

روابط دختر و پسر در سنین نوجوانی

بررسی علمی قضیه

در طول زندگی یک فرد، وقایعی، رخ می‌دهند که از اهمیت خاصی برخوردارند و به‌عنوان نقاط عطفی در زندگی از آنها یاد می‌شود. یکی از این وقایع بلوغ است. بلوغ در لغت به معنی رسیدگی و پختگی است که در ابعاد جسمانی، روانی، عاطفی، معنوی و اجتماعی در سنین نوجوانی پی‌ریزی می‌شود. بلوغ دوره بحرانی انتقال از مرحله کودکی به بزرگسالی و زمان کسب قدرت باروری است. به اعتقاد روانشناسان رابطه غیر مستقیمی بین میزان روابط بین دو جنس و شدت و میزان آسیب ناشی از عشق‌های دوران بلوغ (نوجوانی) وجود دارد.

اغلب دختران قصدشان از ایجاد رابطه با پسران، ازدواج است. برای اکثر قریب به اتفاق دختران، دوستی و رابطه با یک پسر به هیچ رو یک دوستی معمولی نیست، بلکه این دوستی و رابطه در تصور و ذهن آنان، همان چیزی است که قطعاً منجر به ازدواج خواهد شد! این تصور نادرست نوجوانان و نیز واقعیت‌های گوناگون موجود در جامعه، سبب شده است که نوجوانان و جوانانی که به طریق غیرمشروع و غیرمعارف با فردی از جنس مخالف، رابطه دوستانه برقرار می‌کنند، آسیب ببینند. تقریباً تمامی پسران به دوست دختران خود وعده ازدواج می‌دهند و تمامی دختران نیز تخیل ازدواج با دوست پسر را در ذهن می‌پروراند. از آن جا که ماهیت اصلی این تخیلات، رهایی از اضطراب و تعارض عمل نوجوان و جوان، با قواعد و هنجارهای مورد پذیرش جامعه است، لذا در اغلب موارد این گونه دوستی‌ها به ازدواج ختم نمی‌شود و چون به لحاظ اجتماعی این دوستی‌ها، ناپختگی نیز به شمار می‌آید، وجود این فکر می‌خواهد به دختران و پسران آرامش بدهد تا آن‌ها تصور نکنند که برخلاف قوانین و هنجارهای جامعه رفتار می‌کنند. بسیاری مواقع این دوستی‌ها پس از مدتی قطع می‌شود.

بر اساس نتایج یک پژوهش که در شهر تهران انجام شده است اکثر دختران طی ۲ سال اول رابطه خود با جنس مخالف، درگیر روابط جنسی می‌شوند. اکثر قریب به اتفاق دخترانی که رابطه دوستی طولانی مدت با پسران دارند در آغاز رابطه دوستی علی‌رغم تصورشان درگیر روابط جنسی خواسته یا عمدتاً ناخواسته می‌شوند. این در حالی است که تقریباً همه دختران مورد مطالعه در ابتدای برقراری رابطه دوستی تصور می‌کرده‌اند که از درگیری جنسی مصون بوده، مهارت و قدرت کافی را در کنترل و هدایت روابط و دوستی دارند. در بخش دیگری از این مطالعه آمده است اکثر قریب به اتفاق آنها در آغاز روابط دوستی با پسران بر این باور بودند که آنها خیلی زرنگ‌تر و پاک‌تر از آن هستند که رابطه آنها به رابطه جنسی بینجامد. در بخش تحلیلی این پژوهش یکی از علل درگیر شدن دختران در روابط جنسی برداشت نادرست آنها از روابط دوستی با پسران عنوان شده است. به عنوان مثال انگیزه و هدف اکثر دختران از برقراری رابطه دوستی با جنس مخالف جلب حمایت و عاطفه گزارش شده است، در حالی که در پسران، هدف اصلی رابطه در ابتدا فقط دوستی بوده است.

بررسی دینی قضیه

اگر رابطه دختر و پسر به معنای داشتن ارتباط عاطفی و دوستانه باشد که از دیدن و صحبت کردن یکدیگر شاد شوند و لذت ببرند، قطعاً یکی از محرمات (حرام) است. در روایات آمده است، با نامحرم بیش از پنج کلمه ضروری صحبت نکن و نیز هرگز با او در جای خلوتی قرار نگیرید؛ زیرا گرچه نفس این کار شاید اشکال نداشته باشد، ولی چون زمینه مبتلا شدن به معصیت را فراهم می‌سازد، باید از آن پرهیز کنید.

