

## نقش تربیتی دوران بارداری در شکل‌گیری شخصیت کودک از منظر قرآن و روایات

عوضعلی میرزایی<sup>۱</sup> | محمد یاسین احمدی<sup>۲</sup>

### چکیده

تربیت فرزند صالح و متعهد، یکی از ارکان اصلی اصلاح و تعالی جامعه اسلامی است و این امر، از نخستین مراحل زندگی جنین در رحم مادر آغاز می‌شود. هدف این پژوهش بررسی نقش دوران بارداری در تربیت و رشد شخصیت کودک، بر اساس آیات قرآن کریم و روایات معصومان علیهم السلام است. این تحقیق که با روش تحقیق، توصیفی-تحلیلی و مبتنی بر منابع دینی صورت گرفته، می‌خواهد به این پرسش اصلی جواب بدهد: «دوران بارداری چه تأثیری بر تربیت و شکل‌گیری شخصیت کودک از منظر قرآن و روایات دارد؟» یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد که آموزه‌های دینی، مرحله تربیت را پیش از تولد و حتی پیش از انعقاد نطفه می‌دانند؛ از انتخاب همسر، زمان ازدواج، رعایت آداب لقاح و تغذیه مناسب دوران بارداری گرفته تا رعایت حقوق جنین، بر تربیت کودک اثرگذارند. آیات و روایات متعدد بر اهمیت این دوره تأکید دارند و روان‌شناسی نوین نیز این نگاه را تأیید می‌کند؛ چنان‌که هزار روز اول زندگی، شامل نه ماه بارداری و دو سال اول تولد، تعیین‌کننده‌ترین دوره در رشد شخصیت انسان دانسته شده است. این نتایج اهمیت تربیت آگاهانه کودک را بر والدین، به‌ویژه مادران، در دوران بارداری آشکار می‌سازد.

**کلیدواژه‌ها:** مادر، تربیت، تربیت کودک، دوران بارداری، تغذیه

۱. دانش‌پژوه دکتری جریان‌های کلامی معاصر، جامعه المصطفی العالمیه، قم، ایران

ایمیل: mirzaeiewazali@gmail.com

۲. دانش‌پژوه دکتری جریان‌های کلامی معاصر، جامعه المصطفی العالمیه، قم، ایران

ایمیل: m.y.ahmadi1398@gmail.cim



## مقدمه

بر اساس آیات و روایات، یکی از مراحل که در تکوین شخصیت دینی و ولایی فرزندان ما تأثیر دارد، مرحله انعقاد نطفه است. لذا توجه به روزی حلال و توصیه‌ها و دستوراتی که از سوی شارع برای این مرحله صادر شده، می‌تواند گامی مؤثر برای تربیت نسل ولایی باشد. مثل با وضو بودن زن و مرد، گفتن بسم‌الله الرحمن الرحیم، پرهیز از عریانی کامل، خواندن دعا‌هایی مانند «اللهم ارزقنی ولداً واجعله تقياً زکياً لیس فی خلقه زیاده ولا نقصان و اجعل عاقبته الی خیر».

یکی دیگر از مراحل تأثیرگذار در تربیت دینی فرزندان، دوران بارداری مادر است که در شکل‌گیری صحیح شخصیت الهی فرزندان فوق‌العاده مؤثر است؛ زیرا کلیه حالات، سکنت‌ها، رفتارها و حتی خطورات فکری و ذهنی مادر در فرزند تأثیرگذار است. روان‌شناسان بر این باورند که حالات روانی و هیجانی یا حتی فعالیت‌های جسمانی مادر در شخصیت کودک مؤثر است. تراوش هورمون‌هایی که در شرایط فشارهای هیجانی یا روانی صورت می‌گیرد، بر جنین تأثیر می‌گذارد. مادری که خود علقه عاطفی و فکری و عملی با معارف دینی داشته باشد، می‌تواند منتقل‌کننده آن به فرزند خود نیز باشد. افزون بر خواندن عمومی قرآن کریم، خواندن ادعیه مأثوره و انس با مسجد و معنویت می‌تواند در تربیت دینی فرزند در دوران جنینی اثرگذار باشد. انس و مداومت مادر با مضامین معارف دینی، مستقیماً در جنین تأثیرگذار است و نسلی دین‌دار را می‌پروراند. همچنین توجه به آداب و توصیه‌های ائمه<sup>(ع)</sup> در بدو تولد که در دین مورد تأکید قرار گرفته است نیز تأثیر بسزایی در تربیت ولایی فرزندان دارد. توجه به مرحله شیردهی نیز در تربیت دینی نوزاد بسیار مهم است؛ تأثیر شیر مادر در پرورش شخصیت معنوی فرزندان امری مسلم و انکارناپذیر است. مادری که همیشه وضو دارد و شیر او آمیخته با ذکر و یاد خدای متعال است و در طول شیردهی، خود ذکر و یاد خدای مهربان را بر لب و قلب دارد، قطعاً این عشق و علاقه به فرزند او منتقل می‌شود؛ زیرا تحقیقات روان‌شناسی حاکی از این مسئله است که کلیه عواطف، علاقه‌ها و دل‌بستگی‌های مادر، هنگام شیر دادن، به فرزند هم منتقل می‌شود. نوشتار حاضر به نقش تربیتی مادر در دوران بارداری با روش توصیفی و تحلیلی می‌پردازد.



## ۱. معنای تربیت

تربیت (Education) از ریشه «ربو» و از باب تفعیل است و کلمه ناقص، وقتی به باب تفعیل برود، مصدر آن‌ها بر وزن تفعله می‌شود؛ مانند تربیه، ترکیه، تحلیه و... (طباطبایی، ۱۳۷۹: ۱۷۱). برخی قائلند که ریشه تربیت به معنای زیادت است؛ مثلاً وقتی می‌گوییم: «رَبَا الجرح والأرض والمال»، وقتی است که بدان افزوده شود و بیش از این مطلبی را بیان نمی‌کند. (فراهیدی، ۱۴۱۰: ۸، ۲۸۳) ابن منظور نیز این ریشه این واژه را به معنای زیاده و رشد دانسته است (ابن منظور، ۱۴۱۴: ۱۴، ۳۵۰).

اما جامع سخن را می‌توان در کلام علامه مصطفوی دید. ایشان اصل واحد یا گوهر معنایی در این ماده را تورم همراه با زیادشدن دانسته است؛ بدین معنا که شیء در خودش متورم شده و بدان وسیله برای او فضل و زیاده حاصل شده است (مصطفوی، ۱۳۶۰: ۴، ۳۵).

در تعریف اصطلاحی تربیت، لازم است میان دیدگاه اندیشمندان مسلمان و غیرمسلمان تفاوت قائل شویم. این تمایز از آنجا اهمیت دارد که نگاه دینی به تربیت، موجب تفاوت‌های بنیادین در مبانی، روش‌ها، اهداف و غایات تربیت شده است؛ تفاوت‌هایی که ممکن است در نگاه نخست آشکار نباشند؛ اما با دقت، بسیار چشم‌گیر و معنادار جلوه می‌کنند.

