

توصیه

پیشنهادهایی برای تلافی ماه رمضان و عید نوروز در گفت‌وگو با حجت‌الاسلام محمد مهدی ماندگاری

ماه رمضان فرصت خدمت به مردم است

امسال ماه مبارک رمضان با آغاز سال جدید و ایام تعطیلات نوروزی مقارن شده است. برای بهره‌گیری بهتر و بیشتر از این ایام سراغ حجت‌الاسلام محمد مهدی ماندگاری از استادان حوزه و دانشگاه رفتیم تا بیشتر در این زمینه بر ایمان توضیح دهد.



**عید طبیعت، عید اولیای خدا**  
ماه رمضان آدایی دارد که باید رعایت شود و برای همین است که انسان در رجب و شعبان تمرین می‌کند تا وارد ماه رمضان شود. پاک‌ی و دور بودن از الودگی‌ها بالاترین عمل در رمضان به شمار می‌آید. ماه رمضان یک ماه استثنایی است. کارمندان عیدی را خیلی دوست دارند. چچه‌ها هم بعد از دوست دارند. عیدی می‌گیرند. ماه رمضان هم عید اولیای خداست.

**دوری از تجملات و تشریفات**  
البته که ماه رمضان یکی از بهترین فرصت‌ها برای خدمت به مردم در قالب افطاری دادن است. موضوعی که مطرح می‌شود این است که در شرایط اقتصادی کنونی جامعه، افطاری دادن سخت شده است. ببینید در روایت‌ها داریم شما می‌توانید افطاری دهید ولو به اندازه خرما. اتفاقاً شاید در این ماه مبارک رمضان به خاطر گرانی‌ها موفق شود تا ما کمی از تجملات، تشریفات و اسراف‌ها در افطاری‌ها کمتر کنیم.

**ثواب صلح‌رحم در افطاری‌ها**  
دید و باز دیدهای عید باشند، اما افطاری‌ها را با نان، پنیر، خرما، سوپ و غذای ساده برگزار کنیم. مهم این است که اقوام، دور هم جمع شده و صلح‌رحمی انجام شود و از ثواب صلح‌رحم، افطاری، چه جمع بودن، دعا کردن و احوال هم را پرسیدن بهره ببریم. چه بسا در این افطاری‌ها یک دعا مستجاب و تبدیل شود به تعاونوا علی‌البیر و التوفی.

**گره از کار هم باز کنیم**  
در این افطاری‌ها کمک کنیم گره‌های همدیگر را باز کنیم. در این افطاری‌ها با هم یک دعایی، مناجاتی یا حدیثی بخوانیم و کسب معرفت شود. این مجالس ساده دید و باز دید و افطاری می‌تواند تبدیل به جلسات کسب معرفت، دعا، حل مشکلات، صلح‌رحم و... شود. لذا کوتاهی نکنیم حالا که بهار قرآن با بهار طبیعت تقارن پیدا کرده است از این فرصت حداکثر استفاده را ببریم.

**حرمت رمضان را نگه داریم**  
وقتی حتی خیلی کوچک معصیت و گناه می‌کنیم خدا را نافرمانی کرده‌ایم، یک آب خوردن یا یک لقمه غذا خوردن به صورت علنی در ماه رمضان، یک لقمه غذا خوردن نیست، نافرمانی خداست و خدا و دین را کوچک کرده‌ایم. یقیناً و خدا را شکر هموطنان ما آنقدر فهمیده هستند که اگر عذری داشته باشند یا بیمار یا مسافر باشند، حتماً حرمت این ماه را حفظ می‌کنند و در جایی چیزی می‌خورند که جلوی دیگران نباشد.

**تمرین بندگی خدا**  
بعضی به خاطر شرایط کاری شاید در محیط کار، روزه گرفتن برای آنها سخت باشد، ولی امسال که ماه رمضان با ایام تعطیلات نوروزی هم‌زمان شده، فکر می‌کنم تمرین خوبی است که عزیزان روزه‌هایشان را بیش از پیش مراقبت کنند. ضمن اینکه در هوای خوب بهار، هم لذت ظاهری و هم لذت معنوی روزه‌داری را بچشند. تمرین خوبی برای بندگی خدا، خودسازی و مقابله با خواهش‌های نفسانی است و باید از این فرصت‌ها استفاده لازم را ببریم که فرصت‌ها رودگذر است.

