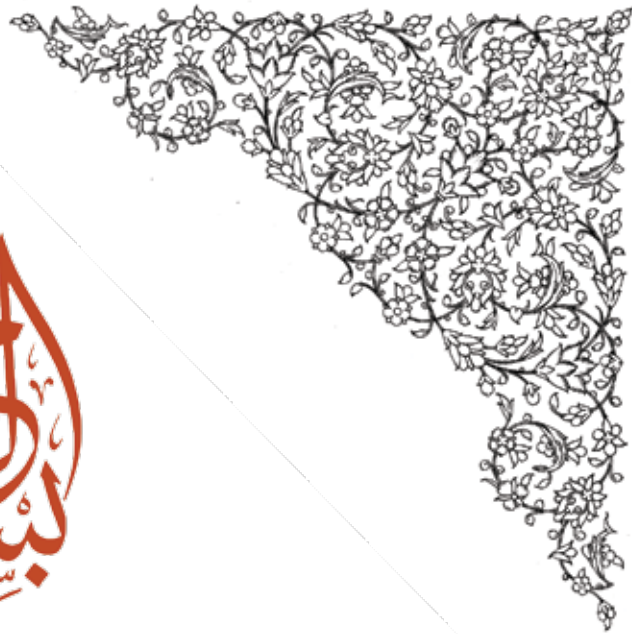




فصلنامه داخلی جامع

صاحب امتیاز: امام جماعت مسجد جامع شهرک غرب و مسئول مدرسه علمیه الامام علی بن ابیطالب (علیه السلام)

آیت الله سید فتاح هاشمی تبریزی

مدیر مسئول: حجت الاسلام والمسلمین محمد پیکری

سر دبیر: دکتر نسیم حکیمی ها

مدیر هنری: احمد علیزاده

مدیر فنی و صفحه آرایی: علیرضا درخش احمدی

همکاران این نشریه:

دکتر جهانفر، طاها سهرابی، حمید جعفریان، سامان مهدوی، کاظم نیکنام، سعید حاتمی خواه، محمود انصاری، رویا مالکی

علی پازوکی و حجج اسلام : حمیدزاده، علیرضا لو، هادی احمدی، حسن آتشکده، حسین الهی اصل، کارگر فر

مجوز رسمی وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی به شماره: ۹۱/۳۶۱۶۴

نشانی: تهران، شهرک غرب، میدان صنعت، مسجد جامع شهرک

وبسایت: www.masjedjame.com | پست الکترونیک: info@masjedjame.com



فهرست

۴	بیانات حضرت آیت الله هاشمی تبریزی حفظ الله تعالى
۶	معرفی مسجد جامع
۸	مسجد و مسجدیان
۱۰	امام باقر (ع): جلوه امامت در افق دانش
۱۲	با شهیدان
۱۶	قرآن شناسی
۱۷	نهج البلاغه
۲۰	معرفت دینی
۲۲	مشاهیر و مفاخر
۲۴	مقصود پیامبر چیست ؟
۲۵	تبلیغ بلیغ
۲۶	اسرار نماز در کلام امیر مومنان علی علیه السلام
۲۷	ده آیین پاکیزگی
۲۸	سخن چینی در روایات
۲۹	دانستنی های قرآنی
۳۰	خاطرات دوران حماسه
۳۱	گذری به زندگی جانباز قطع دست و دویا
۳۲	تربیت جامعه منتظر
۳۳	نقش شکر و کفر در تربیت دینی
۳۵	ویژه نامه محرم و صفر
۳۷	سیک زندگی امام سجاد(ع) بعد از عاشورای سال شصت
۳۸	تأثیر برپایی مجالس عزای امام حسین علیه السلام
۳۹	ما هم در زیارت عاشورا لعن می شویم!!
۴۰	نکاتی متناسب با ایام سوگواری سالار شهیدان
۴۱	باور امام
۴۲	بایدها و نبایدهای عزاداری در سیره معصومان
۴۴	استقامت در برابر هجوم توصیه ها، جلوه ای از صبر عاشورایی
۴۶	آیا «شهادت» یک «تراژدی» است؟
۴۷	نذر، بهره گیری از نصرت الهی
۴۹	گزارش تصویری

۵۲	محتشم کاشانی
۵۳	آدمها
۵۴	کار برای توسعه و ساماندهی جامعه
۵۶	آشنایی با مهارت های ارتباطی و اجتماعی
۵۸	مهارت های ارتباط با نوجوانان
۶۰	چگونه به آرامش برسیم
۶۲	دروغ هایی که به خودمان می گوئیم!
۶۳	داستان کوتاه
۶۴	چه دوستی را برای خود انتخاب کنیم؟
۶۵	معرفی کتاب
۶۶	قانون
۶۷	اصطلاحات حقوقی
۶۸	متن ادبی
۶۹	کمبود منیزیم را جدی بگیرید!
۷۰	سندرم روده تحریک پذیر
۷۲	سرمایه خردگی از دیدگاه طب سنتی ایران
۷۳	نسخه گیاهی برای سرماخوردگی
۷۴	سلامتی را جدی بگیرید
۷۵	از ضعیف شدن چشم های فرزندان جلوگیری کنید
۷۶	درمان شوره سر
۷۸	سلامت و تغذیه
۷۹	پوکی استخوان و نقش تغذیه
۸۰	لذت آشپزی
۸۲	خواص خوراکی ها
۸۴	علم و فناوری
۸۸	گوگل درباره شما چقدر می داند؟
۸۹	ویژه نامه هفت سنگ
۱۱۱	جدول



سرمقاله

بسم الله الرحمن الرحيم

تِلْكَ الدَّارُ الْآخِرَةُ نَجْعَلُهَا لِلَّذِينَ لَا يُرِيدُونَ عُلُوًّا فِي الْأَرْضِ وَلَا فَسَادًا وَالْعَاقِبَةُ لِلْمُتَّقِينَ

(سوره شریفه قصص، آیه مبارکه ۸۳)

آن سرای آخرت را برای کسانی قرار می دهیم که در زمین خواستار برتری جویی و فساد نیستند و فرجام و عاقبت، برای پرهیزکاران است.

خداوند! تو بر من ببخشای برتری جویی هایی که مرا از گوهر تقوا محروم ساخته است و مفاصدی که قلب مرا از لذت تقوا، بی بهره ساخته است.

آنگاه که برای تو قدمی برداشته ام، نعمتهایی را که به وسیله آنها امکان حیات طیبه به من دادی، هدر دادم و آنگاه که قدمی برداشتم، آن قدم را به برتری جویی و تفوق طلبی آلودم و اعمال سوء خود را، کار برای تو پنداشتم در حالی که به فساد و تباهی دامن می زدم و خود را به نفهمی زدم و با خودخواهی، چشمان خود را بر باطن اعمال خود، بستم.

خداوند! فصلنامه «جامع»، یکی از تکالیفی است که پیش روی من نهاده شده، تو خود به واسطه رحمت بی منتهایت قصورها و تقصیرهای مرا ببخش و شاهد باش که هرگز به واسطه این نشریه، قصد برتری جویی نداشته ام و مفسده ای که عدم رضای تو در آن باشد را به واسطه این نشریه پی جویی نکرده ام. **خداوند!** تو را به خاطر لطف و مهربانیت می ستایم و این نعمت را که وسیله ای برای تبلیغ ارزشهای دین توست، شکر می گذارم و از ذات بی همتایت مسئلت می کنم کوتاهی ها و کاستی های مرا که در این فصلنامه منعکس است، با کرامت لایزالت جبران فرمایی و زحمت و تلاش سایر دست اندرکاران این نشریه را مأجور فرمایی و عاقبت نویسندگان و خوانندگان را ختم به خیر نمایی.

يَمُنْكَ وَ كَرَمِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ

مدیر مسئول فصلنامه

محمد پیکری



بیانات حضرت آیت الله هاشمی تبریزی حفظ الله تعالی

در خصوص قیام امام حسین علیه السلام

و برپا نگه داشتن امر به معروف و نهی از منکر

زیر بار نرفتند گردن بزن و سرهای آن‌ها را برای من بفرست، مردم را نیز به بیعت دعوت کن اگر کسی قبول نکرد، گردنش را بزن.

معاویه قبل از مرگ دو نصیحت به پسرش کرده بود یزید از همان آغاز حکومت هر دو نصیحت پدرش معاویه را فراموش کرد؛ هم رفتار ویژه با حسین بن علی علیه السلام و هم توصیه برای مدارا با اهل مدینه، بنابراین اصرار به گرفتن بیعت از حسین بن علی علیه السلام با خود نمود و بیعت یعنی به رسمیت شناختن حاکم و اعلام آمادگی برای اطاعت از او و انجام کلیه فرامین او.

بعد از رسیدن این فرمان به مدینه، امام علیه السلام به دارالاماره احضار می‌شود و وارد خانه ولید می‌شود در حالی که مروان بن حکم هم آنجاست و نامه یزید را می‌خواند و مروان امام را تهدید می‌کند، بعد از تهدید، امام با صراحت به ولید بن عتبۀ می‌گوید: با یزید بیعت نخواهم کرد و این عبارات را می‌فرماید:

« انا اهل بیت النبوة و معدن الرسالة و مختلف الملائكة و محل الرحمة و بنا فتح الله و بنا ختم، و یزید رجل فاسق شارب الخمر قاتل نفس المحترمة معدن بالفسق و مثلی لیبايع مثله»

در جای دیگر به مروان فرمود: « و علی الاسلام السلام » باید اسلام را وداع کنیم و فرمود: « انالله و انا الیه راجعون » ما همه از خداییم و به سوی خدا باز می‌گردیم .

هنگامی که جامعه به رهبری مثل یزید دچار می‌شود، از اسلام چیزی باقی نخواهد ماند، امام از نابودی اسلام در صورت رهبری یزید سخن

معاویه در ماه رجب سال ۶۰ هجری در روز پنجشنبه درگذشت و از آن روز تا روز عاشورا یعنی دهم محرم حدود ۶ ماه فاصله است.

یزید جانشین معاویه می‌شود، او دنیاخواهی و قدرت‌طلبی و مفسده جویی و اسلام ستیزی معاویه را بتمامه داشت اما از حيله‌گری و فریب‌کاری و خلق پیچیده او بی‌بهره بود، یزید در نخستین گام وقتی به عنوان «امیرالمؤمنین» مستقر گشت به این فکر افتاد که مخالفان اصلی و قدرتمند خود را از میان بر دارد.

در رأس همه حسین بن علی ابن ابی طالب قرار داشت، که مهم‌ترین و مؤثرترین و متنفذترین مخالف یزید بود امام حسین علیه السلام درست در نقطه مقابل او و مخالف آشکار امیال فاسد و تفوق طلبی ظالمانه او بود، در نتیجه به محض استقرار در حکومت، دونا مه برای حاکم مدینه ولید ابن عتبۀ فرستاد که در یک نامه خبر مرگ معاویه را نوشته بود و در نامه دوم نوشته بود:

اما بعد فخذ حسیناً، عبدالله بن عمر، عبدالله بن الزبیر بالبیعة
أخذاً شديداً لیست فیه رخصته حتی یبايعوا

و السلام

یعنی حسین، عبدالله بن عمرو عبد الله بن زبیر را مجبور به بیعت کن و با آنان چنان به سختی رفتار کن که هیچ گونه مجالی در آن نباشد تا این که بیعت کنند و السلام.

البته تاریخ یعقوبی چنین آورده: به محض رسیدن نامه ام، بیعت بگیر اگر

خداوندا ما را شیعه حسینی قرار ده، که ایشان تمام زندگی و دارایی

خویش و نزدیکانشان را فدای بقاء دین و کلمه توحید نمودند.



کربلا

وکل ارض

کل یوم

آری خوش دل تهرانی چه زیبا سروده است:

بزرگ فلسفه شاه دین اینست

که مرگ سرخ به از زندگی ننگین است

دشمن امام حسین علیه السلام می خواست که او را تا ابد خاموش کند ولی روزبه روز بر عظمت او افزوده شد و سیمای پرفروغ او و اهداف بلند و والای او بر دوست و دشمن آشکار گشت و الان که حدود بیش از ۱۰۰۰ سال از حادثه کربلا می گذرد هنگامی که محرم نزدیک می شود و شور حسینی جلوه گر می گردد وضعیت عالم عوض می شود و در هر گوشه ای پرچمها و علم های عزا بپا می کنند بچه ها و بزرگترها دستجات عزاداری به پا می کنند .

پس فؤاد کرمانی به درستی سروده است :

دشمنت کشت ولی نور تو خاموش نگشت

آری آن جلوه که فانی نشود نور خداست

نه بقا کرد ستمگر نه بجا ماند ستم

ظالم از دست شد و پایه مظلوم بجاست

توماس کارلایل، مورخ و فیلسوف معروف انگلیسی می نویسد :

شهدای کربلا با عمل خود اثبات کردند که تفوق عددی در جایی که حق و باطل در مقابل یکدیگر قرار بگیرند اهمیتی ندارد. پیروزی حسین با وجود اقلیتی ناچیز در برابر دشمن بی شمار باعث شگفتی من است . پس نتیجه می گیریم که امام حسین علیه السلام وارث همه فضایل و کمالات انبیا از آدم گرفته تا پیامبر خاتم محمد بن عبدالله صلی الله علیه بود و او وارث شجاعت و سلحشوری پدر بزرگوارش علی مرتضی علیه السلام حیدر کرار شکننده خیبر بود و هر نویسنده و محقق قسیمی از فداکاری و جانبازی های آن یگانه مرد اسوه تقوی و صفا و وفا را به قلم کشیده است برخی پیرامون فضایل بی شمار آن حضرت سخن گفته اند، گروهی به تحلیل نهضت عاشورا پرداخته اند، جمعی خطبه های آتشین و سخنان دل نشین حضرت را گرد آورده اند، برخی آثار مجالس عزاداری را تشریح کرده اند و برخی به شمارش شاعران و نوحه سرایان و نغمه سرایان پرداخته اند.

هنوز آن خطبه غرّا حسین علیه السلام طنین انداز است که در خلال آن فرمود :

... إني لا أرى الموت إلا السعادة

بدرستی که من مرگ را جز سعادت نمی بینم

السلام علی الحسين

وعلی علی بن الحسين

وعلی اولاد الحسين

وعلی اصحاب الحسين

والسلام علیکم

سید فتاح هاشمی تبریزی

می گوید و می فرماید: وَلَقَدْ سَمِعْتُ جَدِّي رَسُولَ اللَّهِ (ص) يَقُولُ : إِنَّ الْخَلْفَةَ مُحَرَّمَةٌ عَلَى وَلَدِ ابِوسُفْيَانَ يَعْنِي أَيْ جَدِّمُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَوَاتُ اللَّهِ عَلَيْهِ شَنِيدِمُ كَمَا فَرَمُوهُ : خِلَافَتُ بَرِّ خَانِدَانَ ابِوسُفْيَانَ حَرَامٌ اسْت.

بنابر این امام حسین علیه السلام انقلاب خودش را با چهار خصوصیت آغاز می کند چنان که می فرماید:

انني لم اخرج اشرأ ولا بطراً ولا مفسداً ولا ظالماً، و انما خرجت لطلب الاصلاح في امة جدي و اريد ان آمر بالمعروف و انهي عن المنكر و اسير بسيرة جدي و ابي علي ابن ابي طالب (عليهم السلام)

یعنی : حرکت و قیام من ناشی از سرمستی، سرکشی و مفسده جویی و ستم خواهی و جاه طلبی نیست انگیزه و اساس این قیام چهار ویژگی دارد :

۱. اراده اصلاح امت رسول الله صلوات الله علیه

۲. امر به معروف و نهی از منکر

۳. پیروی از سیره جدش رسول خدا صلوات الله علیه

۴. پیروی از سیره پدرش علی بن ابیطالب علیه السلام

این چهار ویژگی ابعاد یک منشور است که تمامی به یکدیگر تکیه داده اند و با هم متحدند و مربوط به هم هستند به همین دلیل سالار شهیدان اباعبدالله علیه السلام مرز عقیده ها و اعتقادات مختلف دنیا را درهم شکست از هر کیشی و آیینی دل هایی را به سوی خود جذب کرده ، رهبری انقلاب های بزرگ عالم را به خودش اختصاص داده و به مصلحان و آزادی خواهان جهان سر مشق می دهد.

به عنوان نمونه : گاندی، مصلح بزرگ هند می گوید :

من برای ملت هند چیز تازه ای نیاورده ام بلکه نتیجه ای را که از قهرمان کربلا حسین بن علی علیه السلام آموخته ام به ملت هند تقدیم می کنم، اگر بخواهیم هند را نجات دهیم باید راهی را برویم که حسین بن علی علیه السلام پیمود.

و همچنین اقبال لاهوری، آن شخصیت بزرگ با این که با مذهب شیعه اصلاً رابطه ای ندارد دریانی نهضت امام حسین علیه السلام را منجر به حفظ عظمت ممالک اسلامی و قطع ایادی و استبداد بیگانگان می داند و می گوید :

تا قیامت قطع استبداد کرد

موج خون او چمن ایجاد کرد

خون او تفسیر این اسرار کرد

ملت خوابیده را بیدار کرد

و محمد علی جناح، قائد اعظم و مؤسس پاکستان می گوید :

هیچ نظیری برای امام حسین علیه السلام از لحاظ فداکاری و جانبازی پیدا نمی شود یگانه نمونه ای است در شجاعت ، می گوید : به عقیده من تمام مسلمین باید از این شهید سرافراز که جان خود را در صحرای کربلا فدا کرد سرمشق بگیرند و از او پیروی کنند عقیده من این است که هرگز بدون جانبازی و فداکاری به اهداف بزرگ انسانی و اسلامی نخواهند رسید و آن را فقط باید از سیدالشهدا حسین بن علی علیه السلام فراگرفت . که به ما آموخت مرگ شرافتمندانه از زندگی در زیر یوغ طاغوتیان و ظالمان شایسته تر است،



شماره ای از فعالیت‌های فرهنگی و مذهبی ویژه

خواهران در مسجد جامع شهرک غرب

۱. کلاس‌های روخوانی و روان‌خوانی و تجوید قرآن کریم هفته‌ای یک بار توسط استاد قرآن سرکار خانم میثمی برقرار می‌باشد که استقبال چشمگیری دارد

۲. کلاس احکام و پرسش و پاسخ‌های مسائل فقهی توسط سرکار خانم همتی که بالای ۳۵ نفر در کلاس حضور دارند.

۳. کلاس مفاهیم قرآن و عربی توسط استاد قرآن سرکار خانم حاجی حسینی که این کلاس با تعداد شاگردان قرآنی فعال چیزی بالاتر از طرح بشارت است

۴. کلاس ۴۰ حدیث امام و پرسش و پاسخ‌های دینی و مذهبی توسط استاد حوزه و دانشگاه سرکار خانم اشراقی که هر دو هفته یک بار بعد از ظهرها برقرار می‌باشد.

۵. کلاس نهج‌البلاغه با استادی سرکار خانم زمانپور که شاگردان مخصوص خود را دارد.

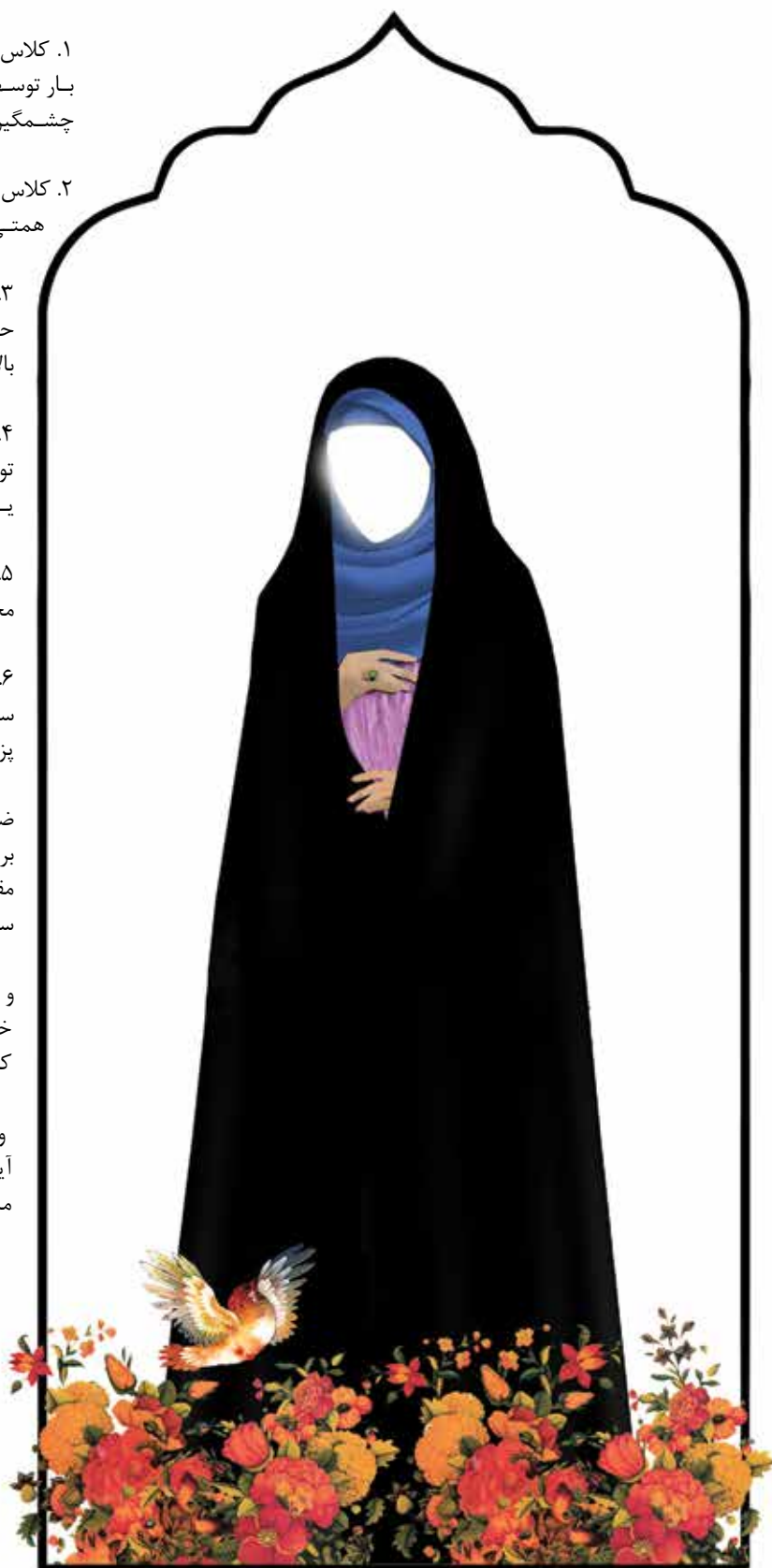
۶. کلاس‌های بهداشتی و پزشکی توسط خانم دکتر کیانیان و خانم سراج متخصص مسائل بهداشتی و پزشکی که همراه با تصاویر پزشکی و عملی است.

ضمناً در ماه‌های مبارک رمضان توسط استاد حوزه و دانشگاه برنامه‌های ویژه‌ای برگزار می‌گردد که شامل: مقابل قرآن به مدت یک ساعت و نیم سخنرانی مذهبی و اجتماعی به مدت یک ساعت است

و در روز میلاد امام حسن مجتبی علیه‌السلام مراسم ویژه‌ای توسط خواهران برگزار می‌گردد که شامل پذیرایی ویژه و مسابقه است که برندگان مسابقه به سفر زیارتی نایل می‌گردند

و همه ساله از طرف گروه فرهنگی خواهران و با اجازه حضرت آیت‌الله هاشمی تبریزی، خواهران به سفر یک روزه قم و جعفران مشرف می‌شوند

واحد خواهران مسجد جامع شهرک غرب



سخن اهل دل

چو بشنوی سخن اهل دل مگو که خطاست
سخن شناس نه‌ای جان من خطا این جاست
سرم به دنیی و عقبی فرو نمی‌آید
تبارک الله از این فتنه‌ها که در سرماست
در اندرون من خسته دل ندانم کیست
که من خموشم و او در فغان و در غوغاست
دلم ز پرده برون شد کجایی ای مطرب
بنال‌هان که از این پرده کار ما به نواست
مرا به کار جهان هرگز التفات نبود
رخ تو در نظر من چنین خوشش آراست
نخفته‌ام ز خیالی که می‌پزد دل من
خمار صدشبه دارم شرابخانه کجاست
چنین که صومعه آلوده شد ز خون دلم
گرم به باده بشوید حق به دست شماست
از آن به دیر مغانم عزیز می‌دارند
که آتشی که نمیرد همیشه در دل ماست
چه ساز بود که در پرده می‌زد آن مطرب
که رفت عمر و هنوزم دماغ پر ز هواست
ندای عشق تو دیشب در اندرون دادند
فضای سینه حافظ هنوز پر ز صداست

حافظ



ایمان و اخلاق و دینداری مردم هستم، این پایگاه را تقویت کنید. چرا فاصله می گیرید؟

**آبادی مسجد به نماز است و دعا
عمران وی از همت و اخلاص شماست
آباد کن از نماز، تو خانه ی حق
شکرانه ی نعمت که خدا داده تو راست**

علی (علیه السلام) فرموده است: «زمانی بر مردم می آید که در میان مردم باقی نمی ماند از قرآن مگر نشانه اش، و از اسلام مگر نامش. در آن روزگار، مساجدشان از جهت ساختمان آباد است، اما از جهت هدایت، خراب است.» (نهج البلاغه، فیض الاسلام، حکمت ۳۶۱) نکند آن روزگار فرا رسیده باشد؟

از مصلّا تا مصلّی

من (مسجد) در روز قیامت نه فقط از آنها که پیش من نیامدند حتی از بعضی ها نیز که آمدند هم شکایت خواهم کرد چون ظاهر را جلا دادند و رنگ کردند، اما باطنم را تاریک ساختند. وقتی روشن کردن یک چراغ در مسجد ثواب دارد، روشن کردن یک فکر و دل با نور هدایت، ثوابش بیشتر است. چرا به جای ساختن مسجد، «مسجدی» نمی سازید؟ شما مصلّا ساختید، نه مصلّی. نمازخانه ها زیاد شده است، نه نماز خوان ها! متأسفانه در بعضی جاها مسجد را فقط با صدای «الرحمن» و مجلس فاتحه می شناسند. در من این همه «مجلس تحیم» برای مرده ها گرفتید، ولی چند بار شد که «مجلسی ترحم» برای زنده ها بگیرید؟ این همه قرآن برای اموات خواندید، کمی هم برای زنده ها قرآن بخوانید. هنگام برگزاری مجالس ختم، چهره هایی را دیده ام که در طول سال،

جایی که به نام خدا سنگ بنایش نهاده شده، به یاد خدا مردم در آنجا حضور می یابند و برای پرستش خدا، عبادت گاهی به نام «مسجد» ساخته می شود، نقش مهمی در پالایش روح و تزکیه ی اخلاق و رشد جنبه های معنوی انسان دارد. رابطه با مسجد، فرهنگ ساز است و انسان ساز، به شرط آن که مساجد، کانون «یاد خدا» باشد و برپایه تقوا بنا نهاده شود. آن چه می خوانید، تبیین این «رابطه» از زبان خود مسجد است که با نماز گزاران، همسایگان، بانیان و متولیان حرف می زند، حرف هایی خوب، دلنشین، دلسوزانه و سازنده. به این «درد دل مسجد» گوش دهیم:

همسایه ی شما

من همسایه ی شما هستم. در همین کوچه و محله، در همین نزدیکی ها زندگی می کنم. من «مسجد» م، خانه ی خدا، عبادت گاه مسلمین، درد دل هایی دارم، دوست دارم کمی حوصله کنید و گلایه های این همسایه را بشنوید. با این که من هر روز، یکی دو نوبت در خانه ام را به روی شما باز می کنم و چند ساعت به انتظار شما می مانم، ولی بعضی از شماها سراغ من نمی آید و با من انس نمی گیرید. مثل این که با من قهرید. مگر از من چه بدی دیده اید؟ چرا این همه بی وفایی؟! چه خاطره ی بدی از من دارید؟ من که همیشه دل شما را روشن و قلب تان را با صفا کرده ام، من که همیشه به شما آرامش روحی داده ام، گاهی شاید برخورد خادم مسجد یا حرف های مردم یا برخوردهای بعضی مسجدی ها ناراحت تان کرده باشد، ولی چرا از من و صاحب من - که خداست - قهر می کنید؟ می گوئید برنامه هایم جذاب و آموزنده نیست؟ خوب، بیایید با پیش نماز و متولیان مسجد صحبت کنید، خودتان هم وقت بگذارید و مرا فعال تر، جذاب تر و با برنامه تر کنید. اگر قبول دارید که من پایگاهی برای تقویت



نمازگزاران در صفوف منظم و به هم پیوسته نماز، به دور از هرگونه تعلق دنیوی با هر رنگ و نژاد و ملیتی، از هر قشر و با هر میزان درآمد و هر موقعیت اجتماعی سر بر سجده عبودیت و بندگی خدا می سپارند و به مدد او گره از مشکلات یکدیگر می گشایند. در قرآن و حدیث «سجود» نه تنها به معنای سر فرود آوردن بلکه به معنای سر بر خاک نهادن نیز معنی شده از این رو سجود به غایت خضوع تفسیر شده است و بر این پایه مسجد در فرهنگ اسلامی، جایگاه ویژه ای دارد که در آن انسان ناتوان و نیازمند با خضوع و کرنش در برابر عظمت آفریدگار توانا و بی نیاز با او ارتباط برقرار می کند. از مسجد به عنوان مهم ترین پایگاه فرهنگی و سیاسی حکومت دینی با تعبیری بلند مانند «خانه خدا» «نشستگاه پیامبران» «سرای هر پروا پیشه» «بهترین مکان ها» و «باغ بهشتی» یاد می کنند که مسلمانان را به برقراری ارتباط با این کانون دل ها دعوت و به گسترش بهره گیری از برکات مادی و معنوی مسجد، تشویق می کنند. ساختن مسجد نیز مورد تاکید فراوانی قرار گرفته است و به مسلمانان توصیه می شود به هر اندازه که می توانند با ساختن مسجد به گسترش فرهنگ اسلامی کمک کنند.

گردآورنده: هادی احمدی | طلبه درس خارج



پایشان به مسجد نمی رسد. بعضی ها فقط به خاطر شیرینی و شربت و شام و خرما به مسجد می آیند. بعضی روز عاشورا و شب اربعین برای پلو خوری به اینجا می آیند. از شما دوستان مسجدی هم گله دارم. چرا تنها به مسجد می آیید؟ چرا دوستان و فرزندان تان را با خود نمی آورید؟ چرا شوق مسجد را در دل دیگران ایجاد نمی کنید؟ چرا ثواب نماز و عبادت و تلاوت در مسجد، حتی حضور در مسجد را برای مردم نمی گوید؟ در روایات اسلامی اهمیت فرهنگ سازی تا آن جاست که آباد کردن واقعی مساجد را به حضور حداکثری مردم تفسیر می کنند. حدیثی از پیامبر (ص) نقل شده است که می فرمایند: هرگاه دیدید که مردی، پیوسته به مسجد می رود، به ایمان او گواهی دهید. خدای تعالی فرموده است: تنها کسی که به خدا و روز رستاخیز ایمان آورده است، مساجد خدا را آباد می کند. (سنن الترمذی ج ۵ ص ۲۷۷)

آباد کردن مسجد، به حضور در آن است

«إِنَّمَا يَعْمُرُ مَسْجِدَ اللَّهِ مَنْ ءَامَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ وَأَقَامَ الصَّلَاةَ وَءَاتَى الزَّكَاةَ وَلَمْ يَحْشَ إِلَّا اللَّهَ فَعَسَىٰ أُولَٰئِكَ أَنْ يَكُونُوا مِنَ الْمُتَّقِينَ».

«تنها کسی که به خدا و روز رستاخیز، ایمان آورده است، مساجد خدا را آباد می کند، و نماز بر پا می دارد و زکات می پردازد، و جز از خدا نمی ترسد. امید است که چنین گروهی از هدایت یافتگان باشند» التوبة: ۱۸

الإمام الصادق عليه السلام: أَحْضَرُوا مَعَ قَوْمِكُمْ مَسَاجِدَكُمْ.
امام صادق علیه السلام: همراه کسان خود، در مسجد حاضر شوید. (الکافی: ج ۲ ص ۶۳۵)

دعوت مسلمانان به گرد آمدن برای اقامه نماز در چند نوبت و زمان خاص از شبانه روز یادآور ماموریت و رسالتی است که بر عهده آنان گذاشته شده است تا با انرژی گرفتن از راز و نیاز با خالق هستی و زنده نگه داشتن آرمان های منظومه دین، این رسالت خلیفه الهی خود را زنده نگه دارند.

امام باقر (ع): جلوه امامت در افق دانش

به مناسبت ۵ آذر (۳ صفر) سالروز ولادت امام محمد باقر (ع)

امام محمد باقر

ابو جعفر، امام محمد باقر (ع) پنجمین آفتابی است که بر افق امامت، جاودانه درخشید. زندگیش سراسر دانش و ارزش بود، از این رو باقر العلوم نامیده شد، یعنی شکافنده دشواریهای دانش و گشاینده پیچیدگیهای معرفت. خصلت آفتاب است که همواره کام بر فرق ظلمت می‌نهد و در لحظه‌های تاریک، بر افق زمان می‌روید تا همواره ارزشهای مهجور و نهان شده در سیاهی جهل و جور را، دوباره جان بخشد و آشکار سازد. او نیز در عصر حاکمیت جور و تشنیت اندیشه‌های دینی امت اسلام، تولد یافت تا پیام آور معرفت و احیاگر اسلام ناب محمدی (ص) باشد.

ولادت امام محمد باقر

حضرت ابو جعفر، باقر العلوم، در شهر مدینه تولد یافت. و بر اساس نظریه بیشتر مورخان و کتابهای روایی، تولد آن گرامی در سال ۵۷ هجری بوده است. این نقل، با روایاتی که نشان می‌دهد امام باقر (ع) به هنگام شهادت جد خویش - حسین بن علی (ع) - در سرزمین طف حضور داشته و سه سال از عمرش می‌گذشته است هماهنگی دارد.

در روز و ماه ولادت آن حضرت نیز نقلهای مختلفی یاد شده است:

الف - سوم صفر ۵۷ هجری.

ب - پنجم صفر ۵۷ هجری.

ج - جمعه اول رجب ۵۷ هجری.

د - دوشنبه یا سه شنبه اول رجب ۵۷ هجری.

بیشتر محققان با ترجیح نظریه نخست، یعنی سوم صفر آن را پذیرفته‌اند.

تبار والای امام باقر (ع)

امام محمد باقر (ع) از جانب پدر و نیز مادر، به شجره پاکیزه نبوت منتهی می‌گردد.

او نخستین مولودی است که در خاندان علویان از التقای دو بحر امامت (نسل حسن بن علی و حسین بن علی علیهما السلام) تولد یافت:

پدر: علی بن الحسین، زین العابدین (ع). مادر: ام عبد الله، فاطمه، دختر امام حسن مجتبی (ع)

مادر گرامی امام باقر (ع) نخستین علویه‌ای است که افتخار یافت فرزندی علوی به دنیا آورد. برای وی کنیه‌هایی چون ام الحسن و ام عبده آورده‌اند، اما مشهورترین آنها، همان ام عبد الله است.

در پاکی و صداقت، چنان نمونه بود که صدیقه‌اش لقب دادند.

امام باقر (ع) مادر بزرگوار خویش را چنین توصیف کرده است:

«روزی مادرم کنار دیواری نشسته بود، ناگهان دیوار ریزش کرد و در معرض ویرانی قرار گرفت، مادرم دست بر سینه دیوار نهاد و گفت، به حق مصطفی (ص) سوگند، اجازه فرو ریختن نداری. دیوار بر جای ماند تا مادرم از آن جا دور شد. سپس دیوار فرو ریخت.

نام و کنیه امام محمد باقر

نام آن حضرت محمد است. این نامی است که رسول خدا (ص) از دیر زمان برای وی برگزیده بود.

جابر بن عبد الله انصاری یار دیرین پیامبر (ص) افتخار دارد که سلام رسول خدا را به امام باقر (ع) ابلاغ کرده است. از بیان او - که به تفصیل خواهد آمد - استفاده می‌شود که نامگذاری امام باقر (ع) به وسیله پیامبر اکرم (ص)

صورت گرفته است. کنیه آن گرامی ابو جعفر است و جز این کنیه‌ای برای وی نقل نکرده‌اند.

القاب امام محمد باقر

برای امام باقر (ع) این القاب یاد شده است:

۱. باقر

این لقب مشهورترین القاب آن حضرت بشمار می‌آید و بیشتر منابع بدان تصریح کرده‌اند.

در بیان فلسفه تعیین این لقب برای وی، آمده است:

- شکافنده معضلات علم و گشاینده پیچیدگیهای دانش بود.

- به دلیل گستردگی معارف و اطلاعاتی که در اختیار داشت، باقر نامیده شد.

- بدان جهت که در نتیجه سجده‌های بسیار، پیشانی‌اش فراخ گشته بود.

- احکام را از متن قوانین کلی، استنباط و استخراج می‌کرد.

۲. شاکر

۳. هادی

۴. امین - شبیه، به جهت شباهت آن حضرت به رسول خدا (ص)

همسران امام محمد باقر

در منابع تاریخی، برای امام باقر (ع) دو همسر نام برده‌اند.

همسران عبارتند از:

۱ - ام فروة دختر قاسم بن محمد بن ابی بکر.

۲ - ام حکیم دختر اسید بن مغیره ثقفی.

فرزندان امام محمد باقر

برای امام باقر (ع) هفت فرزند یاد کرده‌اند، پنج پسر و دو دختر.

۱ - جعفر بن محمد الصادق (ع).

وی مشهورترین، ارجمندترین و با فضیلت‌ترین فرزند امام باقر (ع) می‌باشد که از ام فروة زاده شد و نسل امامت از طریق او استمرار یافت.

۲ - عبد الله بن محمد. او یگانه برادر امام صادق (ع) بشمار می‌آید که هم از ناحیه پدر و هم از ناحیه مادر با آن حضرت متحد است. مورخان وی را صاحب فضل و صلاح دانسته‌اند و متذکر شده‌اند که فردی از بنی امیه به او سم خوراند و او را به شهادت رساند.

۳ - ابراهیم بن محمد، از ام حکیم.

۴ - عبید الله بن محمد، از ام حکیم.

۵ - علی بن محمد.

۶ - زینب بنت محمد، این دو (یعنی زینب و علی) از یک مادرند که ام ولد بوده است.

۷ - ام سلمه، مادر وی را نیز ام ولد دانسته‌اند.

برخی از منابع، تنها شش فرزند برای امام باقر (ع) نام برده‌اند و بر این باورند که امام باقر فرزندی به نام عبید الله نداشته است.

گروهی دیگر گفته‌اند: امام باقر (ع) دو دختر نداشته است، بلکه زینب و ام سلمه در حقیقت دو نام برای یک دختر است.

نهایت کمال ، فهم در دین و صبر بر مصیبت ، و اندازه گیری در خرج زندگانی است .

بحار الانوار ، دار احیاء التراث العربی ، ج ۷۵ ، ص (۱۷۲)





ما تر از تنهات و ابروتنها آرزو ما است

در این جبهه ها خداوند را مشاهده می کنیم که چگونه به کمک رزمندگان اسلام می شتابد و آنها را نصرت می دهد و مصداق آیه شریفه که می فرماید "کم من فنه قلیله غلبت فنه کثیره" را می بینیم که تعداد محدود لشکریان سپاه و ارتش و نیروهای مردمی بر تعداد کثیری از نیروهای دشمن غلبه می نمایند. بیاد دارم در عملیات بازی دراز در قسمتی از عملیات ما شش نفر بودیم در مقابل سیمصد نفر غلبه پیدا نمودیم

باشهیدان

شهید محسن وزوایی

سوژه ی اصلی حکایت های ما کسی نیست مگر دارنده ی رتبه اول آزمون سراسری دانشگاه های کشور در رشته شیمی سال ۱۳۵۶ از دانشجویان پیشتاز لانه ی جاسوس شیطان بزرگ در ۱۳ آبان ۱۳۵۸ فرمانده ی همیشه خط شکن جبهه های غرب و جنوب، شهید محسن وزوایی.

چقدر من و محسن از آن کوچه پس کوچه های نظام آباد خاطره داریم یادش بخیر با هم می رفتیم سینما موناکو، فیلم های کاراته ای هنگ کنگی نگاه می کردیم. محسن آدم عجیبی بود هم به بازی و تفریح اش می رسید هم به درس و مدرسه اصلاً توی درس خوندن هیچ کس به گرد این بشر نمی رسید. تنها کسی هم که می تونست یک کمی با او رقابت کنه من بودم. خود کشان کردم برای یک بار هم شده، از او پیشی بگیرم، نشد که نشد. همیشه اون شاگرد اول بود، من هم شاگرد دوم کلاس.

بدجنس انگاری پسر خاله ی انیشتین بود، جدول عناصر شیمی رو طوری برات توضیح می داد که شاید متدلیف هم نمی تونست به اون خوبی از پس اش

بربیاد. تمام دلخوشی من هم تو این دو سه ساله، این دیار غربت نامه های اون بوده، خودت که می دیدی، همیشه چشمم به در بود تاببینم کی آقای پستچی نا مه های اونو برام میاره. من با نامه های محسن جون می گیرم، قوت می گیرم اصلاً اگر نامه های محسن نبود، خیلی سال ها زودتر از این ها، برمی گشتم ایران. این پسر مثل این که مهره مار داره. چنان با کلماتش پا بندم کرد که خودم هم نفهمیدم این مدت چه جوری گذشت. هر دفعه هم با یک کلک و حقه ای سرم را گرم می کرد.

یک روز نوشت «... شما سفیران انقلاب ما هستید، باید آنجا باشید و صدای مظلومیت ملت ایران را به گوش دنیا برسانید» یک روز هم می نوشت «... شما امیدهای آینده این انقلاب هستید، باید آن جا تخصص یادگیرید و بیاپید این جا به مردم محروم خدمت کنید».

چند ماهی می شد که از او خبری نداشتم. نه نامه ای، نه تلفنی و نه پیغامی، پاک کلافه شده بودم؛ به هر دری هم زدم تا از او خبر بگیرم، نمی شد. تا این که پریشب آن خبر از تمام رسانه های گروهی آلمان پخش شد.

خبر این بود «در سالروز کشتار دانش آموزان ایرانی توسط رژیم شاه، تعدادی از دانشجویان خشمگین، سفارت آمریکا در تهران را اشغال کرده و همه کارکنان آن را به گروگان گرفتند».

در اطلاعیه های اولیه، اصلی ترین خواسته ی این دانشجویان استرداد شاه و قطع توطئه های آمریکا علیه ایران عنوان شد.»

با شنیدن این خبر مو بر بدنم سیخ شد. اصلاً نمی تونستم باور کنم؛ یعنی ممکن است آمریکا، یکی از دوقطب قدرت دنیا، این قدر حقیر شده باشند که حتی دیپلمات هایش در کشور های دنیا امنیت نداشته باشند؟!

فصلنامه
مذهبی
علمی
اجتماعی
خبری

بافته شده بود را در معرض دید دوربین ها قرارداد و گفت: «این ها، مقدار اندکی از سندهای همکاری مامورین سفارتخانه آمریکا باسران گروه هایی است که قصد براندازی جمهوری اسلامی ایران را داشتند. ما اینجا به اسنادی دست پیدا کردیم که نشان می دهد ستاد حوزه ی جنوب غربی آسیای آژانس مرکزی اطلاعات آمریکا CIA در محل همین به اصطلاح سفارتخانه مستقر بوده و ریاست این ستاد را هم یکی از افسران ارشد واحد امور خاور نزدیک سازمان CIA

به اسم آقای «توماس آهرن» به عهده داشته. خود «آهرن» الان یکی از گروگان هاست و صراحتاً به ما گفته که از همین محل به نیرو های ضد انقلاب اسلامی ایران رهنمود براندازی و حقوق می داد.» خبرنگار ها یکی یکی سوال می کردند و محسن هم خیلی محکم، پاسخ همه آنها را می داد. از خوشحالی داشتم بال در می آوردم. چشمم به صفحه تلویزیون بود، اما دیگر نمی فهمیدم چه می شنوم. فقط به چهره ی باصلاط محسن که حالا کل صفحه تلویزیون را پر کرده بود، خیره شدم.

خاطرات مشترک با محسن یکی یکی در ذهنم زنده شد. خاطرات سالهای دور. خاطرات دوران تحصیل، خاطرات روز خداحافظی مان در محوطه فرودگاه مهرآباد تهران، خاطرات بی تابی ام برای دریافت تک به تک نامه هایش... همه و همه مثل یک فیلم سینمایی از جلوی چشم هایم رد شدند. به خود آمدم که دیگر مصاحبه تمام شده بود. گزارش تلویزیونی Z.D.F از کنفرانس مطبوعاتی تهران که به آخر رسید، تازه به خودم آمدم. بار دیگر، محسن مرا برای ادامه تحصیل شارژ کرد، شارژ شارژ.

در جبهه:

تا این ساعت از روز که آفتاب از نیمه ی آسمان هم گذشته، تعدادی از نیروهای ما زخمی و تعدادی دیگر هم شهید شده اند. آن هایی هم که سالم و سر پا مانده اند، تعدادشان بسیار اندک است. بعضی ها در آن پاتک قبلی خودشان، تعدادی تانک را هم به دامنه ۱۱۵۰ بالا کشیدند و با توپ و کالیبر آن تانک ها، به صورت مستقیم به سمت سنگر های بچه ها شلیک می کردند. صحنه خیلی دلخراش و وحشت انگیزی بود. بچه ها را می دیدیم که با هر انفجار تیر مستقیم، بین زمین و آسمان تکه تکه می شدند و تکه های گوشت و استخوان آن ها در هوا پخش می شد. در این لحظه بحرانی برادر وزوایی به ما گفت: «داداش های گلم؛ مقاومت کنید، توکل تون به خدا باشه، دشمن محکوم به فناست، مطمئن باشید.» بعد با اشاره به پایین ارتفاع می گفت: «بینید، نیرو های کمکی دارند می رسند!» اما ما هر چه چشم می دوانیدیم، آن پایین، اثری از نیروهای کمکی نمی دیدیم. پیش خودمان می گفتیم این جا که خبری از نیرو نیست، چرا برادر محسن این طوری به ما امیدواری می دهد؟ شرایط ما برای ماندن روی قله هر لحظه بدتر از قبل می شد. دست آخر، یکی از بچه ها، که از دیدن آن همه شهید و مجروح و وضعیت اسفبار ما، پنداری پاک تعادل روحی اش را از دست داده بود، به سمت برادر وزوایی هجوم برد و گفت «پس کجا هستند اونایی که قرار بود ما رو پشتیبانی کنند؟! کو نیرویی که قرار بود بیاد؟ اصلاً تو ما رو چی فرض کردی؟ چرا بچه ها رو به کشتن می دی؟» برادر وزوایی همان طور ساکت فقط به حرف های آن برادر گوش داد. اما هیچ نگفت. بعد همه ما نیروهایی را که سر پا مانده بودیم دور خودش جمع کرد. اول با لحن خیلی قشنگی سوره «فیل» را برای ما تلاوت کرد. بعد رو به جمع ما گفت: «داداش های خوبم، همگی با هم این سوره رو می خونیم: «الم ترکیف فعل ربک باصحاب الفیل»

به یک چشم برهم زدن، طنین روح بخش تلاوت آیه های دل نشین قرآن کریم که از لب های ترک خورده و حلقوم خشکیده ی بچه ها برخاسته بود، در فضا پیچید. همان طور که داشتیم کلمه به کلمه، آیه ها را می خواندیم، همه از گوشه ی چشم ها، به همدیگرو به برادر وزوایی نگاه می کردیم. نه.. ما تنها نبودیم، ما بی یار و یاور نبودیم، اصلاً ما روی ۱۱۵۰ هم

با اشتیاق زیاد خبر های مربوط به این واقعه عجیب را دنبال می کردم همه کارم شده بود جستجو کردن کانال های مختلف تلویزیونی. می خواستم هر طوری شده از کم وو کیف ماجرا اطلاع پیدا کنم. تا این که بلاخره امشب، مجری خبری شبکه Z.D.F روی صفحه ی تلویزیون ظاهر شد و گفت:

«تا چند لحظه ی دیگر نظر شما بینندگان عزیز را جلب می کنم به مصاحبه مطبوعاتی سخنگوی جوانان خشمگین طرفدار خمینی، که روز چهارم نوامبر، سفارت آمریکا در ایران را اشغال کردند.» درجا میخکوب شدم و خودم را به صفحه تلویزیون نزدیکتر کردم.

ابتدا صحنه هایی از چند و چون اشغال سفارت آمریکا نشان دادند. بعد، تصاویری از گروگان های آمریکایی؛ در حالی که با پارچه های سفیدی چشم های شان بسته شده بود. با دیدن این صحنه ها بود که احساس کردم هیمنه ی آمریکا فرو ریخت. بعد از نشان دادن گروگان ها، دوربین رفت داخل سالن نسبتاً بزرگی که یک طرف آن، چند جوان نشسته بودند و در طرف دیگر، کیپ تا کیپ، خبرنگارانی از کشور های مختلف دنیا؛ با انواع و اقسام دوربین های فیلمبرداری، عکاسی، ضبط خبرنگاری و...

درخشش نور فلاش ها، برای لحظه ای قطع نمی شد. بعد از لحظاتی، یکی از خبرنگار های خارجی، که از قیافه اش معلوم بود اروپایی است، پشت میکروفن قرار گرفت و سؤال را با مقدمه ای مطرح کرد: «همان طور که می دانید دیپلمات ها و افرادی که شما آنها را به عنوان جاسوس دستگیر کردید و به گروگان گرفتید هم، از این مصونیت مستثنی نبودند؛ لطفاً بفرمایید هدف شما از این عمل مغایر با شئون دیپلماتیک چه بوده است؟»

دوربین می چرخید و چرخید، تا این که روی صورت یکی از آن دانشجوها، که به نظر می رسید سخنگوی گروه شان هم اوست، زوم کرد. باورم نشد، همان طور مات و مبهوت به صفحه تلویزیون خیره شدم و بعد فریاد زدم «زهره خانم، زهره خانم... بیا، بیا اینجا! بین چی می بینی؟» عیال سراسیمه به سمت ام آمد و گفت: «چی شده؟!» به صفحه تلویزیون اشاره کردم و گفتم: «بین کیه داره صحبت می کنه؟ محسن، محسن وزوایی خدمون، شده سخنگوی دانشجوها.» زهره با تعجب به صفحه تلویزیون خیره شد. همان جای روی زمین نشست و گفت «راست می گی ها» دوتایی چشم دوختم به صفحه تلویزیون.

محسن قبل از اینکه به سوال مرد خبرنگار پاسخ بدهد، ابتدا آیه ای از قرآن را با آهنگ دلنشینی قرائت کرد. بعد خیلی روان، با انگلیسی سلیس، جواب آن خبرنگار را داد. شبکه Z.D.F داشت حرف های محسن را به آلمانی زیرنویس می کرد، او می گفت: «ما هم به قوانین و شئون دیپلماتیک دنیا آشنایی داریم، ما هم می دانیم که دیپلمات ها در کشور های خارجی مصونیت دارند. از این ها گذشته، قوانین دین ما، اسلام هم به ما توصیه می کند که با میهمان به درستی برخورد کنیم. اما متأسفانه که بگویم نه این جا یک سفارتخانه بود و نه این ها کاردار و دیپلمات. شاید برای شما باورکردنی نباشد، اما من به شما عرض می کنم؛ ما بعد از گذشت چند ماه از انقلاب فهمیدیم سرنخ بسیاری از توطئه ها این جاست. ما ایمان پیدا کردیم که درگیری های کردستان، گنبد، بلوچستان و خیابان های تهران از اینجا خط می گیرند

همین جا توضیح بدهم که ما با دولت ایران کاری نداریم، خط ما از خط دولت آقای بازرگان جداست. ما تعدادی دانشجو هستیم که بر حسب احساس وظیفه دینی، برای خشکاندن ریشه توطئه آمدم و سفارت آمریکا را تصرف کردیم. این کار ما هیچ ربطی به دولت ایران ندارد.» بعد رو کرد به خبرنگارها و گفت «شما اگر واقعاً دنبال حقیقت هستید، لطفاً این حرف های من را که سوال همه ی ایرانی های آزاده است، به مردم دنیا مخابره کنید، تا یکی پاسخ سوال های ما را بدهد. ما می گوییم اگر این جا سفارتخانه است، چرا این همه سیستم پیچیده شنود و جاسوسی در آن نصب شده؟ اگر این جا سفارتخانه است، چرا این همه سند را در دستگاه های کاغذ خرد کن ریختند و آنها را نابود کردند؟»

بعد انبوه زیادی از کاغذهای خرد شده که با وسواس زیادی به هم

نبودیم، ما در سال ۱۳۶۰ نبودیم. ما در عام الفیل، در صحن کعبه، در محاصره ی سپاه ابرهه بودیم، اما... تنها نبودیم؛ پرورده گار کعبه، با ما بود و حضور داشت از زبان برادر وزوایی، به ما یادآور می شد. دفعتا به خودمان آمدم؛ باز روی قلّه بودیم، اما آتشی در کار نبود. از سمت بال ها و شیار ها و صخره ها، حتی یک گلوله شلیک نمی شد. با دیدن صحنه ها، بچه ها قوت قلب گرفتند. آنها تنگ تر از قبل، دور برادر وزوایی حلقه زدند و همان طور که اشک می ریختند یک بار دیگر، هم دل و هم صدا با هم به صدای بلند، آیات سوره ی فیل را هم خوانی می کردند. هنوز تلاوت سوره را تمام نکرده بودیم که یکی از هلی کوپتر های خودی روی آسمان ظاهر شد و با شلیک موشکی، یکی از تانک های دشمن را به آتش کشید. هم زمان با این حادثه، دوفروند هلی کوپتر توپدار دشمن از آسمان بازی دراز به هم اصابت کردند و متلاشی شدند. با دیدن این وقایع، مو بر اندام مان سیخ شد و تن مان از شوق می لرزید. دوباره روحیه گرفتیم و بر دشمن تاختیم. طوری که حوالی غروب سرنوشت نبرد به نفع ما رقم خورد. این جا بود که آن برادر آمد و از برادر وزوایی عذر خواهی کرد. برادر وزوایی هم با لیخندی که بر لب های خشکیده اش نقش بسته بود به آن برادر فهماند که از حرف های او دلگیر نشده.

از وقایع جالب و در عین حال حیرت انگیز عملیات شهید رجایی وبا هنر تحقق پیشگویی های محسن وزوایی بود. همه ی آنهاپی را که محسن گفته بود شهید می شوند، در طول این عملیات به شهادت رسیدند، الا علی طاهری.

در روز سوّم این عملیات علی طاهری، مسوول دیدبانی مشترک ارتش و سپاه در جبهه چپ سر پل ذهاب، با اصابت تیر به دست چپش، مجروح و به عقب منتقل می شود در حال انتقال به عقب به محسن وزوایی می گوید «برادر محسن، دیدی پیش گویی تو درست در نیامد.» علی طاهری بعد از پانسمان و گچ گرفتن دستش، دوباره به منطقه بر می گردد و تا روز هشتم عملیات در منطقه می ماند. روز هفدهم شهرپور، وی به قصد مرخصی، در حال ترک منطقه به دوستانش می گوید «بچه ها دیدید من شهید نشدم، من که گفته بودم بادمجان بم آفت ننداره!» بعد وسایل شخصی اش را می گیرد و به قصد مرخصی، راهی پادگان ابوذری می شود. هنوز مسافت زیادی را طی نکرده بود که متوجه می شود دوربین دیدبانی اش را جا گذاشته. به ناچار مجدداً به خط مقدم برمیگردد. بچه های رزمنده با دیدن علی طاهری، تعجب کرده از او می پرسند «چه شد علی، پشیمان شدی؟» می گوید: «نه بابا، اومدم دوبینم را بردارم.» نزدیک غروب، علی قصد ترک منطقه را داشت که به اصرار هم رزمانش شب را در منطقه می ماند. صبح زود به قصد رفتن به مرخصی، از دامنه ارتفاع ۱۱۵۰ به سمت دره سرازیر می شود در میان دره به تعدادی کاماندو بر می خورد که در حال نفوذ به سمت ارتفاع ۱۱۵۰ بودند. او به خیال این که آنها نیروهای خودی هستند، به سویشان حرکت می کند، اما متوجه می شود که آنها به زبان عربی صحبت می کنند. بلافاصله پشت یکی از سنگر ها موضع گرفته و به سویشان شلیک می کند. علی با همان دست گچ گرفته، تا آخرین فشنگ با آنها مقابله می کند. عراقی ها برای از کار انداختن او به سمتش نارنجک می اندازند. او نارنجک را می گیرد تا به سوی خود عراقی ها پرتاب کند که نارنجک در میان دستانش منفجر می شود و او به شهادت می رسد. به این ترتیب دوربین علی طاهری وسیله ای می شود برای رسیدن او به معبود.

نماز اول وقت :

ستوان گردان حبیب، لحظه به لحظه به ارتفاعات علی گره زد نزدیک و نزدیک تر می شد. برادر محسن هم چنان که پیشاپیش ستون حرکت می کرد، با رسیدن نیروها به بالای تپه ای کوچک، ناگهان متوقف شد. نگاهی به آسمان انداخت و بعد رو به نیروها فریاد زد: «نماز، نماز! برادرها،

نماز را فراموش نکنند.» با این نهیب، ستون حبیب می رفت تا از حرکت بایستد که برادر محسن فریاد زد: «نایستید، بدوید! نماز را به دو می خوانیم. هر کس به پشت سر نفر جلویی دست تیمم بزند! نماز را به دو بخوانید.» یک لحظه خم شدم، دست بر خاک زدم و تیمم کردم. همان طور که داشتم جلو می رفتم، مشغول به نماز شدم:

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله رب العالمین...

ایاک نعبد و ایاک نستعین ...

خدایا فقط تو را می پرستیم و فقط از تو کمک و استعانت می طلبیم. عجب نمازی بود! به راستی نجوای عشق بود. زبان ها ذکر می گفتند و بدن ها هر یک به گونه ای در جنبش و جوشش بودند. لحظه ای بی اختیار از صدای صغیر گلوله خمپاره بر زمین می افتادیم. لحظه ای دیگر باز بی اختیار، با شنیدن صدای موشک های زمانی آر.پی.جی دشمن که بالای سرمان منفجر می شد می نشستیم؛ ولی هم نماز می خواندیم و هم حرکت ستون کماکان به سوی موضع توپخانه ادامه داشت.

