

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

به سوی آسمان (۱)

سلامت معنوی کودکان با نگرش اسلامی

(پیش از تولد تا ۱۲ سالگی)

(کتاب جامع)

ابوالفضل ساجدی

غلام حیدر کوشا

حامد ساجدی

نجیب الله نوری

مهدی مشکی

ناظر علمی:

محمدرضا احمدی محمدآبادی



عنوان و نام پندآور	: به سوی آسمان (۱) : سلامت معنوی کودکان با نگرش اسلامی (پیش از تولد تا ۱۲ سالگی) ... / ابوالفضل ساجدی ... [و دیگران]؛ ناظر علمی محمدرضا احمدی محمدآبادی؛ ویراستار فرزانه کوهی.
مشخصات نشر	: تهران: فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۳۳۸ ص.
شابک	: 978-600-673419-4
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
یادداشت	: ابوالفضل ساجدی، غلامحیدر کوشا، حامد ساجدی، نجیب‌الله نوری، مهدی مشکى.
عنوان دیگر	: سلامت معنوی کودکان با نگرش اسلامی (پیش از تولد تا ۱۲ سالگی) ...
موضوع	: کودکان -- سرپرستی -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام
موضوع	: Islam -- Religious aspects -- Child rearing
موضوع	: والدین و کودک -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام
موضوع	: Islam -- Religious aspects -- Parent and child
موضوع	: کودکان -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام
موضوع	: Islam -- Religious aspects -- Children
موضوع	: تربیت خانوادگی -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام
موضوع	: Islam* -- Religious aspects -- Domestic education
موضوع	: زندگی معنوی -- اسلام
موضوع	: Islam -- Spiritual life
شناسه افزوده	: ساجدی، ابوالفضل، ۱۳۴۰ -
شناسه افزوده	: Sajedi, Abolfazl
شناسه افزوده	: احمدی محمدآبادی، محمدرضا، ۱۳۴۲ -
شناسه افزوده	: فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران
رده بندی کنگره	: BP۲۵۳/۴
رده بندی دیویی	: ۲۹۷/۶۴۴
شماره کتابشناسی ملی	: ۶۲۲۸۹۱

- **عنوان:** کتاب به سوی آسمان (۱) سلامت معنوی با نگرش اسلامی، پیش از تولد تا دوازده سالگی (کتاب جامع)
- **تألیف:** ابوالفضل ساجدی و همکاران
- **ناظر علمی:** محمدرضا احمدی محمدآبادی
- **ویراستار:** فرزانه کوهی
- **چاپ دوم:** بهار ۱۴۰۰
- **تیراژ:** ۱۰۰۰ جلد
- **ناشر:** فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران
- **نظارت چاپ:** مؤسسه انتشارات نزهت
- **شابک:** ۹۷۸-۶۰۰-۶۷۳۴۱۹-۴
- **نشانی ناشر:** تهران، بزرگراه شهید حقانی، مجموعه فرهنگستان‌ها، فرهنگستان علوم پزشکی
- **صندوق پستی:** ۱۹۳۹۵/۴۶۵۵

فهرست

سلامت معنوی کودکان با نگرش اسلامی	۳
مقدمه	۱۹
پیشگفتار	۲۲
فصل اول: مفهوم شناسی سلامت معنوی	۲۵
مقدمه	۲۵
یک) سلامت و سلامتی	۲۵
۱. سلامت در متون دینی	۲۶
دو) «معنا»، «معنویت» و «امر معنوی»	۳۰
۲. معنویت در نگرش اسلامی	۳۱
سه) سلامت معنوی	۳۴
۳. گستره سلامت معنوی	۳۵
۴. شاخص‌های سلامت معنوی	۳۶
چهار) رابطه ساحت‌های مختلف سلامت (روانی، اخلاقی، دینی، و معنوی)	۳۹
۵. رابطه سلامت جسمی و معنوی	۳۹
۶. رابطه سلامت روانی و معنوی	۴۰
۷. رابطه سلامت اخلاقی و معنوی	۴۱

۸. رابطه سلامت دینی و معنوی ۴۳
- فصل دوم: ضرورت و راهکارهای ایجاد بینش معنویت‌گرا در والدین ۴۵
- مقدمه ۴۷
- تأثیرپذیری معنویت کودک از والدین ۴۷
- راهکارهای عملی ایجاد بینش معنویت‌گرا ۴۸
۹. الف: کودک، برکت الهی برای والدین ۴۸
۱۰. ب: خوشبختی دنیایی والدین در داشتن اولاد صالح ۵۰
۱۱. ج: خوشبختی دنیایی فرزند در گرو تربیت معنوی ۵۱
۱۲. د: آزمایش الهی به وسیله فرزند ۵۲
۱۳. ه: دریافت پاداش اخروی در برابر تربیت اولاد ۵۳
۱۴. و: ارتباط معنوی در درمان فرزند ۵۴
۱۵. ز: درخواست کمک از خداوند در تربیت فرزند ۵۴
- فصل سوم: مبانی اسلامی سلامت معنوی کودکان ۵۶
- مقدمه ۵۷
۱. نقش مؤثر وحی در فهم، تقویت و حفظ سلامت معنوی ۵۹
۲. اصالت روح و تقدم سلامت معنوی بر سلامت جسمی ۶۰
۳. تأثیر متقابل نفس و بدن ۶۳
۴. آورده‌های فطری و اهمیت آن در تکوین معنویت ۶۵

۵. تاثیر ضابطه مند موجودات فرامادی بر انسان ۶۷
۶. تابع اراده بودن سلامت معنوی ۶۸
۷. پیوند دنیا و آخرت ۶۹
۸. آخرت گرایی ۷۰
- فصل چهارم: سلامت معنوی در پیش‌زادی ۷۲**
- مقدمه ۷۳
- پیش‌زادی و سلامت معنوی ۷۴
- گفتار اول: ویژگی‌های انسان در دوره جنینی ۷۵
۱. مرحله قبل از ورود به حیات انسانی ۷۷
- ۱,۱. قابلیت‌های رشدی دوره حیات نباتی ۷۸
- ۱,۲. قابلیت‌های معنوی دوره حیات نباتی ۷۹
۲. مرحله بعد از ورود به حیات انسانی ۸۱
- ۲,۱. ادراک و شناخت جنین ۸۲
- ۲,۲. گرایش و احساسات جنین ۸۴
- گفتار دوم: عوامل تأثیرگذار بر سلامت معنوی ۸۶
۱. وراثت و ژنتیک ۸۶
۲. بهداشت و تغذیه ۸۷
۳. شرایط محیطی ۸۹
- گفتار سوم: تمهیدات مراقبتی سلامت معنوی پیش از تولد ۹۰
- یک) مراقبت‌های پیش از ازدواج ۹۰

۱۶. ۱. ویژگی‌های تأثیرگذار پدر بر سلامت معنوی فرزند ۹۲
- سلامت نسب ۹۳
- سلامت اخلاق ۹۴
- سلامت ایمان ۹۵
۲. ویژگی‌های تأثیرگذار مادر بر سلامت معنوی فرزند ۹۶
- پاکی دامن و رحم ۹۷
- شرم و حیا ۹۹
- تدین ۱۰۰
- اصالت خانوادگی ۱۰۱
- زیرکی و خردمندی ۱۰۲
- دو) مراقبت‌های پس از ازدواج ۱۰۳
۱۷. مراقبت‌های معنوی پیش از انعقاد نطفه ۱۰۴
- پاکی مال ۱۰۴
- پاکی فکر و خیال ۱۰۴
- تقویت گرایش‌ات الهی ۱۰۸
- پاکی چشم ۱۰۹
- پاکی محیط ۱۱۱
۱۸. مراقبت‌های معنوی هنگام ارتباط جنسی ۱۱۳
۱۹. مراقبت‌های معنوی پس از انعقاد نطفه ۱۱۶

۱۱۶	 مراقبت غذایی
۱۱۸	 مراقبت روحی و روانی
۱۱۸	 مراقبت اخلاقی - عبادی
۱۲۲	 فصل پنجم: سلامت معنوی در دو سال اول کودکی
۱۲۳	 مقدمه
۱۲۴	 امکان تاثیرگذاری معنوی روی کودک خردسال
۱۲۶	 (۱) مدیریت عواطف و هیجانات والدین
۱۲۶	 ارتباط عواطف و هیجانات با سلامت معنوی
۱۲۹	 ضرورت مدیریت هیجانات در والدین به دلیل تاثیر آن بر کودک
۱۳۱	 راهکارهای عملی مدیریت هیجانات در والدین
۱۳۱	 ۲۰. ۱. در نظر گرفتن توان کودک و پرهیز از ایدآل گرایی
۱۳۲	 ۲۱. ۲. تمرین خوشرفتاری با کودک
۱۳۲	 ۲۲. ۳. به کارگیری یاد خدا در ارتباط با کودک
۱۳۳	 ۲۳. ۴. ارتباط با کودک در حالات معنوی
۱۳۴	 (۲) جلب حمایت الهی برای کودک
۱۳۵	 راهکارهای جلب حمایت الهی
۱۳۵	 ۲۴. ۱. دعا برای طفل خردسال
۱۳۶	 ۲۵. ۲. برنامه مستمر دعا برای فرزند
۱۳۶	 ۲۶. ۳. قربانی (عقیقه)
۱۳۷	 ۲۷. ۴. صدقه برای طفل

- ۳) طرد شیطان برای حفظ معنویت ۱۳۷
- در راهکارهای عملی طرد شیطان ۱۳۹
۲۸. ۱. خواندن اذان و اقامه در گوش نوزاد ۱۳۹
- ۴) تغذیه و سلامت معنوی از تولد تا دو سالگی ۱۴۰
- راهکارهای عملی مدیریت تغذیه در دو سال اول کودکی ۱۴۲
۲۹. ۱. اجتناب از شیرهای نامناسب ۱۴۲
۳۰. ۲. اجتناب از غذای حرام ۱۴۳
- ۵) القای نگرش معنوی به کودک (تصرف در ناهشیار) ۱۴۴
- راهکارهای عملی تصرف در سطوح ناهشیار ۱۴۸
۳۱. ۱. القای هدف خلقت ۱۴۹
۳۲. ۲. القای وحدانیت خداوند ۱۴۹
۳۳. ۳. القای عظمت خداوند ۱۵۰
۳۴. ۴. القاء رسالت ۱۵۰
۳۵. ۵. واکسناسیون چهل روزه معنوی ۱۵۰
- ۶) به کارگیری محبت و مودت برای رشد معنویت ۱۵۱
- راهکارهای عملی محبت‌ورزی ۱۵۴
۳۶. الف: توجه به لزوم محبت برای سلامت معنوی ۱۵۴
۳۷. ب: اعتدال در محبت کردن ۱۵۵
۳۸. ج: ابراز محبت از طریق شیر دادن ۱۵۶

۳۹. د: محبت از طریق ارضای نیاز به بازی ۱۵۶
۴۰. ه: محبت از طریق کلام ۱۵۷
۴۱. ز: محبت از طریق در اختیار بودن ۱۵۸
- ۷) پرورش خویش‌تنداری تا دوسالگی ۱۵۹
- راهکارهای عملی پرورش خویش‌تنداری تا دوسالگی ۱۶۱
۴۲. ۱. تأخیر در ارضای نیاز ۱۶۱
۴۳. ۲. تأخیر در پاسخ‌دهی به گریه در دوسال اول ۱۶۲
۴۴. ۳. اجتناب از نوازش مفرط ۱۶۳
۴۵. ۴. تمرین تدریجی خویش‌تنداری ۱۶۳
- ۸) ایجاد فضای معنوی ۱۶۳
- اقدامات عملی بهره‌گیری از محرک‌های محیطی ۱۶۴
۴۶. ۱. قرار دادن طفل در اماکن مقدس ۱۶۴
۴۷. ۲. در نظر گرفتن مهد کودک مناسب ۱۶۴
۴۸. ۳. تأمین نیاز به امنیت در کودک در برابر خطرها ۱۶۶
۴۹. ۴. برنامه هفتگی حضور در اماکن مذهبی ۱۶۷
۵۰. ۵. استفاده از بالش قرآنی ۱۶۷
- ۹) خوشایندسازی معنوی ۱۶۷
- اقدامات عملی در جهت خوشایندسازی معنوی ۱۶۹
۵۱. ۱. پخش صوت قرآن همزمان با مکیدن شیر ۱۶۹
۵۲. ۲. پخش صدای قرآن همزمان با در آغوش گرفتن کودک ۱۷۰
۵۳. ۳. اجتناب از ارائه محرک‌های معنوی در زمان ناراحتی کودک ۱۷۰

۵۴. ۴. اشتغال مادر به اعمال معنوی در زمان سرحال بودن کودک ۱۷۰
۵۵. ۵. نوازش کودک بعد از اعمال مذهبی ۱۷۱
- فصل ششم: سلامت معنوی از پایان دو تا هفت سالگی ۱۷۴
- مقدمه ۱۷۵
- اهداف سلامت معنوی در دوره کودکی اول ۱۷۷
- اهداف گرایشی ۱۷۷
- اهداف شناختی ۱۸۰
۱. درک مفهوم خدا ۱۸۰
۲. درک مفهوم پیامبر، امام، عصمت، وحی و اعجاز ۱۸۴
۳. درک مفهوم مرگ و بهشت و جهنم ۱۸۶
۴. فهم آموزه های اخلاقی و دینی ۱۸۷
۵. ارتقاء بینش اجتماعی کودکان ۱۸۹
- بسترها و روش های ایجاد گرایشات معنوی در کودک ۱۹۱
۱. دغدغه مندی، برنامه ریزی و طلب یاری از خدا ۱۹۱
۲. دقت در اولین مواجهه ها ۱۹۱
۳. جهت دهی معنوی به علاقه کودک به کشف حقیقت ۱۹۲
۴. آموزش تدریجی معارف و اعمال دینی ۱۹۳
۵. تکیه بر خود ارزندسازی کودک ۱۹۵

۶. کتاب‌های داستانی و داستان‌سرایی ۱۹۶
۷. استفاده از بستر بازی ۱۹۷
- نقش ویژه بازی در این دوره کودکی ۱۹۷
- سخن و سیره معصومین (ع) در اهمیت بازی با کودک و جهت دهی آن ۱۹۷
- راه‌های معنوی کردن بازی‌های کودکان ۱۹۹
۸. ایجاد ذهنیت مثبت نسبت به صفات خداوند ۲۰۱
۹. پیوند زدن آرزوهای کودک به خدا و معصومین (ع) و تحکیم دلبستگی معنوی ۲۰۲
۱۰. آشناسازی کودک با دعا ۲۰۳
۱۱. تعامل محبت‌آمیز با کودک ۲۰۴
۱۲. توجه دادن به نعمت‌های الهی ۲۰۵
۱۳. ترغیب به سپاسگزاری ۲۰۶
۱۴. انس دادن با قرآن ۲۰۷
- روش‌های ایجاد عادات و صفات معنوی ۲۱۰
۱. پایبندی مستمر والدین به آداب اسلامی ۲۱۰
۲. استفاده از روش تقلید ۲۱۱
- تقلید رفتار ۲۱۱
- تقلید گفتار ۲۱۲
۳. تلقین زبانی اعتقادات و امور نیکو ۲۱۳
۴. توجه به بازخوردهای کودک ۲۱۴
- فصل هفتم: سلامت معنوی در کودکی ۷-۱۲ سال ۲۱۵

.....	مقدمه	۲۱۹
.....	اهداف شناختی	۲۲۰
.....	۱. باورسازی به جای اطلاعات‌دهی	۲۲۰
.....	۲. خداشناسی مبدا و محور معنویت اسلامی	۲۲۲
.....	۳. شناخت الگوهای دینی	۲۲۴
.....	۴. فرجام‌شناسی و راه‌شناسی	۲۲۶
.....	چگونگی انتقال بینش معنوی	۲۲۸
.....	۱. مدیریت گفتگوهای خانوادگی	۲۲۸
.....	۲. آسیب‌های آموزش زبانی	۲۳۰
.....	استفاده ابزاری از دستورات الهی	۲۳۰
.....	آموزش بدون ایجاد علاقه	۲۳۱
.....	ناسازگاری آموزش با رفتار والدین	۲۳۱
.....	استفاده نابجا از باورپذیری کودک	۲۳۲
.....	۳. به کارگیری ابزارها و قالب‌های آموزشی مناسب	۲۳۲
.....	۴. سبک زندگی معنویت محور	۲۳۳
.....	۵. موقعیت‌یابی	۲۳۴
.....	۶. موقعیت‌سازی	۲۳۵
.....	اهداف گرایشی:	۲۳۷
.....	۱. پایه‌ریزی هرم محبت	۲۳۷

۲. گرایش به اماکن و اجتماعات معنوی ۲۳۸
۳. آخرت‌گرایی ۲۳۹
- چگونگی ایجاد گرایش‌ات معنوی ۲۴۰
۱. خوشایندسازی ۲۴۱
۲. مسئولیت دهی ۲۴۲
۳. مانوس‌سازی ۲۴۳
۴. ارزش‌گذاری الهی ۲۴۵
۵. تعادل در فراهم کردن رفاه مادی ۲۴۷
- ایجاد عادات معنوی ۲۴۸
- آماده شدن برای تکالیف شرعی ۲۴۸
- انس گرفتن با آداب دینی معنادار ۲۵۰
- جلوگیری از شکل‌گیری عادات منفی ۲۵۱
- چگونه در کودک عادات معنوی ایجاد کنیم؟ ۲۵۱
- انگیزه‌سازی ۲۵۱
- هدایت دریافتهای محیطی ۲۵۲
- ایجاد صفات معنوی ۲۵۴
۱. بخشندگی و همدلی ۲۵۵
- تجربه‌ی بخشیدن توسط کودک ۲۵۶
- هدایت غیرمستقیم رفتار کودک در مدرسه ۲۵۷

- آشنایی با آثار بخشنده‌گی ۲۵۸
- ایجاد محیط عاطفی در خانه ۲۵۹
- تقویت درک دیدگاه دیگران ۲۵۹
- تمرین فرهنگ دعا برای دیگران ۲۶۱
۲. اطاعت از والدین و احترام به بزرگترها ۲۶۲
- تربیت مقتدرانه ۲۶۳
- الگوی محیطی مناسب ۲۶۴
۳. قدردانی و خوش‌بینی به خدا ۲۶۵
۵۶. عادت دادن به تشکر از دیگران ۲۶۶
۵۷. تمرین دسته جمعی قدردانی از خدا ۲۶۶
۵۸. پرهیز از اسراف و هدر دادن نعمت‌ها ۲۶۷
۵۹. نگاه مثبت به زندگی و انتقال آن به کودک ۲۶۸
۴. احساس کرامت الهی و عزت نفس ۲۶۹
۶۰. تکریم شخصیت کودک ۲۷۰
۶۱. پرهیز از ارزیابی مقایسه‌ای کودک ۲۷۱
۶۲. نگاه معنوی به انتساب‌های مرتبط با پیشرفت ۲۷۱
۶۳. پرهیز از تحسین‌های خلاف واقع و افراطی ۲۷۳
۶۴. کشف استعدادها و کودک ۲۷۳

۶۵. نگاه معنوی به کرامت انسان ۲۷۴

۵ حياء ۲۷۵

۶۶. تغافل و عذرتراشی به جای مؤاخذه و توهین ۲۷۶

۶۷. رعایت حریم‌ها ۲۷۷

خلاصه و نتیجه ۲۷۸

منابع فارسی و عربی ۲۸۳

منابع انگلیسی ۲۹۷

بسم الله الرحمن الرحيم

پیام فرهنگستان

حدود ۴ دهه قبل در اجلاس سالیانه وزرای بهداشت در سازمان جهانی بهداشت نماینده کشور نروژ احساس پوچی و بیهودگی مردم نروژ و در نتیجه گرایش آنها به اعتیاد، بی‌بندوباری، جرم و جنایت و خودکشی و غیره را ناشی از دوری از معنویت و نداشتن آنچه او سلامت معنوی نامید ذکر کرد و پس از بحث و تبادل نظر، وزرای بهداشت کشورها تصویب کردند که علاوه بر ابعاد جسمی، روانی و اجتماعی که در تعریف سلامت آمده است، سلامت معنوی هم باید به عنوان بعدی از سلامت شناخته شود. دانشگاه‌های کشورهای غربی سریعاً تحقیقات و تدریس سلامت معنوی را شروع کردند. پژوهش‌ها نشان داد که اعتقادات مذهبی، دعا و نیایش در شفای بیماران و افزایش طول عمر انسان‌ها مؤثر است. این در حالی است که اعتقادات مذهبی آنها غالباً از عمق لازم برخوردار نیست. اصولاً مفهوم معنویت در کشورهای غربی کمتر در غالب اعتقادات مذهبی می‌گنجد و عمدتاً با بینش لائیک بوده و در جهت تأمین آرامش، افزایش شادی و امید در زندگی دنیوی است. در این راستا بیشترین تلاش آنان بر آن بوده و هست که بیمارانی که دچار بیماری‌های مزمن و صعب‌العلاج هستند بتوانند با روحیه بهتری بیماری خود را پذیرفته و با آن سازش کنند و برای آن دسته از بیماران که به فوت شدن نزدیکند، پذیرش مرگ را آسان‌تر کنند. فرهنگستان علوم پزشکی که حدود ۱۰ سال است بر ابعاد مختلف سلامت متمرکز شده است نیل به سلامت معنوی اسلامی را بسیار مهم‌تر از بعد جسمی، روانی و اجتماعی سلامت می‌داند، زیرا هدف سلامت معنوی عمدتاً نیل به زندگی سعادتمندانه اخروی و رضایت خداوند عز و جل است که طبیعتاً جهت نیل به چنین هدف والائی، انسان باید خود را به شدت مسئول تأمین، حفظ و ارتقاء همه ابعاد سلامت خود، خانواده و جامعه بداند و در آن راه تلاش کند. بینش، گرایش، نیات و اعمال خود را

صرفاً در راستای رضایت حضرت حق تعالی تنظیم کند، دست نیاز به درگاه او بگشاید و با اهتمام هرچه بیشتر به اقامه نماز، دعا، تضرع، توکل، توسل و پرداختن به آنچه رضایت خداوند در آن است و پرهیز از هر آنچه منهیات الهی است، برای جلب رضایت خالق متعال و قرب به درگاه کبریائیش تلاش کند.

در اینجا لازم می‌دانم مراتب سپاسگزاری فراوان از حضرت حجت‌الاسلام و المسلمین جناب آقای دکتر مجتبی مصباح یزدی داشته باشم که چند سال قبل به درخواست فرهنگستان علوم پزشکی کتابی را با عنوان "سلامت معنوی از دیدگاه اسلام" به رشته تحریر درآوردند. همه شما علاقمندان را به مطالعه این کتاب ارزشمند توصیه می‌کنم.

با توجه به اینکه مطالعات مختلف در امر تکامل کودکان نشان می‌دهد که تأثیر مسائل فرهنگی و اعتقادی بر انسان و شکل گرفتن شخصیت انسان از ماه‌ها و سال‌های اول زندگی و حتی از زندگی داخل رحمی شروع می‌شود، به طوری که از حضرت رسول اکرم (ص) نقل شده است که می‌فرمایند تربیت فرزندان خود را از زمانی که داخل رحم هستند از طریق تغذیه جسمی و روحی مادر شروع کنید. لذا با توجه به اهمیت این امر فرهنگستان علوم پزشکی تمرکز خود را بر سلامت معنوی از زمان انعقاد نطفه و حتی قبل از آن و در دوران کودکی و نوجوانی قرار داده است به امید این که نسل‌های آینده، به مراتب والاتری از سلامت معنوی اسلامی دست یابند. به همین منظور، حضرت حجت‌الاسلام و المسلمین جناب آقای دکتر ابوالفضل ساجدی، استاد محترم مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، بنا به تقاضای فرهنگستان علوم پزشکی کتاب حاضر را که پیرامون "سلامت معنوی از تولد تا ۱۲ سالگی با نگرش اسلامی" و در حقیقت فلسفه فرزندپروری در اسلام است تألیف نمودند. پذیرش این دعوت و اهتمام حضرت ایشان به این امر بسیار مهم جای سپاسگزاری فراوان دارد. ضمناً در نگارش این کتاب جنابان آقایان دکتر مهدی مشکی، غلام حیدر کوشا، حامد ساجدی و دکتر نجیب‌اله نوری و عزیزان دیگر همه مشارکت داشته‌اند. برای جناب آقای دکتر ساجدی و همکاران محترم ایشان از درگاه خداوند رحمان اجر اخروی فراوان آرزو می‌کنم.

امیدوارم ضمن بهره بردن هر چه بیشتر از کتاب حاضر، مطالعه آنرا به همه آنهایی که به سلامت و سعادت و رستگاری فرزندان خود علاقمند هستند توصیه فرمائید.

دکتر سید علیرضا مرندي

پیشگفتار

"سلامت معنوی" از دو واژه‌ای ترکیب یافته که هر دو مطلوب آدمی است. همه ما به سلامت می‌اندیشیم، در پی دستیابی به آن هستیم و از بیماری گریزانیم. معنویت نیز ریشه در نهاد همه دارد و با فطرت انسانی گره خورده است. می‌توان گفت سلامت معنوی در مقایسه با سایر عرصه‌های سلامت (مانند سلامت جسم و روان) از اهمیت بیشتری برخوردار است چرا که در رتبه بالاتری قرار دارد، به سطوح متعالی انسان مربوط است و برکات والاتری در پی دارد.

سلامت معنوی همچون سایر عرصه‌های سلامت، با دوران کودکی پیوندی عمیق دارد و از آن سرچشمه می‌گیرد. اثر حاضر مبانی، اهداف و راهکارهای نیل به سلامت معنوی را در ۱۲ سال نخست زندگی با رویکرد اسلامی می‌کاود. در این موضوع تحقیقات اندکی بویژه از نگاه اسلام انجام شده است و این امر ضرورت پرداختن به آن را بیشتر آشکار می‌سازد.

مجموعه نوشتار حاضر حاصل تحقیقی است که با اهتمام ویژه معاونت محترم پژوهش مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره) جناب حجت الاسلام والمسلمین دکتر محمدناصر سقایی بی‌ریا در پاسخ به سفارش فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران، به انجام رسیده است. به دنبال درخواست فرهنگستان، معاونت مذکور به عنوان مسئول طرح، زمینه تشکیل کارگروه سلامت معنوی را فراهم ساخت، مدیریت اجرایی آن را بر عهده گرفت و مدیریت علمی آن را به اینجانب واگذار نمود. حاصل تحقیق این کارگروه در سه جلد (هرکدام ناظر به یک سطح مخاطب) عرضه می‌شود:

۱. کتاب جامع سلامت معنوی کودکان: سطح نظری و تفصیلی برای جامعه علمی، تألیف ابوالفضل

ساجدی و همکاران

۲. کتاب والدین و مربیان: سطح کاربردی برای والدین و مربیان، تألیف علی صادقی سرشت. این

کتاب با استناد به کتاب جامع سلامت معنوی (جلد نخست این مجموعه)، نگارش یافته است.

۳. کتاب کودک: سطح کودکان به زبان شعر و داستان برای کودکان،

نوشتار پیش رو، جلد اول از این مجموعه است. تحقیق در عرصه سلامت معنوی که موضوعی میان رشته‌ای است، در مرتبه نخست رجوع به قرآن، حدیث، مبانی و منابع دینی و سپس نگاهی به دست‌آوردهای بشری مانند داده‌های روانشناسی، جامعه‌شناسی و علوم پزشکی را می‌طلبد. بدین جهت تحقیق در قالب کارگروهی متشکل از متخصصان و دانشجویان دکتری در رشته‌های مختلف مربوطه انجام شده است. طرح اولیه، مقدمات و فصول مختلف آن در جلسات متعدد گروهی مورد بحث و بررسی قرار گرفته، و توسط اعضای کارگروه تدوین اولیه صورت گرفته و سپس توسط مسئول کارگروه، بازبینی، تکمیل و تدوین نهایی شده است. کسانی که در تدوین اولیه فصول نقش بیشتری داشته‌اند عبارتند از:

فصول ۱ و ۳ و ۴ و ۶ غلام حیدر کوشا^۱ و حامد ساجدی^۲

فصل ۲ و ۵: دکتر نجیب‌الله نوری^۳

فصل ۷: حامد ساجدی

در گام‌های مقدماتی فصل ۶ آقای مهدی مشکی^۴ نیز مشارکت داشته است.

فیش‌برداری اولیه توسط چند دانشجوی دکترای روانشناسی انجام شده است که عبارتند از خانم‌ها: سوده توکلی، خدیجه اسکندری نژاد، فاطمه رفیعی مقدم و الهام ضرابیها

کتاب والدین توسط آقای علی صادقی سرشت نگارش یافته است.

از تمام دوستان و استادانی که در مقاطع مختلف از نقطه نظراتشان بهره‌مند شده‌ایم صمیمانه سپاسگزاریم:

^۱ محقق حوزوی و دانشجوی دکترای جامعه‌شناسی

^۲ محقق حوزوی و دانشجوی دکترای فلسفه اسلامی

^۳ محقق حوزوی و دکترای روانشناسی

^۴ محقق حوزوی و دانشجوی دکترای فلسفه اسلامی

۱. اعضای فرهنگستان علوم پزشکی جمهوری اسلامی ایران که از آغاز تا پایان کار، ما را همراهی کرده، کار را به دقت مطالعه و با ارائه نظراتشان بر غنای کار افزودند: حضرات استادان آقایان: دکتر سیدجمال‌الدین سجادی، دکتر سیدحسن مقدم‌نیا، دکتر باقر غباری بناب، دکتر ابوالقاسم عیسی‌مراد، دکتر فتحی آشتیانی، دکتر عباس حاجی‌فتحعلی، دکتر مقدم‌نیا، دکتر مهدی مصری، دکتر سیدعبدالحمید بحرینیان، دکتر سیدحمید حسینی، دکتر سید محمدرضا کلانتر معتمدی، دکتر سیدمحمدحسین کلانتر معتمدی، دکتر محسنی، دکتر محمدحسین نیکنام، و خانم‌ها: دکتر مینو اسد زندی، دکتر زهره الهیان، دکتر اکرم حیدری، دکتر سهیلا خزاعی، دکتر پریسا امیری، و حبیب‌الاسلام والمسلمین فرهادپور و هاجری، و به ویژه رییس محترم فرهنگستان علوم پزشکی، دکتر سید علیرضا مرنندی، دکتر حسن ابوالقاسمی، رییس گروه سلامت معنوی، سیاوش لاجوردی، کارشناس و دکتر محمدعلی محقق، معاون علمی فرهنگستان علوم پزشکی

۲. برخی اعضاء هیئت علمی و مسئولان مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره): حجت‌الاسلام والمسلمین دکتر محمدناصر سقایی بی‌ریا، معاون محترم پژوهشی مؤسسه مذکور، که مسئول طرح بودند، مرکز مشاوره ماوا، به ویژه مدیر محترم آن، حجت‌الاسلام والمسلمین ابراهیم اخوی، که مدیر اجرایی طرح بودند و زحمات طاقت‌فرسایی را متحمل شدند و حجت‌الاسلام والمسلمین هادی ارشاد حسینی، دبیر اجرایی کارگروه که پیگیری‌های فراوانی داشتند، دکتر مجتبی مصباح (ناظر اولیه تحقیق)، و بویژه دکتر محمدرضا احمدی (ناظر نهایی تحقیق)، که آن را مورد ملاحظه و دقت نظر قرار دادند.

سالروز میلاد با سعادت نبی مکرم اسلام (ص) و ششمین اختر آسمان ولایت

۱۷ ربیع الاول ۱۴۴۱ برابر با ۲۴ آبان ۱۳۹۸

ابوالفضل ساجدی

استاد مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)

فصل اول

مفهوم شناسی سلامت معنوی

مقدمه

در این فصل مفاهیم سلامت، معنویت، سلامت معنوی، و رابطه آن با سایر ساحت‌های سلامت (جسمی، روانی، اخلاقی و دینی) را بررسی می‌کنیم. واژه «سلامت معنوی»^۱ در تراش اسلامی از سابقه چندانی برخوردار نیست اما محتوای آن که ناظر به سلامتی در حوزه معنویت است پیشینه‌ای غنی در متون دینی دارد.

در مفهوم‌شناسی ترکیب «سلامت معنوی» و تعریف آن، نیاز است ابتدا مفهوم «سلامت» و «سلامتی» به‌عنوان بخش اول ترکیب در منابع دینی و سنت فکری اسلامی جستجو شود و در گام دوم، مفاهیمی مانند «معنا»، «معنویت» و «امر معنوی» به‌عنوان بخش دوم ترکیب مورد بررسی قرار گیرد و در گام سوم تعریفی از حقیقت مرکب «سلامت معنوی» ارائه شود.

یک سلامت و سلامتی

واژه «سلامت» در فارسی به معنای عافیت، تندرستی و امنیت و آرامش به‌کار رفته است.^۲ با عنایت به همین معنا، به چیزهای بی‌عیب و نقص «سالم» گفته می‌شود.^۳ عیب و نقص تنها شامل عیب‌ها و نقص‌های ظاهری نیست بلکه آفات و نقص‌های باطنی را نیز در برمی‌گیرد.^۴ معادل انگلیسی سلامت «health» است که تا قرن ۱۹ به «نبود بیماری» تعریف می‌شد، چنانکه پزشک معروف انگلیسی در پاسخ به سوالی در این مورد، می‌گوید: «سلامت عبارت است از عدم وجود بیماری در فرد»^۵ در دیکشنری لانگمن نیز سلامت به بهزیستی جسمی و ذهنی و وضعیت عاری از بیماری اطلاق شده است.^۶ تلقی شایع قبلی از

^۱ spiritual health

^۲ محمد معین، فرهنگ معین، ص ۶۱۶، «سلامت».

^۳ علی اکبر دهخدا، لغتنامه دهخدا، جلد ۲۸، ص ۱۷۸.

^۴ قاموس، ج ۳، ص ۲۶۹.

^۵ رک. آسلر، ۱۸۹۲:

Osler, W., Lectures on Angina Pectoris and Allied States, New York, Apleton

^۶ Longman Dictionary, "health"

سلامت همان نبود بیماری یا وضعیتی است که عواملی به سیستم بیولوژیک بدن انسان حمله‌ور شده و کارکردهای مکانیکی اعضاء را مختل می‌کند.^۱ ابن‌سینا نیز با نگاه کارکردی- ارگانیستی صحت را ملکه و حالتی می‌داند که هر یک از اعضاء و جوارح انسانی کار مربوط به خود را درست انجام دهند و در مقابل آن، مرض را حالتی برمی‌شمارد که هر عضوی از اعضای بدن کار مربوط به خود را نتواند به خوبی انجام دهد.^۲ در اساسنامه سازمان جهانی بهداشت مفهوم سلامت مورد بازنگری قرار گرفت و اینگونه تعریف شد که: سلامت عبارت است از تأمین رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی، و نه فقط نبودن بیماری و نقص عضو.^۳

سلامت در متون دینی

دین آموزه‌های زیادی دارد که در آن‌ها پیروانش را به مراقبت‌های بهداشتی و رعایت دستورالعمل‌های تأمین‌کننده سلامت دعوت و تشویق می‌کند. «روزه‌داری»، «رعایت عفاف جنسی»، «سحرخیزی»، «خودداری از نوشیدن مشروبات الکلی»، «ازدواج»، «اجتناب از پرخوری»، «همیاری»، «بردباری»، «مسواک زدن» و «رعایت هنجارهای اخلاقی» آموزه‌هایی است که حوزه‌های مختلف سلامت را تحت تأثیر قرار می‌دهد. سلامتی- عافیت- در نگرش اسلامی هم به دنیا و زندگی دنیوی و هم به آخرت و اقتضائات معنوی آن مربوط است.^۴

در روایات معصومین (ع) دو مفهوم «صحت» و «سلامت» مصادیق سلامتی را نشان داده است. هریک از این دو مفهوم یکی از دو بعد وجودی انسان (بعد مادی- بعد معنوی) را نشانه رفته و الزامات، راهبردها و کاربست‌هایش را بیان کرده است. فراوانی مضمون دو مفهوم در روایات، نشان می‌دهد که مفهوم صحت

^۱ جیمز ام نلسون، *درآمدی بر روانشناسی دین و معنویت*، ص ۴۹۰.

^۲ حسین بن عبدالله، ابن‌سینا، *القانون فی الطب*، ج ۱، ص ۲۱.

^۳ WHO Basic Documents, (1996) p. 1, Constitution of the World Health Organization.

^۴ عن ابی الحسن الرضا (ع): «سَلُوا رَبَّكُمْ الْعَافِيَةَ فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ؛ از خداوند عافیت دنیا و آخرت بطلبید». منسوب به امام رضا علیه‌السلام، *النفقه المنسوب الی الرضا*، ص ۳۳۷.

بیشتر به «امور جسمانی» و «ابعاد مادی زندگی» انسان اشاره داشته و مفهوم سلامت ناظر به «امور معنوی» و «ابعاد فرا مادی زندگی» انسان به کار رفته است.^۱ هر چند در مواردی کاربرست مفهومی آن‌ها تغییر داشته است، اما در قریب به اتفاق نمونه‌ها تمایز کاربردی مفاهیم رعایت شده است. ذکر تمایز معنایی و تفکیک انتساب آن‌ها به دو ساحت مختلف وجودی انسان نشان از این است که در منابع دینی ظرفیت‌های مفهوم‌شناختی در حوزه سلامت معنوی وجود دارد و با تحلیل محتوای روایات می‌توان برداشتی - هر چند کلی - از مفهوم «سلامت معنوی» ارائه کرد. واژه «صحت» در منابع دینی برای بیان بهبودی وضعیت جسمانی استفاده شده است. مضاف الیه صحت در متون دینی معمولاً با الفاظی چون «بدن»، «جسم» و «جسد» بیان می‌شود^۲ و نقطه مقابل آن مریضی، عیوب ظاهری، نارسایی‌های جسمانی و بلایا و گرفتاری دنیوی شمرده شده است.^۳

^۱ در روایتی از امام صادق (ع) آمده است: «سَلَامَةُ الدِّينِ وَ صِحَّةُ الْبَدَنِ خَيْرٌ مِنْ زِينَةِ الدُّنْيَا حَسْبُ»؛ بهبودی دین و سلامتی بدن از تجملات دنیوی بهتر است». احمد ابن محمد برقی، المحاسن، ج ۱، ص ۲۱۹.

^۲ مانند روایات زیر:

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص): «قَالَ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ إِنَّ مِنْ عِبَادِي الْمُؤْمِنِينَ عِبَادًا لَا يَصْلُحُ لَهُمْ أَمْرٌ دِينَهُمْ إِلَّا بِالْغِنَى وَالسَّعَةِ وَ «الصَّحَّةِ فِي الْبَدَنِ» فَأَبْلَوْهُمْ بِالْغِنَى وَالسَّعَةِ وَ «صِحَّةِ الْبَدَنِ» فَيَصْلُحُ عَلَيْهِمْ أَمْرٌ دِينَهُمْ».

خداوند تبارک و تعالی فرمود: «از بندگان مؤمن من کسانی است که اصلاح امور دینی آنها فقط به ثروت، رفاه و «آسایش بدن» است؛ پس ما آنها را با همین سه عنصر-ثروت، رفاه و سلامت «آسایش بدن»- امتحان می‌کنم تا از این طریق امور مذهبی آنها اصلاح شود». (کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۲، ص ۶۰).

قَالَ الصَّادِقُ (ع): «الْمَغْرُورُ فِي الدُّنْيَا مَسْكِينٌ وَ فِي الْآخِرَةِ مَغْنُونٌ لِأَنَّهُ نَاعَ الْأَفْضَلَ بِالْأَدْنَى وَ لَا تَعْجَبُ مِنْ نَفْسِكَ قَرِيبًا اغْتَرَزَتْ بِمَالِكَ وَ «صِحَّةِ جَسَدِكَ» لَعَلَّكَ أَنْ تَبْقَى».

«فرد مغرور در دنیا ذلیل و در آخرت زیان دیده‌اند زیرا او چیز ارزشمند را با چیز کم ارزش معامله می‌کند از خودت شگفت زده نشو چه بسا به مال و بهبودی جسمانی خودت به این امید که باقی می‌ماند مغرور شوی». (مجلسی، بحارالانوار، ج ۶۹، ص ۳۱۹).

قَالَ ابُو جَعْفَرِ الْبَاقِرِ (ع): «قَالَ اللَّهُ وَ عَزَّتِي لَا أُخْرِجُ إِلَى عَبْدًا مِنْ الدُّنْيَا وَ أُرِيدُ عَذَابَهُ إِلَّا اسْتَوْفَيْتُهُ كُلَّ حَسَنَةٍ لَهُ إِمَّا بِالسَّعَةِ فِي رِزْقِهِ أَوْ «بِالصَّحَّةِ فِي جَسَدِهِ» وَ إِمَّا بِأَمْنٍ أُذِلَّ عَلَيْهِ».

«خداوند فرمود... هیچ بنده‌ای را از دنیا به قصد عذاب نمی‌برم مگر اینکه تمام حسانتش را در قالب وسعت روزی یا «بهبودی تن» یا امنیت به عطا کرده باشم». (کوفی اهوازی، المؤمن، ص ۱۸).

^۳ مانند این روایات:

أَبَا عَبْدِ اللَّهِ ع يَقُولُ: «مَنْ زَارَ أَخَاهُ فِي اللَّهِ فِي «مَرَضٍ» أَوْ «صِحَّةٍ».....».

«کسی که برادرش [دینی] اش را برای رضای خداوند در بیماری یا سلامتی زیارت کند.....» (الکافی، ج ۲، ص ۱۷۷).

از سوی دیگر واژه سلامت در روایات معصومین (علیهم‌السلام) برخلاف کاربرد آن در فرهنگ گفتاری فارسی، ناظر بر بهبودی و بهزیستی معنوی و غیرمادی است. این برداشت از «اضافه» یا «انتساب» واژه «سلامت» به امور غیرمادی و غیر جسمانی به دست می‌آید. در اغلب موارد مفهوم سلامت، بهبودی انسان در امور معنایی و اعتقادی را اظهار نموده و راهبردهای اسلام را نسبت به بسامان نمودن اوضاع معنوی ترسیم کرده است.

بررسی روایات و احادیث معصومین علیهم‌السلام نشان می‌دهد که آن‌ها هنگام بیان وضعیت «بهداشت ایمانی»، «بهبودی اخلاقی»، «هنجارمندی رفتاری»، «امنیت محیطی»، «آسایش ارتباطی» و «چشم‌اندازهای معرفتی» از کلمه «سلامت» استفاده می‌کردند. در این تعبیر سلامتی از «معصیت» و «اشتباه» و «بار گناه»

قال جعفر ابن محمد الصادق (ع): «لَيْسَ لَكَ أَنْ تُرُدَّهَا وَ لَكَ أَنْ تَأْخُذَ قِيَمَةً مَا بَيْنَ «الصَّحَّةِ» وَ «الْغَيْبِ» مِنْهُ». «سزاور نیست آن [مال مورد معامله] را برگردانی می‌توانی میانگین قیمت «سالم» و «معیوب» را بگیری». (شیخ صدوق، من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۲۳۰).

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص: قَالَ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ: «إِنَّ مِنْ عِبَادِي الْمُؤْمِنِينَ عِبَادًا لَا يَصْلُحُ لَهُمْ أَمْرُ دِينِهِمْ إِلَّا بِالْغِنَى وَ السَّعَةِ وَ «الصَّحَّةِ فِي الْبَدَنِ» ... إِنَّ مِنْ عِبَادِي الْمُؤْمِنِينَ لَعِبَادًا لَا يَصْلُحُ لَهُمْ أَمْرُ دِينِهِمْ إِلَّا بِالْفَاقَةِ وَ الْمَسْكِنَةِ وَ «السُّقْمِ فِي أَيْدِيهِمْ» فَأَبْلَوْهُمْ بِالْفَاقَةِ وَ الْمَسْكِنَةِ وَ «السُّقْمِ» فَصَلِّ عَلَيْهِمْ أَمْرُ دِينِهِمْ».

«از بندگان مؤمن من کسانی است که اصلاح امور دینی آنها فقط به ثروت، رفاه و «آسایش بدن» است؛ ... و کسانی هم از بندگان مؤمن هستند که امور دینی آنها فقط با فقر، گرفتاری و «نارسایی جسمانی» اصلاح می‌شود پس ما هم آنها را از همین طریق فقر، گرفتاری و «نارسایی جسمانی» - امتحان می‌کنم تا امور دینی آنها اصلاح شود». (الکافی، ج ۲، ص ۶۰).

قال الصادق عليه السلام: «إِنَّمَا... الْبَلَاءُ فِي طَاعَةِ اللَّهِ أَحَبُّ إِلَيَّ مِنَ الصَّحَّةِ فِي مَعْصِيَةِ اللَّهِ»

«گرفتاری با خدا را بر سلامتی همراه با گناه ترجیح می‌دهم». (الکافی، ج ۸، ص ۲۲۲).

و «فتنه و نیرنگ»^۱ و سلامتی در «دین» و «نفس» و «قلب» و «سرنوشت»^۲ مطرح شده است که جملگی اشاره به ابعادی از سلامت معنوی دارند.

موازی با «سلامت معنوی»، «بیماری معنوی» نیز مدنظر اسلام و بزرگان مذهب بوده است. به عبارت بهتر عناصر مخل سلامت معنوی در بیانات معصومین علیهم السلام به عنوان یک امر ناهنجار و آسیب‌زا^۳ شناخته می‌شده و آنان در مناسبت‌های مختلف، اصحاب و مراجعه‌کنندگان را به درمان آن بیماری‌ها تشویق می‌فرمودند. حضرت امام سجاد (ع) در نامه‌ای به محمد بن مسلم زهری به گناهان و خطاهای او اشاره نموده و توصیه می‌کند که گناهانش را زودتر درمان کند زیرا به صورت بدخیمی تمام وجودش را

^۱ عن الرسول (ص): «فَمَنْ أَرَادَ مِنْكُمْ النِّجَاةَ بَعْدِي وَ السَّلَامَةَ مِنَ الْفِتَنِ الْمُرْدِيَةِ فَلْيَتَمَسَّكَ بِوَلَايَةِ عَلِيٍّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ»؛ «کسی که در پی نجات و سلامت از فتنه‌های پیش آمده است باید به ولایت علی تمسک بجوید» (محمد ابن احمد بن شاذان، مائة متقبه من مناقب أمير المؤمنين والأئمة، ص ۴۵)

دعای پیامبر (ص) در تعقیب نماز ظهر: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ مُوجِبَاتِ رَحْمَتِكَ... وَ «السَّلَامَةَ مِنْ كُلِّ إِثْمٍ»؛ خدایا! اسباب رحمت... و سلامت از تمام گناهان را از تو می‌طلبم» (دیلمی، ارشاد القلوب، ج ۱، ص ۸۲) و همچنین در دعای مأثور برای شب یکشنبه آمده است: «اللَّهُمَّ ... أَسْأَلُكَ... الْغَفَاةَ وَ «السَّلَامَةَ مِنَ الذُّنُوبِ وَالْخَطَايَا»؛ خدایا... پاکدامنی و «سلامت از گناه و خطا» را از تو می‌طلبم» (بحارالانوار، ج ۸۷، ص ۱۵۹).
امام کاظم علیه السلام در دعایی فرموده است: «فَوَضَّعْتُ أُخْرَى إِلَيْكَ اِرْزُقْنِي... السَّلَامَةَ مِنْ كُلِّ وَزْرٍ»؛ «سرنوشتم را به تو می‌سپارم، «سلامت از بار گناه» را روزیم کن» (بحارالانوار، ج ۹۲، ص ۴۵۰)

^۲ تعبیر «قلب سلیم» در دو آیه از قرآن بکار رفته است:

«الَا مِنْ اتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ.» (در روز قیامت به انسان نفعی نمی‌رسد) مگر کسی به قلب سالم به پیشگاه الهی حاضر شود. (شعراء: ۸۹)

«اذْجاء ربه بقلب سليم.»؛ هنگامی که با قلب سلیم نزد خدا رفت. (صافات: ۸۴)

عن موسى ابن جعفر لهشام ابن حكم: «يَا هِشَامُ مَنْ أَرَادَ الْغِنَى بِلَا مَالٍ وَ رَاحَةَ الْقَلْبِ مِنَ الْحَسَدِ وَ «السَّلَامَةَ فِي الدِّينِ» فَلْيَتَضَرَّعْ إِلَى اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ فِي مَسْأَلَتِهِ»

«ای هشام! اگر کسی بی‌نیازی، راحت قلب از حسد و «سلامت در دین» می‌خواهد از خداوند متواضعانه بخواهد» (الکافی، ج ۱، ص ۱۸).

در دعای امام صادق علیه اسلام در تعقیب نماز آمده است: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِحَقِّ مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ... «السَّلَامَةَ فِي نَفْسِي» یعنی بارالها! به حق محمد و آلش... «سلامت نفس» به من عطا فرما!» شیخ حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۶، ص ۴۸۵.

قَالَ الصَّادِقُ ع: «اطْلُبِ السَّلَامَةَ أَنْتَمَا كُنْتَ وَ فِي أَى خَالٍ كُنْتَ لِدِينِكَ وَ قَلْبِكَ وَ عَوَاقِبِ أُمُورِكَ مِنَ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ»

«در هر شرایط و احوال و زمان و مکانی که باشی سلامت دین، سلامت قلب و سلامت امور آینده ات از خدا بطلب!»

منسوب به امام صادق علیه السلام، مصباح الشریعه، ص ۱۰۹.

^۳ pathologic

درگیر کرده است.^۱ روایت‌هایی ازین دست، این امر مهم را حکایت می‌کند که در برداشت اسلامی از سلامت، هم «بهبودی معنوی» در دستور کار قرار دارد و هم «به درمان معنوی» بها داده می‌شود.

(دو) «معنا»، «معنویت» و «امر معنوی»

برای فهم بهتر و دقیق‌تر ترکیب «سلامت معنوی» سزاوار است مفهوم «معنا» و «معنویت» و «امر معنوی» نیز بررسی شود. «معنا»^۲ همان «محکی» مفاهیم، گزاره‌ها، رفتار و اعمال است.^۳ کلمه معنا همچنین به رابطه علّی، هدف، حکمت، کارکرد و ارزش اشاره دارد.^۴ بحث معناداری در «جامعه‌شناسی دین» و مباحث «فلسفه زندگی» به همین معنا است. زندگی، از آن لحاظ معنادار می‌شود که هدفی برایش ترسیم می‌گردد و دین، از آن حیث به زندگی معنا می‌دهد که اهداف و غایات عالیّه را برای زندگی در اختیار دین‌داران و جوامع دین‌دار می‌گذارد و سمت و سوی حیات را مطابق جهان‌بینی دینی هدایت می‌کند. «معنویت» از ریشه معنا، یعنی آنچه در مقابل پوسته و ظاهر است و به باطن و روح مربوط می‌شود.^۵ بدین ترتیب مصادیق «امر معنوی» در قالب ماده و امور مادی قرار نمی‌گیرد. شهید مطهری در این مسئله یادآوری می‌کند که یک سلسله امور وجود دارد که ناظر به ماده و مادیات نیست. به قرینه مقابله آن‌ها را معنویات (امور معنوی) نام نهاده‌اند. همین معنویات وجه تمایز و معیار انسانیت انسان از حیوانات است.^۶ امور معنوی ماهیت متافیزیکی و غیرمادی موضوعات منتسب به معنویات را نشان می‌دهد. در زبان انگلیسی واژه «spirituality» که عموماً به معنویت ترجمه می‌شود از کلمه spirit مشتق شده است. spirit نیز از کلمه فرانسوی esprit و این واژه از کلمه لاتین spiritus (به معنی روح، شجاعت،

^۱ «دَاوِ ذُنُبُكَ فَقَدْ دَخَلَ سَقَمٌ شَدِيدٌ؛ گناهانت را درمان کن که به صورت وحشتناکی وجودت را گرفته است» (تحف/العقول، ص ۲۷۶)

^۲ meaning

^۳ برای اطلاع بیشتر. رک. علی مصباح، واکاوی مفهومی معنویت و مسئله معنا، فصلنامه اخلاق پزشکی، زمستان ۱۳۸۹، ش ۱۴؛ ابوالفضل ساجدی، هستی‌شناسی معنا، فصلنامه معرفت فلسفی، سال نهم، ش ۲، زمستان ۱۳۹۰، ش ۳۴

^۴ محمدرضا بیات، دین و معنای زندگی در فلسفه تحلیلی، ص ۴۹-۸۰

^۵ علی اکبر دهخدا، لغتنامه دهخدا، جلد ۴۵، ص ۷۶۴.

^۶ شهید مطهری، مجموعه آثار، جلد ۲۳، ص ۱۳۱ و ۱۴۹.

قدرت، و نَفَس) مشتق شده است و با spirare (نفس کشیدن، استنشاق کردن) مرتبط است.^۱ برای spirit متجاوز از ده معنا بیان شده است، از جمله: منشا حیات انسان و حیوان، روح مجرد، عقل مجرد، حالت خاص ذهنی، حالت نشاط و سرزندگی برای واژه Spritual نیز معنای مختلفی از جمله: مرتبط به امور مقدس، مرتبط با ارزش‌های دینی، مرتبط با روح انسانی و بیان شده است.^۲

معنویت در نگرش اسلامی

رویکرد اسلامی در باب معنویت همسو با نظام معرفتی اسلام و هستی‌شناسی توحیدی طراحی شده است. چنانچه در بحث مبانی اشاره خواهد شد، بنابر جهان‌بینی اسلامی، هستی و جهان از دو لایه تشکیل شده است؛ لایه‌ای ظاهری که آشکار است و انسان‌ها با ابزارهای ادراکی معمولی بدان دسترسی دارند؛ لایه‌ای باطنی که پنهان و خارج از دسترس همگانی است و انسان برای فهم آن به ابزارهای فراتر از مشاعر حسی نیاز دارد. لایه اول هستی را «جهان ظاهر»، «دنیا»، «عالم ماده» و «جهان ملک» نام گذارده‌اند و به لایه دوم «جهان غیب»، «ماوراء»، «عالم معنا» یا «جهان ملکوت» خطاب نموده‌اند.^۳ جهان مُلکی، موطن دنیایی و در دایره زمان و مکان است همان‌گونه که جهان ملکوتی موطنی فرامادی و خارج از دایره زمان و مکان قرار دارد.^۴ این سطح‌بندی واقعیت در مفهوم‌شناسی لغوی «معنا» و «معنویت» منعکس است. معنویت از ریشه معنا گرفته شده است؛ «معنا» سطح ژرف‌تری است که در مقابل پوسته و ظاهر به باطن و روح چیزی اشاره دارد.^۵

^۱ Online Etymology Dictionary, "Spirit".

^۲ Merriam-Webster Dictionary & Oxford Advanced Learner's Dictionary

^۳ ناصر مکارم شیرازی و دیگران، تفسیرنمونه، دارالکتب الاسلامیه، ص ۳۶۴-۳۶۵؛ همچنین ر.ک. فرج الله میرعرب، تربیت اعتقادی و معنوی با نگاهی قرآنی، ص ۱۷۵.

^۴ عبدالله جوادی آملی، فطرت در قرآن، ص ۱۲۷.

^۵ علی اکبر دهخدا، لغتنامه دهخدا، جلد ۴۵، ص ۷۶۴.

نگاه اسلامی به معنویت بر پایه اصل هستی‌شناختی فوق، بنا شده است. علامه طباطبایی در ضمن پذیرش توأمان عالم ظاهر و باطن معتقد است که جهان باطن، موطن حیات معنوی است؛ جهانی که بسیار اصیل‌تر و واقعیت‌دارتر و پهناتر از جهان ظاهر و ماده است.^۱ از آنجا که در جهان‌بینی اسلامی خالق جهان تکیه‌گاه هستی به شمار می‌رود و جهان ماوراء بر محور او استوار است، معنویت نیز با میزان ارتباط انسان با خداوند تنظیم می‌شود. لذا، معنویت در نگاه اسلام تنها در سایه‌ی ارتباط با خداوند از طریق عبودیت، پذیرش و تسلیم در برابر دین حق معنا می‌یابد.^۲ معنویت با همین معنا و سازوکار پایه تکامل بشر معرفی شده است.^۳ مدار معنویت در رهیافت اسلامی تقرب به خداوند و رضایت او است که منجر به کمال برتر انسانی می‌شود.

در نگرش اسلامی «معنویت» و «پیروی از شریعت» پیوند گسست‌ناپذیر دارد؛ از همین رو، به کار بستن دستورالعمل‌های دینی مسیر اصلی رسیدن به معنویت معرفی می‌شود و معنویت صحیح فقط در صورت اطاعت از دستورهای الهی و از طریق دین‌داری به دست می‌آید. انسانی که در جستجوی معنویت است هیچ‌گاه از باورهای دینی بی‌نیاز نیست؛ زیرا معنویت بدون ایمان به خدا، بدون ایمان به مبدأ و معاد و بدون ایمان به عالم معنا و ماوراء اساساً امکان‌پذیر نیست.^۴

پس در نگرش اسلامی، معنویت از حیث بینشی حاوی خداشناسی، خداجویی، خدامحوری و از بُعد رفتاری با تلاش در جهت تکامل معنوی و خودسازی و اندوختن توشه‌ای برای حیات اخروی و ابدی از طریق عمل به دستورات دینی میسر می‌شود. همین محورها است که معنویت اسلامی را از معنویت‌های کاذب حلقه‌های معنوی مدرن جدا می‌سازد. در حلقه‌های معنوی مدرن تنها آرامش و امید و نشاط فردی،

^۱ طباطبایی، محمدحسین، معنویت تشیع (بامقدمه علامه حسن زاده و تدوین محمدیوسفی)، ص ۱۲.

^۲ فریدون عزیزی، سلامت معنوی: چیستی، چرایی و چگونگی، ص ۲۷.

^۳ شهیدمطهری، مجموعه آثار، جلد ۲۴، ص ۲۵۸.

^۴ تربیت اعتقادی و معنوی با نگاهی به قرآن، ص ۱۴۱ و ۱۴۹.

فارغ از توجه به مبدأ تأمین‌کننده آن‌ها و معطوف به پارامترهای احساسی و مادی مورد تأکید قرار می‌گیرد درحالی‌که نگرشی اسلام از آرامش و امیدی حمایت می‌کند که در سایه ذکر خدا و توجه به حضور دائمی او حاصل شده باشد.^۱

بنابر آنچه ذکر شد در معنویت اسلامی، عناصر و ویژگی‌هایی نهفته است که آن را از قرائت‌های غیر اسلامی جدا می‌کند:

- معنویت اسلامی مبتنی بر لایه‌بندی هستی‌شناختی است. (ظاهر و باطن - عالم ماده و عالم معنا - بدن و روح)
- هدف از معنویت، تقرب به خداوند و رضای اوست و این هدف تمام عرصه‌ها و ساحت‌های معنویت را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد و سمت و سوی الهی به آن می‌دهد.
- معنویت با دین پیوند وثیق دارد به طوری که جز از طریق باورهای دینی و التزام به دستورات دینی، معنویت اصیل محقق نخواهد شد.
- معنویت تنها ابزاری برای تأمین سعادت دنیوی محسوب نمی‌شود بلکه سعادت اخروی را نیز در سایه تقرب الهی در نظر دارد و لذا معنویت با اعتقاد به جهان آخرت و برنامه ریزی مناسب برای آن، ملازم است.
- آثاری هم چون آرامش، امید، نشاط و رضایت از زندگی از کارکردهای معنویت هستند اما هدف اصلی آن نیستند.
- باورهایی که در معنویت دخیل هستند (مانند باور به خدا و معاد و عالم ماوراء ماده) باورهایی مطابق واقع و برآمده از عقلانیت هستند نه اینکه صرفاً احساساتی غیر واقع‌نما و تسکین‌بخش باشند.
- معنویت گرچه در اساس به بینش و گرایش‌های انسان مرتبط است اما آثار آن در رفتار و کنش وی نیز ظهور و بروز می‌کند و لذا معنویت بدون کنش معنوی مردود است.

^۱ «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ؛ آگاه باشید، به ذکر خداست که دلها آرام می‌گیرد» (رعد؛ ۲۸).

سه) سلامت معنوی

چنانچه در تعریف سلامت گذشت، به وضعیتی که در آن موجود، دارای نقص و عیب نباشد و کارکرد مناسب خود را داشته باشد و در وضعیت مطلوب خود قرار داشته باشد، «سلامتی» گفته می‌شود. سلامتی در سلامت جسمی، ناظر به اعضا و جوارح و اندام‌های درونی و بیرونی است؛ اما سلامتی در سلامت معنوی معطوف به روح آدمی است. آنگاه که روح انسان در وضعیت مطلوب خود از لحاظ معنویت باشد و در کارکردهای معنوی اش نقص و خللی روی نداده باشد، آن انسان «سالم معنوی» شمرده خواهد شد. تلقی اکادمیک از سلامتی هرچند از ابعاد جسمانی شروع شد اما در نهایت به سمت تلقی معناگرایانه هدایت شد. سلامتی نخست «نبود بیماری و نقص عضو» تعریف می‌شد و سپس به ابعاد روانی و اجتماعی تسری یافت و از آن به «رفاه کامل جسمی، روانی و اجتماعی» یاد شد. از دهه هفتاد قرن بیستم عنصری جدید به نام «معنویت» مورد توجه قرار گرفته و در سال ۱۹۸۳ به اجلاس سالیانه بهداشت جهانی کشیده شد و در اجلاس همان سال (سی و ششمین اجلاس سالیانه بهداشت جهانی) بُعد چهارم سلامت به بحث و تبادل نظر گذاشته شد که نهایتاً در سی و هفتمین اجلاس سالیانه بهداشت جهانی «معنویت به عنوان بخش جدایی‌ناپذیر استراتژی‌های سلامت کشورهای عضو سازمان جهانی بهداشت» به تصویب رسید.

سلامتی در متون دینی از همان ابتدا آمیخته با برداشت‌های معناگرایانه بود. بدون تردید، سرآغاز توجه علمی به سلامتی در فرهنگ اسلامی به زمان پیامبر و امامان بازمی‌گردد. از زمانی که حضرت پیامبر علم الأبدان را در کنار علم الأدیان قرار داد و رسالت هرکدام را در زندگی بیان داشت،^۱ سلامتی به عنوان موضوع رشته علمی (چه در حوزه سلامت جسمانی و چه در حوزه سلامت معنوی) موردپذیرش فرهنگ علمی و عمومی قرار گرفت. سلامت جسم و مراقبت از آن، موضوع علم الأبدان بود که پزشکان و طبیبان جسم بدان همت می‌گماردند اما سلامت روح و نفس و درمان آن، موضوع علم الادیان بود که روحانیون

^۱ «عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ عِلْمُ الْأَدْيَانِ وَ عِلْمُ الْأَبْدَانِ؛ علم دو گونه است، علم دینها و علم بدنها» (مجلسی، بحارالانوار، ج ۱، ص ۲۲۰).

مرجع اینگونه مراجعات به شمار می‌رفتند. معرفی پیامبر (ص) به عنوان "طیب"^۱، گناه به منزله "بیماری" و استغفار به عنوان "دوا"^۲ و بسیاری دیگر از معارف دینی، به توسعه مفهوم سلامت و بهداشت کمک کرد. جامع‌نگری و توجه هم‌زمان به ابعاد جسمانی و روحانی انسان جزء سیره عملی امامان بوده و از آن پس به سرلوحه تحقیقات طبیبان و فیلسوفان اسلامی مبدل شد. ائمه علیهم‌السلام که خود درمانگران اصلی روح و نفس بودند از جسم و بهبودی جسمانی چشم‌پوشی نکردند و حاصل آن گنجینه ارزشمند معصومین علیهم‌السلام در امر تشخیص، درمان و مراقبت‌های پزشکی و بهداشتی است.^۳

در مجموع می‌توان گفت در نگرش اسلامی، معنویت با خدامحوری پیوند دارد و ساحت‌های بینش، گرایش و کنش را در بر می‌گیرد و لذا می‌توان تعریف زیر را برای سلامت معنوی ارائه کرد:

«سلامت معنوی وضعیتی است که در آن، بینش، گرایش و کنش فردی و اجتماعی انسان در راستای قرب و رضای الهی (که کمال برتر انسانی است) قرار گیرد و علاوه بر سعادت اخروی، برای وی امید، نشاط، آرامش و رضایت از زندگی را در پی داشته باشد.»

گستره سلامت معنوی

به اقتضای تعریف فوق، سلامت معنوی همه ابعاد وجودی انسان اعم از «بینشی»، «گرایشی» و «کنشی» در رابطه با خود، خدا، دیگران و طبیعت را در بر می‌گیرد و همه روابط را به سمت معنویت هدایت می‌کند. بعد معنوی سلامت در برداشت اسلامی، مستلزم رنگ الهی و توحیدی یافتن همه این ابعاد وجودی است. «بینش توحیدی» اشاره به باورهای دینی دارد که در رأس آنها اعتقاد به خالق یکتا و ربوبیت و سلطنت او بر جهان هستی است. در ذیل این باور، سایر باورهای دینی، از جمله باور به معاد، نبوت و امامت شکل می‌گیرد. «گرایش توحیدی» نیز برآمده از نفوذ باورهای مذکور در قلب انسان است

^۱ نهج البلاغه (صبحی صالح)، ص ۱۵۶.

^۲ شیخ صدوق، ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، ص ۱۶۴ و ابن‌اشعث کوفی، الجعفریات، ص ۲۲۸.

^۳ مجموعه احادیث پزشکی پیامبر و امامان معصوم علیهم‌السلام در مجموعه‌های گردآوری شده است که با نام‌های «طب النبی»، «طب الرضا»، «طب الانبیاء» و «طب الأئمه» به نشر رسیده است.

که طبعاً عواطف انسان را سمت و سوی توحیدی می‌دهد. محبت به خدا در بالاترین سطح، محبت به پیامبران، امامان، اولیاء دین و مومنان، امید به خدا، ترس از گناه، توکل و رضایت‌مندی و ... از ویژگی‌های قلب توحیدی است. «کنش توحیدی» زمانی محقق می‌شود که انسان تمام افعال و رفتار خویش را منطبق بر خواست و اراده و امر الهی کند.

با توجه به نقش سلامت معنوی در حیات توحیدی، می‌توان گفت سلامت معنوی در عرض سلامت اخلاقی و سلامت اجتماعی نیست بلکه خود مبدأ و ریشه آنهاست. انسان توحیدی لاجرم اخلاقی نیز خواهد بود، چرا که از منیت و خودخواهی گذشته است و قلبش آکنده از محبت به اخلاقی‌ترین موجود یعنی خدای متعال شده است و طبعاً این محبت در رفتار و کنش او نیز نمودار می‌شود. از سوی دیگر دستورات دینی، تنها به جنبه فردی توجه ندارد بلکه رفتارهای اجتماعی انسان را نیز به سمت کمال مطلوب هدایت می‌کند. بنابراین کسی که التزام به اوامر الهی دارد ° اگر فهم درستی از اوامر الهی داشته باشد- لاجرم به لحاظ رفتار اجتماعی نیز در سلامت و بهبودی خواهد بود.

بدین ترتیب می‌توان گفت سلامت معنوی گرچه اصالتاً مربوط به ارتباط انسان با خداست، در ذیل خود، ارتباط انسان با خود، دیگران و طبیعت را نیز تحت‌الشعاع قرار می‌دهد و منشأ سلامت روانی، اخلاقی و اجتماعی، در سه مرتبه بینش، گرایش و کنش می‌شود.

شاخص‌های سلامت معنوی

سلامت معنوی قابل درجه‌بندی است. می‌توان برای سطح عالی آن دو شاخص درونی بیان کرد:

۱. در بعد شناختی، خداوند و معصومین (ع) برای فرد "اهم" (مهمترین) امور باشد.
۲. در بعد گرایشی، خداوند و معصومین (ع) برای فرد "احب" (محبوبترین) موجودات باشد.

اگر بینش، گرایش و کنش فرد در راستای اراده و رضای الهی قرار گیرد به تدریج این دو شاخص به نحو پیش رونده محقق می‌شود و ما شاهد "اهم" و "احب" سازی خدا و اولیای او یعنی اوج معرفت و محبت (ممکن برای غیر معصوم)، نسبت به خدا و معصومین (ع) در زندگی خود خواهیم بود.

از جمله لوازم قلبی آن اوج احساس حضور خدا در همه جا، سیطره روح معنوی در کل زندگی انسان، احساس فقر مطلق در برابر خداوند، عبودیت با افتخار و عزت، که به تواضع و فروتنی می‌انجامد و حتی در اوج قدرت از غرور باز می‌دارد، توکل و رضا، و کوچک شدن دنیا و مشکلات آن در مسیر کمال و لذا نشاط و سعه صدر و آرامش و اطمینان است. در مجموع می‌توان گفت لازمه وضعیت بینشی و گرایشی فوق، رفتار مورد رضای الهی است و لذا شاخص بیرونی سلامت معنوی تبعیت کامل از خداوند و معصومین (ع) در تمام رفتارهای فردی و اجتماعی و به عبارتی داشتن زندگی توحیدی است.

منظور از پیش رونده بودن دو ویژگی "احب و اهم"، این است که روند مهم و محبوب شدن خداوند به تدریج محقق می‌شود. در این صورت همیشه در مقام تعارض میان رضای خدا با فعل حرام و مکروه، خواست خدا را مقدم خواهیم کرد. بدین ترتیب شاخص سلامت معنوی، مقدم کردن خدای متعال در تمام امور و در تمام ساحت‌های زندگی فردی و اجتماعی، و اوج گرایش قلبی به اوست که به تدریج طی مراحل حاصل می‌شود.^۱

البته "اهم و احب" سازی خداوند امری درونی و وابسته به نیت، ذهن و دل انسان است که اندازه‌گیری آن از سوی دیگران به راحتی امکان پذیر نیست چرا که فعل بیرونی می‌تواند ناشی از نیت‌های احتمالی متعددی باشد. اما از این نکته نباید غافل ماند که می‌توان با نگاهی به مجموع رفتارهای بیرونی فرد، به جایگاه خدا در ذهن و دل او پی برد.^۲ بعلاوه این شاخص برای خود فرد، کاملاً وجدانی و قابل درک

^۱ این بحث به تفصیل نیازمند است اما از آنجا که بحث حاضر به سلامت معنوی کودکان اختصاص دارد به همین مقدار اکتفا می‌شود.

^۲ برای اطلاع از برخی شاخص‌های بیرونی، رک. سلامت معنوی از دیدگاه اسلام، به اهتمام مجتبی مصباح. این کتاب در سال ۱۳۹۲ با همکاری موسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی (ره)، فرهنگستان علوم پزشکی از سوی انتشارات حقوقی به نشر رسیده است.

است. هر کس خود می‌داند که تا چه اندازه به خواست خدا اهمیت می‌دهد و خدای متعال در قلب او چه جایگاهی دارد. آیات و روایات نیز این مطلب را می‌رساند که انسان از قلب خود آگاه است و نیت راستین خود را از دروغین تشخیص می‌دهد.^۱

سلامت معنوی در مراحل سنی مختلف انسان، شاخص‌های متفاوتی دارد. چرا که طبق تعریف، فردی به لحاظ معنوی سالم است که متناسب با ظرفیت‌های مورد انتظار از وی، بینش، گرایش و کنش‌هایش در راستای قرب و رضای الهی باشد. در مورد فرد بزرگسال، باید بینش‌های توحیدی محقق شده باشد تا او در مسیر قرب قرار گرفته باشد. اما در مورد کودک، چنین انتظاری نمی‌رود. در واقع کودک زمانی به سلامت معنوی متصف می‌شود که بینش و گرایش و کنش‌هایش "زمینه‌ساز" باورها و عواطف و رفتار توحیدی در بزرگسالی باشد. در چنین وضعیتی می‌توان گفت ساحت‌های وجودی کودک "در راستای قرب الهی" هستند.

با توجه به آنچه اشاره شد، زمانی می‌توان به شاخص‌های سلامت معنوی کودکان پی‌برد که لااقل رابطه‌ای اجمالی بین حالات روانی در کودکی و بزرگسالی برقرار شود. مثلاً اگر گفته شود احساس ایمنی در کودکی زمینه‌ساز نگاه مثبت به خداوند در سنین بالاتر است، شاخص‌های احساس ایمنی کودک، شاخص‌های سلامت معنوی نیز خواهند بود. اما در دوره‌هایی چون پیش‌زادی و طفولیت، مسأله از این هم مشکل‌تر است چرا که کشف همین ویژگی‌های زمینه‌ساز، در کودک بسیار مشکل است. البته، می‌توان سلامت معنوی را در از پیش‌زادی تا دو سالگی با رفتار و اقدامات والدین سنجید و ارزیابی کرد و میزان نزدیکی و وصول به سلامت معنوی را با رفتار آنان محک زد.

^۱ «بل الانسان علی نفسه بصیره. و لو القی معاذیره.» بلکه انسان بر نفس خود آگاه است گرچه پرده‌های توجیه را بیفکند. (قیامت: ۱۵ و ۱۴)
امیرالمومنین (ع): «من اراد منکم ان یعلم کیف منزلته عندالله فلینظر کیف منزله الله منه عند الذنوب کذلک تکن منزلته عندالله تبارک و تعالی.»
هرکس می‌خواهد بداند نزد خداوند چه منزلتی دارد نگاه کند در موقعیت گناه منزلت خدا نزد او چگونه است. منزلت او نزد خداوند تبارک و تعالی نیز به همین میزان است. (خصال، ج ۲، ص ۶۱۷).

شاخص‌های سلامت معنوی در بزرگسالی بر محور خصوصیت "مقدم کردن خدا بر دیگر امور" و آثار بیرونی این ویژگی می‌چرخد و در کودکی دوره دوم و سوم بر مبنای "ویژگی‌های زمینه‌ساز" برای شاخص‌های بزرگسالی بدست می‌آید و در پیشزادی و کودکی دوره اول براساس "برنامه‌ریزی مناسب والدین و مربیان کودک" سنجیده می‌شود. مصداق جزئی این شاخص‌ها در فصل‌های آتی مشخص می‌شوند.

در درجه بندی سنی برای کسب سلامت معنوی این نکته نیز نباید مورد غفلت قرار گیرد که چه بسا کودک ۱۰ ساله از جوان ۲۰ ساله یا بالاتر پیشی بگیرد همانگونه که در رشد عقلی و نبوغ فکری این امر ممکن است. لذا ضرورتاً تابع مراحل سنی بیان شده در روانشناسی نیست.

چهار) رابطه ساحت‌های مختلف سلامت (روانی، اخلاقی، دینی، و معنوی)

چنانچه قبلاً اشاره شد هر گاه سخن از سلامت می‌آید اشاره به یک ویژگی مطلوب و خواستنی می‌شود که اگر حد نصاب مشخصی از آن تأمین شود، سلامتی در آن حیطة حاصل شده است. سلامت ساحت‌های متعددی دارد که می‌توان دست کم به پنج نوع (جسمی، روانی، اخلاقی، دینی و معنوی) تقسیم کرد. ساحت‌های مختلف سلامت با یکدیگر متفاوت و در عین حال با هم در ارتباط هستند. در این بخش به چیرستی هر یک از ساحت‌های سلامت و رابطه آنها با سلامت معنوی اشاره می‌کنیم:

۱. رابطه سلامت جسمی و معنوی

سلامت جسمی به وضعیت مطلوب و فاقد بیماری جسمی اشاره دارد. ابن سینا آن را به وضعیتی تعریف می‌کند که هر یک از اعضاء و جوارح انسانی وظیفه مربوط به خود را به درستی انجام دهد.^۱ هدف در سلامت جسمی متفاوت از سلامت معنوی است اما میان آنها پیوند وجود دارد. سلامت جسمی از جمله نیازهای اولیه و اساسی برای سلامت معنوی است. ضعف و درد ناشی از فقدان سلامت جسمی مانع

^۱ التهانوی، کشف اصطلاحات الفنون ص ۱۰۶۵.

اعمال لازم برای نیل به سلامت معنوی است. بدون سطح خاص یا حداقلی از سلامت جسمی، فعلیت بخشی به توانش‌های معنوی ممکن نیست.

به دلیل پیوند تن و روان و رابطه سلامت معنوی با روان آدمی، سلامت معنوی نیز در سلامت جسمی موثر است. بیماری‌های روان تنی حاکی از پیوند تن و روان است.

۲. رابطه سلامت روانی و معنوی

در سلامت روان، حالت مطلوبی که مورد توجه قرار می‌گیرد این است که فرد بتواند ذهنیت‌ها و احساسات خود را به گونه‌ای کنترل کند که احساس خوبی از زندگی داشته باشد و توانایی پیگیری اهداف خود را داشته باشد. رضایت از زندگی، امید به آینده، قدرت کنترل استرس و اضطراب و وسواس نداشتن از جمله شاخص‌های سلامت روانی است.^۱

هدف سلامت معنوی با هدف سلامت روانی متفاوت است. بدون تقویت ارتباط با خدا نیز می‌توان به سطحی از سلامت روانی دست یافت. اما از طرفی باید گفت سلامت معنوی و ارتباط با خدا می‌تواند سطح سلامت روانی را ارتقاء دهد. برای مثال ویژگی‌هایی مانند اعتماد به خدا و توکل بر او می‌تواند در زدودن ناامیدی و اضطراب انسان مؤثر باشد. از سوی دیگر سلامت یا بیماری روان می‌تواند زمینه سلامت یا بیماری معنوی را فراهم کند. مثلاً کسی که قدرت کنترل احساسات خود را ندارد و یا نمی‌تواند تخیلات و افکار خود را هدایت کند و در نتیجه سلامت روانش در خطر است، طبیعتاً نمی‌تواند احساس حضور خدا را نیز در خود تقویت کند و یا از خیالات و وسوس شیطانی خود را رها کند. برای مثال در حدیثی از امیرالمؤمنین (ع) نقل شده است که «ابلیس کمندی بزرگتر از خشم و شهوت ندارد».^۲ براساس این حدیث شریف عدم توانایی در کنترل خشم که یک شاخص سلامت روانی است منجر به افتادن در

^۱ شجاعی محمد صادق، با همکاری مجتبی حیدری، نظریه‌های انسان سالم با نگرش به منابع اسلامی، بخش ۳ و ۴.

^۲ قال امیرالمؤمنین ع: لیس لابلیس وهق أعظم من الغضب و النساء، تصنیف غرر الحکم، ص ۳۰۲.

دام ابلیس می‌شود. بدیهی است هدف اصلی ابلیس دور کردن انسان‌ها از معنویت و یاد خداست، بدین ترتیب، این حدیث بین یک شاخص سلامت روانی و سلامت معنوی پیوند برقرار کرده است. پیامبر اکرم (ص) در این باره می‌فرماید: «غضب ایمان را فاسد می‌کند همانطور که سرکه غسل را فاسد می‌کند».^۱ یونگ نیز به رابطه میان ساحت معنوی و روانی انسان اشاره می‌کند و می‌گوید: من حتی یک بیمار را ندیده‌ام که اساساً، حل مشکلش به یک گرایش دینی از زندگی وابسته نباشد؛ منشأ بیماری روانی در بیماران به ارضا نشدن نیازهای معنوی آنها باز می‌گشت. تنها وقتی که به دین بازگشتند و نیاز معنوی‌شان برآورده شد، بیماری‌شان هم به طور کامل درمان شد. طی دهه‌های گذشته، نظریه‌پردازان در زمینه‌های مختلف وجود دامنه گسترده‌ای از نیازهای معنوی انسان را مسلم می‌دانسته‌اند.^۲

۳. رابطه سلامت اخلاقی و معنوی

سلامت اخلاقی با نگاه سکولار ناظر به وضعیتی است که فرد فضیلت‌های اخلاقی و انسانی مانند نوع دوستی، همدردی با دیگران، بخشندگی و ... را در خود به فعلیت برساند. سلامت اخلاقی با نگاه اسلامی علاوه بر اصلاح صفات و رفتار در رابطه با خود و دیگر انسان‌ها، و دیگر موجودات جهان مادی، رابطه با خدا را نیز مورد توجه و تأکید قرار می‌دهد.^۳ تفاوت سلامت معنوی با سلامت اخلاقی از نگاه اسلامی به تفاوت قلمرو اخلاق و معنویت برمی‌گردد. قلمرو اخلاق در اسلام شامل رابطه انسان با خود، خدا، دیگر انسان‌ها، دیگر موجودات زنده و دیگر اشیاء است. اما قلمرو معنویت و سلامت معنوی، رابطه انسان با خداست. غایت در تربیت اخلاقی، بهبود روابط پنجگانه است اما غایت در تربیت معنوی بهبود روابط

^۱ قال ص الغضب یفسد الإیمان كما یفسد الخل الغسل. کافی، ج ۲، ص ۳۰۲ در روایت دیگری از پیامبر اکرم (ص) آمده است که می‌فرماید: الغضب یفسد الإیمان كما یفسد الصبر الغسل یعنی: غضب ایمان را فاسد می‌کند همانطور که گیاه تلخ صبر غسل را فاسد می‌کند. منیه المرید، ص ۳۲۰.

^۲ محمد رضا سالارسفر، محمداصادق شجاعی، مهدی موسوی‌اصل، محمد دولت خواه، بهداشت روانی با نگرش به منابع اسلامی، صفحه ۱۱۵-۱۱۶.

^۳ مصباح یزدی، محمد تقی، نقد و بررسی مکاتب اخلاقی، ص ۳۳۶-۳۳۸.

با خداست. البته روابط پنجگانه که در اخلاق اسلامی مطرح است، در طول هم هستند نه در عرض هم. به همین دلیل همه‌ی روابط باید در سایه ارتباط با خدا تنظیم شود. در نتیجه با نگاه اسلامی، سلامت معنوی یکی از غایات و بلکه غایت برتر در سلامت اخلاقی است.

سلامت اخلاقی نیز با سلامت معنوی ارتباط دارد. فردی که اعتقاد به خدا ندارد می‌تواند درجه‌ای از زیست اخلاقی را در خود محقق کند و اخلاق سکولار را در خود تقویت کند، اما چنین کسی سلامت معنوی خود را تأمین نکرده است. با این حال سلامت اخلاقی می‌تواند زمینه سلامت معنوی را فراهم کند. بخل، حسادت و کینه‌توزی از جمله بیماری‌های اخلاقی هستند که طبق احادیث، ایمان و معنویت انسان را خدشه‌دار و یا نابود می‌کنند. ائمه اطهار(ع) بیانات بسیار زیادی در این باره دارند. برای نمونه می‌توان این چهار حدیث را یادآور شد: امام صادق(ع): «مؤمن نه کینه توز و نه حسود است.»^۱ امام صادق(ع): «حسادت ایمان را می‌خورد همان طور که آتش هیزم را می‌خورد»^۲ رسول الله(ص): «برترین مردم در ایمان گشاده دست ترین آنهاست»^۳ رسول الله(ص): «هیچ چیز مانند خسیس بودن دینداری را از بین نمی‌برد»^۴ از سوی دیگر اعتقاد به اینکه خداوند به کارهای نیک انسان پاداش می‌دهد انسان را به سوی فضائل اخلاقی می‌کشاند و یا محبت به خداوند و خاندان پیامبر(ص) که از شاخص‌های سلامت معنوی است شخصیت انسان را به شخصیت اخلاقی آنها نزدیک می‌کند. بنابراین سلامت معنوی هم می‌تواند طراز سلامت اخلاقی انسان را بالا ببرد.

^۱ عن أبي عبد الله (ع) في بيان صفة المؤمن: ... لا حقود و لا حسود. کافی، ج ۲، ص ۲۲۷

^۲ عن أبي عبد الله (ع) قال: إن الحسد يأكل الإيمان كما تأكل النار الحطب. کافی، ج ۲، ص ۳۰۶

^۳ قال رسول الله (ص): أفضل الناس إيماناً أبسطهم كفا. هداية الامة ج ۷ ص ۳۵۶

^۴ قال رسول الله (ص): ما محق الإسلام محق الشح شيء. (همان)

۴. رابطه سلامت دینی و معنوی

سلامت دینی در صورتی حاصل می‌شود که فرد معیارهای دینداری را در ساحت‌های مختلف مانند بینش، گرایش، کنش‌های فردی، اجتماعی، اقتصادی، سیاسی و ... برآورده کرده باشد. تفاوت سلامت معنوی با سلامت دینی یا دینداری در این است که اولی زیرمجموعه دومی است. سلامت معنوی ناظر به رشد ساحت معنوی انسان است یعنی جاری بودن روح معنویت در تمامی رفتارهای اختیاری انسان اما سلامت دینی از نگاه اسلامی ساحت‌های مختلفی دارد اعم از سلامت شناختی - اعتقادی، سلامت عاطفی روانی، سلامت معنوی، سلامت اخلاقی اعم از اخلاق فردی و اجتماعی که شامل ابعاد اقتصادی، سیاسی، و فرهنگی می‌شود. سلامت معنوی در عین حال که یکی از ساحت‌های سلامت دینی است ساحت برتر سلامت دینی نیز تلقی می‌شود. نقطه اوج یا غایات برتر دینداری، تحقق سلامت معنوی است. سلامت دینی به لحاظ هدف بسیار به سلامت معنوی نزدیک است زیرا ارتباط با خدا و کسب معنویت حقیقی در گرو پیروی از آموزه‌های دینی است که خداوند برای انسان‌ها فرستاده است. با این حال می‌توان گفت تربیت و رشد دینی فراگیرتر از رشد معنوی است.

سلامت دینی نیز با سلامت معنوی ارتباط دارد. ممکن است کسی ارتباطش با خداوند را تقویت کرده باشد اما هنوز مهارت‌های لازم برای یک رفتار دینی را کسب نکرده باشد. با این حال می‌توان گفت سلامت معنوی به تدریج منجر به سلامت دینی هم می‌شود زیرا اگر انسان ارتباط قلبی با خداوند داشته باشد قطعاً در راستای کسب رضای خداوند تلاش خواهد کرد و نتیجه این تلاش مطابق شدن رفتار او با برنامه دین در ساحت‌های مختلف خواهد بود و در نتیجه به سلامت دینی هم می‌رسد، لذا لازمه سلامت معنوی ظهور همه شاخص‌های دینداری در فرد است.

با توجه به آنچه گفته شد در یک برنامه جامع سلامت معنوی، قطعاً باید از دستاوردهای تجربی علم روانشناختی استفاده شود. زیرا این دستاوردها ما را به ویژگی‌های روانی انسان آگاه می‌کند و بر اساس آن می‌توان از یک سو رابطه بین احساسات و بینش‌های انسان و از سوی دیگر رابطه هر یک از این دو

با محیط را بهتر شناخت. عناصر دخیل در سلامت معنوی نیز از سنخ بینش و احساس هستند، مانند باور به رحمت خداوند، احساس حضور خدا و تکیه کردن به او. گرچه نباید از ویژگی‌های خاص این عناصر نسبت به سایر احساسات و بینش‌ها غافل شد، می‌توان با استفاده از قواعد کلی روانشناختی نقبی به احساسات معنوی زد و مکانیزم رشد و ارتقاء معنویت را تکمیل کرد. همچنین در این برنامه جامع باید ویژگی‌های اخلاقی مؤثر در معنویت مورد بررسی قرار گیرد و رابطه بین این دو آشکار شود.

با توجه به آنچه در مورد رابطه سلامت معنوی با سلامت روانی، اخلاقی و دینی بیان شد روشن می‌شود که سلامت معنوی به یک معنا در عرض و به یک معنا در طول آنهاست. در عرض است یعنی متفاوت از آنهاست و در طول است یعنی در همه اثرگذار و روح حاکم بر همه است. سلامت معنوی غایت برتر یا برآیند سلامت دینی و اخلاقی، و این دو، پایه تحقق سلامت معنوی هستند، لذا فرایند تحقق سلامت معنوی کاملاً خارج از چارچوب سلامت دینی و اخلاقی نیست؛ بلکه سلامت معنوی در طول آنها قرار دارد.

فصل دوم

ضرورت و راهکارهای ایجاد بینش معنویت‌گرا در والدین

مقدمه

سلامت معنوی فرایندی است که از زمان انتخاب همسر، دوره پیش‌زادی، دوره شیرخوارگی و کودکی شروع شده و تا نوجوانی، جوانی و بزرگسالی ادامه پیدا می‌کند. بی‌تردید والدین زمانی می‌توانند اقداماتی را در جهت شکل‌دهی سلامت معنوی فرزندان انجام دهند که خودشان نگرش معنوی داشته باشند. والدینی که چنین نگرشی ندارند و چه بسا معنویت برای آنان مهم نیست، نمی‌توانند فرزند معنویت‌گرا تربیت نمایند. والدین قبل از هر اقدام تربیتی باید به دو سؤال پاسخ دهند، نخست اینکه چرا به سلامت معنوی فرزندان اهمیت بدهند؟ دیگر اینکه چه اقداماتی باید در این مسیر انجام دهند؟ پاسخ به پرسش نخست انگیزه والدین را برای توجه به سلامت معنوی فرزند تقویت می‌کند. گفتار حاضر پاسخ به این پرسش است. سؤال دوم، طی فصول آینده پاسخ آن بیان می‌شود.

تأثیرپذیری معنویت کودک از والدین

یکی از نکات مورد تأکید اسلام در باب سلامت معنوی، تأثیرپذیری معنویت کودک از والدین است. پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله): هر مولودی بر فطرت (توحید) زاده می‌شود و این پدر و مادر او هستند که وی را یهودی و نصرانی بار می‌آورند.^۱ در روایت دیگری نیز قریب به این مضمون آمده است: در یکی از غزوات که طی آن مسلمانان فرزندان مشرکان را کشتند رسول خدا (ص) فرمود: بدانید که بهترین افراد شما، فرزندان همان مشرکان هستند. سپس فرمود: هان! نسل‌کشی کنید، هر مولودی براساس فطرت (توحید) به دنیا می‌آید و پیوسته بر آن است تا آن که زبانش از آن پرده بر می‌دارد، اما پدر و مادرش او را یهودی یا نصرانی و یا مجوسی بار می‌آورند.^۲

^۱ قال رسول الله صلى الله عليه و آله : كُلُّ مَوْلُودٍ يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ ، وَ إِنَّمَا أَبَوَاهُ يَهُودَانِهِ وَ يُنَصِّرَانِهِ . كليني، محمد بن يعقوب، ج ۲، ص ۱۲.
^۲ عن رسول الله صلى الله عليه و آله - في غزوة قتل فيها المسلمون أبناء المشركين - : أَلَا إِنَّ خِيَارَكُمْ أَبْنَاءَ الْمُشْرِكِينَ . ثُمَّ قَالَ : أَلَا لَا تَقْتُلُوا ذُرِّيَّهُ، كُلُّ مَوْلُودٍ يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ ، فَمَا يَزَالُ عَلَيْهَا حَتَّى يُغَرَّبَ عَنْهَا لِسَانُهُ ، فَأَبَوَاهُ يَهُودَانِهِ أَوْ يُنَصِّرَانِهِ أَوْ يُمَجِّسَانِهِ . محمدی ری‌شهری، میزان الحکمه؛ ج ۳، ص ۴۲۶.

بنابراین در دیدگاه اسلامی، فرزندان از والدین در بعد دینی و معنوی تأثیرپذیری شدیدی دارند، لذا داشتن بینش معنویت‌گرا در والدین می‌تواند فرزندان را معنویت‌گرا و داشتن بینش ضدمعنوی می‌تواند فرزندان را ضد معنوی بار آورد. والدین طولانی‌ترین و عمیق‌ترین آثار را در رشد و تعالی و یا انحطاط فرزندان دارد. پدر و مادر افزون بر دخالت در سرنوشت اولاد خود از طریق وراثت، به واسطه‌ی تأثیر فراوانی که در تربیت او دارند، زمینه‌ساز سعادت و شقاوت فرزندان می‌باشند. قرآن کریم می‌فرماید: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید، خود و خانواده‌ی خویش را از آتشی که هیزم آن انسان‌ها و سنگ‌هاست نگه دارید...»^۱. آیه مورد نظر در باب اهمیت تربیت و گرفتار شدن به سرنوشت دوزخی به مؤمنان تذکر می‌دهد.

راهکارهای عملی ایجاد بینش معنویت‌گرا

پیش از تولد فرزند، والدین باید سعی کنند در خود بینش معنوی را تقویت کنند تا با کسب آمادگی لازم بتوانند در جهت بهبود سلامت معنوی کودکان اقدامات لازم را انجام دهند. در ادامه به بیان هفت نکته می‌پردازیم که تأمل در آنها می‌تواند نگرش والدین را به سمت تربیت معنوی سوق دهد. انتظار می‌رود والدین با فراگیری این نکات نگرش خود را نسبت به فرزندان جنبه معنوی ببخشند و در جهت سلامت معنوی کودکان حرکت کنند. گفتنی است نکات زیر تنها مربوط به دو سال نخست کودکی نیست، بلکه والدین در تمام ادوار تربیتی باید این نگرش معنوی را حفظ کنند تا بتوانند به صورت مستمر باعث رشد معنوی کودک بشوند.

الف: کودک، برکت الهی برای والدین

والدین باید یک نگرش معنوی کسب کنند به گونه‌ای که اولاد را وسیله خوش‌گذرانی دنیا ندانند، اولاد را وسیله تفاخر بر دیگران نبینند، به اولاد نگاه اقتصادی و سرگرمی نداشته باشند و آن را وسیله‌ی رهایی از

۱. یا ایُّهَا الَّذِینَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَکُمْ وَ أَهْلَیْکُمْ نَاراً وَقُودُهَا النَّاسُ وَ الْحِجَارَةُ عَلَیْهَا مَلَائِکَةٌ غُلَاطٌ شِدَادٌ لَا یَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَ یَفْعَلُونَ مَا یُؤْمَرُونَ (التحریم، ۶).

تنهایی در کهنسالی ندانند، بلکه نگاه به اولاد یک نگاه معنوی باشد، پیامبر گرامی اسلام (ص) می‌فرماید: «در روز قیامت من به افراد امت حتی بیچه‌های سقط شده افتخار می‌کنم»^۱. امام صادق (ع) می‌فرماید: فردی که فرزندان کمی داشت گفت: روزی من در صحرای عرفات وقوف کرده بودم و مشاهده کردم که جوانی در حالت گریه و زاری برای پدر و مادر خود دعا می‌کند از آن پس نسبت به داشتن فرزند علاقه‌مند شدم^۲. در روایت دیگر پیامبر گرامی اسلام (ص) می‌فرماید: فرزند صالح گلی است که خداوند آن را بین بندگان خود توزیع کرده است^۳. در این زمینه روایت‌های دیگری نیز وجود دارد^۴ که به جنبه معنوی فرزندداری اشاره دارند.

این سخنان نشان می‌دهد که نگاه اسلام به فرزند یک نگاه کاملاً معنوی است. به گونه‌ای که یکی از اهداف اصلی از داشتن فرزند نجات اخروی است به این معنا که فرد با داشتن فرزند از فعالیت‌های معنوی او بهره‌مند شود. در این نگاه فرزند وسیله درآمد مادی، یا وسیله ارضای نیاز به داشتن فرزند یا وسیله رقابت و همچشمی با دیگران نیست. روشن است که هدف معنوی از فرزند زمانی محقق می‌شود

۱. رَسُولُ اللَّهِ (ص): أَمَا عَلِمْتُمْ أَنِّي أَنَا هِيَ بَكُمْ الْإِمَامَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّى بِالسَّقَطِ. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۵، ص ۳۳۴.

۲. عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ (ع): قَالَ إِنْ قُلْنَا رَجُلًا سَمَاءَ قَالَ إِنِّي كُنْتُ زَاهِدًا فِي الْوَلَدِ حَتَّى وَقَفْتُ بِعَرَفَةَ فَإِذَا إِلَى جَانِبِي غُلَامٌ شَابٌ يَدْعُو وَيَبْكِي وَيَقُولُ يَا رَبِّ وَالِدَيَّ وَالِدَيَّ فَرَعَيْتَنِي فِي الْوَلَدِ حِينَ سَمِعْتُ ذَلِكَ. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۳.

۳. رَسُولُ اللَّهِ (ص): الْوَلَدُ الصَّالِحُ رِيحَانَةٌ مِنَ اللَّهِ قَسَمَهَا بَيْنَ عِبَادِهِ. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۲.

۴. مانند این روایات: رَسُولُ اللَّهِ (ص): «إِنَّ الْوَلَدَ الصَّالِحَ رِيحَانَةٌ مِنْ رِيَّاحِينَ الْجَنَّةِ؛ فرزند صالح، گل خوش بویی از گل‌های بهشت است (الکافی ج ۶: ص ۳)، عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ (ع) قَالَ إِنْ أَوْلَدَ الْمُسْلِمِينَ مَوْشُومُونَ عِنْدَ اللَّهِ شَافِعٌ وَمُشَفَّعٌ؛ فرزندان مسلمانان نزد خداوند نشان دار هستند، شفاعت کننده و مورد شفاعت هستند (الکافی ج ۶: ص ۳)، قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص) مَرَّ عِيسَى ابْنُ مَرْيَمَ عَ بِقَبْرِ يُعَذَّبُ صَاحِبُهُ ثُمَّ مَرَّ بِهِ مِنْ قَابِلٍ فَإِذَا هُوَ لَا يُعَذَّبُ فَقَالَ يَا رَبِّ مَرَرْتُ بِهَذَا الْقَبْرِ عَامَ أَوَّلِ فَكَانَ يُعَذَّبُ وَ مَرَرْتُ بِهِ الْعَامَ فَإِذَا هُوَ لَيْسَ يُعَذَّبُ فَأَوْحَى اللَّهُ إِلَيْهِ أَنَّهُ أَذَرَكَ لَهُ وَلَكَ صَالِحٌ فَأَصْلَحَ طَرِيقًا وَ أَوَى يَتِيمًا فَلِهَذَا غَفَرْتُ لَهُ بِمَا فَعَلَ ابْنُهُ ثُمَّ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص) مِيرَاثُ اللَّهِ عَزَّ وَ جَلَّ مِنْ عَبْدِهِ الْمُؤْمِنِ وَلَكَ يُعَذَّبُ مِنْ بَعْدِهِ؛ حضرت عیسی بن مریم (ع) بر قبری گذر کرد که صاحب آن در حال عذاب کشیدن بود. سال بعد، بار دیگر بر آن گذر کرد، دید که دیگر او عذاب نمی‌شد. گفت: خدایا سال قبل که از کنار این قبر عبور کردم، داشت عذاب می‌شد اما امسال که رد شدم دیگر عذاب نمی‌شد! خداوند به او وحی کرد که او فرزند صالحی داشت که اکنون بالغ شده است و جاده‌ای را اصلاح کرده و یتیمی را پناه داده، لذا او را به خاطر کار فرزندش آمرزیدم. سپس حضرت (ص) فرمودند: میراثی که خدای عز و جل از بنده مومنش می‌برد، فرزندی است که بعد از او عبادت خدا کند. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۴.

که تربیت فرزند در مسیر الهی و معنوی باشد. این نگاه هم داشتن فرزند را معنوی می‌داند و هم انگیزه والدین را برای تربیت معنوی کودک افزایش می‌دهد.

ب: خوشبختی دنیایی والدین در داشتن اولاد صالح

والدین باید توجه داشته باشند که خوشبختی آنها در گرو داشتن فرزند صالح است. اگر فرزند آنان صالح نشود، زندگی والدین به خاطر فرزند ناصالح تلخ و ناخوشایند خواهد شد. از نظر دین اسلام یکی از سعادت‌ها و خوشبختی‌های فرد داشتن اولاد صالح است.^۱ آنچه که اهمیت دارد صرف داشتن اولاد نیست بلکه صالح بودن فرزند است زیرا اولاد غیرصالح که از سلامت معنوی برخوردار نباشد، نه تنها جزء خوشبختی‌های فرد به شمار نمی‌رود، بلکه خوشبختی را از فرد سلب می‌کند. اولاد صالح چگونه است؟ صالح به معنای شایستگی است که گاهی به عمل فرد نسبت داده می‌شود^۲ و گاهی به خود و ذات انسان^۳. بنابراین اگر انسان یا عمل او یکی از خصوصیات زیر را داشته باشد، صالح به شمار می‌رود: شایستگی نزدیک شدن به خداوند، شایستگی دریافت پاداش، شایستگی ارتقاء و بالا رفتن یا شایستگی دریافت صفت کرامت^۴. بنابراین می‌توان گفت «صالح» بودن فرزند برابر با سلامت معنوی یا یکی از مصادیق آن به شمار می‌رود.

در منابع اسلامی بخشی از خوشبختی فرد منوط به داشتن فرزند صالح شده است. انسان به طور طبیعی دنبال خوشبختی خود و فرزندانش است. اگر این نگرش به والدین آموخته شود که صالح بودن فرزندان

۱. قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص) «مِنْ سَعَادَةِ الرَّجُلِ الْوَلَدُ الصَّالِحُ؛ از عوامل سعادت شخص، فرزند نیکو است» (کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۳)؛ رَسُولُ اللَّهِ (ص): «مِنْ سَعَادَةِ الْمَرْءِ ... وَالْوَلَدُ الْبَارُّ؛ فرزند نیکوکار از خوشبختی فرد است». محدث نوری، ۱۴۰۸ق، ج ۹، ص ۱۵۵.

