

ای که دریا پیش پایت خاکساری می کند،
صبر هم در انتظارات بی قراری می کند
بی تو می خشکد لبان رود، ای باران عشق
عقد اشک و چشم را نام تو جاری می کند
نیست اندر سر هوای هیچ جا جز کوی تو
ناکجا آباد، آن جا خانه داری می کند
در تمام سال های دوری من از رخت
در حضور غیبتت دل داغداری می کند
ای تمام معنی یک رود، اندر یک «کویر»
گر نباشی بی تو خشکی حکم جاری می کند



حدیث ماه

زِيَادَةُ الشُّكْرِ وَ صِلَةُ الرَّحِمِ تَزِيدَانِ التَّعَمَّ وَ تَنْسَحَانِ فِي الْأَجَلِ

شکرگزاری فراوان و صله رحم، نعمت ها را زیاد می کنند و بر مهلت زندگی می افزایند

ختم 20 هزار صلوات جهت شادی و وحشدها، در گذشتگان و سلامتی متولدین

این ماه سهم خانواده شما هزار صلوات

تعداد صلواتهای فرستاده شده تا این زمان 380,000 صلوات

مجلس دعا

سه شنبه مورخ 1394/03/12 مراسم دعا منزل شهید محمد رضا نریمانی بعد

از نماز مغرب و عشا

ماه شعبان مناسبها

فضیلت ماه شعبان

شعبان ماه بسیار شریفی است و به حضرت محمد (ص) منسوب است و آن حضرت این ماه را روزی می گرفت و به ماه رمضان وصل می کرد و می فرمود: شعبان، ماه من است هر که یک روز از ماه مرا روزه بگیرد، بهشت برای او واجب می شود و از امام صادق (ع) روایت شده است که چون ماه شعبان فرا می رسید، امام زین العابدین (ع) اصحاب خود را جمع می کرد و می فرمود، ای اصحاب من می دانید این چه ماهی است؟ این ماه شعبان است.

حضرت رسول (ص) می فرمود: شعبان ماه من است، پس در این ماه برای جلب محبت پیغمبر خود و برای تقرب به سوی پروردگار خود روزه بدارید، به حق آن خدایی که جان علی بن الحسین به دست قدرت اوست، سوگند یاد می کنم که از پدرم حسین بن علی (ع) شنیدم که فرمود، شنیدم از امیرالمؤمنین (ع) که هر که روزه بگیرد در ماه شعبان، برای جلب محبت پیغمبر خدا و تقرب به سوی خدا؛ خداوند او را دوست می دارد و در روز قیامت کرامت خود را نصیب او می گرداند و بهشت را برای او واجب می کند
سپس امام صادق علیه السلام چنین گفت: امیرالمؤمنین (ع) می فرمود: از هنگامی که شنیدم منادی رسول خدا(ص) در ماه شعبان ندا داد، روزه شعبان از من فوت نشد و تا زمانی که زنده هستم، به خواست خداوند از من فوت نخواهد شد.

اعمال مشترکه ماه شعبان آن چند امر است:

- هر روز هفتاد مرتبه بگوید: اَسْتَغْفِرُ اللَّهَ وَ أَسْأَلُهُ التَّوْبَةَ
- هر روز هفتاد مرتبه بگوید: اَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ الْيَحْيَى الْقَيُّومُ وَ أَتُوبُ إِلَيْهِ وَ در بعضی روایات الْيَحْيَى الْقَيُّومُ پیش از الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ است و عمل به هر دو خوبست و از روایات مستفاد می شود که بهترین دعاها و ذکرها در این ماه استغفار است و هر که هر روز از این ماه هفتاد مرتبه استغفار کند مثل آن است که هفتاد هزار در ماه های دیگر استغفار کند.
- در این ماه تصدق کند، اگر چه به نصف دانه خرمایی باشد تا حق تعالی بدن او را بر آتش جهنم حرام گرداند، از حضرت صادق(ع) منقول است که از آن جناب سوال کردند از فضیلت روزه رجب فرمود: چرا غافلید از روزه شعبان، راوی عرض کرد: یابن رسول الله چه ثواب دارد کسی که یک روز از شعبان را روزه بدارد؟ فرمود: به خدا قسم! بهشت ثواب اوست، عرض کرد: یابن رسول الله بهترین اعمال در این ماه چیست؟ فرمود: تصدق و استغفار، هر که در ماه شعبان تصدق کند، حق تعالی آن را تربیت کند، همچنان که یکی از شما شتر بچه اش را تربیت می کند تا آنکه در روز قیامت به صاحبش برسد، در حالتی که به قدر کوه احد شده باشد.
- در تمام این ماه هزار بار بگوید: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَلَا نَعْبُدُ إِلَّا إِيَّاهُ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ وَ لَوْ كَرِهَ الْمُشْرِكُونَ که پاداش بسیار دارد، از جمله آن که عبادت هزار ساله در نامه عملش بنویسند.

