



خبرنامه اطلاع رسانی داخلی  
دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم  
ویژه نامه عید نوروز از دیدگاه آیات و روایات



# یا مقلب القوم والاصحاب

یا مقلب القوم والاصحاب

یا مقلب القوم والاصحاب  
یا مقلب القوم والاصحاب



### عید نوروز از دیدگاه آیات و روایات

امام صادق(ع) فرمود: چون عید نوروز فرا رسد، بدن خود را بشوی و پاکیزه ترین جامه هایت را بپوش و با خوشبوترین عطرها خودت را معطر کن و در آن روز روزه باش.

### چکیده

وقتی که نام بهار به گوش کسی می رسد سریع ذهن او متوجه کلمه عید و نوروز می شود. در پایان هر سال و قبل از شروع سال جدید و آغاز بهار، مردم خود را آماده می کنند و به نظافت منزل و محل کار خود می پردازند، به دنبال خرید آجیل، شیرینی، لباس و پوشاک برای خود و خانواده خود هستند و سنت زیبایی را برقرار می کنند و صلّه رحم انجام می دهند و... اما غافل از این هستند که یک سال از عمر آن ها کم شده و نمی دانند امسال چقدر توشه برای آخرت خود فراهم کرده اند، ما در این تحقیق به این مسائل پرداخته ایم و توصیفی داده ایم.

### مقدمه

عید در لغت از ماده عود به معنی بازگشت است، و لذا به روزهایی که مشکلات از قوم و جمعیتی بر طرف می شود و بازگشت به پیروزی ها و راحتی های نخستین می کند عید گفته می شود.

حضرت امیرالمؤمنین علی(ع) در نهج البلاغه کلمات قصار ۴۲۸ می فرماید: روزی که در آن گناه نشود روز پیروزی و پاکی و بازگشت به فطرت نخستین است که به همین خاطر در روایت به چنین روزی عید اطلاق می شود. ما در این مقاله به نکته های ظریف و جالب در مورد عید نوروز و همچنین اعمال و رفتاری که در هر عیدی باید بدان عمل کنیم، می پردازیم تا ان شاءالله خواننده گرامی با خواندن آن یک تحول عظیم (تحول حال به احسن حال) برایش ظاهر و آشکار گردد. نکته هایی همانند صلّه رحم در عید نوروز، خرید پوشاک و لباس در عید نوروز، خوردن شیرینی و آجیل در این ایام، چه کنیم در این ایام بیمار نشویم و چگونه از عمرمان بهترین استفاده را ببریم.

خداوند بلند مرتبه در کتاب خود و معجزه جاودان پیامبرش چنین بیان می فرماید:

«قَالَ عِيسَى ابْنُ مَرْيَمَ اللَّهُمَّ رَبَّنَا أَنْزِلْ عَلَيْنَا مَائِدَةً مِنَ السَّمَاءِ تَكُونُ لَنَا عِيدًا لِأَوَّلِنَا وَآخِرِنَا وَآيَةً مِنْكَ وَآرْزُقْنَا وَأَنْتَ خَيْرُ الرَّازِقِينَ» (۱)  
«عیسی بن مریم گفت: بار خدایا! ای پروردگار ما! برای ما مائده ای از آسمان بفرست، تا برای ما و آنان که بعد از ما می آیند عیدی و نشانی از تو باشد و ما را روزی ده که تو بهترین روزی دهنده گانی.»

پس از بیان آیه ای از قرآن کریم، سخن بهترین افراد این است یعنی ائمه معصومین (ع) را بیان می کنیم:

«امام علی(ع) - در یکی از عیدها- فرمودند: همانا این عید برای کسی عید است که خداوند روزه و نمازش را پذیرفته باشد و در هر روزی که در آن نافرمانی خداوند نشود، آن روز عید است.» (۲)

### سنت ایرانیان

امام صادق(ع) به معنی بن خنیس که در روز نوروز خدمت ایشان رسید فرمود: آیا می دانی امروز چه روزی است؟  
معنی عرض کرد: فدایت شوم، این نوروزی است که ایرانیان آن را گرامی می دارند و در آن به یکدیگر هدیه می دهند.  
امام صادق(ع) فرمود: سوگند به آن خانه کهن که در مکه است، این روز یک ریشه کهن دارد که من برایت توضیح می دهم تا آن را بدانی...

