

فرزند دین باور

در این نوشتار، به اختصار نکات مهم که بایستی توسط والدین برای مذهبی شدن فرزند رعایت شوند، پرداخته ایم و توصیه های ائمه اطهار علیهم السلام و روش های کاربردی را برای تربیت فرزندی دین باور ارائه می نماییم.



در این نوشتار، به اختصار نکات مهم که بایستی توسط والدین برای مذهبی شدن فرزند رعایت شوند، پرداخته ایم و توصیه های ائمه اطهار علیهم السلام و روش های کاربردی را برای تربیت فرزندی دین باور ارائه می نماییم.

نکات مهم برای مذهبی شدن فرزند

تربیت کودک جهادی مقدس است و انجام وظیفه در این امر خطیر، راهی است که خداوند ما را به آن امر فرموده است. طبعا کمترین بی توجهی به سرنوشت کودک خود نوعی خیانت به او و جامعه اوست و عقوبت و کیفر الهی را در پی دارد.

ما به حکم پدر و مادر بودن مسؤولیم، وظیفه ما تربیت و تزکیه فرزندان است که می باید با علاقه و معرفت کافی صورت پذیرد. در متون اسلامی سفارشات و نکات تربیتی زیادی خطاب به والدین بیان شده است که برخی از آنها مستقیما پدران را مخاطب قرار می دهد و مسؤولیت هایی را صرفا به گردن ایشان می اندازد. برخی هم خطاب به هر دو است، ولی بدیهی است که در این امر نقش مادر به مراتب قوی تر و سازنده تر است، زیرا اوست که به فرزند مهر می ورزد و می تواند جنبه مهرطلبی او را سرشار و لبریز سازد.

این عواطف نیرومند مادری است که بعد از غریزه حب ذات هیچ احساسی را هم وزن آن نمی توان یافت. لذا مادر می تواند نقش رهبری و هدایت فرزند را بر عهده گیرد و او را به سوی هدف های مطلوب اسلامی سوق دهد. مشروط به این که خود نیز الگویی شاخص و از هر جهت شایسته باشد.

به هر حال در امر تربیت دینی، مربی هرکس که باشد (پدر، مادر یا حتی معلم مدرسه) ابتدا در قبال خود و سپس فرزند وظایفی بر عهده دارد، و اهم آن وظایف به طور خلاصه از این قرار می باشد:

1- سازندگی خود:

مربی پیش از آن که اقدام به ساختن دیگران کند باید خود را بیوراند و بسازد و این کار آسانی نیست. به فرموده امام علی علیه السلام:

«من نصب نفسه للناس اماماً فعلیه أن یبدأ بتعلیم نفسه قبل تعلیم غیره؛ آن کس که خود را امام و رهبر قرار می دهد، پیش از آموزش و تعلیم دیگران، باید به تعلیم نفس خود پردازد.»

مربی باید نفس خود را مهذب ساخته و همیشه در خط فرمان خدا باشد. اطاعت خدا را مقدم بر هر چیز بداند و به امید جلب رضایت او به انجام وظایف خود اقدام کند.

۲- خود و فرزند را در پناه معبود بی نهایت قرار دادن:

پدر و مادر در عین تلاش برای سازندگی نسل، باید خود و فرزندان را به خدا بسپارند و ضمن دعا برای او بدانند که همه امور را نمی توانند کنترل کنند و همه اوقات خود را نمی توانند صرف فرزندان نمایند. دعا برای فرزند، وظیفه والدین است.

۳- آگاهی از راه و رسم تربیت:

مرد و زن قبل از پدر و مادر شدن، تعلیم و تربیت کودک را بیاموزند، سپس به تولید نسل پردازند، زیرا دوران تربیت کودک قبل از تولد او شروع می شود.

