



| روزنامه جوان | شماره ۶۲۴۳

سبک تعامل

هیچ نیازی به تشریفات نیست

صله ارحام کنید حتی با یک احوالپرسی ساده

به ادعان تمام روانشناسان و جامعه‌شناسان انسان ذاتاً موجودی اجتماعی است. دین مبین اسلام نیز با تأکید بر ضرورت توجه به ویژگی‌های فطری آدمی، اهمیت زیادی برای تعامل میان انسان‌ها و به ویژه صلۀ ارحام قائل است. با رفتارهایی ساده و بدون تکلف می‌توانیم این سفارش مهم را به جابیاوریم.

خدای متعال می‌فرماید: *«وَأَعْبُدُوا اللَّهَ وَ لَاتَشْرُوا بِهِ شَيْئًا وَ*

سبک ارتباط

سبک زندگی

سبک زندگی ۸۸۸۹۸۷۱

اِنَّ اللهَ كَاَنَّ عَلَیْكُمْ رَقِیْبًا» /«بترسید از آن خدایی که به نام او از یكدیگر درخواست می‌کنید؛ و دربارهٔ ارحام کوتاهی نکنید، همانا خداوند مراقب شماست.» رسول گرامی اسلام نیز درباره اهمیت رفت و آمد با خویشاوندان می‌فرماید: «به آنان که حاضرند و آنان که غایبند و آنان که از صلب‌های مردان و زخم‌های زنان تا روز قیامت به دنیا می‌آیند سفارش می‌کنم که صلهٔ رحم نمایند، گرچه مستلزم پیمودن یک سسال راه باشد، زیرا صلۀ رحم از (مسائل مهم) دین است.»

یکی از مهم‌ترین آثار صلۀ رحم، طولانی شدن عمر است. شخصی به نام مُیسِر از امام صادق (ع) نقل کرده که آن حضرت فرمود:ای میسر گمان می‌کنم به خویشان خود نیکی می‌کنی؟ گفتم آری فدایت شوم! من در نوجوانی در بازار کار می‌کردم و دو درهم مزد می‌گرفتم، یک درهم آن را به عَمّه‌ام و درهم دیگر را به خالهام می‌دادم. آن گاه امام فرمود: به خدا سوگند تاکنون دوبار مرگ فرارسیده ولی به خاطر صلۀ رحم به تأخیر افتاده‌است.» همچنین یکی از بهترین روش‌های صلۀ رحم با خویشاوندان،



بالوالدین احساناً و بذى الفربى...»/«خدا را بپرسید و هیچ چیز را شریک او قرار ندهید و به پدر و مادر و خویشان نیکی کنید.» در جای دیگر می‌فرماید: «وَأَقْوَامُ الَّذِينَ تَسْأَلُونَ بِهِ وَ الْأَرْحَامُ

طرد شدن چه آسیبی به سلامت جسم و روان ما وارد می‌کند؟

انزوای اجتماعی، دردی که شاید شما را بکشد!



■ **نخلخیص: حسین گل‌محمدی**

فرقی نمی‌کند بی‌محلی و طردشدن از طرف دوست و آشنا باشد یا یک غریبه. حتی خیلی فرقی نمی‌کند این رفتار دلیل جدی و مهمی دارد یا صا به‌خاطر اتفاقی پیش پا افتاده باشد. تنها چیزی که واقعاً اهمیت دارد این است که وقتی کسی را نادیده می‌گیرند، حساسی «درش» می‌گیرد. اما آیا تا حالا فکر کرده‌اید که این درد دقیقاً چطور دردی است؟ تحقیقات علمی سرخ‌هایی برای ما دارند: مغز انسان میان استخوان شکسته و قلب شکسته تفاوتی قائل نیست.

