

این هم سخی و مسئله‌ای است که بگوئیم سلامت بدن ، بهداشت روان ، حالات عمومی فرد ، از گرسنگی ، تشنگی ، نیازمندی ، ترس ، امنیت و ... همه و همه در حالات و عملکردهای فرد مؤثرند و موجب حسن یا سوء رفتار خواهند شد .
 جلوگیری از عواملی که مایه درد و رنج بدنند و سبب فرسودگی و ناتوانی میشوند ، مراقبت در بهداشت طفل به صورتی که کودک دچار کسالت و نفاقت مداوم نگردد و فردی نق نقی نشود خود در ایجا دحالت اعتمادبنفس کودک مؤثر است و مربیان این نکته را نیز باید در نظر داشته باشند .



بهد از صفحه ۲۴

حلقه ، خوب و چون اینها تقویت کند .
 با توجه به مراتب بالا ، مهمترین فعالیت ها برای کلاسهای اول تا چهارم دبستان عبارتند از : راه رفتن ، دویدن ، پریدن ، جهیدن ، خزیدن ، غلت خوردن ، برتاب کردن ، وگرفتن نوب ، حرکات همراه با رقص و آواز ، بازیهای گروهی ، بازیهای امدادی ، بازیهای مهارتی برای آموزش تکنیک های مقدماتی مربوط به رشته‌های گوناگون ورزشی ، فعالیت‌های متنوع برای افزایش قابلیت جسمانی و بهبود هماهنگی ، چابکی و تعادل بدن .

برای بازیهای انفرادی به اندازه کافی مجال دهد .
 ۲- خستگی ناشی از نشستن سر کلاس را از راه پیش بینی فعالیت‌های شایسته رفع کند .
 ۳- حسن همکاری ، یاری و رقابت گروهی را تقویت کند .
 ۴- بازیها را با انگیزه برگزار کند که همراه با آموزش مهارت‌های حرکتی قابلیت جسمانی کودکان نپسند گسترش یابد و دستگانه‌های درونی انجام آنها نیرومند شود .
 ۵- درگزینش ابزارهای ورزشی دقت لازم را مبذول دارد و فعالیت های گروهی را با سود بردن از ابزارهایی مانند نوب ، طناب ،

همراه با رقص و آواز که بسبب کودک فرصت می‌دهد آزادانه احساسات و عواطف خود را ابراز دارد ، از دیدگاه تربیت اجتماعی و تشکیل شخصیت کودک دارای ارزشی زیاد هستند .
 معلم تربیت بدنی می باید در آموختن ورزش کودکان به تدریج ساله به موارد زیر توجه نماید :
 ۱- میل و دلچسپی کودکان را با پیش بینی بازیهای متنوع تقویت کند .
 ۲- کودکان را برای شرکت در بازیهای گروهی تشویق کند و ولی

یکی از عادت‌های زشت، بدزبانی است. آدم بدزبان به سخنان خویش مقید نیست و هر چه بر زبانش جاری شد می‌گوید. ناسزا می‌گوید، داد می‌زند، نفرین می‌کند به دیگران مثلک می‌گوید، طعنه و زخم زبان می‌زند، با سخنان و تعبیرات زشت به مردم توهین می‌کند، دهن کجی می‌نماید، تند و تغییر می‌کند، دیگران را دست می‌اندازد و مسخره می‌کند. بدزبانی حرام و یکی از گناهان بزرگ است.

پیغمبر اسلام صلی‌الله‌علیه‌وآله فرمود: خدا بهشت را حرام کرده بر کسی که بدزبانی می‌کند و دشنام می‌دهد و بی‌حیا و بی‌باک است. نه به چیزی که درباره دیگران می‌گوید توجه دارد نه به آنچه درباره اش می‌گویند. ۱

امام صادق علیه‌السلام فرمود: دشنام و ناسزاگویی و زبان درازی از علائم نفاق و بی‌ایمانی است. ۲

خدا در قرآن می‌فرماید: وای به حال کسانی که از مردم عیب‌جوئی می‌کنند، طعنه می‌زنند و آنها را مسخره می‌نمایند. ۳

مردمان بدزبان افرادی

سنگ مغز و پست و فرومایه‌اند و سوسله این عادت زشت، برای خودشان دشمن می‌تراشد مبعوض مردم هستند و در نزد آنان خوار و بی‌مقدارند، مردم از زبان آنان می‌ترسند و از معاشرتشان کراهت دارند.



پیغمبر اسلام صلی‌الله‌علیه‌وآله فرمود: بدترین مردم کسی است که مردم از بدزبانی می‌هراسند، از مجالستش کراهت دارند. ۴

حضرت صادق علیه‌السلام فرمود: هر کس که مردم از زبانش بترسند به دوزخ می‌رود. ۵

پیغمبر اکرم صلی‌الله‌علیه‌وآله فرمود: مؤمن طعنه نمی‌زند، لعن است بر کسی که دشنام نمی‌دهد، بد زبانی می‌کند. ۶

بدزبانی بهترین گواه کوتاه‌فکری و کم‌خردی است. بسند بخت خانواده‌ای که یکی از دو رکن آن یعنی زن یا شوهر، یا هر دوی آنها

بدزبان باشند. در آن خانواده راحتی و آسایش و صفا نخواهد بود. بدبخت تراز آنها کودکان بیگناهی که با چنین پدر و مادری زندگی می‌کنند و در چنین خانواده‌ای پرورش می‌یابند.

بچه‌ذات " بدزبان نیست ، او این صفت زشت را یا از پدر و مادر یاد می‌گیرد یا از برادر و خواهر یا از دوستان و همبازیها یا از همکلاسیها. و در این میان پدر و مادر بیشتر از دیگران اثر دارند. پدر و مادر برای فرزندان شان بهترین و نخستین الگو و سرمشق می‌باشند. بچه‌ها اخلاق و آداب آنها را بزودی فرامی‌گیرند و تقلید می‌کنند.

بنابراین ، پدر و مادر نه تنها مسئول گفتار و کردار خودشان هستند بلکه نسبت به پرورش فرزندان شان نیز مسئولیت دارند. آنها هستند که کودکان را بدزبان یا خوش زبان پرورش می‌دهند. بعضی از پدران و مادران از روی شوخی یا عصبانیت عملاً " به فرزندان شان درس بدزبانی می‌دهند در بعضی از خانواده‌ها این قبیل کلمات شب و روز تکرار می‌شود: پدر سگ ، مادر سگ ، پدر سوخته ، احمق ، نفهم ، بی‌شعور، الاغ ، حیوان ، دیوانه ، تنبل، جوان — مرگ شده ، بی ادب ، بی غیرت ،



داغت را ببینم ، زیر ماشین بروی گاهی پدر یا مادر از یکدیگر عیب جوئی می کنند یا همدیگر را مسخره می نمایند یا فحش میدهند حتی پدر و مادر که باید سانس عیوب فرزندان خویش باشند گاهی از آنها عیبجوئی می کنند یا مسخره شان می کنند و فحشان می دهند . بر آنها طعنه می زنند و با کلمات زشت و رکیک با آنها سخن میگویند. آیا این پدران و مادران از کودکان بیگناهشان انتظار دارند که در چنین خانواده های خوش زبان تربیت شوند؟! چنین امری غالباً "امکان پذیر" نیست . این پدران و مادران باید در انتظار آن باشند که فرزندان شان مانند خودشان بلکه بدزبان تر از خودشان پرورش یابند . باید در انتظار آن باشند که عین این کلمات را از فرزندان شان بشنوند . با پند و اندرز و دعوا و کتک هم نمی توان کودک را به ترک این عادت زشت و ادا کرد . پدر و مادری که بدزبان هستند و به کودک فحش می دهند نمی توانند با پند و اندرز یا دعوا و اوقات تلخی جلو فحش دادن کودک را بگیرند . بهترین راه تربیت در این مورد اینست که پدر و مادر ابتداء خودشان را اصلاح نمایند سپس در صدد اصلاح فرزندان شان

نمی دهد . من دوست ندارم تو فحش بدهی . خدا هم از دشنام دادن بدش می آید و فحش دهنده را به کیفر می رساند . می دانم که تو این کلمه زشت را از بچه های بی تربیت یاد گرفته ای ، ولی مواظب باش دیگر آن را تکرار نکنی .

برآیند . گاهی بچه ها این عادت زشت را از همبازیها یا همکلاس های خود یاد می گیرند . بدین جهت پدر و مادر باید مواظب دوستان و رفقای فرزندان شان باشند . با آنان اجازه ندهند که با بچه های بدزبان بازی و معاشرت نمایند .

اگر فحش یا کلمه زشتی از بچه خودتان شنیدید ، خنده و تبسمی که حاکی از رضایت باشد نکنید ، با فحش و دعوا و کتک و عصبانیت هم در صدد جلوگیری برنیائید ، که این طریق غالباً " نتیجه معکوس دارد . بلکه با زبان خوش مطلب را با کودک در میان بگذارید . بگوئید : فحش دادن کار زشتی است ، بچه خوب هرگز فحش

- ۱- اصول کافی ج ۲ ص ۲۲۳
- ۲- اصول کافی ج ۲ ص ۲۲۵
- ۳- سوره همزه آیه ۱
- ۴- اصول کافی ج ۲ ص ۲۲۵
- ۵- اصول کافی ج ۲ ص ۲۲۷
- ۶- محجه البیضاء ج ۲ ص ۱۲۷



اصول تربیت اسلامی



سه اصل مهم تربیتی عبارتست از:

این سه اصل تربیتی در کلیه مراحل تربیت بایستی بایک حساب منطقی ترکیب گردد تا موثر واقع شود، تربیت در خانه، مدرسه و اجتماع احتیاج باین سه اصل دارد.

باید توجه شود که برای سالهای سال انضباط و سختگیری تنها اصل تربیتی بود و اصل آزادی و عشق از هدیه های آموزش و پرورش جدید و روانشناسی آموزشی است. هر چند اولیاء نسبت به کودکان عشق طبیعی داشتند ولی ارزش نقش و اهمیت آن در تربیت کودک و استفاده از آن به عنوان سرچشمه ایجاد امنیت و آسایش خاطر مجهول بود.

این سه اصل تربیتی نه تنها با یکدیگر تضاد می نباید داشته باشند بلکه میزان و چگونگی ترکیب آنها در تربیت کودک بایستی با دقت رعایت شود زیرا کم و زیاد شدن هر یک مخاطراتی در بر دارد.

آزادی، انضباط، محبت و علاقه و امنیت خاطر. کودک بایستی در رشد خود احساس آزادی کند و با او آزادانه رفتار شود، آزاد فکر کند و آزاد بزرگ شود تا بتواند مفید باشد. ولی از طرف دیگر باید بفهمد که آزادی محدودیتهایی دارد و آزادی وی بایستی به قیمت ناراحتی و محدودیت آزادی دیگران بدست آید. زندگی اجتماعی دارای محدودیتهای فراوانی است و کودک بایستی بداند که آزادی فردی او محدود است نه حدود اجتماعی و آزادیهای جامعه. این احساس محدودیت بایستی از طریق انضباط نامین شود، نظم و انضباط کودک آزادیهای وی را تصفیه میکند و آنچه بین آزادی و دیسیپلین کودک رابطه منطقی و صحیح بوجود میآورد، عشق و محبت و احساس امنیت است. تنها با علاقه و عشق و محبت میتوان آزادیهای بدون قید و شرط کودک را منظم کرد.

ترکیب متعادل و منطقی سه اصل تربیتی دیسپلین و عشق در تربیت مورد توجه اسلام قرار گرفته است (۱)

عن ابی جعفر (ع) قال: " شرالاباء من دعاه البرالی الافراط (۲) بدترین پدران کسی است که احسان او را بسوی افراط بکشاند ."

قال علی (ع): " افراط فی الملامه تشب نیران اللجاج (۳) افراط در سرزنش کردن آتش لجاجت را افزونتر می کند ."

قال علی (ع): " من لم یصلحه حسن المداراه یصلحه حسن المكافاه (۴) کسیکه نیکی مدارا او را اصلاح نکند، نیکی مکافات او را اصلاح میکند ."

قال علی (ع): " من لم تصلحه الکرامه تصلحه الالهانه (۵) کسیکه او را نیکی کردن اصلاح نکند، خوار داشتن او را اصلاح میکند"

اصل عشق و علاقه موجب آن میشود که اصل تشویق و ترغیب به عنوان وسیله تربیتی بکار رود، حضرت مجتبی (ع) روزی فرزندان خود و برادر خود را جمع کرد و به آنان فرمود: " اینک شما کودکان اجتماع امروز هستید و بزودی بزرگان اجتماع فردا خواهید شد پس در فراگرفتن دانش کوتاهی نکنید و هر کدام که حافظه قوی ندارید مطالب استاد را ضبط و کتایت بنماید و در منزل نگهدارید" و این ترتیب ایجاد حس رقابت، امید بفردا، تشویق، ایجاد علاقه واقعی به تحصیل (۶) از راه صحیح، وسیله تعلیم و تربیت اسلامی است. و از ایجاد ترس از راه مجازاتهای بدنی غیر صحیح، و سرکوبی و ایجاد عقده حقارت در کودک منع شده است. مردی در حضور حضرت علی (ع) از فرزند خود شکایت کرد حضرت فرمود:

" فرزندان را نزن و برای ادب کردنش از او قهر کن ولی مواظب باش قهرت اول نکشد و هر چه زودتر آشتی کن" (۷)

پیغمبر (ص) فرمود: احبوا الصبیان وارحموا هم و اذا وعد توهم شتافقوا لهم ان الله لا یغضب بشی کغضه للنساء و الصبیان: (۸) کودکان را دوست بدارید و بآنها رحم کنید و زمانیکه بآنها چیزی وعده دادید، برآنها وفا کنید، زیرا که خدا بچیزی مانند غضب کردن در مورد زنان و کودکان برآشفته نمی شود.

با این ترتیب میتوان چنین نتیجه گرفت که یکی از اصول تربیتی اسلام عبارتست از عشق و علاقه به کودک ولی این عشق و علاقه را ترکیبی از آزادی دیسپلین بایستی فرم بندی نماید. مجازات تادیبی مسلماً در اسلام جایز است (نه انتقامی و بدون جهت). ولی برای آن مسلماً حدی تعیین شده است (و زیادتر از حد مجاز ممنوع است).

اصولاً یکی از اصول اساسی اسلام رعایت مجازات مناسب در برابر جرم و خلاف و رعایت عدل است و این اصل در تربیت اسلامی نیز رعایت گردیده است. ولی مجازاتهای بدنی همیشه در اسلام (تربیت اسلامی) بعنوان آخرین وسیله پیشنهاد شده است، و در صورتیکه نظر معلم از مجازات بدنی غیر از تادیب باشد و یا در آن زیاده روی نماید قابل مواخذه است و در این صورت اگر کودک آسیبی برسد معلم مسئول است.

