



مرکز تحقیقات رایانگی

اصفهان

گامی



رسالت
علیهما الصلوة
والتسلیمة

www. **Ghaemiyeh** .com
www. **Ghaemiyeh** .org
www. **Ghaemiyeh** .net
www. **Ghaemiyeh** .ir

دختران ریحانه اند

زینب مشهور شافقی



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

دختران ریحانه اند

نویسنده:

زینب منفردشفتی

ناشر چاپی:

نسیم کوثر

ناشر دیجیتال:

مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

فهرست

۵	فهرست
۹	دختران ریحانه اند
۹	مشخصات کتاب
۹	مقدمه
۹	فصل اول : دختران و ارزش آنان از دیدگاه اسلام
۹	دختران و منزلت آنان در اسلام
۱۱	دختران و مزیت آنان بر پسران
۱۳	فصل دوم : دختران و رفتار والدین
۱۳	وظایف والدین در قبال دخترا نشان
۱۵	دختران و محبت والدین
۱۷	دختران و نتیجه تربیت اسلامی
۱۸	فصل سوم : دختران و دامهای شیاطین
۱۸	دختران و دامهای شیاطین
۱۸	دختران و دوست یابی
۲۰	هشدار
۲۰	دختران و مدگرای بی
۲۱	دختران و حیاء
۲۱	فصل چهارم : دختران حجاب و عبادت
۲۱	دختران و حجاب
۲۳	حکایت
۲۴	چند توصیه به دختران
۲۵	دختران و عبادت
۲۶	داستان

۲۷	داستان
۲۸	فصل پنجم: دختران بلوغ و احکام قاعدگی
۲۸	دختران و بلوغ
۲۹	مسائلی در مورد قاعدگی
۲۹	قاعدگی
۳۰	درد قاعدگی
۳۰	دختران و لکه بینی (بین دو قاعدگی خون دیدن)
۳۰	دختران و خونریزیهای بیش از حد
۳۱	دختران و ترشحات
۳۱	دختران و مراقبت های بهداشتی دوران قاعدگی
۳۲	دختران و تغذیه در دوران قاعدگی
۳۲	چند توصیه ضروری
۳۳	دختران و عفونت های دستگاه ادراری و تناسلی
۳۳	دختران و احکام قاعدگی
۳۴	پرسش های تکمیلی:
۳۵	موارد ابطال روزه با باقی ماندن بر حیض و نفاس تا اذان صبح
۳۵	دستور غسل:
۳۵	اشاره
۳۵	غسل ارتماسی:
۳۶	غسل ترتیبی:
۳۶	فرق غسل ارتماسی با ترتیبی
۳۶	احکام مشترک غسل ترتیبی و ارتماسی
۳۷	فصل ششم: دختران و راز زیبایی
۳۷	دختران و راز زیبایی

- ۳۷ درمان یبوست
- ۳۸ از بین بردن چین و چروک صورت
- ۳۸ شادابی و شفافیت پوست صورت
- ۳۹ برطرف نمودن جوشهای صورت
- ۴۰ برطرف نمودن لکه های صورت
- ۴۰ روش سفیدکر دن و نرم کر دن پوست صورت
- ۴۰ روش رفع خارش پوست صورت
- ۴۱ بیماری پیسی یا برص یا لکه های سفید صورت
- ۴۱ لکه نامناسب صورت زنان آبستن
- ۴۱ جلوگیری از ریزش مو و آبرو
- ۴۲ روش سیاه نمودن مو
- ۴۲ روش بور یا طلایی نمودن موی سر
- ۴۲ رویدن مو
- ۴۲ رژیم غذایی برای لاغری
- ۴۳ خواص آبلیمو
- ۴۳ خواص پرتغال
- ۴۳ خواص انگور
- ۴۴ خواص شلغم
- ۴۴ خواص ویتامین ث
- ۴۶ توصیه ها:
- ۴۸ تخر بیات
- ۴۹ دختران و نامهای زیبا:
- ۵۱ فصل هفتم : دختران و بخت گشایی
- ۵۱ دختران وگشایش بخت آنان

- ۵۱ توسل به أميرالمومنين ((عليه السلام))
- ۵۲ توسل به حضرت زهرا ((سلام الله عليها))
- ۵۲ توسل به حضرت حجت ((عليه السلام))
- ۵۲ ختم باب الحوائج امام موسى كاظم ((عليه السلام))
- ۵۲ ختم مجرب اذا وقع
- ۵۳ ختم باعلى ((عليه السلام))
- ۵۳ جهت بر آمدن هر حاجت
- ۵۳ نماز حاجت از حضرت رسول اكرم ((صلى الله عليه و آله))
- ۵۳ نماز حاجت ديگر
- ۵۳ نماز استغاثه به حضرت زهرا ((سلام الله عليها))
- ۵۳ ختم صلوات
- ۵۴ چند عمل باعث استجاب دعا است:
- ۵۴ فصل نهم : دختران و ازدواج
- ۵۴ دختران و ازدواج
- ۵۵ داستان
- ۵۶ فصل دهم : دختران و نسايب
- ۵۶ دختران و نسايب
- ۶۰ درباره مركز تحقيقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

دختران ریحانه اند

مشخصات کتاب

سرشناسه: منفرد شفقتی، زینب عنوان و نام پدید آور: دختران ریحانه‌اند / زینب منفرد شفقتی. مشخصات نشر: قم نسیم کوثر ۱۳۸۸. مشخصات ظاهری: ۲۳۲ ص. شابک: ۱۹۰۰۰ ریال چاپ اول ۹۷۸-۹۶۴-۲۵۴۸-۶۴-۴؛ ۲۹۰۰۰ ریال (چاپ سوم)؛ ۲۹۰۰۰ ریال (چاپ چهارم)؛ ۲۹۰۰۰ ریال چاپ پنجم ۹۷۸-۹۶۴-۲۵۴۸-۱۵-۱؛ ۳۰۰۰۰ ریال (چاپ ششم)؛ ۲۹۰۰۰ ریال یادداشت: پشت جلد لاتینی شده: Dokhtran rayhaneand. یادداشت: چاپ اول: ۱۳۸۶. یادداشت: چاپ سوم □ چهارم و پنجم: ۱۳۸۷. یادداشت: چاپ ششم: ۱۳۸۸. یادداشت: چاپ هفتم. یادداشت: کتابنامه: ص. [۲۳۱] - ۲۳۲؛ همچنین به صورت زیرنویس. موضوع: دختران -- راه و رسم زندگی (اسلام) موضوع: دختران -- راه و رسم زندگی. موضوع: دختران موضوع: دختران نوجوان -- راه و رسم زندگی موضوع: دختران -- بهداشت رده بندی کنگره: BP۲۳۰/۱۷۲ م ۳۸ ۱۳۸۸ رده بندی دیویی: ۲۹۷/۴۸۳۱ شماره کتابشناسی ملی: ۲۰۰۴۵۷۱

مقدمه

در طول تاریخ نگاه‌های متفاوتی به دختران وجود داشته است. عمده این نگاهها، به دلیل اهمیت قوای جسمانی در حس بقاء و کسب معاش در جوامع، اهمیت و توجه بیشتری به تولد نوزاد پسر داشته اند که یکی از قبیح ترین نگاهها در زمان رسالت پیامبر (ص) و در اعراب جاهلی بوده است؟ اما در مقابل این طرز تفکر، یکی از زیباترین رفتارها اوج اکرام به دختران از طرف اسلام مشاهده می شد. در جامعه کنونی ما اگر چه ظاهری اسلامی به خود گرفته است، اما رسومی که پایه و اساس آن ناشی از نگاهی است که در طول زمانهای بسیار نشأت گرفته از تفکرات قومی و قبیله ای پیشین بوده است و ما نیز ناخود آگاه بدون آن که به علل آن توجه ای داشته باشیم به عنوان حقایقی مسلم و به دور از تدبیر، می پذیریم اما لازم است در تفکر خود، تجدید نظر کنیم و این ملاک و ارزشها را از دیدگاهی الهی بنگریم. مسلماً باید این نکته را در نظر داشته باشیم که همین دختران هستند که مادران فردا می شوند و همین مادران، فرزندان را تربیت میکنند که جامعه را می سازند؟ به فرموده امام خمینی (ره): "از دامن زن مرد به معراج می رود." اگر در طول تاریخ هم نگاه کنیم، می بینیم زنانی حماسه ها آفریدند و باعث شدند فرزندان تربیت کنند که مایه آبرو و عزت اسلام و مسلمین شدند. مانند فضه خادمه حضرت زهرا (س) که او در عصر خود، بانویی بلند مرتبه در علم و تقوا و مستجاب الدعوه بود؛ پس از شهادت حضرت زهرا (س)، به مدت ۲۰ سال، جز با استفاده از آیات قرآنی سخن نگفت. در آن سرای که زن نیست انس و شفقت نیست در آن وجود که دل مُرد مرده است روان به هیچ مبحث و دیباچه ای قضا نوشت برای مرد کمال و برای زن نُقصان زن از نخست بود رکن خانه هستی که ساخت خانه ای بی پای بست و بی بنیان (۱) ۱. شعر از پروین اعتصامی. در نهایت از محقق محترم، حجه الاسلام سید محمد جعفر موسوی تبار (شاهرخی) که در تهیه و تنظیم و ویرایش این کتاب نهایت همکاری را نموده اند، تقدیر و تشکر بعمل می آید. زینب منفرد

فصل اول: دختران و ارزش آنان از دیدگاه اسلام

دختران و منزلت آنان در اسلام

خدای عزوجل انسان را آفرید و تاج زیبا و گوهر بار خلیفه اللهی را بر سر او نهاد و دختر و پسر و زن و مرد را موظف نمود تا این

امانت گرانبهای ربانی را حمل نموده و بوسیله آن قله های تکامل را فتح نمایند. لذا اسلام به خاطر این شرافت و منزلت و جایگاه انسانی، احترام و ارزش خاصی برای او قائل گردید و آنان را از دختر تاپسر و از مرد تا زن، مورد لطف و عنایت خود قرار داد و چه بسا دختران را مورد عنایت بیشتری قرار داده است؛ چنانکه خداوند به محبوب ترین بنده اش یعنی پیامبر اسلام (ص) چهار فرزند پسر به نامهای قاسم، طیب، طاهر و ابراهیم عطا فرمود؛ اما هیچ کدام زنده نماندند و از جانب پروردگار هم به خاطر ولادت آنان هیچ تبریک و تهنیتی به پیامبر (ص) گفته نشد و آیه ای هم در قرآن بدین سبب بر پیامبر (ص) نازل نگردید؟ اما وقتی که دختری چون فاطمه زهرا (س)، چشم به این جهان گشود، سورهء کوثر نازل گردید و کوثر هم به معنای خیر کثیر و فراوان می باشد؛ یعنی در واقع خداوند عزوجل به پیامبر، تمام خوبیها را عطا نمود و بدین سبب به او تبریک و تهنیت گفت. روایات فراوانی در وصف و شأن و منزلت دختران آمده از جمله پیامبر گرامی اسلام می فرمایند: "بهترین فرزندان شما دخترانند." (۱) و در حدیثی دیگر در وصف آنان چقدر زیبا فرموده: "چه فرزندان خوبی هستند دختران؛ (چرا که آنان) با لطافت، آماده به خدمت، مونس، با برکت، اهل نظافت و پاکیزگی میباشند. و همچنین از آن حضرت نقل شده که: "خداوند بر دختران رئوف تر از پسران می باشد." (۳) ۱. و سائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۰۳ بحار الانوار، ج ۱۰۴، ص ۹۱. ۲. و سائل الشیعه، ج ۱۵، ص ۱۰۰. ۳. و سائل الشیعه، ج ۲۰، ص ۳۶۷ آری! دختران مخلوقاتی هستند که بیشتر مورد رافت الهی قرار میگیرند آنان لطیف و دل نازک و خدمت گذار پدر و مادر هستند و آنان مونس و همدم مادر و اهل نظافت و پاکیزگی می باشند، لذا مشهور است که دختران غمخوار و همراز پدر و مادرند و در واقع باید گفت: مادری که دختر ندارد، مونس و همدم ندارد و در آن صورت تنهایی را در زندگی بیشتر احساس میکند. این دختر است که خستگی را از تن پدر و مادر خارج میکند و این دختر است که به خانه صفا می بخشد و در یک کلام، دختر ریحانه و گلی است از گلهای بهشتی. حضرت ابراهیم (ع) از پروردگارش درخواست نمود که دختری به او روزی نماید تا بعد از مرگ او برایش گریه نماید. همه می دانند وقتی پدر یا مادری از دنیا می رود، گریه کن آن عزا، دخترش است این دختر است که از فراق و داغ پدر و یا مادر ناله و فریاد می زند و طاقت مرگ پدر و مادر را ندارد و اوست که در عزای پدر و مادر زجه میکشد و خوبی ها و زحمات آنها را به یاد می آورد و بازگو میکند بر سر مزار آنان می رود و برای آنان قرآن و دعا می خواند. دختران گرامی بدانند که هر کار خیری که انجام می دهند و هر صدقه ای که می دهند اگر ثواب آن را به روح پدر و مادری که دستشان از این دنیا کوتاه شده بفرستند، آنان خوشحال خواهند شد و آن ثواب همچون نوری در مقابل آنها قرار خواهد گرفت؛ خصوصاً در شب و روز جمعه که اموات در انتظاراند تا هدیه ای برایشان فرستاده شود. در فروغ کافی روایت شده که حضرت عیسی (ع) بر قبری گذشت که صاحب آن را عذاب میکردند بعد از یک سال دوباره از آنجا عبور کرد، دید عذاب از صاحب قبر برداشته شد، علت آن را از پروردگارش سؤال نمود، پروردگار فرمود: یا عیسی! صاحب این قبر فرزند صالحی دارد که طفل یتیمی را پناه داده و راهی را اصلاح نموده است، لذا به سبب این دو عمل خیر فرزندش، گناهان او را آمرزیدیم. پیامبر اسلام (ص) می فرمایند: "از خوش یمنی زن است که فرزندش، دختر باشد (۱)." و در حدیثی دیگر می فرماید: "بهترین فرزندان دختران پرده نشین هستند؛ هر کس افتخار داشتن یک دختر را داشته باشد، خداوند او را از آتش جهنم حفظ میکند و هر کس دو ۱. الز واج، ص ۱۲۰. دختر داشته باشد، خداوند او را وارد بهشت می سازد." (۱) و همچنین آن حضرت می فرماید: "هیچ خانه ای نیست که در آن چند دختر باشد مگر آنکه هر روز دوازده نوع برکت و رحمت از آسمان بر آن خانه نازل می شود، ملائکه همیشه آن خانه را زیارت میکنند و برای پدرشان در هر شبانه روز، برابر عبادت یک سال ثواب می نویسند." (۲) آری، دختران آنقدر با ارزش و با فضیلت هستند که پروردگار عالم به عزیزترین بنده خود، یعنی پیامبر گرامی اسلام محمد مصطفی (ص) دختری عطا نمود که ۱۱ امام از نسل و وجود آن بانوی دو عالم می باشد. اگر خداوند دختر را خلق نمیکرد، اثری از حسنه و رحمت هم نبود؛ بزرگان دین ما آنقدر برای دختران ارزش قائل بودند که بر خوردشان نسبت به آنان، دیگران را به تعجب وامی داشت مثلاً همین برخورد پیامبر (ص) با دخترش فاطمه زهرا (س)، که

خود درس بزرگی است برای تمام پدران و آن اینکه هرگاه آن حضرت بر پیامبر وارد می شد، حضرت رسول (ص) به احترام آن وجود مقدسه می ایستاد و او را می بوسید و ۱. مکارم الاخلاق، ص ۲۵۱. همان. حتی در جای خود می نشاند و از روی علاقه زیاد گاه اورامادر صدا می زد و گاهی هم به او می فرمود: "فداها ابوها" یعنی پدرش فدایش باد. و با آن مقامی که آن حضرت داشت، دست دخترش را می بوسید و به هنگام مراجعت از سفر، نخستین کسی که دیدار می کرد، دخترش فاطمه (س) بود و هنگامی که به سفر می رفت، آخرین خانه ای که با آن خداحافظی میکرد، خانه فاطمه (س) بود. (۱) حقیقتاً دختر گلی از گلهای بهشت است؛ اما متأسفانه هنوز هم عده ای از خانواده ها طرز تفکر جاهلیت در آنان دیده می شود؛ با تولد دختر، اخم در هم می کشند که در واقع با این حرکت ناشایست، به ربوبیت الهی اعتراض کرده و موجب خشم خدا و ملائکه و پیامبران می شوند، غافل از اینکه نمی دانند که یک دختر سالم و صالحه از هزاران پسر بی مسئولیت و بی بندوبار، با ارزش تر و بهتر است. آیا اینان نمی دانند که وجود خودشان از دامن پاک همین دخترهایی که روزی مادری مهربان خواهند شد، می باشد. ا. بحار الانوار، ج ۴۳، ص ۲۰، تفسیر نمونه، ج ۱۱ ص ۲۷۴. بی جهت نیست که اینقدر اسلام و پیامبر اسلام و بزرگان دین ما برای دختران ارزش قائل هستند. ارزش و احترام آنان به قدری است که پیامبر (ص) می فرماید: "هر کسی دو دختر یا دو خواهر داشته باشد و به آنان احسان نماید، من و او در بهشت همانند این دو انگشت در کنار هم خواهیم بود." (۱) دختران باید بدانند چه حقی در جامعه دارند تا حقشان ضایع نگردد. دختر باید تمام مسائل مربوط به دختران را بداند. دختر باید بداند که در تحصیل علم، آزاد است. دختر باید بداند که حق انتخاب دارد. دختر باید بداند که وقتی می خواهد ازدواج کند، می تواند شرایط ضمن عقد بگذارد همانطور که حضرت زینب وقتی خواست با عبدالله ازدواج کند، شرط کرد که هرگز برادرش حسین (ع) را تنها نگذارد و همراه او به کربلا برود. دختر هم می تواند در وقت ازدواج شرط کند که اگر این مرد مثلاً چنین برخوردی در زندگی داشت حق طلاق با من خواهد بود و حتی می تواند شرط نماید که در کجا زندگی کند. ۱. مستدرک، ج ۱۵، ص ۱۱۸. و در کدام شهر مسکن گزیند. دختر هر شرطی که موازین با عقل و قانون باشد، می تواند ضمن عقد ذکر نماید. پس دختری که حق و حقوق خودش را بداند، هیچ گاه در زندگی سر شکسته نخواهد شد و در زندگی موفق خواهد شد. دختر حقوقی که دریافت میکند، هیچ کس حق ندارد برای حقوق او تصمیم بگیرد؛ دوست دارد برای خودش خرج کند یا برای پدر و مادرش یا به فقرا ببخشد، این حق اوست. دختر می تواند در زندگی مشترک خود، مهریه اش را از شوهرش مطالبه نماید و...

دختران و مزیت آنان بر پسران

۱- دختر نسبت به پدر و مادر، مهربانتر و دلسوزتر می باشد و... مخصوصاً اگر پدر و مادر بین دختر و پسر فرق نگذارند و حقوق آنان را پایمال نسازند، همیشه محبوب و محترم خواهند بود. ۲- از نظر اقتصاد، دختر کم خرج تر از پسر است؛ زیرا غالباً مدت توقفش در خانه پدر کمتر است؛ سپس با مختصر جهیزی به خانه شوهر می رود و دیگر کاری با پدر و مادر ندارد؛ لکن پسر، مدت‌های مدید بلکه تا آخر عمر سر بار پدر و مادر است لذا پدر و مادر ناچارند خرج تحصیلاتش را بپردازند، شغل مناسبی برایش پیدا کنند و مخارج دو سال خدمت، سربازیش را بدهند، آنگاه برایش عروسی بگیرند. ۳- اگر پدر و مادر بین دختر و پسر فرق نگذارند، در گرفتاری ها و مشکلات، داماد زودتر به یاریشان می شتابد و غالباً با صفاترو با وفاتر از پسر خواهد بود. (۱) ۴- دختران، موجوداتی عاطفی و اهل محبت اند و محبت را می فهمند؛ کم تر پدری است که از عنایات و محبت های دخترش نمونه هایی نداشته باشد. ۵- دختران، خود را بیشتر از پسران دوست دارند، اینان برای مقبولیت خود بیش از پسران توجه دارند از این رو بیش از پسران جلو آینه می ایستند و خود را تماشا و زینت و آرایش میکنند. ۶- دختران، بیش از پسران حساس و رقیق القلب هستند بنابراین بیش از مردان، تابع احساسات و عواطفند و زودتر از کم محبتی ناراحت می شوند. ۱. ابراهیم امینی، آیین همسر داری،

ص ۴۰۶-۷- دختران، زمینه بیشتری برای هم دردی و هم دلی دارند؟ آنچنان که گویی آنها را برای این کار ساخته اند این تفاهم و هم دلی در زندگی مشترک، زمینه آرامش را برای مردار فراهم می سازد. ۸- ترس دختران بیشتر از پسران می باشد؛ البته این ترس در دختران بسیار مفید است و سبب می شود که آنان بیدار و هوشیار و در انجام وظایف و تعهدات خود، کوشا تر باشند. ۹- انعطاف پذیری در دختران بیش از پسران است؛ بنابراین در زندگی مشترک، دختران بیشتر از پسران انعطاف نشان می دهند. ۱۰- دختران بیش از پسران وابستگی پیدا می کنند و زود به امری دل می بندند و شاید بدین جهت باشد که دختران در هر شرایطی خانواده خود را فراموش نمی کنند؛ اما برخی از پسران بعد از ازدواج، خانواده خود را فراموش می کنند؟ می‌گفت: پسر من تا ازدواج نکرده پسر من است؛ ولی دخترم همیشه دختر من است (البته عمومیت ندارد). ۱۱- دختران بیش از پسران اهل نظم و انضباطند و دوست دارند همه کارهایشان از روی ضابطه و نظم باشد. ۱۲- دختران معمولاً زودتر از پسران به سخن می آیند و در مجموع بر حرف تر از پسران هستند؛ شاید حکمت پر حرفی آنان این باشد که هم بدین وسیله خود را مشغول میکنند و هم خستگی روحی آنان برطرف می شود و هم می توانند به کودکان سخن گفتن را بیاموزند. ۱۳- دختران زودتر از پسران به بلوغ می رسند (پس زودتر از پسران به عبات خدا می پردازند. ۱۴- دختران دوست دارند همیشه عقاید جدید و تازه از خود نشان دهند و به همین خاطر چیزهای تازه و جدید را به آسانی قبول و خود را با آن هماهنگ میکنند. ۱۵- بعضی دختران به تنهایی علاقه دارند و این ویژگی بر خواسته از عوامل گوناگونی همچون حیا، کم رویی، احساس حقارت و خودکم بینی در برابر دیگران است. بسیاری از دختران خود را با دیگران مقایسه میکنند و نتیجه میگیرند که به اندازه آنها با ذوق، موفق، باهوش و... نیستند. این احساس، گاهی آنان را به گوشه گیری و انزوا و در مواردی به رفتارهای ناشایست، مانند خودنمایی و می دارد. به عنوان مثال دختری که فکر میکند زیبا نیست، با انواع و اقسام لوازم آرایش، خود را می آراید که زیبا جلوه کند، در حالیکه فرد باید خود را آنچنان که هست، بپذیرد و حتی الامکان ضعف های جسمی و روحی خود را برطرف سازد. ۱۶- دختران، به عشق اهمیت زیادی می دهند. از این رو، سرکوبی عشق در دختران بسیار مخرب و خطرناک است. ۱۷- در مقابل یک ایده آل، خیلی زود شوق و شغف نشان می دهند. ۱۸- نسبت به مسائلی از قبیل ازدواج و زندگی علاقه بیشتری را از خود نشان می دهند. ۱۹- دختران بیش از پسران تمایل به معاشرت دارند. ۲۰- دختران، معاشرت با جنس مخالف را به قصد ازدواج شروع کنند. (۲) ۲۱- پسران از قدرت دفاع بدنی بیشتری برخوردارند و دختران از دفاع زبانی. ۲۲- زنان و دختران از رفتن به بازار خرید، بیشتر لذت می برند تا پسران. ۲۳- زنان و دختران به هیجان و تحریک احساسات، علاقه ۱. راهبرد های روانشناختی تبلیغ ص ۱۶۳. همان. ویژه ای دارند؟ از این رو به عروسی و جشن ها، علاقه وافری از خود نشان می دهند. ۲۴- دختران بسیار حساس و زود رنجند. همیشه مواظبند که ببینند دیگران درباره آنها چه میگویند و چه قضاوتی دارند. ۲۵- دختران در برابر انتقادهای نمی توانند خود را کنترل کنند و میکوشند به گونه ای باشند که کم ترین ایرادی نتوان از آنها گرفت. ۲۶- در برابر نیشخندها و هرکاری که سبب تحقیر شان شود، به شدت واکنش و مقاومت نشان می دهند. ۲۷- رقابت و چشم و هم چشمی، آنها را وادار میکند که همانند آنها لباس بپوشند، همانند آنان زندگی کنند و وسایل زندگی خود را مانند آنان تهیه نمایند. حتی در این مورد، پدر و مادر خود را زیر فشار قرار می دهند تا وسایل - زندگی را آن طور که دوست دارند، برایشان مهیا کنند. ۲۸- به شدت از دوستان خود الگو می گیرند. ۲۹- در دختران، دیگر خواهی بیشتر است و در پسران خود خواهی. ۳۰- دختران صدای بلند را کم تر تحمل میکنند برخلاف پسران که به ترقه و مواد منفجره بیشتر علاقه نشان می دهند. ۳۱- دختران به هنگام یادگیری خود، به یادگیری اطرافیان نیز توجه دارند، اما پسران سعی میکنند که خودشان یاد بگیرند و کم تر به اطرافیان توجه دارند. ۳۲- دختران برخلاف پسران به هنگام یادگیری نیازی به این که در اطراف حرکت کنند و راه بروند ندارند. ۳۳- همکاری و تعاون در دختران بیشتر از پسران است. ۳۴- دوستی دختران به دلیل عواطف ویژه آنان صادقانه تر و لطیف تر است، ولی از عمق و دوام کمتری برخوردار است و اغلب پایدار نیست. ۳۵- حس بویایی دختران بیش از حس بویایی پسران است. ۳۶- دختران بیش از

پسران در مقابل گرسنگی، تشنگی و درد از خود تحمل نشان می دهند. ۳۷- دختران زودتر به سخن می آیند و بیشتر لغت یاد میگیرند و بهتر می نویسند و کلمات را بهتر ادا میکنند و در جمله سازی مهارت بیشتری دارند. ۳۸- دختران بیش از پسران به تازه واردها توجه میکنند و پسران بی تفاوتند. ۳۹- دخترها بهتر از پسرها درس می خوانند. ۴۰- دختران در نظافت، بهداشت، حساسیت، ادب، وقار، جدی بودن و.... بر پسران برتری دارند. ۴۱- دختران بیش از پسران دوست دارند جلب توجه کنند. ۴۲- دختران در برابر خواسته والدین، فروتنی بیشتری از خود نشان می دهند تا پسران. ۴۳- دختران نسبت به آداب و رسوم اجتماعی و ضوابط اخلاقی تأثیر پذیرترند. ۴۴- دختران در مورد شغل، نگرانی چندانی ندارند و معمولاً به دنبال شغل هایی می روند که امنیت بیشتری دارند. ۴۵- دختران بیش از اینکه کسی را دوست بدارند، می خواهند دوست داشته شوند. ۴۶- دختران زودتر از پسران تحت تأثیر برنامه های اصلاحی قرار میگیرند و زودتر از پسران به راه می آیند. ۴۷- دختران جوان، بیش از پسران به زیبایی و ظاهر اهمیت می دهند و بر اساس نوع تصویری که از زشتی و زیبایی دارند، راه درست یا نادرست را انتخاب میکنند. ۴۸- گریه و خنده دختران بیشتر از پسران است؛ آنان همیشه خنده بر زیر لب و گریه در آستین دارند و این ویژگی به نحوی به آرامش روحی و نشاط آنان کمک میکند. ۴۹- بسیاری از دختران، خوش باور هستند و به سادگی به افراد اعتماد می کنند و فریب می خورند. (۱) ۱. رفتار والدین با دختران جوان، محمود اکبری، ص ۲۱-۲۷

فصل دوم: دختران و رفتار والدین

وظایف والدین در قبال دختران

۱- والدین باید پاسخ گوی نیازهای روحی و روانی دخترانشان باشند. ۲- با مدیریت خود در خانه، دخترانشان احساس امنیت و آرامش نمایند. ۳- الگوی اخلاقی و رفتاری خوبی برای دخترانشان باشند. ۴- به امر تحصیل آنان توجه و با مدرسه آنان ارتباط و همکاری صمیمانه ای داشته باشند. ۵- در موقعیت های مناسب به گفت و گوی صمیمی با آنان پردازند و به حرفهای آنان با دقت گوش دهند. ۶- با آنان ارتباط صمیمی و دوستانه ای داشته باشند. ۷- به زیباترین و شیرین ترین وجه، تکالیف شرعی را به آنان یاد دهند. ۸- مشکلات اخلاقی و رفتاری آنان را به خوبی تشخیص داده و به درمان آن اقدام کنند. ۹- انتقادپذیر باشند و به انتقادهای دخترانشان گوش فرا دهند. ۱۰- تمام تلاش خود را برای ارتقا و سطح فرهنگی، اعتقادی، اقتصادی و اجتماعی آنان به کارگیرند. ۱۱- گرفتن جشن تکلیف و بزرگ جلوه دادن انجام تکالیف شرعی و تهیه چادر نماز، سجاده، تسبیح، مفاتیح، قرآن و.... ۱۲- پاسخ گوی سؤالات متفاوت آنان باشند. ۱۳- آنان را از لحاظ دینی، اعتقادی، عاطفی و مادی حمایت نمایند. ۱۴- به تفریح و گردش و سرگرمی آنان رسیدگی نمایند. ۱۵- مساوات را بین آنان و پسرانشان حفظ نمایند. ۱۶- ارزش و شخصیت آنان را بین فامیل و دوستان و اجتماع حفظ نمایند. ۱۷- استعداد و توانایی آنان را خوب بشناسند و برای شکوفایی آن تلاش نمایند. (۱) ۱. اقتباس از کتاب رفتار والدین با دختران، محمود اکبری ص ۲۷-۳۵ طبیعتاً ویژگی های روحی و روانی و اخلاقی دختران با پسران متفاوت است؛ لذا والدین باید به تربیت دخترانشان بیشتر اهمیت بدهند و بیشتر باید با آنان در ارتباط باشند؛ خصوصاً مادران؟ چرا که دختران بهتر می توانند مشکلاتشان را برای مادران مطرح کنند و آنان بیش از پسران به محبت و لطافت و احترام و مراقبت نیاز دارند و قرآن هم در مورد مراقبت از فرزندان و خانواده می فرماید: "یا ایها الذین امنوا قوا انفسکم واهلیکم ناراً و قودها الناس و الحجارة" ... ای کسانی که ایمان آورده اید! خود و خانواده خویش را از آتشی که هیزم آن انسان ها و سنگ ها است حفظ نمایید. معمولاً دختران، بیشتر به رفت و آمدها و دوستی ها و لباس و تفریح اهمیت می دهند پس والدین باید مراقب دختران خود باشند تا در دام فساد نیفتند؛ حتی مراقب طرز لباس پوشیدن آنان و تماسهای تلفنی و نامه نگاری های آنان بوده و حتی المقدور سعی شود

خود والدین گوشی تلفن را به هنگام زنگ خوردن بردارند. حتی برای معلم خصوصی دخترشان، از بانوان معلم کمک بگیرند. و همچنین مراقب باشند آنان چه کتابها و مجلات و داستانهایی مطالعه میکنند و هنگامی که از کامپیوتر و سی دی و ویدئو استفاده میکنند، نظاره گر آنان باشند، البته نظارت طوری باشد که فرزندشان به همه چیز بدبین نشوند. یکی از عللهای مهمی که دختران به دامهای ابتذال می افتند همین بی توجهی والدین به بعضی از مسائل فرزندشان می باشد. به قول استاد محترم، محمود اکبری که می فرمایند: خانواده (والدین)، اولین و بیشترین نقش را در انحراف دختران دارد که در این جا از چند بعد مورد ارزیابی قرار می دهیم:

الف) جو حاکم بر خانواده: بدیهی است که دین داری و یا بی دینی نجابت و اصالت خانواده و یا سبک رفتار اهل منزل و عدم قباحت کارهای نادرست در اغلب موارد در رفتار روحیه و فکر حساس دختر تأثیر میگذارد هر چه خانواده با اصالت، نجیب و دین دار باشد، دختران خانواده نیز اینگونه خواهند بود و اگر خانواده ای بی بند و بار باشند طبیعی است که دختران آن نیز به انحراف کشیده می شوند خانمی که دختر ۸ ساله اش را با لباس رکابی بیرون می برد، باید بداند که تأثیر این نوع پوشش در آینده نمایان می شود. خانمی که دخترش را جلوی نامحرم پابند نیست، این موضوع روی دخترش هم مؤثر است. خانمی که در کوچه و خیابان بی هوده پرسه می زند، خانمی که در مقابل نامحرم با لباس آستین کوتاه و صورتی آرایش کرده ظاهر می شود، خانمی که همواره به دنبال هوی و هوس است، باید بداند دخترش نیز خواه ناخواه چنین رفتاری را خواهد داشت. خانمهایی که اجازه می دهند دخترشان در مهمانی هایی که نمی دانند در آن چه میگذرد و چه کسانی شرکت دارند، حضور یابند... اینها زمینه های فساد دخترانشان را فراهم میکنند و حتی بعضی از خانواده ها از شنیدن رابطه دخترشان با افراد نامحرم، ناراحت نمی شوند و میگویند: اقتضای سن است، دوره و زمانه عوض شده. اینها باید منتظر تبعات این گونه رفتارها باشند. ب) سستی اعتقادات دینی و مذهبی در خانواده: بی شک، تقییدهای دینی و مذهبی والدین تأثیر مستقیم و عمیقی در روح و جان فرزند آنها به ویژه دختران دارد و در چنین خانواده هایی، کمتر انحراف در بین فرزندان دیده می شود، اما در خانواده هایی که مسائل دینی و مذهبی رعایت نمی شود، انجام بسیاری از کارهای غیر اخلاقی و دینی، عادی جلوه میکند و همین مسأله باعث انحراف شدید فرزندان میگردد. شناخت صحیح دین و عمل به آن، موجب سعادت و خوشبختی انسان می شود و از طرف دیگر هر گونه کج فهمی در مسائل دینی و افراط و تفریط و اعمال سلیقه های شخصی نه تنها صحیح نیست بلکه موجب سرخوردگی و گریز فرزندان از دین و مسائل و احکام تعالی بخش آن می گردد. ج) از هم پاشیدگی خانواده: برخی خانواده هایی که از نعمت وجود پدر، مادر و یا هر دو به دلایل مختلف محرومند، انحرافات اخلاقی دختران دیده می شود به ویژه درباره بچه های طلاق. د) وضعیت مالی خانواده: تمکن زیاد مالی خانواده گاهی دختران را دچار خدا فراموشی می نماید. برگزاری پارتی ها، شب نشینی های آلوده به گناه و... حاصل چنین اموالی است. هم چنین عدم تمکن مالی نیز امکان ابتلا به گمراهی را ایجاد میکند. فقر به خودی خود انحراف ساز نیست بلکه گاهی پدر و مادر در جهت کسب معاش خانواده، زمان زیادی را صرف می نمایند و از تربیت فرزندان غافل می شوند و این بی توجهی باعث می شود فرزندان از لحاظ روحی، عاطفی و اخلاقی درست تربیت نشوند که همین سوء تربیت، سرچشمه انحرافات بسیاری می باشد. گاهی نیز در اثر فقر مالی خانواده و عدم توانایی در تأمین نیازهای اولیه باعث به وجود آمدن عقده ها و کمبودها و... میگردد که در نهایت اگر هدایت و کنترل نشود، باعث انحراف به ویژه در دختران میگردد. ه) آزادی بیش از حد: یکی دیگر از عوامل انحراف دختران، آزادی بی حد و مرز است؛ پدر دختری که در مجلس پارتی دستگیر شده بود با حضور در دادسرای جنایی به دادیار جنایی گفت یکی از اشتباهات زندگی من این بود که به فرزندانم آزادی فراوان دادم و یک باره متوجه شدم که کانون خانواده ام از هم پاشیده است به طوری که همسر و دخترانم هر زمان که دلشان می خواست از خانه خارج و هر زمان که تمایل داشتند به خانه باز میگشتند و تاکنون دو نفر از آنان در مجالس پارتی دستگیر و مجازات شده اند. و) عدم کنترل کافی خانواده: یکی از زمینه های انحراف