■ ■ ■

درد عاطفی صرفاً چیزی ذهنی است؟

روانشناسی به نام ناومی ایزنبرگر به نظرش جالب آمد که ما اغلب طرد شدن را با اصطلاحاتی بیان می‌کنیم که دلالت بر دردی جسمانی دارند: «قلبم شکست»، «له شدم»، «احساسم را زجر پخته‌دار کرد»، «مثل سیلی به صورت‌م خورد». به نظر می‌رسد چنین اصطلاحاتی، فراتر از معنای استعاریشان، در دل خود نکته‌ای بنیادین دارند: این‌که احساسات ما به شیوه‌ای سامان یافته‌اند که مستقیماً قابل بیان نیستند. موارد مشابه را نه تنها در زبان انگلیسی، بلکه در تمامی زبان‌های دنیا می‌توان یافت. ایزنبرگر فکر کرد چرا این گونه‌است؟ آیا ارتباطی زرف‌تر میان درد جسمانی و عاطفی وجود دارد؟

ایزنبرگر و همکارانش در آزمایشی مهم در سال ۲۰۰۳، هدست‌های واقعیت مجازی بر سر افراد تحت آزمایش نهادند. شرکت‌کنندگان از پشت عینک فقط دست‌هایشان را می‌دیدند و یک توپ، به اضافه دو شخصیت کارتونی که آواتارهای شرکت‌کننده‌های دیگری بودند که در اتاق دوم قرار داشتند. هر شرکت‌کننده با فشار یک دکمه می‌توانست توپ را برای شرکت‌کننده دیگر پرتاب کند. در همین حال، پژوهشگران فعالیت مغزی آنها را با دستگاه افام‌آرای اندازه‌گیری می‌کردند. در نخستین دور بازی سایبر بال- بازی با این نام شناخته شده‌است- همان‌طور که همه انتظار داشتند، توپ دست به دست می‌چرخید اما خیلی زود بازیکنان اتاق دوم شروع به تبادل توپ بین خودشان کردند و بازیکنان اتاق اول را کاملاً نادیده گرفتند. در واقع اتاق دومی در کار نبود، بلکه صرفاً برنامه‌ای کامپیوتری، طوری برنامه‌ریزی شده بود که هر شرکت‌کننده را «نادیده بگیرد.» تا پژوهشگران ببینند نادیده گرفته شدن- یعنی همان چیزی که آنها «درد اجتماعی» می‌نامیدند- چه تأثیری بر مغز دارد.

درد جسمانی بخش‌های گوناگونی از مغز را درگیر می‌سازد. برخی از این بخش‌ها مسئول تعیین محل درد هستند، در حالی که بخش‌هایی دیگر؛ مانند اینسولا، قدامی و کورتکس سنگولیت خلفی قدامی، تجربهٔ ذهنی درد (یعنی ناخوشایندی آن) را پردازش می‌کنند. بر اسکن افام‌آرای، تیم ایزنبرگر، در آن دسته افرادی که از بازی کنار گذاشته شده بودند، هم فعالیت اینسولا قدامی و هم فعالیت کورتکس سنگولیت خلفی قدامی را مشاهده کردند. وانگهی، افرادی که بیشترین پریشانی عاطفی را داشتند، بیشترین فعالیت مغزی مر تبیط با درد را از خود نشان دادند. طرد شدن اجتماعی، به بیان دیگر، مانده همان مدارهای عصبی‌ای را می‌کشد که زخم جسمانی را پردازش می‌کنند و آن را به تجربه‌ای

ترجمه می‌کنند که ما درد می‌نامیم.

چنین نظری در آن زمان - و حتی هنوز هم- نظری انقلابی بود که بر اساس آن، مغز تمایزی میان استخوان شکسته باقلب آزرده قائل نمی‌شود. این ایده به ما می‌گوید طرد شدن موضعی دردآور است هموشناسی میان درد جسمانی و درد اجتماعی برای ایزنبرگر فراتر از آن است که صرفاً علاقه‌ای علمی باشد. او در سال ۲۰۱۴ - مجله‌اج گفت: «نتایج این تحقیقات موضعی را برای مردم آشکار می‌کند که شاید می‌دانستند اما از پذیرش آن هراس داشتند؛ این که درد عاطفی صرفاً چیزی تخیلی و ذهنی نیست، بلکه به این دلیل ذهنی است که در مغز اتفاق می‌افتد.»

