

# پیا قرآن در بهار قرآن



— دوازدهم رمضان ۱۴۴۶ — ۱۴۰۳/۱۲/۲۳ —

شهر رمضان المبارک از سنت القرآن

— پنجشنبه —

## دعای روز دوازدهم ماه مبارک رمضان



«اللَّهُمَّ رَبِّي بِالْشَرِّ وَالْعَفَافِ وَاسْتُرْنِي فِيهِ» ❖ بلباس القنوع والكفاف واحللي فيه على العدل ❖ والأصاف و آمي في من كل ما أخاف ❖ بعصمتك يا عظمة الحائنين»  
 «خدايا مرا در این ماه به پوشش و پاکدامنی بیاری ❖ و به لباس قناعت و اکتفا به اندازه حاجت بیوشان ❖ و بر عدالت و انصاف وادارم نما، و مرا در این ماه از هرچه می ترسم ایمنی ده ❖ به نگهداری ات ای نگهدارنده هراسندگان»

## فقه رمضان (استفتائات رهبر معظم انقلاب)

پایگاه اطلاع رسانی دفتر مقام معظم رهبری

### روزه و خونریزی دهان

من روز قبل دندان پر کرده ام و امروز که روزه ام مقدار مختصری خونریزی دارد حکم آن چیست؟ آیا خوردن آب دهان در این حالت که مخلوط با خون دندان است جایز است؟ چکار باید کرد؟ روزه چه حکمی دارد؟ اگر خون در آب دهان مستهلک شود، محکوم به طهارت است و بلعیدن آن اشکال ندارد و مبطل روزه نیست.

### ترمیم یا کشیدن دندان فرد روزه دار

آیا کارهای دندانپزشکی از قبیل کشیدن دندان، عصب کشی، بی حسی و پر کردن، روزه را باطل می کند؟ اگر چیزی وارد حلق نشود، روزه صحیح است.

### حکم موادی که از معده شخص روزه دار وارد دهانش شده است

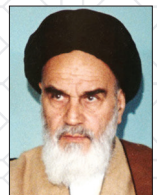
گاهی اوقات انسان ترش می کند، یعنی موادی ترش مزه از معده او به فضای دهان او می آید. حال، اگر روزه داری ترش کند و این مواد را سهواً یا عمدتاً قورت دهد، روزه اش چه حکمی دارد؟ اگر پس از آنکه به فضای دهان آمد عمدتاً و اختیاراتاً فرو برد، روزه اش باطل می شود ولی سهواً مبطل روزه نیست.

### مضمضه آب به قصد رفع عطش در حال روزه داری

اگر روزه دار آب را به قصد رفع عطش در دهان گردانده و بیرون بریزد بطوری که هیچ مقداری از آب پایین نرود چه حکمی دارد؟ در فرض سؤال اشکال ندارد.

## امام خمینی (ره) و رمضان

### دعوت به مهمانی خدا



قلب انسان مانند آینه صاف و روشن است و بر اثر توجه فوق العاده به دنیا و کثرت معاصی کدر می شود؛ ولی اگر انسان لاقبل صوم را برای حق تعالی خالص و بی ریا انجام دهد (نمی گویم عبادات دیگر خالص نباشد، همه عبادات لازم است خالص و بی ریا انجام گیرد) این عبادت را که اعراض از شهوات، اجتناب از لذات و انقطاع از غیر خداست در این یک ماه بخوبی انجام دهد، شاید تفضل الهی شامل حال او شده آینه قلبش از سیاهی و کدورت زدوده گردد؛ و امید است که او را از عالم طبیعت و لذات دنیوی منحرف و منصرف سازد و آن گاه که می خواهد وارد «شب قدر» شود، نورانیت هایی که در آن شب برای اولیا و مؤمنین حاصل می شود به دست آورد. و جزای چنین روزه ای خداست؛ چنانکه فرموده است: الصوم لی و انا اجزی به. چیز دیگر نمی تواند پاداش چنین روزه ای باشد. جنات نعیم در مقابل روزه او بی ارزش بوده نمی تواند پاداش آن به حساب آید. ولی اگر بنا باشد که انسان به اسم روزه دهان را از مطعومات ببندد و به غیبت مردم باز کند و شب های ماه مبارک رمضان، با غیبت، تهمت و اهانت به مسلمانان به سحر انجامد، چیزی عاید او نمی شود و اثری بر آن مترتب نمی گردد. منبع: کتاب اخلاق انسان شناسی در اندیشه امام خمینی (ره)

