

# خانه مسلمان

گروه ترجمه و تأليف:

سایت نوار اسلام

این کتاب از سایت کتابخانه عقیده دانلود شده است.

[www.aqeedeh.com](http://www.aqeedeh.com)

[book@aqeedeh.com](mailto:book@aqeedeh.com)

آدرس ایمیل:

#### سایت های مفید

[www.aqeedeh.com](http://www.aqeedeh.com)

[www.nourtv.net](http://www.nourtv.net)

[www.islamtxt.com](http://www.islamtxt.com)

[www.sadaiislam.com](http://www.sadaiislam.com)

[www.ahlesonnat.com](http://www.ahlesonnat.com)

[www.islamhouse.com](http://www.islamhouse.com)

[www.isl.org.uk](http://www.isl.org.uk)

[www.bidary.net](http://www.bidary.net)

[www.islamtape.com](http://www.islamtape.com)

[www.tabesh.net](http://www.tabesh.net)

[www.blestfamily.com](http://www.blestfamily.com)

[www.farsi.sunnionline.us](http://www.farsi.sunnionline.us)

[www.islamworldnews.com](http://www.islamworldnews.com)

[www.sunni-news.net](http://www.sunni-news.net)

[www.islamage.com](http://www.islamage.com)

[www.mohtadeen.com](http://www.mohtadeen.com)

[www.islamwebpedia.com](http://www.islamwebpedia.com)

[www.ijtehadat.com](http://www.ijtehadat.com)

[www.islampp.com](http://www.islampp.com)

[www.islam411.com](http://www.islam411.com)

[www.videofarda.com](http://www.videofarda.com)

[www.videofarsi.com](http://www.videofarsi.com)

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ  
فهرست مطالب

۳	مقدمه.....
۵	ویژگی‌های خانهای مسلمان.....
۱۱	اسباب و لوازم خانه.....
۱۳	خانهای ما امن است.....
۱۳	خانواده‌ی مسلمان باید موارد چندی را مراعات نماید از جمله‌ی آنها:.....
۱۶	امنیت خانواده در موقع رفتن به مسافرت:.....
۱۶	فراهم ساختن امنیت برای کودکان در منزل:.....
۲۰	خانهای ما زیباست.....
۲۴	خانهای تندرست.....
۲۶	از جمله عادات غذائی نامناسب:.....
۲۶	بعضی ملاحظات بهداشتی:.....
۲۷	وضعیت سلامتی جسم در هنگام کار:.....
۲۸	کمک‌های اولیه:.....
۲۸	داروخانه‌ی خانگی:.....
۳۰	بیماری در خانه داریم:.....
۳۳	خانهای پر از شادی و نشاط.....
۳۴	استفاده از تلویزیون و ویدیو در خانه‌ی مسلمان:.....
۳۶	خانهای ما دانشگاه است.....

- ۴۱.....**خانه‌ی صرفه‌جو**
- ۴۵..... راهنمایی استفاده صحیح از مواد غذایی:
- ۴۷..... راهنمایی استفاده‌ی صحیح از پوشاک و البسه:
- ۴۸..... راهنمایی استفاده‌ی درست از وسایل برقی منزل:
- ۵۵.....**خانه‌ی ما منظم است**
- ۶۳.....**خانه‌ی ما پاکیزه است**
- ۸۰..... پاک کردن خانه از وجود حشرات:
- ۸۲..... رها شدن از دست بو و بخارهای آشپزخانه:
- ۸۳.....**فنون و مهارت‌های خانواده‌ی مسلمان**

## مقدمه

جای تعجب ندارد که دین اسلام به خانه‌ی مسلمان اهمیت خاصی قائل شود. چرا که آن هسته‌ی جامعه‌ی اسلامی است و خانه، همان لانه و کاشانه‌ی خانواده است که بیشترین مدت عمر خود را در آن می‌گذرانند. بنابراین برای افراد خانواده ضرورت دارد که قانون و مقرراتی را برای این خانه وضع نمایند، قوانینی بر پایه‌ی تقوای خداوند متعال و مراعات خانواده و نزدیکان.

همانطور که خانواده قرار است خود را برای یک زندگی سعادت‌مند آماده نماید، مملو ساختن آن با نظم و بهداشت آن را چون مسجدی برای عبادت، دانشگاهی برای آموختن و محل هم آمدن شادی و سرور می‌نماید. به همین دلیل کتاب حاضر آماده شده تا راهی به‌سوی نیل به تمام آنچه گفته شد را ترسیم نموده و به سؤالات مهم بسیاری در رابطه با پایه‌ریزی خانه‌ی مسلمان پاسخ بگوید.

این برنامه مسائل متفرقه و پراکنده‌ای را جمع‌آوری نموده و مطالب جالبی را مطرح می‌نماید که قابل توجه خانواده‌های مسلمان بوده و هدف آن رضایت و خوشنودی خداوند متعال و رسیدن اعضای خانواده به موفقیت و کامیابی در زندگی خود و اطرافیان‌شان می‌باشد.

عمده مطالبی که در این بخش ارائه می‌شوند: شناخت خانه‌ی مسلمان، قوانین حاکم بر آن در مسیر زندگی، ویژگی‌های این خانه، جایگاه عبادت و علم در آن، اهمیت سازماندهی و بهداشت و زیبایی برای جلوه نمودن خانه‌ی مسلمان به زیباترین و باشکوه‌ترین صورت ممکن و معرفی راه‌هایی برای آنکه خانه‌ی مسلمان پر از امنیت و سلامتی گردد. در ادامه بحث به مسائل اقتصادی خانه‌ی مسلمان و تاثیر آن در گذران زندگی آنان به اضافه‌ی اطلاعات بسیاری که برای خانه‌ی مسلمان و یک خانواده‌ی

سعادت‌مند حائز اهمیت می‌باشد، کشیده می‌شود.

ترجمه: مسعود

مصدر: سایت نوار اسلام

IslamTape.Com

## ویژگی‌های خانه‌ی مسلمان

خانه جای سکونت و آرام و قرار گرفتن اعضای خانواده و آسایش آن‌ها است. افراد خانواده پس از خستگی تلاش و کار روزانه و همچنین فشار مشکلات زندگی به چهاردیواری منزل پناه می‌برند. بنابراین جای خود دارد که تا حد امکان خانه‌یمان را مطابق ویژگی‌های خاصی انتخاب نماییم تا به آرامش، سکون، راحتی و ثبات مورد نظرمان در آن دست یابیم.

انتخاب خانه‌ای با ویژگی‌های مخصوص توأم با انواع مشکلات اجتماعی در اکثر جوامع اسلامی می‌باشد، از جمله‌ی آن موانع، مانع اقتصادی (مانند درآمد پایین خانواده) و برخی عوامل اجتماعی، روحی، سلیقه‌ای (فردی و عمومی) می‌باشند.

به همین سبب خانه‌ی فرد مسلمان بهتر است تا جایی که امکان دارد، دارای ویژگی‌های لازم باشد تا بتواند خانه‌ای و مأمنی قابل قبول و راحتبخش برای کسانی که در آن زندگی می‌نمایند باشد، البته به دور از هرنوع اسراف و زیاده روی و در حد وسع و امکان و توانایی‌ها و با رضایت به روزی و قسمت پروردگار متعال.

از جمله‌ی ویژگی‌های خانه‌ی مناسب موارد زیر می‌باشند:

**محیط اجتماعی مناسب:** نخستین موردی است که خانواده باید در انتخاب خانه بدان توجه نماید. محیط تاثیر مهم و نقش خطیری در چگونگی رفتار و منش اهالی آن دارد. برای همین از قدیم گفته اند: اول همسفر بعد سفر و اول همسایه سپس خانه. بنابراین نباید خانه در منطقه‌ای باشد که به داشتن مشکلات و آسیب‌های مشخصی شهرت داشته باشد، مسائلی مانند خرید و فروش مواد مخدر، وجود اماکن فساد و بی‌بندوباری در آن جا و .... تا فرزندانش تحت تاثیر این موارد قرار نگیرند.

گفته می‌شود: قیمت یک خانه بواسطه‌ی برگزیده و پاک بودن همسایگان گران‌تر

می‌شود. تعریف می‌کنند مردی در همسایگی امام ابوحنیفه سکونت داشت و قصد داشت خانه‌اش را بفروشد. شخصی نزد وی آمده و گفت: خانه‌ات را به قیمتی و همسایگی ابوحنیفه را به قیمتی دیگر از تو خریداری می‌کنم.

بنابراین همسایگان مسلمان حق و حقوق هم را رعایت می‌نمایند و چیزی را که برای خود دوست دارند برای دیگران نیز دوست می‌دارند، باعث آزار و اذیت بقیه نشده و زباله‌ی خویش را مقابل خانه‌ی دیگری نمی‌گذارند، و با صدای بلند سخن نگفته و کاری نمی‌کنند که به احساسات بقیه لطمه وارد سازند، از مسائل کوچک درگذشته و از عیب‌های هم چشم‌پوشی می‌نمایند، تا در راستای اسلام و ایمان خویش عمل نموده باشند.

افراد خانه‌ی مسلمان نیز می‌کوشند تا همسایگان‌شان را مراعات نموده و حقوق‌شان را محفوظ دارد، از حال و وضع و نیاز همدیگر باخبر شده و یکدیگر را یاری و مساعدت نموده و همدیگر را راهنمایی کرده و آبروی هم را حفظ نمایند. تمام این وظایف به سبب عظمت حق همسایه بر همسایه است. رسول الله ﷺ می‌فرماید: «مَا زَالَ جِبْرِيلُ يُوصِيَنِي بِالْجَارِ حَتَّى ظَنَنْتُ أَنَّهُ سَيُورَثُهُ». یعنی: «همیشه جبرئیل عليه السلام مرا در مورد همسایه توصیه می‌نمود، تا اینکه گمان کردم شاید همسایه از همسایه میراث ببرد». [متفق علیه]

خانواده‌ی مسلمان کاملاً به حقوق همسایگان‌شان پایبند می‌باشد، همانطور که پیامبر خدا ﷺ بیان فرموده‌اند: «أَتَدْرُونَ مَا حَقُّ الْجَارِ إِنْ اسْتَعَانَ بِكَ أَعْنَتَهُ وَإِنْ اسْتَقْرَضَكَ أَقْرَضْتَهُ وَإِذَا افْتَقَرْتُ عَلَيْهِ وَإِنْ مَرَضَ عُدَّتَهُ وَإِنْ مَاتَ اتَّبَعْتَ جَنَازَتَهُ وَإِنْ أَصَابَهُ خَيْرٌ هَنَأْتَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ مَصِيبَةٌ عَزَيْتَهُ وَلَا تَسْتَطِيلُ عَلَيْهِ بِالْبِنَاءِ فَتَحْجِبَ عَنْهُ الرِّيحُ إِلَّا بِإِذْنِهِ وَإِذَا اشْتَرَيْتَ فَاكْهَةً فَأَهْدِ لَهَا فَإِنْ لَمْ تَفْعَلْ فَأَدْخِلْهَا سِرًّا وَلَا يَخْرُجْ بِهَا وَلَدَكَ لِيَغِيْظَ بِهَا وَلَدَهُ وَلَا تُؤْذِهِ بِقُتَّارٍ قَدْرِكَ إِلَّا أَنْ تَعْرِفَ لَهَا مِنْهَا أَتَدْرُونَ مَا حَقُّ الْجَارِ عَلَى الْجَارِ وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ لَا يَبْلُغُ حَقُّ الْجَارِ إِلَّا مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ». یعنی: «می‌دانید حق همسایه چیست؟ هرگاه از تو کمک طلبید، یاریش رسانی. اگر قرض خواست به او قرض بدهی. چون تهیدست گردد او را کمک نمایی.



هرگاه بیمار شود به عیادتش بروی. اگر سود و خوشی یابد تبریکش گویی. چون مصیبتی بیند، تسلیتش گویی. چون بمیرد، در تشییع جنازه‌اش شرکت کنی. خانه‌ات را مشرف بر خانه‌ی او نسازی که باد بر او نوزد، مگر با اجازه‌ی وی. او را با بوی غذایت نیازاری مگر آنکه سهمی به او هم برسانی. اگر میوه خریدی به او نیز هدیه نما و اگر چنین نکردی، مخفیانه آن را به منزل ببر و فرزندان با آن بیرون نرود تا فرزند او را غصه دار نکند و با بوی غذایت آزرده‌اش نکنی مگر آنکه برای او نیز ظرفی را آن ببری. سپس فرمود: هیچ می‌دانید حق همسایه چیست؟ سوگند به آنکه جانم به دست اوست! کسی حق همسایه را به جا نمی‌آورد مگر آنکه خداوند بر وی رحم کند.» [البخاری]

**محلّه:** از جمله مهم‌ترین مواردی که باعث می‌شود خانه‌ی مورد نظر نمونه باشد: واقع بودن آن در محلّه پسندیده است، می‌توان موردهای زیر را بیان نمود:

**وجود خدمات و نیازمندی‌های زندگی (در حد امکان) مانند:** وجود برق رسانی، مرکز بهداشتی، آب پاکیزه و بهداشتی، و البته بهتر است که نزدیک مدرسه‌ی بچه‌ها و بازار و دیگر خدمات باشد، در این حالت زندگی آسان‌تر شده و تلاش و زحمت کم تری برای این مسائل صرف می‌گردد. حتی المقدور بهتر است که خانه در منطقه‌ای آرام و دور از خیابان‌های اصلی و میادین عمومی باشد، با تحقق این موارد اهالی خانه از آرامش و آسایش بیشتری بهره خواهند برد.

**جنبه‌ی بهداشتی خانه:** در صورت وجود نور کافی و هوای پاکیزه در محله‌ای که خانه در آن قرار دارد و دوری آن از باتلاق و مرداب‌ها و زباله دانی‌ها، این مهم نیز به دست می‌آید. برخی شرایط خاص را نیز بعضی اوقات باید هنگام انتخاب خانه‌ی مناسب در نظر گرفت، چنانچه در خانواده شخصی دارای بیماری قلبی یا فلج اطفال باشد باید خانه‌ی مورد نظر در طبقه‌ی همکف باشد، مخصوصاً اگر آپارتمان فاقد آسانسور نیز باشد، همچنین بهتر است منزل مورد نظر در محدوده‌ی کاخانه‌های صنعتی و دود و غبار آن‌ها نباشد.

**مساحت:** هرچقدر هم که مساحت خانه کم باشد فرد می‌تواند از این محدوده به بهترین وجه برای مهیا نمودن آسایش و راحتی اعضای خانواده‌اش بهره بگیرد. کما آنکه در یک خانه با فضای زیاد ولی نظم اندک راحتی و آرامش دست نیافتنی بوده و در عوض در خانه‌ای با مساحت اندک و سازماندهی خوب و استفاده‌ی بهینه از اتاق‌ها و فضای خانه، راحتی آن به مراتب بیشتر خواهد بود. تردیدی نیست که همه در آرزوی زندگی در خانه‌ای جادار و مرفه می‌باشد، مسکن وسیع و جادار می‌تواند به شادکامی خانواده و راحتی روحی آن‌ها و سلامتی اعضایش کمک کند. پیامبر خدا ﷺ در دعاهایش چنین می‌فرمود: «اللَّهُمَّ وَسِّعْ لِي فِي دَارِي». یعنی: «پروردگارا! خانه‌ام را وسعت ببخش». [أحمد]

وسعت و فراخی مکان این اجازه را به ما می‌دهد تا نظم و سازماندهی بیشتری داشته و همواره بتوان چیدمان لوازم منزل را به شکل بهتری انجام داد. مثلاً می‌توان وسایل یک اتاق را جابه‌جا نمود یا با اتاق‌های دیگر تغییر ایجاد کرد. تغییر و تجدید چیدمان وسایل طبیعتاً احساس تازگی بیشتری به افراد داده و ما را از یکنواختی و کسالت باری دکور منزل که هر ازگاهی به سراغ انسان می‌آید، رها می‌سازد.

در ضمن جادار بودن منزل (در صورت امکان) توان اختصاص دادن اتاق مجزایی برای پذیرایی و اقامت مهمان را به می‌دهد و در فراهم نمودن آسایش و راحتی بیشتر برای آنان و پذیرایی بهتر و شایسته‌تر از ایشان و همچنین آسایش خانواده‌ی صاحبخانه و در مضیقه قرارنگرفتن آنان موثر خواهد بود، همچنین بچه‌ها می‌توانند اتاق جداگانه داشته و راحتی و آسایش بیشتری داشته باشند و در اتاق خودشان بازی کرده و به مطالعه بپردازند.

خانه‌ی دارای فضای وسیع‌تر این امکان را می‌دهد که بتوان باغچه‌ای نیز کنار خانه‌مان داشته باشیم تا بچه‌ها بتوانند در آن بازی نموده و خوش بگذرانند و فرصت و مجال هم برای کشت و زراعت و مرتب نگاه داشتن آن داشته باشند. همچنین واقع بودن منزل در خیابانی عریض و پاک امکان بهره‌مند شدن از تهویه و نور بهتر را به اهالی منزل داده و فاصله‌ی میان خانه‌های مجاور به اندازه‌ای خواهد بود که بر داخل منزل مشرف باشند و

در آن راحتی بیشتری احساس می‌شود.

گاهی شرایط ایجاب نمی‌کند که فرد خانه‌ای بزرگ و جادار داشته باشد ولی این مسأله دلیل نمی‌شود که خانه‌اش زیبا و راحت نداشته باشد، چرا که نظم و ترتیب درست و مناسب به فرد در کم رنگ نمودن محدودیت فضای خانه کمک می‌کند. چه بسیار خانه‌هایی که وسیع و جادار هستند ولی آشفته و نامنظم هستند و تنگ و ناراحت کننده به نظر می‌رسند.

شیوه‌هایی برای برطرف نمودن احساس تنگی جا و فضای خانه و حس فراخی آن به ما کمک می‌کند:

- بلند بودن دیوارهای خانه.
  - رنگکاری سقف با رنگ‌های روشن، در صورت پایین بودن سقف، و رنگ کاری دیوارها نیز با رنگ‌های روشن.
  - تزیین دیوارها با اشکال طبیعی دریا و درختان، و استفاده از آینه در برخی راهروها و فضاهای دیگر برای دادن احساس وسعت به آنجا.
  - استفاده از کاغذ دیواری با خطوط افقی در صورتیکه اتاق تنگ باشد و با خطوط عمودی در شرایطی که سقف آن کوتاه باشد.
  - کاستن تعداد موانع ثابتی همچون دیوارها و جایگزین نمودن آن‌ها با دیوارهای متحرک، پرده‌ها، دیوارهای چوبی و ... که قابل جابجایی بوده و مثلاً می‌توان از تعداد زیادی مهمان در منزل پذیرایی نمود.
  - استفاده از وسایل چندکاره در منزل.
  - استفاده از لوازم در حد و اندازه‌های مناسب فضای منزل و شلوغ نکردن منزل با وسایل و لوازم متعدد در فضای تنگ آن.
- تهویه: تهویه‌ی مناسب منزل از جمله موارد حائز اهمیتی است که باعث سالم ماندن محیط منزل می‌شود. تهویه‌ی مناسب را با کار گذاشتن تعداد لازم پنجره و روزنه‌های

ورود هوا و تجدید آن در طول روز متحقق ساخت. این عمل در زدودن آلاینده‌هایی مانند میکروب‌ها، حشرات و بوهای نامطبوع کمک بسیار می‌کند.

بنابراین باید در اوقات مناسب روزنه و یا پنجره‌ها را باز گذارد. اما چنانچه خانه در منطقه‌ای صنعتی واقع شده باشد برای جلوگیری از ورود گاز و آلاینده‌های مضر، که سلامتی فرد را به خطر می‌اندازد، بهتر است از باز نمودن پنجره‌ها صرف نظر نمود.

آشپزخانه بیشتر از هر جای منزل نیاز به تهویه مداوم دارد. وجود اجاق و لوازم حرارتی که بخار، چربی و بوی غذا را در منزل می‌پراکند و دیوارها و بوی منزل را می‌آلاید. با بهره‌گیری از وسایل تهویه مطبوع (هود و ...) می‌توان از این مشکل جلوگیری نمود. همچنین در مورد تهویه فضای حمام نیز دقت نمود تا از بوی نامطبوع و آلودگی آن جلوگیری کرد.

**آفتاب‌گیر بودن منزل:** سخن حکیمانه‌ای بیان می‌کند: خانه‌ای که در آن آفتاب وارد می‌شود، پزشک بدان وارد نگردد. برای آنکه پرتوهای نور خورشید باعث میکروب زدایی و پاکیزه شدن محیط می‌گردد و در زمستان گرمای لازم را به خانه می‌رساند. بنابراین باید اوقاتی که نور خورشید به داخل خانه می‌تابد را در نظر داشت تا بتوان از آن به خوبی بهره گرفت. چنانچه محیط بیابانی و گرم باشد بهتر است از تابش مداوم پرتو خورشید به داخل جلوگیری شود، بویژه اگر تابش خورشید به شکل عمودی باشد، باید مراقب بود که دمای خانه زیاد بالا نرود. اما در حالتی که خانه‌ی مذکور در منطقه‌ای ساحلی و سردسیر قرار داشته باشد بهتر است تا حد ممکن تابش خورشید به داخل فضای خانه مدت بیشتری ادامه داشته باشد تا بتوان گرمای مناسبی را از آن دریافت کرده و از برودت هوای داخل کاست.

ترجمه: مسعود

مصدر: سایت نوار اسلام

IslamTape.Com

## اسباب و لوازم خانه

انتخاب اسباب و لوازم منزل موقع خریدن آنها تحت شعاع موارد زیر قرار می‌گیرد: امکان و توان مالی، سلیقه‌ی فردی، فضا و متراژ منزل، تعداد افراد خانواده و زمان خرید. توان مالی در انتخاب و خرید لوازم منزل نقش اساسی دارد، باید توجه داشت که زیبایی اشیاء همیشه رابطه‌ی مستقیمی با قیمت بالای آن ندارد، چنانکه ممکن است جنسی ارزان قیمت باشد اما زیبایی و ذوق و سلیقه‌ی بسیار زیادی در آن بکار رفته و بگونه‌ای زیبا و باسلیقه در منزل قرار بگیرد.

دین مبین اسلام دین میانه روی و اعتدال است، بنابراین یکی از مهم‌ترین مواردی که هنگام خرید لوازم منزل باید مدنظر قرار داد آن است که ساده و بادوام باشند. همچنین می‌توان در مواقعی که قیمت‌ها پایین بوده و از حراجی‌ها اشیاء مورد نیاز را خریداری نمود. البته در موقع خرید باید فضا و متراژ منزل را نیز در نظر داشت، حجم و اندازه‌ی اسباب خریداری شده باید متناسب با حجم و اندازه‌ی اتاق‌های منزل باشد. به این ترتیب می‌توان آن‌ها را به آسانی و با هر سلیقه‌ای که بخواهیم در اتاق جای بدهیم. البته بهتر است هر چیزی در مکان درست و مناسب خود قرار بگیرد تا استفاده از آن آسان باشد.

اگر مساحت اتاق‌های خانه کم باشد بهتر است لوازمی را خریداری نمود که قابلیت استفاده‌ی چند منظوره را داشته باشند. مثلاً تخت خواب تاشویی که جمع شده و به عنوان صندلی استفاده شود یا قفسه‌های عمودی و بلند. اگر اتاق بچه‌ها کوچک باشد بهتر است برای آن‌ها تخت خواب دوطبقه خریداری شود و می‌توان به جای کتابخانه از ردیف‌هایی مانند طاقچه به عنوان قفسه‌ی کتاب بهره برد.

