

۷ کارنیل، بزرگترین شبکه موفقیت ایرانیان می باشد، که افرادی زیادی توانسته اند با آن به موفقیت برسند، فاطمه رتبه ۱۱ کنکور کارشناسی، محمد حسین رتبه ۶۸ کنکور کارشناسی، سپیده رتبه ۳ کنکور ارشد، مریم و همسرش راه اندازی تولیدی مانتو، امیر راه اندازی فروشگاه اینترنتی، کیوان پیوستن به تیم تراکتور سازی تبریز، میلاد پیوستن به تیم صبا، مهسا تحصیل در ایتالیا، و.... این موارد گوشه از افرادی بودند که با کارنیل به موفقیت رسیده اند، شما هم می توانید موفقیت خود را با کارنیل شروع کنید.

برای پیوستن به تیم کارنیلی های موفق روی لینک زیر کلیک کنید.

[www.karnil.com](http://www.karnil.com)

همچنین برای ورود به کانال تلگرام کارنیل روی لینک زیر کلیک کنید.

<https://telegram.me/karnil>

الرحمن الرحيم





## کتابخانه

۳

### پاسخی به پرسش‌های دخترانه

نویسنده: محمدباقر پورامینی

ویراستار: محمدمهدی باقری

آستان قدس رضوی

معاونت تبلیغات و ارتباطات اسلامی

آدرس: حرم مطهر امام‌رضا(ع)، اداره پاسخ‌گویی به سؤالات دینی و اطلاع‌رسانی

تلفن و دورنگار: ۰۵۱۱-۲۲۴۰۶۰۲

pasokhgoo@razavi.tv

## اشاره

پرسیدن برای یافتن راه، خود، ارزش است...  
و هر فرهنگی که به پرسشگری بها دهد  
و زیباترین، دقیق ترین و ساده ترین پاسخها را پیش رو بگذارد،  
گسترش و دوام خود را تضمین کرده است.  
مهم، انتخاب بهترین راه است...  
و **رهنما** گامی است در این مسیر.  
همگام ما باشید و با طرح دیدگاههای رنگارنگتان، یاری مان کنید.



## پاسخی به پرسش‌های دخترانه

### درآمد

پیامبر اسلام ﷺ همچون همهٔ انبیا، هدایت مردم را با دو هدف آغاز و دنبال کردند: اول، آشناساختن مردم با معارف الهی و دوم، کامل کردن اخلاق جامعه؛ یعنی تعلیم کتاب و حکمت از یک سو و تزکیهٔ نفوس مردم از سوی دیگر؛ آن گونه که قرآن می‌فرماید: ﴿وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَيُرَكِّمُهُمْ﴾ از این رو، می‌توان رسالت پیامبر ﷺ را این گونه بیان داشت: او برای تعلیم و تربیت و تزکیه آمد تا در بخش نظری، جامعه را به علوم الهی و صحیح رهنمون سازد و در بخش عملی، مردم را به طهارت روح برساند.

مخاطب چنین حرکت هدایت‌بخشی، جان انسان خواهد بود؛ نه بدن او. از این رو، زن و مرد، هر دو همسان هم، مخاطب پیام پیامبر ﷺ خواهند بود. محور تعلیم و تعلم، جان آدمی است؛ نه بدن و نه مجموع جان و بدن. آن که عالم می‌شود، روح است و روح، نه مذكر است و نه مؤنث. پس، آنچه با کمال آدمی سروکار دارد، نظیر مسائل علمی و اعتقادی و اخلاقی،

در آن، میان مرد و زن تفاوتی نیست؛ اما چون از مسائل اجرایی و تقسیم کار سخن به میان می‌آید، به دلیل خصوصیات طبیعی و بدنی هر یک، وظایف مشترک و مختص معنا پیدا می‌کند؛ ولی تفاوت وظایف، نقشی در میزان تکامل آن دو نخواهد داشت.<sup>۲</sup>

زن، همچون مرد، تکامل‌پذیر است و قرآن هر گاه از ارزش‌های والای انسانی سخن می‌گوید، از زنان، همسان مردان یاد می‌کند؛ بدان حد که هر دو می‌توانند به مقامات انسانی و معنوی دست یابند: مقاماتی همچون اسلام، ایمان، طاعت، راست‌گویی، شکیبایی، خداترسی، روزه‌داری، خویشتن‌داری و یاد خدا برای هر زنی به دست‌آمدنی است.<sup>۳</sup> طبیعی است که عمل صالح او نیز، همچون مرد، پیامد و ره‌آوردی این دنیایی و آن‌سرایی خواهد داشت:

﴿مَنْ عَمِلْ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْتَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ﴾<sup>۴</sup>

(= هر مرد و زن که کاری نیکو انجام دهد، اگر ایمان آورده باشد، زندگی خوش و پاکیزه‌ای به او خواهیم داد و پاداشی بهتر از کردارشان.)<sup>۴</sup>

با این درآمد، پیام پیامبر ﷺ را به دختران مسلمان در چند محور مطرح می‌کنیم:

