



مدرسه دانشجویی
اهل بیت (ع)
(خانواده)

يا رَبُّ

اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰى فَاطِمَةَ وَ اَبِيهَا وَ بَعْلِهَا وَ بَنِيهَا
وَ سِرِّ الْمُسْتَوْدَعِ فِيهَا بِعَدَدِ مَا احَاطَ بِهِ عِلْمُكَ



مدرسه دانشجویی
اهل بیت (ع)
(خانواده)



«سلامت روحی و جسمی مادران»

کارگاه های مهارتی خانوادگانه



مدرسه دانشجویی
اهل بیت (ع)
(خانواده)

سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران



به دنیا آورنده ؟

مسئول تربیت ؟

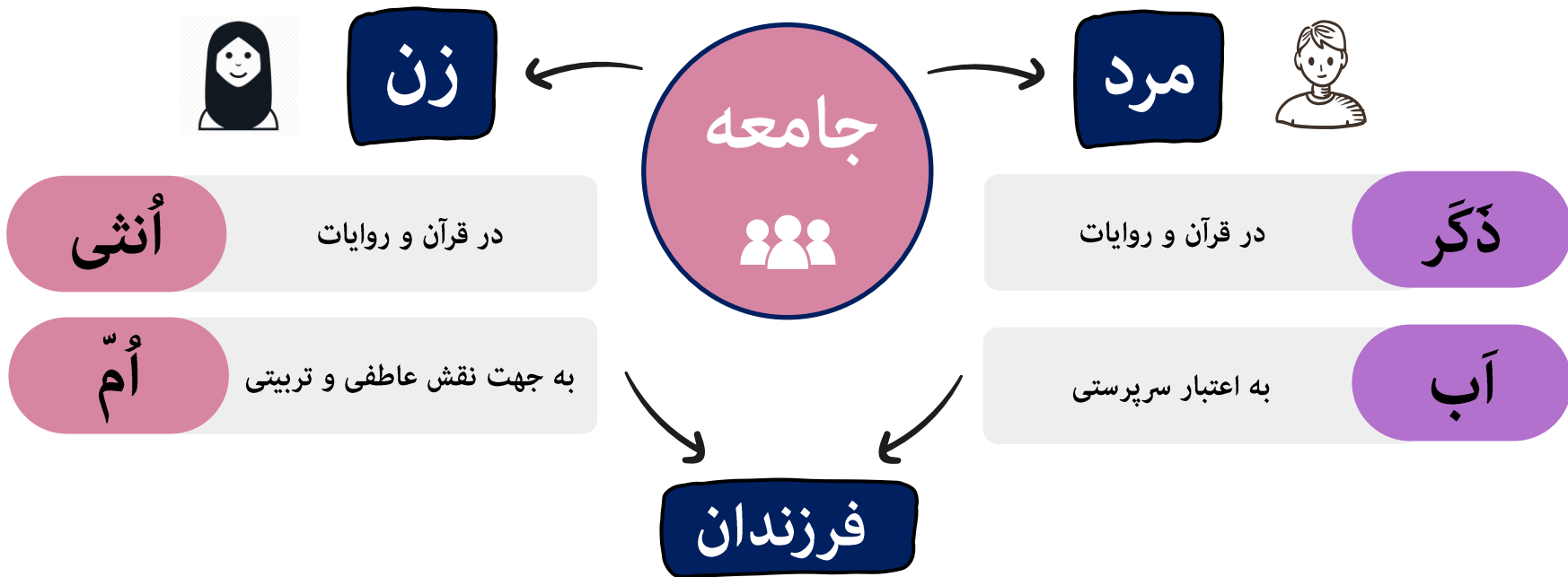
عهده‌دار و رافع نیاز ؟

و ...

مادر کیست؟

سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران



طفل، صبیان، غلام، ابن، بنت، رضیع، جنین و ...

