

ویژگی‌های یک منتظر واقعی

در آستانه میلاد امام‌زمان (عج) از ضرورت انتظار فرج و تاثیرات آن روی جامعه و سبک زندگی افراد گفتیم



جواد رستمی | کارشناس مذهبی

انتظار فرج، انتظار گشایش در امور و ظهور امام‌زمان (عج) در روایات به‌عنوان بهترین اعمال یاد شده است چرا که انسان می‌سازد و ضمن تربیت دینی، هدایتگری می‌کند. انتظار خود گشایشگر است و جامعه اسلامی را از بن‌بست رها می‌کند. اگر نیک‌بگریم جوامعی به بن‌بست و پوچی رسیدند که منتظر نیستند و حال آن که انتظار در جامعه اسلامی، موجب پویایی و تحرک می‌شود و زندگی را معنا می‌بخشد. در آستانه نیمه شعبان و میلاد پیر کت امام‌زمان (عج) از چند ویژگی منتظران واقعی گفتیم، به این امید که همه ما جزو منتظران حقیقی آن حضرت باشیم.



● نشان دادن انتظار در اعمال و رفتار

یک منتظر واقعی، انتظار را در اعمال و رفتار و گفتار خویش نشان می‌دهد. آن جاست که او در زندگی شخصی خود و روابط با همسر و فرزندان و پدر و مادر و خویشان و وابستگان با روی گشاده و اخلاق نیک و نرم‌خویی سخن می‌گوید و در قبال آن‌ها احساس مسئولیت می‌کند و حق و حقوق آن‌ها را محترم می‌شمارد.

● رعایت حق همسایه، همکار و هموطن

یک منتظر واقعی به همسایه، همکار و هموطن هم‌روابطی محترم‌مانه و آکنده از مهر و محبت دارد. او در تمام تصمیم‌هایش به حقوق آن‌ها احترام می‌گذارد و ضمن حفظ عزت خویش، تواضع و فروتنی در رفتار دارد.

● توجه به سبک زندگی امام‌زمانی (عج)

منتظر واقعی سبک زندگی خویش را بر مدار خواسته و میل و رغبت امام‌زمانش (عج) بنا می‌کند. به نیکی روی می‌آورد و از بدی‌ها دوری می‌کند تا دل او را به دست آورد. از آن چه موجب رنجش حضرت (ع) می‌شود پرهیز می‌کند و آن چه را باعث خرسندی و رضایتش می‌شود انجام می‌دهد.