## ۱. به دختر بودن خود ببالید.

زمانی، غالب جامعه عرب، زن را مایه عار می دانست و از دختر، نفرت داشت و حتی او را زنده به گور می ساخت.<sup>۵</sup> در چنین محیطی، اسلام جایگاه انسانی زن را احیا کرد و او را ریحانه، یعنی شاخه گلی ظریف، نامید.<sup>۶</sup> یکی از ارمان های زیبای پیامبر ﷺ **شخصیت دادن** به دختر و زن است؛ بدان حد که ایشان می فرمودند:

«دختران خجسته اند و دوست داشتنی.»<sup>۷</sup> «**بهترین** فرزندان شما، دخترانتان می باشند.»<sup>۸</sup> از **خوش قدمی** زن این است که نخستین فرزندش، دختر باشد.<sup>۹</sup> «دختر خوب فرزندی است مهربان، مددکار، مونس، بابرکت و دورکننده حسرت.» «کسی که دختر دارد، مشمول **نصرت و برکت و آمرزش** خدا ﷻ خواهد بود.»

چون به نبی خاتم ﷺ بشارت دختر می دادند، می فرمودند: «گلی است که خدا ﷻ روزی اش می دهد و تأمین او با خداست.»<sup>۱۰</sup> بر خود **ببالید** و از آن دسته دخترانی باشید که پیامبر ﷺ درباره ایشان فرمودند: «چه خوب فرزندانانند، دختران **محبوب**.»<sup>۱۱</sup>



## ۲. از فرصت‌ها سود جوید.

پس تو را هر لحظه مرگ و رجعتی است  
 مصطفی فرمود دنیا ساعتی است<sup>۱۲</sup>  
 زندگی کوتاه‌تر از آن است که دست‌کم گرفته شود. پیامبر اعظم صلی الله علیه و آله می‌فرمودند: «در  
 قیامت برای هر روز از ایام عمر بندگان، ۲۴ پرونده به تعداد ساعت‌های شبانه‌روز می‌گشایند.  
 بنده، پرونده‌ای را پر از روشنی و سرور می‌یابد و از دیدنش چنان حدی از شادی و شغف به  
 وی دست می‌دهد که اگر بر دوزخیان تقسیم شود، احساس کردن رنج آتش را از آنان می‌ستاند:  
 و این، ساعتی است که پروردگارش را در آن، اطاعت کرده است. سپس، پرونده‌ای دیگر  
 می‌گشایند و بنده، آن را تاریک و بدبو و ترس‌آور می‌بیند و از مشاهده‌اش چنان بی‌تابی و

ترسی به وی دست می‌دهد که اگر بر بهشتیان تقسیم شود، خوشی را از آنان باز می‌ستاند: و این، لحظه‌ای است که پروردگارش را در آن، **نافرمانی** کرده است. سپس، پرونده‌ای دیگر برایش می‌گشایند و آن را **تهی** می‌بیند؛ نه چیزی در آن است که او را شادمان کند و نه چیزی که ناراحتش سازد؛ و این، ساعتی است که خوابیده یا به کارهای **مباح** دنیایی، سرگرم بوده است. آن‌گاه به جهت ازدست‌دادن این لحظه‌ها، احساس **حسرت** و تأسف به وی دست می‌دهد؛ چراکه می‌توانست آن را از نیکی‌های بی‌شمار پُر سازد. این سخن خداوند ﴿آن (روز) روز **حسرت‌خوردن** است﴾<sup>۱۳</sup> بدین اشاره دارد.<sup>۱۴</sup>

فرصت جوانی غنیمتی زودگذر است. لحظات زندگی را جدی بگیرید و فرصت جوانی را دریابید؛ جوانی نسیم رحمت است؛ آن‌گونه که محمد مصطفی ﷺ می‌فرمودند: «**لَنْ لَرَيْكُمْ فِي آيَامِ دَهْرِكُمْ نَفَحَاتٍ إِلَّا فَتَعَرَّضُوا لَهَا**» (= در ایام زندگی‌تان، نسیم‌های رحمتی می‌وزد. مراقب باشید خود را در معرض آن قرار دهید).<sup>۱۵</sup>

اندرین ایام می آرد سَبِق  
در ربایید این چنین نَفحات را  
هر که را می خواست جان بخشید و رفت  
تا ازین هم وانمانی، خواجه تاش<sup>۱۶</sup>

گفت پیغمبر که نَفحات‌های حق  
گوش و هوش دارید این ایام را  
نَفحه آمد مر شما را دید و رفت  
نَفحهٔ دیگر رسید، آگاه باش

### ۳. حیا را پاس دارید.

حیا سرچشمه همه زیبایی‌هاست<sup>۱۷</sup> و در نبود حیا، هیچ کار زیبایی انجام نشده و هیچ کار زشتی ترک نمی‌شود.<sup>۱۸</sup> پیامبر ﷺ می‌فرمودند: «الْإِسْلَامُ غُرْيَانٌ قَلْبَاشُهُ الْحَيَاءُ» (=اسلام عریان است و حیا لباس آن است).<sup>۱۹</sup>

