غیبت، دروغ، حسادت، ناامیدی، وسوسه‌های شیطانی و... اگر زره نداشته باشید، زخمی می‌شوید و از پا می‌افتید. تقوا، همان زرهی است که شما بر تن روحتان می‌کنید تا این تیرهای زهرآگین به قلب و ایمانتان اصابت نکند.

نکتهٔ مهم اینجاست که آقا در ادامهٔ همان سخنرانی تأکید می‌کنند این زره فقط برای مسائل معنوی نیست! ایشان می‌فرمایند: «در امور دنیوی هم تقوا تأثیرات بسیار مهمی دارد.» و بلافاصله همین آیه را قرائت می‌کنند: «وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا...»؛ یعنی اگر این زره را بپوشی، خدا وعده داده است که نه تنها در آخرت، بلکه در همین دنیا، راه خروج از مشکلات را به تو نشان می‌دهد.

۱. بیانات رهبر معظم انقلاب در دیدار مسئولان نظام، ۲ تیر ۱۳۹۴.

چهارراه‌های تقوا

این زره را کجا و چه زمانی باید بپوشیم؟ ما هر روز، بارها و بارها سر چهارراه‌های تقوا قرار می‌گیریم. این چهارراه‌ها، همان لحظات انتخاب ما هستند. تقوا، در واقع همان خودکنترلی مؤمنانه است، همان مهارت در متوقف کردن واکنش سریع احساسی؛ چیزی که روان‌شناسان امروز آن را «هوش هیجانی» می‌نامند. در ادامه، برای شما چند مثال ساده، از زندگی روزمره زده‌ام.

چهارراه تقوای مالی و اقتصادی

چهارراه اول، چهارراه تقوای مالی است. تصور کنید همسران با چهره‌ای درهم از سر کار برمی‌گردد و می‌گوید: «خانم! اوضاع بازار خراب است. چک برگشت خورده. اگر بخواهیم این ماه کم نیاوریم، مجبوریم فلان دروغ را در معامله بگوییم یا فلان جنس را با یک کلک گران‌تر بفروشیم».

اینجا دقیقاً چهارراه تقواست. یک مسیر، راه ساده و دم‌دستی است، یعنی همراهی با آن دروغ و معامله شبهه‌ناک؛ راهی که شاید در کوتاه‌مدت پول بیشتری به خانه بیاورد. اما راه دوم، راه خداست؛ راهی که زره تقوا می‌طلبد.

پیامبر اکرم ﷺ فرمودند: «والمراة سيدة بيتها؛ زن فرمانروای خانه خویش است».^۱ این است که شما، به عنوان مدیر داخلی خانه و آرامش بخش خانواده، می‌توانید با متانت و اطمینان بگویید: «عزیزم! غصه نخور. خدا بزرگ است. نان حلال سر این سفره بیاور، حتی اگر یک تکه نان و پنیر باشد. برکتش از سفره‌های رنگین حرام بیشتر است. من با همین کم می‌سازم؛ اما نمی‌خواهم بچه‌هایمان با لقمه حرام بزرگ شوند». این ایستادن شما پای لقمه حلال و آرامش دادن به همسران، یعنی پوشیدن زره تقوا.

شما به قسمت اول آیه، یعنی «يَتَّقِ اللَّهَ» عمل کردید، منتظر وعده دوم باشید: «يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا». وقتی خدای رزاق این حرکت را از من و شما می‌بیند، به یک باره یک مشتری خوب می‌رساند، کار جدید و پربرکتی جور می‌کند، یا راهی جلوی پای شما می‌گذارد که اصلاً انتظارش را نداشتید.



اجازه بدهید همین جا از مجاهدت یک بانو برایتان بگویم؛ بانویی که رعایت تقوا در حلال و حرام را سرلوحهٔ زندگی‌اش قرار داده بود و فرزندى تربیت کرد که وقتی طلبه شد، علامهٔ ایازی (یکی از چهره‌های برجستهٔ مازندران) به جوان‌ترها توصیه می‌کرد با او هم‌اتاق یا دوست شوند تا پیشرفت کنند. این مادر پسری را تربیت کرد که طلبه‌های نوجوان به حالش غبطه می‌خوردند و دوست داشتند در تحصیل و معنویت مانند او باشند.^۱ وقتی خبر شهادت او به آیت‌الله ایازی رسید، مکث کردند و سه بار گفتند: «او واقعاً بی‌نظیر بود. بی‌نظیر بود، بی‌نظیر!».^۲ طلبه‌ای که استاد در فراقش سوخت و گفت: «من محمدزمان را رهبر آیندهٔ یک امت می‌دانستم. با رفتنش کمرم شکست!».^۳

بله عزیزان! مادر طلبهٔ شهید «محمدزمان ولی‌پور»، مادری که حتی در هوای سرد زمستان و نیمه‌های شب، سختی وضو با آب سرد را به جان می‌خرد تا یک بار هم فرزندش را بدون وضو شیر ندهد.^۴

اما اجازه بدهید از رعایت تقوای این بانوی مؤمنه برایتان خاطره‌ای تعریف کنم؛ خاطره‌ای که خود شهید محمدزمان ولی‌پور بعدها وقتی شنید، گفت: «من اگر موفقیتی داشته‌ام، به خاطر همین کاری بود که مادرم آن شب انجام داد».^۵ این مادر متقی، چه کار کرده بود؟! نوشته‌اند که:

زمین میرمحمد (یکی از اهالی روستا) حصار و پرچین نداشت. حاج‌علی، پدر محمدزمان، طبق رسم اهالی روستا، بعضی غروب‌ها می‌رفت و هندونه‌های نارس را می‌چید، داخل گونی می‌گذاشت و برای گوسفندانش می‌برد. یک شب که با کیسهٔ پراز هندوانهٔ نارس وارد خانه شد، همسرش گفت: «حاج‌علی! لطف کن کیسه را بیرون ببر». حاج‌علی

۱. سید حمید مشتاقی‌نیا، کتاب مسافر ملکوت، زندگی طلبهٔ شهید محمدزمان ولی‌پور، نشر شهید کاظمی، ص ۵۸.

۲. همان، ص ۱۰۹.

۳. همان، ص ۱۱۰.

۴. همان، ص ۱۸.

۵. همان، ص ۱۷.

که اهل حلال و حرام بود، تعجب کرد.^۱ زن ادامه داد: «امشب به امید خدا، پسرمان به دنیا می‌آید. نمی‌خواهم حتی بوی مال شبیه‌ناک به مشامش برسد». این مادر سال‌های بعد برای محمدزمان تعریف کرد که انگار او از داخل شکمش این پیام را به او داده بود.^۲

چهارراه تقوای زبان و آبرو

اما برویم سراغ چهارراه دوم.

خواهران من! عزیزان دلم! به این چهارراه خوب دقت کنید! ما هر روز، شاید هر ساعت، در حال عبور از این چهارراه هستیم.

تصور کنید با مادرشوهر، خواهر، جاری یا همسایه‌تان به مشکلی برخورد کرده‌اید. حرفی زده که به دلتان سنگینی کرده، متلکی دربارهٔ بچه‌داری‌تان گفته، یا در مهمانی به شما بی‌توجهی کرده است. فرقی نمی‌کند! مهم این است که الان دلتان شکسته است، بغضی سنگین در گلویتان نشسته و آتشی در سینه‌تان شعله‌ور است. در این لحظه، اولین کاری که به ذهنتان می‌رسد، چیست؟ تلفن! تلفن را برمی‌دارید که به مادرتان یا دوست صمیمی‌تان که همیشه سنگ صبورتان است، زنگ بزنید. نیتتان هم خیر است! می‌خواهید درد دل کنید، مشورت بگیرید و خودتان را خالی کنید.

تلفن را برمی‌دارید، شماره را می‌گیرید و شروع می‌کنید: «الو... سلام... کجایی؟ ... نمی‌دانی چه شده... امروز فلانی این حرف را به من زد... منظورش این بود که من بی‌عرضه‌ام... منظورش این بود که من بلد نیستم...» کم‌کم مکالمه داغ می‌شود. صدای شما بالاتر می‌رود. آن طرف خط هم برای هم‌دردی، شروع می‌کند به تأیید کردن: «بله... حق با تو هست... او همیشه همین‌طور هست... یادت است دفعهٔ پیش هم فلان کار را کرد؟!» و ناگهان، آن درد دل معصومانه، به یک جلسه غیبت کامل، بدگویی، ریختن آبروی آن شخص و بازگو کردن اسراری که شاید به شما اعتماد کرده بود، تبدیل می‌شود.

اینجا، دقیقاً همان چهارراه تقواست. شیطان در گوش شما زمزمه می‌کند: «بگو! خودت را خالی کن! حق با توست! به تو ظلم شده! این که غیبت نیست، این بیان واقعیت است».

راه ساده و لذت‌بخشِ نفسانی، همین است که ادامه بدهید و خودتان را با غیبت کردن خالی کنید. خیلی هم می‌چسبد! مثل خارانیدن یک زخم است؛ در لحظه آرامت می‌کند، اما بعد عفونت می‌کند و جای زخم برای همیشه باقی می‌ماند. غیبت کردن، در لحظه به شما حس حقانیت و پیروزی می‌دهد، اما بعد، سیاهی و سنگینی در دلتان به جا می‌گذارد. قرآن تعبیر وحشتناکی دارد! می‌فرماید: «غیبت مثل خوردن گوشت برادر مرده است». آیا حاضریم چنین کار چندی‌آور انجام دهیم؟! پس چرا با آبروی دیگران این کار را می‌کنیم؟

راه تقوا چیست؟ راه تقوا این است که در همان لحظه که دستت به سمت تلفن می‌رود، یک لحظه مکث کنی. یک ترمز‌گیری و از خودت پیرسی: «آیا خدایی که می‌گویم دوستش دارم، دوست دارد من آبروی یک مؤمن دیگر را، حتی اگر به من بدی کرده باشد، بریزم؟ آیا امام زمان عجل الله تعالی فرجه از این مکالمه من راضی است؟» راه تقوا این است که تلفن را زمین بگذاری و یک لیوان آب سرد بنوشی. اگر خیلی عصبانی هستی، بلند شوی و وضو بگیری تا آتش درونت خاموش شود. سپس، به جای اینکه با مخلوق خدا درددل کنی، سرت را روی سجاده بگذاری و با خود خدا درددل کنی: «خدای من! مهربان من! تو که می‌بینی دلم چقدر شکسته، تو که شاهد بودی چه حرفی به من زدند.... من به خاطر تو سکوت می‌کنم. آبروی او را پیش هیچ‌کس نمی‌برم. شکایت او را فقط پیش تو آورده‌ام. خودت قاضی باش، خودت وکیل باش و خودت مرهم روی دل شکسته من بگذار».

این سکوت، آبروداری و درددل کردن شما با خدا به جای خلق خدا، یعنی «يَتَّقِ اللَّهَ». این یعنی شما زره تقوا را در حساس‌ترین لحظه به تن کرده‌اید. حالا منتظر گشایش خدا باشید: «يَعْمَلُ لَهُ خَيْرًا». گشایشش فقط این نیست که طرف مقابل عذرخواهی کند. اولین و فوری‌ترین گشایش، آرامش عمیقی است که خدا در دلتان می‌ریزد؛ احساس سبکی می‌کنید، چون بار گناه غیبت را روی دوستان نگذاشتید.

و بعد، خدا کارش را شروع می‌کند. شاید فردا خود آن شخص به اشتباهش پی ببرد. شاید خدا محبتی در دل همسران ببندازد و بیاید از شما دلجویی کند. شاید خدا به شما حکمتی بدهد که بفهمید حرف او از روی بدخواهی نبوده است. خدا هزاران راه بلد است که شما حتی فکرش را هم نمی‌کنید. خواهران من! بیایید در این چهارراه خطرناک، همیشه راه خدا را انتخاب کنیم. زخم‌هایمان را با غیبت نخارانیم، بلکه آن را به دست طبیب اصلی، یعنی خداوند بسپاریم تا او به بهترین شکل آن را درمان کند.

چهارراه تقوای تربیتی

خواهران من! مادران عزیز! می‌رسیم به چهارراهی که قلب بسیاری از ما مادران در آن می‌تپد و گاهی از شدت نگرانی، به شماره می‌افتد. چشم باز می‌کنید و می‌بینید در یک مسابقهٔ بزرگ و نانوشته قرار گرفته‌اید. این مسابقه، در گروه‌های خانوادگی واتس‌آپ، اینستاگرام، مهمانی‌های فامیلی و حتی در صف نانوایی جریان است! مدام بمباران می‌شوید. از یک طرف، خاله و عمهٔ خیرخواه می‌گویند: «بچه‌ات را هنوز کلاس زبان نفرستادی؟ از غافله عقب می‌ماند!». از طرف دیگر، در فضای مجازی، عکس بچه‌هایی را می‌بینید که از سه‌سالگی دارند ویولن می‌زنند یا به چهار زبان زندهٔ دنیا شعر می‌خوانند! همه از موفقیت، پیشرفت، کلاس موسیقی و رقص برای اجتماعی شدن و افزایش خلاقیت سخن می‌گویند.

اینجاست که یک اضطراب شیرین و در عین حال تلخ به جان مادر می‌افتد. شیرین، چون بهترین‌ها را برای جگرگوشه‌اش می‌خواهد و تلخ، چون مدام با خودش کلنجار می‌رود: «نکند من کم می‌گذارم؟ نکند در حق بچه‌ام کوتاهی می‌کنم؟ نکند چند سال دیگر، بچه‌ام به من بگوید تو باعث شدی من از بقیه عقب بمانم؟!».