۲. مانند: فَمَنْ كَانَ يَرْجُوا لِقَاءَ رَبِّهِ فَلْيَعْمَلْ عَمَلًا صَالِحًا وَلَا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَدًا؛ هر کس به لقاء پروردگارش امید دارد، پس عمل نیکو انجام دهد و در عبادت پروردگارش هیچ کسی را شریک نکند. (کهف، ۱۱۰).

۳. مانند: وَ أَنْكِحُوا الْأَيَامَى مِنْكُمْ وَالصَّالِحِينَ مِنْ عِبَادِكُمْ؛ مجردهایتان و همچنین بردگان نیکوکاران را ازدواج دهید (نور، ۳۲).

۴. طباطبایی، المیزان، ۱۴۱۷ق، ج ۱، ص ۳۰۳.

آنها سبب خوشبختی خواهد شد^۱، باعث ایجاد انگیزه در والدین خواهد شد تا در جهت صالح بودن فرزندان خود تلاش کنند.

ج: خوشبختی دنیایی فرزند در گرو تربیت معنوی

والدین به طور طبیعی و فطری به دنبال سعادت و خوشبختی فرزندان خود است. امروزه پدرها به شدت کار می‌کنند و با مخارج انبوه فرزندان خود را به مدرسه و دانشگاه می‌فرستند تا خوشبختی این دنیایی فرزندان خود را تأمین کند. اما از نگاه دین اسلام درس و تحصیل و داشتن مال و اموال به تنهایی خوشبختی فرزندان را تأمین نمی‌کند، بلکه باید به صورت معنوی تربیت شوند تا خوشبخت باشند.

از نظر دین اسلام صرف زندگی کردن و داشتن امکانات، تحصیلات و آرامش زندگی خوشبختی نیست؛ بلکه خوشبختی همه افراد از جمله فرزندان در سایه دین و معنویت تعریف شده است. از نظر امام علی (ع) خوشبختی فرد در احراز دین و عمل برای آخرت است^۲. از نظر آن حضرت بزرگ‌ترین خوشبختی آن است که برودت یقین در قلب انسان رسیده باشد^۳ و بهترین خوشبختی استقامت در دین است^۴. پیامبر خدا (صلی الله علیه و آله): از خوشبختی آدمی این است که از خداوند طلب خیر کند و به قضای الهی خشنود باشد؛ و از بدبختی آدمی این است که از خداوند طلب خیر نکند و از قضای الهی ناخشنود باشد^۵. بنابراین فرزند انسان زمانی خوشبخت است که در مسیر سلامت معنوی باشد یعنی برای آخرت عمل کند استقامت در دین داشته باشد و به دنبال رضایت الهی باشد.

^۱ کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۳.

^۲ تمیمی آمدی، غررالحکم و دررالکلم، ص ۱۴۵.

^۳ محمدی ری‌شهری، میزان الحکمه، ج ۵، ۱۳۷۵، ص ۳۰۵.

^۴ تمیمی آمدی، غررالحکم، ص ۸۵.

^۵ مجلسی، ۱۴۰۴ق، ج ۷۴، ص ۱۶۱.

د: آزمایش الهی به وسیله فرزند

برخی بر این باورند که کودک فرزند خود آنان است و هرگونه که بخواهند می‌توانند او را تربیت کنند، اما دین اسلام کودک را وسیله آزمایش می‌داند. قرآن کریم می‌فرماید اولاد و اموال شما مایه آزمایش و امتحان شماست^۱. و برخی از آنها اگر درست تربیت نشوند تبدیل به دشمن انسان می‌شوند که باید از آنها اجتناب کرد^۲ و برخی از فرزندان انسان را از ذکر خدا باز می‌دارد^۳ و در صورتی که فرد ایمان و عمل صالح نداشته باشد، اولاد آنها سودی ندارد و انسان را به خدا نزدیک نمی‌سازد^۴.

این آموزه اسلامی باید به والدین آموزش داده شود تا نگرش معنوی نسبت به داشتن فرزند پیدا کنند و نسبت به تربیت معنوی آن انگیزه پیدا کرده و اهتمام لازم را داشته باشند. محبت انسان به فرزندش نیز جنبه امتحان و آزمایش دارد به این معنا که انسان به خاطر محبت فرزند از راه حق خارج نشود و به خاطر تأمین معاش فرزندان وظایف و تکالیف الهی را رها نسازد و در کنار فعالیت‌های اقتصادی و علمی برای فرزندان، جنبه معنوی آنها را جدی بگیرد و در کنار تأمین زندگی و شغل، ایمان و معنویت نیز برای فرزندان فراهم سازند، چنانکه پیامبر اکرم (ص) نیز بر این مطلب تأکید کردند آنگاه که به برخی کودکان نظر کردند و فرمودند: وای بر فرزندان آخرالزمان از پدرانشان! گفته شد ای رسول خدا، از پدران مشرکشان؟ فرمودند: نه! از پدران مؤمنشان! به آنها واجبات دینی را یاد نمی‌دهند و اگر خود فرزندان

۱. وَاعْلَمُوا أَنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَأَنَّ اللَّهَ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ (الأنفال: ۲۸). إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ (التغابن: ۱۵).
۲. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنِّ مِنْ أَوْزَاجِكُمْ وَأَوْلَادِكُمْ عَدُوٌّ لَكُمْ فَاحْذَرُوهُمْ وَإِنْ تَعَفَّوْا وَتَصَفَّحُوا وَتَغْفِرُوا فَإِنَّ اللَّهَ غَفُورٌ رَحِيمٌ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، از زنان و فرزندانان، دشمنی برای شما هست، پس از آنها بر حذر باشید. و اگر بخشیدید و نادیده گرفتید و آمرزیدید، همانا خداوند آمرزنده و مهربان است (التغابن: ۱۴).

۳. يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تُلْهِكُمْ أَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْخَاسِرُونَ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، مبادا اموال و فرزندانان شما را به باز گرد و از یاد خدا غافل کند. آنان که چنین کنند همان زیانکارانند. (المناقصون: ۹).

۴. وَمَا أَمْوَالُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ بِالَّتِي تُقَرَّبُكُمْ عِنْدَنَا ذُلْفَى إِلَّا مَنْ آمَنَ وَ عَمِلَ صَالِحًا فَأُولَئِكَ لَهُمْ جَزَاءُ الضَّعْفِ بِمَا عَمِلُوا وَ هُمْ فِي الْعُرْفَاتِ آمُونَ (سبا: ۳۷). لَنْ تَنْفَعَكُمْ أَرْحَامُكُمْ وَلَا أَوْلَادُكُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ يَفْصِلُ بَيْنَكُمْ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ؛ اموال و فرزندانان چیزی نیست که شما را به خدا نزدیک کند، جز کسی که ایمان بیاورد و عمل صالح انجام دهد که آنها را به خاطر رفتارشان، پاداشی دو برابر است و آنها در حجره‌های بلند مرتبه، در آسایش هستند (الممتحنه: ۳).

بخواهند یاد بگیرند، آنها را منع می‌کنند و به مقدار اندکی از دنیا برای فرزندشان راضی می‌شوند، پس ما از آنها بیزاریم و آنها هم از من بیزارند.^۱

ه: دریافت پاداش اخروی در برابر تربیت اولاد

والدین باید توجه داشته باشند که گذشته از نقش فرزندان در نجات اخروی، سعادت دنیایی والدین و فرزندان و موضوع آزمایش، والدین در قبال تربیت فرزندان پاداش اخروی دریافت می‌کنند و با این نگاه تربیت معنوی فرزندان تبدیل به عبادت می‌شود، که فرد هر چه تربیت دقیق‌تر را به کار گیرد و در این زمینه تلاش بیشتر انجام دهد از اجر و پاداش بیشتر بهره‌مند می‌شود. امام سجاد (ع) می‌فرماید: «و اما حق فرزندان این است که بدانی او از توست و با خوب و بدش در دنیا، منسوب به توست و تو درباره آنچه بر عهده‌ات است، یعنی خوب ادب کردن او، او را به سوی خداوند راهنمایی کردن و در کار فرمانبرداری از خداوند در حق تو و خودش یاری کردن، مسئولی و بر آن هم پاداش می‌گیری و هم مجازات می‌شوی. پس در کار [تربیت] همانند کسی رفتار کن که در این دنیا با اثر نیکش در حق و کارش را می‌آراید و در آنچه میان تو و پروردگارت است، به خاطر انجام دادن درست آن و نتیجه‌ای که از آن می‌گیری، معذور می‌باشی و نیرویی نیست جز از خداوند^۲. و تو درباره آنچه به تو سپرده شده است درباره فرزندان، مسئولیت داری و آن خوب ادب نمودن او، راهنمایی او به سوی پروردگار و یاری رساندنش در کار فرمانبرداری از خداوند در حق تو و خودش است^۳. این سخنان به روشنی نشان می‌دهند که والدین در قبال رشد معنوی فرزند پاداش دریافت می‌کند و در قبال عدم توجه به رشد معنوی کودک مجازات می‌شود.

۱. جامع الاخبار، ص ۱۰۶.

۲. و اما حق و لذت و تعلم آنکه منك و مضاف إلیك فی عاجل الدنيا بخیره و شره و أنك مسئول عمّا و لیتة من حسن الأدب والدلالة علی ربّه والمعوّنه علی طاعته فیک وفي نفسه فمناقب علی ذلک ومُعاقب فاعمل فی أمره عمل المتّزین بحسن أثره علیّه فی عاجل الدنيا المعذر إلی ربّه فیما بینک و بینة بحسن القيام علیّه والأخذ له منه، ولأقوة إلا بالله

۳. أنك مسئول عمّا و لیتة من حسن الأدب والدلالة علی ربّه والمعوّنه علی طاعته فیک وفي نفسه. (مجلسی، ۱۴۰۹ق، ج ۱۵، ص ۷۴).

و: ارتباط معنوی در درمان فرزند

از نظر دین اسلام، شفای واقعی در اختیار خداوند است.^۱ از این رو در مراجعات پزشکی، والدین باید شفای بیماری فرزند خود را از خداوند طلب نماید و در کنار پزشک، دارو و درمان، از دعا، توسل، نذر و زیارت نیز استفاده نماید. این امور در عین حال که در والدین روحیه معنوی به وجود می‌آورد، سبب می‌شود که خداوند در شفای بیماری فرزند کمک کند. بعداً زمانی که بچه بزرگ شود و احساس کند که در درمان و شفای او مسایل معنوی تأثیرگذار بوده است، اعتقاد بیشتری به مسایل معنوی پیدا می‌کند.

ز: درخواست کمک از خداوند در تربیت فرزند

در منابع اسلامی سفارش شده است که در تربیت فرزند از خداوند درخواست کمک شود. از ویژگی‌های مؤمنان راستین این است که توجه خاصی به تربیت فرزند و خانواده خویش دارند و برای خود در برابر آنها مسئولیت فوق‌العاده‌ای قائلند. "آنها کسانی هستند که در پیشگاه الهی دعا می‌کنند و می‌گویند پروردگارا همسران و فرزندان ما را کسانی قرار ده که مایه روشنی چشم ما شوند^۲". بدیهی است منظور این نیست که تنها در گوشه‌ای بنشینند و دعا کنند، بلکه دعا دلیل شوق و عشق درویشان بر این امر است، و رمز تلاش و کوشش. "قره عین" معادل نور چشم است که در فارسی می‌گوییم، کنایه از کسی که مایه سرور و خوشحالی است.^۳

با توجه به هفت نکته فوق، انتظار می‌رود که نگرش والدین نسبت به تربیت فرزند یک نگرش معنویت‌گرا شده باشد. زمانی که چنین نگرشی ایجاد شود، حالا والدین آماده‌اند تا اقدامات عملی جهت سلامت معنوی را انجام دهند و برای آنها انگیزه کافی دارند.

۱. ذِكْرُ اللَّهِ شِفَاءُ الْقُلُوبِ؛ ذکر خدا شفای دلهاست. الدُّعَاءُ شِفَاءٌ مِنْ كُلِّ دَاءٍ؛ دعا شفای هر دردی است. یا مَنْ اسْمُهُ دَوَاءٌ وَذِكْرُهُ شِفَاءٌ؛ ای کسی

که نامش دواء و یادش شفاء است. (محمدری شهری، میزان/الحکمه، ۱۳۸۹، ج ۴، ص ۲۳۲)

۲. وَ الَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَوْجَانِنا وَ ذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ (فرقان، ۷۴).

۳. مکارم شیرازی، ۱۳۷۴، تفسیر نمونه، ج ۱۵، ص: ۱۶۷

فصل سوم

مبانی اسلامی سلامت معنوی کودکان

مقدمه

بی تردید ما نسبت به یافته‌های پژوهشی میدانی، تجربی، و منابع در زمینه سلامت معنوی براساس سنین مختلف رشد (۲۰-۲ و ۷-۲ و ۱۲-۷ و ...) با محدودیت اطلاعات مواجهیم؛ حتی چه بسا در تطبیق این تقسیم‌بندی نیز که از روانشناسی غربی عاریت گرفته‌ایم، بر سلامت معنوی دچار کاستی‌هایی باشیم. در این راستا آنچه مهم است توجه به مبانی بحث سلامت معنوی در دوران کودکی است. این مبانی فقط در فصل حاضر بیان می‌شود و بنا به تکرار آن در سایر فصول نیست، لذا مطالعه سایر فصول باید با توجه به مبانی ذکر شده در فصل حاضر، همراه باشد.

بحث سلامت معنوی مثل هر عنصر معرفتی دیگر بر مبانی نظری و فلسفی استوار است. تنوع تعاریف، اختلاف دیدگاه‌ها در مورد قلمرو سلامتی، تفاوت نظر در تعیین مؤلفه‌ها، شاخص‌ها و نماگرهای سلامت معنوی ریشه در مبانی مختلف دارد. نگرش اسلامی در باب سلامت معنوی نیز در پرتو مبانی فلسفی اسلام قابل طرح و بررسی است. مبانی و گزاره‌های مبنایی مورد قبول اسلام در پنج دسته تقسیم شده

است که عبارت‌اند از: مبانی معرفت‌شناختی^۱، هستی‌شناختی^۲، الهیاتی^۳، انسان‌شناختی^۴ و ارزش‌شناختی^۵. کتاب «سلامت معنوی از دیدگاه اسلام»^۶ به‌صورت مبسوط به بیان این مبانی پرداخته است.

مبانی ذکر شده در اثر پیش گفته باید در تمام مباحث سلامت معنوی از نظر اسلامی مد نظر باشد. بحث حاضر که سلامت معنوی کودکان است، نیازمند بررسی برخی مبانی مهمتر معطوف به دوره کودکی (با دامنه سنی چهارگانه: پیش‌زادی، ۰ تا ۲ سال، پایان ۲ تا ۷ سال و پایان ۷ تا ۱۲ سال) است. بنا بر همین

^۱ مانند: ۱. امکان شناخت امور نامحسوس ۲. تقسیم علوم به حضوری و حصولی ۳. خطاناپذیری علم حضوری ۴. مراتب علم حضوری ۵. ابزارهای علم حصولی ۶. مراتب علوم حصولی (حس، خیال و عقل) ۷. وابستگی معرفت‌های عملی به معرفت‌های نظری ۸. ابزارهای معرفت دینی ۹. اعتبار انواع معرفت‌های دینی.

^۲ مراتب داشتن موجودات ۲. تقسیم موجودات به مادی و فرامادی ۳. تدریجی بودن عالم ماده و موجودات متعلق به ماده ۴. وجود تراحم در عالم ماده.

^۳ مانند: ۱. وجود خداوند کامل مطلق ۲. توحید ۳. قضا و قدر الهی ۴. وحدت نظام هستی ۵. وحدت غایت و هدف هستی ۶. حکمت الهی ۷. نظام احسن ۸. عدل الهی ۹. هدف از آفرینش جهان ۱۰. هدایت تکوینی ۱۱. هدایت تشریعی ۱۲. خاتمیت، جامعیت و جهانی بودن اسلام ۱۳. قرآن، کتاب تحریف‌ناپذیر آسمانی ۱۴. ولایت و امامت پیامبر اسلام ۱۵. ولایت و امامت امامان معصوم ۱۶. غیبت امام دوازدهم ۱۷. ولایت فقیه در زمان غیبت امام دوازدهم.

^۴ مانند: ۱. ترکیب انسان از روح و بدن ۲. غیرمادی بودن روح ۳. اصالت روح ۴. جاودانگی روح ۵. مراتب طولی و شئون عرضی روح و وجود تراحم در آنها ۶. تغییرپذیری تدریجی روح و بدن ۷. تأثیرگذاری روح و بدن بر یکدیگر ۸. وجود سرشتی مشترک و فطرتی الهی در همه انسان‌ها ۹. مختار بودن انسان ۱۰. هدفمندی انسان ۱۱. خود دوستی انسان ۱۲. کمال‌جویی انسان ۱۳. نامتناهی بودن کمال‌جویی انسان ۱۴. کمال‌نهایی انسان: قرب به خداوند متعال ۱۵. مقدمه بودن زندگی دنیوی انسان برای زندگی اخروی ۱۶. وابستگی کمال حقیقی انسان به افعال اختیاری او ۱۷. وابستگی فعل اختیاری به توانایی، بینش و گرایش او ۱۸. کاستی‌های انسان در توانایی، بینش و گرایش ۱۹. تأثیرگذاری انسان بر موجودات دیگر و تأثیرپذیری از آنها ۲۰. اجتماعی بودن انسان ۲۱. نیازمندی انسان به وحی برای دستیابی به کمال حقیقی ۲۲. وابستگی کمال حقیقی انسان به استفاده از همه قابلیت‌های او ۲۳. تأثیر رشد متناسب قابلیت‌های انسان در کمال حقیقی او ۲۴. وجود موانع در راه رسیدن به کمال ۲۵. تفاوت انسان‌ها در ظرفیت‌ها و قابلیت‌ها ۲۶. بندگی در برابر خدا ۲۷. مسئولیت انسان در برابر خدا درباره خود و همه موجودات دیگر ۲۸. کرامت تکوینی و اکتسابی انسان.

^۵ مانند: ۱. واقعی و اثبات‌پذیر بودن ارزش در دانش‌های عملی ۲. وابستگی همه ارزش‌های واقعی به ارزش هدف‌نهایی ۳. هدف‌نهایی: قرب به خداوند ۴. ثابت و مطلق بودن اصول ارزشی و متغیر بودن ارزش امور دیگر ۵. مراتب داشتن ارزش‌های دیگر ۶. تأثیر نیت و نوع کار اختیاری در ارزش آن ۷. انتخاب معقول در تراحم ارزش‌ها ۸. حد نصاب ارزش ۹. راه تشخیص ارزش.

^۶ این کتاب به اهتمام دکتر مجتبی مصباح در سال ۱۳۹۲ منتشر شده است.

ضرورت، برخی مبانی پرکاربرد در بحث سلامت معنوی کودکان مرور و وجه تأثیرگذاری آن‌ها در جهت‌یابی برنامه‌ها و راهبردهای تأمین سلامت معنوی کودکان اشاره خواهد شد.

۱. نقش مؤثر وحی در فهم، تقویت و حفظ سلامت معنوی

پیش از بحث از راهکارها و روش‌های تحقق سلامت معنوی در کودکان، باید نحوه کشف این روش‌ها مشخص شود. یکی از مبانی مستحکم اسلامی این است که وحی در کنار عقل و تجربه یکی از منابع شناخت و کشف واقع است. اگر کسی دین را به عنوان برنامه هدایت و سعادت انسان که از سوی خدای متعال نازل شده است بپذیرد لاجرم باید کاشفیت وحی را نیز بپذیرد. اگر گزاره‌های دینی، واقع‌نما نباشند و یا اعتبار معرفتی نداشته باشند، چگونه می‌توانند ضامن نجات و سعادت بشر باشند؟

از سوی دیگر باید توجه داشت که سلامت معنوی خود یکی از مهم‌ترین رسالت‌های دین است. گرچه در حیطه سلامت جسمانی نیز گزاره‌های مفیدی در متون دینی آمده است اما به دلایل متعددی، سلامت جسمانی رکن اساسی دین و مأموریت اصلی دین نیست چرا که اولاً انسان با ابزار تجربه تا حدود زیادی می‌تواند به قواعد لازم برای سلامت جسمانی دست پیدا کند ثانیاً سلامت روح که هویت اصلی انسان است بسیار مهم‌تر از سلامت جسم است که تنها اثری دنیوی و موقت برای انسان دارد. ثالثاً انسان‌ها همواره برای تلاش در جهت سلامت جسمی خود انگیزه کافی دارند و نیاز چندانی به مشوق الهی ندارند. نقطه مقابل این وضعیت در سلامت معنوی وجود دارد، یعنی اولاً برای پی بردن به قواعد مربوط به سلامت معنوی باید روح و عوامل ناپیدای مؤثر در آن شناسایی شوند که بسیاری از آنها از حیطه کشف تجربی بشر خارج است. ثانیاً اثر سلامت معنوی، قرب الهی است و این همان هدف جاودانی است که اصل خلقت انسان برای آن است. ثالثاً به دلیل مخفی بودن آثار سلامت معنوی، انسان‌ها انگیزه کافی برای تحصیل آن ندارند و لذا نیاز به مشوق الهی در این زمینه وجود دارد.

با توجه به آنچه بیان شد، برنامه‌ریزی در جهت سلامت معنوی، بدون استفاده از منبع و حیانی، تلاشی بی‌فایده است چرا که اساساً وحی آمده است تا نقص انسان را در برنامه‌ریزی معنوی‌اش جبران کند و پشت کردن به وحی یعنی قبول برنامه ناقص انسانی در سلامت معنوی!

بنابراین وحی منبع مستقلی برای کشف عوامل مؤثر در سلامت روح و معنویت انسانی است. در این صورت، اگر وحی یک عاملی را به عنوان عامل مؤثر در سلامت معنوی معرفی کرد، نبود شاهد تجربی برای این گزاره، خللی در اعتبار و واقع‌نمایی آن ایجاد نمی‌کند. بلکه اگر شواهد تجربی خلاف یک گزاره نقلی را تأیید کرد در این صورت باید مقدمات هر دو گزاره با دقت و وسواس بیشتری بررسی شود تا معلوم شود آیا در فرایند به دست آوردن گزاره نقلی اشتباه کرده‌ایم و یا در فرایند کشف گزاره تجربی. به هر حال آنچه مهم است پذیرش وحی - که در قالب آیات قرآن و روایات معصومین (ع) به ما رسیده است - به عنوان منبع مستقل کشف قواعد سلامت معنوی است.

۲. اصالت روح و تقدم سلامت معنوی بر سلامت جسمی

«روح» و «نفس» کاربردهای متعددی دارند، به گونه‌ای که گاه مترادف و گاه متفاوت از هم به کار می‌روند، اما «روح» در حکمت اسلامی به معنای «عامل حیات» و معادل «نفس» در نظر گرفته شده است؛^۱ چیزی که افعال اختیاری، توان ارادی و تفکر و تحرک به آن منتسب است.^۲ در این نوشتار هم هر دو به یک معنا به کار رفته است.

سلامت معنوی بدون انسان‌شناسی جامع و مطمئن امکان‌پذیر نیست. اگر معنویت ساحت برتر وجود انسان است بدون شناخت انسان نمی‌توان برای ساحت برتر این موجود، داوری کرد. در آیات قرآن روح تشکیل‌دهنده هویت انسانی انسان به حساب آمده و بستر کمالات معنوی معرفی شده است. در آیات

^۱ ابن سینا، قراضه طبیعیات، ص ۱۳۶؛ محمدتقی یوسفی، رابطه نفس و بدن از دیدگاه ملاصدرا و کتاب و سنت، ص ۳۴-۳۵.

^۲ هر یک از دو واژه نفس و روح کاربردهای متعددی دارند. برای مثال نفس گاه به درجه نازله و حیوانی روح اطلاق می‌شود اما در فصل حاضر، هر دو به معنای مترادف بکار رفته اند و ناظر به ساحت غیرمادی انسان هستند.

۲۹ سوره (حجر) و ۷۲ سوره (ص)، سجده فرشتگان بر انسان (به عنوان نشانه برتری وجودی) با حلول روح در او پیوند زده شده است.^۱ روح است که فعالیت‌های ذهنی را ممکن و احساس، اراده و تفکر و تعقل را که مقومات وجود انسان‌اند، جهت می‌بخشد،^۲ با روح گرایش به خیر و شر و درستی و نادرستی معنا می‌یابد و سبب توجیه و برتر بینی یکی بر دیگری می‌شود.^۳ بنابراین، آنچه معیار انسانیت به حساب می‌آید همین روح و ویژگی‌های روحانی است. بنابراین ملاحظات، معنویت که تجلی روح در زندگی انسان است، کانون تکامل انسانی و مقوم اصلی پیشرفت، ترقی و توسعه حیات انسانی خواهد بود. حیات انسانی همان که قرآن «حیات طیبه» لقب داده،^۴ حیات معنوی است. حیات معنوی براساس اصالت معنا، ترسیم می‌شود.^۵ معنا و معنویت انسان مرده را زنده و حیات طبیعی و گرایش‌های غریزی و حیوانی‌اش را به حیات طیبه و گرایش‌های روحانی و الهی مبدل می‌کند. روح آدمی ظرفیت‌های متعالی دارد که در سایه پابندی به آموزه‌های وحیانی قابل شکوفایی است. پیامبر اسلام صلی‌الله‌علیه‌وآله به ظرفیت ملکوتی انسان اشاره دارد در آنجا که می‌فرماید:

"اگر شیاطین دور قلوب بنی آدم را احاطه نمی‌کردند، آنها به ملکوت آسمان‌ها و زمین می‌نگریستند."^۶

^۱ «إِذَا سَوَّيْتُهُ وَ نَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ» (حجر: ۲۹) «إِذَا سَوَّيْتُهُ وَ نَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ؛ وقتی او را کامل کردیم و از روح خود در او دمیدم، پس برای او سجده کنان بر زمین افتید» (ص: ۷۲) «ثُمَّ سَوَّاهُ وَ نَفَخَ فِيهِ مِنْ رُوحِي وَ جَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَ الْبَصَارَ وَ الْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ؛ سپس او را کامل نمود و از روح خود در او دمید و برایتان گوش و چشم و دل قرار داد. اندکی از شما شکر گذاری می‌کنید» (السجده: ۹).

^۲ گروه نویسندگان زیر نظر آیت الله مصباح یزدی، فلسفه تعلیم و تربیت اسلامی، ص ۱۶۷.

^۳ سید قطب، فی ظلال القرآن، ج ۱۶، ص ۳۹۱۷.

^۴ «مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْتَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً؛ هر مرد و زنی که عمل نیکو انجام دهد در حالی که مومن است، به او زندگانی و حیات طیب عطا می‌کنیم» (نحل ۹۷).

^۵ علامه محمد حسین طباطبایی، شیعہ (مذاکرات و مکاتبات هانری کرین با علامه طباطبایی)، ص ۲۳۷.

^۶ فی عوالی اللئالی و قال علیه السلام لولا ان الشیاطین یحومون حول قلوب بنی آدم لنظروا الی ملکوت السماوات و الارض، العروسی الحویزی، عبد علی بن جمعه، تفسیر نور الثقلین، محقق / مصحح: رسولی محلاتی، سید هاشم، ج ۱، ص: ۷۳۶ (اسماعیلیان، ۱۴۱۵ ق).

اصالت روح و معنویت، اساس نگرش‌های اسلامی است به گونه‌ای که نیمی از معارف اصیل و غیرقابل انکار اسلامی بر اصالت روح و استقلال آن از بدن استوار است.^۱ اصالت روح به جاودانگی و الهی بودن آن بازمی‌گردد. خداوند از روح منتسب به خودش در انسان می‌دمد و با این موهبت کل زندگی و هستی انسان به سمت خدا و معنا هدایت می‌شود و راه‌های عروج انسان از فرش به سوی عرش ممکن می‌شود. همین فناپذیری و الهی بودن روح و معنا سبب می‌شود که معنویت در زندگی بیش از هر چیزی ارزش یابد. منزلت معنویت در حیات انسانی جایگاه سلامت معنوی را در نظام سلامت محوریت می‌بخشد. در تلقی اسلامی سلامت جسم، روان و اجتماع در طول سلامت معنوی قرار دارند. بدون سلامت معنوی سایر انواع سلامت هرچند مفید و لازم است اما کافی و رهایی‌بخش نیست. امام علی علیه‌السلام در بیان بسیار زیبایی نسبت انواع سلامت و بیماری تصویر نموده است. حضرت در فرازی بیان نموده‌اند:

«به‌راستی! ... بیماری دل از بیماری جسم هم توان‌فرساتر است؛ به‌درستی که ... تقوای قلبی از جایگاه

والا تر و برتری نسبت به سلامتی جسم برخوردار است»^۲

بر این اساس اگر سلامت جسمی با سلامت معنوی در تزامن قرار گرفت، باید سلامت معنوی مقدم شود نه اینکه سلامت جسمی به قیمت از دست دادن سلامت معنوی تحصیل شود. این قاعده در دعای ۱۸ صحیفه سجادیه به خوبی توصیف شده است:

«پروردگارا!... مبادا این تندرستی گذرایی که به من عنایت کرده‌ای، تنها بهره‌ی من از رحمت تو باشد تا آنچه دوست می‌داشته‌ام مایه‌ی بدبختی‌ام شود... اگر این تندرستی که یکسر از آن بهره‌مندم و روز و شبم

^۱ مطهری، مجموعه آثار، جلد ۲، ص ۵۱۳.

^۲ «أَلَا وَ إِنَّ مِنْ الْبَلَاءِ الْفَاقَةَ وَ أَشَدُّ مِنْ الْفَاقَةِ مَرَضُ الْبَدَنِ وَ أَشَدُّ مِنْ مَرَضِ الْبَدَنِ مَرَضُ الْقَلْبِ أَلَا وَ إِنَّ مِنْ النِّعَمِ سَعَةَ الْمَالِ وَ أَفْضَلُ مِنْ سَعَةِ الْمَالِ صِحَّةُ الْبَدَنِ وَ أَفْضَلُ مِنْ صِحَّةِ الْبَدَنِ تَقْوَى الْقَلْبِ» (نهج البلاغه، ص ۵۴۴).

را با آن سر می‌کنم، بلایی پیوسته و وبالی پایدار به دنبال آرد، پس آنچه را واپس انداخته‌ای، پیش افکن و آنچه را پیش افکنده‌ای، واپس فرست.»^۱

بنا بر همین منطق، امام سلامتی جسم را در صورتی شایسته شکر می‌داند که به نشاط، اطاعت، بندگی و رضایت خداوند بینجامد.^۲

تقدم یا اصالت روح و سلامت معنوی به عنوان یکی از مبانی بحث، در مقام عمل نقش تعیین کننده دارد و باید در برنامه‌ریزی تربیتی و بهداشتی کودکان براساس ظرفیت‌ها و استعدادهای روحانی و معنوی آن‌ها طرح و اجرایی شود؛ به گونه‌ای که سایر انواع سلامت در جهت و همسو با ابعاد معنوی در دستور برنامه‌ریزی ملی قرار گیرد.

۳. تأثیر متقابل نفس و بدن

بدن و نفس^۳ (روح) آدمی ارتباطی تنگاتنگ دارند. نفس که به تصرف و تدبیر بدن می‌پردازد، درعین حال انفعالاتی دارد که از بدن متأثر می‌شود. در واقع، از قوای بدن بهره می‌جوید و برای درک محسوسات و بسیاری از مدرکات خود نیازمند ابزار و قوای گوناگون حسی موجود در بدن است. نفس برای رسیدن

^۱ «اللَّهُمَّ ... فَلَا تَجْعَلْ حَقْلِي مِنْ رَحْمَتِكَ مَا عَجَّلْتَ لِي مِنْ غَافِيَتِكَ فَأَكُونَ قَدْ شَقِيتُ بِمَا أَحْبَبْتُ وَ سَعِدَ غَيْرِي بِمَا كَرِهْتُ. وَإِنْ يَكُنْ مَا ظَلَمْتُ فِيهِ أَوْ بَتُّ فِيهِ مِنْ هَذِهِ الْعَافِيَةِ بَيْنَ يَدَيَّ بَلَاءٌ لَا يَنْقَطِعُ وَ وَزِيرٌ لَا يَرْتَفِعُ فَقَدْ لَمْ لِي مَا أَخْرْتُ، وَ أَخْرَ عَنِّي مَا قَدَّمْتُ» (الصحيفة السجادية، ص ۸۸- دعای (۱۸)

^۲ علی ابن الحسین علیه السلام:

«يَا إِلَهِي، أَيُّ الْحَالَيْنِ أَحَقُّ بِالشُّكْرِ لَكَ، وَ أَيُّ الْوَقْتَيْنِ أَوْلَى بِالْحَمْدِ لَكَ أَوْ قَدْ الصَّحَّةُ الْيُسْرَى هُنَّ أَيْ فِيهَا طَيِّبَاتُ رِزْقِكَ، وَ نَشْطَتُنِي بِهَا لِإِتِّعَاءِ مَرْضَايَكَ وَ فَضْلِكَ، وَ قَوَّيْتَنِي مَعَهَا عَلَى مَا وَفَّقْتَنِي لَهُ مِنْ طَاعَتِكَ أَمْ وَقْتُ الْعِلَّةِ الَّتِي...»

«خدا! کدام یک بیماری و تندرستی شایسته شکر است؟ آیا هنگام تن درستی که روزهای پاکیزه‌ی خود را بر من گوارا ساخته بودی و مرا در طلب خشنودی و بخشش خود به نشاط آورده بودی و به فرمانبرداری خود توفیق می‌دادی و نیرو می‌بخشیدی یا بیماری که ...»

الصحيفة السجادية، ص ۷۶؛ فرازهای از دعای پانزدهم

^۳ واژه نفس کاربردهای متعددی دارد که در این نوشتار معادل روح بکار رفته است.

به مراتب عالی به این ابزار بدن نیاز دارد و درواقع، بدن سکوی پرتاب نفس از عالم طبیعی مادی به عالم فرا مادی است.^۱

نفس و بدن همدیگر را در بهبودی اوضاع معنوی حمایت می‌کنند. استعدادهای معنوی نفس بدون بدن فعلیت نمی‌یابد و بدن بدون استعدادهای معنوی نفس قادر به حرکت مطلوب نخواهد بود. هنگامی که هردو باهم در آمیزند و پشتیبان هم باشند، نیرومند، بهبودیافته و در مسیر سعادت خواهند بود.^۲

برای تعالی معنوی انسان توجه به قابلیت‌های جسمانی لازم است. تکامل نفس وقتی میسر است که بدن نیز شایستگی همراهی نفس را داشته باشد. اگر نیروهای بدنی انسان قابلیت حمل فیوضات معنوی را نداشته باشد، تعالی معنوی به وقوع نخواهد پیوست. دعای امام سجاده (ع) مبنی بر اینکه خداوند نیروهایی به انسان بدهد که توان تحمل رضایت خداوند را داشته باشد،^۳ دقیقاً به همین حقیقت ژرف اشاره دارد. وقتی روح مقبول و مرضی درگاه الهی واقع می‌شود که بدن به طور صحیح به کار گرفته شود.^۴

رابطه متقابل نفس و بدن به صورت مبنا ذکر شد تا از یکسویه‌گرایی در برنامه‌ریزی سلامت کودکان جلوگیری شود. سلامت معنوی کودکان در کنار پالایش نفس پالایش بدن را نیز می‌طلبد. شاید وجه تأثیر خوردن غذای حرام در سرشت معنوی بازگوکننده این حقیقت باشد که با چنین تغذیه‌ای بدن فاسد می‌شود و با فساد آن، نفس و معنویت نیز رو به افول می‌نهد. بنابراین برنامه‌ریزی معنوی، گرچه اصالتاً

^۱ جمعی از پژوهشگران، نفس و بدن در فلسفه مشاء و حکمت متعالیه، ص ۳۰۵.

^۲ علی ابن الحسین علیه السلام:

«قَالَ رُوحٌ بَغِيرَ جَسَدٍ لَا تُحْسَنُ، وَ الْجَسَدُ بَغِيرِ رُوحٍ صُورَةٌ لَا حَرَكَاتَ لَهَا، فَإِذَا اجْتَمَعَا قَوِيًّا وَ صَلَاحًا»

«روح بدون جسم از حسیات محروم است و جسم بدون روح صورتی غیر متحرک است. هرگاه هردو جمع شود قوی و صالح می‌شود»

شیخ صدوق، التوحید، ص ۳۶۶.

^۳ «وَعَبَّ لِي قُوَّةً أُحْتَمِلُ بِهَا جَمِيعَ مَرَضَاتِكَ؛ به من نیرویی هدیه کن که قدرت تحمل جلت جمیع رضایت هایت را داشته باشد» (الصحیفه السجادیه، ص ۱۰۶؛ فراهی از دعای بیست و یکم.

^۴ «وَاسْتَعْمِلْ بَدَنِي فِيمَا تَقْبَلُهُ مِنِّي؛ بدنم را در کارهایی به کارگیر قابلیت و تحملش را داشته باشد» (الصحیفه السجادیه، ص ۱۰۴).

معطوف به نفس انسان است و هدف از آن سلامت و کمال نفس یا روح است، اما در چنین برنامه‌ای قطعاً باید دستورات و توصیه‌هایی ناظر به جسم و بدن انسان نیز وجود داشته باشد.

۴. آورده‌های فطری و اهمیت آن در تکوین معنویت

تکیه‌گاه و پشتوانه اصلی بحث سلامت معنوی کودکان «فطرت» و آورده‌های فطری آن‌ها است. وقتی سخن از معنویت و تعالی معنوی در مورد انسان، قبل از تولدش، دوره شیرخوارگی، دوران بعد شیرخوارگی معنادار است که زیرساخت‌های معنوی فراهم باشد. این در حالی است که کودکان داشته‌های اکتسابی قابل توجهی ندارند.^۱ پس سخنانی که راجع به معنویت کودکان در قرآن و روایات آمده است مبتنی بر حقیقت وجودی دیگری است؛ چیزی که در اندیشه اسلامی با عناوین «فطرت» یا «فطریات» یاد می‌شود.

«فطرت»، سجیت و سرشتی است که خداوند متعال، انسان را براساس آن سرشته است و برنامه حیات و جریان کلی معیشت انسان‌ها را بر مبنای آن مقرر کرده است.^۲ بنا بر معارف اسلامی، فطرت، مقتضای وجود انسانی است که به نحو بالقوه در سرشت آدمی تکوین یافته و با توجه به مراحل رشد انسان به تدریج در او به حالت بالفعل درمی‌آید.^۳ البته، سزاوار توجه است که فطرت با گزینه متفاوت است. هر دو وجه سرشتی دارند لیکن گزینه، حاکی از کشش‌ها، نیازها و تمایلاتی که ریشه زیستی و فیزیولوژیک دارد و در تمام موجودات زنده به چشم می‌خورد. در مقابل فطرت که مخصوص نوع انسانی است به معنای بینش، گرایش و ارزش‌های متکی بر ابعاد فرا حیوانی انسان و برخوردار از ریشه الهی است. فطرت موهبت الهی و در راستای تأمین سعادت و خوشبختی و سامان یافتن زندگی نیکوست.^۴

^۱ «وَاللّٰهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا؛ و خداوند شما را از دل مادرانتان بیرون آورد در حالی که چیزی نمی‌دانستید» (نحل: ۷۸)

^۲ مصطفوی، حسن، التحقیق فی کلمات القرآن، ج ۹، ص ۱۱۳.

^۳ مطهری، مجموعه آثار، ج ۲، ص ۳۱۳. (پاورقی ۱)

^۴ شهید مطهری، فطرت، تهران، صدرا، ص ۲۹-۳۳.

فطریات یا آورده‌های فطری به استعدادها، ظرفیت‌ها و امکانات بالقوه‌ای اشاره دارد که از بدو تولد بدون هیچ دخالتی یافت می‌شود. طبق نظر استاد جوادی آملی آورده‌های فطری حقایق عینی‌اند که همراه نفس و روح انسانی‌اند و از همین روی با علم حضوری درک و با تعلیم حصولی شکوفا می‌شوند.^۱ آورده‌های فطری بینش‌ها و گرایش‌ها و توانش‌های مشترک و زاداآورده است و تابع افراد، زمان و مکان، فرهنگ، قبایل و نژاد خاصی نیست بلکه همه بالسویه و برابر از آن برخوردارند. فطریات با ویژگی‌هایی همچون «بی‌نیازی از آموزش»، «همگانی بودن»، «استعداد شکوفا شدن»، «بدیهی بودن» و «قابلیت تغییر» شناخته می‌شود؛^۲ البته، فعلیت و تقویت و تعالی بخشیدن به آن به تربیت، محیط و میزان ارتباط با منابع روحانی و معنوی وابسته است.

در انسان‌شناسی اسلامی، انسان از همان اوان تولد و کودکی برخی شناخت‌های فطری و بدیهی و گرایش‌های الهی و معنوی را به همراه می‌آورد. حقیقت‌طلبی، کمال‌طلبی، زیبایی‌خواهی، معنویت‌گرایی، خداجویی، اخلاق‌مداری و علاقه به پرستش و قرب خداوند، داشته‌هایی است که اصلش در نهاد و ضمیر همه وجود دارد. این استعدادهای فطری، هرچند فعلیتش جای بررسی دارد، اما وجودش در بدو آفرینش انسان مورد قبول تمام فیلسوفان اسلامی است.^۳ آیه فطرت نشان می‌دهد که گرایش‌های الهی، توحیدی (دین استوار) و معنوی در سرشت همگان به صورت ثابت و تغییرناپذیر وجود دارد.^۴ رسول خدا (ص) نیز در روایتی به این نکته اشاره می‌فرماید که خداوند همه انسان‌ها را با فطرتی پاک و توحیدی می‌آفریند.^۵ بنیادهای فطری معنویت، تفاوت اساسی رویکرد اسلامی با نگرش‌های غربی است. در نگرش غربی

^۱ عبدالله جوادی آملی، فطرت در قرآن، تفسیر موضوعی قرآن، ج ۱۲، ص ۲۹.

^۲ محمدتقی سهرابی‌فر، چیستی انسان در اسلام، ص ۶۹-۸۰؛ احمد واعظی، انسان از دیدگاه اسلام، ص ۶۹-۱۰۸.

^۳ محمود رجبی، انسان‌شناسی، ص ۱۲۹.

^۴ سوره روم؛ آیه ۳۰.

«فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ذَلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ»
«پس روی خود را متوجه آیین خالص پروردگار کن! این فطرتی است که خداوند، انسانها را بر آن آفریده، دگرگونی در آفرینش الهی نیست؛ این است آیین استوار ولی اکثر مردم نمی‌دانند!»

^۵ «كُلُّ مَوْلُودٍ يُولَدُ عَلَى الْفِطْرَةِ، هر کودکی بر فطرت متولد می‌شود. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۲، ص ۱۳.

معنویت، مذهب و برخی گرایش‌ها، اکتسابی است و به شدت از سازوکارهای فیزیولوژیک و تربیت اثر می‌پذیرد درحالی‌که اسلام از الهی و خدادادی بودن امور فطری دفاع می‌کند و تعلیم و تربیت را معطوف به همین فطریات موجه و کارا می‌شمارد. از نگاه شهید مطهری «اگر انسان دارای یک سلسله فطریات باشد قطعاً تربیت او باید با در نظر گرفتن همان فطریات صورت گیرد».^۱ با توجه به دخالت آورده‌های فطری در معنویت و گرایش‌های معنوی، طرح برنامه سلامت معنوی کودکان نیز توجیه‌پذیر می‌شود؛ زیرا طبق این مبنا، کودکان موجودات خنثی، منفعل و پذیرای مطلق دخالت جامعه و تربیت یا واکنش‌های زیستی نیستند بلکه حاوی استعدادهای معنوی‌اند؛ استعدادهایی که از برنامه‌ریزی سلامت معنوی در دوران کودکی حمایت می‌کند. برنامه‌ریزی سلامت معنوی در دوره کودکی ایجاد وضعیت جدید نیست بلکه تقویت و تحکیم وضعیت از پیش آماده است؛ سهم کودکی و حتی پیش‌زادی در برنامه‌ریزی سلامت معنوی بسیار مهم‌تر از سایر سنین است؛ زیرا هرچه سن انسان بالاتر رود موانعی که مزاحم شکوفایی معنویت است نیز فربه‌تر و فعال‌تر می‌شود.

۵. تأثیر ضابطه‌مند موجودات فرامادی بر انسان

در جهان بینی اسلامی، علاوه بر موجودات محسوس و مادی، موجودات فرامادی و ناپیدا و نامحسوسی وجود دارند که در سرنوشت و آثار موجودات محسوس نیز، تأثیرگذارند. بر همین اساس ایمان به غیب یکی از ارکان مهمی است که در قرآن کریم به عنوان ویژگی‌های فرد مؤمن و متقی بیان شده است.^۲ در واقع این جهان بینی، دو نوع نگرش را مردود می‌داند. نخست نگرشی که به نفی موجودات فرامادی می‌پردازد و هستی را محدود به عالم ماده می‌داند و دوم نگرشی که با وجود پذیرش موجودات فرامادی بین عالم ماده و عالم مجردات چنان تفکیک و تمایز و فاصله‌ای قائل است که هیچگونه ارتباط و تأثیر و تأثیری را بین این دو قائل نیست.

^۱ مرتضی مطهری، مجموعه آثار، جلد ۳، ص ۴۵۲.

^۲ ذلک الکتاب لا ریب فیہ هدی للمتقین. الذین یؤمنون بالغیب و ... ؛ این کتاب، شکی در آن نیست، هدایتی است برای پرهیزگاران، کسانی که به غیب ایمان دارند. (بقره ۲ و ۳)

طبق دیدگاه اسلامی، دو سنخ موجود فرامادی تحت عنوان ملائکه و اجنه در عالم ماده تأثیر گذارند که خود تحت اشراف وجود خدای متعال هستند. بر این اساس می‌توان از قوانین فرامادی و اسباب نامحسوس سخن گفت. تأثیر دعا در نیازهای مادی انسان، اینکه صدقه بلا را از انسان دفع می‌کند، اینکه شیطان در اموال و اولاد انسان می‌تواند مشارکت کند، اینکه عقیقه موجب محافظت فرزند می‌شود و دهها آموزه دینی دیگر، همه گویای تأثیر اسباب فرامادی بر انسان است و بر این اساس قابل توجیه و تفسیر است.^۱

تأثیر موجودات فرامادی بر انسان، ضابطه‌مند و قانون‌مند است. این قوانین را می‌توان از طریق منبع وحی کشف کرد. این قانون‌مندی باعث می‌شود انسان بتواند به اختیار خود، شرایط را آنگونه رقم بزند که اسباب فرامادی مثبت و مطلوب را به سمت خود جلب کند. بنابراین گرچه موجودات مجرد به گونه‌ای محیط بر انسان هستند، انسان در انتخاب سرنوشت خود بی اختیار نیست چون او می‌تواند انتخاب کند که در معرض کدام قانون قرار گیرد و متأثر از کدام سبب فرامادی بشود.

۶. تابع اراده بودن سلامت معنوی

عوامل متعددی در سلامت معنوی کودک تأثیر گذارند. به عوامل فرامادی در مبنای پیشین اشاره شد. عوامل دیگری نیز وجود دارند که بر سلامت معنوی کودک تأثیر می‌گذارند که به طور کلی به وراثت و محیط قابل تقسیم هستند. عوامل محیطی شامل خانواده و مهد کودک و شنیدنی‌ها و دیدنی‌ها و بسیاری از امور دیگر می‌شود. در بحث پیش‌زادی در مورد تأثیر وراثت و محیط بر جنین توضیح داده خواهد شد. تأثیر این عوامل در دوره‌های بعدی کودکی نیز جاری و ساری است. آنچه گفتنش در حال حاضر ضرورت دارد این است که تمام عوامل مذکور، تأثیرشان بر کودک در حد زمینه‌سازی و تأثیر غیر قطعی است. یعنی این عوامل، علت تامه سلامت یا بیماری معنوی انسان نیستند؛ بلکه تنها زمینه را برای هر یک از این دو وضعیت (سلامت و بیماری) فراهم می‌کنند. آنچه نهایتاً سلامت یا بیماری معنوی انسان را رقم

^۱ در فصل‌های آتی، به بسیاری از این آموزه‌های دینی اشاره خواهد شد.

می‌زند، اراده خود اوست. البته کسی که مورد احاطه عوامل نامساعد بیرونی قرار گرفته است، برای مبارزه با این عوامل و رسیدن به سلامت معنوی، باید تلاش بیشتری داشته باشد و البته هر چه تلاشش بیشتر باشد امداد و عنایت الهی نیز بیشتر شامل حال او خواهد شد.

۷. پیوند دنیا و آخرت

یکی از مبانی سلامت معنوی اسلامی توجه به استمرار حیات بشر پس از مرگ و پیوند دنیا و آخرت است. پیوند با خدا و درک رضای الهی و تحقق قرب معنوی محدود به این جهان نیست؛ بلکه در جهان دیگر نیز جلوه‌گر است. زندگی و حیات انسان محدود به عالم ماده و دنیا نیست؛ بلکه عالم ماده و حیات دنیوی بخش بسیار کوچک و ناچیز از زندگی و معاش انسانی است و حیات واقعی و جایگاه اصلی و ابدی انسان محل دیگری است که پس از این عالم مادی شروع می‌شود که آغاز آن با مرگ بدن و حیات برزخی است. اما این عالم ماده و دنیا با عالم آخرت و جهان پس از مرگ کاملاً مرتبط است و آن چه انسان در این جا به دست می‌آورد چه خوب و چه بد در جهان دیگر با او است^۱ و حیات و زندگی دیگری در انتظار اوست که صورت و جلوه دیگری از اعمال و صفات و باورهای او می‌باشد. بدین ترتیب اسلام دنیا و آخرت را پیوند می‌زند و یکی را مقدمه دیگری می‌خواند. حیات این جهانی، یک دوران محدود و مقدماتی برای خودسازی، و به فعلیت رساندن استعداد آدمی در کسب سلامت معنوی است که نتیجه موقت آن در این دنیا و ثمره ثابت و ابدی آن، در عالم آخرت، ظاهر می‌شود. قرآن کریم، دنیا را آزمایشگاه تفکیک پاکان از پلیدان و بیداردلان از غافلان می‌شمارد.^۲ به دلیل اهمیت توجه به آخرت

^۱ فَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ خَيْرًا يَرَهُ. وَمَنْ يَعْمَلْ مِثْقَالَ ذَرَّةٍ شَرًّا يَرَهُ؛ هر کس به مقدار مثقالی کار نیک کند آن را می‌بیند و هر کس به مقدار مثقالی کار بد انجام دهد آن را می‌بیند (زلزال: ۷-۸).

آنچه کردی اندرین خواب جهان *** گرددت هنگام بیداری عیان ...

ای دریده پوستین یوسفان *** گرگ بر خیزی ازین خواب گران

گشته گرگان یک به یک خواهی تو *** می‌درانند از غضب اعضای تو (مثنوی مولوی).

^۲ «لَبِئْسَ لَكُمُ اٰیٰتُمْ اَحْسَنُ عَمَلًا؛ تا شما را بیازماید که کدامتان در کردار نیکوترید» (هود: ۲) و (ملک: ۲).

«لَبْلُوهُمْ اٰیٰتُهُمْ اَحْسَنُ عَمَلًا؛ تا آنها را بیازماییم که کدامشان در کردار نیکوترند» (کهف: ۷).

«وَلَبْلُوهُمْ بِالْشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً وَ الْبَیِّنَاتُ تَرْجَعُونَ؛ به شر و خیر شما را برای امتحان می‌آزماییم و به سوی ما باز می‌گردید» (انبیاء: ۳۵).

خداوند متعال یک ششم قرآن عظیم را به تذکر بر آخرت و معاد اختصاص داده است و تأکید فرموده که آنچه را به شما داده‌ایم بیشتر برای جهان آخرت صرف کنید.

۸. آخرت گرایی

چنانچه قبلاً گذشت از جمله مؤلفه‌های سلامت معنوی این بود که بینش، گرایش و کنش فرد در راستای اراده و رضای الهی قرار گیرد. یکی از لوازم مهم این مؤلفه، آخرت گرایی است زیرا خواست و اراده الهی به بی‌توجهی به دنیا و اهمیت آخرت تعلق گرفته است.

تریدون عرض الدنيا و الله یرید الاخره والله عزیز حکیم. "شما متاع ناپایدار دنیا را می‌خواهید ولی خداوند، سرای دیگر را (برای شما) می‌خواهد و خداوند قادر و حکیم است".^۱

مقصود از آخرت گرایی نفی فعالیت‌های فردی و اجتماعی دنیوی نیست بلکه جهت‌دهی اخروی دادن به آنهاست. منظور این است که توجه اصلی انسان در تمام رفتارها، نیت‌ها، باورها و... جهان آخرت باشد و همیشه جهان پس از مرگ را در نظر بگیرد نه عالم دنیا. اگر بنا است که زندگی ابدی انسان در جهان آخرت رقم بخورد باید درد و رنج و لذت و شادی و... را با آخرت محاسبه کند نه با عالم فانی و دنیوی. اسلام برای کسب رضای الهی که مؤلفه سلامت معنوی است بر آخرت گرایی تأکید دارد. آیات و روایات متعددی گویای ضرورت این امر است:

• هرچه انسان به دنیا نزدیک‌تر و از آخرت دورتر شود به کفر و شرک نزدیک‌تر می‌شود و به همین دلیل یکی از صفات ممتاز کفار انکار آخرت و معاد است.

به فرموده قرآن "آنها گفتند: «چیزی جز این زندگی دنیای ما نیست و ما هرگز برانگیخته نخواهیم شد!»"^۲

^۱(انفال، ۶۷).

^۲ قالوا ان هی الا حیاتنا الدنیا و ما نحن بمبعوثین (انعام، ۲۹).

- خداوند به مؤمنین می‌فرماید به دنبال غنائم آخرتی باشید نه دنیوی.^۱
- تقدم آخرت بدین جهت است که در آخرت نور الهی تجلی تام می‌کند^۲ و در آخرت مؤمنین نظاره‌گر خداوند می‌شوند.^۳ بنابراین توجه به آخرت با توجه به خداوند متعال نسبت دارد و به همین جهت در رشد معنویت انسان بسیار مؤثر است. آخرت محل ملاقات با خداوند است به همین جهت در بسیاری از آیات به جای آخرت واژه لقاء الهی آمده است.
- در روایات متعددی نیز تقدم بخشی به آخرت مورد تأکید قرار گرفته است. امام صادق (ع) می‌فرماید: "ذهن و روان خود را به امور زودگذر دنیوی مشغول نکنید بلکه برای جهانی که در پیش دارید خود را آماده کنید."^۴ و در روایت دیگری حضرت می‌فرماید: "کسی که روز و شب خود را بگذراند در حالیکه بیشترین اهتمام خود را، امور اخروی قرار داده است، خداوند او را به فنای الهی می‌رساند و امور او را خودش مدیریت می‌کند.^۵ از نگاه امام صادق (ع) انسان زیرک و هوشمند کسی نیست که برای امور دنیوی زیرکی می‌کند؛ بلکه کسی است که برای آخرت دقت و هوش خود را بکار می‌گیرد.^۶

^۱ یا ایها الذین آمنوا اذا ضربتم فی سبیل الله فتبینوا و لا تقولوا لمن القی الیکم السلم لست مؤمنا تبغون عرض الحیوه الدنیا فعند الله مغانم کثیره... (نساء، ۹۴).

ای کسانی که ایمان آورده‌اید! هنگامی که در راه خدا گام می‌زنید (و به سفری برای جهاد می‌روید)، تحقیق کنید! و بخاطر اینکه سرمایه ناپایدار دنیا (و غنایمی) به دست آورید، به کسی که اظهار صلح و اسلام می‌کند نگویید: «مسلمان نیستی» زیرا غنیمتهای فراوانی (برای شما) نزد خداست.

^۲ و اشرق الارض بنور ربها؛ زمین به نور پروردگار خود نورانی شد (یونس، ۷ و ۱۱؛ فرقان، ۲۱؛ کهف، آخر).

^۳ وجوه یومئذ ناضره الی ربها ناظره؛ چهره‌هایی در آن روز شاداب و به پروردگار خویش نظر دارند.

^۴ قال ابو عبدالله (ع): لا تشعروا قلوبکم الاشتغال بما قد فات فتشغلوا اذهانکم من الاستعداد لما لم یات. (کافی، ج ۲، ص ۳۱۵).

^۵ عن ابی عبدالله (ع): من اصبح و امسی و الآخره اکبر هه جعل الله الغنی فی قلبه و جمع له امره (کافی، ج ۲، ص ۳۱۹).

^۶ عن ابی عبدالله (ع): اعملوا الاخرتکم و اکثروا لانفسکم ان الرجل قد یكون کیسا فی الدنیا فیقال ما اکیس فلانا و انما الکیس کیس الاخره (کافی، ج ۴، ص ۵۵۷).

برای آخرت خود عمل نمایید و می‌کند گفته می‌شود: فلانی زیرک است، در حالیکه زیرکی، فقط در کارهای جهان آخرت است.

فصل چهارم

سلامت معنوی در پیش زادی

مقدمه

«پیش‌زادی» به دلیل اینکه ماندگارترین تأثیرپذیری شخصیتی را به همراه دارد، مهمترین دوره رشد و تحول انسان به شمار می‌رود. مطابق دیدگاه اسلام، آغاز برنامه‌ریزی تأمین سلامت معنوی نسل‌ها، به زمانی خیلی پیش‌تر از زمان «انعقاد نطفه»، «تولد» و «کودکی» باز می‌گردد. به همین دلیل در مفهوم پیش‌زادی تمام زمان‌های پیش از تولد - حتی قبل از انعقاد نطفه - نیز گنجانده می‌شود. واکاوی سلامت معنوی، که خود امری پیچیده و چند وجهی است، در دامنه‌ی سنی پیش از تولد و انعقاد، همتی مضاعف و دقتی درخور، نیاز دارد. وقتی این مهم در حوزه مطالعات دینی و با رویکرد روایی و قرآنی دنبال می‌شود حساسیت‌ها و دقت‌ها، دوچندان می‌شود چرا که مستلزم احراز صحت استنادات دینی از حیث «سند» و «دلاله» است.

بررسی سلامت معنوی در تمام دوره‌های سنی طرح سه بحث اساسی را گزیرناپذیر می‌نماید. «ویژگی‌های دوره سنی»، «عوامل تأثیرگذار بر سلامت معنوی افراد در دوره‌های خاص سنی» و «راهبردها و تمهیدات تسهیل‌کننده سلامت معنوی در هر یک از این مراحل». بدیهی است بدون توجه به خصوصیات زیستی، شخصیتی، شناختی، اجتماعی و اخلاقی کودک و بررسی عوامل مؤثر بر سلامت معنوی نمی‌توان به راهکارهای کارآمدی در راستای تأمین سلامت معنوی رسید.

در مباحث آتی، در سه گفتار محورهای سه گانه فوق‌الذکر بحث خواهد شد. در گفتار اول ظرفیت‌ها، قابلیت‌ها و استعداد‌های نطفه و جنین بررسی می‌شود و در گفتار دوم، عوامل، شرایط و عناصر تأثیرگذار بر سلامت معنوی مرور خواهد می‌شود. در گفتار سوم که بخش اعظم کار را به خود اختصاص خواهد داد، تمهیدات کنترلی و مراقبتی به عنوان عناصر پیشگیری‌کننده مورد ارزیابی قرار خواهد گرفت.

پیش‌زادی و سلامت معنوی

پیش‌زادی غالباً به دوره‌ای اطلاق می‌شود که رویان یا جنین هنوز متولد نشده است و به طور مشخص از لحظه انعقاد نطفه تا لحظه تولد را شامل است، اما در این متن شامل مجموع دوران پیش از تولد حتی قبل از انعقاد نطفه هم می‌شود. دلیل این توسعه مفهومی این است که قبل از انعقاد نطفه نیز عواملی پیشینی و زمینه‌ساز وجود دارد که در سلامت معنوی فرزند آینده مؤثر و توجه به آنها لازم است. در این نوشتار نیز آنها محور بحث قرار گرفته‌اند. البته بحث معطوف به عواملی است که تا حدودی در اختیار والدین باشد. بر همین اساس همسرگزینی شایسته به عنوان یکی از نخستین اقدامات اختیاری، معرفی شده است که تأثیر به سزایی در سلامت معنوی فرزند آینده دارد. بدیهی است اگر سلامت معنوی فرزندان حائز اهمیت باشد، نباید فقط به عواملی که مستقیماً در این امر تأثیر می‌گذارند اکتفا کرد؛ بلکه عواملی را که در گذر زمان، زمینه رشد یک فرزند معنوی را فراهم می‌کنند نیز باید مورد توجه قرار داد.

گفتار اول: ویژگی‌های انسان در دوره جنینی

تحول انسان در مرحله پیش‌زادی بسیار سریع، پیوسته و چشمگیر است. در دوره جنینی تغییرات مهمی در سطح رشد جسمانی و حتی شناختی انسان به وقوع می‌پیوندد. جنین از حیث شناختی با به کارافتادن مغز، حافظه و سیستم شنوایی با محیط ارتباط برقرار می‌کند و حتی شناخت حداقلی حاصل از ارتباط با محیط را همراه خود به دنیای بیرون از رحم می‌برد. جنین می‌تواند برخی محرک‌های شنوایی بیرون از رحم مادر را دریافت کند، بدان واکنش نشان دهد و به وسیله قدرت حافظه خود، آن‌ها را در ذهن نگهداری کند.^۱

^۱ لورا برک در کتاب «روانشناسی رشد» چنین است: جنین ۲۰ هفته‌ای را می‌توان با صداها تحریک و ناراحت کرد و اگر با فتوسکوپی به داخل رحم نگاه کنیم، ملاحظه می‌شود که جنین‌ها سعی می‌کنند با دست‌ها چشمان خود را در برابر نور بپوشانند، بدین معنی که بینایی پدیدار شده است (به نقل از مور و پرساد، ۲۰۰۳). در برخی منابع واکنش جنین به محیط، به هفته بیست و پنجم انعقاد نسبت داده شده است. طبق این برداشت، جنین در ۲۵ هفته‌گی با حرکات بدن به صداهای اطراف واکنش نشان می‌دهند (به نقل از کی سیلوسکی ولو، ۱۹۹۸). طولی نمی‌کشد که آنها لحن و ریتم صداها را تشخیص می‌دهند. آنها به صوت و سخنان مرد در برابر زن و به مادر در برابر غریبه، تغییرات منظم ضربان قلب نشان می‌دهند (به نقل از کی سیلوسکی و همکاران، ۲۰۰۳). در تحقیق دکاسپر و اسپنس (۱۹۸۶) مادران کتابی را در ۶ هفته آخر حاملگی با صدای

دوره جنینی به عنوان یکی از مراحل رشد در روایات اسلامی مورد توجه قرار گرفته است. حضرت علی(ع) در بیان مراحل رشد دوره پیشا تولد از نطفه، علقه و جنین نام برده است.^۱ امام حسین(ع) در اوایل دعای عرفه از سه منزل تاریک کودکان سخن به میان می‌آوردند^۲ و امام صادق(ع) وضعیت جنین در رحم را سه ظلمتی می‌داند که انسان در آن نه توان چاره‌اندیشی برای دریافت غذا دارد و نه صلاح خویش را می‌داند و نه می‌تواند ضرری از خود براند؛^۳ اینها شواهدی است که نشان می‌دهد معصومین علیهم‌السلام در صدد بوده توجه شاگردان و اطرافیان را به مراحل رشد قبل از تولد جلب نمایند.

بنا بر آموزه‌های دینی دو دوره زمانی در پیش‌زادی قابل بحث و پیگیری است: ۱. زمانی که هنوز روح انسانی دمیده نشده است؛ ۲. زمانی که روح دمیده می‌شود. در قرآن کریم این تقسیم‌بندی با «تکوینی جدید برای جنین» (أَنشَأْنَاهُ خَلْقًا ءَاخِرَ) نشان داده شده است.^۴ اهمیت این دوره به اندازه‌ای است که خداوند

بلند خواندند. بچه‌های آنها بعد از تولد یاد گرفتند با افزایش شدت مکیدن یک پستانک، ترجیح خود را به روشن شدن ضبط صوت و شنیدن صدای مادر نشان دهند. (برک، روانشناسی رشد، ص ۱۴۳-۱۴۵).

۱. عن امیر المؤمنین علیه‌السلام:

«مَ هَذَا الَّذِي أَنشَأَهُ فِي ظُلُمَاتِ الْأَرْحَامِ وَ شُعْفِ الْأَسْتَارِ نُطْفَةً دِهَاقًا وَ عَلَقَةً مِخَاقًا وَ جَنِينًا»

«یا انسانی که خداوند او را در تاریکی‌های رحم و پرده‌های پوشیده به صورت «نطفه‌ی ریخته‌شده»، «علقه نحیف» و «جنین» و... آفریده است».

محمد بن حسین، شریف الرضی، نهج البلاغه، ص ۱۱۲.

۲. عن الحسین ابن علی (ع):

«...وَ أَسْكَنْتَنِي فِي ظُلُمَاتٍ ثَلَاثٍ بَيْنَ لَحْمٍ وَ دَمٍ وَ جِلْدٍ...»

«خداوند! تو مرا در تاریکی‌های سه گانه میان گوشت و خون و پوست قرار دادی»

اقبال الاعمال، ج ۱، ص ۳۴۰.

۳. عن الصادق علیه‌السلام:

«... فَأَوَّلَ ذَلِكَ مَا يُدَبَّرُ بِهِ الْجَنِينَ فِي الرَّحِمِ وَ هُوَ مَخْجُوبٌ فِي ظُلُمَاتٍ ثَلَاثٍ ظُلْمَةُ الْبَطْنِ وَ ظُلْمَةُ الرَّحِمِ وَ ظُلْمَةُ الْمَشِيمَةِ حَيْثُ لَا حِيلَةَ عِنْدَهُ فِي طَلَبِ غِذَاءٍ وَ لَا دَفْعِ أَذًى وَ لَا اسْتِجْلَابِ مَنْفَعَةٍ وَ لَا دَفْعِ مَضَرَّةٍ...»

«پس نخستین تدبیر جنین به رحم مادر باز می‌گردد وضعیتی که جنین در تاریکی سه‌گانه شکم رحم و اراده پوشیده است به گونه‌ای که نه قادر به چاره‌اندیشی برای تهیه غذا است و نه منفعتی می‌تواند بدست آورد و نه ضرری دفع کند»

بحار الأنوار، ج ۵۷، ص ۳۷۸.

۴. تقسیم‌بندی عمر انسان به قبل و بعد ولوج روح (تبدیل شدن جنین به موجود متفاوت) در سوره مؤمنون اینگونه توصیف شده است:

«وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سَلَالَةٍ مِّن طِينٍ * ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ * ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظْمًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا * ثُمَّ أَنشَأْنَاهُ خَلْقًا ءَاخِرَ فَنَبَّأَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ»

تمجید از خود «فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ» را به همین تحول متفرع نموده است. بنابراین می‌توان از این دو دوره با عنوان مرحله «قبل از حیات انسانی» و مرحله «حیات انسانی» نام برد.^۱ وجه اینکه به مرحله دوم حیات انسانی خطاب شده است آیه سجده فرشتگان بر انسان^۲ است. خداوند در مورد خلقت حضرت آدم به‌عنوان نخستین انسان، فرمود: «پس از دمیدن روح بر او سجده کنید». این امر نشان می‌دهد که تا قبل از این مرحله، آن انسان خلیفه‌الله که خداوند وعده آفریدن او را داده، هنوز پدید نیامده است. از تعبیر «ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ» و «فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ» که پیشتر به آن اشاره شد، این نکته استنباط می‌شود که هویت انسانی پس از دمیدن روح، تحقق می‌یابد و شایسته خلافت و مباحثات خداوند می‌شود. بنابراین می‌توان این مرحله را مرحله شکل‌گیری هویت انسانی نامید.

«و همانا ما آدمیان را از خلاصه‌ای از گل آفریدیم» پس آن گاه او را نطفه‌ای کردیم در قرارگاهی محفوظ قرارش دادیم * آن گاه نطفه را علقه و علقه را مضغه (چیزی شبیه به گوشت جویده) کردیم و سپس آن مضغه را استخوان کردیم پس بر آن استخوانها گوشتی پوشانیدیم پس از آن خلقتی دیگرش کردیم پس آفرین بر خدا که بهترین آفرینندگان است».

سوره مبارکه المؤمنون، آیه ۱۲-۱۴، ترجمه المیزان

^۱ مفسران نمونه در تبیین و تفسیر مرحله دوم آورده اند: «این چه مرحله‌ای است که این قدر شایان اهمیت است، این همان مرحله‌ای است که جنین وارد مرحله «حیات انسانی» می‌شود، حس و حرکت پیدا می‌کند و به جنبش در می‌آید که در روایات اسلامی از آن تعبیر به مرحله "نفخ روح" (دمیدن روح در کالبد) شده است. اینجا است که انسان با یک جهش بزرگ زندگی نباتی و گیاهی را پشت سر گذاشته و گام به جهان حیوانات و از آن برتر به جهان انسانها می‌گذارد و فاصله آن با مرحله قبل آن قدر زیاد است که تعبیر از آن با جمله ثم خلقنا کافی نبود و لذا "ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ" فرمود. در اینجا است که انسان، ساختمان ویژه‌ای پیدا می‌کند که او را از همه جهان ممتاز می‌سازد، به او شایستگی خلافت خدا در زمین می‌دهد و قرعه امانتی را که کوه‌ها و آسمانها بار آن را نتوانست کشید، به نام او می‌زنند. در واقع همین جا است که "عالم کبیر" با همه شگفتیهایش در این "جرم صغیر" منظوی و پیچیده می‌شود و به راستی شایسته "تبارک اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ" است». ناصر مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، جلد ۱۴، ص ۲۱۲.

^۲ «إِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَكَةِ إِنِّي خَالِقٌ بَشَرًا مِّن طِينٍ * فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِن رُّوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ» وقتی خداوند به ملائکه گفت من از گل بشری را می‌آفرینم، پس آنگاه که او را کامل کردیم و از روح خود در او دمیدم سجده کنان خود را بیفکنید» (ص: ۷۱-۷۲).

۱. مرحله قبل از ورود به حیات انسانی

اولین گام خلقت انسان، شکل‌گیری نطفه است. این، خود متوقف بر پذیرش وجود ظرفیت‌ها و مواد اولیه نطفه در پدران و [مادران] قبل از آمیزش و لقاح^۱ و در نگاه وسیع‌تر در جهان طبیعت است.^۲ در آیه ۱۲ سوره مؤمنون به آفرینش انسان از گِل اشاره شده است^۳ که در تفسیر آن امکان تبدیل شدن خاک به مواد غذایی و سپس با تغذیه به نطفه انسانی، به عنوان فرضیه مدنظر قرار گرفته است.^۴ روایاتی نیز از دو نوع روح یا دومرتبه حیات سخن گفته‌اند: روح نباتی که پیش از لقاح در نطفه مردان و زنان مستتر است و روحی جدید انسانی که فرشتگان خدا بعد از تکمیل جنین بر او می‌دمند.^۵

از آیات و روایات بدست می‌آید که انسان بعد از لقاح تا دمیده شدن روح، به «حیات انسانی» ورود نمی‌یابد بلکه به صورت «نطفه»، «علقه» و «مضغه» ادامه حیات می‌دهد. در سوره‌های مؤمنون، حج و غافر تحولات درون رحمی توصیف شده است.^۶

^۱ عن النبی (ص): «خُلِقُوا فِي أَصْلَابِ الرِّجَالِ ثُمَّ صُوِّرُوا فِي أَرْحَامِ النِّسَاءِ؛ انسانها در مبدا نطفه در پدران خلق می‌شوند سپس در شکم مادران صورت انسانی می‌یابند». بحارالانوار، جلد ۵۷، ص ۳۸۲.

^۲ روایاتی که مبدا نطفه انسانی را به خوراکی‌ها، گیاهان و میوه‌ها ارجاع می‌دهند، به همین حقیقت اشاره دارد مثلاً در روایتی از امام صادق علیه‌السلام چنین آمده است:

«إِنَّ النُّطْفَةَ تَقَعُ مِنَ السَّمَاءِ إِلَى الْأَرْضِ عَلَى النَّبَاتِ وَالشَّجَرِ فَتَأْكُلُ النَّاسُ مِنْهُ وَالْبَهَائِمُ فَيَجْرِي فِيهِمْ»
«نطفه موهبتی آسمانی است که از طریق خوردن گیاهان، میوه‌ها و درختان به انسان و حیوان منتقل می‌شود»

تفسیر قمی، ج ۲، ص ۲۱۵.

^۳ سوره مؤمنون، آیه ۱۲-۱۴:

«وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ صَلْوَءٍ مِّنْ طِينٍ * ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ»

«و به یقین، انسان را از عصاره‌ای از گِل آفریدیم * سپس او را [به صورت] نطفه‌ای در جایگاهی استوار قرار دادیم»

^۴ محمدتقی مصباح یزدی، انسان‌شناسی در قرآن، تحقیق محمود فتحعلی، دفتر همکاری حوزه و دانشگاه، روستاشناسی رشد (۱)، ص ۲۷۴.

^۵ عن محمد ابن علی الباقر علیه‌السلام:

«بیعت الله ملکین ... و فیها الروح القدیمة المتفولة فی اصلاب الرجال و ارحام النساء فینفخان فیها روح الحیاة و البقاء و یشقان له السمع و البصر و جمیع الجوارح»

«در نطفه روح-حیات-ی است قدیم که به مبدا نطفه در مردان و ارحام زنان نقل مکان نموده است؛ سپس دو فرشته مأمور شده روح زندگی و بقاء را در نطفه می‌دمد و گوش و چشم و جمیع اعضا و جوارح را پدید می‌آورد»

کافی، ج ۶، ص ۱۴.

^۶ سوره مبارکه مؤمنون؛ آیه ۱۳-۱۴:

رشد و تکامل جنین در زمان قبل از دمیده شدن روح به آن از دو حیث، حائز توجه است. یکی از حیث مادی و فعل و انفعالات بیولوژیکی و دیگری از حیث قابلیت‌های معنوی و قابلیت‌های بالقوه تکامل روحی و انسانی.

۱.۱. قابلیت‌های رشدی دوره حیات نباتی

نطفه، آغاز تحول وجودی در انسان است. طبق بیان قرآن، نطفه چیزی است مختلط (امشاج).^۱ این بیان به ترکیب سلول جنسی مرد و زن و یا به تعبیری به ترکیب اسپرم با تخمک اشاره دارد.^۲ در فرایند رشد نطفه آورده شده است که در فاصله چند هفته توده‌های بدنی و سپس به تدریج جنین شکل می‌گیرد.^۳

«ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ * ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْغَةَ عِظْمًا فَكَسَوْنَا الْعِظَامَ لَحْمًا ثُمَّ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ»

«پس آن گاه او را نطفه‌ای کردیم در قرارگاهی محفوظ قرارش دادیم * آن گاه نطفه را. علقه و علقه را مضغه (پاره ای گوشت) کردیم و سپس آن مضغه را استخوان کردیم پس بر آن استخوانها گوشتی پوشانیدیم پس از آن خلقتی دیگرش کردیم پس آفرین بر خدا که بهترین آفرینندگان است»

سوره مبارکه حج؛ آیه ۵:

«يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِن كُنتُمْ فِي رَيْبٍ مِّنَ الْبَعْثِ فَإِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِّن تُرَابٍ ثُمَّ مِّن نُّطْفَةٍ ثُمَّ مِّنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ مِّنْ مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُخَلَّقَةٍ لَّيِّنٌ لَّكُمْ وَ نُقْرُ فِي الْأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى»

«ای مردم، اگر در باره برانگیخته شدن در شکید، پس بدانید که ما شما را از خاک آفریده‌ایم، سپس از نطفه، سپس از علقه، آن گاه از مضغه، دارای خلقت کامل و احیاناً خلقت ناقص تا قدرت خود را بر شما روشن گردانیم؛ و آنچه را اراده می‌کنیم تا مدتی معین در رحمها قرار می‌دهیم»

سوره مبارکه غافر؛ آیه ۶۷:

«هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِّنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِّنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ مِّنْ عَلَقَةٍ ثُمَّ يُخْرِجُكُمْ طِفْلًا»

«او همان کسی است که شما را از خاکی آفرید، سپس از نطفه‌ای، آن گاه از علقه‌ای و بعد شما را به صورت کودکی برمی‌آورد»

^۱ سوره نساء؛ آیه ۲:

«إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَّبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا»

«ما انسان را از نطفه مختلطی آفریدیم و او را می‌آزماییم (بدین جهت) او را شنوا و بینا قرار دادیم!»

^۲ محمد کاویانی، روان‌شناسی در قرآن، ص ۱۱۶.

^۳ «...ثُمَّ مِّنْ مُّضْغَةٍ مُّخَلَّقَةٍ وَغَيْرِ مُّخَلَّقَةٍ؛ سپس از گوشت جویده شده، شکل یافته و شکل نیافته» (سوره حج، آیه ۵)

سپس استخوان‌ها،^۱ پوست و مو،^۲ می‌روید و کم‌کم دست و پا، صورت، دهان، چشم و گوش نمایان می‌شوند.

ادراک و سطح ابتدایی واکنش‌های فعال جنین از هفته هفتم و هشتم آغاز می‌شود. بنا به آنچه در منابع آمده است، توانایی‌های حسی، ادراکی، و رفتاری از سه ماهه دوم در جنین فعال می‌شود.^۳ لامسه نیز در همین ایام فعال می‌شود به گونه‌ای که اگر ناحیه تشکیل‌دهنده دهان با چیزی لمس شود، جنین با حرکت گردن و بالای تنه به آن پاسخ می‌دهد.^۴ براساس برخی آزمایشات می‌توان حدس زد که در این مرحله از زندگی، امکان ایجاد یادگیری‌های بسیار ابتدایی وجود دارد.^۵ مغز تکانه‌های عصبی هماهنگ‌کننده کنش‌های بدنی را منتشر می‌کند؛ قلب می‌تپد و معده مقدار ناچیزی شیر ترشح می‌کند. مع ذلک همه دستگاه‌های بدنی در حد بسیار ابتدایی هستند و باید چندین ماه منتظر شد تا واقعاً به کار افتند.^۶

۱،۲. قابلیت‌های معنوی دوره حیات نباتی

بنابراینچه از آیات و روایات استنباط می‌شود و مبانی فقهی و حقوقی اسلام به آن ملتزم است، جنین حتی در زمانی که هنوز به مرحله «حیات انسانی» گام نهاده است، مخلوق محترم و دارای حقوق و مزایای معنوی است. به همین مناسبت از بین بردن جنین در وضعیت نطفه، علقه و مضغه حرام و مشمول

^۱ (مؤمنون: ۱۴)

^۲ «... ثُمَّ بَعْدَهُ عَظْمًا ... ثُمَّ يَلْبِسُ اللَّهُ فَوْقَهُ جِلْدًا ثُمَّ يَنْبِتُ عَلَيْهِ شَعْرًا؛ پس از آن استخوان پدید می‌آید و سپس خداوند با پوست می‌پوشاندش و بعد از آن موی بر آن می‌رویاند» (مجلسی، ج ۳۸، ص ۶۴)

^۳ (برک، روانشناسی رشد، ص ۱۴۲-۱۴۵؛ رایس، ص ۶۳)

^۴ محمود منصور، روانشناسی ژنتیک، ص ۱۶۵.

^۵ اسپلت (Spelt, David) در بررسی خود به این داده دست‌یافته است که یک جنین هفت‌هفته‌ای می‌تواند به ارتعاش‌های خشنی که در روی شکم مادر ایجاد می‌کنند از خود واکنش نشان دهد. بسیاری از آزمایش‌هایی که از این دست به‌عمل آمده‌اند دیگر تکرار نشده‌اند، ولی می‌توان بر اساس آن‌ها حدس زد که در این مرحله از زندگی امکان یادگیری‌های بسیار ابتدایی وجود دارد. (رک: تانر، ۱۹۷۰؛ تانر و اینهلدر، ۱۹۶۳؛ بیرج، ۱۹۹۷؛ شل، ۱۹۷۵؛ اسمیت و دیگران، ۱۹۹۸؛ ترنرو هلمز، ۱۹۹۵؛ پیپلیا والذر، ۱۹۸۶ و ۱۹۹۶؛ شل و هال، ۱۹۸۰؛ استریت، ۱۹۸۳؛ گرتا، ۱۹۹۶؛ بی، ۱۹۹۵؛ هورتیگ و روندال، ۱۹۸۱، به نقل از محمود منصور، روانشناسی ژنتیک، ص ۱۶۷).

^۶ همان، ص ۱۶۳.

دیه و کفاره می‌شود.^۱ از طرفی، چون هنوز به مرحله «دمیده شدن روح» ورود نیافته است، اجماع فقهای شیعه بر این است که حکم قصاص بر سقط جنین اولیه بار نمی‌گردد.^۲ از همین تفاوت می‌توان برداشت کرد که جنین در مرحله حیات نباتی به دلیل انتساب به انسان مستحق حقوق و مزایای معنوی انسانی است اما به خاطر فقدان حیات انسانی، آثار تکلیفی و وجودی انسان‌های کامل و دارای روح را دارا نیست؛ همین تفاوت سطح وجودی جنین انسانی سبب گردیده است احکام، آثار و مسئولیت‌هایی را برای دیگران از جمله پدر و مادر ایجاد نماید.^۳ قابلیت‌های معنوی نطفه انسانی صرفاً به زمان انعقاد بازنمی‌گردد بلکه آن‌گونه که از برخی روایات بر می‌آید مدت‌ها قبل از انعقاد این ظرفیت الهی در او به ودیعه گذاشته شده است. امام محمدباقر علیه‌السلام میثاق الهی را به نطفه انسان نسبت داده است.^۴ بنابر روایتی از امام باقر (ع) بهترین فرصت دعای والدین برای پسر یا دختر شدن فرزند یا سعادت و عاقبت

^۱ روایات زیادی-درحدتواتر- در باب حرمت سقط جنین و تعلق گرفتن دیه به آن در مراحل مختلف دوره جنینی ذکر شده است. در احادیث، دیه اسقاط جنین در پنج مرحله تقسیم بندی می‌شود. سقط نطفه $\frac{1}{5}$ ، سقط علقه $\frac{2}{5}$ ، سقط مضغه $\frac{3}{5}$ ، سقط جنین استخوان‌بندی شده $\frac{4}{5}$ و سقط جنین کامل-روح دمیده شده- دیه کامل ذکر شده است. برای اطلاع بیشتر رک. محمدابن الحسن طوسی، تهذیب الاحکام، جلد ۱۰، ص ۲۸۱-۲۸۸؛ شیخ حرعاملی، وسائل الشیعه، جلد ۲۹، ص ۲۲۹؛ شیخ صدوق، من لا یحضره الفقیه جلد ۴، ص ۷۵-۹۷؛ همچنین رک. عبدالجبار زرگوش نسب و عمار زرگوش نسب، حقوق مادی و معنوی جنین از دیدگاه شیعه و اهل سنت، فصلنامه فقه و تاریخ تمدن ملل اسلامی، تابستان ۱۳۹۱، شماره ۳۲، ص ۸۷-۱۰۸.

^۲ تمام فقهای شیعه اجماع دارند که سقط عمدی جنین در چهار ماه اول^۵ علی‌رغم تعلق دیه- به قصاص منجر نمی‌شود؛ در اینکه بعد از کامل شدن اعضا و دمیده شدن روح قصاص تعلق می‌گیرد یاخیر، در میان فقها اختلاف نظر است؛ در این میان سالار دیلمی (آغازگر بحث قصاص قاتل عمدی جنین)، محقق حلی، شهیدثانی، صاحب جواهر و... حکم قصاص را با استناد به اطلاق ادله قصاص نفس محترمه پذیرفته‌اند. سالار دیلمی، المراسم، ۲۴۳، محقق حلی، شرایع الاسلام، ج ۴، ص ۲۶۶؛ شهیدثانی، مسالک الافهام، ج ۱۵، ص ۸۷، محمدحسن نجفی، جواهرالکلام، بیروت، داراحیاء التراث، ۱۴۰۴، ۱۴۰۴.ق.ج ۴۳، ص ۳۸۱. برای اطلاع دقیقتر رک. مسعود امامی، قصاص قتل عمدی جنین، فصلنامه کاوشی نور در فقه، پاییز ۱۳۸۶، شماره ۵۳، ص ۵۳-۸۵.

^۳ مثلاً فقه شیعه برای زن مطلقه حق نفقه در نظر گرفته است. فقها اذعان کرده‌اند که حق پرداخت نفقه به زن مطلقه باردار، حق جنین است نه مادر. رک. شیخ طوسی، المبسوط فی فقه الامامیه، ج ۵، ص ۳۷۵؛ جواهرالکلام، ج ۳۱، ص ۳۲۱.

^۴ عَنْ أَبِي جَعْفَرٍ (ع) قَالَ:

«إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ إِذَا أَرَادَ أَنْ يَخْلُقَ النَّفْثَةَ الَّتِي أَخَذَ عَلَيْهَا الْمِيثَاقَ فِي صُلْبِ آدَمَ أَوْ مَا يَبْدُو لَهُ فِيهِ وَ يَجْعَلُهَا فِي الرَّحِمِ حَرَكَةُ الرَّجُلِ لِلْجَمَاعِ». «بردستی خدای تبارک و تعالی وقتی بخواهد نطفه‌ای را که در مبدا نطفه آدم از او تعهد گرفته، بیافریند و آنچه مقدر فرموده را اظهار کند و در رحم زنان قرارش دهد، مردان را به ارتباط جنسی بر می‌انگیزاند» (کافی، ج ۶، ص ۱۳).

به خیری وی چه زمانی است؟ حضرت فرمودند تا چهارماهگی بعد از انعقاد نطفه،^۱. این روایت گویای نقش حیاتی و اساسی دعا در چهار ماه اول دوره جنینی برای سعادت، خوشبختی و تکامل معنوی انسان است.

۲. مرحله بعد از ورود به حیات انسانی

دومین گام بلند تکامل جنین انسانی، دمیده شدن روح و آغاز دوره حیات انسانی است. طبق روایات این مرحله در چهارماهگی اتفاق می افتد.^۲ ضمناً طی این چهار ماه، تمام بخش ها و اندام های بدن رشد می کنند. جنین با ورود به این مرحله به موجود تازه و متفاوتی تبدیل می شود. وجه تفاوت این تغییر بنیادین دمیده شدن روح انسانی است؛^۳ چیزی که قرآن با تعبیر «خلقت جدید جنین»^۴ از آن یاد کرده است. آنچه مسلم است، با دمیده شدن روح انسانی، جنین از حالت نسبتاً منفعل خارج می شود و واکنش های ارادی از خود بروز می دهد. جنین در این وضعیت می خوابد، بیدار می شود، جای خود را تغییر می دهد، همچنین می تواند صداها را بشنود و به ارتعاشات و تحریکات صوتی پاسخ دهد.^۵

در "خلق" اخیر، انسان صاحب حیات و قدرت و علم می شود، صفات و خواصش از لحاظ کیفی و معنوی دچار دگرگونی می شود؛ در این تلقی تن آدمی ابزاری می شود برای روح و جان آدمی.^۶ وقتی روح دمیده می شود یک جهش بزرگ در زندگی انسان به وقوع می پیوندد؛ یعنی زندگی گیاهی و نباتی به «زندگی حیوانی» و در جایگاه والاتر به «زندگی انسانی» تغییر وضعیت می دهد. شأنیت انسانی در

^۱ کافى، ج ۶، ص ۱۶.

^۲ قَالَ سَمِعْتُ أَبَا الْحَسَنِ الرُّضَاعَ يَقُولُ قَالَ أَبُو جَعْفَرٍ إِنَّ النُّطْفَةَ تَكُونُ فِي الرَّحِمِ ... فَإِذَا كَمَلَ أَرْبَعَةُ أَشْهُرٍ بَعَثَ اللَّهُ مَلَكََيْنِ خَلَّائِيْنِ. امام باقر(ع) فرمودند نطفه در رحم است پس هر گاه چهار ماه کامل شد، خداوند دو ملک خلق را می فرستد. کلینی، محمد بن یعقوب، /الكافى، ج ۶، ص ۱۳.

^۳ سوره حجر؛ آیه ۲۹؛ همچنین مجلسی، بحار/الانوار، ج ۵۷، ص ۳۷۰.

^۴ أَنْشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ؛ او را به خلقتی جدید، آفریدیم.

^۵ کاویانی، روان شناسی در قرآن، ص ۱۱۷.

^۶ علامه طباطبائی، ترجمه تفسیر المیزان، ج ۱۵، ص ۲۶.

همین تغییر وضعیت پدید می‌آید و با اضافه شدن موجود شریفی به نام «روح»، آدمی به انسان تبدیل می‌شود.^۱ فاصله کیفی و وجودی این دو مرحله آن‌قدر زیاد است که از تکوین مرحله دوم «خلق جدید جنین» تعبیر شده است.^۲

حیات انسانی حاوی بن‌مایه‌های شناخت و احساسات است. بنابراین ویژگی‌های دوره حیات انسانی در دو قلمرو مورد بحث قرار می‌گیرد. نخست: سطح شناخت و آگاهی؛ دوم: سطح عواطف و احساسات.

۲.۱. ادراک و شناخت جنین

رشد معنوی، تکامل اخلاقی و ظرفیت‌های معرفتی انسان به مرحله دوم حیات جنینی بازمی‌گردد. نخستین تحول معرفتی در جنین این است که توانایی‌های ادراکی و شناختی او شکل می‌گیرد. خداوند در توصیف شکل‌گیری منابع ادراکی انسان می‌فرماید: «ما انسان را از نطفه‌ای آمیخته آفریدیم تا او را بیازماییم، پس او را شنوا و بینا قرار دادیم».^۳ شنوایی و بینایی در قاموس قرآنی علاوه بر حواس ظاهری می‌تواند به بینش‌های اخلاقی و معنوی نیز اشاره داشته باشد.^۴ طبق آموزه‌های اسلامی انسان هنگام زاده شدن برخی داشته‌های فطری را - هرچند به صورت قوه و استعداد- به همراه می‌آورد.^۵ «خداجویی»، «توانایی رسیدن به کمال مطلق» و «گرایش به قرب الهی» اموری است که ریشه فطری دارد. نکته مهم این است که فطریات استعدادهایی است که به صورت بالقوه در نهاد انسان تکوین می‌یابد و به فعلیت رسیدنش نیازمند تلاش، برنامه‌ریزی و تربیت است.^۶ آیه فطرت توجه و روی آوردن به خدا و معنویات را به سرشت ذاتی، ثابت

^۱ محمدتقی مصباح یزدی، انسان‌شناسی در قرآن، ص ۷۲.

^۲ موسوی همدانی، ترجمه المیزان، ج ۱۴، ص ۲۱۱-۲۱۲.

^۳ سوره انسان: آیه ۲.

«إِنَّا خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ نُطْفَةٍ أَمْشَاجٍ نَبْتَلِيهِ فَجَعَلْنَاهُ سَمِيعًا بَصِيرًا».

«ما انسان را از نطفه مختلطی آفریدیم و او را می‌آزماییم (بدین جهت) او را شنوا و بینا قرار دادیم»

^۴ برانی نمونه به این آیات نگاه کنید: بقره: ۱۷۱ و ۱۷۹، انعام: ۳۶، اعراف: ۱۷۹ و ۱۹۸، یونس: ۴۲، هود: ۲۴، حج: ۴۶ و زخرف: ۴۰.

^۵ روایت آن قبلاً بیان شد. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۲، ص ۱۲.

^۶ محمود رجبی، انسان‌شناسی، ص ۱۲۹.

و مشترک انسان‌ها نسبت می‌دهد.^۱ بنا بر آیات ۷ و ۸ سوره شمس، شناخت خوب و بد اخلاقی و معنوی جزء داشته‌های فطری انسان است. طبق این آیات وقتی فرایند جسمانی خلقت انسان به کمال می‌رسد [جنین به مرحله حیات انسانی وارد می‌شود]^۲، خداوند پلیدکاری و پرهیزگاری را به او الهام می‌کند.^۳ با این وصف در کودکان به دلیل ضعف مشاعر و در بزرگسالان به دلیل گرایش‌های مادی ادراکات فطری مغفول واقع می‌شود.

افزون بر ادراکات فطری، دریافت‌های حسی جنین قابل توجه است. مجهز شدن جنین به ابزارهای حسی (چشم و گوش) و عاطفی (قلب) پس از نفخ روح و آغاز حیات انسانی مورد تأکید آیات قرآن قرار گرفته است.^۴ فعالیت ابزارهای حسی در دوران جنینی یکسان نیست برخی فعال‌تر و برخی کمتر فعال‌اند. برخی محققان از تقدم ذکر «گوش» بر «چشم» و «قلب» در آیات پیش‌گفته، اهمیت کارکردی و تقدم زمانی فعالیت آن را استفاده نموده‌اند.^۵ بررسی قدرت شنوایی جنین نشان می‌دهد که جنین الگوی آهنگین خاص

^۱ سوره روم؛ آیه ۳۰. در فصل اول "آورده‌های فطری و اهمیتش در تکوین معنویت" به این آیه اشاره شد.

^۲ «وَنَفْسٍ وَ مَا سَوَّاهَا؛ قسم به جان انسان و آنکه کاملش کرد» (شمس: ۷) با استناد به آیات دیگر این کمال همان کمال جسمانی خلقت است که مقدمه دمیده شدن روح است و در سوره «حجر» و «ص» به یک عبارت به آن اشاره شده است: «فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَ نَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ؛ پس آنگاه که او را کامل کردم و از روح خود در او دمیدم سجده کنند برای او خود را بر زمین افکنید» (حجر: ۲ و ص: ۷۲).

^۳ «فَالْهَمُّهَا فُجُورَهَا وَ تَقْوَاهَا؛ سپس پلیدکاری و پرهیزگاری‌اش را به آن الهام کرد» (شمس: ۸).

^۴ سوره سجده؛ آیه ۹:

«ثُمَّ سَوَّاهُ وَ نَفَخَ فِيهِ مِنْ رُوحِي وَ جَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَ الْبَصَرَ وَ الْفُؤَادَ قَلِيلًا مَا تَشْكُرُونَ»

«سپس [خداوند] او [جنین] را کامل کرد و از روحش در آن دمید و به شما شنوایی و بینایی و قلب داد درحالی‌که کم سپاسگزارید».

سوره ملک؛ آیه ۲۳:

«قُلْ هُوَ الَّذِي أَنْشَأَكُمْ وَ جَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَ الْبَصَرَ وَ الْفُؤَادَ قَلِيلًا مَا تَشْكُرُونَ».

«بگو خداوند کسی است که شمار را آفرید و برای شما شنوایی و بینایی و قلب قرار داد درحالی‌که کم سپاسگزارید».

سوره مؤنون؛ آیه ۷۸:

«وَهُوَ الَّذِي أَنْشَأَكُمْ السَّمْعَ وَ الْبَصَرَ وَ الْفُؤَادَ قَلِيلًا مَا تَشْكُرُونَ».

«خدا کسی است که برای شما گوش و چشم و قلب آفرید درحالی‌که کم شکرگزارید».

^۵ علی احمد، ناصح و خدیجه اسفندیاری، بررسی تطبیقی ویژگی‌های جنین در آیات قرآن و علم روز باتکیه بر نگرش مفسران متأخر، *مطالعات تفسیری*، پاییز ۱۳۹۵، شماره ۲۷، ص ۱۳۹-۱۵۸.

صدای مادر را به راحتی شنیده و به آن پاسخ می‌دهد.^۱ جنین‌ها با حرکات بدن به صداهای اطراف واکنش نشان می‌دهند؛ طولی نمی‌کشد که آن‌ها لحن و ریتم صداهای مختلف را تشخیص می‌دهند. آن‌ها به نوع صدای مرد در برابر زن و به مادر در برابر غریبه، تغییرات منظم ضربان قلب نشان می‌دهند.^۲ و نسبت به صداهایی که قبلاً در شکم مادر شنیده‌اند، واکنش ولو ناهشیارانه، نشان می‌دهند.^۳ حتی شواهدی نشانه‌هایی از شرطی‌شدگی و سازگاری را نیز در جنین محتمل شمرده است.^۴

از قابلیت سازگاری و شرطی‌شدگی جنین می‌توان در راستای تأمین سلامت معنوی کودکان بهره برد. مادران می‌توانند با کنترل محیط زندگی و تقویت نشانه‌های اخلاقی و معنوی خود، جنین^۵ کودکان آینده-را با معنویات آشتی دهند. در مقابل، محیط ناسازگار با سلامت اخلاقی و معنوی را اصلاح و تعدیل نمایند.

۲،۲. گرایش و احساسات جنین

در آیات قرآن سطوحی از ظرفیت‌های عاطفی در جنین به صورت ضمنی پذیرفته شده است. در این آیات اشاره شده است که خداوند بعد از کامل شدن جنین به او قدرت شنوایی، بینایی و «قلب» (فؤاد)

^۱ مارگارت هریس و جرج باترورث، روانشناسی رشد، ص ۸۵

^۲ لورا برک، روانشناسی رشد (از لقاح تا کودکی)، ج ۱، ص ۱۲۲.

^۳ مثلاً در تحقیقی، مادران داستان گربه در کلاه را در ۶ هفته آخر حاملگی با صدای بلند خواندند. بچه‌های آن‌ها بعد از تولد یاد گرفتند با مکیدن شدیدتر نشان دهند که شنیدن شعر آشنای (گربه در کلاه) را به داستان‌های قافیه‌دار دیگر ترجیح می‌دهند. همان

^۴ سانتاک لستر (Sontac, Lester) هنگام مطالعه ادراک جنین با مشاهده تغییر قابل توجه در ضرب‌آهنگ قلب جنین پس از انتشار صدای شدید نزدیک شکم مادر حامله، به نتیجه‌ی شگفتی دست‌یافت و آن اینکه بعد از چند بار تکرار پی‌درپی، دیگر جنین پاسخی به صدای انتشار یافته نداد؛ این یعنی جنین نشانه قابلیت سازگاری و سازش‌یافتگی دارد. (تانر، ۱۹۷۰؛ تانر و اینهلدر، ۱۹۶۳؛ بیرج، ۱۹۹۷؛ شل، ۱۹۷۵؛ اسمیت و دیگران، ۱۹۹۸؛ ترنر و هلمز، ۱۹۹۵؛ پیپلیا والذر، ۱۹۸۶ و ۱۹۹۶؛ شل و هال، ۱۹۸۰؛ استریت، ۱۹۸۳؛ گرتا، ۱۹۹۶؛ بی، ۱۹۹۵؛ هورتیگ و روندال، ۱۹۸۱، به نقل از منصور، صص ۱۶۷-۱۶۵).

عطا می‌کند.^۱ فؤاد و قلب در آیات قرآن هم منبع درک و عقلانیت است و هم مرکز احساسات و عواطف.^۲ برخوردار از انسان از قلب از آغاز خلقت، گویای ظرفیت‌های فطری انسان از روزهای آغازین حیات جنینی در بعد شناختی و گرایشی است، لذا گرایش‌های فطری انسان نیز به دوران پیش‌زادی راه می‌برد. این گرایش‌ها از ابعاد روحی آدمی است که هر انسانی از آغاز، زمینه‌های اولیه را با خود همراه دارد و به تدریج در فرد آشکار می‌شود. علم خواهی، حقیقت‌جویی، فضیلت‌خواهی و کمال‌طلبی، زیبایی‌طلبی، جاودانگی‌طلبی و میل به پرستش نمونه‌هایی از گرایش‌های اصیل و فطری انسان است.^۳ برخی شواهد تجربی وجود علائم احساسی و عاطفی در جنین را تأیید می‌کنند. با این حال دوره جنینی از لحاظ نشانه‌های روانی دوره پر ابهامی است. شاید کمبود اطلاعات تجربی در مورد عواطف و احساسات جنین به این امر بازگردد که محرک‌های عاطفی جنین مانند محرک‌های حسی قابل‌دسترس نیست.

^۱ «جَعَلَ لَكُم السَّمْعَ وَ الْبَصَارَ وَ الْفُؤَادَ؛ برای شما گوش و چشم و دل قرار داد» (نحل: ۷۸)؛ «وَ هُوَ الَّذِي أَنْشَأَ لَكُم السَّمْعَ وَ الْبَصَارَ وَ الْفُؤَادَ؛ اوست که برای شما گوش و چشمها و دلها آفرید» (مؤمنون: ۷۸)؛ «هُوَ الَّذِي أَنْشَأَكُمْ وَ جَعَلَ لَكُم السَّمْعَ وَ الْبَصَارَ وَ الْفُؤَادَ؛ اوست که شما را آفرید و برایتان گوش و چشم و دل قرار داد» (ملک: ۲۳).

