

حکم استخر رفتن با زبان روزه

احمد عدالتیان| یکی از مسائلی که در ماه مبارک رمضان پیش می‌آید، حکم رفتن به استخر است؛ زیرا بعضی مراجع تقلید، بردن سر و گردن زیر آب را باعث باطل شدن روزه می‌دانند. بنابراین حکم اصلی در اینجا این است که اگر کسی استخر رفت و سر و گردن خود را زیر آب برد، روزه او باطل می‌شود یا خیر.

شهید آیت‌الله خامنه‌ای و آیت‌الله مکارم شیرازی: اگر روزه دار عمداً تمام سر را در آب فروبرد، بنا بر احتیاط واجب، روزه‌اش باطل است. **آیت‌الله سیستانی:** فروبردن تمام سر در آب، روزه را باطل نمی‌کند، ولی کراهت شدید دارد.

حکم رفتن به حمام در حال روزه نیز همین است و روزه دار باید مواظب باشد که تمام سرش یک مرتبه زیر آب قرار نگیرد و مسئله دیگری که باید مواظب باشد، هم این است که در استخر یا حمام، آب وارد دهان و گلو نشود.

اگر روزه دار بخواهد غسل کند، می‌تواند نصف سر را یک مرتبه بشوید و نصف دیگر را یک مرتبه دیگر بشوید تا مشکلی پیش نیاید.

اگر در استخر بخواهیم از سونا استفاده کنیم، هم باید مواظب باشیم که بخار خیلی غلیظ نباشد، به طوری که در دهان تبدیل به آب نشود و به حلق ترسد.

اگر کسی فراموش کرد که روزه است و داخل آب پرید یا حواشی نبود و ناخواسته داخل آب افتاد و سرش کامل زیر آب رفت، روزه‌اش باطل نمی‌شود، ولی باید سریع سر را از زیر آب بیرون بیاورد.

اللَّهُمَّ اجْعَلْنِي فِيهِ مُجَبَّأً لِأَوْلِيَائِكَ، وَمُعَادِياً لِأَعْدَائِكَ

مُسْتَشْتِئاً بِسُنَّةِ خَاتَمِ أَنْبِيَائِكَ، يَا عَاصِمَ قُلُوبِ النَّبِيِّينَ

خدایا، مرا در این ماه دلبسته و لایبایت و دشمنان قرار ده و آراسته به راه و روش خاتم پیامبران گردان، ای نگهدارنده دل‌های پیامبران! و اکوی هندسه روابط انسانی و الگوهای رفتاری

علیرضا وکیلی| حجت الاسلام والمسلمین سجادی زاده در شرح دعای روز بیست و پنجم ماه مبارک رمضان، به تبیین سه درخواست اصلی این دعای شریف شامل دوست داشتن دوستان خدا، دشمنی با دشمنان خدا و پیروی از سنت پیامبر اکرم (ص) پرداخت و بر این نکته تأکید کرد که این درخواست‌ها، کلید ساختن زندگی موفق و متعادل در دنیا و آخرت هستند. وی با نگاهی عمیق به لایه‌های تربیتی این دعا، یادآوری کرد که ایمان تنها یک باور درونی نیست، بلکه منظومه‌ای از حب و بغض‌های جهت دار است که مسیر تمدن سازی اسلامی را مشخص می‌کند.

✦ **نیروی محرکه‌ای به نام محبت دوستان خدا**

در نخستین فراز از دعای روز بیست و پنجم، با مفهوم بنیادین «تولا» مواجه هستیم. وقتی از خداوند می‌خواهیم ما را دوستدار دوستانش قرار دهد، در واقع در حال درخواست یک «تغییر ساختاری» در نظام گرانش‌های خود هستیم. روان‌شناسی اخلاق به ما می‌گوید که انسان به طور ناخودآگاه شبیه کسی می‌شود که او را دوست دارد. محبت، قدرتمندترین رسانه برای انتقال ارزش‌هاست. اگر قلب ما کانون محبت اولیای الهی و بندگان صالح خدا شود، رفتار، گفتار و حتی سبک زندگی ما به صورت خودکار به سمت آن‌ها متمایل می‌شود.