یکی از اصلی‌ترین این تفاوت‌ها در روش‌های تربیتی است. اندیشمندان غیردینی اغلب از روش‌های بیرونی استفاده می‌کنند؛ یعنی روش‌هایی که از خارج بر فرد تأثیر می‌گذارند و به فطرت انسانی که ودیعه‌ای الهی است، بی‌توجهند؛ مثلاً باندورا «یادگیری را مبتنی بر تأثیرات فیزیولوژیک و تجربه می‌داند و نقشی برای عوامل فطری قائل نیست» در مقابل، «متفکران اسلامی با تأکید بر عقل، اراده و اصل تکلیف، انسان را ذاتاً تربیت‌پذیر می‌دانند» (شریعتمداری، ۱۳۷۳: ۹). در این نگاه، تاریخ و اجتماع نمی‌توانند مانع تربیت‌پذیری شوند. «هدف تربیت، دستیابی به رشد الهی، طهارت، تقوا، قرب الهی، ترکیه، تهذیب و اصلاح رابطه انسان با خود، خدا، جامعه، طبیعت و تاریخ است» (دلشاد تهرانی، ۱۳۸۰: ۷۷).

## ۲. مسائل تربیتی دوران بارداری

مسائل تربیتی کودک از دوران بارداری آغاز می‌شود و این دوره از اثرگذارترین مراحل تربیت انسان به شمار می‌آید. برخی صاحب‌نظران این دوره را منحصر به فرد می‌دانند؛ به گونه‌ای که



نظیر آن را در سایر مراحل تربیتی نمی‌توان یافت. از همان لحظه انعقاد نطفه، جنین انسانی زنده و دارای حقوق است و دیگران به رعایت حرمت و حقوق او موظف هستند. بر اساس آموزه‌های عمیق اسلام، حتی برای نطفه در آغاز شکل‌گیری نیز دیه تعیین شده و هیچ‌کس حق ندارد او را از حق زندگی محروم سازد. این دیدگاه انسانی را باید با نگرش برخی مکاتب غربی مقایسه کرد که به راحتی مجوز نابودی این موجود بی‌دفاع را صادر می‌کنند.

باید آگاه باشیم که تمام حالات جسمی و روانی مادر، به همراه شرایط محیطی او، در شکل‌گیری شخصیت و رشد معنوی جنین نقش مستقیم دارد. آنچه مادر می‌خورد، می‌شنود، می‌بیند، می‌پوشد، احساس می‌کند و حتی واکنش‌های روحی و عاطفی او، همچنین فضای زندگی، رفتار همسر و اطرافیان همگی بر جنین اثر می‌گذارند. بنابراین باید این دوران طلایی را مغتنم شمرده و از آن برای تربیت صحیح نسل آینده به خوبی بهره ببریم.

### ۳. دوران جنینی، در آیات و روایات

از آیات و روایات استفاده می‌شود که تلاوت قرآن همواره امری پسندیده و مایه آرامش روح است. در دوران بارداری، خواندن قرآن علاوه بر آرامش مادر، بر جنین نیز اثر مثبت می‌گذارد. تلاوت سوره‌هایی مانند حمد، توحید، یس و آیات پربرکتی چون آیه الکرسی، آثار فراوانی دارد. البته در روایات، سفارش مشخصی به خواندن سوره خاصی در بارداری نشده، ولی برخی آیات برای آسان شدن زایمان یا خوردن غذاهایی خاص برای زیبایی و خوش اخلاقی فرزند توصیه شده‌اند. به‌طور کلی، خواندن تمام سوره‌ها و دعاها در این دوران مفید است. مادران می‌توانند از ابتدای قرآن شروع کرده و هر روز چند صفحه با تأمل بخوانند و هنگام انجام کارهای خانه نیز سوره‌های کوتاه و حفظی مانند حمد، توحید، قدر و ناس را زمزمه کنند تا همواره با قرآن مأنوس باشند.

برخی از بزرگان دینی دستورالعمل‌های خاصی را برای ماه‌های مختلف بارداری ذکر کرده‌اند. مهم‌ترین توصیه در دوران بارداری را می‌توان مهم‌ترین نیاز زندگی معنوی همه انسان‌ها؛ یعنی ترک گناه دانست. «انجام واجبات و ترک محرمات» در عین این‌که عبارت ساده‌ای است، تمام چیزی را که برای سلوک روحانی انسان‌ها نیاز است، در خود دارد. پیامبر اکرم (ص) فرموده‌اند: «قَالَ اللَّهُ عَزَّوَجَلَّ: مَا تَقَرَّبَ إِلَى عَبْدٍ بَشِيٍّ أَحَبَّ إِلَيَّ مِمَّا



اَفْتَرَضْتُ عَلَيْهِ؛ خداوند فرموده هیچ بنده‌ای با چیزی محبوب‌تر از واجبات به من نزدیک نشده است» (کلینی، ۱۴۰۷: ۲، ۸۲).

تلاوت قرآن باید جزء برنامه‌های ثابت دوران بارداری باشد. پیامبر اکرم (ص) می‌فرمایند: «تَوَرَّوْا بِتِلَاوَةِ الْقُرْآنِ... فَإِنَّ الْبَيْتَ إِذَا كَثُرَ فِيهِ تِلَاوَةُ الْقُرْآنِ كَثُرَ خَيْرُهُ وَاتَّسَعَ أَهْلُهُ وَ أَضَاءَ لِأَهْلِ السَّمَاءِ كَمَا تُضِيءُ نُجُومُ السَّمَاءِ لِأَهْلِ الدُّنْيَا؛ خانه‌های خود را به تلاوت قرآن روشن کنید؛ در خانه‌ای که قرآن زیاد تلاوت شود، خیر و برکت آن خانه زیاد می‌شود و اهل آن به وسعت می‌رسند و آن خانه برای اهل آسمان درخشندگی پیدا می‌کند؛ چنان‌که ستارگان آسمان برای اهل زمین می‌درخشند» (کلینی، ۱۴۰۷: ۲، ۶۱۰). مثلاً در ماه اول چه سوره‌هایی از قرآن خوانده شود، چه اذکاری گفته شود، چه مراقبت‌هایی را انجام بدهد. بدون شک رفتار مادر در دوران بارداری، روی جنین اثر می‌گذارد و توصیه‌هایی که در فقه و روایات و پزشکی و روان‌شناسی به مادران باردار شده، حاکی از تأثیر هیجانات شدید، فکر و خیال زیاد، اندوه و افکار بد بر روی جان و روان کودک است؛ زیرا جنین تحت تأثیر محیط اطرافش است و نزدیک‌ترین محیط به او مادر است. پیامبر خدا (ص) می‌فرمایند: «إِنَّ الْوَلَدَ الصَّالِحَ رِيحَانَهُ مِنْ رِيَّاحِينَ الْجَنَّةِ؛ فرزند صالح، ریحانه‌ای از ریاحین بهشت است» (کلینی، ۱۴۰۷: ۶، ۳).

