



نکاتی مهم در اصلاح و بهبود نظام آموزشی

اصلاح نظام آموزشی لازم بنظر میرسد:
الف - تغییراتی در رشته‌های تحصیلی:
از آنجا که برای ساختن کشوری اسلامی
و مستقل، احتیاج به رشته‌های فنی -
کشاورزی - پزشکی، بیشتر از سایر رشته‌ها
احساس می‌شود، لذا رشته‌هایی از قبیل:

باتوجه به اینکه نظام آموزشی سابق،
جز مدرک‌گرایی و تقلب و دزدی و پشت‌میز
نشینی و زندگی مصرفی و محوفرهنگ اسلامی
هدف دیگری نداشته است، لذا جهت
ساختن نسلی که تداوم انقلاب و رسالت
حکومت جمهوری اسلامی ایران را برعهده
گیرد، چند نکته اساسی و مهم و فوری در

اقتصاد - خدمات و بازرگانی که بنا برخواست
رژیم سابق افراد را بجای تشویق به تولید
و فعالیت، صرفاً "پشت میز نشین و مصرف
- کننده می‌کرد، حذف و یا محدود و بجای
آنها فقط همین رشته‌های زیر وجود داشته
باشد:

- ۱ - علوم ریاضی ۲ - علوم تجربی
 - ۳ - علوم انسانی و ادبی یا (همان فرهنگ
و ادب) ۴ - صنعت ۵ - کشاورزی
- تصیر: دانش‌آموزان رشته کشاورزی
می‌توانند از محل مدارس خدمات و یا اقتصاد
که حذف می‌شوند استفاده کنند.
- ب: تغییراتی در محتوای کتب و دروس:

- از سال اول تا چهارم دبیرستان در هر یک
از رشته‌های فوق، دو نوع درس وجود داشته
باشد:
- ۱ - درس عمومی
 - ۲ - درس تخصصی
- درس عمومی:

شامل یک سری اطلاعات جامع و مفید و
در رابطه با زندگی است که یک دانش‌آموز
دیپلمه علیرغم رشته تخصصی‌اش، باید
این حداقل معارف و شناخت را بعنوان یک
فرد مسلمان ایرانی بداند:

- ۱ - فارسی
- ۲ - انگلیسی
- ۳ - عربی (البته از روشهایی استفاده شود
که منظور فهم معانی قرآن باشد نه به منظور
تکلم و استفاده از همه متون عربی که خاص

(رشته ادبی است)

۴ - ایدئولوژی اسلامی و مسائل عقیدتی
(منظور همان درس دینی است منتهی با
مطالبی حساس‌تر و لازم‌تر و جالب‌تر برای
جوانان امروز)

۵ - تاریخ و جغرافیای سیاسی اجتماعی
اسلام، ایران و جهان

۶ - اخلاق اسلامی و مسائل زندگی‌ساز
(خصوصاً "استفاده از بیانات اخلاقی و
سیاسی امام خمینی)

۷ - اطلاعات کلی از سایر رشته‌ها (مثلاً "
بجای اینکه رشته ریاضی و فیزیک، درس
شیمی داشته‌باشد که ای‌بسا دانش‌آموز بعد
از آن استفاده‌ای نخواهد داشت بهتر است
برای این رشته کلیاتی از شیمی و طبیعی و
برای مثلاً "رشته تجربی فقط کلیاتی از فیزیک
و ریاضی آنهم فقط به منظور آشنایی وجود
داشته‌باشد و وقت و نیروی اضافی برای
درس اضافی صرف نشود که بعداً "در
دانشگاه استفاده‌ای نداشته‌باشد).

درس تخصصی شامل:

- ۱ - رشته ریاضی فیزیک: فیزیک -
ریاضیات (جبرآنالیز، هندسه
مثلثات،)
- ۲ - رشته تجربی: شیمی - طبیعیات
زمین شناسی، زیست
(شناسی،)
- ۳ - رشته انسانی و ادبی (فرهنگ و

ادب) : ادبیات فارسی و عربی

— مسائل اجتماعی (روانشناسی

— جامعه شناسی ،)

۴ — رشته صنعت : تئوری و عملی

۵ — رشته کشاورزی : تئوری و عملی

البته در تغییر محتوای کتب و دروس باید به دویکتته مهم زیر حتما "توجه داشت :

۱ — استفاده از نوشته های بزرگان چون امام خمینی ، شهید مطهری ، دکتر شریعتی

و در دروس اخلاق — فارسی — دینی

۲ — سعی شود که حتی الامکان ، مطالب ساده و قابل فهم و روان نوشته شوند و از

نوشتن لغات و کلمات سنگین و خیلی علمی که همیشه دانش آموزان را از هرچه کتاب و

درس و مدرسه بیزار و خسته می نموده است پرهیز شود تا قابل درک و دوست داشتنی

باشد . این موضوع باعث می شود وقتی که دانش آموز درس را در ارتباط با زندگی خود

و بدردخور و همچنین روان و شیرین احساس کرد ، نه تنها از کتاب و مدرسه خسته

و بیزار نمی شود ، بلکه با امیدواری و میل و رغبت به فراگیری واقعی علوم پرداخته و

ضمنا "بدینوسیله مساله غیبتها و فرار از مدرسه و یا تقلب کردنها و یک سری نابساما

— نیها برطرف می گردد .
ج — ساختن و تربیت معلم و مربی — که طی

دومرحله انجام گیرد :

۱ — پذیرش دانشجوی عاشق معلمی و

تربیت آنها در دانشسراهای تربیت معلم که البته این موضوع در برنامه وزارتخانه می باشد .

۲ — تربیت معلمین و مربیانی که هم

— اکنون مشغول بکار و تدریسند که این خیلی مهم است . و اگرچه در برنامه آموزش

ضمن خدمت ، تربیت ایندسته از معلمین نیز حتما "منظور شده است ولی بهتر است

هرچه زودتر و با برنامه های انقلابی و ضربتی اینکار عملی گردد .

لذا در این رابطه پیشنهاد زیر ارائه می گردد :

۱ — کلاسهای نسبتا "فشرده و مثلا "در دوره های ۶ ماهه ، شامل دروس : ایدئولوژی

اسلامی — تعلیم و تربیت از دیدگاه اسلام — اخلاق — روانشناسی نوجوان ، آئین کلاس

— داری برای معلمان هرمنطقه در محل اداره مربوطه تشکیل داد تا بدینترتیب ، کم کم

تمامی معلمان هرچه زودتر حداقل ، مختصر شناختی از اسلام و تعلیم و تربیت اسلامی

پیدا نموده و در مسیر قرارگیرند . البته توصیه می شود با توجه به جو

موجود ، این کلاسها ابتدا از دبیران دبیرستانها و بصورت داوطلب شروع شود و

برای کسانی که موفق به گذراندن امتحان دوره مربوطه شوند احتمالا "اولویتهایی در

آینده برای آنها در نظر گرفته شود .

