

روز و تاریخ	تلاوت قرآن	گفتن اذکار	ورزش روزانه	خواندن دعا	مطالعه کتاب	توصیه اخلاقی
شنبه ۱۳۹۶/۷/۸ روز تاسوعا	صفحه ۱۵ آیات ۹۴ تا ۹۷ سوره بقره	ذکر صلوات: ۱۴ لا اله الا الله: ۱۴ ذکر استغفار: ۱۴ سلام بر حسین (ع): ۳	۱۵ تا ۲۰ دقیقه پیاده روی و ۵ دقیقه نرمش	دعای عهد	مطالعه مطلب گذاشته شده در زیر همین برنامه.	خواندن سوره واقعه با ترجمه آیه ۵۷ تا ۶۷ شرکت در عزاداری
یکشنبه ۱۳۹۶/۷/۹ روز عاشورا	صفحه ۱۵ آیات ۹۸ تا ۱۰۱ سوره بقره	ذکر صلوات: ۱۴ لا اله الا الله: ۱۴ ذکر استغفار: ۱۴ سلام بر حسین (ع): ۳	۱۵ تا ۲۰ دقیقه پیاده روی و ۵ دقیقه نرمش	زیارت عاشورا	مطالعه مطلب گذاشته شده در زیر همین برنامه.	محاسبه اعمال در آخر روز شرکت در عزاداری
دوشنبه ۱۳۹۶/۷/۱۰ یازدهم محرم	صفحه ۱۶ آیه ۱۰۲ سوره بقره	ذکر صلوات: ۱۴ لا اله الا الله: ۱۴ ذکر استغفار: ۱۴ سلام بر حسین (ع): ۳	۱۵ تا ۲۰ دقیقه پیاده روی و ۵ دقیقه نرمش	دعای فرج	مطالعه مطلب گذاشته شده در زیر همین برنامه.	خواندن دو رکعت نماز شکر و شرکت در نماز جماعت
سه شنبه ۱۳۹۶/۷/۱۱ دوازدهم محرم	صفحه ۱۶ آیات ۱۰۳ تا ۱۰۵ سوره بقره	ذکر صلوات: ۱۴ لا اله الا الله: ۱۴ ذکر استغفار: ۱۴ سلام بر حسین (ع): ۳	۱۵ تا ۲۰ دقیقه پیاده روی و ۵ دقیقه نرمش	دعای عهد	مطالعه مطلب گذاشته شده در زیر همین برنامه.	وضو گرفتن قبل از خواب
چهارشنبه ۱۳۹۶/۷/۱۲ سیزدهم محرم	صفحه ۱۷ آیات ۱۰۶ تا ۱۰۸ سوره بقره	ذکر صلوات: ۱۴ لا اله الا الله: ۱۴ ذکر استغفار: ۱۴ سلام بر حسین (ع): ۳	۱۵ تا ۲۰ دقیقه پیاده روی و ۵ دقیقه نرمش	دعای سلامتی امام زمان (عج)	مطالعه مطلب گذاشته شده در زیر همین برنامه.	محاسبه اعمال در آخر روز
پنج شنبه ۱۳۹۶/۷/۱۳ چهاردهم محرم	صفحه ۱۷ آیات ۱۰۹ تا ۱۱۲ سوره بقره	ذکر صلوات: ۱۴ لا اله الا الله: ۱۴ ذکر استغفار: ۱۴ سلام بر حسین (ع): ۳	۱۵ تا ۲۰ دقیقه پیاده روی و ۵ دقیقه نرمش	زیارت عاشورا	مطالعه مطلب گذاشته شده در زیر همین برنامه.	نماز جماعت
جمعه ۱۳۹۶/۷/۱۴ پانزدهم محرم	صفحه ۱۸ آیات ۱۱۳ تا ۱۱۵ سوره بقره	ذکر صلوات: ۱۴ لا اله الا الله: ۱۴ ذکر استغفار: ۱۴ سلام بر حسین (ع): ۳	۱۵ تا ۲۰ دقیقه پیاده روی و ۵ دقیقه نرمش	دعای عهد	مطالعه مطلب گذاشته شده در زیر همین برنامه.	غسل جمعه و شرکت در نماز جمعه در صورت امکان

# بِسْمِ رَبِّ الْحَسَنِ

السلام علی الحسین...وعلی علی ابن الحسین...و علی اولاد الحسین...وعلی اصحاب الحسین

با عرض سلام و تسلیت خدمت تمامی مُحَبِّینِ سَیِّدِ و سَالارِ شَهِیدانِ اَباعِبداللهِ الحسین(ع).

