

بنام خدا

امام حسین علیه السلام: هل من ناصر ينصرني؟ امام علی علیه السلام: اعینونی بورع و اجتهاد و عفت و سداد *** یاری امام حسین علیه السلام چگونه؟

بیا حسینی شویم ...

- هدف اصلی طرح: رفتار سازی مبتنی بر روش تربیتی عادت^۱
- اهداف فرعی:
 ۱. تقویت خودکنترلی (تمرین تقوا و خویشتن داری) ۲. تقویت انس با اهل بیت علیهم السلام
 ۳. تقویت خودباوری ۴. تشویق و ترغیب به خودسازی ۵. تقویت معروفات و تضعیف منکرات در جامعه ۶. ارائه ابعدی از الگوی سبک زندگی اسلامی ۷. ارائه الگو به مربیان تربیتی
- ضرورت اجرای طرح:
 ۱. وجود مانعی بزرگ بر سر راه تربیت دینی با عنوان «تمایلات نفسانی»:
بسیاری مواقع بعد از نشستن پای یک منبر، یک کلاس اخلاقی و... به خود آمده ایم و تصمیم به تغییر رویه گرفته ایم اما حقیقتاً خودسازی کار سختی است؛ مخالف نفس سرکش و طبع راحت طلب ما!
عنصر علم و آگاهی نسبت به مسائل بسیار تعیین کننده است اما اگر علم به تنهایی کارساز بود، قرآن و روایات از عالمان بی عمل نمی فرمود.
باید اراده کرد بر مخالفت با هوای نفس و طبق آنچه کار مربیان تربیتی است (برداشتن موانع برای بروز و رشد قابلیت های افراد) باید همه تلاش ها به سمت سوق دادن متربی به سمت مدیریت خود، جلوگیری از نفس پروری و در نتیجه بروز قابلیت ها باشد.^۲
 ۲. ضرورت شناخت معروف و منکر بطور مصداقی و رفتاری توسط افراد جامعه (بویژه مربیان تربیتی) - به بیان بهتر؛ مصداقی رفتاری مفاهیم و معارف دینی

^۱ نقش عادت در تربیت اسلامی - تقی علی اشرف جودت

^۲ تنها راهبرد در تربیت دینی؛ مبارزه با نفس، سلسله سخنرانی های استاد پناهیان (سایت بیان معنوی)

غالبا مربیان (که قدم در راه انتقال مفاهیم اخلاقی دین می گذارند)، علاوه بر نقص بسنده کردن به کلی گویی ، اقدام به بیان حجم زیادی از مباحث و معارف دینی می کنند ، در نتیجه متربی کمتر موفق به درونی کردن این مفاهیم خواهد شد. متربی علم به خوبی و بدی بسیاری از چیزها دارد اما در مرحله عمل یا در تشخیص مصادیق این مفاهیم دچار اشتباه است و یا مهارت عمل به آن ها را ندارد.

۳. ضرورت حساسیت و مراقبت افراد نسبت به اعمال و رفتار روزانه خود:

در روایات و بیان علما آمده آنچه موجب سلب توفیق در به پاداشتن نماز شب می شود ، گناهان روزانه انسان است. غالبا زمانی که چنین جملاتی را می شنویم ، ناباورانه از خود می پرسیم مگر من چه گناهی کرده ام؟!

در حالی که اگر در مورد چند گناه در یک روز دقیقا مراقبت کنیم ، می بینیم نتیجه چیز دیگری است!

۴. تاکید ائمه علیهم السلام و علمای اخلاق بر مداومت بر اعمال نیک هر چند اندک

(ارجحیت مداومت بر عمل اندک دائمی در مقایسه با عمل بزرگ در کوتاه مدت)

۵. تاکید بر خودسازی: مشارطه ، مراقبه و... در مسیر خودسازی

۶. تکرار ، زمینه عادات و عادات همان رفتارهای ماست ؛ سبک زندگی هر انسانی نیز مجموعه رفتارهای او در زندگی است.