به فرموده حضرت علی علیه السلام:

«ما تحلّ والدٌ تحللاً أفضلَ من آدبٍ حسنٍ؛ هیچ پدری به فرزندش تفصل و بخششی ننموده است که عالی تر و شریف تر از تربیت خوب باشد.» 1

۴- محبت به فرزندان و رعایت عدالت بین آنها:

کسانی که دلشان با نور محبت روشن و روحشان با حرارت مهر گرم است دستشان نمی لرزد، تنشانشان خسته نمی شود و از

هیچ چیز نمی ترسند، محبت نیاز اساسی برای ادامه حیات طفل است. محبت والدین حتی سرنوشت و زندگی طفل را معین می سازد. کودکان با رضا و رغبت از کسی پیروی می کنند که از او محبت دیده باشند.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم فرمودند:

«إِذَا نَظَرَ الْوَالِدُ إِلَى وَلَدِهِ قَسِيرَهُ كَانَ لِلْوَالِدِ عَتَقٌ نَسَمَةً؛

پدری که با نگاه مودت آمیز خود فرزند خویش رامسور می کند، خداوند به او اجر یک بنده آزاد کردن عنایت می فرماید.»²

پدر و مادری که چند فرزند دارند، باید متوجه باشند که محبت را عادلانه و به تساوی به فرزندان ابراز نمایند.

برای اطلاع بیشتر به «آموزه های دینی برای پرورش روح و جسم فرزند در بدو تولد» مراجعه کنید

رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم فرمودند:

«إِعْدِلُوا بَيْنَ أَوْلَادِكُمْ مَا تُحِبُّونَ أَنْ يَعْدِلُوا بَيْنَكُمْ؛

بین فرزندان خود به عدالت رفتار نمایید همان طور که مایلید فرزندان شما و مردم درباره شما به عدل و داد رفتار کنند.»³

پدری با دو فرزندش شرفیاب محضر رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم بود.

عن النبی صلی الله علیه و آله و سلم: نظر إلى رجل له ابنان فقبل أحدهما وترک الآخر فقال النبی صلی الله علیه و آله: فهلا آسیت بینهما؛

آن مرد یکی از فرزندان را بوسید به فرزند دیگر اعتنا نکرد. پیامبر صلی الله علیه و آله و سلم به او فرمود: چرا با فرزندان خود به طور متساوی رفتار نمی کنی؟⁴

۵- آموزش فرایض مذهبی به فرزندان:

والدین باید بدانند تعالیم مذهبی را چگونه، از چه سنی و با چه شیوه هایی به فرزندان بیاموزند تا مذهب با گوشت و خون آنان عجین شود.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم:

«ویل لأطفال آخر الزمان من آبائهم فقيل: يا رسول الله، من آبائهم المشركين؟ فقال: لا من آبائهم المؤمنين، لا يعلمونهم شيئا من الفرائض، وإذا تعلموا أولادهم منعوهم، ورضوا عنهم بعرض يسير من الدنيا، فأنا منهم برئ وهم مني براء؛

وای بر فرزندان آخر زمان از پدرانشان. عرض شد یا رسول الله از پدران مشرک آنها؟ فرمودند: نه، بلکه از پدران مسلمانان که هیچ چیز از فرایض مذهبی را به آنان نمی آموزند و اگر خود فرزندان پاره ای از مسایل دینی را فراگیرند، آنها را از ادای این وظیفه

مقدس بازمی دارند و تنها به این قانع هستند که فرزندانشان متاع ناچیزی از دنیا به دست آورند. من از این قبیل پدران بری هستم و آنان نیز از من بیزارند.»⁵

امام صادق علیه السلام فرمودند:

«بَادِرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالْحَدِيثِ قَبْلَ أَنْ يَسْبِقَكُمْ إِلَيْهِمُ الْمُرْجِئَةُ؛

احادیث اسلامی را به نوجوانان خود بیاموزید و در انجام این وظیفه تربیتی تسریع نمایید پیش از آن که مخالفین گمراه بر شما پیشی گیرند.»⁶

امام صادق علیه السلام فرمودند:

«مَنْ قَرَأَ الْقُرْآنَ وَ هُوَ شَابٌّ مُؤْمِنٌ اِخْتَلَطَ الْقُرْآنُ يَلْحَمِهِ وَ دَمِهِ؛

اگر جوان قرآن بخواند، قرآن با گوشت و خون او مخلوط خواهد شد.»⁷

۶- سخت گیری نکردن:

پدر و مادر باید بدانند که آنان به اندازه خود مکلف هستند.

آنان باید بدانند بهترین روش برای یاد دادن، یادگیری است. بچه ها تشنه یادگیری هستند شما بخواهید یا نخواهید آنان یاد می گیرند.