✦ **ضرورت دشمنی با دشمنان خدا**

بخش دوم این نیایش، به موضوع حساس و حیاتی «تبرا» یا همان فاصله گرفتن از دشمنان خدا می‌پردازد. بسیاری تصور می‌کنند که دین‌داری تنها در «دوست داشتن» خلاصه می‌شود، اما حقیقت این است که هیچ بنای نوری بدون نفی تاریکی، یا برجانی ماند. دشمنی با دشمنان خدا، به معنای کینه‌توزی شخصی نیست، بلکه به معنای مرزبندی با جریان‌هایی است که مانع رشد انسان و اجرای عدالت در جامعه می‌شوند.

✦ **نقشه راهی که هرگز به بن‌بست نمی‌رسد**

درخواست کلیدی دیگر در این روز، تمسک به سنت خاتم‌الانبیاء (ص) است؛ «مستتابست خاتم‌الانبیاء» یعنی روش زندگی ما باید کپی برداری دقیق از الگوی نبوی باشد. در روایات آمده است که حتی پیامبر اکرم (ص) با آن عظمت وجودی، همواره از خداوند طلب پاکیزگی و هدایت مستمر می‌کردند. این فروتنی نبوی در برابر پروردگار، به ما می‌آموزد که هیچ فردی بی‌نیاز از هدایت لحظه به لحظه خدا نیست.

✦ **قلب‌های استوار در پناه «عاصم قلوب‌النبيين»**

در انتهای دعا، خداوند را با صفت «عاصم قلوب‌النبيين» (نگهدارنده دل‌های پیامبران) صدا می‌زنیم. این عبارت، لایه‌ای عمیق از توحید را فاش می‌کند؛ اینکه حتی پیامبران نیز با تکیه بر قدرت الهی از لغزش مصون مانده‌اند. قلب، مرکز فرماندهی وجود انسان است و اگر این مرکز توسط خدا حفاظت نشود، در برابر وسوسه‌ها فرومی‌ریزد.

✦ **سهیمیه جامع بندگی**

با نزدیک شدن به روزهای پایانی ماه مبارک رمضان، دعای روز بیست و پنجم یک «سهیمیه جامع» را پیش روی ما می‌گذارد. این دعا به ما می‌گوید که عبادت صرفاً در سجاده خلاصه نمی‌شود، بلکه «سیاست‌گذاری روابط»، «انتخاب‌الگو»، «حفاظت از قلب»، بخش‌های جدایی‌ناپذیر بندگی هستند. این راهبرد سه ضلعی (تولا، تبرا و سنت)، نه تنها برای رستگاری فردی، بلکه برای سلامت و اقتدار جامعه اسلامی، ضرورتی حیاتی است. در این لحظات ناب، باید از خود پرسیم که چقدر در پیوند دادن قلبمان به دوستان خدا موفق بوده‌ایم؟ اگر می‌خواهیم به رضای الهی نزدیک شویم، راهی جز این نیست که با دوستان ا و رفیق، با دشمنانش غریبه و در مسیر فرستاده‌اش، ثابت قدم باشیم. این است سرنوشت انسانی که می‌خواهد رضائی متفاوت را پشت سر بگذارد و با قلبی سلیم به استقبال عید فطر برود.

✦ **انتهای آرزوی بندگان**

در نهایت، درخواست «مقبلا» مطرح می‌شود. چه بسیار تلاش‌هایی که انجام می‌شود اما به دلیل نبود اخلاص یا وجود موانع، مشمول پذیرش قرار نمی‌گیرد. قبولی عمل، یعنی مهر تأیید نهایی بر کارنامه یک ماه بندگی. اگر عمل قبول شود، اثر آن در رفتار و جان انسان باقی می‌ماند. نشانه قبولی عمل در ماه رمضان، این است که پس از پایان این ماه، میل ما به گناه کمتر و اشتیاق ما به خیرخواهی بیشتر شده باشد. این چهار درخواست کلیدی (قدرت‌دانی، بخشش، پذیرش و پوشش عیوب)، منظومه‌ای کامل را می‌سازند که نه تنها رابطه فرد با خدا را نرمیم می‌کند، بلکه با ترویج فرهنگ بخشش و پوشاندن عیب دیگران، برکات فراوانی برای جامعه به همراه دارد. در این روزهای پایانی، باید با تمام وجود از خداوند بخواهیم که رنج‌های ما را به نور تبدیل کند و اجازه ندهد دست خالی از سر این سفره برخیزیم.