دقیقاً در اوج همین اضطراب و نگرانی، چهارراه تقواست. راه ساده و راهی که همه می‌روند، این است که شما هم وارد همین مسابقه شوید. تمام وقت و انرژی و پول خود را صرف کنید تا فرزندان از بقیه عقب نماند؛ از این کلاس به آن کلاس، از این استاد به آن استاد. این راه، همراه شدن با جو و فشار جامعه است.

اما راه خدا و راه تقوا چیست؟ راه تقوا این نیست که با علم و هنر و زبان مخالف باشیم. هرگز! راه تقوا، راه اولویت‌بندی است. در اوج این هیاهو، یک لحظه بایستید، چشم‌هایتان را ببندید و بگویید: «خدا یا! من به نسخه تربیتی تو اعتماد دارم. برای من اولویت، ادب و حیای بچه‌ام است. برای من اولویت، عشق به نماز و انس با قرآن است. برای من اولویت، یاد دادن **«بِسْمِ اللَّهِ»** قبل از غذا و **«الْحَمْدُ لِلَّهِ»** بعد از آن است. برای من اولویت، تربیت فرزندی است که دست پدر بزرگ و مادر بزرگش را ببوسد و به بزرگ‌تر احترام بگذارد. من اول، این شالوده و فونداسیون اسلامی را محکم می‌سازم و سپس، روی این بنای مستحکم، هر هنر و علمی که به درد دنیا و آخرتش بخورد، اضافه می‌کنم». این انتخاب و اعتماد قلبی شما به نسخه الهی، یعنی **«يَتَّقِ اللَّهَ»**.

و حالا رزقش چیست؟ خدا از جایی که گمان نمی‌برید به شما می‌دهد؛ **«وَيَرْزُقُهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ»**. اولین و فوری‌ترین رزق، آرامش خود شماست. شما از این مسابقه اضطراب‌آور بیرون می‌آید و با آرامش، طبق نقشه خدا پیش می‌روید. و اما رزق بزرگ‌تر و شیرین‌تر، آن فرزندی است که در سایه تربیت الهی شما رشد می‌کند. وقتی به سن حساس نوجوانی و جوانی می‌رسد، در حالی که فرزندان بسیاری از همان افراد مدعی، اسیر اعتیاد و افسردگی و روابط ناسالم شده‌اند، فرزندان مایه آرامش و افتخار شماست. او برایتان عصای دست در پیری می‌شود، نه بلای جان در جوانی. او برایتان نور چشم می‌شود، نه باعث سرافکندگی. او همان فرزند صالحی است که حتی بعد از مرگ شما، با یک صلوات و فاتحه، پرونده اعمال شما را باز نگه می‌دارد. این بزرگ‌ترین و پربهرکت‌ترین رزقی نیست که یک مادر می‌تواند آرزویش را داشته باشد؟!

چهارراه تقوای ملی و سیاسی

اما برویم سراغ چهارمین بخش.

خواهران من! همان‌طور که گفتیم این آیه فقط برای من و شما به صورت فردی نیست؛ این آیه برای یک ملت است. امروز کشور و انقلاب ما، در یک چهارراه بزرگ تاریخی ایستاده است. از یک طرف، دشمنی‌های غرب، آمریکا و اسرائیل

را می‌بینیم. دشمنان با تحریم‌های ظالمانه، فشار اقتصادی و جنگ رسانه‌ای تمام‌عیار، مثل گرگی گرسنه منتظرند ما کم بیاوریم و به زانو بیفتیم. مدام از طریق هزاران شبکه‌ی ماهواره‌ای و اینترنتی در گوش جوانان ما و حتی خود ما زمزمه می‌کنند: «راه نجات شما در دوستی با ماست! دست از دینتان بردارید، دست از حجاب و عزتتان بردارید، دست از استقلال و مقاومتتان بردارید تا ما درهای اقتصاد را به رویتان باز کنیم!». این، راه ساده و فریبنده‌ای است که دشمن پیش پای ما می‌گذارد.

اما راه تقوا چیست؟ راه تقوای ملی ما چیست؟ همان‌طور که رهبر معظم علیه السلام فرمودند: «تقوای جامعه در بخش اقتصاد، عبارت است از اقتصاد مقاومتی».^۱ تقوای ملی ما این است که به وعده‌های دروغین دشمن اعتماد نکنیم. تقوای ما این است که به جای امید بستن به لبخندهای مصنوعی وزیر خارجه‌ی فلان کشور غربی، به قدرت جوانان نخبه‌ی خودمان، به ظرفیت‌های داخلی کشورمان و بالاتر از همه، به وعده‌ی صادق خداوند اعتماد کنیم. وقتی یک ملت، به خاطر حفظ عزت و دینش، سختی‌ها را تحمل می‌کند، به جای اسراف، قناعت می‌کند، به جای خرید کالای خارجی، کالای ایرانی می‌خرد، این یعنی «يَتَّقِ اللَّهَ» در سطح یک امت.

وقتی زن ایرانی تصمیم می‌گیرد در خانه قناعت کند، اسراف نکند، خرید کالای داخلی را ترجیح دهد، در حقیقت دارد در جبهه‌ی مقاومت اقتصادی می‌جنگد. این همان «تقوای ملی» است که رهبر انقلاب فرمودند ریشه‌ی عزت و استقلال ماست. خداوند وعده داده است اگر ملتی برای رضای او سختی را تحمل کند، درهای رزق و گشایش را از جایی که نمی‌پندارد می‌گشاید. اگر یک ملت این‌گونه تقوا پیشه کند، خدا برایش «مَخْرَج» و راه خروج از محاصره‌ی اقتصادی قرار می‌دهد: «وَيَرْزُقُهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ»؛ از راه‌هایی که فکرش را هم نمی‌کند، از طریق علم و فناوری بومی، دیپلماسی عزتمندانه و شکوفایی استعدادهای داخلی، درهای عزت و قدرت اقتصادی را به رویش باز خواهد کرد. این سنت قطعی و تخلف‌ناپذیر خداست.

پس بدانید قناعت شما در خانه و حمایتتان از تولید داخلی، یک آجر در بنای مستحکم اقتصاد مقاومتی و تقوای ملی ما هستند. اگر زن خانه تقوای

۱. بیانات رهبر معظم انقلاب در دیدار مسئولان نظام، ۲ تیر ۱۳۹۴.

مالی، زبانی و تربیتی را در خانه نهادینه کند، در واقع دارد سنگر مقاومت ملی را محکم می‌سازد.

توکل، سپردن کار به کاردان حقیقی

خواهران من! ما زرة تقوا را پوشیدیم و در چهارراه‌های مختلف زندگی، انتخاب درست داشتیم و راه خدا را برگزیدیم. حالا نوبت لبهٔ دوم کلید است؛ لبه‌ای که اگر نباشد، کلید در قفل نمی‌چرخد: «وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ...». کلید دوم همان توکل است.

اما توکل یعنی چه؟ یک عده فکر می‌کنند توکل یعنی تنبلی، دست روی دست گذاشتن و گفتن «خدا خودش درست می‌کند». خیر! این توکل نیست، این تنبلی و بی‌مسئولیتی است. در این آیه دقت کنید! ابتدا می‌گوید: «وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ»، یعنی اول تلاشت را بکن، زرهات را بپوش و انتخاب درست انجام بده. سپس «يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ»، نتیجه را با خیال راحت به خدا بسپار.

توکل یعنی چه؟ یعنی بعد از اینکه ترمز تقوا را گرفتید، فرمان زندگی‌تان را با اطمینان دست خدا بدهید؛ یعنی بگویید: «خدایا! من وظیفهٔ خودم را انجام دادم، نتیجه را به تو می‌سپارم».

«وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ»؛ کسی که به خدا توکل کند، خدا برای او کافی است. چه عبارت عجیب و آرام‌بخشی! یعنی خدا برای تو کافی است؛ یعنی شخصاً پروندهٔ تو را در دست می‌گیرد و کارت را راه می‌اندازد.

بگذارید یک مثال ساده بزنم. توکل مثل کار یک کشاورز است. کشاورز تنبلی نمی‌کند؛ زمین را شخم می‌زند، بذر مرغوب را انتخاب می‌کند، آن را می‌کارد، آبیاری می‌کند، از آفت‌ها مراقبت می‌کند. همهٔ این‌ها، بخش تلاش و تقوای اوست. اما آیا این کشاورز می‌تواند به خورشید دستور بدهد که بتابد؟ آیا می‌تواند به ابر بگوید که ببارد؟ آیا می‌تواند به دانه امر کند که جوانه بزند و رشد کند؟ خیر! این‌ها دست او نیست. کشاورز بعد از اینکه تمام وظایفش را انجام داد، سرش را رو به آسمان می‌کند و می‌گوید: «خدایا، من کار خودم را کردم، باقی‌اش با توست». این، یعنی توکل!

ما هم در زندگی، درست مثل همان کشاورز هستیم. ما موظفیم تلاش کرده و تقوا پیشه کنیم، اما نتیجه نهایی دست ما نیست. بعد از انجام وظیفه، باید با آرامش قلب، کار را به کاردان اصلی بسپاریم و بگوییم: «وَمَنْ يَتَوَكَّلْ عَلَى اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ».

توکل از جنس زنانه

خواهران من! داستان حضرت هاجر علیها السلام را به یاد بیاورید. او معنای تقوا و توکل را به ما نشان داد. آن صحنه را تصور کنید. یک زن، تنها، در بیابانی خشک و سوزان، بدون آب و غذا، با یک نوزاد شیرخواره که از تشنگی در حال جان دادن است. حضرت هاجر علیها السلام چه کار کرد؟ آیا فقط گریه و زاری کرد؟ خیر! او تقوای عملی را به نمایش گذاشت؛ بلند شد و با تمام توانش بین دو کوه صفا و مروه دوید. هفت بار این مسیر را با اضطراب و امید، رفت و برگشت. این دویدن، این تلاش، این جستجو، همان انجام وظیفه بود، همان بخش تقوای ماجرا بود.

سؤال کلیدی اینجا است: آیا آب از مسیری که هاجر علیها السلام می دوید پیدا شد؟ آیا از بالای کوه صفا یا مروه چشمه ای جوشید؟ خیر! آب از زیر پاهای کوچک نوزادش، حضرت اسماعیل علیه السلام، جوشید! این دقیقاً یعنی «وَبَرَزُقُهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ»؛ از جایی که اصلاً گمانش را نمی برد، از جایی که اصلاً به آن فکر هم نمی کرد، گشایش و رزق الهی رسید.

این درس بزرگ زندگی ما است. ما موظفیم مثل هاجر علیها السلام، برای حل مشکلاتمان بدویم و تلاش کنیم. اما باید ایمان داشته باشیم که خدا، مثل ماجرای چشمه زمزم، لزوماً از همان جایی که فکر می کنیم، گشایش نمی آورد. او از جایی که در محاسباتمان نیست، چشمه رحمت و رزقش را می جوشاند.

خواهران من! یادتان باشد وقتی آیه می گوید «(رزق)»، منظور فقط پول و مادیات نیست. رزق الهی، دایره بسیار وسیعی دارد:

– آرامشی که خدا در اوج طوفان مشکلات به دل نگران شما می اندازد،

رزق است.

– یک دوست خوب و دلسوز که خدا در سختی‌ها سر راهتان قرار می‌دهد، رزق است.

– یک ایدۀ ناگهانی که مشکل لاینحل شما را حل می‌کند، رزق است.
– فرزند صالح و بادبی که در پیری عصای دستتان می‌شود، بزرگ‌ترین رزق است.

– همین توفیقی که اینجا نشسته‌ایم و از کلام خدا می‌گوییم و می‌شنویم و حال خوب معنوی را تجربه می‌کنیم، این خودش از بهترین رزق‌های الهی است.

فرمول دوم مرحله‌ای

عزیزان دلم! دیدیم که شاه‌کلید طلایی قرآن، در دستان ماست. هرگاه به بن‌بست (مالی، خانوادگی، روحی و یا حتی ملی) رسیدید، این فرمول دو مرحله‌ای را به یاد بیاورید:

قدم اول: پوشیدن زره تقوا. از خودتان بپرسید: در این موقعیت، راهی که خداوند دوست دارد، کدام است؟

قدم دوم: فعال کردن موتور توکل. بعد از انتخاب درست، کار را با تمام وجود به خدا بسپارید و با اطمینان در قلبتان بگویید: «خداوند! من وظیفه‌ام را انجام دادم. تو برایم کافی هستی» ﴿فَهُوَ حَسْبُهُ﴾.

یادتان هست اول جلسه گفتم آن آخر شب خسته و تنها را تصور کنید؟ حالا می‌خواهم از این به بعد، در لحظات سخت تنهایی، به جای غرق شدن در حس بن‌بست و ناامیدی، به دنبال چهارراه تقوا بگردید. آن بن‌بست، نشانه‌ای از طرف خداست؛ یعنی خدا دارد به شما می‌گوید: «بنده خوب من! وقتش رسیده از آن شاه‌کلیدی که به تو داده‌ام، استفاده کنی».

بیا بید با هم یک تمرین عملی برای این هفته داشته باشیم، یک کار کوچک اما بسیار قدرتمند! هر روز فقط یک بار، در یک موقعیت کوچک، این فرمول را آگاهانه تمرین کنید.