درد عاطفی با دارو درمان می‌شود!؟

از آن زمان تاکنون، چند مطالعه دیگر نیز آزمایش سایبربال را به کار برده و دامنه نتایجش را گسترش داده‌اند. به‌عنوان مثال، پژوهشگران، دریافته‌اند که نیازی نیست طرد شدن اجتماعی لزوماً به شکلی آشکار باشد تا ماشه سازو کار درد را در مغز بکشد؛ بلکه تنها این تصویر از شرکت‌سابق زندگی تان، یا حتی مشاهده ویدئویی از چهره‌های ناخشنود هم باعث افتادن همان مسیر عصبی درد می‌گردد. یک بار تیم ایزنبرگر سؤالی به‌ظاهر احمقانه طرح کردند: اگر درد جسمانی و درد عاطفی به یکدیگر مرتبط هستند، آیا داروهای مسکن می‌توانند باعث بهبود دل‌شکستگی شوند؟ در مطالعه‌ای که متعاقب این پرسش انجام یافت، سه‌برخی شرکت‌کنندگان، به‌مدت سه هفته، دو نوبت در روز تایلینول (یک مسکن رایج) دادند، در حالی که برای گروه دوم تنها نوعی دارونما تجویز کردند. هر دو گروه را در معرض طرد شدن قرار دادند و از آنها خواستند روزانه احساساتشان را یادداشت کنند. در پایان آزمایش، گروه تایلینول پریشانی کمتری را گزارش کردند و فعالیت مغزی کمتری در نواحی مر تبیط با درد نشان دادند.

چنین چیزی به معنای خداحافظی با درد عاطفی نیست و مطمئناً وقتی دنیا به شما پشت می‌کند، کارهای بهتری از بالا انداختن یک قرص هم می‌شود انجام داد. با این حال، مطالعه تایلینول نکته‌ای مهم را درباره طرد شدن آشکار می‌سازد؛ این که می‌تواند از حیات عاطفی شما به درون خود جسمانی‌تان سرریز کند. در واقع، در سال‌های اخیر مفهوم طرد شدن اجتماعی، جایگاهی

درد

چیزی که به معنای واقعی ما را زنده نگاه می‌داشت، روابط اجتماعی بود. شاید درد طردشدن نیز، در همان زمان تکامل یافت؛ اهمیت درد اجتماعی به تکامل بازمی‌گردد. ما، در طول تاریخ، برای بقا به افراد دیگر متکی بوده‌ایم. آنها ما را پرورش می‌دادند، کمک‌مان می‌کردند خوراک بیابیم و در برابر حیوانات وحشی و قبیله‌های دشمن از خود مرأقت کنیم

۴

طرد شدن درد دارد مثل دردهای فیزیکی

اکنون تعداد روزافزونی از پژوهشگران متوجه شده‌اند تهدیدهایی که بر هویت اجتماعی ما اثر گذارند، مانند منفی ارزیابی شدن توسط دیگران، می‌توانند در سیستم‌های حیاتی نورویبولژیکی مان مداخله کنند. مطالعاتی که روی حیوانات فرمانبردار، و همچنین افرادی که در معرض ارزیابی منفی بوده‌اند (برای نمونه پس از ارائه سخنرانی برای یک مخاطب) نشان می‌دهد که طرد اجتماعی منجر به التهاب می‌گردد؛ یعنی همان پاسخ درونی بدن به جراحت. تهدیدهای اجتماعی نیز، مانند تهدیدهای فیزیکی، منجر به مخایره پیام خطر گشته، و حمله دفاعی دستگاه ایمنی را در برابر مهاجمان میکروبی فعال می‌سازد.

طرد شدن اجتماعی در میان طبقات پایین رایج است، بنابراین همین مسئله می‌تواند توضیحی نیز باشد بر پیوند مهم میان نابرابری اجتماعی و وضعیت بد سلامتی. موضوع ناگوار در مورد جایگاه اجتماعی، نسبی بودن آن است. جایگاهی که شما در مقایسه با دیگران در سلسله مراتب اجتماعی دارید، تأثیر بیشتری بر شرایط دارد تا جایگاه واقعی‌تان. این نوع رتبه‌بندی، به ناگزیر، بیش از آن که برنده تولید کند، بازنده تولید می‌کند. درست مانند مسابقات ورزشی که در آنها هم نقر دوم، کسی است که به اندازه کافی خوب نبوده‌است؛ تنها یک مدال طلا در مسابقات المپیک می‌دهند، مدال‌های نقره و برنز بیشتر نوعی تسکین است. ویکینسون و پیکت چنین بیانش می‌کنند: «تفاوتی ندارد اگر افراد در کلبه‌ای بدون دستشوئی، روی فرش خاک زندگی کنند، یا در خانه‌ای سه خوابه با یخچال و لباسشویی و تلویزیون، جایگاه پایین اجتماعی در هر صورت همچون نوعی بی‌ارزش بودن فراگیر تجربه می‌شود.»

