



# رمضان ماہ مہمانی بہ خدا

روابط عمومی و آموزش همگانے  
شرکت آب و فاضلاب استان اصفهان



## مقدمه

ستایش، از آن پروردگار جهانیان است و سلام و درود بر بنده برگزیده اش محمد، و دودمان پاک و اصحاب نیک و خجسته او باد!

از نگاه اسلام، فلسفه خلقت انسان و هدف در نظر گرفته شده برای او، رسیدن به کمال مطلق است. از این رو، آنچه در منابع و متون اسلامی به عنوان رمز و راز بعثت پیامبران الهی آمده است (همچون: عدالت، علم و آزادی)، مقتمه تربیت انسان و رسیدن او به مرتبه «انسان کامل» است.

بر پایه این شناخت، برای آنان که اسلام را باور دارند و به این آیین دل بسته اند، سزاوار است که از هر فرصتی برای رسیدن به این هدف والا، بهره بگیرند. در این میان، ماه رمضان برای خداجویان سالک، فرصتی است بی همتا، که اگر به خوبی مورد استفاده قرار بگیرد، به تعبیر قرآن کریم که می فرماید: «لَيْلَةُ الْقَدْرِ خَيْرٌ مِنْ أَلْفِ شَهْرٍ»؛ (سوره قدر، آیه ۳) شب قدر، بهتر از هزار ماه است. می توان یک شبه، راه هزار ماهه را پیمود.

خداوند سبحان، در این ماه بافضیلت، میهمانی ویژه ای را برای تربیت روح ترتیب داده است، به گونه ای که می تواند در حیات معنوی انسان تحوّل پدید آورد که او را به سعادت ابدی برساند و کامیابی همیشگی را برایش تضمین کند.

نکته مهم در این مسیر، آن است که انسانی که تصمیم دارد به دنیای این ضیافت گسترده وارد شود، بدانند: به کجا می رود؟ معنای میهمانی الهی چیست و چگونه باید وارد آن شود؟ چه باید انجام دهد و چگونه مسئولیت خویش را ادا کند؟ و چگونه از آن بیرون آید؟ شناخت همه اینها ضروری است تا انسان از این میهمانی، به نحو شایسته بهره مند گردد. (بر گرفته از کتاب ماه خدا نوشته آیت... محمد محمدی ری شهری)

## حوادث و رویدادهای مهم ماه رمضان

- روز اول ماه مبارک رمضان: تفویض ولایتعهدی به حضرت امام رضا (ع) - جنگ طائف.
- روز دوم ماه مبارک رمضان: پذیرش ولایتعهدی مامون عباسی از جانب امام رضا (ع)
- روز سوم ماه مبارک رمضان: نزول صحف بر حضرت ابراهیم (ع) - غزوه تبوک
- روز ششم ماه مبارک رمضان: نزول تورات بر حضرت موسی (ع)
- روز هفتم ماه مبارک رمضان: وفات حضرت ابوطالب (ع)
- روز نهم ماه مبارک رمضان: تولد حضرت یحیی (ع) - ارسال هزاران نامه از سوی مردم کوفه برای امام حسین (ع) - حمله وحشیانه وهلبیان حجاز به نجف اشرف در نهم رمضان ۱۲۲۵ مق
- روز دهم ماه مبارک رمضان: وفات حضرت خدیجه ام المومنین (س).
- روز دوازدهم ماه مبارک رمضان: مراسم عقد اخوت و پیمان برادری میان مسلمانان و ایجاد اخوت اسلامی بین پیامبر (ص) و امام علی (ع)
- روز پانزدهم ماه مبارک رمضان: ولادت حضرت امام حسن مجتبی (ع) - اعزام مسلم بن عقیل به کوفه از طرف امام حسین (ع)
- روز هفتم ماه مبارک رمضان: معراج پیامبر (ص) - جنگ بدر - صدور فرمان احداث مسجد مقدّس جمکران از جانب امام زمان عجل الله تعالی فرجه الشریف به حسن بن مثله.
- روز هجدهم ماه مبارک رمضان: آغاز ایام و لیالی پر فضیلت قدر - نزول زبور بر حضرت داود (ع).
- روز نوزدهم ماه مبارک رمضان: ضربت خوردن امیر مؤمنان علی (ع).
- روز بیستم ماه مبارک رمضان: فتح مکه به دست مسلمانان - عروج حضرت عیسی (ع)
- روز بیست و یکم ماه مبارک رمضان: شهادت امیر مؤمنان علی (ع) - وفات حضرت موسی (ع) - وفات حضرت یوشع (ع)
- روز بیست و سوم ماه مبارک رمضان: نزول قرآن مجید بر حضرت محمد (ص)
- روز بیست و چهارم ماه مبارک رمضان: به هلاکت رسیدن ابولهب دشمن سرسخت حضرت رسول (ص)
- روز بیست و پنج ماه مبارک رمضان: وقوع جنگ نهروان - ولادت حضرت سلیمان نبی (ع).
- روز بیست و ششم ماه مبارک رمضان: نزول صحف بر حضرت ادريس (ع)
- روز سییم ماه مبارک رمضان: جنگ حنین
- آخرین جمعه ماه مبارک رمضان روز جهانی قدس

## گوشه ای از سخنان حضرت امام خمینیه (ره) درباره ماه مبارک رمضان

ماه رمضان مبارک است که قرآن بر او وارد شده است و ماه شعبان مبارک است که ادعیه ائمه - علیهم السلام - در او وارد شده است. ماه مبارک رمضان (است) که قرآن را وارد کرده است.

ماه رمضان، ماه نبوت است و ماه شعبان، ماه امامت، ماه رمضان، لیلله القدر دارد و ماه شعبان، شب نیمه شعبان دارد که تالی لیلله القدر است. ماه رمضان مبارک است؛ برای اینکه لیلله القدر (دارد) و ماه شعبان مبارک است؛ برای اینکه نیمه شعبان دارد. ماه رمضان مبارک است؛ برای اینکه نزول وحی در او شده است یا به عبارت دیگر، معنویت رسول خدا (ص) وحی را نازل کرده است و ماه شعبان معظم است؛ برای اینکه ماه ادامه همان معنویت ماه رمضان است. این ماه مبارک رمضان جلوه لیلله القدر است که تمام حقایق و معانی در او جمع است و ماه شعبان، ماه امامان است که ادامه همان است.

در ماه مبارک رمضان، مقام رسول اکرم - صلی الله علیه و آله و سلم - به ولایت کلی الهی بالاصاله تمام بر کت رادر این جهان بسط داده است و ماه شعبان که ماه امامان است؛ به برکت ولایت مطلقه، به تبع رسول الله همان معنای را ادامه می دهد. پس ماه رمضان ماهی است که تمام پردهها را دریده است و وارد شده است جبرئیل امین بر رسول خدا و به عبارت دیگر، وارد کرده است پیغمبر اکرم جبرئیل امین را در دنیا و ماه شعبان ماه ولایت است و همه این معانی را ادامه می دهد.

ماه رمضان مبارک است که قرآن بر او وارد شده است و ماه شعبان مبارک است که ادعیه ائمه - علیهم السلام - در او وارد شده است. ماه مبارک رمضان (است) که قرآن را وارد کرده است.

قرآن مشتمل بر تمام معارف است و تمام ما محتاج بشر است و ماه شعبان، که ماه امامان است، ادامه همان حقیقت است و همان معانی در تمام دورهها آن چیزی که در قرآن به طور اسرار است در ادعیه ائمه ما به طور اسرار است.

از بیانات امام خمینیه (ره) در جمع گروهی از مسوولان نظام (۲۵ فروردین ۱۳۶۶)

## اولین بانوی اسلام

حضرت خدیجه (س) حدود سه یا چهار دهه قبل از آغاز بعثت پیامبر اسلام (ص) در مکه به دنیا آمد و در خانه پدرش که از بزرگان مورد احترام قومش بود، رشد یافت. نام پدرش خویلد بن آسد و نام مادرش فاطمه بنت زانده بود. بنابر نقل منابع تاریخی درباره حضرت خدیجه (س) پیش از اسلام، او زنی ثروتمند بود و تجارت می‌کرد و سرمایه خود را به صورت مضاربه و استخدام افراد برای تجارت به کار می‌گرفت. «او زنی شریف و با درایت بود که خداوند خیر و کرامت برای او در نظر گرفته بود. به لحاظ نسب در طبقه متوسط از انساب عرب جای داشت، اما دارای شرافتی عظیم و ثروتی زیاد بود.»

### نقش حضرت خدیجه (س) در اسلام

بسیاری از منابع تاریخی، خدیجه (س) را اولین کسی می‌دانند که اسلام آورد. این منابع همچنین به پیشگامی خدیجه (س) به همراه حضرت علی (ع) در برپایی نماز به همراه پیامبر (ص) اشاره کرده و آنان را اولین نمازگزاران عالم اسلام معرفی کرده‌اند. کمک‌های مالی حضرت خدیجه (س) موجب غنای نسبی پیامبر (ص) شد؛ به گونه‌ای که پیامبر (ص) را بی‌نیاز ساخت. خداوند در مقام بیان نعمت‌های خود به پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «وَوَجَدَكَ عَائِلًا فَأَغْنَىٰ» خداوند تو را فقیر یافت و بی‌نیاز نمود. (ضحی آیه ۸). بنابر روایات اسلامی، پیامبر (ص) از اموال خدیجه (س) در راه کمک به آزادی بدهکاران، یتیمان، و بی‌بوابان استفاده می‌کرد. در ماجرای محاصره شعب ابی طالب، اموال حضرت خدیجه (س) در حمایت از بنی هاشم مصرف شد، تا آنجا که در روایت آمده است: «بوطالب و خدیجه (س) همه اموال خود را برای حفظ اسلام و محاصره‌شدگان انفاق نمودند.» پیامبر (ص) نیز همواره از بخشندگی و ایثار این بانوی گرامی، با عظمت و بزرگی یاد می‌کرد.