دیدار با خبرنگار :

حالا دیگر آفتاب بالا آمده بود. برادر محسن عرق پیشانی اش را پاک کرد. دوربین دوچشمی را برداشت و بعد از دید زدن کامل منطقه گفت: «گمانم آن جا باید تپه ی علی گره زد باشد، توپخانه دشمن همان جاست؛ پشت علی گره زد.» او داشت فرماندهان گروهان ها را توجیه می کرد و من هم فقط نگاهش می کردم. یک دفعه رو به من گفت: «چته آقای خبرنگار؟ چرا ماتت برده؟» گفتم: «دیگه نمی کشم، برادر محسن.» با لیخند زیبایی گفت: «دیگر چیزی نمانده، راه بیفت.» بعد دستش را دراز کرد، دستم را گرفت و کشید جلو. در حین حرکت، شکلاتی از جیب جلوی بادگیر سیاه رنگش درآورد و داد به من و گفت: «بخور قوت می گیری»

آخرین ارتفاع را هم رد کردیم. رسیدیم به یک منطقه ی کاسه ای شکل. دور تا دور این منطقه را با چندین رشته سیم های خاردار پوشانده بودند. داخل کاسه، تا چشم کار می کرد انواع گوناگون توپ های دور برد را دیدیم که اطراف شان را با تور های استتار پوشانده بودند. گفتم «برادر محسن، این همه توپ اینجا چه کار می کنند؟» گفت: «هیچی، هر روز روی سر مردم بی دفاع دزفول گلوله می ریزند. شوخی که نیست یکصد و هشتاد اراده توپه» احساس می کردم دارم خواب می بینم، باورم نمی شد. بعد از تحمل آن همه سختی راه، گم شدن در دشت، دلهره و اضطراب، حالا دیگر آرامش پیدا کرده بودیم؛ آرامش در سایه ی فتحی مبین.

گوشه ای از قرارگاه توپخانه ی دشمن، آرام می گیرم. برادر وزوایی به نیروها تاکید می کند مراقب اطراف باشند. او می گوید: «نیرو های دشمن همین اطراف کمین کرده اند، باید وجب به وجب این منطقه را پاک سازی کنید. امانشان ندهید.» من مات و متحیر فقط نگاهش می کنم. پیش خودم می گویم «تو کی هستی مرد؟! آن از نماز و ناله های دیشب تو در آن دل سیاهی شب و این هم از...»

احساس می کنم او در اوج آسمان هاست و من در تکاپوی شناخت او، چه عاجز. با صدای او به خودم می آیم: «آقای خبرنگار جا نمایی؛ بچه ها رفتند. بدو بیا.»

وصیت نامه :

از شهادت واهمه ای نداریم. این منتهای آرزوی ماست. در جبهه ها مشاهده می کنم که چگونه خداوند به کمک رزمندگان اسلام می شتابد و آن ها رانصرت می دهد. به یاد دارم که در عملیات دوم بازی دراز، با وجود آن که تنها شش نفر بودیم، بر سیصد نفر غلبه کردیم. در جبهه ها، روحیه ایمان و ایثار آن چنان تجلی پیدا می کند که برای بی خبران از این معانی، اصلاً قابل تصور نیست. هنگامی که در بخشی از عملیات، حرف از داوطلب برای شهادت به میان می آید، خدا گواه است بین برادران بر سر اجابت آن دعوا می افتد این ها همگی ارزش هایی هستند که مکتب اسلام به



بشریت ارزانی داشته. از آنجا که این حقیر بزرگ ترین افتخار خودم را عبودیت به درگاه حضرت احدیت می دانم، می خواهم بگویم:

ای عارفان! ای عاشقان لقاءالله! ای معلمین اخلاق و ای تمامی کسانی که مشغول ریاضت کشیدن برای نزدیکی به درگاه خدا هستید! به جبهه ها بیایید تا ببینید چگونه برادران شما به آن درجه از نزدیکی به ساحت قرب خداوندی رسیده اند که جوان تازه داماد، پس از سه ساعت از ازدواجش می گذرد، سراسیمه در جبهه حاضر می شود. آخر در کدامین مکتب چنین ارزش هایی را سراغ دارید؟

خدا را شاکرم هنگامی که در ۱۴ شهریور ۱۳۶۰ در سر پل ذهاب به واسطه ی اصابت گلوله ی تانک زخمی شده بودم، خون زیادی از بدنم بر زمین ریخته شده بود و وقتی بنا به مشیت الهی نجات پیدا کردم، در بیمارستان زجر و عذاب زیادی متحمل شدم، آن گونه که شاید قابل تصور نباشد، طوری که در یک شب ده عدد آمپول «والیوم ۱۰» به من تزریق شد تا کمی آرام گرفتیم. اما هنگامی که درد می کشیدم، در عین زجر بدنی، ار لحاظ روحی و معنوی لذت می بردم و احساس هر چه سبک تر شدن می کردم. مواقعی که پرستار مراقب من به طعنه و تمسخر می گفت: « برای که این کارها را کردی؟ برای چه خودت را به این روز انداختی؟» دلم برای جهالت و بی خبریش می سوخت. بر ملاست او صبر کردم و به او گفتم « توکل من به خداست و خدا خودش درست می کند» همین طور هم شد. والله کمی از فشار کارم کم می شد، در خودم احساس ضعف و کوچکی می کردم.

ای ملت شهید پرور ایران!

امروز در شرایطی هستیم که لحظه ای غفلت، خیانت به اسلام و قرآن است. باید تا آن جا که در توان داریم، برای خدا کوشش کنیم. امروز تمامی مزدوران و طاغوتیان به مقابله با انقلاب عزیز اسلامی ما پرداخته اند. در راس تمامی اینان، به تعبیر امام «شیطان بزرگ آمریکاست» و به دنبال او، تمامی وابستگان دیگرش.

پس، از خدا غافل نشوید که پشیمانی سودی نخواهد داشت. ما به تعبیر

امام، «باید به تکلیف عمل کنیم». اگر توانستیم دشمن را در هم بکوبیم، پیروز می شویم و اگر کشته هم بشویم، شهید هستیم، این نیز خود پیروزی است. پس ما نباید نگرانی داشته باشیم....

آمت ما باید بدانند از بزرگترین خطراتی که انقلاب را تهدید می کند، آفت نفوذ خطوط انحرافی در خط اصلی انقلاب، یعنی «خط امام» است. پس امام را دنبال کنید و امام را تنها نگذارید. شما آمت مسلمان ایران در تاریخ جهان نمونه هستید. شما فرزندانی تربیت کرده اید که شهادت را بالاترین سعادت خود می شمارند و در تمامی مصاف ها، فقط روی پشتوانه ی الهی حساب می کنند. شکست در راه چنین حرکتی مفهومی ندارد.

خدا را شکر می کنم که نعمت شرکت در عملیات، به منظور روشن کردن سرزمین های سرد و بی روح گشته از لوٹ وجود صدامیان اشغالگر را به نور خدایی، نصیبم فرمود. از خدا می خواهم که شهادت را در راهش نصیبم فرماید و آن گاه که به مشیت الهی از این دنیای فانی رفتم، در زمره شهیدان به حساب آیم.

از خدا می خواهم که مرا، به حال خود وا نگذارد، که بنده ای حقیر و زیون هستم. پروردگارا! به درگاه کسی غیر از تونمی توانم روی بیاورم.

«اللهم ارزقنا توفیق الشهادة فی سیلک.»

در خاتمه، اگر توانستید جنازه ام را بدست بیاورید، آن را روی مین های دشمن بیاندازید؛ تا اقلا جنازه من، کمکی به حاکمیت اسلام کرده باشد، انشاء الله.

ومن الله التوفيق

۲۶/۱۲/۱۳۶۰ - ساعت ۱۱ شب

جبهه ی دزفول - حقیر، محسن وزوایی

حمید جعفریان

بنا بر این آیه ۳۳ از سوره مبارکه احزاب (آیه تطهیر): «إِنَّمَا يُرِيدُ اللَّهُ لِيُذْهِبَ عَنْكُمُ الرِّجْسَ أَهْلَ الْبَيْتِ وَيُطَهِّرَكُمْ تَطْهِيرًا» ما را به سوی اهل بیتی راهنمایی می کند که اراده پروردگار آنها را از هرگونه رجس (پلیدی و زشتی و خطا) مصون قرار داده و به اراده خود، آنها را مطهر ساخته است. توضیح بیشتر آنکه در تعریف محکم و متشابه آرای مختلفی بیان شده است و ممکن است هر کدام از آنها در جای خود درست باشد مثلاً برخی معتقدند که محکم بودن آیات قرآنی به معنی یکپارچگی و استواری محتوا و متناقض نبودن آیات قرآن است و برخی معتقدند معنی متشابه، شبیه بودن بعضی از آیات قرآن با قسمت یا با تمام آیات دیگر است به علاوه همه آیات از جهت مطابقت با حق و معجزه بودن شبیه یکدیگر می باشند، اما بعضی دیگر معتقدند که آیات محکم آن است که مصداق و مراد آن معلوم باشد، خواه توسط خود آن آیه یا به واسطه آیات دیگر و تاویل آن آیه، توسط خود قرآن صورت پذیرد. پس آیات محکم و متشابه را جز خدا کسی نمی داند، مانند زمان قیامت و حروف مقطعه در اول برخی سوره های قرآن.

بنابراین با صرف نظر از پاره ای نظرات غیر کارشناسی باید گفت: آیات محکم آیاتی هستند که در بدست آوردن معنی و مفهوم حکم آنها زمینه اختلاف نظر و تفسیر و تاویل های گوناگون وجود ندارد و حکم آنها بوضوح قابل فهم است و آیات متشابه آیاتی هستند که باید در بدست آوردن مفهوم آنها نهایت دقت را به عمل آوریم چون معنا و مفهومی به راحتی مشخص نیست و برای بدست آوردن مفهومی شان باید به دستور خود قرآن به گروهی که دو صفت راسخون فی العلم و اولوالالباب را دارا هستند، مراجعه کنیم که ما شیعیان، چهارده معصوم سلام الله علیهم اجمعین را نخستین مصداق این دو مفهوم و تنها مصداق معصوم یعنی آیه ۳۳ سوره احزاب، می شناسیم.

دلیل این عقیده آن است که قرآن به فرموده خودش هم هادی است و هم مضل؛ و البته هدایتش مخصوص متقین است و ضلالتش گریبان فاسقان را می گیرد، ولی نکته مهم آن است که پرداختن به متشابهات از سوی کج اندیشان چنان که در آیه هفتم از سوره شریفه آل عمران آمده است به دلیل اغراض و امراض آشکار و نهانی است که در این آیه کریمه به آن تصریح شده است.

پس در تفسیر متشابهات راه مطمئنی که مخاطبین سخن وحی را از لغزیدن به دام شبهه، نگه می دارد همانا تمسک به قول و فعل و تقریر معصومین سلام الله علیهم اجمعین است.

اللهم وفقنا لما تحب وترضى

مؤلف: محمد پیکری

قال الله الحكيم في الكتابه الكريم :

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ عَلَيْكَ الْكِتَابَ مِنْهُ آيَاتٌ مُحْكَمَاتٌ هُنَّ أُمُّ الْكِتَابِ وَأُخَرُ مُتَشَابِهَاتٌ فَأَمَّا الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ زَيْجٌ فَيَتَّبِعُونَ مَا تَشَابَهَ مِنْهُ ابْتِغَاءَ الْفِتْنَةِ وَابْتِغَاءَ تَأْوِيلِهِ وَمَا يَعْلَمُ تَأْوِيلَهُ إِلَّا اللَّهُ وَالرَّاسِخُونَ فِي الْعِلْمِ يَقُولُونَ آمَنَّا بِهِ كُلٌّ مِنْ عِنْدِ رَبِّنَا وَمَا يَذَّكَّرُ إِلَّا أُولُو الْأَلْبَابِ

اوست کسی که این کتاب [=قرآن] را بر تو فرو فرستاد پاره ای از آن آیات محکم [=صریح و روشن] است آنها اساس کتابند و [پاره ای] دیگر متشابهاتند [که تاویل پذیرند] اما کسانی که در دلهایشان انحراف است برای فتنه جویی و طلب تاویل آن [به دلخواه خود] از متشابه آن پیروی می کنند با آنکه تاویلش را جز خدا و ریشه داران در دانش کسی نمی داند [آنان که] می گویند ما بدان ایمان آوردیم همه [چه محکم و چه متشابه] از جانب پروردگار ماست و جز خردمندان کسی متذکر نمی شود.

آیه هفتم از سوره مبارکه آل عمران یکی از مختصات مهم قرآن کریم را به ما می آموزد. در بحث قرآن شناسی این شماره از فصل نامه جامع خوانندگان محترم را به این معنی توجه می دهیم که آیات قرآن مجید بر اساس آیه ای که در ابتدای این نوشتار بیان شد، به آیات محکم و متشابه تقسیم می شود. بنابراین برای آشنایی بیشتر با قرآن، لازم است معنی آیات محکم و آیات متشابه را بشناسیم.

به طور اجمال آیات محکم آیاتی هستند که: معنی و مصداق آنها روشن و واضح است و برای فهمیدن منظور این آیات محتاج مراجعه به آیات دیگر و دانستن مفهوم آیات دیگر یا احادیث دیگری نمی باشیم.

وبه طور اجمال آیات متشابه آیاتی هستند که: مفهوم این آیات، به خودی خود روشن نیست و ما برای فهم درست از آنها محتاج سایر آیات قرآن، یا سنت معصومین سلام الله علیهم اجمعین هستیم تا در درک درست از آن آیات دچار اشتباه نشویم.

توضیح این مطلب به اختصار در حد گنجایش این نشریه آن است که قرآن کریم ممکن است مورد کج فهمی یا سوء استفاده برخی از جاهلان یا مغرضان قرار گیرد. برای پیشگیری از این اتفاقات نامطلوب مقاصد قرآن یا باید

به وسیله خود قرآن توضیح داده شود یا به حکم قرآن کسانی که از هرگونه پلیدی، پاک و پیراسته هستند این امر مهم را به عهده بگیرند.





عدالت

بعد از مسئله مهم توحید، که بیت الغزل دعوت پیامبران خداست، عدل و قسط، به معنای وسیع کلمه و در همه ابعاد آن، به ویژه در بعد اجتماعی و قضائی، برترین و بالاترین هدف بعثت و نبوت است، که قرآن کریم می فرماید: «ما رسولان خود را با دلایل روشن فرستادیم، و با آنها، کتاب (آسمانی) و میزان (شناسایی حق از باطل و قوانین عادلانه) نازل کردیم، تا مردم قیام به عدالت کنند؛» فرستادگان خدا می خواستند، از طریق ساختن انسان ها و دمیدن روح ایمان توحیدی در جامعه، زمینه قیام مردم را برای اجرای عدالت فراهم آورند، و این آرمان بزرگ را به دست خود انسان ها پیاده نمایند.

معنای عدل

کلمه «عدل» در ادبیات قرآنی، رعایت استحقاق ها را به طور متساوی و به تناسب قابلیت ها، تداعی می کند. که فرموده اند: «اعطاء كل ذي حق حقه» یعنی این که عدل، دادن حق، به حق دار است، که با توجه به این معنا، قهراً اگر حق به حق دار نرسد، خارج شدن از صراط مستقیم عدالت و ظلم خواهد بود، و معادل آن در فارسی، داد است، هر چند که آن، نه مرادف عدل، که مرادف قانون است، در حالی که ممکن است، قانون گاهی به حق و گاه دیگری، به ناحق جریان پیدا کند. در حالی که عدل، ترجمان حق است. و اما کلمه «قسط» در قرآن، از اضداد است. یعنی این که یک معنای قسط عدل و معنای دیگر آن انحراف از عدل است، و هر دو معنی در قرآن آمده است. و اِقساط به کسر همزه، این است، که حق به حق دار داده شود، یعنی این که، به معنای عدل و انصاف است. قرآن هم می فرماید: «و اگر میان آنها داوری کنی، با عدالت داوری کن، که خدا عادلان را دوست دارد!». «إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ». و در همین راستا، دانشمندان واقعی، برپادارندگان عدالت و دادگری هستند: «اولوا العلم قائماً بالقسط» در واقع قیام به قسط، و اقامه قسط، برپا داشتن عدالت است.

آن چنان که از آیه مورد اشاره استفاده می شود، و پیامبران آمده اند، تا با استفاده از کتاب و میزانی که در اختیار دارند، مردم را در راستای تحقق عدالت و دادگری به حرکت در آورند.

قسط، به عنوان یک «مقیاس اساسی» (و بدل ناپذیر)، در همه امور و جهت گیری ها و احکام و مدیریت و سیاست و قضاوت و اقتصاد، امری است، که در فقه علوی و جعفری، «تهادینه» شده و قاطعانه مورد تأکید قرار گرفته است، که گویا انتخاب دیگری غیر از آن وجود ندارد، زیرا تشیع، که مذهب عدل است؛ و از قدیم گفته اند: «التَّوْحِيدُ وَالْعَدْلُ عُلُوَّان» توحید و عدل دو اصل علوی هستند، یعنی تعالیم صحیح و کامل درباره «توحید»، و همچنین شناخت درست «عدل» و اجرای آن، از مکتب علی و آل علی (ع) سرچشمه گرفته است، چنان که در ادبیات علوی نیز، به خوبی انعکاس یافته است، از جمله در این بیت، از محمد بن عبدالله حمیری



(سده اول هجری) آمده است:

و لا والله لا تزكوا صلاة

بغير ولاية العدل الإمام

به خدا قسم نماز، نماز نمی‌شود، مگر این‌که، ولایت امام عادل را با خود داشته باشد و از رهبری الهی و دادگسترانه‌ای برخوردار باشد.

اقسام عدل

عدل اقسامی دارد، که از آیات قرآن کریم و روایات اسلامی استفاده می‌شود، و بیان هر یک، بحث مستقلی می‌طلبد، که در این مقام، تنها به اشاره‌ای بسنده می‌شود. عدل تکوینی، که وجود نظم و نظام حکیمانه‌ای را در نظام آفرینش نشان می‌دهد. عدل تشریعی، که احکام الهی را در فضای حکیمانه و عادلانه‌اش می‌نمایاند و این‌که: «ان الله يأمر بالعدل والاحسان». خداوند جز به عدل و احسان فرمان نمی‌دهد.

عدل قضایی، که خود ترجمان عدل در تشریع است. عدل اخلاقی، که اعتدال و موزون بودن حکمت عملی را در پردازش جان آدمی و رساندن او به کمال مطلوب نشان می‌دهد. عدل خانوادگی که درباره نفی مضاره و تضییق از همسر و فرزندان و به‌طور کلی نظام اخلاقی خانواده را شکل می‌دهد. و اما عدل اجتماعی، برجسته‌ترین قسم از اقسام عدل است، که اساس مدیریت اجتماعی بر آن استوار است و انبیا الهی، هم در وضع قوانین عادلانه و هم در حسن اجرای آن و هم در پیشوایی عملی و هم در ایجاد ایمان به عدالت، به‌صورت یک ایده، این هدف را تعقیب کرده‌اند، تا جامعه را در فضای عدل و دادگری وارد سازند. و در حدیث معروف نبوی آمده است: «الملک... ولا یبقی مع الظلم، جریان مدیریت کلان جامعه، با خارج شدن از صراط مستقیم عدل ادامه پیدا نمی‌کند.

اهمیت عدل در اسلام

عدل از نظر اسلام، یک ارزش اصیل است و در تمام مصادیق آن، خود مقیاس سنجش است و به اصطلاح اصولیون در سلسله علل احکام، به آن پرداخته می‌شود، نه در سلسله معلولات آنها، و به تعبیر دیگر، اهمیت مطلب، در این است، که دین در فضای دادگری و عدالت خود را نشان می‌دهد، یعنی این‌که، زبان دین، زبان عدالت است، و مقیاس ارزش‌یابی اصالت یک دین، وجود جوهره عدالت و انصاف در آن است و درواقع هر مظهری از مظاهر عدل، فصلی از کتاب دین است و لذا بزرگ‌ترین رسالت دین و سفیران الهی اقامه عدل می‌باشد. تصدی عادلانه امور و مسئولیت‌ها، چرخیدن عادلانه مال و ثروت (و امکانات معیشتی) در جامعه، جریان به‌حق قوانین و مقررات، بدون وجود تبعیض و تمایلات انحرافی، از مهم‌ترین عوامل بنیادینی است، که قوام و استحکام اجتماعی و اقتصادی و اخلاقی و فرهنگی و سیاسی و دفاعی را پدید می‌آورند. و ارزش و اصالت حق و عدل را نشان می‌دهند.

عدل رمز ماندگاری ملک و دین و لذا فرموده‌اند: «العدل حياة الأحكام»، با اقامه عدل است، که احکام دین زنده می‌ماند (و مورد عمل قرار می‌گیرد). امام علی بن ابی طالب (ع) می‌فرماید: «عدل شالوده‌ای است که قوام و استواری جهان به آن است». محمد حبیبی می‌گوید: از امام صادق (ع) در رابطه با این آیه سؤال کردم: «اعلموا أنَّ اللَّهَ يُحْيِي الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا؟» این‌که خداوند زمین را پس از آن‌که مرده است زنده می‌کند، منظور چیست؟ فرمود: «العدل بعد الجور» این زنده کردن حیات انسانی در زمین، از رهگذر عدالت است، پس از آن‌که از بی‌عدالتی مرده باشد! و تحول توحیدی بزرگی است، که با ظهور حضرت مهدی (ع) در زمین تحقق پیدا می‌کند. یعنی این‌که حیات انسانی، در گرو عدالت است، آن‌چنان‌که ظلم و بیدادگری مرگ واقعی انسانیت را به همراه می‌آورد. علی (ع) می‌فرماید:

«لازم است، مرکب سواری تو، عدالت باشد. چرا وقتی کسی از چنین مرکبی استفاده کند، پادشاهی می‌کند» و اصلاً ملاک مدیریت صحیح عدالت محوری است و باز از نگاه آن حضرت: «روشنی چشم زمامداران، برپا داشتن عدل و داد در شهرها و در نتیجه برخورداری از دوستی مردم است». آن چنان‌که «عدالت زیور سیاست وزینت سیاستمداران است». و هیچ دولت و حکومتی به هیچ وسیله‌ای مانند عدل و داد حراست نمی‌شود. و در واقع عدالت، دژ استوار حاکمیت و مایه ثبات دولت و حکومت است. و امام علی (ع) در این رابطه می‌فرماید:

«هر کس به عدل عمل کند، خدا حکومت او را محفوظ می‌دارد» و هر کس ستم کند و ظلم در پیش بگیرد، خداوند در نابودی او تعجیل می‌کند.

اقامه عدل هدف بعثت

یکی از اهداف بزرگ بعثت پیامبران الهی اقامه عدل و داد به نفع بشریت است و آیه‌ای که در ابتدای مقاله مورد اشاره قرار گرفت، ترجمان همین اندیشه است، که بعد اجتماعی توحید را نشان می‌دهد و یا به تعبیر دیگر، حیات فردی و اجتماعی انسان، چونان آینه‌ای است، که در فضای دین باوری، عدالت تشریعی خداوند را بازتاب می‌دهد. امام خمینی می‌فرماید: «در حقیقت، مهم‌ترین وظیفه انبیا (ع) برقرار کردن یک نظام عادلانه اجتماعی از طریق اجرای قوانین و احکام است، که البته با بیان احکام و نشر تعالیم و عقاید الهی ملازمه دارد...»

علی تجسم عدالت

مولی امیرالمومنین (ع) تجسم عدل و داد و پاسدار بزرگ عدالت است، شخصیتی موزون دارد، و خود به تعبیر ملای رومی، میزان الاعمال و ترازوی احدخوی عالم وجود است. که سرفرازانه بر نفی ستم و توسعه عدالت پای می‌فشرد و سرانجام در محراب عبادتش، به استقبال شهادت می‌رود. آن حضرت در موارد مختلفی از خطبه‌ها، نامه‌ها و حکمت‌ها، بر ارزش و اصالت عدالت و دادگری تأکید فرموده و پیروان اسلام را به پاسداشت، حرمت آن فراخوانده است. و در اولین رهنمودی که دارد می‌فرماید: «به خدا سوگند اگر به مالی از بیت‌المال برخورد کنم، که به کابین زنان داده شده، و یا کنیزها با آن به ملکیت در آمده‌اند، بی‌درنگ آن را (به بیت‌المال و صاحبانش) بازمی‌گردانم، چرا که گشایش و راحتی زندگی در عدالت است، و کسی که در چنین شرایطی احساس مضیقه و فشار نماید، به یقین در بیدادگری ناچار است، فشار بیشتری را تحمل نماید.»

و این فرمایش حضرت، درباره بازگرداندن زمین‌های اعطائی پیشینیان به رانت خوران عرصه خلافت و سیاست است، و حضرت با برگرداندن آنها، مصمم بود، عدالت را به نفع جامعه اسلامی، انسانی به اجرا درآورد، هرچند، جامعه علیل و آفت زده آن روز، آمادگی این اصلاحات را نداشته باشد. و این عبارت بخشی از خطبه‌ای است، که کلبی از ابن عباس از علی (ع) نقل کرده است، که امام علی، روز دوم پس از بیعت، که در مدینه انجام گرفت، خطبه‌ای خواند و در ضمن آن خطبه این نکته را یادآوری فرمودند. همان طور که در بیان دیگری، عدل را یکی از پایه‌های ایمان معرفی فرموده‌اند. عدل، یا بخشش، کدام یک مهم‌ترند؟

فرد هوشمند و فرزانه‌ای از حضرت علی علیه‌السلام پرسید: عدالت یا جود و بخشش کدام، یک برترین است؟ چرا که در نگاه اول، به نظر می‌رسد، جود و کرم به‌عنوان یک ارزش والای اخلاقی، برتر از عدل و دادگری باشد! برای این‌که ادبی دست رنج خویش را در اختیار دیگری قرار می‌دهد، حضرت فرمود: «دادگری و عدالت، هر چیزی را در جایگاه خودش قرار می‌دهد و امور را در بستر فراخور آنها روان می‌سازد، درحالی‌که دهش و بخشش، جریان امور را از مجرای پذیرفته شده آنها خارج می‌سازد و دیگر این‌که، عدل و دادگری نیاز و ضرورت همگانی است، و حال آن‌که دهش و بخشش، استثنایی در خلُق و خوی مردم است، یعنی این‌که هم بخشنده، استثناء یک ارزش اخلاقی را از خود، بروز می‌دهد و هم این‌که، مورد نیازمند به بذل و بخشش هم عمومیت ندارد، و یک اسباب اقتصادی

می‌فرماید: «کسی که توان تحمل عدالت را نداشته باشد، در شرایط حاکمیت جور، از تنگنای بیشتری، در فشار خواهد بود» و این تعبیر لطیف دیگری است، چیزی که به تنهایی می‌تواند، افراد و احاد جامعه را در یک نظام، انسجام بخشد و در زیر یک سقف آنها را جمع کند و وحدت به وجود آورد، عدالت است. و به عبارت دیگر، از لحاظ اصول مدیریت و مهندسی سیاسی اجتماع، عدالت جنبه محوری دارد و خود، بهترین سیاستی است، که می‌تواند، سیاستمدار را در حوزه مدیریت سیاسیش

کامروا گردانند. بنابراین عدل یک قانون کلی و فراگیر وجود و دهنش یک خصیصه استثنایی و یک ارزش اخلاقی در حوزه شخصیتی افراد می‌باشد و از این جهت، عدالت برتر و بالاتر از جود است و اصل ارزشمندی است که می‌تواند تعادل اجتماعی را حفظ کند و موجبات رضایت همگان را فراهم آورد، در صورتی که ظلم و ستم و تبعیض ناروا، و وجود فاصله طبقاتی، و بیماری فقر، در لایه‌های پنهان جامعه، گرچه جود و بخششی هم از افراد وجود داشته باشد، نمی‌تواند جواب‌گوی سعادت و سلامت جامعه باشد. و به تعبیر دیگر، عدل قانونی از قوانین ثابت است، که در تکوین و تشریع و تقنین جایگاه استوار خود را دارد ولیکن جود و بخشش یک خصیصه و صفت پسندیده است، که در شرایط حاکمیت عدل و داد و دستیابی همگان به حقوق مسلم خودشان، چه بسا ارزش و اعتبار اخلاقی خودش را هم از دست می‌دهد.

سودابه همدانی، بانوی فداکار و علی‌شناس، وقتی که در مقابل معاویه قرار گرفت، وبی مهربی و گستاخی او را در اجرای عدالت، نسبت به یک از کارگزارانش مشاهده کرد، سر فرازانه بر علی درود فرستاد و در وصف آن حضرت گفت:

صَلَّى الْإِلَهَ عَلَى رُوحِ تَضَمَّنَهَا
قَبْرٌ قَاصِحٌ فِيهِ الْعَدْلُ مَدْفُونًا

قَدْ حَالَفَ الْحَقُّ لَا يُبْغِي بِهِ بَدَلًا
قَصَارَ بِالْحَقِّ وَالْإِيمَانِ مَقْرُونًا

درود خداوند بر علی باد، که خاک او را در میان گرفت و عدل و دادگری نیز، با وی مدفون گردید. او با حق پیمان بسته بود، که انتخاب دیگری غیر از آن نداشته باشد، و لذا سرانجام، هم آغوشی با حق و ایمان را در پیش گرفت، ولادت با سعادت اسوه عدالت و دادگری و ابر مرد عرصه حریت و آزادی، امام علی را به علی باوران راستین تبریک می‌گوییم.

حجت الاسلام والمسلمین حمید زاده

در پیکر جامعه است، که فردی را به بخشش دیگری نیازمند می‌سازد، بنابراین «فَالْعَدْلُ أَشْرَفُهُمَا وَأَفْضَلُهُمَا» عدل و دادگستری، اشرف و افضل از جود و بخشش است.

از این دو خصیصه انسانی، عدل و یا جود، حضرت هر دو را از کمالات انسانی و سجایای عالی اخلاقی به حساب می‌آورد و هر یک را از زاویه خاصی، مورد بررسی اجمالی قرار می‌دهد، عدالت نیاز مدنیت و ترجمان انسانیت است و ستم‌ستیزی شیوه دیرینه دادگران و عدالت‌خواهان می‌باشد و درواقع حرکت در این راستا، یک نیاز حیاتی فراگیر برای بشریت است، یک درخواست ضروری از مطالبات انسان‌های رشد یافته است، ولیکن نیکی و کرامت، و یا بذل و بخشش، که از موضع بی‌نیازی و بلکه در مقام رفع نیاز دیگری صورت می‌گیرد، تحسین برانگیزتر به نظر می‌رسد، ولی علی علیه‌السلام که خود پیشوای عدالت و دادگری است و در راستای همین کمال، محراب عبادت و بندگی خویش را به خون سرش آذین بسته است، از افق بالاتری به مسئله می‌نگرد و ارزش عدل و داد را فراتر از یک خصیصه اخلاقی ساده می‌داند و لذا به دو دلیل، عدالت را اشرف و افضل از جود و بخشش می‌شناسد.

دلیل اول این است که عدالت، همه امور و جریان‌های مورد نیاز بشری را در مجاری طبیعی خودشان روان می‌سازد و از به هم ریختگی و گسست در زنجیره‌های تکاملی پیش‌گیری می‌کند و نیازها، و ضرورت‌های طبیعی و واقعی هر کس و هر چیزی را در اختیار او قرار می‌دهد و از هر استعداد و اندیشه و از هر توان و تلاشی، در مسیر و مجرای مورد نیاز، زمینه بهره‌وری بهینه را به وجود می‌آورد، در صورتی که جود، یک جریان غیرطبیعی و یک استثناء در خلُق و خوی بشر است، و یک نوع گذشت و فداکاری و بخشیدن حاصل کار و تلاش خویش، به دیگران را می‌طلبد، که کار چندان ساده‌ای هم محسوب نمی‌شود، ولی خود این مسئله، گویای یک نوع بیماری در جامعه است، بیماری فقر و ناداری که فلج بودن جریان اقتصاد و چرخش نادرست اموال را در جامعه بیان می‌کند، به لحاظ شخصی، یک ارزش است، ولیکن از نقطه نظر اجتماعی، یک اختلال، و بیماری اقتصادی به حساب می‌آید.

و دومین دلیل ارجحیت و اشرفیت عدالت این است، که «الْعَدْلُ سَائِسٌ عَامٌّ» عدالت یک ضرورت و نیاز همگانی است، قانونی عام و فراگیر است و تمام افراد جامعه را در دامن مهر خویش پذیرایی می‌کند و همانند بزرگ راهی است، که همه می‌توانند از آن عبور کنند، بدون آن‌که، برای هم دیگر، مزاحمتی فراهم آورند و یا به تعبیر دیگر، عدل و داد خیمه امن بشریت است و در سایه آن، استعدادهای شکوفا می‌شوند و شکوفه‌های آزادی، گلستان حیات و حرکت بشری را زینت می‌بخشند و تمام شرایط برای رشد و تعالی افراد جامعه فراهم می‌گردد. و این بیان حضرت، رکن بودن عدالت را در نظام اجتماعی بیان می‌کند، که در یک عبارت دیگری





اخلاص

قرآن می گوید: موسی و خضر در حالی که گرسنه بودند وارد یک روستا شدند، استطعما اهلها فابوا آن یضیفوهما، آن دو از اهل روستا درخواست طعام کردند، اما اهل روستا آن ها را اطعام نکردند. الان وضع ما این گونه نیست؛ همه شرایط فراهم است. این شرایط فعلی برای هیچ یک از پیامبران هم فراهم نبوده است.

تا قدرت دارید درس بخوانید، وقتی هم خسته می شوید ورزش کنید. ورزش تان هم هدف دار باشد. ورزش اسلامی دو ویژگی دارد: امروز لذت، فردا خدمت. مثل شنا که شناگر از شنا لذت می برد و می تواند غریقی را هم نجات دهد. سعی کنید مبتکر باشید. بعضی نمره ۲۰ می گیرند ولی اهل ابتکار نیستند. برخی ممکن است معدلش ۱۴ یا ۱۵ باشد، ولی چون آدم مبتکری است به درد آخوندی می خورد.

طلبه باید عاشق باشد و عشقش صادق باشد. طلبه باید پخته باشد نه داغ، چون هر داغی سرد می شود ولی هیچ پخته ای خام نمی شود.

مردم کره زمین سه دسته اند: تولیدکننده، توزیع کننده، مصرف کننده. حدیث داریم خوش به حال کسی که تولیدکننده، توزیع کننده و مصرف کننده علم باشد. عالم ناطق ینتفع بعلمه، عالم علم را تولید و با نطقش توزیع و با عمل به علم آن را مصرف می کند.

۳۰ هزار مسجد در کشور کم داریم؛ ۳۰ هزار مسجد هم داریم که روحانی ندارد؛ یعنی ما ۶۰ هزار روحانی نیاز داریم. ۳ بار در قرآن تصریح شده که اسلام در دنیا فراگیر خواهد شد. برای این کار ۳ چیز نیاز داریم: ۱. رهبری که بتواند دنیا را مدیریت کند، که امام زمان است. ۲. قانونی که مصون از خطا و حب و بغض باشد، و آن قرآن است. ۳. آمادگی جامعه، که این کار حوزه های علمیه است.

برخی می گویند تا ملا نشدی تبلیغ نکن، در قرآن این گونه نمی آید. در قرآن تبلیغ هم توسط ملا و هم توسط غیرملا بیان شده است. لیتفقوها فی الدین و لینذروا قومهم إذا رجعوا إلیهم، این تبلیغ فقهاست. تبلیغ دیگری هم است که شرط آخوندی هم نمی خواهد. إستمع نفی من الجن، عده ای از جنیان در حال عبور صدای قرائت قرآن شنیدند و گفتند: إنا سمعنا

قراءنا عجبا و فامنا، خودشان ایمان آوردند و به قوم خودشان نیز گفتند: یا قومنا استجیبوا داعی الله، شما هم ایمان بیاورید. ما هم می توانیم با قایق و کشتی کسی را نجات دهیم، یک وقت هم برگ زردی که داخل حوض می افتد، کشتی مورچه های زیادی می شود.

شما از همین الان ۱۰ تا سخنرانی خوب و کلاسیک برای محرم آماده کنید و به شهر خود که می روید، حداقل برای دوستان و نزدیکان خود

استاد قرائتی: به مرحوم مطهری گفتم می خواهم از گروه تفسیر نمونه جدا شوم، چون اخلاص ندارم؛ گفت: چطور؟ گفتم: چون وقتی تفسیر نمونه چاپ می شود من صفحه اول آن را نگاه می کنم ببینم نوشته شده به قلم دانشمندان محسن قرائتی و ...، چون من دنبال اسمم می گردم معلوم می شود کارم برای خدا نیست. مرحوم مطهری به من گفت: استادی به شاگردش نصیحت می کرد که نسبت به کارها ولو اخلاص هم داشته باشی عجله نکن، مثل قضاوت بعضی کارها را اگر اخلاص داشتی انجام بده مثل عبادت، بعضی کارها را ولو اخلاص هم نباشد انجام بده مثل تبلیغ؛ تبلیغ مفید است منتهی با اخلاص اثرش بیشتر می شود و ذخیره قیامت هم است. اگر اخلاص هم نبود برای مردم مفید است.

زمان شاه رفتم زندان دیدن یکی از علما گفتم مرا نصیحت کن، هرچه فکر کرد چیزی یادش نیامد. گفت: همین که من مطلبی یادم نمی آید بهترین نصیحت برای شماست. من خیلی مطالعه کرده ام ولی چون یادداشت نکرده ام، از گفتن یک جمله عاجزم. الان که از این جا بیرون رفتی چند دفتر با موضوعات مختلف انتخاب کن و مطالب مربوط به هریک را جداگانه یادداشت کن. نتیجه این کار دو سال پیش معلوم شد که آیت الله استادی همه یادداشت های من را گرفت آورد مؤسسه در راه حق. ۲۴۰۰ سخنرانی تایپ شد و در سی دی توشه تبلیغ ارائه شد.

در تبلیغ از خدا اخلاص بخواهید، ولی به وسوسه این که اخلاص ندارم دست از تبلیغ برندارید، همیشه قلم و کاغذ همراهتان باشد تا مطالب مفید و جالبی را که می خوانید یا می شنوید یادداشت کنید. طلبه الان باید دوپست برابر طلبه های قدیم سواد داشته باشد. علامه تستری کتابی به نام اوائل و بدائع دارد که معلوم است نتیجه یادداشت های پراکنده ایشان بوده است. الان آن چه که ایشان در طول سال ها یادداشت کرده، شما با یک جستجوی کوتاه اینترنتی می توانید به دست آورید لذا باید سواد ما هم چندین برابر تستری ها باشد.

یک وقت خدمت آیت الله صافی بودم گفت: من برای یافتن سه حدیث تمام کتاب تاریخ بغداد را خواندم (این کتاب ۱۷ - ۱۶ جلد است

و هر جلد آن ۹۰۰ - ۸۰۰ صفحه است) الان شما با دانستن یک کلمه از یک حدیث راحت می توانید از نرم افزار آن را پیدا کنید.

این شرایط استثنایی برای شما مهیا است، باید از آن استفاده کنید. کفران نعمت نکنید. خداوند به خاطر دعای حضرت عیسی برای حواریون مائده آسمانی فرستاد، اما فرمود: اگر بعد از نزول این مائده کسی کفر بورزد، او را چنان عذاب می کنم که احدی را آن گونه عذاب نکرده باشم.



قال الامام علی علیه السلام: **الإِخْلَاصُ**

غَايَةُ الدِّينِ.

امام علی علیه السلام فرمود: اخلاص،

نهایت و هدف دین است.

«غررالحکم، ج ۱۲۴»

تا آن‌ها را جذب کنند.

ما ۲۰ هزار طلبه دیپلمه داریم که لمعه می‌خوانند، به مقام معظم رهبری عرض کردم اگر این سرمایه دست منافقین بود، تعداد زیادی تروریست تربیت می‌کردند. ما از این‌ها باید برای تبلیغ چهره به چهره استفاده کنیم تا با جوان‌ها رفیق شوند.

ما باید خودمان را برای جهان پرخطر آماده کنیم، ارزش روحانیت روزبه‌روز بیشتر معلوم می‌شود. یکبار زمان شاه ما لباس نو پوشیدیم برویم تهران، در اتوبوس داشتند کرایه جمع می‌کردند که دیدم پول جیبم نیست؛ به راننده گفتم مرا پیاده کن. گفتم من تازه تهران مشکلاتم شروع می‌شود یا همین‌جا پیاده‌ام کن یا خرجی تهرانم را هم بده.

مقام معظم رهبری می‌گفت: پدرم را سوار جیب کردند و بردند تبعید؛ وی شروع به صحبت با مأمور کرد، از احوال‌پرسی تا بیان مسائل شرعی؛ جوری شد که از این مأموری که می‌خواست او را ببرد، خمس گرفت.

این کارها نیاز به روان‌شناسی دارد. بعضی جوان‌ها مغرورند. بعضی جوان‌ها عاشق‌اند. برخی بی‌تفاوت‌اند. برخی فراری‌اند. با هریک از این‌ها باید متناسب با آن‌ها رفتار کرد. برخورد با هر منکر یک شیوه خاصی می‌خواهد. گاهی یک دقیقه حرف به اندازه یک دهه سخنرانی اثر می‌گذارد. مدت سخنرانی باید متناسب با شنوندگان باشد. علم الله آن فیکم ضعفا خفف الله، بعضی کارها ریشه در جایی ندارد.

هادی احمدی | طلبه درس خارج



جلسه تبلیغی بگذارید، حالا مفید بودید آینده‌تان هم مفید می‌شود.

بعضی نداشتن امکانات را بهانه کار نکردن قرار می‌دهند. قرآن خلاف این را می‌گوید، و ما یستوی البهران هذا عذب فرات و هذا ملح اجاج و من کل تأکلون لحما طریا و تستخرجون حلیه و تری الفلک. شرایط حرف اول را نمی‌زند، عرضه خود انسان حرف اول را می‌زند. صیاد از رودخانه‌ای که آبش تلخ است هم ماهی می‌گیرد. غواص از چنین آبی لؤلؤ پیدا می‌کند و ناخدا در چنین آبی نیز کشتی می‌راند. عرضه شما حرف اول را می‌زند. این عرضه را باید در جوانی تأمین کرد.

آیت‌الله العظمی بروجردی یکبار به طلاب گفتند: روایاتی که ارزش عالم را بیان می‌کند منظورشان عالمی است که ارشاد می‌کند؛ با بیان، قلم، اخلاق و ... اگر ارشاد کردید، این روایات شامل حالتان می‌شود.

من خدمت مقام معظم رهبری عرض کردم ما چند گروه جوان داریم:

۱. جوانانی که مثل توت‌اند، درخت توت را تکان دهی، توت می‌ریزی.
۲. جوانانی که مثل انارند، انار را باید دانه دانه چنید.
۳. جوانانی که مثل گل‌اند، تیغ هم دارند.
۴. جوانانی که مثل نارگیل‌اند، جذب این‌ها سخت و زمان‌بر است.
۵. جوانانی که مثل گردواند، که کوچک و متکبر بالای درخت می‌ایستد و چوب هم سرش بزنی نمی‌افتد.

ما جوان‌ها فقط سرگرم گروه اولیم. چهار گروه دیگر دست ما نیستند، حوزه هم به فکر این‌ها نیست. ما باید برویم آن‌ها را جذب کنیم، نباید منتظر باشیم خودشان بیایند. بعضی جوان‌ها تا سالم‌اند مسجد نمی‌آیند، مگر این‌که مجروح یا مریض شوند. حوزه ما باید یک تیمی داشته باشد که دیدن این جوان‌ها بروند، احوال‌پرسی کنند و بروشوری به آن‌ها بدهند



زندگی‌نامه شیخ ابوجعفر محمد بن حسن بن علی بن حسن طوسی، معروف به شیخ الطائفه شیخ اعظم و «شیخ طوسی»^(۵)

دانش بیکران سید مرتضی، در علوم چون کلام، تفسیر، لغت و علوم ادبی، فقه، اصول فقه و... بهره برد.

با توجه به نبوغ فکری و استعداد شگفت مرحوم شیخ طوسی و تلاش و کوشش فراوان، ایشان توانست مدارج علمی عصر خود را یکی پس از دیگری پشت سر نهاده و در دوران جوانی به درجه اجتهاد برسد. او در اندک زمان، به یکی از ارکان حوزه درسی شهر بغداد تبدیل شد و بعد از اساتید به نام خود، یعنی شیخ مفید و سیدمرتضی، یکه‌تاز میدان علم و عمل گردید. عظمت و مقام علمی کم‌نظیر شیخ طوسی باعث شد تا مدت طولانی، فقهای شیعه را تحت تأثیر دیدگاه‌های خود قرار دهد. آنان تا یکصد سال بعد از وفات شیخ، مقلد ایشان بودند و بر اساس نظرات او فتوا می‌دادند.

هجرت به نجف

در نیمه اول قرن پنجم قمری، طغرل بیک سلجوقی که سنی متعصبی بود، تصمیم گرفت بغداد را اشغال و خاندان آل بویه را منقرض سازد. طغرل بیک تا سال ۴۴۹ چندین بار کتاب‌های شیخ طوسی را در ملا عام سوزاند. این نابسامانی‌ها و آزار و اذیت شیعه باعث گردید که حوزه و مجامع علمی شیعه در بغداد از هم بپاشد و این مساله سبب هجرت شیخ به نجف اشرف گردید.

نجف در آن زمان محله بسیار کوچکی بود که عده‌ای از زوار حرم مطهر علوی در آن جا زندگی می‌کردند. ورود شیخ به نجف، زمینه ساز هجرت شاگردان وی و علمای اسلام به این شهر گردید. وی پایان عمر شریف خود در نجف، زندگی کرد و آثار علمی گرانمایی از خود به یادگار گذاشت.

اساتید و شاگردان

اساتید شیخ طوسی بسیارند، و برخی تا سی و هفت نفر ذکر کرده‌اند که مهمترین اساتید ایشان عبارتند از:

ابن الحاشر، ابن عبدون، ابن صلت اهوازی، ابن الغضائری، شیخ مفید، سید مرتضی، ابن صفار، ابوطالب بن غرور و قاضی ابوطیب حویری. اما شاگردان این دانشمند بزرگ نیز زیاد می‌باشند، که برخی از آنها را ذکر می‌کنیم:

شهید شیخ محمد ابن قتال نیشابوری، شیخ حسن بن حسین بن بابویه قمی، شیخ حسین بن فتح واعظ جرجانی، شیخ حسن بن مظفر حمدانی،

شیخ ابوجعفر محمد بن حسن بن علی بن حسن طوسی، معروف به شیخ الطائفه، شیخ اعظم و شیخ طوسی در ماه مبارک رمضان سال ۳۸۵ قمری در جوار مرقد حضرت امام علی بن موسی الرضا (ع) در طوس به دنیا آمد. دوران کودکی و جوانی و تحصیلات مقدماتی را در زادگاه خود یعنی طوس سپری کرد.

هجرت به بغداد

شیخ طوسی در بیست و سه سالگی به منظور استفاده از محضر استادان بزرگ آن دوره همانند شیخ مفید و سید مرتضی، طوس را به مقصد بغداد ترک کرد. او در مدت پنج سالی که افتخار شاگردی شیخ را داشت، مورد توجه استاد قرار گرفت. پس از رحلت شیخ مفید، در سال ۴۱۳ قمری، شیخ طوسی در محضر درس برجسته‌ترین شاگرد شیخ مفید، یعنی سید مرتضی که ریاست علمی و زعامت دینی شیعه به وی منتقل شده بود، حاضر گردید. وی از آن زمان تا سال ۴۳۶ قمری یعنی حدود ۲۳ سال، از



امام خمینی:

«شیخ طوسی در ۵۲ سالگی نیز درس می‌رفته است، در صورتی که در سن بیست و سه سالگی برخی از کتابهای خود را نگاشته است، کتاب تهذیب الاحکام را گویا در همین سن نوشته، او در سن ۵۲ سالگی در حوزه درس مرحوم سید مرتضی حاضر شده است که به آن مقام والا دست پیدا کرده است».

وفات

سرانجام شیخ الطائفه، در هفتاد و شش سالگی در شب ۲۲ محرم سال ۴۶۰ قمری در نجف اشرف از دنیا رفت. بدن پاک ایشان بنا به وصیت خودش در خانه مسکونی‌اش دفن شد و سپس آن مکان به مسجد تبدیل گشت که هم‌اینک در سمت شمال بقعه علوی، به نام مسجد طوسی معروف است.

منابع

- عقیقی بخشایشی، عبدالرحیم؛ فقه‌های نامدار شیعه، قم: کتابخانه عمومی حضرت آیت الله العظمی مرعشی نجفی.
- خوانساری، میر محمدباقر؛ روضات الجنات، ترجمه شیخ محمدباقر ساعدی، تهران: نشر اسلامیه.
- مدرس خیابانی تبریزی، محمدعلی؛ ریحانة الادب، تهران: انتشارات علمی.
- گلبرگ، شماره هفتاد و دوم.
- پاسدار اسلام، شماره یکم.
- یاس، شماره چهاردهم.

گرددآورنده: سامان مهدوی



فرمایشات حضرت آیت‌الله هاشمی تبریزی در خصوص شیخ طوسی رحمت‌الله

مرحوم شیخ اجل ابو جعفر محمد بن حسن بن علی بن حسن الطوسی قدوة علماء الاسلام قال العلامة الحلی فی رجاله :

... شیخ و الأمامتیه قدتی الله روحه، رئیس الطائفة جلیل القدر، عظیم المنزلة، ثقة، عین، صدوق

عارف بالأخبار و الرجال والفقه و الأصول و الکلام و الأدب و جميع الفضائل تنسب الیه

صفّ فی کلّ فنون الاسلام، الجامع لکمالات النفس فی العلم و العمل

و قال العالم الربّانی السید بحر العلوم الطباطبائی فی حقّه :

امام الفرقة بعد الأئمة المعصومین (ع) و عماد الشیعة الأمامیة فی کلّ ما متعلّق بالذهب و الدّین محقق الأصول و الفروع، مهذب فنون المعقول و المسموع شیخ

الطائفة علی الأطاق و رئیسها، صفّ فی جميع علوم الإسلام

به‌قدری عظمت داشت که در بین فقهاء شیعه نظیری نداشت طوری که نزدیک دویست سال بعد از فوت ایشان هیچ فقهی جرأت مخالفت و دادن فتوای بر خلاف فتوی ایشان را نداشتند تا اینکه یکی از نوادگان ایشان مرحوم ابن ادریس حلی، بعد از این مدت طولانی شروع کرد برخلاف فتاوی شیخ طوسی فتوی دادند در کتاب سرائی اگر ملاحظه شود ایشان می‌فرمود: «فقه‌ای بعد از شیخ مقلد شیخ بودند ایشان این قرق را شکست و شروع بر فتوا دادن بر خلاف شیخ کرد».

شیخ حسن بن مهدی سلیقی، سید ناصر بن رضا حسینی، شیخ ابوالفتح محمد کراچکی، شیخ محمد بن علی طبری، شیخ منصور بن حسن آبی، شیخ بو خیر برکة اسدی، شیخ سعدالدین ابن برّاج و

آثار

- آثار گرانبهای شیخ طوسی در همه علوم
- می‌باشد؛ حدیث، رجال، فقه، اصول،
- تفسیر و ... ؛ که فقط به برخی از کتب
- ایشان اشاره‌ای خواهیم داشت:
- تهذیب الأحکام (در احادیث فقهی که از
- کتب اربعه شیعه است)؛
- الإستبصار فیما اختلف من الأخبار (در
- احادیث فقهی که از کتب اربعه محسوب
- می‌شود)؛
- کتاب الأمالی (که مطالب جلسات روایی
- اوست)؛
- الأبواب؛ معروف به «رجال شیخ
- طوسی»؛
- الفهرست؛
- اختیار معرفة الرجال (که شیخ به حذف
- اشتباهات و اصلاح اصل کتاب «رجال
- کشی» اقدام کرد)؛
- التبیان فی تفسیر القرآن؛
- المسائل الدمشقیة فی تفسیر القرآن؛
- المسائل الرجبیه فی تفسیر آیه من
- القرآن؛
- النهایة فی مجرد الفقه و الفتوی؛
- المبسوط فی الفقه؛
- الجمل و العقود فی العبادات؛
- الخلاف فی الأحکام (شیخ در این
- کتاب آراء علمای شیعه و مذاهب مختلف
- اهل سنت را در هر مسأله گردآوری
- کرده‌است)؛
- الإیجاز فی الفرائض؛
- مناسک الحج فی مجرد العمل؛
- المسائل الحلبیة فی الفقه؛
- المسائل الجنبالیة فی الفقه؛
- المسائل الحائریة فی الفقه؛
- مسأله فی وجوب الجزیة علی اليهود و
- المنتمین إلى الجبابرة؛
- مسأله فی تحریم الفقاع؛
- العدة فی الأصول؛
- مسأله فی العمل بخبر الواحد و بیان
- حجة الأخبار؛
- تلخیص الشافعی فی الأئمة؛
- تمهید الأصول؛
- الإقتصاد الهادی إلى طریق الرشاد؛
- المفصح فی الإمامة؛
- ما یعلل و ما لا یعلل؛
- الغیبة (با توجه به نزدیکی زمان تولد
- مرحوم شیخ طوسی به زمان غیبت
- صغری حضرت ولی عصر (عج)، ایشان
- درباره شخصیت حضرت و شبهه‌های
- وارده، این کتاب را نگاشته است. این
- کتاب، یکی از محکم‌ترین و استدلالی‌ترین
- کتاب‌های شیعه درباره مسئله غیبت
- شمرده می‌شود)؛
- مصباح المتهجد و سلاح المتعبد؛
- أنس الوحید؛
- هداية المسترشد و بصيرة المتعبد فی
- الأدعية و العبادات؛
- النهایة (رساله عملیه اوست)؛
- عدة الأصول (در اصول فقه)؛
- تلخیص الشافی (مباحث مربوط به
- امامت؛ این کتاب در واقع گزیده کتاب
- «الشافی» تألیف سید مرتضی است).

از نگاه بزرگان

علامه حلی:

«شیخ طوسی، پیشوای دانشمندان شیعه و رئیس طایفه امامیه است. او در علوم حدیث، رجال، فقه، اصول و کلام صاحب‌نظر بود و تمام فضیلت‌ها به وی منسوب است».

علامه بحر العلوم:

«شیخ طوسی، برپا کننده پرچم‌های شریعت فقه و پیشوای شیعه بعد از ائمه معصومان و تکیه‌گاه شیعیان در تمام موضوعاتی است که به مذهب و دین تعلق دارد».

نجاشی:

«ابوجعفر طوسی، بزرگی از اصحاب ما، ثقة، از شاگردان استاد ما مفید می‌باشد او تالیفاتی دارد یکی از آنها تهذیب الاحکام و آن کتاب بس بزرگی است، و دیگری الاستبصار و ...».

خواجه نصیرالدین طوسی:

«شب‌ها را بیدار می‌ماند و سرگرم مطالعه بود. کتاب‌های زیادی در کنار خود می‌گذاشت و هنگامی که از مطالعه یک نوع از آن خسته می‌شد، به مطالعه نوع دیگر می‌پرداخت. او ظرف آبی در کنار خود قرار می‌داد تا به وسیله آن خواب را از چشمان خود دور کند تا بیشتر مطالعه نماید. هنگام سحر که با مطالعه فراوان بعضی از مشکلات علمی را حل می‌کرد، می‌گفت: کجایند پادشاهان و فرزندان آنها، تا این لذت را ببینند».

مقصود پیامبر چیست ؟

راوی می گوید : با رسول خدا در سفری بودیم و در غدیر خم توقف کردیم و صدایی بلند شد : نماز جماعت، و فردی جایی را در زیر درختی برای پیامبر (ص) آماده کرد و ایشان نماز ظهر را خواندند و بعد دست علی (بن ابی طالب علیه السلام) را گرفتند و گفتند : آیا نمی دانید من از همه مؤمنان نسبت به خودشان سزاوارترم ^۵، گفتند بله، پس دست علی (بن ابی طالب علیه السلام) را گرفت و گفت : خداوند، هرکس من سرپرست او بوده ام بعد از من علی سرپرست (و ولی) اوست، خداوند با دوستانش دوست و با دشمنانش دشمن باش، بعد از آن عمر به ملاقات امیرالمؤمنین آمد و گفت : گوارای تو باد ای پسر ابی طالب، در صبح و عصر (کتابیه از دائماً و مستمراً) مولی و سرپرست هر مرد و زن مؤمن شدی. ^۶

خامساً: بعد از اتمام خطبه مردها دست بیعت با امیرالمؤمنین (ع) دادند و زنها با گذاشتن دستشان در ظرف آبی که دست امیرالمؤمنین (ع) در آن قرار داشت بیعت خود را اعلام کردند.

با توجه به نکات ذکر شده آیا می توان گفت که پیامبر در روز غدیر خم در مقام بیان جانشین نبودند و صرفاً می خواستند به همه مردمی که در چنین شرایطی نگه داشته شده بودند دوستی خودشان با علی بن ابی طالب علیه السلام را اعلام کنند. مگر نه این که قبل از این واقعه (غدیر خم) آیه شریفه «إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ أُخُوَّةٌ» این مطلب (دوستی همه مؤمنان) را اعلام کرده بود و مگر نه این که علی بن ابی طالب در دامان پیامبر (ص) بزرگ شده بود، آیا با توجه به این نکات باز هم دوستی پیامبر و علی بن ابی طالب (ع) نیاز به اعلام، آن هم به این نحو داشت ؟ و آیا می توان گفت پیامبر (ص) که دین جدید و کتاب جدید آورده است برای استمرار و باقی ماندن آن دین بعد از خود جانشینی برای خود انتخاب نکرده است؟ و امت جدید و دین جدید را رها کرده است تا یکی بیاید و متولی آن بشود؟

این شاء الله بصیرتی از جانب خداوند به همه مسلمانان عطا شود تا حق را ببینند و تبعیت کنند.

من الله التوفيق

گروهی می گویند پیامبر (ص) در روز غدیر خم با بیان این جمله « من گُنت مولاة فعلی مولاة » قصد داشتند به مردم اعلام کنند که علی بن ابی طالب دوست من است و هرکس با او دشمنی کند مثل اینکه با من دشمنی کرده است و، و مقصود پیامبر این نبوده است که برای خود جانشین انتخاب کند در نتیجه کسانی که بعد از وفات پیامبر (ص) در سقیفه ی بنی ساعده ^۱ برای جامعه اسلامی به عنوان جانشین پیامبر (ص) رهبر انتخاب کرده اند کاری شایسته و به نفع جامعه انجام داده اند.

اما گروهی می گویند در روز غدیر خم پیامبر (ص) با خواندن آن خطبه و بیان جمله « مَنْ گُنت مولاة فعلی مولاة » قصد داشتند برای جامعه اسلامی رهبری معرفی کنند که بعد از خودشان جامعه را امامت و راهبری کند پس اگر بعد از وفات پیامبر عده ای در سقیفه بنی ساعده برای تعیین رهبر جامعه اسلامی شوری تشکیل دادند نه تنها برخلاف دستور پیامبر عمل کرده بلکه امر خداوند در آیه شریفه « وَمَا آتَاكُمُ الرَّسُولُ فَخُذُوهُ » ^۲ را نادیده گرفته اند و به خواسته دلشان عمل کرده اند.

در لغتنامه های عربی برای کلمه « مولا » چند معنی از جمله : دوست، سرپرست، مالک، صاحب و ... ذکر شده است. ^۳

به نظر شما پیامبر صلوات الله علیه کدام معنی کلمه « مولا » را قصد کرده بوده اند؟

با توجه به اینکه :

اولاً: پیامبر (ص) دستور دادند همه کسانی که جلوتر از ایشان رفته اند برگردند و عقب مانده ها به جمع بپیوندند

ثانیاً : بعد از نماز ظهر و عصر در بیابانی سوزان همه را نگه داشتند و زیر نور آفتاب برای آنها خطبه ای ایراد کردند.