**دعای روزه‌اولی‌ها**  
دختر خانم‌ها و آقای‌سرهای که امسال تجربه اول روزه گرفتن دارند، بی‌شک مورد پذیرایی خاص حضرت حق تعالی قرار می‌گیرند. به برکت اینکه خداوند تبارک و تعالی سفره روزه‌داری برای این عزیزان پهن کرده است، هدیه‌ای برای این عزیزان تهیه کنید. به آنها روحیه دهید، مسخرها بیدار ششان کرده و غذاهای مقوی به آنها بدهید. فرصت برای استراحت بیشتر آنها فراهم کنید. زمان افطار از آنها بخواهید چون روزه اولی هستند حتماً برای خانواده و همه مومنین و برای فرج امام زمان (عج) و همچنین برای پیروزی رزمندگان اسلام دعا کنند.

**توصیه به سفرهای درون شهری**  
مسافرت در ماه رمضان اشکال ندارد و حرام نیست. البته مکروه است چون فرصت روزه‌داری را از آدم می‌گیرد؛ مگر اینکه فرد سفری برود که قصد ۱۰ روز کند؛ البته معمولاً در ایام نوروز اینگونه سفرها کمتر از ۱۰ روز است. من در همین زمینه پیشنهاد دیگری می‌کنم. در بسیاری از سفرها ضمن اینکه عزیزان تفریح و سیاحت می‌کنند، ممکن است کمتر به خانواده‌ها و فرزندان رسیدگی کنند. امسال بایم در شرایطی که ماه رمضان در روزهای عید نوروز است به جای اینکه سفرهای بین شهری برویم، سفرهای درون شهری را تجربه کنیم.

**تعبیر در قیمت‌ها نداریم**  
احمد خانی نوذری، معاون بازرگانی وزارت جهاد کشاورزی؛ هیچ تغییری در قیمت کالاهای اساسی تا پایان ماه رمضان به وجود نمی‌آید. ثباتی که نسبتاً در بازار برقرار است محصول تلاش تولیدکنندگان است که میزان عرضه به اندازه‌ای باشد که حجم تقاضای مصرف در این ایام پرمصرف را پوشش دهیم.



**هدیه اینترنتی دولت به مناسبت نوروز و ماه رمضان**  
عیسی زارع پور، وزیر ارتباطات؛ به مناسبت عید نوروز و ماه مبارک رمضان، بسته اینترنت هدیه ۵ گیگابایتی معادل ۱۲ گیگابایت ترافیک داخلی برای مردم در نظر گرفته‌ایم. مردم با مراجعه به درگاه ملی خدمات دولت هوشمند می‌توانند این بسته را دریافت کنند.

**همه خوابند تو بیداری**  
ماه مهمانی خدا با آداب ویژه‌ای در شهرهای مختلف برگزار می‌شود

**«دم دم سحری» در بوشهر**  
محله‌های قدیمی بوشهر مثل محله دهدشتی، کوتی، بهبهانی، شنبندی و جبری با آغاز ماه مبارک رمضان، شاهد برگزاری مراسم «دم دم سحری» هستند. افرادی که این مراسم را هنگام سحر اجرا می‌کنند، بر ساز ضربی دمام می‌کوبند و اشعاری را می‌خوانند که معروف‌ترین‌شان این است: «خداوندا تو ستاری / همه خوابند تو بیداری / ایه حق لاله‌الاله / همه عالم تگهداری.» این نامگذاری به دلیل صدایی شبیه به تلفظ واژه گم، گم یا دم، دم از آن به گوش می‌رسد و خبر از وقت اذان صبح می‌دهد. نوازندگان دم دم سحری پس از نماز عید فطر نیز دمام بر دوش، در کوچه‌ها راه می‌افتند و با خواندن اشعار، عید مبارک می‌گویند.

**«سر روزه‌ای» در کرمان**  
رسم «سر روزه‌ای» در کرمان همانطور که از اسمش هم مشخص است در نخستین روز ماه مبارک انجام می‌شود؛ آیینی شبیه جشن تکلیف که بزرگ‌ترها با دادن سر روزه‌ای که هدیه‌ای برای دختران و پسران به سن تکلیف رسیده‌است، آنان را به آداب روزه‌داری دعوت می‌کنند. آیین کلیدزنی در شب‌های ماه مبارک نیز رسمی دیرینه است که از سوی زنان برگزار می‌شود. یکی از زنان در یک سینی آینه، سر مدهان و یک جلد قرآن قرار می‌دهد و به منازل اهل محل می‌رود و با کلید به سینی می‌زند. صاحبخانه هم، آینه داخل سینی را برداشته و چهره خود را می‌نگرد، سپس مقداری شیرینی، قند یا پول داخل سینی قرار می‌دهد.

