

راهنمای زندگی





بعد از حمد و سپاس خداوند حکیم و درود و صلوات بر سرور انبیاء حضرت محمد مصطفی و اهل بیت طاهرینش

هدف هر انسانی این است که به سعادت برسد. در زندگی خوشبخت باشد. برای رسیدن به این هدف بسیار مهم باید اطلاعات بالایی از مسیر زندگی خود داشته باشیم. بدانیم راههای رسیدن به سعادت چیست؟ و بدانیم موانع رسیدن به خوشبختی چیست؟

در این کتاب بصورت اجمال به برخی از راههای سعادت اشاره شده است. امی است مورد استفاده خوانندگان محترم قرار گیرد.

زمستان 1401- کرمانشاه

همیشه به کار مفیدی مشغول باشید...

منظور از کار، فقط کار اداری یا کاری که با آن درآمد بدست می آوریم نیست بلکه کلاً انسان در زمان بیداری بیکار نباشد و به کار مفیدی مشغول باشد. مانند مطالعه، قرائت قرآن، خواندن دعا و گفتن ذکر، ورزش، کارهای خانه، کشاورزی و تعمیرات و غیره.

بیکاری دشمن انسان است زیرا بیکاری منشا انحرافات می تواند باشد. می تواند عامل اعتیاد گردد! میتواند عامل ارتباطات نامشروع گردد! می تواند عامل غیبت و بدگویی دیگران شود! به عقیده برخی از تحلیل گران و محققان عامل اصلی ۷۰ درصد از ناهنجاریهای جامعه ناشی از بیکاری است، زیرا اشتغال می تواند از بروز بسیاری از ناهنجاریهای اجتماعی جلوگیری کند. لذا خداوند متعال با ادم بیکار دشمن است!

پیامبر خدا(ص) از جایی عبور می کردند جوانی سر راه نشسته بود و بیکار بود پیامبر خدا(ص) نگاهی به او کردند ولی ب او سلام نکردند! درحالی که روش پیامبر خدا(ص) این بود که به همه سلام می کردند حتی کودکان. ولی به این جوان بیکار سلام نکردند.

پیامبر خدا(ص) کارشان را انجام دادند و در مسیر برگشت باز به این جوان برخورد کردند ولی این دفعه به او سلام کردند!

افرادی که همراه پیامبر خدا(ص) بودند از حضرت پرسیدند چرا موقع رفتن به او سلام نکردید؟

پیامبر خدا(ص) فرمود موقع رفتن دیدم بیکار نشسته است و خداوند افراد بیکار را دشمن دارد! ولی
موقع برگشتن دیدم سنگی در دست دارد و روی زمین چیزی می نویسد!

(سوره 7 سفارش قرآن انست که اگر کاری را تمام کردید به کار دیگر مشغول شوید) (فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ)
شرح ایه 7

یعنی: پس هنگامی که از کار مهمی فارغ می شوی به مهم دیگری پرداز

امامان معصوم این چنین بودند و هیچ لحظه ای را از دست نمی دادند و دائم مشغول استفاده از
عمرشان بودند یا به عبادت مشغول بودند گاهی هزار رکعت نماز می خواند. یا به راهنمایی مردم در
مسائل مختلف معنوی و مادی.

یا به کمک رسانی به نیازمندان یا کار در مزرعه و..

شخصی می گوید محضر حضرت امام رفتم. مشاهده کردم در آن واحد مشغول چند کار
هستند: ورزش پاها. مطالعه روزنامه. دیدند تلویزیون. گوش کردن رادیو. ذکر گفتن

حضرت امام هیچگاه بیکار نبودند حتی سفره می انداختند تا چند دقیقه که غذا آورده می شد ایشان
مشغول خواندن قرآن می شدند

ایه الله بروجردی فرمودند یاد ندارم حتی لحظه ای از عمرم به هدر رفته باشد

پسر ایه الله بهجت می گفت پدرم حتی بلند میشد از قفسه کتاب بیاورد درهمان حال ذکر می گفت.

ابوعلي سینا مدت زیادی از عمرش را به سیاست و وزارت پادشاهان گذراند. يك بار با همان كيكه و جلال وزارت،
همراه با غلام ها و نوكرها در حال حرکت بود. به يك كناسي برخورد نمود كه داشت كناسي مي كرد و مستراحي را
تخليه مي نمود و با خودش شعري را زمزمه مي كرد. آورده اند كه ابوعلي سینا سامعه و گوش خيلي قوي داشته
است. پس شنید كناس با خود این شعر را مي گوید: «گرامي داشتتم اي نفس از آنت كه آسان بگذرد بر دل

جهانت» بوعلي خنده اش گرفت. که عجب! این مرد خود را به این شغل پست مشغول داشته، تازه بر نفس خود منت هم می گذارد که می خواهم زندگی بر تو آسان بگذرد. دهنه اسب را کشید و آمد نزد آن کناس و گفت: انصاف این است که خیلی نفست را گرامی داشته ای که برای او این چنین شغل شریفی را انتخاب کرده ای بهتر از این نمی شد.

مرد کناس از قیافه ابوعلي سینا و اوضاع و احوال او فهمید که این آقا وزیر است. پس در جواب گفت: نان از شغل خسیس خوردن به که بار منت رئیس بردن. همین شغل من بهتر از وزارت تو است. بوعلي، از خجالت عرق نموده و با شرمساری رفت.

هیچوقت مشکلات زندگی را برای دیگران بیان نکنیم. حتی بلاها و مصیبت هایی که برایمان پیش می آید به دیگران نگوییم.

تا می توانیم از دیگران قرض نکنیم

تا ممکن است از دیگران درخواست کمک نکنیم. حتی در چیزهای جزئی!

چرا؟ زیرا باعث میشود احترام ما نزد دیگران از بین برود. باعث تحقیر ما میشود. باعث پایین آمدن عزت ما می گردد.

حضرت امام هیچگاه از همسرش درخواستی نکرد مثلا برایم چایی بیاور! یا لباسهایم را بشور! یا برو این کارو بکن!

در روایت نبوی است که: من سال ذلل! کسی که درخواست کند خوار و ذلیل میشود.

لذا ما حداقل روزی ده بار در نمازهایمان می گوئیم: ایاک نعبد و ایاک نستعین

خدایا! فقط تورا عبادت می کنیم و فقط از تو کمک می خواهیم

البته انسان ناگزیر است در بعضی کارها از دیگران کمک بگیرد که در این موارد هم باید مسبب
الاسباب را خدا بداننده مخلوق.

مثلا اگر طیب حاذقی انسان را درمان کرد بگوید خدا این شخص را واسطه قرار داد تا من درمان شوم
اگر شخصی مشکل مالی ما را برطرف کرد بگوییم خدا این شخص را واسطه قرار داد تا مشکل ما حل
شود و....

امام سجاد(علیه السلام) فرمود: دیدم همه خیر را که جمع شده در قطع طمع از آنچه در دستان مردم است و
کسیکه از مردم امید در چیزی نداشته و اموراتش را به خدا بسپارد خداوند دعایش را در هر چیزی اجابت می کند.
در اصول کافی آمده است که محمدبن عجلان به بدهی سختی مبتلا شد و به فکر افتاد نزد حاکم مدینه برود و از
نفوذ او استفاده کند. در راه به محمدبن عبدالله بن زین العابدین(ع) رسید و او از مقصدش سؤال کرده محمدبن
عجلان گفت نزد حاکم می روم تا گرفتاریم برطرف شود محمدبن عبدالله گفت خودم شنیدم از امام صادق(ع) که
فرمود خدا گفته است:

((و عزتی و جلالی لا قطعن امل کل مؤمن غیری))

به عزت و جلالم سوگند هر آینه قطع می نمایم آرزوی هر کس را که به غیر من امید دارد.

محمدبن عجلان گفت دوباره بگو. روایت را برایش دوباره خواند گفت دوباره بخوان او هم مرتبه سوم خواند
خوب که این حدیث در او اثر کرد گفت: به خدا امید دارم و به او کارم را واگذار نمودم . پس نرفت پیش حاکم و
کارش درست شد.

!کشاورزی الاغ پیری داشت؛ از بد روزگار یک روز، الاغ به درون یک چاه عمیق افتاد

کشاورز هر چه سعی کرد، نتوانست الاغ را از درون چاه بیرون بیاورد! تصمیم گرفت برای این که حیوان بیچاره بیشتر زجر نکشد، چاه را با خاک پر کند تا زودتر الاغ بمیرد و مرگ تدریجی او را عذاب ندهد

هر بار که با سطل روی سر الاغ خاک می ریخت، الاغ خاکها را می تکاند و زیر پایش می ریخت!
کشاورز همین طور بر سر الاغ خاک می ریخت و او هم خاکها را زیر پایش می گذاشت و بالا می آمد
تا این که به لب چاه رسید و از آن خارج شد

مشکلات نیز همانند خاک بر سر ما می ریزند و ما همواره دو انتخاب داریم: یا زنده به گور شویم ☐
یا از آنها سکویی بسازیم برای صعود

نکات بسیار مهم در حفظ سلامتی

چهارتا از مهم ترین عوامل حفظ سلامت، کم خوردن، کم خوابیدن، کم حرف زدن و کم راه رفتن است!