به مناسبت فرارسیدن ایام سوگواری سید و سالار شهیدان برنامه های طرح یاد خدا تغییر مختصری

کرده است ، به همین منظور توضیح مختصر را در رابطه با این تغییرات برای عزیزان

عرض می کنیم:

۱-در قسمت اذکار، ذکر سلام بر امام حسین(ع) اضافه شده است و منظور از این ذکر همان چهار سلامی است که با رنگ قرمز بالای همین مطالب نوشته شده و دوستان ان شاء الله این سلام ها را یکبار در صبح و ظهر و شب می خوانند.

۲-برای مطالعه این هفته، مطالبی که در صفحات بعدی همین برنامه و ویژه این ایام است ،خوانده شود.

۳-یکی از مواردی که در برنامه اضافه شده ، عزاداری امام حسین(ع) است که دوستان خودشان می توانند با تصمیم خودشان هر شبی که می خواهند ، در این مجالس شرکت کنند، ولی حداقل ها رعایت شود.

درضمن این روزها ، روز های مهم و حساسی است ؛ از این جهت که مراسمی که در این ایام برگزار می شود ، فرصتی برای آمزش و قرار گرفتن در صف عشاق حسین (ع) می باشد.

سعی کنید این شب ها را قدر بدانید و استفاده ی کامل را از این ایام عزاداری بنمایید.

دعا کردن در این شب ها فراموشتان نشود...ابتدا برای ظهور یوسف فاطمه ،

حضرت بقیة الله الاعظم(روحی و ارواحنا لمقدمه الفداء) دعا کنید و

سپس برای سلامتی و طول عمر نایب بر حقش امام خامنه ای (مد ظله) و

برای همه ی مریضان علی الخصوص سفارش شده ها و

برای تمامی خادمان حضرت مهدی(عج) که در برگزاری این طرح تلاش می کنند، دعا بفرمایید.

## زمان جنگ عاشورا چه مدتی بوده است؟

اولاً: تاریخ زمان دقیق برای آن مشخص نکرده است که مثلاً از ساعت چند شروع شد و ساعت چند ختم.

این در منابع تاریخ مشخص نمی باشد.

ثانیاً آنچه که در تاریخ و کتابهایی که در زمینه شهادت امام حسین «علیه السلام» نوشته شده است این می باشد که این جنگ از صبح عاشورا شروع شده است و تا غروب ادامه داشته است برخی آن را يك روز و برخی آن را يك نيمروز بیان نموده اند اما آنچه که روشن است این است که بعد از اینکه امام حسین «علیه السلام» نماز جماعت صبح را با یاران خود خواندند بعد از آن امام حسین «علیه السلام» کمی سخنرانی نمودند و یکی سخنرانی نسبت به یاران خود و يك یاد و سخنرانی نسبت به سپاه دشمن و نصیحت کردن آنها . بعد از این چند سخنرانی لشکر عمر سعد جنگ را آغاز نمودند و این جنگ تا ظهر ادامه داشت عده ای از یاران امام حسین شهید شدند تا اینکه شخص بنام ابو ثامه صاندی نماز را به امام یاد آور شد. در واقع گفت دوست دارم آخرین نماز را که وقتش رسیده با شما بخوانم امام حسین «علیه السلام» نماز ظهر را خواندند و بعد از آن جنگ ادامه پیدا کرد تا نزدیکی غروب ادامه داشت که آن حضرت به شهادت رسیدند و بعد از آن تا غروب لشکر عمر سعد به خمیه ها حمله نمود و به غارت و چپاولگری دست زدند. از تاریخ این مدت جنگ بدست می آید که همان يك روز کامل می باشد. پس این جنگ يك روز یا یک نيمروز بود ولی اثر و خاطره اش با عُمر، سبز خواهند ماند و هنوز هم در کتابخانه معرفت و وجدان بشری فصل زندگی امام حسین (ع) و واقعه کربلای او حساس ترین و ستایش آورترین فصل ها را از جهت ایمان و عقیده تشکیل داده که مانند آن نه در گذشته بود و نه در آینده خواهد بود.