۷- تدریجی بودن تعالیم:

آموزش تعالیم باید تدریجی و به تناسب سن رشد باشد، از همان مراحل اولیه حیات، به صورت پراکنده، با قصه ها و داستان ها، از سال های اولیه باید با تشویق و ایجاد رغبت او را به سوی اعمال مذهبی سوق داد. به طور مثال به او اجازه دهید در صورت

تمایل، تقلید نماز خواندن، وضو گرفتن و دیگر اعمال مذهبی را بکند و از این بابت دل خوش باشد.

شیوه تربیت باید به گونه ای باشد که فرزندان بتوانند برای زندگی خود تصمیم بگیرند، پیش بینی های لازم را برای خود داشته و در گزینش راهی از میان راه ها صاحب نظر باشند.

این نکته بسیار مهم است که پنج سال اول زندگی فرزند سرنوشت ساز است. پایه هایی که در این مرحله گذاشته می شود، ممکن است تا پایان عمر همچنان استوار بماند. نکته بنیادین این است که در محیط مذهبی فرزند مذهبی می شود و هر اندازه محیط سالم تر باشد فرزند سالم تر می شود.

چگونه فرزندی دین باور داشته باشیم؟

آموزش مذهب

مباحث اسلام شامل سه بخش اعتقادات، جنبه های تعالیم (عبادات، معاملات و احکام) و مواضع (سیاسی، اخلاقی و ...) می شود.

۱- عواملی که مذهب کودکان را تعیین می کند، اطلاعات مذهبی نیست، بلکه اعتقاد به مذهب است. اسلام محتوایی دارد که باید آن محتوا را در اخلاق، سیاست و فرهنگ به کودکان آموخت. سپس اسامی را نیز او خود یاد می گیرد، مانند این که دعا کند، خدا را شکر کند، پس از صرف غذا سپاس را به جا آورد و در کارها حضور و رضای خدا را در نظر بگیرد.

روح او با امانتداری آشناست، مصداق های آن را باید به او آموخت. این که در برابر قرآن مؤدب و متواضع باشد حکم کیفر را برای دروغ و خیانت بداند، بفهمد شرارت بد است و خراب کاری نارواست، وضو برای نماز لازم است و چه چیزهایی حرام است.

از همان کودکی در ضمن عمل به او بیاموزیم و عادتش دهیم که در حین دعا برای خود، برای سعادت دیگران نیز دعا کند و برای مردم نیز خیرخواهی داشته باشد. (این دعاها اگرچه لفظی است، سبب خواهد شد که طفل به آن توجه داشته باشد، او را برای دوست داشتن دیگران، برادری و الفت با غیر، ایجاد هدف و زمینه مشترک با جمع آماده کنیم).

کودک یاد بگیرد که کجا به سوی خداوند برود، آن هم آرام به گونه ای که احساس تحمیل نکند، حتی به صورتی هم متوجه نشود.

امام صادق علیه السلام فرمودند:

«وقتی کودک سه ساله شد، به او کلمه ی «لا اله الا الله» را یاد بدهید. سپس او را رها کنید تا به سن سه سال و هفت ماه و بیست روز برسد، آنگاه «محمد رسول الله» را به او یاد بدهید. سپس تا ۴ سالگی او را رها سازید، در چهار سالگی صلوات بر محمد و آل محمد را یاد دهید و پنج سالگی رویش را به قبله متوجه کنید و به او بگویید که سر به سجده بگذارد و در شش سالگی رکوع کامل و سجده صحیح را به او بیاموزید و در هفت سالگی به طفل بگویید دست و رویت را بشوی و نماز بگزار.»⁸

(درباره روزه، امام صادق علیه السلام می فرمایند: از حدود ۶ سالگی فرزندان را برای سحری خوردن بیدار کنید و از ۷ سالگی او را ساعاتی به تحمل تشنگی و گرسنگی عادت دهید. برای مثال امروز تا ظهر، فردا ظهر تا مغرب).

۲- باید به کودک فرهنگ متعالی را آموزش داد، آن قدر قوی باشد که رشد را در مذهب پیدا کرده باشد و از مظاهر فساد دوری کند. بنابراین ما نباید کاری کنیم که بچه ها از بعضی مسایل ناآگاه باشند و این را به حساب خوبی بگذاریم، البته اطلاع زیاد نیز گاهی اوقات فساد می آورد.

