

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟



گردآورنده: محمد تقی صرفی پور



آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

فهرست

- 1- آداب ازدواج
- 2- آداب ولادت
- 3- آداب خوردن و آشامیدن
- 4- فواید خوراکیها و میوه ها
- 5- دستورهای معصومین (ع) درباره سلامت
- 6- آداب خوابیدن
- 7- آداب لباس پوشیدن
- 8- آداب مسافرت
- 9- آداب نظافت و بهداشت
- 10- آداب مهمانی و ضیافت
- 11- آداب معاشرت و زندگی اجتماعی
- 12- منابع و مآخذ

آداب ازدواج

سنت‌های ازدواج اسلامی در روایات

اهمیت ازدواج

«پیامبر اسلام (ص): من از دنیای شما، سه چیز را دوست

دارم. عطر، همسر و نور چشمم نماز است.»

«پیامبر اسلام (ص): هر که ازدواج کند، نصف دین خود را

حفظ کرده است و در نصف دیگر باید تقوا پیشه کند.»

«پیامبر اسلام (ص): بدترین مردان شما، عزبانند (مجردان)!»

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«امام محمد باقر(ع): دوست ندارم که دنیا و آنچه در

دنیاست داشته باشم ولی یکشب بی همسر بخوابم.»

«آمده است که سه نفر زن نزد

پیامبر اسلام(ص) آمدند. یکی از آنها گفت: شوهرم

گوشت نمی خورد! دیگری گفت: شوهرم بوی خوش

استعمال نمی کند! سومی گفت: شوهرم با زنش

نزدیکی نمی کند.

رسول خدا(ص) از خانه بیرون رفت و از روی غضب عبای

خود را بر زمین می کشید. وقتی وارد مسجد شد، بر منبر بالا

رفت و پس از حمد و ثنای الهی، فرمود: چرا عده ای از

اصحاب من گوشت نمی خورند و بوی خوش استعمال

نمی کنند و نزدیک زنان نمی روند؟ من گوشت

می خورم. بوی خوش استعمال می کنم و بنزد زنان می روم

و هر که سنت مرا عمل نکند از من نیست.»

«رسول خدا(ص): دور رکعت نماز از دواج کرده برتر است از

هفتاد رکعت نماز فرد مجرد!» 493

«رسول خدا(ص): کسیکه ازدواج کرده و خواب است در نزد خدا از مجردیکه روزه بوده و شبها به عبادت مشغول است، برتر است.» 494

«رسول خدا(ص): کسیکه بخاطر فقر ازدواج نمی کند از ما نیست!» 495

«رسول خدا(ص): کسیکه در ازدواجی واسطه شود، خدا به او نظر رحمت می کند.» 496

«رسول خدا(ص): دنیا متاع است و بهترین کالایش همسر صالح می باشد.» 504

خواستگاری

«حسین بشار می گوید: به امام باقر(ع) نوشتم که مردی دختری از فامیلم را خواستگاری کرده است. آیا شما صلاح می دانید، قبول کنیم؟

حضرت نوشت: اگر از دین و امانت داری او راضی هستید، قبول کنید.» 1

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«نقل شده که بلال به خواستگاری دختری رفت و به پدر دختر گفت: اگر این دختر را به زنی، بمن می دهی، الحمدلله واگر نمی دهی الله اکبر!»

زفاف و عروسی

«امام صادق(ع): عروسی را در شب قرار دهید و در روز اطعام کنید.»²

«علی(ع): هرگاه یکی از شما دچار درد در بدنش شد (بخاطر بالا رفتن حرارت بدن) با همسرش نزدیکی کند که درد را ساکن و حرارت را خاموش می نماید.»¹³

«امام ششم(ع): در خانه ای که طفلی وجود دارد، با همسر خود مقاربت نکنید، که آن طفل زناکار می شود و یا فرزندیکه بدنیا می آید، زناکار می شود.»²³

«رسول خدا(ص): از کلاغ سه خصلت را بیاموزید. اول پنهانی جماع کردن. دوم صبحگاه برای روزی بیرون رفتن. سوم بسیار احتیاط و حذر نمودن.» 24

«امام پنجم(ع): چون شب زفاف، عروس را نزد تو آورند، به او بگو که وضو بگیرد و تو هم وضو بگیر و هر کدام دو رکعت نماز

بخوانید و بعد از نماز، حمد الهی را بگو و بر محمد و آل محمد (ص) صلوات بفرست و این دعا را بخوان: خدایا! محبت او را و علاقه اش را بمن روزی کن و بوسیله او مرا راضی نما و بین ما را همیشه با بهترین وجه، انس و اُلفت برقرار ساز که تو حلال را دوست می داری و حرام را بد می داری.» 25

«رسول خدا(ص): مکروه است که عروس در هفته اول عروسیش، شیر، خربزه، سرکه و سیب ترش بخورد.» 33

«رسول خدا(ص): سه چیز از ستم است. اول آنکه مردی با شخص دیگری رفیق باشد ولی از مشخصاتش سؤال نکند.

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

دوم آنکه شخصی را به غذا دعوت کنند ولی او رد کند
و اگر قبول کند، عذرا نخورد. سوم آنکه شخص قبل از
ملاعبه با همسرش، نزدیکی کند.» 34

«رسول خدا (ص): هرگاه زن و شوهر مسلمانی قصد آمیزش
داشتند، مانند الاغ کاملاً برهنه نشوند! که اگر کاملاً برهنه
شدند، ملائکه الهی از بین آند و می‌روند.» 35

«مکروهات آمیزش: در اول و وسط و آخر ماه (قمری)، بعد
از ظهر، سخن گفتن در این حال، باشهوت زن دیگری جماع
کردن، پاک کردن هر دو خود را بایک دستمال، در حال
ایستاده، شب عید فطر و قربان، زیر درخت میوه، زیر اشعه
خورشید، بین اذان و اقامه!، بدون وضو بازن باردار، شب
نیمه شعبان، روی پشت بام، شیکه فردایش به سفر
می‌رود، اولین ساعت شب،

در هنگام کسوف و خسوف، در موقع طلوع و غروب
خورشید.

ایام مستحب جماع: شب دوشنبه، شب سه شنبه، شب وروز
پنجشنبه، شب وعصر جمعه و جمعه شب.» 37

«امام رضا(ع): از سفره عروسی بوی بهشت استشمام
می شود.» 73

«رسول خدا(ص): هنگامیکه به عروسی دعوت می شوید با
کندی بروید که در آنجا از دنیا یاد می شود و اگر به تشییع
جنازه دعوت شدید، با سرعت بروید که در آنجا، آخرت
بیاد می آید.» 506

«رسول خدا(ص): ولیمه فقط در پنج چیز مستحب است:
ازدواج، ولادت، ختنه، حج و خرید خانه.» 514

مهریه

«علی(ع): مهرها را سنگین نگیرید که باعث دشمنی
می شود.» 18

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«رسول خدا(ص): زنی که قبل از عروسی، مهرش را ببخشد، خداوند برای هر دیناری، ثواب آزاد کردن یک بنده را به او می دهد.» 19

«امام ششم(ع): دزدها سه دسته اند. اول کسی که زکات نمی دهد. دوم کسی که مهر زنش را نمی پردازد. سوم کسی که قرض کرده ولی قرضش را نمی پردازد.» 20

«علی(ع): مهریه زنهارا زیاد نگیرید که باعث کینه و دشمنی میشود.» 79

«رسول خدا(ص): بهترین زنان امت، من آنانی هستند که مهرشان کم و صورتشان زیباست.» 497

«رسول خدا(ص): کسی که مهر زنش را ندهد، در نزد خدا زناکار محسوب می شود! و خدا در قیامت به او می گوید: بنده ام! کنیزم را برایت طبق عهدهی حلال نمودم ولی تو به عهدهت عمل نکردی! در این موقع خداوند حق زن را از مرد طلب می کند و از ثوابهای مرد به زن

می دهد. و اگر همه حسنات مرد را داد ولی حق زن کامل نشد، خدا امر می کند مرد را به جهنم بیاورد از خدا!» 512

طلاق

«روایت شده که رسول خدا (ص) واسطه ازدواج زن و مردی شد. بعد از مدتی زن نزد حضرت آمد و از شوهرش شکایت کرد. حضرت فرمود: نکنند که می خواهی طلاق بگیری؟ آنوقت نزد خداوند، از الاغ مرده، پست تر می شوی!» 5

زن در روایات

«امام ششم (ع): زن نود و نه بار بیش از مرد، احساس لذت و شهوت می کند. ولی خداوند او را به رشته حیا و شرم، مقید کرده است.» 3

«رسول خدا (ص): چون زن از محلّی بلند شد، تا زمانی که جایش گرم است، مردی آنجا ننشیند.» 4

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«بابصیر از امام صادق(ع) پرسید: آیا مرد می تواند بازن

نامحرم

دست بدهد؟ فرمود: نه! مگر از پشت لباس.» 41

«امام صادق(ع): اگر شخصی چشمش به زنی نامحرم

بیافتد و از او چشم بردارد و به آسمان نظر کند و یا چشم

خود را بیند، هنوز چشم برهم نزده که خداوند

حورالعینی به او تزویج کند.» 42

«شخصی به امام صادق(ع) گفت: من دوست دارم بازنی

ازدواج کنم. ولی پدرم مایل است، بازنی دیگر ازدواج

کنم. حضرت فرمود: با آنکه خود دوست می داری ازدواج

نما و آنکه پدرت

می خواهد را رها نما!» 43

«رسول خدا(ص): حیا ده جزء است که نه جزء آن در زنان

می باشد و یک جزء در مردان. زن چون حیض شود، یک جزء

آن را از دست می دهد و چون شوهر کند، جزء دیگرش

برود و چون بکارش ازاله گردد، جزء دیگری از حیا برود

و چون فرزندی بزاید، یک‌جزء دیگر برود و پنج جزء باقی بماند. و اگر بزنا آلوده گردد و بفساد گراید، همه حیا برود و اگر عفت خود را نگه دارد، پنج جزء بماند.» 45

«رسول خدا (ص): اگر زن نمازهای پنجگانه را بخواند و روزه رمضان بگیرد و خود را از زنا نگه دارد و اطاعت شوهرش کند، از هر دری که بخواهد به بهشت می‌رود.» 46

«امیر مؤمنان علی (ع): در آخر الزمان که نزدیک قیامت و بدترین زمانهاست، زنانی پیدا بشوند که خیابان گرد، از دین بیگانه، دنباله رو فتنه‌ها و هوسها و پیرو شهوات و شتابان بسوس لذتها و حلال‌کننده حرامها باشند! اینان به دوزخ گرفتار ابدی شوند.» 47

«رسول خدا (ص): زنان عورت و گمراهند! عورت را با خانه و گمراهی را با سکوت بپوشانید.» 48

«امام ششم (ع): چهار چیز از چهار چیز سیر نمی‌شوند: زمین از باران، چشم از نگاه، زن از مرد و عالم از علم!» 366

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

«رسول‌خدا(ص): از گُل‌های لجنزار پرهیزید! گفتند: گُل‌های لجنزار چیستند؟ فرمود: زنان زیبا که در خانواده‌های پست و بد تربیت شده‌اند.» 498

«از جمله دعا‌های رسول‌خدا(ص) این بود: خدایا! بتو پناه می‌برم از زنیکه قبل از اینکه پیرشوم مرا پیر کند!» 504

حقوق زن و شوهر

«رسول خدا(ص):حقّ مرد بر زن آنستکه زن برای شویش چراغ روشن کند و غذای خوب تهیه نماید و تادرب حیاط، به استقبالش شتابد و به او خوش آمد گوید و طشت و حوله آورد و دست او را بشوید و جز بخاطر علتی و عذری، خود را از شویش منع ننماید.»⁶

«امام ششم(ع):زن تا حق شوهر را اداء نکند، حق خداوند عزوجلّ را اداء نکرده است.»⁷

«امام ششم(ع):هرزنی که برای غیر شوهر خود عطر بزند، خداوند نمازش را قبول نمی کند تا غُسل کند، چنانچه از جنابت غُسل می کند.»⁸

«امام ششم(ع):هرزنی که در غیر خانه شوهر و بی اجازه او، لباسش را در آورد تا وقتی که بخانه برگردد، در لعنت خدا باشد.»⁹

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«روایت شده که: زنی خدمت حضرت رسول (ص) آمد و از حق شوهر بر زن سؤال کرد.

حضرت فرمود: آنقدر زیاد است که نمی‌توان همه آنها را گفت! ولی از جمله حقها آن است که زن بدون اجازه شوهر روزه مستحبی نگیرد و از خانه بیرون نرود و به نیکوترین بوهای خوش، خود را خوشبو کند و بهترین لباسهای خود را بپوشد و به بهترین زینت، آرایش کند و هر صبح و شب خود را برشویش عرضه کند و اگر شویش قصد مقاربت داشت، ممانعت ننماید.» 26

«رسول خدا (ص): هر زنیکه شوهر او را برای جماع صدا بزند او تا تأخیر کند تا اینکه شوهر بخواب رود، پیوسته ملائکه او را لعن کنند تا شوهر بیدار شود!» 27

«زنی از رسول خدا (ص) پرسید: چه اجری در آمیزش شوهر با همسرش است؟

حضرت فرمود: چون شوهر نزد تو آید، دو ملک او را همراهی کنند و مانند کسی باشد که شمشیر خود را آماده

نموده تا در راه خدا بجنگد. و چون با تو نزدیکی کند، گناهانش بریزد مثل برگ که از درخت بریزد و چون غُسل کند، از گناهش بیرون آید.» 514

«اسحاق بن عمّار از امام ششم (ع) پرسید: حقّ زن بر شوهر چیست؟

امام فرمود: مرد باید شکم همسرش را سیر کند. بدنش را بپوشاند. اگر نادانی کرد از او بگذرد. ابراهیم خلیل از تند خوئی ساره به خداوند شکایت کرد! خدا به او وحی کرد: زن همانند استخوان دنده است! اگر بخواهی راستش بگویی، می‌شکند و اگر با او همچنان مدارا کنی، از او بهره‌مند می‌شوی!» 10

«رسول خدا (ص): بهترین مردان امت من کسانی هستند، که به اهل خانه خود تعدی و ستم روا ندارند و بر آنها رحمت آورند و به آنها ظلم ننمایند.» 11

«امام پنجم (ع): هر که همسر دارد و لباس و غذای ضروری او را ندهد، بر امام لازم است، بینشان جدایی افکند.» 12

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

«مردی خدمت رسول خدا (ص) آمد و گفت: یا رسول الله! همسری دارم که چون بخانه می‌روم، به پیشباز می‌آید و هنگام خارج شدنم، بدرقه‌ام می‌کند و اگر مرا اندوهگین بیند، می‌گوید: غصّه نخور که اگر غم روزی را می‌خوری، خداوند روزی رسان است و اگر غم آخرت داری خداوند بر غم‌هایت بیافزاید!

