

بسم الله الرحمن الرحيم

سوره مبارکه فلق، سوم ماه مبارک رمضان

## معرفی سوره

سوره فلق یکی از دو سوره معوذتین است که با سوره ناس سور پایانی قرآنی هستند.

در این سوره نیز مانند سوره ناس خداوند پیامبر را امر به گفتن پناه بردن کرده است

پیامبر به رب فلق پناه می‌برد و آنچه‌ای که از آن پناه می‌برند ۴ شر است: شر ما خلق، شر غاسق اذا وقب، شر نفاثات فی العقد و شر حاسد اذا حسد

بحث اصلی سوره پناه بردن از یکسری شریبه خداوند است تا به واسطه این پناه بردن ایمن شود.

رب به معنای پروردگار، مالک تدبیر مخلوقات است و نقصهایشان را برطرف میکند، کمالشان را مشخص می‌کند و به سمت کمال سوق می‌دهد.

فلق به معنای سپیده دم، حدفاصل بین شب و روز، بین اذان صبح تا طلوع افتاب، یکدفعه سپیدی صبح پیدا می‌شود. قبلش چیزها واضح نبوده کم کم پیدا می‌شوند. شکاف بین دو چیز، حدفاصل بین دو مرحله، دو بخش یک چیز، تمایز دو چیز را نشان می‌دهد.

بین حالت قبل و بعد و بین حالت نهفتگی و اشکاری، نشانه ای وجود دارد که آن فلق است.

شر یعنی انتخاب اشتباه که باعث می‌شود ضرر برای انسان ماندگار شود. ضرری شر و غیر قابل جبران است که حتی بعد از مرگ و در جهان آخرت هم ماندگار باشد. اتفاقات و مشکلات روزمره، ماندگار نیستند همیشه راه حل دارند این انتخاب اشتباه انسان آنرا ماندگار می‌کند.

شرها ۴ دسته:

✚ شرما خلق (مخلوقات): مخلوقات ویژگیهایی دارند که اگر انتخابهای متناسب با آن ویژگیها نداشته باشیم ضرر ان ماندگار می شود

✚ شر غاسق اذا وقب : غاسق تاریکیهای مختلف مانند تاریکیهای مادی و معنوی مثل جهل. وقب به معنای داخل شدن و ماندن... اگر ماندگار شود، آسیبهای زیادی برای زندگی دارد.

✚ شرنفئات فی العقد، نفئات به معنای دمنندگان و عقد به معنای گرهها... قبلا کسانی بودن برای جادو جنبل گره می زدند و توش فوت می کردند. اگر کسی با فوت کردن گره آسیب دید، تقصیر خود فرد بوده که ضعیف بوده.

حرفهای الکی و بی حساب کتاب ممکن است به پیوندها آسیب برسانند. اول از همه باید مراقب باشیم ما از این دسته نباشیم و حرفهای الکی نزنیم و مراقب باشیم از این ناحیه آسیب نبینیم ، پیوندهامون را سفت کنیم و با حرف الکی گره در کارمان نیافتد.

✚ شر حاسد اذا حس، حاسد یعنی حسود و حسود کسی که از نعمت داشتن دیگران ناراحت شویم. ممکنه ما نعمت دیگران را دیدیم دلمان بخواد او هم نداشته باشد. باید مراقب باشیم مخصوصا که این حسادت می خواهد ابراز شود و عملیاتی شود

این چهار دسته شر است که باید از آنها به خدا پناه ببریم:

پناه بردن یعنی بدانیم خدا پناه ما ست و می دانیم که او رب است و او باید مارا به سمت کمال ببرد به او پناه می بریم.

خدا خدای نشانه‌هاست و به موقع به خدا پناه ببریم، باید از نشانه‌ها متوجه شویم و به موقع عمل کنیم و مراقب باشیم تا این شرها به طور جدی دامن گیرمان نشود.

## چگونگی ارائه سوره

برای بچه‌های دبستانی، این موضوع برایشان قابل درک است که مشکلات و ضررها در زندگی وجود دارد. بچه‌ها مفهوم نفع و ضرر را می‌فهمند. باید یاد بگیرند مشکل در زندگی طبیعی است. نباید این احساس را

داشته باشند که اتفاق وحشتناکی افتاده. باید بدانند که هر مشکلی حتما راه حل دارد باید هوشیار و حواس جمع باشد تا حلش کند.