دختران، عدم کنترل رفت و آمدها و رفتارهای دختران است. اولیاء باید رفتار و اعمال دختران خویش را عاقلانه کنترل نمایند و از هرگونه افراط و تفریط فرزندان در این زمینه ها جلوگیری کنند. (ز) عدم درک صحیح اولیاء: بسیاری از خانواده ها چگونگی رفتار با فرزندان را نمی دانند و در برقراری ارتباط با آنان مشکل دارند باید پدر و مادر با درک صحیح از شخصیت و روحیات دختران خویش، رفتاری صحیح با آنان داشته باشند و آنها را در مشکلات یاری نمایند؟ نه اینکه خود مشکلی بر مشکلات دختران و پسرانشان بیفزایند. (ح) ضعف عاطفی: یکی از عمده ترین دلیلهای انحراف و به فساد کشیده شدن شماری از دختران و پسران است. دخترانی که کمبود محبت دارند و تعبیر عزیزم را از پدر و مادر نمی شنوند و از سویی، سخت به شنیدن این تعبیرها مشتاقند از این رو، جایی می روند تا این نوع کلمات را بشنوند و گروههای فساد از این حربه بسیار استفاده میکنند. گاهی عوامل و زمینه های دیگری موجب فساد دختران می شود، همچون: اختلاط محرم و نامحرم، اعتمادهای بی جا، مشکلات اقتصادی، سختگیریهایی بی جا، اعتیاد پدر، عدم نظارت خانواده، سرگرمی های ناسالم، مانند: فیلمها و سی دی های مبتذل و ... (۱) طبیعتاً فرزندان خصوصاً دختران، تمام حرکات پدر و مادر را زیر نظر دارند. گاه ممکن است مادر و پدری، وظایف شرعی خود را انجام دهند؛ اما آن چنان سرد و بی روح انجام دهند که فرزند از انجام آنها لذت نبرد به عنوان مثال: نماز را در آخر وقت بدون اذان و اقامه بخواند آن هم در حد انجام واجبات نماز. یکی از اساتید علوم تربیتی می فرمود: خانمی از من سؤال کرد: "چرا با اینکه من زنی با حجاب و چادری هستم، دخترم ۱. رفتار و الدین با دختران جوان، محمود اکبری، ص ۵۶-۶۰ که در آستانه بلوغ قرار دارد به حجاب علاقمند نیست؟ پرسیدم آیا تا بحال شده است که وقتی از بیرون وارد خانه می شوی چادرت را برداری و به کناری بیندازی و بگویی: آه خسته شده ام، پختم و... و دختر خرد سالت شنیده باشد. گفت: آری، بارها چنین شرایطی اتفاق افتاده است. گفتم: شما در واقع با این حرکت یک احساس ناخوشایند و منفی در ذهن فرزندت ایجاد کرده ای. اگر شما به هنگام رسیدن به خانه، چادرت را می بوسیدی و با احترام کنار میگذاشتی، رفتار فرزندت به گونه ای دیگر بود. (۱) دختر امام خمینی (ره) می فرماید: "وقتی اعمال و رفتار امام رامی دیدیم، در ما تأثیر میگذاشت به طوری که سعی میکردیم رفتاری همانند او داشته باشیم، کاری را که میگفتند انجام ندهید، خودشان انجام نمی دادند قهراً ما هم انجام نمی دادیم و اگر به ما میگفتند: باید نماز بخوانید، خودشان از نیم ساعت قبل از وقت نماز، وضو میگرفتند و آماده نماز می شدند. ایشان همیشه اول وقت نماز می خواندند. (۲) ۱. رفتار والدین با دختران جوان محمود اکبری، ص ۷۹. ۲. پایه پای آفتاب، ج ۱، ص ۱۰۰

دختران و محبت والدین

والدین باید به فرزندانشان از هیچ محبتی دریغ نمایند، چرا که فرزندان دوست دارند محبوب والدین باشند از این رو رهبران معصوم ما فرزندان خود را مورد احترام و تکریم و محبت قرار می دادند و به پیروان خود نیز دستور داده اند تا به فرزندان محبت نمایند و با این توجه و محبت، آنان را از گرفتار شدن در منجلاب فساد و دوستان ناباب و منحرف و نامطمئن نجات دهند؛ چراکه بچه ها احتیاج به محبت و دلگرمی دارند و خواسته خود را به هر صورت ممکن می خواهند اشباع نمایند و اگر احیاناً والدین در این زمینه نسبت به فرزندانشان بی توجه باشند، همانطور که گفته شد، بدون شک آنان به سراغ افراد نامطمئن و دوستان ناباب خواهند رفت و گرفتار محبتهای کاذبی خواهند شد که آنان را به منجلاب فساد خواهند کشاند؛ ناگفته نماند پدر و مادر در رفتار و محبتشان بین دختران و پسران به هیچ عنوان فرق نگذارند؛ چرا که با فرق گذاشتن، تخم دشمنی را بین آنان خواهند کاشت. با آنان مشورت نمودن و نظرات آنان را خواستن و به کار و تحصیل و هنر آنان توجه نمودن، خود یک نوع محبت و تأیید آنان می باشد. چنانکه قبلاً گفته شد، فرزندان، خصوصاً دختران، تمام حرکات والدین را زیر نظر دارند و سریع آن حرکات را ضبط می کنند پس در نصیحت و موعظه کردن هم باید تمام جوانب را در نظر گرفت مثلاً از ضرب و شتم و فحاشی و داد زدن بر سر آنان جداً پرهیز

نمایند، خصوصاً در اجتماع و در حضور دیگران. به فرض هم اگر فرزند خطایی نمود یا مثلاً به سنی رسیده که می‌تواند در کارهای خانه به راحتی به مادر کمک کند اما تنبلی و یا سرپیچی میکند، ابتدائاً باید با بیان لطیف و آرام، ثواب کمک کردن در کارهای خانه را به او تفهیم نمود، البته از همان اوایل باید کارهایی را به او محول کرد که آسان و مورد سلیقه اوست چرا که دختران، مانند گل، لطیف هستند و نباید با کارهای سخت آنان را پزمرده کرد و نباید هم آنان را تنبل بار آورد چرا که همین دختران روزی مادر خواهند شد؛ لذا باید تجربه کار در خانه را داشته باشند. اسلام با کتک زدن فرزندان، خصوصاً دختران مخالف است؛ چرا که دختران دارای دلی نازک و قلبی پاک و لطیف هستند که زودتر از دیگران آزرده می‌شوند و زودتر از دیگران پند پذیرند. پس با زبان نرم و پندهای خیرخواهانه و با تشویق و پاداش و هدیه دادن می‌توان آنان را به راه آورد اما اگر این روش کار ساز نبود آن موقع است که باید به او هشدار داد و او را از عواقب کارش ترسانند. اما در هر صورت باید گفت: دختران با زبان نرم و استدلال و منطق، بهتر از پسران به استقبال نصایح والدین خواهند آمد. استاد سید محمد نجفی در کتاب پیشین می‌فرماید: "والدین وظیفه دارند مزرعه دل دختران را با محبت و مهر آبیاری کنند چرا که محبت و علاقه درخواست طبیعی اوست و از راه آن چشمش به دنیای آینده باید روشن گردد و راه زندگی را در دل او زنده می‌سازد. دیدیم که محبت، ضروری زندگی دختران است و اهمیتش از اینجا معلوم می‌شود که برای رسیدن به مرحله محبت اجتماع، ناگزیر است از مرحله محبت خانوادگی عبور کند. ابراز محبت به طرق مختلفی انجام پذیر است که بهترین آن در بغل گرفتن و نوازش کردن و بوسیدن است این امر مایه جلب محبت و اطمینان دختر از زندگی می‌شود و از امنیت خاطر بیشتر استفاده خواهد کرد، راز توصیه اسلام که فرزندان را ببوسید از اینجا کشف می‌شود. محبت از طریق دیگر، ابراز عنایت از راه سخن گفتن با صدای ملایم و دلپذیر و آهنگ و کلام موزون است لوح دل دختر آینه‌ای صاف و منزّه است و چه بهتر که مملو از احساسات پاک و عواطف انسانی باشد؛ میزان محبت باید به حدی باشد که تمام زوایای زندگی دختر را در برگیرد و روشن کند و به مقداری باشد که رشد کافی جسمی و روانی او را تضمین و او را فردی سالم و متعادل تحویل جامعه دهد. ("۱") انسان تشنه محبت می‌باشد، محبت حیات بخش دلهاست. هر کس نفس خودش را دوست بدارد و دلش میخواهد محبوب دیگران باشد احساس محبوبیت دل را شادمان می‌گرداند. کسی که بداند محبوب کسی نیست، خودش را در این جهان پر آشوب، تنها و بی کس می‌شمارد، بدین جهت، همیشه پزمرده و افسرده خواهد بود با احساس محبوبیت می‌تواند ۱. نقش مادر در تربیت برداشتی، علی قانمی، ص ۹۴. آرام و راحت به رشد و نمو خویش ادامه دهد و در صفات عالی انسانیت، تکامل یابد. محبت ریشه اخلاق نیک است لذا در پرتو محبت می‌توان احساسات و عواطف را به وبی پرورش داد و از او انسانی شایسته ساخت. اما کسی که در محیط سرد و بی عاطفه پرورش یافته و از پدر و مادر مهر و محبت ندیده، یک انسان راضی و طبیعی نخواهد بود. کسی که طعم محبت را نچشید، سفارشهای فراوانی به عمل آورده که در کتابهای حدیث موجود است از باب نمونه: امام صادق (ع) می‌فرماید: خدا بنده اش را به واسطه شدت محبتی که نسبت به فرزندش دارد، مورد رحمت قرار خواهد داد. و پیامبر (ص) فرمود: فرزندان را زیاد ببوسید، زیرا به واسطه هر بوسه ای درجه شما در بهشت بالا می‌رود. ("۱") مادر باید دوستی صمیمی برای دخترش باشد، وقتی دخترش از مدرسه بر میگردد و تعاریفی از محیط مدرسه و دوستان خود میکند، مادر باید با جان و دل گوش نماید و دخترش راه راهنمایی نماید و همراه او باشد به طوری که دختر بتواند همه حرفهای دلش را برای مادرش بازگو نماید. ۱. آئین همسر داری، ابراهیم امینی، ص ۱۲۱ مادری که همراه دختر باشد، دختر هیچ وقت احساس تنهایی نمی‌کند و سراغ رفیق ناباب نمی‌رود. دختری که در منزل آسایش و آرامش داشته باشد، دختری که در خانواده مورد احترام و محبت والدین باشد، هرگز دنبال عشق‌های کاذب نمی‌رود؛ چون کمبود عاطفی ندارد و نیازی به محبت پسران و لگردد خیابانی ندارد و هرگز فریب نا اهلان را نخواهد خورد. آری دختران ریحانه اند. معنای ریحانه بودن چیست؟ حضرت علی (ع) می‌فرماید: "المراه ریحانه و لیست بقهرمانه؟ زن (دختر) ریحانه است و نیست قهرمان و پر زور." "دختر ریحانه ای است که نباید کم

ترین آزار و بی احترامی نسبت به او شود؛ نباید شخصیت دختر خرد شود، نباید خوبی های دختران دیگر را به رخ دختر خود کشید و نباید کارهای دشوار و سخت را بر دوش او گذاشت.

دختران و نتیجه تربیت اسلامی

اگر والدین فرزندان شان را طبق دستور اسلام تربیت نمایند، بدون شک موجب افتخار و سربلندی در دنیا و آخرت برای آنان خواهد بود. در کتاب لئالی الاخبار، از ابن قلابه نقل شده که روزی در عالم خواب اموات را می بیند که طبقی از نور در مقابل صورت هر کدام از آنها گذارده شده؛ اما یک نفر را دیدم که در مقابل صورت او طبقی از نور نیست از او سؤال کردم چرا در مقابل تو طبقی از نور نیست او جواب داد که اینها در دنیا اولاد صالحی دارند که برایشان دعا میکنند، قرآن می خوانند، روزهای جمعه بر سر قبرشان می آیند و برای اینها صدقه می دهند و این نور هدایای این اشخاص است، اما یک پسر غیر صالح دارم که برایم دعا نمی کند و صدقه نمی دهد، به این خاطر طبقی نور در مقابل من نیست و من خجالت می کشم در نزد این اموات. آری فرزند صالح، گلی از گلهای بهشت است که بعد از مرگ پدر و مادر از خیرات نمودن و... برای آنان دریغ نخواهد کرد، البته دختران و فرزندان هم باید قدر دان زحمات والدین باشند و آنان را مورد احترام و تکریم خود قرار دهند و تادم مرگ خدمت گذار آنان باشند؛ در این مورد فقط به یک داستان عجیب و آموزنده بسنده می کنیم: حضرت موسی (ع) یکبار به هنگام مناجات با خدا، از پروردگار خواست تا کسی را که در بهشت هم مقام و هم رتبه اوست به او نشان دهد. خطاب آمد. ای موسی! جوانی است در فلان مکان که به قصابی مشغول است او کسی است که در بهشت هم مقام با تو خواهد بود. موسی (ع) تعجب کرد که چگونه ممکن است یک کاسب معمولی، هم مقام یک پیامبر اولوا العزم باشد تصمیم گرفت به سراغ او رود و مراقب او باشد تا رفتار جوان را ببیند و بفهمد که از او چه اعمال صالحی سر می زند که به چنین مقامی رسیده است. روزی به سراغ او رفت و تا شب در دکان او ماند ولی کار خاصی از او ندید. شب، جوان زودتر مغازه خود را تعطیل کرد و روانه خانه شد، موسی بن عمران او را تعقیب کرد.. جوان وارد خانه شد، موسی آمد و در زد جوان به درب سرا آمد و گفت کیستی؟ حضرت فرمود: می خواهم امشب مهمان تو باشم، جوان قبول کرد موسی آن شب را در منزل جوان ماند و رفتار جوان را زیر نظر گرفت، دید جوان، مقدار غذایی آماده کرده و سپس نزد پیرزنی که از زیادی سن قادر به حرکت دادن دست و پای خود نبود، رفت و با حوصله خاصی غذا را لقمه لقمه در دهان آن پیرزن گذاشت تا سیر شد، سپس لباس او را عوض کرد و بسترش را گسترانید و او را خوابانید. موسی بن عمران متوجه شد که در این خدمت رمزی نهفته است زیرا آن جوان در آن شب غیر از وظایف واجب دینی خود عمل دیگری مانند دعای نیمه شب و توسل و آه و ناله ای انجام نداد؛ وقتی صبح شد باز جوان قبل از خارج شدن از منزل تمام آنچه شب انجام داده بود را برای پیرزن انجام داد و بعد از منزل به سوی مغازه خود رهسپار شد. حضرت موسی از آن جوان پرسید: این زن که اینقدر کمر به خدمت او بسته ای چه نسبتی با تو دارد؟ جوان گفت: او مادر من است و وضع مالیم اجازه نمی دهد کسی را به عنوان خدمتکار برای او بیاورم از این رو شامگاهان زودتر به خانه می آیم و صبح دیرتر خارج می شوم تا به کارهای او رسیدگی کنم. حضرت موسی پرسید: مادر تو هنگامی که به او غذا می دادی حرفی می زد که تشخیص داده نمی شد چه میگوید: جوان گفت: هرگاه لقمه غذایی در دهان او میگذارم و یالباشش را عوض میکنم میگوید خدایا! تو به پاس خدماتی که فرزندم برای من انجام می دهد او را وارد بهشت کن و هم مقام و همنشین با پیغمبر زمان ما، حضرت موسی بن عمران گردان. موسی (ع) وقتی این سخن را شنید، تکانی خورد و به جوان مژده داد که من موسی بن عمران هستم و به اینجا نیامدم مگر اینکه بدانم که تو از چه عمل نیکی به این مقام رسیدی، آنگاه داستان مناجات خود را با خدا و خطاب پروردگار را برای جوان نقل کرد. (۱) ۱. گفتار و عاظ، ص ۴۸۱.

فصل سوم: دختران و دامهای شیاطین

دختران و دامهای شیاطین

تمامی شیاطین حتی دست پرورده های شیاطین دست به دست هم داده اند تا جوانان این سرزمین پاک را به منجلاب فساد و انحطاط اخلاقی سوق داده و آنان را منحرف سازند. لذا از هیچ اسلحه و وسیله منحرف کننده ای برای به ابتذال کشیدن و مخرب نمودن آنان دریغ نمی کنند. اما دختران عزیز باید بدانند دامهای شیاطین و بلهوسان برای تخریب آنان کم نیستند؛ این دامها هم در کانون خانه وهم در بیرون از خانه و اجتماع یافت می شود، مثلاً در خانه ای که عکسهای شهوت برانگیز و فیلمهای مبتذل مثل فیلمهای رقص و... در کنار ویدئو باشد طبیعتاً زمینه انحراف را برای عده ای فراهم میکند که دختران عزیز باید با این انحرافات مبارزه نمایند.

دختران و دوست یابی

دوستان ناباب هم نقش بسزایی در انحراف دختران و جوانان دارند؛ همین دوستان ناباب زمینه های انحراف را برای هر انسان فراهم نموده و قطعاً عاقبت شومی را در پی خواهد داشت که جبران آن یا غیر ممکن است یا بسیار سخت و دشوار. حتی این دوستان، موجب گرفتاری و دردسر بزرگی در روز قیامت برای انسان خواهند شد و علت سقوط خود در آتش جهنم را رفاقت و معاشرت با این دوستان منحرف و فاسدمی دانند که قرآن می فرماید اینان در آن روز سخت فریادمی زنند: «یا ویلتا لیتنی لم اتخذ فلاناً خلیلاً» ای وای بر ما، کاش فلانی را به عنوان دوست بر نمیگزیدیم ("۱). در عصر رسول خدا (ص) دو رفیق بودند به نام "عقبه" و "ابی" رسم عقبه این بود که هرگاه از مسافرتی بر میگشت، مجلس میهمانی ترتیب میداد و ضمن آن از بزرگان قبیله خود برای صرف غذا دعوت می نمود او با اینکه هنوز اسلام نیاورده بود، رسول خدا (ص) را نیز دعوت می نمود؛ وی روزی از سفر ۱. سوره فرقان، آیه ۲۸. برگشت و طبق معمول مجلس میهمانی ترتیب داد و در کنار دعوت از بزرگان قبیله خود پیامبر گرامی اسلام (ص) را نیز دعوت نمود رسول خدا (ص) و مهمانان همگی حاضر شدند و پس از لحظاتی سفره غذا گسترده شد پس رسول خدا (ص) فرمود: ای عقبه! اگر می خواهی من از غذای تو بخورم باید شهادت به یگانگی خدا و رسالت پیامبری من را بر زبان جاری کنی. عقبه نیز شهادتین را بر زبان جاری نمود و مسلمان شد این خبر به سرعت در شهر پیچید و دوستش ابی نیز از آن اطلاع یافت پس خود را به عقبه رساند و گفت: ای عقبه! تو از دین نیاکان خود منحرف گشته ای. عقبه در جواب گفت: نه! من منحرف نشده ام؛ مردی به نام محمد در مجلس من حاضر به خوردن غذای من نبود و من به خاطر آنکه او گرسنه از کنار سفره من برنخیزد شهادتین را بر زبان جاری کردم. ابی گفت باور نمیکنم مگر آنکه سر راه محمد حاضر شوی و به اوتوهین نمایی عقبه نیز فریب دوست بدخود را خورد و جلو راه رسول خدا (ص) را گرفت و آن حضرت را به باد فحش و ناسزا گرفت و مرتد شد. سرانجام عقبه با همین حال در جنگ بدر با حالت شرک و کفر به جنگ با مسلمین آمد و به قتل رسید و دوستش ابی نیز در جنگ احد به هلاکت رسید. همین امر سبب شد تا آیه ۲۷ تا ۲۹ از سوره مبارکه فرقان نازل شود و سرنوشت و مجازات آن کسی را که بر اثر انتخاب دوست بد منحرف شده است را بیان نماید ("۱). بنابراین، دختران عزیز و گرامی باید کاملاً مراقب باشند با چه کسانی معاشرت و رفاقت دارند، آیا با کسانی معاشرت میکنند که موجب پیشرفت در مسائل معنوی و اعتقادی و اخلاقی و علمی آنان می شود یا با کسانی همنشین و رفت و آمد میکنند که موجب انحطاط اخلاقی و حتی بدنامی در دنیا و آخرت برای آنان است. اسلام و بزرگان دین ما اهمیت فراوانی به دوست سالم می دهند. رسول گرامی اسلام (ص) در این باره می فرمایند: "با پنج گروه نشست و برخاست داشته باشید ۱- آنانی که شما را از شک و تردید، به یقین می خوانند. ۲- افرادی که شما را از تکبر، به فروتنی سوق می دهند. ۳- کسانی که

شما را از تظاهر و خودنمایی، به خلوص نیت ۱. مجمع البیان، ج ۷، ص ۱۶۶، به نقل از تفسیر نمونه، ج ۵، ص ۶۸. دعوت میکنند.

۴- اشخاصی که از دل بستگی به دنیا (و گناه)، شما را به بی علافگی به آن فرامی خوانند (و شما را به خداوند نزدیک میکنند). ۵-

کسانی که شما را از خیانت به مردم بازداشته و بر خیر خواهی آنان سفارش میکنند. (۱) لذا بهترین دوست خوب، کسی است که با نگاه و صحبت‌هایش انسان را به یاد خدا و نزدیک به خدا و با راهنمایی‌هایش از گناه دور نماید؛ چنانکه امیرالمؤمنین می فرماید:

"المؤمن مرآة المؤمن، مؤمن آئینه مؤمن است." جناب آقای محسن قرائتی این حدیث نورانی را چنین شرح می دهد: ۱- آئینه، عیب و ایراد و آلودگی‌ها را نشان می دهد؛ مؤمن هم باید عیب برادرش را بگوید و ترس و خجالت و... مانع او نشود. ۲- آئینه در کنار عیبها، زیبایی‌ها را هم نشان می دهد؛ مؤمن هم باید در کنار نقاط منفی، نقاط مثبت را نیز مطرح کند. ۳- آئینه، عیب را روبرو و میگوید؛ مؤمن هم نباید غیبت کند. ۱. اثنی عشره، ص ۲۰۲ به نقل از کشکول طبسی، ج ۱، ص ۸۲. بلکه باید انتقاد خود را به خود شخص بگوید. دوست دارم که دوست عیب مرا همچون آئینه رو برو گوید نه چنان‌شانه با هزار زبان پشت سر رفته مو به مو گوید ۴- آئینه، عیب را بزرگ نمیکند بلکه به همان اندازه که هست نشان می دهد؛ مؤمن هم باید عیب برادرش را بزرگ نکند بلکه به همان اندازه که هست بگوید. ۵- آئینه، عیب را بی سرو صدا میگوید؛ مؤمن هم باید آرام، بدون اینکه داد و آبرو ریزی کند عیب برادرش را مطرح کند. ۶- آئینه به خاطر صاف بودنش عیب را میگوید، مؤمن نیز باید از روی صفا و صمیمیت عیب را بگوید نه از روی کینه توزی و غرض ورزی. ۷- برای آئینه همه مردم یکسانند و برای آئینه تفاوتی ندارد که آن شخص شهری و روستایی، با سواد و بی سواد، صاحب مقام و ثروت و... باشد. مؤمن نیز نباید تحت تاثیر شخصیت افراد قرار گیرد؛ بلکه باید به خاطر خدا انتقاد کند. ۸- اگر آئینه را بشکنند، هر قطعه‌ای از آئینه‌های شکسته کار خود را میکند و دست بردار نیست. مؤمن هم هر چه تحت فشار قرار گیرد، ساکت نمی شود و انتقاد میکند. ۹- اگر روی آئینه گرد و غبار بنشیند، دیگر عیب را نشان نمی دهد؛ مؤمن نیز اگر خود آلوده باشد حرفش اثر ۶۱ ندارد. ۱۰- هیچ وقت کسی از عیبگویی آئینه ناراحت و عصبانی نمی شود؛ مؤمن نیز وقتی مؤمنی دیگر بد او را میگوید (و او را راهنمایی میکند) نباید از او رنجیده شود ("۱). خوشا به حال دخترانی که چنین دوستانی مذهبی دارند که موفقیت خود را در تمام مراحل زندگی مدیون این نین دوستان می دانند و بدا به حال آنانی که نام ننگ دوستان بدو منحرف را برای خود می خرنند، عزیزان! پرهیزید از چنین دوستانی، خصوصاً از دوستی‌های نامشروع که ابلیس آن را "دوست پسر" نامگذاری کرده است و این نوع دوستی‌ها که از هوی و هوس و شهوت شیطانی سرچشمه میگیرد، مخرب‌ترین و مبتذل‌ترین دوستی‌هاست و جز ننگ، ذلت و خواری در دنیا و آتش دوزخ در آخرت چیز دیگری نخواهد بود. در واقع باید گفت این نوع دوستی‌ها و عاشقی‌های کاذب و مهلک و لذتهای زودگذر از بزرگترین دامهای شیاطین برای جوانان سست ایمان می باشد.

دختران گرامی هیچگاه این اصل را فراموش نکنند که این پسران خیابانی حتی یک دختر خیابانی را برای زندگی نمودن انتخاب نمیکند و هیچگاه ۱. همراه با نماز، استاد قرائتی، ص ۵۶ سراغ دختری که حیا و عفت خود را بر باد داده نمی روند؛ پس عزیزان فریب این پسران خیابانی را نخورید و خود را بازیچه آنها قرار ندهید و مقام و منزلت خود را حفظ نمایید. آری ای دختران پاک طینت فریب این شیادان از خدا بی خبر را نخورید و حتی جواب سلام آنان را ندهید که این سلام از دهان یک شیطان شیاد و فریب کار خارج می شود؛ به تمایلات و خواسته‌های نفسانی آنان توجه ای نکنید و با هیچ قیمت و وعده و وعیدهایی با آنان خلوت نکنید چرا که آنان شما را در معرض وسوسه‌های شیطانی قرار می دهند چنانکه روایت است که "شیطان به حضرت موسی (ع) گفت: ای موسی با زنی که بر تو حلال نیست، خلوت مکن که هر کس چنین کند، من خود برای گمراه کردن و آلوده ساختن او حاضر می شوم و این اقدام را به یارانم واگذار نخواهم کرد ("۱). دختر زیبای من، از صحبت مردان بت‌سز آنکه اغلب رند و شیادند، از آنان بت‌سز مرد چون صیاد ماهر، هر دلی آرد به دام هوشدار از دام عشق این ستمکاران بت‌سز ۱. بحار الانوار، ج ۷۶، ص ۳۳۴. مرغ دل پرواز ده، هر جا که شد جز کوی مرد از غم زنجیر و رنج کوشه زندان بت‌سز نو گل نشکفته گلزار عشق وزندگی از فریب بلبل

شیدای خوش الحان بترس عاشق دلدادهء شیدا سراپا حيله است زین بلای جان و از این رهنز ایمان بترس (۱) متأسفانه اکنون بسیاری از جوانان هرزه و هوسران و غرب زده برای فریب دختران ضعیف الایمان از هر ترفندی استفاده میکنند؛ با آرایشهایی که مخصوص بانوان است از جمله: برداشتن زیر ابرو و رنگ کردن موها و گریم نمودن صورت و لزننداختن و... وارد اجتماع می شوند اما وقتی آن روی سکه را می نگری، خواهی دید باطنی آلوده و وحشت ناک و در واقع پوچ در پوچ و مانند مارهایی خوش خط و خال هستند که انسانهای ضعیف الایمان به آنان نزدیک و در دام آنها افتاده و جز ننگ و ابتذال و ذلت و خواری و سیه رویی، هیچ چیز دیگر عاید آنها نخواهد شد. البته در تاریخ، تجربه شده دخترانی که قوی الایمان و پاک ۱. زن و شوهر، محمد علی صفری، ج ۲، ص ۲۸. منور به نور الهی و اهل بیت (ع) هستند، هیچگاه فریب این شیادان از تربیت الهی بی خبر را نخورده اند و توجه ای به خواسته های فریب کارانه آنان ننموده اند. دختران و الامقام بدانند که عده ای از لشگریان شیاطین فقط دنبال ارضاء غریزه جنسی و ترویج آزادی های نامشروع و فرهنگ غرب هستند؛ اینان حتی با مزاحمتهای تلفنی و نامه نگاریهای کثیف خود، جز تخریب دین و عفت و شخصت شماهدنی دیگر ندارند. عزیزان در هر زمان و هر مکانی جنگ بین ایمان و هوای نفس و بین نیروی الهی و نیروی شیطانی و بین عقل و شهوت و بین نفس اماره و نفس لوامه بوده و هست که در حقیقت یک طرف قضیه شیطان حضور دارد طرف دیگر روح انسانی پس باید دانست شیطان خواسته های خود را در نظرها زیبا و دلفریب جلوه می دهد به طوری که بعضی انسان ها وسوسه می شوند تا به طرف آن خواسته های مهلک شیطانی بروند لذا واجب و ضروریست عقل و ایمان خود را برای نجات از این وساوس شیطانی به کمک بطلیم تا به چشمه های پر فیض و نورانی الهی و انسانی برسیم.

هشدار

هشدار به والدین محترم که مواظب بعضی از عرفهای خرافی باشند! کجای اسلام آمده پسر و دختری که می خواهند با هم ازدواج کنند، برای شناخت بیشتر باید مدتی در کنار هم باشند! آیا به عواقب آن پی برده اید. هشدار هشدار ای دختران و ای گللهای زیبای خلقت بترسید از این رسم و رسوهای غلط و هیچ گاه تن به این ذلت ندهید و بدانید که معمولاً این ارتباط ها به ازدواج ختم نمی شود و اگر هم به ازدواج ختم شود آن ازدواج، ازدواج مبارکی نخواهد بود.

دختران و مدگرایی

از دامهای شیاطین همین مدگرایی می باشد؛ مدگرایی، بیماری خاصی است که برخی دختران و زنان به آن مبتلامی شوند و همواره چشم و گوش بسته، با هر زحمت و قیمتی، به دنبال تازه های لباس و آرایشند تا که برای خود شخصیتی کاذب بسازند و یا غریزه تنوع طلبی خود را ارضا نمایند، غافل از آن که نه تنها به خواسته واقعی خود نمی رسند بلکه همیشه گروهی برتر و بالاتر از آنها پیدا می شود که حسرت را برای آنها باقی گذارد؛ دختران مدگرا باید بدانند مدگرایی دامی است که استعمارگران برای اسارت و به دام انداختن دختران و زنان کشورهای اسلامی پهن کرده اند تا بدان وسیله آنها را به سوی مصرف گرایی سوق دهند و ارزشهای خود را به آنها تحمیل کنند و آنها را از ارزشهای واقعی و حیاتی خود دور نمایند؛ زیرا هدف آنها تنها ارائه مدل لباس و زیبایی نیست، بلکه هدف، اسارت فرهنگی و کشاندن جوانان به سوی ابتذال و پستی ها و تبدیل شخصیت آدمی به عروسکی بی هویت و بی درد ۰۰۰ (۱) چه زیباست دختران به جای تقلید نمودن از فرهنگ غرب به فرهنگ اسلامی خودشان رو بیاورند و هنگام ورود در عرصه اجتماع با یک دنیا وقار و ابهت و بدون هیچ نوع آرایشی باشند؛ چرا که کمال دختران در این است که نجیب، عفیف، پاک دامن و سنگین باشند؛ اما دخترانی که بیهوده در خیابانها پرسه می زنند و با دوستان خود شوخی ها و خنده های بی جا میکنند و مشغول حرکات ناشایست از جمله: آدامس جویدن و تخمه خوردن و شکلک در آوردن هستند هیچگاه مورد تأیید اسلام و جامعه

اسلامی نخواهند بود و گذشته از آن مورد هتک حرمت افراد هرزه و ارازل و اوباش قرار خواهند گرفت و ۱. برای ریحانه، محمود اکبری ص ۲۰ این خود یک نوع کمبود شخصیت در این دختران محسوب خواهد شد؛ چرا که مقام و منزلت خودشان را با این حرکات "بیشتر لگد مال کرده و به دیگران هم جرأت می دهند تا شخصیت و عفت آنان را زیر سؤال برده و آن را لگد مال نمایند. و بی خبر از اینکه اگر دارای زیبایی خدادادی هستند، بوسیله گناه و سبک سریها از دست خواهند داد، آری، گناه زیبایی دختران را از بین می برد و مورد تنفر خدا و ملائکه و حتی انسانها قرار خواهند گرفت و آنان با آرایش نمودن ظاهر خود و وارد شدن در اجتماع، بنا دارند بخشی از آن زیبایی به باد رفته خود را جبران نمایند و غافل از آن که این زیبایی، یک زیبایی مصنوعی بیش نیست. بدا به حال این افراد که آتش دوزخ هم در انتظار آنان است و خوشا به حال آن بانوان و دختران پاکی که منور به نور تقوا و قرآن هستند و اینان مورد عنایت و احترام و تکریم خدا و اهل بیت (ع) و فرشتگان و حتی در دنیا مورد عزت مردم و در آخرت، بهشت مشتاق دیدار آنان است.