پرورش انسانی پاک و آسمانی، نیازمند مراقبت دقیق و فراهم‌سازی همه‌جانبه شرایط از پیش از انعقاد نطفه تا دوران رشد کامل است. هدف اصلی همه پیامبران الهی، تربیت انسانی بوده که شایسته بهشت و قرب الهی باشد. در این مسیر، خانواده به‌ویژه پدر و مادر، نقش محوری در شکل‌گیری سعادت یا شقاوت فرزند دارند. از این رو، یاد خدا، تلاوت قرآن، نماز و دعا در دوران بارداری، تأثیر مثبت بر روح و اخلاق جنین دارد؛ همان‌طور که گناه، اضطراب، عصبانیت و ناآرامی‌های روانی می‌تواند اثرات منفی بر او بگذارد. برای آنکه نسل‌هایی خداشناس و بندگان راستین تربیت شوند، والدین امروز باید تلاش و مراقبتی آگاهانه و پیوسته داشته باشند. شاید پاداش‌های بزرگی که در روایات برای دوران بارداری و شیردهی ذکر شده، ناظر به همین زحمات ارزشمند و مجاهدت‌های مادرانه باشد.

پیامبر خدا (ص) فرمودند: «إِذَا حَمَلَتِ الْمَرْأَةُ كَانَتْ بِمَنْزِلَةِ الصَّائِمِ الْقَائِمِ الْمُجَاهِدِ بِنَفْسِهِ



و مَالِهِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَإِذَا وَضَعْتَ كَانَ لَهَا مِنَ الْأَجْرِ مَا لَا تَدْرِي مَا هُوَ لِعِظَمِهِ فَإِذَا أَرْضَعْتَ كَانَ لَهَا بِكُلِّ مَصَّةٍ كَعْدِلٍ عَتَقَ مُحَرَّرٍ مِنْ وَلَدِ إِسْمَاعِيلَ فَإِذَا فَرَعْتَ مِنْ رِضَاعِهِ ضَرَبَ مَلَكٌ عَلَى جَنْبِهَا وَقَالَ اسْتَأْنَفِي الْعَمَلَ فَقَدْ غُفِرَ لَكَ؛ وقتی زنی باردار می‌شود، مانند کسی است که [روزها] روزه بگیرد و [شب‌ها در عبادت خدا] شب‌زنده‌دار باشد و با جان و مال خود در راه خدا جهاد کند؛ هنگامی هم که وضع حمل کند پاداشی به او تعلق می‌گیرد که از عظمت نمی‌دانی به چه اندازه است؟ و زمانی که [به کودک] خود شیر می‌دهد؛ به ازای هر بار مکیدن کودک، معادل آزاد کردن فرزندی از فرزندان اسماعیل اجر می‌برد و وقتی از شیر دادن فراغت پیدا می‌کند فرشته‌ای بر پهلوی او می‌زند و به او می‌گوید که عملت را از نو شروع کن که [تمامی گناهانت] بخشیده شد» (مجلسی، ۱۴۰۷: ۱۰۱، ۱۰۷).

نیز پیامبر اکرم<sup>(ص)</sup> می‌فرماید: «لِلْمَرْأَةِ مَا بَيْنَ حَمْلِهَا إِلَى وَضْعِهَا إِلَى فِطَامِهَا مِنَ الْأَجْرِ كَالْمُرَابِطِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَإِنْ هَلَكَتْ فِيمَا بَيْنَ ذَلِكَ كَانَ لَهَا مِثْلُ مَنْزِلَةِ الشَّهِيدِ؛ زن از ابتدای بارداری تا وضع حملش و پس از آن تا از شیر گرفتن کودک، اجری به‌مانند رزمنده در راه خدا دارد و اگر در این دوران از دنیا برود منزلتی به‌مانند منزلت شهید دارد» (صدوق، ۱۳۹۰: ۳، ۵۶۱).

از نظر اسلام، فرزند عین خود انسان است و هر چه که از صلاح و فساد در آینده او رقم بخورد عین صلاح و فساد است که برای خود انسان رقم می‌خورد. بنابراین هر تلاشی برای به ثمر نشاندن «نسلی الهی»، عین تلاش برای اصلاح امور خود انسان خواهد بود: «إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ أَنْفُسَكُمْ وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا؛ اگر نیکی کنید به خود نیکی کرده‌اید و اگر بدی نمایید، به خودتان بدی کرده‌اید» (اسراء: ۷).

تغذیه یکی از عوامل بنیادین در تربیت انسان است و نقشی اساسی در شکل‌گیری شخصیت او دارد. بر اساس یک قاعده کلی، رفتار انسان با وضعیت جسم او پیوندی ناگسستنی دارد. فلاسفه جسم را مرکب روح دانسته‌اند؛ به این معنا که روح برای بروز و فعلیت رفتار، نیازمند بستر جسمانی سالم است. از این رو، دستیابی به رفتار سالم، متعادل و معنوی، مستلزم توجه به سلامت و طهارت جسم است؛ امری که در موضوع تغذیه نمود ویژه‌ای می‌یابد تا جایی که حتی باید از مصرف لقمه‌های مشکوک پرهیز کرد؛ زیرا



غذای حرام تأثیری مستقیم و سریع بر جان و اندیشه انسان دارد و می‌تواند قوه تعقل را از پذیرش حقیقت بازدارد. تاریخ گواهی می‌دهد که امام حسین<sup>(ع)</sup> در خطاب به لشکر عمر سعد فرمودند: «شکم‌هایتان از حرام پر شده و بر دل‌هایتان مهر خورده است. دیگر حق را نمی‌پذیرید و به آن گوش نمی‌دهید» (قمی، بی‌تا: ۲۴۵). این بیان، رابطه آشکار میان غذای حرام و بسته شدن دل و ذهن در برابر حقایق را نشان می‌دهد.

زندگی اولیای الهی نیز مؤید این حقیقت است؛ چنان‌که حتی خوردن یک لقمه شبهه‌ناک - نه از روی عمد، بلکه به‌طور اتفاقی - موجب محرومیت موقت آنان از عباداتی چون نماز شب شده است. این تجربه‌ها هشداری جدی برای همگان، به‌ویژه زنان باردار، است تا در این دوره حساس با دقتی دوچندان مراقب تغذیه خود باشند. پرهیز از نشستن بر سر سفره هر کس و توجه کامل به کیفیت و کمیت خوراک، می‌تواند تضمین‌کننده سلامت جسم و روح و زمینه‌ساز تربیت معنوی نسل آینده باشد.

