



مقام معظم رهبری:

از جنبه‌ی دینی - که من باز هم روی این مسئله تأکید خواهم کرد - مرقد جناب احمدبن موسی(ع) و برادران بزرگوارش و دیگر امامزاده‌های خاندان پیغمبر(ص)، یک نشانه‌ی بسیار مهمی است. این که پیغمبرزادگان محترم و معتبر، مردم فارس را مخاطب خود و منطقه و منزل آنها را مأمن خود قرار بدهند، بسیار چیز پرمعنا و مضمون‌داری است؛

به‌خصوص شخصیت برجسته‌ی جناب احمدبن موسی(ع) که در میان امامزادگان شناخته‌شده‌ی خاندان پیغمبر (ص)، جزو برجستگان محسوب می‌شود. درباره‌ی او این‌جور نوشته‌اند که:

«و کان احمد بن موسی کریم‌ا جلیلا ورعا و کان ابوالحسن... (علیه‌السلام) یحبه و یقدمه»؛ مردی بخشنده و کریم و باورع و دارای جلالت مقام و منزلت بود و پدرش - حضرت موسی‌بن‌جعفر(ع) - این بزرگوار را بر فرزندان و خویشاوندان دیگر خود مقدم می‌داشت و به او محبت ویژه‌ای داشت.

سرمقاله

سید مصطفی زهرانی

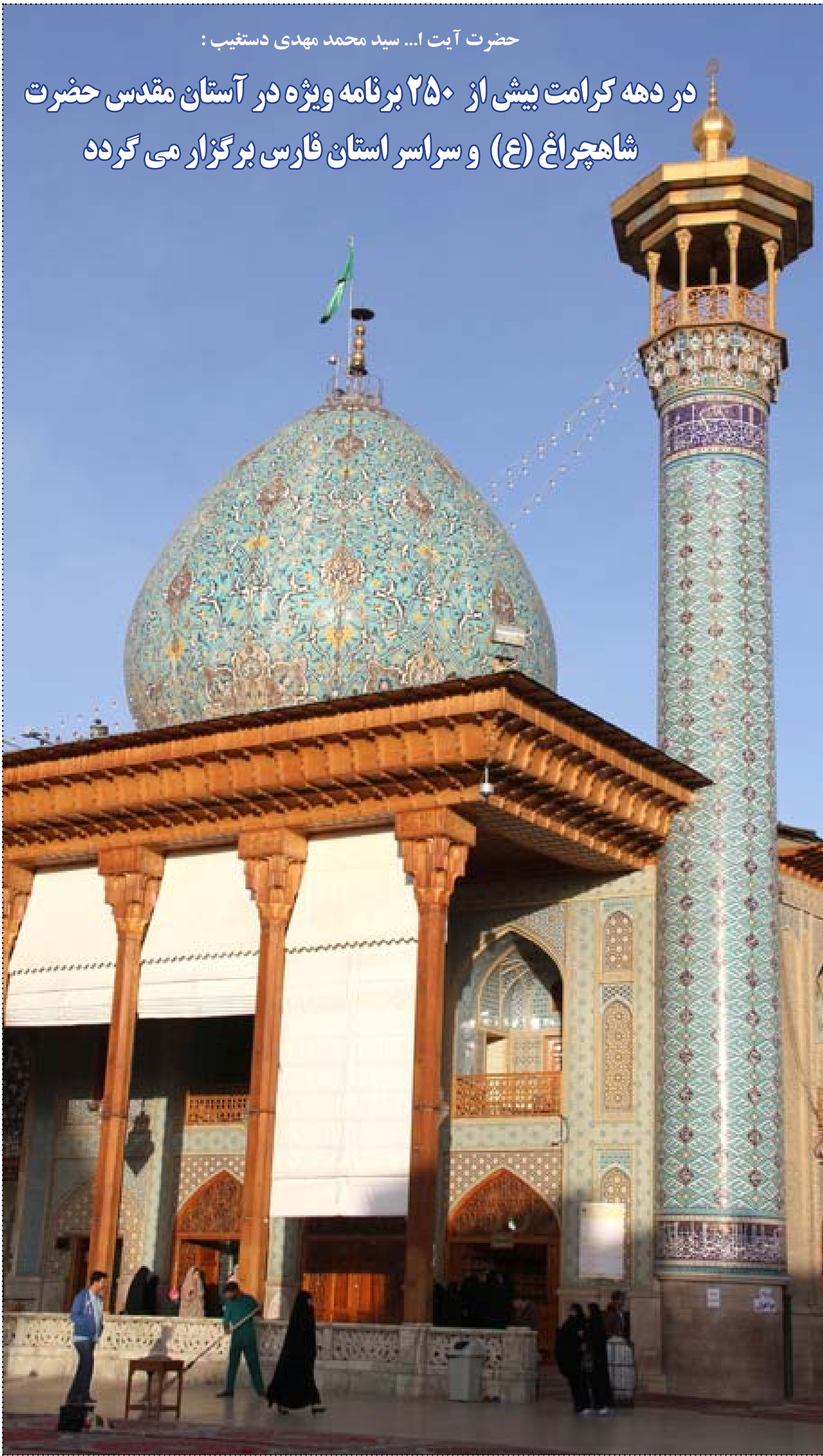
تداوم خوبی‌ها

بی تردید بر همگان محسوس است که در این روزگار، روزها و ماه‌ها با سرعتی عجیب در گذر هستند. علت هرچه باشد چندان مهم نیست. آنچه اهمیت دارد تاخت سریع اسب زمان است که پرشتاب به سوی آینده می‌تازد و بدون آنکه از کسی اجازه بگیرد به راحتی فردا را از آینده ستانده و امروز را به گذشته می‌سپارد. اندکی ذهنمان را به عقب برگردانیم، به راستی که سرعت زمان شگفت‌آور است و چه زود فاصله‌ها شکل می‌گیرند. درست‌چندی پیش بود که با هم نماز عید فطر به جا آوردیم و روز اول شوال را جشن گرفتیم و حال... مراقب باشیم سبک زیستن امروزی را توجیهی برای اعمال خود ندانیم و از فضیلت‌هایی که ارمغان ماه میهمانی خدا و نتیجه یک‌ماه طاعات و عبادات خالصانه به درگاه کبریایی ایشان است، با جان و دل حفاظت کنیم. هرچند زمانه ویژگی‌هایی دارد که سبب می‌شود آن خوبی‌ها کم‌کم توسط بسیاری از ما به ورطه فراموشی سپرده شوند تا آنکه دوباره ماه ضیافت الهی فرا رسد و باز توفیق کسبشان حاصل گردد. اما در حقیقت چه کسی از فردای خود خبر دارد. چه بسا ممکن است برای خیلی‌ها فرصت دیگری فراهم نشود و البته برای بسیاری هم تجربه‌ای مداوم باشد. اما اگر جز تکرار مکررات ثمری به بار ننشیند و تغییری اتفاق نیفتد چه سودی خواهد داشت؟ تنها، چرخیدن در چرخه‌ای که معلوم نیست کی از حرکت باز خواهد ایستاد و این با شریعت ما در تضاد است. چرا که آفرینش بیهوده نیست و بر این منوال اشرف مخلوقات نیز باید در مسیری رو به کمال گام بردارد. پس چه نیکوست سعی کنیم همچنان منشهای خوب رفتاری و ارزشهای پسندیده اخلاقی را که در ماه مهربانی‌ها برای خود برگزیده‌ایم تداوم بخشیم و ماندگار نماییم و از سویی آنچه ناپسند است و موجب غفلتمان می‌گردد از خویشتن برهانیم. همه می‌دانیم اگر یقین داشته باشیم و صداقت را در زندگی پیشه کنیم دستی که بالاترین دست‌هاست، دستانمان را خواهد گرفت. //

معاون بین الملل مجمع جهانی اهل بیت (ع) خبر داد؛ سیره حضرت شاهچراغ (ع) در برنامه های تبلیغی ۶۸ کشور دنبال می شود



معاون بین الملل مجمع جهانی اهل بیت (ع) از احداث مراکزی به نام حضرت امام رضا (ع) خبر داد و گفت سه مسجد در کشورهای نیوزلند، کامرون و ماداکاسکار ساخته می شود. حجت الاسلام محمد سالار، معاون بین الملل مجمع جهانی اهل بیت (ع)، در جلسه شورای هماهنگی ستاد بزرگداشت دهه کرامت کشور در شیراز ضمن اشاره به برنامه ها و فعالیت های خارج از کشور در دهه کرامت، گفت: در اجرای این برنامه ها سازمان فرهنگ و ارتباطات اسلامی، مجمع جهانی اهل بیت (ع) و جامعه مطلقى العالمیه سهیم هستند...





سخن روز

ورود آزادگان سرافراز به میهن اسلامی

«اگر روزی اسرا برگشتند و من نبودم، سلام مرا به آنها برسانید و بگویید خمینی در فکرتان بود» امام خمینی(ره)
۲۶مرداد ۱۳۶۹، میهن اسلامی شاهد حضور عزیزانی بود که پس از سال‌ها اسارت در زندان‌های مخوف رژیم بعثی صدام، قدم به خاک پاک میهن اسلامی خود می‌گذاشتند. این روز یکی از خاطره‌انگیزترین روزهای تاریخ انقلاب اسلامی است که شاهد حضور و آزادی مردانی بود که در راه عهد و پیمانی که با خدا بسته بودند، مجاهدت و استقامت ورزیدند و آنها توانستند در سال‌های زجر و شکنجه، با وجود درد و بیماری جسمی، روح و روان خود را حفظ کنند و تقوا و مردانگی خود را مضاعف نمایند تا در بازگشت به ایران اسلامی در صحنه‌های مختلف اجتماعی، سرمشق و نمونه‌ای برای صلابت و استقامت مردان و زنان ایران اسلامی باشند این روز بر همه آزادگان مبارک باد..

این مرد خدایی

به بهانه چهلمین روز در گذشت زنده یاد حشمت ...! زمردیان

شادروان زمردیان را همه کم و بیش می‌شناختیم .
همو که چهره شاخص فرهنگی شهر و دیارمان بود. او که بیش از شصت سال در هیات مذهبی شیراز خالصانه خدمت کرد و مورد احترام کوچک و بزرگ بود و خدمتی شایسته و ماندگار از خود بجا گذاشت. عشق به اهل بیت(ع) به ویژه محب اباعبدالله الحسین(ع) در طلی سالها از او یک انسان وارسته ساخته بود. خدمت به اسلام و مسلمین بیشترین دغدغه او بود. او در ماه‌های محرم و صفر سر از پا نمی‌شناخت و مرتب در تکاپو بود تا برنامه‌های مذهبی هر چه بهتر و پربارتر برگزار شود و چه زیبا و بی ریا خودش نوحه می‌خواند و عزاداری می کرد.
چهره‌اش همیشه خندان بود اخلاق نیکو، تواضع و فروتنی و بزرگ منشی و کلام نافذ و دلنشین او زیانزد خاص و عام بود و همین خصوصیات بود که از او یک انسان متعهد و با کمال و معرفت ساخته بود.
او فارغ از کسب و کار و خانواده هر کجا که فکر می‌کرد می‌تواند قدمی بر دارد حضور پیدا می‌کرد و اکثرا در جلسات، طرح و برنامه داشت و راهنمایی و ارشاد می‌کرد و مشوق جوان‌ها بود. او در شکل گیری و تاسیس اکثر مجامع عام المنفعه و خدایپسندانه شهر شیراز سهیم بود. درست است که در کار تجارت و بازار فعالیت داشت اما همیشه برای فعالیت ها و جلسات مذهبی وقت می‌گذاشت حتی اگر این جلسات تا پاسی از شب طول می‌کشید، او حضوری موثر داشت زنده یاد زمردیان علاوه بر اینکه در انجمن های فرهنگی و خیرخانه عضو بود و کارگشایی میکرد یکی ازارکان مجمع محبین حضرت احمد بن موسی شاهچراغ(ع) بود و درشکل گیری آن بسیار تلاش کرد و در شناسایی و معرفی افراد نیکوکار و خیر و سرشناس موثر بود.او ارادات خاصی به امامزادگان شهر و دیارمان به ویژه حضرت شاهچراغ(ع) داشت و معتقد بود که همه باید در مسیر توسعه، آبادانی و پیشرفت این حرم‌های مطهر تلاش کنیم. او در تمامی جلسات مجمع حضوری فعال داشت و در جهت پیشبرد امور گام بر می‌داشت حتی این اواخر با اینکه از نظر جسمانی ضعیف شده بود در جلسات استانی مجمع بخصوص در شهرستان گراش حضور پیدا کرد و سخنرانی نمود. پیوند او با روحانیت معظم خصوصاشهید آیت سید عبد الحسین دستغیب و برادر گرمای ایشان حضرت ا.. سید محمد مهدی دستغیب تولیت محترم آستان مقدس احمدی و محمدی(ع)مثال زدنی بود.