بچه‌ها باید از سوره فلق یاد بگیرند که در زندگی بن بست وجود ندارد، خدا هست و حتما راه حلی برای آن قرار می‌دهد، نباید اضطراب گرفت. این نزدیکترین آموزش با غرض تدبیری سوره برای بچه‌هاست. فرایند از اول تا ششم سیر دارد.

۱. در پایه اول با مشکلات بصورت شاد و پرنشاط مواجه شوند. "م" مشکلات را برداری می‌شود شکلات. مشکل خوب نیست ولی حالا اتفاقی هم نیفتاده حل می‌شود.

۲. در پایه دوم باید متوجه تمایزها شوند و در این پایه نمونه‌های مشکلات و مواجهات درست دیگران با مشکل را ببینند. مشکلات متعدد در داستان یا واقعیت را نشان‌دهیم و راه حل درست این مشکلات نشان داده شود.

۳. در پایه سوم واقعا با مشکل مواجه بشوند و واقعا حلش کنند و از حل آن لذت ببرند.

۴. در پایه چهارم باید برای حل مشکل برنامه داشته باشند. دلشان بخواهد مشکلاتشان را خودشان حل کنند و بدانند مشکل در زندگی طبیعی است و موارد قبلی برایشان درونی شده باشد و برای آن برنامه داشته باشند.

۵. در پایه پنجم مشکلات ارتباط با دیگران را بتوانند حل کنند. آنها را وحشتناک ندانند و تلاش کنند حلش کنند.

۶. در پایه ششم فعالیت گروهی با مسوولیت خودشان داشته باشند، با توان جمعی، یک مشکل عمومی را حل کنند. مشکلی در مدرسه هست، دسته جمعی آنرا حل می‌کنند. یا در محله و خانه مشکلی را حل می‌کنند.

**تدبر در سوره**

سوره با قل شروع شود و قل یعنی ابراز کن آنچه در درون است با هر وسیله ای، ممکن است با سکوت رضایت خود را ابراز کنم. رفتار، گفتار، نوشتن و هر چیزی که درونیات خود را ابراز کنیم قول است.

پناه بردن را ابراز کن به رب فلق... باید از شر پناه برد، نباید بگذارد دچار شر شود.

شر انتخاب اشتباه خود انسان است. جنس آن ضرر است. ضرر مانع رسیدن به مطلوب می شود. شر، ضرری است که ضررش باقی است. مثل گناه که در صحیفه وجود انسان ثبت می شود، ضرر ماندگاری است حتی اگر من حواسم به آن نباشد که در قیامت با آن مواجه می شوم.

شر، ضرری است که انسان بین حالت‌های مختلف مقایسه کرده است و انتخاب کرده است ولی اولویت بندی و ملاک و معیاری داشته اند ولی آن معیار و ملاک اشتباه بوده است و ضرر به عنوان نفع را ترجیح دادند و انتخاب کردن. و در واقع خودشان شر را انتخاب کردند.

مولفه‌های خیر: نفع، مقایسه، اولویت و معیار، ترجیح.

مولفه‌های شر: ضرر، مقایسه، اولویت غلط (غیر حکم خدا)، ترجیح.

ما به خدا پناه می بریم تا خدا کمک کند انتخاب اشتباه نکنیم که دچار ضرر ماندگار نشویم.

موقعیتهای ضرر معرفی شده، بسترهایی که انسان با آن ضررها را برای خود ماندگار می کند.

۱- آنچه خدا خلق کرد. خلق یعنی ایجاد با کیفیت مخصوص. چگونگی این ایجاد مدنظر است. ویژگیهای مخلوق مدنظر است.

خدا که شر خلق نکرده، خدا مخلوقاتی خلق کرده است که ما در مواجهات مان با آنها و بر اساس انتخابهای اشتباه که با لحاظ نکردن ویژگی‌های آنها دچار ضرر شویم و به خودمان شر می‌رسانیم مثلاً آدم نداند چاقو تیز است و دست می‌برد.

موقعیتهایی هست که مخلوقات می‌تواند به طور طبیعی به ما بزنند مثلاً گرد و خاک برود در چشم یا حلقم، پایم به سنگ بخورد و... و اینها برای انسان ضرر ایجاد می‌کند و انسان باید بلد باشد در این موقعیتهای جلوی ضرر را بگیرد، حتی ضررهای غیرماندگار و مقطعی. به طور کلی ضررهای مقطعی را نمی‌شود جلویش را گرفت.

