

فرزندان نارس

دکتر محمد رضا مهنگری

اگر گفت‌وگوهای آرام و محبت‌آمیز و شیرین و طرح برخی خبرها در صبح باشد، انگیزه‌هایی برای بیداری و برخاستن کودکان و نوجوانان فراهم می‌شود. به عنوان مثال، اگر باز کردن یک هدیه به صبح موکول شود، اگر خبر خوشی هست، صبح پس از بیداری داده شود، اگر برخی فعالیت‌های شیرین و لذت‌بخش از صبح آغاز گردد و به هر حال در صبح «خبرهایی باشد مثل شب و چه بسا بیش از شب! چنین روش، نگرش و برنامه‌ای «کنجکاوی کودک و نوجوان را - همان‌گونه که پیش‌تر گفته شد - برمی‌انگیزد و این خود تمهید و زمینه‌ای است برای برپایی نماز.

۲- دیر خوابیدن: زندگی مدرن امروز، چند شغستگی و دیر به منزل رسیدن پدر، مادر و دیگر اعضای خانواده، مهمانی‌های شبانه، تماشای برنامه‌های تلویزیون و دیگر سرگرمی‌های شبانه، در برنامه خواب فرزندان نیز اثر می‌گذارد. در خانواده‌های امروزی گاه صدای قاشق و چنگال‌ها در نیمه شب شنیده می‌شود. معلوم است که این خانواده‌ها چه وقت می‌خوابند و صبح با چه وضعیتی برمی‌خیزند (اگر زود برخیزند).

فرزندان به تبع این زندگی‌ها، حتی برای رفتن به مدرسه دچار مشکل‌اند. به دلیل کم‌خوابی، خستگی و شرایط پشت سر گذاشته شبانه، از خوردن صبحانه نیز می‌پرهیزند. گاه اشتها ندارند و بازتاب این وضعیت در کلاس درس استمرار پیدا می‌کند.

فقدان مقررات و برنامه در خانواده‌ها، از جمله برنامه خواب، در برخاستن و انجام فریضه صبحگاهی نیز مؤثر است. اگر برنامه خانوادگی به گونه‌ای باشد که نیاز طبیعی بدن به خواب تأمین شود، در برخاستن برای نماز صبح، با مشکل و سنگینی بیش از

چگونه فرزندانمان را برای نماز صبح بیدار کنیم؟

چرا کودکان و نوجوانان برای ادای فریضه نماز صبح بر نمی‌خیزند یا به سختی و با غر و لند و پرخاش‌گری بر می‌خیزند؟ کم نیستند کودکان و نوجوانانی که نماز ظهر و عصر و مغرب و عشا را - به رغم تعداد بیش‌تر رکعات - می‌خوانند اما از خواندن نماز صبح اکراه دارند.

حقیقت این است که خواب صبحگاهی شیرین و دل‌چسب است و به قول صائب:

آدمی پیر چو شد حرص جوان می‌گردد
خواب در وقت سحرگاه گران می‌گردد

اما تنها دلیل برخاستن برای نماز صبح همین نیست. بسیار اتفاق افتاده است که برای برنامه‌ای دل‌چسب و مورد علاقه، فرزندان توصیه می‌کنند صبح زود ما را بیدار کنید یا خود تمهیداتی برای بیدار شدن می‌اندیشند.

با تأکید بر دلایل پیش گفته که تأثیری تعیین‌کننده در گرایش و استقبال کودکان و نوجوانان از نماز و از جمله نماز صبح خواهد داشت، علل و عوامل ویژه دیگری نیز وجود دارد که در این مقال جز طرح این علل و عوامل، راه‌کارهای مناسب برای دعوت فرزندان به برپایی نماز صبح مطرح می‌شود:

۱- شب شکوهمندتر و خاطر‌سازتر از صبح: در خانواده‌های

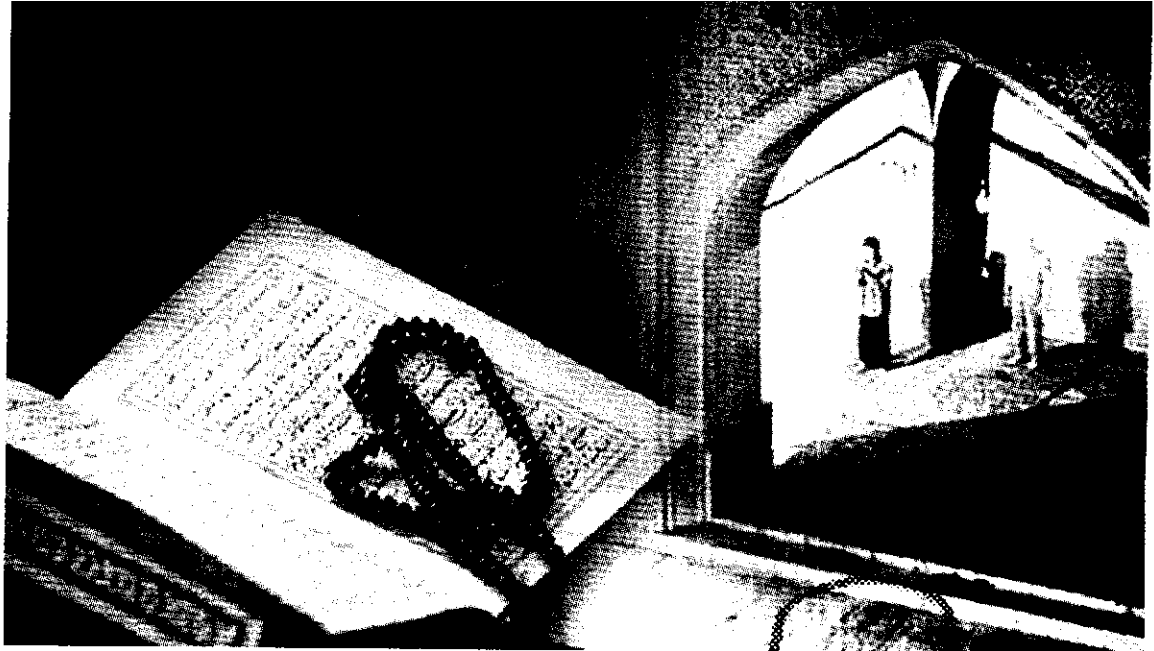
ما بسیاری اوقات شب لبریز خبر و خاطره است. تلفن زدن‌ها، شوخی‌ها، مهمانی‌ها، گفت‌وگوها، طرح خبرهای هیجان‌انگیز و ... در شب اتفاق می‌افتد، اما صبح فاقد چنین خبرها و فضاهای هیجانی است.

اگر صبح با برخی خبرهای هیجان‌آمیز و شیرین همراه باشد،

۳۸

پژوهش

به ماهانه آموزشی - تربیتی
فروردین و اردیبهشت ۱۳۸۷
شماره ۳۳۳-۳۳۲



برای بیدار کردن فرزندان کم‌تر با مشکل مواجه می‌شویم .