**«هوم بابا» در اصفهان**  
سنت «هوم بابایی» اصفهانی‌ها از شب اول تا شب پانزدهم ماه رمضان برگزار می‌شود. گروهی از جوانان بعد از صرف افطار از بی خود یک میدان دار و صندوقدار انتخاب می‌کنند و همگی با میدان دار اشعار خاص این مراسم را می‌خوانند و صندوقدار نیز هدایایی را برای بی‌بضاعتان جمع‌آوری می‌کند. بخشی از

**«گلوخ اندازان» یک رسم مشترک در روستاها**  
رسم «گلوخ اندازان» هر چند در بیشتر شهرها و روستاهای مرکز کشور برگزار می‌شود، اما اغلب در روستاهای فارس، یزد، کرمان و اصفهان دیده می‌شود. اهالی خراسان به این رسم «بر غندان» می‌گویند. این آیین در آخرین روزهای ماه شعبان انجام می‌شود و گلوخ اندازان که پیر و جوان هستند و در طبیعت دور هم جمع شده‌اند، گلوهی در دست می‌گیرند و رو به قبله می‌گویند: خدا یا گناهان را شکستیم و خود را برای عبادت و روزه‌ماه رمضان آماده کردیم. سپس گلوخ را محکم به زمین می‌زنند تا خرد شود. بنا بر این رسم، با شکستن گلوخ، تمام اعمال بد آنان نیز شکسته می‌شود.

**«هوم بابا» در اصفهان**  
اشعاری که در رسم «هوم بابا» خوانده می‌شود اینگونه است: «منشب شب نیمه است که ما مهمانیم، هوم بابا هوم بابا، از ما حرجی نیست که ما طفلانیم، هوم بابا هوم بابا، بشقاب رو پر از کلوچه و حلوا کن، هوم بابا هوم بابا، برادر و پیاور به دامن ماها کن، هوم بابا هوم بابا.»

**«گلوخ اندازان» یک رسم مشترک در روستاها**  
رسم «گلوخ اندازان» هر چند در بیشتر شهرها و روستاهای مرکز کشور برگزار می‌شود، اما اغلب در روستاهای فارس، یزد، کرمان و اصفهان دیده می‌شود. اهالی خراسان به این رسم «بر غندان» می‌گویند. این آیین در آخرین روزهای ماه شعبان انجام می‌شود و گلوخ اندازان که پیر و جوان هستند و در طبیعت دور هم جمع شده‌اند، گلوهی در دست می‌گیرند و رو به قبله می‌گویند: خدا یا گناهان را شکستیم و خود را برای عبادت و روزه‌ماه رمضان آماده کردیم. سپس گلوخ را محکم به زمین می‌زنند تا خرد شود. بنا بر این رسم، با شکستن گلوخ، تمام اعمال بد آنان نیز شکسته می‌شود.

**«رمضان الله، الله رمضان» در خراسان**  
بازی «رمضان الله، الله رمضان» رسم خاص بچه‌های خراسان در ماه مبارک است. در این بازی چند کودک و نوجوان یک گروه تشکیل می‌دهند. سر گروه روزه اولی است. همه گروه با هم می‌خوانند: «رمضان الله، الله رمضان» و به سر گروه در زمینه فرارسیدن ماه مبارک اخطار می‌دهند. سر گروه جدا می‌ایستد و می‌گوید: «رمضان آمد با سبیدسوار، چوبکی بر داشت گفت روزه بدار.» دوباره گروه همه با هم می‌خوانند: «رمضان الله، الله رمضان.» سر گروه جواب می‌دهد: «اگر روزه بدارم لاغر می‌شوم، اگر روزه ندارم کافر می‌شوم.»

**بازی «انگشتر» در خوزستان**  
شعب‌های دور همی رمضان، بعد از افطار فرصتی برای تعامل بزرگ‌ترها و بچه‌هاست. رسم بازی «انگشتر» هنوز هم در روستاهای سوسنگرد و شادگان خوزستان به قوت خود باقی است. «محبیب» به معنای انگشتر کوچک عنوان یک بازی بوده است که بچه‌ها در ماه مبارک رمضان انجام می‌دادند. در این بازی اعضای خانواده به ۳ گروه تقسیم می‌شوند و یک نفر انگشتر را در دستان خود پنهان می‌کند و دیگران حدس می‌زنند انگشتر دست کدام یک است.

رمضان ماه بندگی خدا آغاز شده‌است؛ ماهی که علاوه بر رسوم مشترک مثل غبارروبی مساجد، میزبانی از روزه‌داران یا جزء خوانی قرآن در شهرهای مختلف کشور، آداب و آیین خاص خود را در برخی شهرها حفظ کرده. امسال هم دور همی‌های رمضان و نوروز با هم عجین شده‌اند.