چون تنها در اسلام کتاب بعنوان معجزه معرفی شده است (معجزه بودن قرآن از بدیهیات است)، ارزش خواندن و نوشتن و تعلیم آن ضروری و طبیعی است و به این جهت خواندن و نوشتن از همان صدر اسلام بین مسلمین رواج یافت. خود قرآن با کلمه قرائت شروع شد و

یافتند لشگریان معاویه برای جلوگیری از شکست معاویه بدستور عمر وعاصی فریب بانصد قرآن سرنیزه کرده گفتند خدا میان ما و شما حکم باشد (۱۲) از این مطلب چنین استفاده میشود که در مدت کوتاهی تعداد نسخ قرآن باندازه‌ای رسیده بود که تنهدار جنگ صفین بانصد نسخه آن برسرنیزه‌ها رفت و معلوم میشود که تعداد با سوادان هم خیلی زیاد بودند که نویسندگان قرآن از بین آنان ناین اندازه فراوان بود .

اولین آیه که بر پیغمبر وارد شد لزوم قرائت را متذکر گردید .
 " اقراء باسم ربك الذی خلق الانسان من علق اقراء وربك الاکرم " : (۹) بخوان بنام پروردگارت که خلق کرد انسان را از خون بسنه آفرید ، بخوان و خدایت گرامی است " و از خداوند برای اولین بار در قرآن با کلمه رب که ماده اصلی تربیت است ، یاد شده است و این اهمیت قرائت و تربیت را نشان میدهد .

بهر صورت متون دینی فراوانی لزوم تعلیم و خواندن و نوشتن را تاکید می کند مثلا پیامبر تعلیم خواندن و نوشتن را حق کودک میدانند . (مضمون اعلامیه حقوق کودک مصوب ۱۹۲۴ جامعه ملل ژنو) و فرموده است : " من حق الولد علی الوالد ثلاثان یحسن اسمه و یعلمه الکتاب و یزوجه اذا بلغ : (۱۰) از حقوق فرزند برعهده پدرسه چیز است : اینکه اسم او را نیکو گرداند و باو تعلیم کتاب نماید و وقتی به سن بلوغ رسید او را تزویج کند " .

و فرموده است : طلب العلم فریضه علی کل مسلم و مسلمه (۱۱) : تحصیل علم بر هر مرد مسلمان و زن مسلمان واجب است " .

پیغمبر اسیران باسواد را مکلف کرد تا برای آزادی خود ده کودک را خواندن و نوشتن بیاموزند و بدین ترتیب مکتب خاه و مدارس اسلامی افتتاح شد و در اثر فعالیت این مکتب خانه‌های مسجدی بود که در مدت کوتاهی خواندن و نوشتن قرآن در بین مسلمانان کاملا رواج یافت . مسعودی مورخ مشهور در ضمن شرح جنگ صفین میگوید : " چون سپاهیان امیرالمومنین علی (ع) بر معاویه علیه

- اسیرای بررسی مفصل اصول تعلیم و تربیت اسلامی رجوع شود به محمد ابو زهره ، تنظیم الاسلام للمعلم ، ص ۱۷۹-۲۰۰
 ۲- تاریخ یعقوبی ، ج ۳ ، ص ۵۳
 ۳- تحف العقول ، ص ۸۴
 ۴- غررالحکم ، ص ۶۴
 ۵- غررالحکم ، ص ۷۱- ضمنا " برای توضیح بیشتر به صفحه بعد مراجعه شود .
 ۶- بحار ، ج ۱ ص ۱۱۰
 ۷- بحار ج ۲۳ ص ۱۱۴
 ۸ - تفصیل وسائل الشیعه ج ۳ ص ۱۳۵

- از قدیم الایام رجوع شود به کتاب ابوالحسن علی بن خلف قابسی ، الرساله المفصله لاحوال المعلمین واحکام المعلمین و المتعلمین ۹- (سوره ۹۶)
 ۱۰- بحار الانوار ج ۲۳ ص ۱۱۳
 ۱۱- حدیث متواتر
 ۱۲- مسعودی ، نقل جرجی زیدان ، تاریخ تمدن اسلام ج ۳ ص ۸۶



انسان از دیدگاه اسلام

جهانی بودن جاودانگی

مسلمانان تعلیم و تربیت اسلامی، سیستم خاصی است که با سیستم‌های دیگری که در دنیا رواج داشته و دارد، متفاوت است. اگر ما بتوانیم با دقت و پیگیری، خصایص و مشخصات این سیستم را پیدا کنیم، به خوبی متوجه می‌شویم که چه امتیازاتی بر سایر سیستم‌ها دارد.

ما خواهیم بینیم این سیستم تربیتی در برابر سیستم‌های تربیتی دیگر، دارای چه ویژگی‌هایی است و چه امتیازاتی دارد؟ زیرا به وسیله همین ویژگی‌ها و امتیازات است که این سیستم از سایر سیستم‌ها مشخص می‌شود.

برنامه‌هایی که اسلام در مورد تربیت و انسان‌سازی دارد، برای یک کشور یا یک منطقه معین و مخصوص یک دوره و زمان مشخص نیست، بلکه برای همیشه و برای همه جهان است. به تعبیر دیگر جاودانی و جهانی یا همه‌جایی است.

تربیت و تعلیم، برای انسان و تمام سروکارش با انسان، آنهم از جنبه انسانیت اوست. اگر یک سیستم تربیتی، انسان را از یک بعد خاص، مورد توجه قرار دهد، نمیتواند جهانی و جاودانی باشد. سیستمی که روی یک طبقه خاص یا

احمد بهشتی



چون خانواده‌ها یا طبقات ، همیشگی نیستند جاودانی هم نیست .

اگر درایران قبل از اسلام ، تعلیم و تربیتی بود ، برای یک طبقه معین بود وزحمتکشان و پیشه وران از آن محروم بودند . این سیستم تعلیم و تربیت ، درست است که باانسان سروکار دارد ، ولی انسان به ملاحظه طبقه‌اش — ملاحظه تیپ اجتماعیش و بنابراین تا وقتی که آن زندگی طبقاتی دوام پیدا کند این سیستم هم می ماند وهروقت ازبین رفت از بین می رود . گاهی تکیه روی خون ونژاد یا عقیده ومرام میشود . دراین نظام ها تعلیم وتربیت هم جنبه نژادی یامسلکی دارد وبه درد همه انسانها درهمه مکانها ودرهمه زمانها نمی خورد .

تعلیم وتربیت یهودی به درد مردم دنیا نمی خورد ، به دلیل اینکه نژادی یامسلکی نژادی است . به علاوه همیشگی هم نیست . زیرا معلوم نیست که این قوم برای همیشه باقی بماند .

دردنیای قدیم تقسیماتی وجود داشته که مثلا دنیا را به ایران و انیران یا یونان وبربرو عرب وعجم تقسیم می کرده اند . براساس این تقسیمات ، ایرانیان غیرایرانی راشایسته نمیدیدند ، یونانیان بربریان راوعرب ،عجم را . چنانکه درعصرما نژاد ژرمن غیرژرمن را ، هر کدام ازاینها برای خود حقوق ومزایایی قائل بودند که دیگری از آنها محروم بود البته نباید فراموش کنیم که شدت وضعفهم داشت .

نظام تربیتی اینها هم به دردخودشان میخورد . زیرا محدودداست وشکل جهانی بودن وجاودانگی ندارد .

واعتصموا بحبل الله جميعا ولا تفرقوا



اما اگر یک نظام تربیتی داشته باشیم که تکیه اش روی انسانیت انسان باشد ، نه انسان از یک بعد خاص ونه انسانی که مال این سرزمین است یا مال آن سرزمین ! متعلق به این طبقه و نژاد است یا آن طبقه ونژاد ! دارای این رنگ است یا آن رنگ ! چنین نظامی گرفتار یک بعد خاص نیست ، میخواهد انسانیت انسان را پیوراند وبنابراین اگرهدفها و روشها و اصول رادرست ودقیق شناخته باشد ، جهانی و جاودانی است . زیرا پایه پای انسان ادامم حیات می دهد . یعنی تا انسان هست ، آن نظام هم هست .

نظام تربیتی اسلام خودرا محدود به یک طبقه یا یک نژاد یا یک رنگ پوست یا یک محیط جغرافیایی نکرده است . این نظام با روش کاملاً انسانی والهی خود میخواهد انسان را باوچ کمال برساند ونیز به پیشرفت و تکامل انسان سرعت ببخشد واورا از وقفه ورکود ودراجازدن و سیرقهقرایی وسقوط حفظ کند .



چنین سیستمی نمیتواند در یک مکان یادریک گروه خاص محصور و محبوس بماند. اصلاً "چنین چیزی نشدنی است. طبیعت این سیستم، گسترش و فراگیری است. همه سیستم‌های تربیتی، فراگیر و همگانی نیستند. اکنون دنیا به دو بلوک شرق و غرب تقسیم شده، اینها هر کدام برای خود سلیقه خاصی دارند و یا هدفها و روشهای مختلفی پیش می‌روند. شرق میخواهد انسان را آنچنان بسازد که قابل انطباق با سیستم سوسیالیسم باشد و غرب، انسان را برای نظام کاپیتالیسم می‌پروراند و میخواهد با زندگی پیچیده ماشینی که اصالت را به ابزار میدهد تطبیقش دهد اینها هیچکدام اصالت را به انسانیت انسان نمیدهند. ممکن است خودشان چنین ادعایی داشته باشند، اما کیست که خوش باور باشد و چنین ادعائی را بپذیرد؟ کیست که تحت تاثیر چنین شعارهای فریبندگی قرار گیرد؟

مکتب‌های آسمانی و رهبران الهی در اینگونه قالبها محدود و محصور نیستند و به همین جهت برنامه‌های آنها کهنه شدنی نیست، بله، اگر انسان کهنه بشود، اینهم کهنه میشود. اما تصور کهنه شدن در مورد انسان درست نیست. بسیاری از چیزهایی که کهنه و فرسوده می‌شوند یادگر زباله‌دان تاریخ‌دفن میشوند، ولی انسانیت، از قماش اینگونه، چیزها نیست، به عکس انسانیت، نه تنها کهنه نمیشود، بلکه روبه تکامل هم می‌رود، انسان امروز، در همه تلاشها و قیامها و انقلابهایش می‌کوشد که آنچه غیر انسانی و نامردمی است، دور بریزد. تبعیض و ظلم و استثمار، غیر انسانی است. انسانها حاضرند بمیرند یا بمیرانند اما زیر بار تبعیض و ظلم و استثمار نروند، اینها

دلیل این است که انسانیت، دارد اوج می‌گیرد و رشد و تکامل پیدامی‌کند و آنچه غیر انسانی است در حال فرو ریختن و نابود شدن است.

رهبران آسمانی از اول این روش را انتخاب کردند که آنچه می‌گویند، انسانی باشد، تا برای دوام و گسترش و همگانی و همیشگی شدن قابلیت داشته باشد. برای آنها هرگز مساله رنگ و نژاد و طبقه و محیط جغرافیائی و منطقه و خانواده و قبیله مطرح نبود است. عملاً هم این مطلب را به ثبوت رسانست‌اند. پیروزی می‌خواهد با پیامبر اسلام سخن بگوید، اما رعب و وحشت او را فرا می‌گیرد. پیامبر خدا به او می‌گوید:

"هون علیک! انما انان امره کانت تاکل الفدید"

بر خود آسان بگیر! منم پیروزی هستم که گوشت خشکیده می‌خورد وقتی مادر منم مثل تو بود منم مثل فرزندی تو هستم. پس همانطوری که با فرزندان است سخن می‌گویی، با من سخن بگو.

اینها سعی می‌کرده‌اند به انسانها نزدیک شوند و تکیه گاه خودشان را انسانیت انسان قرار دهند. من دوست میدارم روی این مطلب خیلی دقت شود، تا بسیاری از حقایق، برای ما روشن گردد. هیچ پیامبری روی ثروت یک انسان یا طبقه یا نژاد یا خانواده او تکیه نکرده است. وقتی این طبقه را درست درک کنیم، کاملاً "برای ما روشن" می‌شود که سیستم تربیتی اسلام هرگز نمیتواند در قالبهای تنگ و محدودی گرفتار شود بلکه فراگیر است و به همین دلیل به کرامت و ارزش دینی انسان اهمیت میدهد و برای انسانیت انسان سر از همه مکاتب احترام فائل میشود. قرآن هیچ کس را مجبور نمیکند که پیامبر اسلام برای تعلیم و تربیت آنها آمده و بطور خلاصه میشود گفت: اینها به نفعت همین است.

باز هم می گوید:

"وَمَا أَرْسَلْنَاكَ إِلَّا رَحْمَةً لِّلْعَالَمِينَ" (انبیاء ۱۰۷)

ترانفرستادیم مگر به عنوان رحمت، برای همه مردم. او برای خشم و غضب و انتقام، نیامده، بلکه برای رحمت آمده، بدیهی است که بدون رحمت، تربیت هم ممکن نیست، ونیز میگوید:

"وَمَا أَرْسَلْنَاكَ إِلَّا كَافَّةً لِّلنَّاسِ"

ترانفرستادیم مگر برای همه مردم. بدین ترتیب عمومیت و جامعیت تعلیمات و برنامه های تربیتی او را مشخص میکند.

ونیز می گوید:

"مَا كَانَ مُحَمَّدٌ أَبَا أَحَدٍ مِّن رِّجَالِكُمْ وَلَكِن رَّسُولَ اللَّهِ وَخَاتَمَ النَّبِيِّينَ" (احزاب ۴۰)

محمد پدر شما نیست، رسول خدا و خاتم پیامبران است.

وقتی بعنوان خاتم پیامبران معرفی میشود، مفهومش این است که برنامه اش همیشگی است. بعد از او پیامبری نمی آید تا برنامه جدیدی عرضه کند. آنچه گفته است، کامل است، همیشگی و کهنه نشدنی است.