تعداد افراد خانواده نیز در انتخاب لوازم منزل تاثیر بسزایی دارد، چنانچه تعداد افراد خانواده زیاد باشد طبیعتاً می‌بایست تعداد اسباب و لوازم منزل نیز به تناسب آن‌ها بیشتر

باشد. اگر در میان خانواده اطفال خردسال وجود داشته باشد باید در انتخاب اشیاء و لوازم منزل این موضوع را نیز در نظر گرفت.

ذوق و سلیقه‌ی شخصی مخصوص زن و شوهر نیز از جمله مواردی است که در تعیین نوع و شکل و ظاهر لوازمی که می‌خواهند بخرند تاثیر فراوان دارد. می‌دانیم که انواع سبک و مدل‌های جور و اجور لوازم و فرش و ... از قبیل: مدرن، استیل، مدل عربی و ... وجود دارند، و هر کدام نیز ویژگی‌های خاص خود را دارند، نوع استیل به خاطر زیبایی، وزن زیاد و اندازه‌ی کوچکش، نوع مدرن ساده و کم حجم و دارای طراحی با خطوط مستقیم می‌باشد که تمیز نمودن آن‌ها را آسان‌تر می‌نماید، این نوع لوازم برای برخی خانه‌ها با فضای اندک که از کمبود جا رنج می‌برند مناسب می‌باشد، حال آنکه سبک عربی دارای ساخت دقیق و طرح آن دارای اشکال بدیع و تزئینی و اشکال هندسی مختلفی که با سنگ‌های نفیس و آبنوس و عاج آراسته گشته است، اما سبک معاصر و کنونی از جنس مواد غیر چوبی همچون آهن، مس، آلومینیوم و خیزران می‌باشند.

در کل می‌توان گفت که شایسته است خانواده‌ی مسلمان از زیاده روی در مورد اسباب و لوازم منزل پرهیز نماید و در عوض به سوی سادگی و صرفه جویی تمایل نشان دهد، باید سعی کند بیش از آنچه به گرانقیمت بودن و بزرگی جنس توجه می‌نماید در فکر زیبایی و پاکیزگی اسباب و لوازم منزلش باشد و از خریدن اشیائی که در خانه نیازی به آن ندارد خودداری کند.

ترجمه: مسعود

مصدر: سایت نوار اسلام

IslamTape.Com

## خانه‌ی ما امن است

امنیت یکی از بزرگ‌ترین نعمت‌های خداوند منان برای بشر است. خداوند متعال بر قریشیان با این نعمت منت نهاده و این نعمت را به آنان یادآوری فرموده است تا بدین نحو امر به اطاعت و فرمانبرداری خویش را به ایشان برساند. خداوند متعال می‌فرماید: ﴿فَلْيَعْبُدُوا رَبَّ هَذَا الْبَيْتِ ۗ الَّذِي أَطْعَمَهُمْ مِنْ جُوعٍ وَعَامَنَهُمْ مِنْ خَوْفٍ ۗ﴾ [قریش: ۳-۴]. یعنی: «پس باید خداوند این خانه را بپرستند. همان [خدایی] که در گرسنگی غذایشان داد و از بیم [دشمن] آسوده‌خاطرشان کرد». انسان با ایمان و باور خویش به خداوند باری تعالی امنیت، سلامت و اطمینان را برای خویش فراهم می‌آورد، چون هراندازه که ایمان فرد فزونی یابد، احساس امنیت و ثبات روحی در وی نیز به همان میزان افزایش می‌یابد. خداوند متعال می‌فرماید: ﴿الَّذِينَ آمَنُوا وَلَمْ يَلْبِسُوا إِيمَانَهُمْ بِظُلْمٍ أُولَٰئِكَ لَهُمُ الْأَمْنُ وَهُمْ مُهْتَدُونَ﴾ [الأنعام: ۸۲]. یعنی: «کسانی که ایمان آورده و ایمان خود را به شرک نیالوده‌اند آنان راست ایمنی و ایشان راه‌یافتگانند».

از جمله مواردی که موجب پدید آمدن امنیت در منزل مسلمان می‌شود حمایت مرد از خانواده‌اش و مراقبت از درافتادنشان در انحراف و مسائل مکروه و آسیب‌ها و همچنین حمایت از آن‌ها از مواجه شدن با انواع و اقسام خطرات می‌باشد. بنابراین باید خانواده‌ی مسلمان از هرآنچه مخالف اخلاق نیکو و آداب و منش درست و بجا باشد خود را دور نگاه دارند. از انجام کارهای ناهنجار و یا گفتار ناروا چه در ارتباط با هم‌دیگر و چه در رابطه با دیگران پرهیزند تا خانه‌ی آن‌ها به حریمی امن و امان تبدیل شود.

**خانواده‌ی مسلمان باید موارد چندی را مراعات نماید از جمله‌ی آن‌ها:**

- امنیت بخشیدن به خانه‌ی مسلمان بواسطه‌ی خواندن بسیار دعاها، اذکار و قرائت قرآن کریم. خانه‌ای که در آن قرآن کریم خوانده می‌شود خیر و نیکی فراوان و شر و بدی اندک خواهد داشت و در عوض خانه‌ای که در آن قرآن خوانده نشود پر از شر و خیر و خوبی در آن اندک است.

- تکرار کردن دعای ورود به منزل، برای بیرون راندن شیطان از خانه و ماندگار نشدنش در منزل. دعای مذکور چنین است: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَ الْمَوْلِجِ وَخَيْرَ الْمَخْرَجِ، بِاسْمِ اللَّهِ وَجَنَّتْنَا، وَبِاسْمِ اللَّهِ خَرَجْنَا، وَعَلَى اللَّهِ رَبَّنَا تَوَكَّلْنَا». یعنی: «بارالها! من نیکی درآمدن به منزل و خروج از آن را از تو خواستارم. به نام خدا به خانه در آمدم و به نام او خارج گشتم و بر پروردگار خویش توکل نمودیم». [أبو داود]

- بردن نام خداوند موقع شروع غذا خوردن، برای ممانعت از استفاده‌ی شیطان از غذای خانواده.

- دعای موقع جماع، برای حمایت از نوزاد از شر شیطان، باید گفت: «بِسْمِ اللَّهِ اللَّهُمَّ جَنَّبْنَا الشَّيْطَانَ، وَجَنَّبِ الشَّيْطَانَ مَا رَزَقْتَنَا». یعنی: «بنام خدا بار خدایا ما را و آنچه را که بما روزی دادی (فرزند) از شیطان دور مدار». [البخاری]

- دعای واردشدن به دستشویی و خروج از آن محفوظ ماندن از شر شیاطین. دعای داخل شدن: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخُبْثِ وَالْخُبَائِثِ». یعنی: «خدایا از شر شیاطین نر و ماده به تو پناه می‌برم». دعای خروج از آن: «عُفْرَانِكَ». یعنی: «[الهی به امید] آمرزش تو!». [البخاری]

- دعای موقع پوشیدن و درآوردن لباس، می‌گوییم: «اللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ كَسَوْتَنِيهِ أَسْأَلُكَ خَيْرَهُ وَخَيْرَ مَا صُنِعَ لَهُ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّهِ وَشَرِّ مَا صُنِعَ لَهُ». یعنی: «بار خدایا تو را سپاس که آن را بمن پوشانیدی از تو خیر آن و خیر آنچه را که برای آن ساخته شده می‌طلبم و بتو از شر آن و شر آنچه که برای آن ساخته شده پناه می‌برم». [أبو داود و الترمذی].

امنیت در آشپزخانه: برخی موارد را که باید در آشپزخانه مورد توجه قرار داد در این



جا یادآور می‌شویم:

- مواظب بودن در هنگام استفاده از قوطی کنسرو بازکن، باتوجه به اینکه لبه‌های قوطی پس از باز شدن بسیار تیز می‌باشد، پس از خالی کردن محتویاتش آن را در سطل زباله بیاندازید.
- وقتی چاقو را در دست دارید آن را محکم بگیرید و بهتر است از یک تخته‌ی چوبی استفاده نمایید برای آنکه اشیاء را جهت خرد کردن روی آن قرار دهید و دستتان را زخمی نکنید.
- وقتی ظرفی از جنس شیشه و مانند آن می‌شکند، دقت شود که تمام خرده ریزه‌های را جمع کرده و با استفاده از جارو و خاک انداز و یک تکه کهنه‌ی خیس برای جمع نمودن قطعات ریز شیشه در سطل زباله انداخته شود.
- روشن کردن کبریت قبل از باز کردن گاز اجاق، تا قبل از روشن شدن کبریت گاز در هوا پخش نشود.
- موقع روشن کردن تنور گازی قبل از روشن کردن آن درب را به مدت چند دقیقه باز بگذارد تا هرگونه گازی که در آن است خارج شود.
- کبریت مورد استفاده را پیش از آنکه از خاموش شدن و سرد بودن آن اطمینان یابید در سطل زباله نیاندازید.
- دقت و احتیاط زیاد در موقع زیرو رو نمودن خوراکی بر روی آتش، تا بخار آن دست را نسوزاند و موقع در پوش ظرف غذای داغ باید شعله را در حرارت پایین قرار داد و درپوش را با احتیاط از روی آن برداریم.
- موقع برداشتن غذاهای داغ بهتر است از یک قاب دستمال خشک برای گرفتن آن استفاده نمایید، چون یک قاب دستمال خشک شده و باعث سوختن دست می‌گردد.
- در هنگام نیاز به پایین آوردن چیزی از یک جای بلند، حتماً از نردبان دوطرفه و در غیر اینصورت از یک چهارپایه‌ی محکم استفاده کرده و با احتیاط از آن بالا بروید.

- لوله‌های گاز و شیرگاز را بعد از فارغ شدن از استفاده‌ی از اجاق گاز ببندید.
- وجود کپسول آتش‌نشانی و یک کیسه شن در آشپزخانه ضروری است.

### امنیت خانواده در موقع رفتن به مسافرت:

- هرگاه سفر خانواده برای مدت چند روز یا ماه ادامه داشته باشد، باید موارد زیر را رعایت نمایند:
- در محافظت از کلیدهای منزل دقت نموده و آن را به کس دیگری جز افراد خانه ندهند، مگر به کسی که به دین و امانت‌داری وی اعتماد داشته باشند.
- بستن محکم پنجره‌های منزل.
- تمام شیرهای اصلی و فرعی آب را ببندید، مخصوصاً شیر کنتور آب منزل را.
- خالی کردن مخزن آب یا وان حمام که در آن آب وجود داشته باشد، و بستن شیرهای آن تا خانه را با خطری مواجه نسازد.
- جدا نمودن سیم برق وسایل برقی از پریز، و نیز خاموش کردن کنتور اصلی برق.

### فراهم ساختن امنیت برای کودکان در منزل:

- خانواده باید با رعایت موارد زیر امنیت لازم را برای کودکان خود در منزل فراهم آورد:
- قرار ندادن اشیاء شکستنی در دسترس آنان.
- قرار ندادن اشیاء برنده مانند: چاقو و قیچی در دسترس اطفال.
- دور نمودن کودکان از بازی کردن با اجاق گاز. می‌توان اندکی ارتفاع اجاق را بلندتر نمود تا دست کودکان به آن نرسد.
- قراردادن داروهای طبی در مکانی که از دسترس کودک به دور باشد و نگهداری از آنها در جعبه‌ی کمک‌های اولیه‌ی منزل که دور از دسترس کودک می‌باشد.

- بهتر است در اتاق کودکان از وسایل پلاستیکی استفاده شود، چون قدرت انعطاف پذیری بیشتری دارند.
- در صورت وجود کودک در خانه از قرار دادن صندلی‌ها در بالکن منزل و یا جاهای بلند خودداری شود.
- تعیبه نمودن پریزهای برق در ارتفاع پایین که کودک بتواند به آن دسترسی پیدا کند.
- احتیاط درباره‌ی قسمت‌های لخت در سیم‌های برق.
- واکنش به جا و به موقع در مواقع بروز خطر. وقتی افراد خانواده کمی آگاهی و مهارت و دانش واکنش صحیح را داشته باشند خطرهای کاهش می‌پذیرند و می‌توان بر آن‌ها چیره شد.
- هنگام نشت گاز از لوله‌ها و خفگی جو منزل باید ابتدا به سرعت دریچه‌های گاز را بسته و سپس به باز کردن نزدیک‌ترین پنجره اقدام شود.
- هنگام نشت گاز در شب، حتی اگر محیط خیلی هم تاریک باشد از دست زدن به کلیدهای روشن و خاموش کردن لامپ‌های منزل خودداری کنید، چون روشن کردن چراغ باعث ایجاد جرقه‌ی الکتریکی و در نتیجه شعله ور شدن گاز نشتی و خدای ناکرده ایجاد آتش سوزی در منزل خواهد شد.
- در هنگام سرریز شدن یا انسداد مسیرهای فاضلاب احتیاط شود که آب فاضلاب به لوازم و فرش‌های خانه سرایت نکند.
- هنگام آتش سوزی باید به سرعت مواد ضدحریق را به آن پاشید، و برای همین همواره وجود یک کپسول آتش نشانی و یک کیسه شن در منزل بسیار ضروری است. می‌توان از پتو نیز برای خاموش ساختن آتش استفاده نمود، پتو را دور شیء در حال سوختن بپیچید تا از رسیدن هوا به آتش جلوگیری شود، البته در صورتی که پتو از موادی

ساخته شده باشد که دیر آتش می‌گیرند و با شتافتن به کپسول آتش نشانی در صورتیکه کنترل حریق دشوار باشد.

**جلوی درب منزل:** خانه‌ی مسلمان حریم امنی است که کسی جز با میل و رغبت و اجازه‌ی ساکنان آن بدان وارد نمی‌شود.

ممکن است برخی افراد درب منزل وی را بزنند که کارشان یکی از موارد زیر می‌باشد: مأموران خواندن کنتور آب، فروشنده‌ی روزنامه، شیرفروش یا فروشنده‌ی کپسول گاز و دیگر کسانی که کارشان مورد نیاز منزل بوده یا بازدید کننده یا گدا و مانند آن باشد. بنابراین بهتر است موارد زیر را رعایت نمود:

- در را به خوبی ببندید و آن را باز نگذارید.
- بهتر است که درب منزل چشمی داشته باشد تا بتوانید فرد مراجعه کننده را پیش از آنکه با وی سخن گفته یا به او اجازه‌ی ورود بدهید، بشناسید. با تعبیه‌ی درز کوچکی بر روی در و یا کنار آن می‌توان با وجود بسته بودن در از هویت فرد مراجعه کننده مطلع شد.
- کنتور برق یا آب بیرون از منزل باشد تا زن مجبور نباشد افراد مأمور خواندن کارکرد کنتور را به داخل خانه راه بدهد.
- وجود یک چراغ برای روشنایی جلوی درب منزل.
- استفاده از زنگ یا آیفون برای صحبت کردن با فرد مراجعه کننده به منزل و اطلاع از این که چه می‌خواهد.
- گذاشتن صندوق پست در خارج درب منزل.
- بچه‌ها را آگاه کنیم که در را بر روی کسی باز نکنند مگر پس از شناختن فرد و اینکه چه می‌خواهد.

- زن خانه می‌تواند با فروشندگان دوره گرد از طریق باز کردن درب خانه معامله نماید. یا اینکه فروشنده کالایش را پشت در بگذارد و بعد از آنکه زن قیمت آن را از میان در به او داد بازگردد و بعد از رفتن وی زن در را باز کرده کالایش را بردارد.

**تلفن در منزل:** در صورت وجود تلفن در منزل بیاد موارد زیر رعایت شود:

- هنگام پاسخ دادن به تلفن با سلام سخن را آغاز نمایید و همچنین در هنگام صحبت با کسی دیگر.

- استفاده از تلفن تنها به اندازه‌ی نیاز و پرهیز از مکالمات طولانی و تعریف کردن داستان و ... که جای بازگو کردنشان بر روی تلفن نیست.

- برخورد با مزاحمت‌های تلفنی با تدبیر و شدت لازم.

ترجمه: مسعود

مصدر: [سایت نوار اسلام](http://IslamTape.Com)

[IslamTape.Com](http://IslamTape.Com)

## خانه‌ی ما زیباست

خداوند متعال نفس آدمیان را بگونه‌ای آفریده است که زیبایی را دوست می‌دارند، بنابراین فطرت سالم بشری با هرچه زیباست همخوانی دارد و بدان می‌آساید و به آن خو می‌گیرد. خداوند کریم جهان را با تمام زیبایی‌های موجود در آن آفریده است و انسان می‌تواند این زیبایی را در تمام آفریدگان باری تعالی ببیند که همگی به زبان حال داد از زیبایی و صنع بی‌مثال او می‌زنند.

زیبایی و جمال یکی از صفاتی است که خداوند آن را و هرکه را که بدان آراسته گردد دوست می‌دارد. پیامبر ﷺ می‌فرماید: «إِنَّ اللَّهَ جَمِيلٌ يُحِبُّ الْجَمَالَ». یعنی: «خداوند زیباست و زیبایی را دوست می‌دارد». [مسلم]

مطابق تمام آنچه گفته شد، یک خانواده‌ی مسلمان زیبایی ظاهر و باطن را به طور همزمان دوست می‌دارد. یعنی زیبایی رفتار و زیبایی شکل. برای تحقق بخشیدن به این زیبایی در منزل فرد مسلمان باید برخی قواعد و اصول را رعایت نماید، که عبارتند از:

- لازمه‌ی زیبایی و جمال در خانه گرانبه‌تر است بودن اسباب و لوازم آن نیست، بلکه سلیقه و نظم نیکو و رعایت هماهنگی و تناسب اثاثیه‌ی منزل و امکانات آن حتی در صورت ساده بودنشان حرف اول را می‌زند.

- صرفه‌جویی و میانه‌روی در صرف پول برای مخارج زیباسازی منزل.

- سودجستن از اشیاء طبیعت اطراف مان که خداوند به ما ارزانی داشته مثلاً کسانی که در طبیعت ساحلی سکونت دارند می‌توانند از صدف‌ها و حلزون‌های دریایی در اشکال زیبا را برای زینت بکار بگیرند. کسی که در محیط روستایی زندگی می‌کند و در آنجا سبزه و درختان به اشکال زیبا وجود دارند می‌توانند از شاخه‌های درختان خرما و ساقه‌ی برخی گیاهان، سفال و دیگر موارد آثار هنری زیبایی را پدید آورند.

می‌توان دیوارها را بوسیله‌ی کاغذ دیواری یا رنگ‌های زیبا یا با استفاده از تزیینات چوبی یا آینه کاری تزیین نمود. همچنین پوستر مناظر طبیعی و خوشرنگی مانند: تصویر رودخانه‌ها، درختان، کوهستان و دریاها که بیانگر عظمت عظمت آفریدگار عزوجل هستند برای تزیین در و دیوارها مناسب می‌باشد. در استفاده‌ی از این تصاویر و پوسترها باید اندازه‌های دیوارها و پوسترها و مناظر طبیعی متناسب باشد.

تردیدی نیست که تصویر مناظر طبیعی به برطرف نمودن حس تنگی و محدودیت فضای منزل کمک می‌کند. همچنین بکارگیری آینه‌ها فضای محیط را دو برابر نشان می‌دهد و احساس وسعت و فراخی بیشتری به محیط می‌دهد که می‌توان آن‌ها را در رنگ‌ها مختلف مورد استفاده قرار داد.

می‌توان از پوسترهایی که حاوی مضامینی چون آیات قرآن و بعضی سخنان حکیمانه یا ادعیه و اذکار برای زیباسازی خانه سود جست و در ضمن این‌ها یاد خداوند را در ذهن انسان زنده می‌کنند. مثلاً پوستر دعای ورود به منزل را نزدیک ورودی منزل و پوستر دعای خواب را در اتاق خواب نصب نمایید.

خانواده‌ی مسلمان باید از بکارگیری مجسمه‌ها برای زیبا ساختن منزل خودداری کند. از رسول خدا ﷺ روایت می‌کنند که می‌فرماید: «إِنَّ الْمَلَائِكَةَ لَا تَدْخُلُ بَيْتًا فِيهِ كَلْبٌ وَلَا صُورَةٌ تَمَاطِيلُ». یعنی: «فرشتگان، به خانه‌ای که در آن سگ و یا تصویر اشخاص باشد، وارد نمی‌شوند». [البخاری]

بکارگرفتن پرده‌ها بر پنجره‌های خانه بر زیبایی آن می‌افزاید، گذشته از آنکه از دیده شدن آن توسط نامحرم جلوگیری می‌کند. مهم‌ترین موضوعی که در استفاده از پرده در منزل باید مورد توجه قرار بگیرد هماهنگی رنگ آن با دیوارها و لوازم و اثاثیه و فرش‌های منزل می‌باشد. همچنین طریقه‌ی آویزان کردن و نحوه‌ی باز و بسته نمودن آن که باید به آسانی صورت پذیرد حائز اهمیت می‌باشد.

زیباسازی اتاق بچه‌ها ضروری است. کودک عالم خاص خود را دارد که بدان احساس

شادی و کامیابی نموده و در آن احساس راحتی و استقلال نماید. هرچه قدر اتاقش پاک و باسلیق باشد بیشتر به سکون و آرامش روحی دست می‌یابد. بنابراین باید به آن توجه ویژه‌ای نمود و آن را بوسیله‌ی تصویر مناظر طبیعی و عکس‌ها ساده‌ای که متناسب با سن و سال کودک است زیبایی بخشیم. می‌توان برای زیبایی دادن به اتاق کودک از اسباب بازی‌هایی نیز بهره برد تا حس زیبایی خاصی را به آنجا بدهد.

آراستن و زیبایی سفره‌ی غذا یکی از امور مهم در خانه است. حال شکل غذاهای سفره و حدود و امکانات تهیه‌ی غذا هرچه باشد بازهم باید در بکارگیری ذوق و سلیقه در تدارک آن و دادن زیبایی و جذابیت به آن کوشش شود تا بازگوی سلیقه‌ی عالی فرد در تزئین آن باشد. همچنین می‌توانید اسباب منزلتان را با آراستن آن‌ها بوسیله‌ی گلدوزی و زردوزی نمودن روپوش‌ها و پارچه‌های موجود در هریک از اتاق‌های منزل زیبایی بسیار ببخشید، به جای آنکه این روپوش‌ها را با قیمت زیاد از بازار بخرید. این گلدوزی یا زردوزی‌ها را هم می‌توان با دست انجام داد و هم بوسیله‌ی چرخ گلدوزی و دیگر وسایل و شیوه‌های تزئین.

گیاهان زینتی در زیبایی خانه نقش مهمی دارند و زیبایی و آرامش روحی خاصی را به اهالی خانه می‌بخشند. همچنین در پاکیزه نگاه داشتن هوای منزل تاثیر دارند. از گل‌های زیبا نیز در منزل استفاده کنید. برخی از گیاهان مخصوص سایه هستند و می‌توان آن‌ها را در داخل فضای منزل پرورش داد ولی برخی دیگر گیاهان آفتابی بوده و مناسب بالکن یا باغچه‌ی منازل می‌باشند. هنگام خرید این گیاهان باید از نحوه‌ی نگهداری آن‌ها نیز اطلاع حاصل کنید. می‌توانید شیشه‌ها یا ظروف خالی در منزل را تزئین نموده و به شکل‌های زیبا و مطلوب خود درآورده و به عنوان گلدان برای پرورش گیاهان زینتی مورد استفاده قرار دهید.