اکنون او در میان ما نیست و روح پاکش از کنار ما پر کشیده و به ملکوت اعلی پیوسته است اما یاد و خاطره اش باقی است.
روحش شاد و با اهل بیت(ع) محشور و راهش پر رهرو باد.
آری همه ما روزی پا به این جهان می گذاریم و امیدواریم روز و شب‌های عمرمان سرشار از عشق به اهل بیت(ع)و خدمت به مردم باشد.

دو چیز حاصل عمریست نام نیک و ثواب

از این دو چون گذری کل من علیها فان
عبدالحسین ده بزرگی – دبیرخانه مجمع محبین حضرت احمد بن موسی(ع)

شاهچراغ(ع) مره عشق

اینجا جایگاه امامزاده‌ی واجب‌التکریم است که در پرهیزگاری، عدالت، شجاعت و آزادی‌گری زبانه‌زده همگان بود. سید میراحمدبن موسی(ع) معروف به شاهچراغ، بزرگی که میهمان شهر شعر و ادب شیراز شد و با وجود معنوی و نورانی خود برای همیشه شاه نشین گنبدی گردید که بر ایوان آن نقش عشق به ثامن الائمه را حک کرده اند.
سید میر احمدبن موسی بن جعفر(ع)، فرزند ارشد امام موسی کاظم(ع) معروف به سیدالسادات و شاهچراغ(ع) است. سید میراحمدبن موسی(ع)، یکی از شخصیت‌های عالی مقام و پرهیزگاری بود که پدر وی همواره او را به بخشندگی و دلیری می‌ستود و پس از شهادت امام موسی کاظم(ع)، مردم مدینه به خانه او رفتند و با وی بیعت کردند. اما پس از آن، سید میر احمدبن موسی(ع) در فضائل برادرش امام رضا(ع) سخن‌ها گفت و همگان را بر آن داشت تا به خدمت وی برسند و با او به عنوان هشتمین امام شیعیان بیعت کنند.

حضرت آیت ا... سید محمد مهدی دستغیب :

در دهه کرامت سال جاری ۲۵۰ برنامه ویژه در آستان شاهچراغ (ع) و سراسر استان فارس برگزار می گردد

ویژه برنامه بزرگداشت حضرت شاهچراغ(ع) در روز ۲۱ شهریور ماه خواهد بود



حضرت آیت ا... سید محمد مهدی دستغیب تولیت آستان مقدس احمدی و محمدی در گفتگویی ویژه برنامه های دهه کرامت در استان فارس را بالغ بر ۲۵۰ برنامه اعلام کردند.

به گزارش واحد اطلاع رسانی ایشان اظهار داشتند با توجه به پیش بینی های به عمل آمده در دهه کرامت که از روز ۱۶ شهریور ماه آغاز و ۲۶ شهریور به پایان خواهد رسید از سوی نهادهای دولتی، ادارات، سازمانها، موسسات و برنامه های ویژه ای تدوین که این برنامه ها در روز ۲۱ شهریور ماه مصادف با روز بزرگداشت حضرت شاهچراغ(ع) به اوج خود خواهد رسید.

تولیت آستان مقدس با اشاره به اینکه در این ایام دهها همایش، جشنواره، افتتاح پروژه ها، نمایشگاه، جشن و آئین مذهبی فرهنگی، مسابقات، انتشار ماهنامه، نشریه، بولتن، بروشور، پوستر و تبلیغات محیطی و آذین بندی و چراغانی و توزیع نقل و شیرینی و شربت آلات را خواهیم داشت اضافه کردند براساس اعلام ستاد دهه کرامت استان فارس کلیه ادارات، سازمانها، نهادها و موسسات و یژه برنامه هایی را به اجرا در می آورند و سراسر استان غرق نور و شادی خواهد بود.

حضرت آیت ا... سید محمد مهدی دستغیب عنوان کردند در روز ۶ ذیقعه در ۲۱ شهریور ماه که مصادف با روز بزرگداشت حضرت سید میراحمدبن موسی حضرت شاهچراغ(ع) خواهد بود از ساعت ۵ صبح برنامه های خاص این روز با برگزاری نماز جماعت آغاز می گردد.

ایشان مهمترین برنامه های این روز را قرائت دعای عهد، قرائت زیارت عاشورا، برنامه رادیویی ندای محبت در صحن

حجت الاسلام ارباب سلیمانی دبیرستاد عالی کانون های فرهنگی مساجد کشور

دهه کرامت؛ دهه دفاع از ولایت، تکریم سفیران هدایت در ایران اسلامی است

حجت الاسلام سلیمانی با اشاره به اقدامات ستاد بزرگداشت دهه کرامت در خصوص حضرت احمد بن موسی (ع)، خاطر نشان کرد: برگزاری و اجرای حداقل ۲۰ هزار برنامه با محوریت مساجد، حرم امامزادگان، پایگاه های بسیج، اصناف و بازاریان، مهدهای کودک، برگزاری ۵۰۰ نشست تخصصی با تبیین ویژگی های حضرت شاهچراغ(ع) و قرائت زیارت آن حضرت در شب و روز ششم ذیقعه در بقاع متبرکه و مساجد از جمله این برنامه هاست.

خاطرنشان می شود، همه ساله از یکم تا یازدهم ذیقعه را به عنوان دهه کرامت مشخص شده که با میلاد حضرت فاطمه معصومه (س) آغاز، با بزرگداشت امامزادگان وهمچنین روز بزرگداشت حضرت شاهچراغ (ع) با عنوان «امین ولایت» ادامه و با میلاد سراسر نور حضرت امام رضا (ع) پایان می یابد.



برنامه ها، حضرت شاهچراغ (ع) قرار بگیرد، افزود: باید استان فارس بااهتمام ویژه برنامه های خود را در خصوص دهه کرامت به عنوان الگو در کشور مطرح کنند.

در فارس، کانون فکر وبرنامه ها باید حضرت شاهچراغ (ع) قرار گیرد.

حجت الاسلام حمیدرضا سلیمانی، دبیر ستاد عالی کانون های مساجد کشور، در نشست شورای هماهنگی ادبه کرامت کشور با مسؤولان استان فارس، دهه کرامت را فرصتی برای آزمون دوستی اهل بیت(ع) دانست و گفت: دهه کرامت دهه دفاع از ولایت، تکریم سفیران هدایت در ایران اسلامی است.

مدیر عامل خبرگزاری شبستان، این دهه را دهه ابراز ارادت به خاندان وحی خواند و تصریح کرد: ترویج این دهه مبیین توجه به خاندان وحی (ص) بوده و در روز حضرت شاهچراغ (ع) باید استعدادها متمرکز شوند.

دبیر ستادعالی کانون های مساجد کشور

با اشاره به اینکه در فارس باید کانون فکر و

برنامه ها، حضرت شاهچراغ (ع) قرار بگیرد، افزود: باید استان فارس بااهتمام ویژه برنامه های خود را در خصوص دهه کرامت به عنوان الگو در کشور مطرح کنند.

به استقبال دهه کرامت، در دهه کرامت سالجاری ؛

مجمع ادبی کودکان و نوجوانان آستان مقدس تشکیل می گردد

در راستای فعالیت های کودکان و نوجوانان، آستان مقدس احمدی و محمدی(ع) در دهه کرامت سال جاری و به میمنت ۶ ذیقعه، سالروز بزرگداشت مقام و منزلت حضرت سید میراحمدبن موسی(ع) مجمع ادبی کودکان و نوجوانان تشکیل می گردد.
صحرابان مدیر فعالیت های کودک و نوجوان آستان مقدس گفت : کودکان و نوجوانانی که دارای آثار ادبی هستند می توانند برای عضویت در این مجمع ثبت نام کنند. وی افزود شرایط ثبت نام ارائه آثار ادبی، داشتن ذوق شعر و سن بین ۱۱ تا ۱۵ سال می باشد.

مدیر فعالیت های کودک و نوجوان افزود برای حضور کودکان و نوجوانان ارائه رضایت نامه کتبی ولی، اصل شناسنامه همراه با کپی صفحه اول و یک نمونه از آثار ادبی الزامی است.

صحرابان اضافه کرد مکان ثبت نام خانه معارف کودک و نوجوان در ضلع شرقی صحن مطهر و کانون های فرهنگی و تربیتی نواحی چهارگانه آموزش و پرورش است و سایت آستان مقدس به آدرس : **www.shahecheragh.ir** و تلفن های ۲۱۳۱۳۱۴ – ۲۲۳۳۱۵۶ نیز در خدمت این عزیزان می باشد.

مدیر کودک و نوجوان در پایان گفت این مجمع در ۱۷ شهریور ماه دومین روز از دهه کرامت از ساعت ۹ صبح در تالار اجتماعات شهید دستغیب آستان مقدس برگزار می گردد.

همزمان با روز بزرگداشت حضرت شاهچراغ (ع) صورت می گیرد

تجمع کودکان و نوجوانان ۱۵ تا ۲۱ شهریور ماه در جشن شکوفه های کرامت

همزمان با ۶ ذیقعه (۲۱ شهریور ماه سال جاری) روز بزرگداشت مقام و کرامت حضرت سید میر احمد بن موسی شاهچراغ (ع)، جشن تولد کودکان و نوجوانانی که تاریخ تولدشان مصادف با سالروز بزرگداشت این امامزاده واجب التکریم میباشد با عنوان جشن شکوفه های کرامت در صحن و حرم شاهچراغ(ع) برگزار می شود.

صحرابان مدیر مرکز کودکان و نوجوانان با اعلام این مطلب گفت امسال با برنامه ریزی انجام شده کودکان و نوجوانانی که متولد سال های ۱۳۷۷ تا ۱۳۸۳ (۸ تا ۱۵ سال) میباشند می توانند به خانه معارف کودک و نوجوان واقع در ضلع شرقی صحن مطهر حضرت شاه چراغ (ع) مراجعه و با ارائه اصل و فتوکپی

شناسنامه خود ثبت نام تا در جشن شکوفه های کرامت شرکت داده شوند. وی اضافه کرد والدین کودکان و نوجوانان می توانند جهت اطلاع بیشتر با تلفن های ۲۲۳۳۱۵۶ و ۲۱۳۱۳۱۴ تماس یا به سایت آستان مقدس **www.shahecheragh.ir** مراجعه نمایند. گفتنی است جشن مذکور در روز ۲۱ شهریور در آستان مقدس برگزار می شود.



مدیثی از پیامبر (ص)

هنگامیکه آیه تطهیر (آیه ای از سوره احزاب) در خانه ام‌سلمه بر پیامبر اکرم(ص) نازل شد آن حضرت، فاطمه زهرا (س) و حسن و حسین(ع) را خواندند . پس آنها را به عبابی پوشاندند در حالیکه‌علی(ع) هم پشت‌سر آن حضرت قرار داشت. پس او را هم به‌آن‌عبا پوشاند . سپس فرمود : بارالها ایشان اهل بیت منند، پس‌پلیدی را از آنان ببر و آنها را پاک گردان.

ام سلمه که درهمان نزدیکی بود، سؤال کرد : یا رسول الله آیا من هم در زمره اهل بیت‌می‌باشم؟ حضرت فرمودند : شما جایگاه مخصوص خود را دارید و شما در خیر و سلامتی هستید.