کم خوردن!

(پیامبر اکرم (ص): مادر همه داروها، کم خوردن است (الواعظ العدویه، ص ۲۱۳)

پیامبر اکرم (ص): هر کس خوراکش اندک باشد، تنش سلامت و دلش صفا می یابد؛ و هر کس (خوراکش فراوان باشد، تنش بیمار و دلش سخت می گردد. (بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۳۳۱، ح ۵)

کم خوابیدن

پیامبر گرامی اسلام (صلی الله علیه و آله و سلم) می فرماید: هنگامی که در شب معراج به آسمانها رفتم:
دیدم روی درب سوم بهشت نوشته شده

بر روی درب سوم نوشته شده بود: خدایی جز خدای یکتا نیست و محمد(ص) فرستاده خداست و
علی(ع) ولی خداست برای هرچیزی کلیدی است و کلید سلامتی در دنیا چهار خصلت دارد: کمتر
سخن گفتن، کمتر خوابیدن، کمتر راه رفتن و کمتر غذا خوردن

همچنین زود خوابیدن و زود بیدار شدن استدر سلامتی و طول عمر بسیار تاثیر گذار است! برخلاف اکثر مردم که دیر می خوابند و دیر بیدار میشوند!

همچنین قضاء حاجت قبل از خواب

علی(ع):پیش از خواب به مستراح بروید،سپس بخوابید.»303«

امیرمؤمنان علی (علیه السلام) فرمودند: ((پسرم! آیا می خواهی چهار کار به تو بیاموزیم که از پزشکی (و دارو و درمان) بی نیاز شوی؟ امام حسین (علیه السلام) عرض کرد: آری ای امیرمؤمنان! امام علی (علیه السلام) فرمودند: تا گرسنه نشدی بر سر سفر غذا منشین و تا زمانی که هنوز اشتهایت باقی است برخیز. جویدن را خوب انجام بده و هرگاه خواستی بخوابی دستشویی برو. که اگر این نکات (۱).چهارگانه را به کار بندی از پزشکی و {درمان های طبی {بی نیاز می شوی

همچنین از عوامل سلامتی در افراد مسن، در سن پنجاه به بالا شب روغن نخوردن

امام ششم(ع):از روغن در سن پیری خودداری کنید.»87«

امام ششم(ع):هرگاه به سن پنجاه سالگی رسیدید،شبها روغن نخورید.»88«

همچنین اگر شب ماهی خورد حتما بعدش خرما یا عسل بخورد

معصوم(ع):کسیکه شب ماهی می خورد،خوب است قبل از خواب،خرما یا عسل بخورد تا دچار فلج «
نشود.»248

سرماخوردگی یکی دوبار در سال مفید است

امام ششم(ع):ژکام(سرماخوردگی)کاری ست از کارهای خدا ولشگری است از لشگرهای خدا، که «
خداوند بخاطر مرضی که در انسان است،این لشگر را می فرستد،تا آن مرض رانابود کند.»293

!تو توال زیاد نماند

علی(ع):نشستن زیاد در مستراح،باعث بواسیر می شود.»371»

امام رضا علیه السلام فرمود:هنگامیکه انسان به مستراح می رود،زیاد آنجا نماند که توقف زیاد

درمستراح،باعث بیماری «داء الفیل»میشود.»299

...از پله زیاد بالا نرودو

امام صادق علیه السلام در قرنهای پیش، ضمن بیان چند علت از علل تباهی بدن و پیری زودرس، فرموده است: «أَرْبَعَةٌ تُهْرِمُ قَبْلَ أَوَانِ الْهَرَمِ أَكْلُ الْقَدِيدِ وَالْقُعُودُ عَلَى النَّدَاوَةِ وَالصُّعُودُ فِي الدَّرَجِ وَ مُجَامَعَةُ الْعَجُوزِ النَّسَاءِ؛ [چهار چیز سبب پیری زودرس می شود: خوردن آبگوشت شب مانده،

»نشستن در جای مرطوب، بالا رفتن از پله و مجامعت با پیرزنان

اگر شما تندتند پله ها را بالا بروید در واقع ناخواسته باعث سایش زانو به سطح مفصلی زیرین آن خواهید شد و سطح مفصلی را تخریب می کنید. برای همین باید در پاگرد استراحت کنید و دوباره پله ها را یکی یکی بالا بروید

امام صادق(ع) فرموده است: «سه چیز بدن را از پا در می آورد و چه بسا موجب مرگ شود: با شکم پُر وارد حمام شدن و با معده پُر آمیزش کردن و آمیزش با پیرزنان

در پایان چند نکته مهم برای حفظ سلامتی یاد آوری می کنم

تلاوت قرآن شفای جسم و روح می باشد همانطور که آمده و نازل من القران ماهو شفا.....صدقه
شفای بیماری است ...دعا در سلامتی نقش مهمی دارد مخصوصا این دعا؛ یا ولی العافیه نسالک العافیه
عافیه الدنيا الآخره.. ..نماز شب از عوامل حفظ سلامتی است نماز حتی نشسته در درمان کمر درد.
نقش موثری دارد.

.سلمان و کمر درد....

گویند پیامبر خدا(ص) به عیادت سلمان آمد که کمر درد داشت.پیامبر فرمود نماز بخوان حتی نشسته .
سلمان گفت نماز برا کمر درد خوبه؟فرمود اری که قران گفته استعینوا بالصبر والصلوه از صبر و نماز
کمک بگیرید..

خوردن و خوابیدن با حال جنابت خوب نیست مگر وضو بگیرد...

نخوردن خوردنی هایی مانند نوشابه و کنسرو و غذاهای کارخانه ای در سلامتی نقش مهمی دارد..

دوری از قلیان و سیگار

نخوردن غذای حرام ...

ورزش و تحرک نقش مهمی در حفظ سلامتی دارد.خوردن آبلیمو طبیعی بعد از غذای پختنی در
حفظ سلامتی موثر است..

نخوردن چای در سلامتی مهم است. دوری از قند کشور چه مستقیم و چه غیر مستقیم مانند آب میوه های کارخانه ای و کیک و شکلات و شیرینی .تا میتواند نخورد که این پرهیز نقش مهمی در حفظ سلامتی دارد دوری از روغن های کارخانه ای و استفاده از روغن حیوانی و روغن زیتون.. دوری از قرض و کپسول و داروهای شیمیایی و درمان با گیاهان دارویی

سه خصوصیت در راس خصوصیات اخلاق اسلامی است...

اگر بخواهیم بالاترین درجات خوش اخلاقی را داشته باشیم باید:

کسی که به ما کمک نکرد ما به او کمک کنیم

کسی که با ما قطع ارتباط فامیلی کرد ما به او سر بزنیم

کسی که به ما ظلم کرد ما او را عفو کنیم

جوان به مالک اشتر اهانت کرد....

روزی مالک اشتر از بازار کوفه می گذشت . در حالیکه عمامه و پیراهنی از کرباس بر تن داشت . مردی بازاری بر در دکانش نشسته بود و به عنوان اهانت، زباله ای (کلوخ) به طرف او پرتاب کرد مالک اشتر بدون این که به کردار زشت بازاری توجهی بکند و از خود واکنش نشان دهد، راه خود . را پیش گرفت و رفت

: مالک مقداری دور شده بود. یکی از رفقای مرد بازاری که مالک را می شناخت به او گفت

آیا این مرد را که به او توهین کردی شناختی ؟ -

مرد بازاری گفت : نه ! نشناختم . مگر این شخص که بود؟

دوست بازاری پاسخ داد

او مالک اشتر از صحابه معروف امیرالمؤمنین بود -

همین که بازاری فهمید شخص اهانت شده فرمانده و وزیر جنگ سپاه علی علیه السلام است ، از ترس و وحشت لرزه بر اندامش افتاد. با سرعت به دنبال مالک اشتر دوید تا از او عذرخواهی کند. مالک را دید که وارد مسجد شد و به نماز ایستاد. پس از آن که نماز تمام شد خود را به پای مالک انداخت و مرتب پای آن بزرگوار را می بوسید

مالک اشتر گفت : چرا چنین می کنی ؟

بازاری گفت : از کار زشتی که نسبت به تو انجام دادم ، معذرت می خواهم و پوزش می طلبم .

