

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

IN THE NAME OF

GOD

“His Name Shall Be Revered”

به نام خداوند بخشنده مهربان

ام





دفتريخات اسلامي حوزه علميه قم
عاونت فرهيگي و تبليغي



۲

دسته: سبک زندگی اسلامی - اخلاق و احکام اسلامی - اقتصاد مقاومتی

۱

موضوع: اسراف

هدف

تبيين مفهوم اسراف همراه با ذکر مصاديق عيني آن در زندگی و تشويق به ترک آن



گونی نون خشک!!



سیر در سنامه



- ❖ عظمت گناه اسراف در آیات و روایات
- ❖ بیان داستان قوم سبا و نابودی آنها بر اثر اسراف
- ❖ اسراف موجب از دست دادن نعمت هاست
- ❖ اصلاح رفتارهای فردی و اجتماعی برای جلوگیری از اسراف
- ❖ محاسبه مقدار و ارزش نانی که دور می ریزیم
- ❖ راهکارهای عملی جلوگیری از اسراف
- ❖ روش امام رضا علیه اسلام در برخورد با اسراف کاران



روش تدیس

توضیحی - فعال (پرسش و پاسخ؛ مسابقه؛ شعر؛ داستان و قصه گویی)



بحث امروز در مورد یکی از گناهان بسیار بزرگ هست

من چند جمله درباره این گناه به شما می گویم بینم بچه های باهوش می توانند حدس بزنند.



بحث امروز در مورد یکی از گناهان بسیار بزرگ هست

من چند جمله درباره این گناه بهتون می‌گم ببینم بچه های باهوش می‌تونند حدس بزنند.

به گناه بزرگ که اتفاقا خیلی به اون توجهی هم نداریم.

این گناه آنقدر بزرگ است که خداوند کسانی را که این گناه را انجام می‌دهند **برادران شیطان** معرفی کرده .

در دوجای قرآن به نحو صریح و روشن گفته شده که خداوند این افراد را **دوست** ندارد .

در قرآن کریم به نحو صریح و روشن گفته شده این افراد اهل **آتش جهنم** هستند .

همه ی مردم چه **مسلمان** چه **کافر** این کار را زشت و ناپسند می‌دانند.

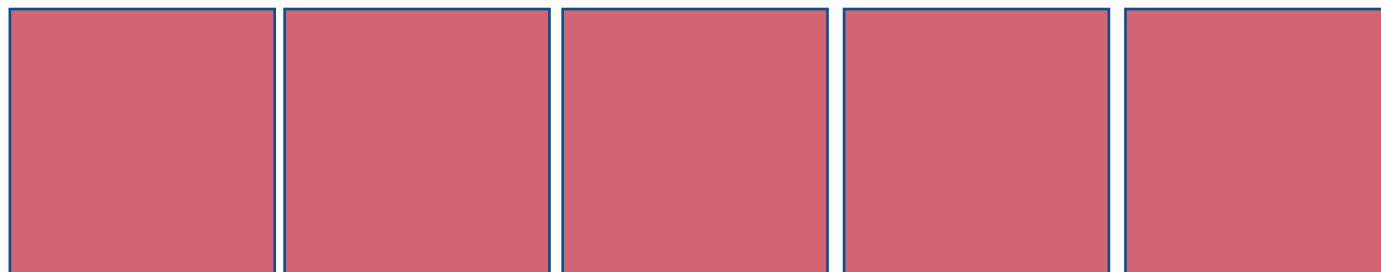
ولی در عین حال متاسفانه این گناه **بین ما** خیلی زیاد است.