مراقب انتخابهایمان باشیم و مخلوقات را باید بشناسیم و احکام را بشناسیم تا مخلوقات برایمان آسیب ماندگار نداشته باشند.

۲- غاسق یعنی تاریکی که محیط انسان را فرا می‌گیرد. تاریکی اطرافش را نمی‌بیند و نمی‌تواند مسیر را پیدا کند، مثلا راه خروج را پیدا نمی‌کند، خطر تهدیدش می‌کند، مثلا اگر محیط ناشناخته باشد، نمی‌داند دیوار است، پرتگاه است. تاریکی می‌تواند معنوی باشد، به شرایط خود ابهام دارم، نقش و وظیفه‌ام را نمی‌دانم و این معنای غاسق است.

شری که غاسق می‌تواند ایجاد کند، اذا وقب است. ما وقب از مصدر وقوب به معنای حلول در یک محل است. محل به معنای جای ماندن است. یعنی یک چیز وارد یک جا شود و ماندگار شود. آب از ماسه‌هایی که در صحرا عبور می‌کند و در آن نمی‌ماند، اگر سنگ گودی آنجا باشد که آب در آن گیر کند به آن می‌گویند وقبه. آمدن و ماندن...

غاسق اذا وقب یعنی تاریکی وقتی می‌آید که بماند. ابهامات نباید در زندگی ماندگار شود. ممکن است انسان از ناحیه تاریکی‌ها ضرر کند ولی باید دقت کند که انتخابی نکند که او را در این فضای تاریک نگه بدارد.

۳- نفاثات بر وزن فعالات. صیغه مبالغه است. نفس مفهوم دمیدن محکم دارد. فوت شدیدی که کمی آب دهان هم همراهش هست. در معنای واژه دمی که به دهان مربوط است و هم چندان آور هست.

نفاثات کسانی که زیاد فوت می‌کنند. و عقده به معنای گره است. به این طریق جادو می‌کردند. گره‌ای که بافوت باز شود اگر عاقل باشد می‌فهمد که کلکی وجود دارد، گره ایراد دارد. نفاثات فی العقد بادمیدن در مسائلی گرهی ایجاد می‌کند. مثلا حرف بی‌جایی می‌زند و روحیه فرد را خراب می‌کند و برای اینکه این شر دامن ما را نگیرد باید مراقب باشیم حرف بیخود روحیه ما را از بین نبرد و پیوندهایش را آسیب نزنند. پیوندها را خودش تنظیم کند پیوند در جاهایی که باید باشد و عاقلانه مدیریت کند.

انسان باید مراقب باشد از این ناحیه دچار شر و ضرر ماندگار نشود.

۴- ابراز حسادت، حسود است. می‌خواهد نعمت یک کس از بین برود. کسی چیزی دارد، من هم می‌خواهم داشته باشم این حسودی نیست ولی اگر من ندارم او هم نداشته باشد این حسودی است. من اگر نمره ام کم شده، دوستم هم کم شود که دلم نسوزد. این حسادت است. این حسادت از کجا ناشی می‌شود؟ از بدبینی به خدا و اینکه خدا نعمت خود را نمی‌شناسد، خدا نعمتها را تقسیم کرده و همه نعمت دارند و باید آنها را ببینیم. باید مراقب باشیم دچار حسادت نشویم و اگر در دل آدم حسادتی رخ داد از روی حسادت کاری نکنم (حاسد اذا حسد)

اگر حسادت کردم دعا کنم خدا حسادت را از من دور کند و از روی حسادت کاری نکنم. ممکنه کار ساده ای باشد مثلا آسیب رساندن و یا حتی سرد به شما سلام کنم و یا اخم کنم و... انسان باید مراقبت کند دچار این موقعیت نشود و شر تولید نکند.

از این موقعیتها به رب فلق باید پناه برد.

ارتباط این پناه بردن با شرها چیست؟

پناه بردن به رب، جلوی انتخاب‌های اشتباه می‌گیرد. پروردگار مالک دبیر ما است ما رها و بی صاحب نیستیم. خدا کسی است که نقصهای ما را می‌داند. کار او این است که ما را هل بدهد به جایی که نقصهایمان برطرف شود. کمال ما را او تعیین می‌کند. او تعیین می‌کند به کجا برسیم، سعادت‌مند شدیم. اگر آدم رب داشته باشد، دچار انتخاب اشتباه نمی‌شود. در موقعیت‌های مختلف نگاه می‌کند رب برایش چه می‌خواهد و طبق همان عمل کند و انتخاب اشتباهی نکند. ولی در این سوره به رب فلق تاکید شده است. پروردگار سپیده دم یعنی اینجا این سپیده دم در انتخابهای ما موثر است.