حضرت فرمود: به او بشارت بهشت بده و به او بگو که تو یکی از عاملان خداوندی و در هر روز پاداش هفتاد شهید برایت خواهد بود.» 44

«رسول خدا (ص): اگر زنی با خود به خانه شوهر، طلا و نقره و جواهر ببرد. ولی روزی به شوهرش بگوید: تو کی هستی! همه این اموال مال من است! همه اعمالش باطل می‌شود اگر چه عابدترین مردم باشد. مگر اینکه توبه کند و از شوهرش عذر بخواهد.» 49

«رسول خدا (ص): جهاد زن، خوب شوهرداری کردن است.» 508

«رسول خدا(ص): بیشترین کسیکه بر زن حق دارد، شوهرش است و بیشترین کسیکه بر مرد حق دارد، مادرش است.» 499

«رسول خدا(ص): سخن مرد که به زنش بگوید: تورا دوست دارم. هیچگاه از دل زن بیرون نرود.» 500

«رسول خدا(ص): مردی که کنار همسرش بنشیند، در نزد من از اعتکاف در مسجدم بالاتر است.» 501

«رسول خدا(ص): ملعونه است! ملعونه است! زنی که شوهرش را بیازارد و او را ناراحت کند. و سعادت مند است زنی که شوهرش را احترام نماید و در همه حالات مطیع او باشد.» 502

«رسول خدا(ص): کسیکه بر بد اخلاقی زنش صبر کند، برای هر دفعه صبر کردن، ثواب حضرت ایوب(ع) را به او می دهند.» 503

غیرت و پاسداری از ناموس

«امام صادق(ع): شیطانی ست که هر گاه شخصی در منزلش چهل روز ساز و آواز باشد و مردان در آنجا رفت و آمد کنند، نزد صاحبخانه رفته و هر عضوی از اعضای خود را به مثل آن عضو صاحبخانه گذاشته و در او می‌دمد! بعد از این، این مرد آنقدر بی‌غیرت می‌شود که می‌بیند دیگران با زنش عمل نامشروع می‌کنند ولی عکس العملی نشان نمی‌دهد!» 50

«رسول خدا(ص): بوی بهشت از مسیر پانصد سال به مشام می‌رسد ولی عاق والدین و دیوث این بورا احساس نمی‌کنند! سؤال شد: یا رسول الله! شخص دیوث کیست؟ فرمود: کسی که می‌بیند زنش زنا می‌کند ولی بی تفاوت است!» 51

«علی(ع) خطاب به اهل بصره! آیا حیا ندارید؟ آیا غیرت ندارید در حالیکه زنانتان به بازارها رفته و جوانان خوش قیافه

مزاحم آنان می شوند؟» 462

«علی (ع): کسیکه از زنش اطاعت کند، خداوند او را با صورت در آتش بیاندازد! گفته شد: در چه چیزی اطاعت کند؟ فرمود: زن از شوهرش اجازه می خواهد که به حمام - عمومی - و عروسی و مجالس عزا برود و یا لباس نازک داشته باشد و شوهر به او اجازه می دهد!»

«روایت شده که حضرت موسی آنقدر غیور بود که با دوستان خود رفت و آمد نمی کرد مبادا چشم آنان به همسرش بیافتد!» 463

«رسول خدا (ص): پدرم ابراهیم (ع) غیور بود و من از او غیورترم. و خدا بینی بی غیرت را بر خاک می مالد!» 464

آداب ولادت و فرزندان

آداب ولادت

بارداری و دوران حمل

«پیامبر اسلام (ص): زن از روزیکه حامله شود تا زمانیکه وضع حمل نماید و فرزندش را از شیر باز گیرد، مثل کسی است که درمرز با کافران جهاد می‌کند! و اگر در این فاصله بمیرد، ثواب شهید را دارد.» 28

«در روایت است که شخصیکه بچه دار نمی‌شود، این آیه را بطور مرتب در سجده بخواند: رَبِّ هَبْ لِي مِنْ لَدُنْكَ ذُرِّيَّةً طَيِّبَةً إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ. رَبِّ لَا تَذَرْنِي فَرْدًا وَأَنْتَ خَيْرُ الْوَارِثِينَ.» 29

«ابرش کلبی به امام پنجم (ع) عرض کرد که: خانواده‌ام بچه دار نمی‌شوند. حضرت فرمود: هر روز یا هر شب، صد مرتبه استغفار کن!» 30

«شخصی خدمت امام صادق (ع) رفت و گفت: ای فرزند رسول خدا! من هشت دختر دارم. ولی پسری ندارم! دعا بفرمائید خداوند بمن پسری عنایت کند.

امام فرمود: چون خواستی با همسرت نزدیکی کنی، دست راستت را بر ران چپ زن بگذار و سوره قدر را هفت بار بخوان!

وقتی هم که آثار حاملگی پیدا شد، در موقع شب، وقتی همسرت پهلو به پهلو شد، دست راستت را بر ران راست او بگذار و سوره قدر را هفت بار بخوان!

راوی می‌گوید: بدستور امام عمل کردم، و خداوند بمن پسر عنایت کرد. دیگران هم به این طریق عمل کردند، و خداوند به آنان هم پسر عنایت فرمود.» 32

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«رسول خدا (ص): خداوند فرموده است: بعزت و جلالم سوگند که هر زن تازه زاده را، رطب بخورد، فرزند او را بردبار گردانم.» 38

«روایت شده وقتی به امام سجّاد (ع) بشارت ولادتی رامی دادند، از پسر و یا دختر بودنش سؤال نمی کرد، بلکه می پرسید: آیا سالم است؟ و هنگامیکه می گفتند: آری! می فرمود:

الحمد لله الذی لم یخلق منی شیئاً مشوهاشکر خدایی را که فرزند مرا معیوب متولد نفرمود.» 39

عقیقه و ولیمه

«امام ششم (ع): عقیقه نوزاد بر ثروتمند و فقیر واجب است و فقیر اگر نتوانست، چنانچه بعدها برایش مقدور شد، عقیقه کند.» 52

«امام ششم (ع): عقیقه نوزاد مثل قربانی نیست. لذا هر گوسفندی باشد، خوب است. البته هر چه فربه تر باشد، بهتر است.» 53

«امام ششم (ع): یکچهارم گوشت عقیقه را به قابله دهند
و اگر قابله نبود، به مادر طفل دهند تا به هر که
می خواهد، بدهد. و حداقل ده نفر از گوشت عقیقه استفاده
نمایند. و اگر بیشتر از ده نفر باشند، بهتر است.» 57

«از امام ششم راجع به عقیقه سؤال شد. فرمود: گوسفند یا
گاو یا شتر برای او قربانی کنند و بعد از عقیقه، بر کودک نام
گذارند و روز هفتم سر او را بتراشند و به وزن مویش، طلا
یا نقره صدقه دهند و اگر پسر است حیوان نر و اگر دختر
است، حیوان ماده قربانی کنند.» 58

«امام ششم (ع): هر کودکی در گرو عقیقه است. و عقیقه از
قربانی واجب تر است.» 63

«عمر بن بزید می گوید: در سن پیری بودم که به امام
صادق (ع) عرض کردم که: بخدا سوگند! نمی دانم که وقتی
متولد شدم، پدرم برایم عقیقه کرد یا خیر؟ امام فرمود: الان
برو و برای خودت عقیقه کن! منم در سن پیری برای خود
عقیقه نمودم.» 64

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«امام ششم (ع): مادر از عقیقه فرزندش نخورد.» 65

آمیزش مکروه

1. آمیزش بین اذان صبح تا طلوع آفتاب.
2. آمیزش بین غروب آفتاب تا اذان مغرب.
3. آمیزش در ساعات اولیه شب.
4. آمیزش در زمان کسوف و خسوف.
5. آمیزش در اول ، وسط و آخر هر ماه (قمری) به استثناء شب اول ماه رمضان.
6. آمیزش در شب نیمه شعبان ، شب عید فطر ، شب عید قربان ، شب اول صفر.
7. آمیزش در شب قبل از سفر.
8. رو به قبله و یا پشت به قبله بودن.
9. آمیزش زیر درخت میوه دار.
10. آمیزش در برابر خورشید.

11. آمیزش در حالت جنابت مرد

حقوق متقابل والدین و فرزندان

«رسول خدا(ص): کسیکه خداوند به او چهار پسر بدهد و نام
مرا بر یکی از آنها نگذارد، بر من ظلم کرده است.» 61
«امام کاظم(ع): فقر در خانه‌ای که اسم فرزندان، محمد یا
احمد یا علی یا حسن یا حسین یا جعفر یا طالب یا عبدالله
و یا فاطمه باشد، وارد نمی‌گردد.» 62

«رسول خدا(ص): فرزند بر پدر حقوقی دارد و پدر نیز بر
فرزند حقوقی دارد. اما حق پدر بر فرزند آنستکه در هر
چیزی بجز معصیت، مطیع پدر باشد. و حقوق فرزند بر پدر
آنستکه برای فرزندش نام نیکو بگذارد و ادب نیکو به او
بیاموزد و قرآن را به او تعلیم نماید.» 66

«رسول خدا(ص): اگر فرزند خواستار ازدواج باشد
و پدر توانائی مخارج ازدواج او را دارد ولی امتناع کند

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

و فرزند مجردش به معصیت و گناه آلوده شود، معصیت

اورا در نامه پدرش می‌نویسند.» 67

«رسول خدا (ص): در هفت سالگی فرزند را به خواندن

نماز تمرین دهید و در ده سالگی در صورت نماز

نخواندن، بر آنان سخت گرفته شود و حتی آنان را با زدن

هم شده به نماز وادار کنید.» 68

«رسول خدا (ص): کسیکه فرزندش را ببوسد یک حسنه

دارد و اگر او را خوشحال کند، روز قیامت خدا او را

خوشحال می‌کند و کسیکه به فرزندش قرآن بیاموزد، روز

قیامت پدر و مادر کودک را ندا نموده و دو حله بهشتی از

نور، برتن آنان می‌نمایند که از نورش صورت اهل محشر

روشن می‌شود.» 68

«رسول خدا (ص): فرزند صالح گلی از گلهای بهشت

است.» 72

«رسول خدا (ص): کسیکه خدا به او دختری بدهد و او را

اذیت نکند و او را کوچک نشمارد و فرزندان پسر را بر او

ترجیح ندهد، خدا بخاطر همین دختر، او را به بهشت
می برد.» 74

«رسول خدا (ص): دختران حسناتند و پسران نعمتند
و بر حسنات ثواب داده می شود. ولی از نعمتها سؤال
می شود.» 75

«رسول خدا (ص): خداوند دوست دارد که آنچه آنچنان بین
فرزندان با عدالت رفتار نمائید که حتی در بوسیدن آنها
نیز مساوات باشد.» 76

«امام ششم (ع): میراث خداوند به بنده مؤمنش، فرزند
صالحی است که برای پدرش طلب آمرزش کند.» 77
«در روایت است که پسران وقتی به شش سالگی رسیدند
نباید در یک بستر بخوابند.» 420

ختان

«امام ششم (ع): کسیکه ختنه نکرده نباید پیشنمازی مردم
را بکند و شهادتش قبول نیست و اگر مرد بر او نماز

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

نخوانند! زیرا بزرگترین سنّت پیامبر (ص) را ترک کرده
است.» 55

«رسول خدا (ص): اگر فرزندان را در روز هفتم
ختنه کنید، پاکیزه‌تر است و زودتر زخم آن بهبود می‌یابد
و گوشت می‌رویید.

و فرمود: زمین از بول شخص ختنه نشده تا چهل روز
آلوده است.» 60

آداب خوردن و آشامیدن

آداب خوردن و آشامیدن

خوردن و سلامتی

«رسول خدا (ص): معده، خانه دردهاست و پرهیز
ریشه درمانهاست.» 82

«رسول خدا (ص): روزه بگیرد تا سالم بماند
وزکات بدنها، روزه است.» 83

«رسول خدا (ص): بر شما باد به روزه گرفتن! زیرا روزه
خون رگهارا رقیق می کند و زواید بدن را از بین
می برد.» 84

«امیر مؤمنان علی (ع) خطاب به امام حسن (ع): اگر
می خواهی که سالم بمانی و از پزشک بی نیاز شوی، چهار
امر را رعایت کن!

اول: اگر به غذا میل نداری نخور! دوم: هنوز سیر
نشده ای، از غذا دست بکش! سوم: غذا را کاملاً در دهان
جویده نما! چهارم: قبل از خواب، غذای حاجت کن!» 85

«امام ششم (ع): بدنتان را مانند خوکهایی که برای
ذبح، چاق می کنند، چاق ننمائید!» 86

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

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

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

«رسول خدا (ص): مؤمن در یک شکم چیزی می خورد و کافر در هفت شکم چیزی می خورد!» 89

«ابوجحیفه در حالی خدمت پیامبر (ص) آمد که آروغ می زد! حضرت فرمود: آروغ نزن که هر که در دنیا سیرتر است، در قیامت گرسنه تر می باشد! ابوجحیفه از آن بعد تا رحلتش غذای سیر نخورد.» 90

«آمده است: حضرت عیسی (ع) به شهری رسید. زن و مردی که باهم نزاع داشتند، نزد او آمدند. حضرت علت نزاعشان را پرسید. مرد گفت: این همسر من است و من از او راضی هستم. اما چون صورتش بی طراوت شده و کهنه بنظر می رسد، می خواهم از او جدا شوم! حضرت به زن فرمود: می خواهی صورتت با طراوت

گردد؟ گفت: آری! حضرت فرمود: هر گاه غذا می‌خوری، سیر مخور! زیرا غذای زیاد در معده بجوش می‌آید و آب صورت را می‌برد!