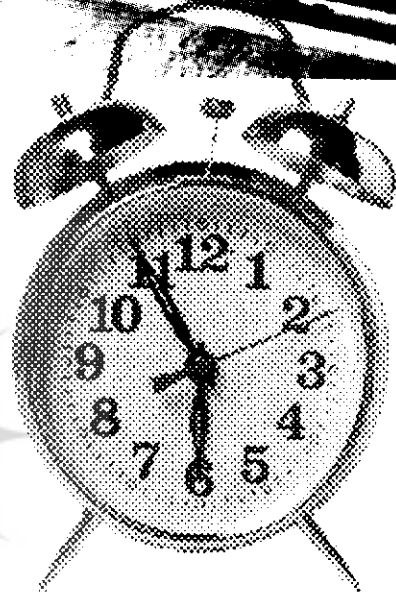
۴- فقدان صمیمیت و صراحت در طرح مسئله بلوغ : یکی از مشکلات فرهنگی جامعه ما فقدان آموزه های درست، به موقع و همه جانبه درباره بلوغ است . در نظام آموزش و پرورش هنوز برنامه مشخص و روشنی در این زمینه وجود ندارد. شرم و حجب و حیای حاکم بر خانواده‌ها مانع طرح این مسئله می‌شود و « نوجوان بیدار و نگران، برای رها شدن از این گرداب و به منظور روشن شدن پرسش‌ها و ابهام‌های خود به هر دری می‌زند، و بیش از همه در خلوت پر رمز و راز خویش، با همسالانش به تبادل نظر و در مواردی به « تبادل نادانی! » می‌پردازد. چون او به بزرگ‌ترها - پدر، مادر، و معلمان خود - اعتماد ندارد ...» (گرایدنوس، ترجمه صرامی فروشانی و مظهري، ۱۳۸۵، ص ۱۵)

دوران بلوغ دختران، مسئولیت‌های ویژه شرعی و موقعیت‌های خاصی به همراه دارد. تکالیف مذهبی در شرایط عادت ماهانه تعطیل می‌شود و اگر پدران و مادران، آگاهی بخشی و آگاهی یابی کافی از این مسئله نداشته باشند ممکن است به تعطیلی تکالیف در دیگر موقعیت‌ها منجر شود.

در مدارس راهنمایی، پسران جوان صبح وقتی بر می‌خیزند و نیازمند نظافت و غسل هستند، به دلیل عدم زمینه‌سازی خانواده، دچار مشکل می‌شوند و گاه به ناگزیر با همان وضعیت نماز بر پامی‌کنند.

بلوغ مثل هر رویداد دیگر باید در خانواده مطرح شود و پدر و مادر راهنمایی‌های لازم و درست در اختیار فرزندان قرار دهند. در سیره و سنت نبوی و علوی، آموزه‌های بلوغ روشن و صریح و در فضایی مناسب و بایسته مطرح می‌شده است. شرم و حیای ناروا، به آینده افکندن، از مدرسه انتظار داشتن یا به انتظار این که خودش بیاموزد، مشکلاتی را رقم خواهد زد.

اگر چند بار نوجوان به هنگام صبح نتواند نماز بخواند یا به تأخیر و تسویف بیندازد - به دلیل احتلام صبحگاهی - ممکن



حد مواجه نخواهیم بود.

در شب، توصیه بر سبک خوردن، اوایل شب خوردن و خواب به موقع باید کرد. اگر برنامه زمانی خواب همین شود و خانواده به نظم و انضباط در این زمینه برسند، به حل یکی از عناصر تأثیر گذار در دیر برخاستن و ادا نکردن فریضه صبح موفق شده است .

۳- تأثیر برنامه‌های شب : تصویرهای برگرفته در شب، در جریان خواب - و صد البته در همه زندگی - بازتاب خواهند داشت . به عبارت دیگر فرزندان ما ناچاره تصورهایی تارخ خواب بدرقه می‌شوند؟ کدام ذهنیت‌ها آن‌ها را به عالم خواب می‌برد؟ چه القائات و طنین چه شنیده‌هایی را در گوش دارند؟ همه این مسائل با صبح کودک و نوجوان و برخاستن آن‌ها پیوند برقرار می‌کند. اگر وقت خواب، کنار کودک باشیم و با قصه‌هایی دل‌نشین بیداری‌اش را به خواب گره بزنیم و در آخرین لحظه‌ها، یا پیش از شروع داستان بگوییم: « منتظر که صبح فرشته‌ها در اتاقت نماز قشنگت را گوش بدهند. یا ان شاء الله صبح صدایت می‌زنم تا با خدای مهربان گفت و گو کنی .» مطمئن باشیم صبح

است نه تنها نماز صبح، که به « همه نماز » آسیب برساند.
گفتن صادقانه و صریح و پیش از گفتن، واکاوی و شناخت
میزان آگاهی نوجوان از بلوغ و مسائل آن، این مشکل را حل
خواهد کرد.