ای معلی! روز نوروز، همان روزی است که خداوند در آن از بندگان پیمان گرفت تا او را بپرستند و چیزی را شریک او قرار ندهند و به فرستادگان و حجت های او و به امامان (ع) ایمان بیاورند. نوروز نخستین روزی است که خورشید در آن طلوع کرد... هیچ نوروزی نیست مگر این که ما در آن روز منتظر فرج هستیم؛ زیرا نوروز از روزهای ما و شیعیان ماست. ایرانیان آن را حفظ کردند و شما آن را از دست نهادید... نوروز نخستین روز از سال ایرانیان است. آنان در حالی که تعدادشان



سی هزار نفر بود زنده ماندند و زندگی کردند و ریختن آب در نوروز سنت شد... (۳)

در عید نوروز هدیه ای خدمت امیرالمؤمنین(ع) آوردند. حضرت پرسید: این چیست؟

عرض کردند: ای امیرالمؤمنین! امروز نوروز است.  
امام(ع) فرمود: هر روزمان را نوروز کنید. (۴)  
امام علی(ع) فرمودند: نوروز ما، هر روز است. (۵)

### نسخ نوروز در اسلام

نقل شده که منصور از امام موسی بن جعفر(ع) تقاضا کرد که در روز نوروز در خانه بنشیند، تا مردم برای تبریک گویی پیش ایشان روند و هدایایی که برایش می برند نیز بپذیرد.

امام(ع) فرمود: من در اخبار جدم پیامبر(ص) جستجو کردم، اما برای این روز خبری پیدا نکردم. نوروز سنت ایرانیان است و اسلام آن را منسوخ کرده است، پناه به خدا از این که چیزی را زنده کنیم که اسلام از بین برده است.

منصور گفت: ما این کار را فقط برای خاطر نظامیان می کنیم. (۶) (یک سیاست لشکری است) بنابراین، تو را به خدای بزرگ سوگند که جلوس کنی و حضرت پذیرفت و جلوس کرد... (۷)

### اعمال نوروز

امام صادق(ع) فرمود: چون عید نوروز فرا رسد، بدن خود را بشوی و پاکیزه ترین جامه هایت را بپوش و با خوشبوترین عطرها خودت را معطر کن و در آن روز روزه باش. (۸)

در کتاب مفاتیح الجنان در اعمال عید نوروز چنین آمده است:

چون نوروز شود غسل کن و پاکیزه ترین جامه های خود را بپوش و به بهترین بوهای خوش خود را خوشبو گردان و در آن روز روزه بدار و چهار رکعت نماز بخوان (هر دو رکعت به یک سلام). بدین گونه: در رکعت اول بعد از حمد ده مرتبه سوره «انا انزلناه» را بخوان. در رکعت دوم بعد از حمد دو مرتبه سوره «قل یا ایها الکافرون» بخوان. در رکعت سوم بعد از حمد ده مرتبه سوره «قل هو الله احد» را بخوان. در رکعت چهارم بعد از حمد ده مرتبه سوره «قل اعوذ به رب الفلق» را بخوان. بعد از نماز به سجده شکر برو و این دعا را بخوان: «اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ الْأَوْصِيَاءِ الْمَرْضِيِّينَ وَ صَلِّ عَلَيَّ جَمِيعِ أَنْبِيَائِكَ وَ رُسُلِكَ بِأَفْضَلِ صَلَوَاتِكَ وَ بَارِكْ عَلَيْهِمْ بِأَفْضَلِ بَرَكَاتِكَ وَ صَلِّ عَلَيَّ أَرْوَاحِهِمْ وَ أَجْسَادِهِمْ اللَّهُمَّ بَارِكْ عَلَيَّ مُحَمَّدٍ وَ آلِ مُحَمَّدٍ وَ بَارِكْ لَنَا فِي يَوْمِنَا هَذَا الَّذِي فَضَّلْتَهُ وَ كَرَّمْتَهُ وَ شَرَّفْتَهُ وَ عَظَّمْتِ خَطَرَهُ اللَّهُمَّ بَارِكْ لِي فِيْمَا أَنْعَمْتَ بِهِ عَلَيَّ حَتَّى لَا أَشْكُرَ أَحَدًا غَيْرَكَ»