خوب می‌توانند حدس بزنید

که این کار ناپسند چیست؟



برای راهنمایی شما اینجا پنج مربع داریم



اینجا پنج جای خالی داریم حالا به نوبت هر کس از شما می‌تونه یک حرف را **حدس** بزنه اگر **درست**

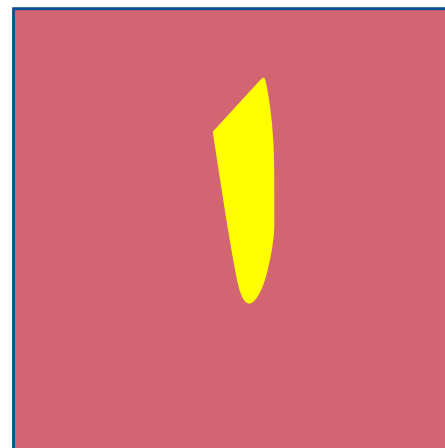
بود حرف را داخل مستطیل می‌نویسیم و اگر **اشتباه** بود آن را بیرون مستطیل می‌نویسیم، هر کس هم

توانست قبل از پرشدن همه جاهای خالی درست حدس بزنه نظرش را اعلام کند.

خوب می‌توانند حدس بزنید
که این کار ناپسند چیست؟



مربع ۱

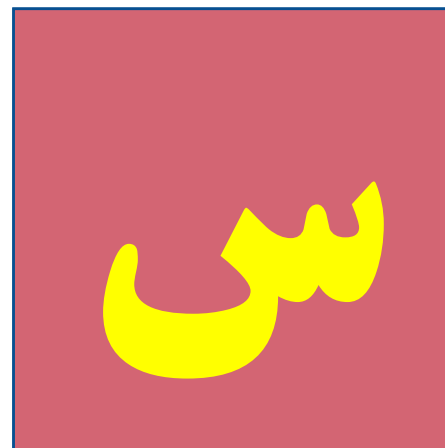


به گناه بزرگ که اتفاقا خیلی به اون توجهی هم نداریم.
این گناهی آن قدر بزرگ است که خداوند کسانی را که این گناه را انجام می‌دهند **برادران شیطان** معرفی کرده
در دوجای قرآن به نحو صریح و روشن گفته شده که خداوند این افراد را **دوست** ندارد .
در قرآن کریم به نحو صریح و روشن گفته شده این افراد اهل **آتش جهنم** هستند .
همه ی مردم چه **مسلمانان** چه **کافر** این کار را زشت و ناپسند می‌دانند.
ولی در عین حال متاسفانه این گناه **بین ما** خیلی زیاد است.

خوب می‌توانند حدس بزنید
که این کار ناپسند چیست؟



مربع ۲

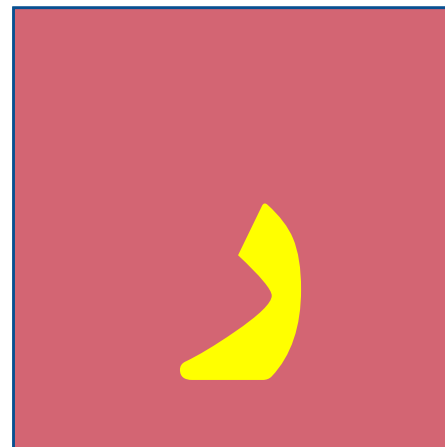


به گناه بزرگ که اتفاقا خیلی به اون توجهی هم نداریم.
این گناهی آن قدر بزرگ است که خداوند کسانی را که این گناه را انجام می دهند **برادران شیطان** معرفی کرده
در دوجای قرآن به نحو صریح و روشن گفته شده که خداوند این افراد را **دوست** ندارد .
در قرآن کریم به نحو صریح و روشن گفته شده این افراد اهل **آتش جهنم** هستند .
همه ی مردم چه **مسلمانان** چه **کافر** این کار را زشت و ناپسند می دانند.
ولی در عین حال متاسفانه این گناه **بین ما** خیلی زیاد است.