^۲ مفسران بر آن‌اند که مراد از «فؤاد» یا «قلب» در قرآن عضو صنوبری نیست که موظف به انتقال خون به سایر بخش‌های بدن باشد بلکه مراد قدرت و توانایی است که درک، تحلیل و تفکر را ممکن می‌کند. (رک: طباطبایی محمدحسین، المیزان، جلد ۱۵، ص ۷۶، ۲۹؛ جلد ۱۹، ص ۶۰۹؛ جلد ۲۰، ص ۶۱۷؛ همچنین ناصر مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، جلد ۱۱، ص ۳۳۸؛ جلد ۱۷، ۱۲۸). گرچه مفسران به بُعد تفکر و تحلیل این نیرو بیشتر توجه نموده‌اند، اما لغت‌شناسان جنبه‌های عاطفی و احساسی آن را برجسته‌تر شمرده‌اند. قرشی در قاموس و احسن الحدیث وجه تسمیه «فؤاد» را توسل و دلسوزی ذکر کرده (سیدعلی اکبر قرشی، تفسیر احسن الحدیث، ج ۵، ص ۳۰۷، ۴۷۷؛ همان، قاموس قرآن، ج ۵، ص ۱۴۲) و مصطفوی «فؤاد» را قلبی خوانده است که بر اثر محبت و ایمان به درجه‌ای از پاکی و طهارت رسیده باشد؛ به گونه‌ای که سرشار از جذب و محبت شده باشد. (حسن مصطفوی، التحقیق فی کلمات القرآن، ج ۹، ص ۱۰). از همین منظر برخی بزرگان یکی از وجوه معتبر معنایی «فؤاد» را «مرکز احساسات و عواطف» دانسته است. (محمد تقی، مصباح یزدی، اخلاق در قرآن، تحقیق اسکندری، جلد ۱، ص ۳۰۳). آیه «وَ أَصْبَحَ فُؤَادُ أُمِّ مُوسَى فَارِغاً»^۲ دقیقاً به همین معنا است؛ یعنی «تشویش، نگرانی و اضطراب مادر موسی از بین رفت».

^۳ محمود رجبی، انسان، شناسی، ص ۱۲۶.

گفتار دوم: عوامل تأثیرگذار بر سلامت معنوی

طیف وسیعی از عوامل و عناصر در سلامت معنوی کودکان اثر می‌گذارد. نقش عوامل زمینه‌ساز سلامت معنوی در پیش‌زادی برجسته‌تر از سایر دوره‌ها است؛ زیرا تمام فعالیت‌ها و تمهیدات معطوف به سلامت معنوی در نقش عوامل زمینه‌ساز ظاهر می‌شود. آورده‌های ارثی و ژنتیکی، محیط خانواده، نحوه تغذیه، شیوه زندگی پدر و مادر عواملی‌اند که در دوره پیش‌زادی حضور دارد. به همین خاطر مسئولیت پیشگیرانه خانواده به خصوص والدین در مدیریت و بهبودی سلامت معنوی فرزندان بسیار خطیر است. چنانکه در بحث مبانی بیان شد، هیچکدام از عوامل نقش انحصاری ندارد بلکه هر یک به گونه‌ای زمینه‌ساز سلامت معنوی هستند که همراه با اراده و اختیار انسان بر این سلامت مؤثرند.

۱. وراثت و ژنتیک

عوامل غیراکتسابی در شکل‌گیری معنویت انسان نقش زمینه‌ساز دارد. وراثت از عوامل مهم غیراکتسابی سلامت معنوی به شمار می‌رود. بنا بر روایات اسلامی معنویت‌گرایی، سجایا و رفتارهای اخلاقی ریشه‌ها و زمینه‌های ارثی و ژنتیکی دارد. تأکید و توصیه دین به انتخاب همسر نیکو و گره زدن سرنوشت اخلاقی و معنوی فرزندان به این انتخاب بازگوکننده همین حقیقت است. پیامبر گرامی اسلام می‌فرماید: از خانواده صالح همسر برگزینید زیرا «عرق» [رگ و ریشه] اثر پنهانی می‌گذارد.^۱ شباهت فرزندان از حیث صورت و سیرت به دایی و خاله که در روایات اسلامی مورد تأکید قرار گرفته است،^۲ بازگوکننده همین اصل روان‌شناختی و تربیتی است. آنگاه که پیامبر گرامی اسلام (ص) اشاره می‌کند: «بنگر فرزند خود را کجا قرار می‌دهی که عرق [رگ و ریشه] به‌صورت ناخودآگاه اثر می‌گذارد»^۳، در حقیقت از خاستگاه

^۱ عن الصادق (ع): «تَوَجَّوْا فِي الْخُجْرِ الصَّالِحِ فَإِنَّ الْعِرْقَ دَسَّاسٌ» (طبرسی، ج ۱، ص ۱۹۷).

^۲ «تَخَيَّرُوا لِنَفْسِكُمْ؛ فَإِنَّ النِّسَاءَ يَلِدْنَ أَشْبَاهَ أَخْوَانِهِنَّ وَ أَخَوَاتِهِنَّ». برای نطفه‌های خود [همسر شایسته] برگزینید که زنان فرزندان شبیه برادر و خواهر خود به دنیا می‌آورند. (کنز العمال، ج ۱۶، ص ۲۹۵، ح ۴۴۵۵۷).

^۳ «أَنْظُرْ فِي أَيْ نَصَابٍ تَضَعُ وَلَدَكَ فَإِنَّ الْعِرْقَ دَسَّاسٌ» (الهندی، ۱۴۰۵ ق، ج ۱۵، ص ۸۸۵؛ شهاب‌الاخیار، باب الرابع، ص ۳۰۹) المنجد در باب معنای لغت (دسّاس) آورده است: «العرق دسّاس ای اَنْ اخلاق الاباء تتصل الى الابناء» یعنی «عرق دسّاس به این معنی است که ویژگی‌های اخلاقی پدر به فرزند به ارث می‌رسد».

ارثی و ژنتیکی ویژگی‌های شخصیتی و رفتاری سخن به میان می‌آورند. چنانکه حضرت علی (ع) تصریح کرده است «خوش اخلاقی نشانه پاکی و فضیلت ریشه خانوادگی است».^۱ روانشناسان ژنتیک نیز با مطالعه دوقلوهای همسان و ناهمسان که قبل از دو سالگی از هم جدا شده بودند دریافتند که دین‌داری مانند دیگر ویژگی‌های روانی مؤلفه‌های موروثی نسبتاً نیرومندی دارد.^۲ البته این عوامل به جبر منتهی نمی‌شوند و انسان‌ها قادرند با توان اراده و اختیار مسیر متفاوتی را ولو با وجود سختی‌هایی، طی کنند. بدین ترتیب نقش زمینه‌ساز عوامل ژنتیک نباید مورد غفلت قرار گیرد.

۲. بهداشت و تغذیه

چنانچه در بحث مبانی سلامت معنوی گذشت، نفس و بدن رابطه متقابل با یکدیگر دارند و باید فعالیت‌هایی که نسبت به هر کدام انجام می‌دهیم به این رابطه توجه داشته باشیم. بر همین اساس در نگرش اسلامی، بهداشت و تغذیه آمیخته با ابعاد معنوی و متافیزیکی است. مثلاً، غسل و وضو فقط به این دلیل مطهر [پاک‌کننده] نیست که محل وضو و غسل را تمیز می‌کند بلکه به این دلیل مطهر است که طبق دستور خداوند و با قصد تقرب به ساحت مقدس او صورت می‌گیرد و همین امر موجب صحت اعمال عبادی و مذهبی بعد از وضو و غسل و مجوز جایگزینی آن‌ها با تیمم است.^۳ چنانکه غذای سالم نیز تنها به دربرداشتن مقدار خاصی از انرژی، پروتئین، کالری و سایر عناصر مفید غذایی نیست؛ بلکه بخشی از سلامت غذا به این باز می‌گردد که منبع تهیه، دستور گردآوری، نحوه پخت و الگوی مصرف آن مجوز شرعی دارد یا ندارد. غذای غصبی، گوشت حیوانات حرام‌گوشت یا ذبح شرعی نشده، انگور جوشانیده شده و شراب هرچند از حیث جسمی سلامت‌ش تأیید شود، اما از جنبه‌ی معنوی سالم نیستند.

^۱ «حسن الاخلاق برهان کرم الاعراق» (غیرالحکم، ص ۳۷۹).

^۲ برنارد اسپیلیکا و دیگران، روانناسی دین، ص ۱۰۴.

^۳ وضو و غسل در ادبیات اسلامی نماد طهارت و پاکی است. توصیه به وضو و غسل در انجام اعمال دینی و عبادات مذهبی (تحریرالوسیله، جلد ۱، ص ۲۹-۳۰) و مشروط بودن آن به قصد تقرب (تحریرالوسیله، جلد ۱، ص ۲۷) نشان می‌دهد که این اعمال ارزش معنوی دارد. معیار هم همین ارزش معنوی است و گرنه تیمم که جایگزین وضو و غسل است مالیدن مقدار خاکی به دست و صورت که علی‌الظاهر نمی‌تواند ناپاکی‌های ظاهری را بزدايد ولی از آنجا که ارزش معنوی دارد اثری برسان غسل وضو بر آن مترتب شده است.

بهداشت و تغذیه با توجه به کارکردهای معنوی‌شان در شکل‌گیری شخصیت و رفتار فرزند، به‌عنوان عامل تأمین‌کننده و بسترساز سلامت معنوی جنین سزاوار بحث است. از منظر دین، لقمه حرام بر نطفه و نسل اثر منفی می‌گذارد.^۱

لقمه حرام در روایات به منزله شراکت شیطان در نسل گرفته شده است؛ که نتیجه آن زاده شدن فرزندان با خوی شیطانی به‌جای خوی رحمانی است. رسول گرامی اسلام به ابن مسعود می‌فرماید از خوردن حرام، پوشیدن اموال حرام و زن گرفتن با مال حرام خودداری کند.^۲ در روایتی دیگر آمده است: فرزندی همتای شیطان است که از مال حرام به وجود آید.^۳

بهداشت هم با ملاحظات معنوی بسترساز معنویت فرزندان به شمار می‌رود. شاید توصیه به زن و شوهر نسبت به اینکه حتی المقدور سعی کنند هنگام ارتباط جنسی و با تأکید بیشتر در ایام بارداری زن با وضو باشند،^۴ به همین مطلب اشاره داشته باشد. در سفارشی از پیامبر به امام علی (ع) پیامد ارتباط جنسی با همسر باردار بدون وضو و طهارت، صفات منفی اخلاقی و معنوی فرزند ذکر شده است.^۵ در هر حال، بهداشت و تغذیه عناصر کلیدی و تأثیرگذار در دوران پیش از تولد به شمار می‌رود.

^۱ امام صادق (ع) فرمودند: «كَسَبَ الْخَرَامُ بَيْنَهُ فِي الذَّرِيَّةِ» [اثر] درآمد حرام، در نسل آشکار می‌شود. (الکافی، ج ۵، ص ۱۲۴).

^۲ مکارم‌الاخلاق، ج ۲، ص ۳۵۴؛ بحارالانوار، ج ۷۷، ص ۱۰۵.

^۳ تفسیر العیاشی، ج ۲، ص ۳۰۰؛ بحارالانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۹۴.

^۴ الْمَرْوِيُّ عَنِ الْأَيْمَةِ (ع) :

«إِذَا قَرَّبَ الزَّوْفَ يُسْتَحَبُّ أَنْ تَأْمُرَهَا أَنْ تُصَلِّيَ رَكْعَتَيْنِ اسْتِحْبَابًا وَتَكُونَ عَلَى وَضوءٍ».

«وقتی شب زفاف فرا رسید، مستحب است که به همسران خود سفارش کنید که دو رکعت نماز خواند و با وضو باشد».

(مکارم‌الاخلاق، ص ۲۰۸).

^۵ عن النبي (ص):

«يَا عَلِيُّ إِذَا حَمَلَتْ امْرَأَتُكَ فَلَا تُجَامِعْهَا إِلَّا وَأَنْتَ عَلَى وَضوءٍ فَإِنَّهُ إِنْ قَضَى بَيْنَكُمَا وَلَدٌ يَكُونُ أَعْمَى الْقَلْبِ بَخِيلَ الْيَدِ».

«علی‌جان! وقتی زنت باردار بود و قصد نزدیکی نمود بدون وضو این کار نکن زیرا اگر وضو نداشته باشی فرزندان کوردل و بخیل خواهد بود».

(مکارم‌الاخلاق، ص ۲۱۰).

۳. شرایط محیطی

محیط نیز در تکوین شخصیت انسان نقش کلیدی دارد. محیط از لحظه انعقاد نطفه شروع می‌شود و در کل دوره بارداری جنین را حمایت یا تهدید می‌کند. بیماری‌ها، الگوی تغذیه، بی‌نظمی‌های زیستی-شیمیایی مادر، سبک زندگی و عادات روزانه، نحوه تعامل استرس‌آور یا آرامش‌بخش مادر با دیگر اعضای خانواده چیزهایی‌اند که فرایند رشد جنین و میزان سلامت او را دست‌خوش تحول می‌کند.^۱ نسبت محیط و وراثت در جهت دهی شخصیت افراد تکمیلی است. وراثت و ژنتیک استعدادهایی پدید می‌آورد که اگر محیط نباشد به فعلیت نخواهد رسید؛^۲ و از طرفی، محیط زمانی می‌تواند بر شکل‌گیری رفتار و شخصیت کودکان اثر بگذارد که زیرساخت‌های ژنتیکی او فراهم باشد.^۳

از منابع^۴ دینی چنین برمی‌آید که شرایطی و اوصافی در سلامت معنوی فرزند دخیل‌اند که اگر والدین قبل از ازدواج، حین روابط جنسی و زناشویی، ایام بارداری و زایمان به آن‌ها توجه نکنند چه بسا فرزند به دنیا آمده از لحاظ معنوی وضعیت مطلوبی نیابد. شرایط و اوصافی که برای زن و مرد شمرده شده است و نیز آداب و مناسکی که برای همسرگزینی، زناشویی، بارداری و تولد فرزند ذکر شده است در همین راستا قابل فهم است. محیط زندگی جنین فقط شکم مادر نیست بلکه محیطی که مادر در آن زندگی می‌کند و فضای حاکم بر خانواده‌ای که جنین در آن تعلق دارد و سطح تعامل والدین را شامل می‌شود. مثلاً فضای دعا و نیایش در خانواده جزء عوامل محیطی به شمار می‌رود. به همین جهت امام سجاد(ع) روز عرفه و وضعیت معنوی آن روز را تعیین‌کننده سعادت و شقاوت فرزندان که هنوز به دنیا نیامده‌اند، برمی‌شمارد.^۵

^۱ جیمز وندرزندن، روان‌شناسی رشد، ص ۴۵؛ دفتر همکاری حوزه دانشگاه، روانشناسی رشد با نگرش به منابع اسلامی، ص ۲۱۹-۲۲۴.

^۲ علی مصباح و دیگران، روانشناسی رشد (۱) با نگرش به منابع اسلامی، ص ۲۴۲. همچنین روانشناسی رشد لورا برک، ص ۱۴۶-۵۰ و رشد انسان فیلیپ رایس، ص ۷۷-۸۰.

^۳ جیمز وندرزندن، روانشناسی رشد، ص ۴۰.

^۴ در گفتار سوم به آن پرداخته می‌شود.

^۵ «إِنَّهُ لَيَرْجِي لِمَا فِي بُطُونِ الْحَبَالِ فِي هَذَا الْيَوْمِ أَنْ يَكُونَ سَعِيداً؛ برای جنین‌هایی که در این روز در شکم مادرانشان هستند امید می‌رود که سعادت‌مند شوند» من لا يحضره الفقيه، ج ۲، ص ۲۱۱.

گفتار سوم: تمهیدات مراقبتی سلامت معنوی پیش از تولد

سلامت معنوی کودکان چه قبل از تولد و چه بعد از تولد منوط به مراقبت‌های پایدار معنوی است. این مراقبت‌ها در دوره پیش‌زادی که بیشتر اخلاق، منش، سبک‌زندگی و سطح تعامل اجتماعی و زناشویی والدین را تحت پوشش قرار می‌دهد، در دو دامنه زمانی قابل طرح است. ۱. مراقبت‌هایی که باید قبل از ازدواج مورد توجه قرار گیرد، ۲. مراقبت‌هایی که لازم است بعد از ازدواج در دستور کار باشد.

یک) مراقبت‌های پیش از ازدواج

ازدواج در نگرش اسلامی وسیله‌ای برای رشد و کمال و بستری برای تأمین سلامت جامعه و بقای نسل معرفی شده است. آنچه در امر ازدواج و تشکیل خانواده جایگاه والا دارد «همسرگزینی» است. تمام کار ویژه‌هایی که برای نهاد خانواده برشمرده‌اند با انتخاب همسر ارتباط تنگاتنگ دارد. لذا، همسرگزینی پدیده‌ای اجتماعی بسیار مهم به حساب می‌آید.

در تلقی اسلامی، ازدواج صرفاً برای رفع نیازهای جنسی، عاطفی و اجتماعی نیست؛ بلکه حفظ نسل نیز اهمیت درخور دارد. وانگهی، بنابر شواهد فراوان قرآنی و حدیثی صرفاً تکثیر آماری جمعیت مورد توجه نیست؛ بلکه تکثیر معنوی و ایمانی نسل‌ها بیشتر مورد تأکید قرار دارد.^۱ قیدها و اوصاف مطلوب معنوی تولید نسل در متون دینی «صالح بودن»^۲، «پاک بودن»^۳، «ایمان به پیامبر خدا»^۴، «تقوی و

^۱ «وَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص): «تَنَاجَوْا تَنَاسَلُوا تَكْتُمُوا فَإِنِّي أَبَاهِي بِكُمُ الْأَمَمُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَلَوْ بِالسَّقَطِ؛ ازدواج کنید تولید نسل کنید و نسل خود را افزایش دهید زیرا من در قیامت به شما اتمم مباحثات می‌کنم حتی فرزندان سقط شده شما» (شعیری، جامع الاخبار، ص ۱۰۱) در این روایت وجه ترغیب پیامبر به تکثیر نسل این است که امت و پیرو پیامبر زیاد شود.

^۲ سوره الصافات؛ آیه ۱۰۰ و ۱۰۱:

«رَبِّ هَبْ لِي مِنَ الصَّالِحِينَ» فَبَشَّرْنَاهُ بِغُلَامٍ حَلِيمٍ.

«[ابراهیم گفت:] پروردگارا فرزندی به من بده که از صالحان باشد» پس من به او فرزند بردبار بشارت دادم.

^۳ سوره آل عمران؛ آیه ۳۸:

«هَٰذَاكَ دَعَا زَكَرِيَّا رَبَّهُ قَالَ رَبِّ هَبْ لِي مِن لَّدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ».

«[آنجا] بود که [زکریا پروردگارش را خواند [و] گفت: «پروردگارا، از جانب خود، فرزندی پاک و پسندیده به من عطا کن، که تو شنونده دعایی.»

^۴ سوره آل عمران؛ آیه ۳۹:

«فَتَادَتْهُ الْمَلَائِكَةُ وَهُوَ قَائِمٌ يُصَلِّي فِي الْمِحْرَابِ أَنَّ اللَّهَ يُبَشِّرُكَ بِيَحْيَىٰ مُصَدِّقًا بِكَلِمَةٍ مِّنَ اللَّهِ وَسَيُدْأُ وَحَصُورًا وَنَبِيًّا مِّنَ الصَّالِحِينَ».

پرهیزگاری»^۱ «دارای اهتمام به شریعت و مناسک دینی»^۲ «آخرت گرایی»^۳ و... ذکر شده است. تمام این اوصاف و قیود نشانگر این واقعیت است که مهم ترین رسالت یک خانواده مسلمان و مؤمن این است که تلاش کند فرزندان شایسته، ورزیده و دین گرا به دنیا آورند و تربیت کنند.

بنابر آنچه ذکر شد، فرایند تربیت قبل از تولد و از مرحله همسرگزینی آغاز می شود. لذا، همسرگزینی و متغیرهای دخیل در آن، بر سرنوشت معنوی نسل های آتی اثر می گذارد. یعنی نحوه ازدواج، اصول و معیارهای همسرگزینی، صفات و ملاحظات طرفینی می تواند مسیر سلامت نسل را به سمت مطلوب یا انحراف بکشاند. از هر پدر و مادری فرزندان معناگرا و از حیث معنوی سالم زاده نمی شود، بلکه از پدران و مادرانی فرزندان سالم معنوی به دنیا می آیند که بسترهای تکامل معنوی فرزند را مهیا کرده باشند.

بایسته های اساسی که از توجه به ویژگی های تأثیرگذار والدین بر سلامت معنوی فرزندان ناشی می شود در دو طیف کلی قرار می گیرد. برخی بایسته ها و ملاحظات قبل از دواج مربوط به پدران و برخی مربوط به مادران است. برای نیل به سلامتی معنوی فرزندان لازم است در انتخاب همسر به ویژگی های زیر توجه شود:

۱. ویژگی های تأثیرگذار پدر بر سلامت معنوی فرزند

پدر در انتقال صفات شخصیتی و معنوی به فرزند نقش بی بدیل دارد. امام سجاد(ع) این موهبت الهی را این گونه به تصویر می کشد «اگر در خود ویژگی و توانایی دیدی که باعث شگفتی ات گردید، بدان

«و هنگامی که او در محراب ایستاده، مشغول نیایش بود، فرشتگان او را صدا زدند که: «خدا تو را به» یحیی «بشارت می دهد (کسی) که کلمه خدا [مسیح] را تصدیق می کند و رهبر خواهد بود و از هوسهای سرکش برکنار و پیامبری از صالحان است».

۱ «اللَّهُمَّ ارْزُقْنِي وَلَدًا وَاجْعَلْهُ تَقِيًّا زَكِيًّا لَيْسَ فِي خَلْقِهِ زِيَادَةٌ وَلَا نَقْصَانٌ وَاجْعَلْ عَاقِبَتَهُ إِلَى خَيْرٍ؛ پروردگارا! فرزندی به من عنایت کن و او را پاک و متقی قرار ده؛ فرزندی که از نظر جسمی سالم باشد و عاقبتش بخیر خاتمه یابد». (مکارم/الاخلاق، ص ۲۰۹).

۲ سوره مریم؛ آیه ۵۹:

«فَخَلَفَ مِنْ بَنِيهِمْ خَلْفٌ أَضَاعُوا الصَّلَاةَ وَاتَّبَعُوا الشَّهْوَاتِ فَسُوفَ يَلْقَوْنَ غِيًّا».

«اما پس از آنان، فرزندان ناشایسته ای روی کار آمدند که نماز را تباه کردند و از شهوات پیروی نمودند و بزودی (مجازات) گمراهی خود را خواهند دید».

نکته: در آیه مذکور اهتمام به نماز به عنوان مهمترین عمل عبادی مذهبی، صفت مثبت و تضييع نماز صفت منفی لحاظ شده است.

۳ همان.

پدرت ریشه این نعمت در توست پس خدا را نسبت به این نعمت سپاسگزار باش!^۱ نقش وراثتی تمام نسل‌های پیشین را در برمی‌گیرد. همان‌گونه که در روایات تأکید شده است وقتی خداوند اراده می‌کند انسانی خلق کند، تمام صورت‌های آباء و اجدادش را تا حضرت آدم گرد هم می‌آورد سپس او را مشابه یکی از آن‌ها می‌آفریند.^۲

تأثیر نطفه پدری بسیار پردامنه و گسترده است. دامنه اثرگذاری آن علاوه بر ابعاد زیستی و فیزیکی ابعاد رفتاری و معنوی فرزند را نیز شامل می‌شود. «صفات اخلاقی»،^۳ «رفتار اجتماعی»،^۴ و «ایمان و دین‌داری»^۵ نشانه‌هایی است که می‌تواند علاوه بر منشأ تربیتی، منشأ ژنتیکی و ارثی نیز داشته باشد. امیرالمؤمنین (ع) در نامه ۳۱ نهج‌البلاغه عمیق این تأثیرگذاری را به‌خوبی به تصویر کشیده است. ایشان در نامه‌ای به فرزند ارشدش، امام حسن (ع) می‌نویسند که نه تنها برخی ابعاد شخصیتی خود را در تو می‌بینم بلکه تمام جلوه‌های شخصیتی‌اش در او تجلی‌یافته است.^۶ ویژگی‌های حداقلی پدر که سلامت معنوی فرزند را متأثر می‌سازد، «سلامت نسب»، «سلامت اخلاق» و «سلامت ایمان» است. البته ذکر موارد فوق به معنای عدم تأثیرگذاری سایر ابعاد شخصیتی و معنوی پدر نیست بلکه به معنای اولویت موارد ذکرشده و سطح بالاتر اهمیت آن‌ها است.

^۱ علی ابن الحسین علیه‌السلام:

«وَأَنْتَ لَوْلَاهُ لَمْ تَكُنْ فَمَهْمَا رَأَيْتَ فِي نَفْسِكَ مِمَّا يُعْجِبُكَ فَاعْلَمْ أَنَّ أَبَاكَ أَصْلُ النُّعْمَةِ عَلَيْكَ فِيهِ وَاحْمَدِ اللَّهَ وَاشْكُرْهُ عَلَى قَدَرِ ذَلِكَ». «بدان اگر پدرت نبود تو نیز نبودی؛ هرگاه در خود ویژگی‌هایی یافتی که تو را به تعجب و شگفتی واداشت بدان که پدرت خاستگاه این موهبت در تو است. خدا را بابت این نعمت بزرگ سپاس‌گویی و شکرگزارش باش».

(ابن شعبه حرانی، تحف العقول، ص ۲۶۳).

^۲ قال الصادق ع: «ان الله تبارك و تعالی إذا أراد أن يخلق خلقاً جمع كل صورة بينه وبين آدم ثم خلقه على صورة إحداهن» من لا يحضره الفقيه، ج ۳، ص ۴۸۴.

^۳ «حُسْنُ الْأَخْلَاقِ بُرْهَانُ كَرَمِ الْأَعْرَاقِ؛ خوش اخلاقی فرد نشانه ریشه و نسبت نیکوست» (غررالحکم، ص ۲۵۴).

^۴ «إذا كرم اصل الرجل كرم مغيبه و محضره؛ وقتی ریشه فرد نیکو باشد نشست و برخاستش نیز نیکو خواهد بود» (غررالحکم، ص ۲۹۴).

^۵ «إِنَّكَ إِنْ تَذَرَهُمْ يُضِلُّوا عِبَادَكَ وَ لَا يَلِدُوا إِلَّا فَاجِرًا كَفَّارًا؛ اگر آنها [کفار زمان نوح] را زنده بگذاری فرزندان فاسد و کافر به دنیا خواهد آورد» (نوح: ۲۷).

^۶ «وَوَجَدْتُكَ يُغْضِي بِلِيٍّ وَجَدْتُكَ كَلِيٍّ؛ تو را بخشی از خود بلکه تمام خوشتن یافتم» سیدرضی، نهج‌البلاغه، ص ۳۹۱.

سلامت نسب

سلامت ریشه یا نسب یکی از موضوعات مورد تأکید در احادیث اهل بیت (ع) است. در زیارت‌نامه امام حسین (ع) خاستگاه وجودی آن حضرت نوری عنوان شده است که در انساب عالی یا پاک قرار داشته است.^۱ از این فرازا می‌توان برداشت کرد که "سلامت نسب" در تکوین شخصیت و منش افراد، مهم و تأثیرگذار است.

تأثیرگذاری «خون»، «ریشه وجودی» و «سلامت تبار» در سلامت معنوی، مد نظر اولیاء دین نیز بوده است. حضرات معصومین هم که در قله معنویت قرار داشتند ریشه و نسب خود را پاک و نورانی ذکر می‌کنند و هم تلویحاً توجه پیروان را به رعایت این اصل در فرزند آوری جلب می‌نمایند. حضرت پیامبر در حدیثی پاکی نسل خود را یادآوری نموده می‌فرمایند: «خداوند مرا دائماً و پی‌درپی از مبدا نطفه در مردان پاک به رحم‌های زنان پاک منتقل می‌کرد تا آن‌که مرا در عالم شما آورد به گونه‌ای که پلیدی جاهلیت مرا آلوده نکرد».^۲ انتساب آلوده نشدن به گمراهی‌ها و پلیدی‌های دوره جاهلیت به ریشه‌های پاک پدری و رحم‌های مطهر مادری، نشان می‌دهد که سلامت نسب و ذات پدر و همچنین پاکی دامن مادر زمینه‌ساز سلامت و پاکی فرزندان است. به همین خاطر در روایات تأکید شده است که اگر به دنبال علت و عامل نیکویی اخلاق افراد می‌گردید ریشه و تبارش را مورد بازخوانی قرار دهید زیرا «اخلاق نیکو نشانه شرافت رگ و ریشه افراد است»^۳ بنابراین در سلامت معنوی پاکی نسب و ریشه خانوادگی اثرگذار است.

^۱ «يَا ابْنَ رَسُولِ اللَّهِ أَشْهَدُ أَنَّكَ كُنْتَ نُوراً فِي الْأَصْلَابِ الشَّامِيَةِ؛ ای فرزند رسول خدا، گواهی می‌دهم تو نوری بودی که از انسانهای بلندمرتبه نسل به نسل انتقال یافته‌ای» (جعفر ابن محمد ابن قولویه، کامل‌الزیارات، ص ۲۳۰)

^۲ عَنْ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ:

«لَمْ يَزَلْ يَنْقُلُنِي اللَّهُ مِنْ أَصْلَابِ الطَّاهِرِينَ إِلَى أَرْحَامِ الْمُطَهَّرَاتِ حَتَّى أُخْرِجَنِي فِي عَالَمِكُمْ هَذَا لَمْ يَدْخُلْنِي بَدَنَسُ الْجَاهِلِيَّةِ».

«خداوند مدام مرا از پشت‌های پاک به ارحام پاک منتقل کرد تا اینکه به این دنیا پا گذاشتم. هیچگاه به پلشتی‌های دوران جاهلیت آلوده نشدم».

(بحارالانوار، جلد ۱۵، ص ۱۱۷).

^۳ «حُسْنُ الْأَخْلَاقِ بُرْهَانُ كَرَمِ الْأَعْرَاقِ» (غررالحکم، ص ۲۵۴).

سلامت اخلاق

بازتاب بیرونی معنویت، رفتار و منش اخلاقی است. رفتار اخلاقی را شاخص اصلی جامعه بهنجار می‌دانند. در نگرش اخلاقی اسلام «اخلاق» در کنار «اعتقادات» و «احکام شرع» تشکیل‌دهنده دین و نشان‌دهنده جامعه دینی است.^۱ علی‌القاعده، انتظار می‌رود جامعه‌ی دینی بیش از سایر جوامع نشانه‌های معنویت از جمله رفتار اخلاقی را در خود جای داده باشد. در روایات اسلامی شرط سلامت اخلاقی جامعه ازدواج با معیارهای اخلاقی ذکر شده است. حضرت پیامبر (ص) معیار قرار ندادن حسن اخلاق و دین در همسرگزینی را منشأ فساد جامعه معرفی می‌کند.^۲ وقتی از امام رضا (ع) درباره ازدواج با مردی که به سوء اخلاق متهم است مشورت شد، حضرت پاسخ داد اگر اخلاقش درست نیست با او ازدواج نکنید.^۳ از جمله علل خودداری از ازدواج با مردان دارای پیشینه بد اخلاقی، می‌تواند حفظ سلامت اخلاقی نسل‌های آینده باشد.

گذشته از آنچه ذکر شد، شواهدی از روایات وجود دارد که از رابطه میان زندگی اخلاقی پدر و زندگی اخلاقی فرزندان و نسل‌های مختلف بعد از او سخن می‌گوید. در احادیث مشابهی امام باقر (ع) و امام صادق (ع) نیکوکاری و رستگاری پدران را منشأ حفاظت الهی و رستگاری فرزندان و فرزندان فرزندان

^۱ غلام‌حیدر کوشا، نقش دین در اخلاق، معرفت/اخلاقی، شماره ۵، ص ۲۹.

^۲ عن ابی جعفر الصادق (ع):

فَإِنَّ رَسُولَ اللَّهِ ص قَالَ إِذَا جَاءَكُمْ مَنْ تَرْضَوْنَ خُلُقَهُ وَ دِينَهُ فَرَوْجُوهُ إِلَّا تَعْلَمُوهُ تَكُنْ فِتْنَةٌ فِي الْأَرْضِ وَ فُسَادٌ كَبِيرٌ

«حضرت پیامبر فرمود: اگر خواستگاری آمد که اخلاق و دینش رضایت بخش بود ازدواج کنید وگرنه فتنه و فساد بزرگی در زمین بوقوع خواهد

پیوست» (کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۵، ص ۳۴۷).

^۳ «كَتَبْتُ إِلَى أَبِي الْحَسَنِ الرِّضَا (ع) أَنْ لِي قَرَابَةٌ قَدْ خَطَبَ إِلَيَّ وَ فِي خُلُقِهِ سُوءٌ قَالَ لَا تُزَوِّجْهُ إِنْ كَانَ سَيِّئَ الْخُلُقِ؛ بِهِ إِمَامُ رِضَا (ع) نوشتم که یکی از خویشاوندان که وضعیت اخلاقی مناسبی ندارد خواستگاری [من/دخترم] آمده چه دستور می‌فرمایید؟ حضرت پاسخ داد: اگر در او سوء اخلاق مشاهده می‌کنی با او ازدواج نکن» (شیخ طبرسی، مکارم/الاخلاق، ص ۲۰۳).

می‌دانند.^۱ این پدر است که با گام گذاشتن در مسیر نیکوکاری فرزندان خود را به رستگاری و سعادت هدایت می‌کند.

سلامت ایمان

ایمان و اعتقاد در کنار اخلاق دو بال سلامت معنوی را تشکیل می‌دهند. علی‌القاعده نگرش اسلامی مؤید این امر است که والدین سالم معنوی علاوه بر رفتارهای اخلاقی و ارزشی، نشانه‌های ایمانی و اعتقادی را از خود بروز دهند. براساس آنچه از روایات بر می‌آید، سطح ایمان والدین در تدین و ایمان و گرایش‌های معنوی فرزند و حتی میزان حضور در فعالیت‌های دینی و ایمانی نقش دارد. حضرت علی (ع) نسبت به مؤمنانی که آن حضرت را در جنگ جمل همراهی کرده بودند چنین می‌فرمایند: «ما نیروهایی را امروز حاضر در جنگ می‌بینیم که در مبدأ نطفه در پدران یا رحم مادرانشان هستند. آن‌ها به‌زودی پا به جهان می‌گذارند و دین و ایمان را یاری می‌رسانند».^۲ انتظار، همین است؛ مجاهدان مؤمن و وفادار به امامت و همچنین همسران وفادار به دفاع از ارزش‌های الهی فرزندانی به دنیا می‌آورند که مدافع دین و ایمان و استحکام‌بخش پایه‌های ارزش‌های الهی باشند. در نقطه مقابل، دور از انتظار نیست والدینی که تکیه‌گاه ایمانی درستی ندارند و به ارزش‌های دینی و اخلاقی پشت کرده‌اند، فرزندانی به دنیا آورند که نه تنها خود غرق در گمراهی‌اند که جامعه را نیز به فساد و گمراهی بکشانند. در آیه ۲۶ و ۲۷ سوره نوح به این مسئله به خوبی اشاره شده است. در آیات فوق حضرت نوح (ع) خطاب به خداوند، در مورد افراد کافر امت خود چنین می‌فرماید: «اگر آن‌ها را باقی بگذاری، بندگان را گمراه می‌کنند و جز نسلی

^۱ عن جعفر ابن محمد الصادق (ع): «إِنَّ اللَّهَ لَيُفْلِحُ بِفَلَاحِ الرَّجُلِ الْمُؤْمِنِ وَلِدَهُ وَوُلْدَهُ وَلَدِهِ... أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ شَكَرَ صَاحِبَ ابْنَيْهِمَا لَهْمَا؛ خَدَاوَنَدَا بِرَسْتِغَارِي پَدَرِ مُؤْمِنِ رَسْتِغَارِي فرزند را رَقَم می‌زند... آیا نمی‌بینی که خداوند از آن دو غلام (مذکور در آیه ۸۲ سوره کهف) به خاطر نیکوکاری پدرشان، قدردانی کرد.»

عن ابی جعفر و ابی عبدالله ع قالا « یحفظ الاطفال بصلاح آبائهم...؛ خداوند فرزندان را به خاطر نیکوکاری پدرانشان، محافظت می‌کند. » (بحارالانوار، ج ۱۳، ص ۳۱۲).

^۲ «فَقَدْ شَهِدْنَا وَ لَقَدْ شَهِدْنَا فِي عَسْكَرِنَا هَذَا أَقْوَامٌ فِي أَصْلَابِ الرِّجَالِ وَ أَرْحَامِ النِّسَاءِ سَيَرَعَفُ بِهِمُ الزَّمَانُ وَ يَقْوَى بِهِمُ الْإِيمَانُ» (سید رضی، نهج البلاغه، ص ۵۵؛ مجلسی، بحارالانوار، ج ۹۷، ص ۹۶).

فاجر و کافر به دنیا نمی‌آورند».^۱ اگر نبود که در کافر و فاجر شدن نسل، کفر و گمراهی والدین نقشی داشته باشد، دلیلی نداشت که حضرت نوح هلاکت آن‌ها را با گمراهی جامعه و تولید نسل گمراه و فاسد توجیه کند. این توجیه خود دلیلی است بر اینکه ایمان فرزندان از ایمان پدر اثر می‌پذیرد. شاید یکی از حکمت‌های حرمت ازدواج با مرد مشرک و کافر و کراهت ازدواج با مستضعفان ایمانی همین نکته باشد.^۲ البته وجود رابطه میان ایمان پدر و ایمان فرزندان، به معنای نفی اختیار و اراده آزاد انسانی نیست. در قرآن و احادیث نمونه‌های بسیاری از فرزندان مؤمن متولد شده از والدین کافر و یا فرزندان کافر متولد شده از پدران مومن ذکر شده است؛ اما نکته سزاوار یادآوری این است که داشتن و نداشتن ایمان و سطحی و عمیق بودن آن می‌تواند زمینه‌ساز شخصیت دینی یا غیردینی نسل‌های بعدی باشد.

ویژگی‌های تأثیرگذار مادر بر سلامت معنوی فرزند

بار سنگین سلامت فرزند، هم سلامت معنوی و هم سلامت جسمانی و روانی، در دوران پیش از تولد به دوش مادر است. حتی در دوران بعد از تولد نیز مادران سهمی جایگزین‌ناپذیر در رشد، تعالی و تکامل معنوی و اخلاقی فرزندان بر عهده دارند. ویژگی‌های شخصیتی، مراودات اخلاقی، وضعیت روانی، وضعیت معنوی و همچنین خوراک و پوشاک مادر بر جنین و سلامتی او سایه می‌افکند. اوست که وظیفه دارد این امانت الهی و خانوادگی را با سلامت کامل به سرمنزل مقصود برساند. به همین دلیل در رهیافت اسلامی ره‌آوردهای وراثتی خصوصاً آنچه از طریق مادر منتقل می‌شود در وضعیت معنوی فرزند مهم شمرده شده است. به عنوان نمونه، در مورد محمد ابن ابوبکر که از حواریون حضرت علی (ع) به حساب می‌رفت و خود امیرالمؤمنین در وصفش او را فرزندی نیک‌خواه کارگزار فعال، شمشیر برنده و ستون

^۱ سوره نوح؛ آیه ۲۶-۲۷:

«وَقَالَ نُوحٌ رَبِّ لَا تَذَرْ عَلَى الْأَرْضِ مِنَ الْكَافِرِينَ دَيَّارًا ۚ إِنَّكَ إِن تَذَرْهُمْ يُضِلُّوا عِبَادَكَ وَلَا يَلِدُوا إِلَّا فَاجِرًا كَفَّارًا».

«و نوح گفت: پروردگارا، هیچ کس از کافران را بر روی زمین مگذار» چرا که اگر آنان را باقی بگذاری، بندگان را گمراه می‌کند و فرزندان را جز کافر و فاسد به دنیا نیاورند».

^۲ بنگرید: بقره: ۲۲۱؛ کافی، ج ۵، ص ۴۳۶ و ۴۳۷ و استبصار، ج ۳، ص ۱۸۲ تا ۱۸۴.

استوار محافظت از دین معرفی می‌کند،^۱ ذکر شده است که اوصاف حسنه آن بزرگوار متأثر از انتسابش به اسماء بنت عمیس است نه خلیفه اول ابوبکر ابن ابی قحافه.^۲ از همین استدلال امام صادق علیه‌السلام می‌توان این قاعده را استنباط کرد که صفات نیکو و نیز ناشایست او در سجدیه و اخلاق فرزند ظاهر می‌گردد و آینده شخصیتی و رفتاری فرزند را متأثر می‌سازد.

پاکی دامن و رحم

عفت، پاکی دامن و طهارت رحم مادر، سلامت معنوی فرزند را تضمین می‌کند. بنابراین چه در زیارت‌نامه‌های حضرت پیامبر، وارث و اربعین آمده است، برتری پیامبران و امامان معصوم بر سایرین این است که در دامن‌های پاک رشد یافته‌اند.^۳ این خصوصیت باعث می‌شود که هیچ ناپاکی شخصیتی و گمراهی و ضلالت محیطی به آن‌ها سرایت نکند.^۴ از همین زیارت‌نامه‌ها می‌توان استفاده نمود که پاکی دامن مادران یکی از بسترهای مهم تأمین سلامت معنوی فرزندان است؛ بنابراین در جامعه‌ای که زنان

^۱ «مُحَمَّدُ بْنُ أَبِي بَكْرٍ رَحِمَهُ اللَّهُ قَدْ اسْتَشْهَدَ فَعِنْدَ اللَّهِ نَحْسِيَّةٌ وَلَدًا نَاصِحًا وَ عَامِلًا كَادِحًا وَ سَيِّفًا قَاطِعًا وَ رُكْنًا دَافِعًا؛ محمد بن ابی بکر، که خداوند او را رحمت کند به شهادت رسیده است. او را نزد خدا فرزندى خیرخواه به حساب می‌آوریم و عاملی کوشا و شمشیری برآن و رکنی مدافع» (نهج البلاغه، ص ۴۰۸).

^۲ عَنْ حَمْزَةَ بْنِ مُحَمَّدٍ الطَّائِرِ، قَالَ ذَكَرْنَا مُحَمَّدَ بْنَ أَبِي بَكْرٍ عِنْدَ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ (ع) فَقَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ (ع) رَحِمَهُ اللَّهُ وَ صَلَّى عَلَيْهِ، قَالَ لِأَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ (ع) يَوْمًا مِنَ الْأَيَّامِ ابْسُطْ يَدَكَ أَبَايَكَ! فَقَالَ أَوْ مَا فَعَلْتَ قَالَ بَلَى، فَبَسَطَ يَدَهُ، فَقَالَ أَشْهَدُ أَنَّكَ إِمَامٌ مُفْتَرَضٌ طَاعَتُكَ وَ أَنَّ أَبِي فِي النَّارِ. فَقَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ (ع) كَانَ إِنْجَابَهُ مِنْ قِتْلِ أُمِّهِ اسْمَاءَ بِنْتِ عَمِيْسٍ رَحِمَهُ اللَّهُ عَلَيْهَا لَا مِنْ قِتْلِ أَبِيهِ. نزد امام صادق (ع) سخن از محمد بن ابی بکر به میان آمد. حضرت (ع) فرمود: خدا او را رحمت کند و بر او درود فرستد. روزی به امیرالمؤمنین (ع) گفت دست خود را باز کن تا بیعت کنم. حضرت (ع) به او فرمود مگر یک بار بیعت نکردی. گفت چرا. حضرت (ع) دست خود را گشود و محمد بن ابی بکر گفت: شهادت می‌دهم که تو امامی هستی که اطاعتش واجب است و پدرم در آتش دوزخ است. سپس امام صادق (ع) فرمود: نجابت او به خاطر مادرش اسماء بنت عمیس، رحمه الله علیها است، نه به خاطر پدرش. (محمد بن عمر کشی، رجال الکشی، ص ۶۴).

^۳ «أَشْهَدُ يَا رَسُولَ اللَّهِ أَنَّكَ كُنْتَ نُورًا فِي الْأَصْنَافِ الشَّامِخَةِ وَ الْأَرْحَامِ الْمُطَهَّرَةِ؛ ای رسول خدا گواهی می‌دهم که تو نوری بودی در بلندمرتبه‌ترین مبادی نطفه و رحمهای پاک»؛ «يَا بْنَ رَسُولِ اللَّهِ، أَشْهَدُ أَنَّكَ كُنْتَ نُورًا فِي الْأَصْنَافِ الشَّامِخَةِ وَ الْأَرْحَامِ الْمُطَهَّرَةِ؛ ای فرزند رسول خدا شهادت می‌دهم که تو نوری بودی در بلندمرتبه‌ترین مبادی نطفه و رحمهای پاک» به نقل از (علی ابن طاووس، اقبال الاعمال، دارالکتب الاسلامیه، ج ۲، ص ۶۰۷ و نیز بحار الانوار، ج ۹۸، ص ۳۳۲).

^۴ «لَمْ تُنْجَسْكَ الْجَاهِلِيَّةُ بِأَنْجَابِهَا وَ لَمْ تَلْبَسْكَ الْمُدْلِهَمَاتُ مِنْ نِيَابِهَا؛ عصر جاهلیت تو را به نجاست خود آلوده نساخت و تاریکی‌ها از پوشش خود برای تو جامه‌ای ندوخت» همان.

عقیف و پاک‌دامن، فراوانی چشمگیر داشته باشد نسل‌های آتی آن جامعه نیز سرشار از معنویت و گرانبار از اخلاق خواهد بود. چنانچه اگر عفت و پاک‌دامنی زنان رو به افول رود در نتیجه جامعه و جوانان آن نیز از خوان معنویت محروم خواهد گردید. پیامبر اکرم (ص) در بیان زنان برتر و معیار گزینش همسر آورده‌اند: «بهترین زنان پاک‌دامنان هستند»؛^۱ زیرا با عفت و پاک‌دامنی شهوت و غریزه جنسی افراد مهار و اصلاح می‌شود.^۲

در احادیث معصومین سفارش اکید شده است که برای همسری خود و مادری (بالقوه‌ی) فرزندان خود، زنان پاک‌دامن را برگزینید؛ زیرا دامن و رحم زنان محل رشد و پرورش نطفه و فرزندان است. محل رشد فرزند باید پاک باشد تا فرزند هم به پاکی آن آراسته شود.^۳ طبق بیان استعاری منسوب به حضرت علی (ع) «مادران به‌منزله ظروف‌اند»^۴ گهر وجود فرزند سالم معنوی را ظرفی زرین باید! گذاشتن گهر ناب در ظرف زنگار دیده و آسیب‌پذیر غایت بی‌تدبیری و منت‌های کج‌سلیقگی است، چرا که «در لاله‌زار گل روید، و در شوره‌زار خس».^۵

بنا بر فرمایش امام صادق (ع) فقط در دل‌های فرزندان دارای مادران عقیف و پاک‌دامن بذر محبت اهل‌بیت (ع) جوانه می‌زند.^۶ کسانی که ولادت‌شان پاک باشد بر محبت اهل‌بیت علیهم‌السلام استوارند و

^۱ «خیر نسائکم العقیفة» (وسائل‌الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۵).

^۲ «العِفَةُ تُضَعِّفُ الشَّهْوَةَ؛ عفت باعث تضعیف شهوت می‌شود» (غررالحکم، ص ۲۵۶).

^۳ عن الرسول: «تخیروا لنطفکم و انتخبوا المناکح: برای نطفه‌های خود [جایگاهی مناسب] برگزینید و زنان [نیک] را انتخاب کنید» (متقی هندی، کنز‌العمال، ص ۳۰۲).

^۴ «وَ إِنَّمَا أُمّهَاتُ النَّاسِ أَوْعِيَةٌ» (مبیدی، حسین بن معین الدین / زمانی، مصطفی؛ دیوان‌امیرالمؤمنین علیه‌السلام، ص ۲۴).

^۵ سوره اعراف؛ آیه ۵۸:

«وَالْبَلَدُ الطَّيِّبُ يَخْرِجُ نَبَاتَهُ بِإِذْنِ رَبِّهِ وَالَّذِي خَبَثَ لَا يَخْرِجُ إِلَّا نَجَسًا».

«زمین پاک، گیاهش به اذن پروردگارش می‌روید و آن [زمینی] که ناپاک است [گیاهش] جز اندک و بی‌فایده بر نمی‌آید»

^۶ الامام الصادق علیه‌السلام:

«مَنْ وَجَدَ بَرْدَ حُبِّنَا عَلَى قَلْبِهِ فَلْيَكْثِرِ الدَّعَاءَ لَأُمَّهُ فَإِنَّهَا لَمْ تَخُنْ أَبَاهُ».

«هر کس خنکای محبت ما را در دل خود یافت، مادرش را بسیار دعا کند؛ چرا که به پدرش خیانت نکرده است».

(من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۴۹۳، ح ۴۷۴۵؛ علل‌الشرایع، ص ۱۴۲، ح ۵).

کسانی با اهل بیت سر ستیز دارند که مادرانشان ناپاک و آلوده دامن‌اند.^۱ محبت اولیاء خدا از آن حیث که با محبت خداوند پیوند وثیق دارد، نشانگر معنویت افراد است و اگر پاک‌دامنی مادر در حب و بغض نسبت به اولیاء خدا اثر مثبت دارد پس می‌شود یکی از راه‌های توسعه سلامت معنوی جامعه را ترویج فاف و پاک‌دامنی زنان به حساب آورد.

شرم و حیا

«حیا» توانایی درونی است که به فرد اجازه می‌دهد نفس خود را از بدی‌ها دور نگه دارد^۲ و از رفتار مذمت آور و ملامت‌خیز ترس داشته باشد.^۳ بنا بر روایات اسلامی «حیا از کارهای زشت و قبیح بازمی‌دارد»^۴ زنانی که خود را باحیا نیاراسته باشند، نمی‌توانند وارد سرای عفت بشوند؛ زیرا عفت میوه باغ حیا است.^۵

جایگاه محیط زندگی و خانواده به‌ویژه مادر در تقویت اخلاق و عفاف فرزندان و نسل‌های آتی برجسته و بنیادین است. به همین مناسبت یکی از ویژگی‌های مهم مادران داشتن حیاء ذکر شده است. زنان با حیاء هستند که با نشانه‌های رفتاری و اخلاقی راه را برای عفت و پاک‌دامنی و حیاء فرزندان هموار می‌سازند. چنانچه حضرت امیرمؤمنان (ع) فرموده است «شرم و حیا جامه‌ای است فراگیرنده و حجابی است

^۱ من المحاسن عن ابی عبد الله المدائنی: قال أبو عبد الله (ع):

«إذا برد علی قلب أحدكم حیناً فلیحمد الله علی اولى النعم. قلت: علی فطره الاسلام؟ قال: لا، ولكن علی طیب المولد، انه لایحیئنا إلا من طابت ولادته ولا یبغضنا إلا الملقق الذی تأتی به أمه من رجل آخر فتلزمه زوجها... ولا یحیئنا إلا من كان صفوة من أی الجیل کان»
«وقتی محبت ما بر قلب شما سایه افکند خدا را صاحب نعمت شکرگزاری. گفتیم خدا را بخاطر فطرت اسلامی شکرکنم حضرت فرمود: نه؛ خدا را بر زادگاه پاک شکرگویند. بدرستی اهل بیت را کسانی دوست می‌دارند که مولد پاک داشته باشد؛ فقط کسانی با اهل بیت دشمنی می‌کنند که مادرش پاکی دامن پیشه نکرده است. آن‌های که پاک‌زاده‌اند همیشه ما را دوست می‌دارند؛ فرقی ندارد متعلق به کدام مردم است».

(المحاسن، ج ۱، ص ۲۳۲، ح ۴۲۰؛ بحارالانوار، ج ۲۷، ص ۱۵۷، ح ۵۱۳۶).

^۲ حسین بن محمد راغب اصفهانی، المفردات فی غریب القرآن، ص ۲۷۰.

^۳ محمد معین، فرهنگ فارسی، ج ۱، ذیل واژه «حیاء» و مصطفی، حسینی، صدر، معارف و معاریف، ج ۴، ص ۶۱۲، (واژه حیاء).

^۴ امیرالمومنین علیه السلام: «الْحَيَاءُ يَصُدُّ عَنْ فِعْلِ الْقَبِيحِ؛ حیاء از رفتار ناشایست جلوگیری می‌کند» (غررالحکم، ص ۲۵۷).

^۵ امیرالمومنین علیه السلام: «تَمَرَةُ الْحَيَاءِ الْعَقَّةُ؛ نتیجه و ثمره حیاء پاک‌دامنی است» (غررالحکم، ص ۲۵۷).

بازدارنده از گناه و پوششی است نگاه‌دارنده از بدی‌ها؛^۱ حیاء فساد را می‌زداید و با ابزار حیا می‌شود از فحشا و آلودگی جلوگیری کرد.^۲

توجه به حیاء دختران هنگام انتخاب همسر، بایی خواهد گشود تا فرزندان عقیف‌تر و حیاء‌پیشه‌تر در جامعه بیشتر شود. اگر در قرآن کریم یکی از نشانه‌های زنان خوب و همسران شایسته حیاء ذکر شده است، به دلیل تأثیرگذاری آن در سلامت خانواده و نسل است. دختران شعیب پیامبر که یکی از آن‌ها به همسری حضرت موسی برگزیده شد، در مراودات خود حیاء پیشه می‌کردند، هم گفتارشان را با حیاء می‌آراستند و هم در رفتار از حیاء غافل نمی‌شدند.^۳ شاید رفتار توأم با شرم و حیای حضرت موسی و دختر شعیب زمینه پیوند زناشویی آن دو را فراهم ساخت و با پیشنهاد شعیب ازدواج آنان تحقق یافت.^۴

تدین

تدین و ایمان مادر و باور او به معتقدات مذهبی در گرایش او به معنویت تأثیر انکارناپذیر دارد. حضرت پیامبر(ص) به کسی که قصد ازدواج داشت و نظر حضرت را نسبت به شرایط همسر جویا شده بود، فرمود: «زنی متدین برگزین تا به خیر و برکت دستیابی!».^۵ فرزند با ایمان و دین‌پذیر برکت زندگی است. این برکت تنها در صورتی میسر می‌شود که مادر از سرچشمه ایمان و معرفت دینی توشه چیده باشد. همسر مؤمن، متدین و معتقد به ارزش‌های اخلاقی و معنوی هم شوهر را به رعایت شئون اخلاقی دلگرم و هم فرزندان را به دین‌داری، تقوا، اخلاق نیک، عمل صالح و ترک گناه تشویق و

^۱ «الحیاء لباسٌ ساینغ و حجابٌ مانع و سترٌ من المساوی» (شرح نهج البلاغه لابن ابی‌الحدی؛ ج ۲۰؛ ص ۲۷۲).

^۲ «الحیاء... عین کالئذ تدود عن الفساد و تنهی عن الفحشاء؛ حیاء چشمی بیدار و مراقب است که از فساد جلوگیری می‌کند و از فحشاء پرهیز می‌دهد» (همان).

^۳ «فجائته احداهما تمشی علی استحياء إن ابی یدغوک لیجزيك أجرًا ما سقیت لنا؛ یکی از آن دو خواهر در حالی که با حیا راه می‌رفت نزد او آمد و گفت پدرم تو را فرا خوانده تا پاداش آب رسانی ات به ما را بدهد» (قصص: ۲۵).

^۴ مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ج ۱۶، ص ۶۴.

^۵ قال أبو جعفر: «أتی رجلُ النبی ص یسئله فی النکاح فقال رسولُ اللہ ص انکح و علیک بذات الدین تربت یداک» (وسائل الشیعه؛ ج ۲۰؛ ص ۵۰).

ترغیب می‌نماید. در مقابل، همسر بی‌ایمان اهل خانواده را از سفره معنویت محروم می‌کند و بستر ساز گرایش فرزندان به گناه، بی‌دینی و رفتار غیر اخلاقی می‌شود.

باور قلبی به خداوند و پذیرش عالم معنا و ماوراء به رعایت وظایف دینی و دستورات اخلاقی منجر می‌شود و همین امر سبب می‌شود سبک زندگی خانواده دینی و الگوی تربیتش الهی شود. راه رسیدن به جامعه معنویت‌گرا و تربیت فرزندان اخلاقی و معنوی بدون مادران مؤمن و متدین هموار نخواهد شد.

اصالت خانوادگی

اصالت، نجابت و ریشه خانوادگی والدین به‌خصوص مادر در سرنوشت ایمانی و سیرت معنوی فرزندان نقش تعیین‌کننده دارد. سیره معصومین علیهم‌السلام، گویای حساسیت آنان به ریشه، اصالت و نجابت خانوادگی همسر است. اینکه حضرت علی(ع) هنگام انتخاب همسر به برادرش عقیل توصیه می‌کنند تا در میان اقوام عرب زنی را برای حضرت بجوید که از خانواده و تبار نجیب و شجاع باشد و از این ازدواج فرزندان نجیب و شجاع نصیب حضرت شود،^۱ نشان از اهمیت این امر و تأثیر آن در سرشت و سرنوشت فرزندان است. عملاً هم آثار این دقت نظر به اثبات رسیده است. آیا فرزندان غیور و شجاعی مثل حضرت ابوالفضل(ع) و برادرانش جز این است که از دامان ام‌البنین (برگزیده شجاعت و نجابت خانوادگی و طایفه‌ای از سوی عقیل) متولد شده‌اند؟ در احادیثی دیگر از معاشرت و ازدواج با دختران قبایل و تبارهای خاص نهی شده است. در این احادیث استدلال شده است که رگ و ریشه‌ی بی‌وفایی در این قبایل وجود دارد.^۲

^۱ سید محسن، امین، *عیان‌الشیعه*، ج ۸، ص ۳۸۹.

^۲ «قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص ... لَا تُسَاكِنُوا الْخَوْزَ وَلَا تَزَوَّجُوا إِلَيْهِمْ فَإِنَّ لَهُمْ عِرْقًا يَدْعُوهُمْ إِلَى غَيْرِ الْوَفَاءِ» یعنی پیامبر اکرم فرمود: به درمیان خوزیان زندگی نکنید و از آنها زن نگیرید زیرا در آنها خصلتی وجود دارد که به بی‌وفایی دعوتشان می‌کند؛ «عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ ع قَالَ: يَا هِشَامُ الْبُطُّ لَيْسَ مِنَ الْعَرَبِ وَلَا مِنَ الْعَجَمِ - فَلَا تَتَّخِذْ مِنْهُمْ وَلِيًّا وَلَا نَصِيرًا فَإِنَّ لَهُمْ أَصُولًا تَدْعُو إِلَى غَيْرِ الْوَفَاءِ» یعنی امام صادق علیه‌السلام فرمود: مردم ببط نه از عرب‌اند و نه از عجم، از میان آنها دوست و همیاری برنگزین زیرا آنها ریشه‌ای دارند که به بی‌وفایی سوق می‌دهد. *وسائل‌الشیعه*، جلد ۲۰، ص ۸۳.

بازتاب صفات شخصیتی و رفتاری مادر و وابستگان مادری مؤید تاریخی و تجربی نیز دارد. حضرت امیر ترس فرزندش محمد حنفیه را در جنگ جمل به نسب مادری او نسبت می‌دهد.^۱ تأکید بر شباهت فرزند به دایی و خاله^۲ نشان می‌دهد که سهم خصوصیات جسمی و معنوی خانواده مادری در ابعاد مختلف مادی و معنوی فرزند نقش به سزایی دارد.

تأثیر اصالت خانوادگی تنها جنبه وراثت و ژنتیک را در بر نمی‌گیرد بلکه به لحاظ ابعاد محیطی و تربیتی نیز مهم است. این مطلب از این جهت است که خانواده، سبک زندگی و الگوی تربیتی‌اش در رفتار و منش و گرایش فرزند خانواده که اینک مادر شده است انعکاس می‌یابد. بعد از ازدواج این الگو و سبک زندگی در رفتار خانواده و شیوه‌های تربیتی او اثر می‌گذارد و این‌گونه سلامت جسمی، روانی و معنوی فرزند از قالب‌های تربیتی و معیشتی خانواده مادر متأثر می‌شود. از سوی دیگر به طور طبیعی فرزند ناگزیر از ارتباط با بستگان والدین خود است و بدین وسیله طبعاً در امور مادی و معنوی از آنها تأثیر می‌پذیرد.^۳

زیرکی و خردمندی

گرایش‌های اخلاقی و تمایلاتی معنوی ارتباطی تنگاتنگ با سطح عقلانیت و قدرت تفکر افراد دارد. عقل راهنما است و با آن حقیقت از خطا، حق از باطل، درست از نادرست و خیر از شر تشخیص داده

^۱ ابن ابی الحدید در شرح نهج البلاغه آورده است که حضرت علی (ع) در جنگ جمل پرچم را به پسرش محمد حنفیه داد و فرمود حمله کن. محمد کمی درنگ کرد و به پدر عرضه داشت: مگر نمی‌بینی نیزه‌ها مانند باران می‌بارند! حضرت به سینه پسرش زد و او را اینگونه خطاب می‌کند: «این ترس از ریشه مادری به تو رسیده است» (ابن ابی الحدید، شرح نهج البلاغه، ج ۱، ص ۲۴۳).

^۲ «تخبروا لطفکم؛ فَإِنَّ النِّسَاءَ يَلِدْنَ أَشْيَاءَ اخْوَانِهِنَّ وَ اخْوَاتِهِنَّ؛ برای نطفه‌های خود همسر مناسب برگزینید، چرا که زنان همانندهای برادران و خواهر خود را می‌زایند» (کنز العمال، ج ۱۶، ص ۲۹۵، ح ۴۴۵۵۷).

^۳ «امام صادق ع: عن النبی ص: اختاروا لطفکم فَإِنَّ الْخَالَ أَحَدَ الضَّجِيعِینَ؛ برای نطفه‌هایتان فرد مناسب انتخاب کنید چرا که دایی یکی از دو همنشین است.» (کافی ج ۵، ص ۳۳۲).

برخی در شرح این حدیث گفته‌اند: یعنی همانگونه که پدر همنشین و مربی فرزند خویش است، دایی نیز همنشین و مربی او خواهد بود. پس همانطور که فرزند از اخلاق پدر می‌آموزد از اخلاق دایی نیز می‌آموزد. (وافی، ج ۲۱، ص ۴۴).

می‌شود.^۱ پیامبر اکرم (ص) در باب گزینش همسر تصریح دارند که با افراد احمق و کم‌خرد ازدواج نکنید زیرا معاشرت با او گرفتاری است و فرزندی که از او متولد می‌شود کارا و مفید نخواهد بود.^۲ در حدیث دیگری آسیب ازدواج با زن احمق بیشتر از ازدواج با مرد احمق شمرده شده است، چرا که از زنان نادان و احمق فرزندان نانجیب زاده می‌شوند.^۳ به همین دلیل اگر مردی با زن کم‌خرد ازواج کند احتمالاً آثار تربیتی و اخلاقی او آینده فرزندان را به بی‌پروایی و دوری از نجابت بکشانند.

مصیبت‌بار بودن زندگی با کم‌خردان به این دلیل جدی است که چشم‌اندازهای اخلاقی و معنوی زندگی نیازمند برنامه‌ریزی، تفاهم و مشارکت فکری است. در صورتی راه رسیدن به تعالی ارزشی و هنجاری در خانواده‌ها هموار می‌شود که برنامه‌ریزی‌ها بر مبنای خرد و تعقل باشد. به دلیل همین اصل تربیتی تمایز میان زن و مرد توجیه می‌شود. بار اصلی تربیت و تنظیم امور درون خانواده با زنان هستند و آن‌ها ایند که به تدبیر و تربیت در محیط خانواده مدد می‌رسانند. اگر او نادان و آشفته فکر باشد بنای تربیت و تدبیر نیز لرزان خواهد بود.

دو) مراقبت‌های پس از ازدواج

دامنه مراقبت معنوی پس از ازدواج تمام ساحت‌های وجودی، روانی و رفتاری را در بر می‌گیرد. بنا برآنچه امام سجاد (ع) ترسیم نموده‌اند، هرکدام از اعضا و جوارح مادر و نیز تمام حالات و روحيات او بر معنویت فرزند اثر می‌گذارد. آن حضرت یادآوری می‌کنند: مادری که دغدغه سلامت فرزند دارد با گوش، چشم، پا، مو، پوست و تمام اعضا و جوارح از فرزندش مراقبت می‌کند و این زحمت را با

^۱ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص: «كَفَى بِالْمَوْتِ وَاعْظًا وَبِالْعَقْلِ دَلِيلًا وَبِالتَّقْوَى زَادًا؛ مرگ برای اندرز و عقل به عنوان راهنما و تقوی به عنوان توشه کافی است» مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۱۱، ص ۱۸۵.

^۲ «ایکم و تزویج الحمقاء فَأَنَّ صَحْبَهَا بَلَاءٌ وَلِلَّهَا ضِيَاعٌ؛ از ازدواج با نادانان بپرهیزد که هم نشینی با آنها بلاء و فرزندشان هدر است» (وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۵۶).

^۳ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ ع: «زَوْجُوا الْأَحْمَقَ وَلَا تَزَوْجُوا الْحَمَقَاءَ فَإِنَّ الْأَحْمَقَ يَنْجِبُ وَالْحَمَقَاءَ لَا تُنْجِبُ؛ با مرد نادان ازدواج کنید اما با زن نادان ازدواج نکنید چرا که از مرد نادان فرزند نجیب زاده می‌شود اما زن نادان فرزند نجیب نمی‌زاید» (الکافی، ج ۵، ص ۳۵۴).

خرسندی به جان می‌خرد.^۱ بخشی از بار مراقبت‌های معنوی پس از ازدواج نیز به عهده پدران است؛ آنها هستند که با درآمد پاک، اخلاق نیکو و رفتار درست زمینه ارتقاء معنوی فرزندان را فراهم می‌کنند. مراقبت‌های معنوی پس از ازدواج در سه مقوله دسته‌بندی می‌شود. ۱. ترسیم شرایط و مقدمات فرزندآوری ۲. توجه به آداب و ضوابط ارتباط جنسی و زناشویی ۳. محافظت و مراقبت درون رحمی جنین انعقاد یافته. هر سه مقوله بایسته‌ها و مراقبت‌هایی نیاز دارد که بی‌توجهی یا کم‌توجهی بدان‌ها ممکن است خسارت‌های معنوی را متوجه فرزندان نماید.

۱. مراقبت‌های معنوی پیش از انعقاد نطفه

سلامت معنوی فرایندی زمانمند است که از طریق مراقبت‌های پایدار محقق می‌شود. به همین منظور دین مبین اسلام دستورالعمل‌هایی را نسبت به مراقبت‌های مؤثر بر فرزندان یادآوری نموده و والدین را ترغیب کرده است که آن‌ها را مدنظر قرار دهند. نمونه‌هایی از این مراقبت‌ها در منابع دینی مورد تأکید قرار گرفته است که در این میان «توجه به حلال و حرام» و «رعایت شئون اخلاقی»، «تزکیه اندیشه و خیال»، «طهارت چشم و گوش»، «تلطیف عواطف» و «اصلاح محیط زندگی» از حساسیت ویژه برخوردار است.

پاکی مال

خوراک، پوشاک و لوازم زندگی آلوده به حرام بر روحيات، گرایش‌ها و ابعاد شخصیتی جنین تأثیر می‌گذارد. از منظر دین، لقمه حرام هم بر نطفه، اثر منفی می‌گذارد و هم بر جنین اثر ناگوار دارد؛ به گونه‌ای که این تأثیر مخرب، ممکن است چندین نسل را درگیر کند. مستند برداشت فوق، آیات و روایاتی است که از اختلال اخلاقی و معنوی نسل‌ها سخن به میان آورده است. امام صادق(ع) از کسب درآمدهای حرام نهی می‌کند و اثر وضعی آن را انحراف فرزندان معرفی می‌کند. ایشان به صراحت بیان می‌کنند که

^۱ «أَنَّهَا وَفَتْكَ بِسَمْعِهَا وَبَصَرِهَا وَلَدِهَا وَرَجُلِهَا وَشَعْرَهَا وَبَشَرَهَا وَجَمِيعَ جَوَارِحِهَا مُسْتَبْشِرَةٌ بِذَلِكَ فَرِحَةٌ مُوَابِلَةٌ؛ او تو را با گوش چشم و دست و پا و مو و پوست و تمام اعضاء و جوارحش مراقبت کرده است در حالی که خود را به آن مژده می‌دهد و خوشحال است.» (ابن شعبه حرانی، تحف العقول، ص ۲۶۳).

«[آثار سوء] کسب حرام در نسل و فرزندان آشکار می‌شود».^۱ در آیه ۶۴ سوره مبارکه اسراء اشاره شده است که شیطان در اموال و اولاد انسان شریک می‌شود^۲ و این گونه نسل‌ها را تباه می‌کند. روایاتی که در تفسیر این آیه ذکر شده است بیان می‌دارد که شراکت شیطان با انسان در اولاد از طریق مال حرامی است که بر نطفه و جنین اثر می‌گذارد و موجب تخریب استعدادهای معنوی و حق‌گروانه آن‌ها می‌شود.^۳ پیامبر خدا (ص) خطاب به ابن مسعود به همین آیه استدلال می‌کنند: «ای پسر مسعود! حرام نخور، حرام نپوش، از راه حرام کسب مکن! مگر نشیدی که خداوند به شیطان فرموده است با سوارگان و پیادگان بر انسان بتاز و در اموال و اولاد با آن‌ها شریک شو! ای پسر مسعود... هیچ‌گاه به مال حرام و زنان حرام نزدیک نشو».^۴ وقتی از امام باقر (ع) درباره شریک شدن شیطان پرسیده شد امام فرمود: «آنچه از مال حرام به وجود آید، شریک شیطان است».^۵

شراکت شیطان در اولاد به هر معنایی باشد، تبلور اخلاقی رفتاری آن در فرزندان همانا خصلت‌های شیطانی است. شرارت، بی‌بندوباری، لأبالی‌گری، انحراف و سایر خصلت‌های مذموم اخلاقی جلوه شیطانی انسان است. حضرت امام حسین (ع) رفتار قاتلان عاشورا که تلخ‌ترین فاجعه را رقم زدند به حرام‌خواری آنان منتسب می‌کنند. حضرت با عتابی به آنان تذکر می‌دهد که «شما مرا نافرمانی می‌کنید، به سخنان من گوش فرا نمی‌دهید، چراکه شکم‌هایتان از حرام پر است و بر قلب‌هایتان مهر زده شده

^۱ «کُتِبَ الْحَرَامُ بَيْنَ فِي الذُّرِّيَّةِ» (الکافی، ج ۹، ص ۶۸۰).

^۲ سوره اسراء؛ آیه ۶۴:

«وَ اسْتَفْزَزْ مَنْ اسْتَطَاعَتْ مِنْهُمْ بَصَوْتِكَ وَ أَجْلِبْ عَلَيْهِمْ بِخِيلِكَ وَ رَجَلِكَ وَ شَارِكْهُمْ فِي الْأَمْوَالِ وَ الْأَوْلَادِ وَ عِيَالِهِمْ وَ مَا يَعْصِمُ الشَّيْطَانُ إِلَّا غُرُورًا»
«و از ایشان [انسان‌ها] هر که را توانستی با آوای خود تحریک کن و با سواران و پیادگان بر آنها بتاز و با آنان در اموال و اولاد شرکت کن و به ایشان وعده بده» و شیطان جز فریب به آنها وعده نمی‌دهد.

^۳ قمی، علی ابن ابراهیم، تفسیر قمی، ج ۲، ص ۲۲.

^۴ «يَا ابْنَ مَسْعُودٍ فَانْظُرْ أَنْ لَا تَأْكُلَ الْحَرَامَ وَ لَا تَلْبَسَ الْحَرَامَ وَ لَا تَأْخُذَ مِنَ الْحَرَامِ... وَ لَا تَقْرَبَنَّ مِنَ الْحَرَامِ مِنَ الْمَالِ وَ النِّسَاءِ» (بحار الانوار، جلد ۷۴، ص ۱۰۵).

^۵ عن الباقر عليه السلام: «مَا كَانَ مِنْ مَالٍ حَرَامٍ فَهُوَ شَرِيكُ الشَّيْطَانِ» (مجلسی، بحار الانوار، ج ۵۷، ص ۳۴۲).

است.^۱ تبیین رفتار انسان‌های شقی و ظالم حادثه عاشورا با حرام‌خواری به‌خوبی گویای دخالت مال حرام و کسب نامشروع در رفتار و اعمال است. رعایت حلال و حرام علاوه بر پیامدهای تکوینی، بازتاب‌های تربیتی نیز به همراه دارد چرا که بی‌اعتنایی والدین به رعایت حلال و حرام و کم‌توجهی آنها به حقوق دیگران، الگوی تربیتی نامناسبی را به فرزندان عرضه می‌کند.

پاکی فکر و خیال

شاید بیش از حد آرمان‌گرایانه به نظر برسد اگر از والدین بخواهیم برای تأمین سلامت معنوی فرزندش در آینده، تخیلات خود را هم از نظر بهداشت معنوی مدیریت کنند. اگر به اثبات رسد که تخیلات و تصورات خیالی والدین بر منش و شخصیت فرزند اثرگذار است، طرح مدیریت و نظارت آن نه تنها آرمان‌گرایانه نخواهد بود بلکه بسیار واقع‌بینانه و منطقی خواهد بود. آنچه از مباحث فیلسوفان مسلمان در باب «خیال» و «قوه خیال» برمی‌آید این است که این نیرو بازوی توانمند ادراکی انسان است. تخیل از مراتب نفس انسانی و کارآمد در عرصه‌های مختلف تربیتی، اخلاقی و زیبایی‌شناختی است.

علی‌رغم تمام تسهیلاتی که خیال فراهم نموده است در حوزه سلامت معنوی ممکن است تنگنانهایی را نیز موجب شود. بنابر برخی روایات و سفارشات معصومین علیه‌السلام خیال‌پردازی‌های هر یک از والدین حین ارتباط زناشویی شخصیت اخلاقی فرزند را دستخوش تغییر می‌کند. پیامبر اکرم (ص) در سفارشی به امیرالمؤمنین (ع) این مسئله را گوشزد نموده و پیامد آن را آشکارا توضیح می‌دهد. در این حدیث تأکید می‌شود کسانی که با همسران خود رابطه زناشویی برقرار می‌کنند و در آن هنگام تخیل زنان دیگر را در سر می‌پرورانند، احتمال اینکه فرزند منعقد شده از این ارتباط همجنس‌گرا شود، دارای نقصان ظاهری و باطنی باشد، یا در صورت پسر بودن زن صفت باشد بعید نیست.^۲ این حدیث به‌خوبی ضرورت

۱. «كَلِمَ عَصِيَ لِأَمْرِ غَيْرِ مَسْتَمِعٍ قَوْلِي فَقَدْ مَلَأْتُ بِطَوْنِكُمْ مِنَ الْحَرَامِ وَ طَبِعَ عَلَى قُلُوبِكُمْ...» (مجلسی، ج ۴۵، ص ۸).

۲. عن الرسول (ص):

«يَا عَلِيُّ لَا تُجَامِعِ امْرَأَتَكَ بِشَهْوَةِ امْرَأَةٍ غَيْرِكَ فَإِنِّي أَخْشَىٰ أَنْ قُضِيَ بَيْنَكُمْ وَلَدٌ أَنْ يَكُونَ مُخَنَّنًا أَوْ مُؤَنَّنًا مُجَبَّلًا».

پالایش انگیزه‌ها، تخیلات و احساسات جنسی را به تصویر کشیده است. بدین ترتیب اسلام قبل از اقدام به تولید نسل به عوامل خیالی مؤثر در سلامت معنوی نیز توجه کرده است.

کارکرد این دستورالعمل در وضعیت فعلی که دسترسی به محرک‌های شهوانی از طریق تعاملات هنجارگرای اجتماعی و فضای سایبری رو به وفور رفته است و گاهی از سوی برخی مشاوران ناآگاه به‌عنوان مقدمه و آمادگی روابط جنسی به قول خودشان، پرهیجان توصیه می‌شود بسیار حیاتی و اساسی است. بدون تعارف، اگر پیامبر (ص) تخیل زنان دیگر را به مصلحت زن و شوهر و فرزند آتی آنان نمی‌داند و آن را عامل معضلات روانی و اخلاقی فرزند برمی‌شمارد، پس تخیلاتی که با دیدن عکس‌ها، کلیپ‌ها و مطالب مستهجن در ذهن زن و شوهر قالب می‌بندد باید به‌عنوان کانون خطر سلامت معنوی فرزند معرفی شود. شاید به همین دلیل، حضرت مسیح (ع) به حواریون توصیه می‌کند که حتی در ذهن خود زنا، روابط نامشروع و صحنه‌های جنسی را مرور نکنند.^۱ استدلال حضرت مسیح این است که این تخیلات آتشی است که تمام اندوخته‌های معرفتی و معنوی انسان را نابود می‌کند. پس، برای داشتن فرزندان سالم معنوی نیاز است والدین تخیلات خود را نیز در روابط زناشویی اصلاح و پالایش کنند.

«علی‌جان! بپرهیز از اینکه با همسرت نزدیکی کنی و شهوت زن دیگری غیر از زن خودت در سرداشته باشی؛ من بیمناکم از اینکه اگر فرزندی از این ارتباط منعقد شد "مخنث" (مرد و زنی که گرایش‌های جنسی مخالف دارد)، "مؤنث" (در مورد مرد برای مردان زن صفت به کار می‌رود) یا "مخبل" (انسانی که از نظر جسمی و ظاهری و نیز باطنی ناقص است) باشد».

شیخ صدوق، من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۵۵۲.

^۱ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ ع فِي حَدِيثٍ قَالَ:

«إِنَّ عِيسَى ع قَالَ لِلْحَوَارِيِّينَ... إِنَّ مُوسَى أَمَرَكُمْ أَنْ لَا تَزْنُوا وَأَنَا أَمَرُكُمْ أَنْ لَا تُحْدِثُوا أَنْفُسَكُمْ بِالزَّانَا فَضَلَّا عَنْ أَنْ تَزْنُوا فَإِنْ مَنْ حَدَّثَتْ نَفْسُهُ بِالزَّانَا كَانَ كَمَنْ أَوْقَدَ فِي بَيْتٍ مَرْوَقٍ فَأَقْسَدَ التَّرَاوِيقَ الدُّخَانُ وَإِنْ لَمْ يَحْتَرِقِ الْبَيْتُ».

«حضرت عیسی به حواریون گفت: موسی به شما امر می‌کرد که زنا نکنید من به شما می‌گویم حتی به زنا فکر هم نکنید. فکر کردن به زنا مثل آتشی است در خانه مجلل که اگرچه این آتش خانه را نمی‌سوزاند اما دودش تمام نقش و نگار خانه را از بین می‌برد».

کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۵، ص ۵۴۲.

تقویت گرایش‌ات الهی

نوع گرایش‌ات و علائق والدین در سلامت معنوی فرزندان نقش مؤثری دارد. اگر جایگاه خدا و اولیای الهی در دل والدین برتر از سایر امور باشد اثر آن در فرزندان مشاهده می‌شود. امام رضا (ع) ضمن بیان داستانی از حضرت دانیال نبی (ص) تأثیر جهت‌گیری گرایش‌ات والدین را در فرزندان گوشزد می‌کنند: شخصی در حضور دانیال نبی (ع) آرزو می‌کند که فرزندی شبیه ایشان در اخلاق و سیما داشته باشد. حضرت دانیال (ع) او را به دوست داشتن و یاد کردن حضرت، ترغیب می‌کند. مرد هم به توصیه حضرت دانیال (ع) عمل می‌کند و خداوند فرزندی به او عطا می‌کند که شباهت زیادی به دانیال دارد.^۱ بدین ترتیب کسی که محبت پیامبر (ص) و اولیای الهی را در دل خود جایگاهی برتر از سایر امور دهد و ذهن و دل خود را به آنها سپارد اثر آن را در فرزند خود می‌تواند مشاهده کند. شرکت در مراسم دعا، روضه و مجالس اهل بیت می‌تواند علائق معنوی والدین را تقویت کند و برکات آن در فرزندان نیز ظاهر شود. از همین منظر خانواده‌هایی که به فرزندآوری اقدام می‌کنند اگر تعلق قلبی شدید نسبت به دنیا و امور دنیوی داشته باشند، بازتاب منفی آن به فرزند نیز منتقل خواهد شد. براین اساس والدین باید قبل از فرزندآوری خود به سلامت معنوی خویش بیندیشند و در مسیر تحقق مبانی آن (مانند آخرت‌گرایی و تقدم بخشیدن به روح در تعامل با بدن) و مؤلفه‌های آن (مانند اهم و احب‌سازی خدا و اولیای معصوم او در زندگی) گام بردارند.^۲

^۱ عَنْ عَلِيٍّ بْنِ مُوسَى الرِّضَاءِ قَالَ:

«إِنَّ الْمَلِكَ قَالَ لِدَانِيَالٍ أَشْتَهِي أَنْ يَكُونَ لِي ابْنٌ مِثْلَكَ فَقَالَ مَا مَحَلِّي مِنْ قَلْبِكَ قَالَ أَجَلٌ مَحَلٌّ وَأَعْظَمُهُ قَالَ دَانِيَالٌ فَإِذَا جَامَعْتُ فَاجْعَلْ هِمَّتَكَ فِيَّ قَالَ فَقَعَلَ الْمَلِكُ ذَلِكَ فَوُلِدَ لَهُ ابْنٌ أَشْبَهَ خَلْقَ اللَّهِ بِدَانِيَالٍ».

«پادشاهی به دانیال گفت دوست دارم فرزندی دارای خصوصیات تو داشته باشم. دانیال نبی (ع) گفت من در قلبت چه جایگاهی دارم؛ مرد پاسخ داد جایگاهی رفیع و جلیل! سپس دانیال (ع) گفت این محبت اگر هنگام زناشویی حفظ شود به مراد خواهی رسید. مرد همان کرد که دانیال گفته بود خداوند فرزندی شبیه دانیال به او هدیه داد».

محمدباقر مجلسی، بحار الانوار، ج ۱۳، ص ۳۷۱.

^۲ فصل اول، بخش "شاخص‌های سلامت معنوی" و فصل سوم که به مبانی پرداخته است.

پاکی چشم

چنانکه قبلاً نیز یادآوری شد، عملکرد تمام اعضا و جوارح والدین در معنویت فرزند اثر دارد. قلب، گوش، دست و پا و از همه مهتر چشم آنها می‌توانند سلامت فرزند را تأمین کنند و یا بالعکس به خطر اندازند. آیات و روایات فراوانی به مؤمنان توصیه نموده‌اند که در مراودات و تعاملات اجتماعی از چشم خود مواظبت کنند. پالایش چشم مهم‌ترین عنصر در غفت و پاک‌دامنی است.^۱ در اهمیت پالودگی چشم تعبیر «زنای چشم» از سوی معصومین علیه‌السلام در باب چشم‌چرانی کافی است. حضرت امام صادق (ع) می‌فرمایند: «هرکس بهره‌ای از زنا دارد؛ نگاه حرام زنای چشم است».^۲ «زنا» در هر قالبی باشد تأثیرگذاری بر نسل و اولاد جزء شئونات انفکاک‌ناپذیر آن به حساب می‌آید. بر همین پایه، پالودگی چشم یا به تعبیری «حلال بینی» ضرورت می‌یابد و از عناصر مراقبتی والدین در حیطه بهداشت معنوی فرزند به شمار می‌رود.

پالودگی چشم در دنیای رسانه‌ای معاصر مسئولیت والدین را خطیرتر می‌سازد. در این دوران که به کمک ابزار تکنولوژیکی و اطلاعاتی قلمرو دید انسان از فضای حقیقی به دنیای مجازی تسری یافته است و انواع و اقسام آلودگی بصری اعم از هرزه‌نگاری‌ها، تبلیغات نابهنجار محصولات تجاری و جنسی و اخیراً کانال‌ها و گروه‌های دوستی در شبکه‌های مجازی توسعه یافته است، پالودگی چشم اهمیتی مضاعف می‌یابد. شاید به معنای واقعی کلمه مصداق روشن حدیث «نگاه، تیری از تیرهای زهرآگین شیطان است»^۳ در فضای سایبری فراهم می‌شود. البته این نکته به هیچ وجه به معنای انکار کارکردهای مثبت این محیط

^۱ امام سجاد علیه‌السلام:

«وَأَمَّا حَقٌّ فَرَجَكَ فَحَفَظَهُ مِمَّا لَا يَحِلُّ لَكَ وَالِاسْتِغْنَاءُ عَلَيْهِ بِغَضِّ الْبَصَرِ فَإِنَّهُ مِنْ أَعْوَنِ الْأَعْوَانِ».

«حق دامن این است که از هر چیزی حرام حفظ شود؛ می‌توان به این مهم با محافظت از چشم دست یافت زیرا کنترل چشم مهم‌ترین همیار در این امر خواهد بود».

ابن شعبه حرانی، تحف العقول، ص ۲۵۸.

^۲ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عَلَيْهِ السَّلَامُ: «مَا مِنْ أَحَدٍ إِلَّا وَهُوَ يُصِيبُ خَطَاً مِنَ الزَّانَا قَرْنَا الْعَيْنَيْنِ النَّظْرُ» (شیخ حرعاملی، وسائل الشیعه، ج ۲۰، ص ۱۹۱).

^۳ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ ع قَالَ: «سَمِعْتُهُ يَقُولُ النَّظْرَةُ سَهْمٌ مِنْ سِهَامِ إِبْلِيسَ مَسْمُومٌ» (کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۵، ص ۵۵۹).

نیست بلکه بیش از هر چیزی به این معنا است که دسترسی به آلوده‌سازهای بصری کم‌هزینه‌تر، سریع‌تر و افسارگسیخته‌تر شده است. در هر حال، حفظ چشم از آلودگی‌ها و محرمات سبب می‌شود که والدین به ایمان‌گوارا دست یابند.^۱ ایمانی که همزاد و همراه عمل صالح است و هردو، بال عروج به سوی خداوند متعال و پایه‌های تشکیل زندگی پاک و خالص هستند.^۲

منابع دینی در توجیه ضرورت مراقبت از چشم، به پیامدهای اخلاقی، روان‌شناختی و اجتماعی آن اشاره دارد. در آیه ۳۰ سوره مبارکه نور، تزکیه و تهذیب به‌عنوان ثمره پاکی چشم ذکر شده است.^۳ در بیانات امیرالمؤمنین شهوترانی و شهوت‌بارگی نتیجه بی‌مبالاتی بصری و نگاه حرام آورده شده است.^۴ امام سجاد علیه‌السلام نیز هنگام دعا از چشمی شکایت می‌کند که از خدا نمی‌هراسد و هوسرانی به سرشت همیشگی‌اش تبدیل شده است.^۵ پس اگر چشم و مشاهدات حسی در تقویت و تضعیف ایمان و اخلاق

^۱ قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ عَلَيْهِ السَّلَامُ:

«النَّظَرُ سَهْمٌ مِنْ سَهَامِ إِبْلِيسَ مَسْمُومٌ مَنْ تَرَكَهَا لِلَّهِ عَزَّ وَجَلَّ لَا يَغْتَرِبِ أَغْتَرِبَهُ اللَّهُ إِيْمَانًا يَجِدُ طَعْمَهُ».

«نگاه حرام تیری است از تیرهای شیطان که مسموم است؛ هرکس این عمل ناشایست را بخاطر خداوند-نه غیر خداوند- ترک کند خداوند پاداش او را ایمانی‌گوارای قرار خواهد که از آن لذت ببرد».

شیخ صدوق، من لا یحضره الفقیه، ج ۴، ص ۱۸.

^۲ سوره نحل؛ آیه ۷۹:

«مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ».

«هرکس از مرد و زن عمل شایسته کند و مؤمن باشد او را زندگی نیکو دهیم و پاداششان را بهتر از آنچه عمل می‌کرده‌اند می‌دهیم».

^۳ سوره نور؛ آیه ۳۰:

«قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَٰلِكَ أَزْكَىٰ لَهُمْ»

«به مؤمنان بگو: چشمهای خود را (از نگاه به نامحرمان) فروگیرند و عفاف خود را حفظ کنند این سبب تزکیه بیشتر آنان می‌گردد»

^۴ عَنْ أَمِيرِ الْمُؤْمِنِينَ (ع):

«أَنَّهُ كَانَ جَالِسًا فِي أَصْحَابِهِ إِذْ مَرَّتْ بِهِمْ امْرَأَةٌ جَمِيلَةٌ فَرَمَقَهَا الْقَوْمُ بِأَبْصَارِهِمْ فَقَالَ ع إِنَّ عُيُونَ هَذِهِ الْفُجُولِ طَوَامِجُ وَإِنَّ ذَٰلِكَ سَبَبُ هِنَابِهَا»

«حضرت علی علیه‌السلام با اصحاب نشسته بود که زن زیبایی از آنجا رد شد، تعدادی از مردانی که آنطرف‌تر بودند با چشم بی‌زن را گرفتند؛ حضرت فرمود: این مردان چشم چراند و این کار اینها سبب افسارگسیختگی شهوت آنها خواهد شد».

سیدرضی، نهج البلاغه، ص ۵۵۰.

^۵ الامام علی ابن الحسین علیه‌السلام فی مناجاه الشاکرین:

«الهی الیک اشکو...عَنِ الْبُكَاءِ مِنْ خَوْفِكَ جَامِدَةً وَإِلَى مَا يَسْرُهَا طَامِخَةً».

«پروردگارا به تو شکایت می‌کنم... از چشمی که اشکش در برابر خوف از تو خشکیده و به هرسوی و سوسه شود هوسرانی می‌کند».

والدین اثر می‌گذارد و از سویی ایمان و اخلاق والدین سبجیه اخلاقی و ایمانی فرزندان را موجب می‌شود، سزاوار است والدین پاکی و پالودگی چشم و بینایی خود را به عنوان یکی از متغیرهای دخیل در سلامت ایمان و اخلاق فرزندان مدنظر قرار دهند.

پاکی محیط

روابط اجتماعی و تعاملات محیطی برای همه ضرورتی انکارناپذیر دارد. اصولاً، پیشرفت، ترقی و تعالی انسان در حاشیه همین تعاملات تقدیر شده است. نوع روابط محیطی والدین و خصوصاً زنان باردار بر روحيات جنین تأثیر می‌گذارد. اگر این تأثیر به صورت مستقیم اثبات نشود دست کم به صورت غیرمستقیم با تأثیرپذیری روحيات و نگرش‌های والدین از تعاملات محیطی می‌تواند به اثبات برسد. دامنه این تأثیر و تأثر - چه مستقیم و چه غیرمستقیم - صلاحیت معنوی فرزند را تحت پوشش قرار می‌دهد.

سیره انبیاء و دستورات شرعی مؤید این مطلب است. پیامبران قبل از اینکه از خداوند فرزند بخواهند و به فرزندآوری اقدام کنند مدتی کنج عزلت پیشه می‌کردند و به عبادت و نیایش می‌پرداختند. برای اثبات این امر، می‌توان به سیره حضرت ابراهیم اشاره کرد. حضرت ابراهیم برای اینکه ذریه‌ای صالح و پاک چون اسحاق و یعقوب داشته باشد، مدتی محیط شرک‌آلود و اجتماع و خویشاوندان بت‌پرست را رها می‌کند و از تعامل و معاشرت با آن‌ها پرهیز می‌کند.^۱ هرچند پیچیدن نسخه تغییر محیط یا تعدیل تعاملات محیطی برای عموم مردم اندکی با تکلف همراه است، اما کنار گذاشتن آن از سبب برنامه‌های تمهیدی سلامت معنوی کودکان خیرخواهانه نیست. به رغم سختی‌های ممکن، آثار و برکاتی زیادی برای

مجلسی، بحارالانوار، ج ۹۱، ص ۱۴۳.

^۱ سوره مریم؛ آیه ۴۸-۵۰:

«وَأَعْلَلْنَاهُ وَمَا تَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَأَدْعُوا رَبِّي عَسَىٰ أَلَّا أَكُونَ بِدُعَاءِ رَبِّي شَقِيًّا» فَلَمَّا اخْتَلَفْتُمْ وَمَا يُعْبُدُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ وَهَبْنَا لَهُ إِسْحَاقَ وَيَعْقُوبَ وَكُلًّا جَعَلْنَا نَبِيًّا وَهَبْنَا لَهُم مِّن رَّحْمَتِنَا وَجَعَلْنَا لِمَنْ لَّسَانَ صِدْقٍ عَلِيًّا.

«ابراهیم به عمویش آذر گفت: و از شما و آنچه غیر خدا می‌خوانید، کناره‌گیری می‌کنم و پروردگارم را می‌خوانم و امیدوارم در خواندن پروردگارم بی‌پاسخ نمانم!» هنگامی که از آنان و آنچه غیر خدا می‌پرستیدند کناره‌گیری کرد، ما اسحاق و یعقوب را به او بخشیدیم و هر یک را پیامبری (بزرگ) قرار دادیم! * و از رحمت خود به آنان عطا کردیم و برای آنها نام نیک و مقام برجسته‌ای (در میان همه امتها) قرار دادیم!.

این کار ذکر شده است. سیره انبیاء و معصومان در توجیه نتایج دستورالعمل‌های این چنینی گواه مطلب است. وقتی آن بزرگواران برای صفا و خلوص فرزندان‌شان معاشرت‌های اجتماعی خود را کنترل می‌نمودند، یقیناً اثری معنوی برای آینده فرزندان‌شان به دنبال می‌آورده است. در مورد حضرت مریم و حضرت پیامبر گرامی اسلام نیز نقل شده است که آن بزرگواران مانند حضرت ابراهیم مدتی عبادت، تهجد و گوشه‌نشینی اختیار نمودند سپس خداوند فرزندان‌ی چون فاطمه زهرا^۱ و حضرت مسیح^۲ به آنان هدیه نمود.

در یک جمع‌بندی کلی، وضعیت محیط و کیفیت تعاملات اجتماعی و مراودات خانوادگی هم پیش از انعقاد و هم در زمان بارداری مادر بر میزان گرایش فرزند به معنویت و امور معنوی اثرگذار است. بنابراین والدینی که تصمیم بر فرزندآوری دارند و بهبودی معنوی فرزند در برنامه‌های آینده زندگی آنان از اولویت نسبی برخوردار است، بهتر است نسبت به محیط و روابط اجتماعی حساسیت داشته باشند و تعاملات خود را مدتی قبل از فرزندآوری و دوران بارداری تعدیل کنند و فضای حاکم بر زندگی اجتماعی و خانوادگی را با چاشنی معنویت، دعا و عبادت ارتقاء ببخشند.

^۱ روی عن النبی (ص):

«فَنَادَا يَا مُحَمَّدُ الْعَلِيُّ الْأَعْلَى يَقْرَأُ عَلَيْكَ السَّلَامَ وَهُوَ يَأْمُرُكَ أَنْ تَعْتَزَلَ عَنْ خَدِيجَةَ أَرْبَعِينَ صَبَاحًا ... فَأَقَامَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ أَرْبَعِينَ يَوْمًا يَصُومُ النَّهَارَ وَ يَقُومُ اللَّيْلَ ... تَأْتِي إِلَى مَنْزِلِ خَدِيجَةَ فَتَوَاقِعُهَا فَإِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ آتَى عَلَى نَفْسِهِ أَنْ يَخْلُقَ مِنْ صُلْبِكَ فِي هَذِهِ اللَّيْلَةِ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً.»

«جبرئیل ندا داد ای محمد خداوند تبارک و تعالی سلامت رساند و دستور داد چهل شبانه روز از خدیجه فاصله بگیر...پیامبر چهل روز شبها را به عبادت سپری می‌کرد و روزها روزه می‌گرفت... (دستور رسید) حضرت خدیجه را دریاب خداوند قسم یاد کرده است این شب از نسل تو فرزندی پاک و مطهر مقدر کند.»

بحار الأنوار ج ۱۶؛ ص ۷۸.

^۲ سوره مریم؛ آیه ۱۶-۱۷:

«وَاذْكُرْ فِي الْكِتَابِ مَرْيَمَ إِذِ اتَّخَذَتْ مِنْ أَهْلِهَا مَكَانًا شَرْقِيًّا * فَاتَّخَذَتْ مِنْ دُونِهِمْ حِجَابًا فَأَرْسَلْنَا إِلَيْهَا رُوحَنَا فَتَمَثَّلَ لَهَا بَشَرًا سَوِيًّا»

«و در این کتاب (آسمانی)، مریم را یاد کن، آن هنگام که از خانواده‌اش جدا شد و در ناحیه شرقی (بیت المقدس) قرار گرفت * و میان خود و آنان حجابی افکند (تا خلوتگاهش از هر نظر برای عبادت آماده باشد). در این هنگام، ما روح خود را بسوی او فرستادیم و او در شکل انسانی بی‌عیب و نقص، بر مریم ظاهر شد.»

مراقبت‌های معنوی هنگام ارتباط جنسی

از نظر اسلام روابط زناشویی فقط برای ارضاء نیازهای جنسی نیست؛ بلکه در ضمن آن رسالتی بزرگ‌تر بر دوش خانواده‌ها می‌نهد و آن تولید نسل مؤمن، و متخلق به اخلاق الهی است. فرزند صالح گلی از گل‌های بهشت^۱ و میراث ماندگاری از بندگان مؤمن به خداوند است.^۲ امام سجاد علیه‌السلام از خدا می‌خواهد فرزندی به او بدهد که یار و یاور او بوده و طینت شیطانی نداشته باشد.^۳ حضرت زکریا هم فرزند پاک [به تعبیری سالم معنوی] را خواسته خود از خداوند برمی‌شمارد.^۴

در سبک زندگی اسلامی، ارتباط جنسی که بستر تولید نسل است، قرین دستورالعمل‌هایی است که به سلامت اخلاقی و معنوی فرزند مدد می‌رساند. رعایت این امور آثار تکوینی داشته و زمینه‌ساز انتقال روحيات و حالت‌های روانی و عاطفی والدین به فرزندان است. هرچه توجه به این عوامل بیشتر باشد، بازتاب معنوی ژرف‌تری در فرزندان به همراه خواهد داشت. احتمالاً دستورات اکید اسلامی به فضاسازی معنوی در حین و بعد از آمیزش جنسی، به همین نکته اشاره دارد. دستورات دینی فراوانی در این راستا وجود دارد که به برخی از آنها اشاره می‌شود:

– به هنگام نزدیکی زفاف، مرد به همسرش توصیه کند که دو رکعت نماز به جای آورد.

^۱ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ص): «إِنَّ الْوَلَدَ الصَّالِحَ رِيحَانَةٌ مِنْ رِيَّاحِينَ الْجَنَّةِ؛ بَدْرَسْتِيْ كِهْ فَزْرَنْدِ صَالِحْ گَلِيْ اَزْ گَلْهَایْ بَهْشْتِ اسْت.» (الکافی، ج ۶، ص ۳).

^۲ قَالَ الصَّادِقُ عَلَيْهِ السَّلَام: «مِيرَاثُ اللَّهِ مِنْ عِبَادِهِ الْمُؤْمِنِينَ الْوَلَدُ الصَّالِحُ يَسْتَغْفِرُ لَكَ؛ مِيرَاثِ خِداوَنْدِ اَزْ بَنْدِهْ مُؤْمَنْشِ فَزْرَنْدِ صَالِحِيْ اسْت کِهْ خِداوَنْدِ رَا اسْتِغْفَارْ مِی‌کَنْد.» (من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۴۸۱).

^۳ قَالَ عَلِيُّ بْنُ الْحُسَيْنِ عَلَيْهِ السَّلَام لِبَعْضِ أَصْحَابِهِ:

«قُلْ فِي طَلَبِ الْوَلَدِ رَبٌّ لَا تَذَرْنِيْ فُرْدًا وَ أَنْتَ خَيْرُ الْوَارِثِينَ وَ اجْعَلْ لِيْ مِنْ لَدُنْكَ وَلِيًّا يَرْتَبِيْ فِي حَيَاتِيْ وَ يَسْتَغْفِرُ لِيْ بَعْدَ مَوْتِيْ وَ اجْعَلْهُ لِيْ خَلْقًا سَوِيًّا وَ لَا تَجْعَلْ لِلشَّيْطَانِ فِيهِ نَصِيبًا».

«هَرْگَاهْ فَزْرَنْدِ خِواَسْتِیْ دَعَا کُنْ وَ بَگوْ پُروردگارا مرا تَنها نَگذاَر وَ توْ بَهِتَرِیْنِ وَاَرِثَانِیْ وَ بَهْ لَطْفَتِ جَانِشِیْنِیْ بَرایْمْ عَنايَتِ کُنْ کِهْ دَرِ زَنْدَگیِ وَاَرِثِ مَنْ بَاشَد وَ بَعدِ اَزْ مَرگَمْ بَرایْمْ اسْتِغْفَارْ کَنْد؛ اوْ رَا سَالِمْ قَرارِ دِهْ وَ شَیْطانِ رَا دَرِ وَجودشِ رَاهِ نَدِه».

(من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۴۷۴).

^۴ «هَذَاكَ دَعَا زَكَرِيَّا رَبَّهُ قَالَ رَبِّ هَبْ لِيْ مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَا: اَنجا (بُودْ کِهْ) زَكَرِيَّا پُروردگارشِ رَا خِواَنْد وَ گُفْت: «پُروردگارا، اَزْ جَانِبِ خِود، فَزْرَنْدِیْ پَاکِ وَ پَسَنْدِیدِهْ بَهْ مَنْ عَطا کُن، کِهْ توْ شِوَنْدِهْ دَعَايِ» (آل عمران: ۳۸).