از دوستی و مصاحبت با کسانی که قطع رحم می کنند بپرهیز، زیرا من در قرآن، آن ها را ملعون یافته ام. (۹)  
برای اینکه بحث بهتر برای خواننده گرامی روشن شود ابتدا به تعریف واژه صلّه رحم می پردازیم و بعد به بیان روایات در این زمینه صلّه رحم یعنی: مشارکت و مددکاری به خویشان با مال، مقام و آبرو و سایر امکانات و خیرات در اختیار، احسان و نیکی به اقارب به نسبت حق و قربی که دارند، حفظ و تقویت همه ارتباطات لازم بین خویشان و دیدار آنان. رحم به هر کسی گفته می شود که عرفاً جزء منسوبین و بستگان انسان به حساب می آید و صلّه هر چیزی

که احسان در حق آن‌ها حساب می‌شود. اقسام صله ی رحم:

- (۱) - صله رحم به مال (لباس، مسکن، خوارک)
- (۲) - صله رحم به آبرو و دفاع از خویشاوندان.
- (۳) - صله رحم با زیارت و دیدار.

حضرت علی(ع) فرمودند: صله رحم کنید اگر چه به یک سلام باشد.

در قرآن کریم ۱۲ آیه درباره ی صله ی رحم ذکر شده و نیز در سه مورد قاطعین رحم لعنت شده اند که عبارتند از: سوره رعد آیه ۲۵؛ سوره محمد/ ۲۲ و ۲۳؛ بقره/ ۲۷؛ در میزان الحکمه ۴۳ روایت، در غررالحکم و دررالکلم ۳۶ روایت و در بحار جلد ۷۴، صد و ده روایت روایاتی در این موضوع آمده است.

بیان این عبارات فقط به عنوان مقدمه ای است برای اهمیت موضوع(صله ی رحم) در نوروز.

در ادامه به ذکر چند آیه از قرآن می‌پردازیم تا بحث خود را با کلام نورانی حضرت حق مزین کنیم:

«وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا» (۱۰)

[بترسید از آن خدایی که به نام او از یکدیگر مسئلت و درخواست می‌کنید و درباره ی ارحام کوتاهی نکنید که خدا مراقب اعمال شماست].

«فَهَلْ عَسَيْتُمْ إِنْ تَوَلَّيْتُمْ أَنْ تُفْسِدُوا فِي الْأَرْضِ وَتَقَطُّعُوا أَرْحَامَكُمْ \* أُولَئِكَ الَّذِينَ لَعَنَهُمُ اللَّهُ فَأَصَمَّهُمْ وَأَعَمَّى أَبْصَارَهُمْ» (۱۱)

[اگر (از این دستورها) روی گردان شوید یا جز این انتظار می‌رود که در زمین فساد و قطع پیوند خویشاوندی کنید؟ آن‌ها کسانی هستند که خداوند از رحمت خویش دورشان ساخته، گوش‌هایشان را کر و چشم‌هایشان را کور کرده است.]

«وَاغْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تَشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ...» (۱۲)

[خدای یکتا را بپرستید و چیزی را برای او شریک قرار ندهید و به پدر و مادر و خویشان و یتیمان نیکی کنید.]

«وَالَّذِينَ يَنْقُضُونَ عَهْدَ اللَّهِ مِنْ بَعْدِ مِيثَاقِهِ وَيَقْطَعُونَ مَا أَمَرَ اللَّهُ بِهِ أَنْ يُوصَلَ وَيُفْسِدُونَ فِي الْأَرْضِ أُولَئِكَ لَهُمُ اللَّعْنَةُ وَلَهُمْ سُوءُ الدَّارِ» (۱۳)

[و آنان که می‌شکنند پیمان خدا را پس از بستن و قطع می‌کنند پیوندهایی را که خدا به استحکام آن دستور داده و تبهکاری می‌کنند در زمین، لعنت خدا برای ایشان است و بدی آن سرای.]