## منابع:

- ۱) زندگی نامه امام حسین، زین العابدین رهنما، ص. ۳۸۶
- ۲) بازخوانی حماسه حسینی، مجتبی شاکری، ص ۲۶۲
- ۳) عاشورا محققان سعید داودی، مهدی رستم نژاد، ص. ۴۴۳
- ۴) پژوهش پیرامون زندگی امام حسین استاد محمد مهدی شمس الدین، ترجمه مهدی پیشوایی.
- ۵) اولین تاریخ کربلا ابی مخنف، ترجمه محمد باقر و محمد صادق انصاری. به نقل از اداره پاسخگویی آستان قدس رضوی

## از نظر تاریخی چه عواملی سبب حفظ حادثه کربلا شده است؟

یکی از چیزهایی که سبب شده که متن این حادثه محفوظ بماند و هدفش شناخته بشود این است که در این حادثه خطبه زیاد خوانده شده است. خطبه در آن عصرها حکم اعلامیه در این زمانها را داشت. همین طوری که در این عصر در وقایع، مخصوصا در جنگها، اعلامیه های رسمی بهترین چیز است برای اینکه متن تاریخ را نشان بدهد، در آن زمان هم خطبه چنین بوده است. خطبه زیاد است، چه قبل از حادثه کربلا چه در خلال حادثه کربلا و چه خطبه هایی که بعد اهل بیت در کوفه، در شام و در جاهای دیگر ایراد کردند و اصلا هدف آنها از این خطبه ها این بود که می خواستند به مردم اعلام کنند که چه گذشت و قضایا چه بود و هدف چه بود؟ این یکی از منابع یعنی خودش انگیزه ای بوده است که قضایا نقل شود. عامل دیگر اینکه در قضیه کربلا سوال و جواب زیاد شده است. همین ها در متن تاریخ ثبت است که ماهیت قضیه را به ما نشان می دهد. در خود کربلا رجز زیاد خوانده شده است، مخصوصا شخص ابا عبدالله. ماهیت قضیه را همان رجزها می تواند نشان بدهد. عامل دیگر اینکه در قضیه کربلا، در قبل و بعد از قضیه، نامه های زیادی مبادله شده است، نامه هایی که میان امام و اهل کوفه مبادله شده است، نامه هایی که میان امام و اهل بصره مبادله شده است، نامه هایی که خود امام قبلا برای معاویه نوشته است، که از آنجا معلوم می شود که امام خودش را برای قیام بعد از معاویه آماده می کرده است، نامه هایی که خود دشمنان برای یکدیگر نوشته اند، یزید برای ابن زیاد، ابن زیاد برای یزید، ابن زیاد برای عمر سعد، عمر سعد برای ابن زیاد. که متن اینها در تاریخ اسلام مضبوط است.

## زیارت عاشورا به چه نیتی بخوانیم که ارزش بیشتری داشته باشد

### چون بسیاری از علما مقید به خواندن هر روز

### می باشند به نیت توسل زیارت دعا و ... .

به قصد زیارت امام حسین علیه السلام و پیوند قلبی با ایشان، زیرا رسم بزرگان این بوده که هر روز به ایشان متوسل شوند و یاد آن حضرت را زنده نگه دارند. در هر صورت مشخص است که زیارت عاشورا، عنوان زیارت دارد. نوع نیت انسان در خواندن زیارات بستگی به میزان معرفت او و نیز نوع حاجت و نیاز او دارد. انسان هر زیارتی را میتواند با هر نیت خیر و خدا پسند و هر حاجت مشروعی بخواند. در مورد زیارت عاشورا بزرگان گفته اند که این زیارت سنگین است و نباید برای نیازها و حاجت های حقیر و کوچک خوانده شود و بهتر است برای حاجات مهم و معنوی خوانده شود. هدف زندگی انسان در دنیا قرب به خداوند است و يك انسان مومن تمامی کارهایش را برای رسیدن به رضایت و قرب الهی انجام می دهد. در این زمینه به خصوص عبادات و زیارات و مانند آن به قصد قربت و نزدیک به خداوند انجام می شود و توسل هم فلسفه اش چیزی جز واسطه و وسیله جویی برای حرکت در مسیر قرب الهی نیست. شیعه به خصوص روش اش در صراط مستقیم و سلوک، توسل و تبعیت از ائمه اطهار (ع) است و به وسیله ذوات مقدسه امامان معصوم (ع) به خداوند نزدیک می شود و از آنان الگو می گیرد.

