

دعای روز هفتم

اللهم اعنني فيهِ على صيامه وقيامه و جنتي فيهِ من هفتاوتِه و آتامه وارزقني فيهِ ذكركَ بدمواه بتوفيقك ياهادي المصلين.
خدايا باري كن مرا در اين روز پر روزه گرفتن و عبادت و بر كنارم دار در آن از بيهودگي و گناهان و روزم كن
در آن يادت را براي هميشه به توفيق خودت اي راهنماي كمرهان

چشمه جاری (گفتاری از آیت‌الله غیوری)

نماز اول وقت

بعد از ایمان به غیب، نماز را به پا دارند، نماز را بهش اهمیت بدهید!
اول ظهر، اول مغرب، اول عشاء، اول صبح نمازتان را بخوانید

رمضان در دایره ادبیات

مبارک باد آمد ماه روزه
رخت خوش بادهای همراهِ روزه
مولانا

نگاه

گناهکاران برابر نیستند!

حجت الاسلام والمسلمین طه موسوی

مستول دفتر نمایندگی ولی فقیه در موسسه آموزش عالی هلال

گناهکاران همه برابر نیستند! آنها به چند دسته تقسیم می شوند، یک گروه از گناهکاران همیشه دچار عذاب و جدانند و به دنبال فرصتی برای بخشیده شدن. این گروه از گناهکاران را باید از دیگر دسته جدا کرد. این گروه فرصت طلب هستند، یعنی همیشه به دنبال فرصتی می گردند برای بهتر شدن. حالا چه فرصتی بهتر از ماه رمضان که هم یادآورنده گناه است و هم آرزنده گناه طبق وعده حق تعالی، دست امیدواری

خاطرات جالب حسین کلانی از مسابقات پرسپولیس در ماه رمضان

شبهای قدر امکان نداشت به زمین بروم

جعفر کاشانی با زبان روزه برای پرسپولیس بازی می کرد

تجربه‌هایش در ماههای رمضان مزید بر علت می شد تا روزه گرفتن برای ورزشکاران دشوار تر شود. در آن زمان هم اغلب بازی‌های ما ساعت عصر به بعد برگزار می شد و کسانی که روزه می گرفتند عملاً با مشکل مواجه می شدند چون مجبور بودند بعد از بازی افطار کنند و این موضوع کارشان را بسیار دشوار می کرد. در واقع شرایط به گونه‌ای نبود که بشود در آن گرمای هوا، هم فوتبال بازی کرد هم روزه گرفت چون تشنگی و گرسنگی روی اعصاب و ذهن بازیکن هم تأثیر می گذاشت. البته با گرسنگی می شود کنار آمد اما کاهش آب بدن برای ورزشکاران حتی می تواند خطرناک باشد چون گاهی زمان بین سحر تا افطار بیشتر از ۱۲ ساعت طول می کشید. با این شرایط خود من نمی توانستم روزه بگیرم اما دوستانی مثل جعفر کاشانی و کاظم رحیمی هافبک چپ شاهین و پرسپولیس روزه می گرفتند»

برای من ارزش بسیار زیادی دارد و حتی اگر حساس ترین مسابقات را داشته‌ام هم ترجیح می دادم بازی نکنم اما روزه‌ام را بگیرم مسابقات فوتبال نمی شد، کل ۳۰ روز ماه روزه می گرفتم اما در غیر این صورت فقط در شبهای قدر به این فریضه عمل می کردم.

شبهای قدر



آن موقع بچه‌هایی که من می دیدم روزه می گرفتند، فوتبال شان افت نمی کرد چون همیشه فیکس بودند و میدان می رفتند اما الان اطلاعاتی ندارم که آیا فوتبال ایستنی هست که روزه بگیرد یا نه! اتفاقاً این برابرم خیلی جالب بود که بچه‌هایی که واقعا اعتقادات مذهبی زیادی داشتند وقتی روزه می گرفتند از نظر روحی انرژی مضاعفی به دست می آوردند و حتی بهتر هم فوتبال بازی می کردند. همین موضوع نشان می دهد که چقدر داشتن اعتقادات مذهبی و عمل به فرایض آن روی ذهن و روحیه افراد تأثیر مثبت می گذارد.»

شبهای قدر برایم بارز است حسین کلانی درباره اعتقادات مذهبی روی ورزشکاران تأثیر مثبت دارد

گرفتن روی عملکرد بازیکنان فوتبال تأثیر می گذارد یا نه، پاسخ می دهد: «آن موقع بچه‌هایی که من می دیدم روزه می گرفتند، فوتبال شان افت نمی کرد چون همیشه فیکس بودند و به میدان می رفتند اما الان اطلاعاتی ندارم که آیا فوتبال ایستنی هست که روزه بگیرد یا نه! اتفاقاً این برابرم خیلی جالب بود که بچه‌هایی که واقعا اعتقادات مذهبی زیادی داشتند وقتی روزه می گرفتند از نظر روحی انرژی مضاعفی به دست می آوردند و حتی بهتر هم فوتبال بازی می کردند. همین موضوع نشان می دهد که چقدر داشتن اعتقادات مذهبی و عمل به فرایض آن روی ذهن و روحیه افراد تأثیر مثبت می گذارد.»