• محتوای طرح:

۱. بسته کودکان: الف) نماز ب) احسان به والدین

۲. بسته نوجوان و جوان : الف) نماز ب) احسان به والدین ج) ارتباط با نامحرم

• ضرورت انتخاب محتوای فعلی:

ضمن تحقق ابعادی از خودشناسی (۱. شناخت خود بعنوان موجودی قدرتمند در کنترل نفس

۲. شناخت قابلیت هایی که بمرور زمان در مبارزه با نفس در انسان بروز می کند) ؛

۱. نماز (نماز؛ ارتباط با خالق و مهم ترین عمل عبادی) :

الف) تقویت نظم پذیری

ب) افزایش ادب ، خشوع و حضور در نماز نسبت به خالق

ج) بهره گیری از آثار نماز اول وقت و حضور قلب در نماز (بازدارنده از فحشاء و

منکرات)

۲. احسان به والدین:

الف) تمرین ولایت پذیری:

با این تمرین زمینه برای ولایت پذیری در ارتباطات اجتماعی، خانوادگی (در ارتباط با همسر)، ولایت فقیه، ائمه که همگی مراتبی از ولایت خداوند هستند، فراهم می شود. آیا می توان امیدوار بود کسی که در پذیرش ولایت در مراتب پایین دچار لغزش است، ولایت پذیری در مراتب بالاتر را دارا باشد؟

ب) تنظیم روابط بین افراد

ج) بروز قابلیت های پنهان و دفع برخی رذایل اخلاقی:

در هنگام تلاش فرد برای رعایت برخی رفتارها در مقابل پدر و مادر، بواسطه مبارزه با نفس و کنترل خود، صفات و رفتارهای پسندیده جدیدی در او ظاهر می شود؛ صفات و مهارت هایی همچون صبر، تواضع، مبارزه با تکبر (خودبرتربینی)، کنترل خشم، دیگرخواهی، توانایی ابراز محبت و... که پیامدهای مثبت آن در فرد، خانواده، اجتماع و آینده او قابل لمس خواهد بود.

د) کلام خدا و معصومین علیهم السلام در این رابطه^۳

ه) آثار و نتایج دنیوی و اخروی که بر احسان و ارتباط صحیح با والدین مترتب است.

۳. ارتباط با نامحرم (مساله بسیار مهم و فعلی جامعه ما که باتوجه به وسعت دامنه ارتباط

امروزی_واقعی و مجازی_ آسیب ها چندین برابر شده است)

پیامدهای رعایت اصول روابط بین افراد نامحرم:

الف) تقویت ملکه حیا

ب) پیشگیری از آسیب های روحی و روانی

ج) حفظ بنیان خانواده و به تبع آن پیشگیری از آسیب های اجتماعی

د) کمک به رشد فرد و اجتماع

• مراحل تولید محتوا:

۱. مطالعه حول موضوعات از منابع مختلف و مرتبط، آیات و روایات

۲. استخراج کلید واژه ها از مباحث مطالعه شده

۳. نوشتن جملات رفتاری مرتبط با هر کلید واژه

۴. بازنویسی متن جملات، متناسب با گروه سنی جامعه هدف

۵. ضمیمه شدن یک آیه یا روایت مرتبط با جمله رفتاری مورد نظر

^۳ قرآن: «ان اشکرلی و لوالدیک»

پیامبر صلی الله علیه و آله از احسان به والدین بعنوان برترین کارها نزد خدا پس از نماز و حتی قبل از جهاد در راه خدا یاد می فرماید.

۶. طراحی قالب شکلی متناسب با هدف طرح و گروه سنی مخاطب

۷. ترکیب متن و قالب

۸. تولید و اجرای طرح

• **جوامع هدف:**

۱. خود و خانواده

«یا ایها الذین آمنوا قوا انفسکم و اهلیکم ناراً...»

ای کسانی که ایمان آورده اید! خود و خانواده تان را از آتش ... باز دارید.

روش کار پیشنهادی:

۱. ارسال پیامک با محتوای یاری امام حسین علیه السلام (مقدمتاً)

۲. ایجاد انگیزه معنوی در افراد خانواده

۳. در جریان قرار دادن افراد خانواده در خصوص تصمیم به بستن عهد با امام حسین

علیه السلام

۴. بنا بر عمل به یک عهد مشترک بین افراد فامیل گذاشته شود. (بدلیل وجود شور

حسینی بهترین فرصت است)

۵. از افراد دریافت کننده پیام بخواهیم در صورت تمایل به شرکت در عهد، جمله

«لنّیک یا حسین» را ارسال کنند.

