





خدا چنین می خواهد...

آموزش احکام
۲ (ویژه دختران نوجوان)

انتشارات متمادی

تقدیم بہ امام مہربانؑ
کہ از دیرگمان غیب است،
ولی نقطہ بہ نقطہ لطف و محبتش بہ ما مرسد؛
تقدیم بہ امام مہربانؑ
کہ عبادت ہر ما بہ سبب پیوند با او قبول میشود؛
تقدیم بہ امام زمان،
حضرت مہر دی صلوات اللہ علیہ

فهرست

* پیش گفتار ۹

* مقدمه ۱۲

غذاها و آدم‌ها! (۴)

* نگاه از یک پنجره جدید ۱۹

حرف حساب ۲۹

درس ۱۳ غسل

* غُسل ۳۲

چگونگی غسل ۳۲

شرایط غسل ۳۳

* حیض و احکام آن ۳۵

نشانه‌ها و شرایط حیض و استحاضه ۳۵

روزهای قاعدگی چگونه محاسبه می‌شوند؟ ۳۶

درس ۱۴ ادامه احکام حیض و استحاضه

* احکام حیض ۴۳

کارهایی که بر حائض حرام است ۴۳

برخی از کارهایی که بر حائض مکروه است ۴۵

غسل حیض ۴۵

❖ احکام استحاضه ۴۶

اقسام استحاضه ۴۶

درس ۱۵) تیمم (۱)

❖ تیمم (جانشین وضو و غسل) ۵۴

بعضی از موارد تیمم ۵۴

چگونه تیمم کنیم؟ ۵۵

بر چه چیزی می توان تیمم کرد؟ ۵۶

درس ۱۶) تیمم (۲)

شرایط تیمم ۶۰

وقت تیمم ۶۰

تیمم چگونه باطل می شود؟ ۶۱

درس ۱۷) وقت نماز

❖ وقت نماز ۶۴

وقت نمازهای روزانه (یومیّه) ۶۴

احکام وقت نماز ۶۷

غذاها و آدم ها! (۵)

❖ راه بلد ۷۲

حرف حساب ۸۲

درس ۱۸) قبله و مکان نمازگزار

❖ قبله ۸۶

❖ مکان نماز ۸۷

درس ۱۹) حجاب و لباس نمازگزار

* حجاب نمازگزار ۹۲

* لباس نمازگزار ۹۳

درس ۲۰) اذان و اقامه

* اذان و اقامه ۱۰۰

احکام اذان و اقامه ۱۰۰

مستحبات اذان و اقامه ۱۰۱

درس ۲۱) آشنایی با واجبات نماز (۱)

* آشنایی با واجبات نماز ۱۰۷

۱. نیت ۱۰۷

۲. ترتیب ۱۰۹

۳. مؤالات ۱۰۹

غذاها و آدم‌ها! (۶)

* کلبه پروین خانم ۱۱۴

حرف حساب ۱۲۵

درس ۲۲) آشنایی با واجبات نماز (۲)

۴. تکبیرة الإحرام ۱۲۸

۵. قرائت ۱۲۹

۶. قیام ۱۳۲

درس ۲۳) آشنایی با تلفظ صحیح کلمات نماز

* تلفظ صحیح کلمات نماز ۱۳۶

آشنایی با تلفظ درست حروف..... ۱۳۶

درس ۲۴ و ۲۵) آشنایی با واجبات نماز (۳) و (۴)

❖ آشنایی با اجزای نماز..... ۱۴۴

۱. رکوع..... ۱۴۴

۲. سجده..... ۱۴۶

درس ۲۶) آشنایی با واجبات نماز (۵)

۳. تشهد..... ۱۶۰

۴. سلام..... ۱۶۰

❖ قنوت..... ۱۶۱

❖ تعقیبات..... ۱۶۲

❁ پیش‌گفتار

امام صادق علیه السلام:

« حدیثی در حرام و حلال الهی که آن را از شخصی راستگو بگیری

برای تو از دنیا و سیم و زرش برتر است. »*

سعادت هر انسانی وابسته به عمل به تمام دستورات خداوند است. دستوراتی که او به عنوان برنامه جامع زندگی به انسان‌ها رسانده است. رسول خدا صلی الله علیه و آله با تحمل زحمات و سختی‌های فراوان، دستور العمل هدایت و سعادت بشرها را در اختیار آدمیان قرار داده‌اند.

ایشان بارها و بارها و به ویژه در آخرین روزهای عمر پر برکت خود، با بیان حدیث شریف تقلین مسلمانان را به قرآن و اهل بیت علیهم السلام سفارش می‌نمودند. روشن است که یافتن جزئیات وظایف بندگی و احکام شرعی از کتاب الهی و احادیث خاندان نبوت کاری تخصصی و نیازمند مهارت است. به همین جهت هر شخصی برای عمل به تکالیف خود باید یکی از این دو راه را انتخاب نماید: یا تخصص لازم جهت به‌دست آوردن احکام شرعی از منابع آن را کسب کند و یا اینکه برای شناخت وظایف خود به متخصصان این زمینه یعنی مراجع تقلید مراجعه نماید.

* المحاسن، ج ۱، ص ۲۲۹.

از همین رو فقها و مراجع تقلید، سال‌های بسیار و با تحمّل سختی‌ها، به مطالعه و یادگیری در زمینه به‌دست آوردن مهارت استخراج احکام شرعی از قرآن و روایات می‌پردازند. آن‌ها حاصل زحمات علمی خود را در کتب فقهی به زبان عربی نگاشته و در اختیار علما و دانشمندان دینی قرار می‌دادند تا این مسائل را برای مؤمنان و متدینان توضیح دهند. در دوران مرجعیت آیت الله العظمی بروجردی نظرات فقهی این زعیم شیعه، به شکل امروزی در کتابی با عنوان «توضیح المسائل»، به زبان فارسی بازگردان شد تا برای مخاطبان فارسی زبان نیز قابل استفاده باشد.

از آن دوران، این سنت نیکو پایدار مانده و کتب توضیح المسائل یا رساله عملیه فارسی از جانب مراجع پس از ایشان نیز منتشر گردید. با این وجود کتب توضیح المسائل، اگر چه به فارسی نوشته شده بودند ولی همچنان زبان علمی آن‌ها باعث این می‌شد که مراجعه عموم مخاطبان به آن‌ها با دشواری مواجه باشد.

از طرف دیگر، این کتاب‌ها، کتب مرجعی هستند که برای تدریس تدوین نشده‌اند. به بیان دیگر، هدف اولیه نوشتن آن‌ها، آموزش نیست و برای تدریس در کلاس‌های آموزشی در نظر گرفته نشده‌اند. این مسائل نشان دهنده این بود که ما برای یاددهی و یادگیری احکام به ویژه برای کودکان و نوجوانان، در کنار رساله‌های عملیه نیازمند محتوایی مناسب برای این دسته از مخاطبان خواهیم بود.

از سوی دیگر تجربه‌های میدانی نشان می‌دهد که صرف تبیین احکام الهی برای دانش‌آموزان لزوماً به عمل آن‌ها منتهی نمی‌شود. چرا که بیشتر سؤالات نوجوانان در مورد مسائل بنیادی همچون «چرایی عمل به شریعت» و «تعبد به احکام شرعی» بی‌پاسخ می‌ماند و در نتیجه انگیزه آن‌ها در زمینه پرس و جو و عمل به وظایف شرعی کاهش می‌یابد.