ثالثاً : قبل از ایراد خطبه آیه « الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتِمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيتُ لَكُمُ الْإِسْلَامَ دِينًا » ^۴ نازل شد

رابعاً : بعد از اتمام خطبه پیامبر (ص) همه به امیرالمؤمنین تبریک و تهنیت گفتند کما اینکه :

الحافظ ابوبکر عبدالله بن محمد آبی شبیه به اضافه ۵۹ نفر دیگر از اهل سنت بر گفته علامه امینی اینگونه نقل کرده اند :

كُنَّا مَعَ رَسُولِ اللَّهِ فِي سَفَرٍ فَنَزَّلَنَا بِغَدِيرِ خُمٍّ قُدُودِي الصَّلَاةِ جَامِعَةً وَ كَسَحَ لِرَسُولِ اللَّهِ تَحْتَ شَجَرَةٍ فَصَلَّى الظُّهْرَ فَأَخَذَ بِيَدِ عَلِيٍّ فَقَالَ : أَلَسْتُمْ تَعْلَمُونَ أَنِّي أُولَى بِكُلِّ مُؤْمِنٍ مِنْ نَفْسِهِ ؟ قَالُوا بَلَى فَأَخَذَ بِيَدِ عَلِيٍّ فَقَالَ اللَّهُمَّ مَنْ كُنْتُ مَوْلَاةً فَعَلَى مَوْلَاةٍ، اللَّهُمَّ وَالِ مَنْ وَالَاهُ وَ عَادَ مِنْ عَادَاهُ، فَلَقِيَهُ عُمَرُ (خَلِيفَةُ ثَانِي) بَعْدَ ذَلِكَ فَقَالَ : هَنِيئًا لَكَ يَا بَنَیْ أَبِی طَالِبٍ أَصْبَحْتَ وَ أَمْسَيْتَ مُوَلَى كُلِّ مُؤْمِنٍ وَ مُؤْمَنَةٍ ...

۱. مکانی که مربوط به قبیله بنی ساعده بوده است.

۲. آیه ۷ از سوره حشر (آنچه که پیامبر (ص) برای شما آورده بگیرید) اجرا کنید))

۳. لغتنامه اقرب الموارد مادة (ولی) ج ۵ ص ۸۳۴

۴. آیه ۳ سوره مائدة

۵. یعنی پیامبر (ص) بر همه اولویت دارد حتی نسبت به تصمیمات شخصی هر فردی برای

خودش اشاره به آیه ۶ از سوره احزاب

۶. الغدير ج ۱ ص ۲۷۲



از ویژگیهای آشکار در فرمایشات معصومین صلوات الله علیهم نیکو و پسندیده سخن گفتن است، در دریای بیکران فرمایشات معصومین سلام الله علیهم حتی یک مورد یافت نمی شود که زشتی یا نیش زبان، تحقیر مخاطب و یا دشنام وجود داشته باشد. مولا علی علیه السلام فرمودند: «اجملوا فی الخطاب تسمعوا جمیل الجواب» مردم را نیکو خطاب کنید تا پاسخ متین و زیبا بشنوید.

مولوی می گوید :

**این جهان کوه است و فعل ما ندا
سوی ما آید نداها را صدا**

دیده اید که در کوهستان هرچه فریاد کنیم پژواک و انعکاس همان را دریافت می کنیم.

صائب تبریزی چه زیبا می سراید:

**طوطی از شیرین زبانی محرم آئینه شد
در دل آهن سخندان جای خود وا می کند**

ظریفی می گوید :

من روان تر از آب ندیده ام ولی بسیار دیده ام که همین آب شل و روان در دل سخت سنگی راه پیدا کرده است. چرا که نرم می آید و گرم و پیوسته می آید، ضرب المثل زیبایی است که: «با زبان خوش می توان مار را از لانه بیرون کشید.»
درقرآن کریم این گنجینه حیات آفرین می بینیم که خدا به موسی و هارون علیهما صلوات الله می فرماید: «إذهباً إلی فرعون إنه طغی فقولا له قولا لينا لعله یتذکر او یخشی» اگر چه فرعون طاغی و سرکش است ولی با او به نرمی سخن بگوئید باشد که بخود آید و دلش نرم شود.
ویژگی دیگر در کلام پیشوایان عظیم القدر آنست که گزیده، سنجیده و مختصر می گویند.

مولی الموحدین علی علیه السلام فرمودند :

«ان خیر الکلام ما قل و دل» کم گوی و گزیده گوی چون دُر.
فرمودند: آنگاه که عقل آدمی کامل گردد سخن کوتاه و اندک می گردد. آن مقدار که سخن کوتاه و تلنگر مانن در تنبّه و بیداری مخاطب موثر است، شاید سخنان طولانی و ملال آور چنین تأثیری نداشته باشد.

این ضرب المثل خیلی زیباست که، در خانه اگر کس است، یک حرف بس است.

از ویژگیهای سخنان کوتاه آنست که در ذهن و اندیشه مخاطب می ماند و فراموش نمی شود. البته نباید آنها کوتاهی سخن مد نظر باشد بلکه در عین اختصار باید به اتقان، رسائی و زیبایی آن سخن نیز توجه کامل داشت

**سخن آنگه به دل ها می نشیند
که متقن باشد و گویا و زیبا**

ان شاء الله تعالی روش نیکو و پسندیده پیشوایان عظیم القدر علیهم صلوات را در تمامی جهات زندگی تابلوهای هدایتگر در محیط زندگی خویش قرار داده و بدان التزام عملی داشته باشیم.



اسرار نماز در کلام امیر مومنان علی علیه السلام

جابر ابن عبدالله انصاری گوید:

روزی به همراه مولای متقیان، امام علی علیه السلام بودم، شخصی را دیدیم که مشغول نماز است، حضرت به او خطاب کرد و فرمود: آیا معنا و مفهوم نماز را می‌دانی که چگونه و برای چه می‌باشد؟

اظهار داشت: آیا برای نماز مفهومی غیر از عبادت هم هست؟ حضرت فرمود: آری، به حق آن کسی که محمد صلی الله علیه و آله را به نبوت مبعوث گردانید، نماز دارای تأویل و مفهومی است که تمام معنای عبودیت در آن خواهد بود.

آن شخص عرض کرد: پس مرا تعلیم فرما. امام فرمود: معنا و مفهوم اولین تکبیر آن است که خداوند، سبحان و منزّه است از این که دارای قیام و قعود باشد.

دومین تکبیر یعنی؛ خداوند موصوف به حرکت و سکون نمی‌باشد. سومین تکبیر یعنی؛ نمی‌توان خداوند را به جسمی تشبیه کرد. چهارمین تکبیر یعنی؛ چیزی بر خداوند عارض نمی‌شود. پنجمین تکبیر مفهومی آن است که خداوند، نه محلّ خاصی دارد و نه چیزی در او حلول می‌کند.

ششمین تکبیر معنایش این است که زوال و انتقال و نیز تغییر و تحوّل برای خداوند مفهومی ندارد.

و هفتمین تکبیر یعنی؛ بدان که خداوند سبحان همچون دیگر اجسام، دارای ابعاد و جوارح نیست.

سپس در ادامه فرمایش خود فرمود:

معنای رکوع آن است که می‌گویی:

خداوند! من به تو ایمان آورده‌ام

و از آن دست بر نمی‌دارم، گرچه

گردنم زده شود.

و چون سر از رکوع بر می‌داری و می‌گویی: «سَمِعَ اللهُ لِمَنْ حَمِدَهُ الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ» یعنی؛ خداوند! تو مرا از عدم به وجود آورده‌ای و من چیزی نبوده و نیستم، پس هستی مطلق تویی.

و هنگامی که سر بر سجده فرود آوری، گویی: خداوند! مرا از خاک آفریده‌ای؛ و سر بلند کردن از سجده یعنی؛ مرا از خاک خارج گردانده‌ای. و همین که دومین بار سر بر سجده گذاری یعنی؛ خداوند! تو مرا در درون خاک بر می‌گردانی؛

و چون سر بلند کنی گویی: و مرا از درون همین خاک در روز قیامت برای بررسی اعمال خارج می‌گردانی.

و مفهوم تشهّد، تجدید عهد و میثاق و اعتقاد به وحدانیت خداوند؛ و نیز شهادت بر نبوت حضرت رسول و ولایت اهل بیت او علیهم صلوات الله می‌باشد.

و معنای سلام، ترحم و سلامتی از طرف خداوند بر بنده نمازگزار است، که در واقع ایمنی از عذاب قیامت باشد.

منبع:

مستدرک الوسائل، ج ۴، ص ۱۰۵، ح ۵

بحار الانوار، ج ۸۴، ص ۲۵۳

محمد حسین الهی اصل | طلبه درس خارج





ده آیین پاکیزگی که خداوند به ابراهیم (ع) آموزش داد

خداوند آیین حنیفی را که همان پاکی و طهارت است، بر ابراهیم فرو فرستاد و این طهارت، ده چیز است: پنج مورد از آن در سر، و پنج مورد دیگر در تن.

امام جعفر صادق علیه السلام در تفسیر آیه

«وَ إِذِ ابْتَلَىٰ إِبْرَاهِيمَ رَبُّهُ بِكَلِمَاتٍ» آن گاه که خداوند، ابراهیم را به کلمه‌هایی آزمود، آن گاه که خداوند او را به رویای ذبح اسماعیل آزمود و وی این آزمون را به درستی پشت سر نهاد و تسلیم فرمان خدا شد و آهنگ انجام دادن خواسته او کرد، خداوند به پاداش صدق و راستی و عمل او برایش چنین مقرر ساخت که «من تو را برای مردم، امام قرار می‌دهم» و آیین حنیفی را که همان پاکی و طهارت است، بر او فرو فرستاد.

این طهارت، ده چیز است: پنج مورد از آن در سر، و پنج مورد دیگر در تن.

اما آن پنج مورد که در سر است، عبارت‌ند از:

گرفتن سبیل، واگذاردن ریش، کوتاه کردن موها،

مسواک زدن، و خلال کردن.

آن پنج مورد که در تن است نیز عبارت‌ند از:

تراشیدن موهای بدن، ختنه کردن، کوتاه کردن ناخن‌ها، غسل

جنابت، و طهارت گرفتن با آب

این، همان آیین حنیف پاکی است که ابراهیم آورد و نه نسخ شده است و نه تا روز قیامت نسخ خواهد شد. این معنای کلام خداوند است که فرمود: «از آیین حنیف ابراهیم، پیروی کن.»

متن حدیث:

الإمام الصادق علیه السلام: - فِي قَوْلِهِ تَعَالَى « وَ إِذِ ابْتَلَىٰ إِبْرَاهِيمَ رَبُّهُ بِكَلِمَاتٍ »: إِنَّهُ مَا ابْتَلَاهُ اللَّهُ بِهِ فِي نَوْمِهِ مِنْ ذَبْحِ وَلَدِهِ إِسْمَاعِيلَ أَبِي الْعَرَبِ، فَأَتَمَّهَا إِبْرَاهِيمُ وَعَزَمَ عَلَيْهَا وَسَلَّمَ لِأَمْرِ اللَّهِ، فَلَمَّا عَزَمَ، [قَالَ] اللَّهُ تَعَالَى ثَوَابًا لَهُ لِمَا صَدَّقَ وَعَمِلَ بِمَا أَمَرَهُ اللَّهُ: «إِنِّي جَاعِلُكَ لِلنَّاسِ إِمَامًا»، ثُمَّ أَنْزَلَ عَلَيْهِ الْخَنِيفَةَ، وَهِيَ الطَّهَارَةُ، وَهِيَ عَشْرَةُ أَشْيَاءَ: خَمْسَةٌ مِنْهَا فِي الرَّأْسِ، وَخَمْسَةٌ مِنْهَا فِي الْبَدَنِ؛ فَأَمَّا الَّتِي فِي الرَّأْسِ: فَأَخَذَ الشَّارِبَ، وَإِعْفَاءَ اللَّحَى، وَطَمَّ الشَّعْرَ، وَالسَّوَاكَ، وَالْخَالَ.

وَأَمَّا الَّتِي فِي الْبَدَنِ: فَحَلَقَ الشَّعْرَ مِنَ الْبَدَنِ، وَالْخِتَانُ، وَتَقْلِيمَ الْأَظْفَارِ، وَالْغُسْلَ مِنَ الْجَنَابَةِ، وَالطَّهْوَرُ بِالْمَاءِ.

فَهَذِهِ الْخَنِيفَةُ الطَّاهِرَةُ الَّتِي جَاءَ بِهَا إِبْرَاهِيمُ، فَلَمْ تُنْسَخْ وَلَا تُنْسَخْ إِلَى يَوْمِ الْقِيَامَةِ، وَهُوَ قَوْلُهُ: « وَاتَّبَعَ مِلَّةَ إِبْرَاهِيمَ حَنِيفًا ».

«وسائل الشیعه، ج ۲، ص ۱۱۷ - بحار، ج ۱۲، ص ۵۶ - دانش نامه احادیث پزشکی، ج ۱، ص ۵۳۴»

سخن چینی در روایات

گفته یا انجام داده وی را، خوار و بدنام گرداند و بالاخره منشأ بعضی از موارد سخن چینی حسد و رشک بردن است.

سخن چینی علاوه بر اینکه منفور درگاه الهی است در نظر مردم هم منفور است؛ چرا که همه افراد جامعه، صلح و صفا و اتحاد را دوست دارند و از اختلاف، آتش افروزی و تفرقه، متنفر و منزجر هستند.

حضرت علی علیه السلام فرمودند:

هر کس کارش سخن چینی باشد خویشش با وی بجنگد و بیگانه دشمنش گردد^[۴]

سخن چینی از اموری است که فرد به سبب آن دست به ایجاد دشمنی و اختلاف می زند.

پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و سلم فرمودند:

آیا می خواهید از ضرورت ترین افراد به شما خبر دهم؟ افراد حاضر پاسخ دادند: آری، ای رسول خدا! آن حضرت فرمود: آنهایی که بسیار سخن چینی می کنند، در میان دوستان اختلاف و جدایی می اندازند و برای اشخاص بی گناه و پاک، در جست و جوی عیب و اشکال تراشی هستند^[۵]

میان دو کس جنگ چون آتش است

سخن چین بدبخت هیزم کش است

کنند این و آن خوش دگر باره ی دل

و می اندر میان، کور بخت و خجل

میان دو تن، آتش افروختن

نه عقل است و خود، در میان سوختن^[۶]

امام علی علیه السلام سخن چینی را اخلاق افراد منافق و شیوهی کسانی شمرده که از دایرهی دین داری خارج شده اند.^[۷]

از رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم نقل شده است که فرمودند:

إِنَّ عَذَابَ الْقَبْرِ مِنَ النَّيْمَةِ وَالْغِيَةِ وَالْكَذِبِ^[۸]

عذاب قبر به خاطر سخن چینی و غیبت و دروغ است.

امام صادق علیه السلام فرمودند:

إِنَّ مِنْ أَكْبَرِ السَّحَرِ النَّيْمَةَ يُفَرِّقُ بِهَا بَيْنَ الْمُتَحَابِّينَ وَ يُجَلِّبُ الْعَدَاوَةَ عَلَى الْمُتَصَافِيَيْنَ وَ يُسَفِّكُ بِهَا الدَّمَاءَ وَ يُهْدِمُ بِهَا الدُّوْرَ وَ يُكْشِفُ بِهَا السُّتُورَ وَ النَّفَامَ أَشْرُ مِنْ وَطِئَ عَلَى الرِّضِ بِقَدَمٍ^[۱]

از بزرگترین جادو، سخن چینی است؛ زیرا با سخن چینی، میان دوستان جدایی می افتد، دوستان یکدل با هم دشمن می شوند، به واسطه آن خون ها ریخته می شود، خانه ها ویران می گردد و پرده ها دریده می شود. سخن چین، بدترین کسی است که روی زمین راه می رود.

امام علی علیه السلام نیز می فرمایند:

بر تو باد که از سخن چینی دوری نمائی که آن کینه ها را در دل می کارد و شخص را از خدا و خلق دور می نماید^[۲]

امام صادق علیه السلام فرمودند:

و إِنَّ مِنْ أَكْبَرِ السَّحَرِ النَّيْمَةَ يُفَرِّقُ بِهَا بَيْنَ الْمُتَحَابِّينَ وَ يُجَلِّبُ الْعَدَاوَةَ عَلَى الْمُتَصَافِيَيْنَ وَ يُسَفِّكُ بِهَا الدَّمَاءَ وَ يُهْدِمُ بِهَا الدُّوْرَ وَ يُكْشِفُ بِهَا السُّتُورَ وَ النَّفَامَ شَرُّ مَنْ وَ طِئَ الْأَرْضَ^[۳]

امام صادق علیه السلام پس از بیان اقسام سحر می فرماید:

جز این نیست که بزرگترین اقسام سحر، نامی است که به واسطه آن بین دوستان جدایی می اندازد و دشمنی را بجای صفا در بین کسانی که با یکدیگر یک رنگ بودند قرار می دهد و به سبب سخن چینی خون ها ریخته می شود و خانه ها خراب می شوند و پرده ها کشف می شود و نام بدترین کسانی است که روی زمین راه می رود.^[۴]

گاهی حسادت به دیگری در مقام یا مال یا شخصیت او، سبب می شود که فرد بدخواه او گردد و در صدد برمی آید که هر طوری شده لطمه و ضربه ای به او وارد کند و خوار و ذلیلش نماید. به دنبال این اندیشه می کوشد با خبر چینی و نقل گفتار و رفتار ناپسندی که او در حق دیگران

هادی احمدی | طلبه درس خارج

پی نوشت:

[۱]. بحار الانوار، ج ۶۳، ص ۲۱، ح ۱۴ [۲]. غرر الحکم و درر الکلم، ج ۲، ص ۲۹۶

[۳]. احتجاج، ج ۲، ص ۸۲ [۴]. تمیمی آمدی؛ ج ۵، ص ۳۶۷

[۵]. اصول کافی، ج ۲، ص ۳۶۹ [۶]. سعدی

[۷]. غرر الحکم، ج ۱، ص ۳۱ [۸]. مستدرک الوسائل، ج ۹، ص ۱۵۰

برگرفته شده از سایت رهروان ولایت

آیا می دانید
قرآن دارای ۱۱۴ سوره است.

آیا می دانید
قرآن دارای ۶۲۳۶ آیه است.

آیا می دانید
قرآن ۱۱۴ بسم الله الرحمن الرحيم دارد.

آیا می دانید
قرآن دارای ۱۲۰ حزب می باشد.

آیا می دانید
قرآن ۳۰ جز دارد.

آیا می دانید
بزرگترین سوره قرآن بقره است.

آیا می دانید
کوچکترین سوره قرآن کوثر می باشد.

آیا می دانید
بهترین آیه، آیه الکرسی است.

آیا می دانید
آیه ۲۸۲ سوره بقره بزرگترین آیه قرآن است.

آیا می دانید
عظیم ترین آیات بسم الله الرحمن الرحيم می باشد.

آیا می دانید
کوچکترین آیه قرآن «مدها متان» در سوره الرحمن است.

آیا می دانید
بهترین شب در قرآن شب قدر است.

آیا می دانید
بهترین ماه در قرآن ماه رمضان است.

آیا می دانید
سوره حمد به مادر قرآن معروف است.

آیا می دانیدسوره فجر به سوره امام حسین (ع) معروف است.

آیا می دانید
بهترین خوردنی که در قرآن ذکر شده عسل میباشد.

آیا می دانید
بهترین نوشیدنی که در قرآن به آن اشاره شده است شیر می باشد.

آیا می دانید
بهترین سوره قرآن یس است.

آیا می دانید
در قرآن مجید پانزده آیه سجده دار وجود دارد که بعد از شنیدن یا خواندن چهار آیه آن سجده واجب می شود و باید سجده کرد، یازده آیه دیگر سجده مستحبی است، یعنی اگر سجده نکنی هم اشکالی ندارد.

سجده های واجب

۱- آیه ۱۵ سوره سجده (الْجُرُزُ و یا الْمَضَاجِعُ)

۲- آیه ۳۷ سوره فصلت

۳- آخرین آیه سوره نجم

۴- آخرین آیه سوره علق.



امیر سرتیپ ۲ خلبان محمود انصاری

خاطره ای کوتاه از زبان امیر سرتیپ دوم خلبان محمود انصاری به نقل از خود ایشان :

سال ۱۳۵۹ و اوایل جنگ تحمیلی بود. آیت الله سید علی خامنه ای و دکتر مصطفی چمران آمده بودند پایگاه یکم شکاری مهرآباد. سرهنگ مجتبی زنگنه فرمانده پایگاه بود. او از من خواست مقامات مذکور را برای بازدید از آشیانه آرت، هواپیماها و کارکنان فنی، همراهی کنم. آیت الله و دکتر چمران همراه با راننده در وانت لندروزی نشسته بودند. بعد از عرض ارادت و احوال پرسی، چون جایی برای من نبود، دنبال وسیله ای بودم تا همراهشان بروم که دعوت کردند در همان ماشین بنشینم. به هر زحمتی بود بین هر دو نشستیم. بخشی از بدنم روی پای دکتر چمران و بخشی روی پای مقام معظم رهبری بود. البته به اندازه امروز چاق نبودم. به هر حال عذرخواهی کردم، گفتند : « مسئله ای نیست راحت باش! » آن روز تا ساختمان آرت، بسیجی وار و راحت رفته و برگشتیم. ایشان از خلبانان آماده و گروه نگهداری بازدید کردند و گفتند: « شما واقعا مجاهدت می کنید » و همه را دعا کردند. من هم وضعیت هواپیما و موشک های آنرا توضیح می دادم. آشنایی با این شکل آمادگی و مسائل فنی مرتبط برایشان خیلی جالب بود.

محمود انصاری | خلبان

برگرفته شده از کتاب ستاره های نبرد هوایی | دکتر احمد مهرنیا | با کمی تخلص



محمود انصاری ۱۴ اسفند ماه ۱۳۳۰ در رستم آباد گیلان دیده به جهان گشود. خانواده او کاملاً مذهبی و از نظر اقتصادی در سطح متعارف جامعه بودند. وی که از همان ابتدا شاگرد سخت کوشی بود توانست در سال ۱۳۵۰ مدرک دیپلم خود را از دبیرستان اتابکی تهران اخذ کند.

او آموزش مقدماتی، آکادمی و انجام پرواز با هواپیمای ملخ دار پاپ و بونانزا را بعد از گرفتن سردوشی در نیروی هوایی، با موفقیت گذراند. سپس برای تکمیل دوره عازم ایالت تگزاس امریکا شد. وی توانست دوره تخصصی زبان انگلیسی و همچنین آموزش پرواز با هواپیماهای تی-۴۱، جت تی-۳۷ و جت مافوق صوت تی-۳۸ با موفقیت گذرانده و پس از فارغ التحصیلی و دریافت نشان خلبانی، با درجه ستوان دومی به ایران بازگردد.

محمود، که برای پرواز با شکاری/بمب افکن فانتوم یا همان اف-۴ ای گزینش شده بود، دوره آموزشی خود را در کنار بهترین معلمان خلبانی آن زمان در پایگاه مهرآباد تهران و شیراز طی کرد.

وقتی جنگ بر کشور تحمیل شد، او ضمن اینکه مسئولیت حفاظت اطلاعات پایگاه یکم شکاری مهرآباد را بر عهده داشت، به انجام پروازهای رزمی و آموزشی نیز مبادرت می کرد همچنین وی در مأموریت های شبانه روزی برای پاسداری از حریم هوایی میهن اسلامی ۲۱۳ سورتی پرواز گشت رزمی، اسکرامل و اسکورت را در پرونده خود ثبت کرد. او همواره در رزمایش های مشترک با نیروی زمینی، دریایی و رژه های هوایی شرکت فعال داشت.

او بنا به سنت رسول گرامی اسلام در سال ۱۳۵۸ ازدواج کرد و سه فرزند ثمر این پیوند مقدس هستند. انصاری بالاخره در اول خرداد ماه سال ۱۳۸۵ با درجه سرتیپ دومی به افتخار بازنشستگی نایل آمد و این دوران را نیز به همکاری با سازمان های مرتبط با موضوع شغلی اش سپری می کند. همچنین وی مدرس قرآن کریم و تفسیر آیات آن نیز می باشد.



بعد از بهبود مجروحیت چه کردید؟

۳ ماه در اصفهان بستری بودم. دوران نقاهتمان در اصفهان بودم و چندین عمل روی دست و پای من انجام شد. بعد از ۳ ماه به دزفول برگشتم و زندگی عادی را شروع کردم. سال سوم دبیرستان را در خانه نشستم و خودم درس خواندم. بعد رفتم دنبال پای مصنوعی و شروع کردم به تمرین کردن راه رفتن با پای مصنوعی.

سه ساعت صبح تمرین راه رفتن می کردم و سه ساعت بعد از ظهر. اول یک جوری بود؛ قالب گچی درست کرده بودند

و پایش یک چوب گذاشته بودند که پای من در قالب گچی می رفت. در بین نرده های دوطرفه که اول تمرین ایستادن کردم و بعد تمرین راه رفتن و حدود ۳ ماهی طول کشید تا تقریباً توانستم راه بروم. هیچ کسی قبول نمی کرد که من با این وضعیتم راحت بتوانم راه بروم. کلاس چهارم دبیرستانم نیمه کاره بود که تهران آمدم. بعد از چهل ماه امام بود. دیپلم را تهران گرفتم و دانشگاه تهران هم قبول شدم.

تحصیلاتتان چیست؟

ابتدا فوق دیپلم علوم آزمایشگاهی گرفتم اما بعد اتفاقی علاقه مند به عکاسی شدم و دو یا سه دوره عکاسی رفتم. بعد یک دوره فوق دیپلم عکاسی دیدم از سازمان هنرهای فرهنگی، پس از فارغ التحصیلی خانواده گفتند که باید برگردی و من هم به دزفول بازگشتم. بعد از یک یا دو سال که بعد از تحصیل در تهران گشتم و به عکاسی هم علاقه مند شده بودم.

شغلی هم برعهده داشتید؟

در دزفول یک شهرستان کوچک بود و کم امکانات بود و برای امثال ما مشکلاتی دارد. نحوه رفت و آمد و خانه هایی که آن موقع وجود داشت. خیلی تحت فشار بودم و ۲ یا ۳ ماهی رفتم و در یک دفتری که مربوط به بهزیستی بود کار کردم. کودکان عقب مانده بودند که من مدیرش بودم. ۲ یا ۳ ماهی هم رفتم و در یک مغازه کار کردم. تقریباً ۶ ماهی داستان نویسی کار کردم. بعد آخسر به هیچ نتیجه ای نرسیدم و شروع کردم به درس خواندن. کنکور قبول شدم و این دفعه بورسیه مدیریت بیمه دانشگاه امور اقتصاد و دارایی در تهران شدم. من بورسیه وزارت اقتصاد و دارایی شدم و در انتها کارمند بیمه شدم.

صبح سرکار می رفتم و بعد از ظهر درس می خواندم. تا این که چهارساله دانشگاهمان تمام شد و به صورت دائم کارمند بیمه بودم. تا سال ۸۶ به بعد بود که من خودم را از بیمه بازنشست کردم.

از فعالیت های امروز خود بگویید

از سال ۸۱ بود که من وارد باشگاه تیراندازی شدم و آنجا تقریباً تا سال ۹۰ تیراندازی کار کردم. الان هم کار می کنم ولی بیشتر موقعی که مسابقه ای باشد و ما یک هفته ای می رویم تمرین می کنیم و از سال ۸۶ هم شنا کار کردم. البته بیشتر برای مسابقاتی که در حد خودمان است و شنایمان به صورت نیمه حرفه ای تا حرفه ای است. دو سال پیش هم در باشگاه شهید مهران شمشیربازی راه انداختم و بعد یک مشکلاتی پیش آمد که شمشیربازی را رهاش کردم. سال گذشته نیز دانشگاه پیام نور قبول شدم و الان مشغول خواندن فوق لیسانس مدیریت دولتی هستم.

گذری به زندگی جانباز قطع دست و دویا

حمید رضا لطفی جانباز ۷۰ درصد از ناحیه قطع دو پا و یک دست است که در سال ۱۳۵۹ با شروع جنگ تحمیلی آماده می شد تا پشت نیمکت های کلاس پنجم ابتدایی بنشیند.

از کودکی خودتان و قبل از رفتن به جبهه برای مخاطبان بگویید.

بچه منطقه جنگی دزفول هستم و آن روزها از جنگ فقط صدای توپ و تانک و موشک هایی که به شهر می خورد را می شنیدیم. هواپیماهایی که می آمد و شهر را بمباران می کرد. ۸ سال دفاع مقدس را در دزفول بودیم. در بسیج محله عضو بودم و فعالیت می کرد. جلسات قرآن داشتیم و تقریباً از کودکی فعالیت می کردم و در مسجد بودم با جلسات قرآن و مذهبی اخت شده بودم.

چه سالی و چگونه به جبهه اعزام شدید؟

در سال ۱۳۶۵ اعزام شدم. به خاطر حضورم در بسیج محله موقع جنگ تا پاسی از شب هم در مسجد بودم و فعالیت می کردم. کارهای فرهنگی و حفاظتی انجام می دادیم. سال ۶۵ به جبهه اعزام شدم، تقریباً قبل از عملیات کربلای ۴ یک اتفاقی افتاد و مجبور شدم به خانه برگردم. اما ۲ ماه قبل از این که عملیات کربلای ۵ شروع شود دوباره به جبهه برگشتم. لشکر ۷

ولیعصر گردان عمار، جنوب بودم. در قسمت پشتیبانی توپخانه خط حمله منطقه شلمچه را حضور پیدا کردم. بعد از ۳ ماه که عملیات تمام شد من برگشتم خانه و امتحانات پایان دوره دبیرستانم را تمام کردم و بعد هم به مشهد مقدس مسافرت رفتم. حالت خاصی به من دست داد که وصف ناپذیر بود.

چگونه مجروح شدید؟

یک ماه بعد دوباره با بچه ها تصمیم گرفتیم جبهه برویم. من به بچه ها گفتم این بار اگر من با شما آمدم دیگه بر نمی گردم. حس خاصی داشتیم که یک اتفاقی برای من می افتد. پس از اعزام به پادگان کرخه رفتیم. دو سه ماه بعد از عملیات بود و در خط شلمچه پدافندی بودیم. پدافند یعنی خط مقدم جبهه را نگه می دارند.

آنجا بیسیم چی بودم. بچه ها چون تازه خط را گرفته بودند خیلی هایشان بی تجربه بودند و برای دفعه اول بود که به جبهه اعزام شده بودند. با عراقی ها هم تقریباً ۱۰۰ تا ۱۵۰ متر بیشتر

فاصله نداشتیم. سربازان عراقی خیلی تیراندازی می کردند و می خواستند هیجاناتشان را خالی کنند. دوتا از بچه ها اتفاقی تیربار را گذاشتند جلوی سنگر فرماندهی و شلیک کردند. گرای تیربار را گرفتند و یک یا دو ساعت بعدش آنجا را کوبیدند. اتفاقی یکی از خمپاره ها برگشت و افتاد در سنگر بین من و فرمانده که او درجا شهید شد. من هم یک پا و یک دستم را درجا قطع شد. من را با آمبولانس به اهواز رساندند و یک هفته ای در اهواز بودم. به هر حال جنگ بود و امکانات در حد خودشان داشتند و نتوانستند کاری انجام دهند و من را به اصفهان اعزام کردند. وقتی رسیدیم اصفهان، دکتر گفت باید این یکی پایت را هم قطع کنم چون قاتقاری گرفته است و پای چپم را هم قطع کردند.



تربیت جامعه منتظر

نماد «جامعه منتظر» را به خوبی می‌توان با نگاه به آموزه‌های نبوی و علوی رصد نمود و پیرامون گستره و غنای آن به اندیشه و خردورزی پرداخت. پیامبر اکرم همواره از آغاز جامعه اسلامی، کام امت را با انتظار می‌گشود و آنان را به فراسوی چشم‌اندازنگری، برنامه محوری و تلاش‌گری ره می‌نمود و جان آنان را با نسیم کلام خویش این‌گونه آشنا می‌ساخت:

«افضل اعمال امتی انتظار الفرج.»

از ادراکات بلاواسطه انسان مایه می‌گیرد و تفکر از همین منبع شناخت می‌جوشد و استنتاج می‌نماید.

انسان خود را بی‌واسطه احساس می‌کند. با درک وضعیت، تقدیر و ترکیب خود، به شناخت نظام و جمال و حق و اجل می‌رسد و تاریخ و طبقات را در رابطه انسان با جهان می‌فهمد و تضادهای اصلی را هم‌آهنگ با نظام هستی و می‌شناسد.

بنابراین، انسان ترکیب خود را بی‌واسطه احساس می‌کند. او ترکیبی از اندام‌های حسی، تخیل، تفکر، تعقل و غریزه‌هاست. این احساس بی‌واسطه است و البته از راه مقایسه با سنگ، گیاه و حیوان هم تفاوت‌ها را می‌تواند بشناسد و استعدادها را می‌تواند کشف کند. انسان با آگاهی از ترکیب پیچیده خودش به موارد زیر دست می‌یابد:

۱. توقعش از خودش بالا می‌رود و ارزش‌هایش متحول می‌شود و دیگر به لذت، خوشی، رفاه تکرار و تنوع زندگی دل نمی‌بندد؛ چون بیش از اینها استعداد دارد و هرگز ساخت او با لذت و خوشی نمی‌سازد. از همین‌رو، خود آگاهی درد و رنج را در وجود او وارد کرده است و او همراه این همه رنج و با وجود این ترکیب و این همه استعداد چاره‌ای جز حرکت و رفتن ندارد و جز تحرک نمی‌تواند بخواهد و اگر هم تحرک را نخواهد، مجبور است که رنج ببرد و ضربه بخورد.
۲. در این ترکیب پیچیده با جبرهای گوناگون، آزادی خود را می‌شناسد و عمل او، دیگر همانند حیوانات انعکاس و بازتابی نمی‌تواند باشد؛ چون که از تفکر، تعقل و سنجش هم برخوردار است. از همین رو، از عمل انعکاسی به عمل انتخابی می‌رسد و باید توجه نمود که انسان از این ترکیب برخوردار است و اصالت با همین ترکیب است. فکر، عقل، غریزه، تجربه، وراثت و تاریخ، در ترکیب پیچیده آدمی، اصل و زیربنا نیستند که در ترکیب اصل با ترکیب است و همین ترکیب پایه به شمار می‌رود.
۳. انسان با همین ترکیب پیچیده، کلیدی برای شناخت جهان به دست می‌آورد و با بینش که از وضعیت، تقدیر و ترکیب خود می‌یابد، به این تلقی از جهان می‌رسد:

۱- نظام و قانون‌مندی جهان هستی؛

۲- جمال و زیبایی جهان هستی؛

۳- حق و هدف‌داری جهان هستی؛

۴- اجل و مرحله‌ای بودن جهان هستی.

حرکت فکری انسان از همین ادراکات بی‌واسطه و منابع دست اول سرچشمه می‌گیرد، ولی محدود و محبوس در آنها نمی‌ماند و این ادراک و احساس، خود کلید و آغازی برای شناخت «جهان»، تاریخ و جامعه است. این بینش فلسفی، براساس آن دید کلی انسان از خود، هستی و نقش او در هستی بیان می‌شود، برداشتهای علمی را تعیین می‌کند و چهارچوبی برای جهت دادن به تمام تجربه‌ها علوم می‌سازد. بر همین اساس، آدمی با شناخت ترکیب خویش سرود «اُئی ذاهب» را سر می‌دهد، نقش اساسی خود را حرکت می‌داند و جهان هستی را مسیر و صراط می‌شناسد. و مهم‌ترین مسئله برای دگرگون کردن بنیاد فکری در جامعه، همین بینش است که انسان به این منبع و درک بی‌واسطه، آگاهی پیدا کند.

بنابراین حدیث، انتظار فرج که برترین اعمال امت پیامبر آخر زمان به شمار می‌رود، استوار می‌گردد:

۱. انتظار فرج و چشم‌اندازنگری؛
۲. چشم‌اندازنگری و برنامه محوری؛
۳. عمل و تلاش‌گری.
۴. جامعه اسلامی این‌گونه زمینه‌های رفتن باطل و آوردن حق را فراهم می‌سازد و مسیر تحقق فرج و عدالت‌گستری را به پا می‌دارد.

نظام تربیتی و زمینه‌سازی

رفتن باطل، ضرورت و آوردن حق، رسالت است. از آن‌رو که در نظام خلقت و قانون‌مند جهان، بی‌حساب حرکت کردن نابودی است، سنت‌ها و قانون‌ها، مرصاد و کمین کسانی هستند که سرکشی و غرور را بر خود بسته‌اند و خدا با این مرصاد و سنت‌ها آنان را باز می‌دارد. باطل رفتنی است «إِنَّ الْبَاطِلَ كَانَ زَهُوقًا» رسالت ما آوردن حق و تحقق بخشیدن به آن است. پیش از رفتن باطل این رسالتی را باید به جا آورد که «جاء الحق و زهق الباطل»

زمینه‌سازی یا انقلاب فرهنگی

آوردن حق، زمینه می‌خواهد. این رسالت، روشن‌گری و بینات می‌خواهد که نظام تربیتی اسلام عهده‌دار است. امروزه این زمینه‌سازی را «انقلاب فرهنگی» می‌نامند. فرهنگ، یعنی مجموعه ارزش‌ها و معیارهای حاکم بر جامعه. پس انقلاب فرهنگی ارزش‌های موجود را دگرگون می‌سازد و روابط اجتماعی را به گونه‌ای دیگر می‌گرداند و به رسوم، اساطیر، علوم و ارزش‌ها، شکلی و غنایی دیگر می‌بخشد.

دگرگونی ارزش‌ها

برای این انقلاب فرهنگی، ارزش‌ها را باید دگرگون کرد. و معیارها را درهم باید ریخت. تا آن‌که تمام روابط و ضوابط و تمام صنایع، علوم و اساطیر، هم‌آهنگ با ارزش‌های جدید، دگرگون شوند. بنابراین، برای دگرگون کردن فرهنگ، ارزش‌های حاکم را باید جست‌وجو کرد؛ همان آرمان‌ها و هدف‌هایی که نیازها و سائقه‌های روانی انسان را پاسخ می‌گویند.

نقش بینش در تحول ارزش‌ها

آن‌چه ارزش‌های آدمی را دگرگون می‌تواند سازد، همان بینش انسان است. هدف‌ها و آرمان‌ها در زمینه‌های گوناگون آگاهی، تغییر شکل می‌دهند.

چه بسا آرمان و ارزش امروز، ضد ارزش فردا به حساب آید. تا آن هنگام که بینش انسان از خود دگرگون نشود، بینش او به جهان و در نتیجه به تاریخ «که رابطه انسان با جهان است» و به طبقات اجتماعی و حکومت‌ها و سیاست‌ها، دگرگون نخواهد شد. بنابراین، انسان از لحاظ شناخت و آگاهی از خودش عبور می‌کند تا به جهان برسد. انسان با تلفیق تجربه‌گرایی و عقل‌گرایی تنها به تحلیل علمی جهان دست می‌یابد، نه تبیین کلی آن؛ زیرا تبیین کلی جهان نه از تجربه و نه از عقل که

نقش شکر و کفر در تربیت دینی

و چگونه با این همه هدایت و تجربه شکست به گذشته بازگردیم و بر روی موج، خانه بسازیم و از حق ثابت چشم ببوشیم. همچون کسانی که بازیچه شیطان‌ها شده‌اند و سرگردانند؟ اینها یارانی دارند که آنها را به سوی نور و راه می‌خوانند و صدا می‌زنند و دعوت می‌کنند که بیاید.

ولی کسی که هدایت خود را نخواست و این همه ذکر و یادآوری و شکست و تجربه را ندید، به چه هدایتی روی می‌آورد؟ بگو که هدایت خدا، تمامی هدایت است و ما به این هدایت مأموریم که تمامی وجود را به رب العالمین و پروردگار هستی تسلیم کنیم و در سرزمین وجودمان جز او حاکمی نخواهیم.

قُلْ إِنَّ هُدَى اللَّهِ هُوَ الْهُدَىٰ وَأْمُرْنَا لِنُسَلِّمَ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ

و کسی که این هدایت را نخواست ناچار از تمامی دنیا رنج می‌برد که او از دنیا طالب لذت است و به دنبال میوه رویاهایی است که هیچ وقت سبز نمی‌شوند و پا نمی‌گیرند و ناچار این کفر به انسان و قدر او و نقش او، درگیری‌ها می‌آفرینند، که ساخت انسان و ساخت دنیا با این غرورها، هماهنگ نیست و تنوع و سرگرمی را ولذت و عیش و نوش را نمی‌پرورد، که در اوج لذت‌ها خود آگاهی تو و فکر تو رنج فردا را دارد و ترس جدائی را و عذاب و رنج از دست دادن را.

... این حیرت و ضیق و این عذاب و انحراف و زیغ، آثار قطعی کفر هستند و ما می‌توانیم از مقدار حیرت و دلتنگی و از مقدار درد و رنجمان و عذابمان به مقدار کفرمان برسیم که ما به اندازه رنجمان کافریم. و به اندازه کفرمان در عذابیم. و شوخی نیست که باید کفر و ایمان را از علامت‌هایش شناخت که امروز هر ادعائی را می‌توان شنید که همه در همنند و باهمند و تنها علامت‌هاست که آنها را از یکدیگر جدا می‌کند.

این آثار هر کدام دیگری را به دنبال می‌آورد. همان طور که از حیرت و ضیق به عذاب می‌رسیدند، همان طور با ضیق، به زیغ و انحراف می‌رسند، و از مرزها تجاوز می‌کنند، و نتیجه این، تجاوز از نظام‌ها و سنت‌هایی است که خداوند قرار داده و ضربه‌ها و صدمه‌ها و محرومیت‌هاست.

با توجه به عبارات فوق به خوبی می‌توان دریافت که چگونه استاد بزرگوار در ضمن صفحاتی با احاطه و انس خود بر مجموعه آیات به تحلیل دقیق آنها پرداخته و از وجود ارتباط طبیعی بین آنها با نشان دادن مراحل مختلف سقوط حاصل از کفر انسان و ترتب آن مراحل بر یکدیگر همراه با نثری زیبا و جذاب و اثر گذار سخن می‌گوید، و چه زیبا و سریع انسان را با مفاهیم و مقاصد آیات قرآن، این دریای وسیع و عمیق و پر بار آشنا می‌کند. به حق که این همه درک عمیق و لطیف، و این نورانیت و فرقان، حاصل شکر و تقوای آن فرزانه وارسته بود که خود می‌فرمود: «بالاترین هدایت قرآن برای آنهاست که شکر کرده‌اند و در نتیجه خداوند خود عهده‌دار آنها شده است. این هدایت دیگر راهنمایی نیست که دستگیری و همراهی و به مقصد رساندن است.

عبدالله پیرمردیان | برگرفته از سایت موسسه هنری لیلة القدر
گردآوری: دکتر نسیم حکیمیه

انسان بعد از اینکه راههای هدایت و ضلالت و حق و باطل و رشد برای او روشن شد و امکان انتخاب هم داشت، ادامه مسیر رشد و شکوفائی و یا خُسَر و انحطاط او، با شکر و کفرش رقم می‌خورد. یا شاکر است و هماهنگ با نظام هستی و سنت هائی که خالق هستی در آن جعل کرده، که در نتیجه بهره مند است در دنیا و تمام عوالمی که در پیش دارد و در سیر و سلوک شاکرانه اش منازل را یکی پس از دیگری پشت سر می‌گذارد و به استعانت و فضل خداوند به درجات عالیه میرسد، و یا با کفر و چشم پوشی خود با نظام هستی درگیر میشود و خود را آسیب پذیر کرده و در معرض خشم و غضب پروردگار مهربانش قرار داده و محرومیت‌ها و عذاب‌ها را در دنیا و آخرت برای خود فراهم می‌آورد. شمردن آثار سوء محتوم کفر انسان در قرآن کریم بیش از حوصله یک مقاله است و بدون تردید شرح و تفسیر آن آیات، کتابهائی را به خود اختصاص می‌دهد. اما نظر به اینکه این مقاله مختصر در مقام ارائه نظریات استاد مرحوم در این باب است لذا به دیدگاه ایشان نسبت به موضوع آثار کفر انسان که بر گرفته از قرآن است می‌پردازیم و توجه عزیزان را به صفحاتی از بیانات استاد در کتاب تطهیر با جاری قرآن که در ذیل آیات سوره کافرون بیان شده جلب مینمایم:

هنگامی که انسان به نور پشت میکند و جهت و هدف را از دست می‌دهد، ناچار دلتنگی و ضیق او را در هم می‌فشارد، چون در تاریکی و ابهام، توانائیها و استقامت انسان صفر می‌شود. و این جاست که رنج‌های کوچک فشارهای زیاد می‌آورند. و عذاب‌ها و نکبت و ضنک و خزی و سوء بر آن حلقه می‌شوند. و انسان از آنچه که دارد محروم می‌شود. از استعدادها و از عمل و از فرزند و ثروتش بهره نمی‌برد، که دل او، شنوائی و بینائی‌اش را پس می‌گیرند و عمل‌هایش همچون سرابی در بیابانی و همچون خاکستری در باد، حبط می‌شود. و انسانی که خودش را از دست داده از هیچ چیز بهره نمی‌برد و به خسارت‌های زیادتری می‌رسد و به ضلال و گمی می‌رسد و کید و مکر و دعاء و طلبش در ضلال می‌نشیند.

و اینگونه از رحمت و محبت خدا دور می‌شود، و این بُعد و دوری به محق و نابودی و قطع ریشه‌ها می‌رسد و دیگر رویشی نخواهد بود و باری نخواهند داشت.

اینها همه آثار طبیعی و نتایج محتوم کفر است. چون انسان ضعیف است و تکیه‌گاهی می‌خواهد، و این تکیه گاه هنگامی که خود متغیر و ضعیف و از دست رفته باشد، ناچار سرگردانی و حیرت و تجربه شکست، انسان را درهم می‌شکند که در آیه ۷۱ از سوره انعام آمده و آنچنان قاطع و حساب شده بر کفرها و شرک‌ها تاخته:

« قُلْ أَدْعُوْا مِنْ دُوْنِ اللَّهِ مَا لَا يَنْفَعُنَا وَ لَا يَضُرُّنَا وَ نُرَدُّ عَلٰی أَعْقَابِنَا بَعْدَ الَّذِيْ هَدَيْنَا اللَّهُ الَّذِيْ اسْتَهْوَيْنَا الشَّيَاطِيْنَ فِي الْاَرْضِ حَيْرَانَ لَهُ أَصْحَابٌ يَدْعُوْنَہٗ اِلٰی الْهُدٰی اِتَيْنَا قُلَّ اِنْ هُدٰی اللّٰهُ هُوَ الْهُدٰی وَ اَمَرْنَا لِنُسَلِّمَ لِرَبِّ الْعَالَمِيْنَ».

چگونه می‌توانیم در هنگام عجز و ضعف جز خدا را بخوانیم و جز او تکیه‌گاهی بگیریم که سود و زبانی برای ما ندارند و خود عاجز و محتاجند؟

در حدیثی از امام
صادق^(ع) نقل شده است که :

عیسی^(ع) با یکی از یارانش برای سیاحت رفته بود. به دریا که رسیدند آن حضرت با یقین کامل فرمود:

«بسم الله» و (همانند خشکی) روی آب به راه خود، ادامه داد.

آن شخص نیز با یقین کامل گفت: «بسم الله» و او هم مانند عیسی^(ع) توانست روی آب حرکت کند و به عیسی^(ع) برسد؛ ولی همین طور که همراه عیسی^(ع) می رفت به ذهنش خطور کرد که: من هم می توانم مانند او، روی آب راه بروم. بنابراین، عیسی^(ع) چه فضیلتی بر من دارد؟ به مجرد اینکه این مطلب به ذهنش رسید و در واقع گرفتار خودپسندی شد و یقینش خدشه دار گردید، در آب فرو رفت! فریاد زد و از عیسی^(ع) کمک خواست، آن حضرت او را از آب بیرون آورد و به او گفت: چه گفتی؟ آن مرد، آنچه را که در ذهنش گذشته بود، بازگو کرد.

اصول کافی، ج ۲، ص ۶۰۳



مادامت الایام سلا



ویژه نامه محرم و صفر

قَدَرِ اللَّهِ

چنان اسفند می سوزد به صحرا ریگ ها فردا
چه خواهد شد مگر در سرزمین کربلا فردا
تمام دشت را زینب به خون آغشته می بیند
مگر باران خون می بارد از عرش خدا فردا
برادر! دل گواهی می دهد امشب شب قدر است
اگر امشب شب قدر است، قرآن ها چرا فردا...
همه در جامه احرام دست از خویشتن شستند
شگفتا عید قربان است گویا در منا فردا
بین شش ماه ات بی تاب در گهواره می گرید
علی از تشنگی جان می دهد امروزیا فردا
ببوسم کاش دست و پای اکبر را وقاسم را
همانانی که می افتند زیر دست و پا فردا
برادر! وقت جان افشانی عباس نزدیک است
قیامت می شود وقتی بگوید یا ایا فردا
برادر! خوب می خواهم ببینم روی ماهت را
هراسانم که شناسم تورا بر نیزه ها فردا
به مادر گفته بودم تا قیامت با تو می مانم
تمام هستی من، می روی بی من کجا فردا؟

میلااد عرفان پور

سبک زندگی امام سجاد (ع) بعد از عاشورای سال شصت

حجت الاسلام والمسلمین عبد الرضا زنوزی | طلبه درس خارج

چکیده

وجودشان را بغض و کینه و انتقام از خاندان بنی امیه فرا گرفت و به مظلومیت امام حسین (ع)

پی بردند و لذا دست به شورش ها و قیام های متعددی با انگیزه های گوناگون زدند، همچون قیام توأبین در کوفه ۱ سال بعد از عاشورای سال ۶۰، واقعه هره در مینه ۲ سال بعد، قیام مختار ۶ سال بعد، قیام زید بن علی بن الحسین و قیام عباسیان و

حال امام سجاد (ع) سبک زندگی خویش را در این اوضاع و شرایط بر مدار انتقام جویی نگذاشت و نسبت به اوضاع اسف بار جامعه اسلامی سکوت اختیار نکرد، بلکه افق دید مبارک خود را به پهنای پنجاه سال مسافت بعد از رحلت پیامبر اکرم (ص) گسترش داد و با ارائه دو شیوه و سبک موثر، ترمیم و باز سازی شریعت پاک نبوی (ص) را شروع کرد:

۱- زبان دعا و نیایش که جزء اثر گذار ترین آموزه های دین است. امام سجاد (ع) اهداف، مقاصد خود و ارکان دین و هدایت مردم را با این زبان به مردم آموخت که ثمره آن یادگار نفیس و گران بهای شیعه (صحیفه سجادیه) می باشد، که تنها شامل راز و نیاز با خدا و بیان حاجت در پیشگاه او نیست، بلکه دریای بیکرانی از علوم و معارف الهی است که طی مسائل عقیدتی، فرهنگی، اجتماعی، سیاسی و پاره ای از قوانین طبیعی و احکام شرعی در قالب دعا بیان شده است.

در سال ۱۳۵۳ ه ق مرجع فقید اهل بیت (ع)، مرحوم آیت الله العظمی مرعشی نجفی (قدس سره)، نسخه ای از صحیفه سجادی را برای علامه معاصر مولف تفسیر طنطاوی (مفتی اسکندریه) به قاهره فرستاد، وی پس از تشرک در دریافت این هدیه گرانبها و ستایش از آن در پاسخ چنین نوشت: «این از بد بختی ماست که تا کنون بر این اثر گران بهای جاوید که از موارث نبوت است، دست نیافته بودیم، من هر چه در آن می نگرم، آن را از گفتار مخلوق بر تر و از کلام خالق پایین تر می یابم»

۲- زبان گریه و سوز و اشک که به فرمایش حضرت علی (ع) در دعای پر فیض کمیل، سلاح مومن شمرده شده است. امام سجاد (ع) در این دوران با این شیوه کاخ مستبدان زمان را ویران نمود و در عین حال حقانیت و مظلومیت مکتب سرخ تشیع را بر تمام دنیا نشان داد. انشاء الله که از رهروان مسیر هدایت امام سجاد (ع) باشیم.

دوران امامت ۳۴ یا ۳۵ ساله حضرت امام علی بن الحسین (ع) سخت ترین و پر التهاب ترین دوران حیات یک امام معصوم، در میان حدود ۲۵۰ سال امامت ائمه (ع) در زیر چتر حاکمان ظلم و جور شمرده می شود. لذا ایشان وارث رنج های به جا مانده از قیام عاشورا بودند که می بایست مابقی عمر مبارک خویش را در میان جامعه ای منحط و امتی سرگردان سپری می نمود. در این نوشتار بر آنیم که مختصری از شیوه زندگی امام سجاد (ع) را در این مدت بیان کرده و جایگاه بی بدیل ایشان را در پاسداری از دین و حفظ ارزش های اسلامی بیان کنیم.

امام سجاد پس از واقعه عاشورا

بعد از شهادت امام حسین (ع)، نیم نگاهی به جامعه اسلامی ما را سوق می دهد به اینکه بتوانیم موقعیت زندگی ایشان را در آن دوران درک کنیم. مردم بعد از قیام عاشورا به دو گروه تقسیم شدند:

۱- عده ای به دلیل انحطاط اخلاقی، رفتاری، دنیا زدگی و هرج و مرج یا جزء مرتدین از دین به شمار آمده یا لاقط یک شکل ظاهری از دین را اختیار نمودند. امام سجاد (ع) در موعظه ای نسبتاً طولانی یاران و شیعیان خود را از این خطر آگاه نمودند که یکی از یاران برگزیده ایشان (ابوحمره ثمالی) ناقل این فرمایش حضرت می باشد:

« خداوند ما و شما را از مکر ستمگران و ظلم حسودان و زور گویی جباران حفظ کند. ای مومنان! شما را طاغوت ها و طاغوتیان دنیا طلب که دل به دنیا سپرده و شیفته آن شده اند و به دنبال نعمت های بی ارزش و لذت های زود گذر آن هستند، نفرینند به جانم سوگند در ایام گذشته حوادثی را پشت سر گذاشتید و از انبوه فتنه ها به سلامت گذشتید، در حالی که پیوسته از گمراهان و بدعت گذاران و تبیهکاران در زمین دوری جستید، پس اکنون نیز از خدا یاری بخواهید و به سوی فرمانبری از خدا و اطاعت از ولی خدا که از حاکمان کنونی شایسته تر است، برگردید » بیشترین دوران امامت سجاد (ع) مصادف بود با حکومت عبد الملک بن مروان که ۲۱ سال طول کشید و در این مدت به طور آشکارا اصول اسلامی زیر پا نهاده می شد و به مقدسات اسلامی توهین می شد و هیچ کس هم جرئت کوچک ترین اعتراض را نداشت.

(مسعودی) می نویسد: « فساد و آلودگی یزید به اطرافیان و عمال وی نیز سرایت کرد، در زمان او ساز و آواز در مکه و مدینه آشکار گردید و مجالس بزم بر پا شد و مردم آشکارا به شراب خواری پرداختند. » این وضع در زمان عبد الملک نیز ادامه یافت به گونه ای که (شوقی ضیف) می گوید: « گویی این دو شهر بزرگ حجاز را برای خنیا گران ساخته بودند، تا آنجا که نه تنها مردمان عادی، بلکه فقیهان و زاهدان نیز به مجالس آنان می شتافتند. » به گفته برخی دانشمندان، بنی هاشم در زمان امام سجاد (ع) نمی دانستند چگونه نماز بخوانند و چگونه حج به جا آورند و اصولا شیعیان از احکام دینی جز آنچه از افواه شنیده بودند نمی دانستند.

۲- جماعتی از امت اسلامی به شدت از قیام عاشورا متأثر شدند و زشتی اعمال دستگاه خلافت بر ایشان آشکار گردید تا حدی که تمام



تأثیر برپایی مجالس عزای امام حسین علیه السلام

حسن آتشکده | طلبه درس خارج | مدرس حوزه و دانشگاه

مقدمه

تاریخ بشر حوادث تلخ و شیرین بشمار می‌آید و به یاد دارد و تاریخ سازان فراوانی را در دل خویش پرورش داده است، ولی کمتر حادثه‌ای را همانند حادثه عاشورای سال ۶۱ هجری با پی آمدهای گسترده اش به خود دیده و کمتر تاریخ سازانی همچون تاریخ سازان کربلا را به یاد می‌آورد.

اکثر محققینی که در دایره اعتقادات شیعه نمی‌اندیشند و زندگی نمی‌کنند هرگاه بی‌غرضانه و صرفاً با نگاهی حقیقت جویانه به سراغ این حماسه‌ی بزرگ رفتند به حقانیت آرمان و رفتار و شیوه‌ی مبارزاتی امام حسین^(ع) اعتراف نمودند. در مقاله پیش رو به تأثیر قیام امام حسین^(ع) در بین امت‌های شیعه از زبان غیر مسلمانان پرداخته شده است.

تأثیر برپایی مجالس عزای امام حسین علیه السلام

به اعتراف دوست و دشمن، مجالس عزای امام حسین علیه السلام عامل فوق العاده نیرومندی برای بیداری مردم است و راه و رسمی است که آن حضرت آن را به پیروان خود آموخته تا ضامن تداوم و بقای اسلام باشد.

اهمیت برپایی این مجالس و رمز تأکید ائمه اطهار علیهم السلام بر حفظ آن، آنگاه روشن تر میشود که ملاحظه کنیم شیعیان در عصر صدور این روایات به شدت در انزوا به سر می‌بردند و تحت فشارهای گوناگون حکومت امویان و عباسیان چنان گرفتار بودند که قدرت بر انجام کوچکترین فعالیت و حرکت سیاسی و اجتماعی نداشتند و چیزی نمانده بود که به کلی منقرض شوند ولی مجالس عزای امام حسین علیه السلام آنان را نجات داد و در پناه آن، تشکل و انسجام تازه‌ای یافتند و به صورت قدرتی چشمگیر در صحنه جامعه اسلامی ظاهر شده و باقی ماندند.

به همین دلیل، برپایی این مجالس در روایات به عنوان «احیای امر اهل بیت علیهم السلام» تعبیر شده است. امام صادق علیه السلام در مورد این گونه مجالس فرمودند:

«إِنَّ تِلْكَ الْمَجَالِسَ أَجْزَأُ فَأَحْيُوا أَمْرَنَا؛ این گونه مجالس شما را دوست دارم، از این طریق مکتب ما را زنده بدارید

امام خمینی (قدس سره) بنیانگذار نظام جمهوری اسلامی در تعبیر جامعی می‌فرماید: «همه ما باید بدانیم که آنچه موجب وحدت بین مسلمین است، این مراسم سیاسی، مراسم عزاداری ائمه اطهار علیهم السلام به ویژه

سید مظلومان و سرور شهیدان حضرت اباعبدالله الحسین علیه السلام است که حافظ ملت مسلمین به ویژه شیعیان ائمه اثنی عشر علیهم صلوات الله و سلم میباشد.»