تعلیمات اسلامی در مورد کودکان محدود به مکان و زمان خاصی نیست. امام مجتبی از جایی عبور می کند، چند کودک مشغول بازی هستند. به آنها می فرماید:

"انکم صغار قوم و بوشک ان تکونوا کبار قوم
آخرین: فتعلموا العلم فمن لم يستطع منکم ان
يحفظه فليکتبه وليضعه فی بیته"

شما امروز خردسال هستید، بعد از بزرگی خواهید شد، یعنی امروز کودکید و فردا بزرگسال میشوید، معلوم است که در یک جامعه، همیشه مسئولیت ها روی دوش بزرگسال هاست. مخصوصا مسئولیت تعلیم و تربیت و اداره و حفظ مملکت

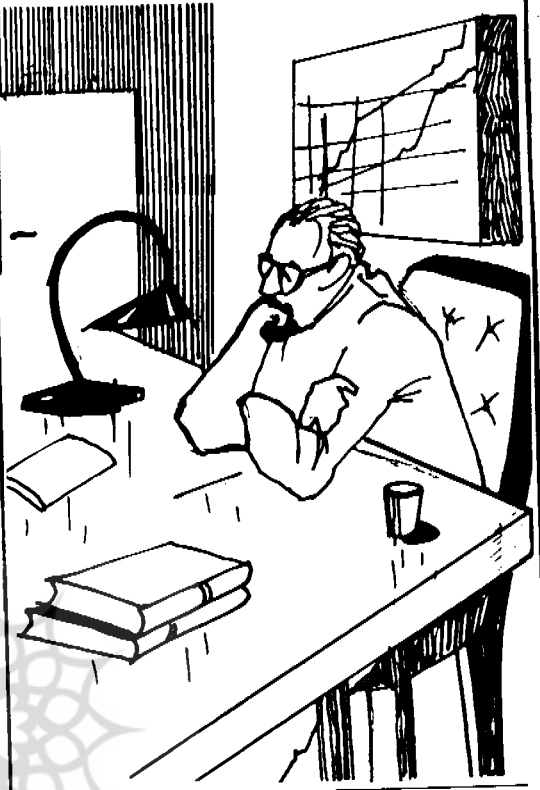
دفاعی مملکت، همه اینها روی دوش بزرگسالان است، ولی بزرگسالان چگونه می توانند بار مسئولیت رایبه دوش بگیرند؟ حتما احتیاج به دانش و تجربه و تخصص و مهارت دارند. اینها نمی توانند در دوره بزرگسالی هم دانش و تجربه و تخصص و مهارت پیدا کنند و هم از عهدده مسئولیت ها برآیند.

بنابراین، باید در دوره کودکی و جوانی کسب دانش و مهارت کنند و در بزرگسالی بار مسئولیتها را به دوش کشند و با استفاده از دانش و تجربه و مهارت خویش آنها را به منزل برسانند.

به همین جهت، وقتی امام مجتبی می بیند که این بچه ها سرگرم بازی هستند، به آنها هشدار میدهد که شما همیشه بچه نمی مانید، فردا بزرگ میشوید پس از هم اکنون باید برای قبول مسئولیت های فردا خود را آماده کنید. نکند که ناگهان خود را در زیر کوله بار مسئولیت، گرفتار ببینید، در حالی که هیچگونه آمادگی قبلی برای خود فراهم نکرده باشید.

به آنها توصیه می کند که از فرصت دوران کودکی و نوجوانی استفاده کنید و دانش و تجربه و مهارت کسب کنید تا جامعه فردا گرفتار قحط الرجال نشود، یعنی کمبود نیروی انسانی پیش نیاید، بلکه از لحاظ نیروی انسانی غنی باشد. متاسفانه، کشورهای جهان سوم معمولا این گرفتاری را دارند. آنها نه تنها از کشورهای پیشرفته، کالا وارد می کنند بلکه به اسم مستشاری یا سرمایه های دیگر بایده انسان هم وارد کنند! علت این است که آنها از اول

روانشناس پاسخ میدهد



بنشینید اغلب به جلو خم میشود تا بتواند تعادل خود را حفظ کند و معمولاً دستهای خود را دراز میکند تا تعادل را نگاه دارد و پاهایش خم می شود بطوریکه کف پاها روبروی همدیگر باشد و وقتی که چنین می نشیند دیگر نمیتواند خود را برای ایستادن بلند کند .

آیا مراحل آموزشی دیگری هست که بچه قبل از چهار دست و پا رفتن بتواند راه برود؟
بله - بچه باید بیاموزد که چگونه بلولد و بخزد تا بتواند چهار دست و پا راه رفتن را یاد بگیرد .

در موقع لولیدن بچه دستها و پاهای خود را به یک شکل ناموزونی حرکت میدهد تا سبب قدرت لولیدن او شود و این معمولاً دردنیال حرکات خزیدن و جنبیدن است که در این حرکت بچه یک پایش را فشار میدهد تا خودش را بکشد و پای دیگری را زیر تنه اوست یا دراز کرده است بنابراین حرکات بدن و خزیدن او به کمک دستها و پاها است که به زور فشار پا انجام میشود . حرکات خزیدن بیشتر بطرف عقب است و معمولاً از شش ماهگی شروع میشود .

- آیا همه بچههای شیرخوار بیک نحو چهار

چه موقع بچه شیرخوار میتواند تنه

بنشیند؟

بطور متوسط بچههای شیرخوار باید بین سن ۹ و ۱۷ ماهگی بتوانند باتکیه گاهی بنشینند و معمولاً دخترها زودتر از پسرها میتوانند بنشینند و بچههاییکه در کانون خانواده زندگی میکنند و تحت مراقبت پزشکان متخصص بچه باشند شاید زودتر از سنین گفته شده بالا بتوانند بنشینند .

پس از اینکه بچه به تنهائی نشستن را آموخت به چه وضعی در می آید؟

پس از اینکه بچه آموخت که چگونه بتنهائی

نخیر - در طرز خریدن و چهار دست وپا راه رفتن بچهها اختلافات کاملاً مشخصی دیده میشود بعضی ممکن است ضمن خریدن و چهار دست وپا رفتن جست و خیز کنند و برخی دیگر در یک مرحله موقتاً "باقی بمانند و بعداً" به مراحل دیگری برسند.

— چه موقع بچه اولین قدم را بر میدارد؟

یک بچه وقتی میتواند اولین قدم را بردارد که از قدرت ایستادن با کمک دیگری بخود اطمینان داشته باشد و بتدریج با تمرین متوالی و افزایش مهارت بالاخره بدون اینکه بحائث تکیه بدهد شروع به راه رفتن میکند.

— درجه سنی یک بچه یاد میگیرد که راه برود؟

دوسوم تعداد تمام بچهها بخودی خود می آموزند که چطور بین ۱۲ و یا چهارده ماهگی راه بروند و در حدود ۱۸ ماهگی حد متوسط تمام بچهها مثل افراد بزرگ راه میروند.

— آیا تعلیم دادن یا تمرین در طرز راه رفتن در سنین مختلف بچه اثری دارد؟

هر چند در این باره پژوهشهای زیادی بعمل آمده ولی مدارک کافی در دست نیست که نشان بدهد که تعلیم دادن یا اجبار در راه رفتن بچه باعث شود که زودتر از مقتضیات سنی بتواند راه برود.

— آیا بچهها اشیاء را چنگ میزنند؟

واکنش چنگ زدن در همان روزهای تولد ویا پس از مدت کوتاهی در بچهها بوجود میآید که در نتیجه شست و انگشتان دیگر باهم، عمل قلاب یا چنگ را انجام میدهد. در چهار ماهگی بچهها به اشیاء خیره میشوند زل میزنند ولی در ۹۰

درصد اعدا مانسان موقی به رفتن آنها نمیتواند ولی تقریباً " نزدیک به پنج ماهگی از یک طرز بسیار سادهای استفاده میکنند بدین معنی که انگشتشان را به اطراف شیئی فرو میکنند و حصارمانندی دور آن شیئی ایجاد کرده با شست یا مچ، یادست آن را بطرف خود میکشند و بین دودستشان فشار میدهند. البته این طرز جسییدن یا گرفتن حقیقی نیست،

زیرا دستها هنوز قدرت گرفتن اشیاء را ندارد و اولین مرحله جسییدن یا گرفتن حقیقی در شش ماهگی ظاهر میشود که بنام چنگ زدن فشاری میتوان نامید که در حقیقت کودک با یک کوشش بی فایده سعی میکند یک شیئی را بین انگشت باکف دست بگیرد. پس از این مرحله گرفتن با دست شروع میشود که در حوالی سنین هفت ماهگی خواهد بود که طفل انگشتان را به دور شیئی حلقه میکند و محکم تر نگاه میدارد و در هشت ماهگی باکف دست اشیاء را میگیرد بطوری که شست و انگشتان دیگر باهم کمک کرده شیئی را در کف دست نگاه میدارد. از این سن تا یکسالگی دیگر قدرت بیشتری در انگشتان و شست گسترش پیدا میکند تا اینکه بتواند بانوک انگشتان اشیاء را بگیرد و بانوک شست و انگشتان دیگر اشیاء را نگاه دارد و این سبک گرفتن اشیاء را میتوان حرکت گازانبری نامید.



وسایل تربیت

اسلام وسائل چندی برای پرورش
به کار می برد که از آنجمله اند :
سرمشق و نمونه عملی نشان دادن
پند و اندرز
کیعروپاداش
داستان و امثال
عادت دادن به چیزی
بیان پیشامدها . . .

هر رنگی از این رنگها راز منفذی وارد جان انسان می سازد و هر یک زخمه خاصی برای به صدادار آوردن یکی از تارهای سازجان است . انسان راهنگاهی به حال خود وامی گذارد که در تمام منافذ جانش رسوخ واز وسائل تربیت پر کرده باشد و هیچ باری بی کوک نمی ماند مگر اینکه آهنگی بر آن ساز کند و همه جوانب و جهات را در نظر می گیرد .
در ذیل وسائل فوق راکه مورد استفاده اسلام است مورد بررسی قرار می دهیم .

تربیت بوسیله سرمشق

عملیترین و پیروزمندانترین وسیله تربیت ، تربیت کردن بایک نمونه عملی و سرمشق زنده است تالیف کتابی در موضوع پرورش آسان است ! و تربیت یک نقشه خیالی هم اگر چه کامل و همه جانبه و وسیع باشد آسانتر . اما این روش و نقشه آهنگی که به یک حقیقت واقعی بر روی زمین تبدیل نشده ، تا هنگامیکه مترجم رفتار و ادراکات و افکار بشر نشده عملاً " اصول و اهداف آن روش را روشن نکرده است ، مرکبی است بر کاغذ و نقشی است بر قضا . تنها روشی محقق می شود و منشاء حرکت گشته تحولی در تاریخ ایجاد می کند که عملاً بر روی زمین و در زندگی اجتماعی اعمال گردد .

خدای منزهی که این روش و الامرتبه معجز آسار وضع کرد می دانست که باید بشری آن را به کار بندد . انسان است که باید این روش را برینست . کرده به حقیقت واقعی تبدیل کند تا مردم آن را نیک شناخته به حقانیتش اعتراف و سپس از آن بیروی کنند .
مردم ناچار باید سرمشق و نمونه ای عملی مشاهده کنند . . .
بدینجهت محمد (ص) را برانگیخت تا سرمشقی برای جهانیان باشد :

" در واقع رسول خدا برای شما بهترین مقتدائی است که می‌توانید از وجودش سرمشق

بگیرید. ۱

و صورت کاملی از روش تربیت اسلامی و در وجود آن حضرت گذاشت که در تمام جریان تاریخ صورتی جاویدان و زنده‌است.

از عایشه رضی الله عنها از خلق و خوی رسول خدا (ص) سؤال شد، گفت: خلفش قرآن بود! جوابی دقیق، عجیب مختصر و کامل... خلفش قرآن بود! زبانی زنده و گویا برای روح و حقایق و راهنما تئهای قرآن... ولذا مانند خود قرآن قدرت و جودی بزرگی بود. قدرتی از صنع خدا که تمام نوامیس و اسرار خلقت در آن متکامل و همه نیروها در وجودش جمع بود. شگفت‌ترین اعجوبه‌های کس جهان آفرینش وجود دیده‌است و صفات ملکوتی آسمانی را با خواص حیوانی زمین به هم آمیخته بود... عجیب نیست که زادگاهش را زادگاه نور گویند.

اخیراً دانش به حقیقتی معترف شده است که از روزگاران پیش، روح بشری به سادگی آنرا می‌شناخت. علم کشف کرد که ماده عبارتست از انرژی و انرژی متحول به تشعشع می‌گردد. ۲. روان بشری از روزگاران گذشته با سادگی و پداهت دریافته بود که انسان انرژی است و انرژی انسان به تشعشع و پرتو افشانی دگرگون می‌شود و بالاخره به نور تبدیل می‌گردد. ولی وقتی این حقیقت را به تمام و کمال دریافت که محمد بن عبدالله صلی الله علیه و سلم را دید. یکپارچه انرژی از نور شفاف و درخشان که خدا او را برانگیخته بود تا راه مردم را بر روی زمین روشن سازد.

" ای پیغمبر ما ترا گواه و بشارت دهنده و اخطار کننده فرستادیم و خواننده مردم به سوی خدا به دستور خود او و ترا چراغی درخشان فرستادیم ۳۰

این نور، در دلها و جانها پرتو افکند، برای مردم راه روشن شد، ره یافته و رهبری شده در این طریق روشن گام برداشتند و به حقیقت رسیدند. نور محمدی جانها را روشن ساخت، جانهای منور جهانیان بدو دلیستگی پیدا کرد، محبتش آنچنان در جانها ریشه دوانید که در عالم بی نظیر بود. هیچ فردی از افراد بشر به درجه محبوبیتی که محمد رسید دست نیافته است. این محبت حتی در دل کسانی که با دین خدا معارضه میکردند هم جاداشت... دشمنان این راه و دین جدید هم دلشان آکنده از محبت او بود!

همچنان که طبیعی است جنگ بین حق و باطل برپا شد... و باز آنچنان که طبیعی است حق پیروز شد، ظلمتی که روشنائی را از مردم در برده نگه داشته بود برطرف گردید و نور محمد بن عبدالله صلی الله علیه و سلم در جهان پرتو افکند چون نور افکنی مشعشع باقی ماند و همانطور که خواست خدا بود در خلال قرون و سده‌ها تا زمان ما را هدایت و قلبشان را به خدا مربوط کرد. وجود محمد (ص) از شگفتیهای عالم است... همچنانکه گفتیم از نیروهای جهان هستی بود و معجزه‌های از نشانیهای قدرت و عظمت خدا.



محمدسرمشق مردم در زندگی عملی و بر روی زمین بود. با اینکه بشری از آنان بود تمام این صفات و استعدادها را در وجودش نمایان می‌دیدند و همه این مبادی زنده را تصدیق میکردند، زیرا به چشم خود مشاهده می‌کردند نه در کتاب می‌خواندند! این صفات و خصوصیات را در بشری می‌دیدند، جانهایشان به سوی او پرواز کرده احساسات و ادراکشان بجانب اومتایل می‌شد. می‌خواستند پرتوی از مشعل فروزان وجودش کسب کنند... هرکس باندازه توانائیش از آن برخوردار می‌شد و هرکس به قدر تحمل خود شخصیت و وجودش را بطرف اوج عظمتش بالا می‌برد. نه از اینکار مایوس می‌شدند و نه منصرف می‌گشتند. و نه اینکار را رویای شیرین لذیذی می‌دانستند که شبی از خاطرات خوش در ذهن به جای گذارد... واقعیتی را دیده بودند که بر سطح همین زمین و در میان خودشان حرکت می‌کرد. یک حقیقت عملی مشاهده می‌کردند آرزویی خیالی.