از این رو باید آموزش تکالیف شرعی پیوسته با دمیدن روح تعبد و بندگی به انسان همراه باشد تا ضمانت اجرایی برای عمل به دستورات دینی را به بار آورد. این دستاورد مهم غالباً فقط در صورتی به دست می‌آید که دغدغه فوق از سنین کودکی و نوجوانی مورد توجه جدی قرار گیرد. چرا که در این دوران از عمر انسان است که هر چه در دل فرد کاشته

شود، محصول آن را در طول زندگی خود برداشت خواهد کرد. همان گونه که مولای متقیان علیهم‌السلام در سفارشاتشان به فرزند بزرگوار خود امام مجتبی علیه‌السلام می‌فرمایند:

«إِنَّمَا قَلْبُ الْحَدِثِ كَالْأَرْضِ الْحَالِيَةِ مَا أُلْقِيَ فِيهَا مِنْ شَيْءٍ قَبْلَتْهُ»*

«همانا دل فرد کم سن و سال همچون زمینی خالی است که هر

آن چه در آن بیافکنی آن را قبول خواهد کرد.»

از آن جا که مرکز توسعه محتوای آموزشی دینی (متمادی) به امر خطیر تربیت دینی و اولویت آن در سنین کودکی و نوجوانی آگاه است، بر آن شد که در راستای تحقق مأموریت خود در زمینه تولید و توسعه محتوای فاضل آموزش دین، به توسعه و انتشار کتابی در زمینه آموزش احکام به نوجوانان پسر و دختر در قالبی مناسب، جذاب و تأثیر گذار برای این دسته از مخاطبان اقدام نماید. کتاب «خدا چنین می‌خواهد...» تلاشی است در زمینه پاسخگویی به نیازهای دانشی و معرفتی نوجوانان برای عمل به وظایف شرعی در قالبی متناسب با سلیقه و سن مخاطب. به امید آن روز که محتوای غنی آموزشی دینی در تمامی ابعاد آن در دسترس آحاد جامعه شیعی قرار گیرد.

مرکز توسعه محتوای آموزشی دینی

(متمادی)

انتشارات متمادی

❁ مقدمه

از جمله ارزشمندترین نعمت‌های خداوند مهربان به انسان‌ها، راهنمایی ما در مسیر بندگی صحیح است. بخشی از این مسیر و باید‌ها و نبایدهای آن که وظایف شرعی را تشکیل می‌دهد از طریق فرستادگان الهی به ما رسیده است. ما وظیفه داریم این باید‌ها و نبایدها را یاد بگیریم. همانگونه که عقلمان، ما را به انجام این کار مهم راهنمایی می‌کند، احادیث و روایات بسیاری در این زمینه ما را تشویق و ترغیب نموده و نسبت به کاهلی در یادگیری احکام شرعی هشدار داده‌اند. از امام صادق علیه السلام روایت شده است:

«خداوند، در روز قیامت از کسی که به تکلیف خود عمل نکرده می‌پرسد: آیا

تکلیف خود را می‌دانستی؟ اگر بگوید می‌دانستم، به او خطاب می‌شود چرا

به آنچه می‌دانستی عمل نکردی؟ و اگر بگوید نمی‌دانستم به او خطاب

می‌شود چرا یاد نگرفتی تا عمل کنی؟»*

روشن است که ناآگاهی و بی‌اطلاعی فرد نسبت به انجام تکالیف شرعی، عذری پذیرفته برای ترک انجام آن نخواهد بود. در شریعت مقدس اسلام، وظایف بندگی از سن نوجوانی بر عهده انسان قرار می‌گیرد، از این رو باید یادگیری و یاددهی این وظایف و نحوه انجام آن نیز در همین سنین مدّ نظر قرار گرفته شود.

* امالی شیخ مفید، ص ۲۲۷.

اینک کتاب «خدا چنین می‌خواهد...» در ضمن توافق‌نامه‌ای با مؤسسه تعالی نسل (متن) بر پایه ویرایش اثری از این مؤسسه با نام «آداب بندگی»، توسط مرکز توسعه محتوای آموزشی دینی (متمادی) تدوین شده و در اختیار مخاطبان قرار گرفته است. سعی مؤلفان این اثر بر آن بوده تا آن‌جا که ممکن است به‌جای استفاده از متون علمی رساله عملیه، با شبیه کردن بیان مسائل به زبان مخاطب، انتقال و آموزش آن‌ها را آسان‌تر کنند. از این رو، در تدوین متون آموزشی کتاب، از فتاوی‌ها و الگوهای به‌روز آموزشی استفاده شده است. با این حال در کنار انتقال ساده مفاهیم، صحت مطالب کتاب نیز از دغدغه‌های مهم متمادی است و بدین جهت اثر پیش رو با در نظر گرفتن فتاوی چند تن از مراجع عظام تقلید تدوین شده است که ایشان (به ترتیب حروف الفبا) عبارتند از:

آیت الله العظمی خامنه‌ای؛

آیت الله العظمی سیستانی؛

آیت الله العظمی شبیری زنجانی؛

آیت الله العظمی مکارم شیرازی.*

یکی از چالش‌های اصلی در زمینه آموزش احکام در هر برهه و زمان، مسئله اختلاف فتاوی مراجع عظام است. این کتاب نیز از این بحث مستثنی نیست. از آن‌جا که بنای تألیف این اثر بر عدم خروج از چارچوب‌های آموزشی بوده و همانگونه که گفته شد، حفظ

* برخی مآخذ تطبیق فتاوی مراجع عظام در این کتاب عبارتند از:

- آیت الله العظمی خامنه‌ای: اجوبة الاستفتاءات (انتشارات انقلاب اسلامی، ۱۴۰۰) و رساله توضیح المسائل امام خمینی رحمت الله علیه (مؤسسه چاپ و نشر عروج وابسته به مؤسسه تنظیم و نشر آثار امام خمینی رحمت الله علیه، ۱۴۰۱).
- آیت الله العظمی سیستانی: رساله توضیح المسائل جامع (دفتر آیت الله العظمی سیستانی، مشهد مقدس، ۱۴۰۱).
- آیت الله العظمی شبیری زنجانی: رساله توضیح المسائل (انتشارات مرکز فقهی امام محمد باقر علیه السلام، ۱۴۰۰).
- آیت الله العظمی مکارم شیرازی: رساله توضیح المسائل (انتشارات امام علی بن ابی طالب علیهما السلام، ۱۴۰۱).

صحت محتوا برای مخاطبین نیز در اولویت قرار داشته است شیوه ذیل در بیان احکام با توجه به فتاوی مراجع مذکور مدّ نظر قرار گرفته است:

در هر مسئله شرعی، فتاوی مراجع عظام بررسی شده و در صورتی که اختلافی میان آن‌ها نباشد، مسئله به همان صورت در کتاب منعکس شده است. اما اگر در مسئله اختلافی وجود داشت، در صورتی که فتوا یا احتیاط واجب برخی از این مراجع، مطابق با احتیاط باشد و در مقام عمل نیز انجام این احتیاط، برای مخاطب سختی‌ای نداشته باشد و همچنین نحوه احتیاط برای او ناآشنا و نامأنوس نباشد، همان فتوای مطابق با احتیاط مبنای متن کتاب قرار گرفته است.