روزه گرفتن سخت بود

حسین کلانی درباره این که آیا در روزهای بازیگری اش در فوتبال می توانسته روزه بگیرد و آیا روزه گرفتن برای فوتبال ایست‌های مشکل ساز می شود یا نه، می گوید: «می توانم قضاوت کنم که روزه گرفتن برای همه ورزشکاران دشوار است یا نه چون هر فردی توانایی مخصوص به خود را دارد. یادم می آید وقتی که فوتبال ایست بودم گاهی ماه رمضان متقارن با تابستان و ماه‌های گرم سال می شد که عملاً در چنین مواقعی نمی شود روزه گرفت، ضمن این که بلند بودن روزها

با آیین های رمضان

رسم «روزه واکنی داماد» در کاشان

در کاشان نیز مانند بسیاری از شهرهای ایران رسومی چون زفت و روب خانه و مساجد و کلوخ اندازون قبل از شروع ماه رمضان انجام می شود. رسوم دیگری نیز در این شهر از زمان های قدیم رواج داشته است از جمله رسم «هوم بابایی» که از آیین های بسیار کهن کاشان است. این رسم امروزه نسبت به گذشته قدری کمرنگ شده ولی از بین نرفته است و هنوز در برخی محله ها در شب پانزدهم ماه رمضان کودکان و جوانان به در خانه ها می روند و اشعار و آیات خاصی را می خوانند تا هدیه ای از صاحب خانه دریافت کنند. دیگر رسوم کاشانی هارسم «روزه واکنی داماد» است. خانواده عروس در شب دوم ماه رمضان داماد و خانواده او را برای صرف افطار دعوت می کنند و در این میهمانی خانواده داماد قبل از آن که عروس

افطار کند، طبق رسمی در برینه هدیه ای را به عروس می دهند. البته خانواده عروس نیز هدیه ای به داماد می دهند. برگزاری مراسم افطار نیز در کاشان با شور و حال خاصی همراه است به طوری که دعاخوانی افطار همواره از گلدسته های مساجد به گوش می رسد و شعر خوانی در مدح و ستایش امیرالمؤمنین (ع) نیز قبل از اذان مغرب صورت می گیرد. از خوراکی ها و وجود دارد می توان به آش جو و شربت خاکشیر اشاره کرد. در روز پانزدهم رمضان به مناسبت میلاد امام حسن مجتبی (ع) بسیاری از خانواده های کاشانی نذری می دهند و هنگام افطار آتش رشته در میان همسایگان و آشنایان خود پخش می کنند.



عکس مستعجابان

بخشش (همراه با دریافت کنندگان کارت اهدای عضو)

ماندگاران حقیقی

مجتبی بازافکن ۲۵ سال دارد. او کارت اهدای عضو گرفته و در شیراز زندگی می کند: «شنایی من با طرح اهدای عضو از یک حادثه شروع شد. در دوران ابتدایی یک همکلاسی داشتم که سال ها بعد تصادف کرد و خانواده او اعزایش را اهدا کردند. همین اتفاق تلنگری در وجود من شد تا در این حرکت خدایسندانه شرکت کنم. پس از آشنایی با طرح اهدای عضو سعی کردم در این طرح رادر نزد پروردگار نشان می دهد. روایات زیادی هم از می تواند فرهنگ اهدای عضو را در جامعه نهادینه

کند و به نظر من رسانه‌ها نقش بسیاری می توانند داشته باشند. باید از ظرفیت دانشگاه‌ها و نیز جوانانی که میل به فعالیت اجتماعی بیشتری دارند، در این طرح استفاده شود و با ورود کانون های دانشجویی همچون کانون هلال احمر می توان این فرهنگ رادر جامعه نهادینه کرد. اهدای عضو خشوندی پروردگار را به دنبال دارد. آیات مختلفی در قرآن کریم با مضمون بخشش وجود دارد که اهمیت این موضوع رادر نزد پروردگار نشان می دهد. روایات زیادی هم از ائمه اطهار در خصوص این موضوع بیان شده است.



پیشنهاد سفره رنگی

دیماج بخور، قوی شو

از خوردن کردن به همراه پیاز داغ و گردو و پنیر کهنده به نان اضافه می کنیم و تمام مواد را با هم مخلوط می کنیم. برای خوردن نیز می توان از دوره استفاده کرد: لقمه کردن با دست و لقمه کردن با استکان کمر باریک (مثل لقمه کردن بشمک بزدی ها).

