

مجموعهٔ بخشید چند لحظه

همراه با مسابقه / ۱۳۵



همیشه کازیکت باش

# بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



## دعای مطالعه

«اللَّهُمَّ أَخْرِجْنِي مِنْ ظُلُمَاتِ الْوَهْمِ وَ أَكْرَمْنِي بِنُورِ الْقَهْمِ اللَّهُمَّ افْتَحْ عَلَيْنَا أَبْوَابَ رَحْمَتِكَ وَ انْشُرْ عَلَيْنَا خَزَائِنَ عُلُومِكَ بِرَحْمَتِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ.» (خدا یا، مرا از تاریکی های وهم خارج کن و به نور فهم گرامی ام بدار. خدا یا، درهای رحمت را به روی ما بگشا و خزانه های علومت را بر ایمان باز کن، به مهربانی ات، ای مهربان ترین مهربانان!)

## تقدیم به

تقدیم به ارواح قدسی ائمه معصومین علیهم السلام، به ویژه مولا و مقتدای زمان، حضرت بقیه الله الاعظم علیه السلام؛ شهدای انقلاب اسلامی و دفاع مقدس؛ مدافعان مظلوم حرم اهل بیت و زائران آستان ملکوتی امام علی بن موسی الرضا علیه السلام!



**عنوان:** بیخشد چند لحظه؛ همیشه

**کازیکت باش**

**تهیه و تولید:** اداره تولیدات فرهنگی آستان

قدس رضوی

**ویراستار:** سعیده سادات حسینی

**ارزیاب علمی:** حجت الاسلام والمسلمین

سیدمحمود مرویان حسینی

**طراح جلد و صفحه‌آرا:** عباس پرچمی

**ناشر:** معاونت تبلیغات اسلامی

آستان قدس رضوی

**چاپخانه:** مؤسسه فرهنگی قدس

**نوبت چاپ:** اول، ۱۳۹۸

**شمارگان:** ۵۰۰۰

**شابک:** ۹۷۸-۶۲۲-۶۸۵۲۴-۰۱

**نشانی:** مشهد، حرم مطهر، صحن جامع

رضوی، ضلع غربی، بین باب‌الهادی علیه السلام و

صحن غدیر، مدیریت فرهنگی

**صندوق پستی:** ۳۵۱-۹۱۷۳۵

**تلفن:** ۰۵۱-۳۲۰۲۵۶۷

**سامانه پیامکی دریافت پیشنهادها و**

**انتقاداتها:** ۳۰۰۰۸۰۲۲۲۲

**حق چاپ محفوظ است.**

عنوان و نام پدیدآور : همیشه کازیکت باش/ تهیه و تولید اداره تولیدات فرهنگی آستان  
قدس رضوی؛ به‌سفرارش معاونت تبلیغات اسلامی آستان قدس  
رضوی؛ ویراستار رضوی و مصور سعیده‌السادات حسینی؛ ارزیاب  
علمی سیدمحمود مرویان‌حسینی.

مشخصات نشر : مشخصات آستان قدس رضوی، معاونت تبلیغات اسلامی، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری : ۱۶ ص.

فروست : بیخشد چند لحظه؛ ۸.

شابک : 978-622-685240-1

وضعیت فهرست : فیا

نوبسی

موضوع : ارتباط -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام

موضوع : Islam -- Religious aspects -- Communication

موضوع : زناشویی -- ایران -- ارتباط -- جنبه‌های مذهبی

موضوع : Religious aspects -- Iran -- Communication in marriage

موضوع : زناشویی (اسلام)