حتی غیر مسلمانان هم به این امر اعتراف دارند «ژوزف فرانسوی» در کتاب «اسلام و مسلمانان» ضمن اشاره به اندک بودن شمار شیعیان در قرون اولیه اسلام، به خاطر عدم دسترسی آنان به حکومت، و ظلم و ستم حاکمان بر آنان و قتل و غارت اموالشان در تحلیل جالبی مینویسد:

«یکی از امامان شیعه، آنان را دستور تقیه داد تا جانشان از گزند بیگانگان محفوظ باشد و همین امر باعث شد که شیعیان کم‌کم قدرت پیدا کنند و این بار دشمن بهانه‌ای نیافت تا به واسطه آن شیعیان را بکشد و اموالشان را غارت نماید. شیعیان مجالس و محافل مخفیانه‌ای را تشکیل دادند و بر مصائب حسین علیه السلام گریه میکردند. این عاطفه و توجه قلبی در دلهای شیعیان استحکام یافت و کم‌کم زیاد شد و پیشرفت کردند بزرگترین عامل این پیشرفت برپا کردن عزاداری حسین علیه السلام میباشد که دیگران را به سوی مذهب شیعه دعوت میکنند...»

هر یک از شیعیان در حقیقت مردم را به سوی مذهب خود میخوانند بی آنکه مسلمانان دیگر متوجه بشوند. بلکه خود شیعیان هم (شاید) به فایده‌های که در این کارهایشان وجود دارد متوجه نیستند و گمان میکنند تنها ثواب اخروی کسب میکنند

«ماربین» مورخ آلمانی نیز در کتاب «سیاست اسلامی» میگوید: «من معتقدم رمز بقا و پیشرفت اسلام و تکامل مسلمانان به سبب شهید شدن حسین علیه السلام و آن رویدادهای غم‌انگیز میباشد و یقین دارم که سیاست عاقلانه مسلمانان و اجرای برنامه‌های زندگی ساز آنان به واسطه عزاداری حسین علیه السلام بوده است. ائمه اطهار علیهم السلام با تأکید بر برگزاری مراسم عزاداری حسینی علیه السلام برنامه آن حضرت را «محوری» برای وحدت مردم قرار دادند به گونه‌ای که امروزه در ایام شهادتش میلیونها انسان با اختلاف طبقات و نژاد و مذهب در هر کوی و برزن به عزاداری آن حضرت بپاخواسته و گرد بیرق حسینی اجتماع میکنند. هر ملتی برای بقا و موفقیت خویش محتاج به عامل وحدت و اجتماع است. بدون شک بهترین عامل وحدت پیروان اهل بیت علیهم السلام که با کمترین زحمت و کمترین هزینه میتوانند توده‌های میلیونی را حول یک محور جمع کند، همین مراسم عزاداری حسینی است. در واقع ائمه اطهار علیهم السلام با ترغیب مردم به اقامه مجالس حسینی از پراکندگی نیروها جلوگیری به عمل آوردند و توده‌های متفرق را بسیج کردند و با ایجاد وحدت و یکپارچگی در میان آنها قدرت عظیمی را به وجود آوردند.

«ماربین آلمانی» در اثر خود مینویسد: «بی‌اطلاعی بعضی از تاریخ نویسان ما موجب شد که عزاداری شیعه را به جنون و دیوانگی نسبت دهند؛ ولی اینان گزافه گفته و به شیعه تهمت زده اند ما در میان ملل و اقوام، مردمی مانند شیعه پرشور و زنده ندیده ایم زیرا شیعیان به واسطه بپا کردن عزاداری حسینی سیاستهای عاقلانه‌ای را انجام داده و نهضت‌های مذهبی ثمر بخشی را بوجود آورده اند»

همین نویسنده آلمانی میگوید: «هیچ چیز مانند عزاداری حسینی نتوانست بیداری سیاسی در مسلمانان ایجاد کند.»

جالب است بدانیم که اخیراً کتابی در آمریکا با نام «نقشه‌ای برای جدایی مکاتب الهی» منتشر شده است که در آن گفتگوی مفصلی با دکتر «مایکل برانت» یکی از معاونان سابق سازمان اطلاعات مرکزی آمریکا (سیا) انجام شده است؛ وی در این گفتگو به طرجهایی اشاره میکند که علیه شیعیان و مذهب شیعه تدارک دیده شده است. در این گفتگو با اشاره به جلسات سری مقامات سازمان سیا و نماینده سرویس اطلاعاتی انگلیس آمده است: «ما به این نتیجه رسیدیم که پیروزی انقلاب اسلامی ایران فقط نتیجه سیاستهای اشتباه شاه در مقابله با این انقلاب نبوده است، بلکه عوامل دیگری مانند ... استفاده از فرهنگ شهادت دخیل بوده؛ که این فرهنگ از هزار و چهار صد سال پیش توسط نوه پیامبر اسلام (امام حسین علیه السلام) بوجود آمده و هر ساله با عزاداری در ایام محرم این فرهنگ ترویج و گسترش می‌یابد.»

سپس برای مقابله با این فرهنگ میگوید: «ما تصمیم گرفتیم با حمایت‌های مالی از برخی سخنرانان و مداحان و برگزار کنندگان اصلی این گونه مراسم، عقاید و بنیانهای شیعه و فرهنگ شهادت را سست و متزلزل کنیم.»

امروزه وحشتی که در دل دشمنان دین از برپایی این مجالس افتاده است بر کسی پوشیده نیست، تا جایی که گاه با وارد کردن اتهامات ناروا به شیعه به عنوان مجنون و افراطی‌گری در صدد کم‌رنگ کردن مراسمات عزاداری امام حسین برآمدند.

براستی اگر از مجالس عزاداری امام حسین بهره برداری صحیح می‌شد آیا کسی دیگر زیر بار حرف زور میرفت؟ و دیگر سلطه گران می‌توانستند کشورهای مسلمان را تحت سلطه بگیرند؟

ما هم در زیارت عاشورا لعن می شویم!!

محمدحسین الهی | طلبه درس خارج

کرده بلکه تلاش کل کائنات را پایمال نموده و چه ظلمی بزرگتر از این که هم خویشتن را محروم سازی و هم تلاش دیگران را به باد دهی.

چرا ظالم را لعن و نفرین می گویند؟

برای اینکه با ظلم خویش زحمت نظام آفرینش را بر هم زده و رسیدن به هدف را دورتر و دورتر می سازند. نظام آفرینش چون حلقه های زنجیر به یکدیگر پیوسته و عملکرد هر یک از افراد لاجرم بر دیگری تأثیر خواهد داشت و این هدف جز با دین حقیقی و صراط مستقیم محقق نخواهد شد. امام علی (علیه السلام): سوگند به خدایی که دانه را شکافت و جاندار را آفرید، اگر علم را از معدن آن اقتباس کرده بودید، و خیر را از جایگاه آن جویا شده بودید، و از میان راه به رفتن پرداخته بودید، و راه حق را از طریق روشن آن پیموده بودید، راه ها برای شما روشن می گشت، و نشانه های هدایت آشکار می گردید، و فروغ اسلام شما را فرا می گرفت؛ در آن صورت، دیگر هیچ کس سنگینی بار زندگی و هزینه عائله را حس نمی کرد، و هیچ مسلمان یا فردی که در پیمان مسلمانان است گرفتار ستمی نمی گشت. (الحیاء/ ترجمه احمد آرام/ ج ۲ / ۵۹)

این سخن حضرت اشاره است به آرمان های مردمی و اجتماعی دین، یعنی: پیروی صحیح از دین، و شناخت صحیح دین، راهگشای یک زندگی برخوردار و سالم و آگاهانه است، که در آن، عدالت اجتماعی و اقتصادی حاکم است، و نه محرومیتی است و نه ستمی، نه به مسلمان و نه غیر مسلمان. و این است مقصد اعلا و آرمان والای رسالت انبیا، و امامت اوصیا، و حکومت حق قرآنی و نظام اسلامی.

گناه را ظلم نامید؛ ظلمی که هر سه نوع ظلم را شامل می گردد چرا که انسان با هر خطایی که مرتکب می شود هر چند کوچک، نه تنها خویشتن خویش را مورد ستم قرار داده بلکه از خدا نیز غافل شده و در این میان زحمت نظام آفرینش را نیز به هم می زند

به خود و دنیای خود ظلم نکن

حال که متوجه شدی با کوچکترین گناه انسان می تواند در زمره ظالمان و در شمار لعن و نفرین شدگان قرار گیرد از کوچکترین گناه نیز بپرهیز که با آن به خود، دنیا و تمامی کائنات ظلم می کنی شاید بتوان این مسئله را دلیلی دیگری بر کوچک نشماردن گناه دانست: سماعه گوید: از حضرت ابوالحسن علیه السلام شنیدم که می فرمود: خیر بسیار (مانند طاعت و بخشش زیاد) را بسیار نشمارید و گناه اندک را کم نشمارید، زیرا گناه اندک انباشته می شود و زیاد می گردد، و در نهان از خدا بترسید تا از خود انصاف دهید (به حق قضاوت کنید اگر چه به زیانتان باشد، و چنین نکند جز کسی که در نهان از خدا بترسد) (أصول الکافی/ ترجمه مصطفوی/ ج ۳ / ۳۹۴)

آن کس که به بیدادگری پردازد | با خلق خدای دشمنی آغازد
بیداد مکن که هر که بیداد کند | بیش از همه روز خود سیه می سازد

منابع:

(۱) أصول الکافی/ ترجمه مصطفوی/ ج ۳

(۲) الحیاء/ ترجمه احمد آرام/ ج ۲

(۳) تحفه الأولیاء (ترجمه أصول کافی)/ ج ۴

(۴) معراج السعاده/ مرحوم نراقی

(۵) بیانات استاد فاطمی نیا

در زیارت عاشورا چندین و چند بار ظالم را مورد لعن و نفرین قرار می دهیم اما تا به حال کمی با خود فکر کرده ایم که ظالم کیست؟ ظلم فقط به این خلاصه می شود که حقی پایمال گشته و یا خونی به زمین ریخته شود؟ اگر شما از آن دسته انسان هایی هستید که دایره تعریفتان از ظلم به این موارد خلاصه می شود بهتر است در ادامه با ما همراه باشید.

معنی ظلم

مجلسی (ره) گوید: ستم (ظلم) نهادن چیزی است در غیر جای خود. (أصول الکافی/ ترجمه مصطفوی/ ج ۴ / ۲۳) ظلم در اصل لغت، به معنی کار بی جا کردن، و تعدی نمودن از حد وسط است. و ظلم به این معنی، جامع همه رذایل، و مرتکب شدن هر یک از قبایح شرعیه و عقلیه را شامل می شود. و این، ظلم به معنی اعم است. و برای ظلم، معنی دیگری نیز هست که عبارت است از: ضرر و اذیت رسانیدن به غیر، از قبیل: کشتن و یا زدن، یا دشنام و فحش دادن، یا غیبت او را کردن، یا مال او را به غیر حق تصرف کردن و گرفتن، یا غیر این ها از کردار یا گفتاری که باعث اذیت غیر باشد. و این، ظلم به معنی اخص است. و بیشتر آنچه در آیات و اخبار، و عرف مردم ذکر می شود این معنی مراد است. (معراج السعاده/ ۳۹۶) در اکثر موارد، معنای اول مورد غفلت واقع شده و مصادیق آن از ظلم و ستم خویش بی خبر و غافل هستند و عمل خویش را در زمره ظلم و ستم نمی شمارند.

انواع ظلم

در یک تقسیم بندی ساده، ظلم را می توان به سه دسته تقسیم کرد: (۱) ظلم به خدا (۲) ظلم به خود (۳) ظلم به دیگری (اعم از انسان و حیوان و ...). ظلمی که خدا آن را نمی آمرزد، شرک به خدا است. و اما ظلمی که خدا آن را می آمرزد، ظلمی است که مرد بر نفس خود می کند، در آنچه میان او و خدای عز و جل است. و اما ظلمی که خدا آن را نمی گذارد، حق الناس است که از یکدیگر می طلبند. (تحفه الأولیاء/ ج ۴ / ۲۱) علاوه بر موارد یاد شده می توان به ظلمی اشاره کرد که در عین کوچکی بسیار بزرگ و قابل توجه است. ظلم را می توان به سه دسته تقسیم کرد: (۱) ظلم به خدا (۲) ظلم به خود (۳) ظلم به دیگری (اعم از انسان و حیوان و ...). ظلمی که خدا آن را نمی آمرزد، شرک به خدا است

گناه هر چند كوچك ظلم است

به تعبیری دیگر می توان گناه را ظلم نامید؛ ظلمی که هر سه نوع ظلم را شامل می گردد چرا که انسان با هر خطایی که مرتکب می شود هر چند کوچک، نه تنها خویشتن خویش را مورد ستم قرار داده بلکه از خدا نیز غافل شده و در این میان زحمت نظام آفرینش را نیز به هم می زند. چرا که به قول سعدی علیه الرحمه:

ابر و باد و مه و خورشید و فلک در کارند

تا تو نانی به کف آری و به غفلت نخوری

همه از بحر تو سرگشته و فرمانبردار

شرط انصاف نباشد که تو فرمان نبری

حال که کل کائنات از برای آدمی کمر به فرمانبرداری بسته و در جهت رشد و کمال او در حرکتند اگر این موجود خاکی اما افلاکی از مسیر خویش منحرف گشته و سرمنزل مقصود را فراموش کند، نه تنها به خویش ظلم

نکاتی متناسب با ایام سوگواری سالار شهیدان

بیانات آیت الله حاج شیخ لطف الله صافی گلپایگانی

کیفیت قرائت زیارت عاشورا در ایام سال

برخی بر این عقیده‌اند که چون زیارت عاشورا در روز دیگری غیر از روز عاشورا خوانده شود، باید به جای «اِنَّ هَذَا الْيَوْمَ تَبْرُكٌ...» چنین خواند: «ان یوم عاشورا یوم تبرکت...» آیا این عقیده درست است؟

ج. این نظر، نظر شریف علامه مجلسی - رضوان الله تعالی علیه - است که در بحار می‌فرماید «قوله علیه السلام: ان تزوره فی کل یوم هذه الرخصة تستلزم الرخصة فی تغییر عبارة الزيارة کأن یقول: اللهم ان یوم قتل الحسین علیه السلام یوم تبرکت به، و قال بعض الشارحین و هذا هو الحق الذی لا بد منه و لایحیی عنه.

و حقیر هم همین نظر را تأیید می‌کنم و اگر چه مولف کتاب شفاء الصدور اصرار ورزیده است که به همان عبارت «اللهم ان هذا یوم» خوانده شود، و فرموده است که اینجا مثل «اسماعیل یشهد ان لا اله الا الله» نیست و به روایت عبدالله بن سنان و دعاء غریق که در کتاب شریف کمال الدین روایت شده است و به روایت اسماعیل بن الفضل که در خصال روایت است و بر حسب آن اسماعیل بر «یحیی و یمیت» (و یمیت و یحیی) را افزود امام - علیه السلام - فرمود «لا شک فی ان الله یحیی و یمیت و یحیی و یحیی و لکن قل کما أقول» یعنی شکی نیست که خدا زنده می‌کند و می‌میراند و می‌میراند و زنده می‌کند و لکن چنان که من می‌گویم بگو و هم چنین به روایت علاء بن کامل که در کافی روایت شده است، استشهاد می‌نماید که علاوه بر ذکر که امام - علیه السلام - به او تلقین کردند «بیده الخیر» را اضافه نمود، به او هم حضرت صادق - علیه السلام - فرمودند که خیر بدست او است ولی چنان که من می‌گویم بگو.

اما با کمی دقت معلوم می‌شود که مسأله با این مواردی که در این روایات است فرق دارد، و به همان «اسماعیل یشهد ان لا اله الا الله» شبیه‌تر است.

البته تصرف در متون اخبار و الفاظ احادیث، مخصوصاً ادعیه و زیارات جایز نیست و معایب بسیار دارد و در مقام نقل روایت باید در مثل همین مورد را نیز عیناً با لفظ «اللهم ان هذا یوم...» روایت نمود و مثل اسماعیل یشهد ان لا اله الا الله را نیز با عین همین لفظ باید روایت کرد، اما در مقام عمل به روایت باید بر کفن هر کس اسم خودش نوشته شود و اسم اسماعیل صحیح نیست.

اما آنچه را که صاحب شفاء الصدور به فرمایش خود از اهل حکمت برهانیه و اصحاب حکمت ایمانیه نقل فرموده اصلاً قابل استناد و حجت شرعی نیست که در این جا مجال بحث از آن نیست و ظاهر این است که بر حسب این بیان در مقام قرائت زیارت در غیر روز عاشورا جمله «و هذا یوم فرحت» بمثل «وهو» تبدیل شود ولی «و فی هذا الیوم و فی موقفی هذا» به همان لفظ قرائت شود. چنان که از این بیان هم معلوم شد که اگر خواننده دعای بعد از زیارت زن باشد باید الفاظ مشتق مذکر را به تأنیث بخواند مثل زائراً و متوسلاً و منتظراً و ثاباً و حامداً را زائراً و متوسلاً و... مخفی نماند که در توجیه قرائت به لفظ مأثور در غیر روز عاشورا، بعضی وجوه گفته شده که نمی‌توان بر آنها اعتماد نمود مثلاً یکی از شارحین از بعضی مشایخ خود که او را از اکابر و اعظم بلکه از اوتاد و اطواد معرفی نموده، نقل نموده که اصرار بر اشاره بخصوص روز زیارت در غیر روز عاشورا نموده است و عین کلام او بفارسی بر حسب نقل این شارح این است:

«شبهه‌ای نیست در اینکه از روز وقوع این حکایت جانسوز از برای بنی‌امیه تا مدت مدیده هر روز، روز شادی و هنگام مبارک‌بادی بوده پس اگر نسبت به ایام هفته ملاحظه کنی هر روز، روز تبرک ایشان است بلکه نسبت به سال اگر ملاحظه کنی به یک ملاحظه چنین خواهد بود پس اگر هذا اشاره کرده شود به خود همان یوم غیر عاشورا صحیح خواهد بود چنان که تجویز امام علیه‌السلام نیز ظاهر در این است و کاشف از این است که هر روز به اعتباری محل تبرک ایشان واقع شده و می‌شود، و می‌توان توجیهی اداً از این نمود و آن این است که هر یک از این ایام هفته لا محاله روز عاشورا اتفاق افتاده به این اعتبار که یوم عاشورا یوم تبرک ایشان است هر یک از این ایام هفته یوم تبرک ایشان واقع شده الخ».

چنانکه ملاحظه می‌شود هر دو وجهی که برای اشاره بودن «هذا یوم» به روز زیارت در غیر روز عاشورا تصور شده مقبول نیست اما وجه اول برای اینکه در صورتی وجیه است که جمله (تبرکت فیه) باشد و با «تَبْرُکٌ یَّه» موجه نیست.

و اما وجه دوم اینکه گفته شود «هذا» به روز زیارت غیر روز عاشورا از این جهت اشاره می‌شود که هر یک از ایام هفته در طی سالهایی که بر روز عاشورا گذشته مصداق روز عاشورا شده است و چنان که در آن سال به خصوص آن روز اشاره صحیح بوده است در طول سال هم به همین مناسبت که یکی از افراد و مصداق مثلاً چهارشنبه یا سه‌شنبه با روز عاشورا متحد بوده به صدها و هزارها روزهای چهارشنبه که هر کدام فرد و مصداق مستقل روز چهارشنبه می‌باشند اشاره شود و آن روز را «یوم تبرکت به بنو امیه» بخوانیم. هر کس قریحه ادبی و ذوق سلیم داشته باشد می‌فهمد که این گونه مناسبت‌سازی و همه روزها را روز مبارک‌باد بنی‌امیه قرار دادن، قابل قبول نیست.

به هر حال پرداختن به این توجیهات بیشتر از این شاید اطاله وقت باشد و نظر خالی از تکلف، همان نظر علامه مجلسی رحمه‌الله است. نهایت امر اگر کسی بخواهد احتیاط کند و در غیر روز عاشورا علاوه بر جمله مثل یوم قتل الحسین علیه‌السلام جمله «ان هذا یوم» را هم بگوید اشکال ندارد.

دلیل قیام سید الشهداء علیه‌السلام

- دلیل قیام امام حسین علیه‌السلام از نظر شما چیست؟

ج. دلیل این مطلب در کتب مفصله مشروحاً بیان شده. می‌توانید به کتب مربوطه در این مورد از جمله کتاب «پرتوی از عظمت حسین علیه‌السلام» تألیف حقیر مراجعه نمایید. مضافاً بر اینکه امام و پیغمبر خودشان دلیلند و فعلشان مثل قولشان دلیل است آفتاب آمد دلیل آفتاب. والله العالم

آیا آگاهی از دلیل قیام سید الشهداء - علیه‌السلام - امری تقلیدی است

- آیا اعتقاد به موضوعی به عنوان دلیل سید الشهداء علیه‌السلام برای قیام امری تقلیدی است یا می‌توان به شنیده‌ها اکتفا نمود و یا آنچه را عقلانی‌تر تشخیص دادیم دلیل قیام بدانیم؟

ج. این امر تقلیدی نیست. یک مسأله اعتقادی و مربوط به امام‌شناسی است و باید به کتب مربوطه، چنانکه در مسأله قبل گفته شد، مراجعه نمود تا مطلب چنانکه باید، بدست آید. والله العالم

باور امام

امین بیات | طلبه پایه هشتم

مقدمه

در میان حوادث تاریخی حادثه کربلا برجسته ترین حادثه در بهره گیری از عنصر مقاومت و صبر است. حماسه و ایثار و مجاهدتهایی که در واقعه ی عاشورا جلوه نمود و منحصر به فرد است.

قیام عاشورا، مهم ترین حادثه در تاریخ تشیع است به گونه ای که صورت و سیرت شیعه را دگرگون کرد و به آن پشتوانه حماسی و عاطفی داد و تشیع را به مذهب حماسه و خون مبدل نمود. یکی از مورخان می گوید: تشیع پس از رویداد عاشورا با خون شیعه آمیخت و در ژرفای جان هایشان جوشش زد و اعتقادی راسخ در درونشان پدید آورد.

بنابراین کربلا و شهادت، برای شیعه از قالب لفظ و مکان خاص به یک مفهوم مقدس و ایجادکننده حماسه ها در طول تاریخ تبدیل شده است. حماسه عاشورا در طول تاریخ، سرمشقی برای تشکیل حکومت مبارزه با ظلم بوده است. در تاریخ معاصر ما نیز امام حسین (ع)، کربلا و شهادت، نقش الهام بخش خود را به خوبی ایفا کرده است. در انقلاب اسلامی ایران که بی شک بزرگ ترین حادثه قرن است، نقش حماسه کربلا کاملاً واضح است. تمام لحظات و صحنه های این حماسه ماندگار و لحظه به لحظه حماسه آفرینان عاشورا درس مقاومت و «اماسخن در تاثیر پذیری است و لازم است در این مقوله بحث شود. ایستادگی است

«تأثیر پذیری و تأثیرگذاری در نهضت کربلا»

تفاوت آنچه انسان می داند با آنچه انسان باور دارد بسیار ظریف است. عدم باور یعنی به کمال نرسیدن شناخت و ناقص ماندن معرفت. باور و پذیرش برخی آگاهی ها سنگین است مثل باور مرگ که با وجود آگاهی از آن می ترسیم و گاهی نمی خواهیم باور کنیم. آگاهی با باور فرق دارد و همه آگاهی ها باور نمی خواهد. اگر انسان آماده باور برخی مطالب نباشد یا دنبالش نمی رود یا اگر بدگویی برایش فرق ندارد. آگاهی هایی که جهت زندگی انسان را تغییر می دهد باور می خواهد و ... شهوات، آرزوها مانع از باورمندبست. علی علیه السلام می فرماید: کسانی که در پذیرش حق زیاد مخالفت می کنند حق را بپذیرد هم فایده ندارد. چرا برای پذیرش حرف ساده و روشنی این قدر مخالفت کردی؟

حرف های امام حسین علیه السلام در مسیر کربلا باور می خواست، این باور سخت است اگر در راه خدا پول و جان و مال انفاق نکنید و ادا می شوید در راه دشمن خدا رایگان بدهید. اگر در راه امام حسین علیه السلام ندهید خدا وادارتان می کند در راه یزید بدهید حتی اگر خودتان ندانید. در برخی آگاهی ها باید آگاهی دهنده را باور کنی. گاهی پذیرش خبر. سخت نیست گاهی پذیرش خبر از گوینده اش سخت است و این در مورد انبیاست. پیامبر (ص) علی (ع) را نشانده و از مردم خواست به ایشان بگویند «السلام علیک یا امیر المومنین» همه گفتند جز دو نفر که پرسیدند «این امر خداوند است؟» برخی هم از ابتدا پیامبر را قبول نکردند مثل ابولهب.

گرچه امام حسین (ع) رهبر نهضت عاشورا حرکت خویش را در مبارزه با طاغوت از راه انبیاء و مبارزات آنان الهام میگیرد و هنگام خروج از مدینه این آیه را تلاوت میکند «فخرج منها خائفاً یتربص قال رب نجنی من القوم الظالمین ۱» که آیه اشاره به خروج خائفانه حضرت موسی از شهر و گریز از سلطه طاغوت دارد با این حال طولی نمی کشد که آن حضرت شاهکار صبر و مقاومت را در تاریخ جهان رقم می زند و خود و یارانش الهام بخش و الگوی تمامی انسانها در مقاومت و ایستادگی

می گردند. و رهبر نهضت به تمام انسانها اعلام می کند که حرکت و مبارزه با طاغوت، ظلم و ستم سرمشق و الگوست فلکم فی اسوه ۲» در زیارت شهدای کربلا آمده است که: انتم لنا فرط و نحن لکم تبع و انصار ۳» شما برای ما پیشتاز و پیشاهنگ هستید و ما هم پیرو و یاور شمائیم. این جمله نشان می دهد که اگر تشیع در حرکت سیاسی و اجتماعی خود بخواهد در مسیر واقعی خویش حرکت کند باید همان راهی را برود که شهدای کربلا طی کردند و این بدان معنا نیست که طالب جنگ باشد بلکه برای صیانت از ولایت و ارزشها از تمامی هستی خود دریغ ندارد.

تأثیر گذاری نهضت عاشورا به حدی بود که افرادی که در کربلا نبودند حسرت و افسوس می خوردند که چرا در نهضت حسینی حضور نداشتند لذا بعدها نهضت توابین بوجود آمد و قیامهایی مثل انقلاب مدینه قیام مختار و قیام زید که به تاثیر از قیام امام حسین (ع) بود رخ داد.

حتی در تاریخ نهضتهای جهان نهضتهای دیگری هم می توان نام برد که از این حرکت عظیم تاثیر پذیرفته و حرکت خود را آغاز کرده اند نمونه آن مبارزات استقلال طلبانه هند به رهبری گاندی است که خود به صراحت اعلام می کند که بایستی سرمشق مردم هند امام حسین (ع) باشد.

«من زندگی امام حسین علیه السلام آن شهید بزرگ اسلام را به دقت خواندم و توجه کافی به صفحات کربلا نموده ام و بر من روشن شده است که اگر هندوستان بخواهد یک کشور پیروز گردد، بایستی از سرمشق امام حسین علیه السلام پیروی کند ۴» محمد جناح قائد اعظم پاکستان نیز در جمله ای می گوید:

هیچ نمونه ای از شجاعت بهتر از آن که امام حسین (ع) از لحاظ فداکاری و تصور نشان داد در عالم پیدا نمی شود، به عقیده من تمام مسلمین باید از سرمشق این شهیدی که خود را در سرزمین عراق قربانی کرد پیروی نمایند.

علی (ع) در مسیر جنگ صفین وقتی به کربلا رسید، پرسید این جا کجاست؟ گفتند کربلا. حضرت گریه کردند و فرمودند: «کرب و الیلا ... حسین من را اینجا می کشند» یک نامردی گفت: «باز هم دارد از آن حرفها می زند! این غربت علی (ع) است که منتظرند دروغ از حرفش دریاورند.» در همانجا چوب بر زمین کاشت و گفت ببینیم حرفش درست می شود یا نه؟ سالها بعد رفت و دید علامتش به خواست خدا هنوز در گودی قتلگاه است. پذیرش این حرف طهارت باطن می خواهد ۵

آیا ما باور کردیم کربلا رخ داده است؟ اگر باور کرده باشیم نمی توانیم یک لحظه زندگی کنیم. گریه برای امام حسین (ع) قلب را صاف می کند تا تو باور پیدا کنی بعد که باور پیدا کردی آماده می شوی برای علم، [عزاداری برای امام حسین (ع) در عوامانه ترین شکل هم موثر است.] و آگاهی های لازم هم به تو می رسد در گریه برای امام حسین (ع) چون تو بدون توقع از منافع و ... برای عزیز پیامبر خرج کردی به صفای باطن می رسی و این صفای باطن باور می آورد. علم هم بعد از باور می آید و علم در برابر باور هیچ است. سلمان فارسی قبل از پیامبر باور کرده بود کسی خواهد آمد و وقتی پیامبر (ص) را دید گفت «آقا تویی؟» و با یک لبخند پیامبر او را شناخت. اولین چیزی که باید باور کنیم خود حسین (ع) است.

بایدها و نبایدهای عزاداری در سیره معصومان

محمدحسین الهی | طلبه درس خارج

عزاداری هدفمند یعنی فریاد بر علیه ظلم با بهره از عواطف پاک انسانی، شوریدن و شوراندن بر ضد بیدادگری به کمک فطرت بیزار از ظلم آدمی. این همان کاری بود که اهل بیت علیهم السلام از آن برای فریاد بر علیه ظلمی که بر آنها و اسلام رفت استفاده کردند و بر تداوم آن تأکید کردند تا راه حضرت حسین علیه السلام ادامه یابد.

بنابراین بر ما لازم است تا با ناله بر مصائب اهل بیت علیهم السلام شمر زمان خود را بشناسیم و عواطف را بر ضد آن بخروشانیم. و نیز بنگریم و نشان دهیم که امروز پرچم اسلام به دست کیست و یاری کنیم تا این علم بر زمین نیفتند.

در مجالس عزاداری، باید مراقب بود اهل بیت علیهم السلام جای گزین خدا نشوند و به جای خدامحور کردن مجالس امام حسین علیه السلام و پیوند دادن دلها به خدا از طریق اهل بیت علیهم السلام که ابواب الهی هستند، مردم به «حسینُ اللهی» و «زینبُ اللهی» شدن، دعوت نشوند این مهم می تواند با در نظر گرفتن و محور قرار سه اصل در برگزاری مجالس عزا تحقق یابد:

۱) خدامحوری. ۲) ارائه تاریخ و تحلیل صحیح از حادثه عاشورا. ۳) متبلور ساختن عاطفه و ارادت به اهل بیت علیهم السلام.

۳- تأکید بر تداوم عزاداری، از روایاتی که در ادامه می آید به روشنی پیداست که عزاداری برای سید الشهداء علیه السلام و یارانش، هدف بزرگی را دنبال می کند که تا آن هدف، تحقق نیافته است، سنت عزاداری در میان پیروان اهل بیت علیهم السلام باید تداوم یابد:

الف- توصیه به بر پا داشتن مجالس عزا برای شهدای کربلا: امام باقر علیه السلام فرمود: به خدا سوگند، گریه شما بر حسین علیه السلام و بازگویی ماجرای که بر ایشان گذشت و زیارت قبر ایشان، پیروزی یی برای شما در

در این مقاله برآنیم تا با سیری در گزارشهای رسیده از حضرات معصومین علیهم السلام دریابیم که ایشان در مواجهه با شهادت امام حسین علیه السلام و برپاداشتن عزای آن حضرت چه گفتند و به چه شکل عمل کردند.

۱- زنده کردن فرهنگ ناب اسلام، مهمترین «باید» که نقش هدف در این مجالس را نیز ایفا می کند زنده کردن و زنده نگه داشتن فرهنگ قرآن و اهل بیت علیهم السلام است که در روایات با تعبیر «احیای امر» از آن یاد شده است:

امام صادق علیه السلام از شیعه ای به نام فضیل پرسیدند: آیا با هم می نشینید و گفتگو می کنید؟

پس از آنکه او پاسخ مثبت می دهد امام علیه السلام می فرماید: من این گونه مجالس را دوست دارم. پس ای فضیل! امر ما را احیا کنید. خداوند رحمت کند کسانی را که امر ما را احیا می کنند.

آنگاه فرمود: فضیل! کسی که از ما یاد کند یا نزد وی از ما یاد شود و از چشمانش به اندازه پر مگسی اشک بیرون آید، خداوند گناهان او را اگر چه بیشتر از کف دریاها باشد می آمرزد.

این روایت، ملاک مجلس محبوب و مورد عنایت اهل بیت علیهم السلام را احیاگری فرهنگ اسلام بیان می کند و ثواب گریستن در آن را در گرو این شرط مهم می داند.

۲- مرثیه سرایی های هدفمند پس از واقعه عاشورا، نخستین مرثیه سرایان سید الشهداء علیه السلام و یارانش، فرزندش امام زین العابدین علیه السلام، خواهر بزرگوارش زینب کبری علیها السلام، دختران آن حضرت (ام کلثوم و فاطمه صغرا)، و همسرش رباب بوده اند که در کربلا، کوفه و شام، با مرثیه سرایی های هدفمند خود، راه سالار شهیدان را ادامه دادند.

دنیاست. پس مرده بر شما که با او، در کنار پیامبر خدا صلی الله علیه و آله خواهید بود.

ب- زنده نگاه داشتن خاطره عاشورا: نویسنده کامل الزیارات به نقل از مَسْمَع بن عبدالملک می نویسد:

امام صادق علیه السلام به من فرمود: «ای مَسْمَع! تو عراقی هستی. آیا نزد قبر حسین علیه السلام نمی‌روی؟»

گفتم: نه. من فرد شناخته شده ای میان مردم بصره هستم و در اطراف ما، کسانی هستند که هوادار خلیفه اند. نیز دشمنان ما در بین قبایل ناصبی و دیگران، بسیارند و من در امان نیستم از این که آنان، وضعیت مرا برای پسر سلیمان (مقصود، خلیفه اموی است)، گزارش کنند و مرا به کام مرگ بفرستند.

به من فرمود: «آیا آنچه را با حسین علیه السلام رفت، یادآوری نمی کنی؟» گفتم: چرا.

فرمود: «بی تابی نیز می کنی؟»

گفتم: آری به خدا سوگند و برای آن، اشک هم می ریزم و خانواده ام، اثر آن را در من می بینند و از غذا خوردن، خودداری می کنم، به گونه ای که آن وضعیت، در چهره ام نمایان می شود.

فرمود: «خدا بر اشک هایت، رحمت آورد! بدان که تو از بی تابی کنندگان بر مایی.»

ج- بشارت به پاداش های بزرگ در گریستن بر این مصیبت بزرگ و گریاندن دیگران: امیرمؤمنان علیه السلام فرمود: همه ی چشم ها در قیامت، گریان و بیدارند، جز چشمی که مشمول کرامت ویژه خدا باشد و به خاطر شکسته شدن حریم حسین علیه السلام و خاندان محمد صلی الله علیه و آله، گریه کرده باشد.

امام حسین علیه السلام فرمود: هیچ کس قطره ی اشکی برای ما نریخت و با چشمانش در راه ما گریه نکرد، مگر این که خداوند، او را روزگاری در بهشت، بهرمند می گرداند.

د- تأکید بر اهمیت عزاداری در دهه اول محرم، به ویژه در روز عاشورا: امام رضا علیه السلام فرمود: محرم، ماهی است که در دوران جاهلی، مردم، جنگ را در آن، تحریم می کردند؛ اما ریختن خون ما را در آن، روا شمردند و حرمت ما را شکستند و فرزندان و زنان ما را به اسارت بردند و در خیمه و خرگاه ما، آتش بر افروختند و هر چه داشتیم، به غارت بردند و حرمت پیامبر خدا صلی الله علیه و آله را در حق ما رعایت نکردند.

روز حسین علیه السلام، پلکهای ما را زخمی کرد و اشکمان را جاری ساخت

و عزیز ما را ذلیل کرد و در سرزمین کرب (اندوه) و بلا (گرفتاری)، اندوه و گرفتاری برایمان به ارمغان آورد. پس تا روز قیامت، باید گریه کنندگان بر کسی مانند حسین علیه السلام بگریند، که گریه، گناهان بزرگ را می ریزد. پدرم -که دروذهای خدا بر او باد- وقتی ماه محرم می رسید، خندان دیده نمی شد و اندوه، بر او چیره می شد تا این ده روز به پایان برسد. وقتی روز دهم می رسید، آن روز، روز عزا و اندوه و گریه اش بود و می فرمود: «این، همان روزی است که حسین -که دروذهای خدا بر او باد- در آن، کشته شد.»

عزاداری هدفمند یعنی فریاد بر علیه ظلم با بهره از عواطف پاک انسانی، شوریدن و شوراندن بر ضد بیدادگری به کمک فطرت بیزار از ظلم آدمی. این همان کاری بود که اهل بیت علیهم السلام از آن برای فریاد بر علیه ظلمی که بر آنها و اسلام رفت استفاده کردند و بر تداوم آن تأکید کردند تا راه حضرت حسین علیه السلام ادامه یابد

بنابراین یکی از اصول مهم در برپایی مجالس عزاداری، شناخت هدف و دانستن حکمت ضرورت تداوم عزاداری برای سید الشهداء علیه السلام است که باید در این مجالس تبیین و تعلیم شود.

۴- پرهیز از غلو و نخوردن فریب دشمنان، امام رضا علیه السلام فرموده است: «إِنَّ مُخَالَفَتَنَا وَصَعُوقَ أَخْبَارِنا فِي فَضَائِلِنَا وَجَعْلُهَا عَلَى ثَلَاثَةِ أَقْسَامٍ، أَحَدُهَا الْغُلُوُّ وَثَانِيهَا التَّقْصِيرُ فِي أَمْرِنَا، وَثَالِثُهَا التَّضَرُّعُ بِمَثَالِبِ أَعْدَائِنَا ...»

مخالفتان ما، سه نوع حدیث در فضائل ما جعل کرده اند: اول، غلو؛ دوم، کوتاهی کردن در حق ما و سوم، تصریح به بدیهای دشمنان ما و دشنام دادن به آنان.

آنگاه فرمود: مردم، وقتی احادیث غلوآمیز آن دسته را می شنوند، شیعیان ما را تکفیر می کنند و به آنان نسبت می دهند که قاتل به ربوبیت ما هستند و وقتی کوتاهی در حق ما را می شنوند، به آن معتقد می شوند؛ و وقتی بدیهای دشمنان ما و دشنام به آنان را می شنوند، ما را دشنام می دهند.

بنابراین، اصل دیگر این است که در مجالس عزاداری، باید مراقب بود اهل بیت علیهم السلام جای گزین خدا نشوند و به جای خدامحور کردن مجالس امام حسین علیه السلام و پیوند دادن دلها به خدا از طریق اهل بیت علیهم السلام که ابواب الهی هستند، مردم به «حسینُ اللّٰهی» و «زینبُ اللّٰهی» شدن، دعوت نشوند.

بر اساس این روایت کسانی که این اصل را رعایت نکرده و بر خلاف آن حرکت می کنند آگاهانه یا ناخودآگاه، در خدمت اهداف دشمنان اهل بیت علیهم السلام قرار گرفته اند و سید الشهداء علیه السلام هم از آنان، بیزار است.

استقامت در برابر هجوم توصیه ها، جلوه ای از صبر عاشورایی

دارد و دیگری زمان اقامت امام در مکه. عبدالله بن جعفر پسر عموی امام و همسر حضرت زینب علیها السلام نیز از جمله بزرگان و سرشناسانی است که امام را از رفتن به سمت کوفه برحذر می دارد. او حتی به امام پیشنهاد می دهد که برای امام از امویان امان نامه بگیرد. او در نامه اش به امام می نویسد: «می ترسم در تصمیمی که گرفتی کشته شدن خودت و اهل بیتت باشد و با کشته شدنت، نور زمین خاموش شود چه اینکه تو روح هدایت و امیر مومنان هستی. پس برای رفتن به عراق عجله نکن...»

در آخرین صبح حضور امام در مدینه محمد بن حنفیه با حالی مضطرب و غمگین خدمت ایشان رسیده، پس از عرض ارادت چنین می گوید: «ابتدا با بیعت کردن با یزید بن معاویه از او دور شو و تا می توانی از شهرها فاصله بگیر، بعد پیک هایت را به سوی مردم بفرست و آنها را نزد خود بخوان. اگر مردم با شما بیعت کردند، الحمد الله، و اگر به دیگری روی آوردند، خدا از دین و عقل شما چیزی نکاسته است...» برادر امام در ادامه از سست پیمان بودن مردم گفته و بیان می دارد اگر مردم بر خلاف وعده خود عمل کنند، خون امام که بهترین فرد امت است ریخته شده، خانواده اش بدتر از همه ذلیل می شوند. بعد از اینکه امام این پیشنهاد ابن حنفیه را نمی پذیرد، او به امام پیشنهاد می کند ابتدا به مکه برود و در صورت امنیت همانجا بماند. اگر نشد به یمن برود و اگر نشد در صحراها و بیابانها مخفی شود و صبر کند تا جهت گیری مردم روشن شود؛ سپس تصمیم بگیرد. پس از این پیشنهاد امام به برادرش می فرماید: «برادر، شما از روی مهربانی و شفقت مرا نصیحت کردی. امیدوارم نظرت متقن و موفق از کار در آید». اما امام در عمل طبق این پیشنهاد نیز عمل نمی کند.

امان نامه از ظالم برای ولی خدا!

عبدالله بن جعفر پسر عموی امام و همسر حضرت زینب علیها السلام نیز از جمله بزرگان و سرشناسانی است که امام را از رفتن به سمت کوفه برحذر می دارد. او حتی به امام پیشنهاد می دهد که برای امام از امویان امان نامه بگیرد. او در نامه اش به امام می نویسد: «می ترسم در تصمیمی که گرفتی کشته شدن خودت و اهل بیتت باشد و با کشته شدنت، نور زمین خاموش شود چه اینکه تو روح هدایت و امیر مومنان

قیام سیدالشهدا علیه السلام تابلویی است بزرگ که در آن ارزش های انسانی به بهترین وجه به تصویر کشیده شده اند. اوج ایثار، اخلاص، بصیرت، وفاداری و ... در این تابلوی زیبا نمایان است. و صد البته یکی از اهداف ابا عبدالله، ترسیم تابلویی ماندگاری بود تا دیگران با دقت در آن، در راه مستقیم بندگی حرکت کنند.

یکی از ارزش های والای انسانی که گوشه ای از آن در قیام حضرت بازتاب واضحی یافته، صبر است. استقامت و صبر امام علیه السلام بر سختی ها، صبر زینب کبری علیها السلام، پایداری اصحاب، صبر در برابر عطش، در برابر دشنام دشمنان، در مواجهه با شمشیرها و تازیانه ها، همگی در مقابل چشمان بشریت، تصویری عظیم و ملامال از مظلومیت را نمایان کرده است.

خیراندشی خیرخواهان و ریاکاران

اما صبر در قیام سیدالشهدا علیه السلام جلوه های دیگری نیز دارد. یکی از این جلوه ها استقامت سیدالشهدا علیه السلام در برابر هجوم گسترده توجیه ها، خیراندیشی ها و مشورت ها است. امثال فرزند عمر، با نصیحت های مزورانه و بزرگانی چون محمد بن حنفیه با خیراندیشی های دلسوزانه، همگی در مقابل تصمیم امام ایستاده اند. و همه این افراد انسان هایی سرشناس در جامعه خود بوده اند. طبیعی است که حجم عظیم مخالفت بزرگان جامعه با یک تصمیم، انسان را در پیمودن راه دچار تردید کند، خصوصاً وقتی که آن راه بسیار سخت باشد. اما امام حسین علیه السلام وظیفه خود را پیمودن راهی می دانست که انتخاب کرده بود. ایشان در انجام این وظیفه و پیمودن این راه استقامت کرد و خیراندشی خیرخواهان واقعی و ریاکاران فریبکار در تصمیم او برای پیمودن راهش خللی ایجاد نکرد.

نصیحت به امام معصوم!

یکی از سرشناس ترین افرادی که با امام حسین علیه السلام در مورد حرکت ایشان صحبت کرد و پیشنهادهایی به امام داد برادر بزرگوارش محمد بن حنفیه است. محمد دو بار با امام در مورد قیام آن حضرت گفتگو کرده است. یکی زمانی است که امام قصد خروج از مدینه را



هستی. پس برای رفتن به عراق عجله نکن...».

امام در جواب نامه عبدالله پاسخی می دهد که راه برای اصرار باقی نماند: «من رسول خدا را در خواب دیدم و ایشان مرا از کاری مطلع کرد و من باید آن را انجام دهم چه به نفع باشد چه به زیانم (منظور شکست و پیروزی ظاهری است)».

ارائه استراتژی به خلیفه خدا!

یکی از بزرگترین افرادی که تلاش کرده است امام حسین علیه السلام را از رفتن به کوفه منصرف کند، عبدالله بن عباس است. او که پیامبر صلی الله علیه و آله برایش دعا کرده بود تا فقیه و عالم شود، مفسر بزرگ قرآن و حکیمی توانا به شمار می آمد. ابن عباس یاور امام علی علیه السلام بوده، در جنگ جمل و صفین یکی از فرماندهان لشکرش بود. هر چند او نیز مانند ابن حنفیه و عبدالله بن جعفر با اصل قیام موافق بود اما پیشنهادش به امام این بود که قبل از حرکت امام به سمت کوفیان، آنان باید با کارهایی مانند در اختیار گرفتن امور شهر و اخراج تمام دشمنان، عملاً همراهی خود با امام را ثابت کنند. در غیر این صورت نمی توان به ثبات قدمشان اعتماد کرد بلکه هیچ بعید نیست که خودشان از سرسخت ترین دشمنان امام شوند! ابن عباس بر این پیشنهاد اصرار فراوان می کند، امام نیز خیرخواهی او را تایید فرموده، در عین حال بر تصمیم خود پامی فشارد.

دشمنان دوست نما

در میان سرشناسانی که دوستی با خاندان اهل بیت علیهم السلام نداشته اند نیز چهره های مشهوری دیده می شوند که امام را از رفتن به کوفه یا حتی اصل قیام منع می کردند. فرزند زبیر و فرزند عمر از این گروه اند.

عبدالله بن زبیر که خود از داعیه داران خلافت است به امام پیشنهاد می دهد در مکه بماند و با همکاری یکدیگر با یزید مقابله کرده، او را سرنگون کنند. او نیز به پیمان شکنی کوفیان در زمان امام علی و امام حسن علیهما السلام اشاره کرده، پیشنهاد می دهد امام در مکه مانده، یاران خود را فراخواند و وقتی یارانش زیاد شدند قیام را شروع کند. اما امام حسین علیه السلام می فرماید که اگر یک وجب بیرون

محدوده حرم کشته شود برایش بهتر از آن است که یک وجب درون محدوده باشد.

یکی از ارزش های والای انسانی که گوشه ای از آن در قیام حضرت بازتاب واضحی یافته، صبر است. استقامت و صبر امام علیه السلام بر سختی ها، صبر زینب کبری علیها السلام، پایداری اصحاب، صبر در برابر عطش، در برابر دشمنان دشمنان، در مواجهه با شمشیرها و تازیانه ها، همگی در مقابل چشمان بشریت، تصویری عظیم و مالا مال از مظلومیت را نمایان کرده است

عبدالله بن عمر موضعش شدیدتر است. او حتی اصل قیام امام را نیز نفی کرده پیشنهاد می دهد که امام همان طور که در ایام معاویه صبر کرده است اکنون نیز مانند سایر مردم با یزید بیعت کند! او می گوید: «شما که دشمنی این خاندان (بنی امیه) با خودتان و ظلمی که به شما روا داشته اند را می دانی. اکنون مردم با یزید بیعت کرده اند. می ترسم این طلا و نقره مردم را در کشتن تو متمایل کند. بیا و مانند مردم صلح کن» امام نیز با یادآوری شخصیت امثال یزید به فرزند عمر می گوید: «من با یزید بیعت و صلح کنم در حالی که پیامبر صلی الله علیه و آله در مورد او و پدرش آن حرف ها را زده است؟!»

استقامت ورزیدن تا رسیدن به هدف بزرگ

علاوه بر محمد بن حنفیه، عبدالله بن جعفر، عبدالله بن عباس، عبدالله بن زبیر و عبدالله بن عمر، که همگی از فرزندان بزرگان صدر اسلام هستند، سرشناسانی چون عمر بن عبدالرحمن مخزومی یکی از هفت فقیه بزرگ مدینه، جابر بن عبدالله انصاری صحابی بزرگ رسول خدا صلی الله علیه و آله و اولین زائر امام حسین علیه السلام بعد از شهادت امام و آیا سعید خدری، از اصحاب بزرگ رسول الله صلی الله علیه و آله و سلم، از سابقان در بازگشت به امام علی علیه السلام، راوی روایات فراوان در فضل امام علی و دوازده امام علیهم السلام و فردی که مورد تمجید امام صادق و امام رضا علیهما السلام قرار گرفته است، نیز از بزرگانی اند که با امام در مورد کیفیت قیام ایشان مخالف اند. اما امام در تصمیم خود مصمم است و استقامت او بر هدفش به قدری است که نصایح، خیراندیشی ها و عافیت طلبی ها در پیمودن راه تا رسیدن به هدف تاثیر نداد.



آیا «شهادت» يك «تراژدی» است؟

محمدحسین الهی | طلبه درس خارج

تأثیرپذیری از آنها را نداریم؛ بنابراین سرگرمی و درگیری عاطفی با آنها ما را از پیوستن به وظایف و تفکر برای ارتقای شخصیتی و دینی خود و تلاش برای حل اشکالات خود باز می‌دارد و این مشغولیتها حتی اگر در قالب گریه و دلسوزی برای دیگران باشد، هرگز پسندیده نیست بلکه گاهی فریبی از جانب نفس خود ماست که به شکل ابراز احساسات برای دیگران ظاهر شده است.

تفاوت گریه بر شهید و گریه بر تراژدی

عموم مردم در پایان تراژدی‌ها بسیار متأثر می‌شوند و گاه با گریه، خود را تسکین می‌دهند و مدتی در افسوس باقی می‌مانند تا اینکه بر اثر گذشت زمان درد این داستان در نظرشان کمتر و کمتر می‌شود.

با این توجه، گریه بر شهید بسیار متفاوت با گریه بر تراژدی است. گریه بر شهید، تأسف از یک حادثه تلخ نیست که بر اثر ندانم کاری یا ظلم ظالم برای یک فرد پیش آمده است؛ بلکه به قول شهید مطهری: «گریه بر شهید، شرکت در حماسه او و هماهنگی با روح او و موافقت با نشاط او و حرکت در موج اوست.»

البته از جهت سعادت‌ی که نصیب شهید می‌شود، جا دارد که بر او شادی کنیم؛ اما از سبک رفتاری امامان معصوم درباره امام حسین علیه السلام می‌آموزیم که وظیفه داریم عزا و گریه برپا کنیم. به عبارت دیگر، «عکس العملی که جامعه در مورد شهید نشان می‌دهد صرفاً به خود شهید تعلق ندارد، یعنی صرفاً ناظر به این جهت نیست که برای شخص شهید موفقیت یا شکستی رخ داده است. عکس العمل جامعه مربوط است به این که مردم جامعه نسبت به شهید و جبهه‌ی شهید چه موضعگیری ای داشته باشند و نسبت به جبهه مخالف شهید چه موضعگیری ای داشته باشند.»

از این رو باید در نیت خود در گریه بر امام حسین علیه السلام و سایر شهدا دقت کنیم. نیت ما نباید صرفاً تسکین روحیه ترحم باشد؛ بلکه باید توجهمان به مقام شهید و هدف شهید و پیوستگی با آن هدف باشد. گریه از دوری خود ما از مقام شهادت باشد.

تفاوت‌هایی میان تراژدی و شهادت

در تراژدی عمر یک انسان با حادثه‌ای ناگوار به پایان می‌رسد و پایان ناخوشی در زندگی دنیا نصیبش می‌شود اما در شهادت، شخص شهید نه تنها ضایع نمی‌شود، که به بالاترین لذتها می‌رسد.

تراژدی یا حاصل ندانم کاری شخص است که خود را به کشتن داده است و یا حاصل ستمی است که یک ستمکار در راه منافع شخصی خود به او واداشته است؛ در نتیجه در تراژدی، شخصیت داستان خارج از اراده و اختیار سطح بالای خود دچار مرگ شده است؛ حال آنکه شهادت حاصل انتخاب آگاهانه و سطح بالای فرد است.

تراژدی يك داستان وهمی و شهادت يك امر حقیقی است.

شهادت به جسم و خاک شهید احترام و تقدس می‌دهد؛ اما تراژدی به شخصیت خود صرفاً یک نقش می‌دهد تا برای ساعتی مخاطب خود را از راه اشک سرگرم کند.

شهادت قبل از کشته شدن برای شهید پیدا می‌شود اما تراژدی پس از کشته شدن شخصیت نمایش شکل می‌گیرد.

تراژدی پایانی غم‌انگیز است ولی شهادت شروعی لذتبخش و افتخارآمیز است.

تراژدی که به آن غمنامه یا سوگ نوشت نیز گفته می‌شود ریشه‌ای یونانی دارد و به شکل خلاصه، عبارتست از داستانی غمناک که قهرمانش با حوادثی ناخوشایند، ترحم انگیز و غالباً مرگ مواجه می‌شود. در برخی نوشته‌ها از واقعه عاشورا و نیز شهادت شهیدان دیگر تحت عنوان تراژدی نام برده شده است که در اینجا می‌خواهیم ببینیم که آیا شهادت همان تراژدی است یا خیر.

چیستی تراژدی

تراژدی نمایشی با مضمون جدی است که در آن شخصیتی معمولاً با فاجعه‌ای روبرو می‌شود که ثمره ضعفهای شخصی او و یا حاصل شرایطی است که از اختیارش بیرون است.

گریه‌هایی که رو به دنیا دارند

در دین به گریستن بر امام حسین علیه السلام و نیز گریستن از اثرات گناه و گریستن از عظمت خدا و از ترس عدالت او بسیار سفارش شده است؛ اما عده‌ای به غلط گمان می‌کنند که همه گریه‌ها پسندیده است. در حقیقت، گریه انواعی دارد. برخی از آنها از عوامل طبیعی روان سرچشمه می‌گیرد، مانند گریه‌ای که از غم مرگ عزیزانمان بر ما غالب می‌شود. این گریه ممدوح یا مذموم نیست؛ اما اگر مراقب حالات روانی خود نباشیم، گاه ممکن است بر چیزی گریه کنیم که مورد رضایت خدا نباشد. مثلاً بر مشکلات دنیوی خود جزع و فزع کنیم و خبر مشکلات خود را به افراد نااهل برسانیم و به این صورت موجب ذلت خود را فراهم کنیم.

گریه بر تراژدی نیز قطعاً از موارد پسندیده نیست. گریستن بر سرگذشت یک شخصیت در فیلم یا تئاتر، با آنکه می‌دانیم که کل آن نمایش، غیرواقعی بوده است و با زندگی ما نیز هیچ پیوند و ارتباطی ندارد، چگونه مورد رضایت خداست؟ آیا خدایی که در قرآن ما را به پیوستن به حقیقت سفارش کرده است از گریستن ما از یک داستان موهوم راضی خواهد بود؟

احساسات خود را در کجا خرج می‌کنید

یکی از درسهای سبک زندگی اسلامی آن است که مراقب احساسات خود باشیم و به قول معروف آن را در جای درست خود خرج کنیم. قرار نیست که احساسات خود را بخشکانیم، بلکه دین به ما آموخته است که مراقب احساسات خود نیز باشیم. در نتیجه باید قبل از آنکه احساسات ما از کنترل خارج شود موضوع آن را نظاره کنیم تا درگیری عاطفی با امور بی فایده و بی‌ربط به سعادت خود پیدا نکنیم.

مثلاً قرآن به ما آموخته است که در هنگام شلاق خوردن زناکاران، نگذاریم رأفتی در دل ما پیدا شود (که مانع اجرای حد الهی شود).

مثال دیگری که از قرآن برای کنترل احساسات می‌آموزیم، سرگذشت فرعونیان است. قرآن اینگونه می‌گوید:

«آنان گروهی غرق شده‌اند؛ چه بسیار باغها و چشمه‌ها که در پشت سر گذاشتند؛ و مزارع و مقامات را؛ و نعمتهایی که در آن خوش بودند؛ آنچنان شد و به افراد دیگری به ارثش گذاردیم؛ پس آسمان و زمین بر آنها نگریستند.» در آخرین آیه می‌خوانیم که «آسمان و زمین بر آل فرعون نگریستند» در حالیکه در زیارت عاشورا می‌خوانیم که آسمانها بر امام حسین علیه السلام گریستند. از اینجا نیز می‌توانیم درسی برای کنترل احساسات خود بگیریم یعنی مراقبت کنیم هر جایی دچار احساسات نشویم.

حوادث تلخ بسیاری در جهان اتفاق می‌افتد که ما وظیفه پیگیری و

نذر، بهره‌گیری از نصرت الهی

منبع: keyhannews.ir
گردآوری: علیرضا درخش احمدی

نذر چرا و چگونه؟

یکی از اصطلاحات در فرهنگ قرآن، نذر است. نذر در لغت به معنای ملزم ساختن خود بر امری است که از قبل الزامی بر انجام آن نداشته است. (لسان العرب، ابن منظور، ج ۱۴، ذیل واژه نذر؛ و نیز مفردات الفاظ قرآن کریم، ص ۷۹۷) بنابراین، شخص با نذر کردن خود را ملزم و متعهد به کاری می‌کند که در اصل تکلیف و الزامی در برابر آن نداشته است؛ ولی همین که نذر کرد بر او لازم می‌شود براساس تعهد و الزام، عمل کند و التزام خویش را به شکل وفای به مفاد نذر نشان دهد.

علامه نجفی از بزرگ‌ترین فقیهان معاصر در کتاب ارزشمند جواهر الکلام در بیان اصطلاح فقهی آن می‌گوید که نذر التزام به انجام یا ترک عمل است به گونه‌ای مخصوص (جواهر الکلام، ج ۳۵، ص ۳۵۶)

به سخن دیگر، نذر اعم از انجام یا ترک کاری است که از نظر حکم شرعی انجام یا ترک دادن آن بر انسان لازم نیست، ولی شخص با اجرای صیغه نذر، آن را بر خودش واجب کند، بنابراین انجام یا ترک آن کار بر او واجب شرعی می‌شود و در صورت تخلف می‌بایست تبعات آن را مانند کفاره نذر بپردازد.

با نگاهی به گزارش‌های قرآنی این معنا به دست می‌آید که نذر دارای پیشینه است و در میان اقوام پیش از اسلام نیز رواج داشته است. از جمله خداوند در آیه ۳۵ سوره آل عمران گزارش می‌کند که همسر عمران با خود نذر می‌کند تا فرزندش را برای خدمت در راه خدا آزاد کند و خداوند نذرش را پذیرفت و آن زن مومن، فرزندش مریم(س) را به خدمت خانه خدا فرستاد.

