



## کارشناسانه

### یک تصمیم بهنگام

#### درباره ضرورت حضور زنان در پیاده روی اربعین

فاطمه تکلوا هر ساله اربعین که می شود ما زنان هم بار و بینه سفر می بندیم، با خانواده یا تنها و همراه جمعی از دوستان راهی سفر می شویم. بعضی ها هم که با بچه های ریز و درشت خود می آیند که گاهی صدای بعضی های دیگر را در می آورند که حالا یعنی چه! خب مگر مجبوری! واقعیت این است که مجبور شاید نباشیم، ولی پیاده روی اربعین را یک وظیفه می دانیم، یک وظیفه در راستای همان «هل من ناصر ینصرنی...»

درباره ضرورت حضور زنان در اربعین و اینکه باشند یا نباشند حرف و حدیث زیاد است، مادر این باره از یکی از استادان حوزه که دارای تحصیلات سطح ۳ است خواسته ایم برایمان نکاتی بگویید. مرضیه عظیمی این گونه می گوید:

درباره حضور زنان در اربعین می توان این گونه گفت که آن چیزی که ضرورت این موضوع را مشخص می کند این است که حضرت زینب (س) یک شخصیت مدیر و مدبر داشتند و بنا بر نظر رهبر معظم انقلاب در کتاب انسان ۲۵۰ ساله درباره شخصیت ایشان، شخصیتی بودند که توانستند یک تصمیم بهنگام و لازم در دفاع از ولایت و امام خودشان داشته باشند. بسیاری از مردانی که صاحب منصب بودند آن زمان وقتی نامه اباعبد... را برای حضور در قیام دیدند، نتوانستند تصمیم حضرت را درک کنند و نتوانستند تصمیم بهنگام در این باره بگیرند، اما حضرت زینب (س) همین که از تصمیم برادر و امام خودشان مطلع شدند، بلافاصله اطاعت محض کردند و همراه فرزندان و بانوان دیگر در این مسیر در کنار و پشتیبان امام بودند. این است که رهبر معظم انقلاب می فرماید شخصیت نمونه حضرت زینب (س) در بین تمام امام زادگان اینجا خودش را نشان می دهد که یک زن می تواند الگوی تمام مردان و زنان دنیا باشد. بنابراین حضرت زینب (س) توانستند با بصیرت و ولایت مداری که داشتند حامی امام خودشان باشند. با تمام عده و غده خودشان به این معنی که با توجه به زن بودن، خواهر بودن و همسر بودن همراه فرزندان خود به حمایت از امام جامعه خود اقدام کردند.

همان طور که زنان عاشورایی به تاسی از حضرت زینب (س) آن گونه عمل کردند و برای رساندن پیام عاشورا برای جلوگیری از تحریف هایی که ممکن بود عاشورا را تحت تأثیر قرار دهد و همچنین اطاعت از ولایت امر خود به تاسی از حضرت زینب (س) وارد میدان شدند و به قول معروف در کف میدان و در عرصه قرار گرفتند. حکایت زنان امروزی هم حکایت همان زنان عاشورایی است که باید با شرکت در اربعین و دیگر برنامه ها، جلسه های تبیین و بصیرت افزایی و حمایت از ولایت داشته باشند. حضور در اربعین، حضوری مفید است، همان طور که حضرت زینب (س) این پیام رسانی را انجام داد زنان تمام جهان با حضور خود می توانند این پیام رسانی را انجام دهند که یک باید و ضرورت است. اگر قرار باشد حضور و تأثیر گذاری نیمی از جامعه که زنان هستند در این پیام رسانی مغفول بماند و این مسئولیت بر زمین بماند، در واقع حریم هایی که باید حفظ شود. در این حرکت عظیم شرکت کنند، همان طور که کاروان اباعبد... این گونه بود و تمام حرمت ها حفظ می شد. بانوان در حریم خاص خود قرار می گرفتند و از طرف مردان مورد حمایت بودند که بی حرمتی به آن ها نشود. برای رفع تحریف ها، برای بصیرت جامعه و برای ساختن نسل آینده که باید مدافع نسلی مدافع حرم و امام باشد باید زنان در اربعین شرکت کنند، اما با فرهنگ سازی فرهنگ سازی.

برای رفع تحریف ها، برای بصیرت جامعه و برای ساختن نسل آینده که باید مدافع حرم و امام باشد باید زنان در اربعین شرکت کنند، اما با فرهنگ سازی فرهنگ سازی.

می شود در همه این ها از خانم حضرت زینب (س) الگوگیری شود. در تمام سختی ها، گرما، رنج پیاده روی، بچه ها و نیازها و همه این ها آن جمله حضرت زینب (س) را در نظر بگیریم که «ما را یت الاجمیل» در همه این سختی ها که در معرض دید پروردگار و در آزمون الهی قرار گرفته است، زیباترین حرکت انسانی زنان جامه رقم خواهد خورد و تمام بانوان اربعینی با تمام وجود جمله «ما را یت الاجمیل» را می توانند بیان کنند و «هل من ناصر ینصرنی» اباعبد... را با این حرکت خود می توانند جوابگو باشند، چرا که اگر در آن زمان نتوانستند حضور داشته باشند و بصیرت خود را نشان دهند با این حرکت به تمام بانوان جهان حتی غیرمسلمان پیام حضرت را می رسانند که آزاد بودن و انسانی زندگی کردن باید هدف باشد.

اگر قرار باشد حضور و تأثیرگذاری نیمی از جامعه که زنان هستند در این پیام رسانی مغفول بماند و این مسئولیت بر زمین بماند، در واقع حرکت مجاهدانه کامل نشده است

برای رفع تحریف ها، برای بصیرت جامعه و برای ساختن نسل آینده که باید مدافع حرم و امام باشد باید زنان در اربعین شرکت کنند، اما با فرهنگ سازی فرهنگ سازی.



کرم ضد آفتاب و نرم کننده همراه داشته باشید.

در موقع استحمام مخصوصا در بین راه اگر موهایتان بلند است و ترس

سرما خوردن دارید، می توانید تنها بدنتان را شسته و پاهایتان را ماساژ دهید.

اگر کمردرد، پادرد و یا مشکلی دارید، توجه کنید که در هر ۵ ساعت

پیاده روی ۸ مرتبه و هر بار ۱۵ دقیقه استراحت داشته باشید.

اگر از توالیت فرنگی استفاده می کنید، پدهای یک بار مصرف مخصوص

آن را همراه داشته باشید.

رفتن به این سفر به زنان باردار توصیه نمی شود.

از امتحان کردن غذاهایی که به آن ها عادت ندارید اجتناب کنید.

استفاده از داروهای ضد بارداری برای کنترل عادات ماهیانه

بانظر پزشک را فراموش نکنید.

اگر در بین راه دچار لکه بینی یا مشکلات مشابه شدید، بدون مشورت

با پزشک داروی خود را کم یا زیاد یا قطع نکنید.

خوراکی فقط کمی خشکبار و مغز پجیات با خودتان ببرید.

داروهای ضروری را به همراه تعدادی مسکن با خودتان ببرید.

لیموترش و نمک بردارید.

اگر کودک به همراه دارید حتما نام و نام خانوادگی کودک و والدین،

نام کاروان و شماره تماسی از خود را در برگه ای بنویسید و به گردن کودک آویزان کنید.

اگر کودک به همراه دارید حتما کالسکه بردارید.

بچه ها زودتر از شما خسته می شوند، برنامه سفر را با شرایط آن ها تنظیم کنید.

یکی دو تا اسباب بازی مورد علاقه کودک را بردارید.