آن زن چنین کرد و رویش با طراوت شد.» 91

«رسول خدا (ص): باسیری غذا خوردن، موجب مرض برص و پیسی می‌شود.» 112

«امام پنجم (ع): هیچ چیز باندازه شکم پُر نزد خدا مبعوض نیست!» 113

«امام ششم (ع): خداوند تبارک و تعالی پُر خوری را دشمن می‌دارد.» 114

«امام ششم (ع): هیچگاه در حال راه رفتن غذا نخور مگر مجبور باشی!» 125

«رسول خدا (ص): غذا خوردن در بازار و در حال راه رفتن از پستی ست!» 128

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«رسول خدا (ص): هر که از حلال بخورد، ملکی بر بالای سرش بایستد و برایش استغفار کند تا از غذا دست بکشد.» 129

«علی (ع): نان را گرمی بدارید که خداوند عزّ و جلّ آنرا از برکات آسمانها فرستاده است. پرسیدند: چگونه گرمی داشته شود؟ فرمود: وقتی نان بر سفره نهادند، منتظر غذای دیگر نمانید و با آن به چشم بی اعتنایی ننگرید!» 130

اهمیت شام

«امام هفتم (ع): شام را اگر چه تکه ای نان خشک باشد، ترک نکنید که باعث قوّت بدن و قوّت جماع می شود.» 94

«رسول خدا (ص): شام را ولو با خوردن خرما ای اندکی، ترک نکنید. بدرستی که من می ترسم امّتم بخاطر

ترک کردن شام زودپیر شوند! زیرا شام برای پیر
وجوان، قوت آور است.» 95

«امام ششم (ع): نخوردن شام، پیری می آورد و سزاوار است
که افراد مسن با شکم پُر بخوابند.» 96

«امام ششم (ع): برای افراد مسن خوب نیست که با شکم
خالی بخوابند. و اگر با شکم پُر بخوابند، برایشان بهتر
است.» 97

«امام رضا (ع): هرگاه شخصی پا به سن گذاشت، شام
خوردن را ترک نکند. زیرا خوردن شام باعث خواب آرام
و خوشبو شدن دهان می گردد.» 98

«امام ششم (ع): کسیکه شام نخورد، رگی از بدنش
می خشکد که دیگر خوب نمی شود.» 99

«امام ششم (ع): شام از غذای روز نافع تر است.» 102

صبحانه

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«شخصی خدمت امام ششم (ع) آمد و از درد و زخم معده شکوه کرد. امام فرمود: صبحانه و شام بخور! ولی در بین این دو چیزی نخور! که خدا در توصیف غذا خوردن اهل بهشت می فرماید: لهم رزقهم فیها بُکرَةً و عشیّاً یعنی: صبح و شام به رزق الهی مشغولند.» 93

«امام ششم (ع): هرگاه نماز صبح را خواندی، نان بخور تا بوی دهانت خوش و حرارت آرام شود و دندانهایت محکم و لثه ات سفت و روزیت جذب و اخلاقت خوب گردد.» 100

آداب سفره

«رسول خدا (ص): هر کس یکه هنگام غذا خوردن، با خانواده اش سر سفره بنشیند و در اول غذا بسم الله و بعد از غذا الحمد لله بگوید، قبل از اینکه سفره جمع شود، خداوند آنها را می آمرزد.» 103

«علی (ع): هر که می‌خواهد خیر در خانه‌اش زیاد شود، با
وضو غذا بخورد.

و فرمود: وقت غذا خوردن، خدا را زیاد یاد نمائید
و موقع خوردن غذا، صداهای بی‌معنا از خود در
نیاورید! زیرا غذا نعمتی از نعمتهای خداوند است که باید
شکرش بجا آورده شود.» 104

«رسول خدا (ص): وضو قبل از غذا، فقر را از بین می‌برد
و وضو بعد از غذا، غم و اندوه را زائل می‌کند.» 105

«نقل شده که: رسول خدا (ص) دید شخصی با دست چپ
غذای خورد. به او فرمود: با دست راست بخور!
آن شخص بدروغ عرض کرد: نمی‌توانم با دست راستم
بخورم!

از آن بعد هیچگاه نتوانست با دست راستش غذا
بخورد. گاهی لقمه را با دست راست بلند می‌کرد که بدهان
بگذارد، نمی‌توانست.» 107

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«امام ششم(ع): خوب نیست که انسان با دست چپ غذا بخورد و یا آب بیاشامد.» 106

«امام ششم(ع): از زمانیکه حضرت محمد(ص) به پیامبری مبعوث شد، احدی ندید که او تکیه کرده غذا بخورد.» 108

«امام ششم(ع): غذای داغ برکت ندارد.» 109

«علی(ع) خطاب به کمیل: ای کمیل! هرگاه خواهستی غذا بخوری آنها را طول بده تا کسانی که با تو بر سر سفره اند، سیر شوند و غیر از تو، دیگران هم از نعمت الهی استفاده برند.

ای کمیل! هرگاه از خوردن فارغ شدی، خدا را حمد کن و بلندبگو تا دیگران هم خدا را حمد نمایند و اجر تو زیادتر گردد.

ای کمیل! معده ات را از غذا پُر نکن! و محلی از آنها برای آب و محلی را برای نفس کشیدن بگذار!» 110

«رسول خدا(ص): چون سفره انداخته میشود، فرشتگان بر دور آن حلقه می‌زنند. اگر بنده بسم الله گفت، فرشتگان می‌گویند: خدا برکت بر شما و غذایتان بفرستد و به شیطان می‌گویند: ای فاسق! بیرون برو که تو بر اینها تسلطی نداری! و هنگامیکه بعد از غذا، الحمد لله گفت، ملائکه گویند: اینان مردمی هستند که خدا به آنان نعمت داده و آنها هم شکر پروردگارشان را ادا کردند.

ولی اگر در اول غذا نام خدا را بر زبان جاری نکرد، فرشتگان به شیطان گویند: ای فاسق! بیا و با ایشان هم غذا شو! و اگر بعد از غذا حمد الهی نگفت، گویند که اینها مردمی هستند که خدا به آنها نعمت داد ولی شکر او را فراموش نمودند!» 116

«عبدالله ارجائی گوید: در خدمت امام صادق(ع) بودم و دیدم که بعد از غذا، آنچه بر زمین افتاده را بر می‌دارد حتی 'کنجد و مانند آنرا! گفتم: فدایت شوم! اینها راهم برمی

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

دارید؟ فرمود: اینها روزی توست و برای دیگران نگذار که شفاى هر دردی در آن است.» 117

«از یاسر و نادر، غلامان امام رضا(ع) نقل شده که: آن حضرت به خدّام خود می فرمود: من اگر در وقت غذا خوردن هم بالای سر شما بایستم، تا از غذا فارغ نشده اید، بلند نشوید!

و بسیار اتفاق می افتاد که یکی از ما را می طلبید و چون به حضرت می گفتند: مشغول خوردن است! می فرمود: او را رها کنید تا غذایش تمام شود.» 118

«امام ششم(ع): ما غذا را با نمک شروع و با سرکه ختم می کنیم.» 119

«آمده است که: هنگامیکه غذایی را نزد رسول خدا (ص) می گذاشتند، می فرمود: خدایا! برای این غذا توفیق شکر آنرا عنایت کن و این نعمت را به نعمتهای بهشت، متصل فرما!

و در وقت خوردن می فرمود: بنام خدا. خدایا! روزی خود را بر ما مبارک کن و عوض آنرا به عهده خود بگیر.» 121

«امام سجّاد (ع) بعد از غذا می فرمود: الحمد لله الذی اطعمنا و سقانا و کفانا و ایدنا و آوانا و انعم علینا و افضل. الحمد لله الذی یطعم و لا یطعم.» 122

«سلمان فارسی بعد از غذا می گفت: اللهم اکثرت و اطیبت فزِدْ و اشبع و ارویت فَهِنَّهُ. خدایا بما خوب و زیاد نعمت دادی باز هم بیافزا! سیروسیراب کردی پس آنرا گوارا قرار بده.» 123

«رسول خدا (ص): کسیکه تکه نانی را ببیند و آنرا بخورد، برایش هفتصد ثواب است و اگر تکه نان کثیفی را بردارد و بشوید و آنرا کناری بگذارد، هفتاد ثواب دارد.» 133

«آمده است که: امام سجّاد (ع) خرمایی را بر زمین دید که غلام حضرت آنرا برداشت. امام به او فرمود: آنرا نگهدار تا

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

بعد، از تو بگیرم. بعد از تجدید وضو، امام به غلام فرمود که خرما را بیاور! عرض کرد: آنرا خوردم! امام به او فرمود: تو بخاطر خدا آزادی و می توانی بروی!

به امام گفتند: بخاطر یک خرما او را آزاد می کنی؟ امام فرمود: چون آن خرما را برداشت و خورد، اهل بهشت شد و من بدم می آید که یک نفر بهشتی را بعنوان غلام داشته باشم!» 134

«امام رضا(ع): با چوب انار و ریحان، خلال نکنید!» 136

«امام ششم(ع): از آداب خلال آنستکه زبان را در دهان بگردانی و هرچه یافتی بخوری، سپس خلال نمائی و هرچه از لای دندان‌ها بیرون آمد، بیرون بریزی.»

«رسول خدا(ص): سه لقمه نان و نمک قبل از غذا، انسان را از هفتاد و دو مرض که از جمله آنها دیوانگی و جذام و پسی است، نجات می دهد.» 141

«مستحبات غذا خوردن: هر دو دست را قبل از غذا بشوید، بعد از غذا نیز دو دست را شسته با دستمال پاک

کند.، میزبان قبل از همه شروع کند و بعد از همه دست بکشد.، در اول غذا بسم الله بگویند و اگر چند نوع غذا است برای هر یک، نام خدا را بگویند.

با دست راست بخورد.، هر کسی از غذای جلو خود بخورد، لقمه را کوچک بردارد، سر سفره زیاد بنشیند و خوردن غذا را طول بدهد.، غذا را خوب بجود، بعد از غذا خداوند عالمیان را حمد کند، خلال کند.، آنچه بیرون سفره ریخته، جمع کند و بخورد و اگر در بیابان غذا می خورد، مستحب است آنچه ریخته برای پرندگان بگذارد.، در اول روز و اول شب غذا بخورد و در بین روز و در بین شب غذا نخورد، بعد از خوردن غذا به پشت بخوابد و پای راست را روی پای چپ بیاورد، در اول و آخر غذا نمک بخورد، میوه را قبل از استفاده بشوید.» 146

«مکروهات غذا خوردن: در حال سیری خوردن، پرخوردن، در موقع صرف غذا بصورت دیگران

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

نگاه کردن، خوردن غذای داغ، فوت کردن به غذا و آشامیدنی، بعد از گذاشته شدن نان در سفره منتظر چیز دیگر شدن، پاره کردن نان با کارد، گذاشتن نان را زیر ظرف غذا، پاک کردن کامل گوشت استخوان بطوریکه چیزی در آن نماند، پوست کندن میوه، دور انداختن میوه پیش از اینکه کاملاً آنرا بخورد.» 147

نوشیدن آب

«مستحبات آشامیدن آب: بطور مکیدن بنوشد، در روز ایستاده بنوشد، قبل از آشامیدن، نام خدا را بر زبان جاری نماید و بعد از آشامیدن، حمد الهی کند، به سه نفس بیاشامد، از روی میل بیاشامد، بعد از آشامیدن بیاد حسین (ع) و اهل بیت (ع) آن حضرت افتاده و قاتلان را لعن نماید.» 148

«مکروهات آشامیدن آب: زیاد آشامیدن، آشامیدن بعد از غذای چرب، در شب ایستاده نوشیدن، آشامیدن با دست چپ، از جای شکسته ظرف آب نوشیدن.» 149

«رسول‌خدا(ص): آب زمزم برای خورنده‌اش شفاء است.» 137

«علی(ع): آب باران بخورید که بدن را تمیز و دردها را برطرف می‌کند.» 138

«داود رقی می‌گوید: خدمت امام صادق(ع) بودم که برای حضرت آب آوردند. وقتی نوشید، اشک در چشمانش جمع شد و بمن فرمود: ای داود! خدا لعنت کند کشندگان حسین(ع) را. و بدان هر که آب بنوشد و حسین(ع) را یاد کند، و بر قاتلش لعن نماید، خداوند صد هزار حسنه برای او می‌نویسد و صد هزار گناه از او پاک می‌کند و صد هزار درجه به او می‌دهد و...» 139

فوائد میوه‌ها و خوراکیها

رسول‌خدا(ص): میوه‌ها را در اول بار نشستنتان بخورید که باعث صحت بدن و دور شدن غمهاست و در آخرشان نخورید که برای جسم مریضی می‌آورد.» 143

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«امام رضا(ع): زیاد خوردن گوشت حیوانات وحشی و گوشت گاو، باعث کم شدن عقل، زیاد شدن حیرت فهم و نارسا بودن ذهن و کثرت فراموشی می شود و زیاد خوردن تخم مرغ، باعث طحال و باد معده می شود.» 146

«بر شما باد به خوردن ماهی! که اگر بدون نان بخورید شمارا کفایت می کند و اگر با نان بخورید، برایتان گواراست.» 150

«علی(ع): بر خوردن ماهی مداومت نکنید که بدن را ضعیف می نماید.» 151

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

«امام رضا(ع): انجیر بوی بد دهان را برطرف می کند و استخوان را سخت می نماید و مورا می رویاند و دردها را برطرف می کند. بطوریکه با خوردن انجیر، به دارویی محتاج نمی شوید. و انجیر، شبیه ترین میوه به میوه های بهشت است.» 152

«امام ششم (ع): خوردن سنجد، معده را دباغی می کند
و از بواسیر و تقطیر ادرار، جلوگیری می نماید و ساق پارا
قوت می دهد و رگ خوره را قطع می کند.» 153

«امام هفتم (ع): خوردن سیب ترش و گشنیز، باعث
فراموشی می شود.» 154

«امام ششم (ع): خوردن بادنجان درد را می برد و ضرری
ندارد.» 155

«امام هادی (ع): بادنجان در فصل گرما، گرم و در فصل
سرماسرد بوده و در همه اوقات برای بدن، مناسب و مفید
است.» 223

«امام ششم (ع): هر چیزی زینتی دارد وزینت
سفره، سبزی است.» 156

«احمد بن هارون می گوید: خدمت امام
رضا (ع) بودم. حضرت سفره طلید. وقتی سفره
آوردند، سبزی در آن نبود. امام به غلام فرمود: مگر
نمی دانی من بر سر سفره ای که سبزی

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

نباشد، غذانمی خورم؟ سبزی بیاور! غلام سبزی آورد و امام شروع بخوردن نمود.» 157

«امام ششم (ع): کدو عقل را زیاد می کند.» 158

«امام رضا (ع): برشما باد به خوردن کاسنی! که نطفه را زیاد و کودک را زیبا می کند. کاسنی، گرم و نرم بوده و پسر را زیاد می کند.» 159

«آمده است که: غلام امام کاظم (ع) بیمار شد. امام سراغ او را گرفتند. گفتند که به بیماری طحال گرفتار شده است. امام فرمود: تا سه روز به او تره بخورانید! به او تره دادند و او شفا پیدا کرد.» 161

«امام ششم (ع): هر چیز آقایی دارد و آقا و سرور سبزیها، تره است.» 162

«امام پنجم (ع): در تره چهار فایده دارد. باد را برطرف می کند. دهان را خوشبو می نماید. بواسیر را زائل می نماید. خوردن دائمی آن باعث ایمنی از جُذام است.» 163

«موسی بن بکر گوید: خدمت امام هفتم رسیدم. امام فرمود: رنگت را زرد می بینم! تره بخور.