سپیده دم، زمانی است بین اذان صبح و طلوع آفتاب. اذان صبح هوا تاریک تاریک است. در طبیعت بکر و محیط باز، قبل از اذان صبح خط سفیدی در افق پیدا می‌شود. و از بین می‌رود و بار دیگر در زمان اذان صبح خط سفید در افق می‌آید و می‌ماند به فجر صادق است و یک و ساعت نیم قبل از طلوع آفتاب این اتفاق می‌افتد. در شرایط خاص می‌شود آنرا دید. در تاریکی هوا در افق کم کم نشانه‌ای پیدا می‌شود، روشنایی

می بینید. وقتی آن روشنایی و نشانه آشکار را در افق می بینید، همچنان هوا تاریک است ولی معلوم است که می خواهد صبح شود.

ویژگی فلق این است که در زمان تاریکی و شب خبر از روز می شود. رشد ما در گذر شب و روز جلو می رود. تکرار شونده است ولی تکرار نست بلکه به جلو می برد. چرخه ای است که می چرخد و بالا می رود. در شب همه دنیا در تاریکی می رود و در نهفتگی است و روز می رود در آشکاری، هم در طبیعت، شب و روز وجود دارد و هم در فضاهاى مختلف بندگی ما، شب و روز وجود دارد حتی استعدادهاى ما، قبل از شکوفایی در شب هستند. بعد وقتی آشکار می شود، در نهفتگی بعدی قرار می گیرد. چه در طبیعت و چه در امور دیگر بین هر شب و روز هم یک فلق هست. هر اتفاقی که نیفتاده و نهفته است، در شب است و وقتی می افتد میاید در روز. یک فلقى دارد و نشانه ای دارد. خدا پروردگاری است که هر چیز که می خواهد اتفاق بیفتد قبل از آن که اتفاق بیافتد نشانه اش را قرار داده. باید از این فلقها در پناه بردن خود توجه کنیم و جلوی آسیبها را بگیریم و اگر دچار ضرر شدیم از فلقش استفاده کنیم و اجازه ندهیم برای ما ماندگار شود. در تاریکیها از فلقش استفاده کنیم و اجازه ندهیم که در این حالت ماندگار باشیم و پناه ببریم .

در بحث نفاثات فی العقد اگر می بینیم یک چیزی دارد دل ما را می لرزاند از فلقش استفاده کنیم و به خدا پناه ببریم و انتخاب درست کنیم و نگذاریم دچار شر شویم.

اگر کسی به ما حسودی کرد، نشان می دهد ما نعمتی داریم و ما را متوجه نعمتمان می کند، که تا الان نهفته بوده است، آن را شکوفا کنیم و شکر آن را بجا بیاوریم و اجازه ندهیم آن نعمت از بین برود. اگر ما به کسی حسودی می کنیم از فلقش استفاده کنیم و اینکه اگر نعمتی را در فردی دیدیم، نگاه کنیم خدا به ما چه نعمتی از آن جنس داده و متوجه نعمت های نهفته خود باشیم و از خدا بخواهیم آنها را شکوفا کنیم و جلوی حسادت خود را بگیریم.

نکته پایانی: همه این پناه بردن را باید ابراز کرد، باید بگوید. ابراز شکل های مختلف دارد. آدمها در مواجهه با من باید این پناه بردن را ببینند و بفهمند

سوال: ابراز پناه بردن را توضیح دهید.

در سوره ننگفته پناه ببر بلکه پناه بردن باید ابراز شود

گفته پناه می‌برم... هر کس باید پناه خود را بصورت دائمی به خدا ببرد. شکل پناه بردن انسان باید حالت ابرازی داشته باشد. یواشکی و درونی نباشد. این ابراز ممکن است زبانی باشد مثلا در محیطی قرار می‌گیرم که از کرونا وحشت کردند، می‌گویم هر سختی پایانی دارد، تمام می‌شود. این را بیان می‌کنم و به زبان می‌آورم. می‌گویم خدا هست، برای هر مشکلی راه حلی قرار می‌دهد. از مشکلات می‌شود استفاده کرد و انسان باید ببیند چه کار می‌تواند بکند. این ابراز زبانی است.