نذر از نظر حضرت مریم(س) و یهودیان، امری مطلوب و معروف بوده و او و سایر یهودیان هم عصر وی به نذر اعتقاد داشته و براساس آن عمل می‌کردند. البته نذری که در آن عصر متداول بود، اشکال گوناگونی داشت که از آن جمله می‌توان به نذر سکوت اشاره کرد. (مریم، آیه ۲۶)

در میان مردم جاهلیت و پیش از اسلام در جزیره عربی نیز نذر متداول و رایج بود و شاید از همین جا بتوان دریافت که نذر از آیین‌های دین حنیف ابراهیمی(ع) بوده است که در جزیره عربی باقیمانده بود. (بقره، آیه ۲۷۰)

توسل جستن برای رفع بلا، دفع مصیبت و جلب منفعت در میان همه اقوام، وجود داشته است و هر کسی می‌کوشید تا فضل و رحمت و محبت الهی را به شکلی به سوی خود و جامعه‌ای جلب نماید. شاید بتوان گفت که برخی از احکام که حضرت یعقوب(ع) برای رسیدن به مقاصد بر خود واجب یا حرام کرده بود، از باب نذر بوده باشد. از این رو خداوند در تعرض به مسیحیان از احکام و قوانین الزامی سخن می‌گوید که مسیحیان به عنوان رهبانیت برای خود وضع کرده بودند تا با توسل به این احکام و قوانین در جلب فضل و عنایت الهی بکوشند.

آنان در یک فرآیند، رهبانیتی را پدید آوردند که بیرون از آموزه‌های معتدل و حیانی بود و ریاضت‌ها و سخت‌گیری‌هایی را بر خود تحمیل کردند تا بتوانند روحانیت خویش را دو چندان سازند و از دنیا و تعلقات آن بیرون روند. این رهبانیت هر چند که براساس آموزه‌های وحیانی نیست؛ چرا که با فطرت و طبیعت ذاتی انسان در تضاد است، ولی از آن جایی که امری ارادی بود که شخص به اختیار خود انتخاب می‌کرد و انجام می‌داد، مورد تأیید قرار می‌گیرد، ولی هرگز به عنوان یک قانون شرعی، تأیید و امضا نمی‌شود تا فراگیر و اجباری گردد. (حدید، آیه ۲۷) البته این کار در شریعت یهودی پیشینه‌ای تاریخی دارد، چرا که قرآن از حضرت یعقوب(ع) گزارش می‌کند که آن حضرت(ع) برای خود قوانین سخت‌گیرانه‌ای وضع کرده بود که بعدها بنی اسرائیل آن را به عنوان قوانین الهی مورد تأکید قرار دادند؛ این در حالی بود که خداوند آن قوانین را به عنوان قوانین الهی و وحیانی امضا و تأیید نکرده بود. همین اتهام زنی بنی اسرائیل و یهود به خداوند درباره این قوانین و احکام سخت‌گیرانه بود که خداوند را وادار می‌سازد

تا از یهود بخواهد مدرکی از تورات عرضه دارند که خداوند چنین قوانینی را وضع کرده است. خداوند در آیه ۹۳ سوره آل عمران می‌فرماید: «همه خوراکیها بر فرزندان اسرائیل حلال بود، جز آنچه پیش از نزول تورات، اسرائیل (یعقوب) بر خویشستن حرام ساخته بود. بگو: «اگر جز این است و راست می‌گویید، تورات را بیاورید و آن را بخوانید.»

در حقیقت قوانین و مقررات شخصی را که حضرت یعقوب(ع) برای خود وضع کرده بود، بعدها یهودیان به عنوان قوانین الهی مطرح می‌کردند و مخالفان با آن را مجازات و تنبیه می‌نمودند. همین شیوه غلط و نادرست یهودیان موجب شد تا خداوند با بیان این که قوانین سخت‌گیرانه حضرت یعقوب(ع) ارتباطی به وحی و تورات ندارد، از یهودیان بخواهد تا مدارکی از تورات درباره این قوانین و وضع الهی آن ارایه دهند؛ ولی از آن جایی که در تورات این قوانین وجود نداشت، دست به تحریف می‌زند و خود و دیگران را گمراه می‌کند تا شیوه باطل خود را به عنوان دین الهی معرفی کنند. این همان بدعت باطلی است که ایشان در پیش گرفتند و امری غیردینی را به دین و خدا نسبت دادند.

بنابراین، این شیوه‌ها را می‌توان بخشی از همان الزامی دانست که در نذر از سوی شخص بر خود تحمیل می‌شود، ولی هرگز این بدان معنا نیست که بر دیگران هم این الزام شود. به هر حال، می‌توان استنباط کرد که انسانها به اشکال مختلفی برای رسیدن به اهداف گوناگون و براساس انگیزه‌های متفاوت، به نذر و مانند آن توسل می‌جستند.

از گزارش‌های قرآنی درباره چرایی نذر کردن به دست می‌آید که مردم برای دست‌یابی به اهداف گوناگونی نذر می‌کردند و انگیزه‌های چندی، آنان را به این عمل می‌کشاند. از جمله از آیه ۲۶ سوره مریم می‌توان دریافت که برای رهایی و فرار از تنگناهای اجتماعی از نذر بهره گرفته می‌شده است. همچنین از آیه ۷ سوره انسان این معنا به دست می‌آید که اشخاص برای شفای بیماران و درمان آنان به نذر متوسل می‌شدند.

در روایات درباره شأن نزول سوره انسان آمده است که امیرمومنان علی(ع) و فاطمه(س) و فقه‌های شفای بیماری حسن و حسین(ع) به پیشنهاد پیامبر(ص) نذر روزه کردند. (تفسیر کبیر، فخر رازی، ج ۱، ص ۷۴۶ و نیز مجمع البیان، ج ۹ و ۱۰، ص ۲۱۱؛ انوار التنزیل، بیضاوی، ج ۴، ص ۶۷۴؛ الکشاف، زمخشری، ج ۴، ص ۲۷۰) امام صادق(ع) در روایتی که در شأن نزول همین آیه «یوفون بالنذر» از آن حضرت صادر شده، فرموده است: هنگامی که امام حسن(ع) و امام حسین(ع) مریض بودند، روزی پیامبر خدا(ص) به ملاقات آنها آمد و به علی(ع) فرمود: خوب است جهت سلامتی فرزندان نذر نمایی. علی(ع) فرمود: من نذر می‌کنم، چنانچه این دو بهبود یابند، سه روز را به جهت تشکر از خداوند روزه بدارم. سپس فاطمه(س) و همچنین فقه که کنیز آنها بود، همین نذر را تکرار نمودند و خدای متعال لباس عافیت را به اندام آن دو امام پوشاند و ایشان نیز روزه گرفتند. (میزان الحکمه، ج ۱۰، ص ۴۸) با توجه به این روایت می‌توان دریافت که روزه گرفتن پس از بهبودی بوده است و امام حسن(ع) و امام حسین(ع) نیز روزه گرفتند که داستان اطعام ایشان به فقیر و مسکین و اسیر در سوره انسان بیان شده است.

اهداف و انگیزه‌های نذر

پس نذر می‌تواند به انگیزه‌ها و اهداف گوناگونی انجام گیرد که از آن به فلسفه و چرایی نذر یاد می‌شود. از جمله اهداف و انگیزه‌های نذرکننده می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

۱. رسیدن به مطلوب و برآورده شدن حاجت.
۲. تقید به بندگی خدا و تلاش در جهت رسیدن به مقام قرب ربوبی.
۳. تقویت انگیزش در جهت سیر و سلوک معنوی.
۴. نجات از مصائب و رویدادهای سخت.

بنابراین، می‌توان نذر را برای حل مشکلات و رهایی از مصیبت‌ها و همچنین دست‌یابی به اموری خاص به کار گرفت. پس نذر در حقیقت نوعی توسل و وسیله جستن برای رسیدن به فضل الهی و تقرب به اوست. (مائده، آیه ۳۵) نذر به عنوان وسیله تقرب و جلب محبت الهی مورد تأیید شریعت اسلامی و آموزه‌های قرآنی قرار گرفته است.

شرایط نذر و احکام آن

اما درباره چگونگی و شرایط نذر باید توجه داشت که نذر به معنای توسل جستن به خداوند از طریق انجام یا ترک کاری است که مورد رضایت خداوند است. از این رو، می بایست توجه داشت که متعلق نذر امری باشد که در نظر عقل و شرع مقبول و صحیح باشد.

بنابراین، نمی توان امری که واجب یا مستحب است متعلق نذر برای ترک قرار گیرد یا امری که حرام و مکروه است متعلق نذر برای انجام باشد. پس کارهای مستحب را می توان بر خود واجب کرد یا مکروه را بر خود حرام نمود. اساسا نذر در اموری مجاز است که از نظر شرعی راجح باشد؛ مثلاً نماز شب که مستحب است، شخص می تواند با نذر، آن را بر خود واجب کند یا ضیافت نیکان و نیکوکاران که استحباب شرعی دارد، با نذر واجب می گردد. همچنین می توان برای سلامتی، قبولی در درس و به خیر گذشتن حادثه نیز نذر کرد. در فقه اسلامی نیز کتابی تحت عنوان نذر با فروع فقهی فراوان وجود دارد. ملاک جواز نذر این است که متعلق نذر، حرام یا مکروه نباشد.

خداوند در آیه ۲۷۰ سوره بقره، نذر در معصیت را جایز نمی شمارد و آن را عامل قرار گرفتن فرد در جرگه ظالمان می داند. (مجمع البیان، ج ۱ و ۲، ص ۶۶۰) خداوند در همین آیه نذر در معصیت را از عوامل محرومیت شخص از نصرت و یاری خداوند برمی شمارد.

اما اگر نذر به گونه ای باشد که حضرت یعقوب (ع) انجام داد و امر مباح یا مکروهی را بر خود حرام نماید، چنین نذری می تواند منعقد شود و نصرت و یاری خداوند را به همراه داشته باشد.

در شرایع گذشته، مادر اختیاردار کار و شغل فرزند بود. از این رو همسر عمران نذر می کند که فرزندش خدمتکار خانه خدا شود. (آل عمران، آیه ۳۵) ولی در حال حاضر چنین اختیاری برای مادر در شریعت اسلامی نیست. پس مادری نمی تواند همانند همسر عمران درباره شغل و کار فرزندش نذری داشته باشد و به تعبیر فقهی چنین نذری منعقد نمی شود.

شرط صحت نذر، خواندن صیغه نذر

از شرایط صحت نذر آن است که صیغه نذر خوانده شود. صیغه نذر را شخص نذرکننده می خواند و انشاء می کند؛ چنان که همسر عمران و دخترش حضرت مریم (س) این گونه نذر کردند. (آل عمران، آیه ۳۵ و نیز مریم، آیه ۲۶) از گزارش قرآن به دست می آید که انشای نذر با تلفظ صیغه آن «رب انی نذرت لک» در شریعت یهودی پیش از شریعت عیسوی (ع) وجود داشته است. (همان آیات)

همچنین از شرایط نذر این است که نام خداوند در نذر آورده شود (همان) و از آنجایی که الله و رحمن از اسامی خاص خداوند است می توان در نذر هر یک از این دو نام اختصاصی خداوند را به کار برد. خداوند می فرماید: ولله الاسماء الحسنی فادعوه بها. قل ادعوا الله او ادعوا الرحمن فله الاسماء الحسنی (اسراء، آیه ۱۱۰). از این رو ذکر الرحمن در صیغه نذر درست است و می تواند به جای الله قرار گیرد؛ «مریم، آیه ۲۶» چرا که الرحمن صفت نیست، بلکه اسمی همانند اسم الله است.

پس از نظر شرعی نذر وقتی واجب العمل است که یا به صورت صیغه عربی (الله علی) خوانده شود و یا به صیغه فارسی که در بردارنده این مضمون باشد: برای خدا برعهده من باشد اگر فلان حاجت و خواسته من برآورده شد، فلان کار را انجام می دهم، ولی اگر تنها از ذهن و قلب گذشته و خطور کرده باشد و صیغه نذر به صورت شرعی که گفته شد خوانده نشود، این نذر وجوب عمل ندارد البته عمل به آن بی اشکال است اما برای صاحب نظر وجوبی در انجام آن ایجاد نمی کند.

در انعقاد نذر باید صیغه مخصوص یعنی الله علی کذا

خوانده شود. برای نذر کردن می توان چنین نیت کرد: برای خدا برعهده من باشد اگر بیمارم شفا یافت یا فرزندم در کنکور قبول شد فلان مقدار پول برای امام حسین (ع) یا حضرت ابوالفضل و در راه شادی روح آنها به فقراء بدهم و یا بر اقامه مجلس روزه آنها بدهم.

البته لازم نیست صیغه نذر را به عربی بخوانند، پس اگر نذر کننده بگوید: «چنانچه بیمار و مریض من خوب شود، برای خدا برعهده من است که فلان مبلغ به فقیر بدهم»، نذر او صحیح است.

بنابراین، نذر در حقیقت پیمانی است با خداوند تا در نتیجه انجام عمل نیکی که آدمی بر خویش واجب می نماید، حق تعالی حاجت او را برآورد. (تفسیر انوار درخشان، ج ۱، ص ۳۵۳)

با توجه به تعریف نذر، نذر را می توان نوعی عبادت، دعا و درخواست از خداوند دانست که اتفاقاً دارای تأثیر فراوان است و با هدف قرب الهی انجام می شود. به لحاظ شرعی، وفا نمودن به نذر چنانچه مشروع و مستحسن باشد و ضوابط شرعی آن مراعات شود، واجب است، زیرا که مشمول آیه «وفوا بالعقود» که متضمن حکم وجوب وفاء به هر پیمانی است، می گردد.

از دیگر شرایط نذر می بایست به اخلاص و نیت خالصانه نذرکننده اشاره کرد که آیه ۳۵ سوره آل عمران بدان توجه می دهد؛ چرا که خلوص در نذر زمینه پذیرش آن از سوی خداوند را فراهم آورد. (آل عمران، آیات ۳۵ و ۳۶) و خداوند به صراحت در آیات ۷ و ۹ و ۲۲ سوره انسان، علت پذیرش نذر اهل بیت (ع) و شفای حسنین (ع) را اخلاص اهل بیت (ع) می داند و این گونه بر نقش ویژه اخلاص در نیت و عمل در نذر تأکید می کند.

لزوم قصد قربت در عقد نذر (آل عمران، آیه ۳۵، مریم، آیه ۲۶، و حج، آیه ۲۹) و همچنین لزوم ذکر نام خدا در صیغه عقد نذر (همان) از شرایط صحت نذر است. البته شریاطی چون مکلف بودن، عاقل بودن، مختار بودن و قدرت بر انجام و امکان متعلق نذر از دیگر شرایط صحت عقد نذر است که از آیات قرآنی به دست می آید و فقیهان بر آن فتوا داده اند. (رساله امام خمینی، باب نذر)

لازم است که شخص به نذری که کرده عمل کند و وفای به نذر از مهم ترین اصول نذر است که خداوند بارها در آیاتی بر آن تأکید کرده است. (همان و نیز حج، آیه ۲۹، انسان، آیه ۷)

آثار وفای به نذر

اگر کسی نذری کرد می بایست به مفاد نذر عمل نماید که از آن به وفای به نذر یاد می شود؛ چرا که مصداق عقود است و عقد با هر کسی بسته شود لازم است عقلاً و شرعاً به آن وفادار باشد و عمل نماید.

وفای به نذر آثار بزرگی دارد که از جمله می توان به یاری خداوند (بقره، آیه ۲۷۰)، ورود به بهشت (انسان، آیات ۵ و ۷ و ۱۲)، مصونیت از سختی های قیامت (همان)، شادمانی و سرور در قیامت (همان) و ستایش خداوندی (همان) اشاره کرد.

از نظر قرآن، وفای به نذر آن چنان مهم است که خداوند از کسانی که برای امر کوچکی هم نذر کرده اند می خواهد تا در همان امر کوچک وفای به نذر داشته باشند. (بقره، آیه ۲۷۰) از این رو واژه های نفقه و نذر را نکره آورده تا دلالت بر هر نوع و هر مقدار از نفقه و نذر داشته باشد هر چند که اندک است.

به هر حال، نذر از ابزارهای توسل جویی بشر به خداوند و بهره مندی از نصرت و یاری الهی است. هر کسی در هر مشکلی گرفتار است یا خواسته ای دارد می تواند با توسل جویی از طریق نذر، خود را به خداوند نزدیک ساخته و از محبت و نصرت الهی بهره مند سازد. بنابراین، نذر را می بایست در جایگاهی چنین برتر دید و به آن به دیده یک رفتار نیک و سیره و سنت پیامبری نگریست و عمل کرد.



گزارش تصویری

عکاس: محمدرضا ارفعی







محتشم کاشانی

« باز این چه شورش است که در خلق عالم است » محتشم از خواب بیدار میشود و بقیه را میگوید تا می رسد به شعر هست از ملال گرچه بری ذات ذوالجلال و در مصرع بعد متحیر میماند که چه بگوید که شایسته مقام حضرت ربوبی باشد ولی باز مدد به او رسید و در خواب حضرت ولی عصر را میبیند و به او می فرماید بگو « کو در دل است و هیچ دلی بی ملال نیست »

پس بیدار شده و آن بند را به پایان می رساند محتشم در بهمن ماه ۹۶۶ - ربیع الاول ۹۹۶ هجری - در کاشان درگذشت و آرامگاه وی در این شهر - واقع در محله محتشم - زیارتگاه عموم است.

باز این چه شورش است؟ که در خلق عالم است

باز این چه نوحه و چه عزا و چه ماتم است؟

باز این چه رستخیز عظیم است؟ کز زمین

بی نفخ صور، خاسته تا عرش اعظم است

این صبح تیره باز دمید از کجا؟ کار جهان و خلق جهان جمله درهم است

گویا، طلوع می کند از مغرب آفتاب کآشوب در تمامی ذرات عالم است

گر خوانمش قیامت دنیا، بعید نیست این رستخیز عام، که نامش محرم است

در بارگاه قدس که جای ملال نیست سرهای قدسیان همه بر زانوی غم است

جن و ملک بر آدمیان نوحه می کنند گویا، عزای اشرف اولاد آدم است

خورشید آسمان وزمین، نور مشرقین

پرورده کنار رسول خدا، حسین

کشتی شکست خورده ی طوفان کربلا در خاک و خون تپیده میدان کربلا

گر چشم روزگار به روزار می گریست خون می گذشت از سر ایوان کربلا

نگرفت دست دهر گلابی به غیر اشک ز آن گل که شد شکفته به بستان کربلا

از آب هم مضایقه کردند کوفیان خوش داشتند حرمت مهمان کربلا

بودند دیو و دد همه سیراب و می مکند خاتم ز قحط آب سلیمان کربلا

زان تشنگان هنوز به عیوق می رسد فریاد العطش ز بیابان کربلا

آه از دمی که لشکر اعدا نکرد شرم کردند رو به خیمه ی سلطان کربلا

آن دم فلک بر آتش غیرت سپند شد

کز خوف خصم در حرم افغان بلند شد

شمس الشعرا کمال الدین محتشم کاشانی پسر خواجه میر احمد از شعرای مدیحه سرای ایران در دهم هجری میباشد وی در خانواده ای متمکن به دنیا آمد و در آغاز جوانی مانند پدرش بزازی پیشه کرد و به بازرگانی پرداخت و سپس از این پیشه روی گرداند و به شاعری روی آورد . در این فن شاگرد مولانا صدقی استرآبادی اختیار نمود . وی با شعرای عهد خویش از جمله وحشی بافقی رابطه داشته و با آنان مکاتبه میکرده است

محتشم در ابتدا قصیده سرایی مداح بود و پادشاهان و بزرگان مانند شاه طهماسب را مدح میگفت ولی بعد به سرودن مراثی در واسطه تمایلات دینی و شور تشیع پرداخت و در این نوع شعر مشهور گشت . ترکیب بند او در مرثیه شهدای کربلا معروف است .

مطلع باز این چه شورش است ... که از محتشم کاشانی نراقی است در میان هواداران شیعه جایگاه ویژه ای دارد.

شاعران بسیاری پس از محتشم تا کنون از ترکیب بند یادشده در شعرها و نوحه هایشان سود برده اند.

او فنون شاعری را از صدقی استرآبادی فرا گرفت و خود شاگردانی مانند تقی الدین محمد حسینی صاحب « خلاصه الشعرا »، صرفی ساوجی ، وحشی جوشقانی و حسرتی کاشانی را پرورش داد.

وی با سرودن دوازده بند در مرثیه کشتگان کربلا که بند اول ترکیب بند وی با بیت

باز این چه شورش است که در خلق عالم است؟

باز این چه نوحه و چه عزا و چه ماتم است؟

آغاز می شود، مقام والایی در مرثیه سرایی کسب کرد.

وی در جوانی به دربار شاه طهماسب صفوی راه یافت و به مناسبت قصیده و غزلهای زیبایش مورد لطف شاه قرار گرفت محتشم پس از مدتی در زمره شعرای معروف عصر خود جای گرفت ولی نظر به معتقدات دینی خود و احساسات شیعی دربار شاهان صفوی که در صدد تقویت این مذهب بودند به سرایش اشعار مذهبی و مصائب اهل بیت که در نوع خود تازه و بی بدیل بود پرداخت. محتشم پس از چندی به یکی از بزرگترین شعرای ایران در سبک اشعار مذهبی و مصائب ائمه اطهار شیعه بدل گشت و اشعارش در سرتاسر ایران معروفیت خاصی یافت، بطوری که می توان وی را معروفترین شاعر مرثیه گوی ایران دانست که برای اولین بار سبک جدیدی در سرودن اشعار مذهبی به وجود آورد. اولین اشعار مذهبی محتشم در سوگ غم مرگ برادرش بود که ابیات زیبایی در غم هجر او سرود و پس از آن به سرایش مرثیه هایی در واقعه جانسوز کربلا، عاشورای حسینی و مصیبت نامه های مختلف پرداخت.

علت سرودن این ترکیب بند در دیوان محتشم چنین آمده است : موقعی که مولانا محتشم در مرثیه برادرش عبالفنی که در سفر مکه فوت کرده بود نوحه گری میکرد . شبی در عالم رویا امیرالمومنین را دید . حضرت به او میفرمایند : چرا در مصیبت برادرت مرثیه میگویی و برای فرزندم حسین مرثیه نمی گویی ، عرض میکند یا علی مصیبت حضرت امام حسین خارج از حد و حصر بوده و من نمی دانم از کدام مصائب او شروع کنم آن وقت حضرت امیرالمومنین می فرماید بگو

آدمها

"قیصر امین پور" میگوید:

آدمهایی هستند در زندگیتان؛

نمی گویم خوبند یا بد...

چگالی وجودشان بالاست...

افکار،

حرف زدن،

رفتار،

محبت داشتنشان

و هر جزئی از وجودشان امضادار است...

یادت نمی رود

"هستن هایشان را..."

بس که حضورشان پر رنگ است.

ردپا حک می کنند، اینها روی دل و جانت...

بس که بلدند "باشند"...

این آدمها را، باید قدر بدانی...

و گرنه دنیا پر است از آن دیگرهای
بی امضایی که شیب منحنی حضورشان، همیشه ثابت است...
بعضی از آدم ها ترجمه شده اند
بعضی از آدم ها فتو کپی آدم های دیگرند.
بعضی از آدم ها با چند درصد تخفیف به فروش می رسند.
بعضی از آدم ها فقط جدول و سرگرمی دارند
بعضی از آدم ها خط خوردگی دارند
بعضی از آدم ها را چند بار باید بخوانیم تا معنی آنها را بفهمیم
و بعضی از آدم ها را باید نخوانده کنار گذاشت
از روی بعضی از آدم ها باید مشق نوشت و از روی بعضی از آدم ها جریمه...



به قدرتهای چهارگانه مزبور در نظام کمونیستی شوروی سابق توجه نمی شده است که در اواخر انقلاب ایران اسلامی، سفیر سابق شوروی حضور حضرت امام خمینی (ره) آمده و اعلام کرد: برای جهانگیری بیشتر به سوی افغانستان لشکرکشی می کنیم که حضرت امام خمینی در پاسخ سفیر شوروی که اطمینان می داد همه شوروی به افغانستان از حوالی ایران، کمترین مشکلی را نخواهد داشت. حمله شما به افغانستان، با خواسته شما بوده ولی در بازگشت، ارتش سرخ و سوسیالیستی، از هم پاشیده و منحل خواهد شد.

در آن زمان، بسیاری از دانشگاهیان نیز در تعجب بودند که چطور شوروی کمونیستی با آن همه قدرت منحل شود، ولی پس از بازگشت سربازان شوروی، حتی در بین راه نیمی از سربازان با حمله توده های مردم از پا درآمدند و پس از چندی، اقمار شوروی و سپس خود کشور شوروی اعلام انحلال کردند.

اگر چه در مواردی نظم حاکم بر شیوه سوسیالیستی و فرمانبری مطلق مردم از حکومت های سوسیالیستی گذشته (مثلاً برای کشور چین) نتایجی به جا گذاشته که هنوز هم با حقوق ناچیز خود کار می کنند و با نیروی انسانی فراوانی به تولید پرداخته و کم توقع از حیث مالی هستند، می رود که سیاست استمرار نیروی انسانی ارزان و به دنبال آن محصولات ارزانی بر جهان عرضه کنند و با تولید بیشتر و قیمت ارزان تر، به عرضه بیشتری از کالاها همت می گمارند و بدین وسیله زمینه توسعه کشور چین را فراهم می سازند. در هر حال تفاوت قدرت انسانها + ویژگی های جنسیتی و انسان شناسی به همراه نظام حکومتی و شرایط محیط زیست مردم جامعه، موجب تفاوت تولید و ثروت هر جامعه می تواند باشد.

با همه احوال، این اصل که هر فرد به اندازه قدرت جسمانی، روانی، اجتماعی و فرهنگی خود می تواند کار و تلاش داشته باشد و بالأخره با تولید بیشتر، زمینه بسط و توسعه و رشد اقتصادی خود را رقم بزند یا موجبات ثبات جامعه را فراهم نماید. بر این اساس اغلب اندیشمندان توصیه می کنند که هرگز از اثرات سوء بی کاری و یا کم کاری غافل نباشیم.^(۱)

بدین معنی که حتی کسانی که از حقوق بازنشستگی برخوردارند، نسبت به کار احساس بی نیازی نکنند. زیرا که نفس کار نه فقط برای تأمین معیشت، بلکه یک نیاز روانی و اجتماعی برای فرد و جامعه می باشد. مبادا افرادی که عمری تجربه و تلاش و کار داشته اند، یکباره از کار دست کشیده و به تنبلی و بی کاری در خانه تن دهند.

سوال اغلب بیکاران و به خصوص بازنشستگان این است که در شرایطی که کار نمی یابند و ناچارند در خانه بمانند، چه باید کرد؟ در این رابطه باید گفت در انتخاب کار و شغل، اولاً تولید مفید برای جامعه، ملاک اشتغال کامل است.

ثانیاً خلاقیت و کارآفرینی در زمینه های مختلف تولیدی، کارساز خواهد بود. قبل از هر چیز با توجه به لزوم رعایت سلامت جسمانی، روانی، اجتماعی، فرهنگی و معنوی مردم جامعه، ناگزیر هستیم برای تأمین سلامت جامعه و زندگی جسمانی را همراه با کارآفرینی و خلاقیت شغلی داشته باشیم. (که نمونه هایی از آنها در زیر آمده است):

- ورزش مستمر روزانه، کمک موثری برای تأمین سلامت جسمانی خواهد بود که به شکل جمعی یا فردی زیر نظر مربیان علاقمند، نشاط لازم را

کار برای توسعه و ساماندهی جامعه

مقاله تحلیلی برگرفته شده از سخنان آیت الله هاشمی تبریزی
صبح جمعه ۱۴/۰۹/۹۳ مسجد جامع شهرک^(۱)

واژه توسعه در اصطلاح بین المللی (Development) به مفهوم گسترش، پیشرفت و تعالی امور اجتماعی است. در زبان عربی واژه بسط و مشتقات آن فراوان به کار می رود. فقط قرآن کریم در ۲۵ مورد مشتقاتی از بسط را در رابطه با لزوم توسعه و حتی هماهنگی خلقت با بسط، توسعه و گسترش امور زندگی سخن به میان آورده است. (شوری ۴۲، دو مورد - اسراء ۱۷، سه مورد - بقره ۲ - زمر ۱۳، دو مورد - قصص ۲۸ - عنکبوت ۲۹ - روم ۳۰، دو مورد - سبأ ۲۴ - زمر ۳۹ - ممتحنه ۶ - کهف ۱۸ - انعام ۶ - نوح ۷۱ - اعراف ۷)

در اینجا فقط به یکی از موارد فوق اشاره می کنیم:

الله بسط الرزق لمن یشاء بمن عباده و بقدر له (سوره عنکبوت ۲۹)

ارزش افزوده و یا درآمد و رزق و روزی هر فرد البته به دست پروردگار است ولی واژه بقدر نشانده تفاوت افراد از حیث کشش و تفاوت افراد در انجام کار نیز می باشد.

در خبر است که وقتی پیامبر اکرم مطلع شد که بعضی از یارانش در خانه مانده و فقط سرگرم عبادت اند، فرمود: وای بر شما! خداوند هیچ عبادتی که بدون کار و تلاش باشد، نمی پذیرد و حتی دعای شمایی که بی کار مانده اید، در نزد خداوند مردود است. ناگفته نماند که واژه بقدر نه تنها به معنی تقدیر الهی است، بلکه به اندازه مقیاس و آمار تلاش جسمی و روحی افراد، متفاوت می باشد. و لذا هیچ یک از مکاتب ماتریالیسم مادی گری و از جمله کمونیسم و سوسیالیسم شوروی سابق که ادعا می کردند کار برای همه و مزد و حقوق را برای همه یکسان و مساوی می سازند، موفق نشدند. برای نمونه در کشورهای سوسیالیستی و از جمله مجارستان دو دهه پیش، به رأی العین دیده می شد که مثلاً کار آمارگیری و پانچ زنی کارت های آماری که معمولاً دو نفر قادر به انجام آن بودند، ۲۰ نفر انجام می دادند، مسئولیتها نیز لوٹ می شدند. یعنی بازده کار آنها ناچیز بود.

بدیهی است که وقتی مزد ۲ نفر را بین ۲۰ نفر تقسیم می کردند، درآمد شغلی هر فرد، بسیار ناچیز بود و همواره کم بودن تولید، کمبود درآمد را نیز به همراه داشت. لذا مکاتب سوسیالیستی و کمونیستی، کمترین توفیقی در جهت توسعه و بسط و تعالی جامعه خود نیافتند. گویی اینکه

در پاسخ اینکه چه کسی سازمان دهی شغلی کند مناسب تر است، باید گفت که تأمین اشتغال به عهده سازمان برنامه است. ولی در رابطی که دولت درگیری های متعددی دارد و شهرداری ها و یا حتی واحدهای خصوصی و یا مساجد معتبر می توانند برای بازنشستگان کارآفرینی نمایند و سازمان دهی لازم را به عمل آورند. در زمینه هر یک از موارد ذیل نیز می توان با پاسخ به سوالات (چه کاری و چرا؟ چه وقت و چرا؟ کجا و چرا؟ چه کسی و چرا؟ چگونه و چرا؟) فرهنگ کارایی را زمینه سازی و اجرا کرد. برخی از این موارد عبارتند از:

- کارهای کتاب خانه ای (از قبیل خلاصه برداری، یادداشت برداری، تنظیم فهرست ها و...)

- اشاعه فرهنگ زبان شناسی (تلخیص دستور زبان ها، تمرین مکالمه زبان های مختلف، ترجمه از زبان های فارسی به عربی، انگلیسی و فرانسه و بالعکس) همه این کارها بسیار لذت بخش است که جهان تازه ای را به روی افراد خاصه بازنشستگان می گشاید.

- همکاری ها و فعالیت های توریستی: انواع فعالیت ها و شغل های مرتبط با جهان گردی، از قبیل شناسایی و تهیه گزارش از مکان های دیدنی به سازمان توریستی کشور (همچون شناسایی و معرفی مساجد، حسینیه ها، امام زاده های معتبر، بناهای تاریخی زیر نظر اوقاف، تفریحگاه های جالب توریستی، انواع موزه های موجود، موزه هایی که بازنشستگان با ابتکار خود ایجاد می کنند و مردم را برای دیدن آنها دعوت می کنند.)

مثلاً یکی از بازنشستگان متمکن در هند موزه های متعددی ایجاد کرده بود و به مراکز توریستی معرفی کرده بود.

مثلاً در ایران بازنشستگان ما می توانند موزه هایی از وسایل نقلیه و تحول آنها از گذشته تا به امروز ایجاد کنند. موزه علایم وقت یاب، ساعت های دیواری، مچی، و تحولات آنها طی قرون گذشته. موزه ابزار کشاورزی و تحول آنها، موزه برای شغل ها و حرفه های مختلف و تحولات زمانی آنها مثل موزه ابزار نجاری، موزه ابزار آهنگری، موزه ابزار نقاشی، موزه ابزار آسیاب کردنی، موزه تحولات تولیدی و ابزار تولید انرژی (آبی، گازی، برقی، و بسیاری دیگر)

- تشکیل شرکتهای تولیدی (با سهام بازنشستگان) و جلب مشارکت آنان در کار به خصوص در زمینه های تولیدی که در کشورهای غربی و شرقی متداول شده است.

- کار آفرینی برای انواع بسته بندی تولیدات غذایی، خدماتی، وسایل تجاری و...

- همکاری با شهرداری ها برای جمع آوری ملزومات خانگی، تعمیر و اهداء به افرادی تهی دست و یا سهیم شدن در ده ها فعالیت که شهرداری در حوزه فرهنگی و اجتماعی و سلامت و... آغاز کرده است.

شهرداریها به نوبه خود برای کنترل قیمت ها و کنترل محیط زیست، با صدور کارت بازرسی از وجود بازنشستگان موجه بدون توقع حقوقی بهره مند می تواند باشد.

امروزه کنترل قیمت ها با مسابقه ای که در مشاغل مختلف ایجاد شده/ف در ردیف اولویت های خاصی است که بدون کمک شهرداری، مردم جامعه را به ستوه خواهد آورد.

دکتر محمد جهانفر
استاد دانشگاه تهران



برای کار و فعالیت روزانه فراهم می سازد و حتی کمکی در جهت درمان و پیشگیری از بیماری ها و سلامت ساز افراد تنبل و تن پرور خواهد بود. نتیجه این ورزش مستمر، علاقمند سازی افراد به مفید بودن در جامعه و پویایی افراد برای سرگرمی شغلی خواهد بود. در این صورت با اشتغال خود، به کار تولیدی احساس لذت و تفریحی هم خواهند داشت. از جهت سلامت روانی و وزیدگی جسمانی و تقویت احساس ها، ادراکات و عواطف ما کمک می کند و بی شک این سلامت روانی موجب لذت بخش شدن زندگی می گردد.

از نظر سلامت اجتماعی، تقویت جسمانی ما مستلزم احتراز از انواع اعتیاد و روابط ناسالم اجتماعی و معاشرتهای مخاطره آمیز خواهد بود. و تقویت روابط سالم در مجامع مذهبی، هنری و فرهنگی از طریق ایجاد انواع تعاونی های تولیدی و مشارکت های جمعی و سالم برای رسیدن به توسعه موثر خواهد بود.

تأمین سلامت فرهنگی، معنوی با آموزش و تربیت اخلاقی و مذهبی در سطوح مختلف دانشگاهی و با بهره گیری از فرهنگ ادبی و تمرین (انواع عبادات) و پرورش در امور معنوی امکان پذیر خواهد بود.

لیکن سوال اینست که اهداف اصلی کار و مبارزه با بیکاری برای تقویت سلامت جسمانی، فرهنگی، معنوی، روانی و اجتماعی برای انجام کار و فعالیت لازم است؟

در قالب چند سوال قابل انجام است. این چند سوال عبارتند از: چه کاری و چرا؟ چه وقت و چرا؟ کجا و چرا؟ چه کسی و چرا؟ چگونه و چرا؟

در رابطه با چه کاری؟ باید گفت: کار فرهنگی (آموزشی، تربیتی و پرورشی) در اولویت خاصی است که سالها پیش در جوامع متمدن امروزی هم متداول و کلید کار آفرینی است.

پاسخ چه وقت؟ این است که از حدود ۳۰ سال پیش که امید به زندگی کشور ژاپن به حدود ۸۴ سال رسیده و کارکنان ژاپنی دوره دوم زندگی کار خود را (۲۵ تا ۵۵) به اتمام رسانده بودند و در ۵۵ سالگی بازنشسته می شوند، خود مشکلی برای جامعه شده بودند که حدود ۳۰ سال بعد از آن را به چه کاری پردازند. دولت ژاپن به فکر سازندگی شغل بعد از بازنشستگی افتاده و با تشکیل پایون های مؤثر فرهنگی آماده اعزام به کشورهای عقب مانده ای مانند آفریقای جنوبی شدند و سال های متمادی به آموزش در جوامع عقب مانده می پرداختند که هم احساس خلاقیت می کردند و هم بیکاری موجب آزار آنان نمی شد و حقوق بازنشستگی خود را دریافت می کردند.

در مورد کجا؟ باید گفت در کشور ایران اقلأ با تشکیل پایون های روستایی و گروه های شغلی، بازنشستگان حقوق بگیر برای آموزش روستائیان بسیار موثر خواهند بود که بدون توقع مالی به توسعه فرهنگ روستایی همت گماردند. ولی چرا اشتغال در پایونو های فرهنگی روستایی اولویت دارد؟ زیرا برای هرگونه بسط و توسعه، فرهنگ سازی مبنای تحول اجتماعی آن خواهد بود.

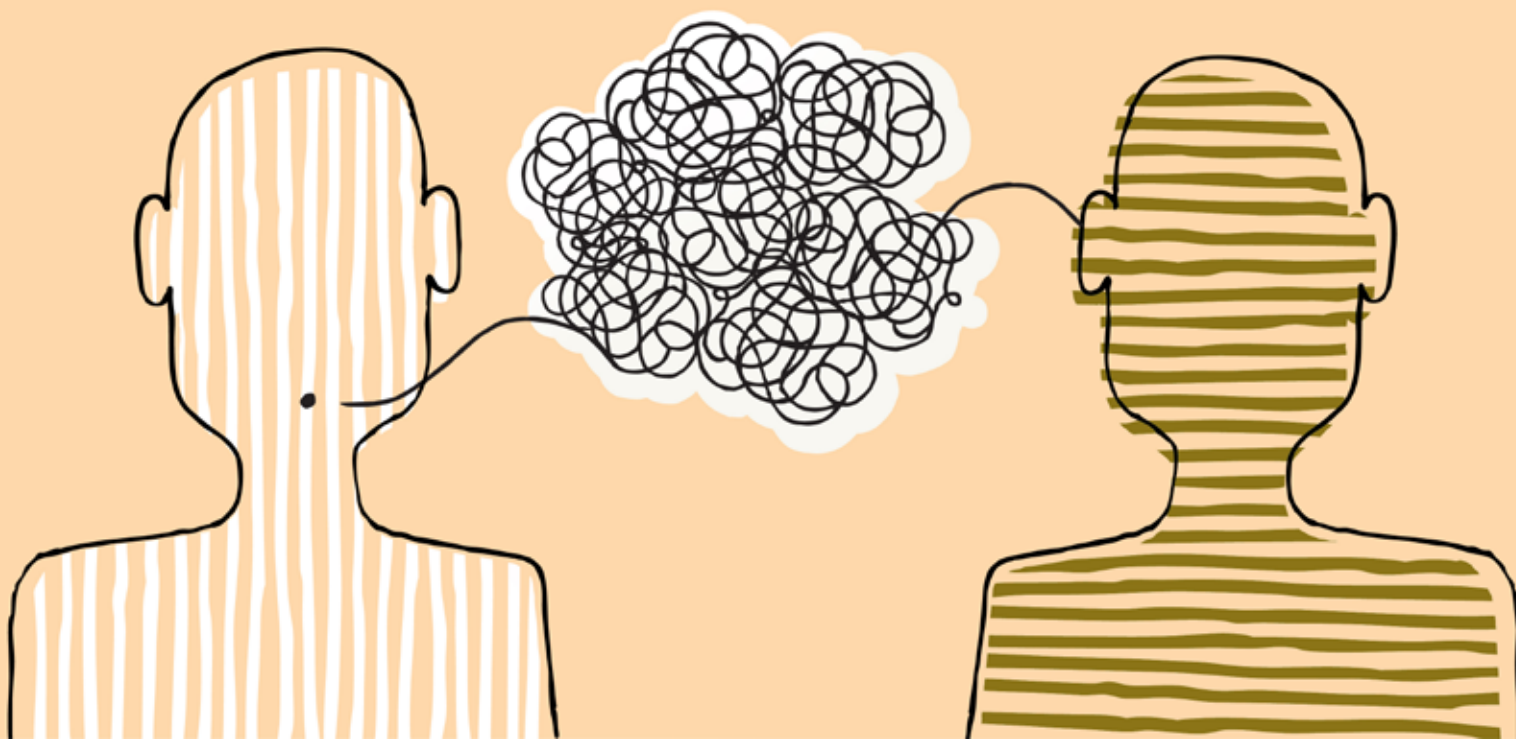
بدین ترتیب ورزش و سالم سازی جسمانی خاصه برای بازنشستگان برای احراز آمادگی کار و فعالیت، نقش آفرین است که فرهنگ سازی در جوامع روستایی نیز اولویت دارد که بازنشستگان بدون توقع مالی نمی توانند سرگرم کاری شده و سلامت جسمانی، روانی، اجتماعی، فرهنگی و معنوی خود را نیز تضمین کنند و نقشی در توسعه جامعه خود نیز داشته باشند.

آشنایی با مهارت‌های ارتباطی و اجتماعی

مفهوم مهارت

فرد ماهر به کسی گفته می‌شود که توانایی انجام یک کار را به شکلی درست داشته باشد. برای اینکه بتوان گفت کسی در کاری دارای مهارت است، لازم است که دو عامل زمان و خطا نیز در نظر گرفته شود، بدین ترتیب به کسی راننده ماهر گفته می‌شود که هم برای رسیدن به مقصد، حداقل زمان را صرف کند و هم در حین رانندگی دارای کمترین خطا باشد. به همین ترتیب نیز به کسی تایپ‌بست ماهر گفته می‌شود که هم برای تایپ یک صفحه، حداقل زمان را مصرف کند و هم کمترین غلط را داشته باشد. بدیهی است برای اینکه فردی بخواهد در هر زمینه‌ای به مهارت دست یابد، هم نیاز دارد که به دانش چگونگی آن عمل آگاهی داشته باشد و هم با تمرین‌های متوالی، آن دانش را به رفتار و عمل تبدیل کند.

همانطور که گفته شد، اصل و اساس مهارت آموزی در هر زمینه بدین صورت است که مهارت آموز سعی کند با آگاهی از چگونگی انجام کار و با تمرین‌های متوالی، روز به روز بر مجموعه توانمندی خود در آن مورد خاص بیفزاید. مطمئناً شما قبول دارید که با مشاهده صرف رانندگی فرد دیگر یا با خواندن یک کتاب درباره تایپ، نمی‌توان توقع داشت که در آن زمینه مهارتی به وجود آید؛ بلکه پس از مرحله کسب دانش، اگر فرد با تمرین‌های متوالی، خود را درگیر کند، احتمال کسب مهارت وجود دارد. بدین ترتیب کاملاً روشن است که برای تسلط بر مهارت‌های زندگی همچون دیگر مهارت‌ها، دانش و تمرین، مهمترین عناصر هستند. بدین معنی که با مطالعه، مشاوره با افراد ماهر و توانمند در زندگی، مشاهده اطرافیان و... به دانش مربوطه دست یافته و با تمرین‌های مستمر سعی کنیم که دانش مربوطه را به عمل تبدیل کنیم.



بارش فکری تکنیکی است که برای با انگیزه تر و فعال تر کردن اعضای شرکت کننده در مباحث مربوط به مهارت های زندگی به کار می رود. آنچه که ماحصل بارش فکری است، این خواهد بود که ابرهای تفکر خود را به بارش واداریم تا بذر موضوع مورد بحث، آب لازم برای رشد و پرورش را پیدا کند. طی بارش فکری، نه تنها انگیزه ما تحریک شده و متعاقب آن یادگیری مان نیز افزایش می یابد، بلکه این ابزار مقدمات یادگیری مشارکتی را هم فراهم خواهد کرد. بدین معنی که هریک از ما با ارائه دانش و اطلاعات خود به گروه، زمینه انتقال آن را به دیگران مهیا کرده و متعاقب آن خود نیز از تجربه ها و اطلاعات دیگر اعضای گروه استفاده می کنیم. آنچه که درباره بارش فکری از اهمیت اساسی برخوردار است، احساس آزادی برای بیان عقاید خود به راحتی و بدون احساس نگرانی از برخورد دیگران در گروه است، زیرا در بارش فکری عقاید، تجارب، ارزشها و دانش ما مورد نقد قرار نمی گیرد.

بعد از اینکه اعضاء فعالانه در بارش فکری شرکت نموده و عقاید و ایده های گوناگون را مطرح کردند، تسهیل گر «سازمان دهنده»، اطلاعاتی را به گروه ارائه می دهد. بدیهی است مطالبی که در بخش نتیجه گیری ارائه می شود، تنها اطلاعات و یافته های موجود نیست، بلکه تا حدودی از اعتبار خوبی برخوردار بوده و می توان از آنها در جهت نیل به هر کدام از مهارتها سود جست.

داشتن خودآگاهی

آیا تا به حال این سؤال ها را از خود کرده اید که: «من کی ام؟»، «آیا من خودم را دوست دارم؟»، «تا چه اندازه با سختی های زندگی کنار می آییم؟»، «چه اندازه نظر دیگران برایم مهم است؟» و ...

اینها سؤالاتی هستند که لازم است افراد از خود بپرسند. لازمه جواب دادن به این سؤالات، همان «خود آگاهی» است. مادامی که فرد از درون خود و توانائی هایش آگاهی و اطلاع نداشته باشد، نمی تواند جوابی برای این سؤال ها بیابد. «خود آگاهی» به این معنی است که افراد چگونه به خود نگاه کرده و بر اساس این نگاه چه احساسی پیدا می کنند.

داشتن خودآگاهی قوی، بسیار مهم است. به اطرافیان خود دقت کنید. آیا فردی را می شناسید که از خودآگاهی خوبی برخوردار باشد؟ ویژگی های این فرد را به خاطر آورید: آیا او فرد محبوبی است؟ آیا دوستانی دارد؟ آیا از تجربه های خود درس می گیرد؟ آیا فرد مسئولیت پذیری است؟ آیا ... ؟ جواب این سؤال ها و سؤالات مشابه به احتمال زیاد، در همه افرادی که دارای خودآگاهی هستند، «بله» است. حال به افرادی فکر کنید که دارای خودآگاهی ضعیفی اند: آیا نامحبویند؟ آیا فقط به ناتوانی های خود فکر می کنند؟ آیا بی هدفند؟ آیا ... ؟ جواب این سؤالات نیز «بله» است. نوع خودآگاهی ما، پیش بینی کننده احساس رضایت ما از خودمان و زندگی است و به نظر می رسد که احساس رضایت نیازی است که تقریباً تمام فعالیت های ما معطوف به آن می باشد. اینکه مراقب سلامتی خودمان باشیم و با تغذیه، ورزش و نظافت، سلامت خود را تأمین کنیم، اینکه سعی کنیم شغلی را به دست آوریم که هم به آن علاقه مند باشیم و هم برآورده کننده نیازهای روزمره مان باشد، اینکه به دیگران کمک کنیم، اینکه به مسافرت برویم، اینکه ... نایل شدن به تک تک اینها، منجر به ارضاء شدن احساس رضایت ما خواهد شد. احساس راضی نبودن از خود، نشانه ای است که به فرد هشدار می دهد که نیازمند تغییر است. اصلی ترین و اساسی ترین بخش این تغییر با کار بر روی خودآگاهی شکل می گیرد.

ولی ممکن است این ذهنیت پیش بیاید که پس از عمری یا خود زیستن، ما قاعدتاً باید خود را بشناسیم ولی با کمال تعجب، عده قلیلی به این مهم نایل آمده اند. ما کمتر حاضریم وقتی را صرف این کنیم که بینیم دارای چه خصوصیات هستیم و به ندرت می توانیم به طور منظم ارزش ها، علایق، چیزهایی که دوست نداریم، اساس باورهایمان، یا سبک زندگی مان را تجزیه و تحلیل کنیم. اکثر ما فقط در تکاپو هستیم کارهایی را که

دیروز انجام دادیم، امروز کم و بیش تکرار کنیم و انتظار می رود که همین عمل را فردا و روزهای بعد هم انجام دهیم. وقتی اتفاق خوبی در زندگی تان می افتد، آیا آن را به حساب شانس، سرنوشت یا تلاش خود می گذارید؟ آیا چیزی در زندگی وجود دارد که حاضر باشید زندگی تان را فدای آن کنید؟ پس از شروع فرآیند کشف خود، اینها جزء سؤالاتی هستند که باید از خود بپرسید.

خودآگاهی، توانایی شناخت خود و آگاهی از خصوصیات، نقاط ضعف و قدرت، توانایی ها و ناتوانی هاست. این

مهارت یکی از کلیدی ترین مهارتهایی است که هر فرد باید به آن مجهز شود. اینکه شما چه شخصیتی دارید، اینکه به چه صورت اطلاعات را پردازش می کنید، اینکه به چه صورت خود را به دیگران می نمایانید، اینکه بیشتر اهل معاشرت هستید یا خلوت گزینی، اینکه می توانید برای رسیدن به یک هدف طی زمان به آن دست یابید، اینکه چه چیزهایی شما را از کوره به در می برد، اینکه چه چیزهایی به شما نیرو می دهد، اینکه می توانید بقیه پول خود را از راننده تاکسی بگیرید! و بسیاری دیگر از این موارد، همگی جزء خود شماس و آگاهی به این موارد، شرط لازم ایجاد تغییر است. واداشتن خویش به نگرستن به خود، اولین قدم جهت آشنایی نزدیک با جنبه های مثبت و منفی است. برخی افراد مایل به انجام این عمل نیستند چرا که یا می پندارند این کار وقت آنان را به هدر می دهد و یا اینکه نگرستن به ویژگی هایی که دیگر افراد در آنان می بینند، برایشان خوشایند نیست. مواجهه با دنیای واقعی خود، کار سختی است و برای تبدیل شدن به یک فرد با کفایت، کاملاً ضروری است. اقرار به این واقعیت که چگونه آدمی هستید، این امکان را به شما می دهد تا مسئولیت رشد فردی و تقدیر و سرنوشت خود را به دست بگیرید. اگر پختگی به سفری طولانی تشبیه شود، خودآگاهی شبیه نقشه راهی است که به ما کمک می کند سریع تر به مقصد پختگی برسیم. خودآگاهی به ما امکان شناسایی هیجان های خوب و بد را داده و باعث می شود که بتوانیم در موقعیت های مختلف به ارزیابی خود پردازیم. ویژگی های خودارزشمندی و اعتماد به نفس، دو ویژگی مهمی هستند که اگر فرد به اندازه کافی به خودآگاهی بپردازد، به آنها دست خواهد یافت.

قطعا فلسفه مهارت خودآگاهی این نیست که چگونه بودن را برای فرد مشخص کند، بلکه هدف اصلی این است که فرد با تعمق به تمامی ویژگی های خود نگرسته و خود تصمیم بگیرد که چگونه باشد.

در هر صورت فراموش نکنیم که هر نوع تغییر در انسان، در صورت نیاز به تغییر، به وجود خواهد آمد. از جمله عوامل مهم در ایجاد نیاز به تغییر، مهارت خودآگاهی است.

و نکته آخر اینکه، بهترین روش برای قوی کردن خودآگاهی، آن است که یاد بگیریم از نقاط قوت و توانایی های خود استفاده کرده و نقاط ضعفمان را بهبود دهیم.

لازم به ذکر است که در مهارت خودآگاهی می توان درباره موضوعات مختلفی بحث کرد ولی به علت کمبود وقت و ویژگی های خاص دوره نوجوانی به این موضوعات پرداخته می شود: خودآگاهی جسمانی، خودارزیابی صحیح، اهمیت اطرافیان نزدیک در خودآگاهی، فشار گروه و هدف گذاری.

دکتر حمید پور یوسف
گردآوری: رویا مالکی

نوجوان می‌تواند به‌طور انتزاعی فکر کند و استدلال داشته باشد و باورها و ارزش‌های موجود در خانواده و جامعه را با استفاده از توان جدید خود، بازسازی نماید. نوجوانی، دوره انتقال از کودکی به بزرگسالی است که در همه زمینه‌ها بروز می‌نماید: رفتارهای کودکانه را به تدریج دست می‌دهد، خواهان استقلال است، می‌خواهد همه چیز را خود تجربه کند، افکار انقلابی دارد، طغیانگر است، تمایل به تنهایی دارد، رابطه با همسالان برای او ارزش بسیار دارد و در برابر دستورات بزرگسالان مقاومت می‌کند. نوجوانی، دوره نوسان بین عواطف است، یعنی در عین حال که شاد است احساس افسردگی می‌کند، و گاه رفتار خشن و گاه رفتاری ملایم دارد.

نیازهای دوره نوجوانی:

نوجوانی مرحله تغییرات اساسی است. تغییراتی که در ابعاد مختلف جسمی، روانی و اجتماعی نمود پیدا می‌کنند. وجود این تغییرات نیازهای جدیدی را برای وی بوجود می‌آورد. برآورده شدن مناسب این نیازها به نوبه خود سازگاری بهتر و سریع‌تر او را با آنها میسر می‌سازد.

در کنار بحران و تحولی که نوجوان در این دوره سنی تجربه می‌کند، عدم برآورده شدن این نیاز را به شیوه‌ای مناسب مشکلات افزون‌تر را موجب می‌شود. از این رو توجه به شناخت این نیازها قدم اساسی در کمک به نوجوان در گذر از این دوران است. خانواده و در سطح گسترده‌تر اجتماع با کاربست شیوه‌ها و برنامه‌ریزی‌های مناسب، بهداشت دوران نوجوانی را فراهم آورد، زندگی و ۱ شخصیت سالم‌تر را برای وی رقم می‌زند.

برخی از نیازهای دوره نوجوانی عبارتند از:

۱. نیازهای زیستی یا نیازهای اولیه مانند: نیاز به آب و غذا و استراحت و

۲. نیازهای روانی یا ثانوی مانند:

- الف. نیاز و مهربانی و محبت
- ب. نیاز به امنیت آرامش خاطر
- ج. نیاز به احساس تعلق داشتن و مورد قبول گروه همسالان واقع شدن
- د. نیاز به قابلیت و احترام
- ز. نیاز به استقلال
- س. نیاز به تشخیص و قدردانی
- ص. نیاز به مذهب و فلسفه حیات
- ط. نیاز به داشتن هدفی مشخص در زندگی
- و. نیاز به احساس هویت و شناخت خود
- ه. نیاز به احساس رشد، کمال و خودشکوفایی
- ی. خانواده و نوجوان

خانواده به عنوان یک کانون مهم از اهمیت ویژه‌ای در دوران مختلف رشدی به ویژه در دوران نوجوانی برخوردار است. نوع روابط موجود در خانواده،

مهارت‌های ارتباط با نوجوانان

نوجوان کیست؟

نوجوانی سنین ۱۲ تا ۱۸-۲۰ سالگی می‌باشد (البته این سنین می‌تواند متغیر باشد). این دوره از نظر تربیت دوره نسبتاً دشوار و یکی از بحرانی‌ترین مراحل رشد و با بلوغ جنسی نیز همراه می‌باشد

ویژگی‌های دوره نوجوانی

نوجوانی یک دوره انتقالی از باب وابستگی کودکی به استقلال و مسئولیت‌پذیری جوانی و بزرگسالی است

در این دوره نوجوانی با ۲ مسئله اساسی درگیر است:

۱. بازنگری و بازسازی ارتباط با والدین با بزرگسالان و جامعه
۲. بازشناسی و بازسازی خود عنوان ۱ فرد مستقل رفتار فرد در این ۲ نگاه کودکان و گاه مانند بزرگسالان است. در طول این دوره معمولاً تعارضی بین این ۲ نقش در فرد مشاهده می‌شود در دوره نوجوانی به دلیل افزایش سطح آگاهی، شناخت و رشد تفکر و



و بها دادن به آن‌ها بسیاری از نیازهای روحی نوجوان را ارضا می‌کند. افراد و به ویژه نوجوانان بسیار تحت تأثیر توجه مثبت اطرافیان من به ویژه والدین خود قرار می‌گیرند .

خودداری از نظارت‌های بازپرس گونه و انتقادهای ویرانگر

به جای چنین روش‌هایی که اغلب اعتماد نوجوان را نسبت به والدین سلب می‌کند، با نظارت از راه دور و به صورت غیر مستقیم می‌توان جهت‌گیری رفتارهای نوجوان را در نظر داشت و در صورت بروز مشکل او را راهنمایی کرد. در غیر این صورت نظارت‌های شدید و کنترل‌های مستمر نتایج سودمندی نخواهد داشت. خودداری از غرور و تأکید زیاد بزرگ‌ترها بر مسئله سن، ایجاد فرصت‌های مناسب برای درد دل نوجوان و آشنایی با روابط دوستانه بین نوجوانان به صورت برقراری ارتباطات خانوادگی، از مواردی است که می‌تواند مؤثر و مطلوب باشد. نوجوانان هر جامعه سرمایه‌های عظیم آن جامعه محسوب می‌شوند پس باید به هر نحوی از این سرمایه‌های گران‌بها مواظبت کنید و زمینه‌های رشد و بالندگی آنان را فراهم کنیم.

والدین یک خانواده می‌تواند با تربیت صحیح فرزند خود در دوران کودکی و به خصوص دوران نوجوانی شخصیت فرزند خود را پایه‌ریزی کنند و از جدال‌های بی‌مورد در سنین بالاتر با فرزند خود برحذر باشند.

پس هر چقدر بیشتر برای نوجوان خود ارزش قایل باشیم و دنیای او را به رسمیت بشناسیم در راه تربیت صحیح موفق‌تر خواهیم بود.

بدون شک یکی از بهترین روش‌های تربیتی این است که خود را به جای نوجوانان خود قرار دهیم و از دیده بود مسائل را ببینیم، آنگاه است که می‌توانیم یک محیط جذاب و گرم را در خانواده خود برای نوجوان پدید بیاوریم و بهتر بتوانیم رفتارها و کارهای او را کنترل و هدایت کنیم.

دکتر محمد خدایاری فرد

شیوه‌های تربیتی والدین، شرایط و امکانات مختلف اقتصادی و فرهنگی و ... خانواده، تمام ویژگی‌های نوجوان را تحت‌الشعاع قرار می‌دهد. به‌طوری‌که نوجوان‌های مختلف ویژگی‌های این دوران را بر اساس تفاوت‌هایی که از لحاظ خانوادگی با یکدیگر با شدت‌های مختلفی دارا هستند. شیوه سازگاری آنها، با تغییرات حاصل از بلوغ در آن‌ها متفاوت است و طول زمان نوجوانی و ورود به مرحله بزرگسالی در خانواده‌ها متفاوت است. خانواده‌هایی که شرایط مناسبی برای این دوران بحرانی مهیا می‌کنند، فرزندان با ایمنی بیشتر این دوران را می‌گذرانند و مشکلات نوجوانی کمتری را شاهد بوده، سریع‌تر از بقیه به پختگی و کمال فکری، عاطفی و اجتماعی می‌رسند. در حالی که در خانواده‌های نابسامان، خانواده‌های زیاد سختگیر و یا برعکس آسان‌گیری دشواری‌های دوران بلوغ بیشتر بوده و اغلب رسیدن به یک هویت کامل فکری، عاطفی و اجتماعی با تأخیر همراه است. (سایت ایران صدا)

رابطه افقی والدین با نوجوان

یکی از تدابیری که در جهت بهبود ارتباط با نوجوانان به خانواده‌ها توصیه می‌شود، تغییر چهارچوب روابط در این دوره است.