- در هر پنجشنبه این ماه دو رکعت نماز کند، در هر رکعت بعد از حمد صد مرتبه توحید و بعد از سلام صد بار صلوات بفرستد تا حق تعالی هر حاجتی که دارد، بر آورد، از امر دین و دنیای خود و روزه اش نیز فضیلت دارد و روایت شده که در هر روز پنجشنبه ماه شعبان آسمان ها را زینت می کنند، پس ملائکه عرض می کنند: خداوند! پیامز روزه داران این روز را و دعای ایشان را مستجاب گردان، در خبر نبوی است که هر که روز دوشنبه و پنجشنبه شعبان را روزه دارد، حق تعالی بیست حاجت از حوائج دنیا و بیست حاجت از حاجت های آخرت او را بر آورد.

- در این ماه صلوات بسیار فرستد.

- در هر روز از شعبان در وقت زوال و در شب نیمه آن صلوات مَرُوبِه از حضرت امام زین

العابدین (ع) را بخواند.

- صدقه دادن در این ماه، اگر چه به اندازه نصف دانه خرمایی باشد، خوب است و خداوند بدن صدقه دهنده را بر آتش جهنم حرام می کند.

- از جمله اعمالی که در ماه شعبان به آن سفارش شده تمرین سکوت برای اندیشیدن

در خویش است و آماده شدن برای بهره برداری بهتر از ماه رمضان.

- مناجات است و آن یکی از کارهایی که بزرگان و پیشوایان دین در این ماه انجام می دادند،

مناجات با رب الارباب است، از جمله مناجات ها، مناجات معروف «شعبانیه» است که از

امیرالمؤمنین و فرزندان او است که در ماه شعبان می خوانند و آن مناجاتی است که برای

اهلش عزیز و گرامی است و برای خاطر آن به ماه شعبان مأنوس می شوند، بلکه انتظار آن را

می کشند و مشتاق آمدن ماه شعبان می شوند و در آن مناجات علوم سرشاری در کیفیت معامله

بنده با خدای متعال است که در آن اظهار ادب در طریق معرفت حق و سؤال و دعا و استغفار

نسبت به خدای خود بیان شده و استدلال ظریف و لطیفی که سزاوار مقام عبودیت برای

استحکام مقام امیدواری مناسب حال مناجات است، ذکر کرده و دلالت صریح و روشن در

معنای قرب و لقای خداوند و دیدار او تنظیم شده است که به آن وسیله شبهات انسان ها و

شکایات منکران و وحشت اهل شک و شبهه را برطرف کرده است.

مهمترین رویدادهای این ماه عبارتند از:

- دوم شعبان؛ آمدن حکم و جوب روزه ماه رمضان درسال دوم هجری

- سوم شعبان؛ ولادت امام حسین(ع)

- چهارم شعبان؛ ولادت حضرت عباس(ع)

- پنجم شعبان؛ ولادت امام سجاد(ع)

- یازده شعبان؛ ولادت حضرت علی اکبر(ع)

- پانزده شعبان؛ ولادت امام زمان(عج)

احکام نجاسات

نجس کردن خط و ورق قرآن در صورتی که مستلزم هتک باشد حرام است، و اگر نجس شود باید فوراً آن را آب بکشند. بلکه - بنابر احتیاط واجب - در غیر فرض هتک نیز نجس کردن آن حرام، و آب کشیدن واجب است.

اگر جلد قرآن نجس شود، در صورتی که بی احترامی به قرآن باشد، باید آن را آب بکشند.

گذاشتن قرآن روی عین نجس مانند خون و مردار، اگر چه آن عین نجس خشک باشد، در صورتی که بی احترامی به قرآن باشد حرام است.

نوشتن قرآن با مرکب نجس - اگر چه یک حرف آن باشد - حکم نجس کردن آن را دارد، و اگر نوشته شود باید آن را آب بکشند، یا بواسطه تراشیدن و مانند آن کاری کنند که از بین برود.