گاهی ابراز زبانی نیست. آدمها می‌بینند که خودم را در پناه خدا قرار می‌دهم مثلا وقتی مشکلی برایم پیش می‌آید بهم نمی‌ریزم و روحیه ام را از دست نمی‌دهم. نوع عملکرد من جوری است که می‌دانم خدا هست، اضطراب مرا نمی‌گیرد و ناامید نیستم و می‌دانم خدایی هست، ممکن است شکل ابراز اینگونه باشد.

نشانه بودن فلق از کجای سوره در می‌آید؟

نشانه بودن فلق هم در بحث لغت مطرح می‌شود. در لغت نامه در التحقيق، فلق = هو انشقاق بین حصول... شکافی است که ابانه(بین دو طرف) ای دارد و تمایز بین دو طرف را نشان می‌دهد. جدای از لغت، سپیده دم وضعیت تمایز بین شب و روز است. قبل از اینکه روز برسد به صورت واضح نشان دهد روز دارد می‌آید.

نسبت فلق با هر کدام از شرها چیست؟

خدا گفته به فلقها توجه کند و خداوند باید پناه ببرد. در تاریکیها حواسش به فلق باشد، قبل از اینکه تاریکی فراگیر شود و زندگی را پرکند یا قبل از شر شدن تاریکی فراگیر، باید به خدا پناه ببرد و نگذارد شر اتفاق بیفتد. در مورد شرهای دیگر هم به همین شکل است.

برای در امان ماندن از حسود باید چه کرد؟



آسیب حسودی کردن برای انسان، بیشتر از این است که کسی به من حسودی کند. این خیلی مهم است که انسان حسودی نکند. شر بزرگی است که دامن انسان را می‌گیرد. در مورد حسادت دیگران به این معنا که کسی بخواهد نعمتی را از انسان سلب کند،

خداوند میفرماید: لئن شکرتم لازیدنکم. شکر یعنی کاربرد نعمت را بدانیم و به درستی سر جای خودش استفاده کنیم. خدا خواسته شکر کنیم خواسته چیزی بما برسد. اگر انسان شکر هر نعمت را به جا آورد اضافه می‌شود و حسود هم کاری نمی‌تواند بکند. بهترین راه کار در مقابل حسود، شکر نعمت است. اگر من درست از نعمتم استفاده کنم حسودی نمی‌کند.

حسود سطح دارد یک سطح از حسود شیطان رجیم است و به انسان حسادت می‌کند و می‌خواهد به انسان آسیب برساند، من اگر از نعمت‌هایم درست استفاده کنم شیطان هم نمی‌تواند به من آسیب برساند.

سطح دیگری از حسادت، حسادتی است که انسان‌ها ممکن است نسبت به من داشته باشند مثلاً فرض کنید چیز خوبی دارم که خدا داده به من. در صورتی که اینها را در چشم دیگران بکنم و البته استفاده درست از نعمت به رخ دیگران نیست و این باعث حسودی دیگران می‌شود. استعداد، توانایی، تمکن‌ام را که خدا داده درست و به جا استفاده کنم و در واقع شکر نعمت را به جا بیاورم، حسادت اتفاق نمی‌افتد و اگر بیفتد، حسود آسیبی به من نمی‌تواند بزند. پس در مورد حسادت اول باید مراقب باشم به کسی حسادت نکنم که این خود شر است و بعد باید سعی کنم از نعمت‌ها سر جای خود استفاده کنم تا حسادت دیگران را برانگیخته نکنم و با این دید که شکر موجب ازدیاد نعمت می‌شود، جلوی آسیب را می‌گیرم.

## اهداف تربیتی سوره

پایه اول:

آنچه بچه‌ها از سوره فلق متوجه می‌شوند، فقط یک مواجهه شاد با مشکلات است. هر مشکلی راه حلی دارد. بعداً در موقعیت‌های مشکل، خواهند گفت سوره فلق گفته هر مشکلی راه حلی دارد. خیلی توقع عملکردی از آن‌ها نداریم. همین که از مشکل ناامید نشوند و اینکه این موضوع را ابراز کنند کافی است.

برای اینکه این موضوع به دانش‌آموزان آموزش داده شود باید در فضای شاد آموزش اتفاق افتد. برای دانش‌آموزان پایه اول بازی کردن قالب خوبی است.

بجز خواندن سوره که بهترین قالب است، بازی بهترین قالب پایه اول است.