#### ۴. نقش تربیتی مصاحب و هم‌نشین در دوران بارداری

دوستی و هم‌نشینی در دوران بارداری از عوامل مهم تربیتی به شمار می‌آید. دوستی یک ویژگی ذاتی انسان است که از گرایش‌های اجتماعی و عواطف انسانی سرچشمه می‌گیرد. لذا انسان به‌طور طبیعی از میان دیگران، افرادی را به‌عنوان دوست برمی‌گزیند و این انتخاب می‌تواند در سعادت یا شقاوت او تأثیری سرنوشت‌ساز داشته باشد. دوست، نه تنها شریک فکری و رفتاری فرد است، بلکه می‌تواند به الگویی برای اندیشه و عمل او تبدیل شود؛ زیرا افکار و رفتار در روندی تدریجی شکل می‌گیرد و شخصیت انسان را می‌سازد. در این میان، نقش دوست و هم‌نشین در شکل‌گیری نگرش و منش فرد، به‌ویژه مادر باردار، بسیار پررنگ است. بنابراین مادر باید با دقت و حساسیت، دوستی شایسته و تأثیرگذار انتخاب کند. قرآن کریم و پژوهش‌های علوم اجتماعی و روان‌شناسی نشان داده‌اند که پیوند دوستی بر پایه نوعی همانندی و سنخیت میان افراد ایجاد و حفظ می‌شود. این مشابهت، عامل اصلی تداوم رابطه و اثرگذاری متقابل است. از این رو، انتخاب هم‌نشین صالح می‌تواند زمینه‌ساز آرامش روانی، رشد فکری و تربیت معنوی مادر و در نتیجه نسل آینده باشد.

خداوند در آیه ۲۵ سوره فصلت از این سنخیت و تناسب میان دوستان سخن به میان



آورده است. شیخ طبرسی در تفسیر آیه می‌نویسد که یک معنای «قَیِّضُنَا لَهُمْ»، «بَدَّلْنَا لَهُمْ» است؛ یعنی برای دوست شدن با گروه خاص تبدیل و ایجاد سنخیت لازم است. (تقییض) به معنای تبدیل و (قرین) به معنای هم‌نشین است. (طبرسی، ۱۳۶۳: ۱۵، ۱۰) بنابراین کسانی با هم ارتباط دوستی را برقرار کرده و ادامه می‌دهند که از نظر فکری و رفتاری نوعی تشابه و سنخیت میان آنان ایجاد شده و ادامه یابد. هرگاه این سنخیت از میان رفت، دوستی نیز از میان می‌رود. پیامبر<sup>(ص)</sup> در بیان تأثیر دوست بر دوست می‌فرماید: «المرء علی دین خلیله فلینظر احدکم من یخالل؛ آدمی بر آیین دوست خود است پس بنگرید با چه کسی دوستی می‌کنید» (مجلسی، ۱۴۰۷: ۱۹، ۷۱). امام جواد<sup>(ع)</sup> نیز در این باره فرمودند: «ایاک و مصاحبه الشریر، فانه کالسیف المسلول یحسن منظره و یقبح اثره؛ از همراهی و رفاقت با آدم شرور پرهیز؛ زیرا او مانند شمشیر برهنه‌ای است که ظاهرش نیکو و اثرش زشت است» (همان).

آیات قرآن کریم بیانگر آن است که انسان‌ها در نهاد خود از صفات و اسمای الهی بهره‌مند هستند (بقره: ۳۱) و همین ویژگی، نوعی سنخیت میان انسان و خداوند ایجاد می‌کند. با این حال، این سنخیت تنها زمانی به کمال می‌رسد که انسان با عبودیت و تبعیت از عقل و وحی، صفات الهی را در وجود خویش به فعلیت برساند. در این مرتبه، انسان به مقام ربانی می‌رسد (آل عمران: ۷۹) و پیوندی عمیق و محبت‌آمیز میان او و خداوند شکل می‌گیرد (آل عمران: ۳۱).

نتیجهٔ محبوب الهی شدن، ورود خداوند در مقام فعل به مجاری ادراکی و تحریکی انسان است؛ به گونه‌ای که چشم، گوش، زبان، دست و پای او در خدمت الهی قرار می‌گیرد: «... فَإِذَا أَحْبَبْتَهُ كُنْتُ إِذَا سَمِعَهُ الَّذِي يَسْمَعُ بِهِ وَ بَصَرَهُ الَّذِي يَبْصُرُ بِهِ وَ لِسَانَهُ الَّذِي يَنْطِقُ بِهِ وَ يَدَهُ الَّتِي يَبْطِشُ بِهَا» (مجلسی، ۱۴۰۷: ۳۹، ۳۱۲). چنین اعضایی از آلودگی به گناه مصون‌اند. پیامبر اکرم<sup>(ص)</sup> نیز فرمودند: «إِذَا أَحَبَّ اللَّهُ عَبْدًا جَعَلَ لَهُ وَاعِظًا مِنْ نَفْسِهِ وَ زَاجِرًا مِنْ قَلْبِهِ يَأْمُرُهُ وَ يَنْهَاهُ» (مجلسی، ۱۴۰۷: ۷۰، ۱۳۷)؛ یعنی محبت الهی سبب پیدایش واعظ درونی می‌شود که انسان را از زشتی‌ها باز می‌دارد.

از آنجاکه در رابطه رفاقت و دوستی سنخیت و تناسب در ایجاد دوستی و بقای آن نقش



اساسی دارد، این معنا روشن می‌شود که رابطه دوستی تا چه اندازه می‌تواند در سعادت و شقاوت انسان‌ها نقش ایفا کند. خداوند متعال در آیه ۱۲۸ سوره انعام بیان می‌کند که چگونه دوستی انسان‌ها با شیاطین جنی مثلاً موجب می‌شود تا انسان به شقاوت برسد و به دوزخ و آتش جاودان گرفتار شود. همچنین خداوند از وضعیت برخی از دوزخیان در قیامت گزارش می‌دهد که چگونه ستمگران در قیامت از دوستی خود با افراد ناباب در دنیا اظهار تأسف و پشیمانی می‌کنند و از وضعیت شقاوت‌آمیز خود ناله سر می‌دهند (فرقان: ۲۷).

امام صادق<sup>(ع)</sup> می‌فرماید: «أَدْبَنِي أَبِي بِثَلَاثٍ... وَنَهَانِي عَنْ ثَلَاثٍ. قَالَ لِي: يَا بُنَيَّ مَنْ يَصْحَبُ صَاحِبَ السَّوِّ لَا يَسْلَمْ وَمَنْ لَا يُقِيْدُ أَلْفَاظُهُ يَنْدَمُ وَمَنْ يَدْخُلُ مَدْخَلَ السَّوِّ يُتَّهَمُ... وَنَهَانِي أَنْ أَصَاحِبَ حَاسِدَ نِعْمَةٍ وَشَامِتًا بِمُصِيبَةٍ أَوْ حَامِلَ نَمِيمَةٍ؛ پدرم سه چیز به عنوان ادب به من آموخت و از سه چیز نهیم کرد. سه نکته ادب این بود که فرمود: فرزندم! هرکس با دوست بد بنشیند، سالم نمی‌ماند، هر کس گفتارش را کنترل نکند، پشیمان می‌شود و هر کس به جایگاه‌های بد وارد شود، مورد بدگمانی قرار می‌گیرد و آن سه چیز که مرا از آن نهی کرد: دوستی با کسی که چشم دیدن نعمت کسی را ندارد و با کسی که از مصیبت دیگران شاد می‌شود و با سخن‌چین» (مجلسی، ۱۴۰۷: ۲۶۱، ۷۷). در میان دوستان ناباب بدترین دوست ابلیس است که با شیطنت خود انسان را به دوزخ می‌کشاند و بسیاری از انسان‌ها را گمراه و بدبخت می‌کند. (فرقان: ۲۷-۲۸)

پس انتخاب دوست و الگوبرداری طبیعی خواسته و ناخواسته از افکار و رفتارهای آنان و تغییر و تبدیل شخصیت می‌تواند عامل مهمی در سعادت و شقاوت انسان در دنیا و آخرت باشد. از این رو اسلام و دانشمندان نسبت به انتخاب دوست هشدار داده و خواهان انتخاب دوست بر پایه معیارهای والای ارزشی دینی شده‌اند که در ادامه به برخی از آن‌ها اشاره می‌شود.