به عنوان مثال: در مسح پا، برخی از فقها مسح کردن همزمان دویا را بدون اشکال می‌دانند و برخی دیگر به احتیاط واجب در رعایت ترتیب نظر داده‌اند. در این حالت به دلیل اینکه رعایت ترتیب کار ساده و مطابق عادت افراد است، در کتاب، لزوم رعایت ترتیب بیان شده است.

اما اگر در مسئله اختلاف نظری باشد و احتیاط کردن برای دانش‌آموز مشکل باشد یا از نظر تربیتی و یا آموزشی بیان آن برای مخاطب کتاب به صلاح نباشد، دو فرض مطرح است:

فرض نخست؛ ارجاع احتیاط واجب به فتوای آسان‌تر. در صورتی که یکی از فقها فتوا به طرف خلاف احتیاط و به تعبیری نظر آسان‌تر دارد و برخی دیگر فقها احتیاط واجب بیان داشته‌اند، در این فرض با ارجاع احتیاطات به فتوا، فتوای ساده‌تر مبنای متن کتاب قرار گرفته است.

به عنوان مثال: برخی از فقها فضولات حیوان حرام‌گوشتی که خون جهنده ندارند (مانند ماهی) را هم بنابر احتیاط واجب نجس می‌دانند. از آنجا که این احتیاط قابل رجوع است، متن کتاب با در نظر گرفتن ارجاع این احتیاط نوشته شده و در آن فضولات هر حیوانی که خون جهنده ندارد، پاک عنوان شده است.

فرض دوم؛ عدم امکان ارجاع احتیاط واجب. این فرض در دو صورت ممکن است اتفاق بیفتد: یکی آنکه تمامی فقها فتوا داده باشند و این فتاوی با هم مختلف باشند، و دیگر آنکه برخی از فقها احتیاط واجب نموده باشند اما در مقابل، دو فتوای مختلف است که امکان ارجاع احتیاط واجب را دچار اشکال می‌نماید، در این حالت به جهت محذورات ذکر شده از پرداختن به اختلافات فتوایی در کتاب دانش‌آموز پرهیز شده و این اختلاف فتوا در کتاب مرّبی منعکس شده است.

به عنوان مثال: اگر مسیر رفت مسافر تا مقصد سه فرسخ باشد ولی مسیر بازگشت، پنج فرسخ (که در مجموع هشت فرسخ می‌شود) در این حالت (که مسیر رفت به تنهایی چهار فرسخ نیست) به نظر برخی از فقها باید نماز شکسته و به نظر برخی دیگر باید کامل خوانده شود. در این جا به دلیل اینکه بیان مسئله به صورت احتیاطی (یعنی جمع خواندن) از لحاظ آموزشی و تربیتی مناسب با مخاطب نیست، در کتاب دانش‌آموز به شکسته خواندن اکتفا شده است و تفصیل نظرات در کتاب راهنمای مرّبی ذکر شده است.

لازم به ذکر است که جهت حفظ قالب آموزشی کتاب دانش‌آموز، موارد مربوط به "اختلاف فتاوی"، "متون اصلی روایات استفاده شده در ضمن دروس" و همچنین "مستندات آن‌ها" صرفاً به وسیله شماره‌های بالانویس مشخص شده و از ذکر تفصیلی آن‌ها در این کتاب خودداری شده است. از این رو مربیان محترم می‌توانند با مراجعه به شماره‌های متناظر در کتاب مرّبی، این ارجاعات را پیگیری نمایند.

همچنین علائمی که به شکل «●» در متن درس‌ها آمده است، مربوط به فتاوی و احتیاطات آیت الله العظمی خامنه‌ای می‌باشد که تفصیل آن در انتهای کتاب ذکر گردیده است.

همان طور که پیشتر نیز اشاره شد، از جمله ویژگی‌های کتاب پیش رو، پرداختن به سؤالات مبنایی دانش‌آموزان در زمینه عمل به وظایف شرعی است. باقی ماندن این سؤالات و شبهات در مبنای تکالیف، همچون دلیل اطاعت از خداوند، چرایی تقلید،

میزان اهمیت احکام شرعی و ... در ذهن دانش‌آموز، موجب کم‌رنگ شدن روحیه عبودیت در وی و کم‌انگیزی او در تن دادن به فرامین الهی می‌شود. از این رو متمادی بر آن شد که این مسائل بنیادین را نه در فضای آموزش مستقیم و یا پرسش و پاسخ که در ضمن داستان‌هایی ۹ گانه، برای مخاطبان تبیین نماید.

همچنین با توجه به تأکید مقام معظم رهبری به نصب‌العین بودن سند بنیادین تحول آموزش و پرورش در فعالیت‌های مرتبط با تعلیم و تربیت، در روند تولید این اثر سعی بر آن بوده است که مؤلفه‌ها و شاخصه‌های تبیین شده در این سند مورد توجه خاص قرار گیرد. از این رو همسو با بند ابتدایی بیانیه ارزش‌های سند تحول مبنی بر «توجه به آموزه‌های قرآن کریم، نقش معنوی، اسوه‌ای، هدایتی و تربیتی پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و حضرت فاطمه زهرا علیها السلام و ائمه معصومین علیهم السلام به ویژه امام زمان علیه السلام» اشاره به آیات و روایات مرتبط با هر بخش جهت ایجاد زمینه پذیرش نوجوانان، ارتباط بیشتر آن‌ها با کلمات نورانی قرآن و اهل بیت علیهم السلام و همچنین ترغیب و تشویق آن‌ها نسبت به التزام به وظایف شرعی در دستور کار قرار گرفته است.

در آماده سازی این اثر، منطبق با قالب‌های نوین آموزشی، در کنار کتاب اصلی، کتاب راهنمای مربی برای «آموزش نکات جانبی»، «پاسخ‌های صحیح سؤالات و تمرین‌ها» و همچنین «توضیحات و تذکرات لازم هر درس» تدوین شده است. شایسته است که مربیان محترم پیش از تدریس هر درس، به این راهنما مراجعه کرده و از نکات مطرح شده در آن مطلع گردند.

امید که این اندک تلاش در مسیر تربیت دینی ایتم آل محمد صلی الله علیه و آله مورد توجه صاحب مکتب و آخرین ذخیره الهی حضرت بقیة الله الأعظم علیه السلام قرار گیرد.

گروه علمی نوجوان

غذاها و آرم‌ها (۴)



نگاه از یک
پنجره
جای

آشپز گذشته...

همه ماجراها از آن روزی شروع شد که کمی از کیکم را بردم مدرسه. همان کیکی که خودم پخته بودم. نیلوفر همان جا گفت که بهتر از من می‌پزد. باورش نکردم. قرار شد توی مدرسه مسابقه آشپزی بدهیم. با هماهنگی خانم نجفی (سرایدار مدرسه) من مخفیانه قرمه پخته و نیلوفر ماکارونی. چند تا از بچه‌ها هم داور این رقابت بودند. قرارمان پشت ساختمان مدرسه بود. هنوز داورها غذاها را نچشیده بودند که سر و کله خانم مرتضوی (معاون پرورشی مدرسه) پیدا شد. سطل غذاها را با خودش برد به اتاق مدیر. بعد از آن، مدرسه یک مسابقه آشپزی ترتیب داد. بچه‌های زیادی اسم نوشتند اما فقط بیست نفر انتخاب شدند و من و نیلوفر هم جزو سرگروه‌ها بودیم. من تازه به این مدرسه آمده‌ام. سر همین، افراد گروه هم جمعی از بچه‌هایی شد که دیگران آن‌ها را راه نداده بودند. می‌توانستیم برای روز مسابقه یک راهنما هم بیاوریم. مامان نیامد. باید می‌رفت پیش خانم قربانی. به جایش خاله ستاره با ما همراه شد. روز مسابقه است امروز. بچه‌ها یکی یکی آمده‌اند و کار را شروع کرده‌ایم. البته هنوز خبری از ریحانه نیست. نمی‌دانم چرا یکباره حسنا تصمیم گرفت برود سراغ گاز. همان تصمیم تبدیل شد به افتادن کاغذ آتش گرفته روی چادرش. بعد هم جیغ و داد و دعوای خانم مرتضوی و نگاه‌های سرد خاله ستاره. اوضاع گروه‌مان اصلاً خوب نیست. می‌دانم که می‌بازیم و پیش نیلوفر حسابی ضایع می‌شوم.