همزمان با عید سعید فطر آغاز شد

سفر زائران تابستانی به بارگاه حضرت شاهچراغ (ع)

هزاران زائر از سراسر میهن اسلامی با پایان یافتن ماه مبارک رمضان و همزمان با عید سعید فطر ؛ سفر خود را به سومین حرم اهلپیت (ع) در ایران اسلامی وزارت مضاجع شریف امامزادگان واجب التکریم به خصوص حضرت احمد بن موسی (ع) آغاز کردند.

سید محمد حسن دستغیب مدیر آستان مقدس با اعلام این مطلب گفت : با توجه موج دوم سفر زائران در تابستان سالجاری به شیراز وقصد زیارت ضریح مطهر حضرت شاهچراغ (ع) تمهیدات لازم برای حضور زائران فراهم گردیده است ودست اندر کاران این آستان شریف با تجهیز امکانات موجود از جمله کفشداری ها، امانت داری ها، سرویس های بهداشتی، سیستم های سرمایشی، آبخوری ها، کتابخانه، موزه ؛ دار الضیافه، دفاتر نذورات، دار الا یتام و... آماده ارائه خدمات به زائران ؛ شهروندان ومجاوران می باشند .

وی اضافه کرد کلیه راه های ورودی به آستان مقدس علیرغم ساخت وساز رواق امام خمینی (ره) وصحن جمهوری اسلامی آماده تردد زائران بوده وبحمدا... مشکلی برای حضور زائران وجود ندارد .

در نهمین نشست شورای هماهنگی بزرگداشت دهه کرامت در شیراز

برنامه های دستگاه های اداری و مردم نهاد در دهه کرامت اعلام شد



شورای هماهنگی بزرگداشت دهه کرامت در نهمین نشست خود در شیراز با معرفی برنامه های سالروز بزرگداشت حضرت احمدبن موسی (ع) به کار خود پایان داد.
اعضاء شورای هماهنگی بزرگداشت دهه کرامت طی مدت یک روز اقامت در شیراز ضمن زیارت مضاجع شریف حضرت سید میرمحمدبن موسی شاهچراغ(ع) و حضرت سید میراحمدبن موسی(ع) و احترام به ساحت شریف شهید محراب حضرت آیت‌ا...سید عبدالحسین دستغیب رضوان ا...تعالی علیه

تمدید توزیع کارت های ختم قرآن تا پایان دهه پرفضیلت کرامت

در ایام ماه مبارک رمضان، مرکز دارالقرآن الکریم آستان مقدس حضرت شاهچراغ (ع) اقدام به توزیع هزاران کارت ختم کلام الله مجید به نیت سلامتی و تعجیل در فرج امام زمان (عج) بین زائران حرمین شریفین احمدی و محمدی (ع) نمود.
به دلیل استقبال گسترده‌ای که ارادتمندان اهل بیت عصمت و طهارت (علیهم السلام)

غرفه آستان مقدس در نمایشگاه بزرگ کودک و نوجوان

مرکز کودک و نوجوان آستان مقدس در نهمین نمایشگاه کودک و نوجوان که در محل دائمی نمایشگاه های بین المللی برگزار گردید، حضوری فعال داشت.
صحرابان مسئول مرکز کودک و نوجوان آستان مقدس گفت در غرفه برپا شده در این نمایشگاه که در سالن نرگس دایر بود صد ها کودک و نوجوان حاضر در این نمایشگاه با حضور در این غرفه با انواع سرگرمی ها از جمله نقاشی، کاغذ و تا (اریگامی)،کتابخوانی، قصه خوانی، مسابقه نقاشی،خاطره نویسی

اولین زیارت و اولین نماز و انواع بازی های سازنده آشنا شده و اوقات فراغت خود را پر نمودند.
وی گفت : در این نمایشگاه کودکان و نوجوانان از طریق کارشناسان آستان شریف با زندگی نامه،شخصیت و فضایل اخلاقی حضرت شاهچراغ آشنا شد ند.



خبر کوتاه

همراهی بیش از دوازده هزار نفر از کودکان و نوجوانان در مراسم شب های قدر آستان مقدس



همزمان با برگزاری مراسم لیالی قدر، آستان مقدس حضرت شاهچراغ (ع)، پذیرای بیش از دوازده هزار نفر از کودکان و نوجوانانی بود که در این شب های پرفضیلت به حرم مطهر مشرف شده بودند.

به منظور هرچه پرپار تر شدن اوقات این عزیزان، کانون تلاش و اندیشه کودکان و نوجوانان حرم مطهر برنامه های ویژه ای را تدارک دیده بود.

ویژه برنامه «دوست من کتاب» با موضوع کتاب و کتابخوانی، «خدا با من حرف می زند» با موضوع آشنایی با قرآن به زبان کودکانه، «شعر و قصه» در زمینه آشنایی با فضائل و مناقب امیرالمومنین حضرت علی (ع)، «نقاشی با موضوع شب قدر»، مسابقه کتابچه های «خانه بهار» و «بهشت شیراز» و انجام سایر بازی ها و سرگرمی های کودکانه همراه با اهداء جوایز متبرک، از جمله برنامه هایی بود که آستان مقدس حضرت شاهچراغ (ع) برای کودکان در نظر گرفته بود که با استقبال زایدالوصفی از جانب آینده سازان فردا و خانواده هایشان مواجه شد.

«سفره آسمانی» در مرکز دارالقرآن آستان مقدس حضرت شاهچراغ (ع)

همزمان با ایام ماه مبارک رمضان و عید سعید فطر، نمایشگاهی قرآنی با عنوان «سفره آسمانی» در مرکز دارالقرآن آستان مقدس حضرت شاهچراغ (ع) برگزار شد.
این نمایشگاه با موضوعات قرآنی، احادیث و روایات، سخنان بزرگان دین، تاثیر روزه بر جسم و جان و ... برگزار شده و هزاران نفر در این ماه مبارک از آن بازدید کردند.
به گفته بزرگ نژاد مسئول مرکز دارالقرآن الکریم در حاشیه این نمایشگاه مسابقه ای با موضوعات ذکر شده برگزار شد که جوایزی به برگزیدگان اهدا خواهد شد.

برگزاری اردوی آموزشی فرهنگی خادمان و کارکنان آستان مقدس

به منظور ارتقای سطح کیفی و کمی فعالیت های کارکنان آستان مقدس، اردویی آموزشی، فرهنگی جهت خادمان و کارکنان آستان مقدس در اردوگاه شهید آیت ا... دستغیب برگزار گردید.

این اردو با حضور مسئولین حرم مطهر، جمعی از خادمان افتخاری و پرسنل برادران شکل گرفت. در این روز برنامه هایی شامل آئین حرم شناسی و مسابقات ورزشی،فرهنگی همراه با اهداء جوایز برای شرکت کنندگان همراه بود . قبل از ماه مبارک رمضان نیز اردوهائی برای خادمان خواهر وپرسنل برگزار شد.

قدردانی مدیر آستان مقدس احمدی و محمدی (ع) از خبرنگاران

مدیر آستان مقدس احمدی و محمدی (ع) با گرامیداشت ۱۷ مرداد – روز خبرنگار، با تجلیل از خدمات صادقانه این گروه تلاشگر گفت: خبرنگاری کاری خطیر و دشوار است و خبرنگاران رسالتی بزرگ در انتقال اخبار و پیام ها به جامعه دارند.

سید محمدحسن دستغیب با گرامی داشت یاد شهید صارمی، اضافه کرد: حضور خبرنگاران در عرصه های مختلف از جمله جبهه های جنگ و وقایع مختلف نشان از شجاعت و عزم راسخ آنان در اطلاع رسانی به مردم دارد و صداقتی که در خبرنگاران

است موجب اعتماد مردم به این گروه گردیده است.

وی با قدردانی از تمامی خبرنگاران، بخصوص خبرنگاران استان فارس این روز را به آنها تبریک و برای آنان در تمامی عرصه های اجتماعی و فرهنگی آرزوی موفقیت نمود.





امام علی(ع) پدر مهربان یتیمان

آنچه برای مردان خدا حائز اهمیت است، خشنودی ذات پاک اوست، و امیرمومنان امام علی علیه السلام مردی که برای رضای خدا چنان در جبهه جنگ شمشیر می زند و پایمردی نشان می دهد که هیچ پهلوانی را یارای مقاومتش نیست، در نیمه های شب چنان اشک می ریزد و بدرگاه خداوند زاری و سرانجام به حالت اغماء می افتد، گوئی که ترسوتر از او یافت نمی شود و به گفته شاعر عرب: «جمعت فی صفاتک الاضداد»؛ یعنی: صفات متضاد در شخص تو – امیرالمؤمنین علی علیه السلام – جمع شده.

آری او به هنگام خشم بر دشمنان خدا قاطع ولی در مقابل کودک یتیم آنقدر متواضع و مهربان بود که در برابر طفل یتیم روی خاک می نشست، دست مرحمت بر سر او گذاشته و آه می کشید و می فرمود: بر هیچ چیزی مثل کودکان یتیم نکشیده ام. چنانکه در وصیتنامه باشکوه خود فرمود:

درباره یتیمان از خدا بترسید. مبادا که گرسنه بمانند و در جمع و جامعه شما تباه شوند من از پیامبر خدا شنیدم که می فرمود: اگر کسی یتیمی را، تا آنجا که بی نیاز شود، سرپرستی کند خداوند به پاداش این کار، بهشت را بر او واجب می کند. چنانچه اگر کسی مال یتیم را بخورد، خداوند– سوختن در– آتش را بر او واجب می فرماید.

و در جای دیگری فرمود:

« هر مرد و زن با ایمانی که از دلسوزی و مهر دست نوازش بر سر یتیمی بکشد، خداوند رحمان به هر تار مویی که از زیر دست او بگذرد برایش ثواب می نویسد.

علی را حلال کنید

روزی در کوچه‌های کوفه به تنهائی راه می رفت، همانند همه مسلمانین در کمال سادگی با نرمی و آرامش و همه جا را زیر نظر داشت، چون مسئول بود و نقش رهبریت جامعه را ایفا می کرد، در راه زنی را ملاحظه فرمود که مشک آب بر دوش و ازنفس افتاده، به آرامی نزدیک آمد و آن زن را خسته و رنجیده خاطر یافت، مشک آب را بدوش گرفت تا زن مقداری استراحت کند، در راه جویای احوال آن زن شد؟ زن عرضه داشت: شوهرم در یکی از جنگها در سپاه علی بن ابی طالب شهید شد، حال من و چند کودک یتیم، بدون سرپرست مانده و آهی در بساط نداریم.

امام علی علیه السلام برگشت و آن شب را تا سپیده صبح به ناراحتی گذراند. صبح زنبیل طعمای با خود برداشت و به طرف خانه زن روان شد. بین راه، کسانی از حضرت درخواست می کردند زنبیل را بدهید ما حمل کنیم .

حضرت می فرمود:

– روز قیامت اعمال مرا چه کسی به دوش می گیرد؟ به خانه آن زن رسید و در زد. زن پرسید: کیست ؟ حضرت جواب دادند:

کسی که دیروز تو را کمک کرد و مشک آب را به خانه تو رساند، برای کودکان طعمای آورده، در را باز کن!

زن گفت: خداوند از تو راضی شود و بین من و علی بن ابیطالب خودش خدکم کند.

حضرت وارد شد، به زن فرمود: نان می پزی یا از کودکان نگهداری می کنی؟

زن گفت: من در پختن نان تواناترم، شما کودکان مرا نگهدار! زن ارد را خمیر نمود. امام علی علیه السلام گوشتی را که همراه آورده بود کباب می کرد و با خرما به دهان بچه ها می گذاشت. با مهر و محبت پدرا نه ای لقمه بر دهان کودکان می گذاشت و هر بار می فرمود:

از خدا بخواهید که علی را ببخشند.

خمیر که حاضر شد امیرمؤمنان علیه السلام تنور را هیزم کرد و شعله ور ساخت و چهره مبارک خود را نزدیک می آورد و به خود خطاب می کرد: یا علی آتش دنیا را می بینی چه سوزان است! بدان که آتش آخرت بسیار سوزان تر است.