خوردم و خوب شدم.» 164

«امام ششم (ع): ریحان، سبزی پیامبران است و هشت خصلت دارد: غذا را هضم می کند، دهان را خوشبو می کند، اشتها را زیاد می نماید، خون را صاف می کند، ایمنی از جذام است. بیماریهای داخلی را از بین می برد. و اهل بهشت، سفره خود را به آن می آریند.» 165

«امام هفتم (ع): غذا را با ریحان ختم کنید که آنچه را خورده اید، هضم می کند: برای غذای بعداشتها می آورد، سنگینی معده را برطرف می کند و دهان را خوشبو می نماید.» 166

«امام ششم (ع): هیچ سبزی، سودمندتر از خرفه در روی زمین، روئیده نشده و آن سبزی فاطمه (س) است.» 167

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

«رسول خدا(ص): خُرفه بخورید که اگر چیزی به عقل
بیافزاید، همین است.» 168

«روایت شده که پیامبری از ترسو بودن امت خود به
خدا شکایت برد. به او وحی شد که به امت خود امر نما تا
اسفند بخورند که باعث شجاعت می‌شود.» 169

«امام رضا(ع): هر که می‌خواهد مریض نشود، زیره را با
ماست بخورد.» 170

«رسول خدا(ص): هر گاه به شهری و یا محلی وارد شدید از
پیاز آن منطقه بخورید، مرض‌های آن منطقه از شما
دور می‌شود.» 171

«روایت شده که پیامبری از بنی اسرائیل، از قساوت دل
و کمی اشگ به خدا شکوه کرد. خداوند وحی
فرمود: عدس بخور!»

چون به خوردن عدس پرداخت، قلبش رقت پیدا کرد
و اشگ چشمش زیاد شد.» 172

«یکروز رسولخدا(ص) در سجاده خود نشسته بود که عبدالله بن تیهان آمد و گفت: یارسول الله! من بسیار خدمت شمامی نشینم و به سخن شما گوش فرامی‌دهم. ولی نمی‌دانم چرا رقت قلب پیدا نمی‌کنم و گریه‌ام نمی‌آید؟ حضرت فرمود: عدس بخور که قلب را رقت می‌بخشد و اشک را فرو می‌ریزد و هفتاد پیامبر به آن تبرک جسته‌اند.» 232

«امام حسین(ع): برنج خوراکی خوبی است. زیرا روده‌ها را گشاد و بواسیر را از بین می‌برد. ما به اهل عراق غبطه می‌خوریم که به برنج و آب فرات دسترسی دارند.» 173

«رسولخدا(ص): هر دانه‌ای که می‌روید هم دارای فایده است و هم ضرر! بغیر از برنج که در او فایده است و ضرری نیست.» 174

«امام رضا(ع): نخود برای درد پشت خوب است.» 175

«امام ششم(ع): نخود برای درد سینه مفید است.» 176

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«امام رضا(ع): خوردن باقلا، باعث پُرگوشت شدن

ساق و ساخته شدن خون جدید است.» 177

«امام ششم(ع): باقلا درد را می برد و خوردن آن بی

ضرر است.» 178

«امام رضا(ع): کسیکه آب چشمش، کم یا زیاد شده

است، شیربا عسل بخورد.» 179

«رسول خدا(ص) در مورد کسیکه به اسهال مبتلا

شده بود، عسل را تجویز فرمودند.» 180

«امام هفتم(ع): شخص تب دار به مقدار ده درهم شکر با

آب سرد ناشتا بنوشد.» 182

«امام ششم(ع): سرکه انگور، لثه هارا محکم و گرمهای

شکم رامی کشد و عقل را زیاد می نماید.» 183

«امام ششم(ع): کاهو خون را آرام می کند فشارخون

را متعادل می نماید.» 185

«رسول خدا(ص): کاهو بخورید که غذا را هضم می کند

و خواب آور است.» 226

«امام رضا(ع): خوردن هویج باعث گرم شدن کلیه‌ها
و محکم شدن ذکر است.» 188

«امام رضا(ع): چغندر، عقل را زیاد و خون را
تصفیه می‌نماید.» 190

«رسول خدا(ص): سیر بخورید که در آن شفاست.» 192

«رسول خدا(ص): سیر را جز پخته خوردن صلاح
نیست.» 225

«امام ششم(ع): پیاز دارای خواصّ زیر است:
بوی دهان را نیکو می‌کند، لثه‌ها را محکم می‌نماید، آب
نطفه را زیاد می‌کند، صورت را با طراوت می‌کند، دردها را
تسکین می‌دهد، اعصاب را تقویت می‌کند و تب را
می‌برد.» 193

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«علی(ع): کشمش قلب را محکم و مرض را شفا می‌دهد و حرارت را فرو می‌نشاند و دهان را خوشبو می‌کند.» 197

«امام ششم(ع): گلابی، معده را دَبّاغی و قوی می‌کند.» 198

«علی(ع): خوردن گلابی، دل را جلا می‌دهد و دردهای داخلی را تسکین می‌بخشد.» 220

«امام ششم(ع): نوح از غم و اندوه به خدا شکایت کرد. خداوند به او وحی کرد که انگور سیاه بخورد که غم را می‌برد.» 200

«رسول خدا(ص): سیب را ناشتا بخورید که رطوبت معده را می‌برد و در جای دیگر فرمود: یکی از عوامل سلامتی، خوردن سیب در سحر است.» 201

«امام ششم (ع): اگر مردم می دانستند در سیب چه
فوایدی است، مریضهایشان را فقط با سیب درمان
می کردند!» 218

«امام ششم (ع): مریضهای تب دارتان را با سیب معالجه
کنید که سیب از تمامی داروها برای تب بهتر است.» 219

«رسول خدا (ص): به بخورید که دل را نیرومند و ترسورا
شجاع می نماید.» 203

«امام صادق (ع) هر شب جمعه، انار میل می فرمود.» 206
«علی (ع): به بچه هایتان انار بخورانید تا زودتر زبانشان
باز شود.» 214

«امام پنجم (ع): میوه صدوبیست رنگ دارد که سرور آنها
انار است.» 215

«امام رضا (ع): اگر گرسنه انار بخورد، سیر می شود و اگر
سیر انار بخورد، برایش گوارا می باشد.» 216

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«امام ششم (ع): هرگاه علی (ع) می خواستند انار بخورند، پارچه‌ای در زیر انار پهن می کردند. علت این عمل سؤال شد. فرمود: چون در انار دانه‌هایی از بهشت است و من همه دانه‌های خورم. گفته شد که یهودی و مسیحی هم انار می خورند. پس آنها هم از دانه‌های بهشتی نصیبشان می شود؟ فرمود: فرشته‌ای دانه‌های بهشتی آن را جدا می کند تا آنها نصیبی نبرند.» 217

«رسول خدا (ص): خرما را ناشتا بخورید که انگل رامی‌گردد.» 207

«رسول خدا (ص) خرما را می خورد و بعد از آن آب می نوشید و اکثر غذای حضرت، خرما و آب بود. و گاهی شیر را با خرما می خورد و می فرمود: این دو، غذای گوارایی هستند.» 211

«علی (ع): هر که 21 دانه کشمش قرمز در اول روز بخورد، خداوند هر مرضی را از او دفع می کند.» 212

«ابی هند می گوید: خدمت رسول خدا (ص) بودیم که ظرف سرپوشیده‌ای برای حضرت هدیه آوردند. حضرت سرپوش را برداشت و فرمود: بنام خدا بخورید که کشمش خوراک خوبی است و باعث محکم شدن عصبها، از بین رفتن سستی، زائل شدن عصبانیت، جلب رضایت خدا، از بین رفتن بلغم، خوشبو شدن آب دهان و صاف شدن رنگ صورت می شود.» 213

«امام ششم (ع): ناشتا خربزه خوردن، موجب فلج است.» 228

«امام ششم (ع): خربزه بخورید که دارای ده خاصیت است: مانند گوشت است، بیماری در آن نیست، بجای غذا و آب و میوه... می باشد. به قوه باه می افزاید، مثانه را شست و شومی دهد، ادرار آور است و سنگ مثانه را آب می نماید.» 229

«امام رضا (ع): خوردن روزی یک خیار در تابستان، باعث دوری از زکام است.» 230

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«امام ششم (ع): گردو و پنیر اگر باهم خورده شوند، دارای فایده‌اند و اگر بتنهائی خورده شوند، ضرر دارند.» 233

«شخصی از امام صادق (ع) دربارهٔ پنیر سؤال کرد. امام فرمود: درد بی درمان است!

شب خدمت امام رفت و دید بر سفره امام پنیر است! پرسید: جانم بفدایت! صبح راجع به پنیر فرمودید، درد بی درمان است! در حالیکه بر سر سفره شما پنیر است؟ فرمود: پنیر در موقع صبح ضرر دارد. ولی در شب، نافع است و آب پشت را زیاد می‌کند.» 280

«امام ششم (ع): خوردن گردو در گرمای شدید، باعث دُم‌ل می‌شود ولی در زمستان، خوردن آن کلیه‌ها را گرم کرده و سرما را دفع می‌کند.» 234

«علی (ع): اگر مقداری زعفران خالص را با گیاه سُّعد و عسل مخلوط کرده و هر روز دو مثقال از آنرا

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

امام ششم (ع): هر که گرفتار ضعف قلب یا ضعف بدن شود، گوشت بره با شیر بخورد.» 257

«یونس بن بکر می گوید: امام رضا (ع) به من فرمود: چرا رنگت زرد شده است؟ گفتم: کسالتی عارضم گشته است. فرمود: گوشت بخور! منم گوشت خوردم. پس از یک هفته، حضرت مرا به همان حال سابق دید. فرمود: مگر نگفتم گوشت بخور؟ عرضه داشتم. من از آنروزی که شما امر فرمودید، چیزی جز گوشت نخوردم! فرمود: چگونه خوردی؟ گفتم: بصورت پخته! فرمود: کباب کن و بخور! - منم چنین کردم. بعد از یک هفته امام بدنبال من فرستاد. من خدمت آقارفتم، درحالیکه خون بصورتم دویده بود! حضرت وقتی مرادید، فرمود: خوب شدی.» 262

«رسول خدا (ص): بهترین غذای دنیا و آخرت، گوشت است.» 263

«رسول خدا(ص): سرآمد غذاهای دنیا و آخرت، گوشت
و برنج است.» 272

«علی(ع): بر شما باد به خوردن گوشت! زیرا گوشت از
گوشت بدست می آید و گوشت باعث روئیدن گوشت
می شود. کسیکه چهل روز گوشت نخورد، بد اخلاق
می شود.» 275

«زراره می گوید: در ماه شعبان، پانزده روز خدمت
امام باقر(ع) بودم. هر روز غذا گوشت بود و ندیدم که
یکروز گوشت نباشد.» 277

«امام ششم(ع): بهترین نوع گوشت، گوشت پشت
حیوان است. و فرمود: روغن گاو شفاء و شیرش دواء
و گوشتش درد است.» 279

دستورهای ائمه معصومین (ع) درباره سلامت

دستورهای ائمه معصومین (ع) درباره سلامت

«امام ششم (ع): از اوّل سرما-زمستان - پرهیز کنید ولی از آخر سرما، پرهیز لازم نیست. زیرا سرما در بدن مثل درختان عمل می‌کند که اوّل سرما درختان را می‌سوزاند و آخر سرما باعث تولید گل و گیاه می‌شود.» 287

«رسول خدا (ص): از سرمای بهار استقبال کنید که نسبت به بدنتان مثل درختان عمل می‌کند. ولی از سرمای زمستان دوری کنید که همان بلایی را که سر درختان می‌آورد، بر سر شما می‌آورد.» 288

«امام رضا(ع) رسالهٔ ذهبیه را بدرخواست مأمون در زمینه راههای سلامتی انسان‌نوشته که به بعضی از مطالب آن اشاره می‌نمائیم: کسیکه نمی‌خواهد از درد مثانه بنالد، حتی 'یک لحظه هم پیشابش را نگاه ندارد اگر چه بر پشت اسبی سوار شده باشد! * آنکس که نمی‌خواهد معده‌اش آزار و آسیب بیند، موقع صرف غذا، تا بعد از غذا آب ننوشد. زیرا آنانکه همراه با غذا، آب می‌نوشند، به عارضهٔ رطوبت و ضعف دستگاه گوارشی مبتلا خواهند شد. * هر که از سنگ مجراوشا شبند می‌ترسد، نباید در هنگام انزال منی، آنرا در مجرایش نگاه دارد! * کسانی که به ضعف حافظه دچارند، بهتر است همه روزه، هفت مثقال کشمش سیاه، ناشتا بخورند و روزانه سه تکه زنجبیلی که در عسل خوابانده شده است، را با کمی خردل، در ضمن غذای روزانه خود بخورند. و برای تقویت نیروی فکری، خوبست همه روزه، سه دانه هلیله با نبات کوبیده بخورند. * اگر کسی می‌خواهد دچار درد گوش

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

نشود، هر شب هنگام خواب مقداری پنبه در گوشش بگذارد.* کسیکه از بزرگ شدن لوزتین خود بیمناک است، بهتر است بعد از خوردن شیرینی با سرکه قرقره کند.* کسیکه می‌خواهد از بیماری یرقان در امان باشد، در تابستان به اتاق‌های دربسته و دم کرده، پیش از تهویه هوای اتاق، وارد نشود و در زمستان یکمرتبه از اتاق گرم به هوای سرد نرود. بلکه صبر کند تا بدنش با هوای تازه مأنوس گردد بعد برود..* آنانکه از بادهای دردناک و شدید در بدن خود می‌ترسند، هفته‌ای یکبار سیر بخورند. * کسیکه به دندان خود علاقه مند است، قبل از خوردن شیرینی، کمی نان بخورد.* افراد لاغر اندام و افراد گرسنه، باید از حرکت شدید و طولانی در گرمای زیاد پرهیزند. ولی این عمل برای افراد چاق مفید است.* از آب‌های شور پرهیز کنید که دارای حجم سنگین بوده و باعث یبوست می‌شوند. و آب‌های برف و یخ، مطلقاً فاسد هستند و برای بدن تولید فساد می‌کنند ولی آب

باران، سبک، گوارا و مفید است بشرطیکه در گودالها، زیاد نماند.* آمیزش در اول شب، بخاطر سنگین بودن معده، باعث تولید بیماریهای قولنج، لقوه، فلج، نقرس، سنگ مثانه، سلس البول، فتق، ضعف چشم و نزدیک بینی می شود و نباید بعد از آمیزش، بیکباره برخیزد. بلکه مدتی به پهلو راست بماند. سپس برخاسته، ادرار نماید و بعد از غُسل، مقداری عسل صاف شده بخورد.» 290

«قسمت دیگری از رساله ذهبیه امام رضا (ع) بشرح زیر است:

نخستین ماه بهار، ماه آذار رومی (فروردین) سی روز است. در این ماه، باید غذاهای لطیف مانند گوشت سفید (نیم پخته) خورد و نباید پیاز، ریحان، پونه و ترشی خورد. در ماه دوم بهار که نسیان رومی (اردی بهشت) است، ماه سی روز بوده و روزها طولانی تر می شود و مزاجها قوی تر می گردد. خونها به حرکت می آیند و بادهای شرقی می وزد. در این ماه خوب

