



دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم  
معاونت فرهنگ و تبلیغات



# خوش آمدید

لطفا اندکی منتظر باشید. ☀



# بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

یگانه خالق خوب جهان است

به آنکه خوب و مهربان است

به نام آنکه زیبا آفرین است

خدای آسمانها و زمین است



دوستان خوبم سلام!

حالتون خوبه؟ سلامتید؟ بله خدا را شکر که همگی سلامتید.

خدایا! تو را شکر می‌کنیم به خاطر همه نعمت‌هایی که به ما داده‌ای به

خاطر سلامتی که به ما داده‌ای، کلاسمان را معطر می‌کنیم به ذکر صلوات

بر محمد و آل محمد.

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِ مُحَمَّدٍ  
وَ عَجِّلْ فَرَجَهُمْ





خب بچه‌ها!

من تصاویری را به شما نشان می‌دهم شما باید  
بگید این تصاویر بیانگر چه چیزی هستند؟



بله آفرین کاملا درسته همه این تصاویر نشان دهنده نظافت و پاکیزگی است

بچه‌ها! شما دو دقیقه فرصت دارید تا موارد زیر را روی جدول پیدا کنید و با حروفی که باقی می‌ماند یک جمله بسازید، هر فردی که این کلمات را پیدا کرد دست خود را بالا ببرد.

مسواک، ناخن گیر، صابون، حمام، اتو، دستمال، حوله، جارو، شانه، آب

د	ن	و	ب	ا	ص	خ
ل	ا	م	ت	س	د	ا
پا	خ	ه	ل	و	ح	م
ه	ن	ا	ش	ی	کا	س
را	گا	ب	ی	گا	ز	و
س	ی	و	د	و	ت	ا
و	ر	ا	ج	د	ت	کا
د	ر	م	ا	م	ح	ا

بله! آفرین کاملا درسته همه موارد را پیدا کردید.



جمله ای هم که با بقیه حروف به دست می آید این جمله است:

# خدا پاکیزگی را دوست دارد.

این جمله قسمتی از سخن پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله می باشد که فرمودند:

انَّ اللَّهَ نَظِيفٌ يُحِبُّ النَّظَافَةَ؛ همانا خدا پاکیزه است و پاکیزگی را دوست دارد.

میزان الحکمه، حدیث ۲۰۳۱۴



بچه ها دین اسلام توجه ویژه‌ای به پاکیزگی و بهداشت دارد.

اگر می‌خواهیم نزد خداوند متعال عزیز باشیم باید آنچه که موجب خشنودی خداوند می‌شود را انجام بدهیم که رعایت نظافت و پاکیزگی یکی از آن کارهاست. پیامبران الهی نیز که راهنمای بشر در زندگی‌شان بودند به این مساله مهم توجه داشتند. در همین زمینه امام رضا علیه السلام می‌فرمایند:

پاکیزگی و نظافت از

اخلاق پیامبران است.

تحف العقول، ج 1، ص 416





## جابر بن عبدالله می گوید:

رسول خدا - صلی الله علیه و آله - به نزد ما آمد و چشمش به مردی افتاد که موهایش ژولیده و درهم بود، پس حضرت فرمودند:

آیا این مرد چیزی پیدا نکرد که با آن موهای خود را مرتب کند؟

و مرد دیگری را دید که لباس های چرکین به تن داشت، فرمود:  
آیا این مرد آبی پیدا نکرده که با آن لباسش را بشوید؟





برای اینکه یک تنوعی به کلاسمون داده باشیم من کلاس را  
به دو گروه تقسیم می کنم؛ گروه اول بلند شعار میدن:

**تمیزی و شادابی**      **نشان پاکیزگی است**

و گروه دوم بلند شعار میدن:

**نشستن و خوشبو شدن**      **یه هدیه الهی است**

آفرین به هر دو گروه که خیلی محکم و هماهنگ شعار دادید.



## اما بچه‌ها!

انسان عاقل و سالم، خواهان نظافت و پاکیزگی است و کسی که تمیز باشد همه او را دوست دارند.

ولی کسی که نظافت را رعایت نکند و به پاکیزگی اهمیت ندهد کسی دوست ندارد با او دوست بشود؛

چون پاکیزه نبودن یک نفر به شما نشان می‌دهد که آن فرد تنبل است دوست ندارد برای تمیز و مرتب کردن خودش زحمت بکشد.

و کسی هم با آدم تنبل دوست نمی‌شود.



## اما بچه‌ها!

اما بچه‌ها گاهی رعایت نکردن مسائل بهداشتی نه تنها باعث به خطر انداختن سلامتی خودمان می‌شود بلکه سلامتی دیگران را هم به خطر می‌اندازد برای مثال وقتی عطسه می‌کنیم یا سرفه می‌کنیم باید دستمال کاغذی را جلوی دهان بگیریم تا اینطوری مقدار بسیاری انتقال میکروب را کاهش دهیم. اگر جلوی دهانمان را بادستمال نگیریم ممکن است دیگران هم دچار بیماری شوند.

شاید در قدیم می‌گفتند موقع عطسه دستتان را جلوی دهانتان بگیرید ولی الان معلوم شده که میکروبها بر روی کف دست بیشتر باقی می‌مانند و با تماس دست با در، میز و وسایل اطراف آنها هم آلوده می‌شوند.