۲ — درمورد آموزش و تربیت (مربیان و مسئولین امور تربیتی و پرورشی و همچنین

مستولین انجمن‌های اسلامی دانش‌آموزان و معلمان دینی) که با دید الگو و مظهر اسلام به آنها نگاه می‌شود و نقش خیلی حساسی در ارائه اسلام دارند متأسفانه باید گفت که کم‌تر از آنچه بایسته است، اهمیت داده شده و بیشتر این خواهران و برادران ما با رفتار و اعمال خود نه تنها کمتر موفق به جذب بچه‌ها بوده‌اند بلکه گاهی باعث انزجار و طرد دانش‌آموزان و حتی معلمان نیز بوده‌اند اگرچه باحسن نیت بوده‌اند و تمام بخاطر این است که بعضی

از این برادران و خواهران توجه ندارند که باید مثل پیامبر عزیزمان با اخلاق اسلامی و خوش‌خلقی و روی گشاده و تبسم و بازبان خودشان به میان بچه‌ها رفته و در قلوب آنها نفوذ کنند و باعمل خود و نه فقط حرف اسلام را معرفی کنند و برعکس مشاهده می‌شود که اغلب با تعدادی معدود، بچه‌های مذهبی فقط سروکار دارند و در تماسند و غافل ازاینکه بچه‌های مذهبی که خود در

بقیه در صفحه ۵۳



تربیت اسلام در همانحال که توصیه
به تأمین دنیا دارد، حیات اخروی
را برتر و جاودانه معرفی می‌کند.
والاخره خیروایقی
زندگی اخروی جاودانه است
سوره اعلیٰ آیه ۱۷



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی
رتال جامع علوم انسانی

سخنهای استاد

رابطه دنیا با آخرت؟

در قرآن به بهره‌مندی از دنیا، بر طبق موازین، توصیه شده و دنیا مردود شناخته نشده است. در اسلام تارک دنیا، و انزوا - طلبی و پوچ‌گرایی نداریم. هر آنچه را که خداوند حلال کرده است و استفاده از آن لذات را مشروع دانسته، کسی نمیتواند حرام کند. و اگر کسی، حلالی را حرام کند خلاف اسلام عمل کرده است.

میان بهره‌مندی از دنیا و تمتعات آخرت که در آینده خواهد بود، موازنه‌ای باید برقرار نمود و در این مورد خداوند کریم می‌فرماید (۱): یا آنچه خداوند بنو داده‌است، ثواب آخرت را بجوی و بهره‌ات را از دنیا هم فراموش مکن، و نیکی کن (انفاق کن از روزی) همانطور که خداوند به تو انعام کرده است: روشن است که در آیه فوق زندگی دنیا بعنوان وسیله و مقدمه‌ای جهت تدارک موحیات نیک‌بخختی در آخرت

برسرمده شده. در عین حال برای اینکه کسی یکسره دست از دنیا نشوید، خاطر نشان شده، که نمرات دنیا فراموش نشود. و برای اینکه این هر دو، یعنی دنیا و آخرت آباد باشند، به نیکی توصیه شده است و برای اینکه معلوم شود احسان چیست؟ و از چه چیز باید احسان نمود؟ و چرا باید احسان کرد؟ در جمله کوتاهی فرموده است: نیکی کن همانطور که خداوند بنو نیکی کرده است. و ما میدانیم هر کدام از امکاناتی که در اختیار ماست خداوند آنرا اعطا کرده است و تعداد آنها بسیار زیاد است. و خود او که مالک همه این نعمتها و امکانات است و آنها را به امانت به ما سپرده است می‌فرماید: بخشی از آنها را برای رضای او به دیگران بدهیم. و جالب اینست که در آیه اینگونه احسان که ما از نعمتهای اعطائی او می‌کنیم محذرا "می‌خواهد بما مزید دهد. و یک نکته حساس تربیتی همینجاست که ما تدریجا خودمان را به این حد از رشد برسانیم که

از عطیات و نعمتهای امانتی خداوند، با بارغبت و با اطمینان در راه خداوند بسایر مردمان بخشش کنیم. و از جمله این احسانها برای معلمان و متخصصان و اهل فن آموزش آنها به نوجوانان و به افراد بی اطلاع است. بنابراین دنیا و آخرت از لحاظ سعادت مند کردن انسان بهم مربوط اند و یک مجموعه اند و دنیا مزرعه آخرت است. و مومنان از خداوند اینطور تقاضا دارند (۲):
خدایا حسنات دنیا و آخرت بما عطا نما؛
زندگی دنیا برای ما مطلوب است و شاید بتوان این دلائل را برای محبت انسان بدینا برشمرد.

الف - ما دستخوش لذات حسی هستیم و دنیا لذات حسی ما را تامین می کند.

ب - ما شتاب زده هستیم و لذات فوری را بر لذات زمان دار و وعده های ترجیح می دهیم در این زمینه فرموده است (۳):
بلکه دنیای نقد عاجل را دوست دارید و کار آخرت را وامی گذارید:

ج - از دنیا علم و اطلاع داریم که از طریق احساس و عقل حاصل آمده، اما از حیات اخروی اینطور اطلاع نداریم. و بقول شایع "کسی از آن دنیا نیامده است!" از آنجا که انسان لذت جو است. معمولاً "بجانب افراط یا تفریط می رود و تربیت اسلامی خواهان تعادل است دستور و توجیهی اینچنین داریم (۴): بگو: چه

کسی زینت های خدا را که برای بندگان خود آفریده و روزیهای پاکیزه را حرام کرده است؟ بگو: اینها درد دنیا برای مومنان است. و خالص اینها (لذت بخش بدون الم) در قیامت خواهد بود. ما آیات خود را برای اهل دانش اینطور بیان می کنیم:

در این آیه لذات این دنیا با آن دنیا مقایسه شده. و برای مومنانی که هنوز در درجات اولیه و آغازین ایمان اند، و به لذات جسمانی انکاء دارند، پاسخی دلپذیر است که هرگونه لذتی در این دنیا هست برتر از آن در آخرت خواهد بود. لذا استفاده از لذات این دنیا را در حد خود مجاز می نماید و هم اینکه اگر کسی از آن محروم است به لذات آن دنیا متوجه می سازد، اگر کسی غرق لذات این دنیا است، آخرت را بخاطرش می آورد تا بدان راغب شود و براحسان خویش در رابطه با دیگران بیفزاید. ضمناً از اینکه از روزی طیب نام برده شده به روزی غیر طیب می شود اندیشید و از آن احتراز نمود.