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

است، غذاهای کباب شده و گوشت شکار خورد! آمیزش نیز بی ضرر است. در ماه سوم بهار بنام ایار (خرداد) که سی و یک روز است، بادها صاف و لطیف می‌شوند. در این ماه، باید از خوردن غذاهای شور و گوشت‌های سنگین مانند گوشت گاو و همچنین شیر، خودداری کرد. استحمام در اول روز، خوبست. ولی نباید قبل از خوردن غذا، ورزش کرد. در ماه چهارم بنام حزیران (تیر) که سی روز است، از تلاش‌های خسته کننده و خوردن غذاهای چربی دار و زیاده روی در مصرف آن، خودداری شود. نباید مُشک و عنبر را بو نمایند. ولی خوردن حبوبات سردمزاج مثل کاسنی، بقله الحمقاء و میوه‌های سبز مانند خیار و خیارچه شیرخشت و میوه‌های آبدار و ترش‌یها، نافع است و خوردن گوشت بزغاله و گوساله و گوشت پرندگان و شیر گوسفند تازه زائیده و ماهی تازه، خوب است. در ماه پنجم بنام تموز (مرداد) خوردن آب سرد به یک نفس و خوردن چیزهای آبکی و غذاهای زود هضم، خوبست. در ماه ششم بنام آب

(شهریور) که سی و یک روز است، بادهای مسموم زیاد شده و زکام در شبها فراوان می شود و باید با غذاهای سردکننده، مزاج را اصلاح نمود. غذاهای سبک و زود هضم، شیر جوشیده شده خوبست و نباید در این ماه آمیزش نمود. ورزش را باید کم کرد و خوبست گل‌های سرد مزاج را بونمایند. در ماه هفتم بنام ایلول (مهر) که سی روز است، هوا پاکیزه می شود. خوردن شیرینی، گوشت بزغاله یکساله و بره خوبست. ولی نباید گوشت گاو بخورد و در خوردن کباب زیاده روی نکند. زیاد استحمام ننماید. از خوردن خربزه و خیار، خودداری نماید. در ماه هشتم بنام تشرین اول (آبان) که سی و یک روز است، بادهای مختلف و باد صبا می وزد. آمیزش مناسبست. خوردن گوشت چربی دار و انار ترش و میوه بعد از غذا، خوبست. باید کم آب خورد و ورزش در این ماه، مفید است. در ماه نهم بنام تشرین دوم (آذر) که سی روز است، باران فصلی، قطع می شود. موقع شب، نباید آب خورد. آمیزش و حمام را

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

تقلیل کند. در صبح یک لیوان آب گرم، سربکشد. کرفس و نعنا و جرجیر، نخورد. در ماه دهم بنام کانون اول (دی) که سی و یک روز است، بادهای شدید، می وزد و سرما زیادتر می شود و مثل ماه قبل عمل نماید. نباید غذاهای مرطوب بخورد. باید غذاهایی را که هم ظاهرش و هم طبعش گرم است، بخورد. در ماه یازدهم بنام کانون دوم (بهمن) که سی و یک روز است، بهتر است، آب گرم را به یک نفس سربکشد. آمیزش خوبست. خوردن حبوبات گرم و کرفس و جرجیر و سیر و پیاز کوهی، مفید است. استحمام در اول صبح، مناسب است. در این ماه از خوردن شیرینی و ماهی تازه و شیر، خودداری نماید. در ماه دوازدهم بنام شباط (اسفند) که آخرین ماه سال رومی است و بیست و هشت روز است، بادهای مختلف می وزد. ریزش باران، زیاد می شود. در اواخر این ماه، سبزیها سر از خاک در می آورند. خوردن پیاز، سیر، گوشت پرنده و شکار و میوه

خشک، خوبست. کمتر شیرینی بخورد. آمیزش زیاد بد نیست! حرکت و ورزش هم خوبست.» 292

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

«شخصی به امام صادق (ع) از درد گوش و چرک و خون آن، شکایت کرد. حضرت فرمود: پنیر مانده شده را کوبیده و با شیرزن، مخلوط کرده و بر روی آتش گرم نموده و چند قطره در گوش بچکانید.» 296

«علی (ع): هر که می خواهد عمر طولانی داشته باشد، صبحانه خوب بخورد، شب بعد از غذا بخوابد، با زنان کم مباشرت نماید و عبا (لباس) سبک بر تن کند.» 363

«امام ششم (ع): چهار چیز قبل از پیری، انسان را پیر می کند: خوردن گوشت سرخ کرده، پیشوائی مردم، صعود به درجات بالا و مباشرت با پیرزنان!» 365

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

آداب خوابیدن

آداب خوابیدن

«امام رضا(ع): خواب، سلطان مغز است و قوام و دوام نیروهای بدن، بسته به خواب می‌باشد. هنگامیکه انسان به خواب می‌رود، بهتر است ابتدا به پهلو راست بخوابد و پس از چندی، از پهلو راست به پهلو چپ سپس باز به پهلو راست برود. اما بامداد که از خواب برمی‌خیزد، بهتر است که از پهلو چپ بر است غلطیده سپس برخیزد!

بهتر است شب بعد از غذا، دو ساعت بیدار باشد
هنگامیکه انسان به مستراح می‌رود، زیاد آنجا نماند که
توقف زیاد در مستراح، باعث بیماری «داء
الفیل» میشود.» 299

«رسول خدا (ص): هر که از طلوع فجر (اذان صبح) تا
طلوع آفتاب در محل نماز خود بنشیند، خداوند او را از
آتش جهنم حفظ می‌کند.» 300

«امام ششم (ع): هر که با وضو بخوابد، مثل این است که
در مسجد مشغول عبادت است. و اگر در رختخواب یادش
آمد که وضو ندارد، همانجا تیمم کند.» 301

«علی (ع): مسلمان با حال جنابت و یا بدون
وضو نخوابد. و چنانچه آب برای غسل یا وضو نبود، با تیمم
بخوابد. زیرا در هنگام خواب، روح مؤمن را به آسمان بالا
می‌برند و خداوند بر او برکت می‌فرستد و اگر اجلش
رسیده باشد، روح او را در رحمت خود می‌سپارد و اگر

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

اجلش نرسیده باشد، به همراه ملائکه امین، روحش را به بدنش بر می گرداند.» 302

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

«علی (ع): اگر دیدید شخصـی دمر (بر صورت) خوابیده، او را بیدار کنید و نگذارید در آن حالت باشد!» 304

«امام ششم (ع): هر که در وقت خواب، این آیه را بخواند: قُلْ إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ مِّثْلُكُمْ يُوحَىٰ إِلَيَّ إِنَّمَا الْهُكْمُ وَاحِدٌ فَمَنْ كَانَ يَرْجُوا لِقَاءَ رَبِّهِ فَلْيَعْمَلْ عَمَلًا صَالِحًا وَلَا يُشْرِكْ بِعِبَادَةِ رَبِّهِ أَحَدًا (کهف آیه آخر)، هر ساعتی بخواند، بیدار می شود.» 305

«روایت شده که رسول خدا (ص) چون بخواب می رفتند، می فرمودند: بِاسْمِكَ اللَّهُمَّ أَحْيِيْ و بِاسْمِكَ اموتُ و چون بیدار می شدند، می فرمودند: الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي أَحْيَانِي بَعْدَ مَا أَمَاتَنِي وَآلِيهِ النُّشُورُ.» 306

«علی (ع): چهار چیز است که کم آن بسیار

است: آتش، خواب، دشمنی و بیماری!» 307

«در روایات آمده است که از حق چشم بر آدمی آنستکه

آنها به بیدار بودن در شبها - در غیر عبادت و علم ضایع

نکند.» 308

«رسول خدا (ص): خواب مؤمن بر پهلوی راست

، خواب حکماء بر پهلوی چپ، خواب پیامبران بر پشت

و خواب شیاطین بر صورت است.»

«رسول خدا (ص): خواب بر هفت وجه است: خواب غفلت

که خواب در مجلس ذکر است، خواب شقاوت که خواب

در وقت نماز صبح است، خواب عقوبت که خواب در

وقت نمازهای پنجگانه است، خواب لعنت که خواب بعد

از نماز صبح است، خواب راحت که خواب ظهر

است، خواب رخصت که خواب بعد از نماز عشاء است

و خواب حسرت که خواب شب جمعه است.» اثنی عشریه

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

آداب لباس پوشیدن

آداب لباس پوشیدن

«رسول خدا(ص): لباس سفید بپوشید که بهترین رنگ

است و مرده هارا نیز در پارچه سفید کفن کنید!» 309

«امام ششم(ع): لباس سرخ تیره بغیر از برای تازه

داماد، مکروه است.» 310

«امام ششم(ع): خداوند عزّوجلّ به پیامبری وحی کرد

که: به مردم بگو که لباس دشمنان مرا نپوشند، غذاهای

دشمنان مرا نخورند و روش زندگیشان مثل دشمنان من

نباشد! که در غیر این صورت ایشان نیز مانند دشمنان من

خواهند بود.» 312

«رسول خدا(ص) از عریان بودن، چه در شب و چه در

روز، منع کرده‌اند.» 313

«علی (ع): هرگاه شخصی عریان شود، شیطان بسوی او توجه می کند و طمع می کند تا او را به معصیت بیاندازد.» 314

«اسحاق بن عمار می گوید: از امام صادق (ع) راجع به شخصیکه پولدار و اهل تجمل است و لباسهای زیادی دارد و پوستین و عبا و پیراهن های مختلفی می پوشد که بعضی از این لباسها برای پوشاندن بدن و بعضی برای شیک شدن است، سؤال کردم که او اسرافکار است؟ فرمود: نه! زیرا قرآن فرموده است: لِيَنْفِقَ ذُو سَعَةٍ مِّنْ سَعَتِهِ. (طلاق 7) هر که زندگیش وسعت دارد، بقدر توانائی خرج کند.» 315

«اسحاق بن عمار می گوید: به امام هفتم (ع) عرض کردم: آیا اشکالی دارد که شخصی، ده دست لباس داشته باشد؟ آیا این اسراف است؟ فرمود: نه بلکه این باعث می شود لباسهایش بیشتر عمر کند و لکن اسراف آنستکه لباس بیرون را در جای کثیفی بپوشد!» 332

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«علی (ع): هرگاه خواستید با برادر مؤمنان ملاقات کنید، آنچنان خود را بیارائید که برای غریبه‌ای خود رامی آرائید و بهترین لباس را می‌پوشید!» 316

«عده‌ای به امام رضا (ع) گفتند که: مردم از اینکه می‌بینند شما لباسهای خوب و گرانبه بر تن می‌کنید، ناراحتند!

امام فرمود: یوسف پیامبر از نسل پیامبران بود در حالیکه لباس دیبا بتن می‌کرد و از پوشش زربفت استفاده می‌نمود و در مجالس آل فرعون می‌نشست و اینها به مقام او خدشه‌ای وارد نکرد. لباس گرانبه در صورتی مذموم است که خرج ضروری تری در پیش باشد و آنچه بر امام لازم است، عدالت در حکم و راستگویی در سخن می‌باشد.

خداوند چیزهایی را حلال نموده که کم و زیاد نمی‌شوند و چیزهایی را حرام نموده که آنها هم کم و زیاد نمی‌شوند!» 317

«علی (ع): وقتی خداوند به مؤمنی لباس نوی می‌دهد، باید وضو بگیرد و دو رکعت نماز بخواند که در هر

رکعت، حمد و توحید و آیه الکرسی و قدر را بخواند. بعد از نماز خدا را حمد کند که عورت او را پوشاند و او را در میان مردم بیاراست و ذکر (لاحول و لا قوة الا بالله) را زیاد بگوید. در این صورت، در این لباس به گناه آلوده نمی شود، و به تعداد تار و پود لباس، فرشته ای برایش استغفار نموده و بر او رحمت می فرستد.» 319

«امام ششم (ع): کمترین اسراف آن است که اضافه آب را دور بریزد و یا لباس مخصوص بیرون را در خانه و در وقت کار کردن پوشد.» 320

«رسول خدا (ص): دو رکعت نماز با عمامه بهتر است از چهار رکعت نماز بدون عمامه.» 321

«شخصی از امام حسن مجتبی' (ع) پرسید: چرا هنگام اقامه نماز، لباسهای خوب و زیبا می پوشی و از بهترین لباسها استفاده می نمایی؟

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

فرمود: خدا زیباست و زیبایی را دوست می‌دارد و من خود را برای پروردگارم زیبا می‌کنم. زیرا خدا در قرآن فرموده است:

خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ (اعراف 31) یعنی هنگام رفتن به مسجد، زینتهای خود را بپوشید. «466»

«روایت شده که یکی از مسلمانان با لباس نامرتب و ژولیده به محضر پیامبر رفت. حضرت به او فرمود: آیا ثروت مند هستی؟ گفت: آری! خدا هرگونه ثروت بمن داده است! پیامبر (ص) فرمود: هرگاه پولدار هستی، باید اثر آن در تو دیده شود!» 467

«امام صادق (ع) به عیید بن زیاد فرمود: در نزد خداوند، ظاهر کردن نعمت بهتر از مخفی کردن آنست! لذا تو باید در بهترین لباس طایفه‌ات ظاهر شوی!

از آن پس عییده همیشه با زیباترین لباس نزد مردم حاضر می‌شد.» 468

«شخصی از امام صادق (ع) پرسید: در آیه شریفه که می فرماید:

وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ. (الضحیٰ 11) نعمت خدایت را آشکار کن!