۵- فقدان قاطعیت سنجیده: پرتگاه افراط و تفریط در مسیر
تربیت نسل جدید قربانی قراوان می‌گیرد. گاه خانواده‌ها همه
« شدت » اند و گاه همه « رحمت » و خوب می‌دانیم با آمیزه
شدت و رحمت می‌توان « محمدی » بود (اشاره به آیه ۲۹ سوره
فتح).

مهربانی و رحمت، انعطاف و نرمش لازمه تربیت سازنده‌اند. اما
نیاید غافل بود که گاه « قاطعیت » ضرورت تربیت است. قاطعیت
را با خشونت نباید یگانه انگاشت. خشونت رفتاری شکننده و
بدون پشتوانه تعقل است و قاطعیت جلوه دیگر رحمت! نوعی
خواستن بایسته!

فرزندان اگر قاطعیت نینند، بجا و به اندازه و سنجیده -
سلطه‌جو خواهند شد و نظام خانواده را دستخوش بحران و
ناایسامانی خواهند کرد. این سخن درست است که « فقدان
قاطعیت، شما را در بست در اختیار یک سلطه جوی ماهر قرار
می‌دهد » (بریکر، ۱۳۸۳).

با تکیه بر مجموعه آیات و روایات، هفت مرحله برای نماز
خوان کردن وجود دارد: « مرحله اول: امر به نماز. مرحله دوم
تعلیم طفل. مرحله سوم: امر به نماز و زدن او به خاطر ترک
نماز. مرحله چهارم: تمرین برای حضور او در نماز جمعه.
مرحله پنجم: تشویق برای نماز شب. مرحله ششم: عادت دادن
به نمازهای مستحبی و مرحله هفتم: همراه بردن در نماز عید
است » (به نقل از گلزاری).

جالب این است که در روایات بارها به جدی گرفتن نماز در
کودکی و به ویژه در دوران بلوغ تأکید شده است. امیرالمؤمنین
فرمود: از هفت سالگی نماز را به بچه‌ها آموزش دهید، ولی از
وقتی که به تکلیف رسیدند بسیار جدی بگیرید! (ستاد اقامه
نماز).

اگر خانواده‌ها برای نماز جدی باشند و خود در وقت نماز به
هیچ چیز دیگر نپردازند و با لحنی آمیخته با جدیت و قاطعیت
- نه تندی و خشونت و تحقیر - دیگران را به نماز دعوت کنند،
فرزندان در می‌یابند که نماز، از برنامه‌های خانواده است و به آن
پای بند خواهند شد. مناسب است که در کنار این قاطعیت، به
ویژه پس از برپایی نماز، فرزندان را تشویق معنوی کنیم (و گاه
تشویق مادی) و هم زمان، ارزش، تأثیر و چرایی نماز را مطرح
کنیم.

درنگی بر یک مطالعه ساده

از زبان کودکان و نوجوانان شنیدن و راه حل جستن، لطف

و تأثیر دیگری دارد. پیش‌نهادهای کودکان بسیار شنیدنی است
و زوایای که آنان به موضوعات می‌گشایند، تماشایی است
که لازم است بزرگ‌ترها نیز از آن منظر به موضوعات بنگرند تا
تصاویری متفاوت و چه بسا دقیق‌تر را پیش رو داشته باشند.

از مجموع ۲۵ نفر (جامعه آماری محدود) سه پرسش پرسیده
شد. این افراد دانش‌آموزان دختر سال پنجم ابتدایی بودند که
بر اساس آموزه‌های دینی به حد تکلیف و مسئولیت شرعی
رسیده‌اند.