موضوع : Islam -- Religious aspects -- Marriage

موضوع : خانواده‌ها -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام

موضوع : Families -- Religious aspects -- Islam

موضوع : مرویان حسینی، سیدمحمود، ۱۳۴۴ -

شناسه افروده : آستان قدس رضوی، اداره تولیدات فرهنگی

شناسه افروده : آستان قدس رضوی، معاونت تبلیغات اسلامی

شناسه افروده : Astan Qods Razavi. The Islamic Propagation Department

رده بندی کنگره : BP۱۱/۶

رده بندی دیوبنی : ۲۹۷/۰۲۵

شماره : ۶۰۷۸۰۰۴

کتابشناسی ملی

## مقدمه

شیوه برقراری ارتباط ما با دیگران تا حد زیادی روی زندگی مون تأثیر می‌گذاره. درآمد و رابطه‌ها و مسیر شغلی ما، همگی در گرو نوع برقراری ارتباطمون با دیگرانه. روابط شخصی، دنیا رو اداره می‌کنه. از اونجایی که ما همیشه باید دنبال بهترین و سالم‌ترین چیزها باشیم، باید دنبال ارتباط سالم هم باشیم. ارتباط سالم یعنی تعامل درست با دیگران، طوری که توی رابطه، حق و احترام کسی از بین نره. ما توی این فرصت مختصر سعی کردیم درباره نحوه ارتباط درست با اطرافیان مثل فرزند، همسر، همسایه و... توضیحات کاربردی و مفیدی ارائه بدیم؛ ضمن اینکه با مطالبی مثل حرم‌شناسی و نکات معرفتی کمکتون کنیم زیارت خاطره‌انگیزی تجربه کنیم.







## بوسیدن به قصد گشت

کناری و ایستاده بودم و داشتم زیارت «امین الله» رو زمزمه می‌کردم. گاهی حال و هوای زائرها تو جهم رو جلب می‌کرد. بعضی‌ها چقدر با معرفت اشک می‌ریختن و زیارت می‌کردن؛ انگار فهمیده بودن به محضر چه شخص بزرگی مشرف شدن. توی افکار خودم غرق بودم که با تکون شدیدی به خودم اومدم. همون جوری که داشتن رد می‌شدن، صداش رو شنیدم که به دخترش می‌گفت: «چادرت رو محکم گره بزن، نزدیک ضریح از سرت در نیاد...»

این سؤال توی ذهنم به وجود اومده بود که کدوم زیارت زیباتره؟ قطعاً امام رضا علیه السلام رسیدن و جسییدن به ضریح رو اگه با فشار و حق الناس باشه، نمی‌پسند.

## بچه‌ها با دوست‌هاشون راحت‌ترن، اما...



تابه‌حال از خودتون پرسیدین که چرا ما با دوستمون راحت صحبت می‌کنیم؛ ولی با پدر و مادر نمی‌تونیم راحت حرف بزنیم؟ شاید دلیلش این باشه که دوستمون فقط به حرف‌های ما گوش می‌ده و برای اینکه ما رو آرام کنه، همدردی می‌کنه و ممکنه یک راهکار هم جلوی پای ما بگذاره؛ ولی پدر و مادرها به محض اینکه بچه‌شون صحبت می‌کنه، چون نگرانن که به نوعی از دستش بدن، ناخواسته حرف‌های تحریک‌آمیز می‌زنن. بچه هم برای اینکه جایگاهش رو توی خونه از دست نده و سرزنش نشه، ترجیح می‌ده راحت با همون دوست درد دل کنه، به همین راحتی!



## حالا چند راه حل:

...

۱. تا حد امکان کنار هم غذا بخورین؛

۲. بچه ها رو به پارک ببرین و باهاشون بازی کنین؛

۳. با بعضی کارهای کوچک، عشق خودتون رو به فرزندتون نشون بدین؛ مثلاً توی ظرف غذاش  
یه یادداشت بگذارین یا در طول روز بهش زنگ بزنین و باهاش صحبت کنین؛

۴. هر شب قبل خواب، هم شما بهش بگین روزتون رو چطوری سپری کردین، هم از اون بخواین که  
اتفاقات روزش رو تعریف کنه و بهش بگین که این وقت فقط برای اونه؛

۵. وقتی فرزندتون بعد از یه روز بد و ناراحت کننده از مدرسه به خونه می یاد، با حرف زدن و  
انتقاد کردن وضعیت رو براش بدتر نکنین؛

۶. با فرزندتون درددل کنین و براش از خاطرات کودکی تون بگین؛

۷. خطاهای فرزندتون رو بدون پرده دری رفع کنین. هر موقع خواستین از یه رفتارش انتقاد کنین،  
حتماً اول چند تا خصوصیت خوبش رو بگین؛

۸. تا حد امکان امروزی ش نکنین و مخصوصاً در حضور بقیه خیلی با احترام باهاش صحبت کنین؛

۹. سعی کنین توی خونه به فرزندتون کار بسپارین و بابت کمکی که به شما می کنه، ازش تشکر کنین؛

۱۰. دوست های فرزندتون رو خوب بشناسین؛

۱۱. سعی کنین توی صحبت با فرزندتون، لحن تون نصیحت گونه نباشه.

