**خانه مسلمان**

**گروه ترجمه و تألیف:**

**سایت نوار اسلام**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| عنوان کتاب: | خانه مسلمان | | | |
| نویسنده: | سایت نوار اسلام | | | |
| موضوع: | اخلاق خانوادگی | | | |
| نوبت انتشار: | اول (دیجیتال) | | | |
| تاریخ انتشار: | آبان (عقرب) 1394شمسی، 1436 هجری | | | |
| منبع: | سایت نوار اسلام | | | |
|  |  | | | |
| این کتاب از سایت کتابخانۀ عقیده دانلود شده است.  www.aqeedeh.com | | | |  |
| ایمیل: | book@aqeedeh.com | | | |
| سایت‌های مجموعۀ موحدین | | | | |
| www.mowahedin.com  www.videofarsi.com  www.zekr.tv  www.mowahed.com | |  | www.aqeedeh.com  www.islamtxt.com  [www.shabnam.cc](http://www.shabnam.cc)  www.sadaislam.com | |
|  | |  | | |
|  | | | | |
| contact@mowahedin.com | | | | |

بسم الله الرحمن الرحیم

فهرست مطالب

[مقدمه 3](#_Toc345282056)

[ويژگي‌هاي خانه‌ي مسلمان 5](#_Toc345282057)

[اسباب و لوازم خانه 11](#_Toc345282058)

[خانه‌ي ما امن است 13](#_Toc345282059)

[خانواده‌ي مسلمان بايد موارد چندي را مراعات نمايد از جمله‌ي آن‌ها: 13](#_Toc345282060)

[امنيت خانواده در موقع رفتن به مسافرت: 16](#_Toc345282061)

[فراهم ساختن امنيت براي کودکان در منزل: 16](#_Toc345282062)

[خانه‌ي ما زيباست 20](#_Toc345282063)

[خانه‌ي تندرست 24](#_Toc345282064)

[از جمله عادات غذائي نامناسب: 26](#_Toc345282065)

[بعضي ملاحظات بهداشتي: 26](#_Toc345282066)

[وضعيت سلامتي جسم در هنگام کار: 27](#_Toc345282067)

[کمک‌هاي اوليه: 28](#_Toc345282068)

[داروخانه‌ي خانگي: 28](#_Toc345282069)

[بيماري در خانه داريم: 30](#_Toc345282070)

[خانه‌اي پر از شادي و نشاط 33](#_Toc345282071)

[استفاده از تلويزيون و ويديو در خانه‌ي مسلمان: 34](#_Toc345282072)

[خانه‌ي ما دانشگاه است 36](#_Toc345282073)

[خانه‌ي صرفه‌جو 41](#_Toc345282074)

[راهنمايي استفاده صحيح از مواد غذائي: 45](#_Toc345282075)

[راهنمايي استفاده‌ي صحيح از پوشاک و البسه: 47](#_Toc345282076)

[راهنمايي استفاده‌ي درست از وسايل برقي منزل: 48](#_Toc345282077)

[خانه‌ي ما منظم است 55](#_Toc345282078)

[خانه‌ي ما پاکيزه است 63](#_Toc345282079)

[پاک کردن خانه از وجود حشرات: 80](#_Toc345282080)

[رها شدن از دست بو و بخارهاي آشپزخانه: 82](#_Toc345282081)

[فنون و مهارت‌هاي خانواده‌ي مسلمان 83](#_Toc345282082)

مقدمه

جاي تعجب ندارد که دين اسلام به خانه‌ي مسلمان اهميت خاصي قائل شود. چرا که آن هسته‌ي جامعه‌ي اسلامي است و خانه، همان لانه و کاشانه‌ي خانواده است که بيشترين مدت عمر خود را در آن مي‌گذرانند. بنابراين براي افراد خانواده ضرورت دارد که قانون و مقرراتي را براي اين خانه وضع نمايند، قوانيني بر پايه‌ي تقواي خداوند متعال و مراعات خانواده و نزديکان.

همانطور که خانواده قرار است خود را براي يک زندگي سعادت‌مند آماده نمايد، مملو ساختن آن با نظم و بهداشت آن را چون مسجدي براي عبادت، دانشگاهي براي آموختن و محل هم آمدن شادي و سرور مي‌نمايد. به همين دليل کتاب حاضر آماده شده تا راهي به‌سوي نيل به تمام آنچه گفته شد را ترسيم نموده و به سؤالات مهم بسياري در رابطه با پايه‌ريزي خانه‌ي مسلمان پاسخ بگويد.

اين برنامه مسائل متفرقه و پراکنده‌اي را جمع‌آوري نموده و مطالب جالبي را مطرح مي‌نمايد که قابل توجه خانواده‌هاي مسلمان بوده و هدف آن رضايت و خوشنودي خداوند متعال و رسيدن اعضاي خانواده به موفقيت و کاميابي در زندگي خود و اطرافيان‌شان مي‌باشد.

عمده مطالبي که در اين بخش ارائه مي‌شوند: شناخت خانه‌ي مسلمان، قوانين حاکم بر آن در مسير زندگي، ويژگي‌هاي اين خانه، جايگاه عبادت و علم در آن، اهميت سازماندهي و بهداشت و زيبايي براي جلوه نمودن خانه‌ي مسلمان به زيباترين و باشکوه‌ترين صورت ممکن و معرفي راه‌هايي براي آنکه خانه‌ي مسلمان پر از امنيت و سلامتي گردد. در ادامه بحث به مسائل اقتصادي خانه‌ي مسلمان و تاثير آن در گذران زندگي آنان به اضافه‌ي اطلاعات بسياري که براي خانه‌ي مسلمان و يک خانواده‌ي سعادتمند حائز اهميت مي‌باشد، کشيده مي‌شود.

ترجمه: مسعود

مصدر: سايت نوار اسلام

IslamTape.Com

ويژگي‌هاي خانه‌ي مسلمان

خانه جاي سکونت و آرام و قرار گرفتن اعضاي خانواده و آسايش آن‌ها است. افراد خانواده پس از خستگي تلاش و کار روزانه و همچنين فشار مشکلات زندگي به چهارديواري منزل پناه مي‌برند. بنابراين جاي خود دارد که تا حد امکان خانه‌يمان را مطابق ويژگي‌هاي خاصي انتخاب نماييم تا به آرامش، سکون، راحتي و ثبات مورد نظرمان در آن دست يابيم.

انتخاب خانه‌اي با ويژگي‌هاي مخصوص توام با انواع مشکلات اجتماعي در اکثر جوامع اسلامي مي‌باشد، از جمله‌ي آن موانع، مانع اقتصادي (مانند درآمد پايين خانواده) و برخي عوامل اجتماعي، روحي، سليقه‌اي (فردي و عمومي) مي‌باشند.

به همين سبب خانه‌ي فرد مسلمان بهتر است تا جايي که امکان دارد، داراي ويژگي‌هاي لازم باشد تا بتواند خانه‌اي و مأمني قابل قبول و راحتبخش براي کساني که در آن زندگي مي‌نمايند باشد، البته به دور از هرنوع اسراف و زياده روي و در حد وسع و امکان و توانايي‌ها و با رضايت به روزي و قسمت پروردگار متعال.

از جمله‌ي ويژگي‌هاي خانه‌ي مناسب موارد زير مي‌باشند:

**محيط اجتماعي مناسب:** نخستين موردي است که خانواده بايد در انتخاب خانه بدان توجه نمايد. محيط تاثير مهم و نقش خطيري در چگونگي رفتار و منش اهالي آن دارد. براي همين از قديم گفته اند: اول همسفر بعد سفر و اول همسايه سپس خانه. بنابراين نبايد خانه در منطقه‌اي باشد که به داشتن مشکلات و آسيب‌هاي مشخصي شهرت داشته باشد، مسائلي مانند خريد و فروش مواد مخدر، وجود اماکن فساد و‌ بي‌بندوباري در آن جا و .... تا فرزندانش تحت تاثير اين موارد قرار نگيرند.

گفته مي‌شود: قيمت يک خانه بواسطه‌ي برگزيده و پاک بودن همسايگان گران‌تر مي‌شود. تعريف مي‌کنند مردي در همسايگي امام ابوحنيفه سکونت داشت و قصد داشت خانه‌اش را بفروشد. شخصي نزد وي آمده و گفت: خانه‌ات را به قيمتي و همسايگي ابوحنيفه را به قيمتي ديگر از تو خريداري مي‌کنم.

بنابراين همسايگان مسلمان حق و حقوق هم را رعايت مي‌نمايند و چيزي را که براي خود دوست دارند براي ديگران نيز دوست مي‌دارند، باعث آزار و اذيت بقيه نشده و زباله‌ي خويش را مقابل خانه‌ي ديگري نمي‌گذارند، و با صداي بلند سخن نگفته و کاري نمي‌کنند که به احساسات بقيه لطمه وارد سازند، از مسائل کوچک درگذشته و از عيب‌هاي هم چشم پوشي مي‌نمايند، تا در راستاي اسلام و ايمان خويش عمل نموده باشند.

افراد خانه‌ي مسلمان نيز مي‌کوشند تا همسايگانشان را مراعات نموده و حقوقشان را محفوظ دارد، از حال و وضع و نياز همديگر باخبر شده و يکديگر را ياري و مساعدت نموده و همديگر را راهنمايي کرده و آبروي هم را حفظ نمايند. تمام اين وظايف به سبب عظمت حق همسايه بر همسايه است. رسول الله مي‌فرمايد: «مَا زَالَ جِبْرِيل يُوصِينِي بِالْجَارِ حَتَّى ظَنَنْت أَنَّهُ سَيُوَرِّثُهُ». يعني: «هميشه جبرئيل مرا در مورد همسايه توصيه مي‌نمود، تا اينکه گمان کردم شايد همسايه از همسايه ميراث ببرد». [متفق عليه]

خانواده‌ي مسلمان کاملاً به حقوق همسايگانش پايبند مي‌باشد، همانطور که پيامبر خدا بيان فرموده‌اند: «أتدرون ما حق الجار إن اسْتَعان بك أعنتَه وإن استقرضك أقرضته وإذا افتقر عُدْت عليه وإن مرض عُدته وإن مات اتبعت جنازته وإن أصابه خير هنأته وإن أصابته مصيبة عزيته ولا تستطيل عليه بالبناء فتحجب عنه الريح إلا بإذنه وإذا اشتريت فاكهة فأهد له فإن لم تفعل فأدخلها سِرًّا ولا يخرج بها ولدك ليغيظ بها ولده ولا تؤذه بقُتَار قدرك إلا أن تغرف له منها أتدرون ما حق الجار على الجار والذى نفسى بيده لا يبلغ حق الجار إلا من رحمه الله». يعني: «مي‌دانيد حق همسايه چيست؟ هرگاه از تو كمك طلبيد، ياريش رساني. اگر قرض خواست به او قرض بدهي. چون تهيدست گردد او را كمك نمايي. هرگاه بيمار شود به عيادتش بروي. اگر سود و خوشي يابد تبريكش گويي. چون مصيبتي بيند، تسليتش گويي. چون بميرد، در تشييع جنازه‌اش شركت كني. خانه‌ات را مشرف بر خانه‌ي او نسازي كه باد بر او نوزد، مگر با اجازه‌ي وي. او را با بوي غذايت نيازاري مگر آنكه سهمي به او هم برساني. اگر ميوه خريدي به او نيز هديه نما و اگر چنين نكردي، مخفيانه آن را به منزل ببر و فرزندت با آن بيرون نرود تا فرزند او را غصه دار نكند و با بوي غذايت آزرده‌اش نکني مگر آنکه براي او نيز ظرفي را آن ببري. سپس فرمود: هيچ مي‌دانيد حق همسايه چيست؟ سوگند به آنکه جانم به دست اوست! کسي حق همسايه را به جا نمي‌آورد مگر آنکه خداوند بر وي رحم کند». [البزار]

**محله:** از جمله مهم‌ترين مواردي که باعث مي‌شود خانه‌ي مورد نظر نمونه باشد: واقع بودن آن در محله پسنديده است، مي‌توان موردهاي زير را بيان نمود:

**وجود خدمات و نيازمندي‌هاي زندگي (درحد امکان) مانند:** وجود برق رساني، مرکز بهداشتي، آب پاکيزه و بهداشتي، و البته بهتر است که نزديک مدرسه‌ي بچه‌ها و بازار و ديگر خدمات باشد، در اين حالت زندگي آسان‌تر شده و تلاش و زحمت کم تري براي اين مسائل صرف مي‌گردد. حتي المقدور بهتر است که خانه در منطقه‌اي آرام و دور از خيابان‌هاي اصلي و ميادين عمومي باشد، با تحقق اين موارد اهالي خانه از آرامش و آسايش بيشتري بهره خواهند برد.

**جنبه‌ي بهداشتي خانه:** درصورت وجود نور کافي و هواي پاکيزه در محله‌اي که خانه در ان قرار دارد و دوري آن از باتلاق و مرداب‌ها و زباله داني‌ها، اين مهم نيز به دست مي‌آيد. برخي شرايط خاص را نيز بعضي اوقات بايد هنگام انتخاب خانه‌ي مناسب درنظر گرفت، چنانچه در خانواده شخصي داراي بيماري قلبي يا فلج اطفال باشد بايد خانه‌ي مورد نظر در طبقه‌ي همکف باشد، مخصوصاً اگر آپارتمان فاقد آسانسور نيز باشد، همچنين بهتر است منزل مورد نظر در محدوده‌ي کاخانه‌هاي صنعتي و دود و غبار آن‌ها نباشد.

**مساحت:** هرچقدر هم که مساحت خانه کم باشد فرد مي‌تواند از اين محدوده به بهترين وجه براي مهيا نمودن آسايش و راحتي اعضاي خانواده‌اش بهره بگيرد. کما آنکه در يک خانه با فضاي زياد ولي نظم اندک راحتي و آرامش دست نيافتني بوده و درعوض در خانه‌اي با مساحت اندک و سازماندهي خوب و استفاده‌ي بهينه از اتاق‌ها و فضاي خانه، راحتي آن به مراتب بيشتر خواهد بود. ترديدي نيست که همه در آرزوي زندگي در خانه‌اي جادار و مرفه مي‌باشد، مسکن وسيع و جادار مي‌تواند به شادکامي خانواده و راحتي روحي آن‌ها و سلامتي اعضايش کمک کند. پيامبر خدا در دعاهايش چنين مي‌فرمود: «اللهم وسِّع لي في دارى». يعني: «پروردگارا! خانه‌ام را وسعت ببخش». [أحمد]

وسعت و فراخي مکان اين اجازه را به ما مي‌دهد تا نظم و سازماندهي بيشتري داشته و همواره بتوان چيدمان لوازم منزل را به شکل بهتري انجام داد. مثلاً مي‌توان وسايل يک اتاق را جابه جا نمود يا با اتاق‌هاي ديگر تغيير ايجاد کرد. تغيير و تجديد چيدمان وسايل طبيعتاً احساس تازگي بيشتري به افراد داده و ما را از يکنواختي و کسالت باري دکور منزل که هر ازگاهي به سراغ انسان مي‌آيد، رها مي‌سازد.

در ضمن جادار بودن منزل (در صورت امکان) توان اختصاص دادن اتاق مجزايي براي پذيرايي و اقامت مهمان را به مي‌دهدو در فراهم نمودن آسايش و راحتي بيشتر براي آنان و پذيرايي بهتر و شايسته‌تر از ايشان و همچنين آسايش خانواده‌ي صاحبخانه و در مضيقه قرارنگرفتن آنان موثر خواهد بود، همچنين بچه‌ها مي‌توانند اتاق جداگانه داشته و راحتي و آسايش بيشتري داشته باشند و در اتاق خودشان بازي کرده و به مطالعه بپردازند.

خانه‌ي داراي فضاي وسيع‌تر اين امکان را مي‌دهد که بتوان باغچه‌اي نيز کنار خانه‌مان داشته باشيم تا بچه‌ها بتوانند در آن بازي نموده و خوش بگذرانند و فرصت و مجالي هم براي کشت و زراعت و مرتب نگاه داشتن آن داشته باشند. همچنين واقع بودن منزل در خياباني عريض و پاک امکان بهره‌مند شدن از تهويه و نور بهتر را به اهالي منزل داده و فاصله‌ي ميان خانه‌هاي مجاور به اندازه‌اي خواهد بود که بر داخل منزل مشرف باشند و در آن راحتي بيشتري احساس مي‌شود.

گاهي شرايط ايجاب نمي‌کند که فرد خانه‌اي بزرگ و جادار داشته باشد ولي اين مسأله دليل نمي‌شود که خانه‌اش زيبا و راحت نداشته باشد، چرا که نظم و ترتيب درست و مناسب به فرد در کم رنگ نمودن محدوديت فضاي خانه کمک مي‌کند. چه بسيار خانه‌هايي که وسيع و جادار هستند ولي آشفته و نامنظم هستند و تنگ و ناراحت کننده به نظرمي رسند.

**شيوه‌هايي براي برطرف نمودن احساس تنگي جا و فضاي خانه و حس فراخي آن به ما کمک مي‌کند:**

- بلند بودن ديوارهاي خانه.

- رنگکاري سقف با رنگ‌هاي روشن، در صورت پايين بودن سقف، و رنگ کاري ديوارها نيز با رنگ‌هاي روشن.

- تزيين ديوارها با اشکال طبيعي دريا و درختان، و استفاده از آينه در برخي راهروها و فضاهاي ديگر براي دادن احساس وسعت به آنجا.

- استفاده از کاغذ ديواري با خطوط افقي در صورتيکه اتاق تنگ باشد و با خطوط عمودي در شرايطي که سقف آن کوتاه باشد.

- کاستن تعداد موانع ثابتي همچون ديوارها و جايگزين نمودن آن‌ها با ديوارهاي متحرک، پرده‌ها، ديوارهاي چوبي و ... که قابل جابجايي بوده و مثلاً مي‌توان از تعداد زيادي مهمان در منزل پذيرايي نمود.

- استفاده از وسايل چندکاره در منزل.

- استفاده از لوازم در حد و اندازه‌هاي مناسب فضاي منزل و شلوغ نکردن منزل با وسايل و لوازم متعدد در فضاي تنگ آن.

**تهويه:** تهويه‌ي مناسب منزل از جمله موراد حائز اهميتي است که باعث سالم ماندن محيط منزل مي‌شود. تهويه‌ي مناسب را با کارگذاشتن تعداد لازم پنجره و روزنه‌هاي ورود هوا و تجديد آن در طول روز متحقق ساخت. اين عمل در زدودن آلاينده‌هايي مانند ميکروب‌ها، حشرات و بوهاي نامطبوع کمک بسيار مي‌کند.

بنابراين بايد در اوقات مناسب روزنه و يا پنجره‌ها را باز گذارد. اما چنانچه خانه در منطقه‌اي صنعتي واقع شده باشد براي جلوگيري از ورود گاز و آلاينده‌هاي مضري، که سلامتي فرد را به خطر مي‌اندازد، بهتر است از باز نمودن پنجره‌ها صرف نظر نمود.

آشپزخانه بيشتر از هرجاي منزل نياز به تهويه‌ي مداوم دارد. وجود اجاق و لوازم حرارتي که بخار، چربي و بوي غذا را در منزل مي‌پراکند و ديوارها و بوي منزل را مي‌آلايد. با بهره‌گيري از وسايل تهويه‌ي مطبوع (هود و ...) مي‌توان از اين مشکل جلوگيري نمود. همچنين در مورد تهويه‌ي فضاي حمام نيز دقت نمود تا از بوي نامطبوع و آلودگي آن جلوگيري کرد.

**آفتاب‌گير بودن منزل:** سخن حکيمانه‌اي بيان مي‌کند: خانه‌اي که در آن آفتاب وارد مي‌شود، پزشک بدان وارد نگردد. براي آنکه پرتوهاي نور خورشيد باعث ميکروب زدايي و پاکيزه شدن محيط مي‌گردد و در زمستان گرماي لازم را به خانه مي‌رساند. بنابراين بايد اوقاتي که نور خورشيد به داخل خانه مي‌تابد را در نظر داشت تا بتوان از آن به خوبي بهره گرفت. چنانچه محيط بياباني و گرم باشد بهتر است از تابش مداوم پرتو خورشيد به داخل جلوگيري شود، بويژه اگر تابش خورشيد به شکل عمودي باشد، بايد مراقب بود که دماي خانه زياد بالا نرود. اما در حالتي که خانه‌ي مذکور در منطقه‌اي ساحلي و سردسير قرار داشته باشد بهتر است تا حد ممکن تابش خورشيد به داخل فضاي خانه مدت بيشتري ادامه داشته باشد تا بتوان گرماي مناسبي را از آن دريافت کرده و از برودت هواي داخل کاست.

ترجمه: مسعود

مصدر: سايت نوار اسلام

IslamTape.Com

اسباب و لوازم خانه

انتخاب اسباب و لوازم منزل موقع خريدن آن‌ها تحت شعاع موارد زير قرار مي‌گيرد:

امكان و توان مالي، سليقه‌ي فردي، فضا و متراژ منزل، تعداد افراد خانواده و زمان خريد. توان مالي در انتخاب و خريد لوازم منزل نقش اساسي دارد، بايد توجه داشت که زيبايي اشياء هميشه رابطه‌ي مستقيمي با قيمت بالاي آن ندارد، چنانکه ممکن است جنسي ارزان قيمت باشد اما زيبايي و ذوق و سليقه‌ي بسيار زيادي در آن بکار رفته و بگونه‌اي زيبا و باسليقه در منزل قرار بگيرد.

دين مبين اسلام دين ميانه روي و اعتدال است، بنابراين يکي از مهم‌ترين مواردي که هنگام خريد لوازم منزل بايد مدنظر قرار داد آن است که ساده و بادوام باشند. همچنين مي‌توان در مواقعي که قيمت‌ها پايين بوده و از حراجي‌ها اشياء مورد نياز را خريداري نمود. البته در موقع خريد بايد فضا و متراژ منزل را نيز در نظر داشت، حجم و اندازه‌ي اسباب خريداري شده بايد متناسب با حجم و اندازه‌ي اتاق‌هاي منزل باشد. به اين ترتيب مي‌توان آن‌ها را به آساني و با هر سليقه‌اي که بخواهيم در اتاق جاي بدهيم. البته بهتر است هر چيزي در مکان درست و مناسب خود قرار بگيرد تا استفاده از آن آسان باشد.

اگر مساحت اتاق‌هاي خانه کم باشد بهتر است لوازمي را خريداري نمود که قابليت استفاده‌ي چند منظوره را داشته باشند. مثلاً تخت خواب تاشويي که جمع شده و به عنوان صندلي استفاده شود يا قفسه‌هاي عمودي و بلند. اگر اتاق بچه‌ها کوچک باشد بهتر است براي آن‌ها تخت خواب دوطبقه خريداري شود و مي‌توان به جاي کتابخانه از رديف‌هايي مانند طاقچه به عنوان قفسه‌ي کتاب بهر ه برد.

تعداد افراد خانواده نيز در انتخاب لوازم منزل تاثير بسزايي دارد، چنانچه تعداد افراد خانواده زياد باشد طبيعتاً مي‌بايست تعداد اسباب و لوازم منزل نيز به تناسب آن‌ها بيشتر باشد. اگر درميان خانواده اطفال خردسال وجود داشته باشد بايد در انتخاب اشياء و لوازم منزل اين موضوع را نيز درنظر گرفت.