در این میان یکی از زنان همسایه که امام را می شناخت، وارد شد و به مادر کودکان نهیب زد: وای بر تو! می دانی این آقا کیست؟! این پیشوای مسلمین و زمامدار کشور، علی بن ابی طالب علیه السلام است.

زن که از گفتار خود شرمنده بود با شتاب زدگی گفت: یا امیرالمؤمنین! از شما خجالت می کشم، مرا ببخش !

اما حضرت با تواضع و فروتنی زیادی فرمودند: شما ببخشید که تا کنون مشکلات شما را حل نکرده بودم، از درگاه خدا بخواهید که علی را مورد عفو و بخشش خود قرار بدهد. (بخارا،الانوار، ج ۴۱، ص ۵۲)

گرچه انسان‌ها را دیوارهای خانه ها از هم جدا می کند و هر کسی وارد محدوده خانه و زندگی خویش می‌شود اما زندگی اجتماعی افراد، جامعه را به صورت اعضای یک خانواده در می‌آورد که باید با هم در تعامل و ارتباط و تعاون باشند، به همین جهت هر دو همسایه باید آرام بخش دیگری باشد و هر یک زیر سایه همسایه خود احساس امنیت، آسودگی و اعتماد کند.

هر چه روحیه دینی و اخوت میان افراد جامعه حاکم باشد و افراد قانونمند باشند، به همان اندازه رابطه‌ها نزدیکتر و صمیمی تر و فاصله‌ها کمتر می‌شود و دو همسایه، بازوی یکدیگر می‌شوند

و در غم و شادی و راحتی و رنج، شریک هم می‌گردند، برعکس آن در جوامع غربی و غرب زده هر چه علایق مذهبی کم رنگ تر و ضعیف تر باشد، زندگی‌ها حالت سردی و کسالت بار پیدا می‌کند که نه تنها یک دیوار بلکه دیوارهای متعددی میان دو همسایه و دو هم محلی، پدید می‌آید و همه از احوال هم غافل می‌شوند.

حالا از خودمان بپرسیم که همسایه کیست و وظیفه ما نسبت به او چیست؟ حد و حریم همسایگی تا کجاست؟ در تعلیم و آموزه‌های دینی، تاکید فراوانی نسبت به رعایت حقوق همسایگان شده است. خداوند متعال در قرآن کریم در کنار توصیه به نیکی نسبت به والدین، خویشاوندان و یتیمان، به نیکی نسبت به همسایگان نیز تاکید می‌فرماید: « و خدا را بپرستید و هیچ چیز را همتای او قرار ندهید و به پدر و مادر، نیکی کنید، همچنین به خویشاوندان و یتیمان و مسکینان، و همسایه نزدیک، و همسایه دور، و دوست و همنشین...».

حق همسایه در اسلام به قدری دارای اهمیت است که در روایتی از پیامبر اکرم (ص) نقل شده است: «جبرئیل

چهار دیواری اختیاری!



پیوسته مرا درباره همسایه سفارش می‌کرد تا جایی که گمان بردم بزودی او را ارث بر (از همسایه‌اش) خواهد کرد». در حدیث دیگری از پیامبر (ص) نقل شده که در یکی از روزها سه مرتبه فرمود: « به خدا سوگند چنین کسی ایمان ندارد... شخصی پرسید چه کسی؟ حضرت فرمودند: کسی که همسایه او از مزاحمت او درمان نیست.»

«حسن همسایگی» از جمله موضوعاتی است که در روایات ائمه معصومین (ع) بدان سفارش شده است. امام صادق (ع) می‌فرمایند: «بر شما باد حسن همسایگی، که خداوند به این کار فرمان داده است» و نیز از آن حضرت روایت شده است: «حسن همسایگی، روزی را زیاد می‌کند.»

یک کارشناس مذهبی در خراسان جنوبی با اشاره به اهمیت رعایت حقوق همسایگان در اسلام، خاطرنشان کرد: در لسان ائمه معصومین (ع) علاوه بر تاکید به رعایت حقوق همسایگان و احترام و نیکی به آنها، از اذیت و آزار رساندن به آنها برحذر داشته شده است. رسول مکرم اسلام (ص) می‌فرمایند: «به خدا پناه می‌برم از همسایه بد، که چشمانش تو را می‌بیند و دلش مراقب توست. اگر تو را در

خوبی و خوشی دید، ناراحت می‌شود و اگر تو را گرفتار و بدحال دید، خوشحال می‌شود» همچنین فرمودند: « هر که به خدا و روز واپسین ایمان داشته باشد، نباید همسایه خود را آزار دهد.»

وی با اشاره به جایگاه همسایه داری در اسلام، اذعان کرد: زندگی اجتماعی و جمعی بشر، در عین حال که محسّنات و نقطه‌های مثبت و قابل تمجیدی دارد، برخی آثار منفی و زیانبار را نیز در پی دارد. از این رو لازم است قوانین و دستوراتی وضع شود تا زندگی جمعی را سر و سامان بدهد و انسان به راحتی بتواند به زندگی خویش در کنار جمع ادامه دهد. یکی از مواردی که نیاز به وجود قوانین و دستورات فقهی و اخلاقی دارد، همسایه داری است.

وی با بیان این‌که همسایه آنقدر در آرامش و امنیّت انسان نقش دارد که قبل از خرید منزل و در نظر گرفتن امتیازات مکانی و ساختمانی باید نسبت به همسایه‌ها دقت نمود، افزود: این اهمیت بدان سبب است که عیب خانه را می‌توان با تعمیر برطرف کرد، ولی همسایه معیوب را به راحتی نمی‌توان اصلاح کرد.

این کارشناس مسایل مذهبی در باب آداب همسایه داری نیز گفت: در هر جامعه‌ای آداب و رسومی وجود دارد که مراعات آن در حق همسایه لازم و ضروری است. در کنار آنچه هر انسان از برخوردهای مناسب درک می‌کند، اسلام نیز سفارشاتى در مورد همسایه داری دارد.

وی با اشاره به تفقّد و دلجویی به عنوان یکی دیگر از سفارشات اسلام در خصوص همسایه، عنوان کرد: امام علی علیه السلام در این خصوص فرمود: « از نشانه‌های نیکو همسایه داری کردن، دلجویی از همسایه است.

نقش مذهب در سلامت روان

شرکت داشتند، معلوم شد که بین سه شاخص مذهبی بودن (فعالیت‌های مذهبی غیرسازمان یافته و فعالیت‌های مذهبی سازمان یافته) و روحیه داشتن و دلگرمی به زندگی، همبستگی مثبتی وجود دارد. به علاوه اسپیکا و همکارانش، ۳۶ مطالعه تجربی در مورد مرگ و درگیری مذهبی را مرور کردند و نتیجه گرفتند که ایمان قوی‌تر، یا معتقد بودن به زندگی بعد از مرگ با ترس کمتر از مرگ، همبستگی دارد. همچنین افرادی که نمره بالاتری در شاخص مذهب درونی داشتند، ترس کمتری را از مرگ گزارش کردند.

مذهب و مقابله با اضطراب

مطالعات دیگر، تاثیر مداخلات مذهبی را در کاهش اضطراب و تحمل فشارهای روانی پس از بهبودی نشان داده‌اند. به عنوان مثال، نتایج دو بررسی نشان داد، کسانی که به اعتقادات مذهبی پایبند بودند، اضطراب و ناراحتی کمتری را نسبت به کسانی که به اعتقادات مذهبی پای بند نبودند، گزارش کرده‌اند. گارتر و همکاران در زمینه سلامت روانی و اعتقادات مذهبی شش مقاله را مورد بررسی قرار دادند.

مذهب و تصور ذهنی از مرگ

زاکرمن و همکاران در پژوهشی گزارش کردند، در افراد سالمندی که نمره کمتری در شاخص مذهبی بودن به دست آوردند، میزان مرگ و میر ۴۲ درصد بود، در حالی که این میزان برای افراد سالمندی که نمره شاخص مذهبی بالایی داشتند، ۱۹ درصد بود. در مطالعه دیگری کونینگ، کلین و همکاران دریافتند که سرطان در بین افرادی که نمره بالاتری در شاخص مذهبی درونی کسب می‌کنند کمتر شایع است. در بررسی دیگری، مشاهده کردند افرادی که همیشه از مقابله‌های مذهبی استفاده می‌کنند، نسبت به افرادی که کمتر و گاهی از این مقابله‌ها استفاده می‌کنند، در ۹ شاخص از ۱۲ شاخص سلامت روانشناختی، نمرات بالاتری کسب کردند.

موریس اثر زیارت مذهبی را روی افسردگی و اضطراب ۳۴ بیمار سالمند بررسی کرد. او دریافت که علائم آنها بعد از زیارت رفتن کاهش زیادی داشته و حداقل تا ده ماه بعد از برگشتن از زیارت هم اثر ادامه دارد. در مطالعه دیگری، مکین‌توش نقش مذهب را در سازگاری افراد با یک رویداد معنی‌دار زندگی بررسی کرد. او با ۱۲۴ پدر و مادری که کودک خود را به علت سندرم مرگ ناگهانی از دست داده بودند، مصاحبه کرد و دریافت که مذهبی بودن با یافتن معنی در مرگ ارتباط مثبتی دارد. به علاوه مذهبی بودن با افزایش صلاحیت روانی و کاهش ناراحتی در بین والدین در طی ۱۸ ماه بعد از مرگ کودکانشان، ارتباط داشت.

علیرغم این که اکثر تحقیقات ذکر شده در ادیان دیگری صورت گرفته است و از آنجایی که باور و اعتقاد ما مسلمانان بر این است که دین اسلام به عنوان یک ایدئولوژی، ارائه دهنده کامل‌ترین و سلامت‌سازترین سبک زندگی بشریت است و احکام و دستورات آن حوزه‌های وسیع اخلاقی، بین فردی، بهداشتی و اجتماعی را در برمی‌گیرد، لذا مطالعه علمی اثرات و نقش متغیرهای مذهبی در سلامت روانی یک ضرورت اساسی به نظر می‌رسد. البته نا گفته نماند که این موضوع در بین مردم کشورمان به خصوص زائراتی که به زیارت اماکن متبرکه می روند به خداوند و ائمه اطهار(ع) کاملاً مشهود است.

روان شناسی بهداشت، در سالهای اخیر اهمیت زیادی برای نقش راهبردهای مقابله و سبک زندگی افراد در چگونگی وضعیت سلامت جسمانی و روانی آنها قائل شده است. شیوه‌های مقابله، توانایی‌های شناختی و رفتاری هستند که فرد مضطرب به منظور کنترل نیازهای خاص درونی و بیرونی فشارآور بکار می‌گیرد. در مقابله مذهبی، از منابع مذهبی مثل دعا و نیایش، توکل و توسل به خداوند و ... برای مقابله استفاده می‌شود. از آنجایی که این نوع مقابله‌ها هم منبع حمایت عاطفی و هم وسیله‌ای برای تفسیر مثبت حوادث زندگی هستند، می‌توانند مقابله‌های بعدی را تسهیل نمایند، بنابراین به کارگیری آنها برای اکثر افراد، سلامت ساز است.

رفتارهای مذهبی ارزش مثبتی در پرداختن به نکات معنی‌دار زندگی دارند. رفتارهایی از قبیل توکل به خداوند، زیارت و ... می‌توانند از طریق ایجاد امید و تشویق به نگرش‌های مثبت، موجب آرامش درونی فرد شوند. باور به این که خدایی هست که موقعیت‌ها را کنترل می‌کند و ناظر بر عبادت‌کننده‌هاست، تا حد زیادی اضطراب مرتبط با موقعیت را کاهش می‌دهد. بطوری که اغلب افراد مومن ارتباط خود را با خداوند مانند ارتباط با یک دوست بسیار صمیمی توصیف می‌کنند و معتقدند که می‌توان از طریق اتکا و توسل به خداوند، اثر موقعیت‌های غیرقابل کنترل را به طریقی کنترل نمود. به همین دلیل گفته می‌شود که مذهب می‌تواند به شیوه فعالی در فرآیند مقابله موثر باشد.