جابر بن عبدالله انصاری در روایتی از پیامبر (ص)، سرور زنان جهان را خدیجه (س)، فاطمه (س)، مریم و آسیه معرفی نموده است. همچنین پیامبر (ص)، خدیجه (س) را از جمله زنان کامل در جهان و نیز از بهترین زنان معرفی کرده است. در برخی منابع آمده است که حضرت خدیجه (س) بهترین و صادق‌ترین وزیر، مشاور و مایه آرامش پیامبر (ص) بود.

### وفات حضرت خدیجه (س)

بیشتر منابع تاریخی، سال وفات خدیجه (س) را دهم بعثت، در روز دهم ماه مبارک یعنی سه سال قبل از هجرت پیامبر (ص) از مکه به مدینه ذکر کرده‌اند. این منابع، سن خدیجه (س) را هنگام وفات، ۶۵ سال دانسته‌اند. ابوطالب عمومی پیامبر (ص) نیز در همین سال از دنیا رفت. پیامبر این سال را عام الحزن نامید. بنا بر روایات اسلامی، پیامبر (ص) ابتدا با ردای خودش و سپس با ردای بهشتی، خدیجه (س) را کفن کرد و او را در قبرستان معلات در دامنه کوه حجون که بر فراز شهر مکه است، به خاک سپرد.

## ماه مبارک رمضان از دیدگاه مقام معظم رهبری

ما در طول سال و در مسیر طولانی حرکت خودمان در چالش با هواهای نفسانی، با گناهان، با فضاهای تاریکی که خودمان به دست خودمان به وجود می‌آوریم، با مشکلاتی مواجه می‌شویم. گاهی انسان برای این که حال دعا پیدا کند، مشکل دارد؛ گاهی برای این که قطره اشکی بغشاند، مشکل دارد؛ چون راه دشوار است، به وسیله خلاف‌ها و گناه‌های خود احاطه می‌شویم؛ اما قطعه ماه رمضان، آن قطعه‌یی است که حرکت در آن قطعه آسان است؛ مثل این است که در این راه دشواری که می‌خواهید به محلی یا به شهری برسید، گاهی مجبورید پیاده راه را طی کنید؛ گاهی مجبورید از آب بگذرید؛ گاهی انسان برای این که حال دعا پیدا کند، مشکل دارد؛ گاهی برای این که قطره اشکی بغشاند، مشکل دارد؛ چون راه دشوار است، به وسیله خلاف‌ها و گناه‌های خود احاطه می‌شویم؛ اما قطعه ماه رمضان، آن قطعه‌یی است که حرکت در آن قطعه آسان است گاهی مجبورید از باتلاق بگذرید؛ یک جا هم می‌رسید به فرودگاهی که هواپیمای مجهزی آماده است تا شما را بی‌دردسر و با خیال راحت و پس از طی مسیر طولانی به مقصد برساند. آغاز ماه رمضان، رسیدن به همین فرودگاه است. خدای متعال راه را در ماه رمضان هموار کرده است و فضا را در ماه رمضان، فضای خالی از معارض قرار داده است. این روزی که شما می‌گیرید، نفس و هواهای نفسانی را به زنجیر می‌کشد؛ این عبادت‌ها، این دعاها، این خشوع‌ها، این ذکرها و این لیلیه‌القدر همان وسایلی همواری است که شما را فرسنگ‌ها جلو می‌برد؛ راهی را که در طول سال و در ماه‌های دیگر گاهی یک متر یک متر باید طی کنید، می‌توانیم اگر همت کنیم و اگر خودمان را برسانیم، در ماه رمضان این راه را فرسنگ فرسنگ طی کنیم؛ لذا است که شما می‌بینید اولیای خدا، مؤدبه رسیدن ماه رمضان خرسند می‌شدند و از فراق ماه رمضان اشک‌هایشان سرازیر می‌شد.

### ماه رمضان چه فضیلتی بر سایر ماه‌ها دارد؟

امام باقر علیه‌السلام:

رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم سه روز مانده از ماه شعبان، به بلال دستور می‌داد در میان مردم جار بزند. پس مردم را جمع می‌کرد و بر منبر می‌رفت و حمد و ثنای خدا می‌گفت و می‌فرمود: ای مردم! همانا این ماه به شما روی آورده و آن سرور همه ماه‌هاست. در آن شبی وجود دارد که از هزار ماه بهتر است. در این ماه درهای دوزخ بسته و درهای بهشت گشوده شود. هر که این ماه را دریابد و آمرزیده نشود خداوند او را (از رحمت خود) دور گرداند.

به فرموده پیامبر اسلام (صلی الله علیه و آله) خواندن یک آیه از قرآن در این ماه مانند یک ختم قرآن است. به گفته حضرت علی (ع) خواب روزه دار عبادت است، سکوتش تسبیح است، دعایش پذیرفته و عملش دوبرابر است. همین‌طور در اسلام از رمضان با عنوان «ماه خدا» یاد شده است. در این ماه درهای جهنم به روی مردم بسته و درهای بهشت باز می‌شود. در این ماه شیطان در عرش خداوند زندانیست و در زنجیر گرفتار شده است.

### برترین کار در ماه مبارک رمضان چیست؟

امام علی علیه‌السلام: روزی رسول خدا صلی الله علیه و آله و سلم برای ما خطبه‌ای ایراد کرد و فرمود: ای مردم! همانا ماه با برکت و رحمت و آمرزش به شما روی آورده است. این ماه نزد خدا برترین ماه است و روزهایش برترین روزها و شبهایش برترین شبها و ساعت‌هایش برترین ساعات. در این ماه شما به میهمانی خدا دعوت شده‌اید و در زمره بهر مندان از کرامت خداوند قرار گرفته‌اید. در این ماه نفسهای شما تسبیح خداست و خواب شما عبادت است و اعمال شما پذیرفته و دعایتان به اجابت می‌رسد... من بر خاستم و عرض کردم: ای رسول خدا! برترین کارها در این ماه چیست؟ پیامبر فرمود: ای ابوالحسن! برترین کارها در این ماه خویشتنداری از حرام‌های خداوند عزوجل است.

امالی شیخ صدوق: ۴/ ۸۴ / منتخب میزان الحکمة: ۲۴۲

## آداب تلاوت قرآن

قرآن، خطاب به رسول اکرم صلی الله علیه وآله می فرماید: «وَرَتَّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِیْلًا؛ امزمل/ ۴] وقرآن را با ترتیل مناسب آن بخوان».

امام موسی بن جعفر (ع) از پدران بزرگوار خود نقل می کند: از رسول اکرم صلی الله علیه وآله در خصوص آیه «وَرَتَّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِیْلًا» سؤال شد و آن حضرت در توضیح و تفسیر آیه فرمود: «قرآن را روشن و واضح تلاوت کن و حروف و کلمات آن را جدا از هم و پراکنده مساز، مانند پراکنده ساختن دانه های ریگ از یکدیگر، و آن را سریع و تند تلاوت نکن، همانند تند خواندن شعر. وقتی به عجایب قرآن می رسید، توقف کن و به تدبیر و تأمل بپردازید و با تلاوت آن دل ها را به حرکت آورید و با شتاب و بی تأمل نخوانید؛ به نحوی که بخواهید زود به آخر سوره برسید».

بحارالانوار، ج ۹۲، ص ۲۱۵.

۹. به هنگام تلاوت قرآن، به چیز دیگری فکر نکنید و متوجه آیات قرآن باشید.

۱۰. در آیات قرآن تدبیر کنید که در این صورت، از انوار، هدایت‌ها، حقایق، معارف و دقایق و اسرار قرآن کریم، به اندازه خود بهره مند خواهید شد.

تلاوتی که در آن تدبیر نباشد، آن طور که شایسته است، فایده‌ای نخواهد داشت. البته این بدان معنا نیست که اگر کسی اهل تدبیر نباشد و یا معانی آیات را حتی در حد ترجمه نداند، از تلاوت قرآن نتیجه‌ای نخواهد برد؛ چنین کسی هم با مراعات قسمتی از آداب تلاوت، بهره خود را خواهد برد.

۱۱. حق آیات را مراعات کنید؛ به این معنا که به هنگام تلاوت قرآن، وقتی از رحمت و بهشت یاد می شود، خود را از آن رحمت محروم نبینید و وقتی به آیات عذاب و آتش و سخط و غضب می رسید، بترسید و به خدای متعال پناه ببرید که از اهل عذاب و آتش نباشید و مشمول سخط و غضب نگردید. وقتی به آیات تکبیر، تعظیم، تسبیح و تحمید می رسید، به تکبیر، تعظیم، تسبیح و تحمید حق بپردازید. هنگامی که به آیات استغفار و طلب عفو و بخشش می رسید، استغفار کنید و طلب عفو و مغفرت نمایید. آنجایی که به ذکر صالحان می رسید، از خدا بخواهید شما را نیز از آنان و در جمع آنان قرار دهد و آن گاه که به ذکر اهل طغیان و غفلت می رسید، از خدا بخواهید که شما را از ورود به جمع آنان حفظ کند.

امام صادق علیه السلام فرمود: «به هنگام تلاوت قرآن وقتی به آیه‌ای رسیدی که در آن ذکر بهشت شده است، از خدا بهشت را بخواه، و وقتی به آیه‌ای رسیدی که در آن ذکر آتش به میان آمده است، به خدا پناه ببر از آتش».

بحارالانوار، ج ۹۲، ص ۲۱۶.