در صورتی که دادن قرآن به کافر مستلزم هتک باشد حرام، و گرفتن قرآن از او واجب است.

اگر ورق قرآن یا چیزی که احترام آن لازم است، مثل کاغذی که اسم خدا یا پیغمبر یا امام بر آن نوشته شده، در مستراح بیفتد، بیرون آوردن و آب کشیدن آن - اگر چه خرج داشته باشد - واجب است و اگر بیرون آوردن آن ممکن نباشد، باید به آن مستراح نروند تا یقین کنند آن ورق پوسیده است. و نیز اگر تربت در مستراح بیفتد و بیرون آوردن آن ممکن نباشد، باید تا وقتی که یقین نکرده‌اند که به کلی از بین رفته به آن مستراح نروند.

خوردن و آشامیدن چیز متنجس حرام است، و همچنین است خوردن آن به دیگری، ولی خوردن آن به طفل یا دیوانه، جایز است. و اگر خود طفل یا دیوانه غذای نجس را بخورد، یا با دست نجس غذا را نجس کند و بخورد، لازم نیست از او جلوگیری کنند.

فروختن و عاریه دادن چیز نجسی که قابل پاک شدن است اشکال ندارد، ولی لازم است که نجس بودن آن را به طرف بگوید، یا دو شرط:

اول: آنکه طرف در معرض آن باشد که در مخالفت تکلیف شرعی واقع شود، مثل اینکه او را در خوردن یا آشامیدن استعمال نماید، و اگر اینچنین نباشد لازم نیست بگوید، مثلاً نجس بودن لباسی را که طرف با آن نماز می‌خواند لازم نیست به او بگوید زیرا پاک بودن لباس شرط واقعی نیست.

دوم: آنکه احتمال بدهد که طرف به گفته او ترتیب اثر دهد، و اما اگر بدانند که ترتیب اثر نمی‌دهد گفتن لازم نیست.

اگر انسان ببیند کسی چیز نجسی را می‌خورد، یا با لباس نجس نماز می‌خواند، لازم نیست به او بگوید.

اگر جایی از خانه یا فرش کسی نجس باشد، و ببیند بدن یا لباس یا چیز دیگر کسانی که وارد خانه او می‌شوند با رطوبت به جای نجس رسیده است، چنانچه او موجب این امر شده باشد باید با دو شرطی که در مسأله پیش گذشت به آنان بگوید.

اگر صاحب خانه در بین غذا خوردن بفهمد غذا نجس است باید - با شرط دومی که گذشت - به میهمانها بگوید، و اما اگر یکی از میهمانها بفهمد لازم نیست به دیگران خبر دهد، ولی چنانچه طوری با آنان معاشرت دارد که بواسطه نجس بودن آنان، خود از جهت ابتلای به نجاست، مبتلا به مخالفت حکم الزامی می‌شود باید به آنان بگوید.

اگر چیزی را که عاریه کرده نجس شود، باید صاحبش را از نجس شدن آن با دو شرطی که در مسأله بالا گذشت آگاه کند.

اگر بچه بگوید چیزی نجس است، یا چیزی را آب کشیده، نباید حرف او را قبول کرد. ولی بچه‌ای که ممیز است و پاکی و نجسی را بخوبی درک می‌کند اگر بگوید چیزی را آب کشیدم، در صورتی که آن چیز در تصرف او باشد یا گفته‌اش مورد اطمینان باشد قبول می‌شود، و همچنین اگر بگوید چیزی نجس است.

آیا می دانید ----- (رساله تألیف ائمه فاطمی)

ایا می دانید چرا گاهی انسان مومن افسرده می شود؟

جابر جعفی می گوید: نزد امام محمد باقر (ع) بودم که ناگهان ملول و اندوهناک شدم! عرض کردم فدایت شوم بسا باشد بدون اینکه مصیبتی بر من وارد شود اندوهناک می شوم به طوری که اهل منزل و دوستان من اثر آن آندوه را در صورتم مشاهده می نمایند سبب آن چیست؟ حضرت فرمود آری چنین است ای جابر پروردگار طینت مومنین را از بهشت آفریده و از روح خود در آنها جاری کرده و روی همین اصل مومن برادر مومن است، پس هرگاه به مومنی در شهری آندوهی برسد تمام مومنین آندوهناک می شوند، زیرا تمام روحهای مومنین بهم پیوستگی دارد.