نظر به مراحل رشد و نیازها

سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

لازمه‌ی اصلاح تعریف
از مادر و نقش او



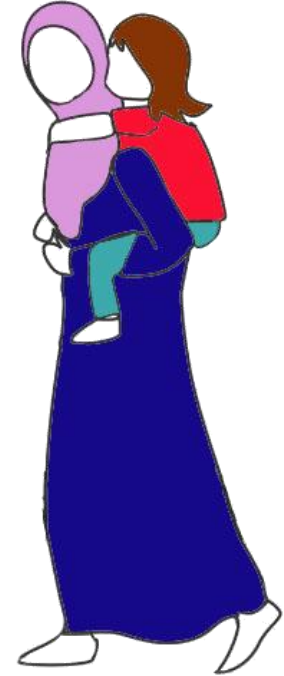
شناخت انسان



شناخت دَگر



شناخت اُنثی



سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

انسان کیست؟

انسان



جسم

متعلق به عالم دنیا

جان

حقیقت وجودی
(نفسه‌ی خدایی)

ذات و گوهر اصلی

نیازمند بستر برای ابراز

توان

استعداد

حیطه عمل



نه زن



نه مرد



سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

هر چه هستی و هر کجا که باشی، ذات و گوهر وجودی تو، الهی است.

قدر خود را بدان!



سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

توان‌هایت در دنیا و در بستر زندگی دنیا، چند صباحی مهمان تو هستند.

بُعد جسم و جان بر یکدیگر اثر دارند

برای رسیدن به سعادت و کمال
به هر دو بُعد نیاز داری.



سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

نقش چیست؟

مطابق بر توان جسمی - روحی

فضل خدا

ملاک

توجه

هر یک از زن و مرد دارای هویتی مشترک هستند و در اصل هدف زندگی و کمال تمایزی ندارند؛ ولی تمایزهای جسمی، روحی و اجتماعی دارند.

جامعه‌ی ما وقتی در مسیر آرامش و تعادل حرکت می‌کند، که زن و مرد در جایگاه خودشان باشند.