ماهی‌های زینتی و آکواریومی در اشکال و رنگ‌های بدیع و زیبا، مخصوصاً با نورپردازی مناسب، از جمله مظاهر زیبایی طبیعی هستند که بر زیبای و شادابی روحیات



افراد خانه می‌افزاید. باید حجم آکواریوم با تعداد ماهی‌ها و نیز با فضای مکانی که قرار است به تزئین آن کمک نماید متناسب باشد. در داخل آکواریوم بعضی گیاهان مخصوص را قرار دهید تا در آن رشد کرده و قارچ‌های آبی در میانشان بروید تا ماهی‌ها از آن تغذیه نمایند و علاوه بر آن که دی‌اکسید کربن موجود در آب را به خود جذب می‌کنند و تنفس ماهی‌ها را راحت‌تر می‌کند. می‌توان حوضچه‌ی آکواریوم را با گیاهان، سنگ‌ها و صدف تزئین نمود که در موقع تخم‌گذاری ماهی‌ها استفاده‌ی زیادی دارند.

زیبایی خانه‌ی مسلمان می‌باید که در جمال و زیبایی افراد آن بازتاب یابد. هرکدام از اعضای خانواده به زیباترین و بهترین صورت و ظاهر نمایان شوند. زن مسلمان باید بر زیبایی خود در حضور شوهرش بسیار اهتمام ورزد. خوشبختی و سعادت مرد در آن است که وقتی همسرش را تماشا می‌کند، شاد و خوشنودش سازد. بنابراین زیباترین چیز در خانه باید صاحبخانه، مسئول و کدبانوی آن باشد. زنان فطرتاً زیبایی و آرایش و خوشبویی را دوست می‌دارند. دین اسلام آنان را از این سرشت نیکو منع نمی‌کند تا زمانیکه در چهارچوب شرعی که پروردگار روا داشته است قرار داشته باشد. دین اسلام زنان را تشویق می‌کند تا برای شوهرانشان خود را بیارایند و زیبا کنند تا همچون ستاره‌ای درخشان در آسمان خانواده نورافشانی کنند.

مرد برای همسرش خود را زیبا می‌کند همانطور که خود را برایش می‌آراید تا میزان اهمیتی که برایش قائل است را دریابد و بداند که او خواهان رضایت و خرسندی وی است و اینگونه مهر و محبت میانشان پیوسته‌تر می‌گردد.

ترجمه: مسعود

مصدر: سایت نوار اسلام

IslamTape.Com

## خانه‌ی تندرست

تندرستی نعمتی از جانب خداوند متعال است که بیشتر مردم بدان توجهی ندارند. پیامبر خدا الله ﷺ فرموده است: «نِعْمَتَانِ مَغْبُورٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ، الصَّحَّةُ وَالْفَرَاغُ». یعنی: «دو نعمت است که بسیاری مردم از آن استفاده درست نمی‌نمایند، تندرستی و آسودگی از کار». [البخاری والترمذی وابن ماجه] نعمت تندرستی همچون تاجی بر سر اشخاص سالم است، و برای همین خانواده‌ی مسلمان بایستی موارد زیر را برای تحقق این مسأله دنبال کند:

- نظم و ترتیب، چرا که نظم کلید سلامت خانواده است. این موضوع در مورد همه‌ی حالات زندگی، مانند خواب و غذا خوردن و دیگر مسائل مطلوب و قابل تسری و مطلوب می‌باشد.
- هوا و آفتاب از مهم‌ترین تضمین‌های سلامت خانواده هستند.
- وجود گیاهان و گل‌های طبیعی و سبزه در اطراف خانه و در داخل آن برای تصفیه‌ی هوا و افزایش اکسیژن هوا.
- مراقب متعادل بودن درجه حرارت منزل باشید.
- رعایت درست بهداشت و نظافت از عوامل اساسی تندرستی خانواده است.
- ویژگی سالم و بهداشتی بودن اثاث منزل آسایش اعضای خانواده را تضمین می‌کند.
- پیشگیری بهتر از درمان است.
- پیگیری مسائل سلامت افراد خانواده، برای دوری از بیماری‌های واگیر و مزمنی که در برخی زمان‌های معین همه گیر می‌شود. سرعت بخشیدن به تدابیر لازم برای پیشگیری، تدابیری مانند واکسن زدن و غیره در برابر بیماری‌های متعدد.
- تلاش در پوشیدن لباس‌های راحت، برای آنکه جریان خون در سطح بدن کند نشود

و با در نظر گرفتن پوشیدن لباس‌های ضخیم در زمستان و لباس‌های سبک در فصل تابستان.

- لزوم پیروی از راهنمایی‌های بهداشتی درباره‌ی وضعیت بدن در هنگام ایستادن، نشستن، خوابیدن و بالا رفتن از پله‌ها و پایین آمدن از آنها و نیز در هنگام تماشای تلویزیون و برداشتن و گذاشتن بارهای سنگین.

- غذای خوب و کامل و دارای ارزش غذایی مناسب از جمله عوامل سالم نگاه داشتن بدن در برابر بیماری‌ها است. بهتر است غذا به اندازه‌ی کافی و حاوی تمامی عناصر غذایی مورد نیاز بدن و متناسب با سن و سال افراد خانواده و سلامتی جسمی آنان باشد. انواع عناصر غذایی لازم برای جسم، و خوراکی‌هایی که حاوی موارد زیر باشد:

پروتئین: خوارکی سازنده‌ی جسم می‌باشد که بدن انسان را با ترکیبات مورد نیاز بدن برای رشد آن کمک می‌کند و در جایگزین نمودن بافت‌های آسیب دیده نقش بسزایی دارد. بنابراین باید نسبت به غذاهایی که به رشد اطفال کمک می‌کنند توجه ویژه داشت. برای آنکه کمبود این مواد موجب اختلال در رشد و نمو و ترمیم بافت‌های بدن آنان خواهد بود. غذاهای مذکور در گوشت، ماهی، تخم مرغ و شیر یافت می‌شود و در حبوباتی مانند: سویا، لوبیا و نخود و غیره ...

**مواد نشاسته‌ای، قند و چربی:** غذاهای انرژی زایی هستند که به بدن نیرو و انرژی مورد نیاز را برای حرکت و جنب و جوش و فعالیت ماهیچه‌ها می‌بخشد. بدیهی است که نباید در مصرف این مواد زیاده روی نمود، تا منجر به چاقی نگردد. این عناصر در حبوبات، گندم، ذرت و ارزن همچنین در میوه جات، مرباها و شیرینی جات وجود داشته و نیز در برخی ریشه‌های خوراکی مانند سیب زمینی‌ها و سیب زمینی مصری و همچنین در روغن‌های نباتی ذرت و زیتون و روغن دانه‌ی پنبه یافت می‌شود.

**ویتامین‌ها و املاح معدنی:** از غذاهای بازدارنده است که بدن فرد را در برابر بیماری‌ها محافظت نموده و انرژی حیاتی را می‌افزاید و در انواع سبزیجات، هویج،

میوه‌جات و ماهی‌ها یافت می‌شود.

### از جمله عادات غذائی نامناسب:

- نوشیدن چای یا شربت و دیگر محرک‌ها هنگام غذا خوردن یا بلافاصله پس از آن که از جذب آهن غذا در بدن جلوگیری کرده و باعث فقر و کمبود در خون می‌گردد. لذا بهتر است نوشیدن چای را به دو یا چند ساعت پس از صرف غذا موکول کنیم.
- نجویدن صحیح و کافی لقمه و در نتیجه به زحمت انداختن بیش اندازه‌ی معده و دشوار گشتن هضم غذا.
- زیاده روی در خوردن غذاهای تند مزه باعث بروز زخم معده می‌گردد.
- زیاد خوردن غذاهای بریان و سرخ کرده و پخته شده در روغن به دشواری در هضم می‌انجامد و دستگاه گوارش را تحت فشار می‌گزارد.
- نخوردن صبحانه باعث کاهش نیرو و توان فرد می‌شود.
- نوشیدن نوشابه‌های گازدار یا آب معمولی در هنگام غذا خوردن منجر به رقیق شدن اسید معده می‌شود و در نتیجه در هضم غذا ایجاد مشکل خواهد کرد.
- بهتر است قبل از آماده ساختن و خوردن غذا دست‌ها را شسته و البته از شانه زدن موها در آشپزخانه پرهیزید تا از افتادن تار مو در غذا جلوگیری شود.

### بعضی ملاحظات بهداشتی:

- منجمد نمودن گوشت و ماهی‌ها در یخچال برای بیش از یک بار موجب فاسد شدن آن‌ها می‌گردد. بنابراین بهتر است آن را تکه تکه نموده و در کیسه‌هایی قرار دهید، بطوریکه هر بسته مناسب یک وعده‌ی غذایی باشد.
- با فاصله‌ی اندکی پیش از وعده‌ی غذایی سالاد را آماده سازید تا برای آنکه ویتامین‌ها و خواص خود را در معرض هوا از دست ندهد.
- از بکار بردن روغن برای سرخ کردن برای بیش از یک بار پرهیزید و جهت پاک

شدن روغن از هر نوع آلودگی سعی کنید آن را صاف نمایید.

- می‌توان از آب حاصل از پختن سبزی‌هایی به جز چغندر، سیب زمینی و کلم قمری استفاده نمود.

- بهتر است گوشت قرمز و گوشت مرغ و ماهی را قبل از سرخ کردن یا کباب نمودن در آب لیمو و پیاز خیسانده و سپس در نمک و دیگر ادویه‌ها قرار دهید.

- چنانچه نمک بیش‌تر از اندازه‌ی مورد نیاز در سبزی پخته شده باشد می‌توان آن را با اضافه نمودن کمی پوست سیب زمینی سالم به آن جذب نموده و پس از طبخ از دست آن خلاص شد.

- بیشتر مواد غذایی سبزیجاتی که پوستشان کنده می‌شود در زیر همان پوست آن‌ها قرارداد، مثلاً در سیب زمینی، کدو و بادمجان. لذا باید از زیاده روی در کندن پوست آن‌ها خودداری نمود. چون در صورت ضخیم بودن پوست گرفته شده مواد غذایی مهم از دست می‌رود.

- هنگام پختن غذاهای محتوی مواد مخاطی و لزجی مانند: بامیه و سیب زمینی مصری، بهتر است مقداری آب لیمو را قبل از اضافه نمودن سبزی به مایع بیافزایید تا از ارزش غذایی آن محافظت نماید.

### وضعیت سلامتی جسم در هنگام کار:

- هنگام برداشتن اشیاء از زمین بهتر است زانو‌ها را خم کنید و مراقب باشید ستون فقرات در حالت عمودی و مستقیم قرار داشته باشد.

- موقع حمل اشیاء سنگین، سعی کنید تا جاییکه می‌توانید به آن نزدیک قرار بگیرید.

- موقع پهن نمودن لباس‌های خیس آن‌ها را در یک ظرف و بر روی یک چهارپایه‌ی بلند قرار دهید تا از خم و راست شدن کمر به دفعات زیاد جلوگیری به عمل بیاورید.

- موقع جارو کشیدن یا شستن کف یا واکس زدن و برق انداختن زمین سعی کنید از ابزار آلات دارای طول مناسب استفاده نمایید تا از خم شدن بیش از اندازه‌ی کمر

جلوگیری شود.

- موقع حرکت دادن اشیاء سنگین به مرکز ثقل شیء مورد نظر نیرو وارد شود.
- هنگامی که کدبانوی منزل برای انجام بعضی کارها می‌نشیند باید کاری کند که به راحتی بتواند دست‌هایش را حرکت دهد و ارتفاع میز و صندلی که بر آن کار می‌کند به اندازه‌ای باشد که متناسب با نوع کار و قامت زن باشد.

### کمک‌های اولیه:

- در استعمال داروها شتابزده عمل نکنید تا وقتیکه مطمئن شوید مخصوص معالجه‌ی آن درد بوده و به پزشک مراجعه نمایید.
- در حالت شکسته شدن استخوان یا سوختگی باید به نزدیک‌ترین بیمارستانی که در آنجا فوریت‌های پزشکی ارائه می‌شود برای شکسته بندی و غیره تحت نظر پزشک متخصص مراجعه کنید.
- در حالت ورا د شدن جسم بیگانه به بدن مانند یک تکه شیشه، چوب، میخ یا چیز دیگری در صورت پیدا بودن باید آن را با موچین از بدن بیرون کشید و از دست آن خلاص شوید. سپس جای آن را با مواد ضد عفونی کننده تمییز نمایید. ولی در صورت عدم موفقیت در بیرون کشیدن جسم باید به نزدیک‌ترین بیمارستان یا درمانگاه فوریت‌های پزشکی مراجعه نمود.
- بهتر است از به کار بردن هرگونه وسیله‌ی در رابطه با چشم و گوش جز پس از مشورت با پزشک خودداری شود.

### داروخانه‌ی خانگی:

وجود داروخانه‌ای در منزل یک امر ضروری و لازم می‌باشد، تا بتوان کمک‌های اولیه را در رابطه با بیمار تا هنگام رسانیدن وی به بیمارستان یا رسیدن پزشک یا آمبولانس صورت داد.

لزومی ندارد که یکی از افراد خانواده پزشک یا داروساز باشد تا داروخانه را مجهز نمایید، تنها کمی آشنایی و توجه و مراقبت کافی است البته با مراعات نمودن موارد زیر:

- داروخانه (جعبه‌ی کمک‌های اولیه) در مکان مخصوص و دور از دسترس اطفال جایش محکم شود تا از مسمومیت آنان بوسیله‌ی داروها جلوگیری شود چون بچه‌ها شاید فکر کنند این داروها شیرینی و آبنبات هستند مخصوصاً که جدیداً آن‌ها را در بسته بندی‌ها و روکش‌های رنگانگ عرضه می‌کنند و به راحتی بوسیله‌ی بچه‌های خردسال قابل گشودن و استفاده می‌باشند و موانع بازدارنده‌ی اطفال برای باز کردن آن‌ها در نظر گرفته نشده است.

- بهتر است جعبه‌ی کمک‌های اولیه‌ی خانه‌ی تان دارای ردیف‌هایی باشد که در هر ردیف نوعی از انواع دارو را شامل بشود. مثلاً: یک ردیف برای داروهای سوختگی و زخم‌ها (کمک‌های اولیه)، یک برای لوازم پانسمان و چسب‌ها، ردیفی برای داروهای چشمی (قطره‌ها و پمادها) که توسط پزشک تجویز شده اند و ردیفی برای دواهایی که از طریق دهان مصرف می‌شوند.

- بهتر است جعبه‌ی داروهای مخصوص کودکان داشته باشید.

- باید جعبه‌ی داروها در مکانی قرار داشته باشد که دارای تهویه مناسب و به دور از حرارت زیاد و رطوبت قرار داشته باشد. داروهای هستند که باید در یخچال نگهداری شوند، آن‌ها را در جایی دور از دسترس اطفال قرار دهید و در صورت وجود جایی در یخچال برای داروهای پزشکی آن‌ها را همانجا بگذارید.

- اسم داروها را با خطی خوانا و مشخص بر روی ظرف مخصوص آن‌ها بنویسید، چنانچه لازم باشد.

- چنانچه بیش از یک بیمار در یک زمان در منزل وجود داشته باشد بهتر است اسم هر بیمار را بر داروها بنویسید تا احتمال مصرف اشتباهی دارو توسط بیمار دیگر و عوارض نامطلوب متعاقب آن را از بین ببریم.

- دارو را به همان دوز و مقدار و در زمان‌هایی که توسط پزشک و داروخانه معین شده است به بیمار بدهید تا مصرف نماید. بیمار نباید از مصرف داروهایی که پزشک برای وی تجویز نموده است و داروخانه طرز مصرف آن را برایش بیان داشته است دست بردارد مگر با مشورت پزشک خود. همچنین استعمال دارو به مقادیر بیشتر یا کم‌تر از آنچه پزشک تجویز کرده است بدون مشورت با وی کار نادرستی است.
- بیمار بدون مشورت با پزشک سرخود داروهایش را تکرار ننماید.
- در حالتی که بدن فرد نسبت به برخی از دواها حساسیت نشان داده و بعضی عوارض را بروز دهد،  
مثلاً: جوش زدن یا قرمز شدن پوست و یا بخشی از پوست که دارو بر آن، به عنوان پماد یا قطره‌ها چشمی و روغن‌های مالیدنی، استعمال شده است، باید بلافاصله از مصرف دارو دست کشیده و هرچه زودتر با پزشک خود یا داروخانه مشورت نمایید تا از بروز عوارض بیشتر و شدیدتر پیشگیری شود.
- در حالت وجود بیماری در خانواده که از داروهای دراز مدت مانند داروهای علاج بیماری قند، فشار، زخم معده باید این داروها در بخش مستقلی از داروخانه‌ی خانگی قرار بگیرد و جز بوسیله‌ی خود بیمار یا پرستار وی باز نشود تا احتمال اشتباه شدن داروها در جعبه‌ی داروهای منزل با هم از میان برود.
- سعی شود برخی ابزار کمک‌های اولیه‌ی ضروری مانند: قیچی جراحی، پنس، دستکش طبی، کش‌های باند پانسمان، بست‌های آتل، دماسنج طبی، گاز استریل.

### بیماری در خانه داریم:

بیماری نوعی آزمایش از جانب خداوند متعال است که هرکدام از بندگانش را که اراده نماید بدان مبتلی می‌سازد تا او را بیازماید و آثار گناهان را از وی بزدايد. پیامبر خدا ﷺ می‌فرماید: «عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَحَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ إِنَّ



أَصَابَتْهُ سَرَّاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ». یعنی: «کار مسلمان انسان را به شگفتی و تعجب وا میدارد. زیرا همه‌ی کارش برای او خیر است، و این امر برای هیچکس جز مسلمان ممکن نیست. اگر به وی فراخی و آسانی روی دهد شکر کند، برایش خیر است، و اگر به او سختی برسد هم صبر کند برایش خیر است». [مسلم]

ممکن است یکی از اعضای خانواده بیمار شده و بستری گردد، یا افراد سالمندی باشند که نیازمند توجه و مراقبت‌های ویژه‌ای باشند، در این حالات حتماً باید توجه و مراقبت‌های خاصی را در نظر بگیریم. باید آرامش و سکوت و راحتی را در اتاق بیمار برای او فراهم سازیم تا به معالجه‌ی ایشان کمک کرده باشیم.

بنابراین باید موارد زیر را در نظر داشته باشیم:

- توجه و اهتمام به بیمار و دعای شفا برای او، تا او را شاد و امیدوار بسازیم. در دعایمان می‌توانیم بگوییم: «أَذْهِبِ الْبَاسَ رَبَّ النَّاسِ، اشْفِ وَأَنْتَ الشَّافِي لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءٌ لَا يُغَادِرُ سَقَمًا». یعنی: «ای پروردگار مردم! بیماری‌اش را برطرف ساز و چنان شفایی عنایت کن که هیچگونه بیماری‌ای باقی نماند. چرا که تو شفا دهنده هستی و هیچ شفایی، بجز شفای تو وجود ندارد!». [البخاری]

یا دعای زیر:

«اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ أَذْهِبِ الْبَاسَ ، اشْفِهِ وَأَنْتَ الشَّافِي ، لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ ، شِفَاءٌ لَا يُغَادِرُ سَقَمًا». یعنی: «بار خدایا، ای پروردگار مردم! و ای برنده‌ی سختی و دشواری، شفا ده که شفا دهنده‌ای جر تو نیست، درمانی که بیماری نگذارد». [أحمد و البخاری].

- نور اتاق بیمار به میزان مناسب باشد، که بهتر است آرام و اندک باشد تا به وی احساس راحتی و آرامش ببخشد و از افتادن نور مستقیم به چشمان بیمار جلوگیری شود، چنانچه بیمار نیاز به نور قوی برای مطالعه و دیگر مسائل داشته باشد و البته در صورت بدون اشکال بودن این کار برای سلامت بیمار.

- باید اتاق بیمار دارای سیستم هوای مناسب باشد. نباید بیمار در معرض جریان‌های

شدید هوا قرار بگیرد. موقع باز کردن پنجره‌ها برای تهویه‌ی هوای اتاق باید از پرده و موانعی از این قبیل استفاده کرد تا مانع جریان هوا به صورت مستقیم به سوی بیمار شویم همچنین می‌توان پنجره را تنها به مقدار کمی باز گذاشت. مورد دیگری که از اهمیت زیادی برخوردار است این است که حتماً باید به طور پیوسته مراقب درجه حرارت اتاق بود.

- توجه به نظافت و بهداشت اتاق به طور مداوم وبگونه‌ای که باعث آزار وی نگردد. در استفاده از شوینده و پاک کننده‌ها در نظافت اتاق و نیز کم کردن حتی الامکان گرد و غبار و سر و صدای ناشی از نظافت اتاق اهمیت زیادی دارد.

- ضرورت وجود گل‌ها و گیاهان تزئینی در اتاق بیمار، چرا که باعث ایجاد نشاط و شادمانی بیمار و تقویت روحیه‌ی وی می‌گردد که به آسایش جسم و روحی وی می‌انجامد. همچنین هر از گاهی ایجاد تغییر در شکل و مکان این گل‌ها به احساس تازگی و عدم کسالت و بی‌زاری فرد کمک می‌کند. سعی شود گل‌هایی را که دارای عطر و بوی قوی هستند را در صورتی که شرایط بیمار اقتضا می‌کند دور از بالین وی قرار داد.

- پاسخ گفتن به نیازهای بیمار و فراهم ساختن نیازمندی‌های او بدون آنکه خودش درخواست نماید.

- چنانچه بیمار می‌تواند از خودش مراقبت نماید، بهتر است داروهایی را که نیاز دارد در دسترس وی و بر روی میز مجاور او قرار داد به همراه یک فنجان آب، یک بسته دستمال کاغذی و یک ساعت کوچک، قرآن، کتابی که خودش دوست دارد و یک رادیوی کوچک ... و دیگر موارد مشابه.

ترجمه: مسعود

مصدر: سایت نوار اسلام

IslamTape.Com

## خانه‌ای پر از شادی و نشاط

خانه‌ی انسان نباید از شوخی و شادمانی خالی شود، علی‌رغم آنکه خانه‌ای است پر از کار و تلاش. پیامبر خدا ﷺ خود الگویی در این زمینه بوده است، ایشان شخصی خنده‌رو و لبخند بر لب بوده است.