امیدوارم مرا مورد لطف و مرحمت خود قرار داده از تقصیرم بگذری

مالک اشتر گفت : هرگز ترس و وحشت به خود راه مده ! به خدا سوگند من وارد مسجد نشدم مگر این که درباره رفتار زشت تو از خداوند طلب رحمت و آمرزش نموده و از خداوند بخواهم که تو را¹ به راه راست هدایت نماید

در ایام تظاهرات مردم ایران علیه شاه، عده ای از طرفداران شاه، جلو مینی بوسی را می گیرند و می بینند یک نفر روحانی داخل مینی بوس است او را پیاده می کنند و با تهدید مجبور می کنند برقصد! بعد انقلاب ان روحانی فرمانده کمیته می شود و دستور می دهد ان چند نفر را بیاورند. بعد به انها می گوید یادتان هست چه کردی؟ انها اظهار ندامت و پشیمانی می کنند. ان روحانی دستور آزادی انها را صادر می کند.

¹بحارالانوار جلد 42 صفحه 157

این روش قران و اهل بیت علیهم السلام است که بجای انتقام و تقابل باهم، به عفو و بخشش روی بیاورید تا بین مسلمانان همیشه وحدت و رفاقت حاکم باشد نه اختلاف و جنگ و دشمنی.

5

هیچوقت اسرار تان را برای دیگران حتی همسرتان یا بهترین دوستان نقل نکنید! چرایی ان را در مطلب زیر توضیح داده می شود:

امام علیه السلام در این عبارات نورانی و آنچه در ذیل آن آمده بر چهار مطلب تأکید می کند: نخست می فرماید: «سینه عاقل گنجینه اسرار اوست»؛ (صَدْرُ الْعَاقِلِ صُنْدُوقُ سِرِّهِ). یعنی همان گونه که صاحبان ثروت اشیاء قیمتی را در صندوق های محکم نگاه داری می کنند، انسان عاقل نیز باید اسرارش را در دل خود پنهان دارد، چرا که اسرار او اگر به دست دوست بیفتد گاه سبب ناراحتی اوست و اگر به دست دشمن بیفتد ممکن است سبب آبروریزی او شود. به علاوه بعضی از اسرار ممکن است با سرنوشت ملتی ارتباط داشته باشد که اگر بی موقع فاش شود سبب خسارت عظیمی برای جامعه گردد

هیچوقت به خدا اعتراض نکنید!

چون خدا حکیم و ما جاهل هستیم. ما از علت خیلی از مسائل اطلاع نداریم اینکه چرا فقیر هستیم ولی فلانی پولدار! اینکه چرا فلان مومن دچار مصیبت های مختلفی میشود ولی فلان ادم بی ایمان در ناز و نعمت است! چرا خدا به ما بچه نمیده ولی فلانی صاحب چندتا بچه شد! اینکه..... ما باید صبوری کنیم چون اعتقاد داریم خداوند، حکیم و مهربان است.

خدا به ابراهیم نبی دستور داد گلوی پسرش را برد و او را قربانی کند. آیا ابراهیم یا اسماعیل هیچکدام اعتراضی کردند؟/خیر.

خدا به خضر دستور داد پسر بچه ای را خفه نماید. آیا خضر اعتراضی کرد؟/خیر. ولی موسی نبی چون نسبت به این مساله جاهل بود اعتراض کرد ولی وقتی خضر نبی گفت این بچه اگر زنده می ماند و بزرگ می شد کافر می شد و عده ای را کافر می کرد خدا دستور داد او را هلاک کنم و در عوض خداوند به والدینش دختری می دهد که او نسل او هفتاد پیامبر متولد میشوند.

در بیمارستان ها وقت شام و ناهار،

!غذاها خیلی متفاوت است

به یک نفر سوپ، چلو کباب و دسر میدهند

و به يك كسى فقط سوپ ميدهند

و به يك نفر حتى سوپ هم نميدهند و

ميگويند كه فقط آب بخور

به يك كسى ميگويند كه حتى آب هم نخور

جالب است كه هيچكدام از

اين بيماران اعتراض ندارند

زيرا آنها پذيرفته اند كه

كسى كه اين تشخيص ها را داده است

طبيب است و آن كسى كه طبيب است

حكيم است

پس اگر خدا به يك كسى كم داده يا زياد داده، شما گله و شكوه نكنيد كه چرا به او بيشتر داده اى و

به من كمتر داده اى! اين كارها روى حساب و حكمت است

خدايا به داده و نداده ات شكر

اگر اینگونه نباشیم و به خداوند اعتراض کنیم احتمال دارد کم کم کافر شویم!

خانواده ای نماز خوان و مومن وقتی پسرشان تصادف کرد و از دنیا رفت در اعتراض به خدا، نماز را ترک کردند و بی دین شدند!

مادری وقتی پسرش از دنیا رفت صدا می زد که خدا ظالم است!

دختری که حاجتش برآورده نشد نماز را ترک کرد و...

در حالی که خداوند، حکیم و مهربان است و هیچ وقت بد بنده خود را نمی خواهد و این مصیبت ها و مشکلات در ظاهر بد هستند ولی در پشت پرده برای به کمال رسیدن ما لازم می باشند.

ازدواج را اسان بگیرد مخصوصا خانواده دختر، به خواستگار سخت نگیرند!

ازدواج اسان: در روایت نبوی است که بهترین ازدواج ها

؟؟؟. آسانترین آنهاست

.

خير النكاح ايسرها.....از برکتی عروس انست که ازدواج با او اسان برگزار شود ثمره مهم ازدواج حضرت علی (ع) و حضرت زهرا (س) این است که این بزرگواران راه و رسم زندگی را از ابتدا تا انتها به همه انسان ها آموخته اند. ازدواج های امروز مشکلات بسیاری را برای خانواده ها به وجود آورده که دلیل این اتفاق، الگو نگرفتن از زندگی امام علی (ع) و حضرت زهرا (س) است. زمانی که امیر

مومنان (ع) برای ازدواج با حضرت زهرا (س) نزد حضرت محمد (ص) می آیند ، پیامبر به اندازه‌ای بر ایشان آسان می گیرند که این حضرت با شادابی و نشاط زندگی جدید خود را همراه با تهیه یکسری لوازم مختصر آغاز می کنند. پیامبر خدا صلی الله علیه و آله فرمود: همانا از نشانه های برکت زن آن است که خواستگارش بی تکلف و آسان انجام گیرد.....یکی از دلایلی که بسیاری از ازواج‌ها در روزگار کنونی سر نمی گیرند، این است که خانواده‌ها یا خود پسر و دختر خود را مقید به یکسری موارد می کنند که این قیود باعث تأخیر در شکل گیری ازدواج‌ها می شود. امیر مومنان (ع) آرزو داشتند که حضرت زهرا(س) در زندگی خواسته‌ای از ایشان داشته باشند در حالی که چنین حالتی قابل مقایسه با زندگی‌های امروزی نیست چرا که این روزها برخی خانم‌ها خواسته‌های عجیبی از همسرشان دارند به گونه‌ای که او برای برآوردن خواسته‌های همسرش در مواردی حتی به گناه می افتد. با توجه به مساله کرونا، فرصت خوبی است که عروس دامادها عروسی خود را ساده برگزار کنند که هم دچار مشکلات هزینه زیاد نشوند هم خطری برای فامیل ایجاد نکنند. انهایی که رعایت نکردند و مراسم پرجمعی گرفتند چندین مورد بوده که در مراسم عروسی مثلاً مادر و خواهر داماد کرونا گرفتند و مردند و عروسی به عزا تبدیل شد یا داماد خانواده که شخص مهمی هم بوده کرونا گرفت و از دنیا رفت. از نظر شرعی با احتمال خطر برای مهمانان، باید مراسم با حداقل جمعیت برگزار شود. نکته آخر برا ازدواج خیلی از هزینه ها رو بی جهت تراشیدیم و ازدواج رو اون قدر سخت کردیم که داره تبدیل به رویا میشه و متأسفانه سن ازدواج از سی سال هم رد شده ... آقا خیلی از خرجا رو باور کنید میشه فاکتور گرفت.. امام رضا علیه السلام فرمود: وقتی که از دین و اخلاق .خواستگار راضی بودید به ازدواج با او راضی باشید و به خاطر فقیر بودنش او را رد نکنید

هرگز خسیس و بخیل نباشید برعکس بخشنده و با سخاوت باشید زیرا سخاوت باعث عزت می شود و بخل و خساست باعث انزوا و فرار دوستان می گردد و گاه خساست باعث مشکلا بزرگی می شود

درباره آغا محمدخان قاجار می گویند خیلی خسیس بود و عاقبت بر اثر خساست خود کشته شد!
عبدالله مستوفی در کتاب شرح زندگانی من که یکی از منابع مهم در مطالعه دوران قاجاریه محسوب می شود، دلیل به قتل رسدن او را این گونه شرح می دهد: «در ایام محاصره شوشا، مقداری خربزه برای **آغا محمدخان قاجار** آورده بودند که تحویل آبدار خود نموده و امر داده بود که هر وعده مثلا نصف یک دانه از آن ها را که یک ظرف می شود در سفره غذای او بگذارند. خربزه ها زودتر از حسابی که شاه داشته است تمام می شود. شاه تاریخ روز آوردن خربزه ها و این که چند دانه آن به مصرف رسیده و چند دانه آن باید باقی باشد دقیقا تعیین می کند و از آبدار باقیمانده را مطالبه می نماید. آبدار هم نجات را در حقیقت گویی می پندارد و اعتراف می کند که با دو نفر از پیشخدمت ها آن ها را خورده اند. شاه برای همین جرم، امر به کشتن هر سه نفر می دهد. بعد از آن که به خاطر او می آورند که شب جمعه است، اعدام آن ها را به صبح شنبه محول می نماید و چون محکومین به تجربه