نخستین پرسش این بود که چه کسی شما را برای نماز صبح
بیدار می‌کند؟ پاسخ‌ها قابل تأمل است:

۱۰ نفر خودشان بیدار می‌شوند.

۱۱ نفر توسط مادر بیدار می‌شوند.

۳ نفر ترکیبی (پدر و مادر و دیگران)

۳ نفر اصلاً بیدار نمی‌شوند!

پرسش دوم: چرا بعضی‌ها برای نماز صبح بیدار نمی‌شوند؟
برای این پرسش سه گزینه در نظر گرفته شده بود: چون دیر
می‌خوابند، چون بیدارشان نمی‌کنند، چون خانواده‌هایشان اهمیت
نمی‌دهند و پاسخ‌ها تأمل برانگیزتر و هشدار دهنده‌ترند!

۷ نفر چون دیر می‌خوابند.

۶ نفر چون بیدارشان نمی‌کنند.

۱۸ نفر چون خانواده اهمیت نمی‌دهند.

در حقیقت پاسخ دوم و سوم یکی است و ۲۴ نفر معتقد بودند
که خانواده‌ها به مسئله نماز صبح فرزندان کم‌تر توجه دارند.
جالب آن است که در پاسخ پرسش باز بعدی که چه کنیم تا
بچه‌ها صبح‌ها نماز بخوانند، ۱۵ نفر معتقد بودند که اگر خانواده‌ها
جدی باشند (برخی تنبیه را پیش‌نهاد کردند)، فرزندان نیز نماز
می‌خوانند.

فقدان جدیت، که گاه خود را در جملاتی چون: دلم نمی‌آید
صبح بیدارم کنم، عیب ندارد وقتی بلند شد می‌گویم قضایم
را به جا آوردم، خدا می‌بخشد! و ... باعث می‌شود که « نماز »
محذوف زندگی باشد، بی آن که پدر و مادر خود را در این قصور
و گناه، مقصر بدانند.

۶- فقدان رحمت و محبت: وقتی از قاطعیت سخن
می‌گوییم، بال دوم تربیت یعنی رحمت که وزن و جایگاه آن
در نظام تعلیم و تربیت ما بسیار سترگ و مهم است، بیش‌تر باید
دیده شود.

پدر و مادر محبوب‌ترین و پذیرفته‌ترین جایگاه را نزد فرزندان
دارند. این دلبستگی و ارتباط عاطفی در سال‌های آغازین زندگی
پررنگ‌تر و بارزتر است. فرزندان به طور کامل رفتارها را تقلید
می‌کنند و با مشاهده رفتار، که پایدارترین یادگیری است، به
تکرار لذت‌آمیز آن می‌پردازند.

فضای محبت‌آمیز، تأیید رفتارهای تقلیدگرا نه از نماز و تشویق





به طور مثال، میزان خواب در بزرگسالی همچون دوران کودکی نیست. انگاره و فهم آنان از نماز نیز معادل درک و بینش بزرگ‌ترها نمی‌باشد، بنابراین نباید انتظار داشت همچون ما بستر را رها کند؛ همچون ما با نماز معامله کنند و به طمأنینه و دقت و تمرکز و به تعبیر دیگر حضور قلب ما نماز بر گزار کنند. گاه همین انتظارات فراتر از واقعیت به تعطیلی نماز می‌انجامد. گاه کودک و نوجوان قول بر خاستن می‌دهند و اندکی بعد که دوباره به سراغشان می‌رویم، به خواب رفته‌اند. در این شرایط، نباید خشمگینانه برخورد کرد و اگر برخواستند و شکسته بسته نماز خواندند، نباید مورد بازخواست، سرزنش و تمسخر قرار گیرند. ایجاد فضایی مناسب برای گذر از نماز شتاب زده و رخوتناک لازم است. چنین موقعیتی را از شب یا هنگام خواب می‌توان فراهم آورد.