وعده صادق، نصرت خداست

سمانه رضوانی- اگرچه این روزها درگیر جنگ هستیم، ولی می‌بینیم که مردم حتی در زیر صدای موشک‌ها هم فریاد الله اکبر سر می‌دهند؛ چون همه، قلبشان مطمئن است که خدا بزرگ‌تر از همه ابرقدرت‌هاست، حالا که موشک‌های ما به سوی اسرائیل و پایگاه‌های آمریکا نشانه می‌رود، ملت ایران تا نابودی کامل دشمنان، پشتش گرم به نصرت‌های الهی است که خدا خودش در قرآن وعده حق داده است: «إِنَّا لَنَنْصُرُ رُسُلَنَا وَالدِّينَ آمَنُوا فِي الْخِيَاةِ الدُّنْيَا وَيَوْمَ يَقُومُ الْأَشْهَادُ» به یقین ما فرستادگان خود و کسانی را که (به آن‌ها) ایمان آورده‌اند، یاری می‌دهیم در زندگانی دنیا و به پیروزی در جنگ‌ها و به الهامات (خیر) و در روزی که گواهان (اعم از انبیا و معصومان و فرشتگان) به پایا می‌خیزند (روز قیامت، به یاری در اجرای پاداش و کیفر)». (۵۱/ غافر)

در نصرت خدا شک نکنید!

در تحقق نصرت الهی نباید شک کنیم. در آیه ۵۱ سوره غافر از کلمه «ان» استفاده می‌شود؛ یعنی قطعاً. کلمه لام در «لننصر» نیز تأکید همان است. لام مفتوحه در قرآن یعنی قطعاً. خود «انا» یعنی قطعاً، «ل» هم یعنی قطعاً. پس

ترجمه می‌شود قطعاً قطعاً؛ یعنی شک نکن، شک نکن و ایمان داشته باش که قطعاً قطعاً خدا یاری می‌کند. حالا می‌خواهیم ببینیم آیا ایمانمان کامل است. چه کنیم که بفهمیم اصلاً ایمان ما ناقص است یا کامل؟ علامت ایمان کامل، این است که به آنچه در دست خودت

داری، مطمئن نباشی، بلکه به آنچه در دست خداست، مطمئن باشی. یعنی نگاه نکنیم که تعداد موشک‌های ما چقدر است، نگاه نکنیم که تعداد سربازهای ما فلان عدد است، به این اصل ایمان داشته باشیم که اگر موشکی از ما شلیک می‌شود و به هدف می‌خورد، یاری خداست.

مصدق‌های نصرت الهی

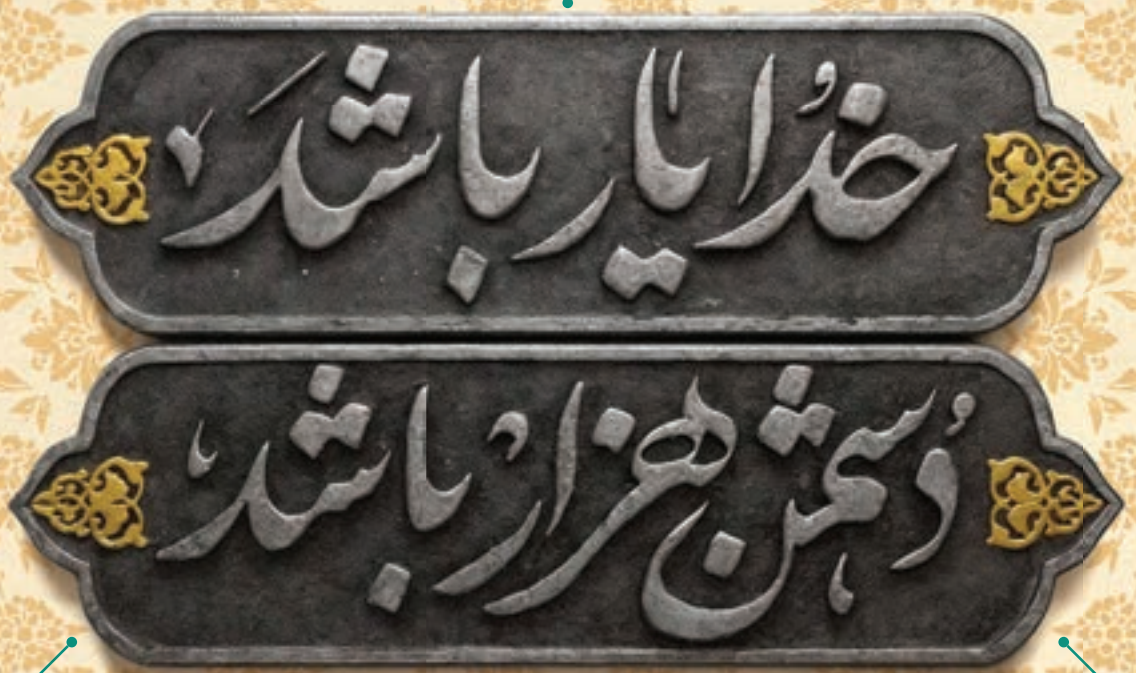
خدای بزرگ در قرآن کریم بارها و بارها سرگذشت کسانی را که شامل این نصرت و یاری شدند، بیان فرموده است. ما گوشه‌ای از آن را می‌آوریم تا مصداقی باشد بر این آیه شریف که می‌فرماید:

إِنَّا لَنَنْصُرُ رُسُلَنَا وَالدِّينَ آمَنُوا فِي الْخِيَاةِ الدُّنْيَا.

نصرت حضرت یوسف^(ع)

وَكَذَلِكَ مَكَّنَّا لِيُوسُفَ فِي الْأَرْضِ يَتَّبِعُوا مِنْهَا حَيْثُ شَاءَ

و ما این‌گونه برای یوسف در زمین، مکنت قرار دادیم که هر جای آن را که می‌خواهد، برگزیند.



نصرت حضرت لوط^(ع)

إِذْ نَجَّيْنَاهُ وَأَهْلَهُ أَجْمَعِينَ
ما او و بستگانش (جز همسرش) رانجات دادیم.

نصرت موسی^(ع)

وَأَنْجَيْنَا مُوسَى وَمَنْ مَعَهُ أَجْمَعِينَ
ما موسی و کسانی را که با او بودند، نجات دادیم.

نصرت حضرت ابراهیم^(ع)

يَا نَارُ كُونِي بَرْدًا وَسَلَامًا
ای آتش! بر ابراهیم، سرد و سلامت باش!

نصرت هود^(ع)

نَجَّيْنَا هُودًا وَالدِّينَ آمَنُوا مَعَهُ
ما هود و مؤمنان همراه او را نجات دادیم.

نصرت حضرت نوح^(ع)

فَنَجَّيْنَاهُ وَمَنْ مَعَهُ فِي الْفُلْكِ
ما، او و کسانی را که با او در کشتی بودند، نجات دادیم.

نصرت صالح^(ع)

نَجَّيْنَا صَالِحًا وَالدِّينَ آمَنُوا مَعَهُ
ما صالح و مؤمنان همراه او را نجات دادیم.

نصرت شعیب^(ع)

نَجَّيْنَا شُعَيْبًا وَالدِّينَ آمَنُوا مَعَهُ
ما شعیب و مؤمنان همراه او را نجات دادیم.

صبور باشید!

وعده خداوند درباره نصرت مسلمانان، وعده صادق است، اما شرط دارد که به سه نمونه از مهم‌ترین آن‌ها اشاره می‌کنیم:

۱) در جنگ، خستگی پیدا نشود و ضعف اراده در شما (رزمندگان) راه نیابد و صبر و استقامت را در مواقع حساس و ضروری، بیشه خود سازید.

۲) افرادی که در جبهه هستند، همه باهم اتحاد، اتفاق و برادری داشته باشند.

۳) مهم‌تر از همه، اطاعت از فرمانده و مسئولان است؛ چنان‌که قرآن می‌فرماید: «اگر لشکر اسلام از فرمانده خود

متابعت نکنند، شکست خواهد خورد و تلاشی خواهد شد.» (جبهه و جهاد اکبر/ حسین مظاهری)

رهبر شهیدمان می‌فرمایند: «یک عده دیگر هستند که نه، قدرت دشمن را با قدرت خدای متعال مقایسه می‌کنند، عظمت دشمن را در مقابل عظمت پروردگار قرار می‌دهند، آن وقت می‌بینند که این‌ها حقیر محض‌اند. این‌ها چیزی نیستند. وعده الهی را هم راست می‌شمرند، حسن ظن به وعده الهی دارند؛ این مهم است. خدای متعال به ما وعده کرده است؛ ولی نصرت الله من نصرة الله لقوى عزيز» این وعده قطعی است، وعده مؤکد است. اگر چنانچه ما به وعده الهی حسن ظن داشته باشیم، یک جور عمل می‌کنیم، اگر