لذا رسول خدا در طول تاریخ خود بزرگترین سرمشق بشریت بود. و قبل از اینکه با گفتار خود مربی و راهنمای خلق باشد با رفتار شخصی خود بهترین تربیت کننده و رهبر بود و اینکار را هم از لحاظ تعلیمات عالییه قرآن می‌کرد و هم از جهت احادیث خود. نخست از خویش نمونه عملی دستورهای قرآن را نشان می‌داد پس از آن مردم را بدان دستورها می‌خواند.

از طریق او خدا آنچه انسان امتی را ساخت که در حقشان فرمود: " شما بهترین امتی هستید که برای تشویق مردم به نیکبیا و بازداشتنشان از بدبیا بیرون آمده‌اید و به خدا ایمان بیاورید." ۴ و بوسیله وجود او بود که خدا برای این امت منت گذاشت: " در حقیقت خدا بر مومنان منت گذاشت که رسولی از خودشان در میان آنان فرستاد تا آیات الهی را برایشان بخواند، آنانرا تزکیه و پاک ساخته، کتاب و قوانین و حکمت بدانان بیاموزد اگرچه قبل از آن در گمراهی آشکاری به سومی بردند." ۵

تا آسمانها و زمین هستند این سرمشق هم باقی و برقرار است.

شخصیت رسول خدا نمونه‌ای برای یک روزگار، یا یک نسل، یک ملت، یک مذهب و یا مکان معینی نیست... یک سمبل جهانی و همیشگی... برای همه مردم و همه نسلها است: " ما ترا نفرستادیم جز اینکه برای همه مردم جهان رحمت باشی." ۶ " ما ترا نفرستادیم جز اینکه برای همه مردم جهان بشارت دهنده و ترساننده باشی." ۷

او برای همه جهانیان و همه مردم است و برای همه زمانها از روز بعثتش به بعد. متعلق به همه نسلها در تمام زمین. آیتی جاویدان که نه از بین می‌رود، نه کاستی می‌پذیرد و نه نابودی.

همانگونه که اسلام شخصیت پیغمبر خود را سرمشق و نمونه عملی همیشگی قرار داده است، آن شخصیت برای هر نسلی در هر زمانه و مطابق با واقعیات زندگی مردم هر دوره ای نیز می‌باشد.

اسلام ، این سرمشق را به مردم عرضه نمی‌کند که تنها متعجب شوند و در عالم خیال و ذهن در باره اش بیندیشند ولی عملاً " از آن استفاده‌ای نبرند . ۷ .

آنها عرضه داشته است تا مثل آنها در خود تحقق بخشند و به رنگ آن نمونه واقعی درآیند ، هرکس به اندازه ظرفیت و استعدادش از آن شعله فروزان پرتوی بگیرد و تا آنجا که توانائی دارد برای رسیدن بدان قله کمال از کوه ذاتش بالا رود . به خاطر این منظور ، همیشه زندگی مادی ظاهری آن بزرگوار فیض بخش و شاخص و در معرض انظار عمومی بود ، نه یک داستان اخلاقی تخیلی که محبتش روانها را در بیابان بیکران خود سرگردان کند بدون اینکه از واقعیتش متاثر شوند و از آن نمونه عالی سرمشق بگیرند .

چون اسلام — بطوریکه در ابتدای این مقاله گفتیم — سرمشق دادن را بزرگترین وسیله تربیت می‌داند ، پایه روش تربیتی خود را بیش از هر چیز بر این سنگ استوار می‌گذارد کودک ناچار است که در خانواده خود سرمشقی داشته باشد تا از هنگام طفولیت خویش از مبادی اسلامی و روش والامرتبه‌اش سیراب گردد . مردم بایستی در جامعه خود سرمشقی داشته باشند تا برای بردوش کشیدن بار تربیت واقعی سودمندی برای نسلها ، به رنگ و شکل اسلام و آداب و رسوم پاکیزه‌اش درآیند . جامعه ناچار است در راس خود رهبر یا فرمانده یا زمامداری داشته باشد که این مبادی رفیع اسلامی در وجودش محقق شده باشد تا حکومت شدگان و پیروان هم خود را بر آن منوال بسازند

برای همه اینها شخصیت رسول اکرم بهترین سرمشق است ، زیرا تمام مبادی و ارزشها و تعالیم درخشان در وجودش متمثل شده بود .

لذا اسلام روش تربیتی خود را بر اساس همان راه و رسمی می‌گذارد که آن پیغمبر عظیم‌الشان سکان کشتی اجتماع و زندگی را بدانجهت سوق داد .

اسلام ، امر مهم تربیت را به کوشش فردی رها نمی‌کند که احیاناً " به موفقیت انجامد یا در چنین خفه شود و یا بذر آنها بادها و گردبادها در وکنند ! بلکه آنها را یک زنجیر وسیع طویل همه جانبه‌ای قرار می‌دهد که از زمامدار شروع شده به کودک شیرخوار پایان می‌یابد : حکومت اسلامی جامعه اسلامی و تربیت اسلامی همه هماهنگ و در یک سلسله می‌باشند . بدیهی است که هر سیستم و آئین ، روش تربیتی را بر پایه‌ای می‌گذارد که برای اجرای آن قیام کرده است و اسلام از هر آئین و نظام برای اعمال این کار سزاوارتر است . زیرا به هیچ وسیله و ابزار دیگری نمی‌تواند روش خود را عملی سازد . لذا ناچار است از ابزارها و وسائل مخصوصی سودجوید تا راه و رسم منحصر به فرد بی‌نظیر خود را در گردش تاریخ به جریان اندازد و عملی کند .

چون می‌خواهد اجتماع اسلامی تشکیل دهد ، کودکان را با سرمشقی که در این جامعه برافراشته از اصول اسلامی آبیاری می‌کند و هر خانواده و پدر و مادری باید نمونه‌ای از تعلیمات اسلامی باشند . ۸ .



کودکی که می بیند پدر و مادرش دروغ می گویند ، ممکن نیست راستی بیاموزد .
کودکی که می بیند مادرش به پدر یا مادر با نسبت به خود او خیانت می کند ، امکان ندارد
امانتداری بیاموزد .

فرزنددی که مادر خود را بی پروا نسبت به هرنیک و عاری مشاهده کند ، فضیلت نخواهد
آموخت .

فرزنددی که پدر خود را نسبت به خود سنگدل و سختگیر ببیند نمی تواند مهربانی و همکاری با
دیگران یاد بگیرد .

خانواده تربیت کننده ایست که نخستین بذرهای تربیت را در جان طفل می کارد و رفتار و
ادراکات و طرز تفکر او را می سازد .

از اینجهت سزاوار است خانواده پاک باشد ، مسلمان باشد تا نسل مسلمانی پرورش دهد که
سبادی و آداب اسلامی در جانشان محقق گردد . این اصول و تعلیمات اسلامی را مستقیماً " از
سرمشتی فراگیرد که او هم از رسول خدا بدو منتقل شده باشد .

علاوه بر این شایسته است که سیره نبوی و رفتار رسول خدا در زندگانش همیشه بخشی از راه
و رسم تربیت باشد . در خانه و آموزشگاه و کتاب و روزنامه و رادیو ، پیوسته سیره پیغمبر گفته
شود و عملاً اعمال گردد تا دائم یک نمونه عملی از تعلیمات اسلامی زنده و مشخص در مشاعرو
افکار جایگزین شود .

۱- الاحزاب / ۲۱

۲- درباره انرژی و ماده به کتاب " ذره بی انتها ، مراجعه شود ، (مترجم)

۳- الاحزاب / ۴۶-۴۵

۴- آل عمران - / ۱۱۰

۵- آل عمران / ۱۶۴

۶- الانبیاء / ۱۰۷

۷- سبأ / ۲۸

۸- نگاه کنید به مقدمه کتاب " قیسات من الرسول "

عَوَّدَ نَفْسَكَ النَّصْبَ عَلَى الْمَكْرُوهِ

خویشترن را بصورتی بردباری عادت ده .

عَلَى عِبَادَةِ السَّلَاةِ



پژوهشگاه علوم انسانی و مطالعات فرهنگی

سید کاظم مدرسی

لزوم پرورش قبل از آموزش

عاطفه کودکان برنامه ریزی نمود اخیراً " به این موضوع بیشتر توجه شده است که قبل از دست - یابی کودک به محیط آموزش باید محیط پرورش قبل از دبستان او مورد توجه باشد .

برای بهتر سازی کیفیت آموزش عمومی و نتیجه گیری مثبت از آن ضرورتاً " بایستی برای یافتن میزان کمی و کیفی هوش و استعداد و

در همین نظریات این سؤال بیش از هر چیز برای متخصصین تعلیم و تربیت پیدا شده است که وجود مدارس قبل از دبستان برای عموم کودکان لازم است یا نه؟

تعدادی از این متخصصین لزوم پرورش و آموزش قبل از دبستان را برای کسانی که از طبقات اجتماعی اقتصادی پائینی هستند لازم می دانند.

بعضی دیگر بر این عقیده اند که وجود مدارس چون کودکان و یا کلاسهای آمادگی و یا مهد کودک باعث جدا شدن کودک از محیط خانه و والدین می شود و این امر از نظر عاطفی برای کودک زیان آور است در صورتی که خود والدین می توانند برای کودکان در محیط خانه وضع مناسبی در جهت پرورش و یا آموزش داشته باشند.

البته بیشتر موارد پیشنهادات این متخصصین، روی آموزش قبل از دبستان است و بنظر ما این امر یک نقص فاحش است امروز با توجه دقیق روی تمام برنامه ریزیهای موجود در کودکان و یا مدارس نرسی و کلاسهای آمادگی این امر مشخص می شود که این مراکز یا نگاهدارنده هستند یا آموزش دهنده.

در صورتی که جدیت در برنامه ریزیها باید روی پرورش باشد زیرا آموزش از بد و ولادت کودک برای او امکان پذیر می شود و کودک از هر نگاه و حرکت و حرفی آموزش می بیند و نیروی فراگیری و تقلید او بسیار قوی است.

اولیاء باید چنین نیروی آماده ای را در جهت صحیح هدایت نمایند و برای انجام این امر والدین باید به شناخت کافی و درک مسائل پرورشی بپردازند تا بتوانند مربی و

معلم اول فرزندان شان در محیط خانه و در کنار آنان باشند.

اگر والدین و بویژه مادران بدانند که کودکان شان از چه نوع رفتار و کردار سرمشق می گیرند و چه نوع کردار و رفتاری مانع یادگیری آنان می شود اینقدر ساده و بی تفاوت از کنار اینگونه مسائل نمی گذرند. والدین باید درک نمایند که برای فرزندان شان هم مربی هستند و هم معلم لذا باید خودشان از پرورش کافی و اطلاعات زیادی در این زمینه برخوردار باشند. دادن این احساس مسئولیت به اولیاء و به ویژه به مادران به چند طریق امکان پذیر است:

اول اینکه خود مسئولین رده اول هر جامعه درک این موضوع را داشته باشند که اولیاء در پرورش و آموزش فرزندان چه اندازه مسئول و موثرند و باید در چه وضعی از نظر اقتصادی و اجتماعی و اخلاقی باشند.

دوم - آسودگی خاطر و اطمینان اولیا از هر جهت تأمین باشد تا بدینوسیله بتوانند بر امر پرورش و آموزش فرزندان شان اقدام مثبت نمایند، زیرا در جامعه های عقب نگاه داشته شده که وضع اقتصادی اجتماعی اکثر مردم در سطح پائینی قرار گرفته شده عموماً " اولیا قادر بر انجام امور پرورش و آموزش نخواهند بود وقتی اولیاء تمام هم و تلاش خود را تنها صرف تأمین ضرورت های اولیه زندگی نظیر مسکن و پوشاک و مواد غذایی می کنند دیگر نیرویی باقی نخواهد ماند که آن را صرف پرورش و آموزش فرزندان شان نمایند.

تا وقتی که فقر اقتصادی و اخلاقی وجود داشته باشد فقر پرورشی و آموزشی نیز وجود خواهد داشت و بهترین تحلیل های پرورشی و برنامه

ریزی‌های آموزشی چندان موثر نخواهد بود.

سوم - احسن اولیاء و سربیان در هر جامعه موظف کردد که با همیاری سایر سازمانهای دولتی بویژه سازمانهایی که آمار موالید را در اختیار دارند، جزوهائی از مسائل تحلیل یافته پرورشی و آموزشی را در مناسبتهای مختلف دوران رشد کودکان برای عموم اولیاء بطور رایگان ارسال نماید، و برای اولیاء بی‌سواد در دعوت‌های حضوری تشکیل جلسات مذاکره بدهد.

چهارم - رسانه‌های گروهی با هماهنگی و بره‌ای مسائل پرورش و آموزش را بطور مسوع و ساریده برای اولیاء مطرح نمایند.

هشکامیکه اولیا به درک مسائل پرورش و آموزش توفیق حاصل کنند امید به پرورش و آموزش مثبت فرزندان فراهم می‌شود. اینگونه اولیاء هم در محیط خانه می‌توانند مربی خوبی برای فرزندانشان باشند وهم تعلیمی آگاه و دل‌سوز در این رابطه مادر می‌تواند به خصوصیات شناختی و عاطفی و استعداد کودک بپردازد و برای پرورش و آموزش او برنامه ریزی نماید. اینگونه اولیاء را می‌توان در برنامه ریزی مدرسه شرکت داد و از آنان در تدریس نیز استفاده

نمود سود این کار ایست که مادران با وضع رفتاری کودکان در محیط اجتماعی مدرسه از نظر رفتار سقائل فرزندان خود با سایر کودکان و سایر بچه‌ها با فرزندانشان آشنا می‌شوند و این جنبش‌شاختی در محیط خانه امکان پذیر نیست.

علاوه بر این بنا بر اعتقادی که از تجربه حاصل شده است شرکت مادران و بویژه مادرانی که معلومات زیاد دارند باعث می‌شود که حس اعتماد نفس آنان تقویت گردد و احساس کند که تنها تک زن حاشه دار نیستند بلکه می‌توانند از جهات دیگر به کودکان خود و دیگران کمک نمایند.