ذوق و سليقه‌ي شخصي مخصوص زن و شوهر نيز از جمله مواردي است که در تعيين نوع و شکل و ظاهر لوازمي که مي‌خواهند بخرند تاثير فراوان دارد. مي‌دانيم که انواع سبک و مدل‌هاي جور واجور لوازم و فرش و ... از قبيل: مدرن، استيل، مدل عربي و ... وجود دارند، و هرکدام نيز ويژگي‌هاي خاص خود را دارند، نوع استيل به خاطر زيبايي، وزن زياد و اندازه‌ي کوچکش، نوع مدرن ساده و کم حجم و داراي طراحي با خطوط مستقيم مي‌باشد که تمييز نمودن آن‌ها را آسان‌تر مي‌نمايد، اين نوع لوازم براي برخي خانه‌ها با فضاي اندک که از کمبود جا رنج مي‌برند مناسب مي‌باشد، حال آنکه سبک عربي داراي ساخت دقيق و طرح آن داراي اشکال بديع و تزييني و اشکال هندسي مختلفي که با سنگ‌هاي نفيس و آبنوس و عاج آراسته گشته است، اما سبک معاصر و کنوني از جنس مواد غير چوبي همچون آهن، مس، آلومنيوم و خيزران مي‌باشند.

در کل مي‌توان گفت که شايسته است خانواده‌ي مسلمان از زياده روي در مورد اسباب و لوازم منزل پرهيز نمايد و درعوض به سوي سادگي و صرفه جويي تمايل نشان دهد، بايد سعي کند بيش از آنچه به گرانقيمت بودن و بزرگي جنس توجه مي‌نمايد در فکر زيبايي و پاکيزگي اسباب و لوازم منزلش باشد و از خريدن اشيائي که در خانه نيازي به آن ندارد خودداري کند.

ترجمه: مسعود

مصدر: سايت نوار اسلام

IslamTape.Com

خانه‌ي ما امن است

امنيت يکي از بزرگ‌ترين نعمت‌هاي خداوند منان براي بشر است. خداوند متعال بر قريشيان با اين نعمت منت نهاده و اين نعمت را به آنان يادآوري فرموده است تا بدين نحو امر به اطاعت و فرمانبرداري خويش را به ايشان برساند. خداوند متعال مي‌فرمايد: ﴿فَلۡيَعۡبُدُواْ رَبَّ هَٰذَا ٱلۡبَيۡتِ ٣ ٱلَّذِيٓ أَطۡعَمَهُم مِّن جُوعٖ وَءَامَنَهُم مِّنۡ خَوۡفِۢ ٤﴾ [قریش: 3-4]. يعني: «پس بايد خداوند اين خانه را بپرستند. همان [خدايى] كه در گرسنگى غذايشان داد و از بيم [دشمن] آسوده‏خاطرشان كرد». انسان با ايمان و باور خويش به خداوند باري تعالي امنيت، سلامت و اطمينان را براي خويش فراهم مي‌آورد، چون هراندازه که ايمان فرد فزوني يابد، احساس امنيت و ثبات روحي در وي نيز به همان ميزان افزايش مي‌يابد. خداوند متعال مي‌فرمايد: ﴿ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ وَلَمۡ يَلۡبِسُوٓاْ إِيمَٰنَهُم بِظُلۡمٍ أُوْلَٰٓئِكَ لَهُمُ ٱلۡأَمۡنُ وَهُم مُّهۡتَدُونَ ٨٢﴾ [الأنعام: 82]. يعني: «كسانى كه ايمان آورده و ايمان خود را به شرك نيالوده‏اند آنان راست ايمنى و ايشان راه‏يافتگانند».

از جمله مواردي که موجب پديد آمدن امنيت در منزل مسلمان مي‌شود حمايت مرد از خانواده‌اش و مراقبت از درافتادنشان در انحراف و مسائل مكروه و آسيب‌ها و همچنين حمايت از آن‌ها از مواجه شدن با انواع و اقسام خطرات مي‌باشد. بنابراين بايد خانواده‌ي مسلمان از هرآنچه مخالف اخلاق نيکو و آداب و منش درست و بجا باشد خود را دور نگاه دارند. از انجام کارهاي ناهنجار و يا گفتار ناروا چه در ارتباط با همديگر و چه در رابطه با ديگران بپرهيزند تا خانه‌ي آن‌ها به حريمي امن و امان تبديل شود.

خانواده‌ي مسلمان بايد موارد چندي را مراعات نمايد از جمله‌ي آن‌ها:

- امنيت بخشيدن به خانه‌ي مسلمان بواسطه‌ي خواندن بسيار دعاها، اذكار و قرائت قرآن كريم. خانه‌اي که در آن قرآن كريم خوانده مي‌شود خير و نيکي فراونان و شر و بدي اندک خواهد داشت و درعوض خانه‌اي که در آن قرآن خوانده نشود پر از شر و خير و خوبي در آن اندک است.

- تکرار کردن دعاي ورود به منزل، براي بيرون راندن شيطان از خانه و ماندگار نشدنش در منزل. دعاي مذکور چنين است: «اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ خَيْرَ الْمَوْلِجِ وَخَيْرَ الْمَخْرَجِ ، بِاسْمِ اللَّهِ وَلَجْنَا ، وَباسْمِ اللَّهِ خَرَجْنَا ، وَعَلَى اللَّهِ رَبِّنَا تَوَكَّلْنَا». يعني: «بارالها! من نيکي درآمدن به منزل و خروج از آن را از تو خواستارم. به نام خدا به خانه در آمديم و به نام او خارج گشتيم و بر پروردگار خويش توکل نموديم». [أبو داود]

- بردن نام خداوند موقع شروع غذا خوردن، براي ممانعت از استفاده‌ي شيطان از غذاي خانواده.

- دعاي موقع جماع، براي حمايت از نوزاد از شر شيطان، بايد گفت: «بِسْمِ اللَّهِ اللَّهُمَّ جَنِّبْنَا الشَّيْطَانَ ، وَجَنِّبِ الشَّيْطَانَ مَا رَزَقْتَنَا». يعني: «بنام خدا بار خدايا ما را و آنچه را که بما روزي دادي (فرزند) از شيطان دور بدار». [البخاري]

- دعاي واردشدن به دستشويي و خروج از آن محفوظ ماندن از شر شياطين. دعاي داخل شدن: «اللَّهُمَّ إِنِّى أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْخُبُثِ وَالْخَبَائِثِ». يعني: «خدايا از شر شياطين نر وماده به توپناه مي‌برم». دعاي خروج از آن: «غُفْرَانَك». يعني: «[الهي به اميد]آمرزش تو!». [البخاري]

- دعاي موقع پوشيدن و درآوردن لباس، مي‌گوييم: «اللَّهُمَّ لَكَ الْحَمْدُ أَنْتَ كَسَوْتَنِيهِ أَسْأَلُكَ خَيْرَهُ وَخَيْرَ مَا صُنِعَ لَهُ وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ شَرِّهِ وَشَرِّ مَا صُنِعَ لَهُ». يعني: «بار خدايا تو را سپاس که آن را بمن پوشانيدي از تو خير آن و خير آنچه را که براي آن ساخته شده مي‌طلبم و بتو از شر آن و شر آنچه که براي آن ساخته شده پناه مي‌برم». [أبو داود والترمذي].

**امنيت در آشپزخانه:** برخي موارد را که بايد در آشپزخانه مورد توجه قرار داد در اين جا يادآور مي‌شويم:

- مواظب بودن در هنگام استفاده از قوطي کنسرو بازکن، باتوجه به اينکه لبه‌هاي قوطي پس از باز شدن بسيار تيز مي‌باشد، پس از خالي کردن محتوياتش آن را در سطل زباله بياندازيد.

- وقتي چاقو را در دست داريد آن را محکم بگيريد و بهتر است از يک تخته‌ي چوبي استفاده نماييد براي آنکه اشياء را جهت خرد کردن روي آن قرار دهيد و دستتان را زخمي نکنيد.

- وقتي ظرفي از جنس شيشه و مانند آن مي‌شکند، دقت شود که تمام خرده ريزه‌هاي را جمع کرده و با استفاده از جارو و خاک انداز و يک تکه کهنه‌ي خيس براي جمع نمودن قطعات ريز شيشه در سطل زباله انداخته شود.

- روشن کردن کبريت قبل از باز کردن گاز اجاق، تا قبل از روشن شدن كبريت گاز در هوا پخش نشود.

- موقع روشن کردن تنور گازي قبل از روشن کردن آن درب را به مدت چند دقيقه باز بگذارد تا هرگونه گازي که در آن است خارج شود.

- كبريت مورد استفاده را پيش از آنکه از خاموش شدن و سرد بودن آن اطمينان يابيد در سطل زباله نياندازيد.

- دقت و احتياط زياد در موقع زيرو رو نمودن خوراکي بر روي آتش، تا بخار آن دست را نسوزاند و موقع در پوش ظرف غذاي داغ بايد شعله را در حرارت پايين قرار داد و درپوش را با احتياط از روي آن برداريم.

- موقع برداشتن غذاهاي داغ بهتر است از يک قاب دستمال خشک براي گرفتن آن استفاده نمايد، چون يک قاب دستمال خشک داغ شده و باعث سوختن دست مي‌گردد.

- در هنگام نياز به پايين آوردن چيزي از يک جاي بلند، حتماً از نردبان دوطرفه و در غير اينصورت از يک چهارپايه‌ي محکم استفاده کرده و با احتياط از آن بالا برويد.

- لوله‌هاي گاز و شيرگاز را بعد از فارغ شدن از استفاده‌ي از اجاق گاز ببنديد.

- وجود کپسول آتش نشاني و يک کيسه شن در آشپزخانه ضروري است.

امنيت خانواده در موقع رفتن به مسافرت:

هرگاه سفر خانواده براي مدت چند روز يا ماه ادامه داشته باشد، بايد موارد زير را رعايت نمايند:

- در محافظت از کليدهاي منزل دقت نموده و آن را به کس ديگري جز افراد خانه ندهند، مگر به کسي که به دين و امانت‌داري وي اعتماد داشته باشند.

- بستن محکم پنجره‌هاي منزل.

- تمام شيرهاي اصلي و فرعي آب را ببنديد، مخصوصاً شير کنتور آب منزل را.

- خالي کردن مخزن آب يا وان حمام که در آن آب وجود داشته باشد، و بستن شيرهاي آن تا خانه را با خطري مواجه نسازد.

- جدا نمودن سيم برق وسايل برقي از پريز، و نيز خاموش کردن کنتور اصلي برق.

فراهم ساختن امنيت براي کودکان در منزل:

خانواده بايد با رعايت موارد زير امنيت لازم را براي کودکان خود در منزل فراهم آورد:

- قرار ندادن اشياء شکستني در دسترس آنان.

- قرار ندادن اشياء برنده مانند: چاقو و قيچي در دسترس اطفال.

- دور نمودن کودکان از بازي کردن با اجاق گاز. مي‌توان اندکي ارتفاع اجاق را بلندتر نمود تا دست کودکان به آن نرسد.

- قراردادن داروهاي طبي در مکاني که از دسترس کودک به دور باشد و نگهداري از آن‌ها در جعبه‌ي کمک‌هاي اوليه‌ي منزل که دور از دسترس کودک مي‌باشد.

- بهتر است در اتاق کودکان از وسايل پلاستيکي استفاده شود، چون قدرت انعطاف پذيري بيشتري دارند.

- درصورت وجود کودک در خانه از قرار دادن صندلي‌ها در بالکن منزل و يا جاهاي بلند خودداري شود.

- تعبيه ننمودن پريزهاي برق در ارتفاع پايين که کودک بتواند به آن دسترسي پيدا کند.

- احتياط درباره‌ي قسمت‌هاي لخت در سيم‌هاي برق.

- واکنش به جا و به موقع در مواقع بروز خطر. وقتي افراد خانواده کمي آگاهي و مهارت و دانش واکنش صحيح را داشته باشند خطرها کاهش مي‌پذيرند و مي‌توان بر آن‌ها چيره شد.

- هنگام نشت گاز از لوله‌ها و خفگي جو منزل بايد ابتدا به سرعت دريچه‌هاي گاز را بسته و سپس به باز کردن نزديک‌ترين پنجره اقدام شود.

- هنگام نشت گاز در شب، حتي اگر محيط خيلي هم تاريک باشد از دست زدن به کليدهاي روشن و خاموش کردن لامپ‌هاي منزل خودداري کنيد، چون روشن کردن چراغ باعث ايجاد جرقه‌ي الکتريکي و درنتيجه شعله ور شدن گاز نشتي و خداي ناکرده ايجاد اتش سوزي در منزل خواهد شد.

- در هنگام سرريز شدن يا انسداد مسيرهاي فاضلاب احتياط شود که آب فاضلاب به لوازم و فرش‌هاي خانه سرايت نکند.

- هنگام آتش سوزي بايد به سرعت مواد ضدحريق را به آن پاشيد، و براي همين همواره وجود يک کپسول آتش نشاني و يک کيسه شن در منزل بسيار ضروري است. مي‌توان از پتو نيز براي خاموش ساختن آتش استفاده نمود، پتو را دور شيء در حال سوختن بپيچيد تا از رسيدن هوا به آتش جلوگيري شود، البته درصورتي که پتو از موادي ساخته شده باشد که دير آتش مي‌گيرند و با شتافتن به کپسول آتش نشاني در صورتيکه کنترل حريق دشوار باشد.

**جلوي درب منزل:** خانه‌ي مسلمان حريم امني است که کسي جز با ميل و رغبت و اجازه‌ي ساکنان آن بدان وارد نمي‌شود.

ممکن است برخي افراد درب منزل وي را بزنند که کارشان يکي از موارد زير مي‌باشد: مأموران خواندن کنتور آب، فروشنده‌ي روزنامه، شيرفروش يا فروشنده‌ي کپسول گاز و ديگر کساني که کارشان مورد نياز منزل بوده يا بازديد کننده يا گدا و مانند آن باشد. بنابراين بهتر است موارد زير را رعايت نمود:

- در را به خوبي ببنديد و آن را باز نگذاريد.

- بهتر است که درب منزل چشمي داشته باشد تا بتوانيد فرد مراجعه کننده را پيش از آنکه با وي سخن گفته يا به او اجازه‌ي ورود بدهيد، بشناسيد. با تعبيه‌ي درز کوچکي بر روي در و يا کنار آن مي‌توان با وجود بسته بودن در از هويت فرد مراجعه کننده مطلع شد.

- کنتور برق يا آب بيرون از منزل باشد تا زن مجبور نباشد افراد مأمور خواندن کارکرد کنتور را به داخل خانه راه بدهد.

- وجود يک چراغ براي روشنايي جلوي درب منزل.

- استفاده از زنگ يا آيفون براي صحبت کردن با فرد مراجعه کننده به منزل و اطلاع از اين که چه مي‌خواهد.

- گذاشتن صندوق پست در خارج درب منزل.

- بچه‌ها را آگاه کنيم که در را بر روي کسي باز نکنند مگر پس از شناختن فرد و اينکه چه مي‌خواهد.

- زن خانه مي‌تواند با فروشندگان دوره گرد از طريق باز کردن درب خانه معامله نمايد. يا اينکه فروشنده کالايش را پشت در بگذارد و بعد از آنکه زن قيمت آن را از ميان در به او داد بازگردد و بعد از رفتن وي زن در را بازکرده کالايش را بردارد.

**تلفن در منزل:** در صورت وجود تلفن در منزل بياد موارد زير رعايت شود:

- هنگام پاسخ دادن به تلفن با سلام سخن را آغاز نماييد و همچنين در هنگام صحبت با کسي ديگر.

- استفاده از تلفن تنها به اندازه‌ي نياز و پرهيز از مکالمات طولاني و تعريف کردن داستان و ... که جاي بازگو کردنشان بر روي تلفن نيست.

- برخورد با مزاحمت‌هاي تلفني با تدبير و شدت لازم.

ترجمه: مسعود

مصدر: سايت نوار اسلام

IslamTape.Com

خانه‌ي ما زيباست

خداوند متعال نفس آدميان را بگونه‌اي آفريده است که زيبايي را دوست مي‌دارند، بنابراين فطرت سالم بشري با هرچه زيباست همخواني دارد و بدان مي‌آسايد و به آن خو مي‌گيرد. خداوند کريم جهان را با تمام زيبايي‌هاي موجود در آن آفريده است و انسان مي‌تواند اين زيبايي را در تمام آفريدگان باري تعالي ببيند که همگي به زبان حال داد از زيبايي و صنع ‌بي‌مثال او مي‌زنند.

زيبايي و جمال يکي از صفاتي است که خداوند آن را و هرکه را که بدان آراسته گردد دوست مي‌دارد. پيامبر مي‌فرمايد: «إِنَّ اللَّهَ جَمِيلٌ يُحِبُّ الْجَمَالَ». يعني: «خداوند زيبا است و زيبائي را دوست مي‌دارد». [مسلم]

مطابق تمام آنچه گفته شد، يک خانواده‌ي مسلمان طيبايي ظاهر و باطن را به طور همزمان دوست مي‌دارد. يعني زيبايي رفتار و زيبايي شکل. براي تحقق بخشيدن به اين زيبايي در منزل فرد مسلمان بايد برخي قواعد و اصول را رعايت نمايد، که عبارتند از:

- لازمه‌ي زيبايي و جمال در خانه گرانقيمت بودن اسباب و لوازم آن نيست، بلکه سليقه و نظم نيکو و رعايت هماهنگي و تناسب اثاثيه‌ي منزل و امکانات آن حتي در صورت ساده بودنشان حرف اول را مي‌زند.

- صرفه‌جويي و ميانه‌روي در صرف پول براي مخارج زيباسازي منزل.

- سودجستن از اشياء طبيعت اطراف مان که خداوند به ما ارزاني داشته مثلاً کساني که در طبيعت ساحلي سکونت دارند مي‌توانند از صدف‌ها و حلزون‌هاي دريايي در اشکال زيبا را براي زينت بکار بگيرند. کسي که در محيط روستايي زندگي مي‌کنند و در آنجا سبزه و درختان به اشکال زيبا وجود دارند مي‌توانند از شاخه‌هاي درختان خرما و ساقه‌ي برخي گياهان، سفال و ديگر موارد آثار هنري زيبايي را پديد آورند.

مي‌توان ديوارها را بوسيله‌ي کاغذ ديواري يا رنگ‌هاي زيبا يا با استفاده از تزيينات چوبي يا آينه کاري تزيين نمود. همچنين پوستر مناظر طبيعي و خوشرنگي مانند: تصوير رودخانه‌ها، درختان، کوهستان و درياها که بيانگر عظمت عظمت آفريدگار عزوجل هستند براي تزيين در و ديوارها مناسب مي‌باشد. در استفاده‌ي از اين تصاوير و پوسترها بايد اندازه‌هاي ديوارها و پوسترها و مناظر طبيعي متناسب باشد.

ترديدي نيست که تصوير مناظر طبيعي به برطرف نمودن حس تنگي و محدوديت فضاي منزل کمک مي‌کند. همچنين بکارگيري آينه‌ها فضاي محيط را دو برابر نشان مي‌دهد و احساس وسعت و فراخي بيشتري به محيط مي‌دهد که مي‌توان آن‌ها را در رنگ‌ها مختلف مورد استفاده قرار داد.

مي‌توان از پوسترهايي که حاوي مضاميني چون آيات قرآن و بعضي سخنان حکيمانه يا ادعيه و اذكار براي زيباسازي خانه سود جست و در ضمن اين‌ها ياد خداوند را در ذهن انسان زنده مي‌کنند. مثلاً پوستر دعاي ورود به منزل را نزديک ورودي منزل و پوستر دعاي خواب را در اتاق خواب نصب نماييد.

خانواده‌ي مسلمان بايد از بکارگيري مجسمه‌ها براي زيبا ساختن منزل خودداري کند. از رسول خدا روايت مي‌کنند که مي‌فرمايد: «إِنَّ الْمَلاَئِكَةَ لاَ تَدْخُلُ بَيْتًا فِيهِ كَلْبٌ وَلاَ صُورَة تَمَاثِيل». يعني: «فرشتگان، به خانه‌اي كه در آن سگ و يا تصوير اشخاص باشد، وارد نمي‌شوند». [البخاري]

بکارگرفتن پرده‌ها بر پنجره‌هاي خانه بر زيبايي آن مي‌افزايد، گذشته از آنکه از ديده شدن آن توسط نامحرم جلوگيري مي‌کند. مهم‌ترين موضوعي که در استفاده از پرده در منزل بايد مورد توجه قرار بگيرد هماهنگي رنگ آن با ديوارها و لوازم و اثاثيه و فرش‌هاي منزل مي‌باشد. همچنين طريقه‌ي آويزان کردن و نحوه‌ي باز و بسته نمودن آن که بايد به آساني صورت پذيرد حائز اهميت مي‌باشد.

زيباسازي اتاق بچه‌ها ضروري است. کودک عالم خاص خود را دارد که بدان احساس شادي و کاميابي نموده و در آن احساس راحتي و استقلال نمايد. هرچه قدر اتاقش پاک و باسليق باشد بيشتر به سکون و آرامش روحي دست مي‌يابد. بنابراين بايد به آن توجه ويژه‌اي نمود و آن را بوسيله‌ي تصوير مناظر طبيعي و عکس‌ها ساده‌اي که متناسب با سن و سال کودک است زيبايي بخشيم. مي‌توان براي زيبايي دادن به اتاق کودک از اسباب بازي‌هايي نيز بهره برد تا حس زيبايي خاصي را به آنجا بدهد.

آراستن و زيبايي سفره‌ي غذا يکي از امور مهم در خانه است. حال شکل غذاهاي سر سفره و حدود و امکانات تهيه‌ي غذا هرچه باشد بازهم بايد در بکارگيري ذوق و سليقه در تدارک آن و دادن زيبايي و جذابيت به آن کوشش شود تا بازگوي سليقه‌ي عالي فرد در تزيين آن باشد. همچنين مي‌توانيد اسباب منزلتان را با آراستن آن‌ها بوسيله‌ي گلدوزي و زردوزي نمودن روپوش‌ها و پارچه‌هاي موجود در هريک از اتاق‌هاي منزل زيبايي بسيار ببخشيد، به جاي آنکه اين روپوش‌ها را با قيمت زياد از بازار بخريد. اين گلدوزي يا زردوزي‌ها را هم مي‌توان با دست انجام داد و هم بوسيله‌ي چرخ گلدوزي و ديگر وسايل و شيوه‌هاي تزيين.

گلياهان زينتي در زيبايي خانه نقش مهمي دارند و زيبايي و آرامش روحي خاصي را به اهالي خانه مي‌بخشند. همچنين در پاکيزه نگاه داشتن هواي منزل تاثير دارند. از گل‌هاي زيبا نيز در منزل استفاده کنيد. برخي از گياهان مخصوص سايه هستند و مي‌توان آن‌ها را در داخل فضاي منزل پرورش داد ولي برخي ديگر گياهان آفتابي بوده و مناسب بالکن يا باغچه‌ي منازل مي‌باشند. هنگام خريد اين گياهان بايد از نحوه‌ي نگهداري آن‌ها نيز اطلاع حاصل کنيد. مي‌توانيد شيشه‌ها يا ظروف خالي در منزل را تزيين نموده و به شکل‌هاي زيبا و مطلوب خود درآورده و به عنوان گلدان براي پرورش گياهان زينتي مورد استفاده قرار دهيد.

ماهي‌هاي زينتي و آکواريمي در اشکال و رنگ‌هاي بديع و زيبا، مخصوصاً با نورپردازي مناسب، از جمله مظاهر زيبايي طبيعي هستند که بر زيباي و شادابي روحيات افراد خانه مي‌افزايد. بايد حجم آکواريم با تعداد ماهي‌ها و نيز با فضاي مکاني که قرار است به تزيين آن کمک نمايد متناسب باشد. در داخل آکواريم بعضي گياهان مخصوص را قرار دهيد تا در آن رشد کرده و قارچ‌هاي آبي در ميانشان برويد تا ماهي‌ها از آن تغذيه نمايند و علاوه بر آن که دي اکسيد کربن موجود در اب ار به خود جذب مي‌کنند و تنفس ماهي‌ها را راحت‌تر مي‌کند. مي‌توان حوضچه‌ي آکواريم را با گياهان، سنگ‌ها و صدف تزيين نمود که در موقع تخم گذاري ماهي‌ها استفاده‌ي زيادي دارند.