## چگونه مشاوره رایگان بگیریم

اگر دنبال بهبود رابطه با فرزند یا همسرتون هستید و دوست دارید درک درستی از رفتارهای طرف مقابلتون داشته باشید، پیشنهاد می‌کنیم به کلینیک تخصصی مشاوره و روان‌شناسی آستان مهر رضوی توی حرم مطهر به سر بزنین. توی این مرکز، خدمات زیادی مثل مشاوره‌های گروهی، مشاوره ازدواج، مشاوره خانواده و... با بهره‌گیری از اساتید مجرب و متخصص ارائه می‌شه. جالبه بدونین تمام خدمات این مرکز رایگانه. توی این مرکز فقط به صورت حضوری نوبت‌دهی می‌شه. اگر خواستین نوبت بگیرین و از برنامه‌های مرکز استفاده کنین، باید به صحن جامع رضوی، طبقه همکف، ایوان باب‌الهادی ع مراجعه کنین.

## سیب زمینی هم بلده لایو بگیره

تابه حال دقت کردین که دست و چشم چقدر هوای همدیگه رو دارن؟ وقتی دست زخم می‌شه، چشم گریه می‌کنه و وقتی چشم اشک می‌ریزه، دست اشک‌ها رو پاک می‌کنه، به به چه رابطه‌ای! این طور نیست که دست و پا بنشینن و از گریه چشم بگن. به قول حکیم سخن، سعدی، «بنی آدم اعضای یک پیکرند». حالا چه به روز این پیکر اومده که «چو عضوی به درد آورد روزگار، دگر موبایل‌ها را نماند قرار» و دوربین گوشی‌ها روشن می‌شه و استوری و لایوی هست که پر می‌شه! برای چند تا لایک، دست یاری نمی‌دیم و دیگه بیچاره بنی آدم! چقدر جون آدم‌ها می‌تونست نجات داده بشه، اگر این گوشی‌های لعنتی دست‌وپای آدم‌ها رو نمی‌بست!





## شاخص روگم نکنیم

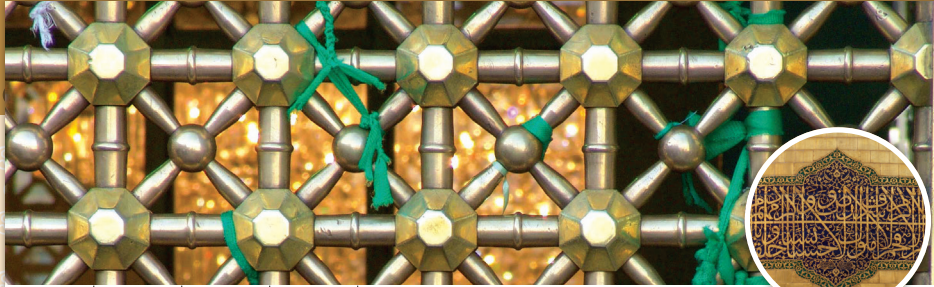
حتماً شما هم به این نکته رسیدین که افراط و تفریط توی همه چی بده. اگه انسان می خواد خودش رو توی راه حق قرار بده، قطعاً باید خودش رو توی همه چی با امامش تنظیم کنه. طبیعیه که اگه کسی از امامش پیش بیفته، می شه کاتولیک تر از پاپ و نتیجه می شه ظهور افرادی با تفکر خوارج و داعش و اگه عقب بیفته می شه مثل آدم هایی که نه دین دارن و نه بی دینن. پس حد وسط و تعادل حرکت با امامه؛ به همین دلیله که توی زیارت «جامعه کبیره» می گیم: «فَالرَّاعِبُ عَنْكُمْ مَارِقٌ وَ الْاَلَزِمُ لَكُمْ لِاحِقٌ وَ الْمُقَصِّرُ فِي حَقِّكُمْ زَاهِقٌ» (پس کسی که از شما روی برگرداند، از دین خارج شده است و کسی که ملازم و همراه شما بود، به حق رسیده است و کسی که در حق شما کوتاهی کرد، نابود شده است).