## دل نوشته های رمضان

### رمضان فرصتی برای تفکر

پروردگارا! ما را موفق کن که در این ماه با انجام دادن کارهای نیک و پسندیده، خود را به تو نزدیک تر سازیم؛ اعمالی که با آنها گناهانمان را بیامیزی و ما را از شروع به ناشایسته ها، نگاهداری. پروردگارا! نام ما را در گروهی قرار بده که ارکان و وقت های نماز را نیکو داشته اند و با ارحام خویش به نیکوکاری و مساعدت رفتار می نمایند. پروردگارم، تو در این گردش ماه به من فرصت «نفس» و «فکر» می دهی تا به این نتیجه برسم که گاهی لازم است قدری از خود دور شوم و از درون تنها شوم تا تو را حس کنم. خدایا! ما را در ماه رحمت در آغوش بکش که شب های بی شماری انتظارت را کشیدیم. ما نسل عاشقانه های سردرگمیم، تنها تو را مسیر می دانیم.

## سیره اهل بیت در ماه رمضان

### کمک به مستمندان

ماه رمضان ماه انفاق، ایثار و کمک به مستمندان است و در سیره نبوی و ائمه اطهار (علیهم السلام) کمک کردن به خصوص در ماه رمضان تأکید شده است. یکی از علل و حکمت های روزه این است که با ایجاد حالت گرسنگی و تشنگی انسان به یاد ضعیفان و مستمندان و تنگدستان بیفتد و هر کسی به فراخور حال و وسع خود به آنان کمک نماید. ابن عباس می گوید: وقتی که ماه رمضان فرامی رسید، هر صاحب حاجتی که به نزد رسول خدا (صلی الله علیه و آله) مراجعه می کرد، حاجتش برآورده می شد. راجع به حضرت زین العابدین (علیه السلام) نقل است که هر روز ماه رمضان را صدقه می داد. منبع: کتاب «بهار الانوار» اثر علامه مجلسی



## شهدا و رمضان



### شهید علیرضا حاجی بابایی



شهید علیرضا حاجی بابایی در سال ۱۳۳۵ در خانواده‌ای متعهد و پرتلاش در شهر مریانج از توابع استان همدان به دنیا آمد. در کودکی از هوش و ذکاوت سرشاری برخوردار بود بطوریکه در دوران تحصیل این خصوصیتش به خوبی نمایان بود. تا سال سوم راهنمایی را در زادگاهش، مریانج گذراند و بعد از آن وارد دانشسرای مقدماتی همدان شد و پس از طی دوره دانشسرا در یکی از روستاهای آذربایجان شرقی به مدت دو سال خدمت سپاهی دانش را گذراند. در سال ۱۳۵۶ رسماً به استخدام آموزش و پرورش درآمد و در روستای حبشی از توابع اسدآباد همدان مشغول به تدریس شد. علیرضا در مبارزات انقلابی بسیار فعالانه شرکت داشت و بعد از پیروزی انقلاب اسلامی نیز برای خاموش کردن غائله کردستان وارد پیکار با ضد انقلاب شد. با آغاز جنگ تحمیلی به عضویت سپاه درآمد و به جبهه‌های حق علیه باطل پیوست. در طول مدت حضورش در جبهه چندین بار مجروح شد اما بعد از بهبودی نسبی، به سرعت به محفل عشاق بسیجی و سپاهی باز می‌گشت. سرانجام شهید علیرضا حاجی بابایی در ۲۳ رمضان ۱۳۶۱ (۲۴ تیرماه ۱۳۶۱) با سمت مسئول محور عملیاتی سرپل ذهاب با قلبی آکنده از عشق به شهادت، مورد اصابت گلوله‌های پدافند ضد هوایی قرار گرفت و به شهادت رسید. شادی ارواح شهدا صلوات