- زن با وضو نزد شوهرش حاضر شود.
 - مرد نیز مانند همسرش، دو رکعت نماز به جای آورد.
 - حمد و سپاس خدای را به جا آورد و بر محمد و آلش صلوات بفرستد.
 - این دعا را بخواند:
- "اللَّهُمَّ ارْزُقْنِي إِيَّاهَا وَ وُدَّهَا وَ رِضَاهَا وَ أَرْضِيْنِي بِهَا وَ اجْمَعْ بَيْنَنَا بِأَحْسَنِ اجْتِمَاعٍ وَ أَيْسَرَ اِئْتِلَافٍ فَإِنَّكَ تُحِبُّ الْحَلَالَ وَ تَكْرَهُ الْحَرَامَ"
- "پروردگارا! مهر و محبت و رضایت خاطر همسرم را روزی‌ام گردان و مرا از او راضی ساز و ما را به نیکوترین وجه گرد هم آر و آسان‌ترین الفت و ائتلاف را بر ما حاکم کن زیرا تو حلال را دوست داری و از حرام کراهت داری"
- هنگامی که قصد نزدیکی داشت این دعا را بخواند:
- "اللَّهُمَّ ارْزُقْنِي وَلَدًا وَ اجْعَلْهُ تَقِيًّا ذَكِيًّا لَيْسَ فِي خَلْقِهِ زِيَادَةٌ وَ لَا نُقْصَانٌ وَ اجْعَلْ عَاقِبَتَهُ إِلَى خَيْرٍ"
- "خداوند! فرزندی از زخم روزی‌ام کن و او را پرهیزگار و پاک قرار ده! [خدایا می‌خواهم] فرزندم از نظر جسمی سالم باشد و هیچ نقصان و زیادتی در او نباشد و عاقبتش به خیر و نیکی باشد."
- هنگام نزدیکی زوجین و یا حداقل یکی از آنها بسم‌الله بگوید، که مانع نفوذ شیطان و شیطان‌صفتی فرزند می‌شود.^۲ و همچنین این دعا را بخواند تا فرزندش از شر شیطان در امان باشد:
- "بسم الله و بالله. اللهم جنبني الشيطان و جنب الشيطان ما رزقتني"

^۱ برای ملاحظه دستورات فوق رک: مکرم/الاخلاق، ص ۲۰۸-۲۰۹.

^۲ ابو بصیر یکی از شاگردان امام صادق (ع) می‌گوید: آن حضرت فرمود: هرگاه خواستی با همسرت آمیزش کنی، شیطان در کمین می‌نشیند اگر هریک از زن و شوهر «بسم الله» بگوید او متواری می‌شود و اگر هیچکدام «بسم الله» نگویند شیطان بر فرزند نفوذ خواهد کرد (در اولاد شریک خواهد شد). وقتی ابوبصیر از علامت نفوذ شیطان می‌پرسد حضرت محبت اهل بیت (ع) و دشمنی با آنها را بیان می‌کنند. (کافی، ج ۵، ص ۵۰۲).

"به نام خدا و با یاری خدا. خدایا مرا از شیطان دور کن و شیطان را از فرزندى که به من

روزی می‌کنی، دور کن."^۱

- این دعا را بخواند:

"بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ، بَدِيعُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ، اللَّهُمَّ إِنِّ قَضَيْتَ مِنِّي فِي هَذِهِ اللَّيْلَةِ خَلِيفَةً، فَلَا تَجْعَلْ لِلشَّيْطَانِ فِيهِ شِرْكَاً وَ لَا نَصِيباً وَ لَا حَظّاً وَ اجْعَلْهُ مُؤْمِناً مُخْلِصاً مُصَفًّى مِنَ الشَّيْطَانِ وَ رَجْزِهِ جَلَّ شَأْؤُكَ"^۲

- دعایی را بخواند که حضرت زکریا هنگام طلب فرزند صالح از خداوند خواند:

«رَبِّ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً: خداوند! از طرف خود، فرزند پاکیزه ای به من عطا فرما»؛ (آل

عمران: ۳۵)

که خداوند بر اثر این دعا، او را به فرزندى پاک و صالح به نام یحیی بشارت می‌دهد.^۳

از کارکردهای مهم دستورات دینی در باب آداب زناشویی نظیر وضو گرفتن، نماز و دعا خواندن، طلب فرزند صالح هنگام آمیزش و نام خدا را بردن این است که حالت‌ها و روحيات معنوی زن و شوهر از اولویت نیفتد. طرح دغدغه فرزند متقی، با اخلاق، سالم و صالح در قالب دعا نشان از این دارد که تدبیر منش ایمانی و اخلاقی فرزندان به دوش والدین است. کاربرد معنویت والدین هنگام انعقاد نطفه بر سلامت اخلاق و معنویت تا آنجا است که برخی اساتید اخلاق و تربیت با تأسی به سیره رسول اکرم^۴ پیشنهاد می‌کنند که زن و شوهر قبل از هم‌بستری به قصد فرزندآوری مدتی عبادت کنند، نیایش پیشه

^۱ کافی، ج ۵، ص ۵۰۳.

^۲ کافی، ج ۵، ص ۵۰۳.

^۳ «یا زکریا إنا نبشرك بغلام اسمه یحیی؛ ای زکریا! ما تو را به فرزندى بشارت می‌دهیم که نامش «یحیی» است» (مریم: ۷).

^۴ در زندگانی رسول اکرم (صلی الله علیه و آله) دیده می‌شود که برای انعقاد نطفه حضرت زهرا (علیه السلام) به امر خداوند چهل روز از حضرت خدیجه (علیه السلام) کناره گرفت و پس از چهل روز عبادت و روزه‌داری، با غذایی که از بهشت آورده شد افطار کرد، آنگاه نطفه حضرت زهرا (علیه السلام) منعقد شد.

نمایند، روزه بگیرند و روح خود را از آلودگی و آشفتگی زندگی روزمره پاک کنند آنگاه به فرزند دار شدن اقدام کنند.^۱

مراقبت‌های معنوی پس از انعقاد نطفه

از آغاز انعقاد نطفه بار سنگین مراقبت از آن به عهده مادر و معطوف به وضعیت‌ها و حالات جسمی و روحی او است. طبیعی است؛ جنین بخشی از وجود مادر به شمار می‌رود و تغذیه و رشد تکامل درون رحمی آن نیز به اقدامات او وابسته است. روایات^۲ دال بر نقش تخریبی کسب درآمد حرام و تغذیه از طریق اینگونه اموال در نسل آدمی، شامل تغذیه دوران درون رحمی نیز می‌شود. بدین ترتیب فرایند تعلیم و تربیت از زمان تولد و دوران کودکی شروع نمی‌شود؛ بلکه فعل و انفعالات و اقدامات و تمهیدات قبل از تولد به‌ویژه دوره جنینی (به معنای عام) در تربیت و اصلاح فرزند بسیار اهمیت دارد. عناصری که فراوانی چشمگیرتری در این زمان دارد، همان تغذیه زنان باردار، حالت‌های معنوی آنان و وضعیت‌های روحی روانی مادران باردار است.

مراقبت غذایی

تغذیه منبع تأمین انرژی، رشد، سلامتی و بهبود روانی است. بر همین پایه به انسان‌ها توصیه شده است که باید به کیفیت تغذیه، و چگونگی به دست آوردن و مصرف کردن آن توجه شود. در قرآن رفتار کسانی که از اطاعت خداوند سرباز می‌زنند به تغذیه نسبت داده شده است. در سوره عبس آمده است: «او [انسان] هرگز آنچه را خدا به او دستور داده اطاعت نکرده است؛ پس باید انسان به غذای خویش بنگرد.»^۳ مفسران در تفسیر این آیه آورده‌اند که مراد از «نگاه کردن» توجه به منبع درآمد غذا، حلال و حرام بودن آن و

^۱ مخبر، ص ۳۵-۳۴.

^۲ مانند روایتی که قبلاً از نبی اکرم (ص) بیان شد که فرمودند: کسب الحرام یبین فی الذریه.

^۳ «كُلْ لِمَا يَفْضِي مَا أَمَرَهُ * فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ إِلَى طَعَامِهِ» (عبس: ۲۳-۲۴).

منظور از «غذا» اعم از غذای جسم و روح است.^۱ امام سجاد (ع) پاک نگه داشتن شکم از غذای ناپاک را - ولو اندک - یکی از حقوق شکم برمی‌شمارند^۲ و پیامبر گرامی اسلام (ص) آثار معنوی غذای ناپاک را قبول نشدن عبادات ذکر می‌کنند.^۳

جنین در شکم مادر از طریق وی تغذیه می‌شود.^۴ غذای جنین از چیزی است که مادر می‌خورد و نوشیدنی او از نوشیدنی‌هایی است که مادر می‌نوشد. هر چه به تولد کودک نزدیک می‌شود، نیاز او به غذای مادر بیش‌تر می‌شود.^۵ به همین دلیل غذاهایی که مادر مصرف می‌نماید به صورت ناخواسته رشد جسمی و معنوی جنین را تحت تأثیر قرار می‌دهد. مادران چنانچه وظیفه دارند نسبت به سلامت جسمی فرزندشان حساس باشند، باید نسبت به رشد و بهداشت معنوی او نیز حساسیت به خرج دهند. از خوردن چیزهایی که سلامتی جسمی و معنوی فرزند را به خطر می‌اندازد پرهیز نمایند.

از مجموع دستورات بزرگان دین به خوبی برمی‌آید که چگونگی تغذیه مادر بر رشد کمی و کیفی فرزند تأثیر مثبت یا منفی دارد و باید غذاها و مواد مصرفی او در طول دوره بارداری و شیرخوارگی کودک کاملاً برنامه‌ریزی شده و براساس نیازهای روحی و جسمی او تنظیم شود.

ظاهر روایات نشان می‌دهد که وظیفه کنترل تغذیه مادران به عهده اطرافیان به خصوص شوهر است. آن‌ها در تهیه و تدارک غذاهای مادر و کنترل کیفیت تغذیه او (غذای حلال و مفید) نقش دارند. پس از

^۱ مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ج ۲۶، ص ۱۴۵.

^۲ «وَأَمَّا حَقُّ بَطْنِكَ، فَأَنْ لَا تَجْعَلَ وَعَاءَ الْقَلِيلِ مِنَ الْحَرَامِ؛ حَقُّ شَكْمٍ تَوَاتَرَ أَنْ رَأَى ظَرْفِي بِرَأَى كَمْتَرِينَ حَرَامِي قَرَارِ نَدَهِي» ابن شعبه، الحرائی، تحف العقول عن آل الرسول، ص ۲۵۸.

^۳ «مَنْ أَكَلَ لَقْمَةً حَرَامًا لَمْ يَقْبَلْ لَهُ صَلَاةَ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً وَلَمْ تُسْتَجَبْ لَهُ دَعْوَةُ أَرْبَعِينَ صَبَاحًا؛ كَسَى كَلِمَةً حَرَامِي بِخُورِدٍ، چهل شب، نمازش پذیرفته نمی‌شود و چهل روز دعایش مستجاب نمی‌شود» (بحارالانوار، جلد ۶۳، ص ۳۱۴).

^۴ امام صادق (ع) درباره تغذیه‌ی مادر در دوران بارداری می‌فرمایند:

«غِذَاؤُهُ مِمَّا تَأْكُلُ أُمُّهُ وَ يَشْرَبُ مِمَّا تَشْرَبُ تُسَمِّمُهُ تَسْمِيمًا».

«غذای جنین از آنچه مادر می‌خورد و می‌آشامد تأمین می‌شود و با همین تغذیه رشد و نمو می‌کند».

بحارالانوار، ج ۵۷، ص ۳۴۳.

^۵ حجتی، اسلام و تعلیم تربیت، ص ۱۳۹-۱۴۸.

همین نکته می‌توان برداشت کرد برنامه مراقبت از زنان باردار برنامه خانوادگی است و همه نسبت به همکاری و همیاری در این باب سهم دارند.

مراقبت روحی و روانی

وضعیت روحی و روانی افراد بر خلق‌و‌خو، منش، کنش و حتی نسل و اولاد اثر دارد. در خصوص زنان باردار آرامش روحی و روانی بیش از پیش اهمیت می‌یابد. افکار آشفته و کدورت‌های روحی و روانی سلامت جنین را به خطر می‌اندازد. نارسایی‌های روانی و آلام و ناراحتی‌های روحی موجب بسیاری از بیماری‌های روانی و اختلالات معنوی فرزند پس از تولد می‌شود. سلامت روانی و معنوی فرزند اقتضاء دارد تمام اعضای خانواده تلاش کنند استرس‌های محیطی و آشفتگی‌های آزاردهنده روحی را کنترل کنند. حالت هیجانی مادر مستقیماً روی جنین اثر می‌گذارد. پژوهش‌ها نشان می‌دهند مادرانی که در ایام بارداری ناراحتی‌های مزمن و استرس‌های مکرر را تجربه می‌کنند، درگیر اختلافات خانوادگی‌اند، فعالیت‌های بیش از حد دارند و از مشکلات اقتصادی و شغلی رنج می‌برند، دارای فرزندانی حساس، کج‌خلق و دچار اختلال در خواب و تغذیه هستند.^۱ لازم است مادر و اطرافیان او توجه داشته باشند که جسم وی و سوانحی که برای آن رخ می‌دهد در محیط رشد جنین اثر می‌گذارند و جنین آدمی نسبت به بسیاری از تغییرات محیط زندگی از مادر خود حساس‌تر است.^۲

مراقبت اخلاقی - عبادی

دین و معنویت نسبت گسست‌ناپذیر دارند. دین، با عبادات و دعا‌هایی که در خود دارد معنویت را به زندگی روزمره هدایت می‌کند. در اسلام و خصوصاً شیعه، مراسم، مناسک و دعا‌هایی زیادی در مناسبت‌ها، اماکن و رویدادهای مختلف ذکر شده است. نخستین کارکردی که این ادعیه به همراه دارد،

^۱ ابوالحسن حقانی، روانشناسی رشد، ص ۲۳۹.

^۲ مارگرت شی گلیبرت، بیوگرافی پیش از تولد، ترجمه (محمود بهزاد)، ص ۱۸۴. همچنین ر.ک. برک، ص ۱۴۶-۱۶۶؛ رایس، ص ۷۷-۸۶.

این است که زندگی مردم درگیر روزمرگی و بیهودگی نشود و ارتباط افراد با معنویت در شرایط مختلف و بلکه در تمام ساعات حفظ شود.

از جمله دعاها و تشریفات که در اسلام زیاد توصیه شده، دعاها و زناشویی، بارداری و فرزندآوری است. کم و بیش این موارد در صفحات قبل یادآوری شده است. شاید از مجموع این توصیه‌ها این قاعده کلی را بتوان استخراج کرد که بین معنویت پدر و مادر و سلامت معنوی فرزند ارتباطی هست. چنانچه پیشتر بیان شد در برخی روایات تصریح شده است که دعا و حفظ ثنونات معنوی در فرزند آثار معنوی به دنبال دارد. از آنجا که در دوران بارداری روحیات، صفات و ویژگی‌های فرزند در حال شکل‌گیری است سهم زنان باردار در جهت دادن رشد جنین به سمت نشانه‌های ایمانی و معنوی بی‌بدیل است. حنه مادر مریم دعا می‌کند و نذر می‌کند که فرزندی که خداوند به او داده است در راه عبادت و خدمت به خدا ره‌ایش کند.^۱ مرحوم علامه طباطبایی در المیزان می‌فرماید: این دعای مادر مریم هنگام بارداری بوده است.^۲ حاصل دعاها و نیایش‌های مادر مریم دختری می‌شود که سرآمد پاک‌دامنی است، فرزند مریم نیز در بالاترین مراتب بندگی است؛ او پیامبر خدا، حضرت مسیح است که مرده زنده می‌کرد، بیماران را شفا می‌داد و در کودکی سخن می‌گفت. امام زین‌العابدین (ع) هنگام رویارویی با متکدی در روز عرفه از کار او به شدت ناراحت می‌شود و او را این‌گونه خطاب می‌کند:

«آیا سزاوار است امروز به جز خدا از کسی دیگری مدد بجوئید؟ عرفه روزی است که امید

می‌رود فرزندان که در شکم مادران خود هستند به برکت این روز به سعادت برسند»^۳

^۱ سوره آل عمران؛ آیه ۳۵:

«إِذْ قَالَتِ امْرَأَتُ عِمْرَانَ رَبِّ إِنِّي نَذَرْتُ لَكَ مَا فِي بَطْنِي مُحَرَّرًا فَتَقَبَّلْ مِنِّي إِنَّكَ أَنْتَ السَّمِيعُ الْعَلِيمُ».

«(به یاد آورید) هنگامی را که [حنه] همسر «عمران» گفت: «خداوند! آنچه را در رحم دارم، برای تو نذر کردم، که «محرر» (و آزاد، برای خدمت خانه تو) باشد. از من بپذیر، که تو شنوا و دانایی!».

^۲ طباطبایی، المیزان فی تفسیر القرآن، ج ۳، ص ۱۷۰.

^۳ «وَسَمِعَ عَلِيُّ بْنُ الْحُسَيْنِ ع يَوْمَ عَرَفَةَ سَائِلًا النَّاسَ فَقَالَ لَهُ وَيْحَكَ أَلَا غَيْرَ اللَّهِ تَسْأَلُ فِي هَذَا الْيَوْمِ إِنَّهُ لَيُرْجَى لِمَا فِي بُطُونِ الْخِبَالِ فِي هَذَا الْيَوْمِ أَنْ يَكُونَ سَعِيدًا». من لايحضره الفقيه، جلد ۲، ص ۲۱۱.

این عبارت حضرت نشان می‌دهد روز عرفه و مراسمی که در آن برگزار می‌شود در سعادت آینده فرزندان اثر می‌گذارد. به طور خاص دعا برای فرزند در چهار ماه اول^۱ یعنی قبل از صورت‌بندی کامل و تحقق حیات انسانی - بیشتر مورد تأکید اهل بیت (ع) است، چرا که در این دوران هنوز صفات کودک به طور کامل شکل نگرفته است و انعطاف‌پذیری بیشتری دارد و لذا دعا در این ایام اثرگذاری بیشتری می‌تواند داشته باشد.^۱

دعاها و نیایش‌های مذهبی هم روحیه مادر را تقویت می‌کند که خود در شکل‌گیری روحیات و شخصیت فرزند مهم است و هم به صورت وضعی خصایص و صفات معنوی و ارزشی را در فرزندان تقویت می‌کند؛ بنابراین، چقدر خوب خواهد بود اگر محیطی که مادران باردار در آن زندگی می‌کنند، محیطی آکنده از معنویت، دعا و بندگی باشد. چه زیبا است که مادران باردار به عبادات مذهبی که خود آرامش‌بخش‌اند،^۲ به دیده‌ی یک فرصت‌آنس و تقرب به خداوند بنگرند و دست‌کم برای سلامت روح و روان فرزند دلبندشان از آن فروگذار نکنند.

^۱ محمد ابن اسماعیل از امام جواد علیه‌السلام نقل می‌کنند که از حضرت پرسیده شد کسی می‌خواهد برای سلامتی فرزندش دعا کند چه زمانی مناسب است؟ حضرت در پاسخ فرمود:

«يَدْعُو مَا بَيْنَهُ وَ بَيْنَ أَرْبَعَةِ أَشْهُرٍ فَإِنَّهُ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً نُطْفَةُ وَ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً عَلَقَةُ وَ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً مُضْغَةُ فَذَلِكَ تَمَامُ أَرْبَعَةِ أَشْهُرٍ ثُمَّ يَبْعَثُ اللَّهُ مَلَكَ يَنْفِخُ فِي سَافِرَةٍ يَأْتِي بِهَا رَبُّ مَا تَخْلُقُ ذَكَرًا أَوْ أُنْثَى شَقِيًّا أَوْ سَعِيدًا».

«تا چهار ماهگی فرصت خوبی است که دعا کند؛ زیرا چهار روز به صورت نطفه، چهار روز به صورت علقه و چهار روز به صورت مضغه است. پس تمام این چهارماه مناسب است. پس از آن خداوند فرشتگانی می‌فرستد که جنسیت و سعید و شقی بودن او را تعیین کند».

(کافی، ج ۶، ص ۱۶) برای مشاهده سائر روایات از این دست رک: وسائل، ج ۷، ص ۱۴۱ و ۱۴۲.

^۲ «أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ» آگاه باشید که به ذکر خداست که دلها آرام می‌گیرد» سوره رعد؛ آیه ۲۸.

فصل پنجم

سلامت معنوی در دو سال اول کودکی

مقدمه

دو سال اول یکی از دوره‌های مهم زندگی انسان است که پایه‌های اولیه سلامت و شخصیت فرد در آن شکل می‌گیرد. سلامت معنوی به عنوان یک فرایند مهم در زندگی انسان می‌تواند ریشه در این دوران داشته باشد. از آنجا که والدین نقش اساسی در این دوره دارند، باید شرایط لازم برای تأثیرگذاری بر سلامت معنوی طفل خود را فراهم کنند و به انواع عوامل مؤثر در بستر سازی برای معنویت‌گرایی وی در سال‌های آتی توجه داشته باشند.^۱

در فصل کنونی، ابتدا امکان تأثیرگذاری معنوی روی کودکان در دو سال اول زندگی بیان شده است. سپس شکل‌گیری سلامت معنوی در آنها در چارچوب نه گام مجزا مطرح شده است. گرچه گام‌ها به ترتیب شماره‌گذاری شده‌اند اما نظم حاکم بر آنها بدینگونه است که از چهار بخش کلی تشکیل شده است. بخش اول آماده‌سازی والدین برای تأثیرگذاری روی اطفال است. در این بخش در گام اول مدیریت عواطف و هیجانات والدین مطرح شده است. این گام برای تأثیرگذاری والدین بسیار اساسی است. به این معنا که اگر والدین نتوانند عواطف و هیجانات خود را مدیریت کنند، نمی‌توانند گام‌های دیگر را در مورد کودک خود عملی سازند. هر چند آمادگی والدین در تمامی دوره‌های کودکی بسیار با اهمیت است، اما دو سال اول زندگی زمان آغاز مداخله مستقیم والدین در سلامت معنوی کودک است، آمادگی والدین هم از نظر داشتن نگرش معنوی و هم از نظر مدیریت حالات خلقی نقش به سزایی در این دوره دارد.

بخش دوم این فصل به حمایت‌ها و موانع ماورایی مربوط می‌شود. این بخش در گام‌های دوم و سوم مطرح شده است. از آنجا که براساس مبانی اسلام، سلامت معنوی در ارتباط با خداوند معنا پیدا می‌کند، حمایت الهی و طرد شیطان می‌تواند نقش تعیین‌کننده در شکل‌گیری سلامت معنوی نوازادان پیدا کند. جلب حمایت الهی توسط والدین و طرد شیطان زمانی معنا پیدا می‌کند که والدین آمادگی‌های اولیه را

^۱ برای پرهیز از تکرار و تطویل، واژه کودک و طفل در فصل حاضر فقط ناظر به دو سال اول زندگی است ولو قید (دو سال نخست) همراه آن نباشد. گاهی از واژه "طفل خردسال" برای اشاره به این سنین استفاده کرده‌ایم.

در خود ایجاد کرده باشند. حمایت الهی از نظر گام‌بندی تقدم دارد، زیرا جلب حمایت الهی به نوعی مقدمه می‌شود برای طرد شیطان. به همین دلیل جلب حمایت الهی در گام دوم و طرد شیطان در گام سوم قرار داده شده است.

بخش سوم به تغییراتی مربوط می‌شود که در دو سال نخست کودک به وجود می‌آید، بنابر گام‌های قبلی والدین باید خود را مدیریت کنند و تا حدودی به عوامل ماورایی در این سنین توجه داشته باشند. جلب حمایت الهی و طرد شیطان باید با مداخله مستقیم والدین در سلامت معنوی کودک همراه باشد. این مداخله در چهار گام مهم فیزیکی، بینشی، گرایشی و مدیریت رفتاری تحقق پیدا می‌کند. در بخش فیزیکی والدین بر تغذیه کودک اثر می‌گذارند. چون در این سنین بخش فیزیکی اهمیت ویژه دارد، بخش تغذیه مقدم بر مسایل دیگر این بخش مطرح و به عنوان گام چهارم بیان شده است. پس از آن، بسترسازی برای القاء نگرش‌های معنوی به کودک، سپس زمینه‌سازی برای تقویت گرایش‌هاست.

بخش چهارم این فصل به عوامل محیطی مربوط می‌شود. این عوامل بیرونی هستند اما غیر از عوامل ماورایی و غیر از تأثیر مستقیم والدین است، بلکه محیط اطراف کودک مد نظر قرار می‌گیرد. در این بخش، ابتدا فضا و محیط طفل و سپس خوشایندسازی از طریق مداخله‌های تداعی مد نظر قرار می‌گیرد.

امکان تأثیرگذاری معنوی روی کودک خردسال

از آنجایی که بستر اصلی تربیت کودک در دو سال اول زندگی، خانواده است. مقدمات لازم برای رشد و سلامت معنوی نخست از خانواده شروع می‌شود. والدین از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر سلامت معنوی کودک در این سنین محسوب می‌شود. براساس آموزه‌های اسلامی^۱ نمی‌توان نقش زمان

^۱ روایات مربوط به اذان و اقامه در گوش کودک (کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۲۴)، روایت دفع شیطان از کودک (شیخ طوسی، ج ۷، ص ۴۳۷).

شیرخوارگی را در سلامت معنوی کودک نادیده گرفت. بنابراین در جهت شکل‌گیری پایه‌های سلامت معنوی در دوره شیرخوارگی لازم است والدین اقداماتی را در این دوره انجام دهند.

شرط اول برای اثرگذاری روی کودک این است که کودک بتواند در این سن از نظر معنوی اثرپذیر باشد. در منابع اسلامی دستوراتی وجود دارد که والدین باید در مورد نوزاد آن‌ها را انجام دهند. مثلاً سفارش شده است در گوش نوزاد هفت روزه اذان، اقامه و آیات قرآن خوانده شود. از لحاظ علمی می‌توان این دستورات را تحت عنوان «ادراک زیرآستانه‌ای»^۱ تبیین کرد. در این نوع ادراک محرک‌ها به صورت کامل در سطح هوشیاری ادراک نمی‌شوند، ادراک زیرآستانه‌ای در تقابل با ادراک فرا آستانه‌ای است و به هرگونه ادراکی گفته می‌شود که از محرک‌های حسی در حد پایین‌تر از «آستانه مطلق» حسی دریافت شود. ادراک زیر آستانه‌ای از محرک‌های زیرآستانه‌ای به دست می‌آید.^۲ ادراک زیرآستانه‌ای این نظریه را تقویت می‌کند که ادراک می‌تواند بدون آگاهی و هشیاری اتفاق بیافتد و همان ادراک بدون آگاهی، در آینده افکار، احساسات و اعمال فرد را تحت تأثیر قرار دهد.^۳ عبارت ادراک زیرآستانه‌ای در ابتدا برای توصیف موقعیت‌هایی استفاده می‌شد که محرک ضعیف بدون آگاهی ادراک شده باشد، ولی در سال‌های اخیر به طور کلی برای توصیف هر موقعیتی که محرک بدون جلب توجه ادراک شود، استفاده شده است. ادراک زیرآستانه‌ای آگاهی ناخودآگاه از محرک است.^۴ با این حال بسیاری از پیام‌های پنهان فوق آستانه‌ای هستند به این معنا که بالاتر از آستانه مطلق قرار می‌گیرند ولی آگاهانه توسط دریافت‌کننده سرکوب می‌شود. به عبارت دیگر دریافت‌کننده به طور آگاهانه با این پیام‌ها درگیر نمی‌شود بلکه آن‌ها را در سطح ناخودآگاه خود پردازش می‌کند.^۵

^۱. Subliminal perception.

^۲. Dupoux, emmanuel; kouider, sid; de gardelle, vincent, 2008.

^۳. Rams, y, thomas zoega & overgaard, morten, 2004

^۴ موسوی و موذنی، ۱۳۹۷.

^۵. Farouk, atress.

F.farouk atress(2010).the concept of subliminal messages in brand design. ssrn

هر چند ادراک زیرآستانه‌ای که ارتباط با بحث هشیار و ناهشیاری دارد، در مورد نوزاد یک مقوله جدید است که می‌تواند مباحث تازه‌ای را در علم روان‌شناسی و تبلیغات تجاری به وجود آورد، اما با توجه به دستورات اسلام در مورد اذان و اقامه و قرائت قرآن در گوش نوزاد می‌توان این نوع ادراک را در این سنین امری قابل تحقق دانست.

(۱) مدیریت عواطف و هیجانات والدین

والدین برای تأثیرگذاری مفید در سلامت معنوی فرزندان باید بتوانند احساسات و حالات روحی خود را مدیریت کنند در این فصل راهکارهایی برای نیل به این هدف ارائه شده است. هیجانات و احساسات والدین مانند غم، اندوه، افسردگی، اضطراب، بی‌قراری، نگرانی، خوشحالی، ناراحتی و مانند آن با سلامت معنوی ارتباط دارد. کسی که نتواند احساسات خود را مدیریت کند، از سلامت معنوی کم‌تری برخوردار است. از سوی دیگر عواطف و هیجانات فرد بزرگسال ریشه در دوره کودکی او دارد و از دو سال نخست پایه‌های اولیه آنها در فرد شکل می‌گیرد و در این دوره یکی از عواملی که در شکل دادن روحیات و عواطف فرد اثر دارد، ویژگی‌های اخلاقی و احساسی والدین است. پس اگر والدین بتوانند هیجانات خود را در ارتباط با کودک خویش مدیریت کنند، به سلامت معنوی او کمک می‌کنند. بنابراین در این گام، چهار مطلب قابل بحث است: ارتباط عواطف و هیجانات والدین با سلامت معنوی، شکل‌گیری آنها در کودکی، تأثیر هیجانات والدین در شکل‌گیری اخلاقیات کودک، و چگونگی مدیریت هیجانات و احساسات والدین.

ارتباط عواطف و هیجانات با سلامت معنوی

در دوره‌های نوجوانی، جوانی و بزرگسالی سلامت معنوی با هیجان‌های مثبت و منفی فرد در ارتباط است. از روایات معصومین (ع) نقش تخریبی هیجانات منفی بیان شده است برای نمونه خشم مانع سلامت و تعالی معنوی تلقی شده است زیرا: خشم ایمان را فاسد می‌کند، همانطور که سرکه غسل را از

بین می‌برد^۱. خشم کینه‌های نهفته را بیدار می‌سازد^۲. خشم، اخگری است از شیطان^۳. این نکات نشان می‌دهد که هیجانات فرد با سلامت معنوی او در ارتباط است که اگر فرد نتواند در مسیر معنویت این حالات را کنترل و مهار کند در وادی عدم سلامت معنوی وارد می‌شود. از ابن عباس نقل شده است که می‌گفت: بعد از سخن پیامبر خدا صلی‌الله‌علیه و آله، از هیچ سخنی به اندازه نامه‌ای که علی بن ابی طالب علیه‌السلام برای من نوشت بهره‌مند نشدم. او به من نوشت: "اما بعد، آدمی برای نرسیدن به آنچه قرار نیست به او برسد اندوهگین می‌شود و از رسیدن به آنچه حتماً به او می‌رسد شاد می‌شود! پس، آنجا شادی کن که به چیزی از آخرت خود رسیده‌ای و آن جا اندوهگین شو که چیزی از آخرت خود را از دست داده‌ای. اگر به چیزی از دنیای خود رسیدی شادی مکن و اگر چیزی از آن را از دست دادی اندوهگین مشو. هم و غم خود را برای پس از مرگ به کار گیر^۴."

اندوهگینی و شادی نمونه‌ای از هیجانات هستند. امیرالمؤمنین (ع) در کلام فوق به مدیریت آن سفارش کرده است به این معنا که باید اندوهگینی و شادی در رابطه با امور اخروی باشد. یعنی فرد برای از دست دادن امور اخروی اندوهگین و برای رسیدن به آن خوشحال و شاد شود. اما در رابطه با امور دنیایی نه اندوهگین شود و نه شاد شود.

از نظر امام صادق (ع) بیم و امید که دو حالت هیجانی هستند، با ایمان فرد ارتباط تنگاتنگ دارند. به فرموده حضرت: "بنده، مؤمن نیست مگر آن گاه که (در مسیر ایمان) بیمناک و امیدوار باشد و بیمناک

۱. رسول‌الله صلی‌الله‌علیه و آله: الغضبُ یفسدُ الإیمانَ کما یفسدُ الخَلُّ العسلَ؛ خشم ایمان را فاسد می‌کند همانطور که سرکه عسل را. (مجلسی، بحار الانوار، ۱۴۰۹ق، ج ۷۳، ص ۲۶۷).

۲. لإمام علی علیه‌السلام: الغضبُ یثیرُ کَوَامِنَ الحَقْدِ؛ خشم کینه‌های مخفی را بر می‌انگیزد (محمدری‌شهری، میزان الحکمه، ج ۸، ص ۴۴۲).

۳. عَنْ أَبِي جَعْفَرٍ قَالَ إِنَّ هَذَا الْغَضَبَ جَمْرَةٌ مِنَ الشَّيْطَانِ تُوَقَّدُ فِي قَلْبِ ابْنِ آدَمَ وَإِنْ أَحْدَكُمُ إِذَا غَضِبَ احْمَرَّتْ عَيْنَاهُ وَانْفَجَحَتْ أَوْجَاهُهُ وَدَخَلَ الشَّيْطَانُ فِيهِ فَإِذَا خَافَ أَحْدَكُمُ ذَلِكَ مِنْ نَفْسِهِ فَلْيَلْزِمِ الْأَرْضَ فَإِنَّ رَجَزَ الشَّيْطَانِ لَيَذْهَبُ عَنْهُ عِنْدَ ذَلِكَ؛ امام باقر (ع) می‌فرماید: این غضب شعله آتشی است از شیطان که در دل فرزند آدم فروخته می‌شود. وقتی یکی از شما خشمناک شود چشمانش سرخ می‌شوند و رگهایش باد می‌کند و شیطان در او نفوذ می‌کند. پس هرگاه یکی از شما ترس دچار شدن به چنین حالتی را داشت، خود را به زمین بچسباند تا اینگونه پلیدی شیطان از او به در شود (کلینی، محمد بن یعقوب/الکافی، ج ۲، ص ۳۰۴).

۴ محمدی ری‌شهری، میزان الحکمه، ج ۳، ص ۶۸.

و امیدوار نیست مگر آن گاه که بیم و امید او را به عمل کشاند.^۱ "خوف و رجاء دو حالت خلقی هستند که با سلامت معنوی ارتباط پیدا می‌کنند، به این معنا که ترس از خدا و امید داشتن به خدا سلامت معنوی را افزایش می‌دهد و ترس از مردم و امید داشتن به غیر خدا سلامت معنوی را کاهش می‌دهد.

بدین ترتیب روشن می‌شود که مجموعه حالات هیجانی فرد با سلامت معنوی او ارتباط نزدیک دارند. پس برای نیل به سلامت معنوی، انسان باید بتواند احساسات خود را مدیریت کند. اگر فرد بتواند آنها را مدیریت کند، سلامت معنوی خود را حفظ می‌کند و گرنه به آن آسیب می‌زند. قدرت مدیریت این حالات خلقی ریشه در زمان کودکی فرد دارد و در این دوران شکل می‌گیرد. پس با توجه به نقش مهم هیجانات در سلامت معنوی باید کاری کنیم که کودک، قدرت مدیریت احساسات و هیجانات خود را پیدا کند.

برای نیل به این هدف باید شناخت مناسبی نسبت به هیجانات کودکان و نقش ویژه آنها در تحولات شناختی و رفتاری کودک که در سلامت معنوی وی مؤثرند داشته باشیم. حالات هیجانی در دو سال اول زندگی یک امر روشن است که از حالات چهره کودکان به خوبی قابل مشاهده است. دانشمندان هیجانات مختلف مثل علاقه‌مندی^۲، لذت^۳، تعجب^۴، غم^۵، خشم^۶، تنفر^۷، خواری^۸، ترس^۹، شرم^{۱۰}، احساس گناه^{۱۱} و کمرویی^{۱۲} را در این سنین شناسایی کرده‌اند^{۱۳}. هیجانات کودکان در این سنین رفتار و شناخت آنها را تحت تأثیر قرار می‌دهد، تحقیقات علمی نشان می‌دهد که هیجانات کودکان با کیفیت پردازش اطلاعات

۱. لا يَكُونُ الْعَبْدُ مُؤْمِنًا حَتَّى يَكُونَ خَائِفًا رَاجِيًا، وَلَا يَكُونُ خَائِفًا رَاجِيًا حَتَّى يَكُونَ عَامِلًا لِمَا يَخَافُ وَيَرْجُو (شعیری، جامع الاخبار، ص ۹۷).

۲. interest

۳. Joy

۴. Surprise

۵. Sadness

۶. Anger

۷. Disgust

۸. Contempt

۹. Fear

۱۰. Shame

۱۱. Guilt

۱۲. Shyness

۱۳. Bornatein, Lamb, 2002

در آنها رابطه دارد. مثلاً در یک آزمایش نوازدانی که از نظر «توجه متمرکز»^۱ نمره بالاتری دریافت می‌کردند، در ۵ ماهگی عادت‌پذیری کم‌تری از دیگران نشان می‌دادند.^۲ از آنجا که عادت‌پذیری به نوعی به هیجانات کودکان مربوط می‌شود و از سویی با میزان توجه و تمرکز آنها ارتباط دارد، پس هیجانات کودکان خردسال با وضعیت شناختی آن‌ها در ارتباط است و حالات خلقی خاص می‌تواند عملکردهای شناختی بخصوصی را تسهیل نماید. اگر مادر و یا سایر مراقب‌ها با حالات خلقی مثبت‌تر، با ثبات‌تر و اجتماعی‌تر کودکان زیر سه سال برخورد مثبت داشته باشند، این امر تحول شناختی آنها را تسهیل می‌نماید.^۳

ضرورت مدیریت هیجانات در والدین به دلیل تأثیر آن بر کودک

حالات هیجانی والدین روی معنویت کودک اثر می‌گذارد. حالات روحی نامتعادل والدین، روحیه کودک را نامتعادل می‌سازد. یعنی اگر والدین مدام خشمگین شوند نمی‌توانند نیازهای کودک را بر طرف کنند، در نتیجه کودک محروم و عقده‌ای می‌شود. زیرا فرد خشمگین نمی‌تواند کارها و وظایف خود را به خوبی انجام دهد. چون کارهایش دارای منطق و از روی تفکر نیست در نتیجه برخورد مناسب را با کودک نخواهد داشت. مثلاً در خانه‌ای که پدر یا مادر خشمگین شوند، نمی‌توانند به طور مناسب به کودک محبت کنند، رفتار متناسب و متعادل داشته باشند. والدین پرخاشگر، روان فرزند خود را آزار می‌دهند و بستر سلامت معنوی را از او سلب می‌کنند.

رسول خدا (ص) می‌فرماید: هر کس کودک خود را خوشحال سازد، خداوند او را در قیامت خوشحال می‌سازد.^۴ خوشحالی نوعی حالت هیجانی است که والدین می‌توانند آن حالت را در کودک ایجاد کنند و او را خوشحال سازند. والدین زمانی می‌توانند این حالت را در کودک به وجود آورند که خودشان

^۱ . Focused Attention

^۲ . Dixon & Smith, 2008

^۳ بورنشتاین، آرتربری و لمب، ۲۰۱۴.

^۴ . قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص ... وَمَنْ فَرَّحَهُ (ولده) فَرَّحَهُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ (کلینی الکافی، ج ۶، ص ۴۹).

بتوانند هیجان خود را مدیریت کنند. احساسات و عواطف والدین روی کودک اثر می‌گذارد. آن حضرت (ص) می‌فرماید: خدا رحمت کند کسی را که فرزندش را بر نیکی کردن به خود یاری رساند، بدین گونه که از گناه و خطای او در گذرد^۱. در گذشتن از خطای دیگران نوعی مدیریت هیجان است. والدین باید احساسات خود را کنترل کنند و هنگام خطای کودک عصبانی و خشمگین نشود. زمانی که والدین این روش را در ارتباط با کودک به کار ببرند یعنی هنگام خطای کودک احساس خود را مهار کنند، این روش به طور خودکار به کودک نیز منتقل می‌شود.

رسول خدا از ادب کردن و تنبیه کردن در هنگام خشم منع کرده است^۲. امام علی (ع) نیز می‌فرمایند: «هنگام خشمگینی جای تأدیب کردن نیست»^۳. فردی که خشمگین است نباید به ادب کردن و تربیت دیگران بپردازد، در این صورت فرد نتوانسته هیجان خود را مدیریت و خشم خود را کنترل کند، در نتیجه تربیت او آسیب‌زا بوده و نتیجه عکس خواهد داد. این نشان می‌دهد که هیجانات والدین روی کودک اثر می‌گذارد.

والدینی که در ارتباط با کودکان سرزنش و توبیخ زیاد انجام می‌دهند، در واقع نمی‌توانند احساسات خود را مهار کنند و بر حالات خلقی خود تسلط داشته باشند. به همین دلیل در روایت‌ها از سرزنش زیاد منع شده است. امام علی (ع) می‌فرماید: «زیاد سرزنش نکن، که سرزنش زیاد کینه می‌آورد و به دشمنی می‌انجامد»^۴. اجتناب از سرزنش به معنای مهار حالت خلقی است و کسی که بتواند این حالت خلقی را مهار کند از ایجاد کینه و دشمنی در کودک جلوگیری می‌کند.

۱. قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص رَجِمَ اللَّهُ مَنْ أَعَانَ وَلَدَهُ عَلَى بَرِّهِ قَالَ قُلْتُ كَيْفَ يُعِينُهُ عَلَى بَرِّهِ قَالَ يَقْبَلُ مَيْسُورَهُ وَ يَتَجَاوَزُ عَنْ مَعْسُورِهِ وَ لَا يُرْهَقُهُ وَ لَا يَخْرُقُ بِهِ (کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۵۰).

۲. نَهَى رَسُولُ اللَّهِ (صلى الله عليه وآله) عَنِ الْأَدَبِ عِنْدَ الْغَضَبِ؛ پیامبر (ص) نهی کردند از اینکه در هنگام خشم، کسی را تأدیب کنی (حرعاملی، وسایل الشیعه، ج ۲۸، ص ۴۸).

۳. تمیمی آمدی، غررالحکم، ص ۳۰۳.

۴. لَا تُكْثِرَنَّ الْعِتَابَ؛ فَإِنَّهُ يُورِثُ الضَّغِينَةَ وَيَدْعُو إِلَى الْبُغْضَاءِ. (محمدری شهری، میزان الحکمه، ج ۱، ص ۱۱۱).

راهکارهای عملی مدیریت هیجانات در والدین

والدین می‌توانند در ارتباط با کودک زیر سه سال به روش‌های مختلف هیجانات خود را مهار کنند:

۱. در نظر گرفتن توان کودک و پرهیز از ایدآل گرایی

گاهی والدین به این دلیل در ارتباط با کودک خود دچار خشم و عصبانیت می‌شوند که او خواسته‌ها و انتظارات آنها را بر آورده نمی‌سازد. اما اگر والدین با یک تحلیل شناختی توان و ظرفیت کودک را بررسی نمایند، متوجه می‌شوند که فرزند خردسالشان از نظر شناختی به حدی نیست که بتواند انتظارات والدین را مد نظر قرار دهد یا از لحاظ قدرت حافظه به اندازه‌ای نیست که بتواند حرف‌های والدین را به خاطر بسپارد و در موارد بعدی آنها را رعایت کند. پیامبر گرامی اسلام (ص) می‌فرماید: خدا رحمت کند کسی که فرزندش را در اعمال نیکش یاری دهد. سؤال شد: چگونه در نیکی‌اش یاری دهد؟ فرمودند: آنچه در توان اوست، بپذیرد و از سخت‌گیری‌ها درگذرد، او را بیش از حد توانش تکلیف نکند و حرمتش را نشکند چرا که او با وارد شدن به درجه‌ای از کفر فاصله‌ای ندارد جز اینکه عاق والدین شود یا قطع صله رحم کند.^۱ در این حدیث شریف پیامبر به صراحت به توان و ظرفیت کودک اشاره می‌کند. در نظر گرفتن توان و ظرفیت کودک می‌تواند تمام سنین از جمله دو سال نخست را شامل شود.

درباره کودک ایده‌آل‌گرایی امکان‌پذیر نیست و والدین باید متوجه باشند که کودک آنها از درک و دریافت پایینی برخوردار است. لزومی ندارد که کودک آنها همواره بهتر و زرنک‌تر از کودکان دیگر باشد. ایده‌آل‌گرایی والدین اگر برآورده نشود، آنان دچار خشم و پرخاشگری می‌شوند، زیرا خود را در رسیدن

۱. قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص رَحِمَ اللَّهُ مَنْ أَعَانَ وَلَدَهُ عَلَى بَرٍّ قَالَ قُلْتُ كَيْفَ يُعِينُهُ عَلَى بَرٍّ قَالَ يَقْبَلُ مَيْسُورَهُ وَ يَتَجَاوَزُ عَنْ مَعْسُورِهِ وَ لَا يُرْهِقُهُ وَ لَا يَخْرُقُ بِهِ فَلَيْسَ بَيْنَهُ وَ بَيْنَ أَنْ يَصِيرَ فِي حَدٍّ مِنْ خُدُودِ الْكُفْرِ إِلَّا أَنْ يَدْخُلَ فِي عَقُوقٍ أَوْ قَطِيعَةٍ رَحِمَ ثُمَّ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص الْجَنَّةُ طَيِّبَةٌ طَيِّبَتِهَا اللَّهُ وَ طَيِّبَ رِيحُهَا يُوجَدُ رِيحُهَا مِنْ مَسِيرَةِ أَلْفِي عَامٍ وَ لَا يَجِدُ رِيحَ الْجَنَّةِ عَاقٌ وَ لَا قَاطِعٌ رَحِمَ وَ لَا مُرْجِي الْأَزَارِ خَيْلَاءَ (كلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۵۰).

به ایده‌آل‌های شان ناکام و شکست خورده تلقی می‌کنند. پیامبر گرامی اسلامی سفارش کرده است که آنچه را در توان کودک است بپذیریم و از سخت‌گیری اجتناب کنیم.^۱

۲. تمرین خوشرفتاری با کودک

والدینی که در مدیریت هیجانات خود دچار مشکل باشند، می‌توانند فضای برخورد با کودک را از سایرین جدا سازند و در برخورد با او خوش رفتاری و آرامش را تمرین نمایند. امام علی (ع): نفس‌های خود را بر اخلاق نیکو تمرین دهید؛ زیرا که بنده مسلمان، با حُسنِ خُلُقِ خود به درجه روزه‌گیر شب زنده‌دار می‌رسد.^۲ در کلام دیگر می‌فرماید: نفس خویش را به صبر در مقابل ناملایمات عادت دهید.^۳ از لحاظ علمی اگر والدین خصوصاً مادر در ارتباط با کودک حالت آرامش و خونسردی را تمرین نماید پس از مدتی خود کودک حالت تداعی پیدا می‌کند و هرگاه مادر در ارتباط با کودک قرار گیرد، حالت‌های آرامش و خونسردی در رفتار والدین بروز می‌کند.

۳. به کارگیری یاد خدا در ارتباط با کودک

یاد خدا همواره برای مؤمنان آرامش بخش است.^۴ اگر یکی از والدین در برخورد با کودک و ناملایمات تربیتی آن با مشکل مواجه شود و هیجانات بر او غلبه کند، می‌تواند نام و یاد خدا را بر زبان جاری سازد، در این صورت به راحتی می‌تواند با هیجانات منفی مقابله کرده و نوع مثبت را تجربه نماید. امام سجاد (ع) می‌فرماید: خدایا چه لذتبخش است گذر نام و یاد تو بر دل‌ها، و چه شیرین است ره پیمودن به

۱. همان.

۲- يَقْبَلُ مَسْئَرَهُ وَ يَتَجَاوَزُ عَنْ مَعْصِيَتِهِ. (همان).

۳. رَوَّضُوا أَنْفُسَكُمْ عَلَى الْأَخْلَاقِ الْحَسَنَةِ؛ فَإِنَّ الْعَبْدَ الْمُسْلِمَ يَبْلُغُ بِحُسْنِ خُلُقِهِ دَرَجَةَ الصَّائِمِ الْقَائِمِ. (محمّدی ری‌شهری، میزان الحکمه، ج ۳، ص ۴۷۸).

۴. عود التّصبر علی المکروه (شریف رضی، نهج البلاغه، ص ۳۹۱).

۵. رعد، آیه ۲۸.

سوی تو با ذهن‌ها در گذرگاه‌های غیب‌ها^۱. بر پایه این کلام نام و یاد خدا بر فضای ذهن و روان تأثیر می‌نهد و به انسان آرامش می‌بخشد.

۴. ارتباط با کودک در حالات معنوی

یکی از راه‌حلهایی که می‌تواند از تأثیر منفی حالات والدین بر طفل جلوگیری کند این است که والدین فقط در زمانی با او ارتباط بگیرند که حالات مثبت و معنوی داشته باشند. اما مواقعی که حالات منفی دارند، از ارتباط با وی اجتناب کنند. دو انسان بزرگسال می‌توانند حس و حال را به یکدیگر منتقل کنند یعنی وقتی یکی از آنها خوشحال است می‌تواند آن را به دیگری منتقل سازد. در مورد کودک نیز این امکان وجود دارد که فرد آن حس و حال را از طریق تماس بدنی یا حالات چهره، یا کلام به فرزند منتقل سازند. اگر حس معنوی به کودک منتقل شود تغییری که در او به وجود می‌آید این است که از احساس آن حالات معنوی، تجربیات مثبت در خاطره و ضمیر کودک باقی می‌ماند. به بیان دیگر شکل‌گیری یک روان بنه معنوی آغاز می‌شود. به تدریج این روان بنه معنوی با اضافه شدن تجربیات جدید معنوی تقویت می‌شود.

حالت‌های معنوی را می‌توان از طریق ارتباط‌های فیزیکی و بدنی منتقل کرد؛ در روایت آمده است که نشستن رو به قبله در هر حالی شایسته است.^۲ از این روایت قاعده کلی استفاده می‌شود که مادران نیز فرزند خود را رو به قبله شیر دهند. این نشان می‌دهد زمانی که مادر رو به قبله است یک حالت معنوی در وجود او پدید آمده است. زمانی که با همین حالت با بچه در ارتباط می‌شود حس معنوی را به بچه انتقال می‌دهد. وقتی مادر می‌تواند احساسات خشم، نفرت، محبت و بی‌توجهی را منتقل کند چرا نتواند

^۱. إلهی، ما أَلَدَّ خَوَاطِرَ الْإِلَهَامِ بِذِكْرِكَ عَلَى الْقُلُوبِ، وَمَا أَحْلَى الْمَسِيرَ إِلَيْكَ بِالْأَوْهَامِ فِي مَسَالِكِ الْغُيُوبِ (مجلسی، بحار الانوار، ج ۹۴، ص ۵۱)

^۲. قَالَ الصَّادِقُ (ع) خَيْرُ الْمَجَالِسِ مَا اسْتَقْبَلَ بِهِ الْقِبْلَةَ (هدایة الأئمة إلى أحكام الأئمة عليهم السلام، ج-۵، ص: ۱۶۱) امام صادق ع می‌فرماید: بهترین نشستن‌ها، نشستن رو به قبله است.

احساس معنویت را که حاوی یک نوع احساس پاکی، عزت، بندگی، تعالی، آرامش و امیدواری است، انتقال دهد.

همانطور که نشستن رو به قبله در روایات مورد تأکید است و شیردادن در این وضعیت می‌تواند در ضمیر ناخودآگاه فرزند مؤثر باشد شیر دادن در سایر حالت‌های معنوی مانند شیر دادن بعد از نماز، قرائت قرآن، دعا، زیارت و مانند آن که مادر حالت معنوی دارد می‌تواند در ضمیر ناخودآگاه کودک آثار معنوی در پی داشته باشد. زمانی که والدین احساس معنوی دارند از احساسات پلیدی مثل کینه‌توزی، خشم، حسادت، نفرت، انتقام، ناامیدی، بدبینی و مانند آن به دور هستند. پس لازم است که با ارتباط معنوی از انتقال این احساسات ناپاک جلوگیری شود.

۲) جلب حمایت الهی برای کودک

جلب حمایت الهی یعنی به کارگیری یک پشتوانه قوی برای رسیدن به سلامت معنوی کودک. بر پایه منابع اسلامی سلامت معنوی انسان تا حدود زیادی بستگی به حمایت الهی دارد. در این بحث سلامت معنوی مطابق تعریف منتخب به معنای ارتباط نگرشی، گرایشی و رفتاری با خدا در نظر گرفته می‌شود و هرکسی در راه و مسیر درست هدایت شد، ارتباط با خدا پیدا کرده است و از سلامت معنوی برخوردار می‌شود. یعنی سلامت معنوی با موضوع هدایت الهی در ارتباط است. براساس آموزه‌های اسلامی هدایت و گمراهی هر فردی در اختیار خداوند است؛ «هرکسی را بخواهد هدایت می‌کند و هر کسی را بخواهد گمراه می‌سازد»^۱.

۱. قَيْضِلُ اللَّهِ مَنْ يَشَاءُ وَيَهْدِي مَنْ يَشَاءُ؛ پس خدا هر که را بخواهد گمراه می‌کند و هر که را بخواهد هدایت می‌کند (ابراهیم، ۴). وَكُوشَاءُ اللَّهِ لَجَعَلَكُمْ أُمَّةً وَاحِدَةً وَلَكِنْ يُضِلُّ مَنْ يَشَاءُ وَيَهْدِي مَنْ يَشَاءُ؛ و اگر خدا بخواهد همه شما را امت واحدی قرار می‌دهد اما هر که را بخواهد گمراه می‌کند و هر که را بخواهد هدایت می‌کند (النحل: ۹۳). فَإِنَّ اللَّهَ يُضِلُّ مَنْ يَشَاءُ وَيَهْدِي مَنْ يَشَاءُ؛ خدا هر که را بخواهد گمراه می‌کند و هر که را بخواهد هدایت می‌کند (فاطر: ۸). كَذَلِكَ يُضِلُّ اللَّهُ مَنْ يَشَاءُ وَيَهْدِي مَنْ يَشَاءُ؛ اینگونه خدا هر که را بخواهد گمراه می‌کند و هر که را بخواهد هدایت می‌کند (المدثر: ۳۱).

یکی از مبانی اسلامی، توحید ربوبی خداوند است. براساس این مبنا خداوند در سرنوشت و هدایت و ضلالت افراد نقش هدایت‌گرانه دارد. این هدایت گاهی به صورت عمومی است که همه افراد را اعم از مؤمن و کافر شامل می‌شود اما برخی از هدایت‌ها اختصاص به مؤمنان دارد و شامل کسانی می‌شود که اقدامات آگاهانه در راه خدا داشته باشند^۱.

آیات و روایاتی که نشان می‌دهند هدایت انسان و ضلالت او به دست خداست حالت عمومی دارند و همه سنین انسان از جمله زمان کودکی را نیز شامل می‌شود. با توجه به اینکه هدایت الهی بر پایه رفتار و اعمال انسان است، رفتار و اعمالی که والدین در حق طفل خود انجام می‌دهد، می‌تواند او را مشمول حمایت الهی بسازد و او را در جهت رسیدن به سلامت معنوی مساعدت کند و در جانب مقابل برخی رفتارها و اعمال والدین می‌تواند حمایت الهی را از طفل خردسال خود سلب نموده و او را از این مزیت محروم سازد. در زیر برخی از اعمال و رفتار دینی مطرح می‌شود که می‌توانند حمایت الهی را جلب کنند.

راهکارهای جلب حمایت الهی

برای جلب حمایت الهی راهکارهای متعددی وجود دارد که در اینجا به موارد زیر اشاره می‌شود:

۱. دعا برای طفل خردسال

دعا برای طفل خردسال شامل دو جنبه از سلامت معنوی و سلامت زیستی او می‌شود. حضرت مریم (س) پس از تولد حضرت عیسی (ع) این دعا را به زبان آورد: «إِنِّي أُعِيذُهَا بِكَ وَدُرِّتُهَا مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ» (آل عمران، ۳۶). او و فرزندانش را از شر شیطان رانده شده در پناه تو قرار داد. در مورد سلامت فیزیکی و رهایی کودک از دردهای مختلف نیز دعاهایی در منابع اسلامی سفارش شده است. دعا کردن برای کودک می‌تواند حمایت الهی را جلب کند و دعای مادر در حق فرزند می‌تواند او را از نظر معنوی

^۱ مکارم شیرازی، تفسیر نمونه، ج ۱۹، ص ۴۶۲.

سالم نگه دارد. قرآن کریم این دعا را مطرح کرده است: «وَالَّذِينَ يَقُولُونَ رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا»^۱. دعا برای فرزند، زیاد سفارش شده است که شامل دو سال نخست زندگی نیز می‌شود و این دعا در عاقبت بخیری و سلامت معنوی کودکان اثرات قابل توجهی دارد.

۲. برنامه مستمر دعا برای فرزند

از آنجایی که دعا نقش مثبت در سلامت معنوی فرزند دارد، می‌توان برنامه‌ای مداوم برای دعا در نظر گرفت. در این برنامه والدین می‌توانند یک برنامه روزانه، یک برنامه هفتگی و یک برنامه سالانه جهت دعا برای سلامت معنوی فرزند خود در نظر بگیرند: در برنامه روزانه می‌توان بعد از هر نماز یک دعا مخصوص فرزند در نظر گرفت. در برنامه هفتگی می‌توان یک دعای مفصل در مسجد یا زیارت یا هنگام نماز شب مخصوص فرزند خود در نظر گرفت. در برنامه سالانه می‌توان یک برنامه دعای جمعی و با دعوت مهمان دعا برای سلامت معنوی فرزند در نظر گرفت.

۳. قربانی (عقیقه)

در روایات اسلامی سفارش شده است که در روز هفتم برای کودک قربانی از نوع عقیقه^۲ را انجام دهید^۳. عقیقه باعث می‌شود که خداوند از کودک حمایت کند، در سلامت زیستی و بدنی و نیز سلامت معنوی او را یاری رساند. عقیقه کردن با دعاها همراهی همراه است که نشان‌دهنده تأثیر آن در سلامت معنوی کودک است^۴. عقیقه چنان مورد تأکید است که در روایات متعددی از آن تعبیر به واجب شده است. بنابر روایات حتی صدقه دادن جای عقیقه کردن را نمی‌گیرد زیرا خداوند اطعام کردن مؤمنین و قربانی کردن حیوان را برای نوزاد دوست دارد و اگر در روز هفتم کسی نتوانست قربانی عقیقه را برای فرزند انجام

^۱ الفرقان : ۷۴.

^۲ ذبح کردن حیوان به عنوان قربانی برای نوزاد هفت روزه.

^۳ کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۲۷.

^۴ وسائل الشیعه ج ۲۱ ص ۴۲۶.

دهد، در عید قربان می‌تواند این کار را انجام دهد و حتی اگر در زمان کودکی این کار انجام نشد، فرد می‌تواند در بزرگسالی برای خودش عقیقه را انجام دهد.^۱

در واقع قربانی کردن نوعی معامله معنوی با خداوند است که انسان برای تقرب به خداوند قربانی می‌کند، اما خداوند در برابر این قربانی فرزند او را در سلامت معنوی و جسمی قرار می‌دهد. براساس این دیدگاه قربانی و عقیقه حمایت الهی را برای طفل جلب می‌کند و سلامت معنوی او را حفظ می‌کند.

۴. صدقه برای طفل

صدقه مانند قربانی کردن نوعی معامله با خداوند است که سبب جلب حمایت معنوی خدا برای فرزند می‌شود و نتیجه آن حفظ و حراست کودک از گزندهای فیزیکی و آسیب‌های معنوی است. همانطور که قربانی نقش حمایت‌کننده را دارد و از سلامت معنوی و فیزیکی کودک محافظت می‌کند، صدقه نیز همین نقش را دارد. به همین دلیل سفارش شده است که در روز هفتم به اندازه وزن موی کودک صدقه داده شود.^۲ البته در میزان صدقه دادن نیز باید در حد توان با نگاه سخاوتمندانه و نه تنگ‌نظرانه عمل کرد لذا انتظار دریافت برکات عظیم از پرداخت مقدار اندکی صدقه، به رغم توانایی، انتظاری نابجاست.

۳) طرد شیطان برای حفظ معنویت

برای شکل‌گیری معنویت در طفل خردسال لازم است که او از یک مانع ماورایی یعنی شیطان دور نگاه داشته شود. روان انسان از امور مختلف مثل محیط اجتماعی، آب و هوا، ژن‌های وراثتی، یادگیری، اشعه، نور، دما، صدا، دعا، تلقین، تخیلات، گفتار، خطورات ذهنی اثر می‌پذیرد. برخی از اموری که بر روح انسان اثر می‌گذارند، امور محسوس هستند مانند نور، دما و صدا اما برخی دیگر امور غیرمحسوس هستند، مثل دعا، تلقین و تخیلات. شیطان نیز یکی از امور غیر محسوس است که بر روان انسان اثر می‌گذارد.

^۱ کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۲۰ تا ۳۰.

^۲ «وَ اَخْلَقَ رَاسَهُ يَوْمَ السَّابِعِ وَ تَصَدَّقُ بوزنِ شَعْرِهِ فِضَّةً؛ روز هفتم موی سرش را بچین و به وزن آن از نقره صدقه بده (ع) خَلَقَتْ اَبْنِيَهَا وَ تَصَدَّقَتْ بوزنِ شَعْرِهَا فِضَّةً؛ حضرت فاطمه س موی سر دو فرزند خود را چید و به وزن آنها صدقه داد (همان، ص ۲۶).

اما با دیگر امور غیر محسوس تفاوت دارد زیرا، دعا، تلقین و تخیلات از سنخ اموری هستند که در آنها عامل اثرگذار قابل مشاهده است اما اثرگذاری آنها روشن نیست ولی شیطان از اموری است که خود شیطان قابل مشاهده نیست و اثر آن نیز در نظر دانشمندان تجربی و مردم عادی قابل مشاهده نیست اما وحی از آن خبر داده است.

بنابر مبانی اسلامی در این عالم علاوه بر عوامل مادی، عوامل غیرمادی هم نقش دارد که بالاترین اثر غیبی از سوی خداوند است. البته عوامل غیرمادی مانند شیطان یا ملائکه سبب سلب اختیار از انسان نمی‌شوند بلکه به وسوسه شیطانی یا الهامات رحمانی کمک می‌کنند. ما در نهاد خود درجاتی از فهم و گرایشات مادی و معنوی و اخلاقی داریم. آخرین جزء علت تحقق عمل اختیاری، اراده انسان است اما در مقدمات آن، عوامل مختلف درونی و برونی می‌توانند مؤثر باشند که از جمله عوامل بیرونی، امور نامحسوس است.

از نظر اسلام شیطان دشمن دیرین انسان است^۱ و مدام می‌خواهد او را منحرف سازد و بخشی از این انحراف را در سال‌های قبل از کودکی انجام می‌دهد یعنی شیطان می‌خواهد از زمان انعقاد نطفه در انسان اثر بگذارد.^۲ و همچنین در زمان کودکی نیز شیطان در انسان اثر می‌گذارد زیرا روایت می‌فرماید که اذان و اقامه شیطان را از انسان دور می‌سازد.^۳ در سنین بزرگسالی نیز شیطان انسان را به سوی فقر و کارهای

۱. لَا تَبْغُوا خُطُواتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ؛ پیرو گامهای شیطان نباشید که او برای شما دشمنی آشکار است (بقره، ۱۶۸)، یا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ادْخُلُوا فِي السَّلَامِ كَافَّةً وَلَا تَبْغُوا خُطُواتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید همگی به صلح و آشتی در آید و از گام‌های شیطان پیروی نکنید که او دشمنی آشکار برای شماست (بقره، ۲۰۸).

۲. عَنْ أَبِي جَعْفَرٍ قَالَ سَأَلْتُهُ عَنْ شِرْكِ الشَّيْطَانِ قَوْلُهُ وَ شَارِكُهُمْ فِي الْأَمْوَالِ وَالْأَوْلَادِ قَالَ مَا كَانَ مِنْ مَالٍ حَرَامٍ فَهُوَ شِرْكُ الشَّيْطَانِ قَالَ وَ يَكُونُ مَعَ الرَّجُلِ حَتَّى يُجَامِعَ فَيَكُونُ مِنْ نُطْفَتِهِ وَ نُطْفَةُ الرَّجُلِ إِذَا كَانَ حَرَاماً؛ از امام باقر (ع) درباره مقصود از مشارکت شیطان در آیه «در اموال و اولاد با آنها شریک شو» پرسیدم. فرمودند هر مال حرامی، سهمی از شیطان است و شیطان همراه مرد است تا نزدیکی کند و اگر حرام باشد کودک آمیزه‌ای از نطفه شیطان و نطفه آن مرد خواهد بود (سوره اسراء، آیه ۶۴؛ مجلسی، ج ۵۷، ص ۳۴۲).

۳. الْأَذَانُ فِي أُذُنِ الْمَوْلُودِ الْيَمْنِي وَ الْإِقَامَةُ فِي الْيَسْرَى فَإِنَّهُ يَطْرُدُ الشَّيْطَانَ؛ اذان در گوش راست و اقامه در گوش چپ، شیطان را طرد می‌کند (مجلسی، ج ۸۱، ص ۱۶۳).

زشت فرا می خواند^۱. این نشان می دهد که شیطان دشمنی است که از زمان انعقاد نطفه تا سنین بعد از آن در صدد انحراف انسان و سلب سلامت معنوی از انسان است.

راهکارهای عملی طرد شیطان

برای رهایی از شر شیطان اقداماتی در منابع اسلامی ارائه شده است:

۱. خواندن اذان و اقامه در گوش نوزاد

خواندن اذان و اقامه در گوش نوزاد او را از تصرف شیطان محافظت می کند^۲. زیرا اذان و اقامه یادآوری نام خدا است و هر جا که نام خدا برده شود، شیطان طرد می شود، زیرا شیطان زمانی بر انسان مسلط می شود که نام خدا برده نشود^۳. زمانی که فرد اذان و اقامه می گوید یا به خدا پناه می برد (گفتن اَعُوذُ بِاللّٰهِ) شیطان و افکار پلید آن از انسان دور می شود. در چنین حالتی ارتباط انسان با بچه می تواند به دور از تأثیرگذاری ها و وسوسه های شیطان باشد و این امر مانع می شود از اینکه شیطان در روح و ضمیر کودک نفوذ کند.

۲. دعا برای طفل خردسال

با توجه به آیات قرآن، دعا برای کودک شر شیطان را از او دور می سازد^۴. دعا رابطه انسان را با خدا مستحکم می سازد و هر چیزی که این رابطه را محکم سازد، اثر شیطان را ضعیف می کند. زیرا شیطان در صدد تضعیف رابطه انسان با خدا است. دعا همانطور که برای خود انسان اثر دارد، برای دیگران نیز اثر دارد و در روایات مؤکداً سفارش شده است. امام صادق علیه السلام: دعای مؤمن در حق مؤمن، بلا را از

۱. الشَّيْطَانُ يَعْلَاكُمْ الْفَقْرَ وَ يَأْمُرُكُمْ بِالْفَحْشَاءِ وَاللّٰهُ يَعْلَاكُمْ مَغْفِرَةً مِنْهُ وَ فَضْلًا وَاللّٰهُ وَاسِعٌ عَلِيمٌ؛ شیطان به شما فقر می دهد و شما را به فحشا فرا می خواند. و خدا به شما وعده آمرزشی از جانب خودش و فضیلت می دهد و خداوند وسعت دهنده و آگاه است (سوره بقره، آیه ۲۶۸).

۲. مجلسی، ۱۴۰۹ق، ج ۸۱، ص ۱۶۳.

۳. وَمَنْ يَعْشُ عَنْ ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نُقْضِ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ؛ هر کس از یاد خداوند رحمان اعراض کند برای او شیطانی قرار می دهیم که با او همراه باشد (سوره زخرف، آیه ۳۶).

۴. وَإِنِّي أَعِذُّهَا بِكَ وَ ذُرِّيَّتَهَا مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ؛ من او و فرزندانش را از شر شیطان رانده شده به تو می سپارم (آل عمران، آیه ۳۶).

او دور می‌کند و روزی‌اش را زیاد می‌گرداند.^۱ امام باقر (ع): : دعایی که زودتر از همه به اجابت می‌رسد، دعایی است که برادر (مؤمن) در غیاب برادرش می‌کند.^۲ در این میان دعای والدین برای فرزند اثرات معنوی خاصی بر جا می‌گذارد که تأثیرات شیطان را دفع می‌کند.

۳. صدقه برای طفل خردسال

صدقه دادن برای طفل آثار و برکات فراوانی در پی دارد. قبلاً نقش آن در دریافت لطف و حمایت الهی بیان شد. افزون بر آن، صدقه در طرد شیطان از کودک نیز مؤثر است. در زمان صدقه دادن، انسان مال خود را که امر محبوب و مورد علاقه‌اش است برای خدا، انفاق می‌کند و این نشان می‌دهد که فرد به خدا و مسائل معنوی بیش از مال و اموال اهمیت می‌دهد. چنین فعالیتی یک پیوند معنوی عمیق بین انسان و خدا برقرار می‌کند و این امر بر شیطان گران تمام می‌شود. زیرا شیطان در صدد قطع رابطه انسان و خداست اما صدقه این رابطه را مستحکم می‌سازد. به همین دلیل یکی از اموری که انسان را به خدا نزدیک و شیطان را از او دور می‌سازد، صدقه است. به فرموده امام صادق (ع) هیچ چیزی به اندازه صدقه دادن مؤمن بر شیطان گران تمام نمی‌شود.^۳

۴. تغذیه و سلامت معنوی از تولد تا دو سالگی

در گام‌های ذکر شده، از دو زاویه آمادگی والدین و مهار عوامل ماورایی مطالب مطرح شد. اما در چهار گام پیش‌رو (چهارم، پنجم، ششم، و هفتم) تمرکز اصلی بر روی خود کودک است. در این تمرکز از

۱. دعاء المؤمن للمؤمن يَدْفَعُ عَنْهُ الْبَلَاءَ وَيُدْرِي عَلَيْهِ الرِّزْقَ (محمّدی ری‌شهری، میزان الحکمه، ج ۴، ص ۶۳).

۲. أَسْرَعَ الدُّعَاءِ نَجْحًا لِإِجَابَةِ دَعَاءِ الْأَخِ لِأَخِيهِ بَطْنِ الْغَيْبِ (کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۲، ص ۵۰۷).

۳. قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ ع دَاوُودُ مَرَضًاكُمْ بِالصَّدَقَةِ وَادْفَعُوا الْبَلَاءَ بِالْأَخْيَارِ وَاسْتَنْزِلُوا الرِّزْقَ بِالصَّدَقَةِ فَإِنَّهَا تَفْكُ مِنْ بَيْنِ لَحْيَيْ سَيِّعِمَائِهِ شَيْطَانٍ وَ لَيْسَ شَيْءٌ أَثْقَلَ عَلَى الشَّيْطَانِ مِنَ الصَّدَقَةِ عَلَى الْمُؤْمِنِ وَ هِيَ تَفْعُ فِي يَدِ الرَّبِّ تَبَارَكَ وَ تَعَالَى قَبْلَ أَنْ تَفْعُ فِي يَدِ الْعَبْدِ؛ بيماران خود را با صدقه درمان کنید و بلاء را با دعا دفع کنید و روزی را با صدقه فروز آورید چرا که صدقه از میان فکهای هفتصد شیطان کنده می‌شود و هیچ چیز بر شیطان سنگین‌تر از صدقه دادن به مومن نیست و صدقه قبل از اینکه به دست بنده برسد در دستان خداوند متعال قرار می‌گیرد (کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۳، ص ۴).

چهار زاویه فیزیکی، بینشی، گرایش و رفتار خویشنداری به سلامت معنوی وی توجه می‌شود. بحث تغذیه چون به جنبه فیزیکی مربوط است، مقدم می‌شود.

سلامت معنوی به روح و ضمیر انسان مرتبط است و روح از امور مختلفی اثر می‌پذیرد. هر کدام از این امور می‌توانند تأثیر مثبت یا منفی بر سلامت معنوی داشته باشند. یکی از اینها «تغذیه» است. تأثیر تغذیه بر سلامت جسمی و روانی روشن است. از لحاظ روان‌شناسی تغذیه از شیر مادر برای طفل خردسال دارای مزایای فیزیولوژیک است و می‌تواند عاملی برای تسهیل شکل‌گیری رابطه عاطفی بین مادر و کودک باشد.^۱ پس تغذیه تأثیرات فیزیکی و فیزیولوژیکی بر روح انسان دارد.

سلامت معنوی از بینش‌ها، گرایش‌ها و رفتارهایی شکل می‌گیرد که انسان را به خدا نزدیک می‌سازد. از آنجا که غذا تأثیرات فیزیولوژیکی بر روح انسان دارد، می‌تواند بر نگرش‌ها، گرایش‌ها، حالات، رغبت‌ها، تمایلات و روان‌بندهای انسان اثر بگذارد. برای مثال «پر خوری» حالتی را در قلب^۲ به وجود می‌آورد که به آن «قساوت قلب» گفته می‌شود.^۳ این نشان‌دهنده ارتباط تغذیه با حالات روانی انسان است. همانطور که پر خوری قساوت و سختی قلب ایجاد می‌کند، مال حرام نیز «سنگ‌دلی» ایجاد می‌کند و سنگ‌دلی وضعیتی روانی است که در آن، تمایل فرد نسبت به مسایل معنوی و امور الهی کم‌تر می‌شود.

تغذیه با دوره شیرخوارگی ارتباط تنگاتنگی دارد. در منابع اسلامی به طور مکرر تأکید شده است که در شیردهی طفل باید جوانب مختلف رعایت شود. روایاتی که ذیل عنوان بعدی آمده است به این حقیقت اشاره دارند.

^۱ منصور، ص ۱۷۱.

^۲ منظور از قلب، جسم صنوبری پشت قفسه سینه نیست بلکه مقصود سرچشمه احساسات در روح انسان است.

^۳ قال الرسول ص: إِيَّاكُمْ وَفُضُولَ الْمَطْعَمِ؛ فَإِنَّهُ يَسِمُ الْقَلْبَ بِالْقَسْوَةِ؛ از زیادهای غذا بپرهیزید که مهر قساوت بر دل می‌زند. «لَيْسَ شَيْءٌ أَضَرَّ عَلَى قَلْبِ الْمُؤْمِنِ مِنْ كَثَرَةِ الْأَكْلِ، وَهِيَ مُورَثَةٌ لِشَيْئَيْنِ: قَسْوَةُ الْقَلْبِ، وَهَيْجَانُ الشَّهْوَةِ». هیچ چیز برای دل مؤمن پر ضررتر از پر خوری نیست و آن دو چیز را به ارث می‌گذارد: قساوت قلب و برانگیخته شدن شهوت (محمدی ری‌شهری، میزان/الحکمه، ج ۱، ص ۳۹۶).

راهکارهای عملی مدیریت تغذیه در دو سال اول کودکی

در مورد کیفیت تغذیه کودک خردسال با استفاده از منابع اسلامی می‌توان به چند مورد اشاره کرد:

۱. اجتناب از شیرهای نامناسب

در منابع اسلامی سفارش شده است که از شیر دادن توسط فرد احمق، مجوسی، زناکار، نازیبا، ناصبی و مانند آن به طفل اجتناب کنید زیرا شیر، طبیعت او را تغییر می‌دهد و بر روی وی اثر منفی می‌گذارد.^۱ نوع تغذیه وی می‌تواند روی حالات معنوی نیز اثر داشته باشد؛ زیرا شیر می‌تواند صفات انسانی را منتقل

۱. قال علی ع: انظروا من ترضع اولادکم؛ فإن الولد یثیب علیه؛ بنگرید که چه کسی فرزندان را شیر می‌دهد چرا که فرزند با آن شیر رشد می‌کند (کافی، ج ۶، ص ۴۴).

۲. عَنْ جَعْفَرٍ عَنْ أَبِيهِ أَنَّ عَلِيًّا ع كَانَ يَقُولُ: تَخَيَّرُوا لِلرِّضَاعِ كَمَا تَخَيَّرُونَ لِلنِّكَاحِ؛ فَإِنَّ الرِّضَاعَ يُغَيِّرُ الطَّبَاعَ؛ امام علی ع می‌فرمود: برای دایه گرفتن و شیر دادن، زن خوب انتخاب کنید همانطور که برای ازدواج کردن، زن خوب انتخاب می‌کنید، چرا که شیر خوردن طفل طبع او را تغییر می‌دهد (وسائل الشیعه، ج ۲۱، ص: ۶۸).

۳. عن ابي جعفر ع قال: عَلَيْكُمْ بِالْوِضَاءِ مِنَ الطَّوْرَةِ؛ فَإِنَّ اللَّبْنَ يُعْدِي؛ امام باقر (ع): شیرخواره را به دایه پاک و نظیف (و اهل وضو) بسپارید، چرا که شیر اثر می‌گذارد. (کافی، ج ۶، ص ۴۴).

۴. قال رسول الله ص: لَا تَسْتَرْضِعُوا الْحَمَقَاءَ وَلَا الْعَمَشَاءَ؛ فَإِنَّ اللَّبْنَ يُعْدِي؛ از زن نادان و یا زنی که چشمش ضعیف است و از آن آب سرازیر می‌شود، نخواهید که به فرزندان شیر دهد چرا که شیر اثر می‌گذارد. (کافی، ج ۶، ص ۴۳).

۵. لَا تَسْتَرْضِعُوا الْحَمَقَاءَ؛ فَإِنَّ الْوَلَدَ يَثِيبُ عَلَيْهِ؛ از زن نادان نخواهید که به فرزندان شیر دهد چرا که کودک با این شیر رشد می‌کند. (کافی، ج ۶، ص ۴۳).

۶. كان اميرالمومنين (ع) يقول: لَا تَسْتَرْضِعُوا الْحَمَقَاءَ؛ فَإِنَّ اللَّبْنَ يَغْلِبُ الطَّبَاعَ؛ از زن نادان نخواهید که به فرزندان شیر دهد چرا که شیر می‌تواند بر طبع اولیه او غلبه یابد. (کافی، ج ۱۱، ص ۴۳۳).

۷. عن علی ع: تَوَقَّوْا عَلَى أَوْلَادِكُمْ مِنْ لَبَنِ الْبَغِيِّ مِنَ النِّسَاءِ، وَالْمَجْنُونَةِ؛ فَإِنَّ اللَّبْنَ يُعْدِي؛ فرزندان را محافظت کنید و نگذارید شیر زن سرکش و دیوانه را بخورد، چرا که شیر اثر دارد. (وسائل الشیعه، ج ۲۰ ص ۱۵).

۸. عن الباقر ع: لَبَنُ الْيَهُودِيَّةِ وَالنَّصْرَانِيَّةِ وَالْمَجُوسِيَّةِ أَحَبُّ إِلَيَّ مِنْ لَبَنِ الْزُّنَا؛ شیر زن یهودی و مسیحی بهتر از شیر زنا زاده است. (جامع احادیث الشیعه (للبروجردی) ج ۲۶ ص ۸۳۰).

۹. لَا تَسْتَرْضِعُوا لِلنَّصَبِيِّ الْمَجُوسِيَّةِ، وَاسْتَرْضِعْ لَهَا الْيَهُودِيَّةَ وَالنَّصْرَانِيَّةَ، وَلَا يَشْرَبَنَّ الْخَمْرَ، وَيُمْنَعَنَّ مِنْ ذَلِكَ؛ برای کودک زن مجوسی را به دایگی نگیرید، دایه یهودی و مسیحی می‌توانید بگیرید به شرط اینکه شراب ننوشند و از این کار منع شوند. (کافی، ج ۶، ص ۴۴).

۱۰. قال الصادق ع: رِضَاعُ الْيَهُودِيَّةِ وَالنَّصْرَانِيَّةِ خَيْرٌ مِنْ رِضَاعِ النَّاصِبِيَّةِ؛ شیردهی زن یهودی و مسیحی بهتر از شیر دهی زن ناصبی است. جامع احادیث الشیعه (للبروجردی) ج ۲۶ ص ۸۳۰.

۱۱. لَمَّا سَأَلَهُ أَخُوهُ عَلِيُّ بْنُ جَعْفَرٍ عَنْ امْرَأَةٍ وَلَدَتْ مِنَ الزُّنَى: هَلْ يَصْلَحُ أَنْ يُسْتَرْضَعَ بَلَنُهَا؟ لَا يَصْلَحُ وَلَا لَبَنُ ابْنَتِهَا الَّتِي وَلَدَتْ مِنَ الزُّنَى؛ علی بن جعفر از برادر خود امام کاظم (ع) پرسید آیا درست است از زنی که از زنا متولد شده است بخوایم به فرزند شیر بدهد؟ فرمودند: درست نیست و حتی شیر دادن دختر آن زنی که از زنا متولد شده است هم درست نیست. (کافی، ج ۶، ص ۴۳).

سازد.^۱ و ویژگی‌های روانی انسانی را تغییر دهد.^۲ در منابع اسلامی سفارش شده است که زنان کم خرد را دایه بگیرد؛ زیرا فرزند با شیر پرورش می‌یابد.^۳ این روایات به خوبی تأثیر تغذیه را در روح و روان انسان نشان می‌دهد.

۲. اجتناب از غذای حرام

غذای حرام می‌تواند سلامت معنوی را در کودک با خطر مواجه سازد. در منابع اسلامی ذکر شده است که خداوند بهشت را بر بدنی که از حرام تغذیه کرده حرام نموده است.^۴ هرگاه انسان مالی از حرام به دست آورد نه حجی از او پذیرفته شود، نه عمره‌ای و نه صله رحمی و حتی در ازدواج و زناشویی او تأثیر سوء می‌گذارد.^۵ خوردن یک لقمه حرام سبب می‌شود که چهل شب نماز او قبول نشود، چهل روز دعای او مستجاب نمی‌شود، هر گوشتی که از حرام روییده شود، سزاوار آتش است و یک لقمه نیز گوشت‌هایی را می‌رویند.^۶ این کلام ارتباط تغذیه، بدن و معنویت را نشان می‌دهد. یعنی مال حرام سبب رویش گوشت‌هایی در بدن می‌شود و بدنی که چنین گوشت‌هایی در آن روییده باشد، از معنویت کم‌تری برخوردار است. این سخنان گویای نقش تغذیه بر روان کودک است.

اگر از دوران اولیه تولد، غذای حرام به طفل داده شود و در سنین بعدی نیز ادامه یابد، کل بدن از مال حرام می‌روید. روح موجود در این بدن مبتلا به مانعی می‌شود که معنویت‌پذیری را سخت می‌کند، دعا،

۱. عن الباقر: استرضع لولدك لبنين الحسان، وإياك والقباح؛ فإن اللبن قد يعلی؛ برای فرزندت از زنان زیبا رو بخواه که شیرش دهند و بهره‌یز از زشت روین. (کلینی، محمد بن یعقوب، ۱۳۶۶، ج ۶، ص ۴۴).

آخرعاملی، وسایل الشیعه، ج ۲۱، ص ۴۶.

۳ محمدی ری‌شهری، میزان الحکمه، ج ۴، ص ۴۶۸.

۴. إِنَّ اللَّهَ عَزَّوَجَلَّ حَرَّمَ الْجَنَّةَ جَسَدًا غَدَى بِحَرَامٍ؛ خدای عز و جل بهشت را بر بدنی که با حرام تغذیه شده است حرام کرده است (محمدی ری‌شهری، میزان الحکمه، ج ۳، ص ۴۱).

۵. إِنَّ الرَّجُلَ إِذَا أَصَابَ مَالًا مِنْ حَرَامٍ لَمْ يُقْبَلْ مِنْهُ حَجٌّ وَلَا عُمْرَةٌ وَلَا صِلَةٌ رَحِمَ حَتَّى أَنَّهُ يَفْسُدُ فِيهِ الْفَرْجُ؛ وقتی شخصی از مال حرام استفاده می‌کند حج و عمره و صله رحمش قبول نمی‌شود و حتی ممکن است نطفه فرزند او نیز ناپاک شود (طوسی، الامالی، ص ۶۸۰، ح ۱۴۴۷).

۶. مَنْ أَكَلَ لُقْمَةً حَرَامًا لَمْ تُقْبَلْ لَهُ صَلَاةُ أَرْبَعِينَ لَيْلَةً وَلَمْ تُسْتَجَبْ لَهُ دَعْوَةُ أَرْبَعِينَ صَبَاحًا وَكُلُّ لَحْمٍ يُنْبِتُهُ الْحَرَامُ قَالَتِ الْأَوَّلَى بِهْ وَإِنَّ اللَّقْمَةَ الْوَاحِدَةَ تُنْبِتُ اللَّحْمَ؛ کسی که لقمه حرام بخورد، نمازش تا چهل شب پذیرفته نمی‌شود و دعایش تا چهل روز مستجاب نمی‌شود و هر گوشتی که از حرام روییده باشد، آتش به آن سزاوارتر است. و یک لقمه هم گوشت می‌رویند. (مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۳، ص ۳۱۴).

نماز و سایر اعمال عبادی و معنوی در چنین روحی به سادگی اثر نمی‌گذارد. در روایت آمده است که «دعای او قبول نمی‌شود»^۱ قبول نشدن به دو معناست یکی اینکه اجر و ثوابی به او تعلق نمی‌گیرد، دوم اینکه در افرادی که از مال حرام تغذیه کرده‌اند، اثرات معنوی که هر دعا بر جسم و جان انسان می‌گذارد، در اینها به سختی محقق می‌شود. به طور معمول عبادت باعث می‌شود که در وجود فرد معنویت شکل بگیرد، اما براساس روایت‌های موجود، مصرف اموال حرام مانع سلامت معنوی است. پیامبر گرامی اسلام (ص) می‌فرماید: «عبادت با مال حرام مثل بنا کردن ساختمان بر روی ریگ یا آب است»^۲

روایت‌های فوق نشان می‌دهد که تغذیه با معنویت کودک در نوزادی ارتباط تنگاتنگی دارد و دستورات اسلام مبنی بر انتخاب دایه مناسب برای نوزاد به دلیل حفظ سلامت جسمی، عقلی و معنوی کودک است.

ه) القای نگرش معنوی به کودک (تصرف در ناهشیار)

در گام پنجم مداخله والدین در سطح نگرش‌های کودک است. اما از آنجا که طفل شیرخواره درک هشیارانه از دنیای اطراف ندارد، این درک می‌تواند در سطح ناهشیار یا نیمه هشیار صورت گیرد.

شواهد علمی و تجربی نشان می‌دهد که نوزاد در همان ابتدای تولد درک‌هایی دارد و می‌تواند از نظر شناختی اموری را متوجه شود. بدین ترتیب، بینش در نوزاد فعال است. امروزه با کاوش‌های انجام شده و از راه توجه به فعالیت سیستم عصبی خودکار، واکنش‌های حرکتی اولیه نوزاد و خوگیری وی به محرک‌های مختلف دستاوردهای مهمی در مورد نوزاد حاصل شده است. از جمله نتایج این است که نوزاد حتی در اولین لحظات پس از تولد، موجودی است فعال، هوشیار و همراه با بازتاب‌ها و ادراکات حسی و پاسخ‌های منظم و معنی‌دار که می‌تواند با بهره‌گیری از آنها اطلاعاتی را که دریافت می‌کند، دسته‌بندی نموده و با انتخاب، پاسخ مناسب بدهد. این هوشیاری و توانایی نوزاد در روایات و کلام امامان معصوم (علیهم‌السلام) نیز مطرح شده است. چه بسا فرمان رسول خدا (صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم) بر گفتن

^۱مجلسی، بحارالانوار ج ۶۳، ص ۳۱۴.

^۲الْعِبَادَةُ مَعَ أَكْلِ الْحَرَامِ كَالْبِنَاءِ عَلَى الرَّغْلِ وَقِيلَ عَلَى الْمَاءِ (مجلسی، بحارالانوار، ج ۸۱، ص ۲۵۸).

اذان و اقامه در گوش نوزاد و اصرار حضرتش بر این امر و عمل خود ایشان و روایات مانند آن حاکی از توانایی بینشی و گرایشی اولیه و تأثیر بر توانایی شناختی و هیجانی نوزاد به هنگام تولد است.^۱

موضوع پیچیده‌تر دیگر در توانایی‌های شناختی کودک زیر سه سال، تقلید است که در این ایام او توانایی دارد که در مواردی که بیش از چند حس درگیر است^۲، بین حالات چهره تمایز^۳ قائل شود و از حالات چهره، تقلید کند^۴. این توانمندی یکی از موهبت‌های الهی است که در آن کودک قادر است از همان ابتدا رفتارها را بیاموزد. ابن خلدون ریشه تقلید را میل و رغبت نفس به کمال^۵ و سعادت می‌داند. از این توانمندی می‌توان در شکل‌دهی رفتارهای مرتبط با سلامت معنوی بهره برد. با کنش تقلیدی و تکرار آن و شکل‌دهی عادت می‌توان رفتارهای درست مرتبط با سلامت معنوی را در کودک ایجاد کرد تا وی در سنین بالاتر با رشد عقلی علل رفتار را بیاموزد.

نگرش‌های القاء شده می‌تواند سلامت معنوی طفل شیرخوار را شکل بدهد. این شکل‌دهی از دو طریق قابل تصور است نخست اینکه اثرات این القاء به صورت ناهشیار در روح، ضمیر و روان فرد باقی می‌ماند و در آینده روی معنویت فرد اثر می‌گذارد. دوم اینکه با انجام این تدابیر در حال حاضر، خداوند در آینده به فرد کمک می‌کند و او را در مسیر درست هدایت می‌کند.

یکی از مبانی سلامت معنوی که در فصل اول بیان شد، دو بعدی بودن انسان است که در این دو بعد اصالت با روح است و جسم تنها ابزار و وسیله به شمار می‌رود. در دو سال اول کودکی گرچه ابزارهای شناختی جسمانی و هشیار، بسیار ضعیف هستند، اما روح طفل به نحو ناهشیار از عوامل بیرونی تأثیر

^۱ مصباح و همکاران، ۱۳۷۴، ص ۳۱۲.

^۲ در تقلید از چند حس مثل بینایی، شنوایی و دهلیزی استفاده شده است. همچنین کودک همه ماهیچه‌های لازم برای هفت حالت همگانی چهره را دارد (شادی، غمگینی، تعجب، علاقه، انزجار، ترس و خشم) (فیلد، گرین برگ و دیگران، ۱۹۸۴).

^۳ تمییز شرط لازم تقلید است.

^۴ ینانی، ص ۴۸.

^۵ در نهاد انسان همواره اعتقاد به کمال برتر وجود دارد (ابن خلدون، ص ۱۴۷).

می‌پذیرد. قرآن درک خداوند را امری فطری می‌شمارد^۱. فطرت از اوان طفولیت با طفل همراه است و عوامل بیرونی بر این فطرت اثرگذارند.

از اوان تولد، اندک اندک سخنان و رفتارهای والدین و اطرافیان نسبت به کودک بر لوح ضمیر او ثبت می‌شود. لذا اظهار یک کلمه نامطلوب از سوی والدین و اطرافیان ناآگاه، می‌تواند در ذهن ناهشیار کودک تثبیت شود و چنان آینده‌اش را تحت تأثیر قرار دهد که به آسانی تغییر نپذیرد^۲.

وجود یک بخش ناهشیار در روان انسان انکارناپذیر است. نظریه فروید و یونگ از سال‌ها پیش این بخش از روان را پذیرفته است. جدیداً پدیدارشناسان نیز با توجه به نظریه هوسرل و یاسپرس در مورد لایه‌های متعددی از روان ناهشیار سخن گفته‌اند^۳. از نظر اسلام نیز لایه‌های تو در تو از روان ناهشیار را می‌توان مطرح کرد. در زیر شواهدی مطرح می‌شود که نشان‌دهنده ناهشیاری فرد نسبت به برخی فرایندهای روانی است:

۱. فرایند ناهشیاری شرک‌ورزی: در منابع اسلامی مطرح شده است که شرک مانند مورچه سیاه در شب تاریک است^۴ که برای خود فرد ناپیدا است. در این فرایند فرد احساس می‌کند و گمان می‌کند که اخلاص دارد و کارهای خود را به صورت خالصانه انجام می‌دهد، در حالی که در لایه‌های زیرین روان انسان آلودگی به شرک و خودخواهی نهفته است اما فرد نسبت به آن توجه ندارد. ضرورت توجه به لایه‌های پنهان شرک در این روایات ولو ناظر به دوران پس از تکلیف است اما این روایات گویای سطح ناهشیار نفس آدمی در تمام مراحل است که انسان با درک همراه است.

^۱ سوره روم، آیه ۳۰.

^۲ تیرگری، ذهن ناهشیار، ۱۳۹۶.

^۳ Trigg, Dylan & Legrand, Dorothy, 2017

^۴ این حدیثی است مشهور از پیامبر (ص) که گاهی اصحاب امامان (ع) درباره معنای آن سؤال می‌کردند. برای مثال رک: تفسیر قمی، ج ۱، ص ۲۱۳. برای نمونه یکی از روایاتی که این حدیث را در قالب مثال توضیح داده است بیان می‌شود: قال أبو عبد الله ع إن الشرک أخفی من دبیب النمل و قال منه تحویل الخاتم لیدکر الحاجه و شبه هذا؛ شرک از حرکت مورچه مخفی‌تر است. به عنوان مثال، گاهی برگرداندن انگشتر هنگام حاجت خواستن و مانند این کارها شرک است. (معانی/الاحبار ص ۳۷۹).

۲. **درک انسان از حقیقت جهان:** در قرآن کریم مکرر مطرح شده است که زندگی دنیا برای فرد تزئین شده است^۱ ولی خود فرد از آن تزئین اطلاع ندارد و نسبت به آن هشیاری ندارد هرچند دین و قرآن تلاش می‌کند که بشر را نسبت به این لایه مخفی هشیار سازد. لایه تزئین درک فرد از جهان ناآگاهانه شده است و فرد توجه ندارد که چه اندازه درک او از اشیاء حالت غیرواقعی پیدا کرده است.

۳. **خودفراموشی:** یکی از مباحث مطرح شده در قرآن کریم «خودفراموشی»^۲ است که در این حالت فرد، گذشته، آینده و هدف خود را فراموش می‌کند. به نظر می‌رسد این یکی از لایه‌های ناهشیار ذهن انسان است که توجه نسبت به خود را از دست می‌دهد.

۴. **غفلت از خود:** یکی از مفاهیمی که در قرآن کریم مطرح شده است، «غفلت»^۳ است. از آنجا که فرد نسبت به آخرت، آیات الهی و ذکر خدا توجه ندارد، می‌توان گفت به نوعی هشیاری ندارد و نسبت به این مسائل به صورت ناهشیار عمل می‌کند که اگر تأمل کند به سطح هشیاری می‌رسد.

مجموعه این مفاهیم نشان می‌دهد که سطوحی از ناهشیاری در انسان وجود دارد که البته با ناهشیاری مطرح شده در روان‌تحلیل‌گری و پدیدارشناسی تفاوت دارد. سطوح ناهشیاری این امکان را برای نوزاد فراهم می‌کند که از همان روزهای نخست ورود به این جهان اموری روی ناهشیار او تأثیر بگذارد. این امور می‌تواند سلامت معنوی او را حفظ کند یا سلامت معنوی او را تضعیف نماید.

^۱ بقره، آیه ۲۱۲؛ آل عمران، ۱۴؛ انعام، ۴۳.

^۲ الحشر: ۱۹ و لَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ؛ مانند کسانی نباشید که خدا را فراموش کرده‌اند و برای همین خدا هم آن‌ها را به خود فراموشی دچار کرده است که آنها همان فاسقان هستند.

^۳ به عنوان نمونه به این آیه توجه کنید: النحل: ۱۰۸ أُولَئِكَ الَّذِينَ طَبَعَ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِهِمْ وَ سَمِعِهِمْ وَ أَبْصَارِهِمْ وَ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ؛ آنها کسانی هستند که خدا بر دلها و گوش و چشمهایشان مهر نهاده است و آنها همان غافلاند. همچنین نک: اعراف، ۱۳۶ و ۱۷۹ و ۲۰۵، یونس ۷ و ۲۹ و ۹۲، انبیاء ۱ و ۹۷، روم ۷.

از آنجا که نوزاد در سطح هشیار چیزی متوجه نمی‌شود، آنچه در روایات اسلامی در دوره نوزادی سفارش شده است مانند خواندن دعاها، اذان و اقامه^۱، تصرف در بخش ناهشیار فرد است. پس از لحاظ دینی در نوزادی تأثیرگذاری از طریق حواس بر روی ناهشیار امکان‌پذیر است. تحقیقات علمی نیز این مسأله را تأیید می‌کند به عنوان مثال مادرانی که در شش هفته آخر حاملگی شعری را برای کودک خود زمزمه کردند، بعد از تولد زمانی که همان شعر با صدای مادر آنها از ضبط صوت پخش می‌شد، نوازادان با شدیدتر کردن مکیدن، نشان دادند که آنها همان شعر را بر موسیقی‌های دیگر ترجیح می‌دهند. آنها در همان اواخر جنینی در برابر صداهای مختلف واکنش نشان می‌دهند و بین صدای زن و مرد تفاوت قائل شدند و در زمان شنیدن صدای مادر واکنشی نشان دادند که متفاوت با واکنش آنها در زمان شنیدن صدای غریبه بود^۲. بنابراین خواندن اذان، اقامه و دعاها خاص می‌تواند از نوع اثرگذاری در ناهشیار فرد باشد و این امر باعث می‌شود تا در آینده کودک این صداها را بر صداهای دیگر ترجیح دهد.

راهکارهای عملی تصرف در سطوح ناهشیار

در روایات سفارش شده که علاوه بر اذان و اقامه، دعاها و آیات مختلف در گوش طفل خردسال خوانده شود. با تحلیل محتوایی این آیات و دعاها می‌توان به این نتیجه رسید که چه محتواهایی در ناهشیار وی القاء شود.

۱. القای هدف خلقت

براساس آموزه‌های اسلامی یکی از آیاتی که سفارش شده در گوش طفل خوانده شود، آیه ۱۱۵ سوره مؤمنون^۳ است. در این آیه صریحاً از هدف خلقت جهان و انسان صحبت شده است. از این سفارش می‌توان برداشت کرد که القاء هدف خلقت به کودک یکی از گام‌های مقدماتی برای تحقق سلامت معنوی

^۱ کلینی، محمد بن یعقوب، ۱۳۶۶.

^۲ Berk, Laura, 2007.

^۳ اَفْخَسِیْتُمْ اِنَّمَا خَلَقْنَاكُمْ عَبَثًا وَ اَنْتُمْ اِلَیْنَا لَا تُرْجَعُونَ؛ آیا گمان می‌کنید که شما را بی‌بیهوده آفریده‌ایم و شما به سوی ما باز نمی‌گردید.

مجلسی، ج ۱۰۱، ص ۱۲.

در آنهاست. هدف خلقت را از روش‌های مختلف می‌توان به وی ارائه داد. یکی از راه‌های آن همان خواندن آیه مبارکه است. اما می‌توان با تعمیم این توصیه، روش‌های دیگری را نیز برای بیان هدف خلقت به وی به کار برد. مثلاً اهداف خلقت در قالب‌های هنری مانند شعر، قصه و لالایی به او ارائه شود. اصل ضرورت القاء هدف خلقت به فرزند در اسلام بیان شده است اما برای راهکارهای آن می‌توانیم از ابزارها و روش‌های مختلف استفاده کنیم و در اختیار مادران قرار دهیم.

۲. القای وحدانیت خداوند

در آموزه‌های اسلامی سفارش شده است که سوره حمد، توحید، معوذتین، آیت الکرسی، آیات آخر سوره حشر، آیات اول سوره مؤمنون و اشهد أن لا اله الا الله در گوش طفل خردسال زمزمه شود^۱. تحلیل محتوای این آیات و جملات نشان می‌دهد که آنها ناظر به وحدانیت خداوند است. پس یکی از آموزه‌هایی که لازم است والدین به کودکان القاء کنند، وحدانیت خداوند است. برای القای این محتواها می‌توان همان آیات و جملات یا مضامینی که گویای «وحدانیت خداوند» است را با روش‌های هنری مانند شعر، قصه و لالایی به آنان ارائه داد.

۳. القای عظمت خداوند

گفتن الله اکبر که از طریق اذان به کودک القاء می‌شود^۲، نشان دهنده عظمت خداوند است. از بررسی محتوایی اذان متوجه می‌شویم که یکی از آموزه‌های مورد توصیه که می‌توان در این سنین ارائه داد، عظمت خداوند است. القای عظمت خداوند می‌تواند به طرق مختلفی انجام شود.

^۱مجلسی، ج ۱۰۱، ص ۱۲.

^۲کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۲۴.

۴. القاء رسالت

توصیه روایات به گفتن "اشهد أن محمداً رسول الله" در اذان و اقامه و زمزمه کردن آنها در گوش طفل^۱، نشان می‌دهد که باید شهادت به رسالت را در گوش او زمزمه کنیم. گاهی این القاء از طریق همان اذان است. می‌توان با تعمیم این روش، این محتوا را در قالب‌های کودکانه شعر، لالایی و قصه قرار داد و به کودک ارائه کرد.