هر جا باشیم باز هم از بعضی‌ها عقب‌تریم

بالا رفتن از تردبان اجتماعی لزوماً مشکلات را حل نمی‌کند، بلکه شاید تنها باعث مر نفع‌تر شدن حصار شود. فکر کنید چند پله بالاتر برپدید با بالای گروه همثباتان جای گرفتید. از این جایگاه جدید نگاهی به پایین می‌اندازید و با خودتان می‌گویید عیب پیشرفتی کرده‌اید. اما بعد متوجه می‌شوید که حالا دیگر نقطه مرجع شما تغییر کرده است چراکه به گروه اجتماعی تازه‌ای پای نگاه‌اید که رأس آن، همچنان بالاتر از شماست. زمانی یک سرمایه‌گذار موفق به من گفت هیچ اهمیتی ندارد چقدر به دست آورده‌اید، چراکه همیشه کسی هست که بالاتر از شما باشد. به نظر می‌رسد جایگاه، بازی‌ای است که هیچ‌وقت از آن برنده بیرون نمی‌آید، زیرا هدف پیوسته در حال حرکت است. در این بازی هر موقعیتی می‌تواند در عین حال یک شکست باشد و هر برنده‌ای، بازنده. شاید یکی از راه‌هایی که بتوان با بازی آن مزایای برابری بیشتر را تبیین کرد، این باشد که برابری، مرزهای میان گروه‌های گوناگون را از بین ببرد و آمیزش و ادغام اجتماعی را تشویق می‌کند. نخت‌هاست که پژوهشگران می‌دانند افرادی که در جامعه ادغام شده باشند، از طول عمر و سلامت بیشتری نسبت به افراد منزوی بر خوردار خواهند بود.

درد اجتماعی از کجا شکل گرفت؟

به گفته ایزنبرگر، اهمیت درد اجتماعی به تکامل بازمی‌گردد. ما، در طول تاریخ، برای بقا به افراد دیگر متکی بوده‌ایم. آنها ما را پرورش می‌دادند، کمک‌مان می‌کردند خوراک بیابیم و در برابر حیوانات وحشی و قبیله‌های دشمن از خود مراقبت کنیم. چیزی که به معنای واقعی ما را زنده نگاه می‌داشت، روابط اجتماعی بود. شاید درد طردشدن نیز، در همان زمان تکامل یافت؛ درست همانند درد جسمانی و همچون نشانه‌ای برای در معرض تهدید بودن زندگی.

شاید طبیعت، با استفاده از میانبری هوشمندانه، به سادگی سازو کار موجود برای درد جسمانی را «قرض گرفت» تا دیگر سازو کاری جدید به‌وجود نیاورد. همین موضوع توضیح می‌دهد چرا در مغز ما، استخوان شکسته و قلب شکسته تا این اندازه به یکدیگر پیوند خورده‌اند.

آنچه درباره چنین ارتباطی اهمیت دارد، این است که چگونه حتی اتفاقات پیش پا افتاده نیز می‌توانند به قول پژوهشگران، «استخوان لای زخم» شوند. در آزمایش سایبربال، طرد شدن توسط افرادی که نمی‌شناسید و حتی نمی‌توانید ببینیدشان، کافی است تا ماشه دردی باستانی را بکشد که مسئول زنده نگاه داشتن شماست. دیدن ویدئوی چهره‌های ناخرسند نیز، به سادگی، همان تأثیر را دارد. اما درباره آن ضربات سنگینی که بر احساس غلغ ما وارد می‌شوند چه می‌توان گفت؟ ناخودآگاه انتظار دارید هرچه طرد شدن از جانب فردی مهم‌تر باشد، درد ناشی از آن نیز بیشتر باشد؛ هرچند، این چیزی نیست که پژوهشگران بدان رسیدند. معلوم شد زمانی که طرد می‌شویم- از جانب همسر، رئیس، دوستان، در کار، مدرسه یا خانه- اتفاق دیگری نیز می‌افتد که می‌تواند کمک کند هم تلاش‌مان را برای پذیرفته‌شدن درک کنیم، و هم آن افسردگی قدرتمندی که به همراهش می‌آید.