موقع عصبانیت از شیطنت بچه‌ها: قبل از اینکه فریاد بزنید (اینجا همان

چهارراه تقواست)، یک لحظه سکوت کنید، یک صلوات بفرستید و در دلتان بگویید: «خدایا! کمک کن آرام باشم».

موقع نگرانی برای آینده و مخارج زندگی: قبل از اینکه زبان به ناشکری یا گله باز کنید (این هم یک چهارراه تقواست)، سرتان را رو به آسمان کنید و بگویید: «خدایا! توکل بر تو! روزی رسان حقیقی تویی».

این تمرین‌های کوچک، مثل یک ورزش روزانه، ایمان و توکل ما را مانند عضله‌ای که هر روز تمرین می‌کند، به تدریج قوی‌تر و نیرومندتر می‌سازد. و کلام آخر! بیایید دل‌هایمان را به درگاه بی‌نیازش نزدیک کنیم و با هم دعا کنیم: خدایا! به ما تقوایی بصیرت‌افزا عطا کن که در چهارراه‌های سخت زندگی، راه درست را از غلط تشخیص دهیم و زرهی محکم در برابر تیرهای زهرآگین شیطان داشته باشیم.

خدایا! به ما توکلی حقیقی ببخش که قلب‌های نگران و مضطرب ما را در طوفان حوادث، آرام و مطمئن سازد.

پروردگارا! ملت ما را در برابر دشمنی‌ها و وسوسه‌های شیاطین انس و جن حفظ بفرما و در پناه این آیه شریفه، از تمام بن‌بست‌های اقتصادی، فرهنگی و سیاسی عبور بده و از جایی که گمان نمی‌بریم، بهترین رزق‌های مادی و معنوی‌ات را نصیب این کشور، مردم و خانواده همه ما بفرما. و السلام علیکم و رحمة الله و برکاته.



جزء بیست و نهم

وقتی خانه نورانی می شود!

(از بهانه های روزمره تا نسخه آسان خدا)

﴿فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ﴾

سوره مزمل، آیه ۲۰

هرچه قدر برایتان میسر است، قرآن بخوانید.



سُورَةُ الْمُرْسَلَاتِ

إِنَّ رَبَّكَ يَعْلَمُ أَنَّكَ تَقُومُ أَدْنَىٰ مِنْ ثُلُثَيِ اللَّيْلِ وَنُصْفَهُ وَثُلُثَهُ وَطَافِيَةً
مِّنَ الَّذِينَ مَعَكَ وَاللَّهُ يَقْدَرُ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ عِلْمَ أَن لَّنْ نَّحْصُوهُ فَتَابَ
عَلَيْكُمْ فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ ۚ عَلِمَ أَن سَيَكُونُ مِنْكُمْ مَّرْضَىٰ
وَأَآخَرُونَ يَضْرِبُونَ فِي الْأَرْضِ يَبْتَغُونَ مِن فَضْلِ اللَّهِ وَآخَرُونَ
يُقِيمُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنْهُ وَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ وَآتُوا
الزَّكَاةَ وَأَفْرِضُوا لِلَّهِ قَرْضًا حَسَنًا وَمَا تُقَدِّمُوا لَأَنفُسِكُمْ مِن خَيْرٍ مِّجْدُوهُ
عِنْدَ اللَّهِ هُوَ خَيْرٌ وَأَعْظَمُ أَجْرًا وَاسْتَغْفِرُوا لِلَّهِ ۚ إِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَّحِيمٌ ﴿٢٠﴾

سُورَةُ الْمُرْسَلَاتِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

يَا أَيُّهَا الْمُدَّثِّرُ ﴿١﴾ قُمْ فَأَنذِرْ ﴿٢﴾ وَرَبَّكَ فَكَبِّرْ ﴿٣﴾ وَثِيَابَكَ فَطَهِّرْ ﴿٤﴾
وَالرُّجْزَ فَاهْجُرْ ﴿٥﴾ وَلَا تَمْنُنْ تَسْتَكْبِرُ ﴿٦﴾ وَلِرَبِّكَ فَاصْبِرْ ﴿٧﴾ فَإِذَا نَقَرْ
فِي النَّاقُورِ ﴿٨﴾ فَذَلِكَ يَوْمَئِذٍ يَوْمٌ عَسِيرٌ ﴿٩﴾ عَلَى الْكَافِرِينَ غَيْرُ عَسِيرٍ ﴿١٠﴾
ذَرْنِي وَمَنْ خَلَقْتُ وَحِيدًا ﴿١١﴾ وَجَعَلْتُ لَهُ، وَمَا لَمْ مَمْدُودًا ﴿١٢﴾ وَبَيْنَ
شُهُودًا ﴿١٣﴾ وَمَهَّدْتُ لَهُ، تَمْهِيدًا ﴿١٤﴾ ثُمَّ يَطْمَعُ أَنْ أَزِيدَ ﴿١٥﴾ كَلَّا إِنَّهُ
كَانَ لَا يَتَنَبَّأُ عِندَآ ۖ سَأَرَهُنَّ حَصُودًا ﴿١٧﴾ إِنَّهُ، فَكَّرَ وَقَدَّرَ ﴿١٨﴾



تلاوت آیه



مدرسه حفظ

خانه‌ای روشن یا خانه‌ای نورانی؟

می‌خواهم سخنم را با یک تفاوت ظریف، اما بسیار مهم آغاز کنم؛ تفاوت میان خانه‌ای روشن و خانه‌ای نورانی. همه ما تلاش می‌کنیم خانه‌هایمان روشن باشد؛ با لوستره‌های زیبا، نورپردازی‌های مدرن و پنجره‌هایی که رو به آفتاب باز می‌شوند. اما پرسش اصلی این است که آیا هر خانه‌ی روشنی، لزوماً نورانی هم هست؟

در دنیای پرهیاهوی امروز به‌خوبی می‌دانیم که بین «روشن بودن» و «نورانی بودن» خانه‌هایمان، تفاوت عمیقی نهفته است. روشن کردن یک فضا، کار چندان دشواری نیست؛ با لامپ‌های پرنور، پنجره‌های رو به آفتاب، یا حتی چیدمان شیک و چشم‌نواز، می‌توان هر خانه‌ای را روشن کرد. این روشنی شاید لبخندی بر لب بنشانند، اما آیا واقعاً روح خسته‌مان را آرام می‌کند؟

نورانیت، اما از جنسی دیگر است؛ نوری که از چراغ و لامپ وام گرفته نمی‌شود، بلکه از عمق جان برمی‌خیزد. نوری از جنس آرامش، از عطر دلنشین معنویت و از همان سکینتی که قلب خسته ما در هیاهوی روزگار به دنبالش می‌گردد. چه بسیار خانه‌هایی که با همه زرق و برق و تجمّلشان، دل‌هایشان در تاریکی و اضطراب غوطه‌ور است؛ خانه‌هایی که حتی زیباترین لوسترها هم نمی‌توانند غم نهفته را از دل‌ها بزدایند. در مقابل، چه بسیار خانه‌های ساده و کوچکی که از هر کنج دیوارشان، نوری گرم و دعوتی به آرامش می‌تراود؛ خانه‌هایی که حضور در آن‌ها، گویی دل را به آسمان می‌برد. پس میان نورانی بودن و روشن بودن، تفاوتی است به بلندی زمین تا آسمان.

خالی شدن باتری روح

بسیاری از ما زنان، در پایان یک روز پر از تلاش و تکاپو، وقتی لامپ‌های خانه را خاموش می‌کنیم و در سکوت شب به خودمان برمی‌گردیم، احساس می‌کنیم باتری روحمان خالی شده است و احساس خستگی، اضطراب و سردرگمی می‌کنیم. در دنیای امروز، روح ما دائماً در حال بمباران شدن با خوراک‌های مسمومی مثل اخبار نگران‌کننده، محتواهای اضطراب‌آور در فضای مجازی، مقایسه‌های بی‌پایان بین زندگی‌ها و... است. در این میان، بی‌آنکه متوجه شویم، از مهم‌ترین و شفاف‌بخش‌ترین غذای روح غافل می‌مانیم.

همه‌ما در خانه‌هایمان یک گنجینه بی‌نظیر داریم؛ کتابی که کلام خالق ماست، نسخه درمان تمام دردهای روحی و پاسخ‌گوی تمام پرسش‌های ما. اما راستش را بخواهید، چقدر به این گنجینه سر می‌زنیم؟! بسیاری از ما با دیواری از بهانه‌های به ظاهر منطقی، خودمان را از این منبع عظیم نور و آرامش محروم کرده‌ایم. بهانه‌هایی مثل:

- وقت ندارم! از صبح تا شب درگیر کار خانه و بچه‌ها هستم.
- خسته‌ام! شب که می‌شود، دیگر توانی برایم باقی نمی‌ماند.
- معنایش را نمی‌فهمم! خواندن صرف قرآن چه فایده‌ای دارد؟
- شرایطش را ندارم؛ نمی‌توانم که همیشه با وضو و آداب کامل بنشینم و قرآن بخوانم.

خواهران من! این بهانه‌ها، ناخواسته ما را در حسرت یک ارتباط عمیق و آرامش‌بخش با خدای خودمان نگه داشته است.

راهی برای همه

اما پروردگار مهربان ما، که از تمام این مشغله‌ها، خستگی‌ها و محدودیت‌هایمان آگاه است، در کتاب آسمانی‌اش یک راهکار بی‌نهایت ساده، عملی و دل‌نشین پیش پای ما قرار داده است؛ یک دستورالعمل محبت‌آمیز که تمام این بهانه‌ها را کنار می‌زند و آغوش رحمتش را به روی همه باز می‌کند. در آخر سوره مبارکه مزمل، بعد از آن‌که خداوند به پیامبرش دستور قیام شبانه و عبادات سنگین

می‌دهد، ناگهان با چرخشی لطیف، به عموم مردم نگاهی سرشار از رحمت می‌کند و می‌فرماید: «﴿فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ﴾؛ آنچه را از قرآن که برای شما میسر است بخوانید».

قشنگی این آیه در همین است که خدای مهربان، با درک کامل بهانه‌های ما، بیش از ۱۴۰۰ سال پیش، می‌فرماید: «﴿...عَلِمَ أَنْ سَيَكُونُ مِنْكُمْ مَرْضَىٰ وَآخَرُونَ يَضْرِبُونَ فِي الْأَرْضِ يَبْتَغُونَ مِنْ فَضْلِ اللَّهِ وَآخَرُونَ يُقَاتِلُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنْهُ...﴾؛ خداوند می‌داند که برخی از شما بیمار خواهید بود، گروهی برای به‌دست‌آوردن فضل خدا (کسب روزی) به سفر می‌روند و گروهی دیگر در راه خدا جهاد می‌کنند، آن مقدار که برایتان ممکن و میسر است، از قرآن بخوانید».

این آیه، تجلی اوج مهربانی و درک خداوند از شرایط بندگان است. خداوند می‌فرماید: «(بنده من! می‌دانم گرفتاری. گاهی مریض می‌شوی، گاهی تمام روز را برای لقمه‌ای نان حلال می‌دوی و گاهی درگیر امورات خانه و خانواده‌ای. من از تو عبادات طاقت‌فرسا و خارج از توانت نمی‌خواهم. فقط این را می‌خواهم که رابطات را با من قطع نکنی)». هرچقدر که می‌توانی، هرچند اندک، با کلام من مأنوس باش تا روح شازر شود و خانه‌ات نورانی گردد. «﴿فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ﴾» یعنی هر آنچه آسان و ممکن است؛ یک آیه، نیم صفحه، پنج دقیقه و.... مقدار مهم نیست؛ استمرار است که اهمیت دارد.

این همان کلید طلایی است که به ما می‌گوید وقتی خانه نورانی می‌شود که ساکنانش، هرچند اندک، با منبع نور در ارتباط باشند.

بازسازی مغز مضطرب

شاید پیرسید این انس اندک، این قرائت روزانه ولی کوتاه، چه تأثیر شگفت‌انگیزی می‌تواند داشته باشد؟ علم روان‌شناسی امروز، به‌ویژه در شاخه نوروساینس^۱ یا همان علوم اعصاب، به ما می‌گوید که مغز انسان، ساختاری ثابت و غیرقابل تغییر ندارد. مغز ما دارای ویژگی شگفت‌انگیزی به نام انعطاف‌پذیری عصبی است؛ یعنی تجربیات و عادات مستمر، می‌توانند به معنای واقعی کلمه، ساختار

1. Neuroscience

فیزیکی و مسیرهای عصبی مغزمان را تغییر دهند.^۱

وقتی به طور مداوم در معرض مُحَرِّک‌های اضطراب‌آور مثل اخبار منفی یا محتوای استرس‌زا قرار می‌گیریم، مغز برای واکنش سریع به خطر، مسیرهای عصبی اضطراب را تقویت می‌کند. اما برعکس، قرار گرفتن مستمر در معرض محرک‌های آرامش‌بخش، می‌تواند مسیرهای عصبی جدیدی برای آرامش، تمرکز و کاهش استرس ایجاد نماید.

کلام قرآن، با آهنگ، محتوا و انرژی معنوی منحصر به فرد خود، یکی از قدرتمندترین مُحَرِّک‌های آرامش‌بخش است. اُنس مستمر با قرآن، حتی اگر فقط از طریق شنیدن یا خواندن کوتاه باشد، به تدریج مغز مضطرب ما را به مغزی آرام و متوکل تبدیل می‌کند. این خواندن روزانه قرآن، یک آرام‌بخش الهی است که دل ما را از شلوغی‌ها و نگرانی‌های دنیا جدا می‌کند و دوباره به سرچشمه آرامش، یعنی خدا، وصل می‌کند.