در تحلیلی که از ماهیت زندگی دنیا شده و نشانگر چگونگی طبع، و تمایلات انسان به وقت گذرانی در بازی و سرگرمی ها است می فرماید (۴): این زندگی دنیا جز کار بیهوده (مانع انجام مهمات) و بازیچه نیست. و زندگی حقیقی زندگانی آخرت است، اگر مردم بدانند:

انسان اعتلاجو است و بهمین جهت بهر نوع کاری که موجبات قدرت طلبی و اعتلاجوئی او را فراهم گرداند، ولو با احکام شریعت مبیّت داشته باشد، دامن میزند. در نتیجه خود را از نعمتهای قیامت محروم میسازد. و لذا خداوند هشدار داده (۵): سرای آخرت را برای کسانی قرار دادیم که در زمین برتری جوئی ندارند (بهشت ابدی مخصوص آنانست) و حسن عاقبت برای پرهیزکاران است:

و چون انسان رقابت دارد و در مال و مقام مقایسه می کند، و فخر می فروشد، خداوند می فرماید (۶): همانا درجات آخرت بالاتر و برتریهای آن بزرگتر می باشد؛ ولی انسان از بعضی تمتعات دنیا ولو با تجاوزکاری بدیگران باشد بندرت حاضر است چشم ببوشد. و به جلوه های دنیا دلخوش دارد. و در این باره می فرماید (۷): ... (این مردم کافر) بزندگی و متاع دنیا دلشاندند، در صورتیکه دنیا در قبال آخرت متاع ناقابلی بیش نیست: بستگی این دنیا به زندگی اخروی بسیار زیاد و هرگونه عملی از نیک و بد که در این دنیا بردست انسان برود و بر ذهن و فکر او خطور کند، در شکل حیات اخروی او اثر می نهد، بلکه میتوان گفت اعمال این دنیا، سازنده آخرت است. هر غفلتی از آخرت موجب ازدست دادن مزایائی در آن دیار میشود و هرگونه بینائی که در این

جهان حاصل آید و ناظر به آخرت باشد در آنجا راهنما و روشنگر راه خواهد بود. آنچنانکه بینائی در این جهان به قدرت خداوند و تعمق در آیات و بینات او، موجب بینائی آخرت است و می فرماید (۸): هر کس در این جهان نابینا (در کفر و جهل و ضلالت) است، در عالم آخرت نیز (از مشاهده بهشتیان و شهود و جمال حق) نابینا و گمراه تر خواهد بود:

- ۱) قصص $\frac{28}{77}$ وایتغ فیما ایتیک الله الدار الاخره ولاتنس نصیك من الدنيا و احسن کما احسن الله الیک
- ۲) بقره $\frac{3}{201}$ ربنا اتنا فی الدنیا حسنه و فی الاخره حسنه و فنا عذاب النار .
- ۳) قیامه $\frac{75}{71}$ کلابل تحبون العاجله و تدرون الاخره .
- ۴) عنکبوت $\frac{29}{63}$ وما هذه الحیوه الدنیا الا کهو ولعب و ان الدار الاخره لهی الحیوان لوکانوا یعلمون .
- ۵) قصص $\frac{28}{83}$ تلک الدار الاخره نجعلها للذین لا یریدون علوا فی الارض و لافسادا و العاقبه للمتقین .
- ۶) اسراء $\frac{17}{71}$ وللاخره اکبر درجات و اکبر تفضیلا .
- ۷) رعد $\frac{13}{45}$ وفرحوا بالحیوه الدنیا و ما الحیوه الدنیا فی الاخره الامتاع .
- ۸) اسری $\frac{17}{73}$ و من کان فی هذه اعمی فهو فی الاخره اعمی و اضل سبیلا .

لِكُلِّ شَيْءٍ قِفْلٌ وَقِفْلُ الْاِيْمَانِ الرَّفْقُ

هر چیزی را قفسی است و قفل ایمان رفق و مدارا کردن است.

لغات: قفل: کلیدوان یا آلت فلزی که بدرب یا بصدوق میزنند.
رفق: نرمی مدارا کردن.

نرمی و ملایمت

پیامبر اسلام در بسیج کردن همه توده‌های مستضعف و محروم ملایمت و نرمش او بود با اینکه همه قوانین پیامبر مترقی و حیات بخش بود با اینکه از معجزات باقیه و غیر آن برخوردار بود با اینکه جبرائیل و فرشتگان در خدمتش حاضر بودند با همه اینها خداوند پیروزی او را وابسته به خلق و خوی ملایم او دانسته چنین میفرماید:

فِيْمَا رَحِمَةٌ مِّنَ اللّٰهِ لِنْتَ لَهُمْ و لَوَكنتَ قَطًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانَفْسًا مِّنْ حَوْلِكَ سوره ال عمران آیه ۱۵۹ ای پیامبر با چه رحمت و لطفی از خدا بر بیروان خود نرم و ملایم شدی و اگر تو تندخو و خشن بودی هر آینه از اطراف تو پراکنده میشدند بدیهی است علم و دانش تا حدودی انسانها را جذب میکند ولی آنچه که با تمام وجود آدمی را بخضوع میآورد رفتار انسانی و ملایمت کردن است چه از این رهگذر زمینه سلطه

کلمه رفق در لغت عرب بمعنای نرمی و مدارا کردن آمده است کلمه رفیق هم از همین ماده اشتقاق یافته است رفیق بکسی گویند که دوست انسان بوده زحمات را متحمل شده سازش و سازگاری داشته باشد. در برابر رفق کلمه الغف وجود دارد که معنایش خشن و بد اخلاق بودن است کلمه دیگری باز بهمین معنی آمده است و آن عبارت است از کلمه عنف که معنای آن در کتب لغت بکسی گفته میشود که با افراد به تندی و خشونت رفتار نماید. مطالعه و بررسی در آیات قرآن این واقعیت را آشکار میسازد که رمز عمده پیروزی

برقلوب مردم فراهم میآید.