«روی باومیستر» یک دانشمند علوم اجتماعی است که ۳۰ سال از زندگی‌اش را صرف مطالعه عزت نفس، تصمیم‌گیری، تمایلات جنسی، آزادی اراده و احساس غلغ کرده‌است. باومیستر در مجموعه آزمایش‌هایی که به‌همراه همکارانش از اواخر دهه ۱۹۹۰ انجام داد، متوجه شد افراد پس از طرد اجتماعی به شکلی چشمگیر پرخاشگر تر می‌شوند، بیشتر مستعد فریادان و خطر کردن می‌گردند و تمایل‌شان را برای کمک به دیگران از دست می‌دهند. باومیستر در آزمایشی از شرکت‌کنندگان خواست درباره ضربه‌ای بزرگ بپوشند که به عزت نفس‌شان وارد شده و واکنش فوری‌شان را بدان شرح دهند. طرد از گروه همثباتان، با اختلاف زیاد، در رتبه اول نوشته‌های دانشجویان بود، و پس از آن طرد از دانشگاه و رابطه عاشقانه قرار داشت.

ترک اذیت و آزار آنان است. بدین معنا برهیز از غیبت، تهمت، زخم زبان و شتمات آنان، دخالت نکردن در زندگی آنها به عنایون مختلف، عیب‌جویی نکردن از آنان و... از بهترین موارد صلۀ رحم است. اگر کسی نمی‌تواند به بستگان خود کمک مالی کند، لااقل باید زمینه اذیت و آزار آنان را فراهم نکند. امام صادق (ع) در این باره می‌فرماید: «بهترین چیزی که به آن صلۀ رحم می‌شود، خودداری کردن از اذیت و آزار آنان است.»

این تفکر کسه صلۀ رحم حتماً باید با پذیرایی آنچنانی همراه باشد کاملاً اشتباه است. دین مقدس اسلام دایره صلۀ رحم را خیلی وسیع‌تر و ساده‌تر از اینها به ما بیان کرده است. مخصوصاً امروزه که با یک تلفن کردن یا فرستادن پیامک از حال همدیگر می‌توانیم آگاه شویم.

احادیث و روایان نیز ساده بر گزار کردن صلۀ رحم را به ما سفارش می‌کند چرا که هر چه دید و باز دیده‌ها ساده‌تر و بدون تشریفات باشد، همان اندازه مهمانی‌ها بیشتر می‌شود و صفا و صمیمیت را به ارمان‌های آورد پس هیچ نیازی به تشریفات نیست.

راهنما

اهمیت و کارکرد نهاد خانواده در کلام مقام معظم رهبری جامعه بی خانواده جامعه آشفته‌ای است

در روزگار ما همه از خانواده می‌گویند و دغدغه خانواده را دارند؛ جامعه‌شناسان اولین حلقه شکل‌گیری بنیان جامعه را خانواده می‌دانند. روانشناسان ریشه حالات روانی انسان‌ها را در خانواده جست‌وجو می‌کنند؛ دانشمندان تربیت، نقطه عزیمت تربیت را خانواده می‌دانند و مصلحان اجتماعی هر نوع تحول اصلاح‌گرایانه را منوط بیه خانواده می‌دانند. پیراستی خانواده چقدر اهمیت دارد؟ نظر اسلام در این باره چیست؟ و چگونه می‌توان شالوده خانواده را محکم کرد؟ بیانات رهبر معظم انقلاب درباره خانواده به خوبی روشنگر اهمیت این نهاد در تمام شئونات زندگی است. گزیده‌ای از فرمایشات ایشان را در ادامه بخوانید.

■ سلول اصلی پیکره اجتماع

همچنان که بدن انسان از سلول‌ها تشکیل شده که نابودی و فساد و بیماری سلول‌ها به‌طور فحری و طبیعی، معنایش بیماری بدن است و اگر توسعه پیدا کند به جاهای خطرناکی برای کل بدن انسان منتهی می‌شود، همین‌طور جامعه هم از سلول‌هایی تشکیل شده، که این سلول‌ها خانواده‌اند. هر خانواده‌ای یکی از سلول‌های پیکره اجتماع و بدنه اجتماع است. وقتی اینها سالم بوند، وقتی اینها رفتار درست داشتند، بدنه جامعه، یعنی آن پیکره جامعه سالم خواهد بود.