یکی از بهترین اعمال در شبها و روزهای ماه مبارک رمضان، تلاوت قرآن است. اگر چه تلاوت قرآن در تمام اوقات ثواب دارد، ولی چون قرآن در ماه رمضان نازل شده است، از اجر و ثواب ویژه‌ای برخوردار است چنانچه وارد شده است:

امام باقر (ع) فرمودند: برای هر چیزی بهاری است و بهار قرآن رمضان است. بنا بر این امتیازات قرآن به اعتبار نزولش در ماه رمضان از ماههای دیگر بیشتر است. پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) فرمودند: اگر کسی در این ماه یک آیه از قرآن تلاوت کند، ثوابش مثل کسی است که در غیر ماه رمضان یک ختم قرآن کرده است.

با توجه اهمیت بسیار زیاد قرائت قرآن در ایام ماه مبارک رمضان بهتر است با آداب تلاوت قرآن بیشتر آشنا شویم تا بتوانیم هر چه بیشتر از دریای بیکران کتاب الهی بهره کامل ببریم.

### آداب تلاوت قرآن چیست؟

برای تلاوت قرآن، آداب خاصی هست از جمله:

۱. در حال طهارت و با وضو به تلاوت قرآن بپردازید.
۲. در حالی که مسواک کرده اید قرآن را تلاوت کنید.
۳. با صوت زیبا تلاوت کنید.
۴. با جهر متوسط بخوانید؛ نه با صدای آهسته باشد و نه با صدای بسیار بلند.
۵. در حال تلاوت، با آداب و باطمینان و رو به قبله باشید؛ چه نشسته و چه ایستاده و اگر نشسته می خوانید، تکیه نکنید.
۶. از روی «مصحف» تلاوت کنید، که نگاه در «مصحف» و تلاوت از روی آن آثار خاصی دارد و در روایات روی این موضوع تأکید شده است.

در روایتی از رسول اکرم صلی الله علیه وآله نقل شده است: «چیزی برای شیطان سخت‌تر و کوبنده‌تر از تلاوت قرآن نیست، آن هم از روی مصحف و با نگاه کردن در آن». بحارالانوار، ج ۹۲، ص ۲۰۲.

۷. قبل از شروع بگویند: «أَسْتَعِذُّ بِاللَّهِ السَّمِيعِ الْعَلِيمِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ؛ یعنی به خداوند شنوا و دانا، از شیطان رانده شده پناه می برم» و یا بگویند: «أَعُوذُ بِاللَّهِ السَّمِيعِ الْعَلِيمِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ» و بعد بگویند: «بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ». سپس تلاوت را شروع کنید، تا با عنایت خدای متعال از دخالت‌های شیطانی در نفس خود محفوظ بمانید.

قرآن می فرماید: «فَإِذَا قَرَأْتَ الْقُرْآنَ فَاسْتَعِذْ بِاللَّهِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ إِنَّهُ لَكَيْسٌ لَهُ سُلْطَانٌ عَلَى الَّذِينَ آمَنُوا وَعَلَى رَبِّهِمْ يَتَوَكَّلُونَ؛ انحل، آیات ۹۸-۹۹] وقتی قرآن را تلاوت می کنی، پناه ببر به خدای متعال از شیطان مطرود. البته شیطان را بر انانی که ایمان آورده و به پروردگارش توکل می کنند، تسلط و سیطره‌ای نیست».

۸. ترتیل را مراعات کنید؛ آن چنان تند نخوانید که حروف، کلمات، وقف‌ها و فاصله‌ها به خوبی ادا نشود. همچنین فاصله زیاد و غیر صحیح در میان حروف و کلمات ندهید؛ به نحوی که حروف و کلمات جدا از هم و غیر مرتبط باشد. در مجموع، باید حروف و کلمات را خوب، روشن و در عین حال، متصل و مرتبط به هم ادا کنید و وقف‌های آیات را هم مراعات نمایید و طوری بخوانید که قلوب را به حرکت آورد و دل‌ها را تکان دهد.

## برخی از فواید و فضائل روزه:

الف. تقویت تقوا، پرهیزگاری و اخلاص

امام صادق (ع) می فرماید: خداوند متعال فرموده: «روزه از من است و پاداش آن را من می دهم»

حضرت فاطمه (س) می فرماید: «خداوند روزه را برای استواری اخلاص، واجب فرمود»

ب. مانع عذاب های دنیوی و اخروی:

پیامبر اکرم (ص) می فرماید: «روزه سپری در برابر آتش است.»

ج. آرامش روان و جسم:

روزه داری روح و روان و قلب و دل و نیز جسم را آرامش داده و باعث سلامتی روح و تندرستی جسم می شود.

پیامبر اکرم (ص) می فرماید: «روزه بگیرد تا سالم بماند.»

باز می فرماید: «معدة خانه تمام دردها و امساک [روزه] بالاترین داروهاست.»

حضرت امام باقر (ع) می فرماید: «روزه و حج آرام بخش دلهاست.»

امروزه در علم پزشکی و از نظر بهداشت و تندرستی نیز در جای خود ثابت شده که روزه داری تأثیرهای فراوانی بر آرامش روح و روان و سلامتی جسم و بدن دارد، دفع چربی های مزاحم، تنظیم فشار، قند خون، و... نمونه آن است.

د. مانع نفوذ شیطان:

امام علی (ع) به پیامبر اکرم (ص) عرض کرد: یا رسول الله! چه چیزی شیطان را از ما دور می کند؟ پیامبر گرامی (ص) فرمود: روزه چهره او را سیاه می کند و صدقه پشت او را می شکند.»

ه. مساوات بین غنی و فقیر:

انسان روزه دار در هنگام گرسنگی و تشنگی، فقرا و بینوایان را یاد می کند و در نتیجه به کمک آن ها می شتابد. حضرت امام حسن عسگری (ع) درباره علت وجوب روزه می فرماید: «تا توانگر درد گرسنگی را بچشد و در نتیجه به نیازمند کمک کند.»

و. احیاء فضائل اخلاقی

حضرت امام رضا (ع) درباره علت وجوب روزه می فرماید: «تا مردم رنج گرسنگی و تشنگی را بچشند و به نیازمندی خود در آخرت پی ببرند و روزه دار بر اثر گرسنگی و تشنگی خاشع، متواضع و فروتن، مأجور، طالب رضا و ثواب خدا و عارف و صابر باشد و بدین سبب مستحق ثواب شود.»

## ثوابی که از روزه داری بالاتر است

### سنت اهل بیت را فراموش نکنیم

در روایتی از امیر مؤمنان (ع) نقل است که درباره ی پیامبر (ص) خدا می فرمایند: «پیامبر خدا هر گاه می خواستند افطار کنند، به من دستور می دادند که در خانه را باز کنم تا هر که می خواهد افطار کند، به داخل منزل بیاید.»

این سفره ی افطار حتماً سفره ی افطاری ساده است. پیامبر خدا (ص) سفره ی افطاری مفصل و مجللی که ما گاهی گرفتار آن می شویم، نداشتند. سفره ی افطار پیامبر (ص) سفره ی ساده ای است.

### هر مسلمان به قدر توانش

پیامبر (ص) اگر مردم را به صفات اخلاقی دعوت می کردند، خودشان پیش قدم بودند، از جمله در بخشش و سخاوت. اما نکته ی جالب توجه این است که اوج بخشش و سخاوت پیامبر (ص) در ماه مبارک رمضان بود.

در خطبه ی شعبانیه ی پیامبر (ص) فراوان شنیده و خوانده ایم که فرموده اند: «اگر کسی یک روز مدار را افطار دهد، ثواب آزاد کردن یک بنده را خدا به او اعطا خواهد کرد.» اصحاب عرض کردند: «یا رسول الله ما همه توانایی افطاری دادن به دیگران را نداریم.» حضرت فرمودند: «یعنی حتی به اندازه ی یک جرعه ی آب، حتی به اندازه ی یک دانه ی خرما، در این کار خیر سهیم باشید.» در روایتی دیگر داریم که سؤال کردند از پیامبر خدا (ص) که کدام صدقه بالاتر و بافضیلت تر است؟ فرمودند صدقه ی ماه رمضان افضل صدقات است. قطعاً در ماه رمضان، یکی از بهترین کارها (اگر نگوییم بهترین کار) همین صدقه است و بهترین نمونه ی صدقه، همین سفره های ساده ی افطار است. در مساجد نمونه های این حرکت را می بینیم که خیلی آبرومندانه اجرا می شود.



همه ما درباره ی اصل ماه رمضان و روزه ی آن مفصل شنیده ایم، این روزها هم شاید بسیار بیشتر بشنویم. در روایتی آمده است که پیامبر (ص) در حدیثی قدسی فرموده اند: «الصوم لی و أنا اجزی به»؛ یعنی روزه برای من [خداوند] است و من خودم پاداش روزه دار هستم. روایات زیادی بیان شده است که نشان از فضیلت بسیار زیاد روزه در ماه مبارک رمضان دارد اما جالب است بدانیم با همه ی فضیلتی که راجع به روزه ی ماه رمضان آمده است، در عین حال پیامبر (ص) می فرمایند: «از این روزهای که این چنین ثوابی برای آن آمده است هم بالاتر داریم.» از روزه بالاتر چیست؟ افطاری دادن به یک روز مدار. اگر مردم ما به همین نکته توجه داشته باشند و باور کنند که عملی بالاتر از روزه وجود دارد و آن افطاری دادن به روز مدار است، مسئله ی خیلی مهمی تحقق می یابد. در این صورت، رغبت مردم به افطاری دادن و مخصوصاً افطاری های ساده، افزایش می یابد.