* نگاه از یک پنجره جدید

از دور شبیه چمدان بود. حالا که با گردن کج و چشم‌های نیمه باز رسیده به ما، معلوم می‌شود که یک کارتون بزرگ توی دستش دارد. کلمه‌ها توی دهانش کش می‌آیند: «ببخشید دیر شد.» پر از پف خواب است چشم‌هایش. دیرتر اگر آمده بود باید می‌رفتیم از گروه‌های دیگر گدایی ماهیتابه. آن وقت دوباره پروانه فکر می‌کرد بدون او تنهایی. این فکرها مورمورم می‌شود. می‌گوییم: «این ماهیتابه است؟» روی زمین می‌گذاردش. جمع می‌شویم دورش. عین این ندیدیدیدها. عینک ته استکانی‌اش را با انگشت بالای قوز دماغش چفت می‌کند: «مال همسایه مونه. اصلا همین شد که دیر اومدم.» منتظر است کسی خواب بودنش را بگوید توی سرش. کسی نمی‌گوید. خودش ادامه می‌دهد: «خواب نبودم به خدا. رفتیم از همسایه مون بگیریم سر صبح. ماهیتابه خودمون از این نسوزا نبود» خاله ستاره در جعبه را باز می‌کند: «خب نباشه. مهم نیست که»

- «همسایه مون گفت مهمه!»



خاله ستاره مثل همیشه گفتگو را با یک لبخند آرام، تمام می‌کند. ماهیتابه را از جعبه بیرون می‌کشد و مرغ‌های تکه شده را می‌ریزد داخلش. خلال‌های پرتقال روی شعله اولند و ماهیتابه را روی شعله دوم می‌گذارد. حلما پیاز خرد می‌کند و می‌ریزد توی ماهیتابه. خاله ستاره روغن را می‌دهد دستم: «روغن بریز و با پیاز مرغا رو تفت بده» جوگیر می‌شوم: «زردچوبه هم بریزم؟»

- «اگه فکر می‌کنی لازمه.»

می‌رود آن طرف که کیسه ادویه‌ها را بیاورد. صدایش آنقدر بلند هست که همه گروه بشنوند: «نمکش رو هم خودت بریز.» نگاه می‌کنند همه. یکدفعه انگار چند سال از بقیه بزرگتر می‌شوم. خاله ستاره دارد بادم می‌کند. دلم غنج می‌رود. باد می‌شوم و می‌روم بالا.

خیلی بالاتر از سارا و ریحانه و حسنا و حلما. خاله ستاره با کیسه ادویه‌ها می‌آید نزدیک. لبخندش هنوز هست: «مرغا نسوزه خانم آشپز» کیسه را می‌گیرم. خشکم زده. خاله ستاره آرام در گوشم می‌گوید: «حواست به بچه‌ها باشه، یه سر می‌رم پیش خانم مرتضوی» قلبم تند می‌زند. توی ریتم هم نیست. نمی‌دانم از خوشی ست یا نگرانی. گروه را سپرد به من. نمی‌دانستم که سرگروه بودن، حسی ست که می‌تواند توی رگ‌های آدم بدود. چون دارد می‌دود. همه حسم را تبدیل می‌کنم به یک لبخند و یک نگاه خیره به رفتن خاله ستاره. صدای جلیز و لژ مرغ‌ها و پیازها بلند می‌شود. حسنا می‌ایستد بالای ماهیتابه: «نمی‌خوای به دادشون برسی؟»

- «میرسم. هم به داد مرغ‌ها، هم به داد گروه‌هم.»

قاشق برمی‌دارم و می‌ایستم بالای ماهیتابه. باید هم بزنم تا پیازها آب بیندازند. می‌خواهم بهترین مرغ‌های عالم را بپزم. زرد چوبه می‌ریزم. شش دانگ حواسم را می‌دهم به طلایی شدن مرغ‌ها. هم می‌زنم. توی دنیای آشپزی غرقم که ریحانه کلمه‌ها را کش می‌دهد: «چیکار می‌کنی ملیکا؟» چفت دهانش اینبار بسته‌تر است و کلمه‌ها مثل همیشه شل نیستند. نگاهش می‌کنم: «باید همشون بزنم تا خوب با هم قاطی بشن» قاشق فلزی را از دستم می‌گیرد: «با این؟» اخم‌هایم توی هم می‌رود: «پس با دستم؟» سارا می‌خندد. دستش را جلوی دهانش می‌گیرد. قرمزی گوجه می‌ماند روی صورتش. بیشتر دارد گوجه‌ها را له می‌کند تا خرد. ریحانه سر می‌آورد توی ماهیتابه. می‌خواهد واریسی کند: «خراب می‌شه با این قاشق.»

- «خودم بلدم. خاله ستاره سپرده به من»

- «این چه جور بلد بودنیه که نمی‌دونی قاشق فلزی رو نباید بکشی به کف تفلون؟»

فکر نمی‌کردم یکی توی گروه‌م باشد این همه گدا. صدایم کمی بالا می‌رود: «چرا گدا بازی درمی‌آری؟ نوبرشو آوردی مگه؟» نگاهم می‌کند. چشم‌هایش از پشت آن همه شیشه، ریزند و مظلوم. سکوت می‌کند. می‌گویم: «یه ماهیتابه است دیگه. تا حالا کلی تو ماهیتابه چیز میز درست کردم»

- «من که گفتم این مال ما نیست. همسایه مون گفته مواظبش باشم. امانته مثلاً»
کلمه‌ها توی گلویم گیر می‌کنند. وسط این همه کار، شش دانگ حواسش را سپرده

به امانت. می‌مانم چه بگویم. رو

می‌کنم به حلما: «قاشق چوبی

نیاوردین؟» هنوز دارد فارسی

می‌خواند: «نه. نگفتین که.»



حالا است که مرغ‌ها بسوزند. یک کار را خاله ستاره سپرده به من. عصبانی می‌شوم. لابد متلکی که می‌خواستم به ریحانه بگویم، می‌ریزد سر حلما: «من نمی‌فهمم شما چرا تو این مسابقه ثبت نام کردین، وقتی هیچی بلد نیستین.» حلما مثل چوب خشک می‌شود و نگاهم می‌کند. حالا است که حوض چشم‌هایش پر از آب شوند. نمی‌مانم. می‌روم دنبال قاشق چوبی. حلما هم هیچی نمی‌گوید. شک ندارم که امروز آخر می‌شویم. نیلوفر و پروانه دست در گردن هم می‌اندازند و تا قیامت کیف می‌کنند از این برد. نباید سرگروه می‌شدم. ۵ تا طعم متفاوتیم که توی یک غذا مزه زهرمار می‌گیریم. آن وقت خاله ستاره انتظار دارد سرگروه باشم. کارها را جمع و جور کنم. کاش همان سه روز قبل به خانم مرتضوی می‌گفتم نمی‌توانم. گفتم البته. نمی‌دانم چرا اصرار ببخودی کرد.