البته ما قبول داریم که ممکن است بین دختر و پسر دوستی غیر جنسی وجود داشته باشد ولی اولاً: ثابت نگهداشتن این حالت با توجه به شرایط جوانی مشکل است و ثانیاً: گاهی چنین حالتی به صورت نهفته و ناخودآگاه در انسان وجود دارد و حتی خود را به صورت یک رابطه عاطفی و معنوی نشان می‌دهد در حالی که مسأله غیر از این است؛ در هر حال ما سعی می‌کنیم بدبین نباشیم شما هم سعی کنید سر خود را کلاه نگذارید.

رسول گرامی اسلام (صلی الله و علیه و آله و سلم) فرمودند: ؛ از خداوند عزیز و جلیل نقل کرده است که فرمود: هر کار ارزشمندی که در آن بسم الله ذکر نشود ناقص است (بحار الأنوار، ج ۷۶، ص ۳۰۵). از این روایت فهمیده می‌شود که کاری که با نام و یاد خدا نباشد و همراه با نافرمانی و معصیت او باشد سرانجام خوشی نخواهد داشت. پس آیا می‌شود اینگونه رابطه‌ها را که مورد تایید خداوند نیست، آغازی برای یک زندگی مشترک خوب دانست؟

آفت ها و آسیب های روانی و اجتماعی جبران ناپذیر روابط دختر و پسر : (از نظر علمی و دینی)

۱. سرکوب شدن استعدادها

یکی از مهم ترین عواملی که با وجود رشد نیروهای جسمی، فکری و روحی نوجوان، مانع از به جریان افتادن صحیح و اصولی آنها و تأمین سعادت آینده او می شود، تسلط میل جنسی بر وجودش می باشد. عدم کنترل این میل، سبب می شود که تمام حواس و توجهات انسان و تمام قوای جسمی و مغزی او معطوف هوس بازی ها شود و اگر عملاً هم موفق به هوس بازی نگردد، تمام فکر و ذهن او به وسیله این خیالات و افکار، اشغال شده و او مجالی برای انجام کار دیگری و شکوفایی اندیشه و استعدادش پیدا نمی کند. این شعله ای که در سراسر وجودش زبانه می کشد، تمام تر و خشک را با هم می سوزاند و شکوفه های تازه دمیده در گلزار شخصیت معنوی اش را طعمه آتش سوزان می کند.

۲. افت تحصیلی یا رکود علمی

دل مشغولی و اضطرابی که بر اثر این گونه پیوندها پدید می آید، بزرگ ترین سد راه تعالی علمی و تحصیلی است؛ مطالعه و درس، در زندگی هر انسانی، به ویژه در دوران دانش آموزی، از مهم ترین عوامل سازنده شخصیت وی می باشد که فدا کردن آن به خاطر تن دادن به دوستی های احساسی و غیر آگاهانه و پاسخ گویی به خواست های تمام نشدنی هوس و میدان دادن به میل جنسی، خطایی نا بخشودنی و شکستی بزرگ و رسوا کننده است.

تجربه نشان داده که این نوجوانان و جوانان، به علت پریشانی افکار و حواس پرتی، ذوق درس خواندن و اشتیاق هر گونه مطالعه ای را - اعم از کتاب های درسی و غیر درسی - به مرور زمان به کلی از دست می دهند.

اگر زندگی بزرگان، شخصیت های علمی، محققین، نوابغ و دانشمندان و متفکرین را مورد مطالعه قرار دهیم، متوجه خواهیم شد که همه آنان افرادی بوده اند که از خوش گذرانی ها و هوس بازی خود را کنار کشیده اند و احتیاجات جسمی و غریزی خود را از طریق مشروع و معقول و در حد اعتدال، برآورده اند.

دروغ بزرگی است اگر کسی بگوید: میل جنسی، سراسر وجودش را گرفته و ذهن و زبان او را دوستی های نامطلوب با جنس مخالف پر ساخته، اما از نظر درس، مطالعه و تحقیقات علمی، لطمه اساسی بر او وارد نشده است و به ویژه در دوران نوجوانی و جوانی، تحقق چنین امری، از محالات است.