مثلاً خود مقام معظم رهبری علیه السلام فرمودن: «هرکس با من اختلاف نظر داره، لزوماً به معنای ضد ولایت فقیه بودن نیست.»

## قارچ، آب لیمو، مرغ

زندگی متأهلی یعنی به همسرت پیام بدی:  
 «ای عشق، خداوند نگهدار تو باشد!»  
 اون وقت جواب بگیری:  
 «یه بسته قارچ، آب لیمو، مرغ، نون!»





## شعری که امام رضا علیه السلام سرودن

دل و زبونم پر از گله و شکایت از برادرم بود.  
دوست داشتم با کسی صحبت کنم و اون راهنمایی م کنه.  
برای همین محضر امام رضا علیه السلام رسیدم تا یه خورده درد دل کنم.  
امام علیه السلام برایم شعری خوندن:

«أَعِذُ رَأْحَاكِ عَلَى ذُنُوبِهِ      وَاسْتُرُّ وَعَظَّ عَلَى عُيُوبِهِ  
وَاصْبِرْ عَلَى بُهْتِ السَّفِيهِ      وَلِلزَّمانِ عَلَى حُطُوبِهِ  
وَدَعْ الْجَوَابَ تَفَضُّلاً      وَكُلِّ الظُّلُومَ إِلَى حَسِيْبِهِ»

منظور امام علیه السلام این بود که اگر برادرم عذری آورد، اون رو بپذیرم و عیوبش رو جایی مطرح نکنم  
و صبر بپیشه کنم.

بعد از راهنمایی امام علیه السلام هم خیلی سبک شدم، هم رابطه م با برادرم بهتر شد.





## شهادت کاظمی و همسایه‌های مسیحی

توی مکانی که هر سال برای محرم روضه داشتیم، چند تا همسایه مسیحی زندگی می‌کردن. هر سال چند روز موندن به مراسم، شهید کاظمی دوسه نفر از فرمانده‌های لشکر رو می‌فرستادن تا با احترام از همه همسایه‌ها اجازه برگزاری مراسم روضه امام حسین علیه السلام رو بگیرن. شهید کاظمی می‌گفت: «سروصدای عزاداری بلند و ترافیک و شلوغی زیاده. اون‌ها حق همسایگی به گردن ما دارن؛ پس مراسم باید با رضایت کاملشون برگزار بشه.» موقع توزیع غذا هم، سهم همسایه‌ها رو جدا می‌کردن و می‌فرستادن در خونه اون‌ها. بعد از شام غریبان هم از همه همسایه‌ها حلالیت می‌گرفتن.

## از فواید باقالی پلو

بابا روی کاناپه دراز کشیده بود.  
 مامان سبد پیک نیک رو گذاشته بود دم در. همه چی آماده بود.  
 رضا با لب‌ولوجه آویزون جلو اومد و گفت:  
 «مامان تور بدمینتونم پاره شده. به بابا می‌گی سرراه یکی بخره؟»  
 «رضاجان دوباره شروع نکن. قول دادی خرج الکی نتراشی.»  
 «بدون بدمینتون حال نمی‌ده اصلاً. حالا شما به بابا بگو. بابا تو رو خیلی دوست داره. باقالی پلو هم که پختی، بهت نه نمی‌گه!»  
 بابا که خودش رو به خواب زده بود، خنده‌ش گرفت:  
 «به شرطی که پنج دفعه نون گرفتن با تو باشه، قبول؟»  
 رضا پرید روی کاناپه توی بغل بابا. خونه پراز صدای خنده شد.