پیش از اینکه دوباره دست‌گدایی جلوی نیلوفر دراز کنم، قاشق چوبی را از یک گروه دیگر می‌گیرم. کنار غرفه آشپزی نیلوفر اینها کمی می‌مانم. صدای خنده و مسخره بازی شان، کل حیاط را پر کرده. خیلی از چیزهایی که لازم بوده را هم پخته‌اند. نگاه می‌کنم به گروه خودمان. سارا که از سر صبح درگیر همان سالاد است. ریحانه که دیر آمده و

چسبیده به آن ماهیتابه نجسب. حلما که حالا قهر کرده و احتمالا برنمی‌گردد. حسنا هم که مدام توی نخ گاز است و شعله پخش کن‌های عجیبش. آخری هم می‌شوم من. حتی پایم هم نمی‌کشد بروم سمت گروه. دستی می‌آید روی شانهم: «چرا وایسادی دختر؟ دیر شد!» مرا همراه خودش سمت گروه می‌برد. حالا شاید تنها امیدم به ماندن در این مسابقه همین دست‌های گرم و لبخند محو نشدن او باشد. همان خاله ستاره‌ای که گاهی وقت‌ها مغزم تیر می‌کشد از بکن نکن‌هایش. می‌روم سراغ مرغ‌ها. هم می‌زنم. ریحانه خیره می‌شود به کف ماهیتابه‌اش. با هر برخورد قاشق چوبی به کف ظرف، انگار خراش می‌افتد به جانش. نگاهش می‌کنم: «این که دیگه چوبیه.» از دنیای ماهیتابه‌ها بیرون می‌آید: «نه نه نه. من که چیزی نگفتم.» حرصم می‌گیرد: «پس چرا زل زدی به کار من؟» رویش را برمی‌گرداند و خلال‌های پسته را می‌ریزد توی ظرف. اما همه وجودش هنوز کف ماهیتابه خوابیده. به من چه؟ حواسم را می‌دهم به طلایی شدن مرغ‌ها. دارد آماده می‌شود.

خاله ستاره دست از همه کارها کشیده و رفته سراغ حلما. دختره لوس، با همان یک جمله من دو تا رودخانه از چشم‌هایش ریخته و با قهر از گروه رفته. خب برود. کسی که آمده فقط فارسی بخواند، همان بهتر که نباشد. خاله ستاره برمی‌گردد. دست‌هایش را همان طور که گذاشته بود روی شانهم، حلقه کرده دور حلما. هر دو می‌خندند. انگار لبخند خاله ستاره سرایت می‌کند. حلما را می‌نشانند پای هویج‌ها و زرشک‌ها. می‌آید پیش من: «حاضر نشد؟»

- «نه هنوز.»

آنقدر ادا و اطوار به «نه هنوز»م اضافه می‌کنم که بکن نکن‌هایش شروع نشود. ولی می‌شود. دهانش را می‌آورد دم گوشم: «مگه تو سرگروه نیستی؟» نگاهش می‌کنم: «چرا. چی شده؟» ابرو و سر و گردنش خم می‌شوند سمت حلما. بلند می‌گویم: «چیزی نگفتم



بهش.» باز هم از آن لبخندها می زند که پایان دهنده حرف هاست. می رود پیش حسنا. قاشق چوبی را محکم می کشم کف ماهیتابه. تن ریحانه به

وضوح تکان می خورد. رو برمی گرداند و مثل کارآگاهها کف ظرف نجسبش را می جورد. نگاهی به من و آن همه ابروهای کج بالای چشم هام می اندازد و هیچی نمی گوید. بهتر. حرف اگر می زد، خراب می شدم روی سرش. دلم اما برایش می سوزد. این همه امانتداری؟ من هم از صبح چیزهای زیادی از دیگران امانت گرفته ام. اصلا کجا هستند؟ با چشم می گردم دنبال چاقوی پروانه. نیست. گم شده. دل شوره می گیرم. قاشق چوبی را می دهم دست ریحانه: «**حواست به دقیقه به این مرغا باشه**» صورتش از هم باز می شود: «**چشم**» می گردم. حالا بعد از عمری پروانه یک چیزی به ما امانت داده ها. گم شده اصلا. از حسنا می پرسم و خاله ستاره. ندیده اند. حلما که جوابم را نمی دهد. می روم سراغ سارا. هنوز چهارزانو نشسته و درگیر گوجه هاست. ازش می پرسم. چیزی را روی زمین نشانم می دهد. یک چاقو افتاده کف حیاط مدرسه. کمی دورتر از داریست گروهمان. خودش است. روی دسته اش دو سه تا خراش افتاده. حالا خدا کند پروانه مثل رفیقش افاده ای نباشد. اصلا این کی افتاده این جا؟

ریحانه کنار گاز ایستاده و با قاشق چوبی ماهیتابه اش را ناز می کند. واقعا از دور انگار کف تفلون همسایه شان، رشته های عصبی داشته باشد. عصبش هم مستقیم وصل

بشود به نخاع ریحانه. به این همه امانتداری، حسودی ام می شود. چاقوی پروانه را می گذارم توی کوله ام. یک دفعه نور ضعیفی را در عمق تاریکی قلبم می بینم. خوشحال می شوم از اینکه ریحانه توی گروهمان هست. به این آدم ها می شود



اعتماد کرد. برنمی‌گرددم بالا سر مرغ‌ها. می‌دانم کاری که به ریحانه سپرده‌ام، نیمه کاره رها نمی‌کند. چشم می‌گردانم. حلما نگاهش را می‌دزد. صدای خاله ستاره توی گوشم زنگ می‌زند: «مگه تو سرگروه نیستی؟» شاید باید از یک سمت دیگر به آدم‌های این گروه نگاه کنم. ریحانه با گیر دادن‌هایش داشت اعصابم را خرد می‌کرد، اما حالا که از پنجره امانتداری می‌بینمش، خیالم تخت می‌شود. انگار آدم‌ها را می‌شود از پنجره‌های مختلف دید. از هر پنجره‌ای رابط‌ه‌ات با آن‌ها تغییر می‌کند. ریحانه همان طور که گیر می‌دهد، امانتدار هم هست. من به عنوان سرگروه باید آنقدر بچه‌های گروه را از پنجره‌های مختلف ببینم، تا بهترین زاویه دید را پیدا کنم. راه می‌افتم سمت حلما. تنها پنجره حلما که از آن او را لوس و بی‌دست و پا می‌دیدم، می‌شود هزارتا. یکی یکی بازشان می‌کنم. می‌خواهم حلما را طور دیگری ببینم. سرش پایین است و مثلاً گرم خلال کردن هویج‌ها. من باید شروع کنم: «از دستم ناراحتی؟» سکوت می‌کند و فقط بغضش را قورت می‌دهد. باز هم من: «ببخشید.