بطور کلی مقابله مذهبی، متکی بر باورها و فعالیت‌های مذهبی است و از این طریق در کنترل استرس‌های هیجانی و ناراحتی‌های جسمی به افراد کمک می‌کند. داشتن معنا و هدف در زندگی، احساس تعلق داشتن به منبعی والا، امیدواری به کمک و یاری خداوند در شرایط مشکل‌زای زندگی، برخورداری از حمایت‌های اجتماعی، حمایت روحانی و ... همگی از جمله منابعی هستند که افراد مذهبی با برخورداری از آنها می‌توانند در مواجهه با حوادث فشارزای زندگی، آسیب کمتری را متحمل شوند.

مذهب و مقابله با فشارهای روانی

مذهب می‌تواند در تمامی عوامل، نقش موثری در استرس‌زایی داشته باشد و در ارزیابی موقعیت، ارزیابی شناختی فرد، فعالیت‌های مقابله، منابع حمایتی و ... سبب کاهش گرفتاری روانی شود. بر این اساس، مدتها است که تصور می‌شود بین مذهب و سلامت روان ارتباط مثبتی وجود دارد و اخیراً نیز روان‌شناسی مذهب، حمایت‌های تجربی زیادی را در راستای این زمینه فراهم آورده است. ویتز و همکاران او نشان دادند که ۲۰ تا ۶۰ درصد متغیرهای سلامت روانی افراد بالغ، توسط باورهای مذهبی تبیین می‌شود. در مطالعه دیگری، ویلتیز و کریپر نشان دادند که در یک نمونه ۱۶۵۰ نفری با میانگین سنی ۵۰،

نگرش‌های مذهبی با سلامت روانی رابطه مثبتی دارند.

بر اساس مطالعات انجام شده دیگر،

بین مذهبی بودن و معنادار بودن

زندگی و سلامت روانی

ارتباط نزدیکی وجود

دارد. در یک بررسی

که ۸۲۶ بزرگسال

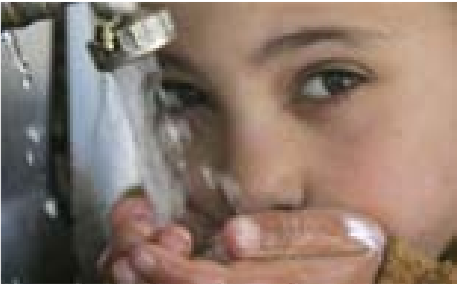
با میانگین

۷۳،۴ سال



آیا می‌دانید؟

کودکان به علت داشتن تحرک زیاد به آب بیشتری نیاز دارند



معمولاً وقتی سخن از تغذیه کودک به میان می‌آید ذهن اکثر افراد روی غذای وی متمرکز می‌شود و از آب صحبتی نمی‌شود، این در حالی است که بدن اکثر آنان دچار کمبود این ماده حیاتی است. محققان در زمینه تغذیه و سلامت ملی کودکان ، چهار هزار کودک ۲ تا ۱۹ ساله را مورد تحقیق قرار دادند. در این تحقیق کودکان ۵- ۲ ساله طی روز، شش پیمانه آب و کودکان ۱۱- ۶ ساله شش و سه چهارم پیمانه و کودکان بزرگ‌تر بین سنین ۱۹ - ۱۲ سال ۱۰ پیمانه آب نوشیدند. طی این تحقیق، تفاوت میان میزان آب دریافتی بدن دختران و پسران مورد بررسی قرار گرفت و مشخص شد دختران کمتر از پسران آب کافی می‌نوشند. کودکان به خاطر داشتن تحرک زیاد، به آب کافی نیاز دارند و اگر آب کافی ننوشند بیش از بزرگسالان با خطر کم‌آبی بدن، خستگی مفرط، سرگیجه، سردرد و ضعف عضلانی مواجه خواهند بود. میزان دریافت آب نه تنها در سنین و اشخاص مختلف متفاوت است بلکه در یک شخص نیز بر حسب شرایط آب و هوایی، میزان فعالیت‌های بدن و همچنین نوع غذاهای مصرفی می‌تواند بسیار متفاوت باشد. بسیاری از ما می‌دانیم که بدنمان به اندازه کافی آب دریافت نمی‌کند.

کودکان آب بنوشند تا چاق نشوند

همه‌ی می‌دانیم که شیوه‌های زندگی امروزی ما زمینه افزایش بروز چاقی را در کودکان فراهم آورده است. وقتی صحبت از این شیوه زندگی می‌شود معمولاً استفاده‌ی فراوان از فست‌فودها و نیز عدم تحرک کودکان و گذراندن وقت زیادی از اوقات فراغت کودکان در برابر تلویزیون به ذهن‌ خطور می‌کند. اگرچه تأثیر این موضوعات در بروز چاقی برای همه ما ثابت شده، ولی مؤلفه‌های دیگری از زندگی امروزی نیز باید در این زمینه مورد توجه قرار گیرد. مطالعات جدید نشان داده‌اند که در دسترس بودن آب برای کودکان در مدرسه به کاهش خطر اضافه وزن در آن‌ها کمک خواهد کرد.

مکانیسم اثر این که چگونه نوشیدن آب در کودکان از افزایش وزن آنان جلوگیری می‌نماید دقیقاً مشخص نیست. به نظر می‌رسد که مصرف آب توسط کودکان در مدرسه باعث کاهش دریافت نوشیدنی‌های شیرین شده توسط آن‌ها می‌شود متأسفانه مصرف نوشابه‌ها و نیز آب‌میوه‌های حاوی شکر طی دهه اخیر در بین کودکان و نوجوانان شیوع قابل توجهی یافته است. در مطالعه‌ای که اخیراً در مجله علمی کودکان چاپ شده است، پژوهشگران آلمانی دریافتند کودکانی که تشویق به نوشیدن آب در مدرسه می‌شوند، در بیش از یک سال، یک سوم کمتر از سایر بچه‌ها دچار اضافه وزن می‌گردند. مکانیسم اثر این که چگونه نوشیدن آب در کودکان از افزایش وزن آنان جلوگیری می‌نماید دقیقاً مشخص نیست. به نظر می‌رسد که مصرف آب توسط کودکان در مدرسه باعث کاهش دریافت نوشیدنی‌های شیرین شده توسط آن‌ها می‌شود. کودکان به خاطر داشتن تحرک زیاد، به آب کافی نیاز دارند و اگر آب کافی ننوشند بیش از بزرگسالان با خطر کم‌آبی بدن، خستگی مفرط، سرگیجه، سردرد و ضعف عضلانی مواجه خواهند بود مطالعات انجام شده در بزرگسالان نشان داده است که نوشیدن آب بر متابولیسم اثر داشته و باعث افزایش سوخت و ساز بدن می‌شود. بر همین اساس در بزرگسالان توصیه آن است که در روز ۸ لیوان آب بنوشند. در کودکان اگرچه این تأثیر به اثبات نرسیده ولی قطعاً مصرف منظم آب در تنظیم وزن مفید است. این که چه میزان آب در کودکان باید طی روز استفاده شود بسته به شرایط محیطی و نیز میزان فعالیت بدنی کودکان متفاوت است. البته توصیه آن است که در حین وعده غذایی حتی‌الامکان از آب استفاده نشود.

نکته‌ی عملی:

آب بهترین نوشیدنی برای حفظ سلامتی کودکان و نیز کنترل وزن آنان است. آموزش کودکان توسط والدین و نیز معلمان می‌تواند برای ترغیب کردن بچه‌ها به نوشیدن آب بیشتر موثر واقع شود. البته تأثیرگذاری این آموزش منوط به دسترس گذاشتن آب از یک طرف و نیز مصرف بیشتر آب توسط خود والدین و نیز معلمان است.

ما به شما توصیه می کنیم: برای سلامتی خود میوه بخورید

گریپ فروت ... حاوی میزان ویتامین**C** نیست. در عوض موز سرشار از منیزیم است. در بین سبزیجات می توان به سیر، پیاز، موسیر، تره فرنگی، هویج، قارچ، کاهو،کلم و بروکلی اشاره کرد. بعضی از سبزیجات سرشار از کلسیم یا عناصر گوگردی هستند. در واقع نمی شود گفت میوه بهتر است یا سبزیجات یعنی نمی شود اولویت بندی کرد. مهم تنوع است . زمانی که میوه و سبزیجات متنوعی میل می کنید ترکیب آنها باعث میشود ویتامین و مواد معدنی متنوعی هم عایدتان شود.

آیا آب میوه ها هم اثر میوه را دارد؟

به عقیده بعضی از متخصصان تغذیه زمانی که آبمیوه گرفته می شود فیبرهای آن را از بین می رود. اگر اهل مصرف آب میوه هستید خودتان دست به کار شوید و آب میوه بگیرید. آب میوه های صنعتی به علت داشتن مواد نگه دارنده چندان قابل اعتماد نیستند.

مرباها چطور؟

مرباها حاوی میزان زیادی قند هستند یعنی حدود ۵۰ در صد وزن کل آنها را قند تشکیل می دهد.

مدت زمانی طولانی که برای پخت آنها اختصاص داده می شود نیز میزان قابل توجهی از ویتامین هایشان را از بین می برد. نمی توان مرباها را جزو مواد غذایی سالم دانست فقط می توان از طعم آنها لذت برد.

به چه میوه های ارگانیک می گویند؟

- میوه هایی را ارگانیک می گویند که در خاک لازم برای رشد آنها، از سه سال قبل هیچ ماده شیمیایی استفاده نشده باشد، یا به عبارت بهتر خاک آن همیشه با مواد طبیعی، نظیر کمپوست گیاهی تقویت شده باشد پس برای تهیه میوه ارگانیک، خاک کشاورزی هم باید ارگانیک باشد.
- علاوه بر خاک مناسب از سموم دفع آفات گیاهی هم استفاده نشده باشد.
- روی آنها اصلاح ژنتیکی صورت نگرفته باشد.
- از بعضی گازها برای رشد زودرس آنها استفاده نشود مثل موز.

بهترین شیوه مصرف میوه:

در حالت کلی مواد غذایی خام همه مواد مغذی خود را حفظ می کنند. میوه و سبزیجات خام حاوی بیشترین میزان قند، اسیدهای آمینه، ویتامین **C** یا **B۱۲** املاح و مواد معدنی هستند. پخت و پز این مواد غذایی به هر شیوه ای که باشد بیشتر ویتامین ها به ویژه ویتامین **C** آنها را از بین می برد. به دلیل آنکه این ویتامین ها نسبت به گرما حساس هستند. البته توجه داشته باشید از یک منظر دیگر خاصیت و برتری سبزیجات خام نیز نسبی است. با وجود آنکه ویتامین های بیشتری حفظ می شود. در عین حال امکان دارد میکروب ها و باکتری ها نیز از بین نروند. برای اینکه هم از ویتامین های این خوراکی ها استفاده کنید و هم نگران این قبیل مشکلات نباشید بهتر است حد تعادل را رعایت کنید. روزانه مصرف یک بشقاب سالاد سبزیجات خام کافی است. توجه داشته باشید روند استریل کردن و فشاری که برای تهیه کنسرو به مواد غذایی وارد می شود ویتامین های **B۱** و **B۹** و به ویتامین**C** آنها را تا ۵۰ در صد از بین می برد. از این گذشته اگر سبزیجات به مدت دو یا سه روز در هوای محیط و نور خورشید قرار داشته باشند نیز میزان قابل توجهی از ویتامین **C** خود را از دست خواهند داد.



کاهش عوارض سرگیجه با پستانک!



می‌کنند؛ اما این حسگرها در برخی موارد از جمله برای سالمندان، بیماران قلبی و مبتلایان به دیابت چندان کاربرد ندارد. محققان برای رفع این مشکل، دستگاه کوچکی طراحی کرده اند که شباهت زیادی به پستانک کودکان دارد. این دستگاه در هنگام بروز علائم سرگیجه درون دهان

محققان انگلیسی دستگاه کوچکی به شکل پستانک کودکان طراحی کرده اند که با افزایش فشار خون در مغز به بهبود علائم سرگیجه به ویژه در سالمندان کمک می کند. پس از زمان نسبتاً طولانی سرپا ایستادن، خون در پاها جمع شده و به میزان کافی به مغز نمی رسد؛ در این شرایط فرد به صورت ناگهانی دچار افت فشار می شود که اصطلاحاً افت فشار خون ارتواستاتیک (orthostatic) گفته می شود.