از ابوامامه نقل شده که پیامبر ﷺ خنده‌روترین و خوش‌برخوردترین افراد بود. [الطبرانی]

شور و نشاط در منزل شخص مسلمان منافاتی با شرم و حیا در آنجا نبوده و به آزار همسایگان نیانجامیده و دل‌ها را نمیرانیده و در آن خبری از اسهت‌زاء و غیبت و ایرادگیری بر کسی نیست، بلکه نشاط و شادمانی را تجدید نموده و کسالت و روزمرگی را برطرف می‌نماید. پیامبر خدا ﷺ می‌فرموده اند: «روحوا القلوب ساعة فساعة». یعنی: «دل‌ها را لحظه به لحظه شادمان سازید». [أبو داود]

پیامبر خدا ﷺ با خانواده‌اش شوخی و مزاح می‌نمود. خانه‌های ایشان ﷺ پر از شادی و خوشبختی بوده است. از حضرت عائشه رضی الله عنها روایت شده که به همراه رسول خدا ﷺ در یک سفر بودند، وی تعریف می‌کند که: با آنحضرت مسابقه دادم و از او پیشی گرفتم، ولی زمانی که سنگین وزن شدم، با او مسابقه دادم، او از من برد و فرمود: «هَذِهِ بَيْتُكَ السَّبْقَةِ». یعنی: «این به آن در!». [أبو داود]

همچنین از ایشان روایت شده که گفته است: رسول خدا ﷺ مرا با ردای خویش پوشانده بود و من نیز رقص حبشی‌ها در مسجد را تماشا می‌کردم تا وقتی که خودم خسته می‌شدم. پس حتماً به دختران نورسیده‌ای که به بازی و سرگرمی علاقمند هستند توجه ویژه‌ای داشته باشید. [متفق علیه]

آنحضرت ﷺ با بچه‌ها خردسال خانواده‌اش شوخی نموده با آنان مزاح نموده و

می‌خندید. از عبدالله بن حارث رضی الله عنه روایت شده که می‌گفت: پیامبر خدا صلی الله علیه و آله عبدالله و عبیدالله و بسیاری از بنی عباس رضی الله عنهم را به صف کرده و می‌فرمود: «مَنْ سَبَقَ إِلَيَّ فَلَهُ كَذَا وَكَذَا». یعنی: «هرکس قبل از دیگران به من برسد چنان و چنان پاداش می‌گیرد». تعریف می‌کند که: آن بچه‌ها به سوی ایشان مسابقه می‌دادند و بر دوش و کول وی می‌افتادند و ایشان آنان را می‌بوسید و در آغوششان می‌گرفت. [أحمد]

از جابر رضی الله عنه نقل شده که می‌گوید: همراه رسول خدا صلی الله علیه و آله بودیم و به غذا دعوت شدیم. در این حین حضرت حسین رضی الله عنه در راه با بچه‌ها بازی می‌کرد. پیامبر صلی الله علیه و آله جلوی مردم به سرعت رفته و دستش را دراز کرد و حضرت حسین این طرف و آن طرف می‌دوید و پیامبر صلی الله علیه و آله با او می‌خندید تا آنکه وی را گرفت و دستی را بر زیر چانه‌اش و دست دیگر را بر سر وی و گوش‌هایش گذاشته و به آغوش گرفته و می‌بوسید. [الطبرانی]

### استفاده از تلویزیون و ویدیو در خانه‌ی مسلمان:

تلویزیون به عنوان خطرناک‌ترین رسانه‌های عمومی جدید شناخته می‌شود. تلویزیون مانند تیغی دو لبه است می‌توان با آن پایه‌ها و ارزش‌ها را کاشت یا تیشه‌ای است بر ریشه‌ی ارزش‌ها و مایه‌ی تباهی اخلاق. نقش تلویزیون دست کمی از نقش خانواده یا مدرسه ندارد، بویژه در ارتباط با کودکان و جوانان. حتی برخی به آن لقب پدر سوم را داده‌اند که حاکی از شدت تاثیر آن از لحاظ آگاهی، بیداری درون و رفتار فرزندان دارد. از همین جا می‌توان فهمید که باید در رابطه با آنچه تلویزیون به خورد فرزندان می‌دهد دقت نماییم. این به معنای حذف تلویزیون نبوده و تنها به این معنی است که باید از آن استفاده‌ی بهینه به عمل آمده و در جهت رضایت پروردگار متعال و پرورش اخلاق نیکو و دعوت به خوبی بهره برد تا به وسیله‌ای برای آموزش و تربیت تبدیل شود و نه ابزاری برای نابودی اندیشه‌هایی که کودکانی در خانه و مدرسه دریافته‌اند.

بنابراین باید گفت از تماشای برنامه‌های بی‌هوده خودداری نموده و با شیوه‌ای زیبا و

درست فرزندان را به این نکته واقف سازیم که بیشتر چیزهایی که بر صفحه‌ی تلویزیون نمایش داده می‌شود ضررش بیش از سود آن می‌باشد. همانطور که اعضای خانواده بهتر است از شب بیداری مقابل صفحه‌ی تلویزیون خودداری نمایند، به خاطر تلف کردن وقتی که نتیجه‌اش از دست دادن نماز صبح سروقت یا دیر از خواب بیدار شدن و کسالت و تنبلی به علت کم خوابی خواهد بود.

همچنین ویدیو یکی از رسانه‌های مهم است که بهتر است استفاده‌ی از آن با حضور پدر و مادر از این وسیله به درستی بهره گرفته شود. این عمل با تماشای برنامه‌های سودمند و هدفمند صورت می‌پذیرد برنامه‌هایی که به تربیت فرزندان و ارشاد آنان پردازد و فیلم‌هایی که درباره‌ی علاج مسائل مهم خانواده باشند.

شخص مسلمان باید کتابخانه‌اش را مجهز به نوارهای ویدیو (یا سی دی، دی وی دی و ...) علمی و دینی نماید. البته باید مراقب فرزندان در استفاده از نوارهایشان بود تا در دام فیلم‌های تباهگر از طریق دوستان ناباب نیافتند علی‌رغم وجود جایگزین‌های صحیحی که می‌تواند خواسته‌هایشان را برآورده سازد.

ترجمه: مسعود

مصدر: [سایت نوار اسلام](#)

[IslamTape.Com](#)

## خانه‌ی ما دانشگاه است

حقیقتاً... خانه‌ی یک مسلمان باید آموزشگاه علم و معرفت باشد و همه‌ی اعضای خانواده عاشق و علم و دوستدار تلاش برای کسب دانش و کوشش در راه آن باشند تا بتوانند به درجات بلند نزد پروردگار خویش نایل آیند. خداوند متعال می‌فرماید: ﴿يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ﴾ [المجادلة: ۱۱]. یعنی: «خداوند [رتبه] کسانی از شما را که گرویده و کسانی را که دانشمندند [بر حسب] درجات بلند گرداند»، و باز خداوند تبارک و تعالی می‌فرماید: ﴿إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ﴾ [فاطر: ۲۸]. یعنی: «از بندگان خدا تنها دانایانند که از او می‌ترسند». مسیر علم و دانش همان مسیر بهشت برین است، رسول خدا ﷺ فرموده است: «مَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَلْتَمِسُ فِيهِ عِلْمًا سَهَّلَ اللَّهُ لَهُ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ». یعنی: «کسی که در طلب علم راهی را طی کند، خداوند در عوض برایش راهی را بسوی بهشت هموار می‌سازد». [مسلم]، پیامبر ﷺ همچنین می‌فرماید: «لَنْ يَشَاعَ الْمُؤْمِنُ مِنْ خَيْرٍ يَسْمَعُهُ حَتَّى يَكُونَ مُنْتَهَاهُ الْجَنَّةُ». یعنی: «مؤمن هر گز از شنیدن خیر (علم) سیر نمی‌شود، تا نهایتش به بهشت انجامد». [الترمذی]

تردیدی در این نیست که دانش از بهترین نعمت‌ها می‌باشد، پیامبر اکرم ﷺ می‌فرماید: «إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ وَأَهْلَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ حَتَّى الثَّمَلَةَ فِي جُحْرِهَا وَحَتَّى الْحُوتَ لَيُصَلُّونَ عَلَى مُعَلِّمِ النَّاسِ الْخَيْرِ». یعنی: «فضیلت و برتری عالم بر عابد مانند فضیلت من بر پائین‌ترین شما است، بعد خداوند و فرشتگانش و اهل آسمان‌ها و زمین حتی مور در لانه‌اش و ماهی بر آنکه به مردم درس نیکی و خیر می‌دهد، درود می‌فرستند». [الترمذی] برای همین خانه‌های مسلمانان در طول تاریخ همواره با علم و دانش آموختن آباد و پرطراوت بوده است.

علم و دانش از جمله مهم‌ترین مسائل زندگی در یک خانه‌ی مسلمان می‌باشد، چرا که بواسطه‌ی علم است که عقیده سالم نگاه داشته شده، عبادت درست به جا می‌آید و انسان

درباره‌ی دین و دنیای خویش دلیل و برهان دارد. بنابراین باید در یک خانواده مسلمان به دانش و علم اندوزی توجه ویژه‌ای معطوف گردد. برای آنکه هریک از اعضای خانه به فرهنگ اسلامی و فرهنگ زمان حاضر و تخصص دست یافته و کل خانواده به بالاترین سطح علم و معرفت برسد، لازم است موارد زیر مورد توجه قرار بگیرند:

وجود کتابخانه‌ای علمی و متنوع که شامل انواع علوم و مسائل فرهنگی و موضوعات مربوط به زندگی باشد. برای رشد فرهنگی و علمی اعضای خانواده و تشخیص درست از نادرست این کار لازم است.

این کتابخانه می‌تواند شامل کتاب‌هایی در رابطه با موضوعات زیر باشد:

- علوم شرعی، مانند: کتب تفسیر، فقه، حدیث و علوم قرآن و غیره...
- زبان عربی و آداب آن در زمان‌های مختلف.
- تاریخ و تمدن‌های گوناگون.
- دائرة المعارف در رابطه با علوم گوناگون، طبیعت، اجتماع و انسانی، که در زندگی برای ما حائز اهمیت باشد.
- کتاب‌های کودکان و دائرة المعارف‌های مخصوص آنان.
- کتاب‌های خاص تربیت و پرورش کدبانوی خانه.
- کتاب‌های آموزش بهداشتی و پزشکی.
- خرید روزنامه و مجلات عمومی و تخصصی برای آشنایی خانواده با مسائلی که پیرامون آن‌ها رخ می‌دهد و کسب اطلاع درباره‌ی اوضاع امت اسلامی و اخبار جهان اسلام، و مواردی از این قبیل.
- خانه‌ی مسلمان نباید بهره از جلسات علمی منظم و مداوم باشد که در آن انواع مسائل علمی و اجتماعی مورد بحث قرار گرفته و تمام اعضای خانواده در آن شرکت نموده و اطلاعات خود را به بقیه ارائه نمایند.
- چه زیباست که یکی از افراد خانواده هر بار حدیثی را از کتاب‌های حدیث صحیح

برگزیده و در جلسات آن را همراه با شرح و مباحث مربوطش بخواند، یا فردی دیگر کتاب معینی را در نظر گرفته و موضوعات آن را در جلسه مطرح نماید و هرکدام دیدگاه خود را درباره‌ی آن ابراز دارد. شکی نیست که این مباحثات جنبه‌ی فرهنگی و آگاهی تک تک افراد خانواده را بالاتر می‌برد و به تقویت بعد اجتماعی آن‌ها کمک می‌نماید و در عین حال شخصیت آزاد و مستقلی را برای هریک پایه می‌ریزد.

حتی می‌توان مسابقاتی را بین افراد خانواده ترتیب داد تا بعد علمی و فرهنگی آن‌ها پرورش یابد و به تشویق و ترغیب هدفدار کمک می‌نماید.

کسب علم از طریق نوارهای کاست (سی دی، دی وی دی و ...) و ویدیو که اثرگذاری بسیار بیشتری بر روی کودکان خواهد داشت. مخصوصاً سی دی‌هایی که درباره‌ی موضوعات علمی و همراه شرح تصویری و به صورت فیلم نیز باشد.

مطالعه: نباید پدر و مادر در رابطه با فرزندانشان اهمیت مطالعه در پایه‌های مختلف تحصیلی آن‌ها را نادیده بگیرند. بهتر است تا جایی که می‌توانند آنان را در مطالعه‌ی بهتر و مفیدتر یاری دهند. چه بسیار فرزندان که در جریان یادگیری درس‌هایشان نیازمند کسی هستند که به آنان کمک کرده و راهنمایی‌شان نماید و البته زمینه‌ای آرام و مناسب را برای مطالعه و پیشرفت و موفقیت ایشان فراهم سازد.

در اینجا چند راهنمایی در مورد کارهایی که باید والدین در جریان مطالعه و یادگیری فرزندانشان انجام دهند، ذکر می‌شود:

- بذر انگیزه‌ی حقیقی فراگرفتن را در وجود فرزندانشان بنشانند.
- حل و فصل مناسب مشکلات فرزندان قبل از آغاز مطالعه و یادگیری آن‌ها.
- آماده ساختن مکان مطالعه. بگونه‌ای که جوی آرام در اتاق فراهم شده و چنانچه کودک راست دست باشد نور از سمت چپ بتابد و چنانچه چپ دست باشد نور از سمت راست بر وی بتابد. این نور باید سمت نور کل اتاق باشد. این حالت برای سلامتی چشم و بینایی کودک بهتر می‌باشد. بهتر است رنگ اتاق روشن و ترجیحاً رنگ سبز



روشن یا آبی آسمانی باشد. اتاق باید دارای تهویه‌ی مناسبی بوده و دیگر مسائل نظم و ساماندهی آن رعایت گردد.

- توجه به سلامتی فرزندان و تغذیه‌ی آن‌ها بدور از افراط و تفریط.
- زمان‌هایی را برای استراحت و تجدید قوا در میان اوقات مطالعه.
- زمانبندی مناسب برای مطالعه کودکان در نظر گرفته شود، به گونه‌ای که زمانی را برای مطالعه‌ی درس‌هایی که تازه خوانده شده اختصاص داده و وقتی را نیز برای پی‌گیری درس‌های پیشین و تکرار و تمرین آن دروس در نظر بگیرد. می‌توان از خلاصه برداری از قسمت‌های طولانی نیز بهره گرفت.
- شناخت اصول لازم و ضروری برای یادگیری، از جمله فهمیدن مطالب، ترتیب، تکرار، شناخت هدف و منظور از یادگیری درس مذکور، حفظ و به خاطر سپاری کامل مطالب با استفاده از تمرین و مرور مجدد آن‌ها. سعی شود زمانی به یادگیری مطالب دشوار پردازد که ذهنش آرام و داراری آمادگی لازم باشد.
- تقوای خداوند متعال دروازه‌ای است به سوی علم و دانش و کامیابی بزرگ، خداوند متعال می‌فرماید:

﴿وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا ۖ وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ﴾ [الطلاق: ۲-۳].  
 یعنی: «و هر کس از خدا پروا کند [خدا] برای او راه بیرون‌شدنی قرار می‌دهد». همچنین خداوند باری تعالی می‌فرماید: ﴿وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مِنْ أَمْرِهِ يُسْرًا﴾ [الطلاق: ۴].  
 یعنی: «و هر کس از خدا پروا دارد [خدا] برای او در کارش تسهیلی فراهم سازد».

خواندن داستان امام شافعی در این مورد خالی از لطف نیست. امام شافعی مدتی احساس می‌کرد نوعی سستی و ضعف در یادگیری و فهم دروس برایش پیش آمده است. مسأله را به استادش، وکیع، عرضه نمود و شکایت پیش وی برد. استاد او را به تقوای خداوند سفارش کرد. امام شافعی آن را چنین تعریف می‌کند:

شكوت إلى وکیعٍ سوءِ حفظي فأرشدني إلى ترك المعاصي

وأخبرني بأن العلم نورٌ ونور الله لا يهدى لعاصي

معنى شعر:

«شکایت از بدحفظی‌ام پیش وکیع بردم، بگفتا تا ترک نافرمانی ایزد نمای، به من گفتا که علم دین نور است، نباشد نور ایزد عاصیان را رهنمای».

ترجمه: مسعود

مصدر: [سایت نوار اسلام](#)

[IslamTape.Com](#)

## خانه‌ی صرفه‌جو

بنیاد اقتصاد خانه‌ی مسلمان بر پایه‌ی دسته‌ای از ارزش‌ها و اصولی استوار است که آن را از دیگر جوامع متمایز می‌سازد، ارزش‌هایی همچون: ایمان به اینکه هرچه دارائی است از آن خداوند است و افراد خانواده در آن جانشین دیگران هستند. خداوند متعال می‌فرماید: ﴿عَامِنُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَأَنْفِقُوا مِمَّا جَعَلَكُمْ مُسْتَخْلِفِينَ فِيهِ﴾ [الحديد: ۷]. یعنی: «به خدا و پیامبر او ایمان آورید و از آنچه شما را در [استفاده از] آن جانشین [دیگران] کرده انفاق کنید».

ایمان به اینکه خداوند در رزق و روزی برخی کسان را بر برخی دیگر برتری داده‌است. پروردگار متعال می‌فرماید: ﴿وَاللَّهُ فَضَّلَ بَعْضَكُمْ عَلَى بَعْضٍ فِي الرِّزْقِ﴾ [النحل: ۷۱]. یعنی: «و خدا بعضی از شما را در روزی بر بعضی دیگر برتری داده‌است». این برتری دهی میان مردم در روزی به معنی تفاوت میان مردم در آنچه خداوند برایشان مقدر کرده می‌باشد و نه اینکه توانگران بر فقرا برتری داشته باشند، چرا که نزد خداوند برتری تنها بواسطه‌ی تقوا و کردار نیک حاصل می‌آید. چنانچه تنگدستان به شکیبایی و خرسندی بدانچه خداوند قسمتشان نموده آراسته گردند، منزلت عظیمی نزد خداوند خواهند داشت. رسول الله ﷺ در دعاهایش می‌فرمود: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ وَالْفَقْرِ». یعنی: «بار الها! من از کفر و از فقر به تو پناه می‌جویم». [أبو داود والنسائی وأحمد] همگی ما باید به کار و کوشش پردازیم تا تنگدست و فقیر نباشیم.

پایبندی به سفارش رسول ﷺ درباره‌ی به نگاه نکردن به کسانی که از ما بالاتر هستند، آنحضرت ﷺ چنین فرموده اند: «انظروا إلى من أسفل منكم ولا تنظروا إلى من هو فوقكم فهو أجدر أن لا تزدروا نعمة الله». یعنی: «به کسی که پایانتز از شما است، بنگرید و به کسی ننگرید که بالاتر از شما است. این کار سزاوارتر است که نعمت خدا را کم و حقیر

نشماریدا!». [مسلم]

**کسب حلال**، خداوند متعال می‌فرماید: ﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَاشْكُرُوا لِلَّهِ إِنْ كُنْتُمْ إِيَّاهُ تَعْبُدُونَ﴾ [البقرة: ۱۷۲]. یعنی: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید از نعمت‌های پاکیزه‌ای که روزی شما کرده‌ایم بخورید و اگر تنها او را می‌پرستید خدا را شکر کنید». که خداون نیکو است و جز خوبی نمی‌پذیرد، خداوند متعال می‌فرماید: ﴿يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا أَنْفُقُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا كَسَبْتُمْ﴾ [البقرة: ۲۶۷]. یعنی: «ای کسانی که ایمان آورده‌اید، از چیزهای پاکیزه‌ای که به دست آورده‌اید».

پیامبر ﷺ نیز می‌فرماید: «إِنَّهُ لَا يَرُبُّ لَحْمٌ نَبَتَ مِنْ سُحْتٍ إِلَّا كَانَتِ النَّارُ أَوْلَىٰ بِهِ». یعنی: «گوشتی از مال حرام نمی‌روید، مگر آنکه آتش بدان اولی‌تر باشد». [الترمذی و أحمد] کسب حلال یکی از راه‌های قبولی دعا است. در حدیثی رسول الله ﷺ چنین می‌فرماید: «...وَمَطْعَمُهُ حَرَامٌ وَمَشْرَبُهُ حَرَامٌ وَمَلْبَسُهُ حَرَامٌ وَعُذْيُ بِالْحَرَامِ فَأَنَّىٰ يُسْتَجَابُ لِذَلِكَ». یعنی: «... درحالی‌که خوردنی‌اش حرام و آشامیدنی‌اش حرام بوده و پوشیدنی‌اش حرام بوده و به حرام تغذیه شده است، پس چگونه دعای چنین شخصی پذیرفته می‌شود». [مسلم]

**مسئولیت مرد برای خرج و دادن نفقه**، پروردگار متعال می‌فرماید: ﴿الرِّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَىٰ بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ﴾ [النساء: ۳۴]. یعنی: «مردان سرپرست زنانند به دلیل آنکه خدا برخی از ایشان را بر برخی برتری داده و [نیز] به دلیل آنکه از اموالشان خرج می‌کنند». انفاق و دادن خرجی در حد وسع مالی فرد می‌باشد و نه بیش‌تر، خداوند باری تعالی متعال می‌فرماید: ﴿لِيُنْفِقَ ذُو سَعَةٍ مِّن سَعَتِهِ ۗ وَمَنْ قُدِرَ عَلَيْهِ رِزْقُهُ فَلْيُنْفِقْ مِمَّا ءَاتَاهُ اللَّهُ لَا يَكْلِفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا مَا ءَاتَاهَا سَيَجْعَلُ اللَّهُ بَعْدَ عُسْرٍ يُسْرًا﴾ [الطلاق: ۷]. یعنی: «بر توانگر است که از دارایی خود هزینه کند و هر که روزی او تنگ باشد باید از آنچه خدا به او داده خرج کند خدا هیچ کس را جز [به قدر] آنچه به او داده است تکلیف نمی‌کند خدا به زودی پس از دشواری آسانی فراهم می‌کند». و پیامبر خدا ﷺ

می‌فرماید: «من أنفق على امرأته وولده وأهل بيته فهي صدقة». یعنی: «کسی که بر زن و فرزندان و اهل بیتش خرج کند آن صدقه است». [الطبرانی]

اعتدال و میانه روی در خرج و انفاق و مدیریت مسائل خانه، خداوند متعال می‌فرماید: ﴿وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ الْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا﴾ [الإسراء: ۲۹]. یعنی: «و دستت را به گردنت زنجیر مکن و بسیار [هم] گشاده‌دستی منما تا ملامت‌شده و حسرت‌زده بر جای مانی».

حضرت ابوبکر رضی الله عنه می‌فرماید: «إني أبغض أهل البيت الذين ينفقون رزق أيام في يوم واحد». یعنی: «من از اهل بیتی که رزق چند روزشان را در یک روز خرج می‌کنند بدم می‌آید».

گویند زنی درستکار دخترش را اینگونه نصیحت می‌نمود: شوهرت را به چیزی که می‌دانی براساس شرایط موجود توان آن را ندارد مجبور مکن، و با دست خویش او را در موقعیت‌هایی که ناتوان و ضعیف واقع شده و تحت فشار است کمک نموده و بلندش نما، که برداشتن بار کوه‌ها از برداشتن سنگینی بدهی راحت‌تر است.

آگاهی از تفاوت میان صرفه‌جویی و بخل‌ورزی:

انسان مسلمان از بخل و آز نهمی شده است و شکی نیست که ضروریات و احتیاجات هر دوره‌ای با عصر و دوره‌های دیگر متفاوت می‌باشد، و احتیاجات یک خانه نیز با خانه‌ای دیگر فرق می‌کند. به یاد داشته باشید که چیزی را جز به خاطر ضرورتی برای استفاده‌ی از آن خریداری نکنید.