نباید اون طوری می‌گفتم» یخش باز می‌شود: «مهم نیست» نگاهم می‌کند. سفیدی چشم‌هایش رگه‌هایی سرخ دارند. می‌گوید: «منم نباید اینقدر زود بهم برمی‌خورد.» سرگروه بازی درمی‌آورم. البته با چاشنی لبخندهای خاله ستاره‌ای. اشاره می‌کنم به هویج‌ها:



«خیلی مونده؟ وقت نداریم!» خیالم از ریحانه و مرغ‌ها راحت است. می‌نشینم کنار حلما، همان چاقوی دسته مشکی را برمی‌دارم و با رنج زیاد هویج‌ها را خلال می‌کنم. از بس که سخت است انگشت شست را روی کمر چاقو نگذاشتن.

خاله ستاره می‌چرخد و به تک تکمان سر می‌زند. مرغ و برنج آماده می‌شود و خلال‌های هویج را با خلال‌های پرتقال قاطی می‌کنیم. همان طور که خاله ستاره می‌گوید.

زرشک را تفت می دهیم و خیلی زود می رسیم به ساعت ۱۲. فقط گروه نیلوفر اینها هستند که کارشان تمام شده و دست به سینه بالای ظرف بزرگ غذایشان ایستاده اند. دسر و نوشیدنی هم دارند. داورها نیم ساعت دیگر وقت می دهند. باید بجنبیم. غذا تقریباً آماده است اما هنوز سارا سر سالاد مانده و پیازها. چشم های ریزش پف کرده اند و قرمز شده اند. می روم کمکش. می گوید چند تا پیاز دیگر از کوله اش بردارم. همان کوله مرموز. زپیش را که باز می کنم، بسته بزرگی چیپس می خورد به چشمم. می گویم: «این چیه سارا؟» از بس اشک برای پیازها ریخته خوب نمی بیند. چیپس را می برم نزدیک. از آن پیاز و جعفری هاست. درش هم باز است. هول می شود: «این این مال تزئین آخر غذاست دیگه»

- «غذا رو با چیپس پیاز و جعفری تزئین می کنن؟»



دست چاقش را سر می دهد توی کیسه چیپس و یکی از آن ورقه های درشتش را برمی دارد: «خیلی خوشمزه است.» یک تعارف الکی می کند و ورقه را درسته می گذارد توی دهانش: «درجه یکه!» در کیسه باز بوده و نصف چیپس ها مانده. این همه سکوتش از سر صبح، بی دلیل نبوده حتما. به مارک روی کیسه نگاه می کنم: «چیپس کاشف» از همان کارخانه مواد غذایی پدرش آورده. محصولات کاشف. نمی گذارد چیپس را برگردانم توی کوله اش: «نبرش! مگه نمی خواین تزئین کنین غذا رو؟» می گیرد و تکیه اش می دهد به زانوش. پیازها را می آورم تا سالاد شیرازی را تمام کنیم. خیلی کم است. آن همه گوجه و خیار و پیاز شده یک ظرف کوچک. سارا یک پیاز و جعفری می چپاند توی دهانش: «برکت نکرده خب. مامانم می گه بعضی غذاها برکت نداره»

خاله ستاره از توی کیسه ادویه‌هایش، چیزهایی می‌ریزد روی خلال‌ها و مرغ‌ها، بعد به حسنا می‌گوید تا برنج و خلال‌ها و مرغ را با هم قاطی کند. غذا و سالاد حاضر می‌شوند. وقت نوشیدنی ست. خاله ستاره می‌گوید: «**سنگجبین و خیار!**» سارا سرش را پایین می‌اندازد: «**خیار! تموم شد.**» صدای خاله ستاره شبیه جیغ می‌شود: «**مگه یک کیلو و نیم نبود؟**» و بعد به ظرف سالاد شیرازی نگاه می‌کند که نیم کیلو هم خیار تویش نیست.



خوشحال می‌شوم. خاله ستاره حرف مرا سر غذا و سالاد قبول نکرد. شیرین پلو پختیم با سالاد شیرازی. نیلوفر اینا از این غذاهای جدید پخته‌اند. خودش دیروز می‌گفت یک غذای اسپانیایی ست. آن خانم غریبه‌ای که مانتوی کبریتی می‌پوشد، اگر داور باشد، حتماً از آن غذاها دوست دارد. حالا می‌خواهم نوشیدنی را من انتخاب کنم. می‌گوییم: «**موهیتو!**» قبل از اینکه خاله ستاره نه بیاورد، از توی کوله‌ام وسایلش را بیرون می‌کشم. کج کج نگاهم می‌کند: «**سنگجبین بهتره‌ها!**»

- «خیار نداریم که» -

- «بدون خیار» -

- «نه خاله! خیلی دیگه قدیمیه» -

دست به کار می‌شوم. حلما و حسنا کمک می‌کنند تا توی همین ۱۰ دقیقه باقی مانده، موهیتو درست کنیم. سارا و ریحانه را هم خاله ستاره می‌گذارد برای تزئین غذا. بوی پیاز و جعفری زیر داربستمان را پر می‌کند. موهیتو که آماده می‌شود، خاله ستاره هم برمی‌گردد. رفته بوده تا نماز بخواند. همه کارهایش آداب دارد.

هر چهار گروه غذاهایشان را می‌گذارند روی میز بزرگ وسط حیاط. چهار داور می‌نشینند. خانم مانتو کبریتی، یک خانم غریبه که صورتش جدی و استخوانی ست. خانم مرتضوی و خانم مدیر. چند مهمان هم آمده‌اند. مامان‌های بچه‌ها هم هستند.

فقط مامان من است که روز جمعه‌ای دارد به دست خانم قربانی سرم می‌زند. همان نسیم سر صبح می‌وزد. تاری از موهایم را دوباره روی پیشانی بازی می‌دهد و یکدفعه ته دلم خالی می‌شود. تارها را با دست می‌برم زیر چادر. عین بچه‌ها بغض می‌کنم. تيله‌ای کوچک می‌آید زیر گلویم.

ما چهار گروه ایستاده‌ایم ته حیاط. پشت صندلی مادرها و رو به میز داوری. دوست دارم از این همه تنهایی زار بزنم که دستی از پشت سر می‌آید روی شانهم. خاله ستاره پشت ما ایستاده. گرمای کلامش را سر می‌دهد به گوشم: «نوبت غذای ماست!» نگاهش می‌کنم. لبخندش دلچسب تر از همیشه است. بغض توی گلویم یکباره غیبش می‌زند و ناخودآگاه لبم کش می‌آید. چهار داور از غذای ما می‌خورند. شیرین پلو و سالاد و موهیتو. آرامند و بی حرف. فقط سر به گوش هم می‌برند و پیچ می‌کنند. وقتی غذای نیلوفر و گروهش را می‌چشند، چشم‌هایشان گرد می‌شود و یکی دو تاشان سر به تایید تکان می‌دهند. گروه نیلوفر دست به دست هم می‌دهند و یکی شان فریاد می‌زند: «ایول به گروه بچه مثبت» و جمع بی نمکشان می‌خندند و می‌گویند: «ایول». اسم گروه اعصاب خردکنشان را گذاشته‌اند بچه مثبت. گروه ما اما همه ناامیدی است و بوی گند پیاز و جعفری. فقط خاله ستاره است که لبخند کننده نمی‌شود از صورتش. باختیم. قبل از اینکه اعلام کنند صورتشان دارد فریاد می‌زند که نیلوفر برده. نمی‌خواهم شادی او و پروانه را ببینم. بغض دوباره می‌آید. این بار اندازه یک کوه است نه یک تيله. می‌خواهم از صف جدا شوم که کسی حرص خوردن‌هایم را نبیند. هنوز راه نیفتاده‌ام که خاله ستاره بازویم را می‌چسبد و دهانش را می‌آورد نزدیک گوشم: «همه امید گروه به سرگروهه. الان وقت جازدن نیست.» بغض را با آب دهانم قورت می‌دهم. سرم پایین است و زیر چشمی نگاهش می‌کنم: «ما باختیم خاله.» بازویم را فشار می‌دهد: «معلوم نیست هنوز» توی