خوب می‌توانند حدس بزنید
که این کار ناپسند چیست؟



مربع ۳

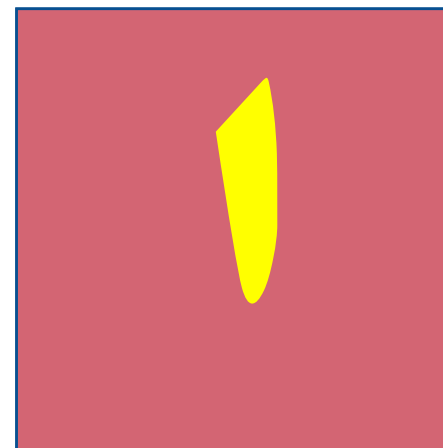


به گناه بزرگ که اتفاقا خیلی به اون توجهی هم نداریم.
این گناهی آن قدر بزرگ است که خداوند کسانی را که این گناه را انجام می دهند **برادران شیطان** معرفی کرده
در دوجای قرآن به نحو صریح و روشن گفته شده که خداوند این افراد را **دوست** ندارد .
در قرآن کریم به نحو صریح و روشن گفته شده این افراد اهل **آتش جهنم** هستند .
همه ی مردم چه **مسلمانان** چه **کافر** این کار را زشت و ناپسند می دانند.
ولی در عین حال متاسفانه این گناه **بین ما** خیلی زیاد است.

خوب می‌توانند حدس بزنید
که این کار ناپسند چیست؟



مربع ۴



به گناه بزرگ که اتفاقا خیلی به اون توجهی هم نداریم.
این گناهی آن قدر بزرگ است که خداوند کسانی را که این گناه را انجام می‌دهند **برادران شیطان** معرفی کرده
در دوجای قرآن به نحو صریح و روشن گفته شده که خداوند این افراد را **دوست** ندارد .
در قرآن کریم به نحو صریح و روشن گفته شده این افراد اهل **آتش جهنم** هستند .
همه ی مردم چه **مسلمانان** چه **کافر** این کار را زشت و ناپسند می‌دانند.
ولی در عین حال متأسفانه این گناه **بین ما** خیلی زیاد است.

خوب می‌توانند حدس بزنید
که این کار ناپسند چیست؟



مربع ۵



به گناه بزرگ که اتفاقا خیلی به اون توجهی هم نداریم.
این گناهی آن قدر بزرگ است که خداوند کسانی را که این گناه را انجام می دهند **برادران شیطان** معرفی کرده
در دوجای قرآن به نحو صریح و روشن گفته شده که خداوند این افراد را **دوست** ندارد .
در قرآن کریم به نحو صریح و روشن گفته شده این افراد اهل **آتش جهنم** هستند .
همه ی مردم چه **مسلمانان** چه **کافر** این کار را زشت و ناپسند می دانند.
ولی در عین حال متاسفانه این گناه **بین ما** خیلی زیاد است.

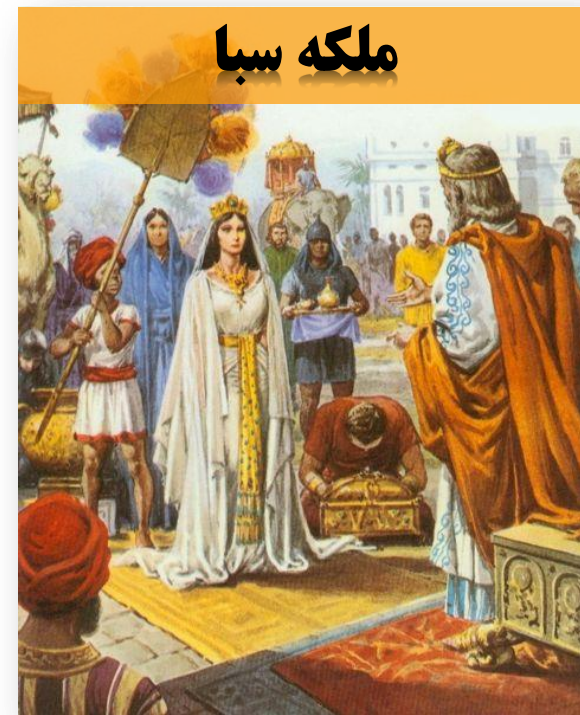
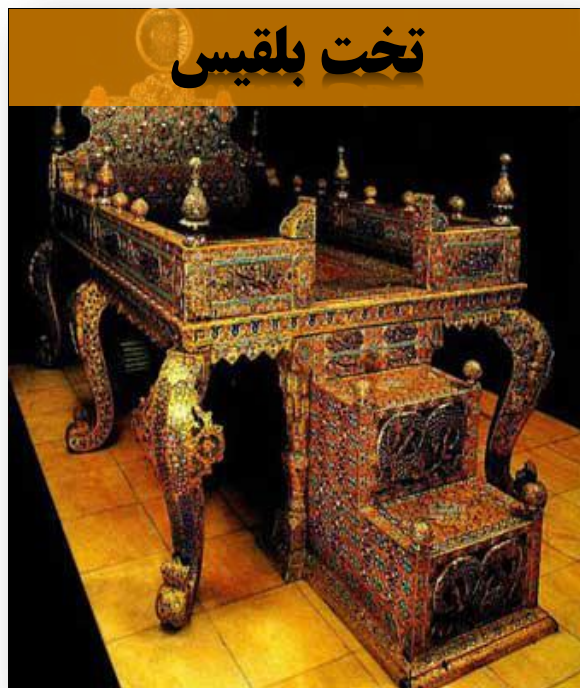
إِنَّ الْمُبْذَرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ

اسرافكاران برادران شیطانند

«اسرا - ۲۷»



حتما اسم حضرت داوود(ع) و سلیمان (ع) را شنیده‌اید، این دو پیامبر الهی از طرف خداوند فرستاده شده بودند برای راهنمایی و هدایت مردم و خداوند به آنها حکومت قدرت‌مندی داده بود، داستان ملکه سبا و تخت بلقیس را هم حتما شنیده‌اید، در همین زمان‌ها بود که قوم سبا در سرزمینی نزدیکی‌های یمن امروز یک کشور آباد و حکومتی عالی را ایجاد نموده بودند، به نحوی که مهمترین و معروف‌ترین و قدرتمندترین حکومت عرب را تشکیل داده بودند،



آنها در دامنه کوه و در مسیر سیلاب ها سد بزرگی بنا کردند و توانسته بودند آب فراوانی را ذخیره سازی کنند و با آن باغ ها و مزرعه ها و کشتزارهایی بزرگ و پر برکت ایجاد نمایند، باغ های پر برکتی که شاید نمونه آنها را کسی ندیده باشد مثلا نقل شده است «بر شاخسارهای درختان آن باغ ها آنقدر میوه آشکار می شد که هر گاه کسی سبدی روی سرش می گذاشت و از زیر درختان از یک طرف باغ به طرف دیگر می رفت، پشت سر هم میوه در آن سبد می افتاد و در مدت کوتاهی سبد پر از میوه های گوناگون می شد.»



اما این قوم به جای شکرگزاری و استفاده درست از این نعمت ها ناشکری و اسراف کردند، چون غذا و میوه فراوان بود برایشان اهمیتی نداشت که نان و غذایی را که «مه و خورشید و فلک همه در کارند تا تو نانی به کف آری و به غفلت نخوری» را دور بریزند، غذاها و میوه ها را نیم خورده کنند و... تا آنجا که شاید باور نکنید حتی برای پاک کردن کثیفی ها و نجاسات و... از نان استفاده می کردند! مثلا: دیدید گاهی دوغ یا نوشابه یا ظرف خورشت می ریزه تو سفره و مامان فریاد می زنه بدو دستمال را بیار ... اینجور وقتها از نان استفاده می کردند، اگر مادر می خواست بچه کوچکش را تعویض و تمیز کند و نان کنار دستش بود یا مشغول پختن نان بود و خمیر کنار دستش بود از این نان و خمیر برای پاک کردن و تمیز کردن بچه استفاده می کرد، نه یکی دو نفر بلکه بسیاری از آنان اینگونه با نعمت خدا برخورد می کردند به نحوی که یه تل و تپه ای از نان های نجس و کثیف در شهر میان زباله ها جمع شده بود؛ وقتی انسان های عاقل و صالح اونها را نصیحت می کردند، می گفتند: برو بابا من فقط روزانه با یکی دو تکه نان این



کار را می کنم و دور می ریزم، اگر من هم دور نریزم بقیه این کار را می کنند از طرفی این همه میوه و غذا داریم؛

مگر ممکنه این آبها تمام شوند و این باغها و درختان از بین بروند.