اسلام را برای فرزندان، بی آن که خودشان بفهمند تبیین کنیم. اگر زندگی ما اسلامی باشد، فرزند خود اسلام را یاد می گیرد، تعریف داستان هایی که در آنها محبت را بیاموزد، روحیاتی را از مذهب یاد بگیرد که این را باید مادر به فرزند تفهیم کند.

همان گونه که لباس نو را دوست دارد، نظافت را دوست دارد، مذهب را دوست داشته باشد. به جای اینکه او را وادار به حجاب و عفاف کنیم، علاقه به حجاب را در او ایجاد کنیم. که اگر به این صورت باشد، موفق شده ایم.

۳- زندگی مذهبی تابع آداب و ضوابطی است که کودک از همان دوران خردسالی باید بکوشد خود را با آنها تطبیق دهد. ایجاد عادات مذهبی مانند وقت شناسی، انضباط در کار، محکم کاری، رعایت حدود و حقوق، انس به کار، میل به سحرخیزی و ده ها مسایل از این قبیل در دوران کودکی باید سر و سامان یابد.

۴- در آموزش به ویژه آموزش مذهبی، چیزی را به کودک بدهیم که بعدها نیازی به اصلاح نداشته باشد؛ یعنی پاسخ درست به

۵- آموزش باید سمعی و بصری باشد تا کودک را از صمیم قلب به مکتب معتقد سازد.

۶- جلوگیری از بد آموزی ها؛ بی تفاوتی بلایی است که از دوران کودکی دامن گیر کودک می شود و آن نیز بر پایه سفارش ها و عملکردهای والدین و مربیان است که برای حفظ کودک از خطر دایم به او می گویند: «کاری به کار کسی نداشته باش». «به تو چه فلانی دعوا کرده»... در نتیجه عدم حساسیت در کودک به تدریج به صورت امری عادی درمی آید.

قدرت درک کودک را از طریق سؤالاتی چون زمین را که آفریده، درخت را که آفریده و ... بالا ببریم و سرانجام از این پرسش ها نتیجه بگیریم که همه چیز را خدا آفریده است.

باید این تصور در ذهن کودک ایجاد شود که خدا او را دوست دارد و می خواهد او فردی بزرگ و ارزنده شود و خوشبخت و سعادتمند گردد. خداوند همه انسان ها را بر پایه فطرت پاک و با سرشتی سالم آفریده است. خدایی مهربان و مددکار که بدکاران و ستمگران را دوست ندارد و می خواهد در جهان صلح و صفا باشد.

برای تفهیم بهتر این مطلب در ذهن کودک می توانیم چنین مثال بزنیم که تویی که برایت می خریم برای این است که بازی کنی و سرگرم شوی. اگر به شیشه بزنی و آن را بشکنی، این تو هستی که اشتباه کرده ای، توپ مقصر نیست.

۷- کودک را با بهشت و جهنم آشنا کنیم ولی بکشیم که هراس از دوزخ پیش از ۷ سالگی او را بی قرار نسازد.

۸- کودک با شرکت در اجتماعات مذهبی، درس های بزرگی می آموزد. شرکت دادن کودک در محیط مذهبی مثل مساجد و جلسات مذهبی و اجتماعات سالم در رشد و پرورش دینی او بسیار مؤثر است.

چون سؤالات کودک بسیار و نشان دهنده عطش او است، گوش کردن به آنها مستلزم صبر و حوصله است.

زن اگر متدین، مطلع، خوش اخلاق و باگذشت باشد، می تواند خانواده ای را به سمت ایمان و سعادت برساند.

طرح اصول دین برای فرزند

بهتر است اصول اعتقادات را در کودکی در قالب داستان برای فرزند طرح کرد طرح آن به این ترتیب باشد:

۱- رسالت و امامت، ۲- معاد، ۳- توحید.