مادر بزرگ‌ها را یادتان هست؟! دنیای مادر بزرگ‌ها باید برای بچه‌هایمان به کتاب‌های قصه تبدیل شود. خدا همه مادر بزرگ‌ها و پدر بزرگ‌ها را رحمت کند. خانم‌ها! ما باید به فرزندانمان بگوییم که مادر بزرگ‌های ما سواد خواندن و نوشتن نداشتند، اما خانه‌هایشان از نورانی‌ترین خانه‌های فامیل بود.

راز مادر بزرگ من، یک رادیوی کوچک و قدیمی بود که همیشه روی موج قرآن تنظیم بود. از صبح که بیدار می‌شد تا شب که می‌خوابید، صدای تلاوت قرآن در خانه‌اش طنین‌انداز بود. او می‌گفت: «ننه جان! من نمی‌فهمم چه می‌گوید؛ اما همین که صدای کلام خدا در خانه‌ام باشد، دلم آرام می‌گیرد و احساس می‌کنم خانه‌ام نگهبان دارد».

قبول دارید که او با همین انس ساده، آرامشی داشت که امروزه، بسیاری از ما با وجود تحصیلات عالی، از آن بی‌بهره‌ایم؟! این قصه‌ها نباید فراموش شوند؛ این ها گنج‌های ما هستند. مادر بزرگ‌ها با همین کارهای ساده، به «ماتیسر» عمل

1. Alvaro Pascual-Leone, Amir Amedi, Felipe Fregni, Lotfi B. Merabet, The Plastic Human Brain Cortex, Annual Review of Neuroscience, DOI: 10.1146/annurev.neuro.27.070203.144216

می‌کردند؛ یعنی هرچقدر در توانشان بود، با این کتاب آسمانی انس می‌گرفتند. برای مادر بزرگ‌های من و شما، «مَا تَيْسَّرَ» همین بود؛ روشن کردن یک رادیوی قدیمی. او در حد توانش، در راه روی کلام خدا باز کرده بود و خدا هم به اندازه اقیانوس بی‌کران رحمتش، به خانه و دل او نور و آرامش می‌ریخت.

سفر به سرزمین یمن

حالا اجازه بدهید از این خاطره شیرین، از دنیای ساده و پُر نور مادر بزرگ‌ها، با هم به یک سفر برویم؛ سفری به سرزمین دوری به نام یمن. می‌خواهم حکایت یک مادر بزرگ دیگر، «امّ عاصم»، را برایتان تعریف کنم؛ بانویی که نشان داد وقتی انسان با «مَا تَيْسَّرَ» شروع می‌کند، خدا چگونه درهای «مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ» را به رویش می‌گشاید.

یک مادر ۶۵ ساله را تصور کنید؛ مادری که گرد پیری بر چهره‌اش نشسته و سنگینی روزگار را به دوش کشیده است؛ مادری که از همه سخت‌تر، جگرگوشه‌اش را، پسر عزیزش را در راه دفاع از اسلام و وطن تقدیم کرده است و با افتخار، نام «مادر شهید» را با خود دارد. شاید فکر کنیم با مادری غمگین و گوشه‌نشین روبه‌رو هستیم؛ اما همه، امّ عاصم را به سرزندگی، انرژی و مهربانی‌اش می‌شناسند. این همه شور و نشاط از کجا می‌آید؟!

قصه امّ عاصم هم، درست مثل قصه مادر بزرگ‌های ما، از یک زمزمه ساده شروع شد؛ از صوت دل‌نشین قرآن که در خانه‌اش می‌پیچید. او در ابتدا فقط گوش می‌داد؛ «مَا تَيْسَّرَ» در حد توان او بود. اما این انس حد اقلی، کم‌کم به یک عشق عمیق تبدیل شد. آتشی در دلش شعله‌ور شد که می‌گفت: «من باید این کلمات نورانی را در سینه‌ام حفظ کنم».

چالش‌های پیش‌روی امّ عاصم تصور کنید. از یک طرف، سن او سدّ و مانع بزرگی بود. یک زن ۶۵ ساله کجا و حفظ کردن سی جزء قرآن کجا! از طرف دیگر، مسیر طولانی و طاقت‌فرسا بود. کلاس قرآن در مسجدی برگزار می‌شد که فاصله زیادی با خانه‌اش داشت، آن هم زیر آفتاب سوزان یمن! و از همه مهم‌تر، بهانه ضعف حافظه و مشغله‌های زندگی بود.

اما امّ عاصم به هیچ کدام از این بهانه‌هایی که شیطان جلوی پای من و شما هم می‌گذارد، اهمیت نداد. او تصمیمش را گرفته بود؛ می‌خواست با قرآن زندگی کند و آخرین رایحهٔ زندگی‌اش، عطر کلام خدا باشد. هر روز صبح، با نشاطی که از یک جوان ۲۰ ساله انتظار دارید، چادرش را به سر می‌کرد و راهی می‌شد. زیر آفتاب داغ، مسافت طولانی را با عشق طی می‌کرد تا به مسجد برسد. در راه، زیر لب دعا می‌کرد و از خدا می‌خواست او را به آرزویش برساند.

خانم‌های عزیز! شاید برایتان جالب باشد بدانید که امّ عاصم، هزینهٔ کلاس‌ها و پاداش معلمان قرآن را از کجا تأمین می‌کرد. او حقوق ماهانهٔ فرزند شهیدش را تمام و کمال برای ترویج قرآن خرج می‌کرد و این حقوق را به عنوان پاداش زحمات معلمان حفظ قرآن تقسیم می‌کرد و از خیرین می‌خواست به حمایت از محافل قرآن کریم کمک کنند. انگار می‌خواست بگوید: «خون پسر من باید در رگ‌های قرآن و در سینه‌های حافظان قرآن جاری شود».

بالاخره، این اعتقاد و باور و شروع با «مَآ تَیْسَرُ»، دست او را گرفت. آن معجزه‌ای که منتظرش بود رخ داد. این مادر شهید ۶۵ ساله، تنها در ۴ سال و با شنیدن صدای قرآن، حافظ کلام الله مجید شد!^۱

خواهران من! امّ عاصم به ما این درس بزرگ را داده است که اگر صادقانه با هر آنچه در توان داریم «مَآ تَیْسَرُ» به سمت قرآن قدم برداریم، قرآن با آغوش باز به استقبالمان می‌آید و درهایی از فهم و حفظ و نورانیت را به روی ما می‌گشاید که هرگز گمانش را نمی‌بردیم.

سپر محافظ روح

بیایید روح هر کدام از خودمان را مثل یک گیاه آپارتمانی زیبا و حساس، مثل گل ارکیده، تصور کنیم؛ گیاهی که در گلدان خانهٔ ما قرار دارد و ما مسئول مراقبت از آن هستیم. این گیاه برای زنده ماندن، شاداب بودن و گل دادن، به آب، خاک مناسب و مهم‌تر از همه، به نور خورشید نیاز دارد.

۱. «ام عاصم؛ مادر شهید ۶۵ ساله‌ای که ظرف چهار سال حافظ قرآن شد»، خبرگزاری شبستان، دسترسی در: shabestan.news/xdDkD

فرض کنید به این گیاه بگوییم: «این هفته خیلی گرفتارم، وقت ندارم تو را کنار پنجره بگذارم. ان شاء الله روز جمعه، یک روز کامل از صبح تا شب تو را در معرض آفتاب مستقیم قرار می‌دهم تا جبران شود». چه اتفاقی می‌افتد؟ آیا گیاه تا آخر هفته دوام می‌آورد؟ قطعاً خیر! برگ‌هایش زرد، ساقه‌هایش خمیده و روحش پژمرده می‌شود. او نمی‌میرد، اما زندگی هم نمی‌کند. گیاه به یک روز کامل آفتاب در هفته نیاز ندارد؛ او به چند دقیقه نور در هر روز نیاز دارد تا بتواند فتوسنتز کند و زنده بماند.

روح ما نیز دقیقاً مانند همین گیاه است. قرآن، نور خورشید عالم معناست. روح ما نمی‌تواند یک ماه از این نور دور بماند و با یک جزء خوانی در شب قدر، تمام کمبودهایش را جبران کند. روح ما نمی‌تواند یک هفته یا یک ماه از این نور حیات بخش دور باشد و انتظار داشته باشد که شاداب، سرزنده و باایمان باقی بماند. روح ما به همان پنج دقیقه انس روزانه با نور قرآن محتاج است تا بتواند فتوسنتز معنوی انجام دهد و اکسیژن ایمان و آرامش را در وجود ما تولید کند. دستور محبت‌آمیز «فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ»؛ یعنی نگذارید حتی یک روز بر روح شما بگذرد، بدون آن که سهم اندک، اما حیاتی خود را از این نور دریافت کند. خانمی بود که سه فرزند کوچک داشت و زندگی‌اش پُرهیاهو و شلوغ بود. همیشه از اینکه نمی‌تواند با آرامش دو رکعت نماز بخواند یا چند صفحه قرآن تلاوت کند، گله داشت. یک روز به او گفتم: «تو هر روز برای خودت جای دم نمی‌کنی؟»، با تعجب گفت: «بله، حداقل دوسه بار!». گفتم: «یک قرار با خودت بگذار. از لحظه‌ای که آب را روی کتری می‌گذاری تا زمانی که چایی دم بکشد و آن را در استکان می‌ریزی، این چند دقیقه، وقت مخصوص تو و خداست. همین طور که منتظری، یک صفحه قرآن بخوان. اسمش را هم بگذار "چایی قرآنی"». چند ماه بعد دوباره او را دیدم؛ می‌گفت: «خانم فلانی! نمی‌دانید همین چای قرآنی چه معجزه‌ای در زندگی من داشته است. قبلاً با کوچک‌ترین صدای بچه‌ها از کوره در می‌رفتم؛ اما الان آن چند دقیقه قرآن خواندن، چنان آرامشی در طول روز به من می‌دهد که صبورتر از قبل شده‌ام».

«فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ» یعنی یک سپر محافظ دور روحمان بکشیم.

ایستاده در بمباران

خواهران من! اگر می‌خواهید معجزهٔ انس مستمر با قرآن را به چشم ببینید، اگر می‌خواهید بدانید یک خانهٔ ویران شده چگونه می‌تواند نورانی باشد، کافی است این روزها چشم دلتان را به سمت غزه باز کنید؛ به سوی مردمی که زیر سنگین‌ترین بمباران‌های تاریخ، در اوج گرسنگی، تشنگی و ازدست‌دادن پاره‌های تنشان، استوار و باصلابت ایستاده‌اند.

تصاویر تکان‌دهنده‌ای که از آنجا به جهان مخابره می‌شود را ببینید. پدری که فرزند تکه‌تکه شده‌اش را در بغل گرفته و با صدایی لرزان، اما محکم می‌گوید: «الْحَمْدُ لِلَّهِ... إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ». مادری که خانه‌اش با خاک یکسان شده، اما از زیر آوار، قرآن خیس و گل‌آلودش را بیرون می‌کشد، آن را می‌بوسد و بر چشمانش می‌گذارد؛ گویی ارزشمندترین دارایی‌اش را بازیافته است. جوانانی که در پناهگاه‌های تاریک، با صدای بلند، آیات الهی را فریاد می‌زنند.

آن‌ها به تمام دنیا نشان دادند که قرآن، فقط کتابی برای خواندن در زمان آرامش و رفاه نیست؛ بلکه یک سلاح، یک زره و یک پناهگاه در دل طوفان است. آن‌ها با عمل خود نشان دادند که وقتی انسان هر روز روح خود را با کلام خدا تغذیه می‌کند، چنان قدرت و آرامش درونی می‌یابد که حتی بمب‌های ففسری هم نمی‌تواند آن را متزلزل کند. استقامت مردم غزه، تفسیر عملی «فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ» است. آن‌ها مصداق خانه‌هایی هستند که شاید ویران شده باشند، شاید روشنایی نداشته باشند، اما نورانی‌اند؛ چراکه ساکنانش با منبع نور عالم، در ارتباطی دائمی و ناگسستنی قرار دارند.

انس با قرآن در صحنه‌های زندگی زنانه

این پنج دقیقه نورگیری روزانه (که در غزه چنین معجزه‌ای می‌آفریند) کار سخت، پیچیده و زمان‌بری نیست. ما خانم‌ها به راحتی و با کمی برنامه‌ریزی و هنرمندی، می‌توانیم آن را در دل زندگی پرمشغلهٔ زنانهٔ خودمان جای بدهیم.

آشپزخانه، قلب تپندهٔ خانه و مکانی است که ما زنان، ساعات زیادی از عمرمان را در آن می‌گذرانیم. چرا این مکان را به یک محل انس دائمی با قرآن

تبدیل نکنیم؟! باور کنید با چند کار کوچک می‌توانیم آشپزخانه را به معبد نور و آرامش تبدیل کنیم.

یک قرآن کوچک با ترجمه ساده و روان در یکی از کابینت‌های آشپزخانه بگذارید. وسط پخت‌وپز، در همان چند دقیقه‌ای که منتظر دم‌کشیدن برنج یا جافتادن خورش است، قرآن را باز کنید و فقط چند آیه را با معنا بخوانید. بگذارید عطر کلام خدا با عطر غذای شما درهم بیامیزد و در تمام فضای خانه پیچد.