به وعده الهی سوء ظن داشته باشیم، جور دیگری عمل می‌کنیم. خدای متعال افرادی را که سوء ظن دارند، مشخص کرده است: «و يعذب المنافقين و المنافقات و المشركين و المشركات الطائين بالله ظنّ الشوء عليهم دائرة الشوء و تبين برای من یعنی نگذار حقیقت، این «الطائين بالله ظنّ الشوء» امروز هم هستند. چند آیه بعد می‌گوید: «بل ظننتم ان لن ينقلب الرسول و المؤمنون الى اهلهم ابدوا زين ذلک فی قلوبکم و ظننتم ظنّ الشوء و کنتم قوما بورا.» سوء ظن به خدا، موجب می‌شود که انسان بنشیند و از حرکت واز کار و تلاش بازماند. اگر حسن ظن به خدا داشتیم، آن وقت می‌توانیم پیش برویم.» (۱۳۸۹/۱۲/۱)

من یک زن هستم



طیبه و کارشناس ارشد علوم قرآن و حدیث

نمی‌افتد. گاهی دفاع، در بیان یک جمله درست است، در سکوتی بجا، در نپذیرفتن یک دروغ، حتی اگر ساده‌تر از حقیقت باشد. من دفاع را به شکل‌های مختلفی زندگی کرده‌ام؛ با قلم، با بیان، با تربیت فرزند، با آگاهی‌بخشی، با انتخاب‌های کوچک اما مداوم.

برای من دفاع از ولایت، جدا از دفاع از وطن نیست. ولایت را نه به عنوان یک مفهوم انتزاعی، بلکه به عنوان ستون عقلانیت و انسجام ملی می‌بینم؛ نقطه‌ای که در بزگانه‌ها، مانع فروپاشی شده است. دفاع از ولایت، یعنی دفاع از ثبات، از استقلال، از اینکه تصمیم‌های بزرگ یک ملت، اسیر هیجان و تحریف نباشد. این دفاع الزاماً برصدا نیست؛ گاهی آرام است، اما من زن هستم و زن بودن یعنی دیدن پیوندهای نادیده. یعنی فهم اینکه دفاع، فقط در میدان‌های سخت و برهیا هو اتفاق

شکل دادن به ذهن و روح جامعه دارد، نقش بی‌بدیلی در جهاد تبیین ایفا می‌کند. ماروانیگر زندگی هستیم. آنچه می‌گوییم، آنچه می‌نویسیم و آنچه به نسل بعد منتقل می‌کنیم، تصویر فردای این کشور را می‌سازد. جهاد تبیین برای من یعنی نگذار حقیقت، قربانی ساده‌سازی و شتاب‌زدگی شود. زن بودن یعنی مسئول بودن. دفاع از وطن، به ظاهر آدم‌ها گره نخورده است؛ به آگاهی و تعهد گره خورده است. زن می‌تواند با هر پوشش و با هر سلیقه‌ای مدافع باشد. اگر بداند کجا ایستاده است و از چه چیزی دفاع می‌کند. وطن به همه ما تعلق دارد و دفاع از آن، حق و وظیفه همگانی است. من دیده‌ام که چگونه یک گفت‌وگوی آگاهانه، یک توضیح صبورانه یا حتی یک تربیت درست، می‌تواند از ده‌ها تنش جلوگیری کند. زن در

متن زندگی، قدرت این را دارد که آرامش بسازد، مسیر را روشن کند و حقیقت را زنده نگه دارد. این همان جهاد تبیین است؛ جهادی که از خانه شروع می‌شود و به جامعه می‌رسد. دفاع برای من، یعنی نایستادن در برابر کشور. یعنی در سخت‌ترین روایت‌ها هم، انصاف را فراموش نکنم. یعنی بدانم که امنیت، استقلال و کرامت، دستاوردهایی‌آسان و ارزان نبوده‌اند. زن، اگر به این آگاهی برسد، دیگر تماشاگر نیست؛ کنشگر است، حتی اگر کنش او آرام است. من نسلی حرف می‌زنم که زن را فقط در حاشیه نمی‌بیند، بلکه او را در متن مسئولیت می‌نشاند. جهاد تبیین در نگاه من، ادامه همان مادری، معلمی، روایتگری و مراقبتی است که زن قادر به‌ر دوش کشیده است. دفاع از وطن و ولایت، برای من انتخابی آگاهانه است؛ انتخابی که با انسان بودن آغاز می‌شود و به آینده این سرزمین گره می‌خورد.