### روایاتی جالب و خواندنی در باب صله ی رحم

امام باقر(ع) فرمودند: در کتاب علی(ع) سه خصلت آمده که تا صاحبشان پیامد تلخ آن را نبیند نمی‌میرد: ستم، قطع رحم و سوگند دروغی که به سبب آن به جنگ خدا برود و همانا شتابان‌ترین اطاعت از جهت پاداش صله ی رحم است. همانا مردمی گناهکارند ولی با هم صله‌ی رحم می‌کنند و آنگاه مالشان رشد کرده، ثروتشان بسیار می‌شود و سوگند دروغ و قطع رحم سرزمین‌ها را از اهل آن خالی می‌کند و خویشاوندی را از جا بر می‌کند و همانان از قطع رحم، بریده شدن نسل است.(۱۴)

امام صادق(ع) از پدرش حکایت کرده که فرمود: پدرم علی بن الحسین(ع) به من فرمود: پسرم! به پنج کس توجه نکن و با آنان همراه، هم سخن و رفیق راه مشو!

عرض کردم: پدر جان! آن‌ها کیستند؟

فرمود: از همراهی با دروغگو دوری کن، زیرا او به مانند سربابی باشد که دور را به تو نزدیک و نزدیک را به تو دور سازد. از همراهی بد کار(فاسق) بر کنار باش؛ چون تو را به لقمه ای خوراکی یا کمتر از آن بفروشد. از همراهی با خسیس هم برحذر باش؛ چرا که تو را از یاری با دارایی اش فرو گذارد آن‌گاه که بدن سخت نیازمندی. از دوستی با نابخرد دوری کن زیرا می‌خواهد به تو سود برساند، زیانت می‌دهد. مبادا با کسی که قطع رحم می‌کند دوستی نمایی که او را در کتاب خداوند بزرگ و گرامی در سه جا یافتیم که لعن شده است. (رعد/۲۵؛ محمد/۲۲ و ۲۳؛ بقره ۲۷/۱۵)

امام صادق(ع) فرمود: چیزی سراغ ندارم که به مانند صله ی رحم عمر را افزونی بخشد تا این که اجل شخص سه سال دیگر است

پس صله ی رحم می‌کند و خداوند به عمرش سی سال می‌افزاید پس اجل او سی و سه سال دیگر قرار داده می‌شود و گاهی هم اجل شخص سی و سه سال است او قطع رحم می‌کند پس سنش به سه سال کم می‌شود. (۱۶)

امام صادق(ع) فرمود: به دستگیری و دیدار فامیلان خود بشتابگر چه با تقدیم جرعه ای از آب باشد، برترین صله رحم آن است که از آزار فامیل خود خودداری کنی. (۱۷)

حضرت علی(ع) فرمود: کسی که داشتن یک خصلت را تضمین کند من چهار خصلت را در او تضمین می‌کنم. کسی که صله‌ی رحم را در زندگی داشته باشد من دوستی فامیل، فراوانی اموال، طول عمر و دخول در بهشت را برای او تضمین می‌کنم. (۱۸)

پیامبر اکرم(صلی الله علیه وآله) فرمودند: به حاضران از امت و نیز به آیندگان از امت وصیت می‌کنم که صله ی رحم را ترک نکنند گرچه مستلزم پیمودن یک سال راه باشد و این عمل از دین است. (۱۹)

زشت‌ترین گناهان قطع رحم و عقوق (یعنی بد سلوکی با پدر و مادر و خویشان) است. (۲۰)

ایمان به خدا نیورده کسی که رحم خود را قطع کند. (۲۱)

گناه تراشی (و به دروغ کسی را متهم به گناه کردن) نخستین مرحله‌ی بریدن پیوند دوستی یا قطع رحم است. (۲۲)

برترین صفات خوب پیوند با کسانی است که با شما قطع رابطه نموده اند و بخشش به کسی که تو را محروم نموده است و گذشت از کسی که به تو ستم روا داشته است. (۲۳)

علامه مجلسی به دنبال آیه ی «وَيَقْطَعُونَ مَا أَمَرَ اللَّهُ بِهِ أَنْ يُوصَلَ» یک صد و ده حدیث درباره اهمیت صله رحم، بیان نموده و آن‌ها را مورد بحث قرار داده است. (بحارالانوار/ج ۷/ص ۸۷) ما در اینجا برخی از نکات جالبی را که در آن روایات آمده نقل می‌کنیم:

با بستگان خود دیدار داشته باشید، هر چند در حد نوشتن آبی باشد. صله ی رحم عمر را زیاد و فقر را دور می‌سازد، با صله رحم، رزق توسعه می‌یابد. بهترین قدم‌ها، قدمی است که برای صله رحم و دیدار اقوام برداشته می‌شود. به سراغ بستگان بروید، گرچه آن‌ها بی‌اعتنایی کنند.