رسول خدا میفرمود: لَوْ كَانَ الرَّفْقُ خَلْقًا يُرَىٰ مَا كَانَ فِيهَا خَلْقُ اللَّهِ شَيْءٌ أَحْسَنُ مِنْهُ
یعنی اگر رفق و مدارا کردن بصورت موجودی
متجسم آشکار میگشت در میان آفریده‌های
خدا هیچ موجودی زیباتر از خوش اخلاقی
دیده نمیشد. پروردگار در ارتباط با انسان‌ها
همیشه رقیق بوده براساس رفق و مدارا با
آنان رفتار مینماید لذا با اینکه بندگان او
عصیان و سرکشی او را بوسیله ارتکاب
معاصی و گناهان انجام میدهند خداوند
بروی خود نیاورده پرده دری بنموده بانظار
توبه و بازگشت، بآنان مهلت میدهد و در
این کار آنچنان بزرگواری از خود نشان
میدهد که بندگان گمان میکنند که اصلاً
گناه و معصیتی نکرده‌اند امام
زین العابدین (ع) در دعای ابو حمزه ثمالی
عرض میکند: فَبِحِلْمِكَ أَمَهَلْتَنِي وَ بَسْتَرِكَ
سَتَرْتَنِي حَتَّىٰ كَأَنَّكَ أَغْفَلْتَنِي وَ مِنْ عَفْوَاتِ
المعاصي جنبتي.

ای خدا بحلم خود مرا مهلت دادی و
با پرده پوشی‌ات مرا پوشاندی چنانچه
گوئی از من غفلت ورزیده مرا از پاداش
گناهان دور ساختی.

در روایتی دیگر مدارا کردن و ملایمت
آنچنان ارزش و فضیلت یافته که بطور
اطلاق صاحب آن نزد خداوند محبوب‌تر
تشخیص داده شده و پاداشش نیز از دیگران
بیشتر است در صورتی که ملایمت او از

دیگری بیشتر باشد با اینکه ممکن است فرد
رحمان نیافته عالم و دانشمند بوده و یا
خصوصیات اخلاقی دیگری را دارا باشد.

رسول خدا میفرمود: مَا أَصْحَبَ اثْنَانَ
الْإِكْرَامِ أَعْظَمَهُمَا جِزْرًا وَأَحَبَّهُمَا إِلَى اللَّهِ تَعَالَىٰ
أَرْفَقَهَا بِصَاحِبِهِ. هرگاه دونفر با یکدیگر
همنشینی کرده و مصاحبت گیرند محبوب‌ترین
آنان نزد خداوند و بزرگترین آنان از نظر
اجر و پاداش آنکسی است که نرمی و
ملایمتش از دیگری بیشتر باشد.

در منطق قرآن هیچ عملی برابر با
شرک با خدا نمی‌نماید شرک بخدا ستمی
بزرگ میباشد لقمان به پسرش سفارش میکرد
لَا تُشْرِكْ بِاللَّهِ إِنَّ الشِّرْكَ لَظُلْمٌ عَظِيمٌ از
برخی از احادیث رسول خدا چنین استفاده
میشود که بد اخلاقی و خش بودن با مردم
در ردیف شرک بخدا شمار آمده یا آنکه
از نظر مبغوضیت و ناخوشایندی در اعداد
شرک بخدا محسوب شده است.

قال رسول الله (ص) مِمَّنْ عَمِلَ ابْغَضَ
إِلَى اللَّهِ تَعَالَىٰ مِنْ الْأَشْرَاقِ بِاللَّهِ تَعَالَىٰ وَ
الْعَنْفِ عَلَيَّ عِبَادَهُ.

امام محمد باقر علیه السلام میفرمود
هر چیزی را فقلی است و فقل ایمان نرمی و
ملایمت است کسانی که فاقد روحیه نرمی و
ملایمت هستند مثل آنست که ایمانشان
چفت و بست ندارد ممکن است در یک
حادثه و یک جریان‌های همه سرمایه‌های ایمانی
خود را با نندخونی و عصبانیت بیاد دهند.

درخاتمه این بحث مطرح میگردد که چرا برخی در برخورد با حوادث خویشتن را کنترل کرده با نرمش و ملایمت با مسائل برخورد می‌کنند و چرا برخی دیگر فاقد چنین روحیه بوده مشکلات فراوانی بوجود می‌آورند از این گذشته نرمش و ملایمت یک عامل مستقلی بوده یا پدیده‌ای از رشد ذهنی و عقلی است و عبارت دیگر خیلی‌ها دوست دارند در برخورد با مسائل با نرمی و ملایمت از کنار آن بگذرند ولی عده زیادی عملاً نمی‌توانند چنین باشند ولی عده کمی بر اثر قدرت روحی این توان را دارا بوده از کوره در نمی‌روند .

مطالعه و بررسی روایات اسلامی حاکی است که نرمی و ملایمت ثمره رشد عقلی است کسانی که از عقل بیشتری برخوردار هستند قدرت کنترل و ترمز در آنان زیاد می‌باشد و کسانی که از این نعمت خدا داد کمتر بهره دارند کمتر می‌توانند روش ملایمت و نرمش را اختیار نمایند .

دلیل این نکته اینست که افراد عاقل سعی میکنند با تجزیه و تحلیل مسائل و مشکلات و با چرخش و انعطاف پذیری از درگیری جلوگیری کرده سلامت از کنار آتش جنگ و جدال و نزاع درگذرند در حقیقت عقل و خرد در انسان بمنزله فنرهای ماشین است هنگامی که ماشین بدست اندازها می‌افتد فنرها با نرمش و انعطاف پذیری از چاله‌ها گذشته از شکستن و خرد شدن

جلوگیری بعمل می‌آورند و اگر فنرها روزی حالت فنری و انعطاف پذیری خود را از دست داده باشد در اولین برخورد با دست انداز خواهد شکست بی جهت نیست که رسول خدا می‌فرماید احسنکم عقلاً احسنکم خلقاً یعنی هر که خلق و خوی بهتری دارد عقل و خردش نیز بهتر است .

بنابراین با توجه بحديث آخر چنین مستفاد میگردد رفق و ملایمت روحیه بسیار ارزنده‌ای است که هر که آنرا دارا باشد در دنیا فردی پیروز و موفق بوده بهمه خواسته های متعادل و مشروع دست یافته در روز رستاخیز نیز بهمه حظوظ اخروی خواهد رسید برای توضیح بیشتر می‌توان گفت فردی

که نرم و ملایم باشد همیشه در برخورد با مشکلات با عقل و اندیشه به بهترین وجه از کنار مساله و مشکل عبور کرده هیچگونه نارسائی بوجود نخواهد آورد خواه این مشکل در محیط خانه با شوهر و همسرش روی داده باشد یا در اجتماع و محل کارش تحقق یافته باشد نتیجه چنین افرادی از پاشیده شدن کانون خانوادگی و تزلزل اخلاقی فرزندان و فقدان امنیت خاطر جلوگیری بعمل می‌آورند درخاتمه به حدیثی که از رسول خدا در این باره نقل شده است اشاره مینمائیم .