پیشنهاد راحت‌تر و عملی‌تر، روشن کردن رادیو یا پخش صوت قرائت‌های زیبا در فضای خانه، به‌ویژه آشپزخانه است. کم‌کم انسان نمک‌گیر می‌شود و اینجاست که خانه نورانی خواهد شد؛ نه با چراغ‌های هالوژن، بلکه با نور کلام وحی. به خدا قسم! آن غذا دیگر تنها غذای جسم نخواهد بود، بلکه غذای روح خانواده هم خواهد شد و برکت عجیبی به آن خانه خواهد آورد.

خانم دکتری بود که می‌گفت: «به دلیل مشغله زیاد کاری، واقعاً فرصت تلاوت قرآن را نداشتم و از این بابت عذاب وجدان داشتم. تا اینکه با خودم عهد کردم هر روز صبح، همان چند دقیقه‌ای که منتظر آماده شدن چایی برای صبحانه یا قهوه در دستگاه هستم، به جای چک کردن گوشی، فقط چند خط از قرآن را با ترجمه بخوانم»، او می‌گفت: «باورکردنی نیست! همین چند خط، مثل یک واکسن معنوی، تمام روز مرا در برابر استرس‌ها و فشارهای محیط بیمارستان محافظت می‌کند و آرامش عجیبی به من می‌دهد». این، مصداق بارز ﴿فَاقْرَءُوا مَا تَبَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ﴾ است.

اوقات مرده، فرصت‌های طلایی برای اتصال به منبع نور

در زندگی پر از شلوغی و بدو بدوی همه ما زن‌ها، لحظه‌های کوتاه و به‌ظاهر بی‌اهمیتی هست که معمولاً به آن‌ها «اوقات مُرده» یعنی وقت‌های تلف‌شده می‌گوییم؛ آن پنج دقیقه‌ای که منتظریم برنج دم بکشد، آن ده دقیقه‌ای که لباس‌ها در ماشین لباس‌شویی می‌چرخند و ما کنار آن منتظر هستیم، آن چند دقیقه‌ای که در صف نانوایی یا فروشگاه ایستاده‌ایم، یا آن نیم‌ساعتی که

جلوی درب مدرسه یا داخل ماشین نشسته‌ایم و چشم به راه تمام شدن کلاس فرزندان هستیم و هزار مثال دیگر که معمولاً از کنارشان ساده می‌گذریم. همه این وقت‌های کوچک، بهترین فرصت برای نورگیری روح هستند؛ فرصتی که می‌شود در آن، چند آیه از قرآن را بخوانیم، به صوت زیبای تلاوت گوش بدهیم، یا حتی در دل یک صلوات بفرستیم و لحظه‌ای با خدا خلوت کنیم. راه اول، راهی است که خیلی از ما بی‌آنکه متوجه شویم، در آن قدم می‌گذاریم؛ پناه بردن به گوشه‌ی موبایل. بلافاصله اینستاگرام را باز می‌کنیم و شروع می‌کنیم به بالاوپایین کردن صفحه‌ها. چه می‌بینیم؟ ویتترین پُررَق و برق زندگی دیگران، سفره‌های رنگین، خانه‌های آن‌چنانی، سفرهای خارجی، لباس‌های مارک‌دار. نتیجه‌اش چیست؟ هیچ! فقط حسرت، مقایسه کردن زندگی خودمان با دیگران، اضطراب، احساس کمبود و... ما به دنبال آرامش بودیم، اما با دست خودمان، روحمان را مضطرب‌تر و ناآرام‌تر کردیم.

اما راه دوم، راهی است که خدا پیش پای ما گذاشته؛ راه عمل به «**فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ**». خانم عزیز! خواهر گرامی! به جای آن اپلیکیشن اضطراب‌آور، اپلیکیشن قرآن را روی صفحه اول گوشی‌ات بگذار. همان ده دقیقه‌ای که منتظر دم کشیدن برنج هستی، به جای چرخیدن بی‌هدف در فضای مجازی، اپلیکیشن قرآن را باز کن و فقط چند آیه از قرآن را همراه ترجمه‌اش بخوان. همان جا که در صف نانوایی ایستاده‌ای، به جای نگاه کردن به درودیوار، یک هندزفری در گوشت بگذار و به صوت دل‌نشین استاد حامد شاکرنژاد یا عبدالباسط گوش بده. بگذار کلام خدا، مثل یک نسیم بهاری، روح خسته‌ات را نوازش دهد.

باور کنید معجزه اتفاق می‌افتد! شاید همان یک آیه‌ای که در صف نانوایی می‌خوانی یا می‌شنوی، پاسخ سوآلی باشد که تمام روز ذهنت را به خود مشغول کرده بود. شاید آن چند آیه‌ای که هنگام انتظار برای فرزندت می‌خوانی، تو را از یک تصمیم اشتباه در تربیت او منصرف کند. شاید آن صوت قرآنی که در خانه می‌پیچد، دعوای بین بچه‌ها را آرام کند و برکت و نورانیتی به فضای خانه‌ات بدهد که با هیچ وسیله‌ی مادی دیگری قابل خریداری نیست.

این، هنر تبدیل اوقاتِ مرده به لحظاتِ زندهٔ معنوی است. این، معنای واقعی زندگی با قرآن در دنیای مدرن است. این، همان نسخهٔ شفا بخش «فَافْرُؤُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ» برای من و شماست. بیایید از همین امروز این گنج‌های کوچک و پنهان روزانه را کشف کنیم و نگذاریم به‌سادگی از دست بروند.

سفری از گوش به قلب

ممکن است این پرسش پیش بیاید که خواندن بدون فهم عمیق قرآن، واقعاً فایده‌ای هم دارد؟ پاسخ این است که بله، انس و تلاوت مستمر، دروازهٔ طلایی ورود به تدبر و فهم است. وقتی اهل قرآن شدی و «فَافْرُؤُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ» را به‌صورت مستمر رعایت کردی، به مرور زمان خداوند توفیق فهم قرآن را هم به تو عنایت خواهد کرد.

به فرزندانتان نگاه کنید. کدام یک از آن‌ها از ابتدا با کلماتی که می‌شنیدند، آشنا بودند و معانی آن کلمات را درک می‌کردند؟ هیچ کدام! یک کودک برای یادگیری زبان مادری، ابتدا باید مدام در معرض کلمات و جملات قرار بگیرد تا گوشش آشنا شود و به تدریج معنای آن‌ها را درک کند. ما هم برای فهم اقیانوس بی‌کران قرآن، ابتدا باید با کلمات، آیات و آهنگ آسمانی آن مأنوس شویم. این تلاوت‌های روزانه، حتی اگر همراه با فهم عمیق نباشد، به تدریج قلب سخت و قفل‌شدهٔ ما را نرم و آمادهٔ پذیرش معارف بلند قرآن می‌کند. کم‌کم، یک آیه توجه ما را جلب می‌کند، درنگ می‌کنیم، به دنبال معنایش می‌رویم، به آن فکر می‌کنیم، به تفسیر مراجعه می‌کنیم و این، آغاز یک سفر شگفت‌انگیز و البته بی‌پایان در دنیای معارف قرآنی خواهد بود؛ سفری که از گوش شروع می‌شود و ان شاء الله به قلب ختم خواهد شد.

اینجاست که به عمق کلام پیامبر اکرم ﷺ در کتاب شریف «اصول کافی» پی می‌بریم، جایی که فرمودند: «نُورُوا بُيُوتَكُمْ بِتِلَاوَةِ الْقُرْآنِ وَلَا تَتَّخِذُوهَا قُبُوراً؛ خانه‌های خود را با تلاوت قرآن نورانی کنید و آن‌ها را به گورستان تبدیل نکنید».^۱

خواهران من! پیامبر ﷺ فرمودند با تفسیر یا بحث‌های پیچیده؛ بلکه فرمودند با تلاوت قرآن خانه‌هایتان را نورانی کنید، چرا؟ چون تلاوت، مثل بازکردن پنجره‌ای به سمت خورشید است؛ نور و برکت را به خانه می‌آورد و وقتی خانه دل نورانی شد، زمینه برای مراحل بعدی، یعنی فهم و عمل فراهم می‌شود. ناگفته نماند که این تلاوت‌های روزانه و مداوم، علاوه بر روشن کردن دل، به زندگی دنیوی ما نیز خیر و برکت می‌آورد. چراکه پیامبر مهربانی‌ها در ادامه همین روایت می‌فرمایند: «إِذَا كُنْتَ فِيهِ تِلَاوَةَ الْقُرْآنِ كُنْتَ خَيْرَهُ وَأُمْنَى أَهْلَهُ وَأَصْأَةً لِأَهْلِ السَّمَاءِ كَمَا تُضِيءُ نُجُومُ السَّمَاءِ لِأَهْلِ الدُّنْيَا؛ هرگاه در خانه‌ای قرآن زیاد تلاوت شود، خیر و برکت در آن زیاد می‌شود و گستردگی و گشایش در مال، ثروت، دانش، محبت، قدرت و... در اهل آن خانه پیدا شده و برای اهل آسمان نور می‌دهد، همچنان که ستارگان آسمان برای اهل زمین، نور افشانی می‌کنند»^۱. یعنی چه؟ یعنی اگر خیر دنیا و آخرت را می‌خواهیم، اگر آرامش خود و خانواده را می‌خواهیم، اگر می‌خواهیم خانه‌مان نورانی شود، راه و کلیدش انس با قرآن و تلاوت‌های مداوم است؛ «فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ».

نسخه آسان خدا را جدی بگیریم

خواهران عزیزم! خدای مهربان با دستور محبت‌آمیز «فَاقْرَءُوا مَا تَيَسَّرَ مِنَ الْقُرْآنِ»، راه را بر همه آسان کرده و تمام بهانه‌ها را از ما گرفته است. خدا از ما ختم‌های مکرر قرآن یا تفسیرهای پیچیده نخواسته؛ او فقط یک ارتباط مستمر، انس روزانه و سلام و احوال‌پرسی با کلام خودش را طلب می‌کند تا باتری روحمان همیشه شارژ بماند و خانه‌هایمان نورانی.

قرآن، نامه عاشقانه خدا برای بندگانش است و ما فقط کافی است هر روز سری به این نامه بزنیم، سلامی بدهیم، احوال‌پرسی کوتاهی کنیم، تا چراغ روحمان خاموش نماند و خانه‌هایمان همیشه بوی ایمان بگیرد.

بیایید از امروز، دیگر به قرآن به چشم یک کتاب مقدس صرف که باید در بالاترین طاقچه خانه بماند، نگاه نکنیم. بیایید قرآن را زندانی طاقچه‌های بلند

و خاک‌نشسته نکنیم؛ بلکه آن را نسخه‌ی شفا بخش روح، کتاب راهنمای زندگی و منبع نور روزانه‌ی خودمان بدانیم و در تمام زوایای زندگی، از آشپزخانه تا محل کار و تربیت فرزندانمان، جاری کنیم. بیاید قرآن را در دل زندگی‌مان جاری کنیم؛ در آشپزخانه، بین بوی نان و چایی، هنگام جمع کردن لباس‌ها، در راه رفت و برگشت به محل کار، یا حتی کنار تخت بچه‌ها که تازه خوابیده‌اند. قرآن می‌تواند در کوچک‌ترین و عادی‌ترین لحظه‌های روز ما جاری شود و آن‌ها را به لحظه‌های آسمانی تبدیل کند.

شاید بپرسید چه کارهایی باید انجام بدهیم؟ پاسخ ساده است؛ همان کارهایی که همیشه انجام می‌دهیم، با این تفاوت که این بار هدفمان قرآن است. ۱. تعیین زمان ثابت روزانه: حتی ۵ تا ۱۰ دقیقه در روز کافی است، اما باید ثابت و پایدار باشد؛ مثلاً بعد از نماز صبح یا قبل از خواب، زمان مشخصی را فقط به قرآن اختصاص بدهیم.

۲. استفاده از قرآن‌های ترجمه‌دار و تفسیری ساده: اگر معنای آیات را متوجه نمی‌شویم، از ترجمه‌های روان یا تفاسیر کوتاه، مثل «تفسیر نور» استفاده کنیم. اپلیکیشن‌های قرآنی نیز بسیار مفیدند.

۳. مدیریت فضای مجازی: ترک مطلق فضای مجازی لازم نیست؛ بلکه مدیریت آن مهم است. برای مثال، می‌توان روزانه ۳۰ دقیقه از زمان فضای مجازی را به قرآن اختصاص داد و یا حتی از فضای مجازی برای انس با قرآن استفاده کرد؛ گوش دادن به تلاوت، دیدن کلیپ‌های تدبر و شرکت در جلسات آنلاین.

۴. تشکیل گروه‌های کوچک قرآنی: با راه‌اندازی یک پویش ساده‌ی روزانه، مثلاً خواندن یک صفحه از قرآن با ترجمه در میان دوستان و همسایگان، این نور را به دیگران هم هدیه بدهیم. با دوستان یا خانواده، گروهی تشکیل بدهید و هر هفته یک آیه را بخوانید و درباره‌اش گفت‌وگو کنید. این کار هم انگیزه ایجاد می‌کند، هم فهم را عمیق‌تر می‌سازد.

۵. هدف‌گذاری شخصی و ملموس: مثلاً بگویید: «تا آخر ماه، سوره‌ی نور را با ترجمه‌اش می‌خوانم» یا «هر روز یک آیه حفظ می‌کنم». هدف‌های کوچک اما مشخص، باعث استمرار می‌شوند.