مراد از ظاهر کردن نعمت چیست؟ فرمود: به این است که لباس تمیز بپوشد، بوی خوش استعمال نماید، خانه اش را گچکاری کند و درب خانه اش را جاروب نماید.» 469

«رسول خدا (ص) خطاب به همسرش فرمود: این دو لباس را بشوی! مگر نمی دانی که لباس، هم تسبیح خدا را می گوید. ولی هر گاه چرک شد، دیگر تسبیح نمی گوید.» 470

«امام ششم (ع): خداوند از مؤمن راجع به سه چیز محاسبه نمی فرماید: غذائی که می خورد، لباسی که می پوشد و همسر صالحه ای که کمک کار اوست و باعث حفظ او از حرام می شود.» 451

آداب در دست کردن انگشتر

«امام ششم (ع): هر شخصی که با انگشتر عقیق نماز بخواند، نمازش چهل برابر کسانی است که بدون انگشتر عقیق

نماز بخواند.» 322

«علی (ع): جبرئیل به پیامبر گفت: هر که انگشتر را در دست راست نماید و منظورش متابعت از سنت تو باشد، اگر در قیامت او را متحیر بینم، دستش را بگیرم و بتو و علی (ع) برسانم.» 323

«شخصی خدمت پیامبر آمد و از راهزنانیکه در راه به او حمله کرده بودند و اموال او را برده بودند، شکایت کرد! حضرت فرمود: چرا انگشتر عقیق در دست نداشتی که آن، انسان را از هر شری نگه می‌دارد.» 325

«رسول خدا (ص): انگشتر عقیق در دست کنید که تا زمانی که انسان آنرا با خود دارد، غم و اندوهی به او نمی‌رسد.» 326

«رسول خدا (ص): انگشتر عقیق داشته باش که عقیق اولین کوهی است که به یگانگی خدا و نبوت من و وصایت تو یا علی! اقرار کرده است.» 327

«بشیر دِهان می‌گوید: به امام ششم (ع) عرض کردم: چه نگینی در انگشتر خود بگذارم؟ فرمود: چرا از عقیق سرخ و عقیق زرد و عقیق سفید غافل؟ که اینها سه کوه در بهشتند. اما کوه عقیق سرخ، مشرفست به خانه رسول خدا (ص). و اما کوه عقیق سفید مشرفست به خانه علی (ع) و اما کوه عقیق زرد، مشرفست به خانه فاطمه (س). از زیر هر کوهی نهری از

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

برف، سردتر و از شیر سفیدتر جاری است. فقط آل محمد(ع) و شیعیان آنها از این نهرها استفاده می نمایند. این سه نهر از کوثر جاری می شوند و به یکجا می ریزند و آن سه کوه به تسیح و تمجید و تقدیس الهی مشغولند و برای دوستان آل محمد(ع) طلب آمرزش می کنند.» 328

«امام ششم(ع): خداوند دستی را که در آن انگشتر عقیق باشد و بسوی او دراز شود، بیشتر دوست دارد.» 329

«دو رکعت نماز با انگشتر عقیق، بهتر از هزار رکعت نماز بدون آن می باشد.» 330

«امام رضا(ع): نقش نگین حضرت رسول(ص) این بود: «لا اله الا الله. محمد رسول الله.» و نقش نگین امام حسن(ع) «العزّة لله» بود و نقش نگین امام حسین(ع) «ان الله بالغ امره» بود. و امام چهارم و پنجم(ع) انگشتر امام حسین(ع) را بدست می کردند. و نقش نگین امام موسی کاظم(ع) «حسبی الله» بود. سپس امام رضا(ع) انگشتر پدرشان را که در دست داشتند، نشان دادند.» 331

آداب مسافرت

آداب مسافرت

«امام هفتم (ع): هر که بتنهائی مسافرت بکند، بگوید: ماشاء
الله لاحول ولاقوة الا بالله. خدا یا! در وقت وحشت، مونس
من باش و در تنهائیم یاریم کن و در غیابم آنچه دارم حفظ
نما!» 333

«رسول خدا (ص): ای علی! هر گاه خواستی به شهری
یاروستائی، وارد شوی، به هنگام ورود بگو: اللهم انی
اسئلك خیرها واعوذ بک من شرها. اللهم حبیبنا الی اهلها

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

و حَبِّ صَالِحِي أَهْلِهَا إِنِّي لَعْلَعِي: ای خدا! از تو خیر این مکان
رامی خواهم و بتو از شرّ این مکان، پناه
می برم. خداوند! مرا محبوب اهل این مکان قرار بده
و محبّت افراد صالحش را در دلم جا بده!» 334

«محمد بن عیسی' از شخصی نقل می کند که: امام رضا (ع)
از خراسان، برایم تعدادی لباس فرستاد که در آن مقداری
خاک بود! از آورنده لباس پرسیدم: این خاک
چیست؟ گفت: خاک و تربت امام حسین (ع) است. امام
رضا (ع) هر گاه لباس و یا چیزی دیگری به شخصی، هدیه
می کند، مقداری تربت امام حسین (ع) در آن قرار می دهد
و می فرماید: باذن الهی، تربت، این را حفظ می کند.» 335

«امام ششم (ع): عده‌ای به محضر پیامبر آمدند و گفتند: ما
عازم مسافرت به شام هستیم. بما سخنی بیاموز! حضرت
فرمود: شب هنگام، هر کجا برای استراحت توقف نمودید،
وقتی به بستر رفتید، قبل از خواب، تسبیح فاطمه (س) و آیه
الکرسی را بخوانید که شمارا از هر چیزی حفظ می کند.

آنها رفتند و هنگام خواب دستور حضرت را بکار بستند. در آن حوالی راهزنانی بودند که این عده را زیر نظر گرفته و منتظر بودند که شب بشود و به اینها دستبرد بزنند. وقتی شب شد یکی از راهزنان برای آگاهی از موقعیت مسافرین، به محل استراحت آنان آمد ولی غیر از دیوار بلندی که دور تا دور آن محل را فرا گرفته بود، چیزی ندید! برگشت و این قضیه را به راهزنان خبر داد. راهزنان سخن او را قبول نکرده و گفتند: تو آدم ضعیفی هستی و از ترس این حرف را می‌زنی! اما وقتی خود به محل آمدند و آن دیوار بلند را دیدند، بناچار برگشتند.

فردا صبح باز به آن محل رفتند و از دیوار خبری نبود و مسافرین آنجا بودند. راهزنان از مسافرین پرسیدند: شما دیشب کجا بودید؟ گفتند: همین جا! راهزنان گفتند: دیشب ما آمدیم ولی جز دیوار بلندی چیزی ندیدیم! قصه شما چیست؟ آنان گفتند: پیامبر بما سفارش کرده است که شب قبل از خواب، تسبیح فاطمه (س) و آیه الکرسی را بخوانیم

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

وما هم همینکار را کردیم. راهزنان گفتند: شما آزادید و به هر کجا که می‌خواهید بروید که بخدا سوگند! ما هرگز شمارا تعقیب نمی‌کنیم و بدانید که تازمانیکه بدستور پیامبرتان عمل می‌کنید، هیچ راهزنی نمی‌تواند بشما آسیب برساند!» 336

«روایت شده که در وقت سوار شدن به کشتی این دعا را بخوانند: بِسْمِ اللّٰهِ الْمَلِكِ الْحَقِّ وَمَا قَدَرُوا اللّٰهَ حَقَّ قَدْرِهِ وَالْاَرْضَ جَمِيعًا قَبْضَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَالسَّمَاوَاتِ مَطْوِيَّاتٍ بِيَمِينِهِ. سُبْحَانَكَ وَتَعَالَىٰ عَمَّا يُشْرِكُونَ. بِسْمِ اللّٰهِ مَجْرَاهَا وَمُرْسَاهَا. اِنَّ رَبِّي لَغَفُورٌ رَّحِيمٌ.» 337

«امام ششم (ع): اگر در بیابان یا در حال سفر از جنّ یا چیز دیگری ترسیدی، دست راست را بر بالای سر بگذار و بگو: اَفْغِیْرَ اللّٰهِ یَغُوْنُ وَاَسْلَمَ مَنْ فِی السَّمَاوَاتِ وَالْاَرْضِ طَوْعًا وَكَرْهًا وَآلِیْهِ یُرْجَعُوْنَ.» 338

«امام ششم (ع): کسیکه حاجی را در مراجعت از حج، در حالیکه غبار سفر بر سر و روی اوست، در آغوش

بگیرد مثل کسی است که دستش به حجر الاسود رسیده باشد. و هر گاه شخصی از مسافرت برگشت و داخل خانه اش شد، قبل از هر کاری، بر خود آب بریزد و دو رکعت نماز بخواند سپس به سجده رفته و صدبار شکر کند.» 339

«رسول خدا (ص): هر که بسفر می رود، در بازگشت برای خانواده اش، هدیه بیاورد اگر چه آن هدیه تکه سنگی باشد!» 340

«رسول خدا (ص): اگر در مکانی راه را گم کردید، بطرف راست بروید.» 341

«رسول خدا (ص): مسافرت کنید تا سلامت باشید، تلاش کنید تا منفعت یابید و حج کنید تا بی نیاز شوید.» 410

«مسافرت کنید که اگر سودی نبردید حداقل بر عقلتان افزوده می گردد.» 411

«امام ششم (ع): هر گاه خواستی به سفر بروی ابتدا صدقه بده!» 412

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«رسول خدا(ص) در بدرقه افراد می فرمود: زَوَدَكَ اللَّهُ
التَّقْوَىٰ وَغَفَرَ ذَنْبَكَ وَلَقَاكَ الْخَيْرَ حَيْثُ
كنت. یعنی: خداوند توشه تورا تقوی قرار دهد و گناهت را
بیامرزد و هر کجا هستی تورا به خیر بدارد.» 413

«ابابصیر می گوید: به امام صادق(ع) گفتم: جایز است انسان
با افراد پولداری که خود نمی تواند مثل آنها خرج
کند، بسفر برود؟ حضرت فرمود: دوست ندارم که مؤمن
خود را کوچک کند! بلکه با هم تر از آن خود بسفر
برود.» 414

«رسول خدا(ص): مناسبترین عدد برای سفر، چهار نفر
است و اگر بر هفت تن فزونی گیرند، سرو صدا در
می آید!» 415

«رسول خدا(ص): سردسته مسافرین خوبست به
مسافرین خدمت کند.» 416

«امام ششم(ع): مروّت و جوانمردی دو قسم است: یکی در
سفر است که شامل بخشش توشه و غذایت به

همسفران، شوخی در غیر حرام، عدم مخالفت با همراهان
و عدم نقل مسائلی که در طول سفر پیش آمده و مسافرین
راضی به نقل ان نیستند!

دوم جوانمردی و مروت در حضر و شهر و دیار خود است
که شامل تلاوت قرآن، حضور در مساجد، مصاحبت با
خوبان و کسب علم و دانش است.»

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

آداب نظافت و بهداشت

آداب نظافت و بهداشت

«رسول خدا (ص): داخل بهشت نمی‌شود مگر افراد

تمیز و نظیف!» 471

بیت الخلا

«شیخ مفید فرموده است: پوشاندن سر در هنگام

قضاء حاجت، از سنت‌های رسول خدا (ص) است.» 346

«در هنگام ورود به مستراح، سنت این است که با پای

چپ وارد شود و سرش را بپوشاند و خدا را یاد کند.» 347

«رسول خدا(ص): ایستاده بول کردن بدون علت، از ستم است و استنجا (طهارت) با دست راست نیز از ستم است.» 368

«امام رضا(ع): رسول خدا(ص) نهی کردند از اینکه انسان در حال قضاء حاجت، جواب کسی را بدهد و یا با کسی صحبت کند.» 369

«امام ششم(ع): یکی از علل فشار قبر، بی اهمیتی به نجاست و طهارت است.» 370

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

«قضاء حاجت در راههای عمومی و درب خانه‌ها وزیر درختان میوه دار، مکروه است. همچنین سخن گفتن و مسواک زدن در این حال، مکروه است.

خوب است بعد از قضاء حاجت بگوید: شکر خدایی را که اذیت را از من دور نمود و غذا را برایم گوارا قرار داد و مرا از بلا، سالم نگه داشت. همچنین وقتی خواست خارج

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

شود با پای راست خارج شده و دست راست بر شکم
گذاشته بگوید: شکر خدایی را که لذتش را بمن شناساند
وقوتش را در بدنم قرار داد و بدی را از من خارج
کرد!» 372

مسواک

«روایت شده که امام رضا(ع) ظرفی داشت که در آن
پنج مسواک بود و بر هر کدام، اسم یکی از نمازهای
پنجگانه نوشته شده بود که با هر کدام از آنها در همان
نمازی که اسم آن نوشته بود، مسواک می زد.» 349

«امام رضا(ع): مسواک چشم را جلا می دهد و موها را
می رویاند و آب چشم را بر طرف می کند.» 350

«رسول خدا(ص): دو رکعت نماز با مسواک، از هفتاد نماز
بدون مسواک بالاتر است.» 375

«امام ششم (ع): وقتی برای نماز شب بیدار می شوی، مسواک بزن! زیرا فرشته ای می آید و دهان خود را بر دهان تو می گذارد و هر چه از قرآن و دعا و ذکر می خوانی، به آسمان می برد. پس باید دهان تو خوشبو باشد.» 377

«علی (ع): اگر شخصی قبل از نماز مسواک نزند، در حال نماز فرشته می آید و دهان را بر دهان او می گذارد و آنچه می گوید بخاطر می سپارد. ولی اگر مسواک نزند، در کناری می ایستد و قرائتش را می شنود.» 378

«رسو خدا (ص) مشاهده کرد که چند نفر دندانشان زرد است! فرمود: چرا دندانهای شما را کثیف می بینم؟ چرا مسواک نمی زنید؟» 472

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

اصلاح موهای بدن!

«علی (ع): ازاله موی زیر بغل، بوی بد را از انسان برطرف می‌کند و سنتی است که رسول خدا (ص) به آن فرمان داده است.» 348

«رسول خدا (ص): آنکه به خدا و قیامت ایمان دارد نباید موهای ظاهر (عورت) را بیش از چهل روز نسترده بگذارد! و زنیکه ایمان دارد نباید بیش از بیست روز آن را نسترده بگذارد.» 351

«امام ششم (ع): خداوند به ابراهیم فرمود: خود را پاکیزه نما! او هم شارب (موی سیل) خود را اصلاح کرد. باز به او خطاب شد: پاکیزه شو! او هم موی زیر بغل خود را کوتاه نمود. مجدداً به او خطاب شد: پاکیزه باش! او هم ناخنهای خود را گرفت. باز به او فرمود: پاکیزه شو! او هم موی ظاهر را ازاله نمود. باز به او امر شد: پاکیزه باش! پس او خود را ختنه کرد.» 352

«یکی از اصحاب امام هفتم به حضرت گفت: شیعیان می گویند: کوتاه کردن شارب و ناخن، باید در جمعه باشد! امام فرمود: سبحان الله! تو آنها را کوتاه کن! خواه جمعه باشد و خواه غیر جمعه!» 355

«رسول خدا (ص): هر که شارب خود را نچیند از ما نیست!» 356

«امام ششم (ع): ریش خود را در مُشت بگیر و اضافه را بچین!» 357

«امام ششم (ع): از سعادت مرد، کم پُشت بودن ریش اوست.» 358

«روایت شده که رسول خدا (ص)، مُحاسن خود را از زیر بیالچهل بار واز بالا به پائین، هفت بار شانه می کرد و می فرمود: اینکار، حافظه را زیاد می کند.» 359

«رسول خدا (ص): شانه کردن ریش بعد از هر وضو، فقر را زائل می کند.» 360

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«امام هفتم (ع): موی سر چون بلند شود، چشم را ضعیف می کند و نور چشم را کم می کند. و اصلاح مو، دیده را جلا می دهد.» 379

«رسول خدا (ص): هر که موی سر خود را بلند می گذارد، باید مرتب به آن برسد و آن را تمیز کند. و الاً خوبست آنرا از ته اصلاح کند.» 380

«رسول خدا (ص) نهی فرمود از اینکه زنها، موی سر خود را مثل مردان، در جلو یا وسط یا اطراف سر، گره بزنند. (جمع کنند.)» 381

«امام پنجم (ع): مردی به دیدار پیامبر رفت. برای او از رسول خدا (ص) اجازه گرفتند. حضرت در حالیکه از خانه خارج می شد، ظرف آبی در دست داشت که صورت خود را در آن مشاهده می کرد و مُحاسن خود را منظم می کرد. وقتی برگشت، عایشه گفت: ای رسول خدا! تو سرور فرزندان آدم هستی! و رسول پروردگار عالمیانی! آنوقت می ایستی و در آینه مُحاسن خود را درست می کنی؟

رسول خدا (ص) فرمود: ای عایشه! خداوند دوست دارد
که مؤمن وقتی به دیدار مؤمنی دیگر می رود، خود را زیبا
و مرتب سازد.» 452

حمام

«روایت شده که امام باقر (ع) و امام صادق (ع) هر گاه از
حمام بیرون می آمدند، سر و گردن خود را
می پوشیدند، خواه تابستان بود و خواه زمستان. و می
فرمودند: پوشاندن سر و گردن، باعث حفظ از
سرماخوردگی می شود.»