افت فشار ارتواستاتیک بیشتر در سالمندان روی می دهد و از هر ۱۰ سالمند بالای ۶۰ سال یک نفر به این مشکل دچار است؛ این مساله باعث بروز سرگیجه، از دست دادن تعادل و افتادن فرد می شود که می تواند به شکستگی استخوان منجر شود.

به طور معمول از حسگرهای فشار خون مخصوص در گردن برای تشخیص افت فشار استفاده می شود که به صورت خودکار اقدام به تنظیم فشار خون با ضربان قلب

«حجامت بهتر است یا اهدای خون؟» این سوالی است که ذهن افراد زیادی را به خود مشغول کرده . است. عده زیادی فرق حجامت و اهدای خون را نمی‌دانند و عده‌ای نیز نمی‌دانند«آیا اهدای خون بهتر است یا حجامت براساس استاندارد سازمان انتقال خون، از افرادی که حجامت می‌کنند، به مدت یک سال خون دریافت نمی‌کند به گفته یکی از مسؤولین انتقال خون اطمینان نداشتن

حجامت بهتر است یا اهدای خون؟

از شرایط بهداشتی محل انجام حجامت و احتمال وارد شدن باکتری به خون شخص از علل دریافت نکردن خون از افراد حجامت شده در سازمان انتقال خون است وی از شهروندانی که بر حجامت اصرار دارند، در خواست کرد قبل از انجام حجامت اول خون اهدا کنند این مسؤول اهدای خون را برای سلامت افراد بسیار مفید دانست و گفت: افرادی که به طور مستمر یعنی حداقل

دو تا چهار بار در سال خون اهدا می‌کنند، از نظر روحی به آرامش می‌رسند، زیرا اهدای خون نوعی حس انسان‌دوستانه و معنوی محسوب می‌شود

وی سن اهدای خون افراد را از ۱۸ تا ۶۰سال بیان کرد و اضافه کرد: وقتی انسان می‌تواند با اهدای خون خود نجات‌بخش زندگی همنوعی باشد، چرا اهداکننده خون نباشد؟



دعای فرشتگان در حق مؤمنان

کسانی که در راه حق قدم بر میدارند همیشه با سختی هایی مواجه هستند چرا که این راهی است سخت و از عده زیاد انسان ها تعداد کمی رهرو این راه می شوند بر خارهای آن صبر پیشه می کنند. طعن و کنایه مخالفان را به جان می خزند چشم بر زرق و برق دنیا می بندند و دل خود را به یاد یار مهربان تسلی میدهند. و چشم به رحمتش دارند و خداوند در عوض به مؤ منان راستین بشارت میدهد که شما هرگز تنها نیستید، هرگز احساس غربت نکنید، حاملان عرش الهی و مقربترین و بزرگترین فرشتگان او با شما هم صدا و دوستدار و طرفداران شما هستند، آنها پیوسته برای شما دعا می کنند و پیروزیتان را در این عالم و عالم دیگر از خدا می طلبند، و این بزرگترین وسیله دلگرمی است برای مؤ منان امروز و آن روز و فردا. می فرماید: «لَّذِینَ آمَنُوا رَبَّنَا وَسِعْتَ کُلَّ شَیْءٍ رَحْمَةً وَعِلْمًا فَاغْفِرْ لِلَّذِینَ تَابُوا وَاتَّبِعُوا سَبِيلَکَ وَقِهِمْ عَذَابَ الْجَحِیمِ » و برای کسانی که گرویده‌اند طلب آموزش می کنند: پروردگارا، رحمت و دانش تو بر هر چیز احاطه دارد کسانی را که توبه کرده و راه تو را دنبال کرده‌اند ببخش و آنها را از عذاب آتش نگاه دار.

گفتار آنها این است که می گویند: پروردگارا رحمت و علم تو همه چیز را فرا گرفته (تو از گناهان بندگان با خبری و نسبت به آنها رحیمی) خداوند! آنها را که توبه کرده اند و از راه تو می روند ببخش و بیامرز و آنها را از عذاب دوزخ نگاه دار این سخن از یکسو به مؤ منان می گوید تنها شما نیستید که عبادت خداوند می کنید، و تسبیح و حمد او را می گوئید، قبل از شما مقربترین فرشتگان خداوند و حاملان و طواف کنندگان عرش خدا حمد و تسبیحش می گویند. از سوی دیگر به کفار هشدار می دهد که ایمان آوردن یا نیاوردن شما مهم نیست، خدا نیازی به ایمان کسی ندارد انقدر فرشتگان او حمد و تسبیحش می گویند که به تصور نمی گنجد، تازه به حمد و تسبیح آنها نیز احتیاجی ندارد.

و از سوی سوم به مؤ منان آگاهی می دهد که شما در این جهان تنها نیستید هر چند در محیط زندگی خود در اقلیت باشید نیرومندترین قدرت های غیبی عالم و حاملان عرش پروردگار پشتیبان شما و دعاگوی شما هستند، پیوسته از خداوند بزرگ می خواهند شما را مشمول غفو و رحمت گسترده اش قرار دهد، از خطاهایتان در گذرد، و از عذاب دوزخ نگاهتان دارد. چه فوز و نجاتی از این برتر که گناهان انسان بخشوده شود، عذاب و بدی ها از او دور گردد، مشمول رحمت الهی شود، و در بهشت جاویدانش قدم بگذارد و بستانگان مورد علاقه اش نیز به او ملحق گردند.



دین اسلام راهکارهای بسیاری برای غذا خوردن بیان کرده است. لقمه را کوچک بردارید، سر سفره زیاد بنشینید، با دست راست غذا بخورید. اول و آخر غذا نمک خوردن نیز مستحب است. چند چیز در غذا خوردن مستحب است: اول: هر دو دست را پیش از غذا بشویید. بعد از غذا دست‌خود را بشوید و با دستمال خشک کند.

دوم: میزان پیش از همه شروع به غذا خوردن کند و بعد از همه دست بکشد، و پیش از غذا اول میزان دست‌خود را بشوید بعد کسی که طرف راست او نشسته و همین طور تا برسد به‌کسی که طرف چپ او نشسته، و بعد از غذا اول کسی که طرف چپ میزان نشسته دست خود را بشوید و همین طور تا به طرف راست میزان برسد.

سوم: در اول غذا «بسم الله» بگوید و اگر سر یک سفره چند جور غذا باشد، در وقت‌خوردن هر کدام آنها، گفتن «بسم الله» مستحب است.

چهارم: با دست راست غذا بخورد. پنجم: اگر چند نفر سر یک سفره نشسته‌اند، هر کسی از غذای جلو خودش بخورد.

ششم: لقمه را کوچک بردارد. سر سفره زیاد بنشیند و غذا خوردن را طول بدهد.

هفتم: غذا را خوب بجود. بعد از غذا خداوند عالم را حمد کند. بعداز غذا خلال نماید، ولی با چوب انار و چوب ریحان و نی و برگ درخت‌رما خلال نکند.

هشتم: در اول روز و اول شب غذا بخورد و در بین روز و در بین شب غذا نخورد. بعد از خوردن غذا به پشت بخوابد و پای راست را روی پای چپ بیندازد.

نهم : در اول غذا و آخر آن نمک بخورد. میوه را پیش از خوردن با آب بشوید.

نمونه ای از اعجاز علمی قرآن

:انجیر و زیتون و راست گفته است خداوند متعال در آن جا که فرموده است : « وَ التِّينِ وَ الزَّیْتُونِ) (تین/۱)دکتر طه ابراهیم در این قسم خداوند متعال به انجیر و زیتون و ارتباط آن با خلقت انسان در بهترین زمان و برگرداندن آن به بدترین زمان می اندیشد. بعد از نتیجه گیری از انجیر و زیتون فهمید که به کارگیری آن از انجیر تنها یا از زیتون تنها فایده ی مورد نظر را برای سلامتی انسان ندارد. پس باید آن دو را باهم مخلوط کرد. دانشمندان ژاپنی نیز بهترین میزان را برای بهترین تأثیر در میزان (یک انجیر و هفت زیتون) یافتند. استاد طه ابراهیم خلیفه به جستجو در قرآن کریم ادامه داد و فهمید که انجیر یک بار در قرآن کریم ذکر شده و زیتون ۶ بار به صورت صریح و یک بار به صورت ضمنی در سوره مؤمنون به آن اشاره شده است آنجا که می فرماید : « وَ شَجَرَةٍ تَخْرُجُ مِنْ طُورِ سِینَاءَ تَبَّتْ بِالْهُنِّ وَ صَبِغَ لِلْأَکْلِیْنَ) (خدا وند در این آیه می فرماید نو درختی است که در طور سینا می‌روید. روغن می‌دهد و آن روغن برای خوردن‌گان، نان خورشی است. (مؤمنون / ۲۰) استاد ابراهیم طه تمام اطلاعاتی را که از قرآن کریم جمع آوری نموده بود، را برای گروه تحقیقاتی ژاپنی فرستاد و بعد از اطمینان این گروه از این که قرآن کریم ۱۴۲۷ سال قبل از آنان به نتیجه ی علمی آنان رسیده است، رئیس آن گروه اسلام آورد و مجوز این کشف بزرگ را گروه ژاپنی به دکتر طه ابراهیم خلیفه داد. (محمد نظیر عرفانی، وبلاگ اعجاز علمی قرآن، ۱۳۹۰/۱۱/۱۹) البته محققان خواص درمانی زیادی برای زیتون نقل کرده اند که برای کسب اطلاعات پیش تر می توانید به سایت اطلاع رسانی پزشکان ایران مراجعه کنید که این مطلب در این احادیث پیامبر صلی الله علیه واله ذکر شده است. پیامبر صلی الله علیه وآله فرمودند: «روغن زیتون را بخورید و آن را به بدن خود بمالید که آن شجره ی مبارک است.» (محمد محمدی ری شهری،خبر و برکت از نگاه قرآن و حدیث، ص۵۲۷) رسول خدا صلی الله علیه وآله فرمودند: «زیتون را بخورید و به بدن بمالید که هفتاد مرض از جمله جذام را شفا می بخشد.» (محمد محمدی ری شهری،خبر و برکت از نگاه قرآن و حدیث، ص۵۲۷)

مطالب قابل بحث پیرامون اعجاز علمی قرآن بسیار زیاد است که در این مجال به خاطر محدودیت هایی تنها به ذکر یک نمونه از آن پرداخته شده است.این مطالب نشان می دهد به مناسبت ایام مبارک دهه کرامت و ششم ذی القعده سال روز بزرگداشت حضرت سید میر احمد بن موسی شاهچراغ(ع) مسابقه فرهنگی با موضوع معرفی مقام و منزلت حضرت شاهچراغ(ع) و حضرت سید میر محمد بن موسی(ع) برگزار می گردد.
علاقه‌مندان می‌توانند پاسخ‌های خود را در قالب یک عدد ۱۰ رقمی از طریق پیامک اعلام

نمونه فرم پاسخ نامه

شماره سؤال	۱	۲	۳	۴	۵	۶	۷	۸	۹	۱۰
گزینه صحیح										

سوالات مسابقه

۱- چه کسی در دوران زندگی ۱۰۰۰ برده را خرید و درراه خدا آزاد کرد؟
۱)امام علی(ع)
۲)امام رضا(ع)

۲- پس از شهادت امام هفتم، مردم در ابتدا به چه کسی به عنوان امام هشتم رجوع نمودند؟
۱)امام رضا(ع)
۲)احمد بن موسی(ع)

۳- مادر حضرت شاهچراغ(ع) به چه نامی مشهور می‌باشد؟
۱) ام ابیها
۲) ام محمد

۴- کدامیک از شهرهای زیر سومین حرم اهل بیت(ع) است؟
۱) شیراز
۲) مشهد

۵- آزاد کردن برده، کتابت قرآن، محبوب پدر بودن و عبادت زیاد از ویژگی‌های کدام یک از بزرگواران زیر می‌باشد؟
۱)سید تاج الدین(ع)
۲)شاهچراغ(ع)

۶- لقب سید عابد مربوط به کدام یک از امام زادگان زیر می‌باشد؟
۱) سید حسنی(ع)
۲) سید حسین(ع)

۷- هدیه امام موسی کاظم (ع)به حضرت احمد بن موسی شاهچراغ(ع) چه بود؟
۱) انگشتری خود
۲) مزرعه یسیره

۸- نقش حضرت احمد بن موسی شاهچراغ(ع) در حمایت از امام رضا(ع) به کدام یک از شخصیت‌های حماسه کربلا شباهت دارد؟
۱)مسلم بن عقیل
۲)ابالفضل العباس(ع)

۹- حضرت شاهچراغ(ع) در زمان کدام یک از خلفای عباسی به شهادت رسید؟
۱) معتصم
۲) هارون الرشید

۱۰- آرامگاه کدام یک از شهدای محراب در جوار حرم مطهر حضرت سید میر محمد(ع) می‌باشد؟
۱) شهید مدنی
۲) شهید دستغیب



که جنبه های اعجاز قرآن بسیار زیاد است که تنها تعداد اندکی از این موارد برای ما روشن گردیده است و ما به عنوان مسلمان وظیفه داریم آیات قرآن را با تدبر و تفکر تلاوت کنیم وفرامین قرآنی را در زندگی به کار ببریم و به دنبال کشف اسرار آیات الهی قرآن باشیم.