زيبايي خانه‌ي مسلمان مي‌بايد که در جمال و زيبايي افراد آن بازتاب يابد. هرکدام از اعضاي خانواده به زيباترين و بهترين صورت و ظاهر نمايان شوند. زن مسلمان بايد بر زيبايي خود در حضور شوهرش بسيار اهتمام ورزد. خوشبختي و سعادت مرد در آن است که وقتي همسرش را تماشا مي‌کند، شاد و خوشنودش سازد. بنابراين زيباترين چيز در خانه بايد صاحبخانه، مسئول و کدبانوي آن باشد. زنان فطرتاً زيبايي و آرايش و خوشبويي را دوست مي‌دارند. دين اسلام آنان را از اين سرشت نيکو منع نمي‌کند تا زمانيکه در چهارچوب شرعي که پروردگار روا داشته است قرار داشته باشد. دين اسلام زنان را تشويق مي‌کند تا براي شوهرانشان خود را بيارايند و زيبا کنند تا همچون ستاره‌اي درخشان در آسمان خانواده نورافشاني کنند.

مرد براي همسرش خود را زيبا مي‌کند همانطور که خود را برايش مي‌آرايد تا ميزان اهميتي که برايش قائل است را دريابد و بداند که او خواهان رضايت و خرسندي وي است و اينگونه مهر و محبت ميانشان پيوسته‌تر مي‌گردد.

ترجمه: مسعود

مصدر: سايت نوار اسلام

IslamTape.Com

خانه‌ي تندرست

تندرستي نعمتي ازجانب خداوند متعال است که بيشتر مردم بدان توجهي ندارند. پيامبر خدا الله فرموده است: «نِعْمَتَانِ مَغْبُونٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ، الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ». يعني: «دو نعمت است که بسياري مردم از آن استفادهء درست نمي‌نمايند،تندرستي و آسودگي از کار». [البخاري والترمذي وابن ماجه] نعمت تندرستي همچون تاجي بر سر اشخاص سالم است، و براي همين خانواده‌ي مسلمان بايستي موارد زير را براي تحقق اين مسأله دنبال کند:

- نظم و ترتيب، چرا که نظم کليد سلامت خانواده است. اين موضوع در مورد همه‌ي حالات زندگي، مانند خواب و غذا خوردن و ديگر مسائل مطلوب و قابل تسري و مطلوب مي‌باشد.

- هوا و آفتاب از مهم‌ترين تضمين‌هاي سلامت خانواده هستند.

- وجود گياهان و گل‌هاي طبيعي و سبزه در اطراف خانه و در داخل آن براي تصفيه‌ي هوا و افزايش اکسيژن هوا.

- مراقب متعادل بودن درجه حرارت منزل باشيد.

- رعايت درست بهداشت و نظافت از عوامل اساسي تندرستي خانواده است.

- ويژگي سالم و بهداشتي بودن اثاث منزل آسايش اعضاي خانواده را تضمين مي‌کند.

- پيشگيري بهتر از درمان است.

- پيگيري مسائل سلامت افراد خانواده، براي دوري از بيماري‌هاي واگير و مزمني که در برخي زمان‌هاي معين همه گير مي‌شود. سرعت بخشيدن به تدابير لازم براي پيشگيري، تدابيري مانند واكسن زدن و غيره در برابر بيماري‌هاي متعدد.

- تلاش در پوشيدن لباس‌هاي راحت، براي آنکه جريان خون در سطح بدن کند نشود و با در نظر گرفتن پوشيدن لباس‌هاي ضخيم در زمستان و لباس‌هاي سبک در فصل تابستان.

- لزوم پيروي از راهنمايي‌هاي بهداشتي درباره‌ي وضعيت بدن در هنگام ايستادن، نشستن، خوابيدن و بالا رفتن از پله‌ها و پايين آمدن از آن‌ها و نيز در هنگام تماشاي تلويزيون و برداشتن و گذاشتن بارهاي سنگين.

- غذاي خوب و کامل و داراي ارزش غذايي مناسب از جمله عوامل سالم نگاه داشتن بدن در برابر بيماري‌ها است. بهتر است غذا به اندازه‌ي کافي و حاوي تمامي عناصر غذائي مورد نياز بدن و متناسب با سن و سال افراد خانواده و سلامتي جسمي آنان باشد.

انواع عناصر غذائي لازم براي جسم، و خوراکي‌هايي که حاوي موارد زير باشد:

پروتئين: خوارکي سازنده‌ي جسم مي‌باشد که بدن انسان را با ترکيبات مورد نياز بدن براي رشد آن کمک مي‌کند و در جايگزين نمودن بافت‌هاي آسيب ديده نقش بسزايي دارد. بنابراين بايد نسبت به غذاهايي که به رشد اطفال کمک مي‌کنند توجه ويژه داشت. براي آنکه کمبود اين مواد موجب اختلال در رشد و نمو و ترميم بافت‌هاي بدن آنان خواهد بود. غذاهاي مذکور در گوشت، ماهي، تخم مرغ و شير يافت مي‌شود و در حبوباتي مانند: سويا، لوبيا و نخود و غيره ...

**مواد نشاسته‌اي، قند و چربي:** غذاهاي انرژي زايي هستند که به بدن نيرو و انرژي مورد نياز را براي حرکت و جنب و جوش و فعاليت ماهيچه‌ها مي‌بخشد. بديهي است که نبايد در مصرف اين مواد زياده روي نمود، تا منجر به چاقي نگردد. اين عناصر در حبوبات، گندم، ذرت و ارزن همچنين در ميوه جات، مرباها و شيريني جات وجود داشته و نيز در برخي ريشه‌هاي خوراکي مانند سيب زميني‌ها و سيب زميني مصري و همچنين در روغن‌هاي نباتي ذرت و زيتون و روغن دانه‌ي پنبه يافت مي‌شود.

**ويتامين‌ها و املاح معدني:** از غذاهاي بازدارنده است که بدن فرد را در برابر بيماري‌ها محافظت نموده و انرژي حياتي را مي‌افزايد و در انواع سبزيجات، هويج، ميوه‌جات و ماهي‌ها يافت مي‌شود.

از جمله عادات غذائي نامناسب:

- نوشيدن چاي يا شربت و ديگر محرک‌ها هنگام غذا خوردن يا بلافاصله پس از آن که از جذب آهن غذا در بدن جلوگيري کرده و باعث فقر و کمبود در خون مي‌گردد. لذا بهتر است نوشيدن چاي را به دو يا چند ساعت پس از صرف غذا موکول کنيم.

- نجويدن صحيح و کافي لقمه و در نتيجه به زحمت انداختن بيش اندازه‌ي معده و دشوار گشتن هضم غذا.

- زياده روي در خوردن غذاهاي تند مزه باعث بروز زخم معده مي‌گردد.

- زياد خوردن غذاهاي بريان و سرخ کرده و پخته شده در روغن به دشواري در هضم مي‌انجامد و دستگاه گوارش را تحت فشار مي‌گزارد.

- نخوردن صبحانه باعث کاهش نيرو و توان فرد مي‌شود.

- نوشيدن نوشابه‌هاي گازدار يا آب معمولي در هنگام غذا خوردن منجر به رقيق شدن اسيد معده مي‌شود و در نتيجه در هضم عذا ايجاد مشکل خواهد کرد.

- بهتر است قبل از آماده ساختن و خوردن غذا دست‌ها را شسته و البته از شانه زدن موها در آشپزخانه بپرهيزيد تا از افتادن تار مو در غذا جلوگيري شود.

بعضي ملاحظات بهداشتي:

- منجمد نمودن گوشت و ماهي‌ها در يخچال براي بيش از يک بار موجب فاسد شدن آن‌ها مي‌گردد. بنابراين بهتر است آن را تکه تکه نموده و در کيسه‌هايي قرار دهيد، بطوريکه هر بسته مناسب يک وعده‌ي غذايي باشد.

- با فاصله‌ي اندکي پيش از وعده‌ي غذايي سالاد را آماده سازيد تا براي آنکه ويتامين‌ها و خواص خود را در معرض هوا از دست ندهد.

- از بکار بردن روغن براي سرخ کردن براي بيش از يک بار بپرهيزيد و جهت پاک شدن روغن از هر نوع آلودگي سعي کنيد آن را صاف نماييد.

- مي‌توان از آب حاصل از پختن سبزي‌هايي به جز چغندر، سيب زميني و کلم قمري استفاده نمود.

- بهتر است گوشت قرمز و گوشت مرغ و ماهي را قبل از سرخ کردن يا کباب نمودن در آب ليمو و پياز خيسانده و سپس در نمک و ديگر ادويه‌ها قرار دهيد.

- چنانچه نمک بيش‌تر از اندازه‌ي مورد نياز در سبزي پخته شده باشد مي‌توان آن را با اضافه نمودن کمي پوست سيب زميني سالم به آن جذب نموده و پس از طبخ از دست آن خلاص شد.

- بيشتر مواد غذايي سبزيجاتي که پوستشان کنده مي‌شود در زير همان پوست آن‌ها قراردارد، مثلاً در سيب زميني، کدو و بادمجان. لذا بايد از زياده روي در کندن پوست آن‌ها خودداري نمود. چون در صورت ضخيم بودن پوست گرفته شده مواد غذايي مهم از دست مي‌رود.

- هنگام پختن غذاهاي محتوي مواد مخاطي و لزجي مانند: باميه و سيب زميني مصري، بهتر است مقداري آب ليمو را قبل از اضافه نمودن سبزي به مايع بيافزاييد تا از ارزش غذايي آن محافظت نمايد.

وضعيت سلامتي جسم در هنگام کار:

- هنگام برداشتن اشياء از زمين بهتر است زانوها را خم کنيد و مراقب باشيد ستون فقرات در حالت عمودي و مستقيم قرار داشته باشد.

- موقع حمل اشياء سنگين، سعي کنيد تا جاييکه مي‌توانيد به آن نزديک قرار بگيريد.

- موقع پهن نمودن لباس‌هاي خيس آن‌ها را در يک ظرف و بر روي يک چهارپايه‌ي بلند قرار دهيد تا از خم و راست شدن کمر به دفعات زياد جلوگيري به عمل بياوريد.

- موقع جارو کشيدن يا شستن کف يا واکس زدن و برق انداختن زمين سعي کنيد از ابزار آلات داراي طول مناسب استفاده نماييد تا از خم شدن بيش از اندازه‌ي کمر جلوگيري شود.

- موقع حركت دادن اشياء سنگين به مرکز ثقل شيء مورد نظر نيرو وارد شود.

- هنگامي که کدبانوي منزل براي انجام بعضي کارها مي‌نشيند بايد کاري کند که به راحتي بتواند دست‌هايش را حرکت دهد و ارتفاع ميز و صندلي که بر آن کار مي‌کند به اندازه‌اي باشد که متناسب با نوع کار و قامت زن باشد.

کمک‌هاي اوليه:

- در استعمال داروها شتابزده عمل نکنيد تا وقتيکه مطمئن شويد مخصوص معالجه‌ي آن درد بوده و به پزشک مراجعه نماييد.

- در حالت شکسته شدن استخوان يا سوختگي بايد به نزديک‌ترين بيمارستاني که در آنجا فوريت‌هاي پزشکي ارائه مي‌شود براي شکسته بندي و غيره تحت نظر پزشک متخصص مراجعه کنيد.

- در حالت وراد شدن جسم بيگانه به بدن مانند يک تکه شيشه، چوب، ميخ يا چيز ديگري در صورت پيدا بودن بايد آن را با موچين از بدن بيرون کشيد و از دست آن خلاص شويد. سپس جاي آن را با مواد ضدعفوني کننده تمييز نماييد. ولي در صورت عدم موفقيت در بيرون کشيدن جسم بايد به نزديک‌ترين بيمارستان يا درمانگاه فوريت‌هاي پزشکي مراجعه نمود.

- بهتر است از به کار بردن هرگونه وسيله‌ي در رابطه با چشم و گوش جز پس از مشورت با پزشک خودداري شود.

داروخانه‌ي خانگي:

وجود داروخانه‌اي در منزل يک امر ضروري و لازم مي‌باشد، تا بتوان کمک‌هاي اوليه را در رابطه با بيمار تا هنگام رسانيدن وي به بيمارستان يا رسيدن پزشک يا آمبولانس صورت داد.

لزومي ندارد که يکي از افراد خانواده پزشک يا داروساز باشد تا داروخانه را مجهز نماييد، تنها کمي آشنايي و توجه و مراقبت کافي است البته با مراعات نمودن موارد زير:

- داروخانه (جعبه‌ي کمک‌هاي اوليه) در مكان مخصوص و دور از دسترس اطفال جايش محکم شود تا از مسموميت آنان بوسيله‌ي داروها جلوگيري شود چون بچه‌ها شايد فکر کنند اين داروها شيريني و آبنبات هستند مخصوصاً که جديداً آن‌ها را در بسته بندي‌ها و روکش‌هاي رنگانگ عرضه مي‌کنند و به راحتي بوسيله‌ي بچه‌هاي خردسال قابل گشودن و استفاده مي‌باشند و موانع بازدارنده‌ي اطفال براي باز کردن آن‌ها در نظر گرفته نشده است.

- بهتر است جعبه‌ي کمک‌هاي اوليه‌ي خانه‌ي‌تان داراي رديف‌هايي باشد که در هر رديف نوعي از انواع دارو را شامل بشود. مثلاً: يک رديف براي داروهاي سوختگي و زخم‌ها (کمک‌هاي اوليه)، يک براي لوازم پانسمان و چسب‌ها، رديفي براي داروهاي چشمي (قطره‌ها و پمادها) که توسط پزشک تجويز شده اند و رديفي براي دواهايي که از طريق دهان مصرف مي‌شوند.

- بهتر است جعبه‌ي داروهايي مخصوص کودکان داشته باشيد.

- بايد جعبه‌ي داروها در مكاني قرار داشته باشد که داراي تهويه مناسب و به دور از حرارت زياد و رطوبت قرار داشته باشد. داروهايي هستند که بايد در يخچال نگهداري شوند، آن‌ها را در جايي دور از دسترس اطفال قرار دهيد و در صورت وجود جايي در يخچال براي داروهاي پزشکي آن‌ها را همانجا بگذاريد.

- اسم داروها را با خطي خوانا و مشخص بر روي ظرف مخصوص آن‌ها بنويسيد، چنانچه لازم باشد.

- چنانچه بيش از يک بيمار در يک زمان در منزل وجود داشته باشد بهتر است اسم هر بيمار را بر داروها بنويسيد تا احتمال مصرف اشتباهي دارو توسط بيمار ديگر و عوارض نامطلوب متعاقب آن را از بين ببريم.

- دارو را به همان دوز و مقدار و در زمان‌هايي که توسط پزشک و داروخانه معين شده است به بيمار بدهيد تا مصرف نمايد. بيمار نبايد از مصرف داروهايي که پزشک براي وي تجويز نموده است و داروخانه طرز مصرف آن را برايش بيان داشته است دست بردارد مگر با مشورت پزشک خود. همچنين استعمال دارو به مقادير بيشتر يا کم‌تر از آنچه پزشک تجويز کرده است بدون مشورت با وي کار نادرستي است.

- بيمار بدون مشورت با پزشک سرخود داروهايش را تکرار ننمايد.

- در حالتي که بدن فرد نسبت به برخي از دواها حساسيت نشان داده و بعضي عوارض را بروز دهد،

مثلاً: جوش زدن يا قرمز شدن پوست و يا بخشي از پوست که دارو بر آن، به عنوان پماد يا قطره‌ها چشمي و روغن‌هاي ماليدني، استعمال شده است، بايد بلافاصله از مصرف دارو دست کشيده و هرچه زودتر با پزشک خود يا داروخانه مشورت نماييد تا از بروز عوارض بيشتر و شديدتر پيشگيري شود.

- در حالت وجود بيماري در خانواده که از داروهاي دراز مدت مانند داروهاي علاج بيماري قند، فشار، زخم معده بايد اين داروها در بخش مستقلي از داروخانه‌ي خانگي قرار بگيرد و جز بوسيله‌ي خود بيمار يا پرستار وي باز نشود تا احتمال اشتباه شدن داروها در جعبه‌ي داروهاي منزل با هم ازميان برود.

- سعي شود برخي ابزار کمک‌هاي اوليه‌ي ضروري مانند: قيچي جراحي، پنس، دستکش طبي، کش‌هاي باند پانسمان، بست‌هاي آتل، دماسنج طبي، گاز استريل.

بيماري در خانه داريم:

بيماري نوعي آزمايش از جانب خداوند متعال است که هرکدام از بندگانش را که اراده نمايد بدان مبتلي مي‌سازد تا او را بيازمايد و آثار گناهان را از وي بزدايد. پيامبر خدا مي‌فرمايد: «عَجَبًا لأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَاكَ لأَحَدٍ إِلاَّ لِلْمُؤْمِنِ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَّاءُ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَّاءُ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ». يعني: «کار مسلمان انسان را به شگفتي و تعجب وا ميدارد. زيرا همه‌ي کارش براي او خير است، و اين امر براي هيچکس جز مسلمان ممکن نيست. اگر به وي فراخي و آساني روي دهد شکر کند، برايش خير است، و اگر به او سختي برسد هم صبر کند برايش خير است». [مسلم]

ممکن است يکي از اعضاي خانواده بيمار شده و بستري گردد، يا افراد سالمندي باشند که نيازمند توجه و مراقبت‌هاي ويژه‌اي باشند، در اين حالات حتماً بايد توجه و مراقبت‌هاي خاصي را درنظر بگيريم. بايد آرامش و سکوت و راحتي را در اتاق بيمار براي او فراهم سازيم تا به معالجه‌ي ايشان کمک کرده باشيم.

بنابراين بايد موارد زير را درنظر داشته باشيم:

- توجه و اهتمام به بيمار و دعاي شفا براي او، تا او را شاد و اميدوار بسازيم. در دعايمان مي‌توانيم بگوييم: «أَذْهِبِ الْبَاسَ رَبَّ النَّاسِ، اشْفِ وَأَنْتَ الشَّافِى لاَ شِفَاءَ إِلاَّ شِفَاؤُكَ ، شِفَاءً لاَ يُغَادِرُ سَقَمًا». يعني: «اي پروردگار مردم! بيماري‌اش را برطرف ساز و چنان شفايي عنايت كن كه هيچگونه بيماري‌اي باقي نماند. چرا كه تو شفا دهنده هستي و هيچ شفايي، بجز شفاي تو وجود ندارد!». [البخاري]

يا دعاي زير:

«اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ أَذْهِبِ الْبَاسَ ، اشْفِهِ وَأَنْتَ الشَّافِى ، لاَ شِفَاءَ إِلاَّ شِفَاؤُكَ ، شِفَاءً لاَ يُغَادِرُ سَقَمًا». يعني: «بار خدايا، اي پروردگار مردم! و اي برنده‌ي سختي و دشواري، شفا ده که شفا دهنده‌اي جر تو نيست، درماني که بيماريي نگذارد». [أحمد والبخاري].

- نور اتاق بيمار به ميزان مناسب باشد، که بهتر است آرام و اندک باشد تا به وي احساس راحتي و آرامش ببخشد و از افتادن نور مستقيم به چشمان بيمار جلوگيري شود، چنانچه بيمار نياز به نور قوي براي مطالعه و ديگر مسائل داشته باشد و البته در صورت بدون اشکال بودن اين کار براي سلامت بيمار.

- بايد اتاق بيمار داراي سيستم هواي مناسب باشد. نبايد بيمار در معرض جريان‌هاي شديد هوا قرار بگيرد. موقع باز کردن پنجره‌ها براي تهويه‌ي هواي اتاق بايد از پرده و موانعي از اين قبيل استفاده کرد تا مانع جريان هوا به صورت مستقيم به سوي بيمار شويم همچنين مي‌توان پنجره را تنها به مقدار کمي باز گذاشت. مورد ديگري که از اهميت زيادي برخوردار است اين است که حتما بايد به طور پيوسته مراقب درجه حرارت اتاق بود.

- توجه به نظافت و بهداشت اتاق به طور مداوم وبگونه‌اي که باعث آزار وي نگردد. در استفاده از شوينده و پاک کننده‌ها در نظافت اتاق و نيز کم کردن حتي الامکان گرد و غبار و سر و صداي ناشي از نظافت اتاق اهميت زيادي دارد.

- ضرورت وجود گل‌ها و گياهان تزييني در اتاق بيمار، چرا که باعث ايجاد نشاط و شادماني بيمار و تقويت روحيه‌ي وي مي‌گردد که به آسايش جسيم و روحي وي مي‌انجامد. همچنين هر از گاهي ايجاد تغيير در شکل و مکان اين گل‌ها به احساس تازگي و عدم کسالت و بيزاري فرد کمک مي‌کند. سعي شود گل‌هايي را که داراي عطر و بوي قوي هستند را در صورتي که شرايط بيمار اقتضا مي‌کند دور از بالين وي قرار داد.

- پاسخ گفتن به نيازهاي بيمار و فراهم ساختن نيازمندي‌هاي او بدون آنکه خودش درخواست نمايد.

- چنانچه بيمار مي‌تواند از خودش مراقبت نمايد، بهتر است داروهايي را که نياز دارد در دسترس وي و بر روي ميز مجاور او قرار داد به همراه يک فنجان آب، يک بسته دستمال کاغذي و يک ساعت کوچک، قرآن، کتابي که خودش دوست دارد و يک راديوي کوچک ... و ديگر موارد مشابه.

ترجمه: مسعود

مصدر: سايت نوار اسلام

IslamTape.Com

خانه‌اي پر از شادي و نشاط

خانه‌ي انسان نبايد از شوخي و شادماني خالي شود، علي رغم آنکه خانه‌اي است پر از کار و تلاش. پيامبر خدا خود الگويي در اين زمينه بوده است، ايشان شخصي خنده رو و لبخند بر لب بوده است.