قال النبی (ص) مَنْ صَبَرَ عَلَى سَوْءِ خَلْقِ أُمَّتِهِ أَعْطَاهُ اللَّهُ مِنَ الْأَجْرِ مَا أَعْطَى أَيُّوبَ

عَلِيْ بَلَاءُهُ وَمَنْ صَبِرَتْ عَلِي سَوْءٌ خَلْقٌ رُؤُوْحَهَا
 اَعْطَاهَا اللّٰهُ مِثْلَ ثَوَابِ اَسِيْه

رسول خدا فرمود هرکه در برابر
 بداخلاقی همسرش بردباری کند آنچه
 بایوب پیامبر داده‌اند باو داده خواهد شد
 و هرزنی بر بداخلاقی شوهرش بردباری کند
 آنچه باسیه زن فرعون داده شده باو
 خواهند داد.

۳ - انتقاد از جبن : زمانی لازم است
 که اگر کودک دچار خطا شده و دچار ترس
 شده است از او انتقاد کنیم ، منتها انتقادی
 ملایم و توأم با خیرخواهی .

مثلا "باو بگوئیم که : "چرا ترسیدی؟"
 ("جای ترس نبود" لازم نبود باحراثت
 باشی" "پسری چون تو نباید بزدل
 باشد" و)

۴ - تلقین : تلقین هم توسط خود و
 هم توسط دیگران در آدمی بسیار نفوذ میکند
 البته اگر از سوی افراد بزرگتر مورد احترام
 و مخصوصا "برای کودکان / ۱۵ ساله سیالا
 باشد بسیار مؤثر است

تلقینات بهترین است صبحها پس از بیدار
 ی و شبها قبل از خواب صورت گیرد تلقین
 درباره خود بهترین است با صدای محکم و آرام
 و حتی جلوی آینه صورت گیرد . مثلا "
 بدینگونه . من حرات دارم . باید هم
 باحراثت باشم . من راست میگویم . من
 صریح خواهم بود . من نمی ترسم

۵ - ذکر داستانها : داستانها ، بیان
 عمل قهرمانان و راه و رسم گذشتگان وسیله
 خوبی برای ایجاد جرات است - داستانها
 باید هدفدار و موجد حالات و رفتار
 ایدالی باشد .

در کودکان حالت ایدال جوئی و قهرمان
 - پرستی است و با شنیدن داستان خود را
 غیرمستقیم با آن الگوها تطابق میدهد و
 زمینه موردنظر را در خود ایجاد میکند .

بقیه از صفحه ۱۵



که والدین یا فرزندان تفاهم بیشتری
 میتوانند داشته باشند نفوذ آنها در کودک
 زیادتر است .

۲ - آموزش : آموزش مستقیم نیز از راه
 و روشهای مهم در ایجاد جرات است ولی
 هرگز تأثیرش باندازه نقش الگونیست . گاهی
 یک تذکر ، یک پند و اندرز خط مشی ها را
 عوض میکند و نیز ایجاد این تأمین که طفل
 نیازی به دروغ ندارد .

چرا عطسه و سرفه می کنیم؟

فلا لازم است مختصری درباره ساختمان و عمل دستگاه تنفس توضیح دهیم :
دستگاه تنفس از قسمتهای زیر درست شده است :

۱ - بینی ۲ - حلق ۳ - حنجره ۴ - نای

۵ - ریه ها (ششها) ۶ - پرده جنب

توضیح: بینی عبارت است از دو حفره دالانی شکل در بالای حفره دهان و در همان طول قرار گرفته است، هرکدام از این دالانها یک سوراخ در جلو و یک سوراخ در عقب دارد که سوراخ عقبی در محوطه حلق باز میشود.

حفره دهان نیز به حلق منتهی میشود، به همین جهت از راه دهان نیز میتوان تنفس

دکتر فیاض بخش

نمود ، ولی راه اصلی تنفس همان راه بینی است .

دو حفره دالانی شکل بینی را ، نیغهای در وسط از هم جدا میکند ، سطح داخل بینی ، از محاط پرخونی پوشیده شده است ، این مخاط غدد ترشحي زیادی دارد ، سینوسهای استخوانهای صورت ، توسط سوراخی سه حفره های بینی باز میشود .

داخل دو حفره بینی ، پراز چین وچروک است ، موهای بینی هوا را صاف میکند و مانع ورود بعضی از ذرات ریز وگرد و خاک وگاهی مانع ورود میکروبها میگردد .

مجرای اشک چشم نیز بداخل حفره بینی باز میشود ، ترشح دائمی اشک وترشحات دیگر غده های بینی باعث همیشه مرطوب نگاهداشتن بینی میگردد ، این ترشحات ، تنفس را آسان میکند وعلاوه ذرات کثیف هوا وگرد وغبار را گرفته درخود حل میکند ، سه علاوه موجب بهتر رسیدن بو به اعصاب بویائی میگرددند ، رگهای زیاد مخاط داخل بینی وسطح پریبیخ و خم مخاط وسینوسهای بینی باعث گرم کردن هوای تنفسی میگرددند ناهوای سرد موجب آزار ونتحریک حنجره و ریه ها نشود .

دردستورات بهداشتی اسلام : زدن موهای بینی کراهت دارد ، علاوه تمیز نگاهداشتن داخل بینی وشستشوی داخل بینی با آب قبل از هر وضو (سه مرتبه استنشاق) مبین بیش عمیق شارع مقدس اسلام میباشد .

که با چه دستورات همه جانمهای سلامت وبهداشت بیروان خود را تضمین فرموده است .

کسانی که بعلت عادت ویا بیماریهای خاصی مجبورند از دهان تنفس بکشند ، از اثرات مخلفی که بینی برای پاک کردن وگرم کردن هوای تنفسی دارد "محرومند " و بعلاوه جریان مرتب هوا در دهان ، آب دهان را خشک میکند ومانع کار صحیح اعضای محوطه دهان میگردد .

امروزه بهترین درمان بیماریهای بینی را ، شستشوی مرتب آن با آب نمک ۹ در هزار میدانند .