## دیگه نگران نباشین

یه رابطه‌ای هست که آرامش بخشه و نگرانی‌ت از همهٔ رابطه‌ها رواز بین می‌بره. رابطه‌ای که حضرت علی علیه السلام این طور معرفی ش می‌کنن: «مَنْ أَصْلَحَ فِيمَا بَيْنَهُ وَبَيْنَ اللَّهِ أَصْلَحَ اللَّهُ فِيمَا بَيْنَهُ وَبَيْنَ النَّاسِ»<sup>۱</sup> (هرکه رابطه‌اش را با خدا اصلاح کند، خدا رابطه‌اش را با مردم اصلاح می‌کند.)

خیلی وقت‌ها می‌شه که نگرانیم مردم دربارهٔ ما چطور فکر می‌کنن یا دوست داریم همه رابطه‌شون با ما خوب باشه و دل واپس روابطمون هستیم. خدا یه راه حل عاشقانه داده و اون هم اینه که اگه با من خوب باشین، من کاری می‌کنم همه باهاتون خوب باشن. هم از آرامش زندگی لذت می‌برین، هم از نگرانی‌های بیجا خلاص می‌شین.

هر وقت دیدین رابطهٔ مردم با شما یه جوری شد، برین بگردین ببینین کجا نافرمانی خدا رو کردین و توی رابطه با خدا کم گذاشتین.

۱. محمد بن علی بن بابویه قمی (شیخ صدوق)، کتاب من لا یحضره الفقیه، ج ۴، ص ۳۹۶.



## عاشقانه‌های بعد از دوران عقد

شنیدین خیلی‌ها با حسرت می‌گن: «سال‌های اول زندگی رابطه‌مون عاشقانه‌تر بود، ولی حالا چی...!» اگه فکر می‌کنین که بعد از چند سال زندگی، دیگه زندگی‌تون مثل قبل عاشقانه نیست، باید بدونین فقط نوع علاقه توی سال‌ها تغییر کرده؛ ولی این رو هم بدونین که یه سری کارهایی هست که می‌تونه حتی بیشتر از سال‌های اول زندگی عشق بیاره. از کارهای قشنگی که هم محبت همسرتون رو توی دل شما زیاد می‌کنه و هم شما رو محبوب اون می‌کنه، اینه که بعد از نماز یا هر موقعیتی که پیش می‌یاد، برای سلامتی و رفع گرفتاری‌هاش دعا کنین و حتی صدقه بدین. گاهی بهش بگین که برات





صلوات نذر کردم. توی پیامک براش بنویسین وقتی از خونه می‌ری، برات «آیت الکرسی» می‌خونم. قطعاً حمایت‌های معنوی، زندگی رو شیرین و لذت بخش می‌کنه. چنین خونه‌ای برای همسرتون، پناهگاه و محل آرامشه.

﴿رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا﴾ (پروردگارا، از همسران و فرزندان ما کسانی قرار ده که مایهٔ روشنی چشم ما شوند.)

۱. فرقان، ۷۴.



## قطع رحم هرگز

من و همسرم خیلی علاقه داریم با فامیل رفت‌وآمد کنیم؛ ولی توی فامیلون افرادی هستن که به موازین حجاب پایبند نیستن؛ مثلاً آخرین باری که عروسی دعوت بودیم و اون‌ها هم دعوت بودن، دائم روسری از سرشون می‌افتاد یا اینکه با نامحرم‌ها دست می‌دادن و می‌رقصیدن. دفعهٔ بعد که برای مجلس دعوتمون کردن، با شوهرم مونده بودیم بریم یا نه؟ چون هم خاطرهٔ سری قبل رو داشتیم، هم دوست نداشتیم این نرفتن ما قطع رحم محسوب بشه؛ تا اینکه اومدیم حرم و مشکلمون رو با کارشناس‌های مرکز پاسخ‌گویی به سؤالات دینی (مدرسهٔ پریزاد) در میون گذاشتیم. اونجا گفتن: «اگه حضور توی اون مجلس، موجب ارتکاب گناه یا تأیید گناه باشه، نباید توی مجلس شرکت کنین و صلۀ رحم هم فقط با رفت‌وآمد محقق نمی‌شه و با احوالپرسی و پیغام‌فرستادن از طریق تلفن یا پیامک هم می‌شه صلۀ رحم کرد.» به چیز دیگه هم گفتن: «جاهایی که لازمه برین، بعد از تموم شدن رقص و موسیقی، مثلاً موقع شام برین که دیگه تأیید گناه نباشه، این جوری اشکال نداره، هم می‌تونین صلۀ رحم کنین و هم هدیه‌تون رو بدین.»