«با شکل گیری روابط عاطفی بین دختر و پسر و افزایش تدریجی آن، زمینه وابستگی آنها به یکدیگر و تشدید آن فراهم می شود و از آن جا که نیاز به محبت و ورزیدن و مورد محبت واقع شدن، در دوران جوانی، به اوج خود می رسد و فضای نسبتاً مناسبی برای ارضای این نیاز (هر چند به طور غیر صحیح آن) در محیط آموزشی و دانشگاهی وجود دارد، به شکل خودکار، دختر و پسر در این کانال قرار می گیرند، در اکثر موارد، به طور ناگهانی و بدون توجه به نتیجه کار، گرفتار چنین گردابی می شوند و آن را با عنوان های عرف پسند و موجه، پوشش می دهند و باطن غیرموجه آن را با ظاهری نیکو و پسندیده، جلوه گر می نمایند.

به این ترتیب، علاقه ابتدایی شدت یافته، با وجود تصمیم اولیه دو طرف یا یکی از آنها، کم کم به وابستگی به یکدیگر تبدیل می شود. این وابستگی، آفت بزرگی برای تمرکز حواس، تحصیل و تفکر عمیق در امور درسی آنها می شود؛

۳. ایجاد جو بدبینی

اغلب این گونه دوستی ها و روابط، به ازدواج منتهی نمی شود و اگر هم به ازدواج بینجامد، پس از مدتی، جو بدبینی و سوء ظن آن دو نسبت به هم، فضای زندگی شان را، جهنمی خواهد ساخت و هر دو در آن خواهند سوخت. پسر با خود می گوید: دختری که به راحتی با من رابطه برقرار کرد، از اعتقاد و ایمان قوی برخوردار نیست. بنابراین از کجا معلوم که پیش از ارتباط با من، با فرد دیگری هم طرح دوستی نریخته باشد و از کجا که در آینده و پس از ازدواج با من، با دیگری ارتباط برقرار نکند؟ دختر نیز همین تصور را نسبت به پسر خواهد داشت. بنابراین، این گونه ازدواج ها، پایدار نخواهد بود و تجربه نشان داده که منجر به طلاق و جدایی می گردند.

۴. اضطراب، تشویش و احساس نگرانی

در دوستی های موجود بین دختران و پسران، از آن جا که مقاومتی بسیار قوی از طرف پدر و مادر یا جامعه برای ممانعت از برقراری این دوستی ها وجود دارد، این گونه دوستی ها، با مخاطرات روانی گوناگونی، مانند اضطراب و تشویش همراه است. وجود افکار دیگری چون احساس گناه، نگرانی از تهدیداتی که توسط پسر، برای فاش کردن روابطش با دختر صورت می گیرد، یک تعارض درونی و اضطراب مستمر را به دنبال دارد. بنابراین، وجود چنین دلهره ها و اضطراب هایی که گاهی لطمه های جبران ناپذیری بر جسم و روان انسان وارد می کند، از آسیب های جدی این گونه روابط است؛ همچنین هیجانات کاذب مثل خیال ازدواج، خوش بختی و در نتیجه، شکست روحی، قربانی شدن دختران به خاطر از بین رفتن آبروی آنها و خانواده شان و حتی اقدام به خودکشی از دیگر آسیب های این نوع ارتباط است.

۵. فقدان شناخت درست و واقع بینانه

کسانی که مدعی اند که این گونه روابط و دوستی ها با انگیزه ازدواج شکل می گیرد، با کمی دقت، در خواهند یافت که روح حاکم بر این گونه دوستی ها، عاقلانه و از سر اندیشه نیست؛ بلکه در آغاز و یا پس از مدتی، تنها عامل ادامه روابط، میل و کشش جنسی خواهد بود.

امام علی علیه السلام می فرماید: «حُبُّ الشَّيْءِ يُعْمِي وَ يُصِمُّ» دوست داشتن چیزی [آن هم ناآگاهانه و از سر هیجان و احساسات]، انسان را کور و کر می کند.