صله رحم کنید هر چند فامیل از نیکان نباشد.

صله رحم کنید، گرچه با سلام کردن باشد. صله رحم، مرگ و حساب روز قیامت را آسان می‌کند.

بویی از بهشت نصیب شخص قاطع رحم نمی‌شود. صله رحم باعث تزکیه عمل و رشد اموال می‌شود. کمک به فامیل، بیست و چهار برابر به دیگران پاداش دارد.

نکات پایانی که در این بحث وجود دارد:

ادای حقوق دارای مراتب و مراحل است: اول حق خداوند، سپس والدین، سپس خویشاوندان، سپس یتیمان که کمبود محبت دارند و آن‌گاه مساکین که کمبود مادیات دارند. خویشاوندان اگر چه کافر باشند باید مورد محبت و لطف قرار گیرند. صله ی رحم واجب است گر چه بعد مکان وجود داشته باشد و گاهی تا سی سال طول عمر را زیاد می‌کند. قطع رحم از گناهان کبیره ای است که موجب عذاب آخرت و بلاهای دنیایی است. در روایات بعضاً از قطع رحم تعبیر به (حالقه) شده یعنی چیزی که سبب هلاکت و مرگ می‌باشد. رعایت حقوق خانواده و خویشاوندان، لازمه ی تقواست. خویشاوندان به گردن ما حق دارند و ما منتی بر آنان نداریم. پس از بیان یکی از آداب و رسومی که برای عید نوروز بیان شد که بسیار در اسلام به آن اهمیت داده شده بود به یکی دیگر از رسومات می‌پردازیم و آن پاکیزه ترین جامه‌ها را پوشیدن و خرید لباس از بازار و ... است.

### نکوهش بازار

امام باقر(ع) فرمودند: بدترین جاهای زمین بازارها است؛ بازار میدان ابلیس است، اول صبح پرچم خود را در آن جا نصب می‌کند و کرسیش را می‌گذارد و فرزندانش را همه سو می‌پراکند. از کسی که پیمان را کم می‌دهد تا کسی که ترازو را سبک می‌گیرد و کسی که در گز کردن دزدی می‌کند یا کسی که برای فروش کالایش به دروغ متوسل می‌شود او به فرزندانش می‌گوید: بر شما باد به(فریفتن) مردی که پدرش مرده در حالی که پدر شما هنوز

زنده است.

ابلیس با اولین کسی که به بازار می‌آید وارد می‌شود و با آخرین نفری که بازار را ترک می‌کند بر می‌گردد. (۲۴)

امام علی(ع) فرموده اند: محفل‌های بازارها، جایگاه حضور شیطان است. (۲۵)

پیامبر خدا (صلی الله علیه وآله) فرمودند: بازار سرای بی‌خبری و غفلت است. پس هر که در بازار یک تسبیح گوید خداوند هزار هزار ثواب برایش رقم زند. (۲۶)

منظور ما از اینکه روایت‌هایی را در ذم و نکوهش بازار بیان نمودیم بدین معنا نیست که ما اصلاً به بازار نرویم، بلکه منظور این است که بفهمیم چه خطرهایی در بازار در انتظار ما است، پس سریع کار خود را انجام دهیم و از بازار خارج شویم و در این لحظات زیاد به یاد خداوند باشیم و ذکر خداوند را زیاد بگوییم.

اما آیات و روایاتی که در مورد پوشاک لباس بیان شده است:

«يَا بَنِي آدَمَ قَدْ أَنْزَلْنَا عَلَيْكُمْ لِبَاسًا يُورِي سَوَاتِكُمْ وَرِيشًا وَ لِبَاسِ الثَّقْوَىٰ ذَلِكُمْ خَيْرٌ ذَلِكُمْ مِنْ آيَاتِ اللَّهِ لَعَلَّهُمْ يَذَّكَّرُونَ» (۲۷)

ای فرزندان آدم! ما برای شما پوشاکی فرو فرستادیم که عورت شما را می‌پوشاند و نیز جامه‌های زیبا و نرم و جامه‌ی تقوا، این برای شما بهتر است این از نشانه‌های خداست شاید که پند گیرید.