«امام ششم (ع): حمام یکروز در میان، گوشت بدن را
زیاد می کند.» 367

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

آداب مهمانی

آداب میهمانی

«رسول خدا (ص) از میهمانی که مخصوص ثروتمندان باشد و فقرا را به آنجا دعوت نکنند، نهی فرمود.» 382

«رسول خدا (ص): حدّ میهمانی سه روز است و بعد از سه روز، تصدّق و احسان است که نسبت به مهمان می شود!» 383

«رسول خدا (ص): آنقدر نزد صاحبخانه، میهمان نشوید که او را درهم شکنید! که دیگر چیزی نداشته باشد خرج کند.» 384

«امام پنجم (ع): اینک که مهمان در منزل صاحبخانه، کار کند، خلاف ادبست! و چون مهمان وارد می شود، در وارد شدن او را کمک کنید. ولی وقتی

می خواهد برود، او را در رفتن کمک نکنید! و غذایی مناسب

او مهیا کنید که نشانه جوانمردی است.» 385

«علی (ع): هر مؤمنی که وقتی صدای مهمان را

بشنود، خوشحال شود، گناهانش آمرزیده شود اگر چه

گناهانش بین آسمان و زمین را پُر کرده باشد!» 386

«رسول خدا (ص): هر خانه‌ای که مهمان به آنجا داخل

نمی شود، ملائکه نیز به آنجا نمی روند.» 387

«روایت شده که سزاوار نیست صاحبخانه روزه بگیرد

مگر با اطلاع مهمان! مبادا مهمان بخاطر روزه او شرم کند

و غذا نخورد. همچنین سزاوار نیست که مهمان بدون

اطلاع صاحبخانه روزه بگیرد، مبادا میزبان غذا تهیه کند

و ضایع شود!» 388

«امام پنجم (ع): وقتی جایی مهمان شدید، هر کجا

صاحبخانه گفت، بنشینید! زیرا صاحبخانه از داخل خانه اش

بیشتر از شما اطلاع دارد!» 389

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

«رسول خدا (ص): از جمله حقوق مهمان بر میزبان آنستکه

تأحریم خانه ات او را بدرقه نمائی!» 390

«امام رضا (ع): شخصی علی (ع) را دعوت

نمود. حضرت فرمود: به سه شرط می‌پذیرم! گفت: آنها

کدامند؟ فرمود: از خارج از خانه چیزی تهیه نکنی! هرچه

در خانه داشتی - از مواد غذایی - بیاوری! همسرت را به

زحمت نیاندازی! آن شخص قبول کرد و علی (ع) نیز دعوت

اورا اجابت فرمود.» 391

«عده‌ای مهمانِ امام صادق (ع) شدند. حضرت از آنها

خوب‌پذیرائی نمود و موقعی که می‌خواستند بروند، امام

برای آنها توشه سفر تهیه دید. ولی وقت خارج شدن

آنها، به غلامانش فرمود: موقع رفتن در بردن بارهایشان

کمک نکنید! آنها در هنگام خدا حافظی به امام گفتند: یا بن

رسول الله! تو خوب از ما پذیرائی نمودی و اموالی بما

بخشیدی! ولی چرا به غلامانت دستور دادی که در بردن

بارها ما را کمک نکنند؟ امام فرمود: ماخاندانی هستیم که
به رفتن مهمان کمک نمی کنیم.» 392

«امام ششم (ع): هلاک است میزبانی که غذائی را که
برای مهمان می برد کوچک بشمارد! و هلاک است
مهمانیکه غذای میزبان را حقیر بداند!» 393

«رسول خدا (ص): از جمله حقوق مهمان بر
صاحبخانه، آماده کردن خلال، بعد از غذا برای مهمان
است.» 396

«رسول خدا (ص): کسیکه به برادر مؤمنش، غذای
شیرینی بخوراند، خداوند تلخی مرگ را از او
می برد.» 397

«علی (ع): قوت جسم به غذا می باشد و قوت روح به غذا
دادن به مؤمنین می باشد.» 398

«علی (ع): هر مؤمنی که مهمان دوست باشد، وقتی از
قبر محشور می شود، صورتش مانند ماه شب چهارده
می باشد. در این حال مردم می گویند: این شخص حتماً

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

پیامبر است! فرشته‌ای جواب می‌دهد: این مؤمنی است که مهمان دوست بوده و مهمان را عزیز می‌شمرده است. این مؤمن را فقط به بهشت می‌برند.» 399

«رسول خدا (ص): هر گاه خداوند برای عده‌ای خیر بخواهد، به آنان هدیه‌ای می‌دهد. سؤال کردند: این هدیه چیست؟ فرمود: مهمان! که با خود رزقش را می‌آورد و هنگام رفتن، گناهان اهل خانه را با خود می‌برد!» 400

«رسول خدا (ص): هر گاه شخصی به محلی وارد شد، مهمان مؤمنین آنجا است و باید تا زمانیکه آنجا است، او را ضیافت نمایند.» 401

«رسول خدا (ص): ای علی! هشت عده هستند که اگر مورد اهانت واقع شوند، باید فقط خود را سرزنش کنند: 1- کسیکه بر سر سفره‌ای که او را دعوت نکرده‌اند بنشیند! 2- مهمانیکه به صاحبخانه دستور می‌دهد! 3- کسیکه از دشمنش تقاضای کار خوب و خیر بکند! 4-

کسیکه از آدم لئیم انتظار بخشش داشته باشد. 5- کسیکه در صحبت در گوشه دوفرد، دخالت کند! 6- کسیکه فرمانروا را تحقیر نماید! 7- کسیکه در محلی که جای او نیست، بنشیند! 8- کسیکه با مخاطب خود که به او گوش نمی دهد، صحبت نماید!» 402

«اسحاق بن عمار می گوید: به امام صادق (ع) عرض کردم: اشکالی دارد که میزبان به احترام مهمان بایستد؟ فرمود: خوب نیست! مگر اینکه مهمان دارای مقام بلندی در دین باشد.» 403

«روایت شده که شخصی مهمان امام رضا (ع) شد. در اینحال شعله چراغ کم شد. مهمان دست دراز کرد تا شعله را درست کند، اما حضرت مانع شد و فرمود: ما اهل بیتی هستیم که نمی گذاریم مهمان کار کند.»

«روایت شده که رسول خدا (ص) شنید: مردی از مسلمانان، هیچگاه مهمان به خانه اش نرفته است! روزی او را دید و علت این مطلب را پرسد. عرض کرد: زنی دارم

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

که از مهمان بدش می‌آید و اگر روزی مهمانی بخانه ببرم، تا یکسال بامن دعوا می‌کند! رسول‌خدا (ص) فرمود: من امشب به خانه ات می‌آیم! به زنت بگو وقتی من وارد می‌شوم، به درب حیاط نگاه کند و هنگامیکه خارج می‌شوم نیز رفتن مرا تماشا نماید.

آن مرد بمنزل رفت و مطالب پیامبر را به همسرش گفت و آمدن حضرت را خبر داد. اما زن گفت: بمن مربوط نیست و من غذائی آماده نمی‌کنم! آن مرد خود غذا آماده نمود و رسول‌خدا مهمان او شد و پس از صرف غذا خدا حافظی نمود و رفت. در این موقع زن نزد شوهرش آمد و گفت: حتما تو شکایت مرا به پیامبر نموده‌ای؟ زیرا دیدم پیامبر غذای خودش را با خود آورد و موقع رفتن، ماران و عقربان با خارج شدند! مرد اظهار بی‌اطلاعی کرد و هر دو برای یافتن این سرنزد پیامبر رفتند. رسول‌خدا (ص) فرمود: مگر نمی‌دانید که وقتی مهمان وارد می‌شود، رزق خود را همراه می‌آورد

و هنگامیکه می‌رود، گناهان و بیدیهای آن خانه را با خود می‌برد! آن زن از این مطلب تعجب نمود و دوستدار مهمان شد و از آن بی‌عده مهمان را اکرام می‌نمود.»

«امام رضا(ع): آدم سخاوتمند از غذای مردم می‌خورد تا مردم هم از غذای او بخورند. ولی آدم بخیل از غذای مردم نمی‌خورد تا از غذای او نخورند!» 405

«رسول خدا(ص): وصیت می‌کنم به حاضرین و غائبین امّتم! که دعوت مسلمان را اگرچه با فاصله پنج میل - هر میل تقریباً دو کیلومتر - باشد، اجابت کنید.» 406

«عبدالرحمن الحجاج می‌گوید: خدمت امام صادق(ع) مهمان بودیم. برای ما برنج آوردند ولی ما کم خوردیم! امام فرمود: بخورید! زیرا کسی ما را بیشتر دوست دارد، که نزد ما خوب غذا بخورد! ما هم شروع به غذا خوردن مجدد کردیم. امام فرمود: الان حق دوستی را بجا آوردید.» 407

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

«امام ششم (ع): افطار کردن در خانه برادر مؤمن، هفتاد برابر از روزه تو بهتر است.» 408

«امام ششم (ع): اگر شخصی هزار درهم برای غذایی مصرف کند که فقط یک نفر مؤمن از آن بخورد، اسراف نیست!» 409

«امام ششم (ع): اگر پنج درهم بردارم و به بازار بروم و غذایی تهیه کنم و چند نفر از مسلمانان را مهمان کنم، در نزد من از آزاد کردن غلامی بهتر است.» 483

آداب معاشرت

آداب معاشرت

«ابوعبیده می گوید: من با امام باقر (ع) در یک کجاوه شتر نشسته بودیم. وقتی در کجاوه مستقر شدیم، امام مانند کسیکه مدتی مرا ندیده است، بر من سلام کرد و حال مرا پرسید و با من دست داد. وقتی پیاده شدیم، اول امام پائین رفت و بعد من پائین رفتم. مجدداً امام سلام کرد و حال مرا پرسید. من گفتم: یا بن رسول الله! اینگونه که شما باما، حال و احوال می کنید، مردم نمی کنند! فرمود: مگر نمی دانی که دست دادن چقدر ثواب دارد. وقتی دو نفر مؤمن با یکدیگر دست می دهند، پیوسته گناهانشان مانند برگ

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

درخت، می‌ریزد و خدا به آن دو نظر رحمت می‌کند تا از هم جدا شوند.» 421

«رسول خدا (ص): با هم دست بدهید که کینه‌ها را از دل می‌برد.» 423

«شایسته نیست بوسیدن دست کسی مگر بوسیدن دست نبی یا وصی نبی!» 424

«امام هفتم (ع): در هنگام ملاقات با برادران دینی، صورت او را بوسید ولی هنگام ملاقات با امام، میان دو چشمش را بوسید.» 425

«امام ششم (ع): بوسیدن دهان خوب نیست مگر دهان زن و فرزند خود!» 426

«از امام رضا (ع) سؤال شد: انسان چه نیکی را از دیگری رد نکند؟ فرمود: اگر جائی برای نشستن تعارف کردند یا بوی خوش (عطر) برای استفاده او آوردند یا بالش برای تکیه‌اش گذاشتند و امثال اینها!» 427

«امام ششم (ع): هر که مؤمنی را اکرام کند، گویا خدا را اکرام کرده است.» 428

«رسول خدا (ص): هر که به عده‌ای از مسلمانان خدمت کند، خداوند در بهشت به عدد آنها به او خدمتکار عطا فرماید.» 429

«امام پنجم (ع): با کسی معاشرت کن که تورا می‌گریاند و خیر خواه توست! و با کسی که تورا می‌خندانند و فریب می‌دهد، معاشرت منما!» 430

«امام هفتم (ع): از مواضع تهمت و شک پرهیزید و حتی در کوچه با مادر خود نایستید! زیرا همه نمی‌دانند که این زن مادر توست!» 431

«علی (ع): بدترین رفیق کسی است که معصیت خدا را در نظر تو، خوب جلوه دهد!» 432

«رسول خدا (ص): چهار چیز دل را می‌میراند! گناه بعد از گناه، صحبت زیاد با زنان، مجادله با احمق بطوریکه تو حرفی بزنی و او هم حرفی بزند ولی حرف حق را قبول

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

نکند و همنشین با مردگان! پرسیدند: یارسول
اللّه! مردگان کیستند؟ فرمود: هر ثروتمندی که خدا را
فراموش کرده باشد!» 433

«علی (ع): به مجالسی بروید که در آنجا ذکر خدا
می شود.» 434

«سلمان فارسی می گوید: خدمت
رسول خدا (ص) رفتم. حضرت بر بالش تکیه کرده بود. وقتی
من وارد شدم، آن بالش را بمن داد و فرمود: ای سلمان! اگر
مسلمانی نزد مسلمان دیگر رود و او به احترام تازه
وارد، بالشی بر پشتش بگذارد، خدا او را پامرزد.» 435

«امام ششم (ع): هدیه بدهید تا دوستی ایجاد گردد. زیرا
هدیه کینه هارا می برد.» 437

«رسول خدا (ص): از علامت احترام گذاشتن به مسلمان آن
است که هدیه او را قبول کند و یا به او هدیه دهد.» 438

خدمت به مسلمانان و رواج کردن حوائج آنان

«رسو خدا(ص): هر که چیزهائی که در راه و جاده افتاده و باعث اذیت عابریں می شود را بردارد، برایش ثواب چهار صد آیه که برای هر آیه ای، ده حسنه داده میشود، نوشته می گردد.» 439

«امام ششم(ع): روزی امام سجاد(ع) به محلی می رفت، در راه سنگهایی را مشاهده نمود که در جاده افتاده بود. پیاده شد و آنها را با دست برداشت و کناری گذاشت.» 440

«رسول خدا(ص): هر مسلمانی باید روزانه صدقه بدهد! گفته شد: چه کسی طاقت عمل کردن به این دستور را دارد؟ فرمود: برداشتن اشیائی که باعث اذیت عابریں می شود، صدقه است. راهنمائی گمشدگان و کسانی که بدنبال چیزی می گردند، صدقه است. عیادت از مریض، امر بمعروف و نهی از منکر صدقه است. حتی جواب سلامی که می دهی صدقه است.» 441

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

«امام ششم (ع): کسیکه غیر از خانه خود، خانه دیگری که به آن نیاز ندارد، داشته باشد. در این حال، فرد مؤمنی درخواست استفاده از خانه مازاد او را بنماید. ولی صاحبخانه به او اعانت ننماید و جواب منفی بدهد، خداوند عزّ و جلّ می فرماید: ای فرشتگانم! بنده من بخل ورزید! و خانه اش را به بنده نیازمند نداد. به عزّت من سوگند! که او را در بهشتم ساکن نگردانم.» 442

«امام ششم (ع): خداوند به کار نیکی پاداش می دهد که قبل از تقاضای شخص محتاج، انجام شود. ولی با اینکه می دانستی او نیازمند است ولی صبر کردی تا او نزد شما آمد و از تو کمک خواست و در این حال از شرم، خون به صورتش دوید، و شک داشت که توبه او کمک می کنی یا خیر! بخدا سوگند! و باز بخدا سوگند! اگر هر چه داری به او بدهی باز هم باندازه کافی به او کمک نکرده ای!» 443

«امام صادق (ع): ای مفضل! اگر می خواهی بدانی فلان شخص سادتمند است یا بدبخت! به کارهای نیک او نگاه

کن و بین به چه کسانی کمک می کند؟ اگر به محتاجان
و نیازمندان و متدینین کمک می کند، او بسوی خیر
و سعادت پیش می رود و اگر به افراد بی نیاز و غیر دیندار
کمک می نماید، بدان نزد خدا پاداشی ندارد.» 444

«علی (ع): کسیکه بتو گمان خوب دارد، و تورا از افراد
نیکو کار می شناسد، تو هم سعی کن در عمل، گمان او را
تأیید کنی!» 445

«امام ششم (ع): نیکو کاران در دنیا، نیکو کاران آخرت
هستند! روز قیامت خدا به آنان گوید: گناهان شمارا
آمرزیدم. می توانید ثواب کارهای نیکتان را به هر که
می خواهید، بدهید.