حیا همان دگرگونی حال و انکسار و دوری‌گزینی از کار زشت است؛<sup>۲۰</sup> به‌خصوص آنکه انسان، احساس کند که ناظری او را می‌بیند و آگاهی و نظارت خداوند ﷻ عامل برانگیختن حیاست. رسول خدا ﷺ می‌فرمودند: «فَاسْتَحْيُوا الْيَوْمَ أَنْ يَطَّلِعَ اللَّهُ عَلَى شَيْءٍ مِنْ أَمْرِكُمْ.» (= شرم کنید امروز، از اینکه خداوند از تمام امور شما مطلع است).<sup>۲۱</sup>

بزرگ‌ترین سرمایه دختر و زن مسلمان، حیا اوست که ثمره آن، مهار شهوت و تضمین عفت او خواهد بود. یکی از مظاهر حیا را می‌توان در آمدوشد دختران و زنان در جامعه

دانست و بی‌شک، اختلاط، برای عفت و پاکی خطرناک است. وقتی رسول خدا ﷺ شنیدند که در راه‌ها و مسیرها، زنان و مردان به صورت مختلط آمدوشد می‌کنند، به زنان توصیه فرمودند که در کنار راه حرکت کنند.<sup>۳۲</sup> درنگ در نوع برخورد موسی ﷺ با دختر شعیب و شیوهٔ راه‌رفتن این دختر که با حیا آمیخته بود نیز، برای زنان الهام‌بخش است.<sup>۳۳</sup>

## ۴. پوشش مناسب انتخاب کنید.

پیامبر اسلام ﷺ بر پوشیدگی زن درمقابل نامحرم و دوری از جلوه‌گری و خودنمایی، اصرار می‌ورزیدند. نیز، اعجاز او، قرآن، همپای توصیه به مردان در دوری از چشم‌چرانی و رعایت پوشش بدن از نامحرم، به زنان نیز توصیه می‌کند که دیدگان خود را فروخوابانند و عفت پیشه کنند. به دو آیه زیر دقت کنید:

- ﴿ای پیامبر، به همسران و دخترانت و زنان مؤمن بگو، پوشش‌های بلند (جلباب) خود را بر خویش فرو افکنند.﴾<sup>۳۴</sup>
- ﴿به زنان مؤمن بگو، دیدگان خود را فرو خوابانند و عفت پیشه سازند و دامن خود را از

بیگانگان بپوشانند و زیور خویش را جز برای شوهران و سایر محارم، آشکار نکنند؛ مگر آنچه پیداست؛ و روسری‌های (خُمر) خویش را به گریبان‌ها اندازند تا سر و گردن و سینه و گوش‌ها پوشیده باشد و پاهایشان را [چنان] به زمین نکوبند که آنچه از زینت پنهان می‌کنند، معلوم شود.<sup>۲۵</sup>

دربارهٔ این دو آیه، به چند نکته توجه کنید:

۴-۱ جلاباب، پوششی چادرمانند، گشاد و پارچه‌ای است و با روسری کوچک و خُمر متفاوت است. جلاباب همچون مقنعه‌ها و روسری‌های بزرگ، سر و همهٔ بدن را می‌پوشانیده است.<sup>۲۶</sup> خداوند ﷻ در آیهٔ نخست، با بیان جلاباب، به پوشاندن سر و گردن و بدن زنان اشاره دارد.

۴-۲ خُمر جمع خمار و به معنای روسری و سرپوش است<sup>۲۷</sup> و خداوند ﷻ در آیهٔ دوم، از دختران و زنان مؤمن خواسته است که به وسیلهٔ خمار، سینه و گریبان (جیب) خود را بپوشانند. مرحوم طبرسی دربارهٔ این آیه می‌نویسد: «زنان مدینه، اطراف روسری‌های خود را به پشت

سر می انداختند و سینه، گردن و گوش های آنان آشکار می شد. براساس این آیه، آنان موظف شدند اطراف روسری خود را به گریبان ها بیندازند تا این مواضع نیز مستور باشد.»<sup>۲۸</sup> ابن عباس نیز درباره تفسیر این آیه، می گوید: «یعنی زن باید مو، سینه، دور گردن و زیر گلوئ خود را بپوشاند.»<sup>۲۹</sup>

۳-۴ قرآن در پاسخ به ضرورت پوشش نیز چنین می فرماید: ﴿ذَلِكُمْ أَذْنُ أَنْ يُعْرَفْنَ فَلَا يُؤْذِنَنَّ﴾؛ (= بدین وسیله شناخته می شوند [که اصالت خانوادگی دارند؛] پس، با آزار و تعقیب [هوس رانان] روبه رو نمی شوند.)<sup>۳۰</sup>

۴-۴ پیامبر ﷺ به اَسْمَاء فرمودند: «اسماء، وقتی زن بالغ شد، شایسته نیست که [در برابر نامحرم] جز صورت و دست هایش دیده شود.»<sup>۳۱</sup>