«وَاللَّهُ جَعَلَ لَكُمْ مِمَّا خَلَقَ ظِلَالًا وَ جَعَلَ لَكُمْ مِنَ الْجِبَالِ أَكْنَانًا وَ جَعَلَ لَكُمْ سَرَابِيلَ تَقِيكُمُ الْحَرَّ وَ سَرَابِيلَ تَقِيكُمُ بَأْسَكُمْ كَذَلِكَ يُبَيِّنُ نِعْمَتَهُ عَلَيْكُمْ لَعَلَّكُمْ تُسْلِمُونَ» (۲۸)

و (نیز) خداوند از آنچه آفریده است سایه‌ها برای شما قرار داده؛ و از کوه‌ها پناهگاه‌هایی و برای شما پیراهن‌هایی آفریده، که شما را از گرما (و سرما) حفظ می‌کند؛ و پیراهن‌هایی که به هنگام جنگ، حافظ شما است؛ این‌گونه نعمت‌هایش را به شما کامل می‌کند شاید تسلیم فرمان او شوید!

### چه لباس‌هایی بپوشیم؟

روایت داریم که پیامبر(صلی الله علیه وآله) فرمودند:

نیکوترین جامه‌ای که با آن خدای عزوجل را در گورهایتان و در مساجدتان دیدار می‌کنید، جامه‌ی سفید است. (۲۹)

امام صادق(ع) فرموده اند: کتان از لباس‌های پیامبران است و گوشت را می‌رویانند. (۳۰)

پیامبر خدا (ص) از دو شهرت نهی فرمود:

شهرت در نازکی و ضخامت لباس، نرمی و زبری آن و بلندی و کوتاهی آن. بلکه باید حد وسط میان این خصوصیات را رعایت کرد. (۳۱)

امام صادق(ع) فرموده اند: دارایی‌ها از آن خداست و آن‌ها را نزد انسان به امانت می‌سپارد و به انسان‌ها اجازه داده است که با

میانه روی، بخورند و با میانه روی، بپوشند. (۳۲)

پیامبر خدا (ص) فرموده اند: پوشیدن حریر و طلا برای مردان اتم حرام و برای زنانشان حلال گشته است. (۳۳) پیامبر خدا (صلی الله علیه وآله) فرموده اند: ای اباذر! لباس زیر پیوش و جامه درشت و ضخیم بر تن کن، تا فخر و غرور به وجود تو راه نیابد. (۳۴) پیامبر

خدا (صلی الله علیه وآله) فرموده اند: هر کس لباسی به تن نمود باید پاکیزه بدارد. (۳۵) پیامبر خدا (صلی الله علیه وآله) فرموده اند: ای عایشه! این دو لباس را بشوی؛ مگر نمی‌دانی که لباس تسبیح خدا می‌گوید و هرگاه کثیف بشود از تسبیح باز می‌ایستد. (۳۶)

پیامبر خدا(صلی الله علیه وآله) فرموده اند: چهره گشوده و با عمامه به مسجدها در آید؛ زیرا عمامه‌ها، تاج‌های مسلمانان است. (۳۷)

### نکات پایانی و خواندنی در مورد خرید لباس عید نوروز

تنوع طلبی و افزون خواهی، دامی برای اسیر شدن انسان‌ها است. استعمارگران نیز از همین خصیصه ی مردم، برای لباس، مسکن، مرکب، و تجملات استفاده کرده و مردم را به اسارت می‌کشند.

آن‌گونه که در لباس مادی، پوشش عیوب، حفاظت از سرما و گرما و زیبایی مطرح است تقوا هم عامل پوشش عیوب است، هم نگاه‌دارنده از گناه و هم مایه ی زیبایی معنوی انسان می‌باشد. دوخت لباس و نوع و رنگ آن، هر چه به عفت نزدیک تر باشد، بهتر است. پست شمردن

دیگران به خاطر لباس و ظاهری ساده، رفتاری فرعونی است.