باید وجود رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم و امام علیه السلام برای فرزند محسوس و ملموس باشد. می گوئیم: پیامبر مهربان بود، خدمتگزار خلق بود، چنین و چنان بود. چون خدا دوست دارد به ما کمک برساند، برای راهنمایی بشر پیامبران را فرستاده است. کار پیامبران آوردن قانون خدا، آگاه کردن بشر و بیان رمز و راز سعادت است. برای نمونه می توانیم نقش پدر را در خانه مثال بزنیم. پدر راه سعادت را به بچه نشان می دهد اگر بچه ای در خانه شلوغ کند، پدر او را ادب می کند، پیامبران تأدیب کننده اند. اگر سؤالی را بلد نباشیم از پدر و مادر می پرسیم پیامبران داناترین افرادند.

امام نیز یعنی پیشوا، راهنما، رهبر، امام یعنی سرپرست، مانند امام جماعت و امام جمعه. برای نمونه، پدر امام خانه است. مدیر مدرسه، امام مدرسه است. مردم احتیاج به امام دارند. خانه، پدر و مادر می خواهد. شهر و کشور، امام می خواهد. اگر سرپرست نباشد اختلاف و هرج و مرج پیش می آید. در خانه اگر پدر نباشد، مادر باید باشد تا اختلاف پیش نیاید. کار امام حفظ دین، حفظ مملکت و رهبری است. آیا دوست داری که مثل او (پیامبر یا امام) باشی؟ آیا کسی را که مثل او باشد دوست داری؟ وقتی بچه تصدیق کرد که دوست دارد، کار تعلیم آغاز می شود. برای این تصدیق هیچ مانعی در میان نیست، مگر لجبختی و عناد و نفاق که اینها نیز در کودک نیست.

در ادامه از آدم های عادل و با انصاف صحبت می کنیم و نمونه می دهیم و از بدی ظالم و ظلمش بر جامعه و مردم می گوئیم. آنگاه از معاد می گوئیم، مثل کارکردن که در آخر وقت مزد گرفتن را در پی دارد و خوب فهمیدن درس که قبول شدن را در پی دارد.

سپس توحید را مطرح می کنیم؛ یعنی خداوند یکتا، در حد معرفی آثار قدرت و رحمتش که برای کودک قابل فهم باشد.

تعادل در خانواده مهم ترین مسأله

از مسایل عمده در امر تربیت، توجه به جنبه های خانوادگی و رفتار و اطلاعات والدین است. اصولا خانواده و اجتماع دو رکن اساسی در اصلاح جامعه اند. مادام که این دو درست ساخته نشوند، امکان تربیت صحیح کودکان نخواهد بود.

خانواده قوی ترین سنگر در برابر مفسد اجتماعی و انحرافات اخلاقی است. تربیت اسلامی نخست باید از خانواده آغاز شود. هیچ عاملی به اندازه والدین نمی تواند در این امر مؤثر باشد. امام علی علیه السلام فرموده اند:

« إِذَا كَرُمَ أَصْلُ الرَّجُلِ كَرُمَ مَعِيَّتُهُ وَ مَحْضَرَّتُهُ؛

با کسی که ریشه خانوادگی اش شریف است در حضور و غیاب و در هر حال دارای فضیلت و صفات پسندیده است.»⁹

یقینا هر خانواده ای نمی تواند توسعه دهنده و پرورش دهنده وجود انسان و جامعه باشد. خانواده ای می تواند پرورش و تربیت صحیح و متعادل بدهد که خود تعادل داشته باشد، زیرا هر جا تعادل باشد رشد و بالندگی هست و هر جا تعادل نباشد در آنجا امور از مدار واقعی خود خارج می شود.

تعادل در تمام جنبه های زندگی مطرح است و خانواده ای موفق است که خود را در تمامی این جنبه ها بررسی کند و مراقب باشد در هیچ زمینه ای به افراط و تفریط دچار نشده و از اعتدال خارج نگردد.

برای نمونه به ده تا از مهم ترین ویژگی های خانواده متعادل اشاره می شود¹⁰:

۱- تعادل نظر و عمل:

کسانی که رفتار و عمل آنان با گفته هایشان انطباق ندارد، باعث بی اعتبار شدن هدف ها و نظرات می شوند و بی اعتمادی را در بین اعضای خانواده پدید می آورند. با عمل درست می توان به اندازه چند پیام نظری با مردم حرف زد و در آنان اثر گذاشت.

۲- تعادل معنویت و مادیت:

انسان موجودی دو بعدی و آمیخته ای از نیازهای معنوی و مادی است. خانواده باید شرایط لازم را برای تأمین نیازهای همه جانبه به وجود آورد و فکر و وقت خود را طوری تقسیم کند که هم به امور مادی زندگی برسد و هم به نیازهای معنوی.