✘ خیر

✘ بهتری

✘ کرامت

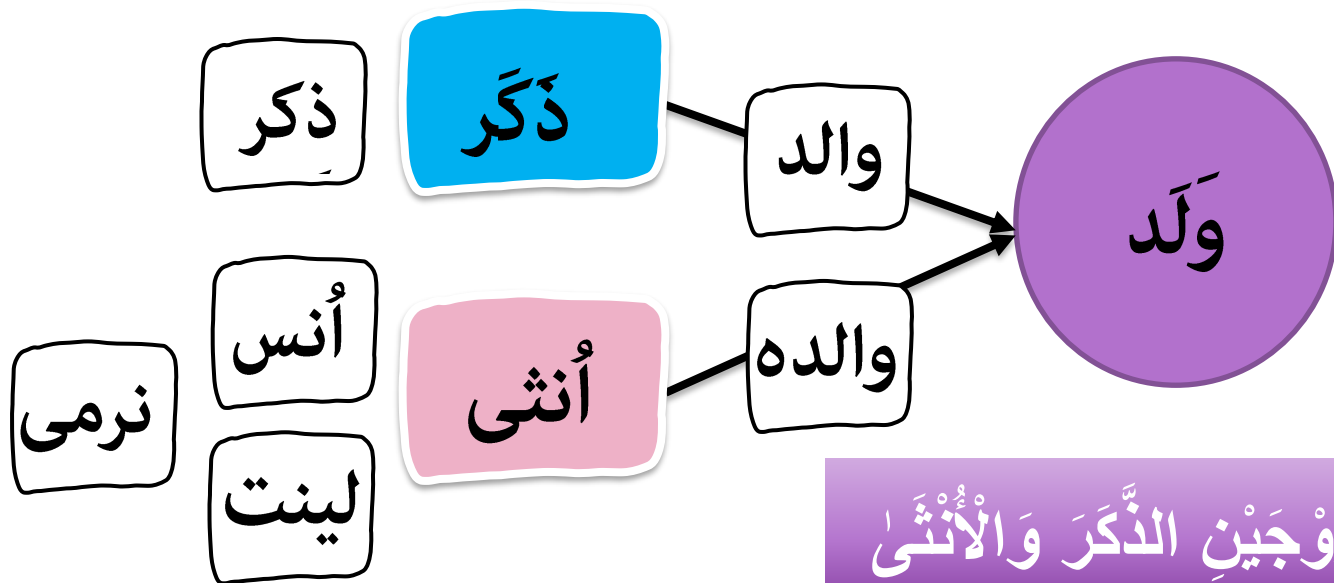
✘ بزرگواری



سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

دگر و أنثی؟



وَأَنَّهُ خَلَقَ الزَّوْجَيْنِ الذَّكَرَ وَالْأُنثَى

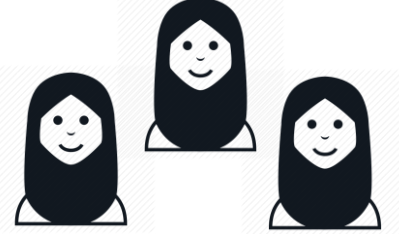
یا جعل؟

خلق: بیانگر ثبات و ذاتی بودن استعدادها

سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

نقش آفرینی زن



أُنثَى

نِسَاء

امراً

با ویژگی حامل شدن (وضع حمل) - صاحب رَحِم

عزت، بزرگی، کرامت، انسورزی و عطوفت

صفا و گوارایی

عزت، بزرگواری، کرامت، صفا و عطوفت
در درون تو قرار دارد.



آن چه خود داشت
ز بیگانه تمنا می کرد ...

سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

استعدادها و ویژگی‌های ذاتی زن

در خفا بودن

آرامش بخشی

تصمیم‌های مهم درون خانه



هر گونه ایفای نقشی برخلاف
ویژگی‌های ذاتی زن،
نیازمند دلیل عقلی
و اذن ولی است.



الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ ۚ
فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ ۗ وَاللَّاتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ
فِي الْمَضَاجِعِ وَاضْرِبُوهُنَّ ۗ فَإِنِ اطَّعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلًا ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا كَبِيرًا

الصَّالِحَاتُ

قَانِتَاتُ نِسَاءُ حَافِظَاتُ لِلْغَيْبِ

سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

صالح

فساد و تباهی و گناه از کارهایش دور است



چگونه؟

در هر لحظه، به دنبال علمی باشی که مبتنی بر علم الهی باشد و این از اتصال پیوسته‌ی تو با خدا به دست می‌آید.



سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

حافظات للغيب

۱

حفظ اسرار خانه و ارائه‌ی نیازهای ضروری به اهلش

سخن چینی

بی‌مهری

تفرقه

سلب آرامش

۲

حافظ دریافت‌های الهی و ارتباط با خدا

برای درک عمیق‌تر برویم
سراغ حدیث شریف کساء

خانه‌ات برای معنویت و اتصال به خدا به تو نیاز دارد.



با رعایت تقوا، دوری از گناهان و کمک گرفتن از دعا و نماز، ذکر در تو و خانه‌ات جاری می‌شود.

۳

حافظ در غیاب همسر

چرخ خانه باید بچرخد؛ اگر مرد خانه غایب است یا نقشش را به خوبی ایفا نمی‌کند، این تویی که برای حفظ نقش او در خانواده تلاش می‌کنی.



سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

قانتات

۱ دیده بان جامعه و هشدار دهنده نسبت به آسیب ها

۲ همه چیز را فقط از خدا توقع دارد

مطیع خدایم که به کارها رسیدگی می‌کنم نه به خاطر دیگران



قانت بودن \neq اسراف \times دنیا گرایی \times متوقع بودن \times خودمحوری \times

هر لحظه از زندگی‌ات و در هر امری که اقدام می‌کنی؛ کارهایت را برای خضوع در برابر خدا خرج کن.



در جستجوی رزق معنوی و آسمانی، بال ملکوت بگشا؛ هم خودت پرواز کن هم همسرت را پرواز بده.



سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

آیه ۲۲۳ سوره بقره

نِسَاؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأَتُوا حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ ^ط وَقَدِّمُوا لِأَنفُسِكُمْ ^ج وَاتَّقُوا اللَّهَ
وَاعْلَمُوا أَنَّكُمْ مُلَاقُوهُ ^ق وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ

حَرْث

زمینه‌ساز رویش در جامعه

مادر! رویش تو همان رشد صحیح تو در جهت حرکت به سوی قلّه‌های الهی رشد است.



جامعه برای ارتقا به تو نیاز دارد.

تو پرورش‌دهنده‌ی ستون‌های جامعه هستی.

چگونه؟

با توجه به اقتضای شرایط زندگی و شناخت تو از همسرت

قوام‌های اهل قیام از دامن تو پر می‌کشایند

به کارگرفتن تدابیر مناسب برای فعال کردن قوامیت

سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

مفهوم مادر



باران رحمت الهی بی‌دریغ و پیوسته می‌بارد.

هر رحمتی نیازمند بستر وقوعی است.



رَحِم

بستر تحقق و وقوع رحمت



مفهوم رَحِم با مادر و اُمّ گره خورده

صاحب رَحِمی که
بستر نزول رحمت است

باران رحمت الهی می‌بارد؛ حیف نیست در وجود تو و خانه‌ات خشکسالی باشد ... ؟



سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

مقام مقدس مادر تداعی کننده‌ی:

رحمانیت و
رحیمیت خداوند

حُبِّ خداوند
به بندگان

مقامِ اشتیاق،
رغبت
و میل شدید

مقامِ نیکی
بدون عوض

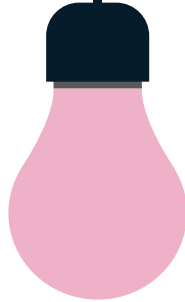
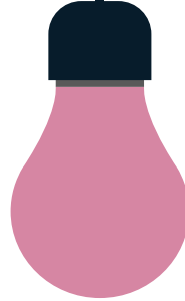
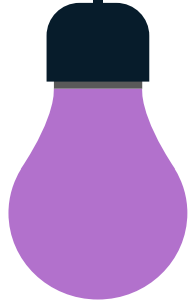


سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

سلامت روحی مادران

راهکارهای تحقق آن



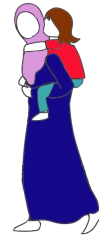
سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران



مادر! تو همانی که رحمت الهی را به اعضای خانهاات می‌رسانی

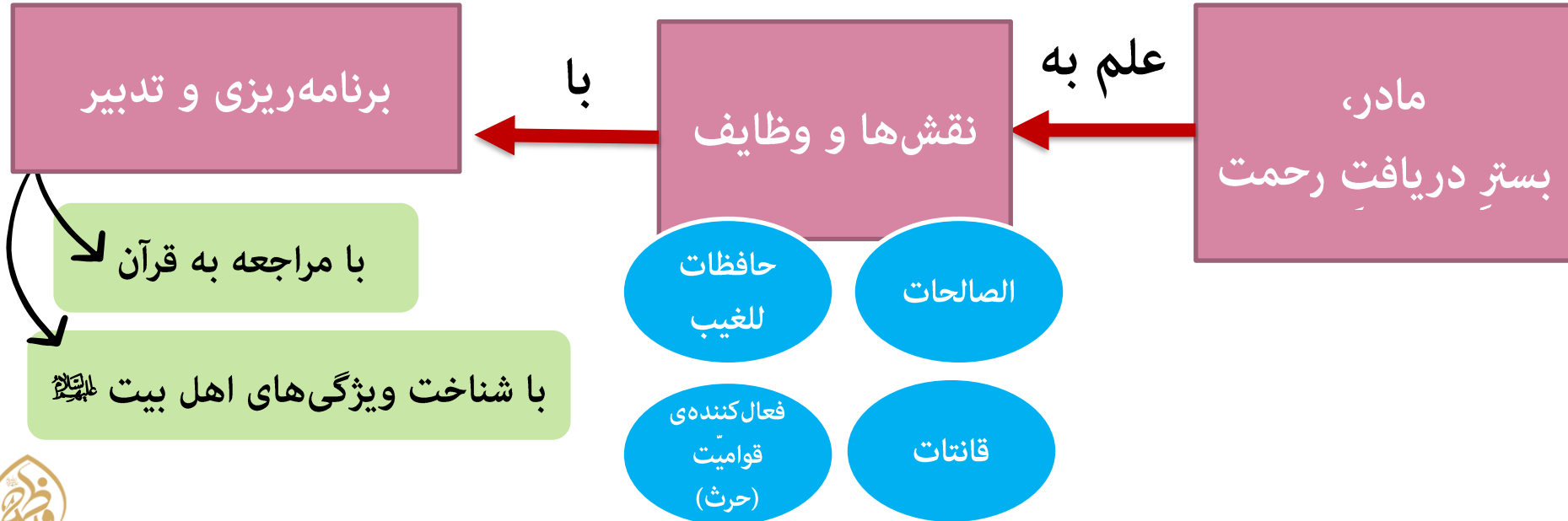
پس سلامت روحی و جسمی‌ات خیلی مهم است.



سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

نکات ضروری در حفظ سلامتی



سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

برنامه ریزی

نیازمند توجه به تغییرات لحظه به لحظه‌ی خود و عوامل متغیر

علم بشر ناتوان است ...

نیازمند

منبع تغییرناپذیر از علم

منبع متقن

منبع کامل

فقط خداوند علیم و رحمان
چنین علمی دارد.



سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران



لزوم غور در آیات قرآن و شناخت ثقل آن

در این هیاهوی دنیا در جستجوی علمی هستی که دستت را بگیرد و بلندت کند؛

به کلام خدای رحمان رجوع کن و حتی دمی از آن جدا نشو.



ضروریات فهم قرآن و شناخت اهل بیت علیهم السلام

پیشنهادات:

- ❖ مطالعه توضیح المسائل
- ❖ مطالعه علمی و عملی قرآن و روایات
- ❖ و ...

انجام دادن حکم خدا

پرهیز از گناه کبیره

عدم اصرار بر گناه صغیره

به بایدها و نبایدهای الهی که بدان علم داری، عمل کنی.

تقوا

طهارت

سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران



برای مثال: تدبر در قرآن

برای دانستن قرآن، تا می‌توانی و به هر نحوی قرآن بخوان.

تلاش برای شناخت اهل بیت علیهم‌السلام

رجوع به ادعیه و توسل به ایشان

توسلی هدفمند و منطبق بر نیاز

سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران



آثار رجوع هدفمند به دعا

با شکوه شدن نیت‌ها



اتصال انسان به غیب



دلگرمی و نشاط و امید



سلامت مادران

سلامت روحی مادران

۱

دانشتن ویژگی‌های اهل بیت علیهم‌السلام

فعال‌کننده‌ی دعا و طلب مادران در امور مختلف به ویژه امر فرزندآوری و القای صفات موحدانه به فرزندان و دعا برای آنان

برای هر دغدغه‌ای نیاز داریم متوسل شویم به یک معصوم با ویژگی منحصر به فردشان

خوب است کتاب «انسان ۲۵۰ ساله» را در این زمینه مطالعه کنیم



سلامت مادران

۱ سلامت روحی مادران

عوامل مؤثر در سلامت روحی مادران

جاری کردن حکم خدا در زندگی

پذیرش اوامر و نواهی خدا

افزایش ایمان، تقوا و طهارت

تقویت باورهای توحیدی، اعتقاد به خداوند به عنوان تنها تکیه‌گاه

دوری از کارهای خارج از حیطه و توان

پرهیز از واگویی‌های ذهنی

پرهیز از تحقیر خود

اتصال به منبع رحمت الهی و تأمین سلامت روحی

صَلِّ عَلَىٰ آبَائِكَ يَا مُحَمَّدٌ



مدرسه دانشجویی
اهل بیت (ع)
(خانواده)