در قرآن کریم از چند چیز به عنوان «لباس» یاد شده است:

شَبَّ: «جَعَلَ لَكُمْ اللَّيْلَ لِبَاسًا» (۳۸)

همسر: «هِنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ» (۳۹)

تقوا: «وَلِبَاسُ التَّقْوَىٰ ذَٰلِكَ خَيْرٌ» (۴۰)

در حدیث داریم که اگر کسی به واسطه بهتر بودن بند کفشش بر دیگری خود را برتر ببیند، جزو کسانی است که اراده ی علو در زمین دارند. نوع لباس مردم در جامعه، می تواند معرف شخصیت، مکتب و هدف آن ها باشد.

چه بسیار کسانی که در تهیه مسکن، لباس، مرکب، کلام، ازدواج، و نامگذاری فرزند، کاری می کنند که جامعه نمودی داشته باشند و مردم متوجه آنان شوند که به فرموده روایت، این افراد اراده برتری در زمین دارند و از بهشت محرومند.

سرچشمه ی بسیاری از مزاحمت های هوسبازان نسبت به زنان و دختران، نوع لباس خود آن ها است.

پوشیدن لباس ساده، سوار شدن بر الاغ برهنه، شیر دوشیدن، هم نشینی با بردگان، سلام کردن به اطفال، وصله کردن کفش و لباس، پذیرفتن دعوت مردم، جارو کردن منزل، دست دادن به تمام افراد و سبک نشمرن غذا از سیره های رسول خدا(ص) بود.

بحث دیگری که در این ایام(عید نوروز) مطرح است عبارت است از:

خوردن آجیل و شیرینی و از آن طرف پر خوری و به همراه آن مریضی و بیماری. پس چه کنیم که دچار بیماری نشویم و از آن طرف بتوانیم از عید نوروز خود کمال استفاده را بنماییم؟

ابتدا دستورالعمل هایی که امام رضا(ع) طی نامه ای به مأمون نوشتند را برای فصل بهار بیان می نماییم:

امام رضا(ع) فرمودند: در این فصل(بهار) تغییرات جوی زیاد است که انسان از جو سرمای زمستان به هوای معتدل بهار منتقل می شود و باید متوجه این تغییرات جوی باشد، به خصوص که در پشت سر بهار فصل تابستان می رسد.

در این فصل باید غذاهای سنگین که دارای نیروی حرارتی زیاد بودند، گوشت های چربی دار و سایر غذاهای مخصوص زمستان را تبدیل به غذاهای سبک و معتدل و زود هضم نماید مانند حبوبات، سبزیجات و میوه ها چون در فصل بهار به حکم تغییر در طبیعت همه چیز(خواه حیوانی و خواه نباتی) عوض می شوند؛ لذا بیشتر اطباء توصیه می کنند که انسان ها قبلاً با خوردن مسهل، دستگاه جهاز هاضمه خود به خصوص مجاری صفرا را پاک و تمیز کند و برای این کار مسهل های جوشانده نباتات بخورد، صبح ها استحمام کند و به شادی و طرب مشغول شوند و در جاهای خلوت و آرام بنشینند

تا با این کارها بدن خود را آماده حرارت تابستان بکنند و هم برای مقابله با پاییز و زمستان مهیا شوند.

در ماه دوم بهار گوشت و چربی کم بخورند، بیشتر از غذاهای سرد مزاج استفاده کنند و از همه نوع وسایل تولید برودت برای از بین بردن تاثیر حرارت استفاده کنند و آب زیاد بخورند تا جبران آن آب هایی باشد که به شکل عرق از بدن بیرون می آید. در این ماه باید غذاهای لطیف مانند گوشت سفید نیم پخته خورد و نباید پیاز، ریحان، پونه و ترشی خورد. ماه دوم بهار که نیشان است سی روز است.(۲۵ فروردین تا ۲۳ اردیبهشت).

در این موقع باید غذاهای کیاب شده و گوشت شکار خورد، جماع خوب است، در حمام بدن را روغن مالی کردن و همچنین بو کردن گل ها و ریاحین خوبست.

ماه سوم بهار(از ۲۴ اردیبهشت تا ۲۳ خرداد):

از خوردن غذاهای شور و گوشت های سنگین مانند گوشت گاو و شیر خودداری کنید.

در این موقع از ماه استحمام در اول روز خوب است ولی نباید قبل از خوردن غذا ورزش کرد.