خانواده‌ها با کودکان رابطه‌ای برقرار می‌کنند که مشتمل بر امر و نهی هاست و دربرگیرنده دستورات مشخصی از انضباط و رعایت موازین اخلاقی است. لازمه برقراری این نوع رابطه آن است که خانواده‌ها در موضع بالا و حاکمیت قرار گرفته و کودک در موقعیتی کسی که دستورات مشخصی را دریافت می‌کند، واقع می‌شود و به عبارت دیگر رابطه خانه و کودک رابطه‌ای است عمودی، یعنی مشتمل بر ارتباطات دستوری و تحکمی که از بالا به پایین اعمال می‌شود. چارچوب فوق در دوران بلوغ به می‌ریزد و رابطه موجود به رابطه مطلوب که رابطه‌ای افقی است، باید تغییر یابد. والدین به عوض این که از موضع بالا به پایین برخورد کنند، خود را در سطحی مساوی نوجوان خویش قرار می‌دهند و رابطه به جای آنکه دستوری و تحمیلی باشد، رابطه‌ای است و بر اساس همدلی، تفاهم و درک وضعیت نوجوان که مطلوب‌ترین نوع چارچوبی ارتباطی محسوب می‌شود. به عبارتی نوجوان به جای این که والدین را در موضعی بالاتر از خود و دست نیافتنی احساس کند، آن‌ها را در کنار خود می‌یابد.

مواردی که والدین باید در ارتباط با نوجوانان خود را رعایت کنند:

توانایی والدین در کنترل هیجانات خود

اعمال شیوه‌های تربیتی گاه مستلزم قاطعیت تحکم است. در صورتی که این شیوه‌ها در شرایطی مناسب اعمال شود، نتایج مفیدی را به بار خواهند آورد. اما در صورتی که هدف از اعمال آن‌ها تخلیه هیجانات خود والدین باشد، آثار مخربی در روابط نوجوان با والدین خواهند داشت. هدف از اعمال شیوه‌های احیاناً تنبیهی نباید تخلیه هیجان پرخاشگری والدین باشد.

توجه به ارزش‌ها، استعدادها و توانایی‌های نوجوان توجه به ویژگی‌های مثبت و مفید نوجوان ارزش



چگونه به آرامش برسیم

و ضعفهای خود واقع بین باشید. هر چقدر نگرش شما نسبت به مسائل زندگی منطقی تر باشد، به آرامش بیشتری دست خواهید یافت.

افکار خود را بازسازی کنید

در افکار و عقاید خویش نسبت به شخص خود، بازنگری کنید. بیاموزید در مقابل خویشتن صبور باشید و ارزشها، استعدادها و مهارتهای خود را ارج نهدید. خود را بدون هیچ قید و شرطی دوست بدارید. هر گونه ترس و تردید غیر منطقی که در مورد خود دارید، کنار بگذارید. اگر دیدگاه مثبت و سالمی را در مورد خود داشته باشید، یاد خواهید گرفت که خود را بدون قید و شرط قبول داشته باشید.

نفس عمیق بکشید

نفس کنترل شده، نگرانی را کاهش می دهد. عمیقاً نفس بکشید و هوا را به آرامی خارج کنید. اینکار شما را موقتاً آرام می کند. حال اگر چند نفس عمیق بکشید، احساس بهتری نیز خواهید داشت. همچنین سعی کنید در جهت کنترل نگرانی روشهای خوب تنفس کردن را بیاموزید.

ورزش کنید

مسافتی را بدوید و یا با دوست خود تنیس بازی کنید. قطعاً پس از گذشت مدت زمانی کوتاه کمتر احساس نگرانی خواهید نمود. ورزش، تنش را کاهش می دهد، پرخاشگری را به کلی از بین می برد، سلامتی را افزایش می دهد، خواب را با آرامش همراه می سازد و در نهایت سبب می گردد تا در انجام دادن هر کاری تمرکز داشته باشید. ورزش بهترین و موثرترین وسیله ای است که ما می توانیم آن را ضدنگرانی بکار گیریم.

زندگی خود را سازماندهی کنید

سیاری از نگرانیهای روزمره به بی نظمی مرتبط هستند. چه موضوعی

آیا آرزو دارید که آرام و خونسرد باشید و فرصت کافی برای آنچه دلخواه شماست در اختیار داشته باشید؟ اگر چه رسیدن به این هدف مشکل به نظر می رسد، اما با کمی تلاش و تجدید نظر در افکار و اعمال می توان به آن نزدیک شد. جامعه ی ما آکنده از بار اطلاعاتی سنگین است و ابزاری چون تلویزیون، رادیو، اینترنت، تبلیغات، پست الکترونیک و تلفن همراه همگی بر این سنگینی می افزایند. از سوی دیگر شکل زندگی در عصر حاضر بویژه در جوامع شهری ناگزیر توأم با سر و صداها، ترافیک، شلوغی ها و انبوهی از کارهای الزام آور روزمره است که قطعاً تمام این فاکتورها افزایش استرس و سلب آرامش انسانها را موجب می شود. محققان و روانشناسان در سالهای اخیر تلاش کرده اند به شیوه های مختلف که متداول ترین آنها انتشار اخبار، مقالات و توصیه های بهداشتی است به مردم در حفظ آرامش در میان این همه و آشفتگی یاری برسانند. به اعتقاد آنها دسترسی و مطالعه این منابع هرازگاهی می تواند ما را به یاد نیاز اصلی مان به آرامش بباندازد و حتی دقایقی از این زندگی پرمشغله جدا سازد. فراموش نکنید در دنیای شلوغ و پر از استرس امروز بدست آوردن تکه ای آرامش می تواند غنیمت بزرگی باشد.

هر که هستید و هر کجا زندگی می کنید، آرامش را به زندگی خویش دعوت کنید و آن را در ذهن خود جایگزین سازید. اگر کلام و رفتار شما قریب آرامش باشد بدون شک این ویژگی به دنیای اطراف شما نیز سرایت خواهد کرد. بخاطر داشته باشید، برای رسیدن به این وضعیت، لازم است برخی قابلیت های ویژه را در خود پرورش دهید و شرایط خاصی را در زندگی خویش ایجاد نمایید. رعایت نکات زیر مقدماتی است که به شما کمک می کند و در این مسیر گام بردارید.

راههای رسیدن به آرامش

نسبت به انتظارات و برنامه های خود واقع بین و منطقی باشید تواناییهای خود را در موقعیتهای خاص بشناسید و نسبت به عدم تواناییها

هاست توجه کنید. وقتی احساس نگرانی می کنید، تشخیص دهید که کار درست، آرام بودن است. برای مدت کوتاهی از وظیفه ای که دارید شانه خالی کنید و خود را به بی خیالی بزنید یا اینکه بیشتر بخوابید. حس موفقیت از رسیدن به اهداف، با داشتن وقت و انرژی برای جشن گرفتن پیروزی ها و توجه داشتن به آنها به دست می آید. آرامش تنها وسیله ای است که با استفاده از آن می توانید با امنیت و سلامت به مقصد برسید.

به موفقیت های خود بها دهید

همیشه توجه داشته باشید که موفقیت، پیروزی های بعدی را به دنبال می آورد و احساس خودکم بینی را از انسان دور می کند. کافی است تنها به یک چیز که موجب بالندگی شماست فکر کنید و ارزشمند بودن خود را مورد تایید قرار دهید.

مسئولیت های متعدد را نپذیرید

ممکن است از اینکه همواره کارهای بسیاری را با هم انجام می دهید به خود ببالید. ولی قطعاً در حین کار احساس عدم تمرکز، نگرانی و خستگی می کنید. خانم ها اکثراً از اینکه چندین کار را انجام می دهند به خود می بالند اما در نهایت از این عمل آسیب می بینند.

هادی احمدی



را فراموش کرده ام، چه چیزی را گم کرده ام و یا چه مساله ای را نادیده گرفته ام؟

به منظور اصلاح امور خود از کارهایتان فهرستی تهیه کنید و برای خود برنامه روزانه بنویسید. برای مثال، جلوی در منزل سبدي را مخصوص سوییچ اتومبیلتان قرار دهید. با اینکار مجبور نیستید روز خود را با جستجوی عجولانه و پرتنش آغاز کنید. ارزش این سبد معادل چندین قرص آرام بخش است که می توانید برای مبارزه با نگرانی هایی که هر روز در هنگام گم کردن کلیدهای خود به آن دچار می شوید، استفاده کنید. این قبیل کارها به طرز شگفت آوری، زمانی را که هر روز صرف نگرانی های مخرب و بی فایده خود می کردید، کاهش می دهند.

با دیگران ارتباط برقرار کنید

برخیزید. درست زمانی که احساس کردید نگرانی های مخرب و مسموم کننده دور شما حلقه زده اند، خود را از این مخمصه نجات دهید. به آرامی اینکار را انجام دهید. از جای خود برخیزد. قدم بزنید. با دوست خود صحبت کنید و با اینکار خود را از هرگونه نگرانی دور کنید، هر قدر بیشتر نگرانی را به خود راه دهید، مشکل تر می توانید از شر آن خلاص شوید.

خواهش می کنم بگو: «نه!»

شما می توانید کارهایی که در لیست روزانه تان وجود دارند را کنترل کنید. یاد بگیرید که از بصیرت و درکتان برای تشخیص اینکه چه کارها و فرصت هایی دقیقاً برای زندگی و کارتان مهم هستند، استفاده کنید. نه گفتن قسمت بزرگی از راه رسیدن به موفقیت تان را تشکیل می دهد و مردم به صداقت تان احترام خواهند گذاشت. درواقع آنها با عقاید اصلی شان به شما نزدیک خواهند شد و خواهید توانست راحت تر به موفقیت برسید. برای رسیدن به آرامش واقعی باید با خودتان صادق باشید. به تمام علایم روانی و جسمی تان که ناشی از پاسخگویی به استراحت

دروغ‌هایی که به خودمان می‌گوییم!

اگر همسرم در منزل آرایش نمی‌کند، خسته است! اگر من دیر به خانه می‌آیم، کارم زیاد است؟ این‌ها واقعیت است یا خودگویی‌های

دروغین؟

«من وقتی از خانه بیرون می‌روم حسابی آرایش می‌کنم، ولی وقتی خانه هستم نه. به نظرم ضرورتی ندارد. شوهرم من را همینجوری پسندیده، دلیلی ندارد بخواهم کلی هزینه روی دست خانواده ام بگذارم و وسایل آرایش چند ده هزار تومانی را داخل خانه تمام کنم. به علاوه می‌دانید به نظر من مهم است که غریبه‌ها ترها ظاهر برازنده تری از آدم ببینند، این آبروی شوهرم هم هست».

«خانم من حتی برای من هم سعی نمی‌کند زیباتر جلوه کند. یعنی وقتی برای این کارها ندارد از صبح سر کار است، البته محل کارمان یکی نیست، وقتی هم می‌رسد به خانه تا نیمه شب به خاطر شستن و پختن و کار خانه سر پاست. البته این یک استدلال خوش بینانه است. راستش من خیلی ناراحتم چون فکر می‌کنم او از زندگی با من راضی نیست».

نظر شما چیست؟ آیا دلیل رفتار و افکار این خانم و آقای محترم همین است که بیان کرده اند؟ این سوالاتی است که در هر زمان برای هر یک از ما نیز می‌تواند محلی از طرح داشته باشد. آیا علت انتخاب لباسهای مارک دار گران قیمت صرفاً زیبایی آنهاست؟ آیا علت به همسری برگزیدن یک زن یا مرد معنادار عشق است؟ اشتباه نشود. ما در این مقاله به دنبال قضاوت کردن درباره دیگران نیستیم. بلکه می‌خواهیم با اندکی تأمل بیشتر در علت رفتارهای مان از خودمان، خود خود واقعی مان شناخت بیشتری پیدا کنیم. راحت بگویم، این مقاله فراخوانی عمومی به این موضوع است: «بیایید به خودمان دروغ نگوییم». عنوان این فراخوان نباید به کسی بر بخورد، چرا که ما انسانیم و می‌دانیم که انسان استاد خودفریبی است و به تجربه موقعیتهایی را در زندگی دریافته ایم که چیزهای غلط را برای خود درست نمایانده و از پذیرش چیزهای درست امتناع کرده ایم.

خود فریبی، دروغ گفتن به خود است و وقتی اتفاق می‌افتد که ما به جای یک دلیل واقعی یک دلیل دیگر را که در کوتاه مدت کمتر آسیب زاست برای رفتار خود در نظر می‌گیریم. این پدیده که در طولانی مدت ما را به سمت نابودی می‌کشاند به صورت ناهشیار اتفاق می‌افتد یعنی ما بدون اینکه آگاه باشیم به خودمان دروغ می‌گوییم. با توجه به این مسئله چطور می‌توانیم بفهمیم که برای مثال همین حالا در مورد یک مسئله ای با خودمان صادق هستیم یا خیر؟

بهترین راه برای تشخیص اینکه آیا داریم به خودمان دروغ می‌گوییم یا نه خود مشاهده گری است. این به آن معناست که بدون قضاوت، تمام توجه مان را به خودمان معطوف کنیم و با پرسیدن سوالاتی از خود، انگیزه‌ها و علل درونی رفتارهایمان را شناسایی کنیم. خود مشاهده گری سه حیطة را در بر می‌گیرد:

۱. مشاهده هیجانهای خود

گاهی ما سریعاً به رفتارهای دیگران واکنش هیجانی نشان می‌دهیم آن هم به صورتی که با مختصات آن رفتار و همینطور ویژگیهای شخصیتی عامل آن رفتار تناسبی ندارد. برای مثال در یک مهمانی یکی از آشنایان را می‌بینیم که به عنوان فردی خوش معاشرت معروف است اما از ما

به سادگی می‌گذرد. اما ما به همین سادگی از او نمی‌گذریم بلکه به سر وقتش می‌رویم و به بیانی تند (که نشانه هیجان خشم است) بی محلی او را تلافی می‌کنیم. شاید در آن موقع این طور فکر کرده ایم که او آدمی است که همیشه دوست داشته من را تحقیر کند. اما وقتی به کمیت و کیفیت هیجان خود توجه می‌کنیم می‌بینیم که این ما هستیم که همیشه وقتی او را می‌بینیم یا حتی وقتی که می‌شنویم او هم به مهمانی خواهد آمد احساس بدی پیدا می‌کنیم. و وقتی بیشتر به خودمان توجه می‌کنیم متوجه می‌شویم که او مثلاً شبیه کسی است که خاطره دردناکی را در گذشته برای مان ایجاد کرده است. به عبارت دیگر، می‌فهمیم که ریشه این احساس بد به خودمان و مسائل حل نشده ای که از گذشته با خود حمل می‌کنیم بر می‌گردد نه به آن فرد.

با توجه به این واقعیت وقتی ما نسبت به چیزی یا کسی واکنش هیجانی فوری و نامتناسب نشان می‌دهیم لازم است مکث کنیم و از خودمان بپرسیم: این هیجان چیست؟ آیا این هیجان واقعاً به موقعیت فعلی مربوط است یا اینکه موقعیت فعلی چیزی را در من زنده کرده است که از گذشته حل نشده باقی مانده است؟

ما رفتارمان هستیم نه آن چه که تصور یا ادعا می‌کنیم. اگر به خودمان قبولانده ایم که فرد خوش قولی هستیم اما هر وقت به همسر بیمارمان قول می‌دهیم که او را در معاینه ماهیانه اش همراهی کنیم فراموش می‌کنیم یا دیر می‌رسیم باید بپذیریم که با خودمان صادق نبوده ایم

۲. مشاهده افکار خود

ما می‌خواهیم باور کنیم که افکار ما بازتاب درستی از واقعیت هستند و در نتیجه درباره همه چیز حق با ماست. اما واقعیت برعکس است. متأسفانه بسیاری از افکار ما نادرست هستند. این افکار گاهی بسیار منفی می‌شوند مانند «من فکر می‌کنم که همسرم از زندگی با من راضی نیست چون همسر قبلی ام به همین دلیل از من جدا شد». گاهی هم به شکل افراطی مثبت می‌شوند مانند «با اینکه معتاد است اما می‌تواند شگفت انگیزترین آدمی باشد که در تمام عمر دیده‌ام». این افکار نادرست در واقع آینه واقعیت‌های تلخی هستند که به طور ناهشیار می‌خواهیم آنها را ندید بگیریم.

با توجه به این واقعیت وقتی متوجه می‌شویم که تفکر ما افراطی یا غیر منطقی است، لازم است مکث کنیم و از خودمان بپرسیم: «من در مورد همسرم چطور فکر می‌کنم؟ بسیار خوب؟ یا بسیار بد؟ آیا افکار من افراطی یا تفریطی نیستند؟ آیا من برای توجیه افکار فعلی ام به تجربه های گذشته خود متوسل شده ام؟»

۳. مشاهده رفتار خود

ما رفتارمان هستیم نه آن چه که تصور یا ادعا می‌کنیم. اگر به خودمان قبولانده ایم که فرد خوش قولی هستیم اما هر وقت به همسر بیمارمان قول می‌دهیم که او را در معاینه ماهیانه اش همراهی کنیم فراموش می‌کنیم یا دیر می‌رسیم باید بپذیریم که با خودمان صادق نبوده ایم.

بنابراین وقتی متوجه می‌شویم که رفتارمان با کسی که می‌خواهیم باشیم یا ادعا می‌کنیم هستیم سازگار نیست لازم است مکث کنیم و از خود بپرسیم: «چرا من اینطور رفتار می‌کنم؟ چه چیز رفتار مرا بر می‌انگیزد؟ من چه چیزی را درباره رفتارم نمی‌خواهم بپذیرم؟ و چرا؟»

انتخاب صداقت

ما نمی‌توانیم با دیگران صادق باشیم مگر اینکه در وهله اول با خودمان صادق باشیم. لازمه صداقت داشتن با خود این است که هر روز به هیجانات، افکار و رفتارهای خود بیندیشیم و شجاعانه با برخی واقعیت‌های تلخ در مورد خود مواجه شویم و بخواهیم تا بدانیم که واقعاً کیستیم. فقط در این صورت است که می‌توانیم به خودمان فرصت تغییر بدهیم.



می گوید؛

غض بصر داشته باشید یعنی مراقب نگاهتان باشید.

تکلیف من یک چیز است و تکلیف مردان یک چیز دیگر.

این تکالیف مکمل هم‌اند، یعنی اگر مردی غض بصر نداشت و زل زد به من،

پوشش من باید مانع و حافظ او باشد و من اگر حجاب درست و حسابی نداشتم،

غض بصر مرد و کنترل نگاهش باید مانع و حافظ من باشد.

همسر تو، تو را "دید"،

کشش ایجاد شد و انتخابت کرد.

کجا نوشته شده است که همسرت نمی‌تواند از تماشای زنانی غیر از تو لذت ببرد،

وقتی مبنای انتخاب برای او نگاه است؟

گفت: خوب ما به هم تعهد دادیم.

گفتم: غریزه، غریزه منطق نمی‌شناسند، تعهد نمی‌شناسد.

چه زندگی‌ها که به چشم خودم دیدم چطور با یک نگاه آلوده به باد فنا رفت.

من چادر سر می‌کنم، تا اگر روزی همسر تو به تکلیفش عمل نکرد و نگاهش را کنترل نکرد،

زندگی تو به هم نریزد، همسرت نسبت به تو دلسرد نشود،

محبت و توجه‌اش نسبت به تو که محرمش هستی کم نشود.

من به خودم سخت می‌گیرم و در گرمای تابستان زیر چادری که بیشتر شبیه کوره است از گرما هلاک می‌شوم،

زمستان‌ها زیر برف و باد و باران برای کنترل کردن و جمع و جور کردنش کلافه می‌شوم،

بخاطر حفظ خانه و خانواده‌ی تو.

من هم مثل تو زن هستم. تمایل به تحسین زیبایی‌هایم دارم.

من هم دوست دارم تابستان‌ها کمتر عرق بریزم،

زمستان‌ها راحت‌تر توی کوچه و خیابان قدم بزنم.

من روی تمام این علاقه‌ها خط قرمز کشیدم،

تا به اندازه‌ی سهم خودم حافظ گرمای زندگی تو باشم.

سکوت کرده بود.

گفتم؛ راستی

هر کسی در کنار تکالیفش، حقوقی هم دارد.

حق من این نیست که زنان جامعه‌ام با موهای رنگ کرده‌ی پریشان و صد جور جراحی زیبایی فک و بینی و کاشت گونه و لب و آنچه نگفتنیست،

چشم‌های همسر من را به دنبال خودشان بکشانند.

حالا بیا منصف باشیم.

من باید از شکل پوشش و آرایش تو شاکی باشم یا شما از من؟

بعد از یک سکوت طولانی گفت؛

هیچ وقت به قضیه این طور نگاه نکرده بودم؛

راست می‌گی

حجاب

در مسجد داشتم سجاده آماده می‌کردم برای

نماز، همین که چادر مشکی را از سر برداشتم

تا چادر نماز بر سر کنم گفت:

این همه خودت را بقیچه پیچ می‌کنی که چی؟

برگشتم به سمت صدا،

دختری را دیدم که در گوشه‌ی نمازخانه

نشسته بود.

پرسیدم: با منی؟

گفت: بله

با توام و همه‌ی بیچاره‌های مثل تو که گیر کرده‌اید

توی افکار عهد عتیق!

اذیت نمی‌شی با این پارچه‌ی دراز دور و برت؟

خسته نمی‌شی از رنگ همیشه سیاهش؟

تا آدم حرف بزنی گفت: نگاه کن ببین چقدر زشت می‌شی،

چرا مثل عذارها سیاه می‌پوشی؟

و بعد فقط بلدید گیر بدهید به امثال من.

خندیدم و گفتم: چقدر دلت پُر بود دوست من!

هنوز اگر حرف دیگری مانده بگو.

خنده ام را که دید گفت: نه!

حرف زدن با شماها فایده ندارد.

گفتم: شاید حق با تو باشد عزیزم. پرسیدم ازدواج کردی؟

گفت: بله.

گفتم: من چادر را دوست دارم.

چادر؛ مهربانیست.

با سرزنش نگاهم کرد که یعنی تو هم مثل بقیه‌ای

گفتم؛ چادر سر می‌کنم، به هزار و یک دلیل.

یکی از دلایل چادر سر کردنم حفظ زندگی‌توست.

با تعجب به چهره ام نگاه کرد.

پرسیدم با همسرت کجا آشنا شدی؟

گفت: فلان جا همدیگر را دیدیم، ایشان پیشنهاد ازدواج داد، من هم قبول

کردم.

گفتم خوب؛ خدا قبل از دستور دادن به من که خودم را بپوشانم به مردها

چه دوستی را برای خود انتخاب کنیم؟

با اینان دوستی نکنیم؟

دوستی و دوست یابی، ضرورتی اجتماعی است و به همین دلیل، اهداف و شرایطی نیز دارد. از نگاه نهج البلاغه، نمی توان با هر کسی دوست شد؛ کسانی مانند اشرار، افراد فرومایه، دنیاطلب، دروغگو، پست، چالوس، بخیل، فاسد، عیب جو، سخن چین، احمق، نادان و منافق، شایستگی دوستی را ندارند. امیرمؤمنان علی علیه السلام می فرماید:

«با چالوس رفاقت نکن که او با چرب زبانی، تو را اغفال می کند و کار نادرست را در نظرت درست جلوه می دهد.» «از دوستی با دروغگو بپرهیز؛ زیرا دروغگو چون سراب است، دور را نزدیک و نزدیک را دور می نماید.» «از دوستی با افراد فاسد بپرهیز که بدی و زشتی شان همیشگی است.» «از دوستی با نادان بپرهیز؛ زیرا می خواهد به تو نفعی برساند، ولی زیان می رساند.»

میان روی در دوستی

بعضی ها وقتی با کسی دوست می شوند، در همان روزهای نخست چنان به او اعتماد می کنند که همه اسرار زندگی خویش را با او در میان می گذارند و هیچ محدودیتی در رفاقت نمی شناسند؛ در حالی که اگر روزی این علاقه های لحظه ای و افراطی از میان برود و دشمنی و اختلافی بینشان ایجاد شود، ضربه های جبران ناپذیری متوجه آنها خواهد شد. امیرمؤمنان علی علیه السلام در کلامی زیبا می فرماید: «در رفاقت با دوست خود اندازه نگه دار، برای آنکه شاید روزی با تو دشمن شود؛ و در دشمنی با دشمن خود نیز اندازه نگه دار، برای آنکه شاید او نیز روزی دوست تو گردد.»

پس از انتخاب دوست، باید در نگهداری و ارتباط سالم و سودمند با او کوشید. میانه روی در ارتباط، یکی از راه های حفظ دوستی است، زیرا رفت و آمدهای بسیار و ملاقات های بی حد و اندازه، خسته کننده است و محبت را از میان می برد.

پندهای دوستانه

در دین آسمانی اسلام، اصل بر این است که مؤمنان یکدیگر را دوست بدارند و از هر چه موجب دشمنی است، دوری کنند. از دیدگاه نهج البلاغه، اساس و پایه دوستی ها، ارزش های الهی و معنوی است و با کسی باید دوست شد که دیندار و پرهیزکار باشد و عامل رشد و تکامل روحی و معنوی آدمی گردد و همواره او را به تقوا و پاکی بخواند. امیرمؤمنان علی علیه السلام می فرماید: «هیچ مهربانی و دوستی ای، همچون دوست خوب و پندگو نیست.»

پرهیز از رفتارهای ناشایست

پس از انتخاب دوست، باید در نگهداری و ارتباط سالم و سودمند با او کوشید. میانه روی در ارتباط، یکی از راه های حفظ دوستی است، زیرا رفت و آمدهای بسیار و ملاقات های بی حد و اندازه، خسته کننده است و محبت را از میان می برد. انسان باید همواره مراقب باشد دوستان خوب خود را با رفتارهای ناشایست، همچون پرخاشگری، بدگویی، فخر فروشی، دروغگویی، بی وفایی، بداخلاقی، حسادت، بخل و... از دست ندهد. امیرمؤمنان علی علیه السلام می فرماید: «به خشم آوردن و شرمنده ساختن دوست، مقدمه جدایی است.» و «دوستی خود را به بی وفایی از دست مده.» و «حسادت به دوست، دلیل بیماری و غیر واقعی بودن دوستی است.» و «شخص گردنکش، یار و دوستی ندارد.»

از بزرگ ترین ضرورت های زندگی، نیاز به دوستی با دیگران است. در اسلام نیز به رفاقتی که بر ضوابط دینی مبتنی باشد، به دیده احترام نگریسته شده و درباره دوستی و انتخاب دوست خوب، سفارش های فراوانی گردیده است. امیرمؤمنان علیه السلام در کلامی می فرماید: «هر که دوستی ندارد، همانند انسانی است که مهم ترین اعضای خود را از دست داده است.» نیز از آن حضرت است که: «ناتوان ترین مردم کسی است که نتواند دوستی برای خود انتخاب کند و ناتوان تر کسی که دوستی را که به دست آورده، از دست بدهد.»

آزمایش پیش از دوستی

با توجه به تأثیر فراوانی که دوستان در زندگی انسان دارند، دقت در گزینش آنها، امری ضروری و لازم است. از این رو، پیشوایان هدایتگر، آزمودن دوست را پیش از انتخاب لازم دانسته اند. امیرمؤمنان علیه السلام می فرماید: «در برگزیدن دوستان، آزمایش را مقدم بدار.» نیز می فرماید: «کسی که پس از آزمایش صحیح، شخصی را برای دوستی برگزیند، رفاقتش پایدار و دوستی اش استوار خواهد ماند.» نیز فرموده است: «کسی که (در آزمایش حساب شده) از دوست خود، اطمینان و استقامت در دین و درستی در راه و رسم زندگی ببیند، دیگر نباید به سخنان این و آن توجه کند.»

دوستی های خوب و ماندگار

انگیزه انتخاب دوست، رابطه مستقیمی با مدت دوستی دارد. هر گاه دو نفر برای خدا و خدمت به یکدیگر دست دوستی به هم دهند، روز به روز دوستی آنها تقویت می شود و استواری بیشتری می یابد، ولی زمانی که افراد فقط منافع شخصی و مادی خودشان را در نظر بگیرند، پیوند دوستی شان با یکدیگر سست و ناپایدار می گردد. امیرمؤمنان علیه السلام می فرماید: «دوست، کسی است که تو را با جانفش ننگه دارد و بر مال و فرزندان و خاندانش برگزیند.» نیز می فرماید: «رفیق، خوب نیست، مگر کسی که در مواقع تهی دستی و در غیاب و حتی پس از مرگ نیز دوست خود را یاری و اسرار او را حفظ کند.»

بعضی ها وقتی با کسی دوست می شوند، در همان روزهای نخست چنان به او اعتماد می کنند که همه اسرار زندگی خویش را با او در میان می گذارند و هیچ محدودیتی در رفاقت نمی شناسند؛ در حالی که اگر روزی این علاقه های لحظه ای و افراطی از میان برود و دشمنی و اختلافی بینشان ایجاد شود، ضربه های جبران ناپذیری متوجه آنها خواهد شد.

آینه ای به نام دوست

آینه، هم خوبی ها را نشان می دهد و هم بدی ها را؛ آن هم به همان اندازه واقعی اش، نه کوچک تر و نه بزرگ تر. دوست خوب نیز همواره نقاط قوت و ضعف انسان را بازگو می کند، تا قوت ها را تقویت و کاستی ها را از میان ببرد و به این صورت، مسیر رشد و کمال را بپیماید.

بدون شک دوستی که اشتباه دوستش را به او تذکر ندهد و به راهنمایی اش نپردازد، او را از گمراهی باز نداشته است. همچنین، دوستی که نقاط قوت و خوبی ها را بیش از اندازه بزرگ جلوه دهد، دوستش را گرفتار خودبینی و غرور می کند. بر این اساس، باید در دوستی با چنین افرادی تجدیدنظر کرد. امیرمؤمنان علی علیه السلام می فرماید: «دوستدار تو، تو را از بدی باز می دارد.» و «هر کس عیب های تو را بر تو آشکار سازد، دوست تو است.» و «همواره دوست خود را با پند و اندرز نصیحت کن؛ چه خوب باشد یا زشت.»

آشنایی با نماز

این کتاب که تهیه و تدوین آن توسط آقایان محسن قرائتی و جواد محدثی میباشد یکی از کتابهای مورد استفاده نمازگزاران میباشد.

این کتاب نقش نماز و بندگی خدا را معرفی میکند و شامل ۸۱ عنوان میباشد که در این نوشتار به برخی از آن عناوین اشاره میکنیم:

چرا و چگونه نماز بخوانیم

خدای بزرگ، نه از نماز خواندن ما سود می برد و نه بی نمازی ما به او زیان می رساند. اگر بخوانیم خودمان به پاکی جان و صفای روح و دوری از پلیدی ها می رسیم. اگر به نماز بی اعتنا باشیم، محروم شدن از برکات و آثار معنوی و اجتماعی آن، دامنگیر خودمان خواهد شد و در آخرت هم به خاطر ناسپاسی و دوری از خدا و آلوده شدن به فسادها کیفر خواهیم دید.

قبولی نماز

یکی از مسائلی که مورد بحث کتاب آشنایی با نماز قرار گرفته است، شرایط قبولی عبادات میباشد، که بر مبنای آیات و روایات ایمان، ولایت، تقوا و مراعات حقوق دیگران است.

مقدمات نماز

یکی از موضوعات مهم این کتاب مقدمات نماز میباشد که به طور خلاصه در این نوشتار ذکر میشود: طهارت، نیت، حضور قلب و مواردی چون اذان، تکبیر و سوره حمد مورد بررسی واقع شده است.

نماز اولیاء خدا

یاد و ذکر نماز اولیاء خدا انگیزه خوبی است برای اینکه نماز گزار، نمازی با روح با نشاط بخواند و آنها را الگویی برای انجام عبادات خویش قرار بدهد. کتاب آشنایی با نماز این مسأله را یادآور شده است و نمونه های زیبا در مورد نماز اولیاء الهی ذکر نموده است. پس از نگاه گذرا که به نماز پرداخته به مراحل پایانی آن یعنی تشهد به یکتایی خدا و رسالت و عبودیت پیامبر شهادت میدهد و با سلام این نماز را به پایان میرساند.

در آخر کتاب مطلب را با این کلمات به پایان میرساند:

به پایان مطلب رسیدیم. ولی در آغاز راهیم
راه انسان شدن، کمال یافتن است، بندگی کردن
است، مسلمان زیستن است، خدا را بر خود
سرپرست و حاکم دانستن است، خدا را خالصانه
پرستیدن است
نماز، انس ما با پروردگارمان است، آن را سست
نگیریم.
نماز، سخن گفتن بنده با خالق است، آن را
دوست بداریم.
نماز، غذای روح ماست، فراموشش نکنیم.
در نماز خدا را به یاد داشته باشیم. حضور قلب
و توجه، روح و جان نماز ماست.
نماز، بازدارنده از فحشا و منکر است، از آن بیشتر
بهره بجوئیم.





مسئولیت مدنی یا ضمان قهری

ضمان قهری یا مسئولیت مدنی: عبارت است از مسئولیت شخص به انجام کاری و یا جبران زبانی، که ناشی از عمل قضایی یا قرارداد عقد نباشد که ماده ۳۰۷ قانون مدنی غصب، اتلاف، تسبیب و استیفاء را موجب ضمان قهری شناخته است. که در اینجا به توصیف مختصر آنها می پردازیم:

غصب: مطابق ماده ۳۰۸ قانون مدنی غصب، استیلا بر حق غیر است به نحو عدوان یعنی اولاً برای تحقق غصب تسلط بر مال غیر لازم است و کسی که مانع تصرف مالک شود، غاصب نیست. ثانیاً غصب در مال منقول و غیرمنقول هر دو صادق است و ثالثاً تصرف غاصب باید به نحو عدوان باشد؛ یعنی برخلاف حق و قانون صورت گیرد، بنابراین اگر تصرف با تجویز قانون یا اجازه مالک و یا به موجب قراردادی باشد عنوان غصب ندارد.

مطابق قانون، غاصب ملزم است عین مال مغضوبه را با منافعهش به مالک بازگرداند و چنانچه تلف شده باشد مثل یا قیمت آن را بپردازد.

اتلاف: مطابق ماده ۳۲۸ قانون مدنی هر کس مال غیر را تلف کند ضامن آن است و باید مثل یا قیمت آن را بدهد اعم از آنکه از روی عمد تلف کرده باشد یا بدون عمد و اعم از اینکه عین باشد یا منفعت و اگر ناقص یا معیوب کند ضامن نقص قیمت آن مال است

تسبیب: در تسبیب شخص به طور مستقیم مباشر تلف کردن مال نیست، عنصر تقصیر، در تسبیب بسیار پررنگ است، به نحوی که زیان دیده اگر بتواند تقصیر مسبب را ثابت کند، مستحق جبران خسارت است. در اتلاف تقصیر شرط ایجاد مسئولیت نیست، ولی در تسبیب، تقصیر شرط است. در اتلاف شخص به طور مستقیم مال دیگری را تلف می کند ولی در تسبیب شخص مسبب تلف مال می شود.

استیفاء: هر کس برحسب امر دیگری اقدام به عملی نماید که عرفاً برای آن عمل اجرتی بوده و یا آن شخص عادتاً مهبیای آن عمل باشد عامل مستحق اجرت عمل خود خواهد بود مگر اینکه معلوم شود که تبرع داشته است. ماده ۳۳۶ قانون مدنی که در این ماده اشاره بر این است که داشتن قصد تبرع امری است خلاف اصل و باید ثابت شود و کسی که کاری را برای دیگری انجام می دهد مستحق است و طرف دیگر مسئول پرداخت اجرت المثل عمل متعهد می باشد



اقاله:

به هم زدن عقد لازم را میگویند که با رضایت طرفین صورت میگیرد. به آن تفاسخ و تقایل نیز میگویند.

تعزیر:

مجازات است که دارای حداکثر و حداقل باشد، حداکثر آن در قانون معین است و حداقل آن به اختیار قاضی است.

حواله:

عقدی است که به موجب آن طلب شخصی از ذمه مدیون به ذمه شخص ثالثی منتقل می‌گردد.

حق ارتفاق:

حقی است برای شخص در ملک دیگری بواسطه مالکیت در ملک معین.

حق انتفاع:

حقی است که بموجب آن، شخص می‌تواند از مالی که عین آن ملک دیگری است یا مالک خاصی ندارد استفاده کند.

دادخواست:

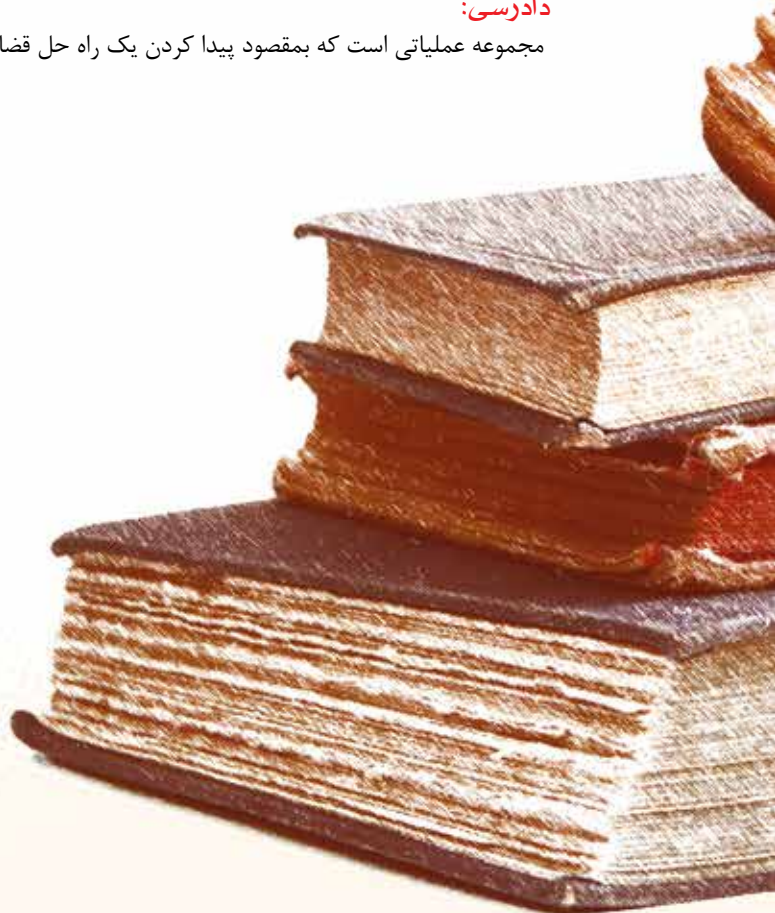
شکوائیه‌ای است که به مراجع قضایی بطور کتبی و یا شفاهی عرضه می‌شود.

دادخواه:

مدعی را گویند کسیکه طرح دعوی می‌کند و تظلم می‌نماید.

دادرسی:

مجموعه عملیاتی است که بمقصد پیدا کردن یک راه حل قضایی بکار میرود (رسیدگی به مرافعه)





آری از پشت کوه آمده ام...

چه می دانستم این ور کوه باید برای ثروت، حرام خورد؟!

برای عشق، خیانت کرد

برای خوب دیده شدن، دیگری را بد نشان داد

برای به عرش رسیدن، دیگری را به فرش کشاند

وقتی هم با تمام سادگی، دلیلش را می پرسم

می گویند: از پشت کوه آمده!

ترجیح می دهم به پشت کوه برگردم و تنها دغدغه ام سالم

برگرداندن گوسفندان از دست گرگها باشد.... تا

اینکه این ور کوه باشم و گرگ!

محمد بهمن بیگی





کمبود منیزیم را جدی بگیرید!

احتمال بروز کمبود منیزیم در مبتلایان به بیماری‌های گوارشی نظیر اسهال مزمن، بیماری کرون، سندرم سوءجذب، سلیاک، بیماری‌های پانکراس، برداشتن برخی از روده و التهاب روده؛ افرادی با رژیم‌های غذایی که حاوی مقادیر زیادی مواد فرآیندشده و غلات تصفیه شده و مقدار کمی سبزیجات است؛ به دنبال فعالیت شدید ورزشی؛ در دوران سریع رشد (نوجوانی، بارداری و شیردهی)؛ در صورت مصرف داروها (دیورتیک‌ها، استروئیدها، ملین‌ها و داروهای شیمی‌درمانی)؛ در مبتلایان به دیابت و پرکاری غده تیروئید و نیز در صورت مصرف زیاد الکل وجود دارد.

علائم و نشانه‌های کمبود منیزیم عبارتند از اسپاسم و گرفتگی عضلانی؛ افسردگی، تحریک‌پذیری و اختلال در تمرکز؛ بی‌اشتهایی، تهوع و استفراغ؛ افزایش تری‌گلیسیرید و کلسترول خون؛ احتباس آب و سدیم.

کمبود خفیف منیزیم می‌تواند منجر به بروز هیپرتانسیون، بیماری‌های قلبی-عروقی، پره‌اکلامپسی و استئوپروز شود، اما کمبود متوسط تا شدید این عنصر ممکن است هیپوکالسمی، هیپوکالمی، نارسایی‌های عضلانی-عصبی (نظیر تتانی، تشنج و آتاکسی) را به دنبال داشته باشد. تحقیقات نشان می‌دهند کمبود منیزیم احتمال تشکیل سنگ‌های کلیوی و زایمان زودرس را نیز افزایش می‌دهد.

نزدیک به ۵۰ درصد از کل منیزیم موجود در بدن، در استخوان‌ها وجود دارد و نیمی دیگر داخل سلول بافت‌ها و ارگان‌هاست. فقط یک درصد از منیزیم بدن در خون وجود دارد اما بدن به سختی تلاش می‌کند سطح این میزان منیزیم اندک موجود در خون را ثابت نگه دارد.

منیزیم برای بیش از ۳۰۰ واکنش بیوشیمیایی در بدن لازم است. منیزیم باعث عملکرد طبیعی اعصاب و عضلات می‌شود، ریتم قلب را ثابت نگاه می‌دارد، از سلامت دستگاه ایمنی بدن حمایت و قدرت استخوان‌ها را حفظ می‌کند.

همچنین منیزیم سطح گلوکز خون را تنظیم کرده، فشارخون را در محدوده طبیعی قرار می‌دهد. نقش آن در سنتز پروتئین، متابولیسم و تولید انرژی به اثبات رسیده است.

کمبود منیزیم در بدن

منیزیم به وفور در منابع گیاهی و حیوانی یافت می‌شود؛ به علاوه، کلیه‌ها می‌توانند با ممانعت از اتلاف منیزیم به حفظ این عنصر کمک‌کنند بنابراین کمبود آن به ندرت اتفاق می‌افتد؛ گرچه شیوع آن در سال‌های اخیر افزایش یافته است.

- یبوست

یبوست ممکن است روزها تا ماهها طول بکشد. مدفوع معمولاً سفت و باریک می باشد. گاهی اوقات بیماران احساس تخلیه ناقص دفع مدفوع میکنند، حتی زمانیکه رکتوم خالی است. این احساس ناقص منجر به زور زدن و نشستن طولانی مدت در توالت و مصرف انما و مسهل می شود.

- علائم دیگر:

علائم دیگر بیماری شامل نفخ، گاز، آروغ زدن، سوزش سردل، اختلال در بلع، سیری زودرس و حالت تهوع می باشند.

تشخیص: علائم تعدادی از اختلالات روده ای مانند سوء جذب، بیماری التهابی روده، کولیت میکروسکوپی و اتوزینوفیلیک شبیه به علائم سندرم روده تحریک پذیر می باشند. بدلیل اینکه هیچ نشانگر تشخیصی برای سندرم روده تحریک پذیر وجود ندارد، تاریخچه بیماری، معاینه فیزیکی و تستهای انتخابی جهت رد اختلالات دیگر کمک کننده خواهد بود.

معیارهای تشخیصی:

درد یا ناراحتی شکمی عود کننده، حداقل سه بار در ماه در سه ماه گذشته همراه با دو یا بیشتر از معیارهای زیر:

- ۱- بهبود درد شکمی با اجابت مزاج
 - ۲- شروع درد شکمی با تغییر در دفعات اجابت مزاج
 - ۳- شروع درد شکمی با تغییر در قوام مدفوع
- این معیارها بایستی حداقل در سه ماه اخیر تکمیل شده باشند و شکایات، حداقل از شش ماه قبل شروع شده باشند

آزمایشات:

آزمایشهای خونی روتین معمولاً نرمال، اما در رد دیگر اختلالات کمک کننده هستند. گاهی اوقات بسته به علائم خاص یا فاکتورهای دیگر در

سندرم روده تحریک پذیر

سندرم روده تحریک پذیر (emordnyS lewoB elbatirrI) که اختصاراً SBI گفته می شود، نوعی اختلال در عملکرد روده است که با درد مزمن در ناحیه شکم، احساس ناراحتی، نفخ و تغییرات در عادات روده ای، بدون هرگونه علت ارگانیک دیگری، مشخص می شود. اسهال یا یبوست می توانند علامت غالب باشند که ممکن است به صورت متناوب ظاهر شوند

علل: علل IBS مشخص نیست، اگر چه تئوریهایی از قبیل اختلالات گوارشی، عدم تحمل غذا و مسائل روحی ممکن است دخالت داشته باشند. اکثر محققین بر این باورند که IBS بدنبال بالا بودن میزان حساسیت روده نسبت به حد نرمال، بوجود می آید. رایج ترین تئوری این است که آی بی اس از اختلال در تعامل میان مغز و دستگاه گوارش پدید می آید، اگرچه ممکن است نوعی اختلال در فلور روده ها و یا دستگاه ایمنی بدن نیز در ایجاد آن نقش داشته باشد

علائم: سندرم روده تحریک پذیر معمولاً در دوران جوانی شروع می شود. زنان ۲ برابر مردان به این بیماری مبتلا می شوند. و علامت اصلی IBS، درد شکمی و تغییر در اجابت مزاج (اسهال و/ یا یبوست) می باشد.

- درد شکمی

معمولاً درد شکمی ماهیتی کرامپی دارد، شدت آن متغیر و در قسمت پائین چپ حس می شود.

این درد در بعضی از بیماران با مصرف غذا یا استرس عاطفی آغاز می شود و با دفع گاز یا مدفوع کاهش می یابد. در تعدادی از خانمهای مبتلا به سندرم روده تحریک پذیر رابطه ای بین اپیزودهای درد و سیکل قاعدگی را احساس می شود.

- تغییر اجابت مزاج

تغییر اجابت مزاج دومین ویژگی سندرم روده تحریک پذیر می باشد. الگوی تغییر اجابت مزاج شامل اسهال، یبوست، یا یبوست و اسهال متناوب می باشد. اگر اسهال نشانه غالب باشد، این اختلال را سندرم روده تحریک پذیر با اسهال غالب می نامند. اگر یبوست نشانه غالب باشد این اختلال را سندرم روده تحریک پذیر با یبوست غالب می نامند.

- اسهال

اسهال ناشی از سندرم روده تحریک پذیر به صورت مدفوع شل و حجم کم می باشد. اسهال معمولاً در روز اتفاق می افتد، و اغلب موارد صبح یا بعد از خوردن رخ می دهد. اسهال اغلب با حس فوریت بدنبال احساس تخلیه ناقص مدفوع رخ می دهد.

حدود ۱/۳ بیماران مبتلا به سندرم روده تحریک پذیر اسهال همراه با دفع بلغم را تجربه می کنند. در سندرم روده تحریک پذیر اسهال شبانه رخ نمی دهد، در غیر اینصورت باید به تشخیص دیگری فکر کرد.



به دیگر اختلالات گوارشی مبتلا هستند. تعامل با پزشک معالج جهت ثبت علائم مهم خواهد بود. اگر علائم به مرور زمان تغییر کنند تستهای بیشتری ممکن است توسط پزشک درخواست شود.

در بعضی از افراد بعد از مصرف فیبر، علائم افزایش گاز روده ای اتفاق می افتد به همین دلیل مصرف مکمل های پرفیبر را باید با دوز کم شروع کرد و به مرور زمان دوز مصرفی را افزایش داد که این امر باعث کاهش علائم بوجود آمده بدنبال افزایش گاز روده ای می شود.

درمان روانی- اجتماعی

استرس و اضطراب باعث تشدید IBS در بعضی از بیماران میشود. بیمار باید با پزشک معالج خود در مورد نقش استرس و اضطراب در شروع علائم بیماری گفتگو کرده و در مورد بهترین راه حل موجود با هم تصمیم گیری کنند.

داروها: داروهایی که در درمان IBS استفاده می شوند شامل: داروهای آنتی کلینریژیک، ضد افسردگی، ضد اسهال، ضد اضطراب و آنتی بیوتیک هامی باشد.

انتخاب دارو بستگی به علائم غالب بیماری مانند اسهال، یبوست یا درد دارد. بعنوان قاعده کلی، داروها برای بیمارانی که پاسخ مناسب به اقدامات محافظه کارانه مانند تغییر رژیم غذایی و یا مکمل های حاوی فیبر پاسخ مناسب نداده اند استفاده می شوند، اما این اختلال را درمان نمی کنند. ماهیت مزمن IBS ودست و پنجه نرم کردن برای کنترل علائم می تواند برای پزشک و بیمار هر دو خسته کننده باشد.

چه باید کرد؟

ممکن است پزشک تغییراتی در نحوه و فرم زندگی شما برای کنترل روده تحریک پذیر پیشنهاد کند. مهمترین پیشنهادات شامل تغییر رژیم غذایی و کاهش فشارهای روحی است. غذایان را تغییر دهید

غذا می تواند یکی از علل مهم سندرم روده تحریک پذیر باشد.

• دقت کنید کدام غذاها شما را اذیت می کند، از آنها پرهیز کنید. برای مثال خوردن بعضی محصولات لبنی مانند شیر که می تواند ایجاد نفخ کند.

• روزانه ۶ تا ۸ لیوان آب بنوشید ولی از خوردن غذاهای آبکی مانند آش یا بصورت پر حجم در یک وعده خودداری کنید.

• از مصرف زیاد حبوبات (نخود، لوبیا، عدس و لپه) و بقولات (آجیل و تخمه) پرهیز کنید.

• اگر مشکلات یبوست است غذاهای پرفیبر بخورید ولی برای جلوگیری از ایجاد نفخ به دفعات و با حجم کم این غذاها را استفاده نمایید. فیبرها مدفوع را نرم کرده و باعث عبور آسان آن از روده بزرگ می شوند.

فشارهای روحی را کنترل کنید

فشار روحی و اضطراب یا افسردگی منجر به تشدید علائم روده تحریک پذیر می گردد. فراگیری اینکه چگونه فشار روحی را کنترل کنیم به بهبود وضعیت مزاجی کمک خواهد کرد. ابتدا علل فشار روحی را در زندگیتان مشخص کنید و راههای تازه برای کنار آمدن با آن را یاد بگیرید. ورزش مرتب راه مهمی برای رهایی از فشار روحی است. همچنین ورزش با بهتر کردن حرکات روده ای به درمان یبوست کمک می کند. در موارد نادری مراجعه به روانپزشک و استفاده از داروهای ضد اضطراب یا افسردگی ضرورت پیدا می کند

تاریخچه بیماری، پزشک ممکن آزمایشات عملکرد تیروئید و / یا آزمایش مدفوع جهت چک کردن اختلالات خاص دیگر درخواست کند. درمان: درمان معمولاً یک فرایند طولانی مدت خواهد بود. مهم این است که با پزشک معالج خود در مورد علائم، نگرانی ها و هرگونه محرک تنش زا یا مسائلی که در خانه، محل کار یا در خانواده بوجود می آید گفتگو کنید.

تغییرات غذایی

تعدادی از غذاها که باعث بروز علائم شبیه به IBS می شوند یا تشدید کننده IBS شناخته شده اند شامل مواد لبنی (که حاوی لاکتوز باشند)، حبوبات (مانند لوبیا) و سبزیجات خانواده کلم (مانند بروکلی، گل کلم، کلم بروکسل و کلم) می باشند

افزایش مصرف غذاهای پرفیبر (با اضافه کردن غذاهای خاص به رژیم یا مکمل های دارای فیبر) می تواند علائم را در بعضی افراد مبتلا به IBS بهبود بخشد، بخصوص در افرادی که یبوست دارند. در صورت مشکل بودن مصرف فیبر در رژیم غذایی می توان از مکمل های پرفیبر و افزاینده حجم مدفوع (مثل پسیلیوم یا متیل سلولز) استفاده کرد.

تعدادی از درمانهای گیاهی و طبیعی برای درمان IBS تبلیغ شده است (خصوصاً در اینترنت). متأسفانه شواهدی دال بر سودمند بودن این داروها وجود ندارد.

پیش آگهی: اگر چه IBS باعث ناراحتی جسمانی و فشار روحی، می شود. اکثر بیماران مبتلا به IBS دچار اختلالات سلامتی جدی طولانی مدت نمی شوند. اغلب بیماران راهکارهای کنترل بر علائم خود را یاد گرفته و این بیماری در آنها باعث کاهش امید به زندگی نمی شود.

کمتر از ۵٪ از افرادی که بیماری آنها IBS تشخیص داده شده در حقیقت



سرماخوردگی از دیدگاه طب سنتی ایران

ابتلا به عفونت‌های ویروسی مجاری تنفسی فوقانی که به اصطلاح عمومی سرماخوردگی شناخته می‌شود، از شایع‌ترین بیماری‌هایی است که دست‌کم یکی دو بار در سال، بیشتر افراد جوامع مختلف بشری را مبتلا می‌سازد و برای چند روز هم که شده، فعالیت‌های روزمره مبتلایان را تحت تأثیر خود قرار می‌دهد. عامل اصلی این بیماری، گروهی از ویروس‌های مجاری تنفسی فوقانی هستند ولی در درصد اندکی از مبتلایان، افزوده شدن عفونت‌های باکتریایی سبب تغییر الگوی بیماری در روزهای پس از ابتلا می‌گردد که بالطبع درمان هر کدام متفاوت می‌باشد. در این مختصر قصد داریم به‌طور خلاصه به مبانی تشخیصی و درمان‌های کاربردی این بیماری از دیدگاه طب سنتی ایران بپردازیم.

درمان‌های طبیعی و داروهای گیاهی

الف) اصول گیاه‌درمانی در پزشکی رایج هدف از جدا کردن این اصطلاح از مبحث مربوط به طب سنتی تأکید بر این مطلب است که دیدگاه غالب در گیاه‌درمانی پزشکی رایج، پیرو دیدگاه این مکتب به داروهای شیمیایی است. در این دیدگاه، هر داروی گیاهی دارای ماده مؤثره‌ای است که جهت درمان نوعی بیماری کاربرد دارد. مثلاً گیاه بابونه به دلیل مواد تسکین‌بخش و ضدالتهاب خود، در درمان سردرد مؤثر است.

ب) تشخیص و درمان سرماخوردگی در طب سنتی ایران در مکتب طب ایرانی، محور اصلی علایم و پیگیری روند درمان بر اساس نوع ترشحات مجاری تنفسی فوقانی تنظیم می‌شود. بر اساس تعریف منابع طب سنتی، منشاء اصلی این ترشحات مغز است و آنچه از مسیر بینی و چشم خارج می‌شود، «زکام» نام می‌گیرد و ترشحاتی که به حلق و مجاری تنفسی تحتانی و... ریخته می‌شود، «نزله» نام دارد. منابع طب سنتی ایران، ترشحات نزله‌ای را در دو گروه کلی قرار داده‌اند: نزله گرم و نزله سرد.

نزله گرم:

علایم: علامت‌های ذکرشده در نزله گرم، بیشتر با علایم سرماخوردگی متناسب است و شامل ترشحات رقیق و آبکی بینی و حلق، سوزش و خارش گلو و حلق، سرخی چشم‌ها، التهاب حلق و گرفتگی بینی و صدا می‌باشد.

درمان: اصل درمان در نزله‌های گرم و سرد، به قوام آوردن خلط و ترشحات و آماده کردن آنها برای دفع است؛ بدین معنا که با تدابیر و داروهای مناسب، خلط رقیق را غلیظ و خلط غلیظ را رقیق نماییم. با این توضیح مشخص است که باید تدابیری به کار برد که در روزهای نخست سرماخوردگی که خلط رقیق است، آن را غلیظ نماییم و برعکس در روزهای نهایی یا هنگام بروز عوارضی چون سینوزیت چرکی و وجود اخلاط غلیظی که دفع آنها مشکل است، باید با تدابیر و داروهای مناسب خلط را رقیق و آماده دفع نمود به‌طور کلی دستورات درمانی نزله گرم شامل زیر است:

۱- بهتر است غذای اصلی در سه روز نخست، تنها سوپ جو رقیق با حبوبات بسیار اندک و سبزیجات فراوان باشد و تلاش گردد معده سبک نگاه داشته شود. در این زمان خوردن غذاهای سنگین بویژه گوشت، به شدت منع شده است.

۲- از مصرف آب خالی بویژه آب سرد اجتناب گردد. با توجه به اینکه آش جو ذکرشده، بسیار رقیق و آبکی است، مایعات مورد نیاز بدن را به خوبی

تأمین می‌نماید.

۳- مصرف حریره تهیه‌شده از آب، سبوس گندم، نشاسته، کتیرا، روغن بادام و شکر و همچنین مصرف مغز بادام، روغن بادام شیرین و کره گاو توصیه شده است.

۴- روغن‌های با طبع سرد مانند روغن بنفشه و روغن کدو، در بینی چکانده شود.

۵- اگر میزان ترشحات و رقت آن زیاد بود، می‌توان سبوس گندم را در سرکه خیسانید و خشک‌شده را دود کرد و دود آن را استنشاق نمود. همچنین دود کافور در کم کردن ترشحات مذکور مفید است، ولی باید دقت نمود این دستور مربوط به حالات شدید و جهت کنترل نسبی شرایط حاد است وگرنه ترشحات مذکور باید قوام یافته و از بدن خارج شوند.

۶- در صورت ریزش زیاد ترشحات به حلق، غرغره کردن آب انار یا آب عدس (آبی که عدس در آن پخته شده) یا پوست و تخم خشخاش یا ترکیبی از آنها مفید است.

۷- استحام با آب ولرم در نزله گرم مفید است.

۸- جهت کنترل سرفه‌های خشک، همه اقدامات بالا بسیار مفید است. در صورت نیاز، یک قاشق غذاخوری به‌دانه را در یک لیوان آب بخیسانید تا حالت ژله‌ای پیدا کند و هر دو ساعت یک قاشق غذاخوری از آن را به تدریج بخورید و دانه‌های به را در دهان نگه دارید و لعاب آن را قورت دهید.

۹- تلاش کنید به صورت طاق‌باز نخوابید بلکه به پهلو خوابیده و زیر سر خود را هم بالا نبرید تا ترشحات از بینی دفع شده و کمتر به مجاری تنفسی پایینی ریخته شود.

نزله سرد:

علایم: علامت‌های نزله سرد، بیشتر با علایم مژمن شدن و عوارض سرماخوردگی مانند سینوزیت، برونشیت باکتریایی و... تطابق دارد و مهم‌ترین این علایم وجود ترشحات غلیظ و لزج است که به سختی از مجاری تنفسی جدا می‌شود و می‌تواند بیشتر به رنگ سفید و کمتر به رنگ‌های زرد و سبز و تیره باشد. همچنین فرد، دچار سنگینی بدن و کسالت و بویژه سنگینی سر، گرفتگی بینی، صدای تودماغی است که بیشتر با کاهش حس بویایی و چشایی و کمتر با احساس بو و مزه عفونت و دود همراه می‌باشد.