چگونه روزه بگیریم بر تون بهمانیم؟ پرسشی است که این روزها بسیاری از کاربران در فضای مجازی به دنبال پاسخی برای آن هستند. پیشنهاد امروز سفره رنگی دیماج غذای سنتی قزوینی است. دیماج نوعی عصرانه سنتی است که در استان قزوین در فصول گرم طبخ می شود. این خوراکی از مخلوط کردن تکه های نان، پنیر، خیار، گردو، پیاز داغ و زردچوبه درست می شود. نوع اصلی دیماج که متداول تر است، از مخلوط تکه های خرد شده نان لواش قزوینی (خشک) و سبزی خرد شده، پنیر کهنده، گردو و پیاز داغ تهیه می شود و طرز تهیه آن به شرح زیر است: نان لواش قزوینی ماده اصلی این خوراکی است (که به صورت خشک شده نگهداری می شود) را خرد کرده و سپس کمی به آن آب می پاشیم (البته از نان لواش معمولی که خشک شده باشد نیز، می توان استفاده کرد). سبزی مورد استفاده در این خوراکی همان سبزی خوردن است که بعد



گزارش

هر خانواده ایرانی به طور میانگین در ماه رمضان ۱/۲ کیلو گرم زولبیا و بامیه می خورد

مصرف ۲۹ میلیون کیلو گرم زولبیا در یک ماه

بازار متنوع زولبیا، از زولبیا های جنگلی، نسکافه ای، میوه ای گرفته تا بامیه های رژیمی



می دهد که گردش مالی شیرینی محبوب ماه رمضان از ۴۰۶ میلیارد و ۴۹۳ میلیون تومان گذر کرده که رئیس اتحادیه قنادان می گوید، سرانه مصرف زولبیا و بامیه در سال های گذشته کاهش یافته است. کاهش کلی بهره مند، آن را ناشی از عرضه محصولات نه چندان مناسب از طرف واحدهای صنعتی غیر مجاز می داند.

شهر وند | هر خانواده ایرانی به طور میانگین در کل ماه مبارک رمضان یک کیلو و ۲۰۰ گرم زولبیا و بامیه مصرف می کند. در واقع اگر جامعه ایرانی را ۲۴ میلیون و ۹۶ هزار و ۳۵ (طبق سرشماری ۹۵) خانوار در نظر بگیریم، می توان گفت که ایرانی ها در ماه رمضان ۲۹ میلیون و ۳۵ هزار کیلو گرم زولبیا و بامیه می خوردند. یک حساب کتاب سرانگشتی نشان

رشد قارچ گونه زولبیا و بامیه فروش هادر

نزدیک ماه رمضان که می شود، آش فروش ها، نان فانتزی فروش ها و حتی برخی از واحدهای صنعتی تعطیل هم زولبیا و بامیه فروش می شوند. رشد قارچ گونه فروشندگان شیرینی محبوب روزه داران در رمضان در حالی است که به گفته پرمند تنها قنادان اجازه فروش زولبیا و بامیه را دارند و عرضه این محصول حتی در واحدهای فروش نان فانتزی هم غیر قانونی است. او گفته های خود را این گونه ادامه می دهد: شیرینی های عرضه شده در این واحدها مشخص نیست در چه محیطی تولید می شوند و هیچ نظارتی در قنادهای مجاز تولید و عرضه می شود که هر هفته توسط کارشناسان وزارت بهداشت مورد آزمایش قرار می گیرند. این فعال صنعتی با اشاره به این که معمولاً واحدهای صنعتی فاقد مجوز زولبیا و بامیه را از آن جهت مصوب عرضه می کنند و به همین دلیل مشتریان خود را دارند، ادامه داد: خریداران این شیرینی ها اگر بدانند که این محصولات در چه شرایط بدمحیطی و با چه روغن های تولید می شوند، هیچ گاه حاضر نمی شوند به خاطر چند هزار تومان سلامتی خود را به خطر بیندازند.

هر کیلو زولبیا و بامیه در ماه رمضان چند؟

آن گونه که رئیس اتحادیه قنادان اعلام کرده هر کیلو زولبیا و بامیه در چه یک زعفرانی ۱۴ هزار و در چه دو ۱۲ هزار تومان است که از افزایش حدود ۲ هزار تومانی نسبت به پارسال حکایت می کند. افزایشی که علی بهره مند دلیل آن را بالا رفتن قیمت مواد اولیه از جمله روغن و تخم مرغ اعلام می کند. اما این فعال صنعتی در حالی از مردم می خواهد تخلف های گرانفروشی را به شماره های ۶۶۴۴۴۱۱ یا ۶۶۴۴۴۱۱ و سامانه ۱۲۴ گزارش کند که این شیرینی دلچسب در واحدهای صنعتی تهران بین ۱۶ تا ۲۰ هزار تومان عرضه می شود. بماند که بهای زولبیا و بامیه در برخی از واحدهای ممتاز شیرینی فروشی در برخی موارد حتی بیش از ۴۰ هزار تومان است.

از زولبیا های جنگلی، نسکافه ای و میوه ای

طعم و ظاهر زولبیا و بامیه های دیگر مثل گذشته نیست و این روزه به واحدهای صنعتی که مراجعه می کنی، با تنوع بالای آن این محصولات مواجه می شوی. از زولبیا های جنگلی، نسکافه ای، میوه ای