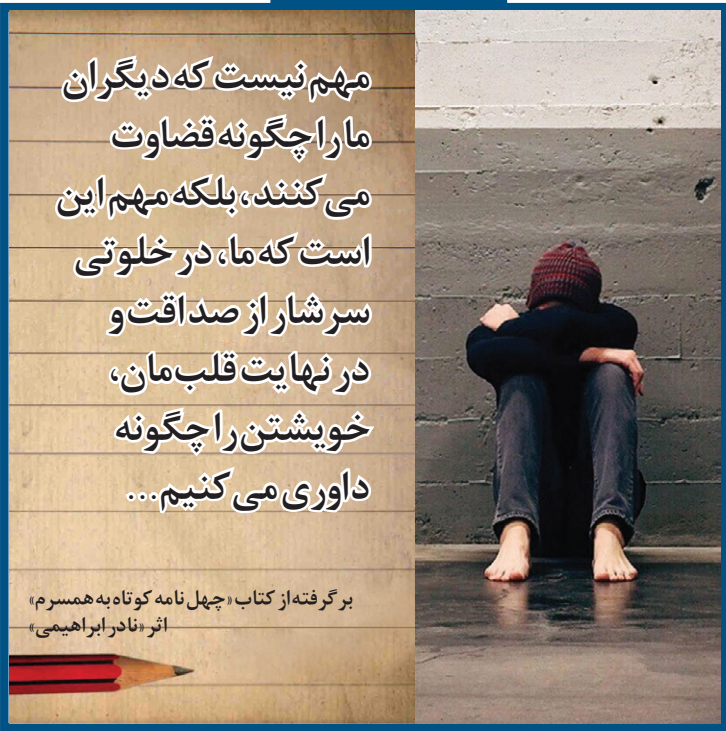
● مطالبه گر حق و حقیقت است

یک منتظر واقعی به جامعه و کشور خود و هر کُنشی از آن‌ها حساس است و واکنشی مبتنی بر عقل و غیرت و همت دینی نشان می‌دهد. اگر خلاف ببیند، سکوت نمی‌کند یا در مقابل کج‌روی و تندروی‌ها خاموش نخواهد بود و این توجه و نگرانی‌اش که به نوعی مطالبه‌گری درستی و حق و حقیقت است ضامن بقای جامعه اسلامی، نصرت دین و رشد فرهنگ وطن خواهد شد.

● الگوبذیری از اهل بیت (ع)

در کل یک منتظر واقعی کسی است که سبک زندگی‌اش اسلامی است و اهل بیت (ع) را الگوی خود قرار می‌دهد و این انتظار را در رفتار و گفتار خویش به نمایش می‌گذارد.

بریده کتاب



مردم در قبال طبیعت دارن منقرض و خشک می‌شن. چقدر تلخ و ناراحت کننده.
 * در باره درخت‌های نخل در جنوب کشور هم در پرورنده زندگی سلام‌باید می‌نوشتین. قدمت اون درخت‌های نخل بسیار بالاست و زیبایی منحصر به فردی هم دارن.
 * طلاق به خاطر ترشی، بیشتر شبیه شوخی بود. زنه داره پول در میاره، شوهر به جای تشکر، تحقیرش می‌کنه؟ واقعا بعضی مردهانمک شناس هستن.
 * آخرش مانفهمیدیم که این بازی‌های رایانه‌ای برای مغز و ذهن بچه‌ها خوبه یا بد؟ هر روز نتایج محققان، یک چیزی می‌گه. هر چند که بچه‌ها هم به حرف ما گوش نمی‌دن و دارن بازی شون رومی کنن.

دو عدد پلاک به شماره ۲۶-۴۶۶۵-۱۶ مربوط به تراکتور کشاورزی به شماره موتور MT442W2846D و شماره شاسی N3HKTAD1CGER10448 به نام نصرت ا... است.

ریختن دارو در دهان با فنجان؟ حتی از او بپرسید که در چه مکانی راحت‌تر است؟ روی زانوی شما؟ مبل یا تخت خودش؟

● دارو را با خوراکی ترکیب کنید

از دکتر فرزندتان درباره ترکیب دارو با خوراکی‌های دیگر بپرسید. برای مثال ریختن دارو در یک خوراکی با طعم غالب (عسل یا شکلات) یا یک نوشیدنی شیرین می‌تواند گزینه خوبی باشد. توجه کنید مقدار خوراکی باید تا حدی باشد که کودک آن را کامل بخورد تا تمام دوز دارو را دریافت کند. برای این روش، حتما باید با دکتر مشورت کنید تا اثر دارو کاهش نیابد.

● دارو را در عقب دهان قرار دهید

داروهارا در قسمت داخلی گونه‌ها و به سمت عقب دهان قرار دهید، زیرا این قسمت‌ها کمتر طعم و مزه را دریافت می‌کنند. برای بچه‌های بزرگ‌تر، نوشیدن یک شربت خیلی خنک باعث می‌شود طعم دارو کمتر احساس شود.

● بازی داروهارا انجام دهید

با فرزندتان بازی داروهارا انجام دهید. به عروسک مورد علاقه‌اش دارو دهید تا از این کار الگوبرداری کند و مراسم دارو دادن به مسئله‌ای سرگرم‌کننده و مفرح تبدیل شود. این اتفاق را در زمان‌هایی که او مریض نیست هم انجام دهید تا ذهنیت درستی درباره این مسئله و اتفاق پیدا کند.

● از ماست یا ژله کمک بگیرید

اگر برای کودک کدک بلعیدن قرص یا کپسول سخت است آن را در یک قاشق سرپر از خوراکی‌های نرم قرار دهید. ماست یا ژله معمولاً گزینه‌های خوبی هستند.