۵. واکسیناسیون چهل روزه معنوی

برخی عرفا تا چهل روز اذان و اقامه در گوش کودک می‌گفتند و معتقدند که این امر زمینه‌ساز شکل‌گیری معنویت در کودک و سبب حفظ او از آسیب‌های معنوی می‌گردد. میرزا جواد آقای ملکی تبریزی فرموده بودند: پدرم عین چهل روزی که در گوش من اذان و اقامه می‌گفته، تلقین هم، «اسمع افهم یا فلان ابن فلان إنَّ الموت حق»^۲ می‌خوانده است.

۶. به کارگیری محبت و مودت برای رشد معنویت

یکی از آموزه‌هایی که زیاد در منابع اسلامی سفارش شده است محبت والدین به فرزندان است. در منابع اسلامی مکرراً سفارش شده است که والدین نسبت به فرزند خود محبت بورزند^۳. این سفارش‌ها نمی‌تواند بی‌ارتباط با سلامت معنوی باشد. لذا در بررسی این آموزه، نخست ضروری است که ارتباط آنها با سلامت معنوی روشن شود و در گام بعدی نحوه محبت‌ورزی والدین نسبت به فرزندان آموزش

^۱ کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۲۴

^۲ شمس‌الشموس، ۱۳۸۸.

^۳ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ): أَحَبُّوا الصِّبْيَانَ وَارْحَمُوهُمْ وَإِذَا وَعَدْتُمُوهُمْ فَفُوا لَهُمْ لَا يَزُونَ إِلَّا أَنْكُمْ تَرُزُّوهُمْ. رسول خدا - صلی الله علیه و آله - فرمود: کودکان خود را دوست بدارید و با آنان مهربان باشید، وقتی به آنها وعده‌ای می‌دهید حتماً وفا کنید زیرا کودکان، شما را رازق خود می‌پندارند. (حرعاملی، وسائل‌الشیعه، ج ۵، ص ۱۲۶).

قال الامام الصادق (عليه السلام): انَّ اللهَ عَزَّ وَجَلَّ لَيَرْحَمَ الرَّجُلَ لِشِدَّةِ حُبِّهِ لَوَلَدِهِ. امام صادق - علیه السلام - فرمود: همانا خداوند متعال نسبت به شخصی که نسبت به فرزند خود محبت بسیار دارد رحمت و عنایت می‌کند. (طبرسی، ۱۴۱۲ق، ص ۱۱۳).

قال الامام الصادق (عليه السلام): أَكْثَرُوا مِنْ قُبُلَةٍ أَوْلَادَكُمْ فَإِنَّ لَكُمْ بِكُلِّ قُبُلَةٍ دَرَجَةٌ. امام صادق (عليه السلام) فرمود: فرزندان خود را بسیار ببوسید زیرا برای شما در هر بوسیدن درجه‌ای است. (مجلسی، ج ۱۰۱، ص ۹۲).

داده شود. برای تأمین رشد و سلامت، کیفیت رابطه مادر و کودک مهم‌تر از نحوه تغذیه است.^۱ این کیفیت رابطه می‌تواند در سلامت معنوی نقش داشته باشد.

نوع رابطه با مادر، در نوع ارتباط با خدا اثر می‌گذارد. از این رو باید روابط محبت‌آمیز بین مادر و فرزند شکل بگیرد. در آموزه‌های دین اسلام سفارش زیادی راجع به محبت نسبت فرزندان ارائه شده است.^۲ محرومیت از محبت نیز موجب عقده‌ای شدن و ضعف عزت نفس می‌شود که زمینه را برای بزهکار شدن کودکان فراهم می‌کند. به احتمال زیاد اگر والدین به فرزندان خود محبت کنند، آنان نیز به والدین خود علاقه‌مند می‌شوند و به تبع آن به باورها، عقاید و اعمال معنوی والدین نیز علاقه پیدا می‌کنند. خداوند متعال به حضرت داود می‌فرماید اگر انسان، کسی را دوست داشته باشد، حرف او را تصدیق می‌کند، اگر کسی را به عنوان دوست انتخاب کند، از کارهای او راضی خواهد بود، به او اعتماد خواهد کرد و اگر مشتاق کسی باشد، در جهت رسیدن به او تلاش می‌ورزد.^۳ بنابراین اگر والدین به فرزندان خود محبت نمایند، فرزندان نیز به والدین خود علاقه‌مند می‌شوند. در این صورت زمانی که بزرگتر شدند، سخنان والدین را تصدیق نموده، به والدین اعتماد می‌کنند و به کارهای والدین راضی می‌شوند و از والدین خود در مسیر معنوی پیروی خواهند کرد. در نتیجه محبت والدین موجب محبت فرزندان می‌شود و محبت فرزند نسبت به والدین موجب پیروی فرزندان از افکار و عقاید والدین می‌شود.

از سوی دیگر اگر فرزندان محبت والدین را دریافت نمایند، در آینده ارتباط والدین و فرزندان بیشتر می‌شود و این امر در جهت سلامت معنوی و تأثیرپذیری معنوی از والدین می‌شود. پیامبر گرامی اسلام

۱. منصور، محمود روان‌شناسی ژنتیک؛ تحول روانی از تولد تا پیری، ص ۱۷۱.

۲. محمدی‌ری شهری، میزان الحکمه، ج ۱۳، ص ۴۷۷.

۳. اوحی الله تعالی: یا داوود، مَنْ أَحَبَّ حَبِيبًا صَدَقَ قَوْلُهُ، وَمَنْ رَضِيَ بِحَبِيبٍ رَضِيَ بِفِعْلِهِ، وَمَنْ وَثِقَ بِحَبِيبٍ اعْتَمَدَ عَلَيْهِ، وَمَنْ اشْتَقَّ إِلَى حَبِيبٍ جَدَّ فِي السَّيْرِ إِلَيْهِ؛ خداوند متعال به داود نبی وحی کرد که هر کس محبوبی را دوست داشته باشد سخن او را تصدیق می‌کند و هر کس به محبوبی خرسند باشد به فعل او هم راضی خواهد بود و هر کس به محبوبی پیوند خورد به او اعتماد و تکیه کند و هر کس مشتاق محبوبی باشد در حرکت به سمت او تلاش کند (مجلسی، ج ۱۴، ص ۴۰؛ محمدی‌ری شهری، ج، ص ۴۴۱).

(ص) می‌فرماید: انسان بر دین دوست و همنشین خود است.^۱ امیرالمؤمنین (ع): هر کس به گروهی علاقه داشته باشد، با آنها محشور می‌شود.^۲ بر این اساس محبت والدین موجب محبت متقابل فرزندان می‌شود و این محبت متقابل همنشینی و قرین بودن بین والدین و فرزندان را حفظ می‌کند و این امر باعث می‌شود که در خانواده‌های معنوی فرزندان از معنویت فاصله نگیرند و از ارزش‌های والدین و خانواده دور نشوند و سلامت معنوی آنها اینگونه حفظ شود.

یکی از مبانی سلامت معنوی وجود سرشت و فطرت مشترک بین همه انسان‌ها است که بر اساس آن انسان فطرتاً دارای بینش‌ها و گرایش‌های فطری است.^۳ یکی از گرایش‌های فطری که در وجود انسان می‌تواند باشد، نیاز انسان به محبت و توانایی درک آن است که در سنین اولیه کودکی فرد می‌تواند محبت را درک کند. به طور طبیعی محبت ورزیدن در قالب رفتارهایی مثل در آغوش گرفتن، بوسیدن، نوازش کردن، سخن گفتن، لالایی خواندن، بازی کردن، رفع نیازهای جسمی، شیر دادن، لباس مناسب خریدن، تهیه مکان مناسب، تهیه اسباب بازی مناسب، مراجعه سریع به پزشک در مواقع بیماری و مانند آن تحقق پیدا می‌کند. از سوی دیگر اجتناب از رفتارهایی مثل خشم، پرخاشگری، طرد، بی‌توجهی و مانند آن محبت والدین را نشان می‌دهد. با اینکه این موارد از لحاظ نظری روشن است، اما در عمل ممکن است والدین به یک یا دو روش اکتفاء نمایند یا در محبت ورزیدن جنبه افراط را در پیش‌گیرد یا به صورت دو سوگرا عمل نمایند که گاهی محبت افراطی و گاهی به عدم محبت کشیده شود.

باید توجه داشت که طفل از ابتدای تولد توانایی درک احساسات هیجانی و برقراری روابط با اطرافیان را براساس نوع هیجانات دارد.^۴ بر این اساس کودک محبت والدین را متوجه می‌شود و از اولین هفته‌های

۱. قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص الْمَرْءُ عَلَى دِينِ خَلِيلِهِ وَ قَرِينِهِ (کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۲، ص ۳۷۵).

۲. فَإِنَّ مَنْ أَحَبَّ قَوْمًا خَيْرٌ مَعَهُمْ (محمدری شهری، میزان الحکمه، ج ۲، ص ۴۱۵).

۳. مصباح، ۱۳۹۲، ص ۱۷۱.

۴ Saarni, carolyn; joseph j. campos, linda a. camras, and David Witherington, 2006, chapter 5: emotional development: action, communication, and understanding in William damon and richard m. lerner, handbook of child psychology,

تولد نحوه شیر خوردن با محبت را از نحوه شیر خوردن بدون محبت متوجه می‌شود.^۱ در کتب معتبر شیعه بیان شده که خداگرایی در نهاد انسان از اوان طفولیت وجود دارد اما والدین ممکن است با رفتارهای خود سبب انحراف فرزند از مسیر فطری خود شوند.^۲ بینش‌ها و گرایش‌های فطری ناب در دوران شیرخوارگی اگر به درستی حفظ و پرورش یابد، می‌تواند بستر مناسب نیل به سلامت معنوی کودک را فراهم کند. این خدا آگاهی و خداخواهی که در سرشت انسان به ودیعه گذاشته شده است هسته‌ی اصلی سلامت معنوی در آینده است. بدین ترتیب انسان از درون خدا را دوست دارد، هر چند «زیر سطح هوشیاری» است و خودش متوجه نیست ولی یک نعمت و ودیعه‌ی الهی برای انسان به شمار می‌رود. این هوشیاری و توانایی کودک در روایات و کلام امامان معصوم (علیهم‌السلام) نیز مطرح شده است. علاوه بر خداگرایی، خداوند متعال گرایش‌های دیگری مثل گرایش به نظم، حقیقت‌جویی، پرستش، زیبایی و خلاقیت و ابداع، جهت‌دستیابی به ذات مقدسش اختصاص داده است.

راهکارهای عملی محبت‌ورزی

در ادامه به برخی از نکات لازم برای محبت‌ورزی صحیح و پرهیز از افراط و تفریط در این زمینه ارائه می‌شود.

الف: توجه به لزوم محبت برای سلامت معنوی

محبت‌ورزی به فرزند با سلامت معنوی وی ارتباط دارد. اسلام بر این امر سفارش کرده است. اثرات منفی عدم محبت را بر سلامت معنوی می‌توان از یافته‌های علمی و تاریخی هم به دست آورد به گونه‌ای که درصد بالایی از زندانیان، معتادان، بیماران بیمارستان‌های روانی و منحرفین اجتماعی را افرادی تشکیل

^۱ دادستان، ۱۳۸۰.

^۲ کل مولود یولد علی الفطره و لکن ابواه هما اللذان یهودانه و یمنصرانه و یمجسانه؛ هر کودکی بر فطرت متولد می‌شود و این پدر و مادر او هستند که او را یهودی یا نصرانی یا مجوسی بار می‌آورند. (سفینه البحار ج ۲ ص ۳۷۳)، البته لازم است بدانیم که باید از این هسته سلامت معنوی مراقبت صورت گیرد، بویژه پدر و مادر با یاد دادن امور منفی با آن به انحراف کودک از آن و در نتیجه به مخاطره افکندن این درک و توجه فطری دامن نزنند.

می‌دهند که به نحوی با کمبود توجه و بی‌مهری و عدم پذیرش از سوی خانواده و جامعه رو به رو بوده‌اند.^۱ بنابراین بی‌مهری و کمبود محبت آسیب‌هایی را در فرزندان به دنبال دارد که مانع تحقق سلامت معنوی آنهاست.

یکی از مباحثی که می‌تواند رابطه محبت در کودکی را با ارتباط با خدا در بزرگسالی نشان دهد، پژوهش‌هایی است که در زمینه دلبستگی به مادر و دلبستگی به خدا انجام شده است. نتایج این تحقیقات نشان می‌دهد که اگر دلبستگی کودک خردسال به مادر از نوع ایمن باشد، دلبستگی او به خدا نیز از نوع ایمن خواهد بود.^۲

اما نکته اساسی این است که چگونه والدین محبت خود را نشان دهند و به چه اندازه محبت کنند. آیا محبت افراطی به سلامت معنوی فرزندان آسیب وارد می‌سازد. در این مرحله به سه چیز نیاز داریم نخست اینکه والدین از اثرات مخرب عدم محبت مطلع شوند. دوم اینکه بدانند محبت افراطی به اندازه عدم محبت می‌تواند اثرات مخرب داشته باشد. سوم اینکه برنامه عملی برای محبت ارائه شود. به نظر می‌رسد امروزه بیشتر خانواده‌ها به اندازه کافی نسبت به کودکان شیرخوار خود اظهار محبت و علاقه‌مندی و نوازش را دارند. مگر تعداد اندکی از خانواده‌ها که بچه‌های ناخواسته داشته باشند، یا مشکل روحی روانی داشته باشند یا از شدت گرفتاری و مشغولیت نتوانند به فرزندان خود محبت کنند. از این رو باید نکات زیر مورد توجه قرار گیرد:

ب: اعتدال در محبت کردن

محبت افراطی ضررهایی برای کودک دارد مثل اینکه ممکن است انسان را از راه حق دور سازد این مطلب از کنار هم قرار دادن دو نوع آموزه‌های اسلامی به دست می‌آید زیرا از طرفی امام صادق (ع)

^۱ سالاری فرد و همکاران، ۱۳۸۹، ص ۲۳۰.

^۲ Kirkpatrick, 1999; آخوانین‌زاده و همکاران، ۱۳۸۴.

می‌فرماید: «خداوند عزوجلّ به انسان، برای محبت شدید او به فرزندش، رحم می‌کند»^۱. از طرف دیگر قرآن کریم می‌فرماید: محبت فرزندان از مصادیق شهوات و دلبستگی به دنیا است که برای انسان تزیین شده است^۲. اگر این دو نوع آموزه را جمع کنیم به این نتیجه می‌رسیم که محبت به فرزند لازم است اما خطر افراط در این مسیر نیز وجود دارد. بنابر این آیه شریفه خداوند علاقه به فرزند را در نهاد والدین قرار داده است اما این گرایش همچون سایر گرایش‌ها باید مدیریت شود لذا محبت نباید به صورت افراطی و بدون قید و شرط باشد بلکه صرفاً در چارچوب سلامت معنوی باشد.

ج: ابراز محبت از طریق شیر دادن

شیر مادر مهم‌تر از شیرهای دیگر است. به فرموده امام علی (ع) هیچ شیری برای کودک با برکت‌تر از شیر مادرش نیست^۳. در آغوش گرفتن بچه و تماس بدنی با وی هنگام شیر دادن بیانگر ابراز محبت مادر است. در این صورت تماس بدنی مادر و کودک علاوه بر ارضای نیاز غذایی نیاز به محبت را نیز در کودک برآورده می‌سازد. اگر هنگام شیر دادن با وضو و رو به قبله باشد برای مادر نوعی حالت معنوی و آرامش را نیز به دنبال دارد که بستر ساز توجه محبت آمیز مادر به فرزند می‌باشد.

د: محبت از طریق ارضای نیاز به بازی

بازی به کودک آرامش می‌دهد. ایجاد آرامش روانی و رفع نیاز روانی وی به بازی، از مقدمات سلامت معنوی اوست. می‌توان در قالب بازی مضامین دینی را آموزش داد، و مهارت‌های اجتماعی، کلامی و حل مسئله را در کودک ایجاد کرد. این امور زمینه را برای سلامت معنوی فراهم می‌کند. همچنین می‌توان با بازی، از موانع احتمالی سلامت معنوی در کودک جلوگیری کرد. اگر نیاز کودک به بازی به شیوه‌ای صحیح انجام نشود ممکن است بازی وی با کودکان ناشایست، نابهنجار و آسیب‌مند، به رفتارهایی منتهی

۱. إِنَّ اللَّهَ عَزَّوَجَلَّ لَيَرْحَمُ الْعَبْدَ لِشِدَّةِ حُبِّهِ لَوْلَاكَ (کلینی، محمد بن یعقوب/الکافی، ج ۶، ص ۵۰).

۲. زَيْنَ النَّاسِ حُبُّ الشَّهَوَاتِ مِنَ النِّسَاءِ وَالْبَنِينَ؛ برای مردم دوست داشتن شهوات، از جمله زنان و فرزندان، زینت داده شده است (آل عمران، ۱۴).

۳. وَ قَالَ عَلِيٌّ ع مَا مِنْ بَنٍ يُرْضَعُ بِهِ الصَّبِيُّ أَكْثَمَ بَرَكَهَ عَلَيْهِ مِنْ بَنٍ أُمُّهُ (شیخ صدوق، من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۴۷۴).

شود که از آسیب‌های سلامت معنوی قلمداد می‌شود. هر روز دو ساعت را به بازی با طفل خود اختصاص دهید. در منابع اسلامی روایات متعدد و همچنین سیره پیامبر اسلام (ص) و ائمه معصومین (ع) نشان می‌دهد که بازی و همبازی (تصابی) با کودک از اهمیت خاصی برخوردار است؛ امام صادق (ع) توصیه نمودند که فرزندان را رها کن تا هفت سال بازی کند.^۱ این نشان می‌دهد که مسائل معنوی و مذهبی را می‌توان از طریق بازی به کودک آموخت.^۲ از طریق بازی، والدین می‌توانند بسیاری از مفاهیم دینی و علمی، از قبیل آموزش آداب زندگی، احکام و احادیث و اصول دینی را به کودک بیاموزند. از دیدگاه اسلام، والدین مسئولند که مکان و زمینه‌ی مناسبی برای بازی کودک فراهم کنند.^۳ آنها می‌توانند با کودک‌شان همبازی شوند، پیامبر گرامی اسلام (ص) نیز به والدین چنین سفارش می‌نمود. خود ایشان با امام حسن و امام حسین (ع) در کودکی همبازی می‌شدند.^۴ از دیگر وظایف این که والدین باید در ضمن بازی بسیاری از اصول اخلاقی را به طور مستقیم و غیر مستقیم به کودک آموزش دهند.^۵

ه: محبت از طریق کلام

یکی از راه‌های ابراز محبت کلام و گفتار است. محبت گفتاری می‌تواند در قالب خطاب کردن و صدادزدن، گفتگو، خواندن شعر و لالایی، گفتن قصه و داستان تحقق پیدا کند. امیرالمؤمنین (ع) محبت خود را نسبت به فرزندش امام حسن (ع) با کلام زیر نشان می‌دهد: «تو را پاره‌ای از خویش، بلکه همه‌ی وجود خود دیدم تا به آن جایی که اگر چیزی به تو ضرر برساند، مثل آن است که به من زیان رسانده و گویی اگر مرگ به سراغ تو بیاید، به سراغ من آمده بنابراین همان اهمami را که در اصلاح امور خود می‌نمایم درباره‌ی تو دارم».^۶ امام علی (ع) در این گفتار محبت خود را نسبت به فرزند خود به صورت

^۱ کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۴۶.

^۲ اعرافی و مبلغ، ۱۳۹۴.

^۳ برادران علاف، ۱۳۹۱.

^۴ محمدی ری‌شهری، میزان الحکمه، ج ۱۳، ص ۴۷۹.

^۵ برادران علاف، ۱۳۹۱.

^۶ شریف‌رضی، ۱۴۱۴ق، نامه ۳۱.

کلامی ابراز داشته است. هر چند مخاطب امام در این کلام کودک نیست، اما می‌توان آن را به کودک نیز تعمیم داد.

خطاب کردن و صدا زدن بخشی از روابط کلامی با فرزندان است، در این خطاب‌ها نام‌های فرزندان اهمیت پیدا می‌کند، اگر والدین اسم‌های زیبا و خوب برای فرزندان خود انتخاب کنند، محبت خود را به آنها نشان داده است. در منابع اسلامی^۱ مکرر سفارش شده است که نام‌ها و کنیه‌های زیبا برای فرزندان خود انتخاب نمایید. امام کاظم (علیه‌السلام): «نخستین نیکی که فرد به فرزند خود می‌کند، این است که نام نیکویی برایش انتخاب کند پس هریک از شما نامی نیکو بر فرزندش نهد»^۲.

و: محبت از طریق ارضای تماس بدنی

مادران ساعات بیشتری را در کنار کودک باشند، در آغوش بگیرند، ارتباط فیزیکی برقرار کرده و اجازه دهند که وی به چهره مادر نگاه کنند. همانگونه که تحقیقات روان‌شناسی نشان می‌دهد که تماس بدنی بیش از نیاز به تغذیه برای کودک اهمیت دارد^۳. یکی از راه‌های مهم ابراز محبت ارتباط بدنی و در آغوش گرفتن است. در آغوش گرفتن و احساس گرمی بدن والدین برای فرزند آرامش بخش است، پیامبر اسلام (ص) در مجلسی نشسته بود. امام حسن و امام حسین (ع) به سوی حضرت آمدند. پیامبر به خاطر آنان برخاست، ولی چون آنان کوچک بودند، رسیدنشان به حضرت طول کشید، پس حضرت به استقبال آنان رفت و آنها را بر دوش خود سوار کرد و فرمود: چه راهور خوبی است راهور شما و چه راکب‌های خوبی هستید شما و پدر شما بهتر از شماست^۴. حضرت امیر مؤمنان علی (ع) از ارتباط بدنی پیامبر (ص) با خود یاد می‌کند: «شما خوب منزلت، قرابت، نزدیکی و مقام خاص من را نزد رسول خدا (ص) می‌دانید

۱. کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۲۱-۱۸.

۲. حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۲۱، ص ۳۸.

۳. منصور و دادستان، ۱۳۸۵.

۴. النَّبِيُّ صَ أَنَّهُ كَانَ جَالِسًا فَأَقْبَلَ الْحَسَنُ وَالْحُسَيْنَ فَلَمَّا رَأَاهُمَا النَّبِيُّ صَ قَامَ لَهُمَا وَاسْتَبْطَأَ بُلُوغَهُمَا إِلَيْهِ فَاسْتَقْبَلَهُمَا وَحَمَلَهُمَا عَلَى كَتِفَيْهِ وَقَالَ نِعْمَ الْمَطِيُّ مَطِيئُكُمْ وَنِعْمَ الرَّكِيبَانِ أَتْنِمَا وَابُوكُمَا خَيْرٌ مِنْكُمَا. (مجلسی، ج ۴۳، ص ۲۸۶).

تا به آن جا که من را در دامن خود می‌نهاد، در حالی که کودک بودم، من را به سینه‌اش می‌چسباند و من را در رختخواب خود قرار می‌داد، من را با بدن خود تماس می‌داد، بوی خوش بدنش را به من می‌فهماند و غذا را در دهانم قرار می‌داد.^۱ در منابع اسلامی مکرر به بوسیدن فرزند سفارش شده است. پیامبر خدا (ص): «هر که فرزند خود را ببوسد، خداوند عزوجل برای او یک ثواب می‌نویسد و هر که فرزندش را شاد کند، خداوند در روز قیامت او را شاد می‌سازد و هر که به او قرآن بیاموزد در روز قیامت پدر و مادرش فرا خوانده می‌شوند و دو جامه بر آنان پوشانده می‌شود که از درخشش آن صورت بهشتیان می‌درخشد.^۲ در روایت دیگر از حضرت رسول (ص) وارد شده است: درباره مردی که گفت: «من هرگز کودکی را نبوسیده‌ام. وقتی که رفت فرمود: این مرد در نظر من از دوزخیان است»^۳. در کلام دیگر آن حضرت می‌فرماید: «فرزندان‌تان را زیاد ببوسید زیرا برای هر بوسه در بهشت درجه‌ای که فاصله هر درجه با دیگری پانصد سال است»^۴. همانگونه که ذکر شد در منابع اسلامی بر ارتباط بدنی کودک و بوسیدن کودک زیاد سفارش شده است. از آنجایی که توصیه‌های اسلام به طور کلی به منظور هدایت و رشد معنوی انسان است. این سفارشات نیز به همان منظور کلی انجام شده است و بوسیدن کودک تأثیر قابل توجه در سلامت عاطفی و اجتماعی کودک دارد که آن خود نیز سلامت معنوی را در پی دارد.

ز: محبت از طریق در اختیار بودن

والدین باید نشان دهند که به نیازهای کودک توجه دارند و مراقب او هستند. کودک را مدت طولانی تنها نگذارند، زمانی که نیاز به نوازش دارد، نوازش داده شود و زمانی که نیاز به غذا دارد غذا داده شود.

۱. وَ قَدْ عَلِمْتُمْ مَوْضِعِي مِنْ رَسُولِ اللَّهِ ص بِالْقَرَابَةِ الْقَرِيبَةِ وَالْمَنْزِلَةِ الْخَصِيصَةِ وَضَعِي فِي حِجْرِهِ وَأَنَا وَلِيدٌ [وَلَدًا] يَضُمُّنِي إِلَى صَدْرِهِ وَ يَكْنُفُنِي فِي فِرَاشِهِ وَ يُسَبِّحُنِي جَسَدَهُ وَ يُسَمِّي عِرْفَهُ وَ كَانَ يَمْضَغُ الشَّيْءَ ثُمَّ يُلْقِيهِ (مجلسی، ج ۱۴، ص ۴۷۵).

۲. مَنْ قَبَّلَ وَلَدَهُ كَتَبَ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ لَهُ حَسَنَةً، وَمَنْ فَرَّحَهُ فَرَّحَهُ اللَّهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ، وَمَنْ عَلَّمَهُ الْقُرْآنَ دَعَىٰ بِالْأَبْوَيْنِ فَيُكْسِيَانِ خُلَّتَيْنِ يُضِيءُ مِنْ نُورِهِمَا وَجْهَهُ أَهْلُ الْجَنَّةِ (کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۴۹).

۳. فِي رَجُلٍ قَالَ: مَا قَبَّلْتُ صَبِيًّا قَطُّ، فَلَمَّا وَلِيَ قَالَ هَذَا رَجُلٌ عِنْدِي أَنَّهُ مِنْ أَهْلِ النَّارِ. (حرعاملی، ج ۲۱، ص ۴۸۵).

۴. أَكْثَرُوا مِنْ قُبْلَةٍ أَوْلَادِكُمْ فَإِنَّ لَكُمْ بِكُلِّ قُبْلَةٍ دَرَجَةً فِي الْجَنَّةِ مَا بَيْنَ كُلِّ دَرَجَةٍ خَمْسُمِائَةِ عَامٍ (مجلسی، ج ۱۰۱، ص ۹۲).

زمانی که نیاز به نظافت و بهداشت دارد، رسیدگی شود. غیبت طولانی مدت مادر برای کودک به معنای عدم محبت و بی توجهی قلمداد می شود و اثرات نامطلوب بر جای می گذارد.

۷) پرورش خویشندن داری تا دو سالگی

خویشندن داری یک صفت شخصیتی است که هم با معنویت ارتباط عمیق دارد و هم شکل گیری آن بیش از هر چیزی دیگری ریشه در کودکی دارد. به همین دلیل جدای از صفات شخصیتی و اخلاقی دیگر مد نظر قرار گرفته و بر آن تأکید می شود تا والدین اهتمام داشته باشند، این صفت را در طفل تحقق بخشند.

ارتباط تنگاتنگی بین «خویشندن داری» فرد و سلامت معنوی در بزرگسالی وجود دارد. در منابع اسلامی خویشندن داری یا مساوی با ایمان^۱، یا نصف ایمان^۲، یا قله ایمان^۳ معرفی شده است که اگر آن قله از بین برود، ماهیت ایمان نیز از دست رفته است و کسی که خویشندن داری ندارد دین ندارد^۴. این تعبیرها و تعبیرهای مشابه که در منابع اسلامی نشان می دهد که داشتن سلامت معنوی نیاز به خویشندن داری دارد. کسانی که خویشندن داری ندارند در برابر هوس ها و خواهش های نفسانی نمی توانند مقاومت کنند در نتیجه نمی توانند روحیه معنوی را در وجود خود تحقق بخشند. داشتن معنویت به معنای مقابله و مبارزه با هوس ها، خواهش ها، لذت جویی ها و کامروایی ها می باشد.

۱. ماالإیمان: الصبر. از رسول خدا (ص) سؤال شد ایمان چیست؟ فرمود صبر (محدث نوری، ۱۴۰۸، ج ۲، ص ۴۲۵).

۲. قال رسول الله ص: إِنَّ الصَّبْرَ نِصْفُ الْإِيمَانِ. صبر نیمی از ایمان است.

۳. قال الصادق ع: الصَّبْرُ رَأْسُ الْإِيمَانِ؛ الصَّبْرُ مِنَ الْإِيمَانِ بِمَنْزِلَةِ الرَّأْسِ مِنَ الْجَسَدِ، فَإِذَا ذَهَبَ الرَّأْسُ ذَهَبَ الْجَسَدُ، كَذَلِكَ إِذَا ذَهَبَ الصَّبْرُ ذَهَبَ الْإِيمَانُ؛ صبر سر ایمان است. صبر برای ایمان مانند سر برای بدن است که وقتی سر برود بدن هم از بین می رود. صبر هم که از بین برود ایمان از بین می رود. (کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۲، ص ۸۷).

۴. قال علی ع: أَيْهَا النَّاسُ عَلَيْكُمْ بِالصَّبْرِ؛ اِیْ مَرْدَمَ بَرِ شَمَا بَادِ صَبْرَ کَرْدَنَ؛ فَإِنَّهُ لَا دِينَ لِمَنْ لَا صَبْرَ لَهُ؛ کسی که صبر ندارد دین هم ندارد. (مجلسی، ج ۶۸، ص ۹۲).

یکی از مبانی انسان‌شناسی از نظر اسلام، «شکل‌گیری ملکات نفسانی» در وجود انسان است.^۱ براساس مبانی اخلاقی هر صفت اخلاقی به عنوان یک فضیلت به تدریج در وجود انسان شکل می‌گیرد.^۲ در شکل‌گیری این صفات نفسانی عقلانیت، گرایش‌ات درونی انسان از قبیل خشم، شهوت و نیز افعال اختیاری انسان تأثیر دارد. به این معنا که هر چه فرد مطابق یکی از گرایش‌ات درونی خود عمل اختیاری انجام دهد، صفات و ملکات خاصی در نفس او رسوخ پیدا می‌کند.

خویش‌داری یک صفت شخصیتی است که شکل‌گیری آن‌ها از سال‌های اول زندگی شروع می‌شود. ملا احمد نراقی در این باره می‌نویسد: «هر نفسی در مبادی آفرینش و اوان طفولیت، از جمیع صفات و ملکات خالی است، مانند صفحه‌ای که خالی از نقش و صورت باشد، و حصول ملکات و تحقق صفات به واسطه تکرار اعمال و افعال مقتضیه آنها است و هر عملی که یک مرتبه سر زد اثری از آن در دل حاصل، و در مرتبه دوم آن اثر بیشتر می‌شود، تا بعد از تکرار عمل، اثر مستحکم و ثابت و «ملکه راسخه» در نفس می‌شود.^۳ چگونگی برخورد و رفتار والدین می‌تواند خویش‌داری یا ناخویش‌داری را در کودک پرورش دهد. والدین می‌توانند طفل را به گونه‌ای پرورش دهد که در برابر هوس‌های خود بتواند خویش‌داری نشان دهد، در این صورت در بزرگسالی می‌تواند با تاب‌آوری در برابر امیال درونی سلامت معنوی خود را حفظ کند. در نقطه مقابل آن والدین می‌تواند کودک خود را به گونه‌ای رشد دهد که در برابر هوس‌ها کنترل و مقاومت نداشته باشد و در نتیجه در بزرگسالی نیز هوسران، خوش‌گذران و کم تحمل شده و سلامت معنوی او به خطر افتد.

^۱ نراقی، ۱۳۷۷.

^۲ آن الفضائل كلها ملکات متوسطه بین طرفی إفراط و تفریط؛ فضیلت‌ها جملگی ملکه‌های نفسانی هستند که بین دو حد افراط و تفریط قرار دارند. (مجلسی، ج ۶۵، ص ۳۷۳).

^۳ نراقی، ج ۲، ص ۳۱.

راهکارهای عملی پرورش خویشتن‌داری تا دو سالگی

در بزرگسالی فرد نگرش‌هایی دارد و بر پایه آن تمرین‌های عملی خویشتن‌داری را انجام می‌دهند. اما در طفل ممکن است نتوانیم نگرش هشیارانه نسبت به خویشتن‌داری و تحمل را در او ایجاد کنیم اما عملاً می‌توان او را با سختی‌ها مواجه کرد و تمرین سختی را از او ان طفولیت شروع کرد. در این زمینه می‌توان به تمرین‌های زیر اشاره کرد:

۱. تأخیر در ارضای نیاز

هرگاه کودک نیاز به تغذیه و استراحت داشته باشد و مادر خود را فراخواند و مادر بلافاصله به نیاز کودک پاسخ دهد، در این صورت کودک ناخوشتندار بار می‌آید. اما اگر مادر در ارضای نیاز کودک خود عجله نکند و با کمی تأخیر نیازهای او را برآورده سازد، هسته‌های اولیه خویشتن‌داری را در او خود شکل داده است.

۲. تأخیر در پاسخ‌دهی به گریه در دوسال اول

کودک به طور معمول در چند حالت گریه می‌کند: احساس درد و بیماری، احساس گرسنگی، احساس تشنگی، کمبود خواب، احساس خستگی، احساس نیاز به تعویض پوشک، و برای نوازش و بغل شدن توسط اطرافیان. مادر از نوع گریه کودک و موقعیت آن متوجه می‌شود که این گریه از کدام نوع است. در مواردی که کودک نیاز شدید به رفع نیاز خود دارد مادر می‌تواند به صورت فوری و بدون تأخیر به گریه کودک پاسخ مثبت دهد^۱ و اما در مواردی که فوریت احساس نمی‌شود، مادر می‌تواند با کمی تأخیر به گریه کودک پاسخ دهد. این تأخیر می‌تواند، تمرینی باشد در جهت پرورش خویشتن‌داری در او. در روایات نیز منابع اسلامی سفارش شده است که مادر در برخی موارد باید به کودک اجازه دهد تا کودک

^۱ چنانکه در روایت از امام صادق ع آمده است: صَلَّى رَسُولُ اللَّهِ صِ بِالنَّاسِ الطُّهْرَ فَخَفَّفَ فِي الرُّكْعَتَيْنِ الْأَخِيرَتَيْنِ فَلَمَّا انْصَرَفَ قَالَ لَهُ النَّاسُ هَلْ حَدَثَ فِي الصَّلَاةِ حَدَثٌ قَالَ وَمَا ذَاكَ قَالُوا خَفَّفْتَ فِي الرُّكْعَتَيْنِ الْأَخِيرَتَيْنِ فَقَالَ لَهُمْ أَمَا سَمِعْتُمْ صُرَاخَ الصَّبِيِّ؛ پیامبر (ص) برای مردم نماز ظهر خواهد و دو رکعت آخر آن را سبک برگزار کرد. وقتی نماز تمام شد مردم گفتند آیا در نماز اتفاقی افتاد؟ حضرت فرمودند: چطور؟ گفتند: دو رکعت آخر نماز را سریع خواندید. ایشان فرمودند: مگر صدای ناله کودک را نشنیدید؟ (کافی ج ۶ ص ۴۸).

گریه کند. امام صادق (ع) ضمن بیان منافع برای گریه کودکان، می‌فرمایند اگر در مواردی گریه برای کودک مفید باشد نباید والدین مانع آن شوند.^۱

۳. اجتناب از نوازش مفرط

اگر مادری می‌خواهد سلامت معنوی را در کودک خود پرورش دهد، لازم است مقداری کودک را با مشکلات مواجه سازد و او را زود در آغوش نگیرد. افراط در این کار، بچه را لوس بار می‌آورد و مانع شکل‌گیری خویشتنداری در آینده او می‌شود.

۴. تمرین تدریجی خویشتنداری

برای افزایش خویشتنداری می‌توان برنامه‌ای تدریجی اجرا کرد مثلاً در هفته‌های اول، زمانی که کودک درخواست در آغوش گرفتن می‌کند، می‌توان با یک دقیقه تأخیر و درنگ این کار را انجام داد. در ماه دوم با دو دقیقه و در ماه سوم با سه دقیقه تأخیر به تقویت خویشتنداری کودک کمک کرد.

۸. ایجاد فضای معنوی

فضا و محیط از عوامل تأثیرگذار بر سلامت و عدم سلامت معنوی است. از زمان نوزادی می‌توان فضا و محیط را به سمت معنویت جهت داد. محرک‌های محیطی یکی از شایع‌ترین عواملی است که می‌تواند با سلامت معنوی ارتباط داشته باشد زیرا کودک از بدو تولد و حتی پیش از آن از محرک‌های محیطی اثر می‌پذیرد.^۲ محرک‌های محیطی می‌تواند بر نگرش‌ها، گرایش‌ها، تمایلات، رغبت‌ها، احساسات و حالات

^۱ (مجلسی، ج ۳، ص ۶): اعْرِفْ يَا مُفَضَّلُ مَا لِلْأَطْفَالِ فِي الْبُكَاءِ مِنَ الْمَنْفَعَةِ وَاعْلَمْ أَنَّ فِي أَدْمِغَةِ الْأَطْفَالِ رُطُوبَةً إِنْ بَقِيَتْ فِيهَا أُخْدِثَتْ عَلَيْهِمْ أَخْدَانًا جَلِيلَةً وَ عَلَلَّا عَظِيمَةً مِنْ ذَهَابِ الْبَصَرِ وَ غَيْرِهِ فَالْبُكَاءُ يُسِيلُ تِلْكَ الرُّطُوبَةَ مِنْ رُءُوسِهِمْ فَيَغْفِيهِمْ ذَلِكَ الصَّحَّةَ فِي أَبْدَانِهِمْ وَ السَّلَامَةَ فِي أَبْصَارِهِمْ أَمْ فَلَيْسَ قَدْ جَازَ أَنْ يَكُونَ الطِّفْلُ يَنْتَفِعُ بِالْبُكَاءِ وَ الْوَلَدُ لَا يَعْرِفَانِ ذَلِكَ فَهُمَا دَائِبَانِ لِيَسْكِنَا وَ يَتَوَخَّيَانِ فِي الْأُمُورِ مَرَضَاتِهِ لِيَلَّا يَبْئِي وَ هُمَا لَا يَعْلَمَانِ أَنَّ الْبُكَاءَ أَصْلَحُ لَهُ وَ أَجْمَلُ عَاقِبَتِهِ فَهَكَذَا يَجُوزُ أَنْ يَكُونَ فِي كَثِيرٍ مِنَ الْأَشْيَاءِ مَنَافِعٌ لَا يَعْرِفُهَا الْقَائِلُونَ؛ ای مفضل بدان که گریه برای کودکان چه منفعتی دارد و بدان که در گریه کودک رطوبتی است که اگر باقی بماند در او آثار بد و نواقص بزرگی مانند از دست رفتن بینایی به جای می‌گذارد. گریه این رطوبت را از سر آنها خارج می‌کند و سلامتی جسم و چشم آنها را به دنبال دارد. آیا ممکن نیست که کودک از گریه نفع ببرد و والدینش این را ندانند و مدام به دنبال ساکت کردن او هستند و در همه کارها رضایت او را لحاظ می‌کنند تا گریه نکند در حالی که نمی‌دانند که گریه برای او شایسته‌تر است و عاقبت زیباتری دارد. به همین صورت ممکن است که در بسیاری از چیزها منافع باشد که سخنوران آنها را نمی‌شناسند. آبرک، روانشناسی رشد، ۱۳۹۲، ۲۰۰۷.

کودک اثر بگذارد و هر کدام از آنها ارتباط تنگاتنگی با سلامت معنوی در کودک دارد. در منابع اسلامی ارتباط سلامت معنوی با محرک‌های محیطی را در قالب سفارش‌های اسلام درباره دوست و دوست‌یابی می‌توان یافت.^۱ منع از حضور کودک در محیط‌های آلوده، تهمت‌برانگیز و مانند آن در روایات به دلیل مانعیت این محیط‌ها برای سلامت معنوی کودک و نقش محرک‌های محیطی در این مسیر است.

انسان در محیط زندگی خود از افراد دیگر اعم از اعضای خانواده، دوستان، همسالان، مربی، رسانه و مانند آن اثر می‌پذیرد. این اثرپذیری اختصاص به یک دوره سنی ندارد و در تمام سنین انسان از اطرافیان خود اثر می‌پذیرد. یکی از مبانی سلامت معنوی تأثیرپذیری انسان از محیط و فضای اطراف است، لذا در اسلام سفارش شده است که در اماکن عمومی مثل مسجد، حرم و حسینیه حضور پیدا کنیم.

اقدامات عملی بهره‌گیری از محرک‌های محیطی

برای تقویت سلامت معنوی با استفاده از محرک‌های محیطی می‌توان اقدامات عملی ذیل را پیشنهاد کرد:

۱. قرار دادن طفل در اماکن مقدس

کودک در دو سال اول زندگی نیز دارای حافظه است و توان یادگیری و اثرپذیری از رویدادها و محیط پیرامونش را هم دارد. اماکن مقدس همچون مساجد، حرم معصومین(ع) و یا امامزادگان(ع)، به دلیل دارا بودن فضایی معنوی و انجام اعمال مذهبی در آن‌ها از جمله ادای فرائض دینی همچون نماز جماعت، تلاوت قرآن، ادعیه و ... در معرض حواس پنجگانه کودک قرار می‌گیرد. از آنجایی که این حواس بخصوص در دو سال اول زندگی بیشترین تجارب کودک را رقم می‌زند و از این طریق در حافظه وی ثبت می‌شود، لذا علاوه بر تأثیرات معنوی که این اماکن بر کودک خواهد داشت، زمینه تقویت

^۱ محمدی رشهری، میزان الحکمه، واژه "صدیق".

یادگیری‌های آگاهانه در سنین بالاتر را فراهم می‌سازد که می‌تواند به طور مستقیم منجر به تقویت سلامت معنوی در آن‌ها شود.

۲. در نظر گرفتن مهد کودک مناسب

مهد کودک محلی است برای مراقبت، شناخت استعدادها، پرورش عاطفی، جسمی، هوشی، رفتاری (اجتماعی) گفتاری و رشد خلاقیت کودکان در سن پیش از دبستان. بنابراین نقش مهدکودک در این سن اهمیت پیدا می‌کند. مادرانی که به هر دلیلی ناچارند کودکان شیرخوار خود را حتی از ۲ یا ۳ ماهگی به مهد یا پرستار بسپارند، نخست باید نسبت به انتخاب مهد و پرستار بسیار دقت کنند و اطلاعات داشته باشند. از آنجا که این کودکان حتی نمی‌توانند بازگو کنند که بر آن‌ها چه گذشته، لذا باید به جایی سپرده شوند که از نظر تأمین نیازهای عاطفی و جسمی ویژه این سن، مورد اعتماد باشد. پس نباید به ظواهر زیبا و جذاب مهدکودک توجه کرد. مهدکودک با انتخاب مربی دلسوز، مهربان و مراقبت‌کننده‌ای آگاه نسبت به مسائل و آموزش کودکان باید بتواند جانشین مناسبی برای یک مادر فراهم کند. باید آغوش مربی جایگزین آغوش مادر شود. بسیاری از تحقیقات روان‌شناختی انجام شده در مورد کودکان زیر ۳ سال، نشان می‌دهد که کمبود عاطفی کودکان به علت عدم وجود محبت مادر یا جانشین وی سبب می‌شود در آینده، این کودکان آسیب‌پذیرتر باشند. دلبستگی، پیوند عاطفی محکمی بین کودک و مراقبت‌کننده است و نقش بسزایی در نوع انطباق اجتماعی و شناختی آینده کودک دارد. بسیاری از کودکانی که در روزهای نخست ورود به مهدکودک از آغوش والدین گرفته می‌شوند و با گریه و شیون بلافاصله به مربی سپرده می‌شوند، دچار شب ادراری، تب و دردهای جسمی، بی‌خوابی، و ترس‌هایی با علل نامعلوم و لکنت زبان شده‌اند. این نشانگر اضطرابی است که کودک به علت نداشتن احساس امنیت روانی ° عاطفی هنگام روبرو شدن با محیط جدید، بدان دچار شده است.

از این رو کیفیت و شیوه ارتباط اولیه کودک با مربی یا مراقبت‌کننده خود، به تدریج ابعاد گسترده‌تری می‌یابد و اهمیت آن بیش از پیش نمایان می‌شود. مراقبت‌کنندگانی که به دلیل علاقه نداشتن به کودک،

مشغله و گرفتاری زیاد، تامین مالی نبودن و مسائل دیگر، تمایلی در رسیدگی به نیازهای کودکان ندارند، به جای این که فضای مناسب برای رشد کودکان فراهم کنند، زمینه‌های نابهنجاری را در کودک فراهم می‌آورند و توانمندی‌ها و قابلیت‌های او را محدود و حتی نابود می‌کنند.^۱

۳. تأمین نیاز به امنیت در کودک در برابر خطرها

توانایی‌های اندک نوزاد در بدو تولد و تنوع و وسعت محرک‌های بیرونی، نیاز به امنیت را در نوزاد پررنگ ساخته و آن را جزو اولین و مهم‌ترین نیازهای وی قرار می‌دهد. براساس نیاز به امنیت است که کودک طی دوران طفولیت، عموماً از تغییرات درونی یا تحریکات بیرونی، آزرده می‌شود. تغییرات ناگهانی مانند دردهای شدید، گرسنگی، سرمای سخت، یا از دست دادن تعادل بدن، می‌توانند کاملاً تهدیدکننده باشند.^۲ برآورده شدن این نیاز باعث می‌شود که دنیا در چشم کودک، محیطی برخوردار از پیوستگی و قابل پیش‌بینی به نظر رسد تا بتواند با جهانی سرشار از تغییرات و تجارب جدید روبه‌رو شود و با آنها کنار بیاید.^۳ احساس امنیت و آرامش از نیازهای اساسی انسان است. یکی از مواردی که در این سن در کودک احساس ایمنی و خشنودی می‌کند، تغذیه با شیر مادر در جریان یک تماس بدنی- عاطفی است. بر اثر تماس با مادر این احساس ایمنی و خشنودی در کودک ایجاد می‌شود، البته این ارتباط عاطفی در مادر نیز عواطفی مانند شادی، نشاط و خشنودی، ایجاد می‌کند.^۴ تحقیقات روان‌شناختی نشان داده است که تعامل عاطفی و احساس ایمنی کودک در اثر تماس بدنی- عاطفی با مادر دارای اهمیتی در ردیف مزایای جسمانی و تغذیه‌ای شیر مادر است.^۵ زیرا حس لامسه، اولین حسی است که در هنگام تولد به بیشترین حد رشد رسیده است.^۶ اینکه در دوران جنینی و همان لحظات اولیه پس از تولد نوزاد دارای

^۱ . <https://www.isna.ir/amp/orumiyeh-6713/>

^۲ کرین، نظریه‌های رشد، مفاهیم و کاربردها، ترجمه خوی نژاد و رجایی، ص ۴۲۲.

^۳ همان منبع، ص ۶۲- ۶۱.

^۴ . Papalia, D. E., Human Development, pp. 97-98.

^۵ ماسن، رشد و شخصیت کودک، ص ۱۴۳.

^۶ . Gunnar, M., Quevedo, K. 2007.

توانایی بساوایی رشد یافته است، برای این است که بتواند ارتباط عمیق عاطفی با مادر برقرار کند، تا بوسیله‌ی آن زمینه‌های گرایش به خدا رشد یابد^۱. تعاملات عاطفی و احساس ایمنی می‌تواند زمینه‌های گرایش کودک به والدین را پرورش دهد و بعدها باعث ارتقاء بینش نسبت به والدین و اجتماع شده و سپس به وسیله‌ی جهت‌دهی درست، به سمت علاقه به خدا هدایت شود و کودک را در مسیر سلامت معنوی قرار دهد.

۴. برنامه هفتگی حضور در اماکن مذهبی

حضور در اماکن مذهبی به دلیل تأثیرگذاری فضای معنوی اثر مثبت روی سلامت معنوی کودک خواهد داشت. پیشنهاد می‌شود در هفته یک بار به اماکن مذهبی برده شود. اما چرا هفته‌ای یک بار؟ زیرا اگر به صورت کلی به مادران توصیه شود که این کار را انجام دهند، آنان ممکن است در ماه یا سال یک‌بار این عمل را انجام دهند که اثرات کمی دارد یا اینکه ممکن است بخواهند هر روز این کار را انجام دهند که برای بسیاری از خانواده‌ها مقدور نیست. لذا هماهنگی این عمل با شرایط زندگی امروزی اقتضاء دارد که این عمل هفته یک بار انجام شود.

۵. استفاده از بالش قرآنی

مادر به طور روزانه چند دقیقه صدای دلنشین قرائت قرآن را در کنار کودک خود پخش کند، این امر باعث می‌شود که در آینده او نسبت به صوت قرآن تمایل پیدا کند. زیرا این گوش دادن‌ها روی ناهشیار و سطوح زیر آستانه‌ای وی اثر می‌گذارد.

^۱ Papalia. & Feldman, R. Human Development, pp. 98-97

۹) خوشایندسازی معنوی

خوشایندی و ناخوشایندی نقش زیادی در جذب انسان دارد. هر عمل، شیء، نماد، شخص، مکان و عادت که برای انسان خوشایند باشد، فرد به سوی آن کشیده می‌شود و آن را انتخاب می‌کند و هر چیزی که برای انسان ناخوشایند باشد انسان از آن متنفر می‌شود.

خوشایند یا ناخوشایند بودن امور معنوی نقش زیادی در سلامت معنوی دارد. انسان به طور طبیعی به سوی چیزهایی تمایل پیدا می‌کند که برایش خوشایند باشد. خوشایندی می‌تواند تابع یادگیری‌ها و تداعی‌های مختلف باشد. قرآن کریم می‌فرماید: اگر والدین، فرزندان، برادران، همسر، خویشاوندان، اموالی که اندوخته‌اید، تجارتی که از کساد آن بیم دارید و خانه‌هایی که بدان دلخوش هستید برای شما از خدا و پیامبرش و جهاد در راه او دوست داشتنی‌تر است، منتظر باشید تا خدا فرمان خویش بیاورد.^۱ این نشان می‌دهد که خوشایند بودن و علاقه‌مندی فرد با سلامت معنوی او ارتباط دارد. یعنی اگر زن، فرزند، پدر و مادر، اموال و جایگاه اجتماعی برای فرد خوشایندتر از خدا و پیامبرش باشد، او سلامت معنوی ندارد. بحث خوشایندی با تعریف ما از سلامت معنوی نیز همخوانی دارد. زیرا در سلامت معنوی فرد باید به خدا و پیامبر و مسایل معنوی علاقه‌مند باشد و این امور برای فرد اهمیت و ارزش داشته باشد.

دو مورد از فروع دین «تولا» و «تبری» است. این دو اصل ناظر به برخی مصادیق خوشایندی و ناخوشایندی نزد افراد است. انسان مؤمن، دوستدار خدا و اولیای او و متنفر از دشمنان آنهاست. آیه فوق و این دو حکم الهی بر ضرورت مدیریت گرایش‌ات انسان نسبت به دیگر موجودات جاندار و بیجان تاکید دارند. بدین ترتیب مصادیق امور خوشایند برای کسی که سلامت معنوی دارد، در مواردی متفاوت از انسان فاقد سلامت معنوی است. برای انسان برخوردار از سلامت معنوی، اشخاص، نمادها، کتاب‌ها،

۱. قُلْ إِنْ كَانَ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيرَتُكُمْ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسَاكِنُ تَرْضَوْنَهَا أَحَبَّ إِلَيْكُمْ مِنَ اللَّهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللَّهُ بِأَمْرِهِ وَاللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ (سوره توبه، آیه ۲۴).

شعائر و فعالیت‌هایی خوشایندند که او را در مسیر رضای الهی یاری رسانند؛ اما اگر هریک از این امور، مانع حرکت در این مسیر شوند برای او ناخوشایند خواهند بود.

گرچه مدیریت گرایش‌ها به سوی معنویات و حرکت در مسیر اهداف فوق، برای طفل خردسال بسیار متفاوت و ضعیف‌تر از سنین بالاتر است اما امکان خوشایندسازی معنوی در سطح مناسب این دوران، و بسترسازی برای گرایش‌ها معنوی در سال‌های بعد ممکن است. برای مثال قانون تداعی در کودک عمل می‌کند. همانگونه که تحقیقات نشان می‌دهد، اگر در زمانی که نوازده شیر می‌خورد، موزیکی برای او پخش شود، در زمان‌های بعدی آن موزیک را بر موزیک‌های دیگر ترجیح می‌دهد^۱. بر پایه پژوهش‌های انجام شده در مورد کودکان، استفاده از خوشایندسازی و قانون تداعی با توانایی‌های آنان هماهنگی دارد. حتی پیش از تولد یعنی در سه ماهه سوم بارداری، جنین توانایی پاسخ‌گویی به محرک‌های محیطی را دارد و در برابر صداها و واکنش نشان می‌دهد و صداها و واکنش را از همدیگر تفکیک می‌کند.

اقدامات عملی در جهت خوشایندسازی معنوی

در بخش اقدامات عملی خوشایندسازی می‌توان از دو قانون نوازش و تداعی استفاده کرد. قانون تداعی یکی از قوانین نیرومند روان‌شناسی است که از زمان ارسطو مطرح شده است و پس از آن فلاسفه و روان‌شناسان مختلف به نوعی درباره آن صحبت کرده‌اند. به گونه‌ای که یکی از مکاتب روان‌شناسی تحت عنوان مکتب تداعی‌گرایی مطرح شده است. نظریات تداعی‌گرایانه بر ایجاد پیوند بین دو چیز مبتنی است. هر دو چیزی که همزمان ارائه شود، در دفعات بعدی یکی از آنها دیگری را فرا می‌خواند، این فراخوانی یا ناشی از قانون مجاورت، مشابهت، تضاد یا فراوانی است. بنابراین می‌توان اقدامات عملی زیر را مطرح کرد:

^۱ . Arnon, S., Anat, S., Forman, L., Regev, R., Bauer, S., et al. (2006). Live music is beneficial to preterm infants in the neonatal intensive care unit environment. *Birth: Issues in Perinatal Care*, 33, 131° 136.

۱. پخش صوت قرآن همزمان با مکیدن شیر

شیر خوردن در دامن پرمهر مادر برای کودک یک امر خوشایند است. اگر همزمان با آن، صدای قرآن نیز برای شیرخواره در ماه‌های اول پخش شود، با استفاده از قانون تداعی به سبب خوشایند بودن این نوع مکیدن برای او، صدای قرآن نیز برای او خوشایند می‌شود و در سنین بعدی رشد و حتی احتمالاً تا بزرگسالی این صدا برای او خوشایند خواهد بود و این وضعیت به تدریج تمایلی در فرد ایجاد می‌کند و نگرش و گرایش او را نسبت به مسایل معنوی افزایش می‌دهد.

۲. پخش صدای قرآن همزمان با در آغوش گرفتن کودک

زمانی که مادر کودک را در آغوش می‌گیرد، این لحظه برای کودک خیلی خوشایند است. اگر در این حال صوت قرآن نیز به گوش برسد، مثل مورد قبل، به دلیل قانون تداعی، این صوت نیز برای کودک خوشایند خواهد شد.

۳. اجتناب از ارائه محرک‌های معنوی در زمان ناراحتی کودک

زمانی که کودک ناراحت است، گرسنه، خسته، بی‌خواب یا مریض است از محرک‌های معنوی و مذهبی استفاده نشود. زیرا این حالت‌های ناراحت‌کننده با آن محرک‌های مذهبی تداعی می‌شود و در حافظه کودک قرار می‌گیرد، در آینده هر موقع که آن محرک مذهبی مثل صدای قرآن یا دعا ارائه شود، آن ناراحتی‌های گذشته را در ذهن کودک تداعی می‌کند.

یادآوری: در مورد کودکان سنین بالاتر می‌توان به موارد زیر اشاره کرد: اجتناب از آنچه باعث دلزدگی از امور معنوی می‌شود مثل تأکید بیش از حد بر دستورات دینی، تأکید بر مسائل دینی زمانی که کودک حوصله ندارد و ناراحت است و خرد کردن کودک به خاطر مسائل دینی در جلو دیگران.

۴. اشتغال مادر به اعمال معنوی در زمان سر حال بودن کودک

اگر کودک سر حال، خوشحال و خوش اخلاق باشد، در همان زمان‌ها مادر می‌تواند در حضور کودک مشغول نماز، دعا، قرائت قرآن و مانند آن شود. اگر کودک مادر خود را در این حالت‌ها مشاهده نماید،

بین آن حالات خوب او و اعمال مادر تداعی خوشایند برقرار می‌شود و در آینده دیدن مادر در این حالت‌ها می‌تواند برای کودک خوشایند باشد و تمایل او را به اعمال معنوی افزایش داده و تا حدودی بر سلامت معنوی او اثر مثبت بگذارد. طبیعی است که در حالت‌های ناراحتی، گریه و خستگی کودک نباید مادر در حضور کودک، به نماز، دعا و قرآن اشتغال یابد.

ه. نوازش کودک بعد از اعمال مذهبی

پس از آن که مادر در حضور کودک نماز، دعا یا قرآن خواند سپس کودک خود را با محبت و گرمی در آغوش بگیرد، با او سخن بگوید و او را نوازش کند. در این صورت از باب شرطی‌سازی عامل بین عمل مادر و نوازش‌های بعدی او تداعی ایجاد می‌شود و این نوازش‌ها باعث می‌شود که اعمال معنوی مادر برای کودک خوشایند شود. همچنین در کودکان بزرگتر استفاده از این راهکار می‌تواند سبب تشویق شود. اگر کودک قرآن را می‌بوسد یا به نحو تقلیدی قرآن یا نماز می‌خواند یا رفتاری معنوی دیگری انجام می‌دهد، باید او را تشویق کرد.

فصل ششم

سلامت معنوی از پایان دو تا هفت سالگی

مقدمه

در این فصل ابتدا چند نکته مقدماتی بیان و سپس به اهدافی اشاره می‌شود که با توجه به ظرفیت‌های شناختی و گرایشی کودکان در سنین پایان ۲ تا ۷ سالگی برای نیل به سلامت معنوی آنان لازم است مورد توجه قرار گیرند. سپس راهکارهای نیل به این اهداف بیان می‌شود:

قبل از ورود به بحث ذکر چند نکته لازم است:

یک. چنانچه در فصل اول گذشت، سلامت، ساحت‌های متعددی دارد که می‌توان دست کم به چهار نوع (روانی، اخلاقی، دینی و معنوی) تقسیم کرد. ساحت‌های مختلف سلامت با یکدیگر متفاوت و در عین حال با هم در ارتباط هستند؛ لذا اگر برخی نکات به ظاهر با سلامت روانی، اخلاقی و دینی، مشترک به نظر می‌رسد به دلیل ارتباط ابعاد مختلف سلامت با یکدیگر است.^۱ سلامت اخلاقی ناظر به اصلاح صفات و رفتار فرد در رابطه با خدا، خود، دیگر انسان‌ها و دیگر موجودات است در حالیکه سلامت معنوی صرفاً رابطه دوسویه خدا-انسان را تحت پوشش دارد و در نهایت به بهبود روابط انسان با خدا می‌انجامد. سلامت معنوی می‌تواند بخشی از فرایند سلامت دینی باشد اما تفاوت اساسی که سلامت دینی را از سلامت معنوی متمایز می‌کند این است که دومی غایت برتر برای اولی است.^۲

دو. سلامت معنوی از نگاه اسلام برای سنین مختلف از جمله پایان ۲ تا ۷ سالگی مبتنی بر مبانی خاصی است که در فصل اول بیان شد و نیاز به تکرار نیست.

سه. سلامت معنوی به معنی فعلیت بخشی به ظرفیت‌های کمال معنوی انسان است. این فعلیت بخشی در سایه رشد متعادل و همسوی ابعاد بینشی، گرایشی و کنشی انسان حاصل می‌شود. این ابعاد با یکدیگر در تعامل و تأثیر متقابل هستند. فقدان برخی از ظرفیت‌های بینشی و گرایشی در مراحل اولیه رشد تا قبل

^۱ برای شناخت تفاوت‌های این ساحت‌ها با یکدیگر و رابطه آنها به "رابطه ساحت‌های مختلف سلامت" در فصل اول مراجعه کنید.

^۲ چنانچه در فصل اول گذشت، سلامت معنوی غایت برتر یا برآیند سلامت دینی و اخلاقی، و این دو، پایه تحقق سلامت معنوی هستند، لذا فرایند تحقق سلامت معنوی کاملاً خارج از چارچوب سلامت دینی و اخلاقی نیست بلکه سلامت معنوی در طول آنها قرار دارد.

از نوجوانی سبب می‌شود که ما نتوانیم جلوه‌های اصلی بینشی و گرایشی و کنشی سلامت معنوی را در این دوران در کودکان مشاهده کنیم. آنها تا قبل از سن تکلیف از توانایی‌های لازم برای حرکت ارادی در مسیر سلامت معنوی برخوردار نیستند. به همین جهت خداوند آنان را مکلف به انجام امور دینی نکرده است.

چهار. همانطور که نوع تعامل با فرزندان در کودکی، نقش مؤثری در وضعیت سلامت روانی و اخلاقی آنان در سنین بالاتر دارد، این تعامل نسبت به سلامت معنوی آنان نیز نقش آفرین است.

پنج. برای نیل به سلامت معنوی کودکان در تمام سنین از جمله پایان ۲ تا ۷ سالگی لازم است که قابلیت‌های شناختی، عاطفی و رفتاری کودکان، مورد توجه قرار گیرد. استعدادها و قابلیت‌های بیان شده به منظور پلکان و مقدمات نیل به سلامت معنوی است. بدون توجه به ویژگی‌های روانی کودک نمی‌توان برای سلامت معنوی او راهکارهایی را پیشنهاد داد. اغلب پژوهشگران با این نکته موافق‌اند که محتوای آموزشی- تربیتی در صورتی درونی‌سازی می‌شود که با سطح توانایی، استعداد و قابلیت‌ها و شرایط فرهنگی- اجتماعی فرد سازگار باشد. کودکان ۲-۷ سال که با شناخت عینی امور معنوی مأنوسند و فقط قادرند با آنها ارتباط نمادین برقرار کنند، انتقال مفاهیم پیچیده و انتزاعی را بر نمی‌تابند. اگر در فرایند رشد معنوی کودکان به این اصل مهم توجه نشود، چه بسا فرایند تکامل معنوی کودکان با اختلال مواجه شود. مثلاً: انتقال مفاهیم چون جاودانگی، علیت، نظم و حضور خداوند به سختی صورت می‌گیرد ولی مفاهیمی که بار عاطفی و انگیزشی دارد و نمودهای عینی بیشتری در زندگی کودکان دارند نظیر مهربانی، بخشندگی، کمک به دیگران و دوست داشتن آسان‌تر انتقال می‌یابد. بنابراین، برای مثال باید آشنایی کودکان با خداوند و صفات و ویژگی‌هایی او به گونه‌ای صورت گیرد که علقه عاطفی کودک- خداوند تقویت شود. کودکان اگر خدا را دوست بدانند، سایر صفات خداوند نظیر علم و قدرت خالقیت را بر همین محور صورت‌بندی می‌کنند.

شش: سلامت معنوی کودکان در گرو فراهم‌سازی بستر حرکت توحیدی آنان در آینده است. از طرفی می‌دانیم که بن مایه این حرکت در آنان موجود است. به فرموده امام صادق (ع) خداوند در نهاد آنان توحید را قرار داده است،^۱ لذا اگر موانع شکوفایی فطرت توحیدی در مسیر آنها قرار نگیرد، خانواده و محیط آنها را از این طریق منحرف نسازد و عوامل لازم فراهم آید، به تدریج با رشد سنی ظرفیت‌های شناختی و گرایشی آنها برای شکوفایی این فطرت قوت پیدا می‌کند. بر این اساس باید ویژگی‌های کودک را بشناسیم و عوامل شناختی و گرایشی لازم برای حرکت توحیدی آنها را فراهم سازیم.

اهداف سلامت معنوی در دوره کودکی اول

اهداف سلامت معنوی در این دوره به سه دسته (شناختی، گرایشی و رفتاری) قابل تقسیم است. در این فصل به هریک از این اهداف متناسب با ظرفیت‌های کودک در این سنین اشاره می‌شود و به دلیل اهمیت بیشتر اهداف گرایشی، این دسته بر بقیه مقدم شده است.

اهداف گرایشی

برای تحقق سلامت معنوی در انسان، لازم است تمام ابعاد وجودی او اعم از بعد بینشی، گرایشی و رفتاری به سمت معنویت سوق پیدا کند. با این حال به نظر می‌رسد در دوره کودکی اول، ضروری است تمرکز و تأکید بیشتر بر روی گرایش‌های کودک و سپس عادات رفتاری او باشد. بنابر آیات و روایات، بارزترین ویژگی کودک در این مرحله سنی، فعالیت‌های بدنی در قالب بازی و لطافت احساس و عواطف است. در روایات اهل بیت علیهم‌السلام بیست و یک سال نخست عمر، به سه هفت سال تقسیم شده

^۱ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ ع قَالَ قَالَ مُوسَى بْنُ عُمَرَ ع يَا رَبُّ أَيُّ الْأَعْمَالِ أَفْضَلُ عِنْدَكَ فَقَالَ حُبُّ الْأَطْفَالِ فَإِنِّي فَطَرْتُهُمْ عَلَى تَوْحِيدِي "امام صادق (ع) می‌فرماید: حضرت موسی به خدا عرض کرد: پروردگارا بهترین اعمال نزد شما چیست؟ خداوند فرمود: دوست داشتن اطفال، چراکه من فطرت آنها را بر توحید قرار دادم.. (محاسن ج ۱ ص ۲۹۳).

است. در هفت سال نخست باید کودکان را نسبتاً آزاد گذاشت^۱ و بیشتر به آنها اجازه بازی داد^۲. آزادی و بازی، افق‌های ذهنی کودکان را به نحو وسیعی گسترش می‌دهد. به همین جهت در روایات توصیه شده که کودکان تا هفت سالگی برای بازی آزاد گذاشته شوند. رهاکردن به معنای آزاد گذاشتن کودک برای کودکی کردن و افزایش تجربه است و به معنای بی قانونی و نداشتن قید و شرط برای رفتار نیست^۳. آنگونه که امام صادق (ع) فرموده‌اند کودک در سنین قبل از تعلیم (یعنی سنین قبل از هفت سال) نیز نباید از آزادی مطلق برخوردار باشد که ممکن است آسیب‌هایی را برای خود و خانواده‌اش در پی داشته باشد.^۴

از دید روان‌شناختی، کودک از پایان ۲ تا ۷ سالگی، کودکی اول را پشت سر می‌گذارد، در بعد جسمی مرتباً از تمایز یافتگی بیشتری برخوردار می‌شود و در بعد شناختی نیز به تدریج به روش اکتشافی تازه‌تری دست می‌یابد و میدان تجربه و فهم او گسترده‌تر می‌شود. تحول در این سن حاصل تعامل کودک و جامعه است.^۵ تحول در این دوره از نظر گزل به قدری سریع است که طفل مانند آدمی است که دائماً در حال نقل مکان و مدام در حال شناختن و حرکت است.^۶

۱- قال رسول الله (ص): «الْوَلَدُ سِتْلٌ سِتْعَ سِنِينَ وَ عُبْتُ سِتْعَ سِنِينَ وَ زَرِيَ سِتْعَ سِنِينَ، فرزند هفت سال سرور است و هفت سال بنده و هفت سال وزیر است» (مکارم الاخلاق ص ۲۲۲).

۲- قال الصادق (ع): «الْغُلَامُ يَلْعَبُ سِتْعَ سِنِينَ، وَ يَتَعَلَّمُ سِتْعَ سِنِينَ، وَ يَتَعَلَّمُ الْحَلَالَ وَ الْحَرَامَ سِتْعَ سِنِينَ، پسر هفت سال بازی کند و هفت سال آموزش ببیند و هفت سال حلال و حرام را بیاموزد». (الکافی، ج ۶، ص ۴۷).

۳ اخوی، ۱۳۸۹، ص ۵۵.

۴ «أَلَا تَرَى أَنَّ الصَّبِيَّ يُدْفَعُ إِلَى الْمُؤَدَّبِ وَ هُوَ طِفْلٌ لَمْ تَكْمُلْ ذَاتُهُ لِلتَّغْلِيمِ كُلُّ ذَلِكَ لِيَسْتَعْلَ عَنِ اللَّعِبِ وَ الْعَبَثِ الَّذِينَ رُبَّمَا جَنَبَا عَلَيْهِ وَ عَلَى أَهْلِهِ الْمَكْرُوهَ الْعَظِيمَ؛ مگر نمی بینی که کودک را به مربی می‌سپارند در حالی که هنوز طفل است و برای یادگیری آماده نشده است. همه اینها برای این است که مشغول شود تا از بازی و بیهوده کاری که گاهی ممکن است باعث شود به خودش یا خانواده‌اش آسیب بزرگی برساند، منصرف شود» (مفضل، ۸۷).

۵ منصور، ۱۳۹۰، ص ۱۹۰.

۶ منصور، ۱۳۹۰، ص ۷۹.

سیر اندیشه کودک در این سنین، با منطق بزرگسالان متفاوت است و ثبات اندیشه در این دوره دیده نمی‌شود، و به همین دلیل بزرگسالان در قانع کردن کودکان از طریق استدلال‌های منطقی عاجز هستند و با گفتگوی منطقی کمتر می‌توانند در اندیشه کودک تغییری ایجاد کنند. در واقع منطق تفکر در این سنین برای کودک ابزاری برای رسیدن به اهداف و امیال شخصی محسوب می‌شود نه وسیله‌ای برای کشف واقع و این برآمده از ویژگی خودمحوری شناخت کودکان است. از این رو هدایت گرایش‌های کودک باید در اولویت برنامه تربیتی والدین قرار گیرد و تغییر در بینش در خلال تأثیرگذاری بر گرایش‌های کودک میسر می‌شود. بنابراین می‌توان مهمترین هدف در مسیر سلامت معنوی در این سن را ایجاد علاقه و نگاه مثبت به خداوند، الگوهای دینی و ارزش‌های معنوی دانست. تحقق این هدف، زمینه‌ساز رشد گرایش و عشق به خداوند و اولیای معصوم (ع) در سنین بالاتر است. در رتبه بعدی، با توجه به اینکه تقلید کردن و درک نمادین از جمله شاخص‌های کودک در این سن است، آموزش دادن و عادت دادن کودک به نمادهای دینی و معنوی می‌تواند از دیگر اهداف مهم سلامت معنوی در این سن تلقی شود. آنچه گفتیم به معنای فروگذاری از اهداف بینشی نیست بلکه به این معنا است که این اهداف باید در ضمن اهداف گرایشی و رفتاری گنجانده شوند نه اینکه به صورت مستقل پیگیری شوند. بنابراین آشنایی با آموزه‌ها و معارف معنوی نیز از جمله اهداف تربیتی در این سن برای نیل به سلامت معنوی محسوب می‌شود. آنان در این سنین ظرفیت درک اولیه‌ای از خدا و معصومین (ع) و گرایش به آنها را دارند. مهدکودک‌هایی که مفاهیم و ارزش‌های قرآنی، الگوهای کودک و نوجوان که در این کتاب آسمانی ذکر شده، و توصیف دوران خردسالی و بزرگسالی معصومین (ع) را به بچه‌ها به زبان شعر، نقاشی، بازی و ... آموزش می‌دهند نتایج ارزشمندی از تلاش‌های خود گرفته‌اند و از ظرفیت معنوی کودکان در این سن حکایت دارند. در کودکان ۳-۷ حس عاطفی برجسته‌تر است. بنابراین، باید از این ویژگی برای ایجاد دلبستگی مثبت کودک به خداوند، شخصیت‌ها و نمادهای معنوی که یکی از اهداف سلامت معنوی کودکان این دوره سنی است، به درستی استفاده شود.

اهداف شناختی

یکی از گام‌های لازم برای رشد استعداد معنوی کودکان ۳-۷ سال، اعطای بینش نسبت به آموزه‌های بنیادین دینی است که باید متناسب با سن کودک به وی داده شود. باید خدا و معصومین (ع) برای کودکان جایگاه برتری پیدا کنند. اگر خداوند ما را به سلامت معنوی دعوت کرده، استعدادها و توانایی‌های خاصی را نیز به انسان عطا کرده است که بتواند در این مسیر حرکت کند. قابلیت‌های معنوی از سنین کودکی همراه انسان است. آورده‌های فطری، گرایش‌های الهی و نگرش‌های توحیدی در هر انسانی به صورت بالقوه وجود دارد. این استعدادها بالقوه به مرور با برنامه‌ریزی و تربیت و خودسازی به فعلیت می‌رسند. شناخت ما نسبت به فهم کودکان از حقایق معنوی راه برنامه‌ریزی معنوی را هموارتر می‌سازد. به این معنا که برنامه‌ریزی معنوی نیازمند این است که بدانیم آستانه فهم کودکان ۳-۷ سال از موضوعات معنوی نظیر «خدا»، «فرشتگان»، «پیامبری»، «امامت»، «قیامت و معاد»، «پاکی و درستکاری» و «خوب بودن» چه مقدار است؟ شناخت کودکان از امور معنوی با شناخت بزرگان از آنها چقدر فاصله دارد؟ آیا این برداشتها و نگرش‌های کودکان تابع تعلیم و تربیت است یا از بن مایه‌های فطری اثر می‌پذیرد؟ قابلیت‌های روانی انسان چه نقشی در این برداشتها دارد؟ پاسخ به پرسش‌های فوق، به ما کمک خواهد کرد تا اقدامات عینی‌تری در باب تأمین سلامت معنوی کودکان اتخاذ کنیم.

۱. درک مفهوم خدا

یکی از مبانی هستی شناختی سلامت معنوی توجه به جایگاه خدا در هستی است که در فصل مربوطه بیان شد، بر این اساس از جمله اهداف شناختی که در مسیر سلامت معنوی کودک باید به درستی حاصل شود، درک مفهوم خدا و صفات اوست. البته این درک فقط یکی از مؤلفه‌های شناختی مؤثر در تحقق سلامت معنوی است نه اینکه با این درک، سلامت معنوی در کودکان محقق شود. در نظام تعلیم و تربیت اسلامی آشناسازی کودکان با نظام شناختی توحیدی از تأکید فراوان برخوردار است. در منابع دینی اشارات زیادی وجود دارد که در آن تلاش شده است کودکان با شعارها، نمادها و الگوهای معنوی ارتباط برقرار کنند. اینکه کودکان در معرض شعار کلمه توحید (لا اله الا الله) قرار بگیرند بخشی از راهبرد معنوی اسلام

است. احادیث فروانی وجود دارد که در آنها تأکید شده است که زبان کودکان خود را با کلمه توحید بگشایید و بگذارید اولین و آخرین کلمه افراد «لا اله الا الله» باشد.^۱ براساس توصیه پیامبر اکرم (ص) به محض اینکه کودک قدرت تکلم یابد او را با کلمه توحید آشنا سازید.^۲ از نگاه اسلام کلمه لا اله الا الله دژ تسخیر ناپذیر الهی است که پناه بردن به آن مایه نجات انسان‌ها است.^۳

والدین باید توجه داشته باشند که کودک ۳ تا ۷ سال در زمینه درک مفهوم خدا ظرفیت محدودی دارد. از نظر ال‌کایند (۱۹۷۰) چهار نوع نیاز شناختی وجود دارد که در دوره کودکی با توالی پدیدار می‌شود و در سرتاسر زندگی پایدار می‌ماند. متناظر با هریک از نیازها، با یکی از اوصاف خداوند (نظیر جاودانگی خداوند و...) به آن نیاز پاسخ داده می‌شود. یعنی، شناخت خداوند خاستگاه فطری دارد و نیازهای شناختی فطری را برآورده می‌سازد. تفکر دینی کودکان، تغییرات مرحله‌ای از تفکر خودمحورانه و عینی به سمت تفکر انتزاعی و جامعه محورتر را نشان می‌دهد؛ محدودیت‌های کلی در تفکر کودک، او را وامی‌دارد تا درمورد مفاهیم دینی احتمالاً به شیوه‌های خاصی بیندیشد^۴

کودکان به نشانه‌های احساسی و عاطفی خدا و معصومین (ع) بیشتر از نشانه‌های شناختی آنها واکنش نشان می‌دهند، و لذا مسیر گرایشی معنویت را راحت‌تر می‌پیمایند. پژوهش‌ها نشان می‌دهد که پروردگار نیک‌خواه (موجود مهربان و بخشنده و دوستدار بندگان) زودتر و راحت‌تر از پروردگار واحد، عالم، قادر و لایزال (موجود، عالم به غیب، خالق هستی و جاوید و نامیرا) در ذهن کودکان تداعی می‌شود.^۵ در

^۱ «عن النبی قال افتحوا افتحوا علی صبیانکم أول کلمة لا اله الا الله ولقنوههم عند الموت لا اله الا الله فانه من کان أول کلامه لا اله الا الله و آخر کلامه لا اله الا الله ثم عاش ألف سنة ما سئل عن ذنب واحد؛ زبان کودکان را برای اولین بار با لا اله الا الله بگشایید و هنگام مرگ نیز به او لا اله الا الله را تلقین کنید، چرا که هر کس اولین سخن و آخرین سخنش لا اله الا الله باشد، حتی اگر هزار سال زندگی کرده باشد به خاطر گناهی بازخواست نمی‌شود» به نقل از علی ابن حسام الدین متقی ال‌هندی، کنز‌ال‌عمال، جلد ۱۶، ص ۵۹۵.

^۲ «قال اذا فصحوا اولادکم فلعلموهم لا اله الا الله؛ وقتی کودکان آشکارا به زبان در آمد به او لا اله الا الله بیاموزید» کنز‌ال‌عمال، جلد ۱۶، ص ۵۹۳.

^۳ «عن أمیر المؤمنین علی بن ابی طالب ع یقول سمعت رسول الله ص یقول سمعت جبرئیل یقول سمعت الله عز و جل یقول لا اله الا الله حصینی فمن دخل حصینی امن من عذابی؛ امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید از رسول خدا (ص) شنیدم که می‌فرمود از جبرئیل شنیدم که می‌گفت خدای متعال می‌گویند لا اله الا الله قلعه من است و هر کس وارد قلعه من شود از عذاب من در امان است» امالی‌الصادوق، ص ۲۳۵.

Boyatzis, C. J^۴، ۲۰۰۵، ص ۱۲۵، به نقل از نوذری، بررسی تحول ایمان خدا در دوره کودکی، نوجوانی و آغاز جوانی، ۱۳۸۹، ص ۳۳.

^۵ چجاری و نصیر زاده، ۱۳۸۶، ص ۵۳-۶۵.

تبیین یافته‌های این چینی می‌توان استدلال کرد که اوصاف و ویژگی‌هایی که بار عاطفی به همراه دارد باورپذیرتر و قابل فهم‌تر است.

کودکان ابتدا فرض می‌کنند که زندگی دائمی است و تصور روشنی از مرگ ندارند. آنها بعد از مشاهده مرگ و میر دیگران، دچار سردرگمی می‌شوند و در پی توضیح جدید از حیات دائمی بر می‌آیند. این توضیح جدید با دین ممکن می‌شود. کودک با پذیرش مفهوم خدا حیات دائمی را درک می‌کند و مشکل تعارض درونی‌اش، حل می‌شود. در گام بعدی کودکان برای متغیرهای معنوی نمادسازی می‌کنند. لذا، کودکی که با مفهوم خدا به عنوان موجودی دارای حیات دائمی آشنا شده، در پی آن خواهد بود که نمود عینی برای خداوند دست و پا کند. او با استفاده از اطلاعات مذهبی‌ای که از محیط دریافت کرده، نمادسازی می‌کند. به همین دلیل در مسیحیت نماد «پدر» و در اسلام نماد «نور» مورد توجه بیشتر کودکان قرار می‌گیرد.^۱ بنابر تحقیقات، کودکان ایرانی خدا را نور یا مثل نور و یا منبع نور فرض می‌کنند. یافته‌های نمادین کودکان ایرانی از خداوند اینگونه تبیین شده است: «خورشید، کهن‌الگویی است که در ناهشیار جمعی انسان‌ها نماد خداوند است»^۲.

فولر شروع ایمان کودکی را از جنس ایمان فرافکنانه - شهودی معرفی می‌کند. در ایمان فرافکنانه - شهودی، ایمان از طریق خیال‌پردازی‌ها و درک شهودی کودک شکل می‌گیرد.^۳ بچه‌های کوچک توضیحات و سخنان بزرگسالان را در هم می‌بافند و به معانی‌ای تبدیل می‌کنند که کودکان خود می‌فهمند. در این مرحله، مفاهیم مذهبی بچه‌های کوچک معمولاً انسان‌پندارانه^۴ (انتساب صفات انسانی به خدا) است؛ آنها ممکن است خدا را به صورت شاه، پیرمرد، یا «سوپرمن» تصور کنند. به این معنی که کودکان کمتر تفاوتی میان خدا و قهرمانان قصه پریان قائل می‌شوند. تمامی این تصاویر در زبان داستان‌های پریان

^۱ نوذری، بررسی تحول ایمان خدا در دوره کودکی، نوجوانی و آغاز جوانی، ۱۳۸۹، ص ۱۴۹.

^۲ اخوی، ۱۳۸۹، ص ۴۶.

^۳ نوذری، بررسی تحول ایمان خدا در دوره کودکی، نوجوانی و آغاز جوانی، ۱۳۸۹، صص ۱۲۳-۱۲۲.

^۴ Anthropomorphic

و تجارب خیالی قابل تفسیر می‌باشند. خدا جزء همان دسته موجودات افسانه‌ای غول‌پیکر قرار دارد، تنها با این تفاوت که او عظیم‌تر و بزرگتر است و کودکان ترس بیشتری از او دارند.^۱

در کل، درک خردسالان از مفهوم خدا تا حدود ۷ سالگی بسیار خام، مادی و شبیه یک انسان است؛ از نگاه کودک، خدا با صدایی شبیه انسان سخن می‌گوید؛ دربهشتی سکونت دارد که در آسمان‌هاست و به‌صورت یک انسان به زمین آمده و به اداره امور آن می‌پردازد. تعداد قابل توجهی از آنان معتقدند که خدا را می‌توان دید و اکثر کودکانی که این اعتقاد را ندارند، دلایل خود را دوری از خدا بیان داشته‌اند. از این روی، برخی ادعا می‌کنند اگر دوربینی داشته باشند، می‌توانند او را ببینند. درمجموع، گفته‌های آنان در این سنین، از قابل رؤیت بودن خداوند حکایت دارد.^۲

تصور کودکان از مقدسات مادی و عینی است. به همین دلیل برای کودکان توجه به صفات فعلی خداوند جذاب‌تر است. کودکان سمیع و بصیر بودن خداوند را مادی تفسیر می‌کنند و آن‌ها را در چارچوب زمان و مکان قابل تحقق می‌دانند. حتی در نظر کودکان خردسال دیده نشدن خداوند به «دور بودن خانه خدا»، «ممانعت ابرها» و «در آسمان بودن خدا» نسبت داده شده است. رشد استعداد معنوی کودکان ۳-۷ سال در گرو ارتباط شناختی با مقدسات میسر است. آنچه که با ظرفیت‌های شناختی کودکان این دوره سنی سازگار است فهم نعمت‌ها و آثار مادی وجود خدا و نیز صفاتی است که نشانگر رفتار و افعال خدا باشد. دامنه مطلوب معنویت کودک این است نعمت‌های مادی خداوند را درک کند و جهان و امکانات و امتیازات فردی و جمعی را منبعث از خداوند برشمارد.

۲. درک مفهوم پیامبر، امام، عصمت، وحی و اعجاز

از دیگر اهداف شناختی که در مسیر سلامت معنوی کودک باید به درستی حاصل شود، و در راستای توجه به مبانی سلامت معنوی اسلامی است درک درست کودکان از مفاهیم پیامبری، عصمت، وحی و اعجاز است. رشد معنوی کودک ارتباط ناگسستنی با شناخت شخصیت‌ها، رهبران و پیشوایان دینی دارد.

^۱ اسپلیکا و همکاران، دهقانی، ص ۱۲۳.

^۲ ناصر باهنر، آموزش مفاهیم دینی همگام با روان‌شناسی رشد، ص ۲۱۳.

شناخت رهبران دینی در تعمیق هرچه بیشتر ارزش‌های دینی اثر دارد. انبیاء الهی، امامان معصوم و اهل بیت علیهم‌السلام شخصیت‌های هستند که ارزش‌های دین با نام آنها گره خورده است. حضرت پیامبر(ص) به پیروان اسلام دستور می‌دهند که فرزندان خود را بر محور سه اصل اساسی تربیت کنند. دوستی پیامبر، دوستی اهل بیت و قرآن.^۱ تکیه بر این سه محور نشان از این دارد که محورهای ذکرشده راه سلامت نسل‌های متوالی بشر را تضمین می‌نماید. بنابراین لازم است والدین در تربیت فرزندان خود به آنها توجه داشته و آنان را از این منبع لایزال معرفت محروم ننمایند. تحکیم روابط عاطفی متری و پیامبران و معصومین به این دلیل حایز اهمیت است که از طریق ارتباط وثیق با آنها زمینه دریافت معارف ارزشمند دینی فراهم می‌شود. به تعبیری، فهم گفته‌های معصومین و پذیرش و عملی کردن دستورات آنان مسبوق به پذیرش عاطفی شخصیت‌های آنان است.

در آموزش مفاهیم پیامبر(ص) و امام(ع) به کودکان، باید به ظرفیت‌های آنان توجه داشته باشیم. درک کودکان از مفهوم پیامبر تا حدود نه سالگی، مغشوش و پراکنده است. بالاترین تلقی کودک این است که وی فردی خوب و مفید و پارساست. تعداد قابل توجهی از کودکان در این سنین، او را فردی معمولی می‌دانند و بسیاری هنوز به لباس‌ها و ظاهر فیزیکی‌اش نظر دارند که نیکوکار بودن او هم به آن ضمیمه می‌شود؛ مانند اینکه: «او لباس‌هایش رنگ دیگری است صدایش طور دیگری است. او مرد خوبی است و دوست دارد به مردم کمک کند». پیامبر(ص) در نظر آنان از سایر مردم مهربان‌تر، مقیدتر به مسائل عبادی و خوش‌اخلاق‌تر مجسم می‌گردد.

بیشتر کودکان و در سنین بالاتر همه آنها، معتقدند که پیامبر(ص) از هرگونه خطا و گناهی مصون است. تا حدود سال‌های نخست دبستان، این تصور وجود دارد که به ندرت امکان ارتکاب اشتباه برای پیامبر می‌رود و دلیل عمده آنها بر «تربیت خود او در کودکی» یا «ترس او از مجازات الهی» متمرکز است. آنها

^۱ «أدبوا أولادکم علی ثلاث خصال، حب نبیکم، و حب أهل بیتہ، و قراءۃ القرآن؛ کودکانان را با سه ویژگی تربیت کنید: محبت پیامبرتان و محبت اهل بیت او و قرائت قرآن» کنز العمال، جلد ۸، ص ۲۷۸.

به‌طور کلی بزرگسالان را به دور از بدی‌ها و اشتباه‌ها می‌دانند و پیامبر(ص) هم از این امر مستثنا نیست. این برداشت‌ها به تدریج در اواخر دوره دبستان و اوایل دوره راهنمایی واقعی‌تر می‌شوند.^۱

درک کودکان از مفهوم وحی، کاملاً متأثر از ویژگی‌های دوره پیش عملیاتی و عملیات عینی است. وحی را صحبت انسانی با انسان دیگر که با صدایی معمولی انجام می‌شود، می‌دانند و اگر پیامبر(ص) از نعمت شنوایی محروم باشد، این ارتباط نیز از میان خواهد رفت؛ مگر آنکه خدا گوش او را شنوا سازد و یا این پیام از طریق مادی و فیزیکی دیگری منتقل گردد.^۲

کودکان در تمام سنین کودکی تصدیق می‌کنند که پیامبران و امامان نیروی فوق‌العاده دارند و توان‌شان از انسان‌های معمولی بیشتر است. پژوهش‌ها نشان می‌دهد در دوره‌ای از رشد ذهنی که به‌طور عمده شامل سال‌های پیش از دبستان و سال‌های نخستین دبستان می‌باشد، استدلال‌های کودکان بیشتر صورت افسانه‌ای دارد و در نظر آنان، معجزات بدون وجود یک ارتباط منطقی حادث شده‌اند. نیروی جادویی و افسانه‌ای به نام خدا در کار جهان است و قوانین طبیعت ناشی از تبعیت از این نیروست. توجیهات آنها نشانگر برداشت افسانه‌ای از معجزات می‌باشد و از یکسان بودن معنای معجزه و شعبده نزد آنان حکایت دارد. آنها با همان محدودیت‌های انسان‌انگاری خداوند، معتقدند که او باید برای نیل به مقاصدش از راه‌های فیزیکی دخالت کند. آن‌گاه که کودکان معنای علیت را می‌فهمند، درست‌تر از قبل، روابط منطقی را به کار می‌برند و از آنجا که وقایع مربوط به معجزات با منطق عینی آنها سازگار نیست، به گونه‌ای دیگر آنها را توجیه می‌کنند.^۳

^۱ باهنر، آموزش مفاهیم دینی همگام با روان‌شناسی رشد، ص ۲۱۶.

^۲ همان، ص ۲۱۷.

^۳ همان، ص ۲۱۸-۲۱۹.

۳. درک مفهوم مرگ و بهشت و جهنم

از دیگر اهداف شناختی در مسیر سلامت معنوی کودک که منطبق با مبانی اسلامی در این عرصه است، درک این سه مفهوم است. کودک در سطحی نازل، توانایی درک این مفاهیم را دارد. پژوهش‌ها نشان داده است که تحول مفهوم مرگ در کودکان، از سه مرحله می‌گذرد: برای کودکان ۴ تا ۷ سال (خردسالان پیش‌دبستانی) مرگ واقع‌ای ناپایدار و برگشت‌پذیر است. آنها در این مرحله، مرگ را به منزله رویدادی درک می‌کنند که موقت و ناپایدار است و مردن را مانند غیبت موقت فرد می‌دانند که دیر یا زود باز می‌گردد. تصور کودک در برابر خودش این است که همواره زنده خواهد بود و این فکر که روزی او هم می‌میرد، برایش دشوار است. عقاید و افکار کودک درباره مرگ بسیار محدود است و به زحمت می‌تواند از شنیدن خبر مرگ کسی بفهمد که بر سر او چه آمده است؛ مگر آن‌که خود صحنه مرگ و دفن او را ببیند.^۱

کودک از چگونگی و چیستی بهشت و دوزخ آگاهی ندارد و صرفاً براساس شنیده‌ها این تصور در او پدید آمده است که مثلاً بهشت باغ زیبایی است و در آن انواع خوردنی‌ها و اسباب‌بازی‌ها یافت می‌شود. در آنجا می‌توان دوچرخه‌سواری کرد، تاب‌بازی کرد و حیاط آن برای هر نوع بازی وسیع است. تصورش از جهنم، مقداری آتش بر روی هم انباشته است. او هرگز گمان ندارد که ممکن است او هم روزی در این آتش جای داشته باشد، بلکه می‌تواند در هر صورت خود را از آن خلاصی دهد. او معتقد است می‌توان سوزش آتش دوزخ را تحمل کرد. با این حال، شوق دیدار بهشت و زندگی در آن، و گریز از آتش، گاهی او را به خود مشغول می‌سازد. برای رفتن به بهشت حاضر است فرمان‌های پدر و مادر را گوش کند و اگر بداند که نافرمانی آنان سبب ورود به آتش جهنم می‌شود، از آن می‌گریزد. اگر دریابد که عملش خطا و گناه بوده است و عقوبت آتش در پی دارد، برای آن نگران می‌شود و گاه اشک می‌ریزد. ترس از جهنم او را وادار می‌دارد که جداً راستگو باشد و نافرمانی نکند و طمع بهشت هم سبب می‌شود که

^۱ همان، ص ۲۲۰.

به جد دنبال اطاعت فرمان‌های خداوند و سخنان والدین خود باشد. نباید کودکان را از بهشت خیالی و نعمت‌هایی که دوست دارند در بهشت وجود داشته باشد، خارج سازیم تا این که به تدریج در مراحل بالاتر تصوراتشان تصحیح شود.^۱

۴. فهم آموزه‌های اخلاقی و دینی

یکی از مبانی سلامت معنوی اسلامی تکیه بر وحی برای دریافت آموزه‌های دینی در مسیر تعالی معنوی است بر این اساس از جمله اهداف شناختی که در مسیر تحقق سلامت معنوی کودکان ۳ تا ۷ ساله لازم است حاصل شود، درک صحیح آموزه‌های اخلاقی و حلال و حرام شرعی توسط آنها است. برای سلامت معنوی کودکان، آشنایی - هرچند ابتدایی - آنان با معیارهای ارزشی رفتار و یا به تعبیری رفتارهای درست و نادرست ضروری است. اینها گرچه مصداق اهداف اخلاقی هستند اما مقدمه سلامت معنوی نیز هستند زیرا چنانچه قبلاً بیان شد^۲، رشد معنوی در سایه فهم و پایبندی به آموزه‌های دینی حاصل می‌شود. از سیره عملی و گفتار معصومین چنین بر می‌آید که آن بزرگوران آموزش مفاهیم و محتوای قرآن، و بیان حلال و حرام را اولین اقدام تربیتی خود قرار داده بودند. امام علی (ع) به فرزندش می‌فرماید: «تربیت تو را با آموزش کتاب خداوند، تفسیر و تاویل شریعت اسلامی، احکام اسلامی و حلال و حرام دینی شروع کردم».^۳ همچنین ایشان تعلیم قرآن را از حقوق فرزند بر پدر شمرده‌اند.^۴ بنا بر این نخستین چیزی که کودکان برای سلامت معنوی به آن نیاز دارند آشنایی با کتاب آسمانی و فهم رفتارهای نیکو و ناشایست است. والدین وظیفه دارند خود یا توسط مربی توانا فرزندان خود را با زبانی و روشی کودکانه با خوبی و بدی و آموزه‌های قرآنی آشنا سازند. بیان حلال و حرام در حاشیه آموزش قرآن و تفسیر شریعت

^۱ همان، ص ۲۲۲.

^۲ فصل اول "رابطه سلامت اخلاقی و معنوی".

^۳ «أَنْ أُتَدِنَكَ بِتَعْلِيمِ كِتَابِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ وَ تَأْوِيلِهِ وَ شَرَائِعِ الْإِسْلَامِ وَ أَحْكَامِهِ وَ حَلَالِهِ وَ حَرَامِهِ» نهج البلاغه، ص ۳۹۴.

^۴ «حَقُّ الْوَلَدِ عَلَى الْوَالِدِ أَنْ ... يَعْلَمَهُ الْقُرْآنَ»؛ "حق فرزند بر پدرش این است که ... قرآن را به او تعلیم دهد." نهج البلاغه صبحی صالح. ص

اسلامی حاکی از این است که صرف بیان حلال و حرام کافی نیست بلکه لازم است به نحو مناسب و مطابق درک متربی حلال و حرام بودن عملکرد خاص را تبیین کنند.

در بینش‌دهی اخلاقی به کودکان باید به استعدادها و ظرفیت‌های آنان توجه شود. رویکردهای متعددی در این زمینه وجود دارد. رویکردهای روان تحلیلی و رفتارگرا درباره اصول اخلاقی، روی این موضوع تأکید می‌کنند که چگونه کودکان معیارهای حاضر و آماده رفتار خوب را از بزرگترها فرا می‌گیرند. در مقابل، دیدگاه شناختی- رشدی، کودکان را به صورتی در نظر می‌گیرند که به‌طور فعال درباره مقررات اجتماعی فکر می‌کنند. کودکان در سال‌های پیش‌دبستانی قضاوت اخلاقی می‌کنند، و براساس مفاهیمی که درباره عدالت و انصاف تشکیل داده‌اند، تصمیم می‌گیرند چه چیزی درست و چه چیزی غلط است.^۱ دو نگاه فوق به اصول اخلاقی قابل جمع نیز هست زیرا کودکان هم داده‌های پدر و مادر را بدون فکر تقلید می‌کنند و هم به تدریج در مورد آنها فکر می‌کنند.

درک ساده‌ای از رفتارها و اصول اخلاقی شایسته و ناشایست و در نتیجه میل به خوبی‌ها و تنفر از بدی‌ها در نهاد و فطرت آدمی قرار داده شده است و کودک نیز به تدریج به آنها پی می‌برد. این ظرفیت رشد اخلاقی^۲ بستر مناسبی برای نیل به سلامت معنوی است. زمانی که پژوهشگران روی نیت افراد تأکید می‌ورزند، مشاهده می‌کنند که کودکان ۳ ساله می‌گویند کسی که نیت بدی دارد- که عمداً دیگران را می‌ترساند، شرمنده می‌کند، یا به طریق دیگری او را آزار می‌دهد- سزاوار تنبیه است. کودکان در حدود ۴ سالگی راستگویی را تأیید و دروغ‌گویی را رد می‌کنند، حتی زمانی که دروغ بر ملا نشده باشد.^۳ کودکان پیش از دبستان برای تعبیر و تفسیر موقعیت‌های اخلاقی، اجتناب از تنبیه و فرار از دردسر و گرفتن پاداش را در اولویت قرار می‌دهند. کودک در این سطح از رشد اخلاقی، تسلیم منابع قدرت است و جز به نتایج مادی اعمال خود نمی‌اندیشد؛ یعنی کار خوب را از آن جهت انجام می‌دهد و اعمال بد را از آن

^۱ گیبس، ۱۹۹۱؛ ۲۰۰۳ به نقل از برک، ۲۰۰۷، ص ۶۳.

^۲ Moral development

^۳ برک، روان‌شناسی رشد از لقاح تا کودکی، ص ۶۴.

جهت ترک می‌کند که پدر یا مادر گفته‌اند و انتظار دارند. کودک می‌داند که در نتیجه انجام دادن کارهای نیک و ترک کارهای ناپسند، مورد تشویق قرار خواهد گرفت.^۱ تکرار رفتارهایی که ناشی از توانمندی رشد اخلاقی کودک است باعث ایجاد عادت و تثبیت رفتار در او می‌شود درک و احساس اخلاقی در کودک نوعی ظرفیت برای رفتار اخلاقی و درک ارزش‌هاست. برای رسیدن به مفهوم احساس اخلاقی باید به روان‌بندهای مربوط به دیگران مخصوصاً والدین- اندیشید. از نظر فرنزی^۲ ترکیبی از ترس و محبت مبنای اطاعت را تشکیل می‌دهد. به نظر بوه احساس وظیفه یا تکلیف مستلزم وجود حداقل دو نفر (والدین و کودک) است. کودک ابتدا نسبت به والدین و یا اشخاص دیگر به چنین احساسی خواهد رسید.^۳ اطاعت کردن، احساس وظیفه یا تکلیف و احترام گذاشتن از نکات قابل توجه اخلاقی است و عادت دادن کودک به انجام آنها، تثبیت و ارتقاء آنها دقیقاً در مسیر نیل به سلامت معنوی است. البته همه این موارد در ابتدا در تعامل والدین با کودک شکل می‌گیرد و سپس پدر و مادر باید رعایت آن ویژگی‌ها را به کودک آموزش دهند تا در تعامل با بزرگترهای فامیل هم از این آموزش‌ها استفاده کند و با تکرار، آن رفتارها در کودک تثبیت شود.

۵. ارتقاء بینش اجتماعی کودکان

برای نیل به سلامت معنوی کودکان، ارتقاء بینش اجتماعی آنان که به رشد اخلاق اجتماعی آنان می‌انجامد لازم است. کودکان در خلاء رشد نمی‌کنند بلکه در بافت‌های اجتماعی بزرگ می‌شوند. کودکان راه و رسم زندگی و شخصیت اخلاقی و باورداشت‌های ارزشی خود را از خلال روابط اجتماعی کسب می‌کنند. بنابر تحقیقات تمام تعاملات و فرایندهای اجتماعی در شکل‌دادن ارزش‌ها، اعتقادات و رفتارهای کودکان شریک‌اند.^۴ اینکه کودکان حوزه تعاملات خود را سامان می‌دهند به این وابسته است که عمق

^۱اکرین، نظریه‌های رشد، مفاهیم و کاربردها، ص ۲۰۴.

^۲ . Ferenczi

^۳منصور، روان‌شناسی ژنتیک؛ تحول روانی از تولد تا پیری، ص ۱۹۴.

^۴هترینگتون و پارک، روانشناسی کودک از دیدگاه معاصر، ص ۹۸.