۴-۵ پوشش اسلامی به معنای زندانی کردن و قراردادن زن در پشت پرده و در نتیجه، مشارکت نکردن در فعالیت های اجتماعی نیست؛ بلکه پوشش بدان معناست که شما به عنوان



دختر و زن مؤمن، در معاشرت با مردان، بدن خود را بپوشانید و به جلوه‌گری و خودنمایی نپردازید و **مشارکتان** در فعالیت‌ها، بر **اصول انسانی و اسلامی** استوار باشد.<sup>۳۲</sup>

۴-۶ بسیاری جامعه‌شناسان، حجاب زن را **مقتضای طبیعی** جامعه بشری معرفی کرده‌اند. مونتسکیو می‌نویسد: «قوانین طبیعت حکم می‌کند که زن، خوددار باشد؛ زیرا مرد را با تهور آفریده‌اند و زن، نیروی خودداری بیشتری دارد. بنابراین، تضاد بین آنان را می‌توان با حجاب از بین برد و بر اساس همین اصل، **تمام ملل** جهان معتقدند که زنان باید حیا و حجاب داشته باشند».<sup>۳۳</sup>

### پدیده‌ای به نام «پوشیده‌های برهنه!»

آنچه در پوشش مهم است، رعایت عفت، حیا، دوری از **معاشرت** با مردان بیگانه و پرهیز از **نگاه** چشم‌های نامحرم است؛ در غیراین صورت، اگر نوع دوخت و جنس پارچه، دختران و

زنان را به پوشیدن لباس‌های نازک و چسبان سوق دهد و جلوه‌گری و خودنمایی را ترویج کند، با پدیده‌ای به نام پوشیده‌های برهنه روبه‌رو هستیم.

گاه، در جامعه، دختران و زنانی دیده می‌شوند که به‌ظاهر، با چادر یا مانتو، پوشیده‌اند؛ ولی درواقع برهنه‌اند! پیامبر ﷺ چنین زنانی را «کاسیات عاریات» می‌نامند و در وصفشان می‌گویند: «آنان زنانی‌اند که پوشش دارند، اما برهنه‌اند. آنان به **کج‌راهه** می‌روند و دیگران را به **کج‌روی** تشویق می‌کنند.»<sup>۳۴</sup>

پوشش، منهای عفت و حیا، همان پوشیدگی برهنه را به‌ذنبال دارد. شهید مطهری در تبیین این پدیده چنین می‌گوید: «حرکات و سکنات انسان، گاهی زبان‌دار است: گاهی وضع لباس و راه‌رفتن و سخن‌گفتن زن، **معنادار** است و به‌زبان بی‌زبانی می‌گوید که دلت را به من بده، در آرزوی من باش و مرا تعقیب کن.»<sup>۳۵</sup>

## ۵. همواره دانش بجوید.

همواره با دانش و علم مأنوس باشید؛ چون «خداوند عز و جل درجهٔ آنانی را بالا می‌برد که ایمان آوردند و از علم بهره‌مند شدند.»<sup>۳۶</sup> هیچ‌وقت از یادگیری و دانش‌آموزی خسته نشوید و به فکر فارغ‌التحصیلی نیفتید. این توصیهٔ پیامبر صلی الله علیه و آله را همواره به یاد داشته باشید که می‌فرمودند: «چهار چیز است که هر باهوش و خردمندی، باید به آن پایبند باشد: شنیدن دانش، حفظ کردن، نشر دادن و عمل به دانش.»<sup>۳۷</sup> هر ظرفی وقتی چیزی در آن می‌گذارند، گنجایش خود را از دست می‌دهد؛ مگر ظرف دانش که با افزودن آن، گنجایشش بیشتر می‌شود.<sup>۳۸</sup> پیامبر صلی الله علیه و آله می‌فرمودند: «زنان انصار، خوب زنانی هستند: شرم، مانع فقاقت آنان در دین نمی‌شود.»<sup>۳۹</sup>

بهترین مطالبی که شایسته است جوانان یاد بگیرند، چیزهایی است که در بزرگسالی بدان نیاز دارند تا بتوانند در زندگی اجتماعی، از آموخته‌های دوران جوانی خود استفاده کنند.<sup>۴۰</sup>

علم، بال است مرغ جانت را	بر سپهر او برد روانت را
علم، دل را به جای جان باشد	سر بی علم بدگمان باشد
علم، نور است و جهل، تاریکی	علم راحت برد ز تاریکی <sup>۴۱</sup>

## ۶. از حقوق خود آگاه باشید.

خودآگاه باشید. شما به عنوان دختر و زن مسلمان، در محیط خود نقش‌های مشخص شده‌ای دارید؛ زن به مانند مرد، مسئولیت اجتماعی دارد و در فرهنگ قرآن، به هدایتگری، امر به معروف، بازدارندگی از زشتی‌ها و ناهنجاری‌ها، در همه زمینه‌ها می‌پردازد:

﴿وَالْمُؤْمِنُونَ وَالْمُؤْمِنَاتُ بَعْضُهُمْ أَوْلِيَاءُ بَعْضٍ يَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ وَيُقِيمُونَ الصَّلَاةَ وَيُؤْتُونَ الزَّكَاةَ وَيَطِيعُونَ اللَّهَ وَرَسُولَهُ أُولَئِكَ سَيَرْحَمُهُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ عَزِيزٌ حَكِيمٌ﴾ (= مردان و زنان باایمان، دوستان یکدیگرند که به کارهای پسندیده وامی‌دارند و از کارهای ناپسند، باز می‌دارند و نماز برپا می‌کنند و زکات می‌دهند و از خدا و پیامبرش فرمان می‌برند. آنان‌اند که خدا به‌زودی مشمول رحمتشان قرار خواهد داد که خدا توانا و حکیم است.)<sup>۳۳</sup> در احیای این حق خود، بیشتر تأمل کنید.

## ۷. از مشورت غافل نشوید.

از داشتن مشاوره دانا، خود را محروم نکنید؛ تمام انسان‌های موفق، مشاوره اعتمادپذیر داشته‌اند. به هر حال، راهی که شما می‌خواهید طی کنید و هدفی که می‌خواهید به آن برسید، احتمالاً پیش از شما هم دیگری در آن راه، رفته‌اند و به آن هدف رسیده‌اند؛ مشورت با رفته‌ها و رسیده‌ها، کمک زیادی برای شماست.

این سخن پیامبر را فراموش نکنید: «نه کسی از مشورت، بدبخت شده و نه خودرأی، خوشبخت.»<sup>۴۳</sup>  
 از اتهام نادانی در مشورت نترسید و بدانید که «هیچ پشتیبانی اعتمادپذیرتر از مشورت نیست.»<sup>۴۴</sup>

مشورت ادراک و هشیاری دهد      عقل‌ها مَرّ عقل را یاری دهد  
 گفت پیغمبر: «بکن ای رأی‌زن      مشورت»، کالمُستشار المُوْتَمَن<sup>۴۵</sup>

## ۸. درخت دوستی بنشانید.

دوست آینه تمام‌نمای دوست است. در انتخاب دوستان دقت کنید: دوستان پاک را برگزینید و از دوستان ناپاک فرار کنید.

درخت دوستی بنشان که کام دل به‌بار آرد نهال دشمنی برکن که رنج بی‌شمار آرد<sup>۴۶</sup>  
با کسانی آموشد کنید که **خدا باور**، **خودباور** و خودساخته‌اند. حقیقت این است که **انرژی مثبت** و نیروی درونی آدم‌ها، تاحدی مسری است: مهم آن است که کنارشان باشید. ضمن اینکه چیزهای بسیاری می‌شود از همین همنشینی‌های ساده، **آموخت**.  
تو اول بگو با کیان زیستی پس آنگه بگویم که تو کیستی

شخص به آیین دوست خود است. پس، باید هرکدام از شما بنگرد که با چه کسی دوستی می‌کند.<sup>۴۷</sup> پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله با بیان جمله‌ای مهم، از ویژگی‌های دوست خوب، چنین یاد می‌کنند: «إِذَا رَأَيْتَ مِنْ أَحْيِكَ ثَلَاثَ خِصَالٍ فَارْجِه: الْحَيَاءُ وَالْأَمَانَةُ وَالصَّدْقُ وَإِذَا لَمْ تَرَهَا فَلَا تَرْجِه.» (= اگر در دوستی خود این سه خصلت را دیدی، به او امید داشته باش: حیا، امانت و راستی؛ در غیر این صورت، به او امیدوار مباش).<sup>۴۸</sup> البته به این نکته هم توجه کنید: برای دوستی خود مرزی قرار دهید؛ چراکه «تنهایی از همنشین بد بهتر است.»<sup>۴۹</sup>



## ۹. قدردان والدین خود باشید.

در خوبی کردن، گُرنش و فروتنی به پدر و مادر خود، کوتاهی نکنید. خوشا به حال کسی که پدر و مادرش را نیکی کند. شخصی از پیامبر ﷺ دربارهٔ دوست‌داشتنی‌ترین کار از نظر ایشان سؤال کرد و آن حضرت، نخست به گزاردن نماز اول وقت اشاره فرمودند و آنگاه، از نیکویی به پدر و مادر یاد کردند.

روزی، خواهر رضاعی پیامبر اکرم ﷺ به نزد آن حضرت آمد. ایشان وقتی به او نگریستند، از او شادمان شدند و ملحفه‌شان را گستردند و او را بر آن نشانند؛ سپس، روی کردند و با او با گشادگی چهره سخن گفتند... . خواهر رضاعی برخاست و رفت و برادر رضاعی پیامبر ﷺ

آمد. رسول خدا ﷺ رفتاری که با خواهر کرده بودند، با او نکردند. به حضورش عرض کردند: «ای رسول خدا ﷺ، با خواهر رفتاری کردی که با او، درحالی که مرد است، نکردی!؟» فرمودند: «چون او نسبت به پدر و مادرش، نیکوکارتر از برادرش بود.»<sup>۵۰</sup>