۸- پیش زمینه نماز صبح از شب فراهم شود: اگر از شب برای صبح فکر نکنیم، صبح را از دست می‌دهیم. اگر بگوییم هر کس می‌خواهد صبح اول وقت بیدارش کنم، اعلام کند، از همان شب زمینه فراهم شده است. این برخواستن دیگر تحمیل نیست، «خواست» است. اگر بگوییم ساعت را تنظیم کنید یا اراده کنید که صبح برخیزید، نوعی تلقین برای برخواستن فراهم شده است. مراقب باشیم که نماز صبح، نماز شروع است. اگر برپا نشود (آن هم دو رکعت) به برپایی نماز ظهر و عصر (هشت رکعت) چندان امیدی نیست.

بهتر است «ما» فرزندان را برای نماز بیدار نکنیم یا لاقبل همیشه ما این مسئولیت را به عهده نگیریم. گاه باید فرزندان خود مسئول و چاره‌اندیش بیداری خودشان باشند.

۹- در افق‌های آرمانی و دوردست، چهره‌های موفق نمازگزار را ترسیم کنیم: ممکن است کودک و نوجوان به طور کامل خود را با آن سرمشق تطبیق ندهند، اما هر آن چه در وجودشان رسوب کند، مغتنم است. حتی گاه از همین چهره‌ها برای گفت و گو با فرزندان استفاده کنیم، چرا که چهره مقبول و مطلوب، سخن مطلوب و مقبول نیز خواهد داشت.

منابع:

- قرآن کریم

- گرایدنوس، دونالد، ای (۱۳۸۵)، مراقبت از نوجوانان. ترجمه پوریا صرامی فروشانی و بزرگمهر مطهری. تهران: رشد.

- بریکر، هاریت (۱۳۸۳). اختیار شما در دست کیست؟ ترجمه مهدی قراچه داغی. تهران: قطره.

- فیض‌الله، محمد فوزی (۱۹۸۸). منهج التریبۃ النبویة للطفل. ستاد اقامه نماز.

- جامع آیات و احادیث نماز. جلد دوم. ستاد اقامه نماز.

و ترغیب، باعث استمرار رفتار و گره خوردگی آن با روان و تبدیل به «خاطره خوشایند» خواهد شد.

وقتی صبح با محبت، نرمی و مهربانی، کشیدن دست لطف بر پیشانی، محبت و بوسه کودک را بیدار می‌کنیم و سپس «نماز» او را ستایش می‌کنیم، خاطره‌های شیرین و موقعیتی مثبت برای استمرار برپایی نماز فراهم کرده‌ایم.

یکی از دوستان می‌گفت: گاه صبح فرزند نوجوانم را بیدار می‌کنم و به آرامی برای نماز آماده می‌سازم، وقتی نماز را برپا می‌کند به او اقتدا می‌کنم و پس از نماز می‌گویم: عزیزم نماز تو با این دل پاک پذیرفته است، دوست دارم به نمازی اقتدا کنم که فرشتگان آسمان به آن افتخار می‌کنند.

نباید برپایی نماز به بهای تلخ کامی کودک و نوجوان باشد. داماد حضرت امام خمینی (ره) می‌گفت: نزد امام از دیر بلند شدن بچه‌ها برای نماز صبح صحبت کردم و گفتم که گاه ناگزیر با تندی و تلخی آن‌ها را بیدار می‌کنم. ایشان فرمودند: دین را در کام بچه‌ها تلخ نکنید.

۷- انتظارات ناهمخوان با واقعیت: آن چه ما از دیگران، به ویژه از فرزندان، می‌طلبیم عمدتاً آرمان طلبانه است تا واقع بینانه. وقتی انتظارات بالا می‌رود و کودک و نوجوان نمی‌توانند انتظارات را برآورده کنند، ممکن است مورد تحقیر و شتمانت قرار گیرند یا حتی طرد شوند.