## نوع رفتار شما با...

تابه حال دربارهٔ رابطه با خدا، اهل بیت علیهم السلام، پدر و مادر، همسر و فرزند، همسایه، فامیل و حتی جسم خودتون کتاب خوندین؟ آگه دوست دارین رابطه‌هاتون بهتر بشه، پیشنهاد می‌کنیم مجموعهٔ رهنما با موضوع نوع رفتار شما با... رو حتماً به بار تورق کنین.

این مجموعه رو انتشارات معاونت تبلیغات اسلامی آستان قدس رضوی (زائر رضوی) چاپ کرده و می‌تونید فایل پی‌دی‌اف کتاب‌های زیر رو با اسکن QR کد زیر، رایگان دانلود کنین.

رهنما ۱۱۲: به رنگ خدا: شرح رفتار شما و خدا.

رهنما ۱۱۳: روایتی از روح: شرح رفتار شما با روح.

رهنما ۱۱۴: از جنس خاک: شرح رفتار شما با جسم.

رهنما ۱۱۵: زیبایی و آراستگی: شرح رفتار شما با ظاهر.

رهنما ۱۱۶: در جست‌وجوی آرامش: شرح رفتار شما با ازدواج.

رهنما ۱۱۷: خانهٔ انس: شرح رفتار شما با خانواده.

رهنما ۱۱۸: ساکنان شهر اخلاق: شرح رفتار شما با مردم.

رهنما ۱۱۹: استمرار نهضت: شرح رفتار شما با حکومت اسلامی.

رهنما ۱۲۰: آن سوی مرزها: شرح رفتار شما با آن سوی مرزهای اسلامی.

رهنما ۱۲۱: همه جا، خانهٔ من: شرح رفتار شما با محیط زیست.



## جواب بده، جایزه بگیر

ارسال پاسخ به سامانه پیامکی: کافی است به ترتیب نام مسابقه و شماره گزینه های صحیح پرسش ها را به صورت یک عدد دورقمی از چپ به راست، همراه با نام و نام خانوادگی خود، به سامانه پیامکی ۳۰۰۰۸۰۲۲۲۲ ارسال کنید.

### مثال: همیشه کاینک باش ۲۴ احسان رضوانی پور

مهلت شرکت در مسابقه، یک ماه پس از دریافت کتابچه است. قرعه کشی از بین پاسخ های کامل و صحیح و به صورت روزانه انجام می شود و نتیجه آن نیز از طریق سامانه پیامکی گفته شده به اطلاع برندگان می رسد.

## پرسش ها

**پرسش دوم:** حضور در مجالس عروسی که موازین شرعی در آن رعایت نمی شود، چه حکمی دارد؟

۱. اگر موجب ارتکاب گناه شخص شود، حرام است.
۲. اگر تأیید گناه باشد، حرام است.
۳. از جهت رعایت صلّه رحم بلاشکال است.
۴. گزینه ۱ و ۲.

**پرسش اول:** طبق روایت امیرالمؤمنین علیه السلام رابطه فرد با مردم چگونه اصلاح می شود؟

۱. اصلاح رابطه با خدا.
۲. عیب پوشی.
۳. نیکی کردن به مردم.
۴. گره گشایی مشکلات آن ها.

این کتاب هدیه‌ای است متبرک و معنوی از  
خوان باکرامت امام رافت و مهربانی، حضرت  
علی بن موسی الرضا علیه السلام.  
با مطالعه دقیق محتوای کتاب و اهدای  
آن به سایر جویندگان معارف ناب دینی،  
بخشی از یک جریان اثرگذار فرهنگی باشید.



برای دریافت این مجموعه اسکن کنید.