می دانستند که حکم شاه استیناف پذیر نیست، و دستور خود را لغو نمی کند، شب شنبه سه نفری وارد «اتاق خواب او شده کارش را می سازند و جواهرهای سلطنتی را برداشته فرار می کنند»²

شاه کشور ایران سه نفر را به خاطر خوردن خربزه دستور به اعدام می دهد! ولی دربار پیامبر عزیزمان روایت شده حضرت انقدر بخشنده بودند که حضرت داشتند غذا می خوردند شخصی درخواست غذا کرد پیامبر به او از غذا دادند گفت نه. همان لقمه ای که در دست دارید می خواهم! پیامبر خدا ان لقمه را دادند. شخص دیگری از پیامبر خدا درخواست پیراهنشان را کردند. پیامبر خدا که فقط یک پیراهن داشتند ان را به او دادند و خود را با عبا پوشاندند. یا اینکه گاه کوزه عسل به مسجد می بردند و به یک یک نمازگزاران با دستان مبارک خود عسل به دهانشان می گذاشتند....

² شرح زندگانی من / تاریخ اجتماعی و اداری دوره قاجاریه / نوشته : عبدالله مستوفی / نشر هرمس

هیچوقت تملق کسی را نگویید!

امام علی (ع) در نظام سیاسی خود، به شدت با تملق گویی مبارزه می کردند و همواره به استانداران و فرمانداران خود سفارش می فرمودند که: «اطرافیان خود را چنان پیورید که شما را نستایند و بی جهت «خاطرتان را شاد نکنند

روزی امام علی (ع) در صفین سخنرانی می فرمودند، مردی از یاران او بلند شد و حضرت را ستود. از ادامه ی خطبه چنین برمی آید که حضرت برآشفتمند و به طور ضمنی آن مرد را نکوهش کردند. امام ضمن یادآوری این نکته که از زشت ترین خوی حاکمان این است که بخواهند مردم آنان را دوستدار: بزرگمنشی شمارند، فرمود

و خوش ندارم که در خاطر شما بگذرد که من دوستدار ستودنم و خواهان ستایش شنودن. سپاس خدا را که بر چنین صفت نزادم و اگر ستایش دوست بودم، آن را وای نهادم... و بسا مردم که ستایش را دوست دارند، از آن پس که در کاری کوششی آرند. لیکن مرا به نیکی مستایید تا از عهده ی حقوقی که مانده است، برآیم و واجب ها که بر گردنم باقی است، ادا نمایم. پس با من چنان که با سرکشان

گویند، سخن مگویید و چونان که با تیزخویان کنند، از من کناره مجوید و با ظاهرآرایی آمیزش مدارید و شنیدن حق را بر من سنگین مپندارید؛ و نخواهم مرا بزرگ انگارید

گذشته از تملق و ستایش که حضرت(ع) بارها آن را منع و نهی فرمودند، هر مسئله‌یی که به نحوی موجب می شد عزت نفس انسانی خدشه دار شود، امام(ع) آن را برنمی تافت و با آن مخالفت می نمود.

حضرت علی(ع) هنگام عزیمت به صفین، در حال عبور از شهر «انبار» بودند. کشاورزان این شهر طبق رسوم و تشریفات ایرانیان، به استقبال امام(ع) آمدند و ابتدا پیشاپیش آن حضرت دویدند. حضرت(ع) دلیل این کار را پرسیدند، آنان پاسخ دادند: بدین کار، امیران خود را بزرگ می () (شماریم).

:حضرت ضمن نهی این عمل، خطاب به آنان فرمودند

به خدا که امیران شما از این کار سودی نبردند؛ و شما در دنیایان خود را بدان به رنج می افکنید و در ... آخرتتان بدبخت می شوید، و

اگر یکی از هدف های مهم امام علی(ع) را تجلی و تحقق کرامت انسانی در جامعه و تلاش برای حفظ عزت نفس انسانی بدانیم، این کار و کارهای مشابه، اقداماتی برخلاف جهت هدف اصلی به شمار می روند.

روش برخورد با متملق

مناسب‌ترین روش برای مبارزه با رفتارهای تملق‌آمیز، بی‌اعتنایی به تملق‌گوینده است. پیامبر اکرم(ص) در نکوهش چاپلوسی و مدح بی‌جا می‌فرماید: «احثوا التراب علی وجوه المداحین؛». «به‌صورت چاپلوسان خاک پاشید».

پیامبر(ص) فرمودند: هر گاه برادرت را در پیش رویش بستایی، چنان است که تیغ بر گلویش نهاده‌ای آسیب‌شناسی ازدواج!

یکی از آسیب‌های ازدواج آنست که پسر بعد از ازدواج، تحت‌تأثیر همسرش، با والدینش قطع رابطه می‌کند! و بقول معروف عاق والدین می‌گردد!

موارد فراوانی سراغ داریم که همینکه پسر ازدواج کرد یا کلاً با والدین خود قطع رابطه می‌کند یا اینکه ارتباط خود را با والدین به پایین‌ترین درجه می‌رساند!

اقایی می‌گفت چهار سال است مادرم را ندیده‌ام! پرسیدم مادرت جای دوری هست؟ گفت نه همین شهر هست ولی خانمم اجازه نمی‌دهد!

دیگری می‌گفت که سر دوراهی مانده‌ام. زنم گفته یا من یا مادرت!

شخصی می‌گفت برادرم همینکه ازدواج کرد با والدینم قطع رابطه کرد. حتی مادرم از دنیا رفت بش خبر دادیم ولی برای تشییع جنازه مادر نیامد...

در حالی که خداوند بعد از توحید، به احسان به والدین فرمان داده است و اگر انسان باعث ناراحتی والدین بشود حتماً جهنمی خواهد بود و ارزش ندارد حتی اگر تمام دنیا را به او بدهند!

بنابراین نباید ازدواج باعث جدایی و دوری از والدین بشود و پسر نباید انقدر ضعیف باشد که تحت سلطه همسرش در بیاید و هرچه او بگوید به آن عمل کند!

:حدیث قدسی. خداوند عز و جل می فرماید

يُقَالُ لِلْعَاقِ اِعْمَلْ مَا شِئْتَ فَانِّي لَا اُغْفِرُ لَكَ

به فرزندی که عاق (والدین) شده گفته می شود: هر کاری می خواهی انجام بده که من تو را نمی
. آمرزم

:(پیامبر اکرم (ص

نسبت به پدر و مادر نیکوکار باش تا پاداش تو بهشت باشد ولی اگر عاق آنها شوی جهنمی خواهی
بود

از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله نقل شد که حضرت موسی بن عمران به پروردگار عرض کرد که آن
دوست من که شهید شد حالش چگونه است؟ خطاب رسید او در جهنم است. عرض کرد پروردگارا
مگر شهید را وعده بهشت نداده ای؟ فرمود: چرا ولی او اصرار داشت به آزردن پدر و مادر و من عمل
. . کسی را که بر پدر و مادر ستم روا دارد قبول نمی کنم

استخاره چقدر در موفقیت ها موثر است؟

بعضی عادت کرده اند همه کارهای خود را با استخاره اگر خوب امد انجام می دهند و اگر بد امد متوقف می شوند. و خیال می کنند اسلام گفته که انجام کارهای خود را به استخاره مشروط کنید! در حالی که اسلام سفارش به مشورت کرده ما باید درباره کارهای مهمی که می خواهیم انجام دهیم با چند نفر آدم وارد مشورت کنیم اگر اونها تایید کردند انجامش بدهیم . . قرآن گفته مشورت کنید نگفته استخاره کنید

رفیق در سرنوشت ادم می تواند تاثیر مثبت یا منفی بگذارد!

مساله داشتن دوست و رفیق در سعادت و شقاوت انسان بسیار موثر است. همانطور که در ایه فوق آمده که عده ای در قیامت می گویند ای کاش با فلانی رفیق نمی شدیم. او ما را از راه حق و از یاد خدا دور کرد.

رفیق می تواند انسان را بهشتی کند یا انسان را جهنمی نماید

بسیاری از افراد معتاد گفتند رفیق ما را معتاد کرد

برخی از افرادی که گناهان جنسی مانند استمناء می کنند گفتند رفیق ما را به این کار معتاد کرد

افرادی که در باندهای فساد یا باندهای سرقت و امثال ان گرفتار شدند می گویند رفیق ما را به این کار واداشت... افرادی که جذب منافقین شدند یا ضد انقلاب هستند برخی بخاطر دوستان ضد انقلاب و ضد نظام، در صف دشمنان نظام قرار گرفتند

حتی افرادی که در جوانی کشته شدند برخی بخاطر دوست نامناسب مرده اند. یک نفر از دوستان روحانی می گفت پسر یک هفته مانده به مراسم عقدش. با دوستانش برای تفریح به جنگل رفت و زنده برنگشت و مرگش مشکوک است. و مادرش خیلی بیقراری می کند. مواظب دوستان فرزندانمان باشیم!