■ خانواده سالم، جامعه سالم

اگر در جامعه‌ای خانواده مستحکم شد و زن و شوهر حقوق یکدیگر را رعایت کردند و با هم اخلاق خوش داشته و سازگاری نمودند و با همکاری هم مشکلات را برطرف نموده و فرزندان را تربیت کردند، جامعه‌ای که این‌طور خانواده‌ها را داشته باشد، به صلاح خواهد رسید و نجات پیدا خواهد کرد و اگر مصلحی در جامعه باشد می‌تواند این‌طور جامع را اصلاح نماید. اگر خانواده‌ای نبوده، بزرگ‌ترین مصلحین هم بیایند نمی‌توانند جامعه را اصلاح کنند.

■ جامعه بی‌خانواده، خاستگاه مشکلات روانی

جامعه بی‌خانواده جامعه آشفته‌ای است، جامعه نامطمئن است. جامعه‌ای است که در آن موارث فرهنگی و فکری و عقاید نسل‌ها به یکدیگر آسان منتقل نمی‌شود. جامعه‌ای که در آن تربیت انسان به راحتی و روانی صورت نمی‌گیرد. اگر جامعه‌ای خانواده نداشته باشد یا خانواده در آن متزلزل باشد انسان در بهترین پرورشگاه‌های خود پرورش پیدا نخواهد کرد.

■ پرورش کامل در سایه خانواده

اگر خانواده‌ای در جامعه نباشد، همه تربیت‌های بشری و همه نیازهای روحی انسان‌ها ناکام خواهد ماند زیرا طبیعت و ساخت بشری این‌گونه است که جز در آغوش خانواده و در محیط خانواده و در آغوش پدر و مادر آن تربیت سالم و کامل و بی‌عیب و بی‌عقبه و آن بالندگی لازم روحی پیدا نخواهد شد. انسان زمانی از لحاظ روحی و عاطفی، صحیح و سالم و کامل بار خواهد آمد که در خانواده بار یابد و در خانواده تربیت شود. اگر محیط زندگی آرام و مناسبی در خانواده حکمفرما باشد، می‌توان خاطر جمع شد که فرزندان از لحاظ ساختار عاطفی و روانی سالم هستند.

■ مختصات خانواده خوب

خانواده خوب یعنی زن و شوهری که با هم مهربان باشند، باوفا و صمیمی باشند و به یکدیگر محبت و عشق بوززند، رعایت همدیگر را بکنند، مصالح همدیگر را گرمی و مهم بدارند، این در درجه اول.
مهم‌ان اولادی که در آن خانواده به وجود می‌آید، نسبت به او احساس مسئولیت کنند، بخوانند او را از لحاظ مادی و معنوی سالم بزرگ کنند. بخوانند از لحاظ مادی و معنوی او را به سلامت برسانند، چیزهایی به او یاد بدهند، به چیزهایی او را وادار کنند، از چیزهایی او را بازدارند و صفات خوبی را در او تزریق کنند. یک چنین خانواده‌ای اساس همه اصلاحات واقعی در یک کشور است.

چون انسان‌ها در چنین خانواده‌ای خوب تربیت می‌شوند، با صفات خوب بزرگ می‌شوند. با شجاعت، با استقلال عقل، با فکر، با احساس مسئولیت، با احساس محبت، با جرئت، حُرّت تصمیم‌گیری، با خیرخواهی- نه بدخواهی- با نجابت، خب وقتی مردم جامعه‌ای این خصوصیات را داشته باشد، این جامعه دیگر روی بدبختی را نخواهد دید.

■ خانواده سالم، آغاز فرهنگ

اگر نسل‌ها بخوانند فرآورده‌های ذهنی و فکری خود را به نسل‌های بعد منتقل کنند و جامعه از گذشته خودش بخواند سود ببرد، این فقط با خانواده ممکن است.

در محیط خانواده است که اول بار همه هویت و شخصیت یک انسان بر اساس فرهنگ آن جامعه شکل می‌گیرد و این پدر و مادرند که به‌طور غیرمستقیم و بدون اینکه خود آنها تصنعی به کار برند، به‌طور طبیعی محتوای ذهن و فکر و عمل و معلومات و اعتقادات و مقدسات و اینها را به نسل بعدی منتقل می‌کنند.