گرمزدگی

به فرد گرمزده چه کمکی کنیم؟

در نخستین اقدام برای کمک به فرد گرمزده، باید سریعاً وی را از محیط گرم خارج کرد و در وضعیت پشت خواباند. سپس با پارچه‌ای مرطوب یا کیسه یخ، گرم‌ترین نواحی (چین‌های بدن) نظیر گردن، کشاله ران، زیر بغل و پشت زانو را خنک نگه داشت.

غلظت خون فرد گرمزده افزایش می‌یابد؛ بنابراین خون‌رسانی به قلب و مغز دچار اختلال می‌شود. در این شرایط بالا نگه داشتن پاها توصیه می‌شود.

چنانچه فرد گرمزده هوشیار است، می‌توان مایعات خنک را به وی خورد و برای جبران نمک از دست رفته، یک قاشق چای‌خوری نمک به یک لیتر آب (معادل ۴ لیوان) اضافه کرد و در صورت امکان به این محلول اندکی مواد شیرین افزود.

در صورت عدم توانایی نوشیدن مایعات توسط فرد گرمزده انتقال وی به یک مرکز درمانی الزامی است. برای افراد گرمزده استراحت ۲۴ ساعته توصیه می‌شود.

در هوای گرم چی بپوشیم، چی بخوریم و چطور ورزش کنیم؟

پوشیدن لباس‌های گشاد نخ و پنبه‌ای نازک و با رنگ روشن که امکان تبادل هوا در آنها وجود دارد، توصیه می‌شود. بدین ترتیب با تبخیر مناسب عرق از سطح پوست و خنک نگه داشتن بدن، از بروز گرمزدگی جلوگیری می‌شود.

در هوای گرم از خوردن غذای چرب و سنگین خودداری شود.

افرادی که ناچار به انجام فعالیت‌های ورزشی در هوای گرم هستند، باید برای سازگاری بدن از نرمش‌های سبک آغاز کنند و فعالیت‌های ورزشی سنگین را به ابتدای صبح و یا انتهای عصر موکول کنند.

شربت خاک شیر و شربت آلبیمودار یا خاصیت‌خنک‌کنندگی‌یودهورایگرماز دگیمفیداست .

افرادی که دچار گرمزدگی می‌شوند علاوه بر آب، مقداری از نمک بدن خود را هنگام عرق کردن از دست می‌دهند.

شربت های آلبیمو و خاک شیر علاوه بر اینکه آب از دست رفته بدن را جبران می‌کند تامین کننده املاح از دست رفته بدن نیز هستند.

نوشیدن آب به تنهایی در افراد گرمزده نمی‌تواند املاح از دست رفته بدن آنان را بازگرداند.

علاوه بر این شربت ها، دوغ نیز برای تامین املاح بدن در افراد گرمزده، فرآورده مناسبی به شمار می‌رود.

برخی دیگر از شربت های گیاهی مانند بیدمشک و عرق نعناع نیز خاصیت خنک‌کنندگی دارد اما تامین‌کننده املاح از دست رفته بدن نیستند.

هوش سرگرمی (۱۴)

امام صادق (ع) دربارهٔ این سوره فرمودند که: سوره ای است که اولش ستایش، وسطش اخلاص و آخرش نیایش است. اسم سوره را که حتماً می‌دانید چون مطمئن هستم همه شما آن را از حفظ می‌دانید. آن سوره کدام است؟

(ارسال جواب به شماره ۵۰۰۰۱۰۰۰۴۰۶۰۳۳۱ آخرین فرصت ۱۳۹۳/۰۳/۱۰)

ضمن تشکر از شرکت کنندگان، جواب سوال شماره (۱۲): ۲۴ مثلث

خانم: هاجر نریمانی

*لازم به ذکر است سامانه پیامکی در تاریخ ۱۳۹۴/۰۲/۲۹ الی ۱۳۹۴/۰۳/۱۲ از طرف سرویس

دهنده دچار مشکل بوده

ضمن تشکر از شما همراه گرامی:

لطفاً پیشنهادات و انتقادات خود را جهت بهبود بولتن با ما در میان بگذارید، همچنین شما می‌توانید مقالات و مطالب خود را از طریق پیامک، سایت و یا ایمیل صندوق برای ما ارسال نمایید تا با نام خودتان در بولتن چاپ گردد.