پس گرفتن دست به تنهایی کافی نیست.





## یک نکته مهم

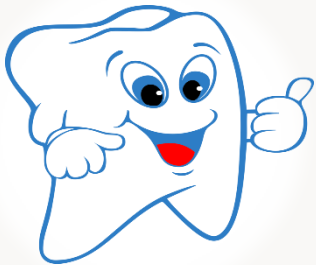
برخی از وسایل مانند: لیوان، دستمال،  
شانه، مسواک، حوله و ... شخصی هستند  
و دیگران نباید از آن استفاده کنند.



زنگ تفریح

حالا برای اینکه خستگیتون در پیاد دو تا معما می پرسم  
آماده هستید تا جواب بدهید؟

آن چیست که دندان دارد ولی هیچ  
چیزی نمی خورد؟



آن چیست که سفید است برف نیست، تیز  
است چاقو نیست، ریشه دارد درخت نیست؟

دندان یکی از عضوهایی است که اگر خوب به آن رسیدگی نشود ممکن است خراب شود و اگر درد بگیرد صاحب دندان را بی خواب می کند. و یا اگر دهان بوی بد بدهد ممکن است هنگام صحبت کردن با دیگران باعث اذیت آنها شویم. بنابراین بهتر است با مسواک زدن هم به خودمان و هم به دیگران خدمت بزرگی کنیم.

امام باقر علیه السلام می فرمایند: اگر مردم نتایج و خواص **مسواک کردن را بدانند هیچ گاه مسواک را از خود جدا نمی کنند.** بحار الانوار (ط-بیروت) ج ۷۳، ص ۱۳۰، ح ۱۷



## چند نکته در مورد مسواک زدن



۱. مسواک خود را پس از آن که انعطاف پذیری خود را از دست داد تغییر دهید.
۲. دو دقیقه زمان لازم برای مسواک زدن دندان است.
۳. نگهداری مسواک در توالت آن را آلوده می کند. قرار دادن در روی مسواک شما باعث کاهش این مشکل می شود مسواک خود را در جای دیگری قرار دهید.
۴. نخ دندان حداقل یک بار در روز مورد نیاز است.
۵. اگر موی مسواک خیلی سفت باشد به لثه آسیب می زند از مسواک نرم استفاده کنید.
۶. نحوه درست مسواک زدن به شکل دایره ای است، به عقب و جلو حرکت ندهید؛ حرکت دایره ای مناسب ترین و بهترین حالت تمیز کردن است.

لطیفه دوم:

پسره به دوستش میگه تو چقدر کثیفی. چند  
وقته حموم نرفتی؟ دوستش جواب میده: از  
وقتی که معلم تاریخ گفت:  
امیرکبیر را در حمام کشتند.



لطیفه اول:

از یکی می پرسن چرا موهات  
را با شامپو بدون آب می شوری؟  
چون روش نوشته برای موهای خشک.





حالا من یک شعر می خوانم بعد از هر مصرع شما تکرار کنید.

همراه خود بکن اونو  
عادت بده به خوی خود



هستم سلامت و شاد  
بازی کنم من آزاد



دستور بهداشت را  
نمی برم من از یاد  
سایت نون و آب

حمام تمیزم می کند  
با هوش و تیزم می کند



خوش بو شوم مانند گل  
خوب و عزیزم می کند



شانه بزن به موی خود  
صفا بده به روی خود

مسابقه به این شکل است که شما باید بگویید:

«من همیشه نظافت را رعایت می‌کنم» ولی کسی که بتواند با

یک نفس کلمه همیشه را بیشتر تکرار کند برنده است به این صورت: من  
همیشه همیشه همیشه همیشه همیشه... نظافت را رعایت می‌کنم.

البته باید توجه کنید که باید جمله را تا آخر بگویید و اگر کسی قبل از  
اینکه بگوید نظافت را رعایت می‌کنم نفسش قطع شود قبول نیست.

تکلیف جلسه بعد این است که هر شب

قبل از خواب مسواک بزنید بعد بخوابید.

اما برنامون رو با دعای سلامتی امام زمان علیه السلام به پایان می رسانیم.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

اللَّهُمَّ كُنْ لَوْلِيَّكَ الْحُجَّةِ بْنِ الْحَسَنِ صَلَواتِكَ عَلَيْهِ وَعَلَى آبائِهِ  
فِي هَذِهِ السَّاعَةِ وَفِي كُلِّ سَاعَةٍ وَلِيًّا وَحَافِظًا وَقَائِدًا وَنَاصِرًا وَ  
دَلِيلًا وَعَيْنًا حَتَّى تُسَكِّنَهُ أَرْضَكَ طَوْعًا وَتُمَتِّعَهُ فِيهَا طَوِيلًا.



معاونت فرهنگی و تبلیغی ، گروه تأمین منابع  
قم، چهار راه شهدا، تلفن: ۰۲۵-۳۷۱۱۶۰  
[www.balagh.ir](http://www.balagh.ir)-[tabligh@dte.ir](mailto:tabligh@dte.ir)

معصومه  
سلام الله علیها

پایان

خاتمه