۶. تأمل و تدبیر، نه صرفاً قرائت: حتی اگر یک آیه بخوانید و درباره‌اش فکر کنید، ارزشمندتر از خواندن چند صفحه بدون توجه است. بنویسید که این آیه چه پیامی برای زندگی‌تان دارد.

باید با خودمان عهد ببندیم که از امروز، حتی اگر شده برای پنج دقیقه، روح تشنه‌مان را از این چشمه نور سیراب کنیم و نگذاریم گیاه وجودمان در غفلت و بی‌خبری پژمرده شود.

فراموش نکنیم؛ روح هم مثل یک گیاه ظریف است؛ اگر نور کلمات خدا به او نرسد، زرد و پژمرده می‌شود؛ اما اگر هر روز اندکی از این آفتاب آسمانی را دریافت کند، دوباره جان می‌گیرد، سرسبز می‌شود و آرام می‌گیرد. پس بیایید دل‌هایمان را در معرض این نور قرار دهیم و ببینیم چگونه خانواده‌هایمان آرام می‌شوند و زندگی‌مان آرام‌آرام به سمت برکت و روشنی می‌رود.

از خداوند متعال می‌خواهیم که به همه ما توفیق انس مستمر با کلام نورانی‌اش را عنایت فرماید و قلب و جان و خانه‌های ما را به نور قرآن، روشن و منور گرداند.

و السلام علیکم و رحمة الله و برکاته.



محتوای خودت را بساز



شهادت آیه‌ها



پویانمایی



پادکست صوتی



تبیین آیه

جزء سیام

در آغوش سختی

(وعدۀ گشایش الهی در تنگنای زندگی)

﴿فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾

﴿إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾

سوره شرح، آیات ۵ و ۶

پس بی تردید همراه سختی، آسانی است.

[آری] بی تردید همراه سختی، آسانی است.



سُورَةُ الشُّرُحِ

الَّذِي أَنْقَضَ ظَهْرَكَ ۖ وَرَفَعْنَا لَكَ ذِكْرَكَ ۚ فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۝
إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ ۖ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَارْغَبْ ۝

سُورَةُ التِّينِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

وَالَّتَيْنِ وَالزَّيْتُونَ ۝ وَطُورِ سِينِينَ ۝ وَهَٰذَا الْبَلَدِ الْأَمِينِ ۝
لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ۝ ثُمَّ رَدَدْنَاهُ أَسْفَلَ سَافِلِينَ ۝
إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَهُمْ أَجْرٌ غَيْرُ مَمْنُونٍ ۝
فَمَا يُكَذِّبُكَ بَعْدُ بِالذِّينِ ۖ أَلَيْسَ اللَّهُ بِأَحْكَمَ الْحَاكِمِينَ ۝

سُورَةُ الْعَنَّاكِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ۝ خَلَقَ الْإِنسَانَ مِنْ عَلَقٍ ۝ اقْرَأْ
وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ ۝ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ۝ عَلَّمَ الْإِنسَانَ
مَا لَمْ يَعْلَمْ ۝ كَلَّا إِنَّ الْإِنسَانَ لِرَبِّهِ لَإِطْعَىٰ ۖ أَن رَّاهُ اسْتَعْجَىٰ ۖ
إِنَّا إِلَىٰ رَبِّكَ لَرُجْعَىٰ ۖ أَرَأَيْتَ الَّذِي يَنْهَىٰ ۖ عَبْدًا
إِذَا صَلَّىٰ ۖ أَرَأَيْتَ إِنْ كَانَ عَلَى الْهُدَىٰ ۖ أَوْ أَمَرَ بِالتَّقْوَىٰ ۖ



تلاوت آیه



مدرسه حفظ

سوغات رمضان

امروز، روز وداع با ماه مبارک رمضان است؛ روزی که هم بوی حسرت می دهد و هم عطر امید. حسرت تمام شدن سفره ای که یک ماه برای ما پهن بود و امید به اینکه میزبان کریم، ما را با دست خالی بدرقه نکند. ماهی که در آن با گرسنگی و تشنگی، طعم سختی را چشیدیم تا به آسانی و لذت افطار برسیم. در این ماه، شب ها بیدار ماندیم و سختی عبادت و شب زنده داری را به جان خریدیم تا به آسانی و حلاوتِ مناجات با پروردگار در دل سحر دست یابیم. این شب ها فرصتی بود تا در خلوت خود با خدا راز و نیاز کنیم و از او طلب بخشش و رحمت نماییم. در آن ساعت های خاموش شب، وقتی دنیا در خواب بود، ما توانستیم با دل های پاک و نیت های خالص، ارتباطی عمیق با خالق مان برقرار کنیم.

انگار تمام ماه رمضان، یک کارگاه فشرده آموزشی بود؛ تمرینی سی روزه برای درک یک قانون بزرگ الهی. قانونی که امروز، در این لحظات پایانی مهمانی خدا، می خواهم آن را به عنوان بهترین سوغات و گران بها ترین ره توشه این ماه، با خودمان به خانه هایمان، زندگی هایمان و قلب هایمان ببریم.

می خواهم با شما از یک حقیقت امید بخش سخن بگویم؛ حقیقتی که مرهم تمام زخم های ما، پاسخ تمام نگرانی های ما و کلید تمام درهای بسته زندگی مان است. همه ما در زندگی لحظاتی را تجربه کرده ایم که احساس کرده ایم در یک تونل تاریک و بی پایان گرفتار شده ایم:

– تونل سخت مشکلات اقتصادی؛ وقتی دخل و خرج با هم نمی خواند و نگرانی آینده خانواده، خواب را از چشمانمان می رباید.

- تونل یک بیماری برای خودمان یا عزیزانمان؛ وقتی با چهرهٔ نگرانِ پزشک روبه‌رو می‌شویم و منتظر جواب یک آزمایش هستیم.

- تونل اختلافات و سوء تفاهم‌ها در زندگی مشترک؛ وقتی سکوت‌های سنگین و قهر، جای گفت‌وگوهای شیرین را می‌گیرد.

- تونل اضطراب‌آور تربیت فرزندان؛ وقتی می‌بینیم جگرگوشه‌مان در این دنیای پُر هیاهو از ما فاصله می‌گیرد.

در این تونل‌های تاریک، بزرگ‌ترین خطری که ما را تهدید می‌کند، ناامیدی است. این احساس که این تونل هیچ‌گاه به پایان نمی‌رسد و هیچ نوری در انتهای آن نیست.

سنتی غیر قابل تغییر

اما خدای متعال که طراح این مسیر پُرفراز و نشیب است، برای همین لحظه‌ها و تونل‌های تاریک، یک چراغ پُر نور و یک وعدهٔ قطعی در دستان ما قرار داده است؛ وعده‌ای آن قدر مهم و حیاتی که دو بار، پشت سرهم و با تأکید، در سورهٔ مبارکهٔ شرح تکرار شده تا هیچ شک و تردیدی در دل مؤمن باقی نماند. آیاتی که همهٔ شما عزیزان حفظ هستید و به محض اینکه ابتدای آن را بگوییم، ادامه‌اش را خواهید خواند. خداوند در آیات ۵ و ۶ سورهٔ مبارکهٔ شرح می‌فرماید: «﴿فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا * إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾؛ پس قطعاً و بدون شک، با هر سختی، آسانی هست. (آری) قطعاً و بدون شک، با هر سختی، آسانی هست».

خواهران من! این آیه یک انقلاب در نگاه ما ایجاد می‌کند و نگاهمان به مشکلات را کاملاً تغییر می‌دهد. به کلماتش دقت کنید! خداوند نمی‌فرماید «﴿بَعْدَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾» یعنی بعد از سختی، آسانی می‌آید؛ بلکه می‌فرماید «﴿مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾»، آسانی و گشایش، همراه سختی است و در دل همان سختی نهفته است. یعنی گشایش یک اتفاق جداگانه نیست که بعد از راه برسد؛ گشایش، جنینی است که در رحم سختی رشد می‌کند؛ آسانی، میوه‌ای است که از درخت سختی به بار می‌نشیند؛ هسته تا نشکافد و سختی شکستن را تحمل نکند، جوانه نمی‌زند.

این یک قانون و سنت غیر قابل تغییر الهی است؛ هیچ فشاری بی پایان نیست و هیچ شبی تا ابد تاریک نمی ماند. این بشارت، مؤمن را در میدان دشوار زندگی، امیدوار نگه می دارد و اطمینان می دهد که مسیر مبارزه، هرچند دشوار، به پیروزی و گشایش ختم خواهد شد. این نگاه، همان کلام نورانی مولای متقیان، امیرالمؤمنین علی علیه السلام است که در نهج البلاغه می فرماید: «عِنْدَ تَنَاهِي الشَّدَّةِ تَكُونُ الْفَرْجَةُ، وَ عِنْدَ تَضَائِقِ حَلْقِ الْبَلَاءِ يَكُونُ الرَّخَاءُ؛ وقتی سختی به نهایت خود برسد، گشایش فرا می رسد و وقتی حلقه های بلا تنگ می شود، آسایش پیدا می شود»؛^۱ مثل فنی که هرچه بیشتر فشرده شود، با نیروی بیشتری رها می گردد.

رشد پس از سانحه

جالب است بدانید که علم روان شناسی امروز، پس از سال ها تحقیق، به مفهومی دست پیدا کرده که دقیقاً مؤید همین قانون قرآنی است. این مفهوم، «رشد پس از سانحه» نام دارد. این نظریه می گوید بسیاری از افرادی که با بحران ها و سختی های بزرگ مانند بیماری های سخت، از دست دادن عزیزان، یا مشکلات شدید مالی مواجه می شوند، پس از عبور از آن دوره، به حالت قبل باز نمی گردند، بلکه از نظر روحی، معنوی و شخصیتی، به انسانی قوی تر، عمیق تر و قدرشناس تر تبدیل می شوند. آن ها ظرفیت های جدیدی در خود کشف می کنند که هرگز در دوران آسایش و راحتی، از وجودشان خبر نداشتند.

یعنی چه؟ یعنی تو در همان لحظه که سختی می کشی، در حال رشد هستی. مربی های ورزشی را دیده اید؟ به ورزش کار وزنه های سنگین تری می دهند، سراو داد می زنند، ممکن است حتی او را به ظاهر کتک هم بزنند؛ اما هر دو می دانند که همه این ها برای رشد است. سختی ها هم همانند یک مربی سخت گیر، عضلات روح ما را به چالش می کشند و آن را برای برداشتن وزنه های سنگین تر زندگی، آماده و قدرتمند می سازند.

خداوند سردار عزیز ما، حاج قاسم سلیمانی را رحمت کند. سپهد شهید، حاج قاسم سلیمانی عزیز، با آن نگاه عمیق و حکیمانه، جمله معروفی دارند که

۱. محمد بن حسین شریف رضی، نهج البلاغه، حکمت ۳۵۱.

اتفاقاً با بحث امروز ما هم مرتبط است؛ ایشان می‌فرمود: «(من با تجربه این را می‌گویم که میزان فرصتی که در بحران‌ها وجود دارد، در خود فرصت‌ها نیست)»؛ یعنی همان قانون قرآنی «إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا».

دفاع مقدس نمونه‌ای عینی از این حقیقت بود؛ عرصه‌ای که زن و مرد، پیر و جوان در آن حضور یافتند و خوش درخشیدند. جنگی که به ما تحمیل شد تا جلوی رشد نهال انقلاب را بگیرد، اما نه تنها جلوی رشد آن را نگرفت، بلکه باعث پیشرفت روزافزون این نهال شد و امروز آن را به اوج رشد و بالندگی رسانده است. جنگ ما، به واقع، مصداقی عینی از آیه شریفه «إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا» بود.

سمیه کردستان

یکی از شهدای بزرگوار جنگ تحمیلی، «شهیده ناهید فاتحی» است که زیر دست منافقین کوردل و زیر شکنجه‌های سخت آن‌ها به شهادت رسید؛ شکنجه‌هایی که باعث شد به او لقب «سمیه کردستان» داده شود؛ چون او هم مثل حضرت سمیه زیر شکنجه به شهادت رسید.

پس از پیروزی انقلاب اسلامی ایران، غرب کشور دچار هرج و مرج شد و گروهک‌های ضدانقلاب (مثل کومله و دموکرات) که فکر می‌کردند نظام نمی‌تواند با آن‌ها مقابله کند، قد علم کردند. تشکیلات مارکسیستی به شدت فعالیت می‌کردند و حتی اجازه نمی‌دادند نیروهای ارتش و سپاه وارد کردستان شوند. در این شرایط، ناهید فاتحی که از فعالان انقلابی در غائله کردستان به شمار می‌رفت، با برادران سپاه پاسداران در سنندج همکاری داشت و در دستگیری چند تن از اعضای کومله نقش مهمی ایفا کرد. در پی همین شناسایی‌ها بود که ناهید، هدف اول منافقین شد و آن‌ها به دنبال فرصتی برای انتقام‌جویی از وی بودند.

اوایل زمستان سال ۱۳۶۰، ناهید به شدت بیمار شد و برای مداوا به درمانگاهی در میدان مرکزی شهر سنندج مراجعه کرد. چند ساعتی از رفتن ناهید گذشته بود، اما از بازگشتش خبری نشد. انگار که اصلاً به درمانگاه نرفته بود! مادر در خانه، نگران و چشم انتظار بود تا دختر نوجوانش برگردد. خانواده‌اش لحظات پر از اضطرابی را سپری کردند، تا اینکه بالاخره از چند نفر که ناهید را می‌شناختند و



آن روز او را دیده بودند، می شنوند که چهار نفر، ناهید را دوره کرده و به زور سوار مینی بوس کرده و برده اند.