دختران و حیاء

حیاء دختران را از زشتیها و پلیدی ها باز می دارد، دختران باید با حیاء باشند؛ زیرا حیاء برای دختران از ضروریات است. پیامبر اکرم (ص) می فرماید: "حیاء ده قسمت است که نه قسمت آن برای دختران و یک قسمت برای مردان است ("۱). دختری که با "حیاست هر وقت بخواهد رفتاری ناپسند انجام دهد، حیاء او از آن کار ناپسند جلوگیری میکند. دختر با حیاء هیچ گاه کارهای سبک و رفتار ناپسند و نامناسب انجام نمی دهد و به طرف گناه نمی رود؛ چرا که شرم و حیاء نمیگذارد خلافی از او سر بزند. پیامبر اکرم (ص) می فرماید: کسی که واقعاً از خدا حیاء میکند، همیشه مرگ را پیش چشم خود می بیند و نسبت به دنیا و زینت های آن بی رغبت است و اعضای بدن خود را از گناهان حفظ میکند و یاد قبر را فراموش نمی کند. امام باقر (ع) می فرماید: اعمال بندگان هر پنجشنبه بعد از ظهرها بر پیامبر عرضه گردد، پس کسی که کار زشت انجام می دهد باید شرم و حیاء نماید چرا که عمل زشت او را پیامبر می بیند. سفینه البحار، ج ۲، ص ۲۷۴.

فصل چهارم: دختران حجاب و عبادت

دختران و حجاب

حجاب و پوشش اسلامی برای بانوان یک نوع عفاف و حیا و زینت و شخصیت و متانت محسوب می شود پس بر دختران و بانوان مسلمان تکلیف است که از این گوهر گرانبها برای مقابله با تهاجم فرهنگ غرب و چشمان نامحرمان ناپاک حافظت نمایند؟ چرا که غربی ها و دشمنان اسلام جرات حمله به ایران را نخواهند داشت به ناچار می خواهند از راههای مختلف، فرهنگ قبیح خود را به جوانان ما تزریق کنند که این خود کمتر از حمله با توپ و تانک نیست؟ بلکه زیانش بیشتر خواهد بود. در واقع باید گفت حجاب، یک فطرت خدادادی برای دختران و زنان و یک فرمان از طرف خالق هستی و یک نوع احترام به پرچم اسلام و تمدن ملی و اسلامی و در نتیجه یک مبارزه به تمام معنا با تهاجم فرهنگ غرب خواهد بود. حجاب یعنی حیاء و عفت و به یک معنای حفظ شخصیت و رسالت تاریخی زن. بانوان محجبه به مانند مرواریدی اند که در صدف پنهانند چنانکه قرآن می فرماید: "کامثال الؤلؤ المکنون؛ همانند مروارید میان صدف ("۱) قرآن کریم مسئله حجاب و پوشش بانوان را چنین بیان می فرماید: «و قل للمؤمنات یغضضن من ابصارهن و یحفظن فروجهن و لا یتبدین زینتهن الا ما ظهر منها» و به زنان مومن بگو تا چشمهای خود را (از نامحرم) و دامن و اندامشان (از عمل زشت) محفوظ دارند و زینت خود را جز آنچه ظاهری شود بر بیگانگان آشکار نسازند ("۲). و در آیه

ای دیگر می فرماید: "یا ایها النبی قل لازواجکم و بناتکم و نساء المؤمنین یدنین علیهنّ من جلابیهنّ ذلك ادنی ان یعرفن فلا یؤذین. ای پیامبر! به همسران و دختران و زنان مؤمن بگو روسری های بلند خود را بر خویش فرو افکنند. این کار برای این که (به عفاف) شناخته شوند و مورد آزار قرار نگیرند، بهتر است ("۳). ۱. سوره واقعه، آیه ۲۳. ۲. سوره نور، آیه ۳۱. ۳. سوره احزاب، آیه ۵۹، سوره نور، آیه ۳۱. وقتی اسلام دستور می دهد که بانوان باید حجاب خود را رعایت نمایند، نباید هیچ عذری آورده شود و نباید گفت: عیسی به دین خود، موسی به دین خود؛ و نباید گفت: انسان باید دلش پاک باشد، پاکی قلب هم ربطی به حجاب ندارد! مقصر آن مردانی است که نمی توانند چشمان خود را کنترل نمایند؛ اسلام یعنی آزادی! دنیا دنیای پیشرفت است این حرفها دیگر قدیمی شده و صدها حرف بی هوته از این قبیل!!! امیرالمؤمنین علی (ع) یکی از نشانه های دوران آخر الزمان را همین بی حجابی و بد حجابی زنان و دختران می داند و می فرماید: "از پیامبر (ص) شنیدم که فرمود: در دوره آخر الزمان که بدترین زمانهاست، زنانی پیدا خواهند شد که بر این اوصاف خواهند بود: ۱- بد حجاب و بی حجابند. ۲- حدود الهی را نادیده میگیرند. ۳- زینت خود را به نامحرمان نشان می دهند. ۴- از دستورهای دین پیروی نمیکنند. ۵- به دنبال خوش گذرانی و لذت های نامشروعند. ۶- به دنبال فتنه و آشوب میگردند. ۷- محرمات را برای خود حلال می دانند. که چنین افرادی در دوزخ گرفتار عذاب الهی خواهند شد. ("۱) "اگر دختری با حجاب اسلامی، اما با حرکات جلف و سبک و با کرشمه و ناز در کوچه و بازار و در برابر نامحرمان رفت و آمد کند، حجابش، ارزشی نخواهد داشت. پس حجاب اسلامی، یعنی حجاب در لباس، در نگاه، در گفتار و رفتار. با چنین حجابی است که زنان و دختران از آزار و طمع بدکاران محفوظ خواهند ماند. حتی بدترین مردان نیز در برخورد با دختران متین و با حجاب هرگز جرات تعرض به آنان را نخواهند داشت از این رو لباس های رنگارنگ و محرک و کفش های صدا دار برای دختران جایز نیست و در سنت پیامبر (ص) نیز آمده که آن بزرگوار، بانوان را از پوشیدن زیور آلات صدا دار باز می داشت. ("۲) حقیقتاً دختران و بانوان مسلمان باید از بانوی اسلام فاطمه زهرا (س) درس عفاف و مصونیت و حجاب بگیرند، در روایتی آمده که: "روزی رسول خدا (ص) خواست به خانه دخترش فاطمه (س) رود. نخست بر در خانه آمد، دست بر در گذاشت و کمی آن را پس ۱. وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۹. ۲. حجاب دختران، محمد علی کریمی نیا، ص ۲۵. زد. سپس فرمود: "السلام علیکم" فاطمه (س) سلام پدر را پاسخ داد آنگاه حضرت فرمود: اجازه دارم وارد شوم؟ عرض کرد: داخل شو ای رسول خدا. پیامبر پرسید: جابر بن عبدالله که همراه من است نیز اجازه ورود دارد؟ فاطمه (س) عرض کرد: مقنعه بر سرم نیست. هنگامی که خود را پوشاند، پیامبر (ص) دوباره سلام گفت و دخترش پاسخ داد و باری دیگر برای خود اجازه ورود خواست و پس از موافقت فاطمه (س) برای همراهش نیز اجازه گرفت و داخل خانه شد. ("۱) مرحوم آغاسی مداح و عاشق اهل بیت چقدر زیبا سروده: در خیابان چهره آرایش مکن از جوانان سلب آسایش مکن زلف خود را از روسری بیرون مریز در مسیر چشمها افسون مریز یادکن از آتش روز معاد طره گیسو منه در دست باد ۱. تفسیر نور الثقلین، ج ۳، ص ۵۸۷. خواهرم، دیگر تو کودک نیستی فاش تر گویم، عروسک نیستی خواهرم ای دختر ایران زمین یک نظر عکس شهیدان را ببین خواهرم من این لباس تنگ چیست پوشش چسبان رنگارنگ چیست خواهرم این قدر طنازی مکن با اصول شرع لجبازی مکن در امور خویش سرگردان مشو نو عروس چشم نامردان مشو "حجاب ارزشی است که رعایت آن به دختر، پاکی و سلامتی می بخشد. او را همچون گوهری درون صدف از شرآفتها و سوسه ها و آلودگیها مصون نگاه می دارد و به خدا نزدیک می گراند. کسانی که به بی حجابی دست می زنند اکثراً نمی اندیشند و تعقل نمیکنند و تنها آلت دست و سوسه های نفسانی خود قرار میگیرند. خودنمایی و خود آرایی در صحنه اجتماع به شخصیت عقیف زن لطمه وارد می سازد. باوقار بودن دختر و رعایت نمودن حریم بین محرم و نامحرم به او اصالت می بخشد و او را در دیدگان همه قابل تعظیم و احترام میگرداند. حجاب در واقع مصونیتی است برای دختر که او را از فرو ریختن شخصیت نجات می بخشد و از طرفی پسران جوان را از خطر انحراف باز می دارد. در جوامعی که بی حجابی را ترویج میکنند، دختران بازیچه دست قدرتهای استعمار گران می شوند به طوری که از

استواری شخصیت و تقدس و عفتی که شایسته یک دختر پاک دامن و عقیف است تهی می شوند. تجربه نشان داده است که مراعات حجاب در میان دختران موجب هراست و سلامت روحی و نیز موفقیت آنان در زندگی آینده است.... دختر جوان با رعایت حجاب، خود را به خدا نزدیک میکند زیرا به کمک آن، امنیت و آرامش می یابد و افراد هرزه و لا ابالی و منحرف را از نگاه های آلوده محروم می سازد. دختر عقیف و پاکدامن، فطرتاً از این که به دیده شهوت آلود و هوس انگیز به او نگریسته شود در رنج و ناراحتی است و اگر دختری این خصوصیت و حالت را نداشته باشد و حاضر باشد که بخشی از موی خود را نامحرم ببیند و همچنین از آن که مورد بهره برداری چشمهای آلوده و هوس انگیز قرار گیرد، رنج و نفرتی احساس نکند، باید بداند که از فطرت سالم خود فاصله گرفته است و با آلودگی نگاههای بیگانه، خو پیدا کرده و به سرایشی سقوط و فساد نزدیک گردیده و ارزشهای انسانی را از دست داده است. از طرفی دختری که حریم حجاب را رعایت کند و خود را از دسترس نامحرمان دور نگاه دارد، همچون گوهری با ارزش در درون صدف، ارزش و احترام خود را در نزد همگان افزایش داده و از ابتدال در امان مانده است ("۱) خلاصه": دختران در حجاب، همانند غنچه گلی هستند که هیچ کس دست طمع به روی آنها دراز نمیکند؛ حجاب همچون سیم خاردار است برای حفظ حریم دختران؛ حجاب همچون دیوار بلندی است برای حفظ عفت و پاکدامنی و آسایش دختران؛ حجاب برای دختران راحتی و آسودگی است حجاب برای دختران گلی معطر و خوشبوست، حجاب برای دختران ارزش است؛ حجاب برای دختران زیبایی است؛ حجاب برای دختران امنیت است؛ حجاب برای ۱. آنچه یک جوان باید بداند ویژه دختران، ص ۵۸-۶۰ دختران مقام و منزلت است، طراوت و شادابی است؛ اگر حجاب برداشته شود، موجب نا آرامی دختران می شود همان طور که وقتی دیوار خانه کوتاه باشد یا خانه ای که دیوار نداشته باشد یا در منزلی باز باشد آن منزل نا امن است. ("۱)

حکایت

یحیای مازنی میگوید: "من مدتی طولانی در همسایگی حضرت علی (ع) بودم؛ به خدا قسم هرگز حضرت زینب (س) را ندیدم و صدایش را نشنیدم. هر گاه ایشان می خواست به زیارت جدش پیامبر (ص) برود، شبانه می رفت در حالی که امام حسن (ع) از طرف راست و امام حسین (ع) از طرف چپ و علی (ع) از جلوی او حرکت میکردند و چون به قبر پیامبر (ص) نزدیک می شدند، علی (ع) نور چراغ دستی را کم میکرد. یک بار امام حسین (ع) از پدرش پرسید: چرا نور چراغ دستی را کم میکنی، حضرت فرمود: می ترسم کسی به خواهرت زینب نگاه کند ("۲)". دختر مسیحی بدون مقدمه به یک روحانی مسلمان گفت: ۱. کتاب تمثیلات، آیت الله حایری شیرازی. ۲. زندگی فاطمه زهرا (س)، رحمانی، ص ۶۴۲. من از اسلام، اطلاعات زیادی پیدا کرده ام که باعث تعجب من از دستورات و قوانینش شده و علاقه فراوان به آن پیدا کرده ام اما یکی از قوانینش باعث عدم تشرف من به دین اسلام شد، با افراد زیادی در این باره بحث کرده ام، اما جواب قانع کننده ای دریافت نکردم اما شما اگر توانستید فلسفه این قانون را برای من بیان کنید، اسلام خواهم آورد. مرد روحانی گفت این قانون چیست؟ دختر مسیحی گفت: قانون حجاب است. چرا اسلام حجاب را برای زن واجب کرده است؟ و چرا به او اجازه نمی دهد مانند مرد، بدون حجاب بیرون آید؟ مرد روحانی گفت: آیا طلا و جواهر فروشان را مشاهده نکرده ای که طلا و جواهرات را در ویتترین شیشه ای که دارای در و قفل است، قرار می دهند؟ دختر گفت: آری مرد روحانی به او گفت: چرا آنان این کار را انجام می دهند و جواهرات خود را در دسترس دیگران قرار نمی دهند؟ چرا آنان طلاها را در درون صندوق شیشه ای قفل شده قرار می دهند؟ دختر گفت: تا بتوانند آنها را از دستبرد خائنان و دزدان، محافظت نمایند. مرد روحانی به او گفت: پس این بود فلسفه حجاب، زیرا زن، گل و همچون جواهرات و یاقوت است که باید او را از جنایتکاران و مفسدین حفظ کرد و نیز باید در چیزی او را حفظ کرد که از چشمان ناپاک جنایتکاران - مانند حفظ جواهرات در صدف - پوشیده باشد، تا قربانی آنان نشود. حجاب تنها وسیله حفظ و پوشش برای دختران است چرا که دختر با

حجاب، خود از دست جنایتکاران در امنیت و آسایش می باشد؛ زیرا بدن و زینت های او، پوشیده است؛ بنابراین، مردم از او چیزی مشاهده نمیکنند که طمع به آن داشته باشند. مردم با او کاری ندارند زیرا که توجه آنان را جلب نمیکنند، بلکه حتی از او خجالت میکشند و می ترسند؛ تمام اینها به خاطر حجاب است، بنابراین حجاب نگهدارنده و حافظ شرف و بزرگواری تو می باشد. آری دختر کم! این یکی از گوشه های فلسفه حجاب بود. در اینجا رخسار دختر جوان مسیحی، شکوفا شد و گفت: اکنون به وجود مثبت این قانون ارزشمند اسلامی، قانع شدم و حکمت آن را دانستم. اکنون ورود به دین اسلام برای من، شیرین شده است. سپس شهادتین را بر زبان جاری ساخت و به دین اسلام مشرف گردید. (۱) دختران جوان باید بدانند، لطیف راشدی، ص ۴۳-۴۴

چند توصیه به دختران

۱- دختر جوان باید خود را از محیطها و موقعیتهای تحریک آمیز دور نگه دارد و از گوش دادن به موزیکهای محرک و دیدن فیلمهای فاسد اجتناب ورزد. ۲- از پوشیدن لباسهای تنگ و چسبیده، حتی در مقابل برادر و خویشان محرم خود هم، خودداری کند. ۳- خود را از محیطی که مورد نگاه نامحرم است، دور نگاه دارد. لذا حضرت زهرا (س) یکی از ویژگیهای زن پارسا را چنین می داند که او مردها را نبیند و خود نیز مورد دید مردها قرار نگیرد. ۴- تخیلات و تفکرهای خود را کنترل کند و بداند هر چه که به ذهن و اندیشه اش میگردد، خداوند بر آن آگاه است و او در این زمینه مسؤولیت دارد و باید تنها به آنچه که عقل و قوانینشرعی تأیید میکنند و مجاز می دانند، بیندیشد تا رستگار شود. تخیل و تصوّر درباره مسائل جنسی و شهوت انگیز منجر به تحریکهای مداوم گردیده و نیروی حیات را از بین برده و انسان را از مسائل حقیقی و واقعی زندگی باز می دارد. (۱) ۵- بیکاری منشأ تمام انحرافها و فسادهاست؟ دختر جوان باید با یاد گرفتن آشپزی، زمینه موفقیت آینده خود را فراهم سازد. ۶- در جلسه های فرهنگی و مذهبی شرکت نماید و سوالات و نا رسایی ذهنی و حواس پرتی، حاصله از تسلط میل جنسی، همان طور که در تمام حالات زندگی تأثیرات منفی بر جای می گذارد؛ مانع از رشد فکری و فعالیت های ذهنی و تمرکز حواس می شود این حواس پرتی حتی در امور زندگی در فعالیتهای تحصیلی و در کلاس درس و به خصوص زمانی که معلم مسئله دقیقی را مطرح می کند کاملاً مشاهده می شود و دانش آموز از این مسئله بسیار رنج میبرد. بنابراین میدان دادن به غریزه جنسی و آزاد گذاشتن تخیل و تفکر در این باره خطایی نابخشودنی و شکستی بزرگ و رسواکننده در پی خواهد داشت. و در عمل بسیار دیده شده جوانانی که زمام عقل و اندیشه خود را به دست میل و غریزه جنسی می سپارند و به علت پریشانی افکار و حواس پرتی ذوق درس خواندن و اشتیاق به هر گونه مطالعه ای اعم از کتابهای درسی و غیر درسی را بکلی از دست می دهند در نتیجه بهترین دوران ارزشمند و حساس ترین لحظات عمر خود را از دست داده و در آینده دچار حسرت و پشیمانی خواهند شد که دیگر سودی ندارد. پرسشهایی که برایش پیش می آید مطرح کرده و پاسخ آنها را بیابد. ۷- توجه داشته باشد که در ایام عادت ماهانه از ورزشهای سخت و سنگین و کارهای دشوار خودداری نماید و از آب سرد و شنا در آن بپرهیزد. همچنین از عدم تعادل و بی قواره شدن بدن ناراحت نباشد، زیرا که پس از دوران بلوغ وضعش به تدریج عادی و متناسب خواهد شد. ۸- با دوستان مؤمن و خوب رفت و آمد و مجاست داشته باشد؛ حتی المقدور سعی کند نمازها را در اول وقت به جا آورد. اگر دوستدار سعادت آینده ی خود است باید مطلقاً از همنشینی و رفت و آمد با دوستان بی بندوبار و منحرف (ولو از نزدیکان و خویشاوندان) دوری گزیند. ۹- قبل از خوابیدن حتماً وضو بگیرد و در هنگامی که به بستر می رود، سوره (قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ الْفَلَقِ، و "قُلْ أَعُوذُ بِرَبِّ النَّاسِ" معوذتین) و آیه الكرسی (۱) را با توجه و حضور قلب بخواند و با ذکر خدا به خواب برود. ۱۰. سوره بقره، آیه ۲۵۵-۲۵۷. ۱۰- حتی المقدور هفته ای یک بار روزه بگیرد؛ این عمل در تقرب او به خدا و افزایش ایمان، بسیار مفید بوده و در تقویت اراده اش نقش بسزایی دارد. (۱) ۱۱- پر خوری و تغذیه مداوم از مواد مقوی و گرم و محرک، علاوه بر اختلالات جسمی، همیشه مقداری انرژی و نیروی مازاد بر احتیاج، تولید خواهد کرد که این

نیروی اضافی، محرک میل جنسی است. ۱. برای این منظور، بهترین راه، روزه داری حقیقی است که منجر به تضعیف امیال غریزی شده و متعاقباً موجب تقویت ایمان و اراده و جنبه های ملکوتی و اخلاقی انسان می گردد. حضرت رسول اکرم (ص) در این باره می فرماید: ای گروه جوانان! هر کس از شما قدرت بر ازدواج دارد، ازدواج کند و اگر برایش مقدور نیست، بر او باد روزه گرفتن، زیرا که روزه برای او قطع شهوت است. گاهی اتفاق می افتد که به نحوی از انحا تحریکاتی جنسی در آنان بیدار می شود و شخص احساس می کند که در مقابل این میل (جنسی) طاقتش خیلی کم شده است که اگر در این مورد صبر کند، متوجه خواهد شد که اینها بحرانهای غریزی زودگذری هستند و حداکثر یک هفته باقی مانده و از بین می روند، ولی اگر دید که نمی تواند مقاومت کند، با چندروز روزه گرفتن این حالات رفع خواهد شد. البته می دانیم که روزه داری در اسلام منحصر به ماه مبارک رمضان نیست، بلکه روزه های استجابی به مناسبتهایی و ارد شده که ائمه معصومین (ع) و بزرگان، مقید بودند که آن ایام را روزه بگیرند و در کتاب مفاتیح الجنان، شیخ عباس قمی، روزه های مستحبی هر ماه ذکر شده است. برای اطلاع بیشتر از فواید روزه، ر. ک: دکتر احمد صبور اردوبادی، اهمیت روزه، از نظر علم روز، بحث چهارم "تعدیل میل جنسی با روزه داری". افراط در پرخوری موجب حماقت و بروز خوی حیوانی در انسان است؛ لذا در تعالیم اسلامی توصیه شده است که مستحب است سیر نشده از سفره بر خیزیم و از پرخوری که مکروه بوده و از طرفی حرص و طمع به غذا که مدموم شمرده شده دوری جویم. رعایت اعتدال در غذا نیز لازم است، همچنین در هنگام عادت ماهانه از غذاهایی که اصطلاحاً سرد است، باید خودداری شود. ۱۲- دختر جوان باید حریم محرم و نامحرم را حفظ بنماید و از توقف در محل خلوت با فرد نامحرم جداً خودداری گزیند، زیرا شیطان و نفس اماره قوی است، اگر شخص ثالثی نباشد، و سوسه های شیطانی بر عقل انسان غلبه کرده و زمینه انحراف و گناه برای هر دو طرف، فراهم خواهد شد. ۱۳- از شوخی و خنده با نامحرم خودداری کرده و در صحبت کردن با آنان مراعات جدی بودن کلام را بنماید و حالت و صدا را طوری نازک و ظریف نکند که موجب انحراف پسران جوان شود، چنانکه در قرآن کریم می فرماید: در گفتارتان نرمی نشان ندهید تا دلهای بیمار بر شما طمع نورزند و سخن را درست ادا کنید. (۱) ۱۴- جوان باید تمایلات و افکار خود را از توجه به روابط نامشروع به روابط صحیح و مشروع به سوی ازدواج و زندگی آینده معطوف سازد و بداند که دیر یا زود این ایام سپری خواهد شد و او در آینده ای نه چندان دور باید به انتخاب همسری پاک بپردازد و در خود آمادگیها و شایستگیهای لازم را برای چنین زندگی سعادت‌مندانه که بیش از هر چیز، نیاز به سلامتی جسمی و روانی دارد، فراهم سازد. همواره و در هر حال با ذکر و یاد خدا اُنس و الفت داشته باشد، زیرا در قرآن آمده است: آگاه باشید که تنها با یاد خدا قلبها آرامش می یابد؛ (۲) همچنین هر کس از یاد خدا فاصله گیرد، زندگانی بر او سخت و دشوار خواهد گشت. (۳) دختران جوان باید قدر جوانی و پاکی خود را بدانند؛ در حفظ و نگهداری آن، نهایت مراقبت را بنمایند و از معرض هر گونه تحریکها و سوسه های شهوانی، خود را دور کنند و به هیچ وجه حاضر نشوند در محیطهای آلوده و با افراد منحرف و بی ۱. فَلَا تَخْضَعْنَ بِالْقَوْلِ فَيَطْمَعَ الَّذِي فِي قَلْبِهِ مَرَضٌ (سوره احزاب، آیه ۳۲). ۲. أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (سوره رد، آیه ۲۸). ۳. وَمِنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنْكًا (سوره طه، آیه ۱۲۴). بندوبار مجالست و ارتباط داشته باشند. البته در این راه گاهی ممکن است خللی در تصمیم آنان پدید آید، ولی باید استقامت و پشتکار را از دست ندهند و با ایمانی کامل به یاری خدا امید داشته باشند تا در حفظ این پاکی موفق بمانند و عفت و نجابت خود را حفظ کنند. " (۱) ۱. آنچه یک جوان باید بداند، ویژه دختران، ص ۸۳

دختران و عبادت

دختران انسانهایی هستند همچون سایر انسانها که می توانند به وسیله عبادت پروردگار و دوری از معصیت مدارج کمال انسانی را طی نموده و به حریم قرب الهی راه پیدا کنند و چه بسا توفیقات آنان به عبادت و قرب به احدیت بیش از پسران است چرا که دختران

تقریباً شش سال زودتر از پسران به ستکلف می رسند و خدا ندرشش سال زودتر از پسران آنان را به حضور خود فرا می خواند و با آنان سخن میگوید؛ نماز و روزه را بر آنان واجب کرده و مناجاتهای آنان را به عنوان یک دستور مستحبی شنیده و به آنان جواب می دهد. آن وقت که پسر هنوز به عنوان یک نوجوان مشغول بازی ۱. آنچه یک جوان باید بداند ویژه دختران، ص ۷۷ - ۸۲ است، دختر مشغول راز و نیاز با خالق هستی خواهد بود. اینها همه نشانه آن است که دختر برای دریافت فضایل شایسته تر از پسر است؛ لذا اگر این منطق درست اجرا گردد، نتیجتاً معلوم خواهد شد که دختر و زن بالاتر از پسر و مرد و حداقل همتای آنان است؛ گرچه ممکن است در طی دوران عادت از انجام واجبات محروم باشد، اما با انجام مستحبات می تواند جبران نماید. خداوند در قرآن می فرماید: "ما خلقت الجن و الانس الا ليعبدون، ما انس و جن را خلق نکردیم مگر برای عبادت." منظور از انس در آیه شامل تمام انسانها، دختر و پسر و زن و مرد می باشد؛ لذا هر کسی که می خواهد به سعادت ابدی دست پیدا کند و در دایره خلیفه الهی قرار گیرد، باید مصداق آیه فوق الذکر باشد و از معاصی الهی جداً خودداری نماید. خداوند در حدیث قدسی چه قدر زیبا فرموده: "خلقت الاشياء كلها لاجلك و خلقتك لاجلي ای انسان همه اشیاء و چیزهایی که تو در این دنیا می بینی را برای تو خلق کردم (که در اختیار و خدمت تو باشند) اما تو را برای خودم خلق نمودم (که مرا بشناسی و عبادت کنی). پس عزیزان! همه آنچه که خداوند قادر و توانا در این دنیا به وجود آورده، برای آسایش و پیشرفت ما انسانها می باشد از گردش زمین به دور خورشید و گردش خورشید به دور زمین و گردش سیارات به دور خورشید و رویش گیاهان و درختان و جوشش چشمه های زلال از زمین و حتی وجود حیوانات و پرندگان اهلی و وحشی و... اینها همه جهت خدمت به انسان خلق شده اند. پس با همه این عظمت و مقامی که خدا برای ما انسانها قائل شده و ما را جانشین خود در روی زمین خطاب نموده چرا ما نباید او را عبادت کنیم؛ مطمئن باشید کسانی که درجاتی و کمالات انسانی رسیده اند فقط از کانال تهجد و عبادت و ترک گناهان کبیره و صغیره بوده است و بس.

داستان

"شهید اول، نویسنده کتاب فقهی لمعه، دختری داشت به نام فاطمه که دین شناس، فقیه، فاضل و عابد و استاد حدیث بود. دانشمندان و علمای بزرگ از او به نیکی یاد کرده اند و پدرش بسیار او را می ستود و به زنان دستور می داد که در مسائل فقهی و احکام شرعی به او رجوع کنند وی از بانوان بزرگ شیعه بود که مراتب دانش و تقوا و بی توجهی به دنیا و همت بلندش به فضایل و کرامت های انسانی از نامه ای که از او در تاریخ باقی مانده است، روشن می شود. نامه، در حقیقت به عنوان سند و قباله ملکی است که به برادرانش داده و سهم خویش از اموال پدری را به آنها بخشیده و در مقابل آن، جلدی از قرآن مجید و چند جلد کتاب فقهی از فقهای بنام شیعه از آنان گرفته است. چنین بانوانی در تاریخ تشیع پیدا می شوند که به مظاهر دنیایی، پشت پا می زنند و در طریق دانش، معنویت و اخلاق گام بر می دارند و به درجه ای از مراتب دانش و تقوا و فضیلت می رسند که مورد ستایش و تمجید علما و فقهای بزرگ شیعه قرار میگیرند. نامه او از قرار ذیل است: ستایش مخصوص خدایی است که آنچه اراده کند، به بندگانش می دهد و نعمت خودش را بر دانشمندی که به دانششان عمل کنند، عطا می فرماید. آنان را بزرگوار و اهل کرامت قرار داده و به سبب عمل نیک و مقام بلندی که در دنیا و آخرت دارند، بر دیگر آدمیان برتری داده و به این برتری، تمام آفرینش گواهی می دهند. صلوات و درود بی پایان بر پیامبر (ص) که سخن و کلام جامع، مخصوص اوست و بر اهل بیت عصمت و طهارت و اصحابش که در فصاحت و نیک سخن گفتن هیچ فصیحی به آنان نمی رسد. و بر پیروان آنان و کسانی که از آنان پیروی می کنند، در هر مکانی که خورشید و ماه بر آن جا نور می تابند. این جانب فاطمه، تمام سهمی را که از پدرم در جزین و جاهای دیگر به من رسیده، به عنوان بخشش شرعی، به خاطر خدا و رسیدن به ثواب به برادرانم واگذار نمودم و در مقابل، آنها کتاب قرآن و تهذیب، و مصباح شیخ طوسی و من لا یحضره الفقیه، و "ذکری" را در سوم رمضان سال ۸۲۳ هجری به من بخشیدند. آری، فاطمه دختر شهید، این

بانوی اسلام شناس، حاضراست که از تمام اموالی که از پدرش به او رسیده بگذرد، فقط برای خشنودی خدا و اجر و پاداش او و رسیدن به کتابهای فقهی و علمی که از پدر به یادگار مانده است. دختر با ایمان باید بداند این دوران، هنگام شکوفایی روحی و قلبی خواهد بود و او تازه در این مسیر پرتلاطم، قدم گذارده و در آینده ممکن است با مشکلاتی بیشتر رو به رو شود، ولی در اثر مقاومت و تقوا و تزکیه نفس، صاحب روحی لطیف و ۱. دیدار با ابرار؛ محمدحسن امامی، ص ۱۷. متعالی گردیده و به درجه ای ارتقا خواهد یافت که این قبیل مسائل برای او در سطحی بسیار پایین قرار میگیرد، بطوریکه لذات معنوی پاکی و عفاف را در قلبش که مصفا به صفای ایمان گردیده حس خواهد کرد. وقایع و حوادث خوبی برایش اتفاق خواهد افتاد، خوابهای خوب و شیرینی از اولیاء و ائمه معصومین، به او نوید خواهد داد و با علم ملکوت، ارتباط برقرار خواهد نمود و به حالات عرفانی خواهد رسید که لحظه ای از آن راه، کسانی که غرق در شهوت و پول پرستی و مال دوستی و زرق و برق و زیور پرستی هستند، درک نخواهند کرد. اما باید این جوانان پاک و تزکیه یافته، توجه داشته باشند که نباید زمانی به خود مغرور شده و از توفیقاتی که خداوند نصیبشان کرده، غافل شوند، چرا که با یک لحظه غفلت همه آنچه را که بر اثر تقوا به دست آورده اند از دست خواهند داد و در سراشیبی سقوط قرار خواهند گرفت، زیرا نفس چون اژدهایی می ماند که در نهانگاه روح انسان بیدار است و با کوچکترین غفلت، بر عقل غلبه یافته و همه پاکی و عفت انسان را نابود می سازد (۱). آنچه یک جوان باید بداند، ویژه دختران، ص ۸۳ "اگر هم جوانی غفلتاً مرتکب عمل انحراف و معصیت گردید، باید بلافاصله در پیشگاه خدا توبه کند و تصمیم جدی بر ترک گناه بگیرد تا رفتار ناشایست به شکل یک خصلت زشت و ناروا در وجود او جایگزین نگردد و به صورت عادت ثانوی در نفسش رسوخ نکند. او باید بداند که تواناییهای لازم را برای اصلاح رفتار خویش دارد و در ضمن قدرت، پذیرش او بیشتر از افراد مسن بوده و از تعصبات بی جا به دور است. قرآن کریم پس از بیان خطاهایی که ممکن است انسان مرتکب آنها بشود، توبه را به عنوان راه حل اصلی اصلاح رفتارش پیشنهاد می کند. (۱) پیامبر بزرگ اسلام می فرماید: توبه از گناه و خطا به این معناست که فرد، دیگر قصد نداشته باشد که به سوی آن گناه، (۲) باز گردد. جوان نباید خطای خود را هر چند هم اندک باشد، کوچک شمرد، تا این که در او ملکه (۳) گناه پیدا نشود. ۱. "الا الذین تابوا من بعد ذلک و اصلحوا فان الله غفور رحیم" (سوره نور، آیه ۵). ۲. قال "هو ان يتوب الرجل من ذنب وینوی أن لا یعود الیه ابداً" (میزان الحکمه ج ۱، ص ۵۲۲). ۳. ملکه، حالت و صفتی است پایدار در فرد که به صورت عادت در می آید و تغییر آن، بسیار مشکل بوده و در بعضی اوقات محال است. از رسول اکرم؟ نقل گردیده که فرمود: محبوبتر از هر چیز نزد خداوند، توبه جوانی است که از گناه پشیمان شود و از پیشگاه او آمرزش بخواهد. (۱) اگر جوان، مطیع خواسته ها و شهوات خود گردید، خود را به هلاکت می اندازد. (۲)

داستان

"هنگامی که از مالک بن دینار. "سبب توبه اش را پرسیدند: گفت: در جوانی من در لشکر خلیفه کار میکردم و شراب بسیار می خوردم، تا اینکه کنیزی خریدم و بعد از مدتی از او فرزندی پیدا کردم، مهر و علاقه من نسبت به آن کودک روز به روز بیشتر می شد و او هم انس و الفت زیادی با من داشت بطوری که هرگاه ظرف شراب را به دست می گرفتم آن را از دستم میکشید وقتی فرزندم دو ساله شد، بطور ناگهانی از دنیا رفت، مرگ او مرا سخت غصه دار کرد، در یکی از شب های جمعه شراب خورده و نماز نخوانده، خوابیدم. سپس در خواب دیدم گویا مردگان از قبرها بیرون آمده و همگی محشور ۱. "مَنْ شَىءٍ أَحَبُّ إِلَى اللَّهِ تَعَالَى مِنْ شَابٍّ تَائِبٍ" (میزان الحکمه، ج ۵، ص ۷). ۲. آنچه یک جوان باید بداند، ویژه دختران، ص ۶۳. شده اند و من هم هستم؛ سپس از پشت صدایی شنیدم چون به عقب نگاه کردم، مار بزرگ سیاه و بسیار بزرگی را دیدم که دهان باز کرده و به سرعت به طرف من می آمد ترسیده بودم و به سرعت فرار میکردم، در بین راه پیرمرد خوشرو و خوشبو اما بسیار ضعیف و ناتوان را دیدم، از او کمک

خواستم گفت من در برابر این ازدهای قوی ناتوانم ولی سرعتت را بیشتر کن امیداست نجات یابی. سپس به ه سرعت فرا رکردم تا به یکی از منازل قیامت رسیدم که از آنجا می توانستم طبقات جهنم و اهل آن را ببینم، نزدیک بود از ترس آن مار خودم را به جهنم بیندازم، ولی ناگهان صدایی به گوشم رسید که گفت: برگرد تو اهل اینجا نیستی! بر اثر آن صدا کمی آرامش یافتم و برگشتم دیدم دیگر مار مرا دنبال نمیکنند ولی دوباره آن پیرمرد را دیدم، به او گفتم من از تو کمک خواستم ولی تو اعتنایی نکردی، پیرمرد گریست و گفت: من ناتوانم ضعیفم ولی به سمت آن کوه برو که امانت های مسلمانان در آن است، اگر تو هم امانتی داشته باشی، تو را یاری خواهد کرد؛ چون به کوه نگاه کردم، آن را پر از اتاق و خانه هایی دیدم که جلوی آن پرده هایی بود به طرف آن کوه دویدم و هنوز افعی مرا دنبال می کرد. چون نزدیک کوه رسیدم فرشته ای ندا داد، پرده ها را عقب بزنید و درها را باز کنید. شاید این بیچاره در بین شما امانتی داشته باشد که او را از شر دشمن پناه دهد. در این هنگام بچه هایی که صورتشان مانند ماه می درخشید بیرون آمدند، بچه ها دسته دسته بیرون آمدند، ناگاه دخترم را که مرده بود دیدم چون مرا دید گریه کرد و گفت: "به خدا قسم این پدر من است؟" سپس دست چپش را در دست راست من گذاشت و با دست راست به افعی اشاره کرد، افعی برگشت و فرار نمود. بعد از آن، دخترم مرا نشانید و در دامنم نشست و با دست راست به ریشم زد و گفت: ای پدر "أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَنْ تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ؛ آیا وقت آن نرسیده که ایمان آورندگان، دلهایشان به یاد خدا خاشع گردد؟" من گریه کردم و گفتم: دخترم! تو قرآن مجید را می دانی؟ گفت: ای پدر، ما بهتر از شما به قرآن دانا هستیم. گفتم: به من بگو این افعی چه بود؟ گفت: کردار زشت تو بود که آن را قوی کرده بودی و او می خواست تو را به جهنم بفرستد. گفتم: آن پیرمرد که بود: گفت: کارهای نیک تو که خودت او را ناتوان و ضعیف کرده بودی به طوری که نمی توانست تو را کمک کند. گفتم: دخترم! تو در این کوه چه میکنی؟ گفت: ما بچه های مسلمانان هستیم که در کودکی از دنیا به اینجا آمده ایم و تا قیامت چشم به راه پدر و مادرمان هستیم که نزد ما بیایند تا ما از آنها شفاعت کنیم، در این هنگام بود که از خواب بیدار شدم و پس از آن از شراب خواری و سایر گناهان توبه کردم و آنها را کنار گذاشتم ("۱). سر از جیب غفلت، برآور کنون که فردانمانی به خجلت نگون کنون باید از خفته بیدار بود چو مرگ اندر آرد ز خوابت چه سود ز هجران طفلی که در خاک رفت چه نالی که پاک آمد و پاک رفت تو پاک آمدی، بر حذر باش پاک که ننگ است ناپاک رفتن به خاک در جوانی طاعت حق کن که پیر عقل گفت از برای حق، عبادت در جوانی بهتر است در جوانی پاک بودن، شیوه ی پیغمبر است ورنه هر گبری به پیری می شود پرهیزگار ۱ قلب سلیم، ج ۱، ص ۳۸۳.