### ۱- معنی اعتکاف

واژه «اعتکاف» در معناهایی همچون: خود را باز داشتن، در جایی ماندن، گوشه‌نشینی برای عبادت و... آمده است و در شرع مقدس عبارت است از ماندن در مسجد به قصد بندگی خدا و عبادت. این عمل به خودی خود مستحب است و به واسطه نذر و قسم یا عهد و اجاره و... واجب می‌شود.

### ۲- پیشینه اعتکاف

بر اساس بیان قرآن کریم، اعتکاف عملی بوده که در شریعت ابراهیم (ع) از مناسک و عبادت‌های الهی به شمار می‌رفته و پیروان ایشان به این عمل می‌پرداختند. حضرت سلیمان (ع) نیز در بیت المقدس اعتکاف می‌کرد و آب و خوراک برای آن حضرت فراهم می‌شد و او در آنجا به عبادت می‌پرداخت. حضرت موسی (ع) با وجود مسئولیت سنگین رهبری و هدایت امت، برای مدت زمانی آنان را ترک کرد و برای خلوت با خدا به خلوت‌گاه کوه طور شتافت. حضرت زکریا (ع) از کسانی بود که سرپرستی معتکفان در بیت المقدس را به عهده داشت و از جمله کسانی را که در امر اعتکاف سرپرستی می‌کرد، حضرت مریم (ع) بود. پیامبر اکرم (ص) نیز مانند اجداد خود بر دین حضرت ابراهیم (ع) بود و عبادت متداول آن دین از جمله اعتکاف را بر پای می‌داشت. محل اعتکاف پیامبر، غار حرا بود. پیامبر پس از بعثت و هجرت به مدینه در مسجد النبی معتکف می‌شد و با خدای یگانه خلوت می‌کرد.

### ۳- فضیلت اعتکاف

روایات صادر شده از معصومین (ع) خبر از آن دارد که اعتکاف برکات زیادی برای معتکف به همراه دارد و لذا باید سعی کنیم طوری آداب اعتکاف را انجام دهیم که

نهایت بهره‌های مورد نظر را ببریم.

پیامبر اکرم (ص) هر کس برای خدا و باایمان کامل معتکف شود، گناهان گذشته‌ی او بخشیده می‌شود.

پیامبر اکرم (ص) فرمود: معتکف از گناهان باز می‌ایستد و بدین وسیله اجری مانند اجر کسی که همه‌ی نیکی‌ها را انجام می‌دهد، خواهد داشت. کنز العمال،

و نیز رسول اکرم (ص) می‌فرمایند: هر کس روزی را معتکف شود برای جلب نظر خدای عزّ و جلّ، خداوند بین او و آتش جهنم سه خندق فاصله می‌اندازد که فاصله‌ی هر خندقی بیشتر از فاصله‌ی مغرب و مشرق است.

### ۴- فضیلت اعتکاف در ماه مبارک رمضان

پیامبر اکرم (ص) همیشه دهه‌ی آخر ماه مبارک رمضان را اعتکاف می‌کرد، چنان که امام صادق (ع) می‌فرمود: پیامبر اکرم (ص) در ماه رمضان در دهه‌ی اول معتکف شد، سپس در سال دوم، در دهه‌ی دوم معتکف شد، آنگاه در سال سوم، در دهه سوم دست به اعتکاف زد، پس برای همیشه ده‌ی آخر رمضان را اعتکاف نمود.

حضرت امام صادق (ع) می‌فرماید: جنگ بدر در ماه رمضان واقع شد و پیامبر اکرم (ص) نتوانست ادر آن سال معتکف شود، پس در سال آینده بیست روز اعتکاف کرد، ده روز برای همان سال و ده روز بابت قضای سال گذشته.

پیامبر اکرم (ص) فرمود: اعتکاف ده روز در ماه رمضان معادل [ثواب] دو حج و دو عمره است.

امام خمینی رحمه الله می‌فرماید: «با فضیلت‌ترین اوقات اعتکاف ماه رمضان است و برترین ایام ماه رمضان، دهه آخر آن است.»

## شب قدر کدام شب ماه مبارک رمضان است؟

شب قدر به این جهت قدر نامیده شده که تمامی مقدرات بندگان در تمام سال در آن شب تعیین می‌شود. شاهد این معنی سوره دخان است که می‌فرماید: (إِنَّا أَنْزَلْنَاهُ فِي لَيْلَةِ مُبَارَكَةٍ إِنَّا كُنَّا مُنذِرِينَ - فِيهَا يُفْرَقُ كُلُّ أَمْرٍ حَكِيمٍ) (سوره دخان، آیه‌های ۳-۴) ما این کتاب مبین را در شبی پر برکت نازل کردیم و ما همواره بیم دهنده بوده‌ایم، در آن شب هر امری بر طبق حکمت خداوند تنظیم و تعیین می‌گردد.

در این که لیل القدر در ماه رمضان است هیچ شک و تردیدی نیست چرا که آیات قرآن نشان دهنده این مسأله است؛ خداوند می‌فرماید که قرآن در ماه مبارک رمضان نازل شده (شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ) (سوره بقره، آیه ۱۸۵) و از سوی دیگر می‌فرماید: (إِنَّا أَنْزَلْنَاهُ فِي لَيْلَةِ الْقَدْرِ)؛ (قرآن در شب قدر نازل شده است، ولی در این که کدام شب از شب‌های ماه مبارک رمضان شب قدر است میان علما اختلاف نظر وجود دارد و در این زمینه تفسیرهای زیادی شده، از جمله شب هفدهم، شب نوزدهم، شب بیست و یکم، شب بیست و سوم، شب بیست و هفتم و شب بیست و نهم.

ولی مشهور و معروف در روایات این است که این شب در دهه آخر ماه رمضان و شب بیست و یکم و یا بیست و سوم قرار دارد. در روایتی از رسول خدا (ص) پرسیدند که شب قدر کدام یک از این شب‌هاست؟ حضرت فرمودند: آن را در دهه آخر ماه رمضان جستجو کنید (بحار الانوار، مجلسی، ج ۹۴، ص ۱۰، باب لیل القدر و فضلها). و در روایتی از امام صادق (ع) آمده است که شب قدر بیست و یکم یا بیست و سوم است. حتی هنگامی که راوی اصرار کرد کدام یک از این دو شب؟ حضرت فرمود: اگر من نتوانم هر دو شب را عبادت کنم کدام یک را انتخاب نمایم امام (ع) تعیین نفرموده و افزود: چه آسان است دو شب برای آنچه می‌خواهی (نور الثقلین، ج ۵، ص ۶۲۵، ح ۵۸). و همچنین از امام باقر (ع) درباره (انا انزلناه فی لیلہ مبارکة)، سؤال کردند حضرت فرمود: بله، این شب، شب قدر است و آن در هر سال در ماه رمضان و در دهه آخر آن است. (فروع کافی، کلینی، ج ۴، ص ۱۵۸، باب فی لیلہ القدر)

روایات متعددی از اهل بیت (علیهم السلام) نقل شده که شب بیست و سوم تکیه شده؛ ابن عباس روایت می‌کند که پیامبر فرمود: «فلسفه مخفی بودن شب قدر در میان شب‌های سال، یادار میان شب‌های ماه مبارک رمضان برای این است که مردم به همه این شب‌ها اهمیت دهند، همان گونه که خداوند رضای خود را در میان انواع طاعات پنهان کرده تا مردم به همه طاعات روی آورند و غضبش را در میان معاصی پنهان کرده تا از همه بپرهیزند و دوستانش را در میان مردم مخفی کرده تا همه را احترام کنند و اجابت را در میان دعاها پنهان کرده تا به همه دعاها رو آورند و اسم اعظم را در میان نام‌های مخفی ساخته تا همه را بزرگ دارند و وقت مرگ را مخفی ساخته تا در همه حال آماده باشند.

در مورد فضیلت و ارزش شب قدر روایات زیادی وجود دارد که ما به دو نمونه از آنها اشاره می‌کنیم:

الف) از پیامبر اکرم (ص) روایت شده: کسی که شب قدر را احیا بخشد عذاب تا سال آینده از او دفع می‌شود. (بحار الانوار، ج ۹۸، ص ۱۴۵، روایت ۳، باب ۷)  
ب) از امام باقر (ع) روایت شده: کسی که شب قدر را احیا بخشد گناهانش آمرزیده شود، هر چند گناهانش به عدد ستارگان آسمان و وزن کوه‌ها و مقدار آب دریاها باشد. (همان، ج ۹۸، ص ۱۴۶، روایت ۳، باب ۷)

## طلوع خورشید در خانه وحی

در سال سوم هجرت و در شب نیمه ماه مبارک رمضان خانه امیرالمؤمنین و فاطمه (ع) میزبان قدم مولود مبارکی شد که شادی را با خود به خانه وحی آورد. در این شب فرخنده، سبط اکبر پیامبر اکرم (ص)، حضرت امام حسن مجتبی (ع) چشم به جهان گشود و شهر مدینه را غرق نور کرد. در روایات شیخ صدوق (ره) در امالی و عیون اخبار الرضا (ع) آمده و همچنین از امام سجاده (ع) روایت شده که فرمود: چون حضرت فاطمه (س) فرزندش حسن (ع) را به دنیا آورد، به پدرش علی (ع) عرض کرد: نامی برای او بگذار، علی (ع) فرمود: من چنان نیستم که در مورد نامگذاری او از رسول خدا (ص) سبقت جویم. در این وقت رسول خدا (ص) بیامد، و آن کودک را به نزد آن حضرت بردند آنگاه رو به حضرت علی (ع) کرده فرمودند: آیا او را نامگذاری کرده‌ای؟ عرض کرد: من در نامگذاری وی به شما پیشی نمی‌گرفتم. رسول خدا (ص) فرمود: من هم در نامگذاری وی بر خدا سبقت نمی‌جویم؛ در این وقت خدای تبارک و تعالی به جبرئیل وحی فرمود که برای محمد (ص) پسری متولد شده، به نزد وی برو و سلامش برسان و تبریک و تهنیت گوی و به وی بگو: براستی که علی نزد تو به منزله هارون است از موسی، پس او را به نام پسر هارون نام‌بند!