شناخت اجتماعی آنها در چه سطحی است. شناخت اجتماعی به ادراک، تفکر و استدلال انسان‌ها در روابط انسانی اطلاق می‌شود. بررسی‌های مربوط به رشد اجتماعی شناختی بر دانش و فهم کودکان درباره جهان (مردم، خود و روابط اجتماعی) تاکید دارد.^۱ شناخت اجتماعی روابط اجتماعی کودکان را جهت می‌بخشد و روابط اجتماعی کودکان در معنویت‌پذیری آنان نقش تعیین‌کننده دارد. کودکان بین ۴-۷ سال از نظر شناختی اصول اخلاقی را تشخیص می‌دهند و آن را از عرف اجتماعی (آداب و رسوم) تمیز می‌دهند.^۲

وابستگی از نشانه‌های رشد اجتماعی است؛ لذا، افرادی که در کودکی به پاسخگویی همدلانه والدین واکنش مثبت نشان می‌دهند در بزرگسال رفتاری هنجارمند خواهند داشت^۳؛ به سبب همین وابستگی شدید کودک به والدین، در اسلام بر ترحم و محبت به آنها تأکید شده و عمل کردن والدین به وعده‌هایشان در قبال کودک، به منزله یک اصل مطرح شده است^۴ وابستگی در سنین پایین‌تر در خانواده ظهور و بروز می‌یابد و در آنجا تأمین می‌شود اما با بزرگ شدن کودک و بسط دایره روابط اجتماعی نظیر همسالان وابستگی به مرور از خانواده به بیرون (همسالان و دوستان کودک) کوچ می‌کند. بنابراین مهدکودک‌ها، روابط فامیلی، دوستان، همسایه‌ها، هرکدام می‌تواند آینده معنوی کودکان را تحت تأثیر قرار دهد.

بسترها و روش‌های ایجاد گرایش‌ات معنوی در کودک

سلامت معنوی کودکان و نسل‌های متوالی جامعه مستقیماً از برنامه‌ریزی و اهتمام خانواده‌ها به این مهم تأثیر می‌پذیرد. والدین به صورت توأمان و هرکدام به تنهایی شکل‌دهنده سطح سلامت معنوی کودکان هستند.

^۱امسن و دیگران، رشد و شخصیت کودک، ص ۳۵۸.

^۲همان، ص ۳۸۴.

^۳اتکینسون و هلیگارد، زمینه روان‌شناسی، ترجمه حسن رفیعی و محسن ارجمند، ج ۱، ص ۱۰۶ - ۱۰۹.

^۴«عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ أَجِبُوا الصَّبِيَّانَ وَارْحَمُوهُمَا وَإِذَا وَعَدْتُمُوهُمَا شَيْئاً فَفُوا لَهُمْ فَإِنَّهُمْ لَا يَذُرُونَ إِلَّا أَنْكُمْ تَرْزُقُونَهُمْ» «کودکان را دوست داشته باشید و به آنها ترحم داشته باشید و اگر چیزی به آنها وعده دادید به وعده‌تان عمل کنید؛ زیرا آنان جز این نمی‌دانند که شما روزی دهنده آنان هستید» (کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۴۹).

۱. دغدغه‌مندی، برنامه‌ریزی و طلب یاری از خدا

چنانچه در فصل اول بیان شد گام نخست برای حرکت والدین در این مسیر، دغدغه‌مندی آنهاست. اگر والدین بینش و گرایش معنوی نداشته باشند و تمام اهتمامشان امور مادی و دنیوی فرزندانشان باشد نمی‌توانند قدم‌های لازم را برای تحقق سلامت معنوی نونهالانشان بردارند. امام سجاد (ع) در صحیفه سجادیه می‌فرماید: "پروردگارا مرا بر تربیت، ادب آموزی و نیکی کردن به فرزندانم یاری فرما"^۱ او که امام معصوم (ع) است از خداوند در این مسیر یاری می‌طلبد. متأسفانه ما در خانواده‌ها نوعی بی‌میلی و عدم اهتمام به مقوله سلامت معنویت را شاهد هستیم. نیل به این هدف مستلزم آگاهی از محتویات دینی، دانش‌های مهارتی و اصلاح محیط است. خانواده و نهادهای موازی (نظیر مهدها و مراکز پرورشی) در صورتی در این مهم موفق خواهند شد که براساس نیازها، ظرفیت‌ها و ویژگی‌های روحی و روانی کودکان برنامه‌ریزی نمایند.

۲. دقت در اولین مواجهه‌ها

در ابتدای دوره کودکی اول، والدین معنوی در صدد هستند که او را با برخی از ارزش‌های معنوی و نمادهای دینی آشنا کنند. بنابراین اولین مواجهه‌های کودک با بسیاری از این سَنَبِل‌ها در این زمان روی می‌دهد. اولین مواجهه با مسجد، اولین سفر زیارتی، اولین مراسم‌های مذهبی، اولین آشنایی‌ها با آیات قرآن، اولین اشعار مذهبی و ... در این زمان رخ می‌دهد. به طور کلی برای ایجاد ذهنیت مثبت نسبت به یک موضوع، اولین مواجهه بسیار مهم است و بیشترین و ماندگارترین تأثیر را در دل و جان کودک می‌گذارد. بنابراین لازم است که والدین دقت کافی را داشته باشند که این اولین مواجهه‌ها با امور معنوی، برای کودک شیرین‌ترین و خاطره‌انگیزترین تجربه‌ها را در بر داشته باشد تا برای همیشه این گرایش‌های معنوی در او نهادینه شود. البته بدیهی است که پس از یک مواجهه خاطره‌انگیز، لازم است در طول زمان این تجربه باز هم برای کودک تکرار شود تا آن خاطره شیرین برای او زنده و پویا باقی بماند.

^۱ اللهم ... أَعِنِّي عَلَى تَرْبِيَّتِهِمْ وَ تَأْدِيبِهِمْ، وَ بَرِّهِمْ. صحیفه سجادیه ص ۱۲۱.

یک نکته مهم برجسته کردن و زنده نگه داشتن خاطره‌های معنوی کودک است. مثلاً وقتی والدین یک سفر زیارتی با کودک خود رفته‌اند، با گرفتن عکس‌های زیبا و قاب گرفتن عکس‌ها، می‌توانند این خاطره را برای کودک ماندگار کنند، زیرا کودک هر بار که به این عکس نگاه می‌کند لحظات شیرین آن سفر برایش تجدید می‌شود.

۳. جهت‌دهی معنوی به علاقه کودک به کشف حقیقت

هر کودکی که متولد می‌شود خود را در جهانی کاملاً نا آشنا و جدید می‌یابد و به همین دلیل در تلاش است که ویژگی‌ها و قوانین این جهان جدید و اشیاء درون آن را بشناسد. تا دوسالگی این هدف بیشتر از طریق لمس کردن، دیدن و شنیدن رخ می‌دهد. اما در دوره کودکی اول او با یک پتانسیل جدید در کشف جهان مواجه می‌شود که عبارت است از ارتباط کلامی. بدین ترتیب او قادر است سؤالاتی که در ذهن دارد را با پدر و مادر خود در میان بگذارد و با آنها مکالمه کند. در این زمان کودک بیش از همه با مادر خود در ارتباط است و نام اشیاء مختلف و کارکرد آنها و قوانین آنها را به دقت از زبان مادر خود می‌شنود و به خاطر می‌سپارد. بنابراین هر مادری در این رابطه آموزگار فرزند خود می‌باشد. آنچه در این جا حائز اهمیت است بستری است که این علاقه کودک به کشف حقیقت، برای والدین و به خصوص مادر ایجاد می‌کند تا آموزش خود را دارای جهت‌دهی معنوی کنند. مثلاً یکی از اولین آموزش‌هایی که به کودک داده می‌شود، آشنا کردن او با اعضای بدنش و نام هر یک از آنهاست. مادر می‌تواند در خلال آموزش دادن نام اعضای بدن، به این نکته اشاره کند که هر یک از این اعضا از نعمت‌های خداست و اینگونه علاقه به خداوند را در کودک شکل دهد. این جهت‌گیری معنوی در جواب دادن به سؤالات کودک نیز می‌تواند وارد شود. مثلاً وقتی کودک از امکان تحقق امری می‌پرسد، والدین می‌توانند پاسخ دهند: «اگر خدا بخواهد می‌شود» و یا در پاسخ به سؤالی که اطلاعات دقیقی درباره آن ندارند بگویند: «این را خدا می‌داند» و یا وقتی کودک آرزویی را مطرح می‌کند، می‌توان به او گفت: «اگر از خدا بخواهی و برای خواسته‌ات تلاش کنی، خدا آرزویت را برآورده می‌کند».

۴. آموزش تدریجی معارف و اعمال دینی

آموزش معارف دینی به کودکان کمتر از ۷ سال در سیره معصومین علیهم السلام پیشینه دارد. آنها آغاز برنامه‌ریزی بهداشت معنوی خود در محیط خانواده را تزریق معارف دینی به کودکان قرار می‌دادند. امیرالمؤمنین (ع) در نامه ۳۱ نهج البلاغه به امام حسن (ع) یادآوری می‌کند که تربیت او را با تعلیم معارف الهی و قرآنی، احکام شرعی و مسائل مربوط به حلال و حرام آغاز نموده است.^۱ ایشان در حدیث دیگری به همه توصیه می‌نماید که کودکان‌شان را در برابر انحرافات و گمراهی‌های احتمالی محیطی با معارف ارزشمند اهل بیت واکسینه کنند.^۲ در آموزش محتوای و معارف دینی به کودک نباید از دو پیش‌شرط غفلت کرد: اول، اینکه مربی و والدین با منطق دوره کودکی و تفاوت آن با بزرگسال آشنا باشند، و دیگر اینکه دانش و مهارت لازم برای برقراری ارتباط متقابل در سن پیش دبستانی را دارا باشند.^۳

تثبیت معارف دینی در کودکان با رعایت «تدریج» و «ترتیب» تضمین می‌شود. تدریج به این دلیل که نیروهای ادراکی کودکان زیر هفت سال محدود است و نمی‌توانند معارف عمیق و پیچیده مذهبی را جذب نمایند؛ به همین دلیل در روایات تأکید شده است که انتقال معارف دینی می‌بایست از سطوح بسیار ابتدایی و با تدریج صورت گیرد. حضرت امام صادق (ع) در سفارشی به ابن فضاله این فرایند را اینگونه توصیف می‌فرمایند:

«وقتی فرزند وارد سن سه سالگی شد، برایش هفت بار کلمه «لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ» را بخوان و بعد از تکمیل سه سال و اندی با هفت مرتبه تکرار «مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ» را بیاموز؛ هر وقت چهار سالش به پایان آمد «اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ» را مرور کن؛ در پنج سالگی یادش بده کدام جهت سمت راستش و کدام طرف سمت چپش است و جهت‌ها را آموخت متوجه قبله‌اش کن و سجده کردن را آموزش بده؛ در هفت

^۱ «أَنْ تُبَدِّلَكَ بِتَعْلِيمِ كِتَابِ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ وَتَأْوِيلِهِ وَشَرَائِعِ الْإِسْلَامِ وَأَحْكَامِهِ وَحَلَالِهِ وَحَرَامِهِ؛ آموزش تو را با تعلیم کتاب خداوند و تأویل آن و شرایع اسلام و احکام و حلال و حرام آن آغاز کردم».

^۲ «قَالَ عَلِيُّ عَلَيْهِ السَّلَامُ: عَلِّمُوا صِبْيَانَكُمْ مِنْ عِلْمِنَا مَا يُنْفَعُهُمُ اللَّهُ بِهِ لَا تَغْلِبْ عَلَيْهِمُ الْمَرْجَةُ بِرَأْيَاهَا؛ به کودکان‌تان از علم ما چیزی یاد دهید که خداوند آنها را از آن بهره‌مند کند تا مرجئه با آراء‌شان بر نظر آنها غلبه نکنند».

^۳ نوزدی، بررسی تحول ایمان خدا در دوره کودکی، نوجوانی و آغاز جوانی، ص ۶۹.

سالگی شستن دست و صورت را بیاموز و اشاره به نماز بکن، هرگاه نه سالش تکمیل شد وضو را تعلیم بده و به نماز امر کن و بر این امر پافشاری کن؛ وقتی وضو و نماز را آموخت غفران الهی شامل حال فرزند و والدین خواهد شد»^۱

پیام اصلی این روایت شریفه رعایت «تدریج» و «ترتیب» در تربیت دینی و معنوی است. به گونه‌ای که حضرت شروع آموزش مذهبی را سه سال مناسب می‌دانند و با حفظ توجه به فواصل سنی، یادگیری را از جملات حاوی اصول ایمانی به سمت اعمال و مناسک مذهبی مؤثر می‌دانند.

نکته ارزشمندی دیگری که از این روایت قابل استفاده است، گره زدن اعمال مذهبی با فعالیت‌های روزمره کودک است. گویا حضرات معصومین آموزش پنهان یا ضمنی را بر آموزش رسمی و مستقیم ترجیح می‌دادند؛ مثلاً وقتی کودک به جهت‌ها توجه می‌کنند، وقت مناسبی است برای آموزش قبله و سجده؛ همچنین هنگامی که کودک شستن دست و صورت را تمرین می‌کنند زمان خوبی برای توجه دادن به این امر است که شستن دست و صورت برای خواندن نماز است.

نکته تربیتی دیگر این روایت، توجه والدین به «آسان‌گیری» در آموزش معارف کودکان است. حضرت در گام‌های تربیتی مذکور در روایت تاکید می‌کند که هر وقت محتوای مناسب منتقل شد، کودک را رها کنید تا با آرامش خاطر وارد مرحله بعد شود؛^۲ این اصل نشان می‌دهد که وارد کردن استرس یادگیری در امور معنوی اصلاً به صلاح کودکان نیست. حضرت با توجه به همین اصل شروع نماز را برای کودکان با همان شستن دست و صورت معمولی که خود کودکان انجام می‌دهند، کافی می‌دانند.

^۱ «روى عَبْدُ اللَّهِ بْنُ فَضَالَةَ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ وَ أَبِي جَعْفَرٍ قَالَ سَمِعْتُهُ يَقُولُ إِذَا بَلَغَ الْغُلَامُ ثَلَاثَ سِنِينَ يُقَالُ لَهُ قُلْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ سَبْعَ مَرَّاتٍ ثُمَّ يُتْرَكُ حَتَّى يَتِمَّ لَهُ ثَلَاثُ سِنِينَ وَ سَبْعَةُ أَشْهُرٍ وَ عَشْرُونَ يَوْمًا فَيُقَالُ لَهُ قُلْ مُحَمَّدٌ رَسُولُ اللَّهِ سَبْعَ مَرَّاتٍ وَ يُتْرَكُ حَتَّى يَتِمَّ لَهُ أَرْبَعُ سِنِينَ ثُمَّ يُقَالُ لَهُ قُلْ سَبْعَ مَرَّاتٍ - صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ وَ آلِهِ - ثُمَّ يُتْرَكُ حَتَّى يَتِمَّ لَهُ خَمْسُ سِنِينَ ثُمَّ يُقَالُ لَهُ أَتَيْتُمَا شِمَالَكُمْ فَإِذَا عَرَفَ ذَلِكَ حَوَّلَ وَجْهَهُ إِلَى الْقِبْلَةِ وَ يُقَالُ لَهُ اسْجُدْ ثُمَّ يُتْرَكُ حَتَّى يَتِمَّ لَهُ سَبْعُ سِنِينَ فَإِذَا تَمَّ لَهُ سَبْعُ سِنِينَ قِيلَ لَهُ اغْسِلْ وَجْهَكَ وَ كَفَيْكَ فَإِذَا غَسَلْتُمَا قَبْلَ لَهُ صَلَّ ثُمَّ يُتْرَكُ حَتَّى يَتِمَّ لَهُ تِسْعُ سِنِينَ فَإِذَا تَمَّتْ لَهُ عِلْمُ الْوُضُوءِ وَ ضَرْبُ عَلَيْهِ وَ أَمْرٌ بِالصَّلَاةِ وَ ضَرْبُ عَلَيْهَا فَإِذَا تَعَلَّمَ الْوُضُوءَ وَ الصَّلَاةَ غَفَرَ اللَّهُ عَنْهُ وَ جَلَّ لَهُ وَ لَوْلَا ذَلِكَ لَمْ يَنْشَأَ اللَّهُ». (شيخ صدوق، ج ۱، ص ۲۸).

^۲ حضرت این اصل را با عبارت «ثم يترك» بیان نموده است.

آموزش تدریجی در مسیر سلامت معنوی کودکان در صورتی نتیجه بخش خواهد بود که از موانع تأثیرگذاری آن اجتناب شود.

۵. تکیه بر خود ارزنده سازی کودک

یکی از ویژگی های کودک در این سنین، خود ارزنده سازی است که به طور خاص در سن سه تا پنج سالگی ظهور می کند. کودک سعی می کند عملکردی داشته باشد که مورد تحسین واقع شود. بدین ترتیب او واکنش های مثبت و منفی والدین خود را به خوبی رصد می کند و براساس این واکنش ها، نظام ارزشی خود را می سازد. اگر والدین و اطرافیان کودک ارزش های معنوی را واقعاً ارزش بدانند و نسبت به آن واکنش مثبت نشان دهند کودک به تدریج یاد می گیرد که محور کارهای خود را براساس ارزش های معنوی سامان دهد. در عوض اگر والدین ارزش های مادی یا عرفی را ارزش بدانند کودک نیز همان را به عنوان ارزش تلقی خواهد کرد. آنچه مهم است واکنش والدین هنگام تعارض این ارزش ها است. مثلاً اگر کودک خوراکی یا اسباب بازی خود را به دیگری بدهد اگر برای والدین ارزش های مادی اولویت داشته باشد از این کار او خوشحال نمی شوند و در نتیجه واکنش مثبتی نشان نمی دهند، اما اگر ارزش های معنوی برایشان مهم تر باشد او را به خاطر بخشندگی اش می ستایند و این ارزش معنوی را در او تثبیت می کنند. بنابراین ویژگی خود ارزنده سازی کودک پتانسیل مناسبی است که والدین براساس آن می توانند با تشویق ها و تحسین ها و خوشحالی های خود گرایشات کودک را هدایت کنند. والدینی که در دغدغه تربیت معنوی ندارند از این پتانسیل برای ایجاد گرایشات مادی و عرفی استفاده می کنند اما والدین معنوی بیش از همه این ظرفیت را برای ایجاد گرایشات معنوی به کار می گیرند.

۶. کتاب های داستانی و داستان سرایی

چنانکه گذشت در این سنین کودک علاقه زیادی به کشف واقع دارد. همین علاقه باعث می شود به خواندن کتاب تمایل نشان دهد. برای همین ممکن است کتابی را بارها و بارها از مادر یا پدرش بخواهد که برایش بخوانند و خیلی زود محتوای آن کتاب را حفظ می کند. بنابراین والدین می توانند از این بستر

برای رشد علاقه‌های معنوی کودک استفاده کنند. کتاب‌های داستانی که بخش کوچکی از زندگی امامان معصوم (ع) و یا افراد معنوی را به تصویر می‌کشد و یا زیبایی یک صفت پسندیده معنوی را به نمایش می‌گذارد، اگر برای کودک خوانده شوند در ذهن او تأثیر عمیقی می‌گذارند. او عبارات این کتاب را حفظ می‌کند و در طول روز آنها را تکرار می‌کند. بدیهی است برای جذاب بودن کتاب برای کودک، باید تصاویر کتاب بسیار زیاد و متنوع و رنگارنگ باشند و متن آن بسیار مختصر و ساده و تا حد ممکن آهنگین و شعرگونه باشد. نحوه خواندن والدین نیز می‌تواند در جذابیت کتاب مؤثر باشد. اینکه پر انرژی و با حرارت کتاب را بخوانند و یا با لحن دل‌نشین آن را بخوانند و یا در خلال داستان، توضیحات متنوعی را از سوی خود به آن اضافه کنند علاقه کودک به آن کتاب را بیشتر می‌کند. مفاهیم معنوی بسیاری مثل دعا کردن، محبت خدا به کودکان، زیبایی بخشندگی و کمک به دیگران و ... را از طریق این داستان‌ها می‌توان به کودک منتقل کرد. حتی داستان‌های شفاهی که خود پدر و مادر آن را طراحی می‌کنند نیز می‌تواند برای کودک جذابیت داشته باشد. والدین می‌توانند در داستان‌هایی که طراحی می‌کنند، عناصر معنوی را داخل کنند مثلاً نشان دهند شخصیت‌های منفی داستان نهایتاً مجازات می‌شوند و شخصیت‌های مثبت داستان نهایتاً به پاداش می‌رسند و یا کسانی که دارای صفات معنوی هستند از سوی سایر شخصیت‌های داستان تحسین می‌شوند و برعکس کسانی که دارای صفات ضد معنوی هستند از سوی شخصیت‌های داستان تقبیح و سرزنش می‌شوند. با توجه به ویژگی جاندار پنداری کودک و واقعیت پنداری تخیلات، والدین در ساختن این داستان‌ها می‌توانند با به زبان درآوردن و جان دادن به اشیاء بی‌جان و استفاده از امور تخیلی به جذابیت داستان اضافه کنند.

خود کودک نیز وقتی رشد ذهنی بیشتری پیدا کند داستان‌های تخیلی می‌سازد و آنها را به والدین خود عرضه می‌کند. والدین با گوش دادن به این داستان‌ها و ورود به دنیای خیالی فرزند خود، می‌توانند در زمان مناسب مداخله معنوی مؤثری در سیر تخیلات کودک داشته باشند.

۷. استفاده از بستر بازی

نقش ویژه بازی در این دوره کودکی

در این دوره سنی، بیشترین زمان کودک به بازی می‌گذرد. او حتی کارهای عادی روزمره‌اش مثل حرف زدن و غذا خوردن را به عنوان یک بازی می‌بیند. از دو سالگی جست و خیز کودک اوج می‌گیرد و تمایل او به بازی‌ها بیشتر می‌شود. او در این سن از تمرکز طولانی در مسائل گریزان است و به شدت در پی تنوع‌طلبی و آزادی خواهی است. بنابراین برای نفوذ در دنیای چنین فردی، لازم است والدین از طریق بازی با او وارد تعامل بشوند. اصل بازی کردن والدین با کودک، ارتباط صمیمی میان آنها را تقویت می‌کند و باعث می‌شود کودک اطمینان بیابد که والدینش به او توجه دارند و از این طریق به آرامش می‌رسد. اما نکته جالب توجه این است که وقتی والدین وقت می‌گذارند و با فرزند خود بازی می‌کنند، در واقع او را کاملاً تابع خود می‌کنند، زیرا کودک در می‌یابد که برای اینکه شما بتوانید با او بازی کنید باید همان کاری را انجام دهد که شما می‌پسندید. بنابراین بازی بستری برای هدایت رفتار کودک است.

سخن و سیره معصومین (ع) در اهمیت بازی با کودک و جهت دهی آن

سیره و گفتار پیامبر اسلام و معصومین علیهم‌السلام نشان می‌دهد که بازی یکی از شیوه‌های کارآمد بسترساز برای رشد معنوی کودکان است. بازی در دین اسلام جایگاه آموزشی، تربیتی و اخلاقی رفیعی دارد. معصومین با کودکان بازی می‌کردند و تعامل کودکان خود با کودکان را ارج می‌نهادند و از این طریق زمینه شکوفایی شخصیت و اخلاق کودکان را فراهم می‌نمودند. حضرت پیامبرگرامی اسلام (ص)، امام حسن (ع) و امام حسین (ع) را بر دوش‌شان سوار می‌کردند و می‌فرمودند: «فرزندان عزیز، مرکب شما چه خوب مرکبی است و شماها چه سواران خوبی هستید. اما پدر شما از شما بهتر است»^۱. حضرت امام صادق (ع) بازی کودک را یکی از دوره‌های مهم زندگی افراد معرفی نموده و بازی را در هفت سال

^۱ «نِعْمَ الْمَطِيُّ مَطِيٌّكُمْ وَ نِعْمَ الرَّكَّابَانِ أَتَمَّا وَ أَبُوكُمَا خَيْرٌ مِنْكُمَا» (مجلسی، بحار الانوار، ج ۴۳، ص ۲۸۶).

اول زندگی مایه‌ی امید رشد و شکوفایی آن در سنین بعد معرفی می‌نمایند. آن حضرت در فرازی این مهم را چنین بیان می‌فرمایند:

«فرزند خود را تا هفت سالگی رها کنید که بازی کند و از هفت سال به بعد ادب نمایید و در هفت سال سوم او را باخود همراه کنید اگر رفتارش بهبود یافت خوب و گرنه امیدی بر بهبودی وضعیت او نخواهد بود»^۱

این فرموده حضرت گویایی این است که بازی مؤثرترین روش برای پرورش خلاقیت و سلامت روحی، اخلاقی و اجتماعی کودک در این سنین است. هدف اسلام از تأکید بر بازی صرف سرگرمی و خودرهایی کودک نیست بلکه چنانچه پیامبر اسلام (ص) در برخورد با امام حسن (ع) و امام حسین (ع) نشان دادند اهمیت بازی به ارزش‌های والدین و بزرگسال در ضمن بازی به کودک منتقل می‌کند. به همین جهت همبازی شدن بزرگان و رفتار کودکانه آنان در قبال کودک بسیار مورد تأکید قرار گرفته است. طبق دستور حضرت پیامبر اسلام هرکس کودکی به همراه دارد باید کودکانه با او برخورد کند.^۲ این طرز برخورد در عین اینکه صمیمیت و دلبستگی مضاعف میان کودک و بزرگسال را به ارمغان می‌آورد، زمینه شناخت کودک با الگوهای رفتاری سالم را نیز می‌سازد. و از این طریق والدین قادر خواهد بود محتوی مطلوب خود را از جمله مسائل اعتقادی، ارزشی و دینی را با بازی همراه کنند تا هم از جنبه‌های اجبار و تحکمش کاسته و هم برای کودکان جذاب و دوست داشتنی شود.

سیره حضرت فاطمه زهرا (ص) نیز نشان می‌دهد که حضرت تلاش می‌کردند بازی فرزندان خود را سمت وسوی ارزشی و معنوی بدهند. حضرت، هنگامی که با حسن و حسین همبازی می‌شدند در ضمن اشعاری از مشابَهت آنها با پیامبر (ص) و امام علی (ع) سخن می‌گفتند و آنان را به عبادت و بندگی ترغیب

^۱ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ ع قَالَ: دَعْ ابْنَكَ يَلْعَبُ سَبْعَ سِنِينَ وَ أَلْزِمَهُ نَفْسَكَ سَبْعًا فَإِنْ أَفْلَحَ وَ إِلَّا فَإِنَّهُ مِمَّنْ لَا خَيْرَ فِيهِ. (کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۴۶).

^۲ «مَنْ كَانَ عِنْدَهُ صَبِيٌّ فَلْيَتَصَابَّ لَهُ؛ هر کس نزد او کودکی هست، برای او خود را به کودکی بزند» (شیخ صدوق، من لا یحضره الفقیه، ج ۳، ص ۴۸۳).

می نمودند.^۱ مدیریت ارزشی بازی های کودکان در مورد بازی های الکترونیک و اسباب بازی ها نیز جاری است. والدینی که به سلامت معنوی فرزندانشان می اندیشند، اجازه نمی دهند که کودکان هر بازی و اسباب بازی را تجربه کنند بلکه ابتدا، پیامدهای اخلاقی و معنوی آن را بررسی می کنند. یکی از معیارهای اصلی تهیه بازی و اسباب بازی همسویی آن با هنجارها، آداب و ارزش های فرهنگی جامعه است.^۲ در شرایط فعلی که بازی های آنلاین رونق یافته است و بسیاری از آن بازی ها از استانداردهای لازم سلامت اخلاقی برخوردار نیستند وظیفه والدین در نظارت وافی بر محتوای ارزشی بازی کودکان شان دوچندان می شود.

راه های معنوی کردن بازی های کودکان

راه های متعددی برای معنوی کردن بازی های کودکان وجود دارد. از جمله اینکه می توان نمادهای به کار رفته در بازی را تبدیل به نمادهای معنوی کرد. مثلاً در برخی بازی ها فرد در طول بازی کارتهای امتیاز می گیرد. می توان روی این کارتهای امتیاز عکس هایی قرار داد که اشاره به نمادهای دینی و معنوی داشته باشد (مثل عکس حرم، عکس کسی که در حال نماز خواندن است، عکس کسی که در حال کمک کردن به دیگران است و ...) و به این صورت علاقه به این امور را تقویت کرد. و یا در برخی بازی ها، کودک باید خود را به یک نقطه ای برساند یا یک چیز گم شده را پیدا کند. اگر آن هدف یا چیزی که کودک در نهایت پیدا می کند یک نماد معنوی باشد، ناخودآگاه ارزشمند بودن آن به کودک القا می شود. مثلاً والدین می توانند بدون اطلاع کودک یک جا نماز و مهر برای او بخرند، سپس برای با خبر کردن

۱ أَشْبَهَ أَبَاكَ يَا حَسَنُ
وَاعْبُدْ إِلَهًا ذَا مَنِّينَ
أَنْتَ شَبِيهٌ بِأَبِي

ای حسن شبیه پدرت شو
خدای منان را عبادت کند
تو شبیه پدرم هستی
(مجلسی، ج ۴۳، ص ۲۸۶).

۲ محمدصادق شجاعی، بازی کودک در اسلام: بررسی پی آمدهای تربیتی اسباب بازی کودکان، ص ۱۳۹.

فرزند خود از بازی پیدا کردن گنج استفاده کنند، به این صورت که به او بگویند یک گنج در جایی از خانه مخفی شده است و تو باید آن را پیدا کنی. سپس نشانه‌هایی را در جاهای مختلف خانه قرار دهند که راهنمای او به سمت گنج باشد. در نهایت وقتی او گنج را پیدا می‌کند، جا نماز و مهر پیدا شده را به عنوان یک امر ارزشمند تلقی می‌کند.

یک راه دیگر این است که کودک در قالب بازی به ساختن چیزی بپردازد. اگر چیزی که ساخته می‌شود یک مفهوم معنوی داشته باشد به صورت طبیعی علاقه به امور معنوی را در کودک تقویت می‌کند. مثلاً عکسی که کودک از طریق پازل آن را می‌سازد اگر عکس حرم اهل بیت (ع) یا عکس پرچم هیئت‌های مذهبی باشد، می‌تواند زمینه‌ساز علاقه به آنها شود. همچنین والدین با تهیه ابزار مناسب مثل چوب، پارچه، شابلون و رنگ می‌توانند به کودک کمک کنند تا پرچم و سربند مناسب برای هیئت را بسازند تا علاقه به شرکت در این مجالس در آنها شکل بگیرد؛ یا هنگام نماز یکی از والدین با فرزند می‌توانند اذان گفتن را در قالب بازی با هم دیگر تمرین کنند، مثلاً پدر بر روی بلندی برود و یک فقره اذان را بگوید و سپس پایین بیاید و کودک بالا برود و همین فقره را تکرار کند و این فرایند تا پایان اذان ادامه پیدا کند و در نهایت مادر به کسی که زیباتر اذان گفته است جایزه بدهد.

امروزه مراکز فرهنگی که دغدغه تربیت دینی دارند بازی‌های معنوی متعددی را پیشنهاد می‌دهند. والدین می‌توانند علاوه بر استفاده از این بازی‌ها، با الهام گرفتن از ایده‌های آنان، بازی‌های معنوی فراوانی را برای فرزند خود تولید کنند.

۸. ایجاد ذهنیت مثبت نسبت به صفات خداوند

کودکان زیر هفت سال به خاطر محدودیت‌های شناختی‌ای که دارند نمی‌توانند درک غایت‌شناختی از خداوند داشته باشند. تنها رابطه معرفتی کودکان و خداوند صفات خداوند است. آنها صفاتی را که تجلی دنیایی داشته باشند راحت‌تر می‌فهمند. در پژوهشی که حسین چاری و نصیرزاده روی باورهای مذهبی کودکان ایران انجام داده‌اند، بدست آمده است که در تداعی آزاد، صفت نیک‌خواهی پروردگار بیش از

سایر صفات مطرح می‌شود. دختران خداوند را بیشتر به صورت نمادها و پسران بیشتر انسان گونه ترسیم کردند. در توصیف کارهای خداوند، کودکان ۶ تا ۷ ساله بیشتر جنبه‌های مثبت و خشی، کودکان ۱۰ تا ۱۱ ساله بیشتر جنبه‌های منفی و کودکان ۹ تا ۱۰ سال بیشتر به جنبه قدرت مطلق خداوند اشاره کردند. همچنین روشن شده است که کودکان بیشتر خدا را با صفاتی به یاد می‌آورند که جنبه عاطفی دارد. از کودکان خواسته شد تا با تداعی آزاد، صفات خداوند را با شنیدن کلمه خداوند بیان کنند، یافته تحقیق بیانگر این است که کودکان در رتبه نخست صفات «مهربانی»، «بخشندگی»، «منعم بودن»، «حاضر بودن»، «استجابت کنندگی» و «دوستدار بندگان بودن» را یادآوری کردند. کودکان در رتبه بعد به صفات «خالق بودن»، «عالم بودن»، «یگانگی»، «بزرگی» و «قادر مطلق بودن» اشاره کردند.^۱

آنچه به والدین مربوط می‌شود این است که تلاش کنند از طریق بیان صفات خداوند پیوند معرفتی کودک- خدا را استحکام ببخشند و از سویی مراقبت کنند که ذهنیت مثبت کودک به صفات خداوند خدشه دار نشود. بنا بر سفارش پیامبر پدران و مادران اگر وعده‌ای به کودکان دادند، به آن عمل کنند زیرا کودکان آنها را رازق خود می‌دانند؛ طبیعتاً عمل نکردن به وعده، ذهنیت مثبت آنان را نسبت به صفت «رازق بودن» تغییر می‌دهد و هنگام انتصاب این صفت به خداوند تخلف وعده در ذهن آنان تداعی خواهد شد. این دستورالعمل در مورد صفاتی همچون «مهربانی»، «بخشندگی»، «دوست داشتن»، «اجابت‌کنندگی» نیز صادق است. کودکان پدران و مادران خود آینه تمام نمای صفات مثبت می‌داند و اگر چنانچه والدین در عمل دوگانگی بوجود آورد ذهنیت مثبت کودکان نیز دگرگون خواهد گردید.

در همین راستا درگیر نکردن ذهن کودکان با قیامت و معاد قابل تبیین است. شناخت عمیق و دقیق کودکان از بهشت و جهنم و پاداش و عقاب به صورتی که در ادبیات دینی مرسوم است، امکان دارد به ناسازگاری شناختی بینجامد و تجسمی پرخاشگر و انتقام‌جو از خدا در ذهن کودک به بار آرد. اضافه

۱. اخوی، بررسی نقش مداخله‌های شناختی و رفتاری در افزایش سطح خودمهارگری کودکان دبستانی با تکیه بر منابع اسلامی، ص ۴۶.
 عَنْ أَبِي أَبِي عَبْدِ اللَّهِ عَلَيْهِ السَّلَامُ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ أَجَبُوا الصَّبِيَّانَ وَارْحَمُوهُم وَإِذَا وَعَدْتُمُوهُمْ شَيْئًا فَفُوا لَهُمْ فَإِنَّهُمْ لَا يَدْرُونَ إِلَّا أَنْكُمْ تَرُدُّوهُمْ؛ رسول خدا ص می‌فرماید: کودکان را دوست بدارید و به آنها مهربانی کنید و اگر وعده‌ای به آنها دادید وفا کنید چرا که آنها شما را اینگونه می‌پندارند که روزی دهنده آنها شما باشید (کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۶، ص ۴۹).

برآن از لحاظ روانی وحشت از کوتاه بودن زندگی و افزایش «اضطراب هستی» که ناشی از انتظار محتوم مرگ خود یا افراد مورد علاقه، در کودکان تحریک شود. از همین جهت در انتقال مفهوم جهان پس از مرگ بهترین مفهوم پاداش‌های مادی و تحقق نتایج اعمال است. پاداش‌هایی که برای کودکان جذاب باشد و نتایجی که به صورت پنهان مسئولیت‌پذیری را در کودکان تقویت کند.

۹. پیوند زدن آرزوهای کودک به خدا و معصومین(ع) و تحکیم دلبستگی معنوی

در بحث مؤلفه‌ها و مبانی سلامت معنوی بر ضرورت محبوب سازی خدا تأکید شد. یکی از راهکارهای آن تحکیم دلبستگی معنوی در کودکان است. هر انسانی مملو از نیازها و آرزوها و خواسته‌هاست. آنچه دلبستگی نهایی انسان را تشکیل می‌دهد، چیزی است که به گمان انسان برآورده‌کننده مجموعه این آمال و آرزوهاست. انسان معنوی این نقش را به خداوند و واسطه‌های فیض او یعنی امامان معصوم(ع) می‌دهد. تحقیقات نشان می‌دهد انسان در زمان طفولیت به دنبال موجودی است که نیازهای او را برطرف کند و به او دلبستگی پیدا کند و از طریق آن به امنیت و آرامش برسد، دلبستگی و دستیابی به امنیت و آرامش نیز جز از طریق تعامل محبت‌آمیز حاصل نمی‌شود.^۱ کودک در درجه نخست این نقش را به والدین خود می‌دهد آنها را برآورده‌کننده خواسته‌های خود می‌بیند. اما والدین معنوی باید سعی کنند این دلبستگی کودک به خودشان را پلی قرار دهند برای ایجاد پیوند بین کودک و خدای مهربان او. آنها باید این مفهوم را به کودک القاء کنند که والدین در برآورده کردن خواسته‌هایش دارای قدرت محدودی هستند و آن کسی که هم دلسوز کودک است و هم قدرت مطلق دارد خداوند است.

برخی روان‌شناسان خدا را شکل ایده‌آل دلبستگی معرفی کرده‌اند. طبق تلقی انسان‌پندارانه‌ی کودک، خداوند موجودی است شبیه والدین (به صورت لفظی یا معنوی) که ایمنی را فراهم می‌کند و آنها را از خطرات حفظ می‌کند. طبق نظریه دلبستگی، بخشی از رشد دینی محصول رابطه مطلوب بین کودک و نمادهای دینی مانند کلمات و هنرهای بصری و اشیاء است. این رابطه در ضمن دوره کودکی اولیه به

^۱نوذری، بررسی تحول ایمان خدا در دوره کودکی، نوجوانی و آغاز جوانی، صص ۱۳۳-۱۳۲.

ویژه به خاطر نفوذ والدین معنادار می‌شود. مقصود روانشناسان از مبانی و ریشه‌های اولیه ایمان، اثری است که کیفیت رفتار دلبستگی در سیستم شناختی^{۱۰} رفتاری^{۱۱} هیجانی کودک بجا می‌گذارد و این اثر در سرتاسر عمر فعال است یا حداقل به عنوان یک مدل کاری شماتیک در دسترس است^{۱۲}.

آشناسازی کودک با دعا

۱۰. یک روش برای پیوند زدن دل کودک به خداوند این است که وقتی او آرزوهایش را برای والدین می‌گوید، والدین او را با مفهوم دعا آشنا کنند و بگویند برای برآورده شدن خواسته‌هایت می‌توانی آن را از خدا بخواهی و به او توضیح دهند که خداوند آن قدر مهربان است که خواسته کسی را زمین نمی‌زند، مخصوصاً خواسته کودکان را. بیان مواقع استجابت دعا به کودک نیز می‌تواند مفید باشد. مثلاً هنگام نزول باران یا بعد از نماز یا هنگام رفتن به اماکن زیارتی و ... می‌توان به کودک توضیح داد که در این زمان‌ها و مکان‌ها خداوند دعاها را بیشتر اجابت می‌کند. البته به مرور زمان باید دلیل برآورده نشدن برخی حاجت‌ها هم به کودک توضیح داده شود که چه بسا ضرری در آن بوده است و خدا می‌خواهد چیز بهتری را به جای آن به تو بدهد.

۱۱. تعامل محبت‌آمیز با کودک

میزان و کیفیت ارتباط با والدین در احساس کودک نسبت به ارزش خود و نیز التزام مذهبی او اثرگذار است و آن را جهت می‌دهد. رشد معنوی کودکان پیش از دبستان تابع تعامل محبت‌آمیز والدین با آنان و میزان استفاده از ظرفیت‌های شناختی کودکان است. در روایات، دوست داشتن کودکان مورد تأکید قرار گرفته است به گونه‌ای که محبوب‌ترین عمل نزد خداوند دوست داشتن کودکان معرفی شده است. بنا بر حدیثی وقتی موسی ابن عمران از خداوند می‌پرسد: کدام عمل نزد تو برتر است؟ پاسخ می‌شود: دوست داشتن کودکان، زیرا آنها را بر پذیرش توحید خودم آفریدم و اگر هم آنها را بمیرانم با رحمت داخل

^{۱۰} اخوی، بررسی نقش مداخله‌های شناختی و رفتاری در افزایش سطح خودمهارگری کودکان دبستانی با تکیه بر منابع اسلامی، ص ۳۳.

بهشت می‌گردانم^۱. ریشه دلبستگی دنیایی نیازهای دنیوی است و بالتبع آنچه انسان را به دلبستگی معنوی هدایت خواهد کرد نیازهای معنوی است. انسان در زمان طفولیت به دنبال موجودی است که نیازهای او را برطرف کند و به او دلبستگی پیدا کند و از طریق آن به امنیت و آرامش برسد، دلبستگی و دستیابی به امنیت و آرامش نیز جز از طریق تعامل محبت‌آمیز حاصل نمی‌شود^۲. با تعامل محبت‌آمیز والدین ابتدا این دلبستگی به والدین ایجاد و سپس با مدیریت شایسته والدین، به دلبستگی به خدا منتهی می‌شود.

همچنین تعامل محبت‌آمیز والدین، سبب انتقال ارزش‌های والدین به کودک می‌شود. البته توافق ارزشی والدین بسیار مهم است زیرا به انتقال بهتر ارزش‌ها کمک می‌کند و از جانب دیگر اختلاف آنها در باور یا التزامات عملی دینی می‌تواند آثاری منفی بر سلامت معنوی کودکان برجای بگذارد^۳. لازم به ذکر است که کودکان در این تعامل، فعال هستند نه منفعل. اغلب تصور می‌شود که کودکان انتقال دینی را از والدینشان دریافت می‌کنند اما پژوهش‌ها بیانگر آن هستند که این موضوع از سوی ولی و کودک با همدیگر در گفتگویی دوجانبه ایجاد می‌شود. مطالعات نشان می‌دهد که بیشتر تأثیر والدین بر کودکانشان به صورت مستقیم و بدون وساطت مجاری دیگر صورت می‌گیرد. به طور کلی هرچند پدر و مادر هر دو در انتقال ارزش‌های معنوی سهیم هستند، ظاهراً نقش مادر در این میان مهم‌تر است^۴. حسین چاری و نصیرزاده در تحقیقی روی ۱۲۲ کودک ۶-۱۱ سال انجام دادند این نتیجه را تأیید می‌کنند. آنها در تحقیق خود به این نتیجه هدایت شدند که کودکان بیشترین اطلاعات را در مورد خداوند از طریق والدین خود به ویژه مادر کسب می‌کنند^۵.

^۱ عَنْ أَبِي عَبْدِ اللَّهِ قَالَ قَالَ مُوسَى ع يَا رَبِّ أَيُّ الْأَعْمَالِ أَفْضَلُ عِنْدَكَ قَالَ حُبُّ الْأَطْفَالِ فَإِنِّي فَطَرْتُهُمْ عَلَى تَوْحِيدِي فَإِنْ أَمَّنُّهُمْ أَدْخَلْتُهُمْ جَنَّتِي بِرَحْمَتِي (طبرسی، ص ۲۳۷).

^۲ نوذری، بررسی تحول ایمان خدا در دوره کودکی، نوجوانی و آغاز جوانی، صص ۱۳۳-۱۳۲.

^۳ آرک. نلسون، ۱۳۹۵، ص ۳۹۱.

^۴ همان، ص ۳۹۳.

^۵ چاری و نصیرزاده، ۱۳۸۶، ص ۵۳-۶۵.

۱۲. توجه دادن به نعمت‌های الهی

یکی از راهکارهای تقویت گرایش به خدا در کودکان توجه دادن آنها به نعمت‌های الهی است. با توجه به محدودیت‌های شناختی کودکان پایان ۲ تا ۷ ساله، بهتر است هم برای شناخت خداوند و اسماء و صفات او و هم محبوب‌سازی او از پنجره طبیعت و جهان مادی این هدف حاصل شود. یادآوری و آشنایی با نعمت‌های خداوند از اندام‌های حسی کودکان گرفته تا نشانه‌های طبیعی جهان پیرامون هرکدام می‌تواند هدایتگر کودک به حقایق معنایی باشد. مثلاً دست‌ها که یکی از ابزارهای مهم آدمی برای تطابق با عالم و انجام امور زندگی است و بدون آن هیچ‌یک از کارهای روزمره به خوبی انجام نمی‌شود، جزء نعمت‌های خداوند است. خورشید و ماه، شب و روز، کوه‌ها و دریاها، ستارگان قشنگ و طبیعت زیبا به همین صورت!

آماده کردن ذهن کودکان برای رویارویی با مسئله خالقیت از خلال شناخت طبیعت و جهان طبیعی، گام تعیین‌کننده در تثبیت باورهای مذهبی کودکان است. آنان بالطبع موجودی را که غذاهای لذیذ، دنیای شگفت‌انگیز و حیوانات دوست‌داشتنی را برای خوشی کودکان آفریده است، بیشتر دوست می‌دارند. بنا بر روایات ذکر نعمت‌ها و فیوضات الهی سبب تحکیم علاقه و محبت افراد به خداوند می‌شود. از امام سجاد (ع) روایت شده است: «خداوند به حضرت موسی وحی کرد که مردم را به من علاقمند کن و آنان را نیز نزد من محبوب ساز؛ حضرت موسی پرسید: چگونه؟ وحی آمد: نعمت‌های مرا برای آنان بازگوکن؛ آنان خود عاشق من خواهند شد»^۱.

در نگرش اسلامی غذا به عنوان تأمین‌کننده سلامتی و نعمت الهی است. آموزش احترام به نعمت‌های خداوند از جمله غذا در سبک معنوی زندگی کودک اثرگذار است. کودک با درونی کردن احترام به نعمت‌ها، از اسراف و ضایع کردن آن دوری خواهد کرد. برای نمونه نسبت به احترام به نان در روایات تأکید شده است. از امام موسی بن جعفر (ع) نقل شده است که: «نان زیر ظروف نگذارید و به خدمتکاران

^۱ «أَوْحَى اللَّهُ تَعَالَى إِلَى مُوسَى حَبِيبِي إِلَى خَلْقِي وَ حَبِيبُ خَلْقِي إِلَيَّ قَالَ يَا رَبِّ كَيْفَ أَفْعَلُ قَالَ ذَكَّرْهُمْ آلَائِي وَ نَعْمَائِي لِجِبُونِي» (محمد باقر مجلسی، بحارالانوار، ج ۲، ص ۴).

دستور دهید که به نان احترام بگذارند و آن را از زیر ظروف بردارند.^۱ و امام صادق(ع) نیز در حدیثی به همین مضمون از اینکه نان زیر ظرف گذاشته شود و یا چیزی روی آن قرار گیرد، منع نموده‌اند.^۲

۱۳. ترغیب به سپاسگزاری

پس از ذکر نعمت‌ها و مواهب الهی، ترغیب آنها به سپاسگزاری از خداوند زمینه را برای حضور عملی کودکان در عرصه‌های معنوی فراهم می‌کند. کودکان به راحتی قانع می‌شوند که از فراهم آورنده نعمت‌ها و خوبی‌ها قدردانی کنند. تقویت روحیه قدردانی در کودک، زمینه را برای تقویت علاقه به خدا در آنان فراهم می‌سازد. این قدردانی می‌تواند هم زبانی باشد و هم عملی. بارزترین قدردانی عملی نعمت‌های خداوند دعا و عبادت است. دعا راه ارتباط کودکان با خداوند را باز می‌کند. برای کودکان سرمایه خیلی بزرگی است یاد بگیرند در خوشی‌ها از سر قدردانی و در ناراحتی‌ها برای کسب آرامش به خدا پناه ببرند. امام صادق(ع) می‌فرماید: «پدرم هرگاه غمگین میشد، زنان و کودکان را گرد می‌آورد و دعا می‌کرد و آنها آمین می‌گفتند».^۳

۱۴. انس دادن با قرآن

اگر کودکان خود را با قرآن مانوس سازیم به تدریج نگرش‌ها و گرایش‌های آنها به سوی معنویت هدایت می‌شود، سطح معرفت آنها نسبت به خدا و اولیای او افزایش می‌یابد و محبت آنها نیز در دلش رسوخ پیدا می‌کند. مهدکودک‌های قرآنی تجارب شایسته‌ای در این زمینه بدست آورده‌اند. این تجارب گویای ظرفیت عجیب کودکان برای بهره‌گیری از قرآن و کسب آمادگی‌های لازم برای تعالی معنوی است. البته مقدماتی که برای انس دادن به قرآن باید سپری شود نسبت به همه کودکان در سنین مختلف، یکسان نیست. با لحاظ تفاوت‌های فردی، استعدادها و علائق آنها این کار ممکن است. برای نمونه مطالعه

^۱ «تَعْدَى عِنْدِي أَبُو الْحَسَنِ عَ فَجِءَ بِقِصْعَةٍ وَ تَحْتَهَا خُبْزٌ فَقَالَ أَكْرِمُوا الْخُبْزَ أَنْ لَا يَكُونَ تَحْتَهَا وَ قَالَ لِي مَرِ الْغُلَامُ أَنْ يُخْرِجَ الرَّغِيفَ مِنْ تَحْتِ الْقِصْعَةِ» (الکافی، ج ۶، ص ۳۰۴).

^۲ «لَا يُوَضَّعُ الرَّغِيفُ تَحْتِ الْقِصْعَةِ» (الکافی، ج ۶، ص ۳۰۳).

^۳ «إِذَا حَزَنَهُ أَمَرُ جَمَعَ النِّسَاءَ وَ الصِّبْيَانَ ثُمَّ دَعَا وَ أَمَّنُوا» (کلینی، محمد بن یعقوب، الکافی، ج ۲، ص ۴۸۷).

دوران کودکی سیدمحمدحسین طباطبایی (علم الهدی) و دیگر کودکانی که با قرآن محشور شده‌اند می‌تواند به ما کمک کند.

سیدمحمدحسین در سن ۵ سالگی قادر بود با قرآن به سوالات دیگران پاسخ دهد. پاسخ‌های وی فراتر از بکارگیری قدرت حافظه در بیان کلمات مناسب مورد سوال، گویای ظرفیت معنوی وی است. حجت الاسلام والمسلمین، محسن قرائتی^۱ ضمن بیان خاطره ملاقات خود با وی، سؤالاتی را از او می‌پرسد و او با بیان آیات قرآن، آنها را پاسخ می‌دهد. به برخی از سؤالات و پاسخ‌ها اشاره می‌کنیم:

"وقتی او را دیدم گفتم: «سلام علیکم». گفت: «سلامٌ قولا من ربِّ رحیم»^۲

پیراهن عربی در تن داشت، کسی از او پرسید: لباس عربی بیشتر دوست داری یا ایرانی؟، گفت: «و لباس التَّقوی ذلک خیر»^۳

* یکی از مسئولان گفت: چون با قرآن حرف می‌زنی شما را به مکه آوردیم، یک سفره عمره هم شما را می‌آوریم، آیا چیز دیگری هم از ما می‌خواهید؟ گفت: «ما اسئلكم علیه من اجر»^۴

* گفتم آقازاده! چگونه این همه مورد لطف قرار گرفتی؟ گفت: «ذلکما ممّا علّمنی ربّی»^۵

* آیا بچه می‌تواند امام باشد؟ گفت: «یؤتی الحکمۀ من یشاء»^۶

^۱ "برای اولین بار در سال ۱۳۷۷ در مراسم حج او را دیدم. در آن سال او بسیار خوش درخشید و غوغایی به پا کرد. سید محمدحسین هرچند پنج سال و دو سه ماه بیشتر نداشت، اما کاری کرد که مردم گروه گروه برای زیارتش به بعثه مقام معظم رهبری در مکه می‌شتافتند. یکبار ایشان را به جلسه‌ای بردند که در آن تعدادی از شاهزادگان سعودی، گروهی از علمای مکه، جمعی از استادان دانشگاه و تعدادی از حافظان و مفسران قرآن حضور داشتند. این کودک پنج ساله برنامه‌های قرآنی خود را اجرا کرد و همگان را مبهوت ساخت. هرچه به او می‌گفتم، با آیات قرآن پاسخ می‌گفت."

^۲ یس: ۵۸.

^۳ اعراف: ۲۶ یعنی لباس تقوا بهتر است.

^۴ ص: ۸۶ یعنی من هیچ پاداشی از شما درخواست نکردم.

^۵ یوسف: ۳۷ یعنی اینها چیزی است که خدا به من یاد داده است.

^۶ بقره: ۲۶۹ یعنی خدا به هر کس بخواهد حکمت عطا می‌کند.

* آیا پدرت تو را دعوا کرده؟ گفت: «و اذا ما غضبوا هم يغفرون»^۱

* مخالفان ما چه سرنوشتی دارند؟ گفت: «و سيعلم الذين ظلموا اى منقلب ينقلبون»^۲

* آیا امام زمان علیه السلام تشریف می‌آورند؟ گفت: «جاء الحقّ و زهق الباطل»^۳

* آیا کربلا را دوست داری؟ گفت: «احببت حبّ الخير»^۴

* هنگام نمایش فیلمی غیر مفید از تلویزیون، گفت: «و الذين هم عن اللغو معرضون»^۵

* من آمده‌ام مکه، سوغاتی بخرم یا نه؟ گفت: «احلّ الله البيع و حرّم الربا»^۶

سپس گفت: «و تزودوا فانّ خير الزاد التقوى»^۷

* گفتیم: دعایی بفرمایید: «ربّنا اغفر لنا و لاخواننا الذين سبقونا بالايمان»^۸

وی همچنین در جلسه‌ای که با مسئولان سعودی داشت به تمامی سؤالات حضار به زیبایی جواب داده بود از جمله:

* شاهزاده‌ها و مسئولان سعودی که برایش اسباب بازی‌های گران قیمتی خریده بودند، ضمن تقدیم هدایا به او گفتند: آیا اینها را دوست داری و خوشحال می‌شوی؟ جواب داده بود: «فما اتانى الله خير مما اتاكم بل انتم بهديتكم تفرحون»^۹

آنچه پروردگار من، به من داده، بهتر است از آنچه به شما داده است! این شما هستید که از این هدیه‌ها خوشتان می‌آید.

^۱ شوری: ۳۷ یعنی مؤمنان هنگامی که غضب می‌کنند، می‌بخشند.

^۲ شعرا: ۲۲۷ یعنی آنها که ستم کردند به زودی خواهند فهمید که بازگشتشان به کجاست!

^۳ اسراء: ۸۱ یعنی حق آمد، و باطل نابود شد.

^۴ ص: ۳۲ یعنی من آن را بخاطر خدا دوست دارم.

^۵ مومنون: ۳ یعنی مومنان از لغو رویگردانند.

^۶ بقره: ۲۷۵ یعنی خداوند بیع را حلال و ربا را حرام کرد.

^۷ بقره: ۱۹۷ یعنی زاد و توشه تهیه کنید، که بهترین زاد و توشه، پرهیزکاری است.

^۸ حشر: ۱۰ یعنی پروردگار! ما و برادرانمان را که در ایمان بر ما پیشی گرفتند بیامرز.

^۹ نمل: ۳۶ یعنی آنچه پروردگار من، به من داده، بهتر است از آنچه به شما داده است! این شما هستید که از این هدیه‌ها خوشتان می‌آید.

* پدرش گفته بود: اینها شاهزادگان سعودی هستند. پاسخ داده بود: «انّ الملوک اذا دخلوا قرية أفسدوها»^۱ پادشاهان وقتی وارد شهری می‌شوند آن‌را به فساد می‌کشند.^۲

انس با قرآن همراه با درک مفاهیم آن، به شکوفایی فطرت توحیدی کودک کمک می‌کند. ضرورتاً لازم نیست در برنامه انس با قرآن، کودکان وادار به حفظ قرآن شوند. البته تشویق به این کار اگر خودشان متمایل به حفظ همه یا بخشی از قرآن باشند، مفید و یکی از راه‌های انس گرفتن آنها با این کتاب آسمانی است، اما تنها راه مأنوس‌سازی آنها با قرآن، حفظ کل آیات نیست. حفظ بخشی از قرآن، حفظ موضوعی، درک مفاهیم آن، قرائت، صوت و ترتیل، حفظ اشعار با محتوای قرآنی، شنیدن اشعار یا داستان‌های قرآنی به طور مکرر و متنوع، و ... هر کدام می‌توانند زمینه‌ساز انس گرفتن کودک با قرآن شوند. برای رسیدن به این اهداف باید از ابزارهای هنری و شیوه‌های مختلف مستقیم و غیرمستقیم آموزشی مانند بازی، شعر، آهنگ، داستان سرایی و ... استفاده شود.

روش‌های ایجاد عادات و صفات معنوی

۱. پایبندی مستمر والدین به آداب اسلامی

مهم‌ترین بنیاد معنوی منش اخلاقی کودکان، تزیین اخلاق آنها به آداب اسلامی است. در دیوان منسوب به امیر مؤمنان آمده است: "فرزندانتان را در کودکی به آموختن آداب تشویق کنید تا در بزرگسالی چشمانتان به آنان روشن شود. همانا حکایت آدابی که آن را در دوران کودکی گرد می‌آورید، همانند نقش کندن بر سنگ است. اینها گنجینه‌هایی است که ذخایر آن رشد می‌کند و بر آنها از حوادث دگرگون‌کننده، بیمی نیست.^۳ اهتمام بر آداب آموزی است که پیامبر گرامی اسلام(ص) رعایت آداب معاشرت را در اولویت مواجهه خود با کودکان قرار می‌دادند.

^۱ نحل: ۳۴ یعنی پادشاهان وقتی وارد شهری می‌شوند آن‌را به فساد می‌کشند.

^۲ محسن قرائتی، اصول عقاید، ص ۲۵۵-۲۵۹.

^۳ مولی صالح المازندرانی، شرح الکافی-الأصول و الروضة، ج ۶، ص: ۳۹۷.

اگر والدین، در رعایت آداب اسلامی پایدار و مستمر باشند فرزندان به تدریج به آن آداب ملتزم می‌شوند. پیامبر اسلام (ص) برای تثبیت سنت سلام به کودکان، خود بدان پایبند بودند. طبق روایات وقتی حضرت با کودکان روبرو می‌شد، ابتدا بر آنها سلام می‌کردند.^۱ این عمل جزء سیره حضرت شده بود و می‌فرمودند که این عمل را - همراه با چهار عمل دیگر - تا دم مرگ ترک نخواهند کرد تا بعد از او سنت بین مسلمانان شود.^۲

پای‌بندی به آداب اسلامی همچون سلام کردن بر کودکان و حسن معاشرت با آنان، بستر سلامت معنوی را در آنان فراهم می‌سازد زیرا سبب تکریم کودکان، تقویت عزت نفس آنها می‌شود و به تعالی اخلاقی آنها کمک می‌کند. ایجاد روحیه احترام به بزرگسالان، احترام به پدر و مادر، احترام به حقوق دیگران که از همان اوان کودکی شکل می‌گیرد و نتیجه رعایت آداب اسلامی است، زمینه ساز سلامت معنوی کودک است. بنابراین لازم است والدین تقید به آداب را در همان سنین نخست در کودکان‌شان تقویت کنند. خانواده‌هایی که تربیت آداب کودک را به تأخیر می‌اندازند، در سنین نوجوانی شکست تربیتی در این حوزه را تجربه خواهند کرد.

۲. استفاده از روش تقلید

در سنین رشد ۳-۷ سالگی رشد جسمی و بدنی کودک به کندی می‌گراید؛ در عوض رشد شناختی او تندتر و فعال‌تر می‌شود. ورود به دنیای زبان، تفکرات تخیل‌آمیز، رشد قدرت تقلید و درک علی کودکان ۳-۷ سال به همین ویژگی باز می‌گردد.^۳ بر این اساس یکی از ویژگی‌های بارز کودک در دوره اول کودکی

۱. عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ قَالَ "إِنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ يَسَلِّمُ عَلَى صَبْيَانٍ عَلَيْهِمْ وَهُوَ مُعَذِّدٌ؛ رَسُولُ خُدا ص بر تعدادی از کودکان گذر کرد. با اینکه حضرت ص عجله داشت، (ایستاد و) به آنها سلام کرد (محدث نوری، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، ج ۸، ص ۳۶۴).

۲. عَنْ جَعْفَرِ بْنِ مُحَمَّدٍ عَنْ أَبِيهِ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: خَمْسٌ لَسْتُ بِتَارِكِهِنَّ حَتَّى أَلْمَمْتُ لِبَاسِ الصُّوفِ - وَرُكُوبِي الْجِمَارَ مُؤَكَّفًا وَ أَكْلِي مَعَ الْعَبِيدِ - وَ خَصْفِي النَّعْلَ بِيَدِي - وَ تَسْلِيمِي عَلَى الصَّبْيَانِ لَتَكُونَ سُنَّةٌ مِنْ بَعْدِي؛ پنج چیز را هرگز تا مرگم ترک نمی‌کنم تا بعد از من سنت بشود: پوشیدن لباس پشمین، سوار شدن بر الاغ پالان شده، غذا خوردن با بردگان، وصله زدن کفش با دستان خودم و سلام کردن بر کودکان (وسائل الشیعه؛ ج ۱۲، ص: ۶۳).

۳ منصور، روان‌شناسی ژنتیک، ص ۱۹۰.

ویژگی تقلید و همانندسازی اوست که نسبت به دوره‌های سنی بعدی بسیار پررنگ‌تر است. یادگیری کودکان ۳-۷ سال بر تقلید و الگوپذیری استوار است.

تقلید رفتار

با توجه به اینکه بیشترین ارتباط کودک در این سن با مادر و پدر خود می‌باشد، رفتار والدین بیشترین تأثیر را بر رفتار او خواهد داشت. از این رو اگر والدین رفتار معنوی را به نمایش بگذارند، مثل اینکه در اختلافات و تضاد منافع نسبت به هم گذشت کنند کودک نیز همین رفتار را یاد می‌گیرد. از آنجا که تقلید کودک در این سنین بیشتر بر ظاهر افعال و جنبه نمادین آنها متمرکز است، والدین می‌توانند از این طریق کارهایی که نماد معنوی دارند را به کودک القا کنند. ممکن است کودک در این سن معنا و مفهوم این کارها را نفهمد اما عادت کردن او به این اعمال، باعث می‌شود در سال‌های بعد این گونه اعمال برای او مأنوس باشند و به تدریج با معنای عمیق‌تر آن آشنا می‌شوند. مثلاً وقتی والدین در خانه و در حضور فرزندشان نماز می‌خوانند، کودک خود به خود شروع به تقلید این رفتار می‌کند. والدین می‌توانند برای او جا نماز و مهر مخصوص تهیه کنند تا اهمیت و ارزش کار او را به او بفهمانند.

با توجه به استعداد بالای کودک در تقلید از افراد دیگر، اهمیت پالایش محیط دوجندان می‌شود زیرا کودک اثرپذیری بالایی نسبت به محیط دارد. بر همین اساس والدین باید در انتخاب مهدکودک مناسب برای فرزند خود دقت کنند و اطمینان ببابند که مربیان مهدکودک به رشد معنوی متربیان اهمیت می‌دهند و خلاف ارزش‌های دینی عمل نمی‌کنند.

کودک به دلیل ویژگی تقلیدی خود، به واسطه مشارکت در فعالیت‌های دینی در مراکزی مانند مساجد و هیأت مذهبی می‌آموزد چگونه آیین‌ها را به‌جا آورد و چگونه با معیارهای گروهی آموزه‌ها و عمل دینی منطبق شود. آنچه به عنوان رفتار دینی سر می‌زند، تحت سیستم کنترل برونی و ناشی از مجموعه‌ای از

رفتار و باورهای گروهی درهم تنیده است که با قواعد و کنترل اجتماعی تنظیم می‌شود.^۱ بدین جهت حضور در این مراکز، بستری برای ایجاد عادات و صفات معنوی در کودک خواهد بود.

تقلید گفتار

یادگیری کودکان ۳-۷ سال با رشد زبانی کودکان همسو است و شدیداً تحت تأثیر تقلید است. زبان یکی از توانایی‌های شناختی کودکان به شمار می‌رود. زبان با تقلید آوایی شروع می‌شود به بیان گفتاری ارتقاء می‌یابد. مشاهدات ویگوتسکی روی کودکان ۴ یا ۵ ساله نشان داد که کودک ابتدا با خود بلند حرف می‌زند و به تدریج صحبت بلند وی فروکش کرده و بصورت نجوا در می‌آید و سرانجام به گفتار درونی تبدیل می‌شود.^۲ در فاصله پایان ۲ تا ۷ سالگی، زبان هم نقش درونی (هدایت و جهت‌دهی به تفکر- ارتباط با خود) و هم نقش بیرونی (انتقال نتایج تفکر به دیگران- ارتباط با دیگران) را ایفا می‌کند.^۳

با توجه به اینکه زبان، تکلم و همچنین محتوی تکلم کودکان تحت تأثیر تقلید و تأثیرپذیری شدید از محیط است، والدین و سایر اعضای خانواده با مدیریت کلمات و محاورات خود می‌توانند در مسیر سلامت معنوی کودک گام بردارند. همچنین می‌توان با کلام طیب و مؤثر، ساختار ذهنی و سپس کلام طفل را ضابطه‌مند کرد و با آموزش کلمات سودمند به کودک و ورود آنها به حافظه وی، به تدریج سطح نیازهای او را از نیازهای طبیعی به نیازهای فطری و معنوی افزایش داد.^۴

^۱ نوذری، بررسی تحول ایمان خدا در دوره کودکی، نوجوانی و آغاز جوانی، ص ۱۱.

^۲ لوریا و یودوویچ، زبان و ذهن کودک، ص ۵۸.

^۳ سیف، روان‌شناسی پرورشی نوین، ص ۹۷.

^۴ «سُئِلَ أَيُّ شَيْءٍ مِمَّا خَلَقَ اللَّهُ أَحْسَنُ فَقَالَ الْكَلَامُ فَقِيلَ أَيُّ شَيْءٍ مِمَّا خَلَقَ اللَّهُ أَفْجُ قَالَ الْكَلَامُ ثُمَّ قَالَ بِالْكَلَامِ ابْتِضَّتِ الْوُجُوهُ وَ بِالْكَلَامِ اسْوَدَّتِ الْوُجُوهُ» یعنی «از امیرالمؤمنین (ع) سوال شد چه چیز بهترین خلق خداست؟ فرمودند سخن، باز پرسیدند چه چیز بدترین خلق خداست باز فرمودند سخن، به وسیله سخن گروهی سفید رو شده‌اند و با کلام گروهی سیاه رو». (حرانی، تحف العقول، ص ۲۱۶).

۳. تلقین زبانی اعتقادات و امور نیکو

در بحث مبانی و مؤلفه‌های سلامت معنوی بر ضرورت برتری بخشیدن به جایگاه خدا و معصومین (ع) در زندگی تأکید شد. بر این اساس صرف درک مفهوم خدا و معصومین (ع) برای بچه کافی نیست بلکه باید با استفاده از روش‌های مختلف از جمله تلقین و تکرار، آن را در بچه‌ها درونی و تثبیت کرد. کودک در سنین پایان ۲ تا ۵ سال توانایی آشنایی و پذیرش زبانی آموزه‌ها و اعتقادات مذهبی را دارد. به همین دلیل در روایات اشاره شده است که به کودکان در پایان ۲ تا ۴ سال کلمه (لا اله الا الله) و (محمد رسول الله) را تلقین کنید.^۱ همین مسئله نشان می‌دهد که گام استوار آموزش‌های معنوی با پذیرش زبانی اصول اخلاقی و ایمانی آغاز می‌شود. بنابراین، تلقین زبانی اصول اخلاقی نظیر خوب بودن راستگویی، احترام به والدین، نیکوکاری و حفظ طبیعت و... همچنین اصول ایمانی نظیر مهربان بودن خداوند، دانا بودن پیامبران و خوش اخلاق بودن امامان معصوم و... برای خردسالان اهمیت دارد.

چرا در روایات توصیه شده است که نام نیک برای فرزندان خود انتخاب کنید، زیرا تکرار نام، اثر تلقینی در فرزند دارد. امام باقر (ع) می‌فرماید: صحیح‌ترین نام برای فرزندان نامی است که با عبودیت همراه باشد.^۲ مثلاً وقتی نام پسر، عبدالله باشد، تکرار این نام سبب می‌شود که فرزند بیندیشد در مورد به این که او بنده خداست. حتی والدین از طریق نامگذاری فرزند نیز در مسیر سلامت معنوی او گام بردارند تا او جایگاه بندگی خود را فراموش نکند. در همین راستا از نام‌های بد مانند "خالد" و "مالک" که می‌تواند اثر تلقینی منفی در پی داشته باشد نهی شده است.^۳ خداوند مالک حقیقی است. انسان حیات و ممات دارد، می‌میرد و زنده می‌شود و خالد حقیقی خداوند است.

یکی دیگر از مواردی که به جنبه لفظی ایمان مربوط می‌شود، تعلیم قرائت قرآن و یادگیری احادیث است. رسول خدا صلوات الله علیه در این زمینه می‌فرماید: فرزندان خود را به سه خصلت مؤدب نمایید:

^۱ شیخ صدوق، من لا یحضره الفقیه، ج ۱، ص ۲۸۱.

^۲ أَصْدَقُ الْأَسْمَاءِ مَا سُمِّيَ بِالْعُبُودِيَّةِ. کافی، ج ۱، ص: ۳۶۶.

^۳ عَنْ أَبِي جَعْفَرٍ قَالَ: إِنْ أَبْغَضَ الْأَسْمَاءُ إِلَى اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ - حَارِثٌ وَ- مَالِكٌ وَ- خَالِدٌ؛ مِنْفُورَتَيْنِ اسْمَهُمَا نَزْدَ خَدَاوَنْدِ، حَارِثٌ وَ مَالِكٌ وَ خَالِدٌ است. کافی، ج ۶، ص: ۲۱.

محبت پیامبرتان و محبت خاندان او و قرائت قرآن^۱. حضرت علی علیه السلام، به والدین سفارش می کردند که به فرزندان خود از علم ما (که از طریق احادیث به شما رسیده است) آنچه را که خدا به وسیله آن به آنها نفع می رساند، آموزش دهید تا مخالفان با نظرات خود بر آنها فایق نیایند.^۲

۴. توجه به بازخوردهای کودک

ممکن است والدین با اجرای برخی برنامه های معنوی گمان کنند که کودک خود را در مسیر رشد معنوی قرار داده اند. اما همانطور که سخنان و رفتار خودآگاه والدین در کودک تأثیر می گذارد، حرف ها و کارهای ناخودآگاه آنها نیز در کودک مؤثر است. همچنین محیط و افراد دیگری که کودک ممکن است آنها را در جمع فامیل یا مهد کودک و ... ببیند نیز در شخصیت کودک نقش مهمی دارند. طبیعتاً همه این دریافت های محیطی تحت کنترل والدین نیست. از این رو والدین باید همیشه در حال بررسی بازخوردهای کودک باشند. کودک همواره در حرف های خود و رفتارهایی که انجام می دهد، نشان می دهد چه چیزهایی را ارزشمند می داند و چه چیزهایی را بی ارزش. داستان های تخیلی که کودک می سازد، استدلال هایی که برای والدین انجام می دهد، نقاشی هایی که می کشد و واکنش هایی که در شرایط مختلف از خود بروز می دهد نشان دهنده شخصیتی است که در او در حال شکل گیری است. والدین با دقت در این واکنش ها باید ببینند چه صفات پسندیده ای در او در حال شکل گیری است و چه صفات ناپسندی در حال پدید آمدن در او است. بدین صورت آنها می فهمند که در ایجاد برخی صفات معنوی موفق نبوده اند. آنگاه باید در اقدامات تربیتی خود بازنگری کنند و ببینند چه نقصی در آن بوده است و یا چه رفتار ناخودآگاهی از آنها سر زده است که چنین بازتابی را در رفتار کودک داشته

^۱ اذبوا اولادکم علی ثلاث خصال: حب نبيکم و حب اهل بيته و قراءه القرآن؛ فرزندانان را با سه ویژگی تربیت کنید: محبت پیامبرتان و محبت اهل بیت او و قرائت قرآن. (متقی، کنز العمال، ج ۱۶، ص ۴۵۶).

^۲ «عَلِّمُوا صِبْيَانَكُمْ مِنْ عِلْمِنَا مَا يَنْفَعُهُمُ اللَّهُ بِهِ، لَا تَغْلِبْ عَلَيْهِمُ الْمَرْجَنَةُ بِرَأْيِهَا؛ از آموزه های ما به کودکانان چیزی بیاموزید که خداوند به وسیله آن آنها را بهره مند کند تا مرجئه با نظراتشان بر آنها غلبه نکنند» (وسائل الشیعه، ج ۱۵، ص ۱۹۷)

است. بدین صورت والدین همواره باید در صدد ترمیم و تقویت برنامه تربیتی خود و نحوه تعامل خود با کودک باشند.

مقدمه

تربیت معنوی کودکان فرایندی است که حاصل برنامه‌ریزی مستمر والدین در این زمینه است. متصدیان تربیت کودک، نمی‌توانند به اقداماتی که در سنین اولیه کودکی انجام داده‌اند بسنده کنند. وقتی عوامل آسیب‌زا و بیماری‌زا در تمام زمان‌ها و مکان‌ها خطرآفرین است و همیشه احتمال انحراف از سلامت را زنده نگه می‌دارد، اقدامات سلامتی بخش و بیماری‌زدا نیز باید پیوسته و در تمام دوران‌های تربیت کودک پیگیری شود. از این رو والدین باید برای دوره هفت تا دوازده سال کودک نیز برنامه‌ریزی لازم را داشته باشند. از آنجا که کودک در حال رشد است و در طول رشدش تغییراتی در صفات و توانایی‌ها و روحیاتش روی می‌دهد، برنامه‌ریزی والدین نیز همواره باید به روزرسانی شود و متناسب با وضعیت فعلی کودک تنظیم شود. با توجه به تحولاتی که در اواسط کودکی رخ می‌دهد، در این فصل سعی شده است معطوف به این وضعیت جدید، برنامه سلامت معنوی تازه‌ای به والدین ارائه شود.

آنچه در این فصل می‌خوانید، مشتمل بر تعدادی از اهدافی است که با توجه به ظرفیت و استعداد کودک هفت تا دوازده ساله باید در یک برنامه‌ریزی معنوی پی‌جویی شود و شماری از راهکارها و روش‌هایی که رسیدن به این اهداف را آسان می‌سازد. ذکر اهداف به این معنی نیست که تمام آنها در سن کودکی به فعلیت و کمال می‌رسند. این اهداف در واقع جهت‌گیری و سوگیری برنامه معنوی را مشخص می‌کنند. در سنین کودکی نهالی کاشته می‌شود که اگر مراقبت‌های لازم از آن صورت گیرد و آب و خاک و آفتابش همواره فراهم باشند، امید است که در آینده درختی تنومند با میوه معنویت به بار آرد.

سنین ۷ تا ۱۲ سالگی دوران مهمی است که کودک بیش از هر دورانی دیگری پذیرای تعلیم و تربیت است. در طبقه‌بندی دوران رشد در روایات نیز بر این ویژگی هفت سال دوم تأکید شده است. در این دوران نه مانند سال‌های قبل در حال و هوای کودکی است که بیشتر باید آزادی عمل داشته باشد و نه مانند دوران نوجوانی است که کمتر از سال‌های قبل خود پذیرای سخن والدین است. بدین جهت در روایات بر تعلیم و تادیب در این دوران تأکید شده است بلکه این دو امر از حقوق فرزند نسبت به والدین

تلقی شده است.^۱ لازم است که از این ظرفیت پذیرا بودن تعلیم و تربیت در این سنین، برای تحقق و ارتقای سلامت معنوی او بهره‌برداری شود. اگر در این دوران دقت نشود موانع سلامت معنوی در او شکل می‌گیرد و کار سلامت را برای سال‌های بعد دچار مشکل می‌کند.

ساختار فصل این گونه است که ابتدا اهداف معنوی به چهار بخش بینش، گرایش، عادت و صفات معنوی تقسیم می‌شوند. در هر بخش، با ذکر تعدادی از مهمترین اهداف مربوطه متناسب با ظرفیت کودک، راهکارهای متناسب با آن اهداف معطوف به ویژگی‌های کودک ذکر می‌شود.

اهداف شناختی

تحقیق این اهداف موجب می‌شود که بینش معنوی متناسب با ظرفیت‌های کودک در وی حاصل شود. منظور از بینش معنوی شناخت‌هایی است که در تحقق سلامت معنوی لازم است کسب شوند. برای رشد معنوی کودک لازم است در تمام ساحت‌های وجودی کودک، معنویت تزریق شود. یکی از این ساحت‌ها، قوای شناختی کودک است. کودک باید آگاهی‌هایی را پیدا کند که زمینه ساز ارتقاء معنوی وی باشد. در ادامه بینش‌های مؤثر در سلامت معنوی را بررسی می‌کنیم. بخش نخست به این اختصاص دارد که چه بینش‌هایی باید به کودک انتقال داده شود و این بینش‌ها چگونه با سلامت معنوی کودک در آینده مرتبط هستند و برای رعایت تناسب با ظرفیت و روحیات کودک، این بینش‌ها باید در چه حدی مطرح شوند و در بخش بعدی به این بحث می‌پردازیم که این بینش‌ها چگونه و با چه روش‌هایی باید به کودک انتقال یابد.

۱. باورسازی به جای اطلاعات‌دهی

قبل از اینکه مصادیق بینش‌های معنوی را برشماریم، باید به این نکته توجه کنیم که بینش‌های معنوی در صورتی موجب سلامت معنوی می‌شوند که صرفاً در سطح اطلاعات ذهنی باقی نمانند و تبدیل به

^۱ حَقُّ الْوَلَدِ عَلَى الْوَالِدِ أَنْ ... يَحْسُنَ أَدَبَهُ، وَيُعَلِّمَهُ الْقُرْآنَ؛ و حق فرزند بر پدرش این است که ... خوب تربیتش نماید، و قرآن را تعلیمش دهد. من لا یحضره الفقیه، ج ۴، ص: ۳۷۲

باورهای قلبی راسخ بشوند. باورهای قلبی بر خلاف شناخت‌های سطحی، اعمال و رفتار انسان و سبک زندگی او را تحت تأثیر خود قرار می‌دهند. البته این باورها بیشتر در سنین بالاتر حاصل می‌شوند، اما والدین باید سعی کنند، جهت‌گیری آنها در اعطای بینش معنوی، مقدمه‌چینی برای ایجاد باورهای معنوی باشد نه پر کردن ذهن کودک از مجموعه‌ای از اطلاعات. اطلاعاتی که تبدیل به باور نشود نمی‌تواند مانع ناهنجاری رفتاری شود و معنویت را در ساحت‌های وجودی فرد تزریق کند، چنانکه در آیه ۱۴ سوره نمل خدای متعال کسانی را توصیف می‌کند که با وجود یقین به آیات الهی، از ظلم و فساد و برتری طلبی دوری نکردند: «وَجَحَدُوا بِهَا وَاسْتَيْقَنَتْهَا أَنْفُسُهُمْ ظُلْمًا وَعُلُوًّا فَانْظُرْ كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُفْسِدِينَ؛ و آن (آیات الهی) را از روی ستمکاری و برتری جویی انکار کردند در حالی که به آن یقین داشتند، حال نگاه کن سرانجام فسادگران چگونه است.» به همین دلیل است که در اسلام تأکید اصلی بر روی «ایمان» است که از مقوله باور قلبی است نه صرف شناخت ذهنی. تعبیر مذکور در آیه ۱۰۶ سوره نحل این مطلب را به خوبی نشان می‌دهد که ایمان مقوله‌ای قلبی است: «قَلْبُهُ مُطْمَئِنٌّ بِالْإِيمَانِ؛ قلب او در ایمان، ثابت و مطمئن است» تعبیر «حَبَبَ إِلَيْكُمْ الْإِيمَانُ وَ زَيَّنَهُ فِي قُلُوبِكُمْ؛ ایمان را برای شما دوست داشتنی کرد و آن را دل‌هایتان زیبا جلوه داد» (حجرات: ۷)، «لَمَّا يَدْخُلِ الْإِيمَانُ فِي قُلُوبِكُمْ؛ هنوز ایمان وارد دل‌هایتان نشده است» (حجرات: ۱۴)، «لَمْ تُؤْمِنْ قُلُوبُهُمْ؛ دل‌شان ایمان نیاورده است» (مائده: ۴۱) و «أُولَئِكَ كَتَبَ فِي قُلُوبِهِمُ الْإِيمَانَ؛ خداوند در دل‌های آنها ایمان را ثبت کرد» (مجادله: ۲۲) نیز همین مطلب را می‌رساند. فهم، بصیرت، شنوایی و هدایتی که قرآن بر آن تأکید دارد و کافران از آن محروم هستند نیز مقوله‌ای قلبی است. این نکته از آیات بسیاری قابل برداشت است. (ر.ک: تغابن: ۱۱، حج: ۴۶، ق: ۳۷، محمد: ۲۴، اعراف: ۱۷۹، فصلت: ۵، بقره: ۸۸ و ۷، انعام: ۲۵، اعراف: ۱۰۰، توبه: ۸۷، اسراء: ۴۶، منافقون: ۳) بنابراین در مورد تمام شناخت‌هایی که در ادامه به آن پرداخته می‌شود، رعایت این نکته مهم است، یعنی والدین به جای آنکه دنبال انتقال خدانشناسی، فرجام‌شناسی و ... باشند باید هدف خود را ایجاد خدا باوری، فرجام باوری و ... قرار دهند.

۲. خداشناسی مبدا و محور معنویت اسلامی

از آنجا که معنویت اسلامی، حول محور خداباوری و خداخواهی پایه‌ریزی می‌شود، خداشناسی صحیح از مقدمات مهم سلامت معنوی است. این شناخت از همان کودکی و بر اثر دریافت‌هایی که کودک از والدین و محیط دارد، شکل می‌گیرد و در بزرگسالی تقویت و تکمیل می‌شود.

امید داشتن به خدا در مشکلات زندگی که نشانه سلامت معنوی انسان است ریشه در شناختی عمیق از صفات خداوند دارد. این امید تنها در صورتی حاصل می‌شود که خدا را عالم، قادر و رحیم بدانیم، یعنی معتقد باشیم که او به مشکلات و وضعیت زندگی تک تک انسان‌ها آگاه است و هم قادر بر رفع این مشکلات است و هم خواهان آسایش و سعادت بندگان. چنین شناختی از سنین کودکی به تدریج ساخته می‌شود. در دوره دوم کودکی، افزایش ظرفیت تمرکز ذهنی کودک و تقویت نگاه گزینشی او به امور و بیشتر شدن قدرت پردازش اطلاعات او را قادر می‌سازد تا با درک عمیق‌تری بتواند سخنان والدین خود را تجزیه و تحلیل کند و به عقاید آنها پی ببرد.^۱ بنابراین سخنان والدین با یکدیگر و با کودک تأثیر مستقیم بر شناخت کودک دارد. اگر والدین در این سخنان، به مناسبت‌های گوناگون به صفات الهی اشاره کنند، قطعاً این درک را به کودک نیز انتقال خواهند داد. باید توجه داشت که تحول کاربرد واژگان دینی یکی از خصوصیات این دوره سنی است و لذا به کار بردن الفاظ مذهبی در توصیف خدا از سوی کودک، به معنی انتقال بینش به امور معنوی در این زمینه نیست، چرا که او معنی این الفاظ را به درستی نمی‌داند.^۲ به طور کلی کودک که از نظر شناختی در مرحله عملیاتی عینی قرار دارد، نمی‌تواند صفات انتزاعی مرتبط با خدا را درک کند. بنابراین انتقال بینش توحیدی به کودک باید به صورت کاملاً عینی و عملیاتی باشد، مثلاً وقتی در یک داستان، نقشی که خداوند ایفا می‌کند یاری رساندن به کودکان و نجات دادن آنها از دست ظالمان باشد، کودک خداوند را به عنوان موجود قادر و رحیم درک خواهد کرد بدون اینکه از

Halford, 1993, p 205^۱، برک، ج ۱، ۱۳۹۰، ص ۵۱۳-۵۱۵ و ۵۲۵.

^۲ Goldman, 1964, p71

صفات انتزاعی قادر مطلق بودن و رحیم مطلق بودن خداوند سخنی گفته شده باشد. هدف این است که کودک نسبت به ظرفیت شناختی خود، خداوند را در صفات پسندیده و دوست داشتنی در بالاترین حالتی که برایش قابل تصور است قرار دهد، گرچه این تصور بسیار محدودتر از واقعیت صفات الهی باشد.

مناجات حضرت یوسف (ص) که در ۹ سالگی در چاه افکنده شد، نشان‌دهنده ظرفیت خداشناختی کودک است. او در قعر چاه ضمن دعایی می‌فرماید: قَدْ تَرَى مَكَانِي وَ تَعْرِفُ حَالِي وَ لَا يَخْفَى عَلَيْكَ شَيْءٌ مِنْ أَمْرِي یعنی خدایا مکان مرا می‌بینی و از حال من خبر داری و هیچ چیزی از من بر تو پوشیده نیست.^۱ این سخن حاکی از ظرفیت کودک نه ساله نسبت به رابطه خود با خداوند است.

در تحقق این هدف شناختی نسبت به خدا ممکن است ابهامی مطرح شود. اینکه فاعلیت مطلق خداوند چگونه با نقش اسباب مادی قابل جمع است، سوالی است که انسان‌ها در بزرگسالی نیز با آن درگیر هستند و چه بسا برخی افراد با تکیه بر تأثیر عوامل طبیعی از تأثیر اراده الهی غافل شوند و در نتیجه معنویت در زندگی آنها کم رنگ شود. بنابراین تصویر کردن نحوه جمع بین این دو سبب، برای سلامت معنوی ضروری است. می‌توان زمینه‌های اولیه چنین نگاه جامعی را از کودکی پی‌ریزی کرد.^۲ روانشناسانی مثل پیاز و گلدمن تحقیقاتی روی تفکر کودک در این زمینه انجام داده‌اند. گرچه اختلافاتی بینشان وجود دارد، آنها معتقدند کودک در این دوره بین ساخته پنداری الهی، ساخته پنداری فنی و ناساخته پنداری^۳

^۱ سید بن طاووس، مهج الدعوات و منهج العبادات، ص: ۳۰۷.

^۲ ر.ک به بخش «مدیریت گفتگوهای خانوادگی».

^۳ اصل ساخته پنداری این است که کودک اصل وجود اشیاء را به بشر یا منبعی روحانی نسبت دهد. ساخته پنداری فنی این است که کودک در تبیین یک پدیده به توضیح طبیعی و فیزیکی آن همراه با یک راه حل ساخته پندارانه روی می‌آورد، مثل اینکه کودک مطرح کند که خورشید و ماه در اثر به هم آمیختن ابرها به وجود آمده‌اند و خود ابرها را خدا یا دودهای برخاسته از خانه های انسانها پدیدار کرده‌اند. ناساخته پنداری این است که منشا اشیاء تنها به علت‌های طبیعی و تجربی آنها نسبت داده شوند و ارتباطی با کارهای الهی یا بشری نداشته باشند. ساخته پنداری الهی نوع تصفیه شده‌ای از ساخته پنداری است که خدا به عنوان نخستین علت منظور می‌شود که قوانین او داخل هستی مطابق با قوانین طبیعی عمل می‌کند.

در نوسانند.^۱ این نشان می‌دهد کودکان در حال شکل دادن جهان‌بینی خود و کشف عوامل مادی و فرامادی مؤثر در جهان هستند. بنابراین آموزش‌های دینی و دریافت‌های کودک از بزرگسالان، می‌توانند در شکل‌دهی جهان‌بینی صحیح یا غلط مؤثر باشند. رضایت‌مندی از زندگی از جمله شاخص‌های سلامت معنوی است. در دیدگاه اسلامی ریشه رضایت‌مندی، شناخت عمیق از خالق این عالم است. برخلاف دیدگاه سکولار که خشنودی از زندگی را محصول نوعی بی‌خیالی و مهارت نادیده‌انگاری مشکلات و تلخی‌های موجود می‌داند در دیدگاه اسلامی خشنودی از این جهت است که وقایع عالم تحت نظارت و مدیریت پروردگاری عادل و حکیم است و لذا مشکلات «واقعاً» در مقابل زیبایی‌های عالم، کوچکند نه اینکه کوچک انگاشته شوند. بنابراین معرفت به حکمت و عدالت الهی از جمله بینش‌های معنوی است که باید به کودک انتقال یابد. در اواسط کودکی، درکی از عدالت مبتنی بر برابری در کودک شکل می‌گیرد. البته او هنوز به دلیل خامی اجتماعی، توانایی درک کامل مفهوم عدالت و ملاک‌های برخورد خداوند با انسان را ندارد^۲، بنابراین انتقال این بینش نیز باید به صورت مصداقی و عینی باشد تا متناسب با ظرفیت شناختی کودک باشد، نه اینکه از واژه‌های کلی «عدالت» و «حکمت» استفاده شود.

۳. شناخت الگوهای دینی

از دیگر شناخت‌های لازم و مؤثر در معنویت اسلامی امام‌شناسی است. شناخت جایگاه و نقش اهل بیت (ع) در ساحت‌های گوناگون زندگی، پاسخگوی نیاز کودک به داشتن الگو است. چنانکه در منابع دینی تأکید شده است، امام‌شناسی خود مقدمه خداشناسی صحیح است. به فرموده امام صادق (ع) شناخت امام به زندگی انسان رنگ الهی می‌دهد.^۳ بنابراین والدین باید برای ایجاد شناخت صحیح از معصومین (ع) در حد ظرفیت و فهم کودک، برنامه‌ریزی لازم را داشته باشد. معرفی آنها به عنوان

Goldman, Religious Thinking From Childhood To Adolescence, p27-52؛ باهنر، آموزش مفاهیم دینی همگام با

روانشناسی رشد، ص ۶۴ و ۶۵.

Grusec & Lytton, 2012, p344؛ باهنر، آموزش مفاهیم دینی همگام با روانشناسی رشد، ص ۹۳ و ۲۲۴؛

تفسیر قمی، ج ۲، ص ۱۵۵؛ کافی، ج ۱، ص ۴۲۳؛ تفسیر عیاشی، ج ۱، ص ۶۲

انسان‌های کامل که در صفات مطلوب انسانی در بالاترین سطح هستند و هدایتگر و دستگیر و الگوی سایر انسان‌ها هستند، باید در قالب‌های گوناگون صورت گیرد. تحقیقات نشان می‌دهد که در اواسط کودکی، آنها پیامبر را فردی مهربان‌تر و خوش‌اخلاق‌تر از بقیه مردم و به دور از خطا و اشتباه می‌شناسند و در سال‌های آخر دبستان به نقش پیامبری و الگو بودن او توجه دارند.^۱ بنابراین ظرفیت نسبی درک ویژگی و جایگاه معصومین (ع) در کودک وجود دارد و آموزش معنوی کودکان از سوی والدین می‌تواند به ارتقاء و عمق بخشیدن به این بینش معنوی در کودکان کمک کند. اگر چنین شناختی نسبت به معصومین (ع) حاصل شود زمینه بسیاری از شاخص‌های سلامت معنوی، از جمله اطاعت‌پذیری نسبت به دستورات دینی، الگو قرار دادن سبک زندگی اهل بیت (ع) و استمداد و یاری طلبی از آنان فراهم می‌شود. بر اثر شناخت صحیح از خداوند و اهل بیت (ع) انسان سالم معنوی به این نتیجه می‌رسد که قرآن که کلام خداست و سپس کلام اهل بیت (ع) نقش هدایت‌گری برای انسان در شئون مختلف زندگی را ایفا می‌کند و لذا انسان باید اعمال و رفتار خود را با آنها تطبیق دهد.

آشنایی اجمالی با سبک زندگی عالمان دینی و افراد شاخص معنوی نیز از اهمیت والایی برخوردار است. گرچه الگوی اصلی و تام زندگی معنوی را باید در زندگی اهل بیت (ع) جستجو کرد اما الگوهای مرتبه پایین‌تر نیز آثار تربیتی خاص خود را دارند، چرا که انسان همزاد پنداری بیشتری با آنها دارد. آشنایی با زندگی آنها به انسان این درک را می‌دهد که انسان‌های عادی نیز می‌توانند مراتب عالی معنویت را بپیمایند، بنابراین محرکی قوی برای انسان به سوی سلامت معنوی خواهد بود. بسیاری از حکایت‌ها و داستان‌هایی که از زندگی افراد معنوی مانند عالمان دینی و شهدا وجود دارد اگر با زبان کودکان بیان شود برای کودکان جذاب، قابل فهم و معنادار است. در این زمینه آشنا کردن کودک با کودکان یا نوجوانانی که از نظر معنوی شاخص بوده‌اند و یا آشنا کردن آنها با دوره کودکی افراد معنوی شاخص، از اولویت بیشتری برخوردار است زیرا حس همزادپنداری کودک را بیشتر تحت تأثیر قرار می‌دهد.

^۱ باهنر، آموزش مفاهیم دینی همگام با روانشناسی رشد، ص ۲۱۶ و ص ۹۷ و ۹۹

۴. فرجام‌شناسی و راه‌شناسی

یکی از اقدامات ضروری والدین در مسیر تحقق سلامت معنوی فرزندان فراهم‌سازی بستر رشد شناختی آنان در فرجام‌شناسی است. از جمله شاخص‌های ایمان یا همان سلامت معنوی، شناخت عالم آخرت و رابطه آن با دنیاست. عاقبت‌اندیشی و اعتقاد به عواقب اخروی اعمال، یکی از ویژگی‌های انسان معنوی است.^۱ البته کودک نمی‌تواند فهم عمیقی از حقیقت عالم آخرت داشته باشد، اما مفهوم پاداش و تنبیه برای او کاملاً قابل فهم است. تحقیقات نشان داده است که کودکان براساس شنیده‌های خود تصویری ابتدایی از نعمت‌های بهشتی و آتش جهنم دارند به گونه‌ای که تامل در آن گاهی کودک را به خود مشغول می‌کند و به خاطر رسیدن به بهشت و دوری از جهنم حاضر است کارهایی انجام دهد. همچنین کودکان در بهشت خیالی خود، نعمت‌هایی را تصور می‌کنند که دوست دارند مثل اسباب‌بازی و شکلات و ...^۲. نباید با این تصور کودک مخالفت کرد چرا که هدف اصلی این است که او بهشت را به عنوان مکانی برای لذت‌بخش‌ترین کارها بشناسد، گرچه تصور او از مصداق آن صحیح نباشد. البته بسیاری از توصیفاتی که در منابع دینی درباره بهشت و جهنم شده است، برای کودک ملموس و محسوس است و می‌توان آنها را به کودک انتقال داد. از آنجا که طبق آموزه‌های دینی جنبه رحمانیت الهی مقدم بر جنبه غضب الهی است^۳ باید در این توصیف بیشتر تأکید بر نعمت‌های بی‌پایان بهشتی باشد و عذاب الهی به عنوان یک

^۱ در احادیث متعددی، عاقبت‌اندیشی و ملاحظه آثار اخروی اعمال، نشانه ایمان و سلامت معنوی معرفی شده است. برای نمونه به ذکر یک

حدیث از امیرالمومنین (ع) اکتفا می‌شود:

قال امیرالمومنین ع: یا ابن آدم! إِنْكَ لَمْ تَزَلْ فِي هَذِهِ عُمْرِكَ مُنْذُ سَقَطْتَ مِنْ بَطْنِ أُمِّكَ، فَخَذَّ مِمَّا فِي يَدَيْكَ لِمَا بَيْنَ يَدَيْكَ، فَإِنَّ الْمُؤْمِنَ يَتَزَوَّدُ، وَ الْكَافِرُ يَتَمَتَّعُ.

ای فرزند آدم، تو همواره از زمان تولدت، در حال گذران و از بین بردن لحظات عمرت بوده‌ای، پس از آنچه در دست توست، برای آنچه پیش روی توست، توشه بگیر، چرا که مومن عاقبت‌اندیش و توشه گیر است و کافر مشغول لذات کوتاه مدت است. (نزه الناظر و تنبیه الخواطر، ص ۷۹ و کشف الغمه فی معرفه الانمه، ج ۱، ص ۵۵۶).

^۲ باهنر، آموزش مفاهیم دینی همگام با روانشناسی رشد، ص ۲۲۲.

^۳ در بسیاری از ادعیه، خطاب به خداوند متعال، این تعبیر آمده است:

یا من سبقت رحمة غضبه. ای کسی که رحمتش بر غضبش پیشی گرفته است. (المزار، ص ۱۶۱ و مصباح المجتهد و سلاح المتعبد، ج ۲، ص ۴۴۲ و ص ۶۹۶ و مهج الدعوات و منهج العبادات، ص ۹۹).

وضعیت ثانویه برای افراد بسیار بدکار و ظالم معرفی شود به گونه‌ای که کودک خود را در زمره اهل بهشت احساس کند. توصیف لذت‌های بهشتی باید به گونه‌ای باشد که لذت‌های دنیوی در مقایسه با آن به لحاظ کمیت و کیفیت، اندک و ناچیز محسوب شود. انسان معنوی به این نتیجه رسیده است که مطلوب و خواسته او بسیار گسترده‌تر از آن است که در دنیا برآورده شود. او می‌داند که دنیا محل تزاخم بین لذت‌هاست و لذت مطلق در آن یافت نمی‌شود. بنابراین آخرت‌گرایی و کوچک دیدن دنیا در مقابل ظرفیت انسان از جمله شاخص‌های انسان سالم معنوی است، به گونه‌ای که طبق احادیث، دنیا برای انسان مؤمن مانند زندان محسوب می‌شود.^۱ مقدمات چنین نگرشی باید از کودکی فراهم شود و در برنامه‌ریزی تربیتی والدین ملاحظه شود. از سوی دیگر امید رسیدن به پاداش الهی، باید به یک امید زنده و نیروبخش در زندگی تبدیل شود.

رابطه بین عمل و نتیجه، منحصر به نتایج اخروی نیست، بلکه طبق موازین اسلامی، بسیاری از اعمال نیک و بد در همین دنیا نیز آثار خود را داراست،^۲ و به فرموده امام صادق (ع) انسان در دنیا هر گونه رفتار کند، با او نیز همانگونه رفتار خواهد شد.^۳ اعتقاد به اخلاقی بودن نظام عالم و این که هر عملی، عکس‌العملی متناسب با آن دارد، می‌تواند سبک زندگی انسان را به کلی تحت تأثیر قرار دهد. برای سلامت معنوی فرزندان، باید از کودکی برای تحقق این بینش، زمینه‌سازی شود.

یک فرد سالم معنوی، شریعت و احکام شرعی را به عنوان امری در تقابل با لذت‌های انسانی نمی‌بیند؛ بلکه آن را مسیری طراحی شده برای رسیدن به بهترین و بهترین لذت‌ها می‌بیند همانطور که دستورات

^۱ رسول خدا (ص) می‌فرمایند: دنیا زندان مومن و بهشت کافر است. (التمحیص، ص ۴۸) و امیرالمومنین (ع) می‌فرمایند: دنیا زندان مومن و مرگ، هدیه او و بهشت جایگاه و ماوای اوست. (تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، ص ۹۰).

^۲ روایات بسیاری بر این مطلب دلالت دارند که یک نمونه از آن ذکر می‌شود:

قال امیر المومنین (ع): مَا كَانَ قَوْمٌ قَطُّ فِي غَضِّ نِعْمَةٍ مِنْ عَيْشٍ فَرَّالٍ عَنْهُمْ إِلَّا يَذْنُوبُ اجْتَرَحُوهَا لِأَنَّ اللَّهَ لَيْسَ بِظَلَامٍ لِلْعَبِيدِ؛ زندگی در نعمتهای گوارا از هیچ قومی سلب نمی‌شود مگر به خاطر گناهانی که مرتکب شده‌اند چرا که خداوند نسبت به بندگانش جفاکار نیست. (نهج البلاغه للصبح صالح ص ۲۵۷).

^۳ امام صادق (ع) می‌فرمایند: کما تدین تدان؛ هر گونه رفتار کنی، با تو همان گونه رفتار خواهد شد. (المحاسن، ج ۱، ص ۱۰۷)

پزشک و باید و نبایدهای او برای محدود کردن لذت‌های انسان نیست بلکه برای حفظ آسایش و سلامت اوست. زمینه‌های این نگاه ایجابی و مثبت به احکام شرعی باید از کودکی فراهم شود. بنابراین باید وی را به طور اجمالی با فلسفه و هدف احکام شرعی آشنا کرد و نشان داد که این احکام برای حفظ سلامت و مصلحت خود انسان است.