## ۵. معیارهای انتخاب دوست خوب

قرآن کریم در معرفی دوست خوب دوروش را به کار گرفته است:

۱. بیان معیارهای کلی و ویژگی‌های عمومی دوست شایسته.
۲. معرفی مصادیق مشخصی که در جامعه قابل شناسایی هستند و می‌توان با آنان رابطه دوستی برقرار کرد.



خداوند برخی از این مصادیق را معرفی می‌کند: «و کسانی که از خدا و پیامبر اطاعت کنند، با کسانی خواهند بود که خدا به آنان نعمت داده است؛ یعنی پیامبران، راستان، شهیدان و صالحان و آنان چه نیکو همدمانی هستند». (نساء: ۶۹)

در این آیه، پیامبران، اهل صداقت و راستی، شهیدان و صالحان به عنوان بهترین دوستان معرفی شده‌اند؛ کسانی که از نعمت عقل و وحی برخوردارند و خداوند آنان را به راه هدایت رسانده است. بر اساس این آیه و دیگر آیات، مانند آیه ۴ سوره ممتحنه و آیه ۲۱ سوره احزاب، پیامبران برترین الگوهای بشریت‌اند و شایسته است که راه آنان برگزیده شود. پس از ایشان، بهترین دوستان کسانی هستند که همان مسیر پیامبران را پیموده و به عنوان «رَبَّانِیْنَ» (آل عمران: ۷۹)، «گواهان اعمال» (نساء: ۶۹)، «صالحان» و «صدیقان» شناخته می‌شوند. برجسته‌ترین نمونه این گروه، اهل بیت عصمت و طهارت<sup>(ع)</sup> هستند (احزاب: ۳۳).

پیامبر اکرم<sup>(ص)</sup> درباره اهمیت «صالح بودن» دوست می‌فرماید: «مَنْ أَرَادَ اللَّهُ بِهِ خَيْرًا رَزَقَهُ خَلِيلًا صَالِحًا؛ هر کس را خداوند خیر بخواهد، دوستی شایسته نصیبش می‌کند» (پاینده، ۱۳۸۳: ۲۳۴).

لقمان حکیم<sup>(ع)</sup> نیز در توصیه‌ای به فرزندش، صالح بودن را در اولویت دوم پس از تقوای الهی می‌داند: «يَا بُنَيَّ! لَا تَعُدْ بَعْدَ تَقْوَى اللَّهِ مِنْ أَنْ تَتَّخِذَ صَاحِبًا صَالِحًا؛ فرزندم! بعد از تقوای الهی، از انتخاب دوست صالح غافل نشو» (صدوق، بی تا: ۱۱۰).

پیامبر<sup>(ص)</sup> به نقش دوست در رشد اجتماعی و تأمین نیازهای عاطفی توجه داشت؛ اما هشدار می‌داد که گاهی تنهایی از داشتن دوست بد بهتر است. آن حضرت فرمود: «الْجَلِيسُ الصَّالِحُ خَيْرٌ مِنَ الْوَحْدَةِ وَالْوَحْدَةُ خَيْرٌ مِنَ الْجَلِيسِ سَوْءٍ؛ هم‌نشین صالح بهتر از تنهایی است و تنهایی بهتر از هم‌نشین بد» (طوسی، ۱۳۷۳، ۵: ۵۳۵).

امیرالمؤمنین علی<sup>(ع)</sup> نیز معیار دوستی را حق و باطل می‌داند: «الْكَيْسُ صَدِيقُهُ الْحَقُّ وَعَدُوهُ الْبَاطِلُ؛ انسان زیرک، دوستش حق و دشمنش باطل است» (آمدی، ۱۴۲۹: ۳۹۸). یکی از مهم‌ترین ویژگی‌های دوست، صداقت است. از همین رو در ادبیات دینی، دوست راست‌گو را «صدیق» نامیده‌اند. امام علی<sup>(ع)</sup> می‌فرماید: «خَيْرُ إِخْوَانِكَ مَنْ دَعَاكَ



إلى صدق المقال بصدق مقاله و ندبك إلى أفضل الأعمال بحسن أعماله؛ بهترین دوستان کسی است که با گفتار راستینش تو را به صداقت و با رفتار نیکش تو را به بهترین اعمال دعوت کند» (لیثی واسطی، ۱۳۷۶، ۱: ۲۳۹).

با توجه به این که بسیاری از این ویژگی‌ها باطنی‌اند و به آسانی شناخته نمی‌شوند، روایات بر «آزمودن دوست» پیش از انتخاب تأکید کرده‌اند. امیرالمؤمنین<sup>(ع)</sup> می‌فرماید: «مَنْ لَمْ يُقَدِّمْ فِي اتِّخَاذِ الْإِخْوَانِ الْإِعْتِبَارَ، دَفَعَهُ الْاِغْتِرَارُ إِلَى صَحْبَةِ الْفُجَّارِ؛ کسی که پیش از دوستی، آزمون را مقدم ندارد، فریب خورده و به هم‌نشینی با بدکاران کشانده می‌شود» (همان). پیامبر<sup>(ص)</sup> نیز می‌فرماید: «اِخْتَبِرُوا النَّاسَ بِأَخْدَانِهِمْ، فَإِنَّمَا يُخَادِنُ الرَّجُلُ مَنْ يُعْجِبُهُ نَحْوُهُ؛ مردم را با دوستانشان بیازمایید، زیرا هر کس با کسی دوست می‌شود که رفتار او را می‌پسندد» (حلی، ۱۳۷۶، ۲: ۲۴۹).

امام محمدباقر<sup>(ع)</sup> در تبیین سنجش محبت قلبی دوست می‌فرماید: «اعرف المودة في قلب أخيك بما له في قلبك؛ میزان محبت برادرت را با سنجش محبتی که خود به او داری، بشناس» (حرّانی، ۱۴۲۹: ۳۰۴).