## نماز چه تاثیری در زندگی اجتماعی افراد می گذارد؟

آثار اجتماعی نماز جماعت را در چهار اثر عمده می توان یافت.

### الف. نماز عامل برقراری وحدت اجتماعی

نماز باعث بروز همکاری اجتماعی بین نمازگزاران می شود اگر این همکاری بین مردم بصورت مبادله متقارن گرم (یاری و بیمه اجتماعی) در شئون مختلف زندگی اجتماعی باشد و این همکاری ها افزایش یابد زمینه برای انجام کارهای خیر که جنبه عمومی دارد و همچنین تعهدات اجتماعی نمازگزاران نسبت به جامعه و افراد آن افزایش می یابد. افزایش و گسترش همکاری های اجتماعی باعث ایجاد زمینه لازم برای افزایش مودت اجتماعی و موجب بروز مانعی عمده در مقابل نابرابری اجتماعی می شود. نماز باعث ایجاد گسترش حمایت اجتماعی بین نمازگزاران با یکدیگر و با مردم دیگر می شود. این حمایت تنها در بعد مادی همچون کمک مالی به نیازمندان خلاصه نمی شود بلکه در ابعاد مختلف عاطفی معرفتی، منزلتی و... بوده و هر چه این ابعاد گسترش بیشتری پیدا نمایند، میزان استثمار و بهره کشی، یأس و خودکشی، محرومیت اجتماعی و انفعال اجتماعی در جامعه کمتر می شود.. (۱)

### ب. نماز موجب هدایت جامعه بسوی عدالت اجتماعی

شرکت در نماز جماعت و آگاه شدن از مشکلات مردم به خصوص ضُعفا برای برقراری عدالت است. امام جماعت با بیان خطبه های خود، مردم را ارشاد نموده، باعث بالا رفتن آگاهی و شعور اجتماعی مردم و مطلع شدن آنها از گرفتاری ها و مشکلات هم کیشان خود و به دنبال آن رفع آن گرفتاری ها و مشکلات می شود از این جهت نماز وسیله اقامه قسط و عدل، و ارشاد به آن می باشد.. (۲)



### ج- نماز عامل جامعه پذیری افراد

نماز بصورت مستقیم و غیر مستقیم در جریان جامعه پذیری افراد تاثیرگذار است. تاثیر مستقیم نماز در جامعه پذیری بدین صورت است که نمازگزاران با پذیرش و درونی ساختن ارزش های موجود در نماز، رفتاری مطابق با انتظارات جامعه اسلامی از خود بروز می دهند. تاثیر غیر مستقیم نماز در جامعه پذیری بستگی به میزان تاثیر نماز و دین در سایر نهادها و نظام های اجتماعی در جامعه دارد. با توجه به تاثیر فراوان نماز و دین در نهادها و نظام های اجتماعی در جامعه اسلامی می توان بیان نمود که نماز تاثیر بنیادی در نهادها و نظام های اجتماعی جامعه داشته و به همین میزان، نماز تاثیر غیر مستقیم فراوانی بر جامعه پذیری افراد دارد.. (۳)

### د- نماز مانع بروز اختلالات هنجاری

اسلام عزیز و نماز به سهم خود جلوی اختلالات هنجاری، یعنی قطبی شدن هنجاری «حالتی که بیش از نیمی از جمعیت جامعه تحت فشار هنجاری و تسلط اجتماعی نبوده، تعهدی نسبت به هنجارها نداشته باشد» تضاد هنجاری، تناقض هنجاری، ضعف هنجاری و بی هنجاری راگیرد.

