



چند نکته کاربردی برای انجام یکی از اصلی ترین فرایض اسلامی

# تنظیم ساعت زندگی به وقت نماز



## به خاطر نداشتن جادر نماز را به تأخیر نیندازید

بیشتر خانمها دوست دارند هنگام خواندن نماز جادر نداشته باشند، اما چون برخی از پوشش جادر استفاده نمی کنند ممکن است احساس گندی نمیشود. خواندن نماز را اول وقت بخوانند، در صورتی که چنین نیست، پوشش جادر برای خواندن نماز الزامی نیست، اگر در محیطی هستند که جادر نماز در آن وجود ندارد، هیچ استغالی ندارد، می توانید با همان پوشش مرب مانو و سوار که حجاب نماز در آن کاملآ رعایت شده باشد، نمازتان را اقامه کنید.

## همیشه با وضو باشید

وضو گرفتن همیشه فقط برای نماز نیست، بسیاری از افراد معتقدند که بهتر است همه کارهاشان را با وضو انجام دهند، تا خود و دیگران بوی نامپوش برایشان نداشته باشند، با وضو خانه بیرون بروند و در محل کار حاضر شوند، با وضو غذا درست کنند، با وضو به مهمانی بروند، با وضو بودن این امکان را به شما می دهد که وقت نماز راحت تر باشید و دیگر نگرانی به وضو گرفتن نداشته باشید وضو داشتن، رغبت شما را برای خواندن نماز اول وقت هم بیشتر می کند، پس همیشه خودتان یک بار را داشته باشید که دائم وضو باشید، کاری که سخت نیست، اما لذت و راحت بسیار زیادی در طول روز به شما خواهد داد.

## یک متر و نیم سفره یکبار مصرف

برخی گله دارند که در بسیاری از محیط های که رفت و آمد دارند، محلی برای نماز خواندن یا نمازخانه و یا همیانی که یک فرش وجود داشته باشد، وجود ندارد و همین باعث عصبانیت نمازگزاران می شود، برای این مشکل چند راهکار ساده وجود دارد: اگر در محل کار هستید، می توانید همیشه یک سجاده داشته باشید، اگر در رفت و آمد هستید، یک متر و نیم سفره یکبار مصرف ساده و کوچک را خودتان داشته باشید و در وقت نماز آن را گوشه ای بین و نمازتان را اقامه کنید.

قدیمی ها می گفتند نماز نور است، هر چه با اول وقت بودنتی فاصله بیشتر، از نورش کم می شود و چون امام زمان (عج) نماز را اول وقت می خوانند، هر کسی که نمازش را اول وقت بخواند، همراه امام زمانش آن را اقامه کرده است، همین اول وقت اقامه کردن نماز، عمره قبولی آن را بیشتر می کند، خواندن نماز اول وقت را بسیاری از نمازگزاران دوست دارند، اما همیشه این گله را دارند که در شرایطی قرار دارند که خواندنش برایشان ممکن نیست و در فضا و مکان و حتی شرایط مناسبی حضور ندارند تا وضو بگیرند و نمازشان را اول وقت بخوانند، گله ای که بسیاری از خانمها با توجه به پوشش و سختی بیشتر در وضو گرفتن بیشتر از آقایان دارند، در این گزارش سعی کردیم با چند راهکار ساده خواندن نماز اول وقت در هر جا مکانی را برای کسانی که غدغه اش را دارند، آسان تر کنیم.

## بطری آب به همراه داشته باشید

با یک لیوان آب هم می توان وضو گرفت، این جمله را به یاد داشته باشید، همیشه قرار نیست برای وضو گرفتن جوی شیر آب برود و آب بزای مصرف کنید، اتفاقا توصیه شده است که کمترین میزان ممکن وضو بگیرد که توشش هم بیشتر است، پس خوب است همیشه یک بطری کوچک آب آنتیباکتری همراهتان بیاخذ که در صورت نیاز از آن برای وضو گرفتن هم استفاده کنید و هر گاه نسیز ای دیدید، آن را پر کنید، در وقت نماز حتی اگر سه روپس بهداشتی مناسب پیدا نکردید، می توانید در گوشه ای بی سر و صدا وضو بگیرید و نماز اول وقت را بجا بیاورید.

## دستمال مرطوب همراهمتان باشد

دستمال مرطوب بی شک یکی از بهترین ایداعات بشر است، دستمال مرطوب به خصوص به خانمها کمک می کند تا اگر صورتشان گرم شد آفتاب دارد، یا این دستمال را برای مسواک کردن آن تمیز کنند و برای وضو گرفتن آماده شوند.

## نمازخانه‌ها را شناسایی کنید

اگر وقت نماز در خیابان هستید بهتر است نزدیک ترین مسجد را پیدا کنید و نمازتان را در آنجا اقامه کنید، اما اگر در مترو یا جای دور از مسجد هستید، می توان از ایستگاههای مترو یا جای که آلودگی شهری محلی برای اقامه نماز دارند، می توانید آنها را شناسایی کنید و زمانی که در آن متوقف در رفت و آمد بودید، با حضور در آن مکان نمازتان را بخوانند.

## پیدا کردن قیله را یاد بگیرید

یکی از چالش های نماز خواندن در مکان های مختلف و تازه، پیدا کردن قیله است، برای یافتن قیله می توانید از نرم افزارهای قیله باب پیدا کنید که این روزها انواع و اقسام آن در بازارهای اینترنتی های تلفن همراه موجود است، همچنین می توانید جهت شمال شهر را پیدا کنید و با توجه به جهت های اصلی جهت جنوب غربی را که قیله است، پیدا کنید و به همان سمت نماز بخوانید.

## نرم افزار بخش اذان نصب کنید

ممکن است شمار محلی قرار گرفته باشید که در وقت اذان صدای هیچ مسجد یا تلویزیونی وجود نداشته باشد که از وقت اذان باخبر شوید، پس بهتر است در تلفن همراهتان نرم افزارهای نوبت شرعی را بریزید تا شما را از وقت اذان باخبر کند که برای اقامه نماز آماده شوید.

بخشی از بیانات مقام معظم رهبری درباره مادران و همسران شهدا

## اینها بدانید آسان است...

این همه همسران شهدا، همسران جانبازان، مادران شهیدان، یازماندگان برجسته، کسانی که رفتند جانشان را در راه خدا دادند و اینها را اراده محکم، عزم راسخ و یا صبر، هر آتسانی را مقابل خودشان خاشع و خاضع می کنند، بنده که حقیقتا هر وقت با این زنان برجسته مواجه می شوم، در مقابل آنها احساس خضوع می کنم، بنده زیاد بر خودم می کنم یا مادران شهیدان، یا همسران جانبازان، این همسران شهیدان، با همسران جانبازان، این بانوی فداکاری که یک عمر زندگی خودش را می گذارد برای مدیریت کردن و بهبود بخشیدن به زندگی یک معلول و جانباز، برای خاطر خدا؛ این چیز کوچکی نیست، اینها به زبان آسان است، آن مادری که دو فرزند، سه فرزند، چهار فرزند را در راه خدا داده و همچنان محکم استاده، به ما سفارش می کند که با سبقت؛ محکم باشید، انسان واقعا در مقابل این همه عظمت احساس خضوع می کند، اینها واقعت های زنانه جامعه ماست که بسیار افتخار آمیز و مهم است، خب بچهدالله این، آن بخش روشن و درخشان مساله زن در کشور [است].