دختر خانمی که معتاد به شیشه بود می گفت دوست آرایشگری دارم. وقتی برایش از مشکلات
!زندگیم گفتم من رو تشویق کرد شیشه بکشم و من معتاد شدم

اقایی با گریه پیش من امد و گفت چند روز است خورد و خوراک بر من حرام شده است! علت را
پرسیدم گفت دوستم بم خیانت کرده و با زنم ارتباط نامشروع داشته است! حالا من با دوتا بچه که از
:(مولا علی ع).....زنم دارم چه کنم؟ آیا طلاقش بدهم؟ یا راه دیگری؟

برترین دوست و برادر تو کسی است که در کار خیر سبقت گیرد و تو را هم به سوی خیر بکشانند ، و
تو را به نیکی فراخواند و یاری کند

:(امام صادق ع)

محبوبترین برادرانم نزد من کسی است که عیبهای مرا پیش من هدیه آورد (و آنها را به من گوشزد
کند

:(حضرت محمد ص)

همنشین شایسته همانند عطر فروش است ، اگر چیزی به تو ندهد بوی عطرش به تو خواهد رسید

:(مولا علی ع)

بهترین برادران تو کسی است که با راستگویی خود تو را به راستگویی دعوت کند و با اعمال نیک
خود تو را به بهترین کارها فراخواند

:(مولا علی ع)

بهترین دوست تو کسی است که تو را شیفته آخرت کند ، و نسبت به دنیا بی رغبت کند و تو را در فرمانبرداری از خدا کمک کند

با چه کسانی دوست نشویم ؟

:امام صادق (ع) فرمود

هر زمان امیر مومنان علی (ع) به منبر می رفت ، می فرمود : شایسته است مسلمان از رفاقت با سه نفر دوری کند : پر روی بی باک تبهکار ، احمق و دروغگو

: (مولا علی ع)

بدترین دوستان کسانی اند که هنگام آسایش پیوند دارند و هنگام گرفتاری جدا می شوند

: (رسول خدا ص)

از همنشینی با دوست بد پرهیز ، چون تو با او شناخته می شوی

: (امام باقر ع)

با چهار شخص معاشرت و دوستی نکن : احمق ، بخیل ، ترسو و دروغگو . زیرا شخص احمق می خواهد به تو سود رساند ولی صدمه می زند ، و آدم بخیل و تنگ نظر از تو میگیرد امام به تو پس نمی دهد ، و ترسو از تو و پدر و مادرش فرار میکند و دروغگو اگر راست بگوید کسی باور نمی کند

: (امام صادق ع)

پرهیز از اینکه دوستی کنی با کسی که برای طمع و ترس یا هوای نفس و خوردن و آشامیدن رو به تو می آورد و در جستجوی دوستی با پرهیزگاران باش

:(مولا علی بن ابیطالب (ع

بدترین دوستان کسانی اند که هنگام آسایش پیوند دارند و هنگام گرفتاری جدا میشوند

:(مولا علی (ع

هم نشینی با بدان مایه بدگمانی به خوبان است

از امیرالمومنین مولا علی (ع) سوال شد

کدام دوست بد است ؟ فرمود : کسی که معصیت خدا را برای تو زیبا جلوه دهد

بزرگترین میراث پدر به فرزندان ادب است..

از مهم ترین فضائل بشری داشتن ادب است که هم خدا و رسول افراد با ادب را دوست دارند و هم مردم.

کودکی که مودب هست مورد توجه همه قرار می گیرد. جوانی که با ادب هست نیز مورد احترام همگان می باشد.

اسلام که دین خوبیهاست به مساله داشتن ادب اهمیت خاصی داده بطوری که در قران کریم بارها و بارها مساله ادب را متذکر شده است و در سخنان بزرگان دین آمده که بزرگترین میراث پدر و مادر، داشتن فرزند با ادب هست. حضرت علی (ع) می فرمایند: ”

لادین لمن لا ادب له ” کسی که ادب ندارد دین ندارد!

در زمان ما با توجه به تهاجم فرهنگ منحط غرب به کشورمان، شاهد این هستیم که اهمیت و ارزش ادب در بعضی موارد کاهش یافته است و جوانان و نوجوانانی هستند که بی ادب می باشند و رفتار نامناسب و بی ادبانه آنها باعث آزرده گی جامعه می گردد

یکی از وظایف بزرگ والدین یاد دادن ادب به فرزند است.

اگر دیدید شخصی بی ادبی می کند مقصر اصلی والدین او هستند. اگر
فرزند جلو دیگران دعوا می کند یا ناسزا می گوید بخاطر این است که
والدین به او ادب یاد ندادند و مثل علف هرزه رشد کرده است!

حکایت

مردی نزد کنفوسیوس حکیم آمد و از فرزند خود شکایت کرد. کنفوسیوس دستور داد
پدر و پسر را زندانی کنند. پس از مدتی هر دو را آزاد کردند. کنفوسیوس به پدر گفت:
نباید از پسر شکایتی می کردی، زیرا اگر از پسر عملی زشت سر زده است، تقصیر
خود توست که او را خوب تربیت نکردی.

امیرالمؤمنین (ع) می فرماید: «ادب خوب، عامل تزکیه اخلاق است^۳ و نیز
می فرماید: بهترین چیزی که پدران برای فرزندان به میراث می گذارند،
ادب است»^۴

پیش ارباب خرد مایه ایمان **ادب** است

بی «**ادب**» را به سماوات بقا منزل نیست

دامن عقل و **ادب** گیر که در راه یقین

^۳ غرر الحکم / 5520

^۴ همان / 5036

آدمیزاده اگر بی **ادب** است آدم نیست

ادب فرزندان را در مهمانی ها مشخص می شود!

در مهمانی ها بچه ها دو دسته اند یک دسته آرام . مودب و دسته دیگر
شلوغ کار و اذیت کن!

علامه اقبال لاهوری می گوید:

دین، سراپا سوختن اندر طلب* انتهایش عشق و آغازش ادب

آبروی گل ز رنگ و بوی اوست* بی ادب، بی رنگ و بو، بی آبروست

نوجوانی را چو بینم بی ادب* روز من تاریک می گردد چو شب

آقای رسولی گفت پانزده سال با امام در نجف بودم یکبار امام را بدون
جوراب ندیدم.

امام خمینی قدس سره وقتی پس از دوران طولانی دوری :یکی از نزدیکان امام گوید
از وطن به قم آمدند به قبرستان شیخان رفتند و بر سر قبر مرحوم حاج میرزا جواد آقا ملکی
تبریزی قدس سره حاضر شدند و در کنار آن نشستند. آن گاه به نشانه تواضع ، یک طرف

عمامه خویش را باز کردند و با آنکه همیشه دستمال همراه داشتند با گوشه عمامه خود⁵ غبار سنگ قبر استاد را زدودند و سپس به قرائت فاتحه و تلاوت قرآن پرداختند

مرحوم حاجی کلباسی (ره) از علماء بزرگ اصفهان

آورده اند که ایشان وقتی به قم آمد و به مزار آن شهر رفت، پا برهنه راه را

این مزار پر است از علماء و راویان احادیث؛ از این رو برای می پیمود و می فرمود

. ادب نمی خواهم با کفش روی قبورشان بروم

آیت الله بروجردی رحمه الله ، هرگز در کتاب خانه خود نمی خوابید تا کمال ادب را نسبت به کتاب های دینی مراعات کرده باشد. وی فرموده⁶ . «است: «در تمام عمرم، در اتاقی که کتاب حدیث باشد، نخوایدم محدث قمی [نیز] بدون وضو و طهارت، حتی دست به جلد کتاب حدیث « نمی زد، چه رسد به اصل جملات حدیث و هرگاه می خواست حدیث

⁵ آن سفر کرده ، ص 40.

⁶ اخلاق (1)، صص 47 و 48.

مطالعه کند یا بنویسد، با وضو و مؤدب رو به قبله می نشست و کارش را آغاز
می کرد.^۷

نقل کرده اند آیت الله بروجردی رحمه الله، در مسجد بالاسر حرم مطهر حضرت
معصومه (س) تدریس می کرد. یکی از روزها هنگام درس متوجه شد یکی از شاگردانش
به قبر مرحوم آیت الله حاج شیخ عبدالکریم حایری رحمه الله تکیه داده است. با تندی به او
گفت: «آقا به قبر تکیه نکنید. این بزرگان برای اسلام زحمت کشیده اند، به آنان احترام
بگذارید»^۸ 23.