منابع

۱- قرآن کریم، ترجمه محمد مهدی فولادوند.

۲- سید ابوالقاسم خویی، البیان فی تفسیر القرآن، قم، دارالقلین، ۱۳۷۶ش.

۳- فخرالدین طریحی، مجمع البحرین، ج۴، تهران، مرتضوی،۱۳۷۵ش.

۴- خلیل بن احمدفراهیدی، کتاب العین، ج۱، قم، نشرهجرت، ۱۴۰۹ق.

۵- محمد محمدی ری شهری،خبر و برکت از نگاه قرآن و حدیث، قم، سازمان چاپ ونشر دارالحديث، ۱۳۸۲ش.

۶- محمدهادی معرفت، التمهید فی علوم القرآن، ج۴، قم، موسسه فرهنگی انتشاراتی التمهید، ۱۳۸۶ش.

۷- سایت کانون گفتگوی قرآنی.

۸- وبلاگ اعجاز علمی قرآن، محمد نظیر عرفانی، ۱۳۹۰/۱۱/۱۹.

نجمه حیدری خادم افتخاری شاه چراغ(ع)

مسابقه فرهنگی ویژه کودکان و نوجوانان

به مناسبت ایام مبارک دهه کرامت و ششم ذی القعده سال روز بزرگداشت حضرت سید

میر احمد بن موسی شاهچراغ(ع) مسابقه فرهنگی با موضوع معرفی مقام و منزلت حضرت شاهچراغ(ع) و حضرت سید میر محمد بن موسی(ع) برگزار می گردد.
مهلت ارسال پیامک: حد اکثر تا تاریخ ۹۲/۶/۲۶ می‌باشد.

شماره تماس: ۲۲۳۳۱۵۶-۲۱۳۱۳۱۴

۱۶ تا ۲۶ شهریور ماه دهه کرامت

۶ ذی القعدة روز بزرگداشت حضرت شاهچراغ (ع)، روزی خاص برای مردم فارس و شیراز



بارگاه ملکوتی حضرت سید میر احمد بن موسی شاهچراغ(ع) نزد شیرازیان از قداستی خاص برخوردار است و گنبد نیلوفری حضرتش نقشی است آشنا برای همه دل‌شکستگان، کسانی که از راه‌های دور و نزدیک برای زیارتشان و راز و نیاز، با این کریم اهل‌بیت(ع) به حرمش می‌آیند.

اوج شکوه و عظمت این امامزاده واجب‌التکریم را زمانی بیشتر حس می‌کنیم که در کنار ضریحش افرادی را می‌بینیم که با سوز و گداز و دیدگانی پر از اشک به راز و نیاز مشغولند.

در سال ۱۳۸۷ به دنبال سفر مقام معظم رهبری به‌استان فارس، ایشان، شیراز را به عنوان سومین حرم اهل‌بیت(ع) معرفی و حرم مطهر حضرت سید میر احمد بن موسی(ع) و امامزادگان جلیل‌القدر دیگر را به عنوان افتخاری برای شیراز و استان فارس یاد کردند. در سال ۱۳۸۸ پس از گذشت یک سال از این سفر بنا به پیشنهاد حضرت آیت ا… سید محمد مهدی دستغیب، تولیت محترم آستان مقدس احمدی و محمدی(ع)، روز ششم ذیقعدة به عنوان روز بزرگداشت حضرت شاهچراغ(ع) نامیده و بحمدا… این روز در تقویم ملی به ثبت رسید.

این روز (ششم ذیقعدة) در دهه مبارک کرامت (میلاد حضرت معصومه(س) تا میلاد باسعادت حضرت امام رضا(ع)) برای فارسی‌ها و بخصوص شیرازی‌ها روز دیگری است. روزی که به نام یکی از پاک‌ترین افرادی که در طول تاریخ به شیراز قدم گذاشته و در اینجا مأوا گزیده، نام‌گذاری شده است.

از سال ۱۳۸۸ و طی مدت ۳ سال در این دهه برنامه‌های ویژه‌ای به صورت سراسری و استانی و

جمعه، بازرگانی فارس، مجمع امور صنفی، راهنمایی و رانندگی، کانون فرهنگی امور مساجد، اورژانس، دفتر نمایندگی ولی فقیه و دهها سازمان و اداره دیگر عضویت دارند، آستان مقدس احمدی و محمدی(ع) را به عنوان محور اصلی یاری می‌دهند تا برنامه‌ای درخور و شایسته بارگاه ملکوتی حضرت سید میر احمد بن موسی(ع)، حضرت معصومه فاطمه(س) و حضرت امام رضا(ع) به محضر مردم فهیم و مؤمن فارس و شیراز در ایران اسلامی عرضه گردد.

گفتنی است شورای مرکزی هماهنگی برنامه های دهه کرامت به پیشنهاد اعضا بخصوص نمایندگان آستان مقدس احمدی و محمدی(ع) ضمن نامگذاری روزهای اول تا دهم هر روز برنامه‌های خاص برگزار می‌گردد که از جمله، روز ششم ذیقعدة (دوم مهرماه) که به نام روز بزرگداشت حضرت شاهچراغ(ع)، «امین ولایت» نام‌گذاری گردیده، مراسم ویژه‌ای برپا خواهد شد.

از جمله برنامه‌هایی که در طول دهه کرامت و بخصوص ششم ذیقعدة برگزار می‌شود می‌توان به تلاوت کلام ا… مجید توسط قاریان ممتاز بین‌المللی، گلباران حرم مطهر، پخش پیام‌های مسئولین، حضور مسئولین بلند پایه در حرم‌های مطهر و زیارت مضجع شریف، دیدار با تولیت محترم آستان مقدس، برگزاری برنامه‌های مذهبی، فرهنگی، تجمع پُرشور آحاد مختلف مردم در صحن و سرای احمدی و محمدی(ع)، حضور انبوه علاقه‌مندان به ائمه معصومین(ع) در حرم‌های مطهر از جمله بانوان، ائمه جماعات، طلاب و روحانیون، شفایافتگان، مدیران و مسئولین استانی و کشوری، نیروهای نظامی و انتظامی، خانواده‌های شهدا و ایثارگران، ائمه جمعه، دانشگاهیان، فرهنگ‌سازان، هنرمندان، ورزشکاران، خیرین و زائران دیگر استان‌ها، حافظان و قاریان و مداحان، دانش‌آموزان، دانشجویان، نجیبگان، کارکنان ادارات و خادمین رسمی و افتخاری اشاره کرد.

گفتنی است براساس برنامه‌های تنظیمی در طول این ایام، بخصوص در روز ششم ذیقعدة، افتتاح بعضی از پروژه‌ها و تشکیل جلسات فرهنگی، مراسم خاص مذهبی در حرم‌های مطهر، اهدای تبرکی به زائران، انتشار ویژه‌نامه خاص این دهه در دستور کار ستاد قرار دارد.

همچنین آذین‌بندی شهر شیراز و حرم سوم، برگزاری جشن‌های ویژه از سوی سازمان‌ها، ادارات و نهادهای آستان مقدس و حضور سخنرانان و مداحان کشوری در این برنامه‌ها بخصوص در شب‌های میلاد در حرم مطهر، پذیرایی از زائران با نقل و شیرینی، مولودی‌خوانی، نورافشانی و ده‌ها برنامه دیگر، از جمله مراسمی است که قرار است در دهه کرامت امسال برگزار شود، تشکیل نمایشگاه‌های مختلف و ایجاد غرفه برای نمایش فیلم و عملکرد آستان مقدس از دیگر برنامه‌های این دهه است.

تولیت آستان مقدس در دیدار اعضای شورای هماهنگی بزرگداشت دهه کرامت کشور :

خانه اهل بیت (ع) راهی است به سوی بهشت

هماهنگی بزرگداشت دهه کرامت در سخنانی ضمن ارائه گزارشی از فعالیت های این ستاد طی ۵ سال گذشته اظهار داشت دهه کرامت فرصت احیای فرهنگ اهل بیت است و همانطور که در فرهنگ شیعه مردم در عزای عزیران ولایت عزادار هستند در ایام سرور و شادی و میلادهای نیز گسترش دهنده طراوات و شادابی در میان امت اسلامی می باشند.
اریاب سلیمانی اضافه کرد در ایام دهه کرامت و همزمان با ۶ ذیقعدة سالروز بزرگداشت حضرت شاهچراغ(ع) بیش از ۲۰ هزار برنامه مذهبی و فرهنگی در سطح مساجد کشور، امامزادگان، بقاع متبرکه از سوی هیأت مذهبی، اصناف، بازاریان، مهدهای کودک، ادارات و سازمانها به نام حضرت سید میراحمدین موسی (ع) برگزار می شود و ۵۰۰ نشست تخصصی نیز در جهت مهجوریت زدایی از خاندان اهل بیت برگزار خواهدشد.



معاون بین الملل مجمع جهانی اهل بیت (ع) خبر داد: سیره حضرت شاهچراغ (ع) در برنامه های تبلیغی ۶۸ کشور دنبال می شود

معاون بین الملل مجمع جهانی اهل بیت (ع) از احداث مراکزی به نام حضرت امام رضا (ع) خبر داد وگفت سه مسجد در کشور های نیوزلند، کامرون وماداگاسکار ساخته می شود.

حجت الاسلام محمد سالار، معاون بین الملل مجمع جهانی اهل بیت (ع)، در جلسه شورای هماهنگی ستاد بزرگداشت دهه کرامت کشور در شیراز ضمن اشاره به برنامه ها و فعالیت های خارج از کشور در دهه کرامت، گفت: در اجرای این برنامه ها سازمان فرهنگ و ارتباطات اسلامی، مجمع جهانی اهل بیت (ع) و جامعه مطلق العالمیه سهیم هستند. وی معرفی خادمان اهل بیت (ع) در نقاط مختلف دنیا را به عنوان یکی از فعالیت ها برشمرد و افزود: افرادی که در سراسر دنیا به نحوی در ارتباط با سیره امام رضا (ع)، حضرت معصومه (س) و حضرت شاهچراغ (ع) اثر هایی را خلق کرده باشند مورد شناسایی و معرفی قرار می گیرند که امسال سه صاحب اثر از کشور های اندونزی، ترکیه و پاکستان معرفی خواهند شد.