مرتب ساختن اولویت‌های خرج و مخارج در دایره‌ی درآمد خانواده:

بدیهی است که باید توجه اصلی به ضروریات اولیه و سپس به بهبود وضعیت موجود باشد. قطعاً باید از خرج‌های نامشروع پرهیز گردد، مثلاً بابت خرید آلات سرگرمی نامشروع، یا خرید مواد خوراکی نامشروع هزینه نمود.

انبار نمودن مواد ضروری و اساسی منزل بیش از اندازه‌ی لازم: برای آنکه ممکن است در خانه بنا به مواردی در آینده به آن‌ها نیاز پیدا کنید، بویژه در روزهای تنگی و فشار زندگی.

فراهم سازی ترازنامه یا برنامه‌ی استفاده‌ی بهینه از منابع مالی خانواده: در این برنامه موارد محدود مالی را بر نیازمندی‌های متعدد منزل تقسیم می‌نمایید و هدف از آن بهر برداری هرچه بهتر از منابع مورد نظر می‌باشد.

از جمله مواردی که در تنظیم چنین جدولی باید مدنظر داشت، این‌ها می‌باشند:  
 - افراد خانواده باید از نحوه‌ی اتخاذ تصمیمات مناسب و حکیمانه آگاهی یابند تا به آنان در انتخاب بهترین روش جهت استفاده از اشیاء و امکانات پیرامون خویش یاری رسانده و آنان را در دست یابی به اهداف مورد نظر خود و آرزوهای زندگی‌شان کمک کند.

- باور داشتن اهمیت مشورت در بین افراد خانواده: تکیه کردن به عملکرد شوری در بین افراد خانواده برای تثبیت و تحکیم هرچه بیشتر برنامه‌ی اقتصادی. مشارکت دادن افراد خانواده در تنظیم برنامه‌ی اقتصادی باعث می‌شود افراد خانواده انگیزه‌ی درونی و اراده‌ی بیشتری یافته و در موفقیت برنامه‌ی اقتصادی کمک نموده و همه‌ی آن‌ها در برداشتن بارسنگین رعایت و نگاهداری از آن سهیم گردند.

- تنظیم فعالیت‌های اداره‌ی منزل و ترسیم خط مشی درست برای آن جهت حل مشکلاتی که رویاروی تک تک افراد خانواده می‌گردد و ایجاد تعادل در میان مسئولیت فرد به نسبت خانواده و مسئولیت خانواده به نسبت وی.

عملکرد اداره‌ی منزل طی پنج مرحله تکمیل می‌شود که از این قرار می‌باشند: تعیین و محدود ساختن هدف، برنامه ریزی و ترسیم خطوط و راهکارها، اجرا و تنفیذ مفاد آن‌ها، زمانبندی مناسب، و البته این کارها را همراه با رعایت پایبندی به بنیان‌های عملکرد اداره‌ی خانه همچون:

\* ارزیابی اهمیت وقت و زمان، تلاش هر کدام از افراد خانواده در این جهت.  
 \* مراعات کارایی و سطح توانایی افراد.  
 \* به حساب آوردن موقعیت‌های دشوار و ناخوشایند.  
 \* معین ساختن اندازه و گنجایش مسائل و مفاد برنامه و تقسیم بندی آن‌ها به موارد انسانی و موارد غیر انسانی.  
 مثلاً از جمله موارد انسانی: مهارت‌ها، توانایی‌ها، گرایش و استعداد و رویکردهای آنان.

همچنین از جمله موارد غیر انسانی: وقت و امکانات مالی، دارایی‌ها و تسهیلات موجود در جامعه.

برخی عوامل در مسائل مربوط به خانواده دخیل و موثر می‌باشند، مواردی مانند: سطح زندگی خانواده، اندازه‌ی بزرگی یا کوچکی منزل، محل سکونت، محله‌ای که در آن زندگی می‌کنند و دیگر موارد.

### راهنمایی استفاده صحیح از مواد غذایی:

با رعایت نکات و گام‌های معینی می‌توان به نحو احسن از مواد غذایی مورد نیاز بهره برد:

- داشتن شناخت از نیکویی و شایستگی کالاها و قیمت آن‌ها.
- شناسایی جایگزین‌های اساسی کالاها، تا بتوان در مواقعی که کالای مورد نظر در دسترس نبوده یا قیمت آن‌ها بالا برود از جایگزین‌های آن استفاده کرد.
- نیافتادن در دام تبلیغات، با توجه به اینکه گاهی وقت‌ها به صورت معکوس عمل می‌کنند و هدف آنان تنها تحت تاثیر قرار دادن مردم برای خرید موارد غیر ضروری می‌باشد.
- دقت کردن در خرید مایحتاج اساسی منزل به قدر احتیاج و پرهیز از خرید بیش از مورد نیاز.

- به همراه داشتن پول کافی و متناسب با درآمد خانواده و اشیائی که در بازارهای نزدیک به منزل موجود می‌باشد.
- مراعات وقت شناسی مناسب برای خرید مایحتاجات، در برخی از فصول و زمان‌ها قیمت برخی کالاها پایین می‌آید، مثلاً می‌توان مقادیر زیاد گوجه فرنگی را خریداری نموده و آن را به رب گوجه تبدیل نمود، تا بتوان در اوقاتی که قیمت آن‌ها بالاتر می‌رود از آن استفاده نمود.
- خودداری از پختن مقادیر بیش از حد مورد نیاز غذا، و نیز لزومی ندارد در یک وعده‌ی غذایی انواع مواد خوراکی را پخت و آماده نمود.
- استفاده از باقیمانده‌های غذا به جای راحت ساختن خود از دست آن‌ها.
- از دیگر راهنمایی‌هایی که لازم است به آن دقت شود آن است که بخش‌های زیادی از میوه‌ها را به همراه پوستشان دور نیانداخت.
- موقع آماده ساختن غذا و آن را فقط به اندازه‌ی نیاز تهیه نمایید. دین اسلام ما را متوجه می‌سازد که لقمه خود نعمتی از جانب خداوند است که باید از آن مراقبت و نگهداری نمود. چنانچه رسول الله ﷺ می‌فرمایند: «إِذَا سَقَطَتْ مِنْ أَحَدِكُمُ اللَّقْمَةُ فَلْيُمِطْ مَا كَانَ بِهَا مِنْ أَدَىٰ ثُمَّ لِيَأْكُلْهَا وَلَا يَدَعُهَا لِلشَّيْطَانِ فَإِذَا فَرَعَ فَلْيَلْعَقْ أَصَابِعَهُ فَإِنَّهُ لَا يَدْرِي فِي أَيِّ طَعَامِهِ تَكُونُ الْبَرَكَةُ». یعنی: «هرگاه لقمه‌ی یکی از شما افتاد، باید آن را بگیرد و خاشاک آن را دور کند و باز آن را خورده و برای شیطان نگذارد، و چون فارغ شد، باید انگشتان خود را بلیسد، زیرا او نمی‌داند که در کدام بخش طعام او برکت نهاده شده است.» [مسلم]
- استفاده از لوازم خانگی نشکن در هنگام پخت غذا و استفاده از لوازم قیمتی به مناسبات محدود شود.



### راهنمایی استفاده‌ی صحیح از پوشاک و البسه:

- آشنایی بانوی خانه به کارهای دستی مانند: خیاطی و برش پارچه و لباس و گلدوزی از جمله مواردی است که به استفاده‌ی درست از لباس‌ها کمک می‌نماید. به صورتیکه می‌توان بخش زیادی از منابع مالی که برای خرید لباس‌های آماده صرف می‌شد را پس انداز نمود.
- خریدن باقی مانده‌های پارچه‌ی دکان‌های پارچه فروشی به قیمت ارزان و به رنگ‌های متفاوت برای آماده نمودن لباس‌های بچه گانه.
- موقع بروز پارگی یا بریدگی در بخشی از لباس‌ها باید سریعاً به ترمیم آن اقدام نمود تا از نابودی کامل آن جلوگیری شود. همینطور در صورت بروز شکاف در دوخت‌های لباس نیز دوخت مجدد و اصلاح آن‌ها از هزینه نمودن جهت خرید لباس‌های تازه پیشگیری می‌کند.
- مراعات روش‌های درست شستشو، اتوکشی و آبکشی لباس‌ها، برای آنکه بتوان لباس‌ها را برای مدت طولانی محافظت نمود.
- می‌توان لباس‌های کودکان بزرگ‌تر را به تن کودکان کوچک‌تر نمود تا از صرف هزینه‌ی اضافی برای خرید لباس‌های جدید جلوگیری شود، البته به شرط رعایت جنبه‌های تربیتی، مثلاً نباید تمام لباس‌های برادر کوچک‌تر لباس‌های برادر بزرگ‌تر باشد، چون این عمل بیانگر رفتار تبعیض گرایانه بین برادران است که باعث ایجاد کینه و دشمنی بین برادران می‌گردد. وقتی که لباس‌های برادر بزرگ‌تر به وی داده می‌شود باید وی را برای قبول این لباس‌ها به عنوان امانت توجیه نمود. این عمل با کاشتن نهال دوستی و محبت بین برادران و توضیح این نکته خواهد بود که تبعیضی درمیان نبوده و برادرش لباس‌های مذکور را از سر لطف و محبت به وی داده‌است.

### راهنمایی استفاده‌ی درست از وسایل برقی منزل:

خداوند متعال با علم و دانش بر سر بشریت منت نهاد. از آثار این علم انواع اختراعات جدیدی است که به رفاه و راحتی زندگی انجامیده است و از صرف انرژی‌های بشری فراوان جلوگیری کرده است. لذا باید از وسایل برقی به خوبی محافظت و مراقبت به عمل آورده و راه درست استفاده از این دستگاه‌ها را آموخت. در زیر برخی دستورالعمل‌های کلی در این باره ذکر شده است:

- خواندن بروشور طرز استفاده که همراه وسایل می‌باشد.
  - توجه به تمیزی و نظافت وسایل.
  - استفاده‌ی صحیح از دستگاه‌ها و خودداری از تحمل کار بیش از اندازه بر آن‌ها.
- در اینجا چند توصیه‌ی مفید را در مورد استفاده از برخی از دستگاه‌های برقی بیان می‌شود:

#### یخچال:

- برای مراقبت از سلامت یخچال موارد زیر رعایت شوند:
- یخچال را در مکانی قرار دهید که از حرارت و گرما دور بوده و نیز با فاصله‌ی مناسب از دیوار قرار داشته باشد.
- آب نمودن زود به زود برف و یخی که در درون یخچال متراکم شده است و برای این عمل از بکار بردن چاقو و اشیاء تیز خودداری کنید، چرا که این عمل ممکن است باعث ایجاد سوراخ در لوله‌های گاز خنک کننده (گاز فریون) شده و باعث از کار افتادن موتور خنک کننده شود.
- از باز کردن درب یخچال به دفعات زیاد یا باز نگاه داشتن آن مثلاً برای نوشیدن آب یا شربت خودداری شود. بهتر است از ظروف بزرگ‌تر برای نوشیدن آب در خارج از یخچال استفاده شود.
- از انباشتن بیش‌تر از حجم مقرر اغذیه در یخچال خودداری کنید.

- هنگام مسافرت یخچال را تمییز کنید، برق آن را از پریز بیرون بکشید و درب آن را باز بگذارید.

- واریسی هرازچندگاه چارچوب آهن ربایی درب یخچال، به این ترتیب که صفحه‌ای را بین درب و بدنه‌ی یخچال قرار می‌دهیم و در صورت باز شدن آن به آسانی معلوم می‌شود که چارچوب باید عوض شود.

- قرار دادن درجه‌ی خنک‌کنندگی یخچال بر روی درجه‌ی مناسب.

- چنانچه یخچال به هر دلیلی خالی باشد لزومی ندارد که روشن بماند.

- قرار دادن وضع یک تکه ذغال چوب در درون یخچال برای جذب بوهای نامطبوع آن.

ماشین لباس شویی: از جمله دستگاه‌هایی است که از صرف انرژی بسیار در خانه برای شستشوی لباس‌ها جلوگیری می‌نماید. بنابراین باید در مراقبت آن دقت ویژه‌ای اعمال شده و سعی شود به طریق درست از آن استفاده شود. از جمله مواردی که باید مورد توجه قرار بگیرند:

- از سالم بودن اتصالات برقی مطمئن شوید. زیر آن پایه‌ی چوبی یا کائوچویی قرار دهید تا ماشین را در حین شستشو پابرجا نگهداشته و از هر نوع آسیب الکتریکی و غیره محافظت نماید.

- پس از اتمام عملیات شستشو آب داخل آن از طریق لوله‌ها خالی شود و آثار کف از آن به خوبی پاک شود.

- خودداری از خیساندن لباس‌ها در ماشین لباس شویی به مدت زیاد، برای آنکه املاح و صابون بر جداره‌های آن رسوب نموده و باعث خرده شدن آن می‌گردد. بهتر است لباس‌ها را در ظرفی دیگر بخیسانید.

- استفاده از آب داغ و پاک در شستشو.

ماشین ظرفشویی: بهتر است هنگام استفاده از این دستگاه نکات زیر را مدنظر قرار دهید:

- سعی شود از آب داغ و تمییز استفاده شود.
- باقی مانده‌های غذا و غذاهای سوخته را از ظروف پاک نمایید قبل از آنکه آن‌ها را در ماشین ظرفشویی قرار دهید.
- استکان‌ها و ظروف را با فاصله از هم قرار دهید، به گونه‌ای که بیشترین مقدار آب به آن‌ها برسد.
- قرار دادن مقدار مناسب ماده‌ی شوینده در دستگاه تا برای عملیات شستشو کفایت کند، برای آنکه با ریختن مقدار اندک ظروف به خوبی پاک و تمییز نخواهند شد.
- اجاق گاز و گاز فر:** جهت حفظ و نگهداری این وسیله موارد زیر را رعایت فرمایید:
  - عدم نشت گاز، برای پیش‌گیری از حوادث و خطرات ناگوار، برای این کار از طریقه‌ی روشن کردن شعله‌های آن به خوبی آگاه شده و از سالم بودن لوله‌های گاز متصل به دستگاه و محکم بودن آن‌ها اطمینان حاصل نمایید.
  - هنگام خاموش شدن ناگهانی شعله از روشن نمودن کبریت یا فندک خودداری نموده و ابتدا شیر گاز را ببندید و هوای آن مکان را تهویه نمایید.
  - نظافت اجاق گاز، قسمت‌های داخلی و خارجی آن، برای آنکه باقی مانده‌ی غذا و پخت و پز باعث انسداد شعله‌ها نشود.

#### چرخ گوشت: درباره‌ی این وسیله موارد زیر رعایت شود:

- اگر چرخ گوشت دستی باشد باید قسمت‌های آن را با آب و پودر به خوبی شسته و خشک نمایید ولی چنانچه وسیله برقی باشد بهتر است به جز قسمت موتور دستگاه بقیه‌ی اجزا شسته شوند و البته قبل از هر چیز دستگاه را از برق خارج نمایید و قسمت موتور را تنها با یک تکه پارچه‌ی خیس با آب و ماده‌ی شوینده تمییز نمایید.
- تیغه‌ی دستگاه را هر از چند گاهی باید تیز نمود تا کارایی آن بهتر شود. لازم است

از روشن نگاه داشتن دستگاه به مدت زیاد و مداوم خودداری شود چون باعث گرم شدن موتور آن و احتمالاً سوختن آن گردد.

- از قرار دادن قسمت‌های سفت مانند استخوان به همراه گوشت خودداری کنید و همچنین از بکار بردن قاشق چوبی جهت بیرون کشاندن گوشت و برای مراقبت از سالم ماندن چرخ اجتناب نمایید.

- از بکارگیری چرخ گوشت برای مواردی که جزو کارکرد آن نمی‌باشند خودداری شود.

**مخلوط کن:** در مورد این دستگاه باید نکات زیر رعایت شوند:

- قرار دادن اندازه‌ی مناسب از خوراکی در درون آن.

- قرار ندادن موتور دستگاه در معرض آب و موقع شستشو به تمییز نمودن آن با یک تکه پارچه‌ی خیس اکتفا شود.

- دستگاه به مدت زیاد و مداوم روشن نگاه داشته نشود. برای آنکه موجب خراب شدن موتور نشود.

- سعی کنید مخلوط کن در وضعیت متعادلی قرار گرفته و در حین کارکردن به یک سمت متمایل نباشد.

**دستگاه آب میوه‌گیری:** از این دستگاه برای گرفتن آب میوه‌ها و رب گوجه و غیره استفاده می‌شود.

برای مراقبت از آن لازم است به این موارد توجه شود:

- توجه ویژه به تیغه‌ی دستگاه و پاک کردن و خشک نمودن آن پس از هر بار استفاده.

- هنگام شستشوی دستگاه تنها قسمت فوقانی آن شسته شده و قسمت موتور آن را تنها با یک دستمال خیس تمییز نمایید برای آنکه نفوذ آب به داخل موتور آن را از کار می‌ازندازد.

- این دستگاه را نیز نباید به طور مداوم و به مدت زیاد روشن نگاه داشت، این عمل

- باعث افزایش بیش از حد درجه حرارت موتو شده و به سوختن آن می‌انجامد.
- پنکه:** از این وسیله در روزهای گرم تابستان استفاده می‌شود تا از گرمای شدید کاسته شود، موقع استفاده از این وسیله نیز رعایت یک سری نکات الزامی است:
- آن را از تنها از قسمت بیرونی و به وسیله‌ی یک تکه پارچه‌ی لطیف و خیس تمییز نمایید.
  - در صورت کثیف شدن پره‌های آن می‌توان رویه‌ی خارجی را جدا نموده و پره‌ها را تمییز نمود.
  - از قرار دادن موتور آن در معرض آب جلوگیری شود چون باعث خرابی موتور می‌شود.
  - روغن کاری بادبزن برقی سالی یک بار توسط فرد مجرب انجام می‌شود.
- دستگاه تهویه‌ی هوا:** جهت محافظت از دستگاه تهویه دستورات عمل‌های زیر را مورد توجه قرار دهید:
- نپوشاندن رویه‌ی دستگاه با هر چیزی تا از عبور و مرور هوا جلوگیری نشود.
  - استفاده از سیم‌های برق مناسب و اتصالات رقی مطمئن برای آنکه بتواند کشش لازم را برای کار دستگاه فراهم آورد.
  - می‌توان برای روفتن گرد و غبار روی آن و نظافت دستگاه از جارو برقی نیز استفاده نمود.
  - صافی تصفیه‌ی هوا هر از چند گاهی و مطابق بروشور مربوطه بایستی تعویض شود.
  - هرگاه صدای عجیب و غریبی از دستگاه بلند شود باید بلافاصله آن را از برق جدا نمود و به تعمیرکار متخصص نشان داده شود.
- دستگاه جارو برقی:** برای آنکه بتواند برای مدت بیشتری برای ما کار کند این نکات رعایت شوند:
- تخلیه‌ی کیسه‌ی گرد و غبار جارو برقی زمانی که تا نصف پر شود.

- به صورت مرتب فیلتر جاروبرقی را با استفاده از یک برس نرم پاک کرده و دیگر اجزای داخلی جارو را نیز تمییز نمایید.
- لوله‌ی فنری جارو را در صورت از دست رفتن حالت اصلی و نرم شدن آن و یا در صورت درازتر شدن طول آن تعویض نمایید.
- جارو توسط فرد مجربی به صورت مرتب روغن کاری شود.
- اتو: برای محافظت از آن بهتر موارد زیر را در نظر داشته باشید:
- اتو را با پارچه‌ای خیس با آب و صابون گرم تمییز نمایید و از بکارگیری پارچه یا مواد زیر دیگر در انجام این کار خودداری نمایید تا لطافت سطح آن خراب نشود.
- اتو را تا وقتی کاملاً خنک نشده است سرجایش نگذارید. آنگاه می‌توانید سیم آن را بدورش پیچیده و آن را بردارید.
- سیم برق دستگاه را هنگام پر کردن انبار آب اتو و یا خالی نمودن آن از پریز بیرون بکشید.
- بهتر است انبار آب اتو را با آب پاک و مقطر پر کنید. این کار از ایجاد رسوبات در داخل آن و پیش آمدن اختلال در عملکرد اتو جلوگیری نموده و سرعت تبخیر آب نیز (بدلیل وجود املاح در آن) پایین نمی‌آید.
- اتو را هنگام روشن بودن آن چنان قرار دهید که از نیافتادن آن اطمینان داشته باشید.
- برای جلوگیری از زنگ زدن اتو در اثر عدم استعمال آن برای مدت طولانی اتو را با لایه‌ای از وازلین یا پارافین چرب می‌کنند. می‌توان از یک سمباده‌ی نرم برای زدودن زنگ اتو استفاده کرد.
- چرخ خیاطی:** از جمله لوازم ضروری خانه می‌باشد که وجود آن در منزل توصیه می‌شود. جهت نگهداری هرچه بهتر از این وسیله موارد زیر را رعایت نمایید:
- پوشانیدن وسیله در مواقعی که از آن استفاده نمی‌کنید. همچنین باید آن را با روغن مخصوص مرتباً روغن کاری نمایید.

- روغن اضافی و گرد و غبار موجود در آن را پاک نمایید تا در حین خیاطی پارچه را خراب نکند.
- استفاده از نخ مناسب و نگاهداشتن مسیر پارچه برای تسهیل کار دوزندگی ماشین.
- استفاده از سوزن‌های مناسب برای انواع از پارچه.
- مراقب توازن رکاب چرخ در حین فشار دادن پا بر آن باشید (در صورتی که چرخ شما فاقد موتور باشد)، به طوریکه پاهایتان به صورت افقی بر آن قرار گیرند و پای راست کمی بر قسمت پایین سمت راست و پای چپ بر قسمت بالایی قسمت چپ قرار بگیرد. هنگام کار با چرخ خیاطی که از موتور برقی استفاده می‌کند نیازی به این رکاب نمی‌باشد و تسمه‌ی موتور خودش کار را انجام می‌دهد.

ترجمه: مسعود

مصدر: سایت نوار اسلام

IslamTape.Com



## خانه‌ی ما منظم است

خانه‌ی یک مسلمان باید همواره منظم باشد و نشانه‌ی پاکیزگی، زیبایی و سادگی در آن دیده شود. خانواده‌ی مسلمان بخشی از وقت و انرژی خود را صرف سامان دهی خانه و اتاق‌های خویش می‌نمایند.

بطوریکه فضا و موقعیت هرکدام از اتاق‌ها با کاربرد و استفاده‌ی آن متناسب باشد. همچنین خانواده‌ی مسلمان باید به سامان دهی همه‌ی اتاق‌ها و نظم و ترتیب موجود در آن‌ها، با چیدن مناسب اسباب و اثاثیه‌ی هر اتاق، توجه نماید تا بتواند به نتیجه و منظور مطلوب آن مکان دست یافته و آسودگی و زیبایی آن برای کسی که آن را می‌بیند معلوم باشد...

هر کدام از اتاق‌های خانه به تناسب کارکردی که دارد شأن و اهمیت خاص خود را دارد. هر کدام از اشیاء خانه باید مکان مشخص خود را داشته باشد تا هنگام نیاز بتوان آن را پیدا نماید. بهتر است اشیاء مشابه را کنار هم و در یک‌جا گرد آورد، مثلاً سوزن‌های خیاطی و نخ و غرغره‌ها در یک مکان نگاه داشته شوند، وسایل بهداشتی در یک جا و .... نظم و ترتیب حاصل از این حسن سلیقه‌ی فرد باعث بازیافتن وقت و زمان از دست رفته‌ای خواهد شد که صرف جستجو و پیدا کردن اشیاء در موقع نیاز می‌شود.