### پی نوشت:

(۱) - مائده / ۱۱۴

(۲) - وسائل الشیعه / ج ۱۵ / ص ۳۰۸؛ میزان الحکمه / ج ۹ / ص ۴۲۰ / ج ۱۴۶۰۴ به نقل از شرح نهج البلاغه ابن ابی الحدید / ج ۲۰ / ص ۷۳.

(۳) - میزان الحکمه / ج ۹ / ص ۱۴۶۰۹ / ص ۴۲۰۳ به نقل از بحار الانوار / ج ۵۹ / ص ۹۲ / ج ۱؛ متدرک الوسائل / ج ۶ / ص ۳۵۲۲.

(۴) - من لا یحضر الفقیه / ج ۳ / ص ۳۰۰؛ میزان الحکمه / ج ۹ / ص ۱۴۶۱ / ص ۴۲۰۳.

(۵) - میزان الحکمه / ج ۹ / ص ۱۴۶۱۲ / ص ۴۲۰۳.

(۶) - شاید در میان ارتش منصور عناصر ایرانی بوده اند و او برای جلب رضایت آن ها دست به این کار زده است.

(۷) - بحار الانوار / ج ۵۹ / ص ۲ / ج ۹ / ص ۱۰۸ / ج ۹؛ میزان الحکمه / ج ۹ / ص ۱۴۶۱۳ / ص ۴۲۰۳.

(۸) - وسائل الشیعه / ج ۸ / ص ۱۷۲؛ میزان الحکمه / ج ۹ / ص ۱۴۶۱۰ / ص ۴۲۰۲.

(۹) - بحار الانوار / ج ۷۴ / ص ۱۹۶، به نقل از کتاب گنجینه معارف / ج ۱ / ص ۶۰۱.

(۱۰) - نساء / ۱.

(۱۱) - محمد / ۲۲ و ۲۳.

(۱۲) - نساء / ۳۶.

(۱۳) - رعد / ۲۵.

(۱۴) - الکافی / ج ۲ / ص ۳۴۷.

(۱۵) - همان / ج ۲ / ص ۶۴۱.

(۱۶) - همان / ص ۱۵۲.

(۱۷) - الکافی / ج ۲ / ص ۱۵۱.

(۱۸) - جامع الاخبار / ص ۱۰۶.

(۱۹) - کافی / ج ۲ / ص ۱۵۱.

(۲۰) - غرر الحکم / ج ۱ / ص ۴۶۳.

(۲۱) - غرر الحکم / ج ۱ / ص ۴۶۵ / ج ۱۲ / ص ۳۵۶۴.

(۲۲) - همان / ص ۴۶۴ / ج ۱۳ / ص ۳۵۶۵.

(۲۳) - جامع السعادات / ج ۲ / ص ۲۶۰.

(۲۴) - البحار / ج ۸۴ / ص ۸۷ / ج ۱۱ / ص ۹۰۴۲ / ص ۲۶۳۲.

(۲۵) - غرر الحکم / ج ۱ / ص ۴۲۷۲ / ج ۲ / ص ۵۴۸.

(۲۶) - کنز العمال / ص ۹۳۳۰.

(۲۷) - اعراف / ۲۶.

(۲۸) - نحل / ۸۱.

(۲۹) - الترغیب و الترہیب / ج ۳ / ص ۳ / ج ۱۱ / ص ۱۸۰۶۲ / ص ۵۲۸۵.

(۳۰) - کافی / ج ۶ / ص ۱۴۴۹.

(۳۱) - کنز العمال / ج ۴۱۱۷۲.

(۳۲) - البحار / ج ۷۹ / ص ۳۱۲.

(۳۳) - کنز العمال / ج ۴۱۲۱۰.

(۳۴) - امالی طوسی / ج ۵۳۹ / ص ۱۱۶۲، میزان الحکمه / ج ۱۱.

(۳۵) - الکافی / ج ۳ / ص ۴۴۱ / ج ۲ / ص ۷۲۳.

(۳۶) - کنز العمال / ج ۲۶۰۰۹؛ بهشت اخلاق / ج ۲ / ص ۷۲۳.

(۳۷) - کنز العمال / ج ۴۱۱۴۳؛ میزان الحکمه / ج ۱۱ / ص ۱۸۰۹۸ / ص ۵۲۹۳.

(۳۸) - فرقان / ۴۷.

(۳۹) - بقره / ۱۸۷.

(۴۰) - اعراف / ۲۶.