بچه‌های گل فکر نکنیم این یک افسانه است یا داستانی تاریخی است، داستان‌ها و حکایات بی‌شماری شبیه به این وجود دارد که نشان می‌دهد در هر زمان و هر مکانی هر قوم و گروهی که اسراف کنند به فقر و خشکسالی و گرفتاری مبتلا می‌شوند، الان هم اگر اسراف کنیم و به نعمت‌های الهی بی‌احترامی کنیم، نتیجه جز این نیست، خیلی از گرفتاری‌ها و مشکلاتمان در زندگی به خاطر بی‌توجهی به همین موارد ساده است، البته که ما کار زشتی که آنان با غذا و خوراکی‌ها کردند را نمی‌کنیم ولی در خانه همه ما گونی‌های نون خشکی وجود دارد که وقتی جمع می‌شود تبدیل به یه کوه نون خشک می‌شود، بر اساس آمار منتشر شده سالانه ۱۵۰ هزار تن نان تنها در تهران دور ریخته می‌شود. با احتساب دور ریز در سایر شهرهای کشور، سالانه بیش از ۶۰۰ هزار تن نان خشک دور ریخته می‌شود. اگر بخواهیم ارزش ریالی‌اش را حساب کنیم تقریباً معادل با دور ریختن ۴۰ میلیارد تومان پول هست .





۶۰۰ تن نان خشک را اگر بخواهیم با کامیون های بنز ۱۰ تن جابجا کنیم به ۶۰ هزار بنز ۱۰ تن نیاز داریم.

اگر این ۶۰۰۰۰۰ تن نان خشک همه در یکجا انبار شده باشد و ما بخواهیم با یک دستگاه لودر این نان خشک ها را بارکامیون های بنز ۱۰ تن کنیم، حداقل بارگیری هر کامیون ۱۰ دقیقه زمان می خواهد، ۶۰۰۰۰ کامیون را اگر بخواهیم شبانه روز و بیست و چهارساعته بارگیری کنیم چقدر زمان نیاز دارد؟