فصل پنجم: دختران بلوغ و احکام قاعدگی

دختران و بلوغ

دوران بلوغ، یک دوران حساس و یک تحول ناگهانی رشد جسمی و جنسی و روانی می باشد که در دختران زودتر به وقوع می پیوندد. البته همانطور که بلوغ جنسی در دختران زودتر از پسران است، بلوغ شرعی و دینی آنان هم زودتر از پسران می باشد. شاید پرسیده شود که چرا بلوغ شرعی دختران بر پسران تقدم دارد؟ در جواب باید گفت: "اولاً با توجه به این که بلوغ جنسی دختران به طور طبیعی قبل از پسران است، باید بلوغ شرعی آنان نیز مقدم باشد. اگر چه زمان بلوغ جنسی دختران و پسران در سراسر جهان یکسان نیست و عوامل طبیعی و شرایط محیطی در تقدم و تاخر آن مؤثر است، ولی در همه مناطق جهان دختران زودتر به بلوغ طبیعی میرسند و فعالیت غدد جنسی در آنان قبل از پسران آغاز میگردد. زمان بلوغ جنسی معمولاً برای دختران بین ۸ تا ۱۶ سال و برای پسران بین ۱۰ تا ۱۷ سال تعیین شده است، ولی از نظر شرعی دختران در سن ۹ سالگی و پسران در سن ۱۵ سالگی به بلوغ می رسند. بیدار شدن غریزه جنسی در دختران زمینه مساعدی برای گرایش به گناه و ناباکی فراهم میکند. شارع مقدس با تقدم بلوغ

دختران به وسیله مقررات و اوامر و نواهی، آنان را قبل از پسران از بزه کاری بر حذر داشته است. ثانیاً اندیشه و عقل دختران زودتر از پسران شکوفا می شود، چون دختران زودتر از پسران آغاز به سخن میکنند. با توجه به رابطه غیر قابل انکاری که بین اندیشه و سخن گفتن وجود دارد، این نتیجه به دست می آید که دستگاہ فکر دختران زودتر از پسران به کار می افتد و نیروی درکشان پیش از آنان شکوفا میگردد. تقدم دختران در هوش عمومی و اجتماعی و درک مسایل علمی و هم چنین برتری آنان در ارزش های ذوقی و دینی نشانه آن است که دختران به طور طبیعی بیش از پسران، واجد شرایط تکلیف میگردند و زودتر از آن ها برای پذیرش تعالیم دینی و مسئولیت های قانونی آماده می شوند. می توان گفت شارع مقدس با اعلام تقدم بلوغ دختران زمینه رشد و تعالی و برخورداري آنان از حقوق اجتماعی را فراهم کرده است. اگر گفته شود، دختر نه ساله ای که به سن بلوغ رسیده قادر به انجام تکالیف نیست؟ بنابراین غرض حاصل نمی شود؟ در پاسخ میگوییم که تکلیف به مقدار توانایی است. اساس قوانین اسلام بر سختگیری نیست و اگر در جایی تکلیفی همراه با مشقت شدید و عسر و حرج باشد، موقتاً برداشته می شود؟ اما شکی نیست که انجام بسیاری از تکالیف برای دختر نه ساله نیز سهل و آسان است. دختری که به سن بلوغ رسیده ولی قادر به روزه گرفتن نیست، فعلاً تکلیفی ندارد، چون در پایان آیه ای که درباره روزه است، خداوند می فرماید: "يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ (۱) خدا بر شما آسان میگیرد و نمی خواهد به زحمت بیافتید." حضرت امام (ره) در رساله عملیه خود، مسأله ۱۵۸۳، می فرماید: "انسان نمی تواند برای ضعف، روزه را بخورد ولی اگر ضعف او به قدری است که معمولاً نمی شود آن را تحمل کند، خوردن روزه اشکال ندارد؛ البته بدهی است که هر وقت توانست باید روزه ها را قضا نماید." ۱. سوره بقره آیه ۱۸۵ بنابراین، تقدم بلوغ دختران، نشانه لیاقت و شایستگی آنان است. و به قول یکی از بزرگان، بلوغ یک شرافت است. آنان که اهل سلوک اند میگویند: ما مشرف شدیم نه مکلف، چون زحمت و مشقتی در کار نیست. رشد " گیاه نیلوفر " به مراتب سریع تر از نمو یک درخت است. خلاصه این که هر موجودی که لطیف تر است، رشد آن سریع تر می باشد و هر موجودی که خشن است، رشد آن کندتر انجام میگیرد و به همین دلیل بسیاری از دختران در سنین سیزده و یا چهارده سالگی آماده باروری و مادر شدن هستند. در حالی که پسران در این سن و سال معمولاً آمادگی پدر شدن را ندارند. ("۱) ۱. پاسخ به پرسش های مذهبی، آیت الله مکارم شیرازی، ص ۴۲۳.

مسائلی در مورد قاعدگی

قاعدگی

خونریزی دوره ای رحم را قاعدگی، رگل، پریود یا عادت ماهیانه میگویند. از زمان شروع قاعدگی تا شروع خونریزی دوره بعدی، طول مدت قاعدگی گفته می شود که معمولاً ۲۸ روز می باشد. این مدت، در افراد مختلف، متفاوت است (بین ۲۱ تا ۳۵ روز) خون قاعدگی، در ابتدا کمی آبکی و سپس خون خالص می شود. این خون به دلیل واکنش قلیایی که دارد به هیچ وجه لخته نمی شود و گاهی به اندازه ای تند است که ممکن است باعث التهاب و سوزش پوست مجاور گردد و در صورت عدم رعایت بهداشت، بوی زننده ای دارد، نخستین دوره قاعدگی معمولاً در سن ۱۲ تا ۱۳ سالگی رخ می دهد. هر چند دختر ممکن است خیلی پیش یا پس از این زمان (حداقل ۹ و حداکثر ۱۸ سالگی) به رشد رسیده باشد. نخستین قاعدگی عموماً قبل از رسیدن به حد بالایی از رشد قد و وزن رخ نمی دهد. اما امروزه دختران بدلیل بهبود تغذیه و بهداشت، در مقایسه با نسلهای پیش، زودتر به دوره قاعدگی می رسند. دخترانی که چربی بدنشان زیادتر می شود، زودتر نیز به اولین قاعدگی می رسند، اما دخترانی که زیاد ورزش میکنند، دیرتر به این مرحله می رسند. و ممکن است چند روز قبل از شروع قاعدگی، و در زمان قاعدگی تغییراتی در حالت عمومی دختران ایجاد

شود که عمده ترین آنها عبارتند از: کاهش یا افزایش اشتها، خستگی و عصبانی مزاج بودن، بزرگ و حساس شدن و گاهی دردناک شدن پستانها، احساس گرم و سرد شدن، افزایش ترشح بزاق، پدید آمدن دایره ای سیاه در اطراف چشم، بیوست، اسهال، حالت تهوع، و استفراغ، حس تنفر به بعضی از خوراکیها، سردرد و سرگیجه، نفخ، تغییرات روحی نظیر بدخلقی، افسردگی، خواب آلودگی، بی حوصلگی و بروز دانه هایی سرخ رنگ شبیه تبخال به دور لبها و سوراخهای بینی که شدت این علائم، در افراد مختلف، متفاوت است و ناشی از تغییرات هورمونی در بدن می باشد و معمولاً خود بخود از بین می روند ولی در صورت شدت اختلالات فوق بایستی به پزشک مراجعه نمایند. (۱)

درد قاعدگی

"در صورت وجود درد در حین قاعدگی می توان با مصرف قرص های مسکن مانند آسپرین یا استامینوفن و در صورت شدت درد با داروهای قویتر مثل ایبوپروفن، ایندومتاسین و ۱. دختران و بلوغ، محمدرضا جانب اللہی فیروز آبادی، ص ۲۱-۲۳ و ۲۸ مفنایمیک اسید، درد را کاهش داد. بهتر است دارو را ۴۸ تا ۷۲ ساعت قبل از شروع قاعدگی مصرف کرد" (۱) اگر از خوردن دارو بیزارید، می توانید به جای آن برای رفع درد قاعدگی، روزانه ورزش کنید. آمار نشان داده که حدود ۷۰ درصد از دختران نوجوانی که از دردهای قاعدگی رنج می برند، پس از ورزش کردن منظم، به نتیجه مطلوبی رسیده اند. لازم به یادآوری است که هر ورزشی روزانه می تواند دردهای قاعدگی را به حداقل برساند. دختران عزیز جوانم! اگر حرارت دادن، قرصهای مسکن و ورزش، درد را تسکین نداد، شاید وقت آن باشد تا در اینباره با متخصص زنان، مشورت کنید ("۲") به دختران نوجوانی که از درد قاعدگی رنج می برند، توصیه می شود که هنگام ایستادن، صاف و مستقیم بایستند، قوز نکنند، بلکه سینه را به طرف جلو، شانه را به طرف عقب داده و شکم را صاف نگهدارند؟ معمولاً در پی چنین وضعیتی، درد به طور قابل توجهی کاهش می یابد. ("۳")

۱. دختران و بلوغ، محمد رضا جانب اللہی فیروز آبادی ص ۲۸، ۲۳، ۲۱. ۲. دختران جوان باید بدانند، لطیف راشدی، ص ۲۷، ۳. همان ص ۲۶ رژیم غذایی مناسب (اجتناب از مصرف نمک زیاد، شکر، قهوه، چای) و استراحت کافی نیز می تواند در تسکین درد موثر باشد ("۱") ۱. دختران و بلوغ، محمد رضا جانب اللہی فیروز آبادی، ص ۲۹

دختران و لکه بینی (بین دو قاعدگی خون دیدن)

"گاهی اوقات ممکن است بین دو قاعدگی، لکه خونی کم رنگ در خانمها مشاهده شود که از لحاظ رنگ و مقدار آن شباهتی به قاعدگی ندارد که به آن لکه بینی میگویند ۰ عوامل مختلفی باعث ایجاد لکه بینی در خانمها می شوند از جمله: ترس، استرس، اضطراب، اختلال در عملکرد تخمدان یا سایر غدد مترشحه داخلی، عفونت مجرای تناسلی، مصرف بعضی از داروها و... از جمله این عوامل هستند. دختران نوجوان ممکن است در اوایل بلوغ، تا چند مدت قاعدگی های نامنظم و لکه بینی داشته باشند. ("۲") ۲. همان، ص ۲۹.

دختران و خونریزیهای بیش از حد

"در بعضی از خانمها از جمله دختران جوان، در اوایل بلوغ، و خانمهایی که در سن یائسگی هستند ممکن است خونریزی به حدی شدید باشد که آنها را با خطر جدی مواجه کند لذا توصیه می شود در اولین فرصت به پزشک مراجعه نمایند. گاهی اوقات، دختران جوان علیرغم خونریزی های غیر طبیعی خود از مشورت با والدین خویش خودداری میکنند که اصلاً به صلاح آنها نیست به این نمونه، توجه فرمایید: دختری ۱۵ ساله، دچار خونریزی شدید می شود. در ابتدا، موضوع را از مادرش پنهان میکنند پس از چند

ساعت که از این مشکل، میگذرد دچار رنگ پریدگی شدید و ضعف و بیحالی می شود؛ مادر که متوجه کسالت دختر می شود، علت ناراحتی را از دخترش جویا می شود ولی دختر، از گفتن واقعیت شرم میکند تا اینکه از شدت ضعف از حال می رود. بلافاصله وی را به بیمارستان منتقل میکنند و در همان لحظات اول، پزشک معالج، متوجه مشکل دختر خانم می شود؛ از بستگان وی درخواست اهداء سریع خون میکند که پس از تعیین گروه خونی آنها، کار خونگیری در اسرع وقت انجام می شود و این دختر را از مرگ حتمی که پزشک معالج، احتمال آنرا می داد نجات می دهند. اگر چه انتقال سریع دختر به بیمارستان و درایت بجای پزشک معالج و روحیه انسان دوستانه اهداء کنندگان خون که حتی خیلی از آنها هیچ نسبتی با دختر نداشتند دست به دست هم دادند و دختر را از خطر حتمی، نجات دادند لیکن ناگفته نماند که اگر دختر، به محض مشاهده خونریزی غیر طبیعی خود، موضوع را با مادر یا یکی از بستگان نزدیک خویش در میان میگذاشت کار به اینجا نمیکشید. (۱) همان، ص ۳۰-۳۱

دختران و ترشحات

ترشحات طبیعی: در هنگام بلوغ، دختران، دارای ترشحاتی از مهبل یا مجرای تناسلی هستند که امری طبیعی است. این ترشحات، لزج و اغلب شبیه زرده تخم مرغ یا شیری رنگ است و بوی زننده ندارد. ترشحات غیر طبیعی: این ترشحات، معمولاً متعفن (بودار)، زرد، سبز یا قهوه ای رنگ و یا خون آلود است و بیشتر اوقات همراه با سوزش است. ترشحات غیر طبیعی، علت‌های مختلفی دارد که آلودگیهای انگلی ناشی از عدم رعایت بهداشت فردی و استفاده از کهنه های کثیف و چند بار مصرف، به هنگام قاعدگی، از جمله آنهاست. (۲) همان، ص ۳۰-۳۱

دختران و مراقبت های بهداشتی دوران قاعدگی

"به علت بازبودن دهانه رحم در این دوران، رعایت بهداشت فردی بسیار ضروری می باشد و عدم رعایت آن ممکن است منجر به ایجاد عفونت و عوارضی نظیر نازایی در آینده گردد؛ بدین منظور ذکر چند نکته ضروری است: ۱- در دوران خونریزی قاعدگی، از نوار بهداشتی استفاده شود و نوار بهداشتی باید مرتب و زود به زود عوض شود بخصوص زمانیکه خونریزی، زیاد است. با این کار، علاوه بر رعایت بهداشت، از آلوده شدن لباسهای دیگر نیز خودداری می شود. ۲- نوار بهداشتی مصرف شده را باید داخل کاغذ پیچید و در سطل زباله انداخت. ۳- چنانچه امکان استفاده از نوار بهداشتی وجود نداشته باشد لازم است از پارچه های معمولی و قابل شستشو استفاده شود و پس از استفاده، آن را با آب سرد (چون خون را بهتر پاک میکند) و صابون شسته و در آفتاب خشک نمود و در صورت امکان اطو شود. حتی الامکان از پنبه یا دستمال کاغذی استفاده نشود و در صورت استفاده، یک عدد گاز استریل روی پنبه قرار داده شود؛ زیرا قطعات خرد شده پنبه یا دستمال ممکن است جذب شده و باعث ایجاد عفونت گردد. ۴- با توجه به اینکه بخصوص در اوایل، شروع قاعدگی نامنظم است، می توان با یادداشت کردن تاریخ شروع هر قاعدگی در تقویم، حدود شروع هر دوره را بخاطر سپرد تا حول و حوش تاریخ شروع، نوار بهداشتی را بخصوص در مدرسه به همراه داشت تا مشکلی ایجاد نشود. ۵- حمام کردن در دوران قاعدگی نه تنها ضرر ندارد بلکه لازم می باشد و از نظر رفع خستگی و کسالت نیز مؤثر می باشد؛ مشروط بر آنکه آب حمام زیاد سرد و یا خیلی داغ نباشد؛ زیرا استحمام با آب سرد، ممکن است باعث قطع جریان خون قاعدگی و یا در مواردی انقباض عضلانی بشود و استحمام با آب خیلی داغ، ممکن است باعث خون روی بیشتر گردد. ۶- از نشستن کف حمام بایستی خودداری شود و حتی الامکان به شکل ایستاده حمام شود تا آلودگی های میکروبی کف حمام، باعث ایجاد عفونت نگردد؛ برای این منظور می توان از یک چهار پایه کوچک استفاده کرد. ۷- در خانم ها به علت نزدیک بودن مقعد با فرج و نیز مجرای خروج ادرار، امکان انتقال انواع میکروبها به دستگاه تناسلی، وجود دارد. بنابراین، برای پیشگیری از وقوع عفونت،

به هنگام طهارت، ابتدا باید فرج (قسمت جلویی) و سپس مقعد شسته شود و در دوران قاعدگی نیز پس از هر بار دستشویی رفتن (خصوصاً پس از اجابت مزاج) شستشو به طریقه فوق صورت گیرد و پس از شستشو، در صورت امکان، با دستمال توال خشک شود. ۸- هیچگاه با دست کثیف و آلوده طهارت گرفته نشود. ۹- از لباسهای زیر نخی استفاده شود و تعویض آنها زود به زود صورت پذیرد و آنها را جدا از سایر لباسها شسته و حتماً در آفتاب خشک شود. ۱۰- ورزش کردن در این دوره نه تنها زیانی ندارد بلکه مفید نیز هست، مشروط بر آنکه ورزش سنگین و طولانی نباشد. ۱۱- بدترین کار در این دوره، درازکشیدن روی تخت و بی حرکت ماندن است. (" ۱) ۱. همان، ص ۳۳-۳۴

دختران و تغذیه در دوران قاعدگی

"به منظور جبران خون از دست رفته، بخصوص در این دوران، لازم است از غذاهای مقوی نظیر: شیر، گوشت، حبوبات، سبزیجات و لبنیات و میوه جات تازه و... بیشتر استفاده شود. در دوران نوجوانی علاوه بر سه وعده غذای اصلی، به دو میان وعده، نیز نیاز می باشد. در این میان توجه به صبحانه ضروری است؛ زیرا نوجوانانی که قبل از شروع کار روزانه (خصوصاً قبل از مدرسه) صبحانه کافی صرف نمیکنند در ساعت های بعدی بی دقت و بی توجه هستند و کارآیی لازم را در امور تحصیلی نخواهند داشت. میان وعده ها بایستی به نحوی باشد که حاوی مواد مغذی مورد نیاز رشد و سلامت نوجوان باشد و بجای مواد غذایی بی ارزش، از انواع میوه های تازه یا خشک، نظیر خرما، کشمش، انجیر، توت و سبزیجاتی، نظیر کاهو، هویج، گوجه فرنگی و انواع دانه ها، نظیر پسته، بادام و گردو استفاده شود حتی توصیه می شود برای کاهش عوارض و اختلالات پیش از قاعدگی که قبلاً اشاره شد، رژیم غذایی حاوی ویتامین B6 و آهن، از یک هفته قبل از شروع قاعدگی شروع شود. گوشت، ماهی، دانه های بدون نمک غلات سبوس دار و برگ سبزیجات سبز و موز، حاوی ویتامین و بیشتر دانه های بدون نمک، تخم مرغ، گوشت، جگر، نخود فرنگی و لوبیا منبع آهن هستند (" ۱). در دوران قاعدگی بدن، آب بیشتری را نگهداری میکند (این امر ممکن است ایجاد ورم نماید) برای کاهش این مسئله می توان از حدود یک هفته قبل از شروع قاعدگی، مصرف نمک را کم نمود. نوشیدن چند لیوان آب در روز به هضم غذا کمک کرده و سبب کاهش یبوست میگردد. نوشیدن مایعات گرم (بخصوص مایعات حاوی کلسیم) در تخفیف گرفتگی عضلات مؤثر است و توصیه می شود ضمن این که مصرف مواد غذایی حاوی کلسیم، جهت بهبود رشد استخوانی در زمان بلوغ، ضروری است. (" ۲) ۱ همان، ص ۳۶-۳۷. ۲ همان، ص ۳۶-۳۷.

چند توصیه ضروری

۱. مادر خود را، از شروع عادت ماهیانه خود، مخصوصاً اولین قاعدگی، مطلع سازید. ۲- چنانچه اختلالاتی همچون قطع ناگهانی قاعدگی، بی نظمی، خونریزی زیاد، دردهای زیاد به هنگام قاعدگی و... برای شما پدید آمد حتماً با مادر خویش یا یکی از بستگان یا دوستان نزدیک مشورت کنید و چنانچه غیر طبیعی بود به پزشک مراجعه کنید. ۳- از چند روز قبل و در طول دوران عادت ماهیانه ممکن است تغییرات خلقی مانند عصبانیت زودرنجی افسردگی اضطراب و... به سراغ شما بیاید با انجام ورزشهای ساده روزانه و مطالعه و استراحت کافی، می توانید بر این مشکلات، فائق آید. ۴- همانطور که قبلاً هم اشاره گردید، استحمام با آب ولرم و رعایت مسائل بهداشتی و شستشو و طهارت خود پس از هر بار توال رفتن در زمان قاعدگی، نه تنها ضروری ندارد بلکه باعث جلوگیری از بروز بیماریهای عفونی، از جمله عفونت ادرار میسود ضمن اینکه نقش بسزایی در تامین سلامت روحی شما در این دوران، دارد. ۵- برای آگاهی یافتن از مسائل شرعی مربوط به دوران عادت قاعدگی، به رساله مرجع تقلیدی که از وی تقلید میکنید رجوع کنید (۱) همان، ص ۴۶. ۶- تخم جعفری را دم کرده و بنوشید که این روش عادت ماهانه را منظم میکند. ۷- کنجد

را با نخود بجوشانید و میل نمایند که بازکننده حیض است. ۸- دخترانی که در دوران عادت ماهانه احساس درد شدید و ضعف و حالت تهوع دارند حتماً به پزشک مراجعه نمایند چرا که شاید به علت داشتن کیست در تخمدان باشد؛ لذا باید سریع درمان شود تا دچار مشکلات فراوانی نگردد. ۹- در هنگام عادت ماهانه از انجام دادن کارهای سنگین و بلند نمودن وسایل سنگین کاملاً خودداری نماید چون خونریزی را زیاد میکند. ۱۰- تخم هویج را مانند چای دم کرده و میل نمایند که این روش قاعده های ماهیانه را تسهیل و آسان میکند. ۱۱- دخترانی که دوران عادت ماهانه، خونریزی شدید دارند از قاووت عدسی استفاده نمایند خونریزی را آرام میکند. ۱۲- دخترانی که زیاد حیض می شوند صمغ عربی با سرمه که در چشم می کشند مخلوط کرده و دو روز زودتر به خود تزریق نمایند که خون حیض بسته خواهد شد و این زیادی خون حیض به علت حرارت می باشد لذا خنکی باید زیاد بخورند. ۱۳- بانوان در دوران عادت ماهانه گل گاوزبان را دم کرده و میل نمایند.

دختران و عفونت های دستگاه ادراری و تناسلی

"مجرای خروجی ادرار، مثانه و کلیه ها، از عضوهای مستعد عفونت، در انسان هستند. اکثر عفونتهای مجرای ادراری، باعث ایجاد علائم موضعی می شوند ولی علائم بالینی، همیشه محل دقیق عفونت را مشخص نمیکند. اکثر باکتریها و میکروبهایی که باعث عفونتهای ادراری می شوند از راه مجرای ادراری وارد می شوند و بیشتر عوامل بیماریزا که مسئول عفونتهای ادراری کسب شده از محیط هستند، قسمتی از فلور طبیعی روده خود فرد هستند. این عوامل بیماریزا، در خانمها بدلیل نزدیک بودن مجرای ادراری و دستگاه تناسلی، با رکتوم (مقعد) بیماریزایی بیشتری ایجاد میکند. درد در قسمت پائین شکم، ناراحتی یا احساس سوزش به هنگام ادرار کردن و تکرر ادرار، از علائم عفونت مجرای ادراری و درد در ناحیه پائین شکم، پشت، ران، پا و خروج ترشحات زرد رنگ و مایل به سبز از واژن، از علائم عفونت در مجرای تناسلی می باشد. تب، مطرح کننده آن است که عفونت، فراتر از مثانه است، بیماران جوان و تب داری که دچار عفونت دستگاه ادراری هستند از سایر جهات مانند عفونت کلیه و... سالم هستند و می توان آنها را به صورت سرپائی یا آنتی بیوتیک درمان کرد. ("۱) ۱. همان، ص ۶۰ و ۶۱.

دختران و احکام قاعدگی

عبادهایی که با وضو، غسل و یا تیمم باید انجام شود بر حائض حرام است؛ مانند نماز، روزه، طواف، اعتکاف به خلاف نماز میت؛ البته نماز و روزه ای که ترک میکنند پس از ایام عادت، باید روزه را قضا نماید و قضای نمازهای یومیّه لازم نیست. توضیح المسائل، مسئله/۴۵۱ و تحریرالوسیله، ج ۱، ص ۴۹ و مسئله ۱۱. هرگاه وقت نماز داخل شود و بداند که اگر نماز را تأخیر بیندازد حائض می شود، باید فوراً نماز بخواند. توضیح المسائل، مسئله/ ۴۷۰ اگر زن حائض بعد از پاک شدن شک کند که برای نماز وقت دارد یا نه، باید نمازش را بخواند. توضیح المسائل، مسئله/ ۴۷۴ اگر به خیال اینکه به اندازه تهیه مقدمات نماز و خواندن یک رکعت وقت ندارد، نماز نخواند و بعد بفهمد وقت داشته، باید قضای آن نماز را بجا آورد. توضیح المسائل، مسئله ۴۷۵۱ سؤال: قضای نماز آیات بر زن حائض در چه زمانی واجب است و تفصیلی که حضرت امام در مسئله (۶) بحث نماز آیات در تحریر الوسیله فرموده اند کدام است؟ ج: منظور معظم له از تفصیل در غیر مستوعب، ظاهراً این است که اگر به مقدار درک نماز پاک بوده یا اینکه بعد از پاک شدن می توانسته یک رکعت آنرا درک نماید واجب می باشد و الاً واجب نیست (استفتاء) چنانچه میان نماز، حائض شود نمازش باطل است و اگر شک کند حیض شده یانه، نمازش صحیح است و اگر پس از نماز بفهمد وسط نماز حیض شده نمازی که خوانده باطل است. توضیح المسائل، مسئله/ ۴۶۵-۴۶۴ سؤال: زانی که عادت ماهانه خود را میگذرانند و از خواندن نماز معذورند آیا می توانند در نماز جمعه یا جماعت، در غیر مسجد شرکت کنند؟ ج: می توانند در اجتماع برای نماز

شرکت کنند و به ظاهر متابعت نمایند ولی نباید نماز بگذارند. توضیح المسائل، مسئله/۴۵۳ جایی از بدن به خط قرآن، اسم خداوند، پیامبر و امامان)؟ (رسانیدن حرام است. در آنچه مس آن حرام است تفاوتی میان آنکه در قرآن باشد یا جای دیگر نیست (مانند روزنامه- آرم جمهوری اسلامی- الله طلا- آرم سپاه پاسداران و....). عروه الوثقی، ج ۱، ص ۱۹۰، فی غایات الوضوء، مسئله/۸ در کلماتی که میان قرآن و عبارتها و اسمای دیگر مشترک اند به قصد نویسنده، باید توجه داشت. عروه الوثقی، ج ۱، فی غایات الوضوء، مسئله/۹ چیزی که مس آن بی طهارت حرام است چون شیشه یا پلاستیک بر آن بکشند، آنگاه مس اشکال ندارد. عروه الوثقی، ج ۱، ص ۱۹۱، فی غایات الوضوء، مسئله/۱۲ هرگاه زن حائض بخواند قرآن بخواند (بجز چهار سوره ای که سجده واجب دارد) مانعی ندارد و باید به خطوط قرآن دست نزنند و اگر خواندن قرآن در غیر اوقات نماز باشد کراهت دارد یعنی ثوابش کمتر است. عروه الوثقی فی احکام الحائض، ص ۳۴۸، مسئله ۴۲-۴۱ و توضیح المسائل، مسئله/۴۷۶ رفتن به مسجد الحرام و مسجد پیامبر "صلی الله علیه و آله و سلم" اگر چه از یک در داخل و از در دیگر خارج شود، حرام است. توقف در مساجد دیگر حرام است، ولی اگر از یک در داخل و از در دیگر خارج شود یا برای برداشتن چیزی برود مانعی ندارد و احتیاط واجب آنست که در حرم امامان "علیهم السلام" هم توقف ننماید. توضیح المسائل، مسئله/۳۵۵ سؤال: آیا زن هنگام عادت ماهانه میتواند برای رای گیری به مسجد برود و مدت طولانی ناگزیر آنجا بماند؟ ج: در فرض مرقوم جایز نیست. (استفتاء) سؤال: آیا مسجدهائی که برای آنها صیغه وقف خوانده نشده است، حکم مسجد را دارد؟ ج: خواندن صیغه وقف لزومی ندارد همینکه زمینی را به نیت مسجد برای خدا بنا کنند و یک نفر هم با اجازه صاحبش بعنوان مسجد در آنجا نماز بگذارد کفایت میکند. تحریر الوسیله، ج ۱، ص ۱۵۲، مسئله ۱۹۱ سؤال: آیا بالکن های داخل مسجد در حکم مسجد است؟ ج: حکم مسجد را دارد. (استفتاء) سؤال: حکم زیرزمین های مساجد چیست آیا اگر کتابخانه در زیرزمین مسجد باشد زن حائض میتواند در آنجا توقف نماید؟ ج: اگر هنگام وقف مسجد از مسجد بودن استثناء نکرده باشد، حکم مسجد را دارد. (استفتاء) صحن، ایوان، مناره و خانه های اطراف صحن مسجد هرگاه انسانی یقین دارد زمینش را وقف مسجد کرده اند در آنجا رفتن یا ماندن یا جنابت (یا حیض) حرام است. چون شک کند آیا جزء مسجد است یا زمین را برای ایوان یا صحن مسجد وا گذاشته اند نه برای مسجد حکم مسجد را ندارد ولی بهتر است انسان تمام آنجاها را در حکم مسجد بداند تا یقین کند به انگیزه مسجد بودن آنجا را وقف نکرده اند. عروه الوثقی، ج ۱، ص ۲۸۸، مایحرم علی الجنب، مسئله/۴ سؤال: آیا زن حائض میتواند در کلاس درس شرکت کند و آیات و روایات را یاد داشت نماید؟ ج: اگر کلاس در مسجد نباشد اشکال ندارد و نوشتن نام خداوند متعال و آیات قرآن اگر بدنش به آنها مس نشود اشکال ندارد. سؤال: آیا زن حائض می تواند به مزار شهداء برود و فاتحه بخواند؟ ج: رفتن به قبرستان و مزار شهداء و فاتحه خواندن برای زن حائض اشکالی ندارد. فقط آن مقدار که دستور داده اند اینست که زن حائض و شخص جنب مکروه است در بالین شخص محتضر، یعنی کسیکه در حال جان دادن است حاضر شوند ولی در باقی جاها، مانند هنگام غسل دادن و کفن کردن و دفن میت اشکالی ندارد. توضیح المسائل، مسئله/۵۴۰ سؤال: آیا زن حائض می تواند به حرم امامزاده برود؟ ج: توقف در حرم امامان "علیهم السلام" برای زن حائض بنا بر احتیاط واجب جایز نیست و در حرم امامزاده هابتر آنست توقف ننماید ولی حرام نیست. گذاشتن چیزی در مسجد برای او (حائض) حرام است. توضیح المسائل، مسئله/۳۵۵ خواندن سوره ای که سجده واجب دارد حرام است که چهار سوره است: ۱- سوره ۳۲ (الم تنزیل) ۲- سوره ۴۱ (حم سجده) ۳- سوره ۵۳ (والنجم) ۴- سوره ۹۶ (اقرء). اگر یک حرف از چهار سوره را بخواند حرام است. خواندن سوره سجده بر زن حائض حرام است اما شنیدن، هر چند شنیدن آیه سجده حرام نیست و چون آیه سجده را بشنود برای سجده واجب به سجده می رود. عروه الوثقی، فی احکام الحائض، مسئله/۲ توضیح المسائل، مسئله/۳۵۵