این نکته نیز شایان توجه است: شخصی به حضور پیامبر ﷺ رسید و درباره نیکویی به پدر و مادر، از آن حضرت پرسش کرد. ایشان فرمودند: «به مادر نیکویی کن، به مادر نیکویی کن، به مادر نیکویی کن.» و سه بار نیز فرمودند: «به پدرت نیز نیکویی کن.» پیامبر ﷺ پیش از آنکه نیکویی کردن به پدر را ذکر کنند، از مادر آغاز کردند.<sup>۵۱</sup>

## ۱۰. با زنان نامور آشنا شوید.

آشنایی با زندگی زنان بزرگ و موفق تاریخ که **الگوهای کامل** و مطلق زندگی زنان هستند، گامی برای **تضمین** سلامت زندگی شماست. زنان والایی نظیر **آسیه**، **مریم**، حضرت زهرا، **زینب کبری** و حضرت معصومه از چهره‌های شاخص عالم‌اند که مطالعه حیات معنوی و اجتماعی ایشان، راز و رمز **موفقیت** در زندگی را به شما نشان می‌دهد و انگیزه لازم را برای **بهبترزیستن**، در دل و ذهنتان تقویت می‌کند.

خواندن مجموعه **یازده جلدی بانوان/برابر** را به شما توصیه می‌کنیم. در این مجموعه، از **۵۵ چهره** زن نامور تاریخ یاد شده است: هاجر، فاطمه بنت‌آسد، نرگس، فضه، حمیه مصفا، مریم، آسیه، ام‌سلمه، فاطمه بنت‌حسن، حوا و خدیجه.

## ۱۱. مطالعه را دست کم نگیرید.

کتابخوانی را جزئی از برنامه خودتان قرار دهید. **دست به کار** شوید و برای کتابخواندن (البته کتابهای غیردرسی) جای مناسبی در زندگی‌تان باز کنید. دو اصل زیر را سرلوحه این اقدام بدانید:

**۱-۱۱ خوب کتاب خواندن:** خواندن کتاب، هم به صورت **انفرادی** مطلوب است و هم به صورت **تیمی**. برای صورت دوم، توصیه می‌کنیم که چند نفر از دوستان خوب و هم‌سن‌وسال خودتان را گرد هم آورید و تیمی تشکیل دهید. پس از انتخاب کتابهای مدنظرتان، برای مطالعه آنها برنامه‌ریزی کنید. بهتر است تعداد اعضای تیم شما سه تا پنج

نفر باشند. بخش‌های مختلف هر کتاب را بین اعضای این گروه تقسیم کنید. هر کدام از اعضا، بخش مربوط به خود را علاوه بر مطالعه بخش‌های دیگر، دقیق‌تر مطالعه کند. به ترتیب، بخش‌های مختلف کتاب را در جلسه، بحث و بررسی کنید. در این همخوانی، همه اعضای تیم تلاش می‌کنند مطالب کتاب را با کمک یکدیگر، به خوبی دریافت کنند.

**۱۱-۲ کتاب خوب خواندن:** در انتخاب کتاب خوب، دقت کنید و هر کتابی را شایسته مطالعه ندانید. مشورت، بهترین راهنمای شماست. این آثار را در دو بخش مطالعات زنان و عمومی، برای مطالعه سفارش می‌کنیم:

### ۱۱-۲-۱ مطالعات زنان:

- پژوهشی در فرهنگ حیا، عباس پسندیده، قم: دارالحدیث، ۱۳۸۴.

- زن از دیدگاه امام علی علیه السلام، محمدتقی جعفری.

- زن در آیینہ جلال و جمال، عبدالله جوادی آملی.
- نظام حقوق زن در اسلام، مرتضی مطهری، قم: صدرا، ۱۳۸۴.
- شخصیت زن از دیدگاه قرآن، هادی دوست محمدی، تهران: بین الملل، ۱۳۸۰.
- آنچه یک جوان باید بداند (ویژه دختران)، رضا فرهادیان و بتول فرهادیان، قم: بوستان کتاب، ۱۳۸۱.
- ۲-۲-۱۱ عمومی:
- از ژرفای نماز، آیت الله خامنه‌ای، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
- فرهنگ برهنگی و برهنگی فرهنگی، غلامعلی حداد عادل، تهران: سروش.
- تواز بهشت آمده‌ای، فریبا کلهر، تهران: سروش.
- گناه‌شناسی، محسن قرائتی، تهران: پیام آزادی.

- همنام گل‌های بهاری، دربارهٔ شخصیت پیامبر ﷺ، حسین سیدی، قم: نسیم اندیشه، ۱۳۸۵.
- جلوه‌های رفتاری حضرت زهرا علیها السلام، عذرا انصاری، قم: بوستان کتاب، ۱۳۷۲.
- آفتاب در حجاب، دربارهٔ زندگی حضرت زینب علیها السلام، سیدمهدی شجاعی، تهران: کانون پرورش فکری کودکان و نوجوانان، ۱۳۷۷.
- پروین/اعتصامی، مهنناز بهمن، تهران: مدرسه، ۱۳۸۲.
- حدیث بیداری، حمید انصاری، تهران: مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی علیه السلام.
- استاد عشق، ایرج حسابی، تهران: وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی.