درمان: درمان در این نوع نزله، تا حد زیادی با نزله گرم متفاوت است و عموماً بر رقیق نمودن و دفع خلط غلیظ استوار است. از تدابیر و داروهای مهمی که باعث پخته شدن خلط غلیظ و آمادگی آن برای دفع می‌شوند، می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

۱. پوشانیدن سر و حتی گرم نمودن آن با حوله گرم یا کیسه‌ای که در آن ارزن گرم‌شده ریخته باشند.

۲. نوشیدن جوشانده‌ای از شوید، بابونه، بومادران، آویشن و مرزنجوش. همچنین می‌توان از صاف‌کرده این جوشانده به‌صورت نیم‌گرم بر سر ریخت یا استنشاق نمود (هر ۶ ساعت، یک قاشق غذاخوری از مخلوط نیم‌کوب مجموع داروها، در دو لیوان آب جوشانده شود و پس از صاف کردن اسفاده گردد).

۳. خوردن جوشانده‌ای از زوفا، ریشه شیرین‌بیان و انجیر نیز جهت نرم کردن سینه و طبع مفید است (هر ۸ ساعت، یک قاشق غذاخوری از مخلوط نیم‌کوب داروها با ۵ عدد انجیر، در یک و نیم لیوان آب جوشانده شده، پس از صاف کردن، استفاده گردد).

۴. جهت رفع گرفتگی بینی، روغن‌های محلّ مانند روغن مرزنجوش، بابونه و شوید در بینی بچکانند و حتی در برخی منابع چون «قانون» اشاره شده که بدن و بویژه دست و پاها، اطراف ناف و نشیمن‌گاه را با این روغن‌ها روغن‌مالی نمایند.

۵. غذاهای سبک میل شود و بویژه حریره‌ای از سبوس گندم، مغز بادام و عسل تهیه و میل شود.

۶. از خواب زیاد بویژه خواب وسط روز و پس از غذا و حمام اجتناب گردد.

۷. از رفتن به حمام تا زمانی که علایم پخته شدن خلط و تسهیل دفع آن

ظاهر نشده، اجتناب گردد. ولی پس از ظهور این علایم، رفتن به حمام یاریگر درمان است. دقت شود در مباحث طب سنتی ایران، هر گاه بحث حمام مطرح می‌گردد، منظور حمام‌های قدیم است که فرد دست‌کم نیم ساعت در فضای کاملاً گرم و مرطوب یا کاملاً خشک قرار گیرد تا رطوبت‌های اضافی بدن تحلیل رود. مصداق قابل تطابق امروزی چنین حمامی، استفاده از سونا می‌باشد.

۸. از خوردن آب بویژه آب سرد جداً خودداری شود و در صورت تشنگی، مقداری آب گرم که با کمی گلاب و شکر مخلوط شده، میل شود.

نتیجه‌گیری:

سیر بیماری سرماخوردگی از روزهای نخستین تا روزهای پایانی بهبود یا تا بروز عوارض آن چون سینوزیت حاد یا مزمن یا پنومونی و... دارای علایمی متفاوت است و از دیدگاه مکتب طب ایرانی، تشخیص‌ها و درمان‌های متفاوتی نیز دارد. بیشتر محصولات ارایه‌شده در پیشخوان داروخانه‌ها که با عنوان فراورده‌های گیاهی در این زمینه عرضه می‌گردند (۹)، در درمان نزله سرد کاربرد بیشتری دارند و چه بسا در نزله گرم اثر تشدیدکننده علایم داشته باشند. توصیه می‌گردد پزشکان علاقمند به درمان با داروهای گیاهی، با توجه به اصول تشخیص و درمان در طب سنتی ایران، هر کدام از داروهای عرضه‌شده را با رعایت سیر علایم بیمار تجویز نمایند تا نتیجه بهتری از مصرف داروهای گیاهی نصیب بیماران محترم گردد.

مرتضی مجاهدی | پزشک،

دستیار دکترای تخصصی طب سنتی ایران

سایت تندرستان



نسخه گیاهی برای سرماخوردگی

با توجه به اینکه گیاهان دارویی در درمان بیماری‌ها از روند کندتری نسبت به داروهای شیمیایی برخوردارند ولی طبق تحقیقات به عمل آمده، این روزها میزان مصرف این گیاهان نسبت به سال‌های قبل افزایش یافته و این نشاندهنده این مسئله است که به رغم درمان کندتر این قبیل گیاهان، عده‌ای از افراد به جهت توجه بیشتر به موضوع سلامتی، این نوع درمان را به ضررهای

جانبی حاصل از داروهای شیمیایی ترجیح داده‌اند و این گامی مهم در جهت زندگی سالم محسوب می‌شود. اگر شما نیز به این روش زندگی علاقه‌مندید پیشنهادهای زیر می‌توانند شما را در درمان گیاهی بیماری سرماخوردگی و تبعات آن یاری دهد:

۱- بخور دادن از جمله رایج‌ترین اقدامات به هنگام بروز سرماخوردگی و مشکلات ناشی از آن مانند گرفتگی و خشکی مخاط بینی، سرفه و غیره است و از آنجا که منابع گرمازا به خصوص از نوع متمرکز آن مانند شومینه و بخاری هوا را خشک می‌کنند با کاربرد این لوازم، این مشکلات نیز افزوده می‌شوند لذا همواره رطوبت‌مورد نیاز در محیط را با قرار دادن کاسه و یا کنتری پر از آب بر روی اجاق گاز و یا بخاری و همچنین ریختن اندکی محلول اکالیپتوس در آن تامین کرده و یا در صورت داشتن دستگاه بخور، هوای موجود را مرطوب کنید. علاوه بر این اقدام، به منظور آنکه بخارها و هوای گرم، بیشتر و به طور مستقیم از مجاری تنفسی بیمار وارد شود، بهتر است با انداختن حوله‌ای بر

روی سر او و همچنین ظرف حاوی مواد بخور به طور همزمان، به او توصیه کنید تا حد امکان تنفس‌های عمیق انجام دهد. سپس در پایان، حوله را بر روی صورت او کشیده و از بیمار بخواهید تا پایان خشک شدن رطوبت و عرق موجود در سر و صورتش حوله را به همان صورت نگه داشته و به فضای سرد وارد نشود. البته علاوه بر گیاه اکالیپتوس، گیاهان دارویی دیگری نیز وجود دارند که بخور دادن آنها نیز در روند بهبودی این بیماری بسیار تاثیرگذار هستند. در اینجا به چند نمونه از این گیاهان و همچنین طریقه استفاده صحیح از آنها اشاره خواهیم کرد:

الف- آویشن و گل بنفشه را به میزان مساوی مخلوط کرده و با مقدار مناسبی آب بجوشانید. بخارهای ناشی از این مواد در حال جوش را بخور داده و باقی مانده را پس از صاف کردن بنوشید.

ب- مقداری ریحان و پونه خشک را به میزان مساوی با هم مخلوط کرده و درون کاسه‌ای پر از آب ریخته و در حالت جوش بر روی اجاق گاز بخور دهید (ترجیحاً از ریحان بنفش استفاده کنید).

ج- بخور مخلوط پر سیاوشان، آویشن و ریحان (هر کدام به میزان مساوی) در آب نیز برای سرماخوردگی بسیار مفید است. البته جوشانده این مخلوط را نیز به صورت خوراکی می‌توان استفاده کرد.

۲- برای کاهش سرفه‌ها و گلودرد و همچنین در برخی مواقع جهت جلوگیری از گسترش سرماخوردگی، روزی چندبار محلول یک لیوان آب جوشیده داغ و یک قاشق غذاخوری عسل و چند قطره آب لیموترش تازه را با هم مخلوط کرده و بنوشید.

۳- برای از بین بردن خارش گلو، مکیدن چند عدد میخک بسیار مفید است.

۴- شلغم نیز از جمله سبزی‌هایی است که خوردن آن همواره در روزهای بیماری سرماخوردگی توصیه می‌شود. رایج‌ترین طریقه استفاده شلغم به صورت پخته با نمک و یا شکر و یا مصرف آن در آش و یا سوپ‌های ساده مخصوص بیماری است ولی بسیاری از افراد به خصوص بچه‌ها به جهت دوست نداشتن طعم پخته این ریشه غده‌ای از مصرف آن صرف نظر می‌کنند در حالی که به دو روش دیگر می‌توان از خواص آنتی‌بیوتیکی شلغم بهره‌مند شد:

الف- شلغم را پوست‌کنده و به صورت خام بر روی سالاد فصل رنده کرده و میل کنید.

ب- پس از شستن شلغم، بدون پوست‌کندن، قسمت بالای آن را با چاقو به صورت افقی برش

بزنید. کمی از داخل شلغم را به وسیله قاشق مرباخوری گود کرده و فضای خالی را با یک قاشق مرباخوری شکر پر کنید. سپس قسمت بریده شده را مانند در بر روی شلغم حاوی شکر قرار دهید. این کار را با چند شلغم انجام دهید. سپس آنها را درون کاسه‌ای در کنار هم چیده و در یخچال به مدت یک شب تا صبح بگذارید. پس از طی این مدت هنگامی که در هر یک از شلغم‌ها را باز کنید، با کاسه‌ای پر از محلول آب شلغم و شکر مواجه می‌شوید. این شربت عصاره شلغم است. شما می‌توانید مانند دارو روزی چندبار از این شربت استفاده کنید.

۵- اغلب افراد گل‌گاوزبان را به جهت تاثیرات آرامبخشی و تقویت‌کننده قلب می‌شناسند حال آنکه اینها خواص فرعی این گیاه محسوب شده و بیشترین خاصیت این گیاه بر روی سرماخوردگی است.

گیاه گل‌گاوزبان ضدسرفه، خلط‌آور و معرق است.

این گیاه را به همراه عسل دم کرده و یا از جوشانده آن استفاده کنید.



دم‌نوش

در صورتی که دچار زکام شده‌اید می‌توانید نعنای، پونه، آویشن و مرزنجوش را به مقدار مساوی دم کرده و در طول روز چند بار مصرف نمایید. همچنین می‌توانید از بخور دادن همین مواد نیز بهره‌بردارید.

در صورتی که در اثر خستگی زیاد، استرس و بی‌خوابی دچار سردرد و سنگینی چشم‌ها و حالات شبه آنفلانزا شده‌اید می‌توانید از دم کرده گل‌گاوزبان یا لیموعمانی و بدون نبات چندین بار در روز استفاده نمایید.

اگر دچار تب هستید می‌توانید از دم کرده بنفشه چند بار در روز استفاده نمایید. همچنین روغن بنفشه از خشکی پوست در این فصل جلوگیری می‌کند.

اگر دچار خشکی شدید گلو و حنجره هستید و سرفه‌های خشک رنجتان می‌دهد دم کرده پنیرک و خطمی به کمکتان خواهد آمد.

اگر از مشکلات معده مثل رفلکس رنج می‌برید و یا کسل و بی‌حوصله هستید دمنوش چای به موثر خواهد بود. اگر خشکی شدید پوست و یبوست دارید شربت شیر بادام را فراموش نکنید.

البته بهتر است تمام موارد را با رعایت اصول کلی استفاده کرده و از افراط در مصرف آنها بپرهیزید.





۷ عادت شایع که به سلامت آسیب می زنند !!!

۴) قسمت داخل لپ ها را گاز می گیرید

همانند جویدن ناخن ها، جویدن قسمت داخل لپ ها می تواند به یک عادت تبدیل شود. در اغلب موارد این قسمت از لپ متورم و زخم می شود. به مرور زمان این زخم تبدیل به یک التهاب مزمن و احتمالاً دچار خون ریزی می شود.

۵) آدامس جویدن

آدامس جویدن خطر بروز TMJ به دلیل استفاده بیش از حد از عضله های فک را افزایش می دهد. آدامس های رژیمی نیز مشکلات خود را دارد؛ به ویژه مشکلات هاضمه ای. سوربیتول، نوعی شیرین کننده طبیعی است که در صورت مصرف بیش از حد (روزی ۸۱ تا ۰۲ عدد) ممکن است عوارض نامطلوبی به همراه داشته باشد. قورت دادن هوای اضافه هنگام جویدن، گاز معده را نیز افزایش می دهد.

۶) زبان زدن یا گاز گرفتن لب

زبان زدن لب ها، آن را در معرض آنزیم های گوارشی قرار می دهد. این آنزیم ها پوست را از بین می برد و می تواند منجر به التهاب شود که ظاهر خشک و ترک خورده ایجاد می کند.

۷) جویدن انتهای مداد یا خودکار

میکروب ها در انتهای مداد یا خودکار قرار دارد و این عادت می تواند فرد را در معرض باکتری های بیماری زا از جمله ویروس سرماخوردگی قرار دهد. فردی که عقونت دارد به احتمال زیاد روی انگشتانش ویروس وجود دارد که از طریق خودکار و صفحه رایانه و تلفن پخش می شود. جویدن انتهای مداد یا خودکار می تواند به دندان و به بافت های نرم لثه آسیب برساند.

برخی عادات و رفتارها هستند که در اطرافمان روزمره شاهد هستیم که افراد به صورت ناخودآگاه در حال انجام آنها هستند که این عادات باعث آسیب به سلامتی می شود. برخی از عادت ها برای سلامت مضر است. این عادت ها می تواند پیامدهای خطرناکی داشته باشد که حتی تصور آن برای ما سخت است. در این مطلب به نقل از «MSN» به بخشی از این عادت ها اشاره می کنیم.

۱) پیچاندن موها

کشیدن و پیچیدن موها دور انگشت به مرور زمان باعث آسیب دیدن مو و ریزش آن می شود. کشیدن مو می تواند یک حالت روانی به نام «تری کوتیلومانی» باشد که نوعی وسواس است و نیاز به روان درمانی دارد.

۲) شکستن قولنج گردن

پیچاندن سر به یک سمت، تراکم گاز موجود در مفصل های بین مهره پشت را کاهش می دهد. اگر چه ممکن است با این کار احساس خوبی پیدا کنید اما، شکستن مکرر قولنج گردن می تواند رباط های اطراف گردن را بیش از حد تحریک و مستعد آسیب کند. علاوه بر آن، تحرک بیش از حد مفصل های سطحی، باعث ساییدگی درون مفصل ها می شود و به مرور زمان به آرتريت منجر می شود. در موارد نادر نیز شکستن قولنج می تواند باعث سکتة شود.

۳) دست زدن به صورت

لمس کردن صورت یا کندن آکنه می تواند به لایه میکروسکوپی و نازک پوست آسیب برساند. هنگام کندن آکنه اگر دچار خون ریزی شود، لکه دائمی ایجاد می شود بنابراین هرگز جوش یا قسمت هایی را که خارش دارد، دستکاری نکنید و از کرم های موضعی و مرطوب کننده استفاده کنید

از ضعیف شدن چشم‌های فرزندان جلوگیری کنید

جدی بگیرید

قابل توجه والدین، اگر فرزندان به نظر شما بد نگاه می‌کند، چشم‌ها را جمع می‌کند، از نور فراری است، دائم چشم‌هایش را لوچ می‌کند، یک جسم را خیلی از نزدیک نگاه می‌کند، چشم‌ها را مرتب به هم می‌زند، چشم‌ها را می‌مالد یا چشم‌هایش قرمز است باید توجه شما را برانگیزد و در چنین حالت‌هایی او را فوراً پیش چشم پزشک ببرید. در صورتی که نزدیک بینی در خانواده وجود دارد حتماً با پزشک مشورت کنید، چون ضعف چشم زمینه ارثی نیز دارد.

در صورتی که کودک از نظر انحراف و افتادگی پلک و به طور کلی از نظر ظاهر چشم مشکلی نداشته باشد و در انجام کارهای روزمره دچار مشکل بینایی نباشد، بهترین سن معاینه جهت اطمینان از سلامت بینایی سن ۴ تا ۷ سالگی می‌باشد. به خاطر اینکه شیوع تنبلی چشم در این سنین زیاد است و در صورت عدم درمان به موقع در این سنین بینایی کودک دچار صدمات جبران ناپذیری می‌شود.

ساده اما موثر

هر چه سن بالاتر می‌رود کودکان راحت‌تر به مشکلات خود پی می‌برند و درباره آن‌ها صحبت می‌کنند؛ مثلاً یک کودک ده ساله به راحتی می‌گوید که تار می‌بیند یا چشم‌هایش می‌سوزد. با این حال چون هدف جلوگیری از ضعیف شدن و مشکلات چشم‌هاست، معاینه همه کودکان حداقل سالی یک‌بار توصیه می‌شود.

بچه‌ها در سنین ده تا پانزده سال، خصوصاً در فصل تابستان، زمان زیادی را بیرون از منزل به بازی می‌گذرانند؛ از آنجا که نور آفتاب در بیماری‌های چشمی مانند قرمزی و سوزش چشم موثر است پیشنهاد می‌شود که بین ساعات ده تا چهار بعد از ظهر بیرون از منزل نباشند یا در سایه بازی کنند. همچنین در بقیه ساعات روز (حتی روزهای ابری) حتماً از عینک آفتابی استاندارد و کلاه آفتابی استفاده شود.



برای خرید عینک آفتابی به مکان‌های فروش معتبر مراجعه کنید و قبل از آن با یک کارشناس بینایی‌سنجی در این باره مشورت نمایید. هیچ وقت از دست فروش‌ها و مغازه‌های نامعتبر عینک آفتابی نخرید. اگر به مسافرت یا مکانی می‌روید که گرد و خاک وجود دارد بهتر است به فرزندان توصیه کنید که چشم‌هایش را هر چند ساعت یک‌بار بشوید. این مورد را نیز تذکر دهید که هنگام مطالعه، نور مناسب و فاصله کتاب ۳۰-۴۰ سانتی متر می‌باشد.

تماشای تلویزیون و کار با رایانه باعث ضعیفی چشم نمی‌شود؛ فقط گاهی ممکن است در اثر تماشای زیاد تلویزیون به خصوص از فاصله نزدیک و یا کار زیاد با رایانه چشم‌ها دچار خستگی و سوزش شوند. بعد از کار با رایانه و تماشای تلویزیون از کودک بخواهید ۱۰-۱۵ دقیقه به ۳ متر دورتر نگاه کند. (همه می‌توانند این کار را انجام دهند) با این عمل چشم قدرت خود را بازیابی خواهد کرد.

دو تصور غلط در مورد معاینه چشم وجود دارد. یکی اینکه اگر خوب می‌بینید نیازی به معاینه چشم ندارید و دیگری «تست بینایی» همان معاینه چشمی است. باید توجه داشت که اپتومتری یا بینایی‌سنجی علم مراقبت‌های بینایی می‌باشد و علاوه بر تست بینایی، چشم را از نظر بیماری‌های دیگری که ممکن است علائم زودرس نداشته باشند ولی نیاز به درمان زودرس دارند معاینه می‌کند. در نتیجه معاینه کامل چشمی بسیار بیشتر از یک تست بینایی است.

از طبیعت کمک بگیرید

می‌توان با مصرف مواد غذایی سرشار از ویتامین‌ها و مواد مغذی به سلامت چشم‌ها کمک کرد و جلوی ضعیف شدن آن‌ها و دیگر بیماری‌های چشم را گرفت. یکی از این مواد غذایی هویج است و تمام موادی که سرشار از ویتامین آ هستند. در مورد هویج توصیه می‌شود که با شیر میل شود چون چربی موجود در آن به جذب بیشتر این ویتامین کمک می‌کند. حتماً منابع ویتامین سی را می‌شناسید (مرکبات، کیوی و گوجه فرنگی...) این ویتامین، جلوی آسیب‌های رادیکال‌های آزاد را می‌گیرد و از سلول‌ها محافظت می‌کند. البته عدس که در قرآن کریم نیز به آن اشاره شده، برای قدرت بینایی و جلوگیری از ضعف چشم بسیار مفید است.

نتیجه‌گیری

بچه‌ها به خاطر کنجکاوی‌های بسیار، در معرض آسیب‌های چشمی زیادی قرار دارند که ممکن است در اثر این بازیگوشی‌ها (بازی با ترقه، آتش بازی، نگاه کردن به جوشکاری و...) سلامت چشمانشان را از دست بدهند. هوشیاری به موقع و نصایح والدین می‌تواند جلوی بسیاری از این آسیب‌ها را بگیرد.

درمان شوره سر

شوره سر

شوره سر یا سبوره با پوسته‌ریزی پوست سر مشخص می‌شود که همراه با خارش و گاهی اوقات همراه با قرمزی و دلمه می‌باشد. پوسته‌های سفید رنگ در لابلای موها که گاهی روی شانه‌ها ریخته و از نظر زیبایی و اجتماعی ناخوشایند است. شوره سر نوع خفیف درماتیت سبورویک می‌باشد. درماتیت سبورویک یا درماتیت شوره‌ای به ضایعات قرمز و پوسته‌دار پوست که با تولید سبوره (پوسته‌های چرب یا خشک سفید رنگ) و خارش همراه است، گفته می‌شود. این بیماری مسری نیست.

شوره سر چگونه بوجود می‌آید؟

علت شوره سر-پوست سر بطور طبیعی در اثر لایه لایه شدن طبقه شاخی آن لایه‌های شاخی قدیمی را از دست داده و لایه‌های جدید جایگزین می‌گردند. در حالت عادی این سلولها ظرف ۳۰ - ۲۰ روز مراحل رشد خود را طی کرده و از سطح پوست به صورت سلولهای مرده به بیرون ریخته می‌شوند. در صورتیکه این روند به شکل غیرعادی تسریع گردد، تعداد سلولهای مرده افزایش یافته و همراه با چربی و ترشحات دیگر پوست تشکیل «شوره سر» را می‌دهند. شوره سر به حدی شایع است که برخی متخصصان آن را امری طبیعی می‌دانند. پس شوره سر در اثر جدا شدن سلول‌های خارجی پوست سر به وجود می‌آید و باید نسبت به درمان عارضه شوره سر اقدام کرد.

چه عواملی در بروز شوره سر دخیل هستند؟

۱. یکی از عوامل موثر در بروز شوره سر مشکلات گوارشی مثل چاقی زیاد، یبوست و عدم هضم غذا است.
۲. عدم داشتن تغذیه صحیح و کمبودهای تغذیه‌ای (کمبود ویتامین‌ها و...) از دیگر عوامل موثر در بروز شوره سر است
۳. خستگی‌های بیش از حد روزانه
۴. کمبود خواب
۵. استرس‌های روحی و اختلالات عاطفی
۶. عامل توارث
۷. اختلالات هورمونی (به خصوص آندروژنها)
۸. هوای سرد و خشک
۹. واکنش‌های آلرژیک
۱۰. گرمای بیش از اندازه
۱۱. استفاده از کلاه‌های تنگ و چسبان
۱۲. پوست چرب، تعریق زیاد نیز در بروز شوره سر موثر است
۱۳. مصرف بی‌رویه مواد آرایشی مو و عدم رعایت نظافت مو (شامپو نزدن مرتب یا استفاده از شامپوی نامناسب، عدم شست‌وشوی کافی سر متعاقب استفاده از شامپو و یا باقی ماندن بقایای صابون در پوست سر) نیز از عوامل دیگر موثر در بروز شوره سر است.
۱۴. آسیب‌هایی که به پوست سر وارد میشود مثل سشوار زدن و فرمو بیش از حد، بابلیس، رنگ کردن و مش زدن مکرر مو.
۱۵. از عوامل دیگر موثر در بروز شوره سر مصرف برخی داروها مثل سایمتیدین، کلرپرومازین و داروهای ضد فشارخون بالا است
۱۶. همچنین شوره ممکن است علت میکروارگانیزی و نیز قارچی داشته باشد (Pityrosporum Ovale، «مالاسزیا وستریکتا» و «مالاسزیا گلوبوسا».)

انواع شوره سر

شوره سر به دو فرم دیده می شود:

- ۱- شوره سر خشک: که در این حالت پوسته ها به سرنچسبیده و بصورت پوسته های نازک با ظاهر پودری خاکستری روی سر، شانه ها و اطراف گردن دیده می شوند و ظاهر بسیار زشت و زننده ای بوجود می آورند. در این نوع شوره سر خارش هم وجود دارد. شوره خفیف بسیار شایع بوده بطوری که برخی از متخصصین وجود آن را طبیعی تلقی می کنند.
- ۲- شوره چرب: که در آن پوسته ها بزرگتر و چرب بوده و لذا به هم چسبیده و نمی ریزند بلکه یک حالت متراکم و چرب در پوست سر بوجود می آورند که بیمار را بسیار ناراحت می کند. اغلب اوقات خارش هم وجود دارد.

پیشگیری از بروز شوره سر

پیشگیری از بروز شوره سر- نمی توان از شوره سر پیشگیری قطعی بعمل آورد. اما برای به حداقل رساندن شدت یا دفعات شعله ور شدن بیماری شوره سر می توانیم از روشهای زیر استفاده کنیم.

- ۱- اگر پوست سر خارش زیادی داشت، هرگز آنرا با ناخن نخاراند چرا که این کار ممکن است باعث ایجاد عفونت گردد؛ در عوض از نوک انگشتان برای این کار استفاده کنید.
- ۲- روزهایی که هوا خیلی سرد، بادی، و یا آفتابی شدید است، اگر می خواهید برای مدت زمان طولانی در فضای آزاد باقی بمانید، کلاه نرم و راحتی به سر بگذارید.
- ۳- در محلی که هستید از یک مرطوب کننده هوا استفاده کنید تا هوا مرطوب شود.
- ۴- مصرف رنگ مو و محصولات حالت دنده مو که در آنها الکل به کار رفته است را محدود کنید چرا که مصرف الکل سبب خشک شدن موها می شود.
- ۵- به اندازه کافی از ویتامینها به خصوص گروه B در رژیم غذایی خود استفاده کنید. این ویتامین از بروز شوره سر جلوگیری می کند.
- ۶- برس زدن مرتب موها در درمان شوره سر اهمیت زیادی دارد زیرا سبب می شود که جریان خون سریعتر شود و سلولها تغذیه شوند. هر شب پیش از رفتن به رختخواب با یک برس مویی، موهای خود را از جهات مختلف برس بزنید، به طوری که در حدود صدبار برس روی سرتان حرکت کند و در تمام نقاط خون را به جریان بیندازد. شانه کردن مرتب موها بویژه در هوای آزاد و تمیز تاثیر بسیاری در درمان شوره سر دارد. زیرا این کار موجب افزایش جریان خون و سلولهای بافت پوست سر می شود. همچنین می توانید برای افزایش گردش خون در سر، پوست آنرا با نوک انگشتان خود به صورت دایره ای ماساژ دهید.
- ۷- اگر میزان شوره سر زیاد نیست و در حد متوسط قرار دارد، می توانید

روزی یک بار موهای خود را با شامپوی معمولی بشوید. با این کار تقریباً تمام شوره سر از بین خواهند رفت. سعی کنید از شامپوهای معمولی و یا شامپو بچه استفاده کنید. شامپوهایی که قدرت پاک کنندگی بالایی دارند، پوست سر را خشک کرده و موجب می شوند که میزان شوره سر بیشتر شود.

۸- رعایت رژیم غذایی: در صورتی که شوره سر در اثر بد غذایی باشد رژیم غذایی مناسب برای آن توصیه می شود. پرهیز از خوردن چربی های حیوانی، پرهیز از زیاده روی در مصرف شیرینی ها، شکلات، آجیل، غذاهای سرخ شده و پر ادویه و غذاهایی که روی آنها فرایندهایی انجام گرفته مثل انواع کنسروها و قهوه غلیظ سلامت را به موها باز می گرداند. خوردن سبزیها و میوه ها و مواد پروتئین دار به مقدار فراوان برای درمان شوره سر توصیه می شود. غذاهایی که ویتامینهای A، E، B و پروتئین به حد کافی دارند، از شوره سر جلوگیری می کنند.

درمان شوره سر (راههای درمان شوره سر)

الف- درمان سنتی شوره سر: درمانهای مختلفی توصیه شده است که موثرین آنها شامل موارد ذیل میباشد:

۱. شب هنگام، دو قاشق غذاخوری پودر تخم شنبلیله را در آب خیس کرده و صبح روز بعد آنرا به تمام کف سر بمالید و پس از نیم ساعت میتوانید آنرا بشوید.
۲. روش دیگر درمان شوره سر، استفاده از آب تازه لیمو ترش است که بعد از آخرین شستشو سر و آبکشی، یک قاشق غذاخوری از آنرا به کف سر بمالید.
۳. استفاده از چغندر به خصوص نوع سفید رنگ آن، به نحوی که پس از جوشاندن مقداری از چغندر در آب و پس از صافی نمودن جوشانده هر شب سر را با آن ماساژ دهید.
۴. درمان طبیعی دیگر برای شوره سر سرکه سیب است. برای معالجه موهایتان را با سرکه سیب ماساژ دهید. اسیدهای طبیعی، سلولهای مرده را از سر جدا می کند. پس از چند دقیقه سرتان را با شامپو بشوئید.

ب- درمان طبی شوره سر: برای رفع شوره مختصر سر می توانید از شامپوهای طبی ضد شوره از جمله سلنیوم سولفید، کتوکونازول، پیریتینوم زینک (پیریتینون روی) و انواع شامپوهای پلی تار و شامپوهای آنتی سبتیک مانند شامپو ستاولون و نیز لوسیونهای نرم کننده پوست استفاده کنید.



اگر اهل غلات صبحانه هستید حواستان باشد شیر جمع شده در ته پیاله را حتماً سر بکشید. زمانی که غلات در شیر غرق می‌شوند بخش اعظمی از ویتامین‌ها، مواد معدنی و دیگر مواد مغذی خود را به شیر پس می‌دهند. در نتیجه این شیر یک معجون است که نباید از دست داد.

گوشت گاو و بره

این مواد غذایی حاوی پروتئین همچنین سرشار از زینک (روی) است. زینک یک ماده‌ی معدنی مفید با خواص ضدالتهابی و آنتی‌اکسیدانی قوی است که عملکرد سیستم ایمنی بدن را تقویت کرده و با بروز عفونت لته مقابله می‌کند. حواستان باشد که ویتامین B6 نیز همین خواص را دارد که به میزان زیادی در گوشت گاو موجود است. نتایج پژوهشی که به مدت یک سال در دانشگاه پنسیلوانیا انجام شده است نشان می‌دهد افرادی که ویتامین A و B6 کمتری مصرف می‌کنند بیشتر از مشکلات دندانی و به‌خصوص پریودنتیت رنج می‌برند. توجه داشته باشید که خانم‌ها روزانه ۸ میلی‌گرم و آقایان ۱۱ میلی‌گرم زینک نیاز دارند که با مصرف یک تکه گوشت گاو کباب شده تامین می‌شود. نیاز روزانه‌ی خانم‌ها به ویتامین B6 ۱٫۳ تا ۱٫۵ میلی‌گرم و برای آقایان ۱٫۳ و ۱٫۷ میلی‌گرم است. ۹۰ گرم تن ماهی ۰٫۸۸ میلی‌گرم، یک عدد سیب‌زمینی متوسط ۰٫۲ میلی‌گرم، یک عدد موز ۰٫۵۵ میلی‌گرم، ۹۰ گرم گوشت شانه‌ی گاو ۰٫۵۳ میلی‌گرم ویتامین B6 دارند.

مکمل‌های مفید

مولتی‌ویتامین

مولتی‌ویتامین‌ها مانع از بروز کمبود مواد مغذی محافظ بدن می‌شوند. اگر سیگار می‌کشید باید بدانید که بدنتان نیاز به ویتامین C و آنتی‌اکسیدان‌های بیشتری دارد. اگر کم غذا هستید و گوشت کمی مصرف می‌کنید یا از مشکلات گوارشی رنج می‌برید احتمال اینکه در معرض کمبود زینک (روی) قرار داشته باشید زیاد است. در این صورت مکمل‌های مولتی‌ویتامین به دردتان می‌خورد.

مکمل ویتامین B6

کمبود ویتامین B6 در نتیجه‌ی مصرف کم غلات کامل، حبوبات و گوشت بروز می‌کند. اگر تصور می‌کنید دچار کمبود این ویتامین شده‌اید از مکمل‌های ویتامین B6 استفاده کنید. توصیه می‌کنیم با پزشک مشورت کنید اما در حالت کلی مصرف روزانه یک عدد قرص کافیست.

یک صبحانه‌ی کامل و مناسب برای حفظ سلامت لته‌ها موثر است. شیر، سرشار از کلسیم؛ یعنی همان ماده‌ی معدنی محافظ لته‌ها است. نتایج پژوهشی که روی ۱۳۰۰۰ داوطلب انجام شده است نشان می‌دهد خطر ابتلا به التهاب لته در افرادی که مواد غذایی سرشار از کلسیم نمی‌خورند دو برابر است.

مکمل کلسیم

مصرف مکمل کلسیم به افرادی توصیه می‌شود که لبنیات یا سبزیجات سبز تیره‌ی کمی مصرف می‌کنند. ۱۰۰۰ تا ۱۲۰۰ میلی‌گرم از این ماده‌ی معدنی با در نظر گرفتن کلسیم ناشی از مصرف مواد غذایی کافیست.

میوه‌ها و سبزیجات سرشار از آنتی‌اکسیدان را دریابید بتاکاروتن که در بدن ما به ویتامین A تبدیل می‌شود یک آنتی‌اکسیدان قوی است که باعث تقویت سیستم ایمنی بدن می‌شود. اسفناج و سبزیجات برگ سبز دیگر، سیب‌زمینی شیرین، هویج، کدو، طالبی، زردآلو و کلاً میوه‌های نارنجی سرشار از این آنتی‌اکسیدان هستند. توجه داشته باشید که ویتامین C نیز با عفونت‌ها مقابله می‌کند و به میزان قابل توجهی در مرکبات، فلفل دلمه‌ای و بروکلی موجود است.

توصیه می‌کنیم روزانه میوه و سبزیجات تازه به‌خصوص سبزیجات زرد و سبزیجات برگ‌دار مصرف کنید. مصرف میوه‌هایی که ذکر شد را فراموش نکنید. بدن ما روزانه به ۵ تا ۶ فنجان میوه و سبزیجات نیاز دارد.

می‌شود با انتخاب غذاهای سالم و مفید از بروز بیماری‌های لته پیشگیری کرد.

با ما باشید تا با مواد غذایی محافظ لته بیشتر آشنا شوید.

مواد غذایی جزوی از عوامل به وجود آورنده‌ی ورم لته محسوب می‌شود. اولین علت بروز این بیماری‌ها شامل تجمع باکتری‌ها در جرم‌هایی است که روی دندان‌ها کشیده می‌شود و در نتیجه لته‌ها دچار التهاب و خونریزی می‌شوند. کافی است که به‌طور مرتب دندان‌هایتان را تمیز کنید و بهداشت دهان و دندان را رعایت کنید. باین حال همیشه جرم‌های دندان حاوی باکتری‌هایی هستند که اگر حواستان نباشد باعث بروز واکنش‌های التهابی می‌شوند و به بافت لته‌ها آسیب می‌زنند. در نتیجه لته‌ها منقبض شده و عفونت‌ها شکل می‌گیرند. این عفونت به استخوان تکیه‌گاه لته حمله کرده و به آن نیز آسیب می‌زند. این همان بیماری پریودنتیت است که متأسفانه خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی عروقی را به میزان ۱۵ درصد افزایش می‌دهد. خوشبختانه ویتامین‌هایی مانند ویتامین C و E، زینک و فولات از لته‌ها و قلب محافظت می‌کنند. در نتیجه می‌شود با انتخاب غذاهای سالم و مفید از بروز این بیماری‌ها پیشگیری کرد. با ما باشید تا با مواد غذایی محافظ لته بیشتر آشنا شوید.

صبحانه را کامل میل کنید

یک صبحانه‌ی کامل و مناسب برای حفظ سلامت لته‌ها موثر است. شیر، سرشار از کلسیم؛ یعنی همان ماده‌ی معدنی محافظ لته‌ها است. نتایج پژوهشی که روی ۱۳۰۰۰ داوطلب انجام شده است نشان می‌دهد خطر ابتلا به التهاب لته در افرادی که مواد غذایی سرشار از کلسیم نمی‌خورند دو برابر است. دانشمندان معتقدند که این ماده‌ی معدنی با باکتری‌هایی که فک را تهدید می‌کنند مقابله کرده و باعث تقویت آن‌ها می‌شوند.

علاوه بر این محققان به این نتیجه رسیدند افرادی که روزانه چند سهم غذایی غلات کامل میل می‌کنند به میزان ۱۵ درصد کمتر در معرض این بیماری قرار می‌گیرند. این مواد غذایی با ممانعت از افزایش قند خون مانع از واکنش‌های گلیکوژن می‌شود که به التهاب بافت‌های نرم مانند لته‌ها آسیب می‌زند.

نتایج پژوهشی که به مدت یک سال در دانشگاه پنسیلوانیا انجام شده است نشان می‌دهد افرادی که ویتامین A و B6 کمتری مصرف می‌کنند بیشتر از مشکلات دندانی و به‌خصوص پریودنتیت رنج می‌برند توجه داشته باشید که آب پرتقال سرشار از ویتامین C است که باعث احیای لته‌ها می‌شود. افرادی که به میزان کافی از این ویتامین بهره‌مند هستند لته‌های سالم‌تری دارند.

صبحانه‌ی کاملی حاوی غلات کامل و لبنیات و ویتامین C میل کنید. مابقی روز نیز ۵ تا ۶ سهم غذایی غلات کامل میل کنید. هر سهم غذایی معادل یک فنجان غلات، نصف فنجان پاستاها یا برنج یا یک برش نان کامل می‌باشد.

روزانه ۱۰۰۰ تا ۱۲۰۰ میلی‌گرم کلسیم نیاز دارید که معادل یک فنجان شیر یا یک پیاله ماست کم‌چرب و یک پیاله اسفناج یا یک قوطی ماهی ساردین است.

پوکی استخوان و نقش تغذیه

واقعیت این است که هر چه سن بالاتر می رود، احتمال تحلیل روی و پوک شدن استخوان ها بیشتر می شود که البته ما نمی توانیم از این رخداد، کاملاً جلوگیری کنیم. اما می توانیم از طریق مواد غذایی که کلسیم فراوان دارند، مثل مواد لبنی و میوه و سبزیها روند آن را کند تر کرده و بازسازی استخوان ها را تا حدی سریع تر کنیم.

البته فعالیت در کنار این تغذیه، می تواند کمک مؤثری باشد. یعنی کلسیمی که وارد بدن می شود، جذب و تمرکز و تمرکز آن در استخوان، یک دوره یا گردش خاص دارد و انجام این گردش به فعالیت فردی بستگی دارد در خیلی از کشورهای غربی دیده می شود که آدم هایی به خاطر موقعیت آب و هوایی و موقعیت اجتماعی در گوشه ای نشسته اند و هر ساعت انواع قرص های ویتامین و کلسیم را مصرف می کنند؛ اما چون حرکت و فعالیت ندارد، تأثیری را که می خواهند، نمی گیرند. پس علاوه بر مواد غذایی، حرکت و فعالیت هم یک فاکتور مؤثر در تأمین سلامت است.

یک عامل دیگر، نور آفتاب است. یعنی کسانی که در محیط باز و در معرض تابش مستقیم نور آفتاب هستند، به طرز چشم گیری نسبت به کسانی که در محیط بسته و بدون آفتاب زندگی یا کار می کنند، از نظر تحلیل رفتن استخوان ها و مشکلات عضلانی و استخوانی و پیری زودرس تفاوت دارند.

به عبارت دیگر، راز جوان ماندن و حفظ سلامت استخوانها و عضلات و مفاصل، در سه کلمه است:

۱- فعالیت

۲- کلسیم (به صورت مواد غذایی)

۳- نور آفتاب

در صورت تماس کافی با نور آفتاب، هیچگونه مکمل تغذیه ای خاصی جهت تأمین ویتامین D ضرورت نخواهد داشت. ویتامین D اثرات خود را بر روی استخوان، روده و غدد پاراتیروئید اعمال می کند تا بتواند متابولیسم کلسیم و فسفر را تنظیم کند. افزایش سن، ظرفیت پوست در

تولید ویتامین D را کاهش می دهد این کاهش پس از سن ۷۰ سالگی، ۴ برابر می باشد. ضد آفتابهای موضعی می توانند تولید ویتامین D را کاهش یا کاملاً متوقف کنند. تماسهای تصادفی با نور آفتاب در اغلب مردم، مقدار کافی ویتامین D را ایجاد می کند. در افراد میانسال، تماس صورت، دست و اندام فوقانی با مقادیر کمتر از حد اریتماتوی پوست (مرحله قبل از قرمزی پوست که برای افراد مختلف زمان متفاوتی دارد) به صورت ۲ تا ۳ بار در هفته کفایت می کند، البته در طول فصل های سرد سا که زاویه خورشید و تابش نور آفتاب افزایش می یابد، نور آفتاب به علت تابش با زاویه بالا، کارایی لازم را نداشته و نیاز است در این فصول، مدت بیشتری در معرض نور خورشید بود و یا از غذاهای مناسب جهت تأمین ویتامین D بدن استفاده کرد. افراد مسن نیز باید با مشورت پزشک از مکمل های مناسب استفاده کنند.

کدام یک از مواد غذایی، کلسیم بیشتری دارند؟

سر دسته مواد غذایی کلسیم دار، لبنیات است. مثل انواع مختلف پنیر، جالب است بدانید پنیرهای مختلف مقدار کلسیم متفاوت دارند. مثلاً مقدار کلسیم موجود در پنیر لیقوان با مقدار کلسیم موجود در یک پنیر معمولی، فرق می کند. انواع شیر و ماست نیز کلسیم فراوان دارند. در میوه جات و مرکبات، کلسیم زیادی وجود دارد. معمولاً پرتقال را به خاطر وجود ویتامین ث می خوردند. در حالی که کلسیم آن به مراتب بیشتر است. نارنگی و گریپ فروت هر دو کلسیم زیادی دارند. گلابی کلسیم کمی دارد. سیب کالری دارد، ویتامین دارد ولی کلسیم آن کم است. در سبزیجات، کاهو، اسفناج، نخود فرنگی و هویج، کلسیم زیادی وجود دارد. هویج بیشتر از ویتامین، کلسیم دارد. البته آن قدرها هم لازم نیست آدم ها دائماً دنبال آن باشند که چه چیزی کلسیم دارد و چه چیزی کلسیم ندارد. هدف، شناخت است و اینکه آدم نیازش را بشناسد. این نکته را هم یادآوری کنیم که مصرف زیاد کلسیم و زیاده روی در مصرف آن، می تواند عوارضی مثل سنگ کلیه را به دنبال داشته باشد.

گردآوری: طه سهرابی



دکتر باقرزاده | نویسنده کتاب راهنمای تغذیه و رژیم درمانی



رهرا خدادادی | کارشناس آشپزی و شیرینی پزی



میگو پاک شده
۵۰۰ گرم



برنج ایرانی
فیس کرده
دو پیمانه



عصاره تمر
هندی
یک پیمانه



کشنیز
۳۵۰ گرم



شوید
دو قاشق
غذا فوری



سیر
متوسط
پنج مبه



پیاز
متوسط
یک عدد



روغن مایع
نصف
پیمانه



رب گوجه
دو قاشق
غذا فوری



آب
دو پیمانه



زردپوبه
نمک
قلقل

پیاز ها را فرد کرده و در روغن تفت می دهیم



شوید و
کشنیز
فرد شده
را به آن
اضافه
می کنیم



سیر ها را له کرده و
همراه با زردپوبه و
قلقل و رب گوجه
اضافه کرده و خوب تفت می دهیم



میگو و
عصاره
تمر هندی
را به مواد
اضافه می
کنیم



برنج و نمک
را اضافه
کرده و
شعله را کم
می کنیم



آب مواد باید تبخیر شود
هر پنج دقیقه یکبار آرام هم
می زنیم تا
مرارت
یکسان
به مواد
برسد



دمگنی گذاشته و
می گذاریم تا دم شود



دمی میگو
Hware



نکات :
۱. مقدار آب تقریبی است و بستگی به نوع برنج دارد.
۲. برای بدست آوردن عصاره تمر هندی، روی آن آب ریخته، در ظرف خوب ورز داده و از صافی رد می کنیم.

غذای رژیمی

این روزها غذاهای رژیمی مورد علاقه همه افراد می باشد، چه افرادی که اضافه وزن دارند و در پی گرفتن رژیم کم کردن اضافه وزن شان هستند و چه افرادی که وزن متناسبی دارند و برای جلوگیری از اضافه وزن به این غذاها روی می آورند.

بنابراین طرز تهیه یک غذای ساده و رژیمی را که مناسب برای یک وعده غذایی می باشد، خدمت شما ارائه می دهیم و امیدواریم که از درست کردن و خوردن آن لذت کافی را ببرید.

مواد لازم:

لوبیا سفید پخته ۱۰۰ گرم	ساقه کرفس خردشده ۱۰۰ گرم
نخود پخته ۱۰۰ گرم	ماست کم چرب ۲۵۰ گرم
لوبیا سبز بخارپز شده ۱۰۰ گرم	نمک، فلفل، آویشن به مقدار لازم
جوانه گندم ۱۰۰ گرم	شوید و نعنا و پونه از هر کدام یک
گوجه فرنگی ۲ عدد	سووم قاشق چایخوری، روغن زیتون ۱
هویج بخارپز شده ۱۰۰ گرم	قاشق غذا خوری

طرز تهیه این غذا خیلی ساده است و نیازی به تبحر خاصی ندارد اما دانستن چند نکته لازم به نظر می رسد:

ابتدا برای حبوباتی که دارای فیبر زیادی هستند باید در نظر داشته باشید که آن ها را از شب قبل خیس کرده و ۱ تا ۲ بار آب آن ها را تعویض نمایید. در هنگام پختن در آب آن ها کمی زرد چوبه بریزید تا هنگام جوشیدن سر نرود.

برای این که موادی مثل لوبیا سبز و هویج له نشوند حتماً آن ها را بخار پز کنید.

نکته آخر اینکه برای زیبایی هر چه بیشتر این سالاد بهتر است که تمام مواد داخل آن به لحاظ اندازه با هم تناسب داشته باشد و یک اندازه خرد شده باشند.

و ما طرز تهیه این سالاد مقوی و پرحجم اما کم کالری به این شکل است که تمام مواد خردشده را با هم مخلوط کرده و در ظرفی دیگر ماست را با سبزی های معطر و ۱ قاشق و روغن زیتون و نمک و فلفل و آویشن مخلوط کرده و بعد از اینکه طعم این سس باب میل شما شد با مخلوط فیبرها مخلوط کرده بد در ظرف مورد نظر خود سرو کنید و از خوردن آن لذت ببرید.



پنج خاصیت میگو

یکی از عادت های خوب غذایی که متخصصان تغذیه آن را توصیه می کنند، مصرف هفتگی فرآورده های دریایی از انواع ماهی گرفته تا میگوست، اما خیلی ها می گویند میگو کلسترول دارد و باید از خوردن آن اجتناب کرد، اما این باور درست است یا این که حقیقت چیز دیگری است؟ به غیر از این موضوع، عادت به مصرف میگو چه فواید و چه زیان هایی دارد؟ این ها همان مواردی هستند که در ادامه به آن ها اشاره شده است ...

۱- ضد فشارخون

میگو از منابع اسیدهای چربی از خانواده امگا ۳ است که دریافت آن به کنترل فشارخون کمک می کند. البته توصیه می شود این ماده غذایی در هنگام تهیه با حداقل روغن و نمک طبخ شود، در این صورت به گزینه ای مناسب برای کاهش سطح فشارخون تبدیل خواهد شد زیرا سرخ کردن آن در روغن، کالری بیشتر به بدن می رساند و باعث افزایش وزن می شود که خود از عوامل بروز فشارخون است.

۲- سرشار از سلنیوم

یکی از مواد معدنی ای که در میگو به میزان بسیار یافت می شود، سلنیوم است. با خوردن ۱۰۰ گرم میگو، ۶۴ درصد از نیاز روزانه به این ماده مغذی تأمین خواهد شد و از آنجا که سلنیوم خاصیت آنتی اکسیدانی دارد، عادت به خوردن میگو، احتمال ابتلا به سرطان روده بزرگ و انواع سرطان خون مانند «لوسمی» و «لنفوم هوچکین» را کاهش می دهد.

۳- ضد آلزایمر

امگا ۳ فراوانی که در میگو وجود دارد، باعث می شود عادت به مصرف هفتگی آن از بروز آلزایمر و اختلال حواس در دوران سالمندی جلوگیری کند. در واقع، دریافت روزانه ۳۸۰ میلی گرم از این اسیدهای چرب، از بروز اختلال حواس و آلزایمر جلوگیری می کند و با خوردن هفته ای ۲ تا ۳ بار میگو، این مقدار اسید چرب به بدن خواهد رسید.

۴- ضد کم خونی

افرادی که به دلایل مختلف گوشت قرمز نمی خورند، بیش از دیگران در معرض ابتلا به کم خونی ناشی از فقر آهن قرار دارند و از آنجا که با خوردن ۱۰۰ گرم میگو، ۱۹ درصد از نیاز به این ماده مغذی تأمین می شود، بهتر است در صورت نخوردن گوشت قرمز، میگو را در برنامه غذایی روزانه شان بگنجانند.

۵- منبع پروتئین و کلسترول

میگو برخلاف تصور عامه مردم، باعث افزایش کلسترول نمی شود زیرا بررسی های مقایسه ای میان دو رژیم غذایی با تخم مرغ و میگو نشان داده اند که رژیم دارای میگو ۷ درصد سطح کلسترول بد و ۱۲ درصد سطح کلسترول خوب را افزایش می دهد در حالی که رژیم دارای تخم مرغ، سطح کلسترول بد را ۱۰ درصد و سطح کلسترول خوب را ۷ درصد بالا می برد. در واقع این ماده غذایی چربی کمی دارد و با خوردن ۱۲ عدد میگوی درشت بخارپز شده، ۱۶۰ میلی گرم کلسترول وارد بدن می شود و سطح تری گلیسرید ۱۳ درصد پایین می آید بنابراین توصیه می شود آن را مانند سایر منابع پروتئینی مصرف کنید.

سرانه مصرف میگو

طبق اعلام برخی از کارشناسان، مصرف سرانه میگو در ایران تقریباً ۱۰ تا ۲۰ گرم در سال است و بیشترین مصرف کنندگان هم تهرانی ها هستند. البته در سال های اخیر، مصرف فرآورده های دریایی افزایش قابل ملاحظه ای داشته اما هنوز هم از مقدار استاندارد توصیه شده کمتر است و هنوز هم در مقایسه با مصرف جهانی در سطوح حداقل قرار داریم.

امگا ۳ فراوانی که در میگو وجود دارد، باعث می شود عادت به مصرف هفتگی آن از بروز آلزایمر و اختلال حواس در دوران سالمندی جلوگیری کند.

مصرف سرانه ماهی در ایران تقریباً ۱۰ کیلوگرم در سال و در سطح جهانی ۱۶ کیلوگرم است. بنابراین خوب است این را هم بدانید که در میان کشورهای مختلف دنیا، تایلند، فیلیپین، هند و اکوادور بزرگترین پرورش دهندگان میگو هستند.



همه چیز در مورد فواید «به»

خواص بی نظیر میوه به در احادیث متعدد بیان شده است و از آن به عنوان یکی از میوه های بهشتی یاد کرده اند.

شاید برایتان جالب باشد که بدانید خاستگاه اکثر میوه های پاییزی، برخی کشورهای جنوبی اروپا و کشورهای جنوب غربی آسیا مانند ایران، سوریه، لبنان، پاکستان و ... است. زیرا اقلیم و آب و هوای این کشورها به گونه ای است که میوه های پاییزی در چنین کشورهایی به خوبی بارور می شوند و رشد می کنند و این میوه ها در سایر کشورها به عنوان میوه های کمیاب و استثنایی شناخته می شوند. از آن جمله می توان به میوه به اشاره نمود.

لازم به ذکر است خواص بی نظیر این میوه در احادیث متعدد هم بیان شده است و از آن به عنوان یکی از میوه های بهشتی یاد کرده اند. این گیاه بی نظیر نه تنها میوه ای پرخاصیت دارد، بلکه دانه ها و برگ های این گیاه نیز دارای خواص درمانی شگفت آوری هستند. در اینجا شما را با خواص میوه، دانه و برگ های به آشنا می کنیم.

سرشار از مواد مغذی

میوه به در شکل نرسیده به رنگ سبز است که پره های طوسی رنگی آن را پوشانده است. با رسیدن به، این میوه به رنگ زرد متمایل می شود. درخت به در بسیاری از ملل دنیا به عنوان سمبل باروری، عشق و زندگی

شناخته شده است. میوه، دانه و برگ های به از زمان های بسیار دور به عنوان دارو استفاده می شده است.

وقتی به پخته می شود، نرم و شیرین شود. این میوه برای تهیه مربا، مارملاد، پودینگ و ... بسیار کاربرد دارد و این مربا برای تسکین مشکلات روده ای استفاده می شود. همچنین سرشار از فروکتوز، گلوکز، پکتین، لمون، مالیک اسید، نمک پتاسیم، سدیم، کلسیم، منیزیم، منگنز، آهن، روی، فسفر، مس، کبر، سولفور، کاروتن، ویتامین A، ویتامین C، ویتامین E، ویتامین B1، ویتامین B2، ویتامین B3، ویتامین B6 است.

طرز استفاده

۱. برگ ها را به مدت ۱۵ دقیقه در آب در حال جوش بخیسانید و سپس آن را از صافی رد کنید. آنگاه آن را میل نمایید. این برگ ها در آب جوش مایعی قرمز رنگ ایجاد می کنند که به رنگ چای بسیار شبیه است، در نتیجه می توانید از این برگ ها به عنوان جایگزین چای سیاه استفاده کنید.

۲. برای درمان کولیت می توانید ۱۰ گرم از دانه ها و برگ به را شب قبل از خواب در یک لیوان آب سرد بخیسانید. صبح هنگام این محلول آماده است و می توانید ۳ الی ۴ بار در روز از آن مصرف کنید.

۳. می توانید میوه به را به صورت نازکی خشک کنید و سپس آن را در آسیاب به صورت پودر دریاورید. و در هنگام لزوم از این پودرها دمنوش تهیه کنید.



آهن از مواد غذایی می‌شود؛ در نتیجه از کم خونی‌هایی که به علت کمبود آهن به وجود می‌آیند، جلوگیری می‌کند.

درمان سرفه

دانه‌های خشک‌شده به برای درمان گلودرد و تسکین سرفه بسیار کارآمد است. این دانه‌ها را در آب حل و به عنوان داروی سرفه استفاده کنید. این درمان بالأخص برای کودکان بسیار مفید است زیرا صد در صد بدون الکل است. دانه‌های این گیاه برای درمان پنومونی، سرماخوردگی، سرفه، آسم و بیماری‌های تنفسی استفاده می‌شود. برای این منظور لازم است دانه‌های به را در آب بجوشانید و سپس مصرف کنید.

بیماری‌های کرونر قلبی

مطالعات انجام‌شده نشان می‌دهد مصرف عصاره برگ به بر نمایه‌های بیوشیمیایی مرتبط با بیماری‌های کرونر قلبی تأثیر می‌گذارد. همچنین میوه و دانه به که سرشار از پکتین می‌باشند، برای سیستم قلبی عروقی مناسب هستند و علاوه بر کاهش کلسترول خون، به کاهش فشارخون نیز کمک می‌کنند. همچنین از ایجاد لخته‌های خونی پیشگیری می‌کنند.

مشکلات گوارشی

پودری که از برگ‌های به استخراج می‌شود، مشکلات مرتبط با دستگاه گوارش مانند اسهال، یبوست، سوءهاضمه و ... را کاهش می‌دهد. البته میوه به در حالت پخته به همراه عسل و کمی سرکه باعث افزایش فعالیت دستگاه گوارش می‌شود. ترکیبات پکتینی موجود در این میوه باعث بهبود بیماری‌های روده‌ای می‌شود. برگ‌های به همچنین باعث تقویت معده و کبد می‌شود.

هادی احمدی | طلبه درس خارج



آرام‌بخش

دانه به دارای آمیگدالین یا همان ویتامین B17 است. که اثرات ضد سرطانی دارد. البته در مصرف آن باید جانب احتیاط را رعایت و از مصرف بیش از حد آن خودداری کرد؛ زیرا مقادیر زیادی از آمیگدالین سمی است. دانه‌های به سرشار از تانن، شکر، پکتین، مالیک اسید، آمیگدالین و ... هستند. دمنوش تهیه‌شده از این دانه‌ها خاصیت آرام‌بخشی دارد. بی‌خوابی را درمان می‌کند و تنش‌های عصبی و تنفس نامناسب را تسکین می‌بخشد. همچنین پکتین موجود در این دانه‌ها برای درمان جراحات، سوختگی‌ها، سرفه، گلودرد و سایر مشکلات تنفسی کاربرد دارد.

آثار درمانی دیگر

میوه به باعث بهبود اشتها می‌شود. همچنین خون‌رسانی و تغذیه قلب را تسهیل می‌کند. میوه به برای تسکین التهاب ارگان‌های داخلی مانند رحم بسیار مناسب است. میوه، دانه و برگ‌های به برای بهبود بیماری‌های دستگاه ادراری پیشنهاد می‌شود. برای افراد دیابتی که می‌خواهند سطح قند خون خود را کاهش دهند، مصرف دمنوش به با تمام ضمایم به صورت میوه، دانه و برگ‌های به، ۳ بار در روز توصیه می‌شود. این میوه همچنین برای بیماری‌های پوستی و ناراحتی‌های چشمی مناسب است. برگ به همچنین برای تقویت موها و کدر کردن رنگ آن‌ها در صورت استفاده موضعی بر روی موها، پیشنهاد مناسبی است.

کم خونی

یکی از مهم‌ترین ترکیبات موجود در به ویتامین C است، که نقش کلیدی در سلامت ذهنی و فیزیکی دارد. ویتامین C یک آنتی‌اکسیدان بسیار قوی است و از تولید رادیکال‌های آزاد توسط چربی‌های غیراشباع جلوگیری می‌کند. همچنین وجود ویتامین C در رژیم غذایی باعث افزایش جذب



موبایل شما کیف پول شما می شود؛ NFC چیست و چگونه می توان آن را فعال کرد؟

انرژی کمتر امنیت بالاتر

شاید این سوال در ذهن شما ایجاد شود که با وجود بلوتوث و یا حتی وای فای چه نیازی به NFC دارید؟ در واقع جواب این سوال مصرف انرژی بسیار اندک و امنیت نسبی مناسب است.

اگر کسی بخواهد از طریق NFC به دستگاه شما رخنه کند و یا در ارتباط NFC دستگاه شما با یک دستگاه دیگر اختلال به وجود بیاورد، بایستی بسیار به گجت شما نزدیک شود که این کار بدون جلب توجه و مشکوک کردن شما، تقریباً ممکن نیست.

چگونگی استفاده از کیف پول همراه در ایران:

در حال حاضر استفاده از تکنولوژی NFC در صنعت پرداخت الکترونیک توسط اپراتورهای تلفن همراه در کشور ما رونمایی شده و در دسترس کاربران آنها قرار دارد یا به زودی فعال می شوند.