سؤال: آیا حائض باید تمام لباسهای زمان قاعدگی خود را بشوید و یا پس از غسل می تواند با همان لباس نماز بخواند؟ ج: اگر لباسهایش به وسیله آن خون یا نجاست دیگر نجس شده باشد، بایستی برای نماز لباسهایش را تمیز نماید و اگر نجس نشده می تواند با همان لباس نماز بخواند. سؤال: آیا عرق زن حائض نجس است؟ ج: خیر نجس نیست. سؤال: حائض هرگاه از خون حیض پاک شد بایستی غسل نماید و لو در روزهای زوج باشد یا باید صبر کند تا روزهای فرد غسل نماید، چون میگویند بایستی یا روز پنجم و یا هفتم یا... غسل کرد؟ ج: زن هرگاه از خون حیض پاک شد بایستی برای نماز پس از آن غسل نماید. سؤال: آیا نوارهای بهداشتی را باید بعد از استفاده تمیز کرد یا نه؟ چون میگویند اگر تمیز نکنید غسل باطل است؟ ج: تمیز کردن نوارهای بهداشتی پس از استفاده، یک مسئله اخلاقی است و ربطی به غسل ندارد. سؤال: زنی وارد شهری میشود که وطن او نیست و قصد ماندن ده روز میکند، ولی پنج روز اول را مثلاً حیض است آیا پنج روز باقی مانده را که میخواهد نماز بخواند آیا نمازش را تمام یا شکسته بخواند؟ ج: هرگاه قصد ماندن ده روز را داشته باشد، نمازش تمام است و لو پنج روزش را نماز نخوانده باشد. سؤال: زنیکه در بین مسافرت مثلاً در قطار از حیض پاک شود و دسترسی به آب برای غسل ندارد، برای نمازش چه باید بکند؟ ج: هرگاه دسترسی ندارد بایستی بجای غسل حیض تیمم کرده و وضو بگیرد و بعد از تمیز کردن بدن، نماز بخواند، و چون دسترسی به آب پیدا کرد بایستی غسل حیض را انجام دهد. توضیح قبل از مسئله / ۶۴۸

موارد ابطال روزه با باقی ماندن بر حیض و نفاس تا اذان صبح

چون نزدیک اذان صبح از حیض و نفاس پاک شود و برای هیچ یک از غسل و تیمم وقت ندارد یا پس از اذان بفهمد که پیش از اذان پاک شده؛ روزه وی صحیح است. ولی اگر در وسعت وقت، قضای روزه ماه رمضان را گرفته باشد، صحت آن مورد اشکال است. توضیح المسائل، مسئله / ۱۶۳۹ چنانچه غسل حیض یا نفاس را فراموش کند و پس از یک یا چند روز یادش بیاید، روزه هائی که بجا آورده است صحیح است. توضیح المسائل، مسئله / ۱۶۴۱ هرگاه پیش از اذان صبح از حیض یا نفاس پاک شود و در انجام غسل کوتاهی کند و تا اذان صبح غسل نکند و در تنگی وقت تیمم نیز ننماید، روزه اش باطل است؛ ولی چنانچه کوتاهی نکند، فی المثل منتظر باشد حمام زنانه شود اگر چه سه مرتبه بخوابد و تا اذان غسل نکند در صورتی که تیمم کند، روزه اش صحیح است. توضیح المسائل، مسئله / ۱۶۴۲ کسیکه وسیله غسل و تیمم کردن ندارد اگر با حالت حیض یا نفاس صبح کند، روزه اش صحیح است بجز در صورتی که روزه اش روزه قضا باشد. عروة الوثقی، ج ۲، ص ۱۹۲، فی المفطرات، مسئله / ۶۴ سؤال: کسیکه در ماه مبارک رمضان بدون خوردن سحری امکان گرفتن روزه برایش در روزهای بلند نیست اگر نزدیک اذان صبح از خواب بیدار شود و فقط به مقدار غسل یا سحری خوردن وقت دارد وظیفه اش چیست؟ ج: اگر امکان نداشته باشد بدون سحری روزه بگیرد، سحری بخورد و قبل از طلوع فجر تیمم کند. (استفتاء)

دستور غسل:

اشاره

تمام غسلها چه واجب و چه مستحب به یکی از دو شکل انجام می پذیرد: ۱- ا- رتما سی ۲- ترتیبی

غسل ارتماسی:

غسل ارتماسی آنست که انسان به نیت غسل یکدفعه در آب فرو رود بطوریکه آب یکدفعه یا به تدریج تمام بدن را فرا بگیرد و اگر

تمام بدن زیر آب باشد و پس از نیت غسل، بدن را حرکت دهد غسل او صحیح است و برای انجام این غسل حتماً باید جایی باشد که بتواند تمام بدن را آب فرا بگیرد و زیر دوش و مانند آن نمی شود غسل ارتماسی کرد. توضیح المسائل، مسئله/ ۳۶۷ و ۳۶۸

غسل ترتیبی:

در غسل ترتیبی باید به نیت غسل، اول سر و گردن و بعد طرف راست و بعد طرف چپ بدن را بشوید و برای آنکه یقین کند هر قسمت را کاملاً شسته، باید مقداری از قسمت دیگر را هم ضمیمه کند و بشوید و بلکه احتیاط مستحب آنست که تمام طرف راست گردن را با طرف راست بدن و تمام طرف چپ گردن را با طرف چپ بشوید و اگر به عمد یا از روی فراموشی یا بواسطه ندانستن مسئله به این ترتیب (سر و گردن، راست و چپ) عمل نکند، غسل باطل است. توضیح المسائل، مسئله/ ۱ ۳۶۱ و ۳۶۲ و ۳۶۳

فرق غسل ارتماسی با ترتیبی

در غسل ارتماسی باید قبل از غسل کردن تمام بدن پاک باشد (مگر آنکه با رفتن در آب، نجاست برطرف شود) بخلاف غسل ترتیبی که لازم نیست تمام بدن قبل از غسل پاک باشد، بلکه جایز است هرعضوی را قبل از غسل دادنش تطهیر کند. عروه الوثقی، ج ۱، ص ۲۹۸، فی احکام الغسل، مسئله/ ۵ چنانچه پس از غسل، مانعی در یکی از اعضاء غسل دیده شود در ارتماسی غسل باطل است، و اما اگر ترتیبی غسل کرده باید ملاحظه کند در کجای بدن است، اگر در طرف چپ باشد، پس از برطرف کردن مانع همانجا را به نیت غسل بشوید، غسلش صحیح است و اگر مانع در طرف راست باشد، پس از برطرف کردن مانع دوباره طرف چپ را غسل میدهد غسلش صحیح است و اگر در سر و گردن نیز باشد همینطور پس از برطرف کردن و غسل دادن آن موضع دوباره طرف راست و چپ را غسل میدهد غسلش صحیح است و اما اگر پس از غسل ترتیبی بفهمد جایی از بدن را نشسته و نداند کجای بدن است باید دوباره غسل کند. توضیح المسائل، مسئله/ ۳۶۵، ۳۶۹ و ۳۶۴

احکام مشترک غسل ترتیبی و ارتماسی

۱- اگر به اندازه سر مویی در غسل از بدن نشسته بماند، غسل باطل است، ولی شستن جاهایی از بدن که دیده نمی شود مثل توی گوش و بینی واجب نیست و اگر جایی را شک دارد که از ظاهر بدن است یا از باطن آن، شستن آن لازم نیست ولی احتیاط در شستن است بنابراین اگر سوراخ جای گوشواره و مانند آن بمقداری گشاد باشد که داخل آن دیده شود، باید آنرا شست و اگر دیده نشود، شستن داخل آن لازم نیست. توضیح المسائل، مسئله/ ۳۷۴، ۳۷۵ و ۳۷۶ باید موهای کوتاهی را که جزو بدن حساب می شود در غسل بشوید و بنابر احتیاط شستن موهای بلند نیز لازم است البته در کتاب عروه الوثقی در مبحث احکام غسل، این احتیاط را واجب دانسته اند. توضیح المسائل، مسئله/ ۳۷۹ سؤال: آیا احتیاطی که حضرت امام در مورد شستن موهای بلند در غسل دارند، احتیاط واجب یا مستحب است؟ ج: احتیاط واجب است. (استفتاء) کسی که قصد دارد پول حمامی را ندهد یا بخواهد از پول حرام و یا خمس نداده بپردازد یا بدون اینکه بداند حمامی راضی است بخواهد نسیه بگذارد اگر چه بعد حمامی را راضی کند غسل باطل است. توضیح المسائل، مسئله/ ۱ ۳۸۱، ۳۸۳ چنانچه شک کند غسل کرده یا نه؛ باید غسل کند ولی اگر پس از غسل شک کند غسل او درست بوده یا نه؛ لازم نیست دوباره غسل کند. توضیح المسائل، مسئله/ ۳۸۵ هرگاه بخيال آنکه باندازه غسل و نماز وقت دارد برای نماز غسل کند اگر چه پس از غسل بفهمد که باندازه غسل وقت نداشته، غسل صحیح است. توضیح المسائل، مسئله/ ۳۸۷ کسیکه چند غسل بر او واجب است می تواند به نیت همه آنها یک غسل بجا آورد یا آنها را بطور جداگانه انجام دهد. توضیح

فصل ششم: دختران و راز زیبایی

دختران و راز زیبایی

تمایل به زیبایی یک امر فطری است که در وجود هر انسان خصوصاً در دختران بیشتر می باشد. حضرت امام صادق (ع) در این زمینه می فرماید: "لباس زیبایپوش، زیرا خداوند زیباست و زیبایی را دوست دارد. (۱)" پس کسانی که به وضع ظاهر خود می رسند و همیشه تمیز و پاکیزه هستند مورد توجه اسلامند. البته اسلام با عمل کسانی که خود را برای نامحرمان آراسته و لباس زیبا و نازک و جذاب و شهوت برانگیز می پوشانند، مخالف می باشد و امام اول ما شیعیان، علی (ع)؟ (این حرکت را یک نوع ستیز با خدا می داند، می فرماید: "إِيَّاكَ أَنْ تَتَزَيَّنَ لِنَاسٍ وَ تُبَادِرَ اللَّهَ بِالْمَعَاصِي، پرهیز از اینکه خود را برای دیگران بیاری و به وسیله گناهان با خدا به ستیز برخیزی. (۲) ۱. میزان الحکمه، ج ۲، ص ۷۷۰. ۲. بحار الانوار، ج ۷۱، ص ۲۳۷. همانگونه که در حدیث آمده اگر خود آرای و آرایش برای نامحرمان باشد، یک عمل قبیح و گناه محسوب خواهد شد و بالعکس اگر مردان برای برادر دینی خود و یا بانوان برای خواهران دینی خود، خود را بیاریند نه اینکه گناه نیست بلکه مورد تایید اسلام خواهد بود، چنانکه امیرمؤمنان (ع) در این باره می فرماید: "همچنانکه دوست دارید افراد غریبه شما را در بهترین و زیباترین وضع ببینند و خود را برای آنها می آرایید، وقتی نزد برادر مسلمان خود می روید نیز خود را بیارید. (۱)" البته خود آرای هم به این نیست که هر روز یک مدل لباس بیوشیم و.... بلکه انسان مسلمان اگر حتی یک دست لباس بیشتر ندارد باید همان یک دست لباس را تمیز و مرتب نگهداری نموده و بپوشد و به ظاهر خود کاملاً برسد بانوان اگر صورت خود را آرایش میکنند هیچ مانعی ندارد اما حرف اینجاست که آن صورت آرایش شده را نامحرم نبیند. حتی اسلام با رنگ کردن مو و بلند گذاشتن ناخن و.... برای بانوان موافق است همانطور که رسول اکرم (ص)؟ (۱). میزان الحکمه، ج ۲، ص ۷۷۰، ترجمه عطایی. می فرماید: "مردان ناخن های خود را بگیرند اما بانوان جایز است کمی از آن را باقی بگذارند زیرا ناخن موجب زینت و زیبایی بانوان می شود (البته نباید نامحرم ببینند) (۱) آری! خداوند زیبایی را دوست دارد و دختران باید لباس زیبا بپوشند و همیشه تمیز و پاکیزه باشند، پوشیدن لباس زیبا به این نیست که هر روز یک مد بپوشد و یا هر ساعت یک لباس بپوشد بلکه پوشش پاکیزه و منظم و مرتب ملاک است. دختر مسلمان و با حجاب باید همیشه شیک، منظم، مرتب، باشد چادر پر از چین و چروک را بر سر نکند و طوری باشد که الگو برای دیگر دختران قرار گیرد. دختران باید حد متعارف را رعایت نموده و افراط و تفریط نکنند نه آن قدر به زیبا پوشیدن مشغول باشند که تمام وقت خودشان را صرف زیبا پوشیدن نمایند و نه آن قدر نابسامان و با وضعی بهم ریخته در خیابان ظاهر شوند تا انگشت نمای دیگران شوند و باید مراقب باشند مبدا نامحرمی زینت آنها را مشاهده نماید. دختران عزیز شاید دیده باشید که بعضی از بانوان از لحاظ ۱ وسائل الشیعه، ص ۴۳۵. زیبایی چندان زیبا نیستند؟ اما آنقدر با تقوا و پرهیزکار هستند و با خدا و قرآن و اهل بیت (ع)؟ (انس گرفته اند که نور این مقدسات در چهره آنان نمایان است پس باید گفت خداوند به این دختران نور و زیبایی معنوی عطا نموده است. لذا دختران گرامی هم از لحاظ معنوی و هم از لحاظ بهداشت ظاهری باید مراقب خود باشند. که ما در این زمینه به چند مورد از بهداشت ظاهری اشاره خواهیم نمود.

درمان یبوست

دخترانی که یبوست دارند باید خودشان را درمان نمایند چون یبوست شادابی و شفافیت پوست و مو را از بین می برد و زیبایی و طراوت بدن را کم میکند. یبوست موجب لکه در صورت و باعث پیری زودرس می شود. کسانی که یبوست دارند باید به اندازه کافی آب و مایعات بنوشند و روزانه از میوه و سبزیجات استفاده نمایند. همچنین از غلات پوست نگرفته و سبوس دار استفاده نمایند. خوردن آلو، زردآلو، روغن زیتون و شربت خاکشیر را فراموش نمایند تا یبوست آنان برطرف شود.

از بین بردن چین و چروک صورت

صورتی که دارای جوش و لکه و چین و چروک می باشد و از لطافت برخوردار نباشد به خاطر این است که کبد کم کار است؛ وقتی کبد سالم باشد انسان صورتی زیبا، شفاف، لطیف و بدون لکه و چین و چروک خواهد داشت. لذا برای سلامتی کبد، همیشه هنگام صرف غذا از روغن زیتون و روزانه از دم کرده نعنا دریغ ننمایید. و همچنین برای برطرف نمودن چین و چروک صورت، روزانه چند عمل لازم است: ۱- آب انگور را روی پوست صورت بمالند. ۲- هر روز دوبار گل بابونه یا گل ختمی یا گل پنیرک یا گلاب یا گل سرخ را بوسیله دستگاه بخور صورت که در لوازم بهداشتی و آرایشی موجود می باشد، بخور دهند. دختران گرامی، توجه داشته باشند هر وقت با یک گل صورت خود را بخور دهند و این، نیاز به اراده قوی دارد. اگر این عمل را هر روز انجام دهند مطمئناً صورتی زیبا و لطیف و روشن و بدون لک خواهند داشت. روش مصرف گلها به این صورت است که: مقداری از گلهای بابونه یا گل سرخ را داخل یک ظرف ریخته و آب ولرم به آن گل اضافه نموده تا به مدت یکساعت بماند آنوقت آب آن را به صورت خود بخور داده یا صورت خود را با آن شستشو دهند. ۳- آرد باقلا و آرد برنج را با شیر مخلوط نموده و به صورت خمیر در آورند و روی چروک صورت مالیده و بگذارند یک ساعت روی پوست صورت بماند و تا ۴۰ روز هر روز، روزی سه بار این کار را انجام دهند تا چین و چروک صورت آنان از بین برود. ۴- مقداری عسل را با بخار آب، گرم کرده و صورت را با آن ماساژ داده، سپس مقدار عسل را به صورت یک ورقه نازک روی پوست بمالید و حدود بیست دقیقه صبر کنید و سپس شسته و ماساژ دهید. ۵- سفیده تخم مرغ را آنقدر به هم زده تا کاملاً مخلوط کرده و سپس آن را به صورت بمالید و حدود بیست دقیقه صبر کنید و بعداً بشوید. ۶- پودر گیاه صبر زرد را به صورت ضماد در آورده و سپس به صورت بمالید.

شادابی و شفافیت پوست صورت

دختران گرامی برای شفافیت و روشنی پوست صورت حتی الامکان به نکات زیر توجه و عمل نمایند: ۱- روزانه آب پرتغال به صورت خود بمالید که بسیار ثمربخش است. ۲- خیار به صورت خود بمالید که باعث زیبایی و شادابی و لطافت پوست صورت خواهد شد. ۳- از کرمهای ویتامینه و روغن زیتون و روغن بادام برای چرب نمودن صورت استفاده نمایید. ۴- کیوی را رنده نمائید و چند ساعت روی پوست صورت بگذارید تا پوست شما شاداب بماند. ۵- آرد ذرت را با شیر مخلوط نمائید و روی پوست صورت بمالید تا پوستی خوش رنگ و جوان داشته باشید. ۶- اگر پوستی چرب دارید پنبه را آغشته به آبلیمو نموده و به پوست خود بمالید چربی پوست شما کم خواهد شد، و دارای پوست نرم و لطیفی خواهید شد، لذا وقتی که آبلیمو را به صورت خود می مالید در مجاورت هوا باشید تا خشک شود. ۷- برای روشن شدن پوست صورت یک هفته صبح و شب یک دسته بزرگ سبزی جعفری را در یک چهارم لیتر آب جوشانده و صورت را با آن شستشو دهید. ۸- اگر می خواهید صورتی زیبا و پوستی زیبا داشته باشید، از خوراکیهایی همچون: شکلات، ادویه جات، چربی، قند، پسته، تخم مرغ، کاکائو و قهوه کمتر مصرف نمایید و به جای آن زرشک، زعفران، زردآلو، شنگ شاہی، کاهو، کیوی، جو شانه گل گاو زبان، گوجه فرنگی، لیمو ترش، هلو، خیار، انگور، توت فرنگی، شربت خا کشیر، آلبا لو، هویج، ماست، پرتغال، ترشک، چغندر، آب لبو، خربزه و انبه مصرف نمایید. ۹- و همچنین یک لیوان آب آناناس را با یک قاشق غذاخوری عسل مخلوط کرده و میل نمائید و قبل از غذا خوردن، مقداری طالبی بخورید؛ چون خوردن طالبی قبل از غذا خشکی پوست را از بین می برد و پوست را لطیف میکند. ۱۰- روزی یک سیب و یک قاشق چای خوری آب دریا و یک هویج خام و هنگام صبحانه یک عدد میوه و با هر لقمه غذا مقداری سبزی و بر روی هر غذا یک قاشق آبلیموی خالص استفاده نمودن برای لطافت صورت و سلامتی بدن معجزه می کند. ۱۱- دخترانی که می خواهند پوست صورتشان تقویت شود

روشن گردد یک مقدار پنبه را آغشته به آب انگور کنید و به صورت خود بمالید و بعد از ۲۰ دقیقه با آب نیمگرم مخلوط با جوش شیرین صورت خود را شستشو دهید و هر روز دو بار این کار را انجام دهید تا پوستی زیبا داشته باشید. ۱۲- دختران گرامی می توانند آب چلتوک برنج را داخل خورش یا داخل برنج بریزند تا همیشه جوان بمانند و چهره ای زیبا داشته باشند. ۱۳- خوردن پیاز باعث لطیف شدن پوست می شود. ۱۴- خوردن ترب رنگ رخسار را نیکو و باز میکند. ۱۵- خوردن سیر باعث می شود پوست خوش رنگ و گونه ها سرخ شود. ۱۶- مصرف سنبله برای رنگ رخسار مفید است. ۱۷- خوردن کاهو چهره انسان را با طراوت و در گونه ها سرخی و زیبایی پدید می آورد. ۱۸- اگر کدو حلوائی را پخته و به گونه بمالید و نیم ساعت صبر کنید رنگ چهره و رخسار باز شده و صورت را براق و زیبا مینماید. ۱۹- خوردن کلم، رخسار را جلا می دهد و نیکو می سازد رنگ و قیافه را صاف و قشنگ میکند. ۲۰- خوردن گوجه فرنگی برای تقویت و سلامتی پوست بسیار مفید است. ۲۱- برای درمان آثار کبودی پوست، مالیدن روغن کرچک بر پوست مفید است. ۲۲- خوردن کنجد که باعث زیادی طول عمر توام با سلامتی است و آن بهترین غذای حفظ جوانی و زیبایی که به طریقه آسیاب کردن دانه یا پودر یا له کردن آن می باشد، هنگام صبحانه با عسل یا شیره انگور یا شیره خرما مصرف گردد. ۲۳- خوردن شلغم، بسیار مفید و ضروری است. ۲۴- خوردن گلابی چند ساعت بعد از غذا یا قبل از غذا یا چندین ساعت بعد از غذا میل شود. خانمی میگوید: من همیشه چلتوک برنج را با کمی سرکه مخلوط و روزانه یک استکان می خورم لذا جوانی چهره من بخاطر خوردن آب چلتوک است. خانمی نقل میکند که برای باز شدن چهره و زیبایی صورت و نشاط به پزشکی در تهران مراجعه نمودم و آن پزشک به من توصیه نمود و گفت برو چلتوک برنج تهیه نما و هر روز استفاده کن که خیلی خیلی مؤثر است و بنده رفتم یک گونی چلتوک برنج تهیه نمودم و هر وقت غذا درست میکردم به جای آب، آب چلتوک به آن غذا مخلوط می نمودم و می خوردم.

برطرف نمودن جوشهای صورت

۱- دخترانی که جوشهایی در صورت دارند، برای برطرف شدن جوشها و روشن شدن پوست از دارو گیاهی ۱۰ یا ۱۷ گیاه سپهر استفاده نمایند که روش مصرف آن بر روی دارو نوشته شده است. ۲- دخترانی که در صورتشان جوش دارند، روزی چند بار آب پرتغال را روی پوست صورت خود بمالند و بعد از نیم ساعت صورت خود را با آب ولرم شستشو دهند. ۳- برای برطرف شدن جوش پوست صورت، پیازی را رنده کرده و آب پیاز را روزی چند بار روی صورت مالش داده و بعد از ۲۰ دقیقه صورت خود را بشویند. ۴- همچنین برای برطرف شدن جوش صورت پیازی را خرد کرده و به مدت نیم ساعت داخل سرکه گذاشته و آنوقت با سرکه صورت خود را شستشو داده و پیاز را به صورت خود بمالند تا جوش های صورت از بین برود. ۵- برای از بین بردن جوش صورت آب کاهو را گرفته و هر روز چند بار بر روی پوست صورت بمالند. ۶- گوجه فرنگی را روزی چند بار به پوست صورت یا بدن که جوش زده بمالند و به مدت ۲ دقیقه صبر کنند آنوقت صورت را با آب ولرم بشویند. ۷- هر روز به مدت یک ساعت گل بابونه را داخل آب ولرم نموده و آن گاه با آب بابونه صورتتان را شستشو دهید. ۸- برای برطرف شدن جوش صورت یا بدن باقلا را آرد کرده و به صورت خمیر در آورده و آن خمیر را به صورت یا بدن که جوش زده بمالید و به مدت یکساعت صبر کنید تا مؤثر واقع شود این کار را روزی سه بار انجام دهید. ۹- برای رفع جوش های ریز و قرمز روی پوست صورت یا بدن باید صبح و شب مقداری جعفری راهمانند چایی دم کرده و روی پوستی که جوش زده شستشو دهید ۱۰- برای برطرف شدن جوش قرمز در صورت، آب لیمو را با کمی نمک مخلوط نموده و هر روز چندین بار بر روی صورت خود بمالید و بگذارید نیم ساعت بماند آنوقت با آب ولرم شستشو دهید. ۱۱- آب کرفس و آب گوجه فرنگی را به نسبت مساوی مخلوط ، هر بار دو لیوان میل کنید. این ترکیب مخلوط خوبی است برای پاک کردن خون. ۱۲- آب اسفناج پخته را با سفیداب مخلوط کرده و بر موضع بمالید. ۱۳-

خوردن شلغم. ۱۴- صورت را با جوشانده برگ کاهو شستن. ۱۵- صبح و شب با محلول آب یا دم کرده جعفری صورت را شستن. ۱۶- مقداری پیاز را رنده کرده و در سرکه ریخته و خوب له نموده، سپس به صورت بمالید. ۱۷- خوردن هویج یا آب هویج. ۱۸- نوشیدن لیمو ترش. ۱۹- آبلیموی تازه را با کمی نمک به هم زده و آن را به شکل محلول درآورده، روی صورت بمالید. ۲۰- خوردن انگور فرنگی یا نوشیدن آب آن. ۲۱- خوردن ماش یا سوپ ماش. دختران عزیز و گرامی اگر می‌خواهند به نتیجه دلخواه خود برسند باید این دستور العمل‌ها را حداقل به مدت یکماه پی در پی انجام دهند.

برطرف نمودن لکه‌های صورت

۱- دخترانی که در صورتشان لکه‌هایی مانند کک مک وجود دارد، برای برطرف نمودن آن، شیره انگور را با کمی نمک مخلوط نموده و هر روز چهار بار به مدت نیم ساعت به صورتشان بمالند. ۲- برای از بین بردن لکه‌های صورت، هر شب وقت خواب، صورت خودتان را با شیر بشوئید و همانطور بخوابید و صبح صورت را با آب ولرم و شامپو بچه شستشو دهید. اگر می‌خواهید لکه‌های صورتتان از بین برود هر شب این کار را انجام دهید یقیناً به نتیجه خواهید رسید. ۳- برای از بین بردن کک مک صورت هر روز چندین بار صورتتان را با روغن گردو مالش دهید چرا که روغن گردو کک مک صورت را از بین می‌برد. ۴- برای برطرف کردن لکه صورت هر روز مقداری توت فرنگی را له نمائید و به پوست صورت خود بمالید. ۵- برای برطرف نمودن لکه‌های پوست بدن و صورت، نارگیل را بسوزانید و خاکستر آنرا به پوست لکه دار بمالید لکه‌ها را از بین می‌برد. ۶- شبدر را له کنید و به پوستی که کک مک دارد بمالید، کک مک صورت را از بین می‌برد. ۷۱۴۸- ضماد گل سرخ، باعث برطرف شدن لکه‌های صورت می‌گردد. ۸- پخته اسفناج را با سفیداب مخلوط کرده و بر موضع بمالید. ۹- ضماد یا مرهم تخم تره برای این منظور به کار می‌رود. ۱۰- رگ شاهی را کوبیده در مقداری آب خیس نموده و شبانه روزی یک مرتبه بر روی لکه‌های صورت بگذارید و آن قدر ادامه دهید تا لکه‌ها برطرف گردد. ۱۱- گرد درچین را در آب پخته و ضماد آنرا روی لکه‌های صورت قرار دهید. ۱۲- گرد سماق همراه با برگ و چوب آن در آب جوشانده تا خوب حل گردد، وقتی به صورت لعاب درآمد، این جوشانده را روزی یک مرتبه بر روی لکه‌های صورت قرار داده تا بهبودی حاصل گردد. ۱۳- پونه کوهی را نرم ساییده در سرکه حل کرده و به صورت بمالید. ۱۴- زرنیخ زرد یک گرم و کندش دو گرم را با آب خیس کرده و ضماد نمایید. قبلاً بایستی صورت را با آب گرم بشوئید. البته این دستور برای آن لکه‌های کهنه و مقاوم بکار گرفته می‌شود.

روش سفید کردن و نرم کردن پوست صورت

۱- شیر را که سرشیر و خامه آن گرفته شده باشد به صورت بمالید و بیست دقیقه صبر کنید آن وقت با آب ولرم بشوئید. ۲- مخلوطی از خامه و ماست کم چرب را به نسبت مساوی تقسیم نموده بر روی پوست مالیده و ماساژ داده و حدود بیست دقیقه صبر کنید، سپس با آب ولرم بشوئید.

روش رفع خارش پوست صورت

۱- مالیدن آب کاسنی به محل خارش پوست صورت بسیار مفید است. ۲- تخم گشنیز خارش‌های پوست را معالجه می‌نماید به این طریق باید تخم گشنیز را با عسل و روغن زیتون مخلوط و در محل خارش بمالید. ۳- مالیدن آب بادرنجبویه بر روی پوست برای خارش اثر قاطع دارد. ۴- برگ تازه بارهنگ را له کرده، روی پوست بگذارید. ۵- مالیدن روغن بنفشه بر پوست برای رفع خارش فوق العاده مؤثر است. ۶- پاشیدن گرد حنای خشک در محل خارش. ۷- مخلوط گرد خردل با سرکه. ۸- دانه کتان را در

آب جوشانده و صبح و ظهر و شب در محل خارش بمالید. ۹- با هویج له شده می‌توانید خارش پوست را معالجه کنید. ۱۰- روغن بادام تلخ برای ضد عفونی و خارش پوست به کامی رو د.

بیماری پیسی یا برص یا لکه های سفید صورت

۱- مصرف چغندر این لکه ها را ناپدید میکند. ۲- خوردن و استعمال شاهی بیماری پیسی را بر طرف میکند و بدین طریق باید تخم شاهی را کوبیده با کمی عسل مخلوط نمایید و بر روی لکه ها قرار داده و این عمل باید روزی یک مرتبه تکرار شود تا بهبودی حاصل گردد و مصرف شاهی تازه بسیار شفافبخش است. ۳- برای رفع این لکه ها باید ۳ قسمت از آب شاهی را با یک قسمت عسل مخلوط کرده و آن را خوب به هم زده تا به صورت مایعی درآید و سپس به کمک پنبه یا پارچه نرم به صورت مالیده یا با آن محلول، صبح و شب صورت را بشویید و بگذارید خودش خشک شود و بعداً آن را با آب و صابون تمیز کنید. ۴- سوخته پوست خشک شده کدوی حلوایی بیماری پیسی را درمان میکند، به این منظور باید پوست کدو را خشک کرده و بسوزانید و سپس این پوست را در سرکه ریخته و هر روز لا- اقل یک مرتبه در محل بمالید تا بهبودی حاصل گردد. ۵- ضماد سیاه دانه با سرکه جهت معالجه پیسی مؤثر است. ۶- خوردن کرفس پیسی صورت را ریشه کن می نماید. ۷- خوردن ماش بسیار مفید است.

لکه نامناسب صورت زنان آبستن

۱- نشاسته ۲۵ گرم + کتیرا ۵ گرم را خوب سائیده با شیر مخلوط کرده و روزانه به صورت بمالید. ۲- پوره ارمنی یک قسمت + مغز بادام شیرین دو قسمت را خوب سائیده و با شیر مخلوط نموده، آنگاه به صورت بمالید.

جلوگیری از ریزش مو و ابرو

۱- دخترانی که ریزش ابرو و مو دارند می‌توانند از داروی گیاهی رُزماری که در داروخانه ها موجود می باشد مصرف نمایند. ۲- روزانه و هنگام خواب چندین بار ابروهای خود را با روغن بادام تلخ یا روغن زیتون مالش دهید. ۳- هر روز زرده تخم مرغ را به ابروهایتان بمالید و بعد از چند ساعت بشوئید. ۴- نیم سیر پوست برنج را جوشانده و دو استکان آب و یک قاشق غذا خوری سرکه یا لیمو عمانی به آن اضافه کنید بعد از جوشاندن، آن را صاف کرده و آب آن را با غذا بخورید و اگر این کار را سه ماه هر روز انجام دهید، موهای شما دیگر ریزش نخواهد داشت و باعث رویانده شدن موهای سر و ابرو خواهد شد و به شما نیروی جوانی خواهد داد. ۵- روغن بنفشه را دو هفته هر روز به موضعی که مو می ریزد و مو ندارد بمالید. ۶- دخترانی که پوست سر آنها پوست پوست می شود و یا ریزش مو دارند، حتماً هر روز روغن گردو به سر بمالند و مالش دهند تا مداوا گردد. ۷- برای تقویت موها، نارگیل را بسوزانید و خاکستر آن را با حنا مخلوط کرده و روی سرتان بگذارید تا موهای شما تقویت شود، مالیدن آبلیمو- تخم مرغ- آب شاهی- ماست بر روی سر باعث تقویت موها، خوش حالت شدن و براق شدن می شود و از ریزش مو جلوگیری خواهد نمود. ۸- آبلیمو را به سر بمالید که از ریزش مو جلوگیری میکند و موهای سر را تقویت میکند؛ اما اگر سر خود را با صابون بشوئید و ترشی آنرا از بین ببرید سر شما شوره خواهد زد. ۹- برای شستشوی موهای خود از شامپوهای پروتئینه استفاده نمائید. ۱۰- اگر موهای سیاه و بلند می خواهید برگ انار را خشک نموده و له کرده و با آب مخلوط و روی سر خود بمالید و بعد از یک ساعت حمام نمایید. ۱۱- برای بلند شدن موی خود برگ خشک شده انار را بکوبید و با حنا مخلوط نموده و روی سر خود بگذارید و هفته ای یک بار این کار را انجام دهید تا موهای شما بلند شوند. ۱۲- اگر ریزش مو دارید به مدت ۴۰ شب موهای سرتان را با روغن زیتون مالش دهید و بخوابید و آنوقت صبح استحمام نمایید. ۱۳- برای رویش موی ابرو، یک مثقال دانه خرما را بسوزانید به طوری

که زیاد نسوزد و بعد آن را بسایند و با روغن زیتون یا روغن گل سرخ و پانزده عدد فلفل سیاه مخلوط نمایند و به ابروها بمالند. ۱۴-
 بادام تلخ و فندق را در تابه بسوزانند و با روغن زیتون مخلوط کنند به جایی که مو ریزش نموده بمالند مو می روید. ۱۵- موی سر
 را با پوست برنج (سبوس برنج) بشویید. ۱۶- ۶۰ گرم آویشن را در یک لیتر آب بجوشانید و هفته ای چند بار بر موی سر بمالید.
 ۱۷- سوخته سیاهدانه+ روغن موم+ حنا را مخلوط نموده بر موی سر بمالید. ۱۸- ضماد شنبلیله را بر روی سر بمالید. ۱۹- دو گرم
 گرد خشک فلفل سبز را در یک لیتر آب حل کرده و هفته ای دوبار بر سر بمالید. ۲۰- نخود را پخته بر پوست سر بمالید. ۲۱-
 روغن کنجد بهترین جلا دهنده موهای شماسه به موهای خود روغن کنجد بمالید. ۲۲- اگر مو خوره دارید آب شنبلیله را گرفته و
 با آن موهای خود را نمناک سازید و هر روز این کار را انجام دهید و هنگام شانه کردن موهای خود را با شدت شانه کرده و
 موهایمان را به دست گرفته و کمی بکشید تا موخوره دیگر به سراغ شما نیاید ۲۳- اگر موی بلند می خواهید برگ کنجد را بکوبید
 و آب آنرا بگیرید و به سر بمالید و اگر برگ کنجد را بجوشانید و بر سر بمالید برای مشکی شدن و بلند شدن مو بسیار مفید می
 باشد. ۲۴- سیر را کوبیده و بر سر بگذارید. ۲۵- موی سر را با جوشانده گل ختمی بشویید. ۲۶- مالیدن روغن بنفشه+ روغن نیلوفر
 ۲۷- اگر موی سر نازک و چرب است با بادام تلخ کوبیده بشویید. ۲۸- روغن زیتون+ آبغوره، مخلوط کرده و به موی سر بمالید.
 ۲۹- شستشوی موی سر با آب نمک و نعناع ۳۰- برگ بیدمشک را کوبیده و موی سر را با آن بشویید. ۳۱- ماساژ دادن موی سر با
 روغن کرچک ۳۲- روغن بادام+ روغن کرچک+ روغن کنجد+ روغن نارگیل را به طور مساوی مخلوط کرده و بر سر بمالید و
 بعد از چند ساعتی با سدر بشویید. ۳۳- خوردن سوپ استخوان ۳۴- نوشیدن آلبیمو و آب پرتقال

روش سیاه نمودن مو

۱- اسپند را بپزید و بر سر بمالید. ۲- برگ کنجد با حنا پس از جوشاندن با آن مو را بشویید. ۳- روغن آمله، باعث سیاه کردن مو و
 قوی نمودن موی سر می شود. ۴- میخک و حنا به نسبت مساوی نرم و کوبیده و با روغن کنجد مخلوط نموده و بر سر بمالید. ۵-
 حنا پنج گرم، وسمه بیست گرم را با آب انار ترش مخلوط کرده و به مو بمالید و بعداً با آب برگ انبه ماساژ دهید.