از پزشک کودک درباره کوچک کردن قرص‌ها یا باز کردن کپسول‌ها بپرسید. در صورتی که پزشک این کار را تایید کرد آن‌ها را در نوشیدنی یا خوراکی‌هایی بریزید تا طعم آن‌ها برای کودک مشخص نشود.

● خوردن دارو را با یک اتفاق خوشایند همراه کنید

برای خوردن دارو‌های یک برنامه معمول و مشخص داشته باشید. خوردن دارو قبل از برنامه تلویزیونی مورد علاقه یا فعالیتی خوشایندی می‌تواند بسیار موثر باشد و کودک دارو خوردن را با فعالیتی مفرح تداعی می‌کند.

● دور بچه را شلوغ نکنید

برای خوردن دارو دور بچه را شلوغ نکنید و حضور یک یادو نفر از افرادی که با بچه خوش رفتار هستند

و قاطعیت کافی دارند، کفایت می‌کند. در نهایت می‌توانید از سیستم تشویق و پاداش برای کودک استفاده کنید و هر بار که بدون دردسر دارو‌هایش را خورد یک برچسب دریافت کند و بعد از مثلاً پنج روز جایزه مورد علاقه‌اش را بگیرد.



● درباره شیوه خوردن دارو و همفکری کنید

سعی کنید بهترین و مناسب‌ترین شیوه برای خوردن دارو به فرزندتان را پیدا کنید. بهتر است درباره ترجیح فرزندتان برای مصرف دارو تلاش کنید. کدام روش برای او کمتر اذیت‌کننده است؟ خوردن دارو با قاشق، سرنگ، قطره چکان، نی یا حتی



دارو دادن به کودکان بدون قشق

یکی از دشوارترین موقعیت‌های فرزندپروری مربوط به زمانی است که کودک مریض از خوردن دارو امتناع می‌کند



دکتر ساحل گرامی | روان‌شناس کودک

محوری

دارو دادن به کودکان کاری بسیار چالش‌برانگیز برای خانواده‌ها و به خصوص والدین جوان و کم‌تجربه محسوب می‌شود. پدر و مادرهای کمی وجود دارند که آن قدر خوش‌شانس باشند که فرزندشان بدون قشق‌قرق دارو را بخورد. معمولاً بیشتر کودکان تا اسم خوردن دارو به گوش‌شان می‌رسد، با گریه و زاری دنبال راهی هستند که از آن فرار کنند. بعضی کودکان هم آن قدر استرسی می‌شوند که حالت تهوع به آن‌ها دست می‌دهد. بیمار شدن کودکان اتفاق طبیعی محسوب می‌شود اما اگر داروهای‌شان را سر وقت نخورند، دوره بیماری طولانی می‌شود و ممکن است خطرات زیادی، سلامتی‌شان را تهدید کند. به همین دلیل تصمیم گرفتیم درباره یکی از دشوارترین موقعیت‌های فرزندپروری یعنی دارو دادن به بچه‌ها در این مطلب، صحبت کنیم.

● خودتان احساس بدی نداشته باشید

شاید مهم‌ترین نکته در زمینه دارو دادن به بچه‌ها نحوه نگرش والدین به این موضوع باشد. سعی کنید تا حد امکان آرام و قاطع باشید و در زمان دارو دادن بچه‌ها پربشانی و استیصال در چهره‌تان نباشد. هر چقدر محکم و مسلط به خود باشید تأثیر بهتری بر بچه می‌گذارید. بنابراین خودتان نباید احساس بدی در زمان دارو دادن به کودک داشته باشید تا او هم، حس معذب بودن را تجربه نکند.