۶. هر ۳-۵ روز یکبار پیامک متناسب با مضمون عهد (آیه / روایت) برای همه -

شرکت کننده یا غیر آن- ارسال شود (جهت تقویت معرفت و انگیزه)

۷. در جمع های خانوادگی متناسب با فضای خانواده با استفاده از روش های متفاوت

(چند دقیقه سخنرانی، پخش کلیپ، قصه گویی و...) در معرفت افزایی نسبت به

موضوع مورد قرار، تلاش شود.

۲. **حلقه های تربیتی صالحین در مساجد و کلاس های مدارس :**

بدلیل یکدست بودن مخاطب بلحاظ سنی، شناخت نسبی مربی و معلّم نسبت به متربیان و

دانش آموزان، وجود رابطه محبتی بین مربی و متربی و معلّم و شاگرد، نفوذ کلام

مربی و معلّم، بهترین مکان اجرای طرح می باشد.

نکات و پیشنهادات جهت اجراء:

الف - روش اجرا:

*روش ساده و دفعی (آنی):

- ۱- آگاهی بخشی نسبی راجع به موضوع مورد عهد + مقدمه چینی درباره معنای حسینی بودن و نحوه یاری امام حسین علیه السلام
 - ۲- ایجاد شور و اشتیاق لازم
 - ۳- تذکر اینکه شرکت در عهد و قرار با امام علیه السلام اجباری نیست! قطعاً خلافت و جذابیت در اجرای طرح ، تاثیر بسزایی در ترغیب افراد به شرکت در عهد با امام علیه السلام خواهد داشت.
 - ۴- کارت های مرتبط با یک یا همه موضوعات (به تشخیص و انتخاب مربی) متناسب با سن مخاطب در صندوقی (هر چیز دیگر) قرار داده شده ، از مخاطب بخواهیم نیت کرده ، یک کارت بردارد و با امام خویش هم پیمان شود.
 - ۵- پس از تفال بچه ها به عهدها و برداشتن کارت ها از آن ها بخواهیم تا با صدای بلند و جمعی گفتن رمز عملیات ، عهد خود را آغاز کنند.
- رمز عملیات : « لَبَّيْكَ يَا حُسَيْن »**

*روش زمان بر و پربازده تر:

- ۱- ضمن رعایت نکات ذکر شده در روش آنی؛ انتخاب یکی از موضوعات
 - ۲- مطالعه ، جمع آوری اطلاعات ، انتخاب قالب های ارائه محتوا(سخنرانی، بحث گروهی، جدول، قصه گوئی- اهل بیت، سیره علماء وشهدا- ، کلیپ ، نمایش و ایفای نقش و...)
 - ۳- در نظر گرفتن سیر کار در بازه زمانی معین ، در کنار تمامی بحث های رایج و جاری در حلقه تربیتی و مباحث درسی کلاس .
- ایام سوگواری حضرت سیدالشهدا علیه السلام، بهترین فرصت برای آغاز این سیر و راه است.

(پله پله پیش رفتن: پله ها همان تک تک جملات مرتبط با موضوع اند)

مثال)موضوع احسان به والدین: بازه زمانی یکساله / هر پله انجام یک کار و رفتار در ارتباط با والدین/ قبل از هر عهد و قرار در حلقه راجع به آن رفتار از آیات و روایات و ... به روش های مختلف بحث کنیم + اراده جمعی (مربی و بچه ها) بر عمل ۴۰ روز به یک کار و دستور مشابه

تذکر ۱: آگاهی بخشی و افناع اذهان، عنصر مهم در انگیزه بخشی در جهت اقدام عملی افراد است!