$$۶۰۰۰۰۰ * ۱۰ = ۶۰۰۰۰۰۰ \text{ دقیقه}$$

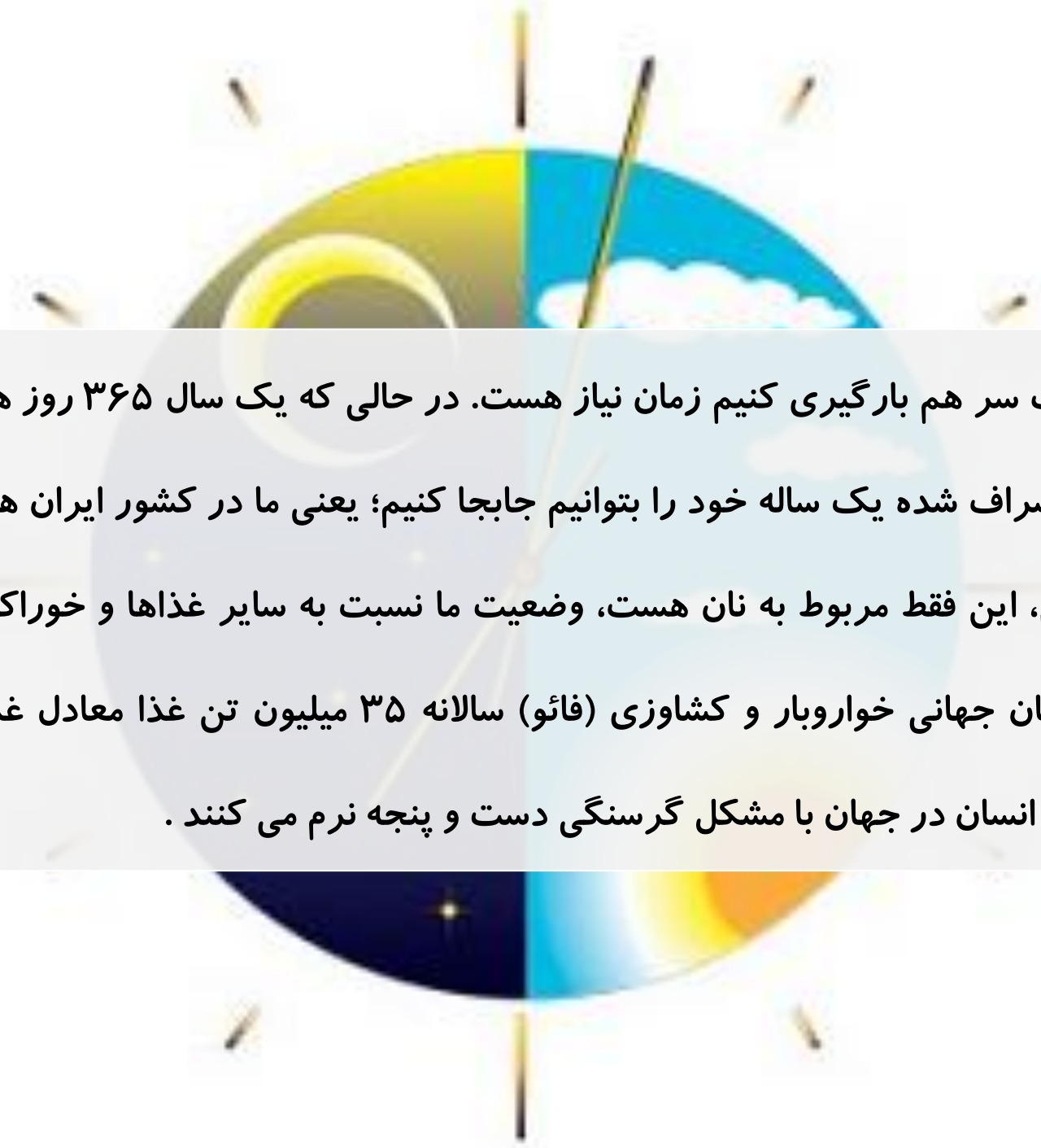
۱

$$۶۰۰۰۰۰۰ / ۶۰ = ۱۰۰۰۰۰ \text{ ساعت}$$

۲

$$۱۰۰۰۰۰ \text{ ساعت} / ۲۴ = ۴۱۶.۶۶ \text{ شبانه روز}$$

۳



۴۱۶ شبانه روز اگه بدون وقفه پشت سر هم بارگیری کنیم زمان نیاز هست. در حالی که یک سال ۳۶۵ روز هست، یعنی ۵۱ روز بیشتر از یک سال زمان نیازه است تا مقدار نان اسراف شده یک ساله خود را بتوانیم جابجا کنیم؛ یعنی ما در کشور ایران هر ۱۰ دقیقه بیشتر از یک کامیون بنز ۱۰ تن داریم نان دور می‌ریزیم، این فقط مربوط به نان هست، وضعیت ما نسبت به سایر غذاها و خوراکی‌ها همین طور هست، بر اساس آمارهای منتشر شده از سوی سازمان جهانی خواروبار و کشاورزی (فائو) سالانه ۳۵ میلیون تن غذا معادل غذای ۱۵ میلیون نفر در ایران دور ریخته می‌شود در حالی که میلیون‌ها انسان در جهان با مشکل گرسنگی دست و پنجه نرم می‌کنند.