امیرالمؤمنین<sup>(ع)</sup> شرط دوستی واقعی را چنین بیان می‌کند: «لا يكون الصديق صديقاً حتى يحفظ أخاه في ثلاث: في نكته وغيبته ووفاته؛ دوست واقعی، در سه موقعیت پشت برادرش را خالی نمی‌کند: هنگام گرفتاری، در غیبت و پس از مرگ او» (نهج البلاغه، ح ۱۳۴). برخی صفات، مانند حماقت، دروغ‌گویی یا فجور، آشکار است و نیاز به آزمون طولانی ندارد. اسلام هشدار داده است که از دوستی با چنین افرادی پرهیز شود. امام صادق<sup>(ع)</sup> می‌فرماید: «لا ينبغي للمسلم أن يؤاخى الفاجر ولا الأحمق ولا الكذاب؛ شایسته نیست مسلمان با بدکار، احمق یا دروغ‌گورفاقت کند» (کلینی، ۱۴۰۷، ۲: ۶۴۱).

بنابراین بر اساس آیات و روایات، معیارهای اصلی دوست خوب را می‌توان چنین برشمرد:

- صالح بودن: یعنی پابندی به تقوا و عمل صالح که خود عامل هدایت و رشد اخلاقی است.

- صداقت: راست‌گویی در گفتار و کردار که اعتماد و صمیمیت را پایه‌گذاری می‌کند.
- خردورزی: داشتن قدرت تشخیص حق از باطل و پرهیز از رفتارهای جاهلانه.

- آزموده بودن: شناخت واقعی شخصیت دوست، پیش از برقراری رابطه نزدیک.
- وفاداری: حفظ حرمت و حمایت از دوست در سختی‌ها، غیبت‌ها و حتی پس از مرگ.

از سوی دیگر، باید از دوستی با کسانی که فاقد این معیارها هستند، به شدت پرهیز کرد؛ زیرا هم‌نشینی با آنان می‌تواند به فساد اخلاقی و سقوط معنوی بینجامد. دوست بد، نه تنها رشد معنوی را متوقف می‌کند، بلکه انسان را به مسیرهای انحرافی می‌کشاند. بنابراین معیارهای قرآنی و روایی برای انتخاب دوست، ترکیبی از صفات اخلاقی، معنوی و عقلانی را شامل می‌شود. انتخاب چنین دوستی، به‌ویژه در دوران حساس زندگی، می‌تواند در سعادت فرد و جامعه نقشی سرنوشت‌ساز ایفا کند.

## ۶. عوامل افزایش دوستی

انسان اگر بتواند دوستی با ویژگی‌هایی چون خردورزی و خردمندی، صداقت و راست‌گویی، صالح و نیکوکار و مانند آن بیابد، گام مهمی برای سعادت خود برداشته است. برای شناخت این صفات در اشخاص می‌توان از روش آزمون و امتحان بهره برد و به رفتارها و کردارهایش توجه کرد؛ زیرا این صفات اگر جزو شخصیت وی باشد در رفتارهایش جلوه و ظهور می‌کند. برخی از صفات و اعمال در انسان مؤمن است که موجب تقویت دوستی و افزایش رابطه و محبت میان افراد می‌شود که از جمله به موارد ذیل می‌توان اشاره کرد:

۱. پیامبر گرامی<sup>(ص)</sup> در بیان برخی از عوامل تقویت دوستی و محبت میان افراد می‌فرماید: «ثلاثة تخلص المودة: اهداء الغیب و حفظ الغیب، والمعونة فی الشدة؛ سه چیز دوستی را یکرنگ می‌سازد: هدیه کردن عیب‌های یکدیگر، در غیبت دوست، پاس خاطر او را داشتن، بدگویی نکردن و یاری‌رساندن در سختی» (ورام، ۱۴۱۰: ۲، ۱۲۲).
۲. از دیگر عوامل افزایش انس و الفت میان دوستان، خوش اخلاقی است. در این باره پیامبر<sup>(ص)</sup> می‌فرماید: «حُسْنُ الْأَخْلَاقِ يَدِيرُ الْأَرْزَاقَ وَ يُؤْنِسُ الرَّفَاقَ؛ خوش اخلاقی روزی‌ها را زیاد می‌کند و میان دوستان انس و الفت پدید می‌آورد» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۴: ۲۴۶).

۳. ادب، یعنی لطافت و نرمی در رفتار از جلوه‌های زیبایی اخلاق است که با آراستگی و ظرافت در رفتار، به اعمال انسان بُعدی نیکو می‌بخشد و آن‌ها را متمایز می‌سازد؛ تا



جایی که دیگران را به تحسین و دوستی متمایل می‌کند. ادب از مهم‌ترین عوامل تحکیم روابط دوستانه است، درحالی‌که بی‌ادبی سبب تضعیف و گسست دوستی می‌شود. امیرمؤمنان علی<sup>(ع)</sup> می‌فرماید: «لا تصفوا لخله مع غیر ادیب؛ دوستی با شخص بی‌ادب هرگز صمیمی و پایدار نخواهد بود» (مجلسی، ۱۴۰۷: ۶۷، ۴۰۱).

۴. از ویژگی‌های مهم دوست شایسته، امر به معروف و نهی از منکر است؛ زیرا انسان نیکو همواره به خوبی‌ها دعوت می‌کند و از بدی‌ها باز می‌دارد. حضرت علی<sup>(ع)</sup> می‌فرماید: «الصَّدِيقُ مَنْ كَانَ نَاهِيًا عَنِ الظُّلْمِ وَالْعُدْوَانِ مُعِينًا عَلَى الْبِرِّ وَالْإِحْسَانِ؛ دوست واقعی کسی است که از ظلم و تجاوز باز دارد و در انجام کارهای نیک یاری رساند» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰: ۱۱۷).

۵. در روابط دوستانه، حفظ اسرار اهمیت بالایی دارد. امام علی<sup>(ع)</sup> می‌فرماید: «ابذل لصديقك كل المودة ولا تبدل له كل الطمأنينة؛ محبت خویش را نثار دوست کن؛ اما همه رازها را فاش مساز» (مجلسی، ۱۴۰۷: ۱۷، ۷۱). همچنین می‌فرماید: «فی الضیق یتبین حسن مواساة الرفیق؛ در تنگنا و سختی است که میزان یاری‌رساندن دوست آشکار می‌شود» (ری‌شهری، ۱۳۸۴: ۷، ۲۳۶).

انتخاب دوست باید با دقت و سنجش آثار او بر باورها و نگرش‌های فرد انجام شود. معصومین<sup>(ع)</sup> سفارش کرده‌اند که پیش از برقراری دوستی، افراد را بیازمایید؛ زیرا بدون آزمون، خطر فریب و هم‌نشینی با بدان وجود دارد، ولی دوستی بر پایه آزمون، پایدار و مستحکم می‌شود. (حکیمی، ۱۳۸۰: ۱، ۲۵) برخی گمان می‌کنند از تأثیرپذیری از دوستان ناباب مصون هستند، ولی هشدار معصومین<sup>(ع)</sup> این است که طبیعت انسان ناخودآگاه از اخلاق و رفتار اطرافیان اثر می‌پذیرد. در روایتی آمده است: «از مصاحبت با افراد شریر بپرهیزید که طبع شما ناپاکی را از آن‌ها می‌رباید و خود آگاه نیستید» (فرید، ۱۳۸۶: ۲، ۹۲). قرآن کریم نیز سرانجام شوم دوستی با افراد گمراه را یادآور می‌شود: «يَا وَيْلَتَى لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلَانًا خَلِيلًا قَدْ أَضَلَّنِي عَنِ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ جَاءَنِي؛ ای وای بر من! کاش فلانی را به دوستی نگرفته بودم. او مرا پس از دریافت قرآن، گمراه ساخت». (فرقان: ۲۸-۲۹).