تذکر ۲: در خصوص آگاهی بخشی توجه به نکته ذیل ضروری است:
حیاء دارای ابعاد و گستره وسیعی است (بر خلاف آنچه فقط در مورد خانم ها به ذهن می رسد)

حقیقت و معنای حیاء؛ خودنگهداری است، همان معنای «تقوا».
ارکان حیاء؛ فاعل، فعل و ناظر است. ناظر در مرتبه بالا و ناظر حقیقی، خداست.
فاعل، انسان است و فعل آنچه فاعل در مقابل ناظر انجام می دهد.
در تقویت حیاء و بمعنای دقیق تر تقوا، بدنبال چیزی خارج از این سه رکن نباید بود بلکه هرچه حقیقت این سه رکن روشن و درک شود، ملکه حیا (تقوا) در ما بیشتر خواهد شد.

به بیان دیگر؛

۱. هرچه بیشتر در راه خداشناسی تلاش شود (شناخت ناظر). ناظر در دیگر مراتب، امام و ... نیز می باشند. مثل اینکه در موضوع ارتباط با والدین، پدر و مادر نیز ناظر می باشند؛ چرا که فعل در مقابل ایشان انجام می گیرد پس آگاهی نسبت به مقام و جایگاه والدین در عالم، تاثیر بسزایی در نوع رابطه با ایشان خواهد داشت.

۲. جایگاه انسان در عالم شناخته شود (خلیفه الله فی الارض که البته معصومین نمونه عینی این مقام اند و الگوی حرکت انسان ها)؛ چرا که زمانی که انسان عالم به جایگاه خود باشد، آلوده شدن به گناهان را در شان خود نمی بیند. (همین طور است در مورد جایگاه زن در خلقت)

۳. پیامدهای دنیوی و اخروی فضایل و رذایل تبیین شود (گناه شناسی و...) در نتیجه خویشتن داری انسان بیشتر خواهد شده؛ با تقواتر خواهد شد.

ب - نکات:

۱- در طول مدّت عمل به عهد، ارتباط با متریبیان حفظ شده و از نحوه انجام پرسش و جو شود.

۲- جمعی بودن عهد و قرار، انگیزه شرکت و رقابت برای عمل هرچه بهتر به عهد را در بچه ها فراهم خواهد کرد.

- ۳- پیشنهاد می شود **جدول روزشمار** عمل به عهد حسینی طراحی شده ، در مسجد یا مدرسه نصب گردد و یا مستقیماً در اختیار افراد قرار گیرد. (مشخص بودن روز آغاز و پایان کار در به یاد داشتن عهد و قرار موثر است)
- ۴- انجام بازخوردگیری از دو گروه متریبیان و والدین ، حین انجام و پایان یک عهد. (تغییرات احساسی و رفتاری که خود افراد و دیگران حس می کنند)
- ۵- بحث و یادآوری به نحوه های مختلف (بخصوص استفاده از آیات و روایات) ادامه داشته باشد تا موجب حفظ و تقویت انگیزه گردد.
- ۶- چنانچه این روش بارها (آگاهی دهی+ انگیزه بخشی برای عمل به دانسته ها) تکرار شود، می توان امیدوار بود که افراد عادت کنند به عمل به دانسته ها (مرد میدان عمل شدن) ؛ ضمن اینکه چه بسا رفته رفته خودکنترلی ، مبارزه با نفس و لذت های آنی، خود تبدیل به یک لذت خواهد شد!^۵

۳. اجتماعات و هیئات مذهبی

با حفظ پراکندگی و تنوع جملات، ضمن مقدمه چینی اقدام به توزیع شود.

۴. گروه های اجتماعی

با توجه به گستردگی فضای ارتباطی فعلی و اینکه در هر یک از گروه های اجتماعی دست کم یک فرد صاحب نفوذ وجود دارد ؛ پس باید فرصت را مغتنم شمرد و به ترویج امر خودسازی پرداخت.

دوستان بدلیل وجود رابطه عاطفی براحتی می توانند روی رفتارهای یکدیگر تاثیر بگذارند پس چه بهتر این تاثیر مثبت باشد.

در زلال معروف جاری شو و تشنگان را جام نیکی بنوشان

از بیابان منکر بپرهیز و واماندگان راه را دستگیر باش تا

حسینی شوی...

^۵ با توجه به عمق و دوام آثار روش دوم ، این روش به مربیان پیشنهاد می شود.