از ابوامامه نقل شده که پيامبر خنده روترين و خوش برخوردترين افراد بود. [الطبراني]

شور و نشاط در منزل شخص مسلمان منافاتي با شرم و حيا در آنجا نبوده و به آزار همسايگان نيانجاميده و دل‌ها را نميرانيده و در آن خبري از اسهتزاء و غيبت و ايرادگيري بر کسي نيست، بلکه نشاط و شادماني را تجديد نموده و کسالت و روزمرگي را برطرف مي‌نمايد. پيامبر خدا مي‌فرموده اند: «روحوا القلوب ساعة فساعة». يعني: «دل‌ها را لحظه به لحظه شادمان سازيد». [أبو داود]

پيامبر خدا با خانواده‌اش شوخي و مزاح مي‌نمود. خانه‌هاي ايشان پر از شادي و خوشبختي بوده است. از حضرت عائشهل روايت شده که به همراه رسول خدا در يک سفر بودند، وي تعريف مي‌کند که: با آنحضرت مسابقه دادم و از او پيشي گرفتم، ولي زماني که سنگين وزن شدم، با او مسابقه دادم، او از من برد و فرمود: «هَذِهِ بِتِلْكَ السَّبْقَة». يعني: «اين به آن در!». [أبو داود]

همچنين از ايشان روايت شده که گفته است: رسول خدا مرا با رداي خويش پوشانده بود و من نيز رقص حبشي‌ها در مسجد را تماشا مي‌کردم تا وقتيکه خودم خسته مي‌شدم. پس حتماً به دختران نورسيده‌اي که به بازي و سرگرمي علاقمند هستند توجه ويژه‌اي داشته باشيد. [متفق عليه]

آنحضرت با بچه‌ها خردسال خانواده‌اش شوخي نموده با آنان مزاح نموده و مي‌خنديد. از عبدالله بن حارث روايت شده که مي‌گفت: پيامبر خدا عبدالله و عبيدالله و بسياري از بنى عباس را به صف کرده و مي‌فرمود: «مَنْ سَبَقَ إِلَيَّ فَلَهُ كَذَا وَكَذَا». يعني: «هرکس قبل از ديگران به من برسد چنان و چنان پاداش مي‌گيرد». تعريف مي‌کند که: آن بچه‌ها به سوي ايشان مسابقه مي‌دادند و بر دوش و کول وي مي‌افتادند و ايشان آنان را مي‌بوسيد و در آغوششان مي‌گرفت. [أحمد]

از جابر نقل شده که مي‌گويد: همراه رسول خدا بوديم و به غذا دعوت شديم. در اين حين حضرت حسين در راه با بچه‌ها بازي مي‌کرد. پيامبر جلوي مردم به سرعت رفته و دستش را دراز کرد و حضرت حسين اين طرف و آن طرف مي‌دويد و پيامبر با او مي‌خنديد تا آنکه وي را گرفت و دستي را بر زير چانه‌اش و دست ديگر را بر سر وي و گوش‌هايش گذاشته و به آغوش گرفته و مي‌بوسيد. [الطبراني]

استفاده از تلويزيون و ويديو در خانه‌ي مسلمان:

تلويزيون به عنوان خطرناک‌ترين رسانه‌هاي عمومي جديد شناخته مي‌شود. تلويزيون مانند تيغي دو لبه است مي‌توان با آن پايه‌ها و ارزش‌ها را کاشت يا تيشه‌اي است بر ريشه‌ي ارزش‌ها و مايه‌ي تباهي اخلاق. نقش تلويزيون دست کمي از نقش خانواده يا مدرسه ندارد، بويژه در ارتباط با کودکان و جوانان. حتي برخي به آن لقب پدر سوم را داده‌اند که حاکي از شدت تاثير آن از لحاظ آگاهي، بيداري درون و رفتار فرزندان دارد. از همين‌جا مي‌توان فهميد که بايد در رابطه با آنچه تلويزيون به خورد فرزندان مي‌دهد دقت نماييم. اين به معناي حذف تلويزيون نبوده و تنها به اين معني است که بايد از آن استفاده‌ي بهينه به عمل آمده و در جهت رضايت پروردگار متعال و پرورش اخلاق نيکو و دعوت به خوبي بهره برد تا به وسيله‌اي براي آموزش و تربيت تبديل شود و نه ابزاري براي نابودي انديشه‌هايي که کودکاني در خانه و مدرسه دريافته‌اند.

بنابراين بايد گفت از تماشاي برنامه‌هاي بيهوده خودداري نموده و با شيوه‌اي زيبا و درست فرزندان را به اين نکته واقف سازيم که بيشتر چيزهايي که بر صفحه‌ي تلويزيون نمايش داده مي‌شود ضررش بيش از سود آن مي‌باشد. همانطور که اعضاي خانواده بهتر است از شب بيداري مقابل صفحه‌ي تلويزيون خودداري نمايند، به خاطر تلف کردن وقتي که نتيجه‌اش از دست دادن نماز صبح سروقت يا دير از خواب بيدار شدن و کسالت و تنبلي به علت کم خوابي خواهد بود.

همچنين ويديو يکي از رسانه‌هاي مهم است که بهتر است استفاده‌ي از آن با حضور پدر و مادر از اين وسيله به درستي بهره گرفته شود. اين عمل با تماشاي برنامه‌هاي سودمند و هدفمند صورت مي‌پذيرد برنامه‌هايي که به تربيت فرزندان و ارشاد آنان بپردازد و فيلم‌هايي که درباره‌ي علاج مسائل مهم خانواده باشند.

شخص مسلمان بايد کتابخانه‌اش را مجهز به نوارهاي ويديو (يا سي دي، دي وي دي و ...) علمي و ديني نمايد. البته بايد مراقب فرزندان در استفاده از نوارهايشان بود تا در دام فيلم‌هاي تباهگر از طريق دوستان ناباب نيافتند عليرغم وجود جايگزين‌هاي صحيحي که مي‌تواند خواسته‌هايشان را برآورده سازد.

ترجمه: مسعود

مصدر: سايت نوار اسلام

IslamTape.Com

خانه‌ي ما دانشگاه است

حقيقتاً... خانه‌ي يک مسلمان بايد آموزشگاه علم و معرفت باشد و همه‌ي اعضاي خانواده عاشق و علم و دوستدار تلاش براي کسب دانش و کوشش در راه آن باشند تا بتوانند به درجات بلند نزد پروردگار خويش نايل آيند. خداوند متعال مي‌فرمايد: ﴿يَرۡفَعِ ٱللَّهُ ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ مِنكُمۡ وَٱلَّذِينَ أُوتُواْ ٱلۡعِلۡمَ دَرَجَٰتٖ﴾ [الـمجادلة: 11]. يعني: «خداوند [رتبه] كسانى از شما را كه گرويده و كسانى را كه دانشمندند [بر حسب] درجات بلند گرداند»، و باز خداوند تبارک و تعالي مي‌فرمايد: ﴿إِنَّمَا يَخۡشَى ٱللَّهَ مِنۡ عِبَادِهِ ٱلۡعُلَمَٰٓؤُاْ﴾ [فاطر: 28]. يعني: «از بندگان خدا تنها دانايانند كه از او مى‏ترسند». مسير علم و دانش همان مسير بهشت برين است، رسول خدا فرموده است: «مَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَلْتَمِسُ فِيهِ عِلْمًا سَهَّلَ اللَّهُ لَهُ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ». يعني: «کسي که در طلب علم راهي را طي کند، خداوند در عوض برايش راهي را بسوي بهشت هموار مي‌سازد». [مسلم]، پيامبر همچنين مي‌فرمايد: «لَنْ يَشْبَعَ الْمُؤْمِنُ مِنْ خَيْرٍ يَسْمَعُهُ حَتَّى يَكُونَ مُنْتَهَاهُ الْجَنَّةُ». يعني: «مؤمن هر گز از شنيدن خير (علم) سير نمي‌شود، تا نهايتش به بهشت انجامد». [الترمذي]

ترديدي در اين نيست که دانش از بهترين نعمت‌ها مي‌باشد، پيامبر اکرم مي‌فرمايد: «إِنَّ اللَّهَ وَمَلاَئِكَتَهُ وَأَهْلَ السَّمَوَاتِ وَالأَرْضِ حَتَّى النَّمْلَةَ فِى جُحْرِهَا وَحَتَّى الْحُوتَ لَيُصَلُّونَ عَلَى مُعَلِّمِ النَّاسِ الْخَيْرَ». يعني: «فضيلت و برتري عالم بر عابد مانند فضيلت من بر پائين‌ترين شما است، بعد خداوند و فرشتگانش و اهل آسمان‌ها و زمين حتي مور در لانه‌اش و ماهي بر آنکه به مردم درس نيکي و خير مي‌دهد، درود مي‌فرستند». [الترمذي] براي همين خانه‌هاي مسلمانان در طول تارخ همواره با علم و دانش آموختن آباد و پرطراوت بوده است.

علم و دانش از جمله مهم‌ترين مسائل زندگي در يک خانه‌ي مسلمان مي‌باشد، چرا که بواسطه‌ي علم است که عقيده سالم نگاه داشته شده، عبادت درست به جا مي‌آيد و انسان درباره‌ي دين و دنياي خويش دليل و برهان دارد. بنابراين بايد در يک خانواده مسلمان به دانش و علم اندوزي توجه ويژه‌اي معطوف گردد. براي آنکه هريک از اعضاي خانه به فرهنگ اسلامي و فرهنگ زمان حاضر و تخصص دست يافته و کل خانواده به بالاترين سطح علم و معرفت برسد، لازم است موارد زير مورد توجه قرار بگيرند:

وجود کتابخانه‌اي علمي و متنوع که شامل انواع علوم و مسائل فرهنگي و موضوعات مربوط به زندگي باشد. براي رشد فرهنگي و علمي اعضاي خانواده و تشخيص درست از نادرست اين کار لازم است.

اين کتابخانه مي‌تواند شامل کتاب‌هايي در رابطه با موضوعات زير باشد:

- علوم شرعي، مانند: كتب تفسير، فقه، حديث و علوم قرآن و غيره...

- زبان عربي و آداب آن در زمان‌هاي مختلف.

- تاريخ و تمدن‌هاي گوناگون.

- دائرة المعارف در رابطه با علوم گونانگون، طبيعت، اجتماع و انساني، که در زندگي براي ما حائز اهميت باشد.

- كتاب‌هاي کودکان و دائرة المعارف‌هاي مخصوص آنان.

- كتاب‌هاي خاص تربيت و پرورش کدبانوي خانه.

- كتاب‌هاي آموزش بهداشتي و پزشکي.

خريد روزنامه و مجلات عمومي و تخصصي براي آشنايي خانواده با مسائلي که پيرامون آن‌ها رخ مي‌دهد و کسب اطلاع درباره‌ي اوضاع امت اسلامي و اخبار جهان اسلام، و مواردي از اين قبيل.

خانه‌ي مسلمان نبايد‌بي بهره از جلسات علمي منظم و مداوم باشد که در آن انواع مسائل علمي و اجتماعي مورد بحث قرار گرفته و تمام اعضاي خانواده در آن شرکت نموده و اطلاعات خود را به بقيه ارائه نمايند.

چه زيباست که يکي از افراد خانواده هربار حديثي را از کتاب‌هاي حديث صحيح برگزيده و در جلسات آن را همراه با شرح و مباحث مربوطش بخواند، يا فردي ديگر کتاب معيني را درنظر گرفته و مضوعات آن را در جلسه مطرح نمايد و هرکدام ديدگاه خو د را درباره‌ي آن ابراز دارد. شکي نيست که اين مباحثات جنبه‌ي فرهنگي و آگاهي تک تک افراد خانواده را بالاتر مي‌برد و به تقويت بعد اجتماعي آن‌ها کمک مي‌نمايد و در عين حال شخصيت آزاد و مستقلي را براي هريک پايه مي‌ريزد.

حتي مي‌توان مسابقاتي را بين افراد خانواده ترتيب داد تا بعد علمي و فرهنگي آن‌ها پرورش يابد و به تشويق و ترغيب هدفدار کمک مي‌نمايد.

کسب علم از طريق نوارهاي کاست (سي دي، دي وي دي و ...) و ويديو که اثرگذاري بسيار بيشتري بر روي کودکان خواهد داشت. مخصوصاً سي دي‌هايي که درباره‌ي موضوعات علمي و همراه شرح تصويري و به صورت فيلم نيز باشد.

مطالعه: نبايد پدر و مادر در رابطه با فرزندانشان اهميت مطالعه در پايه‌هاي مختلف تحصيلي آن‌ها را ناديده بگيرند. بهتر است تا جايي که مي‌توانند آنان را در مطالعه‌ي بهتر و و مفيدتر ياري دهند. چه بسيار فرزنداني که در جريان يادگيري درس‌هايشان نيازمند کسي هستند که به آنان کمک کرده و راهنمايي‌شان نمايد و البته زمينه‌اي آرام و مناسب را براي مطالعه و پيشرفت و موفقيت ايشان فراهم سازد.

در اينجا چند راهنمايي در مورد کارهايي که بايد والدين در جريان مطالعه و يادگيري فرزندانشان انجام دهند، ذکر مي‌شود:

- بذر انگيزه‌ي حقيقي فراگرفتن را در وجود فرزندانشان بنشانند.

- حل و فصل مناسب مشكلات فرزندان قبل از آغاز مطالعه و يادگيري آن‌ها.

- آماده ساختن مکان مطالعه. بگونه‌اي که جوي 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 وي بتابد. اين نور بايد سمت نور کل اتاق باشد. اين حالت براي سلامتي چشم و بينايي کودک بهتر مي‌باشد. بهتر است رنگ اتاق روشن و ترجيحاً رنگ سبز روشن يا آبي آسماني باشد. اتاق بايد داراي تهويه‌ي مناسبي بوده و ديگر مسائل نظم و ساماندهي آن رعايت گردد.

- توجه به سلامتي فرزندان و تغذيه‌ي آن‌ها بدور از افراط و تفريط.

- زمان‌هايي را براي استراحت و تجديد قوا در ميان اوقات مطالعه.

- زمانبندي مناسب براي مطالعه کودکان درنظر گرفته شود، به گونه‌اي که زماني را براي مطالعه‌ي درس‌هايي که تازه خوانده شده اختصاص داده و وقتي را نيز براي پي‌گيري درس‌هاي پيشين و تکرار و تمرين آن دروس درنظر بگيرد. مي‌توان از خلاصه برداري از قسمت‌هاي طولاني نيز بهره گرفت.

- شناخت اصول لازم و ضروري براي يادگيري، از جمله فهميدن مطالب، ترتيب، تکرار، شناخت هدف و منظور از يادگيري درس مذکور، حفظ و به خاطرسپاري کامل مطالب با استفاده از تمرين و مرور مجدد آن‌ها. سعي شود زماني به يادگيري مطالب دشوار بپردازد که ذهنش آرام و داراري آمادگي لازم باشد.

- تقواي خداوند متعال دروازه‌اي است به‌سوي علم و دانش و کاميابي بزرگ، خداوند متعال مي‌فرمايد:

﴿وَمَن يَتَّقِ ٱللَّهَ يَجۡعَل لَّهُۥ مَخۡرَجٗا ٢ وَيَرۡزُقۡهُ مِنۡ حَيۡثُ لَا يَحۡتَسِبُ﴾ [الطلاق: 2-3]. يعني: «و هر كس از خدا پروا كند [خدا] براى او راه بيرون‏شدنى قرار مى‏دهد». همچنين خداوند باري تعالي مي‌فرمايد: ﴿وَمَن يَتَّقِ ٱللَّهَ يَجۡعَل لَّهُۥ مِنۡ أَمۡرِهِۦ يُسۡرٗا﴾ [الطلاق: 4]. يعني: «و هر كس از خدا پروا دارد [خدا] براى او در كارش تسهيلى فراهم سازد».

خواندن داستان امام شافعي در اين مورد خالي از لطف نيست. امام شافعي مدتي احساس مي‌کرد نوعي سستي و ضعف در يادگيري و فهم دروس برايش پيش امده است. مسأله را به استادش، وکيع، عرضه نمود و شکايت پيش وي برد. استاد او را به تقواي خداوند سفارش کرد. امام شافعي آن را چنين تعريف مي‌کند:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| شكوت إلى وكيـعٍ سـوء حفظــي |  | فأرشدني إلــى تـرك المعاصــي |
| وأخبرنـي بأن العلــم نــــورٌ |  | ونـور الله لا يهــدى لعاصـــي |

معني شعر:

«شکايت از بدحفظي‌ام پيش وکيع بردم، بگفتا تا ترک نافرماني ايزد نماي، به من گفتا که علم دين نور است، نباشد نور ايزد عاصيان را رهنماي».

ترجمه: مسعود

مصدر: سايت نوار اسلام

IslamTape.Com

خانه‌ي صرفه‌جو

بنياد اقتصاد خانه‌ي مسلمان بر پايه‌ي دسته‌اي از ارزش‌ها و اصولي استوار است که آن را از ديگر جوامع متمايز مي‌سازد، ارزش‌هايي همچون:

ايمان به اينکه هرچه دارائي است ازآن خداوند است و افراد خانواده در آن جانشين ديگران هستند. خداوند متعال مى فرمايد: ﴿ءَامِنُواْ بِٱللَّهِ وَرَسُولِهِۦ وَأَنفِقُواْ مِمَّا جَعَلَكُم مُّسۡتَخۡلَفِينَ فِيهِ﴾ [الحدید: 7]. يعني: «به خدا و پيامبر او ايمان آوريد و از آنچه شما را در [استفاده از] آن جانشين [ديگران] كرده انفاق كنيد».

ايمان به اينکه خداوند در رزق و روزي برخي کسان را بر برخي ديگر برتري داده‌است. پروردگار متعال مى فرمايد: ﴿وَٱللَّهُ فَضَّلَ بَعۡضَكُمۡ عَلَىٰ بَعۡضٖ فِي ٱلرِّزۡقِ﴾ [النحل: 71]. يعني: «و خدا بعضى از شما را در روزى بر بعضى ديگر برترى داده‌است». اين برتري دهي ميان مردم در روزي به معني تفاوت ميان مردم در آنچه خداوند برايشان مقدر کرده مي‌باشد و نه اينکه توانگران بر فقرا برتري داشته باشند، چرا که نزد خداوند برتري تنها بواسطه‌ي تقوا و کردار نيک حاصل مي‌آيد. چنانچه تنگدستان به شکيبايي و خرسندي بدانچه خداوند قسمتشان نموده آراسته گردند، منزلت عظيمي نزد خداوند خواهند داشت. رسول الله در دعاهايش مي‌فرمود: «اللَّهُمَّ إِنِّى أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْكُفْرِ وَالْفَقْرِ». يعني: «بار الها! من از کفر و از فقر به تو پناه مي‌جويم». [أبو داود والنسائي وأحمد] همگي ما بايد به کار و کوشش بپردازيم تا تنگدست و فقير نباشيم.

پايبندي به سفارش رسول درباره‌ي به نگاه نکردن به کساني که از ما بالاتر هستند، آنحضرت چنين فرموده اند: «انْظُرُوا إِلَى مَنْ أَسْفَلَ مِنْكُمْ وَلاَ تَنْظُرُوا إِلَى مَنْ هُوَ فَوْقَكُمْ فَهُوَ أَجْدَرُ أَنْ لاَ تَزْدَرُوا نِعْمَةَ اللَّهِ». يعني: «به کسي که پايانتر از شما است، بنگريد وبه کسي ننگريد که بالاتر از شما است. اين کار سزاوار‌تر است که نعمت خدا را کم و حقير نشماريد!». [مسلم]

**كسب حلال**، خداوند متعال مى‌فرمايد: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ كُلُواْ مِن طَيِّبَٰتِ مَا رَزَقۡنَٰكُمۡ وَٱشۡكُرُواْ لِلَّهِ إِن كُنتُمۡ إِيَّاهُ تَعۡبُدُونَ ١٧٢﴾ [البقرة: 172]. يعني: «اى كسانى كه ايمان آورده‏ايد از نعمت‌هاى پاكيزه‏اى كه روزى شما كرده‏ايم بخوريد و اگر تنها او را مى‏پرستيد خدا را شكر كنيد». که خداون نيکو است و جز خوبي نمي‌پذيرد، خداوند متعال مى فرمايد: ﴿يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوٓاْ أَنفِقُواْ مِن طَيِّبَٰتِ مَا كَسَبۡتُمۡ﴾ [البقرة: 267]. يعني: «اى كسانى كه ايمان آورده‏ايد، از چيزهاى پاكيزه‏اى كه به دست آورده‏ايد».

پيامبر نيز مي‌فرمايد: «إِنَّهُ لاَ يَرْبُو لَحْمٌ نَبَتَ مِنْ سُحْتٍ إِلاَّ كَانَتِ النَّارُ أَوْلَى بِهِ». يعني: «گوشتي از مال حرام نمي‌رويد، مگر آنکه آتش بدان اولي‌تر باشد». [الترمذي وأحمد] كسب حلال يکي از راه‌هاي قبولي دعا است. در حديثي رسول الله چنين مي‌فرمايد: «...وَمَطْعَمُهُ حَرَامٌ وَمَشْرَبُهُ حَرَامٌ وَمَلْبَسُهُ حَرَامٌ وَغُذِىَ بِالْحَرَامِ فَأَنَّى يُسْتَجَابُ لِذَلِكَ». يعني: «... درحاليکه خوردني‌اش حرام و آشاميدني‌اش حرام بوده و پوشيدني‌اش حرام بوده و به حرام تغذيه شده است، پس چگونه دعاي چنين شخصي پذيرفته مي‌شود». [مسلم]

**مسئوليت مرد براي خرج و دادن نفقه،** پروردگار متعال مى فرمايد: ﴿ٱلرِّجَالُ قَوَّٰمُونَ عَلَى ٱلنِّسَآءِ بِمَا فَضَّلَ ٱللَّهُ بَعۡضَهُمۡ عَلَىٰ بَعۡضٖ وَبِمَآ أَنفَقُواْ مِنۡ أَمۡوَٰلِهِمۡ﴾ [النساء: 34]. يعني: «مردان سرپرست زنانند به دليل آنكه خدا برخى از ايشان را بر برخى برترى داده و [نيز] به دليل آنكه از اموالشان خرج مى‏كنند». انفاق و دادن خرجي در حد وسع مالي فرد مي‌باشد و نه بيش‌تر، خداوند باري تعالي متعال مى فرمايد: ﴿لِيُنفِقۡ ذُو سَعَةٖ مِّن سَعَتِهِۦۖ وَمَن قُدِرَ عَلَيۡهِ رِزۡقُهُۥ فَلۡيُنفِقۡ مِمَّآ ءَاتَىٰهُ ٱللَّهُۚ لَا يُكَلِّفُ ٱللَّهُ نَفۡسًا إِلَّا مَآ ءَاتَىٰهَاۚ سَيَجۡعَلُ ٱللَّهُ بَعۡدَ عُسۡرٖ يُسۡرٗا ٧﴾ [الطلاق: 7]. يعني: «بر توانگر است كه از دارايى خود هزينه كند و هر كه روزى او تنگ باشد بايد از آنچه خدا به او داده خرج كند خدا هيچ كس را جز [به قدر] آنچه به او داده است تكليف نمى‏كند خدا به زودى پس از دشوارى آسانى فراهم مى‏كند». و پيامبر خدا مي‌فرمايد: «من أنفق على امرأته وولده وأهل بيته فهي صدقة». يعني: «کسي که بر زن و فرزندان و اهل بيتش خرج کند آن صدقه است». [الطبراني]

**اعتدال و ميانه روي در خرج و انفاق و مديريت مسائل خانه**، خداوند متعال مى‌فرمايد: ﴿وَلَا تَجۡعَلۡ يَدَكَ مَغۡلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبۡسُطۡهَا كُلَّ ٱلۡبَسۡطِ فَتَقۡعُدَ مَلُومٗا مَّحۡسُورًا٢٩﴾ [الإسراء: 29]. يعني: «و دستت را به گردنت زنجير مكن و بسيار [هم] گشاده‏دستى منما تا ملامت‏شده و حسرت‏زده بر جاى مانى».

حضرت ابوبكر مي‌فرمايد: «إني أبغض أهل البيت الذين ينفقون رزق أيام في يوم واحد». يعني: «من از اهل بيتي که رزق چند روزشان را در يک روز خرج مي‌کنند بدم مي‌آيد».

**گويند زني درستکار دخترش را اينگونه نصيحت مي‌نمود:** شوهرت را به چيزي که مي‌داني براساس شرايط موجود توان آن را ندارد مجبور مکن، و با دست خويش او را در موقيعت‌هايي که ناتوان و ضعيف واقع شده و تحت فشار است کمک نموده و بلندش نما، که برداشتن بار کوه‌ها از برداشتن سنگيني بدهي راحت‌تر است.

آگاهي از تفاوت ميان صرفه‌جويي و بخل‌ورزي:

انسان مسلمان از بخل و آز نهي شده است و شکي نيست که ضروريات و احتياجات هر دوره‌اي با عصر و دوره‌هاي ديگر متفاوت مي‌باشد، و احتياجات يک خانه نيز با خانه‌اي ديگر فرق مي‌کند. به ياد داشته باشيد که چيزي را جز به خاطر ضرورتي براي استفاده‌ي از آن خريداري نکنيد.