نماز باعث می شود که اکثریت جمعیت جامعه (به خصوص نمازگزاران) تحت فشار هنجاری قرار گیرند. در این حالت از قطبی شدن هنجاری جلوگیری به عمل می آید با این امر، یکی از زمینه های پیدایش تضاد جلوگیری به عمل می آید، با این امر، یکی از زمینه های پیدایش تضاد هنجاری محو می شود (قطبی شدن هنجاری یکی از زمینه های پیدایش تضاد هنجاری است) از طرف دیگر، نماز با ارائه هنجارهای هماهنگ جلو بروز تضاد هنجاری را گرفته، در نهایت باعث توسعه اجتماعی می گردد.. (۴)

منابع: (۱) علیرضا وحدت پناه، نماز و جامعه شناسی، ستاد اقامه نماز و احیای زکات، بهار ۸۴، دوم، ص. ۱۶۴

۰۰۰ (۲) همان، ص. ۵۳

۰۰۰ (۳) همان، ص. ۵۳

۰۰۰ (۴) همان، ص. ۱۵۵

## فلسفه آرام خواندن قرائت در نماز ظهر و عصر و

### بلند خواندن آن در نماز مغرب و عشا چیست؟

برای این سوال چند پاسخ قابل ذکر است: **پاسخ اول:**

در دستورهای عبادی و احکام الهی گاهی هدف تسلیم و پذیرش دستور و تمرین برای جلب رضایت خداوند و اطاعت محض از آفریدگار است و گاهی تمرین برای متابعت از سنت و روش پیامبر (صلی الله علیه و آله) است و جهر و اخفات در نماز - چنان چه از بعضی از روایات استفاده می شود - یکی از سنت های پیامبر اکرم (صلی الله علیه و آله) است که خداوند خواسته با این سنت امت را نسبت به پایبندی به سیره و سنت پیامبرش آزمایش کند کما این که

پیامبر خدا در خصوص نماز می فرمودند: که طبق حدیث نبوی

«صلوا کما رأیتمونی اصلی». (۱) (نماز بخوانید آن گونه که من می خوانم)

**پاسخ دوم:**

در علل الشرایع و عیون اخبار الرضا از امام رضا علیه السلام نقل شده که حضرت فرمود:

«علت این که بعضی نمازها باید بلند و بعضی آهسته خوانده شود این است که نمازهایی که باید بلند خوانده شوند

(صبح، مغرب، عشاء) در اوقاتی است که هوا نسبتاً تاریک و واجب است بلند خوانده شوند که اگر کسی از آنجا عبور

می کند، بداند که جماعتی در آنجا نماز میخوانند تا اگر خواست به آنها ملحق شود چون تاریکی مانع دیدن اوست و بلند

خواندن باعث می شود او صدای نمازگزاران را بشنود. ولی دو نمازی که آهسته خوانده میشوند (ظهر و عصر) به دلیل

این که روز است و عملشان کاملاً قابل رؤیت است، احتیاج به بلند خواندن ندارد». (۲)

در روایت است که از امام صادق علیه‌السلام سؤال شد که چرا باید نمازهای جمعه، مغرب، عشاء و صبح را بلند خواند ولی نماز ظهر و عصر را آهسته؟ حضرت فرمود: «زیرا پیامبر (صلی الله علیه وآله) وقتی به معراج رفتند اولین نمازی که خدا بر او واجب کرد، نماز جمعه بود آنگاه خداوند به ملائکه امر کرد تا پشت سر پیامبر (صلی الله علیه وآله) بایستند و به پیامبر (صلی الله علیه وآله) دستور داد که نمازش را بلند بخواند تا فضل و برتری خود را به ملائکه نشان دهد. سپس نماز عصر را بر او واجب کرد، ولی کسی را به پیامبر اضافه نکرد تا به وی اقتدا کند از این رو دستور داد تا آهسته قرائت کند. سپس نماز مغرب را واجب کرد و ملائکه را به پیامبر (صلی الله علیه وآله) افزود. پس امر کرد تا بلند بخواند و همین طور در نماز عشاء. وقتی فجر نزدیک شد، پیامبر (صلی الله علیه وآله) از آسمان نزول کرد، آنگاه خداوند نماز صبح را بر او واجب کرد و امر کرد تا بلند بخواند تا فضل خود را به مردم نشان دهد، چنان که به ملائکه

فضل خود را نشان داده بود.» (۳).