3- تعادل سه زمان (گذشته، حال، آینده):

خانواده موفق خانواده ای است که او گذشته خود و جامعه خود را به درستی بشناسد و از تجارب گذشتگان به خوبی استفاده کند. ثانیاً وضع فعلی خود را به درستی بررسی کند و با اندیشه و تفکر آن را سامان دهد نماید. ثالثاً مطمئن شود که آینده متناسب با وضع خود را به خوبی تشخیص داده است و تصویر نسبت درست از آینده ای که به سوی آن روان است، برای خود ترسیم نماید.

۴- تعادل منطق و عاطفه:

زندگی خانوادگی هم به عقل و منطق محتاج است، هم به عشق و عاطفه. هیچ یک از این دو به تنهایی برای یک زندگی مطلوب کافی نیست و یک خانواده نمی تواند با یکی از آنها به سعادت برسد. اگر نیازهای عاطفی، تأمین شود، تفکر قوت پیدا می کند و بالعکس. منطق بدون عاطفه، زندگی را سرد و بی روح می کند و عاطفه بدون منطق، زندگی را بیش از حد معمول سیال می کند.

۵- تعادل گفتن و شنیدن:

انسان از طریق گفتن، درون خود را برملا می سازد و از طریق شنیدن درون خود را غنی می سازد. کسی که پرگویی می کند خود را از تأمل و تفکر، و همچنین شنیدن نظرات دیگران محروم می کند، و کسی که در شنیدن و سکوت افراط می کند، فرصت تمرین و تجزیه و تحلیل و بیان نظرات خود را از خویشتن سلب می کند. در پی گفت و شنود دو طرف تربیت می شوند.

۶- تعادل سازگاری و انتقادگری:

افراد خانواده باید به قواعد پایبند باشند، اما حق دارند امور مختلف را مورد نقد و بررسی قرار دهند.

7- تعادل مصالح درونی و مصالح بیرونی:

هر خانواده ای می خواهد به مصالح خود توجه کند، اما در مقابل اوضاع اجتماعی نیز مسئولیت دارد. باید بین این دو توازن ایجاد نماید.

۸- تعادل هدف های تربیتی:

انسان چند بعدی به برنامه های چند بعدی نیاز دارد، بنابراین در تعیین هدف های تربیتی خود باید همه این ابعاد را در نظر بگیرد.

9- تعادل مدیریت و مشارکت:

پدر مدیر خانواده است، اما اگر مدیریت مستبد باشد، انسان های سرکوب شده به جامعه تحویل می دهد و زمینه را برای جامعه استبدادی فراهم می کند. بنابراین باید زمینه مشارکت تمام افراد خانواده را در تصمیم گیری ها فراهم سازد.

۱۰- تعادل امکانات و انتظارات:

امکانات چیزی است که داریم، و انتظارات چیزی است که می خواهیم داشته باشیم. هم در امور مادی و هم در امور غیرمادی باید به توازن امکانات و انتظارات توجه کرد. مثلا از فرزندى با استعداد متوسط نمى توان انتظار داشت در رشته های بسیار عالی دانشگاهی پذیرفته شود.

پی نوشت ها:

- ۱- مستدرک، ج ۲، ص ۶۲۵.
- ۲- همان منبع، ص ۶۲۶.
- ۳- بحارالانوار، ج ۲۳، ص ۱۱۳.
- ۴- مکارم الاخلاق، ص ۱۱۳.
- ۵- مستدرک، ج ۲، ص ۶۲۵.
- ۶- اصول کافی، ج ۲، ص ۶۷.
- ۷- همان منبع، ص ۶۰۳.
- ۸- مکارم الاخلاق، ج ۱، ص ۲۵۴.
- ۹- غررالحکم، ص ۳۲۷.
- ۱۰- خانواده و تربیت دینی، ملکی، حسن، صص ۲۲-۱۱.

منبع:

پرورش فرزندى دیندار، راضیه محمدزاده، ناشر: مرکز فرهنگی انتشاراتی منیر، چاپ دوم، تهران، ۱۳۹۰ش، صص ۸۷-۱۰۲.
راسخون