روش بور یا طلایی نمودن موی سر

۱- پنجاه گرم گل بابونه را بجوشانید پس از صاف کردن بر سر بمالید، ساعتی صبر کنید و بعداً بشویید. ۲- زرد چوبه دو قسمت،
 باقلای مصری سه قسمت، مازو یک قسمت، سماق پنج قسمت همه را خیسانده، چند روز نگه دارید تا خوب خیس خورده و سپس
 روزانه بر سر بمالید.

رویدن مو

۱- حنا را با روغن زیتون مخلوط کرده و بر سر بمالید. ۲- دو عدد گردو با پوست و یک مثقال هسته خرما را بسوزانید و بسایید و
 آنها را با روغن زیتون و ۱۵ عدد فلفل مخلوط کرده و بر سر بمالید. ۳- بادام تلخ را با فندق سوزانده و خاکستر آنها را در روغن
 زیتون ریخته، بر سر بمالید.

رژیم غذایی برای لاغری

ساعت ۷ صبح هر روز ۲ لیوان آب سیب و آب هویج میل نموده، ساعت ۱۰ صبح هر روز یک لیوان آب میل نموده، ساعت ۱۲ ظهر
 هر روز یک لیوان آب گریپ فروت و یک لیوان آب یخ و ساعت ۲ بعدازظهر یک لیوان آب و یک لیوان دم کرده گیاهی و

ساعت ۴ بعدازظهر یک لیوان آب اناناس و یک لیوان آب یخ و ساعت ۶ بعدازظهر یک لیوان آب یخ و یک لیوان دم کرده گیاهی و ساعت ۸ بعدازظهر یک لیوان آب آناناس یا گریپ فروت با یک لیوان آب یخ و ساعت ۱۰ شب یک پیمانه آب داغ و یک عدد لیمو ترش یا یک قاشق آبلیمو روزانه میل نمایید تا اندام شما متناسب و لاغر گردد.

خواص آبلیمو

۱- آبلیمو ریشه های دندان را محکم می سازد. ۲- مغزو اعصاب به وسیله خوردن آبلیمو تقویت می شود. ۳- آبلیمو ضد دردهای سر- کمر- کلیه و شکم است. ۴- آبلیمو جوش های صورت را از بین می برد و صورت را جوان نگه می دارد. ۵- آبلیمو ترشحات سفید زنانه را از بین می برد. ۶- آبلیمو نیرو بخش است و اشتها آور. ۷- بهترین غذای پوست بدن آبلیمو است. ۸- آبلیمو اعصاب را راحت میکند و سرگیجه را بر طرف می نماید. ۹- آبلیمو نور چشم را زیاد میکند. ۱۰- خوردن آبلیمو ناشتا، شکم را کوچک و چهره را زیبا می نماید. ۱۱- اگر ناخنهای شکننده دارید مقداری یُد را در آب مخلوط کنید و ناخنهای خود را مدتی در آن قرار دهید، سپس بیرون آورده و در مخلوط آبلیمو و روغن کرچک قرار دهید تا ناخن شما تقویت شود لذا روزی چند بار این عمل را انجام دهید. ۱۲- آبلیمو چشمی را که آب مروارید آورده مداوا میکند به این طریق که چند روز آبلیموی مخلوط با پیاز خام را خرد کرده و به صورت ضماد در آورده و روی چشم آب آورده بگذارند. ۱۳- کسانی که زیبایی طبیعی می خواهند، آبلیمو را فراموش نکنند؛ آبلیمو خالص بهترین آبلیمو است لذا آبلیمو ناشتا خورده شود چرا که اثر بخش تر است. ۱۴- به هر غذایی که می خورید قطره ای آبلیمو اضافه کنید تا غذای شما زنده شود و حتی آبی که می نوشید قطره ای آبلیمو به آن آب اضافه نمائید و بعد میل نمائید. ۱۵- کسانی که چاق هستند و دوست دارند لاغر شوند، ۶ هفته هر روز صبح ناشتا آب سه عدد لیمو را گرفته و با یک قاشق چای خوری شکر و مقدار کمی آب مخلوط نمایند و ناشتا میل کنند و تا ظهر هیچ نوع غذایی نخورند؛ بعد از ۶ هفته وزنشان کم خواهد شد. ۱۶- کسانی که خونریزی دماغ دارند پنبه ای را آغشته به آبلیمو نمایند و در سوراخ بینی بگذارند فوراً خونریزی آن قطع میگردد.

خواص پرتغال

۱- پرتغال استخوانهای بدن را محکم میکند. ۲- خوردن پرتغال از پیری جلوگیری میکند و به حفظ زیبایی کمک می کند. ۳- پرتغال برای خانمهایی که به حفظ زیبایی علاقمند می باشند، بسیار مفید است. ۴- خوردن پرتغال قبل از غذا اشتها آور است. در وقت خواب پرتغال میل نکنید. ۵- پرتغال رنگ های تیره صورت را باز می نماید و چهره را زیبا میکند. ۶- کسانی که جوانی دایم می خواهند خوردن پرتغال را فراموش نکنند. ۷- برای لاغر شدن هر روز سه لیوان آب پرتغال میل نمائید. ۸- کسی که مرتب پرتغال می خورد مریض نمی شود. ۹- پوست پرتغال برای زیبایی و لطافت پوست خوب است. ۱۰- در هر کجاکه پرتغال نیست سلامتی نیست و در هر سن و سال که هستید پرتغال بخورید و لذت ببرید.

خواص انگور

۱- خوردن انگور پی را محکم میکند و درد را بر طرف و روح را پر نشاط می نماید. ۲- وقتی انگور میل میکنید بعد از آن آب سرد نخورید، چون انگور را در بدن فاسد میکند. ۳- هر یک کیلو انگور معادل دو کیلو گوشت ویتامین دارد. ۴- خوردن انگور از نرمی استخوان جلوگیری میکند. ۵- انگور داروی کم خونی است. ۶- انگور انسان را چاق میکند اما آبغوره آن انسان را لاغرمی نماید. ۷- آبغوره، بلوغ دختران را جلو می اندازد و قاعدگی را باز می نماید. ۸- آب انگور پوست را نرم میکند. ۹- انگور از سایر

میوه‌ها سرشار از ویتامین آ-ب-ث است. ۱۰- آهن انگور سیاه بیشتر از انگور سفید است. ۱۱- انگور آنقدر مقوی و پر انرژی است که می‌توان گفت ارزش غذایی آن زیادتر از شیر مادر است. دختر خانمی که خیلی ضعیف و ناتوان و لاغر شده بود، بوسیله خوردن انگور به مدت ۴۰ روز ناشتا، خودش را درمان نمود و دختری متناسب و پر انرژی شد (البته فراموش نشود که خوردن انگور در شب لاغری می‌آورد). ۱۲- دختران گرمی در دوران عادت ماهانه حتماً انگور میل کنند یا کشمش بخورند اما به اندازه ۱۳- از خوردن انگور سبز و نارس خودداری نمائید چراکه برای بدن ضرر دارد. ۱۴- انگور وقتی خشک شود کشمش می‌شود و کسانی که ضعیف هستند هر روز حتماً مقداری کشمش بخورند که مقوی و پر انرژی است. ۱۵- در فصل انگور حتماً ۲۰ روز مرتباً صبحانه انگور میل کنید و در فصلی که انگور نیست کشمش بخورید.

خواص شلغم

۱- خوردن شلغم نور چشم را زیاد می‌کند. ۲- شلغم حافظه را زیاد می‌کند. ۳- شلغم زیاد کننده نیروی جوانی است. ۴- هنگام سرماخوردگی شلغم یادتان نرود. ۵- خوردن شلغم جوش های صورت و بدن را از بین می‌برد. ۶- خوردن شلغم بدن را ضد عفونی می‌کند و میکروب کش است. ۷- وقتی که سرماخوردگی شدید شد و گلو عفونت کرد چند شلغم را برداشته و مقداری از داخل شلغم را برداشته و شکر در داخل آن بریزید و به مدت یک ساعت در داخل یخچال بگذارید و بعد از یک ساعت بردارید و میل کنید که خیلی مؤثر است.

خواص ویتامین ث

اگر می‌خواهید پیر نشوید ویتامین (ث) بدن خودتان را تأمین کنید چرا که کمبود ویتامین (ث) در بدن ۱- باعث پیری زودرس می‌شود ۲- مقاومت بدن و خون را در برابر بیماریهای عفونی از بین می‌برد ۳- عضلات را فرسوده و خسته می‌کند ۴- رنگ را سیاه و فرسوده و پژمرده می‌کند. ویتامین (ث) در شیر، کل کلم، کلم قرمز، جگر، فلفل سبز، طالبی، اسفناج، توت فرنگی، آناناس، شلغم، گوجه فرنگی، زرشک، تمشک، هویج، سیب زمینی، هلو، نخود سبز، سیب، موز، ریواس، زغال اخته، خربزه، کدوی سبز، پرتغال، توت سیاه، شاه توت، کاهو، تمبر هندی، جعفری، آلبالو و گیلاس یافت می‌شود و میوه‌ها و سبزی‌ها هر چه ترش باشند ویتامین (ث) آنها زیادتر خواهد بود و در ۲۴ ساعت، انسان ۷۵ میلی گرم به این ویتامین احتیاج دارد شاید شما عزیزان تمام این موادی را که دارای ویتامین (ث) می‌باشد مصرف نمائید اما بعد با خوردن غذایی که جوش شیرین به آن اضافه شده ویتامین (ث) بدن شما از بین خواهد رفت چرا که جوش شیرین ویتامین (ث) بدن را فاسد می‌سازد. روزانه حتماً از میوه و سبزی تازه استفاده نمایم شاید دختران روستا را ببینید که خیلی چهره سرخ و سفید دارند و این چهره سرخ و سفید آنان صرفاً به خاطر خوردن غذا و سبزیجات و میوه‌های تازه می‌باشد. توصیه‌ها: رسول خدا)؟ (می‌فرمایند: خوردن شام را ترک نکنید اگر چه، یک سنبلی یا خمیر خشک باشد، زیرا ترک کردن شام انسان را پیر می‌کند امام صادق؟ (می‌فرمایند: ترک شام پیری آور است. امام رضا)؟ (می‌فرمایند: خوردن شام خواب را آرام و بوی بدن را خوش می‌کند. امام صادق)؟ (می‌فرمایند: اگر کسی دو شب پی در پی شام نخورد قوت بدنش از بین می‌رود و تا چهل شب بر نمی‌گردد. امام صادق)؟ (می‌فرمایند: هر کس خوردن شام را ترک کند یک رگ از بدنش می‌میرد و دیگر زنده نمی‌شود. امام صادق)؟ (می‌فرمایند: خوردن پس از سیری باعث بزرگی شکم می‌شود تا گرسنه نشدید چیزی نخورید وقتی که گرسنه شدید سیر نخورید. امام صادق)؟ (می‌فرمایند: غذای شب نافعتر از غذای روز است. پیامبر گرمی)؟ (می‌فرمایند: پس از غذا خلال نمائید که دهان و دندانتان را صحیح می‌کند و روزی را بر بنده می‌رساند. پیامبر)؟ (می‌فرمایند: پس از غذا خلال نمائید زیرا اگر غذا در دهان بماند تغییر می‌کند و بویش فرشته را آزار می‌دهد. حضرت علی)؟ (می‌فرمایند:

مسواک کردن به چشم نور می دهد. امام صادق)؟ (می فرمایند: مسواک کردن به چشم جلا و نور می بخشد. امام رضا)؟ (می فرمایند: سرکه ذهن را محکم و عقل را زیاد میکند. امام صادق)؟ (می فرمایند: خوردن سویق گوشت را می رویاند و استخوان را محکم می نماید. امام باقر)؟ (می فرمایند: سویق در سیری، غذا را هضم میکند. امام صادق)؟ (می فرمایند: سویق به وحی الهی ساخته شده. است و گوشت را می رویاند و استخوان را محکم میکند و خوراک پیغمبران است. امام صادق)؟ (می فرمایند: هر کس چهل صبح سویق بخورد شانه هایش قوی و پُر می شود. حضرت علی)؟ (می فرمایند: دستهای خود را پیش از طعام و بعد از آن بشوئید که تنگدستی را برطرف و عمر را زیاد میکند. امام صادق)؟ (می فرمایند: کسانی که بیماری برص دارند و لکه های سفیدی روی پوست آنها وجود دارد حنا و نوره را با هم مخلوط کرده و روی آن موضع بمالند؛ اگر چندین مرتبه این کار را انجام دهند آن مریضی محو خواهد شد و دیگر لکه سفیدی وجود نخواهد داشت. امام رضا)؟ (می فرمایند: طعام داغ برکت ندارد و شیطان در آن بهره دارد. پیامبر)؟ (می فرمایند: در اول غذا و آخر غذا نمک بخورید که هر کس این کار را نماید خدای تعالی دفع کند از او هفتاد نوع از انواع بلا را که آسان ترین آنها خوره باشد. دخترانی که دهان آنها بو می دهد با مزمز کردن رازیانه، بوی دهان آنها از بین خواهد رفت. برای خوشبو نمودن دهان خود سرکه و گلاب را مخلوط نمائید و با آن دهان خود را بشوئید تا دهان شما خوشبو شود. خوردن نارگیل باعث خوشبویی دهان می شود و جوشهای دهان و زبان را از بین می برد. امام رضا)؟ (هم در این زمینه می فرمایند: انجیر بوی گند دهان را زایل میکند و استخوان را سخت میکند و مو را می رویاند و دردها را می برد. حضرت علی)؟ (می فرمایند: بخورید گلابی را که جلا می دهد دل را و دردهای اندرونی را ساکن میکند. امام صادق)؟ (می فرمایند: مغز سنجد گوشت را می رویاند و پوستش پوست را می رویاند و استخوانش استخوان را و خوردن سنجد کلیه ها را گرم نگه می دارد و معده را دباغی میکند و ساق پارا قوت می دهد و رگ خوره را قطع میکند. امام صادق)؟ (می فرمایند خوردن انار، گرسنه را سیر میکند و برای سیر باعث حضم غذا می شود امام صادق)؟ (می فرمایند: انار را با پوسته های نازک بخورید که دباغی معده میکند و شعور (ذهن) را می افزایش دهد. حضرت علی)؟ (می فرمایند: خوردن «به» دل ضعیف را قوی و معده را پاکیزه میکند و دل را زیرک می نماید. کنیزی گرفتار خونریزی شدید حیض شد، چنان که مشرف به موت گشت حضرت امام باقر)؟ (دستور داد که به او سویق عدس بخوراند. امام صادق)؟ (پس از خروج از حمام پاها را با آب سرد بشوئید که درد سر را لر طرف میکند. پیامبر اکرم)؟ (به بخورید که حافظه را زیاد میکند و خلط سینه را از بین می برد و فرزند را زیبا می گرداند. امام صادق (ع). اگر مردم خاصیت سیب را می دانستند، فقط با سیب به درمان مریض می پرداختند. حضرت علی)؟ (خوردن بیست و یک عدد مویز سرخ در وقت صبح (ناشتا) جمیع مرض ها را دفع میکند، مگر مرگ را. حضرت علی)؟ (اگر مغز گردو و پنیر را با هم بخوری، دواست و هر یک را که تنها بخوری، درد است. امام رضا)؟ (هر کس بخواد در دوره زمستان، زکام را از خود دور بیند، هر روز سه قاشق عسل بخورد. امام رضا)؟ (هر کس از زکام در ایام تابستان ناراحت است، هر روز یک خیار بخورد و از نشستن در آفتاب پرهیز نماید. امام رضا)؟ (در فصل بهار، باید از خوردن پیاز و سیر و ترشی پرهیز نمود. در آب دریا ۹۱ عنصر مفید و صدها ترکیبات مفید یافت می شود؛ اگر روزانه یک قاشق چای خوری آب تصفیه شده دریا را بنوشید تمام املاحی را که در زمین وجود دارد و بدن به آن نیاز دارد خورده ایم و باید توجه داشت روزانه از یک قاشق مرباخوری بیشتر مصرف نشود، چون زیاده روی اثرات بدی خواهد داشت. یکی از دانشمندان می گوید: شیر، ماست و دوغ را حتماً هر روز میل نمایید که: ۱- عمر را زیاد میکند ۲- از پیری زودرس جلوگیری میکند ۳- باعث شادابی و جوانی پوست و چهره می شود کسانی که تند غذا می خورند مبتلا به لکه های صورت و دچار یبوست و زخم معده می شوند و تند غذا خوردن پیری زودرس می آورد لذا غذا را باید آهسته و با حوصله میل نمود. اگر می خواهید صورت شما سرخ و سفید و لبهایتان قرمز باشد، باید کاری کنید تا کمبود آهن نداشته باشید. چون کمبود آهن در بدن سبب کم خونی، رنگ پریدگی و ضعف میگردد پس خوردن موز، توت فرنگی، اسفناج، سیب، گلابی، انگور، لوبیا، عدس، هویج،

انجیر، انار، برگ چغندر و گندم، کمبود آهن را برطرف می کنند. کسانی که زخم معده دارند، دوازده هفته ریشه شیرین بیان را از عطاری گرفته و خوب بکوبند بعد در ظرفی بجوشانند پس از اینکه شیره غلیظی به دست آمد از آن شیره هر روز قبل از غذا شربت‌ی درست نموده و میل کنند؛ بعد از دوازده هفته بیماری زخم معده آنها خوب خواهد شد. بعضی شهرها، به شیرین بیان، مهلک- مژو- کلیسربزه میگویند. سیر، گونه‌ها را سرخ میکند، پوست بدن را خوش رنگ میکند، عمر را طولانی و کرمهای بدن را از بین می برد و برای بیخوابی مؤثر می باشد. سیر، فشار خون را پائین می آورد و کسانی که فراموشی و نسیان دارند، سیر بخورند. و همچنین خوردن سیر برای درمان رماتیسم مفید است. خوردن هویج: ۱- پوست را نرم و لطیف و قشنگ میکند ۲- در زیبایی تأثیر بسزایی دارد ۳- جوان کننده پوست بدن و ضد پیری است ۴- خون را زیاد میکند ۵- روح را پر نشاط می نماید ۶- اشتها آور است. کسانی که می خواهند لاغر شوند با هر غذایی که می خورند حتماً هویج خام میل کنند و کسانی که می خواهند چاق شوند هر روز صبحانه ناشتا آب هویج میل نمایند. پیامبر؟ می فرماید: عسل هزار و یک درد را شفا می بخشد. در حدیثی دیگر وارد شده است که هر کسی بخواند شفا پیدا کند باید صبح ناشتا عسل را با آب باران مخلوط کند و بنوشد. آنانکه در فصل زمستان از زکام های شدید می ترسند و می خواهند به این بیماری دچار نشوند همه روزه سه قاشق عسل میل نمایند. اگر می خواهی فراموشی نداشته باشی و حافظه قوی داشته باشی هر روز سه قطعه زنجبیل مخلوط با عسل میل نما و هر صبح ناشتا ۷ مثقال کشمش بخور. هر کس می خواهد ناخنی زیبا داشته باشد و اطراف ناخنش فاسد نگردد به جز روز پنجشنبه ناخن نگیرد. پیاز زیاد نخورید چرا که خوردن زیادی پیاز رنگ نشاط را از صورتتان می رباید و چهره شما را غم انگیز میکند و خوردن مقدار اندک آن مفید است. سیرابی و شیردان زیاد نخورید چرا که برای مثانه ضرر دارد. در شب بالننگ میل نکنید چرا که خوردن بالننگ در شب روی چشم‌ها اثر نامطلوبی میگذارد. تخم مرغ پخته زیاد نخورید چون به تنگی نفس و نفخ دچار می شوید. بعد از خوردن شیرینی و غذای گرم و روغنی آب سرد نخورید چرا که دندانهای خود را از دست خواهید داد. در وقت حمام نمودن زیاد صابون به سر نزنید؛ چون چربی طبیعی پوست را از بین می برد و نمیگذارد بدن ویتامین (د) را از آفتاب بگیرد. گوشت ناپخته نخورید مخصوصاً گوشت گاو که حاوی چندین نوع کرم می باشد. کسانی که بین غذا خوردن آب می نوشند دستگاه هاضمه را در آغاز گردش از کار باز می دارند و به عارضه رطوبت و ضعف جهازات گوارشی دچار می شوند. نوشیدن آب در آغاز طعام مضر و معده را از هم خواهد گشود. کیوی، رقیق کننده خون است و از چربی خون بالا- و از فشار خون، سرماخوردگی و ورم لوزالمعده و روماتیسم پیشگیری میکند و کیوی شامل ویتامینهای A+B است. اسید سولفوریک و فسفر- سدیم- پتاسیم- منیزیم- کلسیم- سولفات در کیوی یافت می شود. کسانی که می خواهند لاغر شوند می توانند کیوی بخورند. چینی‌ها معتقدند به اندازه دانه‌های سیاهی که در کیوی وجود دارد، به همان مقدار خواص و فایده در آن نهفته است.

توصیه‌ها:

رسول خدا ((صلی الله علیه و آله)) می فرمایند: خوردن شام را ترک نکنید اگر چه، یک سنبل یا خمیر خشک باشد، زیرا ترک کردن شام انسان را پیر میکند امام صادق (علیه السلام) می فرمایند: ترک شام پیری آور است. امام رضا ((علیه السلام)) می فرمایند: خوردن شام خواب را آرام و بوی بدن را خوش می کند. امام صادق ((علیه السلام)) می فرمایند: اگر کسی دو شب پی در پی شام نخورد قوت بدنش از بین می رود و تا چهل شب بر نمیگردد. امام صادق ((علیه السلام)) می فرمایند: هر کس خوردن شام را ترک کند یک رگ از بدنش می میرد و دیگر زنده نمی شود. امام صادق ((علیه السلام)) می فرمایند: خوردن پس از سیری باعث بزرگی شکم می شود تا گرسنه نشدید چیزی نخورید وقتی که گرسنه شدید سیر نخورید. امام صادق ((علیه السلام)) می فرمایند: غذای شب نافعتر از غذای روز است. پیامبر گرامی ((صلی الله علیه و آله)) می فرمایند: پس از غذا خلال نمائید که دهان و دندان‌تان

را صحیح میکند و روزی را بر بنده می رساند. پیامبر ((صلی الله علیه و آله)) می فرمایند: پس از غذا خلال نمائید زیرا اگر غذا در دهان بماند تغییر میکند و بویش فرشته را آزار می دهد. حضرت علی ((علیه السلام)) می فرمایند: مسواک کردن به چشم نور می دهد. امام صادق ((علیه السلام)) می فرمایند: مسواک کردن به چشم جلا و نور می بخشد. امام رضا ((علیه السلام)) می فرمایند: سرکه ذهن را محکم و عقل را زیاد میکند. امام صادق ((علیه السلام)) می فرمایند: خوردن سویق گوشت را می رویاند و استخوان را محکم می نماید. امام باقر ((علیه السلام)) می فرمایند: سویق در سیری، غذا را هضم میکند. امام صادق ((علیه السلام)) می فرمایند: سویق به وحی الهی ساخته شده. است و گوشت را می رویاند و استخوان را محکم میکند و خوراک پیغمبران است. امام صادق ((علیه السلام)) می فرمایند: هر کس چهل صبح سویق بخورد شانه هایش قوی و پُر می شود. حضرت علی ((علیه السلام)) می فرمایند: دستهای خود را پیش از طعام و بعد از آن بشوئید که تنگدستی را برطرف و عمر را زیاد میکند. امام صادق ((علیه السلام)) می فرمایند: کسانی که بیماری برص دارند و لکه های سفیدی روی پوست آنها وجود دارد حنا و نوره را با هم مخلوط کرده و روی آن موضع بمالند؛ اگر چندین مرتبه این کار را انجام دهند آن مریضی محو خواهد شد و دیگر لکه سفیدی وجود نخواهد داشت. امام رضا ((علیه السلام)) می فرمایند: طعام داغ برکت ندارد و شیطان در آن بهره دارد. پیامبر ((صلی الله علیه و آله)) می فرمایند: در اول غذا و آخر غذا نمک بخورید که هر کس این کار را نماید خدای تعالی دفع کند از او هفتاد نوع از انواع بلا را که آسان ترین آنها خوره باشد. دخترانی که دهان آنها بو می دهد با مزمز کردن رازیانه، بوی دهان آنها از بین خواهد رفت. برای خوشبو نمودن دهان خود سرکه و گلاب را مخلوط نمائید و با آن دهان خود را بشوئید تا دهان شما خوشبو شود. خوردن نارگیل باعث خوشبویی دهان می شود و جوشهای دهان و زبان را از بین می برد. امام رضا ((علیه السلام)) هم در این زمینه می فرمایند: انجیر بوی گند دهان را زایل میکند و استخوان را سخت میکند و مو را می رویاند و دردها را می برد. حضرت علی ((علیه السلام)) می فرمایند: بخورید گلابی را که جلا می دهد دل را و دردهای اندرونی را ساکن میکند. امام صادق ((علیه السلام)) می فرمایند: مغز سنجد گوشت را می رویاند و پوستش پوست را می رویاند و استخوانش استخوان را و خوردن سنجد کلیه ها را گرم نگه می دارد و معده را دباغی میکند و ساق پارا قوت می دهد و رگ خوره را قطع میکند. امام صادق ((علیه السلام)) می فرمایند خوردن انار، گرسنه را سیر میکند و برای سیر باعث حضم غذا می شود امام صادق ((علیه السلام)) می فرمایند: انار را با پوسته های نازک بخورید که دباغی معده میکند و شعور (ذهن) را می افزایش دهد. حضرت علی ((علیه السلام)) می فرمایند: خوردن «به» دل ضعیف را قوی و معده را پاکیزه میکند و دل را زیرک می نماید. کنیزی گرفتار خونریزی شدید حیض شد، چنان که مشرف به موت گشت حضرت امام باقر ((علیه السلام)) دستور داد که به او سویق عدس بخوراند. امام صادق ((علیه السلام)): پس از خروج از حمام پاها را با آب سرد بشوئید که درد سر را لر طرف میکند. پیامبر اکرم ((صلی الله علیه و آله)): به بخورید که حافظه را زیاد میکند و خلط سینه را از بین می برد و فرزند را زیبا می گرداند. امام صادق (ع). اگر مردم خاصیت سیب را می دانستند، فقط با سیب به درمان مریض می پرداختند. حضرت علی ((علیه السلام)): خوردن بیست و یک عدد مویز سرخ در وقت صبح (ناشتا) جمیع مرض ها را دفع میکند، مگر مرگ را. حضرت علی ((علیه السلام)): اگر مغز گردو و پنیر را با هم بخوری، دواست و هر یک را که تنها بخوری، درد است. امام رضا ((علیه السلام)): هر کس بخوهد در دوره زمستان، زکام را از خود دور ببیند، هر روز سه قاشق عسل بخورد. امام رضا ((علیه السلام)): هر کس از زکام در ایام تابستان ناراحت است، هر روز یک خیار بخورد و از نشستن در آفتاب پرهیز نماید. امام رضا ((علیه السلام)): در فصل بهار، باید از خوردن پیاز و سیر و ترشی پرهیز نمود. در آب دریا ۹۱ عنصر مفید و صدها ترکیبات مفید یافت می شود؛ اگر روزانه یک قاشق چای خوری آب تصفیه شده دریا را بنوشید تمام املاحی را که در زمین وجود دارد و بدن به آن نیاز دارد خورده ایم و باید توجه داشت روزانه از یک قاشق مریخوری بیشتر مصرف نشود، چون زیاده روی اثرات بدی خواهد داشت. یکی از دانشمندان می گوید: شیر، ماست و دوغ را حتماً هر روز میل نمایید که: ۱- عمر را زیاد میکند

۲- از پیری زودرس جلوگیری میکند ۳- باعث شادابی و جوانی پوست و چهره می شود کسانی که تند غذا می خورند مبتلا به لکه های صورت و دچار یبوست و زخم معده می شوند و تند غذا خوردن پیری زودرس می آورد لذا غذا را باید آهسته و با حوصله میل نمود. اگر می خواهید صورت شما سرخ و سفید و لبهایتان قرمز باشد، باید کاری کنید تا کمبود آهن نداشته باشید. چون کمبود آهن در بدن سبب کم خونی، رنگ پریدگی و ضعف میگردد پس خوردن موز، توت فرنگی، اسفناج، سیب، گلابی، انگور، لوبیا، عدس، هویج، انجیر، انار، برگ چغندر و گندم، کمبود آهن را برطرف می کنند. کسانی که زخم معده دارند، دوازده هفته ریشه شیرین بیان را از عطاری گرفته و خوب بکوبند بعد در ظرفی بجوشانند پس از اینکه شیره غلیظی به دست آمد از آن شیره هر روز قبل از غذا شربتی درست نموده و میل کنند؛ بعد از دوازده هفته بیماری زخم معده آنها خوب خواهد شد. بعضی شهرها، به شیرین بیان، مهلک- مژو- کلیسریزه میگویند. سیر، گونه ها را سرخ میکند، پوست بدن را خوش رنگ میکند، عمر را طولانی و کرمهای بدن را از بین می برد و برای یبوابی مؤثر می باشد. سیر، فشار خون را پائین می آورد و کسانی که فراموشی و نسیان دارند، سیر بخورند. و همچنین خوردن سیر برای درمان رماتیسم مفید است. خوردن هویج: ۱- پوست را نرم و لطیف و قشنگ میکند ۲- در زیبایی تأثیر بسزایی دارد ۳- جوان کننده پوست بدن و ضد پیری است ۴- خون را زیاد میکند ۵- روح را پر نشاط می نماید ۶- اشتها آور است. کسانی که می خواهند لاغر شوند با هر غذایی که می خورند حتماً هویج خام میل کنند و کسانی که می خواهند چاق شوند هر روز صبحانه ناشتا آب هویج میل نمایند. پیامبر (صلی الله علیه و آله) می فرماید: عسل هزار و یک درد را شفا می بخشد. در حدیثی دیگر وارد شده است که هر کسی بخواد شفا پیدا کند باید صبح ناشتا عسل را با آب باران مخلوط کند و بنوشد. آنانکه در فصل زمستان از زکام های شدید می ترسند و می خواهند به این بیماری دچار نشوند همه روزه سه قاشق عسل میل نمایند. اگر می خواهی فراموشی نداشته باشی و حافظه قوی داشته باشی هر روز سه قطعه زنجبیل مخلوط با عسل میل نما و هر صبح ناشتا ۷ مثقال کشمش بخور. هر کس می خواهد ناخنی زیبا داشته باشد و اطراف ناخنش فاسد نگردد به جز روز پنجشنبه ناخن نگیرد. پیاز زیاد نخورید چرا که خوردن زیادی پیاز رنگ نشاط را از صورتتان می رباید و چهره شما را غم انگیز میکند و خوردن مقدار اندک آن مفید است. سیرابی و شیردان زیاد نخورید چرا که برای مثانه ضرر دارد. در شب بالنگ میل نکنید چرا که خوردن بالنگ در شب روی چشم ها اثر نامطلوبی میگذارد. تخم مرغ پخته زیاد نخورید چون به تنگی نفس و نفخ دچار می شوید. بعد از خوردن شیرینی و غذای گرم و روغنی آب سرد نخورید چرا که دندانهای خود را از دست خواهید داد. در وقت حمام نمودن زیاد صابون به سر نزنید؛ چون چربی طبیعی پوست را از بین می برد و نمیگذارد بدن ویتامین (د) را از آفتاب بگیرد. گوشت ناپخته نخورید مخصوصاً گوشت گاو که حاوی چندین نوع کرم می باشد. کسانی که بین غذا خوردن آب می نوشند دستگاه هاضمه را در آغاز گردش از کار باز می دارند و به عارضه رطوبت و ضعف جهازات گوارشی دچار می شوند. نوشیدن آب در آغاز طعام مضر و معده را از هم خواهد گشود. کیوی، رقیق کننده خون است و از چربی خون بالا و از فشار خون، سرماخوردگی و ورم لوزالمعده و روماتیسم پیشگیری میکند و کیوی شامل ویتامینهای A+B است. اسید سولفوریک و فسفر- سدیم- پتاسیم- منیزیم- کلسیم- سولفات در کیوی یافت می شود. کسانی که می خواهند لاغر شوند می توانند کیوی بخورند. چینی ها معتقدند به اندازه دانه های سیاهی که در کیوی وجود دارد، به همان مقدار خواص و فایده در آن نهفته است.