بنابراین به‌ویژه مادران در دوران بارداری باید از دوستی و هم‌نشینی با افرادی که از نظر

دینی و اخلاقی بر شکل‌گیری شخصیت جنین اثر منفی می‌گذارند، پرهیز کنند. هم‌نشین شایسته، همان‌گونه که شخصیت فرد را می‌سازد، در نسل آینده نیز اثرگذار است.

## ۷. همراهی کردن همسر در مسائل معنوی

مادر در تربیت دینی فرزندان، نقش مهمی دارد؛ زیرا در لحظه‌لحظه زندگی فرزند همراه اوست و به او می‌آموزد که چگونه بیندیشد و در برابر امور مختلف چه رفتاری داشته باشد. در تربیت دینی نیز این مادر است که فرزند را با خدا آشنا کرده و ایمان به خداوند را در زندگی فرزند خود جاری می‌کند.

همراهی معنوی همسر در دوران بارداری؛ کلید آرامش مادر و رشد تربیتی فرزند دوران بارداری مرحله‌ای حساس و تعیین‌کننده در زندگی زوجین و سرنوشت تربیتی فرزند است. بسیاری از خانواده‌ها بعد از تولد فرزند با نوعی فاصله عاطفی و تربیتی میان زن و شوهر روبه‌رو می‌شوند که ریشه‌اش غالباً در کم‌توجهی به همراهی همسر در زمان بارداری است. وقتی در بارداری زن به‌طور مستقل عمل کند و همسر را در کنار خود نگیرد، احتمال افزایش فاصله عاطفی و کاهش ارتباط فکری و رفتاری در آینده بیشتر خواهد شد.

۱. آرامش مادر، نیازبنیادین دوران بارداری: اولین مؤلفه‌ای که به مادر در دوران بارداری آرامش می‌دهد، حضور و همراهی همسر است؛ دیدن اینکه همسر او را حمایت می‌کند، به نیازهایش توجه دارد و در مسائل روزمره و عاطفی کنارش است. این همراهی، آرامشی عمیق و پایدار ایجاد می‌کند. مؤلفه دوم، تقویت ارتباطات معنوی مادر در این دوره است: تلاوت قرآن، دعا، ذکر و ارتباط با اهل بیت<sup>(ع)</sup> می‌تواند اطمینان قلبی و آرامش روحی فراهم آورد؛ به‌ویژه اگر همسر نیز در این فضا شریک باشد. سوم اینکه دغدغه‌ها و فشارهای ذهنی مادر باید شناخته و تا حد ممکن برطرف شوند؛ کاهش این دغدغه‌ها مستقیماً به آرامش مادر کمک می‌کند.

۲. محبت، تنها به تأمین نیاز مادی محدود نیست: تأمین نیازهای مادی (مسکن، خوراک، پوشاک) ضروری است؛ اما کافی نیست. محبت کلامی، نوازش و ابراز علاقه عاطفی اثرگذاری بیشتری روی آرامش مادر دارد. مردی که با کلام محبت‌آمیز و رفتار عاطفی



- همسرش را تأیید و حمایت کند، به سلامت روانی او کمک شایانی می‌رساند. این محبت عاطفی، در نهایت به نفع فرزند درون رحم نیز خواهد بود.
۳. گوش شنوا بودن، هنر همسری در دوران بارداری: زن در مواجهه با مشکلات درونی، معمولاً از طریق سخن گفتن بار روانی را کم می‌کند؛ زیرا کلام برای او نقش «سوپاپ اطمینان» را دارد. بنابراین مرد باید شنونده‌ای صبور و همدل باشد تا همسر بتواند با صحبت کردن آرام شود. نیز در اسلام بر هم‌نشینی و کنار نشستن مرد با خانواده تأکید شده است: «جُلُوسُ الْمَرْءِ عِنْدَ عِيَالِهِ أَحَبُّ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى مِنْ اعْتِكَافٍ فِي مَسْجِدِي هَذَا؛ نزد خداوند، نشستن مردم کنار همسرش، از اعتکاف در این مسجد من، محبوب‌تر است» (ورام، ۱۴۱۰: ۲، ۱۲۲) نشستن کنار همسر فرصتی است برای شنیدن، درک و ابراز محبت که به‌طور مستقیم آرامش می‌آورد.
۴. آرامش مادر، بستر تربیت سالم فرزند: تربیت از همان لحظات شکل‌گیری جنین آغاز می‌شود؛ محیطی پر تنش یا مضطرب بر شکل‌گیری روانی کودک تأثیر منفی می‌گذارد. یکی از نیازهای اولیه فرزند، امنیت و آرامش است؛ تأمین این نیازها از سوی خانواده و به‌ویژه همسران، ظرفیت تربیت‌پذیری کودک را بالا می‌برد و زمینه رشد اخلاقی و عقلی او را فراهم می‌آورد. (مخبر، ۱۴۰۰: ۱۳۵)
۵. توجه به حقوق الهی و رشد معنوی مادر: علاوه بر آرامش عاطفی و روانی، مادر در دوران بارداری می‌تواند از جهت معنوی نیز رشد کند: انجام واجبات، ترک محرمات، پرداخت حقوق مالی که بر گردن اوست (مانند خمس و زکات) و توصیه به حق در خانواده از مصادیق مهم است. اهتمام به این امور نه تنها موجب آرامش وجدان می‌شود، بلکه محیط خانواده را به فضایی اخلاق‌مدار و تربیتی تبدیل می‌کند. (تراشیون، نورالمجتبی)
۶. استفاده از سیره بزرگان دینی: مطالعه حالات معنوی و روش‌های تربیتی معصومین<sup>(ع)</sup> و بهره‌گیری از دستورالعمل‌های عرفانی و عملی ایشان می‌تواند منبع الهام و قوت برای مادر باشد. به کارگیری تجربیات و آداب معنوی آن بزرگان، حتی در حد توان، به رشد معنوی مادر کمک کرده و اثر مثبتی بر تربیت فرزند در آینده خواهد داشت.
- همراهی فعال و معنوی همسر در دوران بارداری، محبت کلامی و عاطفی، شنیدن با



همدلی، رفع دغدغه‌های مادر و اهتمام به حقوق و امور دینی، همگی عناصر لازم برای تأمین آرامش مادر و فراهم‌سازی بستر تربیتی مناسب برای فرزندند. این دوره را باید فرصتی دانست برای تقویت پیوند زوجی و ایجاد «لنگرگاه آرامش» که تأثیرش تا سال‌ها در خانواده و شخصیت کودک باقی خواهد ماند.