خاطره شهادت ناهید، یکی از سخت ترین و دردناک ترین خاطرات است. کومله ها ناهید ۱۶ ساله را به شدت شکنجه می کردند. او را پس از اسارت، در حدی اذیت می کردند تا مجبور شود به امام خمینی علیه السلام توهین کند. عُسر و سختی برای این دختر نوجوان، تحمل دردهای جسمی غیر قابل تصویری بود. ناخن های دست و پایش را کشیده بودند، موهای سرش را تراشیده بودند، روی سرش آب جوش ریختند و خلاصه، جای جای سر و بدنش کبود و شکسته بود. عجیب تر اینکه کومله ها تصمیم گرفته بودند او را از لحاظ روحی هم اذیت کنند، به همین دلیل او را با موهای تراشیده داخل روستاها می چرخاندند. حدود ۱۱ ماه ناهید را شکنجه می کردند و در تمام این مدت، از او فقط یک چیز می خواستند؛ یک کلمه توهین به امام! کومله به ناهید گفته بود اگر به (امام) خمینی دشنام بدهی، تو را آزاد می کنیم.

یُسر و آسانی برای ناهید، در دل همان شکنجه ها متجلی شد. او به جای تسلیم شدن، با هر شکنجه، ایمانش قوی تر می شد. در حالی که جسمش در اوج عُسر و سختی بود، روحش در یُسر و آسانی ثبات قدم و بندگی خدا قرار داشت. او می دانست که این سختی، پلی برای رسیدن به بهشت است.

سرانجام، وقتی کومله می بیند نمی تواند حریف اعتقاد راسخ و ایمان محکم ناهید بشود، سمیه کردستان را شبانه به بیابان های اطراف روستا می برند و جلوی چشمانش برایش قبر کنده و او را زنده زنده دفن می کنند. ناهید شانزده ساله زنده زنده دفن می شود!^۱

جالب است بدانید که ناهید یک روز شرط کومله را به ظاهر می پذیرد و به آن ها می گوید: «من قبول می کنم، شروط شما را می پذیرم. من از این شکنجه ها و از این رفتارها خسته شده ام و هر کاری شما بگویید، انجام می دهم». کومله هم خوشحال از این حرکت، مردم چند روستا را با تهدید جمع می کنند، ناهید را بالای

۱. «جنایت تکان دهنده منافقین»، خبر آنلاین، دسترسی در: <http://khabaronline.ir/xgc4g>

تپه ای می برند و یک بلندگوی دستی به او می دهند تا در حضور همه مردم، به ساحت امام امت، توهین کند و (استغفرالله) با پا روی قرآن برود.

ناهید بلندگو را به دست می گیرد. همه نفس ها در سینه حبس شده. دشمن، منتظر شنیدن کلمات کفر و تسلیم است؛ اما ناگهان، صدایی حق طلبانه طنین انداز می شود. ناهید فریاد می زند:

مردم! این ها هیچ دینی ندارند! این کومله و دموکرات، این ها همه یهودی اند، این ها همه کافرند! این ها شرط آزادی من را توهین به مقدسات گذاشتند و من هیچ وقت چنین کاری نمی کنم! سر و جان خودم و خانواده ام، فدای قرآن! فدای امام خمینی! و شما مردم حواستان باشد که فریب این گروه را نخورید.^۱

ناهید شروع به افشاگری می کند و کموله ها وقتی می بینند آن دختر نوجوان در حال ارشاد مردم است، دیوانه وار به سوی او حمله می کنند. بلندگو را از دستانش می گیرند، او را از آن تپه به پایین می کشند و با خود می برند و سرانجام او را به شهادت می رسانند.

قبل از اینکه بحث را با یک مثال زیبا ادامه بدهم، بیایید شادی روح همه شهدایی که با دادن خونشان این انقلاب عظیم را به دست ما رساندند، مخصوصاً شهدایی که از جنس خودمان بودند، یعنی شهدای زن، یک صلوات محمدی پسند بفرستیم.

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ وَ عَجِّلْ فَرَجَهُم

رنجی که به پرواز می انجامد

همان گونه که ناهید از دل سختی به اوج عزت رسید، خداوند متعال می خواهد ما نیز در سختی های زندگی بال بزنیم و پرواز کنیم. بیایید یک مثال زیبا را در ذهنمان مرور کنیم. کرم ابریشمی را تصور کنید که تلاش می کند خود را از پیله تنگ و تاریکش رها سازد. او ساعت ها تقلا می کند، به دیواره های زندان کوچکش

۱. «ماجرای دختری که به دست ضدانقلاب در کردستان زنده به گور شد»، خبرگزاری دفاع مقدس، دسترسی در: <https://dnws.ir/002uLw> ۳ مهر ۱۴۰۳.

فشار می‌آورد و رنج می‌کشد. اگر از بیرون این صحنه را ببینیم، شاید دلمان برایش بسوزد و با خودمان بگوییم: «آخی! چقدر عذاب می‌کشد!» و شاید با یک دل‌سوزی ناآگاهانه، یک قیچی برداریم و گوشه‌ای از پيله را برایش باز کنیم تا راحت‌تر بیرون بیاید.

نتیجهٔ این دل‌سوزی ناآگاهانهٔ ما چیست؟ کرم به راحتی بیرون می‌آید، اما هرگز تبدیل به پروانه‌ای زیبا نخواهد شد. بال‌هایش ضعیف و چروکیده باقی می‌ماند و او هرگز لذت پرواز را نخواهد چشید. چون همان فشار و تقلایی که کرم برای خروج از پيله تحمل می‌کند (یعنی همان عُسر و سختی)، یک فرآیند حیاتی است. این فشار باعث می‌شود مایعات بدنش به سمت بال‌ها جریان پیدا کند و آن‌ها را قوی، گسترده و آمادهٔ پرواز کند.

خواهران من! سختی‌ها و مشکلات زندگی، همان پيله‌ها هستند. خداوند ما را در این پيله‌ها قرار می‌دهد، نه برای اینکه ما را عذاب بدهد، بلکه برای اینکه ما را برای پرواز آماده کند. او می‌خواهد بال‌های صبر، توکل، حکمت و استقامت ما را قوی سازد. اگر ما از این سختی‌ها فرار کنیم یا به دنبال راه‌های آسان و بدون چالش باشیم، اگر بخواهیم با قیچی ناشکری، بی‌صبری و گناه، پيله را پاره کنیم، شاید به یک آسایش موقت برسیم؛ اما هرگز به آن پروانهٔ قدرتمند و زیبایی که خداوند برای ما مقدر کرده است، تبدیل نخواهیم شد.

آسانی پرواز و گشایش (یعنی یُسْر)، در دل همان تقلای خروج از پيله و سختی (یعنی عُسر) نهفته است؛ پس همیشه به یاد داشته باشیم: «إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا».

آسانسورهای معنوی خدا

خانم‌های عزیز! این بحث، فقط یک نگاه شاعرانه نیست، یک حقیقت عمیق است که در کلام اهل بیت علیهم‌السلام موج می‌زند.

امام صادق علیه‌السلام در روایتی تکان‌دهنده می‌فرماید: «إِنَّ الْعَبْدَ يَكُونُ لَهُ عِنْدَ رَبِّهِ دَرَجَةٌ لَا يُلْغُهَا بِعَمَلِهِ فَيَبْتَلَىٰ فِي جَسَدِهِ أَوْ يَصَابُ فِي مَالِهِ أَوْ يَصَابُ فِي وُلْدِهِ فَإِنْ هُوَ صَبَرَ بَلَغَهُ اللَّهُ إِيَّاهَا؛ گاهی برای بنده‌ای نزد خداوند درجه و مقامی است که نمی‌تواند به وسیلهٔ اعمال به آن مقام دست یابد، پس خداوند او را به بیماری

در بدنش، یا به مشکلی در مالش، یا به مصیبتی در فرزندش مبتلا می‌کند و اگر او صبر کند، خداوند او را به آن مقام می‌رساند»^۱.

یعنی چه؟ یعنی ما باید سختی‌های زندگی‌مان را مثل آسانسورهای معنوی خدا بدانیم که کمک حالمان هستند تا ما را به طبقاتی برسانند که با پای عمل عادی خود، هرگز به آنجا نمی‌رسیم.

پایله‌های زندگی

این قانون شگفت‌انگیز، در تمام زوایای زندگی زنانه ما ساری و جاری است و درک آن می‌تواند نگاه ما را به رنج‌هایمان تغییر بدهد. بیایید با هم چند نمونه از این پایله‌ها و پروانه‌ها را مرور کنیم.

پایله مادرشدن؛ از بارداری تا بی‌خوابی‌های شبانه

یکی از مهم‌ترین پایله زندگی ما زنان، پایله مادرشدن است؛ مرحله‌ای که قرار است پروانه‌های زیبایی را به دنیا بیاوریم. فرض کنیم در دوران سخت بارداری و وایار هستیم، بدنمان سنگین می‌شود، حالت تهوع امانمان را می‌برد، خلق و خوی‌مان به هم می‌ریزد، اعصابی هم برایمان باقی نمانده و هر روز با یک چالش جدید روبه‌رو هستیم. این یک عُسر و سختی بزرگ است. اما یُسر و آسانی آن در دل همین سختی قرار دارد. هر لگدی که جنین در شکممان می‌زند، هر تکانی که می‌خورد، نوید همان آسانی شیرین، یعنی درآغوش گرفتن فرزندمان را می‌دهد. همه ما قبول داریم که حتی لگدزدن هم شیرین است! گاهی لذت ما مادران در همان تکان خوردن‌ها و شنیدن صدای ضربان قلب فرزندمان نهفته است. این سختی را به جان می‌خریم، چون می‌دانیم در انتهای آن، بزرگ‌ترین لذت عالم در انتظارمان است.

مادری تعریف می‌کرد: «بچه‌های دوقلو داشتم که ۲ ساله بودند، یکی پسر و یکی دختر. این دو تا فرشته کوچولو، از اول شب تا صبح، انگار مسابقه بی‌خوابی گذاشته بودند. هر کدام بهانه‌ای داشتند. یکی گریه می‌کرد، یکی دلش شیر می‌خواست، دیگری پتویش را گم کرده بود، یکی تب داشت، دیگری دندان در

۱. حسین بن سعید کوفی اهوازی، المؤمن، ج ۱، ص ۲۶.

می‌آورد. من هم باید هر دو را هم‌زمان آرام می‌کردم. شب‌ها تا سحر، مثل یک ربات، بین تخت‌ها می‌دویدم. انگار نه انگار که خودم هم انسانم، خسته می‌شوم و خوابم می‌آید. شوهرم هم صبح زود باید سرِ کار می‌رفت و انصافاً تمام توانش را می‌گذاشت، اما دیگر توان بیدار ماندن در شب را نداشت.

یک شب، حدود ساعت سه، دیگر از پا افتادم. هر دو بچه در بغلم بودند؛ یکی گریه می‌کرد و دیگری ناله می‌زد. خودم هم چشمانم از بی‌خوابی می‌سوخت. دیگر طاقت نداشتم! گوشهٔ اتاق نشستم؛ بچه‌ها در بغلم گریه می‌کردند و من هم همراه آن‌ها گریه می‌کردم. با خدا گله کردم: "خدایا! این چه سختی‌ای است؟ مگر من چقدر توان دارم؟ این چه امتحانی است؟ من دیگر نمی‌توانم! این سختی تمام جانم را گرفته."

درست در همین لحظه، شوهرم از اتاق بیرون آمد. شاید صدای گریهٔ بچه‌ها او را بیدار کرده بود. وقتی نگاهش به من و بچه‌ها افتاد، ناگهان شروع کرد به خندیدن! نه خنده‌ای از سر تمسخر یا بی‌خیالی؛ بلکه خنده‌ای از سر شوق و دیدن تلاش و عشق همسرش. دیدن مادری که تمام شب را، با تمام سختی، با تمام عشق، از بچه‌ها مراقبت کرده و حالا هم در آغوش او خوابیده‌اند.

نمی‌دانم چه بود! شاید همین خندهٔ او باعث آرامش ناگهانی من شد. لذتی عجیب و شیرینی خاص، تمام وجودم را فراگرفت. انگار تمام سختی آن شب، در یک لحظه، به شیرینی یک تجربهٔ ناب تبدیل شد؛ لذتی که فقط یک مادر می‌تواند درک کند. لذتی که با دیدن آرامش بچه‌هایش، بعد از کلی تلاش و با دیدن محبت همسرش، در اوج خستگی، نصیبش می‌شود. این لذت، شیرینی خاص خودش را داشت و گویی تمام سختی‌های شب، در همان لحظه، به فراموشی سپرده شد. این همان آسانی در کنار سختی است؛ «إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا».