جبرئیل از آسمان فرود آمد و از سوی خدای تعالی به وی تهنیت گفت و سپس اظهار داشت: خدای تبارک و تعالی تو را مامور کرده که او را به نام پسر هارون نام بگذاری. رسول خدا (ص) پرسید: نام پسر هارون چیست؟ عرض کرد: «شبر». فرمود: زبان من عربی است؟ عرض کرد: نامش را «حسن» بگذار، و رسول خدا (ص) او را حسن نامید.

## فضائل حضرت امام حسن مجتبی (ع)

حضرت امام حسن (علیه السلام) از نظر صورت و سیرت در بین ائمه اطهار (ع) شبیه ترین آنان به رسول گرامی اسلام (ص) است علاوه بر چهره جذاب و نورانی، راه رفتن و صحبت کردن حضرت نیز مانند پیامبر (ص) بود. حُسن خلق، کرامت، جوان مردی، یتیم نوازی و دیگر سجایای اخلاقی را نیز آن حضرت از جد گرامی اش به ارث برده بود. «و حسن علیه السلام چنان بود که از نظر خلقت و سیرت و سیادت شبیه ترین مردم به رسول خدا بود».

### آقای جوانان اهل بهشت

در روایات بسیاری نقل شده است که پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله وسلم به امام حسن و امام حسین (ع) محبت فراوان داشت و می‌فرمود که آن دو سید جوانان اهل بهشت هستند. هم چنین در روایتی آمده است که رسول خدا (ص) فرمود: «هر کس دوست دارد به آقای جوانان اهل بهشت بنگرد، به حسن بنگرد».

### کرامت و بخشندگی امام علیه السلام

کرم و سخاوت امام حسن مجتبی علیه السلام به حدی بود که در روایت آمده است که هیچ گاه سائلی را رد نکرد و در برابر درخواست او «نه» نگفت. به همین دلیل است که او را «کریم آل طه» می‌خوانند. هنگامی که به ایشان عرض شد: «چرا هیچ سائلی را رد نمی‌کنید؟» فرمود: «من سائل در گاه خدا و راغب پیشگاه اویم و شرم دارم که خود در خواست کننده باشم و سائلی را رد کنم».

امام حسن علیه السلام در کلام مقام معظم رهبری (مدظله العالی)

## اثرات تربیت و روان شناخته روزه

### ۱- تلطیف روح

روح انسان در تدبیر بدن است و بدن بدون تدبیر روح، مانند کشتی بدون ناخدا است. در ماه مبارک رمضان به دلیل امساک از خوردن و آشامیدن و محدود کردن آن به ساعاتی مشخص و نیز کنترل حواس مانند چشم و گوش و تمامی مجاری ورود اطلاعات به درون ذهن انسان فراغت روح و نفس انسانی بیشتر فراهم شود. فعالیت روح برای پرداخت به امور مادی و دنیوی کاهش می یابد و امکان پرداخت به امور معنوی بیشتر می شود در نتیجه روح از لطافت بیشتر برخوردار می گردد.

### ۲- تقویت اراده

خداوند برنامه روزه داری را به گونه ای تنظیم کرده است که انسان باید در ساعت مقرر از خوردن و آشامیدن امساک کند و در یک ساعت خاصی، می تواند آزادانه بخورد و بیاشامد و از لذت های حلال استفاده کند. ملزم شدن انسان ها به اجرای دقیق این برنامه و تکرار آن طی یک ماه، تمرین بسیار مناسبی برای عادت دادن نفس است به امری غیر از آنچه در ماههای دیگر عادت کرده بود و این عمل قطعاً عزم و اراده انسان را تقویت می کند.

### ۳- کنترل غرایز و تعدیل آنها

روزه دار باید در حال روزه - با وجود گرسنگی و تشنگی - از غذا و آب و نیز سایر لذات از قبیل لذت جنسی چشم پوشی نموده و عملاً ثابت کند که او همچون حیوانات، در بند آب و غذا نیست. او می تواند زمام نفس را به دست گیرد و بر هوس ها و شهوات خود مسلط شود و این امر باعث می گردد که غرایز به کنترل او در آید و علاوه بر این، در بهره وری از آنها تعدیلی به وجود آید. خلاصه اینکه روزه انسان را از عالم حیوانیت ترقی داده و به جهان فرشتگان صعود

می دهد. تقوا و پرهیز گاری در تربیت اخلاق اسلامی یک مسلمان، نقش بسیار مهمی دارد و برای رسیدن به این صفت شایسته است که بهترین عبادت در ماه صیام، مبتنی بر آن است که خداوند می فرماید (لعلکم تتقون) که نتیجه و علت غایی روزه، تقوا از محارم خدا است. وقتی پیامبر (ص) در خطبه (شعبانیه) فضایل ماه رمضان و روزه را بر شمرده، امیره مؤمنان علی (ع) پرسید: بهترین اعمال در این ماه چیست؟ در پاسخ؛ پیامبر (ص) فرمود: (الْوَعْظُ عَنْ مَحَارِمِ اللَّهِ)؛ (پرهیز و اجتناب از معاصی و گناهان است). بنابراین روزه عامل بازدارنده از گناه و عامل سرکوب کننده نفس عصیانگر



عَلَيْكُمْ مِنَ الْبَطْنِ وَالْفَرْجِ) و شهوت جنسی از شهوت بطن و شکم ناشی می شود. اگر شکم عقیف باشد و به قدر ضرورت اکتفا کند و از حرام و شبه اجتناب نماید، بدون شک دامن نیز عقیف می شود و هر گاه هر دو عقیف شد حیات دل - از صفا و جلالی باطن - حاصل خواهد شد.

### ۴- تقویت روحیه ایثار و نوع دوستی

انسان موجودی است اجتماعی و انسان کامل کسی است که در همه ابعاد وجودی رشد کند. روزه گرفتن بعد اجتماعی انسان را در کنار سایر ابعاد رشد میدهد؛ اما چگونه و با چه مکانیزمی؟ شکی نیست که روزه یک درس مساوات و برابری در میان افراد اجتماع است. با انجام دادن این دستور مذهبی، اولاً افراد متمکن هم وضع گرسنگان و محرومان اجتماع را به طول محسوس در می یابند و هم به دنبال آن درک، به این نتیجه می رسند که باید به فکر بیچارگان و محرومان بود. البته ممکن است با توصیف حال گرسنگان و محرومان، سیران را متوجه حال گرسنگان ساخت؛ ولی اگر این مسأله جنبه حسی و عینی پیدا کند، اثر بیشتری دارد و روزه به این موضوع مهم اجتماعی رنگ حسی می دهد و اگر این بعد اجتماعی انسان رشد کند، نسبت به هم نوعان خود بی تفاوت نمی شود و دردهای فراگیر اجتماعی (مانند

است که روزه دار با انجام دادن این دستور الهی به نحو احسن روح تقوا و پرهیز کاری را در خویش زنده می کند؛ زیرا که با روزه و در ماه مبارک رمضان، اصلاح نفس و تربیت آن و تقوا پیش کردن به مراتب آسان تر است؛ زیرا گرسنگی و دیگر محرومیت های روزه، شعله های سرکش غرایز حیوانی و هواهای نفسانی را خاموش می سازد.

به عبارت دیگر روزه شکم را - که منبع همه فتنه ها و مصدر همه شرهاست - کنترل می کند. زیرا هر گاه شکم از حرام و شهوه پر شد، شهوت تحریک می شود و خواهش های باطل و تخیلات عاطل در نفس خطور می کند؛ چنان که در حدیث است: (إِنِّي أَخَافُ

فقر و گرسنگی) را حس می کند و مصداق این سخن حکیمانه سعدی می شود که:

بنی آدم اعضای یک پیکرند  
که در آفرینش ز یک گوهرند  
چو عضوی به درد آورد روزگار  
دگر عضوها را نماند قرار

به راستی اگر کشورهای ثروتمند جهان واغنیاء چند روز از سال روزه بدارند و طعم گرسنگی را بچشند، باز هم این همه گرسنه در جهان خواهد بود؟! آیا میلیون ها انسان با سوء تغذیه و کمبود مواد غذایی مواجه خواهند بود؟! خواهند بود!

## شب قدر

قدر کلمه‌ای عربی به معنای اندازه، تقدیر و سرنوشت است. درباره اینکه چرا این شب را «قدر» نامیده‌اند، دلایلی ذکر شده است؛ عده‌ای می‌گویند: چون مقدرات انسان‌ها و اندازه و قدر رویدادهای سال، در این شب تعیین می‌شود، آن را شب قدر می‌نامند. گروهی معتقدند به این دلیل است که اگر کسی این شب را احیا بخرد، صاحب قدر و منزلت می‌شود. گروهی دیگر نیز می‌گویند، علت نامگذاری، شرافت و قدر والای این شب است. از شب قدر به نام‌های «لیلة العظمة» و «لیلة الشرف» نیز یاد شده است. در این که لیلۀ القدر در ماه رمضان است هیچ شک و تردیدی نیست چرا که آیات قرآن نشان دهنده این مسأله است؛ خداوند می‌فرماید که قرآن در ماه مبارک رمضان نازل شده (شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ)؛ (سوره بقره، آیه ۱۸۵) و از سوی دیگر می‌فرماید: (إِنَّا أَنْزَلْنَاهُ فِي لَيْلَةِ الْقَدْرِ)؛ (قرآن در شب قدر نازل شده است).