**اتاق خواب:** خواب یکی از نیازهای طبیعی و ضروری انسان است و اتاق خواب مکانی است که به دنبال کسب آرامش و راحتی به آن پناه می‌برد. بنابراین اصولاً باید جای دنج و آرامی را در منزل برای آن در نظر گرفت که از خیابان اصلی دور بوده و دارای فضای مناسبی برای چیدن درست و منظم اسباب و لوازم باشد و بتوان هر از چند گاهی تغییری را در دکوراسیون لوازم و چیدمان آن‌ها داد.

بهتر است که اندازه و نوع اسباب و وسایل اتاق خواب متناسب با فضای آن بوده و

با کارکرد اتاق همخوانی داشته باشد. بگونه‌ای که به راحتی بتوان به مرتب کردن و آراستن آن پرداخت و در آن سلیقه بکار برد، اما این موضوع در تضاد با پرهیز از افراط در خرید وسایل و اسباب گرانبیمنت نمی‌باشد. بهتر است اتاق خواب با پرده‌های مناسب آراسته گردد تا هم به بازتابیدن سکون و زیبایی اتاق و هم به آرامش روحی و پوشیده نگاه داشتن آن از دید نامحرم کمک کند.

تهویه مناسب برای اتاق خواب نیز از ضروریات آن می‌باشد. تهویه مناسب به بهداشت و سلامتی خانواده کمک می‌نماید. سعی شود اتاق خواب‌ها به اندازه‌ی کافی آفتاب‌گیر باشند و فرش‌های منزل در طول روز مدتی در معرض نور آفتاب قرار گیرند. نور اتاق خواب باید ملایم باشد تا باعث آرامش و راحتی بیشتر گردد. سعی شود فرش‌های اتاق خواب متناسب با ذوق و سلیقه‌ی زوجین باشد.

**اتاق بچه‌ها:** بهتر است اتاق ویژه‌ای برای بچه‌ها در نظر گرفته شود. البته بستگی به امکانات و توان مالی خانواده دارد. اتاق مخصوص برای کودکان در درون آنان حس اعتماد به نفس و استقلال را پرورش می‌دهد. بهتر است اتاق آنان به اندازه‌ی متناسب با جست و خیز و بازی کودکان بوده و نزدیک جایی که مادرش آنجا است باشد تا بتواند به آن‌ها رسیدگی نموده و همواره زیر نظر وی باشند.

اسباب و لوازم اتاق بچه‌ها ساده و درحد نیازهای آنان بوده و اتاق را با انباشتن از اثاثیه برایشان تنگ و شلوغ نکنید و سعی کنید آن‌ها را ثابت و محکم نمایید تا در نتیجه‌ی جنب و جوش و حرکت زیاد بچه‌ها مشکلی ایجاد ننمایند. به یاد داشته باشید که بهتر است لوازم اتاق بچه‌ها از مواد شکستنی انتخاب نشود بلکه از جنس چوب یا پلاستیک باشد. رنگ فرش و لوازم اتاق کودکان از رنگ‌های تند و روشنی مانند قرمز، زرد و متناسب با ذوق و روحیات کودکان باشد.

دیوارهای اتاق را نیز به رنگ‌های شاد مانند شیرینی روشن، مغزپسته‌ای یا سبز روشن درآورید و باید درنظر داشته باشید که رنگ سقف همیشه سفید انتخاب شود. رنگ بکار

رفته را از موادی باشد که به سهولت قابل شستشو بوده و دوام مناسبی داشته باشد. نور کافی برای اتاق کودکان در حفظ سلامتی و بینایی آنها اهمیت زیادی دارد. سعی کنید از لامپ‌هایی با نور سفید (و زرد باهم) مانند لامپ‌های فلورسنت استفاده نموده و چراغ خوابی را هم برای شب‌ها در نظر بگیرید برای آنکه وقتی کودک از خواب برخاست از تاریکی اتاقش نهراسد. در صورت وجود بیش از یک کودک در اتاق لوازم هر کدام در حد امکان از لحاظ شکل، اندازه، کیفیت و رنگ با هم در یک سطح باشند تا هیچ‌یک نسبت به دیگری احساس حسادت یا خودبرتربینی ننمایند.

وقتی در خانواده چند دختر و پسر وجود داشته باشند، جدا ساختن مکان خواب‌های آنها شرعاً لازم است و حتماً باید در سن ده سالگی آن را رعایت نمود و قبل از این سن هم جدا نمودن اتاق‌هایشان بهتر است. بطوریکه جایی برای پسران و بخشی برای دختران اختصاص داده شود. پیامبر ﷺ در این باره چنین می‌فرماید: «مُرُوا أَوْلَادَكُمْ بِالصَّلَاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ وَاصْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ سِنِينَ وَفَرَّقُوا بَيْنَهُمْ فِي الْمَضَاجِعِ». یعنی: «اولاد خود را در هفت سالگی به نماز امر نموده و از ده سالگی به نماز امر نموده و آنها را بخاطر ترک نماز بزیند و خوابگاهشان را جدا کنید». [أبو داود]

چنانچه به دلیل محدودیت فضای منزل امکان جدا نمودن اتاق دختران و پسران نباشد، می‌توان این مشکل را با به کارگیری تخت خواب‌های دوطبقه حل نمود و دخترها در طبقه‌ی بالا جا بگیرند و یا می‌توان با پرده یا دیوار متحرک اتاقشان را از هم مجزا ساخت.

**اتاق پذیرایی از مهمان‌ها:** در آن از مهمانان و کسانی که برای دید و بازدید می‌آیند استقبال و پذیرایی به عمل می‌آید، بنابراین باید نسبت به نظم و فراهم آوردن اسباب و لوازم راحتی و آراستگی آن توجه نمود و این کارها جزئی از مهمان‌نوازی صاحبخانه است. پیامبر خدا ﷺ فرموده است: «مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ فَلْيُكْرِمْ ضَيْفَهُ». یعنی: «هرکس که به خدا و روز قیامت، ایمان دارد، مهمان‌اش را گرامی بدارد». [متفق علیه] سعی

شود حتی الامکان اتاق مهمانان از باقی اتاق‌های منزل جدا و مستقل بوده و دور از ورودی بقیه‌ی اتاق‌ها باشد تا کسی که به دیدن شما می‌آید با اهل خانه و نامحرمان آن مواجه نگردد.

**اتاق نشیمن:** مکان اصلی خانه است که افراد خانواده بیشترین وقت خود را آنجا سپری می‌کنند، بنابراین باید توجه ویژه‌ای به آن داشت و به سادگی، استواری و دوام لوازم آن و همچنین انتخاب رنگ تیره برای آن تا بر اثر استفاده‌ی مداوم و بسیار رنگ روشن آن تغییر نیابد.

**اتاق یا بخش غذاخوری در منزل:** بهتر است که در منزل جای خاصی را برای صرف غذا در نظر گرفت و وسایل و لوازم مورد نیاز غذاخوری در آن موجود باشد. لازم است نسبت به نظم و ترتیب و هماهنگی آن به گونه‌ای دلنشین و زیبا اهتمام داشت. اسباب و لوازم آن به صورتی سازمان دهی کرد که به آسانی بتوان در آن حرکت نمود و نزدیک آشپزخانه باشد تا غذا راحت‌تر و سریع‌تر به آنجا منتقل گردد.

**آشپزخانه:** بهتر است بگونه‌ای مجهز شده باشد که در هنگام کار، با فراهم بودن انواع لوازم پخت و پز و نظم و ترتیب آن‌ها به صورتی زیبا و باسلیقه، منجر به راحتی بیشتر گردد. همچنین جایی را برای انبار مواد غذایی در نظر بگیرید.

می‌توان آشپزخانه را به دو بخش تقسیم کرد، **بخش نخست:** مخصوص انبار ظروف و لوازم پخت و پز. بخش دوم: برای آماده‌سازی و پختن غذا. بهتر است این بخش دارای یک کابینت یا قفسه‌ای برای گذاشتن سینی و دیگر ظروف را بر آن بگذارند. باید هرکدام از لوازم در جای مناسبی نصب شوند. مثلاً اجاق گاز نزدیک تهویه‌ی مناسب یا زیر هود (برای خروج بخار و گرمای گاز) بوده و یخچال در مکانی دور از اجاق گذاشته شود.

می‌توان از قفسه‌های چوبی بر دیوارهای آشپزخانه برای قرار دادن اشیائی که کم‌تر مورد نیاز می‌باشند استفاده نمود. همچنین می‌شود از طاقچه یا ردیف بزرگی زیر سقف به عنوان انباری بهره گرفت، بویژه در مکان‌های تنگ. البته باید نسبت به تهویه‌ی مناسب

آشپزخانه، تابش نور کافی، رنگ کاری دیوارهای آن با نوعی رنگ که به سادگی قابل شستشو و پاک شدن بوده و مواد و ذرات چرب به آن نچسبند. گرچه بهتر است در صورت امکان آشپزخانه را کاشی کاری نمود تا بتوان به آسانی و با آب و مایع شستشو دیوارها را شست.

**دستشویی:** یکی از جاهایی است که نیازمند توجه ویژه است، تا بوی ناخوشایند آن جو خانه را متاثر ننماید. بنابراین در پاکیزه نگاه داشتن و تهویه مناسب آن کمال دقت و توجه به عمل بیاید. این کار را می‌توان با بازگذاشتن روزانه‌ی پنجره‌ها به مدت کافی یا با استفاده از دستگاه‌های تهویه‌ی برقی انجام داد. بهتر است دیوارهای حمام با کاشی و سرامیک پوشانده شود تا راحت‌تر تمییز شده و آب و رطوبت موجود آن را خراب نکند. کاسه‌ی روشویی کمی گود باشد ولی ارتفاع آن متوسط باشد و آینه را کمی دورتر از شیرهای آب نصب کنید تا آب موجب خرابی آن نشود.

**کتابخانه:** شایسته است که خانواده نسبت به داشتن یک کتابخانه‌ی شامل انواع کتاب‌های اسلامی و علمی، اگرچه به اندازه‌ی کوچک، کوشا باشند تا در آن انواع کتاب‌ها، مجلات و برخی نوارهای ویدئو و کاست را در حدامکان گردآوری نمایند. لزومی ندارد که این کتابخانه در یک جا جمع شده باشد، بلکه می‌توان، برحسب نیاز و ذوق افراد خانواده و در نظر گرفتن تعداد آن‌ها و سن و سالشان، آن را در مکان‌های مختلف دایر نمود.

کتابخانه‌ی موردنظر می‌تواند از چند قفسه‌ی ثابت یا متحرک یا یک یا چند کمد دیواری و مانند آن تشکیل شده باشد. بهتر است کتابخانه در دسترس و دیدرس بوده تا استفاده از آن آسان‌تر و بیشتر باشد.

**جعبه‌ی کمک‌های اولیه:** نباید خانه از وجود یک داروخانه‌ی خانگی محروم باشد، چون فواید زیادی دارد. جعبه‌ی مذکور باید حاوی انواع داروهای مسکن و غیره باشد و بتوان به عنوان کمک‌های اولیه در صورت بروز حوادث از آن استفاده کرد، اقداماتی

همچون پانسمان زخم‌ها و تسکین دادن برخی دردها. جعبه‌ی کمک‌های اولیه باید در مکانی قابل دسترس که به خوبی دیده شود قرار گیرد تا در هنگام نیاز بتوان به سهولت از آن استفاده نمود. اما بگونه‌ای باشد که از دسترس اطفال به دور باشد. همچنین باید اسم داروها بر روی شیشه‌ها و ظروف دارو با خطی واضح نوشته شود و داروهای سمی با برچسبی قرمز رنگ از بقیه جدا شود.

**سازمان دهی زمان:** نظم و سازمان دادن زمان و استفاده‌ی بهینه از آن بهترین چیزی است که به خانواده‌ی مسلمان کمک می‌کند تا به خواسته‌هایش دست یابد. زمان همان عمر آدمی است، دین اسلام بسیار بر سامان دهی آن و حفاظت از آن تاکید نموده و برای ما اوقاتی را برای نماز، حج، روزه و بسیاری دیگر از عبادات مشخص نموده است و به ما توصیه می‌کند تا از راه حرکت خورشید و ماه و آمدن پیاپی شب و روز به شناسایی زمان پردازیم. جایی که خداوند متعال می‌فرماید: ﴿الشَّمْسُ وَالْقَمَرُ بِحُسْبَانٍ﴾ [الرحمن: ۵]. یعنی: «خورشید و ماه بر حسابی [روان] اند». همچنین می‌فرماید: ﴿وَلِتَعْلَمُوا عَدَدَ السِّنِينَ وَالْحِسَابَ﴾ [الإسراء: ۱۲]. یعنی: «و تا شماره سال‌ها و حساب [عمرها و رویدادها] را بدانید». هریک از اعضای خانواده باید بکوشند تا وقتشان را در مسائل بی‌فایده صرف نمایند، چون وقتی روز قیامت فرا برسد از وی خواهند پرسید که عمر خویش را در چه راهی صرف نموده است؟

برخی مردم به خاطر زیاد بودن کار و وظایفی که برعهده دارند احساس کمبود وقت می‌کنند و برخی دیگر نمی‌دانند اوقات فراغتشان را چه کار کنند و اوقاتشان را چگونه و در چه کاری صرف نمایند. پیامبر ﷺ می‌فرماید: «نِعْمَتَانِ مَغْبُورٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ، الصَّحَّةُ وَالْفَرَاغُ». یعنی: «دو بهره‌ی دو نعمت، بسیاری از مردم، دچار ضرر و زیان می‌شوند (از آنها بهره برداری نمی‌کنند): یکی صحت و دیگری، فراغت است». [البخاری و الترمذی و ابن ماجه].

انسان مسلمان موظف است که وقت خویش را نظم و ترتیب ببخشد. خوشا به حال

خانواده‌ای که تک تک افراد آن دفتر مخصوص خود را داشته و در آن چگونگی سپری نمودن اوقاتش را شرح داده و بهره‌وری از ساعات محدود روزانه را برای خود مشخص ساخته باشد و ساعات روزانه‌اش را برای انجام کارهایی که برعهده‌اش می‌باشد و امور مورد علاقه‌اش تقسیم کند. با پرکردن چنین جدولی انسان می‌تواند به این پرسش مهم پاسخ بگوید: اوقات من چگونه سپری شد؟ و برای هر فردی براساس حجم و نوع کارهایش و با توجه به اندازه‌ی امکانات موجود و مهارت شخص و میزان همکاری‌های میان وی و دیگران برای به انجام رساندن عمل زمان کافی اختصاص خواهد یافت.

بهتر است که کارها را به کارهای روزانه، هفتگی یا ماهانه و فصلی تقسیم بندی کرده و برای هر کدام از کارهایش وقت مورد نیاز را به دقت و رعایت تعادل میان اهمیت و اولویت آن کار و وقت لازم برای انجام آن تعیین نماید.

بانوی خانه -مخصوصاً- باید کارهای خانه را نظم و سامان داده و براساس برنامه عمل کند تا بتواند موقعی که شوهرش سرکار رفته و فرزندانش در مدرسه هستند به همه‌ی آنها برسد و وقتی که شوهرش به خانه بازمی‌گردد وقتش تا حد امکان برای او خالی بماند و بین کارهای خانه و شوهرداری تعادل ایجاد نماید.

می‌توان از تعطیلات و مرخصی‌ها برای جمع نمودن افراد خانواده و رفع مشکلات آنها و تفریح و سرگرمی خانواده استفاده نمود. در یک خانواده‌ی اسلامی باید اوقات کودکان را هم تنظیم کرده و سعی شود به آنان در بهره بردن هرچه بیشتر از زمانی که دارند کمک شود تا از همان کودکی دقت و نظم را در زندگی خویش بیاموزند.

بعضی از کارها موجب از دست رفتن زمان می‌شوند که می‌توان از این حالت جلوگیری نموده و وقت زیادی را برای خود نگاه داشت. از جمله‌ی این کارها:

- پرهیز از گفتگوی بسیار و غیرضروری درباره‌ی تلویزیون و دیگر وسایل.

- پرهیز از افتادن در رودربایستی موقعی که مهمانی در زمان نامناسب و یا بدون

برنامه‌ریزی بیاید، که به آنها اجازه‌ی دخول بدهد. چون این کار باعث می‌شود انسان از

انجام کارهای مهم‌تر در زمان و ساعت معین آن باز بماند.

- اولویت بندی و زمانبندی کارهایی که به هم دیگر مربوط بوده و انجام آن‌ها باهم، برای اختصار در وقت و انرژی.

- دوری از تماشای زیاد تلویزیون و ویدئو و دیگر وسایل سرگرمی که در بسیاری از اوقات تنها باعث اتلاف وقت می‌شود.

- عدم خروج از منزل برای موارد غیر ضروری و وقتی نیازی به بیرون رفتن نباشد. این کار وقت و انرژی زیادی را بی‌جهت به خود اختصاص می‌دهد.

- برنامه‌ریزی دقیق برای کارهای مختلف، می‌توان از یک جدول برنامه‌ریزی توضیحی نیز کمک گرفت که در آن کارهای موردنظر روزانه، هفتگی یا ماهانه قید شده باشد و به طور تخمینی مدت زمان موردنیاز هر کدام را نیز ذکر کرده باشد و نیز بیان شود که چه زمان‌هایی برای اجرای آن‌ها مناسب‌تر است. هر بار که کاری را به انجام رسانید در برابرش علامتی بگذارد و ببیند کدام کارها را هنوز انجام نداده‌است و از خود سؤال کند که چرا نتوانسته است آن‌ها را به موقع کامل کند؟ و برنامه‌ریزی مجددی برای به انجام رسانیدن آن کارها صورت داده و یا در صورت عدم ضرورت آن را لغو نماید.

شایسته است که این جدول زمانبندی یک روز پیش‌تر تهیه شده و در آن اوقات عبادت را نیز در نظر بگیرد. مانند: نمازهای پنجگانه، زمان‌های افطار و سحری در زمانی که روزه باشد و اوقات غذا خوردن در روزهای عادی. البته در زمانبندی مذکور زمانی را هم برای امور غیر مترقبه در نظر بگیرید.

ترجمه: مسعود

مصدر: سایت نوار اسلام

IslamTape.Com



## خانه‌ی ما پاکیزه است

نظافت و پاکیزگی نشانه‌ی ایمان است. دین مبین اسلام ما را همواره به‌سوی آن دعوت می‌کند. رسول خدا ﷺ می‌فرماید: «إِنَّ اللَّهَ طَيِّبٌ يَحِبُّ الطَّيِّبَ نَظِيفٌ يَحِبُّ النِّظَافَةَ كَرِيمٌ يَحِبُّ الْكِرْمَ جَوَادٌ يَحِبُّ الْجُودَ فَنَظَفُوا أَفْنَيْتَكُمْ وَلَا تَشَبَّهُوا بِالْيَهُودِ». یعنی: «خداوند تعالی پاک است و پاکی را دوست دارد، پاکیزه است و پاکیزگی را دوست دارد، بخشنده است و بخشنندگی را دوست می‌دارد، پس گرداگرد خانه‌هایتان را پاکیزه نگهدارید و به قوم یهود شباهت مجوید». [الترمذی] بنابراین خانواده‌ی مسلمان به پاکیزه داشتن خانه‌اش علاقه‌ی خاصی دارد. جایی که پاکیزه و تمیز باشد حس آرامش را به کسانی که ساکن آنجا بوده یا به دیدن آن‌ها می‌آیند القا می‌نماید. ارتباط مستقیمی بین پاکیزگی خانه و سلامتی کلی ساکنان آن وجود دارد. خانه‌ای که پاک و تمیز باشد بیانگر شأن و منش ساکنانش می‌باشد.

با دو راه حل پیش‌گیری و درمان می‌توان به نظافت و پاکیزگی مطلوب رسید. پیش‌گیری را می‌توان با خودداری از انجام کارهایی که منجر به کثیف شدن خانه می‌شود انجام داد، با گذاشتن یک سطل زباله در هرکدام از اتاق‌ها و صرف غذا در مکان مخصوص آن به گونه‌ای که خرده ریزه‌های غذا پراکنده نشده و باعث جمع شدن حشرات نشود.

اما علاج و درمان می‌تواند از طریق نظافت مداوم روزانه، هفتگی یا ماهانه و برحسب نیاز مکان مورد نظر برای نظافت صورت پذیرد.

**نظافت و پاکیزگی اتاق‌های منزل:** اتاق‌های خانه بوسیله‌ی جارو کشیدن و شستن کف آن‌ها، تکاندن فرش‌ها و دوباره پهن کردنشان انجام می‌شود. هر هفته یکبار منزل تمیز می‌شود.

**نظافت حمام:** حمام از جمله مکان‌هایی است که نیازمند توجه و نظافت مستمر می‌باشد، برای آنکه نادیده گرفتن آن با جمع شدن چرک و بوی نامطبوع در آنجا و موجب پدید آمدن مضرات بهداشتی زیادی می‌گردد. در مورد کاسه‌های روشویی و دستشویی نیز کوشش شود که همواره تمییز باشند و باید در حین تمییز کردن آن‌ها مراقب بود که خش و خوردگی بر سطح آن‌ها ایجاد نشود و از ابزار شستشوی مناسب برای این کار استفاده نمود و هرچند وقت یکبار از پاک کننده‌های مناسب برای پاک کردن آن‌ها بهره‌گرفت. سعی شود مانع از گرفتگی و ایجاد انسداد در مسیر فاضلاب شده و همیشه تمییز و مرتب نگاه داشته شوند.

باید بطور مداوم و زودبه زود مراقب شیرهای آب و فلکه‌های آن بود تا هم به نظافت منزل کمک نمود و هم مانع از هدر رفتن آب و مصرف بی‌فائده‌ی آن شد. چنانچه در حمام لباسشویی وجود داشته باشد بهتر است هراز چندگاهی جابه‌جا شده و جای آن تمییز شود تا زیر آن آب نمانده و حشرات در آن لانه نکنند. جلوی در حمام یک پادری پهن کنید تا از نظافت منزل و پاکیزگی آن محافظت شود.

**نظافت آشپزخانه:** آشپزخانه نیازمند توجه ویژه و نظافت بسیاری می‌باشد. برای آنکه پاکیزگی غذا در نتیجه‌ی نظافت و پاکیزگی آشپزخانه به دست می‌آید. چنانچه در آشپزخانه حشراتی یافت شوند، نشانه‌ی عدم پاکیزگی مناسب محیط آشپزخانه می‌باشد و می‌تواند منبع آلودگی و بوجود آمدن بیماری‌هایی برای ساکنان منزل شود. بنابراین لازم است قفسه‌ها، گوشه و کنارها و تمام زوایای آشپزخانه را حشره‌کش پاشید و در ضمن آن باید درب آشپزخانه خوب بسته شود و روی مواد خوراکی و نوشیدنی‌ها و غیره را پوشانید و بعد از مدتی بهتر است آثار این حشره‌کش‌ها را هم پاک نمایید.