دلم رخت می‌شویند. حالم خوب نیست. کاش سرگروه نبودم. دوباره شق و رق می‌ایستم. نفس عمیق می‌کشم به هوای اینکه سینه‌ام خالی شود از اضطراب. نمی‌شود. خانم سماواتی می‌ایستد پشت میز داوری. اولش از آن حرف‌های تکراری می‌زند برای مادرها. بعد از آن خانم مانتو کبریتی تشکر می‌کند که از قضا اسمش هم خانم کبریتی‌ست. بعد مکث می‌کند تا نتیجه را بگوید. نیلوفر و گروهش روی پا بند نیستند. کبریتی می‌گوید: «غذای همه گروه‌ها خوب بود. لذت بردیم. دسر گروه بچه مثبت، عالی بود. توی غذای اصلی اما شیرین پلوی گروه ملیکا درجه یک بود. سالادشون نمی‌دونم چرا بوی پیاز و جعفری می‌داد. موهیتوشون هم اصلاً با شیرین پلو نمی‌خوند.» توی دلم سیصد بار نفرین می‌فرستم به پیاز و جعفری. خانم سماواتی لبخند می‌زند: «در مجموع گروه داوری تصمیم گرفت به خاطر انتخاب غذای عالی و طعم بی نظیر، گروه ملیکا رو برنده اعلام کنه.» قبل از اینکه از حمله این همه حس عجیب و غریب غش کنم، آخرین کلمات خانم سماواتی را وسط جیغ‌های بنفش حسنا می‌شنوم: «جایزه ویژه برنده این مسابقه ...»

داستان ادامه دارد ...

انتشارات متمادی

حرف حساب

دوستان همراه سلام! خسته نباشید! آشپزهای ما که خیلی خسته شدند، اما امیدوارم شما از همراهی با آنها خسته نشده باشید!

ما انسان‌ها معمولاً دوست داریم هر کاری که خودمان می‌خواهیم، انجام بدهیم. معمولاً از اینکه کس دیگری بگوید چه کار کنیم، خیلی خوشمان نمی‌آید. اما بعضی وقت‌ها مجبوریم به حرف دیگری گوش کنیم.

مثلاً اگر مریض باشیم و ندانیم که برای خوب شدنمان چه کار باید بکنیم، بدون چون و چرا، به طور کامل از دستورات پزشک اطاعت می‌کنیم. یعنی هرچه او بگوید، می‌خوریم، هر کاری بگوید، انجام می‌دهیم و از هرچه بگوید، پرهیز می‌کنیم.

دوستان خوبم! در استفاده از وسایلی که مال ما نیست هم نمی‌توانیم هر کاری که دوست داریم انجام بدهیم. ما برخودمان لازم می‌دانیم که برای استفاده‌های مختلف از وسایل دیگران اجازه بگیریم و به خواسته‌های آنان در این باره عمل کنیم.

بیایید بار دیگر به دقت فکر کنیم و با عینک توحید و خداباوری به خودمان نگاهی کنیم؛ به خودمان و آنچه در اختیار ماست. به زمین زیر پایمان، به آسمان بالای سرمان، به دست و پایمان، به چشم و گوش و زبانمان! می‌شنوید؟! خوب گوش کنید! این صدای وجدان ماست که با ما صحبت می‌کند:

«این نعمت‌های خدا، مال ما نیستند. فقط در اختیار ما قرار داده شده‌اند. برای استفاده از این نعمت‌ها باید گوش به فرمان مالک اصلی آنها باشیم.»

حال با این حساب، با چشم می‌توان به هر چیزی نگاه کرد؟! با گوش می‌توان به هر صدایی گوش داد؟! با زبان می‌توان هر سخنی گفت؟!

یاران و همراهان! تا اینجا، راه پاکیزه کردن جسم را یاد گرفتیم. درس بعدی، درس وضوست. در این درس می‌آموزیم که چگونه جان و دل خود را برای نماز پاکیزه کنیم و برای مناجات با خدا آماده شویم.

پروردگارا! تو را سپاس که یاری‌مان کرده‌ای تا آداب بندگی‌ات را بیاموزیم و بدانیم که چگونه شکرگزار تو باشیم. باز هم نیازمند یاری تو هستیم تا آنچه آموختیم به کار بندیم. یاری‌ات را از ما دریغ مدار! آمین!



۱۳

غسل

پیامبر اکرم ﷺ خطاب به زنان فرمودند:

یک روز از روزهای حیض (تحمل رنج حیض و عمل به
وظایف مربوط به آن) برای شما از یک سال عبادت که
هر شب نماز بخوانید و هر روز روزه بگیرید، بهتر است.^۱



* غُسل

برای به جا آوردن برخی عبادت‌ها مثل نماز، انسان باید ظاهر و باطن خود را پاک کند. برای پاکی ظاهر، باید نجاست‌ها را از بدن و لباس خود بشوید. و برای پاکی باطن و روح خود، گاهی باید وضو بگیرد و گاهی باید غسل کند؛ اگر هر کدام از این دو ممکن نباشد، باید به جای آن‌ها تیمم کند.

با وضو در درس‌های قبل آشنا شدیم و در این درس، «غُسل» را می‌آموزیم.

غسل واجب: مانند غسل «حیض» * و «استحاضه» **

غسل مستحب: مانند غسل «جمعه» *** و غسل «زیارت» حضرت سیدالشهدا (علیه السلام) در حرم ایشان

غسل

چگونگی غسل

برای غسل باید به قصد اطاعت فرمان خدای متعال، تمام بدن را بشوییم. غسل، چه «واجب» و چه «مستحب»، به دو صورت انجام می‌شود:

(ب) ترتیبی

(الف) ارتماسی

* با «حیض» و احکام آن در همین درس، آشنا خواهیم شد.

** با «استحاضه» و احکام آن در درس‌های بعد، آشنا خواهیم شد.

*** «غسل جمعه»، یکی از غسل‌های مستحب است. وقت این غسل از اذان صبح است و بهتر است آن را نزدیک ظهر به جا آورند.

الف) غسل ارتماسی



در غسل ارتماسی لازم است که در یک لحظه، آب تمام بدن را فرا بگیرد؛^۲ مثل اینکه به قصد انجام غسل در استخر شیرجه بزنیم.

ب) غسل ترتیبی



غسل ترتیبی را در سه مرحله به ترتیب زیر انجام می دهیم:^۳

۱. شستن سر و گردن.

۲. شستن نیمه راست بدن.

۳. شستن نیمه چپ بدن.



۱. اگر در غسل ترتیبی سر و گردن را بعد از بدن بشوید، هرچند از روی فراموشی یا ندانستن مسئله باشد، غسل باطل است.^۴



۲. در غسل ارتماسی لازم است • که حداقل قسمتی از بدن از آب بیرون باشد، سپس به قصد غسل در آب فرو رود.^۵

شرایط غسل

✿ تمام شرایطی که برای صحیح بودن وضو گفته شد (مثل پاک بودن و غصبی نبودن آب، نبودن مانع بر بدن و ...) در غسل هم باید رعایت شود.