از نظر کودک نیز در کنار داشتن مادر در محیطی غیر از منزل و دور از سایر افراد خانواده بی‌فایده نیست اگر کودکی تنها فرزند خانواده است و تمام توجه مادر در منزل فقط به او معطوف می‌شود در اینجا باد می‌گیرد مادرا و یک معلم است و باید وقت خود را با سایر بچه‌های کلاس تقسیم نماید که در نتیجه کودک مفهوم کلسی (سریک شدن) را باد می‌گیرد. تربیت مادران

بفیه در صفحه ۴۴



ناصر کمالیان

پیامبر اسلام برای جلب رضای پروردگار و قرار گرفتن در جوار رحمت او صدقهای نه از مال و منال و جان بلکه از علم و دانشش پیشنهاد می فرمایند.

"مَا تَصَدَّقَ النَّاسُ بِصَدَقَةٍ أَفْضَلَ مِنْ عِلْمٍ يَنْشُرُ." ۱

"هیچ صدقهای که مردم دهند از علمی که منتشر شود بهتر نیست.
"أَفْضَلُ الصَّدَقَاتِ أَنْ يَتَعَلَّمَ الْمَرْءُ الْمُسْلِمُ عِلْمًا ثُمَّ يُعَلِّمَهُ أَخَاهُ الْمُسْلِمَ" ۲

"بهترین صدقه ها آن است که مرد مسلمان دانشی بیاموزد و به برادر مسلمان خود تعلیم دهد." آدمی طبعاً بیشتر به کسب امتیازاتی مایل است که دوام و استمرار بیشتری داشته باشد و در برابر زحمات و فعالیتهای خود هرچه پاداش بیشتر و بادوام تری دریافت کند راضی و خوشحال تر خواهد بود. چه بهتر که این مزد و پاداش علاوه بر دوام و استمرار از جانب خداوند نیز بوده باشد. و علاوه بر زمان حیات خود در مراتب اوزیر برایش منشاء خیر و برکت باشد. پیامبر اسلام این چنین پاداشی را از طرف خداوند در قبال هفت چیز بیان فرموده اند. که

تعلیم دادن اولین آنهاست.

"سَمِعْتُ بَعْضَ بَنِي لِبْدٍ أَجْرُهُنَّ وَهُوَ فِي قَبْرِهِ بَعْدَ مَوْتِهِ: مَنْ عَلَّمَ عِلْمًا، أَوْ... ۳"

"هفت چیز است که پاداش آن برای بنده در قبر او و پس از مرگش دوام دارد: کسی که علمی تعلیم دهد، یا....."

به همین جهت پس از عنوان دانشمند دانش آموز را بر شمرده است.

اهمیت معلم از دیدگاه امامان پاک

شاید در بیان مقام معلم گفتار مشهور مولاعلی (ع) کفایت کند،

اهمیت و مقام معلم از دیدگاه اسلام

که خود را بنده معلم خویش دانسته است.

"مَنْ عَلَّمَنِي حَرْفًا فَذَصِيْرَتِي عَبْدًا." ۴

"هر کس حرفی به من آموخت مرا بنده خویش نمود."

همانطور که قبلاً اشاره شد دانشمند وارث انبیاء است. و علم والاترین نعمت الهی است و انسان دانشمند امانت دار این موهبت است. امام علی (ع) می فرماید:

پیامبر بزرگ اسلام کسانی را که در مسیر دانش نیستند به هلاک شدن

بیم می دهد:

"أَعْدَاءُ عَالِمًا أَوْ مُتَعَلِّمًا أَوْ مُسْتَعْمِعًا أَوْ مُجْتَبًا وَلَا تَكُنِ الْخَامِسَ وَفَنِّهَكَ." ۴

"دانشمند باش یا دانش آموز یا مستمع یا دوستدار علم و پنجمی

مباش که هلاک خواهی شد."

بدیهی است که در این سخن گهر بار مقصود از دانشمند معنی عام آن نیست بلکه مقصود دانشمندی است که تعلیم دهد.

"لَا خَيْرَ فِي الصَّمْتِ عَنِ الْحَكْمِ كَمَا أَنَّهُ لَا خَيْرَ فِي الْقَوْلِ بِالْجَهْلِ ۵
 " خیر و نیکوئی نیست در خاموشی با حکمت و دانش چنانکه نیکی نیست " در گفتار با جهل و نادانی

بدینسان درمی یابیم که دانشمند حق ندارد که دانش خود را مخفی دارد بلکه عالم زمانی ارزش و اهمیت خود را بدست می آورد و از حریم شخصیت علمی خود پاسداری می کند که آن راه دیگران بیاموزد و بر قامت عالمانه خود لباس تعلیم ببوشاند و علم خود را به زیور تعلیم و نشر آن بیاراید. آن چنانکه امام محمد باقر (ع) می فرماید:

" زَكَاةُ الْعِلْمِ أَنْ تُعَلِّمَهُ عَبَادَ اللَّهِ " (۶)

" زکات علم این است که آن را به بندگان خدا بیاموزی "

و امام جعفر صادق (ع) فرموده است:

" مَنْ تَعَلَّمَ وَ عَمِلَ وَ عِلْمٌ لِلَّهِ ، دُعَى فِي مَلَكُوتِ السَّمَاوَاتِ عَظِيمًا " (۷)

" هر کس برای خدا دانشی فرا گیرد و بآن عمل کند و به دیگران بیاموزد ، " در ملکوت آسمانها از او به عظمت یاد می شود . "

با توجه به این گفتارهای گهر

بار می توان گفت که از نظر بر اولیاء خدا زمانی دانش و علم بر وجود انسان برآورده است که تعلیم داده شود . و عالمی که معلم نباشد رسالت خویش را بجا نیاورده است . در اصول کافی از

امام جعفر صادق (ع) نقل شده است که : " جَاءَ رَجُلٌ إِلَى رَسُولِ اللَّهِ (ص) فَقَالَ يَا رَسُولَ اللَّهِ مَا الْعِلْمُ ؟ قَالَ : الْإِنصَاتُ ، قَالَ : ثُمَّ مَهْ ؟ قَالَ الْإِسْتِمَاعُ ، قَالَ : ثُمَّ مَهْ ؟ قَالَ الْحِفْظُ ، قَالَ : ثُمَّ مَهْ ؟ قَالَ : الْعَمَلُ بِهِ ، قَالَ : ثُمَّ مَهْ يَا رَسُولَ اللَّهِ ؟ قَالَ : نَسْرَةٌ . " ۸

" مردی خدمت رسول خدا آمد و گفت : یا رسول الله علم چیست ؟ فرمود سکوت کردن ، گفت سپس چه ؟ فرمود گوش به سخنان فرا دادن ، گفت سپس چه ؟ ای رسول خدا ؟ فرمود : انتشارش دادن . "

پس از نظر رسول خدا (ص) و امام جعفر صادق (ع) تا زمانیکه علم بوسیله صاحب آن در مجرای انتشار آن یعنی تعلیم و آموزش دادن آن نیافتند ، مفهوم واقعی خود را بدست نمی آورد . چه گفته ماند (برای نهادن چه سنگ و

چه زر) از این جهت نشر علم و دانش و پرداختن به ترویج آن بر دانشمندان واجب است که تنها از این راه ممکن است جامعه را رشد داد و به کمال مطلوب

انسانی رسانید .

همانطور که در پیش گفته شد ، ارزش و اهمیت کار عالم و دانشمند از نظر پیامبر بزرگ اسلام بسیار بیشتر از عاید شب زنده داری است که تنها به نیایش و عبادت می پردازد . تعلیم علم به ساختن انسانهایی عالم کمک می کند که عبادت آنها با شناخت و یقین همراه است و با دیده عقل به محراب عبادت نشسته اند . و با چشمان باز علم و خرد به عالم هستی می نگرند . قرار دادن گوهر علم در صدف سینه انسان کمک به جریانی است ، که مسیر آن راه پیامبران بوده است . حاصل آن پروراندن افرادی است که وسوسه شیطان را از راه صواب باز شناخته و قدم در راه باطل نمی گذارند . به عبارت دیگر دانشمند با پرداختن به تعلیم دیگران میدان فعالیت شیطان را تنگ کرده و به بارور شدن درخت مقدس انسانیت کمک کرده است . چه عبادتی نیکوتر از تعلیم و چه کسوتی شایسته تر از لباس معلمی به قامت دانشمند است . بدیهی است که تعلیم دادن در حقیقت همان هدایت کردن است هدایت به سوی حقایق و در نهایت بسوی حق ، چه عالم خدا پرست با

تحریر ایک کورڈینا
اجتماعی علوم
علی امیری



پروفیسر شکارہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی
پرنال جامع علوم انسانی

تعمیراتی
جنگلی

علی امیری

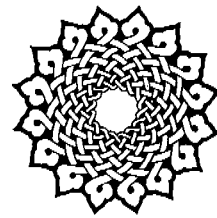
مراهم می آورند. آنها با دستمالی به فک و ران کودک و نوازشهای بسیار در این زمینه عامل تحریک فرزندان میشوند.

این امر، بویژه دستمالی ران کودک برای آنها خطرآفرین است در پسران بویژه درمرز سنی ۲-۱۲ سالگی زیانهای ناگواری ایجاد میکند. بر اساس یک تحقیق قریب $\frac{1}{3}$ کودکان در چنین سن بر اساس دستمالیها تحریک شده و خواستار ادامه آن بوده اند.

دستکاریها در سنین نوجوانی بمراتب خطرناک تر است و حتی مادران و آشنایان باید مراقب باشند در قسمت هائی از بدن دختر دستمالی نداشته باشند و اگر هم برخی از دوستان بعنوان بازی و شوخی چنین کاری میکنند از راه و روششان جلوگیری شود. این بیداریهای قبل از موقع سبب عوارضی خواهد شد که نمونه آن تشدید لغزشها و یا ایجاد آن است.

دستمالیهای ناروا:

باهمه توجهی که در اسلام راجع به رشد عاطفی و پرورش آن شده است، اسلام از حدود سنین تمیز کودک برای آن حد و مرز مراقبت-هائی را معمول داشته است. پدر محرم دختر است و مادر محرم پسر ولی درمرز سنی تمیز بوسیدنها و نوازش کردنها تحت ضابطه است. مردی که گونه دختر ممیز و یا نوجوان خود را میبوسد ناخودآگاه سبب تحریک و لغزش او خواهد شد. زنی که چهره پسر ممیز خود را در سنین تمیز یا نوجوانی میبوسد او را ممکن است به وادی انحراف سوق دهد. در کل میخواهیم بگوئیم اظهار محبتها، نوازشها،



گاهی کودک در شرایط اجتماعی نامساعدی قرار میگیرد که اثری زینببخش برای حال و آینده او دارد. والدین و مربیان آگاهانه و یا ناخودآگاه رفتاری از خود بروز میدهند که در آن پای فرزند به میان آمده و او را به سوی فساد سوق میدهد.

اینان شاید در مواردی میخواهند به فرزند خود محبت کنند و یا با او از در نوازش درآیند ولی از نظر تربیتی راه را عوضی طی میکنند و نتیجه آن تحریک و یا اغفال است. وضع بهمین گونه است برای حیات کودک که در محیط معاشرتی مختلطی باشد. روابط نادرست، دیدهها و شنیدهها و حتی تماشای برخی از رفتارهای بنظر هنرمندانه و اعجاب انگیز میتواند بعنوان عامل تحریکی باشد.

آنها که در دوروبر کودک قصد آن را ندارند که میل جنسی را در کودک و نوجوان تقویت و یا راه و رسم شهوترانی به او بیاموزند ولی حاصل رفتارشان به چنان وضع و موقعیتی منجر خواهد شد و مادامیکه به بررسی جوانب و ابعاد این مسائل می پردازیم.

دستی از عوامل تحریک

ما معتقدیم که در برخی موارد مادران بصورتی ناخود آگاه موجبات تحریک فرزندان خود را

به آغوش کشیدن آنها، بوسه زدن آنها، خوابیدن فرزندان با پدر و مادر در بستر واحد ممکن است سبب لغزش ها شود و اگر والدین از آن غافل باشند و غرضشان ابراز محبت خالص باشد والدین و مربیان باید بدانند که میل و هدف جنسی تنها منحصر به تماس با اعضای تناسلی نیست گاهی بصورت لمس و بوسه است. بوسه ها بر چهره، در آغوش گرفتنها از سوی دوستان ممکن است نوعی تقلید از رفتار بزرگتران و همراه با التذاذ یا تحریک جنسی باشد به همین نظر ضروری است تحت ضابطه در آید.

۳- معاشرت ناصواب :

زندگی در محیط مختلط در سنین قبل از تمیز با حفظ ضوابطی اگر روا باشد برای سنین بعد از تمیز بویژه از حدود ۹ به بعد روا نیست و اسلام هم چنین محیطی را برای زندگی فرزندان ما نمی پسندد، بویژه در آنگاه که معاشرت ها تحت کنترل نباشد.

ممکن است در دوران کودکی پسر و دختری یکدیگر را بخاطر محبت ببوسند و هیچ مساله جنسی هم در میان نباشد که نیست. ولی این امر پایه های در ذهن کودک میشود که از حدود ده سالگی به یاد آن صحنه ها افتد و بدان امر راغب گردد. و یا ممکن است کودکان قبل از دبستان لخت شوند و بدن یکدیگر را ببینند و هیچ مساله ای هم پدید نیاید و یا بدن یکدیگر را لمس کنند و التذاذی هم در میان نباشد و لسی فراموش نکنیم که در آن صورت پایه های آلودگی و ناامنی گذارده خواهد شد.

در سنین نوجوانی حرص معاشرت بسیار میشود و حتی ممکن است در برابر جنس مخالف

رفتارهای ناپسند و خنده دار از خود بروز دهند و خود نمائی هائی بکنند که فرجام آن جلب نظر و یا تحریک باشد. رفتارشان در محیط مختلط ظاهراً ملاحظت آمیز و دوستانه است ولی در وای آن مسائل دیگری وجود دارد که تعمق در آن حقایقی را روشن میکند.

اقل زیان زندگی در محیط مختلط پیش رسی جنسی برای پسر و دختر است که درباره عوارض آن در بحث های بعدی سخن خواهیم گفت. در کل امر تحریک را ولو برای عده ای از آنها نمی توان نادیده انگاشت.

۴- روابط ناپسند :

ارتباط کودکان و بانوجوانان بدن نیست و از جهاتی هم ضروری است که وجود داشته باشد تا موجب رشد اجتماعی و عاطفی آنها را فراهم آورد. ولی قابل ذکر است که بگوئیم فرزندان خود را از معاشرت و ارتباط با افراد ناباب دور و بر حذر داشته باشید.

مهر و محبت کودکان نسبت بهم تا حدود زیادی خالص است ولی در ابراز مهر و محبت کودک و نوجوان، تا کودک بالغ، بوسیدن و بغل کردن شان زندگی در خلوت شان، راز دل گفتن های شان دل دادن به ایشان را باید یادیده تردید نگریست و تجربه نشان داد که درصد بالایی از این ابراز محبت ها و مهرورزی ها خالص نیستند.