مرتب ساختن اولويت‌هاي خرج و مخارج در دايره‌ي درآمد خانواده:

بديهي است که بايد توجه اصلي به ضروريات اوليه و سپس به بهبود وضعيت موجود باشد. قطعاً بايد از خرج‌هاي نامشروع پرهيز گردد، مثلاً بابت خريد آلات سرگرمي نامشروع، يا خريد مواد خوراکي نامشروع هزينه ننمود.

انبار نمودن مواد ضروري و اساسي منزل بيش از اندازه‌ي لازم: براي آنکه ممکن است در خانه بنا به مواردي در آينده به آن‌ها نياز پيدا کنيد، بويژه در روزهاي تنگي و فشار زندگي.

فراهم سازي ترازنامه يا برنامه‌ي استفاده‌ي بهينه از منابع مالي خانواده: در اين برنامه موارد محدود مالي را بر نيازمندي‌هاي متعدد منزل تقسيم مي‌نماييد و هدف از آن بهر برداري هرچه بهتر از منابع مورد نظر مي‌باشد.

از جمله مواردي که در تنظيم چنين جدولي بايد مدنظر داشت، اين‌ها مي‌باشند:

- افراد خانواده بايد از نحوه‌ي اتخاذ تصميمات مناسب و حکيمانه آگاهي يابند تا به آنان در انتخاب بهترين روش جهت استفاده از اشياء و امکانات پيرامون خويش ياري رسانده و آنان را در دست يابي به اهداف مورد نظر خود و آرزوهاي زندگي‌شان کمک کند.

- باور داشتن اهميت مشورت در بين افراد خانواده: تکيه کردن به عملکرد شورى در بين افراد خانواده براي تثبيت و تحکيم هرچه بيشتر برنامه‌ي اقتصادي. مشاركت دادن افراد خانوده در تنظيم برنامه‌ي اقتصادي باعث مي‌شود افراد خانواده انگيزه‌ي دروني و اراده‌ي بيشتري يافته و در موفقيت برنامه‌ي اقتصادي کمک نموده و همه‌ي آن‌ها در برداشتن بارسنگين رعايت و نگاهداري از آن سهيم گردند.

- تنظيم فعاليت‌هاي اداره‌ي منزل و ترسيم خط مشي درست براي آن جهت حل مشكلاتي که روياروي تک تک افراد خانواده مي‌گردد و ايجاد تعادل درميان مسئوليت فرد به نسبت خانواده و مسؤليت خانواده به نسبت وي.

عملکرد اداره‌ي منزل طي پنج مرحله تکميل مي‌شود که از اين قرار مي‌باشند: تعيين و محدود ساختن هدف، برنامه ريزي و ترسيم خطوط و راهکارها، اجرا و تنفيذ مفاد آن‌ها، زمانبندي مناسب، و البته اين کارها را همراه با رعايت پايبندي به بنيان‌هاي عملکرد اداره‌ي خانه همچون:

\* ارزيابي اهميت وقت و زمان، تلاش هر کدام از افراد خانواده در اين جهت.

\* مراعات کارايي و سطح توانايي افراد.

\* به حساب آوردن موقعيت‌هاي دشوار و ناخوشايند.

\* معين ساختن اندازه و گنجايش مسائل و مفاد برنامه و تقسيم بندي آن‌ها به موارد انساني و موارد غير انساني.

مثلاً از جمله موارد انساني: مهارت‌ها، توانايي‌ها، گرايش و استعداد و رويکردهاي آنان.

همچنين از جمله موارد غير انساني: وقت و امکانات مالي، دارايي‌ها و تسهيلات موجود در جامعه.

برخي عوامل در مسائل مربوط به خانواده دخيل و موثر مي‌باشند، مواردي مانند: سطح زندگي خانواده، اندازه‌ي بزرگي يا کوچکي منزل، محل سکونت، محله‌اي که در آن زندگي مي‌کنند و ديگر موارد.

راهنمايي استفاده صحيح از مواد غذائي:

با رعايت نکات و گام‌هاي معيني مي‌توان به نحو احسن از مواد غذايي مورد نياز بهره برد:

- داشتن شناخت از نيکويي و شايستگي کالاها و قيمت آن‌ها.

- شناسايي جايگزين‌هاي اساسي کالاها، تا بتوان در مواقعي که کالاي مورد نظر دردسترس نبوده يا قيمت آن‌ها بالا برود از جايگزين‌هاي آن استفاده کرد.

- نيافتادن در دام تبليغات، با توجه به اينکه گاهي وقت‌ها به صورت معکوس عمل مي‌کنند و هدف آنان تنها تحت تاثير قرار دادن مردم براي خريد موارد غير ضروري مي‌باشد.

- دقت کردن در خريد مايحتاج اساسي منزل به قدر احتياج و پرهيز از خريد بيش از مورد نياز.

- به همراه داشتن پول کافي و متناسب با درآمد خانواده و اشيائي که در بازارهاي نزديک به منزل موجود مي‌باشد.

- مراعات وقت شناسي مناسب براي خريد مايحتاجات، در برخي از فصول و زمان‌ها قيمت برخي کالاها پايين مي‌آيد، مثلاً مي‌توان مقادير زياد گوجه فرنگي را خريداري نموده و آن را به رب گوجه تبديل نمود، تا بتوان در اوقاتي که قيمت آن‌ها بالاتر مي‌رود از آن استفاده نمود.

- خودداري از پختن مقادير بيش از حد مورد نياز غذا، و نيز لزومي ندارد در يک وعده‌ي غذايي انواع مواد خوراکي را پخت و آماده نمود.

- استفاده از باقيمانده‌هاي غذا به جاي راحت ساختن خود از دست آن‌ها.

- از ديگر راهنمايي‌هايي که لازم است به آن دقت شود آن است که بخش‌هاي زيادي از ميوه‌ها را به همراه پوستشان دور نيانداخت.

- موقع آماده ساختن غذا و آن را فقط به اندازه‌ي نياز تهيه نماييد. دين اسلام ما را متوجه مي‌سازد که لقمه خود نعمتي از جانب خداوند است که بايد از آن مراقبت و نگهداري نمود. چنانچه رسول الله مي‌فرمايند: «إِذَا سَقَطَتْ مِنْ أَحَدِكُمُ اللُّقْمَةُ فَلْيُمِطْ مَا كَانَ بِهَا مِنْ أَذًى ثُمَّ لْيَأْكُلْهَا وَلاَ يَدَعْهَا لِلشَّيْطَانِ فَإِذَا فَرَغَ فَلْيَلْعَقْ أَصَابِعَهُ فَإِنَّهُ لاَ يَدْرِى فِى أَىِّ طَعَامِهِ تَكُونُ الْبَرَكَةُ». يعني: «هرگاه لقمه‌ي يکي از شما افتاد، بايد آن را بگيرد و خاشاک آن را دور کند و باز آن را خورده و براي شيطان نگذارد، و چون فارغ شد، بايد انگشتان خود را بليسد، زيرا او نمي‌داند که در کدام بخش طعام او برکت نهاده شده است». [مسلم]

- استفاده از لوازم خانگي نشکن در هنگام پخت غذا و استفاده از لوازم قيمتي به مناسبات محدود شود.

راهنمايي استفاده‌ي صحيح از پوشاک و البسه:

- آشنايي بانوي خانه به کارهاي دستي مانند: خياطي و برش پارچه و لباس و گلدوزي از جمله مواردي است که به استفاده‌ي درست از لباس‌ها کمک مي‌نمايد. به صورتيکه مي‌توان بخش زيادي از منابع مالي که براي خريد لباس‌هاي آماده صرف مي‌شد را پس انداز نمود.

- خريدن باقي مانده‌هاي پارچه‌ي دکان‌هاي پارچه فروشي به قيمت ارزان و به رنگ‌هاي متفاوت براي آماده نمودن لباس‌هاي بچه گانه.

- موقع بروز پارگي يا بريدگي در بخشي از لباس‌ها بايد سريعاً به ترميم آن اقدام نمود تا از نابودي کامل آن جلوگيري شود. همينطور درصورت بروز شکاف در دوخت‌هاي لباس نيز دوخت مجدد و اصلاح آن‌ها از هزينه نمودن جهت خريد لباس‌هاي تازه پيشگيري مي‌کند.

- مراعات روش‌هاي درست شستشو، اتوکشي و آبکشي لباس‌ها، براي آنکه بتوان لباس‌ها را براي مدت طولاني محافظت نمود.

- مي‌توان لباس‌هاي کودکان بزرگ‌تر را به تن کودکان کوچک‌تر نمود تا از صرف هزينه‌ي اضافي براي خريد لباس‌هاي جديد جلوگيري شود، البته به شرط رعايت جنبه‌هاي تربيتي، مثلاً نبايد تمام لباس‌هاي برادر کوچکتر لباس‌هاي اضافي برادر بزرگ‌تر باشد، چون اين عمل بيانگر رفتار تبعيض گرايانه بين برادارن است که باعث ايجاد کينه و دشمني بين برادران مي‌گردد. وقتي که لباس‌هاي برادر بزرگ‌تر به وي داده مي‌شود بايد وي را براي قبول اين لباس‌ها به عنوان امانت توجيه نمود. اين عمل با کاشتن نهال دوستي و محبت بين براردان و توضيح اين نکته خواهد بود که تبعيضي درميان نبوده و برادرش لباس‌هاي مذکور را از سر لطف و محبت به وي داده‌است.

راهنمايي استفاده‌ي درست از وسايل برقي منزل:

خداوند متعال با علم و دانش بر سر بشريت منت نهاد. از آثار اين علم انواع اختراعات جديدي است که به رفاه و راحتي زندگي انجاميده است و از صرف انرژي‌هاي بشري فراوان جلوگيري کرده است. لذا بايد از وسايل برقي به خوبي محافظت و مراقبت به عمل آورده و راه درست استفاده از اين دستگاه‌ها را آموخت. در زير برخي دستورالعمل‌هاي کلي در اين باره ذکر شده است:

- خواندن بروشور طرز استفاده که همراه وسايل مي‌باشد.

- توجه به تمييزي و نظافت وسايل.

- استفاده‌ي صحيح از دستگاه‌ها و خودداري از تحمل کار بيش از اندازه بر آن‌ها.

در اينجا چند توصيه‌ي مفيد را در مورد استفاده از برخي از دستگاه‌هاي برقي بيان مي‌شود:

**يخچال:**

براي مراقبت از سلامت يخچال موارد زير رعايت شوند:

- يخچال را در مکاني قرار دهيد که از حرارت و گرما دور بوده و نيز با فاصله‌ي مناسب از ديوار قرار داشته باشد.

- آب نمودن زود به زود برف و يخي که در درون يخچال متراكم شده است و براي اين عمل از بکار بردن چاقو و اشياء تيز خودداري کنيد، چرا که اين عمل ممکن است باعث ايجاد سوراخ در لوله‌هاي گاز خنک کننده (گاز فريون) شده و باعث از کار افتادن موتور خنک کننده شود.

- از باز کردن درب يخچال به دفعات زياد يا باز نگاه داشتن آن مثلاً براي نوشيدن آب يا شربت خودداري شود. بهتر است از ظروف بزرگ‌تر براي نوشيدن آب در خارج از يخچال استفاده شود.

- از انباشتن بيش‌تر از حجم مقرر اغذيه در يخچال خودداري کنيد.

- هنگام مسافرت يخچال را تمييز کنيد، برق آن را از پريز بيرون بکشيد و درب آن را باز بگذاريد.

- وارسي هرازچند گاه چارچوب آهن ربايي درب يخچال، به اين ترتيب که صفحه‌اي را بين درب و بدنه‌ي يخچال قرار مي‌دهيم و در صورت باز شدن آن به آساني معلوم مي‌شود که چاچوب بايد عوض شود.

- قرار دادن درجه‌ي خنک کنندگي يخچال بر روي درجه‌ي مناسب.

- چنانچه يخچال به هر دليلي خالي باشد لزومي ندارد که روشن بماند.

- قرار دادن وضع يک تکه ذغال چوب در درون يخچال براي جذب بوهاي نامطبوع آن.

**ماشين لباس شويي:** از جمله دستگاه‌هايي است که از صرف انرژي بسيار در خانه براي شستشوي لباس‌ها جلوگيري مي‌نمايد. بنابراين بايد در مراقبت آن دقت ويژه‌اي اعمال شده و سعي شود به طريق درست از آن استفاده شود. از جمله مواردي که بايد مورد توجه قرار بگيرند:

- از سالم بودن اتصالات برقي مطمئن شويد. زير آن پايه‌ي چوبي يا کائوچويي قرار دهيد تا ماشين را در حين شستشو پابرجا نگهداشته و از هرنوع آسيب الکتريکي و غيره محافظت نمايد.

- پس از اتمام عمليات شستشو آب داخل آن از طريق لوله‌ها خالي شود و آثار کف از آن به خوبي پاک شود.

- خودداري از خيساندن لباس‌ها در ماشين لباس شويي به مدت زياد، براي آنکه املاح و صابون بر جداره‌هاي آن رسوب نموده و باعث خرده شدن آن مي‌گردد. بهتر است لباس‌ها را در ظرفي ديگر بخيسانيد.

- استفاده از آب داغ و پاک در شستشو.

**ماشين ظرفشويي:** بهتر است هنگام استفاده از اين دستگاه نکات زير را مدنظر قرار دهيد:

- سعي شود از آب داغ و تمييز استفاده شود.

- باقي مانده‌هاي غذا و غذاهاي سوخته را از ظروف پاک نماييد قبل از آنکه آن‌ها را در ماشين ظرفشويي قرار دهيد.

- استکان‌ها و ظروف را با فاصله از هم قرار دهيد، به گونه‌اي که بيشترين مقدار آب به آن‌ها برسد.

- قرار دادن مقدار مناسب ماده‌ي شوينده در دستگاه تا براي عمليات شستشو کفايت کند، براي آنکه با ريختن مقدار اندک ظروف به خوبي پاک و تمييز نخواهند شد.

**اجاق گاز و گاز فر:** جهت حفظ و نگهداري اين وسيله موارد زير را رعايت فرماييد:

- عدم نشت گاز، براي پيش گيري از حوادث و خطرات ناگوار، براي اين کار از طريقه‌ي روشن کردن شعله‌هاي آن به خوبي آگاه شده و از سالم بودن لوله‌هاي گاز متصل به دستگاه و محکم بودن آن‌ها اطمينان حاصل نماييد.

- هنگام خاموش شدن ناگهاني شعله از روشن نمون کبريت يا فندک خودداري نموده و ابتدا شير گاز را ببنديد و هواي آن مکان را تهويه نماييد.

- نظافت اجاق گاز، قسمت‌هاي داخلي و خارجي آن، براي آنکه باقي مانده‌ي غذا و پخت و پز باعث انسداد شعله‌ها نشود.

**چرخ گوشت:** درباره‌ي اين وسيله موارد زير رعايت شود:

- اگر چرخ گوشت دستي باشد بايد قسمت‌هاي آن را با آب و پودر به خوبي شسته و خشک نماييد ولي چنانچه وسيله برقي باشد بهتر است به جز قسمت موتور دستگاه بقيه‌ي اجزا شسته شوند و البته قبل از هر چيز دستگاه را از برق خارج نماييد و قسمت موتور را تنها با يک تکه پارچه‌ي خيس با آب و ماده‌ي شوينده تمييز نماييد.

- تيغه‌ي دستگاه را هر از چند گاهي بايد تيز نمود تا کارآيي آن بهتر شود. لازم است از روشن نگاه داشتن دستگاه به مدت زياد و مداوم خودداري شود چون باعث گرم شدن موتور آن و احتمالاً سوختن آن گردد.

- از قرار دادن قسمت‌هاي سفت مانند استخوان به همراه گوشت خودداري کنيد و همچنين از بکار بردن قاشق چوبي جهت بيرون کشاندن گوشت و براي مراقبت از سالم ماندن چرخ اجتناب نماييد.

- از بکارگيري چرخ گوشت براي مواردي که جزو کارکرد آن نمي‌باشند خودداري شود.

**مخلوط کن:** در مورد اين دستگاه بايد نکات زير رعايت شوند:

- قرار دادن اندازه‌ي مناسب از خوراکي در درون آن.

- قرار ندادن موتور دستگاه در معرض آب و موقع شستشو به تمييز نمودن آن با يک تکه پارچه‌ي خيس اکتفا شود.

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

- سعي کنيد مخلوط کن در وضعيت متعادلي قرار گرفته و در حين کارکردن به يک سمت متمايل نباشد.

**دستگاه آب ميوه‌گيري:** از اين دستگاه براي گرفتن آب ميوه‌ها و رب گوجه و غيره استفاده مي‌شود.

براي مراقبت از آن لازم است به اين موارد توجه شود:

- توجه ويژه به تيغه‌ي دستگاه و پاک کردن و خشک نمودن آن پس از هربار استفاده.

- هنگام شستشوي دستگاه تنها قسمت فوقاني ان شسته شده و قسمت موتور آن را تنها با يک دستمال خيس تمييز نماييد براي آنکه نفوذ آب به داخل موتور آن را از کار مي‌ازندازد.

- اين دستگاه را نيز نبايد به طور مداوم و به مدت زياد روشن نگاه داشت، اين عمل باعث افزايش بيش از حد درجه حرارات موتو شده و به سوختن آن مي‌انجامد.

**پنکه:** از اين وسيله در روزهاي گرم تابستان استفاده مي‌شود تا از گرماي شديد کاسته شود، موقع استفاده از اين وسيله نيز رعايت يک سري نکات الزامي است:

- آن را از تنها از قسمت بيروني و به وسيله‌ي يک تکه پارچه‌ي لطيف و خيس تمييز نماييد.

- در صورت کثيف شدن پره‌هاي آن مي‌توان رويه‌ي خارجي را جدا نموده و پره‌ها را تمييز نمود.

- از قرار دادن موتور آن در معرض آب جلوگيري شود چون باعث خرابي موتور مي‌شود.

- روغن کاري بادبزن برقي سالي يک بار توسط فرد مجرب انجام مي‌شود.

**دستگاه تهويه‌ي هوا:** جهت محافظت از دستگاه تهويه دستورالعمل‌هاي زير را مورد توجه قرار دهيد:

- نپوشاندن رويه‌ي دستگاه با هر چيزي تا از عبور و مرور هوا جلوگيري نشود.

- استفاده از سيم‌هاي برق مناسب و اتصالات رقي مطمئن براي انکه بتواند کشش لازم را براي کار دستگاه فراهم آورد.

- مي‌توان براي روفتن گرد و غبار روي آن و نظافت دستگاه از جارو برقي نيز استفاده نمود.

- صافي تصفيه‌ي هوا هراز چند گاهي و مطابق بروشور مربوطه بايستي تعويض شود.

- هرگاه صداي عجيب و غريبي از دستگاه بلند شود بايد بلافاصله آن را از برق جدا نمود و به تعميرکار متخصص نشان داده شود.

**دستگاه جارو برقي:** براي آنکه بتواند براي مدت بيشتري براي ما کار کند اين نکات رعايت شوند:

- تخليه‌ي كيسه‌ي گرد و غبار جاروبرقي زماني که تا نصف پر شود.

- به صورت مرتب فيلتر جاروبرقي را با استفاده از يک برس نرم پاک کرده و ديگر اجزاي داخلي جارو را نيز تمييز نماييد.

- لوله‌ي فنري جارو را درصورت از دست رفتن حالت اصلي و نرم شدن آن و يا در صورت درازتر شدن طول آن تعويض نماييد.

- جارو توسط فرد مجربي به صورت مرتب روغن کاري شود.

**اتو:** براي محافظت از آن بهتر موارد زير را در نظر داشته باشيد:

- اتو را با پارچه‌اي خيس با آب و صابون گرم تمييز نماييد و از بکارگيري پارچه يا مواد زبر ديگر در انجام اين کار خودداري نماييد تا لطافت سطح آن خراب نشود.

- اتو را تا وقتي کاملاً خنک نشده است سرجايش نگذاريد. آنگاه مي‌توانيد سيم آن را بدورش پيچيده و آن را برداريد.

- سيم برق دستگاه را هنگام پر کردن انبار آب اتو و يا خالي نمودن آن از پريز بيرون بکشيد.

- بهتر است انبار آب اتو را با آب پاک و مقطر پر کنيد. اين کار از ايجاد رسوبات در داخل آن و پيش آمدن اخلال در عملکرد اتو جلوگيري نموده و سرعت تبخير آب نيز (بدليل وجود املاح در آن) پايين نمي‌آيد.

- اتو را هنگام روشن بودن آن چنان قرار دهيد که از نيافتادن آن اطمينان داشته باشيد.

- براي جلوگيري از زنگ زدن اتو در اثر عدم استعمال آن براي مدت طولاني اتو را با لايه‌اي از وازلين يا پارافين چرب مي‌کنند. مي‌توان از يک سمباده‌ي نرم براي زدودن زنگ اتو استفاده کرد.

**چرخ خياطي:** از جمله لوازم ضروري خانه مي‌باشد که وجود آن در منزل توصيه مي‌شود. جهت نگهداري هرچه بهتر از اين وسيله موارد زير را رعايت نماييد:

- پوشانيدن وسيله در مواقعي که از آن استفاده نمي‌کنيد. همچنين بايد آن را با روغن مخصوص مرتباً روغن کاري نماييد.

- روغن اضافي و گرد و غبار موجو در آن را پاک نماييد تا در حين خياطي پارچه را خراب نکند.

- استفاده از نخ مناسب و نگاهداشتن مسير پارچه براي تسهيل کار دوزندگي ماشين.

- استفاده از سوزن‌هاي مناسب براي انواع از پارچه.

- مراقب توازن رکاب چرخ در حين فشار دادن پا بر آن باشيد (در صورتي که چرخ شما فاقد موتور باشد)، به طوريکه پاهايتان به صورت افقي بر آن قرار گيرند و پاي راست کمي بر قسمت پايين سمت راست و پاي چپ بر قسمت بالايي قسمت چپ قرار بگيرد. هنگام کار با چرخ خياطي که از موتور برقي استفاده مي‌کند نيازي به اين رکاب نمي‌باشد و تسمه‌ي موتور خودش کار را انجام مي‌دهد.

ترجمه: مسعود

مصدر: سايت نوار اسلام

IslamTape.Com

خانه‌ي ما منظم است

خانه‌ي يک مسلمان بايد همواره منظم باشد و نشانه‌ي پاکيزگي، زيبايي و سادگي در آن ديده شود. خانواده‌ي مسلمان بخشي از وقت و انرژي خود را صرف سامان دهي خانه و اتاق‌هاي خويش مي‌نمايند.

بطوريکه فضا و موقعيت هرکدام از اتاق‌ها با کاربرد و استفاده‌ي آن متناسب باشد. همچنين خانواده‌ي مسلمان بايد به سامان دهي همه‌ي اتاق‌ها و نظم و ترتيب موجود در آن‌ها، با چيدن مناسب اسباب و اثاثيه‌ي هر اتاق، توجه نمايد تا بتواند به نتيجه و منظور مطلوب آن مکان دست يافته و آسودگي و زيبايي آن براي کسي که آن را مي‌بيند معلوم باشد...

هر کدام از اتاق‌هاي خانه به تناسب کارکردي که دارد شأن و اهميت خاص خود را دارد. هر کدام از اشياء خانه بايد مکان مشخص خود را داشته باشد تا هنگام نياز بتوان آن را پيدا نمايد. بهتر است اشياء مشابه را کنار هم و در يک‌جا گرد آورد، مثلاً سوزن‌هاي خياطي و نخ و غرغره‌ها در يک مکان نگاه داشته شوند، وسايل بهداشتي در يک جا و .... نظم و ترتيب حاصل از اين حسن سليقه‌ي فرد باعث بازيافتن وقت و زمان از دست رفته‌اي خواهد شد که صرف جستجو و پيدا کردن اشياء در موقع نياز مي‌شود.