سرویس NFC ایرانسل

این سرویس یک کیف پول موبایلی است که به مشتری این امکان را می دهد تا پرداخت های خرد را به کمک موبایلش به سادگی پرداخت کند. برای مثال، کاربر می تواند هنگام ورود به مترو یا اتوبوس به جای دادن پول نقد یا استفاده از کارت از موبایلش استفاده کند. یعنی دقیقاً به جای استفاده از کارت موبایلش را روی دستگاه کارتخوان می زند و می رود. برای استفاده از این سرویس موبایل کاربر باید مجهز به تکنولوژی NFC باشد در غیر این صورت باید یک آنتن NFC پشت باتری موبایل روی سیم کارت نصب کند تا بتواند از این سرویس استفاده کند. حکایت NFC

در این بخش می خواهیم شما را با نحوه استفاده از NFC آشنا کنیم. تکنولوژی که نه تنها می تواند موبایل شما را به کیف پول الکترونیکی تبدیل کند بلکه قابلیت های دیگری هم به آن خواهد افزود.

امروزه تعداد گوشی هایی که از تراشه NFC استفاده می کنند و این سامانه را پشتیبانی می کنند روز به روز در حال افزایش است. (به طور مثال گوشی های هوشمند جدید) با استفاده از این تراشه اطلاعات به صورت کد شده بین دو وسیله رد و بدل می شود. البته اگر گوشی شما جدید نیست، این تراشه را می توان خرید و بر روی باتری گوشی چسباند تا با ساده ترین گوشی هم این تکنولوژی در دسترس شما باشد.

مهم ترین کاربرد NFC، پرداخت پول از طریق گوشی های هوشمند است. برای این منظور، کاربر اطلاعات مربوط به کارت اعتباری خود را در گوشی ذخیره می کند و در زمان خرید، گوشی را به دستگاه NFC خوان نزدیک می کند تا پرداخت انجام شود. بیشتر معاملات نیاز به تصدیق ندارند ولی در برخی موارد ممکن است فروشندگان در خواست تایید هویت کنند.

چگونه کار می کند؟

برای اینکه تلفن هوشمند شما بتواند با دستگاه های دارای NFC ارتباط برقرار کند، بایستی از چیپ NFC برخوردار باشد. تکنولوژی NFC بر اساس «شناسایی فرکانس رادیویی» (RFID) ساخته شده که به یک گجت امکان می دهد تا به گجتهای دیگر امواج رادیویی ارسال کند و پس از شناسایی یکدیگر، عملیات مشخصی بین آنها انجام شود.

چگونه می توان NFC رادر گوشی های هوشمند جدید فعال کرد؟

آیا با داشتن نسخه بستنی حصیری و استفاده از تکنولوژی NFC و Android Beam بر روی دستگاه آندرویدی خود می توان برنامه های کاربردی، صفحات وب و دیگر اطلاعات، بین دو دستگاه و بدون استفاده از بلوتوث انتقال داد؟

بله، شما با استفاده از Android Beam و NFC می توانید به راحتی محتویات دو دستگاه آندرویدی را بین یکدیگر انتقال دهید، به اینصورت:

- قبل از شروع :

شما باید در هر دستگاه، آندروید نسخه ۴ یا همان Ice Cream Sandwich و NFC داشته باشید.

شما می توانید این کار را با رفتن به آدرس Settings > About Phone برای دانستن نسخه آندروید و منو Settings دستگاه برای نگاه کردن به تنظیمات NFC انجام دهید.

- به اشتراک گذاری از طریق NFC و Android Beam



۱- با رفتن به آدرس Settings > More > NFC و Andorid Beam در این بخش فعال یا ON شده است.

۲- تا زمانی که هر دو دستگاه روشن هستند به سادگی می توانید اطلاعاتی که به اشتراک گذاشته اید را انتقال دهید.

۳- بایستی دو دستگاه را پشت به پشت هم بصورتی که تقریباً همدیگر را لمس کنند، قرار داد و شما یک لرزش را احساس کنید.

۴- بعد از احساس لرزش یک انیمیشن کوچکی در پس زمینه دستگاه نمایش داده می شود که نشان دهنده آن است که محتویات به اشتراک گذاشته شده دستگاه شما در حال انتقال می باشد.

۵- در پایان محتویات به اشتراک گذاشته شده دستگاه شما به دستگاه دیگر بارگذاری خواهد شد.

همان حکایت بلوتوث است که در ابتدا خیلی همه گیر نبود باید روی گوشی ها نصب می شد اما از یک جایی به بعد دیگر تمام گوشی های متوسط به بالا به آن مجهز شدند.

این سرویس که بزودی در دسترس هموطنان قرار خواهد گرفت فقط برای پرداخت کرایه وسایل حمل و نقل عمومی نیست. هموطنان نه تنها می توانند از آن برای پرداخت هزینه پارکومترهای سطح شهر استفاده کنند بلکه می توانند پرداخت های خرد خود در فروشگاه ها را نیز با آن بپردازد. برای این کار فقط کافیست مبلغ مورد نظر در دستگاه کارخوان وارد شود و کاربر سپس موبایلش را روی دستگاه کارت خوان بزند تا پرداخت فوراً انجام شود و رسیدش را دریافت کند.

در حال حاضر برای شارژ کردن این سرویس کاربر می تواند مبلغ مورد نظرش را از طریق دستگاه خودپرداز یا کارخوان انتخاب کند و پس از نزدیک کردن موبایلش به دستگاه، وجه از کارت بانکی فرد وارد کیف پول موبایلی کاربر می شود. در آینده ای نزدیک هم امکان شارژ این سرویس از طریق خود موبایل به کمک کیف پول موبایلی ایرانسل فراهم خواهد شد.

سرویس NFC همراه اول

همراه اول به کمک جیرینگ یک سرویس NFC ارائه می کند. سرویس NFC جیرینگ با سرویس ایرانسل کاملاً متفاوت است. در این سرویس دیگر نیازی به سیم کارت با قابلیت NFC و داشتن یک گوشی مجهز به NFC نیست. این سرویس در واقع یک تگ است که با چسباندن آن پشت هر گوشی موبایلی، کاربر می تواند پرداخت های خرد خود را انجام دهد. برای مثال در مترو و اتوبوس یا هنگام پرداخت هزینه پارکومتر خود به جای استفاده از پول نقد یا کارت موبایلش را می زند روی دستگاه ریدر و پرداخت انجام می شود.

در حال حاضر کاربر برای شارژ این تگ می تواند به ایستگاه های مترو و باجه های شارژ کارت مترو مراجعه کند و آن را شارژ کند. البته در آینده ای نزدیک امکان شارژ آن از داخل موبایل و از طریق حساب جیرینگ کاربر نیز فراهم می شود.

سرویس NFC رایتل

سرویس NFC رایتل یک کیف پول موبایلی است برای استفاده از آن کاربر باید یک سیم کارت رایتل مجهز به NFC خریداری کند تا از خدمات آن بهره مند شود. در کنار این سیم کارت، لازم است که دستگاه موبایل کاربر نیز مجهز به NFC باشد؛ در غیر این صورت کاربر باید از یک آنتن NFC زیر سیم کارت و روی باطری استفاده کند تا بتواند از این سرویس استفاده کند.

کاربر با داشتن کارت شتابی به کمک این سرویس می تواند از خدمات بانکی مانند دریافت مانده حساب، پرداخت قبوض و مواردی از این قبیل بهره ببرد. علاوه بر این ها کاربر می تواند با بهره گیری از تکنولوژی NFC پرداخت های خرد خود را با موبایلش پرداخت کند. برای مثال کاربر می تواند بلیت های الکترونیک شهری مانند مترو و اتوبوس، هزینه پارکومتر را با موبایلش پرداخت کند بدون اینکه هیچ رمزی وارد کند. البته برای اینکه در صورت گم شدن یا دزدیده شدن موبایل کاربر کسی نتواند از آن سوء استفاده زیادی بکند هر تراکنش یک سقفی دارد که برای پرداخت بیشتر از آن کاربر باید رمز وارد کند. در این صورت کاربر فرصت خواهد داشت تا کیف پول موبایلی خود را غیر فعال کند تا سوء استفاده از آن نتواند از یک سقفی بیشتر انجام شود.

البته کیف پول همراه تنها کاربرد این تکنولوژی نیست و شما می توانید برای انتقال ساده و راحت فایل های مدیا بین دو گوشی هم از NFC استفاده کنید. برای اینکار تنها کافی است که NFC گوشی خود را فعال کرده و فایل را از گوشی خود به گوشی دیگر هل دهید.

رمزینه پاسخ سریع چیست؟

کاربرد رمزینه پاسخ سریع

در کشور کره جنوبی فروشگاه های زنجیره ای تسکو در اقدامی بسیار جالب که منجر به صرفه جویی های فراوان برای خریدار و فروشنده شده، با قراردادن تصاویر کالاهای خود به همراه رمزینه پاسخ سریع آنها در ایستگاه های مترو، این امکان را برای مردم ایجاد کرده تا با اسکن رپس کالای مورد نیاز توسط تلفن همراه خود و ارسال اطلاعات آن، کالای مورد نظر را درب منزل تحویل بگیرند. ساختار این ایده را می توانید به صورت مصور ببینید:



- استفاده در گوشی های تلفن همراه و تبلت ها:

می توان گفت که گسترده ترین کاربرد رمزینه پاسخ سریع بخصوص برای عموم مردم، استفاده و بهره برداری از اطلاعات رمز شده در آن با استفاده از تلفن های همراه است. در واقع رمزینه پاسخ سریع (QR-code) بارکد هایی ساده اند که می توانند عملیات زیادی در گوشی های موبایل انجام دهند. این رمزینه ها می توانند برای تغییر اطلاعات مخاطبان، اجرای یک لینک وب، باز کردن یک برنامه، یا حتی شماره گرفتن مورد استفاده قرار گیرند. همچنین با گوشی اندرویدی، می توان به راحتی از مارکت های اندروید، بازی ها و نرم افزارهای مورد نیاز را خریداری یا بارگذاری نمود. کاربران تلفن های همراهی که دستگاهشان مجهز به نرم افزار کدخوان است، می توانند «رمزینه پاسخ سریع» را در هر جایی که باشد (روی کاغذ روزنامه، نمایشگر رایانه و یا روی بدنه اتوبوس!) اسکن کنند تا اطلاعات ذخیره شده در آن که می تواند شامل: قیمت و اطلاعات مربوط به یک کالا، شماره تلفن، پیامک و یا هر متنی است، مشاهده نمایند؛ یک صفحه ی وب را بدون نیاز به تایپ آن، بر روی تلفن همراه را باز کنند. این عمل اتصال از دنیای فیزیکی به دنیای دیجیتال، به نام «هاردلینک» یا «مجازی کردن دنیای فیزیکی» گفته می شود.

- دریافت اطلاعات ذخیره شده در QR-code ها بوسیله گوشی تلفن همراه:

برای خواندن (اسکن) این کدها، گوشی (تلفن همراه) یا تبلت شما می بایست به موارد زیر مجهز باشد:
دوربین با قدرت تفکیک مناسب
نرم افزار رمزینه خوان (بارکد خوان)

در برخی از مدل های گوشی های تلفن همراه، نرم افزار رمزینه خوان (بارکد خوان) بطور پیش فرض نصب شده وجود دارد. تلفنهای هوشمند

«رمزینه پاسخ سریع» واژه بومی سازی شده برای QR-Code یا Quick Response Barcode بوده که در آن «رمزینه»، معادل پارسی بارکد است.

تعریف:

رپس (رمزینه پاسخ سریع) یا QR-Code یک رمزینه (بارکد) ظرفیت بالای رمز دار دو بعدی با ساختار ماتریسی (صفر و یک) می باشد که به منظور رمز گشایی آسان محتویات آن با سرعت زیاد طراحی شده است. این رمزینه ها دارای ساختار مربعی شکل است، که اطلاعات در آن به صورت نقطه های مربعی کوچک مشکی که به آن ها واحد یا Module گفته می شود، بر اساس الگوی استاندارد (ISO/IEC ۱۸۰۰۴:۲۰۰۶) ایجاد و می تواند حاوی نشانی وب، پیامک، اطلاعات تماس با فرمت کارت ویزیت، شماره تلفن، قیمت و مشخصات یک کالا به صورت همزمان، یا هر نوع نوشته و داده دیگری می باشد.

تاریخچه:

QR-code در سال ۱۹۹۴ بوسیله شرکت Denso Wave که از شرکت های زیر مجموعه تویوتای ژاپن است، ابداع و به منظور ردیابی قطعات در صنایع تولید خودرو مورد استفاده واقع شد، این رمزینه ها در ژاپن بسیار فراگیر بوده و بیشترین کاربرد را میان بارکدهای دوبعدی دارد.

کاربردها:

این نوع رمزینه ها (QR-codes) که در ابتدا با هدف استفاده در تولید تجهیزات صنعتی ابداع شد، امروزه کاربرد های گسترده ای پیدا کرده اند، که از مهمترین دلایل آن: اطلاعات زیادی است که QR کدها قادرند در خود ذخیره کنند به طوری که یک QR کد قادر است تا ۷۰۸۹ رقم عددی را در خود نگهداری نماید، همچنین به واسطه پیشرفت سالهای اخیر در صنعت تلفن های همراه، قابلیت خواندن (اسکن) و انتقال اطلاعات گوناگون نهفته در این رمزینه ها، توسط دوربین تلفن های همراهی که دارای نرم افزار خواندن کد (Reader Code) باشند، برای همگان به راحتی فراهم شده است.

رمزینه پاسخ سریع (QR-code) هم اکنون در مفهومی بسیار وسیع در اروپا، آمریکا، آسیای شرقی و حتی کشور ما مورد استفاده قرار می گیرد، در روزنامه ها کاربرد فراوان پیدا کرده و در تبلیغات، شرکت ها «رمزینه پاسخ سریع (QR-Code)» خود را در روزنامه به چاپ می رسانند که حاوی اطلاعات خودشان است. در بعضی از شهرهای اروپایی برای دادن اطلاعات مختلف به گردشگران از این کدها استفاده می شود، یکی از موارد استفاده از رپس در کشور ما علاوه بر تبلیغات، اطلاع رسانی و ... درج رمزینه پاسخ سریع بر روی برچسب های طرح شبیه است که مختص ردیابی کالاهای وارداتی بوده و از سال ۱۳۹۱ اجرا می شود. به طور کلی این رمزینه ها می توانند در مجلات، تابلوها، اتوبوس ها، کارت های بازرگانی و یا در هر چیزی که کاربران آن نیاز به اطلاعات دارند (حتی روی باطری تلفن همراه یا لپ تاپ)، استفاده شوند.

برای دانلود نرم افزار بارکد خوان به سایت مسجد جامع مراجعه فرمائید



بلک بری و سیستم عامل گوشی گوگل موسوم به «آندروید»، استفاده از کد «QR» را که شامل اضافه کردن بارکدخوان «زینگ» بر روی برخی از مدل‌ها می‌باشد، پشتیبانی می‌نماید. همچنین دارندگان آیفون و آی پد می‌توانند از اپلیکیشن‌ها رایگانی که ویژه اسکن این کدها نوشته شده استفاده کنند. سیستم عامل نوکیا موسوم به «سیمبین» نیز مجهز به یک بارکدخوان است که قادر به خواندن کدهای «QR» می‌باشد، فناوری NFC در گوشی‌های جدید روش بی‌ظیری برای استفاده از یک ضربه کوچک برای اسکن بارکدها می‌باشد. همینطور «ام‌بارکد» نیز یک کدخوان «QR» برای سیستم عامل «مائیمو» است. حتی دارندگان گوشی‌هایی با سیستم عامل جاوا نیز می‌توانند از نرم افزار رایگان موجود مانند: KaywaReader استفاده کنند.

- توجه:

رمزینه‌های پاسخ سریع ظرفیت بالایی جهت ذخیره اطلاعات دارند اما رمز گشایی و بازیابی اطلاعات موجود در آنها بستگی مستقیم به قدرت پردازش و نوع سیستم عامل تلفن همراه داشته و ممکن در برخی موارد هنگام اسکن کدهای حاوی اطلاعات زیاد، گوشی توانایی خواندن آن را نداشته باشد. جهت دریافت کامل اطلاعات یک رپس، توجه به نکات زیر ضروری است: قدرت پردازش، سیستم عامل و قدرت لنز گوشی تلفن همراه کیفیت تصویری و حجم اطلاعات موجود در کد زاویه (دوری و نزدیکی) عکس برداری (اسکن) از کد بارکد طبق استاندارد تولید شده باشد بنابراین عدم دریافت اطلاعات از یک کد صرفاً به منزله مخدوش بودن آن نیست.

علیرضا درخش احمدی



گوگل درباره شما چقدر می‌داند؟

۴. دستگاه‌هایی که به حساب کاربری گوگل‌تان وصل شده‌اند

اگر از این نگرانید که شخص دیگری از حساب کاربری گوگل شما استفاده می‌کند، می‌توانید از گوگل کمک بگیرید و ببینید چه دستگاه‌هایی به حساب کاربری گوگل شما دسترسی دارند، IP آن‌ها چیست و موقعیت جغرافیایی تقریبی آن‌ها کجاست:

<https://security.google.com/settings/security/activity>

۵. اپلیکیشن‌ها و افزونه‌هایی که به حساب‌تان دسترسی دارند

در لینک زیر می‌توانید همه‌ی اپ‌ها و افزونه‌هایی را که به نحوی به اطلاعات حساب کاربری گوگل شما دسترسی داشته‌اند، ببینید. پیشنهاد می‌کنیم اگر دستگاه مشکوکی در این فهرست دیدید، رمز عبور حساب کاربری گوگل‌تان را عوض کنید:

<https://security.google.com/settings/security/activity>

۶. همه اطلاعات حساب‌تان را بیرون بکشید

گوگل به شما این امکان را می‌دهد که اطلاعات مربوط به خودتان را دانلود کنید. بوک‌مارک‌ها، ایمیل‌ها، فایل‌های گوگل درایو، اطلاعات پروفایل، ویدئوهای یوتوب، عکس‌ها و اطلاعات دیگران را می‌توانید از این لینک دریافت کنید:

<https://www.google.com/takeout>

سعيد حاتمی خواه

شاید شما هم شنیده باشید که تجارت اصلی گوگل از راه استفاده از اطلاعاتی است که در گوشه و کنار اینترنت جمع‌آوری می‌کند. دل‌تان می‌خواهد بفهمید گوگل چه چیزهایی در مورد شما می‌داند؟ در ادامه این مطلب ۶ لینک را با هم مرور می‌کنیم که نشان می‌دهد گوگل چه اطلاعاتی از شما در اختیار دارد. دقت کنید که برای مشاهده این اطلاعات ابتدا باید وارد حساب کاربری گوگل‌تان شده باشید. لازم است توجه کنید که این اطلاعات، صرفاً، اطلاعاتی است که شرکت گوگل به صورت رسمی و تحت عنوان خدمات خود به کاربران، اعلام می‌کند! قطعاً پایگاه اطلاعاتی بسیار بزرگ و حیرت‌آوری، که شرکت آمریکایی گوگل از صدها میلیون کاربر سراسر جهان در اختیار دارد و تحلیل‌های اجتماعی و مدل‌سازی رفتار جامعه که به واسطه آن اطلاعات می‌تواند انجام دهد، بسیار فراتر از این آمار بوده و می‌تواند برای امنیت ملی هر کشوری، خطرناک باشد!

۱. گوگل چگونه شما را می‌بیند؟

گوگل تلاش می‌کند یک پروفایل کلی برای شما بسازد. پروفایلی که سن و سال، جنسیت و فهرستی از علاقه‌مندی‌های شما را نشان بدهد. گوگل از این اطلاعات استفاده می‌کند تا محتوای تبلیغاتی هرچه مناسب‌تری را به شما نشان بدهد. از لینک زیر می‌توانید این پروفایل را ببینید:

<https://www.google.com/ads/preferences>

۲. تاریخچه‌ای از جاهایی که بوده‌اید

اگر از گوشی هوشمند اندرویدی استفاده می‌کنید، ممکن است در شرایطی خاص، گوشی شما اطلاعات مربوط به موقعیت جغرافیایی شما را برای گوگل بفرستد! می‌توانید تاریخچه‌ای از جاها و مکان‌هایی که در آن‌ها بوده‌اید را در لینک زیر ببینید:

<https://maps.google.com/locationhistory>

۳. تاریخچه‌ای از جست‌وجوهای که در گوگل داشته‌اید

گوگل تک‌تک جست‌وجوهای شما در این موتور جست‌وجو را ذخیره و نگهداری می‌کند! همین‌طور هر بار که روی یکی از تبلیغات گوگل کلیک می‌کنید، اطلاعات مربوط به آن ثبت می‌شود! از لینک زیر می‌توانید هر آنچه را که در گوگل جست‌وجو کرده‌اید، ببینید:

<https://history.google.com>

Google
IS WATCHING

هفت‌سنگ

ویژه نامه



سلام

بسیار خداوند را شاکر هستیم که این توفیق را شامل حال اعضای واحد فرهنگی مسجد جامع، قرار داد تا در تابستانی که گذشت، در قالب دوره تابستانه ۹۳، بتوانند قدمی هر چند کوچک، در راستای تعالی و نشاط نوجوانان عزیز، بردارند. دوره تابستانه ۹۳ که در ادامه فعالیت های فرهنگی یک سال اخیر گروه نوجوانان مسجد جامع، قرار داشت، تجلی یک مشارکت تیمی و هدفمند از طیف های مختلف جامعه اطراف مسجد بود، از طرفی نمود همکاری صمیمانه و دلسوزانه جوانان فعال در واحد فرهنگی مسجد جامع و از طرفی نمود حمایت های امام جماعت محترم مسجد، حضرت آیت الله هاشمی تبریزی و هیئت امنای محترم بود. و از طرفی دیگر تجلی اعتماد خانواده های محترم، به محیط پاک مسجد بود که باعث می شد تا آنان از بین مجموعه های فرهنگی مختلف، مسجد را محلی برای رشد استعداد ها و تعالی فرزندان عزیز خویش انتخاب کنند. امیدواریم به لطف الهی این مشارکت با برکت، ادامه دار بوده و در همین راستا، ان شاءالله به زودی جلسات هفتگی قرآن ویژه نوجوان در مسجد جامع، برقرار خواهد شد.

گفتنی است در رابطه با چگونگی حضور در فعالیت های گروه نوجوانان مسجد جامع، می توانید با شماره های ۸۸۵۷۴۲۴۸ و ۰۹۳۶۶۱۴۱۶۹۴، تماس برقرار سازید.



داستان راستان



کارگر و آفتاب

روزی امام صادق (علیه السلام) لباس کارگری بر تن کرده بود و با یک بیل که در دست داشت، در بوستان خویش سرگرم کار بود. آن حضرت چنان فعالیت کرده بود که سرتاپایش را عرق گرفته بود.

در این حال ابو عمرو شیبانی وارد شد و امام را در آن حالت رنج و سختی مشاهده کرد. پیش خود گفت شاید علت اینکه امام شخصا بیل به دست گرفته و مشغول انجام این کار شده، این است که کسی دیگر نبوده و از روی ناچاری خودش دست به کار شده. جلو آمد و عرض کرد: «این بیل را به من بدهید، من انجام می دهم»

امام فرمود:

نه! من اساساً دوست دارم که مرد برای کسب روزی رنج بکشد و آفتاب بخورد.

منبع: برگرفته از کتاب داستان راستان شهید مطهری
گردآورنده: مهرداد رضایی نیا



هفت‌سنگ

علم و شگفتی های خلقت

برف!

آنها دو ورقه با یک رابط به هم وصل می شوند! از مهمترین علت های تفاوت در شکل های مختلف دانه های برف، دما و رطوبت است. بلور های یخی هنگام فرود از قسمت های مختلف ابر عبور می کنند. دما و رطوبت در طی این فرود تغییر میکند، و این تغییر شرایط باعث به وجود آمدن شکل های مختلف دانه های برف می شود!

در زیر تصاویر شگفت انگیزی از دانه های برف را می بینید!

تا کنون کسی را دیده اید که یک دانه برف را نگاه کند و از شکل ستاره مانند آن شگفت زده نشود؟! شکل های زیبا و متقارن دانه های برف چگونه ایجاد می شوند؟! چرا بعضی دانه ها مسطح و بعضی دیگر حالت حجیم و استوانه ای دارند؟! البته این بلورهای یخی متنوع تر از آن هستند که بتوانید فکرش را بکنید!

دانه های برف شکل های گوناگونی دارند. از قبیل دانه های سوزنی شکل، دانه های ستونیتو خالی و دانه های ورقه ای که شکل دمبل هستند و در



هوشستان

رنگ سیب ها!

روزی از یک مرد که تعدادی سیب داشت، تعداد سیب ها و رنگ آنها را پرسیدند. او اینگونه پاسخ داد....
 «تمام سیب های من بجز ۲ سیب، قرمز هستند.
 و البته همه سیب هایم بجز ۲ سیب، زرد هستند!
 در مورد سیب های سبز رنگم هم دقیقا همینطور! یعنی فقط دو سیب از همه سیب هایم سبز نیستند!»
 به نظر شما چگونه چنین چیزی ممکن است؟

لیوان های پر، لیوان های خالی!



همانطور که در شکل می بینید، ۶ لیوان داریم که داخل سه تای اول، آب پرتقال وجود دارد و سه تای بعد، خالی است.
 آیا می توانید تنها با حرکت دادن یک لیوان، کاری کنید که لیوان ها یک در میان، پر و خالی باشند؟



جواب معمای اول : خیلی پیچیده نیست. او فقط سه سیب دارد!
 یکی قرمز، یکی زرد و دیگری سبز!

جواب معمای دوم : کافیست محتویات درون لیوان دوم را داخل لیوان پنجم بریزید!



معماهای قرآنی

دوستان، اگر در یک روز گرم، که خیلی هم تشنه هستید، مادرتون بهتون یک لیوان شربت خنک خوشمزه بده، چقدر خوشحال می شوید؟! حالا، قرآن هم، هدیه ای است، از طرف خدای مهربان ما! تا به ما، راه خوب بودن و خوشبختی رو نشون بده. برای همین ما باید، کتاب قرآن رو بهترین دوست خودمون بدونیم و بیشتر با این دوست خوب، آشنا بشویم. هدف ما هم از این بخش همینه! شناخت بهترین دوستمون که در قالب معما طراحی شده است.....

۱- کدام یک از سوره های قرآن توصیه شده که در نماز جمعه خوانده شوند؟

۲- در کدام سوره قرآن به مطالعه در «اسرار آفرینش» سفارش شده است؟

۳- در کدام سوره قرآن یکی از آیه های آن ۳۱ بار، تکرار شده است؟!

۴- در کدام سوره قرآن، یازده قسم پی درپی، آمده است؟!



جواب معماها:

۱- سوره های جمعه و منافقون

۲- سوره حجر

۳- سوره الرحمن ، آیه مورد نظر « فَبَآئِ آلَاءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبَانِ » می باشد.

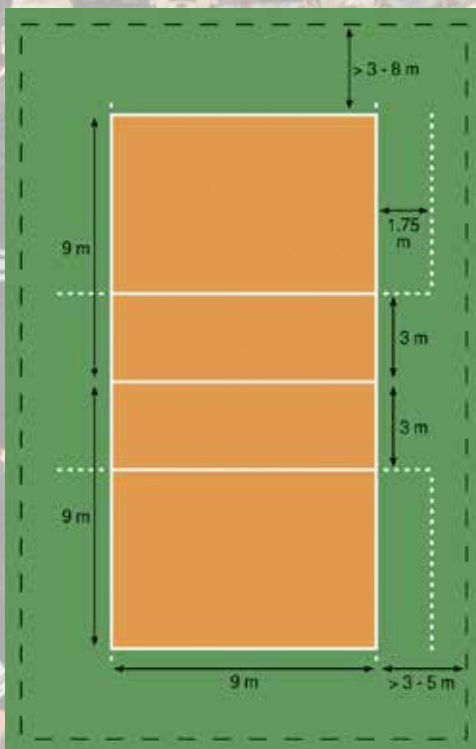
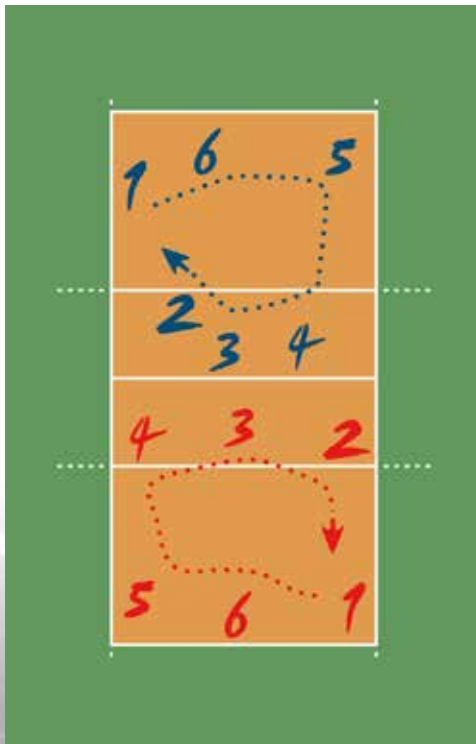
۴- سوره مباح الشمس، که خداوند پس از یازده قسم با تاکید های فراوان میفرماید هر فردی که نفس خود را پاک کند، قطعاً خوشبخت و رستگار خواهد شد. « قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا »

بچه ها خوب است کمی با خودمان فکر کنیم که این موضوع چقدر مهم است که خداوند برای یادآوری آن یازده قسم را می خورد!!! به قول یکی از دوستان، دیگر خداوند چگونه این مطلب را بفرماید تا ما این موضوع بسیار مهم را باور کنیم!!!

گرداورندگان : علیرضا جعفری ، مازیار گوهرکش

هفت‌سنگ

والیبال



قطعا شما نیز از هنگامی که بازیکنان جوان تیم ملی والیبال کشورمان توانسته اند در رقابت های مختلف جهانی، افتخار آفرینی کنند، با این ورزش بیشتر آشنا شده اید. در این مطلب قصد داریم کمی بیشتر از قوانین بازی والیبال بدانیم. والیبال یک ورزش تیمی و محبوب است که در آن بازیکنان در دو تیم شش نفره، در دو سوی توری به ارتفاع ۲/۴۳ متر قرار می گیرند و تلاش می کنند تا طبق قوانین بازی، توپ را از روی تور در زمین تیم مقابل فرود آورند. طول زمین والیبال ۱۸ متر و عرض آن ۹ است. خط وسط، زمین را به دو قسمت ۹ متری تقسیم می کند، و همچنین در ۳ متر از هر طرف آن، خط حمله قرار دارد. جالب است بدانید که پس از دریافت امتیاز توسط تیم، اعضای آن باید در جهت عقربه های ساعت در زمین بچرخند. این قانون باعث می شود که تمام بازیکنان در تمام مناطق بازی کنند و همیشه در منطقه دفاع یا حمله نباشند (مانند شکل بازیکن منطقه ۴ میرود به منطقه ۳، و همین طور بقیه بازیکنان جای خود را عوض می کنند).

همچنین باید توجه داشت که هنگامی که سرویس زده می شود، بازیکنان جلوی خط حمله می توانند موقعیت های خود را تغییر دهند و حرکت کنند اما بازیکنان پشت خط نمی توانند به جلوی آن بیایند و دفاع یا حمله کنند! آن ها باید تمام اقدامات حمله را از پشت خط حمله انجام دهند (که خب کار کمی سخت می شود). در والیبال، هر تیم این حق را دارد که حداکثر یک بازیکن لیبرو در زمین داشته باشد. لیبرو (Libero) به بازیکنی گفته می شود که در دفاع متخصص است. لباس بازیکن لیبرو باید متفاوت از لباس هم تیمی هایش باشد و هم چنین اجازه زدن سرویس، یا سعی در سد کردن توپ (در دیوار دفاعی) را ندارد. مشخص است که بازیکن لیبرو حق ندارد به بازیکن های جلو اضافه شود و همیشه جزء سه نفر عقب زمین است.

در آخر حتما می دانید که هر تیم باید ۳ ست (یا دست) از ۵ پنج ست بازی را برنده، تا بتواند پیروز مسابقه شود.

گرددآورنده: پارسا زارع



صفر و یک

روش دوم: پاک کردن برنامه های غیر ضروری از روی سیستم عامل

برای پاک کردن برنامه های اضافی می توانید از نرم افزار Your Uninstaller استفاده کنید که تمام اجزای یک نرم افزار را می تواند از سیستم پاک کند (شامل رجیستری و سایر اجزا)



۵ روش اساسی برای افزایش سرعت ویندوز ۷

روش اول: سخت افزار رایانه

اولین روش و مهمترین آن، سخت افزار سیستم شما می باشد. طبقه توضیحات سایت مایکروسافت حداقل سخت افزار مورد نیاز برای نصب ویندوز ۷:

۱ گیگابایت رم برای ویندوز ۳۲ بیتی ویندوز ۷ یا ۲ گیگابایت رم برای ویندوز ۶۴ بیتی ویندوز ۷

۱۶ گیگابایت فضای خالی دیسک سخت برای ویندوز ۳۲ بیتی ویندوز ۷ و ۲۰ گیگابایت برای ویندوز ۶۴ بیتی

کارت گرافیکی با پشتیبانی از DirectX ۹ با ۱۲۸ مگابایت حافظه داخلی
۱ گیگاهرتز یا سریعتر ۳۲ بیتی (x۸۶) یا ۶۴ - بیتی (x۶۴) پردازنده به بالاتر که ویندوز سرعتش کم نشود.

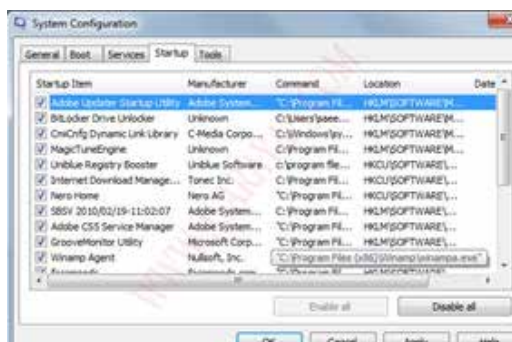
حالا از کجا باید متوجه شویم که سیستم ما دارای چنین مشخصاتی می باشد. کافیه بر روی Computer کلیک راست کرده و گزینه Properties را انتخاب کنید. در قسمت System مشخصات سخت افزاری درج شده است.

روش سوم: غیر فعال کردن برنامه هایی که با بالا آمدن ویندوز اجرا می شوند

تا به حال به ویندوز دقت کرده اید که بعد از Restart کردن و وارد محیط دسکتاپ شدن یک سری برنامه ها به صورت خودکار اجرا شده و باید پشت هم صفحه های باز شده را ببندیم. برای جلوگیری از آن بر روی منوی استارت کلیک کرده و دستور Msconfig را تایپ و اینتر کنید.



تب Startup نرم افزارهایی که بر روی ویندوز شما نصب شده است و هنگام بالا آمدن یا بوت شدن همراه با ویندوز اجرا می شوند را نمایش می دهد. غیر فعال کردن این نرم افزارها، سرعت ویندوز شما را تا حد قابل ملاحظه ای افزایش می دهد. تیک نرم افزارهای نمایش داده شده را به غیر از آنتی ویروس بردارید و بر روی OK کلیک کنید. بعد از اعمال تغییرات باید سیستم ریست شود. اگر با بقیه تب ها نیز آشنایی ندارید زیاد کنجکاوی نکنید که موجب به هم ریختن سیستمتان شود!!



هفتگی

روش چهارم : پاکسازی هارد دیسک Disk Cleanup

با خالی کردن فضای دیسک، شما می‌توانید سرعت و کارایی رایانه خود را افزایش دهید. ابزار Disk Cleanup به شما کمک می‌کند تا فایل‌هایی را که می‌توانید با اطمینان پاک کنید، تشخیص می‌دهد و شما را قادر می‌سازد تا به دلخواه، بعضی و یا همه فایل‌های مشخص شده را پاک نمایید. به صورت پیش فرض و دائمی باید یک سری از فایل‌ها همیشه پاک شوند که در ابزار Disk Cleanup وجود دارد و آنها عبارتند از :

پاک کردن فایل‌های موقتی اینترنت

پاک کردن برنامه‌های دانلود شده

(مانند Microsoft ActiveX controls و Java applets)

خالی کردن Recycle Bin

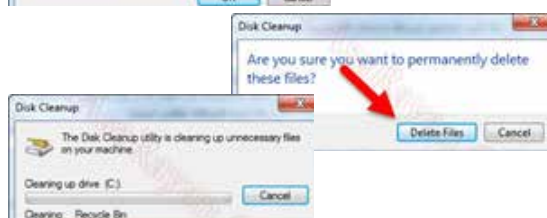
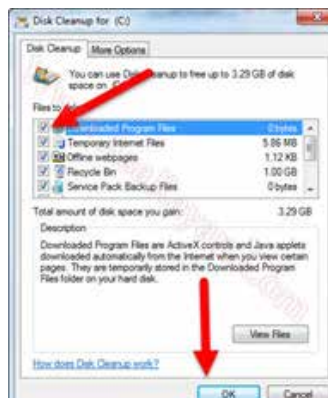
پاک کردن فایل‌های ویندوز

پاک کردن اجزای اختیاری ویندوز که از آن استفاده نمی‌کنید.

پاک کردن برنامه‌های نصب شده‌ای که شما دیگر از آنها استفاده نمی‌کنید.

نکته: معمولا فایل‌های موقتی اینترنتی بیشترین فضا را اشغال می‌کنند. چون مرورگر هر صفحه‌ای را که مشاهده می‌کنید ذخیره می‌کند تا دسترسی به آن در زمان بعدی سریع‌تر شود.

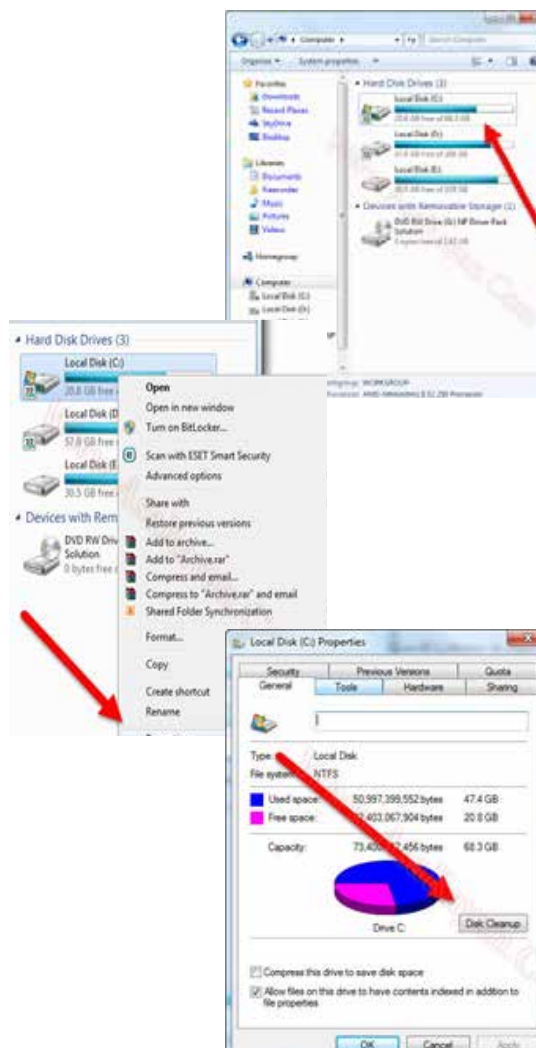
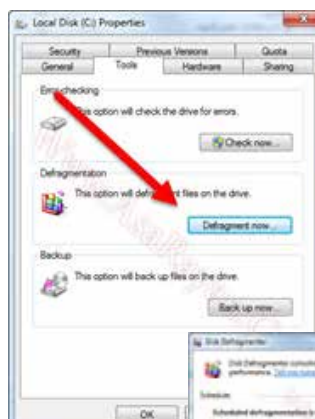
برای انجام اینکار بر روی پارتیشن C کلیک راست کرده و گزینه Properties را انتخاب کنید. در همان تب General پایین صفحه بر روی کلید Disk Cleanup کلیک کنید. در قسمت Files to delete تیک همه گزینه‌ها را بزنید و بر روی OK کلیک کنید. این مرحله بسته به اطلاعات سیستم شما ممکن است کمی زمان ببرد. پس صفحه را نبندید.



روش پنجم : یکپارچه سازی هارد دیسک یا Defragment

یک گزینه فوق العاده کاربردی و عالی. ابزاری که این امکان را در اختیار کاربر قرار می‌دهد تا به راحتی فضای خالی ایجاد شده بین اطلاعات را یکپارچه کرده و فضای هارد تا حد قابل ملاحظه‌ای افزایش پیدا کند. پیشنهاد می‌شود روش چهار و پنج را هر چند روز یکبار انجام بدهید. برای فعال کردن این ابزار کافیسیت بر روی تب کناری General کلیک کرده و گزینه Defragment Now را انتخاب کنید.

صفحه Disk Defragment همانند تصویر زیر نمایش داده می‌شود. ابتدا بر روی کلید Analize Disk و سپس بر روی کلید Defragment Disk کلیک کنید تا فضای خالی و فایل‌های اضافی سیستم عامل یکپارچه شوند.



هفت‌سنگ

گزارش تصویری

دوره تابستانه ۹۳



۱. هر چقدر که به فصل تابستان نزدیک تر می شدیم، احساس می کردیم باید خودمون رو برای یک کار بزرگ آماده کنیم، به ویژه اینکه، آن زمان، حدود ۹ ماه از تشکیل گروه نوجوانان مسجد جامع می گذشت و دیگر انتظار خانواده های نوجوانان، خیلی بیشتر شده بود! خیلی از نمازگزاران مسجد و خانواده ها، یک سوال در ذهنشان بود! با شروع ایام تعطیلی مدارس، گروه نوجوانان مسجد جامع چه فعالیتی خواهد داشت؟! به خصوص اینکه همواره مسجد، به عنوان خانه خدا، بهترین مکان برای دعوت همگان به راه قرآن است، اما از طرفی، کار در این حوزه، با وجود جاذبه های بسیار زیاد محیط خارج از مسجد، سخت جلوه می کرد به خدا توکل کردیم و وقتی حمایت ها و تشویق های حضرت آیت الله هاشمی تبریزی و هیئت امنای محترم را دیدیم، دیگر عزممان را جزم کردیم و گفتیم بسم الله و به این ترتیب طرح دوره تابستانه ویژه نوجوانان به مدت ۸ هفته همراه با اردوی پایان دوره مشهد، کلید خورد.....

۲. جلسات متعدد کادر اجرایی متشکل از عده ای از جوانان مسجدی دانشجوی و طلبه، برگزار شد، مسولیت ها تقسیم شد، برنامه ریزی ها انجام شد، هماهنگی ها رقم خورد تا شاهد برگزاری اتفاقی مبارک باشیم. انگیزه و دغدغه بسیار بالای اعضا و کادر اجرایی باعث می شد که در خیلی از موارد، جلسات کاری بعد از نماز صبح شروع شود و تا آخر شب ادامه داشته باشد.....





و حتی ممکن بود جلسات کاری با صبحانه کاری نیز همراه باشد!

۳- حال، نوبت معرفی طرح دوره تابستانه به اهالی منطقه بود، تیم تبلیغات مسوولیت این امر را بر عهده داشت...



۴- ثبت نام شروع شد! زمان ثبت نام مصادف شده بود با ماه مبارک رمضان و برنامه افطاری در مسجد جامع و به همین دلیل، فرصت بسیار مناسبی بود تا خیلی از مردم و نمازگزاران با طرح دوره تابستانه آشنا شوند. گستره جغرافیایی افراد ثبت نامی از بلوار مرزداران تا میدان بهرود را شامل می شد. و افراد ثبت نام شده با توجه به مقطع تحصیلی، در سه گروه «سوم تا ششم»، گروه «هفتم و هشتم»، و گروه «دبیرستان» تقسیم بندی شدند.



هفت‌سنگ



۵- افتتاحیه دوره مصادف بود با شب ولادت امام حسن مجتبی (علیه السلام) و اهدای جوایز جام ورزشی شهید ابراهیم هادی.....



۶- برنامه ریزی دوره، به گونه ای بود که سعی شود به صورت جامع، ابعاد قرآنی و معرفتی، علمی، مهارتی و ورزشی، را در بر گیرد. در کلاس قرآن سعی بر این بود که نوجوانان عزیز بتوانند با یادگیری روخوانی، روانخوانی و تجوید، با بهترین کتاب هدایت، انس پیدا کنند.



۷- در کلاس رباتیک تلاش می شد تا دانش آموزان بتوانند به صورت کارگاهی و عملی، به مباحث علمی نگاه کنند و از طرفی، ذهن آنان خلاق تر شود.



۸- روزهای چهارشنبه، روزهای خاصی بود! معمولا تعداد غایبین، هم حداقل بود!! آخه روزهای چهارشنبه مصادف بود با برنامه استخر و شنا.....
شنا از ورزش هایی است که پیامبر اکرم، به آن توصیه فرموده اند.



۹- خب در کنار ورزش باید هنر هم داشت! بین هنرهای مختلف، داشتن خط زیبا، بسیار به کار می آید! مثلاً تو مدرسه وقتی جزوه خوش خطی داشته باشیم، کلی طرفدار پیدا می کنیم!!



۱۰- در کلاس اخلاق اسلامی، یاد می گرفتیم که چگونه باشیم تا چهره باطنی زیبایی داشته باشیم! صمیمیت جلسه، از ویژگی های کلاس اخلاق دوره بود.....



۱۱- داشتن روحیه انجام کار گروهی، یک مهارت! کلاس سرود تمرین انجام یک کار گروهی بود! هنوز خیلی از شعرهای کلاس سرود تو ذهن بچه ها مونده!
لاله خونین من ای تازه جوانم شهید.....



هفت‌سنگ

۱۲- معمولاً وقت فوتبال که می شد، همه هیجان گل زدن داشتند! البته اصول حرفه ای، هم سعی می شد رعایت شود! مثلاً بازیکنان، قبل از بازی، باید خودشون رو گرم می کردند!



۱۳- داشتن خلاقیت همواره یکی از مهمترین مهارت ها در زندگی است! در کلاس خلاقیت، سعی می شد با بازی های جالب و خلاقانه، این مهارت توسط دانش آموزان تمرین شود!



۱۴- در روز ۱۶ مرداد، با مساعدت فراوان حاج آقا خراسانی، از اعضای هیئت امنای محترم، اردوی یک روزه ی باشگاه اسب سواری برگزار شد! این اردو پر بود از خاطره و نشاط!



این اردو همراه بود با آموزش نماز جماعت و مقدمات آن مانند وضو.....



۱۵- البته در رابطه با آموزش احکام عبادی، در طول دوره جلساتی تدارک دیده شده بود.....



۱۶- در دوره، بین کلاس ها و برنامه ها، زنگ بازی داشتیم!



هفت‌سنگ

۱۰۳

۱۷- خواندن کتاب، همواره یکی از بهترین راه ها برای افزایش معرفت است، روزهای چهارشنبه قبل از برنامه شنا، جلسات سیر مطالعاتی بود.....



۱۸- در یکی از روزهای دوره، برنامه مهیج توپ نقاشی داشتیم!! یعنی همان پینت بال!! البته برنامه دارای شرط سنی و جثه ای لازم بود.....



۱۹- سفره افطاری امسال مسجد جامع، در ماه مبارک رمضان، یک ویژگی خاص داشت! و آن سفره افطاری مخصوص نوجوانان بود.....



البته نوجوانان مسجدی، در چیدن سفره های افطاری هم سهیم بودند.....



۲۰- در یکی از روزهای تابستان، مسجد جامع، میزبان گروه فیلمبرداری و تهیه گزارش شبکه پنج سیما برای برنامه تلویزیونی «جمعه تعطیل نیست» بود..... بعضی از نوجوانان مسجدی هم، تبدیل به یک چهره تلویزیونی شدند!!





اسکان مناسب، هماهنگی غذا، هماهنگی بابت برنامه های درون اردو از قبیل برنامه های زیارتی، پارک آبی، لیگ فوتبال، تفرج گاه ها، هماهنگی وسیله نقلیه برای داخل شهر مشهد، برنامه ریزی محتوایی اردو و ... از جمله کارهایی بود که باید انجام می گرفت.....

۲۱- از همان ابتدای شروع طرح، منتظرش بودیم..... و در واقع منتظر گل سرسبد برنامه های دوره تابستانه بودیم..... اردوی پایان دوره مشهد..... از آن جا که برگزاری این اردو، نیاز به یک کار جمعی و متمرکز داشت، از حدود یک ماه قبل از اردو، مسوول اردو مشخص گردید و کادر اجرایی بابت انجام کارها و برنامه ها مشخص شدند، تهیه بلیط قطار، رزرو مکان



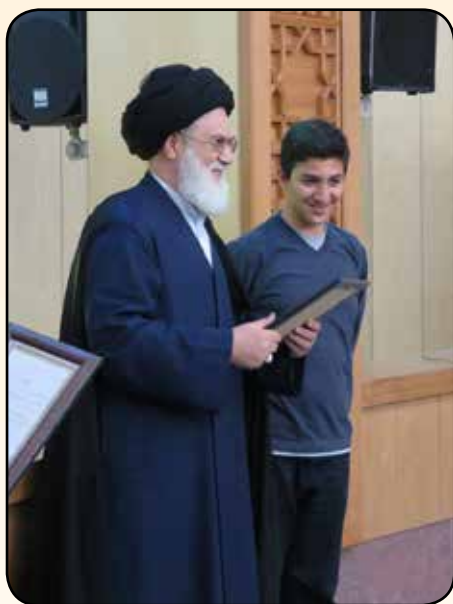
هفت‌سنگ





۲۲- البته باید ذکر کرد که سفرنامه اردوی مشهد، خود نیاز به یک گزارش تصویری مفصل و جداگانه دارد و در این مجمل، نمی گنجد! در همین رابطه فیلم مستند کوتاهی به اسم "همراه امام" آماده شده است که برای دریافت آن می توانید به دفتر واحد فرهنگی مراجعه فرمایید.

۲۳- مراسم جشن اختتامیه و تقدیر از شرکت کنندگان دوره تابستانه، با حضور حضرت آیت الله هاشمی تبریزی، هیئت امنای محترم مسجد و خانواده های محترم نوجوانان در روز عید قربان، برگزار گردید. در این مراسم به نوجوانان برگزیده، جوایزی توسط حضرت آیت الله هاشمی تبریزی، اهدا شد.....



هفت‌سنگ

۲۴- در پایان دوره از ۳۵ نفر از نوجوانانی که حضور فعال در دوره داشتند، با تقدیم لوح سپاس، قدردانی شد.....





۲۵- در نهایت خداوند منان را بسیار شاکر هستیم که الحمدلله، دوره تابستانه ۹۳ در ادامه فعالیت های گروه نوجوانان مسجد جامع شهرک غرب، با حمایت های حضرت آیت الله هاشمی تبریزی و هیئت امنای محترم، برگزار گردید. ان شاءالله در ادامه فعالیت های واحد فرهنگی مسجد جامع، کلاس های هفتگی قرآن، ویژه نوجوانان برگزار خواهد گردید که کم و کیف آن، از طریق سامانه های ارتباطی مسجد جامع، به اطلاع نمازگزاران و خانواده های محترم، خواهد رسید.



اسامی برندگان

مسابقه جدول نشریه شماره ۳

۱. سهیلا فلاحتی
۲. حسین اردانی
۳. عبدالرضا ایراندوست
۴. سهیلا آموزگار
۵. ژیلایا عرب رحمتی پور

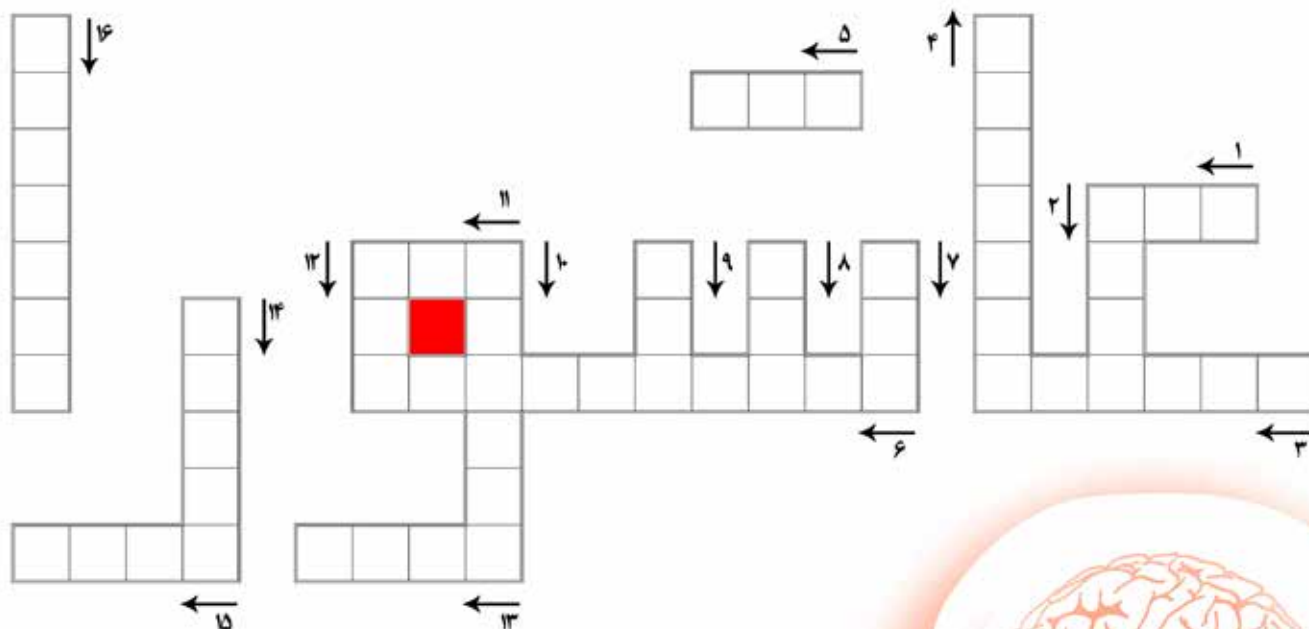
این قرعه کشی به دست حضرت آیت الله
هاشمی تبریزی و حضور برخی از مسئولین
مسجد و فصلنامه انجام شد.

۱. رژیم باعث کم کردنش می شود؟
۲. موجودات برای تامین آن غذا می خورند؟
۳. واقعه ای که اسلام را زنده نگه داشت؟
۴. چه کسی فرمود: تمام معنی عبودیت در نماز است؟
۵. واجب کردن کاری بر خود؟
۶. چه کسی رتبه اول آزمون سراسری دانشگاه های کشور در رشته شیمی سال ۵۶ را گرفت؟
۷. امام حسین علیه السلام، علیه چه چیزی قیام کرد؟
۸. حمیدرضا لطفی جانباز ۷۰٪ بعد از ظهرها به چه کاری می پرداخت؟
۹. حمیدرضا لطفی در بسیج محله چه نقشی داشته است؟
۱۰. معنا و مفهوم اولین تکبیر درباره سبحان و منزّه بودن چه کسی است؟
۱۱. نام دیگر پیام چیست؟
۱۲. مواد غذایی (گوشت گاو و بره) علاوه بر پروتئین، حاوی چه چیزی است؟
۱۳. میوه و دانه و برگ های به از زمان های قدیم به چه عنوان استفاده می شدند؟
۱۴. خبر اشغال شدن لانه جاسوسی آمریکا توسط دانشجویان ابتدا از رسانه های چه کشوری اعلام شد؟
۱۵. ترشحاتی که بر حلق و مجاری تنفسی ریخته می شود، چیست؟
۱۶. چه خصلت از امام حسین علیه السلام است که دلهای شیعیان را متأثر می کند؟

علی پازوکی

به هریک از برندگان مسابقه جدول فصلنامه جامع مبلغ یک میلیون ریال هدیه داده خواهد شد.

آخرین مهلت تحویل پاسخ جدول به دفتر هیئت امناء ۲۸ اسفند ماه می باشد.

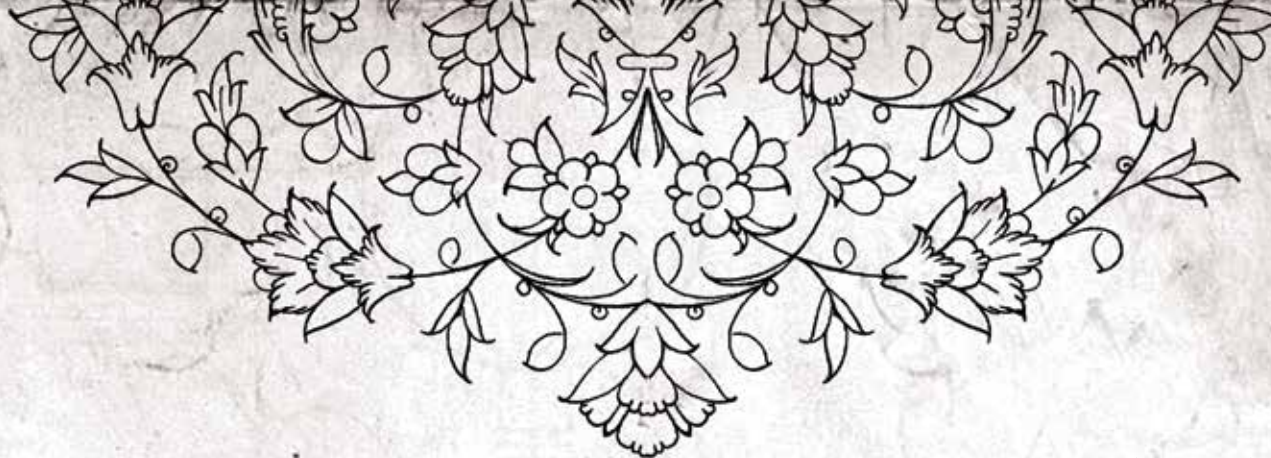


نام :

نام خانوادگی :

تلفن تماس :





ارتباط با ما .:

خوانندگان محترمی که علاقمند به همکاری با فصلنامه هستند می توانند با تخصص خود و ارسال مطالب قابل استفاده، راهنمای خوانندگان دیگر باشند. در صورت تمایل با ایمیل سر دبیر ارتباط برقرار فرمایند.

لطفاً در ارسال مقاله برای چاپ در این مجله به نکات زیر توجه فرمائید. کلیه صفحات مقاله باید دارای شماره بوده و تعداد صفحات از ۳ صفحه تجاوز نکند.

متن مقاله بایستی به صورت Word به پست الکترونیکی jame.pub@masjedjame.com ارسال شود.

• مقاله با نسخه ۲۰۰۳ تا ۲۰۱۳ نرم افزار Microsoft office Word

• حداکثر ۳ صفحه اندازه کاغذ A۴

• قلم B Nazanin سایز ۱۲ برای کلمات فارسی و Times New Roman سایز ۱۲ برای کلمات انگلیسی

و فاصله خطوط ۱ تایپ و تنظیم شود.

• مشخصات نویسنده یا نویسندگان که شامل نام و نام خانوادگی، رشته تحصیلی، شماره تلفن ترجیحاً تلفن همراه و پست الکترونیکی

انتقادات و پیشنهادات .:

نام و نام خانوادگی :

تحصیلات :

تلفن تماس :

ایمیل :

فصلنامه
مذهبی
علمی
اجتماعی
خبری

۱۱۲