**بعضی با زیرپوش میاند دم درخانه!... اخیرا با تقلید از فرهنگ منحط و پست
غرب! بعضی مردها با شلوارک! تو کوچه میاند!**

بعضی مردها و پسرها طوری شلوار می پوشند که وقتی برای کاری خم
میشند نصف پشت و باسن انها پیدااست مخصوصا تو خیابونا!

بعضی خانم ها و دخترها هم لباسی می پوشند که ناف اونها پیدااست!

ادب، تاجی است از نور الهی * بنه بر سر برو هر جا که خواهی

که او خضر ره اقبال و جاه است * بر او رنگ سعادت، پادشاه است

⁷ اخلاق (1)، صص 48.

⁸ <http://pajuhesh.irc.ir/product/book/show.text/id/1611/order/20#book-footnot-8>

⁹ 23. اخلاق (1)، ص 48.

(سعدی)

بعضی دخترها تو کوچه و خیابان در حال بستنی خوردن می‌اند!
یا اقایی هیکلی در خیابان مثلاً پرتقال می‌خورد و پوست آن را همانجا می‌اندازد!

در حالی که در روایت است خوردن در حال راه رفتن از پستی است!

تو مراسم سر غذا دعوا می‌کنند! افراد بی ادب در مراسمی که غذا توزیع می‌کنند دعوا و نزاع درست می‌کنند که گاهی این دعوایا به جاهای باریک همچون کشته شدن می‌انجامد

تو کوچه آب دهان می‌اندازند!

تو محل کار پاشو رو میز اداری می‌ذاره!

بچه همش دستش تو دماغشه!

گیس و گیس کشی در خیابان!

گاهی دیده شده زنها و دخترها تو خیابون گیس و گیس کشی راه می اندازند و کلیب و فیلم انها را گرفته در فضای مجازی می گذارند.

دخترها جلو برادر و پدر لباسهای تنگ و نامناسب می پوشند! درحالی که خیلی ها می گفتند ما تو عمرمون موی سر مادرمون رو ندیدیم چون همیشه پوشیده بودند!.

خنده در تشیع جنازه بی ادبی است!

لباس ورزشی کشتی گیرها و وزنه بردارها و شناگرها، بی ادبی است!

سینه زنانی که لخت می شوند بی ادبی هست

یکی بود سر سفره فین می کرد

یه مومنی بود وقتی در مهمانی شرکت می کرد هنگامی که غذایش را تمام می کرد سر سفره فین بلندی می کرد!

که این کار زشت و خلاف ادب است.

به خانه مردم نگاه می کند

وقتی در کوچه و خیابان می رویم اگر در خانه ای باز است نباید به داخل آن نگاه کنیم این خلاف ادب است.

به دخترها متلک می گوید

جوانانی که به دخترها متلک می گویند جزو افراد بی ادب هستند!

تو اتوبوس سرش رو تو سر زنش کرده!

گاهی دیده شده که زن و مردی حالا زن و شوهر هستند یا نه! معلوم نیست. ولی جلو بقیه مسافرها حرکات ناشایستی انجام می دهند!

شوخی های ناپسند!

در شوخی های جمعی، گاهی صدای بزرگان ورزشی را تقلید می کنند، گاهی صدای خواننده ها را در می آورند و گاهی به یک قوم و یک زبان هجوم می آورند

گاهگاهی به بزرگان ادب و مفاخر علمی به بهانه طنز هجوم می آورند و گاهی حدیث و آیه جعل می کنند و گاهی 'عکس نوشت' می گذارند

گاهی با دابسمش ها، شخصیت افراد را تخریب می کنند و گاهی بی هیچ پروایی در قالب شوخی، سر ناسزا به این و آن را در پیش می گیرند

گاهی در یک برنامه تلویزیونی به منزله شوخی، شخصیت انسانی و کرامت را زیر سوال می برند، در حالی که تلویزیون باید دانشگاه عمومی باشد

گاهی در دوبله فیلم های خارجی از کلمات و دشنام هایی استفاده می شود که برای هر کدام از این کلمات می شود حد فقهی و مجازات تعیین کرد

حتی برخی از جوانان فکر می کنند که اگر با القاب ناپسند یا نام حیوانات با دوستان خود شوخی های

کلامی کنند، به واسطه آن روابط اجتماعی شان با دوستان صمیمی تر می شود

این شوخی ها گاهی از زبان بزرگسالان نیز بر زبان می ریزد چه آنجا که پدری به فرزندش یا دوستی

به دوست دیگرش از واژه ها و القاب فرومایه و دون مرتبه استفاده می کند

به طور مثال در یکی از شبکه های اجتماعی به منزله دستمایه شدن برخی تکه کلام ها، با نام حیوانات

و القاب دیگر همدیگر را صدا می زنند و حتی تولید کنندگان این تصاویر از این که لایک های

زیادی می خورد، خرسند هستند

حتی گاهی به منظور شوخی، عکس های دیگران را از طریق فتوشاپ دستکاری می کنند که این

خود نوعی سند جعل محسوب می شود

گاهی دو راننده در تقدم عبور از یک چهارراه، متلک هایی را نثار هم می کنند که در هیچ فرهنگ

لغتی، معنایی برای آن وجود ندارد

گاهی در ورزشگاهها نیز هواداران دو تیم، رکیک ترین دشنام را نثار هم می کنند یا داور و مربیان و

بازیکنان حریف را فحش باران می کنند

زیر عکس های منتشر شده در اینستاگرام یک ورزشکار یا به شوخی یا به جد، پر می شود از دشنام

هایی که، بیان هر کدام از آنها در حد یک بزه اجتماعی محسوب می شود

گاهی صفحه اول یک روزنامه یا سایت، بدون این که بار معنایی کلام برای مخاطب مشخص باشد در

قالب طنز کلمه منتشر می شود که عبید زاکانی با آن نیش و کنیه هایش، هرگز آن را در موش و گربه

هم به کار نبرده است

با این اوصاف، کاربرد این واژگان علاوه بر این که نظم عمومی را برهم می زند به عنوان جرمی قابل

پیگیری است که حتی در قانون و فقه اسلامی برای آن ' حد ' تعیین شده است

شوخی های بد زبانی یا توهین و دشنام و متلک عبارت است از اینکه انسان امور بد و زشت را به ...^{۱۰}... واسطه کلمات صریح و در بعضی موارد رکیک و زننده بیان کند

یکدیگر رو با القاب نامناسب صدا می زنند!

بعضی نماینده های مجلس چرا مواظب زبانشان نیستند! نماینده ای در صحن مجلس و جلسه ی علنی و از پشت تریبونی که مستقیماً از رادیو در حال پخش است به نماینده ی دیگر می گوید: «!خفه شو! بتمرگ ... پفیوز

همچنین همین نماینده مجلس! به انتقاد یک جوان – که هم سو با او و حامی دولت است – با الفاظی مثل «احمق» و «نادان» واکنش نشان می دهد!^{۱۱}

پاسخ بی ادبانه و تمسخر آمیز وزیر

به گزارش گروه دیگر رسانه های خبرگزاری دانشجو، در ساعات اخیر، فیلمی از وزیر ... در شبکه های مجازی منتشر شد که در آن پیرمردی از شهرستان بجستان برای درددل و گفتن کمبودها نزد وزیر ... رفته است پس از آنکه خواسته اش را با وزیر مطرح می کند، با پاسخ بی ادبانه و تمسخر آمیز آقای وزیر مواجه می شود.

در این کلیپ که در آن جمعیت بسیاری اطراف آقای وزیر جمع شده اند، پیرمردی جلو رفته و می گوید در پرداخت هزینه های فیزیوتراپی همسرش ناتوان است و نمیتواند این هزینه ها را پرداخت کند. اما بصورت غیر منتظره ای با پاسخ تمسخر آمیز وزیر مواجه می شود و به پیرمرد می گوید: «فیزیوتراپی کاری ندارد، خودت بمال دیگه! مالیدن که بلدی! اگر تهران زندگی کردی باید بلد

¹⁰ <http://www.irna.ir/fa/News/82085034>

¹¹ <http://www.welayatnet.com/fa/news/136666>

»!باشی

اری! اگر ادم بی ادب مسئولیت بگیرد و فیلم او را در فضای مجازی پخش کنند آبروی او را می
برند. در حالی که کسی که با ادب است هیچوقت کسی نمی تواند از او نقطه ضعفی بگیرد!

درباره اسلام حتما اطلاعات بالایی داشته باشید!

دین شناسی و تحقیق درباره دین اسلام باعث میشود دچار انحرافات اعتقادی نشویم. دنبال خرافات
نرویم. نسبت به خدا کفر نورزیم..

نمونه:

اینکه ادم موفق به رفتن به کربلا نمیشه دلیل نیست که امام حسین (ع) نطلبیده! چون مطالعه افراد درباره
اسلام ضعیف هست همچو فکرای می کنند! امامان ما انقدر مهربان هستند هیچوقت شیعه ای رو رد
نمی کنند!