بسر بردن اینان در یک رختخواب و زندگی در خلوت - آمیز کودکان و نوجوانان ارتباط شان با جنس مخالف موجب تحریک، تخیلات شهوانی - تحریکات اتفاقی و در کل گرفتار کننده است. تماس های بدنی در همان آغاز برای کودکان هیجان انگیز و البته سرچشمه پیدایش عواطف

است ولی اگر از مسیر خود منحرف شد خطر آفرین میشود .

۵- استحمام :

کودک در مواردی چنین مینماید که در خواب است، در حالیکه بیدار است و ناظر به رفتار جنسی والدین است. بررسیهای تجربی نشان داده اند که دیدن اوضاع و شاهد معاشقهها و



اینکه مادر کودک شیرخوارش را با خود بحمام ببرد بحثی نیست ولی وقتی که کودکان به سنین تمیز نزدیک شدند روانیست که بمران به حمام زنانه بروند و بدن دیگران را برهنه ببینند. این امر در آن سنین شاید ساله آفرین نباشد ولی یاد آوری خاطره آن در دوران نوجوانی و بلوغ قطعاً " مساله ساز خواهد بود . برخلاف طرز فکر برتراند راسل اسلام اجازه نمی دهد که کودک ممیز مادر و خواهر ویدرش را برهنه ببیند از آن بابست که بعقیده روانشناسان بدنهای لخت خود از محرکهای جنسی بحساب می آیند و دلیل آن عامه پسندی عکسهای برهنه و لخت افراد است .

عناکاهی از روابط والدین :

مغزلهها بودن سبب تحریک و لااقل بیداری قبل از موقع کودکان است و زمینهای میشود که اگر مواردی مشابه پدید آید کودکان در آن وادی بلغزند .

۷- تماشای رفتار قهرمانان :

اصولاً " در کودک حالت قهرمان دوستی است

شما نیکو میدانید که اسلام در زمینه روابط زوجین چه توصیههای مهمی دارد برخی از روایات ما میگویند که روانیست کودک صدای نفس والدین را در حین مقاربت بشنود . رسول خدا فرمود مرد نباید با همسرش مقاربت نماید در حالیکه کودکی در اطاق است زیرا که این عمل باعث زناکاری طفل در آینده خواهد شد .

**اسلام زیربنا و اساس زندگی فردی و اجتماعی
انسان و جوامع بشری را فرهنگ میداند**

۸- شنیدن مباحثی در این رابطه :

تا حال سخن از دیدنها ، لمسها ، معاشرتها و روابط ناصواب بود که عامل تحریک بحساب می آمد و اینک می خواهیم بگوئیم شنیدن مباحثی در این رابطه و حتی خواندن آنها خود از عوامل تحریک بشمار می آیند .

بچهها از حدود سنین ۹ سالگی به رفیق بازی بیشتر روی می آورند و در مراحل نوجوانی با هم به رازگوئی می پردازند . آنچه که آنها رازش میانند مباحثی است از آنچه که در بین جمع ناگفتنی است . آنها آنچه را که در رابطه با این مسائل شنیده و یا دیده اند برای دوستان خود تعریف میکنند .

غرض اینکه وقتی بچهها از این مسائل چیزی میشوند ، مخصوصاً اگر در سنین نوجوانی و بیداری جنسی باشند تحریک شده و ناخود آگاه به فکر تخلیه و ارضا می افتند . وضع بهمین گونه است در رابطه با خواندن نوشته هایی که در این زمینه است و والدین و مربیان در رابطه با کتب و مجلاتی که به خانه می آورند این جنبه ها را باید مورد نظر داشته باشند .

هرچه که برای طفل اعجاب آمیز باشد نظر او را بخود جلب میکند . طفل از دیدن حالات و رفتار قهرمانان میل به همانندی با آنها می کند و در طریق وصول به چنین مقصدی تسلیم است .

گاهی دیدن سینه های باز ، رانهای لخت آنان برای او جذبه ای ایجاد کرده و سبب تحریکش میشود .

نگاههای او بویژه در سنین نوجوانی شکل و صورتی از ملامسه را دارد که انگیزه های لذت جویانهای را تعقیب میکنند و این امر برای افراد بهنگامی مؤثرتر است که طرف مقابل بیشتر مطلوب و مورد نظر او باشد .

از سوی دیگر کودکانی که از اندام مناسب و جالبی برخوردارند اغلب طعمه آتھائی میشوند که در طریق آلودگی هستند نوجوان یا بالغ آلوده او را همانند قهرمان و فردی ایده آل می یابد و میکوشد تمناهای خود را در این رابطه بمرحله اجرا بگذارد و کمند افرادی که محبت هایشان در این رابطه بی شائبه باشد . وضع بهمین گونه است در مورد تماشای بازی مهیج از سوی فرد یا افراد که برای دیگران صورت تحریک آمیز دارد .



بقیه از صفحه ۴۷

علم را از راه تعلیم دادن بهتر بیان دارد .

" صاحب دلی به مدرسه آمد ز خانقاه بشکست عهد صحبت اهل طریق را گفت میان عابد و عالم چه فرق بود تا اختیار کردی از آن این فریق را گفت آن گلیم خویش برون میکش ز موج و این جهد میکند که بگیرد غریق را " ۱ - نهج البلاغه صفحه ۱۱۷۱

تعلیم دست آورده های علمی خود به دیگران نه تنها خود را از گمراهی نجات می دهد بلکه همه آن کسانی را که از فیض تعلیم او توشه گرفته اند به راه حقیقت و رستگاری سوق داده است . شاید مفهوم این ابیات ارزش احیای

- حکمت شماره ۱۷۳ عبارت ۱
۲- اصول کافی جلد ۱ صفحه ۵۱
۳- بحار الانوار جلد ۲ صفحه ۲۷
۴- اصول کافی جلد ۱ صفحه ۶۱
۵- سعدی

۶ و ۷ - نهج الفصاحه بترتیب
گفتارهای شماره ۲۶۳۶ و ۲۰۲۰



پرورش

کودک در دبستان

در پرورش کودک دبستانی ، باید دانش و خرد را هم‌دوش داشت تا سودمند افتد . (نه آنکه علم ، جانشین خرد شود . یا تصور گردد که از علم بدست آید . یا با وجود علم ، از آن بی نیاز خواهد بود . والبتہ باز این همپائی را تصویرها و صحنه‌ها بخوبی میتوانند ارائه دهند و امتیاز قضیه را بفهمانند .)

حافظهٔ تفریری را واسطهٔ تحصیل نباید فرار داد (که هرچه به او آموزند عیناً بیان کند . بدون اینکه بررسی و تفکر و فعالیت دربارهٔ آن آموخته‌ها انجام داده باشد . باز صحنه‌های دیدنی میتوانند او را به اندیشه ، و بررسی و نظر - دهی و ابتکار آشنا کنند و اادار نمایند) .

موضوع درس ، باید موافق استعداد و ذوق باشد تا خستگی ایجاد نکند و روح او را فلج نسازد (زیرا تحمیل فراگیری درسی که خستگی آورو ملال‌انگیز است ، خود ، عصیان و بیماری روانی ایجاد میکند .

ضمناً " راه بررسی ذوق کودک دبستانی ، تنها با ارائه اشیاء و صحنه‌ها و موضوعات مختلف است ، که معلم ، هم آنچه را جالب و مناسب است ، و هم میزان کشش شاگرد را نسبت به آن بدینوسیله و با دقت در نحوه توجه شاگرد به صحنه و موضوع در خواهد یافت) .



رجب‌علی مظلومی

کرد .)

چنانکه قبلاً هم اشاره شد، موضوع درس باید با زندگی روزمره و نیاز شاگرد موافق . و بلکه برای آن " مؤید و راهنما " باشد . و لذا سادگی میتوان آن را همراه با (اخلاق مناسب نیت مناسب - عاطفه مناسب - داوری مناسب - اجرای مناسب) تعلیم کرد ، تا با بیای تعلیم ناءدیب نیز شده باشد ، و این همپائی و همراهی " علم و اخلاق " را بداند . و خود را بر آن اساس بدارد .

مری باید " تجارب " را بجای " اندرزه‌های کتاب " به کودک تحویل نماید . زیرا بسیار آموزنده‌تر هستند . مری باید جهان بزرگ را درپیش ذهن شاگرد بگسترده . تا شاگرد در آن وسعت خود را قراردهد؛ هم بیگانه نباشد؛ هم چون فردا در آن ، قرار میگیرد و عضو جامعه میشود ، بیم نکند ، و راه و رسم زندگی در آن را بدرست بداند ، و هم خود ، کامیابها ، شکستها ، تعالیها و روش وصول به تعالیها را تنها از راه " دیدن و مطالعه و تفکر " دریابد ، تا برای همیشه ، طریقه " شاگرد جهان و زندگی بودن " را آموخته باشد و " کتاب بزرگ طبیعت و زندگی " و " معلم حیات " همیشه بر علم و تجربه او بیفزایند .



مری باید بداند که اندرزه‌ها و درسهای تربیت علمی هم ، وقتی اثر نیکو دارد که شاگرد شخصا " پذیرا و نجیب " باشد ، والا بیفایده است . سفرها ، سیاحتها ، دیدن آثار فرهنگی و دینی ملل ، بناهای تاریخی ، کارگاهها ، موجودات طبیعی ، و ... بهترین وسیله کسب " معرفت " هستند . (" معرفت "

درس همه باید از گزیده‌ها و برجسته‌ها ، و قابل هضم‌ها و مفید عملی زندگی و فردای اجتماع ، باشد (درس ، کم باشد ولی عالی و خوب ، و از هر بخش زندگی نمونه‌ای) . راه شناخت اینکه کدام قسمت را هم ، شاگرد برجسته ، میداند و بزمیگزیند و یا سهل الهضم و مناسب می‌شناسد ، نیز جز از راه ارائه صحنه‌ها و نموده‌ها میسر نیست .

معلم در باره موضوعات درسی ، توضیح ندهد بلکه از شاگرد بخواهد و با او بحث کند البته به گونه‌ای که حاصل آن " نظام فکری شاگرد " و دیگر " قدرت بخشیدن به داوری وی " باشد و بس . و کاری کند که شاگرد ، خود را در قبال کتاب و مؤلف آن نازد و محکوم ننهد و مجبور به پذیرش نداند و بتواند که چون و چرا کند ، و اگر می‌پذیرد ، سنجیده و فهمیده باشد . و در عمق ذهن او ، مطلب قرار گیرد . زیرا اگر چنین نباشد، نظر " روسو " درست است که گفت : کتاب ، خود ، آفت " کودکی " است و مانع از آن است که فرزند ، غذای " فهم و فکر " داشته باشد . لذا تا ۱۵ سالگی نباید کتاب بخواند .

درس‌یابد بالطف و ملایمت تعلیم شود چنانکه عواطف کودک سالم بمانند و بلکه پرورش‌یابند . (که همین سلامت و رشد عواطف نیکوی او عامل اصلی تربیت وی ، در این سنین است . والا فرزند ما فردی مودبی و خیره سر خواهد گردید . دلسوزی معلم نباید دارای زیانهای تحمیل باشد ، بلکه با تدبیر درست باید انضباطی ملایم ، در فرزند ایجاد کند . برای تقویت قوه قضائی شاگرد در برابر مطالب کتاب و کلاس ، و نیز تلطیف میل و رغبت او باز هم ، از ارائه صحنه‌های دیدنی میتوان استفاده

"فلسفه" باید بلاغت کلام و نیروی فصاحت و استدلال را بیفزاید، کودک باید از ابتهدا اجتماعی و در عین حال، دارای استقلال روحی و فکری، و آزاد و مسلط بر خود و نیز اهل نظریات آید.

درس تاریخ، باید سیرت گذشتگان، سنتها و راز موفقیتها را بیان کند. و مهمترین مایه پرورش خرد باشد.

(در این مورد هم، وسائل سمعی و بصری، بهترین وسیله هستند که دور را نزدیک کنند، سیاحتها را در منزل آورند. و گذشته را در زمان حال نمایش دهند. و بهانه های "بحث معنا در صورتها" را بمرض دید گذارند).

شاگرد باید هر صحنه را در ذهن تجسم دهد و درباره آن بیندیشد نظرات، رفتارها، سیرتها هدفهای زندگی قهرمانان واقعه را دریابد، با اندیشه‌ی موجود خود درآمیزد. دیدی تازه پیدا کند و این ذخیره ذهنی را پاکیزه دارد که بموقع بکار برد. و تا این صحنه‌ها تصویری زنده و گویا در ذهن شاگرد ایجاد نکند هرگز ثمر نبرده و نیست، و صورت حفظ شده آنها بزودی محو خواهد گذشت.

شاگرد بسیاری از امور را که دیدنی نیست از راه دیده می آموزد - اما نگاهی که مرکز درک و دریافت آن، عمق وجود اوست؛ نه سلسله عصب باصره و مغز - مثلا: "درک" صدق و صفای درون، شرافت نفسانی، نجابت اخلاقی و قار معنوی، خنده طبیعی، نگاه کردن طبیعی گوش دادن طبیعی - و بالاخره زندگی درست و طبیعی - و

بسیاری از امور را هم، گوش، در می یابد که هرگز شنیدنی نیستند. گوش توانا، بادقت در صدائی که بدان میرسد میتواند، حال گوینده،

بدان معنی که علمی همراه با خرد و اخلاق و مسئولیت درست بهره گیری از آن باشد. و آن، علمی عمیق و انسانی است.

در مورد سفرها و سیاحتها، باز این قید لزوم دارد که باید چنان کرد که ذهن شاگرد آنها را وسیله تفریح قرار ندهد، بلکه مایه "اطلاع و فهم و تحقیق" سازد، و این جهانگردی، جهان ذهنی او را وسیعتر سازد تا هم از "محدودیت نظر" برهد، و پای از مرزهای موجود دنیای خود فراتر نهد، و بجای "اهل شهری" بودن، واقعا "اهل دنیا" شود. و هم از خودبینیها "دست بکشد و فضیلتها را در همه جا ببیند.