**از بین بردن لکه‌های ایجاد شده بر روی انواع سطوح و کاشی‌ها:** باید کف منزل بادقت و بطور مداوم تمییز شود و در این کار بهتر است نسبت به هرکدام از تغییر رنگ‌های موجود به گونه‌ای مناسب رفتار نمود از جمله:

- لکه‌های تازه ایجاد شده بر سطح دیوار رنگ شده بوسیله‌ی ماده‌ی تربانتین رفع می‌شود.
- چنانچه لکه‌ها قدیمی باشند با گذاشتن رنگ روغنی داغ بر روی آن و باقی ماندن آن در طول شب و سپس کندن رویه‌ی برجسته بوسیله یک کارد برطرف می‌شود.
- لکه‌ی پدید آمده بوسیله‌ی روغن و چربی‌ها با آب داغ و صابون از میان می‌رود، برای آنکه حرارت آن باعث ذوب و حل شدن چربی می‌شود.
- لکه بر روی سطح سیمانی با سرکه‌ی جوشیده رفع می‌شود.
- لکه‌ی روی سطح گچی بوسیله‌ی سرکه‌ی سرد زدوده می‌شود.
- لکه‌ی روی کاشی‌ها ناشی از رسوب املاح کلسیوم موجود در آب با استفاده از پارچه‌ای که به سرکه‌ی سفید آغشته است از بین می‌رود.

#### نظافت وسایل آشپزخانه:

توجه به پاکیزگی اسباب و وسایل آشپزخانه ضامن سالم بودن غذا و سلامت همه‌ی افراد خانواده می‌باشد. در زیر تعدادی از روش‌های نظافت انواع ظروف و وسایل آشپزخانه آمده است:

**نظافت کارد و چاقوها:** برای تمیز کردن کاردها بهتر است بلافاصله پس از هر بار استفاده تیغ‌های آن‌ها را با مایعی ترش مانند لیمو شست و سپس با آب و مایع ظرفشویی آن را شستشو داد و خشک نمود. دسته‌ی کارد به تناسب نوع آن خشک می‌شود، چنانچه چوبی باشد، با کمی روغن، اگر فلزی باشد مانند ظروف نقره عمل می‌شود و آن را در مقداری آب جوش به اضافه‌ی یک قاشق بزرگ سرکه و یک قاشق هم بیکربنات سدیم برای هر لیتر آب قرار داد.

**شستشوی چینی آلات:** آن‌ها را با آب گرم و مایع ظرفشویی شسته و سپس با آب داغ آب کشی کنید. اما چینی‌های گرانبهای نقش دار را کرم مایع مخصوص وسایل بمالید و سپس آن را با یک پارچه‌ی نرم برق بیاندازید و با یک فرچه‌ی کمی زبر آثار تیرگی بین

نقش‌ها را از بین ببرید، آنگاه چنانچه جزو ظروف خورد و خوراک باشد باید شسته شوند. لکه بری زیر سیگاری جنس چینی به این صورت است که جای لکه را خیس نموده و سپس با کمی نمک ریز و نرم آن را بمالید و بعد آن را بشویید.

**تمییز نمودن ظروف مسی:** پس از اضافه نمودن یک قاشق بزرگ محلول آمونیاک به آن، ظرف را با آب و مایع ظرفشویی شسته و سپس آن را به خوبی آب کشی نموده و خشک نمایید. همچنین می‌توان آن را با ترکیبی از الکل قرمز، آب و آمونیاک به اندازه‌های مساوی استفاده کرد. اگر قطعه‌ی مسی مورد نظر زیاد کثیف باشد بهتر است در نمک و سرکه فروبرده شده و سپس بصورت دایره وار و با ابزار ساینده‌ی ظروف مسی و لایه‌ای از لیمو آن را بمالید تا تمییز شود.

**تمییز کردن ظروف آلومینیومی:** با سیم آلومینیومی و مایع ظرفشویی آن را به خوبی بمالید، تا آنکه صابون باعث می‌شود رنگ آن به سبز مایل به سیاه تغییر کند. وقتی رنگ آلومینیوم سیاه شد می‌توان با جوشانیدن آن در آب و سرکه (به نسبت نصف تا یک سوم با توجه به میزان مشکی شدن رنگ آن) درخشندگی را به آن بازگرداند. از استفاده از مواد قلیایی مانند سودا برای تمییز کردن مواد آلومینیومی خودداری کنید، چون آسیب زیادی به آن می‌رساند.

چنانچه به ته ظرف آلومینیومی غذای سوخته چسبیده باشد، بر روی آن سرکه‌ی صاف شده ریخته و به مدت ده دقیقه بگذارید بماند، آنگاه آن را به خوبی (با یک چیز زبر) تمییز کرده و به صورت عادی آن را شسته و خشک کنید.

**تمییز کردن فنجان‌ها و ظروف کریستالی:** با آب گرم و مایع ظرفشویی تمییز شده و سپس با آب سرد و کمی محلول آمونیاک یا سرکه، دو قاشق بزرگ برای هر گالن آب، آن را می‌شویند.

**تمییز کردن شیشه‌ها و تنگ‌های آبخوری:** برای برطرف نمودن لکه‌های روی شیشه‌های تنگ آبخوری قطعات سیب زمینی که به شکل مکعب‌های کوچک برش داده

شده‌اند را درون آن گذاشته و بر تا اندازه‌ای سرکه می‌ریزیم که روی آن‌ها را بپوشاند سپس خوب به هم بزنید و آن را یک شب به حال خود بگذارید صبح روز بعد دوباره آن را به زده و خالی کرده و سپس بشویید.

می‌توان آن‌ها را با ریختن کمی شن نرم و تکان دادن تنگ و سپس شستن آن با آب و شن نیز تمییز نمود. همچنین با ریختن یک فنجان سرکه و یک قاشق بزرگ نمک در شیشه و تکان دادن آن و سپس شستن با آن مواد یا با مایع ظرفشویی یا هر مایع شوینده‌ی مناسب دیگری آن را تمییز نمود.

**تمییز کردن ظروف شیشه:** برای زدودن لکه‌هایی که با دست به سختی می‌توان آن‌ها را پاک کرد، به خاطر دهانه‌ی تنگی که دارند، به یکی از شیوه‌های زیر می‌توان اینکار را انجام داد:

- در آن ظرف یک قاشق بزرگ نمک و یک قاشق سرکه و چند برگ تفاله‌ی چای ریخته و آن را تا نصفش پر از آب می‌کنیم و به هم می‌زنیم، بعد به مدت یک ساعت به حال خود گذاشته و سپس آن را می‌شویم.

- استفاده از الرده و آب گرم در ظرف و سپس هم زدن آن، به مدت بیست و چهار ساعت آن را به حال خود گزارده و آنگاه شستن آن.

- استفاده از شن و آب سرد.

- استفاده از سیب زمینی و آب سرد.

**تمییزکاری ظروف طلاکاری شده:** وسایل طلاکاری شده‌ای مانند و دسته‌هایبرایز را با مالیدن لایه‌ای از لیمو یا پیاز به آن می‌توان تمییز نمود.

**تمییزکاری سینی‌ها:** مانند ظروف کیک یا بیسکویت، که صفحاتی آهنی هستند که با آلیاژی پوشانیده شده‌اند که به آسانی با اکسیژن هوا ترکیب نشده و زنگ نمی‌زند. برای تمییز کردن چنین سطوحی باید آن را با آب و آنگاه آن را با سفیداب (خاکستر قلع) یا گرد تباشیر (دارویی که از نی هندی تهیه می‌شود) خشک جلا دهید.

**تمییز کردن سنگ مرمر:** لکه‌ی طاقچه‌های آشپزخانه و سکوه‌های پوشیده با سنگ مرمر به شیوه‌های زیر تمییز می‌شوند:

- لکه‌ی قلیایی با مالیدن لیمو و نمک به آن پاک می‌شود و باید اینکار را به سرعت انجام داد تا ترشی لیمو بر سنگ مرمر تاثیری نگذارد و سپس آن را خوب آب کشی نموده و خشک کنید.

- لکه‌های روغن با آب داغ و مایع شوینده و مالیدن تمییز می‌شوند.

- لکه‌ی ید با مالیدن محلول آمونیاک به آن پاک می‌شود.

**نظافت قفسه‌ها و ردیف‌های چوبی:** سعی کنید از بکار بردن هرگونه ابزار زبر و خشن در تمییز نمودن آن‌ها خودداری شود تا باعث خش‌دار شدن سطوح نگردد. همچنین سعی شود از آب اندکی برای شست و شوی آن‌ها استفاده شود، برای آنکه استفاده از آب سرد باعث سفت شدن سریع مواد شوینده شده و در نتیجه به سطح چوبی چسبیده و رنگ آن را کدر می‌نماید.

همچنین تمییز نمودن سطح چوبی با استفاده از محلولی از آب و صابون نرم (نوعی ارزان و قهوه‌ای رنگ و نرم است که در بازار روغن و رنگ فروشی یافت می‌شود)، و شن سفید و نرم، سفیداب به اضافه‌ی یک لیتر آب هم ممکن است. صابون را در آب حل کرده و بقیه‌ی مواد را به آن افزوده و خوب به هم می‌زنید. به مدت یک ساعت بر روی حرارت آتش مواد را به هم بزنید تا جاییکه محلول غلیظ شود و برای مواقع ضروری آن را نگاه دارید.

**تمییز نمودن سطوح شیشه‌ای:** پنجره‌ها و دیگر سطوح شیشه‌ای را با یک پارچه‌ای که با آب و به اندازه‌ی یک قاشق بزرگ محلول آمونیاک برای هر یک فنجان آب خیس کرده و بر شیشه‌ها می‌کشیم. سپس با یک پارچه‌ی تمییز آن را برق می‌اندازیم و می‌توان لکه را با یک پارچه‌ی آغشته به الکل پاک نمود.

اما شیشه مات به این ترتیب پاک می‌شود، با مالیدن مخلوطی از سفیداب و الکل قرمز

(به اندازه‌ی نصف پیمانه) به شیشه و باقی گذاشتن آن تا وقتی که خودش خشک شود و سپس با یک پارچه مالیده شده و آب کشی شود و سپس خشک گردد.

**تمییز نمودن صدف (مروارید):** با یک پارچه که با آب و سرکه خیس شده باشد به آن مالیده و برای سفید نمودنش آن را با یک تکه پارچه که با آب خیس شده به اضافه‌ی یک قاشق بزرگ آبلیمو که به یک فنجان آب اضافه شود یا با یک پارچه‌ی آغشته به آبلیمو به آن می‌کشانند.

**تمییز نمودن فرش:** جارو برقی را (در صورت وجود) به آرامی و به طور مرتب و با فشار مناسب بر روی فرش بکشید تا گرد و غبار آن را بکشد.

در صورت عدم وجود جاروبرقی آن را با جاروی معمولی و پس از آنکه با یک تکه پارچه‌ی آغشته به آب و صابون خیس شد به این ترتیب پاک می‌کنیم که جارو را بر فرش می‌کشیم تا هرگونه لکه یا گرد و غبار اضافه و چسبیده به آن پاک شود. سعی شود با فشار و تندی زیاد این کار انجام نشود، چون باعث نخ نما شدن آن می‌شود. همچنین جز در مواقع بسیار ضروری شسته نمی‌شود، و این کار با آماده کردن یک ظرف آب گرم و پودر شویند یا مایع شوینده و کمی آمونیاک انجام می‌گیرد، این مواد را تا وقتی کف کنند به هم می‌زنیم و به شکل دایره وار بخش‌های فرش را بدان دستمال می‌کشیم. سپس با یک تکه پارچه‌ی خیس آن را شستشو داده و در جلوی آفتاب پهن می‌کنیم. می‌توان آن را با آب و نمک و سرکه (به نسبت دو قاشق سرکه و دو قاشق نمک برای هر حلب آب) شست.

چنانچه بر روی فرش لکه‌ای باشد باید سریعاً تمییز شده و هرچه زودتر آن لکه را بزداید، در غیر اینصورت مجبور می‌شوید از شیوه‌هایی استفاده کنید که بر بافت و رنگ فرش تاثیر منفی می‌گذارند استفاده کنید. لکه‌های فرش را به شیوه‌های زیر هم می‌توان از بین برد:

- زدودن لکه‌ی چربی و روغن با مالیدن مقداری بنزین به آن به صورت دایره وار و

سپس پاشیدن پودر بر آن میسر می‌شود.

- لکه‌ی شمع از طریق گذاشتن لایه‌ای از دستمال کاغذی بر آن به این ترتیب از میان می‌رود که آن را بر روی لکه نهاده و سپس با اتوی یک اتوی داغ آن را اتو نمایید، شمع گداخته شده و دستمال کاغذی آن را جذب می‌کند.

- لکه‌ی جوهر که خشک شده باشد با استفاده از الکل و شستن از میان می‌رود.

- برای از بین بردن لکه‌ی جوهر که هنوز مایع است به این شیوه عمل می‌کنیم، مقداری کف شیر و نمک طعام را بر روی آن قرارداد و مدتی به حال خود وا می‌گذاریم و سپس با آب و صابون شسته می‌شود.

- لکه‌های رنگ با استفاده از مایع ترابانتین، سپس بنزین و سپس آب و صابون از بین می‌روند.

- تکه‌ی آدامس که به پارچه چسبیده با قرار دادن تکه‌ای یخ بر روی آن سخت شده و به راحتی قابل کنده شدن خواهد بود.

برای مراقبت از فرش رعایت نکات زیر لازم است:

- در برابر حرارت خورشید یا بر زمین مرطوب و خیس قرار داده نشود، چون این کار باعث خراب شدن آن می‌شود.

- چیزی را بر روی آن نکشانید.

- نباید اسباب و وسایل سنگین را مستقیماً بر روی فرش قرار ندهید. بهتر است تکه‌ای از کارتن را زیر پایه‌ی آن وسیله بگذارید، به صورتی که دیده نشود، برای حفظ زیبایی ظاهر آن. این عمل باعث می‌شود فشار بر روی فرش کم‌تر شده و در نتیجه اثر فرورفتگی بر آن واقع نشود.

**تمییز کردن آینه‌ها:** بوسیله‌ی الکل و یک پارچه‌ی نرم بر آن دستمال کشیده و یا با مخلوط سفیداب (که غربال شده) و آب و به نسبت یک قاشق برای هر لیتر آب سرکه بر آن مالیده و آب کشی شده و خشک شود.



تمییز نمودن کفش‌ها: برای نگهداری از شکل و قیافه‌ی کفش‌ها نکات زیر رعایت شوند:

- ابتدا خاک و گل موجود بر آن پاک شود.
- چنانچه کفش‌ها برای مدت زیادی بلا استفاده در انبار گذاشته شوند بهتر است در قالب مخصوص قراردادده شوند تا بر حالت و شکل اصلی خود بمانند یا آن‌ها را با یک ورقه روزنامه یا هرچیز دیگر بپوشانید و در یک کیسه‌ی نایلونی قرار دهید.
- نظافت لباس‌ها:** در نظافت لباس‌ها باید جدا سازی لباس‌های رنگ از لباس‌های سفید را به دقت مراعات نمایید، تا رنگ‌ها بر هم اثری نگذاشته و باهم ترکیب نشوند.
- دوختن هرگونه پارگی یا دریدگی بر آن‌ها برای جلوگیری از گشادتر شدن آن‌ها هنگام شستشو.
- زیپ لباس‌ها را هنگام شستن باز نگذارید.
- باز نمودن بند شلوارها برای آنکه در حین دوران لباسشویی لنگ‌هایش گشاد نشود.
- بیرون آوردن لایه‌ی درونی جیب‌ها برای آنکه خوب تمییز شوند.
- شلوارها را پشت و رو نمایید تا از خطر نخ کش و کرک شدن آن‌ها جلوگیری کرده ز سالم بمانند.
- خیساندن لباس‌ها قبل از شستشو برای رسیدن به حداکثر تمییزی آن‌ها.
- موقع شستن کراوات آن را در یک ظرف پر از آبی که پودر شوینده یا صابون مایع در آن حل شده باشد قراردادده و سر آن را بسته و برای مدت کمی تکان می‌دهی و سپس به همان ترتیب و با آب تمییز آن را آب کشی نمایید. به این صورت تغییری در شکل آن ایجاد نمی‌شود.
- برای درخشندگی رنگ سفید لباس‌ها می‌توان آن‌ها یک قاشق آمونیاک به آب جوش اضافه نمود.
- توجه زیادی به آب کشی کامل لباس‌ها از مواد شوینده پس از شستشوی آن‌ها

داشت تا بعداً در مقابل آفتاب یا هنگام اتو نمودن رنگ آن به زردی متمایل نگردد.

- اضافه نمودن کمی نمک و سرکه به آب در هنگام آب کشی کردن برای رسیدن به ثبات رنگ لباس‌های مشکی و رنگی.

- هنگام پهن کردن لباس‌ها طناب را به خوبی تمییز نمایید. می‌توان ورقه‌ای نایلون را به دور طناب پیچید.

- مالیدن نمک ریز به دست بعد از اتمام شستشو، برای جلوگیری از ترک برداشتن پوست دست در فصل زمستان.

**تمییز کردن لباس‌های پنبه‌ای سفید:** عملیات شستشو در این مورد در طی چند مرحله صورت می‌گیرد، که با توجه به نوع پارچه‌های لباس تغییر می‌کند. شستشوی لباس‌های پنبه‌ای سفید طی مراحل زیر انجام می‌گیرد:

لباس‌های مذکور به مدت دو الی سه ساعت در آب سرد خیسانده می‌شوند. اهمیت مرحله خیساندن لباس در این نکته نهفته است که این کار به حل شدن لکه‌های قابل حل کمک کرده و در ضمن چرک‌ها را نرم کرده و آماده‌ی ستردن می‌نماید.

در مورد خیساندن لباس توجه شود که چنانچه لباس مذکور خیلی چرکی باشد، مانند لباس کارگرها، بنابراین باید در آب گرم و صابون خیسانده شود. برای آنکه آب داغ به حل شدن مواد چرب و تاثیر مواد شوینده کمک می‌کند. بهتر است که لباس‌های خیلی چرکی را در ظرفی جداگانه خیسانده شوند و همینطور سعی شود دستار عمامه را به طور جداگانه و در آب سرد و یک قاشق بزرگ نمک برای هر حلب متوسط آب بخیسانید، تا آنکه آب لزج آن تمام شده و سپس آب تمییز به آن اضافه کنید.

- پس از آن تکه‌های لباس را به مدت زمانی مابین ۱۵- ۲۰ دقیقه در آب بحوشانید. این کار برای ضدعفونی کردن لباس‌ها است. همچنین جوشاندن به درخشان شدن رنگ سفید پارچه کمک می‌کند، خصوصاً زمانی که نور آفتاب در روزهای زمستان ضعیف بوده و مدت زمان اندکی می‌توان لباس‌های شسته را جلوی آفتاب پهن نمود.

سعی شود که تکه‌های لباس را به خوبی در آب پهن نمایید و بهتر است که تکه‌های کوچک‌تری مانند عمامه‌ها را در یک کیسه ممل (یا هر پارچه‌ی نازک دیگر) یا کیسه‌ی سوراخ دار قرار دهید و هرازچندگاهی تکه لباس‌ها در داخل ظرف در حال جوش با یک چوب دستی چوبی به خوبی زیر و رو شوند...

در مورد ظرف جوشان باید گفت که آن را به اندازه‌ی سه چهارم پر از آب نموده و بر روی آتش بگذارید. برای هر لیتر آب یک قاشق بزرگ (بوراکس) را در صورت نازک بودن پارچه‌ی لباس‌ها یا ماده‌ی (بوتاس) در صورت معمولی بودن آن‌ها اضافه نمایید. لازم است که ماده‌ی بوتاس را قبل از آنکه در آب داغ بریزید و برای جلوگیری از آنکه تکه‌ی درشت و سفتی از آن به لباس‌ها خورده و آن‌ها را خراب کند در آب حل کنید.

- آب کشی درست و حسابی لباس‌ها رنگ روشن پارچه‌ها را محافظت می‌نماید چون صابون یا کف به جا مانده که باعث زرد شدن رنگ لباس می‌شود را می‌زداید. عملیات آب کشی با آب گرم به انجام می‌رسد تا به راحتی کف و صابون موجود بر لباس‌ها حل شود و سپس با آب سرد آب کشی می‌شود.

- لباس‌های سفید رنگ را برای آنکه رنگ زرد آن‌ها از میان برود (با سفید کننده) سفید می‌کنیم. چون در اثر شستشوی چندباره رنگ زرد بر لباس‌های سفید پدید می‌آید و چنانچه خواسته باشید که رنگ لباس را تقویت نمایید به اندازه‌ی معقول نشاسته به آن اضافه کنید.

تمییز نمودن لباس‌های پشمی سفید رنگ: برای تمییز نمودن لباس‌های سفید رنگ پشمی چند مرحله وجود دارد که در اینجا ذکر می‌شود:

- صابون را در آب جوش رنده کنید تا برای شستشو صابون به صورت مایع درآید.  
- زدودن گرد و غبار از پرزهای لباس پشمی و سپس شستن یک طرف آن در آب گرم و صابون مایع به همراه مشت و مال دادن. آنگاه طرف دیگرش را می‌شوید تا تمییز شده و سپس آن را دوبار در آب گرم آب کشی نمایید.

- باید آب شستشو و آب کشی درجه‌ی حرارت یکسان داشته باشند، تا پارچه‌ی پشمی به هم نیامده و آب نرود و خراب نشود.
  - یک قاشق بزرگ آمونیاک را در هر چهار لیتر آب گرم برای آب کشی اضافه کنید.
  - برای آنکه صابون و کف زیاد پارچه را خراب می‌کند.
  - از قلیا برای شستشوی پارچه‌ی پشمی استفاده نکنید، باعث تخریب تاروپود آن می‌شود.
  - پارچه‌ی پشمی را در آب داغ نخیسانید تا به هم چسبیده و تنگ نشود.
  - پارچه‌های جنس پشمی را نباید چلانده و یا روی آتش و در آب جوش قرار داد.
  - لباس پشمی را تنها در مکان‌های گرم و خشک پهن نموده و از قرار دادن آن در برابر حرارت شدید خودداری کنید تا آب نرود.
  - هنگام اتو کشیدن لباس پشمی پشت آن را با اتو در درجه حرارت متوسط و قبل از خشک نمودن آن بکار می‌گیریم. در صورتیکه پس از خشک نمودن پارچه بخواهید آن را اتو کنید بهتر است روی آن یک تکه پارچه که با آب داغ خیس شده را گذاشته و با فشار آن را اتو نمایید تا لباس هم نمناک شود و آنگاه پارچه را برداشته و لباس پشمی را بطور معمولی اتو بکشید.
  - پس از اتمام اتو کشیدن پشت پارچه‌ی پشمی آن را برگردانده و رویش را نیز اتو بکشید.
- شستن لباس‌های رنگی از جنس پشم:** برخی نکات و مراحل را موقع شستشوی لباس‌های رنگی از جنس پشم باید در نظر داشت، از جمله‌ی آن‌ها:
- در آب ولرم و نمک آن را به مدت ده دقیقه می‌خیسانیم (یک فنجان کوچک نمک برای هر شش لیتر آب) تا رنگ آن ثابت بماند.
  - از آمونیاک استفاده نکنید، چون باعث تغییر رنگ‌ها می‌شود.
  - آن را با آب گرم و صابون مایع، که پیشتر آن را درست کردیم، شسته و با آب گرم

به اضافه‌ی اندکی سرکه، به نسبت یک قاشق بزرگ برای هر چهار لیتر آب گرم، آب کشی می‌نماییم تا جلا و درخشندگی پارچه بعد از شستن آن با صابون دارای خاصیت قلیایی حفظ شود.