**«اوباشدان» در زنجان**  
بیدار کردن همسایه‌ها برای خوردن سحری، رسمی دیرینه در زنجان است. یک ساعت مانده به اذان صبح در خانه همسایه‌ها را می‌زنند و آنان را برای سحری که به زبان ترکی «اوباشدان» (به غذایی که در اوباشدان خورده می‌شود «اوباشد انلیق» گفته می‌شود) بیدار می‌کنند. در برخی از روستاها یک فرد با صدای گیرایی بر پشت بام خانه اهالی را برای سحری یا اوباشدان بیدار می‌کند.

- فعالیت‌های فرهنگی و اجتماعی برای ماه رمضان**
- برگزاری جشن‌های رمضان با عنوان دهکده بهار ایران در ۲۲ بوستان و میادین پرتردد شامل برپایی استیج فرهنگی آیینی، غرفه‌های فرهنگی و سرگرمی با محوریت خانواده به‌ویژه کودک و نوجوان
  - برنامه‌های مفروح و رویدادهای قرآنی و رمضان در دهه اول و آخر ماه مبارک رمضان
  - برپایی ۲۲ چاپخانه محبان الرضاع، در ۲۳ نقطه
  - گستردن بزرگ‌ترین سفره افطاری نمادین و اجرای جشنواره آشپزی رمضان در بلوار کشاورز تهران از سوی سازمان زیباسازی مشارکت شهروندان
  - برگزاری آیین ویژه برنامه‌های ماه رمضان
  - سفره‌های افطاری ساده در بوستان‌های شهر تهران
  - مراسم افطاراته تهران در بلوار کشاورز به مدت ۸ شب از ابتدای نوروز تا دهم فروردین
  - نصب المان‌های حجمی و نوری رمضان
  - اکران‌های متفاوت شهر رمضان اعم از فرازهای قرآنی و دعاهای علما و بزرگان تهران
  - برگزاری مراسم‌های مختلف در شهر و پشتیبانی از مراسم عید فطر
  - برگزاری جشن روزه‌اولی‌ها با حضور دختران و پسران در مناطق ۲۲ گانه
- طرح‌های مسجدمحور**
- برنامه‌های دهه تکریم و غبارروبی مساجد
  - احیا و برگزاری ۱۵ هزار جلسه خانگی قرآن در خانه و مساجد
  - برگزاری مسابقه رمضان با قرآن
  - برپایی کرسی‌های تفسیر قرآن کریم در مساجد
  - مشارکت باشکوه در برگزاری نماز عید سعید فطر
  - برگزاری نماز جماعت روز طبیعت در بوستان‌های منتخب تهران
  - پایش کیفیت ارائه خدمات به نمازگزاران پایانه‌های مسافربری
- جشنواره‌هایی با طعم افطاری**
- جشن شهر رمضان
  - جشنواره سفره‌داران شهر من
  - جشنواره افطاری ملل و اقوام شهر من
  - جشنواره سفره‌های افطار شهر من
  - جشنواره فوتبال جام رمضان
  - جشنواره قرآنی شهر من

**میزبانی تهران از ماه مهمانی خدا پایتخت به استقبال بهار قرآن رفت**

لیلا شریف روزنامه‌نگار

قرآن است مسلمانان در ضیافتی با شکوه مهمان باشند و برای یک ماه روح و جان خود را رنگی تازه ببخشند. هم‌زمانی ماه مبارک رمضان و سال نوحال و هوای خاصی را رقم زده است و شهر و اهالی آن برای رسیدن به ماه مهمانی خدا و سال نو در تکاپو هستند. از یک‌سو سفره‌های هفت‌سین زینت‌بخش خانه‌ها می‌شود و از سوسوی دیگر لحظات افطار و سحر است که رنگ و بوی تازه‌ای به زندگی روزه‌داران می‌دهد. همانقدر که روزه‌داران برای تمام روزه‌های ماه مبارک برنامه‌ریزی کرده‌اند، مدیران شهری نیز برای برگزاری پرشور بهار مومنان کمر همت بسته‌اند تا شهر آفتاب به‌سایه است، آداب ماه رمضان را به جای بیاورد. بخش‌های مختلف مدیریت شهری پای کار آمده و از چندی پیشی نظر فیت‌های لازم را برای برگزاری هر چه بهتر مراسم‌های ماه رمضان آماده کرده‌اند. از مراسم‌های افطاری متنوع گرفته تا ویژه‌نامه‌های قرآنی و محفل مناجات بخشی از برنامه‌هایی است که در ماه مبارک به صورت ویژه در مناطق مختلف شهر برگزار خواهد شد.