ضمنا معلم، ضمن همین سیاحتها او را با معارفی از این قبیل آشنا کند: تفاوت اقتصاد و لثامت - تفاوت تکبر و عزت نفس - تفاوت نوع پرستی و مبین دوستی - فرق اخلاص و تظاهر - فرق خوشروئی و خوشخوئی - فرق آدمها باهم، و تفاوت زندگیها و عقابتها، آنچه باقی است کدام؟ آنچه زود از یاد میرود کدام؟

و به همین طریق، حقایق و امور دیگری را که هرگز لیاسی مناسب برای تعریف در سر نمی کنند و هرگز گفتنی نیستند. بلکه "فهمیدنی و دریافتنی" می باشند. آری معلم حتی اصول اخلاقی و فلسفی را هم میتواند ضمن همین آشنائیها مطرح کند و بشناساند. همانطوریکه "عرفان" بزبان داستان گفته میشود. "فلسفه" هم باید برای کودک "حقیقت آموز" باشد. "حق و باطل" را در اندیشهها و در امور معنوی و معقول بیاموزاند. ولی در لباس حس، نه در قالب الفاظ سنگین و دشوار

قال رسول الله

إِعْدِلُوا بَيْنَ أَوْلَادِكُمْ كَمَا تَحِبُّونَ
أَنْ يَعْدِلُوا بَيْنَكُمْ



میان فرزندان خود به عدالت رفتار کنید چنانچه دوست
دارید بین شما به عدالت رفتار شود

ت
احادیث و روایات

تبعیض

انسان حاضرات گرسنه بماند و تشنگی را تحمل نماید ولی درباره اش تبعیض نشود. درد ورنجی که بر اثر تبعیض در انسان بوجود میآید باین آسانی هانمیتوان توصیف کرد کودکی که در محیط خانه یا در مدرسه مورد تبعیض قرار گرفته احساس میکند وجودش پوچ شده همه نیروهایش هرز میرود. با همه وجود میخواهد ناله و فریاد برآورده حق خود را مطالبه نماید.

انسانها حاضرند همه اموال و حتی هستی خود را در مسیر صحیحی با اراده و اختیار خود از دست بدهند ولی همین انسانها حاضر نیستند کمترین تبعیضی را متحمل گردند.

انسانها آزاد آفریده شده اند در هر کجای دنیا باشند، بعنوان انسان بودن حقوقی دارند هیچکس حق ندارد بحقوق آنان تجاوز

این حقوق باعتبار انسان بودن بآنان اعطاء شده خواه این انسان سیاه پوست باشد و خواه یک فرد بیسواد روستائی باشد، خواه تحصیل کرده باشد یا بیسواد بالاخره باعتبار اینکه انسان است خداوند باو حق سخن گفتن و آزاد زیستن عطا کرده است و او میتواند از نعمتهای الهی که در اختیارش قرار گرفته بهره ببرد . هر قانون و حکمی که بخواهد او را از این حقوق بازدارد ظالمانه خواهد بود .

حساسیت انسان

انسان موجود ظریف و لطیفی است خیلی باید مواظب او بود زیرا در موارد بسیاری با اینکه همه مسائل عادلانه تقسیم شده ولی او بر اساس حساسیتش احساس تبعیض خواهد کرد و از همین رهگذر غم و اندوه به دل خود خواهد ریخت .

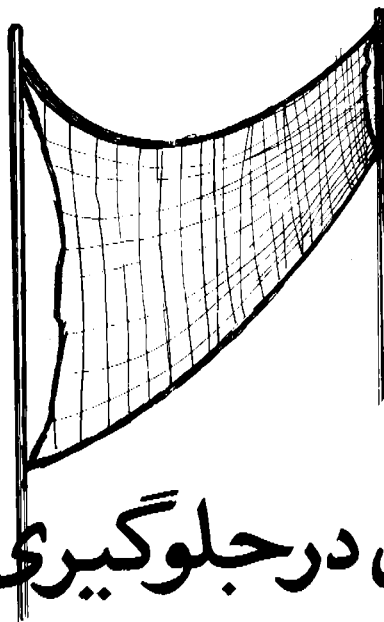
معلمان و مربیان و پدران و مادران باید بکوشند همافراد را بطور کامل زیر پوشش مهر و محبت خود قرار دهند تا مبادا فردی بر اثر حساسیتها دچار توهیم تبعیض گردد .

ناگفته نماند کودکان در محیط خانه و همچنین شاگردان در محیط مدرسه بر اثر روحیات برجسته و ادب و اخلاق و رفتارهای ویژه در دل معلم نفوذ کرده معلم را متوجه خود مینمایند بطور قطع عدمای از شاگردان که فاقد اینگونه ویژگیها میباشند نمیتوانند خود را مورد توجه میباشند معلمان فرار دهند بدیهی است همین زمینهها سبب میشود که گروه دوم از شاگردان احساس تبعیض نمایند و وظیفه و رسالت معلمان اینست که اولاً "همافراد کلاس را بنوعی زیر پوشش

محبتی خود فرار دهند تا بپهرد . از افراد کلاس سهمی از مهر و محبت عاید شده او را از توهم تبعیض برکنار دارد .

در تاریخ اسلام رفتار و کردار پیامبر اسلام آنچنان توصیف شده که همه افرادی که با او در ارتباط بودند خیال میکردند که از کاملترین درجه مهر و محبت پیامبر اسلام برخوردار میباشند . پیامبر گرامی بطور اشباع همه را مورد عنایت و لطف خود قرار میداد . در کتاب سنن النبی آمده که پیامبر اسلام نگاههای خود را هیچگاه در انحصار یک فرد قرار نمیداد بلکه آنها را بین یاران خود تقسیم میکرد . اگر دو نفر به همراهش بودند گاهی بسمت راست و گاهی بسمت چپ نگاه میکرد تا با عدالت و داد نگاههای خود را بین دیگران تقسیم نماید . پدران و مادران باید توجه داشته باشند که مهمترین عاملی که زمینه را برای توهیم تبعیض فراهم میآورد کمبود محبت است لذا در محیط

خانه باید تلاش شود که کانون خانوادگی سرشار از محبت باشد علاوه بر این همه در حد کمال و تمام از محبت ها برخوردار باشند تا هرگز دچار توهیم تبعیض نگردند . معلمان و مربیان در مواردی که فردی را مورد تشویق و مهر خاص قرار میدهند معیار و ملاک این محبت را از عناوین شخصی او جدا کرده به کمالی که از او سرزده وابسته و مستند سازند تا مساله فرد و تبعیض از بین برود . علاوه بر این دیگران این واقعیت را درک کنند که علت اساسی ابراز کمال بوده است لذا کمال توسط



اثر ورزش در جلوگیری از بیماریها

درزندگی هر عملی باید برای هدفی باشد .
کاری هدف قدم زدن در بیراهه است که هر
چه بیشتر برویم بیشتر گمراه خواهیم شد .
همچنانکه تحصیل علم ، خواب و خوراک و
استراحت برای هدفی است . تفریح و سرگرمی
و خوشگذرانی نیز باید دارای نتیجه مفید باشد .
انسان مجبور است مقداری از وقت خود را به
تفریح و سرگرمی بگذراند و این تفریح و سرگرمی
نیز باید برای هدفی که همان آماده نمودن
جسم و روح برای انجام کار بهتر و مفیدتر است
باشد والا قمار بازی کردن ، هرزه درائی نمودن
غیبت مردم کردن ، رمانهای بی معنی و بی فایده
خواندن و نظایر آن نیز تفریح و سرگرمی است
اما آیا هدف و نتیجه ای هم دارد؟ مسلماً
نه!...



اگر در اوقات فراغت به تفریحات و
سرگرمیهای بی‌ارزشی که هدف آن به‌طور مستقیم
و یا غیر مستقیم تقویت روح و جسم باشد نه تنها وقت
خود را بیهوده صرف نکرده‌ایم ، بلکه کار بسیار



به دو طریق دفاع می‌کند، یا دفاع مستقیم که میکروبها را از بین می‌برد و یا دفاع غیر مستقیم که در اثر ماده کوبی، ایمنی در مقابل میکروبها حاصل می‌شود. دفاع مستقیم وقتی می‌تواند موثر باشد که بدن قوی و سالم بوده و تمام ارگانها هم آهنگ کار کنند در این صورت میکروبها در همان مرحله اول ورود به بدن و یا بلافاصله بعد از آن از بین می‌روند. پوست و مشتقات آن به عنوان مرزداران اصلی به طریق مکانیکی، شیمیائی و بیولوژیکی هجوم میکروبها را متوقف می‌کنند مژه‌های لرزان مخاط تنفسی مثل یک فیلتر مکانیکی عمل می‌کنند و گرد و خاک و ذرات ریز را گرفته با حرکات موجی شکل خود مانع ورود آنان به بدن شده و آنها را به خارج دفع می‌کند. اشک، چشم، عرق بدن، ادرار، هم مقداری از مواد مضر و میکروبها را دفع می‌کنند ترشحات مخاط، ماده چسبنده‌ای تشکیل می‌دهند و مقداری از ذرات خارجی و میکروبها را به خود جذب کرده و بدینوسیله دفع می‌کنند ماده مومی شکل که در مجرای گوش ترشح می‌شود مانع ورود حشرات به گوش می‌گردد. دفاع شیمیائی به طور عمده، با اسیدی و قلیایی شدن ترشحات بدن انجام می‌گیرد. دفاع بیولوژیکی نیز به وسیله میکروبیهای بی‌ضرر که در سطح پوست و مخاط وجود دارند و مانع ورود میکروبیهای زیان‌آور می‌شوند انجام می‌گیرد. بعضی از یاخته‌های داخل بدن اساساً برای دفاع خلق شده‌اند و تخصص آنها دفاع از بدن است. به طوری که میکروب را احاطه کرده و به تدریج داخل خود فرو می‌برند و هضم می‌کنند، این عمل "فاگوسیتوز" و آن یاخته‌ها را "فاگوسیت" و یا

مفید هم انجام داده‌ایم. بهترین نوع تفریحات که می‌تواند جسم و روح را تقویت کرده و روح را متعالی بخشد ورزش است که هم تفریح است و هم سازنده و سالم.

بزرگترین هدیه خداوند در روی زمین حیات است و بهترین و ارزنده ترین نوع آن، حیات انسانی است و پراهمیت ترین آن حیات سالم و شاداب است و یا ارزشترین سرمایه برای یک جامعه افراد سالم و به ویژه جوانان نیرومند و قوی است. برای انجام این منظور تربیت بدن و ورزش با اصول صحیح، بهترین و عالیترین طریقه است. اصولاً انسان برای کار و کوشش آفریده شده است و خمودی و سستی خلاف فطرت بشری است. منتهی اگر حرکت و ورزش مطابق نظم و مطابق فیزیولوژی و بیولوژی و مکانیسم بدن باشد تاثر آن در تقویت و هم آهنگ نمودن حرکات و فعالیت اعضای مختلف بدن بسیار زیاد است.

اثر ورزش بر افزایش قدرت دفاعی بدن در مقابل میکروبها:

شکی نیست که ورزش در تقویت اعضا و اندامهای بدن نقش موثر دارد هر عضوی که مدتی کار نکند لاغر و ضعیف خواهد شد و چه بسا که پس از مدتی از کار خواهد افتاد، بنابراین ورزش و حرکت در نیرو بخشیدن به هر یک از اعضا و حتی یاخته‌های بدن بسیار موثر است وقتی که بدن قوی شد، به راحتی می‌تواند در مقابل بیماریها دفاع کند، به عبارت دیگر ورزش در سلامت بدن و مصون سازی آن اهمیت بسزائی دارد. می‌دانیم که بدن در مقابل میکروبها

موقع از ازدیاد این ماده درخون جلوگیری شود این خطر رفع خواهد شد. برای حصول به این امر راههای مختلفی هست و در رژیم غذایی باید تغییراتی داده شود و در عین حال ورزش یکی از با اهمیت ترین مسائل است که در جلوگیری از ازدیاد کلسترول خون و بائین آوردن مقدار آن بسیار موثر است مخصوصاً در جلوگیری از حملات قلبی نقش ارزنده ای دارد. دریک مطالعه پژوهشی عده ای از میمونها رابه سه گروه تقسیم کردند و به همه آنها غذای متعارف و متعادل دادند و همه آنها را وادار به انجام حرکات و ورزش کردند که عبارت بود از دویدن سه بار در روز و هربار به مدت یک ساعت. بعد از مدتی گروه اول و دوم را از ورزش باز داشتند، اما در غذای گروه اول تغییری ندادند و به غذای گروه دوم مقداری کلسترول اضافه نمودند و به گروه سوم نیز از همان غذای گروه دوم که محتوی مقدار زیادی کلسترول بود دادند، اما ورزش گروه سوم را قطع نکردند، در آخر مدت سه سال و نیم میمونهای که ورزش کرده بودند (گروه سوم) وضع مزاجی و هیكل آنها خیلی بهتر از دو دسته دیگر بود. شریانه های آنها تمیزتر، وضع قلب بهتر و تعداد ضربان قلب کمتر بود و حتی با کمال تعجب وضع عمومی بدن آنها اعم از قلب و عروق و مغز بهتر از میمونهای که غذای متعارف کم حربی و کم کلسترول خورده بودند بود. در صورتیکه میدانیم دسته سوم مقدار زیادی کلسترول مصرف کرده بودند و گروه دوم که همان غذای گروه سوم را مصرف نموده و ورزش نکرده بودند، عوارض بسیاری در قلب و عروق آنها مشاهده گردید از این آزمایش بسیار دقیق چنین نتیجه گرفته شد

بگانه خوار می نامند. گویجه های سفید خون فعالیت شدید فاکوسیسی دارند و آنها را "میکروفاز" و یا کوچک خوار می گویند، جد آنها میکروبها را که بسیار ریز هستند خورده و از بین می برند. دریدن باخته های ثابت و متحرک دیگر نیز وجود دارند که آنها نیز میکروبها را در خود هضم می کنند و بنام "ماکروفاز" نامیده می شوند. و فنیکه میکروبی نتواند سد دفاعی بدن را بشکند و داخل بدن گردد سایر وسایل بدن نیز بکار می افتند، من جمله فعالیت مغز استخوانها افزایش یافته و مقدار گویجه های قرمز بیشتر می گردد. تب ایجاد می شود، چه بعضی میکروبها در حرارت بالاتر از ۳۷ درجه می میرند. حال اگر بدن ضعیف و یا بیمار باشد، قدرت دفاعی بدن کاهش می یابد و بسیاری براحتی بر تن انسان مسلط می گردد. ورزش نه تنها بدن را تقویت کرده و در مقابل بیماریهای میکروبی آن را حفظ می نماید بلکه از بعضی از بیماریهای غیر میکروبی نیز جلوگیری می کند و یا لافل از شدت و حدت آن می کاهد. مثلاً کلسترول و یافتن اضافی درخون باعث ناراحتی هایی در بدن می شود که به وسیله ورزش تا حدود زیادی از بین رفته و از ضرر آن کاسته می شود که بطور خلاصه در زیر شرح می دهیم :

اثر ورزش در کلسترول خون :

کلسترول ماده ایست که دریدن ساخته می شود و تا حدودی برای بدن ضروری است اگر مقدار آن از حد متعارف زیاد شود به علت تجمع پلاکهای کلسترول در عروق خونی به ویژه عروق نازک مغز و قلب باعث ایجاد سکنه های مغزی و قلبی خواهد شد و اگر به

که ورزش منظم و متعادل حتی به میزان متوسط، بیماری شریانهای اکلیسی قلب را که در اثر سفتی آنها به علت وجود پلاکهای کلسترول باعث انفارکتوس قلبی میگردد مدتها به تاخیر میندازد. خود چاقی دارای عوارض زیادی است که ممکن است خطرات کلی برای انسان ایجاد نماید، من جمله افزایش کلسترول خون و حتی باعث ازدیاد کار قلب شده و آن را زودتر خسته و فرسوده میکند. اما با ورزش به راحتی میتوان از چاقی جلوگیری کرد، چه به هنگام حرکت و ورزش، چربیهای اضافی بدن میسوزد و تبدیل به انرژی میگردد و در نتیجه هم بدن متناسب و متعادل شده و هم قدرت و توان عضلات بیشتر میگردد و در عین حال از حملات قلبی و سکنه های مغزی می کاهد.