- هنگام شستن لباس‌های پشمی با رنگ‌های مختلف آن‌ها را در یک پارچه‌ی کهنه یا یک لباس دیگر بپیچید و سپس آن را تا کرده و بچلانید، تا رنگ‌ها با هم قاطی نشوند.  
- جوارب پشمی ابتدا رویش شسته می‌شود و سپس از داخل برگردانده شده و پشت آن هم شسته می‌شود. بهتر است که جوارب نو را قبل از استفاده بشویید تا از کهنگی و پاره شدن زود هنگام آن جلوگیری شود. جوارب پشمی مطابق دو روشی که پیش‌تر بیان گردید شسته می‌شوند.

تمییز نمودن لباس‌های ابریشمی: موقع شستن لباس‌های جنس ابریشمی نکات زیر را رعایت فرمایید:

- لکه‌ی لباس‌های ابریشمی را باید قبل از شستن لباس از بین برد ولی نباید از محلول‌های رنگ بر برای اینکار استفاده نمود، چون باعث خراب شدن سریع‌تر لباس مزبور می‌شوند.

- این لباس‌ها را قبل از شستشو از هم باز می‌کنیم تا از شر گرد و غبار جمع شده بر آن‌ها راحت شویم.

- با فشار شسته می‌شوند، با ریختن صابون مایع در آب گرم و تنها قسمت‌های کثیف مانند یقه و آستین‌ها را مالیده و می‌شویم. سپس در آب سرد آن را دوبار آب کشی می‌کنیم تا جاییکه کف صابون از بین برود.

- باید از به کاربردن مواد قلیایی - حتی آمونیاک - خودداری شود مگر درباره‌ی پارچه‌های ابریشمی مشکلی که بهتر است مقدار اندکی نشادر به آن اضافه شود.

- موقع اتو زدن لباس‌های ابریشمی آن را بین دو پارچه‌ی نازک دیگر پهن می‌کنیم تا از تغییر رنگ آن در اثر حرارت اتو جلوگیری نماییم. دست آخر بهتر است که از

دستورالعمل شستشو و اتوکردن لباس موجود بر برچسب کارخانه بر روی لباس آگاه شویم.

**لکه بری لباس‌ها:** کدبانوی خانه باید در از بین بردن لکه‌ها بلافاصله پس از به وجود آمدن آن‌ها شتاب به خرج بدهد. برای آنکه زدودن آن‌ها در آن لحظه آسان‌تر است تا آنکه مدتی طولانی بماند. از بین بردن لکه‌ها بر اساس نوع لکه‌ها متفاوت است، در زیر تعدادی از آن‌ها را ذکر می‌کنیم:

- لکه‌ی تازه ایجاد شده‌ی میوه‌ها بر روی لباس‌های جنس پنبه و کتان سفید را می‌توان به این شیوه از بین برد، با پوشانیدن لکه با یک لایه نمک طعام ریز، برای جلوگیری از گسترش لکه، و سپس ریختن آب گرم و بوراکس بر روی آن تا جاییکه لکه از بین برود و بعد شسته شود.

- لکه‌ی میوه که تازه باشد بر روی دیگر انواع بافت‌ها با لایه‌ای از نمک طعام پوشانده شده و بر آن آب گرم می‌ریزیم. این کار را آنقدر تکرار می‌کنیم تا لکه از بین برود، در صورت لزوم کمی هم بوراکس به آب اضافه کنید.

- طریقه‌ی از بین بردن لکه‌های قدیمی میوه جات بر روی لباس‌های جنس پنبه و کتان سفید، با آب جوش آن را خیس کنید، سپس روی آن ماده‌ی بوراکس ریخته و کمی به حال خود بگذارید. آنگاه بر آن آب جوش بریزید و یا با استفاده از محلول مخصوص اصلاح رنگ‌ها استفاده کنید.

- لکه‌های چربی درباره‌ی همه‌ی بافت‌ها و رنگ‌ها لکه را بطور سطحی بخراشید و سپس با محلول تربانتین، بنزین یا نفت مالش دهید. بعد آن را بشویید.

- لکه‌ی زنگ آهن بر لباس‌های ساخته شده از پنبه و کتان سفید را خیس کرده و لباس را در یک ظرف تنگ قرار دهید و روی آن آب گرم بریزید. سپس لایه‌ای از جوهرلیمو بریزید و با یک قاشق چوبی به آرامی آن را بمالید. چند ثانیه بگذارید بماند و بعد بر آن آب جوش بریزید و یا در برابر بخار آب جوش قرار دهید و لکه از بین

می‌رود، یا خیس شده و در آبلیموی درحال جوش بر روی آتش قرار داده می‌شود و گاهی هم کمی نمک و بوراکس به آن اضافه می‌شود.

- برای زدودن لکه‌ی زنگ آهن بر لباس‌های رنگی و دیگر انواع بافت‌ها از همان مواد بیان شده استفاده می‌شود، ولی محلول مورد نظر باید حرارت کم‌تری داشته باشد و پس از بین رفتن پارچه را در یک محلول قلیایی خفیف از سودا یا صابون آب کشی نمایید تا با اسید موجود خنثی شود.

**توجه کنید:** لکه‌ی قلیایی را نمی‌توان با استفاده از محلول‌های سفیدکننده و تثبیت کننده‌ی رنگ اصلاح کرد برای آنکه باعث تثبیت آن لکه‌ها و ماندگاری دائمی آن‌ها خواهد شد.

- از بین بردن لکه‌ی خون بر پارچه‌های دارای بافت قابل شستشو، با خیساندن آن در آب سرد و بعد شستن آن بصورت معمولی و یا خیساندن لباس در آب سرد و نمک، یک قاشق برای هر لیتر آب، وبعد آب کشی اساسی آن برای از میان رفتن اثر نمک.

- لکه‌ی خون بر روی لباس‌های از جنس پنبه و کتان سفید به این ترتیب از بین می‌رود که آن را در آب و نمک به مدت دوازده ساعت بخیسانید تا لکه‌ی خون در آن حل شود. سپس آن را بیخ و بی آب کشی کنید. می‌توان آن را با آب و صابون شسته و به شیوه‌ی معمولی جوشانده شود و سپس جلوی آفتاب پهن شود و در صورت از بین نرفتن لکه آن را با محلول رنگ بر از بین برد.

- اما لکه‌ی خون روی پارچه‌های غیر قابل شستشو، لکه تازه باشد یا کهنه، با بکارگیری محلولی از نشاسته به این صورت از بین می‌رود که محلول را بر روی لکه مالیده و به حال خود رها می‌کنیم تا خشک شو و نشاسته لکه‌ی مورد نظر را به خود جذب کند.

- برای زدودن لکه‌ی جوهر، که مدتی از آن گذشته باشد، درباره‌ی هر نوع بافت مانند لکه‌ی قلیایی عمل می‌شود و آنگاه عملیات استفاده از بوراکس بعد از اسید تکرار می‌شود،

تا آنکه رنگ سبزی آن از بین برود و یا با استفاده‌ی از محلول رقیق شده‌ی بوراکس آن را از بین برد.

- لکه‌ی تازه جوهر بر روی همه‌ی انواع بافت‌ها با استفاده از آب کشی با آب سرد به از بین رفتن لکه تا حد ممکن می‌انجامد و سپس کمی لیمو و نمک طعام را به آن مالیده و یا با شیر چرب خیس شده و سپس با آب شسته شود. چنانچه لکه بازهم از بین نرود می‌توان از الکل استفاده نمود.

- لکه‌ی شمع بر روی پارچه‌های قابل شستشو را با تراشیدن لایه‌ی شمع و سپس شستن آن با آب گرم و صابون از بین برد.

- لکه‌ی شمع بر روی پارچه‌های غیرقابل شستشو را می‌توان با استفاده از خراشیدن شمع از روی سطح پارچه و سپس بین دو لایه دستمال کاغذی قرار داده و اتو را با فشار بر آن بکشید و یا با پشت یک قاشق داغ و با جابجا نمودن لکه بر روی ورق دستمال کاغذی این کار را انجام داد و همه‌ی شمع گداخته جذب آن شده و لکه از بین برود. در صورت به جا ماندن نشانه‌ی دایره مانند کم رنگی بر روی پارچه می‌توان آن را با بنزین یا تربانتین از بین برد.

- لکه‌های چربی در بافت‌های پنبه‌ای و کتان سفید و بافت‌های قابل شستشو را می‌توان با استفاده از آب داغ و یا گرم و صابون و قلیا، با توجه به نوع بافت پارچه، برطرف کرد.

- لکه‌ی روغن بر روی پارچه‌ی ابریشم طبیعی یا مصنوعی را با بنزین شسته و لکه در میان دو لایه دستمال کاغذی یا یک دستمال نازک دیگر قرارداده و اتو را با حرارت متوسط و با فشار بر آن بکشید.

- لکه‌های حاصل از شیرینی، مربا یا دیگر مواد قندی بر روی بافت‌های پنبه‌ای را با آب داغ و صابون بشویید و در صورت نیاز با استفاده از پودر شوینده آن را سفید نمایید.

- لکه‌های نوشیدنی یا حلوا و مواد قندی در بافت‌های پشمی با آب ولرم و محلول



- آمونیاک از میان می‌رود به این صورت که لکه را با آب ولرم خیس نموده و با یک برس که در محلول آب و اندکی آمونیاک آغشته باشد به آرامی بر آن کشیده شود.
- لکه‌ی سرخ ماتیک بر بافت‌های پنبه‌ای را با الکل و سپس شستن با آب گرم و صابون از بین برده و سپس با آب گرم آب کشی می‌کنند.
- لکه‌ی سرخ ماتیک بر بافت‌های پشمی بوسیله‌ی بنزین و پاشیدن پودر شوینده و برس زدن آن با فرچه از بین می‌رود.
- لکه‌ی سرخ ماتیک بر بافت‌های مصنوعی با آب ولرم و کمی صابون زدوده می‌شود و سپس آب کشی می‌کنند.
- لکه‌های چای، قهوه و شکلات که تازه، در بافت‌های پنبه و کتان، ایجاد شده باشند با آب داغ یا جوشیده و بوراکس سپس یک شستشوی عادی از بین می‌روند.
- لکه‌های چای، قهوه و شکلات که تازه، در باقی انواع بافت‌ها را با خیساندن در آب داغ و سپس شستن آن‌ها، برحسب نوع پارچه، از میان می‌برند.
- لکه‌های چای، قهوه و شکلات که پیش‌تر، در بافت‌های پنبه یا کتان سفید، بوجود آمده باشند با شسته شدن با آب داغ و پوشاندن لکه با گرد بوراکس، و سپس ریختن آب جوش بر روی آن از بین رفته و برای سفید ساختن جای لکه محلول سفید کننده استفاده می‌شود.
- لکه‌های چای، قهوه و شکلات که قدیمی باشد را از پارچه‌های بافت پنبه و کتان رنگی یا تیره رنگ را با خیساندن در محلول بوراکس گرم از بین برده و در حالتی که رنگ‌های پارچه واقعاً ثابت و بدون تغییر باشند می‌توان از محلول رنگ‌ها به میزان خیلی کم نیز استفاده نمود.
- لکه‌های چای، قهوه و شکلات که قدیمی باشد را بر بافت‌های ابریشم، پشم یا ابریشم مصنوعی با خیساندن در محلول بوراکس گرم یا در محلول فوق اکسید هیدروژن (آب اکسیژنه) گرم از بین برد.

- لکه‌ی ایجاد شده بوسیله‌ی آدامس براحتی از بین می‌رود تکه‌ای یخ را بر روی لکه گذاشته و آدامس سفت می‌شود و بعد از آن راحت کنده می‌شود. آثار بجا مانده را هم با مالیدن استون بر آن می‌شود از بین برد. اما در مورد ابریشم مصنوعی جای آدامس را با کیروسین می‌زدایند.

### پاک کردن خانه از وجود حشرات:

از جمله ضروریات تحقق تندرستی در دایره‌ی منزل خالی بودن آن از وجود انواع حشرات می‌باشد. بنابراین سعی می‌شود در مقابله با حضور انواع حشرات و حیوانات موذی در خانه شیوه‌هایی را اتخاذ نمود تا به صحت و سلامتی افراد و دور ماندن از انواع بیماری‌ها کمک شود. برحسب نوع حشره برای مقابله با هرکدام از حشرات روش‌های خاصی هست که در پایین ذکر می‌شود:

- مگس‌ها ناقل بیماری تیفوئید، وبا و نیز بیماری‌های عفونی چشم می‌باشند. با پاشیدن انواع حشره کش‌های مخصوص آن‌ها و سپس بستن منافذ اتاق به مدت نیم الی یک ساعت می‌توان از دست آن‌ها آسوده شد. بعد حشرات مرده را جمع کرده و در سطل زباله بیاندازید.

- پشه‌ها ناقل بیماری‌های مالاریا و تب زرد هستند. برای از بین بردن آن‌ها سعی کنید گودال‌ها و باتلاق‌های محله را پر نموده و آن را سم پاشی کنید. در آبریزهای منزل ماده‌ی کیروسین بپاشید، مخصوصاً در فصل تابستان. همچنین از حشره کش‌های مخصوص قوی نیز استفاده کنید.

- حشره‌ی شپش بیماری تیفوئید است و برای خلاص شدن از دست آن روزی سه بار موی سر را هر بار پس از شستشو با آب داغ و شامپو پماد جیوه (البته داروهای کم خطرتری نیز در داروخانه‌ها می‌توان پیدا کرد، چون جیوه ماده‌ای سمی است). بمالید و این کار را به مدت بیست روز ادامه دهید. همچنین می‌توان به مدت هشت الی ده روز یک قاشق چایخوری پودر (د.د.ت) بمالید. (این ماده (د.د.ت) هم بسیار زیان‌آور است و

حتماً سعی شود از مواد و داروهای مخصوص که در اکثر داروخانه‌ها پیدا می‌شود برای این کار استفاده شود! [مترجم].

- شپش لبای‌ها را هم با پاشیدن پودر محتوی ۱۰٪ د.د.ت (همانطور که بیان شد از مواد مناسب‌تر می‌توانید استفاده کنید) بر روی‌ی لباس‌ها و به حال خود گذاشتن آن‌ها به بیست و چهار می‌توان از بین برد. بعد از گذشت مدت بیست و چهار ساعت لباس‌ها را شسته و تکه‌های پنبه‌ای سفید را جوشانده و سپس اتو بکشید. سعی شود پس از اتمام این مراحل لباس‌ها را در برابر آفتاب پهن شوند.

- حشره‌ی سوسک عامل سرطان است و می‌توان از شر آن بوسیله‌ی بستن دهانه‌ی فاضلاب دستشویی و روشویی، بویژه شب‌ها، و ریختن محلول متشکل از لیمو ترش و اسید فنیک و اندکی کپروسین در دهانه‌ی آبریزگاه‌ها و روشویی‌ها خلاص شد.

دیوارهای آشپزخانه و حمام را با حشره کش سمپاشی کنید. همچنین به دفعات معجون مرکب از بوراکس و شکر را در جاییکه سوسک‌ها بیشتر یافت می‌شوند بریزید. این معجون از یک فنجان چای پر از بوراکس، یک قاشق بزرگ شکر، آب و آرد تشکیل می‌شود، به این ترتیب که بوراکس را در آب جوشانده و به آن و شکر را اضافه کنید و سپس با آرد مخلوط نمایید و آن را گرد کرده و مکان‌های که محل اصلی سوسک‌ها است قرار دهید.

- حشره‌ی کک عامل انتقال وبا می‌باشد، و این بیماری را از موش‌ها، گربه‌ها و سگ‌ها به انسان منتقل می‌کند. با پهن کردن فرش‌های منزل در جلوی نور و حرارت زیاد خورشید می‌توان از شر این حشرات آسوده شد و البته با رعایت تمام نکات و روش‌های بهداشتی در منزل و بکارگیری حشره کش‌ها.

- موش‌ها عامل انتقال بیماری طاعون هستند. برای خلاصی از شر آن‌ها می‌توان از طعمه‌های سمی که برای نابود کردن موش تهیه شده اند استفاده نمود. همچنین برای این کار می‌توانید تله موش‌هایی را زیر میز یا نزدیک دیوار و به دور از محل عبور و مرور

قرار دهید.

- شپش به لباس‌ها می‌زند و باعث آسیب می‌شود. برای نابودی این حشرات باید لباس‌های داخل کمد را در برابر آفتاب پهن نمایید و کمد لباس‌ها را قبل از آنکه لباس‌ها را به آن بازگردانید خوب تمییز نموده و لکه زدایی کنید. سعی شود و قفسه‌ها را سمپاشی نموده و کمد‌ها را حشره کش بپاشید و برای این کار می‌توانید از نفتالین هم استفاده نمود.

### رها شدن از دست بو و بخارهای آشپزخانه:

بوی خوش در منزل موجب آسایش درونی و آرامش اعصاب می‌باشد، بنابراین کدبانوی خانه باید سعی کند از شر بوهای آشپزخانه به شیوه‌های زیر خلاص شود:

- بوی سیر و پیاز را می‌شود با مالیدن آب سرد و نمک به دست از دست خود زدوده و یا با مالیدن تکه‌ای از سیب زمینی خام یا چند ریشه‌ی جعفری بوی نامطلوب را از بین برد.

این بو را از تیغ‌های چاقو با مالیدن قطعاتی از سیب زمینی به آن و شستن چاقو رفع نمود. اگر پس از خرد کردن سیر یا پیاز به خرد کردن گوجه فرنگی پردازید بوی نامطلوب از میان می‌رود.

- برای راحت شدن از دست بوی ماهی میگو در حین پختن به آن چند برگ کرفس سبز اضافه کنید.

- برای رفع بوی ماهی در ظرف‌ها موقع شستن ماهی‌ها کمی سرکه را به آب اضافه می‌کنیم.

- برای رفع بوی چغندر و یا کلم رومی موقع جوشاندن به آب آن کمی زیره اضافه می‌کنیم.

ترجمه: مسعود

مصدر: سایت نوار اسلام

IslamTape.Com

## فنون و مهارت‌های خانوادگی مسلمان

افراد خانوادگی مسلمان لازم است از انواع مهارت‌های خانه داری که به سود آنهاست و ثمره‌ی آن برای تک تک اعضای خانواده مفید است، سررشته داشته باشند. تردیدی نیست که مهارت‌ها و فنون مورد لزوم در خانه زمان، تلاش و هزینه‌ی بسیاری می‌طلبد. این مهارت‌ها و فنون را می‌توان از طریق تمرین و ممارست به دست آورد، البته با وجود علاقه و انگیزه‌ی واقعی برای فراگیری فنون مورد نظر را بر پایه‌ی استوار از دانش و آگاهی کافی.

از جمله اموری که باید جهت به دست آوردن مهارت‌های خانگی مورد توجه قرار گیرند عبارتند از:

- از ابتدا بهترین روش را حتی اگر دشوارترین راه باشد انتخاب نماید.
- تمرکز و تاکید بر کاری که می‌خواهد فراگیرد.
- برای تکرار و تمرین جهت کسب مهارت مورد نظر وقت کافی و مناسب را در نظر بگیرد.
- رسیدن به سطحی از اطمینان و برتری در کار جز با پافشاری و اراده‌ی قوی و چیره دستی قابل حصول نیست.
- از جمله مهارت‌ها و فنون مهمی که برای خانه‌ی یک فرد مسلمان لازم است، موارد زیر می‌باشد:
- پخت و پز:** مهارت‌های آماده ساختن غذا از مهم‌ترین مهارت‌هایی هستند که کدبانوی خانه بدان توجه دارد و با این کار می‌تواند به درجات والایی دست یابد، زن خانه می‌تواند از ملالت و خستگی از غذاهای تکراری جلوگیری کند و البته موجب صرفه‌جویی و پس انداز بخش زیادی از درآمد خانواده خواهد گشت.

### دستورات آشپزی نوین:

آشپزی به هشت شیوهی متفاوت صورت می‌پذیرد:

- ۱- جوشاندن.
- ۲- پختن در فر (بریان).
- ۳- بخار پزی.
- ۴- لایه لایه کردن.
- ۵- سرخ کردن.
- ۶- کباب کردن.
- ۷- خشک کردن گداختن.
- ۸- پختن با فشار بخار (با استفاده از زودپز).

### نظم و ترتیب در آشپزخانه:

در آشپزخانه‌های جدید دیوارها کاشی کاری یا حداقل با رنگ روغن رنگکاری شده‌اند تا به سادگی قابل شستشو باشند. شایسته است که آشپزخانه منظم و مرتب بوده، نور کافی داشته باشد، به این ترتیب کار در آن جا بانوی منزل را خسته نمی‌کند. سعی کنید قفسه‌ای با ردیف‌های شیشه‌ای در آشپزخانه تعبیه نمایید تا لوازم کوچک‌تر بر آن قرار بگیرند و یکی دیگر را نیز برای قرار دادن ظروف فلزی در نظر بگیرید. میز غذاخوری با ورقه‌ای از فلز (مثلاً روی) پوشانیده شده باشد. بهتر است بر آن تکه‌ای از سنگ مرمر صیقل یافته باشد و پایه‌های متحرک زیر قسمت اثاث سنگین‌تر بر آن سوار شده باشد تا هنگام نظافت جابجایی آن آسانتر شده و به سهولت بتوان آن‌ها را سر جای خودشان قرار داد.

**تهیه‌ی انواع شیرینیجات:** کدبانوی مسلمان می‌تواند در این زمینه مهارت یافته و از پس ساختن انواع شیرینی‌های خانگی مانند کیک، بیسکویت و ... برآید.

**تخلیل:** از جمله مهارت‌هایی است که در صرفه جویی نمودن بخش زیادی از درآمد

خانواده نقش مهمی دارد. می‌توان انواع مواد را تحلیل نمود، موادی همچون: شلغم، خیار، هویج، پیاز، زیتون، لیمو و فلفل.

**انبار کردن:** یکی از مهمترین مهارت‌های خانه داری است. موادی که قابل انبار نمودن می‌باشند: حبوبات، سبزی و گیاهان، پیاز، سیر سیب زمینی و غیره که زنان مسلمان خانه دار ما بدان‌ها نیاز پیدا خواهند نمود.

**فریز نمودن سبزیجات:** بانوی خانه می‌تواند به فریز کردن انواع سبزیجات اقدام نماید، از جمله بامیه، ملوخیه (نوعی سبزی خوراکی)، لوبیا و غیره. این کار را در مواقعی انجام دهید که فصل مناسب بوده و قیمت مواد ارزان‌تر باشد. مواد مزبور را در قسمت بالایی یخچال و در اندازه‌های مناسب برای هر وعده در کیسه‌هایی بگذارید. این مواد را می‌توانید موقع نیاز و گران‌تر بودن قیمت آن‌ها یا در فصولی که یافت نمی‌شوند از یخچال بیرون آورد.

**کارهایی برای محافظت از لوازم منزل:** مانند مراقبت از لوازم برقی و تعمیر آن‌ها، مراقبت از شیرهای آب و آبگذرهای مختلف و غیره.

**تهیه‌ی موارد آسان را بیاموزد:** همچون: ساختن شربت یا مرباهای مختلف یا ساختن صابون و ...

ترجمه: مسعود

مصدر: سایت نوار اسلام

IslamTape.Com