تجربیات

۱- اگر می خواهید لباس شما از رنگ و جلایی بیشتر برخوردار باشد لباس خود را داخل آب اسفناج قرار دهید. ۲- برای دور نمودن پشه از خود کمی آبلیموی ترش به دست و پای خود بمالید چرا که پشه ها از بوی لیمو متنفرند. ۳- اگر بعد از اتو کشیدن لکه زرد رنگی بر روی لباس شما باقی ماند آن را با محلول آب اکسیژنه برطرف نمائید. ۴- اگر غذای شما شور بود چند حبه قند را

داخل آن بریزید و چند دقیقه صبر نمایید تا نمک اضافه را به خودش بگیرد بعد ذارامیل نمایید. ۵- برای بر طرف نمودن زبری پوست دست، مقداری آبلیمو و، نمک را داخل آب ولرم مخلوط نموده و دستان خود را با آن مخلوط و ماساژ دهید. ۶- عدسی عینک را با چند قطره سرکه و دستمال لطیف و پاک نمایید تا عینک شما شفاف و بدون لک شود. ۷- وقتی چای بر روی فرش شما ریخته شده فوراً روی آن نمک بپاشید تا فرش شما لکه نگردد. ۸- اگر جوهر روی فرش ریخته شود فوراً روی آن ماست بریزید تا مدتی بماند، آنوقت آن قسمت را بشوید تا لکه آن به راحتی از بین برود. ۹- دو سه هفته یک بار شامپوی خود را تغییر دهید. ۱۰- اگر عقرب به کسی نیش بزند، سیر کوبیده بانمک مخلوط و بر محل نیش عقرب بمالند و به هیچ عنوان کرفس نخورند که بسیار خطرناک است. ۱۱- کسانی که میخچه در پا و یا در دست دارند لایه ای از باند اسید سالیسیلین را که در داروخانه ها موجود می باشد تهیه نمایند و روی میخچه بگذارند و مدتی صبر کنند، میخچه از بین می رود. ۱۲- برای برطرف نمودن بوی پا، سه قاشق ضد عفونی کننده دهان را داخل تشتی که مقداری در آن آب است بریزید و پاهای خود را در داخل آن تشت شستشو دهید تا پایی خوشبو داشته باشید. ۱۳- برای رفع تب خال، یک قرص آسپرین راکمی مرطوب کنید و روی تب خال به مدت ۵ دقیقه بگذارید و بعد بشوئید. ۱۴- روی مرواریدها و جواهرات بدلی لایه ای نازک از لاک بی رنگ بزنید تا آنها تغییر رنگ ندهند و درخشندگی خودشان را داشته باشند. ۱۵- برای اینکه اندامی زیبا داشته باشید در طی روز ۸ تا ۱۰ لیوان آب بنوشید و انداختن یک لیموی کوچک یا برش پرتغال آب را گواراتر میکند. ۱۶- کسانی که از درد گوش می نالند، هر شب هنگام خواب، اندکی پنبه در گوش خود بگذارند. ۱۷- و کسانی که روی دست و پا میخچه یا زگیل دارند یک حبه سیر را پخته و داغ شده، روی قسمت میخچه یا زگیل ه بگذارند و هر روز ۵ بار به مدت یک هفته این کار را انجام دهند تا زگیل یا میخچه از بین رود.

دختران و نامهای زیبا:

آمنه: نام مادر حضرت محمد ((صلی الله علیه و آله)) آتوسا: نام دختر کوروش آراسته: مزین آرمینه: نام دختر در ارمنستان آزاده: آنکه بنده نباشد آفتاب: نور خورشید آلاء: سرخ و کم رنگ آلاله: نام گل، لاله و شقایق آوا: آهنگ، صد، نغمه آهو: شاهد، معشوق، فریاد و آواز بلند ابناس: خواهر یعقوب پیامبر احترام: بزرگ داشتن اختر: ستاره، علم ارغوان: درختی دارای شکوفه سرخ اسماء: نام دختر ابوبکر افسانه: سرگذشت، حکایت افسر: تاج، کلاه پادشاه افسون: سحر و جادو اقدس: پاکتر، مقدس ترام البنین: مادر حضرت ابوالفضل ((علیه السلام)) ام سلمه: همسر پیامبر ((صلی الله علیه و آله)) ام کلثوم: فرزند پیامبر ((صلی الله علیه و آله)) انسیه: خو گرفتن و الفت نمودن آرزو: خواهش و امید اعظم: بزرگوارتر آزیتا: نام یک شهزاد ایرانی آسیه: زن فرعون اکرم: گرامی تر الهام: وحی توفیق دادن ام حبیبه: همسر پیامبر ((صلی الله علیه و آله)) ام فروه: مادر امام جعفر صادق ((علیه السلام)) امینه: نام دختر امام حسین ((علیه السلام)) انوشه: خوش و خرم و خوشحال بانو: زن، ملکه بتول: پارسا، پاک دامن بحیرا: راهب و زاهدی نصرانی برنا: ظریف، جوان بنفشه: نام گلی است بهاره: شکوفه، گل بهارک: نامی برای دختران بهجت: زیبایی بی تا: بی نظیر پ) پرستو: پرنده ای است کوچک پروا: صبر پروین: نام ستاره پری: فرشته پریسا: افسون گر پریش: فرشته روی پوران: جانشین ت) تارا: ستاره ترانه: جوان، خوش صورت توران: نام ولایتی است. توتیا: سرمه تهمینه: همسر رستم داستان تینا: گل ت) ثریا: ستاره پروین ثنا: آفرین، ستایش تهمینه: چیز گران قیمت ج) جمیله: زن زیبا روی، خوش صورت جواهر: گوهرها ح) حدیث: مادر امام حسن عسگری ((علیه السلام)) حبیبه: یار، محبوب حسنا: مؤنث حسن حکیمه: مؤنث حکیم حلیمه: زن بردبار حمیده: پسندیده حمیرا: زن سپید حنانه: مؤنث حنان حنان: بسیار مهربان حنیفه: راست، مستقیم أ حورا: زن سیاه چشم حوریه: زن زیبا، زنان بهشتی خ) خاتون: خانم، بانو خاطره: یادگار خجسته: نیک، فرخنده خدیجه: مؤنث خدیج خیرا لנסاء: لقب حضرت زهراء) (د) درنا: نام پرنده تیزی است دریا: بحر دل آرا: شادی بخش دل آرام: آرامش دهنده دل دنیا: گیتی، عالم ذ) ذکیه:

هشیار (ر) رائحه: بوی خوشی راحله: کوچ کننده را ضیه: پسندیده، خوش ربابه: ابر سفید رعنا: خوش اندام، زیبا رفعت: بزرگواری رقیه: نام دختر پیامبر اسلام ((صلی الله علیه و آله)) رودا به: دارای رویش خیره کننده روشن دختر: دختر درخشان روزیتا: نام گل رویا: خیال ریحانه: بوی خوش (ز) زبیده: گل همیشه بهار زری: منسوب به زر زلیخا: زن عزیز مصر زهراء: پر نور زهره: شکوفه، سپیدی و خوبی زیبا: خوب روی، جمیل زینب: آرامش دل زینت: آرایش، زیور ز یور: پیرایه، آرایش (س) ساجده: زنان سجده کننده ساحره: زن جادوگر سارا: زبده و خالص ساغر: جام، ظرف ساناز: نام گلی است سپیده: سفیدی چشم ستاره: کواکب سحر: سپیده دم سکینه: آرایش، وقار سمانه: بلدرچین سمیراء: زن گندم گون سمین: فربه، چاق سمیه: همانم، همتا سنا: روشنائی، فروغ سودا به: همسر کیکا بوش سوسن: زن رامشگر سوگند: قسم، اقرار سولماز: زنی که پژمرده نمی شود سهیلا: نرم، ملایم سیمین: نقره گون، خوب، ظریف (ش) شادی: خوشحالی شایسته: درخور، لایق شبنم: ژاله شراره: جرقه، پاره آتش شعله: فروغ، روشنی شقایق: گل سرخ رنگ شکوفه: گل میوه درختان شکوه: بزرگی، شأن شکویا: بردبار، صبور شمسی: خورشیدی شوکت: جاه و جلال شهلا: زنی که چشمش کبود و سیاه باشد شهناز: ناز شهین: منسوب به شاه شیدا: شیفته شوریده: شیرین، هر چیز مطبوع شیفته: عاشق، حیران شیما: زن خالدار شیوا: بلیغ، فصیح شهر بانو: زن پادشاه یا ملکه (ص) صفا: روشنی، پاکی صدیقه: زن بسیار راستگو صغرا: زن کوچکتر صفورا: زن حضرت موسی ((علیه السلام)) صفیه: برگزیده صنوبر: خوش قد و قامت (ط) طاهره: زن پاک و پاکیزه طیبه: زن پاک و پاکیزه طناز: ناز کننده (ع) عاطفه: محبت، مهربانی عایشه: دختر ابوبکر عذرا: دوشیزه عسل: مایه زنبور عسل عشرت: معاشرت کردن عطیه: بخشش عفت: پاک دامنی (غ) غزال: آهو غزل: حکایت از جوانی کردن غنچه: گل ناشکفته (ف) فائزه: پیروز، رهایی فاطمه: دختر پیامبر اسلام ((صلی الله علیه و آله)) فتنه: زن آشوب گرافرانک: پروانک فرهناز: کسی که شادی و ناز دارد فرخنده: مبارک فرزانه: حکیم، عاقل فخری: بزرگی، بالیدن فوزیه: زن رستگار فرشته: ملائک، فرستنده فرناز: دارای ناز، زیبا فرزانه: درخشنده فروغ: تابش، روشنائی فریبا: فریبنده، زیبا فریده: یکتا، یگانه فلورا: گل‌ها فهیمه: زن دانا و باشعور (ک) کبری: بانوی بزرگ کلثوم: رخساره پر گوشت کوثر: نیکی بسیار کواکب: شبنم (گ) گل آرا: آراینده گل گل بهار: گل بهار گلشن: گلزار، گلستان گهر: سنگ معدنی و قیمتی گیتی: جهان، دنیا گلچهره: زیبا (ل) لادن: گلی با ساقه های نازک لعیا: زن حضرت یعقوب ((علیه السلام)) لیلا: معشوق و مجنون لیدا: خانم، بانوم (م) مارال: آهو، خوب مائده: طعام، نام سوره ای از قرآن ماریا: نامی است فرنگی ماندانا: عنبر سیاه ماندگار: پایدار، ماندنی ماه تابان: زنی چون ماه تابنده ماه منیر: ماه درخشان ماه سیما: زیبا روی متین: سنگین، باوقار مرجان: مروارید مرصیه: نیکو، خوشنود مروارید: جسم گران بها داخل صدف مریم: گلی است با بوی خوش مژده: خبر خوش مژگان: مژه های چشم معصومه: بی گناه، نگهداشته شده منا: آرزو و منیر: روشن کننده منیژه: دختر افراسیاب مونس، همدم، یار مه بانو: بانویی چون ماه مهتاب: نور ماه، شعاع ماه مهدیه: عطا، بخشش، انعام مهرانگیز: انگیزنده محبت مهسا: مانند ماه مهستی: خانم، ماه بانو مهشید: نور ماه، پرتو ماه مهناز: ناز ماه مهنوش: دختری در کتاب طوطی محبوبه: معشوقه مهری: دارای مهر و محبت مهوش: مانند ماه، زیباروی مهین: مانند ماه، زیباروی مینا: آرایش کردن مینو: بهشت و فردوس (ن) نادره: زن بی مانند نادیا: امید نازلی: اهل ناز ناهید: پاک و بی آرایش ندا: بانگ، فریاد نرجس: گل نرگس نرگس: گل‌های خوش بو و زیبا نساء: زنان، سوره چهارم از قرآن نسترن: گلی سرخ نسرين: گلی زرد رنگ نعیمه: زن خوش گذران و مال دار نغمه: آهنگ، آواز نفیسه: قیمتی، گران بها نگار: نقاشی نگین: گوهر نوبهار: آغاز فصل بهار نوشین: شیرین و گوارا نجمه: ستاره، اختر نیایش: دعا، عبادت نوگل: گل تازه و لطیف نونا: مادر حضرت ابراهیم ((علیه السلام)) نیلگون: به رنگ نیلی، آبی نیلوفر: گلی است معروف نیوشا: یا دیگر نده (و) وجیهه: زن زیبا وحیده: زن یگانه و دایعه: مانند، سپرده وردنوش: گل جاویده و سیمه: زن زیبا (ه) هانیه: زن خدمت کار هائده: توبه کننده، پشیمان هدیه: ارمغان هلال: ماه نو هلن: دختر ژوپیتر هما: فرخنده، خجسته همتا: نظیر همدم: رفیق، دوست هیوا: آرزو و هویدا: آشکار و روشن هنگامه: فریاد، غوغا هدی: رهنمایی، رهنمود هستی: وجود، اثر

وت ی) یا را: جرات، دلیری یاس: گل‌های خوش بو یاسمن: گل‌های خوش بو یاقوت: سنگی قیمتی به رنگ سرخ یکتا: بی نظیر، یگانه یلدا: بلند، درازترین شب زمستانی

فصل هفتم: دختران و بخت گشایی

دختران و گشایش بخت آنان

شاید سؤال شود برای باز شدن بخت دختران چه باید کرد؟ در جواب باید گفت: "عوامل بسیاری در بسته شدن بخت برخی از دختران جوان وجود دارد، هم چون شرایط خانواده، شرایط روحی و جسمی دختر، شرایط اجتماعی، معیار و ملاک‌های سخت برای ازدواج و... اما بسیاری از مردم به دنبال عوامل موهومی چون سحر و جادو و طلسم و هستند درحالی که گاهی معیارها و ملاک‌های خانواده‌ها موجب بسته شدن بخت دخترانشان است و برای حل این مشکل چند راه وجود دارد: ۱. پایین آوردن سطح توقعات و سخت نگرفتن شرایط ازدواج. ۲. استفاده از واسطه‌ای دلسوز و مورد اعتماد در جهت معرفی آنان به افراد صالح و شایسته‌ای که درصدد ازدواج هستند. ۳. کسب شایستگی‌های لازم در زمینه‌های اخلاقی، اجتماعی، مهارت‌های زندگی و... دخترانی که امتیازات ویژه‌ای در جامعه خود کسب کرده‌اند هم چون دختران حافظ قرآن، متخصص، هنرمند و... نسبت به دختران دیگر خواهان بیشتری دارند. ۴. خواندن نماز امام زمان،؟ (به ویژه شب‌های چهارشنبه در مسجد مقدس جمکران). (۱) ۵. خواندن نماز جعفر طیار. (۲) ۶. نماز استغاثه به حضرت زهرا. (؟) (۳) ۷. ختم صلوات، به تجربه ثابت شده است که ختم صلوات (چهارده هزار صلوات هدیه به ارواح چهارده معصوم)؟ (نقش مناسبی در رفع گرفتاری‌ها دارد. (۴) بدین نحو که هر هزار صلواتی را که تمام میکند به ترتیب به یکی از چهارده معصوم ((علیه السلام)) هدیه نماید. ۱. مفاتیح الجنان، شیخ عباس قمی، ص ۹۲ و ۹۳. ۲. همان. ۳- همان، ص ۴۷۱. ۴- کلیات مفاتیح الجنان، ص ۵۸- البته در کتاب مورد نظر چندین نوع ختم صلوات نقل شده است. ۸. استمرار در خواندن زیارت عاشورا با دعای علقمه نیز برای طلب حاجات بسیار مؤثر است. (" ۱) (۲) دعاهایی هم برای باز شدن بخت دختران وارد شده که ما به چند مورد آن اشاره میکنیم از جمله: در خواص الایات مذکور است که دختری که این آیه و دعا را بنویسد و برگردن خود ببندد، انشاء الله زود به خانه بخت خواهد رفت: "وَمِنْ كَلِّشِيءٍ خَلَقْنَا زَوْجَيْنِ لَعَلَّكُمْ تَذَكَّرُونَ؛ اَللّٰهُمَّ بِحَقِّ قَوْلِكَ هَذَا وَبِحَقِّ مُحَمَّدٍ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَآلِهِ اَنْ تَرْزُقَ هَذِهِ الْمَرْءَةَ زَوْجًا مُّوٰفِقًا غَيْرَ مُخَالِفٍ بِحَقِّ مُحَمَّدٍ وَآلِهِ اَجْمَعِينَ. " و همچنین مذکور است این آیه شریفه را جهت گشایش بخت دختران بر کاغذی بنویسند و با گلاب بشویند و به دختر بخوراند و آن آیه شریفه این است: "وَاصْرِبْ لَهُمْ مَثَلًا اَصْحَابِ الْقُرْبَىٰ اِذْ جَاءَهَا الْمُرْسَلُونَ. " ۱. در کتابهایی که به آثار و برکات زیارت عاشورا اشاره شده است، خاطرات بسیاری در رابطه با رفع مشکلات ازدواج به واسطه استمرار خواندن آن نقل گردیده است. ۲ دختران چه می‌پرسند، محمود اکبری، ص ۵۳ و ۵۴. و همچنین دختری که سوره مریم را بنویسد و بشوید و آبش را بر سر خود بریزد بخت او گشوده خواهد شد و همچنین اگر غسل کند و یا وضو بگیرد و با خشوع و خضوع دو رکعت نماز بخواند و چون سلام دهد همچنان رو به قبله بر روی سجاده با قلب سلیم یکصمد مرتبه بگوید "یا لطیف" انشاء الله به حاجت خود خواهد رسید. و نیز مذکور است دختر این آیات: "بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ اِنَّا فَتَحْنَا لَكَ فَتْحًا مُّبِیْنًا لِيُغْفِرَ لَكَ اللّٰهُ مَا تَقَدَّمَ مِنْ ذَنْبِكَ وَمَا تَاَخَّرَ وَیَتِمَّ نِعْمَتَهُ عَلَیْكَ وَیَهْدِیْكَ صِرَاطًا مُّسْتَقِیْمًا وَیَنْصُرَكَ اللّٰهُ نَصِیْرًا عَزِیْزًا" را بنویسد بسیار مؤثر خواهد بود. توسیلات و نمازهایی هم وارد شده که برای حاجت گرفتن و بخت گشایی بی تأثیر نخواهد بود و آن به قرار ذیل است:

توسل به امیرالمومنین ((علیه السلام))

هر کس در ثلث آخر شب دو رکعت نماز بخواند با حضور قلب و بعد از آن سر به سجده گذارده و چهل مرتبه این جمله را بگوید:
 "اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِرُوحِ عَلِيِّ بْنِ أَبِي طَالِبٍ الَّذِي مَا أَشْرَكَكَ بِاللَّهِ طَرْفَةَ عَيْنٍ أَنْ تَقْضِيَ حَاجَتِي" پس حاجت خود را از خدا بخواهد.

توسل به حضرت زهرا ((سلام الله عليها))

خواندن دو رکعت نماز و بعد از سلام نماز، گفتن سه تکبیر و تسبیح حضرت زهرا ((سلام الله عليها)) را که (۳۴ مرتبه الله اکبر؛ ۳۳ مرتبه الحمد لله و ۳۳ مرتبه سبحان الله) می باشد. و بعد به سجده رفتن و پیشانی به مهر نهادن و قرائت صد مرتبه "یا مَوْلَاتِی یا فَاطِمَةُ أَعِیْثِی" بعد طرف راست صورت- را بر مهر نهادن و صد مرتبه همین جمله را گفتن و بعد طرف چپ صورت را بر مهر نهادن و صد مرتبه این جمله را خواندن و مجدداً پیشانی را بر مهر نهادن و صد و ده مرتبه همان ذکر را گفتن و از خدا حاجات خواستن بسیار مؤثر است.

توسل به حضرت حجت ((علیه السلام))

بسیار مجرب است هفتاد مرتبه بگوید: "یا الله یا مُحَمَّدُ یا عَلِیُّ یا فَاطِمَةُ یا صَاحِبَ الزَّمانِ اذْرِکْنِی و لا تُهْلِکْنِی و ... " وارد شده که هر کس حاجتی داشته باشد بعد از نصف شب با داشتن وضو و لباس تمیز دو رکعت نماز توسل به حضرت حجت بخواند و در رکعت اول در سوره حمد هنگامی که به «إِيَّاكَ نَعْبُدُ وِإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ» رسید، صد مرتبه این جمله را بگوید و بقیه سوره را تمام کرده و بعد سوره توحید را بخواند پس به رکوع برود و در رکوع هفت مرتبه «سُبْحَانَ رَبِّيَ الْعَظِيمِ و بِحَمْدِهِ» را بگوید و بعد به سجده رود و در هر سجده هفت مرتبه «سُبْحَانَ رَبِّيَ الْأَعْلَى و بِحَمْدِهِ» را قرائت نماید و برخیزد برای رکعت دوم و به همین قسم رکعت دوم را هم به جا آورد پس از خاتمه آن نماز دعا کند و حاجت خود را از خدا تمنا نماید و او را به امام زمان ((علیه السلام)) قسم بدهد و بعد آن قدر بگوید «یا کریم» تا یک نفس قطع شود.

ختم باب الحوائج امام موسی کاظم ((علیه السلام))

نماز حضرت موسی بن جعفر ((علیه السلام)) و آن دو رکعت است؛ در هر رکعت بعد از حمد دوازده مرتبه سوره توحید را بخواند و بعد از نماز صد مرتبه صلوات بفرستد و بعد به سجده رود و دوازده مرتبه بگوید: "اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ بِحَقِّ الْمَجْبُوسِ وَ فِي سَبْعِينَ هَارُونَ تَقْضِيَ حَاجَتِي".

ختم مجرب اذا وقع

در هر ماهی که روز دوشنبه اولش باشد شروع کند؛ روز اول یک مرتبه روز دوم دو مرتبه تا روز چهاردهم چهارده مرتبه خوانده شود. روز اول که ماه است هنگام شروع دو رکعت نماز حاجت بخواند و بعد از نماز تسبیحات حضرت زهرا ((سلام الله عليها)) و روزهای پنجشنبه بین این چهارده روز بعد از قرائت سوره اذا وقع این دعا را یک مرتبه بخواند: بسم الله الرحمن الرحيم یا واجد یا ماجد یا جواد یا حلیم یا حنان یا منان یا کریم اسئلك تحفة من تحفاتك تلئم بها شعبي و تقضي بها ديني و تصلح بها شاني برحمتك يا سيدي اللهم ان كان رزقي في السماء فانزله و ان كان في الارض فاخرجه و ان كان بعيداً فقربه و ان كان قريباً فيسره و ان كان قليلاً فكثره و ان كان كثيراً فبارك لي فيه فأرسله على أيدي خيار خلقك و لا تحوجنني إلى شرار خلقك و ان لم تكن فكونه بكيوتيتك اللهم انقلب لي حيث أكون و لا تتقلني إليه حيث يكون إنك على كل شيء قدير يا رحيم يا غني وصل على محمد وآل محمد أتمم علينا نعمتك و هئنا كرامتك برحمتك يا أرحم الراحمين.

ختم یا علی ((علیه السلام))

اسم مبارک حضرت علی ((علیه السلام)) برای هر حاجتی که مداومت شود چهار روز نگذشته که نتیجه خواهد داد. ان شاء الله و آن این است که به جای خلوت برود و دوازده هزار مرتبه (یا علی) بگوید، البته حاجتش روا شود شکی نیست زیرا که علی ((علیه السلام)) اسم اعظم است. و طریق دیگر: در مدت ده شب و هر شب در وقت معین دو رکعت نماز حاجت بخواند و بعد از نماز بدون تکلم یکصد و ده مرتبه صلوات بفرستد و بعد از آن یکهزار و پانصد و هفتاد مرتبه بگوید (یا علی) و بعد حاجت خود را از خدا بخواهد و سه مرتبه صلوات بفرستد که مجرب است.

جهت بر آمدن هر حاجت

گویند اگر کسی سه بار (آیه الکرسی) آیات ۲۵۵ تا ۲۵۷ سوره بقره را بر آب بخواند و روی خود را با آن بشوید و دو رکعت نماز بگذارد و در هر رکعت یک مرتبه حمد و یک مرتبه آیه الکرسی را بخواند، هر مرادی داشته باشد حاصل خواهد شد ان شاء الله.

نماز حاجت از حضرت رسول اکرم ((صلی الله علیه و آله))

از حضرت رسول اکرم ((صلی الله علیه و آله)) روایت شده است که هر کس پیش از نماز صبح دو رکعت نماز حاجت بخواند در رکعت اول بعد از حمد، هفت مرتبه سوره قل یا ایها الکافرون و در رکعت دوم بعد از حمد هفت مرتبه سوره قل هو الله را و چون نماز را سلام بدهد ده مرتبه بگوید: "سُبْحَانَ اللَّهِ وَالْحَمْدُ لِلَّهِ وَلَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَاللَّهُ أَكْبَرُ وَلَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ الْعَلِيِّ الْعَظِيمِ" و ده مرتبه صلوات بفرستد و ده مرتبه بگوید «يَا غِيَاثَ الْمُسْتَغِيثِينَ اغْنِنِي» و بعد حاجت خود را بخواهد.

نماز حاجت دیگر

هر کسی دو رکعت نماز حاجت بخواند و بعد از نماز یک دور تسبیح حضرت زهرا ((سلام الله علیها)) را بگوید و بعد به سجده رفته و دو بیست و بیست مرتبه آیه «وَدَاثُنُونَ إِذْ ذَهَبَ مُغَاضِبًا» را بخواند و در حالت سجده حاجت خود را از خدا بخواهد، ان شاء الله حاجت روا خواهد شد.

نماز استغاثه به حضرت زهرا ((سلام الله علیها))

دو رکعت نماز بگذارد و چون سلام نماز گفתי سه مرتبه تکبیر و تسبیح حضرت زهرا ((سلام الله علیها)) را قرائت کن پس به سجده برو و صد مرتبه بگو: (يَا مَوْلَاتِي يَا فَاطِمَةَ اغْنِينِي) پس جانب راست صورت را بر زمین گذار و همین را صد مرتبه بگو؛ پس جانب چپ صورت را بر زمین بگذارد و صد مرتبه بگو پس باز به سجده برو و صد و ده مرتبه همین ذکر را بگو و حاجت خود را یاد کن، به درستی که خداوند بر می آورد آن را.

ختم صلوات

به مدت سیزده روز هر روز هزار مرتبه در وقت معین به روح یکی از چهارده معصوم صلوات بفرستد. اول به روح پیغمبر اکرم ((صلی الله علیه و آله)) دوم فاطمه زهرا ((سلام الله علیها)) سوم علی ((علیه السلام)) تا روز سیزدهم بر امام حسن عسکری ((علیه السلام)) بعد رو به قبله تسبیح را آویزان نموده و هر وقت حاجتش برآورده شد هزار مرتبه صلوات به روح مقدس امام زمان ((علیه السلام))

السلام)) بفرستد.

چند عمل باعث استجاب دعا است:

۱- گفتن بسم الله در اول دعا ۲- مدح خداوند ۳- صلوات فرستادن بر محمد و آل محمد ۴- نا امید شدن از مردم ۵- حضور قلب و امیدوار شدن به استجاب دعا ۶- اصرار کردن در دعا ۷- انگشتر عقیق در دست داشتن ۸- انگشتر فیروزه در دست داشتن ۹- چهل مؤمن را قبل از دعا، دعا کردن ۱۰- صد آیه از قرآن خواندن و پس از آن هفت مرتبه یا الله ۱۱ ختم کردن دعا به گفتن " ما شاء الله و لا حول و لا قوة الا بالله العلی العظیم."

فصل نهم: دختران و ازدواج

دختران و ازدواج

ازدواج یک پیمان مقدس الهی و آسمانی است که هر دختر و پسر برای تشکیل خانواده و کانونی گرم و با صفا به استقبال آن می رود. دختر عزیزم! هنگامی که شخصی به خواستگاری تو بیاید، در مورد دو مسأله اساسی از او سؤال کن: ۱- دین او ۲- اخلاق او اگر دارای این دو صفت باشد، هرگز برای موافقت و ازدواج با او به خود تردید راه نده، زیرا دین و اخلاق، کلید سعادت زندگی خانوادگی تو است. پس باید درباره این دو صفت سؤال کنی. مبدا راجع به مدرک و حقوق و حساب و نسب او و مقدار مهری که باید بدهد، بیش از اندازه اهمیت دهی، و به بهانه ادامه تحصیل و گرفتن مدرک بالاتر و نظایر آن، دست رد به سینه خواستگار خود بزنی. رسول خدا- صلی الله علیه و آله- می فرماید: "چنانکه خواستگاری قدم به جلو گذارد که دارای اخلاق و دین باشد، بپذیرد... که اگر نپذیرد فتنه و فساد بسیاری در دنیا به وجود خواهد آمد ("۱). ازدواج آشیانه طلائی است که با تن دادن به آن انس و آسایش ما را فراهم خواهد کرد، و موجب نگهداری و حفظ شما از فساد و انحرافات اخلاقی می‌گردد. خداوند بزرگ، دختر را نیافریده که در دنیا و زندگی، گوشه گیری و تنهایی را اختیار نماید. بلکه او را آفریده تا در کنار همسر خود و دوش به دوش هم برای ساختن خانواده و جامعه خود به زندگی ادامه دهد، و نسل بشریت توسط او ادامه یابد، و مادری برای نسل جدید باشد. شخصی به رسول خدا گفت: به چه کسی دختر بدهم. ۱. کتاب کافی، ج ۵، ص ۳۴۷. رسول خدا (صلی الله علیه و آله) فرمود: "به هم شأن خود". گفت: "ای رسول خدا! هم شأن، چه کسی است؟" پیامبر- صلی الله علیه و آله- فرمود: "برخی از مؤمنان، هم شأن خود هستند ("۱). اما اگر خواستگار، از دین منحرف و بد اخلاق بود، مثلاً بی نماز یا شرابخوار و یا دارای صفاتی شبیه اینها، او را بدون تردید، رد کن. مبدا عناوین فریبنده او مانند ثروت زیاد و مقام و منصب، شما را بفریبد؟ چرا که زندگی فردی و مجردی بهتر از زندگی با همسری است که از دین خبر نداشته باشد و یا منحرف است و اینکه بد اخلاق و بد کردار باشد، حتی اگر مال فراوان داشته و یا صاحب جاه و مقام باشد. (۲) در اسلام، همسر خوب علاوه بر مسلمان و هم مذهب بودن، باید دارای شرایط ذیل باشد: ۱. کتاب کافی ج ۵، ص ۳۳۷؛ بحار الانوار، ج ۱۰۳، ص ۱۳۷. ۲. دختران جوان باید بدانند، لطیف راشدی الف: با تقوا و متدین باشد. (۱) شخصی با امام حسن ((علیه السلام)) درباره ازدواج دخترش مشورت کرد که چه همسری برایش اختیار کند. حضرت فرمود: او را به همسری شخصی متدین و با تقوا در آور؛ زیرا اگر او را دوست بدارد، گرمی اش خواهد داشت و اگر دوستش نداشته باشد (چون متدین است) به او ظلم نمیکند. (۲) ب. اخلاق خوب داشته باشد. (۳) آن چه زندگی را شیرین میکند، اخلاق خوب است یعنی مرد همسرش را درک کرده و روحیات او را بشناسد. خوش برخورد، مهربان، با گذشت و... باشد. شخصی به نام حسین بشار می گوید: به امام رضا ((علیه السلام)) نوشتم که یکی از بستگانم برای خواستگاری دخترم نزد من آمده است؛

ولی اخلاق خوبی ندارد (چه کنم؟) حضرت فرمود: اگر ۱. تحریر الوسيله، ج ۲، باب نکاح، م ۲. ۲. میزان الحکمه، ج ۴، ص ۲۸۱. ۳. همان، م ۴. اخلاقش خوب نیست به او زن مده. (۱) ج. امین باشد. د. از نظر مالی، قدرت بر نفقه و اداره زندگی داشته باشد. امام صادق ((علیه السلام)) فرمود: همسر هم شأن و شایسته آن است که عقیف بوده و قدرت بر نفقه داشته باشد. (۲) ه- اصالت خانوادگی داشته باشد. پیامبر اکرم ((صلی الله علیه و آله)) فرمود: از خانواده های شایسته و با اصالت، همسر انتخاب کنید؛ زیرا اخلاق پدر و مادر و اجداد به فرزندان منتقل می شود. (۳) و (۴) ۱. مرآت العقول، ج ۲۰، ص ۲۰۴۱۸. ۲. بحار الانوار، ج ۳، ص ۱۰۳، ص ۳۷۲. ۳. لئالی الاخبار، ج ۳، ص ۲۱۸. ۴. دختران چه می پرسند، محمود اکبری، ص ۴۷ و ۴۸.

داستان

دختری در نامه اش نوشته است^۱: دختری هستم دانشجو و در سنی قرار گرفته ام که موقعیت های زیادی جهت ازدواج برایم پیش آمده، ولی پدر و مادرم به نحوی مانع ازدواجم شده اند. البته نه اینکه فکر کنید خواستگارم ایرادی داشته است، بلکه آنها دلایلی را مطرح میکنند که به نظرم هرگز موفق به ازدواج نخواهم شد، در صورتی که این افراد مؤمن و از نظر موقعیت اجتماعی نیز خوب بوده اند. گاهی حتی بدون سؤال کردن، از من به آنها جواب منفی می دهند و این برای آنها به صورت عادت در آمده است. من توقع دارم حداقل از من، هم نظر خواهی کنند و اجازه دهند که من نیز در سرنوشت آینده ام تصمیم بگیرم. باید بگویم که قبلاً از آنها بسیار دلگیر هستم؛ چون به روشنی می بینم که آینده مرا نامعلوم کرده اند. ("۱" "۱") "أم آریاس" بانوی هوشمندی است که دخترش را شوهر داد و شب عروسی، هنگامی که می خواست دخترش را به خانه ببرند، او را طلبیده و به او ده سفارش هدیه نمود و تاکید کرد که برای برقراری زندگی سالم، حتماً به آن عمل کند. ۱. ابراهیم امینی، انتخاب همسر ص ۱۶ نخست به او گفت: دخترم! بدان که تو از زندگی ای که با آن خو گرفته ای جدا می شوی و به خانه ای که از آن کاملاً بیگانه هستی می روی و یا رفیقی که با او انس نگرفته ای همنشین میگردی. این ده دستور را از من بشنو و به آن عمل کن تا در خانه جدید خوشبخت گردی: ۱- با قناعت، زندگی نیکی را با همسرت تشکیل بده. ۲- در شنیدن سخن همسر و اطاعت از او کوشا باش. ۳- با چشمی مهر و نگاهی متواضعانه به همسرت بنگر. ۴- نظافت و خوشبویی را رعایت کن. ۵- اموال شوهرت را حفظ کن و بدان که حفظ اموال او با اندازه گیری و اعتدال حاصل میگردد. ۶- احترام بستگان شوهرت را نگهدار و بدان که این کار را می توانی با سر پنجهء تدبیر و هوشیاری، انجام دهی. ۷- غذای شوهر خود را در وقت خود و با کیفیت خوب آماده کن؛ زیرا گرسنگی عامل بروز ناملازمات است. ۸- هنگام استراحت شوهر، سکوت و آرامش را رعایت کن؛ زیرا آشفته نمودن خواب، خشم انگیز است. ۹- رازهای مگو را برای او فاش مکن؛ زیرا در صورت افشای راز، از نیرنگ او در امان نخواهی بود. ۱۰- از او اطاعت کن؛ زیرا سرکشی از خواستهء مشروع او، موجب انباشته شدن کینه در سینه او می شود. دخترم! اگر این دستورها را با حوصله و تحمل به خوبی انجام دهی، به یقین بدان که عواطف شوهر را به سوی خود جلب کرده، در پرتو آن زندگی شیرینی را با همسرت پدید می آوری ("۱") پیامبر اسلام ((صلی الله علیه و آله)) می فرماید: بر زن واجب است که: ۱- اطاعت کند از شوهرش. (در غیر معصیت خدا) ۲- زن بدون اذن شوهر، روزه مستحبی نگیرد ۳- نذر شرعی بدون اجازه شوهر نکند ۴- صدقه و خیرات، بی ۱. الحَلَقَاتُ الدَّهَبِيَّة، ج ۱۴۰، ص ۶۰. به نقل از داسان دوستان، ج ۵، ص ۱۱۷. اذن شوهر ندهد ۵- بی اذن شوهر از منزل خارج نشود، زنی که بی اذن شوهر از منزل خارج شود، فرشته های آسمان و زمین بر او لعنت میکنند تا آن زن به منزل برگردد (۱). امام باقر ((علیه السلام)) می فرمایند: برای زن هیچ شفاعتی در پیشگاه پروردگارش به اندازه رضایت شوهرش ثمربخش و مفیدتر نیست. (۲) پیامبر ((صلی الله علیه و آله)) می فرماید: بهترین زنان زنی است که وقتی خشمگین شود یا شوهرش بر او خشم گیرد، به شوهرش بگوید: دستم را در دست تو میگذارم و خواب را به چشم، راه نمی دهم تا وقتی که از من راضی شوی. (۳) ۱. جامع الدر، ج ۲، ص ۱۹۱. ۲. سفینه البحار، ج ۱،

ص ۵۶۱. ۳. بحار الانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۳۹، ح ۴۵/ کتاب الغایات. پیا مبر ((صلی الله علیه و آله)) می فرما ید: هر زنی هفتاد هزار سال پروردگار عالم را عبادت کند و شوهر از او راضی نباشد جای او در آتش دوزخ است و هر زنیکه که گمان بدی به شوهر خود ببرد و از شوهر خود حلاوت نطلبد، در لعنت خدا باشد و از رحمت خدا به دور باشد. (۱) پیا مبر ((صلی الله علیه و آله)) می فرما یند: زنیکه فرزندش را شیر دهد، خداوند از برای آن زن بنویسد به هر قطره ای سی حسنه و بلند کند برای او سی درجه در بهشت.