دختری هم قرار بود با جوانی ازدواج کنه. جوان پیش کسی استخاره گرفت. اون طلبه گفته بود
طرفت نیرنگ باز و دروغگو هست! دختره به من پیام داد قران گفته من نیرنگ بازم. چرا خدا به من
ظلم می کنه! چرا امامان با من بد هستند! گفتم بابا استخاره بد امده دلیل نیست تو ادم بدی هستی و اون
طلبه هم از خودش حرفی زده! خدا وند تو رو دوست داره چون مومنی با حجابی. ارام شد

معمولا پدر بزرگ و مادر بزرگ ها نصیحت هایی که از سالها تجربیات زندگی شان به دست آمده، برای نوه هایشان دارند. اگر شما هم دوست دارید پای دردودل آنها بنشینید، در ادامه مطلب با ما همراه باشید.

1. با دیگران مهربان باشید

من همیشه به نوه هایم می گویم که اطرافیان تان را دوست داشته باشید و تحت هر شرایطی به آنها « احترام بگذارید. مهم نیست که آنها چه رنگ پوستی دارند، همه ما انسانیم، همه ما خون قرمز در رگ هایمان جاری ست و همگی از یک خاک به دنیا آمده و به همان خاک هم باز می گردیم، بنابراین «. باید با دیگران، که جزیی از ما هستند، مهربان باشیم

2. کارها را تقسیم کنید

حتی اگر زنی خانه دار هستید، لازم نیست که همه کارها را به گردن بگیرید. برخی از کارها، حتی « اگر درست کردن یک فنجان قهوه است، را به همسر تان بسپارید. تقسیم کردن کادها بر صمیمیت شما «. نیز می افزاید

3. در مقابل دیگران گریه نکنید

هیچوقت به دیگران اجازه ندهید تا اشک های شما را ببینند، اگر می خواهید گریه کنید، خانه «
بهترین مکان است. در تنهایی خود یا در کنار شریک زندگی تان تا دوست دارید اشک بریزید اما
«هیچوقت به دیگران این اجازه را ندهید تا شما را ضعیف بیندارند

4. هیچوقت امیدتان را از دست ندهید

زندگی سختی های زیادی دارد. بسیاری از زمان ها حتی ممکن است تا مرز نابودی هم پیش روید «
«اما تحت هر شرایطی نباید امیدمان را از دست دهیم. قدرت خارق العاده دعا را نیز فراموش نکنید

5. شغل مورد علاقه تان را دنبال کنید

زندگی خود را در شغلی که بدان علاقه ندارید، هدر ندهید. به دنبال حرفه ای باشید که روح شما را «
به نوازش در می آورد

6. خودتان را دوست داشته باشید

احترام گذاشتن به خانواده و دوستان از واجبات است اما آنچه باید در اولویت تمام آنها قرار دهید، «
احترام به خودتان است. شما باید خودتان را دوست داشته باشید تا دیگران هم شما را دوست داشته
«باشند و به شما احترام بگذارند

7. هر اتفاقی دلیلی دارد

هر اتفاقی که در زندگی تان می افتد، حتما دلیلی پشت آن نهفته است. بنابراین هیچوقت خودتان را « برای اتفاقات ناراحت کننده، سرزنش نکنید. حتما حکمتی در کار است

8. در دنیای مجازی غرق نشوید

تلفن های همراهتان را کنار بگذارید و به جای پیغام دادن یا زنگ زدن، به دیدار طرف مقابل تان « بروید. هیچ چیز بدتر از برقرار نکردن ارتباط حضوری، آنهم به دلیل وجود وسایل ارتباطی، نیست

9. همیشه برای خودتان پولی ذخیره داشته باشید

مهم نیست که در آمدتان چقدر است، همیشه مقداری از آن را برای روز مبادا کنار بگذارید. مطمئنا « بعدها خودتان را برای این کار تحسین خواهید کرد

10. تمام تلاش تان را به کار گیرید

برای هر کاری که آغاز می کنید، تمام تلاش تان را بکار گیرید تا به بهترین شکل ممکن انجام « شود. در این صورت در آینده هیچوقت خودشان را سرزنش نخواهید کرد

10. به یک ازدواج ناموفق تن ندهید

تا زمانی که در کنار همسران شاد هستید، با او زندگی کنید. زمانی که نتوانستید یکدیگر را شاد «
» کنید، بهتر است که از هم جدا شوید

کارهای خود را به استخاره گره نزنید!

گاهی افرادی می گویند استخاره کردیم خوب امدما انجام دادیم ولی ضرر کردیم یا برا ازدواج
استخاره کردند خوب امدازدواج کردند ولی اخرش به طلاق انجامید! و فلانی استخاره کرد فلان خانه
اجاره کند بد امد و پولی که داشت از دستش رفت و..

و خیال می کنند استخاره نظر خداوند است.

در اسلام جایگاهی برای این استخاره هایی که ما می گیریم نیست. نه پیامبر خدا(ص) و نه اهل
بیت(ع) برای انجام کارهای خود استخاره با قران یا تسبیح نمی کردند. هیچ گزارشی در این مورد
نداریم.

اینکه از چه زمانی این کار بین شیعیان رواج پیدا کرده یحتمل از زمان صفویه بوده باشد.

از زیان های استخاره انست که افرادی که دچار ضرر و مشکل میشوند خیال می کنند خدا دشمن
انهاست!

دختری می گفت چرا خدا با من دشمنه؟ گفتم چه جور؟ گفت خواستگارم پیش کسی استخاره کرده
اون بش گفته طرفت نیرنگ بازه و میخواد سرت کلاه بذاره!

حالا خواستگارم پس کشیده و دیگه منو نمیخواد! چرا خدا گفته من کلاهدارم؟

گفتم خداوند مومنین رو دوست داره و تو هم هم مومنی هم باحجابی خدادوست داره و اهمیتی به
این استخاره نده . اون فردی که استخاره گرفته افکار خودش رو به اسم قران گفته!

پس استخاره مورد توصیه اسلام نیست بلکه اسلام به مشورت سفارش کرده است و سوره ای بنام
شوری در قران هست. و روایات فراوانی هم درباره تشویق و توصیه به مشورت وجود دارد.

یکی از موانع موفقیت ادم، داشتن وسواس هست.

وجود اختلال وسواس زندگی بسیاری از افراد را تحت تاثیر قرار می دهد. در حالی که ممکن است خود شخص متوجه نباشد که دچار این اختلال شده است. افراد وسواسی نیازمند این هستند که اطمینان حاصل کنند تا وقایع اطرافشان همانگونه که در ذهن آنهاست ، ثبت شده باشد ؛ به همین علت آنها ممکن است ده ها بار یک سوال را از شما پرسند تا از جوابتان مطمئن شوند و یا موقع خروج از منزل چندین بار چک کنند که درها قفل شده باشد. اشخاصی که با اختلال وسواس ، درگیر هستند نیز از داشتن این اختلال خوشحال نیستند اما بطور غیر قابل کنترل همواره در حال انجام دادن کارهایشان به طور وسواس گونه هستند. وسواس یکی از اختلالات پیچیده به شمار می رود که منشا آن اضطراب است. در واقع شخص وسواسی با انجام اعمال یا افکار دامنه دار و بیمارگونه یک عکس العمل ارادی یا ناخودآگاه در جهت کاهش اضطراب درونی و ذهنی نشان می دهد. در زیر چند مثال آورده می شود

اگر اینکار را انجام ندهم ممکن است اتفاق بدی برای خودم و یا عزیزانم بیافتد

با انجام اینکار احساس آرامش و امنیت می کنم

معمولا افراد وسواسی (بخصوص وسواس عملی) از انجام یک عمل مکرر احساس آرامش می کنند و ممانعت افراد دیگر (غیر متخصص) از انجام اینکار موجب تشویش و اضطراب آنها می شود. در ادامه به تشریح و تعریف علمی اختلال وسواس خواهیم پرداخت

انواع مختلف وسواس

وسواس انواع مختلفی دارد اما اکثرا در چهار دسته زیر جای میگیرد

وسواس چک کردن : چک کردن دایم و چندین باره اتفاقات مختلف مانند قفل ها ، گاز ، کلید ها ، چراغ ها و غیره. همچنین این اشخاص ممکن است دائما چک کنند که بیمار نباشند و آزمایشات مختلف را انجام دهند.

سواس تمیز بودن: اشخاصی که این نوع از وسواس را دارند همیشه ترس اینکه مبدا جایی کثیف باشد و یا بطور کامل تمیز شسته نشده باشد، را دارند. همچنین این افراد از نظر روانی همیشه نگرانند که مبدا دیگران وی را شخص کثیفی بدانند.

وسواس تقارن: احساس نیاز برای اینکه تمام وسایل اتاق و خانه شان در ترتیب خاصی باشد و همه وسایل با هم تقارن داشته باشند.