**اتاق خواب:** خواب يکي از نيازهاي طبيعي و ضروري انسان است و اتاق خواب مکاني است که به دنبال کسب آرامش و راحتي به آن پناه مي‌برد. بنابراين اصولاً بايد جاي دنج و آرامي را در منزل براي آن در نظر گرفت که از خيابان اصلي دور بوده و داراي فضاي مناسبي براي چيدن درست و منظم اسباب و لوازم باشد و بتوان هر از چند گاهي تغييري را در دکوراسيون لوازم و چيدمان آن‌ها داد.

بهتر است که اندازه و نوع اسباب و وسايل اتاق خواب متناسب با فضاي آن بوده و با کارکرد اتاق همخواني داشته باشد. بگونه‌اي که به راحتي بتوان به مرتب کردن و آراستن آن پرداخت و در آن سليقه بکار برد، اما اين موضوع در تضاد با پرهيز از افراط در خريد وسايل و اسباب گرانقيمت نمي‌باشد. بهتر است اتاق خواب با پرده‌هاي مناسب آراسته گردد تا هم به بازتابيدن سکون و زيبايي اتاق و هم به آرامش روحي و پوشيده نگاه داشتن آن از ديد نامحرم کمک کند.

تهويه مناسب براي اتاق خواب نيز از ضروريات آن مي‌باشد. تهويه‌ي مناسب به بهداشت و سلامتي خانواده کمک مي‌نمايد. سعي شود اتاق خواب‌ها به اندازه‌ي کافي آفتاب‌گير باشند و فرش‌هاي منزل در طول روز مدتي در معرض نور آفتاب قرار گيرند. نور اتاق خواب بايد ملايم باشد تا باعث آرامش و راحتي بيشتر گردد. سعي شود فرش‌هاي اتاق خواب متناسب با ذوق و سليقه‌ي زوجين باشد.

**اتاق بچه‌ها:** بهتر است اتاق ويژه‌اي براي بچه‌ها در نظر گرفته شود. البته بستگي به امکانات و توان مالي خانواده دارد. اتاق مخصوص براي کودکان در درون آنان حس اعتماد به نفس و استقلال را پرورش مي‌دهد. بهتر است اتاق آنان به اندازه‌ي و متناسب با جست و خيز و بازي کودکان بوده و نزديک جايي که مادرش آنجا است باشد تا بتواند به آن‌ها رسيدگي نموده و همواره زير نظر وي باشند.

اسباب و لوازم اتاق بچه‌ها ساده و درحد نيازهاي آنان بوده و اتاق را با انباشتن از اثاثيه برايشان تنگ و شلوغ نکنيد و سعي کنيد آن‌ها را ثابت و محکم نماييد تا در نتيجه‌ي جنب و جوش و حرکت زياد بچه‌ها مشکلي ايجاد ننمايند. به ياد داشته باشيد که بهتر است لوازم اتاق بچه‌ها از مواد شکستني انتخاب نشود بلکه از جنس چوب يا پلاستيک باشد. رنگ فرش و لوازم اتاق کودکان از رنگ‌هاي تند و روشني مانند قرمز، زرد و متناسب با ذوق و روحيات کودکان باشد.

ديوارهاي اتاق را نيز به رنگهاي شاد مانند شيري روشن، مغزپسته‌اي يا سبز روشن درآوريد و بايد درنظر داشته باشيد که رنگ سقف هميشه سفيد انتخاب شود. رنگ بکار رفته را از موادي باشد که به سهولت قابل شستشو بوده و دوام مناسبي داشته باشد.

نور کافي براي اتاق کودکان در حفظ سلامتي و بينايي آن‌ها اهميت زيادي دارد. سعي کنيد از لامپ‌هايي با نور سفيد (و زرد باهم) مانند لامپ‌هاي فلورسنت استفاده نموده و چراغ خوابي را هم براي شب‌ها در نظر بگيريد براي آنکه وقتي کودک از خواب برخاست از تاريکي اتاقش نهراسد. درصورت وجود بيش از يک کودک در اتاق لوازم هرکدام درحدامکان از لحاظ شکل، اندازه، کيفيت و رنگ با هم در يک سطح باشند تا هيچ‌يک نسبت به ديگري احساس حسادت يا خودبرتربيني ننمايد.

وقتي در خانواده چند دختر و پسر وجود داشته باشند، جدا ساختن مکان خواب‌هاي آن‌ها شرعاًً لازم است و حتماً بايد در سن ده سالگي آن را رعايت نمود و قبل از اين سن هم جدا نمودن اتاق‌هايشان بهتر است. بطوريکه جايي براي پسران و بخشي براي دختران اختصاص داده شود. پيامبر در اين باره چنين مي‌فرمايد: «مُرُوا أَوْلاَدَكُمْ بِالصَّلاَةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ وَاضْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرِ سِنِينَ وَفَرِّقُوا بَيْنَهُمْ فِى الْمَضَاجِعِ». يعني: «اولاد خود را در هفت سالگي به نماز امر نموده و از ده سالگي به نماز امر نموده و آنها را بخاطر ترک نماز بزنيد وخوابگاهشان را جدا کنيد». [أبو داود]

چنانچه به دليل محدوديت فضاي منزل امکان جدا نمودن اتاق دختران و پسران نباشد، مي‌توان اين مشکل را با به کارگيري تخت خواب‌هاي دوطبقه حل نمود و دخترها در طبقه‌ي بالا جا بگيرند و يا مي‌توان با پرده يا ديوار متحرک اتاقشان را ازهم مجزا ساخت.

**اتاق پذيرايي از مهمان‌ها:** در آن از مهمانان و کساني که براي ديد و بازديد مي‌آيند استقبال و پذيرايي به عمل مي‌آيد، بنابراين بايد نسبت به نظم و فراهم آوردن اسباب و لوازم راحتي و آراستگي آن توجه نمود و اين کارها جزئي از مهمان نوازي صاحبخانه است. پيامبر خدا فرموده است: «مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الآخِرِ فَلْيُكْرِمْ ضَيْفَهُ». يعني: «هركس كه به خدا و روز قيامت، ايمان دارد، مهمان‌اش را گرامي بدارد». [متفق عليه] سعي شود حتي الامکان اتاق مهمانان از باقي اتاق‌هاي منزل جدا و مستقل بوده و دور از ورودي بقيه‌ي اتاق‌ها باشد تا کسي که به ديدن شما مي‌آيد با اهل خانه و نامحرمان آن مواجه نگردد.

**اتاق نشيمن:** مکان اصلي خانه است که افراد خانواده بيشترين وقت خود را آنجا سپري مي‌کنند، بنابراين بايد توجه ويژه‌اي به آن داشت و به سادگي، استواري و دوام لوازم آن و همچنين انتخاب رنگ تيره براي آن تا بر اثر استفاده‌ي مداوم و بسيار رنگ روشن آن تغيير نيابد.

**اتاق يا بخش غذاخوري در منزل:** بهتر است که در منزل جاي خاصي را براي صرف غذا در نظر گرفت و وسايل و لوازم مورد نياز غذاخوري در آن موجود باشد. لازم است نسبت به نظم و ترتيب و هماهنگي آن به گونه‌اي دلنشين و زيبا اهتمام داشت. اسباب و لوازم آن به صورتي سازمان دهي کرد که به آساني بتوان در آن حرکت نمود و نزديک آشپزخانه باشد تا غذا راحت‌تر و سريع‌تر به آنجا منتقل گردد.

**آشپزخانه:** بهتر است بگونه‌اي مجهز شده باشد که در هنگام کار، با فراهم بودن انواع لوازم پخت و پز و نظم و ترتيب آن‌ها به صورتي زيبا و باسليقه، منجر به راحتي بيشتر گردد. همچنين جايي را براي انبار مواد غذايي درنظر بگيريد.

**مي‌توان آشپزخانه را به دو بخش تقسيم کرد، بخش نخست:** مخصوص انبار ظروف و لوازم پخت و پز. بخش دوم: براي آماده‌سازي و پختن غذا. بهتر است اين بخش داراي يک کابينت يا قفسه‌اي براي گذاشتن سيني و ديگر ظروف را بر آن بگذارند. بايد هرکدام از لوازم در جاي مناسبي نصب شوند. مثلاً اجاق گاز نزديک تهويه‌ي مناسب يا زير هود (براي خروج بخار و گرماي گاز) بوده و يخچال در مکاني دور از اجاق گذاشته شود.

مي‌توان از قفسه‌هاي چوبي بر ديوارهاي آشپزخانه براي قرار دادن اشيائي که کم‌تر مورد نياز مي‌باشند استفاده نمود. همچنين مي‌شود از طاقچه يا رديف بزرگي زير سقف به عنوان انباري بهره گرفت، بويژه در مکان‌هاي تنگ. البته بايد نسبت به تهويه‌ي مناسب آشپزخانه، تابش نور کافي، رنگ کاري ديوارهاي آن با نوعي رنگ که به سادگي قابل شستشو و پاک شدن بوده و مواد و ذرات چرب به آن نچسبند. گرچه بهتر است در صورت امکان آشپزخانه را کاشي کاري نمود تا بتوان به آساني و با آب و مايع شستشو ديوارها را شست.

**دستشويي:** يکي از جاهايي است که نيازمند توجه ويژه است، تا بوي ناخوشايند آن جو خانه را متاثر ننمايد. بنابراين در پاکيزه نگاه داشتن و تهويه‌ي مناسب آن کمال دقت و توجه به عمل بيايد. اين کار را مي‌توان با بازگذاشتن روزانه‌ي پنجره‌ها به مدت کافي يا با استفاده از دستگاه‌هاي تهويه‌ي برقي انجام داد. بهتر است ديوارهاي حمام با کاشي و سراميک پوشانده شود تا راحت‌تر تمييز شده و آب و رطوبت موجود آن را خراب نکند.

کاسه‌ي روشويي کمي گود باشد ولي ارتفاع آن متوسط باشد و آينه را کمي دورتر از شيرهاي آب نصب کنيد تا آب موجب خرابي آن نشود.

**کتابخانه:** شايسته است که خانواده نسبت به داشتن يک کتابخانه‌ي شامل انواع کتاب‌هاي اسلامي و علمي، اگرچه به اندازه‌ي کوچک، کوشا باشند تا در آن انواع کتاب‌ها، مجلات و برخي نوارهاي ويدئو و کاست را در حدامکان گردآوري نمايند. لزومي ندارد که اين کتابخانه در يک جا جمع شده باشد، بلکه مي‌توان، برحسب نياز و ذوق افراد خانواده و درنظر گرفتن تعداد آن‌ها و سن و سالشان، آن را در مکان‌هاي مختلف داير نمود.

کتابخانه‌ي موردنظر مي‌تواند از چند قفسه‌ي ثابت يا متحرک يا يک يا چند کمد ديواري و مانند آن تشکيل شده باشد. بهتر است کتابخانه دردسترس و ديدرس بوده تا استفاده از آن آسان‌تر و بيشتر باشد.

**جعبه‌ي کمک‌هاي اوليه:** نبايد خانه از وجود يک داروخانه‌ي خانگي محروم باشد، چون فوايد زيادي دارد. جعبه‌ي مذکور بايد حاوي انواع داروهاي مسکن و غيره باشد و بتوان به عنوان کمک‌هاي اوليه در صورت بروز حوادث از آن استفاده کرد، اقداماتي همچون پانسمان زخم‌ها و تسکين دادن برخي دردها. جعبه‌ي کمک‌هاي اوليه بايد در مکاني قابل دسترس که به خوبي ديده شود قرار گيرد تا در هنگام نياز بتوان به سهولت از آن استفاده نمود. اما بگونه‌اي باشد که از دسترس اطفال به دور باشد. همچنين بايد اسم داروها بر روي شيشه‌ها و ظروف دارو با خطي واضح نوشته شود و داروهاي سمي با برچسبي قرمز رنگ از بقيه جدا شود.

**سازمان دهي زمان:** نظم و سازمان دادن زمان و استفاده‌ي بهينه از آن بهترين چيزي است که به خانواده‌ي مسلمان کمک مي‌کند تا به خواسته‌هايش دست يابد. زمان همان عمر آدمي است، دين اسلام بسيار بر سامان دهي آن و حفاظت از آن تاکيد نموده و براي ما اوقاتي را براي نماز، حج، روزه و بسياري ديگر از عبادات مشخص نموده است و به ما توصيه مي‌کند تا از راه حرکت خورشيد و ماه و آمدن پياپي شب و روز به شناسايي زمان بپردازيم. جايي که خداوند متعال مي‌فرمايد: ﴿ٱلشَّمۡسُ وَٱلۡقَمَرُ بِحُسۡبَانٖ ٥﴾ [الرحمن: 5]. يعني: «خورشيد و ماه بر حسابى [روان]اند». همچنين مي‌فرمايد: ﴿وَلِتَعۡلَمُواْ عَدَدَ ٱلسِّنِينَ وَٱلۡحِسَابَ﴾ [الإسراء: 12]. يعني: «و تا شماره سال‌ها و حساب [عمرها و رويدادها] را بدانيد».

هريک از اعضاي خانواده بايد بکوشند تا وقتشان را در مسائل ‌بي‌فايده صرف ننمايند، چون وقتي روز قيامت فرابرسد از وي خواهند پرسيد که عمر خويش را در چه راهي صرف نموده است؟

برخي مردم به خاطر زياد بودن کار و وظايفي که برعهده دارند احساس کمبود وقت مي‌کنند و برخي ديگر نمي‌دانند اوقات فراغتشان را چه کار کنند و اوقاتشان را چگونه و در چه کاري صرف نمايند. پيامبر مي‌فرمايد: «نِعْمَتَانِ مَغْبُونٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ، الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ». يعني: «درباره‌ي دو نعمت، بسياري از مردم، دچار ضرر و زيان مي‌شوند (از آنها بهره برداري نمي‌كنند): يكي صحت و ديگري، فرا غت است». [البخاري والترمذي وابن ماجه].

انسان مسلمان موظف است که وقت خويش را نظم و ترتيب ببخشد. خوشا به حال خانواده‌اي که تک تک افراد آن دفتر مخصوص خود را داشته و در آن چگونگي سپري نمودن اوقاتش را شرح داده و بهره‌وري از ساعات محدود روزانه را براي خود مشخص ساخته باشد و ساعات روزانه‌اش را براي انجام کارهايي که برعهده‌اش مي‌باشد و امور مورد علاقه‌اش تقسيم کند. با پرکردن چنين جدولي انسان مي‌تواند به اين پرسش مهم پاسخ بگويد: اوقات من چگونه سپري شد؟ و براي هر فردي براساس حجم و نوع کارهايش و با توجه به اندازه‌ي امکانات موجود و مهارت شخص و ميزان همکاري‌هاي ميان وي و ديگران براي به انجام رساندن عمل زمان کافي اختصاص خواهد يافت.

بهتر است که کارها را به کارهاي روزانه، هفتگي يا ماهانه و فصلي تقسيم بندي کرده و براي هر کدام از کارهايش وقت مورد نياز را به دقت و رعايت تعادل ميان اهميت و اولويت آن کار و وقت لازم براي انجام آن تعيين نمايد.

بانوي خانه -مخصوصاً- بايد کارهاي خانه را نظم و سامان داده و براساس برنامه عمل کند تا بتواند موقعي که شوهرش سرکار رفته و فرزندانش در مدرسه هستند به همه‌ي آن‌ها برسد و وقتي که شوهرش به خانه بازمي گردد وقتش تا حدامکان براي او خالي بماند و بين کارهاي خانه و شوهرداري تعادل ايجاد نمايد.

مي‌توان از تعطيلات و مرخصي‌ها براي جمع نمودن افراد خانواده و رفع مشکلات آن‌ها و تفريح و سرگرمي خانواده استفاده نمود. در يک خانواده‌ي اسلامي بايد اوقات کودکان را هم تنظيم کرده و سعي شود به آنان در بهره بردن هرچه بيشتر از زماني که دارند کمک شود تا از همان کودکي دقت و نظم را در زندگي خويش بياموزند.

بعضي از کارها موجب از دست رفتن زمان مي‌شوند که مي‌توان از اين حالت جلوگيري نموده و وقت زيادي را براي خود نگاه داشت. از جمله‌ي اين کارها:

- پرهيز از گفتگوي بسيار و غيرضروري درباره‌ي تلويزيون و ديگر وسايل.

- پرهيز از افتادن در رودربايستي موقعي که مهماني در زمان نامناسب و يا بدون برنامه‌ريزي بيايد، که به آن‌ها اجازه‌ي دخول بدهد. چون اين کار باعث مي‌شود انسان از انجام کارهاي مهم‌تر در زمان و ساعت معين آن باز بماند.

- اولويت بندي و زمانبندي کارهايي که به هم ديگر مربوط بوده و انجام آن‌ها باهم، براي اختصار در وقت و انرژي.

- دوري از تماشاي زياد تلويزيون و ويدئو و ديگر وسايل سرگرمي که در بسياري از اوقات تنها باعث اتلاف وقت مي‌شود.

- عدم خروج از منزل براي موارد غير ضروري و وقتي نيازي به بيرون رفتن نباشد. اين کار وقت و انرژي زيادي را ‌بي‌جهت به خود اختصاص مي‌دهد.

- برنامه‌ريزي دقيق براي کارهاي مختلف، مي‌توان از يک جدول برنامه‌ريزي توضيحي نيز کمک گرفت که در آن کارهاي موردنظر روزانه، هفتگي يا ماهانه قيد شده باشد و به طور تخميني مدت زمان موردنياز هر کدام را نيز ذکر کرده باشد و نيز بيان شود که چه زمان‌هايي براي اجراي آن‌ها مناسب‌تر است. هربار که کاري را به انجام رسانيد در برابرش علامتي بگذارد و ببيند کدام کارها را هنوز انجام نداده‌است و از خود سؤال کند که چرا نتوانسته است آن‌ها را به موقع کامل کند؟ و برنامه‌ريزي مجددي براي به انجام رسانيدن آن کارها صورت داده و يا در صورت عدم ضرورت آن را لغو نمايد.

شايسته است که اين جدول زمانبندي يک روز پيش‌تر تهيه شده و در آن اوقات عبادت را نيز درنظر بگيرد. مانند: نمازهاي پنجگانه، زمان‌هاي افطار و سحري در زماني که روزه باشد و اوقات غذا خوردن در روزهاي عادي. البته در زمانبندي مذکور زماني را هم براي امور غير مترقبه در نظر بگيريد.

ترجمه: مسعود

مصدر: سايت نوار اسلام

IslamTape.Com

خانه‌ي ما پاکيزه است

نظافت و پاکيزگي نشانه‌ي ايمان است. دين مبين اسلام ما را همواره به‌سوي آن دعوت مي‌کند. رسول خدا مي‌فرمايد: «إن الله طَيِّبٌ يحب الطَّيِّبَ نَظِيفٌ يحب النظافة كريم يحب الكرم جَوَادٌ يحب الجُود فنظفوا أَفْنِيَتَكُمْ ولا تَشَبَّهُوا باليهود». يعني: «خداوند تعالي پاک است و پاکي را دوست دارد، پاکيزه است و پاکيزگي را دوست دارد، بخشنده است و بخشندگي را دوست مي‌دارد، پس گرداگرد خانه‌هايتان را پاکيزه نگهداريد و به قوم يهود شباهت مجوييد». [الترمذي] بنابراين خانواده‌ي مسلمان به پاکيزه داشتن خانه‌اش علاقه‌ي خاصي دارد. جايي که پاکيزه و تمييز باشد حس آرامش را به کساني که ساکن آنجا بوده يا به ديدن آن‌ها مي‌آيند القا مي‌نمايد. ارتباط مستقيمي بين پاکيزگي خانه و سلامتي کلي ساکنان آن وجود دارد. خانه‌اي که پاک و تمييز باشد بيانگر شأن و منش ساکنانش مي‌باشد.

با دو راه حل پيش‌گيري و درمان مي‌توان به نظافت و پاکيزگي مطلوب رسيد. پيش‌گيري را مي‌توان با خودداري از انجام کارهايي که منجر به کثيف شدن خانه مي‌شود انجام داد، با گذاشتن يک سطل زباله در هرکدام از اتاق‌ها و صرف غذا در مکان مخصوص آن به گونه‌اي که خرده ريزه‌هاي غذا پراکنده نشده و باعث جمع شدن حشرات نشود.

اما علاج و درمان مي‌تواند از طريق نظافت مداوم روزانه، هفتگي يا ماهانه و برحسب نياز مکان مورد نظر براي نظافت صورت پذيرد.

**نظافت و پاکيزگي اتاق‌هاي منزل:** اتاق‌هاي خانه بوسيله‌ي جارو کشيدن و شستن کف آن‌ها، تکاندن فرش‌ها و دوباره پهن کردنشان انجام مي‌شود. هر هفته يکبار منزل تمييز مي‌شود.

**نظافت حمام:** حمام از جمله مكان‌هايي است که نيازمند توجه و نظافت مستمر مي‌باشد، براي آنکه ناديده گرفتن آن با جمع شدن چرک و بوي نامطبوع در آنجا و موجب پديد آمدن مضرات بهداشتي زيادي مي‌گردد. در مورد کاسه‌هاي روشويي و دستشويي نيز کوشش شود که همواره تمييز باشند و بايد در حين تمييز کردن آن‌ها مراقب بود که خش و خوردگي بر سطح آن‌ها ايجاد نشود و از ابزار شستشوي مناسب براي اين کار استفاده نمود و هرچند وقت يکبار از پاک کننده‌هاي مناسب براي پاک کردن آن‌ها بهره‌گرفت. سعي شود مانع از گرفتگي و ايجاد انسداد در مسير فاضلاب شده و هميشه تمييز و مرتب نگاه داشته شوند.

بايد بطور مداوم و زودبه زود مراقب شيرهاي آب و فلکه‌هاي آن بود تا هم به نظافت منزل کمک نمود و هم مانع از هدر رفتن آب و مصرف بي‌فائده‌ي آن شد. چنانچه در حمام لباسشويي وجود داشته باشد بهتر است هراز چندگاهي جابه‌جا شده و جاي آن تمييز شود تا زير آن آب نمانده و حشرات در آن لانه نکنند. جلوي در حمام يک پادري پهن کنيد تا از نظافت منزل و پاکيزگي آن محافظت شود.

**نظافت آشپزخانه:** آشپزخانه نيازمند توجه ويژه و نظافت بسياري مي‌باشد. براي آنکه پاکيزگي غذا درنتيجه‌ي نظافت و پاکيزگي آشپزخانه به دست مي‌آيد. چنانچه در آشپزخانه حشراتي يافت شوند، نشانه‌ي عدم پاکيزگي مناسب محيط آشپزخانه مي‌باشد و مي‌تواند منبع آلودگي و بوجود آمدن بيماري‌هايي براي ساکنان منزل شود. بنابراين لازم است قفسه‌ها، گوشه و کنارها و تمام زواياي آشپزخانه را حشره‌کش پاشيد و در ضمن آن بايد درب آشپزخانه خوب بسته شود و روي مواد خوراکي و نوشيدني‌ها و غيره را پوشانيد و بعد از مدتي بهتر است آثار اين حشره کش‌ها را هم پاک نماييد.

**از بين بردن لکه‌هاي ايجاد شده بر روي انواع سطوح و کاشي‌ها:** بايد کف منزل بادقت و بطور مداوم تمييز شود و در اين کار بهتر است نسبت به هرکدام از تغيير رنگ‌هاي موجود به گونه‌اي مناسب رفتار نمود ازجمله:

- لکه‌هاي تازه ايجاد شده بر سطح ديوار رنگ شده بوسيله‌ي ماده‌ي تربانتين رفع مي‌شود.