چگونگی انتقال بینش معنوی

۱. مدیریت گفتگوهای خانوادگی

انتقال آگاهی‌های پیش‌گفته به کودک راه‌های گوناگونی دارد. یکی از عوامل مهم انتقال آگاهی، زبان است. وقتی والدین با هم سخن می‌گویند، ادبیات و نحوه گفتمان‌شان، برآمده از مجموعه‌ای از اعتقادات و نوعی جهان‌بینی است. کودک وقتی این سخنان را می‌شنود، به طور ناخودآگاه این جهان‌بینی را دریافت می‌کند. به عنوان مثال والدین معنوی هنگامی که می‌خواهند به همدیگر اعلام کنند کاری را فردا انجام خواهند داد، از تعبیر «ان شاء الله» یا «اگر خدا بخواهد» استفاده می‌کنند. این تعبیر ساده انعکاس‌دهنده یک نگاه توحیدی فراگیر در زندگی است به نحوی که انسان تمام وقایع و اتفاقات را منوط و مشروط به خواست و اراده الهی می‌کند. ادبیات والدین، این جهان‌بینی را به کودک منتقل می‌کند و لذا در قرآن و احادیث توصیه شده است هرگاه انسان می‌خواهد خبر از انجام کاری در آینده بدهد، از این تعبیر استفاده کند.^۱ در نقطه مقابل، اگر والدین از الفاظی چون شانس و اقبال استفاده کند، ناخودآگاه جهان‌بینی مشرکانه را به کودک تلقین می‌کنند و این مفهوم را به او منتقل می‌کنند که حوادث عالم تصادفی و بدون مدیریت

^۱ امام باقر(ع): قال الله عز و جل لنبيه ص في الكتاب - و لا تقولن لشيء إني فاعل ذلك غدا إلا أن يشاء الله أن لا أفعله فتسبق مشيئة الله في أن لا أفعله فلا أقدر على أن أفعله قال فلذلك قال الله عز و جل - و اذكر ربك إذا نسيت أي استثن مشيئة الله في فعلك؛ خدای عز و جل در کتابش به پیامبرش می‌فرماید: «درباره هیچ کاری نگو که من آن را فردا انجام می‌دهم، مگر اینکه [بگویی اگر] خدا بخواهد» یعنی مگر اینکه اراده خدا بر کار من سبقت بگیرد و نتوانم آن کار را انجام دهم. برای همین خدای متعال می‌فرماید: «و آنگاه که فراموش کردی، پروردگار خود را یاد کن.» یعنی اراده خدا را در کار خود استثناء کن. (کافی، ج ۷، ص ۴۴۸ و همچنین امثال این روایت در ص ۴۴۷ و ۴۴۹ همین کتاب وجود دارد).

است. والدین و بزرگترهای خانواده در صحبت کردن با یک دیگر، دائماً در حال ارائه نوعی تحلیل از وقایع پیرامون هستند. آنها اگر خود از دید معنوی و توحیدی برخوردار باشند، در پس تحلیل‌های مادی و دنیوی که در جای خود صحیح است، دست برتر اسباب الهی را نیز در نظر می‌گیرند و مثلاً اگر اتفاق خوشایند و پرمفعتی برایشان روی دهد آن را به لطف و حکمت الهی نسبت می‌دهند و در نتیجه این نگاه را به کودک انتقال می‌دهند.

به همین صورت سخنانی که بین والدین و کودک رد و بدل می‌شود نیز انعکاس‌دهنده نوعی جهان‌بینی است. کودکان در مورد علت پدیده‌های پیرامون سؤالات زیادی می‌پرسند. این سؤالات زمینه مناسبی است تا والدین با پیوند دادن بین اسباب مادی و طبیعی و اسباب الهی، نگاه توحیدی صحیح را به کودک انتقال دهند. مثلاً وقتی کودک بپرسد چرا باران می‌بارد، پدر یا مادر می‌توانند به سه نحو پاسخ دهند:

الف: چون قطرات آب در ابرها جمع می‌شوند و در نهایت به سمت زمین سرازیر می‌شوند.

ب: چون خدا می‌خواهد.

ج: خداوند برای اینکه درختان را سرسبز نگه دارد، ابرهایی را درست می‌کند که با جمع شدن قطرات آب در آنها، بارندگی رخ می‌دهد.

جواب اول تنها به اسباب مادی و طبیعی این پدیده اشاره دارد و نگاه توحیدی را انعکاس نمی‌دهد. جواب دوم گرچه دربردارنده نگاه توحیدی است اما چون به اسباب طبیعی پدیده اشاره نشده است، کودک را در جمع بین اسباب مادی و اسباب الهی یاری نمی‌کند و ممکن است یک تعارض درونی در بینش کودک بین این دو شکل گیرد. جواب سوم این حسن را دارد که هم نگاه توحیدی را شامل شده است و هم نحوه جمع این نگاه با اسباب و فرایندهای طبیعی روزمره را نشان می‌دهد و می‌تواند کودک را در کسب دید عمیق توحیدی یاری کند. والدین در هنگام صحبت کردن با هم و همچنین هنگام پاسخ دادن به سؤالات کودک، مکرراً در مقام توجیه و بیان علت تصمیم‌گیری‌های خود بر می‌آیند. پدر ممکن است در حضور فرزند از مادر بپرسد که چرا امروز فلان کار را انجام دادی؟ مادر در جواب این سؤال

می‌تواند به یک غرض و میل شخصی و دنیوی اشاره کند و می‌تواند به رضایت الهی و پاداش اخروی آن عمل اشاره کند. مادر با جواب دوم به کودک آموزش می‌دهد که اولاً باید رضایت الهی را در کارهای روزانه ملاک قرار داد و ثانیاً عمل به رضای الهی، بدون پاداش و هدیه الهی باقی نمی‌ماند و بدین ترتیب رابطه بین عمل در دنیا و نتیجه اخروی را نشان می‌دهد. همچنین مادر می‌تواند در جواب این سؤال، به یک آیه قرآن یا به یک توصیه یا رفتار اهل بیت (ع) اشاره کند و بدین ترتیب محوریت قرآن و الگو بودن اهل بیت (ع) را در زندگی نشان دهد و یا به عواقب دنیوی و اخروی آن اشاره کند و در نتیجه، عاقبت اندیشی و وجود رابطه بین عمل و نتیجه را به کودک القاء کند. این نکته بسیار مهم است که رعایت کردن اصول تربیتی در هنگام سخن گفتن با کودک کافی نیست بلکه این اصول باید بر سخنان خود والدین با هم نیز رعایت شود. کودک سخنان بزرگترها با هم را واقعی‌تر، صادقانه‌تر و جدی‌تر از سخنان آنها با خودش می‌بیند و برای فهم آنها کنجکاوی بیشتری دارد.

۲. اجتناب از آسیب‌های آموزش زبانی

آموزش زبانی گرچه نقش مهمی در انتقال معارف معنوی به کودک دارد در عین حال اگر نکات تربیتی در آن ملاحظه نشود می‌تواند به یک عامل ضدتربیتی تبدیل شود. از این رو به چند آسیب مهم که در آموزش زبانی ممکن است روی دهد اشاره می‌شود.

استفاده ابزاری از دستورات الهی

والدین اگر دستورات الهی را به کودک یادآوری می‌کنند باید سعی کنند به حکمت‌های پشتوانه آن دستور نیز اشاره کنند. این شیوه‌ای است که خود خدای متعال در کتابش به کار برده است و در جای جای قرآن می‌بینیم که دستورات خداوند همراه با حکمت و فایده آن مطرح شده است. بنابراین والدین نیز با بیان حکمت و فلسفه احکام الهی می‌توانند این ذهنیت را به کودک القاء کنند که دستورات الهی همواره براساس منافع خود انسان‌ها طراحی شده است و تبعیت از آنها به نفع انسان است.

نکته بسیار مهم این است که در مواقع تشنج روابط بین والدین و فرزندان، آنها نباید از دستورات الهی به عنوان ابزاری برای محدود کردن فرزند استفاده کنند و محدودیت‌هایی که از نظر کودک بسیار سنگین است را نباید مستند به امر الهی بکنند بلکه باید از روش‌های دیگری برای اعمال این محدودیت‌ها استفاده کنند تا ذهنیت سختگیرانه و محدودکننده بودن دستورات دینی در کودک شکل نگیرد.

آموزش بدون ایجاد علاقه

به طور کلی، غیر از مواقعی که خود کودک سائل و طالب فهم مطلبی باشد، استفاده از آموزش زبانی مستقیم باید به حداقل برسد، چرا که اولاً کودک در ارتباط با مدرسه و دوستان و خویشاوندان به طور طبیعی بسیاری از این بینش‌ها را می‌تواند کسب کند و ثانیاً اگر والدین زیاد بخواهند به طور مستقیم درباره امور مذهبی و معنوی سخن بگویند، برای کودک تکراری و کسل‌کننده می‌شود و این ذهنیت می‌تواند در آینده هم رغبت آنها را در شنیدن حرف‌های معنوی از بین ببرد.

برخی والدین نیز بیش از حد به آموزش مهارت‌های دینی بها می‌دهند و در واقع پرورش را فدای آموزش می‌کنند. کودکانی که به مدارس خاص با برنامه‌های آموزشی فشرده در زمینه امور مذهبی مثل حفظ قرآن فرستاده می‌شوند و انتظارات والدین نیز از آنها بالا است، اگر احساس فشار کنند ممکن است در آینده به طور کلی از امور معنوی بیزار شوند. لذا اینگونه برنامه‌ها باید کاملاً براساس علاقه و انگیزه خود کودک طراحی شود.

ناسازگاری آموزش با رفتار والدین

تأکید و تمرکز والدین باید بیشتر به ذهنیاتی باشد که در ضمن تکلمشان به کودک منتقل می‌کنند نه محتوای مستقیم کلامشان، به عبارت دیگر کودک بیشتر از آنکه به محتوای کلام والدین بیندیشد به فعل گفتاری آنها توجه می‌کند. مثلاً وقتی والدین عواقب بد کاری را می‌گویند اما خود، آن کار را انجام می‌دهند و برای کار خود توجیهاتی می‌آورند، این ذهنیت را القاء می‌کنند که ذکر عواقب بد آن کار صرفاً

جنبه ابزاری برای محدود کردن افراد را دارد نه اینکه واقعا چنین عواقبی در کار باشد. در نتیجه کودک این سخن والدین را باور نخواهند کرد. تلاش والدین باید در ایجاد باور باشد نه انتقال اطلاعات.

استفاده نابجا از باورپذیری کودک

آسیب دیگری که ذکر آن ضروری است این است که کودک در این سن هم به خاطر اعتمادی که به بزرگترها و به خصوص والدینش دارد و هم به خاطر گرایش به خیالپردازی، سخنان والدین خود را به راحتی می‌پذیرد حتی اگر سخنانی غیرعلمی، خرافاتی و خیال‌پردازانه باشد؛ اما این اعتماد و باورپذیری بالای کودک نباید باعث شود والدین در بیان اسباب نامحسوس و امور ماورایی، به خرافه‌گویی و طرح کردن مطالب غیرمنطقی روی بیاورند، چرا که فرزند وقتی به سن نوجوانی رسید و رشد عقلانی بیشتری پیدا کرد، به خرافاتی بودن این مطالب پی خواهد برد و در نتیجه اعتمادش به سایر سخنان درباره امور معنوی نیز از بین خواهد رفت.

۳. به کارگیری ابزارها و قالب‌های آموزشی مناسب

علاوه بر صحبت‌های روزمره خانوادگی، بسترهای دیگری نیز برای انتقال بینش‌های معنوی وجود دارد. قصه‌ها و داستان‌ها زمینه مناسبی برای آموزش جهان‌بینی و بینش معنوی است. قرآن کریم نیز بسیاری از پیام‌های معنوی و توحیدی خود را در قالب داستان و بیان سرگذشت انسان‌ها بیان می‌کند. از طریق داستان می‌توان بسیاری از معارف معنوی را به صورت عینی و عملیاتی و متناسب با ظرفیت شناختی کودک به او انتقال داد. کودکان به داستان‌هایی که می‌شنوند اهمیت زیادی می‌دهند و با تأمل در آنها سعی می‌کنند معنای زندگی را دریابند و لذا دقت والدین در پیام‌هایی که این داستان‌ها القاء می‌کنند، امری ضروری است.^۱ امروزه فیلم‌ها، کارتون‌ها و انیمیشن‌ها، برنامه‌های تلویزیونی و بازی‌های رایانه‌ای ابزاری مهم در چنین آموزش‌هایی است. این ابزارها همانطور که می‌توانند جهان‌بینی توحیدی و معنوی را به تصویر بکشند می‌توانند به طور نامحسوس، جهان‌بینی شرک‌آلود و ضد معنویت را ترویج دهند. لذا لازم

^۱نوذری، روانشناسی تحول دینداری، ص ۱۱۶

است والدین با هوشیاری کامل به انتخاب اینگونه برنامه‌ها دست بزنند. از آنجا که در بسیاری از موارد پیام‌های فیلم‌ها و بازی‌ها در لایه‌های پنهان قرار دارد و به راحتی قابل کشف نیست، رجوع به متخصصان این فن و مشورت کردن با آنها در این زمینه بسیار ضروری است، زیرا ممکن است یک بازی رایانه‌ای یا یک انیمیشن در ظاهر محتوای منفی و ضد معنوی نداشته باشد اما در تحلیل کارشناسانه، مشتمل بر پیام‌های غیرمستقیم ضد معنوی باشد.

۴. سبک زندگی معنویت محور

این تنها گفتار والدین نیست که منبع اطلاعاتی کودک محسوب می‌شود، بلکه رفتار آنها و تفسیر رفتارشان از سوی کودک نیز منشأ بینش‌های کودک می‌شود. لذا در روایات تأکید شده است که به جای دعوت با زبان، با عمل خود افراد را به سمت دین و معنویت جذب کنید.^۱ کودک رفتار والدین را به دقت بررسی می‌کند و این توانایی را داراست که ریشه‌های درونی این رفتارها را کشف کند. او می‌تواند بین قصد و عمل تفکیک کند و با درک دیدگاه دیگران، به انگیزه رفتار آنها پی ببرد.^۲ او وقتی ببیند که پدرش خود برخلاف توصیه‌های اخلاقی‌اش به کودک، عمل می‌کند ممکن است به این نتیجه برسد که آثار بدی که عمل بر خلاف آن توصیه‌های اخلاقی در پی دارد، آن چنان هم آثار بد و مخربی نیستند. مثلاً اگر پدر یا مادر به کودک بگویند بخشیدن و گذشتن از اشتباه دیگران باعث خشنودی خدا و پاداش ویژه الهی می‌شود ولی خود حاضر به گذشتن از اشتباه هم دیگر و یا دیگران نباشند، کودک با خود می‌گوید: یا این آثاری که برای بخشش گفته می‌شود خیلی صحت ندارد یا اینکه این آثار خیلی آثار مهم و درخور توجهی نیستند. همچنین اگر والدین اهل نماز و روزه باشند اما اخلاق اسلامی را رعایت نکنند، کودک دینداری را به عنوان عنصری کارآمد در بهبود روابط زندگی و مؤثر در سلامت و بهداشت روانی نمی‌بیند. اگر والدین بخواهند این ذهنیت و بینش را به کودک انتقال دهند که عبادت‌ها و رعایت احکام

^۱ امام صادق (ع) می‌فرمایند: کونوا دعاة الناس بأعمالکم، و لا تکنوا دعاة بألستکم؛ مردم را با اعمالتان (به دین حق) فرا بخوانید نه اینکه با زیادتان آنها را دعوت کنید. (قرب الاسناد، ص ۷۷ و مشکاه الانوار فی غرر الاخبار، ص ۴۶).

^۲ برک، روانشناسی رشد، ص ۵۶۷؛ کدیور، روانشناسی اخلاق، ص ۵۰.

دینی، موجب آرامش و لذت بیشتر از زندگی می‌شود، بهترین راه این است که خود در عمل و در زندگی خود مصداق واقعی این گزاره را به نمایش بگذارد.

۵. موقعیت‌یابی

در تربیت معنوی، تمرکز باید بر ایجاد بینش‌های ماندگار و تأثیرگذار باشد و صرف داشتن اطلاعات زیاد در این زمینه، برای رشد معنوی فرزندان کافی نیست. وقتی انسان به سن نوجوانی و جوانی می‌رسد، تنها بخش اندکی از شنیده‌ها و دیده‌ها و تجربیاتش در ذهنش حضور دارند. والدین و معلم‌های او در کودکی سخنان زیادی را به او گفته‌اند، اما شاید جملات معدودی باشد که تا نوجوانی و جوانی به یاد او می‌مانند و در گوش او تکرار می‌شوند. در واقع ذهن او در کودکی هنگام دریافت این جمله یا تجربه، آن را بسیار مهم تلقی کرده است زیرا ارتباط شدیدی بین آن تجربه و خواسته‌ها و نیازهای خود دیده است و از این رو آن را در ذهن خود به نیکی نگهداری کرده است. بنابراین والدین برای انتقال مطالب مهم و کلیدی باید به دنبال موقعیت‌های ناب باشند. موقعیت ناب زمانی است که کودک در مواجهه با یک تجربه خاطره انگیز و به یاد ماندنی قرار دارد و با تمام حواسش به درک یک واقعیت می‌پردازد.

پیشوایان دینی ما نیز از موقعیت‌های خاص و به یادماندنی برای القاء معارف دینی به صورت ماندگار استفاده کرده‌اند. مثلاً در حدیثی نقل شده است که روزی پیامبر (ص) کنار یارانش بود که مردی به سمت او آمد در حالی که چیزی را در لباسش پیچیده بود. آن مرد گفت ای رسول خدا من داشتم به سمت شما می‌آمدم که صدای جوجه‌های یک پرنده‌ای را در میان درختان شنیدم. آنها را برداشتم و در لباس خود گذاشتم. مادر آن جوجه‌ها آمد و بالای سر من می‌چرخید، لذا من لباسم را باز کردم و آن پرنده آمد و کنار آن‌ها نشست [با اینکه می‌دانست گرفتار می‌شود] و من همگی را در لباس پیچیدم و به اینجا آمدم. پیامبر (ص) فرمود: آن‌ها را بر زمین بگذارد. آن مرد آنها را بر زمین گذاشت و دید مادر آنها به هیچ وجه از جوجه‌ها جدا نمی‌شود. پس پیامبر (ص) به اصحابش فرمود: آیا از مهربانی و شفقت مادر این جوجه نسبت به فرزندان‌ش شگفت زده می‌شوید؟ گفتند آری ای رسول خدا، حضرت فرمود: قسم به کسی که

مرا به حق مبعوث کرده است، خداوند به بندگانش مهربان‌تر و دلسوزتر از مادر این جوجه‌ها به فرزندانش است. ای مرد اینها را همراه مادرشان به مکان ابتدایی‌شان بر گردان.^۱

در این روایت پیامبر (ص) برای اینکه مهربانی بی حد و حصر خداوند به بندگانش را به اطرافیان نشان دهد، مترصد موقعیتی ناب و خاطره‌انگیز شدند. موقعیتی که اصحاب همگی از شدت مهربانی مادر آن جوجه‌ها، شگفت زده بودند و طبعاً این شگفتی تا مدت‌ها در یاد آنها خواهد ماند و سخن پیامبر (ص) نیز برای آنها تداعی خواهد شد. در سخن گفتن با کودک نیز همین اصل باید رعایت شود. مثلاً اگر والدین می‌خواهند قدرت خدا را به کودک بفهمانند می‌توانند مترصد موقعیتی باشند که کودک از عظمت یک پدیده طبیعی که مستقیماً آن را مشاهده کرده است، به تعجب واداشته شود و در آن موقعیت، به او یادآور شوند که این پدیده شگرف ناشی از قدرت خداست. این روش نقش مهمی در تبدیل اطلاعات به باور و اعتقاد پایدار دارد.

۶. موقعیت‌سازی

والدین می‌توانند علاوه بر پیدا کردن موقعیت‌های مناسب، خود نیز خلق موقعیت کنند. این روش نیز در سیره ائمه طاهرین (ع) به کار گرفته شده است. برای مثال امام زین‌العابدین (ع) هنگامی که ماه رمضان حلول می‌کرد، اگر از خدمتکاران و اطرافیانشان خطا یا گناهی سر می‌زد، او را تنبیه نمی‌کرد و در یک دفترچه‌ای می‌نوشت که فلانی در فلان روز خطایی کرده است. حضرت این موارد را جمع می‌کرد و آنها را تنبیه نمی‌کرد تا اینکه آخرین شب ماه رمضان می‌رسید و حضرت همه آنها را فرا می‌خواند و دور خود جمع می‌کرد و دفترچه را باز می‌کرد و می‌فرمود: فلانی تو این کارها را کرده‌ای و من تنبیهت نکردم. آیا این را به یاد داری؟ او می‌گفت بله. ایشان همین سؤال را از تک تک آنها می‌پرسید و از همه اقرار می‌گرفت. سپس در میان آنها می‌ایستاد و می‌فرمود با صدای بلند این مطلب را تکرار کنید: ای علی‌بن‌الحسین، پروردگار تو هر آنچه عمل کرده‌ای بر شمرده است همانگونه که تو تمام اعمال ما را

^۱ سنن ابی‌داود، ج ۳، ص ۱۴۹ و مانند آن در مسند البزار، ج ۱، ص ۴۱۲.

برشمردی و نزد او کتابی است که به حق سخن می‌گوید و هیچ عمل کوچک و بزرگی را فروگذار نمی‌کند و هر آنچه عمل کرده‌ای در آن حاضر خواهی یافت همانطور که همه اعمال ما را نزد خود حاضر یافتی، پس ببخش و در گذر همانگونه که امیدواری پادشاه عالم تو را ببخشد...^۱ در این روایت امام زین‌العابدین (ع) به جای اینکه صرفاً به خدمتکاران و اطرافیان خود بگوید خداوند در قیامت تمام اعمال شما را محاسبه می‌کند، آنها را در موقعیتی قرار می‌دهد که دقیقاً آن شرایط را درک کنند و چه بسا ترس ابتدایی آنها از تنبیه شدن باعث شود این منظره برای همیشه در ذهنشان بماند و این موقعیت را فراموش نکنند.

والدین می‌توانند به صورت خلاقانه به ابداع اینگونه موقعیت‌ها بپردازند. از جمله بسترهای موقعیت‌سازی، بازی است. کودک در بازی به دلیل هیجان و علاقه شدید، تمام حواس خود را برای درک اتفاقات به کار می‌گیرد. مثلاً اگر یک بازی طراحی شود که در آن چشم کودک از طریق پارچه‌ای پوشیده شود و او برای بردن در بازی لازم باشد نوشته‌ای را که به صورت برجسته و برآمده نگاشته شده است، از طریق لمس کردن حدس بزند و بخواند، کودک تمام تلاش خود را برای حدس زدن آن نوشته به کار می‌برد. حال اگر نوشته مورد نظر این جمله باشد که: «بینایی نعمت خداست»، این جمله برای مدت‌ها در ذهن او حک می‌شود، زیرا او در همان حال ارزش بینایی را نیز کاملاً حس کرده است و این جمله در موقعیتی خاطره‌انگیز و به یادماندنی به او القاء شده است.

یکی از راه‌های عملی برای موقعیت‌سازی، ایفای نقش در تئاترهای مذهبی و معنوی است. اگر والدین کودکان را تشویق کنند تا در این تئاترها شرکت کنند و نقش ایفا کنند، آنها به خوبی در موقعیت‌های مختلف قرار می‌گیرند و پیام‌های معنوی را بهتر و دلنشین‌تر دریافت می‌کنند. در برخی از مساجد، کانون‌های فرهنگی و مدارس گروه‌های فرهنگی مختلف این گونه تئاترها را برگزار می‌کنند. والدین

^۱ (بحار الأنوار ج ۴۶، ص: ۱۰۳ و ۱۰۴)

می‌توانند با شناسایی گروه‌های مطمئنی که اهداف ارزشی دارند، فرزندان خود را با این گروه‌ها مرتبط کنند و زمینه مداخله فرزندشان در این برنامه‌ها را فراهم کنند.

اهداف گرایشی

منظور از اهداف گرایشی هدایت عواطف معنوی کودک است. تربیت و تأثیرگذاری بر بینش‌های کودک برای تحقق سلامت معنوی کافی نیست. بلکه باید زمینه هدایت گرایش‌ها را با به سوی معنویت نیز فراهم شود تا در موقع مناسب به قلب سلیم قرآنی برسد.^۱ در ادامه برخی از مؤلفه‌های قلب سلیم که هدف مورد نظر والدین و مربیان است مطرح می‌شود.

۱. پایه‌ریزی هرم محبت

مهم‌ترین شاخصه مؤمن این است که خدای متعال برای او محبوب‌ترین است به نحوی که او را بر همه خواسته‌ها و مطلوب‌های دیگر مقدم کند.^۲ در قلب مؤمن، خدای متعال در واقع در رأس هرم محبت قرار می‌گیرد و تمام محبت‌های دیگر براساس و مبنای این محبت، شکل می‌گیرد و تنظیم می‌شود. بنابراین انسان‌هایی که بیشترین قرب و قرابت را به خدای متعال دارند، باید بیشترین سهم از احساسات قلبی مؤمن را به خود اختصاص دهند. از این رو محبت به اهل بیت (ع)، پس از دوستی و عشق به خدا، در مرتبه بعدی قرار دارد. و به همین صورت محبت به اولیاء الهی که بیش از بقیه انسان‌ها در مسیر تقوا و طاعت خدای متعال قدم برداشته‌اند، در رتبه بعدی محبت قرار دارند.^۳ این سیر محبت ادامه پیدا می‌کند

^۱ «يَوْمَ لَا يَنْفَعُ مَالٌ وَلَا بَنُونَ إِلَّا مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ (شعراء ۸۸و ۸۹) (روزی که نه مال نفعی دارد و نه فرزند، جز کسی که با قلب سلیم نزد خدا بیاید).

^۲ «وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَتَّخِذُ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَنْدَادًا يُحِبُّونَهُمْ كَحُبِّ اللَّهِ وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبًّا لِلَّهِ (بقره ۱۶۵) (برخی از مردم غیر از خدا همتایانی را برمی‌گزینند که آن‌ها را همچون خدا دوست می‌دارند اما کسانی که ایمان آورده‌اند خدا را بیشتر (از هر چیز) دوست دارند).

^۳ پیامبر (ص) همواره تأکید داشتند که ارزش حقیقی انسان‌ها به میزان دین داری و تقوای آنهاست و نسب و نژاد او در ارزشمندی او تاثیری ندارد. روزی اصحاب پیامبر (ص) درباره حسب و نسب یک دیگر سخن می‌گفتند. وقتی رسول خدا وارد آن جمع شدند فرمودند: بدانید که شرافت انسان به دین اوست و مردانگی او به اخلاقش است و ریشه و اصل او عقلانیت اوست. خدای متعال می‌فرماید: ... ارزشمندترین شما نزد خدا با تقواترین شماست. پس بدان که هیچ کس بر تو فضیلتی ندارد مگر با تقوای الهی و اگر تقوای تو بیشتر بود تو بر آنها برتری داری. قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ص يَا مَعْشَرَ قُرَيْشٍ إِنَّ حَسَبَ الرَّجُلِ دِينَهُ وَ مَرْوَتَهُ خُلُقُهُ وَ أَصْلُهُ عَقْلُهُ وَ قَالَ اللَّهُ عَزَّ وَ جَلَّ - إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَى وَ جَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَ

و در مرتبه پایین‌تر، هر انسان مؤمنی را ° گرچه خطاها و گناهانی داشته باشد- در برمی‌گیرد، چرا که ایمان، آن فرد را در زمره افرادی قرار داده است که خدای متعال آنها را دوست دارد.^۱ از سوی دیگر فرد سالم معنوی، به افراد بی‌دین و غیرمذهبی، علاقه‌ای ندارد. انسان نمی‌تواند هم خدای متعال را دوست داشته باشد و هم افرادی را دوست داشته باشد که به او امر خدا پشت می‌کنند و با بی‌اعتنایی به خواست خدا، حق او را پایمال می‌کنند. همچنین ممکن نیست کسی خود را دوستدار اهل بیت (ع) معرفی کند و در عین حال، دشمنان و مخالفان ایشان را نیز دوست بدارد و یا با دوستان اهل بیت (ع) دشمنی کند.^۲ بنابراین هرم محبت در قلب انسان معنوی، از محبت به خدای متعال در راس آن، آغاز می‌شود و تا محبت به مومنان با کمترین درجات ایمانی ادامه می‌یابد و شامل افراد بی‌دین و غیرمومن نمی‌شود، چرا که انسان معنوی، قلب خود را براساس سنجه الهی تنظیم می‌کند. پایه‌ریزی هرم محبت باید از دوران کودکی آغاز شود.

۲. گرایش به اماکن و اجتماعات معنوی

انسان سالم معنوی، علاوه بر اینکه در علاقه به انسان‌ها، با معیار الهی آنها را رده‌بندی می‌کند، در مورد اماکن و نهادهای اجتماعی نیز همین شیوه را دارد. مکان‌ها و اجتماعاتی که منسوب به خدا و اولیاء او هستند مورد گرایش و محبت انسان معنوی است. مسجد، حرم مطهر ائمه (ع)، هیأت اهل بیت (ع) و اجتماعاتی که افراد مؤمن و مذهبی بیشتر در آن حاضر می‌شوند، مورد علاقه و باب میل انسان معنوی

قَبَائِلَ لَتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاهُمْ ثُمَّ قَالَ النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ لَا تَسْلَمَانِ لَيْسَ لِأَخِي مِنْ هَؤُلَاءِ عَلَيْكَ فَضْلٌ إِلَّا بِتَقْوَى اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ وَإِنْ كَانَ التَّقْوَى لَكَ عَلَيْهِمْ فَأَنْتَ أَفْضَلُ. (کافی، ج ۸، ص ۱۸۱).

^۱ در روایات تاکید شده است که دوستداران آل محمد (ص) را دوست بدارید و لو گنهکار باشند و دشمنانشان را دشمن بدارید و لو اهل عبادت باشند. (مالی طوسی، ص ۴۰۵ و بشاره المصطفی، ص ۳۸).

^۲ امام رضا (ع) می‌فرماید: من والی أعداء الله فقد عادى أولياء الله و من عادى أولياء الله فقد عادى الله و حق على الله أن يدخله نار جهنم؛ کسی که با دشمنان خدا دوستی کند با دوستان خدا دشمنی کرده است و کسی که با دوستان خدا دشمنی کرده باشد با خدا دشمنی کرده است و بر خداست که او را وارد جهنم کند. امام کاظم (ع) می‌فرماید: من عادى شيعتنا فقد عادانا و من والاهم فقد والانا؛ کسی که با شیعیان ما دشمنی کند با ما دشمنی کرده است و کسی که با آنها دوستی کند با ما دوستی کرده است. امام صادق (ع) می‌فرماید: من أحب كافرا فقد أبغض الله و من أبغض كافرا فقد أحب الله ثم قال ع صديق عدو الله عدو الله؛ کسی که کافری را دوست داشته باشد خدا را دشمن داشته است و کسی که بغض کافری را داشته باشد، خدا را دوست داشته است. سپس ایشان فرمودند: دوست دشمن خدا، دشمن خداست. وسائل الشیعه، ج ۱۶، ص ۱۷۹ تا ۱۸۱.

است و از سوی دیگر اماکنی که منسوب به مخالفان و دشمنان خدا و اهل بیت (ع) هستند، مورد نفرت چنین انسانی است. در دوره نوجوانی فرزندان سعی می‌کنند از خانواده مستقل شوند و وابستگی خود را کم کنند و بدین منظور آنها تمایل دارند عضویت در نهادهای اجتماعی را تجربه کنند تا هویت مستقل خود را بازیابی کنند. بنابراین اگر گرایش به برخی نهادهای اجتماعی در دوران کودکی شکل گرفته باشد، نوجوان خود به خود در انتخاب خویش به سمت گروه‌های سالم‌تر گرایش خواهد داشت و از گروه‌های ضدمعنویت و ضدارزش، فاصله خواهد گرفت، اما اگر گرایش‌های منفی در او شکل گرفته باشد او گروه‌های ضدارزشی را در نوجوانی ترجیح خواهد داد. بنابراین ایجاد گرایش‌های صحیح نسبت به نهادهای اجتماعی که کودک در آینده با آنها مواجه خواهد شد بسیار ضروری است.

۳. آخرت‌گرایی

شاخص دیگر سلامت معنوی اسلامی، میل زنده و پویا به پاداش اخروی و نعمت‌های بهشتی است، به نحوی که این میل برای او محرکی قوی در اطاعت از دستورات الهی و تحمل سختی‌های ناشی از آن است.^۱ پژوهشگران نشان داده‌اند میل به بهشت در کودکان می‌تواند محرکی برای رفتارهای معنوی نیز باشد.^۲ در مقابل امیال اخروی، امیال دنیوی قرار دارند. طبق روایات، حب دنیا یکی از مهمترین موانع سلامت معنوی است و منشأ بسیاری از بیماری‌های معنوی است.^۳ با این حال نمی‌توان در مورد کودکان توقع داشت که به مظاهر دنیوی علاقه‌ای نداشته باشند زیرا این یک گرایش طبیعی و غریزی است که در آنها شکل می‌گیرد.^۴ اما والدین می‌توانند برنامه تربیتی خود را طوری تنظیم کنند که گرایش‌های دنیوی

^۱ در روایات متعددی شوق به بهشت یکی از نشانه‌های فرد مومن و پیرو اهل بیت (ع) شمرده شده است. شرح نهج البلاغه لابن ابی الحدید، ج ۵، ص ۱۱۶ و جامع الاخبار للشعیری، ص ۸۷.

^۲ باهنر، آموزش مفاهیم دینی همگام با روانشناسی رشد، ۲۱۸.

^۳ در متون دینی، حب دنیا نشان دهنده فریب خوردگی، فاسد کننده عقل و کر کننده قلب از شنیدن حکمت‌ها و منشا همه خطاها است و موجب بسیاری از بیماری‌های قلبی مثل افسردگی و حرص برطرف نشدن و ارزوی دست نیافتنی است. (کافی، ج ۲، ص ۱۳۱؛ غررالحکم، ص ۴۰۵ و ص ۳۴۹؛ نهج البلاغه، ص ۵۰۸).

^۴ امیرالمومنین (ع): أَلَنَاسُ أَبْنَاءُ اللَّتِيَا وَ الْوَلَدُ مَطْبُوعٌ عَلَى حَبِّ أُمِّهِ. مردم فرزندان دنیا هستند و هر فرزندی بر محبت مادرش سرشته شده است. (غررالحکم ص ۱۰۰).

در کودک به طور افراطی و بیش از حد تقویت نشود تا در بزرگسالی او بهتر بتواند در این زمینه خود را به تعادل برساند. درباره راهکارهای عملی این مسأله، در بخش‌های بعدی مطالبی خواهد آمد.

چگونگی ایجاد گرایش‌ات معنوی

برای شکل‌گیری گرایش‌ات معنوی در کودک، یک راه اعطای بینش‌های معنوی است. چرا که بین بینش و گرایش رابطه وجود دارد. شناخت صفات خداوند و خصوصیات معصومین (ع) در علاقه به آنها مؤثر است. برای مثال هر قدر از مهربانی خدا به خصوص به کودکان، گفته شود و نعمت‌های خدا به بندگان بیان شود، طبیعتاً محبت خدا در کودکان بیشتر تقویت خواهد شد.^۱ همین‌طور کودکی که بداند امامان معصوم (ع) حتی از خودش به او مهربان‌ترند، قطعاً محبت او را بدست خواهد آورد.^۲ طبق تحقیقات، کودکان در جستجوی قدرتمندترین (معمولاً پسرها) یا زیباترین (معمولاً دخترها) هستند و در این باره سؤالات زیادی دارند.^۳ این نشان‌دهنده علاقه فطری و طبیعی آنها به این صفات است. بنابراین شناخت خداوند با این صفات، می‌تواند محبت به خدا را در کودکان تقویت کند.

در مورد روش‌های اعطای بینش معنوی در عناوین پیشین بحث شد و بیان شد که منحصر به آموزش گفتاری و زبانی نیست. لذا در اینجا از تکرار مباحث پرهیز می‌کنیم. اما علاوه بر بینش‌افزایی، راه‌های دیگری نیز برای تقویت گرایش‌های معنوی وجود دارد که در این بخش به آنها می‌پردازیم.

^۱ چنانکه از رسول اکرم ص روایت شده است: خداوند عزوجل به موسی بن عمران ع وحی کرد: ای موسی مرا دوست بدار و مرا برای بندگانم محبوب کن. موسی گفت: پروردگارا من تو را دوست دارم. اما چگونه تو را برای بندگانم محبوب کنم؟ فرمود: نعمتهایم را به آنها یادآوری کن. (امالی طوسی، ص ۴۸۴).

^۲ امام صادق (ع) می‌فرمایند: انا ارحم بکم من انفسکم؛ ما به شما مهربان‌تر از خودتان هستیم. (بصائر الدرجات، ج ۱، ص ۲۶۵ و دلائل الامامه، ص ۲۸۲).

^۳ یاب، ۱۳۸۰، ص ۴۰-۳۹

۱. خوشایندسازی

یکی از راه‌های ایجاد علاقه، خوشایندسازی است. این روش مبتنی بر اصل تداعی است. در این روش سعی می‌شود بین یک کار و محرک‌های مثبت در ذهن کودک ارتباط برقرار شود، تا با تصور آن کار حس خوبی در کودک ایجاد شود و خود به خود به آن علاقه‌مند شود. این روش در احادیث اهل بیت (ع) نیز توصیه شده است. مثلاً امام صادق (ع) از رسول خدا (ص) نقل می‌کند که: هر روز جمعه برای خانواده خود چیزی مثل میوه یا گوشت ارمغان بیاورید، تا آنها از آمدن روز جمعه خوشحال شوند.^۱ در واقع روز جمعه در اسلام یکی از اعیاد دینی محسوب می‌شود. در این حدیث برای ایجاد علاقه به روز جمعه، از روش خوشایندسازی استفاده شده است و توصیه شده است که بین روز جمعه و محرک‌های مثبت، تداعی ذهنی ایجاد شود. از این روش می‌توان برای علاقه‌مند کردن کودک به بسیاری از نمادهای دینی، اماکن معنوی و ... استفاده کرد. مثلاً برای اینکه فرزند به مسجد علاقه مند شود، باید مسجد رفتن کودک همراه با اموری باشد که برای او مسرت بخش هستند. این امور می‌تواند مسیر رفت و برگشت و همچنین داخل مسجد را در برگیرد. خوش اخلاقی در طول مسیر و یا خریدن خوراکی مورد علاقه، کوتاه بودن مدت اقامت در مسجد، رصد کردن برنامه‌های مناسب سن کودک در مسجد و شرکت دادن وی در آنها و زمینه‌سازی برای پیدا کردن دوست مسجدی از مصادیق این خوشایندسازی است.

برای رعایت اصل خوشایندسازی، والدین باید به پیام‌هایی که از سوی افراد دیگر به کودک ارسال می‌شود نیز توجه داشته باشند. مثلاً اگر در فامیل و خویشان خانواده، فردی وجود داشته باشد که به ظاهر التزام به دین و شریعت دارد اما از لحاظ اخلاقی، پردافعه و بدخلق و عصبانی مزاج باشد، تعامل با چنین فردی می‌تواند دید منفی به دین و افراد مذهبی را در کودک شکل دهد. بنابراین اگر در خویشان یا

^۱ امام صادق (ع) می‌فرمایند رسول خدا (ص) فرموده‌اند: أطرفوا أهالیکم فی کل جمعة بشيء من الفاکهة أو اللحم حتی یفرحوا بالجمعة. (کافی، ج ۶، ص ۲۹۹).

دوستان والدین، افرادی هستند که هم مذهبی و معنوی هستند و هم اخلاق نیکو و جذب کننده‌ای دارند، باید ارتباط و معاشرت با آنها بیشتر تقویت شود و جایگزین ارتباط با افراد دسته نخست شود.

آموزش‌های معنوی که صفات دوست داشتنی خداوند متعال و اهل بیت (ع) را به کودک می‌آموزد نیز باید با این اصل هدایت شود. این آموزش‌ها گرچه به لحاظ محتوایی، علاقه به خداوند و اهل بیت (ع) را افزایش می‌دهد اما اگر هنگام آموزش دیدن، کودک شرایط روحی نامناسبی داشته باشد ممکن است نتیجه عکس بدهد. مثلاً اینکه به صورت اجباری و از روی اکراه تن به این برنامه‌ها بدهد و یا اینکه آموزش همراه با سرزنش و توبیخ باشد، از اموری است که مخالف اصل خوشایندسازی است. آموزه‌های معنوی نباید به ابزاری برای محدود کردن و بایکت کردن کودک مبدل شود.

۲. مسئولیت دهی

یکی از اموری که گرایش کودک را تقویت می‌کند، مسئولیت‌دهی مناسب کودک است. کودکان مخصوصاً در اواخر دوره کودکی، به کسب مسئولیت‌های اجتماعی محدود و تحت نظارت والدین، علاقه نشان می‌دهند چرا که به این شیوه می‌توانند توانایی‌های خود را ابراز کنند و اعتماد والدین و دیگران را جلب کنند و ستایش اطرافیان را برای خود کسب کنند. در مساجد و هیأت مذهبی، مسئولیت‌هایی وجود دارد که کودکان می‌توانند آن را بر عهده بگیرند و والدین می‌توانند زمینه چنین قبول مسئولیتی را فراهم کنند و به این صورت علاقه کودک به این اماکن را دوچندان کنند. در این دوره کودکان تا حدودی از والدین خود مستقل می‌شوند و لذا والدین کارآمد، بسیاری از مسئولیت‌ها را به کودک محول می‌کند و با نظارت کلی به او اجازه می‌دهد خود تصمیم‌گیری کند. بدین صورت رابطه والدین و فرزند به یک تنظیم مشترک می‌رسد و فرزند برای دوره نوجوانی آمادگی بیشتری پیدا می‌کند.^۱ پیوند دادن کودک با مسئولیت‌های اجتماعی در نهادهای معنوی، هم به کودکان هویت معنوی می‌دهد و هم مسیر استقلال یافتن آنها در نوجوانی را به طور غیر مستقیم هدایت می‌کند. همچنین در محیط خانه نیز والدین با اعتماد

^۱برک، روانشناسی رشد، از لقاح تا کودکی، ص ۵۸۱

به کودک و دادن مسئولیت‌هایی به او، می‌توانند او را به سمت نقش‌های معنوی علاقه‌مند کنند، مثلاً کودک می‌تواند در خانه به عنوان مسئول اذان و برپایی نماز باشد، به گونه‌ای که پدر و مادر به محض شنیدن صدای اذان کودک، از کارهای دیگر دست بردارند و برای نماز خواندن خود را آماده کنند. البته ابتدا والدین باید مهم بودن و ارزشمند بودن این مسئولیت را به کودک القاء کنند تا او با شوق و علاقه بیشتری این مسئولیت را بپذیرد، مثلاً پدر می‌تواند ابتدا برای مدتی خودش این مسئولیت را بر عهده بگیرد و به شکل جذاب و شیرینی آن را اجرا کند. بدین وسیله وقتی کودک می‌خواهد این کار را انجام دهد، احساس می‌کند در جایگاه پدر قرار گرفته و دارد همان کار جذاب پدر را انجام می‌دهد.

۳. مأنوس‌سازی

یکی از عواملی که در گرایش‌ات انسان تأثیر می‌گذارد، همنشینی و انس گرفتن است. مثلاً اگر انسان به یک کشور سفر کند که مردمانش از نظر شکل ظاهری و رفتارهای اجتماعی و آداب و رسوم و ... بسیار متفاوت با مردم کشور خودش باشد، ابتدا احساس غربت و تفاوت فرهنگی در او ایجاد می‌شود و این احساس باعث فاصله گرفتن از آنها و مانع گرایش به آنها می‌شود. اما پس از اینکه انسان مدتی در این کشور جدید اقامت پیدا کرد و به تدریج با افراد آن کشور تعامل برقرار کرد، کم‌کم با آنها مأنوس می‌شود و احساس غرابت جایش را به احساس قرابت و نزدیکی می‌دهد. به همین ترتیب هر یک از انسان‌ها در محل زندگی خود نیز عادت به معاشرت با افرادی با تیپ‌های شخصیتی و عادات‌های فرهنگی خاص دارند که نوعی قرابت و علاقه بین آنها ایجاد می‌کند. یک پلیس یا استاد دانشگاه یا راننده کامیون، اگر در جمع، فردی هم شغل و هم کسوت خود بیابد، با او با گرمی و حرارت بیشتری تعامل می‌کند چرا که احساس انس و قرابت بیشتری به او دارد. بر همین اساس بسیار مهم است که والدین در سنین کودکی، فرزند خود را با چه نهادهای اجتماعی و با چه تیپ‌های شخصیتی مأنوس می‌کنند. اهمیت این مسأله در دوره اخیر کودکی دوچندان می‌شود، چرا که کودک در آستانه ورود به نوجوانی قرار دارد. او وقتی به نوجوانی برسد تصمیم می‌گیرد از نهاد خانواده کمی جدا شود و خود را مستقلاً عضو نهادهای اجتماعی گوناگون کند. اینکه نوجوان چه نهاد اجتماعی را برگزیند، بستگی کاملی به علاقه‌های شکل یافته در

دوران کودکی دارد و اینکه او در این دوران به چه نهادهایی انس پیدا کرده است. اگر والدین در این دوران، به مناسبت‌های گوناگون و همراه با رعایت اصل خوشایندسازی، همراه با کودک به اجتماعات مذهبی، مثل هیئت‌ها و مساجد، رفت و آمد داشته باشند و یا در تعاملاتشان، با انسان‌های مذهبی و معنوی معاشرت کنند و از معاشرت با انسان‌های لابلای و دور از دین، تا حد ممکن پرهیز کنند، خود به خود، فرزند احساس قربت فرهنگی با انسان‌ها و نهادهای معنوی پیدا می‌کند و در مواجهه با انسان‌های بی‌دین و نهادهای غیردینی، احساس غرابت و فاصله فرهنگی می‌کند و علاقه‌ای به تحکیم ارتباط با آنها پیدا نمی‌کند. بنابراین معاشرت‌ها و رفت و آمدهای خانودگی در شکل‌گیری گرایشات معنوی در کودک نقش بسیار مهمی دارند. اگر در فامیل افرادی باشند که گرایشات ضدمذهبی و غیرمعنوی دارند، معاشرت با آنها موجب انس کودک با این سبک فرهنگی می‌شود. بنابراین اینگونه روابط باید به حداقل برسد. به همین دلیل در روایات تأکید شده است که در معاشرت‌ها و ارتباطات، انسان باید سعی کند با افراد دیندار و معنوی تعامل کند چرا که دین و آیین همنشینی خواه ناخواه در انسان اثر می‌گذارد.^۱ امام صادق (ع) به نقل از رسول خدا (ص) در این باره می‌فرماید: انسان بر دین دوست و قرین خود است.^۲ ایشان همچنین به آثار همنشینی با افراد دیندار و معنوی اشاره می‌کنند و می‌فرمایند: همنشینی با اهل دین موجب شرافت در دنیا و آخرت است.^۳ از سوی دیگر همنشینی با اهل دنیا و کسانی که از معنویت دور هستند سلامت معنوی انسان را به خطر می‌اندازد و لذا در روایات نسبت به آن هشدار داده شده است. امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: همنشینی با اهل دنیا، ایمان را به فراموشی می‌سپارد و انسان را به پیروی از شیطان می‌کشاند.^۴

^۱ رسول اکرم (ص) می‌فرماید: همنشینی با اهل دین موجب شرافت در دنیا و آخرت است. (روضه الواعظین ج ۱ ص ۵) امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: همنشینی با اهل دنیا، ایمان را به فراموشی می‌سپارد و انسان را به پیروی از شیطان می‌کشاند. (غررالحکم ص ۷۱) امام صادق (ع) می‌فرماید: با اهل بدعت هم مصاحبت نکنید و با آن‌ها همنشینی نکنید تا نزد مردم یکی از آن‌ها شوید. رسول خدا می‌فرماید: انسان بر دین دوست و قرین خود است. (کافی، ج ۲، ص ۳۷۵) ایشان همچنین می‌فرمایند: شایسته نیست که مسلمان با انسان فاجر یا احمق یا دروغگو دوستی کند. (کافی، ج ۲، ص ۳۷۶)

^۲ امام صادق (ع): لا تصحبوا أهل البدع ولا تجالسوهم فتصيروا عند الناس كواحد منهم قال رسول الله ص المرء علی دین خلیله و قرینه. (کافی، ج ۲، ص ۳۷۵)

^۳ امام صادق (ع): قال رسول الله ص مجالسة أهل الدین شرف الدنیا و الآخرة. (روضه الواعظین ج ۱ ص ۵)

^۴ امیرالمؤمنین (ع): مجالسة اهل الدنیا منسأة للإیمان و قاندة إلى طاعة الشیطان. (غررالحکم ص ۷۱)

ایشان همچنین می‌فرمایند: شایسته نیست که مسلمان با انسان فاجر یا احمق یا دروغگو دوستی کند.^۱ لذا دوستی و معاشرت با کسانی که از شاخص‌های معنوی فاصله دارند می‌تواند به تدریج انسان را از معنویت دور کند.

۴. ارزش‌گذاری الهی

کودک همواره در حال دریافت پیام‌ها و مشوق‌هایی از سوی محیط است که به او نشان می‌دهد چه چیزهایی ارزشمند، دوست داشتنی، تحسین‌برانگیز و مهم هستند و چه چیزهایی کم اهمیت و بی‌ارزش یا ضدارزش و مورد تنفر هستند. بدین ترتیب از اوایل کودکی، شکل‌گیری فراخود و نهادینه کردن ارزش‌های اجتماعی آغاز می‌شود. شکل‌دهی فراخود بر اساس این ارزش‌ها در اواسط کودکی نیز ادامه می‌یابد و رشد بیشتری می‌کند.^۲ البته کودکان در فرهنگ‌های مختلف، استدلال‌های مشابهی در مسائل اخلاقی اساسی دارند و عمل غیراخلاقی را حتی از سوی معلم یا ناظم به صورت منفی ارزیابی می‌کنند.^۳ این نشان می‌دهد آنها علاوه بر درک ارزش‌های اجتماعی، یک درک درونی از ارزش و خوب و بد دارند و در مقابل القائات اجتماعی، منفعلانه عمل نمی‌کنند. این در واقع ریشه در فطرت الهی مشترکی است که در آنها به صورت خدادادی نهادینه شده است. اما به هر حال قابل انکار نیست که دریافت محیطی آنها از ارزش‌های اجتماعی، نقش پر رنگی در شکل‌دهی وجدان اخلاقی و حالت مطلوب و آرمانی در نظر آنها دارد. در اوایل کودکی، فرزندان ارزش‌های اجتماعی را بیشتر از طریق والدین بدست می‌آورند اما در سال‌های دبستان، علاوه بر والدین منابع دیگری نیز برای دریافت این ارزش‌ها در دسترس کودک قرار می‌گیرد. بدین ترتیب والدین هم باید بر القائات خود دقت داشته باشند و هم اینکه با انتخاب محیط مناسب برای کودک، بر القائات محیطی که کودک دریافت می‌کند نیز نظارت داشته باشند. هرگاه والدین از کار کودک خوشحال یا ناراحت می‌شوند یا او را تحسین یا مذمت می‌کنند، ارزشمندی یا ضدارزش

۱ امام صادق (ع): لا ینبغی للمسلم أن یواخی الفاجر ولا الأحمق ولا الکذاب (کافی، ج ۲، ص ۳۷۶)

۲ برک، روانشناسی رشد، از لقاح تا کودکی، ص ۲۶

۳ همان، ص ۵۷۰

بودن آن کار را اعلام می‌کنند. همچنین هرگاه کودک در محیط، تشویق یا حمایت اجتماعی ببیند کار خود را مطلوب و ارزشمند تلقی خواهد کرد. معلمان و مربیان کودک همواره در حال ارسال پیام‌هایی به کودک و شکل‌دهی نظام ارزشی کودک هستند. به همین صورت دوستان و همسالان کودک در مدرسه و محله نیز انعکاس‌دهنده نظام ارزشی دریافتی خود هستند. با گسترش سطح روابط کودک، والدین نمی‌توانند بر تک تک افرادی که با کودک ارتباط دارند نظارت دقیق داشته باشند. بنابراین مهمترین کاری که باید بکنند این است که از ابتدا در انتخاب محله یا مدرسه یا کلاس‌های فوق برنامه کودک، سلامت کلی آن محیط را بررسی کنند و محیط‌هایی را انتخاب کنند که در کل به ارزش‌های دینی و معنوی گرایش دارند و از ضد ارزش‌ها دوری می‌کنند.

والدینی که دغدغه تربیت معنوی دارند، به طور طبیعی کارهای معنوی کودک خود را تشویق و تحسین می‌کنند و از این نظر نیاز به آموزش ندارند. آنچه نیاز به تذکر دارد، رعایت مراتب ارزش‌گذاری است. درجه ارزش‌گذاری والدین بر کار فرزند باید براساس درجه خدایپسند بودن آن کار باشد نه براساس درجه مردم پسند بودن آن. مثلاً گرفتن نمره خوب در کلاس، لباس مرتب و تمیز پوشیدن، پیشرفت در ورزش، کمک کردن به هم کلاسی و قرآن خواندن همگی کارهای پسندیده‌ای هستند اما میزان پسندیده بودن آنها بستگی به معیار ارزش‌گذاری ما دارد. از نظر ارزش‌گذاری جامعه، شاید گرفتن نمره خوب در کلاس ارزشمندتر از کمک کردن به هم کلاسی باشد اما قطعاً کمک کردن به هم کلاسی‌ها کاری معنوی‌تر است و لذا والدین هم باید واقعا از این کار کودک خود بیشتر خوشحال شوند و هم این خوشحالی خود را بیشتر ابراز کنند تا سلسله مراتب ارزشمندی کارها نزد کودک به درستی شکل بگیرد.

نکته دیگری که باید مورد توجه قرار گیرد این است که فرهنگ جامعه و محیط ممکن است برخی اموری که به لحاظ معنوی و دینی، ضدارزش هستند را تبدیل به اموری کند که به لحاظ ارزشی خنثی هستند. والدین باید نسبت به این امور هشیار باشند و ضدارزش بودن آنها را به کودک القاء کنند. مثلاً غیبت کردن و عیب‌جویی از دیگران، توهین و تمسخر انسان‌ها، پوشش نامناسب زن‌ها و موسیقی‌های

حرام ممکن است در برخی فرهنگ‌ها امری عادی محسوب شود و قبحی نداشته باشد، اما والدین باید در شرایط مناسب ضدا ارزش بودن این کارها و ناپسند بودنشان را برای کودک ابراز کنند و نگذارند روحیه منفعل و پذیرا بودن نسبت به ارزش‌گذاری‌های غلط جامعه در کودک شکل بگیرد، چنانکه امام صادق (ع) می‌فرمایند «امعه» نباشید، یعنی اینگونه نباشید که هر چه در جامعه رواج یافت شما نیز تابع آن جو اجتماعی بشوید.^۱

۵. تعادل در فراهم کردن رفاه مادی

چنانکه پیشتر اشاره شد، حب دنیا از مهمترین موانع سلامت معنوی است. یکی از عواملی که در دنیاگرایی فرزندان مؤثر است، فراهم کردن بی حد و حصر رفاه مادی و خواسته‌های دنیوی آنهاست. اگر کودک هر خواسته‌ای داشته باشد به زودی برایش فراهم شود، دنیا را به عنوان مکان برآورده شدن خواسته‌ها و محل تحقق آرزوهایش تلقی خواهد کرد و متوجه این حقیقت نخواهد شد که دنیا پر از محدودیت است و نسبت به تمایل بیکران انسان ناچیز است. راضی شدن به زندگی دنیوی به این معنی که انسان به دنیا طمأنینه پیدا کند و آرزوی فراتری نداشته باشد، در قرآن کریم در کنار غفلت از نشانه‌های الهی و از میان رفتن روحیه آخرت‌گرایی قرار گرفته است و هشدار اساسی برای سعادت انسان می‌باشد: **إِنَّ الَّذِينَ لَا يَرْجُونَ لِقَاءَنَا وَرَضُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاطْمَأْنَأُوا بِهَا وَالَّذِينَ هُمْ عَنْ آيَاتِنَا غَافِلُونَ. أُولَٰئِكَ مَا لَهُمْ النَّارُ بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ** (یونس ۷ و ۸) (کسانی که امید و انتظاری به روز دیدار ما ندارند و به زندگی دنیا راضی و دل‌هایشان به همان مادیات پست آرامش یافته، و کسانی که از آیات ما غافلند، جایگاهشان آتش خواهد بود به خاطر اعمالی که می‌کردند.) بنابراین سبک زندگی در خانواده نباید به گونه‌ای باشد که فرزندان غرق در نعمت‌های دنیوی باشند و مظاهر دنیوی در زندگی بیشترین برجستگی را داشته باشند تا دنیاگرایی در کودکان نهادینه نشود.

^۱ معانی/الانخبار، ص ۲۶۶.

از سوی دیگر، اعمال محدودیت بیش از حد بر رفاه کودکان و محروم کردن آنها از بیشتر خواسته‌ها و آرزوهایشان، می‌تواند اثر عکس بگذارد و آنها را بیشتر حریص بر دنیا کند، چنانکه پیامبر اکرم (ص) می‌فرمایند: *إن ابن آدم لحریص علی ما منع*. (فرزندان آدم بر آنچه از آن ممنوع شود، حریص است)^۱ بنابراین والدین باید حد تعادل را در این زمینه رعایت کنند به گونه‌ای که نه فرزند احساس کمبود و محدودیت بیش از حد بکند و نه احساس کند هرچه می‌خواهد فوراً برایش فراهم می‌شود.

ایجاد عادات معنوی

هدایت بینش و گرایش کودک منجر به هدایت کنش او می‌شود؛ اما تثبیت کنش‌های مثبت که تبدیل رفتار به عادات مطلوب است نیازمند برنامه‌ریزی است. شکل‌گیری برخی عادات‌های رفتاری در کودکی می‌تواند باعث آسان یا کند شدن رشد معنوی انسان در سنین بالاتر می‌شود. بنابراین توجه به این عادات و برنامه‌ریزی برای آنها در کودکی لازم است. در بخش اول به بیان مصداق برخی از این عادات می‌پردازیم و نشان می‌دهیم که شکل‌دهی این عادات در کودکی می‌تواند به عنوان گام مقدماتی برای سلامت معنوی در سنین بالاتر باشد. در بخش بعدی راه‌های ایجاد این عادات معنوی را بررسی می‌کنیم.

آماده شدن برای تکالیف شرعی

یکی از عادات‌های مهم، نماز خواندن است. گرچه کودک تکلیف شرعی ندارد اما در احادیث توصیه شده است که به خواندن نماز و حتی گرفتن روزه سوق داده شوند.^۲ نماز در واقع خود یک عمل عبادی تربیت‌کننده است. یعنی صرفاً این طور نیست که کسی که تربیت یافته باشد نماز بخواند، بلکه خود نماز خواندن موجب تربیت شدن انسان است. بنابراین عامل و مشوقی که والدین برای کودک در مورد نماز

^۱ نهج الفصاحه، ص ۲۶۷.

^۲ مثلاً امام صادق (ع) می‌فرمایند: ما فرزندانمان را در پنج سالگی به نماز امر می‌کنیم. شما نیز در هفت سالگی فرزندانمان را به نماز امر کنید. همچنین ما فرزندانمان را در هفت سالگی به روزه فرا می‌خوانیم به مقداری که می‌توانند روزه بگیرند، نیمی از روز، کمتر یا بیشتر. و آنگاه که تشنگی و گرسنگی بر آنها غالب آید، افطارشان می‌دهیم. چنین می‌کنیم تا به روزه عادت کنند و بر آن توانا شوند. شما نیز در نه سالگی فرزندانمان را به روزه فراخوانید به مقداری که توان دارند و آنگاه که عطش بر آنها غلبه کرد، افطارشان دهید. (من لا یحضره الفقیه، ج ۱، ص ۲۸۰)

خواندن قرار می‌دهند ممکن است تشویق‌هایی باشد که انگیزه‌های غیر معنوی کودک را متأثر می‌کند اما به مرور زمان، خود نماز انگیزه‌های معنوی کودک را تقویت می‌کند.

واجبات دینی که از سن تکلیف بر انسان لازم می‌شوند گاه نیاز به تمرین و آمادگی ذهنی و روحی قبلی دارد. لذا والدین باید به این واجبات توجه داشته باشند و پیش از سن تکلیف، به تدریج عادت به آنها را در کودک ایجاد کنند. اینکه کودک به یک باره در سن تکلیف، یک ماه کامل روزه بگیرد که گاه در روزهای گرم و طولانی تابستان هم قرار دارد و اینکه از آن روز به بعد در روز پنج بار نماز بخواند، مخصوصاً نماز صبح که در زمانی قرار دارد که معمولاً انسان‌ها در خواب عمیق فرو رفته‌اند و اینکه دختران از سن تکلیف به یک باره وارد یک پوشش جدید و نامانوس بشوند و ... توقع بسیار سنگینی از کودک است. بنابراین باید مقدمات این وظایف دینی پیشتر آماده شود. رعایت اصل تدریج در عادت دادن کودک به وظائف دینی معنوی بسیار مهم است و در روایات معصومین (ع) تذکر داده شده است، مثلاً امام باقر (ع) و امام صادق (ع) یک برنامه تدریجی و گام به گام برای شکل‌دهی عادت به نماز بیان کرده‌اند.^۱ در مورد روزه نیز همین نکته باید رعایت شود. کودک باید پیش از بلوغ، تجربه روزه‌های کله گنجشکی و هر از گاهی روزه‌های کامل در بعضی روزهای ماه رمضان را تجربه کند و یا به فرموده امام صادق (ع) از ابتدای روز روزه بگیرند تا زمانی که تشنگی یا گرسنگی بر آنها غلبه کند و آنگاه افطار کنند و این مسیر رو به رشد ادامه یابد تا در سن بلوغ با روزه گرفتن یک ماه کامل، غریبه نباشد و تا حدودی به آن عادت کرده باشد. این نکته در روایتی که در ابتدای بحث اشاره کردیم، به وضوح بیان شده بود.

^۱ امام باقر (ع) و امام صادق (ع) می‌فرمایند: وقتی که کودک به سه سالگی رسید، به او گفته می‌شود هفت بار لا اله الا الله بگو. سپس کودک رها می‌شود تا اینکه سه سال و هفت ماه و بیست روزش می‌شود. در این سن به او گفته می‌شود هفت بار بگو محمد رسول الله. سپس کودک رها می‌شود تا به چهار سالگی برسد و به او گفته می‌شود هفت بار بگو صلی الله علی محمد و آله. سپس کودک رها می‌شود تا پنج ساله شود و به او گفته می‌شود سمت راست و چپ کدام است؟ وقتی که او راست و چپ خود را شناخت، او را رو به قبله می‌کنیم و از او می‌خواهیم که سجده کند. باز کودک رها می‌شود تا به هفت سالگی برسد. در این سن به او گفته می‌شود صورت و دست‌های را بشور. وقتی این کار را کرد به او گفته می‌شود نماز بخوان. سپس رها می‌شود تا نه ساله شود. در این سن به او وضو آموزش داده می‌شود و بر آن بازخواست می‌شود و امر به نماز می‌شود و بر آن بازخواست می‌شود. پس وقتی که کودک وضو و نماز را یاد گرفت خدای عز و جل هم او و هم والدینش را ببامزدان شاه الله. (من لا یحضره الفقیه، ج ۱، ص ۲۸۱)

البته افراد مختلف توانایی‌ها و ظرفیت‌های گوناگونی دارند و ممکن است کودکی حتی پس از بلوغ - به خصوص در دختران^۵ به تشخیص پزشک متخصص و متعهد توانایی روزه گرفتن را نداشته باشد و لذا تکلیف شرعی نیز از او برداشته شود، اما به هر حال زمینه‌سازی و تمرین پیش از بلوغ در این مسأله بسیار مؤثر است. این بسیار مهم است که رویکرد والدین در این مسأله این نباشد که همواره به دنبال پیدا کردن یک توجیه شرعی برای رفع تکلیف باشند؛ بلکه به این اعمال و دستورات دینی به عنوان غذای ضروری روح و عامل سلامتی فرزند خود نگاه کنند و همانطور که برای سلامتی جسمی فرزند خود دلسوزی می‌کنند برای سلامتی معنوی او نیز دلسوزی کنند و موانع عمل به این دستورات دینی را با تدبیر خود به تدریج از بین ببرند. به همین صورت حجاب دختران نیز باید در یک روند تدریجی پیش از بلوغ تبدیل به یک عادت در آنها شود تا هنگام بلوغ از عمل به این دستور دینی احساس سختی در آنها ایجاد نشود.

انس گرفتن با آداب دینی معنادار

بسیاری از آداب دینی می‌تواند از سنین کودکی آموزش داده شود و عادت به آنها از کودکی نهادینه شود. در احادیث تأکید زیادی بر یاد دادن آداب اسلامی و اجتماعی به فرزندان شده است به طوری که به عنوان بهترین میراث پدران شمرده شده است.^۱ عادت به این آداب کودک را در شرایط مناسبی برای رشد معنوی قرار می‌دهد. چه بسا کسی که در بزرگسالی بخواهد این عادات را در خود ایجاد کند با سختی بیشتری مواجه بشود. عادت‌های معنوی مدام بینش‌ها و گرایش‌های معنوی را به صاحب خود القاء می‌کنند و با تقویت و تعمیق این بینش‌ها و گرایش‌ها، فرد را به سلامت معنوی نزدیک‌تر می‌سازند. برای کودکان باید از آدابی آغاز کرد که اولاً بسیار ساده‌اند و ثانیاً انعکاس دهندگی جهان بینی معنوی در آنها پررنگ باشد و جنبه نمادین آنها آشکار باشد. بسیاری از آداب دینی چنین خاصیتی را دارا هستند.

^۱ قال امیرالمؤمنین (ع): الادب خیر میراث؛ ادب بهترین میراث است (تحف العقول ص ۸۹) قال الامام الصادق ع: لا میراث خیر من الادب؛ میراثی برتر از ادب نیست (الاختصاص ص ۲۴۶) و قال ع: خیر ما ورث الالباء لابنائهم الادب لا المال؛ بهترین چیزی که پدران برای فرزندان‌شان به ارث می‌گذارند، ادب است نه ثروت. (کافی ج ۸ ص ۱۵۰)

بسم الله گفتن در آغاز سفره، الحمدلله گفتن در پایان آن، سلام کردن بر امام حسین (ع) در هنگام نوشیدن آب، صلوات فرستادن هنگام شنیدن نام مبارک پیامبر (ص) و سلام کردن به شیوه اسلامی، از جمله آدابی هستند که هم بسیار ساده‌اند و هم جنبه نماد بودن آنها قوی است و منعکس‌کننده جهان بینی اسلامی هستند.

جلوگیری از شکل‌گیری عادات منفی

همانطور که عادات دینی زمینه را برای رشد معنوی در سنین بالاتر فراهم می‌کند، عادات غلط و مخالف معنویت نیز سلامت معنوی کودک را به خطر می‌اندازد و مسیر اصلاح را برای او در سنین بالاتر سخت‌تر می‌کند. از طرفی ترک این عادات، در آینده مشکل و طاقت‌فرسا خواهد بود و از سویی این عادات در ناخودآگاه کودک آثار مخربی را برجای می‌گذارند. پوشش نامناسب و تحریک‌کننده حتی در میان محارم زمینه‌ساز عادات منفی در سنین بالاتر می‌شود. عادی شدن فیلم‌ها و صحنه‌های مستهجن از طریق ماهواره و فضای مجازی و ... برای کودک، سختی مبارزه با این عادت را در سنین نوجوانی و جوانی چند برابر می‌کند.

چگونه در کودک عادات معنوی ایجاد کنیم؟

برای هدایت عادات کودک، پدر و مادر باید راهکارهایی را در پیش گیرند و نکاتی را رعایت کنند. در این بخش برخی از این امور ذکر می‌شود.

انگیزه سازی

برای ایجاد عادات معنوی در کودک راه‌های گوناگونی وجود دارد. یک روش، استفاده از مشوق‌های مختلف و مورد علاقه کودک است. این مشوق‌ها شامل مصادیق زیادی می‌شود. تشویق‌های کلامی و مدح و تحسین والدین و زمینه‌سازی والدین برای تحسین کودک از سوی افراد دیگر مثل اعضای فامیل، مسئولان مدرسه، امام جماعت مسجد و ... از جمله این مشوق‌هاست. جایزه‌ها و امتیازات و پاداش‌ها نیز مشوق بزرگی در این زمینه هستند. نکته مهم در این مساله این است که مشوق‌ها باید به گونه‌ای ساماندهی

شوند که کودک نسبت به آنها شرطی نشود و طوری نشود که تنها در صورت وجود مشوق‌ها، این رفتار را از خود بروز دهد. بدین منظور باید شکل‌دهی عادات معنوی همسو با شکل‌دهی بینش‌های معنوی باشد و به کودک توضیح داده شود که چرا این رفتارها پسندیده هستند تا او خود یک انگیزه درونی برای عمل پیدا کند و به تدریج با تقویت این انگیزه درونی، مشوق‌های بیرونی کمرنگ‌تر شوند. همچنین مشوق‌ها نباید دائمی و کاملاً ضابطه‌مند و از پیش تعیین شده باشند، بلکه تا آنجا که ممکن است باید هر از گاهی، تصادفی و غیرمنتظره باشند تا مانع شرطی شدن کودک شوند.

گاهی اوقات می‌توان از روش تشویق معکوس استفاده کرد. در این روش به جای تشویق کردن کودک به انجام کار، با منع کردن او باعث تقویت انگیزه او می‌شویم. مثلاً وقتی کودک از طریق القاءات غیر مستقیم والدین و محیط پیرامونش، یک انگیزه ابتدائی برای انجام رفتار معنوی مثل روزه گرفتن یا بیدار شدن برای نماز صبح یا چادر سر کردن پیدا می‌کند، والدین می‌توانند به طور موقت او را از این کار منع کنند و مثلاً بگویند این کار مخصوص آدم‌های بزرگ است و تو هنوز به سن مناسب برای این رفتار نرسیده‌ای! به این صورت کودک بیشتر بر این کار حریص می‌شود و آن کار را نشانه بزرگی می‌بیند و لذا برای اثبات بزرگی خود تلاش می‌کند این کار را به بهترین نحو انجام دهد.

هدایت دریافت‌های محیطی

یکی از عوامل بسیار مهم در شکل‌گیری عادات کودک، رفتار خود والدین است. چرا که کودک به دقت به رفتار والدین خود نظاره و از آنها تقلید می‌کند و لذا عادات خوب آنها خود به خود تبدیل به عادات کودک می‌شوند. طبق آموزه‌های دینی بهترین راه برای فراخواندن کودک به کارهای نیک و معنوی، دعوت عملی والدین است.^۱ آنها با رفتارهای معنوی، خود به خود کودک را به این الگوی رفتاری فرا می‌خوانند. و همچنین عادات منفی والدین نیز به تدریج تبدیل به عادات کودک می‌شوند. اگر والدین در سخن گفتن

^۱ امام صادق (ع) می‌فرماید: انسانها را بدون زبانهایشان فرا بخوانید. باید از شما پرهیزگاری، تلاش معنوی، نماز و کار نیک را ببینند. این خود دعوت کننده و جذب کننده انسانهاست. (کافی، ج ۲، ص ۷۸)

رعایت ادب را نکنند، کودکان نیز از این نوع سخن گفتن تبعیت می‌کنند و اگر پدر یا مادر اعتقادی به مسائل شرعی نداشته باشند، کودک نیز به همین سبک زندگی عادت خواهد کرد اما اگر سبک زندگی اسلامی بر رفتار والدین حاکم باشد، کودک از این سبک زندگی الگوبرداری خواهد کرد. بنابراین والدین باید با دقت در رفتار خود، آن را مطابق با دستورات دینی و آداب اسلامی قرار دهند تا زمینه شکل‌گیری رفتار سالم در کودک را فراهم کنند.

علاوه بر والدین، کودک از الگوهای رفتاری دیگر افرادی که در محیط با آنها معاشرت دارد اثر می‌پذیرد. در اوایل کودکی، پدر و مادر الگوی اصلی فرزند هستند اما با ورود به دوره دوم کودکی، معاشرت‌ها و ارتباطات کودک متنوع‌تر و گسترده‌تر می‌شود و او استقلال فکری بیشتری نسبت به والدین خود پیدا می‌کند و در نتیجه دایره الگوهای کودک و افراد مؤثر در شکل‌گیری عادات رفتاری او، افزایش می‌یابند. اعضای فامیل، معلم‌ها و مربیان، همکلاسی‌ها و گروه دوستان در این زمینه بسیار مهم هستند. کودک ممکن است با هر یک از این افراد روابط عمیقی را پایه‌ریزی کند و در نتیجه تأثیرات مهمی از آنها دریافت کند.

دوستی‌های کودک در این سنین، انتخاب شده‌تر و پایدارتر هستند و لذا پس از ایجاد رابطه دوستی، والدین به راحتی نمی‌توانند آن را تغییر دهند. بنابراین والدین باید از ابتدا برای کودک محیطی را فراهم کنند که او بیشتر در معرض ارتباط با افراد سالم معنوی و در عین حال دارای جذابیت لازم برای ایجاد ارتباط دوستانه باشد تا خود به خود دوستی‌های سالم برای کودک شکل بگیرد. بر این اساس در معاشرت‌های فامیلی و در انتخاب مدرسه، والدین باید ملاک‌های معنوی را در اولویت قرار دهند.

آشنا ساختن کودک با محیط‌های معنوی مثل مساجد و هیئات مذهبی نیز زمینه مناسبی است برای اینکه کودک دوستان معنوی پیدا کند و از آنها عادات و آداب معنوی را بیاموزد. لذا امیرالمؤمنین (ع) یکی از فوائد رفت و آمد به مسجد را علاوه بر تأثیر در بینش‌ها و گرایش‌های انسان، پیدا کردن دوست مناسب

شمرده‌اند.^۱ همچنین خود عبادت‌ها و کارهای معنوی دسته جمعی که در این اماکن انجام می‌شود، کودک را به مشارکت در این رفتارها تشویق و خود به خود عادات معنوی را در کودک تثبیت می‌کند. والدین می‌توانند در محیط خانه نیز برنامه‌های معنوی دسته‌جمعی داشته باشند که خود جذابیت‌های خاصی برای کودک دارد. این برنامه‌ها می‌تواند شامل نماز جماعت خواندن در خانه، دعای دسته جمعی، جلسه قرآن و ... باشد.

ایجاد صفات معنوی

سلامت معنوی برآمده از یک شخصیت معنوی است. چنین شخصیتی دارای ویژگی‌هایی است که او را از سایر شخصیت‌ها متمایز می‌کند. این ویژگی‌ها یا روحیات معنوی در واقع برآیند بینش‌ها و گرایش‌ها تثبیت شده است که خود را در قالب تصمیم‌گیری‌ها و رفتار فرد آشکار می‌کند. در اینجا باید به رابطه بین سلامت اخلاقی و سلامت معنوی توجه کرد. یک ویژگی اخلاقی خوب مانند بخشندگی، اگر برآمده از بینش‌ها و گرایش‌های معنوی نباشد و وسیله‌ای برای رشد معنوی و توحیدی انسان را فراهم نکند، صرفاً شاخصی از سلامت اخلاقی خواهد بود. اما گاه یک صفت اخلاقی از دل بینش توحیدی یا گرایش الهی به دست می‌آید و یا اینکه به عنوان زمینه و سرچشمه‌ای برای رسیدن به برخی ارزش‌های معنوی دیده می‌شود که در این صورت آن صفت اخلاقی شاخصی از سلامت معنوی را در بر خواهد داشت. ویژگی‌های معنوی متعددی را می‌توان مورد بحث قرار داد لکن در این نوشتار تنها برخی از این ویژگی‌ها که دارای اهمیت ویژه‌ای هستند و در کل شخصیت انسان تأثیرگذارند مطرح می‌شوند. پس از بیان هر یک از این ویژگی‌ها، راهکار مناسب جهت شکل‌دهی این صفت در کودک مورد بحث قرار می‌گیرد.

^۱امیرالمؤمنین (ع): کسی که به مساجد رفت و آمد کند، یکی از این هشت فایده، نصیبش می‌شود: دوستی قابل استفاده در مسیر الهی، دانشی گزیده، آیه‌ای محکم، رحمتی مورد انتظار، جمله‌ای بازدارنده از پلیدی، جمله‌ای راهنماگر، دوری از گناهان از روی خشیت یا از روی حیاء. (من لا یحضره الفقیه، ج ۱، ص ۲۳۷ و تحف العقول، ص ۲۳۵ و تهذیب الاحکام، ج ۳، ص ۲۴۹)

۱. بخشندگی و همدلی

یکی از روحیاتی که باید از کودکی زمینه‌سازی شود، روحیه بخشندگی است. بخشندگی رابطه عمیقی با معنویت دارد و صفتی است که باعث خشنودی خداوند می‌شود^۱ و از با فضیلت‌ترین صفات انسان است و موجب زیبایی ایمان و معنویت اوست، چنانکه امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: دو ویژگی بخشندگی و پرهیز از گناه را در خود پدیدار کن چرا که این دو، زینت ایمان هستند و از بهترین ویژگی‌های تو هستند.^۲ از سوی دیگر بخل و خساست ویران‌کننده ایمان و معنویت انسان است.^۳ بنابراین کسی که بهره‌ای از ویژگی بخشندگی ندارد در واقع در سلامت معنوی اش دچار خلل شده است.

بخل و بخشندگی دارای ریشه‌های غریزی و فطری هستند.^۴ گرچه این دو صفاتی درونی هستند اما تا حدود زیادی می‌توان بر اثر تربیت عقلانی و معنوی باعث غلبه ویژگی بخشندگی شد، لذا طبق روایات، به کارگیری عقلانیت و رشد عقلانی می‌تواند در رشد صفت بخشندگی مؤثر باشد.^۵ بنابراین والدین باید طوری کودک خود را تربیت کنند که باعث تقویت روحیه بخشندگی در او شوند. صفت دیگری که با بخشندگی نیز ارتباط دارد، روحیه همدلی و همدردی با دیگران و خود را جای دیگران گذاشتن است که به فرموده امیرالمؤمنین (ع) موجب استواری در دیانت می‌شود.^۶ این روحیه خود منشأ بسیاری از

^۱ امیرالمؤمنین (ع): إِنَّ اللَّهَ سُبْحَانَهُ يُحِبُّ كُلَّ سَمِيعٍ الْإِدْنِ خَرِيْرِ الدِّينِ؛ خدای متعال انسان بخشنده‌ای که از دین خود محافظت می‌کند را دوست دارد. (غرر/الحکم، ص ۳۷۶)

^۲ امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: تحل بالسَّخاءِ والورع فهما حلیۃ الایمان و اشرف خلایک؛ دو ویژگی بخشندگی و پرهیز از گناه را در خود پدیدار کن چرا که این دو، زینت ایمان هستند و از بهترین ویژگی‌های تو هستند. (همان)

^۳ آقال النبى (ص): لا یجتمع الشح والایمان فی قلب عبد ابدًا؛ بخل (شدید) و ایمان هرگز در قلب بنده‌ای جمع نمی‌شوند. (مشکاه/الانوار، ص ۲۳۱) ایشان همچنین می‌فرمایند: ما محق الاسلام محق الشح شیء؛ هیچ چیز مسلمانی فرد را به اندازه بخل (شدید) نابود نمی‌کند. (کافی، ج ۴، ص ۴۵)

^۴ امیرالمؤمنین (ع): السَّخاءُ و الشَّجَاعَةُ غَرَائِزُ شَرِیفَةٌ یَضَعُهَا اللَّهُ سُبْحَانَهُ فِیْ مَنْ أَحَبَّهُ وَ امْتَحَنَهُ؛ بخشندگی و شجاعت ویژگی‌های فطری شریفی هستند که خدای سبحان آنها را در هر که دوست داشته باشد و آزمایش کرده باشد، قرار می‌دهد. (غرر/الحکم، ص ۳۷۵)

^۵ طبق روایات، عقلانیت و نادانی می‌تواند منشأ سخاوت و بخل شود. امیرالمؤمنین (ع): الحرص و الشره و البخل نتیجه الجهل؛ حرص و طمع و بخل نتیجه نادانی است. (غرر/الحکم، ص ۲۹۲) علیک بالسَّخاءِ فانه ثمره العقل؛ سخاوتمند باش که این خصلت، میوه عقلانیت است. (غرر/الحکم، ص ۳۷۶)

^۶ امیرالمؤمنین (ع): پیوستگی و استواری دیانت به دو چیز است: انصاف داشتن و همدردی با برادران دینی (تمیمی، آمدی، غرر الحکم، ج ۶، ص ۱۷۹)

رفتارهای نیک معنوی از جمله کمک به دیگران و افزایش صبر و تحمل در معاشرت‌ها می‌شود. به طور خاص همدلی و مواسات با شیعیان و مومنان، از اهمیت بیشتری برخوردار است چرا که انسان معنوی با افرادی که بیشتر مورد عنایت خداوند هستند رابطه عاطفی عمیق‌تری دارد، به طوری که به فرموده امام باقر(ع) اگر این رابطه عاطفی عمیق بین مؤمنان نباشد نمی‌توان آنها را شیعیان حقیقی نامید.^۱ در ادامه به برخی از راهکارهای مؤثر در تقویت روحیه بخشندگی و همدلی در کودکان اشاره می‌شود:

تجربه‌ی بخشیدن توسط کودک

راه‌های گوناگونی برای تقویت روحیات معنوی کودک وجود دارد. اگر والدین بخواهند فرزندشان روحیه بخشندگی داشته باشد، در درجه اول خودشان باید این روحیه را داشته باشند و آن را در معرض دید کودک قرار دهند تا کودک از آنها الگو بگیرد. والدین می‌توانند کودک را در این گونه کارها شریک کنند. مثلاً اگر قرار است پولی به فقیر بدهند یا آن را در صندوقی بیندازند، آن پول را به کودک بدهند تا او این کار را انجام دهد. اگر مهمانی برگزار می‌کنند، کودک در پذیرایی مهمانان نقش داشته باشد. کودکان در هشت سالگی دیدگاه متعادل‌تری در باب مفهوم عدالت پیدا می‌کنند و درک می‌کنند که توجه به محرومان و افراد کم‌توان جزئی از مفهوم عدالت است.^۲ از سوی دیگر در دوره دوم کودکی، او قابلیت فهم مسائل اقتصادی را پیدا می‌کند. لذا والدین می‌توانند برای او صندوقی را تهیه کنند که او دارایی‌هایش را در آنجا نگهداری کند. کودک می‌تواند با این دارایی‌ها، انواع مختلف کارهای اقتصادی را تجربه کند، کارهایی چون پس‌انداز کردن، خرج کردن برای خواسته‌های شخصی خود، قرض دادن به والدین و ... در این میان والدین با راهنمایی‌های خود به او می‌آموزند که با دارایی خود چگونه باید عمل کند. آنها می‌توانند او را تشویق کنند که بخشی از دارایی خود را صرف صدقه دادن به نیازمندان یا هدیه دادن به

^۱ فردی به امام باقر (ع) عرضه داشت: شیعیان زیادی در دیار ماست. حضرت فرمود: آیا ثروتمندان به فقرایشان عطف می‌ورزند و آیا نیکوکارانشان از بدکردارانشان درمی‌گذرند و آیا با هم همدردی می‌کنند؟ او گفت: نه. حضرت فرمود: اینها شیعه نیستند. شیعه کسی است که این

کارها را انجام می‌دهد. (کافی، ج ۲، ص ۱۷۳)

^۲ برک، روانشناسی رشد، از لقاح تا کودکی، ص ۵۶۹

دوستان و اعضای خانواده کند. بدین ترتیب او در عین حال که فهم اقتصادی‌اش افزایش می‌یابد، یاد می‌گیرد که چگونه در کنار کارهای اقتصادی با اغراض شخصی، سهمی از دارایی خود را برای خوشحال کردن دیگران و رفع نیازهای آنها قرار دهد و همانطور که خدای متعال توصیه نموده، تعادل در بخشندگی را می‌آموزد.^۱ به این صورت او لذت کمک رساندن و خوشحال کردن دیگران را می‌چشد و گرایش به این رفتار در او تثبیت می‌شود.

هدایت غیرمستقیم رفتار کودک در مدرسه

کودک در این سنین روزهای هفته را به مدرسه می‌رود. معمولاً مادرها خوراکی‌هایی را در کیف فرزند خود قرار می‌دهند تا او در مدرسه استفاده کند. برخی مادران از روی دلسوزی به فرزند خود توصیه می‌کنند تمام خوراکی‌ها را خودش به تنهایی بخورد و یا حتی به مکان خلوتی برود تا دیگر کودکان او را نبینند و از او چیزی طلب نکنند. اینگونه توصیه‌ها شاید به غرض تغذیه هرچه بهتر جسم کودک باشد اما موجب غفلت از تغذیه روح او می‌شود. امیرالمؤمنین (ع) در این باره می‌فرماید: غذا، خوراک جسم انسان است و غذا دادن به دیگران خوراک روح انسان است.^۲ لذا مادران هم باید نگران خوراک جسم کودک باشند و هم نگران خوراک روح او، بلکه به خوراک روح او اهمیت بیشتری بدهند. مادران باید کودک خود را تشویق کنند که دیگر همسالان خود را نیز در خوراکی‌های خود شریک کند. آنها می‌توانند پیش‌بینی چنین رویدادی را کنند و از پیش، مقدار بیشتری از آن خوراکی را در کیف کودک قرار دهند تا هم مطمئن شوند که تغذیه او ناقص نمی‌شود و هم کودک در اجابت کردن خواسته همسالانش به سختی نمی‌افتد. برخی پدران نیز به فرزند خود گوشزد می‌کنند که از پول توجیبی‌شان تنها برای رفع نیازهای خود استفاده کنند و به شدت از وسائل و ابزاری که در اختیارشان هست محافظت کنند و آنها

^۱ «وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا» (در انفاق به محتاجان زیاده روی مکن) نه بخل بورز که گویی دستت را به گردنت بسته‌اند و نه آن چنان باز کن که چیزی (برای روز مبادا) نزد خود نگذاری آن وقت تهی‌دست بنشین و خود را ملامت کنی (سراء، ۲۹)

^۲ قال امیرالمؤمنین (ع): قوت الاجسام الطعام و قوت الارواح الاطعام. (الاعیات للراوندی، ص ۱۴۲)

را به دیگران ندهند. البته پدران در این توصیه‌ها به ملاحظات اقتصادی نظر دارند و توجه دارند که برخی از همسالان فرزندشان با تربیت غلطی که داشته‌اند در پی استفاده حداکثری از فرزندشان هستند. با این حال پدران می‌توانند در عین توصیه فرزندان به محافظت از اموال، به آنها اجازه دهند مقدار اندکی از اشیاء خود را در شرایط خاصی به دوستان خود ببخشند و اگر چنین کاری از او سر زد به جای سرزنش و توبیخ، در عین تذکر دادن نکات لازم، تشویق و تحسین کنند. اگر والدین ارتباط نزدیکی با کودک خود داشته باشند به طوری که دوستان او را هم بشناسند و محیط پیرامون کودک را زیر نظر داشته باشند می‌توانند به طور جزئی‌تر و مصداقی‌تر به کودک خود راهنمایی کنند که به چه کسانی و در چه شرایطی بذل و بخشش کنند.

آشنایی با آثار بخشنده‌گی

آموزه‌های دینی با بیان آثار دنیوی و اخروی بخشنده‌گی، مشوق بزرگی در این زمینه هستند که والدین می‌توانند آنها را به زبان کودکان و در قالب داستان و مثال به فرزند خود بیاموزند.^۱ پدر و مادر همچنین می‌توانند آثار بخشش را به صورت عینی به فرزند نشان دهند. مثلاً در یک شرایطی که فرزند چیزی را به کسی هدیه می‌دهد یا به نیازمندان صدقه می‌دهد، به صورتی که برای کودک غیرمنتظره و غیرقابل پیش‌بینی باشد کاری کنند که پول بیشتری به فرزند برسد و جایگزین آن پول بخشیده شده بشود، مثلاً وقتی کودک در حضور مادر بخششی انجام می‌دهد، پدر وارد شود و پول بیشتری به او بدهد بدون اینکه کودک احساس کند این کار از پیش هماهنگ شده بوده است. بدین ترتیب والدین این ذهنیت را به

^۱ آثار زیادی برای بخشنده‌گی در معارف دینی مطرح شده است. از جمله آنها می‌توان به محبوبیت نزد خدا و اهل آسمان، برگزیده شدن نزد اهل بیت (ع)، محبوبیت در جامعه، جلب محبت دوستان، حفظ آبرو، دوری از آتش جهنم و بخشیده شدن گناهان، ورود به بهشت و داشتن خانه‌ای در بهشت، به خاک مالیدن شیطان، لذت بردن خود انسان، نجات یافتن، مشابهت با رفتار انبیاء و الگوهای دینی، زینت انسان بودن، معدن کارهای خیر بودن، نشانه عقلانیت و شجاعت و اعتماد به خدا، جایگاه اجتماعی بالا و ... اشاره کرد. در مقابل برای بخل هم آثار منفی زیادی ذکر شده است. مبغوضیت نزد خدا و مردم، شمرده شدن در زمره بدترین انسانها، حسرت و پشیمانی، نشانه نادانی و بی‌اعتمادی به خدا بودن و ... نمونه‌هایی از آنهاست. (من لا یحضره الفقیه، ج ۲، ص ۶۴ تا ۶۷ و کافی، ج ۲، ص ۴۱ تا ۴۱ و غرر الحکم، ص ۳۷۵ تا ۳۷۸ و ۲۹۲) می‌توان این آثار را با زبان کودکان و در قالب داستان‌های زیبا به کودکان آموزش داد.

کودک القاء می‌کنند که بخشیدن و کمک به دیگران نه تنها باعث کم شدن مال انسان نمی‌شود بلکه باعث افزایش ثروت مادی و معنوی او می‌شود.

ایجاد محیط عاطفی در خانه

اگر والدین خود احساس همدردی با دیگران داشته باشند و به خاطر مشکلات اطرافیانشان ناراحت شوند، کودک نیز در کسب این روحیه از والدین خود وام می‌گیرد. هرچه اعضای خانواده با محبت و شفقت بیشتری با هم دیگر معاشرت کنند، کودک مهربان بودن و مهربانی کردن را بیشتر یاد می‌گیرد و روحیه عاطفی‌تری پیدا می‌کند و در آینده نسبت به اطرافیان و هم‌نوعان خود مهربانی و دلسوزی و همدلی بیشتری ابراز می‌کند. سخنان و حرکات والدین در خانه اگر خودمحورانه و از روی منیت باشد، همدلی با دیگران را به کودک نمی‌آموزد، بلکه خودخواهی و بی‌عاطفگی را انتقال می‌دهد؛ اما اگر گفتار و کردار والدین دگرگرایانه باشد و بازتاب دهنده دغدغه‌مند بودن نسبت به مشکلات دیگران باشد، این روحیه را در کودک تقویت می‌کند. کودک وقتی روابط زیبا و فداکارانه والدین با هم را ببیند، خود به خود شیفته این نوع رابطه می‌شود و خود نیز از آن الگو می‌گیرد، بلکه سایر ارزش‌های والدین را نیز می‌پذیرد. چنانکه پیشتر گفتیم محبت به شیعیان و مؤمنان یکی از شاخصه‌های سلامت معنوی است. اگر والدین با رفتار خود این محبت را در کودک نهادینه کنند، خود به خود همدردی و همدلی با شیعیان نیز در کودک پایه‌ریزی می‌شود.

تقویت درک دیدگاه دیگران

به طور کلی یکی از عواملی که همدلی با دیگران را در انسان تقویت می‌کند، خود را جای دیگران گذاشتن و از زاویه دیگران به دنیا نگریستن است. کودک در اواسط کودکی بهتر می‌تواند دیدگاه دیگران را درک کند و شرایط موجود را از دیدگاه و احساسات دیگران بسنجند. طبق تحقیقات، کسانی که دیدگاه

دیگران را خوب درک می‌کنند، به احتمال زیاد همدلی و همدردی بیشتری از خود نشان می‌دهند.^۱ این حالت اگر در انسان ایجاد شود، انسان علاوه بر اینکه درک بهتری از عمق و اهمیت مشکلات و سختی‌های دیگران پیدا می‌کند، در تعامل با دیگران به انسان توانایی برقرار کردن ارتباط دوستانه می‌دهد چرا که قدرت گذشت کردن و نادیده گرفتن اشتباهات را در انسان تقویت می‌کند. امام صادق (ع) در روایتی می‌فرماید: لو علم الناس كيف خلق الله تبارك و تعالی هذا الخلق، لم یلم احد احدا؛ اگر مردم می‌دانستند که خدای تبارک و تعالی چگونه بندگان را خلق کرده است، هیچ گاه کسی، دیگری را ملامت و سرزنش نمی‌کرد.^۲ ایشان در ادامه روایت به تفاوت‌های انسان‌ها در ظرفیت‌ها و استعدادهایشان اشاره می‌کند و می‌فرمایند اگر مردم این تفاوت‌ها را می‌دانستند، با هم سازگاری بیشتری می‌داشتند. اگر انسان‌ها توجه به شرائط درونی و بیرونی حاکم بر هم نوعان خود باشد و تفاوت شخصیت‌ها و روحیات و توانایی‌های انسان‌ها را درک کند، بهتر می‌تواند منشأ و ریشه رفتار و منش آنها را دریابد و با درک بهتر از توجیه کار آنها، به جای سرزنش و ملامت و توبیخ دیگران، به درک متقابل و همدردی با آنها می‌پردازد. همچنین این روحیه به انسان کمک می‌کند با دیگران به انصاف رفتار کند و حق آنها را نادیده نگیرد. از این رو به والدین توصیه می‌شود درکی که از دیدگاه دیگران دارند را برای کودک بازگو کنند تا قدرت درک دیدگاه دیگران در کودک افزایش یابد.^۳ از جمله روش‌هایی که به تقویت این روحیه می‌انجامد، افزایش قدرت تخیل کودک است. برای اینکه انسان بتواند از دید دیگران به تفسیر وقایع پیرامون بپردازد نیاز به قدرت تخیل دارد. برخی از داستان‌های کودکانه طوری طراحی شده‌اند که خواننده در آن بارها به طور عملی تمرین می‌کند که به جای دیگران قرار گیرد و از زاویه نگاه آنها واقعیت را ببیند و از این لحاظ بسیار مؤثر و مفید هستند. انشاء نوشتن از زبان اشیاء بی‌جان نیز می‌تواند برای کودکان جذاب باشد و در عین حال به تقویت این روحیه کمک کند.

^۱برک، روانشناسی رشد، ص ۵۶۸

^۲کافی، ج ۲، ص ۴۴

^۳برک، روانشناسی رشد، ص ۵۶۸

تمرین فرهنگ دعا برای دیگران

یکی از عناصر مهم در معنویت، روحیه دعا کردن است که نوعی ابراز نیاز به درگاه الهی است و به همین دلیل در حدیث پیامبر اکرم (ص) «هسته و مغز عبادت» نامیده شده است.^۱ دعا بستری است که بسیاری از معارف معنوی در قالب آن جای می‌گیرد و ابزاری مهم در انتقال مفاهیم معنوی است. یکی از توصیه‌های اسلامی و آداب دعا این است که انسان ابتدا برای دیگران دعا کند. این خود یکی از اسباب اجابت دعا است.^۲ عمل به این توصیه علاوه بر آثاری که در اجابت دعا دارد، می‌تواند آثار تربیتی داشته باشد و روحیه همدلی با دیگران و به فکر دیگران بودن را در انسان تقویت کند. والدین نیز می‌توانند در برنامه تربیتی خود آموزش این فرهنگ زیبا در دعا کردن را مد نظر قرار دهند. موقعیت‌های گوناگونی وجود دارد که دعا کردن در آنها توصیه شده است، مثل موقع باریدن باران، رفتن به حرم اهل بیت (ع)، بعد از نماز، ماه رمضان و ... والدین در این موقعیت‌ها می‌توانند ضمن توصیه کودک به دعا کردن، به او گوشزد کنند که ابتدا برای دوستان و نزدیکان و سایر افراد جامعه دعا کند و سپس برای خود دعا کند. به این صورت دغدغه مند بودن نسبت به خواسته‌ها و نیازهای دیگران را به کودک آموزش دهند.

۲. اطاعت از والدین و احترام به بزرگترها

ویژگی دیگری که باید در کودکی تثبیت شود روحیه اطاعت پذیری کودک از والدین است. اطاعت پذیری فرزند از پدر و مادر موجب خشنودی والدین می‌شود و طبق احادیث، بین خشنودی والدین و

^۱ پیامبر اکرم (ص) می‌فرمایند: الدعاء مع العباده ولا یهلك مع الدعاء احد؛ دعا مغز عبادت است و با دعا کسی هلاک نمی‌شود. (الدعوات للراوندی، ص ۱۸)

^۲ رسول خدا (ص) می‌فرمایند: اذا دعا احدکم فلیعم فانه اوجب للدعاء و من قدم اربعین رجلا من اخوانه قبل ان يدعوا لنفسه استجیب له فیهم و فی نفسه؛ هرگاه خواستید دعا کنید، دعا را عمومی کنید که این بیشتر باعث اجابت دعا می‌شود و کسی که چهل نفر از برادرانش را بر خود مقدم کند و قبل از دعا برای خود، برای آن‌ها دعا کند دعایش هم در مورد آنها و هم در مورد خودش مستجاب می‌شود. (الدعوات للراوندی، ص ۲۶)

امام کاظم (ع) نیز می‌فرمایند: کسی که برای برادران مؤمن و مسلمانانش دعا کند، خدای متعال به ازای هر مؤمنی، ملکی را برای دعا کردن برای او می‌گمارد. (ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، ص ۱۶۱)

خشنودی خدای متعال رابطه وجود دارد.^۱ بنابراین روحیه اطاعت‌پذیری را می‌توان از جمله شاخص‌های سلامت معنوی کودک به شمار آورد زیرا این روحیه می‌تواند جایگاه فرد نزد خداوند را ارتقاء دهد. علاوه بر اینکه این روحیه، زمینه را برای اطاعت‌پذیری فرزند از خدای متعال نیز فراهم می‌کند. در واقع اطاعت از والدین و به خصوص پدر که از نظر کودک کامل‌ترین، داناترین و قدرتمندترین افراد در حیطه شناخت او هستند تمرینی است که اطاعت از کامل مطلق را برای انسان تسهیل می‌کند. در مقابل کسی که در کودکی همواره در حال سرکشی و سرپیچی از دستورات والدین باشد و یا هیچ امر و نهی جدی از والدین به او نرسیده باشد و هر آنچه می‌خواهد برایش فراهم می‌شود، زمینه اطاعت از دستورات خداوند در او ایجاد نشده است. والدین باید برای کودک شرائطی را ایجاد کنند که در عین اطاعت از والدین بتواند خواسته‌ها و لذت‌های خود را پیگیری کند. اگر کودک چنین فضائی را تجربه کند، در تعامل با خداوند نیز قادر خواهد بود پیجویی خواسته‌های خود را با دستورات الهی سازگار کند. ویژگی دیگری که در کنار اطاعت والدین باید به آن توجه شود، روحیه احترام به بزرگتر از خود است. این ویژگی بسیار مورد تأکید اهل بیت (ع) است به نحوی که اگر کسی آن را رعایت نکند به فرموده پیامبر اکرم (ص) دیگر همسو و هم گروه با اهل بیت (ع) که قله معنویت هستند نخواهد بود.^۲ این روحیه در واقع رعایت کردن هنجارهای اجتماعی و نگه داشتن حرمت‌ها را در فرزند تقویت می‌کند و می‌تواند زمینه را برای رعایت هنجارهای معنوی و حفظ حرمت‌های الهی در بزرگسالی فراهم کند.

تربیت مقتدرانه

برای اینکه فرزند روحیه اطاعت از والدین پیدا کند، باید از کودکی این عمل را تمرین کرده باشد. اگر والدین همواره خواست کودک را مقدم بر امور دیگر کنند و به اصطلاح فرزندسالاری در خانه حاکم باشد، کودک هیچگاه اطاعت کردن از والدین را یاد نمی‌گیرد، بلکه امر کردن و دستور دادن را یاد می‌گیرد.