مشاوره زوجین

۱۰ نشانه یک همسر خوب

امیر مشایخی

- هر چقدر هم که سرش شلوغ باشد بی تفاوت نیست و در حد توانش برای همسرش وقت می‌گذارد.
- از عذرخواهی کردن برای اشتباهاتش احساس شرمندگی نمی‌کند.
- وقتی کنار هم هستید احساس خوشبختی، خاص بودن و مهم بودن می‌کنید.
- وقتی کنارش هستید گذر زمان را حس نمی‌کنید.
- وقتی ناراحت هستید به این حس بی تفاوت نیست.
- به رشد و پیشرفت شخصیتی، شغلی، تحصیلی و... همسرش اهمیت می‌دهد.
- اگر با چیزی مخالف باشد بدون نگرانی می‌گوید چون به خاطر علاقه و... استقلال شخصیتی‌اش را از دست نداده است.
- به اختلاف در زندگی به چشم فرصتی برای تکامل و بهتر شدن از مسیر گفت و گونگاه می‌کند نه آفت زندگی یا جنگ اعصاب.
- حتی در کارهای شخصی‌اش هم اهل مشورت است و در هر حالی نظر خانواده را جویا می‌شود.
- برای این که انرژی بیشتری برای خانواده داشته باشد گاهی به اندازه ضرورت وقتی را به تنهایی برای خودش در نظر می‌گیرد تا از فضا فاصله بگیرد و همه چیز را از زاویه بهتری ببیند.



پسر م به طرز وحشتناکی مطیع همسرش است

پسر م تقریباً ۶ ماه پیش بود که از دواج کرد. الان هر حرفی که به او می‌زنم، ابتدا قبول می‌کند اما بعدش می‌بینم که حرف همسرش را عملی می‌کند. از این که پسر م به طرز وحشتناکی مطیع همسرش است، اذیت می‌شوم. با پسر م در این باره صحبت کنم؟



فریبا البرز | کارشناس ارشد مشاوره خانواده



مخاطب گرامی، شکل زندگی همیشه و برای تمام انسان‌ها در حال گذر و تغییر است. هیچ چیز سر جای خودش ثابت نمی‌ماند.

این واقعیت زندگی است اما ما آدم‌ها دوست داریم که دوره‌ها و روزهای خوب سر جایش بماند و شامل این تغییر اجتناب‌ناپذیر نشود! وقتی کسی از دواج می‌کند و یک خانواده مستقل دو نفره تشکیل می‌دهد یعنی قرار است بقیه عمرش را با همسرش به عنوان نزدیک‌ترین فرد زندگی‌اش سپری کند و آن میزان از نزدیکی که به پدر و مادر و خانواده مبدأ خود داشته، دیگر وجود ندارد. البته نگفتیم قطع رابطه اما رابطه‌ها و نزدیک بودن‌ها دیگر مثل سابق نخواهد شد. متأسفانه برخی خانواده‌ها این موضوع را نمی‌پذیرند و همین نپذیرفتن، موجب در دسر می‌شود هم برای خودشان و هم برای فرزند دلبنده‌شان.

● به عروس‌تان احترام بگذارید

با همسر فرزندتان با احترام برخورد کنید چون اگر احترام بین شما خدشه دار شود، آسیب‌های زیادی در زندگی شما و پسران ایجاد خواهد شد. به طور کلی، ایجاد کننده مودت و دوستی باشید نه تولید کننده قهر و غضب. همچنین زمانی که واقعا به کمک نیاز داشته باشید با حس انتقام گرفتن که حقش بود، رفتار نکنید. شما به عنوان والدین، نباید مهربانی و بخشندگی را فراموش کنید.

● امیدوارم پسرتان این چند جمله را بخواند

لازم می‌دانم به این امید که فرزندتان هم این مطلب را می‌خواند، چند توصیه کوتاه به او داشته باشم. شما اگر چه تشکیل خانواده داده‌اید، اما همچنان توجه لازم را به مادر و پدر خود داشته باشید. اگر هم می‌خواهید نشان دهید که شما و همسرتان فهمیدگی لازم را برای زندگی‌تان دارید، اصلاً لازم نیست با بی ادبی و گستاخی این کار را انجام دهید. بهتر است تعادل را همیشه حفظ کنید. قبول کردن این که به هر حال افراد مسن تجربه بیشتری دارند، غیر منطقی نیست.