وابستگی هایی که بین دختر و پسر ایجاد می شود، مانع گزینش صحیح و دقیق برای شریک آینده زندگی می شود و از آن جا که دختر یا پسر به فردی خاص وابسته شده، تمام نیکی ها، خوبی ها، زیبایی ها را در فرد مورد علاقه خود می بیند و دیگر توان مشاهده عیوب احتمالی طرف مقابل را ندارد، زیرا از روی علاقه و از پشت عینک وابستگی، به طرف مقابل نگاه می کند، نه با نگاه خریدار و نه با نگاه نقادانه و بررسی کننده ای که تمام نقاط ضعف و قوت او را در ترازوی حقیقت بین، مورد دقت و مشاهده قرار دهد.

دوستی و ارتباط احساسی و غیرعاقلانه قبل از ازدواج، راه عقل را مسدود و چشم واقع بین انسان را کور می سازد و اجازه نمی دهد تا یک تصمیم صحیح و پیراسته از اشتباه گرفته شود. این نوع انتخاب ها که در فضایی آکنده از احساسات و عواطف انجام می گیرد، به دلیل نبود شناخت عمیق و واقع بینانه، اگر هم به ازدواج منتهی گردد، زندگی مشترک را تلخ و آینده را تیره و تار می سازد.

۶. محرومیت از ازدواج پاک

روابط دختر و پسر، بیش از آن که مفید باشد، تهدید کننده نهاد خانواده در جامعه به شمار می‌آید. با نگاهی به آمار می‌توان دید که آمار طلاق در بین کسانی که قبل از ازدواج، ارتباط‌های دوستانه داشته‌اند، بالاتر است. از طرفی آشنایی و ارتباط دختر و پسر در محیط اجتماع، بیشتر از آن که معرفت‌ساز باشد، فروزنده هوس‌ها و معرفت‌سوز است. عمدتاً دیده می‌شود فرد آن گونه که هست، خود را نشان نمی‌دهد یا به سبب محبت و عشقی که ایجاد شده، نمی‌تواند عیوب طرف مقابل و جوانب مختلف قضیه را بسنجد. بیشتر رفتارها در آشنایی‌های خیابانی به شکل‌های تصنعی ابراز می‌شود.

۷. عدم استقبال از تشکیل کانون خانواده

متأسفانه در بسیاری از موارد، تفاوت عشق و هوس، دیده نمی‌شود. عشق حقیقی و پاک، با هوس‌های آلوده و زودگذر، تفاوت جوهری دارد. برخی از این روابط پس از مدتی، رو به سردی و افول می‌نهد. جاذبه و دل‌ربایی‌ها، مربوط به روزها و ماه‌های اول دوستی است؛ ولی دیری نمی‌پاید که این روابط، عادی شده، به جدایی می‌کشد. حس تنوع‌طلبی انسان از یک طرف و فقدان عامل بازدارنده از طرف دیگر، باعث می‌شود که برخی سراغ ازدواج و تشکیل خانواده نروند. جامعه‌ای که از تشکیل کانون خانواده استقبال نکند، هیچ گونه ضمانتی برای رشد و شکوفایی فضایل انسانی در آن وجود ندارد. اغلب خوبی‌ها و کمالات والای انسانی، در پرتو تشکیل خانواده‌ای سالم، به فعلیت می‌رسد.

۸. افسردگی و خودکشی

افسردگی پس از جدایی و احتمال خودکشی، از دیگر عوارض چنین دوستی‌هایی است. پس از ایجاد دوستی، به دلیل ارتباط مستمر، نوعی حالت وابستگی بین طرفین ایجاد می‌شود.

۹. انحطاط اخلاقی

ریشه بسیاری از مفاسد اخلاقی از همین دوستی‌ها و روابط ناشی می‌شود که سبب سقوط انسان در گناه و معصیت می‌گردد. ما نمونه بارز آن را در جوامع غربی شاهدیم. طبق آمار، در دهه ۱۹۹۰، از هر سه کودک آمریکایی، یکی نامشروع بوده است! در آستانه بلوغ، شرم و حیا در هر نوجوان عیفی، مانع از این است که او به طرف مسائل غریزی تنزل کند و با وجود این که در این دوران، هورمون‌های جنسی شخص را تحریک می‌کنند و به جنس مخالف متمایل می‌کنند، اما به جهت همان حجب و حیای فطری، فرد به نوعی احساس حقارت می‌کند. شخصیت‌های بزرگ و چهره‌های ماندگار، کسانی بوده‌اند که با پاکی و تقوا زیسته‌اند و هرگز عظمت روحی و شخصیت معنوی خود را در قربانگاه نفس و شهوات، ذبح نکرده‌اند؛ اما افسوس که برخی از نوجوانان و جوانان، به جهت ضعف اراده و فقدان تجربه و اطلاعات لازم و یا انحطاط و آلودگی محیط زندگی خود و اطرافیان، با تسلیم شدن در برابر طوفان غرایز و شهوات، آن پاکی و معصومیت فطری و ذاتی خویش را از دست می‌دهند و راه تکامل و سعادت ابدی را به روی خود می‌بندند.