بسیار خوب بچه‌ها واقعا باید بیشتر دقت کنیم هر کس به اندازه خودش تلاش کنه تا کمتر اسراف بشه، دقت کنیم ما مثل مردم قوم سبا فکر نکنیم وقتی به هر کدام از اونها می‌گفتند اسراف نکنید نان هاتون را آلوده نکنید، و خوراکی و غذاهاتون را دور نریزید؛ می‌گفتند: همه دارند دور می‌ریزند، همه دارند اسراف می‌کنند، من فقط روزی یکی دو تکه نان دور می‌ریزم، این یکی دو تکه که به جایی بر نمی‌خوره، بچه‌ها **قطره قطره** جمع گردد وانگهی دریا شود، هر کدوممون تو خونه روزی یه تکه نان و یه کوچولو غذا دور می‌ریزیم اما وقتی همه روی هم جمع میشه، به اندازه غذای ۱۵ میلیون نفر می‌شه،



ام دقتی همه روی هم جمع میشه، به اندازه غذای ۱۵ میلیون نفر می‌شه،

نریزیم بچه‌ها، **قطره قطره** جمع گردد وانگهی دریا شود، هر کدوممون تو خونه روزی یه تکه نان و یه کوچولو غذا دور می‌ریزیم اما وقتی همه روی هم جمع میشه، به اندازه غذای ۱۵ میلیون نفر می‌شه،



به نظر شما چه کارهایی می‌توانیم بکنیم

..... که اسراف و دور ریختن نان و غذا تو خانه‌هایمان کم بشود؟



وقتی می‌خواهیم میوه بخوریم ، میوه ای را برداریم که اندازه شکممون هست، اگر هم بزرگه قبل از اینکه دستمالی کنیم نصفش کنیم و نصفش را به پدر یا مادر یا برادرو خواهرمان بدهیم، قبل از خوردن پوست میوه را خوب بشوییم و اگه ممکنه میوه را با پوست بخوریم، پوست میوه سرشار از ویتامین هاست،



میوه و سبزی را هم همین طور اگه کم کم بخوریم هیچ وقت نمی‌پوسه و کپک نمی‌زنه

موقع کشیدن غذا در ظرف میتوانیم یه مقدار کمتر از قبل بکشیم و اگه خواستیم دوباره یه مقدار دیگه بکشیم، موقع خورشت ریختن هم ، همه غذا را خورشتی نکنیم تا اگه اضافه اومد دست نخورده باقی بمونه،

وقتی می‌خواهیم ساندویچ برای خوراکی زنگ تفریح برداریم، خیلی بزرگ برداریم که نتوانیم همه آن را بخوریم و مجبور بشیم قسمتی را دور بریزیم،



مثلا به اندازه نان بخوریم، اگه به مامان بگیم، مامان مسوولیت خرید نان با من، من هر روز حاضرم برم مقداری که اون روز نیاز داریم نان تهیه کنم، خوب نان تازه کمتر اسراف می‌شه، بعد هم میتوانیم یه نانوايي را پیدا کنیم که از بقیه بهتر نان می‌پزه و از اون بخوریم.

وقتی هم نان ها را آوردیم میتوانیم توی جانونی یا پلاستیک بذاریم و به اندازه ای که می‌خواهیم موقع غذا خوردن در سفره بذاریم تا خشک نشه،



راه‌نما
دقت کنید

جاهای خالی را به گونه‌ای پر کنید که در هر سطر و هر ستون کلمات

آیه شریفه بدون تکرار قرار بگیرند خداوند اسراف کاران را دوست ندارد



دوست	را	خداوند	ندارد	اسراف	کاران
ندارد	اسراف	کاران	را	دوست	خداوند
کاران	خداوند	را	دوست	ندارد	اسراف
اسراف	ندارد	دوست	کاران	خداوند	را
خداوند	کاران	ندارد	اسراف	را	دوست
را	دوست	اسراف	خداوند	کاران	ندارد

معنای رؤوف

خیلی مهربان



بله به امام رضا علیه السلام، امام رئوف گفته می‌شود، یعنی امام بسیار مهربان، چرا به امام رضا علیه السلام امام مهربان گفته می‌شود، مگر مابقی امام‌ها مهربان نیستند؟ احسنت هر کدام از ائمه به یک صفت مشهور هستند، چون اون امام در اون صفت و خصلت سرآمد هستند و اونقدر اون صفت در ایشان وجود داشته و مردم دیده‌اند که مشهور و معروف به اون شدند.