^۱ پیامبر اکرم (ص) می‌فرمایند: رضا الله مع رضا الوالدین و سخط الله مع سخط الوالدین؛ خشنودی خدا در پی خشنودی پدر و مادر است و خشم و غضب خدا در پی خشم و غضب پدر و مادر است. (روضه الواعظین، ج ۲، ص ۳۶۸)

^۲ پیامبر اکرم (ص): لیس منا من لم یوقر الکبیر...؛ کسی که به بزرگتر احترام نگذارد از ما نیست. (نهج الفصاحه، ص ۶۶۴)

فرزندان چنین خانواده‌هایی سهل‌انگاری، بی‌هدف بودن و عدم‌پایبندی به قانون را می‌آموزند و فاقد قدرت خودکنترلی هستند.^۱ بنابراین تعامل والدین با کودک باید به گونه‌ای باشد که کودک با خود پذیرفته باشد که در برخی امور باید امر و نهی والدین و اجازه آنها را در کار خود لحاظ کند. بدین منظور والدین باید در کنار مهربانی، اقتدار خود را حفظ کنند یعنی اولاً بیش از حد دستور ندهند که باعث طغیان فرزند در کودکی و یا در سنین بالاتر شود و ثانیاً اگر امر و نهی از آنها صادر می‌شود در آن جدی باشند و تا آنجا که ممکن است به اصرار و التماس کودک، از آن دست برد ندارند و تنبیه و تشویق‌هایی را برای عمل به آنها قرار دهند. معمولاً مادران که هم روحیه لطیف‌تری دارند و هم زمان بیشتری با کودک در ارتباط هستند کمتر می‌توانند این جدیت را در خود حفظ کنند، از این رو آنها باید جدی بودن دستورات پدر را به فرزند گوشزد کنند. بنابراین بسیار مهم است که والدین در تعامل با یکدیگر در حضور فرزند، احترام یک دیگر را حفظ کنند و مادر در حضور فرزند وانمود کند که از خواست پدر تخطی نمی‌کند تا جدیت دستورات پدر برای فرزند خدشه‌دار نشود. والدین باید شرایطی را برای کودک فراهم کنند که او احساس بدی از اطاعت کردن پدر و مادر خود نداشته باشد و خود را تحت فشار نبیند و به تعبیر پیامبر اکرم (ص) والدین با ایجاد تناسب بین خواسته‌های خود و ظرفیت‌های کودک و درک کردن توانایی‌ها و خواسته‌های او، کودک را در رفتار نیکو در مقابل آنها یاری کنند و مانع سرکشی و سرپیچی کودک شوند.^۲ بدین ترتیب پدر و مادر باید تربیت مقتدرانه را جایگزین تربیت کنترل‌گرانه و یا سهل‌انگارانه کنند. در تربیت مقتدرانه، والدین محبت‌آمیز و مثبت برخورد می‌کنند و توصیات خود را همراه با دلیل قانع‌کننده به کودک انتقال می‌دهند و با اعتماد به کودک، به تدریج بسیاری از انتخاب‌ها را به خود او واگذار می‌کنند و در غیر موارد ضروری دستور نمی‌دهند و در عین حال با در نظر گرفتن امیال و عقاید کودک، انتظارات اساسی

^۱ شعاری‌نژاد، ۱۳۷۲، ج ۹، ص ۴۸۲

^۲ رسول خدا (ص) می‌فرماید: خدا رحمت کند والدینی را که فرزندش را در نیکی کردن به آنها یاری کند. فردی پرسید چگونه والدین چنین کاری کنند؟ حضرت فرمود: کار آسانش را بپذیرند و از کاری که برای او سخت است درگذرند و او را بیش از حد توانش تکلیف نکنند و بر او سختگیری نکنند؛ رَحِمَ اللَّهُ مَنْ أَعَانَ وَلَدَهُ عَلَى بَرٍّ قَالَ قُلْتُ كَيْفَ يُعِينُهُ عَلَى بَرٍّ قَالَ يَقْبَلُ مِيسُورَهُ وَ يَتَجَاوَزُ عَنْ مَعْصُورِهِ وَ لَا يَرْهَقُهُ وَ لَا يَخْرَقُ بِهِ (کافی ج ۶ ص ۴۸۵)

خود را به صورت کاملاً جدی به کودک گوشزد می‌کنند و تسلیم قهر و التماس کودک نمی‌شوند. بدین ترتیب کودک سازگاری بیشتری با دستورات والدین پیدا می‌کند و کمتر به فکر سرکشی و تمرد از آنها می‌افتد. چنین کودکانی، علاوه بر اینکه اعتماد به نفس پیدا می‌کنند و سرزنده و پویا هستند، خویشتن‌داری بیشتری از خود نشان می‌دهند، با فشارهای روانی بهتر می‌توانند مقابله کنند و هنجارهای اخلاقی و اجتماعی را بیشتر رعایت می‌کنند^۱ این وضعیت می‌تواند این کودکان را برای اطاعت از دستورات الهی و هنجارهای دینی نیز آماده کند و چنانکه گذشت این کودکان با به دست آوردن روحیه اطاعت از والدین، به رضای الهی نزدیک‌تر می‌شوند و لذا در شاخص‌های سلامت معنوی از دیگر کودکان پیشی می‌گیرند.

الگوی محیطی مناسب

به طور کلی اطاعت از والدین با ویژگی احترام گذاشتن به بزرگترها نیز ارتباط دارد. باید در روابط فAMILI و معاشرت‌های روزانه، سلسله مراتب احترام گذاشتن به بزرگتر رعایت شود تا کودک نیز آن را به صورت یک قاعده کلی دریافت کند. مثلاً پدر و مادر خود باید به والدین خود احترام بگذارند و تا قدر امکان به سخنانشان عمل کنند تا کودک نیز این روش را یاد بگیرد. اگر کودک در ارتباط با بزرگتر از خود الفاظ غیرمحترمانه‌ای را به کار برد که مناسب شأن مخاطب نیست، والدین باید فوراً به کودک تذکر دهند و به او الفاظ جایگزین و محترمانه‌تر را یادآوری کنند نه اینکه این کار او را پای بیچگی‌اش بنویسند و به آن بخندند. والدین خود باید در حالت عصبانیت به همدیگر و به فرزندان و حتی افراد غریبه احترام بگذارند و حتی در حالت دلخوری و ناراحتی از همسر، هرگز اجازه ندهند فرزندشان به او بی‌احترامی کند.

^۱ برگ، روان‌شناسی رشد از لقاح تا کودکی، ج ۱، ص ۳۳۶ و دفتر همکاری حوزه و دانشگاه، ج ۲، ص ۸۷۸

۳. قدردانی و خوش‌بینی به خدا

از جمله روحيات معنوی، روحیه قدردانی و خوش‌بینی است. ویژگی قدردانی در دین اسلام شامل شکرگزاری از نعمت‌های خدا و قدرشناسی و تشکر از نیکی‌های بندگان خدا می‌شود.^۱ طبق احادیث، شکرگزاری موجب خشنودی و محبت خداوند می‌شود^۲ و به فرموده امیرالمؤمنین (ع) خوش‌گمانی موجب آسایش دل و سلامتی دین و کم شدن ناراحتی و اضطراب انسان می‌شود.^۳ بنابراین خوش‌گمانی در عین حال که با رفع اضطراب و ناراحتی، سلامت روانی انسان را تقویت می‌کند، با سالم نگه داشتن دین انسان، از جمله شاخص‌های سلامت معنوی نیز محسوب می‌شود. اما باید توجه داشت که روحیه خوش‌بینی در فرهنگ اسلامی ذیل حسن ظن به خدا و ایمان به او تعریف می‌شود، به طوری که به فرموده امام باقر (ع) کسی که روحیه خوش‌گمانی نداشته باشد در واقع در ایمان او به خدای مهربان خللی وارد است.^۴ یعنی انسان مومن و معنوی از آنجا که همه وقایع را از سوی خدای حکیم و مهربان می‌بیند، از شرایط پیرامونش ابراز خشنودی می‌کند و انتهای مسیر را روشن و امیدبخش می‌شمارد. کسی که چنین روحیه‌ای داشته باشد همواره امید و محبتش به خدا بیشتر می‌شود و بر معنویتش افزوده می‌شود.

عادت دادن به تشکر از دیگران

برای تقویت روحیه قدردانی از نعمت‌ها می‌توان از مسائل ساده روزمره آغاز کرد. مثلاً وقتی فردی به کودک کمکی می‌کند یا به او نیکی می‌کند، والدین باید به او تذکر دهند که در قبال کار او، با زبان تشکر کند و در مقام عمل، کار او را جبران کند. والدین باید او را نسبت به این گونه رفتارها به شیوه‌های

^۱ امام زین العابدین (ع): اشکرکم لله اشکرکم للناس؛ شکرگزارترین شما نسبت به خدا، قدردان ترین شما نسبت به مردم است. (کافی، ج ۲، ص ۹۹)

^۲ امیرالمؤمنین (ع): محبوبترین انسانها نزد خداوند کسی است که در نعمتهای الهی شکرگزار باشد و منفورترینشان نزد خداوند کسی است که نعمتهای الهی کفران کند. (غررالحکم، ص ۲۷۷)

^۳ امیرالمؤمنین (ع): حسن الظن راحة القلب و سلامه الدین؛ خوش‌گمانی آسایش دل و سلامت دین است. (غررالحکم، ص ۲۵۳) ایشان همچنین می‌فرمایند: حسن الظن یخفف الهم؛ خوش‌گمانی غم و اندوه را کاهش می‌دهد. (همان)

^۴ امام باقر (ع): حضرت داود (ع) می‌فرمایند: یا رب ما امن بک من عرفک فلم یحسن الظن بک؛ پروردگارا! کسی که تو را شناخت اما گمانش به تو نیکو نشد، به تو ایمان نیاورده است. (جامع الاخبار للشعیری، ص ۹۹)

مختلف تشویق کنند زیرا به فرموده امام رضا(ع) اگر کسی از مخلوقات خدا قدردانی نکند، از خدا نیز قدردانی نکرده است.^۱

تمرین دسته جمعی قدردانی از خدا

پدر و مادر باید در طول زندگی و در موقعیت‌های گوناگون، مترصد شرایط مناسبی باشند که نعمت‌های موجود در اطراف خود و حالات خوشی که برایشان حاصل می‌شود را از جانب خداوند بدانند و به کودک نیز بیاموزند که در قبال آنها « الحمد لله » بگوید. یکی از این موقعیت‌ها، هنگام میل کردن ناهار یا شام است که اعضای خانواده سر سفره جمع می‌شوند. پدر می‌تواند در این موقعیت به همه اعضای خانواده یادآوری کند که این نعمت‌ها از طرف خداوند است و از آنها بخواهد در پایان سفره از خداوند تشکر کنند و بدین ترتیب روحیه شکرگزاری را در آنها تقویت کند. رسول خدا (ص) می‌فرماید اگر مردی خانواده خود را جمع کند و غذا را جلوی آنها بگذارد و ابتدای سفره، بسم الله بگوید و اعضای خانواده نیز بسم الله بگویند و در پایان سفره، حمد خدای عز و جل را بگویند تا اینکه سفره جمع شود، خدای متعال گناهانشان را ببامرزد.^۲ دعا‌های مربوط به سفره نیز مضامینی دارند که روحیه توجه به نعمت‌های الهی و برجسته کردن نقاط مثبت را در انسان تقویت می‌کنند.^۳ اعضای خانواده می‌توانند ترجمه فارسی این دعاها را پس از صرف غذا به صورت دسته جمعی بخوانند و نعمت‌های الهی را به خود یادآوری کنند.

^۱ امام رضا (ع): من لم يشكر المنعم من المخلوقين لم يشكر الله عز وجل (عیون اخبار الرضا، ج ۲، ص ۲۴)

^۲ (کافی، ج ۶، ص ۲۹۶)

^۳ مثلاً پیامبر (ص) هنگامی که غذا پیش رویشان قرار داده می‌شد می‌فرمودند: سبحانک اللهم ما احسن ما تبئلتنا، سبحانک ما اکثر ما تعطينا، سبحانک ما اکثر ما تعافينا. اللهم اوسع علينا و علی فقراء المومنین و المومنات و المسلمین و المسلمات؛ خدایا تو پاک و بی نقصی، چه نیکوست آنچه ما را دچار آن کرده‌ای. تو پاک و بی نقصی، چقدر زیادست آنچه به ما ارزانی داشته‌ای. تو بی نقصی، چقدر زیاد است رفاه و آسودگی که به ما داده‌ای. خدایا نعمتت را بر ما گسترده‌تر کن و همین‌طور بر نیازمندان مومن و مسلمان. (کافی، ج ۶، ص ۲۹۳)

در روایت دیگر آمده است که ایشان در پایان سفره می‌فرمود: اللهم اکثر و اطبت و بارکت فاشبع و ارویت. الحمد لله الذی یطعم و لا یطعم؛ خدایا زیاد کردی و گوارا کردی و پر برکت ساختی. سیر کردی و سیراب کردی. ستایش خدای را که روزی دهد و روزی داده نشود.

(کافی، ج ۶، ص ۲۹۴)

پرهیز از اسراف و هدر دادن نعمت‌ها

برای قدردانی از نعمت‌های الهی، علاوه بر تشکر زبانی لازم است انسان آن نعمت‌ها را کوچک بشمارد و در عمل نیز این دیدگاه را نشان دهد، مثلاً در مورد همین نعمت خوراک و تغذیه، انسان اگر اسراف کند و مواد اضافی سفره را با اینکه قابل استفاده است، دور بریزد به نوعی کفران نعمت کرده است. لذا در روایات تأکیدات زیادی وارد شده است که خرده نان‌ها و خرده غذاهای باقیمانده خورده شود تا نعمت‌های خداوند کوچک شمرده نشوند.^۱ در خانواده نیز این فرهنگ باید جا بیفتد که هر یک از اعضای خانواده طوری غذا بخورد که کمترین دور ریز را داشته باشد. این مسأله در سائر نعمت‌های الهی مثل پوشاک، اسباب بازی‌ها و وسائل کودک نیز باید مد نظر قرار گیرد که در عین تأمین نیازهای کودک، از اسراف و بی‌اهمیتی به محافظت از آنها جلوگیری شود. در رعایت این نکته نباید فرقی بین خانواده‌های کم‌بضاعت و خانواده‌های توانمند باشد. توانمندی و ثروتمندی خانواده نباید باعث ترویج اسراف و بی‌توجهی به نعمت‌های الهی و کفران این نعمت‌ها شود که سلامت معنوی انسان را زیر سؤال می‌برد. از سوی دیگر ریخت و پاش بیش از حد و فراهم بودن همیشگی همه امکانات برای کودک، در او این توقع را ایجاد می‌کند که همیشه بهترین شرائط مادی برایش آماده باشد و لذا اگر در زندگی دچار سختی بشود یا در محدودیتی قرار بگیرد نمی‌تواند به وضعیت موجود رضایت بدهد و قناعت ورزد و سازگاری کمتری از خود نشان می‌دهد و لذا علاوه بر سلامت معنوی‌اش، سلامت روانش هم در خطر می‌افتد.

نگاه مثبت به زندگی و انتقال آن به کودک

این بسیار حائز اهمیت است که خود والدین این دید مثبت به زندگی را داشته باشند و همه خوبی‌های آن را از خدا ببینند و همواره به رحمت و عنایت خداوند امید داشته باشند و در مشکلات و سختی‌ها به

^۱ در روایت است که امام صادق (ع) وقتی سفره می‌خواست جمع شود، خرده‌های غذای باقیمانده را جمع می‌کردند و می‌خوردند و می‌فرمودند این کار فقر را از بین می‌برد و فرزندان را زیاد می‌کند. (کافی، ج ۶، ص ۳۰۰) همچنین روزی پیامبر (ص) به خانه عائشه رفتند و دیدند که تکه لقمه‌ای روی زمین است و عائشه دارد روی آن پا می‌گذارد. حضرت آن تکه لقمه را برداشتند و خوردند و سپس فرمودند: ای عائشه با نعمتهایی که خدای عز و جل به تو داده است به نیکی رفتار کن که اگر این نعمتها از قومی گرفته شود دیگر بعید است که به آنها بازگردد. (همان)

حکمت و شفقت الهی ایمان داشته باشند. آنها در سخنان روزمره خود به طور ناخودآگاه این دیدگاه را به کودک بازتاب می دهند. کودک ممکن است به خاطر برخی از رویدادهایی که برایش اتفاق می افتد، احساس شکست یا از دست دادن خواسته ها و آرزوهایش داشته باشد. والدین در این موارد باید او را متوجه نکات مثبتی کنند که در آن رویداد بوده است و بدین ترتیب به او بیاموزند که همواره در تفسیر وقایعی که در زندگی برایش رخ می دهد، سعی کند نقاط مثبت آن را ببیند. والدین باید به او تذکر دهند که شاید حکمت و منفعتی در این رویداد بوده است و خداوند برای او شرایط کسب آن منفعت را فراهم کرده است. بدین ترتیب والدین، حسن ظن به خدا را به او القاء خواهند کرد. این شیوه ای است که پیامبران نیز در تربیت یاران خود پیش می گرفتند. در روایت است که روزی حضرت عیسی ع با حواریون خود حرکت می کردند که از کنار مردار سگی گذشتند. اطرافیان گفتند: چقدر بوی این مردار بد است. حضرت فرمود: چقدر دندانهایش سفید است!^۱ به این صورت حضرت به آنها گوشزد کردند که در مورد خلقت خدا همیشه خوبی را ببینند.

۴. احساس کرامت الهی و عزت نفس

کرامت نفسانی از دیگر صفات معنوی است که طبق احادیث مانع صدور کارهای پست از انسان و کنترل کننده خواسته های نفسانی است.^۲ طبق فرموده امام کاظم (ع) کسی که کرامت خود را درک کرده است، هر رفتار و هر هدف و سودی را مناسب شأن خود نمی داند و به اهداف و منافع دنیوی و مادی قانع نمی شود و تنها اهداف متعالی و الهی را در خور شأن خویش می بیند و تنها تلاش خود را با بهشت بی کران معاوضه می کند.^۳ چنین کسی حاضر به زیر پا گذاشت عزت نفس خویش نیست و ذلت اطاعت

^۱ کشف الریبه، ص ۱۱

^۲ امیرالمومنین (ع): کسی که نفشش برای او کرامت داشته باشد، آن را با گناه خوار نخواهد کرد. (غررالحکم، شرح آقا جمال بر غرر)، ج ۵، ص ۳۵۷) ایشان همچنین می فرمایند: کسی که نفشش برای او کرامت داشته باشد، شهوتش برای او خوار و کم اهمیت می شود. (همان، ج ۵، ص ۳۶۵)

^۳ امام کاظم (ع): با ارزش ترین انسانها کسی است که دنیا را برای خود کوچک ببیند. آگاه باشید که تن های شما را بهائی کمتر از بهشت نیست، پس آن را به غیر بهشت نفروشید. (تحف العقول، ص ۳۸۹)

از زورگویان و سلطه جویان را نمی پذیرد، در مقابل ظلم می ایستد و هیئات منا الذله سر می دهد. او در مقابل ثروت و جایگاه اجتماعی افراد کرنش نمی کند و به خضوع نمی افتد چرا که ثروت و جایگاه نفس خویش را بسیار برتر از آن می بیند. کرامت انسان از نظر دین اسلام، یک عطیه خدادادی است نه اینکه خصوصیت ذاتی او باشد و لذا در قرآن کریم تعبیر «کرامت الهی» برای آن به کار رفته است.^۱ و هرچه تقوای انسان بیشتر بشود کرامت الهیش بیشتر می شود.^۲ بنابراین کرامت انسان، به معنای ظرفیت های ویژه ای است که خداوند در او قرار داده است و دستاورد خود او نیست. آن کرامت انسانی که سجده ملائک را در پی دارد حاصل نفخ روح الهی در اوست.^۳ از آنجا که کرامت انسان در سایه اراده و عنایت الهی تعریف می شود، در عین حال که موجب غرور و خود بزرگ بینی نمی شود، به انسان امید و انگیزه و قدرت مقابله با مشکلات و قدرت نه گفتن به خواسته های پست نفسانی خود و دیگران را می دهد. فرزندان وقتی به سن نوجوانی برسند در خیل اماجی از پیشنهادات و درخواست ها و دعوت ها از سوی همسالان و بزرگترها قرار می گیرد. در چنین شرایطی کرامت و عزت نفس او مهمترین عاملی است که می تواند به او قدرت خودکترلی و انتخاب آگاهانه بدهد و مانع تسلیم شدن در مقابل خواسته های دیگران شود. پایه ریزی این کرامت و عزت نفس باید در سنین کودکی انجام گیرد. گفتنی است در نگاه سکولار، ارزش انسان به صورت استقلالی و نه در سایه عنایت الهی دیده می شود. چنین نگاهی زمینه را برای کبر و خودبزرگ بینی فراهم می کند که یکی از بزرگترین موانع سلامت معنوی هستند.^۴ اما در فرهنگ دینی، توکل و اعتماد به خدا جایگزین اعتماد به نفس می شود و عنایت الهی جایگزین عزت نفس دنیوی

^۱ ما بنی آدم را کرامت بخشیدیم... (اسراء ۷۰)

^۲ آن اکر مکم عند الله اتقاکم (حجرات ۱۳)

^۳ فاذا سویته و نفخ فیه من روحی فقعوا له ساجدین؛ وقتی که کامل درست کردم و از روح خود در آن دمیدم، پیش او به سجده درافتید. (حجر: ۲۹)

^۴ امام صادق (ع): هیچ کس تکبر نمی ورزند مگر به خاطر خواری ای که در خود می بیند. (کافی، ج ۲، ص ۳۱۲) ایشان همچنین می فرمایند: خداوند می فرماید گناه برای مومن بهتر از غرور است و اگر چنین نبود هیچ مومنی مبتلا به گناه نمی شد. کسی که غرور او را فرا گیرد هلاک می شود. (کافی، ج ۲، ص ۳۱۳) رسول خدا (ص) می فرماید: کسی که بگوید من بهترین مردم هستم، او بدترین مردم است و کسی که بگوید من در بهشتم او در جهنم است. (النوادر للراوندی، ص ۱۱)

می‌شود. به این صورت هم آثار مثبت این کرامت و عزت نفس را در پی دارد و هم آفات آن مثل غرور و فخر فروشی را از بین می‌برد.

تکریم شخصیت کودک

محبت کردن و تکریم شخصیت کودک و تشویق کارهای خوب او باعث تقویت روحیه کرامت نفس در کودک می‌شود. والدین باید به نظرات کودک با جدیت گوش دهند تا به او نشان دهند آنچه حاصل افکار اوست، ارزشمند است. اگر خلاقیتی ولو ساده از او صادر شد، والدین با تشویق و حمایت او، ارزش کارش را اعلام کنند. خلاقانه بودن یک سخن یا کار باید نسبت به اطلاعات محدود کودک سنجیده شود نه نسبت به اطلاعات و تجارب والدین. اگر از کودک اشتباهی سر زد، والدین به جای نکوهش کردن او، باید به نکوهش کردن کار او و پیامدهای منفی آن کار اشاره کنند تا کرامت ذاتی او را خدشه‌دار نکرده باشند و با زدن برچسب‌های منفی بر کودک، او را به سوی شکل‌دهی یک شخصیت منفی سوق ندهند.

پرهیز از ارزیابی مقایسه‌ای کودک

عزت نفس پایین علاوه بر اینکه طبق احادیث پیش گفته سلامت معنوی کودک را به خطر می‌اندازد، با اضطراب، افسردگی و افزایش رفتارهای ضد اجتماعی نیز ارتباط دارد. طبق تحقیقات انجام شده یکی از عواملی که عزت نفس کودک را در خطر می‌اندازد، مقایسه کردن است.^۱ مثلاً وقتی کودک در یک زمینه‌ای ضعف دارد، والدین نباید او را با یک کودک دیگر که در این زمینه توانمند است مقایسه کنند و از طریق مقایسه اجتماعی به ارزیابی کودک خود بپردازند. ارزیابی کودک باید کاملاً خصوصی و شخصی باشد. از نظر دین اسلام ارزش هر انسان براساس میزان تلاشی سنجیده می‌شود که برای بهبود داشته‌هایش انجام می‌دهد نه براساس دستاورد و نتیجه‌ای که به آن می‌رسد و لذا به جای «عمل» بر «نیت» به عنوان

^۱برک، روانشناسی رشد، ص ۵۶۰

شاخص ارزش‌گذاری استفاده می‌شود.^۱ ممکن است کودکی در زمینه تحصیلی استعداد کمتری داشته باشد اما برای رسیدن به یک نمره متوسط تلاش زیادی کرده باشد. چنین کودکی شایسته تحسین است و نباید او را با کودک با استعدادی که با تلاش کمتر نمره بهتری کسب کرده است مقایسه کرد.

نگاه معنوی به انتساب‌های مرتبط با پیشرفت

عامل دیگری که عزت نفس کودک را تحت تأثیر قرار می‌دهد، «انتساب‌های مرتبط با پیشرفت» است.^۲ وقتی کودک به موفقیت یا شکست می‌رسد، می‌توان این نتیجه را به امور مختلفی نسبت داد، مثل شانس، تلاش فرد، استعداد ذاتی و افرادی که عزت نفس بالایی دارند، یاد گرفته‌اند که موفقیت‌ها و شکست‌هایشان را با انتساب‌های تسلط‌گرا تفسیر کنند؛ یعنی اگر به موفقیت می‌رسند آن را به تلاش خود که امری اختیاری است منتسب می‌کنند و اگر شکست می‌خورند منشأ آن را کم کاری خود می‌دانند. اما افرادی که به اصطلاح «درمانده آموخته» هستند موفقیت‌های خود را به شانس و شکست را به عدم توانایی ذاتی خود منتسب می‌کنند. این انتساب‌ها بسیار متأثر از فرهنگ جامعه و القائات محیطی است که کودک دریافت می‌کند. والدین و معلم‌ها و اطرافیان کودک در این زمینه نقش مهمی دارند. طبق آموزه‌های دینی، شانس و اقبال نقشی در زندگی انسان ندارد و هر رویدادی که در زندگی انسان رخ می‌دهد، حساب شده و طراحی شده است.^۳ از مهم‌ترین عناصری که در این طراحی الهی لحاظ می‌شود، شایستگی‌های فرد است و شایستگی فرد براساس تلاش صادقانه‌ای است که انجام داده است نه بر اساس

^۱ امام صادق (ع) درباره آیه‌ای از قرآن که خداوند می‌فرماید: «ما مرگ و زندگی را آفریدیم تا شما را بیازماییم که کدامتان بهتر عمل می‌کنید.» فرمودند: منظور بیشتر عمل کردن نیست بلکه درست تر عمل کردن است. درستی عمل به خشیت داشتن در قبال خدا و نیت صادق و نیکو عمل کردن است. مداومت بر عمل تا اینکه خالص شود سخت‌تر از خود عمل است... نیت برتر از عمل است. آگاه باشید که عمل تو در حقیقت همان نیت توست. سپس ایشان این آیه را تلاوت کردند: قل کل يعمل علی شاکلته؛ بگو هر کس بر اساس نیتش عمل می‌کند. (کافی، ج ۲، ص ۱۶)

^۲ بربک، روانشناسی رشد، ص ۵۶۱

^۳ امام باقر (ع) می‌فرمایند: قضاء حتمی خداوند بر این است که اگر به بنده‌ای نعمت داده باشد، آن نعمت را از او سلب نمی‌کند مگر اینکه او کاری کند که مستحق سلب آن نعمت شود. خدای متعال می‌فرماید: ان الله لا یغیر ما بقوم حتی یغیروا ما بانفسهم؛ خداوند وضعیت هیچ قومی را تغییر نمی‌دهد مگر اینکه آن قوم خودشان را تغییر دهند. (الفصول المهمه فی اصول الائمه، ج ۱، ص ۲۹۱)

استعدادهای ذاتی و از پیش تعیین شده. بنابراین در دیدگاه اسلامی، انتساب‌ها در عین الهی و آسمانی بودن، حساب شده و تسلط‌گرا هستند. اگر والدین با چنین دیدگاهی به فعالیت‌های کودک نظر کنند و موفقیت‌های او را به پادشاه‌های الهی در قبال تلاش صادقانه او منتسب کنند و شکست‌های او را هشدارهایی الهی در قبال کم‌کاری او تفسیر کنند، قطعاً به عزت نفس کودک کمک شایانی می‌کنند. والدینی که معیارهای بسیار بالایی را در نظر می‌گیرند و مدام به کودک می‌گویند تو از پس این کار بر نمی‌آیی و به جای یادگیری، تأکید بر نمره گرفتن و امتیاز گرفتن دارند و موفقیت‌های او را نیز منتسب به امور خارج از اختیار مثل هوش ذاتی یا شانس می‌کنند، عزت نفس کودک خود را به خطر می‌اندازند. اما والدینی که به توانایی کودک خود اطمینان دارند و تکالیفشان به گونه‌ای است که کودک را به چالش می‌کشد اما او را از پای در نمی‌آورد و به او نشان می‌دهند که بین تلاش و موفقیت رابطه هست و به جای جلو بودن بر جلو رفتن کودک تأکید دارند و به جای کار انجام شده، انرژی مصرف شده را ملاحظه می‌کنند، به عزت نفس او کمک می‌کنند.^۱

پرهیز از تحسین‌های خلاف واقع و افراطی

والدینی که به عزت نفس کودک خود بها می‌دهند باید از یک آفت مهم پرهیز کنند. تعریف و تمجید بیش از حد و دور از واقعیت درباره کودک، آثار تربیتی مناسبی ندارد و می‌تواند روحیه خودبزرگ بینی و خودپسندی را در کودک تقویت کند. طبق احادیث اهل بیت (ع) این روحیه هم ارتباط انسان با خداوند را خدشه‌دار می‌کند و نوعی بیماری معنوی است^۲ و هم مقبولیت اجتماعی او را کاهش می‌دهد.^۳ طبق

^۱ در فرهنگ دینی، اجرت و ثواب انسانها بر اساس میزان سختی و تلاشی است که انجام می‌دهند نه بر اساس نتیجه‌ای که بدست می‌آورند. مثلاً در روایت است از پیامبر اکرم (ص) که برترین عبادت، سخت‌ترین آنهاست و امیر المومنین (ع) می‌فرماید: برترین کارها آن کاری است که بر خلاف خواسته‌های نفست انجام دهی. (شرح نهج البلاغه لاین ابی‌الحدی، ج ۱۹، ص ۸۳؛ مفتاح الفلاح، ص ۴۵)
^۲ آن‌بان عن حکیم قال: سألت أبا عبد الله ع عن أدنى الإلحاد فقال إن الکبر أدناه؛ ابان بن حکم می‌گوید از امام صادق (ع) پرسیدم اولین درجه الحاد چیست؟ حضرت فرمودند: کبر و خودبزرگ بینی اولین مرتبه الحاد است. (کافی، ج ۲، ص ۳۰۹)

^۳ امام صادق (ع) می‌فرماید: ما من عبد إلا و فی رأسه حکمة و ملک یمسکها فإذا تکبر قال له اتضع وضعک الله فلا یزال أعظم الناس فی نفسه و أصغر الناس فی أعین الناس و إذا تواضع رفعه الله عز و جل ثم قال له انتعش نعشک الله فلا یزال أصغر الناس فی نفسه و أرفع الناس فی أعین الناس؛ بر سر هر بنده‌ای ریسمانی است که به دست یک ملک است. هر گاه بنده تکبر کند، ملک گوید سرت را پایین بیاور، خدا تو را پست کند،

تحقیقات انجام شده کودکانی که در معرض اینگونه تحسین‌های افراطی قرار می‌گیرند، اعتماد به نفس بیش از حد دارند و رفتارهای ضد اجتماعی بیشتری از خود نشان می‌دهند و موفقیت کمتری در آینده پیدا می‌کنند.^۱ بنابراین پدر و مادر به جای تحسین‌های بی‌مورد، باید تلاش‌های واقعی کودک و اهداف صحیح او را برجسته کنند.

کشف استعدادهای کودک

هر انسانی ممکن است در برخی زمینه‌ها استعداد و توانایی بیشتری داشته باشد و در زمینه‌های دیگر توانایی کمتری داشته باشد. پدر و مادر باید سعی کنند زمینه مستعد بودن فرزند خود را کشف کنند و آن را به خود کودک معرفی کنند و شرایط را برای رشد کودک در آن زمینه و عرضه آن در اجتماع فراهم کنند. بدین ترتیب کودک به توانایی‌های خود پی می‌برد و اعتماد به نفسش تقویت می‌شود. اما اگر چنین اقدامی صورت نگیرد و کودک در مدرسه مواجه با موضوعاتی شود که در آنها استعدادش از بقیه کمتر است احساس می‌کند انسان ناتوانی است و اعتماد به نفسش را از دست می‌دهد، در حالی که او تنها در آن زمینه‌ای که در مدرسه برجسته شده کم استعداد بوده است و در زمینه‌های دیگر استعداد خوبی دارد.

نگاه معنوی به کرامت انسان

والدین باید این استعدادها را به عنوان موهبت‌های الهی به کودک معرفی کنند. همچنین آنها باید ارزش معنوی کودک را به او یادآوری کنند و به او بگویند که محبت و توجه خداوند شامل او می‌شود. ذکر نعمت‌های ویژه‌ای که شامل کودک شده است نشانه محبت و عنایت خدا نسبت به کودک است. باید به کودک یادآوری کرد که خداوند از لحظه‌ای که او در شکم مادرش به وجود آمده است از او محافظت

پس همواره نزد خود بزرگترین مردم باشد و در چشم مردم کوچکترین انسانها باشد. و اگر تواضع کند، خداوند او را رفعت ببخشد. سپس ملک به او بگوید سر خود بالا بگیر، خدا به تو برتری ببخشد، پس همواره نزد خود کوچکترین مردم است و در چشم مردم بلندمرتبه ترین مردم خواهد بود. (کافی، ج ۲، ص ۳۱۲)

^۱برک، روانشناسی رشد، ص ۵۶۱

کرده و بزرگ و قویتر کرده و هر لحظه این محافظت و رشد الهی استمرار دارد. پدر و مادر و امکاناتی که در اختیار کودک است باید به عنوان نعمت‌ها و الطاف خدا به او معرفی شود. به این صورت هم محبت کودک به خدا افزایش می‌یابد و هم اینکه او توجه خاص خداوند به خودش را درک خواهد کرد. کودک باید بیاموزد که توجه خداوند به او، تابع میزان توانایی او نیست بلکه مبتنی بر میزان تلاش و نیت او برای کار نیک است.^۱ در این صورت اگر کودک در خود ضعفی در برخی زمینه‌ها بیابد، عزت نفس خود را از دست نمی‌دهد چون می‌داند این ضعف‌ها و کاستی‌ها موجب سلب عنایت خدا از او نیست و مبنای سنجش ارزش رفتار او نیست. والدین می‌توانند با برخی سؤالات ساده، کودک را متوجه کنند که ارزش او از امور دنیایی بیشتر است. مثلاً از او بپرسند که آیا حاضری در ازای دریافت یک خانه بسیار لوکس و مجهز و مطابق میل، چشم خود را بفروشی؟ او قطعاً جواب منفی خواهد داد. بدین ترتیب او متوجه می‌شود دارایی و ثروتی دارد که ارزشش از تمام دنیا بیشتر است. در روایت است که فردی نزد امام صادق (ع) آمد و از فقر و تنگدستی خود گلایه کرد. حضرت به او فرمود: قضیه آن طور که تعریف کردی نیست و من تو را فقیر نمی‌بینم. او عرضه داشت: آقای من، به خدا حال مرا نمی‌دانی. سپس او مقداری از فقرش را بازگو کرد و حضرت همچنان فقر او را انکار می‌کرد. در نهایت حضرت به او فرمود: به من بگو اگر به ازای برائت جستن از ما به تو صد دینار بدهند، حاضر بودی این پول را بگیری؟ او گفت: نه. حضرت مقدار را بالاتر می‌برد تا اینکه به هزاران دینار رسید و آن مرد همچنان می‌گفت این کار را نمی‌کنم. آنگاه حضرت فرمود: کسی که کالایی این چنین دارد که در ازای چنین قیمتی حاضر به فروش آن نیست آیا فقیر است؟!^۲ حضرت به این طریق آن فرد را به ارزش دارایی‌هایی که دارد متوجه

^۱ در روایت است که نیت مومن بهتر از عمل اوست چرا که او چیزی را نیت می‌کند که در توان و طاقتش نیست. و اخلاق نیک می‌تواند خوی و طبیعت باشد و می‌تواند از روی نیت و اختیار باشد. آن اخلاق نیکی که از روی نیت و اختیار باشد شایسته‌تر است. (الفقه المنسوب الی الامام

الرضا ع ص ۳۷۸)

آمالی طوسی، ص ۲۹۸

ساخته است. والدین نیز می‌توانند ارزشمندی‌های خدادادی کودک را به او بفهمانند تا عزت نفس کودک را تقویت کنند.

۵. حياء

خصلت دیگری که زمینه را برای بهبود معنوی در بزرگسالی فراهم می‌کند و به فرموده امام صادق(ع) با ایمان رابطه مستحکمی دارد، حياء است.^۱ حياء در واقع نوعی خودکنترلی است که ناشی از درک زشتی یک کار و شرمساری در مقابل یک ناظر است.^۲ این ناظر می‌تواند مردم و اطرافیان باشند و می‌تواند ناظر درونی و نفسانی باشد و می‌تواند ناظر الهی باشد.^۳ و به همین ترتیب زشتی کار نیز می‌تواند زشتی اجتماعی یا اخلاقی و معنوی باشد. هر سه نوع از حياء در روایات اهل بیت(ع) مطرح شده است و مورد تأکید قرار گرفته است. بنابراین حياء به نوعی احساس دیده شدن و احساس زشتی و زیبایی کارها برمی‌گردد. حياء همه رفتارهای فردی و اجتماعی انسان را دربر می‌گیرد اما به طور خاص به حياء در مسائل جنسی اطلاق می‌شود که باید مورد توجه خاص والدین باشد. حس حياء از طرفی قدرت خودکنترلی انسان را افزایش می‌دهد و لذا از نظر دین اسلام حتی حياء از مردم ممدوح است چرا که می‌تواند مانع بسیاری از کارهای زشتی شود که سلامت معنوی انسان را به خطر می‌اندازد. حياء همچنین می‌تواند به تقویت رابطه انسان با خدا بینجامد چرا که از مهمترین شاخص‌های سلامت معنوی این است که انسان خود را در محضر خدا ببیند و به یاد او باشد. حياء نیز احساس دیده شدن و مورد نظاره بودن را در انسان تقویت می‌کند.^۴ بنابراین والدین باید برای ایجاد این صفت در فرزند خود برنامه‌ریزی داشته

^۱ امام صادق(ع) می‌فرماید: لا ایمان لمن لا حياء له؛ کسی که حياء ندارد، ایمان ندارد. (کافی، ج ۲، ص ۱۰۶)

^۲ امیرالمومنین(ع) حياء مانع کار زشت می‌شود. (غررالحکم، ص ۲۵۷)

^۳ امیرالمومنین(ع) حياء انسان از خدا و حياء انسان از خودش را از بهترین انواع حياء برشمرده‌اند. (غررالحکم، ص ۲۵۷) اهمیت و آثار حياء از مردم نیز در روایات اشاره شده است. مثلاً امام حسن عسکری(ع) می‌فرماید: کسی که از چهره‌های مردم هراسی نداشته باشد از خدا هم هراسی نخواهد داشت. (بحارالانوار، ج ۶۸، ص ۳۳۶) حياء از مردم در کارهای اجتماعی تأثیرگذار است و حياء از خدا در کارهای خصوصی. امام کاظم(ع) در این باره می‌فرماید: در خفاء از خدا حياء کنید همانطور که در کارهای آشکارتان از مردم حياء می‌کنید. (تحف العقول، ص ۳۹۴)

^۴ امام زین العابدین(ع): از خدا بترس به خاطر قدرتی که دارد و از او حياء کن به خاطر نزدیکی‌اش به تو. (بحارالانوار، ج ۶۸، ص ۳۳۶)

باشند. البته روحیه حياء نبايد منجر به خجالتی و منزوی بودن کودک و به تعبیر روایات «حیاء نابخردانه شود» و باید برای جلوگیری از این آفت نیز تمهیداتی اندیشیده شود.^۱

تغافل و عذرتراشی به جای مؤاخذه و توهین

اهمیت حياء به حدی است که مقرون ایمان شمرده شده است و با رفتن حياء، ایمان نیز از بین می‌رود.^۲ برای تثبیت حياء در کودکان، والدین باید نکاتی را رعایت کنند. یکی از مهم‌ترین نکات، رعایت کرامت کودک در مواجهه با اوست. توهین به کودک در هنگام عصبانیت پدر و مادر یا خطای کودک باعث شکسته شدن شخصیت کودک و از بین رفتن پرده حیا می‌شود. اثر مخرب این‌گونه برخوردها اگر در حضور فرد ثالث باشد دوچندان می‌شود. در برخورد با خطاهای کودک، تلاش والدین باید بر تغافل و عذرتراشی تا حد امکان باشد. توبیخ و تنبیه بیش از حد باعث می‌شود ترس از مؤاخذه شدن و مورد بازخواست قرار گرفتن در کودک از بین برود و نگاه توبیخ‌گرانه اطرافیان برای او عادی شود. اگر کودک احساس کند آبرو و شخصیتی نزد دیگران ندارد دیگر هراسی از علنی کردن ناهنجاری‌های خود نخواهد داشت و اگر از اطرافیانش مدام توبیخ و مذمت دریافت کند تلخی این توبیخ‌ها برایش قابل تحمل می‌شود. بنابراین والدین باید سعی کنند تا حد ممکن با تغافل و عذرتراشی از کنار خطاهای کودک بگذرند و همچنین در حضور دیگران به توبیخ و تحقیر فرزند خود نپردازند.

رعایت حریم‌ها

حیاء همواره با محدودیت و رعایت برخی حد و مرزها رابطه دارد، چنانکه امیرالمؤمنین(ع) می‌فرماید حیاء با محدودیت قرین است.^۳ کودکان باید به تدریج رعایت برخی حریم‌ها را بیاموزند. اگر او از طریق

^۱ پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: حیاء دو گونه است: حیاء عاقلانه و حیاء نابخردانه. حیاء عاقلانه از آگاهی نشأت می‌گیرد و حیاء نابخردانه از نادانی است. (کافی، ج ۲، ص ۱۰۶) در روایت دیگر از ایشان آمده است که حیاء دو گونه است. یک نوع آن ناتوانی است و نوع دیگر توانایی و ایمان و مسلمانی است. (خصال، ج ۱، ص ۵۵)

^۲ امام باقر(ع) یا امام صادق(ع) می‌فرمایند: الحياء و الايمان مقرونان فی قرن فاذا ذهب احدهما تبعه صاحبه؛ حیاء و ایمان همراه هم هستند. اگر یکی از آنها برود دیگری هم به دنبالش می‌رود. (کافی ج ۲، ص ۱۰۶ و مشکاه الانوار ص ۲۳۴)

^۳ امیرالمؤمنین(ع): قرن ... الحياء بالحرمان. (تحف العقول، ص ۲۰۱)

رسانه‌های جمعی مثل ماهواره و فضای مجازی دسترسی به هر صحنه و منظره‌ای داشته باشد، قطعاً در جهت بی‌حیائی حرکت کرده است. وقتی شنیدن صدا یا نفس کشیدن دو نفر که با هم عمل زناشویی انجام می‌دهند، به فرموده امام صادق (ع) کودک را به سمت شقاوت و فاحشه‌گری سوق می‌دهد^۱، چگونه دیدن صحنه‌های نامشروع در فضای مجازی چنین اثر مخربی نداشته باشد؟ بنابراین والدین باید بر دسترسی‌های رسانه‌ای و اینترنتی کودک نظارت داشته باشند. خود پدر و مادر نیز هم در نوع پوشش و لباسشان در حضور فرزند و نوع سخن گفتنشان با هم دیگر باید حياء را رعایت کنند و از واژه‌ها و رفتارهایی که در فضای خصوصی زناشویی استفاده می‌شود در حضور فرزند خودداری کنند. در روایت است که پدر و فرزند با هم به حمام نروند تا نگاه کودک به عورت پدر نیفتد. حتی پدر نیز نباید به عورت فرزندش نگاه کند.^۲ مادر نیز از شش سالگی دیگر نباید تماس بدنی با شرمگاه دختر داشته باشد.^۳ این روایات و امثال آن حاکی از آن است که والدین باید حریم‌هایی را بین خود و کودک قرار دهند تا فرهنگ حياء در کودک شکل بگیرد و او بفهمد که بعضی از اعضای بدن خود را حتی به نزدیکترین فرد به خودش یعنی پدر و مادر نیز نباید نشان دهد. به همین صورت بین خود فرزندان هم باید حریم‌هایی قرار داده شود. توصیه به جدا کردن رختخواب کودکان از هم دیگر، حتی اگر هر دو پسر یا هر دو دختر باشند، از حدود هفت تا ده سالگی به همین نکته اشاره دارد.^۴ در خارج از خانه و در ارتباط با افرادی غیر از اعضای خانواده نیز حریم‌هایی وجود دارد که باید رعایت شود. برای مثال در فرهنگ اسلامی توصیه می‌شود مردان دختر بالای شش سال را بوسه زنند و کنار هم ن خوابند و زنان نیز پسران بالای هفت سال را نبوسند.^۵ این توصیه‌ها برای آن است که کودکان به تدریج هویت جنسی خود را بیابند و حریم‌های الهی را بیاموزند به نحوی که تجاوز از این حریم‌ها باعث شرمساری آنها شود. حریم‌ها

^۱کافی، ج ۵، ص ۵۰۰

^۲کافی، ج ۶، ص ۵۰۳

^۳آمن لا يحضره الفقيه، ج ۳، ص ۴۳۶

^۴کافی، ج ۶، ص ۴۶ و تهذیب الاحکام، ج ۸، ص ۱۱۰ و من لا يحضره الفقيه، ج ۳، ص ۴۳۶ و مکارم الاخلاق، ص ۲۲۳

^۵من لا يحضره الفقيه، ج ۳، ص ۴۳۶ و ۴۳۷

بین افراد هم جنس نیز باید رعایت شود. فرزندان و به خصوص دختران نباید به محیط‌هایی برده شوند که زنان بدون رعایت مسائل شرعی و حریم‌های الهی با هم دیگر تعامل برقرار می‌کنند و لذا در روایات تأکید شده است که والدین نباید بگذارند دختران به عروسی‌ها یا مجالسی بروند که زنان لباس‌های نازک می‌پوشند و موسیقی‌های حرام می‌گذارند و مسائل شرعی را رعایت نمی‌کنند،^۱ زیرا در این صورت با الگوبرداری از این افراد، از سبک زندگی معنوی دور می‌شوند و زیر پا گذاشتن مرزهای الهی برایشان آسان و عادی می‌شود.

خلاصه و نتیجه

سلامت معنوی در مقایسه با سایر عرصه‌های سلامت (مانند سلامت جسم و روان) از اهمیت بیشتری برخوردار است چرا که در رتبه بالاتری قرار دارد، به سطوح متعالی انسان مربوط است و برکات و بالاتری در پی دارد. در نگرش اسلامی، معنویت با خدامحوری پیوند دارد و بر ذهن و دل و رفتار ادمی اثرگذار است. براین اساس می‌توان در تعریف آن می‌توان گفت: «سلامت معنوی وضعیتی است که در آن، بینش، گرایش و کنش فردی و اجتماعی انسان در راستای قرب و رضای الهی (که کمال برتر انسانی است) قرار گیرد و علاوه بر سعادت اخروی، برای وی امید، نشاط، آرامش و رضایت از زندگی را در پی داشته باشد.»

این عرصه از سلامت همچون سایر عرصه‌های آن، با دوران کودکی پیوندی عمیق دارد و از آن سرچشمه می‌گیرد. سلامت معنوی فرایندی است که از زمان انتخاب همسر، دوره پیش‌زادی، دوره شیرخوارگی و کودکی شروع شده و تا نوجوانی، جوانی و بزرگسالی ادامه پیدا می‌کند. والدین برای موفقیت در مسیر

^۱ وسائل الشیعه، ج ۲، ص ۵۱ تا ۵۱

تحقق این سلامت در فرزند، باید پیش از تولد فرزند در خود بینش معنوی را تقویت کنند تا با کسب آمادگی لازم بتوانند در این جهت اقدامات لازم را انجام دهند.

سلامت معنوی از نگاه اسلام بر مبانی خاصی استوار است که توجه به آنها در طول فرایند تربیت لازم است: سلامت معنوی بدون انسان‌شناسی جامع و مطمئن امکان‌پذیر نیست. در این مسیر، وحی منبع معتبری برای شناخت نفس و کشف عوامل مؤثر در سلامت آن است. در آیات قرآن روح، تشکیل‌دهنده هویت انسانی انسان به حساب آمده و بستر کمالات معنوی معرفی شده است. در تلقی اسلامی سلامت جسم و روان در طول سلامت معنوی قرار دارند. بدون سلامت معنوی سایر انواع سلامت هرچند مفید و لازم است اما کافی و رهایی‌بخش نیست. بدن و نفس (روح) آدمی ارتباطی تنگاتنگ دارند. امور فرامادی همچون دعا و توسل نیز می‌تواند مددبران ما در کسب سلامت باشد. در این مسیر توجه به استمرار حیات بشر پس از مرگ و پیوند دنیا و آخرت نیز ضروری است. پیوند با خدا و درک رضای الهی و تحقق قرب معنوی محدود به این جهان نیست؛ بلکه در جهان دیگر نیز جلوه‌گر است.

فرآیند تحقق سلامت معنوی کودکان را میتوان در ۴ مرحله بیان کرد:

۱. دوره پیش‌زادی: مطابق دیدگاه اسلام، آغاز برنامه‌ریزی برای تأمین سلامت معنوی فرزندان، به زمانی پیش‌تر از زمان «انعقاد نطفه»، «تولد» و «کودکی» باز می‌گردد و لذا پیش از انعقاد نطفه را نیز در برمی‌گیرد. نقش عوامل زمینه‌ساز سلامت معنوی در پیش‌زادی برجسته‌تر از سایر دوره‌ها است. آورده‌های ارثی و ژنتیکی، محیط خانواده، نحوه تغذیه، شیوه زندگی پدر و مادر عواملی‌اند که در دوره پیش‌زادی حضور دارد. البته هیچکدام از عوامل نقش انحصاری ندارد بلکه هر یک به گونه‌ای زمینه‌ساز سلامت معنوی هستند که همراه با اراده و اختیار انسان بر این سلامت مؤثرند. سلامت معنوی کودکان چه قبل از تولد و چه بعد از تولد منوط به مراقبت‌های پایدار معنوی است. این مراقبت‌ها در دوره پیش‌زادی که بیشتر اخلاق، منش، سبک‌زندگی و سطح تعامل اجتماعی و زناشویی والدین را تحت پوشش قرار می‌دهد، باید قبل و بعد از ازدواج مورد توجه قرار گیرد.
۲. دو سال اول زندگی: در این سنین والدین از مهم‌ترین عوامل تأثیرگذار بر سلامت معنوی کودک محسوب می‌شود. آنها برای تأثیرگذاری مفید در این مسیر، باید بتوانند احساسات و حالات روحی خود را مدیریت کنند، حمایت الهی را برای کودک جلب و شیطان را طرد کنند و کودک را از تغذیه سالم بهره‌مند سازند. برای تغذیه مناسب لازم است از شیرهای نامناسب و غذای حرام پرهیز شود. همچنین از آنجا که طفل شیرخواره درک هشیارانه از دنیای اطراف ندارد، لازم است با تصرف در سطح ناهشیار یا نیمه هشیار کودک، نگرش معنوی به وی القا شود. تعامل توأم با محبت و مودت با کودک، پرورش خویش‌داری وی، ایجاد فضای معنوی و خوشایندسازی معنوی، از جمله عوامل مؤثر در تحقق سلامت معنوی در این دوران است.
۳. از پایان دو تا هفت سالگی: برای نیل به سلامت معنوی کودکان در تمام سنین از جمله در این دوران لازم است که قابلیت‌های شناختی، عاطفی و رفتاری کودکان، مورد توجه قرار گیرد. در این سنین آمادگی شناختی بیشتری نسبت به دوره قبل پیدا کرده است و ارتباط کلامی هم رشد شتابنده‌ای

دارد. او در این سنین علاقه‌ی وافری به کشف جهان اطراف خود دارد. در چنین شرایطی، جهت‌دهی معنوی به پاسخ‌های دریافتی وی می‌تواند در بینش معنوی او آثار مثبتی به دنبال داشته باشد. آموزش تدریجی معارف و اعمال دینی، مدیریت مناسب در ساختن نظام ارزشی وی، استفاده از ظرفیت خودارزنده سازی کودک در مسیر سلامت معنوی، بکارگیری کتاب‌های داستانی و داستان‌سرایی، معنوی‌سازی بازی‌های کودکانه، ایجاد ذهنیت مثبت نسبت به صفات خداوند، توجه دادن به نعمت‌های الهی، و ترغیب به سپاسگزاری از دیگر راهکارهای نیل به سلامت معنوی در این سنین است.

۴. ۷ تا ۱۲ سالگی: اقداماتی که در سنین اولیه کودکی برای سلامت معنوی انجام می‌شود کافی نیست زیرا عوامل آسیب‌زا و خطرآفرین همچنان ادامه دارد. در این دوران لازم است که متناسب با ظرفیت‌های کودک بینش معنوی به وی داده شود. بینش‌ها نیز در صورتی موجب سلامت معنوی می‌شوند که صرفاً در سطح اطلاعات ذهنی باقی نمانند و به باورهای قلبی راسخ تبدیل شوند. خداشناسی صحیح و معرفت به حکمت و عدالت الهی از مقدمات مهم سلامت معنوی است. این شناخت از همان کودکی و بر اثر دریافت‌هایی که کودک از والدین و محیط دارد، شکل می‌گیرد و در بزرگسالی تقویت و تکمیل می‌شود. شناخت جایگاه و نقش اهل بیت (ع) در ساحت‌های گوناگون زندگی، و پیروان راستین آنها پاسخگوی نیاز کودک به داشتن الگو است. عاقبت‌اندیشی و باور به آثار اخروی اعمال، هموارکننده حرکت در مسیر سلامت معنوی است.

یکی از راه‌های مهم انتقال بینش معنوی به فرزندان مدیریت گفتگوهای خانوادگی برای ایجاد و تقویت باورهای معنوی و اجتناب از آسیب‌های آموزش زبانی است. برای نیل به این اهداف لازم است که ابزارها و قالب‌های آموزشی مناسب بکار گرفته شود، موقعیت‌یابی و موقعیت‌سازی صورت گیرد، و علاوه بر روش‌های زبانی، سبک زندگی معنویت‌محور، نیز پیشه والدین شود. در بعد گرایشی، پایه‌ریزی و تقویت محبت خدا در دل فرزندان با روش‌هایی از جمله خوشایندسازی،

مسئولیت‌دهی و مانوس‌سازی، ایجاد عادات و صفات معنوی، قدردانی از خدا و خوشبینی به او میسر می‌شود.

منابع فارسی و عربی

- ابراهیمی پور، قاسم؛ محبی، محمد عارف، شاخص‌های خانواده مطلوب از دیدگاه اسلام، چ ۱، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۹۵.
- ابن ابی الحدید، عبدالحمید، شرح نهج البلاغه لابن ابی الحدید، چ ۱، ج ۱، ۴ و ۲۰، قم: مکتبه آیه الله مرعشی نجفی، ۱۴۰۴ق.
- ابن اشعث، محمد بن محمد، الجعفریات، تهران: مکتبه النینوی الحدیثه، بی تا.
- ابن خلدون، مقدمه ابن خلدون، بیروت: دارالفکر، (۱۹۸۸).
- ابن شاذان، محمد ابن احمد، مائه منقبه من مناقب امیرالمؤمنین و الأئمه، چ ۱، قم: مدرسه الهادی، ۱۴۰۷ق.
- ابن شعبه حرانی، حسن بن علی، تحف العقول، چ ۲، قم: جامعه مدرسین، ۱۳۶۳.
- ابن طاووس، علی، اقبال الاعمال، ج ۲، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۴۰۹ق.
- ابن عربی، محمد ابن علی، الفتوحات المکیه، ترجمه محمدخواجوی، تهران: مولی، ۱۳۸۸.
- ابن قولویه، جعفر ابن محمد، کامل الزیارات.
- ابن مسکویه، احمد، تهذیب الاخلاق، بیروت: مکتبه الحیاه، بی تا.
- ابن منظور محمد بن مکرم، لسان العرب، چ ۳، ج ۱۰ و ۴ بیروت: دار الصادر، ۱۴۱۴ق.
- ابن سینا، حسین بن عبدالله، القانون فی الطب، چ ۱، بیروت: دار إحياء التراث العربی، ۱۴۲۶ق.
- ابن سینا، حسین بن عبدالله، قانون، ترجمه عبدالرحمن شرفکندی، تهران: سروش، ۱۳۸۹.
- ابن سینا، قراضه طبیعیات، چ ۱، تهران: انجمن آثار ملی، ۱۳۳۲.
- زمینه روان‌شناسی اتکینسون و هیلگارد، ترجمه حسن رفیعی و محسن ارجمند، ج ۱. تهران، ارجمند، ۱۳۹۰.
- زمینه روان‌شناسی هیلگارد، اتکینسون و همکاران، ترجمه محمدنقی براهنی و همکاران، چ ۵، تهران: انتشارات رشد، ۱۳۸۵.
- اخوی، ابراهیم، بررسی نقش مداخله‌های شناختی و رفتاری در افزایش سطح خودمهارگری کودکان دبستانی با تکیه بر منابع اسلامی، پایان نامه کارشناسی ارشد، موسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۹.
- الاخوینی، ابوبکر ربیع بن محمدالاحمد، هدایت المتعلمین فی الطب، چ ۲، مشهد مقدس: دانشگاه مشهد، ۱۳۷۱.

- ادیب حاج باقری، محسن و سعیدنژاد، زهرا، «موانع ارائه مراقبت معنوی به بیماران بستری در بیمارستان‌های شهر کاشان از دیدگاه پرستاران»، اخلاق پزشکی، ش ۳۷، پاییز ۱۳۹۵
- اربلی، علی بن عیسی، کشف الغمه فی معرفه الائمه(ع)، چ ۱، تبریز: بنی هاشمی، ۱۳۸۱ق.
- روانشناسی دین، اسپلیکا، برنارد و همکاران، ترجمه محمد دهقانی، چ ۱، تهران: رشد، ۱۳۹۰.
- اسکافی، محمد بن همام، التمحیص، چ ۱، قم: مدرسه الامام المهدی(عج) ۱۴۰۴ق.
- اسماعیل زاده، صدیقه؛ قلی زاده پاشا، نرگس؛ حسین پور حیدری، فاطمه؛ گل‌سرخ تبار امیری، معصومه؛ «خلقت انسان: رشد و نمو جنین از دیدگاه قرآن و علوم زیستی»، مجله دانشگاه علوم پزشکی بابل. دوره پانزدهم، ویژه نامه ۱، ۱۳۹۱.
- اعرافی، علیرضا؛ مبلغ، محمدکاظم، حکم فقهی استفاده از بازی در تربیت، مجله مطالعات فقه تربیتی، ش ۲۵، پاییز و زمستان ۱۳۹۴، صص ۹۴-۷۲.
- اعوانی، غلامرضا و بیدهندی، محمد. «هستی‌شناسی تأویلی ملاصدرا». مجله دانشکده ادبیات و علوم انسانی (دانشگاه اصفهان)، ش ۳۴ و ۳۵، ۱۳۸۲.
- افروغ، عماد، شرحی بر آرای دیالکتیک بسکار، چ ۱، تهران: نشر علم، ۱۳۹۴.
- امام حسن عسکری، التفسیر المنسوب إلى الإمام الحسن العسکری علیه السلام، چ ۱، قم: مدرسه الامام المهدی، ۱۴۰۹.
- امام خمینی، روح الله، صحیفه امام. تهران: موسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی(ره) ۱۳۷۹.
- امامی، مسعود، قصاص قتل عمدی جنین، فصلنامه کاوشی نو در فقه، ش ۵۳، پاییز ۱۳۸۶، صص ۵۳-۸۵.
- امیدواری، سپیده، سلامت معنوی: مفاهیم و چالش‌ها، پژوهش‌های میان رشته‌ای قرآن کریم، س ۱، ش ۱، زمستان ۱۳۸۷، صص ۵-۱۸.
- امین، سید محسن، اعیان الشیعه، ج ۸، بیروت: دار التعارف للمطبوعات، بی تا.
- امینی، ابراهیم، انتخاب همسر، چ ۳، قم: سازمان تبلیغات اسلامی ۱۳۷۲
- آذر تاش، آذر نوش، فرهنگ معاصر، تهران: نشر نی، ۱۳۷۹.
- باهنر، ناصر، آموزش مفاهیم دینی همگام با روانشناسی رشد، چ ۱۰، تهران: نشر بین الملل، ۱۳۸۸.
- باهنر، ناصر، آموزش مفاهیم دینی همگام با روانشناسی رشد، تهران: سازمان تبلیغات اسلامی(نشر بین‌الملل)، ۱۳۷۸.

- برادران علاف، حمیده، بازی کودکان از دیدگاه اسلام و روان‌شناسی، پایان‌نامه کارشناسی ارشد، مشهد: مدرسه علمیه فاطمه الزهراء، استاد راهنما: سیدجمال وزیری محبوب ۱۳۹۱.
- برقی، احمد ابن محمد، المحاسن، ج ۲، ج ۱، قم: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۱.
- روان‌شناسی رشد از لقاح تا کودکی، برک، لورا. [ترجمه یحیی سیدمحمدی، ۱۳۹۲]، ج ۱، تهران: نشر ارسباران. (۲۰۰۷)
- روانشناسی رشد، برک، لورا، ترجمه یحیی سیدمحمدی، ج ۲۰، تهران: ارسباران، ۱۳۹۰.
- روان‌شناسی اجتماعی، برگ، اتوکلاين، ترجمه کاردان، علی محمد، ج ۹، نشر اندیشه، ۱۳۶۸.
- البزار، احمد بن عمرو، مسند البزار، بیروت: مکتبه العلوم و الحكم ۱۴۰۹ق.
- بهارنژاد، زکریا، فضیلت از دیدگاه فارابی، آینه معرفت، ش ۳۶ پاییز ۱۳۹۲، ص ۸۹-۱۰۰.
- بهائی، محمد بن حسین، مفتاح الفلاح فی عمل الیوم و اللیلۃ من الواجبات و المستحبات، ج ۱، بیروت: نشر دار الاضواء، ۱۴۰۵ق.
- بیات، محمدرضا، دین و معنای زندگی در فلسفه تحلیلی، ج ۱، قم: دانشگاه ادیان و مذاهب، ۱۳۹۰.
- پارسانیا، حمید، روش‌شناسی انتقادی حکمت صدرایی، ج ۱، قم: فردا، ۱۳۸۹.
- هفت نظریه در باب دین، پالس، دانیل، ترجمه محمدعزیز بختیاری، ج ۱، قم: موسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۲.
- پاینده، ابوالقاسم، نهج الفصاحه، ج ۴، تهران: دنیای دانش، ۱۳۸۲.
- نیازهای کودکان، پرینگل، میاکلمر، ترجمه نیره ایجادی و جواد شافعی مقدم، ج ۱، تهران: انتشارات رشد، ۱۳۸۰.
- ژنتیک رفتاری، پلامین، رابرت و همکاران، ترجمه محمدرضا نیکخواه و هامایاک آوادیس یانس، ج ۱، تهران: مهتاب، ۱۳۸۰.
- تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، غرر الحکم و درر الکلم، ج ۱، قم: انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی ۱۳۶۶.
- تمیمی آمدی، عبدالواحد، غرر الحکم و درر الکلم، ج ۲، قم: دارالکتب الاسلامی، ۱۴۱۰ق.
- تمیمی آمدی، عبدالواحد، غرر الحکم، مصر، ۱۳۳۱ق.

توکلی، الهام؛ پزشک، شهلا؛ هاشمی آذر، ژانت؛ دلاور، علی؛ صرامی، غلامرضا؛ «بررسی اثربخشی برنامه مداخله‌ای مبتنی بر بازی‌های عصب‌نمایشی بر دلبستگی مادر-جنین در زنان باردار»، مطالعات روانشناسی بالینی، ش ۲۶، بهار ۱۳۹۶، ص ۱۱۳-۱۳۲.

التهانوی، محمد علی، کشف اصطلاحات الفنون، لبنان: مکتبه ناشرون

تیرگری، میثم ذهن ناهشیار، چ ۱، تهران: انتشارات بازار نیکان، ۱۳۹۶.

فیلد دوران شیرخوارگی، تیفانی، [ترجمه‌ی مهشید یاسایی]، چ ۱، تهران: ققنوس، ۱۳۷۸.

روانشناسی رشد (از لقاح تا کودکی)، لورا برک، ترجمه یحیی سیدمحمدی، چ ۲۱، ج ۱، تهران: نشر ارسباران، ۱۳۹۱.

معنای زندگی، کاتینگهام، جان، ترجمه امیرعباس علی زمانی، مریم دریانی اصل، چ ۱، تهران: حکمت، ۱۳۹۳.

جرجانی، سیداسماعیل، ذخیره خوارزمشاهی، چ ۱، ج ۳، قم: مؤسسه احیاء طب طبیعی، ۱۳۹۱.

جرجانی، میرسیدشریف، التعریفات، قاهره، ۱۳۲۱ق.

جمال خوانساری، محمد، شرح بر غرر الحکم و درر الکلم، چ ۴، تهران: دانشگاه تهران، ۱۳۶۶.

جمشیدی، اسدالله، نگاهی قرآنی به حیات معنوی، چ ۱، تهران: کانون اندیشه جوان، ۱۳۸۳.

جمعی از پژوهشگران، نفس و بدن در فلسفه مشاء و حکمت متعالیه، قم: پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی، ۱۳۹۲.

جمعی از نویسندگان، فلسفه اخلاق، چ ۲، قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۷۷.

جوادی آملی، عبدالله، فطرت در قرآن تفسیر موضوعی قرآن، ج ۱۲، قم: مرکز نشر اسراء، ۱۳۷۴.

جوادی آملی، عبدالله، تسنیم، ج ۵، قم: مرکز نشر اسراء، ۱۳۷۸.

چاری، حسین و نصیرزاده، راضیه، «تفاوت‌های جنس، سن و وضعیت اقتصادی - اجتماعی در باورهای مذهبی کودکان»، فصلنامه روان‌شناسان ایرانی، س ۴، ش ۱۳، ۱۳۸۶، ص ۵۳-۶۵.

حاج اسماعیلی، محمدرضا و دیگران، تبیین مفهوم سلامت معنوی: یک مطالعه هیبرید، فصلنامه تاریخ پزشکی، ش ۲۱، زمستان ۱۳۹۳، ص ۱۵-۵۰.

حاجی اسماعیلی، محمدرضا و دیگران، «تبیین مفهوم سلامت معنوی در جامعه ایرانی: تحلیل مفهوم تکاملی و مرور روایتی»، مجله اخلاق پزشکی، علمی-پژوهشی ISC، ش ۳۵، بهار ۱۳۹۵، ص ۷۹-۱۱۵.

حجتی، محمد باقر، اسلام و تعلیم تربیت، چ ۱۵، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۷۰.
 حر عاملی، محمد بن حسن وسائل الشیعه، چ ۱، قم: مؤسسه آل البیت علیهم السلام ۱۴۰۹ق.
 حر عاملی، محمد بن حسن، الفصول المهمه فی اصول الائمه، چ ۱، قم: مؤسسه معارف اسلامی امام رضا(ع)، ۱۳۷۶.

حسینی صدر، مصطفی، معارف و معاریف، ج ۴، ۱۳۷۶.
 حقانی، ابوالحسن، روان‌شناسی رشد، قم: مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی، ۱۳۹۶.
 حلوانی، حسین بن محمد، نزهه الناظر و تنبیه الخاطر، چ ۱، قم: مدرسه الامام المهدی(عج)، ۱۴۰۸ق.
 حمیری، عبدالله، قرب الاسناد، چ ۱، قم: مؤسسه الالبیت(ع)، ۱۴۱۳ق.
 خالقی‌نژاد، امیرحسین، حقوق فرزندان در مکتب اهل‌بیت، چ ۲، قم: دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۳۷۶.
 خمینی، روح الله موسی، تحریر الوسیله، تهران: پیام تهران، ۱۳۶۶.
 خوانین‌زاده، مرجان؛ اژه‌ای، جواد؛ مظاهری، محمدعلی، «مقایسه سبک دلبستگی دانشجویان دارای جهت‌گیری مذهبی درونی و بیرونی»، مجله روانشناسی، علمی-پژوهشی/ISC، ش ۳۵، پاییز ۱۳۸۴، ص ۲۲۷-۲۴۷.

خیرالدین جلیل باباپور و همکاران «بررسی رابطه بین شیوه‌های حل مسأله و سلامت روانشناختی دانشجویان»، روانشناسی، ش ۲۵، ۱۳۸۲، ص ۴.
 دفتر تبلیغات اسلامی، مجموعه مقالات معنای زندگی، فصلنامه نقد و نظر، ش ۲۹-۳۲.
 دفتر همکاری حوزه و دانشگاه، روانشناسی رشد، تهران: سمت، ۱۳۷۵.
 روانشناسی ژنتیک، دوژانسکی، تئودوسیوس گریگوریویچ، ترجمه ژ پرنده، امیر، ۱۳۶۸.
 دهخدا، علی اکبر، لغت نامه، تهران: دانشگاه تهران دانشکده ادبیات و علوم انسانی، ۱۳۳۷.
 دیلمی، حسن بن محمد، إرشاد القلوب إلى الصواب، چ ۱، قم: الشریف الرضی، ۱۴۱۲ه.ق.
 دیلمی، سلار محمد ابن حمزه، المراسم العلویه و الاحکام النبویه فی الفقه الامامی، چ ۱، قم: منشورات الحرمین، ۱۴۰۴ق.

طب الروحانی، رازی، محمد ابن زکریا، ترجمه پرویز اذکایی، چ ۱، تهران: اهل قلم، ۱۳۸۰.
 راغب اصفهانی، حسین بن محمد، المفردات فی غریب القرآن، دمشق بیروت: دارالعلم الدار الشامیه، ۱۴۱۲.

راغب اصفهانی، مفردات الفاظ القرآن، تحقیق صفوان عدنان داوودی، بیروت: ذوی القربی، الطبعة اولی، ۱۴۱۶ق.

راوندی کاشانی، فضل الله، النوادر، چ ۱، قم: دار الکتب، بی تا.

رشد انسان، رایس، فیلیپ، ترجمه مهشید فروغان، تهران: انتشارات ارجمند. ۱۳۸۸.

رجبی، محمود، انسان شناسی، چ ۱۶، قم: انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، ۱۳۹۲.

الزبیدی، محمد مرتضی، تاج العروس من جواهر القاموس، ج ۶، بیروت: دارالمکتبه الحیاه؛ بی تا.

زرگوش نسب، عبدالجبار و زرگوش نسب، عمار؛ حقوق مادی و معنوی جنین از دیدگاه شیعه و اهل سنت، فصلنامه فقه و تاریخ تمدن ملل اسلامی، ش ۳۲، تابستان ۱۳۹۱، ص ۸۷-۱۰۸.

ساجدی، ابوالفضل، هستی شناسی معنا، فصلنامه معرفت فلسفی، چ ۹، ش ۳۴، زمستان ۱۳۹۰.

سالاری فر، محمدرضا، شجاعی، محمدصادق؛ موسوی اصل، مهدی و دولتشواه، محمد، بهداشت روانی با نگرش به منابع اسلامی، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه- تهران: سمت، اول، ۱۳۸۹.

سبحانی فخر، قاسم، تجرد خیال در فلسفه اسلامی، مقالات و بررسی ها، ش ۶۹، تابستان ۱۳۸۰، ص: ۲۵۷-۲۶۸.

سجستانی، ابوداود سلیمان، سنن ابی داود، بی تا، بیروت: دار الکتب العربی.

سهرابی فر، محمدتقی، چیستی انسان در اسلام، چ ۱، تهران: پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی، ۱۳۹۳.

سید بن طاووس، علی بن موسی، مهج الدعوات و منهج العبادات، چ ۱، قم: دار الذخائر، ۱۴۱۱ق.

سید بن طاووس، علی بن موسی، اقبال الاعمال، چ ۲، تهران: دار الکتب الاسلامیه، ۱۴۰۹ق.

سید رضی، محمد بن حسین، نهج البلاغه، چ ۱، قم: هجرت، ۱۴۱۴ق.

سید قطب، فی ظلال القرآن، بیروت: دارالشرق، هفدهم، ج ۱۶، ۱۴۱۲ق.

سیف، علی اکبر. روان شناسی پرورشی نوین، روان شناسی یادگیری و آموزش (ویرایش ۲). تهران: نشر دوران، ۱۳۸۸.

شجاعی، محمدصادق، بازی کودک در اسلام، چ ۱، قم: مرکز پژوهش های اسلامی صداوسیما، ۱۳۸۳.

شجاعی، محمدصادق، نظریه نیازهای معنوی در اسلام و تناظر آن با سلسله نیازهای مازلو، مرکز نشر بین الملل جامعه المصطفی، ۱۳۸۷.

- شرفی، محمدرضا، مراحل رشد و تحول انسان (به ضمیمه مقدمه‌ای بر دیدگاه اسلام در مورد رشد)، تهران: سازمان چاپ و انتشارات وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی، ۱۳۷۵.
- شریف الرضی، محمد بن حسین، نهج البلاغه، چ ۱، قم: هجرت، ۱۴۱۴ ق.
- شعاری نژاد، علی اکبر، روان شناسی رشد، چ ۱۰، تهران: اطلاعات، ۱۳۷۲.
- شعیری، محمدابن محمد، جامع الاخبار، چ ۱، نجف: حیدریه، بی تا.
- شمس الشموس، مؤسسه فرهنگی مطالعاتی بیکرار: مختصری از احوالات و بیانات حضرت آیت الله حاج میرزا جواد آقا ملکی تبریزی (ره)، چ ۱، تهران: مؤسسه شمس الشموس، ۱۳۸۸.
- شوشتری، نورالله؛ احقاق الحق و ازهاق الباطل، ج ۱۸، تهران: المکتبه الاسلامیه، ۱۳۹۱ ق.
- شهید ثانی، زین الدین، کشف الریبه، چ ۳، بی جا، دار المرتضوی للنشر، ۱۳۹۰ ق.
- شهید ثانی، زین الدین ابن علی، مسالک الافهام، چ ۱، ج ۱۵، قم: مؤسسه المعارف الاسلامیه، ۱۴۱۳.
- شهیدی، شهریار و حمیدیه، مصطفی، اصول و مبانی بهداشت روانی، تهران: سمت، ۱۳۸۱.
- شیخ صدوق، محمد ابن بابویه، من لایحضره الفقیه، چ ۲، ج ۳ و ۴، قم: دفتر انتشارات اسلامی، ۱۴۱۳ ق.
- شیخ حر عاملی، محمدابن حسن، وسایل الشیعہ، چ ۱، ج ۶، ۷، ۱۴، ۱۵، ۲۰، ۲۹، ۲۷، قم: مؤسسه آل البيت علیهم السلام، ۱۴۰۹ ق.
- شیخ صدوق، محمد ابن بابویه، التوحید، چ ۱، ج ۳، قم: جامعه مدرسین، شیخ صدوق، من لایحضره الفقیه، ۱۳۸۹.
- شیخ صدوق، محمد ابن بابویه، الخصال، چ ۱، قم: جامعه مدرسین، ۱۳۶۲.
- شیخ صدوق، محمد ابن بابویه، ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، قم: دار الشریف الرضی للنشر، ۱۴۰۶ ق.
- شیخ صدوق، محمد ابن بابویه، علل الشرایع، چ ۱، قم: داورى، ۱۳۸۵.
- شیخ صدوق، محمد ابن بابویه، من لایحضره الفقیه، چ ۲، ج ۱ و ۳، قم: دفتر انتشارات اسلامی، ۱۴۱۳ ق.
- شیخ طبرسی، احمد ابن علی، الاحتجاج، چ ۱، مشهد: نشر مرتضی، ۱۴۰۳ ق.
- شیخ طبرسی، فضل ابن حسن، مجمع البیان فی تفسیر القرآن، چ ۲، تهران: ناصر خسرو، ۱۳۷۲.
- شیخ طوسی، کلمات المحققین، چ ۲، قم: بی نا، ۱۴۳۱ ه. ش.
- شیخ طوسی، محمد ابن الحسن، المبسوط فی فقه الامامیه، چ ۲، ج ۵، تهران: صدوق، ۱۳۷۴.

شیخ طوسی، محمد ابن الحسن، دو رساله در اخلاق، به کوشش محمد تقی دانش پژوه، تهران: دانشگاه تهران، بی تا.

شیخ طوسی، محمد ابن الحسن، تهذیب الاحکام، چ ۴، ج ۱۰، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۴۰۷ق.

شیخ طوسی، مصباح المتعبد و سلاح المتعبد، چ ۱، ج ۲، بیروت: مؤسسه فقه الشیععه، ۱۴۱۱ق.

شیخ مفید، محمد ابن محمد، الاختصاص، چ ۱، قم: کنگره جهانی شیخ مفید، ۱۴۱۳ق.

صادقی، مسعود و دیرباز، عسکر؛ تخیل و تخلق (تعریف و نمونه هایی از نقش تخیل در اخلاق اسلامی)، پژوهش نامه اخلاق، سال هشتم، ش ۲۸، تابستان ۱۳۹۴، ص ۷-۲۲.

صدر المتألهین، اسرار الآیات، تعلیق و ترجمه خواجوی، چ ۱، تهران: مولی، ۱۳۶۰.

صدر المتألهین، الحکمه المتعالیه فی اسفار الاربعه العقلیه. بیروت: دار احیاء التراث العربی، ۱۹۸۱.

صدر المتألهین، محمد ابن ابراهیم، شرح أصول الکافی، چ ۱، ج ۱، تهران: مؤسسه مطالعات و تحقیقات فرهنگی، ۱۳۸۳.

صدوق، محمد بن علی، ثواب الاعمال و عقاب الاعمال، چ ۲، قم: دار الشریف الرضی للنشر، ۱۴۰۶ق.

صدوق، محمد بن علی، عیون اخبار الرضا(ع)، چ ۱، تهران: نشر جهان، ۱۳۷۸.

صدوق، محمد بن علی، من لا یحضره الفقیه، چ ۲ و ۱، قم: انتشارات جامعه مدرسیین، ۱۴۱۳ق.

صفار، محمد بن حسن، بصائر الدرجات، چ ۲، قم: مکتبه آیه الله المرعشی النجفی، ۱۴۰۴ق.

طباطبایی، علامه سید محمد حسین، مجموعه رسایل، تحقیق هادی خسروشاهی، قم: بستان کتاب، ۱۳۸۸.

طباطبایی محمد حسین، المیزان فی تفسیر القرآن، چ ۵، قم: جامعه مدرسیین، (۱۴۱۷ق).

طباطبایی، علامه محمد حسین، شیععه (مذاکرات و مکاتبات هانری کربن با علامه طباطبایی)، چ ۴، تهران: مؤسسه پژوهشی حکمت و فلسفه ایران، ۱۳۸۲.

طباطبایی، علامه محمد حسین، معنویت تشیع (بامقدمه علامه حسن زاده و تدوین محمدیوسفی)، چ ۱، قم: انتشارات تشیع، ۱۳۸۵.

طباطبایی، محمد حسین، ترجمه تفسیر المیزان، ترجمه سید محمد باقر موسی همدانی، چ ۷، ج ۱۴، ۱۵، قم: دفتر انتشارات اسلامی، ۱۳۷۴.

طبرسی، رضی الدین حسن بن فضل مکارم الأخلاق، چ ۱، قم: انتشارات شریف رضی، ۱۴۱۲ق.

طبرسی، حسن بن فضل، مکارم الاخلاق، چ ۴، قم: الشریف الرضی، ۱۳۷۰.

- طبرسی، علی بن حسن، مشکاه الانوار فی غرر الاخبار، چ ۲، نجف: المکتبه الحیدریه، ۱۳۴۴.
- طبری آملی، عمادالدین، بشاره المصطفی لشیعہ المرتضی، چ ۲، نجف: المکتبه الحیدریه، ۱۳۸۳ق.
- طبری آملی، محمد بن جریر، دلائل الامامه، چ ۱، قم: بعثت، ۱۴۱۳ق.
- طبری، علی ابن ربن، فردوس الحکمه، چ ۱، لندن: مؤسسه الفرقان للتراث الإسلامی، ۱۴۱۹ق.
- طریحی، مجمع البحرین، تحقیق سید احمد حسینی، چ ۱ ج ۵، مکتبه المرتضویه، بی تا.
- طوسی، محمد بن حسن الأمالی، چ ۱، قم: انتشارات دارالثقافه، قم، (۱۴۱۴ق).
- طوسی، محمد بن حسن، تهذیب الاحکام، چ ۴، تهران: دار الکتب الاسلامیه، ۱۴۰۷ق.
- طوسی، محمد بن حسن، مصباح المجتهد و سلاح المتعبد، چ ۱، بیروت: مؤسسه الفقه الشیعہ، ۱۴۱۱ق.
- عباسی، محمود و دیگران، «تعریف مفهومی و عملیاتی سازی سلامت معنوی: یک مطالعه روش شناختی» فصلنامه اخلاق پزشکی، ش ۲۰، تابستان ۱۳۹۱، ص ۴۴-۱۱.
- عباسی، محمود؛ شمسی گوشکی، احسان و ابوالقاسمی، محمدجواد؛ درآمدی بر سلامت معنوی، چ ۲، تهران: حقوقی، ۱۳۹۳.
- عزیزی، فریدون و همکاران، سلامت معنوی چیست، چرایی و چگونگی، چ ۱، تهران: انتشارات حقوق، ۱۳۹۳.
- علی ابن الحسین (ع)، الصحیفه السجادیه، چ ۱، قم: نشر الهادی، ۱۳۷۶.
- علی ابن عثمان هجویری غزنوی، کشف المحجوب، ترجمه محمود احمد، القاهره: مکتبه الثقافه الدینیّه، ۲۰۰۷.
- علی ابن موسی الرضا، الفقه المنسوب الی الام الرضا علیه السلام، چ ۱، مشهد: مؤسسه آل البيت، ۱۴۰۶.
- علی اکبر، حسینی، مباحثی چند پیرامون مبانی تعلیم و تربیت اسلامی، چ ۵، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی، ۱۳۷۳.
- عیاشی، محمد بن محمود، تفسیر العیاشی، چ ۱، ج ۲، تهران: المطبعه العلمیه، ۱۳۸۰.
- غزالی، ابوحامد محمد، احیاء علوم الدین، چ ۴، قاهره: ۱۹۳۳.
- غلام حیدرکوشا، بررسی انتقادی مبانی نظریه های اجتماعی دین، چ ۱، قم: مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی، ۱۳۹۶.
- فارابی، ابونصر، رسائل فارابی، تحقیق: موفق فوزی الجبر، دمشق: دارالینابیع، ۲۰۰۸.

- فتال نیشابوری، محمد، روضه الواعظین و بصیره المتعظین، چ ۱، قم: انتشارات رضی، ۱۳۷۵.
- فرهمن‌دپور فهیمه و فیروزی، رضا، «رویکرد دینی به نقش مادران در عملکرد کج‌سازهای جنین (ترانوژن‌ها)»، فصلنامه زن در فرهنگ و هنر، دوره پنجم ش ۱، بهار ۱۳۹۲ ص ۲۵-۴۳.
- فیض کاشانی، ملا محسن، اخلاق حسنه، ترجمه محمدباقر ساعدی، پیام آزادی، ۱۳۶۲.
- قرشی، سیدعلی اکبر، تفسیر احسن الحدیث، چ ۳، ج ۵، تهران: بنیاد بعثت، ۱۳۷۷.
- قرشی، سیدعلی اکبر، قاموس قرآن، چ ۶، ج ۳ و ۵، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۳۷۱.
- قطب الدین راوندی، سعید، الدعوات، چ ۱، قم: مدرسه امام مهدی (عج)، ۱۴۰۷ ق.
- قمی، علی بن ابراهیم، تفسیر القمی، چ ۳، قم: دارالکتاب، ۱۴۰۴ ق.
- دکارت، کاتینگم، ترجمه سید مصطفی شهرآیینی، چ ۱، تهران: نشرنی، ۱۳۹۲.
- کاویانی، محمد، روان‌شناسی در قرآن، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۹۳.
- کدیور، روان‌شناسی اخلاق، چ ۳، تهران: آگاه، ۱۳۸۶.
- فلسفه علوم اجتماعی (بنیادهای فلسفی تفکر اجتماعی)، کرایب، یان و تد بتتون، ترجمه شهناز مسماپرست و محمود متحد، چ ۱، تهران: آگه، ۱۳۸۴.
- نظریه‌های رشد، مفاهیم و کاربردها، کرین، ویلیام، [ترجمه غلامرضا خوی‌نژاد و علیرضا رجایی]، تهران: رشد، ۱۳۹۳.
- کشی، محمد بن عمر، رجال الکشی، چ ۱، مشهد: مؤسسه نشر دانشگاه مشهد، ۱۴۰۹ ق.
- کلینی محمدبن یعقوب، الکافی، دار الکتب الإسلامیه چ ۱، تهران: ۱۳۶۵
- کلینی، فروع کافی، بیروت، دارالاضواء، ج ۶، ۱۴۱۳ ق.
- کلینی، محمدبن یعقوب، الکافی، چ ۴، ج ۱، ۲، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، تهران: دارالکتب الاسلامیه، ۱۴۰۷ ق.
- کوشا، غلام‌حیدر، نقش دین در اخلاق، معرفت اخلاقی، ش ۵ زمستان ۱۳۸۹ - ص ۲۳ - ۴۴.
- کوفی اهوازی، حسین بن سعید، المؤمن، قم: مؤسسه الإمام المهدی علیه السلام، ۱۴۰۴ ق.
- روش تحقیق در علوم اجتماعی، کیوی، ریمون و کامپنهود، لوک وان؛ ترجمه عبدالحسین نیک‌گهر، تهران: توتیا، ۱۳۸۴.
- گروه سلامت معنوی فرهنگستان علوم پزشکی، چکیده مقالات اولین همایش سلامت معنوی، چ ۱، تهران: حقوقی، ۱۳۹۲.

گروه نویسندگان، زیر نظر آیت الله مصباح یزدی، فلسفه تعلیم و تربیت اسلامی، چ ۱، تهران: مدرسه، ۱۳۹۰.

گیویان، عبدالله، کلیفورد گیرتز و دیدگاه تفسیری او در باب دین و فرهنگ، فصلنامه مطالعات فرهنگی و ارتباطات، سال سوم، ش ۱۰، زمستان ۱۳۸۶.

زبان و ذهن کودک، لوریا، ار؛ یودویچ، ف، یا، ترجمه بهروز عزب دفتری، تبریز: نیا، ۱۳۸۶.
روانشناسی رشد، مارگارت، هریس و جرج باترورث، ترجمه غلامرضا تبریزی، چ ۱، مشهد: انتشارات مرندیز، ۱۳۸۵.

بیوگرافی پیش از تولد، مارگرت شی گلیبرت، ترجمه محمود بهزاد، چ ۳، تهران: شرکت انتشارات علمی و فرهنگی، ۱۳۴۷.

رشد و شخصیت کودک، ماسن، پاول هنری، ترجمه مهشید یاسایی، چ ۸، تهران: ماد، ۱۳۷۴.
رشد و شخصیت کودک، ماسن، هنری پاول و دیگران، ترجمه مهشید یاسایی، چ ۱۷، تهران: نشر مرکز، کتاب ماد، ۱۳۸۰.

متقی هندی، علی ابن حسام الدین، کنزالعمال فی سنن الاقوال و الافعال، بیروت: مؤسسه الرساله، ۱۳۶۴.
مجلسی، محمد باقر، زاد المعاد - مفتاح الجنان، چ ۱، بیروت: مؤسسه الأعلمی للمطبوعات، ۱۴۲۳ ق.
مجلسی، محمدباقر، بحار الأنوار، مؤسسه الوفاء، بیروت - لبنان: الطبعة الأولى، ۱۴۰۴ ق.
مجلسی، محمدباقر، بحار الأنوار، چ ۲، بیروت: دار احیاء التراث العربی، ۱۴۰۳ ق.
مجلسی، محمدباقر، زاد المعاد - مفتاح الجنان، چ ۱، بیروت: مؤسسه الأعلمی للمطبوعات، ۱۴۲۳.
مجموعه نویسندگان زیر نظر مجتبی مصباح، سلامت معنوی از دیدگاه اسلام، چ ۱، تهران: انتشارات حقوقی، ۱۳۹۲.

مجوسی اهوازی، علی ابن عباس، کامل الصنائه الطیبه، المطبعة الکبری، بولاق، چ ۱، ج ۱، ۱۲۹۴ ق.
محقق حلی، ابوالقاسم نجم الدین جعفر بن حسن هذلی، شرایع الاسلام، چ ۲، ج ۴، قم: اسماعیلیان، ۱۴۰۸ ق.
محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه، ترجمه حمید رضا شیخی، چ ۱۱، قم: مؤسسه علمی فرهنگی دار الحدیث، ۱۳۸۹.

محمدی ری شهری، محمد، میزان الحکمه، ج ۷، قم: دارالحدیث، ۱۳۷۵.

- محمدی، غلامرضا؛ میرشاهی، فرشته؛ موحدی، علی؛ تقوی، محمدرضا؛ مقدم پاشا، اعظم؛ مردانی، محمد؛ کاوسی، علی «نگرش کارشناسان پرستاری و مامایی شاغل در بیمارستان‌های شهر نیشابوردرباره معنویت و مراقبت معنوی»، فصلنامه اخلاق پزشکی، ش ۳۳، پاییز ۱۳۹۴، ص ۶-۴۵.
- مشهدی نوش آبادی، محمد، نخستین تبیین احوال و مقامات عرفانی در مناجات «خمس عشره»، مطالعات عرفانی، ش ۲۲، پاییز و زمستان ۱۳۹۴، ص ۲۱۵-۲۴۰.
- مصباح یزدی، دروس فلسفه اخلاق، تهران: انتشارات اطلاعات، ۱۳۷۶.
- مصباح یزدی، محمد تقی، آیین پرواز، تلخیص جواد محدثی، چ ۱، قم: مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۵.
- مصباح یزدی، محمدتقی، انسان‌شناسی در قرآن، تحقی + ق محمود فتحعلی، چ ۳، قم: مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی، ۱۳۹۲.
- مصباح یزدی، محمدتقی، فلسفه اخلاق، تحقیق احمدحسین شریفی. تهران: سازمان تبلیغات اسلامی، شرکت چاپ و نشر بین الملل، ۱۳۸۱.
- مصباح یزدی، محمدتقی، نقد و بررسی مکاتب اخلاقی، تحقیق احمدحسین شریفی، چ ۱، قم: مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۴.
- مصباح، علی و همکاران، روان‌شناسی رشد (۱) با نگرش به منابع اسلامی، دفتر همکاری حوزه و دانشگاه، تهران: سمت، ۱۳۷۴.
- مصباح، علی، واکاوی مفهومی معنویت و مسئله معنا، فصلنامه اخلاق پزشکی، ش ۱۴، زمستان ۱۳۸۹.
- مصباح، مجتبی سلامت معنوی از دیدگاه اسلام (مفاهیم، شاخص‌ها، مبانی)، با همکاری رضا مهکام، جواد مصلحی، محمدرضا جهانگیرزاده قمی. با دیباچه علیرضا مرندی؛ [برای فرهنگستان علوم پزشکی، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان]، چ ۱، تهران: مؤسسه فرهنگی-حقوقی سینا، انتشارات حقوقی ۱۳۹۲.
- مصطفوی، حسن، التحقیق فی کلمات القرآن، ج ۹، تهران: بنگاه ترجمه و نشر، ۱۳۶۰.
- مطهری، مرتضی، فطرت، تهران، صدرا، چ ۲۱، ۱۳۸۹.
- مطهری، مرتضی، مجموعه آثار شهید مطهری، چ ۸، ج ۳، ۲۲، ۲۳، ۲۴، تهران: صدرا، ۱۳۷۲.
- معین، محمد، فرهنگ معین، تهران: فرهنگ نما-کتاب اراد، ۱۳۸۶.

- معین، محمد، فرهنگ معین، محمد معین، ج ۱، تهران: امیرکبیر، ۱۳۶۰.
- مفید، محمد، الاختصاص، ج ۱، قم، المؤتمر العالمی لالفیه الشیخ المفید، ۱۴۱۳ق.
- مفید، محمد، کتاب المزار، ج ۱، قم: کنگره جهانی هزاره شیخ مفید(ره)، ۱۴۱۳ق.
- مقدادی، محمد مهدی، جوادپور، مریم؛ حمایت از تمامیت جسمی و روانی جنین در نظام حقوقی اسلام، مطالعات راهبردی زنان، ش ۶۲، زمستان ۱۳۹۲
- مکارم شیرازی، ناصر، تفسیر نمونه، دارالکتب الإسلامیه، ج ۱، تهران، ۱۳۷۴.
- منسوب به امام رضا(ع)، الفقه المنسوب الی الامام الرضا (ع)، ج ۱، مشهد: مؤسسه ال البيت علیهم السلام، ۱۴۰۶ق.
- منسوب به امام صادق علیه السلام، مصباح الشریعه، بیروت: اعلمی، ۱۴۰۰ق.
- منصور، محمود، روان شناسی ژنتیک، ج ۷، تهران: سمت ۱۳۸۵.
- منصور، محمود روان شناسی ژنتیک؛ تحول روانی از تولد تا پیری، ج ۱، ۱، تهران: سمت، ۱۳۹۰، ۱۳۹۶.
- منصور، محمود؛ دادستان، پری رخ، روان شناسی ژنتیک ۲، ج ۱، تهران: انتشارات رشد، ۱۳۸۵.
- موسن، پل هنری، رشد و شخصیت کودک، تهران: نشر مرکز، ۱۳۷۴.
- موسوی، سیدرسول و بهرام مودنی، ادراک زیر آستانه ای و استفاده از آن در تبلیغات، ۱۳۹۷، مقاله منتشر شده در <http://MarketingArticles.ir>
- موفق، علیرضا، معنای زندگی: تأملی بردیدگاه دین و مکاتب بشری، ج ۱، قم: کانون اندیشه جوان، ۱۳۸۸.
- مولی صالح المازندرانی، شرح الکافی-الأصول و الروضه، ج ۶.
- میبی، حسین بن معین الدین / زمانی، مصطفی؛ دیوان امیر المؤمنین علیه السلام، ج ۱، قم: دارالنداء الاسلام للنشر، ۱۴۱۱ق.
- میرعرب، فرج الله، تربیت اعتقادی و معنوی با نگاهی قرآنی، ج ۱، قم: بستان کتاب، ۱۳۹۲.
- میرمهدی، سیدرضا، صفاری نیا، مجید، شریفی، احسان، معنویت درمانی و رویکرد روان شناسی مثبت نگر، تهران: آوای نور، ۱۳۹۲.
- ناصح، علی احمد و اسفندیاری، خدیجه، «بررسی تطبیقی ویژگی های جنین در آیات قرآن و علم روز باتکیه بر نگرش مفسران متأخر»، مطالعات تفسیری، ش ۲۷، پاییز ۱۳۹۵، ص ۱۳۹-۱۵۸.
- نجاتی، حسین، روان شناسی رشد، ج ۱، تهران: مهشاد، ۱۳۷۱.

نجاتی، محمدعثمان، حدیث و روان شناسی، ترجمه حمیدرضا شیخی، چ ۲، مشهد: بنیاد پژوهش‌های اسلامی، ۱۳۸۷.

نجفی، محمدحسن، جواهرالکلام، ج ۳۱، ۴۳، بیروت: داراحیاء التراث، ۱۴۰۴ق.

نراقی، ملا احمد، معراج السعاده، چ ۵، انتشارات هجرت، ۱۳۷۷.

نراقی، ملا مهدی، جامع السعادات، ج ۱، قم: دارالتفسیر، ۱۳۸۱

دیالکتیک و تفاوت (رنالیسم انتقادی دیالکتیکی و بنیان‌های عدالت)، نری، آلن، ترجمه عماد افروغ، چ ۱، تهران: نشر علم، ۱۳۹۴.

نصر، سیدحسین، حالات و مقامات عارفان، ترجمه حسین حیدری، نامه پارسی، ش ۲۶ ص ۱۲۱، پاییز ۱۳۸۱.

درآمدی بر روانشناسی دین و معنویت، نلسون، جیمز ام، ترجمه مسعود آذربایجانی و امیر قربانی، چ ۱، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۹۵.

نوذری، محمود، بررسی تحول ایمان خدا در دوره کودکی، نوجوانی و آغاز جوانی: رویکرد روان‌شناختی-دینی، پایان نامه کارشناسی ارشد، مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۹.

نوذری، محمود، روانشناسی تحول دینداری، قم: پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، ۱۳۹۷.

نوری، حسین بن محمدتقی، مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل، چ ۱، ج ۵، ۷، ۸، ۱۴، ۱۱، ۱۵، ۱۶، قم: مؤسسه آل البیت، ۱۴۰۸ق.

واعظی، احمد، انسان از دیدگاه اسلام، سیزدهم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه و سمت، ۱۳۹۱.

وفائیان، محمد حسین، واکاوی مفهومی وجودی استكمال نفس در مراتب کمال، حکمت اسراء، ش ۲۴، تابستان ۱۳۹۴، ص ۵۸.

روانشناسی دین، ولف، دیوید ام، ترجمه محمد دهقانی، چ ۱، تهران: انتشارات رشد، ۱۳۸۶.

روانشناسی رشد (۱ و ۲)، وندر زندن، جیمز، ترجمه دکتر حمزه گنجی، چ ۳، تهران: نشر ساوالان، ۱۳۸۶.

جنین‌شناسی لانگمن، وی سادلر، توماس، ترجمه فرید عبدالحسنی، غلامرضا حسن‌زاده و امید گوران اوریمی، ویرایش دهم. تهران: انتشارات ارجمند، ۱۳۸۵.

روانشناسی کودک از دیدگاه معاصر، هترینگتون، ای. میویس؛ پارک، راس دی، مجموعه مترجمان، چ ۱، ج ۲، مشهد: آستان قدس رضوی، ۱۳۷۳.

- جامعه‌شناسی دین، همیلتون، ملکم، ترجمه محسن ثلاثی، چ ۱، تهران: نشر ثالث، ۱۳۸۷.
- رشد و تکامل حرکتی در طول عمر، هی وود، کاتلین ام، ترجمه مهدی نمازی‌زاده و محمدعلی اصلانخانی، چ ۵، تهران، سمت، ۱۳۸۳.
- کلیدهای آموختن به کودکان درباره خدا، یاب، آیریس، ترجمه: مسعود حاجی‌زاده، چ ۲، تهران: صابرین، کتاب‌های دانه، ۱۳۸۰
- یوسفی، محمدتقی، رابطه نفس و بدن از دیدگاه ملاصدرا و کتاب و سنت، چ ۱، قم: مؤسسه امام خمینی، ۱۳۹۴.

منابع انگلیسی

- Goldman, Ronald, Religious Thinking From Childhood To Adolescence, 1964, Routledge & Kegan Paul
- Grusec, Joan E. & Lytton, Hugh, Social Development: History, Theory, And Research, 2012, Berlin, Springer Science & Business Media.
- Halford, Graeme S., Childrens Understanding: The Development Of Mental Models, 1993, Newyork, Psychology Press.
- Anat, Arnon, S. S., Forman, L., Regev, R., Bauer, S., Et Al. (2006). Live Music Is Beneficial To Preterm Infants In Theneonatal Intensive Care Unit Environment. Birth: Issues In Perinatal Care, 33, 131° 136.
- Bornstein, Marc, H.; Marthe E. Arterberry; Michael E. Lamb (2002) A Contemporary Introduction, Fifth Edition, New York And Londen, Psychology Press, Taylor & Francis Group.
- Boyatzis, C. J. Religious And Spiritual Development In Childhood In Palutzain, R. F. & Park. C. L. (2005). Handbook Of Psychology Of Religion Spirituality. Newyork: The Guilford Press.
- Dixon, W. E., & Smith, P. H. (2008). Attentional Focus Moderates Habituation-Language Relationships: Slow Habituation May Be A Good Thing. Infant And Child Development, 17, 95° 108.
- Dorland, W. A. Newman, Dorlands Packet Medical Dictionary, Philadelphia, Pa: Elsevier Saunders, 28 Edith, 2009.
- Dupoux, Emmanuel; De Gardelle, Vincent; Kouider, Sid (2008). Subliminal Speech Perception And Auditory Streaming, Cognition, V109 N2 P267-273 Nov 2008
- Farouk, Atrass (2010). The Concept Of Subliminal Messages In Brand Design,
- Gunnar M, Quevedo K. (2007). The Neurobiology Of Stress And Development. Annual Review Of Psychology, Vol. 58:145-173.

Hergenhahn, B.R. (2010). *An Introduction To The History Of Psychology*, 4th Edition. Amazon.

Joseph, R. Gabriel.(1999). *Fetal Brain And Cognitive Development*, *Developmental Review*, 20, P.81-98

Kirkpatrick, L. A. (1999). *Attachment And Religious Representations And Behavior*. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook Of Attachment: Theory, Research, And Clinical Applications* (Pp. 803-822). New York, Ny, Us: Guilford Press.

Legrand, Dorothée; Trigg, Dylan (Edotors) (2017) *Unconsciousness Between Longman Dictionary*

Phenomenology And Psychoanalysis, Paris Sciences Et Lettres Research University.

Osler, W. *Lectures On Angina Pectoris And Allied States*, 1892 New York, Apleton,

Papalia, D., Olds, & S., Feldman, R. (2008). *Human Development* (11th Edition), New York: Wiley.

Ramsøy, Thomas Zoega; Overgaard, Morton (2004). Introspection And Subliminal Perception, *Juornal Of Phenomenology And The Cognitive Sciences* 3 (1):1-23.

Saarni, Carolyn; Joseph J. Campos, Linda A. Camras, And David Witherington, (2006). Chapter 5: *Emotional Development: Action, Communication, And Understanding In William Damon And Richard M. Lerner*, *Handbook Of Child Psychology*,

Smith Ls, Dmochowski Pa, Muir Dw, Kisilevsky Bsestimated, *Cardiac Vagal Tone Predicts Fetal Responses To Mother's And Stranger's Voices*. *Dev Psychobiology.*, (2007). 49(5):543-7

Who Basic Documets, (1996) P. 1, *Constitution Of The World Health Organization*.