نماینده مجمع جهانی اهل بیت(ع) در شورای هماهنگی ستاد بزرگداشت دهه کرامت اظهار داشت: ترجمه و چاپ مقالات و کتاب های نگارش شده از سیره این سه بزرگوار به زبان های خارجی که دارای مخاطبان زیادی است نیز از دیگر برنامه هاست که امسال صحیفه رضویه به زبان های ترکی استانبولی و روسی آماده چاپ است.

وی با اشاره به برخورداری مجمع جهانی اهل بیت (ع) از سه هزار مبلغ فارغ التحصیل حوزه علمیه، تاکید کرد: سیره حضرت شاهچراغ (ع) در برنامه های تبلیغی مبلغان ۶۸ کشور دنبال می شود که شامل سخنرانی، همایش، نشست تخصصی معرفی و بیان فضائل این امامزاده بزرگوار است.

حجت الاسلام سالار از احداث مراکزی به نام مبارک امام رضا (ع) در کشورهای مختلف دنیا خبر داد و خاطرنشان کرد: سه مسجد در کشور های نیوزلند، کامرون و ماداگاسکار احداث شده است که در نیوزلند این مسجد با زیر بنای سه هزار متر مربع خواهد بود و ظرف سال آینده افتتاح می شود. وی خاطرنشان کرد: تبیین سیره ائمه اطهار (ع) و ترویج سیره آنها، نشر کتب، مقاله و مطالب مرتبط در برنامه های اصلی مجمع جهانی اهل بیت (ع) قرار دارد که به زبان های مختلف ترجمه و در اختیار مخاطبان قرار می گیرد.

کیوتری است دلم، دور گندم کرم‌ت

اگر چه نیست مرا شأن زائر حرم‌ت
کیوتری است دلم، دور گندم کرم‌ت

اگر تو پای به چشمم نمی نهی بگذار
که لحظه ای یکشم چشم خویش بر قدم‌ت

تو آن امام رتوفی که دشمنانت نیز
طمع برند به لطف و عنایت و کرم‌ت

عجب نه، گر دو جهان را نهی کف دستش
اگر به جان جواد‌ت، کسی دهد قسمت

خجسته باد خراسان و زنده باد ایران
که مستدام بود زیر سایه علم‌ت
هزار موسی عمران به طور تو مدهوش
هزار عیسی مریم گرفته جان ز دم‌ت

نماز برده به صحن مطهر تو نماز
حرم طواف کند در حریم محترم‌ت

تو آن امام رضایی که اختیار قضاست
به اقتضای خداوند جاری از قلم‌ت

هنوز وارد صحن مطهرت نشده
سلام می شوند از تو، زائر حرم‌ت

عنایت همگان را گرفت و «میثم» هم
چو قطره ای است که افتاده در کنار یم‌ت

غلامرضا سازگار



هر چه که هستی بیا...

هرچه که هستی بیا...
گرچه که پستی بیا...
توبه شکستی بیا...
دوست نظر می کند...
نیمه شبان خلوت است...
مظهر هر رفت است...
عاشق شوریده را...
دوست نظر می کند...
ای شده غرق گناه...
خواب گران تا به کی ... ؟
چاره درد تو را دیده ی تر می کند
هرچه که هستی بیا...
گرچه که پستی بیا...
بنده ی شرم گونه را...
دوست نظر می کند... توبه اثر می کند
توبه اثر می کند...

از حکایت های شیرین سعدی...

پادشاهی در یک شب سرد زمستان از قصر خارج شد
هنگام بازگشت سرباز پیری را دید که با لباسی اندک در سرما
نگهبانی می‌داد.
از او پرسید: آیا سردت نیست؟
نگهبان پیر گفت: چرا ای پادشاه اما لباس گرم ندارم و مجبورم
تحمل کنم.
پادشاه گفت:من الان داخل قصر می‌روم و می‌گویم
یکی از لباس‌های گرم مرا برایت بیاورند.
نگهبان ذوق زده شد و از پادشاه تشکر کرد.
اما پادشاه به محض ورود به داخل قصر وعده‌اش را فراموش
کرد.
صبح روز بعد جسد سرمازده پیرمرد را در حوالی قصر پیدا کردند
در حالی که در کنارش با خطی ناخوانا نوشته بود:
ای پادشاه من هر شب با همین لباس کم سرما را تحمل
می‌کردم
اما وعده لباس گرم تو مرا از پای درآورد ...

معرفی محصولات سمعی و بصری آستان مقدس

	
مناسبت	سالگرد شهادت حضرت احمدبن موسی شاهچراغ (ع)
زمان برگزاری	۱۶ و ۱۷ رجب ۱۴۳۴ برابر با ۶ و ۷ خرداد ۱۳۹۲
ساختران	حجت الاسلام والمسلمین دارستانی (از شهر مقدس قم)
موضوع سخنرانی	اهمیت برگزاری مجالس سالگرد شهادت بزرگان دین
مداحان	حاج کاظم محمدی – حاج رضا رودکی
مکان	صحن حرم مطهر حضرت احمد بن موسی شاه چراغ علیه السلام
مدت	۱۶۵ دقیقه
فرمت	DVD-Video قابل پخش با رایانه و دستگاههای پخش خانگی
توضیحات	لوح فشرده شامل مراسم برگزار شده در ۲ شب متوالی می‌باشد

این محصول دیداری- شنیداری پس از طی مراحل تکثیر، توسط واحد سمعی و بصری آستان مقدس در دسترس علاقه مندان قرار خواهد گرفت.

سلیمان و گنجشکان



کتاب گناهان کبیره– شهید دستغیب

گنجشک نر با ماده ی خود گفت: چرا نمی گذاری با تو جفت شوم؟ من اگر بخوام می توانم قبه ی سلیمان را به مقدار بکنم و به دریا افکنم!
سخن گنجشک به گوش سلیمان رسید. نبی خدا تبسم نمود و به گنجشک نر گفت: آیا این ادعایی که کردی را می توانی انجام دهی؟!
گفت: نه رسول خدا، اما شخص، خودش را نزد زنش، بزرگ جلوه می دهد و عاشق را بر آنچه می گوید نباید ملامت کرد.
سلیمان با ماده سخن گفت: چرا از او رو می گردانی و به او بی اعتنایی می کنی؟ در حالیکه او ادعای محبت با تو را میکند!
گنجشک ماده گفت: ای رسول خدا! او دروغ می گوید و ادعایش باطل است. چون به جز من، دیگری را هم دوست دارد.
سخن گنجشک در دل سلیمان اثر کرد و بسیار گریست و چهل روز از عبادتگاه خود بیرون نشد و دعا می کرد که خداوند دل او را از محبت غیر او پاک گرداند و مخصوص محبت خود گرداند...

مدیر آستان مقدس در همایش حج و زیارت استان های فارس، خوزستان،بوشهر، کهگیلویه و بویراحمد:

بهره مندی از بارگاه حضرت شاهچراغ(ع) فرصتی برای ارادت به خاندان اهل بیت(ع) است



مدیرآستان مقدس احمدی و محمدی(ع) بهره مندی از بارگاه مقدس حضرت شاهچراغ(ع) را فرصتی برای همگان از این امامزاده شریف عنوان کرد.

سید محمدحسن دستغیب در همایش حج و زیارت استان های فارس، خوزستان، بوشهر، کهگیلویه و بویراحمد که با حضور عسکری معاون پشتیبانی و منابع انسانی حج و زیارت کشور در تالار کوثر آستان مقدس احمدی و محمدی(ع) برگزار شد افزود: کرامات حضرت سید میراحمدبن موسی(ع) کاملاً مشهود است و آنها که به عینه شاهد این کرامات بوده اند خود را خادم و کفشدار حضرت می دانند. وی

با اشاره به اینکه آستان مقدس حضرت شاهچراغ(ع) در قالب ۲۷ حوزه فرهنگی مذهبی و بیش از ۶هزار خادم افتخاری در خدمت زائران، شهروندان و مجاوران می باشد. برگزاری همایش ها و نشست های کشوری و استانی را فرصتی ناب

گلدسته‌ها

به منظور زیبایی بیشتر این بارگاه شریف و پخش صوت ملکوتی قرآن و اذان تا اقصی نقاط شهر و قرینه‌سازی دو طرف ایوان حرم مطهر، ساختمان گلدسته جنوبی طراحی و اجرا شد. عملیات کاشی‌کاری این گلدسته با استفاده از رنگ‌های طبیعی به طرز زیبا توسط کارگاه معرق‌کاری آستان مقدس انجام شده است.

این گلدسته با گلدسته شمالی همانند است؛ اما با کمی دقت‌نظر متوجه می‌شویم گلدسته شمالی به اسماء... مزین شده درحالی‌که بر گلدسته جدید نام ائمه اطهار(ع) و القاب ایشان با ظرافت خاص نقش بسته است که این مهم توسط تولیت آستان مبارک طراحی شده است. سر گلدسته حدوداً سه تن وزن دارد؛ اسکلت آن فلزی و با چوب و مس روکش شده است. این گلدسته از هشت ترک تشکیل شده که در هر ترک آن اسماء... با قلم‌کاری و میناکاری تزئین شده است. بالای ستون‌ها مقرنس و جـان‌پناه اطراف گلدسته از نرده چوبی با طرح گره شش‌بند ساخته شده است. اکنون آستان مبارک دو گلدسته در شمال و جنوب ایوان دارد که ساختمان آن بتن آرمه است. ارتفاع گلدسته تا زیر اتاق مؤذن ۲۰/۴۰متر، با اتاق مؤذن ۲۳/۲۰ متر، قطر پائین ۲/۲ متر، قطر بالا ۲/۳۵ متر و ارتفاع سر گلدسته ۳/۶۵ متر است.

صاحب امتیاز: آستان مقدس احمدی و محمدی(ع)
زیر نظر روابط عمومی
عکس‌ها: واحد سمعی و بصری آستان مقدس
عکس صفحه اول: سعید احمدی پناه
نشانی: صحن مطهر حضرت شاهچراغ(ع)
رواق فرهنگی
تلفن و نمابر: ۰۲۲۳۱۵۴-۲۲۳۴۶۶۲
تلفن گویا: ۰۷۱۱۲۱۳۱۱۱
صندوق پستی: ۱۴۴۷-۷۱۳۴۵
آدرس الکترونیکی: info@shahecheragh.ir
وب سایت: www.shahecheragh.ir

در سطح ملی و بین المللی و معرفی اقدامات عمرانی و خدماتی در این آستان مقدس بیشتر می کند.

سید محمدحسن دستغیب با تأکید بر اینکه کتابخانه آستان مقدس حضرت شاهچراغ(ع) در سال گذشته مقام برتر کتابخانه های کشوری را کسب کرده است حضور شرکت کنندگان برای دیدار از این کتابخانه و موزه را مغتنم شمرد.

همین گزارش حاکمیت در این نشست آزاد رئیس حج و زیارت استان فارس و عسکری معاون پشتیبانی و منابع انسانی حج و زیارت در رابطه با اهداف این جلسه و مسائل حج و زیارت و تمهیداتی که برای زائران خانه خدا می بایست انجام گیرد سخنانی ایراد کردند.

گفتنی است در این همایش یک روزه حدود یکصد و پنجاه نفر از روسای سازمانهای حج و زیارت استان های فارس خوزستان،بوشهر، کهگیلویه و بویراحمد و مدیران کاروان های حج و زیارت استان فارس شرکت داشتند.



قابل توجه زائران عزیز

زائران عزیز در صورت تمایل به پرداخت نذورات نقدی در سراسر ایران می‌توانند وجوه خود را به شماره حساب سیبا بانک ملی به شماره ۰۱۰۵۵۹۱۶۷۱۰۰۰ مربوط به بارگاه مقدس حضرت شاهچراغ(ع) و شماره حساب سیبا بانک ملی به شماره ۰۱۰۵۶۶۰۳۹۱۰۰۳ مربوط به بارگاه مقدس حضرت سید میرمحمدبن موسی(ع) واریز یا به دفاتر دریافت نذورات مستقر در آستان مقدس که از ساعت ۸ صبح الی ۱۰ شب آماده دریافت نذورات شما زوار محترم می‌باشد، مراجعه نمایند.