۲- حلق یا گلو :

محوطه ای است بشکل اتافک کوچولو ، که پنج راه دارد ، از جلو به دو سوراخ بینی و دهان ، از پائین به لوله مری ونای و از پهلو به دوسوراخ گوش که راههای اصلی وبزرگ آن همان بینی ودهان ومری ونای میباشد .

حلق محل عبور هوا از بینی به نای میباشد ونیز محل عبور غذا از دهان به مری است وبرای اینکه غذا مستقیما وارد مری شود ، دو دریچه برای ما پیش بینی وآفریده شده است یکی زبان کوچک که سوراخهای بینی را می بندد ودیگر دریچه نای "اپی گلوت " که روی نای را میپوشاند ، وغذا مستقیما وارد مری میشود . این موضوع را میتوانید با پاسخ به

این سؤال تجربه کنید :

— آیا میتوانید هنگامیکه آب دهان خود را فرو میرید ، نفس بکشید ؟

— هرگز ، ممکن نیست که در یک لحظه هم نفس بکشیم وهم چیزی را فرو ببریم .

اطراف حلق غدد لنفاوی فراوانی از آن جمله لوزین قرار دارد که بعنوان نگهبانان و پاسداران داخلی بدن ، انجام مسئولیت میکنند ، و میکروبهائی که از راه بینی و یا دهان وارد حلق میشوند ، توسط سربازان نیرومند این غدد توقیف میشوند .

لذا در تمام بیماریهای سب دار ، پرشک ابتدا حلق را معاینه میکند ، تا دراین میان دیفتری که موجب گرفتگی حلق و حنجره میگردد مشخص شود .

رطوبتهای مخاط حلق و بینی و حنجره توسط لوزهها کنترل میشود ، از راه سوراخهائی که دوگوش را به حلق مربوط میکند ، اختلاف فشار دو طرف پرده صماخ گوش تنظیم میشود از راه همین سوراخها عفونتهای حلق نکوش هم سرایت میکند ، و بهمین علت در برخی از عفونتهای گوش قطره بینی تجویز میشود . و با معالجه همزمان بینی و حلق ، عفونت گوش زودتر خوب میشود .

۳- حنجره :

دریجهای باسم " ایی گلوت " بالای آن قرار دارد که مانع ورود غذا بنای میشود ، هنگامی که ذره‌های غذا روی زبان قرار دارد اگر ناگهان نفس بکشیم ذره‌های غذا وارد نای نمگردد و باعث سرفه‌های طولانی و گاهی خفگی میشود ، سرفه‌های سخت و طولانی در این هنگام عکس‌العمل طبیعی ریه‌ها است که مهمان ناخوانده را بیرون براند و از خفگی و خطرهای بعدی جلوگیری کند .

این کیفیت در زبان عامه مردم با اسم " جسس بیخ گلو " معروف است و میگوید : " غذا جسس بیخ گلوم " و معمولا کمی آب میخورند که ناحیه حلق شستشو داده شود .

هنگامیکه بچه‌ها گریه طولانی و شدید میکنند نباید بآنها چیزی داد ، چون ممکن است بهمین جهت برایشان خطرناک باشد ، و همچنین هنگامیکه به پشت خوابیده‌اند و غذا بدون اختیار پائین میرود ، به بچه‌ها غذا داده نشود ، چون ممکن است ذره‌های غذا وارد حنجره گردد و موجب خفگی شود .

بکده دیگری که دراین زمینه باید بدان بوجه کرد ، اینست که برخی از مادران وقتی که کلوله و بکه نسبتا بزرگی را در دهان بچه خود می‌بینند سعی میکنند با فشار انگشت آنرا بیرون بیاورند ، ولی برعکس با این فشار لقمه بزرگ یا گلوله بیشتر به عقب دهان بچه میرود و خطر را نزدیکتر میکنند .

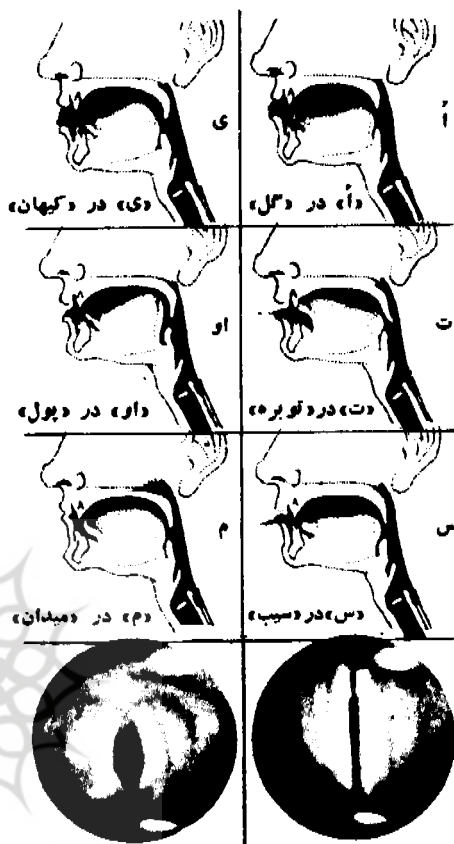
دراین موارد با کج نگهداشتن سر بچه و احیانا کمی نارکردن دهان او عکس‌العملهای

که پائین حلق و بالای نای فرار دارد ، مجرای نیمه غضروفی است که

عضلات حلق و دهان کفایت میکند ، در نتیجه لقمه بزرگ بیرون ریخته و یا در میری فرو میرود وارد کردن انگشت آنهم باعجله باعث زخمی شدن حلق و دهان و گاهی پیرس کردن لقمه در حلق میگردد .

عضو دیگری که در حنجره وجود دارد ، دو طناب صوتی است ، طنابهای صوتی از جلو به عقب کشیده شده‌اند و کوتاه و طولانی شدن آنها و یا سفت و نرم شدنشان باعث ایجاد صدا و تغییر آهنگ صدا میشوند ، سخن گفتن را پدید می‌آورند با کمی توجه ،

هر صدائی از یک حالت این طناب صوتی و حنجره بوجود می‌آید . یک کلمه ساده را ، حالات مختلف حنجره و این طنابها پدید می‌آورند ، با کمی دقت متوجه میشویم که از چه ارتباط عظیم و حیرت انگیزی بین اعصاب و اراده و عضلات حنجره موجود است . این ارتباط حیرت انگیز نشانه علم و قدرت پرشکوه آفریدگار ما است .