### نتیجه‌گیری

در خانه و اجتماع، برجسته‌ترین جایگاه مادر، نقش تربیتی اوست. اهمیت این نقش از آنجا آشکار می‌شود که کودک نخستین بار در آغوش مادر پرورش می‌یابد و آداب و رسوم اجتماعی را از او می‌آموزد. از همان آغاز، مادر به کودک می‌آموزد چگونه با دیگران ارتباط برقرار کند و شیوه برخورد مناسب را در پیش گیرد. رفتار مادر در شکل‌دهی شخصیت کودک نقشی عمیق و ماندگار دارد؛ او نخستین بذر تربیت را در جان کودک می‌کارد و با مراقبت و پرورش، این نهال را بارور می‌سازد. طرز فکر و عمل مادر، مستقیماً بر رشد فکری و اخلاقی کودک اثر می‌گذارد و او می‌تواند فرزند را بر پایه ارزش‌های اسلامی تربیت کند. در این مسیر، مهم‌ترین اصل تقواست؛ یعنی پرهیز از گناه و دوری از امور شبهه‌ناک. بنابراین مادر باید چنان به خودسازی برسد که از لغزش‌ها در امان باشد، پیوسته دل به خدا داشته و حضور او را در گفتار و رفتار خود احساس کند.

بی‌تردید، رفتار و حالات مادر در دوران بارداری بر جنین اثرگذار است. توصیه‌های موجود در فقه، روایات، پزشکی و روان‌شناسی همگی بر این نکته تأکید دارند که هیجانات شدید، افکار منفی، اندوه و اضطراب می‌توانند تأثیرات نامطلوبی بر جان و روان کودک بگذارند؛ زیرا جنین بیشترین ارتباط را با مادر دارد و از شرایط روحی و روانی او اثر می‌پذیرد. در مقابل، یاد خدا، تلاوت قرآن، نماز و دعا می‌توانند آرامش و نورانیت را به مادر و فرزند منتقل کنند. همان‌گونه که گناه، عصبانیت و بی‌قراری روحی اثرات منفی بر جنین دارند. آیات و روایات، به‌طور کلی، تلاوت قرآن را عامل آرامش می‌دانند و این امر به‌ویژه برای مادر باردار اهمیت بیشتری می‌یابد. هرچه او قرآن بیشتری تلاوت کند، آرامش بیشتری به خود و فرزندش می‌بخشد؛ به‌خصوص خواندن سوره‌هایی مانند حمد، توحید، یس و آیاتی چون آیه‌الکرسی که آثار و برکات فراوانی دارند.



کودک ذاتاً مقلد است و بسیاری از رفتارها را از مادر می‌آموزد. او به تقلید از پدر اذان می‌گوید یا حرکات نماز را انجام می‌دهد. این ویژگی، فرصتی ارزشمند برای شکل‌دهی روحیه دینی در کودک است. حتی لالایی مادر، اگر همراه با ترانه‌های مذهبی، آیات قرآنی یا ذکر و حمد الهی باشد، می‌تواند اثر عمیقی بر جان او بگذارد. فعالیت‌های عبادی مادر، تصویری ماندگار در ذهن کودک ایجاد می‌کند و همواره او را به یاد این لحظات می‌اندازد. بدین ترتیب، مادر با رفتار دینی و معنوی خود، نه تنها در دوران بارداری، بلکه در همه سال‌های زندگی، سرچشمه اصلی تربیت اخلاقی و معنوی فرزند باقی می‌ماند.



## فهرست منابع

قرآن کریم

نهج البلاغه

۱. ابن منظور، محمد بن مکرم، (۱۴۱۴ ق)، لسان العرب، بیروت: دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع.
۲. پاینده، ابوالقاسم، (۱۳۸۳)، نهج الفصاحه، (تصحیح و تنظیم عبدالرسول پیمانی و محمدامین شریعتی)، اصفهان: نشر خاتم الانبیاء (ص).
۳. تراشیون، علیرضا، درس‌های تربیت فرزند، مؤسسه نورالمجتبی<sup>(ع)</sup>، سایت نورالمجتبی.
۴. تیممی آمدی، عبدالواحد، (۱۴۲۹ ق)، غرر الحکم و درر الکلم، (تحقیق سید مهدی رجائی)، تهران: دارالکتاب الاسلامیه.
۵. حرانی، ابن شعبه، (۱۴۲۹)، تحف العقول عن آل الرسول (ص)، بیروت: منشورات الفجر.
۶. حکیمی، محمدرضا، (۱۳۸۰)، الحیة (ترجمه: احمد آرام)، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
۷. حلی، احمد بن فهد، (۱۳۷۶)، عدة الداعی، (ترجمه: حسین غفاری)، قم: بنیاد معارف اسلامی.
۸. دلشاد تهرانی، مصطفی، (۱۳۸۰)، سیری در تربیت اسلامی، تهران: نشر و تحقیقات ذکر،
۹. شریعتمداری، علی، (۱۳۷۳)، تعلیم و تربیت اسلامی، تهران: امیرکبیر،
۱۰. صدوق، محمد بن علی، (۱۳۹۰ ق)، من لایحضر الفقیه، تهران: دارالکتب الاسلامیه.
۱۱. صدوق، محمد بن علی، مصادقه الاخوان (ترجمه: خراسانی کاظمی)، کاظمین: منشورات مکتبه صاحب الزمان.
۱۲. طباطبایی، محمدرضا، (۱۳۷۹)، صرف ساده، قم: دارالعلم.
۱۳. طبرسی، فضل بن حسن (۱۳۶۳)، مجمع البیان فی تفسیر القرآن، تهران: ناصر خسرو.
۱۴. طوسی، محمد بن حسن (۱۳۷۳)، الامالی، قم: دارالثقافة.



۱۵. فراهیدی، خلیل بن احمد، (۱۴۱۰ ق)، العین، قم: هجرت.
۱۶. فرید، مرتضی، (۱۳۸۶)، الحدیث، تهران: دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
۱۷. قمی، شیخ عباس، (بی‌تا)، نفس المهموم، قم: مکتبه بصیرتی.
۱۸. کلینی، محمد بن یعقوب، (۱۴۰۷ ق)، الکافی، تهران: دارالکتب الاسلامیه.
۱۹. لیشی واسطی، علی بن محمد، (۱۳۷۶)، عیون الحکم و المواعظ، قم: مؤسسه دار الحدیث.
۲۰. مجلسی، محمدباقر، (۱۴۰۷ ق)، بحارالانوار، بیروت: دار احیاء التراث العربی،
۲۱. محمدی ری‌شهری، محمد (۱۳۸۴)، میزان الحکمه، قم: دارالحدیث.
۲۲. مخبر، سیما، (۱۴۰۰)، ریحانه بهشتی یا فرزند صالح (با همکاری جمعی از خواهران حوزه علمیه)، قم: نور الزهرا (س).
۲۳. مصطفوی، حسن، (۱۳۶۰)، التحقیق فی کلمات القرآن الکریم، بیروت: دارالکتب العلمیه.
۲۴. ورام، مسعود بن عیسی، (۱۴۱۰)، تنبیه الخواطر و نزهه النواظر المعروف بمجموعه ورام، قم: مکتبه فقیه.