- چنانچه لکه‌ها قديمي باشند با گذاشتن رنگ روغني داغ بر روي آن و باقي ماندن آن در طول شب و سپس کندن رويه‌ي برجسته بوسيله يک کارد برطرف مي‌شود.

- لکه‌ي پديد آمده بوسيله‌ي روغن و چربي‌ها با آب داغ و صابون از ميان مي‌رود، براي آنکه حرارت آن باعث ذوب و حل شدن چربي مي‌شود.

- لکه بر روي سطح سيماني با سرکه‌ي جوشيده رفع مي‌شود.

- لکه‌ي روي سطح گچي بوسيله‌ي سرکه‌ي سرد زدوده مي‌شود.

- لکه‌ي روي کاشي‌ها ناشي از رسوب املاح كلسيوم موجود در آب با استفاده از پارچه‌اي که به سرکه‌ي سفيد آغشته است از بين مي‌رود.

**نظافت وسايل آشپزخانه:**

توجه به پاکيزگي اسباب و وسايل آشپزخانه ضامن سالم بودن غذا و سلامت همه‌ي افراد خانواده مي‌باشد. در زير تعدادي از روش‌هاي نظافت انواع ظروف و وسايل آشپزخانه آمده است:

**نظافت کارد و چاقوها:** براي تمييز کردن کاردها بهتر است بلافاصله پس از هربار استفاده تيغه‌ي آن‌ها را با مايعي ترش مانند ليمو شست و سپس با آب و مايع ظرفشويي آن را شستشو داد و خشک نمود. دسته‌ي کارد به تناسب نوع آن خشک مي‌شود، چنانچه چوبي باشد، با کمي روغن، اگر فلزي باشد مانند ظروف نقره عمل مي‌شود و آن را در مقداري آب جوش به اضافه‌ي يک قاشق بزرگ سرکه و يک قاشق هم بيكربنات سديم براي هر ليتر آب قرار داد.

**شستشوي چيني آلات:** آن‌ها را با آب گرم و مايع ظرفشويي شسته و سپس با آب داغ آب کشي کنيد. اما چيني‌هاي گرانبهاي نقش دار را کرم مايع مخصوص وسايل بماليد و سپس آن را با يک پارچه‌ي نرم برق بياندازيد و با يک فرچه‌ي کمي زبر آثار تيرگي بين نقش‌ها را از بين ببريد، آنگاه چنانچه جزو ظروف خورد و خوراک باشد بايد شسته شوند. لکه بري زير سيگاري جنس چيني به اين صورت است که جاي لکه را خيس نموده و سپس با کمي نمک ريز و نرم آن را بماليد و بعد آن را بشوييد.

**تمييز نمودن ظروف مسي:** پس از اضافه نمودن يک قاشق بزرگ محلول آمونياک به آن، ظرف را با آب و مايع ظرفشويي شسته و سپس آن را به خوبي آب کشي نموده و خشک نماييد. همچنين مي‌توان آن را با ترکيبي از الکل قرمز، آب و آمونياک به اندازه‌هاي مساوي استفاده کرد. اگر قطعه‌ي مسي مورد نظر زياد کثيف باشد بهتر است در نمک و سرکه فروبرده شده و سپس بصورت دايره وار و با ابزار ساينده‌ي ظروف مسي و لايه‌اي از ليمو آن را بماليد تا تمييز شود.

**تمييز کردن ظروف آلومنيومي:** با سيم آلومينيومي و مايع ظرفشويي آن را به خوبي بماليد، تا آنکه صابون باعث مي‌شود رنگ آن به سبز مايل به سياه تغيير کند. وقتي رنگ آلومنيوم سياه شد مي‌توان با جوشانيدن آن در آب و سرکه (به نسبت نصف تا يک سوم با توجه به ميزان مشکي شدن رنگ آن) درخشندگي را به آن بازگرداند. از استفاده از مواد قليايي مانند سودا براي تمييز کردن مواد آلومنيومي خودداري کنيد، چون آسيب زيادي به آن مي‌رساند.

چنانچه به ته ظرف آلومنيومي غذاي سوخته چسبيده باشد، بر روي آن سرکه‌ي صاف شده ريخته و به مدت ده دقيقه بگذاريد بماند، آنگاه آن را به خوبي (با يک چيز زبر) تمييز کرده و به صورت عادي آن را شسته و خشک کنيد.

**تمييز کردن فنجان‌ها و ظروف کريستالي:** با آب گرم و مايع ظرفشويي تمييز شده و سپس با آب سرد و کمي محلول آمونياک يا سرکه، دو قاشق بزرگ براي هر گالن آب، آن را مي‌شويند.

**تمييزکردن شيشه‌ها و تنگ‌هاي آبخوري:** براي برطرف نمودن لکه‌هاي روي شيشه‌هاي تنگ آبخوري قطعات سيب زميني که به شکل مکعب‌هاي کوچک برش داده شده‌اند را درون آن گذاشته و بر تا اندازه‌اي سرکه مي‌ريزيم که روي آن‌ها را بپوشاند سپس خوب به هم بزنيد و آن را يک شب به حال خود بگذاريد صبح روز بعد دوباره آن را به زده و خالي کرده و سپس بشوييد.

مي‌توان آن‌ها را با ريختن کمي شن نرم و تکان دادن تنگ و سپس شستن آن با آب و شن نيز تمييز نمود. همچنين با ريختن يک فنجان سرکه و يک قاشق بزرگ نمک در شيشه و تکان دادن آن و سپس شستن با آن مواد يا با مايع ظرفشويي يا هر مايع شوينده‌ي مناسب ديگري آن را تمييز نمود.

**تمييز کردن ظروف شيشه:** براي زدودن لکه‌هايي که با دست به سختي مي‌توان آن‌ها را پاک کرد، به خاطر دهانه‌ي تنگي که دارند، به يکي از شيوه‌هاي زير مي‌توان اينکار را انجام داد:

- در آن ظرف يک قاشق بزرگ نمک و يک قاشق سرکه و چند برگ تفاله‌ي چاي ريخته و آن را تا نصفش پر از آب مي‌کنيم و به هم مي‌زنيم، بعد به مدت يک ساعت به حال خود گذاشته و سپس آن را مي‌شوييم.

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

- استفاده از شن و آب سرد.

- استفاده از سيب زميني و آب سرد.

**تمييزکاري ظروف طلاکاري شده:** وسايل طلاکاري شده‌اي مانند و دسته هايبراويز را با ماليدن لايه‌اي از ليمو يا پياز به آن مي‌توان تمييز نمود.

**تمييزکاري سيني‌ها:** مانند ظروف کيک يا بيسکويت، که صفحاتي آهني هستند که با آلياژي پوشانيده شده‌اند که به آساني با اکسيژن هوا ترکيب نشده و زنگ نمي‌زند. براي تمييز کردن چنين سطوحي بايد آن را با آب و آنگاه آن را با سفيداب (خاکستر قلع) يا گرد تباشير(دارويي که از ني هندي تهيه مي‌شود) خشک جلا دهيد.

**تمييز کردن سنگ مرمر:** لکه‌ي طاقچه‌هاي آشپزخانه و سکوهاي پوشيده با سنگ مرمر به شيوه‌هاي زير تمييز مي‌شوند:

- لکه‌ي قليايي با ماليدن ليمو و نمک به آن پاک مي‌شود و بايد اينکار را به سرعت انجام داد تا ترشي ليمو بر سنگ مرمر تاثيري نگذارد و سپس آن را خوب آب کشي نموده و خشک کنيد.

- لکه‌هاي روغن با آب داغ و مايع شوينده و ماليدن تمييز مي‌شوند.

- لکه‌ي يد با ماليدن محلول آمونياک به آن پاک مي‌شود.

**نظافت قفسه‌ها و رديف‌هاي چوبي:** سعي کنيد از بکار بردن هرگونه ابزار زبر و خشن در تمييز نمودن آن‌ها خودداري شود تا باعث خش‌دار شدن سطوح نگردد. همچنين سعي شود از آب اندکي براي شست و شوي آن‌ها استفاده شود، براي آنکه استفاده از آب سرد باعث سفت شدن سريع مواد شوينده شده و در نتيجه به سطح چوبي چسبيده و رنگ آن را کدر مي‌نمايد.

همچنين تمييز نمودن سطح چوبي با استفاده از محلولي از آب و صابون نرم (نوعي ارزان و قهوه‌اي رنگ و نرم است که در بازار روغن و رنگ فروشي يافت مي‌شود)، و شن سفيد و نرم، سفيداب به اضافه‌ي يک ليتر آب هم ممکن است. صابون را در آب حل کرده و بقيه‌ي مواد را به آن افزوده و خوب به هم مي‌زنيد. به مدت يک ساعت بر روي حرارت آتش مواد را به هم بزنيد تا جاييکه محلول غليظ شود و براي مواقع ضروري آن را نگاه داريد.

**تمييز نمودن سطوح شيشه‌اي:** پنجره‌ها و ديگر سطوح شيشه‌اي را با يک پارچه‌اي که با آب و به اندازه‌ي يک قاشق بزرگ محلول آمونياک براي هر يک فنجان آب خيس کرده و بر شيشه‌ها مي‌کشيم. سپس با يک پارچه‌ي تميز آن را برق مي‌اندازيم و مي‌توان لکه را با يک پارچه‌ي آغشته به الکل پاک نمود.

اما شيشه مات به اين ترتيب پاک مي‌شود، با ماليدن مخلوطي از سفيداب و الکل قرمز (به اندازه‌ي نصف پيمانه) به شيشه و باقي گذاشتن آن تا وقتي که خودش خشک شود و سپس با يک پارچه ماليده شده و آب کشي شود و سپس خشک گردد.

**تمييز نمودن صدف (مرواريد):** با يک پارچه که با آب و سرکه خيس شده باشد به آن ماليده و براي سفيد نمودنش آن را با يک تکه پارچه که با آب خيس شده به اضافه‌ي يک قاشق بزرگ آبليمو که به يک فنجان آب اضافه شود يا با يک پارچه‌ي آغشته به آبليمو به آن مي‌کشانند.

**تمييز نمودن فرش:** جارو برقي را (در صورت وجود) به آرامي و به طور مرتب و با فشار مناسب بر روي فرش بکشيد تا گرد و غبار آن را بکشد.

در صورت عدم وجود جاروبرقي آن را با جاروي معمولي و پس از آنکه با يک تکه پارچه‌ي آغشته به آب و صابون خيس شد به اين ترتيب پاک مي‌کنيم که جارو را بر فرش مي‌کشيم تا هرگونه لکه يا گرد و غبار اضافه و چسبيده به آن پاک شود. سعي شود با فشار و تندي زياد اين کار انجام نشود، چون باعث نخ نما شدن آن مي‌شود. همچنين جز در مواقع بسيار ضروري شسته نمي‌شود، و اين کار با آماده کردن يک ظرف آب گرم و پودر شويند يا مايع شوينده و کمي آمونياک انجام مي‌گيرد، اين مواد را تا وقتي کف کنند به هم مي‌زنيم و به شکل دايره وار بخش‌هاي فرش را بدان دستمال مي‌کشيم. سپس با يک تکه پارچه‌ي خيس آن را شستشو داده و در جلوي آفتاب پهن مي‌کنيم. مي‌توان آن را با آب و نمک و سرکه (به نسبت دو قاشق سرکه و دو قاشق نمک براي هر حلب آب) شست.

چنانچه بر روي فرش لکه‌اي باشد بايد سريعاً تمييز شده و هرچه زودتر آن لکه را بزداييد، در غير اينصورت مجبور مي‌شويد از شيوه‌هايي استفاده کنيد که بر بافت و رنگ فرش تاثير منفي مي‌گذارند استفاده کنيد. لکه‌هاي فرش را به شيوه‌هاي زير هم مي‌توان از بين برد:

- زدودن لکه‌ي چربي و روغن با ماليدن مقداري بنزين به آن به صورت دايره وار و سپس پاشيدن پودر بر آن ميسر مي‌شود.

- لکه‌ي شمع از طريق گذاشتن لايه‌اي از دستمال کاغذي بر آن به اين ترتيب از ميان مي‌رود که آن را بر روي لکه نهاده و سپس با اتوي يک اتوي داغ آن را اتو نماييد، شمع گداخته شده و دستمال کاغذي آن را جذب مي‌کند.

- لکه‌ي جوهر که خشک شده باشد با استفاده از الکل و شستن از ميان مي‌رود.

- براي از بين بردن لکه‌ي جوهر که هنوز مايع است به اين شيوه عمل مي‌کنيم، مقداري کف شير و نمک طعام را بر روي آن قرارداده و مدتي به حال خود وا مي‌گذاريم و سپس با آب و صابون شسته مي‌شود.

- لکه‌هاي رنگ با استفاده از مايع تربانتين، سپس بنزين و سپس آب و صابون از بين مي‌روند.

- تکه‌ي آدامس که به پارچه چسبيده با قرار دادن تکه‌اي يخ بر روي آن سخت شده و به راحتي قابل کنده شدن خواهد بود.

براي مراقبت از فرش رعايت نکات زير لازم است:

- در برابر حرارت خورشيد يا بر زمين مرطوب و خيس قرار داده نشود، چون اين کار باعث خراب شدن آن مي‌شود.

- چيزي را بر روي آن نکشانيد.

- نبايد اسباب و وسايل سنگين را مستقيماً بر روي فرش قرار ندهيد. بهتر است تکه‌اي از کارتن را زير پايه‌ي آن وسيله بگذاريد، به صورتي که ديده نشود، براي حفظ زيبايي ظاهر آن. اين عمل باعث مي‌شود فشار بر روي فرش کم‌تر شده و در نتيجه اثر فرورفتگي بر آن واقع نشود.

**تمييز کردن آيينه‌ها:** بوسيله‌ي الکل و يک پارچه‌ي نرم بر آن دستمال کشيده و يا با مخلوط سفيداب (که غربال شده) و آب و به نسبت يک قاشق براي هر ليتر آب سرکه بر آن ماليده و آب کشي شده و خشک شود.

**تمييز نمودن کفش‌ها:** براي نگهداري از شكل و قيافه‌ي کفش‌ها نکات زير رعايت شوند:

- ابتدا خاک و گل موجود بر آن پاک شود.

- چنانچه کفش‌ها براي مدت زيادي بلا استفاده در انبار گذاشته شوند بهتر است در قالب مخصوص قرارداده شوند تا بر حالت و شکل اصلي خود بمانند يا آن‌ها را با يک ورقه روزنامه يا هرچيز ديگر بپوشانيد و در يک کيسه‌ي نايلوني قرار دهيد.

**نظافت لباس‌ها:** در نظافت لباس‌ها بايد جدا سازي لباس‌هاي رنگ از لباس‌هاي سفيد را به دقت مراعات نماييد، تا رنگ‌ها بر هم اثري نگذاشته و باهم ترکيب نشوند.

- دوختن هرگونه پارگي يا دريدگي بر آن‌ها براي جلوگيري از گشادتر شدن آن‌ها هنگام شستشو.

- زيپ لباس‌ها را هنگام شستن باز نگذاريد.

- باز نمودن بند شلوارها براي آنکه در حين دوران لباسشويي لنگ‌هايش گشاد نشود.

- بيرون آوردن لايه‌ي دروني جيب‌ها براي آنکه خوب تمييز شوند.

- شلوارها را پشت و رو نماييد تا از خطر نخ کش و کرک شدن آن‌ها جلوگيري کرده ز سالم بمانند.

- خيساندن لباس‌ها قبل از شستشو براي رسيدن به حداکثر تمييزي آن‌ها.

- موقع شستن کراوات آن را در يک ظرف پر از آبي که پودر شوينده يا صابون مايع در آن حل شده باشد قرارداده و سر آن را بسته و براي مدت کمي تکان مي‌دهي و سپس به همان ترتيب و با آب تمييز آن را آب کشي نماييد. به اين صورت تغييري در شکل آن ايجاد نمي‌شود.

- براي درخشندگي رنگ سفيد لباس‌ها مي‌توان آن‌ها يک قاشق آمونياک به آب جوش اضافه نمود.

- توجه زيادي به آب کشي کامل لباس‌ها از مواد شوينده پس از شستشوي آن‌ها داشت تا بعداً در مقابل آفتاب يا هنگام اتو نمودن رنگ آن به زردي متمايل نگردد.

- اضافه نمودن کمي نمک و سرکه به آب در هنگام آب کشي کردن براي رسيدن به ثبات رنگ لباس‌هاي مشکي و رنگي.

- هنگام پهن کردن لباس‌ها طناب را به خوبي تمييز نماييد. مي‌توان ورقه‌اي نايلون را به دور طناب پيچيد.

- ماليدن نمک ريز به دست بعد از اتمام شستشو، براي جلوگيري از ترک برداشتن پوست دست در فصل زمستان.

**تمييز کردن لباس‌هاي پنبه‌اي سفيد:** عمليات شستشو در اين مورد در طي چند مرحله صورت مي‌گيرد، که با توجه به نوع پارچه‌هاي لباس تغيير مي‌کند. شستشوي لباس‌هاي پنبه‌اي سفيد طي مراحل زير انجام مي‌گيرد:

لباس‌هاي مذکور به مدت دو الي سه ساعت در آب سرد خيسانده مي‌شوند. اهميت مرحله خيساندن لباس در اين نکته نهفته است که اين کار به حل شدن لکه‌هاي قابل حل کمک کرده و در ضمن چرک‌ها را نرم کرده و آماده‌ي ستردن مي‌نمايد.

در مورد خيساندن لباس توجه شود که چنانچه لباس مذکور خيلي چرکي باشد، مانند لباس کارگرها، بنابراين بايد در آب گرم و صابون خيسانده شود. براي آنکه آب داغ به حل شدن مواد چرب و تاثير مواد شوينده کمک مي‌کند. بهتر است که لباس‌هاي خيلي چركى را در ظرفي جداگانه خيسانده شوند و همينطور سعي شود دستار عمامه را به طور جداگانه و در آب سرد و يک قاشق بزرگ نمک براي هر حلب متوسط آب بخيسانيد، تا آنکه آب لزج آن تمام شده و سپس آب تمييز به آن اضافه کنيد.

- پس از آن تکه‌هاي لباس را به مدت زماني مابين 15- 20 دقيقه در آب بحوشانيد. اين کار براي ضدعفوني کردن لباس‌ها است. همچنين جوشاندن به درخشان شدن رنگ سفيد پارچه کمک مي‌کند، خصوصاً زمانيکه نور آفتاب در روزهاي زمستان ضعيف بوده و مدت زمان اندکي مي‌توان لباس‌هاي شسته را جلوي آفتاب پهن نمود.

سعي شود که تکه‌هاي لباس را به خوبي در آب پهن نماييد و بهتر است که تکه‌هاي کوچک‌تري مانند عمامه‌ها را در يک کيسه ململ (يا هر پارچه‌ي نازک ديگر) يا کيسه‌ي سوراخ دار قرار دهيد و هرازچندگاهي تکه لباس‌ها در داخل ظرف درحال جوش با يک چوب دستي چوبي به خوبي زير و رو شوند...

در مورد ظرف جوشان بايد گفت که آن را به اندازه‌ي سه چهارم پر از آب نموده و بر روي آتش بگذاريد. براي هر ليتر آب يک قاشق بزرگ (بوراكس) را در صورت نازک بودن پارچه‌ي لباس‌ها يا ماده‌ي (بوتاس) درصورت معمولي بودن آن‌ها اضافه نماييد. لازم است که ماده‌ي بوتاس را قبل از آنکه در آب داغ بريزيد و براي جلوگيري از آنکه تکه‌ي درشت و سفتي از آن به لباس‌ها خورده و آن‌ها را خراب کند در آب حل کنيد.

- آب کشي درست و حسابي لباس‌ها رنگ روشن پارچه‌ها را محافظت مي‌نمايد چون صابون يا کف به جا مانده که باعث زرد شدن رنگ لباس مي‌شود را مي‌زدايد. عمليات آب کشي با آب گرم به انجام مي‌رسد تا به راحتي کف و صابون موجود بر لباس‌ها حل شود و سپس با آب سرد آب کشي مي‌شود.

- لباس‌هاي سفيد رنگ را براي آنکه رنگ زرد آن‌ها از ميان برود (با سفيد کننده) سفيد مي‌کنيم. چون در اثر شستشوي چندباره رنگ زرد بر لباس‌هاي سفيد پديد مي‌آيد و چنانچه خواسته باشيد که رنگ لباس را تقويت نماييدبه اندازه‌ي معقول نشاسته به آن اضافه کنيد.

تمييز نمودن لباس‌هاي پشمي سفيد رنگ: براي تمييز نمودن لباس‌هاي سفيد رنگ پشمي چند مرجله وجو دارد که در اينجا ذکر مي‌شود:

- صابون را در آب جوش رنده کنيد تا براي شستشو صابون به صورت مايع درآيد.

- زدودن گرد و غبار از پرزهاي لباس پشمي و سپس شستن يک طرف آن در آب گرم و صابون مايع به همراه مشت و مال دادن. آنگاه طرف ديگرش را مي‌شوييد تا تمييزز شده و سپس آن را دوبار در آب گرم آب کشي نماييد.

- بايد آب شستشو و آب کشي درجه‌ي حرارت يکسان داشته باشند، تا پارچه‌ي پشمي به هم نيامده و آب نرود و خراب نشود.

- يک قاشق بزرگ آمونياک را در هر چهار ليتر آب گرم براي آب کشي اضافه کنيد. براي آنکه صابون و کف زياد پارچه را خراب مي‌کند.

- از قليا براي شستشوي پارچه‌ي پشمي استفاده نکنيد، باعث تخريب تاروپود آن مي‌شود.

- پارچه‌ي پشمي را در آب داغ نخيسانيد تا به هم چسبيده و تنگ نشود.

- پارچه‌هاي جنس پشمي را نبايد چلانده و يا روي آتش و در آب جوش قرار داد.

- لباس پشمي را تنها در مکان‌هاي گرم و خشک پهن نموده و از قرار دادن آن در برابر حرارت شديد خودداري کنيد تا آب نرود.

- هنگام اتو کشيدن لباس پشمي پشت آن را با اتو در درجه حرارت متوسط و قبل از خشک نمودن آن بکار مي‌گيريم. درصورتيکه پس از خشک نمودن پارچه بخواهيد آن را اتو کنيد بهتر است روي آن يک تکه پارچه که با آب داغ خيس شده را گذاشته و با فشار آن را اتو نماييد تا لباس هم نمناک شود و آنگاه پارچه را برداشته و لباس پشمي را بطور معمولي اتو بکشيد.

- پس از اتمام اتوکشيدن پشت پارچه‌ي پشمي آن را برگردانده و رويش را نيز اتو بکشيد.

**شستن لباس‌هاي رنگي از جنس پشم:** برخي نکات و مراحل را موقع شستشوي لباس‌هاي رنگي از جنس پشم بايد درنظر داشت، از جمله‌ي آن‌ها:

- در آب ولرم و نمک آن را به مدت ده دقيقه مي‌خيسانيم (يک فنجان کوچک نمک براي هر شش ليتر آب) تا رنگ آن ثابت بماند.

- از آمونياک استفاده نکنيد، چون باعث تغيير رنگ‌ها مي‌شود.

- آن را با آب گرم و صابون مايع، که پيشتر آن را درست کرديم، شسته و با آب گرم به اضافه‌ي اندکي سرکه، به نسبت يک قاشق بزررگ براي هر چهار ليتر آب گرم، آب کشي مي‌نماييم تا جلا و درخشندگي پارچه بعد از شستن آن با صابون داراي خاصيت قليايي حفظ شود.

- هنگام شستن لباس‌هاي پشمي با رنگ‌هاي مختلف آن‌ها را در يک پارچه‌ي کهنه يا يک لباس ديگر بپيچيد و سپس آن را تاکرده و بچلانيد، تا رنگ‌ها با هم قاطي نشوند.