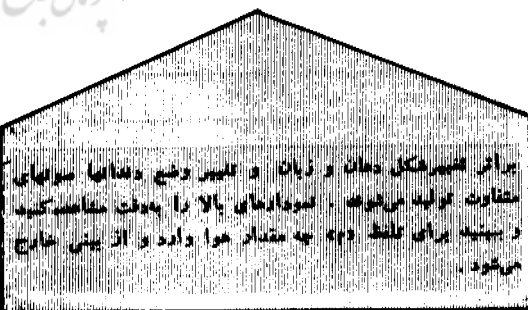
طنابهای صوتی (کشیده شده) طنابهای صوتی (رها شده)

۴- نای (قصبه‌ریه) :

این عضو را در

گوسفند در زبان عامه خرخره میگویند .

از حلقه‌های نیمه غضروفی که رویهم چیده شده است تشکیل گردیده است . ساختمان این حلقه‌ها باین ترتیب است : قسمت جلوی آن غضروفی است و یک سوم قسمت



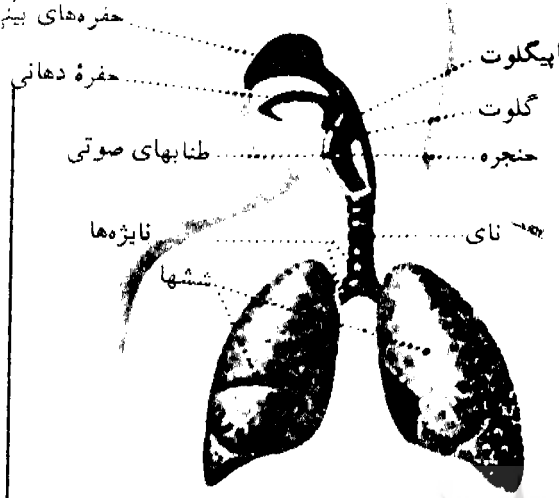
پشت آن گوشتی است ، غضروفها بعلت ساختمانشان که مانند نی میباشد باعث باز ماندن مجرای تنفس میشوند و یک سوم قسمت پشت ، لوله نای را تنگ و گشاد میکند لوله نای همانطور که گفته شد همیشه باز است و هوا بسهولت از آن عبور میکند ، مخاط پوششی سطح داخل نای ، غدد ترشخی فراوان دارد وبعلاوه سلولهای سطحی آن دارای مژههای فراوان میباشد و با کمک حرکات لرزشی این مژهها ذرات گرد و غبار که وارد نای میشود گرفته شده و بصورت خلط به خارج رانده میشود .

نای در قسمت پائین به دو قسمت تقسیم میشود که هر قسمت یکی از ریهها وارد میشوند ، در ریهها نیز مثل شاخه درخت تقسیم میشوند و به کیسههای هوایی (حباب های هوایی) ریهها منتهی میشوند ، ریهها از اجتماع همین کیسهها ورگها و اعصاب تشکیل شده اند .

ریهها یا ششها :

در سینه هر انسان دو ریه وجود دارد که عامه مردم در گوسفند آنرا "جگر سفید" مینامند ، اگر ریهها را باز کنیم سطح کیسههای هوایی که خون در مجاورت آن تصفیه میشود گسترده نمائیم ، نزدیک به یکصد و پنجاه تا دویست متر مربع میگردد .

خون در سطح حبابهای هوایی مجاور هوای آزاد که قرارمیگیرد گاز کربنیک میدهد و



اکسیژن میگیرد . هر قدر مجاری وسطوح تنفسی بازتر و تمیزتر باشد تصفیه خون بهتر انجام میگردد و بعکس هر قدر به علت دود سیگار ویا گرد و غبار و دود ماشین و کارخانجات کثیفتر باشد تصفیه ناقص انجام میگردد . در حال عادی ریهها گنجایش دو لیتر خون دارند و در یک شبانه روز ۱۰ هزار لیتر

میآید و مخصوصا عوامل زیر باین حادثه کمک میکند :

- لقمه بزرگ در دهان گذاشتن .
- گرفتگی بینی ، و تنفس از راه دهان .
- خوابیده غذا خوردن .
- موقعی که غذا در دهان است ، گریه کردن یا خندیدن .

- صحبت کردن ، مخصوصا باهیجان صحبت کردن در اثناء غذا خوردن .

- هورت زدن بعضی از غذاهای مایع .

- موقع گریه شدید بچه به او غذا و دوا دادن ، مخصوصا روغن بادام .

و بطوریکه آگاهی برای پیشگیری همه این خطرات در شرع اسلام ، راهنمائیها و دستورات مفیدی داده شده است .

۲- سرفه بعلت ورود مواد خارجی : هر قدر

هوا آلوده تر ، یعنی دارای گرد و غبار و دود و سایر آلودگیها باشد ذرات بیشتری توسط ترشحات مجاری تنفسی گرفته میشود ، و در نتیجه خلط بیشتری ایجاد میگردد .

به همین علت افراد سیگاری بیشتر سرفه میکنند .

۳- سرفه بعلت بیماریهای ریه : این بیماریها

باعث ترشح بیشتر در مجاری تنفسی و یا زخمی شدن مجاری ، و در نتیجه موجب سرفه میشوند و شایع تر از همه ورم مجاری تنفسی به علت سرماخوردگی میباشد که با سرفه

خون رانصیبه میکنند ، ریهها را کیسههای دو جداره بنام " پرده جنب " میپوشاند که یک جدار آن به ریهها و جدار دیگر به سطح داخل قفسه سینه چسبیده است .

در حال معمولی دو جدار بهم چسبیده است با حرکات قفسه سینه ، ریهها هم باز و بسته میشوند ، قفسه سینه با حرکات تنفسی از سه جهت بزرگ میشود :

۱- از جلو ۲- از پهلو ۳- از بالا و پائین علت سرفه :

به هر علت جسم خارجی در مجاری تنفسی داخل شود ، و یا در مجاری تنفسی کمی زاید پیدا گردد ، از راه تحریک اعصاب ریه ، باعث سرفه و یا عطسه میشود و بلافاصله حنجره و "ابی گلوت " بسته میشود و عضلات سینه روی ریهها فشار میآورد و یک مرتبه حنجره باز میشود و هوا با فشار خارج میشود و ذرات خارجی را با خود بخارج میراند و در نتیجه مجاری تنفسی تمیز میشود .