پایه دوم:

اگر بچه‌ها با غایت کلاس اول یعنی برخورد راحت با مشکلات آشنا نیستند باید با این مطالب آشنا شوند و بجز این به بچه‌های پایه دوم هم علاوه بر روخوانی با بازی می‌توان مفاهیم را به آنها انتقال داد. علاوه بر آن باید تنوع و مواجهه‌های متنوع را ببینند. مشکلات مختلف و راه‌های درست دیگران را باید به آنها نشان دهیم. کار عملی از آنها توقع نداریم. قصه‌هایی تعریف کنیم که مثلاً فردی نابینا بوده و مواجهه درستی با آن داشته و توانسته آن را برای خود حل کند.

یا آن‌ها را مواجه کنیم با افراد واقعی مثلاً بیماری دارد و برخورد درستی کرده اند.

در بازی، بازنده شد یا چیزی را از دست داد، باید درست برخورد کند

انواع مواجهه درست با مشکلات را باید یاد بگیرند.

پایه سوم:

در سنی هستند که توقع عمل از آنها داریم. مفهوم سوره به صورت عملی در زندگی شان بیاید. یک مشکل کوچک مانند گم کردن وسیله، مشکلشان را بتوانند حل کنند و این باعث می‌شود از خودشان لذت ببرند.

مشکل حل شود و لذت آن چشیده شود. کمی می‌توان گفتگو هم کرد حتی تا نصف زمان کلاس ، برای بچه‌های کلاس اول و دوم هم می‌شود گفتگو کرد ولی اولویت ندارد.

در منزل هم با بچه‌های کلاس سوم می‌توان گفتگو کرد.

در فضای گفتگو یاد دهیم و تشویق کنیم که مشکلاتشان را حل کنند.

پایه چهارم:

قدرت انتزاع بالاتر رفته، نظم برایشان موضوعیت پیدا کرده و برنامه‌ریزی را می‌توان از آنها توقع داشت. باید تمایل به حل مشکلات خودشان را داشته باشند دوست داشته باشند این کار را و برای آن برنامه داشته باشند. اگر مشکلی دارند توقع نداشته باشند دیگران حل کنند همانطور که نوعاً در جامعه می‌بینیم از پدر و مادر توقع حل مشکلات را دارند بچه‌های کلاس چهارم اگر سوره فلق یاد بگیرند دوست دارند و می‌خواهند مشکلاتشان را خودشان حل کنند و برای حل آن برنامه‌ریزی کنند و این برنامه چیز خاصی نیست در حد بچه ۱۰ ساله است مثلاً بداند وسیله اش گم شد بداند که چجوری این مشکل برایش پیش نیاید یا حالا که پیش آمد چه کار کند

پایه پنجم:

توقع داریم بتوانند مشکلات خود را در تعامل با دیگران حل کنند. البته باید مطالب سالهای قبل به آنها منقل شده باشد. باید بتوانند به جز مشکلات فردی، در ارتباط با دیگران و خانواده و همکلاسی و فامیل و... مشکلات در تعامل با آنها را بتوانند حل کنند و به حل آن تمایل داشته باشند. با دوستم مهربانتر باشم بهش هدیه بدهم میتوانم با او تعامل بهتری کنم. یا مثلاً با بزرگتر فامیل کمتر سرو صدا کنم، بهتر می‌توانم تعامل کنم.

پایه ششم:

می‌توانند جمع تشکیل دهند و کاری کنند. اگر این جمع تشکیل دادن را به سمت درستی هدایت نکنیم، می‌تواند آسیب هم داشته باشد. باید مراحل قبل را بلد باشند وقتی مسوولیت یک کار را به عهده آنها می‌گذریم انتظار می‌رود مشکل عمومی را پیدا کنند و با توان جمعی آن را حل کنند. مثلاً در مدرسه اشغال زیاد روی زمین ریخته می‌شود باید با قدرت جمعی برای حل آن برنامه بریزند و مشکل را حل کنند مثلاً جزوه درست

کنند، اطلاعیه بزنند، سر صف با بچه‌ها صحبت کنند و... خودشان باید آن را حل کنند. چون می‌دانند مشکل راه حل دارد.

ممکن است در اقلیمی بچه‌های ششم به این سطح از رشد نرسیده باشند با آن‌ها باید با سطح خودشان برخورد کند و آنها را به این سن برسانند.