### منزلت و جایگاه

در فرهنگ اسلامی شب قدر، بافضیلت ترین شب سال است. بنابر روایتی از پیامبر (ص)، شب قدر از مواهب الهی بر امت اسلام است و هیچ کدام از امت‌های پیشین از این موهبت برخوردار نبودند. در اسلام این شب، با هزار ماه برابر دانسته شده و ارزش عبادت در این شب برابر با هزار ماهی است که در آن شب قدر نباشد. در روایتی از امام صادق (ع) آمده است که بهترین ماه، ماه رمضان است و قلب ماه رمضان، شب قدر است، همچنین از پیامبر اکرم (ص) نقل کرده‌اند شب قدر، سرور شب‌هاست. بنابر منابع روایی و فقهی، روزهای قدر نیز همانند شبهای آن گرانقدر و بافضیلت‌اند. در برخی از روایات آمده است که حضرت فاطمه (س) سر شب قدر است و هر کس منزلت حضرت فاطمه (س) را درک کند، شب قدر را درک کرده است.



از پیامبر اکرم (ص) روایت شده: کسی که شب قدر را احیا بخرد عذاب تا سال آینده از او دفع می‌شود. (بحار الانوار، ج ۹۸، ص ۱۴۵، روایت ۳، باب ۷) از امام باقر (ع) روایت شده: کسی که شب قدر را احیا بخرد گناهانش آمرزیده شود، هر چند گناهانش به عدد ستارگان آسمان و وزن کوهها و مقدار آب دریاها باشد. (همان، ج ۹۸، ص ۱۴۶، روایت ۳، باب ۷)

### ویژگی‌های شب قدر

#### نزول قرآن

بر اساس آیه اول سوره قدر و آیه سوم سوره دخان، قرآن کریم در شب قدر نازل شده است. بیشتر مفسران معتقدند در این شب، قرآن به صورت یکباره از لوح محفوظ به آسمان دنیا یا بیت المعمور و یا قلب پیامبر

اکرم (ص) نازل شده است که در اصطلاح علوم قرآنی به آن، نزول دفعی یا اجمالی قرآن می‌گویند؛ اما قرآن یک نزول تدریجی و تفصیلی هم دارد، که طی ۲۳ سال دوران نبوت پیامبر اسلام (ص) نازل شده است.

#### تقدیر امور

امام باقر (ع) در تفسیر آیه ۴ سوره دخان می‌فرماید: «هر امری در این شب، با حکمتش تعیین و ممتاز می‌گردد»، هر ساله در این شب، تقدیر سال آینده هر انسانی نوشته می‌شود. علامه طباطبایی می‌گوید: مراد از قدر، تقدیر و اندازه‌گیری است و خداوند در این شب، اموری از قبیل زندگی، مرگ، روزی، سعادت و شقاوت انسان‌ها را مشخص می‌سازد. بر پایه برخی از روایات ولایت امام علی (ع) و سایر اهل بیت (ع) نیز در همین شب مقدر و امضاء گردیده است.

#### آمرزش گناهان

بنابر منابع اسلامی، شب قدر، شب ویژه رحمت الهی و آمرزش گناهان است و شیطان در این شب به غل و زنجیر کشیده شده و درهای بهشت برای مؤمنین باز می‌شوند از پیامبر (ص) روایت کرده‌اند: هر کس شب قدر را احیا کند و مؤمن باشد و به روز جزا اعتقاد داشته باشد، تمامی گناهانش آمرزیده می‌شود.

#### نزول فرشتگان

امام باقر (ع) می‌فرماید: در این شب، فرشتگان به دور ما طواف می‌کنند و ما بدین گونه متوجه شب قدر می‌شویم.

#### سیره معصومین (ع) در شب قدر

امام علی (ع) می‌فرماید: در دهه سوم ماه رمضان، پیامبر اکرم (ص) بستر خویش را جمع می‌کرد و برای اعتکاف به مسجد می‌رفت و با وجود آنکه مسجد مدینه سقف نداشت، حتی در زمان بارندگی نیز مسجد را ترک نمی‌کرد. بر اساس روایات، حضرت فاطمه (س) شب قدر را تا صبح به عبادت می‌پرداخت و فرزندان و خانواده خود را نیز به بیدار ماندن و عبادت فرا می‌خواند. و مشکل خواب آنها را با کمتر غذا خوردن و خوابیدن در روز برطرف می‌نمود. معصومان (ع) در شب‌های قدر، حضور در مسجد و شب‌زنده‌داری را ترک نمی‌کردند؛ طبق احادیث، در یکی از ماه‌های رمضان، امام صادق (ع) به شدت مریض بود، با این حال از اطرفیانش خواست او را به مسجد ببرند تا در آنجا عبادت کند.

## علت مخفی ماندن مرقد مطهر امیرالمؤمنین (ع) تا سالها بعد از شهادت ایشان



مرقد مطهر مولی‌الموحدين امیرالمؤمنین علی (ع) صدها سال قبل از خودشان آماده اما مخفی بود؛ چرا که مدفن منور آن بزرگوار که توسط حضرت نوح نبی (ع) قرن‌ها پیش ساخته شده و آن حضرت به محل واقف بود و احدى غیر از این بزرگوار مطلع نبود و در وصیتش محل آنرا برای فرزندانش روشن نمود.

پس از شهادت حضرت علی (ع) بر اساس وصیت فرزندان ارجمندش شبانه آن نازنین بدن را غسل دادند و کفن کردند و به خاک سپردند. پس از انجام غسل و کفن به دستور امام حسن (ع) جز فرزندان امیرالمؤمنین و شماری از یاران خاص آن حضرت، همه برگشتند و آن تابوت بر دوش جبرئیل و میکائیل و حسن و حسین (ع) از کوفه دور شد و بر سوی

نجف (منطقه غری) رهسپار شد.

در نقطه‌ای از آن سرزمین، جلو تابوت به زمین آمد و فرزندان آن حضرت نیز عقب آن را بر

زمین نهادند و امام حسن (ع) همان گونه که پدر سفارش فرموده بود بر آن پیکر پاک نماز خواند پس از نماز، تابوت را کنار زدند و با جا به جا کردن خاک، آرامگاهی یافتند که سنگ نوشته‌ای نشان می‌داد که آن قبر را حضرت نوح (ع) برای بنده برگزیده و شایسته خدا، علی (ع) آماده ساخته است. هنگامی که بر آن شدند تا آن پیکر مقدس را به درون قبر ببرند ندای منادی را از آسمان شنیدند که می‌گفت: «آن بدن پاک را بر زمین پاک نهدید که دوست مشتاق دیدار دوست است».

شیخ مفید در کتاب «الارشاد» خویش این گونه آورده است که: قبر آن حضرت (ع) بنا به وصیتی که کرده بود، مخفی ماند تا زوال دولت بنی امیه که دشمنی و کینه‌ورزی شدیدی نسبت به آن حضرت (ع) داشتند و چون قدرت به دست بنی عباس افتاد، در زمان امامت امام صادق (ع) توسط آن حضرت قبر مطهر جد بزرگوارش آشکار شد و امام صادق (ع) چون به پیش ابوجعفر منصور دوانقی دومین خلیفه عباسی می‌رفت، قبر جد بزرگوارش را زیارت کرد و آشکار نمود از آن به بعد شیعیان چون متوجه این امر شدند، به زیارت قبر مطهر حضرت علی (ع) شتافتند.

علت اصلی پنهان بودن قبر حضرت

وصیت امام (ع) این گونه بود که شبانه و مخفیانه دفن شود، چنانکه حضرت زهر (س) به حضرت وصیت کرد که مخفیانه دفن شود و این وصیت‌ها دارای چند پیام هستند:

۱. بیان مظلومیت اهل بیت (ع)

۲. شناخته نشدن جایگاه آنان و پوشیده ماندن منزلت ایشان.

۳. توجه به علت اصلی این مظلومیت در جریان تاریخ اسلام و توطئه‌های دشمنان بر علیه اهل بیت (ع) و استمرار این جریان.

۴. همان طور که شخصیت علی (ع) در زمان خود مجهول بود و اکنون پس از قرن‌ها دانشمندان غیر مسلمان نیز تشنه درک حضور و عاشق سخنان و اندیشه‌های اویند، شناخت بارگاه و مرقد ملکوتی علی (ع) نیز نیازمند معرفت و شناخت است که اگر قبل از آن ظاهر می‌شد، مورد اهانت جاهلان واقع می‌شد از این رو پنهان بودنش بهتر بود.

۵. به دلیل کینه و عناد بنی امیه و خوارج و دیگران به آن حضرت چنان که سال‌ها حضرت را در منابر خود ناسزا گفتند و بر علیه او تبلیغ کردند، از این رو اگر مرقدش معلوم بود جسارت می‌کردند، از این رو سال‌ها در اختفای کامل بود و به جز ائمه و خواص شیعه کسی آگاه نبود.

## روز قدس روز مستضعفین

قدس، دفتر خونین شجاعت و مقاومت اسلامی است. هر گلبرگ این دفتر، یادمان حماسه ای ماندگار، فریادی بی کرانه و مظلومیتی بی مرز است. قدس، قبله پیشین مسلمانان و قلب کنونی آنان است. قدس جغرافیای عشق، تاریخ ایثار و محراب نیایش های خونین است.