راهکارهای فراموش کردن فرد مورد علاقه :

برای فراموش کردن این موضوع که بهترین کار برای شماست، عمل به راهکارهای زیر موثر خواهد بود :

۱. باید قبول کنید که فراموش کردن فردی که انسان به او علاقه دارد و دائم یاد او در ذهنش تداعی می شود، کاری سخت و دشوار است. انسان مثل کامپیوتر یا آدم آهنی نیست که با تغییر یک برنامه، رفتارش تغییر کند. انسان موجودی است پر از عواطف و احساسات و همین احساسات و عواطف هستند که گاهی اوقات او را در تصمیم گیری ها و اجرای برنامه هایش با مشکل مواجه می سازند. بسیاری از اوقات فرد از لحاظ عقلی و منطقی به تصمیمی می رسد، ولی به راحتی نمی تواند آن تصمیم را عملی کند. طبیعتاً در مدتی هم که او را فراموش می کنید کاملاً بر خودتان و فکر و ذهنتان مسلط می شوید و بهتر می توانید در مورد آینده تان تصمیم بگیرید. البته انجام کارهای مهم و بزرگ بدون تحمل سختی ها و مشکلات امکان پذیر نیست، اما دیری نمی پاید که شهد شیرین پیروزی و موفقیت، خستگی را از تن انسان بیرون می کند.

۲. فراموشی فردی که به او علاقه داشته اید و دائماً فکر و ذکرتان، یاد او بوده است، نیاز به زمان دارد. همانطور که علاقه به فردی در انسان به تدریج شکل می گیرد، فراموشی او هم به تدریج رخ می دهد. نباید از خودتان انتظار داشته باشید به راحتی بتوانید یاد او را از صفحه ذهنتان پاک کنید. پس عجله نکنید و مایوس هم نشوید. یکی از مصادیق صبر و شکیبایی، صبر در سختی هاست. پس بر خودتان مسلط باشید و باور داشته باشید که با توکل بر خدا می توانید این راه را طی کنید.

۳. به جای اندیشیدن به ایشان به این موضوع بیندیشید که این علاقه که سرانجامی ندارد، چه سودی دارد؟ مسلماً نه تنها سودی ندارد بلکه باعث می شود فرصت های عالی را برای ساختن آینده ای واقعی، از دست بدهید.

۴. روابط اجتماعی و دوستانه بیشتری با هم سن و سالان خود برقرار کنید.

۵. هرگونه ارتباط را با فرد مذکور قطع کنید (تلفنی، مکاتبه ای و ملاقات های رو در رو).

۶. از فکر کردن به او و ازدواج تخیلی با او اجتناب کنید و هرگاه فکر او به ذهن شما خطور کرد بلا فاصله خود را به فکر دیگری و کار دیگری مشغول کنید و به خود بگویید او به فکر ازدواج با من نیست.

۷. احتمالاً چند نکته یا ویژگی منفی هم در او یافته اید یا مشاهده کرده اید؛ بنابراین هرگاه ذهنتان به سوی او معطوف شد بلافاصله به ویژگی های منفی او فکر کنید و به خود بگوئید او به خاطر این اوصاف مناسب و شایسته من نیست.

۸. به خودتان تلقین کنید که او هیچ علاقه ای به من ندارد و اگر هم احیاناً ابراز علاقه کند، علاقه ای دروغین است و قصد سوء استفاده از من را دارد.

۱۰. با افراد با تجربه، دلسوز و مورد اعتمادتان (بویژه والدین) در این مورد مشورت کنید و از تجارب آنها (موفقیت ها و شکست های آنها) استفاده کنید.