## نمونه فعالیت سوره

(سایت فهم قرآن: [www.fahmeghoran.ir](http://www.fahmeghoran.ir))

کتاب "هوشیاری و حل مشکلات" در حال تدوین است. هم در مورد سوره و هر پایه توضیح داده شده و هم فعالیت پیشنهاد شده است.)

در مورد شر و فلق و پناه بردن با بچه‌ها صحبت نمی‌کنیم. همین که می‌دانند مشکلات را می‌توانند حل کنند غرض سوره فلق محقق شده است.

فعالیت‌هایی طراحی می‌کنیم که بچه‌ها با نشانه‌ها و حواس جمعی می‌توانند مشکل را حل کنند. کسانی که هوشیا تر باشند می‌توانند مشکل را حل کنند. آنها را سوق بدهیم که با توجه به نشانه‌ها، مشکلات را حل کنند.

حل مشکلات طبیعی:

برخی مشکلات طبیعی هستند، در اختیار انسان نیست، دست کسی نیست. این ضرر به طور طبیعی رسیده مثلا یکی مریض شده یا سرویس مدرسه خراب شده یا برف آمده و به مدرسه دیر رسیده...

می‌توانیم فعالیت‌هایی طراحی کنیم که وقتی با مشکلات طبیعی مواجه می‌شوند، حواسشان باشد که چطور باید مشکلات را حل کنند

برخی مشکلات مربوط به ندانستن است. باید بدانند تا مشکلاتشان حل شود البته یکسری ندانستن‌ها طبیعی است ولی یکسری مسایل را نباید که ندانند. (مثلا احکامی که در زندگی با آن مواجه می‌شوند را واجب است یاد بگیرند). بچه‌ها را سوق بدهیم که چی را بدانند تا چه مشکلی برایشان پیش نیاید.

مشکلات الکی:

مثلا کسی چیزی گفته یا زبان درازی کرده است اینها برای بچه‌ها زیاد پیش می‌آید (از جنس نفاثات فی العقد است)، بچه باید برایش راه حل داشته باشد و بتوانند آن را حل کند. حالا که سوره فلق یاد گرفت، چجوری وقتی یکی به تو زبان درازی کرد می‌توانی ناراحت نشوی؟ می‌شود آن را به چیز خنده دار سوقش دهیم. یک چیز ناراحت کننده انقدر هم ناراحت کننده نیست. اینها مشکلات الکی است البته به بچه‌ها نباید بگوییم الکی است، برای آنها مساله مهمی است.

حل مشکلات عمدی:

مثلا بچه ای کسی را میزند یا وسیله کسی را برمی‌دارد. به کسی که می‌زند یا چیزی را برمی‌دارد یاد بدهیم این کار، برای خودش مشکل ایجاد می‌کند و به طرف دیگر یاد بدهیم مراقب وسیله خودش باشد و در صورت آسیب دیدن وسایلش، ناراحتی بیش از حد نداشته باشد و به شکل قشنگ آن را حل کند.

در خود ما هم اینگونه است که ناراحتی ما از مشکلات بیشتر از خود مشکل است.

نیازی نیست این تقسیم بندی به بچه‌ها گفته شود. برای خودمان که می‌خواهیم فعالیت طراحی کنیم مفید است. بچه‌ها باید مصداقی اینها را بدانند.

سوال: این همان مهارت حل مساله در روانشناسی است؟

ما اصلا سعی نمی‌کنیم مهارت خاصی یاد دهیم. حل مساله بد نیست. اشکال روانشناسی حل مساله بدون در نظر گرفتن خداست. این را فراموش نکنید که هر چه به آن‌ها یاد می‌دهیم می‌گوییم سوره فلق این را به شما یاد می‌دهد. اینگونه خدا را وارد زندگی بچه‌ها می‌کنیم.

وقتی مشکل ایجاد می‌شود که فکر کند ما جدای از خدا مشکل را حل می‌کنیم.

در مورد خیلی از مشکلات کاری از دست ما بر نمی‌آید و بیش از حد ناراحت می‌شویم، همه چیز دست خداست و هر مشکلی راه حلی دارد. با بروز هر مشکلی نباید فکر کنم که همه چیز تمام شده است.

به طور کلی در هر سوره‌ای تدبیر می‌کنیم، می‌خواهیم ببینیم خدا از ما چه می‌خواهد. خدا در هر سوره‌ای چیزی به ما یاد داده. هر سوره از وجهی به ما می‌گوید که باید خدا در زندگی مان پررنگ باشد. در سوره فلق، از وجه توجه به فلق و مواجهه درست با مشکلات این را می‌گوید. مواجهه درست با مشکلات را از سوره فلق یاد بگیریم.