نامگذاری روز قدس

در ۱۶ مرداد ۱۳۵۸، پس از بمباران جنوب لبنان توسط نیروهای دفاعی اسرائیل، امام خمینی (ره) از مسلمانان جهان خواست تا آخرین جمعه ماه مبارک رمضان را به عنوان «روز قدس» انتخاب کنند. روز جهانی قدس، مناسبتی رسمی در جمهوری اسلامی ایران است که در حمایت از ملت فلسطین برگزار می شود. امام خمینی (ره) درباره روز قدس فرمودند: «روز قدس فقط روز فلسطین نیست، روز اسلام است. روز قدس، جهانی است و روزی نیست که فقط اختصاص به قدس داشته باشد. روز مقابله مستضعفین با مستکبرین است.»



### ❖ راهپیمایی در روز قدس

همه ساله مردم در ایران در آخرین جمعه ماه رمضان به راهپیمایی در حمایت از مردم فلسطین می پردازند. در شماری از کشورهای اسلامی نظیر ترکیه، اندونزی، بحرین، لبنان، پاکستان و حتی برخی کشورهای غیر اسلامی نظیر ایالات متحده آمریکا و انگلستان نیز، تظاهراتی در بعضی از مراکز اسلامی و با حضور مسلمانان و غیر مسلمانان برگزار می شود. در واقع روز قدس نماد وحدت و اراده امت اسلامی در مقابل جنایات رژیم صهیونیستی در فلسطین، غزه و دیگر کشورهای اسلامی می باشد. روز ایستادگی مستضعفان عالم، علیه مستکبران و روز فریاد مظلومیت ملتی است که با خون فرزندان خود پرده از چهره کریم رژیم غاصب صهیونیستی بر می دارند.

### ❖ بیت المقدس و مسجد الاقصی کجاست؟

شهر بیت المقدس که پیش از اسلام به نام های اورشلیم و ایلیا نیز خوانده می شده، از جمله شهرهایی است که هر یک از ادیان اسلام، مسیحیت و یهود، تقدس خاص و ویژه ای برای آن قائل اند. در این شهر تپه ای وجود دارد که بدان تپه موریامی گویند. در محدوده بالای تپه موریام حصار کشیده شده که مسلمانان تمام آن را حرم شریف می نامند. این حرم، نمادهای زیارتی بسیاری را در خود جای داده است. این حرم شریف به حسب ادله، همان مسجد الاقصی ای است که در قرآن از آن یاد شده است. البته در این محوطه مسجدی وجود دارد که آن را نیز مسجد الاقصی می نامند، اما آن مسجد الاقصی که در قرآن ذکر شده و قبله اول مسلمانان بود و خداوند درباره آن فرمود: «بَارِكْنَا حَوْلَهُ» همان محوطه حرم شریف است.

### ❖ آیات و روایات پیرامون بیت المقدس

از مسجد الاقصی در اسلام، به عنوان یک مکان مقدس یاد شده و آیاتی پیرامون آن وجود دارد، از جمله آیه معراج پیامبر (سوره اسراء، ۱)، آیات تغییر قبله (سوره بقره ۱۴۲) که به مسجد الاقصی اشاره کرده اند و روایات نیز در فضیلت این مسجد مطالبی را آورده اند: پیامبر اسلام (ص) فرمودند: «همانا خداوند چهار شهر را برگزیده است: خداوند فرموده: (وَالَّتَيْنِ وَالرَّيْثُونَ وَطُورِ سَيْنِينَ وَهَذَا الْبَلَدِ الْأَمِينِ) منظور از تین مدینه، زیتون بیت المقدس، طور سنین کوفه و بلد امین مکه است». همچنین امام علی (ع) می فرماید: «چهار قصر بهشتی در این دنیا وجود دارد: مسجد الحرام، مسجد النبی، بیت المقدس، مسجد کوفه». امام باقر (ع) نیز فرمود: «همان واجب در مسجد الحرام، مسجد النبی، بیت المقدس و مسجد کوفه با ثواب یک حج و نافلة در این مساجد با ثواب یک عمره برابری می کند».



## نکات در مورد تغذیه در ماه مبارک رمضان

### سیستم غذایی در ماه مبارک رمضان

روش صحیح تغذیه در ماه رمضان یکی از موارد مهمی است که لازم است مورد توجه قرار گیرد تا از عوارض جسمی و یا عصبی جلوگیری شود. در غیر اینصورت ممکن است عوارضی حاصل شود که با روزه گرفتن را عامل آنها محسوب کنند و یا اثرات آن باعث عدم تداوم روزه گرفتن گردد. تغذیه در ماه رمضان باید به گونه ای باشد غذا های انتخاب شده در سحر، افطار، و شام می بایست مواد لازم ۲۴ ساعته بدن یعنی کربوهیدراتها، چربی، پروتئین، فیبر، ویتامینها، آنزیم ها و مواد معدنی لازم را به بدن برسانند. به عبارت دیگر بجای افزایش حجم در یک وعده غذا، تأمین نیازهای غذایی باید بین غذاهای سحر، افطار، و شام تقسیم شوند. بطور کلی چهار فاکتور در تغذیه در ماه رمضان باید مورد توجه قرار گیرد که عبارت اند از:

- الف- زمان غذا خوردن،
- ب- میزان غذا خوردن
- ج- چگونه غذا خوردن
- د- انتخاب نوع غذا.

### الف: زمان غذا خوردن:

در ماه مبارک رمضان زمان غذا خوردن اصلی سه مرحله سحر، افطار و شام می باشد که لازم است کاملاً از هم مجزا باشند. دوزمان سحر و افطار تقریباً مشخص شده است. در سحر لازم است که طوری برنامه ریزی شود که علاوه بر زمان کافی برای ذکر و دعا و عبادت زمان کافی برای غذا خوردن در نظر گرفته شده باشد. یکی از موارد اشتباه غذایی در این مرحله تسریع در غذا خوردن در وقت سحر است که اثرش بعد از چند روز روزه گرفتن در سیستم گوارش خواهد بود مثل سنگینی معده، عدم مراحل هضم طبیعی غذا در طول روز، تری می معده و در ادامه به ناراحتی های معده و روده دچار خواهند شد. نکته دیگر در مورد تغذیه در ماه رمضان این است که باید به زمان صرف افطار و شام توجه داشت. نایبستی بدون در نظر داشتن حجم غذای خورده شده در افطار وارد مرحله شام خوردن شد. صرف افطار می بایست در اولین فرصت ممکن صورت گیرد تا تا انداختن با زمان شام خوردن پیش نیاید. فاصله زمانی افطار و شام باید آنقدر باشد که در موقع صرف شام غذای هضم نشده در معده نباشد. زمان شام خوردن هم باید طوری برنامه ریزی شود که تا قبل از خواب زمان کافی برای هضم وجود

داشته باشد و نباید با شکم پر به رختخواب رفت.

### ب: میزان غذا خوردن:

یکی دیگر از نکاتی که در مورد تغذیه در ماه رمضان باید به آن توجه کرد میزان غذا خوردن است. یکی از مشکلات در سیستم غذایی بسیاری از افراد این است که حجم غذا تحت کنترل نیست. حجم غذای افطار باید بسیار کم باشد تا قبل از شام خوردن از معده خارج شده و امکان شام خوردن بدون اثر مضر جانبی وجود داشته باشد. حجم شام باید بنحوی کنترل شود تا هم امکان خوردن میوه بعد از شام باشد، نه تنقلات مرسوم بعد از شام بر محتویات معده فشار آورد، نه مشکلی در روند خواب پیش آید، و نه مانعی بر غذا خوردن در وقت سحر حاصل شود.

### ج: چگونه غذا خوردن

یکی از معضلات غذا خوردن خیلی افراد سریع خوردن غذا است که معمولاً با به دلیل محدودیت زمانی است و یا استرس داشتن در موقع غذا خوردن و یا به رسم عادت. به هر دلیل که باشد تاثیرات مضرش در روی معده بسیار شدید خواهد بود و عواقبی ناگوار به دنبال خواهد داشت. پس در ماه مبارک باید دقت داشت تا تنظیم وقت بصورتی انجام شود تا غذا خوردن در سحر، افطار و شام به تعجیل صورت نگیرد. بنابراین با آرامش غذا خوردن و در شرایط نگرانی، استرس و ناراحتی غذا نخوردن خیلی در تأمین سلامتی دستگاه گوارش مؤثر است.

### د: انتخاب نوع غذا

یکی دیگر از نکات در مورد تغذیه ماه رمضان این است که باید توجه خاصی به نوع غذای مصرفی خود داشته باشید. غذاهایی که مامیخوریم مهمترین فاکتور تعیین کننده سلامتی و بیماریهای ماست. با کمال تأسف عوامل متعددی چون عدم اطلاع از مواد غذایی، قدرت هوس در انتخاب، انتخاب غذا در تنوعات مکانی-زمانی، تبلیغات تولید کننده ها، و انتخاب بر اساس قدرت اقتصادی در انتخاب نادرست غذایی مداخلت دارند.

### نکات تغذیه ای ماه رمضان در وقت سحر:

موارد زیر در موقع سحری خوردن پیشنهاد میشوند: خوردن غذا های اصلی با در نظر گرفتن حجم آن،

شرایط جسمی، سنی، وضعیت های خاص روزه گیر و یادداشتن بیماری اشکال ندارد.

- یکی از نکاتی که باید در مورد تغذیه در ماه رمضان به آن توجه کرد این است که به جای اینکه معده خود را از چندین نوع غذای پختنی پر کنید، از میوه جات، سبزی جات، صیفی جات، و نوشیدنی های سالم و چای های گیاهی متعدد که به منظور های مختلفی وجود دارند استفاده کنید.

- جایاستفاده از نوشابه های مضر، قندی، رنگی و دارای مواد نگهدارنده از چای های گیاهی متعدد برای تصفیه خون، کبد، کلیه ها، و شستن معده و روده از مواد نامناسبی که توسط غذاها و خوردنی ها وارد بدن میشوند و یا برای جلوگیری از افزایش کلسترول، قند، چربی، فشار خون و... استفاده نمایید.