## ۱۲. خود را آماده ازدواج کنید.

ازدواج را به تأخیر نیندازید و مقهورِ گذر زمان نشوید؛ زیرا، ازدواج حادثه شیرین و تحول **به یادماندنی** دوران **جوانی** شماست و به فرموده پیامبر ﷺ، هیچ بنیادی در اسلام، نزد خداوند محبوب‌تر از ازدواج نیست.<sup>۵۲</sup>

با ازدواج، صفا، محبت و شیدایی می‌شکفتد و **حیاتی سبز**، همراه با مسرات معنوی و لذت‌های سالم، آغاز می‌شود. آدمی چنان آفریده شده است که **به‌طور فطری**، به ازدواج و سامان دادن خانواده رهنمون می‌شود. کسانی که تن به ازدواج نمی‌دهند و از این «سنت الاهی» سرپیچی می‌کنند، نوعی **خامی** در وجودشان باقی می‌ماند و بسیاری از گونه‌های وجودی‌شان



شکوفا نمی‌شود. به‌گفتهٔ استاد مطهری، «نوعی پختگی هست که جز در پرتو ازدواج، پیدا نمی‌شود.»<sup>۵۳</sup> ازدواج اولین مرحلهٔ خروج از خودِ طبیعی فردی و توسعه‌پیداکردنِ شخصیت انسان است و کسانی که این دوران را نگذرانده‌اند، تا آخرِ عمر نوعی خامی و بچگی در آن‌ها وجود داشته است.<sup>۵۴</sup>

ازدواج کنید؛ زیرا رسول خدا ﷺ فراوان می‌فرمودند: «هر که دوست دارد از سنت من پیروی کند، به ازدواج روی آورد؛ زیرا ازدواج [بخشی] از سنت من است.»<sup>۵۵</sup> پیامبر ﷺ در سخنان خود، از گشوده‌شدنِ درهای رحمت آسمانی و وزش نسیم احسان و فیض الاهی، به‌هنگام ازدواج، خبر داده است.<sup>۵۶</sup> بی‌تردید، **کامل‌شدن دین** فرد را نیز می‌توان جلوه‌ای از لطف خدا ﷻ دانست. عشق، مصاحبت و دستیابی به انتظارات را سه دلیل مهم برای ازدواج شمرده‌اند. این هشدار، به والدین محترم شما و پیامی به خودتان است که پیامبر ﷺ روزی بر فراز

منبر رفتند و فرمودند: «ای مردم، جبرئیل از سوی [خداوند] لطیف آگاه، نزد آمد و گفت که **دوشیزگان**، به سان میوه‌ها بر درخت‌اند: اگر **میوه** پخته شود، اما آن را نچینند، آفتاب تباہش می‌سازد و باد، آن را می‌پراکند. همچنین، اگر **دوشیزگان** به سنی رسند که آنچه را زنان [از مسائل جنسی] می‌فهمند دریابند، **دارویی جز ازدواج** برای آنان نیست؛ در غیراین صورت، از فاسدشدن آنان در امان نباشید، زیرا آن‌ها انسان‌اند.»<sup>۵۷</sup>

## ۱۳. از ارزیابی خود غفلت نکنید.

همواره به ارزیابی خود پردازید و پیش از آنکه دیگران، شما را ارزیابی و نقد کنند، خوشتن را محاسبه کنید؛ زیرا، **زیرک‌ترین** زیرکان کسی است که پیوسته خود را ارزیابی کند.<sup>۵۸</sup>

پیامبر ﷺ می‌فرمودند: «**حاسبوا انفسکم قبل ان تحاسبوا و زنوا من قبل ان تؤزنوا.**» (= به حساب خود رسیدگی کنید، قبل از اینکه به حسابتان رسیدگی شود و خود را ارزیابی کنید، قبل از اینکه شما را ارزیابی کنند).<sup>۵۹</sup>

ارزیابی خوشتن و دست‌یافتن به زوایای پنهان شخصیت، موجب می‌شود که نسبت به خود، احساس **اطمینان بیشتری** کنید.<sup>۶۰</sup> اگر **نقطه‌ضعفی** دارید، به آن توجه کنید و در

از بین بردن آن، بکوشید. یک حلقهٔ ضعیف در زنجیر، خطر بزرگی برای تمام زنجیر است؛ پس، خود را ارزیابی کنید و حلقه‌های قوی را به هم متصل کنید.

بهبتر است براساس **معیارهایی** که در اختیار دارید، خود را بسنجید: مثلاً تعیین میزان وفاداری به قول‌ها و وعده‌ها؛ پایان دادن به کارها در وقت مقرر؛ عمل به تعهدات؛ به پایان رساندن اموری که نیمه‌کاره رها شده‌اند؛ وارسی کردارها، رفتارها و اعمال فردی، عبادی و اجتماعی.