صلوات خاصه حضرت امام رضا علیه السلام

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى عَلِيِّ بْنِ مُوسَى الرِّضَا المُرْتَضَى
الْإِمَامِ النُّقِيِّ النَّقِيِّ وَجَجَّتِكَ عَلَى مَنْ فَوْقَ الْأَرْضِ
وَمَنْ تَحْتَ الثَّرَى الصِّدِّيقِ الشَّهِيدِ صَلَاةً كَثِيرًا
تَامَةً زَاكِيَةً مُتَوَاصِلَةً مُتَوَاتِرَةً مُتَرَادِفَةً كَأَفْضَلِ مَا
صَلَّيْتَ عَلَى أَحَدٍ مِنْ أَوْلِيَائِكَ





خوب گوش بدید



۲۵

حکایت

امام رضا (علیه السلام)



«نسیم خنکی می‌وزید. گنجشک‌ها روی درخت بزرگ بلوط شلوغ کرده بودند. چند نفر از دوستان و آشنایان در خانه امام رضا(ع) مهمان بودند. امام از اتاق بیرون آمد. دقایقی سپری شد. مهمان‌ها منتظر برگشتن امام بودند و از دیر کردن ایشان نگران شدند. یکی از دوستان جوان امام که از لای در متوجه آمدن امام شد، بیرون آمد.

سرورم! چرا داخل نمی‌شوید؟ چیزی شما را ناراحت کرده است؟

امام سیب نیم‌خورده‌ای را نشان داد و گفت: این میوه را چه کسی این گونه خورده است؟

مرد جوان صدایش را بلند کرد: این میوه نیم‌خورده کیست؟

مهمان‌ها از اتاق بیرون آمدند. مرد جوان سیب نیم‌خورده را از امام گرفت و باز حرفش را تکرار کرد. یکی از مهمانان دست بر سینه گذاشت و گفت: مولایم! از شما عذر می‌خواهم، این سیب را من خورده‌ام.



امام رو به او کرد و فرمود: چرا اسراف می‌کنی؟ چرا قدر نعمت‌های خدا را نمی‌دانی و به آن بی‌اعتنایی، مگر نمی‌دانی که خدا

اسراف‌کاران را به سختی عذاب می‌دهد. «



شمس التمامین

ماہِ عَمَلِ الرَّصَادِ اِسْرَافِ مَوْسٰی اِہْتِیَاظِ

غریب القریبا

بچه های گلم، امام رضا علیه السلام، امام رئوف و مهربان از اسراف ناراحت می‌شود. همون امام مهربانی که از شدت مهربانی ضامن آهو شد آن قدر ناراحت شود که به مهمان خودش در خانه‌اش می‌فرماید: چرا اسراف می‌کنی؟ چرا قدر نعمت‌های خدا را نمی‌دانی و به آن بی‌اعتنایی؟

اللَّهُمَّ ارْفَعْنِي فِي أَعْلَى دَرَجَاتٍ وَّ أَعِنِّي بِعَزْمِ الْإِرَادَةِ

خدایا توفیق عنایت کن تا بنده خوبی برای تو باشیم!

خدایا کمکمان کن تا بتونیم قدر نعمت‌هایت را بدانیم!

خدایا یاریمان فرما تا در تصمیمات درستی که برای زندگیمان می‌گیریم موفق شویم!



دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم
واحد فرهنگی و تبلیغی

به امید دیدار

معاونت فرهنگی و تبلیغی، اداره کل امور تبلیغی، گروه تأمین منابع

قم، چهار راه شهدا، تلفن: ۰۲۵-۳۷۱۱۶۰

www.balagh.ir-tabligh@dte.ir