پس در واقع عطسه و سرفه از اعمال دفاعی مهم بدن میباشد که ذرات و مواد خارجی را از ریهها و مجاری تنفسی بخارج میراند و روی این حساب برحسب اینکه ذرات و مواد خارجی از کجا و چگونه وارد شده باشد سرفه علتهای متفاوتی پیدا میکند :

۱- سرفه بعلت ورود مواد غذایی : این کیفیت

همانطور که یادآوری شد معمولا بعلت مراعات نکردن آداب درست غذا خوردن پدید

" برونشیت " و یا " تراشیت " معروف است که معمولا زود خوب میشود .

(ایت : علامت ورم در برونش ویا تراشد است) .

در موارد سرفه‌های طولانی که از چند ماه تجاوز میکند ، باید بیشتر احتمال سل ریه داد ، در بیماریهای قلبی که خون در ریه‌ها بیشتر جمع میشود ونیز در سرطان ریه نیز سرفه‌های طولانی مدت دار یکی از علائم است . بعلاوه در این بیماریها ممکن است برخی از مویرگها پاره شود ودر نتیجه همراه سرفه خلط خونی هم دیده شود .

۴- سرفه‌های روانی و عصبی : این سرفه‌ها نیز

خیلی دیده میشوند در مریض هیچ علت به ظاهر پیدا نیست ، ولی مریض مرتبا سرفه میکند و اکثرا اینگونه سرفه‌ها خشک وبدون ترشح است .

ممکن است بیمار حدود یکی دوماه باینگونه سرفه‌ها مبتلا باشد وبه چندین پزشک نیز مراجعه کرده باشد ، ودوا ودارو زیاد خورده باشد ولی بهبود نیافته باشد .

در اینگونه موارد با آرام کردن اعصاب مریض وتغییر حالات روحی او ، سرفه او خوب میشود .

عطسه :

بک کیفیت انعکاسی مانند سرفه است که با شدت بیشتر باعث خروج مواد خارجی از مجاری تنفسی میگردد ، ناگهون هیچ رابطه علمی بین عطسه وپیشامدهای

خوب و بد زندگی دیده نشده است وحتی هیچ بیان مذهبی وعقلی نیز برای این اعتقاد وجود ندارد ، وحتی برعکس آن تأکید شده است ، بعنوان نمونه :

مردی خدمت امام ششم (علیه‌السلام) رسید در راه زمین خوردن بود ودرحالی دیگر ، پایش زخم شده بود وبعلت شلوعی راه لباسش هم پاره گشته بود ، هنگامی که خدمت امام (ع) شرفیاب میشود اظهار میکند این روز برای من روز بدی بوده است .

امام تدبیرا او را سرزنش میکند و میفرماید : تو باما رفت وآمد میکنی وبه روزگار نه هست میزنی وروز را بد میشماری واشتباههای خودت را به گردن روزگار میگذاری

خمیازه :

عبارت از یک تنفس عمیق

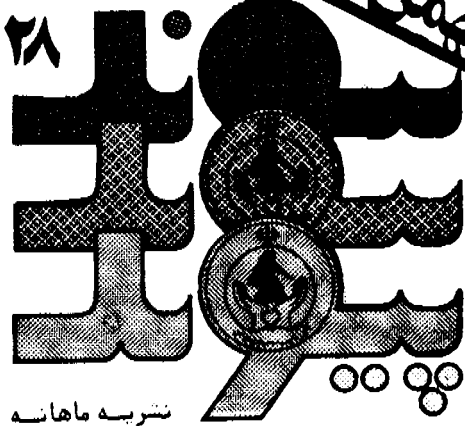
تدریجی است (شهیق = فروردن هوا به ریه‌ها) در هرتنفس معمولی حدود نیم لیتر هوا وارد ریه‌ها میشود ودر تنفس عمیق میتوان ۱/۵ لیتر براین مقدار افزود که به هوای منتم نامیده میشود ، در حال معمولی غیر از هوای جاری ۱/۵ لیتر هوا همیشه در ریه‌ها بصورت ذخیره مییابد ، ومیتوان با باز دیدن آنها خارج نمود (زفیر = بازدم) با این حساب رویهم مقدار ۳/۵ لیتر میشود که ۱/۵ لیتر هوای ذخیره دیگر در ریه‌ها موجود است که حتی با بازدم عمیق هم نمیتوان آنها خارج نمود ، باین ترتیب ظرفیت ریه‌ها رویهم ۵ لیتر میشود .

سکسه : ریهها از اطراف به استخوانهای دنده و پشت و از پائین به دیافراگم چسبندگی دارند . و با حرکت این پرده ریهها هم باز و بسته میشوند هر نوع تحریک بروی پرده دیافراگم آنرا منقبض میکند و در نتیجه ریهها کمی باز میشوند اگر این انقباض بصورت پیاپی انجام گیرد حالتی بنام سکسه پدید میآید که در این حالت هوا با صدا وارد ریهها میگردد .

بقیه نکاتی مهم در بهبود و اصلاح نظام آموزشی از صفحه ۳۷

مسیر قرار دارند و بدنبال درک حقیقت هستند و این بچههای بی تفاوت و خستی هستند که بر اثر رفتار خشک ما در دامان گروهها می افتند و لذا بر مسئولان امر است که به این موضوع بادیید حیاتی برای آینده اسلام نگاه کرده و حتما "حتما" کلاسهای درزمینه: روشهای تعلیم و تربیت - اخلاق اسلامی - نکات روانشناسی و طرز برخورد با روحیهها - تربیت دهند و این امر هرچه زودتر پی گیری شود و حداقل جلسات توجیهی در این رابطه سریعتر تشکیل گردد .

۳ - نشریات آموزشی - تربیتی از قبیل پیوند و یا فیلمهای تربیتی و سخنرانی نیز حتما "باید بطور مرتب و هر چند هفته یکبار جهت معلمین و همچنین به تناسب جهت والدین دانش آموزان تربیت داده شود .



تربیه ماهانه

انجمن اولیاء و مربیان ایران

وابسته به آموزش و پرورش

نشانی: تهران - خیابان انقلاب
خیابان فلسطین جنوبی
کوی مشتاق - شماره ۱/۲۴

۶۴۷۱۱۶

۶۶۳۶۲۵

۱۳/۱۲۵۵

بهنمن ماه ۱۳۶۰

تلفن: اطلاعات فرهنگی

مجمع علوم انسانی

صندوق پستی:

شماره مسلسل: ۱۴۲

طرح و تنظیم: هوشنگ موفق اردستانی

تک شماره ۳۰ ریال - سالیانه ۳۰۰ ریال

متقاضیان میتوانند وجه آبونمان را به

حساب ۱۷۱۷ بانک ملی شعبه مهر واریز و

فیش آنرا به انجمن ارسال دارند .