- حتماً از غذاهای قلیا ساز مثل میوه ها، سبزیجات، صیفی جات، و غلات نیز به همراه غذا استفاده کنید. خوردن و نوشیدن مواد غذایی را که تولید اسید می نمایند کنترل نمایید مثل: انواع گوشت، ماهی و غذاهای دریایی، لبنیات، تخم مرغ، حبوبات، خشکبار، شکر، روغن ها و سرکه.

- غذاها را خوب بجوید زیرا بزاق قلیایی (تالیان) در اثر خوب جویدن غذا، حالت اسیدی آن را تبدیل به قلیایی میکنند از خوردن غذای رنگیزه دار، طعم دهنده دار، دارای مواد نگهدارنده و نیز از غذای تصفیه شده مثل: آرد سفید، قند، نوشیدنی های شیرین و رنگی، قهوه، پنیر های فرآوری شده، آب میوه های ساختگی، سوسیس و کالباس که عوارض متعدد غیر قابل جبرانی دارند و بعضی نیز باعث خستگی روزانه می شوند پرهیز کنید.

- مصرف بادمجان، فلفل و سایر ادویه های در هنگام سحر به دلیل ایجاد احساس تشنگی بیش تر، برای روزه داران توصیه نمی شود.

- از خوردن نمک تا حد امکان بپرهیزید.

- یکی دیگر از نکات تغذیه ایی در ماه رمضان این است که از خوردن آب قبل از خوردن سحری خودداری کنید

### نکات تغذیه ایی ماه رمضان در وقت افطار:

به دلایل مختلف غذا های افطار نباید شامل غذا های اصلی، حجیم و سنگین باشد زیرا:

- معده مدتی خالی بوده و نایبستی به یکباره آنرا به فعالیت واداشت.



## ادامه صفحه قبل

- ابتدا با مقداری آب گرم و خرما، خوردن را آغاز کنید.

- خوردن مقداری کمی آش بدون حبوبات توصیه می شود.

- از غذاهای بدون چربی در افطار استفاده نمایید.

- از خوردن آجیل جات، بستنی، چیس، گوشت، پنیر، ماست و شیر پر چرب در افطار بپرهیزید.

- با اشاره به ضرورت توجه به تغذیه سالم و منطقی در ماه رمضان، هنگام افطار بهتر است مایعات گرم نوشیده شود و از باز کردن روزه با آب سرد و یا نوشابه پرهیز شود. آب، شیر گرم و یا چای کم رنگ بهترین نوشیدنی برای افطار است.

- توصیه می شود هنگام افطار از قندهای طبیعی مانند خرما، کشمش و یا عسل استفاده شود. نوشیدن چای کم رنگ، شیر گرم، فرنی، حلیم کم روغن و یا شله زرد در وعده افطار توصیه می شود. نان، پنیر و سبزی و یا همراه با مغز گردو برای افطار غذای مناسبی است.

- مصرف سبزی در وعده افطار توصیه می شود. استفاده از مقادیر کافی میوه سبزی و آب و همچنین فعالیت بدنی، بهترین روش برای پیشگیری از یبوست در ماه رمضان است.

- در خوردن نوشیدنی اسراف نکنید زیرا مانع شام

مانند خاکشیر را با کمی کاسنی و گلاب مخلوط و سپس استفاده کرد.

- برای کاهش تشنگی در ایام روزه داری، می توان عرق کاسنی و شاهره، را به نسبت مساوی تقسیم کرد و در یخچال گذاشت و در فاصله افطار تا سحر از آن استفاده کرد. مصرف این نوشیدنی، تشنگی طول روز را بسیار کم می کند

- مصرف آب یخ اگر چه در ابتدا تشنگی را فرو می نشاند اما در نهایت باعث تشدید تشنگی می شود. هم چنین دوش گرفتن در طول روز باعث کاهش حرارت بدن می شود. برای این کار باید از آب ولرم استفاده کرد زیرا آب سرد باعث منقبض شدن منافذ پوست و احتباس گرما می شود و فرد در طول روز احساس گرما می کند. افرادی که دچار تشنگی شدید می شوند، بهتر است بعد از نماز ظهر و عصر دوش بگیرند و ساعتی را در مکان خنک استراحت کنند. مصرف میوه های آبدار و خنک مانند هندوانه، خیار و غذاهای لعاب دار مانند کدو، شیر، فرنی و

- سبزی هایی مانند کاهو و خرفه در زمان افطار و سحر به کاهش تشنگی در طول روز می انجامد  
بر گرفته از نوشته دکتر میلاد حسنی

### نکات تغذیه ایی ماه رمضان در وقت شام:

همانطور که گفته شد سعی کنید بین افطار و شام فاصله کوتاه باشد.

- قبل از شام آب میل نکنید.

- اگر حجم غذای شام بیش از حد باشد، هم خواب را تحت تأثیر قرار میدهد، هم مانع خوردن غذای سحر خواهد شد و هم تکرار آن باعث سوء هاضمه و بروز بیماری های گوارشی خواهد شد.

- حجم شام باید آنقدر کنترل شده باشد که جلو خوردن میوه جات را نگیرد.

- اگر بعد از شام قصد خوردن تنقلات را دارید، از قبل میزان شام را کنترل نمایید.

- آنچه در مورد خوردن سحری قابل ملاحظه است، در مورد شام هم صادق است.

### رفع عطش در ماه رمضان:

- روزه داران باید بین افطار تا سحر، حداقل ۸ لیوان آب و نوشیدنی استفاده کنند. چرا که در طول روز به دلیل تحرک و تعریق زیاد، آب بدنشان کاهش می یابد.  
- در میان عریقات تنها کاسنی خاصیت خنک کنندگی

## احادیث

### \* علت نامگذاری ماه رمضان چیست؟

رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم: **إِنَّمَا سَمِيَ الرَّمَضَانُ لِأَنَّهُ يَرْمَضُ الذُّنُوبَ.**

رمضان، بدین سبب رمضان نامیده شده است که گناهان را می سوزاند. (منتخب میزان الحکمة: ۲۴۲)

### \* با آغاز ماه مبارک رمضان چه رویداد مهمی رخ می دهد؟

رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم: **إِنَّ أَبْوَابَ السَّمَاءِ تَفْتَحُ فِي أَوَّلِ لَيْلَةٍ مِنْ شَهْرِ رَمَضَانَ، وَلَا تَعْلَقُ إِلَى آخِرِ لَيْلَةٍ مِنْهُ.**

در نخستین شب ماه رمضان، درهای آسمان گشوده می شود و تا آخرین شب آن بسته نمی شود. (بحار الأنوار: ۹۶ / ۳۴ / ۸)

### \* رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم: إِذَا اسْتَهَلَّ رَمَضَانَ غَلَقَتْ أَبْوَابُ النَّارِ، وَفُتِحَتْ أَبْوَابُ الْجَنَّةِ، وَصَفَّدَتِ الشَّيَاطِينَ.

چون هلال ماه رمضان پدید آید، درهای دوزخ بسته گردد و درهای بهشت گشوده شود و شیاطین به زنجیر کشیده شوند. (بحار الأنوار: ۹۶ / ۳۴۸ / ۱۴)

### \* اگر کسی ارزش ماه رمضان را بداند چه آرزویی می کند؟

رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم: **لَوْ يَعْلَمُ الْعَبْدُ مَا فِي رَمَضَانَ لَوَدَّ أَنْ يَكُونَ رَمَضَانَ السَّنَةَ.**

اگر بنده ارزش ماه رمضان را بداند، آرزو می کند که سراسر سال، رمضان باشد. (بحار الأنوار: ۹۶ / ۳۴۶ / ۱۲)

### \* سفارش امام صادق علیه السلام به هنگام حلول ماه مبارک رمضان

**الإمام الصادق عليه السلام: مِنْ وَصِيَّتِهِ لَوْلَدِهِ عِنْدَ دُخُولِ شَهْرِ رَمَضَانَ: فَاجْهَدُوا أَنْفُسَكُمْ فَإِنَّ فِيهِ تَقْسِمَ الْأَرْزَاقِ، وَتُكْتَبُ الْأَجَالُ، وَفِيهِ يُكْتَبُ وَقَدَّ اللَّهُ الَّذِينَ يَفْعَلُونَ إِلَيْهِ، وَفِيهِ لَيْلَةُ الْعَمَلِ فِيهَا خَيْرٌ مِنَ الْعَمَلِ فِي أَلْفِ شَهْرٍ.**

از سفارشهای آن حضرت به فرزندان در هنگام حلول ماه رمضان: - جانهای خود را به تلاش و کوشش وادارید؛ زیرا در این ماه روزیها قسمت و اجلها نوشته می شود و در آن نامهای میهمانان خدا که بر او وارد می شوند، نوشته می گردد. در این ماه شبی هست که عمل در آن از عمل هزار ماه بهتر است. (بحار الأنوار: ۹۶ / ۳۷۵ / ۶۳)

### \* شب زنده داری شب اول

ماه شوال (عید فطر) چه

اثری دارد؟

رسول اکرم صلی الله علیه و آله و سلم: **مَنْ أَحْيَا لَيْلَةَ الْعِيدِ وَلَيْلَةَ النِّصْفِ مِنْ شَعْبَانَ، لَمْ يَمُتْ قَلْبُهُ يَوْمَ تَمُوتُ الْقُلُوبُ.**

هر که شب عید (فطر و قربان) و شب نیمه شعبان را احیا کند، در آن روزی که دلها می میرند، دل او نمیرد.

(ثواب الأعمال: ۲/۱۰۲/۱)



روابط عمومی و آموزش همگانه  
شرکت آب و فاضلاب استان اصفهان