(۲) پیا مبر ((صلی الله علیه و آله)) می فرما ید: هر گاه زن اطاعت شوهر نماید و روزه ماه مبارک رمضان را بگیرد و نماز پنجگانه به جای آورد، بلند کند حق تعالی برای او ۱. جامع الدرر، ج ۲، ص ۱۹۲. ۴. جامع الدرر، ج ۲، ص ۱۹۴. بیست درجه و داخل بهشت شود از هر دری که بخواهد. (۱) امام صادق ((علیه السلام)) میفرماید: زنی که به شوهرش لیوان آبی دهد، برای او بهتر از عبادت یک سال می باشد که روزهایش روزه باشد و شبهایش عبادت کند و خداوند به جای هر لیوان آبی که به شوهرش بنوشاند شهری در بهشت برایش می سازد و شصت گنااهش را می آمرزد. (۲) پیا مبر گرا می ((صلی الله علیه و آله)) می فرما یند: هر زنی که با شوهرش قهر کند در حالیکه خودش مقصر بوده، در قیامت با فرعون و هامان و قارون در پایین ترین جایگاه آتش محشور می شود مگر آنکه توبه کند و نزد شوهرش برگردد. (۳) پیا مبر ((صلی الله علیه و آله)) می فرما یند: ۱ جامع الدرر، ج ۲، ص ۱۹۳. ۲. وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۲۳، ح ۳۳. مکارم الاخلاق، ص ۲۰۲. هر زنی که با ثروتش بر شوهرش منت گذارد و به او بگوید تو از ثروت من چیزی می خوری، اگر این ثروت را در راه خدا صدقه بدهد، خدا از او نمی پذیرد تا آنکه شوهرش از او راضی شود (۱) امام صادق ((علیه السلام)) می فرماید: خداوند عذاب و فشار قبر را از سه گروه زنان برداشته و در قیامت با فاطمه (سلام الله علیها) دختر پیامبر محشور خواهند شد. زنی که بر غیرت شوهرش صبر کند و زنی که بد اخلاقی شوهرش را تحمل نماید و زنی که مهریه خود را به شوهرش ببخشد و خداوند به هر کدام از آنان پاداش هزار نفر شهید و ثواب یک سال عبادت را می دهد. (۲) ۱. مکارم الاخلاق، ص ۲۰۲. ۲. وسائل الشیعه، ج ۱۵، ص ۳۷، ح ۳ پیا مبر ((صلی الله علیه و آله)) می فرما یند: هر زنی که با نگاه خشم آلود به شوهرش نگاه کند، به خاکستری از آتش جهنم سرمه اش می زند. (۱) امام صادق ((علیه السلام)) می فرماید: هر زنی که به شوهرش بگوید هرگز من از تو خیری ندیدم، ثواب اعمالش از بین می رود. (۲) امام صادق ((علیه السلام)) می فرماید: بهترین زنان شما آن زنی است که چون شوهرش به او چیزی دهد، سپاسگزاری کند و اگر ندهد راضی باشد. (۳) بهترین زنان شما آن زنی است که بیشتر برای شوهرش ۱. مستدرک الوسائل، ج ۱۴، ص ۲۳۸، ح ۲۲ و وسائل الشیعه، ج ۱۴، ص ۱۱۵، ح ۳۰۷. بحار الانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۳۱، ح ۴۶/ کتاب الغایات. آرایش و زینت میکند؛ اما از بیگانگان، خود را می پوشاند. (۱) پیا مبر ((صلی الله علیه و آله)) می فرما یند: هر گاه زنی با بوی خوش از خانه اش خارج می شود تا زمانی که به خانه اش برنگشته است مورد نفرین واقع می شود.

(۲) پیا مبر ((صلی الله علیه و آله)) می فرما یند: وظیفه زن نسبت به شوهرش این است که چراغ خانه را روشن کند، غذای مطبوع و نیکو تهیه نماید و تا درب خانه به پیشواز شوهرش برود و به او خوش آمد بگوید و سپس آب و حوله و تشت فراهم کند و دستهای او را بشوید و چنانچه عذر شرعی نداشته باشد مانع شوهر نشود. (۳). ۱. بحار الانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۳۵، ح ۲۰/ روضه الواعظین. ۲. بحار الانوار، ج ۱۰۳، ص ۲۴۷، ح ۲۷/ ثواب الاعمال. ۳. مستدرک الوسائل، ج ۱۴، ص ۲۵۴، ح ۲

فصل دهم: دختران و نصایح

دختران و نصایح

۱- دخترم! همیشه خود را در محضر پروردگار ببین چنانکه امام صادق (علیه السلام) می فرماید: بدان که والاترین و واجبتین موعظه ها و نصایح این است که هیچ گاه خدا را فراموش نکنی و همواره به یاد او باشی و هرگز او را معصیت ننمایی. ۲- ایام

جوانی، ایامی است با ارزش که به سرعت سپری خواهد شد و هیچ گاه این ایام، باز نمیگردد پس قدر این فرصتهای طلایی را بدان و برای هر ساعت آن تلاش کن که بیهوده تلف نشود. ۳- نفس سرکش انسان طبیعتاً انسان را به طرف لذات و شهوات میکشاند لذا اگر انسان در برابر این کششهای خطرناک مبارزه و استقامت نکند، کم کم به ورطه حیوانیت و سقوط و تباهی کشیده خواهد شد.

۴- هیچ گاه از درگاه ربوبی نا امید مشو و اگر خدای نکرده غفلتاً مرتکب گناهی هم شدی، بلافاصله در پیشگاه ربوبی توبه نما؛ بدان که او نسبت به بندگانش بسیار رئوف و مهربان است و رسول اکرم ((صلی الله علیه و آله)) در این زمینه می فرماید: "محبوبتر از هر چیز نزد خداوند، توبه جوانی است که از گناه پشیمان شود و از پیشگاه او آمرزش بخواهد." (۱) ۵- هیچ گاه خشنودی دیگران را بر رضایت خدا ترجیح مده، هر جا که رضای خدا باشد، خشنودی خوبان را در آن خواهی دید. ۶- به خدا و ائمه اطهار (عشق و رزی را هیچ گاه فراموش نکن و سعی کن در طول هفته قرائت قرآن، دعای کمیل، توسل، ندبه و زیارت عاشورا را ترک نکنی. ۷- بدان که بهترین دوست، کسی است که با دیدن او و با شنیدن سخنانش، تو را به یاد خدا و به خدا نزدیکتر میکند.

۱. میزان الحکمه، ج ۵، ص ۸۷-۸- حجاب را حجاب را چرا که حجاب تو ارزش و وقار و افتخار و شرافت و زیبایی تو است پس حجاب را حفظ و هیچ گاه خود را برای دیگران نیارای و با لباسهای نازک و مدل دار پا به عرصه جامعه مگذار که فردای قیامت باید جوابگو باشی و بدان کسی که حجابش را حفظ نکند و موهای خود را برای نامحرمان به روی پیشانی بریزد فردای قیامت خداوند او را با پیشانی به سقف جهنم آویزان خواهد نمود. ۹- همانطور که قرآن فرموده: با ناز و کرشمه و به گونه ای هوس انگیز با نامحرمان سخن مگو چرا که بیمار دلان به شما طمع خواهند کرد. ۱۰- سعی کن لباس بیرون از خانه ات طوری نباشد که انگشت نما شوی و توجه دیگران را به خود جلب کنی و غضب پروردگار را برای خود و دیگران فراهم نمایی. ۱۱- هر انسانی زندگیش را با هدف پیش می برد و انسان بدون هدف به جایی نخواهد رسید، پس برای تمام اوقات با هدف خاصی برنامه ریزی را فراموش نکن؛ برای تحصیل، برای خواب، برای عبادت و... ۱۲- شبها، نیم ساعت قبل از خواب مطالعه کتابهای مفید از جمله کتابهای اخلاقی، اعتقادی، تاریخی و قرائت قرآن را فراموش نکن. ۱۳- هیچگاه به نامحرم دلبستگی پیدا نکن و هیچ گاه فریب و سوسه های شیطانی را مخور. ۱۴- برای سالم سازی جسم و نشاط روح، ورزش را فراموش نکن. ۱۵- برای رفع خستگی و ایجاد تنوع بعد از مطالعه گاهی هم آشپزی، خیاطی، گلدوزی، طراحی، نقاشی و... را از یاد نبر تا موجب شکوفایی استعدادهایت در این زمینه ها گردد. ۱۶- هیچ گاه و به هیچ عنوان به پدر و مادرت بی احترامی نکنی و هیچ گاه نماز و عبادتت به تأخیر میانداز و هیچ گاه با مردم بد اخلاق نباش که کمال انسان در همین ها می باشد. ۱۷- اگر کسی واقعاً قدم در عالم دین بگذارد و از روی صدق و حقیقت تسلیم اوامر خداوندی شود، و خواست و سلیقه شخصی خود را مقدم بر تعالیم دینی نگرفته و صادقانه خود را بر تعالیم آسمانی منطبق گرداند، محال است خوشبخت نشود. (۱) ۱۸- از مشورت با افرادی که به صداقت و دوستی آنها ایمان دارید کوتاهی نکنید، چون برای یک نفر مقدر نیست که همه چیز را شخصاً تجربه کند. ۱۹- از خستگی زیاد دوری کنید، جوان و با نشاط بمانید و از زندگی لذت ببرید. ۲۰- گذشته را فراموش کنید و برای امروز زندگی کنید و زندگی را از ته دل دوست بدارید تا زندگی هم به شما عشق ورزد. عادت کنید تصمیم بگیرید و عمل کنید. ۲۱- باید خوشبخت بودن را از بچه ها یاد گرفت، آنها خوشبختی اصلی خود را با داشتن چیز کمی احساس می کنند. ۲۲- با دقت تمام و به طور واقع بینانه و منصفانه، نقاط قوت و ضعف خود را باز شناسید و اهداف معقولی را برای زندگی پر تحرک، پویا و مولد خودتان در نظر بگیرید. ۲۳- حسادت ها، تردیدها، کینه توزی ها و خودخواهی های ۱. می خواهم خوشبخت باشم، سید محمد کاظم سجادی. افراطی خود را کنار گذارید. این کار سبب می شود که درد و رنج از شما دور شود. ۲۴- آنقدر دریا دل باشید که از چیزی نگران نشوید، آنقدر بزرگواری باشید که خشمگین نگردید، آنقدر نیرومند باشید که از چیزی نترسید و آنقدر راضی باشید که به هیچ مشکلی اجازه خودنمایی ندهید. (به این جملات بیندیشید). ۲۵- از سخن چینی بپرهیزید و هنگام انتقاد از دوستان نهایت ملایمت و ملاحظت را بکار ببرید. ۲۶- همواره

خیر دیگران را بخواهید و بیش از آنچه توقع یاری از دیگران دارید، یار و مددکار آنان باشید، مطمئن باشید که در آن صورت موفق به جلب دوستی و یآوری دیگران خواهید ۲۷- افراد موفق همیشه نمی توانند از عهده خرید اجناس گرانها برآیند ولی آنها همیشه بهترین کارهایی را که می توانند از عهده آن برآیند انجام می دهند ۰ به این ترتیب، ما نیاز نداریم ثروتمند باشیم. ۲۸- سعی کنید در زندگی، دوستان خوبی داشته باشید. بزرگان ما پیوسته در مورد داشتن دوست خوب و حفظ آن تأکید کرده اند. اگر مایلیم دوستان خوبی برای خود انتخاب کنیم در درجه اول باید سعی کنیم خودمان خوب باشیم و اولین صفت خوبی که باید در خودمان ایجاد کنیم این است که همیشه به خاطر داشته باشیم اولین دوست ما خداست. بنابراین سعی کنیم در درجه اول همانگونه رفتار کنیم و همانگونه زندگی کنیم که این دوست حقیقی از ما می خواهد. اگر اینگونه زندگی کنیم باید بدانیم که دوستان خوب بسیاری را به دست خواهیم آورد ۲۹۰- از رسول خدا ((صلی الله علیه و آله)) پرسیدند: "محبوبترین مردم نزد خدا کیست؟! فرمود: آن کسی که بیشتر از سایرین نفعش به مردم برسد." ۳۰- یکی از عوامل خوشبختی، ساده زیستی است. بدون اینکه لذتهای خدا را بر خود حرام کنید و از کارهای زندگی دست بکشید. خود را اسیر اشیاء نکنید؛ مثل کسی که هزاربند به او بسته شده است، چرا که در غیر این صورت نمی توانید به آرامش دست یابید. ۳۱- به عهد و پیمانهای خویش وفادار باشید تا نزد دیگران عزیز، محترم و مورد اعتماد باشید و خود از آسایش و رفاه بیشتری بهره ببرید. ۳۲- همیشه خود را در آستانه به دست آوردن یک موفقیت استثنایی بدانید ولی فراموش نکنید که رمز بدست آوردن موفقیت تنها یک چیز است: "همت کردن در طلب آن" پس سعی کنید. ۳۳- با هوسها مبارزه کنید. اگر کسی در شرایطی مناسب به سر می برد، کاری را که برای رسیدن به شرایط خوب او باید انجام داد، انجام دهید به جای اینکه به کسی حسادت ورزید، سعی کنید دریابید او چه خصوصیتی دارد که این موفقیتها را کسب کرده است؛ و اگر در مقابل همان مراحل شکست خورده اید، با شجاعت "علل" آن را تجزیه و تحلیل کنید. از حسادت دوری نموده و مستقل باشید. ۳۴- هرگز توقع تشکر و سیاستگزاری نداشته باشید، آیا میدانید بزرگترین گرفتاری و عقب ماندگی بعضی از مردم چیست؟! بزرگترین علل درماندگی بیشتر مردم این است که حتی پس از چهل یا پنجاه سال زندگی هنوز هم نتوانسته اند برنامه ای برای زندگی روزانه خود تنظیم کنند و عادت کرده اند که از همان اوان کودکی همیشه بگویند: "ولش کن بابا، باشه فردا، باشه هفته دیگر." ۳۵- مطمئن باشید (!) اگر تمام وسایل راحتی زندگی را فراهم نمایید، ولی به والدین احترام نکنید، خوشبخت نخواهید شد. ۳۶- افرشته و مقتدرانه با حالت آرامش و گامهای استوار راه بروید. ثابت شده افرادی که چنین راه می روند به خود اعتماد دارند. ۳۷- با زبان مثبت و دلگرم کننده صحبت کنید. در نظر داشته باشید آنچه که در مورد خود به دیگران میگویید به وسیله آنها ضبط می شود. ۳۸- احترام به والدین "لازمه خوشبختی" است. ۳۹- هیچ وقت نگذارید دوستان و آشنایان با نظر ترحم و شفقت به شما نگاه کنند، زیرا، خوشبختی، "همیشه افراد شجاع و دلیر را دوست دارد و از اشخاص مجنون و زبون بیزار است. ۴۰- سختی هایی که در زندگی دنیایی برای انسان پیش می آید، خداوند متعال آنها را کفاره گناهان او می سازد و بدینوسیله هر بار بخشی از خطاهای او را مورد مغفرت قرار می دهد مانند امراض، اندوه و سایر مشکلات زندگی. رسول اکرم ((صلی الله علیه و آله)) می فرمایند: «السُّقْمُ يَمْحُو الدُّنُوبَ» مرض، گناهان را محو میکند. ۴۱- مراقب باشید که موانع کوچک دلسردتان نکند. مهم این است که اشتباه نکنید، موانع قابل رفع هستند. ۴۲- گفتن جمله "نمی دانم" از تظاهر به دانستن همه مسائل خیلی بهتر است و برای شما احترام بیشتری را به ارمغان می آورد. ۴۳- خودتان را عادت بدهید که دقایقی از وقتتان را در شبانه روز به فکر کردن و سنجش اعمال گذشته و برنامه های آینده تان اختصاص دهید. ۴۴- خوشبختی و نبوغ یعنی: نود درصد زحمت کشیدن و عرق ریختن و ده درصد الهام گرفتن. ۴۵- به خودتان تلقین کنید که: "هدف هر قدر هم مهم و رسیدن به آن دشوار باشد، برای شما قابل دست یافتن است." ۴۶- به سادگی به خودتان بگویید "اشتباه کردم" و هرگز از یک برچسب منفی دیگر استفاده نکنید، نگویید "من همیشه خراب میکنم" یا "عرضه هیچ کاری را ندارم" و نظائر آن. چرا که نتیجه اش برانگیختن است. ۴۷- اگر می خواهید روحی با

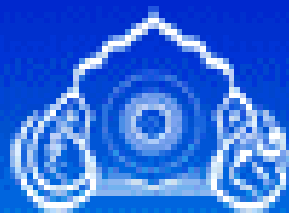
نشاط، بنیه قوی، اراده استوار و همت بلند داشته باشید، حتماً ورزش کنید. افرادی که ورزش میکنند، هرکاری را با ذوق و نشاط شرع کرده و با تلاش و کوشش به هدفهای خود می‌رسند؛ بنیه قوی ایشان باعث مقاومت آنها در برابر کلیه حوادث زندگی میگردد. عضلات محکم و پیچیده آنها سبب می‌شود که به واسطه اندک آسیبی که به یکی از اعضاء بدنشان وارد می‌آید از پای نیفتند. با اراده و تصمیم تغییرناپذیر خویش آنقدر کوشش میکنند تا در هر کاری موفق و کامروا گردند. ۴۸- شکست را هرگز نپذیرید، بدانید که هیچ وقت برای دادن "فرصتی دیگر" به خودتان دیر نیست. ۴۹- آنقدر مجدانه موفقیت را آرزو کنید که آهن ربا آهن را می‌رباید. شما قوی هستید به سهولت می‌توانید از کوه مشکلاتی که بین شما و موفقیت حائل است، صعود کنید و همچنان به سوی هدف بتازید و برای کسب موفقیت بیش از پیش قوی باشید. ۵۰- برای آنکه زندگانی خوب و معاشرت نیکو داشته باشید، با دوست و دشمن، با چهره‌ای گشاده برخورد نمایید، در برخورد با آنان، وقار غیر متکبرانه و تواضع غیر ذلیلانه داشته باشید. ۵۱- حقایق را بپذیرید و در مواردی که حقیقت ممکن است برایتان ناخوشایند باشد، از آن نگریزید. ۵۲- سعی کنید در هفته یک روز را استراحت کنید. روزهای بر مشغله‌ای را پشت سر گذاشته و سخت کار کرده‌اید. آن روز را تعطیل کنید و به تفریح پردازید؛ احساس زنده بودن را در تمام وجودتان بیدار کنید. ۵۳- "غیر ممکن است" را از ذهن خود بیرون کنید. در گفتارتان این جمله را به کار نبرید آن را بهانه عدم پیشرفتتان قرار ندهید. به جای آن همیشه از کلمه "با عظمت" ممکن است "استفاده کنید. پس اگر کاری را در نظر دارید که انجامش غیر ممکن به نظر می‌رسد، آن را از همه جوانب بررسی کنید تا ببینید که با متانت، آرامش و مطالعه دقیق، راه انجام آن را پیدا خواهید کرد. ۵۴- توجه به رضایت و خشنودی آفریدگار، یکی از راههای عمده رفع نگرانی هاست. امام حسین ((علیه السلام)) در سخت‌ترین لحظات مصیبت و بلا و ناراحتیهای طاقت فرسا و خردکننده، به هنگام شهادت کودک شیر خوار خود- که روی دست داشت - فرمود: "آسان است مصیبت‌هایی که بر من فرود می‌آید چون خدا می‌بیند." ۵۵- آیا خداوند هدایای گرانبهای خود را در بسته‌های زیبای آماده به شما اعطا میکند؟ هرگز! خداوند بعضی از نعمت‌ها را درون بسته‌ای از مشکلات اعطا میکند تا بندگان او با حل آن مسایل، شایستگی خود را برای دستیابی به آن نعمت ثابت کنند. ۵۶- هنگامی که به افراد بی ادب برمی‌خورید و احساس میکنید با داستانهای مُستهجن قصد ناراحت کردن شما را دارند و میکوشند نظرات خود را به شما بقبولانند، سعی کنید فوراً محیط را ترک کرده و از آنها کناره‌گیری و با عادت "نشستن و تحمل کردن" مبارزه کنید. با این کار نه تنها کنترل خود را در دست گرفته‌اید، بلکه به این افراد می‌آموزید که رفتارشان را با شما اصلاح کنند. ۵۷- از گناه دوری کنید چرا که گناهان در روح انسان آثار شومی می‌گذارند و وجدان را سخت خسته و آزرده میکنند. خاطره شوم گناه، که در اعماق ضمیر ناخودآگاه انسان نهفته است به آسانی محو نمی‌شود. این خاطره پلید در آن منطقه "ریشه" می‌دواند و تدریجاً شاخ و برگش فضای روح را فرامی‌گیرد؛ سایه شوم خود را بر روان میگستراند و جز فساد و تباهی میوه‌ای به بار نمی‌آورد. امام صادق ((علیه السلام)) فرمودند: "کار زشت، سریعتر از فرو رفتن کارد در گوشت، در صاحب خود اثر میگذارد." ۵۸- با هر انسانی که برخورد میکنید، او را با تقواتر از خود بدانید. ۵۹- اغلب کسانی که در قلمرو شکست سرگردان می‌شوند، برای این است که قادر نیستند به نفس اماره بگویند: "نه" ۶۰- خداوند رحمان، ستار و غفار است، توبه کنندگان را دوست دارد. اما آیا انسان می‌داند که چه وقت مرگش فرا می‌رسد که توبه را به تأخیر بیندازد و بگوید بعداً توبه میکنم. انسانی که یک لحظه از زنده ماندنش با خبر نیست وقتی از خانه بیرون می‌رود نمی‌داند تا برگشت به منزل زنده بر میگردد یا خیر یا وقتی شب می‌خوابد نمی‌داند صبح از خواب بیدار می‌شود یا خیر، پس چگونه جرأت برگناه پیدا میکند و توبه را به تأخیر می‌اندازد. دختران گرامی تا دیر نشده با خدا انس بگیرید و به درگاه او توبه نمایید، اگر تا به حال واجبات را ترک نموده‌اید از همین امروز شروع کنید به انجام دادن آن واجبات و ترک محرمات، خداوند رحمان و رحیم است و با نور او خودتان را نورانی نمایید. ۶۱- برای راستگو زندگانی خرم است و شاداب، ولی برای دروغگو همه چیز سنگین است و ناشاد. "راستی" اگر به قیمت مرگ خریداری شود به بهای ابدیت

خریده شده است. ۶۲- شخصی به پیامبر اکرم ((صلی الله علیه و آله)) گفت: "من قبلاً حافظه ام خوب بود و محفوظات ذهنم زود به خاطر می آمد ولی اکنون فراموشی و نسیان عارضم شده است." پیامبر ((صلی الله علیه و آله)) فرمودند: "شاید عادت داشته ای هنگام ظهر استراحت کنی و ترکش نموده ای." گفت: "آری." پیامبر ((صلی الله علیه و آله)) به او فرمودند: "استراحت نیمه روز را ترک نکن که حافظه ات همچون نخست خواهد ۶۳- هرگز نگویید "نمی توانم" شما که امتحان نکرده اید که می توانید یا نه، پس چطور از نتوانستن حرف می زنید؟! ۶۴- هر روز صبح به خود بگویید: "اشتباهاتی را که دیروز داشتم، امروز نخواهم کرد." ۶۵- دستها را بر زانوهایمان بگذاریم و بلند بگوییم "یا علی مدد" و برخیزیم! والسلام زینب منفرد شفتی. حوزه علمیه خواهران- ۱۳۸۶

درباره مرکز تحقیقات رایانه‌ای قائمیه اصفهان

بسم الله الرحمن الرحيم جَاهِدُوا بِأَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ ذَلِكُمْ خَيْرٌ لَّكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ (سوره توبه آیه ۴۱) با اموال و جانهای خود، در راه خدا جهاد نمایید؛ این برای شما بهتر است اگر بدانید حضرت رضا (علیه السلام): خدا رحم نماید بنده‌ای که امر ما را زنده (و برپا) دارد ... علوم و دانشهای ما را یاد گیرد و به مردم یاد دهد، زیرا مردم اگر سخنان نیکوی ما را (بی آنکه چیزی از آن کاسته و یا بر آن بیافزایند) بدانند هر آینه از ما پیروی (و طبق آن عمل) می کنند بنادر البحار-ترجمه و شرح خلاصه دو جلد بحار الانوار ص ۱۵۹ بنیانگذار مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان شهید آیت الله شمس آبادی (ره) یکی از علمای برجسته شهر اصفهان بودند که در دلدادگی به اهل بیت (علیهم السلام) بخصوص حضرت علی بن موسی الرضا (علیه السلام) و امام عصر (عجل الله تعالی فرجه الشریف) شهره بوده و لذا با نظر و درایت خود در سال ۱۳۴۰ هجری شمسی بنیانگذار مرکز و راهی شد که هیچ وقت چراغ آن خاموش نشد و هر روز قوی تر و بهتر راهش را ادامه می دهند. مرکز تحقیقات قائمیه اصفهان از سال ۱۳۸۵ هجری شمسی تحت اشراف حضرت آیت الله حاج سید حسن امامی (قدس سره الشریف) و با فعالیت خالصانه و شبانه روزی تیمی مرکب از فرهیختگان حوزه و دانشگاه، فعالیت خود را در زمینه های مختلف مذهبی، فرهنگی و علمی آغاز نموده است. اهداف: دفاع از حریم شیعه و بسط فرهنگ و معارف ناب ثقلین (کتاب الله و اهل البيت عليهم السلام) تقویت انگیزه جوانان و عامه مردم نسبت به بررسی دقیق تر مسائل دینی، جایگزین کردن مطالب سودمند به جای بلوتوث های بی محتوا در تلفن های همراه و رایانه ها ایجاد بستر جامع مطالعاتی بر اساس معارف قرآن کریم و اهل بیت علیهم السلام با انگیزه نشر معارف، سرویس دهی به محققین و طلاب، گسترش فرهنگ مطالعه و غنی کردن اوقات فراغت علاقمندان به نرم افزارهای علوم اسلامی، در دسترس بودن منابع لازم جهت سهولت رفع ابهام و شبهات منتشره در جامعه عدالت اجتماعی: با استفاده از ابزار نو می توان بصورت تصاعدی در نشر و پخش آن همت گمارد و از طرفی عدالت اجتماعی در تزریق امکانات را در سطح کشور و باز از جهتی نشر فرهنگ اسلامی ایرانی را در سطح جهان سرعت بخشید. از جمله فعالیت های گسترده مرکز: الف) چاپ و نشر ده ها عنوان کتاب، جزوه و ماهنامه همراه با برگزاری مسابقه کتابخوانی ب) تولید صدها نرم افزار تحقیقاتی و کتابخانه ای قابل اجرا در رایانه و گوشی تلفن همراه ج) تولید نمایشگاه های سه بعدی، پانوراما، انیمیشن، بازیهای رایانه ای و ... اماکن مذهبی، گردشگری و ... د) ایجاد سایت اینترنتی قائمیه www.ghaemiyeh.com جهت دانلود رایگان نرم افزارهای تلفن همراه و چندین سایت مذهبی دیگر ه) تولید محصولات نمایشی، سخنرانی و ... جهت نمایش در شبکه های ماهواره ای و راه اندازی و پشتیبانی علمی سامانه پاسخ گویی به سوالات شرعی، اخلاقی و اعتقادی (خط ۲۳۵۰۵۲۴) ز) طراحی سیستم های حسابداری، رسانه ساز، موبایل ساز، سامانه خودکار و دستی بلوتوث، وب کیوسک، SMS و ... ح) همکاری افتخاری با دهها مرکز حقیقی و حقوقی از جمله بیوت آیات عظام، حوزه های علمیه، دانشگاهها، اماکن مذهبی مانند مسجد جمکران و ... ط) برگزاری همایش ها، و اجرای طرح مهد، ویژه کودکان و نوجوانان

شرکت کننده در جلسه ی) برگزارای دوره های آموزشی ویژه عموم و دوره های تربیت مربی (حضورى و مجازى) در طول سال دفتر مرکزی: اصفهان/خ مسجد سید/ حد فاصل خیابان پنج رمضان و چهارراه وفائی / مجتمع فرهنگی مذهبی قائمیه اصفهان تاریخ تأسیس: ۱۳۸۵ شماره ثبت : ۲۳۷۳ شناسه ملی : ۱۰۸۶۰۱۵۲۰۲۶ وب سایت: www.ghaemiyeh.com ایمیل: Info@ghaemiyeh.com فروشگاه اینترنتی: www.eslamshop.com تلفن ۲۵-۲۳۵۷۰۲۳-۲۳۵۷۰۲۲ (۰۳۱۱) فکس ۲۳۵۷۰۲۲ (۰۳۱۱) دفتر تهران ۸۸۳۱۸۷۲۲ (۰۲۱) بازرگانی و فروش ۰۹۱۳۲۰۰۰۱۰۹ امور کاربران ۲۳۳۳۰۴۵ (۰۳۱۱) نکته قابل توجه اینکه بودجه این مرکز؛ مردمی ، غیر دولتی و غیر انتفاعی با همت عده ای خیر اندیش اداره و تامین گردیده و لی جوابگوی حجم رو به رشد و وسیع فعالیت مذهبی و علمی حاضر و طرح های توسعه ای فرهنگی نیست، از اینرو این مرکز به فضل و کرم صاحب اصلی این خانه (قائمیه) امید داشته و امیدواریم حضرت بقیه الله الاعظم عجل الله تعالی فرجه الشریف توفیق روزافزونی را شامل همگان بنماید تا در صورت امکان در این امر مهم ما را یاری نمایند انشاءالله. شماره حساب ۶۲۱۰۶۰۹۵۳ ، شماره کارت : ۶۲۷۳-۵۳۳۱-۳۰۴۵-۱۹۷۳ و شماره حساب شبا : ۵۳-۵۳-۰۶۰۹-۰۶۲۱-۰۰۰۰-۰۰۰۰-۰۰۰۰-۱۸۰-۰-IR۹۰ به نام مرکز تحقیقات رایانه ای قائمیه اصفهان نزد بانک تجارت شعبه اصفهان - خیابان مسجد سید ارزش کار فکری و عقیدتی الاحتجاج - به سندش، از امام حسین علیه السلام :- هر کس عهده دار یتیمی از ما شود که محنت غیبت ما، او را از ما جدا کرده است و از علوم ما که به دستش رسیده، به او سهمی دهد تا ارشاد و هدایتش کند، خداوند به او می فرماید: «ای بنده بزرگوار شریک کننده برادرش! من در کرم کردن، از تو سزاوارترم. فرشتگان من! برای او در بهشت، به عدد هر حرفی که یاد داده است، هزار هزار، کاخ قرار دهید و از دیگر نعمت‌ها، آنچه را که لایق اوست، به آنها ضمیمه کنید». التفسیر المنسوب إلى الإمام العسکری علیه السلام: امام حسین علیه السلام به مردی فرمود: «کدام یک را دوست تر می داری: مردی اراده کشتن بینوایی ضعیف را دارد و تو او را از دستش می رَهانی، یا مردی ناصبی اراده گمراه کردن مؤمنی بینوا و ضعیف از پیروان ما را دارد، امّا تو دریچه ای [از علم] را بر او می گشایی که آن بینوا، خود را بدان، نگاه می دارد و با حجّت های خدای متعال، خصم خویش را ساکت می سازد و او را می شکند؟». [سپس] فرمود: «حتماً رهاندن این مؤمن بینوا از دست آن ناصبی. بی گمان، خدای متعال می فرماید: «و هر که او را زنده کند، گویی همه مردم را زنده کرده است»؛ یعنی هر که او را زنده کند و از کفر به ایمان، ارشاد کند، گویی همه مردم را زنده کرده است، پیش از آن که آنان را با شمشیرهای تیز بکشد». مسند زید: امام حسین علیه السلام فرمود: «هر کس انسانی را از گمراهی به معرفت حق، فرا بخواند و او اجابت کند، اجری مانند آزاد کردن بنده دارد».

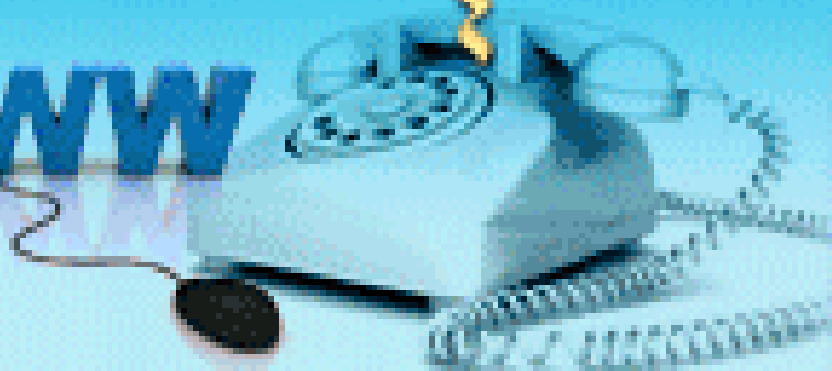


مرکز تحقیقات و ترجمه

اصفهان

گامگاه

WWW



برای داشتن کتابخانه های تخصصی
دیگر به سایت این مرکز به نشانی

www.Ghaemiyeh.com

www.Ghaemiyeh.net

www.Ghaemiyeh.org

www.Ghaemiyeh.ir

مراجعه و برای سفارش با ما تماس بگیرید.

۰۹۱۳ ۲۰۰۰ ۱۰۹