پایه اقتصادی و فرهنگی؛ فرصت شکوفایی

در برابر سختی‌های اقتصادی، وقتی فشار هزینه‌ها زیاد می‌شود، وقتی می‌بینید نمی‌توانید مثل دیگران خرید کنید، این یک عُسَر است. راه ساده، ناشکری، حسرت خوردن و مقایسه کردن است. اما راه دیگری هم هست، راهی که خدا

معرفی کرده؛ اینکه این سختی را به فرصت تبدیل کنید و به جای ناامیدی و اضطراب، به خانواده‌تان امید بدهید. این آیه را بنویسید و به درب یخچال بچسبانید. هر بار که چشمتان به آن می‌افتد، به خود و خانواده‌تان یادآوری کنید که این دوران نیز می‌گذرد و پس از هر سختی، گشایشی است. این امیدبخشی شما، همان صبر و مقاومتی است که شرط رسیدن به یسر الهی است و البته خود یک فرصت است. فرصتی برای یادگرفتن قناعت، خلاقیت در مدیریت خانه، آموزش صرفه جویی به فرزندان، پیدا کردن لذت‌های ساده و غیرمادی. شاید باورتان نشود اما بسیاری از کسب‌وکارهای خانگی موفق، از دل همین نیازها و سختی‌های مالی متولد شده‌اند.

یا در مسائل فرهنگی. وقتی می‌بینید به خاطر حفظ حجاب و عفاف‌تان در دانشگاه یا محیط کار تحت فشار هستید، تنها می‌مانید یا مورد تمسخر قرار می‌گیرید، این یک عُسَر بزرگ است. اما در دل همین سختی، یُسَر و آسانی عزت نفس، استحکام شخصیت و افتخار به بندگی خدا نهفته است. شما در این سختی، تبدیل به یک الگوی زنده و پرچم‌دار بی‌صدا برای ارزش‌های الهی می‌شوید و این مقامی است که در آسایش و راحتی به دست نمی‌آید.

به جای ناامیدی از مشکلات فرهنگی جامعه، بدانید که همین سختی‌ها، زمینه‌ساز رشد، خلاقیت و شکوفایی نیروهای مؤمن خواهد بود. وقتی عرصه تنگ می‌شود، انسان‌های بزرگ، راه‌های جدید و خلاقانه‌ای برای مبارزه پیدا می‌کنند. این همان فرصتی است که در دل سختی‌ها نهفته است.

پایله زندگی مشترک؛ ساختن ما از من و تو

بسیاری از خانم‌های جوان از مشکلات و اختلافات اوایل زندگی مشترک گله دارند. اما نباید فراموش کرد که این مشکلات و اختلافات کاملاً طبیعی هستند. دو انسان با دو فرهنگ و دو دیدگاه متفاوت، زیر یک سقف آمده‌اند و این دوره، دوره عُسَر و ساختن است، دوره‌ای برای تراشیدن خودخواهی‌ها و تبدیل «من و تو» به «ما». اگر این سختی‌ها را با صبر، گفت‌وگو و گذشت تحمل کنید، به یُسَر و آسانی تفاهم، همدلی و آرامش خواهید رسید. بسیاری از زوج‌هایی که در همان

سال‌های اول تسلیم می‌شوند، خود را از لذت یک زندگی مشترک عمیق و پایدار محروم می‌کنند.

خانم جوانی می‌گفت: «اوایل ازدواجم، سربیک موضوع با خانواده همسر به مشکل خوردم و چون کاملاً حق با من بود، از همسر انتظار داشتم صددرصد طرف من را بگیرد. اما او سکوت کرد و همین باعث کدورت شدیدی بین ما شد. چند روز با هم قهر بودیم و در دلم غوغایی بود. می‌خواستم زنگ بزمن به مادرم و همه چیز را بگویم و سبک شوم، اما سکوت کردم. با خودم گفتم بگذار راه دیگری را امتحان کنم. به جای شکایت به دیگران، با خدا حرف زدیم و گفتم: «خدایا، تو شاهدی. من به خاطر حفظ آرامش زندگی‌ام و به خاطر تو سکوت می‌کنم». چند روز گذشت. یک شب همسر کنارم نشست و گفت: «فلانی! چند روز است دارم فکر می‌کنم. می‌دانم چقدر اذیت شدی. از تو ممنونم که این مسئله را کش ندادی و آبروداری کردی. از خدا ممنونم که همسری عاقل و باگذشت، مثل تو دارم».

ببینید خواهران من! یُسر و گشایش در اینجا چه بود؟ عمیق‌تر شدن عشق و احترام همسرش. این گشایش از کجا آمد؟ از دل عُسر و سختی تحمل کردن و سکوت حکیمانه. اگر آن خانم پيله را پاره می‌کرد و با تلفن زدن به این و آن، مسئله را بزرگ می‌کرد، شاید به یک پیروزی موقت می‌رسید، اما آن یُسر عمیق را از دست می‌داد.

کارگاه تمرین صبر

خواهران عزیزم! ماه رمضان، یک دوره و کارگاه فشرده آموزشی برای تمرین همین قانون بود. ما عُسر و سختی گرسنگی را تحمل کردیم تا به یُسر و آسانی قدردانی از نعمت‌ها و لذت افطار برسیم. ما عُسر و سختی شب‌بیداری و مبارزه با خواب را به جان خریدیم تا به یُسر و شیرینی انس با خدا در سحرگاهان دست یابیم.

حالا که این ماه به پایان می‌رسد، بیایید این بزرگ‌ترین درس و این شاه‌کلید قرآنی را با خود به تمام سالمان منتقل کنیم، بیایید نگاهمان را به مشکلات تغییر

بدهیم و به خودمان قول بدهیم هرگاه از تربیت فرزندمان و سرکشی‌های دوران کودکی یا نوجوانی‌اش خسته و کلافه شدیم، به جای اینکه بگوییم «من دیگر نمی‌کشم!»، به خود یادآوری کنیم که این عُسرو سختی تربیتی، مقدمهٔ یک گشایش بزرگ است. از خدا کمک بخواهیم و با اطمینان بدانیم که ﴿إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾، این سختی امروز، به آسانی دیدن یک فرزند صالح و عاقبت به خیر در فردا تبدیل خواهد شد. ما باید از خدا کمک بخواهیم و از او بخواهیم که این سختی، زمینهٔ دیدن یک فرزند صالح باشد.

هرگاه در راه دفاع از ارزش‌هایتان، مثل حفظ حجاب در جامعه، سختی کشیدید، تمسخر شدید و تنها ماندید، در اوج آن عُسرو غربت، با صلابت و اطمینان در دلتان تکرار کنید که این سنت قطعی خداست: ﴿فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾. این تنهایی و سختی امروز، بی‌تردید مقدمهٔ یک پیروزی، عزت و گشایش بزرگ از جانب خداوند است.

هرگاه با یک قبض سنگین برق یا یک مشکل مالی روبه‌رو شدید، به جای گفتن «ای وای، بدبخت شدیم!»، به همسرتان بگویید: «این یک عُسرو سختی جدید است؛ خدایا کمکمان کن از این پيله، پروانه شویم!» و با تمام وجودتان ایمان داشته باشید که ﴿فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا﴾. قطعاً با همین سختی، آسانی است. و خلاصهٔ کلام اینکه، بیایید از این پس، در هر پیچ و خم زندگی، در هر تنگنا و مشکلی، این آیه را مانند یک ذکر آرامش‌بخش، در قلب و زبانمان جاری کنیم و با تمام سلول‌های وجودمان باور داشته باشیم که خداوند دو بار قسم خورده است: ﴿فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا... إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا...﴾.

این نگاه، نگاه یک پروانه است که می‌داند برای پرواز، باید رنج خروج از پيله را به جان بخرد. این نگاه، امید را در دلمان زنده نگه می‌دارد و ما را از ناامیدی که بزرگ‌ترین دام شیطان است، حفظ می‌کند.

از خداوند متعال می‌خواهیم که در این آخرین لحظات ماه مبارک رمضان، به حرمت تمام سختی‌هایی که بندگان صالحش، از آدم تا خاتم و به خصوص زنان بزرگی چون آسیه، مریم علیها السلام و هاجر علیها السلام در راه او تحمل کرده‌اند، تمام سختی‌های

زندگی ما را به آسانی و گشایش مبدل فرماید و به ما آن چنان صبر و بصیرتی عطا نماید که همواره، نور یُسْر را در دل تاریکی عُسر مشاهده کنیم.

عیدتان هم پیشاپیش مبارک باشد و دل هایتان سرشار از امید به رحمت بی پایان الهی.

و السلام علیکم و رحمة الله و بركاته.



محتوای خودت را بساز



شهادت آیه‌ها



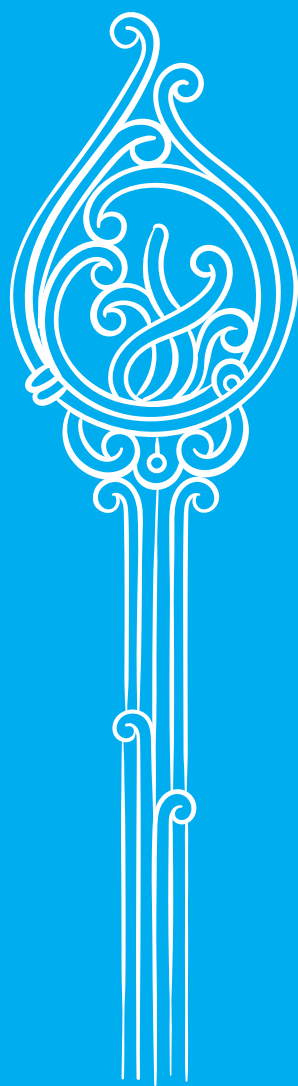
پویانمایی



یادگست صوتی



تبیین آیه



کتابنامه

۱. قرآن کریم.
۲. شریف رضی، محمد بن حسین، نهج البلاغة، قم: مؤسسة دارالهجرة، ۱۳۶۶ش.
۳. پاینده، ابوالقاسم، نهج الفصاحة، تهران: دنیاى دانش، ۱۳۸۲ش.
۴. توپسرکانی، محمد بنی بن احمد، لثالی الأخبار، قم: العلامة، ۱۳۷۱ش.
۵. جابری، محمد علی، آقا مصطفی، قم: کتابک، ۱۴۰۴ش.
۶. حر عاملی، محمد بن حسن، تفصیل وسائل الشیعة إلى تحصیل مسائل الشریعة، ج ۱۱، قم: ۱۳۷۱ش.
۷. دانش آشتیانی، مریم، وضوی جمعة خونین، ماهنامه شاهد یاران، ش ۲۷، بهمن ۱۳۸۶.
۸. طبرسی، حسن بن فضل، مکارم الأخلاق، قم: الشریف الرضی، ۱۳۷۰ش.
۹. طوسی، محمد بن حسن، الأمالی، ج ۱، قم: دار الثقافة، ۱۳۷۲ش.
۱۰. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، تهران: دارالکتب الإسلامية، ۱۳۶۳ش.
۱۱. کوفی اهوازی، حسین بن سعید، المؤمن، ج ۱، قم: دارالمرتضی، ۱۳۶۹ش.
۱۲. لیثی واسطی، علی بن محمد، عیون الحکم و المواعظ، قم: مؤسسه علمی فرهنگي دارالحديث، ۱۳۷۶ش.
۱۳. مجلسی، محمد باقر بن محمد تقی، بحار الأنوار، الجامعة لدرر أخبار الأئمة الأطهار، بیروت: دار إحياء التراث العربي، ۱۳۶۲ش.

۱۴. مخدومی، رحیم، من مادر مصطفی، تهران: رسول آفتاب، ۱۳۹۱ ش.
۱۵. مشتاقی نیا، سید حمید، مسافر ملکوت، ج ۲، قم: شهید کاظمی، ۱۳۹۶ ش.
۱۶. مکارم شیرازی، ناصر، مشکات هدايت، قم: مدرسة الإمام علی بن أبی طالب (علیه السلام)، ۱۳۸۵ ش.
۱۷. مؤسسه آل البيت (علیهم السلام) لإحياء التراث، ۱۳۷۴ ش.
۱۸. ناصری، محمود، داستان های بحار الانوار، ج ۳، قم: دارالتقنين، ۱۳۷۷ ش.
۱۹. «ام عاصم»: مادر شهيد ۶۵ ساله ای که ظرف چهار سال حافظ قرآن شد»، دسترسی در: خبرگزاری شبستان، ۹ بهمن ۱۴۰۱.
۲۰. «جنایت تکان دهنده منافقین»، دسترسی در: خبرآنلاین، ۲۷ شهریور ۱۳۹۹.
۲۱. «ماجرای دختری که به دست ضد انقلاب در کردستان زنده به گور شد»، دسترسی در: خبرگزاری دفاع مقدس، ۳ مهر ۱۴۰۳.
۲۲. «مادر شهیدی که ۵۵ سال بانی روضه خانگی است»، دسترسی در: خبرگزاری رسمی حوزه، ۲۵ شهریور ۱۴۰۱.
۲۳. آرشیو بنیاد شهید و امور ایثارگران آمل.
۲۴. آرشیو کنگره بزرگداشت ده هزار شهید مازندران.
۲۵. پایگاه خبری تحلیلی مشرق نیوز.
۲۶. پایگاه خبری، تحلیلی مطالعات تروریسم هابیلیان.
۲۷. خبرگزاری دفاع مقدس «اداره کل حفظ آثار و نشر ارزش های دفاع مقدس خوزستان»
۲۸. خبرگزاری مهر.
۲۹. دبیرخانه شورای فعالان انقلابی فضای مجازی (شورای شفاف).
۳۰. سایت آپارات.
۳۱. سایت روزنامه هگمتانه.
۳۲. کانال خاک ریز خاطرات شهدا در پیام رسان ایتا.