وسواس فکری و عملی: شامل وسواس و فکر کردن مداوم به یک موضوع است. این افکار ممکن است بسیار زننده باشد. همچنین فکر کردن مداوم به اتفاقی که در گذشته ی شخص، افتاده را نیز شامل می شود

دلایل ابتلا به وسواس

هنوز هیچ دلیل قطعی و صد در صدی برای ابتلا به وسواس وجود ندارد اما می دانیم که استرس و اضطراب، نشانه های وسواس را تشدید می کنند. معمولاً اختلال وسواس در زنان، بیشتر از مردان بروز می کند و علائم خود را در سنین کودکی، نوجوانی و جوانی نشان می دهد. مواردی که امکان ابتلا به این اختلال را بیشتر می کنند شامل دلایل زیر می باشند:

والدین، خواهر ها و برادر ها و یا فرزند دارای اختلال وسواس

فاوت فیزیولوژیکی در ساختار مغز شخص

استرس، اضطراب، افسردگی و یا تیک های عصبی

تجربه اتفاق تلخ در گذشته ی شخص

تجربه تجاوز به فرد در کودکی

تعریف علمی اختلال وسواسی جبری - رفتاری

، Obsessive Compulsive Disorder مخفف OCD خصیصه اصلی اختلال وسواسی جبری - رفتاری به معنی وجود وسواس های فکری یا عملی مکرر و چنان شدید است که رنج و عذاب قابل ملاحظه ای را برای فرد به بار می آورند. این موضوع اختلال زیادی در روند معمولی و طبیعی زندگی، کارکرد شغلی، فعالیت های اجتماعی یا روابط فرد ایجاد می کند. بیمار مبتلا به اختلال وسواسی - جبری ممکن است فقط وسواس فکری، فقط وسواس عملی و یا هر دوی آنها را با هم داشته باشد.

تفاوت وسواس فکری و وسواس رفتاری

وسواس فکری عبارت است از فکر، احساس، اندیشه یا حسی عودکننده و مزاحم. برخلاف وسواس فکری، وسواس عملی نوعی رفتار می باشد.

روش های درمان وسواس

لازم به ذکر است درمان وسواس روند کندی دارد و اغلب بصورت کامل نمی توان آن را درمان کرد. زیرا افراد مبتلا به بیماری وسواس، مقاومت بسیاری از خود در برابر راهکارهای درمانی نشان می دهند. اغلب برای درمان وسواس، دارودرمانی (به واسطه روانپزشک) و رفتاردرمانی (به واسطه روانشناس) انجام می شود. روش کار به اینصورت می باشد که فرد وسواسی می بایست در ابتدا به روانشناس مراجعه نماید. روانشناس با بررسی و شناخت کامل اختلال، فرد را به یک روانپزشک جهت دارودرمانی معرفی می کند. همزمان با مصرف دارو که موجب بهبود قابل توجه اختلال وسواس فرد می شود کار روان درمانی توسط روانشناس انجام می شود. در واقع دارو این فرصت را به فرد می دهد تا انتقال دهنده های عصبی اش به درستی کار کند و بتواند بر اختلالات روحی و روانی غلبه کرده و پس از حل آنها، با قطع کردن دارو مشکلی ایجاد نشود.

بطور خاص و قطعی نمی توان گفت که درمان وسواس روش مشخصی دارد، نوع درمانی که انتخاب می شود تنها بستگی به شخص و شیوه زندگی وی، نوع وسواس وی و علت ابتلا به وسواس دارد.

وسواس در روایات: در روایتی نقل شده است

به امام صادق علیه السلام گفتند: شخصی هست که دارای عقل و بینش خوبی است؛ اما قدری در وضو و نمازش وسواس دارد؛ حضرت فرمود: این چگونه آدم عاقلی است که پیروی از شیطان می کند. بعد فرمود: «ان الشیطان یحب ان یطاع» [1]؛ «شیطان دوست دارد که از او پیروی شود».

در روایت دیگری امام صادق علیه السلام در پاسخ به سؤال از تکلیف کسی که در تعداد رکعت های نماز زیاد شک می کند - به طوری که اصلاً نمی داند چند رکعت خوانده و چند رکعت باقی مانده است - فرمود: باید نمازش را اعاده کند. سپس به امام عرض شد: زیاد شک می کند، به طوری که هر چه هم اعاده کند باز شک می کند؛ فرمود

[به شک خود اعتنایی نکند] [2] [و به نمازش ادامه دهد]

امام علیه السلام در ادامه فرمود: «با شکستن نماز، شیطان پلید را به خودتان عادت ندهید که با این کار، او را به طمع اندازید؛ زیرا شیطان خبیث است و بر هر چه عادتش دهند، عادت می کند. پس هر یک از شما (که کثیرالشک باشد)، به شک خود اعتنا نکند و نمازش را زیاد نشکند؛ چون اگر چند مرتبه به شک خود اعتنا نکرد، دیگر دچار شک نخواهد شد. شیطان پلید می خواهد مطاع باشد؛ لذا اگر «نافرمانی شود، دیگر به طرف شما نمی آید».

از این گونه روایات استفاده می شود که؛ وسواس، نشانه جهل است و آدم وسواسی جاهل تلقی می شود و نباید به شک های خود اعتنا کند و وظیفه دارد مانند افراد عادی در آنچه دچار وسواس است، عمل کند؛ یعنی، از هر چیزی که عموم مردم نجس می دانند، اجتناب کند، نه بیشتر و در شستن لباس و بدن و یا وضو و غسل، مانند سایر مردم عمل کند و بیشتر از آن اسراف است و جایز نیست. در واقع کسی که بیشتر از مقداری که شرع مقدس برای شستن و تطهیر محل نجس تعیین کرده، آب می ریزد و یا در انجام دیگر اعمال عبادی یا غیرعبادی، تکرار و افراط می کند؛ نوعی دهن کجی به شارع مقدس و دستورات پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و ائمه اطهار علیهم السلام است.

پس همان طور که تفریط و بی مبالاتی و بی توجهی نشانه جهل و نادرست است؛ افراط و زیاده روی نیز از نظر ائمه اطهار علیهم السلام و شرع مقدس، مردود است.

حضرت علی علیه السلام در نهج البلاغه می فرماید: «لَا تَرَى الْجَاهِلَ إِلَّا مُفَرِّطًا أَوْ مُفَرَّطًا» [3]؛ «افراط و تفریط هر دو نشانه جهل و بی عقلی است».

آدم وسواسی نیز در فکر و یا عمل دچار حساسیت بیش از اندازه شده و از حد متعادل و معین خارج شده است. آری در مراحل اولیه، شک و تردید -چه در افکار و چه در اعمال- ناخواسته و غیراختیاری است و بدون اراده شخص به ذهن فرد می آید و یا در عمل و رفتارش ظاهر می شود و به عبارتی یک نوع بیماری است که در وجود او رخنه کرده است، اما تداوم و عدم تداوم آن قابل کنترل است.

از نظر اسلام شخص وسواسی بیمار تلقی می شود و رفتار او، رفتاری نابهنجار است. اسلام برای اعمال یا افکار وسواسی، اعتباری قائل نیست و به چنین فردی توصیه می شود به افکارش بی توجه باشد و ترتیب اثر ندهد، بلکه مثل سایر مردم به مسائل نگاه کند و مناسک دینی را نیز مثل عموم مردم انجام دهد.

اسلام در مواردی که وسواس شدت پیدا می کند، رعایت برخی از مسائل (مثل طهارت، وضو، غسل و...) را از عهده فرد مبتلا به وسواس برداشته، می گوید

با همان بدن یا لباسی که فکر می کند نجس است یا همان وضو و غسلی که احساس می کند باطل است نماز بخواند، هیچ اشکالی ندارد.

برخی از مراجع در پاسخ به افراد وسواسی - که در طهارت و نجاست به وسواس مبتلا شده اند - می فرمایند: «شما گرفتار وسواس هستید و تنها درمان آن بی اعتنایی است. فتوای ما برای شما این است که ببینید مؤمنان دیگر، چه اندازه به این امور اعتنا می کنند، به همان اندازه اعتنا کنید؛ بقیه برای شما [پاک است]»⁴.

فرد بیمار - اعم از بیماری جسمانی یا روانی - به حکم عقل باید به متخصص و کارشناس مراجعه کند و اسلام نیز این حکم عقلی را تأیید می کند. از این رو، اگر شخص وسواسی آن قدر وسواس دارد

که در انجام کارهای روزمره و اعمال عبادی دچار مشکل می شود، باید به متخصص مراجعه کند و تحت درمان قرار گیرد.

پی نوشت ها

۱. امام خمینی، چهل حدیث، مؤسسه نشر آثار امام خمینی . [1]

۲. به نقل از: محمود ارگانی، شناخت وسواس و درمان آن . [2]

۳. نهج البلاغه، حکمت 70 . [3]

۴. برای آگاهی بیشتر ر. ک: ناصر مکارم شیرازی، استفتائات جدید، ج 2، صص 41-43 . [4]