(۱) بحار الأنوار، ج ۸۲، ص ۲۷۹

۰۰۰ (۲) علل الشرائع- ترجمه ذهنی تهرانی، ج ۱، ص ۸۳۳- وسائل الشیعه، ج ۶، ص ۸۲، ح ۷۴۰۶

۰۰۰ (۳) وسائل الشیعه، ج ۶، ص ۸۳، ح ۷۴۰۷

## چرا بعضی از آدم ها نماز نمی خوانند؟

مشکل آنها بیشتر در ارتباط با ضعف شناخت و ایمان است. اگر کسی بداند که آفریده ی خدا است و تمام نیازمندی او در ارتباط با خداوند تامین می شود. رشد و شکوفایی او در زندگی وابسته به خدا است و هدف زندگی انسان نزدیک شدن به خداوند است، دین راه رسیدن و قرب الهی است و نماز از میان اعمال دینی مهمترین عمل قربی به حساب می آید، الصلاه قربان کل تقی : نماز نزدیک کننده هر انسان مومن و با تقوایی به خدای متعال است. اگر آدمی بداند که بدون نماز و ارتباط با خداوند زندگی اش در دنیا و آخرت با چالش روبرو است و سامان نمی یابد، ضرورت پیوند عبادی با خداوند را احساس خواهد کرد و دیگر با تنبلی و سستی در نماز روبرو نخواهد بود. بنابراین راهکار اصلی این است که مطالعه کنید و آگاهی خود را نسبت به دین و عبادت و نماز افزایش دهید.

اما اگر کسی آگاهی دارد و باز در نماز سستی می کند باید بداند که این موضوع نشانگر بروز مشکل و موانع در زوایای وجودی انسان است که باید به صورت اساسی برطرف شود. بعضی از این مشکلات عبارتند از:

۱- حب نفس و دوست داشتن بیش از حد خود.

۲- جای گیری حب دنیا و زرق و برق آن در دل آدمی.

۳- استفاده از غذای حرام و ناپاک.

۴- تکرار گناه به حدی که دل سیاه گردد و شوق عبادت گرفته شود.

با تفحص در نفس خود باید علت را پیدا کرد و مداوا نمایند.

۵- نشناختن نماز و اهمیت و اسرار نهفته در آن.

(که باید در فلسفه نماز مطالعه و تفکر کرد).

۶- نشناختن نیاز انسان به نماز و نقشی که نماز در تکامل و سعادت انسان دارد.

۷- عدم شناخت و توجه کافی نسبت به معبود یعنی، او که در نماز با او سخن می‌گوییم.

(راه حل آن تفکر در نعمت و عظمت خداوند است)

۸- اشتغال ذهن و فکر و اندیشه و تعلق قلب به دنیا و مسائل مادی.

## آیا آیه ای که در مورد نماز جماعت در قرآن وجود دارد؟

آیه ای که خداوند متعال در آن دستور به حضور نماز جماعت نموده ، **آیه ۴۳ سوره بقره** می باشد در این آیه خداوند متعال می فرماید: «**وَ ارْكَعُوا مَعَ الرَّاكِعِينَ**». (با رکوع کنندگان رکوع کنید»

مفسرین در توضیح این آیه چنین گفته اند: با این که این دستور اشاره به مساله نماز جماعت است، ولی از میان تمام افعال نماز تنها رکوع را بیان کرده و می گوید: «با رکوع کنندگان رکوع کنید» این تعبیر شاید به خاطر آن باشد که نماز یهود مطلقاً دارای رکوع نبود، این نماز مسلمانان است که یکی از ارکان اصلی آن، رکوع محسوب می شود. جالب این که نمی گوید: نماز بخوانید، بلکه می گوید: **أَقِمْوا الصَّلَاةَ** (نماز را بپا دارید) یعنی تنها خودتان نمازخوان نباشید بلکه چنان کنید که آئین نماز در جامعه انسانی بر پا شود، و مردم با عشق و علاقه به سوی آن بیایند.. (۱)

منبع: (۱) مکارم شیرازی ناصر، تفسیر نمونه، تهران، دار الکتب الإسلامیه، ۱۳۷۴ ش، اول، ج ۱، ص. ۲۰۹