۱۱. یکی از نعمت های خداوند به انسان فراموشی است. شاید خودتان هم دیده باشید که وقتی بستگان نزدیک شخصی از دنیا می روند، در روزهای اول او فکر می کند که دیگر دنیا برایش غیر قابل تحمل است، ولی به مرور زمان ممکن است روزها بگذرد ولی حتی برای چند ثانیه هم، یادی از آن مرحوم نکند. شما در نهایت بعد از مدتی ایشان را فراموش خواهید کرد و الان تنها کاری که می توانید بکنید این است که سرعت این کار را افزایش دهید تا از ضررهای روحی، روانی و مادی این افکار بکاهید.

۱۲. از لحاظ روان شناسی یکی از علل ایجاد افسردگی در افراد، شکل گیری **دلبستگی های بیجا** بین افراد و سپس گسسته شدن این دلبستگی است. تحقیقات متعدد هم این امر را اثبات نموده است. پس قبل از اینکه سروکارتان با **قرص های آرام بخش** و شوک الکتریکی و ... بیفتد به فکر **سلامت روان** خود باشید و **اراده** جدی در فراموشی فرد مذکور را پیشه خود کنید.

۱۳. با توجه و تمرکز روی مسائل **معنوی** به **ویژه نماز** و شرکت در **مراسم مذهبی** به خود آرامش دهید.

۱۵. باور کنید حالتان بهتر می شود اگر از **فعالیت های مثبت و تقویت کننده** و لذت بخشی که قبل از این ماجرا برایتان مطرح بود استفاده کنید و به **ورزش ها، کوهنوردی و فعالیت های بدنی** روی بیاورید.

۱۶. هرگاه فکر او به ذهنتان آمد، موضوع یا موضوعات مختلفی را در ذهن یا در دفترچه یادداشت خود داشته باشید و به سراغ آنها بروید و درباره آنها فکر کنید.

۱۷. هرگاه متوجه شدید ذهنتان ناخودآگاه به یاد او مشغول شده است، به خود چنین تلقین کنید و بگوئید «**بس است**» و آهسته مشقت خودتان را روی میز یا زمین بزنید. بدین ترتیب تغییر حالت به وجود آمده، فضای ذهنی تان را تغییر خواهد داد.

۱۸. **انجام یک کار مهم و جدی** که در راستای تحصیلات و رشته درسی تان است را آغاز کنید. مثلاً روی یک موضوع علمی به طوری جدی به تحقیق بپردازید یا خود را برای مراحل بالاتر تحصیل آماده نمایید.

۱۹. هر روز **حداقل ده دقیقه قرآن** (با توجه به معنا و ترجمه آن) تلاوت کنید.

۲۰. با افراد **مومن، موفق، با نشاط** و اهل کار و فعالیت طرح دوستی بریزید که نقش بسیار زیادی در تقویت ایمان و اراده شما دارند.

۲۱. سعی کنید از **بیکاری** اجتناب کنید و خود را با موضوعات مورد علاقه مشغول کنید. مسائلی مانند مناجات با خدا، مطالعه، ورزش، کارهای گروهی، کارهای هنری و

۲۲. سعی کنید از قرار گرفتن در **تنهایی** اجتناب کنید مگر در مواقع ضروری. زیرا هنگام تنهایی آن فرد بیشتر در ذهن شما مجسم می شود و ذهن و دل شما را به خود مشغول می کند.

۲۳. با مطالعه درباره خداوند و **اولیای الهی** محبت به خداوند و اولیائش را در خود تقویت کنید، زیرا کمال واقعی انسان با عشق به خداوند و کمالات معنوی تأمین می شود و عشق ورزیدن به امور دیگر همه زودگذر و موقتی است.

۲۴. همواره از **خداوند** بخواهید که آنچه موجب خوشبختی و سعادت شماست نصیب و روزی شما کند و آنچه که خداوند برای شما مقدر فرموده به آن راضی باشید که سعادت شما در همان نهفته است و خیر و صلاح شما در آن قرار دارد.

۲۵. توکل به خدا و توسل به ائمه اطهار (علیهم السلام) را فراموش نکنید.

و در آخر این کلام رسول خدا:

«آنچه از دنیا نصیب تو باشد، اگر ناتوان هم باشی، به تو می رسد ...

و آنچه به زیان تو باشد، به زور نمی توانی آن را از خود دور کنی...

هرکس به آنچه از دستش رفته امید نداشته باشد، آسوده است...

و هر کس به آنچه خداوند روزی اش کرده، خرسند باشد،... شادمان می گردد ☺.»