## پی نوشتها

۱. بقره/۱۲۹.
۲. عبدالله جوادی آملی، توصیه‌ها، پرسش‌ها و پاسخ‌ها، ص ۱۸۵.
۳. احزاب/۳۵.
۴. نحل/۹۷.
۵. نحل/۵۹.
۶. حرّ عاملی، وسایل الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۲۰.
۷. مسند احمد، ج ۲، ص ۱۹۱.
۸. وسایل الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۰۳.
۹. مجلسی، بحار الانوار، ج ۶۱، ص ۱۱۰.
۱۰. بحار الانوار، ج ۱۰۱، ص ۹۸.
۱۱. شوشتری، انوار النعمانیه، ج ۲، ص ۱۹۰.
۱۲. مثنوی معنوی.
۱۳. تغابن/۹.
۱۴. ابن فهد حلّی، عده اللاعی، ص ۱۱۳.
۱۵. بحار الانوار، ج ۶۸، ص ۲۲۱.
۱۶. مثنوی معنوی.
۱۷. تحف العقول، حرّانی، ص ۸۴.
۱۸. بحار الانوار، ج ۳، ص ۸۱.

۱۹. آمدی، غررالحکم، ج ۲۹۹۷.  
۲۰. فخرالدین طریحی، مجمع البحرین، ج ۱، ص ۶۱۱  
۲۱. بحار الانوار، ج ۱۹، ص ۳۳۳.  
۲۲. متقی ہندی، کنز العمال، ج ۱۶، ص ۳۸۸.  
۲۳. رک: قصص/۲۵.  
۲۴. احزاب/۵۹.  
۲۵. نور/۳۱.  
۲۶. شیخ طوسی، التبیان، ج ۱، ص ۳۶۱/المیزان، ج ۱۶، ص ۳۶۱.  
۲۷. راغب اصفہانی، المفردات فی غرائب القرآن، ص ۱۵۹.  
۲۸. امین الاسلام طبرسی، مجمع البیان، ج ۸، ص ۲۱۷.  
۲۹. همان.  
۳۰. احزاب/۵۹.  
۳۱. سنن ابی داؤد، ج ۴، ص ۶۲  
۳۲. مرتضی مطہری، مسئلہ حجاب، ص ۷۳: تفسیر نمونہ،  
ج ۱۷، ص ۴۰۱.  
۳۳. علی اکبر علویقی، زن در آئینہ تاریخ، ص ۱۱۵.  
۳۴. محمدی ری شہری، میزان الحکمہ، ج ۲، ص ۹۹۴.  
۳۵. مسئلہ حجاب، ص ۱۶۳.  
۳۶. مجادلہ/۱۱.  
۳۷. بحار الانوار، ج ۷۴، ص ۱۶۲.

۳۸. نهج البلاغه، حکمت ۲۰۵.
۳۹. احمد محمد، المرأة في القرآن و السنة، ص ۳۹.
۴۰. ابن ابی الحديد، شرح نهج البلاغه، ج ۲۰، ص ۳۳۳.
۴۱. اوحدی، ص ۱۶۲.
۴۲. توبه/ ۷۱.
۴۳. اسماعیل بن محمد العجلونی، كشف الخفاء، ج ۱، ص ۴۲۲.
۴۴. برقی، المحاسن، ج ۲، ص ۴۳۵.
۴۵. منتهی معنوی.
۴۶. حافظ شیرازی.
۴۷. حر عاملی، وسائل الشیعه، ج ۸، ص ۴۳۰.
۴۸. کنز العمال، ج ۹، ص ۲۶.
۴۹. نیشابوری، مستدرک حاکم، ج ۳، ص ۳۴۴.
۵۰. کلینی، کافی، ج ۲، ص ۱۶۱.
۵۱. کافی، ج ۲، ص ۱۶۲.
۵۲. وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۳.
۵۳. مرتضی مطهری، تعلیم و تربیت در اسلام، ص ۳۹۸.
۵۴. همان، ص ۲۵۱.
۵۵. بحار الانوار، ج ۱۰، ص ۹۳.
۵۶. «يفتح أبواب السماء بالزحمة عند النكاح»: نوری، مستدرک الوسائل، ج ۱۴، ص ۱۵۲.

۵۷. طوسی، تهذیب الاحکام، ج ۷، ص ۳۹۸.  
۵۸. بخارا/انوار، ج ۹۲، ص ۲۵۰.  
۵۹. ابن طاووس، محاسبه النفس، ص ۱۳.  
۶۰. چگونه بر خویشتن مدیریت کنیم؟، ص ۳۸.





آیا می‌دونستید لذت مطالعه و درصد یادگیری با کتاب‌های چاپی بیشتره؟  
کارنیل (محبوب‌ترین شبکه موفقیت ایران) بهترین کتاب‌های موفقیت فردی  
رو برای همه ایرانیان تهیه کرده

از طریق لینک زیر به کتاب‌ها دسترسی خواهید داشت

[www.karnil.com](http://www.karnil.com)

با کارنیل موفقیت سادست، منتظر شما هستیم

 Karnil  [Karnil.com](http://Karnil.com)