- جوارب پشمي ابتدا رويش شسته مي‌شود و سپس از داخل برگردانده شده و پشت آن هم شسته مي‌شود. بهتر است که جوراب نو را قبل از استفاده بشوييد تا از کهنگي و پاره شدن زود هنگام آن جلوگيري شود. جوراب پشمي مطابق دو روشي که پيش‌تر بيان گرديد شسته مي‌شوند.

تمييز نمودن لباس‌هاي ابريشمي: موقع شستن لباس‌هاي جنس ابريشمي نکات زير را رعايت فرماييد:

- لکه‌ي لباس‌هاي ابريشمي را بايد قبل از شستن لباس از بين برد ولي نبايد از محلول‌هاي رنگ بر براي اينکار استفاده نمود، چون باعث خراب شدن سريع‌تر لباس مزبور مي‌شوند.

- اين لباس‌ها را قبل از شستشو از هم باز مي‌کنيم تا از شر گرد و غبار جمع شده بر آن‌ها راحت شويم.

- با فشار شسته مي‌شوند، با ريختن صابون مايع در آب گرم و تنها قسمت‌هاي کثيف مانند يقه و آستين‌ها را ماليده و مي‌شوييم. سپس در آب سرد آن را دوبار آب کشي مي‌کنيم تا جاييکه کف صابون از بين برود.

- بايد از به کاربردن مواد قليايي -حتى آمونياک- خودداري شود مگر درباره‌ي پارچه‌هاي ابريشمي مشکي که بهتر است مقدار اندکي نشادر به آن اضافه شود.

- موقع اتو زدن لباس‌هاي ابريشمي آن را بين دو پارچه‌ي نازک ديگر پهن مي‌کنيم تا از تغيير رنگ آن در اثر حرارت اتو جلوگيري نماييم. دست آخر بهتر است که از دستورالعمل شستشو و اتوکردن لباس موجود بر برچسب کارخانه بر روي لباس آگاه شويم.

**لکه بري لباس‌ها:** کدبانوي خانه بايد در از بين بردن لکه‌ها بلافاصله پس از به وجود آمدن آن‌ها شتاب به خرج بدهد. براي آنکه زدودن آن‌ها در آن لحظه آسان‌تر است تا آنکه مدتي طولاني بماند. از بين بردن لکه‌ها بر اساس نوع لکه‌ها متفاوت است، در زير تعدادي از آن‌ها را ذکر مي‌کنيم:

- لکه‌ي تازه ايجاد شده‌ي ميوه‌ها بر روي لباس‌هاي جنس پنبه و کتان سفيد را مي‌توان به اين شيوه از بين برد، با پوشانيدن لکه با يک لايه نمک طعام ريز، براي جلوگيري از گسترش لکه، و سپس ريختن آب گرم و بوراكس بر روي آن تا جاييکه لکه از بين برود و بعد شسته شود.

- لکه‌ي ميوه که تازه باشد بر روي ديگر انواع بافت‌ها با لايه‌اي از نمک طعام پوشانده شده و بر آن آب گرم مي‌ريزيم. اين کار را آنقدر تکرار مي‌کنيم تا لکه از بين برود، در صورت لزوم کمي هم بوراكس به آب اضافه کنيد.

- طريقه‌ي ازبين بردن لکه‌هاي قديمي ميوه جات بر روي لباس‌هاي جنس پنبه و کتان سفيد، با آب جوش آن را خيس کنيد، سپس روي آن ماده‌ي بوراكس ريخته و کمي به حال خود بگذاريد. آنگاه بر آن آب جوش بريزيد و يا با استفاده از محلول مخصوص اصلاح رنگ‌ها استفاده کنيد.

- لک‌هاي چربي درباره‌ي همه‌ي بافت‌ها و رنگ‌ها لکه را بطور سطحي بخراشيد و سپس با محلول تربانتين، بنزين يا نفت مالش دهيد. بعد آن را بشوييد.

- لکه‌ي زنگ آهن بر لباس‌هاي ساخته شده از پنبه و کتان سفيد را خيس کرده و لباس را در يک ظرف تنگ قرار دهيد و روي آن آب گرم بريزيد. سپس لايه‌اي از جوهرليمو بريزيد و با يک قاشق چوبي به آرامي آن را بماليد. چند ثانيه بگذاريد بماند و بعد بر آن آب جوش بريزيد و يا در برابر بخار آب جوش قرار دهيد و لکه از بين مي‌رود، يا خيس شده و در آبليموي درحال جوش بر روي آتش قرار داده مي‌شود و گاهي هم کمي نمک و بوراکس به آن اضافه مي‌شود.

- براي زدودن لکه‌ي زنگ آهن بر لباس‌هاي رنگي و ديگر انواع بافت‌ها از همان مواد بيان شده استفاده مي‌شود، ولي محلول مورد نظر بايد حرارت کم‌تري داشته باشد و پس از بين رفتن پارچه را در يک محلول قليايي خفيف از سودا يا صابون آب کشي نماييد تا با اسيد موجود خنثي شود.

**توجه کنيد:** لکه‌ي قليايي را نمي‌توان با استفاده از محلول‌هاي سفيدکننده و تثبيت کننده‌ي رنگ اصلاح کرد براي آنکه باعث تثبيت آن لکه‌ها و ماندگاري دائمي آن‌ها خواهد شد.

- از بين بردن لکه‌ي خون بر پارچه‌هاي داراي بافت قابل شستشو، با خيساندن آن در آب سرد و بعد شستن آن بصورت معمولي و يا خيساندن لباس در آب سرد و نمک، يک قاشق براي هر ليتر آب، وبعد آب کشي اساسي آن براي از ميان رفتن اثر نمک.

- لکه‌ي خون بر روي لباس‌هاي از جنس پنبه و کتان سفيد به اين ترتيب از بين مي‌رود که آن را در آب و نمک به مدت دوازده ساعت بخيسانيد تا لکه‌ي خون در آن حل شود. سپس آن را بخ وبي آب کشي کنيد. مي‌توان آن را با آب و صابون شسته و به شيوه‌ي معمولي جوشانده شود و سپس جلوي آفتاب پهن شود و در صورت از بين نرفتن لکه آن را با محلول رنگ بر از بين برد.

- اما لکه‌ي خون روي پارچه‌هاي غير قابل شستشو، لکه تازه باشد يا کهنه، با بکارگيري محلولي از نشاسته به اين صورت از بين مي‌رود که محلول را بر روي لکه ماليده و به حال خود رها مي‌کنيم تا خشک شو و نشاسته لکه‌ي مورد نظر را به خود جذب کند.

- براي زدودن لکه‌ي جوهر، که مدتي از آن گذشته باشد، درباره‌ي هرنوع بافت مانند لکه‌ي قليايي عمل مي‌شود و آنگاه عمليات استفاده از بوراكس بعد از اسيد تکرار مي‌شود، تا آنکه رنگ سبزي آن از بين برود و يا با ستفاده‌ي از محلول رقيق شده‌ي بوراكس آن را از بين برد.

- لکه‌ي تازه جوهر بر روي همه‌ي انواع بافت‌ها با استفاده از آب کشي با آب سرد به از بين رفتن لکه تا حد ممکن مي‌انجامد و سپس کمي ليمو و نمک طعام را به آن ماليده و يا با شير چرب خيس شده و سپس با آب شسته شود. چنانچه لکه بازهم از بين نرود مي‌توان از الکل استفاده نمود.

- لکه‌ي شمع بر روي پارچه‌هاي قابل شستشو را با تراشيدن لايه‌ي شمع و سپس شستن آن با آب گرم و صابون از بين برد.

- لکه‌ي شمع بر روي پارچه‌هاي غيرقابل شستشو را مي‌توان با استفاده از خراشيدن شمع از روي سطح پارچه و سپس بين دو لايه دستمال کاغذي قرار داده و اتو را با فشار بر آن بکشيد و يا با پشت يک قاشق داغ و با جابجا نمون لکه بر روي ورق دستمال کاغذي اين کار را انجام داد و همه‌ي شمع گداخته جذب آن شده و لکه از بين برود. در صورت به جا ماندن نشانه‌ي دايره مانند کم رنگي بر روي پارچه مي‌توان آن را با بنزين يا تربانتين از بين برد.

- لکه‌هاي چربي در بافت‌هاي پنبه‌اي و کتان سفيد و بافت‌هاي قابل شستشو را مي‌توان با استفاده از آب داغ و يا گرم و صابون و قليا، با توجه به نوع بافت پارچه، برطرف کرد.

- لکه‌ي روغن بر روي پارچه‌ي ابريشم طبيعي يا مصنوعي را با بنزين شسته و لکه در ميان دو لايه دستمال کاغذي يا يک دستمال نازک ديگر قرارداده و اتو را با حرارت متوسط و با فشار بر آن بکشيد.

- لکه‌هاي حاصل از شيريني، مربا يا ديگر مواد قندي بر روي بافت‌هاي پنبه‌اي را با آب داغ و صابون بشوييد و درصورت نياز با استفاده از پودر شوينده آن را سفيد نماييد.

- لکه‌هاي نوشيدني يا حلوا و مواد قندي در بافت‌هاي پشمي با آب ولرم و محلول آمونياک از ميان مي‌رود به اين صورت که لکه را با آب ولرم خيس نموده و با يک برس که در محلول آب و اندکي آمونياک آغشته باشد به آرامي بر آن کشيده شود.   
- لکه‌ي سرخ ماتيك بر بافت‌هاي پنبه‌اي را با الکل و سپس شستن با آب گرم و صابون از بين برده و سپس با آب گرم آب کشي مي‌کنند.

- لکه‌ي سرخ ماتيك بر بافت‌هاي پشمي بوسيله‌ي بنزين و پاشيدن پودر شوينده و برس زدن آن با فرچه از بين مي‌رود.

- لکه‌ي سرخ ماتيك بر بافت‌هاي مصنوعي با آب ولرم و کمي صابون زدوده مي‌شود و سپس آب کشي مي‌کنند.

- لکه‌هاي چاي، قهوه و شكلات که تازه، در بافت‌هاي پنبه و کتان، ايجاد شده باشند با آب داغ يا جوشيده و بوراكس سپس يک شستشوي عادي از بين مي‌روند.

- لکه‌هاي چاي، قهوه و شكلات که تازه، در باقي انواع بافت‌ها را با خيساندن در آب داغ و سپس شستن آن‌ها، برحسب نوع پارچه، از ميان مي‌برند.

- لکه‌هاي چاي، قهوه و شكلات که پيش‌تر، در بافت‌هاي پنبه يا کتان سفيد، بوجود آمده باشند با شسته شدن با آب داغ و پوشاندن لکه با گرد بوراكس، و سپس ريختن آب جوش بر روي آن از بين رفته و براي سفيد ساختن جاي لکه محلول سفيد کننده استفاده مي‌شود.

- لکه‌هاي چاي، قهوه و شكلات که قديمي باشد را از پارچه‌هاي بافت پنبه و کتان رنگي يا تيره رنگ را با خيساندن در محلول بوراكس گرم از بين برده و در حالتي که رنگ‌هاي پارچه واقعاً ثابت و بدون تغيير باشند مي‌توان از محلول رنگ‌ها به ميزان خيلي کم نيز استفاده نمود.

- لکه‌هاي چاي، قهوه و شكلات که قديمي باشد را بر بافت‌هاي ابريشم، پشم يا ابريشم مصنوعي با خيساندن در محلول بوراكس گرم يا در محلول فوق اكسيد هيدروژن (آب اکسيژنه) گرم از بين برد.

- لکه‌ي ايجاد شده بوسيله‌ي آدامس براحتي از بين مي‌رود تکه‌اي يخ را بر روي لکه گذاشته و آدامس سفت مي‌شود و بعد از آن راحت کنده مي‌شود. آثار بجا مانده را هم با ماليدن استون بر آن مي‌شود از بين برد. اما در مورد ابريشم مصنوعي جاي آدامس را با كيروسين مي‌زدايند.

پاک کردن خانه از وجود حشرات:

از جمله ضروريات تحقق تندرستي در دايره‌ي منزل خالي بودن آن از وجود انواع حشرات مي‌باشد. بنابراين سعي مي‌شود در مقابله با حضور انواع حشرات و حيوانات موذي در خانه شيوه‌هايي را اتخاذ نمود تا به صحت و سلامتي افراد و دور ماندن از انواع بيماري‌ها کمک شود. برحسب نوع حشره براي مقابله با هرکدام از حشرات روش‌هاي خاصي هست که در پايين ذکر مي‌شود:

- مگس‌ها ناقل بيماري تيفوئيد، وبا و نيز بيماري‌هاي عفوني چشم مي‌باشند. با پاشيدن انواع حشره کش‌هاي مخصوص آن‌ها و سپس بستن منافذ اتاق به مدت نيم الي يک ساعت مي‌توان از دست آن‌ها آسوده شد. بعد حشرات مرده را جمع کرده و در سطل زباله بياندازيد.

- پشه‌ها ناقل بيماري‌هاي مالاريا و تب زرد هستند. براي از بين بردن آن‌ها سعي کنيد گودال‌ها و باتلاق‌هاي محله را پر نموده و آن را سم پاشي کنيد. در آبريزهاي منزل ماده‌ي كيروسين بپاشيد، مخصوصاً در فصل تابستان. همچنين از حشره کش‌هاي مخصوص قوي نيزاستفاده کنيد.

- حشره‌ي شپش بيماري تيفوئيد است و براي خلاص شدن از دست آن روزي سه بار موي سر را هر بار پس از شستشو با آب داغ و شامپو پماد جيوه (البته داروهاي کم خطرتري نيز در داروخانه‌ها مي‌توان پيدا کرد، چون جيوه ماده‌اي سمي است). بماليد و اين کار را به مدت بيست روز ادامه دهيد. همچنين مي‌توان به مدت هشت الي ده روز يک قاشق چايخوري پودر (د.د.ت) بماليد. (اين ماده (د.د.ت) هم بسيار زيان‌آور است و حتماً سعي شود از مواد و داروهاي مخصوص که در اکثر داروخانه‌ها پيدا مي‌شود براي اين کار استفاده شود! [مترجم]).

- شپش لباي‌ها را هم با پاشيدن پودر محتوي 10% د.د.ت (همانطور که بيان شد از مواد مناسب‌تر مي‌توانيد استفاده کنيد) بر رويه‌ي لباس‌ها و به حال خود گذاشتن آن‌ها به بيست و چهار مي‌توان از ببين برد. بعد از گذشت مدت بيست و چهار ساعت لباس‌ها را شسته و تکه‌هاي پنبه‌اي سفيد را جوشانده و سپس اتو بکشيد. سعي شود پس از اتمام اين مراحل لباس‌ها را در برابر آفتاب پهن شوند.

- حشره‌ي سوسک عامل سرطان است و مي‌توان از شر آن بوسيله‌ي بستن دهانه‌ي فاضلاب دستشويي و روشويي، بويژه شب‌ها، و ريختن محلول متشکل از ليمو ترش و اسيد فنيک و اندکي كيروسين در دهانه‌ي آبريزگاه‌ها و روشويي‌ها خلاص شد.

ديوارهاي آشپزخانه و حمام را با حشره کش سمپاشي کنيد. همچنين به دفعات معجون مرکب از بوراكس و شكر را در جاييکه سوسک‌ها بيشتر يافت مي‌شوند بريزيد. اين معجون از يک فنجان چاي پر از بوراكس، يک قاشق بزرگ شکر، آب و آرد تشکيل مي‌شود، به اين ترتيب که بوراكس را در آب جوشانده و به آن و شکر را اضافه کنيد و سپس با آرد مخلوط نماييد و آن را گرد کرده و مکان‌هاي که محل اصلي سوسک‌ها است قرار دهيد.

- حشره‌ي کک عامل انتقال وبا مي‌باشد، و اين بيماري را از موش‌ها، گربه‌ها و سگ‌ها به انسان منتقل مي‌کند. با پهن کردن فرش‌هاي منزل در جلوي نور و حرارت زياد خورشيد مي‌توان از شر اين حشرات آسوده شد و البته با رعايت تمام نکات و روش‌هاي بهداشتي در منزل و بکارگيري حشره کش‌ها.

- موش‌ها عامل انتقال بيماري طاعون هستند. براي خلاصي از شر آن‌ها مي‌توان از طعمه‌هاي سمي که براي نابود کردن موش تهيه شده اند استفاده نمود. همچنين براي اين کار مي‌توانيد تله موش‌هايي را زير ميز يا نزديک ديوار و به دور از محل عبور و مرور قرار دهيد.

- شپش به لباس‌ها مي‌زند و باعث آسيب مي‌شود. براي نابودي اين حشرات بايد لباس‌هاي داخل کمد را در برابر آفتاب پهن نماييد و کمد لباس‌ها را قبل از آنکه لباس‌ها را به آن بازگردانيد خوب تمييز نموده و لکه زدايي کنيد. سعي شود و قفسه‌ها را سمپاشي نموده و کمدها را حشره کش بپاشيد و براي اين کار مي‌توانيد از نفتالين هم استفاده نمود.

رها شدن از دست بو و بخارهاي آشپزخانه:

بوي خوش در منزل موجب آسايش دروني و آرامش اعصاب مي‌باشد، بنابراين کدبانوي خانه بايد سعي کند از شر بوهاي آشپزخانه به شيوه‌هاي زير خلاص شود:

- بوي سير و پياز را مي‌شود با ماليدن آب سرد و نمک به دست از دست خود زدوده و يا با ماليدن تکه‌اي از سيب زميني خام يا چند ريشه‌ي جعفري بوي نامطلوب را از بين برد.

اين بو را از تيغه‌ي چاقو با ماليدن قطعاتي از سيب زميني به آن و شستن چاقو رفع نمود. اگر پس از خرد کردن سير يا پياز به خرد کردن گوجه فرنگي بپردازيد بوي نامطلوب از ميان مي‌رود.

- براي راحت شدن از دست بوي ماهي ميگو در حين پختن به آن چند برگ كرفس سبز اضافه کنيد.

- براي رفع بوي ماهي در ظرف‌ها موقع شستن ماهي‌ها کمي سرکه را به آب اضافه مي‌کنيم.

- براي رفع بوي چغندر و يا کلم رومي موقع جوشاندن به آب آن کمي زيره اضافه مي‌کنيم.

ترجمه: مسعود

مصدر: سايت نوار اسلام

IslamTape.Com

فنون و مهارت‌هاي خانواده‌ي مسلمان

افراد خانواده‌ي مسلمان لازم است از انواع مهارت‌هاي خانه داري که به سود آنهاست و ثمره‌ي آن براي تک تک اعضاي خانواده مفيد است، سررشته داشته باشند. ترديدي نيست که مهارت‌ها و فنون مورد لزوم در خانه زمان، تلاش و هزينه‌ي بسياري مي‌طلبد.

اين مهارت‌ها و فنون را مي‌توان از طريق تمرين و ممارست به دست آورد، البته با وجود علاقه و انگيزه‌ي واقعي براي فراگيري فنون مورد نظر را بر پايه‌اي استوار از دانش و آگاهي کافي.

از جمله اموري که بايد جهت به دست آوردن مهارت‌هاي خانگي مورد توجه قرار گيرند عبارتند از:

- از ابتدا بهترين روش را حتي اگر دشوارترين راه باشد انتخاب نمايد.

- تمرکز و تاکيد بر کاري که مي‌خواهد فراگيرد.

- براي تکرار و تمرين جهت کسب مهارت مورد نظر وقت کافي و مناسب را در نظر بگيرد.

- رسيدن به سطحي از اطمينان و برتري در کار جز با پافشاري و اراده‌ي قوي و چيره دستي قابل حصول نيست.

از جمله مهارت‌ها و فنون مهمي که براي خانه‌ي يک فرد مسلمان لازم است، موارد زير مي‌باشد:

**پخت و پز:** مهارت‌هاي آماده ساختن غذا از مهم‌ترين مهارت‌هايي هستند که کدبانوي خانه بدان توجه دارد و با اين کار مي‌تواند به درجات والايي دست يابد، زن خانه مي‌تواند از ملالت و خستگي از غذاهاي تکراري جلوگيري کند و البته موجب صرفه‌جويي و پس انداز بخش زيادي از درآمد خانواده خواهد گشت.

**دستورات آشپزي نوين:**

آشپزي به هشت شيوه‌ي متفاوت صورت مي‌پذيرد:

1. جوشاندن.
2. پختن در فر (بريان).
3. بخار پزي.
4. لايه لايه كردن.
5. سرخ کردن.
6. کباب کردن.
7. خشك كردن گداختن.
8. پختن با فشار بخار(با استفاده از زودپز).

**نظم و ترتيب در آشپزخانه:**

در آشپزخانه‌هاي جديد ديوارها کاشي کاري يا حداقل با رنگ روغن رنگکاري شده‌اند تا به سادگي قابل شستشو باشند. شايسته است که آشپزخانه منظم و مرتب بوده، نور کافي داشته باشد، به اين ترتيب کار در آن جا بانوي منزل را خسته نمي‌کند.

سعي کنيد قفسه‌اي با رديف‌هاي شيشه‌اي در آشپزخانه تعبيه نماييد تا لوازم کوچک‌تر بر آن قرار بگيرند و يکي ديگر را نيز براي قرار دادن ظروف فلزي در نظر بگيريد. ميز غذاخوري با ورقه‌اي از فلز (مثلاً روي) پوشانيده شده باشد. بهتر است بر ان تکه‌اي از سنگ مرمر صيقل يافته باشد و پايه‌هاي متحرک زير قسمت اثاث سنگين‌تر بر آن سوارشده باشد تا هنگام نظافت جابجايي آن آسانتر شده و به سهولت بتوان آن‌ها را سر جاي خودشان قرار داد.

**تهيه‌ي انواع شيرينيجات:** کدبانوي مسلمان مي‌تواند در اين زمينه مهارت يافته و ازپس ساختن انواع شيريني‌هاي خانگي مانند کيک، بيسکويت و ... برآيد.

**تخليل:** از جمله مهارت‌هايي است که در صرفه جويي نمودن بخش زيادي از درآمد خانواده نقش مهمي دارد. مي‌توان انواع مواد را تخليل نمود، موادي همچون: شلغم، خيار، هويج، پياز، زيتون، ليمو و فلفل.

**انبار کردن:** يکي از مهمترين مهارت‌هاي خانه داري است. موادي که قابل انبار نمودن مي‌باشند: حبوبات، سبطي و گياهان، پياز، سير سيب زميني و غيره که زنان مسلمان خانه دار ما بدان‌ها نياز پيدا خواهند نمود.

**فريز نمودن سبزيجات:** بانوي خانه مي‌تواند به فريز کردن انواع سبزيجات اقدام نمايد، از جمله باميه، ملوخيه (نوعي سبزي خوراکي)، لوبيا و غيره. اين کار را در مواقعي انجام دهيد که فصل مناسب بوده و قيمت مواد ارزان‌تر باشد. مواد مزبور را در قسمت بالايي يخچال و در اندازه‌هاي مناسب براي هر وعده در کيسه‌هايي بگذاريد. اين مواد را مي‌توانيد موقع نياز و گران‌تر بودن قيمت آن‌ها يا در فصولي که يافت نمي‌شوند از يخچال بيرون آورد.

**کارهايي براي محافظت از لوازم منزل:** مانند مراقبت از لوازم برقي و تعمير آن‌ها، مراقبت از شيرهاي آب و آبگذرهاي مختلف و غيره.

**تهيه‌ي موارد آسان را بياموزد: همچون:** ساختن شربت يا مرباهاي مختلف يا ساختن صابون و ...

ترجمه: مسعود

مصدر: سايت نوار اسلام

IslamTape.Com