بیماری قند و ورزش:

ورزش برای بیماران قندی و یا دیابتی مساله ای است مهم و با ارزش. وقتیکه یک نفر مبتلا به بیماری قند کمتر حرکت میکند و فعالیتی ندارد، قند در خون او بیشتر جمع میگردد در صورتیکه در موقع فعالیت و حرکت، مقداری از قند سوخته و اندازه آن در خون پائین میاید. کودکان مبتلا به بیماری قند که کم تحرک هستند وقتیکه ایام تعطیلی تابستان به بیلای می روند بازی میکنند مقدار قند خون آنان پائین میاید به طوریکه به مقدار قابل توجهی از مصرف داروهای ضد قند آنان کاسته میشود. البته در این مورد ممکن است عوامل دیگری هم موثر باشند ولی عامل مهم همان حرکت و ورزش است. منظور از ورزش در مورد بیماران قندی این نیست که حتما " باید حرکات، شدید و

فهرمانی باشد و بیماران قندی در بازبهای فوتبال و بسکتبال شرکت نمایند، بلکه برای آنان راه رفتن و دویدن بطور ملایم بهترین ورزش است. راه رفتن نه تنها باعث تولید انسولین بیشتر در بدن شده و مقدار قند خون را پائین می آورد بلکه سبب میشود که انسان از هوای آزاد استفاده نموده و اکسیژن بیشتر دریافت کند. تا یاخته های بدن رشد نمایند. بطور خلاصه ورزش در موارد بسیار زیاد نه تنها از بیماریها جلوگیری میکند، بلکه در بسیاری از بیماریها نیز موثر است و هیچکس در هر سن و سالی که باشد خواه جوان و خواه پیر نباید از انجام ورزش خودداری کند. در هر سنی باید ورزش، متناسب با وضع مزاجی هر کس باشد. ورزش برای جوانان که موقع رشد و بلوغ آنانست بیش از همه افراد ضرورت دارد، چه باید در این سنین مقداری از غذا سوخته و تبدیل به انرژی شده و حرکات بدن را تا پائین نماید و مقداری نیز جذب انساج بدن گشته و باعث رشد اندامها گردد. ورزش در هوای آزاد و نور آفتاب برای همه به ویژه برای جوانان بسیار لازم است چه نور آفتاب باعث تولید ویتامین "د" در بدن شده و در نتیجه باعث جذب و تثبیت مواد معدنی مخصوصا " کلسیم و فسفر در استخوانها میشود و استخوانها محکم و قوی میگردد که علاوه بر وظائف بسیار مهم بیولوژیکی به منزله چوب بست بدن هستند، که در تناسب اندام و قدرت و استحکام بدن نقش موثر دارند.



نیرو و نشاط

خشم و هیجان که در درون او مشتعل گشته بسوی آن فرد سرازیر خواهد شد حتی ممکن است از مرحله ادیت و آزار گذشته به قتل و جنایت بیانجامد چنانچه عده‌ای از برادران یوسف نقشه نابودی او را کشیده بودند و اگر مخالفت برخی از برادران نبود بطور یقین نقشه قتل او با حرا در می‌آمد.

سوم زیان بزرگتر اینکه در تعلیم و تربیت اولین شرط زیربنائی که جذب

شاگرد است از بین رفته و نفرت و انزجار جایگزین آن خواهد شد در نتیجه دانش آموز بجای اینکه پرورده گردد بحالت رکود درآمده با اندوخته‌های بغض و عداوت به تباهی و فساد گراش خواهد یافت.

چهارم اینکه وحدت و یگانگی که بین اعضاء خانواده و یا محیط کلاس برقرار بوده از بین رفته اختلاف و تشتت جایگزین آن خواهد شد.

زیان تبعیض:

یکی از زیانهای تبعیض اینست که فرد تبعیض دیده دچار باس و سرخوردگی شده استعداد هایش بجای پرورش یافتن برکود خواهد گرائید و ممکن است سرنوشت خود را در پرتویک تبعیض جانکاه تغییر و تبدیل داده بیدبختی و فلاکت درآفند.

دوم اینکه نسبت به فردی که تبعیض درباره او پیاده شده دچار بغض و عداوت شده کینه و دشمنی او را بدل خواهد گرفت در نتیجه شعله‌های

تربیت او اثری باشد و صحبتای از آن نماید. ناآمادگی برای فردای زندگی و قبول مسئولیتها و تدبیر مشکلات پیدا کند. ولذا سائلی که نزدیکی با زندگی بوجود او ندارند نباید مطرح گردند.

و در این ارائه نمونه اجتماع بشر از همه باید وحدت کار و فکر و اخلاق را گنجانند و توجه به برداشت درست اخلاقی کودک و پرورش صفات او را داشت.

گزارش درون او، صدق گفتار وی، میزان اطلاع و دانش وی، قدرت بیان، حد فهم و علم او دوری و نزدیکی مکانش، چگونگی مستیری که صدا از آن گذشته و به مستمع میرسد.

آموزشگاه باید نمونه جامع زندگی حقیقی اجتماعی مردم همان عصر باشد و برای کودک به اندازه زندگی او در خانواده، و در میان اطرافیان و مسوومان و همسایزها و همکلاسان واقعیت داشته باشد یعنی از همه زندگی بطور نمونه و متناسب فهم کودک در محل تعلیم و

یا جهل دانش آموز یک مربی دارند وانگهی از هر بیست و چهار ساعت عمر یک تعلیم پذیر ۴ الی ۶ ساعت آن در مدرسه و ۱۸ یا ۲۰ ساعت دیگر نزد والدین و خانواده سپری میگردد .

معلم اگر وظیفه شناس و دلسوز باشد تلاش دارد شمارا در جریان امور قرار دهد ولی هرگز نمی تواند باندازه شما وقت صرف او کند ، همچنین نباید انتظار داشته باشید که باندازه شما دلسوز فرزندان باشد زیرا وظیفه او ایجاب می کند که دلسوزی و عطوفت خود را بین همه دانش آموزان به تساوی قسمت کند . در گذشته ای نه چندان دور خانواده ها خود را گول میزدند و می پنداشتند که مسئولیت پدری و مادری رامی توان با پول خرید نتیجتاً " مرتب برای فرزند شان معلم خصوصی ، کلاس خصوصی ، اردوها و دوره های خارج را تدارک می دیدند و با پرداخت پول کمبود وقت و یا مراقبت خود را در باره کودکان جبران می کردند و در حقیقت آرامش کاذبی به وجدان خود میدادند که وظیفه خود را در امر تربیت انجام داده اند و یا مدعی میشدند که در سال فلان قدر خرج فرزند خود کرده ایم آیا کافی نیست؟ آنها شاید فکر نکرده اند که اگر معلم میتواندست کمبود کمکی و پاری آنها را جبران کند همان کار را در مدرسه انجام میداد و دیگر نیازی به معلم خصوصی و . . . نبود؟

مادران و پدران بزرگواری بخاطر بسیارید که سهمی از وقت شما متعلق به فرزندان و خانواده شماست . حال اگر این وقت را صرف امور مادی برای بهبود وضع آنها بکنید راهی بخطا رفته اید آنها به وقت گذاری و محبت و سرکشی شما نیاز دارند نه چندان زیاد به پول و فرس و وسایل رفاهی شما و گمان نکنید که بدون صرف

وقت درباره آنها دین خود را بآنان اداء کرده اید . شما در پیشگاه خداوند متعال از این بابت مسئول هستید .

معلمی باقیافه ای صمیمی و پر محبت در حالیکه اشک در چشمانش حلقه زده بود میگفت " از اول سال " روزهای یکشنبه یک ساعت بعد از درس در مدرسه می مانم و به دانش آموزانم اعلام کرده ام که آماده ملاقات با اولیاء آنها هستم اما متاسفانه تاکنون حتی یک نفر هم مراجعه نکرده است "

آیسا اولیاء این دانش آموزان چگونه با کارنامه فرزندشان مواجه میشوند؟

آیا از او توقع پیشرفت هم دارند؟

بر فرض اگر نمرات دروس خوب باشد کافی است؟

آیا دوستانش رامی شناسند؟

آیا در رفع نارسائیهای خود که بوسیله او به معلمش گفته شده قدمی برداشته اند؟

بخدا قسم شما در مقابل فرزندان مسئولید . این نکته را نیز در نظر داشته باشید که مراقبت و مواظبت در کار تحصیل فرزندان نباید طوری باشد که نیروی ابتکار و اتکاء بنفس را از آنان بگیرد و طوری بار آیند که اگر یک شب بآنان نرسید نتوانند از عهده انجام تکالیف خود بر آیند شما راهنمای او هستید نه انجام دهنده تکالیف او ، بگذارید خودش از همان کلاس اول مسئولیت خویش را بشناسد و پدیرای آن باشد . یعنی در ابتدا راه را نشان دهید تا خودش برود و بتدریج یافتن راه را نیز بعهده آنان واگذار نمایید و فقط شما مواظب باشید که راه غلط نروند .

من الله التوفیق - پیوند

معلم: با اینکه رشته تحصیلی شما روان شناسی است چرا محیط و کانون خانوادگی را اینچنین جهنم سوزان تبدیل نموده‌اید؟
 مادر: خودم نیز نمیدانم چرا بکاره وضع خانوادگی ما اینچنین یاشیده شد سببها تا صبح خواب بچشانم نمیرود صبح از شدت عصبانیت آماده انفجار میباشم.



معلم: پس اضطراب و تشویش مهران معلول این جریان و درگیری خانوادگی است.

مادر: بلی آقای معلم خدا میداند مهران نه با کسی صحبت میکند و نه غذا میخورد شهادر مواردی بیادخواهر کوچکش افتاده درکنج اطاق بگریه کردن می پردازد.

معلم: آیا شما حاضر هستید باشتباهات خود اعتراف کرده با پدر مهران دوباره بزندگی سربین فلی خود بازگردید.

مادر: بلی من باشتباهات خود پی برده فهمیدم که غرور فوق العاده من وعدم تمکین و خشونت های من کانون گرم خانوادگی را به جهنمی سوزان تبدیل نموده است. آری من اقرار میکنم کسه بیشترین گناهان متوجه من بوده است وقتی گرفتار هیجانان عصبی میشدم باکلمات زشت و زننده در برابر هم سرم مقاومت میکردم حالا دریافتم که عامل این همه بدبختی ها خود من بوده ام.

هفته های از این ماجرا گذشته بود که کودکان و دانش آموزان مدرسه کم کم متوجه شدند که مهران دوباره نشاط و خرمی از سر گرفته در بازی کودکان شرکت کرده بجای هاله های غم سرور و شادی در چهره اش موج میزند دیگر مهران ساکت و آرام نبود مانند همه بچه ها در جست و خیر بود با نشاط و سرور بمدرسه آمده موقع رفتن از مدرسه بایک دنیا امید و شادی رهسپار خانه میشد.

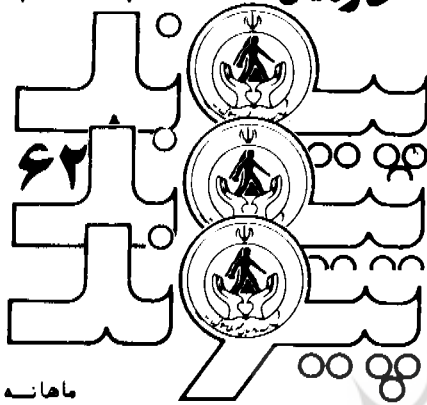
زیرا معلم روان شناس هفته بعد با ارتباطی که با پدر مهران برقرار کرده بود او را متقاعد ساخته بود که با غوش گرم خانواده بازگشته در پرتو این گذشت بزندگی دختر و فرزندش جان تازه بخشیده آنان را از ویرانی و نابودی نجات دهد او نیز این موضوع را پذیراشده بود.

مهران میگفت سه روز پیش بود که زنگ درب منزل ما بصدا درآمد وقتی درب را مادرم باز

وقتی بیرونده‌های دانش‌آموزان رامطالعه
 میکرد درحالی که سرشار از نشاط و
 خرمی بود مشاهده کرد که بخش پرسشنامه
 مه‌ران تکمیل شده و پدرش آنرا امضاء کرده
 است.



آذرماه ۱۳۶۳



ماهانه

انجمن اولیاء و مربیان جمهوری اسلامی ایران

انجمن اولیاء و مربیان جمهوری اسلامی ایران
 نصابی : تهران خیابان انقلاب - روبروی
 دانشگاه بهران - خیابان فخررازی - پلاک
 ۷۶-۷۴ تلفن : ۶۴۷۱۱۶ و ۶۴۲۶۲۱
 دفتر محله : ۶۶۸۷۷۰

طرح و تنظیم : هوشنگ موفق اردستانی
 بهاء تک شماره ۴۰ ریال - آئونه سالیانه ۴۰۰ ریال
 منقاصیان می توانند وجه آئونان را از طریق
 هریک از شعب بانک صادرات در تمام نقاط کشور
 به حساب جاری ۸۰۴ به نام انجمن اولیاء و
 مربیان ایران بانک صادرات شعبه شماره ۱۰۴۳
 فلسطین سزاوار واریز نمایند و فیش آنرا به
 دفتر محله صندوق پستی شماره ۳۱/۱۲۸۸۸
 ارسال فرمایند.

کرد مشاهده کرد که پدرم درحالی که خواهر
 کوچکم را در آغوش گرفته بود سلام کرده بخانه
 مادر آمد من درحالی که خواهرم را در آغوش
 گرفته صورت او را با اشکهای داغ و سوزان
 خودم شستشو میدادم این جمله را از مادرم
 شنیدم که میگفت : همسر عزیزم من اشتباه کرده
 بودم بمنزل خودتان خوش آمدید .

در همین هنگام بچهره مادر و پدر نگاه کردم
 دیدم قطرات اشک از چشمانشان جاری است
 بطوری که مجال سخن گفتن را از هر دو
 گرفته‌است . روزهای بعد معلم روان‌شناس