و انجام دادن کار خیر و نیکو کاری بادل و زبان
و دست، بر هر شخصی واجب است و هر که از دستش، کار
خیر بر نمی آید، بازبان و دل، کار خیر انجام دهد و اگر با
زبان هم نمی تواند، در دلش نیت خیر کند.» 446

«امام سجاد(ع): هر که حاجت مؤمنی را روا نماید، مثل اینست که حاجت خدا را روا کرده است! و بخاطر آن، خداوند صد حاجت از او را که راحت‌ترین آنها بهشت است، برای او رومی کند. و هر که غم مؤمنی را بر طرف کند، خداوند در قیامت، بالاترین غم او را بر طرف می‌نماید. و هر که مظلومی را علیه ظالمی کمک کند، خداوند او را بر پل صراط، در جائی که قدمها بلغزد، یاری نماید. و هر که در کارهای مؤمنی تلاش کند بطوریکه او را خوشحال نماید، مثل آنست که رسول خدا(ص) را خوشحال نموده است. و هر که تشنه‌ای را سیراب کند، خداوند از رحیق مختوم (شراب بهشتی) او را سیراب نماید. و هر که گرسنه‌ای را سیر کند، خداوند به او از میوه‌های بهشتی بخوراند. و هر که عریانی را بپوشاند، خداوند او را از استبرق و حریر بهشتی بپوشاند. و هر که بر غیر عریانی، لباس بپوشاند، تا زمانی که آن لباس بر تن اوست، در ضمانت الهی قرار گیرد. و هر که

مؤمنی را بر مرکب (وسیله نقلیه) خود سوار کند، روز قیامت خداوند او را بر شتری از شتران بهشت سوار نماید، بطوریکه ملائکه به او مباحات نمایند. و هر که میت مؤمنی را کفن کند، مثل این است که از روز ولادت تا مرگش بر او لباس پوشانده باشد. و هر که زنی را برای مؤمنی تزویج کند و آن مؤمن با همسرش در صلح و آرامش باشد، خداوند در قبر او را با صورت محبوبترین خانواده اش مانوس نماید. و هر که به عیادت مریضی بود، ملائکه برای او دعا می کنند تا از عیادت برگردد و به او می گویند: بهشت بر تو گوارا باد!

و بخدا سوگند! روا کردن حاجت مؤمن نزد من از دو ماه روزه پشت سرهم، بصورت اعتکاف در ماههای حرام، محبوبتر است.» 447

«امام هفتم (ع): اگر شخصی نمی تواند با ما مرتبط باشد، بافقیران شیعه مرتبط باشد و هر کس به زیارت قبور ما

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

دسترسی ندارد، قبور برادران صالح ما را زیارت کند.» 448

«امام ششم (ع): کسیکه در حال حل کردن مشکل مؤمنی ست، ثوابش در نزد من از ثواب هفتاد طواف بالاتر است.» 449

«امام ششم (ع): اگر من در برطرف کردن مشکل برادر مسلمان‌ی تلاش کنم، برایم بهتر است از آزاد کردن هزار غلام و یافرستادن هزار اسب برای مجاهدین فی سبیل الله!» 450

«رسول خدا (ص): شخصی را که بتو امید دارد، ناامید نکن که خدا با تو دشمن می‌شود.» 473

«امام ششم (ع): اگر مؤمنی، چیزی را که مؤمنی دیگر به آن نیاز دارد به او ندهد در حالیکه می‌توانسته نیاز او را برطرف کند، و یا از طریق دیگران مشکل او را حل نماید، خداوند در قیامت او را با صورتی سیاه، چشمانی برگشته، در حالیکه دست‌هایش را به گردنش زنجیر

نوده اند، می آورند. و به او گفته می شود: این شخصی است که به خدا و رسول خیانت کرده است. آنوقت دستور داده می شود، او را به آتش بیا نوازند.» 474

«امام ششم (ع): هر شیعه ای که وقتی برادر مسلمانش به او مراجعه می کند و از او در رفع مشکلی کمک بطلبد و او با اینکه می تواند کمکش کند ولی او را کمک ننماید، خداوند او را مبتلامی کند به اینکه حاجات دشمنان ما را بر آورده کند که خداوند بسبب همین او را روز قیامت، عذاب می کند.» 475

«از رسول خدا (ص) سؤال شد: کدام عمل نزد خدا محبوبتر است؟ فرمود: خوشحال کردن مسلمانان را! سؤال شد: چگونه و به چه وسیله ای؟ فرمود: اگر گرسنه است سیرش کند! اگر غمگین است، غم او را برطرف نماید! و اگر مقروض است، قرضش ادا کند.» 477

«امام پنجم (ع): تبسم بر لب داشتن در هنگام دیدار با مؤمن، ثواب است و برداشتن خاشاک از روی صورتش

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

ثواب است و بنده‌ای نزد خدا محبوبتر است که مؤمنی را خوشحال کند.» 478

«علی (ع): مؤمنین ضعیف را تحقیر نکنید که در اینصورت خدایین او و آن مؤمن را در بهشت جمع نمی‌کند (یا او بهشت می‌رود و یا تو) مگر اینکه توبه کند. و مؤمن نسبت به برادرش غش در معامله (کلاهبرداری) نمی‌کند! به او خیانت نمی‌نماید! او را خوار نمی‌نماید! او را متهم نمی‌کند و به او نمی‌گوید: من از تو بیزارم!» 479

«رسول خدا (ص): اگر دو مسلمان با هم قهر کنند و از سه روز بگذرد، از اسلام خارج شده‌اند. و هر کدام زودتر صلح کرد، روز قیامت زودتر بهشت می‌رود.» 480

«امام ششم (ع): اگر شخصی موانعی عمدتاً ایجاد کند که دیگران نتوانند به آسانی با او ملاقات نمایند، تا مرگش در لعنت الهی خواهد بود.» 481

«امام حسین (ع): نیاز مردم بشما از نعمتهای الهی بر شماست! پس از نعمت الهی ملول نشوید.» 482

شرائط دوست

امام ششم (ع): دوستی با دیگران حدّ و شرائط دارد و هر که این شرائط در او باشد را می‌توان دوست نامید. این شرائط بشرح زیر است: ظاهر و باطن دوست یکی باشد، هرچه زینت تو حساب می‌آید، زینت او هم باشد و آنچه زشتی توست، زشتی او هم باشد. اگر به ثروت و یا قدرت رسید، رفتارش با تو تغییر نکند. آنچه از دستش بر می‌آید برای تو دریغ نکند. و در هنگام حوادث ناگوار، تورا رها ننماید.»

«امام ششم (ع): چهار چیز است که ضایع می‌شود: محبت به افراد بی‌وفا!، نیکی به کسیکه تشکر نمی‌کند!، آموختن علم به شخصی که گوش نمی‌کند! و گفتن راز به کسیکه آنرا افشامی نماید!»

«حواریین به عیسی¹ گفتند: با چه کسی نشست و برخاست کنیم؟ فرمود: آنکه دیدنش، شمارا بیاد خدا

آیا آداب و سنت‌های اسلامی آشنا هستید؟

می‌اندازد، سخنش، علم شما را زیاد می‌نماید و عملش، رغبت شما را به خیر، فراوان می‌نماید.»

«امام سجاد(ع): با چند کس رفیق نباش! 1- دروغگو که مثل سرابست و با دروغ‌های خود، تو را فریب می‌دهد و دور را برای تو نزدیک و نزدیک را برای تو، دور می‌کند. 2- فاسق که تو را به یک وعده غذا بلکه کمتر، می‌فروشد! 3- بخیل که تو را در هنگام سختی، رها می‌کند. 4- احمق که می‌خواهد بتو سود برساند ولی زیان می‌رساند.»

«رسول خدا(ص): کسیکه پولداری را بخاطر دنیا احترام کند، خدا بر او غضب کرده و او را در درجهٔ قارون قرار می‌دهد.» 509

همسایه

رسو خدا (ص): کسیکه یک وجب از زمین همسایه را غصب کند یا با کلاهبرداری، برای خود کند، همان مقدار تا هفت طبقه زمین در روز قیامت، برگردنش طوق می شود تا او را داخل جهنم نمایند.» 510

«کسیکه به خانه همسایه از محلی نگاه کند و چشمش به عورت مرد یا مو و عضو زنی بیافتد، برخداست که او را به جهنم داخل کند و نمی میرد تا اینکه خدا او را رسوا می کند و آبرویش نزد مردم برود.» 511

«رسول خدا (ص): کسیکه به غیر حق، همسایه اش را اذیت کند، خداوند سکونت در بهشت و بوی آنرا بر وی حرام نماید.» 512

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

قرض

رسول خدا (ص): کسیکه به برادر مسلمانش قرض بدهد، برای هر درهمی، ثواب وزن کوهی از کوههای رضوی (در حجاز) یا کوه سینا (در مصر) به او می‌دهد و اگر در طلبش با او مدارا کند، از پل صراط مانند برق لامع بدون حساب و عذاب، می‌گذرد.»

«رسول خدا (ص): کسیکه برادر مسلمانش برای گرفتن قرض به او مراجعه کند ولی او قرض ندهد، خداوند بهشت را بر او حرام کند.»

«رسول خدا (ص): کسیکه به مؤمنی قرض بدهد و بر او سخت‌نگیرد، مثل این است که زکات داده است و تا ادای دین بدهکار، ملائکه بر او درود می‌فرستند.»

«امام ششم (ع): سارقین سه دسته‌اند: کسانی که زکات نمی‌دهند. کسانی که مهر زنانشان را نمی‌دهند و کسانی که قرض می‌گیرند ولی قصد اداء آنرا ندارند.»

«امام پنجم (ع): اولین قطره خون شهید که می‌ریزد، تمام گناهانش آمرزیده می‌شود بجز قرضی که بر گردن داشته است که تا آنرا بازماندگانش ادا نکنند، از او نمی‌گذرند.»

اسراف و تبذیر

«علی (ع): آگاه باشید که بخشیدن مال در غیر حقّ آن، تبذیر و اسراف است.»

«امام ششم (ع): برای آدم اسرافکار سه علامت است: آنچه که در شأن او نیست، می‌خرد! آنچه را که در شأن او نیست می‌پوشد و آنچه را که در شأن او نیست می‌خورد.»

منابع

منابع :

- «1 تا 12 مکارم الاخلاق — 13 تا 20 بحار
ج 103 — 21 تا 30 حلیه المتقین — 31 و 32 مکارم
الاخلاق — 33 تا 37 بحارج 99 — 38 و 39 حلیه
المتقین — 40 و 49 مکارم الاخلاق — 50 و 51 وسائل الشیعه
— 52 تا 55 حلیه المتقین — 56 تا 60 مکارم
الاخلاق — 61 تا 65 بحار — 66 تا 72 میزان الحکمه — 73
اولین دانشگاه و آخرین پیامبر — 74 تا 77 میزان الحکمه —
78 و 79 اولین دانشگاه و آخرین پیامبر — 80 و 81 اخلاق
زن و شوهر — 82 تا 94 حلیه المتقین — 95 تا 114
بحارج 66 — 115 حلیه المتقین -
116 تا 132 مکارم الاخلاق — 133 تا 142
بحارج 66 — 142 تا 145

بحارج 62—146 تا 149 توضيح المسائل مراجع
 150—155 حلية المتقين 156 تا 168 مكارم الاخلاق
 — 169 حلية المتقين — 170 تا 191 بحار
 ج 66—192 تا 194 معلم كبير امام
 صادق (ع) — 195 تا 210 مكارم الاخلاق — 211 تا
 222 بحارج 66—223 تا 234 مكارم الاخلاق — 235 تا
 249 بحارج 62—250 تا 262 مكارم الاخلاق
 — 263 تا 274 اخبار
 وآثار امام صادق (ع) — 275 تا 281 بحارج 75
 — 282 تا 289 بحارج 62—290 تا 292 طب الصادق
 والرضا (ع) — 293 تا 314 حلية المتقين 315 تا 321 مكارم
 الاخلاق — 322 بحارج 79—323 تا 331 حلية المتقين —
 332 تا 341 بحارج 79
 — 342 تا 348 سنن النبي (ص) — 349 تا 362 مكارم
 الاخلاق — 363 تا 367 معلم كبير امام صادق (ع) — 368 تا
 376 بحارج 79—377 تا 388 حلية المتقين — 389 تا

آیا آداب و سنتهای اسلامی آشنا هستید؟

407 بحار ج 40779 تا 418 مکارم
الاخلاق 419 تا 434 حلیة المتقین 435 تا 436 طب
الصادق والرضا (ع) 437 تا 944 بحار ج
74 و 75 451 و 452 بحار ج 89 460 تا 472
473 تا 489 بحار ج 74 و 75 490 تا 492
مکارم الاخلاق 493 تا 512 میزان الحکمة 513 اثنی
عشریة 514 بحار ج 22 ص 124.»

نویسندگان منابع:

- بحار الانوار (علامه مجلسی)
حلیه المتقین (علامه مجلسی)
اخبار و آثار امام صادق (ع) (عزیز الله عطاردی)
معلم کبیر امام صادق (ع) (عمادزاده)
مکارم الاخلاق (حسن بن فضل طبرسی)
وسائل الشیعہ (شیخ حرّ عاملی)
طبّ الصادق والرضا (ع) (علامه مرتضی عسگری)
سنن النبی (ص) (علامه طباطبائی)
اولین دانشگاه و آخرین پیامبر (شهید پاکنژاد)
میزان الحکمه (محمدی ری شهری)
اخلاق زن و شوهر (احمد صادقی اردستانی)
بیست و پنج اصل اخلاقی از اصول اخلاقی
امامان (محمدی اشتهاردی - محمد تقی عبدوس)
آثار الصادقین (ع) (صادق احسان بخش)