## تغذیه و توصیه‌های طبی در رمضان

### توصیه‌هایی غذایی به بیماران قلبی عروقی



اکثر بیماران قلبی به دلیل اهمیت مصرف داروهای خود در ساعات مشخص، اجازه روزه‌داری از سمت پزشک خود را نخواهند داشت. علاوه بر این افرادی که به بیماری‌های حاد قلبی مبتلا هستند، در صورت کاهش حجم مایعات بدن‌شان ممکن است دچار عوارض جبران‌ناپذیری در سیستم پمپاژ قلب و دستگاه قلبی-عروقی خود و یا حتی سکته قلبی شود. اما به طور کلی تمام افرادی که بیماری قلبی غیرپیشرفته دارند من جمله بیماران مبتلا به افتادگی دریچه میترال یا دارای سابقه جراحی قلب، بایستی پیش از شروع ماه رمضان به پزشک خود مراجعه کنند تا با انجام بررسی‌های لازم، پزشک‌شان راجع به امکان یا عدم امکان روزه‌داری ایشان تصمیم بگیرد. در مورد بیماری‌های قلبی - عروقی تغذیه بیمار در ماه رمضان باید به گونه‌ای باشد تا با کاهش میزان مایعات بدن یا افزایش میزان تپش قلب همراه نشود. توصیه‌های تغذیه‌ای به بیماران در ماه رمضان در این مورد شامل مصرف مایعات بیشتر یا نوشیدنی‌های غیرصنعتی و خوردن سبزیجات تازه و انواع سالادها بدون سس می‌باشد.

## حکمت‌های ماه رمضان

### ذکر و یاد خدا

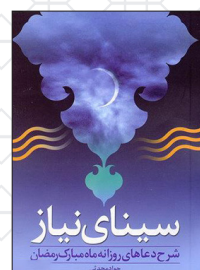
رمضان زمان مناسبی برای افزایش ذکر و یاد خداوند است. در این ماه، با خواندن قرآن، دعا و عبادت، می‌توانیم ارتباط خود را با خدا تقویت کنیم. یاد خدا به ما آرامش می‌دهد و در مواجهه با چالش‌های زندگی، ما را قوی‌تر می‌کند. با تمرکز بر عبادت و دعا، می‌توانیم از دغدغه‌های روزمره فاصله بگیریم و به آرامش روحی دست یابیم. ذکر و یاد خدا همچنین می‌تواند به ما در مدیریت استرس و اضطراب کمک کند. این ارتباط عمیق با خداوند می‌تواند به تقویت ایمان و روحیه ما کمک و ما را در مسیر درست هدایت کند. در این ماه، ما به یاد می‌آوریم که خداوند همیشه در کنار ماست و در هر شرایطی می‌توانیم به او اعتماد کنیم.



## رمضان در آینه کتاب

### سینای نیاز

کتاب «سینای نیاز» از جواد محدثی شرح‌گونه‌ای بر دعاهای سی روز ماه مبارک رمضان است. سبک قلم کتاب ادبی، عرفانی و کمی صمیمی و برای قشرهای جوان، جالب و گیراست و مقدمه کوتاهی هم درباره نیایش دارد. در قسمتی از مقدمه آمده است: کاروانی از نور، روان است؛ به سرعت برق می‌گذرد؛ به تابندگی خورشید؛ به سرشاری چشمه‌ساران؛ به برکت رمضان... و فقط یک «لحظه» بیداری، کار عمری را می‌سازد و یک «آن» توجه، برکت‌های سالیان را به همراه دارد. آنچه لازم است، «توجه» است و هشیاری!



## خطرات رمضان

### زمان اسارت

مهدی طهانیان یکی از آزادگان دفاع مقدس می‌گوید: اولین عید فطر اسارت آمد و رفت. از اینکه تمام روزه‌هایم را گرفته بودم، خیلی خوشحال بودم. چهره بچه‌ها هم نورانی شده بود. خداحافظی با ماه رمضان در اسارت سخت‌تر از شرایط عادی بود. با همه سختی‌هایی که داشتیم، خیلی به روزها و شب‌های باصفایش انس گرفته بودیم. در آموزش عربی پیشرفت خوبی داشتم. جمله‌سازی‌ام خیلی بهتر از قبل شده بود. از نظر حفظ قرآن هم خیلی راه افتاده بودم. هم حفظ می‌کردم هم ترجمه. حیفم می‌آمد معنای لغت‌هایی را که در آیاتش بود، ندانم. جدای این، جمله‌های امام (ره) را برای خودم ترجمه می‌کردم و برای میر سید از دوستانم می‌خواندم. او هم با حوصله ایرادم را می‌گرفت.