در غسل لازم نیست شست‌وشو از بالا به پایین باشد.

❁ اگر در غسل ترتیبی بین شستن اعضا فاصله بیفتد، هر مقدار که باشد، اشکالی ندارد؛ به شرط اینکه از ابتدا تا انتهای غسل، کاری که وضو را باطل می‌کند از فرد سر نزنند. ۶•



۱. در غسل ارتماسی و ترتیبی، پاک بودن بدن پیش از غسل لازم نیست^۷ بلکه اگر با شست‌وشو به قصد غسل، بدن هم پاک شود، غسل انجام شده است؛ به شرط اینکه با آبی غسل کند که با ملاقات با نجاست، نجس نشود؛ مانند آب گُر.
۲. برای شستن سر و بدن، دست کشیدن لازم نیست؛ بلکه به هر ترتیبی که آب را به سر و بدن برساند کافی است.
۳. کسی که قصد دارد چند غسل انجام دهد (چه واجب باشند چه مستحب)، کافی است که به قصد همه آن‌ها، یک بار غسل کند.
۴. پس از غسل‌های واجب مثل غسل حیض و استحاضه کثیره یا برخی غسل‌های مستحبی که در رساله توضیح المسائل نام برده‌اند (مانند غسل جمعه) می‌توان بدون وضو نماز خواند.^{۸•}



* حیض و احکام آن

در هر ماه، چند روز به علت تخریب دیواره رحم (برای بازسازی آن) مقداری خون و ترشحات خون‌آلود از رحم خارج می‌شود. از آنجا که این پدیده غالباً با نظم و قاعده (قانون) خاصی در بدن اتفاق می‌افتد، به آن «قاعدگی» می‌گویند. «روزهای قاعدگی» و «خون قاعدگی» از دیگر واژه‌های مرتبط با این موضوع هستند.

در احکام شرع به خون قاعدگی در بعضی روزها و با برخی خصوصیات «خون حیض» و در بعضی روزها و با شرایط دیگری «خون استحاضه» گفته می‌شود.

خانم‌ها در این روزهای خاص (حیض و استحاضه) در هر ماه و پس از پایان آن احکامی را باید رعایت کنند که در این درس و درس‌های بعد با آن‌ها آشنا می‌شویم.

نشانه‌ها و شرایط حیض و استحاضه

احکامی که بانوان باید در روزهای قاعدگی رعایت کنند، بسته به اینکه در روزهای حیض باشند یا روزهای استحاضه با یکدیگر متفاوت است. پس لازم است پیش از هر چیز با نشانه‌ها و شرایط حیض و استحاضه آشنا شویم:

۱. خون حیض معمولاً (و نه همیشه) غلیظ و گرم و تیره رنگ است و با فشار و کمی سوزش خارج می‌شود. اما خون استحاضه معمولاً (و نه همیشه) زرد رنگ و سرد بوده و بدون فشار و سوزش خارج می‌شود.

۲. اگر قبل از سن بلوغ (نه سال قمری) خونی دیده شود، خون حیض نیست.

۳. روزهای حیض کمتر از سه و بیشتر از ده روز نیست.^۹ پس اگر تا قبل از پایان روز سوم، جریان خون قطع و داخل بدن هم کاملاً از آلودگی پاک شد، حیض نبوده بلکه استحاضه است. همچنین اگر جریان خون پس از پایان روز دهم باز هم ادامه پیدا کرد، دیگر همه این روزها حیض نبوده بلکه بخشی از آن استحاضه است.^{۱۰}

۴. خون حیض در سه روز اول استمرار دارد و قطع نمی‌شود.^{۱۱} حتی اگر خون از بدن خارج نشود و جریان نداشته باشد هم، باز داخل مجرا در سه روز اول آلودگی دارد. بنابراین اگر خونی دیده شود اما تا قبل از پایان روز سوم مدت زیادی (مثل صبح تا ظهر) قطع شود به شکلی که درون مجرا کاملاً پاکیزه شود و آنگاه دوباره جریان پیدا کند، خون استحاضه است.

۵. فاصله دو حیض حداقل ۱۰ روز است. بنابراین اگر پس از قطع شدن خون حیض و پاک شدن، در فاصله کمتر از ۱۰ روز دوباره خونی دیده شود، حیض نبوده بلکه استحاضه است.

روزهای قاعدگی چگونه محاسبه می‌شوند؟^{۱۲}



منظور از روز^{۱۳} در احکام شرع فاصله بین اذان صبح تا غروب آفتاب است.^{۱۳} محاسبه روزهای قاعدگی بسته به اینکه قاعدگی در روز آغاز شود یا شب، قدری متفاوت است:

• **حالت اول:** قاعدگی در روز یعنی بین اذان صبح تا غروب آفتاب شروع شود.

مثلاً: شروع قاعدگی در ساعت ۷ صبح است. در این حالت ۲۴ ساعت بعد یعنی ساعت ۷ صبح فردا، روز اول قاعدگی کامل می‌شود؛ و ساعت ۷ صبح پس فردا روز دوم و

• **حالت دوم:** قاعدگی در شب، یعنی در فاصله غروب آفتاب تا اذان صبح فردا شروع شود.

مثلاً: شروع قاعدگی در ساعت ۲۰ است. در این حالت، هنگام اذان صبح فردا، روز اول قاعدگی است و با غروب آفتاب کامل می‌شود و با اذان صبح پس‌فردا، روز دوم آغاز و با غروب آفتاب کامل می‌شود و



تمرین درس ۱۳

۱. روی عبارات نادرست خط بکشید تا جمله صحیح به دست آید:

غسل‌ها در نحوه انجام دادن یکسان؛ هستند اما در نیت غسل با یکدیگر تفاوت دارند.
نیستند ندارند.

۲. اگر از روی فراموشی ابتدا بدن و سپس سر و گردن شسته شود، آیا غسل باطل است؟

.....

.....

.....

۳. آیا برای غسل ارتماسی باید در آب ایستاده باشیم؟ آیا غسل ارتماسی در حالت

نشسته و خوابیده نیز صحیح است؟ چگونه می‌توان در وان حمام به شکل صحیح

غسل ارتماسی کرد؟



انتشارات

.....

.....

.....

.....

.....

۴. با عینک شنا در آب استخر شیرجه زدم و نیت غسل ارتماسی کردم. آیا غسل من صحیح است؟



۵. در روز عید قربان که غسل آن مستحب است، غسل حیض هم بر من واجب شد. آیا او می تواند هر دو غسل را با یک بار شست و شوی بدن انجام دهد؟ چگونه؟



۶. صبح جمعه بود و داشتم تکالیفم را می نوشتم. سرم پایین بود که یک مرتبه خون دماغ شدم. به هر زحمتی بود خون را بند آوردم، ولی نتوانستم صورتم را آب بکشم. پیش از ظهر یادم افتاد که غسل روز جمعه مستحب است. به حمام رفتم و بعد از شستن خودم، غسل کردم. وقتی از حمام بیرون آمدم یادم افتاد که قبل از غسل صورتم را آب نکشیده بودم. به نظر شما غسل من صحیح است؟ آیا با آن می توانم نماز ظهر و عصر را بخوانم؟

.....

.....

.....

.....

۷. با توجه به شماره آیه‌های سجده واجب، نام سوره‌هایی را که سجده واجب دارند را

بنویسید.

				۱۵	۶۲
				←	↓
۱۹					
↓					
					۳۷
					←