مواجهه درست با مشکلات این است که مشکل برات پیش آمده است، خدا هست...

ولی خدا هست نه اینکه بشین خدا حل کند. خدا خودش اینطوری نخواست. خدا ما را از بهشت آورده برای اینکه با مشکلاتی مواجه شویم و خدا را تفصیلی تر بشناسیم که او می‌تواند مشکل ما را حل کند.

این با حل مساله روانشناسی با این فرق دارد.

سوال: فرق پایه‌های دوم و سوم خیلی واضح نبود؟

در پایه دوم توقع کار عملی از بچه‌ها نداریم ولی در سوم این توقع را داریم .

در دوم توقع داریم حالات مختلف مواجهه درست با مشکل را ببینند و بشناسند و در سوم این توقع را داریم که مشکل واقعی خود را حل کنند.

سوال: در پایه ششم می توان راه کار به بچه ها پیشنهاد داد؟

در این سن غالباً بچه ها می توانند کار گروهی با مسئولیت خود انجام بدهند به شرطی که بچه ها به این سطح رسیده باشند ممکن است در یک اقلیم بچه ها در سطح کلاس دوم ، سوم و یا چهارم باشند و معلم تشخیص می دهد و باید سعی شود که به آن سطح برسند ولی اگر بچه ها به این سطح رسیده باشند می توانند این کار را انجام دهند. می شود پیشنهاد داد که چه مشکلی را حل کنند و کم کم خودشان را می توانند راه حل پیدا کنند.

سوال: لازم این دسته بندی مشکلات به بچه ها گفته شود؟

خیر لازم نیست

سوال: ارتباط حل مشکل با سوره از کجاست؟

در سوره شرهای مختلف بیرونی داریم و شرهای سوره نوعا بیرونی است بالعکس سوره ناس که وسواس خناس بیشتر درونی است، سوره فلق یاد می دهد که با کمک نشانه ها مشکل را حل کنیم.

مشکلات هستند و سوره یاد می دهد که چگونه با پناه بردن به رب فلق مشکل را حل کنیم

سوال: برخی مشکلات مانند بیماری لا علاج و یا فوت شدن پدر خانواده که قابل حل نیست چطور؟

وقتی می گوییم هر مشکلی راه حلی دارد منظور این است که مشکلی که بواسطه مشکل بوجود آمده قابل حل است. همه اتفاقیایی که برای ما می افتد، مشکلات گذرا هستند، کسی پدرش را از دست داده، خدا آن را طبیعی می داند. ممکن است برای آدم سنگین باشد ولیدنیا اینطوری هست. دردنیا همه آدمها حتما می میرند، باید مواجه مان را با موضوع درست کنیم. خود ما یک روزی از دنیا می روم، بقیه هم می روند و این مشکلات به طور طبیعی وجود دارد. این آسیب نیست. بیماری لاعلاج هم آسیب نیست. آسیب آن است که آخرت انسان خراب شود. اگر بیماری لاعلاج و یا ازدست دادن عزیز باعث شود آخرتش خراب شود، آسیب است. و یا اگر باعث شود انسانها نشاط خود را از دست بدهند چون این موضوع خطر آسیب به آخرت را زیاد می کند. راه حل هر

مشکل این است که شناخت درستی از دنیا داشته باشیم و با آن مشکلات به درستی کنار بیاییم ولی این مفاهیم باید متناسب با سن بچه‌ها گفته شود.

هر چیزی که به طور طبیعی برای انسان اتفاق می‌افتد، صلاح ما هست مثلا دستم قطع شود. در نظام الهی، اگر ایمان کامل باشد، می‌دانم صلاحم همین بود و این به نفعم بوده است. نشانه‌هایی به من فایده‌های آن را نشان می‌دهد. توجه به فایده مشکل، به حل مشکل من کمک می‌کند. باید بدانیم خدا رب ماست و حواسش به ما هست. خیلی از اتفاقات بدی می‌توانسته اتفاق بیفتد که نیفتاده و در اتفاقات بد اگر ما مواجه درستی با آن داشته باشیم، حتما آن اتفاق برای ما خیر بوده و اتفاقات خوبی در پی خواهد داشت. به خدا باید حسن ظن داشته باشیم.